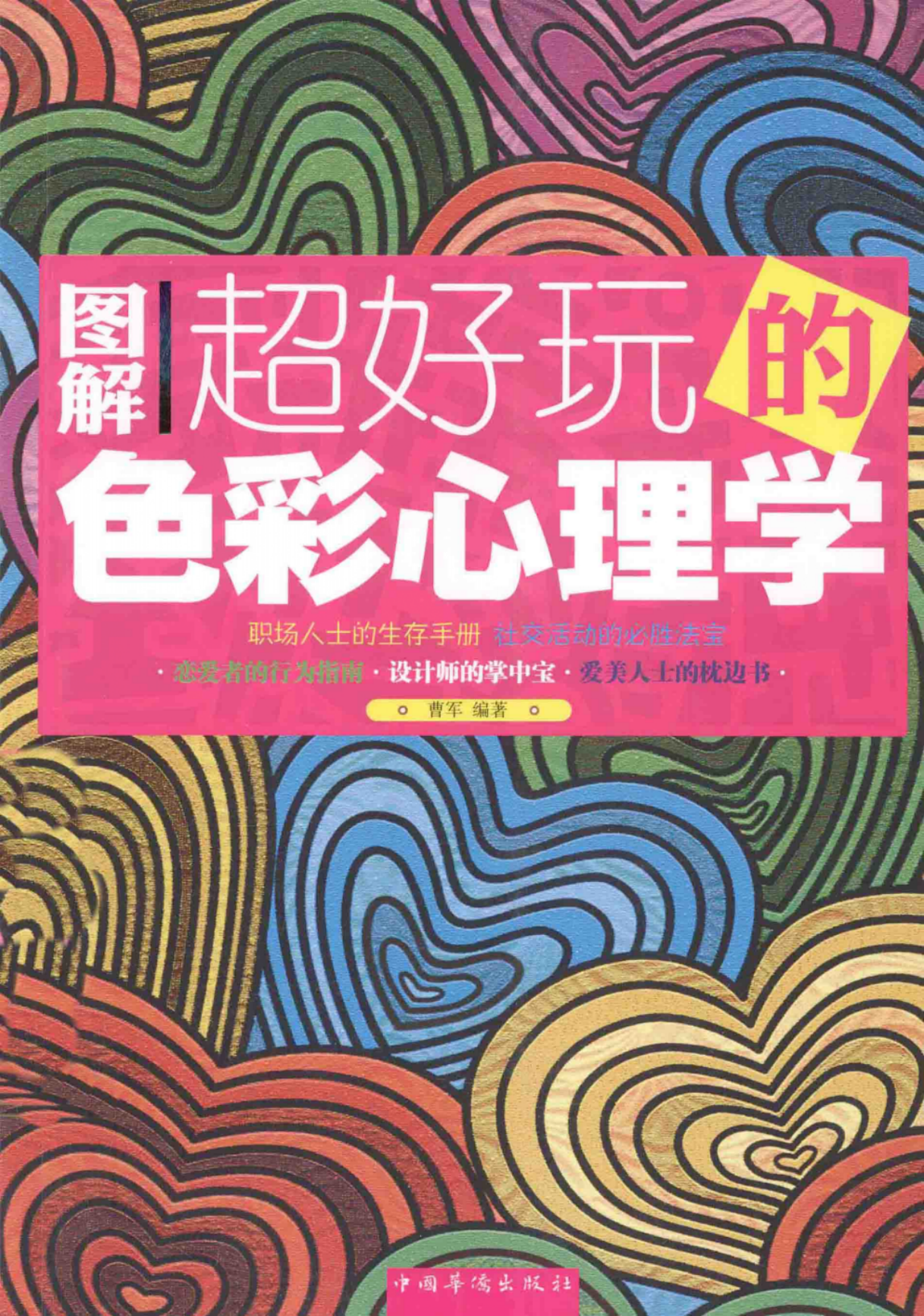




图解 | 超好玩的 色彩心理学

职场人士的生存手册 社交活动的必胜法宝

· 恋爱者的行为指南 · 设计师的掌中宝 · 爱美人士的枕边书 ·

◎ 曹军 编著 ◎

中国华侨出版社

图解

超好玩的 色彩心理学

曹军 编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解超好玩的色彩心理学 / 曹军编著. —北京: 中国华侨出版社, 2014.6
ISBN 978-7-5113-4549-3

I. ①图… II. ①曹… III. ①色彩学 - 艺术心理学 - 通俗读物 IV. ①J063-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 068328 号

图解超好玩的色彩心理学



编 著: 曹 军

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 彬 彬

封面设计: 韩立强

版式设计: 李 倩

文字编辑: 贾 娟

美术编辑: 陈 萍

插图绘制: 霍 欣

经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1000mm 1/16 印张: 12 字数: 232 千字

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

版 次: 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-4549-3

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815874 传 真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

心理学家认为，人的第一感觉是视觉，而对视觉影响最大的则是色彩。色彩心理学是一门十分重要的学科，在自然欣赏、日常生活、社会活动各方面，色彩在客观上是刺激和象征；在主观上又是一种反应与行为。色彩透过视觉开始，从知觉、感情到记忆、意志、思想等，其反应与变化是极为复杂的。而对色彩的应用，则是利用这种因果关系，即由对色彩的经验积累而变成对色彩的心理规范，当受到什么刺激后能产生什么反应。例如，红色象征热情、刺激、积极；蓝色象征保守、深沉、谨慎；黄色象征快乐、温馨、活泼；绿色象征自由、和平、新鲜；橙色象征亲切、安全、健康；黑色象征神秘、沉稳、执着；白色象征纯洁、完美、神圣；紫色象征优雅、浪漫、高贵。

生活中，我们经常会感受到色彩对心理产生的影响，这些影响总是在不知不觉中发生作用，左右着我们的情绪与感知。例如，冷色调的室内装潢会让人觉得清爽，暖色调的室内装潢会让人感觉温暖；处于同样距离的汽车，深色的会感觉离得近些，淡色的则感觉离得远些；同样体积的箱子，黑色的会感觉重些，白色的会感觉轻些。

随着社会的发展，人们越来越重视色彩对生活所产生的影响，色彩在人们心理中扮演的隐性作用引起了广泛的关注，利用色彩来分析我们的日常生活的趋势也是蔚然成风。鉴于此，我们编撰了这本《图解超好玩的色彩心理学》，旨在为读者提供轻松、高效地掌握色彩心理学的相关知识。本书可读性、实用性强，以理论联系实际，以事例为佐证，全面剖析了色彩心理学在社会生活中各个领域的广泛应用以及色彩心理学对生活的巨大作用。内容涉及职场、恋爱、生活、设计、生存、社交、星座、电影等方面，诸如，领导在考虑把一个项目交给谁时，总是先想到穿红色衣服的人；在装潢为红、黄色的快餐店里待久了，人会变得烦躁；浅色的、明度较高的粉底可使脸变得更有立体感……这些你认为不可思议的事情都可以从书中找到答案。

在编排方式上，我们以崭新的思路，精心设计出一本图文并茂，融知识性、美学性、趣味性于一体的彩图版读本，突破了图书市场上同类图书纯文字型的单调平板的窠臼。在体例上，本书通过“知识拓展”“案例再现”“要点整合”等栏目多角度解析色彩心理学，引导读者准确、透彻地把握理论知识，从中汲取营养。“知识拓展”介绍与小节相关的内容，让读者在阅读的同时获得更为丰富的知识。“案例再现”以简练的文字对相关内容进行了相关案例的延伸，使读者更加领略色彩心理学的广泛应用。“要点整合”对文中所讲述的内容进行了归纳，使读者更容易理解色彩心理学的内涵。同时我们还富有创意地配置了契合内容、精美绝伦的图片，以文带图、以图衬文、图文相映，帮助读者多角度去了解本书的主旨，在给读者视觉上愉悦享受的同时，也给读者带来丰富的想象空间。

本书将带你走进色彩的世界，认识色彩与心理学的神秘联系，透过色彩斑斓的表象认识周围的世界并看透背后的真实。帮助你像心理学家一样思考，像设计师一样美化生活，像专家学者一样剖析种种现象，指导自己的行为，解决生活中的各种难题，从而更快地走向成功，尽享幸福的人生。





 导 言 /1

为什么我们的世界是五颜六色的.....	2
为什么会有冷色系与暖色系.....	3
为什么我可以通过色彩看懂你.....	4

 基础篇 /7

第一章 红色心理学..... 8

红色的杜利奥定理.....	9
象征爱情的红玫瑰.....	10

第二章 蓝色心理学..... 13

为什么普鲁士人喜欢穿蓝色衣服.....	14
手术服的蓝绿色秘密.....	15
为什么蓝色汽车的事故率高.....	17
怒放生命的蓝色风信子.....	18

第三章 黄色心理学..... 20

凡·高的黄色激情.....	21
明朗快乐的黄色向日葵.....	23
商店里的黄色奥秘.....	24
黄色，与你的健康息息相关.....	25

第四章 绿色心理学..... 27

绿色，开会时的秘密武器.....	28
为什么要找喜欢绿色的人帮忙.....	30
找个有绿色的地方去劝人吧.....	31

第五章 橙色心理学	33
想增进食欲，橙色帮助你	34
橙色为什么会被称为安全色	35
橙色，社交的色彩	37
第六章 黑色心理学	39
黑色，能提高人的忍耐力	40
黑色，没有风险的优雅	41
第七章 白色心理学	43
白领为什么叫白领	44
白衣服是感冒的天敌	45
婚纱为什么是白的	47
圣洁完美的白色百合花	48
第八章 紫色心理学	50
紫色为什么是最有创意的	51
紫色为什么是虚荣的代名词	52
为什么说紫色是健康色	54
等待爱情的紫色薰衣草	55

实践篇 /57

第一章 职场中的色彩心理学	58
怎样让面试官一眼认定你	58
缩短心与心之间的距离	60
怎样保持工作的热情	61
老板对你有认同感吗	63
你是否懂得应酬之道	64
展现自信的一面	65
学会坚强，控制情绪	67
不要吝啬你的赞美	68
道歉中的颜色	70
应对新、老客户的不同方法	71
增强自己的忍耐力	72

怎样赢得上司的好感	74
让工作更有效	75
激发大脑的创意	76
请假	77
第二章 恋爱中的色彩心理学	79
颜色与缘分	79
怎样使异性喜欢自己	81
怎样把握自己的恋情	82
约会地点的选择	83
对约会中等待的看法	85
约会, 你穿什么颜色的衣服	86
爱情是否处于同一频道	87
让彼此之间的距离更近一点	89
恋爱中的情感表达	90
你是否喜欢旧事重提	92
情绪会莫名的波动	93
你是等待还是前行	94
走出感情失败的泥沼	95
你会旧情复燃吗	96
感情的复原时间	98
第三章 日常生活中的色彩心理学	100
减肥的色字诀	100
体育中的色彩秘密	102
摄影中的色彩知识	104
提高自己的睡眠质量	105
被子的颜色也有秘密	106
你的整理箱是什么颜色	108
书籍封面上的色彩	109
你的伞是什么颜色	110
用色彩来装饰你的家	111
用色彩来帮你记忆	112
孩子的绘画色彩你懂	113

用颜色引导孩子的成长	115
色彩中的健康密码	116
色彩的错觉性与化妆	117
你的青春属于何种色彩	118
第四章 设计中的色彩心理学	120
色彩是需要设计的	120
产品卖的是颜色	122
可口可乐与百事可乐的红蓝不容	123
麦当劳与肯德基的异曲同工之处	124
迪奥的色彩王国	126
“自杀之桥”的颜色秘密	127
你留意过医院的颜色吗	128
建筑的颜色是有考究的	129
色彩，商家的秘密武器	131
你的房子是中性灰吗	132
第五章 生存中的色彩心理学	134
苦不堪言的绿色	134
花草的生存颜色	136
它为什么叫“变色龙”	137
鱼类的生存颜色	138
你见过会变色的鸟没有	140
军人穿的迷彩服	141
蘑菇的生存法则	142
第六章 社交中的色彩心理学	144
交际，别穿错了衣服	144
你的职业装够魅力吗	146
你的颜色是什么	147
交际中的浓淡相宜	149
别把眼镜不当一回事	150
我们不是在谈天气	151
意犹未尽，该不该发短信	152

性格色彩决定表达方式	153
第七章 星座中的色彩心理学	155
白羊座——鲜活新奇的橙色	155
金牛座——坚持与真实的黄色和绿色	157
双子座——激情多变的红色	158
巨蟹座——神秘不安的紫色	159
狮子座——强势明亮的金黄色	160
处女座——完美主义的白色	161
天秤座——改变与坚持的白色和绿色	162
天蝎座——深邃安静的黑色	163
射手座——开朗与好奇的红色和白色	164
摩羯座——坚定而细腻的黄色和蓝色	166
水瓶座——出众与敏感黄色和紫色	167
双鱼座——无声浪漫的海蓝色	168
第八章 电影中的色彩心理学	170
《大红灯笼高高挂》	170
《碧海蓝天》	172
《阳光灿烂的日子》	173
《绿里奇迹》	174
《教父》	175
《天堂电影院》	176
《楚门的世界》	177

导 言

INTRODUCTION

我们的世界是五颜六色的。人的第一感觉是视觉，色彩影响着我们每个人的心理。人类共有的生理机体和类似的外部刺激，使得色彩在心理上的作用也是大同小异。

为什么我们的世界是五颜六色的

我们置身于一个多姿多彩的万花筒世界，不管是睁眼的多彩还是闭眼的纯黑，总令人惊叹的东西充斥眼球。让人略感惋惜的是，在一个姹紫嫣红的世界里，大多数人对色彩的理解却是一无所知或者流于肤浅。

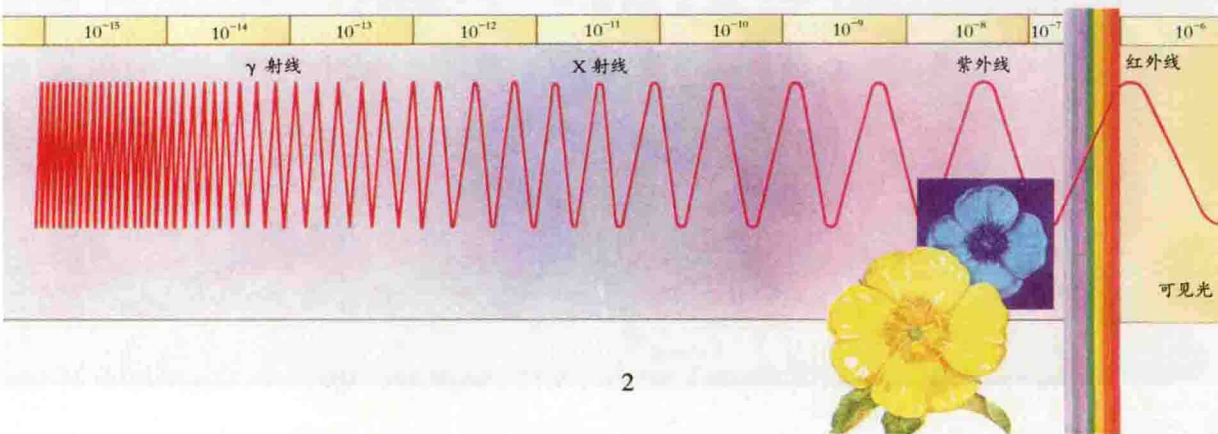
万物在离开了光以后会顿时失去色彩，在黑暗混沌之中什么都看不清楚，更别谈色彩了。太阳射入地球的光，实质是一种电磁波，因此在划分光的时候我们以波长为标准，波长的长短决定了光的种类。在 400 ~ 700 纳米之间的光我们称为可见光，在可见光中红光的波长是最长的，紫色的最短。在这个波长外的光我们叫作不可见光，它包括了红外线、紫外线、 χ 射线、 γ 射线等等。

物体本身是没有颜色的，我们看到的物体颜色实际上是物体表面的反射光。当光照射到一个物体的表面时，物体会根据自身的情况选择性地吸收一部分波长的有色光，也会反射出不吸收的光，而我们所看到的物体的颜色其实就是被反射的光。

我们能觉察到色彩变化的主要原因就是反射的光在强弱方面的差异。看到的红色是物体表面只反射大部分波长为红色的光而吸收了其他波长的光；黑色是吸收了大部分的光；白色是反射了所有的光。同时，我们应该了解到，一个物体是不可能完全吸收或反射光线的，这只是一种相对的概念，也就是说不存在非黑即白的极端地带。

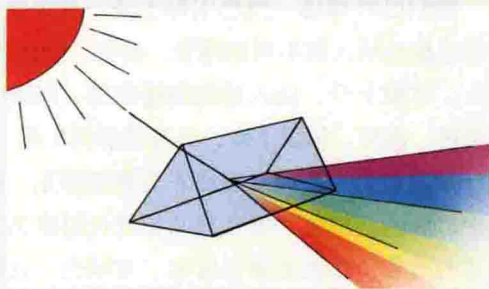
物体的色彩并不是一成不变的。它受到两个方面的影响：一是光源色；二是物体的表面性质。就光源色来说，当用绿色的光线去照射纯白物体的表面的时候，原来的白色就会呈现出绿色。同样，用红色的光线去照射这个绿色物体的时候，这个物体又会变成黑色。因为绿色表面的性质决定了它的表面只能反射绿色光，红色被吸收了，也就成了黑色。另外，物体表面的光滑程度也会引起物体颜色的变化，越粗糙的物体的色彩也就越稳定。

如果有兴趣的话可以拿一枚三棱镜做实验，就会知道，其实光是由赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫多种颜色合成的。在大自然中，绚烂的彩虹就是最好的例证。



【知识拓展】

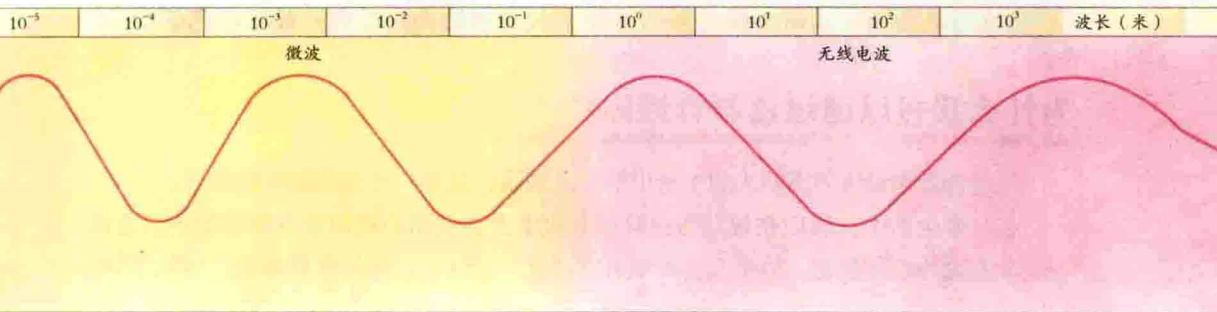
牛顿在其著作中记载道：“1666年初，我做了一个三角形的玻璃棱柱镜，利用它来研究光的颜色。为此，我把房间里弄成漆黑的，然后在窗户上做了一个小孔，让适量的阳光射进来。我把棱镜放在阳光的



入口处，使折射的光能够射到对面的墙上去。当我第一次看到由此而产生的鲜明而强烈的光色时，我感到非常愉快。”牛顿的实验结果是在墙上得到了一个彩色光斑，颜色的排列是红、橙、黄、绿、青、蓝、紫。牛顿把这个彩色光斑叫作光谱。

为什么会有冷色系与暖色系

在一个酷热难耐的夏天，两个人分别走进了红色和蓝色的速食店。在红色速食店的人，虽然室内温度只有24℃，可是他还是觉得很热。在蓝色速食店的人，进去以后觉得24℃的室温有点低，就餐时还不停地掩紧自己的衣服。为什么这两个人在同一温度下会出现如此截然不同的反应呢？原因就是颜色在作怪。



我们已经知道，颜色实际上是一种电磁波，不同的颜色是由不同的波长引起的，它通过振动给人以不同的感受。例如，红色的振动频率是 471 赫兹，它会使人脉搏、血压、体温上升，让人感到情绪激昂、兴奋；蓝色的振动频率为 622 赫兹，它会使人脉搏、血压、体温下降，具有镇静作用，这就是上例中产生不同结果的原因所在。

颜色会给人一种温暖或者清凉的感觉，因此，颜色被分为冷色系和暖色系。暖色系中以红色、橙色、黄色等波长较长的颜色为代表，能让人联想到太阳或者火焰等有温度的意象。冷色系则以蓝色、青绿色、蓝紫色等波长较短的颜色为代表，能够让人想起水、天空以及冰等清凉的意象。除此之外，还有黄绿色、绿色和紫色等中性色，它们同时具有暖色系和冷系的双重特征，因此就不会表现出明显的冷暖感觉。

色彩的冷暖色调与每个人的好恶情绪没有关联，但是它会在人的心理上产生不同的影响，这是由不同的环境造成的。如果我们能够对色彩的冷暖进行合理使用，就可以通过颜色来改变人的心理温度，从而产生意想不到的效果。例如，在夏天用白色或蓝色的窗帘，室内会感觉比较凉爽。如果再用一些冷色的室内装潢，效果则会更好。然而到了冬天，如果把窗帘换成暖色的，整个屋子就会感觉很暖和。暖色的制暖效果会比冷色的制冷效果更加显著。对于那些天生怕冷的人来说，可以把卧室装潢成暖色调，那么会感觉温暖些，因为冷色与暖色产生的心理温差有 $2^{\circ}\text{C} \sim 3^{\circ}\text{C}$ 。

当然，颜色除了能够给我们在温度上的差别以外，还会有其他的心理体验，比如轻重、远近等。一般而言，暖色感觉会比较重，冷色则比较轻；暖色感觉会比较近，冷色则比较远。这些都是生活中关于色彩的小知识，如果我们能够加以合理运用，是可以调节我们的生活的。

【案例再现】

闲暇之时，人们会在昏黄的灯光下谈心，而且每个人都能够敞开心扉，没有距离感。这是因为在温暖的灯光下，交谈的人们会有一种自由自在的感觉，这使得他们会放松一切戒备。如果我们留心一下周围的生活场所，像麦当劳、KFC 等的装潢都是暖色调的，它除了可以让人的心情愉悦外，还可以让人觉得时间过得很漫长，从而加快进餐的速度，而高档的咖啡厅则一般用冷色调。

为什么我可以通过色彩看懂你

通过色彩来看待周围的人和生活中的点点滴滴，这是一个充满趣味的尝试。

在日常生活中，我们在观察颜色时很大程度上会受到心理因素方面的影响，这从心理学上说是心理视觉。每个人会按照自己的喜好给颜色加上一些修饰语，譬如金黄、

翠绿、天蓝等。我们在对一个物体进行描摹和叙述的时候，无意间就暴露了自己的心理活动。很多时候，我们在描述颜色时会用亮不亮、暗不暗等常见的词语来表达，这其实是色彩心理的经典暗示法。

色彩影响着我们每个人的心理，人的第一感觉是视觉，而色彩对人的视觉影响最大。蓝天、白云、绿树……这些大自然的鬼斧神工在远古时期就给了人们如此多的心理体验，这些体验伴随着人类的基因遗传得到逐步地完善。对于这些颜色的体验，可能在地域、国度、民族和性格上略有差别、各有禁忌，但是作为一个整体的人类，颜色的作用还是具有积聚效果的。这也就是为什么我们能够通过颜色来解读一个人。例如，黑色给人一种恐惧和敬畏之感，是权力、冷酷的象征；灰色象征诚恳、稳健；白色象征纯洁、信任和善良；红色象征热情、自信和控制欲；粉色象征甜蜜、浪漫和温柔；蓝色象征高贵、理想与信赖；紫色象征神秘、高贵和魅力等，这些都是约定俗成的。

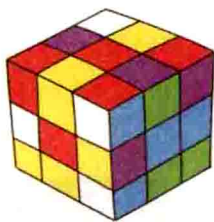
色彩在心理上虽然有一定的规律可循，但人是一个不断进化着的生物。近年的研究表明，随着年龄的增长，人们的心理也会产生或多或少的变化，对颜色的感知也不断地更新着。在还是小孩的时候，我们偏爱一些如黄色、红色、绿色等极为鲜艳的颜色；等我们的年纪稍长的时候，喜爱的颜色逐渐偏向黑色、灰色。这是因为，在我们年轻的时候，大脑储存的色彩感知印象极少，那些强烈的色彩自然就成为追逐的目标；而随着年龄的增长、经历的日益丰富，我们的记忆库被不断地占用，所需的色彩也就向黑色、灰色靠近。

在不同的年代、不同的意识形态、不同的地域，人们可能有着不同的颜色喜好。但是人类共有的生理机体和类似的外部刺激，使得色彩在心理上的作用也是大同小异。这也为了解一个人的内心提供了突破口，让我们可以通过颜色看懂他人。



【案例再现】

在美国西雅图的海军禁闭所、洛杉矶退伍军人的精神病院中，里面的病人总会时不时地像不受控制般地做一些匪夷所思的事情，这让医院的管理者非常头疼。后来，医院请来了一些专家对此情况进行观察和研究。经过一段时间，在专家的建议下，医院的房屋都改用粉色，此后医院的类似情况就很少发生了。究其原因，专家说，粉色可以起到安定养神的作用，这样可以让一些容易烦躁的病人尽快地平静下来。



基础篇

BASED ARTICLE

存在于现实中的色彩都是合理的，人们对待不同的颜色会不经意间表露出不同的心理状态，进而产生不同的心理反应，它就如同一个魔方一样千变万化，我们称之为色彩心理学。

第一章 PART ONE

红色心理学

红色性格的人喜欢体验新鲜的东西，如果每天都是千篇一律、按部就班，那就相当于剥夺了他体验人生的权利。因此，他会隔一段时间换个网名、手机桌面，出去玩时去与回走不同的路线等等，这都是红色性格的人爱干的事。

红色性格的人乐于交际，他们总是异常热衷于各种无关紧要的活动。一方面是因为他体验人生的态度，另一方面则体现他追求快乐、刺激的天性。在交际中，他们很

享受成为焦点的感觉，很在乎是否被人关注，对待陌生人不存在芥蒂。他们秉承“天下的人都可以成为朋友”的理念，乐此不疲地交换着信息，以认识的人的多少来衡量交际能力的强弱。

红色能够让人联想到太阳和鲜血等带有强烈冲击力的东西，尤其是炙热如火焰的红色更是给人一种洋溢奔放的感觉。所以说，在你觉得红色是如此美丽的时候，这也能证明你的情绪处于积极的一面。因为红色本身

就是能量的一种代表，它可以在瞬间爆发出惊人的能量，也可以在短时间内冷却，就是外界所说的“人来疯”。在红色性格的人的世界里，消极的一面同样值得去警惕。喜欢红色的人，情绪的波动很大，善变就是他们的标签。变化性和随意性像一对孪生姐妹一样伴随着这类人。当他们遇到自己喜欢的对象时，刚开始会觉得这就是“非她不娶”、“非他不嫁”的对象，经过几番碰壁之后觉得对象的好友原来也不错，于是就会转移自己的追求目标。

红色性格的人本身带有的情绪化特征会让他们的选择出现错乱。他们偏爱万物无序带来的快感，在这种快感中显现他们追求快乐、刺激的天性。有时会在一件事情上



表现出“爱折腾”的病态。在折腾的过程中，他们也许会向别人寻求安慰，但实际上是想有人来理解自己内心的真实想法，这是由红色性格的人本身具有的依赖性决定的，因为他们脆弱而不能够独立，对待事情的经过也是如走马观花一般，注重量的积累而不是质的体会。例如，红色性格的女孩，在与前任男友取得联系时表达后悔曾经的决定，可是她也无法与现任的男友分手，她会在心里反复改换自己的选择，而迟迟做不出决定。最后，红色性格人体验人生的态度让她臣服于现实，跟着现任男友去追求爱情的另一番美景了，哪怕她自始至终过得不开心。这就是红色性格的人的折腾心态，明知道选择是错的，却宁愿一错再错，因为对未来的好奇心让她无法放弃去追逐外面世界的权利。

【要点整合】

红色性格的人对生活持开放的态度，这给他们带来丰富的人生体验。他们能够用活力与激情去感染周围的人，对自由有强烈的需求，懂得享受生命，享受赞美。他们的人生的信条为：明天会更好。

红色的杜利奥定理

美国自然科学家、作家杜利奥提出：“没有什么比失去热忱更使人觉得垂垂老矣的，精神状态不佳会让一切都处于不佳的状态。”此定理被称为杜利奥定理，主要讲述的是一个人的状态对于生活中其他方面的影响。在所有的颜色中，红色作为外向型的情感色系，象征着能量与激情，如果你此阶段钟情于红色，那么也说明你在生活和工作方面有明确的目标，而且能够以充满激情的姿态去实现它。我们同时也应该认识到，红色性格的人是善变的，很可能伴有情绪化的倾向。在热情如火山一样喷发而出的时候，它可能会让人全身心地投入，但是热情也会如夏日午后的雨，来得快去得也快，这就是所谓的“三分钟热度”。

著名的汉堡大王克洛克，在上大学的时候遇上了经济大萧条，因为囊中羞涩不得不辍学。在他进入房地产行业的时候，第二次世界



大战爆发，在战乱中逃生的人们对房子失去了热情，他竹篮打水一场空。在随后的时间里，他做过司机、推销员，似乎厄运一直伴随着他，人到中年却没有半点成就。在外闯荡了几十年后，克罗克回到家乡，用自己最后的一点家产去学做生意，经过几番周折买下了麦氏兄弟的汽车餐厅，又经过几十年的苦心经营，终于使麦当劳成为闻名世界的快餐店。试想，如果克罗克失去了挑战失败的热情，对待所有的事情都是“三分钟热度”，那么他还会是著名的“汉堡大王”吗？

红色的杜利奥定理告诉大家的其实就是一种态度，一种对工作或生活的态度——成功与积极的思维是分不开的，拥有热情比拥有才能更重要。机会总是伪装成“困难”到来，如果拥有持久的红色激情，那么在遇到困难时就已经取得了一半的胜利。因此，我们应该在激发出热情的时候，想办法来保证热情的专一和持久，遇到困难的时候，我们就会想办法去克服。

【案例再现】

有个人乘船去英国，在途中突然遇到了狂风暴雨，船上的每个人都是惊慌失措的样子，唯独一个老太太却在安静地祷告，整个人十分平静。风浪过后，那个人非常好奇地问老太太：“你怎么一点儿不感到害怕呢？”老太太笑着说：“我有两个女儿，大女儿安娜已经去了天堂，小女儿玛丽住在英国。刚才有大风大浪的时候，我就在想，假如让我去天堂，那我就可以去看望大女儿安娜；假如留我在船上，我就去看玛丽。不管我最后在哪我都可以与我心爱的女儿在一起，想到这儿还有什么害怕的呢？”

生活就像是一面镜子，你做出什么样的表情，你就会得到什么样的表情。你对生活失去了热情，生活肯定对你也会冷冰冰的。积极的心态可以使人健康向上，消极的心态同样也可以让人从巅峰跌到谷底。心态是生活的真正主人，只有用热情来拥抱生命，才能得到命运之神的热吻。

象征爱情的红玫瑰

玫瑰，多么让人痴迷的物种，它象征着爱情。在爱情来的时候，它的热情如同火一般，让人欲罢不能。红色玫瑰，能量与激情的最好注解。

红色性格的人，在恋爱上秉承的是感性思维，易冲动，对于“狂风暴雨”式的恋情情有独钟。同时，也是敢爱敢恨的代表，渴望用激情去创造属于自己的一片天空。这类人对待爱情有很强的占有欲，所做的一切只是希望把属于自己的紧紧抓在手里。他们在遇到错的人但又是同一类人的时候，他们之间一旦碰撞产生的激情，即便他们清楚对方不是对的人，但还是会陷入万劫不复的深渊。谁能抵抗得了红色玫瑰的致命

诱惑？

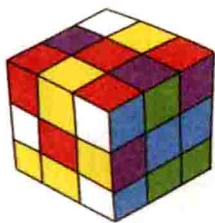
Valentine's Day 是西方传统的情人节，这一天不但是表达爱意的最佳时刻，还是像自己心爱的人求婚的最佳时机。每年在 2 月 14 日这一天，无数坠入爱河的男男女女都会送红玫瑰给自己的心上人。因此，红玫瑰也就有了“爱情之花”的称号。情人节送爱人红玫瑰不仅可以用来传达爱意，还可以借助它来营造浪漫的气氛。

公司有位女同事，每每憧憬着属于自己的激烈爱情。恰逢公司最近在招新员工，新来的是个男同事，被安排坐在靠窗的位置。一次偶然的机会，她注意到那位阳光的男同事，突然之间，她有了一种异样的感觉，觉得他就是自己盼望的人。于是她不在乎女追男的尴尬，对那位男同事展开了猛烈的追逐。公司的好姐妹都觉得他们俩并不是很配，私下里也劝她不要感情用事。可是那位女同事铁了心要走到黑，她觉得这份感情就是自己的，并在一些重要的节日送对方玫瑰，这让很多人感到不可思议。结果在那位女同事的不懈努力下，男同事被她的坚持和热情所打动。可是好景不长，在一次大吵之后，两个人还是分手了。原因是两人的性格有很大的分歧，男方深沉内敛，女方外向热情，很多事都说不到一块去。从本例可以看出，这位红色性格的女同事敢于追逐自己想要的感情，渴望从中得到心理上的满足，比较喜欢充满刺激的挑战。这类人就像玫瑰一样，看起来让人觉得有一股激烈的情感，殊不知性格下面掩藏的却是对万事万物体验的态度。



【知识拓展】

爱神阿佛罗狄忒美若天仙，成为大多数神心目中的对象，可是她却爱上了美少年阿多尼斯。阿多尼斯十分喜欢打猎。一次，他出去打猎的时候，不小心让野猪咬断了脚的大动脉，鲜血直流。阿佛罗狄忒在很远的地方听见阿多尼斯的惨叫声，心急如焚，不顾一切地要去救她的情人。山谷里长满了白色的玫瑰，带刺的玫瑰划破了阿佛罗狄忒的脚、腿以及手，鲜血洒了一路。爱神还是晚来了一步，阿多尼斯最后死在了阿佛罗狄忒的面前。爱神十分悲恸，据说她的号哭，被后人谱成《阿多尼斯挽歌》所传唱。那些染上阿佛罗狄忒鲜血的白玫瑰，之后开的都是红色的花，变成了红玫瑰。正是如此动人的传说，玫瑰才成为爱情的象征。



第二章 PART TWO

蓝色心理学

在我们生活的地球上，接近 3/4 是蓝色的海洋。大海广袤而深邃，在世人的眼中，这种蓝色更有了一种复杂而又脱俗的气质，注定成为一种平静而不平凡的色彩。随着我们每个人的不断成长，理性意识的增加，喜欢蓝色的人群也在不断地扩大。

蓝色性格的人具有很强的团队意识，他们深沉内敛，待人谦虚谨慎。与他们一起工作，你永远都不需要操太多的心，他们会在工作开始之前就会制订出详细的计划方案，并且有条有理。他们在工作中会严格按照要求完成，富有成效。

在电影《我的野蛮女友》中，那位信守承诺、两年后在树下看信函决定未来的男主角就是蓝色的性格。对于蓝色性格的人来说，生活就是一系列的承诺串联而成的，这也恰恰反映了蓝色性格的人身上忠诚的优点。既然他们能够在生活中坚守忠诚，那么对于维持一段伴随终生的友谊也就不足为奇了。对他们而言，承诺不管是书面的还是口头的，约束力都是一样的。因此，他们也不会随便承诺。

蓝色性格的人总是拥有一颗奉献的心，对人真诚，不喜欢弄虚作假，这样他们就能获得巨大的精神满足感。美国前总统亚伯拉罕·林肯，不管他的政敌如何攻击他，他始终都能保持一份真诚与真实。在这份真实之中折射出的是蓝色性格的人一如既往的稳定，他们能在一个稳定的环境中充分发挥自己的才能。

蓝色性格的人不容易原谅别人，这并不是因为他们不愿意，而是这样做会让自己的内心陷入挣扎。当他们认为某件事是针对自己时，那么这件事情就会在



他们的内心停留很长一段时间，所以说，得到蓝色性格的人的谅解是一件十分困难的事情。蓝色性格的人会在负面的情绪中反刍自己当初付出的成本，很难从理性的角度看待事情，一旦他们作出了决定，他们就会听不进别人的意见与想法。

蓝色性格的人是一个孤独的精神患者，内心存在一种近乎偏执的精神洁癖，情感体验细腻，不喜欢直抒自己的心声。用最简洁的一句话来描述蓝色性格的人，那就是感情控制其一生。蓝色性格的人最大的弱点是不能控制自己的情绪，他们的情绪犹如天气一样阴晴不定。本身忧郁的性格会增加异性对其神秘感的好奇，也会增加人们的误解，这样很难与朋友友好地相处，容易心生不安全感。他们钟情于有希望得到却没有得到的东西，对承诺的万般看重滋生患得患失的心结。蓝色性格的人对情感的表达方式耻于肤浅的口头语言，偏爱于暗示的手法，这与蓝色性格的人自认为高贵的血统和强烈的自尊心有关。

【要点整合】

蓝色性格的人对事物能够做周密、完美的计划，答应别人的事情一定会做到。在不断地奉献中获得精神上的愉悦，情感体验细腻，容易陷入偏执的漩涡，交往中希望能够找到心有灵犀的朋友。

为什么普鲁士人喜欢穿蓝色衣服

18 世纪的德国有个叫狄斯巴赫的人，主要从事制造和使用涂料，因而对于有颜色的各种物质充满了兴趣。他一直相信自己可以用廉价的原料制造出效果很好的涂料，并进行了大量的尝试。

在一次很平常的尝试中，狄斯巴赫把草木灰和牛血放在一起焙烧，然后用水浸，在过滤掉不能溶解的物质以后，他得到了一种比较清凉的溶液，随后他把溶液进行蒸馏，得到一种黄色的晶体。当狄斯巴赫把这种晶体用三氯化铁溶解以后，奇迹发生了，在容器里有一种颜色很鲜艳的蓝色沉淀。

狄斯巴赫毕竟是个商人，面对自己辛苦实验得出的产品，他觉得这是一个赚钱的好机会。他严守制作过程中的秘密，并且还为此种颜料起了一个十分大气的名字——普鲁士蓝。一旦一种新产品有了一个家喻户晓的名字后，想让它再默默无闻已是不可能的。在随后的很长一段时期里，这种蓝色的流行一直是长盛不衰。德国的前身普鲁士的军队制服就是使用的这种颜色。在 1871 年德意志第二帝国成立后的相当长一段时间里，仍然沿用普鲁士蓝军服，直至第一次世界大战前夕才换成了土灰色。

由于这种蓝色的大行其道，很多人热衷于探索其中的奥秘。直到 20 年后，一些化学家才明白这种普鲁士蓝是什么物质，随后掌握了它的生产方法。原来，草木灰中含

有碳酸钾，牛血中含有碳和氮两种元素，这两种物质发生反应，便可得到亚铁氰化钾，它便是狄斯巴赫得到的黄色晶体。由于它是从牛血中制得的，又是黄色晶体，因此更多的人称它为黄血盐。它与三氯化铁反应后，得到六氰合铁酸铁，也就是普鲁士蓝。

普鲁士人为什么会对蓝色如此痴迷呢？在刚开始的时候可能是因为蓝色作为一种并不昂贵的染料可以让很多人都能得到，因为在当时像紫色、红色等染料的制作费用是比较昂贵的。后来通过分析德国人的性格特点就会发现，德国人严谨、认真、追求极致，是个典型的完美主义者，在德国人的意识里容不得存在不确定性，只有对事物进行百分之百的确认之后他们才会采取行动，凡事未雨绸缪，这也就是外界称德国人比较古板、较真的原因。在所有的颜色中，符合这些特点的就是蓝色，这也就佐证了为什么在蓝色被发明后会如此深受普鲁士人的喜爱。



【知识拓展】

有专家认为，要使人尽快地安静下来可以把他带到有蓝色装饰物的地方，原因就是蓝色能够给人一种强烈的镇静效果，这样就可以舒缓身心。那些容易在堵车时候发火的人，可以在车内适当地放一些蓝色的饰物，这能给自己一些心理暗示。

手术服的蓝绿色秘密

在香港电视剧《妙手仁心》中，一个个身穿蓝绿色手术服的医生出现在观众面前。在我们感叹香港医生飒爽英姿的同时，也不得不去细想为什么医生的手术服是蓝绿色的。

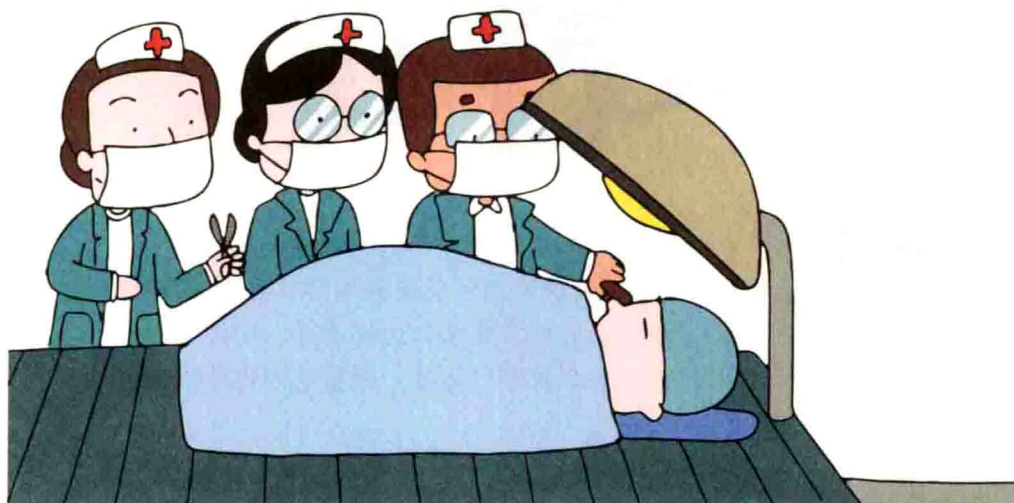
医生在平日上班的时候都是穿白大褂，一旦到了需要做手术的时候，他们会统一

换上蓝绿色的手术服。可能每个医院的要求标准不一样，但是每个医院的手术服差不多都是蓝色和绿色的。这似乎是全世界通用的一个颜色，根据许多医生专家的回答，出现这种情况的原因主要有以下几个方面。

首先，在做手术的时候，难免会沾到鲜血，如果换作其他颜色的衣服的话，会在衣服上留下非常明显的血迹，这会给在场的人很大的压力，制造出的紧张氛围不利于手术的顺利进行。但是如果身穿蓝绿色的手术服的话，即使有鲜血印迹也不会很明显，因为红色加上蓝绿色会变成青色，也就没有了很刺眼的鲜红，当然也不会出现前面的一些情况。

其次，医生在做手术的时候，难免会紧张，手里的手术刀决定的是一个人的生命安危。这时如果医生看到周围是穿蓝绿色服装的人，这会使他们紧张的神经得以放松，也就减轻了他们手术时的压力。

再次，医生做一次手术是十分耗时的，在持续的高压状态下很容易让人感到疲惫。其中最重要还是眼睛的干涩感。我们知道，人如果长时间盯着一个颜色看的话容易产生视觉残像。但是，身穿蓝绿色的手术服就可以在在一定程度上避免因残像而无法集中注意力的现象发生。从色彩心理学的角度上分析，绿色是红色的补色，这在稳定医生的情绪和缓解疲劳方面具有十分显著的效果。



以上就是为什么蓝绿色的手术服越来越受医院欢迎的原因。然而在经历了手术服的变迁后，一些专家开始在为手术室的革命做准备。既然蓝绿色的手术服有这么多的好处，为什么不直接把手术室的墙壁也粉刷成蓝绿色的呢，病人如果身处蓝绿色的病房内，可以使病人的情绪处于稳定的状态，这有利于病情的康复。事实上，有的医院

已经开始采用蓝绿色的墙壁了。

一家美国权威机构调查指出，在高血压患者的家里应该适当增加蓝绿色墙壁的面积，这对降低血压有一定的帮助作用。当人们看到蓝绿色墙壁的时候会使情绪趋于平静，心态平和，血压也就自然趋于平稳。

【知识拓展】

曾经有人认为蓝绿色是“宇宙的神秘之色”。在2002年的时候，科学家们在约翰·霍普金斯大学向外界宣布，通过对所能观察到的星系中光的平均数计算得出，宇宙真正的颜色是近似蓝绿色的。但是后来，因为一些仪器设备的更新，他们有得出宇宙的颜色是浅米色。正是因为这样，这片广袤的星系的颜色才让我们如此地着迷。

为什么蓝色汽车的故事率高

色彩在空间上可以给人前进和后退的感觉，不同的颜色即便处于相同的位置上，也会给人带来不同的距离感。在色系中，暖色和明亮的色彩可以给人一种向前的感觉，我们称之为前进色，比如红色、黄色、橙色；冷色和暗淡的色彩给人一种后退的感觉，我们称之为后退色，比如蓝色、灰色、绿色。造成这种现象的原因是色像差，色彩本身是一种光，由于波长不同，光的折射率也就不一样，所以才会产生远近之别。

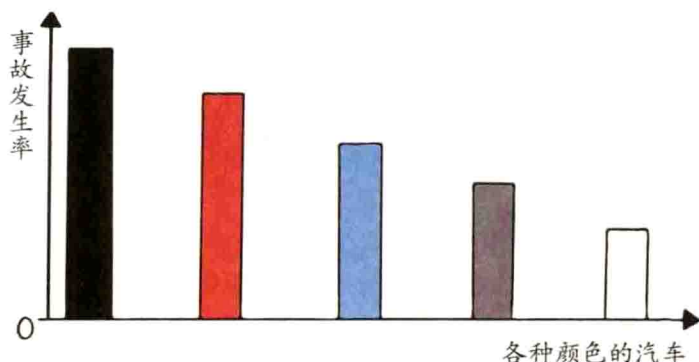
不同色系的车辆发生事故的辅助因素也不尽相同。黑色汽车的高事故率是因为黑色在沥青道路上的辨别率低；蓝色汽车事故率高是因为蓝色是后退色，看起来比实际距离远，这样就容易造成追尾。有人曾做过这样的一个实验：在统一位置上的红、黄、蓝、黑四辆汽车，会明显觉得红色、黄色的汽车离自己要近一些，蓝色和黑色的汽车看上去稍远一些，而这之间的视觉差距离达到7米左右。

从以上的结果我们可以看出，在开车的时候，驾驶员和前面的车之间有一定的心理距离，这个距离是随着车辆颜色的不同而变化的。当驾驶员前面是一辆红色车的时候，心理距离比实际距离要远，它的视觉效果要醒目一些，这样驾驶员就能够在很早的时间里发现危险的情况，从而避免事故的发生。但如果是一辆蓝色车的时候，在遇到紧急情况踩刹车时往往会停在比你预想位置更远的地方，这样事故就发生了。由此可以看出，前进色与后退色的区别在无意中就显现出来了。

在车的颜色上我们有了一些了解，汽车内部的装饰也能对驾驶员的情绪和判断产生一定的影响。内部装饰采用明快的配色能够给人宽敞、明亮的感觉。如果车内是一片红彤彤的暖色，很容易使人产生浮躁的情绪。红色应该作为点缀色少量出现，适当的红色能给人增添一点活力，保持警觉。在车内也可以选择用一些蓝色，这样会使内

部更加地沉静，驾驶员也能集中注意力，放心开车。现在的车主都喜欢用米色、浅黄色来做车内装饰，这样看起来不仅美观干净而且在开车的过程中视觉更舒适。淡绿色在夏日强光时可以吸收一部分的紫外线，有利于缓解驾驶员的神经紧张问题。

虽然我们不能简单地从车辆外观颜色和车内的装饰对一起交通事故发生的原因加以定夺，但不可否认颜色在其中发挥的作用。了解颜色在驾驶中起作用的一些知识，可以使我们出行的安全系数大大提升。总而言之，在驾车的时候，如果前面是辆蓝色轿车，你应该多多提醒自己：敬而远之。



注：这张图表在一定程度上显示了发生车祸的车辆颜色排名，在看图的时候我们应该考虑到人们现实生活中对各种颜色的车的使用数量。

怒放生命的蓝色风信子

蓝色风信子是百合科中早春开花的球根花卉之一。风信子除了可以栽植庭园，还可以将花切取下来插在瓶中摆在室内，既可以美化环境又能沁人心脾。蓝色风信子是盆栽植物中深受欧洲人喜爱的代表植物之一。在英国，蓝色的风信子一直是婚礼中新娘的手捧花和饰花中不可或缺的花材，是幸福美满的象征，也含有神圣洁白之意。

在经过不断的品种改良后，现在出现了白、黄等颜色的风信子，不过风信子最原始的颜色是蓝色。也就是说，蓝色风信子是所有风信子的始祖，因此它的花语是——生命。公元前6世纪的古希腊诗人萨福在一首诗中这样写道：“恰似风信子的小花儿开放在山野里，过路牧人的脚不断践踏，毫不怜惜。”

有这样的一个故事：

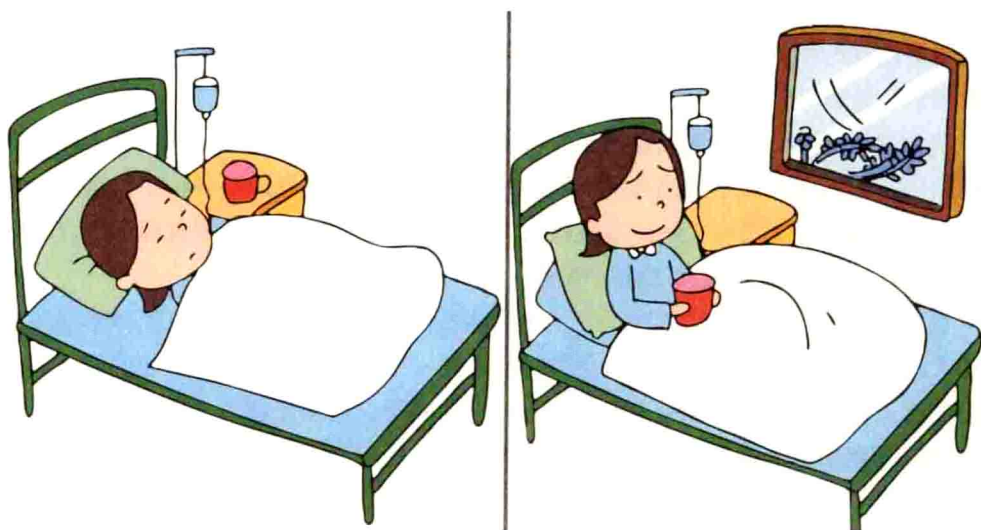
女孩在正值青春的时候患了一种皮肤怪病，去了很多医院都没有效果。一个开朗活泼的花季女孩变得暴躁和抑郁起来。

父母亲看到孩子的状况十分着急。一次外出回来，沉默的父亲手里多了一样东西，一盆并不起眼的球根类植物——风信子。

起初，风信子并没有引起女孩的注意。然而在一个略带寒风的三月，风信子开出了蓝色的花，一朵朵地簇拥在球根的周围，在一阵阵的风里翩翩起舞，怒放着自己的生命。这让女孩感到十分震惊，即便是如此小的花也在尝试着生命的飞翔，想到自己被小小的皮肤病打倒便感到十分惭愧。

从此以后，女孩渐渐地重拾了生活的信心，整个人也开始变得开朗起来。

蓝色风信子在第一眼看见的时候，我们会被它的蓝色外表欺骗，认为它是一种让人伤怀的物种，但是经过长时间的接触以后你就会发现它身上有着强大的生命力。这就是蓝色风信子，一朵并不起眼的小花却可以让人感受到整个生命的张力。



【知识拓展】

美少年海辛瑟斯是古希腊神话中的植物神，传说他因为被误伤而失去了宝贵的生命。在用他的鲜血染红的土地上开出了一朵美丽的花，这花就是风信子。在花茎上依附着串串小铃铛似的花朵。每当风吹过的时候，每一朵花都有着飞翔的姿态！海辛瑟斯用他鲜红的血化成了鲜艳的花朵，他的生命并没有结束，风信子就是他的化身。他在用另外一种方式为这个世界呈现着美，分享着美，风信子是他的怒放生命之花！

第三章 PART THREE

黄色心理学

说到黄色，想必每个人的脑海里会出现明亮而又富含希望的画面，给人一种对生活有美好向往的感觉。当我们真正看到黄色的时候，心情会莫名地高兴，因为黄色象征着快乐、温馨与活泼，这些又有谁能拒绝呢？

黄色性格的人的主要表现是快乐，与黄色性格的人在一起你会了解到什么才是真正的快乐。他们认为快乐就是与某人愉快地相处或者快乐地处理某事，它与结果没有关系，与做事的意义没有关系。黄色性格的人想得更多的是自己的所有而不是自己的所缺，这就使得他们在早上从愉悦中醒来，充分地享受当下的时刻。

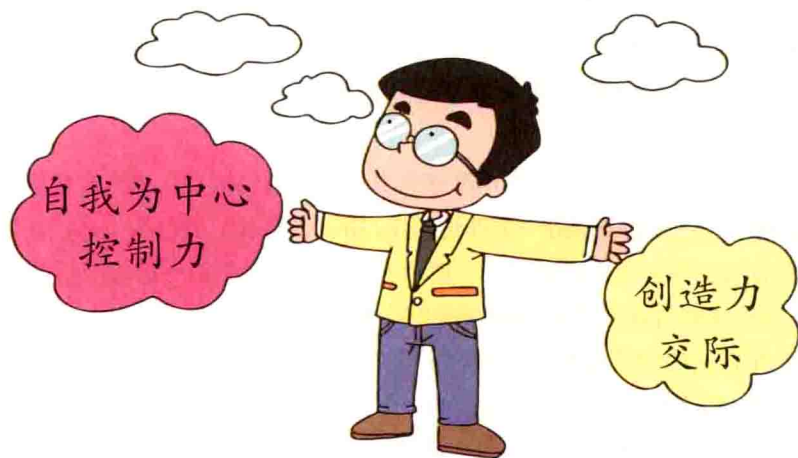
黄色性格的人是有名的“话匣子”，他们能够找到许多有趣的话题进而和不同年龄段的人进行交谈。通常用来形容黄色性格的人的一个词语就是有魅力，他们善于利用自己的优点，善于交际，容易消除人们心理上的隔阂，增强亲和力。他们不用悉心计划就能受到欢迎，这是很多人无法做到的，正是受到他们无忧无虑的感染，人们喜欢与之伍。

黄色性格的人也是具有创造力的人，不喜欢单调、讨厌一成不变的性格也造就了他们追求创新的能力，他们总是想了解各种事情，想尝试着去做每一件自己感兴趣的事情。需要注意的是，一旦黄色性格的人的目标不坚定，在遇到困难的时候，他们没有坚持到底的勇气，逃避有时会成为他们的第一选择，因为他们缺乏忍耐力和责任感。

黄色性格的人容易以自我为中心，他们身上缺乏一种为他人着想的基因。同时，对情感的体验较为粗放，处理问题的时候只看重结果，不太注重别人的感受，往往会走入独断专行的怪圈，总是希望通过控制他人来影响事情的发展。

黄色性格的人对问题的看法偏激，喜欢把问题简单、粗暴、不带人情味地来解决。这与黄色性格的人容易冲动有关，他们无法冷静下来深入地探讨问题的本质，往往会走入问题的误区。在他们看来，小心翼翼的生活是不完整和不值得尝试的，而努力地使自己的生活保持光鲜是他们的目标。

作为具有“攻击性”的黄色,对事情的领导权有着强烈的兴趣,乐享主宰别人的感觉,骨子里天生有一种想成为“专家”的欲望。他们喜欢在遇到问题的时候大显身手,如果有人向其求助或是请教的话,黄色性格的人会慷慨地伸出援手,一方面是由于天生热情,另一方面是可以满足自己的领导欲望。



【要点整合】

黄色性格的人与快乐有着亲密的联系,这份快乐的心态能够帮助他们打开他人的心扉,拉近与他人心理上的距离,进而感染他人。追求新奇一方面使得他们拥有令人羡慕的创造力,另一方面如果没有坚持的勇气则会止步于对事物表面的理解。对问题的看法偏激,喜欢成为团队中的传道者。

凡·高的黄色激情

凡·高(1853 ~ 1890)是荷兰后印象派代表性画家。作为表现主义的先驱,他深深地影响了20世纪的绘画艺术,其作品《星空》、《向日葵》等已跻身全球最为人知与昂贵的艺术作品之列。然而这样的大师级艺术家在有生之年却是颠沛流离、饱尝艰辛,在37岁时开枪结束了自己的生命。

当凡·高还在法国南部小城阿尔时,创作了最为世人推崇的作品《向日葵》。在画中,十来棵向日葵简简单单地放在花瓶里,却呈现出令人心动不已的灿烂画面,像是一个个具有无限生命活力的原体。凡·高还以雕涂的笔触施上色,使得原来明亮的黄色有了一种明媚的感觉。

从色彩学上来说,黄色具有明亮轻快、快乐和外向的特点,象征着活泼与希望,传递着阳光、活力与喜悦的信息。在凡·高看来,黄色代表着太阳,阳光象征着爱情。

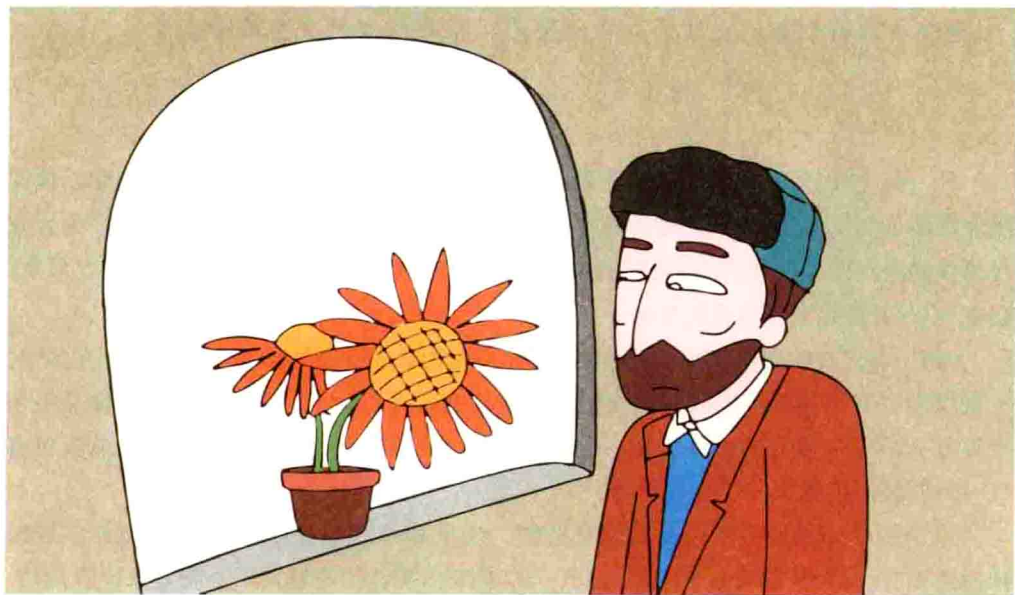
所以，这幅散发着强烈生命力的《向日葵》，就是凡·高内心火热情感的真实写照。在生活中，凡·高以饱满的热情去体验生活，他坚信生活里充满了阳光与希望。凡·高在比利时做牧师期间，曾亲眼目睹了穷人生活的艰辛，义务收容那些因为受了重伤而在死亡边缘挣扎的工人，希望自己能够给他们带去活下去的激情。事与愿违，工作了6个月后，他因为“工作过分热情”而遭解雇！多么可笑的理由！

凡·高在自己的牧师生涯结束后，改变了他原来用陈旧的框架去表达对生命的热爱，开始用一种现代化和个性化的方式去体验生活，这也为后来凡·高从事绘画奠定了基础。

凡·高在异于常人的苦难中并没有失去对生活的热情。在他短暂而绚丽的37个春秋中，他用自己的画笔去创造一个理想国度，用自己喜欢的黄色为生命添加激情与活力。于是那里有向日葵和大片的麦田，一棵棵的向日葵迎着骄阳尽情地享受着生命的恩赐。

凡·高绘画的与众不同是，那种辉煌的、未经调和的色彩，让人一见便觉得触目惊心。他以对人和自然的独特观察力，结合了印象主义者的手法，勾画出一幅幅别具特色的画面，表现出非凡的个性。在这些作品中，黄色的向日葵朝向太阳，展现的是凡·高本人面对生命厄运的打击却依然相信生活的不竭激情。如果说达·芬奇的《蒙娜丽莎》的神奇在于其微笑与眼神，那么凡·高的《向日葵》的妙处则在于饱满与生机。

凡·高曾这样说道：“我想画上半打的向日葵来装饰我的画室，让纯净的或调和的铬黄，在各种不同的背景上，在各种程度的蓝色底子上……我要让这些画配上最精致的涂成橙黄色的画框，就像哥特式的教堂里的彩绘玻璃一样。”凡·高认为自己越是在



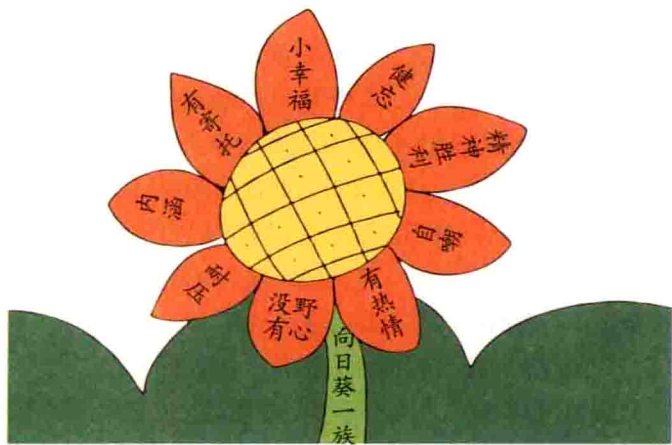
最沮丧的时候就越喜欢用鲜艳明亮的黄色来表达自己的不屈。一生短暂而明亮辉煌，这就是凡·高的黄色情结，也是向日葵情结。

明朗快乐的黄色向日葵

向日葵又叫朝阳花，因花常常朝着太阳而得名。向日葵的花语就是太阳。受这种花祝福而诞生的人，具有一颗如太阳般明朗、快乐的心。

就像向日葵追求太阳一样，黄色性格的人具有很强的上进心，对新鲜的事物具有敏锐的嗅觉，讨厌一成不变，做事容易刚愎自用，生活中扮演的是搅局者的角色。他们时不时涌现出的创新精神会让他们得到别人的赏识。黄色性格的人具有幽默细胞，在一起时不会感到时间难熬，他们会把快乐的信息想方设法地传递给你。凡·高把黄色作为自己的最爱，一生的作品都笼罩在这个充满希望的颜色之中，可谁曾想到他的一生会是以失望收尾。所以，适度喜欢黄色，也许你会是个挑战者；过度喜欢黄色，也会中毒。

关于向日葵，流传着这样一个凄美的故事。克丽泰是一位水泽仙女。一天，她在森林里遇见了正在狩猎的太阳神阿波罗，她深深地被阿波罗的俊美所折服，一下子爱上了他。可是，阿波罗没有正眼瞧她一下就走了。克丽泰盼望着有一天阿波罗能跟她说说，但她却再也没有遇见过他。她只能天天注视着天空，看着阿波罗驾着金碧辉煌的日车驰过天空。她目不转睛地望着阿波罗前行，直到他落下山。一天又一天过去了，她就这样呆坐着，头发散乱，面容憔悴。一到日出，她便望向太阳。后来，众神因为怜悯她，就把她变成一朵金黄色的向日葵。她的脸变成了花盘，永远向着太阳，每日追随着阿波罗，向他诉说着她永远不变的恋情。所以说向日葵还有一个花语——“沉默的爱”，她用自己的方式来注解沉默的爱。面对落山的夕阳，面对那最后的一屡金色，向日葵深情地注视着。其他的生物仅仅是欢迎早上的太阳，只有向日葵会对夕阳也是这样的温柔。因为她深爱着太阳的全部，不管他变成了什么样子。向日葵的垂首，是因为她背负了太沉重的爱。



【知识拓展】

最近出现了“向日葵一族”，它们代表的是一种对待生活的新方式。主要有以下的特点：善于发现微小幸福、没有太大野心、适当放低生活标准、选择喜欢的职业、抗压力耐打击、随时随地发泄压力、张弛有度的生活节奏、对生活充满热情的阳光天性、相互赞美的心态、适当健忘的头脑、善于自嘲、适当的精神胜利法、八小时外有所寄托、拥有丰富的内涵。

商店里的黄色奥秘

有一家水果店，为了使店面有些区分度，使顾客一眼就能注意得到，他选用黄色来装饰。黄色的确非常醒目，视觉冲击力很强，很容易引起人们的注意，在店面开张的第一天就有很多人光临。但是不知道为什么，顾客进店挑选了一段时间就走了，一天下来生意十分惨淡。

出现上述结果的原因其实很简单，这都是室内装潢惹的祸。如果有一些色彩方面的知识的话，这个问题很容易就能得到解决。在这之前我们得先明白什么叫作视觉残像。当外界物体的视觉刺激作用停止后，在眼睛视网膜上的影像感觉不会马上消失，这种现象称为视觉残像，也称作视觉后像或视觉暂留。这种现象的发生是由于神经兴奋留下的痕迹在起作用，它有正后像和负后像之分，电影就是利用的正后像原理。知道了这个原理，想必问题就迎刃而解了。

当人们在黄色的室内待了一段时间后，那么顾客的视网膜内就会出现黄色的补色——紫色。想想，如果你看到的葡萄是紫色的，你可能会马上去买单，但如果是橙子、香蕉呢？

解决这个问题的方法十分简单，既然黄色的补色是紫色，那么我们可以在水果下面垫上紫色的保护品，这样就可以从侧面烘托出红色的鲜艳，起到事半功倍的效果。

另外，我们在商场容易见到那些令人感觉温暖的黄色灯光，它有利于塑造安详、舒适的购物空间，与顾客放松、惬意的购物目的一致，也为顾客注意各家店铺的独特性提供了保证。一些小商铺的色调则可以多样化，选择较为强烈的色彩，刺激顾客的视知觉，特别是具有行业特征的商铺，更需要个性鲜明的色彩加以强调。对顾客而言，符合自身心理的产品是购物的首选目标。

黄色灯光在商场的用途主要有三个方面：

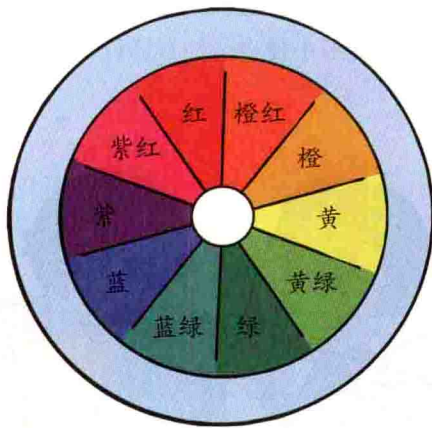
其一，一般照明。黄色是整个商场的主光色，商场装饰设计经常在布置灯具时把冷暖系的光色相互穿插，选择显色性较好的光源，营造较为舒适、明快的购物环境。

其二，重点照明。为了突出商品，其要比一般照明高约 3~5 倍，光的颜色选择与店铺内的主色光、商品的固有色调一致，这样可避免商品色彩显示的失真。

其三，装饰照明。这是一种艺术化的手段，利用补光的原理，使用不同的光来增加色彩的绚丽，或因品牌需求而产生形象的传递作用。

总之，在商场中，黄色作为主力军时刻充斥着我们的眼球，设计者或直接用黄色，或用其补色，使我们在一个舒适的环境中完成购物。这也从侧面说明色彩是一把打开消费者心灵的无形钥匙，以“色”悦人的营销法则的有效运用能产生一种无形却又非常有效的沟通作用，它能很自然地勾起消费者的购买意愿。

具体来说，下面的这个图是现实生活中常见颜色的补色图，颜色相对的是这个颜色的补色。例如，红色的补色是绿色，黄色的补色是紫色，蓝色的补色是橙色。



黄色，与你的健康息息相关

我们的生活中充斥着大量关于健康之类的话题，保持健康的方法也是五花八门。一个女白领尝试了很多的保健方法，但是没有明显的成效，这让她不得不选择放弃。保健就像是一条求知路，路漫漫其修远兮。

然而，发生在同事身上的一件事彻底改变了她对保健的看法。前不久因为天气的原因，同事感冒了，并且吃了很多药都不见效，无耐之下只好去医院。医生在查看了病情后郑重其事地对她说，你体内的淋巴球罢工了，就算你吃再多的药也是无济于事。这可吓坏了她的那位同事，以为自己得了什么不治之症，一下子六神无主，问该怎么办。

这时，医生才缓缓地说，解决问题的方法其实很简单，提高自己的免疫力，多笑笑就行了。

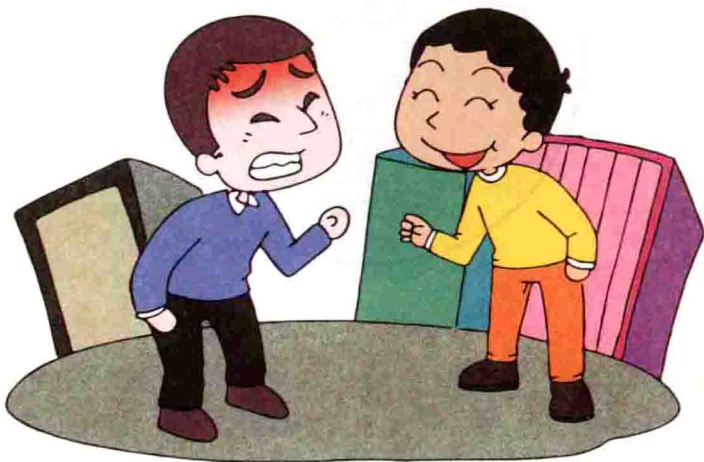
同事面带狐疑地嘀咕道：“这么简单，该不会是医生在跟自己打趣吧。”没有想到

的是医生再三重复：“人在笑的时候，身体的各个器官都在和谐地运转着，淋巴也会变得活跃起来，免疫力自然而然就上去了，病也就好了。”

在医生的建议下，那位同事面带微笑工作了几天，果然就恢复了生龙活虎的样子。笑笑就能提高自己的免疫力也在办公室里传开了。

那么，笑带来的健康与黄色有什么关系呢？这就要牵涉到黄色给人的心理作用了。黄色的波长适中，是所有色相中最能发光的色，给人轻快、透明、辉煌、充满希望和活力的色彩印象。黄色会刺激人的快感神经，使人的心情变得愉快而爽朗。特别是亮度相对较高、较为鲜艳的黄色效果更明显。另外，黄色在心理学中被称为“喜剧色”。据说在表演喜剧的时候，多采用黄色的照明设备。

如果最近的生活状态让你无法开怀大笑，你可以有意识地增加自己接触黄色调的东西，或者干脆买一件黄色的衣服穿，这样就可以增加自己发笑的概率，这不单是使自己的心情保持愉悦，也是在无形中使自己的身体处于健康状态。所以说，黄色与一个人的健康是息息相关的。



【案例再现】

许多人都有这样的经历，把购物小票或者是发票揉成一团，接下来便会“怒气冲冲”地把它们砸进垃圾桶，这实际上是一种精神压力的表现。如果我们平时生活中的压力无处释放的话，就会引起脾气暴躁，这在心理学上属于“转移行为”。在遇到这种情况的时候，我们应该多接触一些黄色的东西，这样会使我们更容易放松，也会使情绪得到一定的缓解。当然，最好的办法就是找到适合自己的疏解方式。

第四章 PART FOUR

绿色心理学

绿色是大自然中最常见的一种颜色，它是生命的颜色，存在于万物之间。比如绿色的树叶、绿色的小草等。与此同时，绿色还有很多其他的象征意义，它介于希望与毒药之间。绿色是非常灵活的色彩，它可以显得很温暖也可以显得很冰冷。因此，绿色是混合色中比较独立的一种颜色。

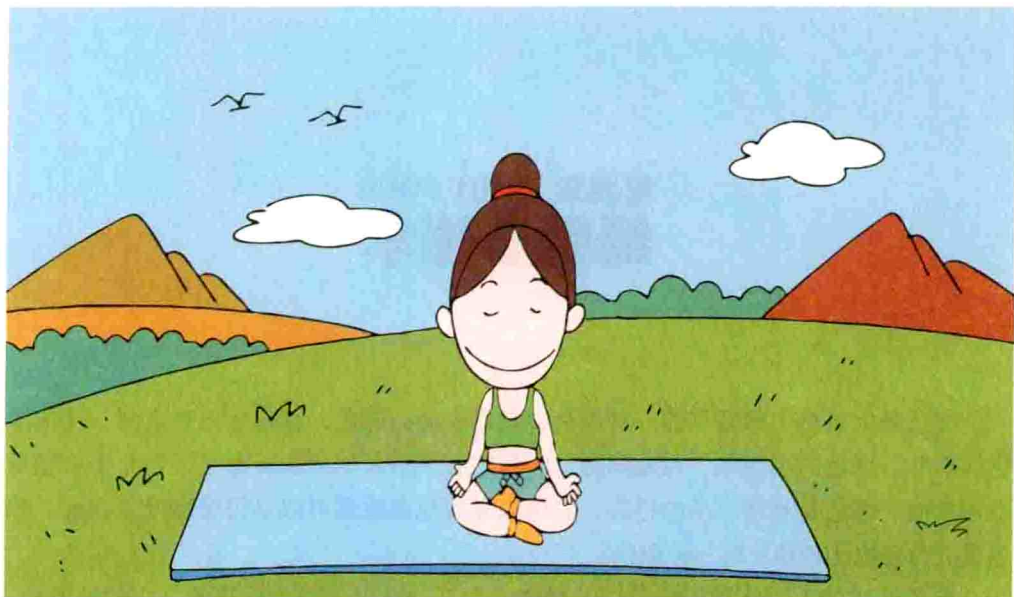
绿色性格的人团体意识比较强，倾向于和平，对外界时刻保持着一定的警惕性。绿色性格的人的交际能力非常强，他们总是能够与各种各样的人友好地相处，尽管可能是自己所厌恶的，但是他们不会外显自己的喜怒。如果长期出现这种情况，他们就会在心底产生“不相信”。同样，这种深层次的感情他们也不会外露。

绿色性格的人有着强烈的好奇心，但是在遇到感兴趣的事情时他们不会采取积极主动的行动，而是等待与别人一起行动，所以说绿色性格的人是属于群居性的人，他们不愿意当出头鸟。当然，人们会误解成绿色性格的人心思重，其实他们只不过是不要把事情做得太过而影响了目前的和平氛围。

绿色的精神内涵就是和谐，对待所有的事与物都是追求一个“度”字。天生的和善性格为他们赢得了温柔的美誉，儒家的中庸思想在他们的身上体现得最为明显。这也就使得绿色性格的人对生活的要求不太多，不会有太多不愉快的事情发生，因而他们也就过得比一般人幸福。

在追求和平相处时，绿色性格的人把自己打磨得没有了棱角。他们容易相处，没有太多的主见，不爱做决定，容易被别人牵着走，极易成为别人的附庸，关注点在别人那里，能够很快感知到别人的需要，一味地认为别人的需要重于自己的需要。虽然得到了一份宁静的世界，但是容易被别人误解为没有上进心。

在工作与感情中，绿色性格的人是个十足的被动者，不会主动去追求属于自己的东西。做事拖拖拉拉，很多简单的小事在绿色性格的人看来也是难以决定的大事。这与他们长期生活在一个被忽略的环境中是分不开的，他们学会了知足常乐，学会了如



何去愈合要求得不到满足的伤口。虽然他们是和平的维护者，能够站在中间听取双方的意见，可是从来都不知道自己该怎么决定。

【要点整合】

绿色这种性格，可以说没有鲜明的棱角是最大的特点。他们的内心大多平和，在一种无欲无求的状态中等待别人对自己的裁决。绿色性格的人在爱情上是个纯粹的被动者，渴望被怜爱，遇到自己喜欢的东西，一旦无法得到，便会在心里默默地祝福。他们最大的期许是稳定，抱着随遇而安的心态看待周围的人群。追求简单随意的生活方式，善用中庸之道应变万物，惯于妥协，逃避冲突。他们不喜欢做决定，怕给别人带来麻烦，愿意听从别人的意见。总的来说，绿色性格的人的生命中缺乏激情，也缺乏强烈的改变欲望。

绿色，开会时的秘密武器

会议是人们为了解决某个共同的问题或出于不同的目的聚集在一起进行讨论、交流的活动，它不再是一种简单的工作汇报，它可以把一个个看似不着边际、天马行空的想法汇聚成令人拍案叫绝的主意。当然，在会议中不同的意见、想法总会产生分歧与争吵，处理得不好的话还会影响员工之间的关系。所以，别小看会议的重要性。

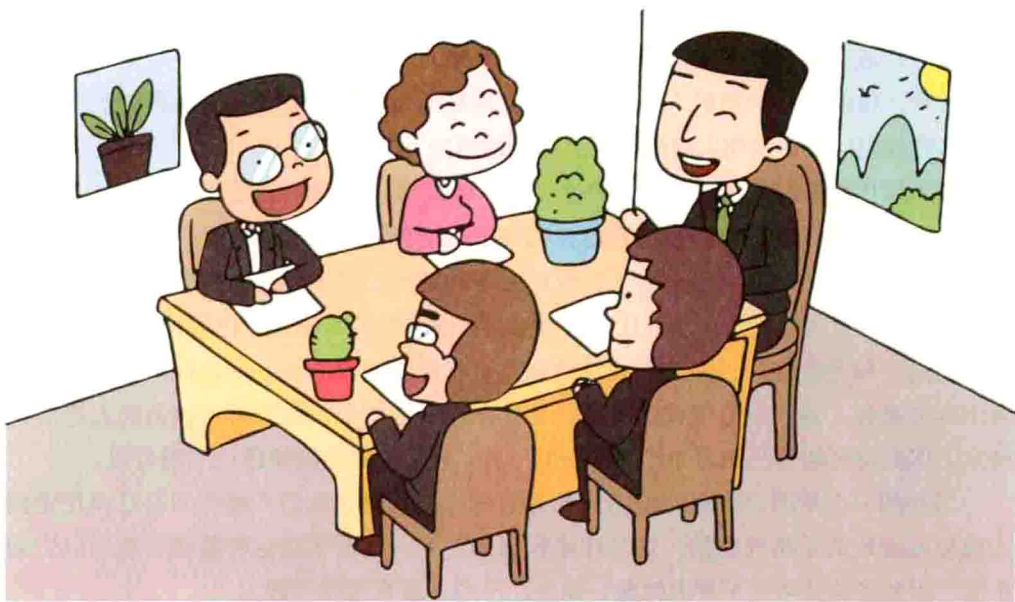
在会议中，如何使员工想出一些精妙绝伦的点子，如何使持不同意见的人能够相互倾听，如何使不同的意见能够碰撞出一个新的有效的想法……你需要在这其中找到

一个平衡点。建议在会议室中用适当的绿色。绿色是一种平静的颜色，是和平的象征，具有镇静的效果。它不仅可以使紧绷的神经得到放松，还可以缓解压抑的情绪，也可以用来减轻头痛。总之，绿色是会议室中不可缺少的东西。

每个人的心理与身体的反应是一体的。当人感到生气或者是不满的时候，容易出现血压升高、心跳加剧、呼吸的节奏紊乱等症状。生理上的反应会通过神经传送到大脑，有了这些不良反应，那么大脑就不能进行冷静地思考。绿色的东西具有使人静心、平复心情的作用，可在不知不觉中起到稳定身体机能的作用。另外，绿色能让人产生一种想要了解别人的冲动，这样就可以为会议增添和平的气息，不同意见的人就可以心平气和地交谈了。

在会议室中要尽量避免红色、橙色等暖色系的东西的大面积出现。如果出现不同意见的情况时，这些暖色系的东西会使气氛变得十分紧张，会议的成效就会大打折扣。值得注意的是，绿色虽然适合会议室，但是也没有必要把会议室全部装扮成绿色，只需约 20% 就行啦。

现代室内设计师为会议室曾做过理想的设计，他们认为米色的墙壁、沉稳厚重的绿色实木纹理桌子、椅子，周围再摆放一些红色、橙色等暖色的装饰物，外加一些供观赏性的植物就可以打造出十分完美的会议室。在这样的会议室做过开会的实验，不少的员工一致表示不知道为什么，在开会的时候心情一直很愉快，没有出现以前觉得开会煎熬的情况，就算会议时间很长也觉得过得很快。这些反馈的声音都传递了色彩在无形中对人们的影响。



在实际生活中，人们有多种选法，有的企业家会选择在疗养中心、度假胜地等自然绿地比较多的地方去开会，也有的企业家在会议室中想办法，比如改善室内装饰、配备绿色植物等来提高职工的与会效率。不管采用什么办法，绿色在会议室中的特殊功效是不能被忽略的。

【案例再现】

在开会的时候，你会发现一部分人会有这样的举动：他们不停地点头，似乎对说的话非常感兴趣，但是让人感到不解的是他点头的频率。一般来说，在不同的环境中点头象征着不同的意思，如果是在绿色的环境中则是同意或者关心你说的话；在红色、黄色的环境中不断地点头，则表示对你说的话感到无聊、不关心，想要你尽快结束这个话题。

为什么要找喜欢绿色的人帮忙

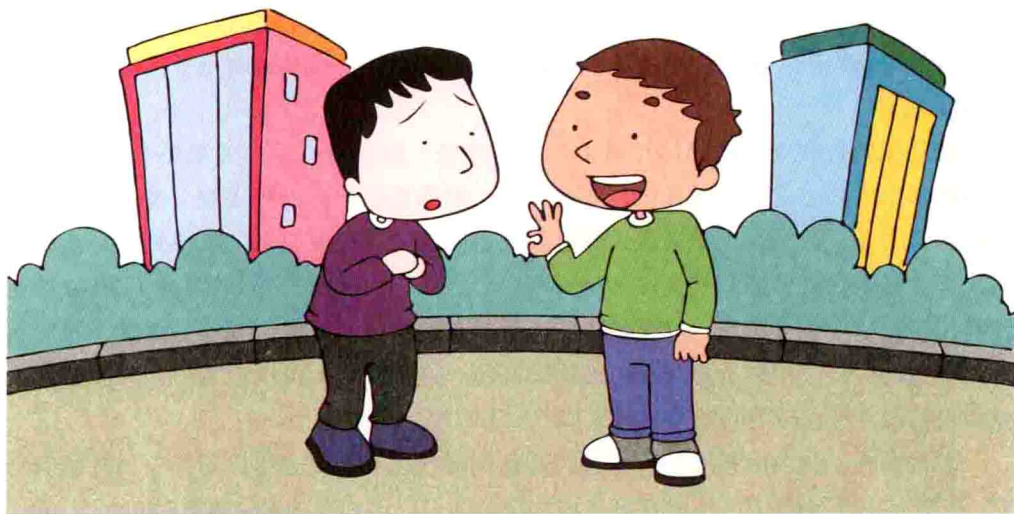
我们每个人都会遇到力所不能及的事情，在向他人求助的时候，求助者与被求助者之间的心理存在着很大的差别。作为求助者我们往往会在心里想如果自己被拒绝怎么办，向别人求助是不是自己无能的表现等，这会让许多的求助者觉得难以开口；被求助者也存在着困惑，如果不能解决求助者的问题是不是很没面子。在寻求帮助的过程中也有很多需要注意的东西，如果你对这些不是很了解的话，那么你在生活中只要把握一个原则就够了，尽量去找喜欢绿色的人帮忙。

喜欢绿色的人，在生活中喜欢乐于助人，他们有着一颗火热的心，很愿意为别人奉献自己，最喜欢在别人陷入困难的时候伸出援助之手。当然绿色也不是见人有困难就会去帮，他们是在帮助别人的过程中体会到被别人称赞的快乐而逐渐喜欢上帮助别人，这样他们想要帮助别人的欲望就会越来越强烈。

如果绿色性格的人在帮助别人的过程中听到如“要不是你”、“还好有你”、“因为你”等发自内心的称赞时，他们会感到由衷的快乐，这会让他们倍感愉悦。如果需要自己做出一些牺牲的话，他们也会毫不犹豫地去帮助别人。对于绿色性格的人来说，他们更在乎别人对自己的看法，能够让别人尊重自己对于他们来说是一件很神圣的事情。

当然，绿色性格的人这么喜欢帮助别人是有自身原因的——绿色性格的人是天生的团队主义者，他们十分重视团队的利益。在现实生活中，如果喜欢绿色的人答应帮助你，那么说明他早已把你当作团队中的一员，这是他对你的角色的一种肯定。

另外的一个原因是绿色性格的人的思想核心是和谐，他们不想因为自己没帮助别人而使得彼此关系出现破损，这会让他们觉得不安。他们不愿这种情绪影响到以后的生活，因此在选择帮与不帮的时候，绿色性格的人很难选择不帮。



【案例再现】

在意大利，假如把面向小孩销售的玩具做成紫色，他们一定会说，这样的玩具是卖不出去的，因为意大利人把紫色看作是具有强烈刺激的色彩。同样是玩具，如果做成绿色的，那么美国人会把它与毒药联系在一起，而日本人是不会出现这种情况的。所谓“十里不同风，百里不同俗”，地域的不同，人们喜爱的颜色也就不一样。

找个有绿色的地方去劝人吧

生活中难免会遇到与自己意见相左的人，不是每个人都有烛之武那种不卑不亢、能言善辩的外交才能，因此想要说服别人同意自己的看法是件很不容易的事情。

在说服别人的过程中，我们不能简单粗暴地让别人听从自己的意见，不给对方发表意见的机会，而应在双方充分地表达自己意见的基础上使对方被自己的观点所征服，让他们去改变自己的初衷。

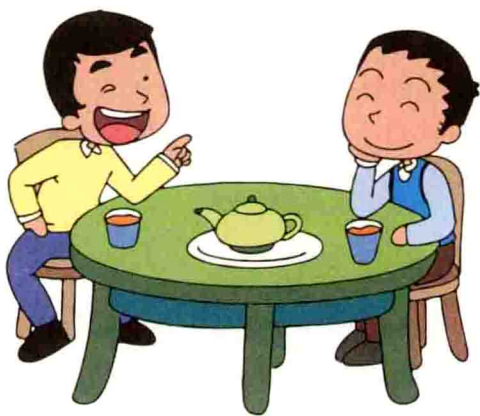
说服他人有很多方法，比如站在对方的立场为他人着想、通过赞扬调动热情、说服中运用语言艺术、顾全别人的面子等，这些方法会让别人接受自己的想法，一时之间可能会奏效，但是并不能使对方从心底认同。可能在过了一段时间后，他们会为自己的决定感到后悔。

保险从业人员可能有这样的体会：被说服的客户决定买一份保险，可是到了第二天就变了卦，后悔昨天的决定。在劝说的时候，我们可以用有“服务色”之称的绿色来帮助自己。在可见光中，绿色能够更好地平衡我们精神与生理上的反应差别，它向外

界传递的一种信号：我是真心来帮助你的，我会支持你，请你相信我。这样就会让事情很容易得到解决，在交往中也就不会产生让别人觉得自己是被利用了，可以打消他们的疑虑。

在劝说的过程中，时间的长短也会影响效果。色彩与时间的关系是十分密切的，有些色彩给人的感觉比较漫长，有些色彩给人的感觉如流水一般飞快。曾有人做过这样的一个实验，让两个人分别进入绿色和红色的房间，让他们自己觉得得到了一个小时后出来，结果在红色房间的人在45分钟就出来了，而在绿色房间的人过了70分钟还没有出来。这个例子说明，红色让人觉得时间过得缓慢，绿色则相反。因此，我们在劝说别人的时候，应该选择有绿色装饰的环境，这样我们就可以在有限的时间里让人觉得自己没有被长时间的劝说，避免其产生不耐烦的情绪。

总之，在劝说的时候我们可以适当地运用绿色，心理上它可以给人一种真诚的感觉，让别人觉得你是可信的；外部环境中的绿色则可以让你在劝说中拥有时间上的先机，提高自己劝说成功的概率。



【案例再现】

当用眼过度的时候，可以适当改变一下我们的视焦，朝远处的绿色植物凝视片刻，这会舒缓眼睛的充血现象。在凝视的时候，人们的呼吸会变得顺畅，肌肉紧张感也会消除，大量新鲜的氧气会使我们的心情变得愉快，达到一种精神饱满的状态。

第五章 PART FIVE 橙色心理学

在西方，橙色并不是受欢迎的颜色，他们认为橙色是比较廉价的颜料；在印度，橙色是比较普遍的色彩，生活的各个方面都少不了橙色。

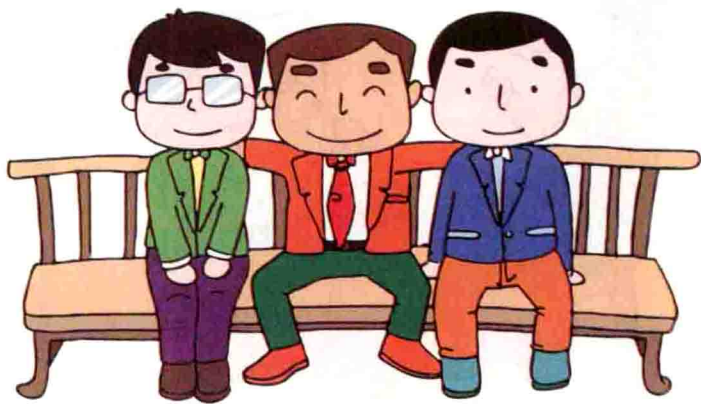
橙色是红色和黄色的混合色，色感比红色稍微温暖，能给人一种欢快活泼的感觉，可以说是暖色系中最温暖的色彩。

橙色性格的人天生就有帮助别人的好心肠，他们对周围的人和事物充满了热爱，谁都不可能让一个橙色性格的人长久地待在家里，这样会让他们失去生活的热情，因为他们无时无刻不希望与周围的事物保持着联系。对于周围的人，他们则会经常想他们是不是需要帮助，是不是有什么难言之隐，是不是过得开心等等一类的问题。

橙色性格的人在为人处世上喜欢黑白分明，没有所谓的中间地带。他们拥有积极向上的心态，对事情有自己的见地，具有很强的社交能力，很清楚自己想要的是什么，喜欢在实践中贯通自己学到的知识，这些都是其他颜色性格的人所不具有的。

橙色性格的人另一大特征就是感性。也许橙色性格的人的某个决定会让你很生气，但是他们善于洞察别人的心情，他们也会主动去改善彼此之间剑拔弩张的关系。

橙色性格的人很喜欢与人交往，在集体或者团体中能让他们获得一种久违的安心感，而这种感觉甚至会让它们产生一种不愿抽身的想法，并且固执地认为自己只是享受群居的时刻，不愿直视自身精神状态中滋生的孤寂感。



在社交中的自信也会使他们陷入专断的旋涡，听不进别人的意见。

橙色性格的人很容易情绪化，也很容易陷入郁郁不得志的状态，甚至有时会把自已与外界隔离。他们在做某件事的时候容易失去干劲，心生厌烦的情绪。不过由于橙色性格的人喜欢交朋友，因此当他们陷入负面的情绪时，容易得到别人的帮助，可以说橙色性格的人是比较幸运的。

橙色性格的人在交际中会按照自己的需要对人际关系进行分类管理，个人比较倾向于伙伴关系和同族关系。这样虽然会让他们的交际活动富有成效，但是也容易让别人觉得橙色性格的人的交际是带有功利性的，从而影响到他们人际关系构建的牢固性。

【要点整合】

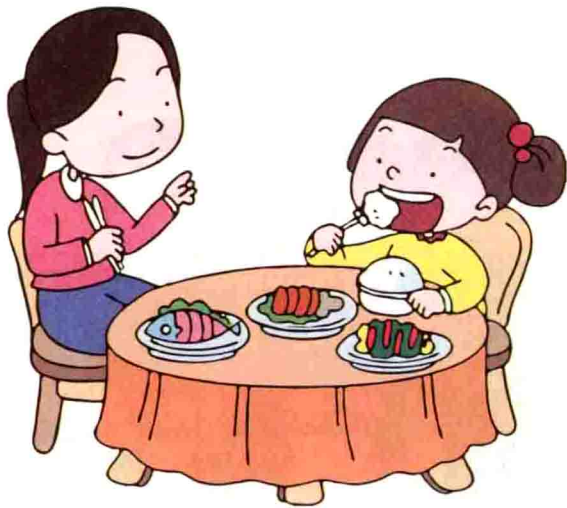
橙色作为红色和黄色的混合色，这类人的性格也或多或少含有这两者的特征。橙色性格的人洋溢着帮助人的热情，时刻想着身边的人，这有利于他们拓展自己的社交圈，能够使自己在不利中得到朋友的帮助。当然，橙色的感性性格有时带来的是情绪化的表现，这使他们容易心生厌倦。

想增进食欲，橙色帮助你

“湘西木材丰富，熏烤腊肉的燃料以硬木为佳，如茶树和杨梅树。熏烤时，要把腌制好的肉挂在取暖做饭的火塘之上，还不断将松果、茶壳、橘皮等放入火塘，这样熏烤出来的腊肉，就会带着茶果的香味。”这是《舌尖上的中国》中关于腊肉制作的细节，看这段文字联想到的画面是不是让你食欲大增。如果没有的话，也没有关系，买个橙

色的碗吧，它会让你体会到“民以食为天”这句话的真正含义与威力。

橙色是在黄色中添入一点红色得来的，同时具有了红色的激情能量与黄色的明亮心情，很容易让人想起那一个个富含维生素C的橙子，酸酸甜甜而又营养丰富。如果我们在家里的餐厅布置一张橙色的餐桌，那么你就会得到橙色给你带来温馨感觉的福利，它会像



是一道道小时候妈妈给你做的家常菜一样，让你想起往日美好的温馨时光，这是现代名目众多的快餐代替不了的。同时橙色还会在无形中增加你的食欲。

橙色虽然是增加我们食欲的一大利器，可是对橙色的使用是有讲究的。

首先，橙色的器具使用量不宜过多。我们就餐的餐桌相对较小，由于橙色属于暖色系，属于膨胀色，如果大面积出现的话，很容易给人带来桌面拥挤的感觉。

其次，对橙色的用色不宜过深。低纯度的橙色可以给人一种活泼易亲近的感觉，可以使橙色那种快乐、无邪的精神气表现得恰到好处。如果橙色较深的话，容易使人烦躁。

日本作家山里三津子撰写的《吸收各色食物不可思议能量的烹饪法》一书中强调食物的颜色具有慰藉心情、增加能量的作用，引起了很大反响。在书中作者提到橙色的刺激程度比红色更为强烈，会让人联想到甘甜、柔和的味道，而且也是一种增加食欲的颜色，它可能会让人感觉不到饱满，从而使人过量进食。肥胖的人应该避免这种颜色，否则会导致肥胖者越来越胖。

总之，橙色对我们的食欲有着不同寻常的作用，它给人的每一丝甘甜质感都会增加你对食物的占有欲。

【案例再现】

要唤起食欲，我们还可以在盛放食物的器皿上下功夫。在日本，制作餐具的器皿被当作是一门艺术，盛放食物的器皿多以白色居多，这是因为白色可以很好地突出食物颜色的缘故。如果我们在此基础上运用橙色来增进食欲，那么想要没有食欲都很难了。

橙色为什么会被称为安全色

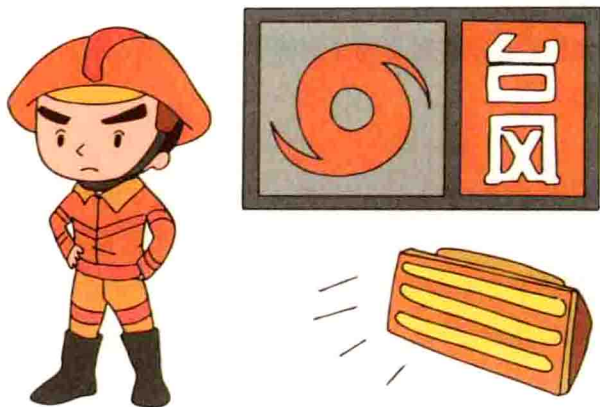
说到安全，不禁让人回想起发生在身边的一次次自然灾害，比如洪水、地震等。在汶川大地震中，无数的志愿者踏着嶙峋的山路、攀缘陡峭的石壁去给需要救援的人们送去力所能及的帮助。也许他们的力量有限，但是不管哪里发生了灾难，只要在漫天的灰色空间中瞥见那么一点的橙色，就让人有了能活下去的希望。他们就是身穿橙色救援服的安全卫士，是他们用自己的一点点橙色给了那些生命陷入灰色的人以希望。

为什么救援队员的衣服是橙色的呢？这还要从颜色的波长说起。我们知道不同颜色的波长是不一样的，波长越长它的穿透力就越强，就很容易穿透灰尘、雨水、烟雾等。在所见光中，橙色的波长是仅次于红色的，但是由于红色本身和鲜血的颜色很相像，这会在一定的程度上增加人们的恐慌心理，不利于救援工作的展开。可是橙色就不一样，橙色是所有色彩中最温暖的一种颜色，它可以给人一种柔和温暖的感觉，容易使人感

到安心，符合救援工作的本质。当然，也有救援人员的衣服是深蓝色或者是灰色，这主要是根据发生事故的性质来确定的。总体来说，大多数救援人员都是穿着橙色的救援服出现的。

橙色有时也是警报的标志。熟知天气预报的人都知道，灾害预警信号的种类由原来的3种增加到11种，黑色台风预警信号已经退出历史舞台。根据灾害的严重性和紧急程度，新版气象灾害预警信号总体上分为蓝色、黄色、橙色和红色四个等级（Ⅳ、Ⅲ、Ⅱ、Ⅰ级），分别代表一般、较重、严重和特别严重。橙色作为警报中的一员，为人们的安全扮演着很重要的角色。

在高速公路的隧道中，橙色作为照明灯有利于司机看清前方的路况，这种照明灯的学名叫作“钠灯”。即使是有尘雾的天气里，钠灯的照明距离一样十分远。同时橙色属于暖色调，人们看到时不会觉得犯困，从而使司机快速安全地通过隧道。



橙色在我们的生活中扮演着十分重要的角色，如预测灾难时候用橙色来提醒大家做好安全措施。如洪水、地震、暴雨等自然灾害吞噬人性命的时候，是一个个身穿橙色服装的救援人员来为我们的安全保驾护航，还有什么颜色比橙色更能让人知道安全的意义呢？

【案例再现】

日本市场出现了一种早晨专用的罐装咖啡，这种咖啡的外包装颜色是橙色，它被公认为具有很好的提神效果。在早晨的时候，人们的视觉神经正在慢慢地恢复工作，橙色作为红色和黄色的混合色，可以在一定程度上刺激我们的大脑，但是它不会像红色那样强烈，再加上咖啡的作用就可以达到提神的效果。

橙色，社交的色彩

我们每个人都是以小团体的形式生活着，对社会的真正了解也只是局限于生活的周围，思维模式也变得狭隘。一旦到了新的环境与陌生人交往的时候，大多数人都会变得害羞、腼腆，对这些情况处理得不好的人甚至还会患上社交恐惧症。怎样才能与人更好地交往已经成为一些社会学家密切关注的问题。

其实对这个问题的解答，德国哲学家、美学家叔本华曾用一个寓言作为回答。在寒冷的冬天里，两只豪猪为了避寒而擦身挨着，但是在后来靠近的每一步，它们身上的刺就会伤害对方。于是，两只豪猪经过了几次的挨着与远离，最后终于找到了既不伤害对方又能相互取暖的适当距离。这就是著名的“豪猪困境”，是指在心理上保持适当距离而产生的烦恼。

在我们的生活中，许多人不是不愿与人交往，而是在交往的过程中无法掌握适当的距离，随后决定回避这种困境，做一个于他人无害的“隐朋友”。其实大可不必这样，只要你在社交中多利用橙色，这些问题就可以迎刃而解。

经过前面的分析得知，橙色性格的人是一个喜欢群居的个体，他们的一大爱好就是社交。不过最为可贵的就是橙色性格的人在社交中对远近亲疏的准确拿捏，他们能够很好地处理各类感情。橙色天生感性的性格使他们能够觉察到一些不为常人关注的细节，这让他们懂得什么时候可以进一步发展关系，什么时候该保持适当的距离。

如果想交朋友的话，你可以穿一件橙色的上衣。橙色本身是暖色，它给人一种温暖的感觉，不像黑色那样严肃得让人产生拒绝之感。即使是你不主动与别人打招呼的



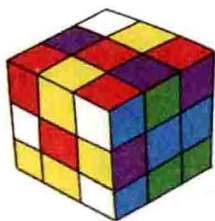
时候,别人也会因为这种温暖的颜色而产生与你交谈的想法。因为橙色会给人一种暗示:我想与你做朋友。

在生活中,与别人产生摩擦是不可避免的,不懂得交际的一些窍门很容易使自己陷入生活的孤岛。我们应该像豪猪那样不断地去尝试,找到一个使自己温暖也使别人愉悦的黄金距离。

总之,橙色是种能够让人感觉温暖的色彩,也可以让人产生想要交流的欲望,如果运用得好的话,还可以提高我们的社交能力。

【知识拓展】

我们在与别人初次见面的时候,身体上的接触可以拉近与对方的距离。有的人为了表达自己的热情,往往会伸出两只手来握住对方的手腕,甚至还会拍拍别人的肩膀。殊不知,这种行为可能会让人觉得你是在向对方宣示自己很强大,这里我做主的信息。如果你太用力,则会暗示自己具有很强的支配欲望。所以说,在握手的时候,最好是在自然的姿势下进行。



第六章 PART SIX

黑色心理学

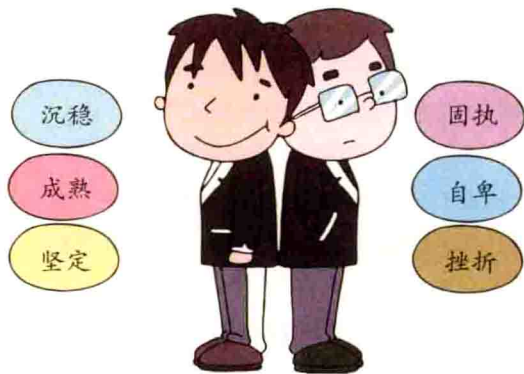
黑色给人第一眼的感觉就是神秘与恐惧、压抑与死亡。它代表着不幸，可它又不动声色地显示着优雅与端庄，如在 20 世纪西方穿着黑色礼服的贵妇人一样。黑色是一种非常特殊的颜色，有的人极力避开黑色，可是也有很多人在不知道什么颜色比较适合自己的时候，用黑色来装扮自己。

喜欢黑色一般昭示着两种情况：他们或者是懂得运用黑色来打扮自己，或者是在刻意地隐藏自己不愿提起的过去。前者在职场中精明而又干练，做事雷厉风行，充满活力，能够影响周围的人。后者则是在经历了人生中的重大事件以后，整个人的价值观念被重新塑造，遭遇的多半是挫折与失败。

黑色是一种庄严肃穆的颜色，喜欢它的多半是性格沉稳、个性成熟的人。他们能够泰山崩于前而面不改色，冷静地处理各种突发情况。传递出来的信息就是严谨、认真，这样就使得周围的人自然而然地接受了他们散发的不可动摇的严肃感。

黑色性格的人具备很强的梳理能力，他们能够很快地找出别人的错误，善于解决棘手的问题，面对高压也能够很好地调节自身的节奏，意志坚定，不会临难而退，这与他们天生执着的性格是分不开的。但是他们也会表现出常常听不进周围人的意见或者直接拒绝与自己不相符的意见，容易变得过分僵化、固执。

黑色性格的人虽然不容易变得消沉，但是他们心底一定隐藏着自卑与怯弱。不敢直视别人对自己的真实评价，不会寻找方法来改善自己的生活状态，希望在得过且过中寻找一种所谓的安全感。仔细观察就会明白，身边很多成绩平平的人包裹自己的颜色



就是毫无区分力的黑色。他们希望用黑色来保持在众人面前的威严感，可是也让人发现了隐藏在内心的那份软弱。

喜欢黑色的人缺乏足够的自信，习惯用黑色来包裹自己脆弱的心，这与他们曾经的遭遇是分不开的。如果我们能够在喜欢黑色的人的人生道路上回溯，一定会发现他们喜欢黑色的时间点，这个点也就是他们内心发生重大变化的点。要想真正了解喜欢黑色的人的性格，可以在这个点上对其人生进行分析；也可以在这个点上驱除他们的心魔，使他们真正地了解自己，从而把握自己的人生。

【要点整合】

黑色代表着有自我压抑的性格成分，在神秘中藏有威严的气势，让人心生肃穆之感，对周围人的影响是极大的。黑色性格的人具有很强的抗压能力、持久的忍耐力，意志坚定，坚持不懈。同时，黑色下面隐藏的自卑与怯弱的负面影响也是不容忽视的，它们可能会让一个人变得毫无吸引力。

黑色，能提高人的忍耐力

朋友给小王打电话说：“我实在无法忍受我的女朋友了，她不懂得关心我，对我总是呼唤来呼唤去，我生病的时候也没有请假过来看看我，每天还总是不时地问我做些什么……”

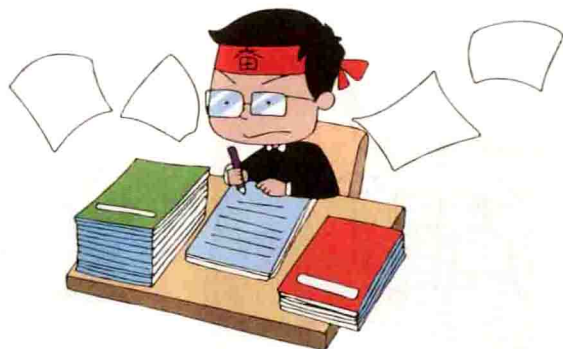
朋友用难以平复的心情倾诉了几十分钟后仍然没有停止的意思，而小王只好一边静静地听着一边想着怎样让朋友平静下来。后来，小王说：“既然你现在不想离开她，那么你就得忍受她身上的缺点，没有牺牲，爱情成就不了美满。你可以在平时使用一点黑色来锻炼自己的忍受能力，然后再去慢慢地改变她。”在听了小王的建议之后，虽然听别人说那位朋友和女友还是有过争吵，但是却再也没有接到过朋友的报怨电话，他们最近正在谈婚论嫁。

不止是在爱情里，在工作中，我们都会对自己的上司或是同事产生过一些不满和愤慨，并不是你觉得自己是对的就可以随意发泄自己的种种不满情绪。俗话说：“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”

黑色除了有固执和压抑性的一面外，还能够提高我们对事物的忍耐力。黑色可以增加我们的抗压能力，使我们处在一个更加合适的位置。因此，当我们在生活中遇到自己无法坚持下去的事情时，可以试着利用一下黑色，它可以给人带来忍耐力和势必达到目的的决心。

当然，任何事物都会有物极必反的一面，在遇到压力的时候如果我们一味地让自己去忍耐，最终的结果可能会使自己因压抑过久而崩溃。毕竟在人们的思维定式中，

黑色很容易使人联想到黑暗、寂寞、灾难、死亡等不好的事情，黑色服装也多出现于悲哀、庄严、肃穆的场合中。所以说，我们使用黑色增加自己忍耐力的时候要有一个度，最好是小面积地使用，比如在室内放一些黑色的小饰物，偶尔穿一件黑色的外套，买个黑色的钱包等。



在一些职业人士中，他们为了给自己一个干净利落的形象，不惜全身上下都使用黑色。不可否认，这样会使他们看起来更加专业，还能够无形中影响到其他人。过多地使用黑色，时间长了以后会使他们产生一股自我否定的心理，把自己的心灵封闭起来，神经也会渐渐地压抑，甚至会患上抑郁症。所以我们对黑色的使用要多加慎重，下班在家或是外出活动的时候应该多使用一些让自己和别人能够心情舒畅的黄色或者是橙色。

【知识拓展】

在日语中有玄人与素人的说法。玄人主要是指那些经验丰富、技艺精湛的人，是从黑人演变而来的。“玄”字本来的意思是指被重复过很多的黑色，泛指经验丰富的意思。素人的意思是指什么也不懂的新人。

黑色，没有风险的优雅

黑色，作为世界上最为普通又最为优雅的颜色，它的触角伸到了世界的每个角落。

说它普通是因为每个人的衣橱里都会有一两件黑色的衣服。世界上的一切物质在结束的时候都可以用黑色来表达，它象征着终结。

说黑色是优雅的是因为康丁斯基曾这样描写黑色：黑色在心灵深处扣响，像没有任何可能的虚无，像太阳熄灭后死寂的空虚，像没有未来，没有希望的永久的沉默。它在结束的时候那么优雅地转身，不留一丝滞留的气息。

黑色容易给人一种威严感，让人觉得不可亲近。从色彩心理学上讲，作为具有强烈心理效果的黑色在那些希望追求自我、远离大众价值观的人群中很受欢迎，黑色一直是他们的最爱。

迪奥说过，优雅是由高贵、自然、细致与简单构成的混合体。优雅的要旨是放弃奢华，放弃光鲜，放弃献媚。当我们穿着黑色服装的时候，我们也放弃了色彩，黑色因而是没有风险的优雅。在节日里穿黑色的盛装已经成为一种传统，这一点在如今的



男装中表现得尤其明显：优雅的西服、晚礼服和燕尾服大部分都是黑色的。

另一时装品牌香奈尔于1930年设计出了“黑色短装”，它代替了长度及地的丝绸黑裙。

它令那个时代的女式时装有了前所未有的区别：长裙与短裙。用于隆重场合的裙子如结婚礼服、晚礼服仍然保留它们的长度；而其他场合的裙子都变短了。“黑色短装”是一种短裙，至今适用于所有的正规场合。黑色短裙的流行也体现了人们在追求优雅的同时会考虑它的风险系数。如果使用这种黑色的短裙可以得到优雅，但是有逆社会流行而上的风险，恐怕它也得不到推广。

对于一些奢侈品来说，放弃色彩上的光鲜可以将其奢华、尊贵更好地表现出来，取得的效果也会更好。一辆黑色的豪华轿车和一辆色彩光鲜的同类轿车相比，黑色显现出来的尊贵与优雅是显而易见的。

在现实生活中，实在有太多的黑色令我们目不暇接，黑色的服饰、黑色的轿车、黑色的手机等都是人们在长久的设计中沉淀下来的经典色。有的人在追求个性的时候不想被人认为是在标新立异，于是黑色这种大众百搭型的设计颜色便大行于世。同样这也造就了没有风险而又优雅的独特黑色。

【知识拓展】

在印象中，我们一直认为一个人穿着竖条的衣服会显得瘦一些。然而英国约克大学心理学系彼得·汤普森博士在经过一系列的研究后发现，其实人在穿上横条的衣服时显瘦的效果要好于竖条。汤普森说，19世纪一位名叫赫尔曼·赫尔姆霍茨的德国生理学家用两个尺寸完全相同的正方形做实验，正方形内部分别填充了一组竖向平行线和一组横向平行线。最后发现它们的实际面积相等，但看上去竖线覆盖的面积更大。同时，由于黑色本身就可以给人一种收缩感，所以说黑色的横条纹衣服的显瘦效果要好于不是黑色的横条纹。

第七章 PART SEVEN

白色心理学

在西方，白色是所有色彩中最为完美的一种颜色。一切象征着积极的事物都可以用白色赋之以意义，它是完美、纯洁、理想的代名词。它也是一个极端的色彩，是世间万物的开始。白色是一种包含光谱中所有颜色光的颜色，通常被认为是“无色”的，没有十分鲜明的个性色彩。

白色性格的人喜欢用好奇心去看待周围的世界，在他们眼里，自己与周遭的一切都是同类。不管做什么事情，都带着一份认真的态度，不爱弄虚作假。虽然有时候会露出害羞的一面，但总体上他们是属于活泼外向型的一类。

白色性格的人不会轻易相信别人。当自己遇到别人的指责时，白色性格的人通常会隐藏自己的真实感受，他们不喜欢情感外露，也不喜欢表现自我。当想让白色性格的人分享自己的真实想法时，他们复杂的性格会让每个想了解他们的人感到震惊。

白色性格的人更喜欢用沉默来面对争执，这与他们喜欢安静的性格紧密相连。有人认为白色性格的人的安静是因为在他们的性格中有容忍与耐心的特点，他们不像其他性格的人一样具有鲜明的个人特色，这就使得他们能够与大多数的人和睦相处，从而建立起深厚的友情。对于他们而言，能够接纳他人的原因非常简单，因为他们善于发现别人身上的优点。

白色性格的人不喜欢处于领导的位置。在他们的心中，任何一个错误的决定都会让他们感到难安，所以不喜欢承担责任。他们乐于做一个追随者，喜欢站在一个安全的位置去观察周围发生的一切，即使对事情有不同的看法也不会主动发表自己的意见。

白色性格的人代表的是一个胆怯的群体，他们十分担心自己的情绪被暴露。许多白色性格的人在青年的时候会为自己选择平坦的道路而放弃自己喜欢的事物而深感懊恼，容易在悔恨中度过余生。

白色性格的人看上去像是对所有的事情都漠不关心，总是一副事不关己的模样。同时由于他们不善表达，容易让人们产生误解。他们不允许自己去做一些与危险有关

的事情，这也就使他们丧失了给生活增添色彩的机会。因而，白色性格的人的生活多归于平淡乏味。

白色性格的人不懂得据理力争，他们在人生的一些重要转折点上都会选择避免产生冲突，默默地接受生活中的一切。



【要点整合】

白色性格的人怀着一份好奇心去看待周围的世界，不容易相信别人，不会轻易表达自己丰富的感情体验。安静的性格会让他们用沉默来面对大多数的事情。对事情的上进心不够，想要按照自己的意愿去生活，却又不敢选择去冒险。

白领为什么叫白领

我们会经常听到有人被称作“白领”，那么“白领”到底是怎么样的一群人呢？

白领是指有着一定的教育背景和工作经验、从事着脑力劳动的一个社会阶层。西方社会把不需要做大量体力劳动的人员叫作白领，与做体力劳动的蓝领相对应。首先使用白领一词来统称这个特殊阶层的是美国已故学者米尔斯。他根据社会结构的变化，在1951年出版了一本叫作《白领》的著作，并且宣称一个叫作白领的中产阶级时代马上就要来临。

“白领职工”这个名词最早出现在20世纪20年代，这是个受人尊敬的职位，他们的工作条件一般比较干净、工作服装整齐洁白，工种主要包括办事员、打字员、律师、医生、教师、会计等，收入比较可观，但是由于不掌握生产资料，他们仍然处于雇佣地位。在比较发达的资本主义国家，白领的人数是庞大的，约占总工人数的60%左右，是个

令人羡慕的职业。

“白领”这个称呼是从他们上班时白色的领子得来的，用来与蓝领相区别，它的意思是工作不会使领子变脏，上班时得衣着整齐、洁白。随着时代的发展，白领一族的穿着也发生了很大的变化，许多公司逐渐放松了对上班服装的限制，转而追求一种舒适、健康的工作状态。因此许多上班族现在改穿休闲服和牛仔裤，那些天天穿着白色衬衣与西裤的人渐渐成为少数。



随着社会的不断前进，人们对“白领”这个职业的认同度在不断地下降，其中更是有些戏谑的味道。在一些高消费的城市中，一个白领的工资在交了房租、付了水电费、买了生活必需品后发现所剩无几，不由得感叹道：这一个月工资又白领了。我们可以从中感觉到那种无奈。这也说明了白领的社会地位在不断地下降，成为一个普通的阶层。

很多时候人们都是以工资收入的多少来作为划分白领阶层的标准，其实我们更应该注意到白领更多的是精神品格方面的。白领作为一个阶层开始出现的时候引领着社会潮流，使更多的人能够接受利用工作来享受生活的方式，这与白色中含有的那种完美、理想的人生哲学是环环相扣的。我们不能把那种只是在金钱上达到了白领的下线而辅

以消极人生观的社会群体归为白领阶层。

【案例再现】

在上班的时候，我们会遇到这样的一拨人：在自动扶手上还要自己上楼梯的人。这类人大多属于在一些技术领域的白领，他们的竞争意识比较强烈。在自动扶手上还要上楼梯的人速度非常快，能够不断超越身边的人，他们的心中容易产生一种胜利的优越感。久而久之他们就会非常执着于自己的步调，很少关心他人，成为一个优先考虑自己的自我中心主义者。

白衣服是感冒的天敌

在冬天的时候，街上可以见到很多因为感冒戴口罩的人，他们个个行色匆匆，想必是害怕感染风寒让自己的感冒加重。正如人们所说，感冒再小也是病，如果不加以调理的话会酿成大病。不仅是冬天，在夏天如果感冒的话也很难受，而且它的持续时

间比较长。

在感冒的时候，不是只有吃药才能加速痊愈，我们也可以利用色彩的一些特性作为辅助条件来帮助我们康复。在这之前我们必须先了解一个名词：周波数。声源的振动在一定的时间和空间引起了空气压力的变化，声压在一定的时间内不断恢复到同一状态，在一秒钟内这种反复的次数便叫作周波数，它的基础计量单位是赫兹(HZ)。在色彩的疗法中，就是通过色彩的周波数来调节自身肌肤的活动频率，进而我们就可以利用它来治病、美容等等。

在所有的颜色中，白色的治愈效果是最好的。白色可以通过波长渗入到人的身体内部，这样它就可以产生我们身体所需要的各种颜色的波长，从而使身体的需求达到平衡。

研究色彩治愈的专家们曾经做过这样的一个实验，他们把三个大小颜色相同的番茄分别放在红、黑、白三个不同颜色的盒子里，并且把它们都放在向阳的地方。等到藤上其他的番茄变红的时候，再把盒子中的番茄拿出来。专家发现，红色盒子中的番茄因为熟透了而变得有点发暗，黑色盒子中的番茄与刚摘下来的时候没有什么区别，唯独白色盒子中的番茄与藤上变红的番茄差不多。这个实验说明了白色相对于红色、黑色而言可以均匀地吸收太阳光。



当我们感冒的时候，身体内部的运行会出现部分的紊乱，选择白色的衣服(或盖白色的被子)，可以使我们的肌肤能够均匀地吸收外界光，这样就可以使我们身体内部的运行达到平衡。相反地，我们在平时应该少穿黑色的衣服，因为黑色可以吸收所有的波长，这样外界就无法向我们的身体传送能量，不利于健康。红色因为是暖色，它会给人一种兴奋的感觉，刺激性比较强烈，所以说不适合生病的人。

【知识拓展】

在瞬息万变的潮流中，白色以其独特的魅力吸引着广大的爱好者，就像是一场激情澎湃的爱情终究要回到平静、自由中一样，白色始终都以平淡的色彩彰显深刻的内涵。在一些商业设计中，纯白色会给人一种寒冷、拒人以千里之外的感觉，因此往往会在白色中加上其他的一些色彩。例如市面上流行的米白、象牙白、乳白等等。

婚纱为什么是白的

当今的婚礼文化中，白色的婚纱是最不可或缺的一样东西。不管你是什么民族、什么地域，除了本民族的传统服饰以外，白色的结婚礼服是每个人的首要选择。在一个女孩子一生必须完成的事件中，穿上白色的婚纱永远都不会被划掉。

那么，婚纱为什么是白色的呢？相传这其中有一段浪漫的爱情故事。

打猎是早期王室最喜欢的事情。在一个盛夏的午后，皇族们跟往常一样带上猎枪来到一个爱尔兰的小镇上，他们碰巧遇到在河边洗衣的萝丝小姐。理查伯爵被萝丝的纯情和优雅气质深深吸引，而萝丝也对这位英俊挺拔的理查伯爵产生了倾慕之意。

返回皇室的理查因为白天的遭遇而辗转难眠，于是向皇室提出了想迎娶萝丝的愿望。当时的社会流行门当户对，皇室为了维护自己的血统，坚决反对这桩婚事。

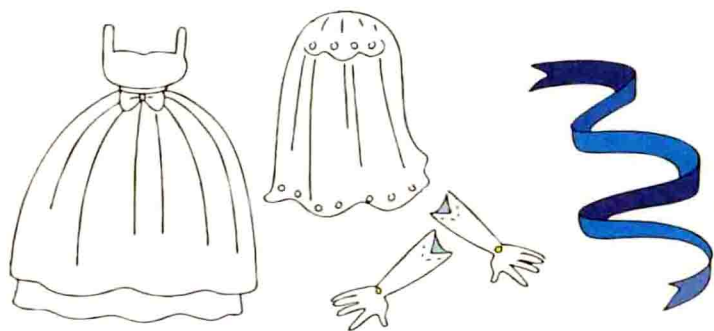
在理查的坚持下，皇室提出了十分不切实际的要求，他们希望萝丝小姐能在一夜之间缝制出一件白色圣袍（当时没有穿白色婚纱嫁娶的习惯），圣袍的长度是从爱尔兰皇室教堂的证婚台前至教堂大门。当时人们普遍认为这是在故意刁难萝丝小姐，为了让她知难而退。

听到这个消息后，理查伯爵认为自己婚事已成泡影，但是萝丝没有放弃，她居然和整个小镇的居民们一夜未睡，相互分工合作，终于在天亮前缝出了一件精美绝伦且设计线条极为简约又不失皇家华丽气息的白色圣袍。当爱尔兰皇室的成员看见这件圣袍时，纷纷深受其感动并被简约的设计理念所折服。最后，萝丝在爱尔兰国王及皇后的允诺下穿着这件白色圣袍完成了童话般的婚礼。

这就是世界上第一件婚纱的由来。从此以后，白色的婚纱就成了西方的结婚礼服，白色代表着圣洁、纯净、忠贞不渝的爱情。人们都认为白色的婚纱象征着处女和纯洁，其实白色婚纱在欧洲的流行历史并不算长久，约从18世纪后半叶才开始流行起来。而日本早在室町时代（15~16世纪）就已经有了在婚礼上穿白色礼服的习惯。那时在婚礼过后的3天内，新娘都要穿白色衣礼服，之后才可以换上普通服装。随着时间的推移，新娘穿白色礼服的时间逐渐缩短。到了今天，新娘只有在结婚仪式上才穿白色礼服。一身白色礼服象征着新娘的纯洁无瑕，在日本还有另外一层含义，那就是新娘在决定离开娘家时，就已经预料到未来可能出现的坎坷，做好了不怕死的心理准备，白色也象征着奉献的精神。

虽然白色婚纱在全世界都是通用的，但是具体到每个国家的风俗又有差异。比如在美国的传统婚礼中，对婚纱礼服就有很特别的要求，新、旧、借、蓝这四个字是要求的简称。“新”表示新娘的白色婚纱要是新的；“旧”表示新娘的白色头纱必须是旧的，并且是母亲用过的旧白纱；“借”表示新娘的白手帕是从自己的女伴那借来的，意思是

不忘记友情；而“蓝”则表示新娘身披的绸带是蓝色的，表示对爱情的态度是忠诚的。



【知识拓展】

白色往往使人联想到冰雪、白云，给人以纯真、质朴、恬静、整洁、雅致、凉爽、卫生的感觉，象征着和平与神圣。在西方，举行婚礼时，新娘的婚纱必须是白色的。如今，白色的婚纱在我国也逐步流行起来，成为除传统红色礼服之外的必备服饰。

圣洁完美的白色百合花

百合是百合科百合属多年生草本球根类植物，主要分布在亚洲的东部、欧洲、北美洲等北半球温带地区。全球到如今已发现有一百多个品种，中国是最主要的起源地，百合花素有“云裳仙子”之称。它的外表高雅素洁，天主教把百合花视为玛利亚的精神象征；梵蒂冈则以百合花象征民族独立、经济繁荣，把它上升到了国花。百合的鳞茎由百余鳞片抱合而成，故有“百年好合”、“百事合意”之意。中国人把它作为婚礼必不可少的吉祥花卉。在中国，百合具有百年好合、美好家庭、伟大的爱等含义。收到这种花的祝福的人具有单纯天真的性格，集万千宠爱于一身，不过单凭这一点并不能完美地度过一生，还必须具备自制力，像百合一样抵抗外界的种种诱惑，才能保持不被污染的纯真与高洁。

在现实生活中，白色是神圣的意思。大多数人喜欢白色其实是对完美的向往，白色在一定意义上还是理想的代名词。所以说，如果是真的喜欢白色，那么说明你是一个有理想的人，而且骨子里有一种完美主义的情结，无论是对爱情还是对事业，都有着很高的要求，而这种高要求很容易让你出众。如果没有完美主义倾向而喜欢白色的话，这种人很可能具有一颗纯洁善良的心。男性随着年龄的增长，百合情结在生活中的变化不是很大；女性随着年龄的增长而喜欢百合很可能是出于对已逝青春的无比怀念。

我国著名作家茹志娟的小说《百合花》通过对小通讯员生与死的过程描写，再现了

他与新媳妇之间的纯洁情感，可以说是没有爱情描写的爱情牧歌。全文并没有出现过许多次百合，或许正是这样才会使得百合花显得更加纯洁，作者最后用一床百合花纹



的被子使得纯洁的感情得到了升华。百合花的高洁是给他们爱情的最高赞誉，或许留下的是孤独的，但是它的美也是无可比拟的。当手心里面捧着这样的一朵百合时，顿时让人觉得神圣。

总之，在我们的生活中，象征爱情的有鲜红的玫瑰，表现激情的有金黄的向日葵，展现人格高洁的就是百合了。

【知识拓展】

在欧洲的中世纪时期，白百合就被赋予了特殊的宗教意义。天主教义这样表示：白百合的花原是黄色的，只是因为圣母玛利亚采了它，它才变成了白色。自此，白百合又被叫作“圣母之花”，用来象征圣母的纯洁和神圣。许多画家在绘制宗教题材如圣母领命、圣母子或者是其他与圣母有关的主题时，常常会用白百合作为装饰、点缀。

第八章 PART EIGHT

紫色心理学

说到紫色，大多数人的脑海里立刻会浮现漫山遍野的薰衣草。在西方人的世界里，紫色代表着高雅的贵族之气，是身份的象征。在中国，紫色同样是皇宫的佐证词，比如紫禁城。相信看过《大话西游》的人对里面紫霞仙子的印象应该没有消退，那位代表成熟女性的紫色闪烁在每一个人的心中。

紫色性格的人拥有很强的自尊心，对自己的个性、价值观和世界观看得很重，很难被他人接受和认同。紫色如果得不到外界的理解就会立刻收起与别人交流的心灵桥梁，是典型的一受伤就收心的性格。

紫色性格的人不太喜欢团体活动，即便在集体活动中没有费心费力的事情，他们还是喜欢独自行动。他们喜欢利用独处来释放自己的心情，不会特别在意周围的人怎么看待自己，认为“我就是为我自己而活”。当他做出一些让你无法理解的事情时，别指望他能够给你一个合理的解释，当然他们也不会去讨好别人。

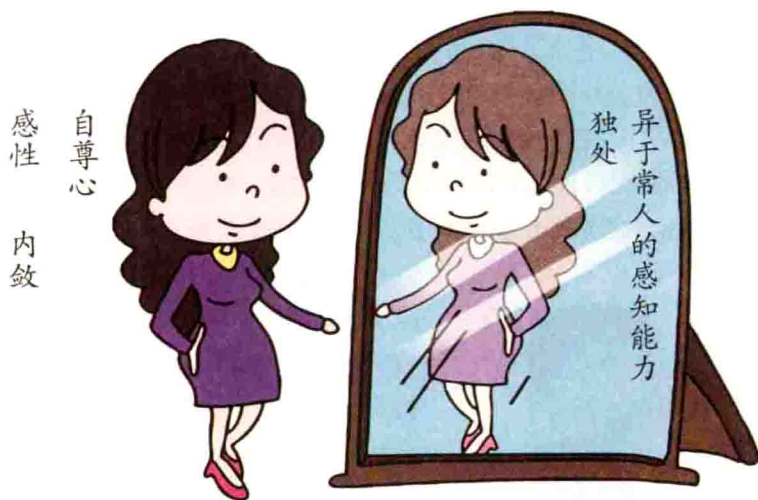
紫色性格的人感情丰富，强烈地渴望得到别人的肯定，认为自己是独一无二的，无论在物质方面还是在精神方面，他们都力求做到完美无瑕。紫色性格的人的观察力十分敏锐，对书本有着独特的领悟，可以说是一位见解独到的分析家，有成为艺术家的潜质，对算命、卜卦以及眼睛看不见的神秘力量怀有浓厚的兴趣。

紫色性格的人还有异乎常人的感知能力，这种灵敏的感知能够让他们很好地判断事情的走势。当然这也会让他们在面临挑战的时候缩手缩脚，对事情的一些否定判断会让他们停下前进的步伐。

紫色性格的人在公共场合中显得十分沉稳内敛，交往中容易因为多情而让人产生不必要的误会，虽然他们能够清醒地认识到错误，但还是会一犯再犯。可以说紫色性格的人一直是活在自我为中心的世界里，只为自己想要的生活而活，别人的建议与忠告全然与他无关。

紫色性格的人会尽量避开与那些不懂得关心、个人主义、不为别人考虑的人产生

联系,这些人虽然与他们的性格有几分相像,但是紫色更喜欢与自己性格不同的人交往,这也是紫色性格的人的一大优点。



【要点整合】

紫色性格的人是优雅与高尚、细腻与敏感的并存体,他们具有丰富的情感体验、极高的审美趣味、超强的感知能力。爱追求完美,对自己的要求苛刻,能够与自己的性格缺点作斗争。对团体活动没有太大的兴趣,喜欢独自去冒险。

紫色为什么是最有创意的

如今,“创意”已经成为一个公司十分重要的生存砝码。有一种叫作“创意机构”的公司,这类公司存在的根本就是能够为客户提供意想不到的意见,而这些恰恰是其他类型的公司所缺乏的。举世瞩目的苹果公司正是靠着一款又一款的创意产品俘获了无数人的心,成为全球最具价值的科技公司。一个人如果拥有了新颖的想法、丰富的创意,可以让他更容易在事业上取得成功。

美国作家艾利斯·沃克在1982年的代表作《紫色》,这部作品为作者赢得了美国文学最重要的奖项普利策奖、美国国家图书奖和全国书评家协会奖。在书中,作者运用全新的视角来审视紫色,她的妇女主义之于女性主义就如同紫色之于淡紫色。就像紫色包含淡紫色一样,妇女主义包含着女性主义。这就为人们开辟了一个全新的创作角度,打开了人们的思维空间。

为什么说要提高我们的创新能力时,需要借用紫色呢?

在色系中，紫色象征着具有旺盛的精力，能够挖掘人的个性与潜力。在一些从事创意行业的人士之中，那些喜欢紫色的人提出的意见更加容易打动客户，他们对艺术的感知能力很强，能够把很简单的事情用特殊的形式表现出来。他们也很注重自己的个性，对事物的看法更多的是从另外一个层面去理解而不是简单地描述事物的本身。

还有一个最为重要的原因就是紫色是由红色和蓝色融合而成的色彩，鲜活的红色加上冷静的蓝色就生成了一种高贵而复杂的紫色，它可以说是极佳的刺激色。紫色处于冷暖之间恍惚不定的状态，再加上它本身低明度的性质，就形成了在心理上的沉郁感。紫色能够充分挖掘人们内心的想法就是源于它独有的刺激效果，人们在看到紫色以后，



会对它那深邃而神秘的色彩产生种种联想，思维开始活跃。紫色中的红色能够触动物体内在的热情并且把它们转化成行动，紫色中的蓝色则能给人带来和谐与冷静的力量，这样紫色就能根据实际的情况充分挖掘内心深处对事物的理解，抓住人们最想要的东西，进而外化成为自己的创造力。

总之，喜欢紫色的人对于事情往往会有意想不到的看法，他们会在不经意间打破常规，而这正是他们具有创意的最好体现。

【知识拓展】

有关研究表明，每个人的身上都存在着一定的生理周期，这其中包括健康状态、情绪、智力等。当一个人的生理周期处于低潮的时候，如果我们对紫色的东西特别感兴趣，这就意味着潜意识中我们需要提升自己的想象力。紫色可以帮助人们加深对自己的理解，充分释放思维的能量。

紫色为什么是虚荣的代名词

虚荣是指自身对于表扬或者认同的渴求，以一种虚假的方式来满足自尊的心理状态。虚荣心的拥有不分男女。女人的虚荣心表现在对物质的追求上，比如女孩子大多都希望有漂亮的衣服、昂贵的首饰、上档次的皮包等，而男人的虚荣心更多地表现在对权力的追求。在浩瀚的历史长河中，有多少人迷失了航向，在人性的航道里触了礁，罪魁祸首就是虚荣心。

为什么说紫色就是虚荣的代名词呢？

紫色似乎是整个色环上最为消极的色彩。尽管它不像蓝色那样冷，但是红色的渗

人使它显得复杂、矛盾。它处于冷暖之间游离不定的状态，加上它的低透明度的性质，也许就构成了这一色彩在心理上的消极感。与黄色不同，紫色可以容纳许多淡化的层次，一个暗的纯紫色只要加入少量的白色，就会成为一种十分优美、柔和的色彩。随着白色的不断加入，会不断地产生出许多层次的淡紫色，而每一层次的淡紫色，都显得很柔美、动人。这也表现了紫色在色彩上的渐变性。

众所周知，在西方紫色也代表尊贵，是王室贵族所偏爱的颜色。在古罗马帝国时期，用紫色染料制成的衣服仅供贵族穿着，或者把衣物染成近似绯红色，也甚受当时君主的喜好。在拜占廷时代，来自王族嫡系的皇帝会将“紫生”一字加于自己的称号，表明自己的正统出身，以别于靠其他手段获得王位的君主。然而，我们也应该明白，在象征王位的权力追逐中并不是每个人都能加冕。所以说，紫色代表的虚荣更多的是在自己的追求无法实现后心理产生的自我满足。

虚荣心，从心理学角度来说是一种追求不能实现后变相满足的性格缺陷，是一种被扭曲了的自尊心。我们每个人都有自尊心，都渴望得到社会的认可，这种心理上的需要再正常不过，但是紫色代表的虚荣是掩盖在自尊心上的黑色面纱。通过分析那些喜欢紫色的人群，我们就会发现大多数人都是后来才渐渐喜欢上紫色的。这与他们的经历有关，他们渴望在生活中用紫色来安慰自己无法实现的梦想。当然这只是一部分人，也有从一开始就对紫色着迷的，这也不能排除。



【知识拓展】

紫色代表的虚荣在欧洲中世纪的时候属于七宗罪之一，如今却被人们视为无关紧要的品行。中世纪的教会曾认为如果一个人只顾自己的享乐而忽视了上帝的欢悦，那么这个人是有罪的。相传在古罗马时期，紫色是皇帝和元老院的议员的专有色，因此，紫色也有“帝王紫”的称号。

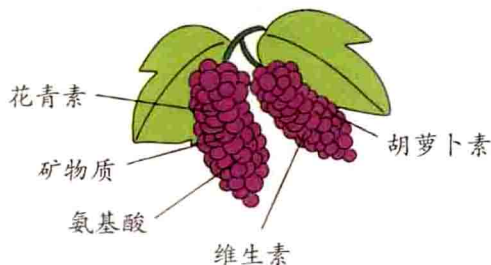
为什么说紫色是健康色

在生活中人们身穿紫色，同时也吃着“紫色”。最近有专家指出：人们应该多吃一些紫色的食物。最新的营养学研究表明：紫色食品的营养价值远远高于其他色泽较浅的食品。更有一些专家把紫色食品列为健康食品。

究竟什么才算是“紫色食品”呢？它主要是指食物的外皮或是果肉呈现出紫色或者是黑紫色的蔬菜、水果及豆类等。这些食物包括黑加仑、桑葚、紫葡萄、紫茄子、紫卷心菜及黑豆等。通过研究得出：“紫色食品”的色素均由“花色素”（又称花青素）这类物质所构成。到目前为止，被科学家鉴定的天然色素大约有 300 多种，花色素是其中之一。在紫色食品中，所含的花色素分不同的种类，最主要的有以下 3 种：缙纹天竺素、矢车菊素和飞燕草素。这三种色素中，矢车菊色素的抗氧化效果最强。

近年来，通过大量的科学研究表明，花色素是迄今为止人们发现在植物中最好的天然抗氧化剂，它的抗氧化作用比公认的维生素 C 和维生素 E 还要好很多。据一些外国学者报道，花色素的抗氧化作用是维生素 C 的 30 倍，是维生素 E 的 50 倍之多，因此花色素也被称为最佳的自由基清除剂。人体在新陈代谢过程中会产生一定量的“自由基”，它是一种对人体的细胞组织容易产生危害的物质。一些生理学家断言，它与人体衰老有着莫大的关系。自由基不单单是损害人的细胞组织，还会对人的器官产生副作用，首当其冲的就是眼球。有些眼科学家提出，人们要预防眼科疾病的发生，可以在日常饮食中增加紫色的菜，可以充分利用紫色中的花色素来对抗我们身体里的自由基。也有一些保健学者说道，紫色食品也是理想的“护眼食品”。紫色食品中的花色素的另一个功能就是防治基因突变与癌变的发生。此外，紫色食品的其他保健作用还包括养肝、降低血压以及抗毒等。因此，在饮食中多摄入一些紫色食品的花色素，对人体的健康是大有裨益的。

另外，一项研究也证明了紫色是健康色。在美国，有一种学名为黑树莓（又名“黑醋栗”）的紫黑色浆果，它对修复被致癌物质损伤的基因具有很好的效果，让人倍感惊



讶的是这种紫黑色的果子与生长在我国南方的桑葚极为相像。美国的研究人员做了这样的一个实验，他们给患有食道癌的动物喂食大量的紫黑色浆果。经过一段时间后，在被试验的这些动物食管中 2200 个被致癌物质所损伤的基因里，居然有 460 个“关键基因”奇迹般地恢复了正常功能，并且被试验动物的肿瘤

瘤体体积也明显地缩小了。这个实验再次证明了紫色食品中的花色素是一种对人体健康有奇特功效的物质。

紫色，它的种种奇特表现是我们称之为健康色的根本原因。

【案例再现】

在所有的水果中，如蓝莓、紫葡萄不仅可以缓解视觉疲劳、恢复视力，还可以滋补身体。一些专家表明蓝莓是芬兰人长寿的秘诀所在，蓝莓果实中含有的营养成分不仅具有保健的作用，还有防止脑神经退化、软化血管、抗癌、增强人体免疫力等功能。这也难怪蓝莓会被称为“水果之王”。

等待爱情的紫色薰衣草

薰衣草，多么让人期待的花。每当花开风起时，薰衣草田宛如一片紫色的波浪层层叠叠地起伏着，甚是美丽。生长在普罗旺斯的薰衣草每年都吸引着无数人前去欣赏，它是一种让全世界的人都陶醉的花！

紫色薰衣草的花语是等待爱情，为了爱情，它们可以奉献出自己的青春。喜欢紫色的人也是感性大于理性，这或许就促使他们在陷入爱情后容易痴迷不悟。另外，这类人不会轻易相信周围的人，因为他们觉得自己是高贵的，不会随意与周围的人打成一片。紫色也被证明了会在无形中培养人的洞察力，因为喜欢紫色的人感受能力突出，对事物十分敏感。同时紫色不宜多用，它会使人偏于孤傲不合群，这样就会失去与其他人合作的能力。

有这样的一个故事：有位女孩十分喜欢一位男孩，但女孩比较腼腆，她特意上街去买了一束紫色的薰衣草——象征着等待对方的回应。女孩把花送给了男孩，男孩竟然无动于衷，因为他不明白这是什么意思。时间就这样慢慢地过去了，女孩因为没有得到一点回应而变得心灰意冷，自己也不愿意去直接追问，因为一个冰冷的拒绝会彻底丧失得到的机会，她选择了默默地等待。时间一晃就是一年，他们的关系没有任何进展，本以为所有的一切会以句号结尾，可是一次聚会却打破了所有的沉寂。那是一次很平常的聚会，



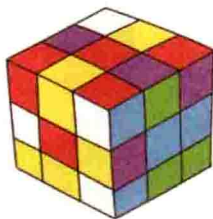
期间女孩终于鼓起勇气去追问事情的答案，因为她想彻底放弃这种无休止的等待，算是给自己的离去找一个合适的借口。当听到男孩的回答时，她苦笑不堪。因为男孩觉得女孩在平常的生活中太孤傲了，让人难以接近，况且身边追求她的人那么多，怎么会看上普普通通的自己。并且他在当时也不明白这种花的含义，到后来知道的时候才发现为时已晚。

紫色的薰衣草让很多人迷恋，可是很少有人知道这种花也是需要被人理解的。它是无言的，可是给人以希望；它是无声的，可是让人感受到一个浪漫的世界。喜欢紫色的人就如同薰衣草一样，在安静中透露着神秘，别人无法察觉到他们的真实想法，会让人有种“阳春白雪和者寡”的感觉，这也会增大悲剧发生的概率。

所以，遇见一个送你紫色薰衣草的女孩或男孩，无论他们表现得如何让人难以接近，你所要做的就是试着去理解与接受她（他）。

【案例再现】

有这样一个传说：在普罗旺斯，有个少女在等待花朵开放的时候遇见一个迷路的少年，女孩热心把他带到自己的家中休养。渐渐地，男女相爱了，可是男孩要继续远行。女孩在经过一番挣扎后决定与男孩同行。出发前，村里的老太太给了她一束薰衣草，要她用这束薰衣草来试探这个男孩的真心，因为传说中薰衣草的香气能让不洁之物现出原形。等到少女把薰衣草撒在男孩身上的一刹那，男孩化作一缕青烟消失不见了。到现在还有人认为薰衣草是驱除不洁之物的重要工具。



实践篇

PRACTICAL ARTICLE

色彩心理学可以成为我们在现实生活中生存的一种技能，不管是在职场、情场还是日常生活中，色彩都会有它令人难以置信的一面。

第一章 PART ONE

职场中的色彩心理学

朱德庸先生有这样一句话：你可以不上学，你可以不上网，你可以不上当，你就是不能不上班。这句话概述了现实生活中的大多数人。其实不管我们有没有上班，我们都在干着一些与工作有关的事情。

职场是关于一个人生存的战场，我们都希望自己的事业能够一帆风顺。许多人在职场中不知道如何才能发挥自己的优势，也不知道如何才能避短，因此总是困顿不前。

其实，在职场中我们可以通过色彩这一绝技来重新塑造我们的职场生涯。掌控整个局面，其实只是需要变换一下色彩就可以实现。

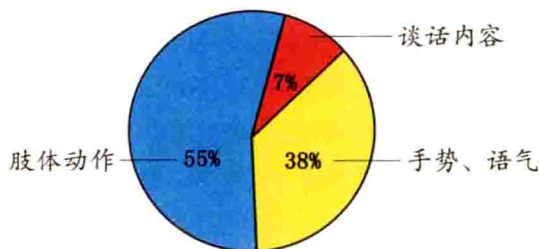


怎样让面试官一眼认定你

经过色彩斑斓的大学生活后，都得进入这个让我们不断成长的社会。面对人生真正挑战的开始，许多毕业生在面试这个看似无关紧要的过程中才会体会到什么叫作成长的代价。其实在面试的时候我们可以利用色彩为自己争取喜欢的工作。

俗话说“不能以貌取人”，然而在社会这个大染缸中谁又能获得真正的公平与公正。不可否认的是，我们在评价一个人的时候，或多或少地会受第一印象的影响。心理学

家曾经做过这样的实验，他们对影响人的各种要素进行了分析，结果显示：服饰、表情、动作等由眼睛判断的视觉信息占55%；声音大小、说话速度、话语停顿等由耳朵判断的视觉信息占据其中的38%；说话的内容、敬语的使用、说话方式等语言信息占



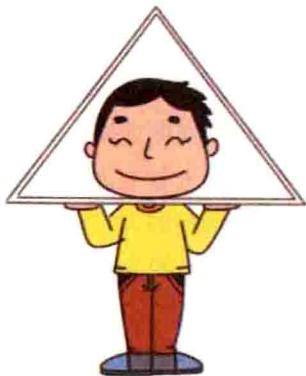
7%。这也就从侧面证明了我们应该在面试的时候注重自己的外在表现，让面试官第一眼就认定你。

针对不同领域的面试，我们应该有不同的服装打扮。

所属行业	体现风格	男性着装	女性着装
政府机关、银行、证券	庄重	白色或浅色衬衣加深色西裤	浅色套装加淡妆
公关、房地产、保险、服务业	干练	浅色衬衣加西裤	淡色套装
计算机、网络等新兴企业	智慧	深蓝色、灰色、咖啡色、米色等显大气的颜色	可以加一些小首饰来缓解平淡感
文案、策划、广告、媒介	个性	无要求，只需显现个性即可	无要求，只需显现个性即可

许多人在毕业找工作时会穿上清一色的职业套装，他们怕太过外露的个性给自己带来麻烦，因此选择稳中求胜，实际上这是一种保守的思想在作怪。在一些场合我们还是需要大胆地把自己真实的一面展示出来，这样更能得到企业的认可。灰色西装加上白衬衣会给人一种精明能干之感，但是也会给人留下一种冷淡的感觉。如果在面试时出现紧张的局面，整个的面试就会让自己淹没在平淡无奇中，无法给面试官留下任何的鲜明印象。这时如果穿着个性的话，则会在服装上给面试官留下不一样的感觉。

在心理学中有蝴蝶效应的说法，指一件表面上看来毫无关系、非常微小的事情，却可能带来巨大的改变。此效应说明，事物发展的结果对初始条件具有极为敏感的依赖性，初始条件的极小偏差，将会引起结果的极大差异。在



面试中，服饰颜色的正确选择可能会给我们的结果带来颠覆性的改变。

在面试中，我们同样要根据自己的性格特点来选择不同的颜色给自己加分。如果在面试前觉得自己信心不够，那么可以选择适当的红色装饰，它会在无形中给你带来舍我其谁的勇气；如果我们要让自己显得有个性，则黄色是你的必选之物；如果我们需要展现的是沉稳与有内涵，那么就不能错过蓝色。

【知识拓展】

在面试的时候，许多人不知道自己的眼睛该看向何处，眼神容易飘忽不定，更有一些人喜欢盯着天花板看。一些专家表明，人在思考的时候为了不想有多余的事物进入自己的视野而打乱节奏，眼睛向上是为了中断与对方的交流，以便能够专心地思考。如果向下的话会让人觉得你遇到困难；向两侧的话，会让人产生拒绝的意思。因此，只有上方可以用来表达自己的思考动作了。

缩短心与心之间的距离

随着人类文明的不断进步，我们可以用通讯工具知道远在他方的人的消息，可是人与人之间心的距离却在不断地被拉远。我们可以随意在网上与没有见过面的人聊人生、谈梦想，哪怕相隔遥远，也不妨碍彼此之间的交流。在交谈的过程中，我们隐藏着自己的真实身份，把自己藏匿于虚拟的世界中。有的人甚至会因为过度沉迷网络而分不清虚拟与现实，导致一系列悲剧的发生。

许多人在长期的网络生活中渐渐产生了社交恐惧症。社交恐惧症又叫作社交焦虑障碍，发生的年龄段为 17~30 岁，男女的发病概率基本相同；一旦他们发现别人注意自己就会显得不自然，不敢像正常人一样与人交往，不敢在公共场合大声说话，不敢在大众面前发言。有时还伴有自我评价低和害怕批评，可能会有手抖、脸红的症状，这些都是由于网络而导致的交往能力问题。在职场中，我们也可以见到患有轻微症状的人，他们与周围的人缺乏沟通，总是把自己圈在认为是安全的区域内。

其实，出现的这类社交问题我们可以用色彩心理学来解决，用黄色可以渐渐地培养他们的交际欲望。实验证明，身穿黄色衣服和身穿黑色衣服两个人，人们认为黄色衣服的人看上去更容易沟通，因为黄色给人一种缩短心理距离的感觉。特别是患有社交恐惧症的人，在交往中缩短与他们心与心之间的距离显得十分重要，这能够使他们打开自己的交际之窗。当然，要让他们像常人一样与人交谈，使用黄色只是第一步。

我们在与这些人沟通的时候，还应该在绿色的环境中进行。绿色的环境可以给人一种和谐的氛围，让人觉得十分自在。某公司的高级主管要跳槽，老板知道了以后决定和那位主管好好谈谈。这天，老板穿了一件黄色的休闲衫坐在淡绿色的会议室里，

一切都让人觉得十分亲切。在开始交谈中，主管在老板推心置腹的说服中道出了自己想走的真实理由，他觉得公司的规模不大，没有前景，更没有兑现当初的承诺。后来，老板说，你在一个比较小的公司是一颗十克拉的钻戒，而在一家规模大、拥有两个高管的公司里就是一颗五克拉的钻戒。这个选择题大家都会知道怎么选。后来，主管留了下来。他说：“老板让我感觉到他是在用心与我交谈，让我觉得他十分真诚。”



【要点整合】

黄色具有很强的目的性，而绿色在各方面都有很好的平衡能力，两个性格的人虽然处事的方法会有所不同，但是将他们混合在一起就是黄绿色。在与人际交往、工作时，利用这两种颜色会让人与人之间的心理距离缩短，能够很大程度地改善人们的交际活动。交谈在这两种颜色中进行，会让人觉得十分有成效。

怎样保持工作的热情

也许我们每天在车站都会看见一些睡眠惺忪、懒散的人去上班，他们这种状态是否真的可以高效地完成当天的工作？在一些权威调查机构的研究报告中，80%的人办公效率低，本可以在当天完成的工作量往往会延迟到第二天或第三天。在这些延误的时间里，他们大多是无所事事，对工作没有激情，甚至有些人存有抵抗情绪。

值得一提的是，激情与热情在工作中是相当重要的，它可以让我们保持持久的工

作活力，但是怎样保持对工作始终如一的热情，这如同一座大山一样横在大部分人的面前。

疯狂英语创始人李阳曾这样教导学员保持对一天学习的热情。他让每个学生在起床以后对着镜子大喊三声如我能、我行、我可以之类的激励话语，同学们会在这种令人情绪亢奋的语调中激活对全天的热情，在学习开小差的时候想起这些话就会不由自主地振作起来。但是这类方法是在不断地坚持中完成的，它让人形成一种唤醒情绪的习惯，如果没有恒心，就达不到最佳效果。



人们在对工作没有热情的时候，多数是对周围的事物没有了新鲜感，找不到刺激点，也就无法打破情绪沉睡的状态。我们可以在自己的办公桌上摆放一些暖色系的物品，如一个红色的杯子、一个橙色的笔筒等等。在桌面上布置一些红色、黄色等暖色系的背景时，这些色彩的波长会刺激我们的感官神经，产生一定的视觉冲击效果，让我们顿时全身充满力量。

在穿着上我们也可以进行适当的配色，譬如佩戴红色的领带。但是这种色彩特别鲜艳的东西不要大面积出现，否则会因视觉冲击太强而出现疲劳。许多企业为了能够让员工集中精力工作，经常会选择蓝灰色、米白色和少量的红色组合来装潢办公室就是这个道理。

在那些需要安静和专注的工作领域，如保险、会计、科研等办公室内，我们需要在自己的办公桌上增添一些深蓝色或蓝灰色的饰物，这样就能体现缜密和高效的工作氛围，当然这类工作不宜摆放如红、黄、橙等的激进色。在自己的办公桌上依照跳跃与和谐的原则来搭配，意思就是自己的眼睛所及之处的颜色要有跳跃性，但是各种颜色之间要和谐，主体的风格一致。让自己能够在有限的工作范围内感受到不同的视觉体验，保持新鲜状态。

总之，在办公环境中，我们可以根据不同工作的性质对自己的工作环境进行一些小小的色彩调配，使我们从枯燥无味的重复动作中解脱出来，重拾往日的激情。

【案例再现】

在公司内部会议中，如果你有心观察一下员工的座次，就能够了解他们对于工作的热情度。一般来说，在一张长方形的会议桌上，短边的位置是公司领导的。在长边中间的位置则是具有工作热情的人，因为在这个位置上发言，领导和其他同事都能够听得十分清楚，是积极投入工作的表现。而坐在长边的末尾则是态度比较消极的人，工作热情不是很高。

老板对你有认同感吗

人，都需要认同感，即便是在我们获得了一定的声誉与地位的时候，对这种感觉的追求还是让人难以割舍。

那么，所谓的认同感到底是什么呢？其实认同感就是在我们需要得到支持的时候的一个眼神，老板把重要的任务交给你时的信任，是你在取得成功后别人送上的掌声等等，这些都是认同感的表现。然而，要获得认同感并不容易，它既与个人的能力大小相关也与个人性格相连。想让一个人的能力在一夜之间得到爆发式的增长是不可能的，但是你可以利用色彩心理学上的一些知识来改善、促进与周围人之间的关系，帮你获得认同感。

色彩能够直接显示在具体的事物之上。比如，我们在关注一个人的时候，会注意他今天穿什么衣服。黑色给人不可接近之感，白色给人一种纯洁无邪的印象，红色则传递一种激情与能量。这种对事物的最初感觉会在无意中决定一个人的判断。

如果我们要获得老板对自己的认同感就要先学会了解老板。如果你的老板是蓝色性格的人，那么在他交给你一个项目的时候，你应该考虑周全，事前与事后都要安排得让他无可挑剔，让他无法说不。因为蓝色性格的人会在事情上追求完美，这时你递上一个行事周密的方案怎么会不增加他对你的认同感。如果你的老板是个黄色性格的人，那么你可得费一番脑筋了。因为黄色性格的人注重的是在一件事情上的不同看法，也就是需要你拿出一个有创意的想法来。红色性格的人就不一样了，他们会在做决定的时候考虑不同的方案，因此你需要做的就是，把你的想法全部呈现出来，让老板进行选择性的决定，他会觉得你确实用心了，从而增加对你的认同感。最后就是绿色性格的人了，绿色性格的人可能会让你觉得很为难，他们希望在不伤害商业伙伴的基础上获得自己应得的，所以他们考虑的对象会很多，也就不容易周全，所以对待绿色性格的老板你要做的就是满足各个方面的要求，不要让他得罪别人，使全体的人员都处在友好的环境中，让他觉得有和谐的氛围就行了。对不同性格的老板使用不同的方法可以让我们在工作中避免吃闭门羹。

在我们追求认同感的时候，也不能忽视自己作为主体的存在。我



们要努力呈现出自己希望被别人接受的意愿可以穿上一件黄色的上衣。别忘了，颜色是一种无声的语言，它可以传递你想要表达的意愿。黄色容易给人带来一种快乐之感，可以迅速地与他人建立一种友好的关系，它会让你渐渐变得开朗起来。另外，黄色也容易给人一种有想法和主见的印象，而这又是建立认同感的利器所在，那么就穿上黄色的外套吧。

【案例再现】

在你满心欢喜地与同事聊天的时候，两个同事中一个与你聊得非常开心，不时地提出一些问题作为回应，而另一个同事却一言不发，甚至在整理自己的领带、衬衣等。你可能会感到十分疑惑，觉得自己没有获得同事的认同。其实完全不用担心，这只是人的一个习惯性动作，当人们开始把注意力集中在自己身上的时候，就会做出这些动作，这其中的暗示语就是请大家注意我！

你是否懂得应酬之道

不同的场合对服装的颜色和搭配也有不同的要求。参加晚会或仪式等较为正式的场合时，藏蓝色一般是首选。因为藏蓝色不但能让我们快速地融入现场，还可以体现一个人的沉着和稳重，这可以说是一个两全其美的选择。在日本的商界中，藏蓝色是一种受欢迎的颜色，日本人内心有种追求平稳的趋向，不敢冒很大的风险。藏蓝色也容易给人一种拒绝之感，不太适合人与人之间的交流。

我们在参加一些平时的聚会时，我们可以选择能够缩短人与人内心距离的颜色——黄色，同时还要尽量避免暗淡和无光泽的颜色。如果不喜欢纯黄色的话，可以尝试佩戴黄色花纹或者是加入黄色丝线的领带，只要有黄色就会有不一样的效果。

如果我们想要积极地表现自己的话，可以尝试醒目的红色。红色在心理学上属于视觉认知度较高的颜色，换句话说就是容易引人注目。灭火器、警戒线以及“停”的指示

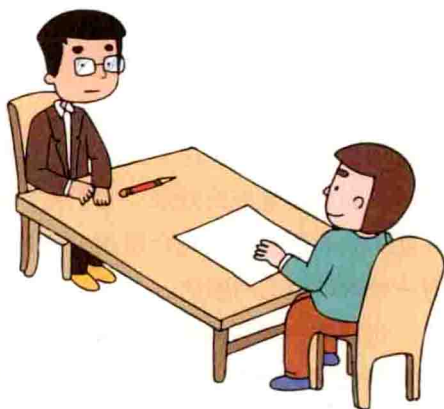


灯等之所以采用红色，就是因为红色容易引起人们的注意。如果在服装上选用红色也是同样的效果。在色调上应该和黄色一样，要避免暗色或者是无光彩的颜色，否则就会起相反的效果。

如果我们想要表达自己的知性和理性，让别人体会

到自己的睿智时，可以选用蓝色。如果想让别人觉得自己年轻或者是爽快的时候，那么天蓝色就应该成为你的首选。

职场上总是免不了相互交流，当在作为主办方的时候我们切忌使用红色这样的进攻性色彩。为什么会有这样的说法呢？因为红色会在一定的程度上增强人的紧张感。招待中任何细节的疏忽都会使对方感到被怠慢，如果再加上其他方面的意外，很容易让人产生紧张感。在这种情况下，为了避免疏忽，就一定要杜绝红色。最适合东道主的颜色应该是茶色。茶色虽然看上去比较质朴，但却有踏实感，并且会给人一种值得信任的感觉。我们也可以在茶色当中加点提高明度的黄褐色，这种颜色可以增加整个颜色的亮度，能给人以亲近之感。



在商务应酬场合中，无论是招待别人还是被别人招待，餐桌上总是少不了酒。喝适量的酒能够促进彼此之间的交流，营造出活跃的气氛。可是如果一旦喝多了，有的人就容易说错话，破坏之间的关系，带来不好的影响。要想防止饮酒过量，可以利用蓝色特有的镇静效果来帮助人们停下来。



【案例再现】

在一些应酬中，我们经常会遇到一些很强势的人，他们在用辞的时候总会用一些比较绝对性的词语，比如一定、肯定、绝对等。这时给人的感觉就是这个人很果断。实际上，这些频频说绝对性话语的人，是一种缺乏自信的表现。当一个人对自己的意见不是很有信心的时候，内心就会充满不安，他们希望用一些强调气势的话语来使对方相信自己。他们内心害怕别人不同意自己的观点，所以喜欢使用这样的词语。

展现自信的一面

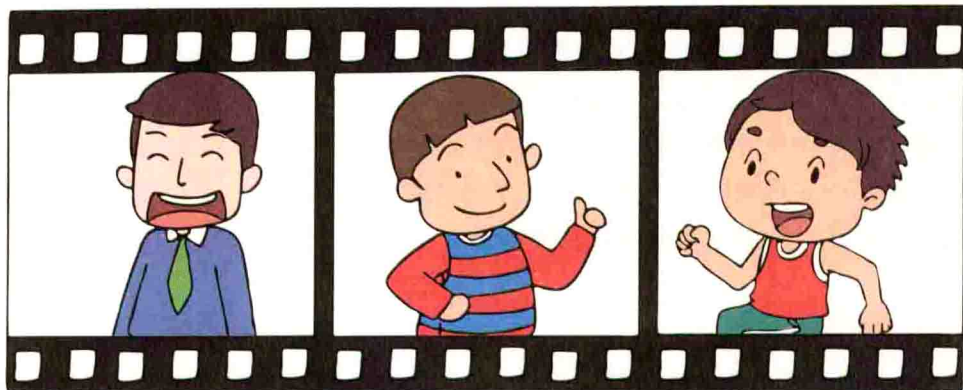
做任何事情，自信都是非常重要的。在能够让人感到自信的颜色中，不得不说的颜色就是红色。红色是极为鲜艳的颜色，能够让人觉得很有鲜活感。一个穿着灰色衣服的人和一个人穿着红色衣服的人站在一起，红色的效果会更加明显。在我们对一件事

情没有自信的时候可以试着用红色的物品来刺激自己。

当然，我们在遇到一些棘手的问题时，也可以运用红色和蓝色的组合。红色和蓝色是竞争与沉静的意思，是经典的“体育色”。我们会发现它们经常出现在一些足球赛或者是拳击赛中。在这个组合中，红色的热情、攻击性和蓝色的沉稳、理性放到一起，就可以起到非常好的效果。它们可以让人达到一种进退上的平衡，所以很适合我们在一些需要表达自信的场合使用，这样既不会让我们显得太具有攻击性，又会使得人们有一种难以拒绝的感觉。

也许我们经过观察就会发现，穿着色彩绚丽的人容易获得成功，而那些永远以灰色和黑色示人的人则显得暗淡一些。黑色虽然能够给人一种沉稳的气质，带来一种强大的气场和威严，但是黑色同时也会让人觉得你时刻都在隐藏内心的真实感情。职业装中的黑白配的确是经典，但是穿的人多了就不会让人觉得有特色。经过调查发现，在一些企业中，特别是文化创意类的行业中，穿红色和蓝色衣服的人获得晋升的机会要远远大于黑色和灰色。一些经理人对这解释说，“红色能够吸引我的眼球，我在考虑把一个项目交给谁时总能够首先想到他们，他们总是给人一种自信的感觉。蓝色的特点就是感觉沉稳、理性，他们让我觉得很有品味，做出来的东西有种与众不同的感觉，把项目交给他们我觉得十分放心”。而事情证明确实是这样。

穿红色的衣服是可以给人自信的感觉，但是如果我们经常以一种大红的形象出现的话，就会容易让人觉得太过张扬。用红色或者是蓝色的时候，我们可以把它们作为一种调剂色出现，比如红加黄、红加蓝或者是红加绿，这些都是很好的组合。此外，我们也可以在在自己的办公桌周围添加这些颜色的小饰物，同样也不能大面积的出现，否则会让人产生焦躁感。有了这些饰物以后，它们会在潜移默化中提高我们的自信心。



【案例再现】

你身边有没有这样的人，他们总是非常时尚，每一次的新发型、新衣服都会让人觉得很不一样。他们认为能够敢于尝试的人就是生活有自信的人。我们知道人的发型、服饰都是一种自我的表现方式，偶尔变换一下是一件很自然的事，但是如果天天都颠覆往日的形象，那就很难把这种行为定义为时尚。这类人的内心不安的可能性非常高，内心深处是自卑的，这是缺乏自我认知的外在表现。

学会坚强，控制情绪

遇到困难时，你是自己学会坚强还是找人倾诉你的难处？相信能够独自坚强的人是少数，大多数人都会抑制不了自己的情绪，找人诉苦。在我们遇到困难的时候，我们应该懂得自我消化，不要随便让别人知道你的软弱。如果你遇到一个黄色性格的人，在他面前长吁短叹，他不但不会安抚你的情绪，反而还会让你有种雪上加霜的感觉。

如果你的上司是个黄色性格的人，那么你需要做一个坚强的人，这样才会得到老板的青睐。以前流传这样的一句话——会哭的孩子有糖吃。事实上，这样的性格现已成为职场上的一大缺点。许多专家调查发现，许多公司的老板都是黄色性格的人。不管你是什么样的人，如果不能控制自己的情绪，要给老板留下一个好印象就会变得十分困难。

控制好自己的情绪对每个人来说都是非常重要的，这不仅仅是为了得到老板的赏识，而且还能锻炼自己的性格。我们应该向黄色性格的人学习，黄色性格的人天生就有一种坚强的特性，遇到困难宁愿自己承受也不会像别人一样痛哭流涕。他们是最不会受感情拖累的人群，不会为了面子而束缚自己前进的步伐，只会全神贯注地去完成自己的事情。

一个公司的员工，因为在工作中遇到了自己解决不了的难题，导致项目一拖再拖，便时不时地向老板抱怨人手不够、条件艰苦等。老板一再问他何时才能完成，那位员工支支吾吾地给不了准确的时间，一旦老板用词偏激，他的情绪就会变得激动，甚至说要辞职。老板并没有责怪他，而是让一个黄色性格的员工去接手，问他能不能在规定的时间内完成，黄色性格的员工很自信地说能够完成。在接手后，他也遇到了解决不了的难题，通过连续几个



晚上的努力，终于解决了难题，顺利完成了项目。最终，老板自然对黄色性格的员工大加赞赏。

有人说红色性格的人适合做销售，因为他们为人热情。殊不知红色性格的人自控力很差，更容易受人影响。黄色性格的人就不一样，他们能够很好地控制自己的情绪。职场上，这种性格的人更容易获得成功，因为他们喜欢挑战，更希望把挫折踩在脚下。所以，我们应该向黄色性格的人学习，不管遇到什么事情，都要控制好自己的情绪。



【案例再现】

许多人都有这样的经历，在餐馆里点了菜等了很久都没有上来。这时，很容易出现一位说“啊，我受不了了”之类话的人。他们不能很好地控制自己的情绪，常常表现得非常外露。其实这类人更多的是想要博取其他人的同情心，他们大多是在生活、工作中遇到了棘手的事情，但是如果主动地说出来会让大家认为自己没有承受力。所以他们喜欢说“受不了了”之类的话，也许他们指的并不是饭菜上得慢，而是希望大家能够询问他们的生活中有什么不愉快的事情。

不要吝啬你的赞美

在职场中，许多人都希望能够得到上司的赏识。自身工作能力强，能够为老板排忧解难是一个重要的条件；在交往中能够适宜地表达赞美，懂得赞美，这是获得老板赏识的另一个条件。

人们有时会觉得频繁地赞美别人让人觉得很虚伪，但是它确实会给人带来意想不到的效果。红色性格的人在工作中善于调节气氛，他们的一大特点就是喜欢赞美别人，也喜欢被别人赞美。如果你试着对身边红色性格的人赞美两句，他们顿时会心花怒放，有时还会因为激动而做出一些匪夷所思的事情来。

在某小区里住着一位卖保险的小金，外号叫“马屁精”。认识他的人都知道，小金不管走到哪里，都不会忘记夸奖身边的人一番。小区里住的每个人，小金都了如指掌，对他们的夸奖都是新鲜的，从来不重复。一些人虽然知道小金是个会拍马屁的人，但是一旦小金对自己进行一番夸奖之后，都觉得听着很舒服，所以大家还是很喜欢小金这个人。

凭着这样的性格，小金很快在公司就得到了晋升。领导也很信任小金，公司的人换了一批又一批，只有小金不但没有离职而且还坐上了高管的位子，事业的发展越来越顺利。在做了公司的领导以后，小金也不忘时而夸赞自己的下属，那些受到赞赏的职员对小金也是非常尊敬，工作总是能够让他放心。



红色性格的人喜欢拍马屁，也喜欢被人赞美，这是由于他们的性格造成的。正因为如此，他们在通往成功的路上会比别人走得更加轻松，很容易成为老板身边的红人，获得老板的信赖。实际上，我们通常所说的“拍马屁”是过分赞美，是因为一个人用得过于频繁所致。但是我们必须明白，学会赞美是一个人在职场生存必不可少的技能。



值得注意的是，在职场并不是所有的人都会吃赞美这一套。如果你的老板是个典型的蓝色性格的人，那么他会一眼看穿你的小把戏，可以说蓝色性格的人天生就是奉承的人的天敌。一些日常用的赞美在蓝色性格的人看来简直是件无聊的事情。对于这样的老板，你还是乖乖地做好自己的工作，等到你真正做出成绩的时候，即使你不用赞美之类的词，老板也会对你另眼相看。

【案例再现】

红色性格的人喜欢赞美别人，嘴里常常挂着一些赞美之词。不仅如此，他们经常在赞美别人之后说出一些诸如“与你比起来，我就太……”之类的话。这实际上是一种社会性比较，人们喜欢在评价了别人之后进行自我评价，如果比自己优秀就会产生一种自卑感，相反就会有一种优越感。在这种情况下，红色性格的人喜欢赞美别人的功能就实现了，他会在这种时刻满足人们的心理需求，容易使人获得自豪感，继而就会受到欢迎了。

道歉中的颜色

人非圣贤，孰能无过。能够意识到自己的错误是聪明的人，能够承认并且道歉的是高明的人。许多人都能意识到自己的错误，但是在道歉的过程中往往因为各方面的原因反而加重了别人的误解，稍有不对就会给自己的事业带来巨大的影响，甚至是致命的伤害。其实，颜色也是可以运用到道歉中的，到底使用什么样的颜色才能使我们的道歉显得有诚意，能够得到对方的谅解呢？



我们在道歉的过程中应该使用明度不高的灰色。灰色之所以能够表达你道歉的诚意是因为它具有压抑个人特性的一面，可以让对方觉得你是处在被动的地位，这样就在心理上给人一种谦卑的感觉。我们对灰色的选择也应该从灰色系当中选取明度较高、颜色较浅的浅灰色或银灰色。这些颜色

能够在人的心理上产生一种需要保护的心理，也可以激发人的同情心，这样就可以使你的道歉中含有一种可信赖的感觉。

象征着进攻性的红色不是道歉中应该出现的颜色。它不但不会得到别人的原谅，而且还会使双方产生更加激烈的争吵，这不是道歉者希望看到的局面。

黄色可以用来道歉，因为黄色是一种沟通色。如果在道歉中使用黄色的话，可以在无形中拉近双方的心理距离，这样就会使对方产生一种体恤之情，他就能设身处地为你着想。当然，得到谅解也就是顺理成章的事情了。

蓝色和黑色不适宜用来道歉。蓝色作为一种含蓄的颜色，是理性的代表。在道歉的过程中双方难免会出现意见不同的情况，如果这时出现蓝色就会给人一种理直气壮



的感觉，或者是让人觉得你有什么想说的话没有说，很容易让人心生疑问。黑色作为一种隐忍色，虽然是在道歉中需要的，但是黑色容易给人带来一种“施压”的感觉，这说不定还会增加他的怒气，所以说黑色也不适合道歉的时候用。

绿色可以用来道歉。绿色的

最大特点就是不喜欢与人争吵，十分注意与周围人之间的关系。如果穿着绿色衣服去道歉的话，很容易使对方感受到你的诚意，也会使他产生一种温和、平静的状态。

白色和紫色同样不适合用来道歉。白色容易让人产生一种你对所发生的事情漠不关心的感觉。同时白色还是一种不信任的颜色，这在无形中降低了你道歉的成功率。紫色作为红色和蓝色的调制品，自然也就不会是道歉时所需要的颜色。

【案例再现】

道歉中的颜色很重要，但是在道歉时的一些行为同样十分重要。如果我们在向别人道歉的时候，不分状况地说“对不起”会让别人觉得是在应付。人们在紧张的时候为了不让自己受到太大的影响而采取一些应付的行为，使我们能够尽快地从令人不舒服的环境中逃离出去，这时就会连声说道歉之类的话，而这种情况会让人觉得你内心并没有认真的反省。所以像“对不起”之类的话，我们要找准时机再说，说的次数也不应过于频繁。

应对新、老客户的不同方法

在职场中，我们总是会遇到不同的商业伙伴，对待新、老客户的时候用不同的方法会让我们更容易取得成功。如果企图用一种方法来面对所有的人未免会陷入不懂变通的泥潭，这不仅会让我们失去结交新客户的机会，而且还有可能流失一部分的老客户。所以说，在职场中对新、老客户采用不同的交流方式是非常重要的。

微笑是打开交流大门的钥匙。在我们对新客户开展工作的时候，一个微笑的表情是必不可少的。与新客户见面时并没有什么统一的规则，不同的行业有着不同的表现形式。在众多的表现形式中，有的人因为表情与行为的过度而显得像是在阿谀奉承。与新客户沟通的时候，必要的尊严和信赖感有时会让我们更加轻易地获得对方的信任。双方在平等的基础上合作是成功的前提。要达到这种姿态，我们应该在会谈的过程中尝试一下黑色。黑色能够轻易地展示出一个人的尊严和稳重感，可以给人一种很正式的氛围。我们可以选用黑色的西服套装，再配上一条红色的领带。黑色与红色的搭配可以让人的个性与气质完美地显现出来，能够很好地突出你的自信。这样就可以让你在与新客户接触的时候不会落于下风。

和开发新客户相比，在与老客户交流的时候，之间的形式就显得要相对自由了，气氛也就相对活跃一些。在建立一定的合作关系后，我们要做的就是更进一步加深相互之间的信任。在平常的交往过程中，如果细致地把握双方的关系程度就可以成为合作中的关键人物。橙色作为一种暖色调，其中包含着红色与黄色的成分。它会给人带来阳光般的灿烂微笑，使人融化在一片温暖的海洋之中，同样也可以使人觉得安心，

拉近双方的距离就变得非常容易了。另外，橙色以其独特的风格可以给人一种充满活力的个性特征，试问哪个人不愿意与有活力的人交朋友呢？所以说，在你发现老客户对彼此之间的合作兴趣减退的时候，就一定要试试橙色，它会让你收到意想不到的结果。



新客户



老客户

在面对新、老客户的时候，我们需要表现出不同的姿态。新客户需要我们用黑色来表现出有立场和自信，老客户需要我们用橙色来表现得有亲和力和热情。这就可以让我们在面对不同的商业伙伴时都可以表现得十分优秀。

【知识拓展】

日程安排簿对于一些人来说是必不可少的，翻开他的安排簿你会发现他在安排新、老客户的时候是极其细心的。除了上司的一些指示以外，有的地方还做了便利贴，一些重要的东西他还画上了圈。这样的人大多是属于谨慎派，希望把所有的事情都安排得妥妥当当的。在工作中他们很少犯错，人际关系也处理得非常好。

增强自己的忍耐力

忍耐力已经被现代人当作成功的必备素质之一了。社会上流传着这么一句话，“忍耐力较诸脑力，尤胜一筹”，从中我们就可以看出忍耐力对于一个人的成功有着多么重要的影响。

在如今的职场，职工的频繁跳槽已经成为屡见不鲜的事。“老板待人太过严厉”、“薪资不符合自己的预期”、“企业承诺得不到兑现”等原因成为跳槽人员的挡箭牌。我们不能给一辈子做一种职业的人判定是好还是坏，但是因为承受不了压力而频繁跳槽的话，我们做什么事情都会半途而废。

在职场中，我们要增强自己的忍耐力就不得不提到黑色。黑色虽然容易给人一种压抑的感觉，但是它也是一种让人坚持和忍耐的颜色。其实黑色本身就包含了诸多的可能，我们要去实现这种可能的时候就需要有坚强的毅力和不服输的精神，而这恰恰

是黑色能够带给我们的。它既是可能性的起源，也是我们实现各种可能的精神支柱。如果用黑色来熏陶忍耐力，它会让我们在遇到困难想要放弃的时候多一份对不顺境地的抗压力。所以说，在职场上缺乏忍耐力的人可以试试黑色。

黑色是用一种超强不服输的精神来锻炼人的忍耐力，蓝色是通过提醒人的责任感和义务来使人忍耐。我们每个人在社会上都会坚守一些责任，正是因为这些责任，我们才变得更加具有社会性。在你要做一些想做的事情时，如果你能想到你对身边人的责任，你往往就会考虑再三。有的时候，忍耐力也是一种责任和义务的体现。在所有的颜色中，能够让人产生这种感觉的就是蓝色。喜欢蓝色的人，具有较强的责任心和义务观念，他们有着一股强烈奉献他人的意愿，在这种意愿中还伴随着自制的机能。即便是自己不想做的事情也会用客观的判断来自我说服，然后坚持下去。所以说，蓝色也是一种能够锻炼忍耐力的颜色。



忍耐力，作为一个人成功必不可少的因素。平台不理想、希望渺茫、薪酬低、工作环境差、价值观不同都会成为我们需要忍耐的因素，但是当你战胜了这些阻碍成功的因素后，你会发现，你的忍耐确实物有所值。此外，一个人的性格和修养不同，忍耐的底线也就不同，学会忍耐其实也是一种修养。



【案例再现】

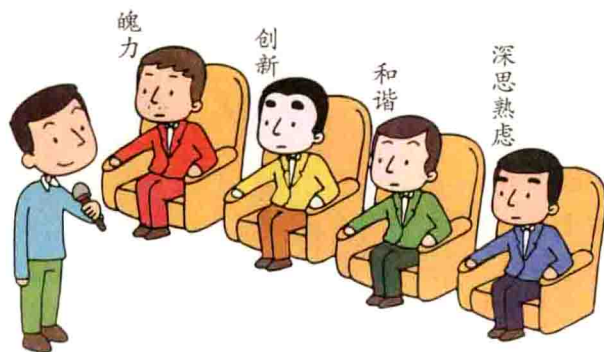
在非洲的戈壁滩上有种叫依米的小花，它们要忍耐 6 年的艰苦岁月才能够开花，但是花期却只有短短的两三天。两天后，它会连花带茎一起枯萎。由于气候十分干旱，土地贫瘠，这种小花只有一条根系吸收水分。在 6 年的时间里，炎炎烈日烘烤着它，漫天风沙恐吓着它，然而依米花却毫不畏惧。它默默地等待，默默地生长，因为它知道，根须一直向下自己就会有绽放出绚丽的花朵的一天。依米花用生命的不屈轨迹向我们昭示了只有忍耐才能绽放，只有忍耐才会有所不同。

怎样赢得上司的好感

在职场中，你能否赢得上司的好感对所办事情的顺利与否有着十分重要的关系，很多有才能的人就是因为无法与上司处好关系而导致自己怀才不遇。有的时候即使你是充满着自信、干劲十足，可是你与上司之间存在着一定的隔阂，那么你也会觉得自己的工作是个很棘手的问题。因此，我们在面对不同类型的上司时，要采取不同的方法来赢得他们的好感，这样你就会觉得工作顺利地开展原来是件很容易的事情。

如果你的上司是个具有很强的领导能力、热情而且具有魄力、对待下属很热情的人，那么你就应该在自己的生活中用红色来作为自己的主色调。因为这种带有激情和魄力的上司更加容易与同类人产生共鸣。红色作为一种激进色，能够很明确地展示出热情的姿态，这就会很容易与上司的想法保持一致。久而久之，上司会对你产生一种信赖感，而你的事业也会在上司的支持下不断前进。

如果你的上司做决定的时候会深思熟虑，对计划要求缜密，那么他就是个冷静的理性派，也是个典型的完美主义者，这时的红色便会显得十分刺眼。而蓝色那种给人以内敛、理性的颜色就会是上司的最爱，当然你也可以选择蓝色系中的深蓝色来缩短与上司之间的距离。俗话说，“物以类聚，人以群分”，一个对自己的计划有着详细规划的人同样也会这样去要求自己的下属，这样会给他们带来一种安心感。



如果你的上司是一个和善的人，你就可以用绿色来打扮自己。这种类型的上司总是一副乐呵呵的笑脸，说话也是嘻嘻哈哈的，他们怕别人给自己难堪，也不会让别人为难，有很好的人缘。如果想要在和平的环境中多点进取的精神的

话，你可以在自己的绿色中加入一点黄色，这样就会使你显得有主见，可以在上司拿不定主意的时候让他注意到你。虽然他们会询问每个人的意见，但这只是为了让别人觉得公平而已。

总之，我们在遇到不同类型的上司的时候，可以根据他们平时的行为来判断他是属于什么类型的人，这样我们就可以通过对颜色的运用来赢得上司的好感。上面只是通过投其所好的方法来博得好感，如果对颜色能够灵活应用的话，也可以通过颜色的互补知识来达到目的。

【知识拓展】

一个成功的人总是会引起别人的崇拜，人们会去全方位地捕捉关于偶像的点点滴滴。对于那些崇拜的对象，人们会在不自觉中模仿他们的行为、穿着，这其实是一种同步行为。他们希望在与偶像保持一致的过程中，得到崇拜对象的认同，从而获得他们的好感。在心理学上存在着这样的一个定律，人总是会对相似的人产生好感。

让工作更有效

我们上班的大部分时间都是在办公室里度过的，办公室里墙壁的颜色、灯光的明暗、办公桌的颜色等，这些不管你是否留心过，它们每天都在偷偷地影响着我们的情绪和工作效率，甚至还会影响我们的身体和心理健康。

一些色彩师认为，为了提高人们的办公效率，应该选用米色的墙壁。这种米色的墙壁是一种接近肤色的颜色，能够使我们获得一定的安心感，使在工作中产生的紧张情绪得以释放，从而减缓腰痛和肩痛的症状。当然，如果办公室墙壁的颜色令人不舒服而又没有条件去重新粉刷的话，我们可以选用一些木纹色的办公桌。虽然现在办公室里面的颜色越来越丰富，但是如果想要提高工作效率的话，米色还是首选。因为黄色虽然可以使员工振奋，容易产生新想法，但是可能会导致注意力分散；淡蓝色会使人产生抑郁而难以全神贯注地投入工作；灰色会使员工觉得枯燥、单调。

了解日本人的办公习惯就会知道，日本的办公大楼大部分都是白色。这是因为在日本人看来白色与什么颜色都可以搭配，而且给人一种干净、整洁之感。但是经过长期的观察就会发现，白色容易让人感觉疲劳、工作效率低。特别是给人强烈刺激感的纯白色，这种颜色会给大脑带来强烈的反应，让人很快就觉得疲劳，而且办公室内的照明设施一般都是节能灯，这种节能灯的光和一般的灯相比呈蓝色，再经过白色的墙壁时，白色墙壁显得更加苍白，这更不利于高效的办公。

专家指出，颜色之所以能够对人的工作效率产生影响，是因为工作效率与我们的认知行为之间有着密切的关系。颜色对认知行为产生影响，继而影响到我们的情绪。有人曾这样说过，当发现所处的环境存在问题的时候，我们就会关注身边的一些细节，这可以让我们完成一些工作任务，但是由于颜色的不适，它会阻碍创造性的发挥；但是当我们对眼前的环境感到满意的时候，分析问题的能力就会相应提高，而我们就会对问题的解决充满创造性，效率会适当提高。

总之，颜色与人们的工作效率之间存在一定的关系，这也一直是一个令科学家着迷的问题，更不用说那些希望利用它来提高效率的工作人员了。

所属行业	公司内部的装潢	公司外部的装潢
销售业	黄色	米色
大众传媒	奶油色	浅黄色
服务业	黄色	奶油色
制造业	黄色	金黄色
教育行业	米色	金黄色
美容与保健	乳白色	黄褐色
通信业	米色	乳白色

激发大脑的创意

如今是一个新观念肆行的时代，许多公司都是靠着创意生存。在社会上关于创意流传着许多说法，有的人认为创意是靠勤奋的累积，有的人认为创意是天生所得，有的人认为创意是我们把学到的知识进行迁移。总之，创意并不是一个显而易见的东西，几种说法的共同点就是需要人们不断地对知识进行升华。

创意一般表现为两种特征：一种是大破大立，推陈出新；另一种就是不被人理解。其实不管从哪个方面来看，创意需要我们从不同的角度对事物进行思考。如果我们在生活中能够经常做到这样，就可以构建属于我们的思维体系，新想法对你来说就会变得非常容易。如果只是拘泥于过去的观念和想法，被已有的事物所困的话，你就会与新想法越走越远。因此，思维灵活是我们获得创新的前提。

在所有的颜色中，黄色和绿色可以从不同的方面来激发我们的创新意识。黄色是一种暖色系，长时间观察黄色，人的脑细胞会渐渐变得活跃起来。在一些医院中，医生会把黄色介绍给一些预防出现老年痴呆症状的病人，这就是因为黄色具有活跃大脑神经的功效。因此，在想要拥有创意的时候，你可以系上一条黄色的领带，也可以选用黄色的文具，或者是用一些黄色来装点自己的屋子。这样就能在长时间中刺激大脑皮层，久而久之你的新点子就会萌出了。

除了黄色可以激发人的创意外，绿色可以从另外一种角度使人们获得新想法。在一些关于人物如何获得创意的想法中，我们经常会了解到，一些大家总是在“洗澡的时候”、“散步的时候”、“冥想的时候”获得创意的垂青。通过比较这些环境就可以发现，当事人的精神状态都是处于极度放松的状态中。人的脑电波有 α 、 β 、 θ 、 δ 四种，当人处于放松的状态时就会呈现 α 脑电波，这种脑波可以促进思维的活跃，有利于想到创新的点子。当人们处于保持警觉的状态，或者是在分析、说话时，头脑就会发出 β 脑电波，这种脑电波就不利于创新意识的出现。经过研究后发现，在绿色的环境中 α 脑电波出现的频率要远远地大于其他颜色的环境。

总之，使用黄色或绿色的目的都是使我们的大脑皮层变得活跃起来，只有在思维变得活跃的时候，我们才会捕捉到一些新颖的想法。

所属行业	公司内部的装潢	公司外部的装潢
销售业	乳白色	绿色
大众传媒	黄色	孔雀绿
服务业	乳白色	孔雀绿
设计师	黄色	孔雀绿
制造业	黄色	绿色
教育行业	浅黄色	绿色
美容与保健	黄色	绿色
通信业	金黄色	绿色

请假

在工作中，许多人只会在身体出现重大的疾病需要住院或者是需要休养的情况下才会向公司请假。这其中有很多的原因，一是自己不好意思向领导提出；二是怕请假的次数多了给领导和同事留下不好的印象；三是领导有时会以各种理由不予批准。

某公司员工小魏是个不喜欢表达自己的人。一次，因为天气突然转凉不小得了感冒，发烧将近 39℃。本来准备请个假，可是转念一想，自己在前几天请了三天的假去陪几年没有见面的老朋友，请假的时候主管就面露不悦之色，这次再请假恐怕会丢了工作，没有办法，只好硬着头皮去上班。由于身体不舒服，小魏在工作中错误频出，主管把他叫去批评，后来才了解到他生病了，这才让他回家休息。

其实，请假并没有想象中的可怕，我们完全可以利用颜色来帮助自己解决这一问题。专家曾经做过这样的实验，他们把人置于不同颜色的照射之下后发现，深蓝色、

所属行业	公司内部的装潢	公司外部的装潢
销售业	蓝色	蓝紫色
大众传媒	蓝色	蓝紫色
服务业	深蓝色	蓝紫色
设计师	深蓝色	蓝紫色
制造业	蓝紫色	蓝色
教育行业	蓝色	青色
美容与保健	绿色	蓝紫色
通信业	黑色	蓝色
金融业	深蓝色	蓝紫色

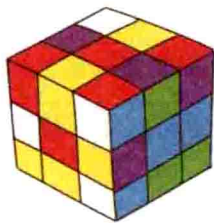
绿色会使男性变得开心，而蓝色、紫色会使女性变得开心。这也说明了蓝色是所有颜色中可以同时使男女都觉得开心的颜色。通过这一研究我们就可以在请假的时候用蓝色来帮助自己。蓝色中藏着坚定和冷静说教的成分，这样就可以向对方传递一个信息：“我只是在行使我的正常权力。”据说人们在开心的时候很少会去拒绝别人的请求，这时蓝色的另外一个功效也就可以发挥了。

我们也可以穿上紫色中带有蓝色装饰的衣服，这样会给人一种精神状态不好的感觉，同时这种颜色还会给人一种怜悯的情绪，你的请假请求也就更容易得到批准。

其实，在去请假的时候，我们还可以应用黄色。黄色在这个时候可以帮助上司更好地了解到你最近的精神状态，利于两个人之间深层次的沟通。但是在使用黄色的时候不应该使用明度太高的黄色，这样会给人一种热情洋溢的感觉，反而不利于请假。

当然，也可以利用红色和蓝色这两种颜色去请假。这可以给人一种强大的气场，会让人觉得我就是想调整一下自己的状态，这是我的权力。其中，红色会给人一种强大的表达能量，这也是为什么这种颜色的组合能够成功的原因。

总之，颜色在请假中可以扮演十分重要的作用，不管你是想短休还是长休，只要你运用得好，必然会让你的请假之旅畅通无比。



第二章 PART TWO

恋爱中的色彩心理学

现实中一部部的爱情大片给我们催泪，唯恐我们变成无情无欲的情感怪胎。当然，爱情是在时间隧道中永远不会老去的怪物，也难怪会有无数的痴男怨女为此痴迷一生。多少年前，周星驰在《大话西游》中那段“爱你一万年”的情感宣言被人奉为圭臬，也使爱情这个词汇变得更加绚丽、迷人。色彩与爱情，看似没有只言片语的重叠，实际上已经成为攻防中的矛与盾。没错，爱情可以用色彩来破解。



颜色与缘分

缘分，这个词汇的释义恐怕会比爱情本身更为难解。我们说的缘分在绝大多数时候是指男女双方在性格上的合适问题。人的性格可以用颜色来表达，这样就可以用色彩学中的补色与原色对两个人的合适与否进行判断。



在男女朋友见面以后，想知道两个人是否有缘，性格上的相同或者互补是判断的一个重要依据。从色彩心理学上讲，我们认为双方颜色如果是类似色或者是补色，就可以说明两个人是投缘的。

白色性格的女性跟蓝色性格的男性会比较合适，因为它们之间的色彩组合看起来比较清新舒适。当然，蓝色也可能对蓝色的补色——黄色性格的人感兴趣，红色性格的热情与蓝色性

格的内敛互补，也可以擦出爱的火花。

黄色性格的人容易与紫色性格的人在一起，黄色与紫色是补色，喜欢黄色的人对周围的世界充满着好奇，有着不断探索的精神，而紫色却有着知性、神秘的特点，内涵较深，能够强烈地吸引黄色。

绿色性格的人社会意识较强，中规中矩，是居家的好榜样。他们做事比较认真，就算是发现自己感兴趣的人或事，也不会积极采取行动，会等到对方先表白。所以说那些喜欢别人来引导或激励自己的人就不适合绿色性格的人。

橙色性格的人与黄色性格的人比较相像，有点喜欢认死理，凡事都不会轻易认输，决定了一件事情不会轻易地回头，是从一而终的好榜样。他们本身也喜欢那些能够支持和理解自己的人，给他们以追求的自由，不会去勉强他们。适合这类人的性格是具有细腻的情感体验和强大包容心的蓝色。

当然，我们在现实生活中也可以用颜色来处理恋爱中遇到的难题。比如遇到一个中意的女孩，而她对你的追求反应比较冷淡，这时就不能急于求成，如果强制拉近双方的距离会产生压迫感，这会让她产生强烈的反感。这时你可以选用淡色、浅色等让她觉得友好、舒服的颜色，拉近与她之间的距离，而不是身穿红色或者黄色等色泽鲜艳的衣服。

通过颜色我们虽然不能判断一个人的全部，但是颜色作为认识爱情的一种辅助工具，会让人多一种理解的角度，找到适合自己的爱情攻略。

【知识拓展】

一个人对颜色的喜好具有不稳定性，会随着自身情绪的变化而变化，比如一个本来性格乐观的人因为一时的情绪不佳而选择了灰色或者是黑色。这种情况并不会持续很久，一旦他们的情绪恢复了正常以后，他们就会不再喜欢灰色或者是黑色。所以说在用颜色判断缘分的时候，我们要在正常的情况下进行。

怎样使异性喜欢自己

想使自己受到异性的欢迎是每个人心中的愿望，为崇拜的目光抑或簇拥的感觉，这就是所谓的关注感。想要得到别人的关注并不容易，它关乎一个人的个性、爱好、素养等方方面面的问题。在遇到这个问题的时候，一个人的内在在短时期内是不会有大的改变，但是我们可以通过衣着搭配来提升自己的外在，同样可以使自己成为一个受欢迎的人。

在衣着的搭配中我们可以多使用一些暖色系的衣服。红色、黄色、粉色、橙色等暖色系不仅能使交际的现场轻松热烈，还容易使人在交往的过程中减少抵制感，这样就可以增加相互之间了解的机会。

在交际中不难发现，一些个性执拗、挑剔的男性很难受到女性的欢迎，他们大多数时候一个人在角落里默默地自娱自乐。如果使用暖色系就会使这类人展现出容易交流的一面，让人觉得他们会比较好相处。暖色系中的橙色还有为他人着想的一面，这会使人觉得你是个心地不错的人。在人数众多的大场合中，可以选择蓝色来给人留下一种内敛、有品位的形象。与穿着黑色酷劲十足的同性相比，虽然蓝色在第一眼给人缺乏趣味性和激情，但慢慢地接触以后，蓝色那种优雅的气质会被无限放大，从而赢得异性的好感，也就是说蓝色是需要慢慢品味的颜色。

有时也会出现这样的一种情况，你心里明明对对方比较满意，可是嘴上还是会说出，“我也不知道自己喜不喜欢她”，产生心口不一的反应。这种现象在心理学上称为“反动形成”。产生这种现象是因为你对目前的状况无法全面掌握，想从心里消除这种不安，这是无意识做出的违心行为。对于这类性格的人，需要穿着蓝色或是绿色这种具有包容性的颜色，这会让他们觉得自己是可以被理解的，当然还要有坚持不懈的决心和承



受打击的勇气。

每个人都有自己的性格特点，对颜色的适应性和塑造性也不尽相同。有时人们对颜色的偏好会随着时间的变化而变化，而且，一旦喜欢上对方，甚至会爱屋及乌般地喜欢上对方喜欢的颜色。在爱情中运用色彩的时候要根据自身的特点，选择属于自己的颜色，这样才能够充分展示自己的性格特色。当一个人的吸引力够大时，就会自然而然地被异性喜欢上。



【知识拓展】

有的人在与异性交往的时候喜欢用第一人称来叙述自己的故事，希望对方能够了解自己的信息，从而对自己产生兴趣。这在心理学上被称作“自我展示”。通过这种对自己的展示，希望能够打开对方的心扉，渐渐地拉近彼此之间的距离。不过如果频繁使用的话，会让人觉得你是一个自我中心主义者，只关注自己的事情，继而遭到厌恶。

怎样把握自己的恋情

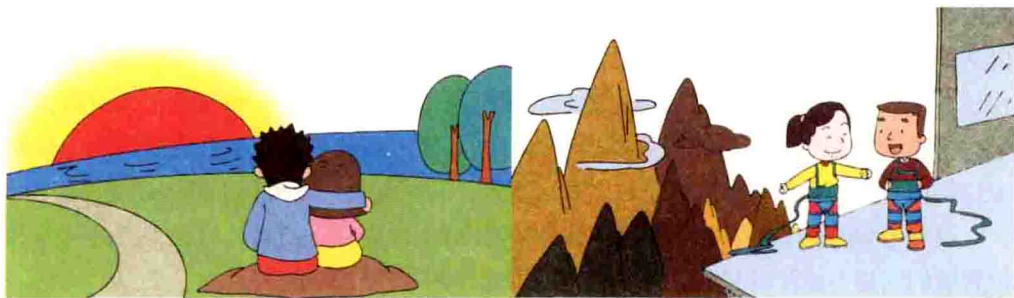
恋爱里无智者。我们每个人在获得爱情后，想得最多的一件事情就是怎样才能使自己的爱情变得更加顺利和多彩。但是对不同性格的人来说，每个人对自己的恋情有着不同的理解和信念，所以身边才会有这么多的悲欢离合。

惊喜是点亮爱情的小小火光，这温暖的火光可以燎成漫天的烟火。当恋爱的激情伴随着时光的流逝而渐渐消退的时候，大多数人的感情会在磕磕绊绊中出现裂痕。然而让人好奇的是，有些人的爱情好像永远保持着新鲜感。在这里不得不提的就是红色性格的人的爱情。在他们的爱情观里，对刺激的追求可谓是不遗余力，新鲜感是他们的终极目标。你可能会听到他们策划去丽江旅游，相约骑自行车穿越半个省，畅想着蹦极带来的快感。这些都是红色性格的人保持爱情新鲜的秘籍，也正是这些难忘的记忆让他们的爱情之路变得更为难忘。如果这股新鲜感没有了，红色性格的人会毫不犹豫地去找寻下一个刺激点，这就像是他们的本能。蓝色性格的人与红色性格的人不同，一个蓝色性格的人更加注重的是爱情带来的精神上的愉悦。他们也会在生活中制造惊喜，不同于红色性格的人的是，蓝色性格的人的这些惊喜更多的是要求对方能够在心

灵上给予肯定。也许蓝色性格的人会带你去看日出,在静静地望着晨曦穿越云海的时候,他们会顿悟出爱情给人的宁静感,而不是红色给人的那种炽热感,他会像一杯清茶一样,在慢慢地品尝之后才会有甘甜。

其实不管你是什么性格,要想把握好自己的恋情,首先要做的就是互相了解。如果不了解对方是哪一种性格色彩的人时,一些感情的悲剧就会上演。比如一个红色性格的女人遇上蓝色性格的男人,“红女”对平淡无奇的生活很厌倦,而“蓝男”却又独钟于平常生活中的感悟,两个人对感情的要求根本不一样,分手也许就是他们最终的结局。对双方的性格了解可以说在很大程度上决定了感情的走势。据一些情感专家的解释,男女双方的感情是在一起完成某件事情的时候慢慢升温的。所以,在恋爱的时候,要尽量有属于两个人共同完成某件事的回忆,这样就会使恋情有一个很好的基点。

总之,不同性格的人对爱情的态度也不一样,解决爱情的方法不能寻找万能公式,应该在充分分析对方性格的基础上对症下药。



【知识拓展】

许多人为了牢牢把握自己的恋情,强迫对方戴上象征已有恋人的情侣戒指。其实,情侣戒指和结婚戒指一样,他们都有一种想要束缚对方的意思。因为戴上了戒指其实就是在向周围的人宣布“我已经恋爱了”的信息,并借助这种方法来击退那些对自己“心术不正”的人。希望借助这种方式来把握爱情的人明显抱有对彼此之间恋情不自信的心理。

约会地点的选择

对于一些恋爱中的情侣来说,约会是再正常不过的事情了,而且渐渐地成为一门高深的学问。不同的人喜欢的事情不一样,选择约会的地点也就不一样。

有一个男生,十分爱看书。后来他有了女朋友,一次约会他把约会地点选在了图书馆。可是女朋友是个活泼爱动的女孩,在图书馆内还没有待上5分钟就弄出了声响,周围的人对他们颇有怨言。因为这件事两个人大吵一架,双方互不屈服,最后两个人

的恋情也是不了了之。

其实，对约会地点的选择是很有讲究的。红色性格的人不适宜长时间待在安静的地方，时间的流逝也会带走他们的耐性，应该尽量选择一些有惊喜出现的地方，比如游乐园；蓝色性格的人就比较适合图书馆了，他们比较在意双方在感觉上的沟通，可能一本书中的一段话会让两个人对感情有共同的领悟；对于黄色和绿色性格的人来说，约会的地点并不重要，重要的是两个人在一起，而黄色性格的人还会在约会的时候想出一些新花样；绿色性格的人是因为性格上的原因，他们即便有想法也不会讲出来，生怕自己的意见会破坏约会的气氛。

了解了不同性格的人对不同地点具有选择性以后，我们还应该注意到约会地点的不同给人的感觉也会不同。时下许多人喜欢在快餐店这样的地方约会，其实这些地方并不是约会的最佳选择。我们知道快餐店内的布置大多以黄色、红色为主，如果长时间待在里面，会让人产生烦躁感，这也会给情侣间的摩擦提供导火索。也许你身边会发生这样的故事：一对情侣在一家快餐店里吵架。当他们推门进来的时候，所有人都可以从他们的亲昵动作中知道他们是情侣，两个人在就餐的过程中也是有说有笑，可是在过了一段时间以后，气氛渐渐地紧张起来。过了半个小时，不知道是什么原因，两个人的声音开始大了起来，最后发展成为一场让人围观的吵架。也许我们不能一口断定这与快餐店的颜色有关，但是可以肯定地说，这些颜色一定起到了推波助澜的作用。

在约会地点的选择中，我们要根据人的性格来做决定。同时，约会地点的装潢和位置我们同样不能掉以轻心，说不定它会葬送你的一段好姻缘。



【知识拓展】

选择第一次约会的地点很重要，并且第一次约会时就餐的食欲也非常重要，因为我们可以从约会时的饭量来看你到底有没有戏。一般来说，女性的食欲是很容易受到外界干扰的。当女性遇到自己喜欢的人时，她们的食欲会因为紧张和注重自己的仪表而变得非常差劲；在遇到一个自己不喜欢的异性

时，她们的食欲会与平时一样；在跟同性的人一起吃饭的时候，她们的食欲会很好。所以说，我们可以根据第一次约会时的食欲来判断你是不是对方喜欢的类型。

对约会中等待的看法

约会中等人可以说是再平常不过的事了，双方总有一方会先出发，也就有一方要先到达。等待，是一个富含多重意义的词汇，从中我们可以看出人生百态，更能了解一个人的性格。想要了解一个人，让他等等你就知道了。

红色性格的人可以说是最不愿意等人的人了。在约会的时候，如果等待的是红色性格的人，那么等待会让他们的激情慢慢地退去。你不能要求红色性格的人做得更多，不断地追求新奇是他们的本性，只是你不能让他们等得太久。

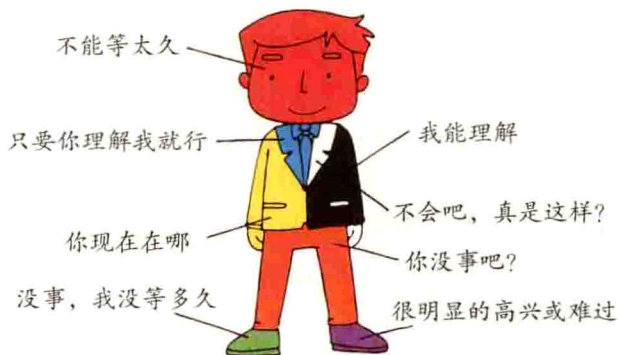
蓝色性格的人在等待的过程中产生的一些细腻想法可能会比一本书还要多。也许在你们相见之后，他并没有向你推销他的那些想法，但是你一定得理解等待这件事情对他的作用。也许他的冥想没有头绪，像是一支脱了线的风筝一样在天空任意飘荡，这就是蓝色性格的人。他们敏感而不多言，不介意等你，只要你能了解他们的想法就已经足够了。

黄色性格的人可能会在等待的过程中不断地给你打电话，问你还有多久才会来，现在在什么地方。他们对待等的看法就像是在牌桌上输了钱，约定散桌的时间到了却不让大家走一样，目的很明确，接着打，我要赢回我输的钱。黄色性格的人的目标性很强，他们认为假如我在约会时等你是为了吃饭，那么你只需要在到了的时候道声歉并且快速地端上美食就行了。他们的情感体验较为粗放，没有蓝色性格的人那么“神经质”。

绿色性格的人在约会迟到了的时候，他们也不会对你大吼大叫。因为他们是典型的自我牺牲者，宁愿自己吃亏也不会破坏周围的和平环境。绿色就像是一潭永远激不起浪花的水，让你永远猜不透他们的内心真正在想些什么。

黑色性格的人会很冷静地看待约会中的等待，他们深知迟到是一件非常正常的事情，即使是自己生气了也会让你觉得他们能够原谅你。

白色性格的人对待等待



时，沉默是他们最好的表现方式。在你向他们解释为什么会迟到的原因以后，他们总是会半信半疑。

橙色性格的人在你迟到后会问你为什么会迟到，是不是在来的时候堵车或是遇到什么棘手的事情要处理。他们会表现得让你觉得是不是自己的理由不能让他信服，别担心，这只是橙色性格的人的条件反射而已，他们只是希望你能感受到他们的热情。

紫色性格的人可以说是比较复杂的一类人。在等你的过程中，他们也许会发牢骚也许会相安无事，外界的因素会左右他们的表现，如果是阴天下雨的话，你就得准备好去面对一副生气的面孔了。

【知识拓展】

在约会中的等待，想必许多人都遇到过。许多人在对待对方的道歉时表现出一副宽容的样子，有时候还会伴着一些微笑。对于这些微笑我们不能小觑，因为它往往隐藏着一个人内心深处真正的想法。一个人发自内心的笑和虚假的笑是有区别的。如果笑的时候出现了嘴笑但是眼睛不动的情况，就可以判定是假笑；如果眼睛和嘴同时动的话，多半是发自内心的笑。实际上，一个人的笑是先嘴笑，然后眼睛才会动。

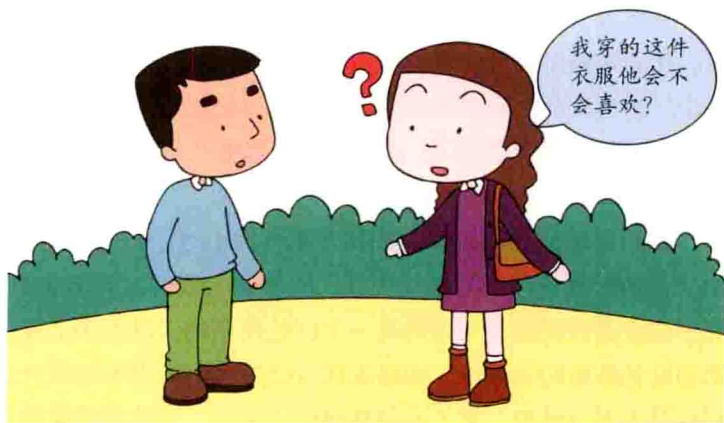
约会，你穿什么颜色的衣服

如果能够和自己喜欢的人约会，这是一件幸福而又烦恼的事情。幸福是因为这说明了你们之间成功的可能性很高，烦恼是因为许多人不能决定自己穿什么样的衣服去赴约。有一项针对女性第一次会选择什么样的衣服赴约的调查，结果显示绝大部分的人会选择白色，认为身穿白色会让自己看起来干净和纯洁，也能够让对方更好地认识自己。白色衣服的单纯无杂质可以体现出女性之美。然而，在第一次约会就穿白色的话，会容易让人觉得冷淡、不易亲近，双方会产生隔阂，许多想说的话无法通过言语直接表达出来，这也体现了白色的负面效果。

有一个女生满心欢喜地去参加约会，但是双方的交流一直处于不温不火的局面，事实上双方都有想关系更进一步的意思，不过总觉得双方像隔着一层纸一样。在这次约会完以后，双方的关系也就如同这场约会一样，久久没有下文，感情也就无疾而终。最后通过了解得知：男方觉得有一种被拒绝感，他认为在约会的过程中，女方的身上透露着一股冷淡的情绪，让自己对这份感情不抱以期望。原因是女方在约会的时候穿了一件白色的上衣，这就让人不难理解了。如果对方是那种比较容易交流、热情似火的人，结果就另当别论了。

因此，在第一次约会的时候，尽量不要穿白色的衣服。藏青色的衣服也不要穿，

这样会给人留下一种固执的印象。在约会的时候，衣服的颜色没有一定的偏好，最为重要的一个原则就是，选择适合自己的颜色，充分地展示自己的个性魅力，才能够让别人更好地了解你。在经过了前几次的约会后，就可以开始试着改变自己，穿一些精心准备的颜色，这样就可以给对方造成一定的心理反差，从而加深印象。



在第一次约会的时候，如果对方身穿鲜红的衣服时，我们就得多加考虑了。红色是暖色系，容易让人感觉兴奋，是气氛热烈的催化剂。大多数身穿红色衣服的男性对感情是一种放荡不羁的态度，他们是情场上的浪子。所以，如果对方对这样的颜色十足喜欢的话，那就应该提高警惕了。

总之，约会对衣服的要求并不多，能够体现出自己的特色就行。有时的精心打扮并不一定会带来想要的结果，弄巧成拙的例子并不在少数。在双方有了一定了解的基础上可以稍加打扮，这样就会给人带来一种视觉上的反差，可能会收到意想不到的效果。

【知识拓展】

在约会的时候，经常会有这样的情况发生：我不适合这件衣服的颜色，这件衣服我穿上不好看……她们一直通过这些来贬低自己。如果不明真相的人老实地点点头的话，随之而来的就是一系列的麻烦。其实女方在说出这句话的时候，多半是想听到你否定的回答。她们只不过是想要用另外一种方式来听到你的赞美，是一种变相的撒娇行为。

爱情是否处于同一频道

“身无彩凤双飞翼，心有灵犀一点通”，这几乎是所有人对爱情最佳状态的理解。你想的正是他所想的；当你遇到困难的时候，他总是能够在第一时间帮助你；当你孤独无助的时候，他会默默地从背后抱紧你。这样的爱情并不是每个人都能够拥有的，它需要你们的爱情处于同一频道之上。

在爱情中，许多人可能都没有意识到，成长的经历无时无刻不在左右着我们的决

定，它作为一种潜意识存在着，这就是爱情的对等定律，其实也可以叫作感情路径依赖。比如在城里长大的孩子会用城里的眼光来对待自己的感情，很难接受农村的价值观念。因为彼此之间存在的差异会导致他们之间很少达成共识，这样感情就会出现不对等，渐渐也就会产生痛苦。这只是由于出生地不同而导致感情的频率处于不同的频道，其实真正影响一个人的是性格。

我们知道红色性格的人都有着积极的心态、善于表达、乐于助人等明显的特征。如果他的对象是一个不喜欢说话、文静、内敛的人，那么他们就找不到共同的语言。其中这方面表现得最明显的是一个红色性格的人遇上一个蓝色性格的人，对于爱讲笑话的红色性格的人来说，如果发现自己讲的笑话引不起蓝色性格的人的开怀大笑，他们会马上进行挑逗，对于蓝色性格的人来说，这简直就像是噩梦一样，并且果断地认为红色性格的人的笑话没有一点意义。如果蓝色性格的人在思考的时候被多话的红色性格的人打乱时，极度烦躁的蓝色性格的人会觉得两个人没有一点共同语言，实际上红色性格的人希望得到的仅仅只是一些解释和关心罢了。



在对待隐私方面，红、蓝这两个不同性格的人也会表现出截然不同的一面。红色性格的人可能由于自己的过度关心去翻看对方的聊天记录，他们并不是对自己的感情不放心，而是实在抑制不住自己的好奇心，只是想证明自己的爱情是否如自己想象的那般纯粹。蓝色性格的人就不一样了，他们十分看重隐私，即便发现了一些令人生疑的地方，他们也会克制内心的冲动，直到自己掌握足够的证据时，才会彻底地摊牌。

红色与蓝色性格的人对待事情不同的做法向我们说明了两个人之间的感情频道很重要，如果两个人的感情不在同一频道的话，那么就会出现无休止的争吵，分手将成为最后的结局。

【知识拓展】

爱情是否处于同一频道，还可以通过在约会中座位的选择来判断。可能大多数女性在选座位时对左右方向上的选择有深层次的认识，认为男左女右是天经地义的事情。心理学家研究发现，一个人的脸分为左右两个部分，它

们有的时候对称,有的时候则不对称。一般来说,人的左脸容易展示出一个人的真实情感,情绪的表达更容易接近人的内心,右脸则具有欺骗性。所以说,在约会中如果对方一直坐在你的左边隐藏起自己的左脸的话,你可以在下次约会的时候找一个对面的位置观察左脸就能了解真实的情况了。

让彼此之间的距离更近一点

传说上帝在亚当睡着的时候用他的一根肋骨造出了夏娃,当亚当遇见夏娃的时候,情不自禁地感叹道:“她和我原来如此的相像。”

在恋爱的过程中,你会发现两个人会越来越相像,正是因为这种相似之处才会让你们之间有聊不完的话题。爱情是一种美好的东西,你之所以会与他走进婚姻的殿堂,是因为你们的思想达到了共识,性格相近,有共同的生活情趣。这样会让你在欣赏对方的时候像是在发掘自己一般,也容易流露出真情。

然而,再相像的两个人,当初让你们之间产生吸引力的或许是彼此的不同之处。生活也不是尽如人意,情侣双方不会一直生活在童话般的爱情故事里。人们在恋爱时身上的发光点也许到了实际生活里就是缺点,人们应在感情上时刻保持一种欣赏的态度,这会让彼此之间的距离不会因为生活的琐事而渐行渐远。

人们都喜欢这样一类人,不管在什么时候都觉得对方身上有优点可以让自己去学习,也能容忍对方的缺点。其实对这类人稍加分析便会知道,他们大部分都是属于绿色性格的人,对事情不会过度的追求,是个典型的温和者,天生充满了一种吸引力,对待所有的人都是一颗宽容之心。与这样的人在一起,彼此之间的距离不会拉得很远。

在生活中懂得欣赏别人的还有蓝色性格的人,他们在事情中容易看到他人不容易发现的东西,在许多人眼里是缺点的东西都会被他们看作是优点。蓝色性格的人在感情的体验方面比较细腻,这也使得他们为对方考虑得多,也就能够挖掘出别人不知道的一面。然而只有少数人能真正理解蓝色的这种特性,这与蓝色不善于在外界表现自己有关。如果想与蓝色性格的人之间的距离更近一些,你要能理解他们的感受。



爱情的真正魅力在于相互欣赏而不是强迫对方为自己改变。我们每个人都是因为欣赏而相互吸引的,但是很多的情侣在确定了关系以后,渐渐地失去了欣赏对方的兴趣,使得爱情演变成一种毫无营养的快餐。在对待爱情的时候应该像绿色和蓝色性格的人那样欣赏到对方的与众不同,找到对方身上的闪光点,这样你就会发现爱情会比你想象中的要甜蜜。不管你欣赏的原因是否会告诉对方,你都会发现你们之间的距离在不断地靠近。

【知识拓展】

俗话说,爱情最美妙的时期就是暧昧期。在暧昧期,每个人都在那股似是而非的感觉下辗转难眠,想要让彼此之间的关系更进一步却又不知从何入手。心理学家认为,身体方面的接触有利于心理距离的缩短。一些日常生活中的拍肩、打闹可以促进彼此之间关系的发展,会让心情变得愉悦。恋人之间的一些接触则会加深彼此间的感情。

恋爱中的情感表达

最近流传这样一句话:如果一个人说喜欢你,请等到他对你百般照顾时再相信;如果他答应带你去别的地方,等他订好机票再开心;如果他说要娶你,等他买好戒指跪在你面前再感动;感情不是说说而已,我们已经过了耳听爱情的年纪。恋爱中关于情感的表达并不如前面说的这般恐怖,其实它与一个人的性格有着直接的关系。

在恋爱中情感表达得最为强烈的就是红色性格的人了。“我爱你”对于红色性格的人来说就像是吃饭一样简单,他们只追求当下情感表达给自己带来的快感,希望你能够

在这种热烈的情感中被融化,至于以后会怎么样,他们完全没有想过,是典型的“人生得意须尽欢,莫使金樽空对月”。当他们发现在某一日需要对自己所说的话开始兑现的时候,他们就会遭受自己感情热烈而夸下海口所带来的后遗症了。所以说,红色性格的人在恋爱时的许多承诺也就是说说而已,他们并没有真正放在心上,是一种纯粹的情感表达。

与红色性格的人截然不同的就是蓝色性格的人了,他们在恋爱的时候不会轻易地说出“承诺”二字,而是善于给人一种无声的情感力量。语言表达并不是他们的强项,他们会用



许多你已经不记得的事情来慢慢地打动你。在蓝色性格的人看来，情感的表达从口中说出实在太容易，这不足以表达自己内心的真实情感。所以他们在恋爱中对情感的语言表达可能真像是开篇说的那样，不喜欢耳听爱情。

对于黄色性格的人来说，恋爱中情感的表达要看这份感情在他们心中处于什么位置。如果他真的在乎你，这种甜言蜜语他们是不会吝啬的。黄色性格的人的所有行为都是以目标为导向的，当他转移了自己的目标时，你会发现很难再次听到他们说出这样的话。

绿色性格的人永远都是相对温和的一派，如此强烈的情感表达，如果不是对方的要求他们是万万不会轻易说出口的，也就是说他们是喜欢被牵着走的一方。想听这些肉麻的情话？没有问题。只要是你提出的并且能够办到，他们绝对不会拒绝。

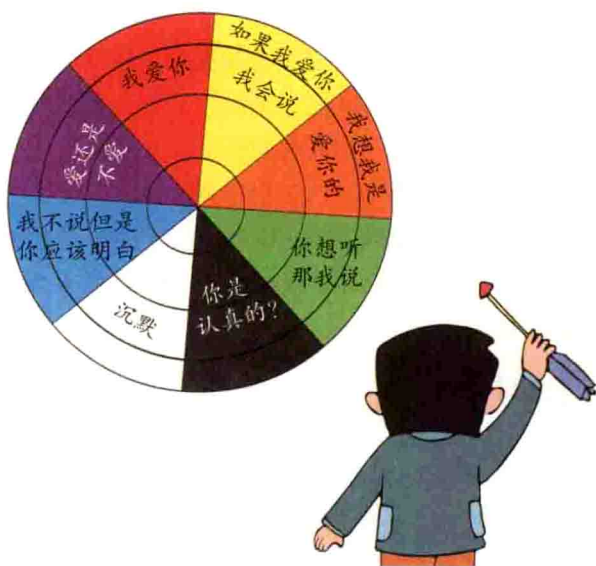
橙色性格的人是一个天生喜欢社交的人，他们对于情感的表达可以说是手到擒来。在表达的过程中，他们还会根据恋情的进展程度来表达自己的感受。你总是能够在他们的口里听到一些令人陶醉的话语。

黑色性格的人可以说是让人感到很无趣的一类人。对于情感的表达他们是很谨慎的，一些肉麻的话语很难出自他们的口中，这与他们严谨的做事风格是一致的。

白色性格的人也是一类不愿轻易表达情感的人。他们对情感方面的事情隐藏得很深，不愿意别人知道自己所做与所想。在感情生活中，他们喜欢用眼睛来观察而不是用嘴巴来表达。

紫色性格的人在情感的表达上总是一副多愁善感的样子。他们会为了一个简单的问题而纠缠不清。自尊心与感知能力有时会让他们在情感的表达上欲言又止，他们是一个矛盾的存在。

关于情感表达这个命题，每个人都有自己的看法，就像喜欢苹果还是喜欢梨一样。但是一个人在情感中的表达永远多于实际行动的时候，那么你就得认真考虑了。毕竟，感情并不是靠那些使人血液循环加快的话语就可以长生不老，它也得接接地气。



你是否喜欢旧事重提

旧事重提，恐怕大多数人听到这四个字的时候就会头疼。的确，在恋爱时最怕的就是对方不停地翻旧账，一些陈年旧事不停地跑到舞台的中央，不用粉墨就可以登场。



“你今天怎么回来这么晚？”

“跟同事去吃饭了。”

“不会又是那个女同事吧？”

“你在想些什么？”

“本来就是，又不是没有过。”

“简直是无理取闹。”

“……”

想必类似的经历会让许多人产生共鸣。是的，现实中出现这

种情景的概率很高，一方面的原因是事情发生的双方对感情的信任指数不高，另一方面是当事人的性格问题。

如果这件事发生在黑色性格的人的身上我们就不足为怪。我们知道黑色性格的人缺乏足够的自信，他们在日常生活中无法使自己相信一些不确定的事情。这也与他们在生活中习惯隐忍是分不开的，这些平时日积月累的不确定事件会在双方大动肝火的情况下得到彻底地爆光。

另一种喜欢旧事重提的人就是紫色性格的人。紫色性格的人喜欢旧事重提是因为他们十分在乎外界对自己的看法，一些很小的事情都可以触动他们敏感而又脆弱的神经，这主要是由于他们超强的感知能力引起的。

其实，所有性格的人都会出现这种情况。蓝色和绿色性格的人可能很少被人注意，他们只是把这种情况消化在心里。黑色和紫色性格的人则是作为一种概率事件而被人们所关注。当然并不是所有的这两种性格的人都会被概括进来，他们有时也会表现得如同没有发生过一样。

【知识拓展】

如上所述的例子，我们在遇到这种事情的时候没有必要一直追问下去，这样会使得双方都陷入一种尴尬的境地，有时候还会导致感情破裂。其实，在这种情况下，我们可以关注一下当事人说话时候的眼睛就行了。一般认为，人在说谎以后会因为内心的羞愧而不敢长时间正视另一个人的眼睛。然而，

实验表明并不是所有的人都会这样做，男性在说谎以后会出现这种情况，但是女性却恰恰相反，她们会用长时间的注视来达到说服对方的目的。

情绪会莫名的波动

有没有这样一种人，刚才还是笑容满面，然而因为一句话或者是一个玩笑，脸上的表情突然就变了，甚至还会大发雷霆，让你不知所措。其实你不应该过分怪罪自己，只是因为这样的人是天使与魔鬼的综合体。

能够如川剧变脸般变换心情的人，只有紫色性格的人了。因为紫色是红色加上蓝色调制而成的，所以在性格中就会体现出特有的复杂性。

紫色性格的人和一群朋友出去游玩，在玩的过程中无意遇到紫色性格的人的前男友，大家都觉得非常尴尬，可是紫色性格的女性却表现得十分大方，还与前男友照了一张合照。大家都松了一口气，于是一直聊着她的前男友。过了一段时间后，她突然毫无预兆地爆发了，情绪非常激动，并且告诉大家不要再谈论她的前男友。事后大家才知道，原来她从他们的口气中揣测到幸灾乐祸的意思，事实上大家并没有这层意思。



从上面的故事中可以看出，紫色性格的女性在前半段表现得像个红色性格的人，让人觉得她在情感的世界中表现得很大度，是个注重体验的人。在对朋友的言辞多加揣摩后表现出情绪化的一面，这些都是红色性格的人的做派。可是我们应该注意到，如果没有蓝色性格的人的那种细腻的情感体验恐怕也不会出现后面的状况。

情绪的波动会使人的评价标准出现失衡，尽管爱情与情绪有着本质的区别，因为它们都是人的心理情感的表现。当另一方出现情绪波动的时候，你需要做的就是以理智和冷静的心态去分析为什么会这样，尤其是在反复出现这种情绪时，就更应该引起重视。在每个人的恋爱笔记本上都应该写上这样的一句话：什么是爱情，什么是情绪？

许多人对情绪化的人的回答如“对不起，你的情绪让我无法忍受和你在一起”，“和你在一起，让我觉得很累”，“我们的性格不合”……其实，在遇到这样的情况时，不

应该用情绪去抵制情绪，这样只会让两个人都觉得痛苦，苦心经营的爱情最后以分手作为结局。我们应该找出对方情绪化的深层原因，然后渐渐地去改变，然后你就会发现一个全然一新的她(他)。

【知识拓展】

在一个人情绪表现出很大的波动时，会伴随着说话声音忽然变大、语速加快、废话较多等症状。许多人没有意识到，在情绪起伏比较大的时候，一个人的说谎概率也会大大提升。人说话的语调、语速、节奏等是一个人的第二语言，它比较真实地体现了一个人内心的真实想法。相比而言，男性在情绪波动以后说话方式的变化要比女性大，也更加能够判断他是否在说谎。

你是等待还是前行

在爱情里面有人来就有人走，许多人都希望能够在对的时间里遇上对的人，可惜多半都是事与愿违。也许你会感叹爱情太过复杂，也许你会对它失去信心。爱情就是这样，在你绝望的时候，它会点燃希望的火种；在你满怀希望的时候，绝望会不合时宜地出现。

不同的人在对待一份感情到底是该结束还是继续的时候会有不同的思考。

红色性格的人在做出分手决定的时候，看起来异常冷酷。如果红色性格的人觉得这份感情让自己全然没了生活的激情和新意，那么他们的离去只是迟早的事。虽然他们可能在分手之后还会与你保持朋友的关系，但是你千万别多想，他们的世界里剩下的仅仅只是朋友的这层关系而已。

蓝色性格的人会表现得很感性，他们在继续还是结束中摇摆不定，做不了最后的选择。他们的表现就像是在大海上无帆的船，在风的作用下任意东西。

黄色性格的人在做出“分手”的决定时与红色性格的人一样坚决，只是他们之间的



原因不一样而已。红色性格的人是因为生活中的体验值，黄色性格的人是因为他们的目标已经转移了，你不再是他们注意力的集中点。所以说，改变黄色性格的人的决定，抓住他们的注意力是问题的关键。

绿色性格的人在自己的爱人走后会表现得非常平静。对于他

们是否会再回来也持开放的态度。可能那句“你来时我会去接你，你走时我不会送你”说的就是他们。你永远不会见到他们为爱歇斯底里的情形。这并不代表他们不在乎，而是即使他们在乎也不会让你看到。

橙色性格的人在听到“分手”时会显得十分开朗，看不到明显的伤心。这与橙色是红色与黄色的混合色有很大的关系，活泼与高兴是他们的天性。

黑色性格的人在分手的时候会隐藏起自己的情绪，就像是黑色吸收了所有的外界光一样，你猜不出他们到底是会前行还是会留在原地等待，这主要看这份感情在他们心目中的分量。

白色性格的人在恋人走的时候不会挽留，他们更多地用沉默来表达自己的心声。他们也不会留在原地等待，因为这些已经不纯粹的东西自己不再需要。哪怕他们在今后的日子里会为这个决定后悔，但也只会心生感叹而已。

紫色性格的人在分手后会毫不犹豫地向前走，因为他们有着强烈的自尊感，那份对情感的琢磨也会让他们对这份不再完美的爱情不抱有任何幻想。

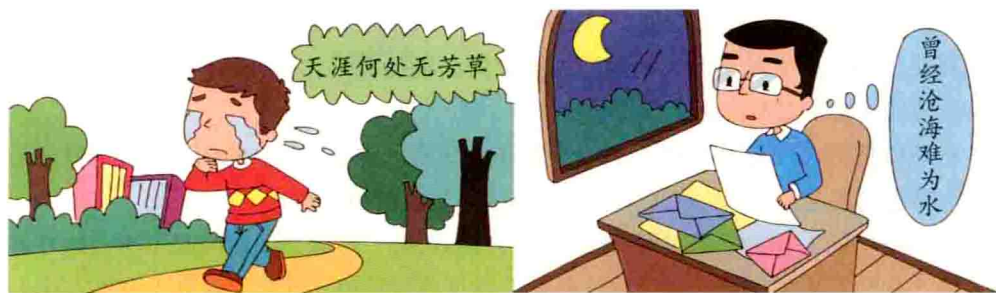
【知识拓展】

恋爱中的男女吵吵闹闹、分分合合是很正常的事情，可是有的人却把它当了真，本来想要制造一点浪漫的情调结果造成了悲剧。嘴里说着“分手就分手，反正我不喜欢你了”，心里却希望对方能够挽留自己，这在心理学上属于反动形成。反动形成是指人们会在无意识中做出违心的行为，试图消除眼前不在控制范围之内的情况。一个人把自己的情绪、行为压抑得越激烈，反动形成的表现就会越明显。

走出感情失败的泥沼

一对情侣爱情长跑达5年，因为女方家里人的反对，迟迟不能结婚。男方提出分手，女方瞬间觉得万念俱灰。女方家人看着孩子这么难过，最终答应了这门婚事。当女方高兴地把这个消息告诉男方的时候，男方却有了新的女朋友，这前后才不过两个月的时间。女方觉得难以置信，从而变得郁郁寡欢。有的人曾这么比喻爱情：爱情就像是两个人在拉橡皮筋，受伤的是不愿放手的那位。

在感情失败的泥沼中，最容易逃脱的人就是红色性格的人。红色性格的人在情场上有着“情圣”的绰号。我们这里说的情圣并不是指对待爱情有多么矢志不渝，对爱情的态度有多么认真，而是说他们因为性格的原因不能把注意力一直集中在某个人身上。著名的诗人徐志摩就是个典型的红色性格的人，骨子里面藏着浪漫与热情，可以为爱情忘乎所以。他对结发妻子张幼仪十分冷淡，毫不顾忌对方的感受；对林徽因热烈地



追求，不惜背上抛弃妻子的骂名；在遇到同样是情圣的陆小曼时，两个人可以为了精神而不要物质。可见红色性格的人的爱情观是多么复杂，“多情”仿佛成了他们的代名词。这样的性格对于他们来说，爱情不会止步不前，也就无所谓泥沼。

在所有性格的人中，蓝色性格的人可以说是最不容易走出爱情的泥沼的一位。倘若遇到爱情的打击时，那么“寻寻觅觅、冷冷清清、凄凄惨惨戚戚”是他们表达心情的最好词句。他们更容易体会到在承受痛苦过后带来的那种绵长的撕心裂肺之感。这是因为蓝色具有超强的记忆功能，分手后，他们还会一遍一遍地重温逝去的美好，哪怕是发现爱已成为追忆的时候。他们进入下一段感情的节奏会比别人慢一拍，因为过去的情感经历给他们的伤害实在是太深。他们处理感情的风格颇有“曾经沧海难为水，除却巫山不是云”的味道。这也就不难理解为什么蓝色性格的人是走出感情泥沼中最为艰难的一位了。

爱情难免会有开心与痛苦，有时候你会发现爱情其实就是一场赌博。当你无悔地押上自己的青春去换一份天长地久的爱情时，受伤的概率往往是很大的。学会以一种成全的姿态去面对爱情的离去，因为使你成长的不只是快乐，还有伤心和难过。

【知识拓展】

感情的失败对一些人来说是隐私，他们不希望别人来评价。也有一些人喜欢逢人便说自己的悲惨遭遇，把它当作人生中一道过不去的坎。后一种人喜欢自我表现，他们想通过自己的悲惨遭遇吸引别人的注意力，这样的人大多想听到别人同情的话。如果我们熟知事情经过的话，你会发现他的叙述之中必定带有夸张的成分。总的来说，这类人是典型的自我中心主义者。

你会旧情复燃吗

在一座桥上，男方苦苦向女方哀求，请求对方再给自己一次机会，可是女方直截了当地说出了“不”字。男方坚持问是什么原因，女方的回答很干脆，因为没有感觉了。其实不管是在影视剧中还是在现实生活中，关于爱情复合的桥段都是普遍存在的。也

许有的人会重拾他们曾经逝去的爱情，而有的人会劳而无获。

在上述的情景之中，我们可以判断女方的性格为红色。事实也证明红色性格的人“回头”的概率是最小的。因为从红色性格的人的本性来说，他们的人生目标就是对新鲜事物的不断体验，更加看重的是体验的数量。哪怕是现在的这份感情对他们来说是很糟糕的，给他们带来诸多不安，他们也绝不会回到前一段感情当中。因为时间已经证明了它已经无法给自己带来刺激的感觉，为何还要再次去浪费时间？这就是红色性格的人的逻辑。

蓝色性格的人遇到这样的事情时，损伤一批脑细胞是不可避免的。他们天性敏感，当一份曾经逝去的感情再次浮现的时候会激起对往昔的无限追忆。在这份回忆中他们会不断地舔舐伤口，也会勾起对复合之后的向往。就这样，他们在两者之间不断地摇摆，举棋不定。如果复合的桥段能够深深地打动他们的话，蓝色性格的人在这方面就会表现得更加明显。

黄色性格的人在遇到这样的情况时会问你为什么要复合之类的问题，也有可能是直接拒绝。他们在生活中有着明确的目标，工作的中心就是去实现这些目标。如果你的这个请求扰乱了他们的计划，就会遭到拒绝。

绿色性格的人遇到这种情况时处理的方式与前几种人不一样，如果他们没有明显的拒绝行为的话，他们会像当初恋爱的时候一样把曾经发生的事情再次演绎一遍。从他们的口中你得不到拒绝或者是接受这样直接的答复，因为他们不是擅长做决定的一方。另外，他们也害怕做出拒绝的决定，怕自己与别人之间画上休止符。

黑色性格的人遇到旧情复燃的情况时会表现出其他几种人没有的认真，他们会认真考虑其中的利与弊、可能性与不可能性。黑色性格的人也不会提出这种观点，因为他们的内心有股深深的自卑感，没有十成把握的事情他们是不会贸然行动的。

白色性格的人同黑色性格的人一样，不会有这样的想法。这是因为白色性格的人不愿意自己处于风暴的中心，他们更喜欢自己能够像个局外人一样，看你所看，想你所想。

橙色和紫色性格的人在这类问题上有着一定的相似性。橙色性格的人可能会用自己开朗的性格把过去的恋人变成朋友，但是他不会与你玩暧昧，会明确地告诉你答案。紫色性格的人就不同了，对于这类问题他们会想出成千上万个答案，



然后自己再一个一个地否定掉。

【知识拓展】

在恋爱里会出现这样的情况，身边的不利因素越多，他们之间的感情就越深，这样我们就不难理解为什么会有爱情能够起死回生了。当人们的选择范围受限以后，就会为了重新夺回属于自己的东西而变得具有反抗意识。这样他们想在一起的欲望就会变得十分强烈，这也叫作“亲和欲求”。如果想要这种情况能够发生，那么条件就是你的对象必须对你还有一些感觉。

感情的复原时间

一段感情结束后，每个人都有或长或短的愈合期。

红色性格的人的治愈法就是尽快开始新的恋情。斯特林堡曾说过：“我们在上一段感情里面的伤痕会在遇到新的感情时康复。”这是对红色性格的人的最佳概括，也被红色性格的人贯彻得很彻底。所以红色性格的人在遭遇感情失败的时候你永远不用为他们担心，即便他们在短时间内的表现让你觉得很痴情，说不定在第二天他就有了新的目标。

蓝色性格的人的康复是让人担心的，他们会在伤痛里面待很久。要想蓝色性格的人能够快速康复，除非是他们自己能够想通，否则外界的努力再大也是无用功。像林黛玉那样为情所困一生也是只有蓝色性格的人才做得出来。

黄色性格的人的康复可以说与红色性格的人很像，但是黄色性格的人不会像红色性格的人那样的滥情。他们会随着自己目标的变化来调整自己的注意力，感情只不过是他们众多目标中的一个。在现实中，我们往往会发现一些人把事业看得重于爱情，这样的人多半是黄色性格的人。

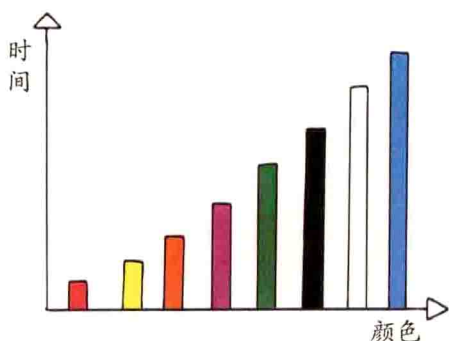
绿色性格的人在遇到爱情的挫折时会表现得异常冷静，他们绝不会夸张到寻死觅活。他们会表现得很淡然，他们的复原也就同样显得波澜不惊。他们会在一切如旧的情况下静候下一段爱情的光临。也许他们根本就没有受伤，所以无须复原。

橙色性格的人在复原的时候会懂得转移自己的注意力。他们很明白不爱就是不爱，也就很容易从悲伤的阴影中走出来。他们会在新一轮的交际中发现自己的未来，永远清楚自己生活的下一步是什么。

黑色性格的人在复原的时候，努力把自己乔装成一个没有事的人，不会让人看见自己的痛苦，一切的不愉快都会自我内化。他们希望外界的事情能够转移自己的注意力。长期这样的话，对黑色性格的人来说不见得是一件好事，在遇到自己承受不了的压力时，他们容易崩溃。

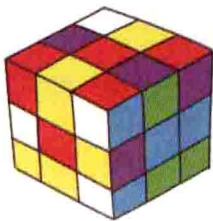
白色性格的人和蓝色性格的人一样,容易内伤。他们想要走出这段阴影,过自己想要的生活,却发现没有想象的那么容易。他们的复原速度比蓝色性格的人快一点,又比红色性格的人、黄色性格的人慢很多。

紫色性格的人的复原速度要看具体的情况而定。也许他们会在突然间觉醒,很快走出失恋的阴影;也许他们根本放不下,会在原地徘徊。这些都取决于他们对爱情的付出和具体情形的判断。



【知识拓展】

感情的复原时间与一个人的性格有关,但是与之前感情的深厚也同样有着重要的关系。如果你在与对方交流的时候注意到她脚尖的方向,你就可以判断你们之间的感情到底深不深了。一般来说,感情较为一般的情侣在交谈的时候虽然整个身体面向对方,但是脚尖的方向不一致的话,那么他们可能正面临着分手的危机。如果一对恋人在交谈的时候,脚尖和膝盖会不由自主地朝向对方,这是一种防止他人挤进双方交流空间的防御性姿势,那么可以判断双方的感情很好,比较深厚。



第三章 PART THREE

日常生活中的色彩心理学

想减肥、想睡个好觉、想要有个温暖的家……这些在我们看来再平常不过的事情，颜色都可以帮助我们。一些我们认为不可思议的事情都可以从颜色上找到答案，同时它也可以解释我们在生活中看似没有偏好的选择，实际上是有目的性的。这与我们在长久的生活中对颜色逐渐形成的癖好有关，也与颜色对人的生理、心理产生的隐性作用分不开。



减肥的色字诀

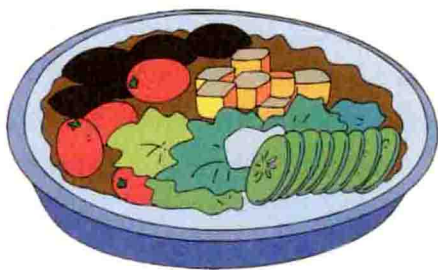
色彩在无形中影响着我们的食欲。人们经常这样问自己，为什么自己一看到色泽光鲜的食物一下子就没有了抵抗力。这还得从一些食品公司的外包装说起，因为他们运用了人们对包装色彩的反应，轻松地控制了人们的食欲。

我们每个人都有视、听、味、嗅、触五类感官，每一次的判断都是这些感官综合运用结果。食物主要是通过味觉给我们留下印象，当食物接触到味蕾时，味蕾会向大脑神经传送信息，但是人的味觉反应很迟钝。在我们的感官中，视觉是反应最灵敏的，它会比其他感官先做出反应。因此我们在看见食物时，视觉会代替味觉做出判断，这也就是为什么一些精美的食物能够吸引食客了。明白了这个道理，我们就能找到利用色彩来减肥的突破口。

不同颜色的食物有着不同的成分和视觉效果，色泽光鲜的食物会刺激我们的食欲，而大部分色泽浅淡的食物致胖的成分不多，用色彩来制定自己的食谱，你就会发现减肥是件手到擒来的事情。同时，我们也可以在就餐的环境与餐具的选用上也贯彻这个方法。

食物的选择

红色、橙色、黄色是一组能够勾起人们食欲的颜色，红辣椒、橙汁、咖喱牛肉等都是让人胃口大增的食物，虽然辣椒不会增肥，但是吃了它你就会开胃，别的食物也会不知不觉地吃上几口，脂肪也就在暗中积累。这些食物在减肥期间最好不要吃，应该吃一些颜色为绿、黑、白的食物，如菠菜、木耳、白萝卜等，这些食物的脂肪量不高，但是又有丰富的营养，是减肥者的首选。在减肥期间，人的情绪会比较低落，吃这些颜色的食物也有稳定情绪和缓解压力的作用。白色对食欲还有一定的抑制作用，在减肥的时候添加这类食物可以降低患高血压、冠心病的风险。黑色食物中的营养成分比较齐全，既可以减肥又不会给身体带来额外的负担，比较适合动脉硬化、脑中风的减肥人群。

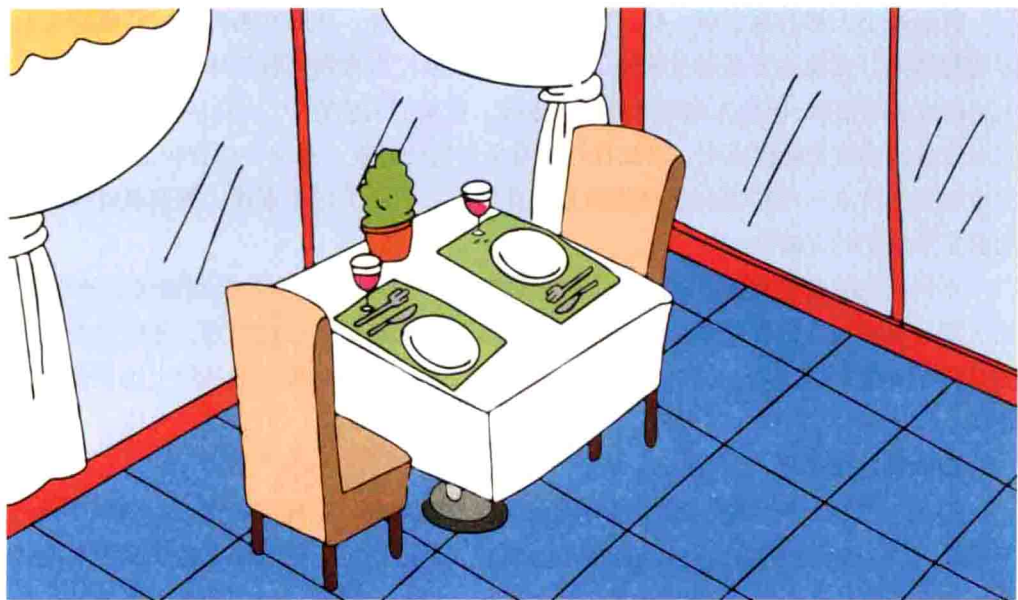


就餐环境的选择

在红色的环境中就餐时，人的情绪易兴奋冲动，进而食欲大开。一般来说，超市中的打折、促销都是用红色来标注的，目的就是吸引消费者去购买。许多餐厅也都选择红色的桌布来变相地刺激人们的食欲。对于那些贫血、厌食的人来说，接触红色大有益处，但是瘦身的话，就要尽量避免。

在绿色的环境中就餐时，能够有新鲜爽朗的感觉，容易让人觉得轻松、自由，慢慢地放下城市中的那份焦急，进食的速度也就不会很快。如果你想减肥的话，可以在深绿的环境中，那样你会觉得有种苦涩的感觉，自然就不会多吃了。

紫色会让你在感觉到神秘与浪漫的时候伴有对食物厌倦的感觉。市面上很少有紫



色的包装，紫色也只是适合于一些咖啡厅、茶楼、西餐厅、酒吧等个性化的消费场所。因此，如果你与男友有约，可是又想减肥，那么紫色的餐厅就是你的最佳去处。

白色会让人觉得有种洁净、明亮的感觉，这也是一种常见的颜色。用白色包装容易给人一种浅淡、原汁原味的感觉，白色常用于牛奶制品。在吃饭的时候，白色会反衬出其他食物的鲜艳，从而促进食欲。所以，白色不应该与其他脂肪高的食物一起出现。

在蓝色的环境中吃饭可以缓解紧张的情绪，整个人也会趋于安静。在这样的情形中，你完全没有想要多吃的意思，因为食物此时显得没有吸引力，对于那些经常吃多的人，可以进蓝色的餐厅去试试。

总之，如果你想利用色彩来减肥的话，你应该远离那些鲜艳的色泽，也可以把家中的餐具、桌布等换成淡色或者深色，这样就可以达到减肥的目的了。

体育中的色彩秘密

颜色是一种动力源，它通过我们的视觉来影响身体内部的分泌反应，调节我们的情绪，使人拥有不同的心理反应。在一些体育赛事中，色彩也被运用到影响运动员的生理、心理状态，以此来提高比赛的成绩。这在国内外已经逐渐成为一种新型的训练方式。

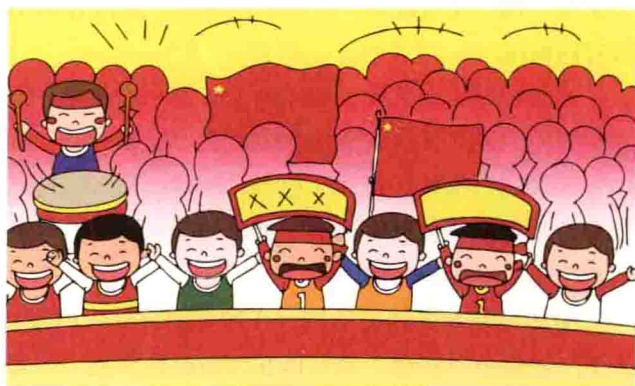
在1987年，我们的国球——乒乓球由白色改为黄色。因为在运动过程中长时间把注意力集中在白色物体上容易产生疲劳感，而黄色的醒目可以帮助运动员更加准确地

判断球的速度、位置和方向，并且不容易产生疲劳感。如今我们很少见到过去那种煤渣铺成的跑道了，一方面是因为经济的发达，另一方面是因为黑色容易使人沉闷，换成红色的塑胶跑道则会使人感觉兴奋，增加了竞技体育的激烈性。在2002年的韩日足球世界杯上，韩国人纷纷穿上红色的球衣为自己的国家队呐喊助威，整个现场成为一片红色的海洋，这极大地鼓舞了韩国足球运动员的士气，使韩国史无前例地进入了四强。虽然其中有些不光彩的事，但是我们不能忽略色彩对队员的积极影响。



那么，颜色到底是怎样来影响一个人的呢？

在体育中考验一个人耐力的项目中，我们可以使用冷色系作为刺激源，如绿色、蓝色等。这样的色彩可以使运动员的情绪稳定，能够对当前的一些局势有更全面的判断。而在一些举重、投掷类的项目中，我们可以运用色彩的重量感把器械改为明亮色，可以提高训练的效果。在一些需要速度、冲刺的项目中，可以将红色、橙色作为定位目标，这样就可以刺激运动员不断地前进。有关研究表明，在比赛或是训练的时候使用红色，可以使运动员的血压升高，呼吸系统活动频繁，整个大脑的皮层处于兴奋状态，体内的分泌激素代谢加快。但是我们必须把握好时间，在红色刺激10分钟内整个的运动效果最好，超过了10分钟，运动员的体力会加快损耗，耐久力也会不断地下滑，运动开始受限。用绿色刺激运动员时，能够使他们在紧张的情绪中平静下来，短时间内减缓疲劳。专家对比红色和绿色对运动员运动后的心率变化影响的结果后发现，绿色对降低心率有着显著的作用，而红色则不明显。



色彩通过视觉给人们带来生理、心理的影响已经被逐渐的重视。在体育中，对色彩的运用也渐渐地占有一席之地，成为了胜利的辅助器。当然，在我们把色彩运用到体育中时，要避免颜色带来的不利影响，最终达到提高运动员成绩的目的。

【知识拓展】

我们知道网球场有红土、硬地和草地这三种，但是最近有人把网球场设计成蓝色的，结果受到了很多人的反对。这究竟是什么原因呢？我们知道网球主要是白色和黄绿色，在红土上容易清晰地辨认出来，且红土地能够让人兴奋，可以促进运动员技能的发挥。场地如果换成了蓝色则会让运动员在长时间的比赛中产生一种压抑的情绪，不利于比赛的发挥，而且球场与球的辨别系数不是很高，所以会遭到一些人的反对。

摄影中的色彩知识

在原来只有黑白电视机的时候，我们会觉得它的画面有些失真，一直到彩色电视机的出现，才还原了一个真实的世界。电视上的一幅幅画面让我们对这个多彩的世界有了新的认识，而照相机里面的世界更是让我们惊奇。

摄影是一件无法剥离色彩的事情。在摄影的过程中，色彩被我们赋予了丰富的情感，成为我们表达某种感情的出口。绝大部分的摄影作品抓住了色彩，基本上就可以说是一部好的摄影作品。

拍摄的环境是由各种色彩组成的，如果对色彩的领悟不够，那么我们就不能通过摄影来表达正确的色彩情感。在色彩学说中，人们用“色轮”来表达色彩这一具体的概念：色轮由12种基本的颜色组成。首先包含的是三原色，即蓝、黄、红。原色混合产生了二次色，用二次色混合，产生了三次色。通过看到不同颜色之间的关系，把它作为拍摄时的根据。

互补色是指在色轮上相差约150~180的色彩，例如红色的补色是绿色，在摄影时采用补色，可以产生强烈的视觉感受，表现出清晰靓丽的色彩效果。

相邻色是指彼此相邻的色彩，例如红色与橙色。对相邻色的运用可以使拍摄出来的照片看起来颜色过度稳定，主题的颜色与环境的颜色如果使用相邻色的话，容易使人产生主次不分的感觉。

对比色是起强调的作用。在绿色的树林里出现红色的砖瓦，就会显得十分突出，形成一种焦点的颜色。也可以在大面积的暖色中放置一点的冷色，这样就可以打破照片呆板之感，达到强调的效果。

明白了这些关于颜色的知识时，对颜色进行有目的地搭配是摄影中的一些常见诀窍，也就容易形成自己的拍摄技巧。

色彩的运用要回到对色轮上颜色的掌握，有时候颜色是以组合的形式出现的。黄色与蓝色在一起的时候会带来明亮愉快的感觉，蓝色与绿色则会给人带来平静感。暖

色系的吸引力要远大于冷色系，在一些表达热烈的场面时可以加入暖色，在这个主体色中加入适当的冷色，不但不会喧宾夺主，而且还会带来一定的视觉冲击。

色彩的多少有时对人的吸引力是显而易见的。看过美术临摹的果篮就知道，当篮子里面的水果的颜色非常丰富时，这时我们对事物颜色的关注就超过主体——水果的本身。这时，我们可以拉近拍摄的距离，让主体铺满整个画面。一幅画的成功与否取决于两个方面：画面中颜色的纯净与否和色彩的多寡。

你知道为什么我们的相机会有闪光灯吗？那是因为有时我们的拍摄环境的光线不够，色彩的饱和度不够，需要灯光来补色。在雨后天晴的日子里，我们会感觉到外面的世界看起来更为真实，这是由于雨水冲刷掉灰尘的缘故，再加上雨后的光线较清晰，色彩的饱和程度会大大提高。

这些关于色彩的知识是我们在日常生活中常常用到的，有时我们会在不知不觉中运用到这些知识，只不过没有冠以名词而已。对这些知识的熟练运用可以让我们能够更好地记录下关于这个世界的每一寸角落，重现一个色彩绚丽的世界。



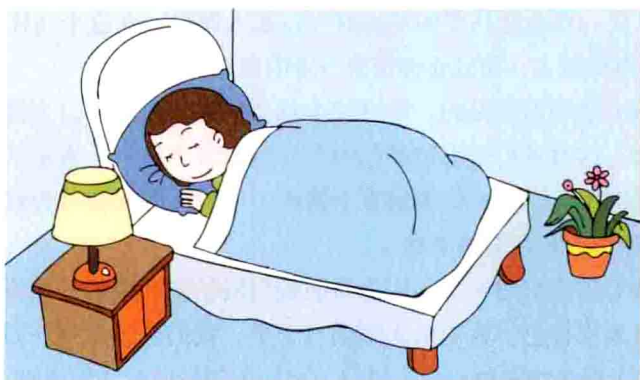
提高自己的睡眠质量

恍惚间，失眠好像一下子成为流行词。在一些不经意的谈话中，总会有人说到“失眠”这个刺耳的词汇。当你询问他们为什么会失眠的时候，他们也显得很无奈，会出现各种各样的理由。

有些人在解决失眠的时候选择吃一些安眠药。这当然可以一觉睡到天亮，可是通过药物治疗失眠带来的后遗症也是不容忽视的，它会使人形成对药物的依赖，这只不过是从一个雷区跳到了另一个的雷区。所以，在克服失眠症的时候，用自然的方法是最好的方式。

人们在实践中想出很多辅助睡眠的方法，比如睡前喝牛奶、听轻音乐等等。这些方法在一定的人群中可能有效，但是许多人在试验后发现这并不能根本解决自己的睡眠问题。很多时候，人们没有意识到色彩其实可以帮助人们进入睡眠。

蓝色具有催眠的效果，它可以降低血压、消除紧张的情绪、抚平烦躁的心情，从而起到镇定的作用。在习惯性失眠的人的房间里布置一些蓝色的东西，如蓝色的墙纸（不

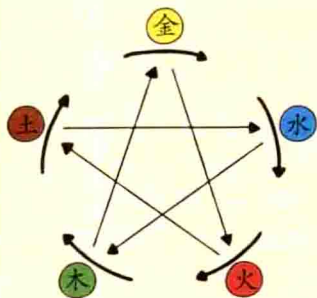


需要全部墙壁都贴)，这样可以促进睡眠。由于蓝色是一种冷色系，如果大面积使用，到了冬天会让人觉得阴冷。因此在布置房间的时候，我们应该使用小面积的淡蓝色，再用一些白色进行搭配，这样既可以使人容易入眠，也避免了在冬天产生的寒冷感。

除了蓝色以外，绿色对睡眠也有一定的帮助作用。与蓝色不同的是，绿色可以使人在心理上产生一种安静感，使得他们容易与周围的世界融为一体，进而促进睡眠。

从某种意义上来说，暖色也可以促进人的睡眠，在准备睡觉的时候我们开着米黄色的床头灯就是这个原理。暖色虽然可以使人觉得兴奋，但是我们如果提高暖色的明度就可以使其具有催眠的效果。其实，床头灯的照明也可以影响睡眠质量，因为灯光的颜色会促使人体产生一种叫作褪黑素的东西，这种色素就是使人能够自然入睡的激素。另外，这种色素除了能够使人入睡，它还可以促进人体机能、提高免疫力和抵抗力。白色的灯光则会阻止褪黑素的分泌，从而影响人的睡眠质量。因此，卧室里的床头灯最好是米黄色、橙色等温暖的光束。

【知识拓展】



从我们知道的五行来看，人的卧室属金，最适合的颜色是中性色和黄色，因为土生金，所以一些米色、粉色的装饰可以起到阴阳协调的作用。许多人会在卧室里铺上木色的地板，木色能够使人的心境变得平和。卧室里最好不要出现色彩鲜艳的东西，最好选用偏冷的淡色，如蓝色。因为蓝色是水，金生水，这样就可以使人处于一种平静的状态中，从而有利于睡眠。

被子的颜色也有秘密

上一节我们知道，睡眠的质量与颜色有着十分紧密的联系。殊不知我们在睡觉时用的被子也会影响到我们的睡眠。

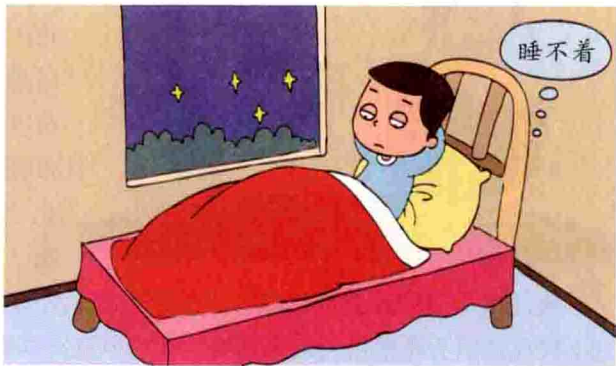
要想提高自己的睡眠质量，我们平时睡觉时的用品如床罩、被子、蚊帐等等也要

采用那些可以促进睡眠的颜色。宾馆的床单、被罩通常为白色，白色的床上用品可以带给人一种整洁之感。如果家里的床单、被罩是淡蓝色、淡黄色或米色的话，则会起到很好的催眠效果。

了解中国传统习俗的人都知道，在结婚的时候一般都会准备大红的被子，这意味着喜庆。可是这样的被子也只是在新婚的前几个月里使用，后来一般都被闲置了。红色的被子可以使人兴奋，人的神经会高度紧张，血压也会升高，如果长期使用这种大红被子的话，人很有可能患上高血压。

被子颜色的选择最好以淡色为最佳，不要有太过鲜艳的画案和花纹，因为这也会影响人的睡眠。实验证明，我们每个人的身体对颜色具有一定的短时记忆，即使是在我们闭上双眼开始睡觉的时候，身体也在不断地接受外界色彩对我们的影响，这些影响也会作用到我们的睡眠上。

一个睡眠极浅的人，只要外界有一点点的响动就会惊醒他。这让他每天都感到很累，每天去上班的时候都是无精打采，像是霜打了的茄子，工作效率一直提不上来。原来是他每天晚上有睡意了才关灯，可是他在盯紫红色的被子时会越看越兴奋。后来听朋友介绍去咨询了一个色彩师。色彩师让他回去把被子的颜色换换，比如淡蓝色或者米色。他半信半疑地照做了，开始的几天失眠的情况更为严重，后来这种情况渐渐地消失了，睡眠质量越来越高，工作也有效率了。后来他才知道被子的颜色不宜过于鲜艳，这样会让人的神经一直处于兴奋状态，淡蓝色是冷色系，容易使人感觉平静，也就有催眠的效果。



对于被子颜色的选择，我们不能一味地认为只要是暖色系的都不适合睡眠，也有的人在长久的生活中形成了一种“颜色抗体”，鲜艳的颜色反而是他们的催眠色。所以说，对被子颜色的选择，适合自己的睡眠才重要。

【知识拓展】

一般来说，我们会选择全棉、丝绸或者亚麻面料的被子。棉料的被子容易起皱，但是很适合在冬天使用；夏天应选择丝绸面料的被子，它的舒适感强、透气性好。亚麻面料的被子一般在春秋时使用。也可以选用磨毛面料的被子，内胆可以选用桑蚕丝。

你的整理箱是什么颜色

一个人去帮自己的好朋友搬家，到朋友的家里时，他被大大小小的整理箱惊呆了。因为那位朋友是个节俭的人，东西用了几年都舍不得扔，也不愿找搬家公司，只好辛苦这些朋友了。一群人在一番七嘴八舌之后，分好了自己需要搬运的东西。刚开始大家都是精力充沛，经过几个来回后，笑声没有了，只剩下越来越粗的喘气声。他注意到有个人好像没有受到什么影响，上下楼与平时一样，大家都称赞他的体力好。等大家都搬完以后，这个人才说：“其实箱子的颜色也是具有分量的，有的颜色给人感觉很重，有的颜色给人感觉很轻。同等重量的箱子白色要比黑色感觉轻些，黄色比蓝色感觉轻些，当然，最重的就是黑色的了。”听他说完了这些话，大家突然明白为什么他在分箱子的时候选的一些颜色比较亮丽的，原来是这个道理。



有人曾经做过关于颜色与重量关系的实验，结果显示：黑色的箱子与白色的箱子相比，前者给人的心理重量是后者的1.5倍，同时颜色的亮度与鲜艳程度也会影响人们对于重量的感觉，明度低的颜色普遍比较重，比如黑色、紫色、深蓝色；色彩鲜艳度高的要比低的重，如红色比粉色重，鲜红比淡红重。

通过以上的解释就不难理解为什么市面上的包装纸一般以浅褐色的面貌示人了。这不仅仅是因为浅褐色的纸张是再生纸的原色，具有环保的理念，还因为浅褐色在明度和鲜艳程度上可以给人感觉很轻，这样就使人在搬的时候不觉得重。

当整理箱开始流行的时候，设计者为了突出美观与个性把它设计成了五颜六色的，可是在经过一段时间的检验之后，只有白色的存活了下来，为人们所喜爱。这是因为即便是同样的重量，白色的整理箱能给人轻一些的感觉。

同样的原理也用在了其他的事物身上。刚开始的电脑包是千篇一律的黑色，后来逐渐出现了色泽比较亮丽和鲜艳的颜色，而这些颜色更受消费者的欢迎。对于保险柜这种物品，我们就应该用一些颜色比较深的，如黑色、深绿等，这样就可以给人增加一种心理上的重量。

【知识拓展】

我们对黑色与白色有着不同的精神感应方式，白色给人一种紧迫感，黑色给人一种谨慎感。在遇到黑色的时候，必须把我们的适应神经调节到最大

限度才能适应，因此它对我们心理上的影响也就更为激烈。一些宗教仪式会在黑暗的场景中进行，这样就可以在黑暗中因为不确定、朦胧而给人一种畏惧与崇高的感觉，让人有一种神秘感。

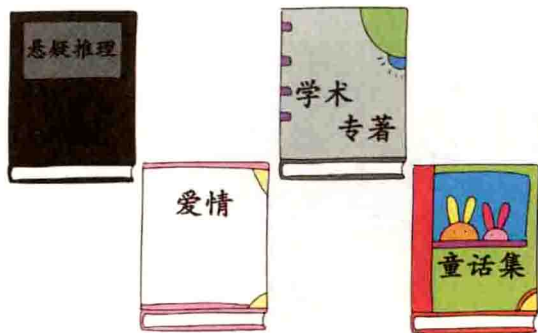
书籍封面上的色彩

在这个知识大爆炸的时代，对知识的获取途径已经不限于书籍这唯一的方式了。人们可以通过网络、媒体、电视等方式来攫取自己想要的信息，但是书籍作为人类文化的一部分，转载智慧的结晶这一功能是不会改变的。

在书籍的世界里，一向都是给人白纸黑字的既定意象，看起来与色彩没有太大关系，其实色彩心理学在书籍中的应用非常广泛。当然，色彩心理学在书籍上的体现并不是仅限于正文中，还有封面。其实首先进入读者视野的色彩是书的封面设计，不同书籍封面的颜色可以说就是一个色彩的海洋。

出版界流传着这么一句话，书籍封面的颜色与装帧并不是简单的装饰，而是应该与书的内容紧密相连的设计。事实的确如此，当我们看到一本书的时候，封面的颜色会对我们是否购买这本书产生很大的影响。书籍封面的颜色就像是一个不会说话的人一样，它会用无声的语言与你交流，恰当的颜色会让人产生心领神会的感觉，它就不单单是一本独立的书籍了。所以说封面颜色的选择对于一本书来说是非常重要的。

究竟书籍封面选择什么样的颜色才能吸引读者呢？一般来说，如果想要抓住读者的眼球，让人对书中错综复杂的情节产生好奇心，同时还要令人产生身临其境的感觉，一般都会选用黑色的封面，这种设计多用在悬疑推理类的书籍上；如果一本书表达的是一个纯洁的爱情故事，想让人充分领会这份爱情的唯美感人，那么封面应选用白色，浅色的色调会增加人们对爱情的期待；如果是关于学术类专著的书籍，一般都会采用灰色的封面，这是为了表达内容的严谨；如果是儿童类的书籍，一般是五颜



六色的封面，这会让孩子们心生喜欢，也可以激发他们的求知欲。

对于书籍封面颜色的选择不是按照个人的喜好来设计的，它包含着复杂的心理学。好的书籍封面不仅会让读者对里面的内容产生好奇，还会引导一个人对整本书的判断。如果一本书的内容很好但是封面颜色不能令人满意，这本书也可能会淹没在茫茫书海之中。总之，书籍封面的颜色要根据书的内容和种类来选择，应最大限度地与书的内容融为一体。

【案例再现】

一本书封面的颜色设计是与这本书的内容是一脉相承的，它就像画家在绘画的时候，近景使用暖色，中景使用绿色等中间色，远景使用冷色，这样就会产生一种错落有致的层次感。毕加索在遇到一个与自己相差近 30 岁的 17 岁瑞士女孩时，不知该如何说服这位年轻的女孩，他用了青绿色与粉红色来表达自己的苦闷心情，这就是后来的《梦》。

你的伞是什么颜色

一个人与朋友吃完饭以后，出门碰巧下大雨了。在他开始为没带伞发愁的时候，朋友从容地取出一把天蓝色的伞。朋友十分得意地说：“我的包里每天都放着这把伞，防的就是这种让人捉摸不透的天气。”

上面的故事说明，他的朋友是个不折不扣的蓝色性格的人，随身携带的伞正好暴露了他的性格，他会对身边的事情随时做好准备，非常善于规避风险。蓝色性格的人在完全没有确定情况之前，会提前做好意外发生时的准备。他们在工作中具有前瞻性的眼光，出现问题能够冷静地应对，是个靠得住的人。伞还是父亲权力的象征，出门总带伞的人，内心想要得到一定的庇护，没有坚实的安全感。

当然，不同颜色的伞能在雨天给人带来不同的心理感受，这种感受多半是留给了过路的行人。如果稍加观察就会发现，在日常生活中，很少发现诸如红色、黄色、橙



色的雨伞，因为这种暖色系的雨伞在雨天会大大增加撑伞人的危险系数。下雨的时候，人们的视线会变得模糊，对物体的判断也会产生一定的误差，当开车的人看到暖色系的雨伞时，虽然颜色比较醒目，但是它是膨胀色，实际距离会小于人们的目测距离，这样就容易发生悲

剧。另一方面，暖色系会促进人的内分泌，使人的情绪变得激动。通常在一些恐怖、推理的影视剧中会发现这种红色雨伞的出现，它只是为了调节观众的气氛。

大多数人雨伞的颜色一般是天蓝色、淡紫色、白色等，这类颜色在视觉上不容易引起较大地冲击，比较符合人们在下雨天时的心情。很多人都是讨厌雨天的，如果在雨天的时候用上一把暖色系的雨伞会在无形之中增加自己烦躁的概率。

雨伞的颜色不仅仅是一个人在性格上的外显，更会在日常的生活中影响你。如果你在下雨的时候发现一些人匆匆忙忙地跑进商店去买伞的话，他们的性格多半是属于顺其自然的一类。如果对雨伞的颜色偏爱那些鲜艳颜色的话，你就得好好去提醒他一下了。

【知识拓展】

在等地铁或公交的时候偶尔会遇到一些拿着雨伞当高尔夫球杆的人。一般人认为他们只是在用空闲时间来展示自己的爱好，然而事实上并非如此。在心理学上这是一种隐秘的逃避意识，他们是在用这些行为来转移自己的注意力。如果是在上班的时候出现这种情况，那么他们可能是不想去上班；如果是在下班的时候，那么他们可能是不想回家。当然，这里是排除了那些对高尔夫运动极端狂热的人。

用色彩来装饰你的家

家，是一个温暖的词汇，是在你受伤之后无条件给你拥抱的臂膀。家里的物品色彩搭配得恰到好处会让家族成员的归属感更为强烈，也有利于情感的和睦。

色彩在人的心理上能够产生冷与暖不同的感觉，运用好冷与暖来装饰室内的颜色，就能从心理上调节人体自身的温度，这对于处在季节更替明显的地区的人来说就显得尤为重要了。电风扇可以说是避暑时不可或缺的。经过仔细观察就会发现，电风扇的颜色都是属于冷色系的，红色、橙色、黄色的电风扇很少出现在市面上。虽然说不管是什么颜色的电风扇都会吹出凉风，但是红色的电风扇会让人在心理上感觉热，这时电风扇的作用就不是很明显。在闷热的夏季，红色的电风扇还会让人觉得烦躁，这也决定了红色的电风扇不会受到欢迎。

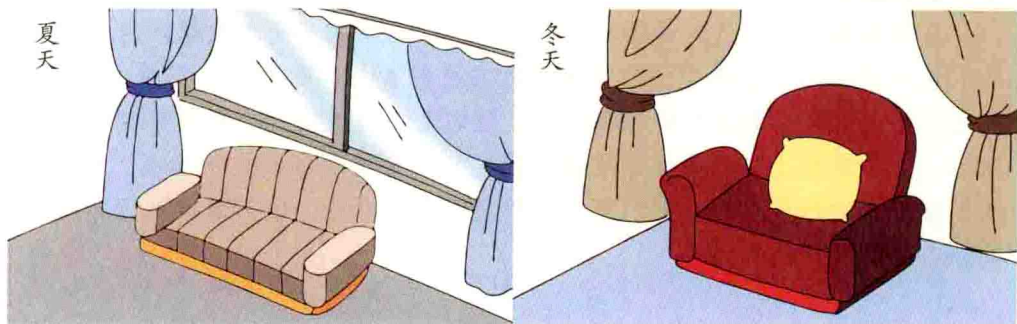
在掌握了冷暖色的使用方法后，可以在夏天的时候换上白色或者是浅蓝色的窗帘。相反，到了冬天的时候同样可以把窗帘换成暖色系的，这样就可以使屋子变得更加温暖。研究还发现，暖色系的制暖效果要比冷色系的制冷效果更加明显，暖色系给人心理的温度要比冷色系高出 2°C 。

暖色与冷色能够使人在心理上感觉到热与冷，不仅仅是因为它能刺激人的感觉器

官，还因为这些颜色的本身就具有聚热的功能。有些颜色只是反射光线而不吸收热量，有的颜色不但吸收光线而且还会吸收热量，这也造成了它们在温度上的差别。在上自然科学课的时候，许多人都做过利用放大镜聚焦使火柴点燃的实验。黑色的火柴与白色的火柴虽然都会被点燃，但是它们用的时间长短不一样就是这个道理。另外，我们用的太阳能热水器也同样是这个道理。

家里的一些家具也能利用冷暖色来装饰，沙发套的颜色也可以根据季节的变化来换。如果家里有血压比较高的人，那么家具的颜色就应该避免那些红、黄等看了容易兴奋的暖色，而应该选用让人觉得平静的冷色。

总之，如果我们根据色彩的冷暖系来装饰自己的家，会发现颜色在不知不觉的过程中改变着你的生活，也可以在一定程度上预防一些常见病的发生。



【知识拓展】

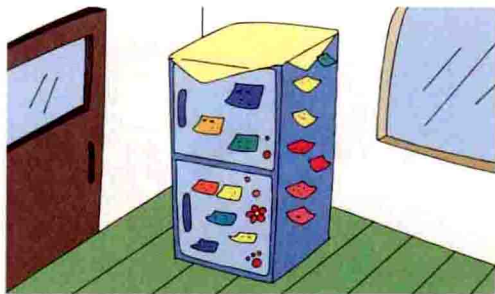
在装饰家的时候，要分清楚装饰的地方是全家共享还是私人空间。如果是全家共享的话，那么就需要采用平和舒适的配色方案。如果是私人空间的话，则可以根据本人的色彩喜好和适应性来搭配。此外，如果房间的采光不是很好的话，需要考虑是在整体上采用亮色还是使用人工照明。

用色彩来帮你记忆

在生活中，如果一个物体被我们赋予特定的颜色时，它就显得不那么容易忘记，因为这个时候色彩在我们的长时记忆中已经与物体融为一体了。有时候不用去看一些标志性的语言就能判断其中的大意。比如，在一个大型超市里，红色标志是在让人们意识到它的危险性，黄色标志则是警告可能有危险，绿色标志表现出它的亲和力。这就是颜色在我们意识中形成的标记语言。其实也可以引用这种方法来帮助我们去记忆。例如，一些人的办公桌上出现五颜六色的便利条。红色是表示需要马上处理的；黄色则是代表棘手但是可以缓一缓；绿色代表的是一些比较容易处理的事情；蓝色代表的是暂

缓，时间很长，需要提醒。这样就可以把这些事情分类，让我们不会错漏任何信息。

在对一些事物进行分类注色的时候，还要考虑到颜色的同化效果，也就是我们在用颜色分类时标记的颜色不宜相近，否则会产生同化的现象。例如，当浅黄、黄色、深黄一起出现的时候，大脑在对这三种颜色记忆的时候会进行自动归类处理，时间一长的话，我们的长时记忆也就剩下黄色这一种颜色了。



在颜色的同化现象中又分为明度同化、色相同化和彩度同化。色彩越是鲜明，记忆的信息也就越牢固。那些纯色的红、蓝、黄、绿是最容易被人记住的，橘黄色、咖啡色、古铜色、粉红色、草灰色的记忆效果则差一些，这是什么原因呢？我们知道色彩具有明度，明度越高色彩就越显眼，大脑的记忆效果也就越好。而明度很低的色彩相互之间不易区别，就不容易记住了。

总之，人们更愿意接收那些色彩丰富的事物，而不愿接受非彩色的事物。彩色可以使人赏心悦目、兴趣盎然，而非彩色则使人产生单调、厌倦的心理感觉。色彩不仅仅只是作为一个旁观者的角色出现在我们的周围，它往往充当着指挥者的作用。如果利用颜色对自己的一些事情归类的话，我们会非常迅速地找到自己想要的东西，这就是色彩的另类智慧，也是我们对色彩不断发掘的结果。

【知识拓展】

颜色既可以促进人的记忆，也会阻碍人的记忆。颜色为亮色时，冷色和暖色搭配得当就可以促进记忆；如果颜色暗淡，冷色与冷色搭配在一起的时候，整个画面的色调就会显得比较抽象，这就会阻碍记忆，而且阻碍的是一些快乐的记忆，并不会消除一些消极的记忆。每个人的记忆中都会有一些快乐的记忆，而储存的方式是把快乐转换成颜色。当你有一些不愉快的记忆时，记忆中就会储存一些明度很低的色彩，并且这些色彩会在一个人的记忆中保持很久。

孩子的绘画色彩你懂

从大人的思维出发，你可能永远都领会不了孩子们的世界。每个孩子天生都是一位画家，在绘画中通过色彩就能看出孩子们的心理特征。对于孩子来说，他们对一种颜色看似无意识地选择就会暴露其内心深处的秘密。如果发现孩子对一种颜色出现了



偏爱，这也就是其性格形成的早期。准确知晓孩子的绘画颜色，就能正确地判断他们的心理，可以对孩子某种极端的个性及时进行矫正。

偏爱蓝色的孩子

蓝色是一种冷色调，按照正常的逻辑来说，童年时期不应该出现此类颜色。一些经常受到管束和压抑的孩子

才会偏爱此种颜色，他们内心渴望一个没有竞争的世界，不希望听到诸如“别人家的孩子……”之类的话语。如此过早追求安宁的环境会让他们在成年之后的社会中无所适从，一旦失败可能会产生逃避的心理。

偏爱粉色的孩子

一般而言，喜欢粉色的大多为女孩。在粉色中会出现两派，要么十分喜欢，要么十分讨厌。讨厌的人会特别讨厌，喜欢的人则会把自己所有的物品都装扮成粉色。经过长期的研究发现，喜欢粉色的女孩与自己父母的关系十分亲近，在心理上的成长速度十分缓慢，对事情没有主见，时刻希望父母帮助自己拿主意，长大以后会形成依赖的个性。如果出现女孩对粉色十分讨厌的话，应该趁早带孩子去看心理医生。权威专家认为，一个小女孩出现对粉色十分讨厌的情况时，那么她有可能患上了轻微的孤独症，具体表现就是讨厌一切粉色的东西。

偏爱白色的孩子

喜欢这种颜色的孩子，有较严重的完美主义倾向。在他们的生活中还会出现：不许别的小朋友用自己的文具，不许别人上自己的床，比较频繁地洗手，非常爱干净，努力地交朋友，可是最终会因为不能忍受朋友的缺点而远离他。这样的小孩在成长的过程中会让父母感到十分担心，因为他们与父母、周围人的关系都十分紧张。

偏爱紫色的孩子

小孩如果喜欢紫色说明他们比较敏感，十分在意别人对自己的看法，情绪波动大，容易变成一个内向的人。别人无意中的一句话、一个玩笑就会让他们生上半天的闷气。喜欢紫色的孩子也比较爱哭，这是他们解压的一种方法。

偏爱黑色的孩子

如果孩子对黑色情有独钟，那么就需要引起注意了。黑色说明他们的心里已经产生不适，他们的内心缺乏安全感。如果仔细观察就会发现他们很少展现天真无邪的笑容，可能是在家长的教育下被要求无条件地服从而过早地扼杀了他们对生活的激情，性格

趋于保守，没有孩子时代应有的创造力，也非常容易形成叛逆的性格。

总之，在孩子成长的早期，一个物体的颜色刺激会比形体刺激更为强烈。因此孩子小时候，应该给他们自由的成长空间，看各种鲜艳的颜色，不要试图去左右孩子所喜欢的颜色。

用颜色引导孩子的成长

在上一节我们知道，物体的颜色刺激比形体刺激更能影响孩子的成长，色彩越是丰富，孩子的视觉神经就会愈加发达，这对孩子的大脑发育是很有好处的。一些研究表明，在彩色房间长大的孩子会比在色彩单调的房间中长大的孩子更具有创造力，人格也更加健全。

在孩子刚出生的时候，一个婴儿房的选择是至关重要的。婴儿房的颜色应该以淡色为主，比如淡粉色、奶白色、浅蓝色等等。婴儿房的颜色不能整齐划一，如果是女孩子的话，婴儿房就应该选择粉红色；如果是男孩子的话，就应该选用浅蓝色。在男孩与女孩之间，通用的颜色是淡黄色、淡绿色。其他比如紫色也可以使用在婴儿房内，但是它的明度要稍微高点。淡紫色是属于粉色系的色彩，具有减缓神经的作用，可以增添婴儿房的宁静氛围。

婴儿房的天花板、地板和玩具等类的颜色也需要慎重选择，房间在能够呈现五彩缤纷的同时又能不眼花缭乱是最好的效果。孩子在这样的环境中能够激发对周围环境的学习和探索精神，也可以在潜移默化中培养他们对各种颜色美感的鉴赏，甚至可以把孩子喜欢玩的玩具涂上一层明亮的色彩去激发他们的爬行、行走能力，这些都是颜色可以起到的一些效果。

婴儿是在不断长大的，家具、玩具、装饰物等都要变换颜色。我们知道孩子的成长就是不断对外界认知的过程。对颜色的变换可以使得孩子在长时间变化的熏陶中养成不偏色的性格，这对他们心理的成长有着不可磨灭的作用。

在装饰婴儿房的时候应该充分考虑到安全的问题。现在市面上的一些染料都带有一定的毒性，小孩的抵抗力、免疫力都很弱，在选择颜色的时候要尽量用一些纯天然的色彩。黑色是婴儿房的禁忌色，但是也不能出现大量的白色。白色的明度较高，颜色过于单一，它会使



孩子产生一种无名的恐惧，会影响孩子的成长。白色应该作为各色之间的过渡色出现。

在孩子渐渐长大的时候，变换房间的颜色时要充分考虑他们的意见。孩子在成长的过程中会产生多种颜色的需求，在选择的过程中要引导他们向平衡色彩方向发展，使他们能够在选择的过程中体会到被尊重的感觉，这对孩子一生的成长都是大有裨益的。

【知识拓展】

孩子在成长过程中对物体颜色的辨别要早于对物体形状的认识。孩子从颜色中获得的刺激要远远大于形体的刺激，这种刺激会在很大程度上促进孩子的大脑发育。因此，在孩子小的时候，父母应该多让孩子去体验各种不同的鲜艳色彩，这些经历会在他们的大脑里形成一个刺激源，会对后来的生活产生十分重要的影响。所以说，不要在孩子小的时候就开始主导他们去喜欢某些颜色。

色彩中的健康密码

颜色不仅能够影响人的情绪，而且还能对健康产生一定的作用。一些外国的专家对颜色的研究表明，一些疾病能够用颜色进行辅助治疗。

红色因为是暖色膨胀系，可以影响一个人的神经系统，加快血液循环。在对待像感冒、胃寒、关节炎等病症时具有很好的效果，而患有高血压、发烧的人则最好避开红色。曾有人建议大量使用红色来装饰办公室，以此来提高工作人员的积极性。在开始的时候是起到了一定的效果，可是在长时间以后，工作人员普遍变得容易发火、脾气暴躁。

橙色是由3/4的红色和1/4的黄色调制而成的。橙色对于呼吸系统疾病具有很好的疗效，也可以在一定程度上减缓人的疲劳。此外，橙色还对人的分泌系统具有促进作用，

在胆结石和肾结石上，橙色也起着一定的积极作用。

黄色对人的消化系统和神经系统有着十分明显的作用，比如便秘、消化不良等疾病的人可以试着多接触黄色。黄色对人的大脑有很明显的刺激作用，它常常能够



激发人想出一些新的创意和点子。黄色还对抑郁症有着很好的疗效。

绿色是一种和平的颜色，我们对天地万物的储存印象基本上都是绿色，它是生命的象征。绿色可以给人一种恬淡的、清新的、柔和的生命之感，它可以用来抚慰病者的情绪，但是那些患有抑郁症的人不宜过多地接触绿色，这会让他们更加失落。

蓝色可以说是世界上最受欢迎的颜色。它可以使抑郁症患者更加容易敞开心扉，可以减缓关节的阵痛，特别是对风湿性关节炎有着很好的抑制作用。穿着蓝色的衣服可以促进患者情绪的稳定，对于一些牙痛、头痛的疾病，蓝色还有一定的麻醉作用。

紫色对贫血和肌肉痉挛有一定的效果。这种颜色不但可以减轻一个人的不安情绪，还能缓解焦躁感。对于一些常年穿紫色衣服的女性来说，紫色还可以在在一定程度上保养皮肤，因为紫色有助于血管的扩张，促进血液循环。

总之，我们不但可以用颜色来调节情绪，还可以用颜色来辅助治疗疾病。如果能够充分注意颜色在我们日常生活中的作用，就可以把许多疾病扼杀在摇篮里，也就减少了吃药打针的痛苦。

【知识拓展】

一些人容易生病在一定程度上是由于人体内部的色谱失衡或者是个别颜色的缺失造成的。色彩之所以会与一个人的健康发生联系是因为每种颜色都能够产生一种电磁波，这种电磁波由人的视觉神经传递给大脑，它们会刺激人体激素的分泌，从而影响人的心理活动与机体活动。正确地使用这些颜色就可以消除疲劳、抑制烦躁和改善机体功能。

色彩的错觉性与化妆

色彩的错觉性是指由于心理、生理上的一些原因产生对客观事物不正确的、歪曲的感知。正是由于人们对色彩产生的一些错觉才发现了对色彩的一些妙用。比如化妆就是运用的这个原理。

利用颜色的错觉性可以掩盖一个人的真实年龄，在化妆中对色彩的准确运用也可以使一个人的气质得到提升。比如年龄较小的人用粉妆时看起来会比较可爱，年龄较大的女孩使用颜色稍为艳丽的色彩则会给人一种成熟感。

在化妆中，可以利用颜色的深浅来修正一个人的面部轮廓。浅色的、明度较高的粉底涂在脸部的外围可以产生一种后退感，这样就使得脸变得更有立体感，但是如果整个脸面都使用的话，看上去就会有种扁平感。在化妆的时候，如果想突出某一部位时，可以用纯度较高的色彩，弱化的时候则需要使用明度较低的色彩。

色彩的收缩与膨胀特性也可以用来修饰一个人的面部。当我们遇到比较瘦小的脸



庞时，可以使用明度较低的粉色系来使整个脸庞变大。因为明度高的色彩凝聚力比较强，有一股向心力，具有收缩感。如果脸庞比较大的时候就可以使用明度较低的色彩，这时整个脸庞就会显得比较小。

化妆中也有颜色的冷暖之分。冷妆可以使人显得高贵、冷艳，用来表现人的安静气质；用暖色的妆

则会使人显得快乐、鲜活，这类人会让人觉得富有活力。比如当人的眼睛出现水肿时，使用红色、黄色的眼影就会更加明显，如果使用冷色的眼影就可以削弱一部分的肿胀，使之看上去不那么明显。因为暖色、明度高、纯度高的色彩，对人的视觉冲击较大。

在化妆中，不同的妆对颜色的使用也不尽相同，新娘的妆要用一些使人兴奋的颜色来表达喜庆的主题；成熟女性的妆应该用一些让人安静的色彩来突出自己的典雅；参加晚会时用安静的色彩则可以表达出高贵的气质。中年女性在追求典雅的时候，可以通过降低了纯度的暖色来实现。

色彩的错觉性在化妆中的应用可以说是十分广泛，对色彩的错觉性也不是只有化妆师才需要掌握的，如果能够熟练掌握颜色的这些属性，那么你就离成为一个出色的化妆师不远了。

【知识拓展】

在现实生活中，人们一直把化妆看作是吸引异性的一种手段，这只是人们熟知的一种说法。其实化妆能够使人在面对别人时有一种优越感，有人则认为化妆是把自己打扮得漂亮，是一种自我陶醉。不管是何种说法，唯一可以肯定的就是，化妆能够满足人们内心的某种需求。

你的青春属于何种色彩

青春是一道耀眼的光，每个人的青春都会在这道光中吸收自己的色彩，反射自己的色彩，而这种色彩会对一个人性格的形成具有指示性的作用。所以说弄清楚我们青春的颜色是很有必要的。

就像在我们生活中出现的阳光一样，有向阳的一面就必然会有阴暗的一面。一部分人的成功必然要靠另一部分人的不成功来衬托。我们青春的绝大部分时间都是在学校度过的，所以有关青春的记忆大部分都是发生在校园里。即便是同一所学校，不同

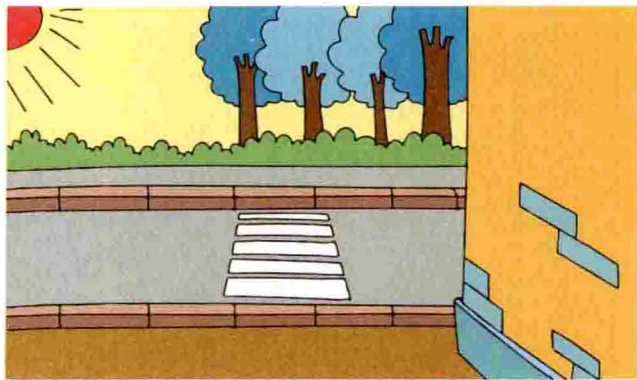
的人在回忆时，脑海中浮现的颜色也是不一样的。

相信绝大多数人在回忆自己的青春时，脑海里都会浮现夕阳西下的那种金黄色。青春在每个人的生命中都是最为宝贵的一段时光，金黄色也是人们在追忆青春时的主流颜色。持这种颜色的人更多的是保留着那时美好时光的记忆，一些美好的事物是回忆的主要线索。

在回忆的时候，如果出现蓝天白云，我们可以推断这类人的青春多半是伤感的。在他的青春里面出现更多的是初恋和梦想，正是因为这样，他们会变得情感细腻。在情窦初开的年纪，任何难以言说的感觉都与情感有关。理想也是在这个年纪确立下来的，这时候的蓝天是无法比拟的。

回忆中如果有一些红色物体出现的话，那么可以说你在学校的时候应该是一个热情似火的人，可能你与周围人的关系都十分好，能够找到一大群的玩伴。但同时你们可能也是一群令人有点头疼的人，可能逃过课、打过架、早恋等，别人不敢干的事情可能在你们的眼中是儿戏。正是因为这样，有红色记忆的人的青春可能要比一般人的更加精彩。

如果在你的记忆里出现的都是那时葱郁的树和碧绿的草坪，那么你可能是老师眼中的好学生，学习标兵。因为这类人会遵守老师的规定，会及时完成老师布置的任务，他们最多就是在学习累了的时候看看那充满生命气息的绿色，然后继续埋下头学习。虽然他们也想出去玩，可是一想到老师、父母亲那充满希望的眼神，还是选择了自我牺牲，害怕让周围的人对自己产生不满。



以上就是在回味青春的时候出现的几种比较多的场景，可能在你的青春中还有其他的事物让你铭记，但是青春的色彩是大体相同的，只是载体不一样而已。

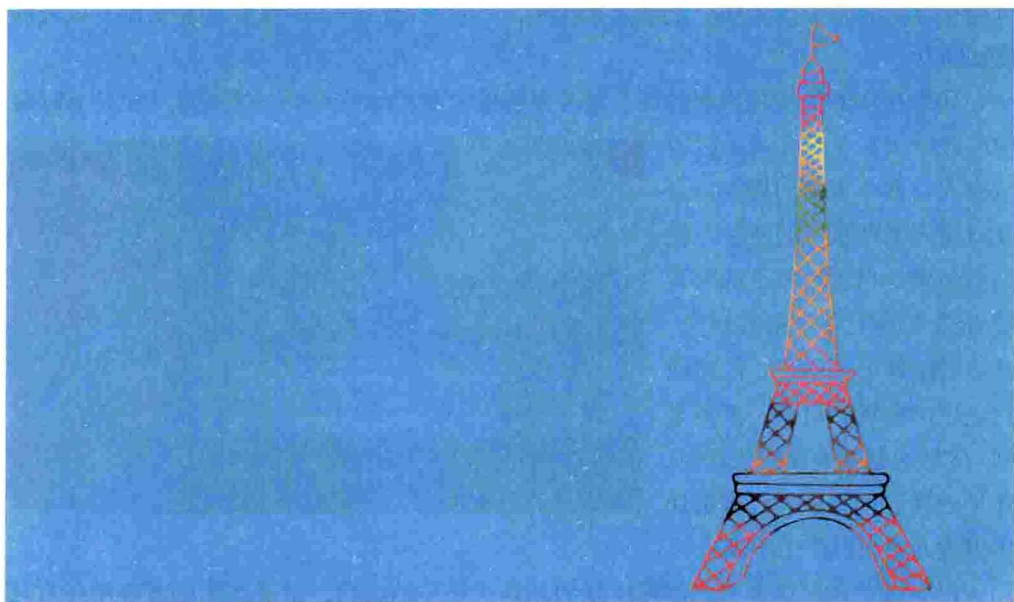
【知识拓展】

我们在回忆的时候会发现记忆中的画面会比真实的画面更加柔和。这主要是因为回忆的时候大脑对色彩的重现做了联想、好恶和适应性的处理，经过处理以后的色调会处于一个稳定的位置，它们的属性位于整个记忆颜色的中心。

第四章 PART FOUR

设计中的色彩心理学

通过对颜色的设计，可以使一件物品看上去更具有吸引力，一些习以为常的颜色也可以焕发出无与伦比的魅力，雄伟的金门大桥不是因为橘色而更加具有视觉冲击力吗？可以说，色彩其实也是一种视觉语言。



色彩是需要设计的

想要通过颜色来传递信息，我们需要对颜色进行设计使之达到目的。设计颜色的时候，最重要的是使颜色具有识别性。颜色的运用恰到好处可以提高人们对一些商品的辨别能力，提高他们对产品的记忆能力。例如，通用的标识用蓝底白字；宝洁的标识用蓝色；三菱的标识用红色；雪佛莱的标识用黄色等，它们都用色彩扩大了与竞争对

手的差异,使消费者能够在琳琅满目的商品中把它们区分出来,这就是颜色的识别性。

在生活中,人们偶尔会产生观“色”生义的想法,比如在看到紫色的水时会联想到葡萄汁,黄色的水则会联想到橙汁,这就体现了颜色的直观形象性。一个产品呈现在人们面前的时候,往往包括“产品色”、“常用色”、“想象色”。通常来说,女性日常使用的大多是透明度较高的柔和色彩,这比较能够彰显她们的轻柔特性。有的颜色还能够使人们联想到酸、甜、苦、辣的味觉感,奶油色、橙色会让人们觉得是甜蜜的颜色,食品类的包装也是大多采用暖色系的色彩,如果你看见一个灰色的牛肉罐头,恐怕也就没有了购买的欲望了。

进行颜色设计的时候,还要考虑颜色的整体性效果。当一种或者几种颜色涂在商品的各个面时,在远近距离的效果上要尽可能地简洁、明快,这样才能够具有视觉冲击力。颜色的使用原则就是尽量少混色,这并不是意味着单调,而是充分考虑到消费者在商场遇到色彩斑斓的产品时容易产生视觉疲劳和视力分散,无法留下深刻的印象。如使用单一色的可口可乐,红色表达了人们对运动的激情,这在无形中起到了无法取代的效果,成为一种经典色。

当然也有一些不走寻常路的颜色设计,这也体现了可以通过颜色来体现其独特性。比如有人曾将葡萄放进黄色的箱子里进行销售,一般情况下,水果放在绿色的环境里面会让人觉得比较新鲜,黄色本身就是膨胀色,会导致它的色泽感较差。但是这家的葡萄销售成果却大出意外,原因是亮眼的黄色夺取了消费者的眼球。另外,黄色是紫色的补色,在长时间看了黄色以后会发觉葡萄越看越鲜艳,当然就会卖得好了。当然这种案例只是个案,对颜色如果使用不当就会产生负面的效果了。

【案例再现】

一家果汁公司根据不同的颜色可以给人酸、甜、苦、辣的味觉,他们设计出用紫色瓶来装葡萄汁,用红色瓶来装西瓜汁,用黄色瓶来装凤梨汁,用绿色瓶来装



西瓜汁



猕猴桃汁



凤梨汁



葡萄汁

猕猴桃汁。当消费者在商店看到这些产品时马上就会与相应的颜色对应起来,产生一种强烈的认同感。这种产品受到消费者的欢迎也就很正常了。

产品卖的是颜色

当我们在观察一个物体的时候，首先看到的是它的颜色，然后才会去进一步地了解它的形状、特性等。这就像我们在商场买衣服的时候，如果一件衣服的颜色我们不喜欢，那么我们就失去了试穿的欲望，更不用说去买了。

颜色在我们的生活中有多重要，你也许无法用言语来表达，但是它确实影响着我们的一切。比如我们的家电，电冰箱的颜色多数是白色、银色，这是因为白色可以反射大部分的光，冰箱的外表温度就不会很高，这样就可以使得冰箱的整体温度不是很高，以达到降温的目的。同时白色从视觉效果上看，可以在心理上给人一种清凉的感觉。

曾经有家快餐店想出一个方法来吸引客人。他们在顾客进店吃快餐的时候赠送一种颜色的杯子。过了一段时间以后，回头客果然多了起来，老板非常开心。然而过了一段时间以后，店里的生意又回到了以前的状况。经过秘密的调查才发现，许多顾客之所以会再次光临是因为赠送的杯子，人们出于想集齐五颜六色的杯子于是去吃套餐。这里可以看出，对人们有吸引力的是那些各种颜色的杯子而不是套餐。如果老板明白了这个道理就可以改进自己的套餐，以颜色为主题说不定可以招徕更多的顾客。

人们不时会有这样的问题：今年流行什么色。颜色在很大程度上左右我们的选择，特别是服装、衣帽等。可能很多人并不知道，市面上流行的颜色都是人为的，目的是吸引人们的消费。在法国的巴黎有个叫作国际流行色协会的组织，每年社会上流行的色彩都是在那里被决定的。国际流行色委员会每年召开两次色彩专家会议，制定出每年的流行色，并提出流行色主题的色彩灵感与情调，为色彩的流行设计提供一些启示。他们这么做是想通过对颜色的把握来更好地销售产品，深刻理解颜色对于一件产品的重要性。

商品名称 喜爱程度	1	2	3	4
毛衣	棕黄色	天蓝色	黑色	明黄色
窗帘	金黄色	天蓝色	暗紫色	明黄色
职业装（男）	黑色	深灰色	灰色	银灰色
职业装（女）	黑色	天蓝色	暗紫色	白色
轿车	黑色	米色	白色	明灰色
围巾	棕色	暗红色	深黄色	灰色
领带	红色	蓝色	灰色	棕色
沙发	暗黄色	金色	白色	茶色
笔记本	淡黄色	黑色	白色	紫色

当然，社会上除了这些人造的流行色外不乏那些完全自然产生的流行色，但是有时自然与人造的流行色相差甚远，有时也会不谋而合，这就是颜色的魅力。在熟知了人们对于颜色的心理之后，就可以牢牢地抓住顾客的消费点，这时产品想不大卖恐怕都难了。

【知识拓展】

人类最多可以分辨大约 700 万种颜色，不过只有少量的颜色可以满足人们的要求。在挑选颜色的时候，人们会接受与自己意愿相近的颜色，很多人会为了颜色而发愁，因为我们在日常生活中所见的颜色大约只有 24 种。明白了这个道理，商家在进行颜色设计的时候，就可以根据大众最喜欢的颜色给商品上色。

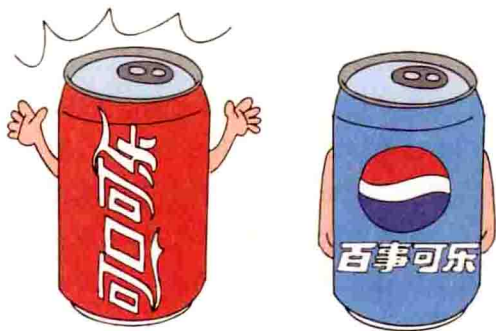
可口可乐与百事可乐的红蓝不容

百事可乐与可口可乐是碳酸饮料的两大巨头，它们统领着整个可乐界。然而它们之间的争斗可以拍出一部史诗级的大片，百事可乐代表的蓝色与可口可乐代表的红色也让我们看到了一场关于颜色的竞争。

可口可乐的消费人群主要是年轻人，他们是个敢于追求激情和梦想的群体，对生活永远都是充满着热情，谁都不想落后于整个潮流。为了引起他们的注意，公司选用了鲜艳膨胀的红色，除了具有醒目的视觉效果外，更为人们传达了活力、激情、温暖、奋进的含义，受到人们的广泛欢迎。在逢年过节的时候，几乎每家的餐桌上都会摆上一大瓶鲜红的可口可乐，这也象征着中国人欢乐团聚的气氛。尤其是“姚明的最爱谁不爱”这句经典的广告词把可口可乐公司的红色深深地印入每个青年人的脑海里。

想与可口可乐这个百年品牌在销量量、欢迎度、口味、包装上竞争，百事可乐就必须提出与之不同的方案，他们大胆地使用了与红色相对的蓝色。蓝色是冷静色的代表，给人一种文静、优雅、理智、安详的深层次意味，恰恰与现代年轻人容易冲动的性格互补，有力地与可口可乐区分开来，在社会上掀起了一场蓝色风暴。同时，百事可乐与业界大佬那种不怕困难与之抗争的坚韧品格也为世人传唱，成为了许多销售课堂的经典案例。

在两家可乐公司的色彩文化战打响之后，公司的一些宣传口号也可以看出双方的对比性十分强烈。百事可乐为自



己的产品喊出了“新一代的选择”，呼吁人们在选择上要有冷静的思考，而不是一时的心血来潮，这与公司的蓝色理念可以说是不谋而合。反观可口可乐公司，针对百事可乐给自己带来的蓝色危机，他们提出“要爽由自己”的口号，以不羁与爽快的风格作为回应，重新赢得了年轻人的喜爱，也再次彰显了可口可乐公司把红色的一面贯彻到底的想法。

可以说，从这两种颜色我们就可以看出，可口可乐公司与百事可乐公司的宣传理念不一样，其中更是有一种互补的意味。百事可乐抓住了对方在宣传产品时留下的盲点，把这些盲点作为自己的主攻方向并加以宣传，使得百事由一个两次宣告破产的小公司成长为与可口可乐共存的巨头，这其中的颜色代表的文化含义不言自明。

【知识拓展】

百事可乐与可口可乐作为两种相近饮料产品能够同时存在这么长的时间，主要是因为他们本身的文化内涵不同，百事可乐的蓝色与可口可乐的红色具有很强的区分度，产品所代表的理念也是深入人心。特别是后来居上的百事可乐的蓝色换装行动，进一步加深了消费者对百事可乐的视觉识别度，这也为打破了长期以来红色可口可乐对消费者视觉和习惯的包围奠定了十分重要的基础。

麦当劳与肯德基的异曲同工之处

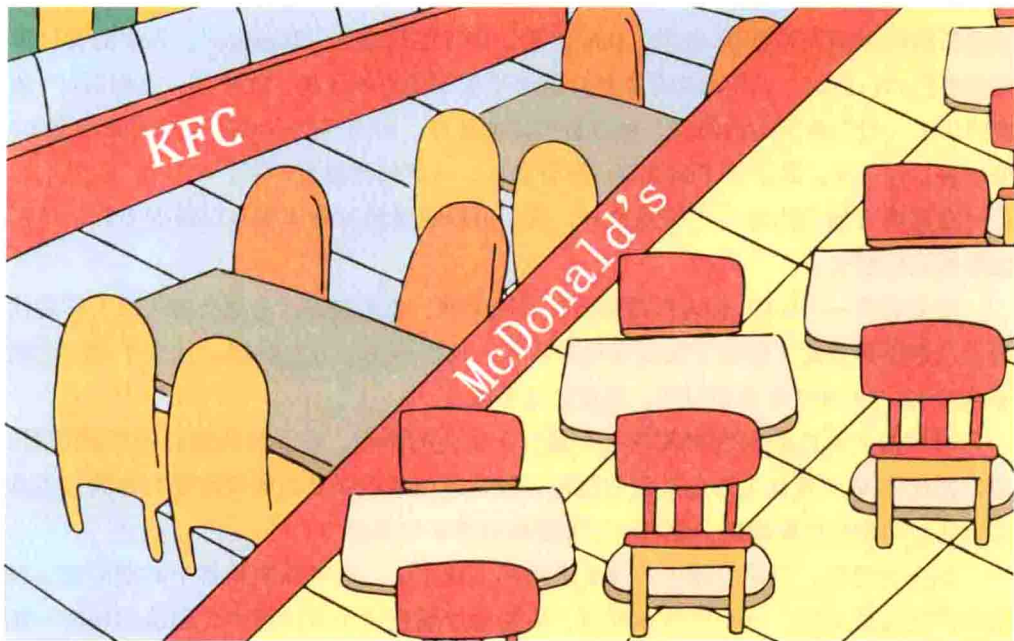
如果有一天你突然发现城市里没有了麦当劳和肯德基，你是不是会有一丝的惊恐？别担心，这只是个假设。

麦当劳与肯德基这两家闻名的快餐店已经遍布我们城市的每个角落，成为了年轻人最爱去的地方。不管是情侣间的约会还是你逛街逛到累，你都有想去里面坐一坐的冲动。去里面就餐的人很多，但是把这两家拿来对比恐怕就没有多少人了。如果把这两家放到一起对比，你就会发现它们是多么的相似，就像是一对双胞胎一样。产生这种情况的原因就是它们不管在食品包装还是室内装修风格上都很相似，基本上都是以红色、黄色为主。

麦当劳与肯德基为什么会如此的相似呢？其实这也是最能体现快餐店的风格之处。它们不会像前面介绍百事可乐与可口可乐一样，为了使自己能够被区分出来而选用不同的颜色，相反它们的颜色是愈发地接近。这里就不得不说它们采用这两种颜色的原因了。快餐店使用红色加黄色可以使人觉得醒目，能够增加顾客的食欲，从而增加营业额。快餐店之所以叫作快餐店，是因为客流量大，顾客食用时间短、速度快。在红色加黄色的环境中会使人感觉时间漫长，会越来越烦躁，最终会急着离开，这其实也

是快餐店在用颜色变相地赶人。这就是快餐店的一些红、黄颜色的秘密。

快餐店的陈设以干净整齐为主，既要体现出实用性又不能盲目地堆砌。室内主要以一些明亮色为主，使人们在就餐的过程中感觉心情愉快。餐厅颜色的整体设计在空间上给人一种立体感。地面的颜色使用深色，墙面使用中性色，天花板使用浅色。对花卉的选择也是以绿色为主，如果使用一些颜色鲜艳的花时会让人觉得厌恶，同时也与快餐店简洁的理念相悖。在餐厅里面还有可以调节色彩的灯，这样就可以适时地调整餐厅的气氛。



麦当劳与肯德基在色彩装饰上的选择，充分体现了快餐的理念。这些快餐店的经营者们深谙色彩能够影响人们的食欲，而就餐的环境同样会影响人们的就餐情绪。这也就不难理解他们在颜色的选择上会如此地相像。

【知识拓展】

麦当劳与肯德基这种快餐店的色彩设计并没有固定的模式，它们在设计的时候都会处理好大块色彩之间的协调、小色调与大色调之间的对比这一原则。恰如其分地处理室内色彩的调和与对比的关系意味着色彩的色相、明度与纯度之间要有统一感。过度统一的色彩会让人产生乏味，所以它们在色彩的设计中加入少量的蓝色、绿色等冷色，这样就打破了空间的单调感。

迪奥的色彩王国

迪奥(Dior)是法国的一个著名的时尚品牌。迪奥公司主要经营女装、男装、首饰、香水、化妆品等高档消费品。迪奥标志设计并没有色彩缤纷的颜色,而是直接采用纯黑色,力求整体上给人一种简约的风格。

1946年,业界还没有名气的克里斯汀·迪奥先生在朋友的帮助下开设了自己的第一家店,这家店位于巴黎最优雅尊贵的蒙田大道,全店装潢以迪奥先生最爱的灰白两色和法国路易十六风格为主。迪奥先生在第二期创作中大胆地运用了黑色。那黑色纯羊毛长裙的裙围周长竟达40米。Dior将第二期作品取名为“Dierame”。先前的设计风格以黑色和白色为主,是因为早期的生活经历深深地影响了他。在早期,克里斯汀·迪奥经历了一段非常黑暗的时光,他没有固定的住址,时而与朋友同住,时而露宿街头,饥一餐,饱一餐,最终得了肺结核。尽管如此,迪奥始终没有垮下。

在迪奥开始成为时尚界的翘楚时,我们可以明显地发现迪奥与以前的不同,色彩也开始绚烂起来。

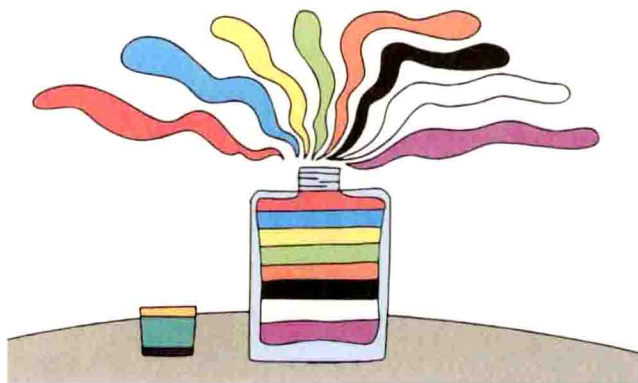
蓝金唇膏——DIOR标志性的唇膏,丰润柔软,色彩纯正,舒适与持久成为它的代名词,也正是如此,吸引了无数女性的目光。迪奥推出的五色眼影,代表了对颜色的不断追求,自1987年面市以后,热度持续不减。

迪奥的艺术总监们也对颜色也有着近乎执迷的喜爱。在设计出紫色的烟熏妆时,他们曾这样说:“我认为紫色是我的颜色,我常运用紫色让女人的双眸更有神韵且更具女人味,而紫色搭配烟熏,更可以增加眼神的神秘与诱惑。”

如今的迪奥,更把对颜色的理解运用到了珠宝上。迪奥珠宝从各个时期的珠宝风格中广泛汲取灵感,不是简单地复制,而是通过颜色赋予新的特性,创造出独树一帜的珠宝款式。1995年,迪奥还与施华洛世奇共同开发出了多款北极光莱茵石,极大地丰富了首饰制作的色彩与材质。除此之外,迪奥珠宝还大胆地使用花朵图案,这也体

现了迪奥先生对大自然色彩的无比喜爱。不知名的小野花、爱意浓烈的红色玫瑰等都可以成为设计的主体,而山谷里纯洁的百合更是成为迪奥珠宝招牌式的经典图案。

迪奥在将近一个世纪的时间中,利用颜色给自己创造了色彩缤纷的王国。不管是早期



的黑白色长裙，还是到后来的蓝金色唇膏、色彩缤纷的珠宝，都让一些常见的颜色深深地印上迪奥的标签。可以说，迪奥的发展史就是一部颜色不断丰富和使用的历史。

【知识拓展】

迪奥的设计重点在于能够使服装在色彩中显现出女性独有的线条。它主要强调女性身体的凹凸有致，形体柔美的曲线。迪奥在设计上对颜色的大胆突破使得原本大众的黑色成为一种流行，一扫二战后女装保守呆板的线条和单调的色彩。这种对颜色的熟练掌握使得迪奥能够在不失传统的前提下突出华丽的一面，树立了一座高尚优雅的标杆。

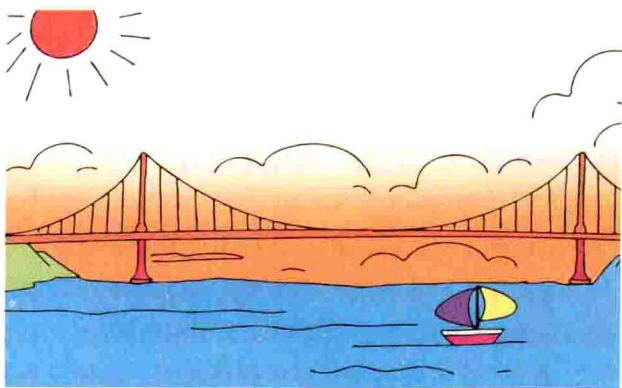
“自杀之桥”的颜色秘密

金门大桥桥身的颜色并不是正红，而是由红色、黄色和黑色混合而成的“橘色”。建筑师艾尔文·莫罗认为这种颜色既能够与周围的颜色协调一致，又可使大桥在金门海峡常见的大雾中清晰可见。这座大桥由于新颖的结构和举世夺目的外观，被国际桥梁工程界一致认为是美的典范，更被美国建筑工程师协会评为世界上现代建筑的奇迹之一。整座大桥造型宏伟壮观、朴素无华，桥身呈橘色，横卧于碧海白浪之上，华灯初上，犹如巨龙凌空，使旧金山市的夜空景色雄伟壮丽，成为世界上最上镜的大桥之一。

金门大桥虽然已经不是世界上最长的悬索桥，但金门大桥因其雄伟的造型被世人所熟知。然而，使这座大桥闻名遐迩的另一个原因则是它“自杀圣地”的称号。据统计，自大桥建成以来，共有 1200 多人从桥上一跃而下，诀别于世。因此，大桥就有个令人心惊的名字——自杀之桥。在这座举世瞩目的桥上，潜藏的自杀倾向很有可能被唤醒。

有这样一个故事，一位年轻的父亲，抱着刚刚两岁的可爱的小女儿，原本在桥上静静地走着，欣赏着美景，可是忽然，他把自己手中的小女儿扔向大海，自己也随身而下。没有任何先兆，也没有人知道任何原因。

到了 20 世纪 90 年代中期，当自杀人数到达 997 人时，大桥上的守护人员便不再统计自杀人数了。他们认为，统计报告自杀人数的做法会刺激自杀率的激增。为此，旧金山的报纸和电视台等相关媒体都停止了有关自杀的报道，以设法扼制自杀者的模仿之风。可是这



并没有让那些立志从此桥跳下的人就此打消念头，自杀人数还是不断上升。到底是什么原因促使原本雄伟壮观的大桥成为了“自杀之桥”呢？

众所周知，金门大桥是由红色、黄色和黑色混合而成的橘色，红色和黄色都是属于激进色，它会让人在短时间内情绪达到亢奋状态，黑色又会给人一种压抑感，在这三种颜色的碰撞中，人们会在兴奋与失落中摇摆不定，情绪也是令人捉摸不定。另外，在金门大桥这般美景中结束自己的生命会让人觉得很美、很浪漫。站在金门大桥上，也会产生如此的幻觉：跳下去将会是干净、平静、柔顺的死亡。如此复杂的情绪在一时间会让人顿时失去了理智的判断，纵身一跃也就成了不难之事。

【知识拓展】

与同处加州的海湾大桥相比，研究自杀的专家们发现在海湾大桥上自杀的人非常少。按照正常的逻辑，人如果想自杀的话，在哪里应该都是一样的，为什么金门大桥的自杀人数会这么多？后来通过一些研究后发现：许多人认为死在金门桥下会觉得很美、很浪漫，但是如果从海湾大桥往下跳则显得老土、很平常。而另外一些人则从视觉出发认为站在金门大桥上，人会产生梦幻的感觉。

你留意过医院的颜色吗

如果问一个人医院是什么颜色，恐怕绝大多数人会脱口而出：白色。在人们的脑海里，不管是医院的外部建筑的色彩还是内部装饰，白色可以说是医院的总体特征。然而调查发现，事实并不是这样。

医院的色彩是有考究的，色彩在医院的建筑中有十分重要的特色。现代的医院的颜色也绝不是我们认识的白色，不同的部门会根据各个部门的功能要求来设计颜色。在医学界中出现了医疗色彩一词，虽然现在还没有给出权威的定义，但它确实是存在的，而且还被广泛地应用着。

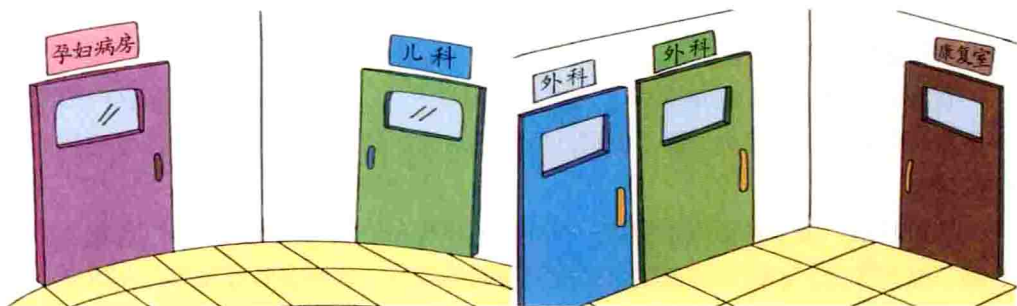
通过人们对经验的不断累积，最终发现颜色能直接影响身心健康，对治疗人体疾病有一定作用。美国医生艾温巴比尝试性地在临床上引进颜色，通过长时间的研究他配制出五颜六色的药液，病人服用后，效果颇佳。后来心理学家通过大量的社会调研，发现人们对蓝色情有独钟，正是这个发现，现在不少的医院把蓝色作为医院的内部空间的主色调。在大医院中，这种明度较高、偏冷的色调在光线和空间的影响下，会让人产生安宁、稳重和静心的感觉，具有抚平患者情绪的心理作用。比如针对老年性的疾病和理疗室的室内色彩就可以采用偏暖的粉色调或者是橙色调。

其实，在医院也是有暖色调存在的，这种暖色调一般是以橙色为主，这是从红十

字引用而来的。在一些比较小的部门，采用橙色或者近红的颜色可以使人想起灯光、火焰等，给人一种生命的气息，从而使患者的心情愉快。

当然，医生也日渐重视在医院中通过对颜色的设计来间接地治疗病人。他们认为，蓝色象征着安静，能促使高血压患者的血压下降；紫色可使孕妇的焦躁情绪得到安慰；黄色能促进血液循环，增加唾液腺的分泌，刺激食欲，并能激发忧郁病患者的活动欲望；粉色会影响大脑，减少肾上腺素的分泌，使人肌肉放松，并有浇灭怒火的功效；棕色能促进细胞的再生长，使手术后的病人恢复期缩短。

现在的医院已经不再是印象中的单一的白色了，医疗已经紧紧地与色彩联系在了一起，通过对色彩研究地不断深入，医疗中的色彩设置会越发地科学化，医院的色彩也会变得更加缤纷。



【案例再现】

位于德国布伦瑞克的夏里森医院是一座多彩的“艺术医院”。医院根据不同科室采用了不同的色彩：外科科室则是蓝色和绿色的背景；手术后的康复室以棕色为主；心理科室以黄色为主；孕妇病房内的座位、窗帘等则以紫色调为主，病房里用于供氧的管道更是贴上了一些淡紫色的装饰纸；儿科科室则大量采用了森林、大地、海洋等自然色彩。各个科室内黄、绿、蓝等色彩搭配和谐，有的还有壁画、盆景等烘托。自从医院这一革新之后，人们对它的满意评分在逐年的上升。

建筑的颜色是有考究的

在中国五千年的历史长河中，各个朝代建筑的颜色都有各自的偏好，也彰显了不同颜色建筑的特性与差别。

在遥远的远古时期，人们住的房屋都是用草、木等建造而成，建筑的颜色也是这些原料的本色。随着生产力的不断发展，人们开始把象征自己部落图腾的红、黄、白

涂在建筑上。总的来说，这个时期的人们并没有形成特殊的色彩嗜好。

进入封建社会以后，色彩自然而然地就带有阶级特色。皇上屋前柱子的颜色是黑色，士大夫就用灰色或者土色，这是统治者把阶级性的意识形态反映到色彩上的体现。

殷商时期，建筑的柱子大多用红色，宫殿一般都是用色彩斑斓的砖瓦铺就，象征着统治者的奢华与高贵。到了周代，统治者规定红、青、白为正色，宫殿、柱子都以红色示人，也正是从周代开始，红色的传统开始传承，成为闻名的“中国红”。

战国时代的人利用黑、白、红、黄来表示建筑的不同位置，这是根据我国的“四象说”来制定的，即青龙、白虎、朱雀、玄武这四种不同颜色的神兽来表示方位，同时也表示着四季。

盛唐时期，色彩在建筑上的运用可以说是更加大胆，大红大黄甚至还会镶嵌金银。绿色与青色也是十分流行，这些颜色的运用无不彰显了盛唐的大气与恢弘。建筑整体给人一种鲜艳悦目的感觉。

在宋元时期，人们逐渐掌握了琉璃瓦的制作方法，黄绿的屋顶更是流行于天下。一些建筑师们还在建筑中加强了色调的冷暖色对比，这一特色的运用直接影响到了清代的建筑。

明清时期，统治者更为注重社会的等级，体现在建筑上就是琉璃瓦以黄色为最高等级，绿色次之，不同功能的建筑要使用不同的颜色。这些多彩的琉璃瓦在历史中涂上重重的一笔。

在建筑颜色的发展过程中也发现，房屋在阳光可以照射到的地方采用暖色，房檐下的阴凉地方则采用绿色，这样就强调了阳光的冷与暖，形成一种鲜明的对比。南方的一些建筑因为有山有水，所以多用白墙黑瓦来表达一种清新淡雅的格调，这也可以



使南方在炎热的夏季产生一种清凉感，如果与北方一样用大红大黄的话，会让人感觉烦躁。

建筑中的色彩运用与历史、环境和人文是分不开的，这也体现了我国古建筑的色彩是经过反复地考究的。

【案例再现】

在19世纪以前，一些古代的建筑师们就已经把色彩当成一个建筑的重要组成部分了，这种思想理念体现在各种建筑物上。例如，古希腊人用色彩来增强大理石神庙的视觉效果。新巴比伦神庙一共有七层，底层用黑色，象征木星；二层用橙色，象征土星；三层用红色，象征火星；四层用黄色，象征太阳；五层用绿色，象征金星；六层用蓝色，象征水星；七层用白色，象征月亮。

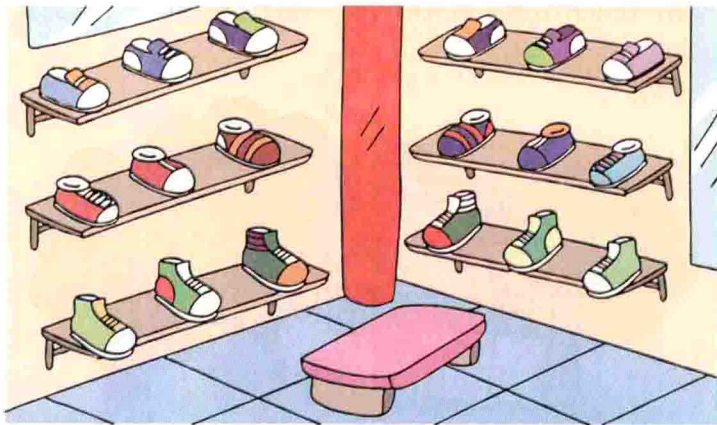
色彩，商家的秘密武器

许多人肯定有过这样的经历，在一家卖鞋的商店，同一款式的鞋子因为颜色不一样，价钱也不一样（你所喜欢的正是贵的）。大家都百思不得其解，就是商店里的售货员也给不出让人信服的理由。可是最后，我们还是付这贵的。

其实，这个现象并不令人奇怪。在买一款手机的时候，同款的手机，彩色质地的手机会比灰色、白色等大众色的手机贵出几百元。商家给出的答案是，彩色的材料价格高于大众色，因此定价就稍微高一些。实际上这是色彩在起作用，色彩的畅销度决定了价钱。当某种颜色成为了畅销色的时候，需求量增加，这种商品的销量就会提升，价格的天平就会倾斜。另一方面，在买东西的时候我们并不一定完全是冲着产品而去，在买的时候也会考虑到自己的喜好。一般来说，一些色彩绚丽的产品自然就更容易抓住消费者的眼球，也就更容易销售。

有的专卖店会经常更换主题色彩，这其实也是有原因的。在春季和夏季用中性色或者冷色作为主题颜色可以给人清新明快的感觉，秋、冬季节用暖色可以让人们觉得温暖。如果顾客在一家店里感到气氛很热烈的话，顾客就会不知不觉地想要购买商品了。

在商品的陈列上，也可以看出色彩在其中发挥的作用。有时候我们会发现商品色彩比较单调的旁边经常摆放着一些装饰物，这就可以让整体的颜色看起来比较活泼。在不同的颜色之间产生对比的时候，一般主色彩至少占上



2/3，如果几种颜色的比例相差不大的话，容易使人产生视觉疲劳，而且无法突出重点。

商品的摆放也是有一定的讲究的。颜色一般是由浅到深，如浅蓝、蓝色、深蓝；或者是按照颜色的明暗程度排列，如白色、灰色、黄色、红色。在这种颜色的排列中，可以让人们在颜色的行进中感受到一种冲击感，会给产品留下一个比较深的印象，这些产品再配上灯光和道具，就会极大地勾起消费者的购买欲望。总之，摆放的原则就是不同商品之间的颜色对比要明显，能够让顾客一眼就能区别开来。

商家的许多经营活动中都蕴藏着色彩学问，只是人们不善于观察而已。当然，颜色不一定会使每一件商品都大卖，但是色彩在一些商品的销售中确实发挥着不可忽略的作用。

【案例再现】

麦当劳曾经出过一套杯子，每个杯子的颜色都不一样，目的是为了吸引消费者，提升销售业绩。后来顾客果然比平时多了，许多人都是出于想集齐这一套颜色各异的杯子而去买麦当劳的套餐。

你的房子是中性灰吗

房子一直都是人们讨论最激烈的话题。虽然现在的房价居高不下，但是这也阻挡不了人们购房的热情，谁不想有个属于自己的家呢。人们在买房子的时候，除了一些硬性条件上的要求，还对房子的颜色开始感兴趣。以前那种中性灰的房子已经一去不复返了，许多老式居民楼都慢慢地接受了改造，换了外表，变了颜色。

房子的色彩是一种可以体现人们内心世界追求的东西，一些令人喜欢的颜色能够唤起人们对遥远记忆的无限怀念，更能够打开一个人的心灵。每个人都有心情不好的时候，在不开心或是寂寞的时候，往往会把自己一个人关在房间，默默地看着周围

一切，仿佛时间已经静止，世界就剩你一个人。这个时候，房子的色彩就显得尤为重要，它甚至还会决定你心情好坏的走势。

曾经有位房屋设计大师设计了一套以白色为主的房子，这种设计风格简约，体现了上



班族在繁忙的尘世中寻求安宁的心境，因此受到了广泛好评。曾有一些调查机构表示，超过七成的人都对白色的房子心存喜欢，因为白色虽然没有色彩，但是它让人们有了更为丰富的想象力，通过光的照射，白色一下子就会成为最绚丽的色调。这也是我们经常看电视上看到外国的房子多半是白色的原因。

对房子内部的一些装饰，不应该过分追求奢靡的颜色，如果颜色太过饱满，就会显得杂乱无章，也许还会引发焦躁。一些江南水乡的建筑设计可以搬来作为妙用，对于颜色的选择应该以清淡为主，比如淡米色、黑白色、朱青色就可以给人一种朦胧的感觉，同时也可使人淡化心境，心神合一。长期生活在这种环境中，一个人的性格会不知不觉地变得更为恬适，更为淡然，所以说不能小看房子的颜色。

在我国，白色的房子可以说是十分少见。一些人在房子的色彩上盲目地追求色调的绚丽，认为白色的房子会给人一种没有钱去装修的感觉，这不得不让人觉得好笑。虽然灰色调的房子正在慢慢地退出我们的视野，可是对房子色彩上的追求并没有进步多少。在对房子颜色选择的时候更应该从它对人们各方面的影响来看，而不是所谓的外界看法。

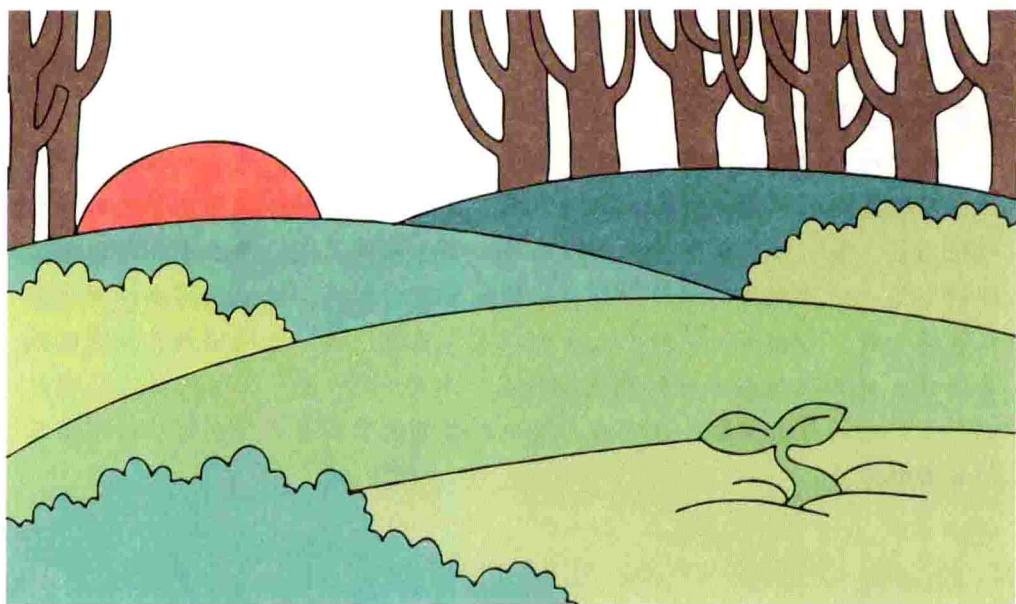
【案例再现】

在奥地利的维也纳有一片奇怪的房子叫作“百水屋”。它是一片普通住宅区，外观看起来像是一幅由儿童漫不经心画成的水彩画作品。房子的外墙全部使用蓝、黄、红、紫等多种比较鲜艳的颜色装饰而成，看上去有种鲜艳欲滴的感觉。这些颜色的间隙中也有一些地方是白色的，就像是作画的时候忘记涂抹一样。那些亮丽的颜色几乎都以方形呈现，各方形间用颜色较深的线条隔开。能够把这些多彩的颜色融合在一起是“百水屋”最大的特点，因此吸引了广大的外来游客，使它成为奥地利继美泉宫和霍夫堡皇宫后排名第三的旅游胜地。

第五章 PART FIVE

生存中的色彩心理学

人们在不断的进化中成为整个世界的主宰，但是也失去了利用天然的颜色来保护自己的本能。大自然中存在着一些五颜六色的动物和植物，这些颜色并不是它们在自娱自乐，而是其用来生存的一种武器。



苦不堪言的绿色

每一丝的绿色仿佛都有着生命的脉搏，因此我们把它归结为生命的颜色。你可能会抱怨红色带来的激情过于强烈，你可能会对橙色阳光的懒散感到疲倦，可是你绝对不会对绿色的生命气息产生半句不满。这就是绿色，一个亲切的存在。

当把视角延伸到那些为我们提供绿色的植物时，才发现事实并不是这么简单。我

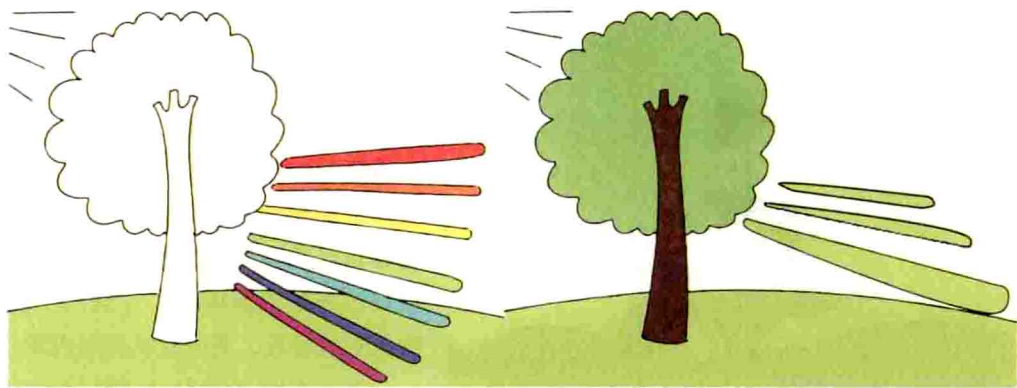
们肉眼所见的光是由七色混合而成的，在大雨过后出现的七色彩虹才是真正的大地之光。地球上的生物根据自己的喜好对这些光进行选择 and 反射，这才有了日常所见的五颜六色。

绿色不是对所有的光都有兴趣，在植物中的叶绿素 a 和叶绿素 b 只对光中的红色和蓝紫色感兴趣，胡萝卜素只吸收蓝色光，其他的光会被反射和透射，这就有了我们所见到的绿色。一般来说，绿色的东西是有营养的象征，然而绿色植物认为绿色光是没有营养的。它们的这个观点也使得体内的营养成分能够避免其他光波的破坏而活下去，间接地使得绿色成为有营养的。

大千世界，并不是所有的植物都不喜欢绿色光。深海里的红藻就对绿色光非常青睐。红藻体内的藻蛋白可以吸收黄绿色光而反射红光，这也就是为什么我们见到的红藻是红色的。

在日常可见的枫树中，它的嫩芽是红色的，继而变绿再变红。树的叶子有了红、绿两种颜色是不是说明叶子里面吸收光能的物质在不断地变化？然而事实并不是这样。在叶子的生命中，叶绿素一直都是主角。在枫叶吐出新芽的时候，里面的糖类、矿物质和汁等让它成为一些食草动物的美食，然而为了保护自己，新芽在自己身上涂上氰化物来警示那些敌人。食草动物在看见了红色的警告时就会打消吃掉它们的念头。等到叶子到了秋天的时候，为了使树能够挨过冬天，叶绿素开始把树叶中多余的营养运回到根中，它们不停地工作。面对外界险恶的生存条件，花青素出来帮助叶青素抵挡住一部分的阳光，从而使得叶子又开始变红，这就是枫树不断变色的原因。

在我们的眼里，绿色可能只是一种再普通不过的颜色，但是对于绿色本身来说，它们是一个简单的生命个体。在遇到外界的威胁的时候，它们不得不通过变换自己身体的颜色来保护自己。



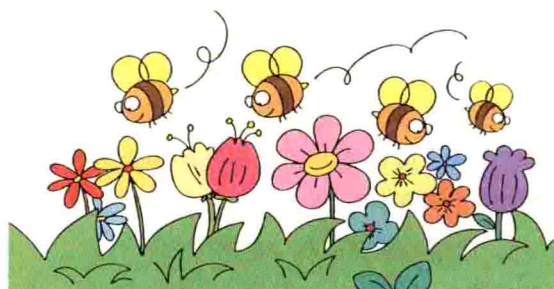
【知识拓展】

众所周知，常绿的檀香树能够产生一种迷人的香味，但是它的生存方式可能很少有人知道。在檀香树还是一株幼苗的时候，它的胚乳能够提供养料，到了长出八九对叶子的时候，它就需要通过根系上的吸盘来吸取别的树上的养料来存活了。如果找不到别的植物为它提供营养它就会死亡。由于这种特性，它也被叫作“半寄生植物”。

花草的生存颜色

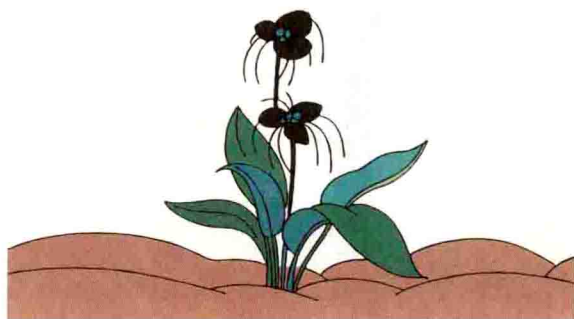
在上一节我们知道植物为了保护自己，把自己打扮成绿色，但是那些五彩缤纷的花与草又该如何解释呢？

对于一些花朵来说，想要传播花粉完成受精，就必须招徕蜂蝶帮助自己。如果在招徕的时候，蜜蜂和蝴蝶同时出现的话，传粉者身上的花粉就会掺杂在一起，这样花



朵就会结不出果实，而且还会造成花粉和胚胎的浪费，植物一年的生长时间也就错过了。为了避免这种情况的发生，植物们相互约定错开彼此的开花时间，通过不同的颜色来吸引不同的传粉者，这样就可以有效地解决传粉时的错乱问题。

在大自然中，不同的传粉者对不同的颜色有着不同的喜好。蜜蜂这位勤劳的工作者最喜欢的就是黄色和蓝色，鸟最喜欢的颜色是红色，飞蛾之类的则喜欢白色。所以花的颜色不但可以供人欣赏，还可以吸引传粉者来为自己工作，原来它们也是为了自己的生存绞尽脑汁。



大多数的花朵都需要媒介来传递花粉才能受精，进而生长出果实。生活在低山沟谷密林下或溪边沼泽地的老虎须却不为蜂蝶献媚，因为它有自己的一套授粉机制。它可以把自己装扮成紫黑色，令别的小生物也不敢接近，所以起名为老虎须。

有的花为了使自己能够授粉而

把自己打扮得妖艳，其实果实也会经历这样的过程。比如我们常见的西红柿，在最初的时候，西红柿是绿色的，等到熟了的时候，西红柿才会变成红色。其实，西红柿如此变换颜色是有一定意义的，在西红柿还没有成熟的时候用绿色把自己包裹在藤里面，绿色中含有大量的有机酸和醇，会让那些想偷吃的动物感到十分苦涩。等到成熟了的时候，再用花青素把自己变成红色与绿藤区分开来，诱使人们采摘。这就是植物们的颜色生存哲学。

植物在生长的过程中，通过变换颜色来使自己处于安全的境地，也有的植物因为自身的原因导致别的生物不敢靠近。例如红辣椒，红辣椒中含有一种叫作辣椒素的物质，它会使人的皮肤和舌头上产生灼痛感，一般的生物不会接近红辣椒。鸟儿对此却是十分喜欢，并不是因为它们喜欢这种被辣的感觉，而是鸟没有味觉并且对红色的东西感兴趣，所以才会去接近红辣椒，鸟的消化系统对辣椒的种子没有任何影响。

总之，颜色与植物们的生存是息息相关的，它们都是在用着自己的方式延续生命的存在，这不得不说的是一件令人感觉神奇的事情。

【知识拓展】

花的颜色能够在红色、绿色之间变化，主要是花的细胞里面的花青素在起作用。花青素是一种有机色素，它能够根据外面的湿度、酸碱度来变换自己的颜色。在一个植物里面，既有酸性的物质也有碱性的物质，酸碱度会因为光照、温度和湿度的不同来变化，这样花朵就会呈现出不同的颜色。

它为什么叫“变色龙”

植物可以根据自己的生存状况来变换颜色，动物也可以使用这种方法来保护自己。

在大自然中，许多动物利用颜色来保护自己，这就产生了动物的保护色。动物的保护色只是能够将动物和周围的环境融为一体，在生命危急的时候能够逃过一劫。例如绿色的草坪、黄色的沙漠、洁白的雪地等都可以被动物们运用。

不管是多么凶猛的动物都需要颜色的保护，强如草原上的狮子，弱如荷塘里的青蛙。其实，只要在大自然中走走就会发现，处处都能发现动物的保护色。在沙漠里，动物



们都会用“沙漠黄”作为自己皮肤的颜色。而在北极这个寒冷的地方，动物们的保护色则变成了白色。

由于天敌的存在，动物们在保护色的选择上也是千奇百怪。最为特殊的恐怕就是变色龙了，它能够根据周围环境对光的不同反射情况来改变自己身体的颜色，这种能够随时变化的色彩使它它能够逃过天敌的攻击，也能让它在不知不觉中潜伏到想要攻击的目标动物身旁。

与变色龙相对应就是一种得了白化病的鳄鱼。因为全身为白色，不能在丛林中找到自己的保护色，它们在热带雨林里存活时间不到 24 个小时，这不得不说是件让人觉得十分残忍的事情。

达尔文在生物进化论中说道，生物的保护色是由自然的选择决定的。我们完全有理由相信，在自然的早期，动植物的颜色可能是形形色色，只是在长期的自然选择中开始了优胜劣汰，以至于成为我们今天的这个样子。

生活中，人类也遵循着这一法则。黑人那黝黑、油性的皮肤和稍卷的头发是为了躲避太阳的暴晒；黄色的皮肤是由我们处的纬度适中决定的，既不像非洲人那样黑也不像欧洲人那样白；欧洲人的高挺鼻梁是因为欧洲地区常年多风雪天气，这时高鼻梁可以起到温暖冷湿的空气来保护肺部的作用。

自然处在不断的变化之中，不管是动物还是人类，那种趋利避害的本能却没有改变。与恶劣的环境作斗争的时候我们也在把自己训练成一条“变色龙”。

【知识拓展】

变色龙会变色是因为它皮肤里面的色素细胞会发生转移，这样就能够引起颜色的变化。它的表皮与真皮之间分散着一些色素细胞，这些细胞受神经与激素的控制，各个色素细胞之间能够相互作用。例如，黑色素的细胞扩张的时候，皮肤的颜色就会变深，黑色素与黄色素同时收缩的时候，皮肤就会呈现出灰色或者是蓝灰色。

鱼类的生存颜色

可能许多人并不知道，鱼的色彩是整个动物界最为丰富的一种，它们身上的色彩已经远远超过了昆虫和鸟类。如果走进一家鱼类海洋馆的时候，一条条颜色绚丽的鱼组成的色彩海洋绝对会让你大惊不已。在这些鱼族里面，生活在热带海洋里的鱼的颜色更会让人目眩神迷，流连忘返。

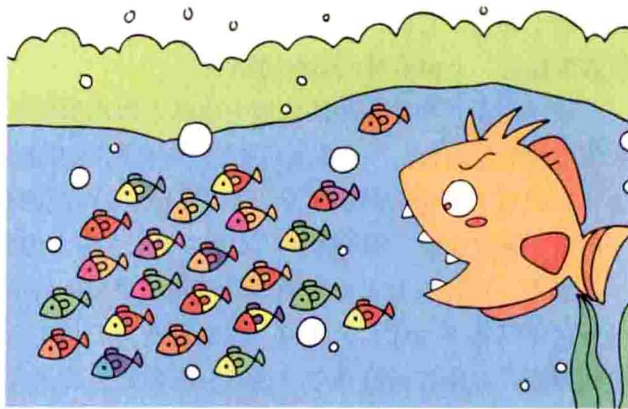
在一篇报道上，曾经有这样一篇文章来描写石斑鱼：美丽的洋红底色，到了腹部变成黄色，在体侧散布着很多鲜艳的青色斑点；对金眼鲷的描述则是这样，具有同样鲜

艳的底色，加上各种白宝石的光泽，尤其是青色和浅紫色的反射光彩。几乎所有的鱼都有着属于自己的色彩，有的颜色单一，有的颜色丰富并且形成各式各样的条纹和花斑。也许这些花斑和条纹看起来不起眼，但是对于鱼类来说这可能关系到它们的安危。

我们把鱼身上带有一些颜色称之为生物色。生物色指生物的体色。生物的体色对鱼类来说具有通讯、隐蔽等功能，是生物适应环境的重要手段。几乎所有的生物都具有一定的颜色，这些颜色因为不同族的鱼而显得不一样。

在整个海洋的生物链中，因为鱼的种类不同，它们处在生物链的位置就不一样。有的鱼类为了自己的生存在长时间的进化中利用颜色来保护自己。例如，生活在红珊瑚礁附近的一些鱼，它们的全身就会变成红色；一些生活在水质清澈地方的鱼则全身透明，体内的骨骼、内脏都一览无余。还有更会变色的鱼——比目鱼，平时在海底泥沙上的时候，身体呈现的是赤褐色，当海底土质的颜色发生变化时，它的体色也会随之变化，还会变出斑点来；比如石斑鱼，能在很短的时间内，由红变绿，由黑变白，由黄变红，身上的斑点、条纹也忽明忽暗地变换着。据观察，鱼能够在很短的时间里变换出6种不同的体色。这是因为热带海水中鱼的真皮中含有无数色素细胞，沉积于细胞的色素细粒有红色、橘色、黄色和黑色等几种原色，其他的颜色、花纹、斑点则是由这几种颜色配合而成的。鱼类在变换自己的体色的时候是受到来自外界威胁，利用与周围颜色的相近来躲避上游食物链的捕杀。这是它们在海洋中生存的一大利器。

鱼类的生存颜色会因为生活的环境不同而不同，如果鱼的颜色过于绚丽，那么也同时说明了它们的生存环境很恶劣。

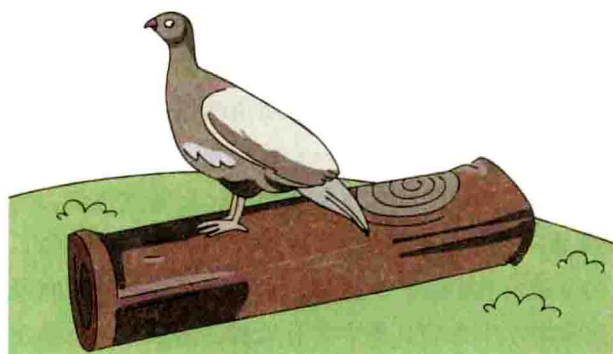


【知识拓展】

鱼会用颜色来保护自己，不同地区鱼的颜色还是有差别的。在淡水中生活的鱼和在温带、寒带的浅海生活的鱼一样，颜色比较暗淡，主要有绿色、棕色和蓝色，腹面也只有银色和黄白色。生活在热带的鱼类的颜色华丽鲜艳，因为它们的生长环境就是色彩缤纷的，鲜艳的色彩对它们来说就相对地隐蔽。当然，一些阴沉和暗淡水域的热带鱼类也会有比较鲜艳的色彩，但是它们更多是用警觉、敏捷或有毒素的身体来保护自己。

你见过会变色的鸟没有

想在残酷的社会中生存必须练就一身绝技，这在动物界也是个颠扑不破的真理。苍鹭会在捕食的时候利用欺骗的手段来觅食；壁虎则通过断尾来使自己保命；狐狸通过装死来保护自己；雌性萤火虫通过模仿光来蚕食雄性萤火虫等等，还有一种鸟为了躲避危险而变换身体的颜色。



在一些寒冷的地带生活着一种叫作雷鸟的鸟。它体长约40厘米，善于行走，可以在雪地上平步青云，飞行速度很快，但不能长距离地飞行，是寒带地区特有的鸟类，生活在我国的雷鸟主要分布在大兴安岭地区。雷鸟的羽毛的颜色会随季节而异，与周围环境保持一致：冬季除了头顶

和尾尖是黑色外，全身都换上白色的羽毛，连脚都变成了白色，为的是和四周的雪地相一致；春天，它的白羽毛上会长出棕黄色的斑点；夏天换成树皮色的羽毛；秋天则换成深棕色、上面带黑色圆点的羽毛。

雷鸟由于长期在寒冷的环境中生活，因而形成了一系列适应寒冷气候的特性，例如腿上的毛厚而长，一直覆盖到脚趾；脚趾周围还有很多的长毛，这样既可以保暖，又便于在积雪上行走的时候不至于下陷；鼻孔外披覆羽毛，可抵挡北极的风暴，也有利于向雪下啄取食物。雷鸟嘴粗壮而短，善挖食雪下的根茎，几乎完全吃植物性的食物。

其实，最让人觉得惊奇的还是雷鸟那身换色的本领。曾经有一支考察队去大兴安岭地区考察雷鸟为什么会变色。在经过几年的长期研究中，他们仍然无法得出雷鸟变色的原因。在跟踪的过程中往往还会出现跟丢的情况，因为雷鸟的颜色大多与周围物体的颜色融为一体，很难被发现。另外，雷鸟的飞行持久力虽然不是很强，但是飞行的速度非常快。

雷鸟随着季节的变化来变换自己的羽毛，这是生物在长期的进化中逐步形成的，也渐渐地成了它们不断适应环境的保护色。有时候天气变幻莫测，冬天偶尔会比平时来得晚一些，雷鸟也会调整自己的换色时间，否则，保护色就变成了危险色。生活在英国爱尔兰的雷鸟，因为当地的气候温暖湿润，冬天很少出现下雪的时候，雷鸟也就很少会换上白色的“装束”。这也从侧面说明了生物的保护色是深受环境的影响的。

总之，在陆地上会变色的有变色龙，在空中飞行会变色的则有雷鸟。

【知识拓展】

我们在电视上偶尔会见到有些鸵鸟在遇见险情以后把自己的头埋进土里或者是平贴地面，有人觉得这种行为实在是滑稽、愚蠢，并用“鸵鸟政策”来形容那些不敢正视危险的人。其实鸵鸟这样做是有道理的，虽然鸵鸟可以用奔跑来脱离险情，但是在沙漠草原地区，奔跑对它们来说是很不利的。鸵鸟这样做其实是想用自己暗褐色的羽毛来伪装成岩石或者是灌木丛，加上一些雾气的萦绕，这样就不会轻易地被敌人发现了。同时把头贴在地面可以听到远处的声音，有利于及时地避开险情。

军人穿的迷彩服

不知道从什么时候开始，军旅题材的影视剧开始霸占了屏幕，越来越多的热血青年迷恋上了军队。而在所有的军队服饰之中，迷彩可以说是最具特色的了。

迷彩服是军队训练服的一种基本类型的服饰，主要由茶、黑、黄、绿等颜色组成不规则图案的一种新式保护衣。迷彩服的基本原理是要求它的反射波长与周围物体反射的波长大致相同，这样不仅能迷惑敌人的目力侦察，还能对付红外侦察，使敌人的现代化侦视仪器难以确定捕捉目标。

迷彩服最早是伪装服的代名词，起源于苏格兰猎户在捕鸟时的伪装用具，是一件带有很多的绳索和菜色布条的外套。猎人穿上这件衣服在枝繁叶茂的森林中隐蔽时不会被鸟儿发现。

最早把这种伪装服用于军事的是英国人，他们一改原来的军队颜色，根据当地的地理环境对军服进行大胆地改造，后来在作战行动中，起到了很好的突袭效果。这种方法之后被沿用了下来，直到二战的时候，希特勒把自己的军队的颜色改成“三色迷彩”，这种军服一经面世就得到许多国家军事部门的使用。随之后来“四色迷彩”、“六色迷彩”相继诞生。

在世界上最为通用的是“六色迷彩”。六色迷彩服可以变化出不同的图案，适合在野外作战的需要。在野外的时候，迷彩服的多种颜色可以使士兵与森林中的树木交相辉映，我们常常在影视剧中看到狙击手往往在外隐蔽几天几夜而不被人发现。为了提高迷彩服在各种环境中的通用性，一些国家的研究部门还专门制造出了一面是标准森林的陆地图案，另一面是三色的沙漠图案，正反都可以穿。

近年来，美国研制出一种类似于变色龙性质的迷彩服。这种服饰的面料是用一种光色性染料染上的色，可以随着周围的环境自动地变换衣服的颜色。如果周围的环境

不变，衣服的染料就处于一种静止的状态，环境变化时，衣服受到周围环境光线的反射来自动调整，与之相适应。这极大地提高了士兵在不同环境中的安全性。

士兵用迷彩服使自己隐匿于各个未知的角落，不但能够完成上级安排的任务而且还能最大限度地提高自己的安全系数。即便是在如今的和平年代里，迷彩服也受到一些军事发烧友的追捧，可见它的受欢迎程度有多高。



【案例再现】

我们国家的正式迷彩服主要根据兵种的不同而进行分类的。丛林迷彩服是黄、黑、绿、褐相间，用于陆军夏训；荒漠迷彩服的颜色比丛林的颜色要稍黄一些，主要用于陆军冬训；海洋迷彩服主要是蓝、草绿、白、黑相间，用于海军陆战队；城市迷彩服主要是黑、白、灰相间，用于空降兵；高原荒漠迷彩服主要是绿、黑、褐的斑点，用于西藏新疆的高原部队。

蘑菇的生存法则

蘑菇的生存法则是指初入社会的人常常会被置于阴暗的角落，不受重视，工作的内容只是打杂跑腿，就像我们在蘑菇培育时还要施肥一样，接受各种无端的批评指责甚至是代人受过，得不到必要的指导和提携，让人产生一种自生自灭的感觉。蘑菇生长必须经历这样一个过程，人的成长也会经历这样一个过程。这就是蘑菇定律，或叫萌发定律。

蘑菇原理刚被提出的时候，正处在电脑行业的开端，从事电脑程序研发的人员还没有被人们理解和重视，甚至被其他行业的人质疑他们工作的必要性。于是，这些年轻的电脑程序员这样激励自己：要像蘑菇一样生活。言外之意，即是对自己的工作充满信心，他们相信自己



终究有一天会像蘑菇一样，出人头地，拥有鲜花和掌声。充满自嘲意味的蘑菇方法，其实是任何一个行走在人生这条大路上的人必须具备的品质。

蘑菇的生存法则告诉我们，在前进的道路上会遇到黑色。这种拥有无限可能的黑色也许会让人在恐惧中放弃对光明的追求，然而真正勇敢的人会敢于面对挫折，一步一步地前进把这黑色稀释掉，直到自己见到那片胜利的金黄。所以在我们遇到黑色的时候不要害怕，要知道黑色是因为吸收太阳全部的光才成为了黑色，这里面有成功的金黄，也有成功前隐忍的蓝色。

“蘑菇”怎样才能尽快成长？刚踏入社会的职场新人，缺乏工作经验和对公司理念文化的了解，很难委以重任，当愿望与现实发生矛盾时，往往会丧失信心、失去对工作的热情。这时“蘑菇”应调整心态，老老实实做人，踏踏实实做事，这对于走出职业生涯的蘑菇期是最基本的。惠普公司前任 CEO 卡莉·费奥瑞娜从斯坦福大学的法学院毕业后，做的第一份工作是一家地产公司的电话接线员，每天的工作就是打字、复印、收发文件、整理文件等杂活。父母和亲戚朋友对她的工作感到非常不满，他们认为一个斯坦福大学的毕业生不应该做这些，但她却没有任何的怨言，边努力工作边学习。一天，公司的经纪人问她能否帮忙写篇文稿，她点了点头。正是这次撰写文稿的机会，改变了她的一生，使她后来成为惠普公司的 CEO。

在成长的过程中，任何人都注定会经历不同的苦难、荆棘，被苦难、荆棘击倒的人，就是接受平庸生活的人，战胜苦难、荆棘的人，则能突出重围，拥抱卓越，享受与别人不一样的生活。

【知识拓展】

蘑菇是一种比较低等的真菌类植物，它没有种子，主要是利用孢子来繁殖。蘑菇也没有自己制造养料的能力，它们只能用菌丝伸到土壤或者是腐烂的木头中来吸取养分维持生命。一般而言，腐烂的木头都是出现在阴暗的角落，这也就是为什么蘑菇总是出现在阴暗潮湿的地方。

第六章 PART SIX

社交中的色彩心理学

人是一种群居动物，无法脱离整个社会独立存在。每个人都想给别人留下一个好印象，因而对社交中的各种要求也在不断提高。每个人都有自己的性格，也就有适合自己的颜色，但是在我们的社交中如何用颜色来更好地表达自己，就变成了一门学问。



交际，别穿错了衣服

对于美的追求，再怎么痴迷也不为过。在世风质朴的年代，我们只求穿着得体，可是看看这个日新月异的新世界就会发现，这是一个属于潮流的时代。人靠衣装，佛靠金装，衣服已经成为人们在社会中的一个标签，许多有火眼金睛本领的人，通过衣服就能猜测出一个人的性格和职业。

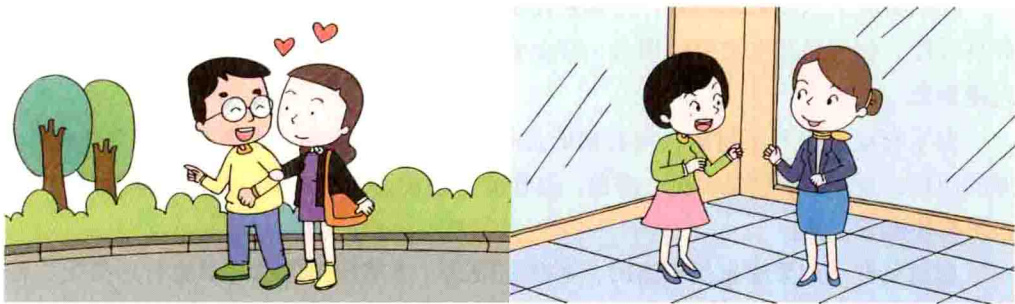
在交际中，你无法忍受自己被当作局外人吧。参加不同的社交活动，懂得选择合适的服饰，搭配以色彩，这样就可以在无形中把自己的气质与内涵传达给想要了解自己的人。

你可能一直忽视了服饰在求职中所扮演的作用。在社会上能力不错可是没有面试成功的大有人在。在面试之前应该先了解自己应聘的职位到底是属于什么类型，对症下药往往是最有效的方法。如果应聘的是公关文秘类的工作，就应该在面试的时候穿得整洁一些；如果应聘的是主管类的，那么就应该使穿着显得稳重、大方、能干、利落。一般而言，在所有的颜色中，蓝色被视为最为适合的颜色，它显得既稳重又不沉闷，会让许多人觉得舒适。

遇上约会或者是宴会的时候，你就更得对自己服装好好地考究一番了，怎么在体现潮流与彰显个性中得到平衡。粉色与淡紫色可以说是在与情人约会中的首选，既温馨浪漫又可表达自己的爱意。与一般的朋友约会时这些颜色就派不上用场了，而应该选用明亮的黄色或是绿色来装扮自己。在赴宴的时候，得先弄清楚宴会的性质，给自己的角色做一个定位，这样就可以准确无误地打扮了。如果衣着过于光鲜亮丽，可能会喧宾夺主；过于朴素，可能会默默无闻。

要和商业伙伴洽谈业务的时候，别忘了让服饰助你一臂之力。在一些需要创意的时候，可以穿戴黄色的衣服，它会帮助你想出一些无与伦比的点子。人们应该避免在会谈的时候穿红色的衣服，红色代表着攻击性，它的情感很热烈，容易产生一些不必要的矛盾。如果需要让人觉得你是一个理性的人，不会感情用事，那么蓝色是你的首选；如果要是让别人感受到你的诚意，暗淡的灰色则是比较合适的。

假如是与自己的朋友简单相处的话，就没有必要盛装出席了。这时你需要做的就是简单随意的搭配中让别人觉得有亮点就可以了，例如围上一条有图案的丝巾，这马上就会让你体现出自己的魅力。“当我戴上丝巾的时候，我从没有那样明确地感受到我是一个女人，美丽的女人。”奥黛莉·赫本曾这样说。



【案例再现】

当交际的时候，许多人都喜欢穿上自己最好的衣服。这也就让人陷入一个误区：越是名牌的越是好的。他们在穿上名牌衣服的时候，心中一般在想：看看，我拥有的都是高品质的东西。其实在这种情况下，这种人容易给人造成一种“显示性交际”的感觉。不管什么人的心中都会有渴望得到认可的需求，一身名牌的人是这种“承认性需求”比较强烈的人，也是患有一定程度自卑的人。

你的职业装够魅力吗

在职场中，男性职业装虽然有许多的标准，选择的余地很小，但是一套笔直的西装就可以解决很多不可预测的问题。令女性挠头的问题是一旦选择多了会不知从何选起，每天站在试衣镜前调试衣服似乎已经成为每个职业女性的必修课。

对于女性来说，在职场中套裙是首选。套裙是西装套裙的简称，常称作“女性套裙”、职业套裙、西装套裙。套裙可以分为两种基本类型，一种是用女式西装上衣和随便的一条裙子自由搭配组合成的“随意型”；一种是女式西装上衣和裙子成套设计、制作而成的“成套型”或“标准型”。

套裙的颜色对于套裙本身来说很重要，色彩主要以冷色调为主，可以让人觉得清新淡雅，也可以是成熟一些的色彩，比如紫红色、灰褐色、炭黑色等。鲜艳夺目的颜色不适合做套裙，这样会让人觉得很轻浮，不适合职场所要求的干练与端庄。套裙的颜色可以上下一色，也可以上浅下深形成鲜明对比。

穿着同色的套裙时，需要搭配不同颜色的衬衫、领花、围巾等装饰物，这样可以使得整体看起来不会太过死板。在制造活泼感觉的过程中，套裙的整体颜色也不宜过多，否则会让人觉得有些凌乱与繁杂，一般来说，整体的颜色应该不超过三种。

套裙适应于大多数的场合，但如果是宴会、舞会的时候穿套裙，会被别人当成服务员看待。如果是朋友之类的聚会，穿上套裙就会显得格格不入，还会让其他人顿时兴趣全无。

有了套裙就少不了衬裙，对衬裙的选择需要下一番功夫。大多数的人会选择棉、麻的面料，颜色也应该是白色、肉色，这样就不会使得内衣在不经意的时候暴露出来，也不会使裙子过紧。

套裙对鞋子的要求也是很高的，那些系带式、丁字式的皮鞋都不能与之搭配。鞋子最好是黑色的皮鞋，尽量不要使得鞋子的颜色过于夺目，否则会产生脚重头轻的感觉。鞋子应该是高跟和半高跟的盖式皮鞋，这样才会有浑然天成的感觉。

连裤袜是套裙的标准搭配，袜子颜色的选择应该是黑色、肉色、灰色等，像红、蓝、黄、绿等颜色最好不要考虑。



总之，女性的职业装是一门很有讲究的学问，

搭配得恰当会让你显现出自己的品味，即使是职业装也会显现出女性的魅力。一些女性在久而久之的工作装中逐渐失去了打扮的热情，忽视了一些细节，导致洋相百出。这是极为不礼貌的穿戴，会让人产生你对生活缺乏品味的想法。

【知识拓展】

套裙在女性的生活中占有很重要的位置，它可以间接地表现出一个女性有没有自信。一般来说，如果公司没有硬性要求穿套裙而一些女性十分钟爱这种服饰的话，她们可以说是自信的代表。套裙对一个女性的身材和腿形有着很高的要求，正因为这样，她们才会愿意把自己最好的一面展示给别人看。女性对自己腿部的重视相当于男性对自己胡子的重视，这是他们对自己角色分工的一种捍卫意识。

你的颜色是什么

每个人都有属于自己的性格色彩，想自己属于什么颜色是需要去慢慢体会的。对于这个问题的解答不能掉以轻心，因为在别人身上很出彩的颜色，在自己的身上未必就会适合。

在色彩学中，我们把人类的色彩类型分为春、夏、秋、冬四大类型，不同的类型具有不同的颜色搭配。

春季型是指给人带来可爱、清纯气息的人，她们就像是春雨里洗过的太阳，带着一份鲜明而又亮丽的感觉，也像是一朵刚开的鲜花，透着生命的礼赞。这一类型的人应该以黄色为主，辅之以橙色和绿色，因为只有温暖的色系才能烘托出年轻和活力的特性。

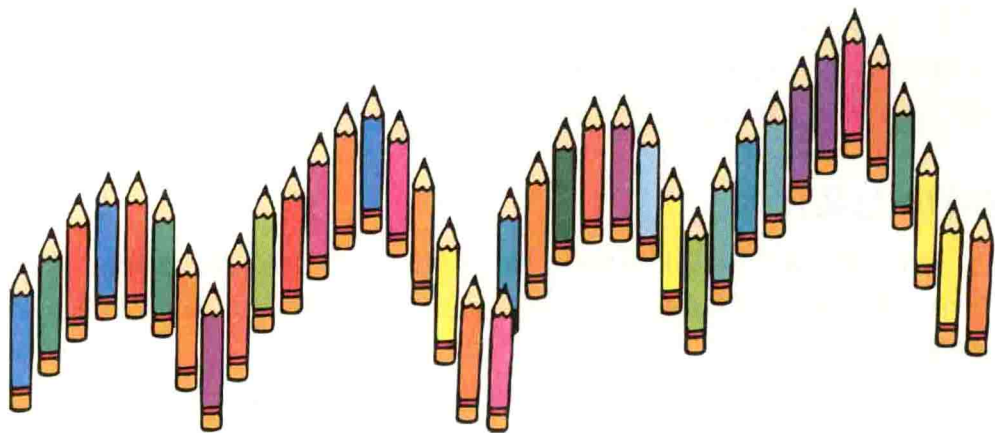
夏季型是指一种极富女人味的类型，整体给人以优雅的感觉，就像是处在一片的青山绿水间，清雅精致跃然于每个极目远眺的瞳孔。这种类型的人在选择颜色时应该以浅淡色为主，蓝色、淡紫色是最为恰当的，也可以少量地点缀些暖色。但是不可选用浓深的颜色，这样会使得它破坏本有的淡雅之感。

秋季是一个肃杀的季节，也是一个收获的季节，这种类型的人带有成熟的感觉，她们留给人的是一种处变不惊的淡定，在生活中显示着自己的知性美。这类型的人应该选择稍微厚重一些的色调，比如黄褐色和金色为主的暖色调。

冬季型的人是一个魅力十足的类型，在现实的生活中，她们敢爱敢恨，勇于表达自己的想法，过自己想要的生活，是个令人羡慕的群体。在选择色彩时应该以带有质感的冷色为主，这样会使得她们愈发冷峻与艳丽，应避免大面积的柔色。

在明白了这四大类的特性之后，可以根据自己的性格进行搭配，这样就很容易知道自己适合什么颜色。当然，在选择的时候还要根据自身的条件来稍作调整，比如皮肤偏黑、发红的人不要穿深色的衣服，否则只会让你显得更加黑红。在结合了种种的条件以后，相信很快你就会找到属于你的颜色了。

“四季色彩理论”能够成功是因为它解决了人们在妆扮用色方面的难题。一个人如果知道并学会如何运用自己的色彩群，就可以把自己独有的品味和魅力最完美地显现出来，还能节省装扮时间、规避浪费。更为重要的是清楚什么颜色可以用来提升自己，什么颜色是“排斥色”。可以让人轻松驾驭色彩，科学而自信地装扮出最漂亮的自己。



【案例再现】

日本的色彩学家野村顺一跟芬理希梦集团合作调制出了一套具有 500 色的铅笔，这套铅笔一经问世就得到人们的追捧，并且登上了日本最轰动产品的宝座。500 色铅笔的每一支都拥有一个美丽的名字和一个属于自己的色彩秘密，这些色彩情报卡每个月都会随铅笔一起发出。正是因为这样，每个人都能在这 500 色的铅笔中找到自己喜欢的颜色，所以它才会如此地深受欢迎。

交际中的浓淡相宜

不知道大家有没有这样的经历，在大街上你会被迎面而来的浓墨重彩的女性所“折服”。折服于她为什么在眼线快要蔓延到整个脸面的时候，还可以对别人侧目的表情视若无睹。交际原则告诉我们：化妆，浓淡要适度。

在化妆师的眼里，每个人化妆的结果应该是以自然为主，要能够把自己的特点表现出来，而不是一味地追求个性。化妆可以说是一门很深的学问，每个人都应该找到适合自己的妆容，而这就需要了解自己的一些特质，使自己越来越美丽。

一般来说，要展现自信的时候妆容就应该简洁，以淡为主。眼影可用大地色系，眼线用黑色可以使眼神充满力量，搭配以棕色的唇妆，整个人就会散发出自信的一面。如果需要展现温柔的一面，这时的淡妆就不需要化很重的眼线，只是需要在脸上抹上一层淡淡的粉底就可以达到这种效果。在颜色的选择上应该使用浅色系，眉形要有型，突出眉眼的神态，这样就可以在化淡妆的情况下给别人留下自信的深刻印象。在生活中喜欢化淡妆的人是一些比较自信的人，她们相信自己征服别人不需要其他的工具。

当然，在一些场合中需要化浓妆，比如晚宴。晚宴一般都在暖色的灯光下进行，整个宴会可以用高贵、优雅、冷艳等词来形容，浓妆也只有在如此浓重的环境中才会发生效用。在化浓妆的时候，对整个妆面的层次感要有很好地把握，唇部的外延色彩一般来说会偏重，主体的颜色要与服饰相匹配，这样就会产生一种立体的效果。浓妆的色彩一般以玫瑰红为主，它可以使得女性在灯光的照耀下有一股动人的美丽，但是切记为了美丽而走极端，过于浓的妆会给人一种庸俗的感觉。

我们还必须注意到的就是并不是所有的行业都是可以化妆的，比如教师、医生这些行业是不用化妆的，但是在日常的生活中可以给自己上层底妆，这是可以接受的。

每个人天生就是有颜色的，都有属于自己的一套颜色定律。妆容并不是由自己的意向来随意决定的，在施粉黛的时候，应该考虑到自己的性格特征和职业特点，有针对性地进行选择，不管是浓还是淡都可以达到迷人的效果。



【知识拓展】

深深的眼线、鲜艳的口红、夸张的假睫毛等化浓妆的人让人感觉总是很别扭。心理学家研究发现，性格内向的人更容易化浓妆。这是因为一些艳丽的色彩会在一定程度上吸引别人的注意力，这会让他们在与别人的交往中感到安全。换句话说，浓妆是为了强调自己与交往的人之间的距离。

别把眼镜不当一回事

看过湖南卫视《天天向上》节目的人都会知道，汪涵在主持节目的时候戴着一副没有镜片的黑色镜框，后来慢慢地觉得这个镜框下的汪涵比原来的汪涵看起来更有内涵，整个人散发着博学的气息。一副眼镜的出现虽然不能使整个人出现蜕变般的变化，可是它会在无形中改变一个人的气场。所以，别把眼镜不当一回事。

小杨是个喜欢乐于助人的人，在公司接触的人很多，也帮助过不少人。可能是真的印证了那句话，工作中的朋友就是利益的关系。许多时候他自己觉得遇到了可以交心的朋友，可是在工作调动之后，大家却很少来往。即便有时小杨主动去联系，得到的也是平淡的回应。这让小杨觉得非常郁闷，自己热心待人却没有人真心把自己当作朋友。

近期，小杨一直为儿子上学的事情忙碌着，他想为儿子找一所比较好的学校，可是忙活了近一个月事情还没有眉目。没有办法，小杨开始找身边的朋友帮忙，找到自己曾经帮助过的小田时，对方在自己的几次请求下才答应帮忙，这让小杨十分不高兴。在帮忙的过程中，小杨明显发现小田对自己态度的转变。在一次闲聊的过程中，小杨才知道原来一直都是自己的那副眼镜在作梗。小杨是个深度近视的人，拿下眼镜后眼前就是一片漆黑，那厚厚的镜片已经紧紧地遮住了眼睛的光泽。外人看到的只是一副冷冰冰的镜片，毫无热情可言。再加上小杨黑灰色的眼镜框，自己平时对服装打扮不

是很在意，整个人给人就是一副清高的模样，完全把自己的本性给掩盖了。身边的人也就没有把他当作交心的朋友来看待。

从此以后，小杨对自己的装扮开始在意起来，换了一副浅黄色的眼镜框，开始穿一些明亮颜色的衣服，整个人给人一种热情的感觉，身边的朋友也多了起来。



随着压力的增大，身边出现了越来越多的眼镜族。眼镜虽然是以看清东西为主要功能，但是也不能忽视它给我们带来的负面影响。对眼镜的选择要有一定的目标性，年纪比较长的人不适合冷色调的镜框，应该使用金银色的；青年人不适合使用灰暗调的镜框；儿童最好使用浅色的镜框。

【知识拓展】

社会上有很多喜欢带墨镜的人。有时候，这些戴墨镜的人会让人觉得非常遥远，这是因为他们把相互之间交流的窗户——眼睛藏了起来。其实这些在多数场合之下戴着墨镜的人具有很高的警惕性而且心里没有底气，他们害怕自己的真实想法被人识破。一些专家做过这样的实验，他们给那些容易紧张的人在与人交谈的时候戴上墨镜，结果显示他们的表达变得流畅，紧张感会有适度地减缓。

我们不是在谈天气

有这样的一个情景。

在一个公交车站，站着一男一女。天气晴朗。

“今天天气怎么样？”

“还好，有蓝天也有白云。”

“应该不会下雨吧？”

“我们只有白天吗？”

“明天会下雨吗？”

“……”



出现这段对话，如果在英国可以让人理解，因为英国人普遍保守，陌生人之间的谈话不会涉及什么有实际意义的事情，所以一般都聊天气这种无关紧要的事情。如果两个熟络的人之间出现这种对话，不禁就要让人怀疑他们之间的交流方式了。

社会上存在一种叫作亚斯伯格综合征的人群。亚斯伯格综合征的病症包括人际关系的障碍，对他人情绪的推测力等，也就是有心意理论障碍的特征。对特定的范畴会表现出特别执着，运动机能也会显现出轻微的障碍。但不似自闭症还带有语言障碍与智力障碍。患有亚斯伯格综合征的人在视觉和背诵方面的表现普遍良好，许多科学家和数学家也患有亚斯伯格综合征。

现代科学家们想利用颜色来解决人们在交流中遇到的一些问题。他们在计算机的终端上用红、蓝、黄、绿来表示孩子们的交流。如果孩子在说话的时候，屏幕上的

这些颜色就会刺激孩子继续交谈，颜色越丰富，说明大家的谈话内容也就越多。这可以有效地治疗患有阿斯伯格综合征的人们。

色彩不仅能够引导那些不爱说话的人们进行交谈，而且还可以丰富人们的谈话内容。在生活中遇到一些不善交谈的人，尤其是蓝色性格的人，他们在人群中往往会表现得非常低调，对谈话很抵触，这时就可以在颜色上刺激他。

总之，颜色可以用来改变一个人的交流方式，可以使人多开口说话。如果你不是英国人，那么你就不要一直谈论天气。

【知识拓展】

相比患有阿斯伯格综合征的人，一般人在感到为难或者是惊慌失措的时候出现自言自语的现象也是需要引起人们的重视的。这类现象在心理学上称之为退化现象。与幼儿时的自言自语不同，幼儿园时人的大脑还处在发育的过程中，不能分辨什么该说什么不该说。成年人如果把自己想的事情无意说了出来就是一种心理退化现象，这是因为他们的内心有种深深的孤独感和寂寞感，自言自语就是为了给自己一个刺激。

意犹未尽，该不该发短信

古诗里“云中谁寄锦书来，雁字回时，月满西楼”那种充满韵味的鸿雁传情现在已经很少见到了，即使偶尔会有明信片之类的交流也只是作为生活的调剂品出现。生活在信息社会中，每个人都被影响着，那些古老的东西离我们越来越远。短信成为人们在交流中不可或缺的一种方式，人的性格不一样，对短信中文字的理解也就有深浅之别。

蓝色性格的人在与人交流中喜欢挖掘深层次的东西，本身没有感情色彩的东西他们会在不停揣测之后来满足自己的臆想。不喜欢说破的性格使他们喜欢让对方去猜

言语间的明义与隐义，对感情交流的要求很高。

红色性格的人与蓝色性格的人一样比较喜欢发短信。与蓝色性格的人不同的是，红色性格的人的短信比较直白，不停地发送短信是因为红色性格的人对后续内容的好奇造成的。在所有性格的人中，黄色性格的人是



最不喜欢发信息的，他们认为用短信来表达感情是件很麻烦的事情，他们回复短信也只是诸如“是的”、“好”等表达立场的词。黄色性格的人也许并不明白，短信对于其他的一些人群来说，彼此之间那种朦胧猜不透的美好是许多人都在追求的。

从社会学看来，现代社会中的人们缺乏交流。不知道你是否遇到过这样的情况，两个活生生的人面对面的交流，有时会出现词不达意的情况。面对面的交流会出现这种窘境，何况人们选用短信这种交流方式。汉语中的一些词语都是有感情色彩的，在传递信息的时候，如果对方没能正确地理解其中的褒贬之意，一场误会恐怕就要产生。在拿起手机想发短信的时候，你应该弄清楚收信的人是什么性格。如果发给一个不喜欢用短信交流的人，也许你在苦苦等待回信的时候不知不觉却得罪了人。

用短信来交流产生的其他利与弊也是非常明显的。用短信来交流的好处就是不用立即答复对方，可以有一些时间去考虑，以防给人留下不好的印象。心理学家调查发现，发送短信越频繁的人，表现出来的忧虑性和内向性就会越明显。那些宁愿用短信来取代面对面交流的人，长期下去会产生交际心理障碍。

【知识拓展】

在我们身边会出现这样的人，如果出门忘带手机或者是手机不小心丢了，那么他会感到莫名的紧张与不安。在一些办公的地方，如果身边没有电话的话，他就会觉得自己被全世界遗忘了。实际上，这类人一般不善于与人交往，为了消除人际交往中的不安全感，他们就对手机产生了一种依赖。

性格色彩决定表达方式

奥地利著名的心理学家西格蒙德·弗洛伊德把一个人的人格结构分为本我、自我、超我三个层面。一个人的性格都会包含这三个方面，成分含量的不同也就造成了性格的不同。

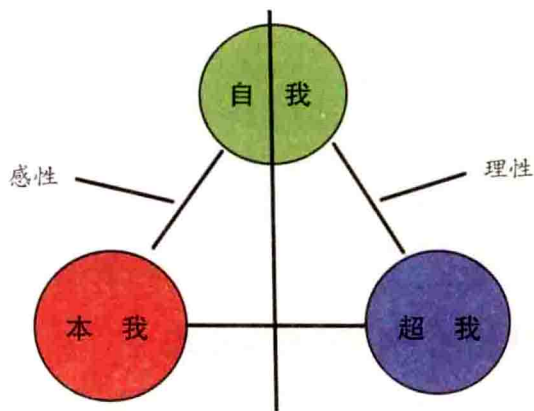
红、黄两色性格的人是本我的代表。这两种颜色在自身目标的实现上有一定的生物性，会盲目地追求满足。比如在看到橱窗里面的芭比娃娃，红色和黄色性格的人都会想到把它们占为己有，只不过采取的方式不一样而已。红色性格的人会对爸爸妈妈说我要那个娃娃，如果答应一切相安无事，不答应时红色性格的人就会又哭又闹，甚至会满地打滚，并且会在间隙中观察爸爸妈妈的情绪变化。如果在经历一番闹腾之后答应买时，她们马上就会破涕为笑；如果还是不答应的话，她们只好灰溜溜地跟着回家，在路上发现了其他感兴趣的東西后会把这件事抛到九霄云外。黄色性格的人就不一样了，她们会一直盯着这个娃娃，不会哭闹。她们会说如果不买这个娃娃，自己会觉得爸爸妈妈不喜欢自己，别的小孩都有之类的话，一直会说到爸爸妈妈同意为止。这就

是黄色性格的人，抓紧目标不放松，会采取手段。红色和黄色这两类性格的人可以说对自己要求的满足不留余力，是满足本我中生物性需求的典型代表。

绿色性格的人是自我的代表。他们喜欢在满足自我需要的时候不打破外界的平衡，作出她们认为正确的判断。绿色性格的人如果看见自己喜欢的芭比娃娃，她们会装作像是一点儿想法也没有的人，让人觉得她们对这类玩具很不屑，也不会主动对爸爸妈妈提出买这个娃娃的要求，但是心里却是等待着爸妈能够主动地买给她们。如果爸爸妈妈没有买给她们的话，她们也不会计较。

蓝色性格的人是超我的代表。碰到自己喜欢的娃娃时，她们只会静静待在橱窗面前看着它，听到爸爸妈妈的催促时也迈不开脚步，希望别人能够明白自己是很喜欢这个娃娃的。如果爸爸妈妈能够发现并且买给她们时，这对于她们来说是天大的好消息，会让她们在心理、精神上获得认同感。如果爸爸妈妈知道了却没有买的话，与爸爸妈妈之间进行长时间的心理拉锯战是不可避免的。这就是蓝色的性格，她们会抑制自己的本能需求来满足精神上的自我安慰。

一个人的交往方式与性格是分不开的。也许在他们还是小孩子的时候，我们觉得他们的社交范围很窄，谈不上真正的交流，但是这些日常生活的小事在慢慢锻炼他们的表达方式。如果用不同的色彩性格去看待他们时，你就会觉得他们与成年人无异，那些拼凑他们童年的碎片会影响着他们的一生。



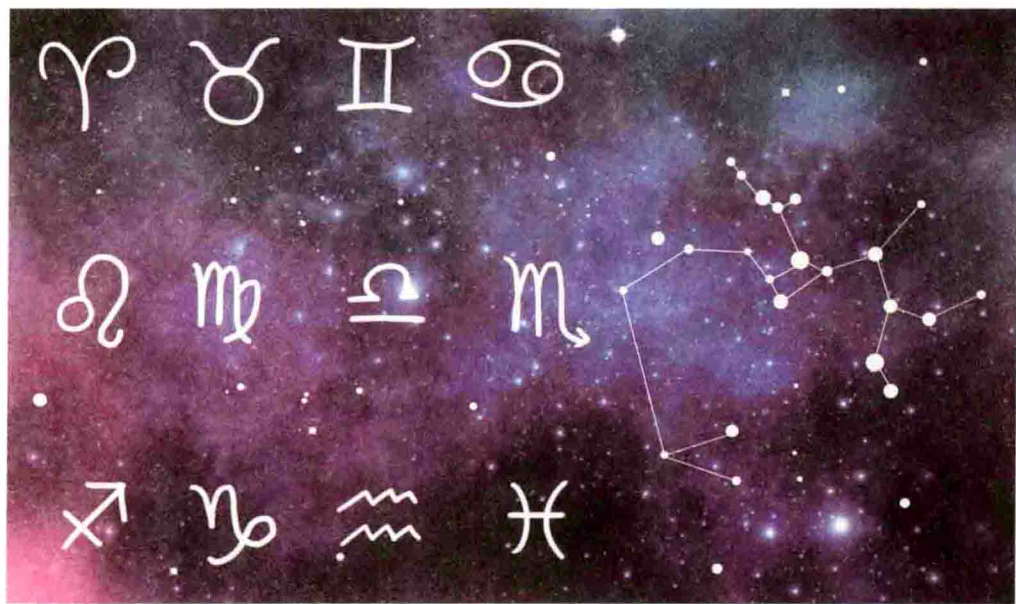
【知识拓展】

颜色可以决定一个人的表达方式，生活中的一些细节也能展现一个人的性格。例如吸完烟以后用力把烟头掐灭的人多半是一个意志力坚强的人，他们会为了达到目的而坚持不懈；如果把烟头掐灭后还会处理干净烟灰的人，他们多半是办事比较规矩且一丝不苟的人；如果只是把烟头熄灭的话，他们通常具有很灵活的思维，但是对事情没有耐心。

第七章 PART SEVEN

星座中的色彩心理学

星座，在很久以前被水手、旅行者用来当作识别方向的重要标志，如今已发展成为用来了解爱情、运势、性格的工具。通过星座来分析人的性格与用颜色来了解性格一样，正是这样的共性才使得我们可以通过颜色来解释星座。



白羊座——鲜活新奇的橙色

白羊座的符号是一只羊的头，这是一种象形的说法。由白羊座的传说可以想到它的一些特性，比如心直口快、勇往直前等。白羊座是黄道第一宫，象征着新生。白羊座的人只能感觉自己，就像是个婴儿一样，完完全全地把感情倾注在自己的身上。

白羊座的代表颜色是橙色。橙色是由红色和黄色调制而成，这样它的性格中含有



红色与黄色性格的部分。

白羊座的人是个心直口快的人，就像是与红色性格的人一样，往往跟着感觉走。在遇到不平之事的时候，白羊座的人定会拔刀相助，毫不犹豫。也许在事情过后会稍感后悔，但是在事情发生时不会有所顾忌。如果你与白羊座的人交谈的时候，他环顾左右，那就表明他已经没有心情与你聊天了，有另外的事情吸引了他的注意力。即使是一些成熟的白羊座的人，

当他们面临不断涌来的新鲜事物时，也会表现得兴奋不已。在事物的态度上，他们可能前一秒钟还是热情似火，让别人难以招架，在一段时间以后，他们可能就变得冷若冰霜，整个人的表现就是地球的两极。从上面的一些表现就可以看出他们与红色性格的人是相像的。

白羊座的人由于乐观的心态贯彻于心，他们总是满怀信心，勇往直前，对于自己认定的事情义无反顾。这主要表现在他们的感情观当中，当他们陷入爱情时，他们会觉得这会是自己一生的真爱，有天荒地老的意思。他们相信一往情深的爱情就像是相信自己的目标一定能够实现一样。也许爱情会濒临死亡，但是他会不顾一切地去挽救，如果不能起死回生，那么还是会相信，真正的爱人会出现在下一站。白羊座的人很难遇上同时爱上两个人的情况。

白羊座的人是一个天生的社交家，这与橙色是一致的。在碰到自己一窍不通的话题时，他也能兴致勃勃地侃上几个小时。在商界与艺术领域，白羊座的人会表现得略胜一筹，他们能够有条不紊地组织各项活动，头脑冷静地处理各种紧急情况。白羊座是一个出色的社交家，却不是一个优秀的政治家。从1840年以来，美国的总统中没有出现过白羊座。多数的政客会在倾听完人民的需要后才会表明自己的立场，但是白羊座的政客却会根据自己的理解来判断人民的需要，这样就失去了人民的支持，效果也是难以立竿见影的。

白羊座代表人物：斯嘉丽（《飘》）

美国小说《飘》中的斯嘉丽就是一个白羊座的典型人物，她使整个村庄周围的人都拜倒在自己的石榴裙下，可是性格中的固执与任性使自己的全部精力投向了那个并不爱自己的男子。那份新奇与刺激感也促使她能够快速融入到新的环境。在自己的爱子夭折、爱人离去之后，她把自己的目标确定为：“我要想办法把他给重新赢回来，只要我的心里有了他，谁也得不到。”这是一个多么鲜活的白羊座。

金牛座——坚持与真实的黄色和绿色

金牛座的符号是牛的头。由金牛座的神话可以看出，金牛座外表温驯但内心充满着欲望。从另一方面来看，硕大的牛脸表现出安静与享受，可是上面的牛角却在提示他们的脾气有爆发的时候。他们在安静的时候是绿色，在爆发的时候就是黄色。

金牛座的人就像是永远矗立在巴黎战神广场上的埃菲尔铁塔一样坚实而有魅力，任何东西都无法破坏现有的宁静。他们一旦对某件事情下了决心就会平静地把双手叉于胸前，埋下脑袋，拉下自己的耳朵，踏踏实实地做自己的事情。他们很少去主动献媚或者是模仿他人，对于安静的环境与绿色性格的人有着一样的追求。如果你破坏了这份宁静或者是强迫他做自己不想做的事情，他会表现得十分固执。

绿色性格的人的其他特点在金牛座的身上也有很明显的表现。他们在遇到一些生活中的琐碎事情时很少眉头紧锁。偶尔会露出一副沮丧的面容，但是他们永远不会小题大做，性格中时时露出爱好平静的一面。对于生活中的得与失也会从容面对，很少主动追求，这是因为他们不想为了一些外在的东西破坏了周围的平衡。他们会把自己的房间装扮得安心、舒适、一些小的变动就会使他感到不安。

在性格上，他们又体现出黄色性格的人的那种为了目标一条道走到黑的倔强。如果你认为他们的坚持是徒劳的，他们会认为自己只是对一件事情有耐心而已，会有始有终。金牛座的人并不是顽固不化，他们只是根据自己的意志来行事，也会想不通为什么周围的人不能够理解。在遭到不公正的待遇时，金牛座的人选择默默地承受，困难越大，他们的承受力就越大。这么做的原因就是想证明自己的想法是正确的。

金牛座的人在对待爱情的时候不像水瓶座那样满是不着边际的浮夸，也不会像白羊座那样频频许诺，他会给你真真切切的爱情。就像是在恋爱的时候他不会凭空许诺努力赚钱让你住进豪宅，而是带着一份房屋设计图来让你觉得自己是被深深地爱着，这就是金牛座。恋爱时你不会有自己就是童话里的公主一样的感觉，但是你会得到一份踏踏实实的感动。

金牛座的人不喜欢一些鲜艳和明度较高的色彩，这会让他们陷入一种焦躁感中。那些熟知金牛座的人会被他们的性格深深地折服。



金牛座代表人物：奥黛丽·赫本

奥黛丽·赫本是英国著名电影和舞台剧女演员，奥斯卡影后，被世人敬仰为“人间天使”。她的演艺生涯的开始很艰难。即便要用郁金香球茎及豌豆粉做成的“绿色面包”充饥或者是穿上木制的舞鞋，她也没有放弃自己喜欢的芭蕾舞。正是对艺术的向往，芭蕾舞成为她走向艺术生涯的敲门砖，使她获得了成功。

双子座——激情多变的红色

双子座给人的印象就像是两个人，他们情绪多变、爱恨交织、悲喜交加，这些情绪的转换之快，可以说让人瞠目结舌。这与红色性格的人一样，让人难以捉摸。他们对那些拘泥保守的人表现得十分不耐烦，对那些面露难色拿不定主意的人也是心烦意乱。

双子座的人是一心多用的典型。他们能够同时处理两件事情，但是效率却比我们专心处理一件事还要高。与红色性格的人一样，做任何不断重复的事情都会带走他们的热情，这会让他们觉得自己是一只没有翅膀的鸟。双子座的人有时候会迟到，这可能是因为他们专注于一件事情而忘记了时间。

双子座的人没有不健谈的。他们跟红色性格的人一样，追求各种刺激与热闹，人越多的地方就越能够激发他们对生活的热情。这样的性格很难让他们觉得自己的周围存在着陌生人，因为他们可以通过自己的三寸不烂之舌与陌生人谈笑风生。

双子座的人很容易让别人产生误会，只要有新颖的话题能够打动他们，他们就会大显身手，在互动的过程中你分不清他们是好玩伴还是好情侣。双子座的人在爱情中不相信一成不变的爱，他们的天性就是接受变化，甚至是追求变革。培养耐心与稳定情绪从来就不在他们的考虑范围之内。在他们的带动下，你的生活可能会发生天翻地

覆的变化。多数双子座的人看到事情朝着不可收拾的局面发展时会选择放弃，他们也会进行反思，但是难以达到深刻的程度。

双子座的人天生具有模仿别人的能力，主要得益于他们敏捷的思维。过剩的热情会让他们什么都想去试试，在体验的过程中他们会忍不住地把自己想要表达的大肆渲染一番。比如，在上课的时候，你会



发现一只蜻蜓、一张纸条都会让他们的注意力无法集中。可是在集中以后，你会发现好奇心带给他们的回报是让人羡慕的。

双子座的人飘忽不定的性格、良好的口才、积极的心态都能明显地把自己与其他星座的人区分开来。双子座的人的性格与红色性格的人在本质上是差不多的。总之，双子座的人生就像是一个谜一样。

双子座代表人物：玛丽莲·梦露

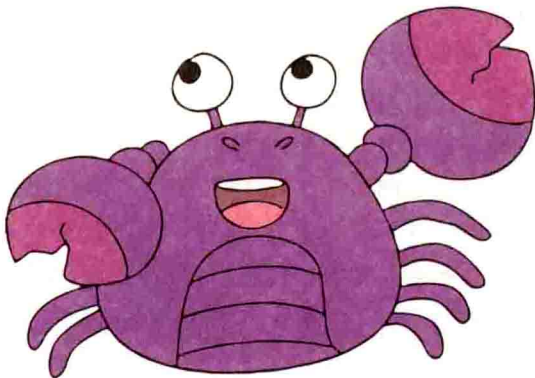
玛丽莲·梦露是美国 20 世纪最著名的女演员之一，在一些她所主演成功的商业电影中，她成为一个重要的象征性人物。分析梦露的一生经历就不难发现她是个彻头彻尾的双子座人。她认识的每一个男人，不管是诗人还是理发师，都可以从中看出她多变的一面。对事情的新奇与体验使得她可以成为一个厨师、评论家、演员等。正是这种多变的性格使得她成为了人们心中的偶像，让无数人为之膜拜。

巨蟹座——神秘不安的紫色

巨蟹座的符号是一个巨蟹的外壳，从中可以看出巨蟹座具有自我保护的特质和善于隐藏的习惯。他们对外界存在着一种不明的危机感，会在不安、绝望的哀愁中隐居起来。他们经常感到郁郁寡欢，这会使人非常压抑。当巨蟹座的人受到一些不公正的对待时，他们不会像天蝎座的人一样展开报复。在多数情况下，寻求一种保险的方式是他们的第一选择。

巨蟹座的人不会像个性外向的狮子座的人一样把自己放在众人的面前，但是如果受到注目时，那种兴奋的感觉会感染周围的人，所以说不要被巨蟹座的人那与世无争的样子给欺骗了。在交谈中，他们会时而高声大笑，时而悲恸哭泣，时而因为意见不合而指责你，时而会躲避外面的攻击。因为他们具有超强的感知能力，具有极强的形象化描述能力，通过想象力可以十分准确而又迅速地捕捉到别人没有注意的东西。他们会很容易地看出你的心事，能够了解你的一切，但是你却无法知道他们的具体情况，因为典型的巨蟹座的人不会与人分享他的私生活。

巨蟹座的人还是一个喜欢奉献的人，不喜欢与一些自私自利的人交往。在巨蟹座女人的婚姻中发现，巨蟹座的女人可以为自己心爱的人做出极大的牺牲。她可以为了家庭的正常运转



而全身心地当起家庭主妇，前提是你得让她们知道你也在为这个家庭做着牺牲。

巨蟹座的人有着强烈的自尊心，他们不会轻易地向别人求助。在他们还是一个孩子的时候就希望能够用自己的双手来换取生活的面包，他们会比别的孩子自立得早一些。据调查发现，一些能够在大学中完成半工半读的人大多是巨蟹座的人。

巨蟹座灵敏的感知能力和强烈的自尊心很容易让人把他们和紫色性格的人联想起来，但是巨蟹座的人所表现出来的居安思危是紫色性格的人所没有的。巨蟹座的人可能在自己年轻的时候去环游世界，可是只有一个叫作故乡的地方才会让他们感到安全和舒心。

巨蟹座代表人物：海伦·凯勒

海伦·凯勒是19世纪美国盲聋女作家、教育家、慈善家、社会活动家。在失去视力和听力的情况下，她凭借着自己超强的毅力和感知能力写出了《假如给我三天光明》的传世名著。她没有在苦痛中流下眼泪，而是用想象来使自己翱翔于天空。

狮子座——强势明亮的金黄色

狮子座代表着人们不断地尝试新鲜事物，发掘潜在本质的能力。狮子座的星座符号在十二星座中很好辨认，它是一条狮子尾巴，掌管着运动、休闲等各项娱乐项目，所以说狮子座的人也是一个运动的好手。

狮子是森林中的万兽之王，那代表权力的金黄色让他们支配着你和周围的人。他们希望你能迁就于他们，这样他们在说话的时候就会温声细语，而不会暴跳如雷。他们对有趣事情的关注就像红色性格的人一样精力充沛，如果他们找不到兴趣点就会表现得如同黄色性格的人一样无精打采。狮子座的人一直都认为自己是居高临下的王者，总是喜欢俯视下面的芸芸众生。这方面表现得最为明显的就是喜欢以一种过来人的姿态教育别人，令人不解的是他们能够帮你战胜生活中的坎坷不平，对自己的事情处理得却不是那么得心应手。

狮子座的人在爱情中最能体现黄色性格的人的一面。也许他们身边会有很多的异性朋友，但真正能够使他们动心的人不多。他们结交这么多人的目的就是为了能够充分地了解他们，寻找其中隐藏的可能性，慢慢找出适合自己的那一位。在一旦确定了目标以后，那么其他人就再也得不到他们过多的目光。狮子座的人对于自己认定的事情有着的一往无前的动力，是个目标驱动者。在追求爱情的过程中遇到失败时，正是黄色性格的那种勇往直前的精神迫使他们为争取自己想要的而进行一次又一次的尝试。如果爱情失败了，那么生龙活虎的狮子座人便会萎靡不振地憔悴下去。这种变化有时不会十分明显，因为外界受人崇拜的心理使他们喜欢伪装修饰自己。

狮子座的人还是喜欢运动的代表，不管是哪种运动，他们都喜欢尝试一下，出现极端的情况就是一个运动全才。他们富有同情心，容易谅解别人；他们会在一件事情中因为意见不同而大发雷霆，也会在静下来的时候主动向你道歉；他们既会表现得优雅也会表现得滑稽幽默。在两者中不断地切换是因为他们知道自己需要什么，通过什么样的方法才能得到它。

狮子座代表人物：香奈儿

香奈儿创造了一个伟大的时尚帝国，利用自己的兴趣追求自己想要的生活。那种为了自己的梦想不断进行挑战是女性的最佳典范。不管是对事业上目标的坚定还是感情上的高傲自负，香奈儿本人把一个狮子座的人的性格表现得淋漓尽致。



处女座——完美主义的白色

处女座的人非常容易辨认。当我们去参加一个聚会的时候，你发现他们在一个角落里静静地观察着周围的人，或许手里还拿着一本书。他们一般不会与周围的人大声说话，也不会与他人产生激烈的争论，独自一人躲到一边是他们经常的做法。在遇到人非常多的时候，内心产生的不安感会让他们模仿别人。

处女座的人是完美主义的代表，与白色性格的人有着异曲同工之妙。处女座的人对待所有的事情都非常细心，时刻保持着清醒的头脑，一些别人已经记不清楚的事情，他们会历历在目。他们是完美主义者，但并不意味着他们自身是完美的。他们的性格上存在着一些缺陷，这些缺陷非常惹人讨厌。处女座的人认为没有人能够像他们那样把事情安排得井井有条，办事富有效率。处女座的人会因为一些小事而大惊小怪，这也是他们尽善尽美的性格在作祟。

在感情上，处女座的人就体现出白色性格的人的那种沉默、不相信别人的一面。在一段感情结束以后，处女座的人很少会主动寻求复合，一段刻骨铭心的初恋可能会改变处女座人的爱情观。他们在爱情观上与红色性格的人一样，追求量而不是质。他们会经常变换情人，很难动真感情，不会渴望永久性的伴侣。如果你遇上这样的一个处女座的人，你就要做好伤心的准备了。

处女座的人与白色性格的人一样不善于做决定，即便自己能够独立应对某件事情，他们也会询问周围人的看法。比如在他们的心理已经决定穿米黄色的裤子，可是他们



还是会询问周围的人穿米黄色的裤子合不合适。虽然最后会坚持自己的想法，但是询问周围人的看法是他行动前必不可少的一环。处女座的人的世界就是这么奇怪。

处女座的人在遇到不认同的评价时，不会像天秤座的人一样马上给出全部否认的态度，而是选择沉默。一旦找出了其中的破绽之后，处女座的人对你所说的话会百般指责，使你接受不了。因为他们天生就有挑别人毛病的习惯，即使是花瓶上最微小的裂纹也逃不出他们的眼睛。在这一点上处女座的人与白色性格的人表现得截然不同，这或许就是他们之间最大的差别吧。

处女座代表人物：迈克尔·杰克逊

迈克尔·杰克逊是一名在全世界都具有影响力的男歌手、作词家、作曲家、舞蹈家，被称为流行音乐之王，他的梦幻舞步更是被无数明星效仿。迈克尔·杰克逊的成功与他的完美主义性格是分不开的。就像他的一句名言：我永远都不会对自己满意。

天秤座——改变与坚持的白色和绿色

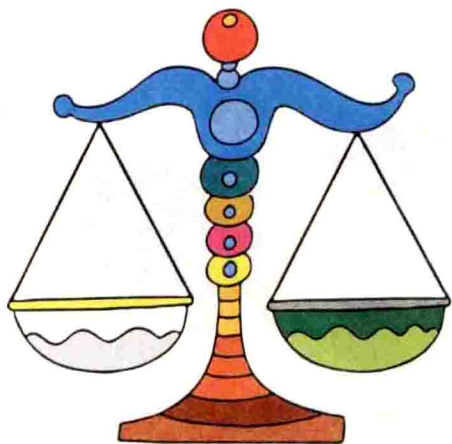
天秤座的人具有白色和绿色性格的人的一些特征，正如其名一样，他们的一生中都是在寻求一种平衡。

天秤座的人在对待别人的时候不会粗鲁无礼，但是他会在自己心烦意乱的时候手不留情地关掉噪声很大的电视机。他们是一群爱社交的人，但是不喜欢与一帮人吵闹，他们会表现得像个和平使者一样调解纷争。他们性情温和，举止优雅，有时也会因为愤怒而不接受领导的指示。天秤座的人在性格上的表现就像是处在天平的两端，你无法想象他们会是如此地变幻莫测。

天秤座的人会像白色性格的人一样具有完美主义的倾向。他们在事情的处理上永远不会潦草行事，相反会集中精力，认真思考各种情况发生的可能性，最终找出一个正确无误的答案。有的时候会因为对事情过分地要求导致性情的失衡，表现出孤独、惶恐不安。他们也延续了白色性格的人的好奇，但是这种情况多发生在异性的身上。天秤座的人对异性有着亘古不变的兴趣，但是不会闹出满城风雨的风流韵事。由于对异性产生好奇，他们一般都会出现早恋的情况，还会出现如柏拉图式的恋爱。

天秤座的人有绿色的成分主要是因为他们为了维护平衡而无法作出取舍造成的。

天秤座的人下定决心去做某件事情需要很大的勇气，有时候即便作出了决定也会不断地修改，是朝令夕改的典范。如果这样就认为天秤座的人没有主见那就错了，他们只是在下决心的过程中会考虑多方面的情况。在天秤座还是个孩子的时候，如果父母常常帮助他们做决定，那么他们会非常迷惑，长大以后对决定会显得束手无策。父母应该给他们一些建议，分析各种决定的后果，这样有利于他们掌握做决定的技巧。



同样，天秤座的人在爱情里的表现也有绿色性格的人的影子。他们喜欢被动，即使是遇到让自己怦然心动的人也会表现得十分平静。在与自己喜欢的对象交谈的时候，他们会因为过度紧张而导致害怕。能够让天秤座的人感受到爱情的东西不是口里说出的话，而是那一双会说话的眼睛。

天秤座的人是一个时时刻刻都需要有平衡感的人，这也是为什么说天秤座是一个能在绝望的大山上劈下一块希望之石的人。

天秤座代表人物：约翰·列侬

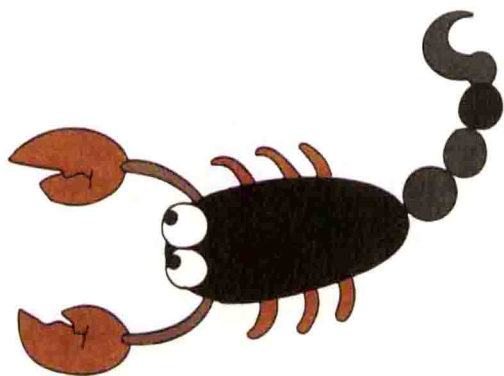
约翰·列侬是英国著名摇滚乐队“披头士”成员，摇滚史上最伟大的音乐家之一，披头士乐队的灵魂人物、诗人、社会活动家、反战者。具有理想主义倾向的约翰·列侬总在刻画着世间美好的画面，不断地在现实与梦境交错的情景中寻找平衡。

天蝎座——深邃安静的黑色

蝎子被认为是一种危险的动物。它们是夜间活动的生物，每个人在谈到蝎子的时候想必都会退避三舍，然而天蝎座的人是否真的与蝎子一样令人感到十分危险呢？

天蝎座的人比较喜欢隐藏自己的身份，黑色永远是他们最爱，但是黑色也孕育着无数的可能。无论天蝎座的人情绪怎样波动，他们都会抑制住自己的感情，不会让哭笑来表现自己的心情，所以一般人是很难猜测他们的内心世界。也许你会见到他们笑，这种笑都是发自内心的。也有一种天蝎座的人，他们会表现得十分外向，讲话与做事的速度十分快，会说说笑笑，他们与沉着、自信的天蝎座的人没有很大的区别。

在你拿不定主意的时候，如果去征求天蝎座的人的意见，他们会直言不讳地告诉你全部的事实，因为在天蝎的世界里没有“阿谀奉承”这个词汇，同时他们也看不起这种人。天蝎座的人是一个具有多重性格的人，有时候会表现得令人难以琢磨。在你询



问他们问题的时候，你感觉到的是一股强烈的自信，但是在自己遇到事情时，他们可能会表现出一丝的自卑与不知所措，这种情况很少有人发现，因为天蝎座的人把自己隐藏得很深。

在一些人的口中会常听到，千万不要爱上天蝎座。许多人动情于天蝎的安静、坚定和自控力，也有人倾情于天蝎座的炽热情感、文雅和稳重。他们能在

这两种极端的情感中切换自如，让你无法确认哪个才是真正的蝎子，就此产生的神秘感让你心驰神往。他们既感性又理智，心智健全，是你永远都想探索的神秘地。所以说很少有人能够完全抓住他们的心，使他们付出真感情。如果天蝎座的人一旦爱上你的话，你会感到一种别样的安全感。他们对待爱情很专一，他们的爱是所有星座中最真诚、最持久、最深沉的。

说天蝎座的代表颜色是黑色的另外一个原因就是天蝎座对一些神秘事物具有很大的兴趣。黑色象征的宗教、阴暗、死亡都是他们的兴趣点，因为这些可以满足他们需要的刺激，也可以让他们探索人类的本性和秘密。这类的天蝎人会是一个出色的侦探和悬疑小说家。

如果在下一次聚会的时候，发现一个你无法猜透他们内心世界的人，但是他（她）对你又具有致命吸引力的时候，他（她）可能就是天蝎座的人。

天蝎座代表人物：毕加索

毕加索是当代西方最有突破性和深远意义的艺术家之一，立体画派创始人。他和他的画在世界艺术史上有着不朽的地位。天蝎座的个性加上艺术家的人生使他成为女人眼中的神秘之物。印证了人们说的，女人是毕加索艺术祭台上的牺牲品，是他进行艺术创造的不绝源泉。

射手座——开朗与好奇的红色和白色

射手座的原型是拿着弓箭的人马，下半身的马象征着对人生理想的追求，上半身的人象征着知识和智慧，而手中的箭，则表现出射手在精神上追求高尚的一面。在现实生活中想要找个射手座的人不会像摩羯座的人那样难，因为射手座的人总是活跃于人群的中心。

在射手座的性格特点中，最引人注目就是他们的开朗与乐观。他们喜欢交朋友，

决定一件事情后会马上执行，是雷厉风行的代表。这与红色性格的人多少有些相似，红色是因为自身对新鲜事物的好奇激发他们去执行，而射手座的人则是对理想的追求。射手座的人是一类好动的人，他们非常讨厌一直坐着，总会找一些事情去分散他们的注意力。

在处理事情上的雷厉风行同样影响着射手座的人说话风格。射手座的人说话比较直率，与天蝎座不同的是，射手座的人的诚实迫使其直言不讳，而天蝎座的人却是讲道理，十分注重事情的结果。虽然天蝎座的人会因为此事偶尔会感到内疚，但是在他们的理念里，真话就是这么残酷，如果你无法忍受，那就最好不要来询问我的意见。射手座的人最忍受不了的就是别人说他们不真诚，这会让他们怒火中烧。

或许是受到红色性格的影响，射手座的人对于那些不愉快的记忆会选择性地遗忘。通常情况下，射手座的人会对自己在某天某地某时做的事情记得一清二楚，有时还能对一本书里的每一个细节进行重复。但是有许多人好奇，对于那些痛苦的记忆他们却记不住，这或许就是射手座的人整天都显得很快乐的原因吧。

白色性格的人在射手座的人身上表现出来就是他们的好奇心。白色性格的人可能在好奇产生的问题上无动于衷，用一系列的沉默来应对，但是射手座的人就不一样了，他们会在好奇的基础上泛滥出十万个为什么。他们的问题大多是直面社会上的虚伪与欺骗，带有很强的讽刺意味。也许射手座的人就是“好奇害死猫”的当事人。他们的问题一般会使被问者感到无言以对，甚至是愤怒，但是这并不会挫伤他们继续追问下去的勇气。

总之，我们会从射手座的人身上看到一个红色与白色性格的综合体，其中红色性格会表现得很明显。同时需要区分的就是，射手座的人没有红色性格的人那么敏感，也不会有选择时的错乱感。

射手座的代表人物：“猫王”普雷斯利

“猫王”是美国摇滚音乐历史上影响力最大的歌手，有摇滚乐之王的称谓。他将乡村音乐、布鲁斯音乐以及山地摇滚乐重新组合，形成了具有鲜明个性的独特曲风，给整个乐坛带来了强烈的震撼。正是射手座那热情洋溢的威力使得整个世人为之着迷，这就是红色与白色组合起来的力量。



摩羯座——坚定而细腻の黄色和蓝色

摩羯座是一个象征冬天开始的星座。冬天把所有的特征都毫无保留地送给了摩羯座的人。摩羯座的人是一个怀有现实主义思想和远大抱负的人。他们也是一个不太让人容易接近的人，性情冷漠，喜欢离群独处。他们可以被炽热的情感征服，也可以对一份感情无动于衷。

摩羯座的人是一个特殊的群体，我们很难在收入水平低的阶层中发现这类星座的人。他们不会用各种哗众取宠的方式来换取别人的注意，而是喜欢做一个处于隐蔽地位的听众。与天蝎座的人有些相似，他们喜欢用沉默的方式来观察周围发生的一切，许多人不会在第一时间就注意他们，但是他们就像是在龟兔赛跑中的龟、被猎人追的山羊一样，能够取得最后的胜利。

摩羯座的人的性格会明显地表现出黄色和蓝色性格的人才有的特点。摩羯座的人跟蓝色性格的人一样不愿意表露自己的心迹，具有十分丰富的内心世界。他们尤其喜欢艺术类的东西，追求一种精神上的慰藉。比如对看电影这种事情，摩羯座的人宁愿看一些小众的文艺片而不会去看商业化气息浓厚的大片。摩羯座的人对于那些能够触碰心灵层面的东西非常向往，这会让他们整个人显得十分有内涵。

在摩羯座的人身上体现出来的黄色一面同样是引人注目的。他们喜欢在自己所经历的事情中以主宰者的形象出现。当遇到一些需要决断的情况时，他们总是第一个出来发表意见。他们对事情有着独特的见解，喜欢用不同的眼光去看待问题，他们不会像黄色性格的人那样走入以自我为中心的圈子，蓝色的性格会让他们冷静分析事情的原委并得出中肯的结论。



摩羯座的人还是个家族观念比较浓厚的人。如果你对他们的家人不好的话，他们会固执地把情况影射到自己的身上。在做选择的时候，他们会毫不犹豫地站在自己的亲人一边。他们脱离家的时间会比一般人晚，坠入情网也比别人晚，很少在事业成功前就结婚。他们对爱情另一半的选择希望是母亲与情人的综合体。从这个方面来看，这与黄色性格的人有几分相像。

总之，摩羯座的人是个含有黄色与蓝色性格的综合体，正是吸收了蓝色性格的那种细腻、敏感和黄色性格的创新、目标性的特征，他们在成功的路上会比别人更加容易。

摩羯座代表人物：“拳王”阿里

阿里是世界拳坛上的一个传奇，尽管人们记得最多的还是拳击台上那个潇洒的形象，然而他的思维和他的身手一样敏捷，他的判断力和个性更令人过目难忘，他为黑人受到的歧视、反战事业鞠躬尽瘁的精神更为世人流传，可以说他是把黄色与蓝色结合的最好典范。

水瓶座——出众与敏感的黄色和紫色

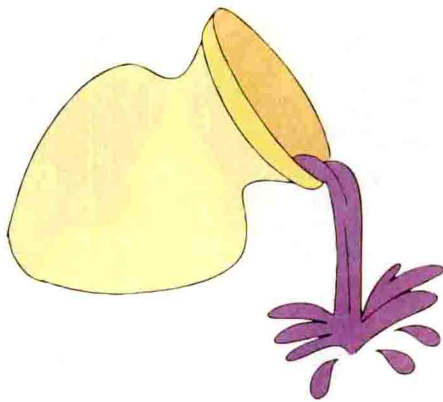
水瓶座是个既具体又抽象的星座。在关于水瓶座的神话中可以看出水瓶座爱好自由和具有个人主义。水瓶座的个人主义是因为他们喜欢坚持自己的想法而不是那种自私自利的个人中心主义。

黄色性格的人在水瓶座上主要表现为创新，他们富有想象力和创造力，喜欢奇思妙想。由于经常有一些让人感到惊奇、意想不到的想法，教育这样一类孩子的成长是一件不容易的事情。他们也许会突然想当个摇滚手，但是两天过后他们又想当个出色的演员，最让人感到烦恼的是，无论他们学什么都会有几分相像，这大概就是人们所说的天赋。有时候连他们自己也会对自己的选择感到错愕。

黄色性格在水瓶座的人身上的另一表现就是“叛逆”。这种叛逆是指人们无法理解水瓶座的人对一些事情的做法，因为他们的做法往往具有颠覆性并且有坚持不懈的精神。最后你会发现，多数情况下他们的坚持是正确的，只是他们采取的方法与众不同。水瓶座的人在决定做事情之前就已经有了明确的思路，善于对事情进行规划。

紫色性格在水瓶座的人身上主要表现为敏感。发生在身边的任何一件小事都会使水瓶座的人感到深深地不安，比如朋友的困难、父母的争吵、书中的一句话等等。他们会把这种感觉深深地藏在自己的心中，也许他们会在很长一段时间过后才会与人倾诉，这种做法让许多人感到不解。也许他们只是希望时间能够替他们磨平这些创伤。也正是因为这种性格，他们会对自己的初恋十分留恋，水瓶座的人可以在若干年以后清晰地描绘出自己与初恋情人见面时的样子、见面的地点、玩过的东西。这或许会让人们觉得水瓶座的人是一个怀旧的人，其实他们只是内心的感受丰富一些而已。

水瓶座的人在一生中很有可能取得成功，他们在对待一件事情时的毅力与不懈是许多



人都达不到的。他们有自己的梦想，并且会为梦想去努力，所以在你年轻时遇见一个水瓶座的人的时候，说不定他在未来会成为一个科学家、医生或律师。

水瓶座代表人物：爱迪生

爱迪生是美国著名的发明家、商人，拥有许多重要的发明专利，曾被授予“门洛帕克的奇才”称号的他，是历史上第一个采用大量生产原则和工业研究实验室来生产发明专利的人。从爱迪生的事迹我们不难理解为什么水瓶座的人容易取得成功，因为他总是能够把黄色性格中创新的一面发挥到极致。

双鱼座——无声浪漫的海蓝色

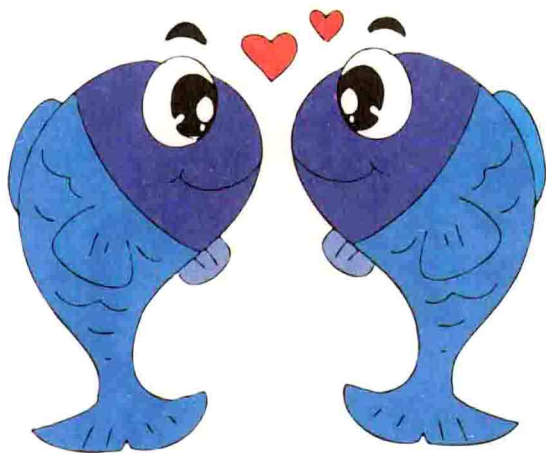
双鱼座的人喜欢一些具有艺术性、创造力的地方，环境越是优雅就越能吸引他们的注意力。双鱼座的人没有什么远大的理想，他们注重精神上的享受。你也许会听到双鱼座的人这样说，我虽然不是一个物质上的百万富翁，最起码我是一个精神上的百万富翁。

双鱼座的人是蓝色性格的人，只是在性格中加入一种明亮的色彩。他们不会像蓝色那样对明天充满着忧虑，对今天有清晰的理解。双鱼座的人优雅的谈吐或许能给你留下深刻的印象，这是蓝色性格的人所固有的风度。对于外界的东西，只要不妨碍他们追求自己想要的生活，他们就不会在意。对于那些喜欢他们的人，必须具有丰富的想象力和跳跃性的思维才能跟得上他们的节奏。

双鱼座的人对任何事情都不会有强烈的反应，如果他们被你激怒的话，他们会用灵敏的思路来讽刺你。他们是个讽刺大师，那些漂亮、无明显色彩的词语从他们的口中说出时，你完全体会不到任何的恶意。就像鱼生活在水里一样，双鱼座的人天生与

水有缘。咖啡、汽水、茶都是他们的最爱，但是他们很少喝酒。他们偶尔也会喝一点，但是你很少发现一个酒鬼是双鱼座的人。

双鱼座的人也是一个浪漫的人。尽管他们知道这个世界上存在着许多令人伤心的事情，但是他们宁愿戴着一副隐性眼镜去生活。当他们面临一场危机的时候，他们更多的是从精神上拷问自己，以至于无法作出现实的判断。直到有一天，他们的理想王国



被现实击碎后，他们才会去寻找另外一条道路。

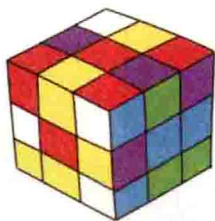
双鱼座的人与蓝色性格的人一样，不善于在外界表现自己。蓝色性格的人因为生性腼腆，情绪不外漏，双鱼座的人是因为胆小。双鱼座的人有着出色的组织能力，这是蓝色性格的人所不具备的。

双鱼座的人喜欢乐于助人。他们明白自身的脆弱，所以希望能够在帮助别人的时候得到一些保护，这样才不会使自己在遇到困难的时候处于无助的境地。他们的内心就像是迷幻的海蓝色一样让人觉得深不可测，这其中包含着对自身的怜爱，也包含着对周围生命的热爱。

总之，生活在海里的双鱼，他们的性格自然而然地烙上了海蓝色的印记。

双鱼座代表人物：伊丽莎白·泰勒

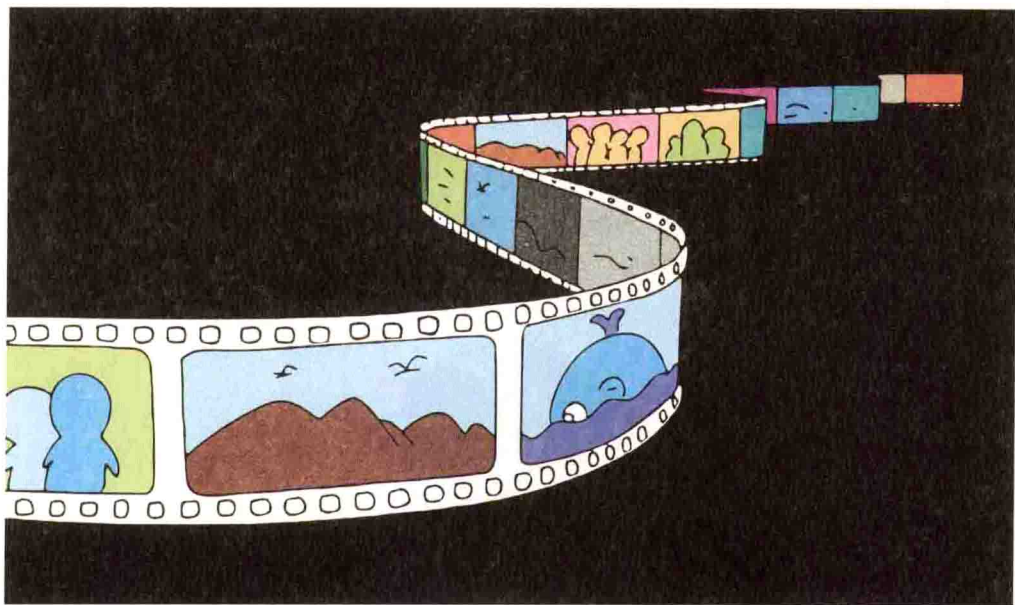
伊丽莎白·泰勒是美国著名的电影演员，被称为是世界影坛上百年一遇的瑰宝，被看作是美国电影史上最具有好莱坞色彩的人物，尤其以一双漂亮的紫罗兰色的眼睛闻名于世。她本身的爱尔兰血统为自己双鱼座性格中的蓝色增添了几分忧郁的气质，这也使得她成为一个快乐与忧伤的综合体，所以会得到世人的喜爱。



第八章 PART EIGHT

电影中的色彩心理学

电影本身就是一种视觉映像，影片中出现的红、蓝、黄、绿、黑、白、紫等与剧情所要表达的具体情感有着直接的关系。在电影中可以利用色彩交代环境、增强视觉美感，从而创造一个更加丰富的视觉形象，这些色彩其实也是导演们在拍摄影片时所要表达情感的一个窗口。



《大红灯笼高高挂》

影片是根据苏童的中篇小说《妻妾成群》改编的，继承并发扬了原作的主旨与风格，反映了在“一夫多妻”制度下封建家庭内部互相倾轧的人生景象及与之适应的生存法则。

在影片中，令我们印象最深刻的莫过于自始至终贯穿于整部影片里鲜艳无比的红

灯笼。大红的灯笼本是喜庆之物，可是它却点燃了这个大院里面妻妾之间相互倾轧的欲火。在片中，红色也成为一种权力的象征，在点灯、灭灯、封灯的过程中牵涉到一个人的生存话语权。红色的灯笼也成为一种符号，它的明与暗与一个女人的生死相关。在色



彩上，大红的灯笼也削弱了人们对其他方面的注意，反而让这种鲜红变得刺眼。当我们看到一个单纯无比的高中生在进入这样一个充满人性碾轧的欲望高墙里，最终因为对这红色的迷恋而变成了一个疯子的时候，不禁让人唏嘘不已。尤其是丫鬟燕儿因为在屋里私自点红灯笼被人发现，她跪倒在雪地里伴随着团团熊火一起陨灭的场景让人心生悲凉，因为红色灯笼的消失让她失去了生命存在的价值。

在红色出现的时候，它与周围的灰墙灰瓦形成了一种强力的互补，利用红色来透视出人们对命运与环境的抵抗，虽然抗争看似无力，但还是给了人们一种挑战生命的刺激与快感。

灰色是本片的主要辅助色，更多的时候是以高墙出现。这就给了人们一种像是进了牢不可破的监牢一样，充分抓住人们的视觉空间，使人感到一种被压抑的紧张感。在片中还出现了老爷代表的黑色，这个黑色仿佛就是旧制度的代表，即便是从未露面也可以让人感到无处不在的压力。它也在无时无刻中透露着隐忍的作用，哪怕平时的无理取闹会让他倍感颜面尽失，但是到了真正需要一个强有力的手腕时，黑色这种被物化了的权力开始显示出独有的严厉与无法抗衡。白色本来是一种纯洁的颜色，但是在片中却成为一个歌者死后的裹尸布。在一片无垠的大地上，纯净的白雪与肮脏的心灵是一组如此鲜明的对比，也对比出了人们心灵中的那一丝心凉，从而激起人们对这群妇女单纯灵魂的深刻同情。

这些灰色、黑色、白色都是作为对比色出现，目的是突出这一贯穿始终的红色在人们心里产生的冲突。膨胀的红色同时也激起了人们对欲望的鼓吹，吹起了代表激情的红色在这些灰色、黑色、白色中被淹没的号角。即便是一个受过高等教育、通身鲜活的女子也冲决不出封建制度下的黑色牢笼。

色彩的震慑力与冲击力使每个人都有了鲜明的性格，而整片的色彩渲染则使人产生一种澎湃感和沉重感。大红的灯笼、黑色的高墙、白色的雪地交织出一幅令人陶醉而又深省的图景。

《碧海蓝天》

电影讲述的是热爱大海的杰克从小在希腊的海边长大，一直幻想与大海为伍，即使在年少时父亲因为一次潜水事故而被大海吞噬，也没有改变杰克对这片大海的爱。在好朋友恩佐的劝说下杰克参加了潜水大赛，不但赢得了冠军还获得了乔安娜的爱。然而，杰克深知自己放不下对大海的热爱，生活的轨迹已经开始慢慢地脱离杰克的掌控。在恩佐想要打破杰克的纪录而发生意外后，杰克把恩佐的尸体放回大海，他开始产生种种的幻想，觉得自己不属于人类。伴随着爱人那句“去吧，去吧，爱人”的祝福中，杰克转身投入了夜晚深蓝色的海洋之中，在那里他遇见了自由如精灵般的海豚。

影片的色彩主要体现在两个方面，一个是蓝色性格的杰克，一个是蓝天下的大海。

杰克是一个蓝色性格的人。在法语中大海的发音与母亲相似，这个大海承载着他的所有梦想与激情。他本来就是一个寡言的人，在父亲遇难以后他变得更加沉默寡言。外界所有的发生都触动着自己敏感的神经。当父亲最后一次下海的时候，他的敏感成为了现实。在一次次的潜水中，杰克逐渐体会到了生命的真谛。他认为潜水时就是一种滑落的感觉，你在海底的时候必须找个理由使自己浮上来，这时他正与乔安娜热恋，所以这一理由就是她。在好朋友遇难以后，杰克在失眠中幻想到海水呼唤自己回去，回到生命的本真。接连失去亲情、友情的杰克，仅存的爱情已经无法支撑他在这个世界上行走了，于是忧郁的杰克最后选择了回到海洋的怀抱。从中我们可以看出，杰克具有十分丰富的内心体验，对亲情、友情、爱情有着清醒的认识。表达感情的时候，他也只会用失语来表达，即便是在好朋友恩佐失事以后，他也只是抱头痛哭。所有的这一切从侧面烘托出了蓝色性格的杰克身上洋溢着更加浓郁的悲伤。

影片开始用法式黑白来衬托出蓝天下大海的神秘与浩瀚，在对比中显示出深蓝色的海底中弥漫着的死亡气息。同时，在夜晚寂静的月光下，铺满星光的海面出现人与海豚共舞的和谐画面，这动人的光与影促使着人们对这片蓝色的大海进行体验。片中的大海更像是一个生命的本体，它无时无刻不在召唤着杰克回归这个平静的怀抱。恩

佐也是在最后才明白大海不是用来征服而是用来回归的，没有什么能够像大海一样能够洗涤人的心灵，使人心安，所以他才会让杰克把自己的尸体带回深深的海洋之中。这同时也坚定了杰克的回归之心。

传说中有两种人的意识空



间会比一般的人要广，一种人是宇航员，一种是潜水员。大海的深处与广袤的外太空都是深蓝色，或许只有这种蓝色才会让人们更加了解自己，才会让我们更加懂得生命的真谛。

《阳光灿烂的日子》

影片讲述的是 20 世纪 60 年代的北京，生活在部队大院中的孩子们在耀眼的阳光与遍地的红旗中间，度过自己躁动的青春，有激情，有无聊，有爱情，有幼稚，有冒险，也有成长。故事的主人公马小军是一个军属，同伴们都叫他马猴。由于父亲常年在外拉练，没人管教的他结交了一帮所谓的“哥们儿”，找各种方式消遣青春。

整部影片都是以黄色为基调，它们像是一张张泛黄的老照片一样，把人带回到一个金黄色的记忆中。每个青年的心中都会有一片暖软之地，在现实中会有很多痛苦和忧伤，而这种色调的暖软之地可以在一定的程度上抚平我们的创伤。

通过观看这部影片我们就能知道，片中的马小军是个典型的黄色性格的人，这恰恰也与影片的主色调相契合。黄色属于暖色调，在人们过度凝视时会感到心烦意乱，进而产生一种烦躁的心理状态。马小军第一次亮相的台词就是大声的“我操”，可以说，这就已经表现出了他的躁动与不安。当他们一群人骑着老式自行车穿过昏黄太阳洒满大地的北京小巷时，一场关于青春的冒险就已经开始了。

说马小军是个典型的黄色性格的人是因为，他可以为了满足自己不算偷盗的好奇去打磨一把万能钥匙，这也使得他在各种惊险的场合中左右逢源。他首先打开的是爸爸的抽屉，这满足了一个在战争年代里长大的孩子想要当兵的愿望。也是在某天无意的开锁过程中，他发现了一个让他梦魂牵绕的女孩的照片。其后就展现出来了黄色性格的人在确定目标以后坚韧不拔的精神。在渐渐与女主人公米兰熟识的过程中，那股青春的躁动开始呈现出来。他可以为了见到米兰一面把等待的时间延长到天空只剩绚烂的金黄，也可以在大热天的炮楼里面被热气蒸烤，总之，那股湿漉漉的黄色气息开始让他癫狂。当刘忆苦出现的时候，就像是马小军在米



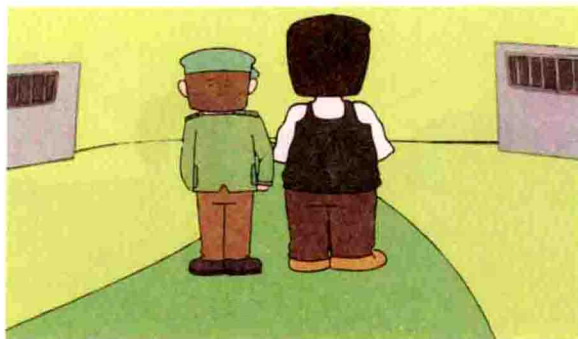
兰的房间因为昏白的日光让他看不清脸面一样，爱情开始变得越来越遥不可及，这种充足的黄色阳光让他迷失了方向。影片在后半段出现蓝色游泳池时，马小军这个黄色性格的人在这冷得让人发虚的池水中感受到了希望破灭的悲凉，原本他想借着米兰送他象征希望的红泳裤来换取最后一搏时，才发现即便是充满张力的红色也会被淹没在整池的蓝色之中。这一幕可以说是对马小军这个黄色性格的人的最好点缀。

影片在最后把所有的铁哥们放在一辆白色轿车里面，他们环顾着白色给他们筑起的高墙，当发现原来在大门口的呆子时，高兴地呼喊旧时的口号，才发现一切早已物是人非。留给天空一个明亮的声响，“傻逼”。这就是他们的青春，只有那些在昏黄阳光里面的日子才是灿烂的日子。

《绿里奇迹》

故事发生在 1935 年美国南部路易斯安那州惨淡肃杀的冷山监狱。在这儿有片 1 英里 (1 英里约等于 1.6 千米) 长的绿地，人们称为“绿里”，它的居民都是死囚。在绿地的另一头，是行刑用的电椅。狱长保罗对于那些走过“绿里”，继而坐在电椅上惨叫毙命的死囚已经习以为常。约翰·考夫利的到来使得这里的一切都变了。考夫利因为谋杀两名幼女而被判死罪，他的体形庞大但是性情却是出奇地平和、敏感而缄默，有的时候还会表现得像个孩子，同时他似乎还具有一种令人感到好奇的神秘力量，渐渐地与周围的人建立了信任感。然而考夫利终要走过“绿里”，接受所谓的惩罚。在这个相貌粗犷的男人即将坐上电椅的刹那，“绿里”上的受到感染人们以不同以往的形式实现了各自生命中重要的跨越。

在监狱里面的人都是希望有奇迹的，唯有奇迹的出现才会让希望变得合理。考利夫没有出现的时候，监狱里是一片的死寂，个个都是被人认为丧失人性的人，没有人能够看到希望。但自从考利夫出现之后，监狱开始变得不再像是监狱，因为他给人们带来了希望。在电影的最后，考利夫已经能够利用证据来洗脱自己杀人的罪名时，他



却放弃了。作为一个给人带来希望的人，他并不希望因为自己的私利而让更多的人承受灾难，可以说他是用自己的死来完成对别人生命的升华。

在影片中，考利夫治好了狱长保罗的病，狱长夫人送给考利夫一个小吊坠，吊坠上的画像是圣克里

斯多福。圣克里斯多福是一位巨人，他曾背着上帝过河，上帝化身为一个小孩坐在他的身上。他问小孩，“你为什么这么重”，上帝回答说，“因为我背负着人世间所有的罪恶”。其实，我们从这里就可以猜出考利夫最后的结局，考利夫在回答别人处罚自己时是这样说的，“你告诉天父，你这是在行善。我知道你很伤心，很烦恼，我感觉得出来。我想做个了断，真的，我好累。我不想再像孤鸟一样单飞，我不想再过没有朋友的日子，我希望有人能告诉我该何去何从，我不想再看到人间的尔虞我诈，我不想每天再承担全世界的痛苦”。世上的痛苦实在太多，像碎玻璃般无时无刻刺痛我的脑袋……他是一个来承受人间罪恶的人，这也就不难理解为什么考利夫会在最后选择离开这充满恶意的尘世。考利夫在临死的时候满脸流着泪水，他并不是害怕死亡，而是这个灰暗的世界让他伤心不已。

绿色无论在世界哪个地方都是生命的象征。在影片中，那片绿色却是通往死亡的小路，但是它也是通往天国的途径，它给了人们一个自我救赎的方向。这些绿色会在监狱的黑暗中放射出一种祥和的光芒，即便人的内心是阴暗的，也会在这片光中找到希望。

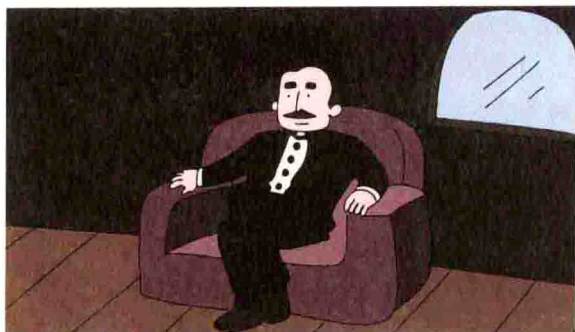
《教父》

《教父》是根据马里奥·普佐的小说改编的电影，主要讲述了柯里昂家族不惜用尽一切的辅助工具来实现自己家族对整个美国地下势力集团独霸控制的详细过程，里面充斥着忠诚与谎言、善与恶、光明与阴暗。

在影片中最醒目的就是那压抑的黑色，这部影片也被认为是摄影师“黑色风格”的代表作。影片刚开始的时候就被整个黑色笼罩着，旁边只有一些微弱的光亮，令人感到压抑。对于第一代教父的出现也是从背面开始，给人一种神秘感；老教父冷峻的表情与迷离的眼神，给以一种若即若离的感觉。还有在医院门口昏黄的灯光中，麦克为颤抖的保镖点烟的时候，特意用火的颜色来对比黑暗中麦克的镇静。

影片中的黑色暗喻了老教父梦想的破灭。在老教父年轻的时候，他想通过自己的双手来实现梦想，但在经过父母亲被杀、丢掉工作时，理想的大门已经关闭。为了能够使自己活下去，他迫不得已走上了黑手党这条道路。影片中的黑色也预示着一个人在经过巨大的挫折以后人生观的改变，这条教父之路也就成为了他生命的分界点。

第二代教父麦克的轨迹与父亲有着相似之处。当看到自己的父亲被人推上死亡之路的时候，他放弃了成为一个州长或是议员的梦想。当老教父听到从不参与家事的麦克为自己报了仇的时候，他脸上的色彩开始慢慢地消退下去。可以说，第二代教父麦克中黑色性格的忍耐让人在无意中就能够体会得到，他不像哥哥那样暴躁、对身边所



发生的事情能够沉着冷静的分析，为了家族的利益自己可以忍受一切。

电影中的黑色还为温情做了一些铺垫。当老教父的女儿康妮结婚的时候，一面是教父办公室的阴暗，一面是室外场地中婚礼现场的白色，这两种的颜色在不断地交叉中让人们有了一种强烈的对比心理。教父

同时还这样说，“想要成为一个好父亲，必须有时时间来陪伴自己的家人”。这都表现出了他心底的愧疚之情和对家庭责任感的重视，而这些都是在黑色笼罩下体现出来的温情。温情也在柯里昂家族出现危机的时候帮助他们一次又一次地转危为安。

在第三部电影的最后，教父的家族想要把自己的生意漂白，影片的色彩也开始绚丽了起来。然而颜色的绚烂并不能说明那个属于阴暗的年代已经一去不复返了，相反它却使得柯里昂家族受到来自不同领域的攻击，也使得亲人们卷入了这场腥风血雨中。

总之，《教父》这部以描述黑色为主题的电影，不管是在人物性格上还是在画面的布局上都会让人觉得十分压抑，剧中的人物在不同的抉择中也承受着内心带来的煎熬。或许只有黑色这种庄严肃穆的颜色才会梳理出每个人在善与恶、忠诚与背叛、卑鄙与高尚中的选择。

《天堂电影院》

《天堂电影院》是意大利著名导演朱塞佩·托纳托雷的“三部曲”之一。电影的主人公是一个叫多多的人，小时候的多多是在与电影院放映师艾费多的交流中成长的。艾费多所扮演的是个引导者的角色，他认为多多是个聪明的孩子，将来必定有一番成就，而这个小镇并不适合他的成长。他不希望多多在几平方米的放映室里度过自己的一生，甚至不惜牺牲掉多多的恋情。直到后来艾费多的去世，多多回到自己成长过的地方，才发现一切都已物是人非，只有那老朋友、母亲、旧日的电影、失落的爱情，成为他生命中剪不断的红线。

影片是在中年的多多听到艾费多去世的消息中开始的。当他听到这个消息的时候，夜空的闪电把整个屋子都照得白亮，往昔的时光也开始渐渐浮现。可以说这道闪电的出现恰到好处，一是能够反映多多在听到自己最为尊敬的人去世时的震惊，犹如一个霹雳；二是这道白光也是那个物质极为贫乏年代的主色调，那个叫作天堂电影院的地方是自己所有回忆的承托点。

片中的多多在电影院工作的时候得到在战争中去世士兵的名单，其中也包括自己的父亲。当母亲牵着他的手走在一片废墟中去祭奠自己父亲的时候，他没有悲痛。这是因为他对父亲全然没有记忆，吸引他的却是贴在墙上那幅具有绚丽色彩的《乱世佳人》的海报。



这不得不说说多多还是一个单纯的孩子，犹如一张白纸。

在多多成为一个小伙子的时候，艾费多与多多坐在台阶上讲述关于士兵等待公主那个无疾而终的爱情故事时，周围的墙是灰白色的，整个镜头由远及近，极大地烘托出此时艾费多对多多未来的忧虑。他的本意是想用这个故事告诉多多：他和银行经理的女儿的爱情是不会有结果的。可是令他没有想到的是，多多竟然用他说的方法打动了她。这堵灰白色的墙在第一时间预言了艾费多的心理，他一方面怕多多因为恋情而耽误了前程；另一方面又希望多多有一段美好的恋情。这也是艾费多矛盾心理的展现。

影片在多多观看艾费多给他的影片集锦中结束。在一片漆黑的环境中，唯独荧幕上画面的光可以让人看清多多在观看影片时那张哭泣的脸，这些影片是多多还是个孩子的时候多次求而不得的，然而现在得到的时候才发现自己失去得更多。艾费多说：“生活不是电影，生活更艰难。”然而艾费多就像是点亮多多艰难生活里的白色荧光一样模糊而又清晰。

总之，影片中讲述的是一个温馨动人的成长故事，它以一座电影院为线串起一个人成长的每寸光阴。故事中没有用绚烂的色彩，白色、灰色是主要的感情调剂器，也是用来表达人们内心的干净与纯洁的一种方式。就像是艾费多对多多说，“你不去走走，你便会觉得这就是你的世界的中心”一样，白色也象征了多多对未知生命的探知。

《楚门的世界》

《楚门的世界》这部电影向我们展现的是一个平凡的小人物是怎样在自己毫不知情的情况下被制造成有名的电视明星，他完全被剥夺了隐私、自由乃至自尊。楚门看上去像是过着与常人一样的生活，但他并不知道生活中的分分秒秒都有部摄像机在对着他，记录着他的一切，更不知道陪伴在自己周围的朋友甚至是妻子都是《楚门的世界》这部戏的演员。当楚门终于发现这个骗局以后，他开始计划想要逃离这里的一切，在

经过几次逃离的失败以后，他并不为所动，毅然走向远方的自由之路。

当楚门用自己的双手去触碰灿烂无比的蓝色天空的时候，他发现那只是一块冷冰冰的墙壁，在云层上面住着操控自己生活达30年之久的克里斯多夫。即便最后离开，楚门也是用微笑的方式，那笑容大概只有克里斯多夫才能明白。

其实，在影片中出现代表虚伪的紫色并不多，它很多的时候只是作为一个虚化的存在。但在《楚门的世界》里，紫色的虚伪可以说是无处不在。他们通过一个个的媒介讯号寻找那些贪婪的眼睛，让人觉得自己的生活就是一场秀，进而对自己经历的一些产生怀疑，紫色把这种心理掩护到极好的位置。

影片中楚门父亲的“再度出现”或多或少地让人感觉到了希望的影子。想想我们在生活中的某些时候都用虚假来填充自己的欲望，而这个“父亲”的出现也正是在向世人传达一种信息。它在告诉我们：有时候即便是虚假的东西，在你相信的时间过久时，它就变为了一种存在，这就是所谓的信以为真。

当然，在影片的最后楚门选择离开生活达30年之久的片场，离开这象征着虚伪的紫色，决心投入滚滚红尘，这样的结尾同样让人觉得十分正常。因为在预设的角色里即便你是一个家喻户晓的明星，但是回到现实中才是真实的人生。前者是没有生命的木偶，后者才是有血有肉的生命个体。

影片在颜色的布局上并没有出现大片的色彩，始终保持在一种平常的视觉中。这也在向观众表明，现实生活中出现这样的情况已经是司空见惯，并不需要进行大肆渲染。想想我们的周围，人们尽力地推动着文明的进程，却在色彩绚烂中让每个人失去了对自我的认识。这就是我们在想把红色和蓝色融合在一起的时候，才发现得到的是虚伪

的紫色。



总之，生活在虚拟世界的楚门会让即便是吝啬的人都会留下几滴同情的泪水。相比我们存在的这个真实的世界，我们可以说是幸运的。因为我们可以真真切切地感受到来自周围或少或多的爱，而不是彻头彻尾的欺骗。

揭露色彩背后的秘密 一眼看穿事物本质

◎巧妙运用色彩心理学◎轻松解决各种难题

随 着社会的发展，色彩在人们的心理上扮演的隐性作用引起了广泛的关注。不可否认的是，我们经常会感受到色彩对心理产生的影响，这些影响总是在不知不觉中左右着我们的情绪与感知：冷色调的室内装潢会让人觉得清爽，暖色调的室内装潢会让人感觉温暖；处于同样距离的汽车，深色的会感觉离得近些，淡色的则感觉离得远些；同样体积的箱子，黑色的会感觉重些，白色的则感觉轻些。

本 书将带你走进色彩的世界，认识色彩与心理学的神秘联系，透过色彩斑斓的表象认识周围的世界并看透背后的真实。帮助你像心理学家一样思考，像设计师一样美化生活，像专家学者一样剖析种种现象，指导自己的行为，解决生活中的各种难题，从而更快地走向成功，尽享幸福的人生。

盛大文学
Cloudary
中智博

ISBN 978-7-5113-4549-3



9 787511 345493 >

定价：29.80元

[General Information]

书名=图解超好玩的色彩心理学

作者=

页数=178

SS号=13575578

DX号=

出版日期=

出版社=

封面
书名
版权
前言
目录
导言

为什么我们的世界是五颜六色的
为什么会有冷色系与暖色系
为什么我可以通过色彩看懂你

基础篇

第一章 红色心理学

红色的杜利奥定理
象征爱情的红玫瑰

第二章 蓝色心理学

为什么普鲁士人喜欢穿蓝色衣服
手术服的蓝绿色秘密
为什么蓝色汽车的事故率高
怒放生命的蓝色风信子

第三章 黄色心理学

凡·高的黄色激情
明朗快乐的黄色向日葵
商店里的黄色奥秘
黄色，与你的健康息息相关

第四章 绿色心理学

绿色，开会时的秘密武器
为什么要找喜欢绿色的人帮忙
找个有绿色的地方去劝人吧

第五章 橙色心理学

想增进食欲，橙色帮助你
橙色为什么会被称为安全色
橙色，社交的色彩

第六章 黑色心理学

黑色，能提高人的忍耐力
黑色，没有风险的优雅

第七章 白色心理学

白领为什么叫白领

白衣服是感冒的天敌
婚纱为什么是白的
圣洁完美的白色百合花

第八章 紫色心理学

紫色为什么是最有创意的
紫色为什么是虚荣的代名词
为什么说紫色是健康色
等待爱情的紫色薰衣草

实践篇

第一章 职场中的色彩心理学

怎样让面试官一眼认定你
缩短心与心之间的距离
怎样保持工作的热情
老板对你有认同感吗
你是否懂得应酬之道
展现自信的一面
学会坚强，控制情绪
不要吝啬你的赞美
道歉中的颜色
应对新、老客户的不同方法
增强自己的忍耐力
怎样赢得上司的好感
让工作更有效
激发大脑的创意
请假

第二章 恋爱中的色彩心理学

颜色与缘分
怎样使异性喜欢自己
怎样把握自己的恋情
约会地点的选择
对约会中等待的看法
约会，你穿什么颜色的衣服
爱情是否处于同一频道
让彼此之间的距离更近一点
恋爱中的情感表达
你是否喜欢旧事重提

情绪会莫名的波动
你是等待还是前行
走出感情失败的泥沼
你会旧情复燃吗
感情的复原时间

第三章 日常生活中的色彩心理学

减肥的色字诀
体育中的色彩秘密
摄影中的色彩知识
提高自己的睡眠质量
被子的颜色也有秘密
你的整理箱是什么颜色
书籍封面上的色彩
你的伞是什么颜色
用色彩来装饰你的家
用色彩来帮你记忆
孩子的绘画色彩你可懂
用颜色引导孩子的成长
色彩中的健康密码
色彩的错觉性与化妆
你的青春属于何种色彩

第四章 设计中的色彩心理学

色彩是需要设计的
产品卖的是颜色
可口可乐与百事可乐的红蓝不容
麦当劳与肯德基的异曲同工之处
迪奥的色彩王国
“自杀之桥”的颜色秘密
你留意过医院的颜色吗
建筑的颜色是有考究的
色彩，商家的秘密武器
你的房子是中性灰吗

第五章 生存中的色彩心理学

苦不堪言的绿色
花草的生存颜色
它为什么叫“变色龙”

鱼类的生存颜色
你见过会变色的鸟没有
军人穿的迷彩服
蘑菇的生存法则

第六章 社交中的色彩心理学

交际，别穿错了衣服
你的职业装够魅力吗
你的颜色是什么
交际中的浓淡相宜
别把眼镜不当一回事
我们不是在谈天气
意犹未尽，该不该发短信
性格色彩决定表达方式

第七章 星座中的色彩心理学

白羊座——鲜活新奇的橙色
金牛座——坚持与真实的黄色和绿色
双子座——激情多变的红色
巨蟹座——神秘不安的紫色
狮子座——强势明亮的金黄色
处女座——完美主义的白色
天秤座——改变与坚持的白色和绿色
天蝎座——深邃安静的黑色
射手座——开朗与好奇的红色和白色
摩羯座——坚定而细腻的黄色和蓝色
水瓶座——出众与敏感的黄色和紫色
双鱼座——无声浪漫的海蓝色

第八章 电影中的色彩心理学

《大红灯笼高高挂》
《碧海蓝天》
《阳光灿烂的日子》
《绿里奇迹》
《教父》
《天堂电影院》
《楚门的世界》

封底