

SOPHIE LAINÉ

Petite Philosophie du Style

Ode à la femme libre

L'ÂME DU RASOIR

© 2020 L'Âme du Rasoir

ISBN 978-2-9566168-1-8

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

*Être différent n'est ni une bonne ni une mauvaise chose.
Cela signifie simplement que vous êtes suffisamment
courageux pour être vous-même.*

ALBERT CAMUS

Sommaire

Préambule	11
Apparence	19
Branché	23
Codes.....	27
Compulsivité	35
Corps.....	43
Culpabilité.....	47
Écologie.....	55
Élégance.....	63
Équilibre	69
Faux pas	77
Femme	83
Féminin sacré.....	97
Féminisme	103
Identité	115

Laideur.....	121
Liberté.....	125
Loose.....	133
Message.....	141
Mode.....	147
Modèles.....	153
Originale.....	159
Patriarcat.....	165
Poids.....	173
Regard.....	181
Rêve.....	189
Séduction.....	197
Sexy.....	203
Snob.....	211
Sorcière.....	217
Valeur.....	221
Vendeuses.....	229
Vintage.....	235
Vulgaire.....	241
Épilogue.....	247
Bibliographie sommaire.....	253

Préambule

Ceci n'est pas un bouquin de mode !

J'ai commencé à écrire ce livre il y a quelques années, au cours d'un long séjour à Bali dans un bungalow au fond d'une rizière.

Portée par une envie de retraite au bout du monde, j'avais choisi cette destination lointaine sans vraiment me renseigner sur la culture locale. *Les Balinais sont adorables*, comme en témoignent les brochures d'agences de voyages et les blogs de touristes. Abstraction faite de la très forte domination du **patriarcat** et des inégalités hommes femmes qui règnent au sein de la population balinaise, c'est effectivement un peuple pacifique.

Ce n'est qu'une fois sur place que je me suis rendu compte à quel point les femmes, en particulier les femmes seules, sont méprisées sur cette île.

Cette énergie spécifique a finalement été plus propice à réactiver certaines profondes blessures du féminin en moi qu'à favoriser l'écriture studieuse et disciplinée que j'avais prévue au départ. « Si tu veux faire rire Dieu, parle-lui de tes plans. »

Avec le recul, je constate qu'au démarrage de ce projet d'écriture, avoir vécu l'enfer dans ce paradis a au moins eu ce mérite de faire voler en éclat quelques croyances et autres belles théories encore ancrées en moi à cette époque ! J'ai pu constater une fois de plus que rien ne remplace la richesse de l'expérience brute vécue dans nos tripes, et valider le fait que la vie réelle ne s'apprend pas sur les bancs des écoles ni même dans les livres.

Je ne suis ni journaliste de **mode** ni blogueuse, encore moins influenceuse. Je ne donne pas de conseils pour expliquer à mes lectrices/teurs comment se maquiller, comment se coiffer, s'habiller et vivre selon les dernières tendances. Garance Doré, Inès de la Fressange et Cristina Cordula, parmi les plus célèbres, s'en occupent déjà très bien depuis des années.

Je suis artiste-peintre et écrivain. Et avant de peindre et d'écrire, je suis d'abord une femme. Une femme sensible au style, au look et aux fringues depuis toujours. Et surtout une femme en quête de **liberté**, depuis toujours.

Parallèlement à mon activité d'artiste, j'ai passé plusieurs années à gagner ma vie, en Suisse, en proposant mes services en qualité de conseillère en image. D'abord, il y a eu « Féminitude », concept de boutique originale que mon amie Jenny et moi avons créé ensemble en 2010 dans un quartier de ville au bord du lac Léman.

Cette aventure nous a permis de nous former au job de *relookeuse* et d'accompagner professionnellement des centaines de femmes désireuses de trouver ou d'améliorer leur style. Le concept de *Féminitude*, dont l'activité commerciale était basée sur la vente de vêtements et accessoires seconde main, était assez proche de l'esprit des « Salons Joséphine » créés par la grande Lucia Iraci. Plus qu'une simple boutique, *Féminitude* était aussi et surtout un lieu de rencontres humaines, culturelles et artistiques. Nous organisions des concerts, des groupes de parole, des vernissages, des séances de lecture, des défilés de **mode** seconde main avec l'aimable participation de nos clientes, stars d'un jour, qui jouaient le jeu avec plaisir. Notre objectif, à la fois écologique, féministe et humaniste, consistait à offrir un espace entièrement dédié aux femmes et au style.

Toutes ces années de coaching vestimentaire personnalisé m'ont donné l'occasion de rencontrer et d'interviewer des femmes, et quelques hommes aussi, de tout âge, de toutes cultures et de tous milieux sociaux, des personnes qui m'ont presque toutes ouvert leur cœur avec confiance et qui ont partagé avec moi un peu de leur vie, de leurs espoirs, de leurs craintes, de leurs parcours uniques... Je remercie du fond du cœur tous ces gens sans lesquels je n'aurais pas pu écrire ce livre. À propos des anecdotes que vous trouverez ici,

je précise que j'ai pris le soin de changer les prénoms afin de protéger l'anonymat des personnes citées.

Ce livre évoque certaines de ces rencontres humaines autour du style, mais aussi mon propre parcours de guérison de la femme en moi, dans lequel je me suis engagée il y a maintenant plus de 20 ans.

*

Toutes ces polémiques qui explosent aujourd'hui aux yeux du grand public à travers les médias à propos des violences et injustices faites aux femmes nous parlent d'une vérité frappante : bien que de grands pas aient déjà été franchis depuis quelques décennies, la femme moderne occidentale est loin d'être aussi libre que ce que la société de consommation veut bien nous faire croire !

Réunir la profondeur de ce vaste sujet qu'est la **liberté** féminine avec la prétendue superficialité de **l'apparence**, voilà en quelques mots le challenge auquel ce livre m'a confrontée. Comment nos vêtements nous aident-ils à nous rencontrer et peuvent-ils aussi nous guérir parfois ? Et si derrière notre quête de style se cachait une vraie quête spirituelle ? Contrairement au scientifique qui sait, le philosophe interroge. PETITE PHILOSOPHIE DU STYLE questionne certains de nos comportements autour du look et de la

fringue, certaines habitudes de vie et croyances ancrées dans notre société. Tous les chercheurs et chercheuses de vérité le savent, ce n'est qu'en nous questionnant, c'est-à-dire en ouvrant des portes en nous, qu'on peut espérer sortir de nos labyrinthes intérieurs. Interpellée par le manque de repères essentiels que j'ai constaté à travers mes relookings chez la plupart des femmes, y compris chez certaines femmes dites d'âge mûr, j'ai aussi souhaité partager dans ce livre certaines références, intégrées tout au long de mon parcours personnel, sur lesquelles j'ai pu m'appuyer pour me construire et créer ma vie au plus proche de ce que je désirais.

Et enfin, adepte des jeux de mots, d'étymologie et du langage des oiseaux (langage de l'alchimiste qui découvre le sens caché d'un mot grâce à sa phonétique), j'ai choisi de proposer dans ce livre une exploration voulue éclairante, humoristique et parfois atypique de notre langage.

SOPHIE LAINÉ

Je profite de cette préface pour remercier chaleureusement toutes celles et ceux qui m'ont aidé, chacune et chacun à leur façon, sur ce chemin de guérison de la femme en moi, comme sur la réalisation de ce livre en particulier :

Je remercie Christian, Jenny, Laetitia, Karine, Jean-Marc, Nicolle, Nicole, Jeannine, François, Sissi, Fanny, Sylvie, François, Isabelle, Christine, Adalberto, Thomas, Estelle, Paule, Céline, Annick, Jean-Dominique, Dany, Marité, Alex, Nieves, Isabelle, Jean-Pierre, Marie-Françoise, Édouard, Gabrielle, Julie, Muriel, Paola, Valérie Churla, Vilma, Camille, Julien, Sarah, Francesca, Sophie, Chouchane, Delphine, Rebecca, Emilie-Chloé, Damien, Christine, Adalberto, Sébastien, Jean-Luc, Waël, Oliver, Fabrice, Anne, Médoune, Arlette, Éric, Gilles, Carmella, Cédric, Philippe, Georges, Brice, Nathalie, Norman, Sophie, Paty, Denise, Claes, Xavier, Brenar, Chrystelle, Amélie Happy, Colette, Ariane, Audrey, Danielle, France, Lou, Isabelle, Nicole, Stéphane, Marie-Laure, Nadia, Carmen, Patrice, Pauline, Rachel, Sabine, Virginie, Héloïse, Ghislaine, Aurélie, Caroline, Tina, et bien d'autres encore...

Sexy

Le look sexy. Certaines le fuient comme la peste ou ont carrément fait une croix dessus quand d'autres, au contraire, en jouent de façon parfois provocante. Être sexy, ça veut dire quoi ? Et à quoi ça sert ?

Être sexy, au niveau de l'habillement, ce n'est pas « étaler la marchandise ». Que ce soit par manque de tissu, par choix de vêtements hyper-moulants ou encore très transparents, tout dévoiler au « grand public » n'est pas très attirant. Cela révélerait plutôt un manque d'estime et de confiance en soi chez celle qui exhibe ses atouts féminins sans respect pour son **corps** et sa propre intimité.

Être sexy ne signifie pas non plus nécessairement « je suis en manque de sexe, s'il vous plaît, aidez-moi ! »

Ce n'est pas parce qu'on est sexy qu'on « cherche » quoi que ce soit ! Parfois, d'ailleurs, on nous trouve sexy sans qu'on y soit pour grand-chose.

« Le jour où je me suis fait agresser sexuellement en pleine rue par un inconnu, je portais un pantalon de training gris et un pull noir à col cheminée ample... » me confie Sandrine entre deux essayages de robes de soirée. Contrairement aux idées reçues, être sexy, oser dévoiler notre féminité n'attire pas plus les psychopathes qu'un simple look *casual*.

Non, porter une tenue sexy, ce n'est pas non plus être indécente, même si c'est le **message** silencieux que nous envoie le regard de madame lorsque celui de monsieur son mari louche sur notre décolleté !

Être sexy n'est donc pas forcément un « **message** » conscient, une « provocation », encore moins un « appel au viol ».

En schématisant naïvement, on pourrait dire encore une fois que si l'attraction sexuelle n'était qu'une question d'**apparence**, de vêtements ou de style, seul•e•s les mannequins et les *modeuses* auraient une vie sexuelle digne de ce nom.

Être sexy n'a souvent rien à voir avec les fringues qu'on porte, mais tout à voir avec la façon dont ces vêtements nous mettent en valeur dans notre beauté unique, notre « truc à nous », notre confiance et notre propre féminité.

Je remarque qu'en général l'Homme me dit que je suis sexy les jours où je suis bien dans mes baskets (oui, on peut être sexy aussi en baskets !), en accord avec moi, ma tenue et mon image, en résumé les jours où mon énergie est en hausse.

Une mèche de cheveux qui tombe le long de notre nuque, une paire de lunettes adaptée à la forme de notre visage, un sourire et un regard pétillant, une façon de marcher, de parler, de s'asseoir... Il existe mille façons d'être attirante, quels

que soient notre **poids**, notre taille, notre âge et notre style. D'autant plus qu'on ne va jamais apparaître sexy de la même façon pour Pierre, pour Paul ou pour Cécile !

Et si tout ça était aussi une question de phéromones ? Voici une proposition de lecture parmi tant d'autres.

Lorsque nos phéromones sont au placard, on a beau être sur son 31, on ne va pas attirer grand monde, ou bien pas ceux ou celles qu'on aurait envie d'attirer.

Mais que contiennent-elles, au juste, ces phéromones ? La question est en vérité très complexe. Pour faire simple, et bien que ce sujet soit aujourd'hui très controversé en ce qui concerne l'humain, les phéromones seraient des messagers chimiques contenant des données subtiles décryptées d'inconscient à inconscient et captées par l'odorat.

Si vous aussi vous avez déjà été accro à l'odeur de votre partenaire sexuel•le, vous voyez très bien de quoi il s'agit. Ces odeurs corporelles attirantes pour les uns, repoussantes pour les autres, sont une sorte de carte-mémoire pleine d'informations sur nos qualités, nos blocages et nos failles. Nous serions alors comme une pièce de puzzle qui se retrouverait attirée, parfois même sans pouvoir le justifier d'ailleurs, par une autre pièce de puzzle, certaines fois totalement inat-

tendue, mais parfaitement compatible avec nos données, pour le meilleur et/ou pour le pire.

Partant du principe que notre âme et notre **corps** en savent plus que nous sur nos besoins d'évolution, notre système en recherche de partenaire sexuel-le ou amoureux-se va être plus sensible à certains profils adaptés à notre carte-mémoire que d'autres...

Au niveau vestimentaire, l'éventail des **codes** jugés sexy vont généralement de la **femme** sauvage (donc libre car indomptée et indomptable, le principe même du sauvage !) avec par exemple, les vêtements type peau, cuir, fausse fourrure, shorts en jean déchirés, imprimés animaliers (zèbre, léopard, serpent), *smoky-eyes* ou rouge à lèvres rouge, à la pin-up des années 60 avec entre autres les mini-shorts taille haute, les jupes patineuses, les bas résille, les justaucorps au décolleté pigeonnant, le débardeur court, la chemise vichy nouée à la taille, la paire d'escarpins. Sans oublier l'incontournable petite robe noire échan-crée ou fendue jusqu'en haut de la cuisse.

À la sortie d'un bar, je croise une amie d'une vingtaine d'années et la complimente pour la veste en fausse fourrure cintrée qu'elle porte et qui lui va super bien.

Elle se met à rire et me dit : « Ah bon, tu trouves ? Tout à l'heure on m'a dit que je ressemblais à une pute russe dans ce manteau ! »

Nombreuses sont les **femmes**, encore aujourd'hui, qui pensent que la fringue sexy est réservée aux « chaudasses » ou aux travailleuses du sexe, mais certainement pas aux **femmes** dites « respectables »...

À partir de là, il est peut-être utile de rappeler certaines bases : TOUTES LES FEMMES SONT RESPECTABLES, quels que soient leur métier, leur façon de vivre leur sexualité, leurs passions et leur façon de s'habiller.

« La **femme** respectable ne doit être sexy que pour son mari et dans l'intimité du couple... » Voilà encore une idée à la *mords-moi-l'nœud* de notre bon vieux patriarce ! Laisse-moi rire, papy ! Comme si la phéromone pouvait être sélective !

Soit nous sommes dans notre **séduction** et allons potentiellement plaire à plusieurs personnes – ce qui ne veut pas dire qu'on va coucher avec tout le monde ! –, soit on se coupe de notre **séduction** et ne sommes plus sexy pour personne, y compris notre mari, qui risque du coup d'aller chercher sa sexualité ailleurs qu'au sein de son couple.

L'idée d'être sexy entraîne aussi, souvent, cette confusion entre activité sexuelle et énergie sexuelle. On peut être sexy, c'est-à-dire dans son désir d'être, de se sentir vivant•e, habité•e par cette énergie de vie et la faire rayonner de l'inté-

rieur vers l'extérieur, sans pour autant vivre ou souhaiter vivre une sexualité débridée...

Non, une belle **femme**, sexy, séduisante, attirante, n'est pas une « pute », ni une « salope », ni une détraquée, ni une nymphomane, ni une **sorcière**, ni forcément célibataire, ni forcément en manque de sexe ou d'attention : elle est peut-être juste joyeuse, heureuse d'être vivante, unique, **femme** et libre !

Patriarc

Qui est exactement l'ennemi juré de la **femme** libre ?

Au même titre que Dieu n'est pas un barbu assis sur un nuage, le patriarcat n'est pas un « sale type » qui méprise les **femmes** et abuse de son pouvoir en permanence depuis sa tour d'ivoire...

Bien que le profil ci-dessous incarne parfaitement l'image qu'on s'en fait à juste titre, le patriarcat n'est pas un PDG bedonnant qui passe ses journées à prendre des décisions au profit de ses actionnaires et au détriment de l'écosystème, tout en enchaînant les blagues graveleuses et sexistes auprès de sa secrétaire, qui se prend des mains aux fesses à longueur de journée.

Si le patriarcat était un homme, ou même une association de plusieurs *malfaiteurs*, il serait facile de le/les neutraliser. Le drame du patriarcat, c'est d'être un état d'esprit, un type d'énergie, un héritage de croyances, infiltré sournoisement, chez toute personne – hommes ET **femmes** – qui ne prend pas le temps de s'interroger sur sa propre histoire, son positionnement, ses intentions et ses responsabilités humaines.

Le patriarcat ne sévit-il pas à différente dose chez tout le monde, y compris chez celles et ceux qui l'ont en horreur ? Ne se cacherait-il pas derrière toute tentative consciente ou inconsciente d'avoir raison, de prendre le pouvoir, de dominer

les autres, derrière tout manque de respect, toute blessure faite au vivant ? Consciente ou pas...

Le patriarcat exècre la vulnérabilité qu'il considère à tort comme de la faiblesse honteuse. Rejeter, avoir honte ou nier une difficulté, une sensibilité, une souffrance en nous, ne revient-il pas inconsciemment à cautionner cet état d'esprit du patriarcat ?

Vous le connaissez aussi ? Celui (ou celle) qui vous interdisait de pleurer quand vous étiez enfant, *parce qu'on doit être fort ! Ce sont les femmellettes qui chialent !... Tu ne veux pas être une femmelette ?!... Alors, ressaisis-toi !* Le même – père ou mère ! – qui vous traitait de *bon•ne à rien* quand vous aviez le malheur de rentrer de l'école avec une mauvaise note ou que vous ne vous leviez pas assez tôt le matin.

Toutes les fois où nous sommes trop dures avec nous-mêmes et avec les autres, ne serions-nous pas en train de cautionner cet état d'esprit ? Chaque fois que nous *massacrons* notre sensibilité, nos **rêves**, que nous ne respectons pas nos limites, ne partageons-nous pas sans le savoir le même état d'esprit que le PDG du 25^e étage de la tour ?

Le patriarcat, cet état d'esprit **vulgaire** et étriqué, est à l'origine des chasses aux **sorcières**. Ces « chasses » qui, contrairement à ce qu'on pense, ne datent pas du Moyen Âge, ont décimé des mil-

liers de **femmes** innocentes dont le seul tort était de vouloir vivre libres.

Ces milliers de féminicides dont la plupart des traces ont disparu et dont les historiens évitent soigneusement de parler ont laissé des mémoires incrustées dans l'inconscient collectif, qui s'activent encore aujourd'hui à notre insu.

Bien que tentées de supprimer les dossiers douloureux de notre corbeille, nous réalisons qu'au-delà de la peur des persécutions, subsiste heureusement dans ces mémoires, NOS mémoires, le trésor du savoir instinctuel et ancestral de « *La-Que-Sabe* », « *celle-qui-sait* », comme la nomme Clarissa Pinkola Estés dans la *bible* de la **femme** sauvage : « *Femmes qui courent avec les loups* ».

Parmi les traces qu'ont laissé ces siècles d'abus de pouvoir du patriarcat, de nombreuses femmes et d'homme ont développé une peur parfois inconsciente de la puissance masculine. Or, le problème ne vient pas de cette puissance, qui n'est ni bonne ou mauvaise en soi puisqu'elle n'est qu'un outil. La puissance devient problématique lorsqu'elle est employée à soumettre les autres, à les rabaisser, les humilier et les dominer. La puissance d'un homme est pourtant saine et magnifique quand il apprend à la mettre au service de la Vie. Lorsque l'homme utilise sa puissance pour défendre, protéger et aimer au lieu de lais-

ser libre cours à ses instincts égotiques qui la transforment à son insu en arme de destruction massive. Notre propre puissance, qu'on soit un homme ou une femme, a besoin d'être « lavée » de tous ces anciens schémas destructeurs et autres traumatismes car elle nous est précieuse. Elle est même indispensable pour créer notre vie selon nos valeurs.

Insulter et mépriser les hommes, les patrons, ceux qu'on nomme à tort les « puissants », non seulement ne fait qu'alimenter cette colère en nous, mais renforce aussi son pouvoir destructeur en la semant un peu partout. Pour empêcher cette énergie basse de nuire et faire en sorte qu'elle soit de moins en moins répandue dans les comportements, il s'agit d'abord de l'identifier dans le seul endroit où on a le pouvoir de faire bouger les choses : en nous ! Et faire un état des lieux accompagné d'un bon thérapeute, afin de libérer ce qu'il reste en nous et notre histoire de souffrances, de colères, de rancunes envers le masculin et surtout aussi contre le **féminin**.

Accompagnée d'un thérapeute, j'insiste ! Non pas parce que nous serions malades, mais juste parce que tout ce qu'on a besoin de voir, ces « bombes à retardement » qui sévissent en nous à notre insu, ne correspondant pas à nos **valeurs** et à nos principes de surface, se cachent bien au fond et font tout pour y rester, persuadées de

nous protéger du pire. Bien qu'on puisse prendre conscience d'un ensemble de choses au dehors, seule et sans outils à l'intérieur on est quasi sûre de passer à côté des infos susceptibles de nous libérer pour de bon.

Une fois les conflits démasqués et les bombes désamorçées, il est plus facile de voir de quelle manière on cautionne cet esprit dominateur masculin dans notre quotidien, de quelle manière et à quelle fréquence la crainte des représailles ou le mépris du **féminin** nous conduit à l'opposé de ce que notre intuition nous suggère.

Entre les **femmes** qui ont décidé de dire adieu à l'épilation, celles qui ont renoncé aux teintures capillaires, choisissant de laisser rayonner leur chevelure grise ou blanche, et les looseuses, le mouvement est déjà bien en marche, depuis quelques années ! À nous de trouver le mode de rébellion, ou « acte citoyen » le plus adapté à notre réalité pour que l'esprit patriarcal s'estompe de plus en plus au bénéfice des futures générations à venir.

La révision-correction a été réalisée par :

Sébastien Haton

Le Verbe au Vert

verbeauvert.wixsite.com/sebastienhaton

La mise en pages a été réalisée par :

Jean-Luc Tafforeau

Éditions AO - André Odemard

www.ao-editions.com

© 2020 L'Âme du Rasoir

Dépôt légal troisième trimestre 2020

Imprimé en Pologne par
MCP (Mazowieckie Centrum Poligrafii)