

**LÆKKER
INDERST
INDE**

Undertøj er en meget undervurderet del af garderoben hos mange!

Jeg beder altid en kvinde om at have sit bedste undertøj på, når vi skal shoppe. Men ofte kommer hun i nogle gamle, slidte pjalter, hvor elastikken er gået, og bh'en intet godt gør for barmen. Hun griner og siger: »Øh ja, det er ikke noget, jeg går så højt op i mere« eller »Nej, for nu er det jo blevet hverdag, ikke?« Og hverdag betyder kradsende ben og dårligt undertøj? Tillykke med ingenting!

Hvad enten du er sygeplejerske eller læge i kittel, eller du er boss i habit og skjorte, så skal det, du har på inderst, også være i orden. Det gamle ordsprog »Vær klædt på inderst, så du er klar til at blive indlagt« har sin berettigelse.

Eller omvendt formuleret: Hvis du har ordentligt undertøj på, så sidder dit tøj, som det skal, og du føler dig tilpas. Så enkelt er det! Du behøver ikke blive opereret for at få pæne bryster og mindre deller på ryggen. Du kan sagtens have stramme bukser på, uden at dine balder hænger fladt og kedeligt. Og du behøver ikke gå i g-streng for at være sexet. Men det kræver, at der er taget stilling til undertøjet. Det gør vi sammen nu.

TJEK PÅ DET, DER GEMMER SIG I SKABET

Få overblik over dit undertøj

Tag alt ud af skuffer og skabe.

Sorter efter følgende kriterier:

1. Det, du har på til daglig.
2. Det, du har på, når du skal være lækker og forførende.
3. Det, du ikke vil blive set i – eller komme på hospitalet i.

Bunke 1 revurderer du lige: Er det til at blive indlagt med? Lige gyldigt om du (og din elskede) er til bomuld eller blonder, g-streng eller sportsundertøj, skal undertøjet ikke være forvasket og hullet. Hvis det er, så smid det ud, tak.

Bunke 2 skal være **meget** større. Hvis du køber ordentligt undertøj med bløde blonder og ordentlige beskæringer, kan du bruge det hver dag. Da du mødte (når du møder) din elskede, sparede/sparer du jo ikke på de skønne sager, vel? Du er vel heller ikke begyndt at trække vejret kun hver anden gang, nu hvor det er blevet hverdag, vel? Tænk lige over, hvordan du ser ud, når du smider kludene derhjemme.

Bunke 3 – ja, den skal jo slet ikke være der mere! Ud med den!

TAK FOR MIN NYE, GLADE MARIA

Maria har en skøn mand, som skrev et langt brev, hvor han i detaljer fortalte, hvornår hans kone var skønnest. Og det var blevet sjældent. Vi lavede to shoppe-dage, hun og jeg. Den sidste halve dag tilbragte vi i undertøjets ypperste paradis, butikken Agent Provocateur. Et boulevard af skønne sager! Der er silkeslippers med små fjerkvaste, ypperligt undertøj, strømper og duftlys. Næste gang jeg kom derind, lå

der et gavekort til mig fra Marias mand som tak for den nye og glade Maria, han havde fået hjem med poserne fulde.

AT KØBE UNDERTØJ

Start med at finde en god butik. Mange små, lokale undertøjsbutikker har ansatte, som er meget dygtige og passionerede omkring deres fag.

1. Gå ind i butikken og hils på.
2. Sig, at du har læst denne bog og nu ønsker at tage dit undertøj alvorligt. Så skal du se dem hoppe og danse.
3. Få taget dine nøjagtige mål. Skålen **skal** gå halvejs ind under armen. Og stroppen **må ikke** glide op bag på ryggen. Du vil opdage, at du går ned i omkreds og op i skål. Ikke dårligt! Og så er det en gratis fornøjelse.
4. Få målene skrevet ned, så du kan opgive dem på ønskesedler og have dem med dig, når du er ude at rejse.

HVILKEN UNDERTØJSTYPE ER DU?

Er du til sporty undertøj: Microfiber uden blonder, mere sports-bh end bøjler? Hader du noget, der kradser, og har du det bedst i Eva-kostume? Så er det det, du siger i butikken.

Suppler for eksempel med:

- »Jeg elsker den og den farve.«
- »Jeg skal bruge nogle trusser, som kan bruges under stramme, lyse kjoler.«
- »Jeg går kun med undertrøjer om sommeren. Har du en bh, som sidder ligesom en sports-bh?«

Meld ud. De elsker det i butikken!

Er du til blonder og romantik: Så lev det ud. Blonder kan du altså ikke købe alt for billigt, for så kradser de. Underkjoler er noget, du kan lege med. De er for det første skønne under en kjole, så kjolen ikke sætter sig i undertøj og strømper. Derudover er de skønne om natten.

Har du holdninger til dine blonder, så sig frem. Og sig for eksempel:

- »Jeg kan ikke lide puder i min bh.«
- »Jeg **skal** have puder i min bh.«
- »Jeg bruger kun g-streng, der er to størrelser for store, for ellers laver de en ekstra delle på min hofte.«

Meld ud. De elsker det stadig i butikken!

Har du meget store eller små mål: Fortvivl ikke. Med undertøj kan man trylle! Og flere butikker har kontakter i udlandet, så de kan skaffe ting hjem, du ikke kan se på hylderne. Men det kræver, at du spørger.

At have stor eller lille barm/ krop betyder ikke, at du er udelukket fra at se smuk og forførende ud. Se mine varmeste, delikate anbefalinger bagest i bogen.

Og igen: Forhold dig til, hvad du ønsker at mærke, når du får undertøjet på. Vil du føle dig forførende? Sporty? Bare komfortabel? Sig til!

Vi, som elsker at klæde dig på, bliver ellevilde, når du har specifikke ønsker.

SIMPELT TRICK TIL RIKKE

Rikke er en smuk, meget slank, lille kvinde med en skøn garderobe, som bare ikke fungerede for hende. Hun købte kjoler, jakker og bukser, hun ikke følte sig hjemme i. Vi fandt frem til, at så længe hun har noget sporty og enkelt undertøj, som ikke trykker på hendes mave, har hun det godt. Derudover fandt vi ud af, at i kraft af hendes lille, spinkle krop føler hun, at hun står midt i sit eget tøj. Så jeg fandt på, at hun altid skal være iført en rå tank-top som undertrøje under sine kjoler og bluser. For det første fryser hun ikke. Og for det andet ser man de rå stropper omkring skuldrene, så hun ikke virker så tøsset.

KORT OG GODT OM TRUSSER OG BH'ER

- 1** Prøv at købe en bred blonde-hipster (trusse, som sidder lavt), hvis du vil undgå, at den skærer dig i siderne, og stadig ønsker dig et feminint og kantløst look, hvor man ser det underste af dine balder på en sød måde.
- 2** Køb hudfarvede trusser og bh til at have på under hvidt. Hvidt undertøj kan ses meget tydeligt igennem hvide jeans, bukser og toppe.
- 3** Glatte bh'er er gode til bomuldstoppe, hvis du ikke bryder dig om, at man kan se blonder igennem.
- 4** Hvis du har meget tung barm, er stropperne det allervigtigste. De skal være brede og justerbare.
- 5** Når du vælger bh, skal den passe dig i det yderste hul. På den måde har du mulighed for at stramme den ind, efterhånden som den bliver løsere. Og det bliver den – uanset hvor dyr den har været.
- 6** Skal du prøve en af de sjove »dragter«, som holder maven inde, skal det ikke være i form af bukser eller shorts. De laver buler på benene og ruller ned under maven, når du sidder ned. Prøv i stedet en hel mormor-dragt, som går til midt på låret. Tag den for guds skyld i sort og gerne med nogle blonder på. Dur aldrig under lyst tøj, så glem de hudfarvede!

- 7** På modeller bruger jeg de skønne selvklæbende »brystindlæg«, også kaldet »fileter«, når der skal være kavalergang i en kjole uden stropper.

- 8** Mærket Hunkemøller er specielt gode til systemer, du kan sætte i din bh, hvis du skal have en kjole på med bar ryg eller uden stropper.