

换季穿衣不纠结 看衬衫如何“老调新唱”

壹周街拍

最近的气温忽高忽低 ,犹如过山车 ,穿什么 成了姑娘们上班出门前最费脑的事。YSL 品牌创始人曾说 :女人只要有数不尽的连衣裙、衬衫和半身裙就可以体面地过一生了。外出可遮阳 ,进空调房能保暖 ,如此看来 ,衬衫这件单品堪称 万能 。可见衣柜里没有一件衬衫是万万不能的。

可别一提到衬衫就只想到银行柜员同款 ,衬衫的 路子 可广着呢。哪个姑娘的衣橱里没个三五件衬衫 ?不费力就超时髦 ,看看本周街头的她们如何花样玩转基础衬衫 !

见习记者 马忆玲



LOOK1

搭配重点 波点衬衫

复古又俏皮的波点元素一直深得时髦精喜爱。豆沙绿与清新白的衬衫让整体变得更加明亮 ,色调也更有趣。白色的铅笔裤既凸显出上身重点 ,又简化了全身色系。将一边的衬衫衣尾塞进裤子 ,顿时摩登了起来 !

LOOK2

搭配重点 白衬衫

款式简洁、面料精致的白衬衫绝对值得来一件 ,因为它永不过时。自带慵懒气质的睡衣风白衬衫弥漫着法式风情 ,为柔美的黑色镂空蕾丝半裙增添了随意感。简简单单拎个亮色小包就能完美出门啦 !

LOOK3

搭配重点 领结衬衫

领结衬衫堪称学院风的代言人 ,想要少女感 ,就来这一件吧。不需要复杂的图案 ,胸前一个简单的长领结就足够具有甜美气息 !相同面料的百褶短裙 ,再换上同一色系的小礼帽和编织凉鞋 ,已足够吸引眼球。

LOOK4

搭配重点 条纹衬衫

条纹本身就有显瘦的作用 ,在气候适中的春末 ,是条纹衬衫搭配T恤的最佳时机。黑白宽条纹衬衫作为外套 ,搭配藏蓝色阔腿裤 ,潇洒帅气。层叠穿搭法不仅让造型更有层次 ,还能在行走间带出波浪起伏的飘逸感。

美媛荟/心灵课程

与心中烦恼来一场心灵会话

我们常说 ,被莫名的烦恼围绕 ,可烦恼真是 莫名 的吗 ?其实不然。我们往往只顾着消灭它 ,却从未静下心来探究它的真实模样、从哪儿来 ,以致于没过多久 ,它便再次嚣张地跑回来。正所谓 斩草先除根 ,近日 ,来自各行各业的学员们端坐在明净素雅的厅室中 ,跟随着国家心理咨询师、企业魂内训训练师呈呈柔缓的声线 ,与心中 烦恼 面对面进行了一次心灵会话。

呈呈老师说 ,当我们把一件事情视为 问题 时 ,烦恼便初生了。这时候 ,第一要务应当是停止钻牛角尖 ,试试放弃当事人身份 ,抛开问题、还原事情本质始末。

在呈呈老师看来 ,我们的情绪正如手掌 ,有正有负。而愤怒、悲伤、焦虑等负面情绪即是漩涡 ,不当的反抗和一味地逃避 ,都将面临被其淹没。如果我们愿意在找到根源后 ,接受负面情绪的合理存在 ,将 手掌 翻转过来 ,完成健康的转换 ,就能做情绪的主人。

随之 ,呈呈老师建议各位学员扪心自问一句 :我的电影好看吗 ?她说 ,每个人的人生都是一场不可中途离场的电影 ,我们既是主角 ,也是编剧。那么 ,因电影不好看而焦躁怎么办 ?有什么办法可以换成自己喜欢的电影呢 ?不妨 换一张底片 。而我们的信念、认知、价值观就是我们人生电影的底片 ,打破自设的框架 ,人生并无绝对。

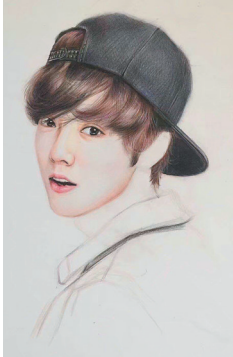
你觉得最能带给自己力量的情绪是什么 ?学员们不约而同答道 :平静、喜悦。呈呈老师点头称是 ,她说 ,这些正面情绪像是让心灵有了 家 ,筑就了安全感。我们穷尽一生都在寻求心灵上的真实愉悦 ,这个过程是由外向内的。我们追求属于自己的房子 ,追求事业有成 ,追求不老容颜 ,是因为它们在某种程度上能带给我们情绪上的满足。但在 纵里寻它千百度 之后 ,蓦然回首才会发现 ,快乐却在 灯火阑珊 处。呈呈老师说 ,快乐并非远在天边 ,它就在每个人的心中。心灵课程的意义所在只是引导大家去感知 ,而 修行 则存在于生活的一丝一缕中。



见习记者 马忆玲



扫一扫报名



艺海拾贝

作者简介

朱艺涵 ,15岁 ,就读于永康中学 ,师从永康市油画艺术研究会会长、永康市美术家协会副主席吕福年 ,学习西画(素描)5年。朱艺涵的西画(素描)作品笔法细腻、形神兼备、富有灵气。