



中国科学出版集团
新世纪书局

木木

编著



这样穿才是你



DO IT, IS YOUR STYLE!

花30, 赚900! 史上最超值的服饰搭配书!
随书附赠淘宝网30家最热服装旺铺代金券900元



买书就送21元神奇蚕丝面膜, 你还等什么?

购书后立刻登录 hanaface.taobao.com, 还有意外惊喜礼品等着你!

龍門書局

木木

编著



这样穿才是你



DO IT, IS YOUR STYLE!

龍門書局

图书在版编目(CIP)数据

这样穿才是你 / 木木编著. — 北京: 龙门书局,
2011. 10
ISBN 978-7-5088-3306-4

I. ①这… II. ①木… III. ①服饰美学 IV.
①TS941.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第196222号

责任编辑: 张 静 高 莹 / 责任校对: 高宝云
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 彭琳君

龍 門 書 局 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011年12月第一版

2011年12月第一次印刷

开本: 24开

印张: 6.75

字数: 246 000

定价: 30.00元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

前言

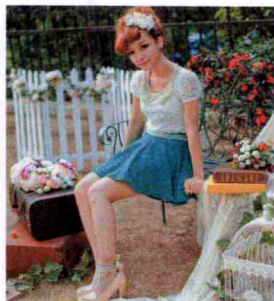
为了更美的自己努力吧！

都说世上没有丑女人，只有懒女人。要我说就算勤快的女人，如果不懂得如何正确地装扮自己，还不如多花点时间睡美容觉呢！跟着本书来找到最适合自己的风格，你准备好了吗？

橘色宽松粗毛线露肩短板毛衣+内搭白色工字背心+灰色阔腿短裤+透明黑丝+糖果色高跟鞋+粉色碎花亚麻围巾随意在脖子上围绕两圈。这就是美国骨灰级搭配高手——大码美女Sarah示范的春秋潮流美搭。

看着Sarah身上的搭配，很多朋友都会惊讶于这个超过60公斤的大码妞竟然可以如此时尚，打破了只有身材火辣的女孩子才能够玩时尚的一贯观念。时尚不是扮靓的全部意义，有的时候只要找对属于自己的风格，保持着对自己的绝对自信，就怎么搭都好看了。

时尚是什么？很多女孩都会把时尚和流行混为一谈，感觉只要自己穿着当季流行的单品，就绝对时尚了。如果流行就是时尚的话，请你转身走到有一大面穿衣镜的地方仔细地端详自己，自己穿上当下流行的全蕾丝白色上衣是不是像一个会“走路的蚊帐”？所以请不要再错误地认为当下流行的东西就适合每一个人，心高气傲的设计师可没有那么多力气劳心劳力地照顾每一个人的感受。但是这件白色蕾丝上衣我十分喜欢，就这么让我丢弃了，我心有不甘，别担心，只要搭配好了，再不适合的衣服也可以成为你的美丽法宝。你之所以穿得像是一个会走路的



“蚊帐”，是因为你的身材有点丰满，由于面料和色彩的特性难免会让你看起来很壮。这个时候你可以外罩一件深色小外套或马甲，分割白色蕾丝带给我们的膨胀感。

除了追赶流行，很多女孩子也很喜欢跟风名牌，总爱与姐妹淘们细数女明星身上有多少名牌，这些名牌的价格是多少。更有人甚至不惜冒着信用卡被刷爆的危险，也要买下那些自己根本负担不起的奢侈品。但这又是何苦呢，名牌的标志感太重，过了季再穿出去，很容易被人贴上OUT的标签，自己辛辛苦苦花大价钱买来的美衣，很有可能就这样被压到箱底。这时候你要说了，如果连名牌衣服都没几件，怎么可以更完美地诠释时尚呢！其实呢，名牌也好，无名良品也好，衣服不分贵贱，只要搭配好了，从衣橱里拿出祖母20年前的复古连衣裙，也可以穿出自己最独特的风格。如果你仗着自己买的是名牌就不花心思地乱搭，就算满身名牌也会让人感觉是山寨货。



商场里花样繁多的商品让我们应接不暇，商场超大的占地面积也消磨着我们的体力，虽然付出了心力却不一定能找到自己的最爱。这个时候网络购物的出现，让我们深刻地感受到了信息时代的便捷，只要鼠标轻轻一点，只消等上几天，自己心爱的美衣就到了我们的手里。

但是面对网店纷繁复杂的商品，要找到最适合自己的风格的服装可不是那么容易的事。经常会出现开开心心地等了好几天，拿到手一试，却发现一点都不适合自己的情况。退太麻烦，还要倒贴运费，很多时候只能自认倒霉。原本的惬意感被现实打回了原形。

这个时候的你就需要一本穿衣秘笈，而且还不能是普通的穿衣秘笈，里面必须要有详细的穿衣指导和直观的搭配示范，最最重要的是模特所示范搭配中的美衣我们还可以既方便又便宜地买到，如果你拿起了本书，那恭喜你，你已经找到了这样一本超强的穿衣秘笈。

任何人都不是风格救世主，这本书也不是你看一次就绝对能够成为搭配高手的灵丹妙药。拿到这本书勤练搭配，虽然不能保证在短时间内能让你晋升为时尚达人，但是可以确信一点：这本书能让你找到更美的自己。





目录

Contents

Chapter 01

别不把风格当回事

001

风格革命，找到你的风格

002

风格革命

002

找到属于自己的风格

003

你喜欢的风格不一定适合你

004

风格灾难

005

用一件合身的衣服，练就你的独门穿衣心法

006

服装的宽窄关系

007

服装的长短关系

008

无论多流行Oversize，也不要放弃合身的衣服

009

风格背影

010

轻松打造风格背影

010

几个小步骤轻松点亮你的整体搭配

011

找对适合自己的色彩

011

根据体型选择造型

013

根据服装搭配配饰

014

你可能还不知道的穿衣误区

015

不管什么场合都穿着休闲服

016

奇怪色彩、造型的服装

016

不管穿什么，都要搭配高跟鞋

016

穿着过大或过紧的衣服

016

衣服破洞起球还在穿

017

一年四季都穿沉闷的颜色，以为深色就一定

不会错

017





Chapter 02

一件单品，一抹色彩的精致生活019

风格基本款单品大推荐 020

风衣，女人优雅性感的秘密武器 020

风衣的前世今生 021

风衣的分类 021

风衣的速配法则 021

一条牛仔裤的舒适生活 024

牛仔裤的种类 024

牛仔裤的一些小细节 025

破洞、卷边牛仔裤潮流新指标 026

万人宠爱，T恤横行 026

T恤的前世今生 027

T恤的袖型 027

T恤的速配法则 029

选择T恤的小技巧 030

针织衫搭对了，你就是潮流指标 030

针织衫的潮流战争 031

针织衫的款式 031

针织衫的速配法则 032

破洞、钩丝针织衫是新的“生力军” 033

穿雪纺的女性最有女人味 034

雪纺创造Office新气场 034

雪纺的速配法则 035

如何保养雪纺 036

女人永远的连身洋装情结 037

连身洋装的前世今生 038

连身洋装腰线的种类 038

连身洋装裙身的种类 039

连身洋装面料的种类 039

白衬衫，别人眼中最美的风景 040

白衬衫之魅 040

白衬衫的前世今生 040

不同脸型搭配衬衫的小技巧 041

白衬衫速配法则 042

男装女穿，别有风情 042

大衣，华丽温暖的时尚宠儿 043

冬日一定要有的时尚单品 043

大衣的前世今生 043

冬日最优雅，大地色系大衣 044

大衣的速配法则 044

大衣的保养方法 046

万年搭色彩，找到这些就绝对不会错 046

俏丽糖果色，粉可爱 046

糖果色的色彩法则 047

大地色系，低调的优雅 049

驼色，最让人心动的高贵色彩 050

大地色系的速配法则 050

豹纹，时髦女必备单品 052

异色豹纹，潮流星风尚 053

豹纹的速配法则 053

格子，我是格子控 055

大爱格子衫 056

格子衫的风格搭配 056

Chapter 03

找对适合自己体型的搭配，轻松化身网拍麻豆 059

西洋梨美人：简易穿搭，打造完美身材 060

穿衣之道 061

穿衣误区 061

这样穿就是完美身材 063

倒三角美人：成为天生的衣架 064

穿衣之道 065

穿衣误区 066

超瘦美人：改造纸片人大作战 067

穿衣之道 068

穿衣误区 068

大码美人：这样穿，让你瞬间瘦5公斤 070

标准体重的计算方法 071

穿衣误区 071

不用减肥，轻松收起小蛮肉 074

小个子美人：找对穿搭术，变为九头身美女 076

穿衣之道 076

穿衣误区 077

高个美人：谁说大个不能耍可爱 078

穿衣之道 079

穿衣误区 080

高个子女性增加亲和力的小技巧 081



Chapter 04

想要成为Fashion Icon你应该这么搭 083

甜美风：永远浪漫的Lolita 084

在Lolita界的三大主流 084

要甜美不要做作，甜美风的基本配备 085

甜辣风：天使辣妹综合体（机车辣妹风） 087

养成甜辣风的基本配备 087

民俗风：荡漾着民族气息的都市气质女 089

美丽随心，气质优雅 090

民俗女的扮靓法则 091

民俗风必备配饰 092

可爱风：无辜有理，可爱无罪（无重力萌少女风） 093

无重力萌少女正流行 093

无重力萌少女的基本配备 093

学院风：我的青葱岁月 094

学院风的类型 095

复古风：最IN复古风潮 098

用长辈的衣橱，打造属于你的复古风 098

复古风的基本配备 099

打开梦游仙境的法式复古衣橱 101



名媛风：纯高端的白金级女性生活态度	102	脱离女强人，做职场小女人	122
名媛风的基本配备	103	职业范的基本配备	122
Boyfriend风：用他的衣服搭出最HOT的装扮	105	御姐范：最优雅性感尤物	124
抢占男友衣橱	106	御姐与优雅有关	124
Boyfriend风的基本配备	107	御姐的基本配备	125
英伦风：自然、优雅、含蓄的贵族气质	109	摇滚范：浮华都市中的另类灵魂	127
英伦风的基本配备	110	摇滚范的几种体现	128
英伦风的超夯造型	112	摇滚范的基本配备	130
中性风：魔力个性“王子”正流行	113	潮范系：潮拜生活新指标	131
中性风格的分类	113	潮人新定义	132
中性风格的基本配备	115	潮范系的必备单品	133
嬉皮PUNK风：嬉皮到底、华丽到老的忧伤	116	森女系：流落到民间的森林精灵	134
嬉皮PUNK风的基本配备	117	森林系女孩的特性	135
欧美范：每个人心中都有一个欧美名模	119	森林系女孩的基本配备	136
欧美范的基本配备	120	日韩系：男人最爱的风格	137
职业范：OL风格穿出流行感	121	日系女？韩范女？	138
		日系女的基本配备	138
		韩范女的基本配备	140

Chapter 05

做最美的自己，让心灵去放假 143

拥有完美的气质，才能穿出自己的Style 144

这样做才能拥有完美气质 145

特殊场合，不要穿错衣让自己出丑 146

参加婚礼 147

面试 147

约会或相亲 147

聚会和Party 148



别不把风格 当回事

Chapter 01





风格革命，找到你的风格

被誉为世界上最具自然美的人，是意大利永远的女神索菲亚·罗兰（Sophia Loren），她曾经说过：“没有什么能让一个女人更美丽，除非她相信自己自己是美丽的。”

女人是天生的批判主义者，在她们的世界里没有什么绝对是完美的。相信自己是美丽的这件事情，考验着女人的判断力，同时还考验着她们的自信心。久而久之，消磨了女人的自信心，也消减了属于女人的个人风格。



● 粉红大布娃娃

风格革命

个人风格的首要因素，就是需要拥有这种绝对的自信。这种自信不仅可以让你具备与众不同的美丽，也可以让你彻底抛弃别人的眼光，做自己的女神。

修炼自己独特的风格取决于你是否了解自己，知道自己想怎样存在于这个世界，而不是成为另外一个人，让自己更瘦一点像凯特·摩丝（Kate Moss）那样成为天生的衣架子、脸更小一点像范冰冰那样的锥子脸、个子更高一点、腿更长一点……但是你有没有想过，你在渴望变成其他人的同时，也许别人也在渴望成为你？

女人总是不自信地想要变成另外一个人，而忽略了属于自己的个人风格魅力。

从现在开始深信自己是美丽的，相信自己是女神，像对待女神一样对待自己，给风格来一场大革命吧！

找到属于自己的风格

判断自己属于哪种风格

有的女人总是喜欢活在别人尤其是男人的眼光里，对于别人的看法显得小心翼翼，久而久之就失去了本该有的自信心，更加失去了自己的个人风格。还有一些女人对于自己的形象漠不关心，以为只要每天不是衣不蔽体就可以了，更不要谈有什么风格之说了。

风格在女人身上的体现不外乎是发型、妆容和穿衣造型，只要找对了这些，你就可以轻松地驾驭你独特的魅力。其中对于女性最直接的影响就是穿衣造型了，找到一套完全适合自己的衣服很难，翻开衣橱，你会发现总是找不到一件满意的衣服，虽然衣橱已经塞爆了，甚至还在怀疑自己的判断力。其实并不是衣服不适合自己的，而是你还没有找到搭配它们的方法。

找到风格的小方法

请打开衣橱，拿出应季的时尚杂志，耐心地试穿你衣橱里应季的每一件衣服，并进行多次搭配，对着穿衣镜反复打量，找到最适合自己的服装搭配，把那些实在没有用武之地的衣服请出衣橱。搭配完，请把你的劳动成果收纳在一起，这样下次你再出门之前就可以轻松地找到最适合自己的装备了。

在穿衣造型中最重要的一点就是和谐，服装的轮廓、色彩、细节只要放在自己身上是和谐的，就可以成为真正属于自己的风格。在挑选服装时，一定要多尝试各种不同的风格，千万不要被自己的主观意识所局限。



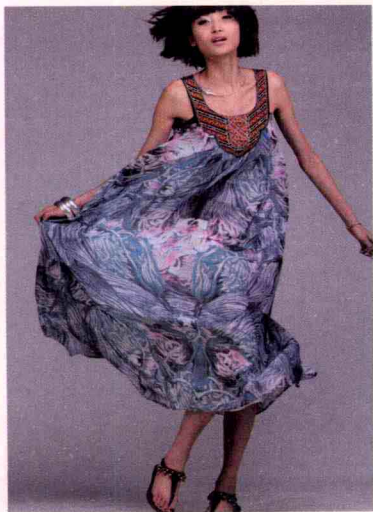
● 娜娜家 复古演绎快时尚



在下次买衣服之前，你也可以这样做，列出自己比较感兴趣的穿衣造型，将它们的特点一一剖析：款式、轮廓、色彩、细节、配件等。根据自己的身高、身材比例、肤色来挑选这些造型里类似的单品，经过不停地试穿，找到最适合自己的裙子长度、外套造型、裤子样式等。经过长时间的寻找，你就能慢慢了解自己，找出最适合自己的美丽穿搭，形成自己的风格。只有穿着最适合自己的衣服，才能成为一个真正自信的女人。

你喜欢的风格不一定适合你

每个女人都有自己独特的魅力，但是很多女人都不善于去发现那些隐蔽的东西，每次在穿衣打扮的时候都找不到适合自己的风格。在你的身边就会经常看到一些本来很年轻的女孩却穿得非常老成，或是长相甜美的女孩却把自己打扮成辣妹，还有上了年龄的熟女却非要穿着印有Hello Kitty的毛绒外套……这些女性的服装搭配都是出于自己的喜好，但是她们没有想过这些她们喜爱的风格搭配是不是真的适合她们。



● 裂帛



● 裂帛

你是不是总会受时尚杂志和时尚电视节目中所宣扬的流行风格所影响，看到一套美眉的穿搭，都不考虑其穿在自己身上会是什么效果，就轻易想要去尝试。殊不知这种穿在别人身上好看的风格，自己穿起来就完全不是那么一回事。这时候，你就要注意这些毁掉自己风格的灾难。

风格灾难

名牌风

女人天生就有着强烈的虚荣心，名牌精致的做工、剪裁、布料，和这些所堆砌出来的价格都是女人欲罢不能的动力。但只为了炫耀自己买的是名牌，就穿着印满Logo的衣服、鞋子、包包到处跑，不仅会降低你的品位，还会让人感觉俗气。尤其是现在市面上B货这么多，很容易让人感觉是仿冒品，到时候你辛辛苦苦花大钱买到的名牌货却变得很廉价。

流行风

印花在这几季都非常流行，在大街上到处可以看见穿着印花雪纺上衣、印花长裙、印花洋装的女性。在这些潮女当中，把很时髦的印花衣服穿成村姑的女性也大有人在。女性总感觉当季的流行单品我一定要有，不管它是不是适合自己。其实无论是多么流行的单品，如果不适合自己，就不要购买。

成熟风

时下的小女生越来越早熟，她们总是喜欢把自己打扮得老气横秋，总是让别人猜不

出她们的年龄。虽然女孩子在年轻的时候穿什么都好看，但是过于老气的装扮还是会大大减弱小女孩所给人呈现出来的朝气感。要想扮成熟，大地色系的连身裙就是你最好的选择，成熟又不会过于老气。

萝莉风

比起小女孩装老成更可怕的事情，莫过于一个熟女穿着类似于中学生的服装，虽然近年来萝莉风大行其道，但是请问小姐您今年贵庚？穿着太over，会让人感觉很不舒服，所以什么年龄段穿什么样的衣服是非常重要的。熟女穿着高贵、优雅、有质感的衣服才能够显示出她们独有的风韵。

性感风

夏天到了，每个女孩子都尽可能地大秀自己的性感曲线，但是请先注意下自己的气质和身材是不是适合性感风，如果不够火候有可能就像偷穿大人衣服的小女孩，或是露出很多肉肉。就算你非常适合性感风格，那也要分清场合，在适合的场合适时地小露一下性感，才能够为自己加分。



虽然你可能非常专注于某一种风格，但是很有可能这种风格恰恰是最不适合你的风格，这时候我们就要打败女人内心深处的盲从态度，鼓起勇气，挑战自我，改造不适合自己的错误风格，打造一个最完美的自己。

用一件合身的衣服，练就你的独门穿衣心法



● 粉红大布娃娃

在这里说的合身的定义不等于紧身，合身是指穿在身上看起来不会出现过大或过小的感觉。同样，一件适合你的宽松衣服，也可以让你穿得非常合身。每个女性都希望自己能够像美国新生代玉女掌门人杰西卡·阿尔芭（Jessica Alba）那样，拥有完美的身材。Jessica对于自己的身材非常自信，她绝不会穿着与自己身材不相符的衣服，无论何种轮廓的衣服，她总是会选择最贴合体型的款式，这就铸造了她的独门穿衣心法。

在穿衣造型中，最难的不是选择什么样的衣服，而是什么样的衣服最能够贴近自己的体型。人与人的第一印象在3秒内就可以确定，过大的衣服会让人感觉邋遢，过紧的衣服则会暴露出缺陷，这时候没有什么比一件合身的衣服更得体了。合身是决定女性整体造型是否成功的首要因素。

女性的衣橱里面总是有一些不适合自己的衣服，那些服装基本上在刚开始买的时候是非常喜欢和适合的。但是经过时间的变迁，我们的体型发生了改变，我们总是舍不得淘汰那些自己非常喜欢的衣服。结果经过长时间的累积，不合身的衣服就占据了衣橱的半壁江山。为了避免自己被这些过大或过小的衣服所困扰，请将它们请出衣橱吧。

服装的宽窄关系

宽松和紧身的设计一直都存在于我们的生活当中，如何从这些纷繁的设计中找到宽窄之间的平衡，打造出合身的装扮呢？

上宽下窄

上宽下窄是标准的男生身材，但是这样彪悍的身材安插在一个爱美的女性身上，使人不无遗憾。宽肩膀的女性，绝对不要去尝试**Oversize**（超大尺寸）的上衣，这只适合窄肩膀和正常肩膀的时髦女性。窄肩膀的女性则可以尝试泡泡袖上衣，搭配窄版牛仔裤，这是上宽下窄的典型穿搭。



● 旺财堂

上窄下宽

上窄下宽的搭配方式是典型东方人的选择，上面搭配一件紧身T恤，下面搭配一条伞状的蓬裙或宽松式的阔腿裤。这种搭配方法也适合于宽肩的女性，记住下宽的长度一定不能短于膝盖以上10cm。



● 旺财堂