

Oblečení, které umí (u)mlčet

Autorka: Kamila Vodochodská

Móda má moc vyjádřit naši osobnost, (ne)svobodu i náladu. Jenže příliš často je využívána i k tomu, aby skrývala tělo, které se nevejde do současných úzkých společenských očekávání. Oblečení, které nosíme, pak přestává být prostředkem sebevyjádření a stává se nástrojem korekce. Podívejme se společně na to, jak si z oblečení nevytvářejí soudce, ale spojence - a jak může být právě móda cestou k laskavějšímu vztahu k sobě i svému tělu.

Paní móda je mou mentorkou již více jak dvě dekády. Nepřestává mě překvapovat v tom silném i křehkém, dobrém i špatném, inspiruje, boří mýty a tvoří nové, staví mosty, které spojují i rozdělují...

Dnes se budeme výjimečně věnovat jinému tematickému okruhu, než je ekologický přesah našich oděvních nákupů. Móda by měla být praktická a funkční, tedy komfortní a příjemná; estetická, tedy především líbivá nám samotným, naší osobnosti i proporcím; etická nebo alespoň vědomá — a co možná nejtrvanlivější. Móda může být – a často je – nositelem mnoha informací a poselství, a to jak z psychologického, tak i sociologického hlediska. Neměla by však komentovat tělo.

Existují dvě základní energie, ze kterých lidé při výběru oblečení vycházejí: buď jim nevádí být viděni a chtějí být více na očích, nebo se naopak chtějí co nejvíce skrýt.

A právě ona druhá zmíněná možnost, často mylně vnímaná jako *skromnost*, bývá ve skutečnosti zakořeněná v něčem hlubším: ve snaze skrýt tělo, které neodpovídá očekáváním. Vlastním, nebo cizím.

Móda se stala zrcadlem toho, jak vnímáme sami sebe. A velmi často se ono zrcadlo mění spíše ve zvětšovací sklo upozorňující na nedostatky.

Oblečení dnes často neslouží k vyjádření osobnosti (což by tak primárně mělo být), ale jako nástroj korekce: šaty, které zeštíhlují, podprsenky, které zvedají, kalhoty, které tvarují, prádlo, které stahuje. Jako by bylo přirozené tělo schránkou, kterou je třeba upravit.

Přítom konfekční velikosti, módní normy i stylová doporučení vycházejí z velmi generalizovaných tabulek plných čísel, která o tvarech či křivkách neříkají zhola nic. Mění se normy a stylová doporučení se střídají rychleji než roční období (zcela bez nadsázky). Více jak 52 mikrokolekcí, s mikrotrendy, klíčovými highlighty a flashtrends, které se objevují doslova ze dne na den, nelze brát za bernou minci. A jedině pokud dokážeme utnout tento krysí závod, můžeme z trendy závodu vyjít jako vítězové.

Když nám něco „nesedí“, máme pocit, že selháváme - přestože to není chyba těla. Naše postavy nejsou univerzální formy a ani nemají být.

Styl není dieta

I v módním světě se šíří představa, že na lepší verzi sebe sama je třeba si počkat. A tak při analýzách a třídění šatních skříní nalézáme kalhoty, do kterých se jednou vrátíme, před zrcadlem zadržujeme dech a před výlohami často odvracíme zrak. Jako by styl měl být odměnou - ne jedním z nástrojů radostí života.

Ale styl není dieta, neexistuje žádná „cílová váha“, která vám dá práva nosit výrazné květované šaty, kalhoty se širšími nohavicemi nebo triko bez rukávů. Čím dříve si dovolíme oblékat se podle toho, kým skutečně jsme – a začneme objevovat, co se nám líbí, co nám sluší a kam až sahají naše hranice stylu – místo toho, kým bychom *měli být*, tím dříve zjistíme, že ten nejsvobodnější styl je právě ten náš.

Móda, která tělo nehodnotí

Když píšete, že móda má umět mlčet, nemyslím, že by měla být nudná. Naopak, měla by mlčet o těle, aby mohla mluvit o duši. Přirovnávám nás na módních workshopech a přednáškách často k cibulím - každý máme své slupky, některé jsou radostné, plné skryté energie, hravosti, odvahy, sexappealu, ženskosti bez lacinosti, jiné jsou plné traumat, strachů, bloků či neznalosti sami sebe či principů a nástrojů, jak v rámci stylu a stylingu se svou postavou a tím, co máme a nemáme rádi, pracovat.

Nepotřebujeme, aby na nás oblečení ukazovalo „tímto topem schovávám břicho“ a „snažím se vypadat štíhleji“. Potřebujeme, aby nás respektovalo. A to vyžaduje nový způsob myšlení. Módní inteligence není o tom, jak oblékat ideální tělo. Je o tom, jak oblékat to vlastní. V jeho štíhlosti či plnosti, cykličnosti a proměnlivosti v rámci životních etap.

Praktická módní sebelaskavost aneb 5 otázek, které mění výběr oblečení:

1. Cítím se v tomto kousku uvolněně i emočně, nejenom fyzicky?
2. Připomíná mi tento kousek něco, co se mi na sobě opravdu líbí? (Může se jednat o kousek již v minulosti vlastněný či jej máme vysněný)?
3. Oblékla bych si tento kousek i tehdy, když bych nikoho nemusela přesvědčovat/cíleně se uzpůsobovat/omezovat v rámci komunity, pracovní skupiny, přání partnerů/rodiny?
4. Co mi říká vnitřní hlas, když si tento kousek zkouším - povzbuzuje mě či hodnotí, přináší pochyby?
5. Není tento kousek v mé skříní jen proto, že čeká, až budu jiná?

Oblečení má být spojencem, ne kritikem. Vědomý styl začíná vědomým vztahem k vlastnímu tělu. A to je kus životní cesty.

Přeji vám, ať je co nejhezčí a vězte, že mít k ní parťáka, který vám i v oblasti módy podá pomocnou ruku a vytvoří bezpečné prostředí, není ostuda. Ba naopak.

S láskou,

Kami