



于西蔓 著

男士

个人色彩与着装风格诊断

女人送给男人的 最好礼物

西蔓色彩 关注 中国男士形象

- 首次揭示男士个人整体形象规律奥秘，教你花最少的钱、用最短的时间迅速成为魅力男人！
- 无数政府官员、企业家、白领、主持人、演艺明星及大众男士拥戴的实用着装秘笈！

花城出版社

西蔓提醒

男人,千万别 忽视形象!

95%的男士不会成功地装扮自己

国内几乎没有为男士提供形象指导的机构

西蔓系列丛书教男人：穿衣之道有捷径

- 客观的肤色诊断，给男人一个理性的服装用色规律
- 精确的款式风格分析，给出男人科学的服装鞋帽的型的规律
- 公式化的一劳永逸的剖析，顺应男人无兴趣没时间的特性

女人送给男人的 最好礼物

西蔓色彩 关注 中国男士形象

- 首次揭示男士个人整体形象规律奥秘，教你花最少的钱、用最短的时间迅速成为魅力男人！
- 无数政府官员、企业家、白领、主持人、演艺明星及大众男士拥戴的实用着装秘笈！

ISBN 7-5360-4345-7



9 787536 043459 >

定价：46.00元

COLOR & STYLE PERSONALITY
男士个人色彩与着装风格诊断 OF MEN

于西蔓 著 ■

花城出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男士个人色彩与着装风格诊断

于西蔓著.

—广州:花城出版社,2004.5

(西蔓色彩时代)

ISBN 7-5360-4345-7

I.男...

II.于...

III.男性—服饰美学

IV.TS976.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 037084 号

责任编辑:林宋瑜

技术编辑:赵琪

出版发行 花城出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号)

经 销 全国新华书店

印 刷 广东佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区)

开 本 760×1040 毫米 16 开

印 张 8.5

版 次 2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印 数 16,000 册

书 号 ISBN 7-5360-4345-7/TS·18

定 价 (半精装) 46.00 元

如发现印装质量问题,请直接与印刷厂联系调换。

睿智的头脑 + 优良的仪表 = 成功男人

WORDS FROM XIMAN

西蔓寄语

男人的世界被事业、责任和名誉打造得铿锵硬朗，哪有时间像女人那样将自己悉心装点面对世人？在成为职业形象咨询顾问之前，这曾是我的持论。

大约八年前，我的学习渐次进入了男人形象领域，一时内名师著作中各类高歌男人形象的话语令我耳目一新，而制鞋大师Ferragamo的一句话彻底置换了我的前任观点。

“男人的优雅，是将自己的人格和地位穿在身上，并且强化它。”

的确，对男人的形象研究的久了，才发现男人的许多品格真的是可以穿在身上的。当一个男人真的读懂了自身的特质，能寓个人品性、

阅历、才干于服饰之间，那传递出来的一定是一种凌驾于一己形象之上的品格，而这看起来上品而优雅的品格实际上诠释了一个男人完美的魅力。

提升男人的魅力，这个任务既古老又现代，只能古词新说。

古词一般说，男人的魅力来自内心，来自学识美、道德美、胸怀美，总之都是内在美。

新说强调，男人的魅力还应来自外在形象，体魄美、健康美和个性美。

问题是，当男人们拿着这些“旧语新说”内外包装了一番之后，有时仍然找不到魅力得到了提升的感觉。

问题出在哪里？

我认为，男人的魅力提升应从发现自身的个性装扮规律开始。塑造一副成功的仪表，引起别人的注意并不难，也不象女性那样复杂，关键是要“认识自己”，把握着装之道，才能享受成功形象。

男人寻找着装规律，是从两个关键点开始的。

- 一是寻找个人色彩搭配规律；
- 二是寻找个人着装风格规律。

寻找个人色彩规律是指您会在众多的色彩中找到那些与您的肤色最相配，适合您发挥个人魅力的颜色，并能了解到各色间的搭配法则。掌握了这一规律，您就可以得心应手、潇洒自如地出席各种场合，尽情展现自己的色彩气度与风范。

寻找个人着装风格规律是指帮助您依据个人的脸型和身材找到适合的服装款式、质地、图案以及配饰的风格样貌等。夏奈尔曾经说：“流行来了又去，只有风格永存！”风格是令男人在茫茫职场和生活中卓而不凡的根源。

如果说这本书能从一个通俗的角度给男人一点帮助的话，那就是它会帮您重建形象。

我主张，魅力来自色彩，品味源于风格。由于我们处在一个“不以外表判断人是愚蠢的人”这样的时代，注意力经济势必把男人推向一个新的形象高度，而我谨希望在本书中带给您达到高度的秘诀。

CONTENTS

男士个人色彩与着装风格诊断

目录

- 006 西蔓寄语
- 008 目录
- 011 解密优良仪表

- 012 您的着装烦恼
- 014 解密优良仪表
- 015 解析规律 科学着装
- 016 西蔓观点——着装是男人的战略问题

017 个人色彩定位

- 018 人体是有颜色的
- 019 嗜好色不等同于适合色
- 020 先来认识一下色彩
- 024 实用配色技巧
- 026 人体色对穿衣的影响
- 027 怎样确定自己的用色规律
- 自我诊断色彩季型 轻轻松松对号入座
- 030 春季型人 春的联想 春季型人用色原则 配色高手方案——西装衬衫领带的色彩搭配
职业场合的色彩搭配 半职业场合的色彩搭配 休闲场合的色彩搭配
- 036 夏季型人 夏的联想 夏季型人用色原则 配色高手方案——西装衬衫领带的色彩搭配
职业场合的色彩搭配 半职业场合的色彩搭配 休闲场合的色彩搭配
- 042 秋季型人 秋的联想 秋季型人用色原则 配色高手方案——西装衬衫领带的色彩搭配
职业场合的色彩搭配 半职业场合的色彩搭配 休闲场合的色彩搭配
- 048 冬季型人 冬的联想 冬季型人用色原则 配色高手方案——西装衬衫领带的色彩搭配
职业场合的色彩搭配 半职业场合的色彩搭配 休闲场合的色彩搭配
- 054 西蔓观点——好“色”应有道

055 个人着装风格定位

056 认识形

058 认识男性的人体形特征

060 男性人体形特征的规律

061 怎样确定自己的着装风格

062 **夸张戏剧型** 夸张戏剧型的联想 戏剧型男士特征 戏剧型风格的服饰特征——
西装和大衣 衬衣和领带 休闲装 配饰

068 **潇洒自然型** 潇洒自然型的联想 自然型男士特征 自然型风格的服饰特征——
西装和大衣 衬衣和领带 休闲装 配饰

074 **端正古典型** 端正古典型的联想 古典型男士特征 古典型风格的服饰特征——
西装和大衣 衬衣和领带 休闲装 配饰

080 **性感浪漫型** 性感浪漫型的联想 浪漫型男士特征 浪漫型风格的服饰特征——
西装和大衣 衬衣和领带 休闲装 配饰

086 **摩登前卫型** 摩登前卫型的联想 前卫型男士特征 前卫型风格的服饰特征——
西装和大衣 衬衣和领带 休闲装 配饰

092 西蔓观点——细节打造成功男人

093 场合穿衣经

094 职场着装

职业主角——西装

099 休闲着装

100 社交着装

领带的场合语言

104 场合转换法术

106 西蔓观点——涉猎激情搭配

107 打造科学衣橱

108 打造科学衣橱

109 衣橱要则

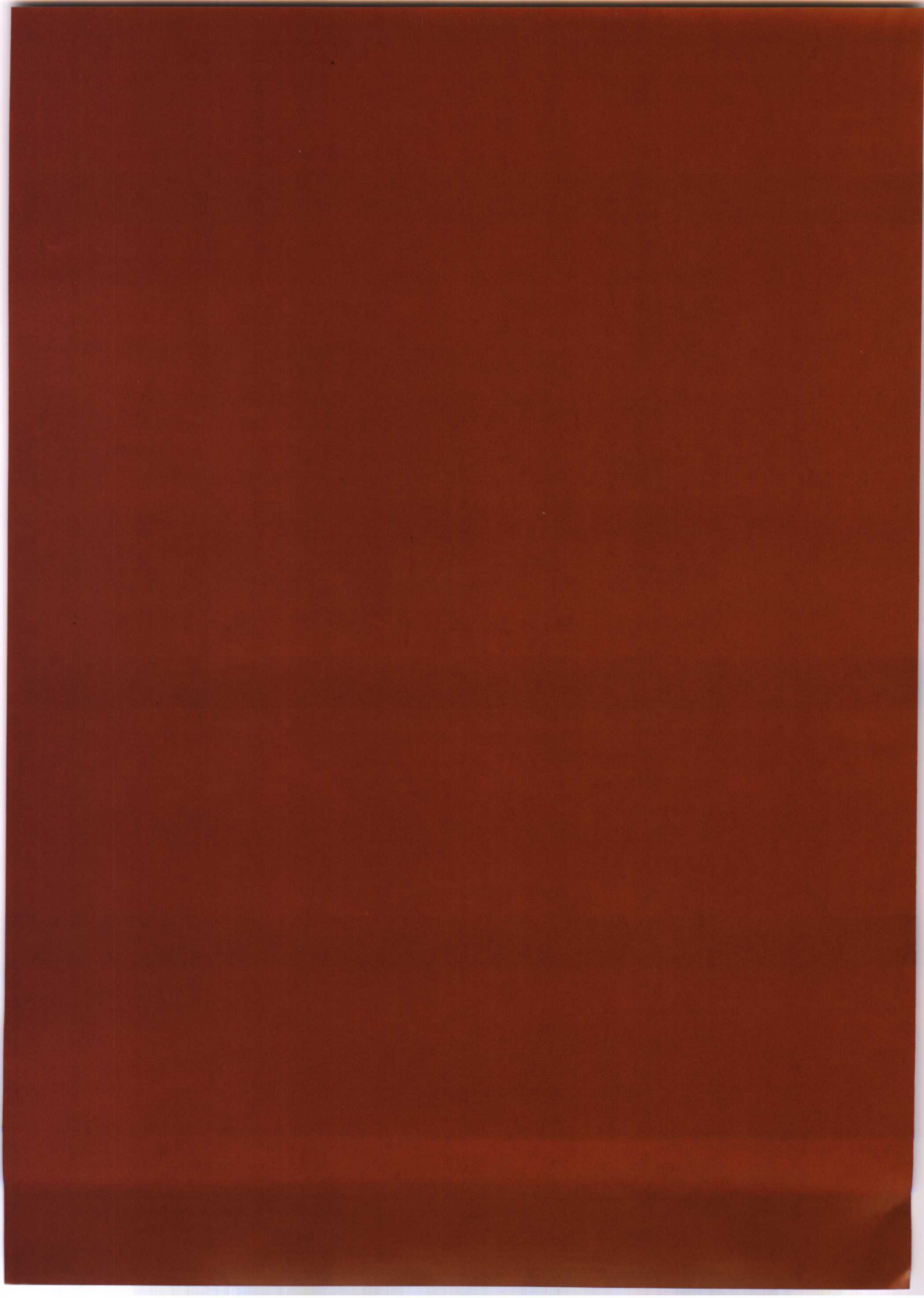
110 建立服装秩序

112 如果你不是标准体型

115 西蔓观点——男性扮靓三部曲

116 后记

120 附录



解密优良仪表

REVEAL YOUR GRACE PHYSICAL LOOK

优良
仪表

01

解密优良仪表

REVEAL YOUR GRACE PHYSICAL LOOK

您的着装烦恼



我们的解决方案

打开衣橱，
发现永远只是寥寥几色……

需要确定个人最佳色彩群，
找到所有适合自己的颜色。

在各种场合，
既怕不出色，
又怕太出“色”……

缺少场合间颜色变幻术。

着装总与别人雷同，
怎样才能个性化？

需要确定个人着装风格。

想随心情随场合变换款式，
但怕太出“格”……

缺少场合间款式变幻术。

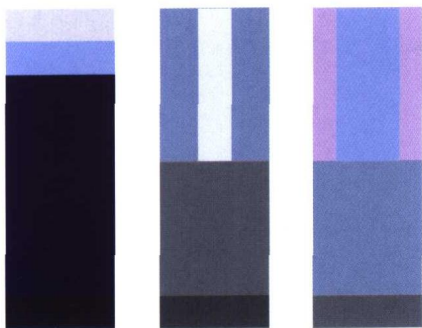
衣橱里衣服不少，
但搭配起来没几套……

打造科学衣橱，规定数量。

身材不标准，怎么办？

只要突出身材上的优点就行。

解密优良仪表



个人色彩
定位

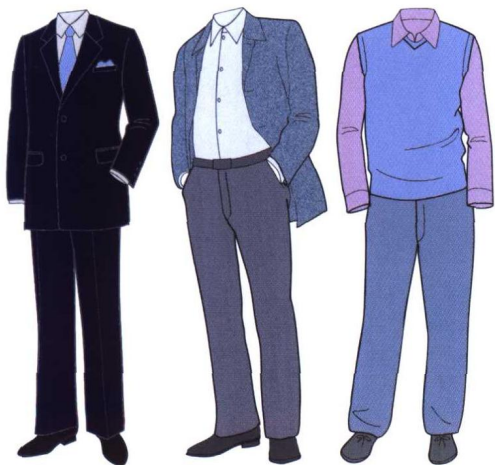
个人着装风
格定位



优良的仪表

场合
穿衣经

打造
科学衣橱

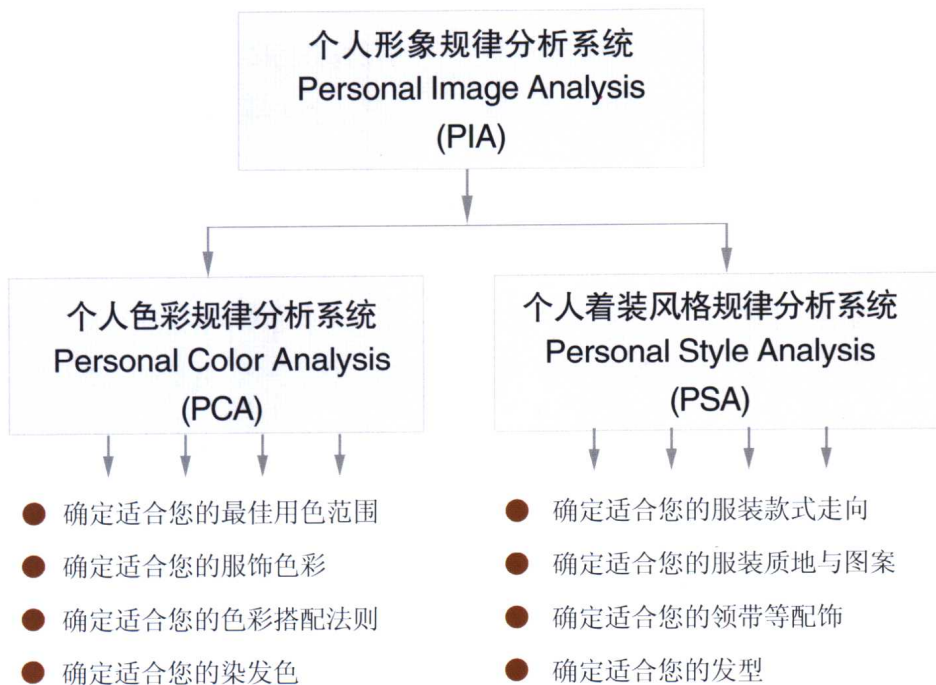


解析规律 科学着装

随着时代的发展，人们对美的追求越来越倾向于人本化和个性化。也就是说，人们已经不再满足于千人一面的装扮跟随“偶像”的脚步，而是转而关注“自身”，以自己为出发点。这种装扮观念和审美意识的转变，引发了人们重新审视自己的形象定位，关注自己的装扮规律。

“西蔓个人形象规律分析系统”的确立和运用，是教您用科学的方法选择服装，使每个人都能够真正明了自身特质，充分挖掘自我形象的潜力，彻底明确自身的装扮规律。并且，它将教会所有的人自信地取舍装扮物品和细节技巧，最大限度地发挥个人魅力，真正感受知性购物与装扮的自由和愉悦。

西蔓个人形象规律分析系统



XIMAN'S VIEW POINT

西蔓观点

着装是男人的战略问题

很多人都认为上个好大学，有一份好事业，娶位好太太，生个好孩子是人生中最大的战略问题，岂不知形象装扮才是先于此前的人生中最大的战略问题。你把这个问题看得越重，策定得越完善，实施得越准确，你的人生目标就越能得到卓越的实现。

太多的人对形象的重要性做了生动而深刻的描绘，莎士比亚说：“服饰往往可以表现人格。”心理学家迈克尔·Null·布洛博士说：“仅通过解读他的衣着和行为，你就可以十拿九稳地确知他的本性。”而我

则说——形象是男人能力最好的广告。

现在，我们所处的生存空间正是信息爆炸与注意力经济兼容并存迅猛发展的世界。我们已经失去了过去那种悠悠共事二十年来互相认知博取信任的从容，你的着装必须要盛下你的知识结构、文化底蕴、职场能力和人生阅历，才能助你瞬间交下智者，稳取商机，夺得事业江山。

因此，形善为荣已成为大事，打造好自己的形象，既是走向成功的通行证，也是事关大局的人生战略问题。

个人色彩定位

YOUR PERSONAL COLOR TYPE