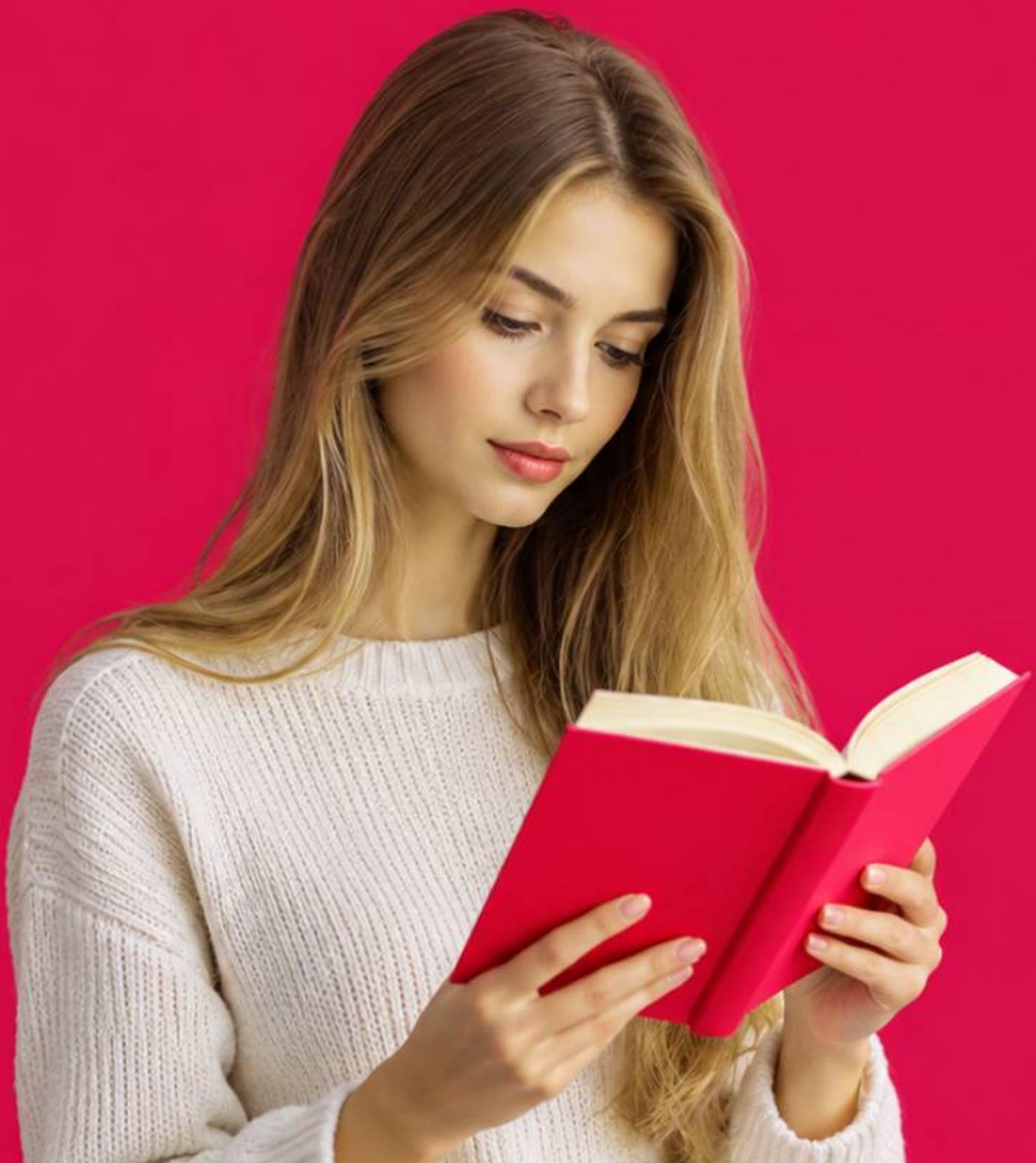
Лина Стоун

Энциклопедия твоего стиля. Всё на свете о твоём гардеробе, макияже и стиле



Лина Стоун

Энциклопедия твоего стиля. Всё на свете о твоём гардеробе, макияже и стиле

«Автор»
2026

Стоун Л.

Энциклопедия твоего стиля. Всё на свете о твоём гардеробе, макияже и стиле / Л. Стоун — «Автор», 2026

«Энциклопедия твоего стиля» — это персональный гид по формированию гардероба, макияжу и имиджу, помогающий определить личный стиль, разобрать шкаф и подобрать трендовые вещи.Основа стиля строится на анализе цветотипа, типа фигуры и создании капсульного гардероба. Она охватывает разнообразие направлений: от классики до эклектики и панк-стиля.

© Стоун Л., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Модные лайфхаки 5
Конец ознакомительного фрагмента. 9

Лина Стоун
Энциклопедия твоего стиля. Всё на свете о твоём гардеробе, макияже и стиле

Модные лайфхаки

Энциклопедия твоего стиля

Всё на свете о твоём гардеробе, макияже и стиле

Введение

«Энциклопедия твоего стиля» — это персональный гид по формированию гардероба, макияжу и имиджу, помогающий определить личный стиль, разобрать шкаф и подобрать трендовые вещи.

Основа стиля строится на анализе цветотипа, типа фигуры и создании капсульного гардероба. Она охватывает разнообразие направлений: от классики до эклектики и панк-стиля.

Стиль представляет собой целостное визуальное и эмоциональное отражение внутреннего мира человека, его ценностей, образа жизни и эстетических предпочтений. Это не просто набор вещей, которые случайно попали в шкаф, а продуманная система выбора, сочетающая форму, цвет, фактуру и пропорции в единое гармоничное целое. Значение стиля в повседневной жизни невозможно переоценить, поскольку одежда и внешнее оформление выступают первым языком, на котором мы общаемся с окружающим миром ещё до того, как произнесём первое слово. Грамотно подобранный образ способен мгновенно скорректировать восприятие, подчеркнуть достоинства, скрыть нюансы, которые не хочется акцентировать, и транслировать уверенность, компетентность и внимание к деталям.

Влияние одежды и макияжа на внутреннее состояние подтверждается многочисленными наблюдениями и исследованиями в области психологии восприятия. Когда человек надевает вещи, в которых чувствует себя комфортно и уверенно, происходит активация нейрохимических процессов, связанных с самоуважением и позитивным настроем. Ткань, облегающая или свободно ниспадающая по фигуре, меняет осанку, дыхание и походку, что напрямую сказывается на уровне энергии и готовности к действию. Макияж выполняет схожую функцию: лёгкое тонирование, акцент на глазах или губах, ровный тон лица создают ощущение собранности и готовности к коммуникации. Это не вопрос маскировки или соответствия внешним стандартам, а инструмент саморегуляции и поддержки внутренней гармонии.

Данное руководство адресовано широкой аудитории: тем, кто только начинает путь к осознанному формированию гардероба и ищет понятные ориентиры; тем, кто уже имеет опыт, но хочет систематизировать знания, устранить противоречия в образе и научиться сочетать вещи без лишних экспериментов; а также тем, кто стремится обновить подход к внешности, сделать его более экологичным, экономным и соответствующим текущему ритму жизни. Книга

не диктует жёсткие правила, а предлагает инструменты для самостоятельного анализа, проб и ошибок, превращая процесс выбора одежды и косметики из источника стресса в увлекательное творческое занятие.

Глава 1. Основы стиля

Стиль и мода часто воспринимаются как синонимы, однако между ними существует принципиальная разница. Мода представляет собой динамичную систему трендов, сезонных коллекций и внешних рекомендаций, которые быстро сменяют друг друга под влиянием индустрии, медиа и культурных сдвигов. Стиль же является личной константой, устойчивым выражением индивидуальности, которое может использовать элементы моды, но не подчиняется им слепо. Человек со сформированным стилем умеет фильтровать новинки, выбирая лишь то, что резонирует с его пропорциями, цветотипом, образом жизни и внутренним состоянием. Мода говорит что сейчас актуально, стиль отвечает на вопрос что подходит именно вам.

Понимание собственных предпочтений и особенностей внешности начинается с честного самоанализа. Полезно проанализировать текущий гардероб, выделив вещи, которые носятся чаще всего, вызывают комплименты и дарят ощущение комфорта, а также те, что остаются нетронутыми в шкафу. Часто причины отказа от определённых моделей кроются в неудобном крое, несоответствии цвета естественному тону кожи, неправильной длине или фактуре, которая не сочетается с остальными элементами. Параллельно стоит изучить свою внешность при естественном освещении, обращая внимание на линию плеч, длину шеи, пропорции торса и ног, форму лица, густоту и текстуру волос. Эти параметры становятся основой для выбора силуэтов, длин и деталей кроя.

Работа с пропорциями фигуры строится на принципе визуального баланса. Если плечи значительно уже бёдер, уместны объёмные верхние части, горизонтальные линии в области груди, акцентные рукава и светлые оттенки сверху, что уравновешивает нижнюю часть. При выраженной линии плеч и узких бёдрах предпочтительны плавные линии внизу, юбки и брюки с расширением от колена или бедра, мягкие складки и детали, привлекающие внимание к нижней половине. Для фигур с акцентом на середину корпуса подойдут вертикальные линии, приталенные силуэты, V-образные вырезы и ткани с умеренной драпировкой, которые мягко обрисовывают форму без излишнего облегания. Прямоугольные пропорции гармонизируются за счёт создания иллюзии талии с помощью поясов, контрастных вставок, слоёв разной длины и текстур, добавляющих объём в нужных зонах. Ключевое правило заключается в том, чтобы одежда подчеркивала естественные линии тела, а не боролась с ними, создавая ощущение лёгкости и свободы движений.

Фундамент Гардероба

•

Анализ текущего гардероба:

Начните с анализа вещей, которые вы носите чаще всего, определяя комфортные цвета, ткани и фасоны.

•

Капсульный гардероб:

Создание базы, где вещи сочетаются друг с другом (разбор по сезону, подбор аксессуаров).

•

Стили одежды:

Знакомство с основными направлениями: классический (элегантность), casual (удобство), спортивный, минимализм, романтический, готический и другие.

•

Поиск своего стиля:

Определение ДНК стиля через архетипы, тренды сезона и профессиональные рекомендации.

Макияж и Beauty-типаж

•

«Ваш Beauty-типаж»:

Определение индивидуального типажа для подбора одежды, прически и макияжа.

•

Цвет стиля:

Дэвид Зила в книге «Цвет вашего стиля» помогает подобрать палитру под внешность.

•

Макияж:

Подбор секретов безупречного макияжа на все случаи жизни.

Советы по стилю

•

Разбор гардероба:

Услуга стилиста, включающая оценку вещей по сезону, создание новых комплектов и подбор аксессуаров.

•

Личный стиль:

Документ, систематизирующий предпочтения, текстуры и цветовую гамму.

•

Покупка вещей:

Стоимость шопинга со стилистом варьируется от 15 000 до 30 000+ рублей в зависимости от опыта.

Глава 2. Гардероб: от базы до индивидуальности

Базовый гардероб представляет собой набор универсальных вещей, которые служат фундаментом для множества образов и выдерживают проверку временем. В него входят изделия нейтральных оттенков, классического кроя и качественного исполнения, способные сочетаться друг с другом и с более яркими или декоративными элементами. К обязательным позициям относятся хорошо сидящие брюки прямого или слегка зауженного силуэта, юбка средней длины с понятной линией кроя, рубашка или блуза из натуральной или смесовой ткани, трикотажный джемпер или кардиган, верхняя одежда по сезону с чистыми линиями, а также обувь на умеренной подошве и удобной колодке. Эти предметы не обязаны быть скучными: их ценность заключается в функциональности, способности выдерживать многократную носку и служить нейтральным полотном для акцентных деталей.

Сочетание вещей требует внимания к нескольким параметрам: пропорциям, текстуре, цвету и степени формальности. Правило пропорций гласит, что объёмный верх лучше смотрится с более узким низом и наоборот, что предотвращает визуальную перегруженность. Сочетание фактур добавляет глубину образу: гладкий шёлк или атлас гармонично соседствует с матовой шерстью, плотный хлопок смягчается вязаным трикотажем, а кожаные элементы

оживляют текстильные композиции. Цветовые переходы могут быть монохромными, аналоговыми или контрастными, но важно сохранять доминирующий оттенок и использовать остальные как акценты. Степень формальности должна быть согласована внутри образа: деловые брюки не сочетаются с лёгкими пляжными топами, а спортивные кроссовки редко уместны с классическим пальто, если только это не осознанный стилистический приём, требующий точного баланса.

Капсульный гардероб — это система ограниченного количества предметов, обычно от двадцати до тридцати пяти единиц, которые полностью взаимозаменяемы и покрывают потребности определённого сезона или образа жизни. Создание капсулы начинается с аудита: из шкафа извлекаются все вещи, оценивается их состояние, посадка и актуальность, после чего формируется ядро из самых часто используемых и сочетаемых позиций. Далее выявляются пробелы: не хватает ли нейтрального верха, универсальной обуви, слоя для прохладной погоды. Покупки планируются осознанно, с приоритетом на качество тканей, точность кроя и долговечность фурнитуры. Такой подход снижает импульсные траты, уменьшает количество неиспользуемых вещей, ускоряет утренний выбор и формирует привычку инвестировать в проверенные решения. Экономия достигается не за счёт дешёвых покупок, а благодаря сокращению частоты замен и увеличению срока службы каждой единицы гардероба.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.