



我的搭配入门书

崔彦怡——著

偷师时尚达人，搭出百变优雅。
九头身比例不再是梦，
高街乐活才更有型。

型 格 美 女 必 备 穿 搭 圣 经

面料不会选，好看的衣服搭不协调 / 单品不会穿，“凹”不出造型“凸”赘肉 / 颜色无新意，不敢突破黑白灰 / 鞋包不搭调，点睛配饰变累赘

- 巧用色彩，穿出高级感
- 5种穿搭公式，轻松搞定日常
- 探索时尚潮流，打造个人风格

译林出版社

崔彦怡——著

我的搭配入门书



图书在版编目 (CIP) 数据

我的搭配入门书 / 崔彦怡著. — 南京: 译林出版社, 2015.7

ISBN 978-7-5447-5469-9

I. ①我… II. ①崔… III. ①服装美学—通俗读物

IV. ① TS941.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 096866 号

书 名 我的搭配入门书

作 者 崔彦怡

责任编辑 陆元昶

特约编辑 冯旭梅 孙 赫

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

译林出版社

出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009

电子信箱 yilin@yilin.com

出版社网址 <http://www.yilin.com>

印 刷 北京京都六环印刷厂

开 本 787×1092 毫米 1/32

印 张 7

字 数 74 千字

版 次 2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5447-5469-9

定 价 28.80 元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

目 录 / Contents

第一章 时尚达人知道的搭配秘密	001
第 1 节 面料的一致搭配法	002
第 2 节 面料的对比搭配法	004
第 3 节 脱颖而出的色彩搭配	007
第 4 节 极简主义色彩搭配法	009
第 5 节 提升亲和力的色彩搭配	012
第 6 节 甜而不腻的色彩搭配	015
第 7 节 冷艳高贵的色彩搭配	018



第二章 巧学搭配, 晋升白瘦美 021

- 第 1 节 拉长身架, 不做“矮胖矬” 022
- 第 2 节 宽松衫 + 高腰裤, 游泳圈不见了 028
- 第 3 节 短衫 + 长裙, 九头身比例不是梦 032
- 第 4 节 T 恤 + 束腰裤, 轻松增高 10 厘米 036
- 第 5 节 大胃王的显瘦指南 042
- 第 6 节 巧用不规则, 轻松藏赘肉 047
- 第 7 节 铅笔裙高腰搭, 你也是长腿 MM 051
- 第 8 节 告别扁平臀, 包臀裙让你变妖娆 055
- 第 9 节 直筒裙, 下身水肿的克星 058
- 第 10 节 过膝裙让你远离胖大腿 062
- 第 11 节 灵动荷叶裙, 化身 S 俏佳人 065
- 第 12 节 隐匿在 V 脸美人下的领形法则 069
- 第 13 节 西装外套的大码瘦身法 072
- 第 14 节 巧搭背带裤, 鸡肋妹也有春天 075
- 第 15 节 巧选几何图案, 显瘦有妙招 080
- 第 16 节 经典 Peplum, 水桶腰的克星 084
- 第 17 节 宽松卫衣, 微胖界的福音 088



第三章 挑战：潮人的衣橱心机

091

- 第 1 节 “衣”如既往的赫本式优雅 092
- 第 2 节 钟爱一生的香奈儿套装 098
- 第 3 节 海军蓝色单品，轻松获得好人气 103
- 第 4 节 裸肩，给性感一个内敛的诠释 106
- 第 5 节 硬廓形外套的震撼感 109
- 第 6 节 “村姑” or “花仙子”，印花装的一搭之差 112
- 第 7 节 拼接裙装，我的个性代言人 117
- 第 8 节 火辣迷你裤，大秀琵琶腿 123
- 第 9 节 复古伞裙的瘦腿秘密 128
- 第 10 节 裸色单品，优雅不做作 131
- 第 11 节 百变酷马甲，缩出小骨架 134
- 第 12 节 花样连身裤，一件凹造型 138
- 第 13 节 个性连帽衫，晨跑也时髦 145
- 第 14 节 百搭运动裤，轻松周末范儿 148





第四章 卧底名媛帮，不可不知的点睛鞋包

151

- | | | |
|--------|--------------------|-----|
| 第 1 节 | 罗马鞋，交织的性感 | 152 |
| 第 2 节 | 豆豆鞋，驾车也摩登 | 155 |
| 第 3 节 | 芭蕾舞鞋，百变萝莉最爱 | 157 |
| 第 4 节 | 乐福鞋，穿出乐活姿态 | 159 |
| 第 5 节 | 运动鞋，动感高街法宝 | 161 |
| 第 6 节 | 布洛克鞋，英伦怀旧腔调 | 163 |
| 第 7 节 | 牛津鞋，英伦古典与现代的碰撞 | 165 |
| 第 8 节 | 马靴，马背上的粗犷豪情 | 167 |
| 第 9 节 | 切尔西靴，终极休闲鞋 | 169 |
| 第 10 节 | 穆勒鞋，足下的裸露诱惑 | 170 |
| 第 11 节 | 麻底鞋，环保也时髦 | 172 |
| 第 12 节 | 百变帆布包，度假休闲好选择 | 174 |
| 第 13 节 | 小方包，棱角分明的时尚 | 177 |
| 第 14 节 | 马鞍包，马背上的复古风情 | 181 |
| 第 15 节 | 水桶包，背上时髦，即刻出发 | 184 |
| 第 16 节 | 信封包，高街必备尚品 | 187 |
| 第 17 节 | 俏皮购物袋，Shopping 也时髦 | 190 |
| 第 18 节 | 花样式提包，讲求个性的鬼马姿态 | 193 |



第五章 街拍达人：一周魅力造型指南

199

周一 优雅淑媛风

——Chanel, Chloé, Ochirly 201

周二 俏皮学院派

——ASOS, Miu Miu, E-Land 203

周三 舒适休闲范

——Alexander Wang, Top Shop 205

周四 日系文艺调

——三宅一生, 无印良品, 优衣库 207

周五 自由田园味

——Valentino, Paul & Joe 209

周六 简约复古情

——Burberry, Prada 210

周日 摇滚派对风

——Balmain, Roberto Cavalli 211





第一章

Chapter One

时尚达人才知道的搭配秘密

如果你是一个讲究时髦的人，那么就一定不能忽略面料搭配的重要性。它是服装搭配协调的基本要素。即便你对当季的流行风格与图案了解无几，学会面料搭配法则，也能保证造型安全不出错。这其中，面料的一致搭配法则对于刚入门的人来说，最关键、最基础。在这里，我把它简单分为“同种面料搭配法”与“相近面料搭配法”。掌握了这两种法则，你就掌握了面料一致搭配法的核心。

同种面料搭配法

顾名思义，同种面料搭配法，是指整体服装的面料为一种，但它并不约束面料的其他属性，你可以选择同种面料，但可以使用不同的色彩或图案将服装区别开来，从而形成协调的层次感。例如牛仔面料，淡蓝色牛仔衬衫与深蓝色紧身牛仔褲，就是令人一目了然、清爽又富有魅力的组合；再如雪纺面料，白色雪纺衬衫与印花雪纺短裙，也是简单又迷人的选择。

如果从上而下都是一模一样的面料，难免会令人产生乏闷的感觉。因而，运用这种搭配方法时，应注意保持服装的层次感，在单品间稍作变化，这样看上去就会非常精心别致。除此之外，配饰在

连接与区分面料时，也发挥着不可忽视的作用。最简单的方法是装饰一款腰带，例如将皮革编织腰带纳入牛仔套装中，将亮色细腰带纳入雪纺套装中，看上去就会更加连贯自然。

▮ 相近面料搭配法

将外观看上去相近的面料搭配在一起，也非常和谐美观。它们至少有一个共同的特性，例如同样飘逸，同样具有透视效果，同样富有光泽感等。对于飘逸这个特性来说，你可以将雪纺与绉纱搭配起来，选择雪纺上衣与绉纱长裙，轻快唯美；对于透视效果来说，你可以将薄纱与蕾丝搭配起来，选择薄纱袖上衣，搭配蕾丝短裙，典雅之中流露丝丝女人味；对于光泽感来说，你可以将丝缎与塔夫绸搭配起来，选择围裹式的紧身丝缎上衣，搭配廓形感十足的塔夫绸半身裙，参加酒会将非常华丽迷人！

这种搭配方法较同种面料搭配法而言，运用起来有一定的难度，但只要注意避免烦琐，不要画蛇添足，就会收到不错的效果。再者，因为面料相近不相同，所以在配饰的材质选择上，也要尽量与服装面料保持趋同，不要太追求标新立异，否则看上去会很突兀，不连贯。

第2节 面料的对比搭配法

我们不仅可以选择相近的面料进行搭配，同样，我们也可以选择质地、样式、色彩、工艺等相异甚至相对的面料，进行创造性的搭配，这种搭配方法称为面料的对比搭配法。它适用于过渡季的造型搭配，对于特别的派对、酒会来说，利用这种方法也能令你的造型看上去别出心裁。幸运的是，它虽然看上去复杂，但其实非常简单，你只需把握以下两种对比搭配法，就能保证安全又时髦！

硬挺与飘逸

面料的硬挺与飘逸相碰撞，总能带来震撼般的美感。例如具有塑形效果的棉质贴身短上衣，搭配轻盈的绉纱伞裙；硬朗的皮夹克，搭配舒适的T恤与蓬松的薄纱半裙；抑或是轻盈的荷叶边雪纺上衣，搭配线条流畅的棉质铅笔裙；宽松的丝质衬衫，搭配紧身牛仔裤，等等。

这种对比搭配法最为普遍，能够令两种不同风格的面料碰撞出多元化的时髦感。例如，在甜美中多加一丝酷味，让性感中流露出优雅的气息。选择这种对比搭配法，虽然很容易上手，但仍需要注意其中的关键——线条感。相异的面料之所以能够完美

地融合在一起，很大程度上归因于优美的线条感。你需要用硬朗的面料雕刻立体的线条，如腰部的 S 形曲线，圆润的臀部，修长的腿部等，目的是为了突出你身材的优势；而飘逸的面料则会带来一定的模糊线条的感觉，它可以掩盖你的身材缺陷，如扁平的胸部，有赘肉的腰部，宽阔的胯部，略微水肿的腿部等，但无论如何，两者搭配起来线条都是连贯流畅的。

轻盈与厚重

掌握好轻盈与厚重的面料对比搭配法，能够有效地帮助你打造换季装束。尤其是在秋冬交替与冬春交替的时节，利用这种搭配法，你可以轻松摆脱臃肿并且保持温暖！在秋末冬初之际，你可以穿着轻盈的雪纺长裙，外披一件柔顺的皮草外套或马甲；抑或是在微寒的派对之夜，为你的华丽礼服增加一件毛皮披肩，不仅能起到有效的御寒作用，同样也增加你造型的奢华度。同样，在冬末初春之际，你也可以选择保暖的套头卫衣与长裤，外披一件轻盈的细针织长开衫，会令你的步履瞬间轻快起来！

运用这种对比搭配法时，要注意季节的趋向性。如果天气趋寒，那么在搭配时应遵循“内轻外重”的原则，即选择轻薄

面料的内搭单品，搭配厚重面料的外衣；如果天气趋暖，那么在搭配时应遵循“内重外轻”的原则，即选择厚重保暖的内搭单品，搭配轻薄面料的外衣。把握好这两个原则，能够保证你在搭配轻盈与厚重时，将两者平衡得恰到好处，且顺应季节，时髦不突兀。



观察一个人的衣着，你并不会一开始就专注细节，反而会首先被最简单、最醒目的色彩所吸引。无论呈现出的色彩是非常亮眼，还是比较暗淡，它们都不会孤立地存在，而是依靠两两或多种组合，在众多衣装中脱颖而出，这便是色彩搭配的神奇魔力！

如果你也想让日常着装变得抢眼，成为众目所瞩的焦点人物，那么就要学会这种色彩搭配法。它其实并不难，简单来说分为两种方法——对比法与近色法，你可以根据我的分析，找到适合自己的抢镜捷径！

对比法

这种方法适用于任何一种服装款式，譬如一件黑白对比的T恤，一件亮色图案的白衬衫，一条青花瓷印花的半裙，都是对比法的基本体现。

对比法根据色彩的搭配，可以分为正比法与反比法。正比法是指对比色彩相对服装基底色彩较明亮，反比法是指对比色彩相对服装基底色彩较暗淡。两者强调的对象不同，因而其表达的目的也不同。正比法突出亮丽感，适合周末休闲或者派对着装，彰

显个性魅力；反比法突出深沉感，具有一定的视觉修身效果，适合通勤或正式场合着装，更具优雅美。

近色法

并不是色彩相反的服装才醒目，如果你能掌握近色法，同样可以利用这种“锦上添花”的方式，令自己的造型变得精彩。

近色法可以运用在同暖色系服装，同冷色系服装，也可以运用在同无色系（黑、白、灰）服装的搭配中。它起到一定强调与提升的作用，目的在于让着装者的风格更加突出，个性更加鲜明，可以是拼色的方式，也可以通过渐变展现出来。一件单纯的红色连衣裙，尽管色泽鲜艳，但相比正红色、玫红色与珊瑚红色相间的连衣裙，却逊色不少。原因在于，“近色法”所带来的丰富与强大的视觉冲击力，是纯色服装无法匹敌的。

因而，在特殊场合下，如果你运用这种近色法去搭配，挑选近色的上衣与半裙（或裤子），近色相间的连衣裙或连身裤，就会收获意想不到的惊艳效果！

第4节 极简主义色彩搭配法

当下，极简主义风靡时尚界，它主要阐释出了“少即是多”这一内涵。就如同我们常挂在嘴边的诗句“此时无声胜有声”，将其运用在时尚界，就是通过最轻描淡写的方式，带来最撼动人心的时尚感，这就是极简主义。

虽然大多数人谈到极简主义时尚都能道出一二：雕塑般的剪裁，单纯的面料，质朴无华的设计……但很少人能够意识到，色彩搭配在极简主义中也占据着不可替代的重要位置！

一致法

号称“懒人必备”的一致法，绝对是极简主义色彩搭配的关键法则。我们都喜欢看男人穿西服套装，西服外套与西裤的一致搭配，醒目又笔挺。同样，女人也可以运用这样的懒时髦窍门，令你的造型抢眼且不出错。

你可以选择同色西服套装的搭配，也可以做一点小改变，选择同色的长大衣与长裤，内搭白衬衫；或者选择同色上衣与长裤，外搭长外套。当然，你也可以穿着连衣裙或连身裤，搭配同色调的帽子或鞋履，从头到脚保持一致，会令身材看上去更加修长曼妙。