Автор: admin
24.08.2014 16:57 -

Как мужчине выбрать и носить одежду?

Чаще всего мужчины носят костюмы (в том числе и «тройки»), как говорят, и в пир, и в мир, и в добрые люди. Однако, далеко не всегда и не на всех костюм выглядит элегантно. Наиболее часто встречающиеся недостатки тут связаны с неумением пригнать по себе длину брюк и рукавов – они нередко длинны, и уродуют пропорции фигуры, походку.

Даже врожденная мужская «основательность» сказывается и в плотно застегнутом пиджаке, и излишне затянутом галстуке под жестким воротничком. Цвет рубашки, галстука, носков и обуви подбирается без соотношения с обстановкой, настроением, возрастом, солидностью. Вдруг видишь желтые полуботинки на толстых подошвах в сочетании с черным костюмом, белой сорочкой, строгим галстуком. Многие возразят, это стиль. Да какой там стиль? Что было, то и надел.

Очень важно быть в форме, но если такой идеальной фигуры нет, достаточно помнить и вести себя в костюме так, как этого требует ваша фигура.

Итак.
Осанка – плечи прямые, чуть-чуть направлены (по ощущению) вперед, живот втянут, спина и шея прямые, а подбородок чуть опущен, руки слегка согнуты в локтях. При этом воротничок не будет съезжать назад, таща за собой плечи, и полы пиджака.

Походка – твердая, на полную ступню, с обязательным выпрямлением коленей при каждом шаге. Ступни и колени должны быть строго параллельными, а не развернутыми и не расставленными широко в стороны. Руки едва заметно (не широкими спортивными взмахами) помогают ритму ходьбы. Брюки не должны быть длиннее середины задников обуви.

Жесты – умеренные, сдержанные, при общении с женщинами лучше вообще избегать активной жестикуляции. Никогда и никому не следует отвечать через плечо: прежде чем что-то сказать, следует повернуться к человеку и посмотреть ему в лицо. В разговоре с женщинами принято слегка наклонять голову.

Позы – естественно подтянутые, нерасслабленные. Сидя, следует ноги ставить параллельно, не раздвигая их слишком широко. Во время беседы в присутствии женщин не стоит закидывать ногу за ногу. Садясь, пиджак нужно расстегнуть, а вставая для приветствия кого-то, застегнуть его на одну пуговицу. Разговаривая, нельзя держать руки (ни одну, ни обе) в карманах. Необходимо приучить себя к спокойному естественному положению рук, чтобы исчезло юношеское мучительное чувство, когда не знаешь, куда деть руки.

Дополнения – их подбирают к костюму (это проще всего) по принципу единообразия: к серым, серо-голубым, синим – белые, светло-серые, голубые рубашки, однотонные или с мелкой полосой, тоненькой клеточкой; к коричневым, беж, терракот – белые, беж, кремовые, светло-розовые; к чёрному – только белые. Галстук выбирается по обстановке, темпераменту, возрасту. Чтобы не промахнуться, лучше предпочесть скромный, сдержанный, в мелкий рисунок.

Нужно следить за положением галстука, чтобы его концы не расходились. Многие мужчины используют зажимы, но к сожалению нередко аляповатые, броские, вульгарные. Между тем на изнанке широкого конца часто пришита ленточка-ярлык, под которую можно просунуть узкий конец, или простой булавкой прикрепить к краю рубашки. Галстук должен быть длинным, чтобы достигать пояса брюк. В непринужденной обстановке узел галстука можно слегка опустить и расстегнуть пуговицу воротника, чтобы чувствовать себя свободнее. Рубашку без галстука не следует застегивать на все пуговицы – одну-две верхние нужно оставлять незастегнутыми.

Обувь с темным костюмом – черная или темно-коричневая и только со светлым – цветная (беж, серая, белая, красно-коричневая). Недопустимы сношенные ботинки. Чистить обувь нужно тогда, когда вы ее снимаете, а не перед тем, как надеть – кремы имеют запах, и нужно время, чтобы он выветрился. А уходя, лишь навести блеск сухой щеткой.

Носки должны быть длинными, натянутыми (строго по размеру ног), темными или очень светлыми (серыми, беж, кремово-белыми).

Туалетная вода и другие пахучие жидкости должны применяться умеренно. Порой нашим мужчинам вполне достаточно едва уловимых запахов дезодорантов, пасты для

бритья, хорошего мыла, употребляемых ежедневно, а не к специальному случаю.

Автор - **Ольга Литвинчук**
Источник