



**REVĪZIJA SKĀPĪ & GALVĀ**

Konsultē modes  
zinātnieks **KONSTANTĪNS  
BOGOMOLOVS.**

Mēs katrā esam izmērāma – kājas, krūtis, gurni, augums... Skaitļu virkne, kas mūsu unikālās auguma aprises pārvērš bezkaistīgos matemātiskos lielumos. Kaut to vēstījums nav apstrīdams, daudzas sievietes izvēlas to nerēdzēt.

Teksts **DAGNIJA ASARE**

Turpinām rakstu sēriju par modi, kurā ar modes zinātnieka Konstantīna Bogomolova palīdzību šķetinām mūsu ierastākās stila kļūdas. Šoreiz rokam dzīlāk – mēginām saprast, kādi psiholoģiski motīvi aiz šīm kļūdām slēpjās. Un galvenais – kā no tām atsvabināties?



# Īsto izmēru, miļā!

## Kāpēc pieņemt savu izmēru ir tik grūti?

Vai tad vispār ir kāda sieviete, kas nezina savu izmēru? – šāds jautājums šķiet tikai loģisks. Laikam jau tik vienkārši vis nav. Konstantīns Bogomołovs atzīst: neprasme (vai nevēlēšanās) piemeklēt savu izmēru un sajust apgērba proporcijas – tā esot pat pārsteidzoši bieži sastopama kļūda. Kāpēc? «Galvenokārt

jau tāpēc, ka vienkārši nevēlamies ieskatīties patiesībai acīs. Dāmas sevi māna dažnedažādu iemelsu dēļ, turklāt prot to darīt teju ģeniāli!» Nu, atzītas – kura gan veikala ģerbtuvē neievēlk vēderu, nepastiepjas uz pirkstgaliem, nenostājas visglaimojošākajā rakursā? Nereti dāmas gluži vienkārši nepaspēj pieņemt tās korekcijas, ko augumā, sejā un stājā veic laiks. Mēs visas

maināmies, taču reizēm šīs izmaiņas notiek tik strauji, tik nemanāmi, ka gluži vienkārši nav iespējams tām izsekot līdzi, kur nu vēl pieņemt kā realitāti! Šā iemesla dēļ dāmas reizumis mēdz nokavēt brīdi, kad svārku apakšmalai jāsāk laisties zemāk, bet apkaklītei jākāpj augstāk, kad žaketes pleciem jāķūst platākiem, valīgākiem un vidukļa līnijai jāatslābst.

Ne jau tāpēc, ka vecajā izmērā vairs nevarētu ielīst, bet – tas gluži vienkārši vairs neglaimo auguma aprisēm.

Patiessībā šodien pieņemt vecumu ar pienācīgu cieņu kļūst aizvien grūtāk. Pasaule jaunību burtiski pielūdz, bet viss, kas iet pāri tās robežām, tiek atmests kā nevajadzīgs. Tās ir gluži vai divas karojas frontes – ziedu raktos, volānos, draiskos bruncišos

## Nelielu apmānu, lūdzu!

Vai esi ievērojusi, ka atsevišķu veikalui izmēri tev patīk labāk nekā citviet? Sanāk tā, ka viens un tas pats skaitlis mēdz būt gan glaimojošs, gan nepielūdzami augstprātīgs. Vai zini, ka tā ir apzināta politika – drēbes apzīmēt ar mazākiem izmēriem, un visbiežāk šī viltība tiek izmantota tajos apgērbu veikalos, kas paredzēti cienījama vecuma sievietēm? Jā, jā, arī veikali labprāt piedalās dailīā dzimuma pašapmānā – jo tieši tāpat, kā mums patīk uzlaikošanas kabīnes ar pieklusinātu gaismu (un no sāniem, nevis no augšas), mums arī patīk, kad izmēra birka kā tāds burvju spogulītis mums stāsta saldus melus.

un krāsu laukumos slīgstošā jaunība pret pelēko, robusto un tik garlaicīgo briedumu. Nu, kurai gan gribas būt daļai no vecenīšu armijas? Tāpēc gribas sevi vēl brīdi pamānīt – arī es vēl varu tā, pa dullo! Pa skaisto! Šaurāk, meitenīgāk, īsāk, mazāk – «taču šādi sievietes palaiž garām vienreizīgo iespēju būt dāmām, karalienēm. Jaunajām tas taču nav dots!» saka Konstantīns Bogomolovs.

Itin bieži gan vecuma vai resnuma biedam nav nekādas nozīmes: jaunas, vecas, resnas, tievās, garas un īsas – sievietes nu nekādi nespēj sevi pieņemt tieši tādos izmēros, kā Dieviņš viņas radījis. Vienmēr taču gribas kaut ko, kā pašai nav! Un te ir auglīga vieta skaistu ilūziju plaucešanai. Ja īstais izmērs nav īstais, sievietes to izvēlas pašas. Noslēpjās lielākā vai ievīķķas mazākā, taču tā ir viņas komforsta zona, viņas mazais, dzīvais sapnītis, kas pierāda – viiss ir ie-spējams, ja es tā gribu!

mēs izskatāmies lielākas, bet lielākā – mazākas. Un, starp citu, šajā sezonā modē ir viens izmērs par lielu jeb tā dēvētais *soft look* – brīvas līnijas, platas bikses, plati, zemi pleci, viss ie-turēts maigos, atturīgos toņos.

**Īstie akcenti īstajās vietās.** Mums katrai augumā ir kāda «vājā vieta» – tā, ko mēs labprāt noslēptu no visas pasaules. Plati gurni, mazas krūtis, «mīkstie spārnīji», brangas potītes un tā tālāk. Psiholoģijas terminoloģijā to dēvē par fiksāciju, turklāt novērots, ka šī fiksācija mums mēdz nodarīt visīstāko lāča pakalpojumu, proti – iecīklējoties uz šīs sasodītās vietas noslēpšanu, mēs to patiesībā gluži neapzināti izceļam.

**Proporcijas, nevis izmērs!** Turklāt apsēstība, ar kādu slēpjām īpaši slēpjamu ķermenē daļu, mums nodara vēl kādu skādi: skatoties spogulī, mēs redzam tikai šo vietu (cik labi vai slikti tā ir nomaskēta), taču nespējam uztvert visu tēlu kopumā. Un te

## Mazs špikerītis

### Izcel savas ķermenē skaistākās vietas!

- Ja neapmierina vidukļa apkārtmērs, bet ir skaista seja un dekoltē, kleita vai tops bez lencītēm novēr-sīs uzmanību no šīs problēmzonas.
- Ja ir plati gurni, labs uzmanības novērsējs šajā rajonā var būt *clutch* somiņa.
- Kakls, seja un ķerme-nā augšdaļa izskatīsies slaidāka, ja izvēlēsies V veida izgriezumu apgērbā.
- Viduklis, iezīmēts ar jostu, būs izteiksmīgāks.
- Kājas optiski pagari-nās miesas krāsas apavi.
- Ķermenē vizuālai slaidināšanai palīdz tērps, kas augšdaļā ir vienā krāsā.

## Sievietes palaiž garām vienreizīgo iespēju būt dāmām.

### Galvenais – proporcijas!

Kā pieņemt savu augumu ar skaidu prātu un pateicību? Vienu atbildi te, protams, neatrast, turklāt diezin vai tas pašas spēkiem vispār ir izdarāms. Tomēr stilists zina ieteikt būtiskus stila liku-mus, lai par šo vājību vismaz «nekliegtu» tavs ārējais tēls.

**Lielāks izmērs dara tievāku!** Patiesībā dāmu niķis ielīst mazākā izmērā ir paradoksāls, jo rada iecerētajam pilnīgi pretēju efektu, proti: mazākā apgērbā

nu rodas viena no lielākajām stila klūdām – nepareizas proporcijas. Piemēram, ja ir pilnīgi gurni, ža-ketēs apakšmalai nevajadzētu būt tieši virs tiem. Arī svārku malai nevajadzētu atrasties tieši virs kāju tuklākās daļas.

**Nelielas viltības.** Ja vajag sa-šaurināt – palīdzēs vertikālas lī-nijas. Turklāt nevajag iedomāties svītrainu audumu – vertikālas līnijas ir arī šuves, pogu līnija, kontūras. Svītras – tieši otrādi – paplatina. Savukārt horizontālām līnijām jābūt skaistākajā, izteiksmīgākajā vietā.