

# 内衣

Lingerie Lessons

# 课

内衣，女性最好的人体语言

于晓丹 著



中信出版集团 · CHINACITICPRESS

内  
衣  
课

于晓丹 著

中信出版集团 · CHINACITICPRESS

图书在版编目(CIP)数据

内衣课 / 于晓丹著. —北京: 中信出版社,  
2015.11  
ISBN 978-7-5086-5612-0

I. ①内… II. ①于… III. ①内衣—服装设计 IV.  
①TS941.713

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)250976号

内衣课

著 者: 于晓丹  
策划推广: 中信出版社(China CITIC Press)  
出版发行: 中信出版集团股份有限公司  
(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)  
(CITIC Publishing Group)  
承 印 者: 北京盛通印刷股份有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16  
版 次: 2015年11月第1版  
广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号  
书 号: ISBN-978-7-5086-5612-0 / G·1259  
定 价: 68.00元

印 张: 19.5 字 数: 150千字  
印 次: 2015年11月第1次印刷

版权所有·侵权必究  
凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。  
服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000  
投稿邮箱: author@citicpub.com

## 目 录

缘 4 /

导言：我如何成为了内衣设计师？ 6 / 为什么要写作这本书？ 12 /

### 主题一 复古与奢华

胸衣：舞台与卧室之间 20 / 吊袜带：可堕落可纯洁 40 /

我的嫁妆：复古诗 50 /

### 主题二 日内衣

第一讲 文胸 71 / 第二讲 内裤 130 / 第三讲 塑身衣 160 /

### 主题三 夜内衣

第四讲 睡衣 200 / 第五讲 家居服 254 /

### 主题四 看得见的装饰物

蕾丝 272 / 花结、蝴蝶结 276 / 织带 278 / 松紧带带 283 /

滑扣与环 284 / 纽扣 285 / 拉锁 287 /

附录一 内衣常用术语词汇表 288 / 附录二 内衣常用面料词汇表 298 /

后记与感谢 307 /

内衣  
课

于晓丹 著

中信出版集团 · CHINACITICPRESS

试读结束：需要全本请在线购买：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

图书在版编目 (CIP) 数据

内衣课 / 于晓丹著. —北京: 中信出版社,  
2015.11  
ISBN 978-7-5086-5612-0

I. ①内… II. ①于… III. ①内衣-服装设计 IV.  
①TS941.713

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 250976号

内衣课

著 者: 于晓丹

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者: 北京盛通印刷股份有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 19.5 字 数: 150千字

版 次: 2015年11月第1版

印 次: 2015年11月第1次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN-978-7-5086-5612-0 / G · 1259

定 价: 68.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

## 目 录

缘 4 /

导言：我如何成为了内衣设计师？ 6 / 为什么要写作这本书？ 12 /

### 主题一 复古与奢华

胸衣：舞台与卧室之间 20 / 吊袜带：可堕落可纯洁 40 /

我的嫁妆：复古诗 50 /

### 主题二 日内衣

第一讲 文胸 71 / 第二讲 内裤 130 / 第三讲 塑身衣 160 /

### 主题三 夜内衣

第四讲 睡衣 200 / 第五讲 家居服 254 /

### 主题四 看得见的装饰物


蕾丝 272 / 花结、蝴蝶结 276 / 织带 278 / 松紧带带 283 /

滑扣与环 284 / 纽扣 286 / 拉锁 287 /

附录一 内衣常用术语词汇表 288 / 附录二 内衣常用面料词汇表 298 /

后记与感谢 307 /

## 缘

An illustration in a soft, pinkish-red hue showing two hands engaged in sewing. The right hand holds a needle with thread, while the left hand guides the fabric. The background is a textured, light-colored surface with faint, sketchy lines. The overall style is delicate and artistic.

内衣历史研究者法里德·切诺恩（Farid Chenoune）在《隐藏在下面》（*Hidden Underneath*）一书中提到，由于19世纪以前的女式内裤十分肥大，而且开裆，所以，女人经期使用的卫生带可以算作真正意义上的女性内衣形式之一。如此说来，神秘、阴郁、很少见得阳光的卫生带倒的确是我最早认识的纯女性衣物。到现在，我对青春期穿过什么样的内裤、穿什么衣服睡觉已完全没有印象，却仍能清楚地记得卫生带的模样。它的外底布总是使用颜色偏重的梭织棉，而且总是印花的。在那个色彩普遍单调的



年代，每次去百货店购买，虽小心遮掩，心里却总是万般愉悦，因为它几乎是我们那时唯一可以挑拣花色的衣物，培养着我们对美的很多认知。我住过十几年寄宿学校，宿舍换了多次，可在宿舍晒衣绳上从没见过一条花色重复的卫生带。

与我同龄的女人应该很少有人从自己母亲或学校那里接受过关于女性生理方面的知识，大多靠自己领悟。说起来，我的第一条卫生带，便是我自己偷偷缝制的。好像觉得女人早晚应该有这么一件东西，又不好意思跟母亲提，便自己动手以备不时之需。我记得做好后把它藏在衣橱的角落，不慎被母亲发现。她一双狐疑又审慎的眼睛盯着我看了许久。

这大概算是我跟女性内衣最早的缘分，也是我最早的手工内衣作品。

我如何成为了  
内衣设计师？

## 导 言

年过三十后，我从文字工作者转而成为设计师，这些年被问了很多次为什么，回答后通常还会被追问一句：“可为什么一定是内衣设计呢？”

### 身 体

说起来，我们这一代女性从少年到青年对自己的身体一直了解很少，在知识欠缺的情况下，只能做些自我观察，不同的人观察角度和程度会有不同。体质敏感的人，观察多半会细致一些，我大概就是这样。记得小学一年级参加五一节紫竹院游园演出，中午校车送来肉丁包，我们全体演员坐在山坡上浸着温暖又强劲的春风吃起来，刚吃完我便被送进了医院。因为风引发了肠过敏，

并剧烈反应到了皮肤上。类似这样异于周围人的身体状况时常出现，我对自己的身体便不得不多加注意。还好，那时的衣料中化纤的虽然不少，比如的确良、人造棉、人造丝等，但很少有害；即便如此，衣服的接缝处如果过厚或过硬，与我的皮肤摩擦还是会引起不适，甚至破损或出现炎症。对贴身衣物，我成长为一个没办法不挑剔的人。

因为肌肤敏感，我也不可避免地对身体的变化产生很多兴趣。比如，我发现，女孩子在来潮以后，每个月的体态和身形会有变化周期。那几天之前总像水肿，腰身和乳房会莫名增大；那几天一过，所有肿胀会自动平复，整个身体又弹回紧致轻盈状态。当然还有对紫外线的敏感，对某种布料质地的敏感，等等。

这样的敏感不知对于我选择从事内衣行业是否有影响。

我想多半是有的。即使不直接，也会潜在地让我更加关注身体与织品、身体与衣物的关系，关注服装上一些不为一般人注意的细节。对身体的兴趣，也应该能让我对与身体有最直接关系的服装形式产生某种天然的偏好。

## 市 场

不夸张地说，我在 30 岁移居美国之前，对内衣的认识几乎为零。不要说到哪里购买，就连什么时候应该开始佩戴胸罩都懵懵

懂懂。以这样一副空白状态移居美国继而进入纽约时装学院读书，突然看到一个已经发展到相当阶段的内衣市场，心头的震动比看到其他种类的衣服肯定更为猛烈。

的确，市场在引导我进入内衣这一行的过程中起着相当重要的作用。

从入学开始，做任何一个课程的每一个作业项目，各科老师都会先把学生赶到市场里。逛商场就是从那时起开始变得有意思，也有了意义。我当时最常逛纽约几家高档百货公司，比如塞克斯第五大道（Saks Fifth Avenue），波道夫·古德曼（Bergdorf Goodman），巴内斯纽约精品店（Barney's New York）以及如今已倒闭的高岛屋（Takashimaya），每次会根据不同课业要求选择不同的服装区域逛。渐渐地，我发现每家店的内衣区都让我流连最久。那时候没有数码相机，要靠手绘记录下所看到的设计细节，我的速记本里关于内衣的记录最多。我在《内秀》一书里，曾提到一个以设计师名字 Andrea Gabrielle 命名的内衣品牌，可以说，Andrea 是我在最后一学期决定选择内衣这个专业无声的引路人。她让我崇拜，她的一切设计细节都在我心里引发了强烈共鸣，而且特别重要的是，她让我觉得她的成就既可望也可即。站在她的作品系列前，我总是不由得想，这个我也能做到吧，我应该也能让穿我设计的内衣的人有跟我此时同样的感受：自在、舒服、欢喜。

## 材 料

市场教会我服装应该是能与人沟通的媒介，毫无疑问，内衣让我感受尤其强烈。

我在学校最喜欢的课程是立体裁剪，除了缝纫课，它是唯一一门从第一节课开始就直接触及布料的主专业课程。立裁课共有两门，一门要求我们使用粗白布学做版样，另外一门则是实战，使用真实布料直接在人台上做出成品。两门课都让我特别兴奋，在人台上摆弄布总是我最期待的事情。尤其第二门立裁课使用的布料种类很多，比如西装课上要求使用羊毛做裙子，晚礼服课要用锦缎或绉纱，休闲装课要用卡其布、牛仔布等等，有时老师会带我们到学校布料仓库里挑这些布料，有时会让我们按照课业内容去布店选购。每次设计课作业都是这样从选择布料开始。即使是艺术课的作业，最后形式只是一块设计展示板而非成衣作品，可布料小样仍会排列在绘图的一侧，为设计背书。

材料在我心中成了灵感的直接来源，想象力的基础，很多设计构思在布料店里触到布料的一瞬即发。工作以后，我更是想象不出还有什么比抚摸材料更好的进入设计状态的方法。

也正是在布店里，我发现我总是更倾心轻薄细软的质地。这些软料子总是特别能激发我的想象力和创作冲动。每次作业的结果，从技术上说，它们也总能让我表达得更准确、更充分。这应

该是我选择内衣专业的另一个原因。我不是一个对于大结构特别敏锐的人，内衣的结构相对简单，即使有结构，也是在相对小的空间里实现。它的重点不在于结构，或者说有部分类型不在于结构，比如睡衣、客厅装等，细节才是它的灵魂，而且不厌其精致，不厌其细腻。

另一方面，材料也教给我这样一个道理：从事服装设计光有想象力是不够的。对于设计师来说，无论有多么美好的设计构思、多么漂亮的手绘设计图，如果不能从技术上实现，也就是说，想象力如果不能落实为可穿的成衣，都不能算完成，离完美就差得更远。

## 内 心

师兄西川为我《内秀》一书作序时，曾形容内衣是离心最近的作品，这一充满诗意的概念现在已经被很多人引用。

的确，内衣是离女性身体最近的一层衣服，自然离心也最近。我在做设计时，除了在立体人台上反复调整外，也常常会拿自己当第一个“试穿衣架”。每次试穿，总要先脱去身上所有衣服，再站在镜子前一件一件从里到外穿上。假如留意便会意识到，心情和心境在这个过程当中一直发生着微妙的变化，有提防、忐忑，也有意外、欣喜和满足。

后来我开始跟模特打交道，即使只是技术试衣，也常常会跟

她们有某些身体接触，比如，帮她们调整肩带的长度、内裤后裆长度、罩杯位置，在她们身体上确定腰线、臀长、裤边位置等，甚至在她们穿着的过程中帮她们撩起或放下长发……内衣试穿通常被安排在一个较为封闭的空间，门窗紧闭，百叶窗暗垂，在场的只有直接相关的技术人员和设计师。这些人中，跟模特接触最多的是设计师。我常常注意到，在把身体裸露出来的一瞬间，即使再老练的模特也会流露出隐约的脆弱，身体会有短暂的僵硬。设计师这时应该迅速用正确的方式把试装样衣递给她，或者就亲手帮她穿上，尤其当样衣是文胸或内裤的时候。那种时刻，我总会有种“保护者”的情绪。如果那个设计是合体的、舒服的，她紧绷的身体立刻会放松下来，神色转而坦然。可如果不是，我的紧张和不安会立刻传染给她。虽然她可能老到得仍然神色自若，可我能看见她往镜子里瞥视自己的眼色。因为这个缘故，我一直感觉模特和设计师总能在一屋子人中，立刻产生一种既亲密又微妙的气氛，而内衣的全部意义也就在这个氛围下不经意地实现着。

纽约有家著名的内衣店铺，老板虽然强悍且充满商人的圆滑，而且对设计师的光顾既警惕又不友善，不过她说，内衣是最好的心理医生，我认为这是对内衣意义最贴切的表达。

越是柔软、轻薄的东西，有时越有着超越一般的力量。内衣就是如此。



## 为什么要 写作这本书？

市场上关于内衣的书籍着实已经不少了，若在亚马逊中国图书网页上输入“内衣”一词，便会出现 170 多条目录。除去一般的杂志，书籍在四五十种左右。有些是翻译书，有些是我们国内内衣工作者撰写的；有书写内衣历史的，也有实用的，诸如内衣挑选法、如何开内衣店等非常技术性的介绍。那么，我为什么还要写这样一本书？

### 既是设计者 也是穿着者

这是这本书采取的基本写作角度。在写作过程中，我常常向自己提问：

作为一名内衣设计师，同时也是穿着者，我应该从什么角度给读者提供什么特别的知识和常识？



从设计到穿着我自己的体会是什么？

选择什么样的款式、色彩和种类，我会如何建立自己的内衣橱？

另外，我还特别希望跟读者分享我所了解的内衣历史。

我们现在所探讨的内衣概念源自西方，我的知识来源自然也是欧美的内衣历史著作和记录。这些知识是我作为一名设计者所感兴趣的，是我自己在学习和实践内衣设计时通常会汲取的。历史知识会对现在内衣设计有影响吗？答案当然是肯定的。读历史能培养良好的逻辑性，能让看似浅薄的流行时尚多一点深度和层次。同时，历史也往往是今天最好的借鉴，时尚业尤其如此。历史虽然是旧的，可也最容易转瞬而为最新的时尚。而即使只是一个单纯的穿着者，了解内衣从过去一路走到现在的知识，也会让我们更加爱惜自己的身体，让我们更懂得关于内衣的品位、乐趣和理性。

### 新概念：日内衣VS夜内衣

我曾经说，内衣不仅仅是文胸和内裤，应该是个七斗橱，或至少五斗橱。其实如果再简化一下，不妨说内衣不过是“两只箱”：一箱叫“日内衣”，另一箱叫“夜内衣”。这两只箱足以完整地概括内衣的全部种类，表达也更为准确。