

LET  
A  
WOMAN  
WOMAN

# 我让女人更美丽

朱小川 著

 中国友谊出版公司

馒头

LET A WOMAN WOMAN

# 我让女人更美丽

朱小川 著

女人的美丽圣经 女神的修炼秘籍

## 图书在版编目 (C I P) 数据

我让女人更美丽 / 朱小川著. — 北京 : 中国友谊  
出版公司, 2015.11

ISBN 978-7-5057-3632-0

I. ①我… II. ①朱… III. ①生活—知识—女性读物  
IV. ①Z228.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第271850号

书名 我让女人更美丽  
著者 朱小川  
出版 中国友谊出版公司  
发行 中国友谊出版公司  
经销 新华书店  
印刷 北京博海升彩色印刷有限公司  
规格 880×1230毫米 32开  
9印张 200千字  
版次 2016年3月第1版  
印次 2016年3月第1次印刷  
书号 ISBN 978-7-5057-3632-0  
定价 39.80元  
地址 北京市朝阳区西坝河南里17号楼  
邮编 100028  
电话 (010) 64668676  
版权所有, 翻版必究  
如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

## 哪个女人不美丽

## 序言

艾萌萌最近总和我倾诉没时间打扮的烦恼，她问，早上上班着急出门，能用十分钟就把自己打扮得美美的吗？

我对一脸困惑的她说，能。

作为一名外企白领，艾萌萌经多年打拼刚晋升为部门经理，而付出的代价是每天早出晚归早早练就一副女汉子的皮囊。

艾萌萌总想捡起做淑女的感觉，她幻想自己能有裙袂飘飘撩煞人、睫毛簇簇电死人的快感，可每天匆匆太匆匆，哪有那么多时间化妆梳洗打扮，有时候甚至连早餐都不管不顾了。

一次为朋友做婚礼造型，在宴席上偶然认识罗惜，这是她第五次抢到新娘的手捧花了。都说拿到手捧花的女孩儿就是下一位新娘，可让罗惜郁闷的是，她始终都没能把自己嫁出去。

眼瞅着“奔三”了，父母开始了各种催逼利诱。缘分未到？时机不成熟？还是穿衣打扮没到位，以致婚恋指数大打折扣？不停变换风格，却始终不知道什么风格适合自己。

我做时尚造型师近十年，用双手赋予明星艺人荧屏上的光彩瞬间、红毯上的万众瞩目，而更多地是与身边形形色色的普通女孩儿打交道，她们各有各的问题，各有各的烦恼，需要有人来解救。

就像小胖，她其实并不胖，处女座的她天生就有强迫症，她一

口咬定自己就是个名副其实的胖姑娘，这件衣服不敢买那件衣服不敢穿，暗暗和自己较劲儿，甚至认命地让人家叫自己小胖，这种破罐子破摔其实是严重不自信的表现。

我不止一次告诉小胖，你真的不胖啊，你不知道自己的体形是让很多女孩儿羡慕嫉妒恨的吗？你要胸有胸，要身高有身高，只要跟正常女孩儿一样穿衣打扮就好了。可她总是说自己的腿有多粗，脸庞有多大，我说这些只需有针对性地做一些局部掩饰就可以。比如你略胖的大腿可以选择及膝小裙或是哈伦裤，而选择一款微微内扣的发型就能很好地修饰脸形，再不然就稍稍打点侧影，并利用腮红面积和角度来瘦脸，效果会十分明显。

没有谁十全十美，学会扬长避短就能颠覆旧我。

艾萌萌、罗惜、小胖这样的女孩儿遍布我们身边，而穿衣打扮是每个女孩儿每天必须面对的事情，会穿衣服那是一种享受，不会穿衣服那就是灾难。

你肯定不愿意像艾萌萌、罗惜和小胖一样每天在这样的灾难中煎熬吧？

哪个女人不美丽？

我怀着一种对生命的敬仰写下这本书中的每一个字，我要把它送给天下最可爱的女人们。

岁月匆匆流逝，很多人猛然惊觉，似乎一夜之间，失去自我，丢掉风格。

还有一些人，似清冽小溪里的石子，在岁月的打磨里倾听四季赞歌，感受清晨流云划过脸颊。她们自成风格，懂得生活，懂得爱，

懂得万象和谐有趣，人须应时而变。

我曾经采访过北京协和医院的一位妇产科医生，她是个极爱美的女士，无论是旗袍、牛仔裤、小黑裙，还是蕾丝、晚礼，她都能穿出那份专属于自己的味道。

作家严歌苓每天下午三点前搁笔，换上漂亮衣服，化好妆，静候丈夫归家。她说，你要是爱丈夫，就不能吃得走形，不能肌肉松懈，不能脸容憔悴，这是爱的纪律，否则就是对他的不尊重，对爱的不尊重。

郭婉莹，民国大家闺秀，长于伦敦，回国后读教会学校、燕京大学，却在五十多岁时穿着旗袍去清洗马桶，穿着皮鞋站在菜场里卖咸鸭蛋。无论当年做千金、少奶奶，还是在“文革”中历尽艰辛，她的优雅风度不变。

Jacquie Tajah Murdock 是享誉世界的超模，现在虽已年过八旬，不再有完美的面庞，但她的那份自信看起来依然美丽。她说，变美是一辈子的事，任何年龄、任何时候都不要放弃自己。

阿里巴巴上市后，马云谈起爱人——曾经的事业伙伴张瑛时说，他有今天，离不开张瑛的默默陪伴和支持。无论当初干事业还是辞职后回归家庭，张瑛用她的爱撑起了一个男人的辉煌。一心扑在事业上时，张瑛的衣柜里都是黑、白、灰职业装；回归家庭后，她改了着装风格，让自己更明媚、更美丽地出现在家人和公众面前。

“仙女”王守英的“梦想服装秀”火了。最打动我的却不是她的设计，不是对梦想的坚守，而是她说自己虽然长得不漂亮，但依然可以很美丽。

是啊，哪个女人不美丽呢？她们是一粒粒自成风格的溪中石子，恬静，美好。

就像这本书中三十五个故事的女主人公：田菲菲、莉莉、KIMI、Cloris、小智、林子、潘霜霜、孙宁、梅子、夏扶摇、娃娃……她们都是鲜活而美丽的存在。

她们喜欢独处，喜欢一个人逛街，喜欢画画，喜欢香水，喜欢待在书店，喜欢织毛衣，喜欢做十字绣，喜欢研磨咖啡，喜欢在雨中奔跑，喜欢做一桌美味看家人吃得香甜……

虽然她们有时候会忧伤、会流泪、会神经质、会无理取闹、会突然消失躲在无人知道的角落，也会认不清方向、迷失掉自己，偶尔还会穿错衣服、化错妆、说错话……但，她们对生活很真诚，她们都想做生命里更好的自己。

女人都是美丽的，她们只是不知道人生每个年龄阶段、不同场合需要不同的穿搭之道，不知道外在必须时刻新鲜，不知道只有外在与心灵高度统一的风貌才会令人心驰神往。

教人穿衣搭配、追赶时尚、捕捉潮流的书有很多，但它们教给你的多是“一加一等于二”的机械式攻略，到最后你会发现，无论怎么做，那个人仍然不是你。

而我最想为你做的就是，帮你从根源找到自己，了解自己，扮靓自己，找到专属于自己的风格，不盲目跟从潮流而成为时尚的牺牲品。

我愿女人更美丽！

# 目录

Contents

|            |    |
|------------|----|
| 序言 哪个女人不美丽 | 06 |
|------------|----|

## 一 初见

|              |    |
|--------------|----|
| 人生若只如初见      | 03 |
| 范冰冰的格子衬衫     | 09 |
| 莉莉的男闺蜜       | 14 |
| 夏扶摇是个风骚的处女   | 20 |
| Cloris 的香水情结 | 26 |
| 胖女孩儿也有春天     | 33 |



## 二 路上

|             |    |
|-------------|----|
| 林子的民族服饰情怀   | 47 |
| 火车上的温情邂逅    | 53 |
| 森林系女孩儿潘迪    | 58 |
| 爱上女超模       | 64 |
| 酒吧 = 魅惑女郎?  | 73 |
| 国家女足队的文艺女汉子 | 78 |
| 遥想丽江烟雨浓     | 83 |

## 三 执手

|             |     |
|-------------|-----|
| 做一个他眼里最美的女人 | 97  |
| 吴漠愁是个女汉子    | 103 |
| 配饰——刘溪的百宝箱  | 111 |
| 霍小智变形记      | 117 |
| 那几天冷战的日子    | 125 |

## 四 热恋

|           |     |
|-----------|-----|
| 一日不见如三秋   | 135 |
| 潘霜霜逆袭记    | 142 |
| 指尖上的诱惑    | 153 |
| 穿上情侣装招摇过市 | 160 |

## 五 暖情

|           |     |
|-----------|-----|
| 方露露的内衣情结  | 171 |
| 王子的性感密码   | 180 |
| 南风的爱保鲜战   | 188 |
| 居家女人也美丽   | 197 |
| 袁杉杉第一次见公婆 | 205 |



## 六 连理

|            |     |
|------------|-----|
| 女人一生最动人的时刻 | 217 |
| 典雅的中式婚礼    | 225 |
| 画眉深浅入时无    | 231 |
| 我有一个裁缝闺蜜   | 238 |
| 女人婚后要保养    | 246 |

## 七 辣妈

|           |     |
|-----------|-----|
| 孕妇装也洋气    | 255 |
| 再见吧，差不多女士 | 262 |
| 有爱的亲子装    | 270 |

|    |     |
|----|-----|
| 后记 | 274 |
|----|-----|



# 初 NOI 见

傻傻而又天真  
能够飞翔的岁月  
就把它默默埋藏在心底某个角落  
小心翼翼地呵护  
用来回忆





## 人生若只如初见

每个人都会有一见钟情的情怀，回想那年少轻狂、无忧无虑、读诗写诗、放飞梦想的青涩岁月，你是否会幻想与某个在脑海里描绘了千百遍的熟悉面庞不期而遇？而那画面场景，竟也是千变万化的，很多时候你都会为那些稀奇古怪的念头不由自主地笑出声来。

一见钟情真的是件可遇不可求的事情，能遇上那是上苍最大的恩赐，不能遇上那就当做了一个甜甜的初醒的梦，清纯透明，似淡淡清风告诉你它一直都在身边。

其实，一见钟情说的并局限于人与人之间的华丽艳遇，只要是美好事物，一件饰品、一场电影、一本好书，甚至一条悠游在水草间的小鱼，都会令人怦然心动。

依稀记得那年高三，隔壁理科班转来一复读女生，她长得并不算高，光看样子在女孩儿堆里并不算最出众的，但她常穿白色或淡蓝色长裙，一头乌黑及腰长发散落肩头，所以她的样子总能给人留

下深刻印象——她就像女神，只能远远观望。

有一天中午在食堂打饭，她排在我前头，虽然换了装束，但我还是一眼就认出她了——她穿一件粉色波点卫衣，下着阿迪运动裤，头发扎成了高马尾，特别靓丽而青春可爱，教人眼前一亮。虽然之前她的样子会经常在我课堂神游的时候出现，但我可以很负责任地说，眼前的她才真正让我有了人生第一次一见钟情的触电。

每个人心仪的事物都是不同的，也许有的人就钟情于她一袭白色纱裙的窈窕背影，有的人却爱干净利落率真洒脱在斜阳下甜甜微笑的脸庞，那粉嘟嘟嘴唇欲说还休的画面始终定格在以后无数个躁动的夏日午后。无论何种装束怎么搭配，独成风格又自然巧妙都会教人坠入爱的陷阱。

遥想当年春衫薄，如果有个女孩儿着一身性感蕾丝短裙，脚蹬高跟鞋，挟着嗒嗒细碎声一路踏过操场，踏过教学楼，踏过走廊，但我想一定不会踏进你的心里，因为那必然不是学生时代男生心中描画的一见钟情模样。

一见钟情的气息非常奇妙，那是一种神奇的荷尔蒙在作用，空气里似乎都是甜甜的香喷喷的蛋糕房味道，它让我们无法停止地去喜欢一个人，就像无法停止心脏的跳动。当所有一切都合情合理，合乎当时情境，一见钟情的奇幻之旅就会为你开启。

很多人说一见钟情是件奢侈品，胜过华服豪车，而我觉得只要心中有它，只要做到足够真诚、内外兼修，一见钟情必定会钟情于你。

后来我为她写过诗，递过纸条，甚至为她买过卫生棉片，我们

在校园围墙外锈迹斑斑的铁轨上手牵手走到很远很远的地方再原路折回，谈学业、谈人生、谈梦想。还没来得及拥吻，我们便为了升学各自天涯，而手心的余温，我知道已悄悄潜藏心底许多年。

席慕蓉说，一见钟情是场美丽的梦，美丽的梦和美丽的诗一样，可遇而不可求，常常在最意想不到的时刻出现，在意想不到的时刻消失。

1932年春天，杨绛考入清华大学并与钱钟书相识。钱钟书曾在诗歌里追忆他见到杨绛的第一眼：缬眼容光忆见初，蔷薇新瓣浸醍醐。不知醺洗儿时面，曾取红花和雪无。

第一次见面，钱钟书就说，我没有订婚。

我也没有。杨绛回答。

我们虽无法再现那时那刻的温馨场景，但我想他们必定相信一见钟情的美好，同时，只有他们自身由内而外散发出的气质、修养、内涵，以及与服装风格的浑然一体，才能成就这段美好姻缘。

## 关于一见钟情的N个虚拟场景

### ◆ 校园漫步 ◇

一件质地轻柔飘逸的白色纱裙

+ 白色圆头小皮鞋

### ◆ 江边写生 ◇

黑色丝质连身长裙 + 亮色小外套

+ 及踝靴 + 宽沿遮阳帽

### ◆ 商场购物 ◇

蓝灰色短裙 + 淡蓝色小外套 + 浅咖色打底裤 + 咖色靴子

+ 黑色花纹丝巾

### ◆ 游乐场 ◇

动漫图案卫衣 + 牛仔裤 + 板鞋

### ◆ 户外派对 ◇

白色针织外套 + 蓝色短裙 + 白色及踝靴

+ 蓝色圆礼帽



## Tips

◆  
头发要保持清爽整洁，谁也不会对油腻腻、  
头发贴着头皮的女生多看一眼。

◆  
说话有分寸，谈吐要优雅，  
口不择言的女生教人避让不及。

◆  
时刻记得面露笑颜，  
笑靥如花的女孩儿总是最动人。

◆  
不要过于强势，也不要过于柔弱。

◆  
要懂得分场合、分人选择着装。

◆  
洗发水的余味都要比浓烈的香水味道受欢迎，  
淡淡若有似无的感觉总是对的。