

# GLAMOUR®

n. 322 GIUGNO 2019

€ 3,00



**moda**  
CROMOTERAPIA  
**beauty**  
EFFETTO RUGIADA

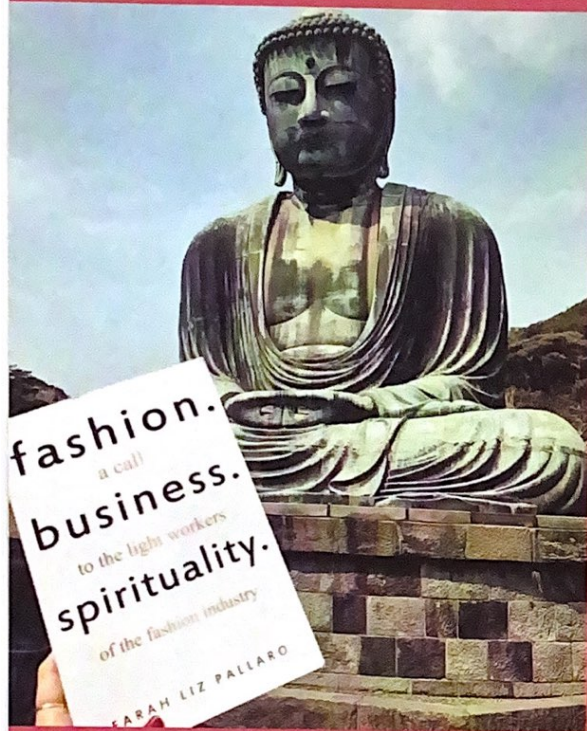
Héloïse Agostinelli  
modella, studentessa  
di naturopatia,  
aspirante imprenditrice  
di skincare bio,  
seguace dell'equilibrio.  
FOTO VICKY LAWTON

**zodiaco**  
IL LEONE SI AMA  
**Irama**  
CERCA UN SENSO

# l'equilibrio

#IFEELGLAMOUR

CONDIVIDI L'EMOZIONE



# È DI MODA LA FELICITÀ

**Questa donna ha scoperto la formula per lavorare nel fashion ad alti livelli senza perdere l'equilibrio.**

È tutta questione, spiega qui, di meditazione. Che «non è una cosa da hippy svalvolati»

di PAOLA JACOBBI

**F**arah Liz Pallaro si chiama così perché sua madre amava i rotocalchi e le ha dato i nomi della principessa persiana Farah Diba e della star di Hollywood Liz Taylor.

«Mio fratello è stato più fortunato: porta un nome normale, Luciano», aggiunge, ridendo, quando la incontro in una pasticceria milanese. La sua storia fa il giro del mondo e del mondo della moda. Nata a Torino, padre italiano, madre cubana, studi a Madrid e a Londra, oggi abita a Firenze. Da ragazza ha seguito la famiglia da un continente all'altro: Perù e Arabia Saudita, Venezuela e Stati



Uniti. A furia di girare, ha trovato la formula segreta dell'equilibrio professionale e personale. E questa formula è così funzionale che, dopo una carriera all'interno degli uffici stile di molte maison, Farah Liz è diventata insegnante e coach per importanti scuole di moda e ha scritto un libro intitolato *Fashion. Business. Spirituality*, che riassume il suo pensiero.

**Quando hai capito che la spiritualità è strumento di realizzazione?**

«Quando mi sono accorta che troppi manager nel mondo della moda vanno avanti a sonniferi e antidepressivi. Sono esauriti e non lo sanno».

**L'ambiente della moda è malsano, secondo te?**

«Sì, quando diventa un circolo vizioso di abusi e manipolazioni. La creatività può nascere dall'equilibrio o dal trauma: spesso si fomenta il trauma perché è più veloce e redditizio. Però così si presta attenzione solo al prodotto e non all'individuo, dimenticando che quest'industria è fatta di persone che creano oggetti per altre persone. Non si può non tenere conto del fattore umano».

**E tu insegna a farlo, attraverso la meditazione e uno stile di vita più consapevole.**

«Intanto, la meditazione non è una cosa da hippy svalvolati: ossigena il cervello. E se il cervello è ossigenato, si pensa meglio. Sono importanti anche l'alimentazione sana e tutto ciò che aiuta a far stare in equilibrio mente e corpo».

**Come si combatte la negatività, sempre in agguato?**

«Tenendo alta l'energia. Puoi avere di fronte la persona più cattiva del mondo ma, se sei al massimo della tua potenza energetica, non ti farà alcun male».

**Nel libro racconti, tra l'altro, la bellissima storia di una tua allieva, Martha.**

«Una giovane stilista di talento che, a un certo punto, è tornata in Serbia, il Paese dove era nata, e ha fondato la sua linea lì, rinunciando a offerte di prestigio, perché per lei la felicità era stare vicino a casa, non al potere e alla fama».