

“多巴胺”之后秋冬又流行“美拉德”了（节选）

2023年09月05日 01:39 来源：扬子晚报



早晚的清涼提醒大家秋天來了，而打開社交平台會發現，一個不常見的词“美拉德”逐漸風靡了起來，這是一種棕橘色系的穿搭流行。在穿搭上，“多巴胺穿搭”（通過穿色彩鮮艷的衣服來營造愉悅感的穿搭風格）的熱度還未褪去，人們為什麼會在秋冬季青睞“美拉德”色系呢？

從事顏色心理學研究的南京體育學院體育教育與人文學院副教授張騰霄告訴揚子晚報/紫牛新聞記者，顏色對人的感覺、知覺、情緒、動機的影響是比較直接的，而通過這些心理過程又可以廣泛影響心理的其他方面，棕橘色系無論是從色彩和諧、聯合感覺還是顏色聯想等方面都能通過視覺刺激帶動大腦產生愉悅的情緒。

何謂美拉德，來自於“美拉德反應”，即非酶棕色化反應。它原本是用於解釋有機化合物中的游離氨基和羰基（tāng jī）在常溫或加熱條件下形成的一系列聚合、縮合等反應，最後生成棕色或棕黑色的大分子“擬黑素”，又稱作羰胺（tāng àn）反應。

所以，美拉德反應常見於食品中，例如牛排煎熟後會變成棕色，焦糖的生成等。基於這種直觀的現象，棕橘色系的穿搭就此命名為“美拉德”風。

與夏天的“多巴胺”完全不同，美拉德的顏色搭配並不耀眼，接近大地色，人們為什麼會在秋冬偏愛它呢？

張騰霄告訴記者，從穿著搭配上，首先，棕橘色系本身包含的顏色，是通過在黃色調的周圍變化亮度與飽和度而得到的，這就決定了這些顏色搭配在一起時是很和諧的，這起碼也保證了這樣的色系穿搭是會給人帶來好感的。

其次，秋冬季自然景觀的顏色，在整體上也是向這個色系轉換的，這又保證了穿搭與環境的和諧。張騰霄表示，在顏色搭配法則中，有一條就是自然界天生的色彩搭配，一定是好看的，很明顯，“美拉德”風格的穿搭做到了，和諧本身就會讓人有一種愉悅感。

“颜色不仅能给人带来直接的情绪反应，确实也能带来温度感受。”张腾霄解释说，比如我们常说的冷色、暖色，在冬天时，气温寒冷，暖色系给人的温度感受就要好一些，而夏天则反之。

张腾霄解释说，在颜色心理学领域，有理论认为，颜色对人的影响，是通过联想物体而获得的。联想是个人的经验、记忆、思想，是对具体事物所产生的“投影”，具有存在形态与色彩的关联被称为色彩联想。

拿美拉德的棕橘色系来看，棕色的代表色彩为金棕、可可色、玫瑰棕色、巧克力色、焦糖色。秋天自然景观的专属色彩，表现土地的沉着与厚重、朴素、友善、自信。在黄调偏多的金棕色系中可以感受到浓郁、古典、田园及贵族风范，也可联想到巧克力的甜味和面包的香气。因此对于大部分人来说，美拉德配色可能会让他们联想到果实、秋叶，从而带来美好的想象和感受。

有意思的是，在社交平台上，一年四季的穿搭都有了自己的专属定义，从“多巴胺”到“美拉德”，让人眼花缭乱。网友们从不了解到追捧，并开始遵循这种的穿搭规则，也是很有趣的心理变化。

对此，张腾霄认为，从“多巴胺”到“美拉德”，都是人们对于颜色心理效应的一种爱称，表达了人们对于这些颜色的积极心理感受。

单词：	chuāndā 穿 搭	yíngzào 营 造	héxié 和 谐	liánxiǎng 联 想
	jùhé 聚 合	yàoyǎn 耀 眼	piānài 偏 爱	jǐngguān 景 观
	tóuyǐng 投 影	hòuzhòng 厚 重	fēngfàn 风 范	zhuīpěng 追 捧

讨论：1. 说说你喜欢的穿搭风格。

2. 颜色如何影响人的心理和情绪？请谈谈你的看法。

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2023/09-05/10072197.shtml>

音声 URL：<http://ttn.co.jp/sound/text/files202309141694654922.mp3>