



Aline Lajoie-Mazenc

L'ART DE POSER NUE

Devenir modèle vivant ? Aline, 51 ans, n'y pensait pas ! Souffrant de troubles alimentaires dans sa jeunesse, elle a repris confiance en elle progressivement en posant nue. Un moyen de faire la paix avec son corps.

PROPOS RECUEILLIS PAR CHRISTINE LAMIABLE - PHOTOS BERTRAND DESPREZ

Un après-midi de juin, à Toulouse*. Sous la rumeur feutrée des ventilateurs, Aline Lajoie-Mazenc pose nue sous les regards d'une dizaine de dessinateurs installés en cercle autour d'elle. Ces derniers s'efforcent de reproduire ses pieds et ses jambes. La quinquagénaire au corps d'athlète a déjà changé plusieurs fois de posture, sous les calmes directives d'Axelle Picard, la professeure de dessin. Aux poses de deux minutes en guise d'échauffement succèdent celles de cinq minutes, puis de vingt minutes. Un peu plus tôt, la professeure vantait « la grâce » d'Aline, masseur-kiné-sithérapeute et modèle vivant depuis quelques années. Pendant les deux heures de cours, Axelle encourage les artistes amateurs et professionnels, tout en s'inquiétant régulièrement du sort d'Aline : « Ça va ? Tu n'as pas trop froid ? » Attentive aux consignes, Aline se lève ou s'assied, redresse ou courbe la tête, plie un bras ou une jambe et contraint son corps à de multiples torsions. Le regard lointain, elle semble entièrement présente et vaguement ailleurs. « Lorsque je pose, je suis dans ma bulle », confie-t-elle en souriant.

NOTRE TEMPS Comment êtes-vous devenue modèle vivant ?

ALINE LAJOIE-MAZENC J'ai d'abord suivi quelques cours de dessin à distance avec Axelle sur les conseils d'un ami, qui trouvait que j'avais un bon coup de crayon. Persuadé que j'étais à l'aise avec mon corps, il m'a aussi suggéré d'être modèle vivant. J'ai pensé qu'il était fou et que je ne saurais pas le faire. J'étais aussi convaincue qu'il y avait des standards de beauté pour devenir modèle et qu'ils ne s'appliquaient pas à moi. Je ne redoutais pas d'être nue devant les autres. Pourtant, j'ai longtemps eu un rapport compliqué avec mon corps.

■ À quoi cela était-il dû ?

Petite, j'étais forte et donc moquée par les autres. C'était comme un coup de poignard dans l'estime que j'avais de moi-même. Au lycée, je me suis retrouvée dans une classe très élitiste. Mes résultats ont baissé. Devenue boulimique, j'ai pris 24 kg en un an. Pour perdre du poids, j'ai commencé à me faire vomir. Cela a duré des années.

■ Comment avez-vous mis fin à ces troubles du comportement alimentaire ?

À la trentaine, quand j'ai eu mes deux filles, j'ai décidé de ne pas leur transmettre mes « valises ». Les thérapies ne m'ont pas aidée parce que ça reste trop mental pour moi. J'ai besoin, pour travailler sur mon psychisme, ●●●

« Le corps est détaché de la sexualité lorsque l'on pose. »

d'engager mon corps. Je me suis mise à apprendre le rock'n'roll, ce qui m'a redonné confiance en moi. J'ai commencé à perdre du poids. D'autres activités m'ont aussi été utiles, comme le yoga Ashtanga et la pole dance.

■ Puis vous acceptez de poser. Pourquoi?

Je me suis dit que c'était un beau cadeau, une occasion d'améliorer mon estime de soi. La première séance s'est déroulée en visio à cause du Covid. Axelle m'avait donné les trois règles d'or: les pieds ne doivent pas être dans la même position; la posture doit être asymétrique; et il doit y avoir une torsion entre le bassin et les épaules. Je me suis inspirée des poses vues pendant mes cours de dessin. Comme j'étais toute seule chez moi, c'était un peu irréel. Mais ça m'a plu d'être au centre de l'attention.

■ Et la deuxième séance?

Elle a eu lieu dans une maison. On ne m'a pas proposé de m'isoler pour me déshabiller. J'ai dû enlever ma culotte devant tout le monde, c'était un peu gênant. Se déshabiller en public, je trouve ça plus intime que d'être nue. C'est drôle, non? Comme j'étais un peu stressée, je sentais mon cœur battre dans ma poitrine. Finalement, ça s'est calmé quand j'ai vu que les dessinateurs étaient absorbés par leur ouvrage.

■ À quoi pensez-vous dans ces moments-là?

Je suis dans le relâchement de mes pensées. Poser, c'est aussi une forme de méditation. Ma respiration devient consciente, apaisée et profonde. J'y suis attentive, car elle me permet de chasser d'éventuelles douleurs physiques. Et j'aime écouter le chant des crayons, du fusain...

■ Poser pour des femmes ou des hommes, est-ce la même chose?

Oui, je ne fais aucune différence. Certaines personnes peuvent confondre le rapport au corps et celui à la sexualité. Mais le corps est détaché de la sexualité lorsque l'on pose. Une fois, un homme m'a envoyé un message après un cours parce qu'il avait été ému. C'était la première fois qu'il dessinait un corps de femme. Il est même arrivé que je pose devant une connaissance. Ça ne m'a pas dérangée.

■ Qu'est-ce qui vous plaît dans cette activité?

D'abord, j'ai du plaisir à être regardée. Cela me motive pour travailler mon corps. Je suis contente quand Axelle dit qu'on voit bien mes muscles. C'est la reconnaissance de



▲ Sous les directives de la professeure de dessin, Aline contraint son corps à de multiples torsions pour varier les poses.

la gym à laquelle je m'astreins tous les jours. Et je me sens à ma place. Même si je ne parle pas aux dessinateurs, il existe entre nous un lien artistique. J'aime l'idée que je les inspire.

■ Cela vous a-t-il réconcilié avec votre corps?

Nous, modèles vivants, sommes acceptés comme nous sommes, avec nos creux et nos bosses. Maintenant, j'aime mon corps. Malheureusement il vieillit, et je l'aime un peu (sur le) tard... Mais je le remercie d'avoir tenu le choc malgré toutes les maltraitances subies. Poser, c'est un aboutissement. Car le corps n'est pas qu'un exécutant. Il permet de se relier à la beauté du vivant. ●

*Merci à l'espace culturel du Grand Bazar pour son accueil.
www.grandbazar.art

ENVIE DE VOUS LANCER?

- **Pour qui?** Toutes les morphologies. Pas besoin de photos au préalable (dans le cas contraire, méfiance...). Il n'est pas rare que les ateliers recherchent des modèles dans la force de l'âge.
- **Quelles compétences?** Bien connaître son corps, avoir une appétence pour l'art, une bonne condition physique et de l'endurance, car certaines postures doivent être tenues longtemps.
- **Pour quelle rémunération?** Environ 25 €/h, mais elle est variable. Dans l'idéal, le paiement devrait se faire en salaire, mais ce n'est pas toujours le cas.
- **Qui contacter?** Les écoles d'art ou les ateliers de dessin privés. Il existe également des groupes Facebook de modèles vivants (www.facebook.com/groups/ateliers.modele.vivant) et des associations qui proposent des formations pour devenir modèle (www.corpsetarts.fr/Collectif-de-Modeles).