

# 《于西蔓》

## 图书基本信息

书名：《于西蔓》

13位ISBN编号：9787538571905

10位ISBN编号：7538571906

出版时间：2013-3

出版社：于西蔓、洪雪 北方妇女儿童出版社 (2013-03出版)

作者：于西蔓

页数：184

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 前言

西蔓寄语：因为职业关系，我在平常跟朋友的相处中，常把穿衣打扮的技巧讲给他们听，性随心愿，渐渐就成了习惯。后来经常听到身边朋友的一些怨言，当然，除了倾诉减肥的痛苦，多是抱怨：“某种品牌的衣服穿不了了，不适合我。”“那条波西米亚风格的长裙真好看，可我就是穿上不行。”“某某品牌店又打折了，可我穿上他们家的衣服像老阿姨。”……这些抱怨乍听之下好像都有道理，但细思之下，却也并非如此。其实对这些抱怨，我真正想要建议的只有一句：你要先诊断自己的形象，才能塑造出来呀！形象是什么？形象是一个人内在、外在的综合体现。每个人天生的形象已然不同，再加上后天的涂脂抹粉、时间的磨砺，更添复杂。一个原本可能是前卫风格的人，经过社会角色的塑造、环境的打磨，渐渐就有可能变成典雅风格的人，更何况还有肤色的复杂改变，多种因素影响。所以，形象塑造是一件需要科学研究、诊断的事情。事实上，这是一门高深的学问。我从1998年成立西蔓色彩以来，至今已经过去了15年。15年来，我的愿望从未改变，那就是解决国人的形象问题，为国人提供形象咨询诊断服务。我常想将西蔓色彩的专业知识普及给大家，之前做过一些努力，出版过几本有关美丽形象的书籍。但之前的书籍可能更注重从文化和习俗的角度来说明扮靓问题，对于基本的扮靓技巧和实用的扮靓知识并没有涉及太多，缺少从实用和技巧的角度进行阐述。对普通大众来说，这本书突出系统性和实用性，结构简明扼要，内容详细实用，对于自我诊断极有好处。你是什么风格的人——浪漫型、前卫型、优雅型？你想穿成什么样的风格——异域型、自然型、戏剧型？在不同的场合下，你又穿什么样的衣服合适呢？这本书将对这些最实用内容和技巧给予详细地分析和指导。让中国人漂亮起来，一直是我，也是西蔓色彩的梦想。愿这本书能带给爱美之人一份惊喜，让爱美的人真正了解自己、突破自己，实现美的升华。同时，深切地希望这本书的出版，能让中国人在形象塑造方面又前进一步。

# 《于西蔓》

## 内容概要

《于西蔓:测出你的最美形象》内容简介：中国色彩咨询业、形象咨询业的创始人、著名形象指导专家于西蔓，发明的属于中国人的“个人形象规律分析系统”、款式风格实用诊断技术等众多技术理论，在实际生活中的运用。《于西蔓:测出你的最美形象》源于“中国人形象规律分析系统”，教会你36个扮靓绝招，于西蔓女士亲自指导，根据自己的肤色、发质、体型、脸型、性格特征等，选择最适合你的服饰和妆扮，在不同的场合，都能体现出你的优雅和知性。

# 《于西蔓》

## 作者简介

于西蔓，著名形象专家、色彩专家。“美育中国”倡导者。

现任北京西蔓色彩文化发展有限公司董事长、中国流行色协会副会长、全国市长培训学院客座教授、北京市东城区政协委员。

1998年海外归国后创业，培育出权威形象服务品牌“西蔓色彩”。多年来抱着“美育中国”的理念，为明星主持、政商各界人士提供私人形象服务；在著名学府、企业及政府主办的市民文化大讲堂演讲，强化人们对视觉资产的科学与文化价值认知；开办“西蔓时尚教育”，输出近2万名形象顾问、家居美化顾问、色彩搭配师、陈列师等，成为视觉美化领域重要的人才输出基地；率领环境色彩设计专家团队，为北京、大同、长沙、无锡、伊春、徐州、烟台、福州、泉州等众多城市进行城市色彩规划，为政府美化城市景观提供了诸多科学管理工具，其理念与业绩广受大众与媒体的欢迎与赞誉。

## 书籍目录

### 西蔓寄语

#### Part1 西蔓形象新观点

- 1 你的形象会说话
- 2 形象是诊断出来的，不是设计出来的
- 3 什么是自然形象，什么构成了自然形象
- 4 人人都是“素材型”美女
- 5 尝试突破，改变风格

#### Part2 测出你的自然形象

- 1 为什么一定要知道自然形象
- 2 知道点色彩基础知识
- 3 知道点风格基础知识
- 4 自然形象诊断三要素

#### Part3 测出最适合你的色彩

- 1 测出适合你的服装色彩的冷暖基调
- 2 测出适合你的服装色彩的深浅基调
- 3 测出适合你的服装色彩的艳柔基调

#### Part4 测出适合你的服饰风格定位

- 1 测出你的服饰风格
- 2 知道点不同风格定位的服饰搭配规律
- 3 知道点不同风格定位与图案的关系
- 4 知道点不同风格定位与材质的关系

#### Part5 让你宜时宜地，完美出镜

- 1 魅力十足的约会装扮
- 2 大方得体的职场装扮
- 3 活力四射的运动装扮
- 4 优雅醒目的派对装扮
- 5 轻松舒适的假日装扮

#### Part6 尝试突破吧，发现另一个你

- 1 前卫型的你这样突破
- 2 浪漫型的你这样突破
- 3 典雅型的你这样突破
- 4 戏剧型的你这样突破
- 2 于西蔓：测出你的最美形象
- 5 清新自然型的你这样突破
- 6 异域自然型的你这样突破

#### Part7 扬长避短形象塑造法

- 1 让大脸显小的发型、穿衣、化妆法
- 2 显瘦穿衣法
- 3 显高穿衣、造型法
- 4 让颈部显得修长的穿衣、造型法
- 5 神奇的“减龄”穿衣法
- 6 “妆”出无龄感

#### TIPS：专业化妆师都在用的小道具

#### Part8 衣橱整理大作战

- 1 完美衣橱应该是什么样
- 2 三个小技巧，打造你的完美衣橱
- 3 科学方法教你收纳各类服饰

# 《于西蔓》

后记

于西蔓：女人是后天成为女人的

## 章节摘录

版权页：插图：艳基调人在挑选饰品时，以选择靓丽有光泽的金属为主，这类型人特别适合白色饰品，各类颜色艳丽的宝石色彩均适合选择。艳基调人在化妆时，适合对比分明的眼线、饱和的眼影颜色、艳丽的口红色彩。头发的染色适合分明的黑色和艳丽的紫红色、紫蓝色等。这种风格的造型可以给人带来一种华丽、性感、热情的感受，故此形成了一种极具成熟女性魅力的风格。这一风格通常被应用于庆典场所的装饰和女性礼服的设计上。不过，由于近几十年来中性形象受到广泛欢迎，这种纯粹女性化的风格在服饰上已不多见了。典型图案：中型偏曲线型，量感由中到大，排列规则，如柔美的字母、花草、动物皮纹、柔美的抽象图案等。但不宜采用大自然的图案，要用看起来华丽、优美的图案，如佩兹丽螺旋纹，这种图案给人的感觉非常华丽。浪漫型风格不适合几何图案的装饰。浪漫型服饰中图案的表现很强，图案大小与个人身高有关。

### 后记

“女人，不是生为女人，而是后天成为女人的。”多年前看见这句话时，我只有一个淡淡的印象。直到有一天，当我在餐厅里遇见一位让我几乎忘了呼吸的女性时，我第一次震撼地读懂了它。六十多岁的样子，蓬松的白发，细微而精致的妆容，银灰色套装，宝蓝色丝巾……其实是极其平常的装束，但从她身上散发出的强烈的女人气息却使她看起来有着惊人的美丽。看得出，青春早已脱离她的肉体并迅速而无情地逃走了，但她内涵与外延的完美结合告诉我，她应该从小到大始终都在关注品位和情趣。此时，她一生守护的品位结晶已遍及全身的每个角落，甚至每个细胞都是上品的，终于使她成为超越了年龄的绝美之人。圣罗兰说：“优雅从十七岁开始。”夏奈尔的话更直接：“必须总是正式地穿好衣服、化好妆，牛仔裤绝对不行，因为你也许会在第一个拐角遇到你命运中的男性。”女人的气质和品位也许就是这样，是需要花费一生中的每分每秒来领悟练就的。尽管时过境迁，如今的牛仔裤可以在任何场合闪亮登场，但漂亮的时装若不能有气质品位融入，使之与其浑然一体，美丽便很空洞。现代女性注重个性的张扬，稍不注意就容易忘了关注优雅。其实，每天必做的打扮自己的程序，都是气质与品位的累积。只要留意这种积累，必然会形成一种厚积薄发的格调，为你带来至高无上的美丽。即使每天工作很累，还有年龄恼人地增长，在心里，我始终感激那位素不相识的女士，是她让我知道了女人必须要真心实意守护到底的东西。对于喜爱并关注时尚的女性来说，“色彩顾问”并不是陌生的字眼。然而对于色彩顾问的高明之处，却很少有人能说得完满。除了爱情婚姻，女人一生的焦虑，扮靓的烦恼似乎占据了最大空间。有的人衣柜里满满当当，临出门时却觉得无衣可穿；有的人看着商场里五颜六色的服装，却苦于找不到适合自己的颜色；还有的人试过许多美发厅，却始终搞不清楚适合自己的最佳发型。怎样才能扮靓的路上少走弯路，尤其是在关键的时候尽展魅力呢？色彩顾问告诉我们：只要了解到自己所适合的色彩，就能轻松拥有美丽和品位。



## 《于西蔓》

### 编辑推荐

《于西蔓:测出你的最美形象》编辑推荐：于西蔓：先诊断自己的形象，才能塑造出最美的自己。《于西蔓:测出你的最美形象》突出系统性和实用性，结构简明扼要，内容详细实用，对于自我诊断极有好处。你是什么风格的人？你想穿成什么样的风格？在不同的场合下，你又穿什么样的衣服合适呢？《于西蔓:测出你的最美形象》将对这些最实用的内容和技巧给予详细地分析和指导。央视主持人私人形象顾问、中国顶级形象管理专家于西蔓最新力作。于西蔓亲自指导，让你的形象价值百万。首次将“西蔓美丽观点”“西蔓美育观点”与实践完美结合。中国人色彩规律分析系统，适合中国女性的体貌特征，“先测试，后搭配”，给你穿衣搭配、妆扮的最实用的36大方法。

## 《于西蔓》

### 精彩短评

- 1、对形象顾问了解了一个初步框架，发现自己的盲点是：对色彩定义色的视觉显现感弱。所以这本书也指引着自己接下来往色彩这块挖掘。
- 2、虽然和她出的前几本书有重复，但做为新读者，还是很有用的。
- 3、专业性强 读过之后也是一知半解 不实用诶
- 4、妈妈最近研究这些知识
- 5、色彩美学也是知识范畴中的一种，认识西蔓还是由其色彩开始，感谢她的多彩点亮了我的生活
- 6、这本书的页面设计很赞，而且图形结合，很不错的一本书
- 7、不错，西蔓老师很不错很优秀
- 8、通篇含含糊糊，没有什么可行性
- 9、我学过色彩，这本书超垃圾，买了就会后悔！建议不买
- 10、太浅了，写得。没有看出有多少专业的成分在里边。尽管作者是专业人士，但在这个书里没有得到很好的体现。
- 11、色彩搭配的书这么多，最终选了这本无非是因为西蔓老师的名气。结果让人失望，书名叫“测出你的最美形象”，结果关于“测”的部分很简单的带过了，还是不知道自己属于什么类型，后面的搭配又有什么意义。而且搭配的介绍也就是简单的框架，不细致，看和没看差不多。
- 12、书很不错，值得推荐哦

# 《于西蔓》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)