Содержание

Предисловие. Зачем я написала эту книгу 7

Глава 1

Новая философия моды. Почему сильно изменились одежда и отношение к ней? Что означает замедление моды? 19

Каким целям служила женская одежда в прошлом 21
Каким целям служит женская одежда сегодня? 26
Изменившееся понимание трендов 32

Глава 2

Мифы об одежде и моде: «Да, но мне это не подходит» 35

«В моем возрасте это нелепо» 36
«Вкус — он или есть, или его нет, научиться этому нельзя» 39
«Не хочу быть модной! Лучше буду стильной!» 40
«Одеваться модно — значит потерять свою индивидуальность» 43
«Меня не поймут» 44
«Одеваться хорошо — это дорого» 48
«У нас на работе дресс-код» 49
«Одеваться следует по сезону, а не в туфли с пальто» 53

«Большинство вещей в гардеробе
должны быть базовыми, а не яркими» 54
«Это не мой цветотип» 57
«Это не просто вещь, это память» 59

Глава 3

**Коррекция фигуры?
Нет, построение силуэта!** 63

1. Пересмотрите понятие «размер одежды» 64
2. Не бойтесь оверсайза 66
3. Следуйте правилам создания силуэта 74

Глава 4

Принципы отбора вещей 89

1. Принцип современности 92
2. Принцип достаточности ткани 97
3. Принцип ясности намерения 104
4. Принцип гендерной флюидности 113

Глава 5

**Планирование гардероба
и поход по магазинам** 121

Комплектование 124
Планирование эффективного гардероба 137
Где искать идеи для новых вещей в вашем гардеробе? 152
Не путайте формирование гардероба с шопинг-терапией 155
Как видеть новое и привыкать к непривычному 157
Почему так важно надевать и примерять вещи 159

Экспериментируйте сразу ... 160
Куда ходить не надо, а куда — можно ... 162
Возвращайте одежду ... 172
«Все кусочки хороши — значит, и целое в норме» ... 173

Глава 6
Когда низы могут и верхи хотят ... 177

Как носить разное? ... 177
Верхняя одежда ... 181
Носить нарядные вещи каждый день ... 182
Платья ... 186
Верхи ... 188
Брюки ... 190
Обувь ... 193
Свитера ... 206
Юбки ... 207
Сумки ... 210
Ремень. Носить нельзя снять ... 215
Аксессуары ... 216
Принты и яркие цвета ... 220
Шапки и другие головные уборы на зиму ... 222
Винтаж ... 223
Бонус-трек: как ухаживать за сложными вещами ... 226

Заключение ... 229

Предисловие
Зачем я написала эту книгу

Всю сознательную жизнь, лет до тридцати, я считала, что вкус у меня есть. Разумеется, он есть! Иначе что я за женщина такая? А если я недовольна своим отражением в зеркале — так это следствие чего угодно, только не моего неумения одеваться. Мне не хватало то денег, то стройности, то «нормальной одежды», которую я нигде не могла найти.

Однако в тридцать лет случился переломный момент. Мы с мужем перестали быть молодыми специалистами, начали хорошо зарабатывать, и шопинг переместился из подмосковных торговых центров в Италию. И вот стою я перед зеркалом в костюме известного бренда. Шкафы и чемоданы заполнены платьями, юбками, брюками. А выгляжу я при этом ужасно уныло. Пытаюсь завязать шелковый шарфик, дополнить образ кулоном на цепочке или бусами (говорят же, что секрет в аксессуарах), а становится только хуже. Такой же унылый вид, да еще и плюс двадцать лет к возрасту. И на фигуру больше не пожалуешься: в одних трусах выгляжу в сто раз лучше, чем в одежде.

Итак, фигура не подводит, деньги есть, вещи куплены в одной из столиц мировой моды. Прямо перед этим зеркалом, стоя в тру-

сах над раскрытыми чемоданами, я была вынуждена признать, что списывать проблемы с одеждой больше не на что, кроме… причины самой неприятной. Я поняла, что все-таки не умею одеваться и мне необходимо этому научиться.

О том, как одеться, что купить из модного, что выбросить из устаревшего, писали десятки журналов, сотни интернет-порталов. Появился Инстаграм, фэшн-блогеры вовсю «пилили лучки». Появилось много стилистов, которые работали с обычными женщинами — не звездами, не актрисами. Все они генерировали огромное количество советов. Но, глядя на все это великолепие, я чувствовала полную беспомощность. Вроде бы буквы и слова знакомые, а смысл ускользает.

Написано, что в этом сезоне в моде розовый цвет и вернулись колготки в сетку. Отлично, у меня есть розовое платье. Оно хорошо на мне сидит. И еще есть колготки такие интересные,



даже в тон платью! Смело и стильно! Тогда почему я во всем этом выгляжу так… никак? Что-то с платьем? Что-то со мной? Мне не идут модные вещи?

Почему вот эта сумка лучше той? И почему она подходит ко многим образам? Почему самые обычные вещи, которые все носят в офис (платья-футляры, кардиганы, сапоги, костюмные брюки), выглядят так хорошо на рекламных картинках и даже на полках в магазине — и так уныло в жизни? Почему, если натянуть свитер на блузку, выглядишь на три размера крупнее? Почему рубашка, заправленная в джинсы, создает мешок в районе живота? А главное, почему в каждом втором описании под картинками самых классных, на мой взгляд, образов, я встречаю фразу «этот дизайнер/стилист/блогер нарушает все мыслимые правила стиля, однако делает это мастерски»? Может, все эти мыслимые правила вообще не работают и знать их не нужно? А главное, почему, несмотря на полчища стилистов, атакующих социальные сети, и километры стильных советов, огромному количеству женщин все еще непонятно, как одеваться стильно? Почему, почему, почему?

Годы работы в стратегическом консалтинге вбили в меня правило. За множеством разрозненных мелочей нужно увидеть систему и суметь ее описать. Свои первые, пойманные за хвост закономерности я начала описывать в блоге. Тогда это еще не был экспертный блог. Это был блог женщины, которая сама учится одеваться и описывает свои наблюдения. Я боялась, что скоро мне станет не о чем писать, но вместо этого мой интерес к теме моды только рос. Так всегда бывает: чем больше узнаешь, тем больше видишь, как мало еще знаешь и как много интересного можно еще узнать. Так я решила заниматься модой профессионально.

Через год ведения блога я поступила в Британскую высшую школу дизайна на курс Fashion Styling. Образование придало мне уверенности, подкрепило мои интуитивные находки хорошей базой.

Я начала консультировать частных клиентов, работать на фото- и видеосъемках. Практика приносила все больше наблюдений, открытий, работающих приемов. И, что не менее важно, теперь я понимала, почему мои клиентки, получая знания об этих приемах, не хотели их использовать, будучи уверенными, что им они точно не подходят. Благодаря этому пониманию я смогла лучше выстраивать общение со своими клиентами.

Постепенно моя частная практика переросла в большую школу стиля. Стало понятно: я нашла свой, уникальный способ объяснять женщинам, что же это все-таки такое — умение хорошо одеваться и как этому можно научиться. Мои находки подтвердились на большой выборке: одни только платные программы прошли больше 10 000 женщин.

В этой книге я обобщаю и структурирую систему, которую разработала для моих обучающих программ. Я хочу внятно и логично рассказать вам о моде и стиле. Перевести визуальную информацию в текст без критических смысловых потерь. Выделить главное. Описать работающие, правильные механизмы, знание которых позволяет без труда одеваться гармонично. Донести свой многолетний опыт работы до читателя в доступном структурированном виде. Такова **первая задача** данной книги.

Вторая задача связана с первой. Проблема в том, что существуют параллельные прямые: стилисты со своими советами и женщины, которые не понимают, как именно они могут эти советы примерить на свою жизнь и свои обстоятельства. «Мне же ни за что не подойдет оверсайз». «У меня такой рост, с ним очень тяжело». «Мне не нравится современная мода, она просто некрасивая». «На меня не садится одежда из магазина». И так далее, и так далее.

Но раз за разом от женщин с самой разнообразной внешностью, образом жизни, возрастом и фигурой я слышала в качестве отзы-

вов одно и то же: «Никогда бы не подумала, что мне это подойдет». А после получала от них сообщения: «Никогда бы не подумала, но мне в этом удобно! А коллеги теперь просят советов по стилю».

Мало объяснить. Нужно вместе разобраться, что именно мешает пробовать и применять новое. Чтобы женщины не просто читали статьи о стиле или слушали советы как нечто, что не имеет к ним особого отношения, а пробовали, мерили, переодевались и меняли свою жизнь к лучшему. Это и есть **вторая задача** книги.

Почему говорить об одежде сложно?

Одежда — это что-то очень личное. Мы воспринимаем ее почти как часть себя. Почти как руку или ногу. И поэтому, когда какой-то невесть откуда взявшийся стилист говорит вам, что нельзя носить или, наоборот, носить нужно, это часто воспринимается в штыки. И обсуждение одежды вызывает накал страстей, сравнимый с темами политики, еды, здоровья, секса и воспитания детей.

Бытует мнение, что каждой девочке должны быть интересны красивые шмоточки. Но это не так. Далеко не всем девочкам и взрослым женщинам интересна тема одежды. И это абсолютно нормально! Никто из тех, кто прочтет эту книгу, не ходит голыми по улицам. Мы все во что-то так или иначе одеваемся. И спрашивать себя: «А как я при этом выгляжу, гармонично ли я одета, актуально ли, выражает ли моя одежда мои ценности или скорее мои обстоятельства?» — никто не обязан. Если у кого-то нет и никогда не было интереса к моде, ничего страшного.

Однако есть женщины, которые не просто равнодушны к одежде и стилю, но прямо-таки запрещают себе интересоваться подобными вещами, потому что «это не для них». Вот несколько аргументов, которые часто приводят читательницы моего блога.

«Одежда — это кокетство, а я не вертихвостка»

Помню, как бабушка, услышав мои попискивания про «розовую юбочку, которую мне очень нужно купить к той розовой кофточке, они же будут вместе идеально смотреться», вперила в меня строгий взгляд директора школы на пенсии (кем она и была) и произнесла с трагическими интонациями королевы в изгнании: «Никогда не думала, что *моя* внучка будет шмоточницей!»

При этом сама бабушка, между прочим, в молодости была та еще модница! Моя мама, ее дочь, рассказывала, что, будучи школьницей, часто возмущалась: «Почему у всех мамы как мамы, в платочках, а ты вечно в шляпке?»

У поколения моих бабушек была трудная молодость. Война, разруха, бедность. В столицах модниц было больше: и стрелки рисовали на ногах вместо чулок, и платья шили, и фасонами разными интересовались. А вот в провинции и нравы были куда строже, и возможностей хоть как-то разнообразить гардероб — буквально никаких. Даже тканей почти не было. Только и оставалось — воспроизводить заученные советские штампы: короткая юбка — это женщина легкого поведения, о шмотках думают только мещане. И втайне мечтать о платье как у актрисы в кино.

Среди моих подписчиц огромное количество потрясающе умных женщин, которым внушали, что все, что касается одежды и моды, стыдно даже обсуждать. Не говоря уже о том, чтобы хотеть что-то купить. И долго-долго они скрывали даже от себя свой искренний интерес к банальным юбочкам и кофточкам. Заталкивали поглубже желание эффектно выглядеть в одежде, считая это признаком легкомыслия и уделом не очень умных женщин. Мол, делать им больше нечего! Открою вам маленький секрет: следовать моде и правильно одеваться — дело очень и очень непростое. Это интеллектуальная и сложная область. Мода — это

совсем не про «шмотки». Она про людей, которые их носят, про социальные и культурные обстоятельства, про состояние окружающего мира. И об этом мы тоже поговорим в моей книге.

«Я не хочу гоняться за модой. Лучше буду стильной, а не модной»

О том, что очень близкие понятия моды и стиля были искусственно разделены, кто это сделал, зачем и почему, поговорим в следующей части книги. А также я обязательно расскажу, почему за модой уже давно не надо гоняться и почему это вредный миф, выгодный продавцам одежды, но не ее покупателям.

А пока предлагаю учесть вот такой нюанс.

Одеваться со вкусом без учета моды не получится.

Не существует никаких «вечных» вещей. Представления о красивом, актуальном, допустимом меняются. И меняет их мода.

Пример: сейчас в моде винтаж, старые вещи из сундуков. Почему? А потому, что сейчас *модно, актуально, современно* использовать уже произведенное, а не поддерживать бесконечное потребление нового, и вдохновляться модой прошлых десятилетий.

Модой обусловлено и еще одно важное понятие для категории стиля — уместность. Вопрос: можно ли пойти в ресторан в бельевом топе? Ответ: все зависит от того, в какую эпоху случился этот самый поход. В 1920-х? В 2005-м? Или в 2026 году? Так вот: в 2026 году поход в ресторан в бельевом топе уместен. Потому что

так сказала мода. Мода продиктовала уместность брюк на женщине в XX веке. Мода одобрила сочетание кроссовок с деловым костюмом в XXI веке.

«У меня нет времени. Я занятой человек. Мне некогда интересоваться одеждой»

Если, думая так, вы вполне довольны ситуацией со своим гардеробом — что ж, прекрасно. Повторюсь: размышления о стиле и актуальности действительно нужны не всем. Но! Вы же все еще читаете эту книгу и дошли до этого места.

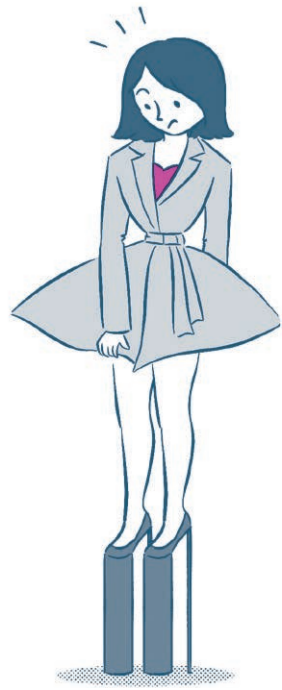
Спросите себя, вы правда так думаете? Или это привычная мысль, отражающая навязанные когда-то и кем-то стереотипы? Некоторые мои читательницы считают, что хорошо и стильно одетая женщина — это какая-то бездельница, «рублевская жена», на худой конец — фрилансер на полставки в семье, где хорошо зарабатывает муж. А я, дескать, работаю 5/2, содержу семью — такие женщины хорошо одетыми не бывают. Этому ведь время нужно посвящать, а у меня его нет, как и сил на всю эту чепуху!

Хочу развеять заблуждения относительно сил и времени. Целенаправленно выделенный, поставленный в расписание (!) час в неделю, посвященный вашему гардеробу, может быть достаточной инвестицией времени. А потом, когда вы освоитесь, вам и этого часа не потребуется. Система, о которой я пишу в этой книге, естественно встраивается в любой безумный ритм жизни. Вы будете покупать и комбинировать одежду одновременно рационально и интуитивно и, возможно, даже сэкономите время на походы в магазин, муки выбора, подбор сочетаний и уборку в шкафу. Потому что логичный и индивидуализированный, именно вам подходящий гардероб, где каждая вещь ложится не менее чем в четыре–пять комбинаций, помогает выглядеть свежо и эффектно и нравиться себе каждый день без лишних раздумий.

«Чтобы выглядеть красиво, нужно терпеть дискомфорт. А я люблю, когда мне удобно»

Не знаю, кто именно придумал фразу «красота требует жертв», но тот человек жил, видимо, довольно давно. И еще продавал что-нибудь мучительное, вроде корсетов или операций по удалению нижних ребер. Сейчас красивой можно быть в самой комфортной одежде. Красота теперь требует не жертв, а разумной головы на плечах. Так что страдать не надо. А вот отследить у себя убеждение «красивое — это только неудобное» будет очень полезно.

Это убеждение проявляется особенно ярко, когда всплывает тема зимней одежды. Мы все выросли на картинках, которые в качестве эталона красоты показывали женщину на каблуках, с малень-



кой сумочкой, во всем приталенном (в зимнем пальто в том числе). С тех пор даже общепринятые представления о женской красоте значительно расширились. Но вместо того, чтобы перестать сводить все разнообразие женской красоты к наличию каблуков и талии и начать воспринимать практичные вещи (такие как длинный объемный пуховик и зимние ботинки, например) тоже красивыми, мы упорно цепляемся за установку «удобное красивым не бывает».

«Я никуда не хожу, и наряжаться мне некуда»

Вы замечали, что во фразе «она хорошо одевается» отсутствует указание, куда именно она собирается, одеваясь? В то время как в наших ежедневных заботах о том, что надеть, непременно присутствует это коварное «куда», чаще всего приводящее к умозаключению «а некуда».

Причем такое ощущение, что одеваться некуда всем. Работаете в офисе? Некуда ходить, кроме офиса (разве ж это место для демонстрации нарядов?). Работаете из дома? Подходит исключительно модель одежды под названием «а ее не жалко». Декрет? Ну уж это окончательные похороны моды — в самом деле, не в школу же (садик, кружок) к ребенку наряжаться? Не на детской же площадке щеголять модными новинками?! Там же песок, лужи, холодно (жарко), ребенок запачкает одежду ногами, когда вы его, орущего, будете силой оттуда уносить. Не в фитнес же? Тоже мне, Большой театр! И не в магазин — кто там на вас смотрит, пока вы в тележку банки консервов укладываете и пакет с картошкой?

А вечером, проводя щеткой по волосам, вы мечтаете о том, как наденете вон то платье, которое уже два года висит в шкафу, и пойдете с мужем в ресторан или в театр. И вот там-то вы

и поразите всех своим умением одеваться и тонким вкусом. Потом. Когда-нибудь.

Но правда в том, что хорошо одеваться от случая к случаю все не получается.

В чем же заключается праздничный эффект выхода в люди? Да по большому счету только в том, что вы туда сначала собираетесь. Готовитесь. Нравитесь себе в зеркале. И только потом выходите из дома. Так зачем ждать? Одевайтесь продуманно каждый день — и праздник будет всегда с вами. И нет, я говорю не о шпильках на детской площадке и вечернем макияже для торжественного выноса мусорного ведра. Сейчас мода так демократична и удобна, что следовать ей одно удовольствие. Нужно лишь немного задора и дисциплины.

В пандемию коронавируса мы с моими ученицами одевались, наряжались и фотографировались на улице. Рубрика называлась «За хлебом» и очень нас всех поддерживала.

Продуманный наряд снимает много ограничений, которые незаметно накладывает одежда в стиле «как попало»: одевшись удобно, модно и аккуратно (а не только удобно), вы сможете свернуть по дороге из магазина в кафе, прогуляться по улице или пойти с ребенком в парк в центре, вместо того чтобы торопливо бежать домой, лишь бы знакомых не встретить. Да, так можно пойти и на фитнес. И в магазин. И в детский сад.

Одевайтесь так, чтобы нравиться себе ежедневно. Это сделает вас не только увереннее, но и счастливее. Вот увидите.

Конец ознакомительного фрагмента.
Приобрести книгу можно
в интернет-магазине
«Электронный универс»
e-Univers.ru