

艺术与生活丛书

女人 与美容

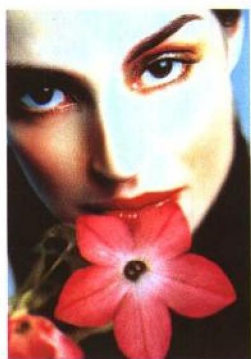
的对话



上海文艺出版社

艺术与生活丛书

女人与美容的对话



上海文艺出版社

(沪权)图字: 09-2001-483 号

图书在版编目(CIP)数据

女人与美容的对话/洪文庆主编. - 上海:上海文艺出版社,2002.1

(艺术与生活丛书)

ISBN 7-5321-2355-3

I. 女… II. 洪… III. ①皮肤-护理-基本知识②中国画:人物画-

鉴赏 IV. ①TS974.1②J212.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 098588 号

中文繁体字版

总 策 划 许钟荣

主 编 洪文庆

企 划 王晓萍

作 者 缪如新

编 辑 欧淑婉

设 计 王馨婕

插 图 林修杰

印 务 刘伟萍

©锦绣出版事业股份有限公司(台湾)2002

中文简体字版

责任编辑 刘育文

印 务 陆祖晨

书 名 女人与美容的对话

出版发行 上海文艺出版社

地址:上海绍兴路 74 号

电子邮件:csbcm@public1.sta.net.cn

网址:www.sbcm.com

制 版 上海丽佳分色制版有限公司

印 刷 上海精英彩色印务有限公司

版 次 2002 年 1 月第 1 版

2002 年 1 月第 1 次印刷 印数 1—11,000 册

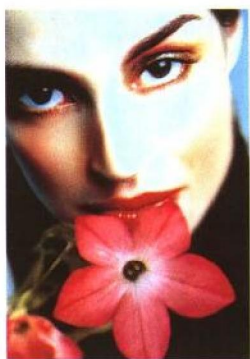
规 格 890×1240 1/32 印张 4

国际书号 ISBN 7-5321-2355-3/TS·13

定 价 28.00 元

艺术与生活丛书

女人与美容的对话



上海文艺出版社

女人与美容的对话

爱美是女人的天性。所有的女人都都期望自己美丽。于是，她们会用各种方法让自己看起来美丽，使之光艳照人。当然，美容就是最基本的方法。因为本体若是不足观，其他外加物再多，也都有功亏一篑之叹。

女人为什么要千方百计地让自己美丽呢？因为美是被歌颂的，像波提切利所画《维纳斯的诞生》，那毫无瑕疵的美神维纳斯，就被传颂了五六百年，至今依然是美的标准。而“倾城倾国”之貌，也总是不断的被传颂。至少，美可以让人充满自信。

不管怎样，女人总是不停地描绘着她们自己的脸孔，期望美丽。从埃及的古壁画，我们看到女人画着黑黑长长的眼尾线；从西方绘画里，我们也可以看到各时代的美容方式，如剃掉眉毛或点一颗腮边痣等；在中国也有“三黑三红”和“三白”的美容化妆法。而现在，女人对美容的要求，更讲究、更五花八门。

其实，女人都是美的。俗话说：“没有丑女人，只有懒女人。”也就是说，要做个美丽的女人，首要条件便得勤快；勤快保养、勤快化妆。但光是勤快，也还不够，还得有知识。因为在这个化学科技进步的时代，得有知识过滤美容产品和方法，才不会让自己平白成为实验的场所。所以，我们制作了《女人与美容的对话》这本书，尽可能提供女人与美容之间的所有知识和方法，教你怎样成为一个美丽的女人。

书分三大部分：一是概论篇，从名画里略谈女人美容的演进史。二是实用篇，介绍美容知识以及脸部、身体、秀发的保养和彩妆。三是专题篇，介绍世界各民族的美容保养法及流行纪事、名牌化妆品故事，以及其他保持美丽的健康饮食等内容。

我们希望这样一本小书，能够帮助所有的女人美丽，并建立起自信，使之更亮丽和耀眼！

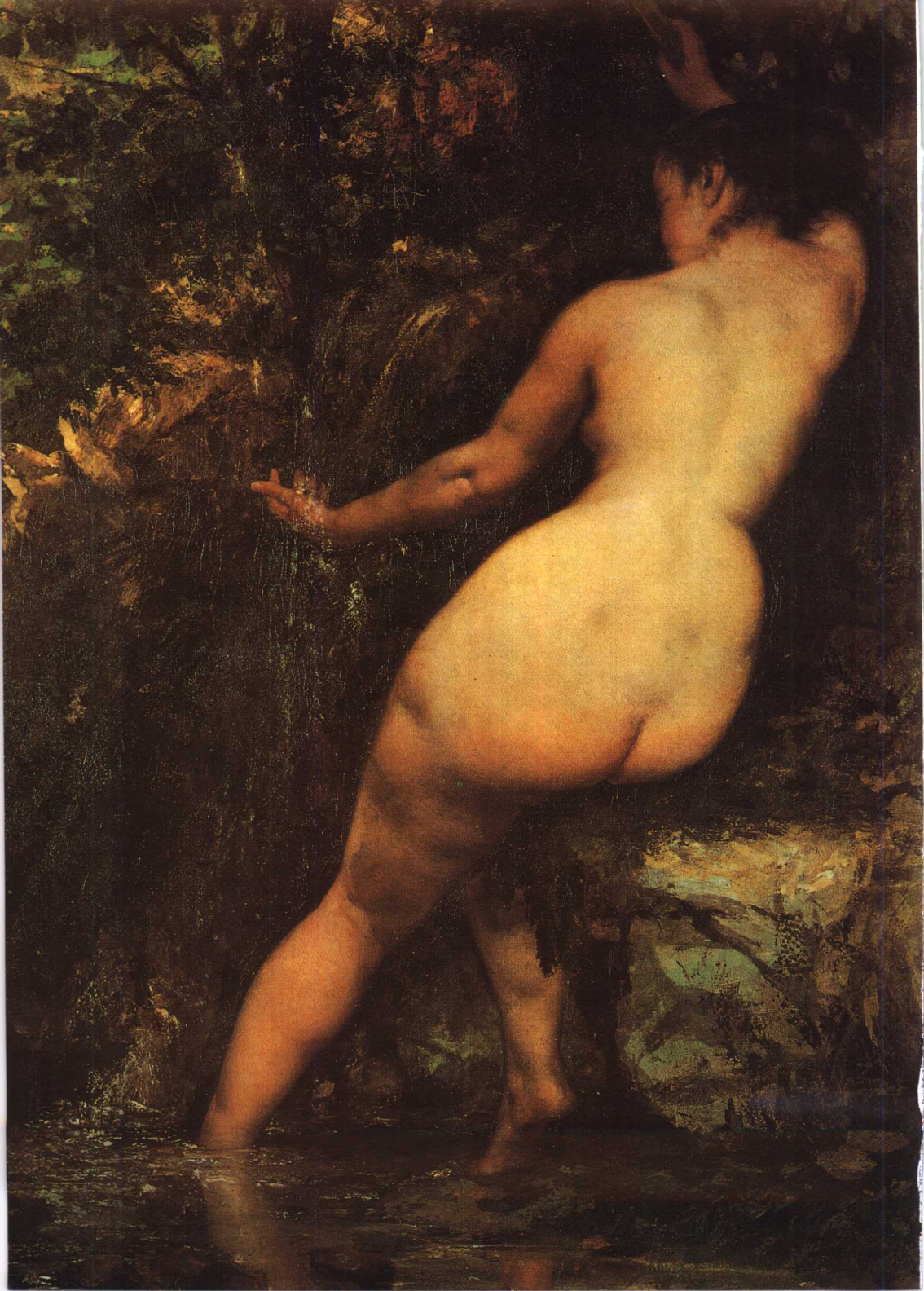


总编辑

洪文康

Dei vo' salta alla sopra porta
L'unt' quic' fan d'Enna, o l'ido op
Dal furo' ho fante che on a p' d'
L'unt' quic' edia dal carder manto
Che mi cuote i fangi all' h' d' al
Noi che saran d' al che f' l' un
Gloria di me mi sente, e ognor per
Cero e cerca, e resto, accolt' in
E an' l' uore a' d' al che al' ma a
Ch' un' m' giugne il son d' un' uore
Congiun' m' d' al' insieme no' s' an
Ome' p' te, Proserpina un





〔概 论 篇〕

名画里的美颜人生	006
----------------	-----

〔实 用 篇〕

美容知识宝典	014
脸部保养	020
身体保养	036
秀发保养	048
基础彩妆	060
旅行保养及彩妆	074

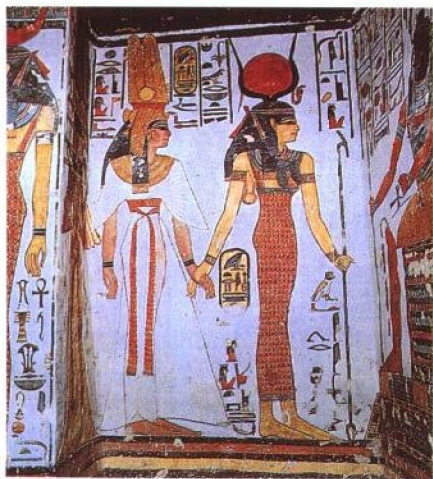
〔文 化 篇〕

世界各民族传统美容保养法	082
西洋美妆流行纪事	091
华夏之美	099
名牌化妆品的故事	104
感官美容	118
保持美丽肌肤的健康饮食	123

名画里的美颜人生

自有人物画以来至二十世纪初，西方绘画中人物的造型，一直反映着不同时代的美颜人生，加上写实绘画的观念，使得画中人物的造型或是反映真实生活的梳妆沐浴等状况，都成了今日美容学者们的最佳考古依据。

尽管上古时代的绘画技巧仍不够纯熟，甚至只有二度空间的概念，当时的埃及人就已经用绘画记录了他们著名的眼部化妆技术。从第五王朝至最著名的第十八王朝、十九王朝及二十王朝，埃及的古墓与壁画上的贵族男女，均有着一双大大的杏仁形眼。埃及人用黑墨画出包覆式的上下眼



埃及第十九王朝的著名壁画《女神哈特》中，显示了古老埃及的审美观。



富凯 (J. Fouquet), 《圣母子像》, 1450年左右, 木板, 91×81厘米, 安特卫普, 皇家美术馆
中世纪的肖像画中尽是严肃的脸孔, 毫无生气与表情可言的五官, 而画中的女性非圣母即夏娃。

线, 并将眼尾拉长画至太阳穴, 以及剑眉入鬓的化妆形式, 都清楚地传达了埃及化妆的流行趋势; 而在意大利的庞贝城遗迹中, 无数的壁画更记录着公元一世纪时, 几乎与希腊人的装扮同出一辙的罗马人的美颜流行。

圣女与妓女相争的时代

西罗马帝国灭亡后, 自黑暗时代到文艺复兴之前, 整个欧洲中世纪所有的绘画, 几乎就只有圣经故事的话题, 而画中的女人似乎只剩夏娃与圣



母玛丽亚两者，分别象征来自天堂与地狱的两种女性形象。

由于教庭认为到了审判日时，女人若化了妆，上帝将无法认出她们的身份，而将其误判下地狱，造成中世纪的女性不仅没有化妆的自由，只要是良家妇女，还必须剃高额及剃眉，她们的皮肤因缺乏日晒而白得像白莲花、牛奶，或是盛开的山楂花，脸上惟一的色彩是自然的晕红与赭红，即使是象征来自地狱的使者——夏娃，在画家笔下也维持着相同的形象。直至文艺复兴初期，许多人物画与圣经故事绘画中，仍然保留着中世纪肖像

画中严肃的脸孔，以及毫无生气与表情可言的五官。从富凯（J. Fouquet）的《圣母子像》、L. 克兰纳赫的《荣蒂斯》，以及佩托鲁斯·克里斯多斯（P. Christus）的《少妇像》中，都清晰地描绘出这长达数世纪之久的美颜时尚。

文艺复兴时期的素颜

由于十字军东征的失败，使西欧贵族与宗教势力急速衰落，取而代之的意大利商人势力，促成了始于十三至十四世纪的文艺复兴运动。意大利的画家们首先开始描绘希腊罗马时期



桑德罗·波提切利，《春》，1480年左右，画布、蛋彩，佛罗伦萨，乌菲兹美术馆

女性的脸庞充满古典美，浪漫的波浪金发与澄明的肤色，造成当时意大利女性流行无发造型，且注意全身肌肤的保养。

的神话故事，打破了中世纪圣经故事的局限，也赋予了文艺复兴时期全新的审美观。在早期意大利文艺复兴的众画家中，以波提切利最为人熟知。他最具知名度的两幅画作《春》和《维纳斯的诞生》中，女神们的脸庞不再像中世纪人物画般生硬，而是充满了古典美，她们浪漫的波浪金发与澄明的肤色，造成了意大利女性争相蓄留长发造型的风潮。而维纳斯洁净无垢的身体肌肤，也使得当时欧洲女性更注重全身肌肤的保养，香氛的运用也因此更加普及。

从文艺复兴时期开始，画家们打破中世纪的惯例，也开始为贵族、商



拉菲尔，《大公爵圣母像》，1506年
完全依黄金比例描绘的五官。椭圆型脸、笔直的鼻型、完美的圆拱型眉，唇宽与鼻齐，上下唇的比例是一比一。

人与富人画肖像。此时期的绘画构图变得更富于变化，色彩转变得更鲜明，线条也变得更加自由奔放，使得绘画艺术更受到平民的欢迎。然而，在文艺复兴严格的科学与黄金比例限制下，无论圣经中的圣母、夏娃、神话中的众女神，或是贵妇与市井妇女，几乎所有画中的女人都拥有椭圆形脸、笔直的鼻型、完美的圆拱形眉，她们的唇宽都被画得与鼻齐，上下唇的比例一律是一比一，或者上唇占上下唇之和的三分之一强；下唇不及整个唇的三分之二，大多数的圣经人物与肖像画中的女性，仍然拥有当时流行的高额与宽额。这点由达·芬奇的《蒙娜丽莎的微笑》与拉斐尔众多的《圣母像》中均可观察出。

巴洛克与洛可可的华丽美颜

继文艺复兴之后，在西班牙强大的国势之下诞生的“巴洛克艺术”，影响了欧洲十六与十七世纪间的艺术形式。巴洛克式绘画中的女性，充满着智慧与严肃的神情，并延续文艺复兴时期的宽额。宫廷贵妇大多将头发梳高，露出前额，化妆强调红和白两色。在委拉斯开兹的《玛丽亚·德瑞莎公主》一画中可看出，即使是年轻的女性，也喜欢在两颊和双唇使用丰厚的红脂；而在安特卫普画家鲁本斯



委拉斯开兹 (Velazquez), 《玛丽亚·德瑞莎公主》, 1652年, 油画, 127×99厘米, 维也纳·艺术史博物馆。丰厚的假发与胭脂, 说明了西班牙巴洛克时期的年轻女性也喜欢富丽堂皇的装扮。

画中的女性, 则大多有着丰满的体态, 显示当时审美的标准与时下严格的“窈窕”定义相距甚远。

到了十七世纪洛可可全盛时期, 欧洲宫廷弥漫着华丽、造作、糜烂的享乐主义氛围, 特别是法国贵族男女的穿着打扮, 可说是极尽浮华之能事。铅白的粉底、夸张的颊红, 还有男女都不可或缺的假发等, 都是日常化妆必备的元素。巴黎与伦敦贵族的时髦装扮, 在华托的《杰尔桑店铺招牌》、庚斯博罗的《清晨漫步》等画作中一览无遗, 更说明了当时假发受欢迎的程度; 而包欣的《庞贝度夫人》及Drouais的《玛丽安东妮》肖像画

中清晰可见的晕红与铅白, 一方面显示了当时的化妆色彩, 另一方面也展示了洛可可时期, 画家们对鲜丽色彩掌握的功力。

古典画派的写实美颜

法国大革命之后, 路易王朝被推翻, 洛可可艺术从那时起, 不只在绘画上, 也从流行史上全面消失, 取而代之的是帝政时期古典惟美的时尚与绘画艺术。最擅于表现十九世纪法国宫廷美颜的, 首推新古典主义画家大卫 (J.L. David)。帝政时代宫廷贵妇流行的装扮, 在他最富优美艺术精神的作品《雷卡米埃夫人》肖像画中真实地记录着。画中女子以发带盘起的卷曲秀发, 白净的脸庞上清晰自然的黑眉、薄唇与两颊的晕红, 搭配帝政时期高腰、窄摆、纯白色的希腊复古



大卫 (David), 《玛丽安东妮》, 1770年, 油画。洛可可时期欧洲弥漫着华丽、造作、糜烂的享乐主义气氛, 铅白的粉底、夸张的颊红与假发, 都是宫廷化妆必备的元素。

式装扮，完全摆脱了路易王朝的浮华气质。

另一位擅于表现上流社会美颜的新古典主义大师，也是大卫的忠实继承者——安格尔（Ingres）于1863年完成的《土耳其浴室》，是他最为世人熟悉的作品，也是他晚年最重要的作品之一。画中漂亮的裸女们有的在沐浴、有些人在享受饮品，画面弥漫着十九世纪欧洲画家想象中的慵懒、浪漫的中东气息；另外，安格尔在1828年的《小浴女》一画中，也描绘了当时女性沐浴美容的景况，画中一个女人由两位女仆为她梳头，另一个则在池中沐浴，画的主体为一名沉浸在土耳其浴氛围的裸女，这两幅画都

充分显示了土耳其美容浴在当时欧洲上流社会风行的程度。此外，安格尔中晚期笔下的贵族夫人像（1845～1856年），全都展现了雍容华贵的气质，无论是服装、发型与化妆，都与帝政时期有了明显的改变。发型为中分、自然的直长发，并在后脑勺盘髻；淡雅的化妆，不再强调眉型，两颊则是自然的晕红，这些可说是完全受到意大利式浪漫时尚装扮的影响。

充满浪漫气息的美颜绘画

1850年，英国开始兴起所谓的“拉斐尔前派”艺术运动，这群拉斐尔前派的画家们不仅用敏锐、活泼的笔调描绘出大自然，更以鲜明的色彩



大卫（J.L. David），《雷卡米埃夫人》，1800年～未完，油画，173×247厘米，巴黎，罗浮宫
高腰、窄摆的希腊复古式装扮，盘起的秀发，脸上自然的黑眉、薄唇与两颊的晕红，是帝政时期宫廷贵妇的流行装扮。



罗塞蒂 (Rossetti), 《欧蕾莉亚》, 1863年, 油画
画中充满梦幻「浪漫」质的美丽女子, 微翘的朱唇, 加上浓眉和深邃的双眼, 以及一头棕红色的长发, 在十九世纪的英国被称为「现代美人」。

成功地诠释了当时的美颜流行。在拉斐尔前派的作品中, 无论以神话或现实生活作为题材, 女性都是真正的主角, 这些画中的女主角也几乎成为英国维多利亚时期女性流行美的标准。尤其罗塞蒂 (Rossetti) 笔下的女子, 充满了梦幻与浪漫的美丽情调, 每个女子都拥有白皙红润的肤质、橘红色微翘的性感双唇, 加上浓眉与深邃的眼部轮廓, 以及一头棕红色的长发, 在当时曾被称为“现代美人”。除了罗塞蒂之外, 与拉斐尔前派同期的英国画家惠斯勒的画作, 则明显受到东方艺术与日本浮世绘的影响。异国风味的审美观, 深深地影响画家与当时人们对女性美的观点。

十九世纪末的印象派绘画中, 对女性生活写实的描绘, 除了蕴含着无限的浪漫因素之外, 也道出欧洲女性

主义运动的影响。马奈 (Manet) 在《娜娜像》一画中, 清楚地描绘了年轻姑娘在公众场合无视男士的眼光, 对镜补妆的动作, 而同时期印象派画家雷诺阿 (Renoir) 与后期印象派画家修拉 (Seurat) 的画作中, 则可以看出十九世纪末的流行发型已由低髻转为高髻。

商业绘画与美颜亲密的互动

跨入二十世纪后, 由于相机的发明取代绘画记录美颜人生的机能, 加上在二十世纪二十年代之后, 达达主义、抽象绘画与超现实主义纷纷崛起, 纯绘画艺术与商业绘画艺术至此



马奈 (Manet), 《娜娜像》, 1877年, 油画, 150×116厘米, 汉堡艺术馆
画中女子在公众场合补妆, 显示当时民风开放的情况。

已呈现完全分离的状态。但当时对于流行最具影响力的新艺术运动 (Art Nouveau) 与装饰艺术 (Art Deco), 却在十九世纪末至二十世纪二十年代间达到顶峰, 其与戏剧、商业的完美结合, 将绘画艺术推至另一个新境界, 也让我们看到更多的画家们为记录美颜时尚付出了毕生精力。其中较为现代人熟悉的画家有劳特累克 (Toulouse-Lautrec), 以及Erte、Mucha等人。

除了新艺术与装饰艺术之外, 二十世纪初期曾受时尚杂志之邀, 为期刊绘制封面或插图的画家不计其数, 其中被称为名家者, 以罗兰册 (Laurencin) 及蓝毕嘉 (Lempicka) 为代表。在这群时尚杂志插画家中, 来自秘鲁、在美国发迹, 画风独特的 Albert Vargas在1920~1970年间, 曾为无数好莱坞女星绘制肖像海报, 他的美女裸体海报作品, 更成为第二次世界大战时美军营区的珍品。Vargas不仅是《花花公子》与《Esquire》杂志最具代表性的插画家, 也曾为化妆品设计包装, 其一生的作品更记录着半个世纪以上的美颜流行, 直到今日才受到美国收藏家与艺术界人士的推崇。

在新世纪里, 当世人以更严格的眼光来定义绘画之时, 似乎惟有完全以“为艺术而艺术”作为出发动机的“纯艺术绘画”才能被称为“名画”, 这也使得绘画与美颜人生的距离越来越遥远。然而, 对流行界而言, 商业绘画的价值与艺术名画同等。我们深信, 在巨匠级流行设计师们手绘的设计稿中, 也能觅得美颜与绘画之间最亲密的对话。

Mucha·商业海报, 1900年, 100×264厘米

Mucha于二十世纪初绘制的广告海报。广告产品为女性马甲型内衣, 显示当时的流行内衣与时尚风潮。



Albert Vargas·《玛琳·黛德丽》, 1932年, 水彩
画中人物为二十世纪三十年代知名影星玛琳·黛德丽 (Marlene Dietrich)。



实用篇

美容知识宝典.....014

脸部保养.....020

身体保养.....036

秀发保养.....048

基础彩妆.....060

旅行保养及彩妆.....074



美容知识宝典

你爱美吗？你想要延长自己的青春岁月吗？百分之百的女人都会回答：“是的，因为爱美是女人的天性。”于是我们看到许多女性为了保有一身细嫩年轻的肌肤，花费了许多时间与精力。然而，成效不彰、事倍功半的却大有人在，其关键就在于没有正确的美容知识，也不了解自己的肌肤。

有句话说：“世界上只有懒女人，没有丑女人。”其实，这句话只说对了一半，因为，想要拥有美丽除了不偷懒之外，还要有智慧。别以为一定要到专业沙龙，经由美容师或医师的巧手肌肤才能回春，有时美容沙龙不当的推荐，反而会让肌肤因为错误的保养而受到伤害。而皮肤的美容手术也只能解决皮肤的表象问题，并无法延缓皮肤老化的事实。

皮肤外观的好坏是由内而外显现出来的，因此必须内外兼顾、双管齐下，才能治标又治本。若想让肌肤的岁月暂停，还需要持之以恒。通常，青春与所花费的金钱不见得成正比，即使经济能力较差，只要拥有正确的美容知识、懂得皮肤的生理结构、选对产品，再从日常生活作息做起，重视营养均衡、内外兼修，你就是自己的最佳美容师。

认识肌肤

青春美丽的容颜，总是让女人羡慕不已。尤其那些在荧幕上始终不会显现老态的女明星们，总是不禁让我们想要挖掘她们的美丽秘诀。身为女人，谁不想拥有细白柔嫩的皮肤。然而，纵使拥有天生丽质的本钱，女人一过了三十五岁，还是逃不过衰老的宿命。想要延缓老化的时间，让自己能长久地保有年轻的肌肤，需要付出相当的心血。“肌肤保养”这条与岁月拔河漫漫长路，任谁也不想走错，而“知识”就是支持你走向正确道路的最大力量。

选购保养品前须对肌肤有足够的认识，才能成为自己的最佳美容师。（HR新白纪元系列 赫莲娜提供）

