

姐妹丛书

装扮您和您的家庭

- 女性化妆美学
- 各类化妆品性能和用法
- 美的家庭的设计
- 家庭环境的艺术布置



NGSHU

主编 孙厚璞 林耀琛 邓伟志

张玉新 邵恩华 宋铮著

装扮您和您的家庭

033509

浙江人民出版社

装帧设计：雪 子

装扮你和你的家庭

张玉新、邵恩华、宋 铮著

浙江人民出版社出版

浙江新华印刷厂印刷

(杭州武林路 125 号)

新华书店上海发行所发行

开本 787×960 1/32 印张 6.125 插页 1 字数 80,000 印数 1—80,500

1987 年 9 月第 1 版 1987 年 9 月第 1 次印刷

统一书号：7103·1346 定价：1.10 元

编者的话

姐妹们，请允许我们献上这套《姐妹丛书》。

顾名思义，这套《姐妹丛书》，是我们几个热心于妇女工作的同志，着眼于“四化”建设的新潮流，以及我国妇女的切身利益和特点，组织各方面的专门家通力合作，多角度地撷取当今世界的新知识、新经验，运用多种形式，为姐妹们设计编写的一套新型妇女读物。就其内容和规模而言，可以说，它是我国历史上第一套真正为姐妹们说话的妇女丛书，也是一套具有鲜明特色的现代家庭生活丛书。

《姐妹丛书》是广大妇女的良友和顾问。希望它的出版，能够帮助姐妹们在改革进程中摆脱传统习惯势力的束缚，更好地克尽妇女的崇高职责，增进家庭生活的和谐与欢乐。

男人和女人是共同构成家庭与社会的分子，男女之间是互助、互学的关系；不理解女人的男人，算不上真正的男子汉，不关心妻子的丈夫，称不得好丈夫。因此，这套《姐妹丛书》，不仅女人应该读，男人也应该看。

在中国大地上正在进行的改革，正在推动着妇女的解放。中国妇女在社会主义建设中的作用正在发挥，中国妇女的社会地位正在提高。马克思主义妇女学正在中国形成。我们这一套丛书只不过是妇女丛书的第一部。愿为姐妹们服务的丛书层出不穷，繁花似锦。

1986年12月

目 录

第一篇 化妆与化妆品	张玉新(1)
一、什么是化妆品	(7)
(一) 化妆品的历史	(7)
(二) 什么是化妆品	(11)
(三) 化妆品的分类	(12)
二、皮肤与化妆品	(15)
(一) 皮肤的构造	(16)
(二) 皮肤的功能	(18)
(三) 皮肤的酸碱度、皮脂膜与皮肤的自然 保湿因素	(20)
(四) 皮肤的状态	(22)
(五) 皮肤的颜色	(23)
(六) 皮肤的营养	(23)
(七) 皮肤的老化	(24)
(八) 皮肤的炎症	(26)
三、皮肤去垢化妆品	(28)
(一) 皮肤的污垢与洗净	(28)
(二) 水洗	(29)
(三) 化妆水的擦拭	(29)
(四) 香皂	(30)

(五) 浴剂	(32)
(六) 洗粉	(35)
(七) 清洁霜	(36)
四、基础化妆品	(37)
(一) 化妆水	(38)
(二) 膏霜、乳液	(43)
(三) 面膜	(49)
五、美容化妆品	(52)
(一) 香粉	(53)
(二) 粉饼	(54)
(三) 粉底	(55)
(四) 唇膏、胭脂	(57)
(五) 眼部化妆品	(61)
(六) 睫毛化妆品	(67)
(七) 指甲化妆品	(69)
六、头发用化妆品	(72)
(一) 人们的毛发	(72)
(二) 头发用化妆品	(74)
七、牙齿清洁剂	(82)
(一) 牙膏的组成成分	(82)
(二) 牙膏的功能	(85)
八、芳香化妆品	(85)
(一) 香水	(86)
(二) 古龙水	(87)
(三) 其他芳香化妆品	(88)

(四) 香水的选择、颜色及保存方法(88)

(五) 化妆品的附香率(89)

九、化妆品的使用与选择(90)

(一) 化妆品的误饮、误食(90)

(二) 化妆品的保管(91)

(三) 化妆品的选购(92)

第二篇 家庭美化邵恩华、宋铮(99)

一、厅(103)

二、起居室(106)

三、卧室(111)

四、儿童室(116)

五、老人室(122)

六、两代同堂(126)

七、新房(129)

八、书房(135)

九、厨房(137)

十、卫生间(141)

十一、阳台(144)

十二、墙面布置(147)

十三、装饰布(150)

十四、灯(154)

十五、家具(158)

十六、艺术饰品(163)

十七、室内花草植物装饰(166)

十八、窗的美化.....	(176)
十九、装饰点滴.....	(179)
(一) 色彩与层次.....	(179)
(二) 点、线、面.....	(183)
(三) 装饰风格.....	(187)

第一篇 化妆与化妆品

化妆，是人们日常生活的一个组成部分。每天晨起，睡梦初醒，就要忙不迭地刷牙、洗脸、梳头、修脸。人们是从化妆开始，来迎接一天的新生活的。所谓“黎明即起，扫洒庭除”的治家“格言”，就广义地包括化妆在内。出门而去，更免不了对镜自览，搽搽脸颊，抚抚头发，审视一下有无失态之处，以庄重的姿态和饱满的精神投入工作中去。如此周而复始，决不会有人感到厌烦与多余。如果我们的职业是演员、文艺工作者、美容师，那么，化妆在生活中的位置就更重要了。

那么，人为什么要化妆？

假如在我们面前出现这样两个年龄相同、面容仿佛的女性，一个头发稀疏、干枯、蓬乱，面黄肌瘦，毫无光泽，细密的皱纹暴露于外，牙齿黑黄，或齿缺唇瘪；一个头发乌黑油亮，光可鉴人，面如桃花，鲜艳红润，齿白唇红，相映生辉。请问：在你的感觉上、心理上，你更喜爱哪一个呢？或者说，你自己想成为哪一个呢？不用说，后者给人以美感，是青春的象征、健康的标志，因而富于魅力，不免使人多看几眼；而

前者就显得“丑”了，有病态恹恹、青春老去之状，如果不说毫无魅力、使人厌倦，也足以使人陡增叹息，既然两者年龄相若，都有一副“天生丽质”，却怎么会妍媸分明、给人的印象大相径庭呢？这就是化妆与不化妆的区别。化妆使你增辉，不化妆促成毁容。

因此，化妆的作用可以归结为：

化妆使你变得更美。

按照马克思主义的观点，人类是按美的法则来创造世界的。例如，猿与人都会使用工具，而猿用的木棍，不过是天然的树枝，而人使用的各种木棍，不仅讲实用，而且讲光滑、平衡、对称、色彩，富于美感，如棒球运动员使用的木棍、老年人使用的拐杖，乃至警察手里的警棍，都包含着某种美的法则；鸟类也会营造“房屋”，那不过是枯树枝的堆积与排列，“风雨飘摇，朝不保夕”，而人类的建筑竟能成为艺术，广厦千万间，蔚为壮观。此其人之所以成为万灵之长。同样的道理，人类也是按照美的法则来塑造自己的形象，美化自己的生活的。爱美之心，人皆有之。

俗话说：“马要鞍装，人要衣装”，“三分姿色，七分打扮”，化妆使人变得更美，更加神采奕奕。有人说，容貌妍媸，是爹娘生就的，还是任其自然为好，岂不闻“清水出芙蓉，天然去雕饰”，何必要化妆呢？此说叫只知其一，不知其二。朴素当然是一种美，但朴

素与化妆并不是对立的，化妆也可以更增添朴素的美。我国古代美人西施大概可说是朴素美的典型了，本是乡村浣纱女，“西子捧心”是她美之所在。但这不能说明西施是不要化妆的。我们记得这样的吟西湖的佳句：“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”。西子本来就美，所以“淡妆浓抹”，都能使她增添美的风韵。当然，化妆要得体，要适度，要以健康、高超的审美观点为指导，否则，容易弄巧成拙，变得俗不可耐。

在生活中，并不是每个人都具有一副天生丽质的。但是一经化妆、修饰，就可能扬长避短，变得比原来更美。例如：额上的伤疤，可用“刘海”来掩饰；团团的面孔，用高高的发型来衬托，便可略略“拉长”；眼睛涂上眼影和睑墨，可使眼睛显得大而有神；满脸雀斑，涂上有颜色的美容化妆品，如胭脂，就可化显为隐，反而增加一种特殊的韵味。如果我们感到自己的容颜有某种缺憾，大可不必自惭形秽，不妨照此一试，定能使你的面目焕然一新。

虽然容颜妍媸美丑，跟一定的审美心理联系着，人们常说，“情人眼里出西施”。客观上她无西施之美，但在情人眼里，她就是“赛西施”了。一个“出”字，道尽此中境界。战国时，齐相邹忌是个美男子。他问他的妻子、小老婆、客人，自己“与城北徐公孰美”，他们异口同声回答：徐公怎么可以跟你相比呢？

有次徐公来了，面面相觑，邹忌觉得不如徐公；再照镜子，更证实了的确不如徐公。他悟出了一个道理：“吾妻之美我者，私我也；妾之美我者，畏我也；客之美我者，欲有求于我也。”“私我”、“畏我”、“有求于我”的心理，影响了审美判断，结论就不符合客观实际了。但是，作为一个社会的人，他活动的范围十分广泛，美与不美，自有公论，非“私我”、“畏我”、“有求于我”者所能左右。化妆能使人变得更美，是社会性的审美判断，是客观实际的真实反映。

化妆有助于你的健康。

我们常说“健美”，健康与美的确是连在一起的。西施的“西子捧心”，林黛玉的“弱不禁风”，是那个时代的病态的美，用今天的眼光来看，也许并不那么令人神往了。我们欣赏的是健美。化妆品之对于人体，不仅有美化作用，而且有助于健康，延缓人体衰老的过程。例如脸上涂了防晒剂、防冻膏、防皱霜，就经得起风吹雨打太阳晒，皮肤红润、富于光泽，延缓了皮肤的衰老，而皮肤的衰老跟人体的衰老是一致的。使用了牙膏类口腔清洁剂，保持牙齿清洁，防治牙齿疾病，就能推迟出现齿颊动摇的老态，有助于食物消化、吸收营养，这也就保护了身体的健康。健康使人精神勃发，更增添了美的魅力。前几年，电影《叶赛尼亚》曾风靡了我国观众，不久，扮演叶塞尼亚的演员即来中国访问。据接待人员说，她已经是五

十多岁的人了。由于她化妆得法、有术，使人看去不过三十来岁光景。健美使她变得更年轻了，也延长了她的艺术生命。

化妆有如此神奇的魔力，又为生活所必需，我们为什么不把自己打扮得更漂亮，更朝气蓬勃呢？须知仪表美，也是精神文明的一个标志。随着科学技术的发展，物质生活水平的提高，精神生活的日益丰富，人们将更注重美，更保护健康，更愿青春永驻，那么，也就更离不了化妆；化妆的水平和美学趣味，也将更有新的提高。

有的青年朋友爱美，也想化妆，但不敢着意修饰，倒不是怕因此破坏了她的朴素美，而是怕打扮得入时、出众，会惹得议论纷纷，影响不好。“爱打扮”。不是有些领导这样挑剔青年，因此有的爱美的青年入不了团，当不上模范吗？仿佛“爱打扮”，就是资产阶级思想的代名词，似乎无产阶级就象清教徒，不爱美、不懂得美的，仿佛“爱打扮”，就是生活作风不检点，似乎正派人就得少年老成、老气横秋、未老先衰。这是多么陈腐的旧观念！谁还抱着这套老皇历不放，谁就会成为落伍者，被时代的新潮流所淹没。这套僵化了的过时说教，道来振振有词，其实不堪一驳。他们忘记了自己也曾经年轻过，如果设身处地想一想，当你们年轻的时候，虽然物质条件、生活环境都大不相同，但你们是否也有过爱美之心？是否

633509

对生活充满幻想和热烈追求？如果有过，那今天这样来束缚青年，只能说明是对青春的妒忌。谁说无产阶级、正派人就不爱美、不要化妆呢？《白毛女》里的喜儿，一贫如洗，彻底的“无产阶级”，要过年了，喜上心头，她也要打扮一番，用红头绳扎起长辫来，这不就是化妆？虽然这种化妆太寒酸了，令人慨然心动。《人生》中的刘巧珍，爱上了小知识分子高加林，她的生活方式也要来一个变化，她怕高加林嫌她不干净，便学着高加林的样，每天清早起来用牙膏刷牙，把牙齿刷得雪白，清除了口臭，而对于投来的各种各样的眼光和引起的这样那样的议论，她一概置之不顾。这样一个生长在穷乡僻壤的姑娘，为了美、为了健康、为了爱情，她就“大胆”地化妆，反对旧观念。即使是无产阶级的英雄人物，如《红岩》中的江竹筠，在走上刑场以前，在如狼似虎的反动派面前，她还要慢条斯理地拿出木梳来，梳理一下有点凌乱的头发，表现了面不改色心不跳、视死如归的英雄气概。他们注意梳妆打扮，把仪表美与内心美更和谐地统一起来了。

妇女朋友们，让我们为了美，为了健康，着意修饰、打扮起来，让一切自然界最美的东西相形见绌，真正的“沉鱼落雁”、“闭月羞花”！

以上这些话是为引子。下面，言归正传，向你介绍比较系统的化妆品常识及其使用的有关事项。

一、什么是化妆品

(一) 化妆品的历史

化妆品的历史，虽然没有作过详细的考证与汇编，但是从古代的遗迹，金字塔等古迹的壁画、雕刻，以及古代墓葬的殉葬品中可以看出，人类大约在4000年前就具备了化妆的知识。

现在流行的眼影、脸墨这些眼部化妆品，早在古埃及的化妆法中就已具有了雏形。

古代化妆品中以下几类对现代化妆品的形式很有影响：

始于宗教仪式的香料；

香油对皮肤的保养；

用颜料涂抹的脸谱。

1. 由香料开始的化妆品的历史

据说，化妆品的历史开始于太古时代帕米尔高原的焚香的习俗。

传说居住在帕米尔高原的人们，在祭祀神仙或祖先时要焚香；香烟缭绕，可以驱除邪恶与污浊，迎接圣洁的神仙或祖先的灵魂降临。

焚香这一宗教仪式一直流传到今天，香料、香典等词汇至今也仍在使用。

此后，使神座香烟缭绕的焚香，用到了活着的神

仙即皇帝的宝座上。以后又逐渐进入王公贵族的生活。在住所焚香，成了统治阶级享有的特权。

传说当时焚的香，就是乳香、香脂、桂皮、沉香、没药一类。当时要得到这些香料，自然比现在要困难得多。

这种焚香的习惯逐渐流传到希腊、罗马与其他世界文化的中心，香料的种类也因此有了变化。到了全盛时期的罗马，蔷薇花香已为人们所普遍喜爱。

到公元十世纪时，法国南部开始栽培香料植物。就在这个时候，一批移居法国的意大利人——皮革商人，为了消除皮革衣物的革臭，需要消费大量的香料，香料植物的栽培也因此逐渐推广。至今法国南部仍保持着世界天然香料中心的地位。法国的化妆品所以在世界上享有声誉，是有其一定的历史渊源的。

随着东西方交易的加强，香料的种类也越来越丰富。香料，特别是食用香料原产地的开发，就象随着世界航线的开辟，发现了美洲大陆一样，大大改变了香料的“世界史”。

香料的应用，从给衣物的赋香开始，逐渐用于为抑制体臭而在浴后使用的芳香制品中，如香粉、花露水、古龙水等。

天然香料的价格非常昂贵，所以只有特定阶层的贵族才用得起。近代，由于化学工业的不断进步，