

美育系列

华翎 臧永清 主编



仪表美故事读本

宁湘伟 编著

辽宁少年儿童出版社

华 翎 臧永清 主编

仪表美故事读本

宁湘伟 编著

辽宁少年儿童出版社

辽新登字5号

仪表美故事读本

yì biǎo měi gù shì dú běn

宁湘伟 编著

辽宁少年儿童出版社出版、发行

沈阳市和平区北一马路108号

文字编辑 李玲 王实 美术编辑 齐林家

封面设计 刘冰宇 插图 刘汉

建平书刊印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 $4\frac{3}{4}$ 字数 90,000

1992年2月第1版 1995年4月第3次印刷

印数 20,601—25,600

ISBN7-5315-1260-2/G·595 定价:3.40元

序

我们处在一个崭新的时代。中国正在迈着现代化的脚步。现代化不只是要求物质生活水平的提高，更要求人的精神世界的日益丰富。人的素质如何，将影响到一个时代的文明程度，也将影响到我们社会的现代化进程。

儿童是祖国的花朵，儿童的成长需要辛勤的园丁来精心培养。通过各种形式的教育来提高儿童的素质，使他们在德、智、体、美、劳诸方面得到全面发展，成为有道德、有智慧、懂得美、爱劳动、体魄健康的社会主义新人，这是我们社会义不容辞的责任。

美育是儿童教育的一个重要组成部分，它对于培养儿童健全的人格、高尚的审美趣味和按照美的规律来改造世界的能力有着重要的作用。然而，长期以来，人们较多地注意到对儿童德、智、体的培养，而在不同程度上对儿童的美育有所忽视，使其成为儿童教育中一个较为薄弱的环节。这不能不说是一个极大的遗憾。为了弥补这方面的缺陷，我们编写了这套小学生美育系列丛书，并希冀通过这套丛书，能为小学生提供一些美学知识，帮助他们从小树立正确的审美观，提高鉴别美丑和进行审美创造的能力。

这套系列丛书共分十种，包括《美育故事读本》、《社会美故事读本》、《心灵美故事读本》、《行为美故事读本》、《语言美

故事读本》、《诗文美故事读本》、《音乐美故事读本》、《绘画美故事读本》、《仪表美故事读本》和《自然美故事读本》。这套丛书与一般阐述美学理论的书籍的不同之处是，它既注重于系统地介绍美学理论知识，同时又充分注意到小学生的阅读兴趣、理解能力和心理特点，选择了以讲故事来渗透美学道理的方式，寓教于乐、深入浅出地来传播美学知识。形式生动活泼，道理较为系统全面，易于为小学生所接受。

像这种以生动的故事来引出较为抽象的美学道理、传播美学知识的书，还是一种新的尝试。因此，纰漏之处在所难免，还希读者原谅。

书编完了，我们并未感到轻松。如果孩子们喜欢读它，并能从中受到有益的启迪，我们才会感到由衷的欣慰。我们这样企盼着。

李 玲 臧永清

1991年7月26日

作 者 的 话

有谁会不爱美呢？

爸爸妈妈为我们买来一件漂亮的衣服，我们会高兴得半宿都睡不着；爷爷奶奶送给我们一双新鞋子，我们会穿上它，叭哒叭哒地跑遍整个街道，让所有的小朋友都看见。

可是有时候，我们会发现，单单有了漂亮衣服和新鞋子，还不能说我们整个人就真的变得很美很美了。甚至有时候我们会觉得，即使容貌非常漂亮的人，也不见得就很讨人喜欢。有一双又黑又亮的大眼睛、浓浓的眉毛、匀称的身材，好像还不够，还缺少点什么。

那么一个人，怎样才能称得上潇洒、称得上有魅力呢？

除了容貌、形体、穿着打扮，还要注意言谈、举止、风度气质，等等，此外，还要有美好的心灵。一个容貌美而心灵不美的人，只能是徒有其表，是不可取的。这本书呢，就围绕着这些方面，为你讲了许多有趣的小故事。你只要打开书，就一定会读到，会受到教益。

真心地希望你也成为一个很有魅力的人。

目 录

序

作者的话

1. 看杀卫玠 1
——美好的，人人都喜爱
2. 万隆会议 3
——文雅是风度最重要的内容
3. 风度如何 7
——美使人愉快
4. 胡子上的虱子 10
——整洁是仪表美的前提
5. 晴雯撕扇 13
——笑可以使你更美
6. 沈腰潘鬓 16
——年轻是一种最美的东西
7. 环肥燕瘦 18
——健康是美的标志

8. 目如秋水	20
——漂亮的眼睛必须是活泼的	
9. 邹忌论美	23
——正确估价自己	
10. 寿阳妆	26
——从大自然中学习美	
11. 倾城倾国	29
——美是无罪的	
12. 剪辫子	32
——发式的职业特征	
13. 细腰宫	35
——形体美的关键是健壮	
14. 挨剋	38
——形体美需要在运动中表现	
15. 一言为定	42
——美是要付出代价的	
16. 东施效颦	45
——寻找自己的风格	
17. 邯郸学步	47
——一味模仿只会吃亏	
18. 三大缺陷	51
——学会变缺陷为优点	
19. 曹操	54
——气质比相貌重要	

20. 刮骨疗毒	58
——怎样才叫真正的硬汉	
21. 一件旧礼服	62
——朴素本身也是一种美	
22. 帽子歪了	64
——追求时髦是轻浮的表现	
23. 土布衣裳	67
——服装也能制造出轻松的气氛	
24. 赵茂德	70
——服装必须与环境相统一	
25. 胡服骑射	73
——服饰美首先应实用	
26. 伤心的绸衫	76
——服饰的情感特征	
27. 黑帽子	80
——服饰有时也有政治意义	
28. 背都烫焦了	83
——过分修饰是不可取的	
29. 屈原投江	86
——内心与外表应该统一	
30. 狗门	90
——语言也是仪表的一部分	
31. 小偷	93
——超人的智慧也是一种魅力	

32. 小时候聪明	96
——智慧的语言更增添你的魅力	
33. 解缙	99
——选取正确的语言表达方式	
34. 喷帝	102
——幽默的力量	
35. “蘇”字的写法	106
——学会机智的批评	
36. 哪里有蛇	109
——与机智的人同在，永远快乐	
37. 不下拜	112
——提高你的自信心	
38. 当演员	115
——消除紧张心理	
39. 阮咸晒衣	119
——富贵是不值得夸耀的	
40. 东床快婿	122
——质朴和坦诚比装模作样强	
41. 花了多少钱	125
——不要过分计较得失	
42. “洛士文号”	128
——人生此刻最美丽	
43. 贤庄旧事	133

——追求仪表美与心灵美的和谐

44. 大森林的儿子.....	136
-----------------	-----

——发现人心灵的崇高和优美

参考答案.....	140
-----------	-----

1. 看杀卫玠

——美好的，人人都喜爱

卫玠(jiè)，是中国古代一位很有名的美男子。他生活在西晋那个朝代，西晋时的人没有不知道美男子卫玠的。人们都说，不管是多么拥挤的人群，只要卫玠在，你一眼准能找到他。小时候，他坐着白羊车，在洛阳的大街上玩，见到他的人都互相打听：“喂，这是谁家的小孩？简直像用玉做的娃娃一样可爱！”

后来，卫玠病了。病了的卫玠很虚弱，很单薄，像是连衣服都支撑不住似的。但卫玠还是风度翩翩，光彩照人，见到他的人都觉得不好意思，因为跟他一比，自己显得太丑了。

他来到下都(dū)。下都人一听说卫玠来了，都赶紧从家里跑出来。他们都希望能见见卫玠，看看他到底有多美。当时的下都，满街都是人，像一堵又一堵的大墙，把卫玠围在中间。后面的人看不见，便跑回去，从家里搬出高高矮矮的凳子，站在凳子上往里头望。就这样，卫玠在大街上站了整整一天。一直到太

阳下山了，人们才渐渐散去。卫玠回到自己住处的时候，天已经彻底黑下来了，月亮也已经很亮很亮了。

没过几天，卫玠就死了。

卫玠本来是病死的，可当时的人都说他是累坏的。有人甚至说，卫玠本来就有病，被大家看来看去的，一定是累死的。所以，有一种说法一直流传很广，叫做“看杀卫玠”，意思就是“把卫玠给看死了”。

下都人纷纷从家里涌出来，跑到大街上，为的是亲眼看一看卫玠的风采。因为，美的事物，人人都喜爱。

那么，我们能不能让自己也变得像卫玠一样美，一样招人喜爱呢？别着急，关于这个问题，你只要捧着这本书仔细地读下去，就会找到答案。

判断与选择：

下都人为什么一听说卫玠来了，就纷纷跑到大街上？

A 他们想拦住卫玠，好把他累死。

B 他们想亲眼看一看卫玠的风采。

2. 万隆会议

——文雅是风度最重要的内容

中华人民共和国成立以后，周恩来总理主持我国的外交工作，历时 20 余年，得到了全世界各国人民的普遍赞颂。人们都说，周恩来总理是当代最杰出的外交家。

1955 年 4 月，29 个亚洲和非洲国家的鲜艳国旗，在印度尼西亚万隆市上空迎风招展。中华人民共和国的五星红旗，在阳光下显得格外美丽、庄严，惹人注目。亚洲和非洲的新兴国家在一起讨论世界大事的第一次会议，就要在这里召开了。

4 月 11 日，印度航空公司的飞机“克什米尔公主号”从香港启德机场起飞，升上了蓝天，飞向印度尼西亚。可刚起飞不久，飞机突然爆炸。中国参加亚非会议的工作人员和中外记者 11 人，连同机组人员，都不幸遇难。原来，这是蒋介石特务的阴谋破坏。他们事先在飞机上安装了定时炸弹，想暗害去参加亚非会议的周恩来总理。由于周恩来总理先去缅甸访问，没

乘这架飞机，他们的罪恶阴谋才没有得逞。

“克什米尔公主号”事件引起了中国和全世界人民的愤怒。但是亚非会议还是按期在印度尼西亚的万隆市召开了。

4月17日，周恩来总理率领中国代表团来到风光明媚的山城万隆。



“周恩来”这三个字，像春雷般地响遍大地。

在亚非会议的会场里，最令人注目的就是他；在各国代表的发言中，最受重视的是他；在会场外面，最为群众欢迎的也是他。街头巷尾，到处都有人在谈论

他。他像一块巨大的磁石，吸引了所有人的注意力。当时，一位记者这样报道说：“他出现在哪里，哪里就有欢呼和掌声。”

有一次，下午3点钟左右，一辆飘着五星红旗的小汽车驶向大会会场。

这是周恩来的汽车！

顿时，街头的群众从四面八方围过来。警察手拉手组成了警戒线，竭力维持秩序。可人们还是冲过了警戒线，挤到车边，热烈鼓掌欢呼。汽车被挡住了，停了好几分钟才开过去。在场的一位美国记者感慨地说：“人们都为他疯了。”

这次会议虽然只有短短7天，周恩来总理的伟大气魄和远见卓识，以及他谦虚热忱、平等相待、以理服人的态度和作风，给参加会议的各国代表留下了不可磨灭的印象，博得了普遍的钦佩和敬仰，为刚刚建立的新中国赢得了许多朋友。

为什么周恩来总理一到万隆，“人们都为他疯了”呢？

除了他的政治声望以外，还有就是他的迷人的风度。1956年，当时的联合国秘书长哈马尔舍德在北京见到了周恩来总理，他说：“在周恩来面前，竟使我感到自己像个野蛮人。”周恩来总理温和的态度和文雅的

举止，在全世界人民心中留下了美好的印象。

文雅是风度中最重要的内容。

判断与选择：

哈马尔舍德的话，是什么意思呢？

A 周恩来总理的温和与文雅使他觉得，相比之下，自己显得太粗俗，像个野蛮人。

B 周恩来总理是个火气很盛的人，同他在一起，人们不得不像野蛮人一样争吵不休。