

# RENKLERLE DAHA SAĞLIKLI GÖRÜNÜN

HER RENK HER İNSANA YAKIŞIR, AMA BAZI RENK TONLARI SİZİ OLDUĞUNUZDAN DAHA SAĞLIKLI VE DAHA GENÇ GÖSTERİR. NASIL MI?

**"K**ırmızı bana hiç yakışmıyor", "Mavi beni çok soluk gösteriyor" mu diyorsunuz? O zaman hemen söyleyelim, yanılıyorsunuz? Size yakışmadığını düşünüp, hayatınızdan ve gardirobunuzdan çıkarttığınız o renklerin aslında hiç suçu yok. Çünkü "Her renk, herkese yakışır" diyor renk uzmanı İpek Tohumcu, yeter ki o rengin, sizin ten renginize uygun olan tonu hangisi, onu keşfedin. Gerçekte kendinize yakıştıramadığınız kırmızı, mavi ya da yeşil değil, sadece bu renklerin tonlarıdır. Eğer nar çiçeği kırmızısı size yakışmıyorsa, bu size daha bordoya yakın, koyu bir kırmızının da yakışmayacağı anlamına gelmez. Hangi renk tonlarının size yakışacağını belirlemek ise aslında hiç de zor değil. Cilt ve doğal saç renklerine göre insanları dört gruba ayıran Johannes Itten adlı renk teorisyeni, kişilerin yer aldıkları gruba göre, hangi renklerin onları daha sağlıklı ve daha güzel göstereceğinin de ipuçlarını veriyor. Johannes Itten yöntemine göre kişilerin, sonbahar, kış, ilkbahar ve yaz olarak isimlendirilen bu gruplardan hangisinde yer aldığını belirlemek de son derece basit.

## Hangi renk tonları bana en çok yakışır?

Bir nevi deneme yanılma yöntemi diyebileceğimiz bu tespit için uzun yıllardır bu

konu üzerinde çalışan renk uzmanı İpek Tohumcu bize yol gösteriyor. Bunun için ilk önce saçlarınızı dikkatinizi çekmeyecek, bütün konsantrasyonunuzu yüzünüze verecek şekilde sınıksız topluyorsunuz. Dilerseniz bir bone de kullanabilirsiniz. Çünkü burada esas olan kriter, cilt renginiz, cildinizin daha ziyade hangi renk pigmentlerini içerdiği. Dolayısıyla cildinizin makyajsız olması da dikkat edeceğimiz bir diğer nokta. Daha sonra elinize bir parça beyaz renk kumaş alıyorsunuz ve bunu yüzünüze, boynunuza yakın bir yere koyuyorsunuz. Size ne kadar yakışıp yakışmadığına, cildinizi ne kadar soluk veya canlı gösterdiğine bakıyorsunuz. Hemen ardından daha bej tonlarında, krem rengine daha yakın bir kumaş alıyorsunuz. Aynı şekilde yüzünüze yakın bir şekilde koyuyorsunuz ve beyaz renkle mukayese ettiğinizde hangisinin size daha çok yakıştığına karar vermeye çalışıyorsunuz. Eğer hâlâ beyazın cildinizle daha büyük bir uyum gösterdiğini düşünüyorsanız, siz kesinlikle bir kış insanı. Bundan emin olabilirsiniz. Başka bir gruba girmeniz mümkün değil. Çünkü beyaz renk, en çok kış tipi insanlara yakışıyor. Eğer krem renginin size daha çok yakıştığını düşünüyorsanız, denemeye devam ediyorsunuz. Bunun için ilk önce çok daha açık,



pastel rengi bir sarıyı cildinize koyuyorsunuz, gözünüz bu renge alıştıktan sonra, çok daha canlı, tam olarak güneş sarısına yakın bir renkteki kumaşı teninizde deniyorsunuz. Hemen sonrasında daha hardal sarısına yakın bir renkteki kumaş parçasını deneyerek testinizi bitiriyorsunuz. Şimdi yapmanız gereken tek şey, hangi rengin size gerçekten çok daha fazla yakıştığına, tarafsız bir şekilde karar vermek. Bunu en rahat, aynadaki görüntünüzün ne kadar canlı veya soluk olduğuyula anlayabilirsiniz. Kendinize baktığınızda yüzünüze makyaj yapma ihtiyacı duyuyorsanız, o