



Chuan Yi Zhi Dao

服装·配饰·收纳·色彩·搭配·图解

穿衣之道

女子服饰搭配秘笈

薛晓萍 著

高雅精致 彰显穿衣品味

一衣百搭 再现时尚风采

学穿衣之道 做魅力女人并不难



380个搭配实例
成熟女性着装必备

北京科学技术出版社

1528104

Chuan Yi Zhi Dao

服装·配饰·收纳·色彩·搭配·图解



CS1666592

TS941.11
092

穿衣之道

女子服饰搭配秘笈

薛晓萍 著



重庆师大图书馆

北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

穿衣之道/薛晓萍著. —北京:北京科学技术出版社, 2012. 3

ISBN 978-7-5304-5343-8

I. ①穿… II. ①薛… III. ①中年人: 女性—服饰美学
②老年人: 女性—服饰美学 IV. ①TS976. 4

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第233265号

穿衣之道

作 者: 薛晓萍

责任编辑: 李金莉 王 晖

责任校对: 黄立辉

责任印制: 袁玉丛

封面设计: 青鸟意识艺术设计

图文制作: 青鸟意识艺术设计

出 版 人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)

0086-10-66113227 (发行部) 0086-10-66161952 (发行部传真)

电子邮箱: bjkjpress@163.com

网 址: www.bkjpress.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京印匠彩色印刷有限公司

开 本: 720mm×1020mm 1 / 16

字 数: 100千

印 张: 14

版 次: 2012年3月第1版

印 次: 2012年3月第1次印刷

ISBN 978-7-5304-5343-8/T · 661

定 价: 45.00元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

心语

“七色光，七色光，太阳的光彩，我们带着七色光走向未来……”熟悉的歌谣，唤醒沉睡的记忆，我们曾经是新中国的花朵，花儿朵朵向太阳。

太阳朝升夕落，我们青春已过，不再年轻，依然向上，我们心中的太阳永不落——那就是一颗感恩的心。

感谢苍天厚爱，我们赶上了变革时代；感谢父母疼爱，我们都有一个家；感谢亲朋友爱，一路上不怕风吹日晒。感恩、善良、积极向上，休闲、扮靓、快乐健康，我们的生活充满阳光。

感恩的心像太阳，发出七色光芒赤橙黄绿青蓝紫；爱美的心像太阳，炫出赤橙黄绿青蓝紫七色光芒。

打开我们的衣橱、拾起杂乱的佩饰、收拢无序的包包、归集散落的鞋帽、打破清规戒律，随心、随意、随缘、随便搭出美丽秀出风采，哪怕雷倒“犀利哥”，我们也不会出格。因为母亲的本色，早已为我们编织了坚固的道德准绳和审美底线。

母亲！母亲！

一声轻唤，一生思念。母亲，世上所有的母亲不论贫富、不管病痛、不计心境、不惜气力，年年岁岁月月天天都会为儿女精心打扮，且看：

这是我4岁生日照，也就是离父亲被政治风暴掠走不足百天，照片上白色衬衣领清晰可见，浅粉色毛衣只露出一袭圆领，浅粉色白圆点罩衣，外加一件深灰色宽边一字领棉布背心，据说是用爸爸的一条裤腿改制，恰好衬托



起浅粉色圆领毛衣，两个羊角辫扎着一对从罩衣布料上剪下的两个浅粉色白圆点蝴蝶结。

不要说我的相貌表情（母亲教我没爹的孩子不许哭，生活让我没爹的童年不会笑，真的感谢益平姐带我留下这张像）。单就这衣着色彩搭配，怎能不叫人钦佩50年代母亲的审美品位？怎能不让人感受母亲的大爱无疆！

时下热播的电视剧《雪花那个飘》，把我们带回那激动人心的历史拐点：我在这战斗的1977，那简直就是我们当年校园生活再现，满堂编剧太有生活，太有才了。

电视剧中恭大法老师关于衣着打扮的长篇阔论“穿着细事切莫等闲”真的不是雷人之语。教师的师德、品德乃至穿衣打扮风格都会直接影响学生的一生。确实如此。

新街口大三条小学刘老师的高跟鞋、姚老师那鲜艳的百褶裙、157中学赵老师的格呢外套、王老师蓝白格的确良衬衫，连同她们优秀的师德品质真的影响我一生。为什么要读北师大？为什么今生以教师为荣？为什么要把自己的穿衣心得写出来？为什么不怕笑话将十几年前的旧衣服和照片晒出来？

因为我希望大家生活更美好，因为我一直坚信心底无私天地宽。

朗朗乾坤花花世界，纵百花齐放，容百家争鸣。

穿衣戴帽各有所好，爱美无年限，搭配无对错。

本来么，穿衣戴帽就没有四项基本原则，服饰搭配也没有三大纪律八项注意。烟酒业、食品业都有行业标准，服饰搭配却没有行为规范，只要明白自己的形象定位，不管是局座还是处调、不论是教师还是老板，母亲，将是我们共同的形象定位。

虎妈、酷妈、潮妈、暴走妈妈、美丽妈妈，现在最时尚称谓——老妈。

老妈也时尚、老妈也追星、老妈也爱美，只要我们稍稍掌握一点色彩搭配原则，悄悄留意一些达人服饰风格，我们也会慢慢地扮靓自己，秀出美丽。

为了感谢母亲教会我裁剪、缝纫、刺绣，爱无限；为了半个世纪坚守母亲“太阳每天都是新的，衣服每天都要换的”家规总结；为了普通人追求完美的心愿，我整理搭配拍摄了近千幅模特图片，闺蜜却嗔怪：模特怎么搭都好看，有本事你用你那老身段现身说法。本人不吃葱蒜爱吃姜。下定决心、不怕露怯、排除万难，编著这本《穿衣之道》，为了忘却的纪念。

毛主席说过：世界上怕就怕认真二字。共产党最讲认真、哲学家善辨真伪、美少年喜爱写真。真，就是不假。拍照时既不美容也不美发，更不会摆pose（姿势），也没做什么照片后期处理，也没有什么品牌赞助，都是自己的旧衣服旧饰物。这就是一个中年女子的平常状态，就是一个普通人穿衣戴帽的真实写照。



人在职场的女子，忘掉自己的一切辛劳忙碌；初为人父的丈夫，期盼自己的妻子青春永驻；涉世之初的儿女，祝愿自己的母亲美丽如初，那就让我们一起来翻开这本书，扮靓你我她，祝天下所有的女子美丽幸福。

《穿衣之道》勇于在专家面前班门弄斧，斗胆在姊妹面前抛砖引玉，目的只有一个：七色光，七色光，太阳的光彩，我们带着七色光走向未来。

谁持彩练当空舞？成熟女子情最浓。

2011年5月母亲节



目录 Contents

第一辑 依有情——服装内涵

服装能够传情、修身、养心 / 2

睡衣、白衬衫、晚礼服属性刷新 / 4

服装讲究时间、地点、场合 / 12

职业装、商务装、休闲装、运动装、家居服搭配点击 / 16

第二辑 色无戒——色彩搭配

自然界五颜六色 / 46

色彩配强调场合 / 53

服饰搭图解七彩 / 55

赤——真诚热情 / 55

橙——奉献真情 / 61

黄——燃烧激情 / 73

绿——侠骨柔情 / 80

青——壮志豪情 / 85

蓝——无限深情 / 95

紫——浪漫爱情 / 102

第三辑 饰无语——首饰功能

什么都是饰品 / 111

饰品只是点缀 / 116



第四辑 戴无边——帽镜伞套

帽美无界 / 126

墨镜无邪 / 132

伞情无限 / 135

巧手无敌 / 138

第五辑 丝无风——随心飞扬

丝巾是女人专属品 / 142

围巾任你随心百变 / 152

披巾、围巾、丝巾新颖简单系法教学示范 / 156

第六辑 包无结——包容心境

包功能 / 164

包乃容 / 172

第七辑 思无邪——知足常乐

脚下没鞋穷半截 / 175

知足常乐好轻松 / 179

第八辑 衣无价——收纳妙趣

衣服可调节心情 / 184

衣服可收藏情趣 / 190

第九辑 美无限——相由心生

人人都有美丽点 / 198

个个都是造型师 / 207

Part I
第一辑

依有情——服装内涵



服装能够传情、修身、养心

中国象形文字明示：依——人与衣服互相依附而存在。自从有了人类，就随之产生了衣服，无论是树叶、土布、针织、化纤，都是穿在人身上蔽体和御寒之物。

现代服饰早已超出古时蔽体御寒之功能，逐渐演变为一种服饰语言，直接表现出人的价值取向、气质修养，乃至国家大政方针。

美国前国务卿赖斯出访，无论是着尖领衬衫还是紫色套裙，都令全球记者津津乐道，并由此推测出美国外交政策之变化。

中国总理温家宝2007年访韩期间，身着北京奥运标志运动服，与韩国晨练群众并肩跑步，并直言“这些小事，也是大事，能够做就做，做了就有影响。”奥运标志运动服显然与国家总理日常着装不符，但特殊场景下，特殊着装，则表达了特殊的涵义。这一服饰细节产生的影响从外国媒体的传播频率可窥一斑。

闺蜜嗔怪：你干吗总拿大领导说事？对，因为这些国家级领导的衣着打扮是由外交部礼宾司专业团队打造，

具权威性。权威性更具实践性，更利于大众仿效与传播，列宁装、幸子服不是个案。

伊丽莎白女王访美之前，美国竟动用200余礼仪专家为白宫讲课，外交礼仪服饰搭配搞不好会引起国际争端的，国家尊严民族气节是神圣不可欺的。

服饰搭配的确要考虑国情、民情、风情。

世间万物皆有情，更何况是一年365个日日夜夜与我们肌肤相亲的服装呢？服装与人有缘分之说。服装传情。

“青青子衿，悠悠我心。纵我不往，子宁不嗣音？青青子佩，悠悠我思。纵我不往，子宁不来？挑兮达兮，在城阙兮。一日不见，如三月兮。”这是《诗经》里描写一位多情女子对心上人的思念。而这思念竟源于他的青色衣襟，真不可思议。

思念有了颜色，衣服成就了爱情。这种爱情就是在对的地方遇见了对的人，而这对的人就是因为穿了一件青色的长衫，你说服装的传情功能有多大？

女为悦己者容，无论年龄多大，女子皆为情穿衣。情感单一，服饰简单；情感丰富，服饰百搭，让服饰说话。



睡衣、白衬衫、晚礼服属性刷新

送儿子大学报到后回家，丈夫就不停地嗔怪妻子：瞧你婆婆妈妈地跑前跑后排队交费、领行李、铺床，你不知道他几岁，你几岁？妻子刚想反驳：你比我还婆婆妈妈，唠叨一路，整个一老更。话到嘴边，突然想起闺蜜的私房话，就没吱声，起身进了浴室。

在花洒淅淅沥沥的小雨中，妻子大声唱起来：啊，朋友再见！啊，朋友再见！这是他们年轻时最爱看的外国电影插曲。歌声顺着门缝，溜进丈夫的耳朵，不由得想起了电影院中第一次与妻子拉手的一幕……

浴室门洞开，妻子竟穿了一件丈夫的大号白衬衫，头上稀松裹着一方嫩粉色毛巾帽，脚下趿拉着一双嫩粉色松糕鞋。



白衬衫穿在男人身上只能打造出朴实、简洁、庄重形象。一旦被穿在女子身上，白色就开始起化学反应了。白色的纯净，以及衣领纽扣敞开裸露的肌肤，令丈夫惊呆了，一把将妻子拥入怀中。

丈夫醒悟：三年了，为了陪儿子高考，妻子付出了太多太多，真该好好疼疼儿子的母亲了。两人不约而同地唱起了《我们的生活充满阳光》这首当年看了N多遍的电影插曲。

好一个聪慧女子，好一件传情白衬衫。



从此妻子就经常把丈夫的大号睡衣披挂在自己身上。睡衣，舒适、轻松的代名词，衣橱内、旅行中的必备。还有那虚无缥缈的Dior（迪奥）真我诱人香氛……从此二人世界就充满欢声笑语。

穿着大得在身上直晃荡的男式睡衣，在卧室里晃来晃去，特别的Cosplay（装扮）、特别的场景、特别的情趣，怎能不得到特别的爱！

卧室是家庭生活中的重要领域；也是睡衣展示的最好舞台，更是情感危机的发源地。

能够为国家输送大学生、研究生、博士生的母亲们，千万





要经营好自己独享的一亩三分地啊。这块阵地的守护神是自己，是睡衣。

中国有句俗话：熟之无礼。我们可以为上班穿什么衣服花费大量精力和心思，却从来不会为下班回家穿什么衣服劳神；宁可为不相干的人展示自己的服装秀，却不肯为自己最爱的他炫耀自己的服饰美。

干吗？老夫老妻的有这个必要吗？有！事业有成的中年男子为何不娶同龄人，偏偏挑个小佳人？爱美呗。物质社会谁和钱都没仇，花花世界谁和美都有缘。

爱美之心人皆有之，不是神马浮云，这是人类几千年的生活总结，精辟、透彻、经典，黄金定律放之四海而皆准。

夜幕降临，倦鸟归巢。一路堵车，心情不爽。没关系，金窝银窝不如咱的小窝，佛跳墙不如咱的八宝粥：红豆、绿豆、白芸豆；紫米、黄米、白糯米；红枣、白莲、绿提子，一碟黑木耳拌白山药、一碟柴鸡子炒西红柿、一份叉烧、一盅“百牛”，这就叫夫妻双双把家还。

摘下围裙沐浴更衣，挑选睡衣可大有学问。



这件睡衣中规中矩很适合外出公干时穿着，即便是自己住总统套间，也免不了有下属或同伴夜半敲门，不管情况多么紧急，你也能立即起身开门，绝不会有失身份。

这件睡衣是分身装，很合体很利落，适合继续批阅文件，继续白天的工作。



这件睡衣极普通，穿着它打扫梳妆台看看报纸杂志，然后倒头就睡，一觉醒来，满身褶皱，迷迷糊糊。





穿上它一切尽在不言中，无声胜有声。

服装是一个符号，会显示一种气质、会给人心理暗示、会左右人的心情。当你读懂它的时候就会驾驭服装，人衣合一，从而释放心境和情感。

博鳌会议期间，参会外国首脑一律着中国唐装，向世人展示对中华民族的友好。

希拉里访华时系一条中国红围巾，站在飞机出舱口，红得夺目红得透彻，一下子就拉近了和古老中国的距离。

《王风·大车》是一首描写青年男女一见钟情的诗歌。

“大车槛槛，毳衣如珣。岂不尔思？畏子不敢。大车哼哼，毳衣如珣。岂不尔思？畏子不奔。穀则异室，死则同穴。谓予不信，有如皦日。”

春秋时期，一切都要依从《周礼》，什么人出行穿什么衣服，坐什么车，用几匹马来拉都是有明文规定的。能够穿红色冠服一定是富家子弟，能够由两匹马来拉的大车一定是权贵人家。就这样，一位君子邂逅一名田间纯情女子，而这名女子想象着君子的衣服颜色会和他的思想一样明洁，想象