

成功男士服饰解码

◎ 孙晓蔚 编著

THE SECRET
OF
A MAN'S
STYLE

衣 统 天 下

中国建材工业出版社

◎ 孙晓蔚 编者

THE SECRET OF
MAN'S STYLE

衣

统天下

成功男士服饰解码

中国建材工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

衣统天下：成功男士服饰解码/孙晓蔚编著.

—北京：中国建材工业出版社, 2005.10

ISBN 7-80159-967-5

I. 衣... II. 孙... III. 男性—服饰美学 IV. TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第106771号

衣统天下——成功男士服饰解码



孙晓蔚 编著

出版发行：中国建材工业出版社

地 址：北京市西城区车公庄大街6号

邮 编：100044

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京印刷集团有限责任公司印刷二厂

开 本：960mm×635mm 1/16

印 张：10

字 数：170千字

版 次：2005年10月第1版

印 次：2005年10月第1次

定 价：29.00元

网上书店：[http:// www.ecool100.com](http://www.ecool100.com)

本书如出现印装质量问题，由我社发行部负责调换。

联系电话：(010) 88386906



INTRODUCTION

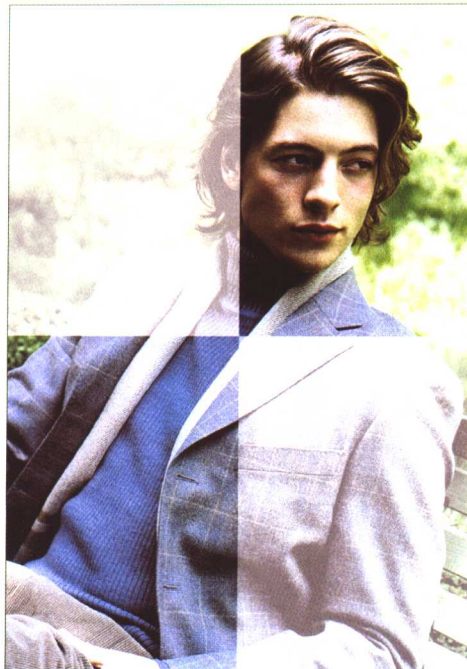
前言

今天的中国男士越来越成功和优秀，这一点毋庸置疑，但是令人遗憾的是他们的生活品位并未随着财富和智慧的增长而迅速提高。直至今天，不修边幅、不重仪表的男人仍被宽容地视为“做大事不拘小节”，事实上这种对于自我完善的忽略来源于他们所受教育的缺失。而对于尚未而渴望成功的男人来说，享受时尚的先决条件也并不是金钱而是观念——一种对生活的乐趣、享受与品位的追求。

然而，令男人们惊讶和尴尬的是，以往一直作为“第二性”出现在历史舞台的女人们，这一次却实实在在走在了他们的前面。我们骄傲地看到，不论豆蔻年华的少女，还是成熟优雅的女人，都纷纷展现着女性在装点自己、装点城市的惊人天赋和层出不穷的灵感，她们是那么善于利用细节使自己与众不同。因此本书中旗帜鲜明地提出了向女人学习穿衣之道的口号，希望男士们不再拘囿于种种传统的约束，从建立着装基本知识开始，最终成为拥有鲜明个性、迷人风度和卓越风范的真正意义上的“成功男士”！

我想，绝对没有一个男人希望自己拥有财富却被批评为乏味、刻板和缺乏情趣，艺术修养与生活品位同样是你自信面对未来的必备法宝，因此本书送给那些已经成功或正在为成功努力的男人。

我想，男人和女人就像“人”字的一撇一捺，唇齿相依，缺一不可，因此本书更是送给那些希望提升自己的男友或先生的品位的女人：也许你对于他拙劣的审美品位和混乱糟糕的穿衣风格难以忍受，也许你对他的改造旷日持久而收效甚微，本书将帮助你给他上一堂课，使他拥有你梦寐以求的优雅、时尚的贵族风范。



入门篇

Chapter 1

目录

男士衣橱 十大元素

2

- 白衬衫/2
- 黑色西裤/2
- 圆领上衣/2
- 有领T恤/3
- 薄西服/3
- 羊毛背心/3
- 皮装/4
- 防雨外套/4
- 船鞋/4
- 围巾/4

私人色彩顾问

9

一、服饰色彩 基础知识

1. 色彩的基本属性/9
2. 色彩的视觉心理/10
3. 服装色彩的搭配规律/12

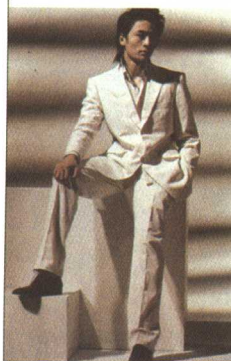


量体才能 选好衣

5

身形与衣领
的配合/5

弥补体型缺憾
的秘诀/7



二、选择属于 你的服饰色彩

14

1. 色彩与体型/14
2. 色彩与肤色/15
3. 色彩与职业/16
4. 类型男人的色彩风格/17

三、恰当运用色彩 创造良好的事业 与人际关系

18

1. 上司的色彩心理/18
2. 下属的色彩心理/20
3. 您的个性色彩/21



chapter2 晋 级 篇

职业装 ——职场江湖 通行证 26

一、职业装 必备单品 26

1. 最爱西服/26
 - ① 关于西服不可不知的常识/26
 - ② 常用的名词术语/26
 - ③ 基本款式/28
 - ④ 细节检查/28

- ② 如何选购一款心仪的西服/28

- ③ 西服的三大基础色系/30
- ④ 肤色与西服的完美搭配/31
- ⑤ 完美西服的保养之道/32
- ⑥ 西服的Q&A/33



36 3. “领”秀气质/36

- ① 材质/36
- ② 图案/37
- ③ 与衬衫的搭配方案/37
- ④ 数您打领带/40

41 4. 始于足下的 绅士风度

- ① 您该有几双鞋?/41
- ② 如何选购合适的鞋?/41
- ③ 搭配要点/42

- 34
2. 贴身衬衫 有型有款
 - ① 色彩与图案/34
 - ② 领子的款式/35
 - ③ 合身标准/35
 - ④ 衬衫面料小贴士/36



- 5
随性外套
风度翩翩
43
简洁干练夹克衫/43
冲劲十足皮夹克/44
儒雅时尚，大衣显贵/44
百变风衣，百变风格/44

45 二、职业装 穿着搭配“速成班”

- 西服/45
- 西服与领带/46
- 西服与衬衫/47
- 西服与鞋子/47
- 西服与袜子/47
- 西服与皮带/47

三、得体服饰 通向成功事业

- ① 面试着装——
职业生涯成功的敲门砖/49
- ② 职场新人着装/50
- ③ 追求并注重着装有“术”/53
- ④ 职业男装的“星期主题”/56
- ⑤ 千变万化的职场风格/59

四、时尚男士 不可不知 的十大男装品牌



晋级篇

chapter 2

礼服
——做个
最佳男主角

64

1. 认识礼服/64
2. 让身材
与礼服相得益彰/65
3. 品质配饰,
面子十足/65
4. 衣冠楚楚
的座上嘉宾/66
5. 幸福篇章
——新郎礼服/67



71

休闲装
——提升生活品质

71

一、时尚新风

——商务休闲装/71

1. 从容出发
——商务旅行装/71
2. 挥洒自如
——商务聚会装/72



73

二、精品休闲推荐

1. 被T恤套牢的幸福/73

①面料/74
②清洗与保养/75

2. 温暖针织衫/76

①面料/76
②针织衫轻松搞定三部曲/77

3. 帅气裤装塑造完美线条/77

4. 温馨睡衣/78

5. 演绎内“酷”时尚/79

①男士内衣的流行元素/79
②内裤选对贴士/79

特别推荐：粗犷感性牛仔装/80



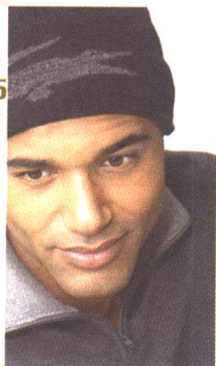
85

三、百变休闲风/85

1. 展现运动新姿态/85
2. 选好衣服去旅游/89

成功男士着装禁区/92

1. 衣装搭配之7宗罪/92
2. 场合着装之经典错误/95
3. 扬长避短才能衣冠楚楚/95



chapter3 配饰篇

98 优雅配饰 点睛男人

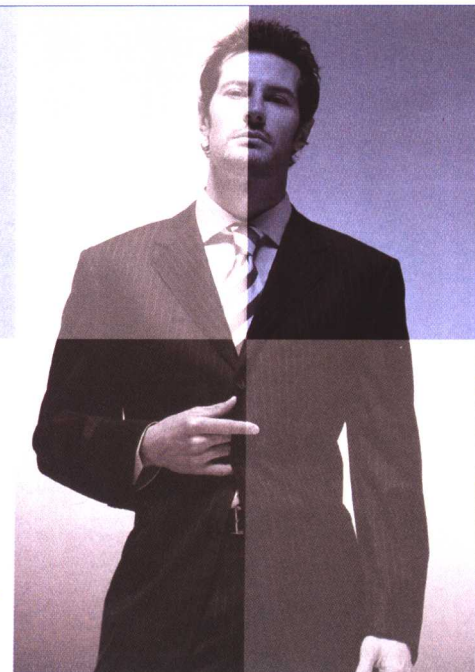
一、以帽取人的时尚学分/98

二、围巾——温度与风度的绝配/99

1. 围巾与服装的色彩搭配/99
2. 围巾结法/99

三、皮带——低调与高雅/100

1. 皮带的选择/101
2. 个性皮带搭配/102



117 礼仪指南——晋身中产阶级的人场券

一、生活礼仪——彬彬有礼人见人爱/117

二、社交礼仪——举手投足间的贵族风范/120

三、职场礼仪——确保你左右逢源/124

四、商务礼仪——细节突显魅力/130

四、袖扣——含蓄的尊贵/103

五、箱包——收藏勃勃雄心/104

六、精致手表——雕刻时光/106

七、眼镜——眼前风情/109

八、打火机——点燃激情/110

九、首饰——展现阳刚之美/111

十、经典男人香/113

133 健康生活新主张

一、男士养颜术/133

1. 好男好“面子”/133
2. 新兴男士美容用品/135



二、健康与美/136

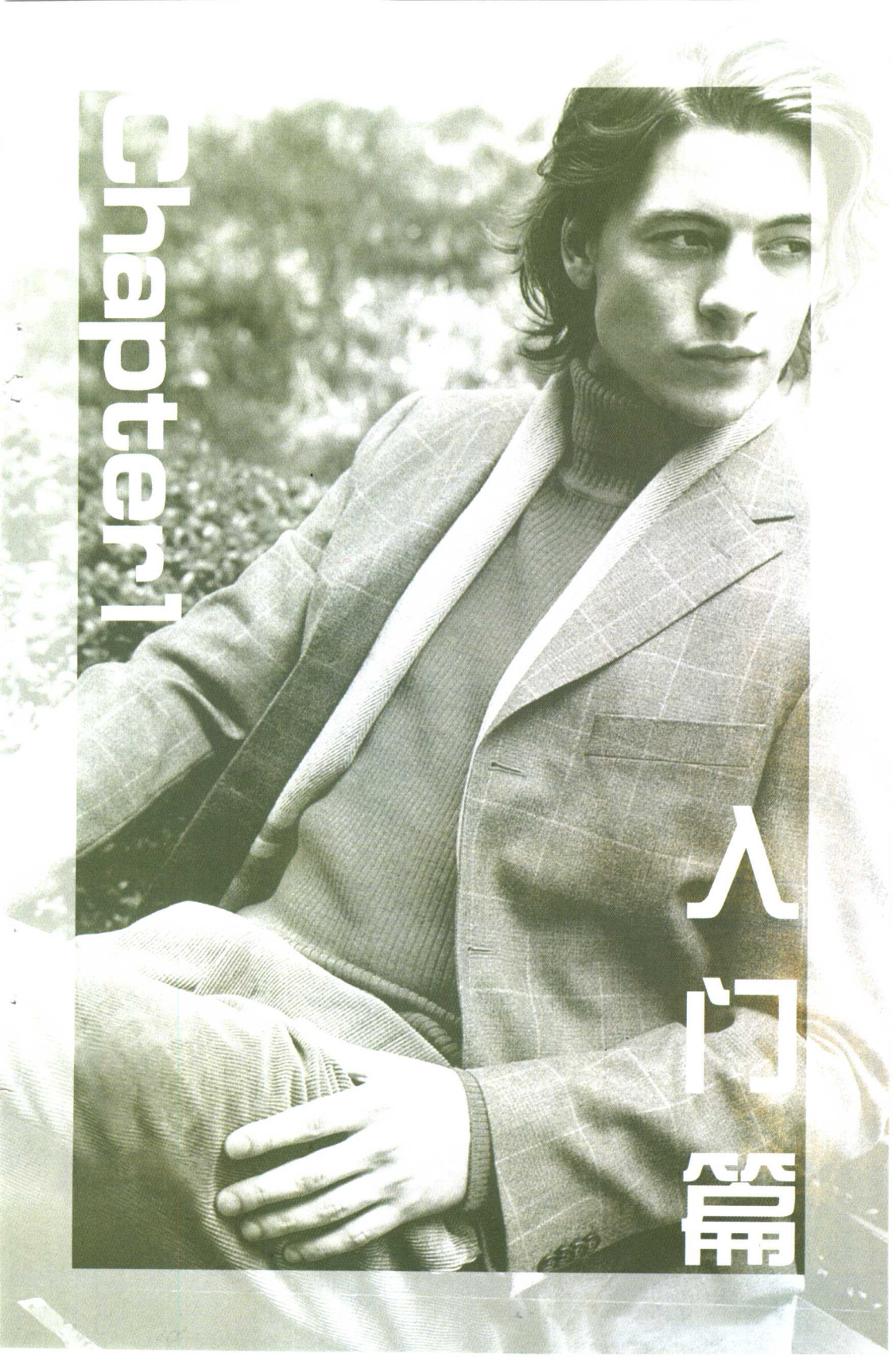
1. 吃出好体魄——九种营养素强身健体/136
2. 阶段性健身提案/140
3. 有关男人的十个健康忠告/143
4. 体面男士的十大标准/145
5. 20分钟内外兼修/146
6. 办公室养生功/148

三、享受时尚好生活/149



Chapter 1

入门篇



男士

衣橱十大元素

第一元素：白衬衫

无论你是任何体型，白衬衫毋庸置疑是绝对必需品，搭配任何颜色的西装，都能有压倒性的胜利，也容易给予观者朝气、干净之感，而不会过于萧瑟无光，因此，一次购买数件白色衬衫是无罪的，尤其男性又特别容易汗流浹背，衬衫的寿命自然加快，当衬衫一发黄，已回天乏术挽救不回来，即使外观无丝毫损伤，也请忍痛割爱，否则只会陷自己于寒酸、蹩脚之窘境。



第二元素：黑色西裤

黑色和白色注定是经典中的经典，黑色西裤如同白衬衫一样扮演的是平实却非常重要的角色。黑色西裤配什么颜色的上衣都不会扭捏，相反它会使整个形象更加鲜明。搭配白色，会显得干净；搭配红色，则显得活跃。

第三元素：圆领上衣

圆领上衣是寒风中男人的必备，当您在踌躇是否在衬衫里面再添一件内衣的时候，它的出现是如此的适时，既保持了男人的风度，又起到保温的作用。联想这几年的时尚，一会儿眷顾西服，一会儿眷顾皮装，但不管怎么样，里面衬上圆领上衣，一切就都OK了。



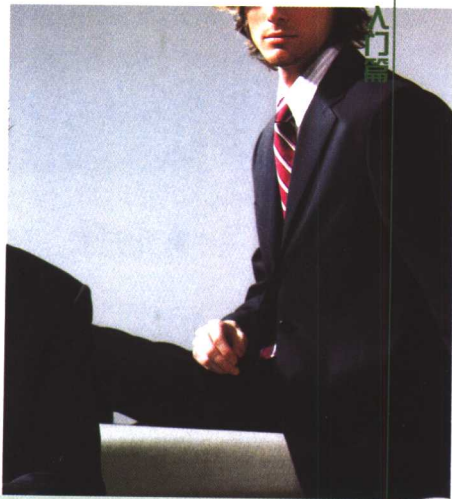


第四元素：有领T恤

不是春就是秋，现在终于轮到夏天的主打——有领T恤了（又叫Polo衫）。在鸣蝉的季节，它是王者，亦静或亦动，全看它的形象和表现。上班穿的和休闲穿的可能就是款式或色彩略有不同，而如果您一向洒脱，那么它几乎就是全能的选项。也不光是夏天，凡是需要它扮演休闲陪衬的时候，它都能在外衣内发挥自如。

第五元素：薄西服

白领人士看到它真是又爱又恨，爱是因为它的确经典，恨是因为他们必须每天穿上它。事实上厚质西服套装并不是每个男人的必须，倒是一件深色薄西服显得更为重要。通过恤衫、领带以及裤装的变化，什么样的形象，它都能帮您变出来。这也是为什么会穿的男人，总是少买套装的原因。



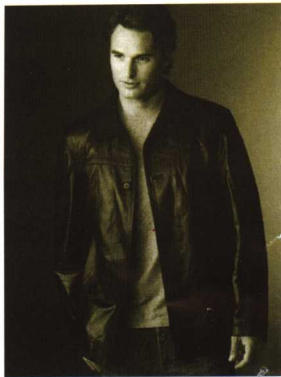
第六元素：羊毛背心

为什么是羊毛背心而不是羊毛薄衫呢？因为前者比后者更为“长寿”和“亲密”。初秋或春天，气温恰似孩子的脸，穿衣也变得有点尴尬。往往中午的时候，一件衬衫还绰绰有余，一到早晚则加一件外套太热，单穿又太冷。到了这时羊毛背心就能显出它的好了，给您温暖也给您活动的余地。这招同样也适用于冬天，它让您体面地露出衬衫的袖口，也让您有层温暖的呵护。



第七元素：皮装

皮装可以从深秋到晚冬，再从晚冬穿到初春，跨度的距离就看您在里面添什么了。有人说，不管您是什么样的身材和脸型，一旦穿上了得体的皮装，立马就能从众人中跳出来，酷劲没法挡。



第八元素：防雨外套

是那种轻质面料的外套，不会很重，但会非常有型。不太凉的天，它单独出现，如同您的第二层肌肤，穿上身既舒服又省心；天凉了，如果您还是想以正装出场的话，它能与西服一起现身，默默地充当后者的保护神，您就不用去担心天气的变化了。



第九元素：围巾

它是寒风中的必要元素，围巾怎么说也不显多余。女人大都喜欢先生们在大雪纷飞的日子里，在大衣里围一条围巾，因为那样他会显得特别的温柔。只是千万不要小看了围巾的“束缚”，因它精细和随意，往往会对整体效果有画龙点睛的作用。



第十元素：船鞋

看来在服饰的领地越是正式，就越难成为必要元素，这也是人类追求舒服的天性。因此舒服的船鞋会比领带更受人欢迎。当您整装待发时，您只需将脚往里面一伸，一切都会就绪了。当然也有很多的样式可以去选择，您的胃口有多大，它就有多大变化，您所要关心的倒是您皮夹里的银弹了。



量体才能选好衣

服装的款式、色彩对体型能产生影响,可以装饰和美化各类体型。在选择各类服装时,需要先站在全身镜前注意一下自己的体型。您的肩部与臀部的比例,您的腰部高度等。一旦了解自己的体型,那么在服装与自身的处理上既能掩瑕疵,又能改善您的精神面貌。在日常生活中,标准体型的人们毕竟不多,服装与体型的配套目的,就是通过错觉来达到完善的印象。通过修正您服装的外形、式样、颜色来使整体显得美观。如通过对服装的调整在视觉上延长您的腿长或者减少突出的臀部,或使肩部变宽等。通过不同的款式分割线、面料纹样、色彩因素来对不同体型加以充实。

脸形与衣领的配合

椭圆形:

这是最完美理想的脸形,无论男人还是女人,通常称为瓜子脸或鸭蛋形脸,因为没有什
么缺陷,不需要加以
掩饰,所以任何领子都
适合。

倒三角形:

类似心形,额头
宽大、下巴狭小,是属
于理想的短形脸之一,
所有的领子都适合。

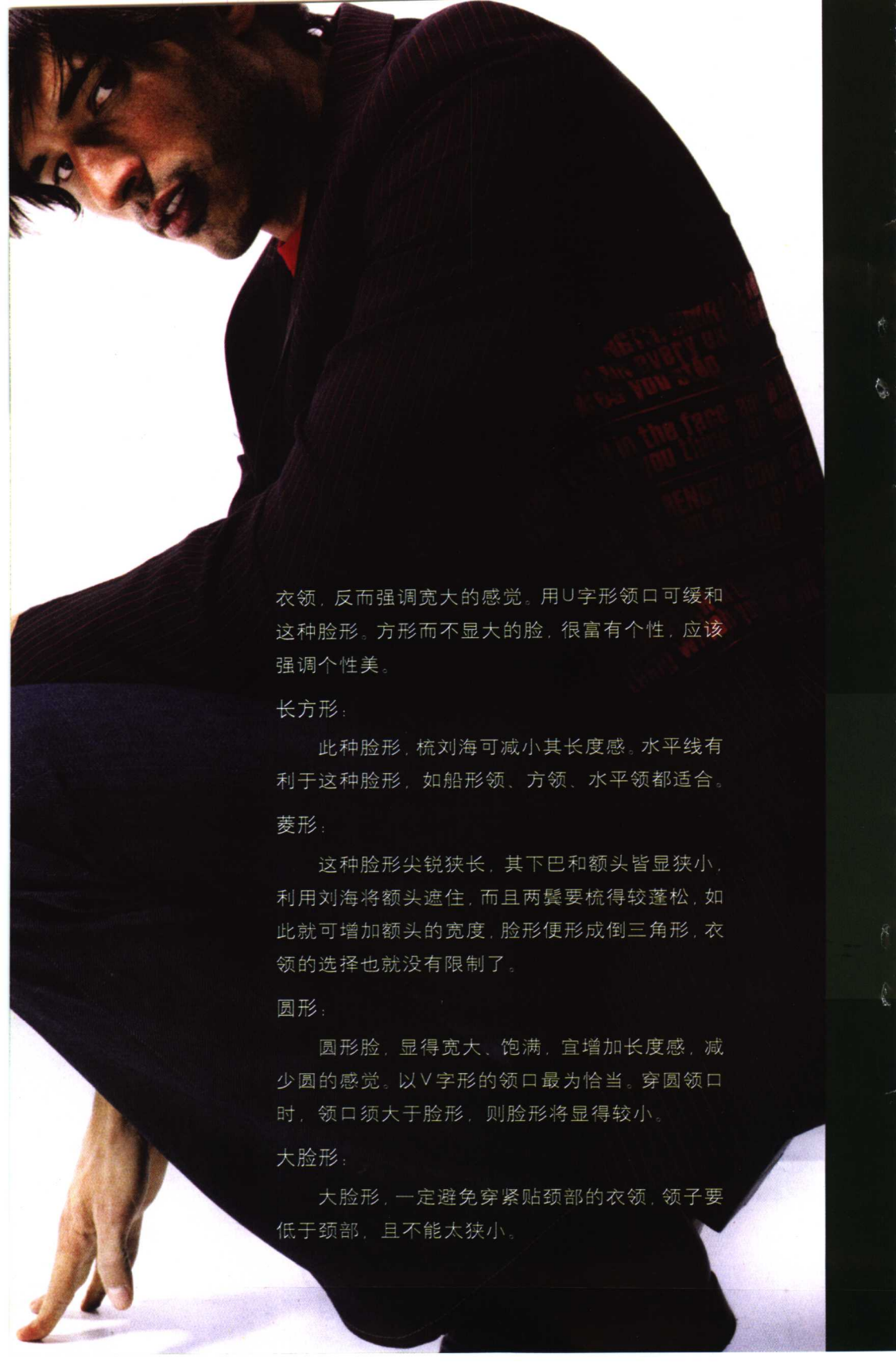
三角形:

好像梨形、下巴
宽大、额头狭小、穿V
字形的领子看来脸形柔
和些。

方形:

这种脸形大多属
于宽大型,给人很强
的角度感,如穿圆形





衣领，反而强调宽大的感觉。用U字形领口可缓和这种脸形。方形而不显大的脸，很富有个性，应该强调个性美。

长方形：

此种脸形，梳刘海可减小其长度感。水平线有利于这种脸形，如船形领、方领、水平领都适合。

菱形：

这种脸形尖锐狭长，其下巴和额头皆显狭小，利用刘海将额头遮住，而且两鬓要梳得较蓬松，如此就可增加额头的宽度，脸形便形成倒三角形，衣领的选择也就没有限制了。

圆形：

圆形脸，显得宽大、饱满，宜增加长度感，减少圆的感觉。以V字形的领口最为恰当。穿圆领口时，领口须大于脸形，则脸形将显得较小。

大脸形：

大脸形，一定避免穿紧贴颈部的衣领，领子要低于颈部，且不能太狭小。

弥补体型缺憾的秘诀

肩部大于臀部

这种类型的体态比较匀称，对服装的选择面较大。

肩部与臀部相当

属于瘦高体型，在服装上可用深色和水平线因素来增加重量感。

肩部小于臀部

属于矮胖体型，面料的纹样多选择垂直线型，并且需要比较平整的面料。款式避免横向对称。选用细皮带较合适。

肥胖体型

体型偏胖的男士可以选择带有垂直线型的款式，使视觉上有延伸和狭窄感。面料纹样上带垂直性，紧密细腻感的织物是好的选择，避免款式上出现与肩部相对应的横线以及腰部宽松的式样。平整的肩部式样，V形领和竖式的配饰安排，能使您显得重量轻一些。

腿短而弯曲

弯曲腿型的男士，要注重裤装与上衣的搭配关系。下装在色调上应比上装淡些，面料宜带有毛质感。整体着装上不宜朝深调发展。在款式上，上装变化宜多些，视线可集中在上部，如加适量的配饰等。

凸肚体型

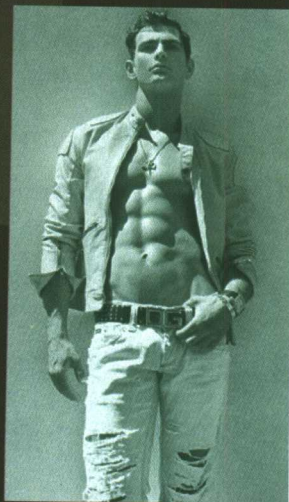
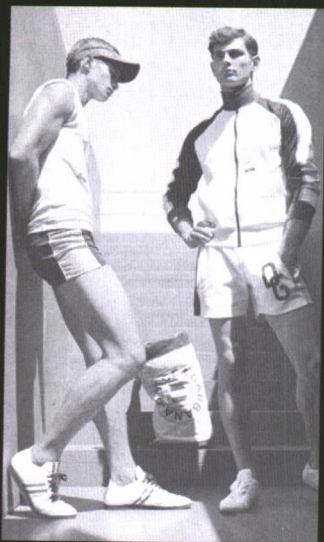
凸肚体型的男士，俗称“将军肚”，很有气魄。在选择外套时面料需些纹样，并且面料的质地和做工要精细。选用细些的皮带，皮鞋宜选黑色，增加下部重量。

矮瘦平臀型

在服装上不宜太紧身，应在着装上有一定的宽松度。同时，切记不要有肥大的裤裆。在面料上宜选择些带有质感的面料，以增强视觉感。

腿短且丰臀

此种体型多注意扣紧领部，增加些延伸感。多选择些条纹，格状上衣和深色细皮带，可以转移别人的视线，同时，鞋类也





应浅淡些。

脸大且脖子短粗

男子的脖子短也并不是问题。假如您有个双下巴或者下巴部分碰到您的衣领，那么就需要对您的衣领做个调整，使它适合脖子。

肩宽斜且手臂粗

如果男士的肩部相对臀部来说太宽，就需要增加腰部的宽度，如选择带盖的口袋来增加宽度，避免较宽的翻领或船形领。如果您的肩

部还有些斜，可以用领形和肩部款式的变化来衬托和弥补，例如用些垫肩。

如果您的手臂粗短，可使袖口长度比原先长些，并且减小袖口翻折宽度。臂上尽量不要有装饰物，会在视觉上显得长些。

臀突且圆背

如果男士有个突出的臀部和圆背，需要背部带有中心开衩的服装，弥补或利用柔软的外套盖住臀部，看上去背部到臀部平顺些。对于圆背，最好选择些有色彩，质地粗些的织物。

手指或短或瘦长

手指的问题需用手饰加以考虑，选择合适的戒指，以此来衬托手指的美观。同时，需要保持手部的清洁和指甲的整齐。

选择服饰和考虑搭配方式与体型的关系，能充分显示服饰个性风貌。总之，在服饰上不要一味地生搬硬套，只有服装与自身气质相吻合，才是最重要的。

这是一个不停变换流行颜色的时代，世界越来越五彩斑斓。在一个全新的视角中，男士的服装色彩作为一种文化元素，已有了翻天覆地的变化。而在现代审美概念与人们着装心理的影响下，男士的服饰色彩，不仅成了一种个人生活品位的具体表现，而且还渐渐指向了更多的文化含义和符号特征。

一、服饰色彩基础知识

设计师和画家都是运用不同的色彩进行配色创作的，因此了解色彩的变化可以通过色环的原理。色环是在红、黄、蓝三原色基础上推移出来的，在色彩的推移变化中出现不同的颜色。如三原色中红+黄=橙；红+蓝=紫色；蓝+黄=绿色。但这些颜色按顺序排列不断延伸就会产生丰富的色彩。

1. 色彩的基本属性

色相

色彩的不同名称，通过不同名称来区别颜色。例如色谱中有赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫。而在同一种颜色中又可进行细分，如红色中有大红、淡红、深红等类似色，这样可以辨别出不同颜色。

明度

是指颜色的明暗程度，色彩的明度有两种形式：一是某种颜色加入黑色后，明度降低，反之，加入白色后，明度变高。二是不同色彩在相互比较中有明暗程度的区别，例如黄色的明度比蓝色的明度高，浅红比深红明度高。

纯度

是指色彩的鲜艳程度和幽暗的感觉，亦称为饱和度、彩度、色度。当一种颜色纯度达到极高的程度时，这种颜色就是最佳的标准色。如

