

章齡文\著

辽宁科学技术出版社

3

你炫出光彩魔力，无限延伸色彩的想象！

此书由台湾培根文化事业股份有限公司授权出版

图书在版编目 (CIP) 数据

绝色彩妆搭配手册 / 章龄文著. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2000. 1

ISBN 7-5381-3072-1

I. 绝… II. 章… III. ①化妆 - 色彩 - 基本知识

②服装 - 色彩 - 基本知识 IV. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 47697 号

辽宁科学技术出版社出版

沈阳市和平区北一马路 108 号

邮政编码: 110001

辽宁美术印刷厂印刷

各地新华书店经销

责任编辑: 李 夏

封面设计: 刘冰宇

版式设计: 原 舒

责任校对: 王春茹

开本: 850 × 1168 毫米 1/32

字数: 130 千字

印张: 5 1/4

印数: 1 — 5 000 册

2000 年 1 月第 1 版

2000 年 1 月第 1 次印刷

定价: 26.00 元

邮购咨询电话: (024) 23263845

绝色彩妆

搭配手册

章 龄 文 / 著

辽宁科学技术出版社
沈阳

本书惟一的目的是

——希望女性更具自信美、更亮丽！

目

录

第1部分

魅力光彩学

光线和色彩交互作用，焕发在你身上的是美丽光彩，还是毫无光彩？全新色彩学原理“光彩学”，教你找出与肤色、发色协调的色彩，焕发个人魅力，使你漂亮出众。

光彩的魔力 · 8 进入光彩的世界 · 9

第3部分

光彩造型 DIY

你是不是心动了？别再犹豫了，新时代女子的生活哲学，就是“绝不忽略任何一个可以展现魅力与美丽的机会”！无论是上班、约会、休闲，还是宴会时刻，掌握本书提供的最佳彩妆（眼影、腮红、唇彩）、服饰色彩搭配建议，绝对使你绝色动人、超凡出众……

本书使用方法

想更美丽吗？先从熟悉脸部彩妆部位名称，了解各章节编辑理念、设计用意开始吧！

第2部分

发现你的光彩美

肤色、发色和服装的色相、明度与彩度必须均衡而协调，才能绝色出众！3项轻松、活泼的测验，教你快速找出自己属于哪一种光彩色系？详尽介绍8大光彩色系的特质、最佳光彩与禁忌……

找出你的自然光彩 · 14

光彩8大色系——

星光系 · 22 子夜系 · 24 月光系 · 26 霜白系 · 28

日出系 · 30 阳光系 · 32 日落系 · 34 晨曦系 · 36

约会光彩 · 40 上班光彩 · 72

休闲光彩 · 105 宴会光彩 · 136

本书使用方法

想成为光彩亮丽的美人吗？翻阅本书的同时，你已经踏入成功第一步了！先从本书的第1部分（魅力光彩学）开始吧，搭上全新的“光彩学”色彩搭配列车，了解了色彩和肤色、发色交互作用的原理以后，你将知道——找出适合自己的光彩色系有多么重要！再透过第2部分（发现你的光彩美）所设计的简单、活泼的测验，你绝对可以找到自己属于哪一种光彩色系，并了解8大光彩色系的魅力在哪里……愈来愈接近美人行列！

别急着翻阅第3部分（光彩造型DIY），先体会一下编辑的“用心良苦”吧。为了使你能够确切地掌握化妆技巧与色彩，务请留意本页的功课：熟悉脸部化妆部位名称、基础眼影画法，以及了解第3部分版面设计的架构，才能买对（或使用对）正确颜色的彩妆品或服饰，并且正确上妆，使你漂亮出众。

穿着场合

推荐造型所适合的穿着场合

彩妆解说

该选用什么颜色的眼影、口红来与服装搭配呢？请牢记脸部彩妆部位名称，并留意文中眼、唇的用色方式，保证你也可以画出款款出色的彩妆。

色卡

我们提供了服装/眼影/口红颜色的色卡，你可以沿虚线剪下随身携带，方便于购买彩妆品及服饰时对比。

约会光彩

● 选色光彩搭配手册

极 淡彩的粉红色调是最适合星光系的。一般人以为约会的时候粉红色是最好的色彩，但因为原本就是个很有个性的漂亮女孩，太过粉红的色调反而会让人以为你是那种恃宠而骄的坏女孩，淡彩的粉红调则会柔化你原本发色的刚硬，增加你甜美的气质。至于款式，以小洋装或两件式的非正式休闲装或套装为主。

化妆

冰粉红色是最适合在白天的约会时穿着的服装色彩。化妆时你不妨在打粉底前先用白色修饰粉底孔在鼻梁、下眼袋等处做修饰，上完粉底后会显得更加透明、更有立体感。眼影以冰粉红色淡淡地刷上一层即可，千万不要画得太用力，以免产生眼皮浮肿的感觉。口红用玫瑰色添加一点红调的感觉，也可以不用唇膏，完全改用粉状玫瑰色的唇彩上妆，有点俏皮甜甜甜蜜蜜。口红则选涂上点淡粉红色即可。



服装

眼影

口红

脸部化妆部位名称

(高亮度)

眉骨

眼窝

腮红

T字部位

眼头

眼尾

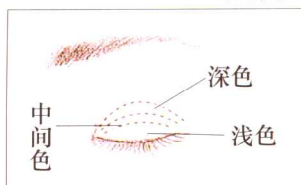
(重点色)

唇线

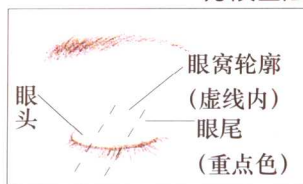
唇中

眼影画法

层次法



分段画法



星光系

洗·炼·俐·落 / 紫红色

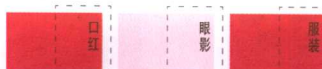
如果你喜欢成熟一点，你不妨试试紫红色的衣服，因为紫红色浓郁的色调会产生难以抗拒的魅力，特别适合夜晚的约会。事实上，紫红色也是充满时尚感的色彩，你可以挑选比较成熟的非正式套装，给人都会女子洗炼、俐落的感觉。而这种色彩在四季里都可以采用，冬天的时候也是大衣或外套的理想色彩。

magenta



化妆

穿上紫红色这样的色彩，化妆自然不能太随便，否则你的妆就白费了。可以使用带点粉红色调的粉底，并扑上透明面粉，将眼皮的化妆重点放在唇型上，以灰灰色与黑色的唇膏及眼影画出有层次感的流行角造型。眼影则用淡粉红色轻刷即可。口红颜色可以画得浓厚一点，为了防止口红晕开，可以先用紫红色的唇膏勾画出完美的唇型，再将唇膏涂满。如果不想太成熟，可以将口红省略。



约会光彩 | 星光系

47

你所属的光彩色系

辨识色块

我们依使用者便利原则，将四大穿着场合：约会（粉红）、上班（粉蓝）、休闲（粉绿）、宴会（粉紫）等时刻，分别以不同颜色色块来区分，以方便你翻阅和搜寻。

推荐服装色彩

彩妆示范

依推荐色卡指定的色彩，所达成的妆彩搭配效果呈现。

部分

魅力光彩学



光线和色彩交互作用，
焕发在你身上的是美丽光彩，
还是毫无光彩？
全新色彩学原理“光彩学”，
教你找出与肤色、
发色协调的色彩，
焕发个人魅力，
使你漂亮出众。



光彩的魔力

在介绍什么是“光彩”之前，我想先跟大家分享我自己的小故事。在故事中，我将告诉大家，我对自我的忽略所造成的影响，以及我如何忆起自己一直从事的色彩工作，使得我下定决心提笔与你们分享我的《绝色彩妆搭配手册》。

记得我还在化妆品公司上班时，有一阵子我换了新的办公室，习惯每天上班穿戴正式、整齐、明亮的我，为了跟公司的新同事打成一片，开始学公司的员工们一样穿起牛仔裤、运动T恤。还记得那一阵子每次回娘家见到我母亲时，她总是问我：

“是不是工作太累，你的气色看起来好差！”原先，我不以为然，但数次相同的问题让我忍不住仔细照照镜子，也许是害怕母亲重复同样的疑问，有一天，我准备在下班后直接回家陪母亲共渡晚餐，于是我在出门前便重拾起款式明亮整齐的正式套装上班。

正巧，当天公司里来了一些客人，由于习惯应付这种场面，我主动接待了这些客人，并且耐心地向她们一一解释公司的产品。没想到老板夫人打电话到公司主动找我谈话，称赞我当天装扮得宜、态度亲切，她的朋友都皆口称赞我那天的表现，她们想再度来公司消费，并且指名由我来服务。挂上电话的那一刻我才忽然想起自己长久以来所犯的错误：我为了迎合环境与他人的习惯而失去了自我，我忘记“我就是我，一个独一的个体，有自己的风格与特色”，没有必要为了他人而改变原本适合我的光彩。

由于重新找回自己的光彩，在那之后，我在工作上受到相当的肯定，同时，我也并没有因此而失去同事们对我的尊重。这使我相信最美的人是最有自信的人，是一个懂得掌握自己的特色，能建立出属于自己的色彩形象，展现个人独特气质韵味的人。



究竟什么是光彩呢？我想，不用说你现在也应该猜到了，那就是最适合自己的穿着打扮，由外到内所散发出来的自信美。但是，自信的美又谈何容易呢？从我前面所说的故事中你也知道，像我这样一个曾经从事多年光彩教育，自称为光彩美学形象顾问的人，都曾经因一时的迷失而犯下了色彩造型选择上的错误，更何况是一般没有色彩造型概念的人呢？

不过，你也别担心，就是因为我自己有过这样的经验，我才开始着手这本手册的编写，想让你可以免于同样的困扰，跟我一起做个自信的美人。你做好心理准备了吗？在我们寻找个人独一无二的自信美之前，我想先带你进入光彩的世界，让你了解什么是美丽的捷径。

进入光彩的世界

我认为，美人的宣言必须从“色彩自主权”开始，因为在你的穿着打扮上，色彩占着非常重要的比例，你必须先发现适合你的色彩（无论是服装或化妆），才能创造出自己的极致光彩。而我所要谈的“光彩”也就是从“自我认知”出发，先经由色彩的解析，找到最适合你穿着的服装与化妆色彩，进而掌握光彩。

你也许经常听到朋友们说：“我不适合穿黄色。”或是说：“我男朋友说我穿粉红色很好看。”这些笼统的色彩概念，往往让你错失许多美丽而且适合你的色彩。其实，每个人都有属于自己的色彩群，而这些色彩并不是单纯的黄色、绿色或红色。事实上，每一种色系你都可以穿，只是每



个人所适合的同一色系色彩其彩度、明度有所不同而已，但是一般人对色彩的概念太过于狭隘，常把色彩当成一个简单的识别符号，结果你可能一年四季都只穿黑色或白色。

在另一方面，大多数的人在选择色彩时，也非常容易受到环境的牵制，好比最近流行紫红色，大家便一窝蜂穿上紫红色；或是某位偶像明星的打扮受到欢迎，你也开始模仿。不只是流行有这样的魔力，有时办公室内有某位美女的打扮吸引了公司的男士，也许就会有女同事开始模仿她的穿着，或是她所喜欢的色彩，而结果却往往只是惹来“东施效颦”的封号。

我想，你并不是故意要犯下这些错误的吧！但是色彩学实在有太多复杂的理论，让人头昏眼花，却始终搞不清楚自己到底适合什么色彩。我刚开始在国外学习色彩的时候，也和一般人一样搞得乌七八糟，同时，国外的那套理论又很难让人完全接受，特别是运用在东方人身上时，往往让人觉得还不如直觉

地选择自己所喜欢的色彩要来得更贴切。所以，在回国半年后，我尝试将所学的色彩理论重新消化，并且把各派色彩理论加以对比，我发现从色彩的根源来探讨色彩，才是最直接，而且能让人轻易想象与理解的。

“光”是色彩的根本，没有了光，也就没有色彩，而色彩却能随着光产生不同的变化。“光彩”就是因为“光线”对色彩如此重要而得名。我所提出的“光彩学”是依不同的光线产生不同彩度的色彩，所设计出的全新色彩学理念，它是大自然中一日内光线的变化所造成的色差，来将色彩分隔成八大组色系，其中四组为冷色系，分别是：星光、子夜、月光、霜白；四组为暖色系，分别是：日出、阳光、日落、晨曦。





这套理论有别于长久以来常被使用的“四季色彩学”，由于四季色彩学是西方人发明的，研究的对象大多也是西方人，无法满足东方人的特质。而我的老师唐娜·费斐女士本身也是黄种人，她针对东方人的肤色研究20年之后，成为全世界第一位专为东方人设计配色系统的色彩咨询家。虽然她的理论也是针对东方人所设计的，但由于气候与遗传的因素，仍然需要加以修正，

因为东方人即使都是黄皮肤、黑头发，但是每个不同地区人种的肤色与发色仍然不同。所以我又依每个人不同的肤色与发色，将色系的判别做了修正，再来决定你是属于哪一色系，应该如何依自己的特征来判断自己的最佳色彩，建立属于自己的光彩形象，展现个人的独特气质。

我以DIY的概念来编写这本手册，就是因为对一般没有学过色彩学的人来说，想要在短时间内读通适合自己的色彩简直是太难了，而你的青春无法等着你来学习。现在你不用花太多的时间来学习，只要在这本手册中就能轻易找到你的美丽，因为《绝色彩妆搭配手册》最主要的目的就是强调以你自己的肤色与发色协调的色彩为主，帮助你找出适合自己的穿着与化妆色彩，让你更出色。

说到这里，不知道你是不是开始动心了？事实上，在实际生活运用时，“光彩”绝对能让你轻易变得年轻漂亮，只要你按着手册上的方法，它会让你避免犯下同样的错误，同时让你更快速地找到自我的魅力。准备好了吗？就让我们一起开始做个魅力女人吧！

部分

发现你的光彩美



肤色、发色和服装的色相、
明度与彩度必须均衡而协调，
才能绝色出众！

3 项轻松、活泼的测验，
教你快速找出自己属于哪一种光彩色系？
详尽介绍 8 大光彩色系的特质、
最佳光彩与禁忌……



找出你的自然光彩

为什么穿上某些颜色的衣服会让你出色，有些反而会让你看起来不健康或疲倦呢？因为穿着的衣服颜色会反射在皮肤和头发上，改变你原本的外形，尤其当你穿着比较亮的衣服颜色时，这种状况就更加明显了。其实，肤色、发色和你所穿着的服装颜色间的组合，是让你漂亮或不漂亮的主要原因，不管搭配什么样的服装、饰品，肤色、发色与所穿的服装与饰品的色相、明度和彩度都必须均衡而协调，才能让你更加出色。

了解色彩以及色彩对你外表的影响，可以让你表达出自己所想传递的讯息；熟悉最适合自己的色彩，会让你的外在与感官上都感觉到自在。在你发现自己的光彩之前，你必须了解自己的特性，也就是我所说的“个人的自然色彩”。

每个人的自然色彩都是由皮肤、头发的颜色所构成，因为每个人的发色、肤色各不相同，所以每个人都有专属的特殊光彩。



肤色

人类皮肤的色素主要由红色素（血红素）、黄色素、棕色素（黑色素）组成，每个人的肤色都有这三种色素，只是成分不同而已。因此，东方人的肤色可分为多组色系，如象牙白、黄棕、褐色等，都是因为色素的不同而产生的多种肤色。一般来说，肤色中黄色色素比例比较高的人属于暖色调。但肤色是属于冷或暖色调与皮肤黑或白完全无关，虽然有些肤色比较黑的人看起来好像偏暖色调，但那只是因为棕色素较多，比较容易晒黑。这就好像白种人中有属于暖色调肤色的人，而黑种人当中也有冷色调肤色的人。



发色

发色也是你身上非常明显的特征之一，仅次于肤色，对你的外表有很重要的影响，除非染发，否则你的头发颜色必定与肤色相称。东方人的发色多半偏黑或棕色，但是时下流行染发，也可能会影响你的外在。发色也可分为冷色系和暖色系，例如黄棕色发色偏暖色系，黑发则偏冷色系。

☆你知道自己是属于八大色系中的哪一组色彩?

TEST
《测验

1

为了帮助你鉴定自我色系，
请填写下列问题：（单选）

- ☐ 1. 我的发色很黑或偏深棕色。我的肤色白皙。
- ☐ 2. 我的发色很黑或带点深棕色。我的肤色比较深。
- ☐ 3. 我的发色有点偏浅棕或黄棕色。我的皮肤满白的，或是白里有点透黄。
- ☐ 4. 我的发色偏浅棕或黄棕色。我的肤色比较黄或黑。

《选项分析》

若你选第 1 项，你较适合冷色系——淡色调色彩

若你选第 2 项，你较适合冷色系——深色调色彩

若你选第 3 项，你较适合暖色系——淡色调色彩

若你选第 4 项，你较适合暖色系——深色调色彩



自我光彩色系鉴定，是帮助你自我检查你的发色和肤色的类别，以区分你本身的“自然色”是属于冷色系或暖色系。如果你选了（1）或（2），代表你的自然光彩属于冷色系，所以你应该选择偏冷色调的服装，会让你看起来神采奕奕；选（3）或（4），代表你的自然色属于暖色系肤色，所以偏暖色调的服装比较适合你。