

Преданные фанаты блога Мари Кондо и все, кому надоело открывать доверху набитый шкаф и понимать, что надеть-то нечего, по достоинству оценят эту великолепную книгу.

Library Journal

Легкое и практическое руководство, как довести свой гардероб до идеала и сделать процесс его формирования менее эмоциональным и более взвешенным.

Glamour.com

Книга популярного lifestyle блогера Анушки Риз – забавный и увлекательный курс по личностному стилевому росту. Ориентируясь на то, что людям нравится носить и что они выбирают чаще всего, Риз предлагает универсальные способы формирования гардероба, которые действительно работают.

Publishers Weekly

Анушка откроет секрет, как сделать так, чтобы у вас не возникало проблемы «нечего надеть». От всей души рекомендую книгу тем, кто не устоял перед соблазном набить шкаф вещами, от которых нет никакого толка.

Трейси Трюдо, Powell's Books

Для меня это лучшая на свете книга, которая действительно помогает найти свой собственный уникальный стиль, а не просто следовать модным тенденциям – ведь аутентичность всегда в моде!

Элисон Фрир, автор How to Get Dressed

[>>>](http://kniga.biz.ua)



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Содержание

Введение 8

Проводим диагностику 12

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ: ОСНОВЫ

01 / Философия индивидуального
стиля 16

02 / С чего начать: оцениваем ситуацию
и ставим цели 36

ЧАСТЬ ВТОРАЯ: В ПОИСКАХ СВОЕГО СТИЛЯ

03 / Что говорит о нас одежда 46

04 / В поисках стиля, этап первый:
ищем вдохновение 54

05 / В поисках стиля, этап второй:
экспериментируем и доводим
до совершенства 68

06 / Создаем индивидуальный стиль 84

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ: ПОДБИРАЕМ ГАРДЕРОБ МЕЧТЫ

07 / Очистка от шлаков: радикальная
реорганизация 98

08 / Как выбрать вещи для вашего
образа жизни (реального,
а не воображаемого) 108

09 / Составляем гардероб:
основы 118

10 / Выбираем универсальную палитру 130

11 / Формулы и почему они важны 144

12 / На работу: как выбрать одежду для
офиса 154

13 / Гардеробная революция: пошаговая
инструкция 164

14 / Как и когда создавать капсульный
гардероб 176

15 / Как стать самому себе стилистом 188

ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ: ИСКУССТВО ШОПИНГА

16 / Как с умом ходить по магазинам 198

17 / Когда не стоит торопиться
с покупками 208

18 / Как перестать тратить деньги
впустую 220

19 / Как оценить качество: руководство
для начинающих 228

20 / Как подобрать одежду, которая
будет хорошо сидеть 246

21 / Поддерживаем и обновляем
гардероб круглый год: полезный
календарь 256

Заключение 265

Об авторе 266

Благодарности 266

Указатель 269

Выбирайте вещи с умом,
покупайте их редко
и носите долго.

Вивьен Вествуд



О ЧЕМ ЭТА КНИГА?

Об идеальном гардеробе, который подходит именно вам – вашему стилю и образу жизни. В таком гардеробе есть все, что нужно, чтобы вы чувствовали себя уверенно – не больше и не меньше. Я писала эту книгу без оглядки на модные тренды, классификации и готовые шаблонные списки «абсолютно необходимых каждому» вещей.

Ваша жизнь ведь совсем не укладывается в рамки шаблонов, так зачем загонять в них ваш гардероб?

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Введение

Выгодные предложения, необдуманные покупки
и обязательный минимум на каждый сезон

Все началось в небольшой квартире-студии в лондонском районе Камден. Сама студия была крошечной, зато с просторной гардеробной. Я забила ее вещами под завязку – и мне все равно было нечего надеть.

Учитывая, сколько времени, сил и денег я тратила на одежду, это было совершенно удивительно. Я всегда интересовалась модой и с пятнадцати лет выписывала как минимум пять разных журналов. Я с легкостью отличала ткань «в елочку» от «гусиной лапки». Каждые выходные я ходила по магазинам, а вечера рабочих дней частенько проводила, исследуя eBay на предмет интересных новинок в моих любимых интернет-магазинах.

Короче говоря, я активно интересовалась модой, хорошо в ней разбиралась и обладала более чем обширным гардеробом. И тем не менее редко тратила меньше часа на то, чтобы подобрать наряд на вечеринку – не говоря уж о воскресном бранче или любом другом мероприятии, на котором нельзя было появиться в обычных джинсах и майке.

Конечно, теперь я понимаю, что причина такого бардака все это время лежала на поверхности.

Во-первых, я была студенткой и жила в Лондоне, одном из самых дорогих городов мира. Разумеется, я старалась по максимуму использовать свой бюджет и покупала как можно больше дешевых вещей. Я ходила исключительно в недорогие сетевые магазины, постоянно следила за скидками и искренне считала, что платить за футболку больше 10 фунтов (около 15 долларов) – настоящее преступление. Я обожала рекламные акции вроде «купи две штуки и получи третью в подарок», в кошельке у меня хранились карточки как минимум десяти разных магазинов, и по ночам я частенько изучала eBay на предмет самых «выгодных» предложений.

Все это особенно забавно, если учесть, что я тогда училась на факультете психологии – и тем не менее все равно покупалась на самый примитивный маркетинговый прием: кратковременное снижение цены.

При виде внушительной скидки у покупателя напроць вылетает из головы все благоразумие: этот факт изучают студенты-психологи на первом

курсе. Так и я, увидев какую-нибудь вещь на распродаже, закрывала глаза на ее объективные недостатки. Мне казалось, что скидка в 20 % позволяет не обращать внимания на то, как наряд сидит на фигуре или из какой ткани он сшит. Разумеется, именно такие вещи оказываются заброшенными в глубь шкафа и редко надеваются чаще одного раза.

Помимо сомнительного подхода к шопингу у меня была еще одна проблема – очень специфическое понимание того, что значит хорошо одеваться. Для меня «быть стильной» означало ровно то же, что и «быть модной». Я была убеждена, что в зависимости от трендов существует лишь один-единственный «правильный» стиль, и, чтобы одеваться со вкусом, необходимо следовать всем модным тенденциям.

Это убеждение делало мою жизнь проще: я верила, что если буду придерживаться определенных правил и принципов, то рано или поздно обязательно стану той ультрамодной, уверенной в себе девушкой, которой всегда мечтала быть. И я старалась изо всех сил: читала модные журналы и смотрела показы, а потом пыталась найти экономичные альтернативы «необходимым» новинкам сезона; я знала все о своем цветотипе и типе фигуры, прошла все тесты и опросы по определению идеального для меня стиля, какие сумела найти. Я выбирала только подходящие моему цветотипу и фигуре оттенки и силуэты и закупала обязательные, по мнению журналов, вещи: белоснежную рубашку, черный блейзер, классические туфли-лодочки и т.д.

Я купилась на простоту универсального подхода. В индустрии моды всех зачастую стригут под одну гребенку – не по злобе душевной, а чтобы сделать жизнь проще и удовлетворить спрос потребителей, совершающих необдуманные покупки.

Оглядываясь назад, я понимаю: в том, что я была недовольна своим гардеробом, нет ничего удивительного. Я, как и многие другие импульсив-

ные потребители, застряла в бесконечном цикле неудовлетворяющих меня покупок.

Для меня в шопинге главным была выгода – и я покупала в первую очередь недорогие вещи. Я не смотрела на качество, не думала, как они будут сочетаться с другой моей одеждой, даже не обращала внимания на то, нравятся мне они или нет. Я никогда толком не задавала себе вопрос: а что мне хотелось бы носить? Я не понимала, какие вещи подойдут к моему образу жизни, и покупала все наобум, импульсивно. Вместо того чтобы пытаться определить свое представление о прекрасном, я прислушивалась к мнению других людей. Сочетание всех этих факторов привело к тому, что мой гардероб состоял из мешанины разрозненных низкокачественных вещей, которые не подходили ни мне, ни моему образу жизни. Да, шкафы были забиты, но мне всегда было нечего надеть – и поэтому мне постоянно хотелось купить что-нибудь еще. Я все скупала и скупала неотличимые друг от друга шмотки – как правило, к каждому выходу в свет. Но все эти покупки только приумножали хаос и лишь ненадолго снимали острую потребность покупать.

А теперь перенесемся вперед на пару лет, в сегодняшний день. Да, я все еще интересуюсь модой и выписываю журналы, но перестала гоняться за трендами и тратить деньги на хлипкие наряды из полиэстера и вещи, «которые вы просто обязаны купить этой весной». Я стала реже покупать одежду – и научилась выбирать качественные вещи. Теперь у меня куда меньше барахла, чем раньше, но при этом передо мной никогда не встает вопрос: «Что надеть?»

Так что же произошло за эти годы? Вкратце, меня так достало содержимое моего гардероба, что до меня наконец дошло: проблема не в одежде, а в моем подходе к ее выбору. Я осознала, что тратить кучу денег на вещи, которые никогда не ношу, не очень-то разумно. Ну а потом меня озарило: я поняла, что люди с безукоризненным, на мой взгляд, стилем (например, София Коппола, Шарлотта Генсбур и Грейс Коддингтон) не гонятся за трендами. Нет, эти дамы стали иконами стиля не потому, что следовали правилам, а потому что создавали свои собственные. У каждой из них был свой уникальный, неповторимый стиль.

Поняв это, я решила поставить перед собой новую цель: создать свой собственный стиль и разобрать гардероб, выкинув наконец все лишнее. Кроме

того, мне было интересно посмотреть, не получится ли у меня подвести под все это какую-то общую базу, которую могли бы использовать другие женщины, похожие на меня, – те, кто интересуется модой, но не приемлет традиционный подход «больше значит лучше». Так что я приступила к работе. Я прочла все книги, имеющие хоть какое-то отношение к моде, и опробовала все советы из модных журналов на себе, друзьях и родственниках. Я начала вести блог, в котором рассказывала об удачных находках и приемах. Благодаря комментариям моих читательниц – женщин всех возрастов и со всего мира – я смогла отточить и усовершенствовать эти приемы.

Эта книга – результат всех моих долгих исследований. В нее вошли опробованные и проверенные методики, упражнения и хитрости, которые помогут каждой женщине создать свой собственный яркий стиль и подобрать одежду, которая бы его подчеркивала.

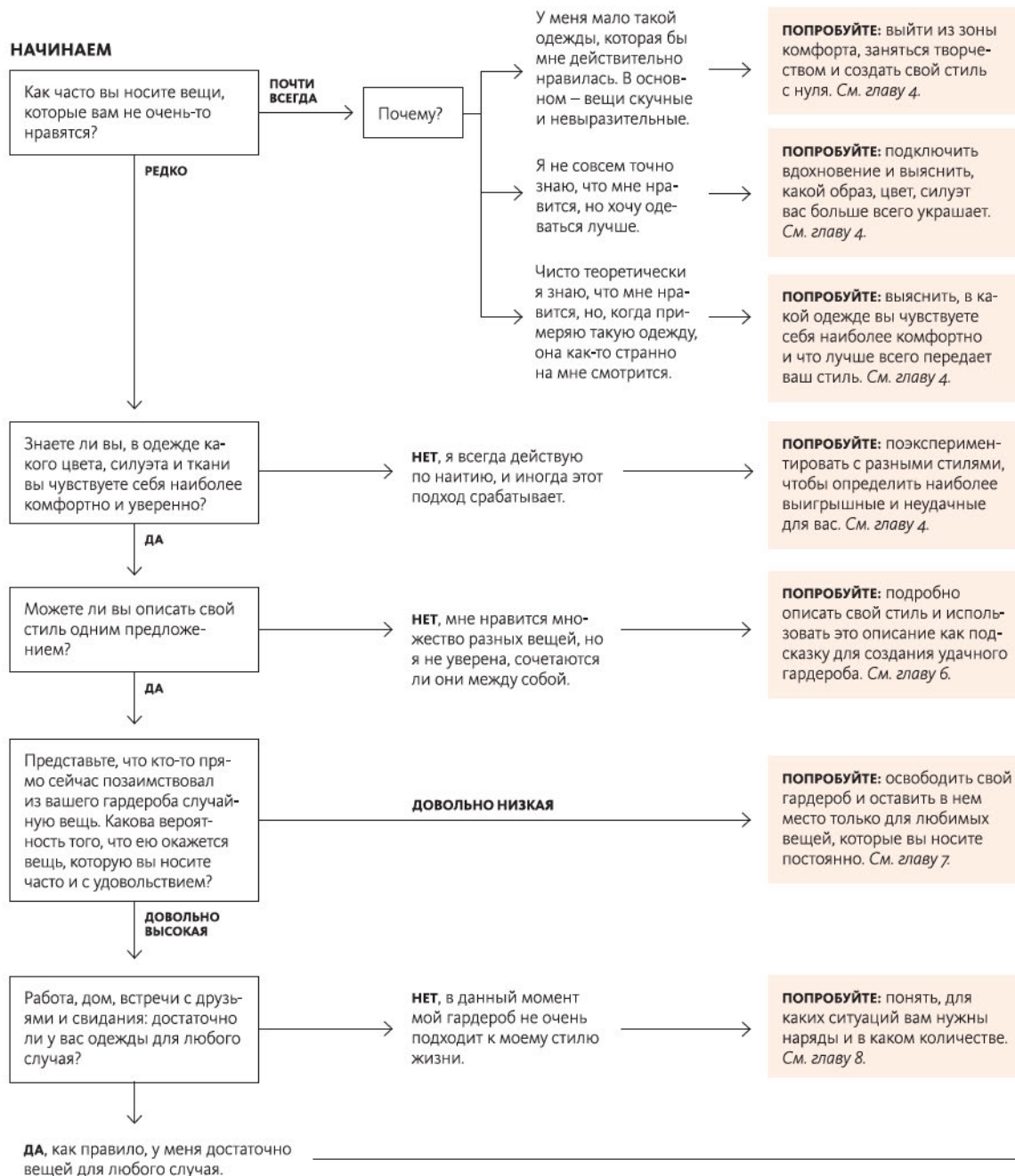
Нужно понимать, что идеальный гардероб за пару дней не составишь. На стиль влияет все: места, где мы побывали, люди, которых встретили. Наш стиль – это результат всех полученных нами впечатлений, и он беспрестанно меняется. Чтобы создать гардероб, соответствующий индивидуальному стилю, придется постараться и немало поломать голову. Но не переживайте: вообще-то это процесс очень интересный и увлекательный!

Не говоря уж о том, что вы станете лучшим стилистом для самой себя, приобретете устойчивое чувство стиля и умение продумывать до мелочей гардероб – и все эти качества останутся с вами навсегда. Если одежда служит вам средством выражения эмоций и творческих порывов, эти навыки вам точно пригодятся.

Проводим диагностику

Почему мне вечно нечего надеть?

НАЧИНАЕМ



НЕТ, я не совершаю импульсивных покупок и не трачу на одежду слишком много денег.

Есть ли у вас склонность к импульсивным покупкам и необдуманным тратам на одежду? Быть может, вы не в силах устоять перед скидками, выгодными распродажами и акциями?

**ПРИНИМАЮ
ВЕРНЫЕ
РЕШЕНИЯ**

По-вашему, как часто вы совершаете обдуманные покупки? Носите ли вы большую часть купленной одежды долго и с удовольствием или она так и висит у вас в шкафу прямо с ценниками?

**ПРИНИМАЮ
НЕВЕРНЫЕ
РЕШЕНИЯ**

В основном вещи, которые я покупаю, оказываются не очень удачными.

НЕТ

Часто ли вам кажется, что на других людях одежда, аналогичная вашей, смотрится гораздо лучше? Может, вы думаете, что вашим нарядам чего-то не хватает?

ДА

Удастся ли вам легко и просто сочетать разные вещи из вашего гардероба? Или, напротив, большую часть ваших вещей ни с чем больше не наденешь?

НЕТ, в основном мои вещи не сочетаются между собой, так что я постоянно ношу одно и то же.

Ваш гардероб не нуждается в кардинальных изменениях. Повезло вам! Используйте советы из этой книги, чтобы усовершенствовать свой индивидуальный стиль и сделать его еще интереснее.

ПОПРОБУЙТЕ: понять, что толкает вас на необдуманные покупки, и переосмыслить свой подход к тратам. См. главу 18.

ПОПРОБУЙТЕ: используйте четкие критерии для того, чтобы понять, стоит вам покупать эту вещь или нет, и отличать неудачные вещи от хороших. См. главу 17.

ПОПРОБУЙТЕ: поэкспериментировать! Постарайтесь понять, как извлечь максимум пользы из каждой вещи, и продумайте наиболее удачные сочетания. См. главу 15.

ПОПРОБУЙТЕ: создать легко комбинируемый гардероб из базовых, ключевых и эффектных вещей. См. главу 9.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

ОСНОВЫ

[>>>](http://kniga.biz.ua)



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

01

Философия
индивидуального
стиля



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

С чего нам стоит начать? Со стратегии, конечно! Давайте познакомимся с пятью основными принципами, на которых базируются абсолютно все советы, методики и хитрости, упомянутые в этой книге.

1. Разборчивость – это хорошо. Занять место в вашем шкафу достойны только самые любимые вещи

Важнейший шаг на пути к идеальному гардеробу – это стать разборчивым. Вообразите, будто ваш шкаф с одеждой – элитарный закрытый клуб, в который абы кого не пускают. Туда могут попасть только исключительные вещи – такие, какие вы носите особенно охотно. Плохо сидящей, поношенной, неинтересной или неподходящей вашему стилю одежде там просто нет места.

Не покупать вещи, которые вам не нравятся, – казалось бы, что может быть проще? Но почему-то в реальности мы частенько идем на компромиссы со своими вкусами и желаниями:

- Покупаем вещи, от которых мы не в восторге, просто потому, что они продавались со скидкой или по акции.
- Носим неудобную одежду, которую моментально сбрасываем, как только приходим домой.
- Храним вещи не по размеру – в надежде, что когда-нибудь они снова будут хорошо сидеть.
- Выбираем неудобную обувь, которая натирает мозоли.
- Заставляем себя носить дорогие вещи, которые нам не нравятся, просто чтобы наше приобретение «окупилось».
- В качестве домашней одежды используем старые поношенные вещи – и скромно надеемся, что к нам никто не заглянет без приглашения.
- Носим юбки, которые задираются, и кофты, которые перекручиваются.
- Надеваем вещи, в которых не чувствуем себя уверенно, только потому, что в гардеробе не нашлось ничего получше.

Почему же мы так поступаем? Зачем тратим деньги на одежду, которая нам даже не нравится? Почему из года в год носим неудобную обувь?

Потому что так проще, во всяком случае, в краткосрочной перспективе. Всегда проще пойти в магазин и купить первую попавшуюся кофточку для завтрашней вечеринки, чем тратить лишний час на выбор той, что вам понравится. И не важно, что купленная обновка плохо на вас сидит. И зачем долго и мучительно выбирать подчеркивающие ваши формы джинсы, когда еще целы старые, хоть и изрядно растянутые?

Большинство из нас скорее смирятся с мозолями после целого дня, проведенного в неудобных туфлях, чем признают, что потратили кучу денег на неудачную пару. Точно так же трудно признаться в том, что любимое платье мало вам уже на два размера – нам хочется верить, что когда-нибудь мы все-таки скинем набранный вес.

Конечно, такие решения делают нашу жизнь проще – но не в далекой перспективе. Если вдуматься, ползущая вверх юбка или врезающиеся в кожу бретельки больше портят нам жизнь, чем трата времени на выбор нормальных вещей. Не говоря уже о ежеутренней нервозности с поисками хоть одной приличной шмотки. Без возможности носить то, что нам нравится, мы не чувствуем уверенности в себе.

В далекой перспективе тратить время на выбор подходящей одежды – выгодно!

Но человек – существо ленивое, от природы склонное экономить силы. Поэтому мы всегда выбираем наиболее простой и короткий путь. Чтобы воспитать в себе привычку придирчиво выбирать одежду, нужно постоянно практиковаться.

В этой книге описано много разных методик, которые помогут вам развить это качество. Так, например, вы узнаете, как оценивать качество одежды и отличать вещи, которые хорошо смотрятся на вешалке, от тех, что отлично сидят на вас даже в конце долгого рабочего дня. Вы научитесь не попадаться на крючок маркетологам и рекламщикам, перестанете относиться к шопингу