

完美形体 服饰搭配圣经

[美]布拉德利·拜尤 著

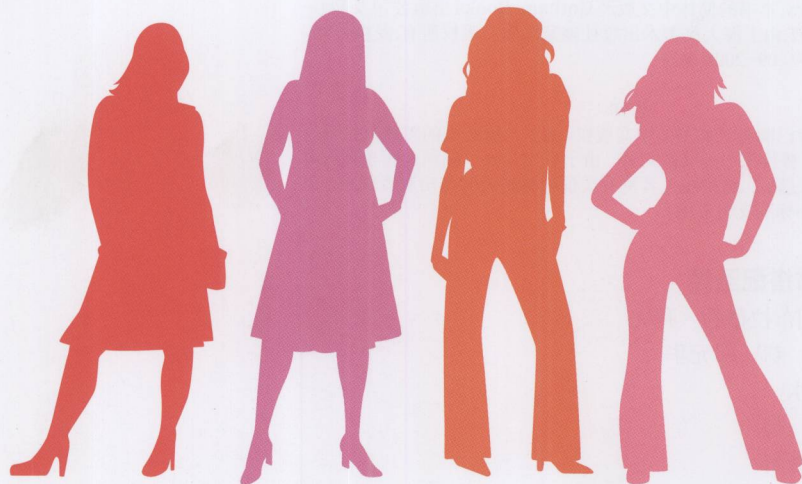


上海人民美術出版社

TS941.11
86

完美形体 服饰搭配圣经

布拉德利·拜尤 著
张莉 邬元华 译
夏奈丽·恩布里 插图



上海人民美術出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

完美形体服饰搭配圣经 / (美) 拜尤 (Bayou, B.) 著;
张莉, 鄢元华译. - 上海: 上海人民美术出版社, 2008.3
书名原文: The Science of Sexy
ISBN 978-7-5322-5605-1

I.完... II.①拜... ②张... ③鄢... III.服饰美学
IV.TS976.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 016111 号

原版书名: The science of Sexy

原作者名: Bradley Bayou

Copyright ©2006 by Bradley Bayou

All rights reserved Gotham Books and skyscraper logo are trademarks of Penguin Group (USA) Inc. Library of Congress Cataloging-in-Publication Date has been applied for ISBN: 978-592-40260-1 Printed in the United States of America without limiting the right under copyright reserved above. No part of this publication may be reproduced, stored in or introduced into a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise), without the prior written permission of both the copyright owner and the above publisher of this book. The scanning, uploading, and distribution of this book via the internet or via any other means without the permission of the publisher is illegal and punishable by law.本书的简体中文版经 Gotham Books 出版公司及 Penguin 出版集团授权,由上海人民美术出版社独家出版。版权所有,侵权必究。
合同登记号: 图字: 09-2008-064

告知

本书的出版者已购买了此书的中文版权。为了与原版书的整体风格保持一致,中文版不再替换书中的某些图片。由于难以与每一幅图片版权拥有者取得联系,见此信息后,希望相关者持有关证明材料及时与出版者联系,以便按现行中文图书标准支付稿酬。

完美形体服饰搭配圣经

著 者: [美]布拉德利·拜尤

译 者: 张 莉 鄢元华

责任编辑: 邵水一

装帧设计: 王 梅

技术编辑: 陆尧春

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号)

开 本: 787 × 1092 1/16 19印张

印 刷: 山东新华印刷厂临沂分厂

版 次: 2008年3月第1版

印 次: 2008年3月第1次

印 数: 0001-3000

书 号: ISBN 978-7-5322-5605-1

定 价: 88.00元

3

绪论

31

红地毯问卷调查

37

我的“完美着装”十大戒律

61

通向性感的四步

71

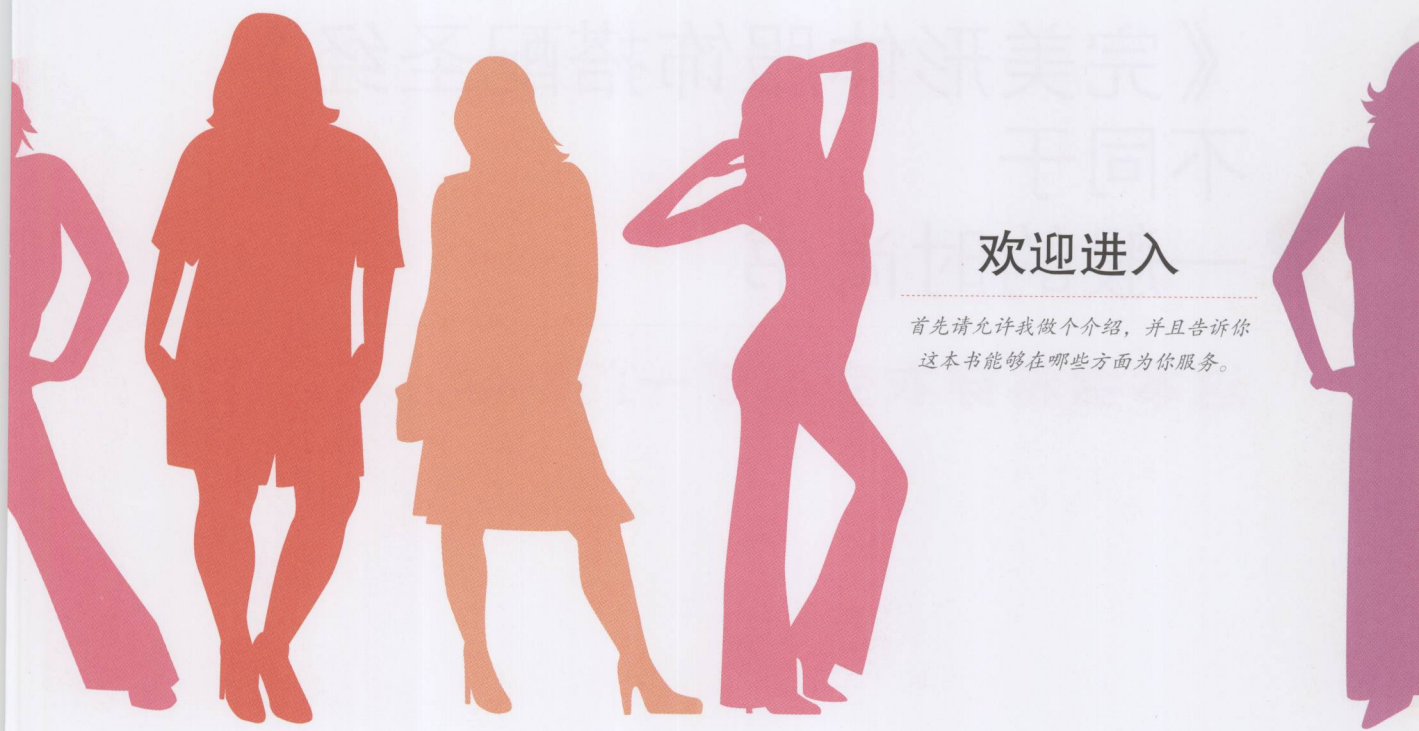
完美试衣间: 1-12

287

术语表

296

你的梦幻更衣室清单



欢迎进入

首先请允许我做介绍，并且告诉你
这本书能够在哪些方面为你服务。



《完美形体服饰搭配圣经》 不同于 一般的时尚书

这本书将穿衣变成了一门科学。

我建议你先做一个实验。随便挑一本女性杂志，看看里面出现的女性。或者，当你不得不在食品杂货店无聊地排队时，翻翻面前的书页，仔细研究一下里面的模特，尤其是那些广告中的模特。你会迅速注意到她们身上都存在着这样的共性：年轻、美丽、高挑，而且非常苗条。因此，对你这样的普通人而言，明白问题出在哪儿了吗？**她们拥有并展现出来的并不是大众身材。**

编者注：后文中的人体形数据（身形、体重等）采自欧美，可能有部分与中国人的数据有一定差异，建议读者根据实际情况分析、学习。

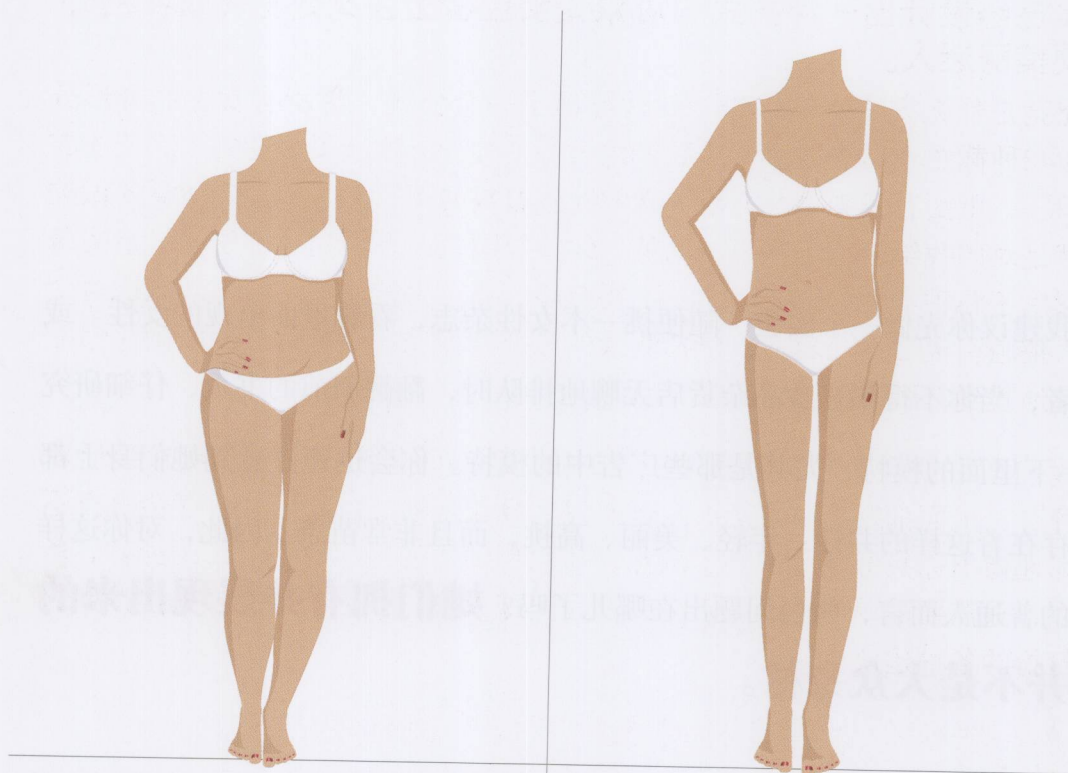


图1.1 在我们国家，大部分女性的身材都如左图所示，可是我们所见的，大部分的服装却都是按照右图的身材设计的。知道问题所在了吗？所以，我将教你的就是如何按照你自己的身材搭配服装。

请给我一秒钟，让我带你们看一个事实。

时尚模特的平均身材是高5英尺10英寸，重115磅，最多穿4码的衣服。可是，再看看这个数据：美国妇女的平均身材是高5英尺4英寸，重164磅，穿14码的衣服。而且事实是，虽然我们国家有一半左右的女性穿14码，甚至更大码的衣服，但是你在商店里所能看到的衣服都是为又高又瘦的时尚模特设计的。问题就这样产生了，大部分女性穿上这样的衣服以后，看上去可能会很糟糕。

我已经设计出一种方式，可以让女性看上去比她身体真实的外观美丽迷人。

究竟是什么方式呢？首先，我计算出了一个公式，将所有女性的身形分为48种截然不同的类别。然后，我为每一种身形建造了独特的“完美配衣间”，里面有我为大家特别贡献的性感着装的招招秘笈。而你所需要的就是对照我给出的“身高、体重、体型”图表，判断出自己所要打造的身形属于48种类别中的哪一类。不要担心，我会手把手地教你重新认识每个人那独一无二的身材——包括测量的标准和方法——这样就可以确保你准确地找到其所属的类别。

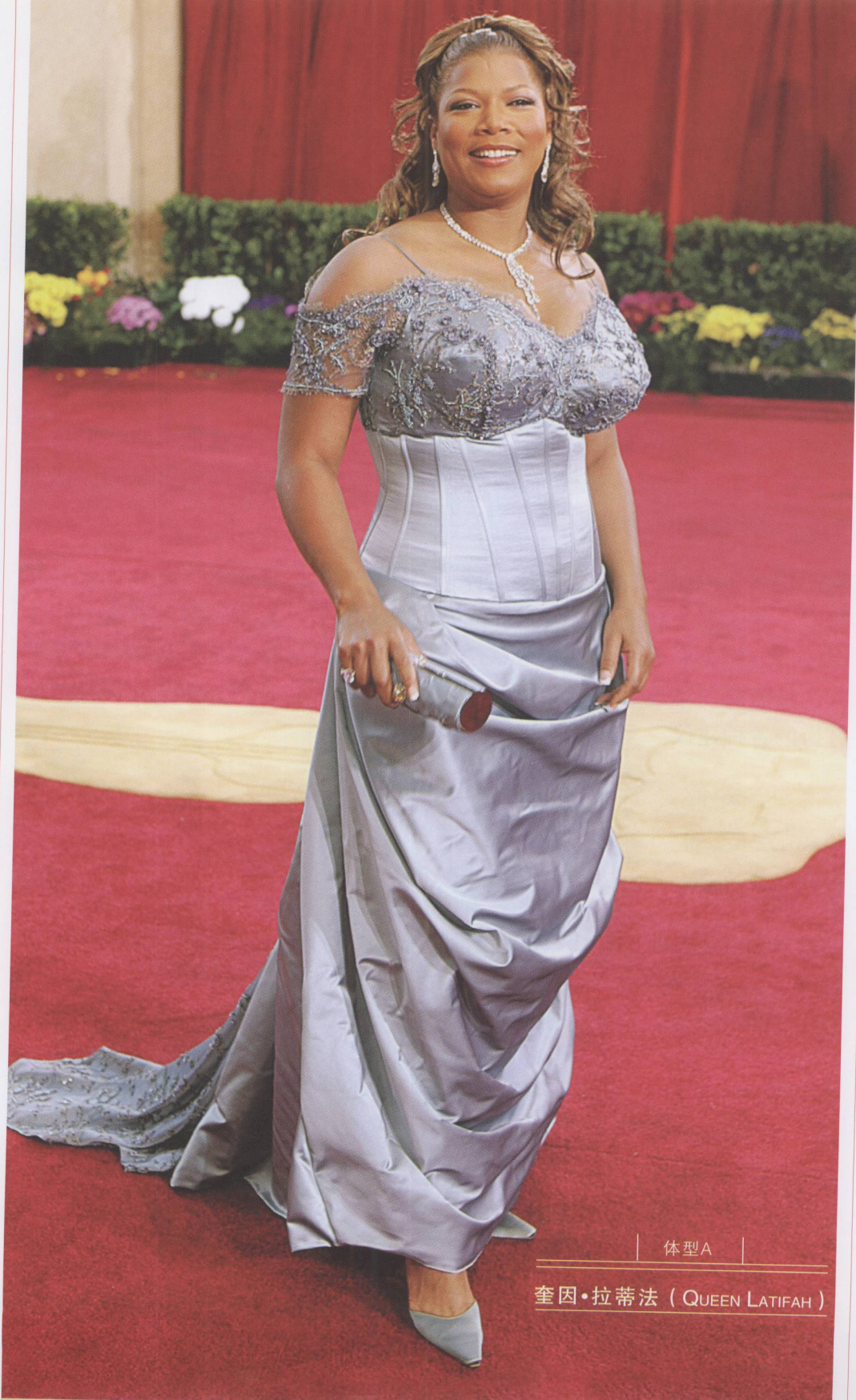
我们把“完美配衣间”分为了12间（每一间里都有4个不同的身形轮廓），里面都塞满了可能会永远改变你穿衣习惯的各种信息。我会直言不讳地指出你身形上的优点和缺点，从而帮助你客观地看待自己的身材。所以，只需要简单地迈入相对应的“完美配衣间”，你就可以轻松掌握穿衣打扮的各种建议。

我会告诉你穿什么样的衣服可以平衡你的身材，
也就是说如何扬长避短，
让你看上去绝对完美！

我会为你提供3种具有特效的“行头”，从工作职业装到周末休闲装，它们会帮助你在现实生活中真正实现全新的性感理念。我还会告诉你一条要点，让你学会在一眨眼的工夫就能改善自己的身形外观。

我之所以敢这么说，是因为我曾经为一位名人搭配过服装，而她，就拥有和你一样的身高、一样的体重、一样的身材。

结果，我让她在红地毯上呈现了她最完美的一面，同样，我绝对相信我可以让你也学会如何展示出你的光彩形象。



体型A

奎因·拉蒂法 (QUEEN LATIFAH)

相信我

我已经当了18年职业时尚设计师

我在加利福尼亚的比弗利山庄有间工作室，在那里我为参加学院奖、艾美奖、葛莱美音乐大奖、电影首映和其他红地毯上的明星们打造她们的形象，让她们光彩照人，就是我不容推卸的责任。

不论她尺码几号，身形如何，我都可以让她光彩照人

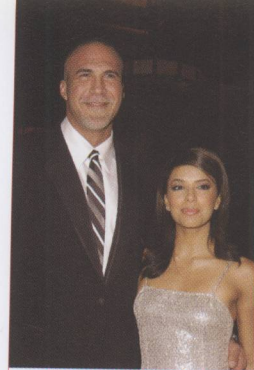
这有个例子。

在我为奎因·拉蒂法的学院奖颁奖礼上的晚装做设计前，她是一向给人以体形笨拙的形象的，也从不穿迷人的礼服。2003年，当她在芝加哥被提名为最受欢迎女演员时，她希望能在红地毯上闪亮登场。她在试衣时很紧张，因为她不像其他女演员那么苗条。然而，穿上我设计的礼服后，她看上去漂亮极了。我后来一直为她做设计，2004年，她出现在了“最佳着装”名单上，并在金球奖颁奖典礼上穿着我为她打造的衣裳夺得了“年度最耀眼的明星”的称号。



体型B

伊娃·朗格丽亚 (EVA LONGORIA)



右上图：在这场活动中，
我可是伊娃的约会对象哦

但是，奎因·拉蒂法并不是我指导性感着装成功的唯一例子。我还为其他很多明星设计礼服，让她们在红地毯上美到让人瞠目结舌，例如：

- | | |
|-----------|-----------------|
| 奥普拉·温弗瑞 | 克里斯汀·戴维斯 |
| 芭芭拉·史翠珊 | 艾娃·曼德斯 |
| 科雷塔·斯科特·金 | 米娜·苏瓦丽 |
| 唐娜·桑玛 | 辛西娅·尼克松 |
| 麦琪·盖伦哈尔 | 玛丽亚·凯莉 |
| 玛丽·J·布里奇 | 詹娜·艾夫曼 |
| 瑞加纳·金 | 宝拉·阿巴杜 |
| 凯丽·华盛顿 | 塞雷娜·威廉姆斯(小威廉姆斯) |
| 菲丽西提·霍夫曼 | 玛西娅·克罗 |
| 斯塞尔玛·布莱尔 | 吉娜·戴维斯 |

在这一页和接下来的几页里，你将看到一些我为明星们设计的礼服，并且欣赏到她们穿上这些礼服站在红地毯上展现出来的无与伦比的美丽。这种美丽不是源于其他，正是源于我专门针对她们每个人独特的身材所做的服装设计。而且这些女性——不，是所有女性——身材都是非常不一样的。适合甲的衣服不一定适合乙，更不可能适合所有人。套句俗语，差老鼻子去了。

但是，我也承认女性的身材有其共通之处。

多年来的经验让我对如何才能成功地为女性设计恰如其分的服装越来越自信。别着急，先松口气，听我慢慢说。我知道，每个人都希望自己看上去非常靓丽、光彩照人和被他人爱慕。事实上，这一切的本质都是希望自己“性感”！你可能从来都没意识到，也可能非常不愿意承认这一点，但是我坚信我的判断没有错。

所有的女性都希望自己看起来性感迷人。

但是，要谨记一点，性感也分很多种类型。有端庄略带腼腆的性感，有充满魅力又透着神秘的性感，当然，还有热烈开放永远扑面而来的性感。遥控器就掌握在你自己的手里，你应该根据自己的个性选择合适的性感模式。无论你选定的是哪一种，我都能为你设计出最棒的服装搭配。

你的身材类型直接决定了你能挑选的服装的类型。在为高矮胖瘦各种身材都设计过服装之后，我对女性的身形有了很深的了解。我确信，已经没有我没见过的身材类型了。每位女性都有独特的身高、体重和轮廓组合，我已经分别为每一个“你”量身定制了一整套穿衣秘笈，是最适合你、最能凸显你的长处，并且是只为你精心准备的秘诀哦。

我的目标就是：让你展现出最光彩夺目的形象。

这也就意味着我必须先让你明白，并不是所有好看的款式和风格都适合你。不是什么东西流行，你就应该穿什么。为什么要把钱浪费在那些你穿起来并不怎么好看的衣服上呢？穿着时尚得体绝不是要把钱大把地砸在昂贵的流行新品上。穿衣真正的窍门是：学会挑选那些能够平衡你身体所有优缺点的衣服，让优点尽情展露，缺点则悄悄遮掩。这些就是我要在这本书里教给你的。



体型 C

奥普拉·温弗瑞 (OPRAH WINFREY)

性感究竟是一门 怎样的学问？

用你独特的时尚理念
来考虑这个问题。

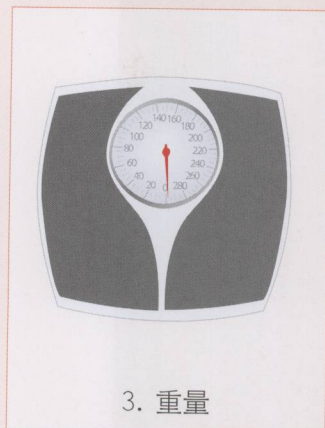
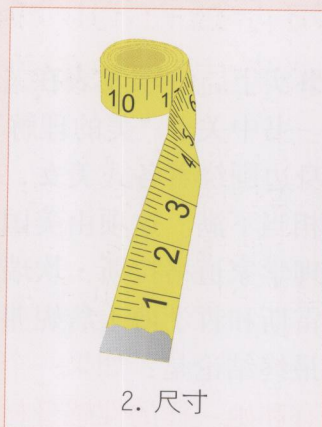
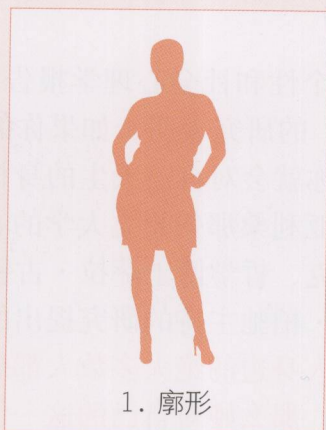
目前，市面上大部分时尚书刊杂志里的文章在为读者提供时尚穿衣指南的时候，都没能事先区分不同的身材类型。在如何能够显得更高更瘦的问题上，它们给出的都是一些模糊的概念。

而我，则以真正学术的方式，
将穿衣变成了一门科学。

我的研究是从**人体测量学**这门科学开始的。人体测量学是专门探讨人体形态的测量方法。它包括：通过人口调查收集大量人体尺寸变更的统计数据，这些数据对服装设计有着非常举足轻重的作用。对人体测量学有针对性的科学学习，让我证实了多种身材的存在。事实上，有一个名叫“USA尺码”的国内组织利用第二代TC机器，对10,000名美国男女进行了一项研究。

这个机器只需要通过不到6秒钟的时间扫描人体，

决定你身材类型的三个因素



图表1.2 如果你想看上去更美，你的着装必须综合考虑以上三个因素。

就可以精确获取200,000个数据点，然后根据这些数据点为每个人描绘出准确的3-D身形图。我就是利用这一信息创造了适用于每一款身材的基础“时尚着装”公式。

你问我结果？结果就是……我可以使所有女性都变得更美。每个女性都想提升自己的形象。相信我，即使是貌若天仙的明星们也认为自己存在需要补救的缺陷，这是不足为奇的。

整个社会氛围给了女性太多渴望苗条、年轻和靓丽的压力。



体型D

萨尔玛·海耶克 (SALMA HAYEK)

事实上，一项发表在《个性和社会心理学报告》一书中关于“美的理解”的研究表明，如果你的身边围绕着各式美女，你就会对自己天生的身材相当不满。这项由美国亚利桑那州州立大学的心理学家道格拉斯·坎瑞克、哲学博士萨拉·古铁雷斯和哲学博士詹妮弗·柏驰主持的研究提出的最终结论是：如果一个人身边的绝大多数人都拥有和她一样的性感身材，那么她对自己的这一优势的自信度就会降低。在电视、电影屏幕和杂志上频繁乃至过度出现的又高又瘦又漂亮的女影星形象，让你很容易降低自我评价。

但是，一定不要让这种情绪对你产生影响。

记住，所有这些你不断看到的极其完美的女性都是包装的结果：强烈而明亮的聚光灯、专业的彩妆师、服装设计师、私人教练、高档服装带来的魔力，还有通过照相以及后期数字化技术处理得到的强化与提升。

除此以外，她们还握有最重要的美丽杀手锏——由一位经验丰富的时尚设计师不断提醒她们应该（不应该）穿什么，才能呈现最完美的形象。

作为一个普通人，你可能没有办法像她们一样用各种各样的招式来包装自己，但是你可以像她们一样拥有我——时尚设计师——提供的公式，并且利用这个公式让你的外观发生戏剧性的变化。让我换一个简单点的方式，也就是我在现实生活中跟我的客户说明的方式来向你解释这其中的关键。那就是：

这本《完美形体服饰搭配圣经》的根本 可以浓缩为两个要点：

1

着装的目标是使身体和各部分达到平衡。

2

学会扬长避短。

做到这两点，你就能让自己的身材展现出比例协调的均衡美，并且让他人所有的注意力都集中在你最完美的部位。就像奥斯卡晚礼服的设计一样，我创造出的着装体系是为展现你的每一寸肌肤而特制的。