

縱覽穿着與妝扮的藝術
趣談服飾搭配的技巧
提供美容化妝的常識
薈集四季着裝的靈感

自我打扮 的學問

ZI WO DA BAN
DE XUE WEN

靖 編著

科學技術出版社

ISBN 7-5345-1178-X

TS941.1
6
1

夏燕靖 編著



063862

自我打扮 的學問

ZI WO DA BAN
DE XUE WEN

江蘇科學技術出版社



女子學院 0090474

插图绘制 青 言

自我打扮的学问

夏 燕 涛 编著

出版发行：江苏科学技术出版社

经 销：江苏省新华书店

印 刷：南京人民印刷厂

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 11.375 插页 4 字数 278,000

1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷

印数 1—6,000册

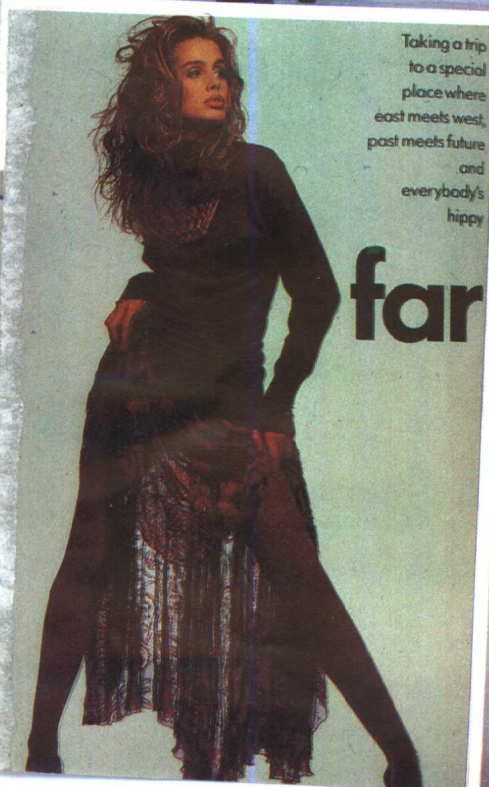
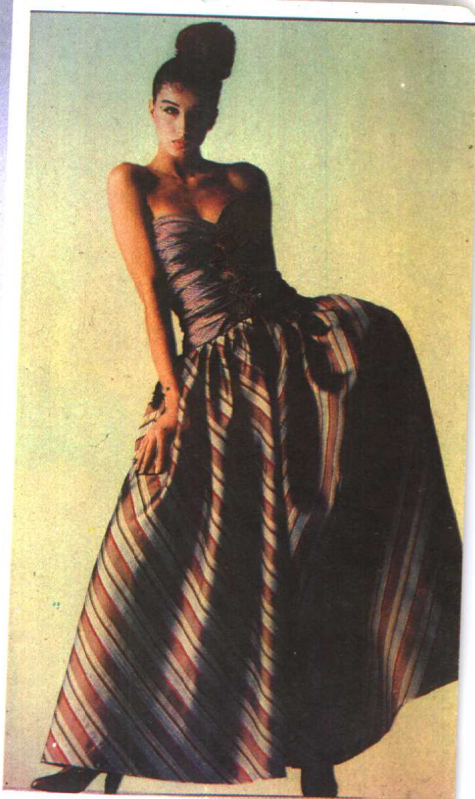
ISBN 7—5345—1178—X

Z·172

定价：6.20元

责任编辑 傅 梅

江苏科技版图书如有印装质量问题，可随时向承印厂调换。



Taking a trip
to a special
place where
east meets west,
past meets future
and
everybody's
hippy

far



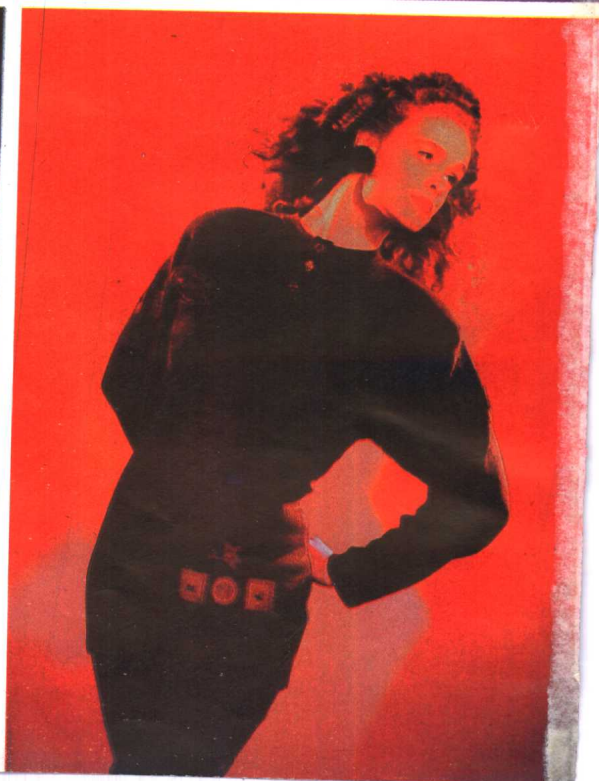


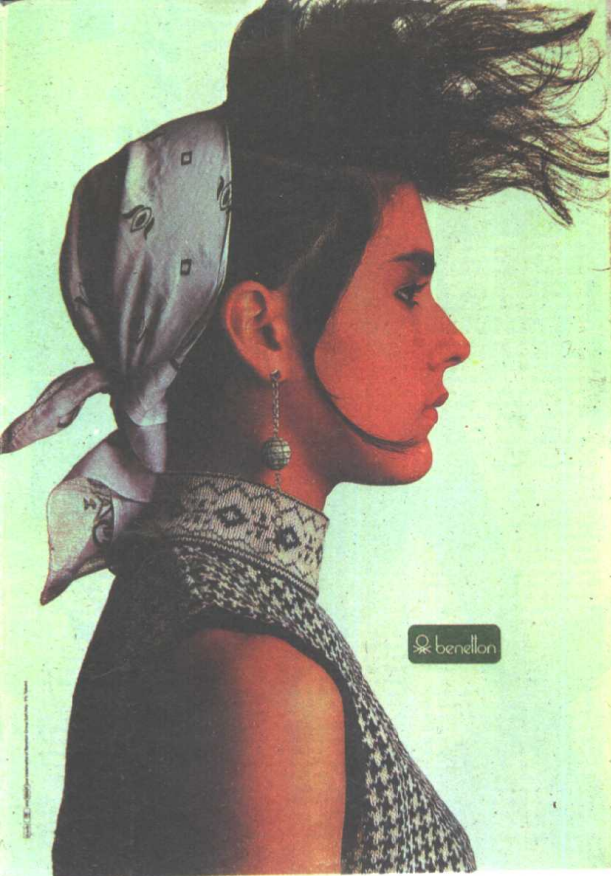
122



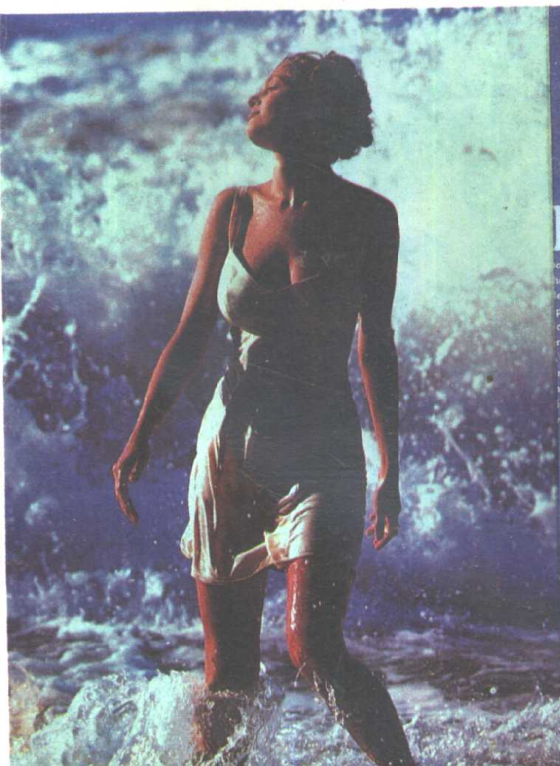
parody '86

出たヨシキミなアイドルラインは、
「ア」の自由の女神。



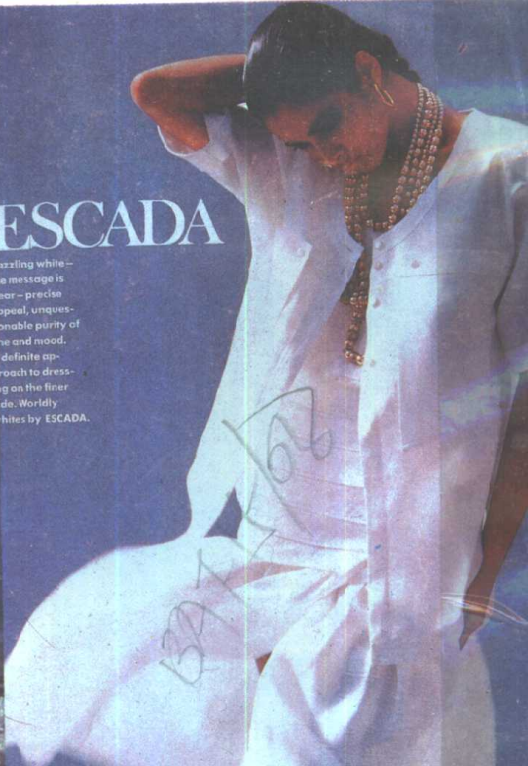


benetton



ESCADA

dazzling white —
 the message is
 clear — precise
 appeal, unques-
 tionable purity of
 line and mood.
 definite ap-
 proach to dress-
 ing on the finer
 side. Worldly
 whites by ESCADA.



ce, mais, plus fugitif
y a le chic.
pas fait pour rassurer.
et précis, il surprend
comme un coup de couteau.



316



写在前面的话

衣、食、住、行、用是人们日常生活中不可缺少的五件大事。特别是当今开放的社会里，学习、工作、劳动、休息各种场合里都脱离不开人群，注意穿着与妆扮，不仅仅限于个人的爱好，它也关系到国家与民族的文明程度。因此，服饰已成为现代社会生活中艺术与科学相结合的风范，受到人们的崇尚和追求。怎样选择适合自己的服饰与妆扮，不仅大有讲究，其中还颇有学问呢。

所谓“服饰”，是服装与佩饰双重概念的统称。与“衣服”、“服装”和“佩饰”不是同一个概念。衣服是指一种“使用物”，而服装是指人在穿衣之后呈现的“着装状态”，包括穿着者的气质、修养、容貌、体型以及社会文化背景的适应程度等。换言之，就是显现衣服这一“使用物”与穿着者自身的内在美、外形美，进而构成一种和谐的整体美。佩饰，是作为服装在穿着过程中的一种搭配饰物，主要品种有帽子、围巾、手套、提包和鞋子等。服饰搭配恰当，能使穿着者锦上添花。

服饰是随着人类悠久文明历史的进程不断地演变着的，并逐渐形成了各具特色的服饰风格与体系。由于社会生产力的逐步发展，人类生活的不断改善，穿着的目的已经不仅仅局限于遮盖及

保护身体健康的需要，而是开始涉及到审美情趣的精神境界中来了。

对于现代服饰来说，不管是生产者或是消费者，更偏重于审美格调。俗话说：“佛要金装，人要衣装”也就是这个意思。无怪乎有人将服装称之为人类的第二皮肤。当衣服穿在身上时，它便与人的容貌、体型、行为结合为一个有机的整体，反映出穿着者的气质、素养、情趣等等。因此，人们将穿着装扮作为自我追求美的手段并不是偶然的。

我国是一个古老文明的大国，在中华民族文化艺术的璀璨银河中，服装及其配饰是一颗闪烁异彩的巨星，曾有“衣冠王国”的美称。在不同社会制度里，反映出不同的时代面貌。例如封建社会里，服饰有炫耀身价、确定等级的作用。帝王将相，有各自的服饰，普通官吏与百姓也有不同的服饰，连知识分子与劳动群众的服饰也有很大的差异，如今在古装戏中还可以看到当年各种服饰的再现。辛亥革命以后，留洋回国的学生换上西装革履，颇有维新革旧之姿态，盛行于民国时期。

当今，年轻一代喜爱国际流行时装，随季节、年份、时尚而更换服饰，以显示走俏，追赶时髦。当然，在人们的生活中，于花团锦簇中显示出冰清玉洁者有之；而削足适履、东施效颦者亦不难发现。可见，衣着得体、配饰入时、妆扮大方，既是一种艺术，也是一门科学。

时至今日，服饰含义的外延除传统的“服装与配饰”外，甚至包括了服装礼仪、化妆、发型等的相配，构成完整的人性美，表达了文化的意义。因而也可以说，现代服饰具有沟通时代信息和传播新潮意识的机制。

服饰具有实用和审美的统一功能，通过社会活动使其发挥极大的审美作用。好似润物无声，潜移默化的过程。把人类社会的各种习俗和精神追求结合起来，树立健康的审美情趣。

服饰可以丰富人们的感受力，尤以其色彩的魅力唤起人们的联想，产生某种象征意义和审美氛围，从而增添生活的情趣。服饰还以质料的柔韧或挺括、造型的变化和韵律给人以音乐感，充分表现出人体美的特征，使人感受到生命的气息和青春的活力。

服饰还可以表现职业特征和民族气质，如军队、铁路、税务、法院、医务等职业服饰，有助于培养和增强对职业的责任感以及民族自豪感，促进社会交往的和谐。

本书试图从服饰文化的视角，来叙述服饰与装扮的艺术性和科学性相互统一的主题，并介绍诸种服饰穿着的审美常识，目的是让读者掌握一把钥匙，根据自身的年龄、体态、肤色、职业、文化、兴趣等方面的特点，从中获取如何选择合适的服饰装扮自己、充实自己的知识，以美化生活，提高精神文明水平，表现出中华民族的应有气质。作者愿大家与本书结伴，遨游在服饰与装扮艺术的海洋里。

第一章 服饰艺术的历史和特征

俗话说：“三分人才七分扮。”如何装扮自己，是美化自我、美化生活的重要手段，而装扮的主要部分，首先离不开穿着。所以说装扮自己也就成为人之常情，尤其是对姑娘和小伙子来说显得格外重要。可是在现实生活中，有的人认为只要穿上五彩斑斓的衣裙或穿上高档的西装革履，梳一个最流行的发式，就能够变得潇洒脱俗、风度翩翩了。其实，这样的理解是很片面的。穿着的问题看起来极为普通，实际上却大有学问。苏东坡有两句诗：“贫家净扫地，贫女巧梳头。”他指出的“净”与“巧”这两个字，是美的关键和雅的原则。无声胜有声，无色胜有色，无味胜有味，这是美学上所说的超凡境界。能淡妆者才能浓抹，得其巧。所以苏东坡在赞美西湖的诗句中也说到：“若把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜。”有素养的人在服饰装扮上，总是十分注意有分寸，从不过度的。所谓中庸之道，方能适应各种场合，其道理不言自明。如果你细心观察周围的人群，他（她）们中有些人并没有穿着昂贵华丽的服饰，却显得端庄秀丽，惹人注目；而有些人虽穿得花枝招展，陈红铺绿，却不仅没有给人留下美好的印象，相反给人有矫揉造作之感，甚至招人非议。这种强烈的反差现象正好反映了两对对穿着艺术的不同理解。本章将从多方面指引你认识穿着的艺术。

第一节 服饰的起源与演变

衣服的起源比较早，就我国而言，可以追踪到距离现在18000多年前的北京山顶洞人时期，从他们生活过的洞穴中发现的一枚用兽骨磨制而成的骨针推论，我们的祖先当时已经知道用剥削下来的兽皮缝缀衣服，作为御寒防身之用。到了距今7000~5000年前后，出现纤维织物，穿衣较前大有进步。如在陕西西安半坡和华县泉护村新石器时代遗址中的彩陶上，留下了麻布印痕；江苏吴县草鞋山遗址中还出土了三块葛布残片以及石、陶纺轮与纺锤。至于服装款式的出现，也几乎在这个时候。例如，甘肃辛店出土的彩陶上见到的剪影式人物形象，皆身着及膝长衫，腰间束带，远观酷似今日的连衣裙（图1）。此外，从传说中的黄帝元妃嫘祖“始教民育蚕，治丝茧以供衣服”的史料中更说明我国原始社会已出现了适合于夏天穿着的丝织服装了。



有了服装的穿着，然后就出现了

服饰。至于服饰的起源有多种不同说法，但最具有影响力的不外乎御寒

图1 穿连衣长衫的原始人
(甘肃辛店彩陶纹饰)

说、保护说、遮羞说和装饰说。前两种说法从服装的生物学观点出发，揭示了服装科学的第一层面，而后两种说法则与服装的社会学功能有着或多或少的联系。

远古时代由于生产力的低下，人们缺乏对自然界物质再创造的能力，因而导致人类着装的目的只能是用来抵抗外界自然环境的各种影响和侵袭，以适应环境，保护自身，这是人类着装最原始、最初级的目的。随着人类生产的逐步提高，尤其是出现了阶

级社会以后，人类穿戴服饰的目的亦相应发生了很大的变化，除御寒暑、保自身之外，产生了装饰、礼貌、威严、标识、遮羞及兴趣等目的，明显地带有社会文化色彩。因此，穿着可以说在一定程度上反映了人类在历史长河中对文明的理解，表达了人类精神生活的特殊语言。正如郭沫若所说：“衣裳是文化的表征，衣裳是思想的形象。”

我国服装修饰的艺术，最早可溯源到新石器时期的马家窑文化期。从青海大通县出土的陶盆上可以看到三组舞蹈者形象，其画面每组有五人组成，舞姿与装饰相同，头部垂着发辫，腿部有在动态中飘起的一片衣衫，可见其服装有美化装饰的意义了(图2)。

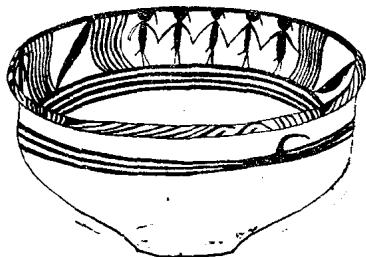


图2 马家窑出土的彩陶纹饰

阶级社会出现后，服装变成了礼俗和等级的象征，例如皇帝穿着十二章冕冠充服以显示其至尊无上，嫔妃宫娥着丝履绌衣，佩金环玉，显示其雍容华贵，普通百姓当然只能穿着麻衣短裙之类的衣衫了。因而用于一系列社会活动的服饰均须精心安排。《礼记·礼运篇》讲到：“以养生送死，以事鬼神上帝”，意思是穿上丧服送葬，表示对鬼神的尊敬。说明祭祀大典在人类生活中的重要性。在举行此种典礼时，必有一定程式化的服饰。如《周礼》中说：“享先王则充冕”，表明祭祀先王大礼时，帝王百官皆穿礼服。当时有官职称“司服”，专门掌管服制实施，安排帝王穿着事宜。《周礼·春官》进一步记载：“司服掌王之吉凶衣服，辨其名物，与其用事。”意思是分别吉凶不同的仪式，需穿戴不同的服饰。又说“王之吉服则充冕，享先公飨射则鷩冕，祀四望山川则毳冕，祭社稷五祀则絺冕，祭群小则玄冕。”说明自周朝开始，凡遇到喜事及不同的祭祀对象，都用不同服饰。此种制度已经相当完备了。

秦汉服饰之丰富与精工,是前代所莫及的。一为男女衣履式样差异虽小,但其首服佩饰却大不相同,其中仍以上下连属的形制为主(图3);二为丝织品种的服装面料的大量使用。据史料记载,当时丝绸服饰的图案有龙虎纹、对鸟纹、茱萸纹等。此外,丝

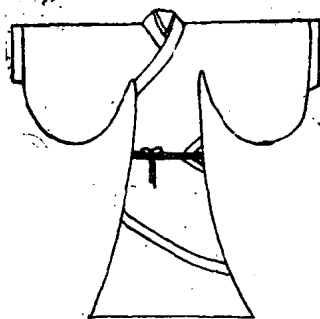
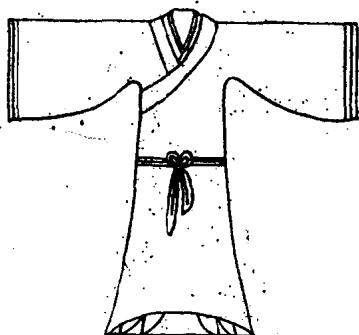


图3 男式大袖衫



女式褂衣

绸的服装匹料还有描绘王孙公子骑马、驾鹰、携犬游猎的情景和以秦始皇、汉武帝为首的祭天祀地大典的隆重场面,这些都说明当时社会的思想意识直接影响着人们对服饰审美的兴趣。

到了隋代,服饰显得绚丽多彩,其主要原因是隋朝的丝织业有长足的进步,人们穿着丝织物更显华丽光彩。如文献中记载隋炀帝“盛冠服以饰其奸”,(穿戴华丽的服装来掩盖他的内心的奸计阴谋)他还指使臣下嫔妃也穿着丝绸衣冠,甚至连出游运河时大船纤绳也用丝绸制作。至唐代,丝织产业更为兴盛,遍及全国,无论产量、质量都大大超过前朝,这为唐代



图4 唐代穿着半臂襦裙的女子

服饰的新颖富丽提供了更为坚实的物质基础。加之当时与各国、各民族间的交流较多，各种优秀文化兼收并蓄，从而推出无数新奇美妙之冠服。所以唐代服饰，特别是女子装束，不仅为当时人所崇尚，就是今日人们观赏亦觉美不胜收。既无矫揉造作之态，亦无扭捏矜持之姿，展现在人们面前的是清静脱俗，令人陶醉的服饰(图4)。

宋代却十分重视恢复旧有传统，《宋史·舆服志》中就有关于服制的详细记载并宣称：“恢(恢复)尧舜之典，总(汇集)夏商之礼，仿(仿效)虞周汉唐之旧。”主要服饰为男子尚襦衫和男女皆着的背子服(图5)。朝服中以直脚幞头(鞋帽)，方心曲领(衣服)及佩

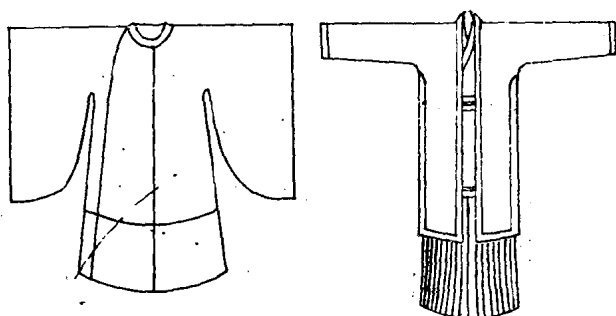


图5 大袖圆领衫

男女穿着的背子服

鱼(饰物)制度盛行；二为游牧民族的服装特点是左衽、窄袖、开衩，便于乘骑等。另一方面，当时由于受到“程朱理学”(两宋时的统治思想是理学，理学又叫道学，是程颢、程颐兄弟与朱熹为代表，以儒学为核心的儒、道、佛互相渗透的思想体系，学术界称之为“程朱理学”。它们提出一个“理”的哲学范畴，认为“父子、君臣，天下之常理，无所逃于天地之间”。宣扬“三纲五常，仁义为本”，强调要“存天理而灭人欲”。这种哲学体系影响到美学理论，出现了宋朝一代理性之美。提倡服饰上要简练、质朴、洁净、自然，而反对过分豪华。)思想的影响，焚金饰、简纹衣，取纯朴