

# Galateo

Il libro delle buone maniere

Illustrazioni di Alessandra Chiarlo

ARMENIA

*Testi a cura di  
Maria Cristina Giordano,  
Alessandra Repossi,  
Francesca Così*

Copyright © 2017 Armenia S.r.l.  
Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)  
Tel. 02 99762433 - Fax 02 99762445

[www.armenia.it](http://www.armenia.it)  
[info@armenia.it](mailto:info@armenia.it)

Stampato da Starprint

# Sommario



Introduzione 4

Galateo di tutti i giorni 5

Saluti, presentazioni e ospiti 19

Cerimonie e occasioni speciali 47

A tavola 59      Comunicare 79

La famiglia e gli affetti 103

Le regole del buon vicinato 119

In viaggio e in vacanza 125

Allavoro 139

Galateo ecologico 149

Gli animali 157



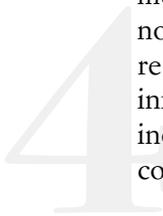
# Introduzione

Nel mondo globale e frenetico di oggi conoscere le buone maniere equivale a parlare bene l'inglese: non se ne può fare a meno. Le buone maniere sono infatti molto più che sapersi comportare a tavola e non dire parolacce; hanno a che fare con il comportamento nell'ambiente di lavoro, anche nelle occasioni informali; riguardano la tentazione di inoltrare le catene di sant'Antonio per e-mail, quella di tenere il cellulare sempre acceso, di sostare in doppia fila con il SUV come se si fosse i padroni della strada e di sguinzagliare cani e bambini, giustificandone ogni comportamento più o meno selvaggio.

Più di ogni altra cosa, le buone maniere riguardano la civiltà, il fondamento della nostra società, e permettono di ristabilire quei rapporti di comprensione e gentilezza che rendono più semplice e piacevole la vita quotidiana e che, oltretutto, non costano alcuno sforzo a chi le mette in pratica.

Ecco dunque cos'è il galateo: è il rispetto che dimostrate verso gli altri e verso voi stessi, l'attenzione ai dettagli nel rapporto con amici e colleghi, il rifiuto dell'arroganza e della pretenziosità, la buona educazione che dimostrate anche (e soprattutto) quando nessuno vi vede.

In questo manuale troverete tanti piccoli consigli per esprimere al meglio lo stile e l'intelligenza che vi contraddistinguono e per sviluppare quel talento personale che potrete coltivare prestando attenzione al prossimo, evitando di fare ciò che vi infastidirebbe se fatto da altri. Conoscere le regole del galateo, inoltre, vi mette nella posizione di poter trasgredire, e di farlo consapevolmente.



**G**alateo  
di tutti i giorni



# Noi e il mondo

Ottimismo e buon umore sono contagiosi. Quando sorridiamo, la gente ci sorride: essere ben disposti verso gli altri è molto più che avere un buon carattere, significa soprattutto essere persone benedicate. Le buone maniere non riguardano tanto noi stessi, ma il modo in cui trattiamo gli altri: con rispetto, cortesia e riguardo. Sapere quale forchetta usare può servire a una cena formale, ma instaurare rapporti positivi con gli altri è qualcosa che ci potrà aiutare ovunque andiamo. Quando qualcuno vi chiede come state, non fate l'elenco delle vostre disgrazie o dei vostri straordinari successi. Riservate queste risposte all'analista o agli amici intimi. A tutti gli altri, date risposte brevi e positive ("Sto bene, grazie, e tu?") anche se siete a pezzi. Vi sentirete meglio e farete sentire bene chi vi incontra.

Osservare il bon ton equivale a trattare gli altri nel modo in cui si vorrebbe essere trattati. Ecco la regola d'oro, facile in teoria e sufficientemente diffusa da farci dire che la maggior parte della gente si comporta educatamente. Nel momento in cui, però, nessuno ci vede o siamo esposti a comportamenti sgarbati da parte di altri, rischiamo di cadere in errore: dimenticando tutte le regole della buona educazione ci abbassiamo al livello dei maleducati. Il momento migliore per fare appello alle buone maniere è proprio quello cui gli altri danno il peggio di se stessi. Saper mantenere la calma mentre altri si insultano, allontanarsi dalla vista altrui per sistemarsi gli slip e non parcheggiare nelle piazzole riservate ai disabili, sono i modi migliori per dimostrare rispetto verso gli altri e se stessi.



# 10 regole minime di civiltà

Poche regole chiare per creare una base solida di buona educazione:

- 1 Concentratevi sugli altri, non solo su voi stessi
- 2 Pensate prima di agire, pensate prima di parlare  
Rispettate le code, aspettate il vostro turno, cedete il passo e il posto sull'autobus
- 3
- 4 Ascoltate quando parlano gli altri, non alzate la voce se siete in disaccordo  
Imparate il piacere dell'ordine
- 5
- 6 Aiutate chi è in difficoltà
- 7 Rispettate chi è diverso da voi  
Siate pazienti e gentili, sempre
- 8 Sorridete
- 9 Salutate.
- 10

# 10 falsi del galateo

- 1 Gli errori più comuni:  
Dire "buon appetito" prima di un pasto
- 2 Dire "piacere" quando si conosce qualcuno
- 3 Dire "salute" quando qualcuno starnutisce  
Cedere il passo a una donna entrando in un locale pubblico
- 4
- 5 Riferirsi alla propria moglie come "la mia signora"
- 6 Chiamare garçon un cameriere  
Dire "pardon" invece di "scusi"
- 7 Dire "cin cin" per un brindisi  
Scrivere o dire il cognome prima del nome
- 8
- 9 Alzare il mignolo bevendo il caffè.
- 10



# Il guardaroba

L'aspetto esteriore è la prima cosa che gli altri notano di noi e nessuno può dirsi immune dalla critica altrui, soprattutto in un paese in cui vige il concetto di “fare bella figura”, estraneo alla stragrande maggioranza del resto del mondo. Se fino a qualche decennio fa l'eleganza si esprimeva attraverso regole assai rigide, fondate su cliché che regolavano tutto, dai colori ammessi a seconda delle stagioni dell'anno, all'abito adatto a ogni ora della giornata, oggi siamo molto più disinvolti ma, attenzione, perché disinvoltura non significa irriverenza. Il concetto di “decoro” non riguarda il numero di orpelli con cui ci si agghinda, ma la capacità di scegliere il tono adeguato per ogni occasione.

## Adeguatezza, naturalezza e semplicità

La parola d'ordine per sentirsi sempre all'altezza delle situazioni è “*adeguatezza*” che significa, innanzitutto, adottare un abbigliamento che sia in sintonia con l'occasione e l'ambiente in cui ci si trova, in altre parole: decoro. Vestire adeguatamente è interpretato come un segno di rispetto da chi ci sta intorno (che si tratti di un matrimonio, un funerale o una prima alla Scala), e ci permette anche di sentirci a nostro agio. Provate a immaginare come vi sentireste presentandovi in jeans strappati a un ricevimento in cui la persona più casual è in abito scuro.

In secondo luogo è importante vestirsi in modo da poter dimenticare ciò che si indossa. L'abito che scegliamo deve essere adatto alla nostra personalità, come fosse un prolungamento di noi stessi. Se la gonna troppo corta e svolazzante vi fa sentire

come Marilyn sopra la grata della metropolitana, sceglietene una più lunga e diritta. In poche parole, l'abito si deve indossare con "naturalzza".

La terza parola chiave dell'eleganza è "semplicità". Il bon ton dell'abbigliamento suggerisce infatti di bandire la stravaganza, di rinunciare agli eccessi e agli abiti troppo sgargianti e appariscenti che potrebbero suscitare attenzioni non desiderate, mettendo così in imbarazzo. Qualche tocco di originalità che rispecchi il nostro stile è ammesso, così come un accessorio o un gioiello, purché sia un discreto dettaglio.

Infine, un ultimo suggerimento per tutti, ma in particolare per le signore: la moda, sempre mutevole, può incantare ma non per questo va seguita acriticamente. Le persone veramente eleganti privilegiano modelli e colori che mettono in risalto i pregi e minimizzano i difetti della propria figura. Rinunciare al verde acido se mette in evidenza le occhiaie e ai jeans attillati se non si hanno gambe proprio snelle, mette al riparo da inutili imbarazzi. Meglio perciò puntare su capi dalla linea classica e intramontabile, in tonalità che valorizzano l'incarnato e che potremo indossare anche l'anno prossimo, senza dover rinnovare il guardaroba a ogni stagione.





## Lo stile maschile

L'uomo elegante si riconosce al primo sguardo. È sobrio, impeccabile ma non inamidato né ingessato. Indossa qualsiasi abito, vecchio o nuovo, come fosse il capo più comodo e confortevole che possiede, e non è mai sciatto. Porta la cravatta ogni volta che è richiesto e sa che va abbinata ai calzini.

**Regole di base.** Il guardaroba maschile è essenziale: pochi capi di ottimo taglio e qualità, immancabili l'abito blu e quello antracite, impensabili i tessuti vistosi, sempre chic l'abito di grisaia. L'uomo elegante ha molte camicie, sempre bianche per la sera, azzurrine per la mattina e a righe sottili per l'ufficio o per un ricevimento al pomeriggio, e riserva il rosa pallido e le righe più marcate alle occasioni informali. Quando accavalla le gambe, mostra calzini di seta o finissimo cotone; il calzino bianco corto lo porta solo per la partita di tennis. Sceglie cravatte poco appariscenti e ne ha un numero discreto a disposizione, che gli consenta di variare. Non porta una cravatta a righe con una camicia a quadretti, né una cravatta di seta con una button-down. La cravatta adeguata, mai coordinata alla pochette, è sempre più scura della camicia e di colore più intenso della giacca, chiara di giorno, scura di sera. Il nodo, oltre a essere ben fatto, non deve essere allentato, a meno di non essere colti da un malore.

**Lo spezzato.** Si indossa solo se l'occasione lo consente. La giacca di velluto con le toppe di pelle sui gomiti si porta esclusivamente nei fine settimana in campagna.

**Casual.** I pullover di cachemire o merino si portano con camicia e pantaloni casual; se l'uomo è freddoloso o molto creativo, ama il dolcevita in inverno. In estate porta fresche camicie



di cotone o di lino (stazzonato sì, ma non al punto di sembrare strapazzato) sempre con le maniche lunghe che, tutt'al più, potrà arrotolare. Con i jeans indossa una polo e non mette la giacca, oppure porta una camicia allacciata fino al penultimo bottone. Se si lascia tentare dai bermuda in estate, li porta solo nelle località balneari, di giorno.

**Scarpe e cinture.** L'uomo di stile non porta le bretelle al posto della cintura a meno di non indossare il gilet, e intona sempre la cintura alle scarpe. Indossa Oxford nere, lucide e impeccabili la sera, testa di moro o cognac di giorno. Porta scarpe sportive nelle occasioni informali e sa dosare l'uso dei sandali, che sfoggia in spiaggia e al massimo per l'aperitivo estivo in riva al mare.

**Cappotti e cappelli.** Quando fa freddo porta un paletot dalle linee essenziali, indossa guanti e cappello se la temperatura va sotto zero e, se patisce veramente, può portare la sciarpa, intonata alla cravatta, sobriamente avvolta senza cappi né spire da boa metropolitano. Berretti, montgomery e giacconi sportivi sono riservati ai fine settimana e ai momenti di svago.

**Accessori.** La tentazione dell'accessorio e del gioiello non risparmi l'uomo moderno, ma come ogni tentazione va controllata e guidata. Bandito definitivamente il borsello, se mai è stato ammesso, l'uomo elegante porta con sé una borsa di vitello con le sue carte e il lap-top se non può farne a meno, e usa lo zainetto solo in montagna o se ha la sana abitudine di recarsi in ufficio in bicicletta. Ama i gioielli, di cui fa dono alla moglie, alla fidanzata e alla mamma, ma porta solo l'orologio, la fede, tutt'al più i gemelli ereditati dal nonno o dal papà (quando l'abito lo impone).



# Il decalogo dello stile maschile

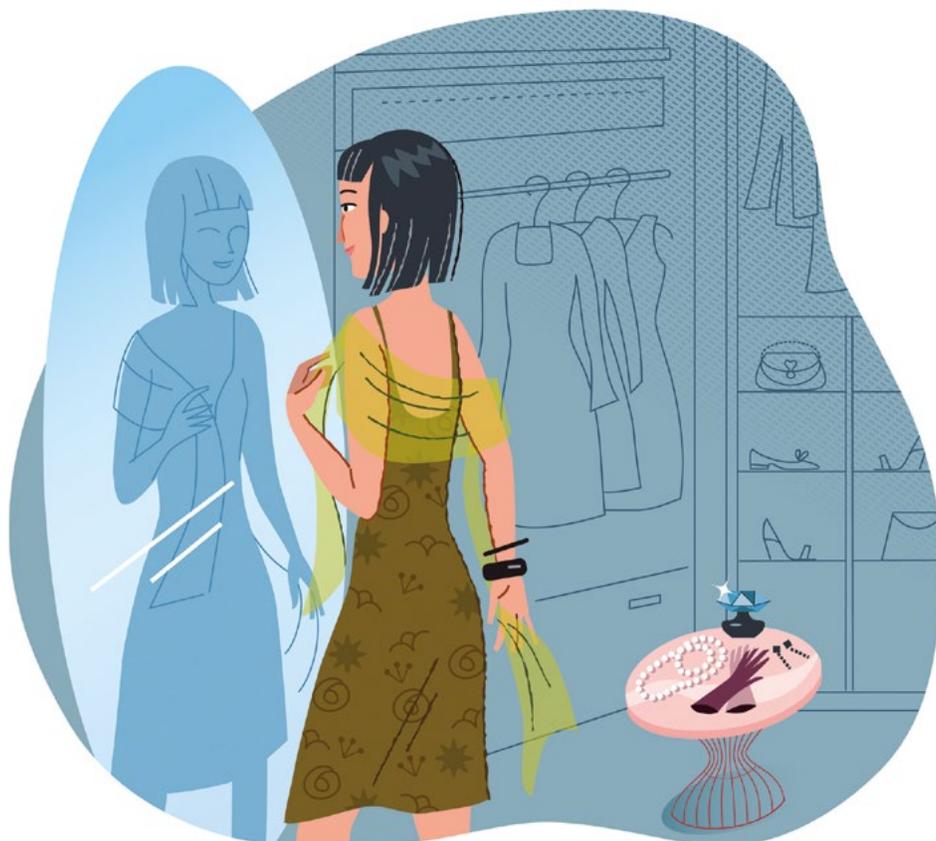
- È curato, ben sbarbato, profuma leggermente di pulito e di buono.
  - Se ha la barba, è curatissima. Se ha pochi capelli, ignora il riporto e porta con orgoglio la sua calvizie. Se è brizzolato, gode dei suoi capelli grigi.
  - Dal barbiere si fa aggiustare le sopracciglia e tutto quanto è necessario. Se si fa depilare dall'estetista, lo fa con estremo riserbo. Non è mai sfacciatamente abbronzato in pieno inverno, a meno che non sia appena tornato da un viaggio ai Tropici.
  - Ha sempre le mani a posto, curate e mai ficate nelle tasche. Non gesticola inutilmente e stringe la mano con sicurezza, non con forza.
  - Cede sempre il passo alle signore, ma entrando al ristorante (o in altro luogo sconosciuto), passa avanti per accertarsi che non vi siano pericoli.
  - Apre la portiera dell'auto alle signore, le accompagna a casa e ringrazia per la bella compagnia anche se si è annoiato a morte.
  - Guida con garbo anche la più potente delle auto, non si altera nel traffico, non scambia la circonvallazione per l'autodromo.
  - A tavola è composto, mangia lentamente, versa il vino alle signore.
  - Non ha paura di chiedere scusa se ha sbagliato, ma non chiede scusa ogni momento: si colloca a metà tra l'uomo che non deve chiedere mai e quello che si giustifica continuamente.
  - È puntuale.
-

## L'eleganza femminile

L'eleganza femminile, al pari di quella maschile, si riconosce al primo sguardo. Poche donne al mondo ne sono naturalmente dotate, le altre possono apprendere come diventare veramente eleganti sperimentando e osservandosi con sincerità. Una donna elegante conosce i propri limiti e i propri pregi e impara con il tempo a valorizzare il meglio di sé.

**Regole e di base.** L'eleganza è molto più di ciò che s'indossa: è saper gestire ogni aspetto della nostra vita con equilibrio e padronanza di sé, riscoprendo e alimentando lo stile che rende ciascuna di noi unica e irripetibile. Il guardaroba elegante rifugge dalle mode e dall'omologazione, detesta le griffe a tutti i costi, ed è composto da pochi capi indispensabili di altissima qualità e molti piccoli accessori che sottolineano il nostro stile personale e, se scelti con cura, possono rendere indimenticabile un abbinamento. Soprattutto, l'eleganza è il frutto della capacità di rinunciare a tutto ciò che è "troppo": troppo scollato, troppo corto, troppo largo, troppo decorato, troppo colorato. Se per una sera volete farvi notare, che sia un solo elemento a richiamare l'attenzione; perciò, se la gonna è corta, evitate lo scollo profondo, se mostrate la schiena nuda, rinunciate allo spacco vertiginoso. Il buon gusto, infatti, mal si accorda con il sex appeal e l'ostentazione.

**Saper scegliere.** Saper scegliere la mise appropriata per ogni occasione è il primo passo verso l'eleganza. A un colloquio di lavoro si indossa un sobrio tailleur ingentilito da una camicia del colore che più dona, ma nulla vieta di scegliere un abito intero, magari un bel tubino antracite con giacca coordinata. Per un cocktail, la scelta di abitini è molto vasta, dal più classico tubino nero ai freschi abitini estivi. Attenzione però: per antonomasia, il tubino è senza maniche e se le nostre braccia hanno perso di tono, rischiamo di



non offrire un bello spettacolo. Meglio allora la manica a tre quarti o un bel coprispalle che riveli l'avambraccio e custodisca il segreto di un tricipite fuori allenamento. Per una serata importante, come un ballo o una prima alla Scala, l'abito da sera è imperativo. Sarà lungo o corto a seconda dell'occasione e ci farà sentire come autentiche principesse, al punto di farci dimenticare di indossarlo e di consentirci di godere della serata invece di temere ogni momento che l'abito si arricci sui fianchi, di trattenere il fiato per contenere la pancetta, di costringerci a posture improbabili per impedire che l'abito sfiguri. Siamo noi a portare l'abito, mai il contrario. Per una giornata in campagna, puntate su completi sportivi e pratici, con

comode calzature da passeggio; per una giornata al mare, scegliete il bikini che valorizza la vostra figura (o il costume intero, se vi piace, ma sceglietelo bene), un paio di pantaloncini corti o una gonnellina con un top o una camicia, oppure un prendisole adatto al vostro fisico e alla vostra età.

**Maturità.** Se avete passato in quaranta, fatevi un regalo e abbandonate l'idea di voler apparire sbarazzina: non vi è nulla di più tragico di una donna che rifiuta il privilegio della maturità mascherandosi da teenager.

**Gioielli.** Dosate con sobrietà i gioielli, lasciate a casa le perle se state andando in palestra, e non indossate tutti i diamanti che avete in un colpo solo. Siate parche anche con la bigiotteria, che sia comunque bella e palesemente falsa. In spiaggia, rinunciate.

**Borse e scarpe.** Sono una delle grandi debolezze delle donne. È difficile resistere alla tentazione di tacchi vertiginosi, così come all'ultraflat sempre e comunque. Se amate i tacchi alti, imparate a camminarci come se indossaste un paio di ali ai piedi. Se, al contrario, li detestate, provate un mezzo tacco e scoprirete quanto possa slanciare la vostra figura senza rendervi goffe. Scegliete le borse in base all'occasione, piccoli gioielli per la sera, comode e capienti per il giorno. Ricordate che la borsa di cocodrillo è eminentemente sportiva, e che le dimensioni della borsa devono essere proporzionate alla vostra figura: piccola se siete minute, più grande se siete alte e non slanciatissime.

**Less is more.** E per finire, prima di uscire di casa, guardatevi con occhio critico davanti allo specchio e abbiate il coraggio di togliere qualcosa. Talvolta un filo di rossetto in più e un accessorio in meno sono la chiave per essere davvero eleganti.





# Il decalogo dell'eleganza femminile

- Si profuma leggermente dosando con grazia la sua fragranza preferita.
- Si trucca quel tanto che basta per valorizzare il viso, si abbronza con cautela e ha mani morbide e delicate, con unghie garbate, non aggressivi artigli.
- Cura i capelli, li lega o li porta corti se sono ribelli, rifugge le tinture effetto parrucca, i capelli lunghissimi se non ha un viso più che fresco.
- Se ricorre al chirurgo estetico, lo fa in modo che nessuno se ne accorga, ma che tutti la trovino in forma smagliante.
- Non si offende se lui paga il conto, ma non pretende che sia sempre lui a pagare.
- Sceglie con attenzione il suo abbigliamento, non tenta di sedurre con scollature imbarazzanti, non mostra mai più epidermide del necessario.
- Sa aspettare. Che sia lui a telefonare o mandare un SMS.
- A prendere i bambini a scuola va a piedi; se proprio deve prendere l'auto, non sosta in seconda fila pretendendo di essere nel giusto.
- Non cede al gossip.
- È puntuale.

