



100年来苗条、优雅的着装关键

伦敦、巴黎潮流ICON色彩大师
完美穿衣经，20万粉丝热捧

我们都是 黑衣控

魅力非凡女性的着装经

How Not to Wear Black

[英]朱尔斯·斯坦迪什 著
张宏 译



广西科学技术出版社

我们都是

黑衣控

How Not to Wear Black

【英】朱尔斯·斯坦迪什 著

张云 译



广西科学技术出版社

著作权合同登记号 桂图登字: 20-2012-005号

Copyright © 2011 Jules Standish

Originally published in the UK by O Books, Laurel House, Station Approach, New Alresford, Hampshire, SO24 9JH, UK

Published in 2013 under licence from O Books.

图书在版编目 (CIP) 数据

我们都是黑衣控/(英)斯坦迪什 (Standish J.) 著; 张宏译. —南宁: 广西科学技术出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5551-0044-7

I. ①我… II. ①斯… ②张… III. ①服饰美学—基本知识 IV. ①TS941.11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第225414号

WOMEN DOU SHI HEIYIKONG

我们都是黑衣控

作 者: [英] 朱尔斯·斯坦迪什

策 划: 耳 尔

责任编辑: 李 静

责任印制: 陆 弟

译 者: 张 宏

版权编辑: 卢 洁

责任校对: 曾高兴 田 芳

出 版 人: 韦鸿学

社 址: 广西南宁市东葛路66号

电 话: 010-53202557 (北京)

传 真: 010-53202554 (北京)

网 址: <http://www.ygxm.cn>

出版发行: 广西科学技术出版社

邮政编码: 530022

0771-5845660 (南宁)

0771-5878485 (南宁)

在线阅读: <http://www.ygxm.cn>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京尚唐印刷包装有限公司

邮政编码: 100162

地 址: 北京市大兴区西红门镇曙光民营企业园南8条1号

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

字 数: 70 千字

印 张: 5.5

版 次: 2013年11月第1版

印 次: 2013年11月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5551-0044-7

定 价: 32.00元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010-53202557 团购电话: 010-53202557

Contents 目录

前言 6

第一章 了解点黑色心理学

自古以来，男人都想知道女人到底在想什么。她们在买黑色衣服时到底是如何想的呢？

奇妙的颜色 13

气质和黑色 16

女人为什么穿黑色？你一直坚信的这些理由统统都是错的 17

第二章 黑色的真相

黑色可以让你更苗条？黑色可以让你更有品位？如果因为穿黑色，让自己苍老十岁，你愿意吗？

关于颜色的理论 37

TIPS: 名人观点 39

第三章 美丽的黑色

要选择对自己有加分作用的颜色，知道如何回避那些带来负面影响的色彩。和谐的色彩可以自然地减去脸上的岁月痕迹。

优雅地老去才是我们的终极目标 48

为什么黑色决定皮肤的年龄 51

你属于哪个季节的皮肤 53

皮肤属性 Q&A 55

第四章 黑色的秘密

为什么人们的衣橱里总是少不了黑色？颜色真的能影响你的健康和身体状态吗？黑色为何可以穿越千年一直保持时尚性呢？

时尚性 …… 61

TIPS: 颜色分析 …… 64

第五章 你有穿黑色的气质吗

只需要诚实写下答案，最终你会找到真正的自己，发现适合自己的颜色。

你的个性是什么 …… 80

个性问卷 …… 82

第六章 你有穿黑色的基因吗

你已了解了你所属的性格类别，现在让我们看看遗传基因如何影响着装颜色的选择。这章在寻找对的颜色的过程中，你会逐步发现黑色是否包含在你的颜色区域内。

眼睛的秘密 …… 98

眼睛的形状也显示出健康、气质和皮肤特质 …… 101

蓝色的眼睛 …… 102

真正棕色的眼睛 …… 103

颜色悬挂法 …… 108

第七章 如果你不适合穿黑色，怎么穿

如果你不适合穿黑色，但对黑色还是恋恋不舍，那请让我告诉你如何以不同方式继续美丽地穿着黑色。

围巾是个宝 …… 122

用对珠宝和金属 …… 123

注意领子和 Polo 衫的颜色 …… 123

- 想苗条穿黑色下装 …… 124
- 小黑裙 …… 124
- 有色彩的上装让你不显老 …… 125
- 帽子会影响脸色 …… 125
- 用化妆提升气色 …… 126
- 一些实例 …… 126
- 该穿什么颜色的服装 …… 132
- 春季女人 …… 133
- 秋季女人 …… 140
- 夏季女人 …… 146

第八章 适合黑色的你如何驾驭它

看完本章你会发现什么颜色的妆容、珠宝和配件最适合自己。

你的颜色板会为你提供所有冷色调选择，来帮助你丰富你的衣橱和配饰。

- 冬季女人 …… 152

第九章 穿黑色的男人

黑色对脸部的负面影响真是男女平等的，甚至对男性的影响更为严重。因为男性不会像女性那样用化妆掩盖黑眼圈和皱纹。

- 商务颜色 …… 160
- 男人的颜色——冷色或暖色 …… 163

第十章 黑色主义

如果我们彻底了解了颜色的好处，将黑色和其他适合的颜色组合，不仅能享受苗条和性感，不必担心脸部会因此显老，缺陷凸显，还能让生活变得更为正面、和谐和自信。

我们都是

黑衣控

李国海 编著

广西科学技术出版社



广西科学技术出版社

著作权合同登记号 桂图登字: 20-2012-005号

Copyright @ 2011 Jules Standish

Originally published in the UK by O Books, Laurel House, Station Approach, New Alresford, Hampshire, SO24 9JH, UK

Published in 2013 under licence from O Books.

图书在版编目 (CIP) 数据

我们都是黑衣控/(英)斯坦迪什 (Standish,J.) 著; 张宏译. —南宁: 广西科学技术出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5551-0044-7

I. ①我… II. ①斯… ②张… III. ①服饰美学—基本知识 IV. ①TS941.11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第225414号

WOMEN DOU SHI HEIYIKONG

我们都是黑衣控

作 者: [英] 朱尔斯·斯坦迪什
策 划: 耳 尔
责任编辑: 李 静
责任印制: 陆 弟

译 者: 张 宏
版权编辑: 卢 洁
责任校对: 曾高兴 田 芳

出 版 人: 韦鸿学
社 址: 广西南宁市东葛路66号
电 话: 010-53202557 (北京)
传 真: 010-53202554 (北京)
网 址: <http://www.ygxm.cn>

出版发行: 广西科学技术出版社
邮政编码: 530022
0771-5845660 (南宁)
0771-5878485 (南宁)
在线阅读: <http://www.ygxm.cn>

经 销: 全国各地新华书店
印 刷: 北京尚唐印刷包装有限公司
地 址: 北京市大兴区西红门镇曙光民营企业园南8条1号
开 本: 787mm × 1092mm 1/32
字 数: 70 千字
版 次: 2013年11月第1版
书 号: ISBN 978-7-5551-0044-7
定 价: 32.00元

邮政编码: 100162

印 张: 5.5

印 次: 2013年11月第1次印刷

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010-53202557 团购电话: 010-53202557

Contents 目录

前言 6

第一章 了解点黑色心理学

自古以来，男人都想知道女人到底在想什么。她们在买黑色衣服时到底是如何想的呢？

奇妙的颜色 13

气质和黑色 16

女人为什么穿黑色？你一直坚信的这些理由统统都是错的 17

第二章 黑色的真相

黑色可以让你更苗条？黑色可以让你更有品位？如果因为穿黑色，让自己苍老十岁，你愿意吗？

关于颜色的理论 37

TIPS: 名人观点 39

第三章 美丽的黑色

要选择对自己有加分作用的颜色，知道如何回避那些带来负面影响的色彩。和谐的色彩可以自然地减去脸上的岁月痕迹。

优雅地老去才是我们的终极目标 48

为什么黑色决定皮肤的年龄 51

你属于哪个季节的皮肤 53

皮肤属性 Q&A 55

第四章 黑色的秘密

为什么人们的衣橱里总是少不了黑色？颜色真的能影响你的健康和身体状态吗？黑色为何可以穿越千年一直保持时尚性呢？

时尚性 …… 61

TIPS: 颜色分析 …… 64

第五章 你有穿黑色的气质吗

只需要诚实写下答案，最终你会找到真正的自己，发现适合自己的颜色。

你的个性是什么 …… 80

个性问卷 …… 82

第六章 你有穿黑色的基因吗

你已了解了你所属的性格类别，现在让我们看看遗传基因如何影响着装颜色的选择。这章在寻找对的颜色过程中，你会逐步发现黑色是否包含在你的颜色区域内。

眼睛的秘密 …… 98

眼睛的形状也显示出健康、气质和皮肤特质 …… 101

蓝色的眼睛 …… 102

真正棕色的眼睛 …… 103

颜色悬挂法 …… 108

第七章 如果你不适合穿黑色，怎么穿

如果你不适合穿黑色，但对黑色还是恋恋不舍，那请让我告诉你如何以不同方式继续美丽地穿着黑色。

围巾是个宝 …… 122

用对珠宝和金属 …… 123

注意领子和 Polo 衫的颜色 …… 123

- 想苗条穿黑色下装 …… 124
- 小黑裙 …… 124
- 有色彩的上装让你不显老 …… 125
- 帽子会影响脸色 …… 125
- 用化妆提升气色 …… 126
- 一些实例 …… 126
- 该穿什么颜色的服装 …… 132
- 春季女人 …… 133
- 秋季女人 …… 140
- 夏季女人 …… 146

第八章 适合黑色的你如何驾驭它

看完本章你会发现什么颜色的妆容、珠宝和配件最适合自己。你的颜色板会为你提供所有冷色调选择，来帮助你丰富你的衣橱和配饰。

- 冬季女人 …… 152

第九章 穿黑色的男人

黑色对脸部的负面影响真是男女平等的，甚至对男性的影响更为严重。因为男性不会像女性那样用化妆掩盖黑眼圈和皱纹。

- 商务颜色 …… 160
- 男人的颜色——冷色或暖色 …… 163

第十章 黑色主义

如果我们彻底了解了颜色的好处，将黑色和其他适合的颜色组合，不仅能享受苗条和性感，不必担心脸部会因此显老，缺陷凸显，还能让生活变得更为正面、和谐和自信。



FOREWORD 前言

电台主持人、作家詹妮·格蕾丝

哦，你真走运！令人振奋的英国色彩专家朱尔斯·斯坦迪什在这本伟大的新书中对色彩心理和个人风格分析做了全面解析。她对于我完全信任，认为我能很好地理解这本关于个人风格和色彩分析的书。

记得几年前我曾咨询过一位色彩专家，这位女士在我的脖子上放了几条不同颜色的围巾，事后寄给我一些样品，那些无趣颜色都是我不喜欢的。经过这次所谓的色彩尝试，我最终还是回到安全的黑色。

同样是色彩专家，和朱尔斯接触后则收获颇丰，而不是只获得了一些关于颜色区间的皮毛知识。朱尔斯在色彩大师约翰·伊顿色彩构成理论的基础上，对颜色做过相当深入的研究。她解释说，不同的颜色能让人们感受到刺激、鼓舞、温暖等不同的情绪。简言之，颜色的

力量是变化无穷的。了解颜色的特性不仅能增强时尚感，还可以让人们真正了解自己的个性，感受到身心的和谐。从她那儿我还意识到穿黑色显瘦的理论有时不那么靠谱。

毫无疑问，颜色会影响我们大脑的反应，我们肯定都知道一个艳阳高照的天气会让大家情绪高涨。和那些地中海国家或者其他热带国家相比，英国这样常年细雨缠绵的气候就会让人情绪低落。如果再穿上黑灰的颜色只会增加我们的负面情绪。这个时候，如果在服装和饰品上注入一些颜色，就能为黯淡的生活增加一抹阳光。

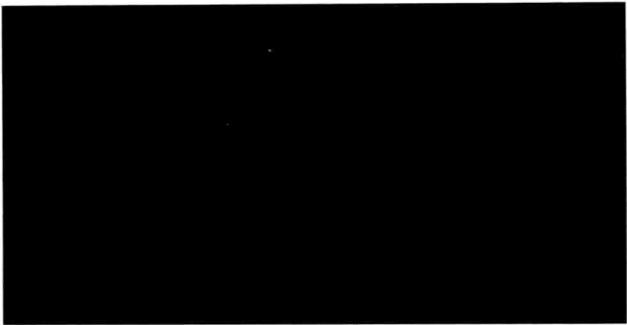
朱尔斯的颜色理论并不局限于时装，她也意识到颜色对住宅的重要性，在我出版的《住宅需要后天设计》一书中，她还撰写了一个很棒的家居颜色和室内设计色彩的指南。

朱尔斯对时尚和材质的环保问题也很关注，她很欣赏我衣柜里那些从慈善商店*买来的时髦二手货，虽然有

*慈善商店，由英国慈善机构成立，店员都是义工，卖的产品是大家捐出来的旧东西和二手商品，偶尔也有未拆封的新玩意，产品包罗万象，所得收入就成为慈善机构的收入来源之一。

些二手衣服不能满足我的颜色需求只能再回炉到慈善商店去。更多时候，朱尔斯很愿意帮我将那些衣服搭配出不同的色彩组合和风格，我也很喜欢她对自然肤色和化妆术的热情（她可是一个出色的美妆艺术家）。

希望每位读者都能从书中受益，尤其是那些对黑色和灰色有心理阴影的读者能通过这本书进入一个色彩缤纷的世界，这里呈现的将是全新的黑色。



第一章 了解点黑色心理学



自古以来，男人都想知道女人到底在想什么，女人的心思很难猜，有时简单有时又很复杂，尤其是在选购服装时。女人复杂是因为感性的成分引导其选择不同的颜色和款式；女人也很简单，因为她们就是单纯地想让自己看起来更年轻漂亮、健康苗条、富有魅力。难怪男人会大呼不解。

理解颜色对个性和情绪的影响至关重要，因为颜色会通过我们眼睛所看和对皮肤的映衬影响我们。这也是为什么穿着适合自己个性和气质的颜色能提升自信和健康。对的颜色能对身心有益，错的颜色则会抑制天性。

心理咨询机构加尔布雷斯咨询中心的加尔布雷斯医生是高级讲师，也是心理咨询和生活方式专家，她如此评价黑色：

“黑色有很强的心理和象征意义，黑色通常和内心的黑暗挨边，是光明内心的反面。以此类推，黑色也反映出一个人的内心，散发着内心的气质，我的心

理病人经常形容他们宛如身在一个黑洞，试图在尽头寻找光明。当人们感到情绪低落、脆弱或失去控制时，如果让他们形容置身在何种颜色时，他们经常回答是黑色。他们也会用黑色的彩笔画图案，这种习惯也许来自童年。

“随着时间推移，悲伤的阴影凝聚成黑色，心灵的色彩以服装颜色这种微妙的形式折射出来。黑色因此成为悲伤的同义词，所以我们的亲人朋友会在葬礼上身穿黑色，不仅表示对死者的尊重，也是内心情绪的折射。

“据我所知一些人在探望生病的亲友时会想选择一些亮丽的颜色来为亲友的生活注入一些生气，但是黑色依然还是最稳妥的颜色。在人们感到悲伤和失落时，往往需要用服装来表达他们的情绪。

“所以，如果你成为黑色控，是因为想凭借黑色获得力量、安全和性感这些代表自尊的感受，或者希望借