

《It Girl时尚品位100分》

图书基本信息

书名：《It Girl时尚品位100分》

13位ISBN编号：9787802209060

10位ISBN编号：7802209064

出版时间：2010-11

出版社：中国画报出版社

作者：丝丝入扣

页数：196

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《It Girl时尚品位100分》

内容概要

《It Girl时尚品位100分》简介：时尚多变，风格永存。什么是时尚？是抓住他人时尚的尾巴？还是做自己的主人？如何寻找适合自己的时尚？还有那些你不知道的品牌故事？《It Girl时尚品位100分》为你一一揭示！镜子里的是自己，而不是衣服。《It Girl时尚品位100分》通过作者充满灵气的俏皮文字向每一个读者传输这样的理念，衣服只是表达我的心情和态度，如果你只能看见我的衣服，那我宁可脱掉它！复古的五彩风马，时而妖娆时而典雅的“渔”，长衬衫，大红裙……里面包裹的是一个随性女子对于生活的点滴体悟，让你忍俊不禁又感同身受。同时，你能从中看到自己从时尚的一路走来，看到时尚从八十年代至今的发展历史。有钱没钱，你都能够从中参悟到适合自己的装扮方式，穿出风格，活出自我，穿出属于自己的美，不亚于大牌的美，找到适合自己的生活方式和生活态度！

《It Girl时尚品位100分》

作者简介

丝丝入扣，狮子B型，MADE IN 1980s，生长在“我们不和别人比吃穿，我们比学习”的红旗和棍棒下，后连滚带爬潜入美女队伍，沾沾自喜又战战兢兢。无感美食，讨厌朴素，恐惧勤奋，仇恨丑陋；企图饱食终日无所事事，迷恋美色。爱一只历经磨难名叫星期二的诡异土猫，男的。 本系列其他畅销书：《It Girl身体保养100分》作者郑悠然；《It Girl好感度100分》的作者是韩国的郑慧全（音译）Jung Hye Jeon，译者是王婷靓。

书籍目录

哎哟喂，满大街都在哭泣
发型师那点事儿
皮草：我们生下来就是有罪的
撞衫：鲜血淋漓的PK
我心中猎猎作响的五色风马
戴花的杨二车娜姆
云想衣裳
要里儿要面儿？要疯狂！——疯狂折扣现场
花想容
化妆：与自己和解
寻找完美的白衬衫
那些不堪回首的错误
内衣：欲语还羞
恨天高
旗袍很忧伤

《It Girl时尚品位100分》

媒体关注与评论

因为我们向往品位，把品位当做是自己独一无二的标签。我是朴素的，在咖啡馆读完这本书，心里非常有感触。但是，我只是笑笑，对于普通工薪阶层的我，不敢奢望太多。那些大牌产品，大多都不是属于我们这个消费层次的，我们向往、羡慕，然后做梦。看看而已，何必介意和介怀。高档的产品必然有他们的消费的群体。最终，我还是从这本书中提炼出了适合我们每个女人的部分，我们将开始的是我们自己的装扮尝试，并从中升华，找到最适合自己的部分。无需高档的包包、高档的鞋袜，品位只是我们的一种态度而已。我们向往品位，而不仅仅是一种装扮。

《It Girl时尚品位100分》

编辑推荐

《It Girl时尚品位100分》：时尚多变，风格永存；给自己风格的style第二次重生的机会。《It Girl时尚品位100分》里有女性必修的时尚课、品位课，更有引导你走向自我风格的捷径速成80后时尚血泪史，90后必备借鉴书。《It Girl时尚品位100分》，从购物败家女到上城女孩升华史我们需要知道，拥有凹凸有致的身体仅仅是成就It Girl的基础，如果没有对时尚的独特视角和对自我的足够了解，那么你还是不够“It”。即便百分之八十的女人没钱养大牌，百分之八十的女人跟风跟得疲惫而又没效果！这本书告诉你，不用再让虚荣束住了你的手脚，无法复制的自己才能美得独一无二，每一个女人都是自己的shelia！品位是一个对美不懈追求的女子优雅、细腻的生活，它需要我们更深层次的思考。让穿衣打扮不再浮于表面，真正融入你的心境，让生活变得更美好。每一个人应该明确“自己的基调=时尚的基本”就是确立自己时尚的关键。所以我们提升品位，所以我们学会不随波逐流坚持自己style的时尚。如何练就好莱坞It Girl的迷人风采，《It Girl身体保养100分》中，悠然简单的文字将女性身体各个部位的保养方式配以五十多幅插图，实用易操作，通过按摩、运动、食疗、面膜的结合，找到一个最适合你的方式随时随刻进行修炼。当你能够熟知自己的身体和良好的驾驭时尚的方向时，如何在各种商务、私人活动中为对方留下一个良好的印象，这都将是日后交际中必不可少的一步，韩国从事12年相关工作的好感达人郑慧全全新力作《It Girl好感度100分》。

《It Girl时尚品位100分》

名人推荐

因为我们向往品位，把品位当做是自己独一无二的标签。我是朴素的，在咖啡馆读完这本书，心里非常有感触。但是，我只是笑笑，对于普通工薪阶层的我，不敢奢望太多。那些大牌产品，大多都不是属于我们这个消费层次的，我们向往、羡慕，然后做梦。看看而已，何必介意和介怀。高档的产品必然有他们的消费的群体。最终，我还是从这本书中提炼出了适合我们每个女人的部分，我们将开始的是我们自己的装扮尝试，并从中升华，找到最适合自己的部分。无需高档的包包、高档的鞋袜，品位只是我们的一种态度而已。我们向往品位，而不仅仅是一种装扮。

精彩短评

- 1、还不错，传达了一些时尚的知识，比较注重个性。
- 2、不错 挺有意思 可能是和作者一个年代的原因吧
- 3、品位人生的话
- 4、这一系列的书都好，准备再买一本，
- 5、此次活动很给力啊，这样买就很划算了。
- 6、特价买的书，挺好，但是不是指导性的，是个人评论性的。
- 7、我第一次看到这本书时
一看就看了20多页
当你全看完时，你内心会觉得充实了许多
做一个品质女人，要看书。要学习，要领悟。要懂得。
- 8、个人觉得这本书更多的讲的是一种态度，一种追求时尚的态度，一开始误解了以为它是教我们怎么样提高品味的
- 9、这种烂书都能出版
- 10、开头看着正能量，后面有点扯淡。。
- 11、时尚不是女人的专利，但是时尚界阴盛阳衰却是不容争辩的事实，女人要了解这个世界女人的时尚，而男人更应了解这个世界时尚的女人，时尚不是奢侈，通过本书你可以发现简单也可以时尚无敌，用自己的智慧为自己的时尚加油，my girl！
- 12、也是比较一般的书吧，实用性不高。
- 13、一直强调的莫过于瘦。
- 14、没有书评里边讲的好玩
- 15、观点赞同，但没有什么具体的内容，都是些生活感悟
- 16、意思是时尚杂志的目标读者群是土豪么？女子高生华丽丽的文字，重复来重复去的引用，读后感作者一定看了很多遍《色戒》，去了很多次丽江。要是有一点见地不是完全的自我满足也不用把吐槽水平拉回到中二时代。看到定价更增加了厌恶。
- 17、正版，还没细读。
- 18、内容很好，很适合自主学习的童鞋
- 19、可以穿的平常，但不能穿的低俗和腐旧。
- 20、还没看呢，看完追加评论。
- 21、这个道理我很多年以后才明白
- 22、穿着每人都必备的白衬衣，和黑色的时尚马甲，读完这本书，心里非常有感触，。

我觉得服装对于一个女人而言，是相当重要的，“外在美”，就是由此体现。

这本书是培养你的审美观，让你对适合自己的穿着有个深入的认识，不是单纯的教你如何去做，因为你首先要了解自己适合哪种，属于哪类，不然照猫画虎的结果可想而知。

前提需要你对美有一定的悟性。

- 23、文字不错 内容较少
- 24、洋洋洒洒 乏善可陈
- 25、之前特价买了其中一本，看了感觉还行。所以这次这本特价也就收了。听评论说这本最有深度，感觉还不错。
- 26、其实这书和时尚无关 单和品位还是有那么点关系的 . . .
- 27、零星。“真正爱好衣服的人心中有无数面迎风招展的五彩风马在猎猎作响。”

- 63、包装很好，价额相当合适，性价比超级高
- 64、刚收到书，随便翻了翻，感觉还不错，有用
- 65、迫不及待地翻开来看了，在新买的一堆书中首先看了这本。让我对时尚有了一个新的认识，有些内容感触很大，尤其是关于一个人逛街买衣服这个说法，太有共鸣了。花两晚时间看完了，最终感觉就是要找到属于自己的风格，关注自身衣服首饰本身而非它的牌子。。感觉从新认识了自己
- 66、书还可以就是一次买了太多，大致反了一下，没来得及看呢
- 67、翻看书，这句话印象最深。一本女人看的书，一女人的口吻记录女人的话。。。轻松。开卷有益！
多有益？再去看看啊。。。
- 68、已经收到几天了，但是比较忙，才刚刚拆开包裹，书的包装很不错，但是还没有拆开，内容应该也不错的吧~
- 69、属目前还没看，不过感觉不错
- 70、买来说实话还是比较失望，没有自己想要的那种，至少是风格和时尚品味的精神，看到的都是作者一个人恋物的自言自语，无聊翻翻还凑合，很难学到东西
- 71、书本有点范范而谈，虚的多，实的少。不过作者还是挺有见解的，关于时尚…
- 72、这也能出书啊？当当免费电子书，看着玩还可以，这本书如果不是免费，最多只是坐在理发店翻翻的杂志性质。
- 73、草草看完了，作者浅显松散的感悟，倒是引用了一些名人名言还不错。
- 74、不要看名字这么脑残==但文字十分犀利==
- 75、每个点都讲到了！
- 76、虽然不算是搭配全书 要的是一种态度
- 77、好无聊的一本书，原本是想让自己看看服装搭配的，可是这本书看起来完全是个大杂烩，像杂志一样。宝贵的时间要用来看看真正的经典的好书！
- 78、只有戀愛和奢侈品才能讓女人欲罷不能!
- 79、插画再多点就好了，觉得还是挺好的
- 80、比起其他两本 这本次很多啊
- 81、说实话，挺无聊的没啥实际的内容，也没啥真正传达的思想，就连文笔也乏善可陈。。
- 82、里面的插图还不错
- 83、时尚没有丑女，只有懒人。
- 84、nothing to say.
this kind of books.
- 85、这本书中写的全是作者自己的一些经历和想法，提出了很多对女人与衣服、化妆品、饰品的关系的看法
- 86、内容还凑活。不过强烈推荐想买这种书的大家买《100件时尚单品》，更实用
- 87、女生要对自己好点
- 88、噪点满满，不忍吐槽
- 89、身为一个女人，一生中的好日子太短了。如果我们能让这些好日子充满内容，让那些不够好的时光变得不那么糟糕，那么付出再多的努力和金钱都没有什么可惜的。
- 90、好看好看，做个精致女人，努力。
- 91、很好值得借鉴
- 92、一套都买了，希望有帮助
- 93、丝丝的处女书。皑皑负责的。她说，但凡是女孩儿，都该看看。
我喜欢丝丝的文笔，比皑皑的温柔，同样切中要害。
- 94、我不喜欢说话恶毒，可是这样的文字为什么能出成书。。。看的时候感觉是井底之蛙还在洋洋自得地讲述见闻发表见解，又自虐地继续看下去想知道到底还能说出些什么。。。幸好这书当当活动的时候免费下载的，花钱买的人看完肯定后悔。。。哎呀不知道怎么说了，满满的虚荣、狭隘、对同性的刻薄、自以为是，语言已经不足以表达我深深的厌恶。。。
- 95、作者根据自己体会，娓娓道来，不断吸引你读下去，有一点小小不喜欢，作者提到韩国那个恐怖片，我没看过该片，但看了此书之后，心里有点发毛，时尚的体会与恐怖片无关吧？

《It Girl时尚品位100分》

- 96、挺有意思的.....写的好朴素。
- 97、书名写得像指导手册，结果是本小姑娘的成长散文集。
- 98、已下单，买回来看看
- 99、喜欢哦·
- 100、当睡前读物找找时尚的那种抽象的感觉还可以，具体有神马作为么，没太大感觉@~~关键啊@@你那一页的字可真是少啊啊啊啊.....怪不得书都是塑料封好的，一般人看了里面页面的排版都不会买的~~虽然不至于是说坑爹的地步，但绝对绝对的.....
- 101、很多观点不是太苟同

唯一喜欢的是复古风是极端聪明的这句话

1、看了上一位MM评论，买了这本书。这本书里对时尚的讲述还是很基础的，整本书有点像小说，对各种各样的如衣服、包包、鞋、发型只是表达出一种自己的想法，对于立竿见影想时尚的MM来说，这本书很无用。此书最好、最精华的地方在于，它告诉你，人最美的在于气质，而气质的最好提升方法是读书。

2、关于气质如果让你在美貌，智慧，善良，气质三者中择一，你会选择什么？作者觉得大多数的人会像她一样首先排除掉善良--我们已经很善良了，要不我们也不会落到芸芸众生的队伍里。如果你选择了美貌，细细思考之后就会发现选择气质更加高明，因为气质本身就是一种美丽，由内之外的美丽。而且如果你选择了气质，似乎你已经手握智慧，无需再选择了。气场是气质一种更具描述性的说法。气场鲜明需要内心强大，不依附。如经历过很多事情的电影明星张曼玉，王菲。虽然长得不是倾国倾城，身材也不是如T台模特高挑凹凸有致，但是正由于她们各自的气场，在任何场合任何穿着任何举止都显得十分恰当。想起年会时DG同事一起聚餐，来来往往，熙熙攘攘，那么多人那么多名字那么多张脸那么多话。事后GZ同事一起闲聊年会时，大家一致聊到DG的一个女同事，虽然非五官精致，皮肤姣好，但是由于业余兼职瑜伽教练，身材匀称，端正，举手投足间优雅洋溢。据说嫉妒是女人最丑陋的东西，但那些真正美的东西，让你从心地喜欢，向往，甚至让你忘了去嫉妒。每个人生命中也许都会有这样的几个女子。她们那么美好，像月亮一样万众瞩目，像月亮一样承担骂名与奉承，可你发现一切毁誉消散之后，月亮还是月亮。气质需要你从内至外建立起自己的星系。好的气质像一个美丽的星系，外在有条不紊，内力波涛汹涌。时尚到底是什么，我们无法给出一个特定的答案来。但是我们可以肯定的是，时尚并不等于时髦，或者潮流。潮流有一个特征风格明显，你总是很容易看出来某个蝴蝶袖是哪一年的流行，那双圆头靴是哪一年的风尚，那个大波卷是在哪一个时期受到吹捧。新的潮流依赖，旧的就要隐退。你不想穿着明显属于上一季的衣服，所以你只好选择新的。如此这般，一直追在潮流。这种追赶在年轻之时，是上进的，也是愉快的。可是那样追着时髦，不断随波逐流地更新着自己的服饰，头发等，总也很容易被甩在潮流后头。这种姿态终归是难看的。多变的潮流是容易让人花眼，当你在潮流中付出了很多辛苦感到迷茫时，也就是塑造自己风格的时候了。当一个人追赶潮流累了时，经过思考，她可能会有两种选择，一种是自动退步，一种是以不变应万变。复古是一种极端聪明的选择。旗袍出现了那么多年，因为它本身就是站在时髦外边的，所以永远不过时，穿着它永远很典雅。如赫本风也是，公主，优雅气质在任何时候都让你向往，有些恍惚，甚至不记得它是属于哪个时期。而以不变应万变的人多数是找到自己风格的人。他们不在费力去追赶，这是一种内心强大的热闹。只有足够的自信和洞察力才不会被潮流的大洪水、龙卷风所席卷，立在潮流之外也觉得很安心。丰盈的内心是后天气质的生源地。腹有诗书气自华，读书让有两份聪明的女人更是如虎添翼。看话剧，电视剧，电影。此外，我个人很喜欢美剧，和美剧一起成长的经历很不错。美剧可以满足你的智慧，情感，服装，英语，信息的要求。和总是看韩剧乐得在电脑前直不起腰的人相比，似乎很难找到一个热衷美剧又举手投足很愚蠢的女人。这是真的。爱惜自己，这需要了解自己真正需要什么，没有任何事情值得你过了12点还不睡觉。每天使用眼霜，20出头不应该再熬夜，用力揉搓眼睛，用随便的化妆品等。我们分分秒秒要爱惜自己，感知内心，身体的每个部位传递给我们的信息。提高自己。我们需要在生活和工作中找到乐趣，并提升自己。编写公司年会剧本，当主持人，参加义工活动。根据自己的缺陷，针对下药也好，充实时间也好，在乐趣中提高自己是培养自信至关重要的一步。你还记得气质么？气质就在你不断学习、爱惜、提高、对自己不断地塑造中自然地散发出来了。

-----取自《IT girl 时尚品味100分》最后两章节。作为一名时尚品味不高的读者，我觉得这本书从很多女性生活常用品到气质修炼各个细节都有一个很好的引导作用。这并不是说作者所有的观念值得深入的思考，但是它引导你从各个细节如高跟鞋，包包，首饰，冲澡等各个角度开始思考。作者带有自己的语言特色，不乏幽默，并且结合了自己所见所闻，尤其是联系了特别多的电影知识。作为一个影迷，将时尚品味这种抽象的东西结合电影人物，情节结合，立刻变得有趣而形象起来了。最深刻的几个点有(气质篇已经在前面单独列出)：1.you are what you wear.2.要设计自己想要的衣橱。3.理想婚纱：高腰露肩公主型。4.开始想要摆脱坡跟，尝试短粗跟或细跟。

章节试读

1、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第143页

多变的潮流容易让人花眼，当你在潮流中付出了很多辛苦感到迷茫时，是塑造自己风格的时候了。事实上，你必须看遍了花花草草，才能心中无花无草，当然这种境界我们并不容易修炼。当一个人追赶潮流累了时，经过思索，她可能会有两种选择，一种是自动退一步，一种是以不变应万变。以不变应万变的人多已找到了适合自己的风格，不愿意再去费力追赶，这是一种内心强大的热闹。只有足够的自信和洞察力才会不为潮流的大洪水、龙卷风所席卷，立在潮流之外也觉得很安心。

2、《It Girl时尚品位100分》的笔记-造·塑造空间

总之，不管你遇到什么，整理东西都是一次心灵的旅行，复习过去，展望未来，摒弃那些弱点，惋惜那些不可挽留的，对自己提出更高的希望和要求。所以，整理是没办法假手于人的，即使再熟悉的人也不能代替你的生活习惯和思维方式。就像我一直认为：人只有生活在以自己为中心的环境中，才能在这个处处感到无奈的世界里体会到小小的真正的自由。

一直认为，独处对任何人十分重要，尤其是对女性。如果说穿衣服是为了取悦别人，但那是因为取悦别人可以让自己快乐，所以如此曲线救国不如先取悦自己。而我们平常忙忙碌碌根本体会不到灵魂的存在，只有一切人都隐退了，它才从云里现身，和我们说上几句话，并开始像藤萝一样蔓延。这时候我们强大得只有我们自己，我们什么也不缺，自己就是圆满。一个人的整理，完成了昨天、今天和明天的总结、前瞻，并让我们脚踏实地留意现在的每一步。

曾经有个特别擅长整理的人告诉我，她的秘诀在于藏和扔，把能扔的东西都扔掉，把能收起来的全部以最经济的空间收起，留在外面的只是最基本的几件东西。她在任何地方，所有的东西都是让人无语的整齐。

说是这样说，做起来并不轻松，许多东西，处于看不见的角落，会让人有很强的不适应感，看不见的就是不存在的，甚至渐渐消解了它存在的意义。

画个适合你的衣柜图吧，现在我们不必局限于规则，可以定做独一无二的衣柜了。只要你空间利用合理、分区明确，获得完美的衣柜是可以实现的事情。

虽然她随时可以结婚，但这是她一个人完美、温馨的家，而所谓完美，是我们个人说了算的。

You Are What You Wear。如果衣服是冲锋陷阵的战衣，那衣柜就是弹药库。虽然偶尔我们会生活在别人的怀里，但本质上，我们每个人只是生活在我们自己的衣服里。

3、《It Girl时尚品位100分》的笔记-衣·云想衣裳

虽然我们在大街上看到穿得没有出错的人占了大半，穿得勉强和谐的人要稍微再打个折扣，穿得和谐而让人有一点儿印象的再少一半，真正穿得漂亮的已经是少数人了，这其中大部分都是按照时尚杂志的教育遵循一定的可复制的法则的，最后不受法则限制能有自己风格的已经寥若晨星了。但我相信每个女性的每一件衣服都是她经过仔细挑选后产生的，只是每个人的基础和前进程度不同，所以我确实对街景持又乐观又悲观的态度。

服装是一种最虚荣的艺术，它和人的关系实在太直接了，此即“ You Are What You Wear ”，一件衣服可以毁掉一个人长期自我修炼的所有成果，也可以将一个人改头换面。

You Are What You Wear。你想将自己隐藏在人群中保持安全感么，那你穿上一件宽松黑色的中长款毛衣吧，把你的头发散下来，黑色的头发和黑色的毛衣，加上你的或棕或黑的鞋子，如果你在脸色上要点小心机，你足可以在上司面前伪装身体不好；想表达你的不可战胜，红色衬衫、黑色西服、一步裙和高跟鞋能帮你的忙；想悦人悦己，黑白色的赫本风没有人会讨厌；想当小白兔，最简单的不如穿一件淑女屋的连衣裙——如果你的年龄还没有超标。

可可·夏奈尔说，时尚永变，风格永存。这句话有很多翻译法，我最喜欢这种。一个女人如果在风格上能够比大多数同类更明白，她还在别的事情上看不开那简直是不可想象的。

《It Girl时尚品位100分》

风格是远远高于得体、漂亮甚至优雅的高度，它是由丰富的知识、对自己的深刻理解、民主自信的态度和优秀的执行力……营造出的星系，这个星系里可能有很多行星，进行着各自不同的自传，但都有序地围着主人公转。一个形成自己独特风格的人何止是值得羡慕的！

4、《It Girl时尚品位100分》的笔记-链·《项链》是个刻骨的悲剧

女人的悲剧，总是比男人的悲剧更简单，所以就更彻底。

洪晃忽悠大家都去故宫看卡地亚珠宝展的时候说，中国的女人就知道让男人买衣服买包，不如外国女人那样懂得让男人送珠宝。当看到这句话时，我不得不陷入沉思：如果是我，一万块的等价物——首饰和包、衣服，我要什么？我悲哀地发现我的答案是包。理由很简单：作为一个快速消费品，一万块的衣服性价比低，很容易磨损和过时，首饰除了黄金以外增值空间太小，视觉刺激效果又差，而包是最显著的。可见在时尚消费的道路上，首饰还是太理想化了，而我们还远未解决温饱。

5、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第151页

对于20多岁的人而言，渐渐学会只吃或在大部分时间内只吃健康食品才是爱惜自己的表现。为了保持一个良好的皮肤，在大部分时间内取消刺激的辛辣、油腻和过多加速衰老的糖分是值得的。有一句话“没有任何事情值得你过了12点还不睡觉”，应该奉为每个人的座右铭。如果有可能10点到11点睡觉更好，它会让人显得年轻，而可以肯定的是会比雅诗兰黛的ANR更有效。真的，一旦20出头，就不应该熬夜、用力揉搓眼睛、用随便的化妆品了。而每天使用眼霜，冬天也用带防晒值的隔离霜，至少用卸妆水擦掉防晒和隔离这些也是必须的。注意指甲、脖子、头发、脚，注意使用好的茶叶和花茶……

6、《It Girl时尚品位100分》的笔记-容·花想容

美白这个东西，比皮肤质地更要依靠天分，且以为至少八分靠天生，至多两分靠后天折腾。怎么都想不通的时候不如去别人身上找找灵感。大S为什么这么热衷于美白？如果你动一下脑子很快就能得出结论，她不可能像萧亚轩、莫文蔚一样走穿衣欧美范——她太矮了，也不可能走美艳路线——她的五官没一个好看的，她整体和谐已经是占了很大便宜了，就算她再怎么下手狠整也不如范冰冰，她每次就连稍微偏离清纯路线一点都无一例外地导致失败。好的皮肤是大S最好的身体硬件设施。她只要稍微努力努力，就可以令多数人难以望其项背。

这个故事告诉我们，当你无法改变你的身高，你又不忍心去开刀时，你必须承认既定事实并转而将你的优点突出到极致。皮肤暗沉，没关系，如果你有高挺的鼻子；五官扁平，没关系，只要你肤色均匀；毛孔粗大、五官又没有特色，没关系，你还有浓密的睫毛……只要你努力寻找，总会在脸盘范围内找出一点点优势的。

眼霜比面霜更重要、防晒UVB的能力比UVA更重要、护肤比彩妆更重要。

一点点的淡妆不会毁掉你的脸，就算它有那么一点点的小影响，如果你不是天天大浓妆，又能做好清洁工作，至少它对你身体的危害和高跟鞋比绝对不值得一提。

N年前，我告诉自己，等我皮肤好了，就开始化妆。N年过去了，我渐渐知道，化妆也像张爱玲说的出名，必须要趁早，晚了就来不及了。比如如果从17岁长痘痘直到25岁基本告一段落，还可以等，但如果痘痘们打算一直到40岁才战略性撤退，你难道要从40岁才开始涂脂抹粉么？

我一直信奉像护肤、化妆和选择衣服这种事情，最好都是靠自己的力量。你可以广泛学习、尽情研究，但再专业的大师也不会比你更了解自己的需要，更不会比你爱惜自己，对自己抱有那样高的希望和忠诚。

和穿一件衣服不能同时突出你所有的特点一样，化妆也要有所取舍，我是经历了很多才明白这一点的。你不可能靠化妆来产生赵薇的大眼睛，李嘉欣的鼻子，范冰冰的脸型、嘴和周迅的下巴，况且早已有人电脑合成过，这样单独看着很完美的五官组合出来的根本不怎样，甚至还不如她们中的任何一个好看。

7、《It Girl时尚品位100分》的笔记-哎哟喂，满大街都在哭泣

一个在上个世纪90年代就如此热爱自己的女人，前途是不可限量的。就像人们说的那样，能欠外债1000万的人不是一般人。女人要对自己狠，才能对自己好一点儿。即使人们给了她个绰号“秋裤芒”，也并不影响她王后般的傲慢。

如果一个女人对鞋和包的感情还比不上衣服时，她必然还太年轻，处于败金的初级阶段。

一般情况下，女人在爱上败金后没多久，往往在十几岁最晚二十出头就会认识到包的重要性。

可能是包的独立性在起作用。与衣服、化妆品比，包和身体的距离要疏远得多，所以相对独立，因为独立而自成一派。的确，用什么包和你的身材是否纤长没有直接关系（当然不是全不相干），和你是否前凸后翘没有利害关系，和你的肌肤是否吹弹可破也没有了什么了不得的关系。

当你穿着千挑万选的衣服，涂抹了很多层化妆品，顶着用某种发蜡和卡子维持的发型出现时，你已经是完整的一个整体，包将会以另一个重要的部分与你组合。可包的材质、样式、大小就是那么个范围，不可能像衣服那样千变万化。

这时候，是品牌大显身手的时候了。

很多包，其实并不比食草堂500多元的牛皮包更好看、质量更好，而食草堂比我去丽江束河古镇买的无名手艺人的无名牛皮包并不高明多少。

然而目前，我一边开心地背着我自己买的束河古镇的简单牛皮大包，一边积极地充满矛盾地酝酿我的第一只奢侈品包。理性和感性在较量，金钱和虚荣在较量，快乐和痛苦在较量。

我还是不能相信仿品能带来同样的效果。就像钻石耳钉的光芒并不比水钻好，甚至还不如后者，但戴它们的感觉却有天壤之别一样。

奢侈品的最高价值就在于昂贵。一旦失去了这一点，它带来的精神头、刺激性就全然消失了，它也就立即泯然众人矣。

8、《It Girl时尚品位100分》的笔记-镜·镜子：认识你自己

据说伦敦女人意外打败了巴黎女人荣登世界上最爱照镜子的女性群体第一名，她们平均每天补11次妆，在地铁里你随时可以看到那些身穿精致服装的女士掏出小镜来补粉和唇膏。镜子是我们的得力助手，而且只忠实于眼前，从不出卖你过去的秘密。

这真是很有趣。我们害怕镜子，又热爱镜子。利用镜子，张爱玲可以写出好看的爱情小说，摄影师可以拍出万种风情的照片，平凡如你我可以建立自己的世界。我们可以因为一面薄薄的冰冷的镜子而欣喜若狂或痛哭流涕。

因为镜子，我们是那么了解自己、熟悉自己。

真的，没有人比你更了解自己，你喜欢什么颜色、需要买什么衣服这些问题完全应该问问你自己、问问镜子。

9、《It Girl时尚品位100分》的笔记-妆·化妆：与自己和解

除了她标志的五官，裸妆让21岁的她无敌娇媚。这可并不简单，看看那本《KEVIN裸妆圣经》吧，防晒隔离霜、饰底乳、遮瑕粉底、粉饼、阴影高光蜜、腮红，这已经是最基本的，5层哪能搞得定？

化妆要和你的身体和解。

化妆时一旦你贸然进攻你的弱点，比如为了让你的脸看起来小一些、眼睛大一些、皮肤白一些，而不惜一切代价去进攻，你立即会遭到身体的抗拒，带来灾难性后果。

首先列出自己的优点和缺点，这是英国《时尚穿衣》的作者布瑞杰蒂·尼奥奇在另一本书《格调》中的话，在引言里她就让我们列一个表，给自己每个局部定等级，写出最满意的身体部分和最不满意的部位，而这是着装的一切前提。

脸是一样的，找出脸上的优势，我们会明白是该突出皮肤还是眼睛、嘴巴还是鼻子，即使你说你五官都小小的，毫无立体感可言，皮肤不够好也没有关系，有大量的日本、韩国风格你可以借鉴，模糊

的一张脸，即张爱玲在《红玫瑰白玫瑰》里说的那种“笼统的白”，并不妨碍你塑造出一个“单薄秀丽，安静柔和”的整体。

一言以蔽之，拼命弥补自己的劣势（不管采取什么方式），无限度地完美自己的优势，这就是韩国人的美容哲学。

在此对于民族主义不做任何评论，但韩国人——当然还有日本人——生活态度可真是认真，对自己的苛刻，对资源的重视是我们这些大大咧咧的中国人理解不了的。而她们对美容的认真和苛刻，我相信如果我们能做到一半，国内的时尚风貌将跑步进入共产主义。

以中国式的中正平和姿态接纳自己的身体，这是在战略上；在战术上要以韩式的态度重视自己的脸，它又是主观的又是客观的，你必须尊重它爱护它，有时要跳出来好好看清它。

化妆其实根本没有什么秘诀。不要看大街上的杂志和书市的图书疯狂地出，如果你愿意去研究，你很容易发现翻来覆去讲的就是那些小技巧、小话题，除了偶尔来个稍微超乎现实的眼泪妆、晒伤妆之类的以外，根本就是那点事儿。如果你愿意像考前突击一样好好归纳总结要点，相信明白那点事儿并不难。事实上，一本化妆师职业资格证书考试的初级教材，虽然内容会有些过时，但却足够让你理解天花乱坠的彩妆的本质。

在对化妆迷恋的时候，看够了许多杂志，听了一些所谓从日本回来的专家的讲座，我这个彩妆的小白鼠渐渐地成熟了些，打消了决定学习化妆术解救天下苍生的念头，决心只一心一意对付自己的脸，这样工作就简单得多。

化妆必须要有自己的想法，因为你们长得不同，任何一个人都不能照抄照搬别人的思路，这里如何增一点儿、那里怎样减一点儿，都需要找到适合自己的方法，同时遵循着“不要一次突出好几个地方，如果你化了浓重的眼妆就淡化下唇部，粘假睫毛要涂好胶水后稍等几秒等黏度最大时固定，不要一视同仁地将粉底涂遍全脸，可以用几种色号或阴影粉”之类的常识，大胆操作吧。

这只是一场锦上添花的游戏，你所有的服务对象和对手都是自己。做好护肤后，你开始戴着镣铐跳舞。

10、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第152页

气质就在你不断学习、爱惜、提高、对自己不断的塑造中自然地散发出来。

11、《It Girl时尚品位100分》的笔记-浴·洗澡

据说成为狐狸精的第一件事就是要学会洗澡。洗掉一脑袋一身的汗味儿、灰尘，身体的每个毛孔都舒展开来，畅快地呼吸，身上旧的角质层脱落，被好闻的沐浴泡沫包围……在刚刚洗了澡、皮肤好好、头发湿漉漉、浑身散发着香气的出浴时刻，最平凡的女子也能显出几分生动来，本来就生动的女子更是秀色可餐。为了满足人人都爱的小愿望，很多电影都有香艳缠绵的洗澡镜头。

观察人最好的场所是在公共浴池。

虽然看不太真切，可这儿是观察同类的最好场所。和你同样年轻、有着相似经历和日常生活的人就赤裸裸地在距离你最近的地方，你很安全，看她们又清楚又模糊，而你也必须去观察，因为她可能甩了下胳膊不经意地就把泡沫甩上了你的腰，也可能你在洗澡后拿了脏衣服和洗化用品忙着出门时，不小心碰到了一个正弯腰穿靴子忙得满头大汗的她的屁股。

那些平常端庄的、可爱的、冷漠的同类，那些穿着最廉价牛仔裤或昂贵套装的同类，在此都褪去了一切。有的洗掉了粉变得不那么起眼，有的因为没有了昂贵内衣和套装的帮助，显得并不协调，有的小小的身子竟然有硕大的乳房、丰满的屁股，而有的则高高的个子挂着小小的胸，显得纯洁而可笑，有的人通身白皙挂着红色的本命年玉石腰带，有的人黑黝黝的挂着银色链子。

你不需要掩饰什么，也无从掩饰什么。你的五官、你的皮肤、你的曲线，虽然别人瞄了几眼，可没谁会真正在意你，每个人都在忙着清理自己的身体。

12、《It Girl时尚品位100分》的笔记-错·那些不堪回首的错误

穿上黄，配上黑袜子、黑鞋子、黑围巾还是黄，脱下拿在手里黄，即使挂在那儿都嫌黄。这不就

是亦舒所谓的当男人不喜欢你的时候，你开口讲话是错，静默是错，呼吸是错，连死了都是错嘛。

13、《It Girl时尚品位100分》的笔记-花·戴花的杨二车娜姆

有人说检验一个人的相貌要看她留下多少照片，还举例说林徽因就喜欢照相，冰心就不喜欢。这自然是男人的小坏心眼，但多少是有道理的。

14、《It Girl时尚品位100分》的笔记-袍·旗袍很忧伤

可另一方面，对于气质清淡、身材曼妙的人来讲，旗袍是鹤立鸡群的最好武器。在一个要求女士穿礼服的一般活动场合，聪明的女人会抛弃所有的小礼服，而选择旗袍，因为控制、隐藏、保留，所以风情万种、欲说还羞，

如果不幸是同款，那简直不是现代战争中顶级科技的较量，而是冷兵器时代异常残酷的肉搏，地上倒着的是矮胖黑丑者的尸体，站着笑的是高瘦白美的王后。在美丽方面，除了自己以外全都是敌人的真理一次次就这样得到好笑的证明。

多年以后，如果在一个非常偶然的时刻和旧人吃一顿饭，最好的装扮莫过于一件质地优良、颜色最素的旗袍，披上一件针织开衫。这种装束是旧的又是新的，创造了一种不远不近的距离，伤感的旗袍保持着对旧日的美好回忆，又全然没有了往昔的青涩，大大方方的开衫和旗袍组合在一起可攻可守，为你平添了成熟女人的风韵，呈现给他的是以前的他永远猜不到的你不再锐利的样子。他已经很现实很幸福，可也会在这一刻觉得心酸，又温馨、又温暖。当然这有个致命的前提是：你的身材并未随着渐逝的青春一起走样。

15、《It Girl时尚品位100分》的笔记-内·内衣：欲语还羞

买内衣是件辛苦却简单的事情，根本不必说什么，只要看了款式，你只需要试一下，你自己的身体会立即打出明显的分数。让你连犹豫下的必要都没有。

许多我们现在常穿的内衣竟然都是国外的，不管国内国外，到目前为止，我并没有发现一个让人放心到可以不去试穿的内衣品牌。那些大肆投放广告并不乏口碑的某品牌某系列，也许在你穿上身的那一刻大失所望，那些看上去并不起眼的，却有可能让你在狭小的试衣间里爱上自己的身体。这甚至也不是钱不钱的问题，我并不觉得在内衣这个问题上，越贵的科技含量就越高，就会越好，你只能不辞辛苦试穿一下，让自己的身体给出答案。

《绝世好Bra》是一部让人印象深刻的电影。它讲“最好的Bra仿佛男人从身后轻轻托起”的时候我才十几岁，穿着我一二十块钱的貂蝉，并不能感觉到什么特别的深意。而后来，我买了越来越贵的内衣，并越来越靠近可怕的30岁时，我才明白，无论是真丝、纯棉、涤纶、氨纶、莱卡、气垫、特殊油脂填充物、半凝固的液体，对于那样的“最好的Bra”都远远不够，那样的高度，类似于历史进程中的“共产国”，实在是至少短短几十年内都很难达标的。

很多女孩都是在有了男朋友后开始变身内衣狂人的，其实应该越早越好。就像男人能欣赏的美女都不是最难得的女人一样，体现人体美或者展示诱惑只是内衣的附加功能，内衣最本质的功能还是让我们生活得更好。

其实所有的内衣都企图塑造一种理想的女性曲线，这也就是Dior New Look的主张：前凸后翘、蜂腰。穿上这种内衣稍微动一下都能感到腰间的长条在限制，连呼吸都不顺畅，更别提吃饭了。对于瘦人来讲尚且如此，如果是丰满点儿的，那改善的程度和受苦的程度都要大大提高了。不知道如果天天穿着是否就能减轻痛苦，改善体形？至于大S天天穿着睡觉之类的建议，更属于无稽之谈了。

这种内衣与小礼服是很相宜的，适合缓慢地走几步，微微舔一舔酒、吃一两口菜叶子和切好的水果块儿。

但身为小民的我从此对束身内衣采取敬而远之的态度。无论如何，那些华丽丽的宫廷感内衣、那些骗死人不偿命的电视广告，给身体带来的不是自由和健康。而违背了这两点的服装，都注定是饮鸩止渴的。大多数的日子里，对于这种唤起失败感和紧张的东西，即使再贵、再美，我都提不起兴趣来。但有时，穿上这种盔甲产生的高贵、性感，让你感觉自己是有脚的人鱼，在岸上每走一步都是钻心的

痛苦，痛苦上开出优雅的花来。

16、《It Girl时尚品位100分》的笔记-皮·皮草：我们生下来就是有罪的

皮草确实是考验气质的试金石，那些早已脱离了粉红色肉身而丧失生命的皮毛会让优雅的人更加高贵，让铆了劲的俗艳者更加惨不忍睹。皮草还挑剔时空，你能想象一袭皮草在公交车里和陌生人来回擦蹭么？你在“如果在上班高峰期挤过，就别和我提什么纯洁”的北京地铁里，在人无立锥之地，头发都是伴着静电乱飞到别人脸上的时候，那柔软的小东西会变成什么样？皮草是如此苛刻，总在挑选正确的人、正确的时间和地点。

17、《It Girl时尚品位100分》的笔记-买·I LOVE SHOPPING

一本很流行的书《优雅》告诉我们：你一定要单独购物。你的女伴的嫉妒心会使你和那些适合你的衣服永远分开。即使她很爱你，她唯一的希望就是你变得更美，她也会本能地从她的角度出发考虑这件衣服适不适合她，她是否负担得起。事实上，因为经济、外貌、性格、身材、气质、习惯的不同，她本来就不该替你作出决定。

和经济条件相差较大的人逛街是一场灾难。你会发现平日你们小心谨慎维系的感情，你们之间无法弥补的生活背景、价值观的鸿沟在购物时变得十分明显。你是否支付得起，她是否支付得起，你们在什么场合穿什么，这些均一目了然。相信我，无论你们如何为对方着想，仍是着想得不够，你又不是她，你怎么可能一切都从别人的角度出发呢？这都会给你们的感情带来微妙的分歧，无益于你们的友谊。

需要会让我们盲目。因为需要某件东西，削弱了我们仅存的判断力，我们开始不再苛刻买下一些并不足够好的东西，或者因为过分苛刻而不断尝试，购入更多不需要的东西。

我们应该时不时去高于自己消费能力的地方看一看，同时也不应该轻视那些低于我们消费能力的地摊和展销会。

无论在哪里，Window Shopping都是一件非常享受的事情，也是我们正常购物的重要调节。你可以大胆跳出你现在的身体、经济条件，天马行空搭配一番，角色扮演无数遍。一个真正热爱时尚的人，绝不仅仅关心自己穿什么是好看的，她对于一切美的事情都怀着丰富的热情，有着许多现有条件并不能满足的幻想——那幻想甚至并不关她个人的事。

世界上有很多好东西，你可以去研究。如果你真的喜欢，甚至并不一定要拥有，如果你研究到了一定时候，你就会觉得很多好东西都像熟悉的朋友，你不崇拜它们，也不藐视它们，暂时无法拥有，你也并不十分急迫，你只是觉得很亲切。

当然就目前中国的奢侈品市场来言，理性还是不太存在的，人们穷怕了、闭塞惯了，没见过那么多，但假以时日，理性的消费必然会取代这种初级阶段的盲目。

如果你对服装业的成本、外贸行业哪怕知道一点点，你就该明白，服装业确实是个暴利行业，中国作为一个重要的劳动密集型企业从生的制造国家，具有极高的仿造能力和还在完善中的知识产权管理制度，这些让你在专柜之外购买衣服就像不买正版软件一样不可避免。事实上，现在的中国发展到了最复杂的阶段，各种层次的东西都会出现，人们的包容心前所未有的强大，你的选择很多元。

在遍地开花的小店中，你可以找到特别的东西，有时候，根本没有任何预兆的，当你看到一件衣服时，你就明白，它是你的。

如果有一天，你不再想着这件绣花衣服是Max Mara的，那个白牛皮包是范思哲的，而这个牛仔裤是动物园批发市场的，那个吊带是五道口服装市场的，而是从衣服本身的做工、样式、舒适程度来看待衣服，那便是战争的“最高境界是无杀，也就是和平”了。这样的境界真的是完美的，你根本不需要有关时尚的知识，也不会为任何设计师、推手、买手、专家、明星、编辑蛊惑，你才真正享受到了穿衣服的自由。虽然非常成功的明星都说，我只穿我想穿的衣服。

首先，找出你那些失败的衣服，号码方面的失误几乎都来自于粗心大意，衣服需要试穿。不管怎样，内衣、裤子、鞋都请你克服困难试一试，因为内衣和鞋必须要听从你身体的意志，而裤子真的没办法，如果你不穿一穿，前后看一看，走一走，蹲坐一下，很难想象你自己凭空选择。如果你去不可试穿的地方买或代购或网购，那就需要更多的智慧。你要了解自己的三围、肩、手臂和腿的长度，了解高

腰、中腰、低腰的差别，你的知识越多，在一件件陌生的衣服面前，你就会不那么无知，并由衷感谢培根老先生“知识就是力量”的真理。

至于其他的失败品，你可能会发现它们有个惊人的共同点：风格突出。一件不标新立异的衬衫、T恤、牛仔裤是不会出现这些问题的。正如同我上面的那些失败品，大披肩的外套我套不上任何衣服，旗袍太长，有些不符合我的年龄和身份，长款针织背心好看但不实用，宫廷上衣那浓郁的宝蓝色是我的初次尝试，不适合我并不白皙的肤色。

怎么办？首先收起我那沮丧的心情，我劝慰自己，我是在尝试改变，尝试从来没有选择的颜色、款式，而如果我要不断进步，开拓新的领域，我就不能只是重复自己适合的颜色、款式，我总要尝试新的东西，而且开动脑筋，世界上没有失败的衣服，只有失败的搭配。

一件衣服有那么多可能，成为一个充满无数乐趣，却永远没有办法最后通关的游戏。

18、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第148页

气质是一种奇怪的东西。我曾经十分费力去想过这个问题。它似乎和你的童年、家庭背景关系太紧密。

看看希尔顿，看看旧上海那些名媛的黑白照片，看看热播美剧《Gossip Girl》里的S你就明白，大小姐的笑容让人舒服，她有一种看不到却强大的引力，不怎么费力气就可以引得众星围绕。

因为她，我认为真正的大小姐决不是我们认为的那样傲慢，相反，她们比一般人都要笑容灿烂，态度温和，不擅长谋划，甚至长着一颗聪明、叛逆的心。

钱海燕说，除了自己，一切人都是假想敌。据说嫉妒是女人最丑陋的东西，但那些真正美的东西，让你从心底喜欢、向往，甚至让你忘了去嫉妒。

她们有着极高的研究价值和参考意义，从这个意义上讲，我一直认为所有的女性，哪怕只是为了变美的女性，都应去读一些有关女性文学的书，更多地了解自己、了解身体、了解男性。要知道，一个又美又读过许多书的女人往往是可怕的尤物，如果她们愿意再花点儿手段打扮自己和交际男人，简直可以为所欲为。

19、《It Girl时尚品位100分》的笔记-腿·拜腿教

莫文蔚频频展示她的长腿，但最好的一次诱惑应该是在唱《他不爱我》的现场：一件男式白衬衫，下面只有长腿和高跟鞋，她倾了身子和台下的歌迷握手……

日本色情文化对丝袜的声名远播起着众所周知的效果，可不实用的质地使丝袜在出现伊始是以昂贵的价钱和上层阶级展示优雅的工具为显著特征的，而现在任何人想可爱、朋克、优雅、诡异，只靠丝袜即能做到。它本身那么轻盈、那么弱小，你一个小不小心能立刻毁了它的一生，于是它有了一种似乎可以无限延伸又时时刻刻都可能被毁掉的脆弱的美。

有一种丝袜的后面有一根明线，随着女主人身体的摆动那条线也在蠕动，而它的上端一直延伸到裙子深处，给人无尽的想象。这时丝袜提供了一种可能性——我们无所不能。太轻易地就能颠覆形象，并不需要让人有太多的负担，心理的和经济的。随着审美大众化的加剧，这种平民至上的文化会越来越占主流，可想而知丝袜的路会走得更宽、更远。

丝袜在不停地进化，薄的几乎让人看不出却恰到好处地显现出了腿的光泽，而厚的则越来越厚，足以让人在冰天雪地的室外坚持美腿原则。

我喜欢买各种丝袜，各种从未尝试过的颜色和图案。很多颜色对于外套和裤子而言是危险的，我们可以在丝袜上做个小小的放肆。

世界是轻盈的、简单的、充满可能性的，这是丝袜带给我们的礼物。感谢那些有着细微差别的质地，感谢那些千变万化的颜色，感谢那些大腿上的蕾丝花边，真应该感谢发明丝袜的人，我觉得他比发明高跟鞋的人高明得多。

怀着小小的梦想，我们去买丝袜。

20、《It Girl时尚品位100分》的笔记-折·要里儿要面儿？要疯狂！——疯狂折扣现场

《It Girl时尚品位100分》

据说商场每次打折都会请最优秀的人来计算如何打折扣能将利润最大化。再聪明的女人哪能算计过商人？

但女人不恨商人。他们得到钱，她们得到美。双方付出对自己而言不重要的，得到最重要的。

再没有比进入特卖会后更丑的女人，再没有比从特卖会出来后更美的女人。

一个聪明的女人，经历了任何一次特卖会都会比以前更聪明、更美，因而也就更强大。一半是海水，一半是火焰，特卖会就是魔鬼，就是天使。

从特卖会出来的女人，一身汗已经退去，眼睛中熊熊燃烧的红光已经微弱，面目恢复了平静、可爱、端庄，她们心满意足地拎着好看的纸袋走在路上，明天，可以肯定的，这些战利品会以好看的姿势和她们组合出现。她们精心选择了经典的款式、大方的颜色，就连你，如果不留心是不会发现她们的战利品是来自特卖会的秘密的，何况是男人。

要省钱，还是要品牌？要里子，还是要面子？特卖会是我们疯狂的秘密。

21、《It Girl时尚品位100分》的笔记-发型师那点事儿

头发的哲学不过就是剪短和弄直弄弯，而一季季的所谓流行，引得人们争先恐后。

经过了不知道多少次直直弯弯后，我洗头的耐心越来越大，越来越愿意用昂贵的洗化用品，越来越宝贵我的头发，再不愿意染，烫也越发慎重。

22、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第150页

读书能让女人聪明，因为聪明所以强大。

读书会让愚蠢的女人不再愚蠢，让本来有两分聪明的女人如虎添翼。

23、《It Girl时尚品位100分》的笔记-衫·寻找完美的白衬衫

如果只能用一件单品来渲染一套服装大片，白衬衫会打败同样永垂不朽的牛仔裤和连衣裙。白衬衫可以是高支棉、涤纶、棉加莱卡、涤纶、氨纶、棉加丝、丝绸或桑蚕丝加入人造丝等，可以在呆板的、可爱的、性感的、低调的、朴素的、乡土的、前卫的、叛逆的……之间进行华丽转身。

24、《It Girl时尚品位100分》的笔记-第170页

和经济条件相差太大的人逛街是一场灾难。你会发现平时你们小心谨慎维系的感情，你们之间无法弥补的生活背景、价值观的鸿沟在购物时变得十分明显。你是否支付得起，他是否支付得起，你们在什么场合穿什么，这些一目了然。……

25、《It Girl时尚品位100分》的笔记-同·撞衫：鲜血淋漓的PK

在试衣服时，永远有人和你看中了同一款，承认吧，那些你费尽心机、浪费了不少脑细胞和卡路里才选中的东西，其实没有一点儿特别。甚至每天你穿的每一件衣服都有另外不知道多少人在穿着。

只要你穿着衣服离开你家，就要见人，也就开始了撞衫的冒险之旅。

择了同一件衣服的不同女人之间有着一种微妙的缘分。我相信撞衫的效果不只是和身材、肤色、外貌、搭配、发型有关，最有关系的应该是每个人的“场”。

但我不认为只有贵族才有强大的场。事实上，每个人的场都需要营造终身。有强大精神力量的人会生出强大的气场，像肉身周围围绕了一圈圈的土星光环，人不卑不亢，而衣服会死心塌地被这样的场征服，永远杜绝了衣服穿人的念想。

世界上每个人都有自己的场，一件衣服跟随了你，就有了一次爱情。下次再在大街上碰到撞衫的女人时，收起那些防卫自己的盔甲和攻击别人的武器吧。

不要想“她没我好看，哈哈”。

也不要想“她那样穿比我好看啊”。

记住，你永远是你自己。你只需要迎上去笑一笑。为你们拥有的和这件衣服的不同爱情。

26、《It Girl时尚品位100分》的笔记-完结

顶着指导手册外衣的散文，没有立竿见影的效果，适合闲暇时间看看。

27、《It Girl时尚品位100分》的笔记-瘦·减肥：一个人的战争

还是那两个方法：节食、运动，连第三样都没有。但节食可以演化为每天吃多少克肉、蔬菜、多少颗坚果，喝几杯果汁，要不要素食，西红柿减肥法、苹果减肥法……运动可以是瑜伽、冥想、跑步、快走、各种局部瘦身操、游泳……难为编辑如此频繁地换汤，药是万年不变的。

《It Girl时尚品位100分》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com