

<<察顏觀色>>

图书基本信息

书名：<<察顏觀色>>

13位ISBN编号：9789868771277

10位ISBN编号：9868771277

出版时间：順達文化事業有限公司

作者：黃亞男 著

页数：264

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：<http://www.tushu007.com>

<<察顏觀色>>

前言

那些在我們眼前晃動的斑斕、璀璨、淡雅的色彩，在愉悅眼睛的同時，也帶給我們歡欣、沉鬱、喜悅、低落。

那些每天從我們身邊走過或與我們朝夕相處的人，他們都有著各自的人格和心理活動。

如果說色彩和九型人格是生活中的潮流色，那麼心理學就是我們的經典色，當把它們調和在一起的時候，就成為人們在當下清醒地讀懂自我、看懂他人的三件法寶。

第一件，色彩。

在這一部分，本書從色彩帶給我們的身心快感、色彩與健康的關聯、色彩賦予男女情愛的基調，以及人脈職場諸多方面切入，從穿著打扮、心情調適、家庭理財等細節的梳理中，揭示色彩對我們生活的切實影響。

第二件，九型人格。

「江山易改，本性難移」，人格如同一雙隱形的槳，雖然摸不著、看不到，但左右著我們的命運之舟。

在這一部分，你會看到為什麼有人愛猜忌，有人愛嘮叨，有人容易悲傷沮喪，有人容易事事拋腦後。它會告訴你，如何使自己的人格優勢發揮到極致，又如何能讓自己規避不良性格帶來的糟糕局面。

第三件，心理學。

你也許會問：心理學是讀心術嗎？

現在社會上那麼多見死不救的，這跟人們的心理有何關係？

不要著急，當你看到對此的解讀後，你就能輕鬆找到答案，明白其中的原因。

當然，其他繁雜社會事件當中，同樣有著心理學的身影。

心理學猶如燭光一點，讓你透過現象看本質，讓你知曉事物的根源，掌握應對的方法。

色彩學、九型人格是對生活表相的分析，而心理學是在生活表相的基礎上，透視更為深層的內因——我們如何受到色彩的影響，如何揭開人們的性情面紗而認清其真面目。

心理學不僅是為了讓讀者掌握更多的知識，也是對色彩和九型人格內容的映照。

生活難免一葉障目，我們未必事事皆明，故而探尋一種清晰而確切的心理認知，就顯得尤為重要。

期待這本書能讓讀者從中享受讀人、識人、體驗生活、感知社會的暢然快感。

試閱 查膚色，辨疾病 皮膚的顏色，因年齡、日曬程度以及部位的不同而有所區別，主要由三種色調構成：黑色有深淺，由皮膚中黑色素顆粒的多少而定；黃色有濃淡，取決於角質層的厚薄；紅色的隱現，與皮膚中毛細血管分布的疏密及其血流量的大小有關。

觀察皮膚顏色的變化，對判斷疾病有很大幫助。

一般正常的人皮膚是紅潤的，如果一個人的膚色，在短期內發生較大變化，並排除了正常的外來影響，就要考慮疾病發生的可能性。

下面就讓我們一起，從皮膚的顏色開始，看看我們身體中可能存在哪些危機。

1.皮膚蒼白 貧血者往往有不同程度的皮膚蒼白。

寒冷、驚恐、休克或主動脈瓣關閉不全等，通常會導致末梢毛細血管痙攣或充盈不足，使皮膚蒼白。雷諾氏症後群、血栓閉塞性脈管炎等疾病，因肢體動脈痙攣或阻塞，也會表現為肢端蒼白。

2.皮膚發紅 皮膚發紅，是由於毛細血管擴張充血、血流加速以及紅血球數量增多所致。

在生理情況下，見於運動、飲酒時；疾病情況下，見於發熱性疾病，如大葉性肺炎、肺結核、猩紅熱等，以及某些中毒，如阿托品（Atropine）等藥物中毒；紅血球數量增多，如真性紅血球增多症等，也會引起皮膚發紅。

3.皮膚呈櫻桃紅色 十有八九是一氧化碳或氰化物中毒。

一氧化碳中毒的病人，其血紅蛋白與一氧化碳結合成碳氧血紅蛋白，失去攜氧能力，造成機體缺氧。當碳氧血紅蛋白達到30%～40%時，病人的皮膚就會呈櫻桃紅色。

4.皮膚暗紫 由於缺氧，血液氧合血紅蛋白含量升高。

當還原血紅蛋白升高到每一百毫升血液五克以上時，血液就會變成暗紫色，此時病人的皮膚、黏膜出

<<察顏觀色>>

現青紫。

皮膚出現暗紫的情況，常見於重度肺氣腫、肺源性心臟病、發紺型先天性心臟病等。

5.棕色或紫黑色 多半為亞硝酸鹽中毒。

腸道細菌能將硝酸鹽還原為亞硝酸鹽，亞硝酸鹽是氧化劑，能奪取血液中的氧氣，使血紅蛋白失去攜氧能力，從而造成組織缺氧，使低鐵血紅蛋白變成高鐵血紅蛋白，血液就變為棕色或紫黑色，患者的皮膚黏膜呈現泛青紫色的情況。

6.皮膚發黃（黃染） 當血液中膽紅素濃度超過34.2微毫克／升，皮膚、鞏膜、黏膜就會發黃。食用過多胡蘿蔔、南瓜、橘子汁等食品飲料，也會使血中胡蘿蔔素含量增多，當超過2500毫克／升時，即導致皮膚黃染。

長期服用帶有黃色素的藥物，如阿的平（atabrine）、夫喃（furan）類藥物等，亦可導致皮膚黃染。

正確區別皮膚發黃的程度及發生的部位，可以鑒別是否患有疾病及疾病的嚴重程度：胡蘿蔔素含量過多，皮膚黃染發生在手掌、足底、前額及鼻部皮膚，一般不發生於鞏膜和口腔黏膜。

黃色素過多，以角膜緣周圍最明顯，離角膜緣愈遠，黃染愈淺。

溶血性黃疸患者的皮膚常呈檸檬色。

黃綠色或褐綠色，常為持久的肝內膽汁淤積、肝內或肝外膽管梗阻所致。

橙黃色常見於重症肝炎。

皮膚黃染進行性加深多為胰頭癌、膽管系統癌腫或原發性肝癌。

7.色素沉澱 肝硬化、肝癌晚期、黑熱病、瘧疾，以及服用某些藥物如砷劑、抗癌藥等，亦可引起程度不同的皮膚色素沉澱。

僅在口唇、口腔黏膜和指、趾端的掌面，出現小斑點狀的色素沉澱，往往見於胃腸息肉病。

看面色，知病變 古有「望面色，審苗竅」之說，即從面相可辨疾病。

那麼該如何根據自己的面相，審視其中透露出的疾病資訊呢？

1.面色蒼白 「心主血脈，其華在面。

」面色蒼白是血氣不足的表現。

一般情況下，面色淡白多是氣虛的表現，如果淡白的臉上缺乏光澤，或者是黃白如雞皮一樣，則是血虛的症狀。

另外，體內有寒、手腳冰涼的人，也會面色蒼白，這是陽虛在作怪，這樣的人需要多運動，運動生陽，對改善陽虛很有效果。

熱水泡腳和按摩腳底的湧泉穴，效果也不錯，飲食上應多食用紅棗、紅糖等。

2.面色發青 肝在五行當中屬木，為青色。

面色發青的人，多見於肝膽及經絡病症，多是陰寒內盛或是血行不暢。

天氣寒冷的時候，人的臉色會發青，這是生理反應，只要注意保暖就可以了。

如果並非處在寒冷的環境中，臉色還發青，就是肝腎的病了。

經常喝酒的人也常臉色發青。

3.臉色土黃 臉色土黃的人，一般有懶動、偏食、大便不調等症狀，這時應注意健益脾胃，而捏脊可以督一身之氣、調理臟腑、疏通經絡，對於改善脾胃有很好的效果。

從面相就可以看出健康狀況，我們平時一定要注意觀察，關注自己的健康。

鼻子的顏色可報疾病 中醫裡有「上診於鼻，下驗於腹」的說法，可見在中醫面診中，鼻子具有很大的價值，有「面王」之稱。

鼻子位於面部正中，根部主心肺，周圍候六腑，下部應生殖。

所以，鼻子及四周的皮膚色澤，最能反映五臟六腑的疾病。

鼻子在預報脾胃疾病方面尤其準確。

病人出現噁心、嘔吐或者腹瀉之前，鼻子上會冒汗或者鼻尖顏色有所改變，一些容易暈車的人，感覺會比較明顯。

如果鼻梁高處外側長有斑痣或者色素痣的話，說明膽先天不足，這是因為鼻梁是膽的反射區。

如果這些部位出現了紅血絲，或者年輕人長了青春痘，再加上早上起來嘴裡發苦，多半就是膽囊有輕微的炎症了。

<<察顏觀色>>

如果鼻子的色澤十分鮮明，這說明脾胃陽虛、失於運化、津液凝滯。就是說，患者的脾胃消化功能不好，水汽滯留在胸膈，導致四肢關節疼痛。

如果鼻頭發青，而且通常伴有腹痛，這是肝氣疏泄太過，橫逆沖犯脾胃，影響了脾胃的消化功能，應服用一些瀉肝膽和補脾胃的藥。

如果鼻尖微微發黑，這說明身體裡有水汽，是「腎水反侮脾土」的表現。本來應該是土克水，結果（腎）水反過來壓制住了（脾）土，水汽肆虐，以致腎的黧色出現在臉上。

如果鼻子發黃，這說明胸內有寒氣，脾的黧色出現在臉上。這樣的人，體內中陽不足，脾胃失於運化，吃下去的冷食或者涼性食物積聚在脾胃，這些寒氣上升又影響到了胸陽，所以寒氣就滯留在臟腑中。

如果鼻子發黃，但光澤明潤，那就不必擔心了，這是即將康復的好兆頭。

嘴唇是疾病的「信號燈」，許多人都不太注意保護自己的嘴唇，更沒有給嘴唇足夠的重視。其實，嘴唇的作用非常重要，它不僅能為一個人的外貌增色添彩，還能反映出一個人的身體是健康的，還是有病的。

正常人的嘴唇紅潤，乾溼適度，潤滑有光，如果健康被破壞，嘴唇的色澤就會發生變化。

1. 嘴角裂紋 嘴角裂紋常常是在有神經性皮炎的情況下出現，也可能是嘴唇受到了酵母菌感染，患糖尿病時就會出現這種現象。

缺乏維生素C，會影響結締組織和皮膚的再生，嘴唇也會出現裂紋。

2. 嘴唇蒼白 正常情況下，嘴唇的顏色應該是健康的深紅色。如果一個人的嘴唇經常是蒼白的，可能意味著貧血，這種現象在女性中比較普遍。

3. 嘴唇發黑 消化系統異常、食欲不振、便秘、腹瀉、腹脹時，嘴唇會呈黑色。嘴唇上出現黑色沉澱、深色斑，可能是慢性腎上腺皮質功能減退或消化道長息肉，亦有感染梅毒之可能。

4. 嘴唇青紫 血液循環不佳所致，易患心臟病、貧血，有中風的傾向。極度寒冷時，身體末梢血液循環不良，嘴唇也會呈現青紫色。

5. 唇色深紅 心臟衰竭缺氧或罹患肺病時，嘴唇會呈深紅色。

6. 雙唇厚薄有別 上唇較薄的人，先天心臟較弱；下唇較薄的人，先天胃部較弱。

7. 口唇潰爛 口角部位疼痛、潰爛，顯示患了口角炎。右口角潰爛，應該戒酒，飲食儘量清淡；左口角潰爛，戒吃零食，少吃甜食。

8. 嘴唇附近起水皰 可能患有慢性胃病或肺炎。嘴唇腫大、起皰、滲液，也可能是化妝品所引起的唇炎。

9. 唇緣長顆粒 嘴唇四周長顆粒，表示飲食攝取過多糖分，應該節制。罹患肺炎、胃病時，唇邊也會長出小顆粒。

不要認為嘴唇只是外觀上的問題，對於健康來說，嘴唇具有無可替代的價值，所以，好好保養你的雙唇吧！

<<察顏觀色>>

內容概要

透過色彩 洞悉人心 本書從色彩帶給我們的身心快感、色彩與健康的關聯、色彩賦予男女情愛的基調，以及人脈職場諸多方面切入，從穿著打扮、心情調適、家庭理財等細節的梳理中，揭示色彩對我們生活的切實影響。

<<察顏觀色>>

書籍目錄

前言 一、認識色彩光與色之謎 色彩原理 什麼是色盲 色彩物語 測一測：你最喜歡什麼顏色 二、有趣的色彩科學色彩和溫度的奇妙關係 色彩的「縮放魔法」 用色彩調節神經 色彩對注意力的干預 光線不同，色彩不同 夢見色彩的寓意 測一測：他是你的什麼人 三、從頭到腳的色彩魅惑彩妝巧搭配 選擇適合你的髮色 繽紛指甲油 服裝色彩搭配 測一測：愛情的顏色 四、新健康課堂，學色彩療法色彩與人體健康息息相關 暖色的健康能量 冷色的健康能量 食物色彩不同，抗病能力不同 色彩的減肥方 有益健康的居家裝潢顏色 測一測：你的靈魂是什麼顏色 五、健康指示色查膚色，辨疾病 看面色，知病變 鼻子的顏色可報疾病 嘴唇是疾病的「信號燈」 舌頭是疾病的窗口 耳朵顏色異常預示疾病 測一測：你會選擇什麼顏色 六、揭祕性格色彩心理學什麼是性格色彩 性格色彩心理學起源：從希波克拉底到榮格 四類色彩性格的著名代表人物 性格色彩偏激的可怕後果 性格色彩可以改變嗎 四種顏色標示四類面孔 性格色彩和十二星座 測一測：找找你的性格色彩 七、四色性格特點紅色性格者 黃色性格者 藍色性格者 綠色性格者 測一測：哪種色彩美景是你的最愛 八、女人秀色紅色女人：熱烈綻放的花朵 黃色女人：不需要冠冕的女王 藍色女人：愛情是一簾幽夢 綠色女人：溫柔是一種力量 測一測：男人眼中的你形象如何 九、男性魅色紅色男人：世界是我的遊樂場 黃色男人：把自己變成傳奇 藍色男人：嚴謹的魅力 綠色男人：笑容最舒展的男人 測一測：女人心中的你魅力如何 十、改變心情暗色調別讓紅人的熱情成為浮躁 黃人如何抑制暴脾氣 探尋藍人壞情緒的源頭 小心綠色情緒氾濫帶來的消極情緒 測一測：你是情緒地雷拆解高手嗎 十一、愛情調色板失戀的紅人怎麼辦 學黃人打一場轟轟烈烈的求愛仗 藍人們莫待花落空折枝 綠人的愛是淹沒在沙中的珍珠 測一測：戀愛中的你容易遇到什麼麻煩 十二、人脈配色圖紅人怎樣維持已有人脈 黃人不要讓人際關係太緊張 遮掩起心中那抹羞怯的藍 綠色性格的人也會說「NO」 測一測：你算得上一個交際高手嗎 十三、職場警示色紅人要戒除的不良心態 黃人怎樣走出攀比的誤區 不擅長溝通的藍人怎麼辦 有擔當的綠人才有前途 測一測：你有沒有被炒魷魚的危險 十四、理財指示燈紅人視賺錢為遊戲 黃人樹立長遠的致富意識 藍人運籌帷幄，金錢盡在掌握 好人緣助財運的綠人 測一測：財神何時到你家

<<察顏觀色>>

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:<http://www.tushu007.com>