

大鹏◎著

旅行色彩心理第一人

一种色彩，改变整个旅行！

行·色

用色彩心理破解旅行正能量



化学工业出版社



行·色

用色彩心理
破解旅行能量



化学工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

行·色/大鹏著. —北京: 化学工业出版社,
2013.1

ISBN 978-7-122-16267-0

I. ①行… II. ①大… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第003656号

责任编辑: 王 津 李岩松
责任校对: 陈 静

内文设计: 
封面设计: 芒果设计

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号
邮政编码100011)

印 装: 北京博海升彩色印刷有限公司
880mm × 1230mm 1/32 印张7 $\frac{1}{2}$ 字数 220千字
2013年4月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 32.00元

版权所有 违者必究

大路朝天 悦色不变

在网上很早就知道了“大鹏背包走天下”这个网名，但直到二〇一二年九月份才真正与他从虚拟的网络世界走到实际的现实生活，通过多次的电话后感觉比较好，于是我们终于在某天策划了一次“萍水相逢”。

两个陌生人可以很快成为兄弟和密友还是有很多方面的原因，其中离不开相互对事业对生活的共同理念和理解，更重要的一个原因，是我们都带着生存愿望，从零开始，从贫穷开始，从怀揣奋斗创业的梦想开始。因为我们都是带着生活渴望，从家门口开始，从城市开始，从一直都在不断寻找生活的飞翔开始。

今天是我第一次那么认真地阅读大鹏的文字，与他交往后才发觉在他平实祥和的仪态之下竟然还藏着一份如此狂野之心和如此浪漫之情，那些细腻的文字在我的阅读中已经跳跃出来在屋内飞翔，文字所表达的思想与我的旅行体验有着很多相同之处。“金色的阳光一点点飘移在古格遗址的上空，在这个千年土林之上，仰望天空，深蓝，没有一丝云，广阔，如同大海的深邃。”

人在旅途，万物复苏，越是走在户外之途，越是被触动和感悟。

大鹏十几年户外的经历，八次进藏，八次进疆，十次进川，十二次进滇，

序

包括他徒步进入西藏南部边境线的墨脱之旅，让他有足够的心灵释放来寻回他真实的体验和思想，传递他对于西藏人文旅行的理解。

一次次的冲动，一次次的欣喜，一次次的回忆，一次次的流连忘返。

他决定把他经历过的那些令人难忘的旅途和这些积压在心中很久的热情，用他自己特有的观点去诠释，从色彩分析和色彩心理的角度去解释自己对于旅途的理解，有故事、有幻想、有狂野、有浪漫，于是他写了这本书。书中向你展示了一幅幅色彩斑斓的旅行思想画卷，不同的颜色，不同的地方，不同的理解，不同的幻想。“蓝色，是灵性、知性兼具的色彩。明亮的天空蓝，象征希望、理想与独立；暗沉的蓝，象征着诚实、信赖与权威”。

书中那么多的目的地都被作者分别注解和剖析，在阐述作者自己对于色彩与旅行的关系的理解之时，也为读者奉上了自己的全部色彩思想。从白色的阿里、蓝色的梅里雪山、黑色的澳门、紫色的泸沽湖、黄色的江南水乡，以及粉色的丽江。每一章节都用自己对于不同色彩的分析理解把各个色彩分成了不同的符号，再把每个符号冠在每一段旅途的目的地之中，延伸出更有深度的意义。

白色的阿里，大路朝天。

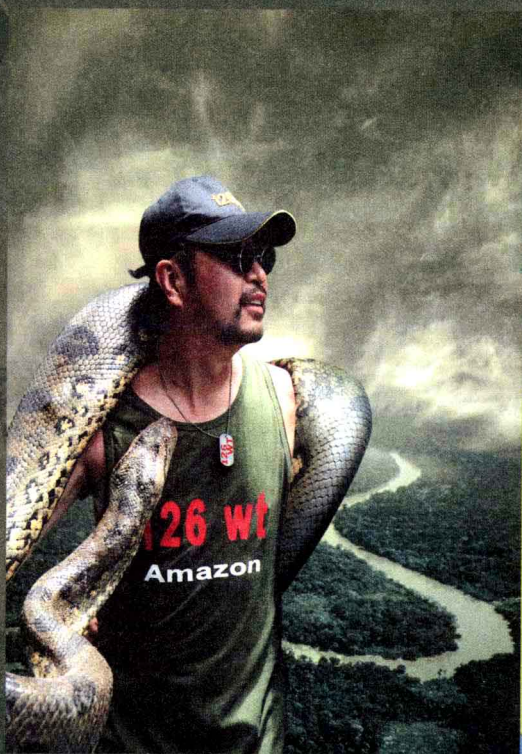
紫色的泸沽湖，一段爱恋永远不变。

“经历了商海潮水，也经历了失败的痛苦，内心有一种渴望宁静的追寻，蓝色成了我最佳的选择”，作者在书中也这样描述他自己。

旅行已经成为人们物质生活水平提高以后的一种生活、精神上的升华，每个人都有自己的理解和追求，也都有自己对于旅行不同的付出和收获，就像作者在书中把各个不同的目标融化在不同的色彩中，融化在千变万化的想象之中，融化在你我追求生活、追求梦想的幸福之中。

勉励大鹏新书的同时，我也勉励自己：无论命运是否多舛，大路朝天。无论生活是否多变，热爱工作，热爱旅行，热爱家庭，永远不变。

序



纪录片《去你的亚马逊》主创、《行家》旅行杂志主编
梦野（@行者梦野）

前言



梦想

那灵动的世界、流动的风情、瞬间的感受、日出日落的永恒、迷茫中迸发灵魂的颤抖……将这些片段串联起来，预定了下一个旅程就是梦想。

有限的时间内追逐无限的空间，行走在一个自我的旅程中，因为有了梦想，旅行就多了一份方向。

旅程中，那些灿烂的笑容，瞬间的感动，都可以让内心升华、体验、快乐，这就是梦想。

在路上

梦想有多远，我们就可以走多远——只要你敢想。

渴望行走，不只简单因为梦想。

因为你的生活只是一个琐碎的人生片段，才有了我们行走在路上的渴望。

旅行只是一个过程，我们跟着自己去旅行。

我不是在旅行，就是在去旅行的路上。

心灵

来去匆匆的旅行错过了一路的风情。

虽然旅行对于我们来说，只是行走的过程，但有些地方，足可以让你停下

前言

来。睡到自然醒，慵懒地晒晒太阳，喝一杯咖啡，读一本书，发发呆，用心去品味走过的路，那或许便成了意外的收获。

远离喧嚣、逃离繁杂，找寻的不只是这个城市或风景的本身，而是要唤起你心中的某些回忆，让心灵得到一丝宁静。

旅行色彩心理

这些年来，虽然给很多旅行杂志做过专栏，也在博客和论坛上与朋友们分享旅行中的经历，但提到写书，还真是大姑娘上轿头一回。开始下笔的时候我有点茫然了，竟然不知道该如何下笔……

那就从我为什么要旅行开始吧！

旅行是我的一种生活，但绝不是生活的全部。

旅行让生活更加精彩。

每一个人都有演绎生活的方式，我也不例外。无论生活精彩或平淡，在终点没有到来的那一刻，其实你我始终都在路上。这一点，是我行走很多年才悟出来的。

旅行，顾名思义，就是从一个地方到另一个地方，观察身边的景色和事物，行万里路，读万卷书，相对来说是一种个人行为。那么，为什么要从一个地方到另外一个地方去呢？也许不同的人会给出不同的答案，但我想，离开一个地方的最原始理由，应该是逃避。逃避，既是对残酷现实的一种逃避，更是一种对自己不愿承担的责任的自我逃避。人类之所以生存下来，都是依赖这种“美德”。

在日常生活中我们看到许多人的心理问题，表面上有各种各样的理由和原因，但归根结底，大多都源于人类对痛苦的逃避。（心态）失衡、失恋、失意、失去的经历让人们产生极大的心理创伤，许多人在未来生活中面临相似问题的时

前言

用色彩心理
破解旅行正能量

行·色

前言

候，采取的态度就是回避，用心理问题来掩盖潜意识中的真相。

例如孩子用“生病”来逃避上学，癌症病人通过遗忘来逃避面临的痛苦。通过这些方式和行为让自己和痛苦隔离，获取短暂的舒适，避免不安和恐惧。

如果一个人敢于直接面对这种痛苦，而不是用逃避的方式来解决问题，那心理问题就会迎刃而解。许多症状只不过是给自己找的理由和借口，如果可以更理性地去看待问题，更真诚地去面对真实，所有的心理问题都可以解决。

知道了为什么去旅行，那么接下来的问题就是：去哪儿旅行？时下，旅行是一股热潮，席卷了全中国，可是大部分人都是人云亦云。今天听到有人都谈论西藏，那就去西藏；明天听见有人在议论塞班，那就去塞班；后天听说有人在讨论斐济，那就去斐济……可是人们唯独忽略了自己的状态是否真的适合去这些地方。即使去了这些地方，沿着他人走过的路线再走一遍，意义又在哪里呢？

起初行走的时候，捧着一本地图册，看那不同区域的划分，我一脸茫然。试图寻找哪里是高山、哪里是大海、哪里是草原……如果地图是以行政区域来划分的话，我更想把不同的地方用不同的色彩来表示，当然，这里所说的色彩并不是地图本身区别地貌的颜色。人生本就五光十色，如果每一种颜色都代表了一种不同的心理状态，那么旅行的目的地，也应该按照不同的心理状态来进行选择。

当你需要灵感的时候，当你需要清空自己的时候，当你需要平静的时候，当你需要活力的时候，当你需要浪漫的时候，当你需要温馨的时候，当你需要和朋友相聚的时候，当你和闺蜜携伴出行的时候……

人生是由不间断的选择拼凑而成的，而不同的选择所带来的或大或小的影响也必然是不同的，无论我们如何决定，在选择之前都会出于某种原因，或是直觉，或是潜意识，或是经验……那么好吧，人生的众多抉择，大鹏也许都不能帮你出谋划策，但对于旅行，色彩也许会给你一个理由。

目录

白

拆掉思维里的墙



壹章

拆掉思维里的墙

白色，象征纯洁、神圣、善良与信任，有时也会给人疏离、梦幻的感觉。当你需要做某种重大决定之前，可以跟着白色去旅行。

P2 白色阿里
P13 旅行白色心理分析
P14 白色推荐

紫

你若安好，便是晴天



贰章

你若安好，便是晴天

紫色，是优雅、浪漫，并且具有哲学家气质的颜色。紫色在自然界中较少见到，所以被引申为象征高贵的色彩。淡紫色的浪漫，像隔着一层薄纱，带有高贵、神秘、高不可攀的感觉；而深紫色、艳紫色则是魅力十足，有点儿狂野又难以探测的华丽浪漫。当你想要与众不同，或想要感受浪漫中带着神秘感的情侣远游时，可以跟着紫色去旅行。

P30 紫色泸沽湖
P47 旅行紫色心理分析
P48 紫色推荐

目录



第三章

希望是设计出来的

- P60 蓝色香格里拉
P71 旅行蓝色心理分析
P72 蓝色推荐

蓝色，是灵性、知性兼具的色彩，明亮的天空蓝，象征希望、理想、独立；暗沉的蓝，意味着诚实、信赖与权威；正蓝、宝蓝在热情中带着坚定与智能；淡蓝、粉蓝可以让自己，也让对方完全放松。蓝色在美术设计上，是应用最广的颜色。想要使心情平静时，需要思考时，可以跟着蓝色去旅行。



肆章

幸福女人计划

- P85 粉色丽江
P105 旅行粉色心理分析
P107 粉色推荐

粉色，象征温柔、甜美、浪漫、没有压力，可以软化攻击、安抚浮躁。比粉红色更深一点儿的桃红色则象征着女性化的热情，比起粉红色的浪漫，桃红色是更为洒脱、大方的色彩。女性闺蜜一起跟着粉色去旅行吧！

目录

黄

人生若只如初见



伍章

人生若只如初见

黄色，是明度极高的颜色，能刺激大脑中与焦虑有关的区域。艳黄色象征信心、聪明、希望；淡黄色显得天真、浪漫、娇嫩。当思念对方、恋人生日、同学聚会选择出门旅行时，可以跟着黄色去旅行。

P117 黄色江南
P128 旅行黄色心理分析
P130 黄色推荐

绿

死在路上也不错



陆章

死在路上也不错

绿色，给人无限的安全感，在人际关系的协调上可扮演重要的角色。绿色象征自由和平、新鲜舒适；黄绿色给人清新、有活力、快乐的感觉；明度较低的草绿、墨绿、橄榄绿则给人沉稳、知性的印象。所以当你想参加集体远行、向往自然或以运动为主题时，可以跟着绿色去旅行。

P142 绿色婺源
P155 旅行绿色心理分析
P156 绿色推荐

目录



黑

那些年，我们一起走过的路

P172 黑色澳门

P187 旅行黑色心理分析

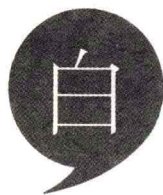
P189 黑色推荐

黑色，象征权威、高雅、低调、创意，也意味着执著、冷漠、防御。当你渴望寻求灵感或希望静静地怀念过往的时候，可以跟着黑色去旅行。

柒章

那些年，我们一起走过的路

P204 推荐
P220 后记



White

拆掉思维里的墙

那一天，
我闭目在经殿的香雾中，
蓦然听见你颂经中的真言；

那一月，
我摇动所有的经筒，
不为超度，
只为触摸你的指尖；

那一年，
磕长头匍匐在山路，
不为觐见，
只为贴着你的温暖；

.....

——仓央嘉措

白色阿里

本来是想在喀什这个南疆商贸之都小住几天，没想到一夜无眠，直到当天边再一次渐渐露出了鱼肚白。好了，我决定向拉萨进发，也许那个曾经无数次洗礼我心灵的高原会给我一个答案。

现实情况是，如果从喀什出发去拉萨，要穿越阿里无人区，虽然去过西藏已经四次了，但始终没有勇气一个人上路。

由于新藏线路上不通班车，包车又太过昂贵，我决定搭车前往目的地——阿里。

阿里是高原屋脊，神秘的古格王朝、圣湖玛旁雍错、圣山冈仁波齐无一不是藏族群众心中不可替代的圣地。

无论是那绚丽的色彩，奇特的高原地貌，还是那神秘的传说，阿里都成了无数探险家的目的地之一。阿里是一个可以释放心灵，寻回最真实自我的地方，这一点当我走近的时候，才恍然大悟。

在路上这么多年，直到后来才明白了一个简单的道理——世界并不是用来征服的。

阿里，在我的心中是一个无限圣洁的地方，给人信任，让你内心中全面地释放自己的情感，行走在这里，如梦如幻。

圣山冈仁波齐，山形如同橄榄形状，峰顶如七色圆冠，周围像八瓣莲花。山顶常年积雪，如玉砌冰雕，直入云霄。那如同金字塔般的标志山形震撼了多少曾经彷徨的灵魂。每年从印度、尼泊尔前来转山朝圣的信徒们，为的都是洗涤那内心的惶恐无依。

