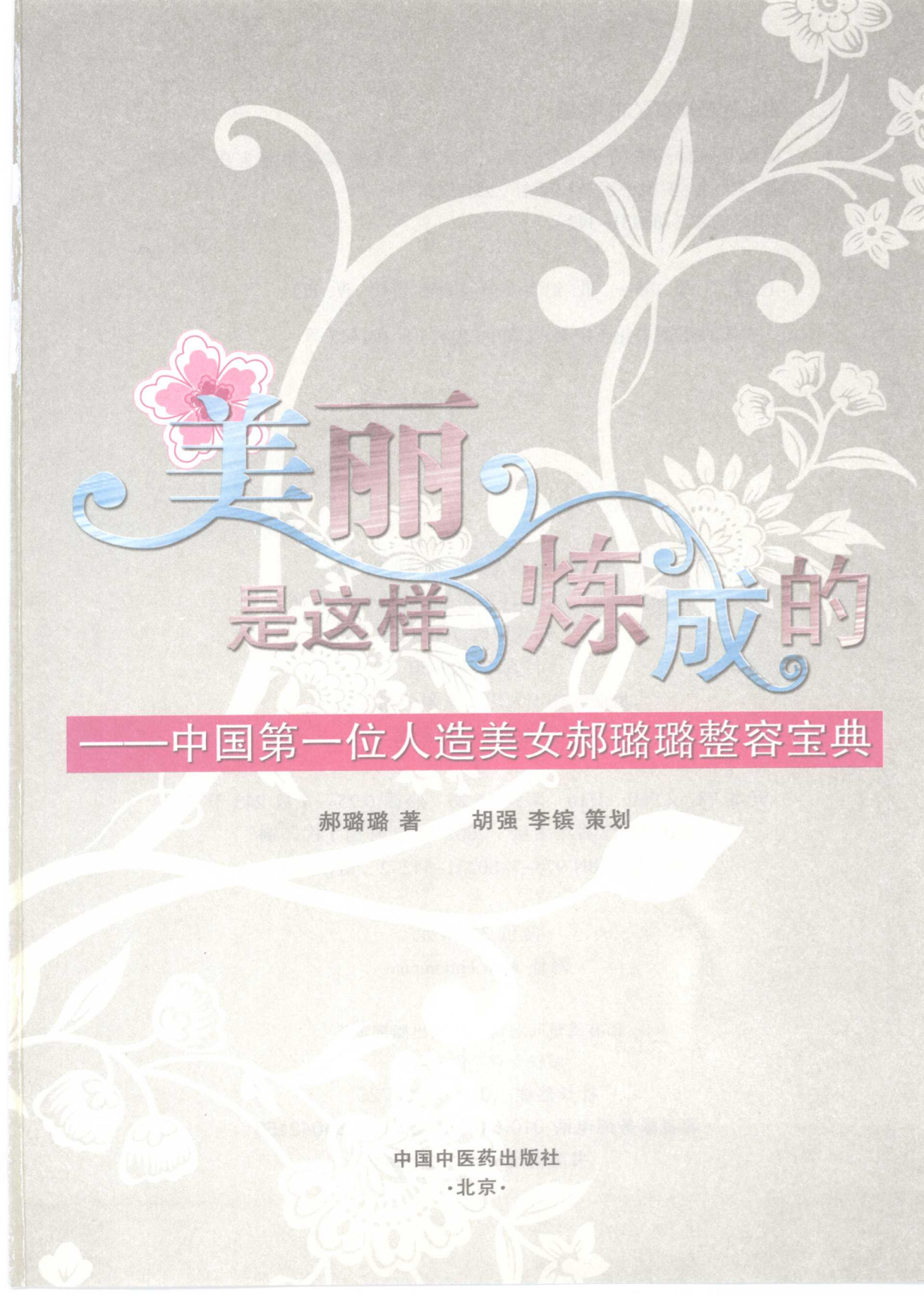


郝璐璐◎著

美丽
是这样炼成的

——中国第一位人造美女郝璐璐整容宝典

中国中医药出版社



美丽 是这样炼成的

——中国第一位人造美女郝璐璐整容宝典

郝璐璐 著

胡强 李镔 策划

中国中医药出版社
·北京·

图书在版编目(CIP)数据

美丽是这样炼成的——中国第一位人造美女郝璐璐整容宝典 / 郝璐璐著. —北京:中国中医药出版社,2007.12

ISBN 978-7-80231-342-2

I. 美… II. 郝… III. 纪实文学—中国—当代 IV. I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 181427 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 64405750

北京市鑫正大印刷有限公司 印刷

各地新华书店经销

*

开本 787 × 960 1/16 印张 16.25 彩插 0.75 字数 243 千字

2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80231-342-2 册数 5000

*

定价 34.00 元

网址 www.cptcm.com

如有质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 84042153

书店网址 csln.net/qksd/

第一人造美女诞生记



当我的书又一次顺利出版的时候,当你又一次听到我郝璐璐的大名的时候,不知道你会不会惊讶?或许你觉得我这个四年前曾轰动京城的“整容大王”怎么又复出了呢?其实,这不叫复出,因为我一直都没有离开过我的舞台,我依然做着美女,做那些我喜欢做的事情,比如做我喜欢的代言、拍我喜欢的广告、电影等,很是享受生活,享受着眼前的美好。再次出书,也是因为生活的乐趣使然,到了这一步,就做吧。

《美丽是这样炼成的》是我的第二本书,和第一本书(《我为自己做主》)相同,这本书同样也和我的整容有关,只是前者的我只是在描写整容的故事和心得,后者则更侧重于整容这门科学及整容后的护理。如果说第一本书,使大家认识了我,那么,我相信第二本书一定会让爱美的你爱上我的,因为,我以现身的说法将我整容的过程中需要注意的事项都进行了详细的描写。

写这本书,并不是因为向别人炫耀什么,也不是想给自己一个“大王”的称谓,而是有一天,我的经纪人胡强先生突然看到我写了这么个东西,然后问:“你不想出版吗?”我笑着说:“能出吗?”他说:“能啊。”于是,我就交给他去打理了。

四年前,我是一个“因为可爱而美丽的女孩子”。那天在伊美尔医院见到那里的老总,同时也是我的第一位摄影师李镔时,他就是这么评价我的。本来是去找他拍艺术照的,可是他坐在办公桌后面突然问我:“璐璐,你不想当一次第一?可能不仅仅是中国第一,还可能是世界第一呢?”那个时候,大家刚刚从非典的阴影里摆脱出来,对于任何带有刺激性的信息都很敏感。我问他:“什么第一啊?”他说:“就是第一位敢于公开站出来承认自己整形的人呗。”后来,我记得我们又简单地讨论了一些细节,事情就这么定下来了,当时李镔就在他的笔记本电脑里打了一张简单的合同,让我签上字,从他提议到我们签好那份合约,前后一共用了不到二十分钟。可以说,“中国第一人造美女”和现在的“整容大王”就是这么诞生的,流传的那些版本都太复杂了,事情就这么简单。

第一人造美女诞生记

所以无论过去多少岁月,我都不会忘怀第一人造美女的诞生地伊美尔健翔医院,在那里我一共经历了十几次手术或治疗,第一次在那么多摄影机的镜头前拆线,当时几乎都是西方的记者围着我。所谓墙里开花墙外香,西方媒体炒热了之后,国内的媒体开始对我感兴趣了。

我的第一位医生就是伊美尔的老专家周刚教授,但谁将是我的最后一位整容医生呢?目前还不知道。我的第一幅整容后的美人照是李滨拍的,后来登在刚进中国的《整形外科时讯》第一期的封面上。他本人管理着伊美尔的连锁医院,医院管理得如何我不清楚,但他应该是一位不错的摄影师,专门拍摄风光照片,拍摄人物可能是从我开始的。这本书的封面以及内文的一些图片,就出自他手。

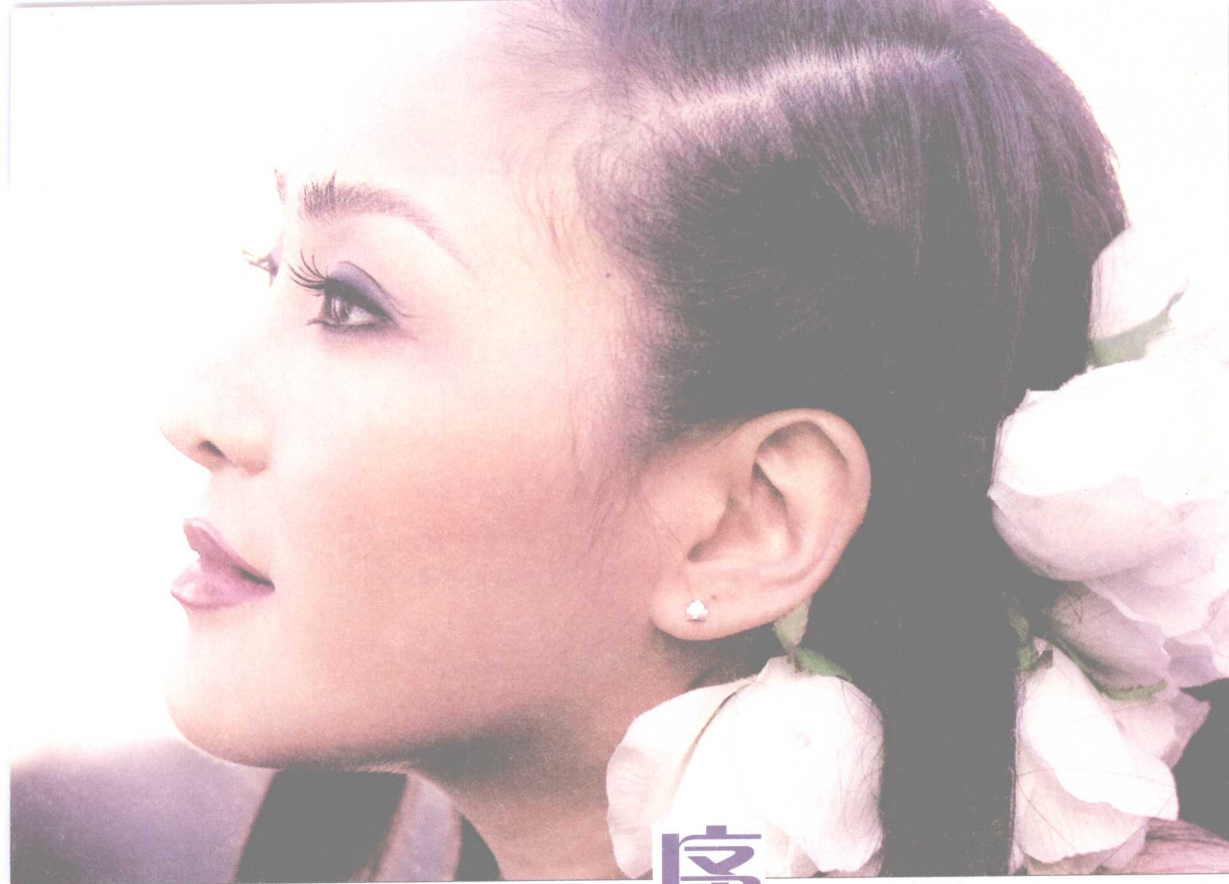
有人说,是因为我的出现,为中国带来了一个时代,整形美容不用再偷偷摸摸了,从此一个行业进入了真正的振兴时期,使医疗美容进入中国消费行业的前五位。对此我很高兴。应该说,自己活着的时候,特别是自己还年轻的时候就知道自己必将载入史册,是一件挺特别的事情,有一种挺特别的感觉。其实在美国,整容是一件很荣耀的事情,是有钱人的事情,就像拎LV包一样,属于奢侈消费。

为了使我的第二本书能给人以更多的指导,增强实用价值,整形专家邓洪军教授不厌其烦地一次又一次地看我的文字,提出哪些地方应该如何处理。面对他的严谨态度,我真的被折服了!同时也为自己感到幸运,遇到了这么好的一位好医生!

而我的这本书能得以顺利出版还要再次感谢我的经纪人胡强先生!没有他的鼎力相助和联络,我的书或许已经被埋在箱底了。

在文字统筹方面,我还得到了青于蓝(北京)文化传播有限公司总经理刘青的帮助!虽然都是老相识了(我的第一本书在文字上面也受到她的大力帮助),但是我还是要说声谢谢,这是最基本的礼节,同时也是发自内心的声音。

就这样,在众多专业性的指导之下,我由一名普通的丑小鸭变成了白天鹅。我能变成美女,还能出版图书,这对于我来讲,真的是天大的幸运!为此,我感谢我生命中的这些“贵人”们!



序

生活因美而改变



不知道大家是否还记得 2003 年那位勇于用身体挑战美丽的女孩,那位被媒体封为“中国第一人造美女”的郝璐璐?

是的,我就是她!

如果当年您还称呼我为“人造美女”,我想,现在该换称呼了吧?叫我“整容大王”可能是比较贴切一些,因为我已经进行了不知道多少次整容,同时对整容之事也深有了解了。

曾几何时,我相信人们所说的:“上帝既然给了你这个,就不会再给你那个,上帝对每个人都是公平的。”因此我一直想着做“气质美女”。

一个偶然的的机会,我得到一个消息:有一家美容机构目前

序 生活因美而改变

准备在国内塑造第一位“人造美女”。具体方案就是根据当事人的形体特征并结合东方人的审美观和整体手术的综合关系,确定具体部位的手术方案,对当事人从头到脚进行全方位改造,将当事人打造成“一个东方人眼中十全十美的美女”。初听到这个计划,我感到十分新奇甚至有些兴奋。在我的周围,也不乏做过美容手术的朋友,那些朋友都通过手术实现了自己美丽的梦想,我也非常向往。

两年前的我还很年轻,还很喜欢表现自己,当整容成功之后,我很快出版了一本书:《我为自己做主》。书出版之后,很多人对此有疑问:本来就有一种清新之美的你,为什么非要走整容这条路呢?而更多的人,特别是和我一样爱美的女性朋友在好奇之后,又很想从我这里了解到一些相关的知识,比如:我是如何选择整容机构的?整容前我是怎样调整自己的心态的?整容前要做好哪些准备?甚至于还有人会向我询问自己是否适合整容,大约要花多少钱……

对于以上问题我都没有解释,也没有任何回答,很多人觉得我清高而且自恋。其实,并不是这样的。这两年来,我的生活确实因为整容而发生了很多变化,比如我拍电影《鬼城谍变》,在这部电影中我扮演的角色是女二号美女特工。同时,我还主持了很多电视娱乐节目,如:齐鲁电视台的《灰姑娘与天鹅》、湖北卫视的《花落谁家》等。

再加上媒体、娱乐等有关我的报道,使我不得不重新思考自己。面对幸运的生活改变,我喜欢把这些变化归结为整容一事,因为如此归结才会使我觉得自己的罪没有白受,自己的一切付出都是值得的!面对太多美女对于整容一事的关注,我又在琢磨是否为此写一本关于整容的书。也许,作为全国第一例亲身体验全身整容手术的我,有这个责任和义务将自己的亲身感受公布于众。不管其带来的影响如何,最起码能给医学工作者提供一个实体的研究物吧,兴许还能给心理学家提供第一手整容心理分析依据呢。但是,我最想达到的目的却是让更多的人了解整容是一门科学,如同很多



父母会主动给孩子整理没有长齐整的牙齿一样，这是一种对美的更细致的追求，没有什么了不起的。而我的生活因此发生改变，也是因为很多人觉得这是一件很了不起的事情，其实不是的。当大多数人意识到整容和吃饭、穿衣一样普遍的时候，我也许就没有那么出名了，也不会被如此关注了。这样的生活改变，我也会欣然接受的，因为整容之事，已经让我的心态变得成熟而稳重了。

鉴于我只是一个亲身经历过整容手术的人，不是专家，不能从全方位来讲述整容中的方方面面，因此我找到了我的整容医师邓洪军教授。这是一位经验丰富的整容大师，留过学，做过院长，资历深厚。

读过我第一本书的读者可能还记得，在那本书中我提到过张庆国教授。针对当时众多媒体炒作，说是我花了30万元做整形手术。张庆国教授说：“郝璐璐，我觉得你那30万元的美容整形费用是一个炒作的价格，如果在我们这里做，这些手术的费用不会超过10万元。”当时张庆国教授的话让我感到一惊，我真没有想到山东人这样直爽，我当时就有一种想法，就是如果我再次整形，一定会选择山东，因为山东人实在，不会骗我。后来我真的进行了第二次手术，我也真的选择了山东的整形医院和医生，这将在下文做详细的介绍。

而正是我决定在山东做手术之后，邓洪军教授在整个整形过程中给了我很大的帮助。说到我俩的相识，其实很简单，就是朋友



序

生活因美而改变

介绍的，而朋友是我最信赖的朋友，朋友介绍的朋友自然也是值得信赖的了！

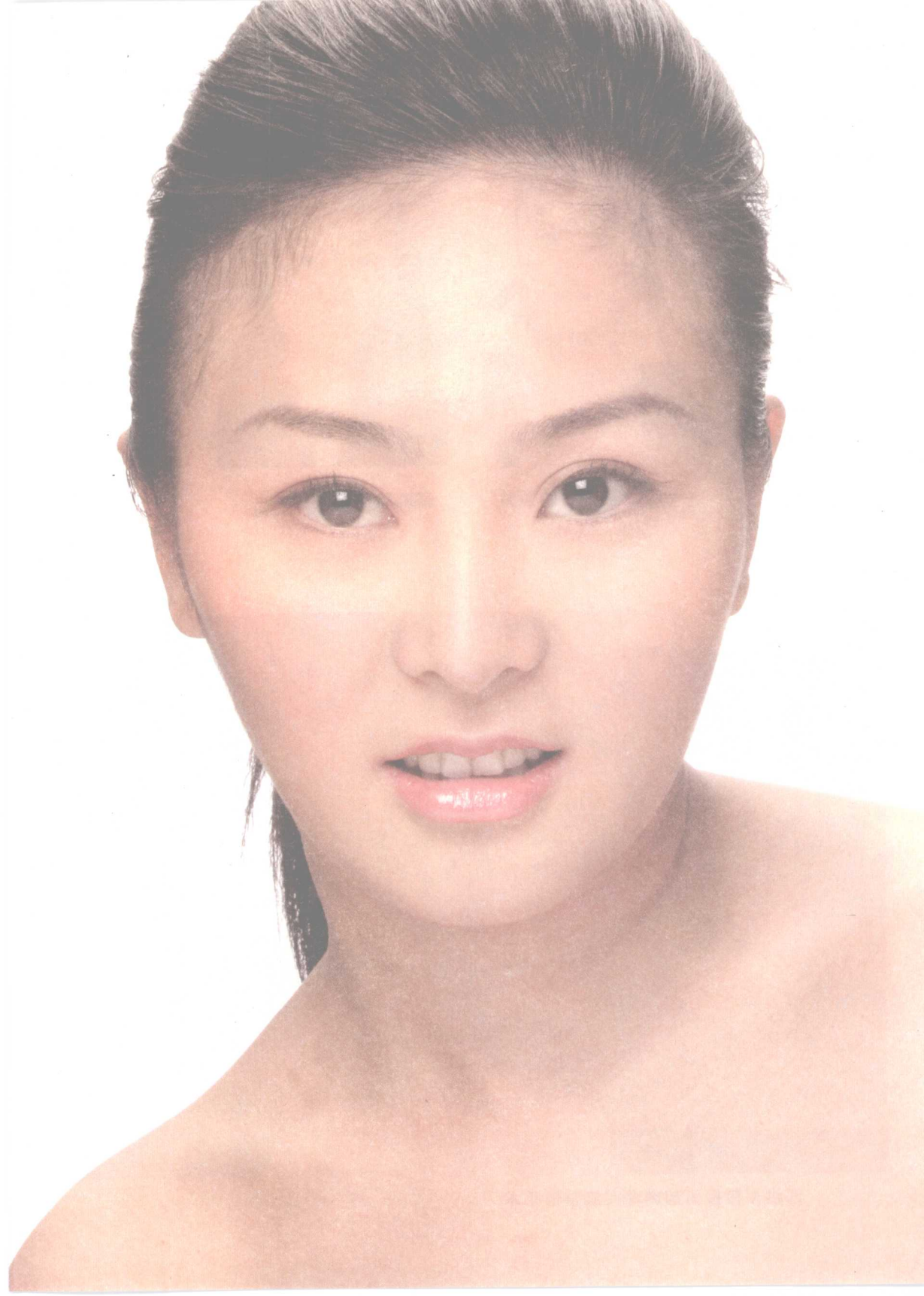
进行整形手术前，我是一名自由撰稿人，靠写字为生。整形手术后，我成了中国第一人造美女，靠卖相为生。这是很多人看来的一种改变，而很多报纸杂志提到我的时候总喜欢在“美女”前面加上“人造”两个字。且不说

我喜不喜欢这两个字，因为那不是由我的喜好与否可以决定的，而是人们愿意那样去叫，那是他们的自由，我没有办法改变。对我自己而言，只要美丽，我就开心和满足了。从这一点上来看，很多人认为我没有一点城府。其实，有城府的人未必快乐，而没城府的人却往往很幸运。

在做整形手术之前，我很关注自己的形体美和“面子”问题，我一直坚持练瑜伽，跳拉丁舞，很少化妆，这一点我的朋友都可以证明，他们平均一年仅能看到我两三次化妆，这是真的。整形手术后，我依然很关注自己的形体美和“面子”问题，依然坚持练瑜伽，跳拉丁舞，除了有活动外依然很少化妆。

在肌肤的护理上，我依然坚持使用品质好的保养品来保养皮肤，喜欢在空闲的时候和朋友们一起去鉴定珠宝，也喜欢空暇的时间给杂志社写稿子。我的生活一直都无忧无虑，我一直觉得自己是因可爱而美丽的女孩。而如今，我也拥有了美丽的外表，这不是让美丽升级了吗？这有什么不好呢？







璐璐整容后的照片



璐璐整容前的照片



邓洪军教授为郝璐璐实施整形手术



PART 1

整容,先调整好你的心态

- ☆ 美丽是无法用金钱来衡量的 3
- ☆ 整容的目的不是做最美丽的美女 7
- ☆ 要美丽,是因为要更好地享受生活 10



整容,从头到脚的重大改变

PART 2



- ☆ 接发——以假乱真的手术大法 17
- ☆ 种发——摆脱永久性毛发脱失的新技术 ... 21
- ☆ 纹眉——好看的眉形做出来 25
- ☆ 绣眉——自然好眉还要绣 29
- ☆ 睫毛种植——让你像洋娃娃般忽闪 32
- ☆ 双眼皮——不要再羡慕明星的眼睛了 ... 37
- ☆ 祛眼袋——让你的眼睛更明亮 47
- ☆ 隆鼻——使你的脸部轮廓更生动 56
- ☆ 修唇——性感小嘴也能做出来 68
- ☆ 脸部吸脂——让你摆脱娃娃脸的窘态 ... 77
- ☆ 祛颧骨——让你的脸颊更出众 87
- ☆ 肌肤——也可以实现“一站式管理” 90
- ☆ 彩光——让你的肌肤护理升级 126
- ☆ 注射——不挨刀子的美容术 138
- ☆ 拉皮——拉皮“变”脸年轻十岁 144
- ☆ 酒窝再造——还你一个更动人的笑容 ... 149
- ☆ 耳朵——饱经磨难,而后永远美丽 151



☆ 下巴——给美丽的脸形完美收尾	154
☆ 颈部除皱——把你的年龄很好地掩藏起来	161
☆ 改变声带——让你拥有优美的声音	163
☆ 丰臀——让你的臀部更性感	166
☆ 整牙——让你的笑容更灿烂	169
☆ 隆胸——做女人“挺”好的	177
☆ 瘦臂——让你的双臂更优美	189
☆ 腹部吸脂——抹平你的小肚腩	193
☆ 大小腿吸脂——给你一双诱人的双腿	205
☆ 修足——小脚丫，大卖点	214
☆ 其他——不得不关注的美容项目	219

PART 3

将你的人造之美表现得巧夺天工

☆ 装扮——找准适合自己的装扮点 ...	230
☆ 举止——不同场合中的举止气质 ...	241
☆ 交流——和不同人的交流方法	247

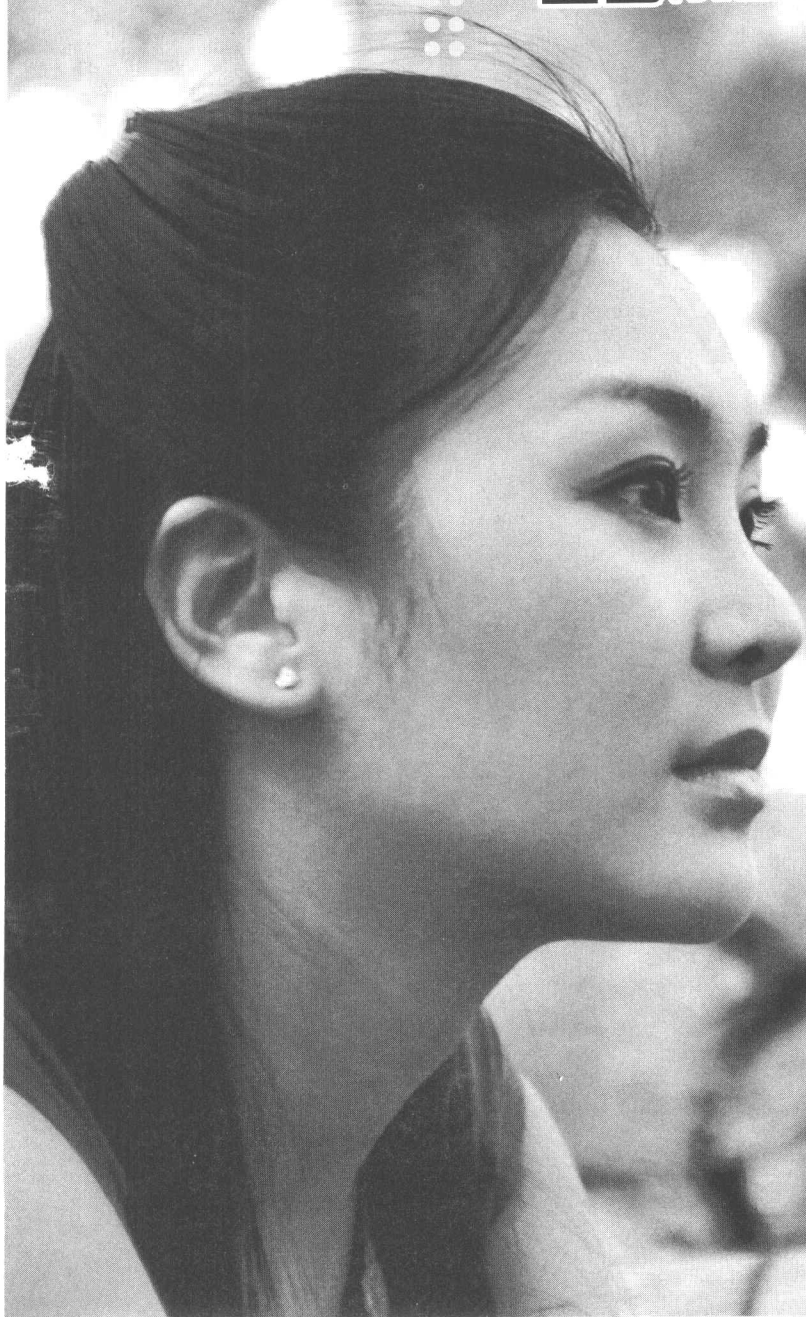


记

做一个美丽与智慧并存的女人	257
---------------------	-----

PART 1

整容,先调整好你的心态





也许,你从小就爱听大人给你讲童话。他们告诉你,这个世界上丑小鸭也可以变成白天鹅。他们告诉你,当白雪公主遇到她的王子时,就可以从睡梦中醒过来。对此,你一直是深信不疑的,你从此开始梦想着长大,梦想着长大后也变成白天鹅,像白雪公主一样遇到深爱自己的温柔王子。

当你一天天长大了,也穿上了漂亮的裙子,但当你打上五颜六色的彩妆时,你才发现,原来自己还是那只丑小鸭,时间的流逝并没有改变你的面容。变不成美丽的白雪公主,你还会拥有众多的幸福吗?

整容,是可以改变你面容的制胜法宝。在韩国、日本、美国,甚至于好莱坞都有很多明星进行过整容。在这些整容成风的国家和城市里,人们已经把整容看作是非常正常的事情了,没有人对此非议些什么。而那些已经整容成功的人,则越来越懂得保养自己的肌肤和体形,越来越懂得调整自己的心态了。

如果有一天你整容成功了,我告诫你三点:第一点是千万不要觉得你能整容是因为你有钱,这个世界上比你有钱的人多的是;第二点是千万不要以为你整容了,你没有什么缺陷了,整容之后的缺陷也许会更多,只是会被你忽略掉;第三点是你整容了,是因为你要更好地享受生活。





美丽

是无法用金钱
来衡量的

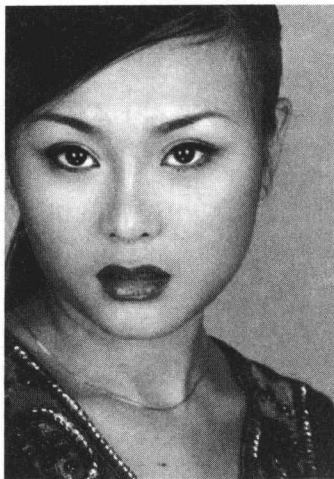
先说第一点,你整容了,是你有钱吗?

其实,整容并不是金钱的较量!

有一次,我的朋友在纸老虎买到一本新出的杂志拿给我看,那上面有我写的关于整形手术的新文章。她问我:“璐璐,这篇整形的文章是你写的吗?我想知道整形的知识啊,我也想去。”我当时就笑了:“哈哈,赶快打消这个念头吧!整形,你是需要时间和金钱的,还要让你的身体去接受流血和痛苦。这些,你具备吗?”朋友伸了下舌头:“可是,多想让自己美丽一点啊!你不知道呀,璐璐,在这个社会上,美丽一点对于一个女人来说,是多么重要的一件事情啊!有时就想,女人一辈子为自己的美丽狠下工夫都值得,不管为了美丽会失去什么。”

我用一种带着疑问的眼光看着这个朋友,因为我虽然写了一些时尚的东西,但是不一定非要去接受这个时尚的东西,我只是在告诉大家这个东西已经存在了,让你能了解而已。为了消除心中的疑问,也为了让朋友从整形的话题中走出来,我打开了电视机:“看会儿电视吧!听说今天有韩红的演唱会!”没有想到的是,我在调频的时候突然看到一个特殊的报道画面:“你觉得外表对你真的那么重要吗?”主持人在问一名大学生模样的青年人。

“我觉得真的很重要,我的一些同学在学校里的学习成绩与毕业以后



PART 1

整容,先调整好你的心态





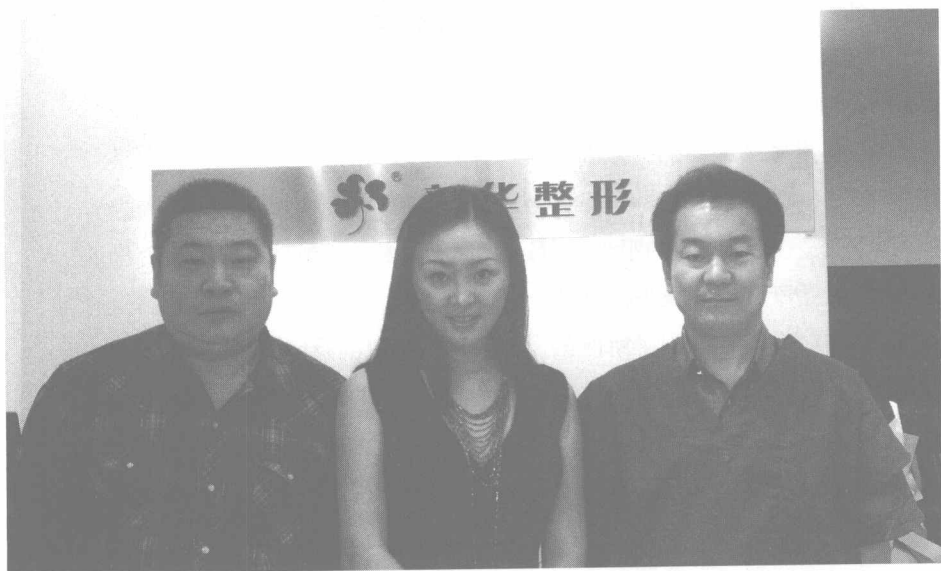
找到的工作相比,很多都不是成正比例的,我觉得有时自己内在的东西被外形给掩盖住了,真是不值得!”这是那个青年的回答。

接着是一个女孩说:“真迷茫,很多时候我们都在说,看一个人要看这个人的心灵,而不是外表,可是很多时候大家都在看外表!”

“在你的学历和实力与竞争对手相当的情况下,如果你的外表比另一个人出色的话,用人单位肯定会在无意之间想和你多聊一会儿的。相比之下,这个外表比较出众的人的机会就比外表一般的人多一些。这就是事实,我们不得不承认!”站在女孩旁边的孩子这样说。

接下来,是很多专家的点评。说这些青年人怎样地不自信,怎样地需要心理治疗……这些我和朋友都无心再听了,和我们小时候大人教导的道理都是一样的,关键是这些年轻人无法适应这个社会真实存在的状况。

那个片子播放了很久,我听到了很多人的声音,从他们的声音里我似乎听到了太多太多的抱怨和无奈。这就是这个社会真实存在的现象。一个好看的外表对一个人来说,很多时候象征着无尽的机会,像门的钥匙,你



璐璐与邓洪军教授、经纪人胡强合影