



—— 牛男NEO PRESENTS ——

时尚宝典

打造完美男性衣柜

牛男NEO
NeonNan.com

时尚宝典

—— 打造完美男性衣柜 ——

版权说明

《牛男时尚宝典》版权为2013牛男NEO所有。保留一切权利。本文档未经特别授权不得擅自复印、分发和使用以及将内容传递给他人。如需详细信息，请联系NEONAN.COM。

目 录

简 介

第一章 了解你自己

1.选择合身的穿着.....	2
2.衣服合身的标志.....	6
3.巧妙穿着遮掩身材缺陷.....	6

第二章 收集主打单品

1.男性必备经典单品.....	10
2.值得投资的服饰.....	12
3.可以省钱的服饰.....	13
4.选购有领衬衫.....	14

第三章 人靠鞋装

1.如何找到最合脚的鞋子.....	18
2.穿着舒服的标志.....	19
3.男士必备的五种鞋子.....	20
4.经典正装鞋.....	20

第四章 牛仔裤

1.款式、版型和水洗.....	22
2.牛仔裤和体型搭配.....	23
3.牛仔裤购买须知.....	24
4.男士必备牛仔裤.....	26

第五章 型男着装搭配

1.着装颜色搭配法则.....	29
2.上衣与裤子搭配.....	30
3.裤子与鞋子的颜色搭配法则.....	31
4.层次搭配的5大法则.....	32

第六章 型男配饰

1.领带.....	34
2.男士腰带.....	34
3.袖扣.....	36
4.经典男包.....	36
5.时尚前卫的太阳镜.....	37

第七章 型男腕表

1.优质腕表的标志.....	39
2.腕表保养.....	40
3.了解奢侈腕表.....	41

第八章 男士西装

1.西装选购指南.....	43
2.西装穿着禁忌.....	46
3.正装西裤.....	48

第 章 男士衣柜保养

1.衣服保养基本知识.....49

2.干洗须知.....50

3.衣服熨烫.....51

第十章 日常护理和美容

1.日常清洁.....53

2.男士美容基础.....53

3.配置完整修面套装.....54

4.如何清理体毛.....56

5.古龙水与皮肤类型的搭配.....57

结束语

简 介

《牛男时尚宝典》将教你一步一步从头到脚从内到外认识到时尚的真谛，丢掉衣橱里的不良品，换上适合你的时尚精品，重新打造一个完美的男人衣橱。并且，我们会跳过沉闷的历史背景和乏味的理论构想，直接给出最实际可行的建议：这些技巧你完全可以现学现用，不用看完全书，你就会感觉受益匪浅。

当看完本书之后，你会发现，你已经学会男人所需的所有时尚技巧，未来无需再为时尚而烦恼了。因为，你已经找齐了你所需要的所有时尚单品，它们都是最适合你、最能秀出你的个性和品味的最佳选择；你会知道根据什么样的场合和需求搭配什么样的合适着装；你会知道在需要时如何购买服装和配饰来维持你的形象和风格；而且，你将远离那些为了尝试或因为错误选择所造成的金钱浪费。你的这些改变，更会让你心仪的女人对你刮目相看。

一句话，这本书既能帮你省钱、又能帮你吸睛，它带给你的只有无尽的好处。既然如此，我们就不要耽搁了，一起来看看这部宝典都收罗了哪些指导和技巧吧。

第一章 了解你自己

在当今这个世界，时尚总是日新月异。什么样的东西才算得上是潮流，这取决于谁在穿，而且这个谁要么是时尚 T 台上的模特，要么是媒体上的名人。在这样的氛围下，我们很容易忽略一个事实，那就是适合个性的时尚才是真正的时尚，盲目跟风往往得不偿失。这样的话早就成了老生常谈——不新鲜了，不过，这句话值得我们经常自省反思，因为我们往往误读了它。当我们讲到个性时尚，并不是说，要用一个人的衣柜来展现他的个性独立（比如，刻意穿上紫色蛇皮靴来表明你独特的思考方式）。也不是说，只是因为它们现在很流行就一定要抵制时尚潮流。我们要提倡的其实很简单，就是，一个人在确定自己要穿什么时应当把自己当作主要标准。

换句话说，不要因为上海或香港很多人都穿蓝色，你就跟着穿蓝色。你之所以穿蓝色，是因为经过自己的调查和对比，确定跟你的肤色、以及衣柜中的其他衣物最相配的颜色当中，蓝色是最佳选择之一。当然，了解并确定你自己的着装风格，不是件一蹴而就的事情。

你需要花费时间去进行多次的尝试，期间你还会犯很多的错误。不过，这都是值得的。拥有自己风格的男人走路都特别自信，因为他知道自己穿得妥当。在购买衣物时，这样的人也不会像其他男士那样狂躁郁闷，因为他知道什么东西适合他，不需要浪费时间去试衣间验证这一点。他的衣柜也完全精简过了，没有一件衣服是穿了一次就不再穿的，里面的所有衣服都会派上用场，时间会证明这一点。要想成为这样的人，你的第一步就是确定最适合你的体型的着装风格。

1. 选择合身的穿着

哲人说的好，世上不可能存在两片完全相同的树叶。这个道理同样适用于人的体型，男性的体型是千差万别的。清楚如何根据自己的体型合适穿衣、避免那些不适合自己的穿衣风格，是穿出个人风格的关键所在。

在购买新衣物时，一定要记住一点，合身的才是最好的。如果你买了一件昂贵但不合身的上衣，结果是怎么穿怎么难看。相反，如果能恰到好处地突出你身上的亮点，一件便宜的上衣就会让你看上去像个有钱人。

如果你想学会如何穿出你的体形、如何找到最能衬托出你的身材的衣服、如何避免男性最常见的着装误区，请继续往下看。

（1）身材肥胖

很多肥胖男士误以为紧身的衣服会掩盖他们的身体缺陷、拉长矮胖的体形。然而，紧身的衣服只会让人们越发注意你身上松弛的赘肉。同样地，有些稍胖的男士认为宽松的衣服会罩住突起的肥肉。事实

并非如此。过大的衣服只会让你看起来更加肥大。让自己显得比较瘦的秘诀就是选择不紧不松的衣服，就是说，你的所有衣服都必须刚好合你的身。

• 远离横条纹

如果你想突出你的觉得最好看的部位，尤其是腰身，不要穿任何一种横条纹的衣服。如果你真心在乎的话，斜条纹的也不要穿。因为这两种纹理都会让人留心你的胸部宽度。相反，你应该穿竖条纹的衬衣和裤子，竖条纹让你的身材更加协调。竖条纹会引动人的眼球往下看，延伸你的身体轮廓，使之在视觉上变得更挺拔。细条纹西装是最适合你的正装了，里面最好还配上一件纯黑的衬衫。细条纹衬衫配上深色的牛仔裤或者黑色的西装裤也会让人眼前一亮。如果想要穿得休闲一点，换成深色的细条纹灯芯绒裤即可。

• 走单色路线

如果你穿的衬衣和裤子是截然相对的两种颜色，比如黑和白，这样会在视觉上把你分成两半、突出你的身体中部。上下两头的颜色如果相同或者相近，可以给人更干净的视觉印象，让你的身材立刻挺拔几分。当然，一身黑可以起到最大的瘦身效果，不过为了不要让人误解你是去参加葬礼的话，我们需要增加一些有颜色的配饰。

• 慎重选择印花布

如果你身材比较臃肿，那么，请不要穿有大片印花的T恤或衬衫，除非你是在海滨度假。因为这些印花布料会让人不由自主地注意你的上半身，如果你想尽力掩盖你的大肚腩，那么这样做只会适得其反。不过，印花衬衫明显能为你的衣柜带来一抹亮色，相信你不会轻易放弃它们。我们不妨穿一件小片零星印花的衬衫，这样绝对会很吸睛。

• 衣领不要太高

如果你体格比较魁梧，那就尽量避免穿高领上衣，代之以V领的T恤、长袖上衣和毛衣。这种衣领会吸引人的眼睛往下看，产生轮廓更协调的效果。此外，V领会让你的脖颈显得更细长，尤其是在你的脖子比较短或者有双下巴的情况下。

• 弱化肥胖的观感

比如说，强弹性羊毛衫反而会让你的胸部和腰部更加臃肿。所以，我们会选择更轻薄的织物，比如，棉布、亚麻布、羊毛与合成纤维的混纺织物等。

• 尽量不要穿双开叉西装上衣

上衣背后的狭缝一般被成为“开叉”。如果你知道自己背后的骨架比较大，请尽量不要穿双开叉的上装或者上衣，因为这种剪裁会把人的注意力引向你的背后。为了遮掩你的宽大背部，优先选择剪裁合适的单排扣休闲西装（英文作 **Blazer**），扣子都扣上最好。高高扣起的扣子有助于将观者的注意导向你的胸腹之间。

• 宽松长裤

如果你的身材比较矮胖，不要穿过紧或过松的裤子，合身才是王道。另外，不要穿有褶裥的裤子，因为这样你的骨盆区域显大。这是为了让你的躯体显得更长而不是更宽。如果你的肚子比较突出，可以穿背带裤搭配上装，分散人们对你这一部分的注意力。

• 系腰带

中腰部位系一根皮带，会让腰部显得更细长。注意不要系太紧，以免肚子鼓出来。

• 减负

清理掉口袋中不必要的杂物；塞满东西的口袋，同样会让人关注你的身体中段。

(2) 个子瘦高

• 挑选合身的衬衫

穿着宽松衬衫，又不束进裤腰，会让你看上去像挂着帆的桅杆，你必须要选择更合身的衣物。不过，不要穿紧身的衬衫，因为它们会突显出你干瘦的上半身。我们可以选择修身的衬衫、束起来的时候增加点层次感，让你看起来更壮实。另外，确保你的上衣胸部和肩膀都要合身，否则会不舒服。

• 避免单色装

如果你从头到脚穿的是一种颜色（特别是黑色），你看上去会比实际来得更瘦。所以，你的着装上一定要同时出现多种颜色。好在色彩搭配是很好玩的事，你可以尝试很多种外观。

• 选择浅色衣服

浅色衣服会让你的身材稍微显得宽厚一些，你可以选择的衣服包括白色、淡黄色、浅蓝色、浅灰色和柔和色等。

• 拒绝直条纹

没有女人想找那种外表枯瘦的男人。所以，如果你高而且瘦，不妨选择横条纹的衣服来增加你的肉感。胸部来一条大横纹尤其有衬托效果，这会让你的肩膀显得更宽、让你看起来有更好的形体。你也可以选择横向的葛伦格纹布料（下文会作出详细解释）来帮你塑造外观。

• 避开圆头鞋

如果你个子很高，圆头鞋会让你看上去多少有点比例失衡。为了让你的外形更匀称，方头鞋或尖头鞋会是不错的选择。

• 远离紧身牛仔裤

厌食症患者绝对不应该是一个大男人应有的风貌，所以，我们要坚定的对紧身牛仔说不。你的裤子应该剪裁匀称，而且式样上简单就好。内侧骨偏长的直筒牛仔裤或者微喇牛仔裤最适合你了。

你还可以大胆尝试各种带有图案和线条以及口袋旁边有褶的裤子，这些都能增大你的身形。裤脚翻

边或者穿合身的灯芯绒裤同样能让人觉得你的腿更健壮。

(3) 个子不高

• 合身才是关键

不管怎么说，衣服完美合身最为重要。宽松的衣服会让你显得很粗壮，所以宁可选紧身的衣服，也不要选松垂的衣服。夹克衫和上装的下摆稍微要越过臀围线。

• 穿一种颜色

穿同色的衬衫和裤子，可以让你的身形上下一体，在视觉上别人也会“高看你一眼”。

• 选择深色轻薄面料

深色尤其是黑色的衣服，容易产生细长的视觉效果，让矮个男显高。这一点同样适用于轻薄或者中等面料的衣服。相反，厚重织物只会让你看上去更矮更粗。

• 竖条纹衣服

任何能够在视觉上拉长你的身材的衣服都是很好的选择。比如，竖条纹布料就有助于增加你的视觉高度。带有像细条纹、白色条纹和鱼脊形图案的衣服同样能产生“拉长”的效果。

• 选穿方头鞋子

如果你个子很高、你的裤腿能够遮住鞋子的大半，那么你适合穿尖头鞋。倘若你个子不高，偏要穿尖长、肥大的鞋子，你只会遭人鄙视。方头鞋是你的最佳选择。

• 穿带跟的鞋子

尽管你不应该穿过于肥大的鞋子，你可以买有跟的鞋子穿。对矮个男人来讲，穿靴子不失为一个不错的选择，而且如今男士靴子的款式多样，可以搭配从牛仔裤到西装的各种衣服。在正式场合，穿靴子同样可以增加你的实质性高度，而且你可以穿裤筒比较长的裤子，垂到地面以遮挡脚跟部分。

注意，穿砖型鞋底或者厚底的鞋子不一定是让矮个男生变高的最好办法。走路不稳永远是穿鞋大忌，而且过高的鞋跟会让你看上去与你的小身板格格不入。

• 考虑配饰

恰到好处的配饰，比如项链、领带或者帽子，可以吸引人们关注你的脸部，而较少去注意你的身形。帽子无疑是你最好的选择，因为它巧妙的拔高了你的形象。不过我们不推荐无檐小便帽，鸭舌帽应该会让你看上去更潮。

• 避开大印花

如果身体的骨架较小，大印花会过分地醒目。所以，你衣服上的印花尺寸尽量要跟你的身形成比例；比如，你可以选择像微格这种更小的印花。

• 穿中低腰裤

裤腰指的是裤裆到腰围线之间的距离。个矮的男人应该穿腰最低的裤子，因为高腰裤会让你的臀部显得更加肥大，让你的前裆若有若无。相对地，低腰裤会在视觉上拉长你的腿，不让你的裆部显得很空洞。另外，不要让鼓鼓囊囊的口袋、紧身裤或者设计不到位的裤子在你的臀部周围起皱。这些都会让你的身体中部显得更为肥大。

• 选择更修身的领带

不管你身形有多娇小，打一条修身领带或者中等宽度的领带都不会破坏你的整体形象。相对而言，宽领带会让你的身形比例失衡。如果你个子真的不高，可优先选择更细、更短的领带。

不管你的身形如何，穿衣服的时候一定要突显出你的优势特征，把你身上不如人意的地方尽量遮掩起来。但不要试图刻意的掩饰你的弱点；那样只会适得其反。举个例子，一个半秃顶的男人会把两边的头发往中间梳，别人想不注意都难。

2.衣服合身的标志

如果你不知道衣服怎么才算合身，你就不能确定一件衣服是不是适合你。真正适合你的上衣、衬衫和裤子既要彼此搭配，也要跟你的身体相合。所以，我们要把这三者放到一起来看。

衬衫的衣领：你的衬衫领子外形要修身，下部则要足够宽松，兼顾穿着舒适和未来的缩水（这一点不可避免，销售人员说的再好也是白搭）。试穿衬衫的时候，脖子和扣上的衣领之间要能插入一根手指。

衬衫衣领要在你的上衣衣领上露出半寸。

上衣的衣领：上衣的衣领应该平贴在衬衫的外围。

上衣的肩膀：衬衫和短上衣的肩线应该跟你身体的自然肩线相贴合。短上衣在这个地方如果不适合你更能说明问题，因为别人从外表上一眼就看得出来。

上衣的长度：短上衣的下摆应该下垂到足以遮住你整个臀部的位置，同时又不影响大腿的外观。

上衣的袖长：当你胳膊自然下垂的时候，短上衣的袖子应该够到大拇指的第一个指节处；一般情况下，它应该在你的手腕部位。衬衫的袖子要稍微长一点点，露出短上衣袖口半英寸左右。

衬衫袖口：衬衫的袖口应该紧贴你的皮肤，同时又不影响你手的动作。如果袖口内再塞一块腕表，基本上腕表会定在那里。

注意，以上讲的都是衣服经水洗之后穿在身上的状况。在买衣服的时候，有些布料制成的衣服你要买得稍微宽松点，以防缩水。

上衣的腰部：穿上上衣扣扣子的时候，腰部要稍微收紧、形成轻微可见的张力线。如果这样的张力线明显扩展成了X形，那说明它太紧了。

裤腰：西装裤的裤腰比休闲裤的要高。然而，为了想要到跟休闲裤一样舒服的话，可以提前根据你平时穿得最舒服的位置，修改裤长。这样，也能避免让你的裤裆显得太低，毕竟你每天都要穿西装。

裤筒：为了跟你上半身的贴身轮廓保持一致，下面的裤子一定得是修身的。修身不是紧绷，如果你的裤子有褶裥，千万不要使之张开。

裤脚：裤脚应该到达鞋跟上部。裤脚应该高于地面 2-3CM。走路的时候，裤脚要能遮住袜子。

3.巧妙穿着遮掩身材缺陷

某一类的体型一般会有其通用的穿衣规则。不过，我们的身材很少完全符合某一类体型的标准模子——情况往往是，我们不完美的地方往往是我们身形的最大特点。如果你身材有点发福，你怎么穿才有气势？如果你的腰偏短，怎么穿让它显长？怎么做才能让扁平的臀部显得挺翘？而如果你是大屁股，穿哪种牛仔裤比较好？

这些问题，我们都有解决的办法。用衣服来“遮丑”，一切皆有可能。

（1）短腰

简单点说，如果你的腿比身躯要长，那你的情况就属于短腰。这主要是因为遗传因素，不过，如果你按照以下提示去穿休闲装，遗传不会给你造成任何困扰。

- 穿齐臀而不是齐腰的牛仔裤或者宽松长裤。
- 衬衣不要束在裤子里面；选择套头衫而不是系扣衬衫，以掩饰你的腰或臀。
- 穿高领T恤。
- 上衣的颜色跟皮带的颜色相搭配。这样能让人觉得你的身躯更长。
- 穿的毛衣或者上衣的下摆要到腰部以下。

• 对腰偏短的男士来说，穿西装比穿便装更需要讲究技巧。如果你刚开始涉猎时尚领域，你的外衣、裤子和西装衬衫的色调应该互相搭配，营造一种无缝衔接的外观。换句话说，如果你的腰比较短，就不要用粉红色的衬衫来配黑色的西装，因为这样的对比色太强烈。

- 卷起裤腿会让你的下半身显得更短。

（2）长腰

如果你的腰偏长，那么你的腿相对于你的身躯会显得比较短。通过一些简单的着装调整，你就可以解决这个问题。

- 衬衣束起来。
- 穿吊带裤也会在视觉上拉高你的腰围线。
- 大扣头皮带配有褶不翻边的宽松长裤，引入注意你的下半身、让你的腿部显长。

（3）扁臀

臀部扁平，穿的裤子松垮的下垂，衬衣下显得空荡荡的。

首先你要做的就是避开宽松下垂的衣物。选择腰长合适、内缝高的牛仔裤或便裤，以托起你的臀部。直筒裤可以让你的下腿部分与你的臀部、腰部成比例，让人忽略你的背后。

（4）大屁股

有大屁股不一定是件坏事。大部分女性尤其喜欢“翘臀”男。当然，如果你想要收紧这个部位，下面可以穿紧身四角短裤或者运动短裤。这些会帮助收紧你的臀部和上半边大腿。

如果你的臀部明显鼓了出来，不妨选择更宽松的修臀牛仔裤。在搭配套头衫和T恤的情况下，这些剪裁能提供一种更平滑的垂直线条。

如果你的体型是梨形，不要穿有褶的裤子，因为这种裤型会突显你的臀部；而如果你的大腿和躯干比较粗壮，平腰裤会更修身一点。上半身穿四分之三长的短上衣，大臀部就会变成身体的另一个部分。

（5）大肚腩

如何穿衣以平伏自己的大肚腩，这是每一位男士在人生的某个阶段必然会面临的一个课题。

•选择轻薄深色面料

不要穿由粗花呢、法兰绒等厚重织物制成的衣服。你要选择轻薄自然面料和柔和深色的衣服。

•衬衣内穿

要想穿出商务休闲风，首先需要在里面穿一件衬衣，下面束起来。外面再罩一件套头衫或者毛衣。这样，里面的衬衣可以收起你的肚子，而外面的套头衫能让你穿出非常重要的（同样是非常修身的）垂直线条（前提是你的裤子很合身）。

•尽量避免穿T恤

宽松的T恤只会让你看起来更肥大，而紧身T恤又会突显你的肚子。所以，坚持穿长袖的衣服；可以让你的身体看上去更匀称、更协调。

（6）胸部不发达

大肚男的身体状况不容乐观，干瘪下垂的胸肌、下凹的胸脯、小而圆的肩膀，这些都会影响别人和你自己对你的观感。

为了将你的小胸脯转变成倒三角的超人胸肌，你得穿有色的衬衫、短上衣，戴有颜色的领带，尤其是横条纹的那种。深色和竖条纹有修身效果，而有颜色和横条纹的布料能扩展身体的轮廓。

有颜色的上衣，再配上深色的裤子，会有视觉冲击力。不过，需要注意的是：如果你选择的颜色太浅，人们就有可能透过你的衬衫瞥到你的胸部。如果你穿的是厚重布料制成的衣服，你也可能在视觉上扩展你的胸脯。但是，不要穿丝绸和尼龙材质的衣物，你倒可以选择由厚棉布、粗花呢、法兰绒等布料制成的衣服或者由厚羊毛织成的毛衣（当然是在寒冷月份）。

穿出层次感。如果是秋冬时节，你的标准装备由里到外依次是汗衫、系扣衬衫、毛衣和短上衣或者

外套。

至于穿西装，你可以选择有垫肩和双排扣的西装。双排扣设计能够扩展你的身体中部，打造更健硕的外观；而如果这不是你喜欢的风格，单排扣、宽翻领、双开叉的绝对可以。

(7) 胳膊细长

如果你的胳膊长而且不够发达，前文中给胸部不发达男士列出的着装原则同样适合你。穿用厚织物制成的长袖衣服，穿出层次感。

天气热的时候，尝试把别人的注意力吸引到你的领圈线这里。V领和圆领T恤会使人把注意力从你的胳膊转移到你的胸部以上。

袖子应该够到离手肘几厘米远的地方。短袖T恤只会露出你那并不强壮的胳膊。

如果你胳膊比较长又有肌肉，就不会有这方面的顾虑。

(8) 细瘦脖颈

有细瘦的脖子会让你的上半身看起来既粗且长，瘦骨嶙峋。为了避免给人这种视觉印象，可以穿大开领、比较硬挺的长袖衬衫。大张开的衣领通过指向肩膀上部，让细长的脖子显得粗壮些，同时形成更宽的肩部线条。

宽领结配上横向图案同样可以让你的脖子显得更雄壮。

而想要穿得更休闲一点，高领和圆领衣服是最佳选择。相对来讲，你要避免穿V领毛衣和T恤，因为向下的切口只会让你的脖颈显得更加细长。

(9) 粗短脖或者双下巴

记住，V领套头衫和T恤会引导人的注意力往下走，让你的领圈线显得更低、脖子更长。比较正式点的普通尖领衬衫搭配竖条纹领带同样能有视觉拉长效果。

建议购买窄翻领的短上衣。因为宽翻领适足以强化横向视觉，这绝对与你的意愿相悖。

人靠衣装马靠鞍

不要把衣服当作你掩饰身体缺陷的唯一手段。一双好看的鞋子、赏心悦目的装饰、帅气的发型以及清朗的气色，这些都能微妙地转移人的视线，让你的某些部位似显还隐。

第二章 收集主打单品

学会掌握哪些衣服适合你，整个过程也许看上去颇为有限，因为理论上讲，完全适合你个人的衣物的购买空间不会太大。然而，这个过程的结果通常会与该推断截然相反。你挑选衣服的眼光会变得越来越老练，你再也不会漫无目的地扫视货架，等着某样你“中意”的东西撞入你的眼帘。因为现在的你有了挑选的标准，你会很快地发现很多衣服都符合，但是购买的代价同样不菲。

因为衣服适合就花大把的钱买一大推，这不值得提倡。当然，这不仅仅是出于经济方面的考虑，因为我们还必须贯彻第二条规则——你的第二条战略：丰富你的衣柜。在确定什么样的衣服适合你个人以后，我们先看一下历来在男性衣柜中占据一席之地的衣物都有哪些，它们在你的人生路上也将发挥应有的作用。

1. 男性必备经典单品

时尚型男的衣柜需要具备一些必要的经典服饰作为主打。因为这些单品都能维持长久，可以连续穿好几个季节，所以品质一定要好。有的可能需要一大笔初始投入，不过它们有很长的使用期限往往能保证物有所值。

每一位男士都应该拥有这些单品，作为衣柜的主打服饰；而且由于它们完全融入了我们的生活，一旦其中某一样缺失了，我们就该补上一件款式相同的。因此，在购买衣物时，一定要按照挑选主打服饰的黄金法则去做：坚持选择自然色，像黑色、棕色、灰色、海蓝色、白色和褐色等等，因为这些颜色完全可以互相搭配或者搭配更浅的颜色。记住这一条规则，然后继续往下读，看看哪些服饰最能彰显你的气度。

• 黑色衬衫

不管是配牛仔裤还是西装裤，穿黑色衬衫都具备视觉冲击力，秀出你的自信和风度。

唯一的禁忌：外边不要穿黑色的上衣，除非你是去参加别人的葬礼。

可选搭配：牛仔裤、西装裤和饰品。

• 大衣

很明显，寒冷天气下才能体现出它的价值。另外，大衣也能塑造你的职业形象。选择单排扣、柔和色调和像开士米这样的大众面料，这样一件大衣就能顶好几年。

可选搭配：轻便短上衣最佳，其他一切皆可。

• 围巾

脖子上围一条围巾，会让人觉得你已经掌握了耍酷艺术。选择一条用羊绒、羊毛或丝绸等优质材料

制成的围巾，经久耐用就好。

可选搭配：早秋时节配毛衣，深冬时节配最厚的外套，没有什么它是它不可以搭的。唯一需要注意的就是，围巾在品质上一定要和你穿在最外面的衣服相当或者更胜一筹。

• 棕色正装鞋

要想拥有一个真正万能的衣柜，棕色正装鞋和黑色正装鞋一样必不可少。

可选搭配：米黄色或者海蓝色的裤子为最佳搭配选择，黑色裤子禁搭。

• 山羊绒羊毛衫

纯正的山羊绒羊毛衫柔软舒适，属于超级奢侈品。穿着体面的男人衣柜里面绝对会有一件这样的毛衣。尽管价格不太便宜，品质上佳的山羊绒羊毛衫只要保养得当，完全可以穿一辈子。最好选择双层羊毛衫，避免出现孔洞；而且原料必须是 A 级羊绒，这样比较难以起球（表面细绒毛堆积成小球状）。

可选搭配：一件品质好的羊毛衫可以搭配牛仔裤或便裤、以及你最喜欢的休闲上装。

• 皮带

带银色扣头的皮带绝对是男士的必备单品，而且优质的皮带价格也还合理。皮带必不可少但是平时无需太过耀眼。所以，选择好皮带的关键就是保持它在衣服之间若隐若现的低调作风，就是说，比较惹人注意的地方都应该杜绝，比如很大很招眼的扣头或者闪闪发亮的皮质。要想省钱又省事，不妨选择一条一面黑色一面棕色的双面皮带。

可选搭配：牛仔裤、平腰裤和西装。

• 白色T恤

为了获得清新健朗的外观，你无法拒绝白色 T 恤与牛仔裤组合的魅力。当然，你不需要将牛仔裤的搭配范围局限于这种 T 恤。不过，由于牛仔裤无所不搭，你也可以搭配西装衬衫，带来更随性、更帅气的效果。最好选购由 98% 的棉加 2% 的莱卡制成的 T 恤，莱卡的弹性可以保证衣服合身和不变形。

可选搭配：如果你能够保证自己的体型近期内不会大变样，天气暖和的时候你就可以穿白色 T 恤配牛仔裤或者短裤，冬天你可以把它当内衣穿在毛衣和衬衫的里面。

• 白色衬衫

男士的终极经典之一。你可以把它当作一块柔软干净的油画布，在上面任意展示你衣柜中的其他时髦单品。不管你怎么穿搭，你的外表都会显得大方得体。不过，请注意把握细节，选择略厚的棉织物可以增加耐久性。

可选搭配：随意即可，因为它适合各种颜色的西装和牛仔裤。当然，白色衬衫绝对是你衣柜中最有价值的搭配选择。

• 运动外套

相信每位男士都知道，一件单色的短外套，跟白色衬衫一样，适用于多种场合，而且它往往可以使

得难看的搭配变得似模似样。显而易见的是，运动外套越是简单，它的耐久性就越强；而用灯芯绒或者细条纹等复杂面料做成的运动外套，耐久性可能越低。

可选搭配：在办公室里，可搭配一条西装裤；在酒吧等休闲场所，可搭配质量较好的男色牛仔裤。

• 黑色袜子

除非你是去做运动或者穿宽松的长裤出去游玩，平时尽量避免穿白色袜子。而黑色袜子适合平时穿、也适合在特定的场合穿，是你的理想选择。为了让你的袜子适合搭配你的所有衣服，选择外表光滑（没有罗纹）、脚趾头和脚后跟加厚的薄袜子即可。由于袜子很便宜、容易穿破，你不妨每隔半年买几双新的。

可选搭配：除了运动鞋之外其他衣物都没问题。

• 西装

尽管经典的主打西装绝对值得购买，但是你也必要做更多的探索。所以，在你简单地做出购买决定之前；我们会在下一章带你详尽地领略一番。

• 黑色正装鞋

人们第一眼看到的往往是你的鞋子。所以，花点钱买一双好的绝对值当。一双样式新颖、表面光滑的经典款开普托男鞋是你的理想选择，因为黑色的正装鞋可以搭配各种衣装。撇开那些笨重款或者鞋跟超过2CM高的鞋子，因为它们跟修身西装不搭调。

可选搭配：西装或者正装。

• Polo 衫

一般是开领短袖的棉质衬衫样式。Polo 衫绝对是休闲服装中清凉款的经典代表。不管你属于哪个年龄段，Polo 衫都非常适合你穿。很多像法国鳄鱼和拉夫·劳伦这样的知名品牌会制作各种颜色和样式的 Polo 衫。所以，如果你想在这种必备单品上面穿出不一样的潮派风格，不妨多买几件。

可选搭配：卡其裤，牛仔裤，宽松长裤

• 牛仔裤

如今没有哪一位中年以下的男士没有一条蓝色牛仔裤的。从 Levi's 到 Diesel，不管是渐变色牛仔裤还是杂色牛仔裤，它们仍然深深地扎根于我们的社会；不管潮流怎么变，我们还是会买它们。何况买几条牛仔裤又不会让你大出血，你只要确保它们合你的身、能够突显你的身姿就够了。另外，因为你会经常性地把它们穿在身上，舒适度是你必须要考虑的一个因素。在购买牛仔裤的时候，选择柔软舒适的织物，而且面料要足够厚实，以抵御日常的磨损。

可选搭配：多用性是这里的主题，因为蓝色牛仔裤几乎可以跟任何衣服搭配，从休闲西装配正装鞋到 T 恤配运动鞋。

2.值得投资的服饰

如果你能完全根据个人的品味坚持选购主打单品，那你的衣柜绝对是极品中的极品。不过，对我们中的大部分人来讲，购买能力也是一个非常重要的主导因素。在做衣物购置预算的时候，你应该想把钱投入到比较值当的主打单品上头，同时，你会把更多的钱花在人们容易注意到的地方。打个比方说，花1000块钱买一双袜子绝对是毫无意义的，因为没有人会注意你穿的袜子多有气派。而多花点钱买一套上好的西装，可以让你在各种场合留下潇洒的身影。

那么，你现在是不是很迷惘？你不知道自己辛苦挣的钱应该用来买哪些衣物？你也不知道什么地方可以省？继续往下读，你就会发现哪些单品值得你多加投资、哪些单品不值得你破费太多。

• 袖扣

虽然体积很小，但是袖扣能彰显你的时尚品味。这样的小细节能发挥大作用，而且很少有其他配饰能够为你的外表增添如此多的精致辉光。

预期开销：200-600 元（进口的上千）

• 腕表

一款优质腕表可以和你相伴一生，并且能够强化和突显你的着装风格。建议购买持久耐用的款式；黑色皮质表带配银色表面的最佳。

预期开销：1000-10000 元

• 外套

一年大部分时间你都会穿着它，而且人们第一眼看到你就会注意到它的存在。所以，选购外套的时候，要考虑的是你想给人的第一印象是什么。相信你平时也不会购置太多的外套，因为外套在精而不在多，一件新外套要能给你的衣柜增添一抹亮色。好的外套能够完美衬托你的工作服装，甚至增加牛仔裤-T恤组合的外显风致。

预期开销：600-4000 元

• 西装

投入资金购置一款经典剪裁的优质西装，未来十年你都可以穿着它体面地出门。很多男士之所以在不太想在西装上面挥霍金钱，是因为他们觉得一年也穿不了几次；但他们没有意识到的是，西装越合身，你就越喜欢穿。详细情况我们在第8章再作介绍。

预期开销：1000-10000 元

• 太阳镜

太阳镜会让你看上去够酷够炫，另外它还能遮掩你的黑眼圈、让别人一眼就看到你。黑色或深色镜片最富有吸引力，而且永远不会过时；尽量不要选择颜色闪眼的镜片或镜架。

预期开销：400-1000 元

3.可以省钱的服饰

• 休闲衬衫

永远不要在 T 恤和休闲衬衫等基本着装上面花费超支。因为这些衣物会经常穿，因此折损的很快。更何况，经常给衬衫进行更新换代，也是一种紧跟潮流的简便方式，让你始终保持新潮的外在。

预期开销：每件 T 恤不高于 200 元，休闲衬衫不高于 300 元。

• 袜子和内衣裤

坚持选购纯黑色的袜子，你就可以省下不少，因为老实说，没有人会去注意你的袜子。买好看的内衣裤也不需要花多少钱。中高端的百货商场里面不时有打折甩卖的品牌内衣裤出售，低端百货商场也可以买到便宜的内衣裤。注意选购标准样式或者纯色的内衣裤，不要选不出名的品牌或者带有古怪图案的款式。

预期开销：20 块钱一双的袜子或者 150 块钱一套品牌内衣裤（打折购买）

• 领带

在领带的开销上面能省则省，不过领带的材质一定要好。请尽量选购由丝绸等优质面料制成的领带，这样戴在身上感觉会很不错。

预期开销：100-400 元

• 腰带

非常实用的单品，纯黑色最佳。带银色扣头的皮质腰带不需要你花费太多，而且一根皮带你可以戴好几年。

预期开销：200-600 元

4.选购有领衬衫

男士的白色有领衬衫对应女士的黑色连衣裙；而且它几乎可以搭配任何服饰。其历久弥新的价值源自于它的多用性，而其多用性又归因于它形式上的简洁素朴，正是这种简洁纯净的特质让我们在购买它的时候完全是任意而为。从而有太多的男性同胞会像买袜子或内衣裤那样购置有领衬衫：购买这些单品不需要有太多的思虑，因为它们毕竟是穿在其他衣服里面或者下面的。

这里我想说的是，抱有这种态度的男士并不知道如何用有领衬衫来突显自己的身姿，而你将会摒弃这一点。在第一章，我们告诉了你如何穿合身的衬衫，现在，我们来看看怎么确定一件衬衫是不是值它的价格。

（1）好衬衫的标志

随着一位男士在穿着打扮方面了解和掌握的越来越全面，他很快就会发现，服装店给出的穿搭建议大多都是官样文章。任凭服装店里的销售员怎么忽悠你、别轻易购买，你要自行做出判断；因为你没法相信，一个素昧平生的销售员会给你忠实的描述，“一分钱一分货”那是不可能的。所以，你有必要记住以下图案，下次遇到销售员拿着超贵的衬衫在你眼前晃悠的时候，你心里才有底。

• 衣领坚挺

比较好的衬衫衣领都具有坚挺、平整、光滑的特性。如果你在还没拆封的衬衣衣领上看到了皱纹，那说不定就是未来走形的征兆。

• 领尖撑

插入领尖下面一侧的塑料片或金属片，以保持领型挺直。优质衬衫一般都有领尖撑；劣质衬衫则没有。

• 织物密度

密度自然是越高越好。上好的衬衫一般每英寸超过 200 针，不过这个标准太高了。只要是每英寸 140 针以上的衬衫，都能让你穿出品味来。

这些品质标志没必要成为你每次购买衬衫的决策依据——如果你要求每件衬衫都具备这些标志，那你的衣物购置预算就得不断加码了。这里我们只是希望，你下次买衬衫的时候能够把它们作为参考，帮你区分优劣，不至于被销售人员误导。

• 单针缝制

你遇到的大部分衬衫，摆缝处可以明显看到两排针线。只有一排针线的相当罕见，因为这是衬衫质量上乘的标志。

• 条纹对齐

如果是高级衬衫，接缝处两边的条纹是刚好对齐的，视觉上会产生浑然一体的效果。

• 袖叉纽扣

袖叉是袖口上的分叉部分。而这里的纽扣是品质的标志之一；水平的纽孔比垂直的纽孔更合适，隐晦地说明你的穿着品质超高。

（2）衣领样式

衣领下摆一般被称为领尖。两侧领尖之间的空档被称为领尖距。从这里对衬衫衣领进行分类稍微有点复杂，不过，相信你可以搞定。

我们可以选择的衣领种类很多，比较流行的样式包括 V 型翻领、彼得潘领、美第奇领、哥萨克领等等。不过目前来讲，我们关注以下六大衣领样式即可：

• 硬翻领

衣领领尖先是向上挺起，然后横向平伏下来。这种衣领一般仅适用于晚上的正式穿着。

• 扣结领

两边的领尖上各钉有一枚纽扣，给衣领定型，这种衣领在领尖撑出现之前比较流行。

• 别针扣领

两侧衣领上各有一个孔，用于插入金属片，以打开领尖距、给领尖定型。有些人觉得这种衣领很有型，有些人会觉得特招摇。

• 拉袷领

跨越领尖距的织物绑带帮助领尖定型。按照设计的思路，系上领结可以遮掩这条绑带，所以穿有这类衣领的衬衫时注意配一根领结。

• 圆领

这种衣领等于没有领尖，因为它的领尖很小而且是圆形的。这种衣领在男装衬衫中并不多见，但是非常经典，象征穿着者身份尊贵。这种领大多数只出现在高级定制西装店里，而且并不是所有脸型的人都适合，它比较适合脸瘦的人，对于圆脸则有可能把他们变成大饼。由于圆领看上去比尖角领短，所以脖子长的人穿它可能会另脖子显得长得不自然，也不合适。这种衣领的衬衫目前在国外只有性情比较怪癖或者行动不便的老龄人才会穿。

• 翻领

这种衣领最普通，也最为常见。虽然外观简单，翻领可以有各种不同的样式。其一是因为领尖长度的不同（分为短、中、长），更重要的则是因为领尖间距的宽度。间距大开的衣领称为展开式衣领；而间距很小的衣领称为直尖领。

选择合适的衣领取决于两个要素：

1) 领带结的大小：你的衣领应该刚好容纳你的领带结。

领带结越宽，你就需要把领尖距调得越宽。比如说，展开式衣领应该搭配粗壮的双活结领带，而领尖距更窄的衣领适合的就是四手结领带。

2) 你的脸型和脖子的形状

针对脖子和衣领，我们有一条简单而通用的规则，即短脖子配短衣领，长脖子配长衣领。虽然“短配短，长配长”同样是脸型和衣领搭配最为明朗的一条适用原则，遗憾的是这不是唯一的一条。而其余大部分搭配原则，我们可以用一句最精辟的话来涵盖它们：

“把你的脸想象成为一副肖像，把你的衬衫衣领假想成它的相框。”

正如一位时尚达人所说的那样：“专门为戴帽子的人的肖像画制作的相框不可能塞得下守夜人的长脸，宽胖的脸庞搭配小衣领怎么看怎么像个保龄球，搭配大衣领的扁长脸则只能用高尔夫球来形容；长

衣领之上突兀出现的长脖子，说成鹤颈都不算过分，而短脖子倘若配上高衣领，下巴直接连着胸。”

(3) 应优先购买的衬衫

之前我们已经了解到估量西装衬衫品质的方法。现在，你可以考虑在这方面做出投入，不过我们建议你按以下次序进行购买。

1) 白色半开扣翻领衬衫

这种衣物的高超价值在于其多用性——毫不夸张地说，这种简单的白色西装衬衫可以搭配任何一种正式穿着。正因为如此（加上它们最不耐脏），你的白色衬衫很容易穿破，更新换代得很快。

2) 白色全开扣翻领衬衫

不过，西装衬衫的下摆一般会裁剪很多，以免我们不留心的时候忘了束到裤子里面去，而且很多都是用接近透明的布料制成的。所以，用它们来配牛仔裤会显出一种格格不入的意味来。如果你选择休闲的白色衬衫、想穿得休闲一点，那你需要储备一些全开扣衬衫。

3) 浅蓝色半开扣翻领衬衫

如果更大胆开放一点，你可以把蓝色加入到你的正式服装里面来。而浅蓝色足以保留衬衫的多用性（深蓝色搭配衣服的范围很窄）。

4) 白色法式翻领衬衫

法式叠袖衬衫天生就需要配戴袖口链扣。没有袖口链扣的话是不适合把这类衬衫穿出门的。另外，如果你想要保存袖口链扣的视觉冲击力，你要等最隆重的场合给它们闪亮登场的机会。

5) 图案半开扣翻领衬衫

这里我们不会详细讲述图案的类型，我们给你提供的建议就是追求简单——优先选择以白色或浅蓝色为底、间距齐整的图案衬衫。

而在你尝试过各种风格之后，随着你的自信心地增长，你挑选衬衫的空间就会变得越来越大。不过，请不要忽视了基本的筛选原则，同时你还需要定期购买一些白色衬衫。

第三章 人靠鞋装

鞋子永远是你的购买清单中最重要的时尚单品。因为人们会通过你的鞋来评判你这个人，如果你穿的鞋子得不到他人的赞许和认可，那么你其它的穿着——精致的腕表和合身的西装——也会为之顿然失色。这一点一直是众多男士的困扰，因为好的鞋子都比较贵，而且就算挑花眼了你也不确定哪一双真正适合你。

其实，只要学会了买鞋子，那么你买一次就够你穿几年的。此外，你在鞋子上面所做的投资立马就能得到回报——穿上好的鞋子，就能让你信心百倍。你那厚实的鞋底撞击地面的声音，会让你觉得心旷神怡：因为这是权威的回响，让他人无法忽视你的存在（有了这么一双鞋，你就是标准的型男）。

如果你对鞋子的重要性还有疑问，不妨找女生来帮你确认。你不需要询问她的个人意见；你只要穿上你最好的那双鞋子，在她面前晃悠。相信我，她一定会注意到你穿的鞋子，并且两眼冒星星地看着你。到了这个时候，你应该就不会舍不得在鞋子上面做投资了。

另外，如果一双鞋你想要穿相当长一段时间，它们的样式必须经典耐久。紧跟潮流、购买昂贵的鞋子，这种事最好留给特别有钱的人。我们稍后会指导你如何保养鞋子和挑选适合的款式。不过，我们先来讲最首要的一点：找出适合你的鞋子。

1. 如何找到最合脚的鞋子

买新鞋子的时候，合脚是最重要的一个考虑因素。买一双整天挤脚或打脚的鞋子对你而言毫无意义。长期穿着不舒服的鞋子做运动，不仅让人无法忍受，还会对你的脚和身体姿势造成永久性的伤害和破坏。所以，买鞋子一定要让自己的脚穿着舒服才行。

• 穿着舒服才买

穿上试穿的鞋子以后，你先跟平常一样系上鞋带或者扣上带扣，然后在店里走上几圈。走的时候你要觉得轻松舒服才行。另外，鞋子既要足够贴脚，同时又要给你的脚趾留下一定的扭动空间。

鞋子穿一天，由于或走或站了好几个小时，你的脚会稍微有点胀大。因此，你最好是在一天快要结束的时候试穿鞋子，这样才能保证全天穿都很舒服。

• 尺码

很奇怪为什么很多男士给自己买的鞋子尺码都不对，要么大一号、要么小一号，这可能是因为他们在买过之后懒得再回鞋店去换、懒得等一个星期之后新一批鞋子到货，或者是因为他们图省事、想快点结束购物之旅。然而，买到尺码合适的鞋子是至关重要的。相信你也应该知道，确定自己该穿多大尺码的鞋子不是件一劳永逸的事。不同品牌的鞋子尺码都会有差异；你能穿 43 码的跑鞋，不一定就能穿 43 码

的乐福鞋（又称懒人鞋，指浅口无鞋带易穿脱的鞋）。因此，在买鞋子或者跑鞋之前先量下你的脚长不失为一个明智的决定。

• 鞋跟和鞋尖

要想选出大小合适的鞋子，一个关键因素就是确保你的脚后跟和脚趾刚好被鞋子包住，而且没有任何不适之感。

确定鞋跟和你的脚后跟刚好贴合的办法，就是用食指插入鞋跟和你的脚后跟之间，并且要稍微用力。如果你的食指插不进去，说明鞋子过紧；如果你的手指能够轻松插进去，说明鞋子太大。另外，你的脚趾也要能自如地扭动，脚趾尖端和鞋子之间应该留有一根拇指的宽度。

• 足弓垫

足弓的弧度是先天性的、来自遗传，不过你可以通过一些手段进行调整。如果你的足弓偏高（脚会比较僵硬），要找凹凸有致、有弹性的鞋子，而且鞋帮是弧形的。而没有足弓的人（这种情况被称为扁平足）脚一般会往内斜，买的鞋子鞋帮必须平直，在人走或跑的时候保持稳定。而有正常足弓的人所穿的鞋鞋帮要稍微有点弧形，这种设计能够提供最大限度的稳定性和弹性。如果这些都无法奏效，那不妨去当地的药店，那里有各种便宜的足弓支架和足弓矫正垫，这些都可以让你穿鞋子穿得更舒服。

2.穿着舒服的标志

现在你已经在鞋店里找到了一双很合脚的鞋子。不过，你怎么能保证，穿久了这一点也不会改变呢？当然，我们会找出一些肉眼可以看到的迹象，说明一双鞋会不会穿久了依然合脚。请继续往下看。

• 透气的面料

鞋子的上半部分（技术上讲就是鞋舌和鞋面）尽量选择像高端皮质或者合成纤维等优质原材料，这样你的脚才能够自如的呼吸。穿着劣质面料的鞋子，脚会汗粘粘的，让你整天都不舒服，而且气味会很难闻。

上半部分面料更柔软一般来讲效果更好，除非你的脚掌不方便。那样的话，建议采用稍微硬一点的设计，以减弱你的脚承受的压力。

• 平滑衬里

鞋子内侧的衬里应该平滑无缝，让脚穿得更舒服。买鞋的时候快速扫视鞋子的内侧，看其结构是否牢固，以免穿了两个礼拜后衬里开始滑脱开裂。

• 圆形鞋底

鞋底大部分时间都会直接与地面接触，所以值得慎重对待。平底鞋最为理想，但是大部分鞋子的鞋底从鞋尖开始都会有一点向上的坡度。为了追求尽可能的舒适度，请优先选择圆形的大底；这种设计会在你走路的时候方便你的重心从脚跟移向脚尖。

• 坚实的鞋跟

鞋跟需要承担你的身体绝大部分的重量，同时还可以帮你维持良好的身体姿势。因此，你要选择鞋跟稍微宽一点的鞋子，好在地势复杂的地方维持身体的平衡。有研究表明，半英寸高（约 1.27 厘米，相当于一枚五毛钱硬币的直径）的鞋跟是最完美的，因为它们能够帮你避免过度拉伸你的跟腱。此外，你找的鞋子最好还要有坚实鞋跟的搭配组件（鞋后跟处贴加厚真皮），这样踩在地上的时候鞋跟可以保持比较端正的姿势。

3. 男士必备的五种鞋子

当前针对正装鞋制定的时尚穿搭规则可谓是慎之又慎，因为购买它们最让人伤脑筋、而且代价不菲。不过我们知道，你的鞋架不会止步于正装鞋。那么，你的衣柜里面应该收罗哪几种鞋款呢？下面我们为你介绍下男士必备的五双鞋子，每一位男士的橱柜中都应该整齐地排列有它们，方便你穿着去从容应对各种场合。

（1）运动鞋

休闲穿着是每一位男士生活风尚中不可或缺的一部分。你总不可能一天到晚呆在办公室，对吧？而在节假日放松的时候，你应该都会穿炫酷的牛仔裤和宽松的衬衫。处在这种休闲状态下的你，当然也会选择一双有型的运动鞋来装点门面。

（2）休闲鞋

不是每一种休闲场合都适合穿运动鞋，这时候你需要准备第二双休闲时穿的鞋子——系带薄皮底休闲鞋。如今的休闲鞋一般线条明快、造型精致轻巧，搭配直筒牛仔裤非常相宜。

（3）黑色正装鞋

在比较讲究的正式场合和日常办公场合下，黑色正装鞋绝对是百试不爽的经典单品。而且这一条规则没有例外。不妨选择多种款式的正装鞋来搭配你的便裤或者西装。

（4）棕色正装鞋

在现在的时尚界，棕色已经成为了深色系中的新星。虽然黑色仍然是一种耐久的经典色，适合比较隆重的正式场合；棕色代替黑色成了男士在其他正式场合的首选着装颜色，比如参与公司会议。

（5）短靴

短靴，又称及踝靴，是你非常有必要购买的一种鞋款，尤其是在秋季。男士短靴的用途极大，因为你可以多种方式穿它。例如，你可以穿短靴配商务西装或者牛仔裤，两者的外观都会非常到位。而方头黑色皮短靴更是精致鞋款的典范，因为它几乎可以搭配各种类型的裤子。

4. 经典正装鞋

现在我们就来看看你将在鞋店中遇到的各种款式吧。这是一次既熬人又磨人的冒险，因为你现在已经明白你渴望买哪些鞋子，但是这样的鞋子一般都比较昂贵。你的最佳路径就是坚持挑选经典款式。下面我们就为你罗列核心正装鞋中四种比较有代表性的款式。

- 牛津皮鞋

牛津皮鞋，本名结带短统皮鞋，是一种以结实著称的系带浅帮非橡胶底牛皮鞋。而现代的牛津皮鞋用的面料可能是麂皮或者合成纤维材料。但是不管使用的是什么材料，牛津皮鞋通常比较素朴，罕有装饰件。

真正经典纯正的英式牛津皮鞋是结头牛津皮鞋——鞋头外多包了一层真皮。如果你追求简单、经典、耐久的鞋款，那么它绝对是你的不二选择。结头鞋最传统的款式具有明净简练的线条；同样它也不缺乏样式华丽、多装饰品的鞋款（比如翼纹鞋和布洛克鞋），不过它们在穿搭方面会讲究很多，需要注意。

- 平底便鞋

平底便鞋，又名乐福鞋，最早出现于 20 世纪早期，既适合考究的正式穿着、也适合稍微轻松些的运动穿着（想想游艇你就明白了）。不过，平底便鞋最显著的一个特点就是没有鞋带或者鞋扣，容易穿脱。由于最早的平底便鞋是皮质的，所以平底便鞋的上半部分沿袭了软鞋帮的特性，而其鞋跟相当宽平，穿着极为舒适。大多数男士平底便鞋都配有流苏，不过现在经常被省掉了。

- 正装靴

正装靴是比较修身的踝靴，稍微带点跟，跟腿脚很相得。这种靴子的表面一般光亮度高，而且多用孔眼装饰。这类靴子搭配正装和休闲装，比如合身的深色品牌牛仔裤、西装裤或者休闲西装，看上去都会很养眼。

- 孟克鞋

孟克鞋指的是跟乐福鞋一样没有鞋带的正装鞋。不过乐福鞋一般没有装饰或者带有流苏，而孟克鞋的鞋面上有一个宽大的横向带装饰及金属环扣、压附于鞋舌上。

第四章 牛仔裤

我们在购买有领衬衫的时候一般不会考虑太多，因为我们经常穿、对它们再熟悉不过；同理，我们在购买牛仔裤的时候往往也不会仔细地挑选，因为我们根深蒂固的认为它只是一种休闲着装。但是，尽管牛仔裤属于休闲着装，可我们毕竟穿它们穿得太频繁了，很多男士甚至是天天穿牛仔裤。

此外，虽然一套西装我们一年可能只会穿几次，但我们还是会不惮其烦地精心选购一通；而对于一个礼拜会穿好几天的牛仔裤，我们可能用不了 20 分钟就选好了一条。这是完全不对等的、也是有问题的，所以接下来这一章我们会设法做出补救，教你如何正确地挑选、试穿和购买最适合你的牛仔裤，这样即便你穿着最闲散的衣服也会显得与众不同。

1. 款式、版型和水洗

选购牛仔裤的第一步是先了解基础知识。因为牛仔裤种类繁多，想要找到一条适合你体形的牛仔裤颇不容易。牛仔裤的三大元素——款式（牛仔裤穿着身上的高低位置和松紧程度）、版型（牛仔裤的形制）以及水洗（牛仔裤的定色和退浆）一定要跟你的体形完全相配。好消息在于，大部分比较常见的体形（偏瘦型、运动型或者粗壮型）都有合适的牛仔裤相配；你要做的就是学会如何找到它们。

• 牛仔裤款式

款式	描述	适合体型
修身	后档与横档部位紧身	偏瘦型
普通	后档与横档部位修身，裤筒偏松	运动型、偏瘦型
舒适	后档与横档部位偏松但不松垮	粗壮型、运动型
宽松	横档、后档与裤筒非常宽松	运动型

• 牛仔裤版型

版型	描述	可选款式	适合体型
喇叭裤	裤筒上窄下宽，从膝盖以下逐渐张开	修身款、普通款	偏瘦、运动、粗壮型
包身铅笔裤	裤筒紧身	修身款	偏瘦型
宽筒	后档、横档和裤筒宽松 裤筒笔直、横档以下逐渐张	舒适款、宽松款	运动型、粗壮型

	开		
直筒	裤筒到裤腿一样大小	修身款、普通款	高瘦型
高腰	裤腰与腰围线齐平	普通款、舒适款、 宽松款	矮壮型
低腰	裤腰在腰围线以下	修身、普通、舒适、 宽松	高瘦型、运动型

• 牛仔裤水洗

水洗	描述	适合体型
深色水洗	原始丹宁色（深蓝色）、牛仔裤通常比较粗糙硬挺	偏瘦型、运动型、粗壮型
石磨水洗	磨白丹宁布、棉线轻柔、褪色破旧	偏瘦型、运动型
怀旧水洗	褪色破旧预洗，棕色或者卡其色吊色、有肮脏感	偏瘦型、运动型、粗壮型
破坏水洗	严重褪色，常有孔洞、裂缝和裤脚磨损	偏瘦型、运动型

2. 牛仔裤和体型搭配

上表说明了哪一种牛仔裤对应的是哪一种体型，但是我们有必要更进一步探讨这个话题。我们来深入了解下一部分牛仔裤版型。

（1）牛仔裤版型

• 直筒型

直筒牛仔裤为正规中腰剪裁，后档与横档修身。面料贴近皮肤表面，裤筒较长，从上到下逐步张开，脚踝处稍微有点偏大。这类牛仔裤属于经典版型，如果你的体型刚好合适，那么你几乎可以用直筒牛仔裤搭配任何其他服饰。

• 喇叭型

喇叭型牛仔裤最初是专为牛仔靴设计的，这种裤型非常适合大多数男士的体型。一般来讲，喇叭型牛仔裤应刚好穿在腰围线以下，裤筒从裆部往下渐次变得宽松。而从膝盖到脚踝，这类牛仔裤会变得更宽或者往外“张开”。值得一提的是，这类牛仔裤永远不会过时，穿着赴约或者上班都非常合适。

• 宽筒型

跟喇叭牛仔裤类似，宽筒牛仔裤可以穿在腰围线上或者腰围线下，不过此类牛仔裤的后档与横档较为宽松，而且后口袋更大更深。宽筒牛仔裤从横档到脚踝有笔直微张的剪裁，但裤筒非常宽松，这样可以在视觉上模糊你的身体轮廓。

• 低腰型

低腰牛仔裤的定义就是穿在自然腰围线以下的牛仔裤，而且通常会到髋骨那里。低腰牛仔裤有直筒、修身、紧身或者宽筒等版型。穿低腰牛仔裤最好搭配一件比较长的衬衫，否则挥动胳膊的时候你的小肚子就会露出来——虽然女生穿露脐装（低腰裤配短T恤）可以说是性感十足，但男士例外。

（2）穿出你的体型

• 瘦高型

直筒牛仔裤最适合这种体型的男士。如果你有这么好的身材，穿一条平腰直筒牛仔裤会最大限度炫出你的身材。另外，喇叭牛仔裤也是这类体型男士的极佳选择——如果你的臀部比较宽，那就更妙了——因为喇叭裤会平衡你的轮廓，打造更笔挺细长的外观。瘦高男士还可以穿宽筒牛仔裤，不过要注意这样的外观会显得非常悠闲，因此更适合周末和节假日。

• 修长型

如果你体重一般、身材修长，尽量不要穿过于紧身的牛仔裤，因为那样会有点像搞艺术的穷酸。另外，也不要穿宽筒牛仔裤，因为那样你的衣服会把你整个人包住。你的最佳选择就是直筒低腰牛仔裤，它既能拉长你的上半身轮廓，又能让你穿得宽松舒适。小喇叭裤同样适合修长体型，因为它可以让你的轮廓更加分明。如果想要加强背后的视觉效果，可以找带盖或者有类似附加材料的后口袋来拉大你的后背轮廓。

• 运动型

运动型和肌肉型男士穿裤筒更宽的牛仔裤最为帅气，因为更宽松的版型能凸显你的结实身材。太紧身的牛仔裤不适合肌肉型男士穿着，因为这样会让他们的肌肉显得块头过大。而裤筒更宽的牛仔裤只会让人隐隐看到你的锻炼成果。此外，为了炫耀你发达的臀肌或者让你的臀部更圆润，不妨选择更小巧、离得更开的后口袋。

• 粗壮型

体型比肌肉男更魁伟的男士绝对不适合穿喇叭牛仔裤，因为这会让他们显得更加臃肿。而宽筒牛仔裤能够恰到好处地遮掩他们身体上的缺陷。除此之外，这种裤型能帮他们隐藏腰间赘肉和宽厚的腰围，这一点对此类男士来讲不啻于天伦之音。但是，注意不要选择太宽松的款式，不然你会遇到比喇叭裤更严重的问题。相反，你应该选择一种宽松的款式，既能够凸显你的身形又不至于太贴身即可。你还要记住一点，更大更深的口袋会使你的臀部显小，所以对体型粗壮的男士来说是一个不错的选择。另外，距离更近的口袋也能遮掩魁梧的后背轮廓。

找到最为合身的牛仔裤以后，一次不要只买一条，起码要买两条以上。处理掉其他不合身的牛仔裤，然后一年撤换一条原有的——褪色并且裤脚已经磨破的牛仔裤。

3. 牛仔裤购买须知

牛仔裤的多用性使其成为了时尚历史上最流行的休闲裤装之一。而牛仔裤的普及也使其成为了让男士在选购服饰时比较犯难的一种单品。为了帮读者减轻购买牛仔裤的困扰，我们特别邀请了在牛仔裤设计行业从业多年的专家 LK 来给我们做分享。下面这几点宝贵的建议都是由他提出来的。

（1）关于牛仔裤的价格

牛仔裤的价格变动很大，因为制作一条牛仔裤的组件和因素纷繁多样、难于细说。例如，织物的品质就分成了好几个级别。牛仔裤织物的品质一是看面料的经纬线交叉密度，一是看纤维条所用的原材料——有的纤维条用的是普通纺织的棉线，而有的纤维条是由环锭纺织成，后者纺出来的棉线有起有伏、使面料更有特色和深度，因而被公认为是一种更有价值更有效的工艺。

然后就要看面料的剪裁、各片布料的缝合以及添加装饰品（纽扣、拉链、铆钉、刺绣、口袋、皮带圈等）的成本。即便是在这些装饰品上面，有些公司也会花心思用上最便宜的镍质铆钉和纽扣，不过，最近有一家公司在牛仔裤上镶嵌了 18 克拉的镀金纽扣，爵士风味十足，不过其制作成本跟使用镍质纽扣相比绝对是一个天一个地。

最后还要看牛仔裤的水洗，这通常是制作成本中的大头。因为这个部分只有某些工序可以由机器完成，而其他的工序都需要手工。比如，如果你看到同一品牌牛仔裤上的猫须或者标记各不相同，说明这就是手工做出来的。

而在某些牛仔裤生产厂家，工人会在每一条牛仔裤上手动制作抓痕或者孔洞，这同样需要厂家负担成本。牛仔裤上处理的地方越多，水洗因素造成的成本就越高。所以，如果你想要买的牛仔裤外表破烂不堪，那么它的价格就会高得离谱，因为工人必须用特定的机器来撕裂它、水洗、再次撕裂、然后水洗……

每一个小细节的处理都会增加牛仔裤的生产成本，当然也会提高它的品质。

（2）如何选购上好牛仔裤

“如果你不是每天都需要穿西装上班的话，你每年穿西装的次数至多只有 10-12 次。而一条牛仔裤，你一年会穿 50 多次。我们来折算下它们的每次使用成本，如果你用 2000 元买一套西装并且一年只穿 10 次，那么它的单次使用成本为 200 元；而如果你以同样的价格买一条牛仔裤，一年穿 50 次，那么你每穿一次的成本只有 40 元。这么一想，你应该会花更多的钱买一条既合身又优质的牛仔裤。”

（3）牛仔裤的尺码

在选购牛仔裤的时候，除了款式和版型等是我们必须考虑的之外，我们还应该考虑牛仔裤的尺码。首先，我们要学会看牛仔裤的裤牌。以李维斯的牛仔裤为例，W29L32 前面的 W 表示腰围，后面的 L 表示裤内长。注意，正常情况下，这些数字都是以英寸为单位计算的。所以，这个裤牌的意思就是腰围

29 英寸，裤腿长 32 英寸（适合 1.75 左右的人穿）。

其次要注意，买牛仔裤长短一般以内长为主，内长指纯裤腿长（裆底量到裤脚边）。因为腰有高底，裤子的外长受腰头的高低影响，裤腿的长度容易不合身，但是所有的内长度量准了，裤腿的长短就一定适穿。

最后，买牛仔裤腰围一般会买小一个码比较好，因为牛仔裤纯棉质地，穿过几次会有一些松动，而且牛仔裤的腰一般喜欢合腰。

4. 男士必备牛仔裤

现在，每天需要穿西装上班的办公场所越来越少了。虽然牛仔裤之前一直被列为节假日和户外活动的着装选择，休闲的办公着装风格使得牛仔裤成为了男性日常生活的新版制服：工作、娱乐时间都可以穿它。这一变动极大地提升了我们的日常舒适水平，那么问题来了：我们应该穿哪一种牛仔裤？

（1）日常穿的牛仔裤

每一位男士都应该购买一到两条做工简单的牛仔裤。为什么呢？对大多数人来讲，由知名设计师设计的最新款牛仔裤价格一般都在 1000 元以上，这样的牛仔裤每天穿过于奢侈了点。

此外，我们也没必要一定要买最新潮的牛仔裤，每天穿着最受女士青睐的蓝色牛仔裤就很吸睛了。这样的牛仔裤不会给你带来任何选购困扰，而且穿着非常舒服，包你满意。另外，经典蓝色牛仔裤还有一个特点，同一品牌和款式的牛仔裤彼此相差不大，所以你连续几天换着穿也不会有人注意到，一个绝佳的拖延清洗的借口。所以，日常穿的牛仔裤究竟应该是什么样子呢？总的来讲，这一类牛仔裤可以是直筒、宽筒或者喇叭裤型，带有四个传统型口袋、一条拉链、一枚纽扣以及标准的皮带圈，颜色趋于传统（各种蓝色、黑色和灰色）。日常穿牛仔裤上的细节处理同样要最小化。

不要有闪亮的针脚、过度的喷砂或者染色处理、显著的前须（水洗成的脱色线）、拼凑的布片以及裂缝或者绽裂。作为通用规则，你挑选的经典牛仔裤应该样式简单，所以避免不必要的装饰件。一般没有牌子的经典牛仔裤 200 多就可以买到。

（2）热门牛仔裤

普通价格的牛仔裤中参杂两三条超值牛仔裤，就能大幅度提高你的衣柜的多用性。至于你衣柜中的剩余部分，你就要明智地花钱购买了。也就是说，你要在时尚和经典之间保持平衡。

花大价钱买的超前卫牛仔裤，一年之后就会过时，这样做绝对是很荒谬的。反过来讲，你买的超值牛仔裤又要跟你平常穿的牛仔裤不一样；起码能清晰表现当前的时尚风格。

求得这样的平衡主要取决于找对牌子。以下这些品牌近几年来一直在引领着潮流，并且很有可能继续下去。不妨从它们提供的款式中选择合适的牛仔裤，价格高点无所谓，相信你一定会觉得很值。

• Gucci 古驰

论文雅没有那个品牌比得上古驰。古驰的牛仔裤在几乎每一位男士身上都会显得很帅气，而且它基本上适合各种场合，包括最正式的那种。

• **Paul Smith** 保罗史密斯

经英国设计师保罗史密斯设计、面料用古式织机编织的牛仔裤修整工艺与众不同，穿得越久越为舒服。这种深靛蓝色的牛仔裤完全可以搭配你的休闲和正装衬衫，以及其他众多衣装。

• **Edwin** 艾德文

艾德文兴起于日本，虽然技术上讲它不属于日本的牛仔裤品牌。这个牌子的牛仔裤以特色剪裁及细节设计著称，适合各种男士体型而且穿着极其舒适，在市面上一般都是抢手货。

(3) 适合任何人的 7 个牛仔裤品牌

如果你喜欢运动，不妨购买一条这个牌子的牛仔裤，恰到好处的凸显你的大腿和臀部。由于织物中参杂莱卡，这类牛仔裤能真正做到随你而动。

• *Diesel*

Diesel 的牛仔裤风格不同于大部分牛仔裤，它会暗地里让你瞬间变得时髦。这类深蓝色牛仔裤可以任意搭配各种衣服，而且由于其略显古怪的细节处理，它能使所搭的衣服生色不少。

• *Levi's*

1873 年，Levi's® 牛仔裤首次推出，并受到人们的爱戴，这是服装发展史上最成功、知名度最高和被模仿最多的服装产品。经过几代经营家的努力，Levi's® 牛仔裤深深吸引了不同年龄的爱好者，还启发了他们的想像力，他们购买牛仔裤时，往往只会选择 Levi's® 牛仔裤。

官网：<http://levi.com.cn/lcn/>

• *Lee*

LEE，是一个创建于 1889 年的美国著名牛仔裤品牌，追求实用与时尚，创造了经典的吊带工人裤，生产了世界上第一条拉链牛仔裤，凭着其首创及经典设计，LEE 牛仔裤成为牛仔裤坛的经典与权威，被誉为世界三大牛仔裤品牌之一。

官网：<http://www.lee.com.cn/>

• *Calvin Klein*

CK 是来自美国的品牌，主要穿著人群是年轻人。虽然是面向年轻人的品牌，衣服的做工跟样式还是很精细的。

官网：http://explore.calvinklein.com/zh_CN/

• 苹果 *Texwood*

Texwood 可以称得上是牛仔裤的专家，处于牛仔裤品牌的领导地位。Texwood 也一直不懈地努力

着追求改进技术，寻求从原料到成品各方面的突破，从而领导牛仔的时尚潮流。

官网：<http://www.texwoodapple.com/>

• *G-StarRAW*

荷兰的品牌，主打是牛仔裤，版型超好，型号分类很细，属于休闲街头风格，主要以黑白灰色，卡其色之类的暗淡类的颜色。

官网：https://www.g-star.com/en_gl/

• *Esprit*

Esprit 产品在时装界一直以朝气蓬勃、活泼开朗的形象独树一帜，并深受追求健康、活跃生活人士的喜爱。Esprit 精神由三大元素组合而成：超卓的产品设计及制造水平；不断提高的企业及品牌形象；以及以“人”为本的设计理念。

官网：http://www.esprit.com/stories?mc=stories&wt_cc2=stories

第五章 型男着装搭配

读到这里，说明你已经掌握了大量的时尚知识，相信你的时尚把握力已经超过了 90% 的男性同胞。如果你开始在用学到的东西来选购服饰，那么你可能已经尝到了懂得时尚的甜头。

但目前还不是我们自吹自擂的时候，因为你只是了解了基本知识而已；接下来，你需要进一步开发你的时尚品味。根据你的体型和风格，你已经掌握了单件衣服合身的大致要领，我们会继续替你补充完善这一方面的知识，并在此基础上为你开启一门新的课程——这些单品彼此之间怎么搭配为好。你的搭配速成课将会从颜色开始。

1. 着装颜色搭配法则

着装走单色路线，比如黑色、灰色、深蓝、以及偶尔的卡其色，是众多男士的一贯选择，因为这类着装比较保险，一般场合穿都不会错。毕竟，黑、白、灰是永恒的搭配色，无论多复杂的色彩组合，它们都能溶入其中。

可是如今的型男时尚讲究的是多元搭配，让男士不再一成不变、穿出自信同样也是牛男时尚努力的方向。

尽管颜色搭配一向是男士着装方面的短板，但恰到好处地加入颜色会使你原有的服装增色不少，保证让你从其他人当中脱颖而出。下面就是我们应该注意的一些着装颜色搭配法则：

（1）有色配饰

男士衣柜的核心单品在多数情况下是不需要太多颜色的，所以我们的调色范围不应该局限在它们头上。不管怎么说，你应该希望自己的主要服装经得住时间的考验才是，而鲜明的色彩无疑对这一点有害无益。

而有色的配饰则不然，它们能够很好地展现你幽默风趣的一面。比如说，一条颜色鲜亮、价格实惠的腰带，就可以非常便捷地帮你改善你的整体外观。而对颜色选择上比较保守的人来讲，浅蓝色、绿色或者红色的腰带都是非常好的饰品。白天，你可以用它们来搭配牛仔裤和白衬衫，着装随意而又时尚；晚上，它们则可以搭配修身型黑色西装，或者牛仔裤加深色便上装。

（2）偶尔大胆着色

穿着一件颜色大胆的单品，吸睛效果自不待言；但是，这类衣服穿多了只会让你看着像小丑。一件黄铜纽扣的深绿色风衣，搭配颜色中性的牛仔裤或者卡其裤，自然是时尚率性、无可挑剔。我们需要注意的是，如果身上穿了一件颜色醒目的衣服，那么你的其他着装就只能是颜色中性、款式老成的——所

以，镶褶边的礼服衬衫之类是能免则免。

（3）只买高品质亮色单品

男士能不能穿紫红色衣服呢？如果品质不高，不用考虑；而如果是非常好的羊绒衫，绝对值得一试。这里，我们的基本原则就是，颜色越出格，面料的材质就是越高为好，自然价格也越贵。实话说，便宜到 50 块钱的深粉色衬衫外观真的不咋地。

（4）穿出层次感

如果你不习惯单穿颜色太过惹眼的衬衫或者毛衣，不妨试着在着装的颜色搭配上花点心思、增加层次感。在秋冬时节，里面可以穿一件有色的衬衫或者毛衣，外面套一件深色的休闲西装，比较有欧式运动风范。而在春夏两季，一件明色长袖纯棉圆领衬衫外罩一件白色 Polo 衫，就能穿出自然随意的格调。

（5）同一色系

如果两件服饰的颜色都很显眼，但却是同一色系的，那么我们就可以抛开第二条规则，大胆穿出门去。比如说，印花衬衫配纯色领带——领带的颜色是衬衫印花颜色中的一种——就能让女生觉得你的穿着很有品味。

2.上衣与裤子搭配

对很多男士来说，分别购买上衣和裤子的风险无疑是比较大的。因为上衣的风格和裤子的款式都是多种多样，男士在搭配上行差搭错在所难免。接下来我们就来看看，如何搭配上衣和裤子不会出问题。

（1）裤子面料

上衣和裤子搭配的关键不仅仅在于颜色，还包括面料。

• 法兰绒

法兰绒裤子的用途最广，因为你可以在一年中的大部分时间穿着它，并且可以搭配很多西装上衣和休闲西装的面料。

推荐上衣面料：花呢、灯芯绒。

• 羊毛华达呢

羊毛裤比法兰绒的裤子更加顺滑，并且跟对比面料织成的休闲西装相配外观最为体面。

推荐上衣面料：花呢

• 棉质灯芯绒

由于保暖性比法兰绒裤或者羊毛裤更强，棉质灯芯绒裤子最适合在寒冷季节穿，配上同样保暖的上衣。

推荐上衣面料：软羊毛、羊绒。

• 卡其布

主要由棉帆布制成的卡其裤属于休闲裤装，所以相配的上衣一定要切实地显现它的随意风格。

推荐上衣面料：灯芯绒

（2）裤子颜色

现在你已经清楚了上下搭配时面料契合的重要性，如果再加上对颜色组合的了然于胸，那么你将穿出完美的上下搭配。

1) 色彩对比

在搭配上衣和裤子的颜色的时候，最为重要的一条规则就是形成对比和反差。比如你穿着灰色的裤子，那么你不适合穿同色的上衣，建议你选择棕色或者蓝色的各种深浅色，效果最好。

2) 色调搭配

颜色搭配有一条重要的规则常常遭到人们的误解，那就是：你应该优先搭配色调而不是颜色本身。换句话说，裤子和上衣的颜色应该彼此相融，而不是简单的对应。所以，你可以搭配同一颜色的不同深浅色，利用不同的明暗搭配，给人和谐、有层次的韵律感；不同颜色、相同色调的搭配，同样给人和谐的美感，比如将柔和色调跟其他的柔和色调相搭，形成完美的配色方案。

举个例子，身穿浅蓝色扣角领衬衫，外罩一件深蓝色 V 领毛衣，可以在深浅色上营造出差异感；或者搭配巧克力棕色裤子和海蓝色运动上衣，柔和色调可以相叠。

3) 图案重色

搭配裤子和上衣的时候，你不需要拘泥于纯色。选穿图案细小的裤子或者上衣，不仅能增加你的服饰搭配样式，还能让你有更多的颜色选择。如果你的休闲西装带一点小方格，那么你就可以根据上衣的色调或者方格图案的一种颜色选择裤子。

完美搭配裤子和上衣远比找到两种相配的颜色更加复杂；因为你还需要考虑到季节因素和对应的面料。只要按照这些去做，你就能穿着得体地出席任何休闲场合。

3. 裤子与鞋子的颜色搭配法则

不管是不是穿着正式的裤子，男士都应该按照下述基本的色彩搭配法则来穿鞋。虽然为了简便起见，我们没有罗列所有的颜色，你可以在掌握基本搭配法则的基础上去自主探索一番。

（1）鞋裤颜色搭配指南

裤子/西装颜色	鞋子颜色
黑色	黑色，深褐色，驼色，深红，灰色

灰色	黑色，深红，驼色
棕色	棕色，黑色，驼色的各种深浅色
海蓝色	黑色，驼色，深褐色，深红
土色	棕色、驼色、黑色的各种深浅色

（2）男士穿鞋指南

至于特定种类的鞋子跟特定款式的裤子相搭配的情况，我们有以下几点建议：

• 卡其裤配鞋

1) 如果想要比较经典的外观，不妨用平底便鞋（乐福鞋）来配你的卡其裤，穿出传统的商务风格。另外，简约商务牛津皮鞋也是不错的选择。

2) 如果想要穿出学者风范，可以用卡其裤配平底皮便鞋。

• 四口袋裤和正装裤配鞋

1) 想要休闲随意外观的话，不妨试试孟克鞋；精致的皮带扣让你显得对生活充满自信、富有品味。

2) 如果想要比较典型的商务风格，正装裤配平底便鞋或者牛津皮鞋最为得宜。

3) 休闲一点的四口袋裤可以搭配平底便鞋或者正装靴。

• 西装配鞋

1) 纯色西装

每一位男士都应该有一双黑色结头系带牛津皮鞋，它们在任何专业型的男士衣柜中都是主角级存在。

2) 细条纹西装

细条纹展现的是一种更加犀利和大胆的着装风格；这时候穿沉闷笨重的鞋子绝对是不相宜的。最好选择黑色翼纹布洛克鞋，它们是传统牛津皮鞋的低跟版本，以其装饰性的穿孔而独具一格。

3) 时尚西装

如果你想紧跟时尚潮流，方头踝靴或者加长型尖头踝靴绝对是你的第一选择。

4. 层次搭配的 5 大法则

层次搭配能很好地组合你最喜爱的单品、展现你的时尚品味，让你既穿得舒服，而且又能灵活着装。这种穿着同样非常实用；你可以在早上套一件外套，等下午温度上升的时候脱下来，晚上天凉了再穿上。不过，这种搭配说简单也简单、说难也难：因为每一层的衣服都要与周边的衣服和谐搭配，在去掉几层之后单独看起来又不显得突兀。下面是 5 条基本的层次搭配法则。

（1）薄款优先

第一条规则非常直白，又很有道理：越贴近身体的衣服面料越薄。也就是说，穿衣服要从最薄的开

始，比如纯棉T恤、尖领衬衫或者圆领衬衫，然后再穿厚一点的单品，比如羊毛衫、灯芯绒休闲西装或者皮夹克。

(2) 休闲为上

层次穿搭是最适合休闲场合的穿着方式，它并不适合用作正式着装。不过，富有层次感的着装可以包含一两件经典单品，比如贴身的休闲西装或者精致的正装衬衫。

(3) 追求舒适

按照着装的通用规则，让你穿着不舒服的衣服就不要穿。所以，如果你穿上衣服之后胳膊上下挥动都不方便，那只能说明你穿的太厚了。这跟时尚根本就不沾边。

(4) 颜色混搭

不要因为你是男士，就放弃了选择缤纷颜色的机会。在秋冬时节，黑色、棕色、深蓝色和灰色都是非常好的着装颜色，此外还有橙绿色、紫色、紫红色等等，只要搭配得当，也是很不错的。如果是作为中间几层的着装，色彩鲜明的衣服绝对是你的理想选择。因为在柔和色调衣服的映衬下，它们会使你的整体外观更加帅气。所以，不要犹豫，给你的着装增添一抹亮色。

(5) 实用至上

一般来讲，我们宁可穿两到三件薄款衣服，也不必穿一件厚实的给自己添堵，尤其是在秋季早晚温差很大的时候。进一步说，层次穿搭的着装不需要再套夹克衫。在凉爽的秋季，穿几层薄衣服、加一件保暖毛线衫、围一条围巾，这就是很好的防风套装了。

第六章 型男配饰

在时尚穿着方面，最明显的性别差异体现在配饰的选择上。尤其是在男女两性购买服饰的时候，女性会对围巾、珠宝和其他配饰进行精挑细选，而我们男性却往往瞠乎其后，还在为毛线衫能不能搭配牛仔裤而苦恼。这就好像女性已经在研究如何制作美味的煎蛋卷，而男性仍然在纠结怎样煎蛋不会焦。

之所以会出现这样的天差地别，主要是因为后天的培养方向不同：女性早早就通过接触时尚杂志和评论，学会从细节上打理和修饰自己的外观和容貌；而男性要等到很久以后才会去填补这一领域的空白。毋庸置疑，在配饰方面补足功课一定对你有百利而无一害。

配饰的价值在于：

- 1) 用途广泛：一件配饰可以搭配各种不同的衣物。
- 2) 价格亲民：绝大多数的配饰，即使是出自一流品牌的产品，也不算太贵。
- 3) 视觉效果好：配上领带和袖扣，便能秀出你在穿着搭配方面的信心。我们可以从男士最常见的配饰——领带开始。之前我们已经提到了领带和衣服的搭配技巧，现在我们先来看看领带的打法吧。

1. 领带

作为男士西装的灵魂，领带一般来说都是男性阳刚的标志。在职场上，它能用来集中和强化周遭环境刚硬和控制的维度。一旦加持了一种特定的颜色或者图案，同一种领带可立时传递出原始古老的力量，因为据说最早的领带可追溯到古罗马的战士领巾。

你的领带到底应该采用什么样的颜色和图案，这取决于具体的场合。像斜纹领带一向被认为是最有存在感的领饰，许是因为政治人物一般都会戴这种领带。而纯红色领带在众多醒目领带中无疑是最为典型的一种，因为它跟男士传统的灰色职业着装形成了鲜明的对比和反差。

从中我们不难发现，存在感强的领带的最佳定义就是：不受传统束缚，散发出由衷的自信，具有力量感和强大的气场。目前最有存在感的是亮粉色的斜纹领带。

2. 男士腰带

虽然我们没有特别说明，但你不难从本书中总结出这么一条时尚法则——不要忽略衣橱中的任何一件单品。作为男人身上最实用的配饰，选购腰带当然也值得我们慎重考虑。有两种腰带是你必须知道的：休闲腰带和正装腰带。区分它们的做法很简单，动动你的大拇指就知道了。

如果腰带和你的大拇指一样宽，就是正装腰带；如果明显宽很多，那就是休闲腰带。正装腰带一般光滑透亮，而休闲腰带会有浅淡柔和的色调和纹理。要想搭配你所有的基本时尚着装，至少每一种都备

上一条为好。

（1）三种主色调

选择腰带的颜色其实非常简单，因为它一般只有三种颜色值得你考虑：黑色、棕色和褐色。如果可以，最好是正式、休闲腰带每个颜色各备一条。绝大多数男士会选择比较薄的黑色正装腰带，和宽一点的棕色或褐色休闲腰带。

当然，市面上也有各种彩色或者帆布腰带。如果你还是少年人，或是游艇驾驶员，那么系上色彩明亮的腰带会很不错。但对其他人来说，这种腰带太容易过时了。

（2）腰带的皮质

选购腰带不是件简单的事情，原因就在这里。

• 牛皮

你在所有服装店里看到的男式腰带基本上都是牛皮的，这一点倒是无可厚非。因为制造商普遍认为牛皮优点多多，既能做光滑透亮的正装腰带，又能做宽厚的休闲腰带。

• 鸵鸟皮

这是最有异国风情的腰带材质。鸵鸟皮表面凹凸不平，本身还自带有斑点。因为物以稀为贵，所以正宗的鸵鸟皮腰带一般要五六百才能买到。这种腰带需要高度的时尚自信才能驾驭。

• 蜥蜴皮

接下来见识下真正昂贵的腰带吧。蜥蜴皮带，甚至更上等的鳄鱼皮带，每条价值1千至1万不等。这两种皮质以纹理密集而著称，颇具异国情调，可以说是鸵鸟皮的升级版。记住腰带只是一种配饰，不应该成为衣橱的压轴货色。所以如果你想要入手一条鳄鱼皮带，先看看自己的衣服和鞋子能不能镇住场面。

（3）选购腰带

各种档次的百货商场里都会有非常不错的腰带供你选择。每条腰带都有标签标明尺寸。量出你的腰围，然后记得买大一号。比如你的腰围是33或者34，那就买36-40的腰带。200到600元之间的价格都还算比较合理的。

（4）服饰与腰带的搭配

系正装腰带最简单的规则就是要让它匹配鞋子的颜色和光亮度。闪亮的黑色皮鞋自然要配闪亮的黑色皮带，事情就是这么简单。

休闲腰带搭配起来更加灵活。不论是黑色、棕色还是褐色的腰带，都可以很好地搭配运动鞋和牛仔褲。如果你穿着休闲皮鞋，最好选择颜色和鞋子相同的腰带。

（5）腰带的储存和保养

如果你花了几百块钱（以上）买来一条正装皮带，那么也许你会想到要给它作保养。腰带不用时要垂直悬挂，避免阳光直射，不然会引起失水而损坏皮质。很多人习惯回家换下裤子时不抽出腰带，但是如果一直让腰带呈环状放置，容易弯曲真皮、损及缝合线。最好买一个腰带架，或者在领带架上腾出一点空间，来悬挂皮带。

3.袖扣

袖扣只能和法式叠袖衬衫搭配，不过你不要指望能把你的纽扣袖口改成法式叠袖。大多数袖扣主要分成以下三类。

（1）链式袖扣

链式袖扣就是将两个同样大小的饰钮用由一根链条连接。一般袖扣的两面都可以露在外面，因此链式袖扣代表了一种独特的品质。

（2）拳头结

拳头结，是一种水手发明的绳结，用来固定袖口位置。拳头结目前在欧美的正装配饰领域非常流行。

（3）鱼雷袖扣

鱼雷袖扣也被称之为贯穿袖扣，一端精致好看，而另一端则外观平平，从设计上看不会外露。

4.经典男包

跟腰带一样，男包也不只是实用而已，它们已经成为男士日常生活当中必需的装饰品。对那些到处物色男式箱包、但左挑右选不满意的人来说，我们的建议可能会比较有效：坚持选择经典款式，这样就不会出错。以下六种经典款式的男包，你可以随意搭配各种不同的装扮。

（1）公文包

公文包也许是流行最早的男用手提包了。和以前最开始的尖角包相比，如今的公文包可谓是五花八门。不过经典的形状、带扣、皮质和实用的内在空间使得它几乎永远不会过时。

最佳搭配：商务着装

（2）斜跨包

由于面料厚实、肩膀斜跨，这种包展现了都市时尚的全新概念。学生会背着多功能的多层帆布包，都市嬉皮士会背着皮质斜挎包，但斜跨包一直有着经典的休闲味道。而如今流行的皮质斜挎包，却在闲散之外多了几分世故。

最佳搭配：时尚的街头服装

（3）手提箱

如果你要在周末去短途游或者三天两头出差，那么手提箱是必不可少的。轻便时尚的手提箱如今已经淘汰了大而笨重的行李箱，成了现时代人们居家旅行必备的单品。

最佳搭配：休闲着装，商务休闲装。

（4）相机包

相机包好比是小一号的斜跨包，不过更显方正，适合单挎在肩上。对于旅行人士以及经常出行的人来说，这种包相当方便，用来携带行李既贴心又时尚。相机包的优点在于，它凸显了男性的阳刚气质。虽然体积不大，但是功能齐全。

最佳搭配：休闲衣服

（5）手提包

手提包是公文包的时尚版本，是一种极为休闲的商务装扮。经典的造型和柔软的皮质赋予了它经典的地位，长长的手柄又赋予了它时尚的气息。如果入手一个巧克力色或者黑色的手提包，可以给休闲的工作装增添几分男子气概。

最佳搭配：商务和休闲着装

5.时尚前卫的太阳镜

眼镜早就从生活必需品变成了时尚配饰，而太阳镜天生就富有时尚气息。自上世纪 30 年代以来，人们一直把佩戴太阳镜当作一种生活时尚的标志。尤其是从上世纪 50 年代开始，太阳镜成了沙滩时尚不可或缺的一部分。时至今日，不论男女老少，太阳镜都是日常生活当中时尚休闲的代表之一。

（1）太阳镜的四大经典款式

下面几种款式的太阳镜堪称经典，它们在全球时尚界风靡了几十年，如今风采依然！

• 飞行员太阳镜

飞行员太阳镜最显著的一个特点就是尺寸偏大的泪珠状镜片——能反光、有颜色、呈弧形。这种太阳镜风行于上世纪 60 到 80 年代。进入本世纪以后，人们开始崇尚复古风格的着装打扮，飞行员太阳镜因此重新回到了公众的视野。该款太阳镜的金属边框非常坚固，能为你增添几分阳刚的气质。

• 旅行者太阳镜

这是目前最畅销的太阳镜款式，在上世纪 80 年代曾经风靡一时。这种太阳镜一般是黑色塑料边框，“酷”味十足（想想电影《乖仔也疯狂》里的阿汤哥）。

• 无框太阳镜

无框太阳镜没有边框，镜片直接连着鼻托和镜脚。无框眼镜可以有很多种不同的材料、设计和形状。早在上世纪初，该款太阳镜就开始流行。

•弧形太阳镜

选择经典式样一定不会错。黑色的弧形太阳镜会给你增添几分世故与沉稳。这种太阳镜不显笨重，外表光滑，可以搭配大部分服装。该款太阳镜从上世纪 90 年代中期开始流行。

几十年来，太阳镜的设计和外观已经大为改观，不过每一种样式都是基于经典款式发展而来。在挑选太阳镜的时候，选择飞行员太阳镜、旅行者太阳镜和无框太阳镜这几种经典款式无疑是最为明智的。

（2）最适合你的太阳镜

你可以把选择范围缩小到上述几种经典款式，但这个范围还是有点大。像其他的服装一样，你当然希望你的眼镜能搭配你独特的脸型。我们为你提供了以下几点建议。

1) 通用法则

圆脸或者蛋型脸的人最好选择方形或者矩形镜架。反过来说，方型脸适合使用圆形或椭圆形镜架。

2) 根据鼻子挑眼镜

•宽鼻子

无框镜架和金属镜架最适合宽鼻子的男士，因为镜片和鼻子可以协调搭配。而塑料镜架会使宽鼻子显得往下陷。

•长鼻子

如果鼻子比较长，可以找平直一点、鼻托较低的塑料镜架，这样可以恰到好处的分割脸部轮廓。

•瘦鼻子

鼻子瘦高的男士天生就适合戴太阳镜。如果你有瘦高的鼻梁，那任意款式的墨镜你都可以戴。不过，你也别高兴得太早。如果你是鹰钩鼻的话，那可选的镜架就少之又少了。

•翘鼻子

翘鼻男可以选择金属镜架、鼻托高的眼镜，把鼻子的大部分露出来。

3) 根据眼睛选眼镜

•瞳距短

如果你的瞳距比较短，你可以买一副尺寸小的太阳镜，这样眼睛刚好可以出现在镜片的正中间。

•瞳距长

如果瞳距较长，那么你可以选择大点的无框镜架或者塑料镜架，以弥补瞳距过长的缺点。

第七章 型男腕表

网站上经常有人问男人最适合戴什么首饰。我们的回答永远只有一个：男人唯一需要戴的首饰就是腕表（当然，已婚男士还免不了要戴上婚戒）。

因为腕表是男士唯一需要佩戴的首饰，我们必须尤其重视。对于男人来说，腕表的作用其实不容忽视，人们对一位男士关注最多的地方就是他戴的腕表。因为透过它的品质、外观还有风格，其他人往往能够窥探揣摩出腕表主人的身份背景。正因为如此，购买腕表是一个关系到个人的重要决定。

并非所有人都想购买品牌腕表，但是我们大部分人都可以深入了解它们，这样做只有好处，正如考虑到奔驰和本田在汽车制造方面的差别，我们一般会倾向于选择前者一样；制造腕表同样是一件精细的工作，细小的差别也足以让各类腕表见个高低。通过解决关于当今最著名腕表一个最普遍的问题，我们来看看市面上的品牌腕表。

1. 优质腕表的标志

除了劳力士，很少有腕表能够具有这样强大的品牌力量——光凭名字就能说明它们的品质。是，腕表爱好者知道百达翡丽的分量，但是我们其他人该怎么查看腕表的品质标志呢？

典型的“好”腕表现在一般指的是机械运动腕表。大部分机械运动腕表使用由齿轮和弹簧组成的精细系统、依靠机械能运转。我们怎么知道某块腕表是机械运动的呢？机械运动腕表一般都有明显的标志，而且会带有机码（一般在腕表的背面或者在使用手册中）。因为是手工制作，人们对这类腕表的评价很高——需要良好的制作工艺和承担更高的溢价。不过机械腕表的走时常常不够精确（比如当你的手臂不动的时候，机械表会停住，需要重新上发条）。而石英表（其制动原理更为简单，因为是使用电池发出电流、使石英晶体震动，确保走时准确）走时要比机械表准确，价格也比后者便宜。

石英表之所以更为便宜是因为懂行的人认为它构造不够“复杂”。我们谁在乎这个？起码它们走时可靠准确啊。如果你一定要选机械运动，要知道大部分现有的机械表都用的是自动机械动作，就是说它们上发条要靠佩戴者的动作。

如果技术要求不太高，你可以看看瑞士钟表商制作的好腕表。瑞士腕表都是以全球最高标准打造。由于钟表行业内部的合并现象较多，很多知名品牌都是由几家小公司所有。就是说，你可以在这些公司买到跟大品牌腕表工艺相同但价格偏低的腕表。

例如，如果你一时买不来摩凡陀，你可以买（两者都是由同一家公司生产，不过摩凡陀名气较大，价格偏高）。其实，一款 1000 元的腕表具有 4000 元以上腕表的品质。同样地，你可以更低的价格买天梭（瑞士名表之一），而放弃同样品质、价格偏高的欧米茄。

2. 腕表保养

购买精品腕表是一项精细投资，不能粗线条对待。而人们常常会觉得，既然已经花了 4000 元（以上）买了一只腕表，那就不必担心损坏了。这就像说，既然你已经花了 400 万买的法拉利，你就永远不用去经销商那里更换机油了。

（1）使用须知

- 表壳或表带如贴身衣物般，是直接接触人体皮肤，如不清洁污垢，则易弄脏衣服袖口，也容易造成皮肤痒、皮肤过敏，因此需常保清洁。当您取下手表时，用柔软布料轻拭表身、表带及扣环等，可延长手表的寿命。

- 不要随意打开表后盖，以免尘埃进入机芯影响手表的正常工作。

- 避免在极端低温或者温度急剧下降的环境下使用，以免凝结。

- 平常最好不要每天戴同一只手表，应多准备几款不同的手表交替使用，除了能丰富个人的造型，也可避免灰尘、体垢全集中在同一只手表上。对于皮表带，更要小心呵护，以免天天使用造成表带的经常性磨损拉扯，那么即使表面新新的，手表看起来也会十分老旧。

（2）收藏保管

- 腕表不用时可以用轻柔的布片包好保存，以免刮擦破损。

- 不要将手表放在有樟脑丸、卫生球的衣柜内，以免表油变质。

- 不要将手表放在功放、音响、电视机等磁波强的物品附近，以免磁化。

- 用温肥皂水不定期清洗你的腕表，以保持其闪亮的光泽。并使用牙刷清理表带。

- 每隔 3 到 5 年给腕表做一次保养。跟其他高精度装置一样，腕表需要定期调准机芯才能更好地工作。

- 无论腕表理论上有多强的防震能力，请不要轻易把它摔到地上。腕表的防震功能指它从三英尺高处落到木质地板上还能保持完整；制造商只能担保这一条。

- 金属表带若沾湿（水、汗渍等）而未处理容易生锈。金属锈或污垢易由接缝中渗出弄脏衣物，甚至造成皮肤过敏，因此在拆下表或清水洗濯后，请记得用布将接缝处擦干再戴上。

（3）一定要防水

人们在腕表保养方面最大的一个误区就是认为腕表可以防水。其实腕表是不防水的，就是世上最先进的潜水艇也不是防水的，它靠的是防水油。每一只防水腕表都有一个指标，看它的防水胶圈可以承受多大的水压。优质腕表可以承受 100 到 1000 米的水压。不过，我们人类还游不到 100 多米深的水下去，所以这种数字更多只是一种身份的象征，其实并不实用。如果你的腕表没有深度指标，最好不要戴着它游泳。

实际上，除非你是专业潜水员，否则你根本没必要在游泳时戴腕表。尤其是在海中，由于海水含有很高的盐分，如果你把你的宝贝手表浸入海水当中，其中的元素就会腐蚀手表的表面涂层以及表盖的内层（包括刻度盘等部件）。假如你一定要把腕表浸入水里，出水后要立马用温水冲洗。

防刮腕表

腕表的表盖一般由水晶制成，用来保护刻度盘。腕表使用的水晶主要有三种：亚克力水晶（俗称有机玻璃）、天然水晶和蓝宝石水晶。

亚克力水晶是一种价格低廉的塑料，不能防刮，但可以擦除刮痕。

天然水晶是玻璃，由好几种有抗刮性能的元素组成（硬度比亚克力高出好几倍），中档价格的腕表一般会使用这种材质。

蓝宝石水晶是精品腕表御用的表盖材料，价格最为昂贵，硬度是天然水晶的三倍。蓝宝石水晶是由一种耐受性极强的合成材料制成，所以抗震抗刮（不是防刮）。部分表盖会附有非反射薄膜，以免发出刺眼的眩光。

3. 了解奢侈腕表

在你深入了解男士腕表时，你很快就会发现一个规模很大且非常吸引人的腕表圈子。从这个圈子你可以学到很多东西，当然，前提是你打入他们的圈子、证明你有资格成为他们当中的一员。接下来，我们就给你说说，为了成为腕表爱好者中的一员，一个腕表新手所需要知道的主要内容。

（1）实至名归的品牌

跟明星美女一样，不是所有品牌腕表都是男士的理想伴侣。很多看似不错的品牌，在手表爱好者眼中就分成了好几个档次，有的是最值得持有的，有的是很有潜力、可以持有的，而有的则是虚有其表、不值一提的。所以，注意看以下品牌。

• 高级奢华腕表：万国表和法兰克穆勒

少数顶级腕表品牌凭借自身实力成为腕表主流文化的一部分，比如百达翡丽和百年灵。而有些品牌则是在腕表文化圈中受到腕表爱好者们的一致推崇，其中的佼佼者就是万国表和法兰克穆勒。万国表是瑞士东部唯一的一家制表公司，以“飞行员”、“葡萄牙”和“海洋時計”这三大腕表系列代表的优雅设计和精密机械而闻名。而法兰克穆勒以其复杂精致的腕表系列而备受推崇，以系列、“疯狂时针”系列和“彩色梦想”系列为代表。

• 高级运动腕表：沛纳海和豪利时

目前在市场上崭露头角的制表公司可不像偶像派明星那样容易过时，它们至少可以兴旺一百年以上。比如说吧，意大利奢侈腕表品牌沛纳海（）成立于1860年，不过近年来它才凭借其系列和系列腕表受到表迷们的青睐。

而相比于老牌的沛纳海，豪利时（O）是成立于1904年的年轻品牌，性感的潮流引领者。其最有名的一件事就是在瑞士精密时计测试中心（C）获得了一次最高的质量评价。最近，豪利时得到了业界的认可，成为超级1车队威廉姆斯车队的御用腕表。

- 虚有其“表”：豪雅和摩凡陀

只要拿出足够多的资金，你就能让为数不少的人相信这一类货色也是十足的腕表精品。而很多腕表爱好者都觉得说，豪雅和摩凡陀就是靠这样的手段成为知名制表商的。尽管众多懂行的表迷都对这类公司嗤之以鼻，他们依然通过营销活动获得了相当高的知名度：豪雅花费巨资博得了老虎伍兹拥趸们的喜爱；而摩凡陀利用华丽的广告掩饰其石英腕表的天价标签。

（2）真正的瑞士腕表

就像香槟、波尔多葡萄酒、波特酒等必须达到严格的标准（基于产地或者品质），才能享有特定的名称。瑞士也有多家机构能够保证瑞士腕表的品质和声誉。人们公认的瑞士腕表认定标准就是所谓的“瑞士机芯”，由原型腕表制造商将其详细情况提交瑞士。

腕表的“机芯”指的是什么？

机芯是腕表机械装置所有主要部件构成的总体，腕表依靠它才能正常走时。

瑞士机芯是指在瑞士本土（由在瑞士注册的手表制造商）组装的机芯，并且由瑞士生产的机芯部件占机芯总价值的百分之五十以上。达到这个标准的机芯才会（在腕表表壳的表面或者背面）印上“（瑞士）”、“（瑞士制造）”、“（瑞士石英）”、“（【法】瑞士）”、“（【法】瑞士产品）”、“（【法】瑞士制造）”等字样，不过前三者最为常见。

如果你的手表上印有“瑞士机芯”，说明它的内部组件是瑞士产的，而表壳则不是。而如果表壳是瑞士制造的，而机芯不是，那么上面会印着“瑞士表壳”。

其他小知识：如果表壳上面有字母“L”，说明用了超重氢氟——指针和数字上的白绿色物质，会在黑暗处会发光。而如果表壳上有字母“K”，说明刻度盘上的小时标记由纯金打造。

第八章 男士西装

男性西装兼具适合多种体型、注重细节和价格相当昂贵三大特点，容易让初次购买者不知所措。如果是随意挑拣，那么你就很容易花大价钱买到穿不出门的西装。只有具备了一定的必要知识，你才能更快、更好地找到理想的西装，摆脱选购西装左右为难的困扰。一套设计时尚的合身西装足以展示你的品味、自信和涵养，以及其他各种卓越品质，让看到的女人为你神魂颠倒。

第一章我们讲到了穿着合身的诀窍，相信你比大部分人更有可能穿出气质来。现在，我们就来学习穿西装的进阶搭配技巧。

1. 西装选购指南

虽然几乎每一位男士都想往定做西装，但这一点不一定切实可行。因为通常来讲，价格是一个决定性的因素，我们很多人不得不退而求其次，购买现成的西装。

起码现在来看，购买现成西装不是什么坏事。因为它们的价格往往非常公道，而且你可以选择最新潮的款式。不过，很多大批量生产的西装在质量和合身方面不太如人意——所以，你更有理由读完这个指南，知道下次购买现成西装时应该注意哪些地方。另外，要跟销售员打好交道，有问题就问；毕竟，这一套西装你可以穿好几年的。

（1）选择面料

在定做西装时，你首先需要挑选的就是面料；那在买现成西装的时候，你为什么不这么做呢？穿的季节不同，最合适的西装面料自然也不尽相同；不过，市面上也有像羊毛这样的经年面料，可以一年到头满足你的着装需要。

下面是四种最常见的西装面料。

- 羊毛

现代西装大部分都是用的羊毛。因为它不仅用途最广、穿着最舒适、抗皱性最强、而且也极为耐久。另外，吸湿性也是羊毛成为理想西服面料的一大特点。所以，即便你在最炎热的夏天穿西服做运动，它也会让你的身体感觉凉爽。最为常见的羊毛面料包括美利奴、开士米和安哥拉。

最佳季节：春夏秋冬

- 法兰绒

法兰绒现在已经不像以前那么受欢迎，因为这种面料非常厚实、不怎么透气——也就是说，在任何季节穿着它你都只会觉得暖烘烘的。法兰绒呢面有一层丰满细洁的绒毛覆盖，不露织纹，手感柔软平整，

经缩绒、起毛整理，手感丰满，绒面细腻。不过，由于法兰绒会随时时间的推移而变的松垂，所以穿的人也开始减少。

最佳季节：冬季

- 棉

棉是一种耐久型面料，这种面料的西装在美国颇为常见，但欧洲人似乎不太喜欢穿。跟羊毛一样，棉也具有吸湿性，可以在多数月份让身体保持清凉。此外，因为可以机洗，棉质西装相当实用而且容易保养。

最佳季节：春、夏、秋

- 亚麻

去海南度假穿亚麻西装也许看上去很酷。不过由于缺点太多——首要的一点就是容易起皱，亚麻西装不太适合出现在现代男性的日常生活当中。

最佳季节：夏季

西装的织物密度

织物密度一般跟亚麻布料有关，不过很多人没有意识到的是，西装也讲究织物密度。西装的织物密度不仅能决定它的价格（密度越高，自然越贵），还能决定织物的品质和穿着的舒适程度。首先，我们要注意的，在西装这个领域，织物密度一般会用“超级”数字来表示。最好的“超级”（400-450 之间）面料极其精细，经济能力做不到每年更换的人尽量不要买这样的西装。对大部分男士来讲，更实际的选择就是选购织物密度在 100-200 之间的羊毛西装，这类西装不仅最为耐久、而且穿着也非常舒适。

（2）预定款式

在确定面料之后，你还要非常自信地做很多的选择。否则你很可能被人误导、仓促决定，或者更糟糕的，不经意间由他人帮你做了决定。

在走进服装店之前，你不妨问自己几个问题。

- 我是要单排扣还是双排扣？

双排扣上衣的两边会在前襟处重叠。外襟上的垂直方向一般会有两排纽扣，其中一排在内襟上有对应的纽扣孔。

单排扣上衣则只有一排纽扣，前襟处也没有重叠情况——当然，技术上讲，还是会有一寸左右的重叠。不过，这不会像双排扣上衣有 4-6 英寸的重叠那么明显。经典简洁的外观使得单排扣上衣比双排扣上衣有更强的多用性和时尚感，对购买西装的新手来讲无疑是一个更好的选择。不过，双排扣西装以其优雅精致的气质在多数男性衣柜中赢得了立足之地。不过，我们要主要的是，双排扣上衣突显的是穿着者胸部的宽度，会让矮胖的男人看起来更加不堪。所以，相对来讲，双排扣上衣更为适合瘦高男士。

- 尖角翻领好还是切口衣领好？

西装衣领上的裂口，大致处在衬衫领尖的两边，被称为串口。如果串口很狭窄，两边的面料被切开、形成向上倾斜的尖角，这样的衣领叫尖角翻领。而如果串口更宽，两边面料贴得更近、形成一个三角形，这样的衣领就叫切口衣领。

尖角翻领通常只在双排扣西装或者男士晚礼服上出现，不过现在越来越多的单排扣上衣开始使用这种衣领——这种时尚设计也许只能风行一时。由于翻领的类型一般会由上衣本身的设计决定，所以，你不用把翻领当作购买西装的主导因素加以考虑，把它当作一个需要注意的地方即可。

西装的款式一般也要看西装本身的设计，所以它同样不需要作为购买依据。大部分双排扣西装都是三粒纽扣的，有的有四粒。而大多数单排扣西装一般是两粒纽扣，部分是3粒，少数只有一粒纽扣。买西装的时候尽量选择经典款式：选3粒纽扣的双排扣或者2粒纽扣的单排扣。

- 单开叉、双开叉或者不开叉的上装，哪种更合适？

开叉是上装背后的垂直裂缝。不开叉上装外观显得最齐整、最考究，可惜便利性很差：为了把手伸进口袋，穿着者就得把上装搅成一团。中间单开叉的上装能提供更高的机动性，不过还是会出现不便利的情况。

双开叉（也叫摆叉）上装实用性最强，非常优雅时尚，但是价格也最贵——这一点限制了它们的适用范围。而且我们第一章就讲到，体格健壮的男士尽量不要穿这一类的西装，因为双开叉设计容易增大他们的后背轮廓。

- 选择有褶西裤还是无褶西裤？

裤褶是裤筒前部一条从裤腰到裤脚垂直向下的褶痕。随着男性时尚日新月异的发展，裤褶设计也不像以前那样受人欢迎。尽管轻薄面料的西裤仍然带有裤褶，并且对体格粗壮的男士来说颇为合适。身材偏瘦的男士最好还是选择无褶西裤。

- 西裤是翻边的好还是不翻边的好？

裤脚翻边能为裤子的底部添加重量，有助于裤筒的自然悬垂。这样的设计比较适合高个男士，而不太适合个子偏矮的男士，因为它们会在视觉上缩短穿着者的腿长。翻边西裤在萨维尔街（著名的英国裁缝街）又被称为卷边西裤。

（3）优质西装的标志

在讲述优质正装衬衫的标志的时候，我们提到了在不可靠的零售店里面培养严苛眼光的重要性。在选购西装的时候，你做的金钱投资不再是小数目，就是说从细节上给西装的品质把关显得尤为重要。下面这些标志可以证明一套西装是不是真的货真价实。

- 外科医生的袖口

很多西装袖口上的纽扣都只能起到装饰作用，没有实际用途。而上等西服的袖口纽扣却有独到之处。

我们从字面意思就可以看出来：穿着者可以像外科医生一样把纽扣解下来，把袖子卷回去。

- 角质纽扣

优质西装的品质是全方位的——它的纽扣都是用牛角制成。而便宜的西服只会用塑料纽扣。

- 手工缝合

真正上等西装的所有针脚都是靠手工完成。而同样精致、价格略低一筹的西装会靠手工完成显眼处的针脚和活动部位的固定（袖口、肩膀和衣领）。

- 双嵌线挖袋

挖袋，又称“开袋”，是将衣料剪开，内衬袋布做成的口袋。而在开口部位上下都缝嵌线的叫做双嵌线挖袋。如果西装上衣用双嵌线挖袋搭配袋盖，使用者可以非常文雅地把手进口袋中。

- 波状翻领

西服翻领的折叠处不是笔直的，而是轻柔带波状起伏的，就像海浪冲拍海岸的情景一样。这样的翻领就是波状翻领，由手工缝制的弹性夹层造成。

（4）优先购买哪一种西装

你要像做投资一样去购买西装，首先是专注于你最熟悉的领域，然后才去涉足你没有把握的地带，比如一开始可以购买和试穿你比较熟悉的品牌，以积累经验。因为之前我们已经了解了西服的面料，现在我们来了解下西装的颜色：

- **深蓝色**

你需要先买一套深蓝色的西服，因为它的多用性最强。深蓝色西装基本上适合所有正式场合：求职面试、婚礼、甚至于丧礼（不过要小心穿戴）。推荐款式：单排扣纯色西装。

- **深灰色**

深灰色西装的多用性比之深蓝色西装稍逊一筹。如果你的衣柜中收罗有一套深蓝色西装、一套深灰色西装以及相搭配的各式衬衫和领带，你就能每次穿出不一样的感觉，并且持续很长一段时间。另外，单排扣纯色西装最为相宜。

- **浅色**

喜欢浅色的话，你可以选择淡棕色或者淡卡其色的西服；不过如果这些颜色还不足以衬托出你的气质，建议选择浅灰色西装。即便在夏季，这种颜色的西装你也可以穿出正式的感觉。而如果你天生适合穿双排扣的上衣，这种颜色绝对很脱俗。

- **黑色**

尽管从逻辑上讲，年轻男士的首选应该是黑色西服，实际上它的用途相当有限。不过因为黑色西装外型够酷，在某些场合穿再合适不过。所以，我们也把它列入这个清单，不过你最好选择单排扣的样式。

2. 西装穿着禁忌

西装是男士正装的中流砥柱，所以我们穿着搭配的时候必须非常小心，不要打破这些神圣的律条。

- 西装必须成套穿

不用妄想用一件运动外套加一条同色裤子组成一套西服。西服必须是完整买回来的成套衣裤。如果你用一条旧黑色裤子搭配一件旧黑色运动上衣，尽管理论上两者的颜色是一样的，但是它们永远配不到一起。即便你认为你拼凑的外观还过得去，稍微懂点时尚的人一眼就看得出来，你穿的不是一套西装，因为看着就别扭。这个问题很好解决：如果你需要穿西装，那就买一套吧！

- 西裤的长度和版型

西裤应有足够的长度。西裤口的前面应盖住鞋面，后面在鞋帮的一半处，站立时不应看见袜子。正规的西裤是与上装同质同色，裤线挺直，不能出现双褶线。

- 搭配合适的大衣

跟恤和牛仔裤搭配的大衣绝对不适合套在西装的外面。一身笔挺的西装，外面套一件休闲风衣，没有什么比这更可笑的了。如果你需要在寒冷天气或者恶劣天气下穿西装，你可以购买一件穿着比较舒服的外套或者大衣。最近四分之三长的大衣比较受欢迎，穿在西服外面也非常养眼。建议选购自然色的大衣，方便搭配你衣柜中的大部分西装。

- 正常配系领带

不要自作聪明去打蝴蝶结或者系很窄的牛仔领带。穿晚礼服的时候，打个领结当然无可厚非，但如果是穿西装，系蝴蝶结容易让人心生疑虑。除非你像曾荫权一样背后有故事，或者长的像俊秀的小男星，否则就不要打蝴蝶结的主意。一般来说，正常打领带穿西装就好。

- 穿马夹（背心）配单排扣

穿双排扣西装，里面不能穿马夹（背心）。穿马夹（背心）只能配单排扣西服，并且领带必须放在马夹（背心）内。

- 羊毛衫或毛衣不能穿多

正规的穿法是穿鸡心领羊毛衫，便于打领带。休闲的穿法是穿半高领或全高领羊毛衫，不打领带。

- 西服口袋少放东西

忌西服上、下口袋装过多的杂物。西装外面的 上袋是手帕袋，忌插钢笔等物品。

- 正装面前没有新奇服饰现身的余地

在正式场合请不要穿戴任何样式新奇的饰品。另外，袖口链扣也要偏于正式。

- 放弃卡夹式领带

如果你的年龄超过了 13 岁，那么你就不再适合戴这种领带了。

- 西服袖口的标签

品牌的标签绝对不可以留在袖口外面，应及时去掉。

- 西装扣纽扣的原则

最下面一粒纽扣不能扣，最上面一粒可扣可不扣。

3.正装西裤

跟西装上衣一样，正装西裤一般也有单穿的版本。由于裤型经典、适合多种场合，正装西裤也自然衍生成一个“庞然大类”。正装西裤，其实也就是我们常见的职场西裤，是男士日常穿着率最高的西裤。因为工作或者商务场合的需要，所以它们的设计一般是中规中矩，略为保守的版型。颜色多为纯色深色面料或者带一些涤纶丝的细条纹装饰。

规矩，也有规矩的好处。西裤，有一个最大的特点，那就是可以很好的修饰你的腿型。正装西裤自然清爽的悬垂感，能很好的掩盖住 X 型腿或者 O 型腿，这也是为什么企业都鼓励或者要求员工上班需要穿制服的原因。

一般正装西裤冬天采用羊毛面料，夏天会为了带来凉爽的感觉，在羊毛中加入少量的丝绸。而且正装西裤制作考究，颜色多为深色，而且多为素色，可以是深色的细条纹细格子纹路，但一般不会出现大格子图案。正装西裤会用包边或者法式双缝线缝边。

（1）西裤的面料

和西装上衣一样，西裤的面料也很讲究。不过有一点西裤和上衣是不一样的：穿西装要“挺”，所以西服上衣里面加了很多衬料，体现英武的男性特征；但是过刚则易折，所以穿西裤要“柔”，所以西裤的里料相当的少，西裤的品质更是实打实的由面料决定，面料一定要上乘，才能穿的出柔和的感觉。刚柔并济的西装，才是一套优质的西装。

说到面料柔和，其实只有天然面料才会给人柔软舒适的感觉，像桑蚕丝、羊绒或者高级羊毛织成的面料就特别的柔顺。蚕丝和羊绒都属于极易磨损的高档面料，用来做裤子的确比较奢侈，所以西裤的主要材质是相对耐磨的羊毛，当然这也只是相对而言。为了使西裤抗摩擦能力更强一些，人们往羊毛面料里添加了涤纶（一种强度很高的人工合成的化学纤维材料，材质生硬）。所以现在西裤的主流面料成分就是全羊毛面料和羊毛/涤纶混纺面料。

（2）西裤的裤型

西裤的版型很有特点，整体类似于直筒裤，不过胯围、臀围、大腿围度都要比直筒裤要宽上一些，原本的用意是让主人穿着更舒服。后来随着西裤设计的年轻化取向，西裤的裤型变得修长、紧致，档位变高。不过裤腰以下的版型基本没变，从臀部开始，裤管的直径逐渐的收窄，略呈现出一个锥形。而且西裤裤型比直筒裤稍宽大，这样的造型能更好的掩盖主人腿部的各种不完美的特征。然后在西裤的最下

端自然是裤脚边了，裤脚边有翻边和不翻边两种类型。

第9章 男士衣柜保养

现在，你已经积累了足够的知识，用来丰富你的衣柜，里面的服饰可以在未来几年内让你保持时尚的外观。这样说来，如果这些经过精心挑选的服饰单品有任何一件因为疏忽而早夭，那是怎样一种悲催！

服饰保养可能算不上是最有魅力的时尚话题，因为购买和穿着它们才是人们最感兴趣的地方。不过，既然你投入了不菲的资金用来购买各种合身的衣物；现在花点时间了解如何延长你的衣柜的使用寿命，也是理所应当之事。我们先从最基本的衣服护理开始。

1.衣服保养基本知识

（1）轮换

跟人一样，衣服也需要休息。所以，最好是有规律地轮换着穿衣柜中的各种单品。比如说，西装穿一次之后最好给它一整天的休养时间。

（2）悬挂

除非你忙着跟美丽的女子成就好事，平时一定要勤于收拾整理衣服，不要偷懒。每次脱下衣服之后要记得挂起来或者折叠整齐，不要揉成一团随便仍。因为这样很可能会使你的衣服出现难看的皱纹，更糟糕的情况是，你的衣服甚至可能出现永久性地走形。所以，衣服最好是挂起来，让它们自然下垂、恢复本来形状。

（3）通风

经常把你的衣服挂在通风的地方，有助于防止异味的吸附和皱纹的滋生。

（4）除尘

粉尘容易过早地破坏衣服的品质，因此一定要清除你的衣服上面堆积的粉尘。比较金贵的服饰最好是用天然鬃毛刷除尘。

（5）清洗

如果汗流得比较多，在将衣服换下来丢进洗衣机之前，记得把里子外翻，以便更好的清洁汗渍严重的角落。而如果你把不着急洗的衣服放在洗衣篮或者洗衣盆里面，你的衣服可能会感染霉菌、异味也会趁虚而入。在机洗衣服的时候，请使用液态洗涤剂，以免造成沉积物破坏衣服的品质。注意，浅色衣服要跟深色衣服分开清洗，另外白色衣服最好是单独洗。如果你要机洗有拉链的衣服，放进洗衣机之前一定要把拉链拉上，因为拉链齿可能损坏同洗的其他易损衣服。

最后，如果你不希望自己的服装褪色的话，洗之前要把内外翻转。更加精致的服装最好是手洗，以

免破坏。

（6）去污

在清理衣服上的污渍之前，尤其是标有“只能用于干洗”的衣服，不妨咨询这方面的专家——你的干洗师。在清理常见污渍方面，尽管网上流传有一些比较靠谱的技巧，但大部分所谓的去污妙方都一无是处，并且可能永久性地毁坏你心爱的衣着。

2. 干洗须知

（1）干洗的好处

如果你很忙或者不怎么会洗衣服，那么干洗绝对是省时利器。另外，干洗的话，你也不用担心你最心爱的毛衣缩水成内衣的尺寸。

干洗商都很专业。他们知道洗衣服的各种诀窍，能帮你处理掉各种最顽固的污渍。他们还懂得多种不同的清洁办法，知道针对某种衣料哪一种办法最好用。

（2）省事诀窍

为了压低干洗费用，建议你平时尽量用心保养衣服。每次换下来的衣服，每一件都要立马挂起来。发现污渍及时用清水或者去污产品进行处理。

（3）省钱技巧

为了找到一个好的干洗商，不妨问问你认识的人，他们的衣服都是在哪里干洗的，有没有好的干洗店推荐。你要找的干洗商应该配备品质上好的机器（相比于冒牌货，对衣服造成的损害更少一些）、能力出众的员工和实惠的价格。另外，注意挑选你需要干洗的衣服。以下这些技巧也能够帮你节省不少。

（4）是否适合干洗？

人们经常会问到的一个问题就是，“哪些衣服适合干洗、哪些不适合干洗呢？”一般他们得到的回答就是：基本上所有衣服都可以进行适度的干洗。而其实，干洗的高温和干洗用的化学品都会直接损坏你的衣服或者慢慢减少它的使用寿命。

所以，尽管定期把你心爱的衣服交给你信任的干洗商做清洁，比你自己弄要简单很多。但你要注意的是，干洗可能会逐渐对它造成损害。

• 毛衣

为了清理针织服装上面的污渍，干洗不是一个很明智的选择。因为干洗用的化学品会缩短针织衣物的寿命，这一点尤其适用于开司米羊绒面料。

【清洁办法】用温水和温和的肥皂手洗针织衣物；这是保护面料的柔软和光泽的唯一保险做法。

• 正装衬衫

棉质正装衬衫只能偶尔干洗，除非你有的是钱，可以经常买新的。频繁干洗正装衬衫会破坏衣服的

织物纤维，干洗用的化学品则会使你的衬衫轻度泛黄。

【清洁办法】机洗你的正装衬衫，然后悬挂晾干。如果你确实需要干洗，不妨特别说明下，你希望衣服是手熨的，而不是机器压的；要求他们不要用浆，因为这会缩短衬衫的寿命。

- 西装

干洗用的化学品、溶剂以及干洗过程中的高温会逐渐破坏西装的针线和织物。我们建议你尽量减少西服的干洗次数（一年最多四五次），以延长它的使用寿命。

【清洁办法】每个季度干洗一次。同时，发现污渍或者斑点，你可以自己动手、用温和肥皂加温水清理。而要想处理西服上出现的皱纹、拉伸和折痕，建议购买一个蒸汽挂烫机。蒸汽挂烫机使用方便，可以使西服上拉伸和起皱的地方（像手肘或者膝盖处）恢复自然形状，看上去会跟新买的一模一样。

（5）始终穿着整洁

在穿衣之前一定要确保衣服干净平整。不过，一发现衣服上有污渍就送去干洗也不是办法。网上也有很多实用的家常做法，能帮你去除污渍和折痕，让你的衣着始终保持在最佳状态。

真皮衣服保存技巧

真皮衣服往往价格都比较高，所以重点是你要知道如何给它们进行足够的保养和护理。要想了解新买真皮衣服的保养技巧，最有效方式就是向销售人员询问指导意见。不过，我们现在就可以为你提供专业的真皮保存技巧。

真皮单品一定要存放在阴凉干燥处。

不要把真皮衣服放入塑料袋或者其他不透气的容器内。

避免使用金属晾衣架悬挂真皮裤子或者上衣。

闲置真皮手提包要用旧报纸填充，存放皮鞋或者皮靴时请使用鞋楦。

3.衣服熨烫

熨烫衣服的第一步就是做好准备工作。你需要熨斗、硬质熨烫平面（最好有熨衣板）以及上浆。在开始熨衣之前，先仔细阅读每件衣服上面的标签，确定每件单品的织物成分和熨烫要求。然后相应调整你的熨斗设置。上浆会使你的衣服更加平整，不过这时候你需要减少熨衣时间。先将衣服平铺在熨衣板上，从至少一尺远的地方给衣服上浆，然后开始熨衣服。

一般来讲，最好是将衣服里子外翻，以便保持衣服的原色、避免染色。

（1）衬衫

熨烫衬衫的时候，先从衣领处开始；在整个衣领上来回轻柔移动熨斗即可。熨烫时的要点是巧妙地利用熨衣板的角度，按袖口正反两面、袖管正反两面、前身、肩部及同袖管连结的部位、后身、覆肩的顺序依次熨烫。袖管、前身、后身从下至上熨烫，袖口及覆肩等部位横着熨烫。

完成之后，可将衬衫晾晒起来。

（2）裤子

裤子的熨烫先从腰带开始，再慢慢往下熨烫裤脚的翻边。

将裤子平放在熨衣板上，来回缓慢移动熨斗，顺着裤缝线熨烫整个起皱区域，注意保持裤子原有的折痕。

完成之后，立马将裤子挂起来。

（3）洗涤技巧

在熨烫衣服之前，确保你的衣服处于最佳状态，因为熨烫一件脏衣服可能会将污渍永久性地固化在织物当中。

在清洗衣物的时候，尽量使用品质有保证的洗涤剂和织物柔顺剂，这些洗涤用品有助于长久保持面料的形状。而通过使用高端洗涤产品，你的衣服将会维持它们的耐久性，这就意味着它们不太容易起皱。此外，在洗涤溶液中掺入比较好的织物柔顺剂，会降低衣物纤维的摩擦系数，减少它们起皱的可能性。

另外要注意的是，我们要养成晾干衣服之后立刻悬挂或者折叠起来的习惯。等衣服烘干之后就要从烘干机里面取出来（在烘干机中停留的衣服更有可能出现皱痕）；这会使你的熨衣过程轻松不少。

（4）注意安全

熨斗不用的情况下一定要关闭，因为它可能会翻倒下来、烧坏东西或者伤到人。

熨斗装满水之前记得拔下插头。

为了避免衣服被烧坏，最好在衣服和熨斗之间放上一块毛巾或者布片（亚麻或者尼龙类易损织物尤其适用）。

某些服装，比如西装和丝质衬衫，比较难以熨烫，所以要格外当心。最好是请专人打理。

第十章 日常护理和美容

21 世纪初兴起的都市型男热潮让人们开始注意男性的肌肤护理和保养，这对男性来说是一件好坏参半的事情。一方面，男士护肤领域确实值得人们的关注。你的脸庞是人们第一眼就会注意到的，突兀的鼻毛或者皮肤干燥起斑等等自然会让人们对你的第一印象大打折扣。

而且我们不用撰文详叙如何如何，因为你如果不做好耳朵的清洁，你绝对会遭受无数白眼。现在，让我们先来过一下我们每天应该做的核心清洁步骤。

1. 日常清洁

- 早上洗澡

每天醒来之后，你绝对是要洗个澡的，不管是为了上班有更好的状态，还是锻炼之后图个一身清爽。清水、香皂、毛巾，就是这么简单。

- 检查面部

在上午离家出门之前，确保你的脸庞干净、整洁。对着镜子快速扫视脸部，确定没有突出的鼻毛、没刮干净的胡髭或者掉落的眉毛，短短几秒钟包你以最好的状态出门。

- 修饰毛发

头顶、胸部、鼻孔、耳朵等部位的毛发会自然生长，所以你需要定期修剪和保养。每天（或者隔天，视你的发质和长度而定）给头发做清洗和定型处理。每周的某一天（周末比较方便）打理下耳朵、鼻孔和胸部的毛发。

- 清洁双手

在商业领域，握手这种常用礼节能成事也能坏事；在与佳人约会的时候，对方也希望看到整洁好看的双手。你所需要做的就是定期修剪指甲、刮掉指甲缝里面的污垢（洗澡时做清理可以节省时间）、勤洗手（保持手掌的清洁干爽）、间或使用洗手液（保持顺滑）。

- 涂抹润唇膏

虽然有点女性化的嫌疑，但是涂润唇膏总比嘴唇干裂要好很多。要知道，没有女人愿意亲吻干裂的嘴唇。建议找一款好一点的润唇膏，经常涂抹。注意不要抹太多，后果你知道的。

2. 男士美容基础

尽管之前男士美容领域劣迹斑斑，男士在完全不用肌肤护理和过度使用护肤品之间还是能找到折中

方案的。不过，由于市面上流行的类似产品多如牛毛，一般男士很难从中选出适合自己的牌子。

我们列出的以下产品每一款都有特定的用途和功效。不过在你大量使用这些洁面乳和爽肤水之前，不要忘了对你的肌肤来说最重要的是：防晒保养。虽然理论上没有一款化妆品是单纯用于防晒的，很多润肤产品都附带有防晒功效。如果你的护肤产品没有防晒功能这一项，那就另外专门购买一瓶防晒霜——最好是防晒系数（）在 15 以上并且没有香味的那种，比较适合在办公场合使用。

- 洁面乳

每一位男士起床之后都需要做面部清洁，因为以清爽洁净的脸面开始一天的生活意义重大。洁面乳可以用于清理面部肌肤上面的粉尘、污垢和汗液等。对面部肌肤进行了适当打理的男士较少长水痘和皮疹，其面部外观一般也较为清新。每天早晚对面部进行清洁护理，你的面皮会感谢你一辈子。

- 爽肤水

爽肤水可以清洁和紧致毛孔，使得外界的刺激物和尘垢难于进入毛孔当中，因此不容易破坏你的肤色。这些产品在清洗之后会为你的毛孔提供一个保护层，降低黑头和皮疹发生的几率。爽肤水会使你的肌肤看上去更加洁净透亮。如果你的是干性皮肤，建议使用柔肤水；而含酒精的紧肤水比较适合油性皮肤。

- 保湿剂

保湿剂可以帮肌肤锁住水分、保持肌肤的光滑和弹性，是非常重要的男性护肤用品。这一类的护肤品可以帮助柔化和消除小细纹和深皱纹。各种类型的皮肤都可以使用保湿剂，因为经常用它会减少小细纹出现的概率。如果你是油性皮肤，最好选择不含油的保湿剂配方。此外，即便是年轻活性肌肤，使用保湿剂也是颇有好处的——何必要给皱纹留下成长空间呢？在洁面爽肤之后涂抹保湿剂，你的肌肤就会更加柔软、富有弹性。

涂抹保湿剂的做法是，取少量（黄豆粒大小）保湿剂，在爽肤之后轻涂于面部，轻拍或者按摩，让肌肤更好地吸收。注意，含有防晒功效的护肤品最好是早上使用，因为夜里肌肤没必要防晒。

3.配置完整修面套装

大部分男士的修面套装成员少的可怜，也许只有一把剃须刀和一瓶剃须泡。不过要想剃须完全、让自己焕然一新，需要的东西还是要有才行。

下文提到的修面必备产品是男士修面的基本配置。

（1）剃须前准备

在修面之前，使用去角质磨砂膏和热水打开你的毛孔。条件允许的话，不妨在剃须前洗个澡，替代性的做法就是用湿热的毛巾放在脸上敷一分钟。

不管你用什么办法，你的目的是软化胡子，扩充毛囊，减少剃刀对皮肤的损伤。

- 剃须前用油

剃须之前一定少不了用剃须前护理油。因为它可以软化面部毛发、打开毛孔，让剃须更舒适到位。最好的剃须前用油和剃须乳霜的主要成分是从植物中萃取的天然油脂，比如椰子油、葵花籽油、橄榄油等等。和矿物油相比，天然油的油脂含量较低，因此不会堵塞毛孔、损伤肌肤。此外，含有抗菌活性成分的剃须前护理油也是一种不错的选择；此类剃须油有助于防止皮疹的滋生和皮肤的损伤。

- 电动剃须刀润滑油

品牌电动剃须刀一般都配有刀用润滑油，需要经常使用，以保护你的面部肌肤。在剃须刀的刀头或者刀片上滴一滴润滑油，然后启动剃须刀空转 10 秒，让润滑油润滑所有刀片。这样做的好处，一是润滑，降低刀片的磨损、使剃须刀正常运转，二是保护你的毛发，使之免于遭受松动刀片的生拉硬扯。

另外部分品牌还有专门用于电动剃须的护肤油产品。此类护肤油可以使毛发向上挺立、肌肤表面光滑，使剃须过程更为流畅。

- 剃须粉

现在市面上流行有两种剃须粉。一种是脱毛粉，用于减少剃须肿块和毛发内生。另一种是在电动剃须的时候用的，它能像剃须油一样将胡须软化和弄直。

- 剃须膏/剃须泡

剃须膏和剃须泡用途类似，不过剃须泡内含气体较多、一般是罐装，而剃须膏小瓶装的比较常见。两者都具有类似剃须油的软化胡须功效，同时又可以滋润和爽滑肌肤。此类产品的最大优势在于容易清洗、不会持久粘附刀片。涂抹在脸上以后，注意用手或者修面刷在胡须周围按摩一分钟以上，以发挥它们的最大功效。另外，很多剃须膏和剃须泡还含有天然芦荟成分，可以帮助皮肤舒缓、保湿、治愈受损的肌肤。由于甘油的保湿效果较为显著，含有甘油的此类产品无疑是我们的最佳选择。切勿选择含有苯佐卡因和薄荷等刺激性成分的剃须膏和剃须泡，因为容易收紧毛孔、抑制脱落。

- 剃须皂

堪称经典的剃须用品，历史非常悠久。跟剃须膏一样，剃须皂适合用修面刷涂抹，而且要先在剃须杯或者剃须碗中进行搅拌。充分起沫之后，剃须皂绝对好用，不过因为是肥皂的一种，容易使肌肤变干。

- 剃须胶

剃须胶最近十年来开始受到男士们的推崇，因为它能使人的脸部平滑、给剃须提供极大的便利。然而，剃须胶的不足之处也非常明显，一是不容易清洗，二是可能堵塞毛孔。

- 修面刷

为了得到完美的起泡效果，獾毛修面刷最为合适。在将泡沫涂抹在脸上的时候，它的软毛可以软化、按摩以及弄直你的胡须，保证刀片刮过时胡须依然挺立。相比之下，鬃毛修面刷的毛质更硬、毛更厚，当然也更为便宜，不过柔韧性和轻柔度会略逊一筹。

（2）剃须刀

• 电动剃须刀

电动剃须刀方便、快速、使用时间较长。尽管电动剃须刀经过多年的革新和改进，它们刮胡子的效果始终比不上手动剃须刀干净彻底。不过，电动剃须刀虽然不能像手动剃须刀那样刮到皮肤的最上一层，但也很少出现剃刀烧伤或者割伤的情况。电动剃须刀的设计样式主要有以下两种：

旋转式剃须刀有一组刀片呈中央旋转运作，圆周运动能连续不断的进行单向切剃胡须。不仅使剃须更干净彻底，不会对胡须拉扯而产生不适，而且操用宁静无震动，剃得更舒适服贴。

网膜式剃须刀刀头外侧是一层很薄的金属片，上面有数以百计的小型孔眼。该金属片以下横向并排有一到四组小圆柱形刀片。在肌肤表面移动剃须刀，伸入孔眼中的胡须会由旋转刀片切割掉。大部分电动剃须刀爱好者都认为网模式剃须刀剃须更为彻底，不过这纯属个人感觉而已。

• 手动剃须刀

避免购买一次性的剃须刀，而应该做点小投入购买上好的多层刀架安全剃须刀或者双面安全剃须刀。老式的直刃剃须刀使用难度比较大，还是留给专业的理发师为好。由两到四个刀片组成的剃须刀架剃须效果较为干净彻底（稍逊于理发师手中的直刃剃须刀），能以一定的角度切割胡须。不过，这样的剃须角度和干净程度可能使毛发轻微向内卷曲，最终导致剃须肿块和毛发内生。

比较经典的双面安全剃须刀用的是单一锋利的双面刀片。尽管这种剃须刀剃须不如多层刀架剃得干净，但是剃须过程非常顺畅，并且有助于防止肿块和对皮肤的刺激。此类产品最大的缺陷就是容易在脸上留下刮痕。

刀片或者刀架的使用寿命取决于你剃须的频率以及胡须的浓密程度。大部分安全剃须刀架和剃须刀片可以使用一到四个星期。

（3）剃须后用品

剃须后产品要能缓解灼伤、干燥、以及剃须肿块，部分产品甚至有助于治愈刮伤。

简单点说，最好选择含有维生素和维生素的须后香油和须后胶，其中的天然油脂和芦荟成分能滋润肌肤和治愈肌肤暗伤。

内置防晒功效的剃须后用品同样是比较可靠的选择。须后水的酒精含量偏高，容易让肌肤失水，所以要避免使用。当然，如果你打算使用传统的须后水，可以通过轻拍敷在你的脸上。用量不要太多，少量多次。

倘若你不希望购买价格高昂的香油或者面霜，不妨用凉水敷面来收敛你的毛孔，轻拍使之变干，最后涂抹常见的润肤霜即可。如果你的脸部肌肤在剃须之后生出皮疹，尽量使用水基型润肤霜。如果你真的想将剃刀烧伤扼杀在萌芽状态，最好使用冰块而不是凉水敷面，这样那些受到刺激的毛孔就会立马收紧。

4.如何清理体毛

目前没有一种经得住考验的方法能够帮助我们永久性地去除体毛。但是有些技术确实可以帮我们一劳永逸地减少体毛的生长。我们来看看这些功效强大的体毛处理技术。

- 电动拔毛器

电动拔毛器其实只是一个很小的电动机器，配有橡胶滚筒或者螺旋弹簧，用来夹住毛发、连根拔起。

- 脱毛药

使用脱毛药也叫做“化学脱毛法”。脱毛膏是指溶解毛发中的蛋白质结构、并使之从表皮中脱离出去的涂剂。冲洗之后，你的体毛也将不翼而飞。

- 上蜡脱毛

上蜡脱毛能将成片的毛发连根拔起。目前市面上有很多种技术和产品可以进行上蜡脱毛，你可以从中选择一种适合你的产品或者找专人代办。

- 激光去毛

用激光扫描你肌肤上的小块区域，就能摧毁其中的毛囊、妨碍毛发的生长。据传激光去毛法最适合肤色较浅、发色较深的人士。

5.古龙水与皮肤类型的搭配

在选购古龙水方面，除了少数从大学时代就开始成为某种香水的忠实拥趸之外，大部分男士一般都会觉得什么好闻就买什么。但是选对古龙香水可不能只靠你自己的鼻子——要看哪一款适合你的肌肤。一种香水的味道会因人而异，因为古龙水的气味其实是男士的肌肤和古龙水配方之间发生化学作用的产物。

（1）与肌肤类型相配的古龙水

古龙水的品质和效力跟诸多因素有关，比如饮食、环境、遗传乃至行为举止（受压状态、吸烟与否等等）。但是，关系最大的还是你的肌肤类型和值水平。一般来讲，肌肤的油性程度与古龙水的香味浓度成正相关，反之亦然。

- 油性肌肤

油性程度偏高的肌肤说明主人体内的代谢反应较为活跃。而肌肤表面额外多出的油脂会跟古龙水相互作用，产生强劲持久的芳香。相对地，人体分泌过多的油脂（包括汗液），将会与古龙水相合形成难闻的怪味。为了避免出现这种情况，白天我们应该少喷古龙水，并且优先选择芳香清淡的种类、或者麝香和芦荟含量较少而花果香味较多的古龙水。适合一般人夏季使用的古龙水是油性肌肤男士平时喷抹的最佳选择。

- 干性肌肤

喷涂在干性肌肤上面的古龙水消散得比较快，所以喷涂的频率要比较高。不过，因为古龙水是以酒精为主要原料，频繁喷涂容易让肌肤进一步失水、进而可能损伤已经偏干或者敏感的皮肤。有鉴于此，干性肌肤男士应优先选择“水性”的古龙水。此类古龙水芳香浓烈，在干燥或者寒冷时节维持的时间较久，有效减少了频繁喷涂的需要。

- 敏感肌肤

皮肤敏感的男士最大的危险就是在使用其他护肤品的同时喷涂强劲的古龙水。如果你的脸上容易长疹子和痤疮，那么你在使用强劲须后香油和身体喷雾的同时，最好不要使用古龙水，因为很容易出现过敏反应。

至于说敏感性肌肤适合购买哪一种古龙水，我们可以跟干性肌肤男士一样选择水性的古龙水，不过最好排除化学合成成分而选取纯天然原料。

（2）应当避开的古龙水配方

很多古龙水都含有化学合成成分，而其中比较常见的几种容易引发皮疹、荨麻疹、皮炎或者湿疹等皮肤性疾病和常见的呼吸道疾病，包括：

- 苯甲醇
- 乙酸苄酯
- 苯甲醛
- 柠檬烯
- 沉香醇
- 蒎烯
- 乙酸乙酯
- 丙酮

（3）喷涂古龙水的诀窍

为了取得最佳效果，你可以在喉咙、手腕、胸部或者脖颈两侧（最好是同时在这三个部位的一到两处）喷涂古龙水。因为这几个部位是人体脉搏强劲的地方，耗散的热量比较多，使古龙水和你的天然油脂发生最佳的交互作用。

记住这条规则：人们只有足够靠近你，才能闻到古龙水的香味。如果你走进一个房间，人们在两米之外就开始耸动鼻子，那只能说明你喷的太多了点。在没把握的情况下，建议少涂。

结束语

读完这本《时尚宝典》之后，你已经掌握了所有的男人时尚基础知识。我们相信，你了解到的这些时尚常识足以让你形成自己的时尚风格，随时保持时尚形象，拥有不俗的时尚品位。不过，这还远远不够，时尚在变，潮流在变，你需要不断的关注时尚发展和流行趋势。好在供你进阶的资源无比丰富，你完全不用感到迷茫，牛男网就是任何男人的最佳时尚课堂。

作为目前国内最前沿的男性时尚生活风尚网站，牛男网会一如既往地为你提供最新最酷的时尚指导和国内外时尚潮流资讯，让你先睹为快 ……