

kurs dla tych,  
którzy chcą  
odnaleźć  
swój styl

# analiza kolorystyczna

Stina Lönnkvist



kurs dla tych,  
którzy chcą  
odnaleźć  
swój styl

# analiza kolorystyczna

Färganalys. En modern handbok för att hitta dina bästa färger

**Stina Lönnkvist**

przełożyła Agata Teperek

JEDNYM SŁOWEM  
**znak**

Kraków 2026

# Spis treści

Przedmowa 4

## 1

Wstęp 6

Poznaj nowoczesną analizę kolorystyczną, układ tej książki oraz moją filozofię mądrego doboru kolorów.

## 2

Teoria koloru w analizie kolorystycznej 20

Zrozum, czym są kolory i ich wymiary, oraz poznaj koło pór roku i system dwunastu podtypów.

## 3

Przeprowadź własną analizę 36

Znajdź swoją porę roku dzięki przystępnej instrukcji krok po kroku i praktycznemu narzędziu – planszom kolorystycznym.

# 4

## Dwanaście podtypów pór roku 76

Poznaj bardziej szczegółowo cechy charakterystyczne każdego z dwunastu podtypów pór roku i najlepsze dla nich kolory.

# 5

## Stylizowanie i styl 182

Stwórz garderobę, w której kolory – dzięki sztuczkom modym, właściwemu doborowi materiałów i sprytniej stylizacji – pracują na twoją korzyść.

# 6

## Makijaż i włosy 206

Zrób piorunujące wrażenie od czubka głowy po palce u stóp dzięki odcieniom i technikom najlepszym dla twojej pory roku.

## Zakończenie 234

Krocz dalej przez świat kolorów wyposażona w sprytnie narzędzia, wskazówki i refleksje.

## Przedmowa

Stałam w sali reprezentacyjnej sztokholmskiego ratusza i za chwilę miałam odebrać dyplom ukończenia Wyższej Szkoły Handlowej. Obowiązywały odświętne stroje, zdecydowałam się więc na wersję Hollywood glamour: długa czarna suknia, czerwona pomadka i mocny makijaż oczu. Już w chwili, gdy wchodziłam do ratusza, czułam się nieswojo, chociaż mój look był przecież elegancki. Kiedy potem oglądałam zdjęcia, ledwie mogłam się poznać. Miałam wrażenie, że zamiast stylowo i olśniewająco, wyglądam blado i jakbym była przebrana. Dużo później zrozumiałam, że to nie ze mną było coś nie tak – po prostu wybrałam niewłaściwe kolory.

Zresztą to nie po raz pierwszy nie udało mi się odpowiednio dobrać stroju. Zawsze uwielbiałam modę, często jednak kopiowałam to, co w danej chwili uchodziło za modne lub w czym komuś innemu było do twarzy. Rzucałam się na kolory danego sezonu i mam na swoim koncie wiele zakupów, które na dłuższą metę okazały się porażką, robiłam sobie makijaże, w których wyglądałam, jakbym się wybierała na bal przebierańców, a nie na przyjęcie, i walczyłam z klasycznymi ubraniami *must have*, które kompletnie do mnie nie pasowały.

Wszystko się zmieniło, kiedy odkryłam analizę kolorystyczną. Moje zainteresowanie nią rosło, a wkrótce przemieniło się w pasję, i szybko się zorientowałam, że nie ja jedna mierzę się z takimi wyzwaniem. Od tamtej pory pomogłam dziesiątkom tysięcy osób wybrać najlepsze dla nich kolory i widziałam, jak dzięki temu wiele z nich nabrało pewności siebie, zyskało radość życia i stało się mądrzejszymi konsumentami. W moim świecie kolorów nie ma żadnych reguł ani przymusu, to pełna odkryć podróż, która da ci moc dokonywania właściwych wyborów. Wyrusz w nią ze mną!



# Wstęp

Gdzieś w głębi twojej szafy wisi bluzka. Na pewno wiesz, o którą mi chodzi. O tę, która tak pięknie wygląda... na wieszaku. Rozmiar w zasadzie jest idealny, krój też dokładnie taki, jak chciałaś. Mimo to włożyłaś ją tylko raz, dwa lata temu. Coś ci w niej nie leży, coś, czego nie umiesz nazwać. Za każdym razem, kiedy otwierasz szafę, bluzka patrzy na ciebie wyzywająco. Nie chcesz jej jednak sprzedawać, bo przecież jeszcze kiedyś ją włożysz. Na pewno. Może latem, kiedy będziesz muśnięta słońcem. Gdy będziesz miała umyte włosy i kupisz nowe cienie do powiek. Kiedy będziesz w odpowiednim nastroju, na dworze będzie ciepło, a gwiazdy znajdą się we właściwym układzie i...

Ja też mam taką bluzkę. Szczerze mówiąc, nawet kilka. I sukienek, i koszul. Niezależnie od tego, o jaką część garderoby chodzi, brutalna prawda zawsze jest taka sama: to nie było dla mnie. Być może ta bluzka tylko wisi w twojej szafie, bo jej kolor nie jest dla ciebie najszczęśliwszy. Z pewnością jest bardzo ładny, ale po prostu nie twój.

## Ostrzeżenie!

Jeśli będziesz czytać dalej, grozi ci opętanie... albo co najmniej złapiesz bakcyla! Kiedy raz otworzą ci się oczy na analizę kolorystyczną, nie sposób już będzie tego odzobaczyć - kolory pojawią się wszędzie. To trochę jak dostrzeżenie tajnego systemu - wszystko nagle się ze sobą łączy i do siebie pasuje. Może nie do końca przypomina to przejście z odbierania świata w czarno-białych barwach do kolorowej wersji, ale na pewno jest jak zupełnie nowe spojrzenie na kolory. I możesz mi wierzyć, kiedy już zobaczysz to światło (lub dokładnie mówiąc: barwy), nie zechcesz zejść z tej drogi. Odtąd już zawsze będziesz analizować ubrania koleżanek, osób w pociągu, na plakatach reklamowych albo w serialach telewizyjnych. Moja rada - zaraż tym bakcylem kilka przyjaciółek albo członków rodziny, byście mogli o tym dyskutować!



Jeśli historia z bluzką w szafie cię nie dotyczy, to może rozpoznasz się w którejś z przedstawionych poniżej sytuacji:

- Kupujesz coś w najmłodniejszym kolorze sezonu i czujesz, jak w tym giniesz.
- Kupujesz ubranie, o którym mówiła influencerka, ale wcale nie wygląda na tobie tak świeżo i elegancko jak na niej.
- Jesteś obsypywana komplementami, gdy masz na sobie określoną rzecz, i nie rozumiesz dlaczego.
- W szafie masz ubrania, które nosisz tylko wtedy, kiedy jesteś zrobiona na **fit-top**.
- Testujesz nowe trendy w makijażu, ale czujesz się jak przebrana i coś ci nie gra.
- Masz wrażenie, jakbyś próbowała się ukryć w czerni i beżu, bo nie wiesz, jakie kolory do Ciebie pasują.

Jeśli któraś z powyższych sytuacji wydaje ci się znajoma, to masz w ręce właściwą książkę. Bo rozwiązaniem może okazać się właśnie analiza kolorystyczna.

Po przeczytaniu tej książki nie będziesz musiała błyskawicznie podążać za trendami, stale porównywać się z innymi ani stać skonsternowana przed swoją szafą zavaloną rzeczami, których nie nosisz. Czeka cię wiele momentów olśnienia, kiedy odkryjesz, co nie jest dla Ciebie i dlaczego. Bardziej docenisz swój wygląd, bo się dowiesz, jak podkreślić swoje niepowtarzalne cechy, zamiast starać się je zmieniać, żeby wyglądać jak ktoś inny. Znajdziesz swoją wyjątkową paletę barw – odcienie, w których ci do twarzy i które sprawiają, że nagle poczujesz się całkiem inaczej w swoim ubraniu. Kiedy odkryjesz kolory, które działają na twoją korzyść, a nie przeciwko tobie, będziesz czuła się świeższa, pewniejsza siebie, a do tego zaoszczędzisz czas, miejsce w szafie i pieniądze. Poza tym będziesz się świetnie bawić. Dużo obiecuję, wiem, ale biorę pełną odpowiedzialność za te słowa. Na własne oczy widziałam bowiem taką przemianę u wielu osób. W wypadku niektórych chodziło o kilka drobnych poprawek w ich garderobie, u innych była to niemal całkowita transformacja. Być może marzy ci się lepiej przemyślana garderoba albo może po prostu chcesz czuć się ładniejsza, kiedy rano wychodzisz z domu – niezależnie od tego, co toba kieruje, zyskasz potężne narzędzie, jakim jest analiza kolorystyczna. Wyobraź sobie to poczucie wolności, gdy zrobisz miejsce w szafie dla nowych kolorów i gdy dzięki nim zawołasz: „Wow, to naprawdę ja!”.

Otwórzmy więc drzwi do twojego świata kolorów.

## Zalety analizy kolorystycznej (poza tym, że wypiękniejesz)

### Zrównoważona konsumpcja

---

Zamiast gonić za najnowszymi trendami, możesz skupić się na ubraniach, które naprawdę są dla Ciebie, niezależnie od tego, który jest rok albo co jest modne w danej chwili. To długoterminowa inwestycja zarówno w stworzenie własnego stylu, jak i skomponowanie właściwej garderoby w zrównoważony sposób. Lumpeksy są idealnym miejscem, bo w sklepach w danym sezonie nie zawsze jest dostępna cała paleta kolorystyczna. Jeśli będziesz miała jasne wyobrażenie o paletcie barw, łatwiej się odnajdziesz w second-handach, gdzie wybór może być duży i mało przejrzysty.

### Oszczędność czasu i pieniędzy

---

Na dłuższą metę analiza kolorystyczna prowadzi do oszczędności, bo kupisz mniej ubrań, które nieużywane będą zalegać w szafie, a zamiast tego zainwestujesz w takie, w których naprawdę będziesz chodzić i dobrze się czuć. Kiedy poznasz swoją paletę, zaoszczędzisz czas i energię rano, ponieważ będziesz miała pewność, że kolory w twojej szafie pasują do siebie i podkreślają twoje atuty. Innymi słowy, mniej paniki przy ubieraniu, a więcej harmonii.

### Mniejsze kompensowanie

---

Kiedy noszone przez Ciebie kolory podkreślają Twoje naturalne cechy, nie musisz malować się aż tak mocno ani wymyślnie, żeby czuć się świeżo. Naprawdę energetyczny kolor przy twarzy może dać taki sam efekt jak świetny podkład – sprawi, że będziesz wyglądać świeżo, i podkreśli Twoją osobowość.

### Większa pewność siebie

---

To być może najważniejszy punkt w tej książce. Analiza kolorystyczna pomogła wielu osobom odnaleźć drogę do samych siebie. Przystaniesz się skupiać na swoich brakach i skierujesz uwagę na to, co pięknego masz w sobie. Większa pewność siebie procentuje zarówno w sferze zawodowej, jak i w życiu prywatnym.

## Czym jest analiza kolorystyczna?

Analiza kolorystyczna to metoda, która pomoże ci odkryć, jakie odcienie podkreślają twoje naturalne kolory oraz twe rysy. Odcienie te są ułożone w palety dla czterech pór roku: wiosny, lata, jesieni i zimy. A każda pora roku dzieli się na podtypy na podstawie trzech właściwości kolorów. Tak uzyskujemy dwanaście wyjątkowych palet. Dzięki analizie kolorystycznej odkryjesz, który z tych dwunastu podtypów najlepiej do ciebie pasuje. Cała koncepcja opiera się na tym, że nasze naturalne kolory (skóry, włosów i oczu) oraz ich cechy tworzą podstawową harmonię i że właściwa paleta raczej potęguje tę harmonię, niż ją burzy.

## Moja własna podróż do świata barw

Zawsze interesowałam się designem i stylem. Już w podstawówce miałam fioła na punkcie mody, czytałam kolorowe magazyny i inspirowałam się celebrytkami. Im byłam starsza, tym mniej chciałam eksperymentować, a wolałam wiedzieć, w czym mogę być sobą. Raz na zawsze pragnęłam stwierdzić, w czym czuję się swobodnie – bez względu na to, czy jestem na imprezie, czy na spotkaniu w pracy. Mimo to udało mi się przez te wszystkie lata zrobić niezliczoną ilość nietrafionych zakupów i wielokrotnie wpaść w kryzys ubraniowy. Nieraz stałam przed otwartą szafą i tępo patrzyłam przed siebie. Widziałam, że jest w niej pełno ubrań, a mimo to „nie miałam co na siebie włożyć”.



Przed analizą kolorystyczną



Po analizie kolorystycznej

## Wpadłam w błędne koło

---

- Kupowałam ubrania reklamowane przez influencerki tylko po to, by odkryć, że te kolory są nie dla mnie.
- Próbowaliśmy ubierać się na czarno i być cool (szczególnie kiedy pracowałam w biurze reklamy), ale czułam się jeszcze bledsza niż zwykle.
- Ślepo podążałam za najnowszymi trendami w makijażu, przez co wyglądałam tak, jakbym szła na bal przebierańców, a nie na bal sylwestrowy.
- Próbowaliśmy stworzyć garderobę kapsułową zgodnie z regułami sztuki, powodowało to jednak u mnie raczej frustrację – te wszystkie reklamowane *must have* wcale nie wyglądały na mnie elegancko.
- Robiłam sobie chłodne blond pasemka, żeby wyglądać modnie, i nie rozumiałam, dlaczego czuję się przez to taka nijaka.
- Miałam w szafie hity magazynów modowych, choćby małą czarną i białą koszulę, których wcale nie dało się tak łatwo wystylizować, jak twierdziły gazety.

Kiedy odkryłam analizę kolorystyczną, doznałam olśnienia. Czułam się tak, jakbym nagle zaczęła rozumieć język, którego uczyłam się przez całe życie. Dała mi ona odpowiedź na masę pytań o mój styl. Kiedy już zrozumiałam, że jestem jasną wiosną, wszystko ułożyło się w całość. Sprzątnęłam swoją szafę i po raz pierwszy odważyłam się przed samą sobą przyznać, że to, co tak bardzo bym chciała, żeby się sprawdziło, wcale się nie sprawdza. Nagle kupowanie ubrań stało się o wiele prostsze i fajniejsze! Zamiast błądzić po sklepie w poszukiwaniu czegoś ładnego i trendy, zaczęłam szukać tego, co jest w mojej własnej pałecie z jasnymi, lekkimi i ciepłymi kolorami. Wprawdzie wybór stał się przez to trochę ograniczony, ale czas poświęcony na szukanie moich kolorów zwrócił mi się z nawiązką dzięki mniejszej liczbie zwrotów i szybszemu podejmowaniu decyzji. Przestałam porównywać się z innymi (okej, w każdym razie porównywałam się trochę rzadziej) i zaczęłam czuć się pewniej w swoich wyborach. Zmieniło się całe moje nastawienie do ubrań i stylu. To, co wcześniej wydawało mi się zabawą w zgadywanki, stało się przyjemną odkrywczą wyprawą.

## Historia analizy kolorystycznej

Analiza kolorystyczna nie jest wcale nowym trendem. Ma ciekawą historię, która łączy sztukę, naukę i modę. Od myśli filozoficznych po dzisiejsze testy cyfrowe – tu znajdziesz przegląd tego, jak analiza kolorystyczna stała się metodą, o której mówię w tej książce.

### Pionierzy kolorystyczni

Nauka o kolorach interesowała artystów, myślicieli i naukowców od zarania dziejów. Już w IV wieku p.n.e. grecki filozof Arystoteles pisał, że wszystkie barwy stanowią splot podstawowych zasad nierozzerwalnie związanych z żywiołami natury.

W XVIII wieku angielski naukowiec Isaac Newton (znany z odkrycia grawitacji) na podstawie eksperymentu stworzył jedno z pierwszych kół barw, dzieląc kolory w spektrum i pokazując, które z nich tworzą ze sobą kontrast. To stało się podstawą znanych nam dziś kół barw.

W XVIII i XIX wieku dopracowano tę teorię, tworząc płaskie i trójwymiarowe mapy barw. Wraz z rozwojem przemysłu wzrosły techniczne możliwości barwienia i drukowania tkanin w znacznie szerszej gamie kolorystycznej. Osobisty styl i wybór kolorów nabrały wtedy większego znaczenia.

Na początku XX wieku amerykański artysta Albert Munsell rozwinął system opisu kolorów oparty na trzech właściwościach: odcieniu (kolory ciepłe i chłodne), wartości (kolory jasne i ciemne) oraz nasyceniu (kolory intensywne i zgaszone). Ten system wciąż jest używany, między innymi w analizie kolorystycznej, chociaż tam w nieco zaktualizowanej formie. Ważną rolę w rozwoju osobistego stylu odegrał w latach 20. XX wieku szwajcarski artysta Johannes Itten z Bauhausu, którego można poniekąd uznać za prekursora analizy kolorystycznej. Zauważył on, że kolory harmonizują nie tylko ze sobą, ale i z ludźmi – to znaczy, że pewne barwy pasują do danej osoby bardziej niż inne. W pierwszej połowie XX wieku do codziennego użytku weszły barwne kosmetyki, między innymi dzięki innowacjom takich marek jak Max Factor, a makijaż dopasowany do odcieni skóry i oświetlenia, stosowany najpierw w filmach, zyskał popularność i wpłynął na poszerzenie oferty dostępnych na rynku kosmetyków. Dzięki temu zwykli ludzie mogli zacząć eksperymentować z tym, jak poprawić swój wygląd makijażem.

### Narodziny czterech pór roku

Metoda, którą dzisiaj nazywamy analizą kolorystyczną, została ukształtowana już w latach 40. i 50. XX wieku, kiedy to Suzanne Caygill z Kalifornii zaczęła łączyć naturalną tonację każdego człowieka z czterema porami roku. Prowadziła kursy i opracowała zaawansowany system, który później zaprezentowała w książce *Color. The Essence of You* (1980). Jednak to Carole Jackson przekuła analizę kolorystyczną w ogólnosiątkowy sukces. Jej książka *Color Me Beautiful*\* (1980) spopularyzowała koncepcję, że przynależymy do różnych pór roku. Wszyscy chcieli wiedzieć, czy są wiosną, latem, jesienią czy zimą. Wkrótce przeprowadzano analizy kolorystyczne w każdym amerykańskim centrum handlowym i nikogo nie dziwiło pytanie: *Have you had your colors done?* Nawet w Szwecji analiza kolorystyczna stała się popularna i ta moda utrzymywała się jeszcze przez długi czas w latach 90. XX wieku.



Szwedzkie tłumaczenie *Color Me Beautiful* Carole Jackson ukazało się w 1984 roku i rozchodziło się jak świeże buteczki.

### Rozwój cech i większa inkluzywność

Choć system pór roku był prosty, to wiele osób czuło, że ma on ograniczenia. Cztery pory roku najzwyczajniej nie wystarczały do opisanie wszystkich ludzi. Szczerze mówiąc, moje własne doświadczenie jest takie, że mało kto jest podręcznikowym przykładem jakiejś pory roku (tak zwanych prawdziwych pór roku, na przykład prawdziwego lata lub prawdziwej jesieni), większość jest raczej którymś z podtypów z widocznym wpływem innych, sąsiednich pór roku. Z tego względu Bernice Kentner, a później Kathryn Kalisz rozwinęły bardziej zaawansowany system analizy kolorystycznej, między innymi model Sci\ART, który wprowadził dwanaście

\* W Polsce wydana pod tytułem *Najładniej ci w kolorze... W tych kolorach będziesz najpiękniejsza*, tłum. Marzena i Andrzej Reich, Warszawa 1992 (przyp. tłum.).



Narzędziem klasycznej analizy kolorystycznej są chusty, które trzyma się przy twarzy, żeby zobaczyć efekt. W tej książce stworzyłam własny wariant plansz kolorystycznych w paletach różnych pór roku – możesz użyć tych plansz podczas samodzielnej analizy opisanej w rozdziale 3.

podtypów, na przykład jasne lato lub głęboka jesień. To właśnie ten model stanowi podstawę niniejszej książki. Jednocześnie stało się jasne, że wcześniejsze systemy często za punkt wyjścia obierały biały kolor skóry. Nowoczesne analizy kolorystyczne dążą do większej inkluzywności.

### **Czasy współczesne i cyfrowa analiza kolorystyczna**

Dzisiaj analiza kolorystyczna znacznie zyskała na popularności, w dużej mierze dzięki mediom społecznościowym. Przewietrzyły one nieco zatęchłą atmosferę lat 80. XX wieku, dzięki czemu analiza kolorystyczna przeżywa dziś nowy okres świetności. TikTok i Instagram upowszechniły tę wiedzę wśród nowego pokolenia oraz na nowych rynkach, takich jak Korea Południowa, Japonia, Niemcy, Włochy i kraje skandynawskie. Równoległe z klasyczną analizą kolorystyczną prowadzoną na żywo pojawiły się testy cyfrowe, filtry i inne narzędzia do analizy. Coraz więcej osób publicznych również dostrzega potrzebę znalezienia swoich kolorów. Aktorzy, artyści i politycy posługują się analizą kolorystyczną, żeby stworzyć wyrazistą tożsamość i zrobić niezapomniane wrażenie. Często rodzi się pytanie, dlaczego analiza kolorystyczna właśnie teraz stała się znów taka popularna. Myślę, że media społecznościowe, influencerzy i (ultra)szybkie trendy sprawiają, że więcej osób chce znaleźć swój styl. Pragniemy dokonywać bardziej zrównoważonych i dalekowzrocznych wyborów, w których nie chodzi o to, by starać się wyglądać jak ktoś inny, ale być sobą – w swojej najlepszej wersji.

### **Współczesna analiza kolorystyczna: prosta, przyjemna i inkluzywna**

Dla mnie analiza kolorystyczna nie była jedynie chwilowym olśnieniem – szybko przerodziła się w prawdziwą pasję. Nie mogłam pojąć, że istnieje system, który robi aż tak wielką różnicę, a zarazem mało kto mówi o nim w nowoczesny sposób! Pochłaniałam wszystko, co miało z nim jakiś związek: czytałam książki, blogi i artykuły, zagłębiałam się w historię, dokształcałam się, analizowałam wygląd celebrytek i eksperymentowałam z kolorowymi chustami, apkami i innymi technikami. Przed wszystkim jednak zaczęłam analizować wszystkich wkoło. Przepraszam tu moje koleżanki, przyjaciółki i krewnych, którzy musieli cierpliwie znosić to szaleństwo... Jednak za każdym razem, gdy widziałam, jak ktoś odnajduje swoją kolorystyczną porę roku i nagle zaczyna nosić barwy, które dodają mu pewności siebie i naturalności, ogarniało mnie trudne do opisania uczucie. Szybko zrozumiałam, że to coś więcej niż moda – analiza kolorystyczna stała się sposobem na dodawanie ludziom pewności siebie.

Kiedy zaczęłam się dzielić swoją wiedzą w mediach społecznościowych, zrozumiałam, jaka siła drzemie w analizie kolorystycznej. Tak wiele osób chciało wiedzieć więcej i zbliżyć się do swoich kolorów. Na imprezie lub na ulicy często ktoś do mnie podchodzi i chce rozmawiać o analizie kolorystycznej. Czasem rzuca: „Pewnie masz już dość mówienia o tym w kółko”, ale nic podobnego. Nic nie sprawia mi takiej radości, jak pomaganie innym w odkrywaniu najlepszych dla nich kolorów.

### **Żadnych ograniczeń, same możliwości**

Im bardziej zagłębiałam się w temat, tym wyraźniej widziałam, że kwitnąca wkoło analiza kolorystyczna bywa nienowoczesna, zakłamaną i chwilami oceniającą. Czasem pojawiały się w niej wewnętrznie sprzeczne teorie i palety, czasem brakowało inspirującego i nowatorskiego tonu. Ludzie, którzy się do mnie odzywali, często byli sfrustrowani tym, co o sobie przeczytali. I jeśli już zrobili wcześniej analizę, to często byli zawiedzeni staromodnymi wskazówkami co do ich stylu i odniesieniami zaczerpniętymi jakby żywcem z lat 80. XX wieku.

Ludzie po prostu potrzebowali prostego, przyjemnego i inkluzywnego podejścia do analizy kolorystycznej. Nie chcieli być przemaslowywani na czyjąś modłę, chcieli móc określić swoje kolory na podstawie jasnych kryteriów. Dlatego opracowałam własne podejście oparte na klasycznym systemie czterech pór roku i dwunastu podtypów (starłam się trzymać najważniejszych pojęć, tak żebyś bez problemu mogła zdobywać informacje również na własną rękę), ale z większą wolnością i wskazówkami, które pasują do dzisiejszego sposobu ubierania się, kupowania i wyrażania siebie, bez konieczności zgłębiania nadmiaru teorii.

W tej metodzie chcę zachować dokładność tam, gdzie to konieczne – jedną z rzeczy, dla których już na początku szybciej zabiło mi serce, są te wszystkie drobiazgi. Ale mam też pewną zasadę podstawową: w moim świecie analizy kolorystycznej nie występuje żaden przymus. Wyjaśnię ci, jakie kolory, materiały i wzory są najlepsze, a które z nich mogą być bardziej wymagające dla określonej pory roku. Nie znaczy to jednak, że noszenie innych jest zakazane. Według mnie zawsze warto zachować swój styl i kierować się własnym gustem. Dlatego pokażę ci sprytnie chwytne stylizacje, jak nosić kolory, które znajdują się poza twoją paletą, i nie zaburzyć przy tym harmonii. Wiedza to potęga, a kiedy będziesz wiedzieć, które kolory sprawdzają się w twoim wypadku lepiej, a które gorzej, sama zdecydujesz, czy masz ochotę trzymać się zasad, czy trochę je nagiąć. Przynajmniej nie będziesz nosić niewłaściwych kolorów tylko dlatego, że nie wiesz, co do ciebie pasuje.

## Moja filozofia analizy kolorystycznej

---

### Klasyczna metoda z nową energią

---

Moja metoda opiera się w zasadzie na tej samej teorii co klasyczna analiza kolorystyczna. Za punkt wyjścia obieram wiedzę pokoleń świętych i pełnych pasji kolorystek, ale dodaję do niej współczesny *touch*.

---

### Bądź ciekawa i baw się dobrze

---

Mam nadzieję, że przeczytasz tę książkę i że rozbudzi ona w tobie ciekawość oraz da ci zastrzyk energii. Potraktuj ją jak zestaw narzędzi i inspirację. Eksperymentuj, dyskutuj z przyjaciółmi i testuj nowe kolory, których wcześniej być może nie odważyłabyś się nawet przymierzyć.

---

### Ramy – ale nie zasady

---

Zaoferuję ci tu jasną strukturę, ale ty sama zdecydujesz, do jakiego stopnia i w jaki sposób ją zastosować. Na moją teorię analizy kolorystycznej należy nałożyć swój osobisty styl i smak. To właśnie sprawia, że w tym, co nosisz, czujesz się jak w drugiej skórze.

---

### Coś dla każdego

---

Analiza kolorystyczna nie zawsze była inkluzywna, jeśli chodzi o kolor skóry i płeć, szczególnie wtedy, gdy występowały tylko cztery pory roku. Każdy jest inny i to właśnie sprawia, że analizy kolorystyczne są tak ekscytujące. Kimkolwiek jesteś i jakkolwiek wyglądasz, znajdzie się tu dla ciebie miejsce.

---

### Samopoczucie jest najważniejsze

---

Nieważne, jak wyglądasz, ważne, jak się czujesz. Mam nadzieję, że jeśli znajdziesz właściwe kolory, zwiększy się twoja pewność siebie, poczujesz się jak nowo narodzona, jakbyś odnalazła samą siebie.

---

### Wszystkie pory roku są równie piękne

---

Żadna pora roku nie jest lepsza ani gorsza od innej. Każda z nich i każdy jej podtyp mają wyjątkowe niuanse i kiedy dopasuje się je do właściwej osoby, dzieje się magia.

## Analiza kolorów dla mężczyzn

Analiza kolorystyczna była z początku skierowana do kobiet i stała się wśród nich bardziej popularna zapewne dlatego, że na ogół to kobiety interesują się modą i urodą. Ta metoda może jednak działać co najmniej równie dużo u mężczyzn. Tę książkę i teorię daje się zastosować do każdego, niezależnie od płci. Nie zwracaj więc uwagi na formy żeńskie i pomiń te części, które nie wydają ci się istotne, na przykład fragmenty o makijażu lub biżuterii. Mężczyźni mają na ogół nieco bardziej klasyczne ubrania i nie eksperymentują aż tak ze stylem, niewielu z nich się maluje czy farbuje włosy. Wtedy właściwe kolory stają się jeszcze ważniejsze! Znalezienie odpowiedniego odcienia garnituru, koszuli i innych podstawowych ubrań doda ci świeżości i zapewni profesjonalny, przebojowy look w sytuacjach zawodowych. Czarny garnitur z białą koszulą nie jest aż tak uniwersalny, jak można by sądzić. Wielu mężczyzn lepiej wygląda w brązowym, granatowym lub ciemnoszarym garniturze i na przykład niebieskiej koszuli zamiast białej.

Przed analizą kolorystyczną



Albin, 37 lat  
zgaszone lato

Kiedyś zdarzało mi się kupować ubrania, które wydawały mi się zabawne i wesołe. Gdzieś jednak ginąłem pośród obfitości kolorów. Teraz widzę rzucającą się w oczy koszulę i myślę sobie: „Ależ by dobrze wyglądała... na kimś innym!”. Uważam, że więcej mężczyzn powinno zrobić użytek z jasnych wytycznych dotyczących tego, jakie ubrania kupować.

Po analizie kolorystycznej



To niestety koniec bezpłatnego fragmentu.  
Zapraszamy do zakupu pełnej wersji książki.