

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):数据部落 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

你绝对没想到,“丑小鸭逆袭”,照片有多劲爆!

原创: 咪蒙 咪蒙 2016-05-24



(麻文瀚)

“时间是最好的PS。”

有什么比看着自己的银行存款越来越多,更爽的事吗?

有,就是看着自己越变越美。

尤其是,当你无意中碰到自己曾经暗恋的男神时,
原来在他眼里没有存在感的你,突然让他眼前一亮,
这种虚荣心被满足的快感,
简直比中500万来得还要猛啊。

反正我是没有过这种体验。

但是,有好多同学就在享受着自己变美之后带来的种种福利哦。

上上周六我不是发了“丑小鸭逆袭”的征集吗?

然后不出意外的,又又又收到几千封邮件,
竞争太激烈了,大家都拼了,纷纷拿出自己压箱底的丑照,
我一封封翻完之后才发现,
妈蛋,原来时间才是最好的PS啊。

不说了,大家快来看看吧,见证奇迹的时刻到了。

1、麻文瀚



咪蒙点评：以前的照片就是小时候班上的逗比，变帅之后，哦漏，真的不是韩星吗？

逆袭的方法和体验：首先是美白，毕竟一白遮百丑，看了网上的美白小偏方，用白醋洗的脸，比例么也是网上看的。后来把眼镜摘掉戴了隐形，穿衣服也越来越有品味了。平时会健身，打篮球和在寝室健身练腹肌。在这个努力让自己变好的过程中，慢慢地、一点点地提升自己。

2、李瑞清





咪蒙点评：这就是我们公司98年的鲜肉实习生，从书呆子到男神的完美逆袭有没有？赶快擦掉你们的口水！他是属于我们公司的私人财产！

逆袭的方法和体验：小时候牙齿不整齐，又戴了眼镜，那时候丝毫没有意识到外貌的存在，每天都只关心我喜欢的历史以及打撸啊撸。

初中我妈让戴牙套，一开始我是拒绝的。老妈答应我，只要戴牙套，暑假让我玩撸啊撸玩个够，我不会那种容易被收买的人。所以我就戴牙套了。然而暑假我妈又给我报几个培训班，这是一个伤感的故事。

初三毕业我就去美国上学了，在一群外国肌肉男当中，深感自己身高不够。于是每天疯狂打篮球，身高一下子窜到180cm，总算没给祖国丢脸了。

也没觉得自己有多帅吧，只是在学校经常有男生找茬。（咪蒙：你确定是找茬，不是另一种示爱吗？）走在路上，也会有女生来搭讪。（咪蒙：搭讪多正常，没扑倒都算是克制的。偷偷告诉大家，我们公司超多女生对他虎视眈眈啊，他过几天就要回国实习了，我已经准备要成立李瑞清保护协会了，这年头，女人很可怕啊）

3、交际花





咪蒙点评：这明明是返老还童啊啊啊啊。确定宋慧乔不是看了你的照片之后才弄的那个经典造型？

逆袭的方法和体验：先是减肥瘦身，减肥相当于整容这句话真不是鬼扯。

一开始我听信了谗言，吃了某人妖国出产的减肥药，脸色直接变为屎黄，还嗜睡，不意外，我在瘦了10斤之后反弹了，我真是哗哗哗了。

我也因此大彻大悟，开始控制食量，加上适当运动，我变身了!!!

现在每天在健身房2小时举铁练线条，运动真的可以让人看起来更加精神，有气场。（我脸黑，所以气场更明显好吗！）

平时不吃油腻的东西，每餐都是蔬菜水果，肠道没污垢，皮肤也自然变好啦。当然，护肤也要讲究起来啊。还有，开始化妆，看化妆技巧的微博。国内的、国外的、连b站的美妆博主都不放过。慢慢摸索，选择合适自己的风格，不断练习。

逆袭后最大的体验就是出去会吸引好多目光。而且还被搭过讪，以前我一直以为被搭讪是电影里才有的情节，太天真了。而且不管男女都对我更加友好了。还有就是我终于结束了20年的单身狗身份。

4、如楠要做行动派





咪蒙点评：我喜欢以前的你那狂放不羁的双马尾，我喜欢现在的你的全部，全部！

逆袭的方法和体验：咳咳，要变美，真的不是件容易的事，不仅要保养外在，还要丰满内心。

先说外在，要防晒！补水！我小时候像男孩一样，烈日暴晒照样到处撒欢，然后就成为了一个胖黑球...大学才知道要美，每日清理，护理，保养，多晚多累都会坚持。再配合平均每周三天，每天一小时的运动，就从高中毕业的115斤降为现在的100斤。

内在比外在调整要艰难好多，小时候因为成绩平平一直比较自卑，直到大学选了自己喜欢的专业，参加各种社团活动，还有一帮志同道合的挚友，才慢慢找回了自信，不再灰头土脸。

5、Mong子





咪蒙点评：小时候那么狂拽酷炫的剪刀手和叉腰，是对自己的颜值有一种蜜汁自信么？现在简直就是校园女神啊啊啊。

逆袭的方法和体验：听到同学说“哇！你现在比以前好看多了！”的时候，心情挺复杂的。有时候会感受到多一点路人的善意吧，比如赶公交车，公交车已经开出站了，司机叔叔也会开门让我上车。还有就是因为比以前好看了一些，知道了一点漂亮的好处，就会想要变得更好看！

方法就是，1、护肤。要了解自己的肤质和问题，针对性护肤。从初二长痘开始入了护肤的坑，走了很多弯路，现在也算略有心得，把皮肤维持在了比较稳定的状态。2、化妆。不会化妆的时候整个人五官都是模糊的！！！眉毛真的很重要，找到适合自己的眉型，起码加五分。不要怕失败，真的就是要练习才会熟练滴。以前画一个妆起码得半小时，还各种粗糙，现在画多了，五分钟出门，妥妥的。3、减肥。这个，我也还在摸索，大家一起加油。4、穿搭。多少美人被掩盖在了失败的穿搭里，多看时尚杂志，关注和自己条件相似的时尚博主，从模仿开始。希望和大家一起变美。

6、Davy刷绿漆





咪蒙点评:

现在就是典型的潮男一个，这位男生你有没有很想把以前的照片焚毁的冲动？

逆袭的方法和体验: 以前上初高中那会儿，只知道发狠读书将来考个好大学，所以每天都是肿着眼一脸懵比的样子。后来终于考上了心仪的大学，看那张拿着荷花穿着2008奥运会的就是拿到录取通知的时候。后来学了艺术，感觉打开了新的大门啊，大学里终于不要死磕书了，每天看一些设计类的书，也慢慢开始关注时尚。最重要是心态变好了吧。所以第一是得开始捯饬自己，所谓人靠衣装，第二就是心态好睡的好，肿肿眼都不见啦。

7、亿条龍馬



咪蒙点评：这两张不只是外貌的逆袭，也是性别的逆袭吧，从一个小男生成长为一个韩范美女。

逆袭的方法和体验：1、学会化妆。从网上找教程，买齐家伙就开始天天练习。

- 2、坚持提早科学护肤。我从16开始用眼霜，我很在意我的皮肤健康白皙与否，皮肤直接关系到自身气质。
- 3、保持匀称身材。我172，120斤，是肩宽粗腰腿直的微壮胖身材，目前正在健身减肥中。从今年一月开始做微博上健身博主推荐的动作，初见成效，还需坚持。
- 4、提高穿衣审美。一学。学杂志，学街拍，学明星，向她们学习穿衣。二扔。扔掉颜色怪异的、款式啰嗦的和不合体的衣服。三逛。不要总在网上买衣服，多去商场看看质量好的衣服，亲自试试。
- 5、超级干货!!! 绝对很少人注意过但是特别重要的细节!!! 就是呼吸方式，睡觉姿势，吃饭咀嚼，走路姿势。我们习以为常的一些东西却在悄悄改变着我们的样貌。

8、吴林翰





咪蒙点评：乡村非主流到萌萌的男神.....

逆袭的方法和体验：从小贪吃，并且大夏天喜欢出去玩，晒的一身漆黑，被同学开玩笑叫做“黑胖”。很不喜欢这个外号，但当时自己毫无意识，从来不会在意那些言语。

慢慢地到了初中开始有了审美，并且发现在大家眼里胖子就是胖子，并不可爱。而且，初中快毕业时感情上面受到了挫折，所以下决心要健身。初中毕业那个暑假在健身房待了2个月，逐渐有了变化。

高中生活一开始，一个暑假没见的很多同学都投来赞扬的目光，慢慢地，从一个只能给女神当备胎的角色转变成了男主角。健身的习惯从高一下学期开始，一直保持到现在。我想告诉大家 “所付出的这一切，当有一天变成了你能看见的回报，你会觉得非常值得。”

9、LyDDong





咪蒙点评：恕我直言，这不是变美，这明明是变性啊。以前为毛像男生？现在活脱脱的青春美少女啊，满脸胶原蛋白，棒呆！

逆袭的方法和体验：发型非常重要，我认为要选择适合自己的发型，并不是长发就好看，还有，发质非常重要！我大二大三的时候因为一个劲地染头发、烫头发，发尾非常干枯。所以，养好了头发再做造型，否则达不到预期的效果。

还要要化妆，我大一的时候只知道涂bb霜，戴隐形眼镜，后来慢慢一步步完善自己的。平时多关注一些美妆博主，经常看一些美妆功课和视频，然后自己多练习，化妆没有什么捷径，就是靠练习。

穿搭的话，衣服的质感非常重要，衣服质感差的话，整个人看起来都会low low的。

10、从胖到瘦的三月er





咪蒙点评：以前那张浩瀚的大脸，跟我有得一拼，那姿势，那表情，真的很像我哎。为毛你长大了就变美了，我还是那个死样子，我去哭会儿。

逆袭的方法和体验：这个话题，我太有发言权了，高中的时候很胖很丑，心里格外自卑，有时候听到同学嘲笑，晚上睡觉都会委屈得在被窝哭。就这样胖了一整个中学，到高三我才开始意识到要减肥。那时候别人吃晚饭的时候我就去跑步，下了晚自习也继续去跑步，不得不说运动真的很有效，不仅体重慢慢降，而且身体变好了(以前虽然胖，但是是个虚弱的胖子)。直到高考结束的那个假期，我真正瘦到100斤，那个假期就吃得很健康，蔬菜水果吃得多，主食吃得少，可能就这样慢慢养成了吃不胖的体质了。

那个假期我开始看杂志看美妆博主，学化妆，到大学开学时我已经可以熟练地化妆了。现在大学马上毕业，高中同学都有点不敢认我了。加油吧妹纸们，我们只要努力都可以变女神。





咪蒙点评:

完全是年龄逆袭了好吗。以前为毛有种生无可恋、看破红尘的沧桑感，变美之后完全青春靓丽呀。

逆袭的方法和体验: 不断地看一些化妆视频，学习一些搭衣服的技巧，和几个比较潮的小伙伴做朋友吧。有几个眼光比较好的朋友真的很重要，因为我每次自己一个人买的衣服都不堪入目。还有就是要努力奋斗多挣钱吧，因为只有你有钱了，你才能买到更适合自己的东西，不管是衣服还是化妆品，别为了省钱买质感太差的衣服，因为过不了多久你就会淘汰它。还有内在也很重要！一定要自信！相信你是最棒的！还有多看书！多看咪蒙写的文章！因为真的很励志！每次看完都有大干一场的冲劲！哈哈哈，这个请给我满分，我不骄傲！

12、李慧玉



咪蒙独家
mimeng7



咪蒙点评：小时候有种可怜巴巴的感觉，走过路过都想捐两块钱啊，现在感觉你完全是白富美，要给我捐钱了阿。

逆袭的方法和体验：天啊噜，发生了什么，转变太快是吗？大学舍友看过我的照片都一致认为，我上辈子不只是拯救了宇宙这么简单！好吧，其实在看到小时候的照片时，我也一再跟我妈确认，这真的是我吗。变美后最大的感触就是，情书和表白与日俱增，就连去食堂打饭都会比别人多一个鸡腿，去喝咖啡老板多送份果盘，结账老板主动抹零。

至于怎么变好看的呢，一是运动，初中后我打羽毛球，做仰卧起坐，个子长高了，腹肌至今依旧明显。二是多吃水果，什么水果都吃，水份越多越好。三是热爱生活，有自己的爱好，培养气质。爱看书的女孩子，长大后气质明显与其他人不同啊。

13、杨二疯子



咪蒙点评：以前为毛那么黑？现在不就是传说中的宅男女神吗，妹子你长得这么好看应该过得很辛苦吧，因为每天有太多的追求者要拒绝了，好想体验一下这种辛苦哦。

逆袭的方法和体验：第一张是我18岁时拍的，那会儿真是我最丑的时候：短发，自来卷，夏天晒得特黑，丑得没人样儿了。第二张就是美照啦～我的建议是，女生如果短发不是很有范儿，那就把头发留起来，拉直清纯一些，

烫卷成熟一点，出去玩的时候能不戴眼镜就别戴了，夏天涂防晒霜，打伞！真的很重要，女孩子晒得跟非洲人一样，真不好看。还有就是瘦！胖了真的穿什么都不好看！！！美了有什么感受？你在逗我吗？美的优势不想说太多，怕你觉得我在嘚瑟。。。。。毕竟这是个看脸的社会。没有很绝对，但优势的确很多。

14、@刘硕-Leo





咪蒙点评：如果你觉得单眼皮的男生不帅，那可能只是因为他胖而已。看看逆袭之后这性感的小眼睛和小酒窝。

逆袭的方法和体验：减肥。以前每顿吃两碗米饭，减肥的时候吃一碗，一周三次健身房从来不间断，三个多月，我就成功地瘦了50斤。

哦对了，还要奉劝每一位想减肥的人，千万别盲目地饿着减肥，少吃不代表不吃，周围很多人虽然靠死饿着瘦下来了，但是会脱发的！！

讲真，减肥这种事不可能立马见效，要慢慢来，疯狂饿着真的会导致身体许多器官出现问题。我希望每个人，不管肥瘦，都可以变成自己想要的样子。

15、不愿透露姓名的王同学





咪蒙点评：看到妹子的第一张照片，吓得我也就多吃了三只小龙虾而已，看到妹子逆袭后的照片，把我励志到了，又再多吃了半盒。

逆袭的方法和体验：照片里的这个人是我的高中同学。第一张是她高一的样子，第二张是现在高三的。我觉得真的是.....完美逆袭。呃，具体方法我问她，她就说都是血和泪的心酸史，为了减肥变好看她都吞着减肥药跳郑多燕，天天敷面膜，各式各样的。她爸爸还是比较严厉的那种，所以没有零用钱去买这些，她只能靠着中午不吃饭省饭钱去买需要的护肤品，虽然我觉得这种方式不太健康，但是，依然励志。

16、wry lucky





咪蒙点评：对比妹子以前和现在的照片，原来瘦和白才是王道啊，也只有长成这样的才有资格当一个明媚忧伤的少女，要是我这样45度仰望，会被同事骂傻逼的。

逆袭的方法和体验：小的时候比较胖，肉肉的，长大后堆在一起的肉分布到全身，自然就瘦下来了，就是老人口中的长开了。我觉得变瘦了以后样貌没有很大变化，其实我不觉得是变好看了，只是可能更符合大众对于一个女孩子的期待，我觉得无论什么时候，健康和自信都是最美的。每个人都有自己的风格，女孩子要学会在意自己的外表，学会打扮穿适合自己的衣服。没有丑女人只有懒女人。

现在，会有人搭讪了，qq和微信会有附近的人打招呼了。得到大家认可的，也更加自信了些。

17、西梅



咪蒙点评：以前真的好屌丝啊，感觉你把整个衣柜的衣服都挂在身上了，现在完全文艺美女，知性又少女，美呆了。

逆袭的方法和体验：丑胖走到哪，哪都会有鄙视的眼光。从小被叫小胖子，自己家人都叫自己肉肉。

变了之后才知道世界可以这么和平、友善。只要瘦了整个人都会变得不一样。

想瘦的姑娘不要吃减肥药什么的，伤害身体还会反弹。只要管住嘴迈开腿，多吃水果少吃肉，坚持一个月就会看到成果。多用点适合自己的护肤品，并不一定贵就是好。干净自然就是最好。宁可身上有洗衣液或者发香也不要劣质香水的味道。加油，每个姑娘都是潜力股。

18、有个姑娘叫孟孟





咪蒙点评：姑娘，你小时候头上那朵大花，哦漏。现在长得好大气啊，我喜欢！我可以拿你现在的头像冒充我自己吗，我知道你不会介意的对吧？

逆袭的方法和体验：每天坚持敷面膜，每天睡前坚持拍爽肤水精华乳液面霜睡眠面膜眼霜，化妆前一定做好保湿隔离防晒，一定要用好的护肤品和化妆品。

我大一的时候每天坚持贴双眼皮贴，居然变成了大双眼皮！！！跟整容不能比，但真的双了很多，双眼皮会让整个人变很多。大二的时候交了一个做服装设计的男朋友，衣品突飞猛进。

总之，变美是个漫长的过程。想要不整容，就需要减肥，美白，防晒，护肤，护肤更是需要坚持，还有打扮，穿衣服，化妆。我婴儿肥消失之后下巴本身就比较尖，但是还是天天做瘦脸操，虽然现在也不是特别美，但是比小时候好看多啦。

19、漫子



咪蒙点评：从乡村种田小妞进化成文艺女神的节奏啊。

逆袭的方法和体验：等。时间有时是把杀猪刀，有时也是把整容刀。人长大了，婴儿肥自然而然就没了，中学的时候，眼皮还时双时单，到了大学人一瘦下来，已经完全变成双眼皮。取下眼镜，人就已经变了很多。

天天化妆。起初化妆的时候，磨磨蹭蹭一个小时，也是一个眉毛高一个眉毛低，一边脸红一边脸更红，自带舞台效果。但是天天化，现在花了全妆也才5到10分。勤能补拙啊。

听说出生时，医生把我抱给妈妈看，妈妈真诚地对我说了第一句话，妈呀，怎么这么丑。不过我是很乐观的，毕竟女大十八变，我满怀期待地等着18岁，终于，到了18岁，我长成了上面那个粉红色的妹子。我摔，没人告诉我是越变越丑的啊！

还好，上大学之后，慢慢有了变化，现在也偶尔能听到家人以外的人夸我漂亮了。

20、红豆库洛姐弟





咪蒙点评:

姐弟双杀啊，有什么比两个人一起都变美了更励志的事吗？！

逆袭的体验和方法:

弟弟：我们在没逆袭之前，生活得挺辛苦。周遭的嘲讽，他人莫名的敌意.....但最可怜的是自己内心深处日渐强烈的自卑和无助。于是下定决心，拼命地改变自己。节食，减肥，说实话，一开始挺痛苦的。慢慢地，发现裤子松了，开始有异性打量你，开始敢把自拍放朋友圈了...当开始听到有人用男神这个词形容自己时，感觉这一切来的很快，却又太迟，也许是因为自卑久了吧，心里的感觉很复杂。

姐姐：丑小鸭时代自卑又敏感，只能啃书本，情人节、女人节超羡慕那些有巧克力收的女孩，只能自己偷偷跑去买一盒送给自己，哈哈。逆袭后有点不知所措，不知如何与人相处，感情方面也一直很被动。童年阴影面积不小，不过现在可以轻松地和单位的男神聊天还是件很开心的事。嗯，所以不要觉得小时候丑一点才不会影响学习，它关系到小孩的性格成型，那可是一辈子的事。

看了上面这些同学的逆袭史，是不是觉得很燃很励志，我发现大家变美的方法都差不多，主要是减肥+美白+化妆。我以前说过了，美貌不仅仅是一种天赋，美貌更是一种勤奋。当你没有天赋的时候，你只能勤奋了。放任自己丑，就是对自己的不尊重。看完之后我觉得好燃啊，是时候该运动起来了。

跑步去买小龙虾好了。

你们是不是也觉得很燃，快用投票告诉我，你觉得哪位同学的反差最大。

投票时间截止到周四（5月26日）下午6点，你的一票能决定谁能拿到**2000块**的奖金哦！

长按指纹
一键关注



微信号：咪蒙



微信 ID：mimeng7

