

Ida Galati

Il linguaggio  
segreto della

**MODA**

L'ABITO  
GIUSTO  
PUÒ  
CAMBIARTI  
LA VITA

Il linguaggio segreto della

MODA

Ida Galati

Il linguaggio  
segreto della

MODA

L'ABITO  
GIUSTO  
PUÒ  
CAMBIARTI  
LA VITA

 GIUNTI



Alla mia **mamma** che mi ha regalato un palloncino per guardare  
le cose dall'alto e credere di poter fare cose straordinarie.  
Questo libro per me lo è. Quindi grazie.

A mio **padre** che, invece, ha tenuto il filo quando necessario,  
per non farmi volare troppo in alto e impedire  
al palloncino di scoppiare. Ce l'abbiamo fatta.

A mio figlio **Marco** e ai nostri mille palloncini:  
che ciascuno di loro possa essere un sogno. Sceglili bene,  
appassionati, prenditene cura: ti auguro di realizzarli tutti.

A **Daniela, Nadia e Francesca**. Amiche e sorelle  
nel silenzio e nell'amore più puro e incondizionato.  
Siete casa, ovunque io mi trovi nel mondo.

# Sommario

Introduzione .....	11
--------------------	----

## 1 Alla ricerca del tuo stile

A cosa serve l'abbigliamento? .....	18
Una corona di fiori .....	22
Storia di un abito con le rouches .....	24
Gli altri, i codici, il contesto .....	29
Cos'è lo stile .....	34
Che ne faccio delle "regole" e dei miti? .....	37
Idoli e influencer .....	41

Vestiti ed emozioni .....	45
Autobiografia attraverso il vestito .....	48
Passato e presente .....	50
Cosa dice di te il tuo armadio oggi? .....	54
Basta paura, basta pregiudizi: i tempi cambiano! .....	57

## 2 Stile, capi e icone

Lo stile tradizionale .....	64
<b>GRACE KELLY</b> .....	65
<b>KATE MIDDLETON</b> .....	72
Lo stile elegante .....	79
<b>AUDREY HEPBURN</b> .....	80
<b>EMMA WATSON</b> .....	91
Lo stile sportivo e streetwear .....	101
<b>LADY DIANA</b> .....	102
<b>HAILEY BIEBER</b> .....	111
Lo stile eccentrico .....	117
<b>MADONNA</b> .....	119
<b>LADY GAGA</b> .....	127

Lo stile rock.....	134
<b>COURTNEY LOVE</b> .....	135
<b>KRISTEN STEWART</b> .....	143
Lo stile moderno.....	151
<b>BIANCA JAGGER</b> .....	152
<b>VICTORIA BECKHAM</b> .....	161
Lo stile romantico.....	170
<b>VIVIEN LEIGH</b> .....	172
<b>TAYLOR SWIFT</b> .....	179
Lo stile sexy.....	185
<b>MARILYN MONROE</b> .....	186
<b>KIM KARDASHIAN</b> .....	193
Lo stile trendy.....	199
<b>SARAH JESSICA PARKER</b> .....	200
<b>LILY COLLINS</b> .....	208
Lo stile genderless.....	214
<b>MARLENE DIETRICH</b> .....	215
<b>HARRY STYLES</b> .....	221
Lo stile creativo.....	227
<b>IRIS APFEL</b> .....	228
<b>ANNA DELLO RUSSO</b> .....	236



# 3 Un nuovo modo di fare shopping

Over-consuming .....	247
Dall'Alta moda (per pochi) alla produzione di massa .....	249
La nascita del prêt-à-porter .....	251
Griffe o non griffe .....	253
Parole di identità e arte .....	260
La moda può essere davvero sostenibile? .....	264
Vintage .....	268
Cercasi trend disperatamente .....	273
Influencer icone .....	279
Appendice	
<b>PICCOLA BIBLIOGRAFIA DELLA MODA</b> .....	284



# Introduzione

**D**avvero i vestiti che scegliamo o quelli che non abbiamo il coraggio di scegliere contano poco? Oppure hanno un valore simbolico enorme?

Se è vero che ci vogliono solo 130 millisecondi a farci una prima impressione dell'altro, quanto pensate possa contare il nostro non verbale?

Tantissimo.

In 130 millisecondi c'è giusto il tempo per una rapida scansione della nostra immagine, frutto di scelte più o meno consapevoli: il nostro sguardo, il nostro sorriso, ma anche il trucco, i capelli, gli accessori, gli abiti.

**Abiti che parlano.** Abiti che influenzano l'umore, che ti fanno sentire più o meno potente, che modificano la considerazione che l'altro avrà di te e, forse, anche quella che tu hai di te stesso e del tuo coraggio di svelarti e scoprirti.

Magari non abbiamo voglia di scoprirci, magari non ne abbiamo voglia sempre, magari non sappiamo chi siamo veramente o come si fa a mostrarsi con autenticità, senza la costante paura del giudizio altrui.

E se i vestiti servissero a parlare di te senza che tu abbia bisogno di parlare?

Se ti sentissi bene e allineato nei tuoi panni, se tu ne comprendessi il significato storico, psicosociologico e culturale? Se potessi imparare a dare un senso alla tua immagine partendo dal riconoscimento del tuo stile?

Sai che anche quando dici “Io non seguo le mode”, stai solo decidendo attraverso abiti diversi (considerati dai più fuori moda) di comunicare qualcosa di molto specifico agli altri? Ribellione, per esempio, verso alcuni valori di quest’epoca. Alcune di quelle che sono state chiamate anti-mode, nel tempo, però, sono diventate esse stesse mode. Avremo modo di scoprirlo e restarne – spero – affascinati.

Ora, immagina che uno stilista ti metta davanti a uno specchio e si offra di realizzare un abito su misura pensato proprio per te, che rispecchi esattamente il tuo stile e i tuoi gusti: un vestito che quindi sia esattamente come lo desideri, in ogni particolare. Ecco: immagina di avere questa possibilità.

Sapresti dire esattamente chi sei e cosa vorresti che ti disegnassero addosso?

Quando anni fa una designer mi ha chiesto quali fossero le mie muse per capire da quale stile partire per disegnarci un abito su misura, ho faticato molto a rispondere a questa domanda, anche a quella più generica rispetto a che stile avessi.

E allora – mi ero detta – se lo stile è un’espressione del carattere e della personalità, significa forse che io non ne ho?

Certo che no. Voleva dire semmai che probabilmente il mio stile non era ancora del tutto a fuoco, che era in evoluzione. Voleva forse dire che era arrivato il momento di ascoltarmi un po’ di più e prestare più attenzione ai dettagli, alle cose che mi facevano sobbalzare il cuore, alle cose in cui trovavo un po’ di me, dei miei valori, dei miei ideali, dei miei sogni, delle mie caratteristiche, alle cose che – immaginate indosso – sentivo parte di me. Senza bisogno di parole. Voleva dire anche che, fino ad allora, avevo badato poco al linguaggio segreto dell’abito.

È normale sentirsi annebbiati in alcune fasi della nostra vita: io poi ho cambiato città quattro volte e mi sono trasformata da psicoterapeuta a **fashion content creator**. Sono passata da Vibo Valentia a Roma, da Roma a Londra e da Londra a Milano. Sono stata figlia, dipendente, giovane imprenditrice, moglie, mamma e sono tornata single. Potete lontanamente immaginare quanto il mio guardaroba si sia dovuto adattare alle mie evoluzioni?

Io l’ho messo davvero alla prova! Ma ho esplorato più che potevo, ho osservato le città, gli ambienti che frequentavo, quello che questi mi chiedevano e che ostinatamente non volevo dar loro per via della piccola ribelle rivoluzionaria che c’è in me!

Ci stava un po’ di confusione, la resistenza a scendere a patti con alcuni contesti che non volevano la vera me, ma ci stava anche capire cosa legasse tutte queste città, questi lavori e queste parti di me che litigavano dentro un armadio ibrido e confuso.

Esiste una versione diversa di noi per ogni fase della vita che attraversiamo, e metterle tutte insieme può essere davvero difficile: nessuno ci insegna quanto è importante saper accordare chi siamo, chi pensiamo di essere e chi vorremmo essere. Sentire questo dialogo interno litigioso può voler dire anche sentirsi disordinate, sconclusionate... insomma, senza un'identità chiara, e quindi anche senza stile.

Ecco perché nasce questo libro: per intraprendere insieme il percorso verso la **definizione del proprio stile** e quindi anche **del proprio sé**, attraverso quello che ci rappresenta e anche quello che rappresentano gli altri per noi.

Percorreremo due passerelle: una ci porterà a capire quanto gli altri siano importanti e quando è giusto che lo siano. Poi, abbandonati gli altri, proveremo a guardare dentro di noi.

Nell'altra passerella, invece, vedremo sfilare tante icone e tante storie di moda, per capire chi fra di loro può ispirarci e cosa si nasconde dietro una rouche o un colore. Perché vi assicuro che da come si veste il mondo si possono capire e dire un sacco di cose.

Non vi preoccupate, perché pur non essendone pienamente coscienti, noi siamo già attratti dalle cose giuste. Dobbiamo solo avere il coraggio di assecondare quell'attrazione: state certi che quei colpi di fulmine, una volta indossati, come per magia parleranno esattamente di noi, e ci faranno sentire bene. Da soli e in mezzo agli altri.

Allora, viaggiate con me.

Questo non sarà il solito elenco dei *must have* da comprare per essere chic e "giusti".

Questo sarà un viaggio per cui vi chiedo di farmi compagnia: un percorso tra nuovi modi di concepire lo shopping, lontano dalla fast fashion e dai trend imposti da qualcun altro. Sarà un percorso che partirà da noi e ci porterà tra le più grandi **icone della moda** che cercherò di raccontare soffermandomi sul tipo di personalità che appartiene a ciascuna di loro: ognuna di noi potrà trovare la propria musa, riflettendo nel contempo sul significato storico (ma anche psicologico) di ciò che indossiamo.

Un viaggio fuori e dentro di noi, per non sentirci mai più nei panni di qualcun altro; per entrarci solo quando ne abbiamo voglia o quando è funzionale, ma sempre consapevolmente.

Per sentirci intere, coraggiose e bellissime.



L'uomo si abbiglia prima di agire,  
di parlare, di camminare, di mangiare.  
Le azioni che appartengono alla moda,  
il portamento, la conversazione, ecc.,  
non sono che le conseguenze della nostra toilette...  
In veste da camera o in abito da ballo una donna  
è tutt'altra: direste che sono due donne...  
L'abbigliamento  
è dunque la più grande modificazione provata  
dall'uomo sociale, esso pesa su tutta l'esistenza.

*Honoré de Balzac*





1 Alla  
ricerca  
del tuo  
stile

# A cosa serve l'abbigliamento?

**S**apete, i vestiti hanno sempre avuto significati che andavano oltre la semplice protezione del proprio corpo. Il primo significato, ancestrale, istintivo e animale, è relativo al bisogno e al desiderio di **attrarre sessualmente**: alcuni tipi di uccelli, per esempio, nella fase di corteggiamento sviluppano colori variopinti e forme particolari mettendosi in mostra, sperando di essere i prescelti.

Noi esseri umani, però, siamo un tantino più complessi e andiamo oltre l'istintiva esibizione di cose naturalmente belle: noi abbiamo capito che decorandoci, modificandoci e abbigliandoci possiamo esprimere molto visivamente, differenziandoci o uniformandoci agli altri.

Pelli, tatuaggi, deformazioni: tutto si è sempre trasformato, sin dalle tribù primitive, in un codice condiviso che poteva comunicare all'altro chi eri, a quale classe sociale appartenevi, che lavoro facevi e tantissime altre caratteristiche personali, ancora valide, che affronteremo nel corso di questo libro.

A proposito di attrarre o farsi desiderare, però, mi piace tornare indietro e ricordare la funzione della foglia di fico per Adamo ed Eva. Lo diceva **Kant**,<sup>1</sup> raccontando come quella copertura fosse stata pensata per essere attrattivi in

---

<sup>1</sup> Immanuel Kant, *Fondazione della metafisica dei costumi*, Laterza, Bari 1997.

modo durevole, per far venire voglia, in modo da impedire quella “sazietà” che invece è implicita nel godimento che caratterizza gli animali: senza appagamento, l’attrazione diventa più duratura, più intima, perché di fatto sottrae ai sensi quell’oggetto che è esattamente quel che provoca l’attrazione. **Quindi, mi vesto per attrarti e mi copro per farmi desiderare:** anche Kant, dunque, ci esortava a *tirarcela* un po’ e a rimandare il piacere.

Eh sì, il vestiario è stato in grado di farci passare dal desiderio animalesco all’amore, segnale di progresso e civiltà: allo stesso modo ci siamo affinati dedicandoci alla poesia, alla musica e all’arte.

La moda è diventata poi anch’essa un’espressione d’arte, di valori, status, identità. Si è passati dall’abito come costume poco elaborato (quasi sempre uguale per forma, colori e tessuti), all’abito colorato, ricco di accessori e di particolari, come forma di espressione di sé e pregno di significati culturali e sociali.

Nel corso del tempo la moda ha iniziato a rappresentare la libertà di scegliere cosa esprimere, divenendo veicolo di comunicazione e di influenza sociale e gli abiti sono diventati talmente raffinati e complessi da poter essere utilizzati per comunicare potere, mettere distanza, per ottenere approvazione sociale dai gruppi di appartenenza o per sentirci forti e indipendenti dagli stessi o da altri gruppi.

Pensate, per esempio, all’alta società dell’Ottocento che creava distanza simbolica utilizzando un’ingombrante **crinolina** o la **gorgiera**; pensate alle parrucche dell’aristocrazia o alla sensazione di superiorità creata dai tacchi alti, dalle toghe, dalla corona che rende un uomo re, dalle spalle imbottite della giacca di Napoleone o a quelle, indossate dalle donne negli anni Ottanta, pensate per comunicare forza e autorevolezza (*Sono in grado di portare grandi pesi sulle mie spalle, posso guidare un’azienda* – dovevano poter dire); così come il lungo strascico da sposa, un mantello o anche una borsa sono in grado di estendere il nostro corpo e farci acquistare più energia.

Come negare, dunque, che l’aspetto esteriore abbia un ruolo fondamentale nel fissare e mantenere un’immagine del sé, aumentare l’autostima e il proprio senso di sicurezza?

In queste pagine vi accorgerete di quanto possa dire un abito, quanto possa essere utile a cambiare il vostro umore, la percezione e il senso di efficacia personale, a ottenere un lavoro (come successe alla famosa giornalista di moda Diane Vreeland), ad avere successo o a comunicare al mondo il vostro dissenso e la vostra unicità.

---

**C**armel Snow, la direttrice dell'Harper's Bazaar, mi aveva vista ballare al St. Regis una sera, e il mattino seguente mi chiamò. Mi disse che aveva apprezzato quello che indossavo – un abito di pizzo bianco Chanel con un bolero e rose tra i capelli – e mi chiese se volevo un lavoro. «Ma signora Snow» ho risposto, «a parte l'attività del mio piccolo negozio di lingerie a Londra, non ho mai lavorato. Non sono mai stata in un ufficio in vita mia. Non mi sono mai vestita fino all'ora di pranzo.» «Però sembri saperne molto in fatto di vestiti» disse Carmel. «È vero. Mi dedico ai vestiti per ore intere e minuziosamente.» «Ok, allora perché non provi soltanto a vedere come si passa il tempo lavorando?»<sup>2</sup>

---

**La cura del proprio aspetto può essere più importante per alcuni più che per altri:** pensiamo a quanto lo è per gli adolescenti, che sono nella fase delicata della costruzione della propria identità, con un forte bisogno di accettazione da parte degli altri e di inclusione. L'inclusione a volte passa anche dalle scelte di abbigliamento che fai, da quanto ti adegui ad alcuni codici più o meno stabiliti da un determinato gruppo o da quanto ti ribelli a essi.

Gli altri: spesso e volentieri la percezione della nostra immagine e della nostra persona è strettamente legata al modo in cui gli altri reagiscono. Il critico d'arte John Berger, infatti, scriveva che ciò che osserviamo all'esterno (incluso il nostro riflesso allo specchio) codifica e modella la percezione che abbiamo di noi. Oltre a osservare il mondo e gli altri, noi siamo visti da questi altri che hanno il potere di rendere credibile la nostra presenza nel mondo, di confermare e influenzare le nostre percezioni e credenze.<sup>3</sup> Questo spiega la ragione per cui chi si trova in una posizione emarginata, magari per via di una salute fisica o mentale più fragile, smetta quasi del tutto di curare il proprio aspetto.

È anche vero che la trascuratezza può nascondere una scelta ideologica di contestazione, ribellione o indipendenza nei confronti dei modelli dominanti: pensate all'anticonformismo degli hippie o dei punk.

Peccato che a volte quei look trasandati siano diventati essi stessi un fatto di moda, come nel caso dei **jeans**: nel '68 si indossavano per ribellarsi alla piega perbenista dei pantaloni perfettamente stirati, meglio ancora se erano stropicciati e strappati. Ci si sedeva per terra nelle aule occupate delle università, senza paura di sporcarli, e li indossavano tutti: uomini e donne. Erano il simbolo del liberalismo e delle lotte ideologiche, fino a che – visto il

---

<sup>2</sup> Diana Vreeland, *DV. Diana Vreeland*, Donzelli Editore, Roma 2012.

<sup>3</sup> John Berger, *Questione di sguardi*, Il Saggiatore, Milano 2015.

grande successo – gli stilisti, uno dopo l'altro, iniziarono a proporre i loro modelli e divenne una moda diffusa. E allora, chi voleva sentirsi più giovane e *cool* negli anni a venire indossava il jeans senza necessariamente sposare più un'ideologia.

In definitiva, il nostro modo di apparire agli altri è il risultato della forma del nostro corpo e di tutte le sue modalità espressive verbali e non verbali. Soprattutto quelle non verbali, di cui fa parte l'**abbigliamento** che, insieme al nostro corpo e al modo in cui si presenta, **parla immediatamente di noi, prima ancora che apriamo bocca**. Va da sé che qualora i “panni” fossero quelli sbagliati, potremmo anche non avere una seconda chance.

Sapete perché?

È stato studiato che se la prima impressione è positiva, le informazioni negative successive sembreranno meno negative, ma se la prima impressione è negativa (per esempio la persona è troppo appariscente o, secondo i nostri canoni, inadeguata al contesto, e ci suscita quindi un senso di avversione), tenderemo poi a cercare altri segnali – visivi e non – che ci confermino la sua inadeguatezza.<sup>4</sup>

Come diceva Oscar Wilde: non c'è mai una seconda occasione per fare una buona impressione. E allora, meglio vestirsi “bene”!

---

4 S.E. Asch, «Forming impression of personality», *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 41(3), pp. 258-290, 1946.

# Una corona di fiori

**C**osa esprime di noi un abito? Non c'è una sola risposta, perché un abito o un accessorio può trasmettere tantissime cose all'altro con cui ci confrontiamo sempre, anche quando non c'è e siamo davanti allo specchio e dobbiamo decidere cosa metterci: gli altri sono sempre lì, nella nostra testa. Oggi chi vogliamo o dobbiamo essere? Devo o voglio comunicare la mia età? Il mio orientamento sessuale? La mia religione, il mio lavoro, il mio vero status sociale o quello a cui aspiro?

Dovrò tenere conto anche del contesto sociale in cui vivo, banalmente anche della regione d'Italia in cui cresco e che inevitabilmente mi plasmerà o mi limiterà.

Umberto Eco a tal proposito scriveva:

*Ha la minigonna: è una ragazza leggera. A Catania.*

*Ha la minigonna: è una ragazza moderna. A Milano.*

*Ha la minigonna: è una ragazza. A Parigi.*

*Ha la minigonna: forse è un ragazzo. Ad Amburgo.<sup>5</sup>*

Magari a molti di voi sarà capitato di sognare di vivere a Milano per non sentirvi "leggeri" come lo intendono a Catania, o a Londra per sentirvi liberi e scevri da pregiudizi.

<sup>5</sup> Umberto Eco, «L'abito parla il monaco», in AA.VV., *Psicologia del vestire*, Bompiani, Milano 1972.

Londra non la dimenticherò mai: è stata la città che ha cambiato completamente il mio approccio alla vita. Una delle prime cose che ho fatto appena arrivata (quando ho capito quanto quella città se ne fregasse di alcuni codici di abbigliamento e ti lasciasse andare in giro in smoking in metropolitana senza che nessuno si voltasse a guardarti) è stata andare al mercato di Camden Town, comprare la corona di fiori più bella che ci fosse, e indossarla fiera per strada.

Ho sempre amato le corone di fiori. In Italia avevo anche azzardato a comprarne qualcuna che, però, non aveva mai visto la luce. Non appena ho capito che lì non ci sarebbe stato bisogno del contesto giusto (che so, una festa a tema anni Sessanta), che mi potevo esprimere in libertà assoluta, la prima cosa che ho fatto è stata indossare quei fiori: la corona ha suggellato il mio amore colmo di gratitudine per quello che mi stava insegnando quella città. E sapete cos'è successo? Quella corona è stata in grado di cambiare il mio umore, di allargare i miei sorrisi, di farmi sentire in pace. Il mio cervello stava rilasciando endorfine, permettendo alla mia mente di vagare libera, di sperimentare e creare.

È a Londra che a trent'anni, con una corona di fiori in testa, ho capito che avrei smesso di fare la psicoterapeuta per iniziare a raccontare storie di moda.

Apparentemente una folle, ma felice e decorata dei fiori più belli.

Oggi però, scrivo questo libro e posso mettere insieme i miei studi sulla moda e sulla psicologia per chiedermi perché fossi così legata alle corone di fiori, cosa rappresentassero per me, quale modello: si trattava forse di Frida Kahlo e della sua irriverenza?

Ci sono modelli che ci ispirano quasi senza accorgercene. I primi sono i genitori, da cui non possiamo fare a meno di imparare come stare al mondo. Poi, andando avanti nel tempo, ci sono i modelli che ci scegliamo: gli attori, gli sportivi, gli scrittori, gli scienziati, i chiacchieratissimi influencer, così come gli amici che stimiamo e di cui apprezziamo particolarmente lo stile, le riviste di moda, gli stilisti stessi...

Adolescenti o meno, spesso ci vuole una vita a capire chi siamo e quale identità visiva ci corrisponde, ma anche quali identità "sociali" dobbiamo vestire per ottenere quello che desideriamo.

Può esistere un compromesso tra chi dobbiamo essere, chi vorremmo essere e chi siamo? Possiamo tradurlo in una coerenza stilistica senza scendere troppo a compromessi?

È quello che cercheremo di capire con questo libro.