

JENNIFER L. SCOTTOVÁ

*S Madame  
Chic  
na úrovni*



*aneb Jak být  
elegantní každý den*

MLADÁ FRONTA



JENNIFER L. SCOTTOVÁ

*S Madame  
Chic  
na úrovni*



*aneb Jak být elegantní  
každý den*

MLADÁ FRONTA

Přeložila Lucie Šavlíková

Copyright © 2015 by Jennifer L. Scott

Translation © Lucie Šavlíková, 2016

Illustrations © Martina Pavlová, 2016

*Benovi*



*Část 1*

**V ÚROVNI  
JE SÍLA**





## MADAME CHIC UMĚLA BÝT NA ÚROVNI



**M**adame Chic, která mi dělala maminku, když jsem jako zahraniční studentka pobývala v Paříži, byla vždy elegantní a na úrovni. Neodmyslitelně to k ní patřilo. I ráno, když v kuchyni připravovala snídani ve svém županu, číšel z ní klid a vyrovnanost. Každý den, ať už doma nebo ve společnosti, vypadala krásně; oblékala si slušivé šaty, líčila se přiměřeně svému věku a byla jako ze škatulky. Nosila se s přirozenou grácií. Mluvila vybraně a velmi chytře. Svou lásku k vaření dovedla k dokonalosti a z každé rodinné večere udělala elegantní událost, počínaje tím, jak prostřela tabuli, až po způsob úpravy jídla na talíři. Měla příjemné vystupování a potrpěla si na dobré mravy, což se odráželo v chování celé rodiny. Madame Chic byla zářným příkladem silné a vyrovnané ženy.

Než jsem začala žít v Paříži, nějaká elegance mě moc nezajímala. Byla jsem dvacetiletá holka z Kalifornie, co ráda chodí

v roztřepených kraťasech a žabkách a celý den něco uždibuje. Sebeovládání jsem považovala za otravnou vlastnost, po níž jsem rozhodně netoužila. Dodržování společenských tradic mi připadalo snobské. Etiketa – kolik věcí si člověk musí zapamatovat! Ale po pařížské zkušenosti jsem zcela změnila názor. Madame Chic mi pomohla vidět se v úplně novém světle. Když jsem pochopila, jak úchvatný a bohatý vede ona i její rodina život, začala jsem se pojmu každodenní elegance víc otvírat. Uvěřila jsem, že i takové ležérní kalifornské děvče jako já v sobě může mít skrytý šarm. Docházelo mi, že si můžu vytvořit svůj vlastní styl a naučit se krásně vyjadřovat – ať už slovy, nebo činy. Zkrátka že i já mohu být na úrovni.

## 5 ZÁKLADNÍCH RYSŮ ČLOVĚKA NA ÚROVNI

1. **Sebevědomí:** cítí se dobře ve své kůži; je si doopravdy jistý sám sebou.
2. **Vyrovnanost:** má pozitivní přístup, přitom se umí ovládat a zachovávat klid.
3. **Soucítí:** myslí na druhé a pěstuje nezištnost.
4. **Prezentace:** obléká se vhodně a stylově, dbá na dobré vystupování.
5. **Přítomnost:** lidé na úrovni žijí naplno přítomným okamžikem.

Mít úroveň znamená mít vybrané a elegantní způsoby. Takové měla i Madame Chic a nepochybně díky nim vedla i elegantní život. Nejdůležitější však je, že touto elegancí a vybraností se řídila každý den při rozhodování o čemkoli.

Mám pro vás dobrou zprávu: Madame Chic není jediná na světě. Existují miliony takových žen. Jistě jste se s některými z nich setkala. Je to každá žena, která má styl, sebejistotu, vyrovnanost, zkrátka úroveň. Žena, která vystupuje s půvabem a důstojností, mluví elegantně a vnímá každý den jako zvláštní dar. Žena zahalená tajemstvím, která kultivuje svou mysl a prahne po umění. Žena, která umí vytvořit krásný domov, přesto není otrokem konzumu. Žena, která prožívá svůj den, jako by v něm byl ukrytý nádherný poklad.

Stylově, s půvabem a elegancí může žít každá z nás. Nezáleží na vaší minulosti, na tom, jaké jste měla dětství, jak jste se chovala včera nebo dokonce před hodinou. Nezáleží na tom, kolik máte peněz. Jakým způsobem žije vaše rodina. Jestli okruh vašich přátel tohle téma nezajímá. Jestli vás rodina nechápe. Jediné, na čem záleží, je, zda jste ochotna se změnit, transformovat. Nikdo se nenarodí jako Madame Chic. Důstojnost, půvab, styl a elegance jsou naučené postoje, které si může osvojit každý. Nezáleží na tom, kdo jste nebo jak beznadějná se vám zdá vaše situace. Můžete se povznést a být na úrovni.

Úroveň a elegance vždy fascinovaly svět zábavy. Vezměte si například divadelní hru George Bernarda Shawa *Pygmalion* nebo její muzikálovou adaptaci *My Fair Lady*. Vezměte si *Gigi*, *Pretty Woman*, *Deník princezny* nebo *Sabrinu*. Milujeme dobré příběhy o proměně Popelky v princeznu, housenky v motýla. A proč? Protože někde uvnitř věříme, že jsme takové proměny schopny, a to nám dává naději. Nemusíme se pak vymlouvat větami typu „Kéž bych byla jako ona“ nebo „Škoda že nejsem jako ona“. Ne. Můžeme se nechat inspirovat a říct si: „Když to dokáže ona, dokážu to i já.“

Neexistuje nic silnějšího než změna myšlení. V okamžiku, kdy začnete myslet jinak a rozhodnete se víc dbát na svůj zevnějšek, uvedete tuto sílu do pohybu. Jakmile změníte myšlení

a rozhodnete se překonat ostych; přinutíte se vypnout na chvíli mobilní telefon; zahlédnete svůj odraz ve výloze a rozhodnete se, že se přestanete hrbít; usmyslíte si, že při neshodách budete zachovávat chladnou hlavu; rozhodnete se, že při své další prezentaci v práci se chcete cítit sebevědomě; jakmile si usmyslíte, že budete mluvit vybraně – začnou se dít podivuhodné věci.

Hlas ve vaší hlavě vám bude chtít tu proměnu rozmluvit. Bude se vás snažit znejistit: „Kdo si myslíš, že jsi?“ „Jsi obyčejná pozérka.“ „Jenom se přetvařuješ.“ „Lidi si o tobě budou myslet, že jsi namyšlená.“ „Přijdeš o kamarády.“ „Všichni tě budou považovat za náfuku.“ „Nikdo tě nebude mít rád.“

Neposlouchejte ho. Už jste se přece rozhodla, že budete svou vlastní verzí Madame Chic. Všem u budete čelit s půvabem, elegancí, šarmem, zkrátka na úrovni – v tom je totiž velká síla.

Úroveň je něco tichého, nehmatatelného, schovaného pod povrchem. Těžko se dá popsat, přesto intuitivně poznáme, když ji někdo má. Ta osoba nás záhadným způsobem přitahuje. Když potkáte člověka na úrovni, budete se v jeho sebejisté, přátelské společnosti cítit jako ryba ve vodě. Mít úroveň neznamená být robotická stepfordská panička, která vypadá dokonale, chová se dokonale a nedává najevo žádné emoce. Mít úroveň znamená být si vědom sám sebe i svého okolí a umět se přizpůsobit situaci.

Nechci tím říct, že člověk na úrovni nikdy není nervózní nebo nevybuchne. Že se nikdy nenechá vyvést z míry. Nicméně si je neustále vědom sám sebe. Ke každé životní situaci přistupuje s důvěrou, vnitřním klidem a vysokými nároky. To jsou tři hlavní nástroje člověka na úrovni.

Tato kniha pojednává spíš o tom, jak si úroveň kultivovat, než jak ji získat nebo jí dosáhnout. Je to totiž něco, na čem pracujeme celý

život. Úroveň není věc, kterou si můžete koupit jako zboží v krámě a pak už na ni nemyslet. Říká se „úroveň si za peníze nekoupíš“. Je to pravda. *Úroveň není něco, co se dá pořídit.* Musíme na ní každý den pracovat. Úroveň jako životní styl je umění. Stejně jako malíř zdokonaluje své dílo, i my budeme zdokonalovat svou úroveň.

### Člověk na úrovni

Drží se zpříma  
Mluví zřetelně  
Dívá se do očí  
Obléká se slušně  
Je pečlivě upravený  
Ovládá se  
Má vybrané způsoby  
Umí naslouchat  
Má spořádanou domácnost  
Je vlídný a shovívavý  
Uchovává si tajemství

Komplimenty přijímá s grácií  
Umí se obejít bez elektroniky  
Mluví slušně  
Vzdělává se

Baží po umění  
Vychutnává si jídlo  
Je hrdý na všechno, co dělá  
Užívá si dobré časy  
V těžkých chvílích neztrácí víru

### Člověk méně na úrovni

Hrbí se  
Mumlá  
Těká pohledem  
Obléká se nedbale  
Potřeboval by si umýt vlasy  
Snadno vypění  
Na co způsoby?!  
Raději mluví, než naslouchá  
Má doma chaos  
Je agresivní a hašteřivý  
Všechno sdílí každý den na Facebooku  
Nepřijímá komplimenty  
Je přilepený na telefonu  
Zhusta kleje  
Pověsil učení jednou provždy na hřebík  
Vystačí si s televizní reality show  
Konzumuje za pochodu  
Hledá, co by vytěžil ze situace  
Čeká, kdy na něj spadne pohroma  
Obává se nejhoršího

Neznamená to, že když si pěstujete úroveň, budete každou situaci zvládat s dokonalým klidem. Kdepak. Přesně v okamžiku, kdy dojdete k závěru, že jste královnou elegance, přihodí se vám něco nečekaného, co vás otestuje. Předjede vás neomalený řidič, vy se rozlítíte, zahrozíte na něj z okénka pěstí a počastujete ho nadávkou. Takové věci se stávají. Důležité je, že se takzvaně chytíte za nos. Tudíž příště třeba zvolíte jiný způsob reakce. Úroveň vás neustále udržuje při smyslech, takže se dokážete poučit z negativní zkušenosti a v budoucnu si s ní poradit lépe.

Úroveň si můžete pěstovat doslova od rána do večera: Narovnáte se ve chvíli, kdy máte pocit, že padáte únavou. Zarazíte se, než odseknete partnerovi. Při napomínání dětí zachováte důslednost. Mávnete rukou nad kousavou poznámkou své kolegyně. Vyhnete se pomlouvání ostatních zaměstnanců při obědě. S dostatkem sebeúcty řeknete ne, když se vás někdo bude snažit využít. S grácií přijmete kompliment. Můžete se stát opravdovým vzorem pro své děti, rodinu i lidi ze svého okolí. Uvědomíte si, že jste důležitým článkem společnosti a že vaše úroveň má na ostatní velký vliv. Tohle všechno můžete dělat a přitom se ohromně bavit! Úroveň vám dodá chuť do života. Kdo by něco takového nechtěl?

### Jako šafránu

Rozhlédnete-li se kolem sebe, zjistíte, jak je úroveň vzácná. Je ale třeba se nad tím trochu zamyslet. Kultivování úrovně je dávno zapomenuté umění, a proto její absenci bereme jako samozřejmost. Vážně je v pořádku, že vás soused na ulici mine bez pozdravu, nebo že někdo nakráčí k prodavačce a vyhrkne na ni otázku, aniž by ji předtím pozdravil? Co říkáte na to, když lidé na autobusové

zastávce křičí do telefonu nadávky nebo když se někdo šourá po ulici v ušmudlaných šatech? Většina lidí zapomněla, co je to mít úroveň. Nemusí to být nutně jejich chyba. Možná měli jen špatné vzory nebo jim ten pojem nikdo nevysvětlil. Společnost v tom rozhodně příliš nápomocná není. Celebrity, které by nám měly sloužit za vzor, také nejdou příkladem.

Přitom třeba na chování hvězd zábavního průmyslu jsme mívali vysoké nároky. V letech zlatého věku Hollywoodu byste například nikdy neviděla herečku, jak se při udílení cen vykrucuje na scéně v tangách. Dnes se televizní a filmové hvězdy ukazují ve spodním prádle nebo i bez něj na stránkách časopisů. Popové celebrity v miniaturních plavkách třesou naolejovaným pozadím přímo před kamerou. Umíte si představit, co by dělala Audrey Hepburnová, kdyby něco takového viděla? Děsivé na tom je, že jsme si pomalu zvykli.

A jestli my jsme si zvykli, co teprve naše děti, které nic jiného nepoznaly! Vulgarita se stala běžným standardem. Takže jakkoli si někteří lidé mohou myslet, že tato kniha je jen taková milá příručka etikety, byla bych moc ráda, kdybyste její obsah brala vážně. Principy, o nichž se v ní hovoří, by totiž mohly zachránit naši společnost před pádem do hlubin hrubosti.

Možná si teď trochu zoufáte nad tím, jak vzácná je úroveň v naší společnosti (zvláště když si představíte, co by Audrey říkala na twerkování), ale musím vás ubezpečit, že nic není ztraceno.

## Cenná komodita

Jelikož je úroveň tak vzácná, je to zároveň i cenná komodita. Komodita je něco, co nám slouží k užítku a má pro nás cenu. Úroveň je bezesporu užitečná věc. Chovejte se jen trochu na úrovni,

a uvidíte, že budete mít všude dveře otevřené. Lidé vám budou vycházet vstříc. U přijímacích pohovorů uděláte dobrý dojem. Přitáhnete k sobě ten pravý typ životního partnera. Všichni s vámi budou jednat s úctou. Úroveň je velmi užitečná.

A vzhledem ke své užitečnosti má také velkou cenu. Získat vysněnou práci nebo dlouho očekávané povýšení je přece k nezaplacení. Stejně tak přitahovat k sobě kvalitní lidi. Získávat pomoc od druhých. Díky těmto věcem se nám lépe žije. Budete-li kultivovat svou úroveň každý den, obohatí tato cenná komodita váš život.

Nemám tím na mysli, že byste si měla zvyšovat úroveň proto, abyste z toho něco vytěžila. Ne, měla byste ji kultivovat proto, že toužíte po životní změně; proto, že jste připravena využít veškerý svůj potenciál; nechcete už žít dál tak, jako kdyby vám na sobě vůbec nezáleželo, vyhýbat se plnohodnotným vztahům a cítit se nejistě. Měla byste kultivovat svou úroveň proto, že žijete jenom jednou a jste konečně připravena se do toho pořádně about. Jste připravena žít v přítomném okamžiku a naplno. Jste připravena zdobit tělo, které vám bylo dáno, ať už je jakýchkoli tvarů, oblečením a doplňky, které vyjadřují váš styl. Jste připravena podtrhnout svou krásu zajímavým účesem nebo přirozeným líčením. Jste připravena chodit po ulicích se vzpřímenou hlavou a při hovoru se odynějška dívat lidem do očí. Jste připravena i na konflikty a nemáte strach se k nim postavit čelem. Jste připravena cítit se *chic*. Zažívat vnitřní klid. Jste připravena být na úrovni.

Jestli vám to připadá lákavé, leč nemožné, nezoufejte. Cítila jsem se stejně, když jsem se jako neohrabaná studentka setkala s Madame Chic. Nesmírně mi však pomohly vzory, ať už reálných postav, nebo těch smyšlených.



## Vzory



Dneska aby dobrý vzor člověk pohledal. Chování, které v minulosti bylo považováno za nepřijatelné, je dnes naprosto normální. Bývaly doby, kdy vás při sledování filmu či televize mohla úroveň a vrozená grácie hereckých hvězd inspirovat. Vezměte si například jakýkoli snímek s Grace Kellyovou, Audrey Hepburnovou nebo Carym Grantem. S Fredem Astairem, Ginger Rogersovou, Laurencem Olivierem či Vivien Leighovou. Postavy, které tito herci ztvárňovali, měly úroveň a tato úroveň byla odrazem doby. Kdo by si nepamatoval, jak se Margot Wendiceová v podání Grace Kellyové hájí u soudu ve filmu *Vražda na objednávku*! Nebo Audrey Hepburnovou a její Holly Golightlyovou, která si udržuje svou úroveň, i když se cítí pod psa. A co Cary Grant, který jako Johnnie Aysgarth s elegancí bruslí mezi finančními problémy ve filmu *Podezření*? Pokud tyto herce či jejich klasické filmy neznáte, doporučuji vám, abyste jeden či dva měsíčně zhlédla. Budete okouzlena tím, jak se v nich hvězdy stříbrného plátna chovají, jak se oblékají a jakým způsobem řeší svízelné situace. Možná se vám jejich vystupování bude zdát trochu staromódní, ale není na něm i přesto něco inspirativního?

Vzory nemusíte hledat jen v klasických filmech, ale i v současné společnosti a zábavním průmyslu. Není tak těžké je najít. Lidé, kteří mají úroveň, září jako drahokamy a přitahují náš zrak. Příkladem za všechny budiž vévodkyně z Cambridge. Čím to je, že si budoucí anglickou královnu všichni tak zamilovali? Protože je to mladá dáma na úrovni. Chodí vždy upravená, vybraně oblékaná i učesaná a umí se chovat na veřejnosti. V jejím vystupování je důstojnost, a přitom je to velmi aktivní, vtipná a moderní žena.

Ačkoli jsem zmínila, že mezi hvězdami zábavního průmyslu se dnes vzory hledají těžko, neznamená to, že neexistují. Opak je pravdou. Jen nejsou tolik vidět, proto si člověk s jejich hledáním musí dát trochu práci. Nepatří totiž mezi ty, co se chlubí plastikami nebo tetováním na Instagramu. Tiše si hledí svého a soustředí se na své umění. Jakkoli je tedy budete hledat jako jehlu v kupce sena, je tu šance, že je objevíte.

### *Klasičtí herci na úrovni*

Audrey Hepburnová

Joan Fontaineová

Cary Grant

Vivien Leighová

Fred Astaire

Ginger Rogersová

Grace Kellyová

Jimmy Stewart

Katharine Hepburnová

Laurence Olivier

### **Příklady současných herců na úrovni**

Andie MacDowellová  
Angela Lansburyová  
Audrey Tautou  
Catherine Deneuveová  
Helen Mirrenová  
Maggie Smithová  
Denzel Washington  
Meryl Streepová  
Natalie Portmanová  
Pierce Brosnan

### **Literární postavy na úrovni**

Jana Eyrová (Charlotte Brontëová)  
Sestry Marchovy z knihy Louisy May Alcottové *Malé ženy*  
(Jo je sice nezkrotná a má vyřídilku, ale pracuje na sobě, a nic víc si při kultivování úrovně nelze přát.)  
Hercule Poirot a slečna Marpleová (Agatha Christie)  
Elizabeth Bennetová (Jane Austenová)  
Shakespeareova Beatrice z *Mnoho povyku pro nic*  
Rosalinda z *Jak se vám líbí*  
Desdemona z *Othella*  
Precious Ramotswe z detektivní série Alexandra McCall Smithe  
Nancy Drewová z detektivní série Carolyn Keeneové  
James Bond  
Alenka od Lewise Carrola  
Šarlota z knihy E. B. Whitea *Šarlotina pavučinka* (Vím, že Šarlota je pavouk, ale na úrovni.)

Existují i vzory z každodenního života. Lidé, kteří nemají hromady peněz, aby mohli utrácet za stylistky a kadeřnice. Kteří jsou si podobní na fotkách, protože neprošly úpravami. Tito muži a ženy, které potkáváte den co den, jsou ty pravé vzory. Proto mě pobyt u Madame Chic v Paříži tak inspiroval. Viděla jsem, že její elegance není žádná póza. Že je to součást její osobnosti a já se jí chtěla podobat. Je úžasné, když máte možnost pozorovat někoho, koho obdivujete.

Možná si myslíte, že kolem sebe nemáte žádné vzory, k nimž byste mohla vzhlížet, ale vsadím se, že ano: svou maminku, tetu, babičku, učitelku ze školy, ředitelku, lektorku tance, vedoucí pěveckého sboru, sousedku, prodavačku z módního butiku. Mějte oči na stopkách a pátrejte po eleganci. Až na ni narazíte, zazáří jako drahý kámen, protože je tak vzácná. Pokud seberete odvalu, vysekněte dotyčné osobě poklonu. Nebo ji jen pozorujte, dokud jste v její blízkosti. Co vás na ní tak přitahuje? Jsem si jistá, že to bude hned celá řada věcí souvisejících s nejedním moudrým rozhodnutím. Ať už jde o to, jakým způsobem se vyjadřovat a jednat, jak se oblékat a česat, jak sedět, nebo jakým způsobem trénovat mysl jakou si vybírat zábavu.

## I vy máte publikum

Nikdo není bezvýznamný. Nikdo tu není náhodou. Všichni máme svou cenu a něco, čím přispíváme k celku. Možná si myslíte, že máte jen nepatrný vliv. Ale i když bydlíte někde v zapadlé víscie v úzkém kruhu rodiny a hrstky sousedů, vaše úroveň může mít na okolí zcela zásadní dopad.

Někteří lidé mi říkají, že je má videa na YouTube skutečně inspirovala a změnila jim život. Povzbuzují mě, abych v této práci pro své

diváky pokračovala. Já vám teď něco prozradím. *I vy máte své publikum.* Možná nemáte vlastní kanál na YouTube nebo úspěšný videoklip na sociálních sítích. Možná nezáříte z titulních stránek magazínů, ale *máte své publikum.* Jsou jím vaše děti. Váš partner. Kolegové z práce. Sousedí. Maminky spolužáků vašich dětí. Úplně cizí lidé, kterým pokynete na pozdrav, když přecházíte ulici. Barista z vaší oblíbené kavárny. Letušky. Ti všichni jsou vašimi diváky. A díky nim se vám naskýtá příležitost a prostor zapůsobit jako vzor elegance a úrovně.

Jistě vás něco podobného už napadlo v souvislosti s rodinou. Vaši potomci k vám samozřejmě vzhlížejí jako ke vzoru chování a životních postojů. Určitě vás ale ještě nenapadlo, že byste mohli zapůsobit i na úplně cizího člověka. Položím vám otázku: Kolikrát v životě na vás udělal dojem někdo, koho vůbec neznáte? Třeba nějaká žena na letišti, která vám připadala tak nenuceně elegantní. Nebo muž, co projel vaší ulicí na kole a byl tak hezky oblečený. Možná to byla pacientka v čekárně u lékaře, u níž jste obdivovala držení těla. Nebo paní za poštovní přepážkou, která vás překvapila milou zdvořilostí. Cizí lidé, kteří mají úroveň, nás fascinují, a stejně tak vy můžete fascinovat neznámé kolem sebe. Máte své diváky, ať se vám to líbí nebo ne, a nehledě na to, jestli je znáte. Jste významnou součástí společnosti. Chováte se tak, jak byste od platného člena společnosti očekávala? Když se díváte na svět z této perspektivy, nutně se musíte zamyslet nad tím, jak žijete a co byste na svém životě chtěla změnit.

### ❧ A co když se nikdo nedívá? ❧

Když lidé začnou pracovat na kultivování své úrovně, často se snaží jen v přítomnosti jiných lidí. Chvilí to může fungovat, ale

nebude to působit autenticky, protože se snaží z nesprávných důvodů. Budou si připadat jako podvodníci a ostatní je také mohou tak vnímat. *Proto je nesmírně důležité, jak žijeme, když se nikdo nedívá.* A důvod?

Když jste jen sama se sebou, bez ostatních, projevujete své nejbýtostnější já, jste to opravdu vy. A právě v tu chvíli je nejlepší začít uskutečňovat životní změny a pracovat na své úrovni. Jestliže se rozhodnete, že si do postele oblečete slušivé pyžamo, nebo že se při sledování sitcomů v televizi nehodláte ládovat jedním sáčkem brambůrků za druhým, vytvoříte si základ pro to, jak se později budete chovat ve společnosti. Stejně tak, pokud se rozhodnete vychutnat si oběd na hezky prostřeném stole, místo abyste ho jedla rovnou z alobalu a přitom si procházela e-maily. Když se rozhodnete hezky se učesat a obléct, ačkoli nemáte v plánu nikam vyrazit, vytváříte si základ pro to, jak se budete prezentovat na veřejnosti. Posunujete tím termostat svého chování a nastavujete si nové návyky, které se brzy stanou přirozenou součástí vašeho života. Než se nadějete, vyměníte staré zvyky za nové.

Úroveň bychom si neměli pěstovat jen pro druhé. Pokud od základů nezměníte svůj život nehledě na to, jestli se na vás někdo dívá, nemá to smysl. O způsobu vašeho života vypovídá zejména to, jak se chováte a žijete, když jste o samotě.

Sílu elegance a úrovně už jsme prozkoumali, a teď bychom ji měli začít používat v každodenním životě. Pusťme se do toho. Učit se žít na úrovni je velké dobrodružství. Jste připravená skočit do něj po hlavě?

*Část 2*

**PREZENTACE**





## SÍLA STYLU



**K**dyž jsem vystoupila z letadla, které mě přepravilo z Los Angeles do Paříže, vyrazilo mi město dech svou krásou. Nikdy jsem neviděla podobnou architekturu. Nejen domy, ale i kašny, mosty, dokonce i pouliční lampy byly nádherné! Celé město mi připadalo jako ze žurnálu – od výloh až po kavářenské stolky rozestavěné na chodnících. A to nemluvím o lidech! Na Paříži tedy rozhodně nebylo nic ležérního. Muži i ženy chodili po ulicích v hezkém oblečení. Padlo jim jako ulité. Ty umně uvázané šály! Ty pěkně obuté nohy! Všichni si na svém zevnějšku dávali záležet, počínaje prodavači na trhu a konče úředníky spěchajícími do kanceláře. Nikdo z nich nebudil dojem, jako by se právě vykutálel z postele a bylo mu jedno, jak vypadá. Každý z obyvatel Paříže ukazoval téhle mladé Američance s očima navrch hlavy, jak chce, aby ho druzí vnímali.

Lekce stylu pokračovala, když jsem se poprvé setkala s Madame Chic a Monsieur Chic. Bylo to jednou ve středu odpoledne. Seděla jsem s nimi v obývacím pokoji u seznamovacího šálku čaje a všimla jsem si, jak hezky jsou oba oblečeni: Madame Chic na sobě měla hedvábnou blůzku, sukni áčkového střihu, perlový náhrdelník a boty na nízkém podpatku; Monsieur Chic měl oblekové kalhoty, košili, svetr a naleštěné polobotky. Přišlo mi od nich velice milé, že se kvůli mně tak vyparádili. Jak si dali záležet! Pýcha nad tím, s jakou obřadností a okázalým stylem mě přivítali, mě rychle přešla druhý den, když jsem viděla, že se takhle oblékají vřdycky. Monsieur a Madame Chic měli v oblékání vkus, jako většina Pařížanů. První známkou jejich úrovně bylo to, jak se prezentovali na veřejnosti.

Začneme tedy svou úroveň kultivovat tím, že se zaměříme na styl a vzhled. Je to dobrý začátek, protože hezky vypadat je velmi povzbudivé! Když vyjdete z kadeřnictví s novým účesem nebo vyzkoušíte nový odstín rtěnky, hned máte větší elán. Když si vezmete šaty, které jste už dlouho neměla na sobě, a někdo vám je pochválí, nebo když pečujete o svou pleť a je to vidět, máte ze sebe lepší pocit. O to větší pak budete mít chuť vnést krásu i do dalších aspektů svého života.

To, jak vypadáte navenek, je přímým odrazem toho, co se děje uvnitř. Pokud třeba poslední tři roky chodíte prakticky neustále v obnošených kapsáčích a vytahaném triku, rozhodně tím nedáváte na odiv svou krásnou osobnost ani svoje krásné tělo. Naopak, říkáte světu, aby se na vás nedíval, protože to, co se skrývá za stylem vašeho oblečení – pokud vůbec můžeme mluvit o stylu –, nestojí za to.

Něco vám prozradím: eleganci nedělá střih šatů nebo odstín rtěnky; vzniká ve chvíli, kdy se rozhodnete, že chcete dbát o svůj zevnějšek. Krása vychází z rozhodnutí, že svou úroveň budeme

rozdívjet i ve způsobu, jak se o sebe staráme. Nemá nic společného s tím, jaké nosíte šaty, jestli používáte módní líčení nebo jste utratila spoustu peněz za nejnovější účes. Krása vychází z vašeho sebevědomí a z nově nalezené radosti, s jakou si užíváte svou jedinečnost.

Obdivujete třeba ženu, která má na sobě půvabné pestrobarevné šaty, a moc byste si přála obléct si něco podobného, ale pak si řeknete, že to nejde. Protože jste tlustá. Nebo nesmělá a nechcete na sebe zbytečně přitahovat pozornost. Nikdy jste se přece takhle neoblékala, tak proč byste to teď měla měnit? Na to už je přece pozdě. Slyšíte se, co říkáte? Co kdyby vám něco podobného řekla vaše dobrá kamarádka? Máte-li chuť začít se oblékat jinak, nechat se ostříhat nebo vyzkoušet určitou barvu rtěnky, pusťte se do toho! Možná budete mít zpočátku trochu nepříjemný pocit, ale jakmile odhodíte vnitřní nejistotu, zazáříte v plné kráse.

Zábavné na tom je, že jsme každá jiná. Líbí se nám jiný styl, typ účesu. Víme dobře, jak se chceme líčit a co je nám proti srsti. Neexistuje jeden jediný způsob, jak byste se měla oblékat nebo zkrášlovat. Třeba se vám líbí bohémský, rozevlátý styl, nebo chcete vypadat výstředně a excentricky. Anebo naopak preferujete klasickou eleganci. Třeba milujete vintage šaty velmi dámského střihu, nebo chodíte zásadně v kalhotách a blůzce. Při rozvíjení úrovně se z vás stane odbornice na váš vlastní vzhled.

### Nic neodkládejte na později

Pokud máte jakékoli špatné pocity z toho, jak vypadáte, měla byste se k nim postavit čelem – ne je zamést pod koberec nebo nad nimi mávnout rukou, ale čelit jim. Tím se posunete na jinou úroveň a budete si moct užívat svou jedinečnou krásu.