

丽山 编著

寻找你的美丽

西南师范大学出版社

1308394

分类号

G41

86

寻找你的美丽

丽山 编著



CS1496926

重庆师大图书馆



西南师范大学出版社

(川) 新登字 019 号

责任编辑 徐兴旺

封面设计 李 柯

寻找你的美丽

丽山 编著

西南师范大学出版社出版、发行

(重庆 北碚)

新华书店重庆发行所经销

武汉皇冠彩印厂印刷

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 4 彩图: 8 字数: 90 千

1993 年 7 月第一版 1993 年 7 月第一次印刷

印数: 1—10000

*

ISBN 7-5621-0884-6/C·10

定价: 4.20 元

序

最适合你的颜色使你最美丽

每天清晨醒来，你要去干什么？准备以什么样的色彩迎接每一个早晨呢？

你了解什么是最适合你自己的颜色吗？

能够将你衬托得更美丽、使你神采奕奕，说不出的舒适感觉，那就是最适合你自己的颜色。然而，最适合你的颜色与你喜欢的颜色可能不同。如果你能了解什么颜色适合自己，并且积极地去运用它，那么，从明天起，你将不会再为选错颜色伤脑筋，不会在各种场合比如和人约会、社交及宴会及工作交际时觉得自己很尴尬，也不会在选择颜色时犹豫不决了，你對自己將更有信心，人們也會頻頻贊嘆：“你愈來愈漂亮了！”

本書的每一個策略、主張、都能給你一種新的生活感受，幾種不同的“顏色個性”供你選擇，可使你變成目光閃亮的少女、俏麗的法國娃娃、時髦模特兒或楚楚動人的高尚仕女等類型使你更迷人。

目 录

第一章 颜色强调个性

人际沟通妙方——色彩	(4)
错用了颜色，真吃亏！	(7)
选择颜色之前，先检视生活方式	(10)

第二章 了解你的色调

发挥颜色的魅力	(18)
“颜色个性”自我测验法	(21)
整体的颜色：你属于那一型	(29)
目光闪亮的少女型=黄色调	(29)
俏丽的法国娃娃型=金色调	(30)
高尚仕女型=蓝色调	(32)
时髦模特儿型=纯色调	(33)
各类型适合的颜色和忌讳的颜色	(35)

第三章 颜色组合法

颜色组合的要领	(37)
逛街找颜色	(38)

第四章 使用颜色的 T (时间)、P (地点)、O (场合)

私人约会时适用的颜色	(46)
社交及宴会时的颜色	(51)

工作交际时的颜色	(55)
----------------	------

第五章 健康色

使你精神好转的颜色	(63)
能够恢复活力的颜色	(68)
成功控制食欲的颜色	(72)
具有镇定作用的颜色	(79)

第六章 成功色

让人产生明显的印象	(86)
能够表现明亮的丰采	(90)
可以散发优雅的气质	(94)
使人健康诚实的形象	(97)

第七章 控制色

情人间约会时的颜色	(101)
增进夫妻感情的颜色	(103)
有助于亲子关系的颜色	(105)

第八章 购物时选择颜色的妙方

购物的目的是什么?	(109)
找出颜色品味好的店	(111)
背景的颜色也要考虑	(113)
先决定靠近脸部的颜色	(114)
对于颜色的建议——性格测验	(118)

第一章 颜色强调个性



人际沟通的妙方——色彩

万物都有颜色。

你的手、脸，洋装，桌子、书都有各自的颜色，还有一些肉眼看不到的颜色，围绕在你的四周。不知不觉中，颜色成为生活的一部分，带给你各种感受。

假定桌上摆了黄色的柠檬，以及一束洁白的长寿菊，当你乍见这一幕时，心里一定会觉得清爽、愉快吧！但是，看到以下的情形时又会如何呢？当你走进一家餐厅，乍见白色的餐巾上倒着深红色的液体，你惊呼一声，连连后退，心里不免猜测：“是血吗？真可怕！”此时如果旁边还有一块紫色的肉块，“好恐怖”的感觉必定油然而生。为什么会有两种截然不同的感受呢？黄色的柠檬和紫红色的肉块都不曾对你说话，或是向你使用暴力。而你一看见它们，就会自然而然地产生快乐或嫌恶的感觉。

这是结合了你的知识和经验而产生的感受。但是，也有对颜色最直接、单纯的反应。例如，如果桌上的液体是橙红色的，你只会“啊？喔！”吧！人都是在无意识中，乍见颜色的刹那产生喜欢、讨厌、美丽、脏等感觉，然后给这些颜色评价。

你一定也有这种经验吧！

例如：穿着紫色针织衣服的女人给人很好的印象，或

是初次见面的男性，虽然很亲切地和你打招呼，但由于他穿了一件和他不相衬的枣红色的西装，因此使你产生反感，甚至心里想：这人看起来好不顺眼。

大凡人只要睁开眼睛就会看到各种颜色，而每次都有不同的感受。先是眼睛看到颜色，再把这些颜色传到心，心再产生感动。好像我们的心、眼、脑是颜色感觉的接受信号的器官。

其实，不仅是受信，同时也能发信。

你身上穿的衣服，你的黑发、粉红色的指甲油，一定有人在看着。当别人看到这些颜色时，一定感觉到了什么。你这一身打扮也许没有特别的意义，对方却在无意识当中，产生了一瞬间的感觉。

言辞可以经过选择才使用，以免在沟通时说出伤害对方的话，或是造成误解。尤其在双方还不太了解时，更要谨言慎行。

同样是沟通，颜色又如何呢？

色彩虽然不像言辞般强烈，但可以很快地传出讯息，产生刺激。言辞的传达不慎会引起误解。颜色也有相同的情形。

我认为，过去大家太忽视颜色了。

我们生活在强调颜色的时代，虽然常以颜色做沟通，但在选择颜色时却漫不经心。所以，为了表现自己，必须认真地选择颜色，以传达出自己的讯息。

为了传达“我是有魅力的、我是美丽的”，必须以“我

和这个颜色一样有魅力”、“我和这个颜色一样美丽”来诉求。请动脑筋表现出这种效果吧！

善用和你有关的颜色，你就可以成为主角。请用心研究、选择适合你的颜色去进行人际的沟通。

错用了颜色，真吃亏！

“我错了？”有这种感觉的人，都是由于使用了不当颜色的关系。

例如，你有没有过这样的一天呢？

你的身体状况和平常一样，脸上也化了妆，但是，看到你的人却说：“你怎么了，是不是身体不舒服？”你百思不解为何别人会这么说？

或者，你明明没有生气，却有人说：“你情绪不好啊？”而对你敬而远之。

这种情形大半是受了你的衣服和化妆的颜色所影响。有些颜色堆在脸上会产生不必要的阴影。而产生阴影的颜色，不限于蓝色或黑色。

对比色的变化并非颜色本身发生变化。而是由于颜色和颜色组合后，互相影响，使一方看起来比实际的颜色暗。由于这种情形，才使人产生错觉。

对比色所造成的变化，常见于日常生活中。说得更确实一点，那就是，所有的颜色都是对比色的连续。换句话说，我们是生活在各种颜色并列的世界里。

一点小小的变化也许会被忽略，但是，强烈的对比色发生变化时，会使我们马上有反应。例如，习惯了颜色发生变化时，便很容易吸引我们的注意力。

脸上的颜色是别人集中视线的地方，如果因为颜色的对比，而使脸部显得阴暗，那就不妙了。刻意穿的时装及化妆，反而带来了不好的效果。

当有人对你说，“你今天精神不太好啊？”时，你就该注意一下你所使用的颜色。

另一方面，我们应该考虑，平常所使用的颜色是不是正确。

当有人对你说：“你今天看起来很漂亮。”时，你先虽高兴，这可能意味着我往常给人的印象，一直是使用不良的颜色，而今天成功了。

这样想起来，你在使用颜色上，还是多多少少错了。

人的一生，有许多关键性的时刻，例如面谈、相亲、与重要的人物见面、在希望自己更出色的宴会上……这时，如果你显现出一副病容，即使你自认“我很健康”、“个性很开朗”，也无法改变别人对你留下“病恹恹”的印象。

人在一见面的五秒钟内，就会直觉地产生反应，例如，对对方有好感，或是不愿意和对方交谈等。

有一个方法可以预防别人在初见你时就把你否定。那就是，要了解自己脸上的颜色。研究哪些颜色会在你脸上造成阴影，使你看起来不明朗。

每个人的肤色看起来好像都一样，其实有很大的差异。颜色对比所发生的影响，是由于脸上的某种颜色和衣服的某种颜色并列时所产生的，因此每一次的情形都不一样，不能断然地说哪种颜色不好。在 A 脸上造成阴影的颜色，也

许能使 B 的脸色看起来容光焕发。

当你在选择颜色上吃亏时，要好好地想一想适合自己的颜色，并了解颜色的基本性质，然后，选择配合当时的目的及场合的颜色，好能成功地掌握色彩。

选择颜色之前，先检视生活方式

人们生活方式的表现，可从选择颜色的态度看出。

有的人在选择颜色时，作风大胆，有的人却很细腻。

穿着色彩鲜丽、对比强烈的衣服的人，他们的作风一定很大胆。而有些人平常喜欢朴素的颜色，却突然穿着大胆、强烈的色彩，此时表示这个人基于某种理由，希望以坚强、自信的态度过日子。

有些人非常重视周围环境，他不喜欢选择特别显著的颜色，凡事采取中庸之道，只穿颜色朴素的衣服，这也是他的个性的表现。

也有的人从手帕上刺绣的颜色，到袜子的颜色，都很细心的选择。这种人不仅关心自己，也关心周围的人，并且很在意他在别人眼中的形象。

也有人说：“什么颜色我都无所谓，我一向是穿内人买给我的衣服。”这就是他的生活方式的表现。我们可以说，这种人是属于不拘小节的类型。

无论本人是否刻意选择某种颜色的衣着，别人都能够多少从他身上的“颜色”，看出他的生活方式，这就是颜色的特性。

因此，如果你所选择的颜色正好符合你的生活方式，那就罢了，如果引起不好的误解，实在糟糕，甚至原来期待

是欣赏的眼光，却变成轻蔑的眼光，岂不可悲。

为了避免这些情形，我们不妨选择一些可以让人以为是自己生活方式的颜色。

首先，反省一下，问问看自己想为什么样的人，想做什么，然后按照自己所选择的生活方式，搭配适宜的颜色。

当你自问想选择什么样的生活方式时，可能有的人会茫然不知答案，也有人会认为，只不过是要决定颜色，何必这么小题大作。

那么，希望变得有魅力的人，回答以下各点吧！

● 问题 1

- ☐ 能够清楚地分辨出喜欢与不喜欢的颜色。
- ☒ 不喜欢别人对你提出时装方面的建议。
- ☐ 即使和自己很相称，但是因为不喜欢那个颜色，所以不愿意穿。
- ☐ 在选择物品时，大都以颜色作决定，而不是以设计、外观作决定。
- ☒ 即使款式怪异，只要自己喜欢，并不介意别人的看法如何。
- ☐ 穿上喜欢的颜色的衣服，一整天都会感到很舒服。
- ☒ 自认不喜欢和别人一样。
- ☒ 不愿意勉强穿正在流行的颜色的衣服。
- ☐ 买了许多颜色不同、款式相同的衣服。
- ☒ 不喜欢属于某一家公司，喜欢自由自在的工作。

回答“是”比较多的人，是不会顾虑别人怎么说，只穿自己喜欢的颜色的衣服。

● 问题 2

☐ 是自己很喜欢的衣服，只要有人说：“和你不太相称。”你就不再穿那件衣服。

☒ 按照当时的情况不同，喜欢或不喜欢的颜色也会改变。

☒ 很在意别人对你作的时装方面的建议。

☒ 即使不是自己喜欢的颜色，只要觉得和自己很相配，就会去穿它。

☐ 虽然希望穿出自己的个性，但也不希望穿得和别人相差很多。

☐ 自觉和别人接触的机会很多。

☐ 不太在意流行的颜色。

☐ 认为有和自己很相配的颜色。

☒ 不关心独处时所穿的衣服的颜色。

☒ 希望选择和自己相配的衣服穿。

回答“是”比较多的人，只适合穿和自己相称的颜色
的衣服。

● 问题 3

☐ 认为在工作场所中，比在家庭中快乐。

☐ 认为为了事业成功，牺牲一点自己的生活也无所谓。

☐ 与别人接触、洽谈生意的机会很多。

- ☐ 无论对于什么事，都想试试看。
- ☐ 希望被别人看成某种类型，而刻意塑造自己。
- ☐ 珍惜工作的时间，胜过珍惜和情人或家人相处的时间。
- ☐ 只要是有益于健康的事，都想尝试看看。
- ☐ 认为第一印象很重要。
- ☐ 对于心理学很有兴趣。
- ☐ 统一自己给人的印象。

回答“是”比较多的人，不妨以选择对自己有益的颜色为主。

● 问题 4

- ☐ 你是经常郊游，或是开车兜风的人。
- ☐ 你喜欢高尔夫球、网球那种能够享受大自然的的运动。
- ☐ 你每星期都在期待周末来临中过日子。
- ☐ 你很关心流行的颜色。
- ☐ 常会厌倦某一种颜色。
- ☐ 多种颜色调配在一起时，会令你感到窒息。
- ☐ 重视家庭个人的生活胜于工作。
- ☐ 在春天穿有春天气息的色彩，秋天是流露秋意的打扮。
- ☐ 会请家人为自己选购衣服。
- ☐ 不太在乎别人对自己的看法如何。

回答“是”比较多的人，是属于以季节色及流行色选