



ПРАВИЛА НА ВСЕ СЛУЧАИ ЖИЗНИ

# ПРАВИЛА ЭТИКЕТА

В ЦВЕТНЫХ ИЛЛЮСТРАЦИЯХ



Правила на все случаи жизни

**Правила этикета на  
все случаи жизни**

«Издательство АСТ»

2016

УДК 395  
ББК 87.8

Правила этикета на все случаи жизни / «Издательство АСТ»,  
2016 — (Правила на все случаи жизни)

ISBN 978-5-17-095503-9

Этикет ввел в обиход «король-солнце» 17 века Людовик XIV. Хотя основы его были заложены еще у фараонов в Египте 3 тыс. лет до н. э. Но именно Людовиком была ритуализирована каждая мелочь. Его прислуге и гостям раздавали карточки или, по-французски, этикетки (etiquette) с изложением того, как они должны держаться, что и когда делать. Церемонии того времени возносили короля до уровня недоступного божества. Ныне королевские церемонии перекочевали в нашу обыденную жизнь. Сегодня знать основные правила поведения в обществе и следовать им считается признаком хорошего тона и вызывает уважение. Поэтому теперь вы можете уже не представлять себя королем или королевой. Вы ими станете, прочитав эту книгу.

УДК 395

ББК 87.8

ISBN 978-5-17-095503-9

, 2016

© Издательство АСТ, 2016

# Содержание

Церемонии короля-Солнце	6
Умение подать себя	7
Походка, осанка, манеры садиться и сидеть	8
Обувь, одежда (женщины)	11
Обувь, одежда (мужчины)	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# Правила этикета на все случаи жизни

© ООО «Издательство АСТ»

\* \* \*



## Церемонии короля-Солнце

Представьте, что вы король или королева. И вы утром просыпаетесь у себя во дворце.

Главный камердинер раздвигает полог вашей кровати. Камер-лакеи выпускают вельмож, облеченных правом присутствовать при вашем торжественном моменте пробуждения. По очереди входят принцы крови, главный камергер, главный при гардеробе короля и четыре камергера. Все кланяются.

Вы сходите со своего ложа, установленного в самой середине дворца и точно по главной оси Версальского парка. Вы садитесь в кресло. Главный камердинер начинает процедуру утреннего умывания: читает краткую молитву, потом льет несколько капель ароматизированного винного спирта вам на руку. Первый камергер сначала подает тапки, затем – халат главному камергеру. Главный камергер надевает на вас тапки. Вы встаете – он же помогает вам надеть халат. Вы садитесь. Первый камергер подносит вам зеркало. Придворный куафер снимает с вас ночной колпак, причесывает волосы, делает прическу.

Придворные сановники по очереди вам натягивают туфли, застегивают алмазные пряжки, подвязывают шпагу и орденскую ленту (если вы королева – то надевают платье и вешают украшения). Гардеробмейстер подает вам на золотом подносе три вышитых платка на выбор, шляпу, перчатки и трость. (Если вы королева, то на выбор – платки, шляпу, перчатки и веер).

Потом завтрак. Дежурный камергер нарезает хлеб и производит смотр, все ли в порядке. Вы сидите в кресле. А ваши домашние, то есть члены королевской семьи – на табуретах.

Все придворные стоят рядом и молчат...

И не дай Бог нарушить очередность процессов и количество движений! Иначе вы велите казнить нерадивых подчиненных.

Это и есть этикет, который ввел в обиход «король-солнце» 17 века Людовик XIV. Хотя основы его были заложены еще у фараонов в Египте 3 тыс. лет до н. э. Но именно Людовиком была ритуализирована каждая мелочь. Его прислуге и гостям раздавали карточки или, по-французски, этикетки (*etiquette*) с изложением того, как они должны держаться, что и когда делать.

Церемонии того времени возносили короля до уровня недоступного божества. Ныне королевские церемонии перекочевали в нашу обыденную жизнь. Сегодня знать основные правила поведения в обществе и следовать им считается признаком хорошего тона и вызывает уважение. Поэтому теперь вы можете уже не представлять себя королем или королевой. Вы ими станете, прочитав эту книгу.

## **Умение подать себя**

Это правила формирования гардероба, ухода за своим внешним видом, умение держать осанку, правильно ходить, сидеть, следить за своими позами и жестами.

## **Походка, осанка, манеры садиться и сидеть**

### **Так правильно**

- + Красивая походка – это когда прямая осанка, когда руки нешироко двигаются в ритме шага, плечи выпрямлены, живот подтянут.
- + Походка должна быть легкой и пружинистой.
- + Сидеть нужно прямо.
- + Голову держать прямо.
- + Если вы сидите, руки должны спокойно лежать на коленях, если стоите – свободно свисать по бокам.
- + Если вы сидите, то нужно ставить ноги вертикально или немного скрестить их.
- + Женщина, садясь, не приподнимает платье или пальто.
- + Мужчина, закидывая ногу на ногу, не подтягивает штанину так высоко, чтобы выше носка была видна голая нога.
- + Стул переставлять, взявшись за спинку, а не двигая по полу.



### **Так не правильно**

- Семенить и шаркать ногами по асфальту.
- Идти, размахивая широко руками.
- Втягивать голову в плечи или, наоборот, задирать ее высоко вверх, а также ходить с опущенной головой.

– Ерзать на стуле, сутулиться, сползть на край кресла и сцеплять руки на коленях, раскачиваться на стуле.

– Сидеть, расставив широко ноги и опираясь ладонями о колени.

– Сидеть, развалившись и раскинув ноги и руки в стороны.

– Сидеть, закинув ногу на ногу.

– Поминутно теревить свой галстук или вертеть ключи на руке.

– Теревить другого за одежду.

– Рассматривать свои ногти.

– Барабанить пальцами по столу.

– Накручивать на палец волосы.

– Кричать при разговоре.

– Показывать на кого-то пальцем.

– Держать руки постоянно в карманах.

**ИСКЛЮЧЕНИЕ:** руки можно иногда прятать только в карманы пальто.

## Обувь, одежда (женщины)

### Так правильно



+ Все, что на вас надето, всегда должно быть чистым, подшитым, застегнутым и отглаженным.

+ В наряде не должно быть больше 3 контрастных оттенков.

+ Для вечернего выхода подойдут наряды с блестками или пайетками. Такой же блестящий и маникюр.

+ Подходит только крупным женщинам (стройным среднего роста не подходит):

- бросающиеся в глаза аксессуары,
- большие сумки,
- яркие жакеты,
- обилие вышивки,
- громадные шляпы.

+ Высокие сапоги носить с юбкой до колен или чуть ниже колен, а полусапожки и ботинки – с короткой юбкой.

+ Дома носить вещи спортивного стиля: бриджи, футболки, шорты, специальные домашние костюмы.

+ Иметь в гардеробе универсальный вечерний наряд – маленькое чёрное платье, в котором можно пойти и в театр, и в ресторан, и к подруге.

+ Девушки за 35 лет не носят на пляже бикини, даже если фигура идеальна.

### Так не правильно



– Днем не принято надевать вечерние наряды, особенно с блестками или пайетками, а на работу – одежду для отдыха.

– Ходить в обуви со стертymi каблуками.

– Днем на улице носить обувь на шпильке. Надо – на низком или среднем каблуке.

– Надевать с джинсами туфли на шпильках. Нужна – спортивная обувь.

– Цвет чулок подбирать только в тон обуви. Надо подбирать их и к цветовой гамме своей одежды.

– Надевать много украшений днем.

– Делать днем яркий макияж.

– Встречать гостей\соседей, выходя в халате. Халат – это неглиже.

– Носить растянутые на коленках штаны или стоптанные тапочки.

– В бассейне женщины любых форм и объёмов плавают в открытых купальниках. Надо – в закрытых купальниках. Открытые – только для пляжа.

## Обувь, одежда (мужчины)

### Так правильно



+ Под спортивный костюм и кроссовки надеть белые носки, поскольку они считаются сугубо спортивными.

+ Если под шорты обуть кроссовки, то носки должны быть короткими, еле заметными.

+ Подтяжки не выставляют на всеобщее обозрение.

+ Деловой костюм носить с галстуком.

**ИСКЛЮЧЕНИЕ:** спортивные пиджаки надевают на футболку.

+ Светлую обувь и сандалии надевать к любому костюму, кроме черного и синего.

+ Брюки должны спереди чуть спускаться на обувь, а сзади доходить до начала каблука.

+ Завязанный галстук касается нижним концом пряжки ремня.

+ Классические костюмы – сочетать с классическими моделями рубашек и галстуков.

## **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.