

帕西尼心理学丛书

如何提高自身生活情趣、生活品质
如何成为有吸引力的“美丽之人”呢

the seven advantages of beauty
美丽的七大好处

邓岚◎译



维里·帕西尼
马丽亚·特里萨·巴尔迪尼



清华大学出版社

美丽的 七大好处

◎意

维里·帕西尼

◎著

马丽亚·特里萨·巴尔迪尼

邓岚◎译

the
seven advantages
of
beauty

清华大学出版社
北京

The seven advantages of beauty © 2006 by Willy Pasini simplified Chinese
Translation rights © 2017 TUP. This edition arranged by Zhuhai Chinese &
WesternYuanrong Culture Communication and Exchange Co. Ltd.

珠海中西圆融文化传播有限公司代理。

北京市版权局著作权登记号 图字:01-2016-9919

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

美丽的七大好处/(意)维里·帕西尼(Willy Pasini),(意)马丽亚·特里萨·巴尔迪尼(Maria Teresa Baldini)著;邓岚译. —北京:清华大学出版社,2017

(帕西尼心理学丛书)

书名原文:The seven advantages of beauty

ISBN 978-7-302-43166-4

I. ①美… II. ①维… ②马… ③邓… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B21-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 081937 号

责任编辑:邹开颜

封面设计:蔡小波

责任校对:刘玉霞

责任印制:刘海龙

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者:三河市铭诚印务有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:148mm×210mm 印 张:5.625 字 数:192千字

版 次:2017年6月第1版 印 次:2017年6月第1次印刷

定 价:39.00元

产品编号:067567-01

译者序

维里·帕西尼先生在欧美（尤其在西欧）是颇有名气的精神病学家、性学家。此前，他已是多本畅销书的作者。所不同的是，在他之前出版的作品中，鲜有如《美丽的七大好处》这种与专业外科医师的联手之作。换言之，本书以两位西方作者自身的专业视角为基点，运用通俗易懂的语言，不仅从西方传统神话学、精神分析、两性心理学等领域汲取理论素材并巧妙地应用其解读“美”在形形色色的人际关系个案中所扮演的角色；此外，还介绍了医疗整形外科的由来、发展以及一部分较显浅的操作技术原理，对于中国读者而言，可以说是一份有益的科普材料。前后两方面的交互渗透充分揭示了“美”需要内外兼修、形神并举的道理，形体之美与精神之美相辅相成，缺一不可。

而另一方面，中国这趟高速列车如今正飞速驰骋于国际发展的大道上，由经济的快速发展所带来的各种心理层面的或生活、社会层面的“副作用”，诸如“外貌协会”现象泛滥、个人缺乏安全感与自信心、离婚率增高等问题日益凸显。加上国内当前的医疗整形行业尚属于新兴的行业领域范畴，医疗整形机构的水平参差不齐、良莠各异，而整形美容市场亦有待进一步迈向成熟，也就难免会存在缺乏规范的管理、健全的法律法规监督等问题，使得希望通过整形治疗来找回自信的人们（有时甚至是部分从业者）感到迷茫与不知所措。在这种大环境下，本书或许可以从某些角度帮助读者思考如何批判地看待医疗整形现象，如何理解自身的美丽、魅力资源对人际关系的作用以及对提高自身生活情趣、生活品质等问题的作用。

值得一提的是，丰富的案例资源也是本书的一大特点，个案的主角从普罗大众到名人政客，作者正是通过大量的案例分析来揭示不同的“美”在纷繁复杂的社会人际关系中所起的作用，并针对不同的案例诚恳地给出自己的专业建议。这些对中国读者也有良好的参考意义。毕竟，在国家经济高速发展的转型期以及民族复兴的关键期，如何正确树立自尊、自信感，如何准确在社会中定位自身也是我们人生“修行”的一部分。我认为在这一点上，本书可能为读者的思考提供了某一方面的理论支持、适度的技术解释以及充满人文关怀的精神宽慰。

所以，《美丽的七大好处》为我们展现的远远不止“美丽”的好处，而好处的个数自然也不止是七个。原因是许多欧美国家对数字“七”情有独钟，它是吉祥与幸运的象征，这点早在《圣经》中已可见一斑。

一本小书，除了知识普及以外，还能给予启发、通过观照自身促进思考与他人的关系，何乐而不为呢？愿您阅读愉快，有所收获。

邓 岚

2016年12月

目 录

引 言	001
第一章 身体之美	005
第二章 外貌专政	020
第三章 无价之宝：个人魅力的 王牌地位	027
第四章 阳性美	049
第五章 美的好处	066
第六章 人各有“美”	088
第七章 “诱惑”与“美”	104
第八章 当“美”成为“短板”	126
第九章 因“美”而愈	137
第十章 小玩意儿	149
第十一章 肌肤、温泉浴、海水浴	157
第十二章 激光：“美”的新域界	166





引言

本书是两位医师的联手之作，他们的专业领域——精神医学和整形外科学——让人乍一看感觉有天壤之别：因为精神医学主张为我们收复内在失衡的精神领地，而整形外科学则为我们提供美化外貌的机会。然而，这两个医学分支的“风马牛不相及”程度并不如我们起初所想象的那么深。事实上，它们二者都把重建身心和谐视为己任。尤其值得一提的是，在每个“美”与“丑”的形象之下都掩盖着一个自身的“内在”。这两门学科的合作愈发显得意义重大，不仅因为它可以使医学整形诉求的真实动机被了解，而且还能给病患带来更大的自信和坚定的内心。

萌生著此书之念的另一个原因来自于一些对生活细节的观察发现。在欧洲，我们发现越来越多的精神科诊所或产科诊所转型为医疗整形机构。此外，对“美”的追求（并不单纯指景致）业已成为人们的出游目的：去一趟土耳其、泰国或其他的东方国度，回来以后脸上的肌肤显得更加细腻紧致，这并不归功于当地的气候或水土。最后还有众多温泉疗养站区变成了水疗中心，同时还有那些位于山间或临海的四五星级酒店在其原有的休闲或娱乐服务的基础上增设了集美体和按摩功能于一身的水疗服务。那么为什么女性和男性（男性并不在少

数)把越来越多的时间和金钱投入到使自身变美的行动中呢?

诚然,医疗美容在近几年间被正了名。此后,它成了以下事物的主题:一部大获好评的美剧《整容室》(*Nip/Tuck*);时尚资讯(比如*Vogue*杂志);精美的艺术书籍〔其中一本是由安格利卡·塔森(Angelika Taschen)出版的,书名正好就是《美学外科学》(*Aesthetic Surgery*)^①];庆祝活动〔让我们想一想危险的美国“肉毒杆菌派对”(Botox parties)^②吧],甚至还有粉红小说〔“鸡仔文学”(chick lit)]^③这种体裁专飨现代浪漫派的年轻女性读者,它毫无顾忌地讲述关于“动刀子”与去皱手术,比如那本风趣的《肉毒杆菌日记》,其作者是贾尼斯·卡普兰(Janice Kaplan)和林恩·斯伦贝谢(Lynn Schnummerger)〕。

如何来诠释这样的变化?对“美”的追求是不是一种集体憧憬的特征,它从人类诞生以来就存在,而自现代技术产生以后这个愿望有望成真?又抑或说,对“美”的追求只是我们的一种时代沉迷,就如同法国在1968年后对待性解放那样?再或者说,长久以来我们都因一种观点而感到恐惧,认为要拥有美与乐必先经历苦痛,而现今我们正在从这样的恐惧中解脱出来吗?

本书致力于挖掘人们爱美背后所隐藏着的种种矛盾以及在世易时移的不同变量中“以不变应万变”的关于人的本质内涵。

毫无疑问,当今存在着一股过度追求视觉的风潮,它时常发展致使社会标准直逼“纯外貌协会”的地步(第二章),与之相反的是个

① A.塔森,《美学外科学》,科隆,塔森出版社,2005。

② 美国曾一度在上流社会时髦女性间风行的派对形式,大家聚集在一位美容师的办公室或一处私人宅所内,彼此认识并分享保持年轻的心得,派对期间她们会接受肉毒杆菌注射。——译注

③ 这是对都市女性文学的一种俗称。——译注

人魅力（第三章），它不与当下的风潮挂钩，而与人格的富裕程度相关联。

不可否认，美丽的人和事总是占优（在第五章我们将探讨一下美丽的各种好处和优势）。只有在极个别的罕见情形下美丽会成为短板（第八章）。总的来说，相貌堂堂有助于实施诱惑（第七章）、增强自信并利于治愈（第九章）。不单单女性追求美（第六章介绍了不同类型的女性美），男性也愈发变得自恋并爱美起来（他们的各种表现被收录在第四章里）。

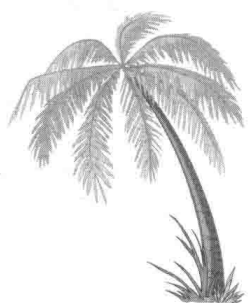
我们不仅需要外貌的美丽，还需要所谓的“主流饰品”（第十章），这些小帮手成为对抗压抑之现状的必备砝码。

本书末尾的章节（第十一、十二章）介绍巴尔迪尼博士（Dr. Baldini）根据其行医经验得出的一众建议，她将阐述如何在皮肤美容及激光治疗等领域中作出判断并找出适合自己的方案。

如果说本书的撰写目的之一毫无疑问是“成人之美”，那么，另一个更重要的目的是帮助大家明确一件事：人之“美”源自肉体与精神的有机和谐。

维里·帕西尼

马丽亚·特里萨·巴尔迪尼



第一章

身体之美

在古代^①，谈“美”很容易。它是大理石雕制的完美体型，它是人体各部分黄金美学比例的和谐体：一尊里亚切青铜武士像（*bronze de Riace*）^②，或者一尊“尼姬”（*Nike*）^③，也就是展翅欲飞的胜利女神。从古希腊时期起，到罗马时代和文艺复兴，乃至新古典主义时期，一切关于“美”的标准简单而明了：普遍的典范就是拉丁语里的“美”字（*venustas*），人体的黄金分割美学比例是它的基础。

而现在呢，“美”成了什么？在现今的时代，“美”化身成别具诗情画意的书本卷首寄语，比如说，年轻的纽约作家乔纳森·萨弗兰·福尔（*Jonathan Safran Foer*）在其新作的扉页上写道：“献给妮可（*Nicole*）——我认知中的美。”从只言片语里透露出的浪漫在于，妮可是他的太太。于是，“美”便化身成了一个理想化的个体，跳脱于一切固定法则之外。

然而“美”也可以是联结梦想与技术的标签，标签上印着那些最新研制的护肤品所标榜的功效，这些护肤产品的名称都出神入化，叫

① 此处主要指古希腊、古罗马文明的时代。——译注

② 于1972年在意大利里亚切市（*Riace*）附近的爱奥尼亚（*Ionian*）海岸被发现的（两尊）青铜雕像，是迄今为止世界上保存比较完整的稀有珍品。——译注

③ 古希腊的胜利女神。——译注

人联想到古代的炼金术。因而人们能看到诸如“浓缩永恒”(Concentré d'éternité)、“天使之浴”(Douche céleste)、“极致之美菁华眼霜”(Prodigy Eyes)、“睡莲”(Nirvanesque)等产品名。原因也许如费德里科·莫里斯(Federico Morace)所阐释的那样：如今人们购买产品的同时也在追寻一种“叙述性的慰藉”。大家在科技可信度之上希望从产品名称中读出某种暗示或某些情感的痕迹。

“美”也可以是假象，又或者我们应该换种说法：“美”是医学及美容外科学许下的允诺，而这种承诺近年来吸引着越来越多的人：光滑无痕的面容搭配完美的身材，就像历史学家伊丽莎白·海肯(Elisabeth Haiken)所阐述的那样，大家都期待成为众人认可的女神。这种大众追求的渴望如此浓烈，以至于在时尚和新式沉迷之间、在世界上最流行的时尚杂志《时尚》(Vogue)的封面上，原本意义上的整形外科早已寿终正寝。在被恰如其分地命名为“疯狂之升级换貌”的专栏里，著名摄影师史蒂文·梅森(Steven Meison)展现了下面的场景：琳达·伊万格丽斯塔(Linda Evangelista)以及其他一些顶级模特被安置在手术台上，准备接受外科手术刀的洗礼；又或者是关于她们妆前术后之间惊世骇俗的强烈对比。

可是整形外科术却竟然还是一门新兴的科学学科！最初，它的出世是为了救治那些从第一次世界大战中死里逃生而面容或肢体遭受严重损毁的人们，以及为了帮助当时一些犹太人更好地融入美国社会而把外貌特征过于明显的鹰钩鼻削平。经过这些年的加速发展，外科专家和整形医师们业已将他们的技艺从鼻子这块领域扩展至整个人体。单单在美国一个国家，身体的任何部位都能被改动，而整形的尺度更是囊括了从（通过激光射频的手段）使阴道“回春”^①，到处女膜的修

① 实际上是通过激光手术达到阴道收紧的效果。——译注

复、阴茎的增长增粗、手臂内侧的提拉去皱（可以消除因年龄造成的手臂内侧皮肤褶皱增多），以及大众早已司空见惯的对胸部、臀部、眼部等人体部位的整形与修复。

而最新的技术甚至发展到了连古通今的地步，把古代^①的工艺与当今最顶尖的技术相结合，克娄巴特拉^②（Cléopâtre）和好莱坞著名女星们也因此从风马牛不相及的关系转变成了爱美的“盟友”。比如“黄金脸部提升术”（le Gold Face Lifting）。这是一项需要实施局部麻醉的面部美容手术，将直径不超过 1 毫米的极细黄金丝植入表皮和脂肪层之间，并使它们织成网状结构，从而在面部形成一张“内嵌面膜”，它启动皮下细胞的愈合运作，这样一来使皮肤逐渐焕新再生并显得娇嫩、更平滑、更具光泽。在巴黎，这项美容术价格不菲，令人咋舌。早在克娄巴特拉时代，黄金就属于贵重物品，据说黄金粉末是她的化妆品中的座上客，常常被使用。如今，诸如莎朗·斯通（Sharon Stone）、凯瑟琳·德纳芙（Catherine Deneuve）等大明星都使用过这种稀贵的面膜。没错，从克娄巴特拉到莎朗·斯通，或者反过来看，从莎朗·斯通回到克娄巴特拉，因为若想更好地掌握变美的各种仪式与秘诀，我们就都得追本溯源至从前的年代。

叛逆天使阿撒兹勒（Azazel）^③的禀赋

异教崇拜（paganisme）^④对“美”保持着赞颂与崇敬。随着众一神教的出现，“美”才被赋予了某种时常相互对立的双重内涵。身体是

① 此处指古希腊、古罗马时代。——译注

② 古埃及女王，先后为恺撒、安东尼所爱。——译注

③ 也译作“阿撒泻勒”，犹太传说中背叛上帝的堕落天使，也是一个恶魔。——译注

④ 在罗马帝国末期基督徒对信奉多神教的行为或多神论的称谓。——译注

原罪之所倚，除非其蒙承幸福、快乐与不老的宠泽，否则注定要投身于苦役或磨难。自从有了夏娃的传说，“美”被驱逐出伊甸园，与诱惑、失贞挂钩。而这层关联从未被遗忘过：一桩近年^①发生的桃色丑闻案在美国掀起了波澜，24岁的金发女教师黛布拉·比斯利·拉费（Debra Beasley Lafave）被控告与其所在学校的一名未成年男学生发生性关系，随后在法庭上，被告的辩护律师声称：“她长得太漂亮，不能就这么毁在牢狱里。”噢，她的美丽与邪恶哪怕在高墙内也是危险的，因为这会招致她的狱友们与女狱警的注意。兼具愉悦与罪恶是“美”的双重性内涵，而这点也在《创世记》（la Genèse, 3:6）的一个篇章里得到印证。此外，《以诺书》（le Livre d'Énoch）也对堕落天使阿撒兹勒作了下面一番描述：他教会人类如何将熔融各种金属的技艺一方面应用在锻造长剑与铠甲上，另一方面却也可以用于打造精致手镯和项链。随后，他还指导人们镶嵌各类名贵宝石做装饰以及利用铈元素的物质涂料涂在眼眶上成为一种妆容。而阿撒兹勒便如是成了体现“美”的双重性内涵的代表。在多米尼克·帕克特（Dominique Paquet）^②看来，正是由于阿撒兹勒把他的所知带给人类，他从天使变成了魔鬼，原因是肉体 and 身体的装饰物所反映出来的美与金属、战争的技艺相互关联，这种美就恰置于永恒与肉体诱惑的对立中心。

从前，“美”由神职人员^③一手掌管着，因而不可能被视为罪恶的源泉。即便是入教和入葬的仪式，前者宣告从生存的一个阶段过渡到另一个，后者意味着迈入亡灵的天国，它们都兼具了象征性意义与实施治疗两种功能，这两种功能完全可以被视作名副其实的身体护理。

人们把铈这类物质作为美容护肤品涂抹在眼眶四周，这样做可以

① 2005年产生的法庭判决。——译注

② 法国戏剧演员、哲学剧作家。——译注

③ 此处既指古希腊、古埃及时代的祭司，也指古罗马时期的神职人员。——译注

帮助眼睛抵御沙漠地区的风沙侵袭，使皮肤的质感柔滑并散发体香，人们还使用以松脂为主要成分的香膏。这些妆容手段都被囊括进各种仪式庆典的惯例框架内，习俗与仪式承载着不同社会阶层的划分，而在这样的社会中，贵族阶层与神职人员掌管着医药与化妆的秘密。在古埃及，一场柠檬泡浴为贵妇人们的一天揭开了帷幕，随后再来一次精油香薰按摩。肤色的提亮方面则交由一种赭石颜料来打理，它能使人的皮肤看起来红润亮泽；眼部的提升借助于“眼墨”^①，它是一种能使人的目光炯炯有神的黑色物质，眉毛被化成细长状并勾勒出鱼类的线条，而眼睑则被涂上孔雀石或青松石的绿色（这些都是当地产的天然玉块和宝石，被加工制作成粉末）^②。在头饰方面，古埃及人佩戴蓝色的假发，他们精心修护手、脚的指甲并将其通过散沫花的花叶染料来上色，还能起到护甲作用，防止风沙对指甲的侵害。

阿佛洛狄忒（Aphrodite）^③之妆

在荷马生活的古希腊时期，“美”的最高境界不在于身体护理或各种饰品，而在于整体与各部分细节的有机协调统一。这个理念后来也被柏拉图沿用。有意思的是，在希腊神话中，“美”的含义两极并存：女性之美既受柔美、和谐的阿佛洛狄忒掌管，却也听从狡谲、致命的潘多拉。根据后者的一贯做法，凡是反对“人造之美”的女性都会被毁灭。

① 源于阿拉伯国家，可用于眼睑、睫毛、眉毛等部位。此处相当于今日的“眼线笔”“睫毛膏”或“眉笔”等化妆工具。——译注

② 相当于今日的眼影。——译注

③ 在古希腊神话中代表爱与美的女神。——译注

后来，禁止“画蛇添足”成为斯巴达^①的一条法律，远离巴洛克时期赘饰的利库尔戈斯（Lycurgue）^②在城邦内禁止一切化妆物品，它们是伤风败俗的象征。到了古典时代的雅典（公元前5世纪至公元前4世纪），女性在白天都使用能使脸色变得极尽苍白的化妆品，而到了夜晚，为了配合游龙戏凤的活动需要，她们可以换点别的颜色。

在随后的数个世纪中，对化妆的禁令有所缓和。人们大量使用铅的碳酸物（铅白^③）来美化自己，有的铅白化妆物里还带条状的红色（用提取自植物或矿物的色素制作而成）。眼妆则求助于藏红花，睫毛和眉宇则依靠含锑的原物来提升。

从一开始，希腊语便在用词上进行了区分：“kosmetité téchne”表示美化人体的艺术，而“kosmotiké téchne”则涵盖了卫生保健、针对皮肤护理的治疗性策略以及化妆的技艺。

在古希腊时期，“化妆术”造就短暂的、非真实的美，妆容是幻象与谎言，而且它是上流社会达官显贵的特权。相反，“美容术”作为当时医学的一个分支，它在女性中世代相传，旨在养护天然之美。

到了罗马帝国时代，清晨的梳洗（尤其是女性）简直是一场战斗级别的活动。所有孔窍类的器官都须接受“洗礼”；各种体毛均被剃除，用犀牛角粉把牙齿擦白亮，口气清新需请欧香芹来帮忙，此外，非常多见的做法是，身体的各部分依靠化妆的技术使“颜值”得到人工的、短暂的提升。这些不公开进行的卫生护理与美妆手段，目的不在于使人返老还童，而在于掩盖因长期单一的饮食结构造成的人体缺陷^④。“美”也因而被注入了隐瞒与虚伪的血液。

① 古希腊城邦。——译注

② 传说中古代斯巴达的立法者（约公元前10世纪至公元前9世纪）。——译注

③ 碱式碳酸铅，又称白铅粉。——译注

④ 比如色斑。——译注