



СЕКТОР – СОСТОЯНИЕ «СПОКОЙСТВИЕ»

Суть:

Гармония, ровное дыхание. Мир внутри совпадает с тем, что снаружи.

Цель:

Укрепить состояние. Отдохнуть в себе.

Практики:

- Медитация в одежде, которую хочешь носить каждый день.
- Прогулка в тишине.
- Утренний ритуал «пить чай как я».

Символ:

Гладкая поверхность воды. Камень в круге.

Вопросы:

- Что приносит мне ощущение дома?
-

- Как я могу сохранять это состояние в действии?
-

Аффирмация:

"Я дома в себе."

Стилистическая капсула: «Лёгкий бриз»

Цветовая палитра:

- Пастельно-голубой (небесный)
- Мягкий мятный
- Нежный бежево-серый
- Лёгкий перламутровый белый
- Сдержанный пыльно-лавандовый

Оттенки создают ощущение воздушности и пространства, напоминают морской прибой и нежный рассвет — они мысленно «расширяют лёгкие» и приглушают внутренний диалог.

Ткани и фактуры:

- Лён батист (с лёгкой полупрозрачностью)
- Натуральный хлопок с зональным плетением (поплин, бязь)
- Тонкий кашемир или мериносовая шерсть (не колючая, с бархатистой поверхностью)
- Вискоза с матовым эффектом (шиншилловая)
- Шёлк-шифон (для небольших деталей или наложений)
- Трикотаж-лапша (с эластичными нитями, но без сдавливания)

Фактуры подчёркивают невесомость: ткани драпируются легко, создают мягкие складки, дают телу «дышать» и не сковывают движений. Шёлк-шифон в деталях усиливает эффект «воздушного касания».

Образы:

1. Платье-миди из льняного батиста пастельно-голубого оттенка + кардиган из тонкого хлопка бежево-серого цвета + сланцы с мягкой стелькой белого или кремового тона.
2. Свободная рубашка из вискозы мятного цвета (драпируемая, с лёгкими сборками на спинке) + брюки-кюлоты из тонкого хлопка нежно-лавандового оттенка + эспадрильи на плетёной подошве цвета натурального рафии.

3. Лёгкий кашемировый свитер серебристо-серого тона (с вырезом-лодочкой) + юбка-миди из шёлка-шифон в слоёные мягкие пластины белоснежного оттенка + балетки мятного цвета с невысоким подъёмом.
4. Комбинезон свободного кроя из хлопка-поплина перламутрово-белого тона (регулируемые бретели, пояс-кушак) + мюли на небольшом каблучке бежево-серого оттенка + летний плащ-пончо из тонкой вискозы нежно-голубого тона (для прохладных вечеров).
5. Трикотажный кардиган-оверсайз мятного цвета + футболка из хлопка пенье пыльно-лавандового оттенка + джоггеры из тонкого трикотажа бежево-серого цвета + мягкие слипоны белого оттенка.

Задача капсулы:

- Привести тело и ум в состояние «мягкой плавности» — одежда словно обволакивает, не мешая свободному дыханию.
- Уменьшить внутренний фон беспокойства, создавая ощущение пространства вокруг — фасоны без жёстких линий, плавные силуэты.
- Снять напряжение через текстуры, которые не цепляются за кожу: ткани должны скользить по телу, а не сдавливать.
- Напомнить о простых радостях: прикоснуться к лёгкому шёлку, вдохнуть «морской» оттенок цвета, почувствовать устойчивость мятной палитры.
- Закрепить ощущение «я в безопасности здесь и сейчас»: ткани и оттенки работают как мягкая обитель, где можно по-настоящему отпустить суету.