

Nina Garcia's LOOK BOOK

What to wear for every occasion

我的时尚 穿搭规则 (典藏版)

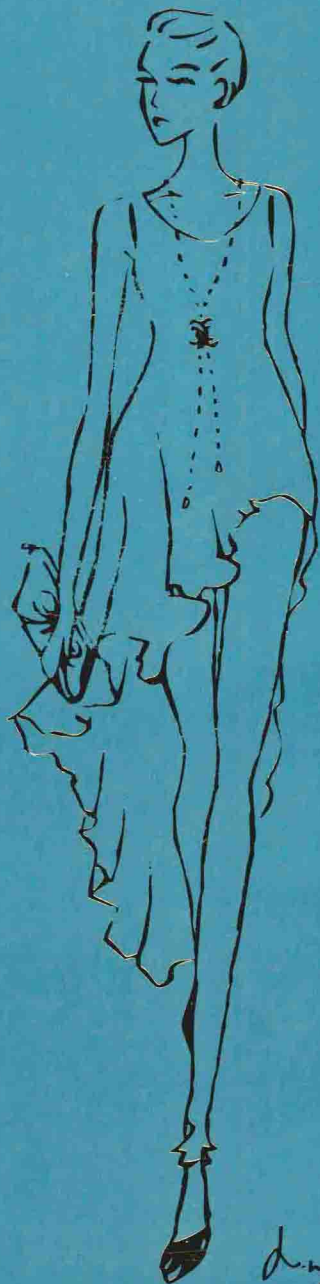
尼娜让你在每个场合都焕发光彩

《我的100件时尚单品》畅销全球后再续佳作
最具影响力时尚主编的搭配心经

尼娜·加西亚◎著

托莱多◎插图

吕方兴 张辉◎译



Nina
Garcia's
LOOK
BOOK

我的时尚穿搭规则

让你在每个场合都焕发光彩

尼娜·加西亚 著
鲁本·托莱多 插图
吕方兴 张辉 译



中信出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我的时尚穿搭规则 / (美) 加西亚著 ; 吕方兴, 张辉译. —2 版. —北京 : 中信出版社, 2014.3

书名原文 : Nina Garcia's Look Book: What to Wear for Every Occasion

ISBN 978-7-5086-4432-5

I. 我… II. ①加… ②吕… ③张… III. 女性-服饰美学 IV. TS976.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 212497 号

NINA GARCIA'S LOOK BOOK: WHAT TO WEAR FOR EVERY OCCASION by Nina Garcia

Copyright © 2010 Nina Garcia

Illustrations by Ruben Toledo

Originally published in the United States and Canada as Nina Garcia's Look Book. This translated edition published by arrangement with Hyperion.

This edition arranged through Big Apple Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright © 2014 by China CITIC Press.

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限于中国大陆地区发行销售

我的时尚穿搭规则——让你在每个场合都焕发光彩

著 者 : [美] 尼娜·加西亚

插 图 : [美] 鲁本·托莱多

译 者 : 吕方兴 张辉

策划推广 : 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行 : 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者 : 北京盛通印刷股份有限公司

开 本 : 880mm × 1230mm 1/32

印 张 : 10.5

字 数 : 260 千字

版 次 : 2014 年 3 月第 2 版

印 次 : 2014 年 3 月第 1 次印刷

京权图字 : 01-2010-6619

广告经营许可证 : 京朝工商广字第 8087 号

书 号 : ISBN 978-7-5086-4432-5/G · 1080

定 价 : 49.80 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线 : 010-84849555 服务传真 : 010-84849000

投稿邮箱 : author@citicpub.com



尼娜·加西亚



(Nina Garcia)

历任美国版《ELLE》（《世界时装之苑》）、《嘉人》时装杂志的时装总监。近年来还在美国国家广播公司（NBC）旗下Bravo电视台热播真人秀节目《天桥骄子》中担任评委。尼娜·加西亚对时装一语中的、鞭辟入里的点评令她名扬四方。



鲁本·托莱多



(Ruben Toledo)

画家、雕塑家、插画师。

他的作品曾经登上《服饰与美容》（*Vogue*）、《时尚芭莎》（*Harper's Bazaar*）、《细节》（*Details*）、《派帕》（*Paper*）、《视觉》（*Visionaire*）、《时尚男装》（*L'Uomo*）以及《纽约时报》（*New York Times*）及其他一些媒体。

敬请关注

尼娜·加西亚 著

鲁本·托莱多 插图

《我的100件时尚单品》

《我的风格小黑皮书》

Nina Garcia's

WHAT TO WEAR FOR EVERY OCCASION

LOOK BOOK

献给世界上所有爱美的女性……





Nina
Garcia's
LOOK
BOOK



目 录



作者的话 1

{ 工 作 }

时尚气场 求职面试的穿衣法则 8

好的开始 第一天上班的穿衣法则 15

星期二赞歌 平常工作日的穿衣法则 22

少女星期五 休闲星期五的穿衣法则 27

时尚展示 重要会议和个人演说中的穿衣技巧 30

物质女孩 请求加薪时的穿衣法则 33

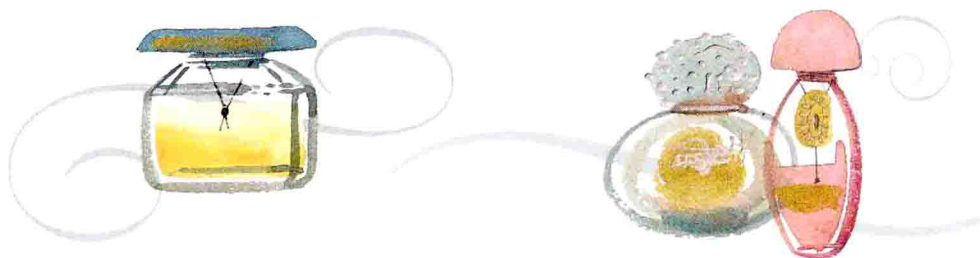
工作与玩乐 公司派对的穿衣法则 38

运动裤陷阱 在家工作一族的穿衣法则 42

一起飞翔 出差的穿衣法则 45

约会

风情万种 初次约会的穿衣法则.....	54
鼓点继续奏响 休闲约会的穿衣法则.....	62
舒适的颂歌 二人世界中的穿衣法则.....	66
爱会伤人，风格不会 分手后的穿衣法则	69
逛街购物 相亲约会的穿衣法则.....	73
从被甩到万人迷 被甩后的穿衣法则.....	76
新圈子 与新男友的朋友见面时的穿衣法则	80
宣告所有权 会见男友前任女友时的穿衣法则	83
惊鸿一瞥 见男友父母时的穿衣法则.....	87
有亲和力的风格 与男友子女见面时的穿衣法则	92



白天

女管家	家务日的穿衣法则.....	96
购物的细节	逛街购物时的穿衣法则.....	100
做正确的事	去美发时的穿衣法则.....	105
享受绿色	整理花园时的穿衣法则.....	108
为人民做贡献	志愿服务时的穿衣法则.....	114
风格会话	去看病时的穿衣法则.....	120
随意搭配	和闺蜜外出吃早午餐时的穿衣法则.....	123

夜晚

奇妙之旅	鸡尾酒派对的穿衣法则.....	130
甜蜜夜晚好食欲	正式晚宴的穿衣法则.....	137
好戏上演	看百老汇戏剧时的穿衣法则.....	142
展示厅漫步	去艺术画廊开幕展时的穿衣法则.....	147
波尔多葡萄酒宝贝	品酒会的穿衣法则.....	152
摇滚魔力	去摇滚演唱会时的穿衣法则.....	156
时尚波希米亚风	去歌剧院时的穿衣法则.....	161

烟与镜子	去戏剧、爵士、魔术俱乐部时的穿衣法则.....	164
动感风格	参加舞会时的穿衣法则.....	168

{ 假 日 }

格调方案	新年前夜派对的穿衣法则.....	174
宿醉之后	新年第一顿早午餐的穿衣法则.....	179
现实的撕咬	单身情人节的穿衣法则.....	182
恋爱中	情人节浪漫晚餐的穿衣法则.....	186
春天来了	复活节晚餐的穿衣法则.....	191
让我们光彩夺目	逾越节宴会的穿衣法则.....	194
周末战士	特殊纪念日的穿衣法则.....	198
炫耀你的爱国心	节日去野餐的穿衣法则.....	203
纯洁风格	参加犹太新年的穿衣法则.....	206
戏剧性场面	万圣节的穿衣法则.....	208
秋季的流行风	举办感恩节晚宴的穿衣法则.....	214
说起火鸡	感恩节亲朋聚会时的穿衣法则.....	218
哈努卡魅力	光明节的穿衣法则.....	221

圣诞宝贝	圣诞节款待客人时的穿衣法则	224
勇于光彩夺目	圣诞节和男友家人聚会时的穿衣法则	231

生活事件

非凡的分娩	怎样准备你的待产包	236
老爸是谁?	会见可能的代孕妈妈时的穿衣法则	242
甜蜜的优雅	准妈妈派对的穿衣法则	247
婴儿狂热	婴儿庆典的穿衣法则	250
校园酷打扮	参加家长会等学校活动时的穿衣法则	253
就这么干吧	参加孩子的运动会时的穿衣法则	256
少年狂热	陪伴子女参加学校舞会时的穿衣法则	259
隆重的仪式	参加孩子毕业典礼时的穿衣法则	263
目标, 你的荣誉	履行陪审员义务时的穿衣法则	266
早上好	参加葬礼时的穿衣法则	269



婚礼

致辞 订婚派对的穿衣法则.....	274
女孩子们最后的狂欢 告别单身派对的穿衣法则.....	280
午餐中的女士们 新娘送礼会的穿衣法则.....	284
爱就在衣服里 婚礼彩排的穿衣法则.....	287
为了荣誉和装饰 参加正装婚宴时的穿衣法则.....	291
一段优美的罗曼史 参加便装婚礼时的穿衣法则.....	297
女性家长的时髦风格 参加女儿婚礼时的穿衣法则.....	301

梦想之旅

时髦的旅行和优雅的冒险

又一次在路上 旅行时的穿衣法则.....	306
发型术语一览.....	315
后记.....	317

作者的话



在装扮自己之前，先了解自己。

爱比克泰德（Epictetus）^①

位于加勒比海上的一个名叫“马斯蒂克”（Mustique）的小岛，无疑是世界上最神奇的地方之一。沙滩迷人，海水和暖，草木茂盛，这个狭长的小岛完全就是我理想中的天堂的真实写照。为了远离纽约的喧嚣，释放工作和生活施加给自己的种种压力，我来到了这里。

写这本书的灵感就来源于我在这个小岛上偶然听到的一段对话。那天上午，我慵懒地躺在沙滩的太阳伞下，翻看着一本小说。可渐渐地我发现坐在身边的两位女士的对话比小说内容更加有趣。我看不到她们，但知道她们的谈话气氛并不友好。她们好像正在气头上，我仿佛能感受到那种当女士们意见不一致时，矛盾激发出来的火花。稍年长的那位女士应该是母亲（后来我在酒店的酒吧那里遇见她，证实了我的猜测），她在训斥她女儿关于着装的问题，她觉得既然女儿已经大学毕业了，就应该懂得这些。

“你不可以一天到晚穿着拖鞋和牛仔裤到处乱逛！”这位母亲几乎是

^① 爱比克泰德（Epictetus）是公元前1世纪时的希腊斯多葛派哲学家、教师。