

FRANCESCA MARINI

Vestiti di felicità

Indossa una bellezza che ti fa stare bene




Capponi
Editore

© 2024 Francesca Marini
© 2024 Capponi Editore srl
Ascoli Piceno, Italia
www.capponieditore.it

Copertina © Elena Friederika Ballof

ISBN 979 12 809 1991 5

Prima edizione febbraio 2024

Tutti i diritti sono riservati.

Qualsiasi parte di questo volume non può essere utilizzata
in ogni modo e forma senza il preventivo consenso dell'Editore.

Stampato in Italia. Printed in Italy

*Dedicato a
tutti i bambini e gli adolescenti negli ospedali
che mi hanno insegnato a riconoscere la bellezza*

«Sei bella finché resti rara
finché conservi i tuoi modi
i tuoi ideali
e porti gli altri nei tuoi mondi.
Sei bella finché non rinunci
a chi sei e credi
in sogni che non ti fanno dormire».

FRANCESCO PISCITELLI

INDICE

Prefazione.....	9
1. Andiamo	15
2. L'inganno della bellezza.....	19
3. Dal buio alla luce	29
4. La tua pepita d'oro.....	39
5. Il linguaggio segreto del tuo armadio.....	47
6. Cuore aperto e occhi in ascolto.....	51
7. Sua maestà: il nero.....	57
8. Chi abita nel tuo armadio?.....	65
9. Disordinata?.....	81
10. Un armadio a metà.....	89
11. Verso una nuova immagine di te.....	99
12. Il potere del colore.....	103
13. Il linguaggio del colore.....	115
14. Silhouette.....	125
15. Abitare il corpo	139
16. Stile.....	149
17. Armadio felice.....	163
18. Il prodigio che sei.....	179
Ringraziamenti.....	185

PREFAZIONE

Quando Francesca mi ha parlato per la prima volta della sua idea di bellezza, mi veniva da piangere. Come moltissime giovani donne o donne diversamente giovani, sono sempre stata un garbuglio di conflitti rispetto a questo tema.

Per anni ho fatto a cazzotti con il mio corpo, districandomi tra diete impossibili e ore passate a torturarmi in palestra. Per anni ho speso non so quanti soldi rincorrendo le mode e cercando di adeguarmi ai canoni estetici dominanti, senza per altro riuscirci mai.

Così quando Francesca, mi ha parlato di una bellezza che non andava cercata fuori ma andava riscoperta, aganciata e manifestata da dentro, io ho sentito istantaneamente qualcosa sciogliersi dentro di me.

Una Consulente d'Immagine, ossia una professionista del mestiere, mi stava dando il permesso di amarmi per quella che ero. Mi stava dicendo che per essere bella, dovevo solo

legittimare, valorizzare e far brillare tutto quello che avevo dentro di me e che mi rendeva unica, tutto quello che mi rendeva me.

La prima cosa che ho pensato è che quello era un messaggio che andava assolutamente portato nel mondo perché lì fuori (nel mondo) è tutto sottosopra.

Lì fuori mi capita di vedere dodicenni che si attaccano alle mani unghie lunghe 4 centimetri, a coprire quelle vere, tutte smangiucchiate, sintomo di un malessere e di un disagio sempre più incontenibili. Mi capita di vedere donne bellissime che, nonostante questo, ricorrono alla chirurgia estetica. Mi pare di vedere tutti soffrire molto, nella frenetica corsa a un'idea di bellezza che non raggiungeremo mai e che riesce solo a farci sentire costantemente manchevoli di qualcosa.

Ho pensato a quante persone si sarebbero sentite meglio, migliori, più felici, in pace con sé stesse e con il proprio aspetto, se avessero potuto incontrare il pensiero di Francesca.

Quando poi ha cominciato a parlarmi di stile... be'... lì mi si è aperto un mondo.

Perché la sua idea di stile e il modo in cui lei ti ci porta, è una diretta conseguenza di questa sua meravigliosa idea di bellezza.

Lo stile, secondo Francesca, è strettamente connesso all'unicità che ci portiamo dentro, una naturale conseguenza di tutta la meraviglia che siamo, quando finalmente questa meraviglia riusciamo a vederla.

Io sono sempre stata un disastro da questo punto di vista. Pur sentendomi a disagio nel mio aspetto, non mi sono mai

occupata più di tanto del mio stile, perché sono sempre stata convinta di non avere gusto e di non poterne avere uno. Diciamo, quindi, che mi vesto solo perché non posso andare in giro in accappatoio o in vestaglia.

Ma... via via che mi avventuravo con Francesca in questo viaggio pazzesco... sentivo aprirsi dentro di me un senso di possibilità e la certezza che anche io avrei potuto trovare il mio posto (estetico) nel mondo. Mi cominciavo a immaginare piena di colori, di fiori, di fasce, cappelli e turbanti. Tant'è che il nero non lo sono praticamente più riuscita a indossare.

E anche in questo caso, ho pensato a quante persone avrebbero potuto sperimentare questa gioia se solo avessero saputo le cose che stavo imparando io, se solo avessero potuto percorrere questa strada.

Per questo ho deciso di seguire Francesca nella stesura di questo libro. Perché il messaggio che porta può liberare tantissime donne dalla sofferenza, dal senso d'inadeguatezza, dal conflitto con il proprio corpo, dal sentirsi manchevoli e difettate, dall'indicibile fatica di cercare fuori la bellezza, dal bisogno di usare gli abiti per nascondersi invece che per gridare al mondo quanto sono belle, uniche, incredibilmente affascinanti nel loro sentirsi felici e a proprio agio.

Questo libro ti cambierà per sempre.

E io voglio ringraziare dal profondo del cuore Francesca, perché se non l'avessi incontrata avrei perso un'occasione di felicità e perché mi ha fatto capire quanto è bella la bellezza.

Chiara Cusani

VÈSTITI DI FELICITÀ

1. ANDIAMO

«La bellezza non è che una promessa di felicità»

STENDHAL

Che cos'è la bellezza? Io me lo sono chiesta tante volte fin da quando ero adolescente.

Da una parte c'era questo concetto immenso e edificante di bellezza che imparavo a scuola: la bellezza dell'arte, delle grandi opere classiche, dell'immensità della natura. Una bellezza che sembrava universale, raggianti, accessibile e indiscutibile. Come una scia naturale che aleggia intorno al mondo e tu sai che ce n'è per tutti indiscriminatamente, anche per te. Dall'altra, nel piccolo della mia cameretta, qualcosa cambiava. Questo meraviglioso concetto diventava sfuggente, assumeva un altro significato.

Come la trovo io questa bellezza davanti al mio specchio? E perché non mi vedevo bella? La società, la TV, i media, le convezioni, le buone norme e le brave apparenze, parlavano di una bellezza così diversa, poco di valore e molto di apparenza, dove per essere felice e sentirmi adatta e accettata nel mondo ciò che contava era solo la mia immagine, l'aspetto estetico, il mio corpo e come ero vestita. Davanti

allo specchio la bellezza diventava qualcosa di esclusivo, accessibile solo a certe “condizioni” di altezza, peso, taglia, forma del corpo, marca dei vestiti, lineamenti del viso e tipo di capelli. Lo sapevo dentro di me che questo ricatto non mi apparteneva, che la mia bellezza c’era anche senza dovermi conformare ai modelli canonici, ma là fuori il rumore dei messaggi che arrivavano sulla bellezza erano più forti del mio piccolo pensiero, e inevitabilmente mi sono ritrovata a seguire le regole del gioco. Cambiavo vestiti, make-up, colore di capelli, controllavo il peso, la pancia, il seno, ma c’era sempre qualcosa che alla fine mancava, non mi sentivo mai abbastanza all’altezza delle altre coetanee bacciate dalla dea bellezza.

Pensavo di essere io “difettata” finché il mio percorso personale e professionale, accostandomi alla Consulenza di Immagine, mi ha permesso di raggiungere una visione più limpida della bellezza, più realistica perché libera da tutti i vizi di forma che ti inculca la società, e più feconda perché trasformativa anche per la mia vita. Ho trovato la strada per uscire da questo enorme inganno che vuole farci credere che la bellezza estetica sia solo una ricerca di apparenza. E questa strada ha acceso in me il desiderio di aiutare attraverso il mio lavoro tante altre donne a fare il mio stesso salto.

Cara lettrice, la mia storia “di bellezza” è per dirti che adesso, proprio qui, fra queste pagine, mentre pensi che la tua immagine non sarà mai abbastanza piacente e non sai da che parte girarti quando apri l’armadio, non sei più sola.

Che so quante volte la bellezza ti abbia fatto lo sgambetto e oggi non ci credi quasi più, che esista anche per te. Che fai una fatica pazzesca a guardare il corpo che cambia senza accusarti dei difetti, e che sei stufo delle influencer patinate sui social, dei filtri, del botulino, e di ogni altro pazzo tentativo di cambiare ciò che sei.

Ma è anche per dirti che non ci devi credere, che non è tutto qui, che puoi davvero riabbracciarti allo specchio e riconoscere la tua bellezza autentica con gioia e libertà, perché il problema non sei tu e la tua immagine, ma il modo distorto e limitante in cui là fuori il mondo ti parla di quella che dovrebbe essere la tua immagine.

Per iniziare questo viaggio, voglio accompagnarti a vedere il grande “inganno” che si è affermato sulla bellezza e quali conseguenze ha per te, sia allo specchio nel modo in cui percepisci la tua immagine, sia per come questo influisce nella tua vita di tutti i giorni. Voglio liberarti da pregiudizi, convenzioni, narrazioni distorte e false soluzioni, e condurti verso una nuova via per riconoscere e manifestare la tua vera bellezza.

Andiamo.