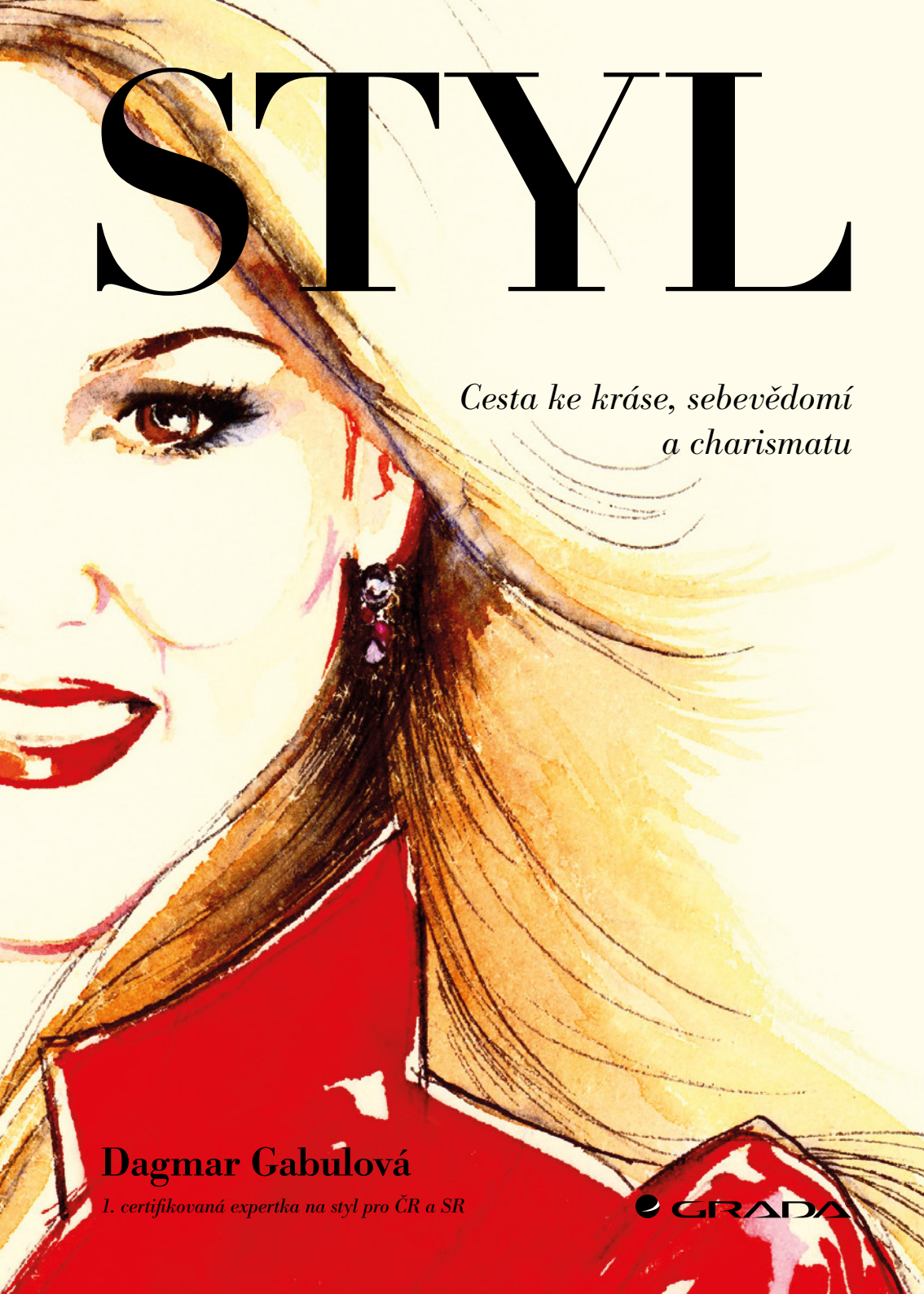




STYL

*Cesta ke kráse, sebevědomí
a charismatu*

Dagmar Gabulová

1. certifikovaná expertka na styl pro ČR a SR

 **GRADA**



Věnování

.....

.....

.....

.....

STYL

Cesta ke kráse, sebevědomí
a charismatu

Dagmar Gabulová

1. certifikovaná expertka na styl
pro ČR a SR

*Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy
Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být
reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího
písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.*

Dagmar Gabulová

STYL

Cesta ke kráse, sebevědomí a charismatu

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 6180. publikaci

Koncept a kreativní řešení Dagmar Gabulová
Ilustrace Zuzana Osako
Fotografie Petr Kozlík, partnerské firmy
Odpovědná redaktorka Helena Varšavská
Navrh obálky Dagmar Gabulová
Zpracování obálky Antonín Plicka
Sazba a zlom Antonín Plicka
Návrh grafické úpravy Antonín Plicka
Počet stran 176
Vydání 1., 2016

Vytiskly tiskárny FINIDR, s. r. o., Český Těšín

© Grada Publishing, a. s., 2016
Cover Illustration © Zuzana Osako

ISBN 978-80-271-9137-6 (pdf)
ISBN 978-80-247-5598-4 (print)

Obsah

8	Úvod
11	Cesta k práci snů
31	Nový pohled na ženskou krásu
41	Vzhled jako osobní značka
53	První část úspěchu: Definujte si vlastní značku
75	Druhá část úspěchu: Noste barvy, které vás rozzáří
97	Třetí část úspěchu: Oblékejte své křivky do střihů zvýrazňujících vaše přednosti
115	Čtvrtá část úspěchu: Odhalte svůj jedinečný styl
133	Pátá část úspěchu: Vytvořte si šatník pracující ve váš prospěch
147	Šestá část úspěchu: Nakupujte chytře a s úsměvem
155	Sedmá část úspěchu: Naučte se šikovně doladit celek s doplňky
169	Závěr
171	Zdroje
172	Poděkování
174	O autorce

Pro Viktora

*Když cítíte podporu, dokážete všechno na světě.
Děkuji za to, že jsi mi umožnil roztáhnout křídla
a necháš mě létat. Slova nedokážou vyjádřit mou
vděčnost za to, jak jsi změnil můj život!*



Náušnice, náramek a prsten
HALADA Fantasia s brilianty
v růžovém 18kt zlatě. Šaty **Olvi's**,
prodává **DUŠNÍ 3**.

Úvod

Dlouho jsem netušila, čemu se v životě chci věnovat. Vždy mě zajímala móda a péče o vzhled, nevěděla jsem však, jak se v této oblasti smysluplně realizovat. Jelikož věřím, že pomocí zevnějšku můžeme vyjádřit svou osobnost a vnitřní krásu, po studiu marketingu jsem se vydala na cestu za hledáním své práce snů.

A našla jsem ji! Již několik let pomáhám ženám vytvořit image a osobní značku, které jim přinášejí úspěchy jak v pracovním, tak v osobním životě. Nezáleží na tom, jestli sestavuji šatník v Praze, absolvuji nákupy s klientkou v Curychu či New Yorku nebo vedu workshop v Českých Budějovicích. Má práce se ženami nezačíná tím, co se právě nosí. Mým cílem není vytvářet otroky módy, ale odkrývat skutečnou krásu a jedinečnost, která je v každé z nás.

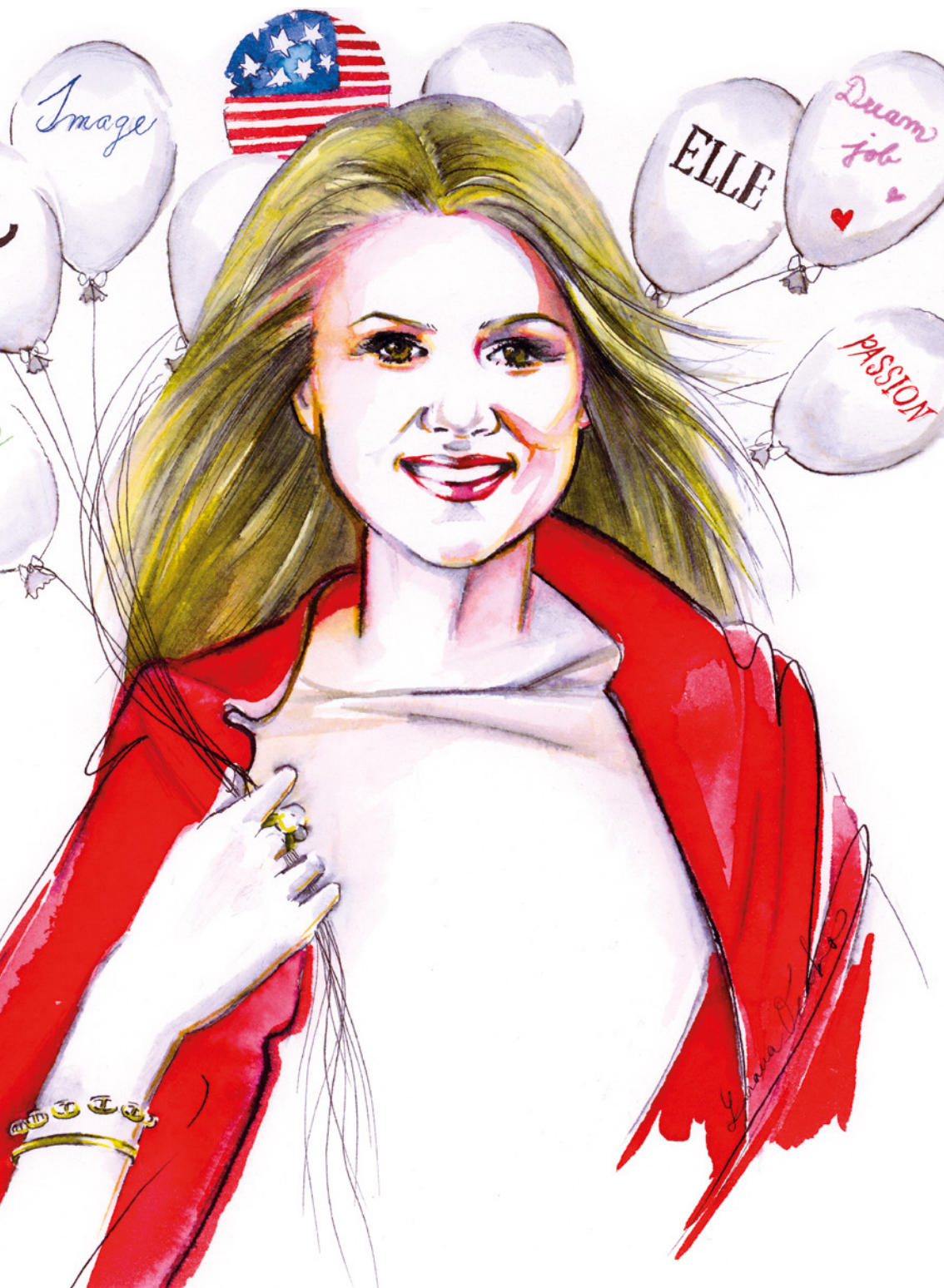
V průběhu cesty za nalezením vlastního stylu jsem zjistila, že pečovat o svůj vzhled a oblékat se co nejlépe není projev marnivosti, ale životní nutnost. To, co máme na sobě, totiž prezentuje navenek to, kým jsme, a určuje, jak zapůsobíme na druhé lidi. A úspěch v životě přece závisí na tom, jaké šance nám dají ostatní, ať už v lásce nebo v práci. Mimochodem, věděla jste, že šedesát procent veškeré lidské komunikace je neverbální? A dalších třicet procent tvoří tón hlasu. To znamená, že devadesát procent z toho, co o sobě řeknete, nejsou slova vycházející z vašich úst.

- Jak chcete, aby vás lidé vnímali a pamatovali si vás?
- Jak barvy, které nosíte, ovlivňují to, jak se cítíte a vypadáte?
- Jak využít přednosti postavy na úkor malých nedokonalostí?
- Jak si vybudovat vlastní styl, který je odrazem vaší osobnosti?
- Jak využít co nejvíce a to nejlepší ze současného šatníku?
- Jak šetřit čas a peníze při nákupu nových kousků?
- Jak doladit celkový vzhled s doplňky?

Naučte se, jak udělat ze svého vzhledu úspěšnou osobní značku a jak se cítit sebejistě a skvěle! V průběhu let, kdy radím ženám v oblékání a v nakupování, jsem sestavila těchto sedm částí úspěchu dokonalého vzhledu, které vám zaručí, že budete vypadat a cítit se co nejlépe.

Objevte svou krásu. Objevte svou jedinečnost. Staňte se hvězdou svého života!





1 CESTA K PRÁCI SNŮ

*„Mějte odvahu následovat své srdce
a intuici. Nějak už vědí, čím se
opravdu chcete stát.“*

Steve Jobs

A woman with blonde hair is shown in profile, facing right. She is wearing a jacket with a bold, abstract pattern of blue, gold, and brown spots on a light background. She is holding a large, round, gold-colored ring on her finger, which is resting near her lips. The background is a solid teal color.

Prsten **Niessing Topia**, růžové
18kt zlato, prodává HALADA.
Sako **JANA GAVALCOVÁ**.



Má životní lekce č. 1:

Práce snů neexistuje, sami si ji musíme vytvořit.

Již od dětství mě lákal svět a fascinovala krása. Jako malá jsem oblékala panenky Barbie, později jsem snila o soutěžích miss a o světě modelingu, zamilovala se do interiérového designu a také propadla kráse barevného světa květin.

Modeling pro mě nebyl životním cílem, spíše snem a lákavou zkušeností. Přesto jsem ho nikdy ani nezkusila. V té době jsem na něj neměla dostatek odvahy a sebevědomí. Prostředí, ve kterém jsem vyrůstala, vnímalo krásu a péči o vzhled jako něco povrchního a nedůležitého. První krůčky do světa módy stejně jako radost z úspěšného konkurzu zmrazila v mých dvanácti letech reakce: „*Snad teď nebudeš namyšlená!*“ A já nechtěla být. Můj prvotní úspěch v modelingu byl tedy zároveň i posledním. Tím skončily veškeré mé pokusy přiblížit se tomu, k čemu mě mé srdce tak silně táhlo.

Místo budování modelingové kariéry jsem šla studovat marketing. Praha jsem po kreativitě, místo toho jsem se trápila s čísly a matematikou, memorovala geografii s prstem na mapě a představovala si, jak jednou ta místa ze skript skutečně navštívím.

AMERICKÁ KRÁSA

Amerika byla mým velkým dětským snem a destinací číslo jedna na mém cestovatelském seznamu. Měla pro mě jakési zvláštní kouzlo. Přitahovala mě svou dokonalostí a živou energií. Představovala perfektní svět s neomezenými možnostmi, ve kterém jsou lidé šťastní, pozitivní a sami sebou. Navíc to neváhají dopřát také ostatním. Vždy jsem nadšeně obdivovala,

s jakou lehkostí se Američané dokážou prezentovat, jak mají sebevědomí a charisma v krvi. Prostě vědí, jak zaujmout a zanechat dojem. A k tomu ten zářivý americký úsměv. Touha naučit se anglicky a vycestovat do Států byla proto mým hnacím motorem již od útlého dětství.

Můj letitý sen se stal skutečností až v mých třiadvaceti letech. Rok před ukončením vysoké školy se naskytla jedinečná příležitost strávit poslední letní prázdniny prací v zahraničí. Tu šanci jsem si nemohla nechat ujít. A dodnes jsem za ni nesmírně vděčná. Můj první pobyt v Americe byl totiž nejen naplněním mého snu. Přinesl mi do života mnohem víc, než jsem kdy očekávala. Pociťala jsem tam nekonečnou svobodu být sama sebou a najednou si uvědomila, že jsem možná někým úplně jiným, než jsem si do té doby myslela. Až tam jsem pochopila, že chtít od života něco jiného než to, co vidíme kolem sebe, je úplně v pořádku. Ne žít lépe, ani hůř než ostatní, ale žít podle sebe a mít odvahu následovat své srdce. Najednou byl důvod mé celoživotní vášně pro Ameriku tak zřejmý – to byly ty lekce, které jsem si odtud měla odnést!

PRVNÍ KROKY K MÝM VÁŠNÍM V BRNĚ

Po studiích na Ekonomické univerzitě jsem z rodné Bratislavy odešla a přestěhovala se do Brna, které se stalo počátkem mého vlastního světa. Viděla jsem se jako úspěšná marketingová manažerka ve firmě se zvuknou značkou sídlící na dobré adrese. Cílem bylo mít „cool job“. To byla tehdy má očekávání od práce. Nikdy jsem ji nevnímala jako něco, co by mohlo být zároveň mou vášní, nebo něco, v čem bych mohla uplatnit své zájmy, talent či silné stránky a mohla jejich prostřednictvím pomoci i ostatním.

Nastoupila jsem do přední developerské společnosti na trhu s nemoovitostmi a už první pracovní zkušenost po škole mi ukázala, že marketing je



v praxi spíš o číslech a tabulkách než o kreativitě a práci s lidmi. Netrvalo dlouho a já si uvědomila, že moje první zaměstnání mě ne zcela naplňuje. •

Jelikož jsem si v Brně zařizovala své první vlastní bydlení, žila jsem po večerech a víkendech designem, bytovými doplňky, barvami a styly. A tehdy to přišlo! Poprvé v životě jsem měla možnost pocítit, jaké to je, když se něčemu věnujete s nadšením. Najednou jsem měla příležitost porovnat pocit prázdnoty a frustrace, který jsem dlouhodobě pracovně prožívala, s pocitem, když vás to, co děláte, nabíjí a dává vám smysl. Bylo to jako rána z čistého nebe. Probuzení, možná až znovuzrození. Najednou jsem přesně věděla, proč tady jsem a jaký má být směr mojí cesty – DĚLAT MÍSTA KRÁSNĚJŠÍMI. A já se na tu cestu bez váhání vydala.



Aktivita, činnost či věc, z nichž jste nadšená, nejsou náhodné. Jsou vaším posláním.

Původní práci jsem nejdříve s novými aktivitami kombinovala, až jsem ji zcela vyměnila za vlastní dekorátorské a interiérové studio. Zkrášlování kancelářských, obchodních a obytných interiérů jsem se věnovala téměř čtyři roky. Časem jsem však stále více nabývala pocitu, že mi něco schází. Pracovala jsem v rozmanitém prostředí, s nádhernými věcmi, kreativně se realizovala, ale něco tam chybělo. Toužila jsem se životů lidí dotknout více. Chtěla jsem jim dát víc než jen radost z jejich hezčích domovů či kanceláří. Pouhá krása na povrchu mi k naplnění přestala stačit a já pocítila potřebu něčeho hlubšího.

INSEAD A INSPIRATIVNÍ ASIE

Ve stejné době zamíchal osud karty i v mém osobním životě a já se najednou ocitla v Asii. Nevyrazila jsem tam na výlet, ani nejela na dovolenou. Přestěhovala jsem se tam a svůj nový domov jsem našla v Singapuru. S aktivitami z oblasti interiérů jsem nadále na dálku pokračovala a zároveň si dopřála prostor k načerpání nové životní energie.

Singapur je kosmopolitní, bohatý, bezpečný a čistý stát, tento pětimilionový asijský ostrov však skrývá i řadu jiných kvalit. Jednou z nich je skutečnost, že díky pestré paletě kultur se z něj stalo město bez rozdílů. Možná právě kombinace různých národností, jazyků, kultur, náboženství a zvyklostí dopomohla k vytvoření místa, kde se každý cítí respektovaný a svobodný v projevu svého skutečného já. Lidé zde žijí v harmonii a jako jedna společnost bez rozdílů. Vládne zde pohoda, pozitivní přístup k životu, lidé jsou přátelští, usmívají se a dokážou se těšit i z maličkostí. Každý si tam rychle najde své místo a může žít naplno podle svých představ. A přesně takové prostředí jsem v aktuální životní etapě potřebovala.

Ze světa interiérového designu jsem se přesunula mezi úspěšné lidi z byznysu pocházející ze všech koutů zeměkoule. Každý z nich odešel ze svého domova za změnou, seberealizací, lepším životem či dobrodružstvím do daleké Asie. Byli studenty mezinárodního MBA programu na škole INSEAD a měli před sebou nejlepší rok svého života. Alespoň to se o studiu na této univerzitě tvrdí. Já měla štěstí být tohoto zážitku součástí a potvrdila jsem si tak spolu s nimi, že se to vůbec neříká nadarmo.

Čas v Singapuru jsem využila nejen k cestování a přemýšlení nad vlastním životem, ale zejména k inspiraci od nejchytřejších lidí světa, kteří toho již hodně dokázali. Přesto se však rozhodli něco změnit, zvolit si lepší budoucnost a najít svou vysněnou práci. Až díky nim jsem poznala, že nejúspěšnější lidé jsou nejpokornější, že za svůj úspěch vděčí disciplíně,

tvrdé práci a své autenticitě, i to, že lídři zpoza velkých značek jsou také lidé z masa a kostí. Singapur se rychle stal mým druhým domovem a v mém srdci si navždy získal speciální místo s označením „město spojující lidi“.

CHANEL A KLÍČOVÉ SETKÁNÍ VE FILADELFII

Od mé první vysněné cesty do Spojených států uteklo hodně vody, do země neomezených možností se však dodnes ráda vracím. Svět mi dává křídla a přináší úžasné inspirace do života, proto jsem vděčná pokaždé, když můžu vzlétnout a vydat se na cesty. Kamkoli. V rámci jednoho z následujících amerických pobytů jsem potkala další významnou ženu – Maureen Chiquet, generální ředitelku módního domu CHANEL. Tehdy jsem ještě netušila, jaký vítr do plachet vnese náš rozhovor na mé cestě za prací snů.



Dagmar,
Dont be a banker!
Live through passion -
Love
H.

Její rada – „Dagmar, *nebuď bankéřkou. Žij svými vášněmi!*“ – zarezonovala s mým nenaplněným snem ze světa módy. Já však tehdy vůbec netušila, co bych v té oblasti mohla dělat, čím bych mohla přispět. Bylo mi dvacet osm let, na modeling jsem věk už neměla, ani myšlenka vést obchod s oblečením mě nijak nenadchla. Jelikož jsem věděla, že dokážu vidět a dělat interiéry krásnějšími, rozhodla jsem se posunout tuto schopnost na vyšší úroveň – DĚLAT LIDI KRÁSNĚJŠÍMI.

ELLE A OBJEVOVÁNÍ MÓDNÍHO SVĚTA V PRAZE

Do Prahy jsem se přestěhovala již s jasným cílem – proniknout do světa módy. Byla jsem nadšená, že se konečně přiblížím k tomu, kam mě dlouhá léta srdce táhlo. Začínala jsem v cizím městě, úplně od nuly, nikoho jsem neznala, proto jsem se rozhodla pro zaměstnání v oboru, abych poznala lidi a přiučila se něčemu novému. Prahu jsem si představovala jako mezi-