

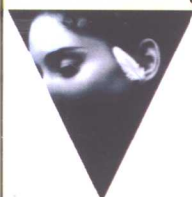
女性心理美容系列

(日) 斋藤薰著

陆求实译

美女是怎样炼成的

MEINUSHIZENYANGLIANCHENGDE



文匯出版社

女性心理美容系列

(日) 斋藤薰著
陆求实译

美女是怎样炼成的

MEINUSHIZENY ANGLIANCHENGDE



文匯出版社

图书在版编目(CIP)数据

美女是怎样炼成的/(日)斋藤薰著;陆求实译.
上海:文汇出版社,2002.6
ISBN 7-80676-142-X
I. 美... II. ①斋...②陆... III. 女性-修养
IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 019522 号

美女是怎样炼成的

著 者/(日)斋藤 薰
译 者/陆求实
责任编辑/任雅君
封面装帧/周夏萍

出版发行/ **文匯**出版社
上海市虎丘路 50 号
(邮政编码 200002)

经 销/全国新华书店
印刷装订/上海长阳印刷厂
版 次/2002 年 6 月第 1 版
印 次/2002 年 6 月第 1 次印刷
开 本/850×1168 1/32
字 数/137,000
印 张/5.75
印 数/1-6000

ISBN 7-80676-142-X/Z·005
定 价/10.00 元

目 录

第一章 “美人”究竟是什么样的人

- 我遇见过的令人目瞪口呆的美人……2
- 七旬老妇的“强烈的气度”……6
- “绝世美人”的条件发生了变化……8
- “美人三天就会厌倦”……12
- 眼睛里映现出心灵的人……15
- 发现灵气的真面目……18
- 谁都能够拥有“小小的灵气”……21
- 声音的美人更胜容貌的美人……24
- “谁是美人”是没有答案的……28
- 美丽是对谁而言的？……33
- “只为一个人的美丽”才是最强的……37

第二章 女人突然变得美丽的时候

- 化妆的脸与“素颜”……40

- 卸下化妆让女性更加美丽……42
- 浪费美丽就是浪费人生……44
- 更加心平气和地追求美丽吧……47
- 迅猛提高感性的方法……50
- 寻找值得尊敬的女性前辈……53
- 无缘化妆品的人们的美丽……55
- 化妆品无法解脱的精神压力……59
- 两种美容品爱好者的明暗……63
- “感动”可以增强化妆品的效果……66

第三章 能够变得美丽的人,不能变得美丽的人

- 不肯摘下眼镜的女性……70
- 命运的大逆转……75
- 发现自己的位置才能如鲜花般绽放……78
- 不能容忍黑痣的女人……81
- 将美丽白白浪费掉的人……86
- 喋喋不休与缄默不语的悲剧……89
- 因为恋爱而灿烂和黯淡的女人……91
- “恋爱美容”的结局……94
- 不想变得更美丽的女人……97

第四章 美丽可以如此地改变人生

- 美人的人生真的如花似锦? ……103

怎样肩负起美丽的责任？·····	107
让职业使你变得更加美丽·····	110
飞机乘务员美丽的真正理由·····	114
希望变成“魔女”的人·····	117
值得女人一生追求的目标·····	124
“三维的美”无法媲美“四维的美”·····	127
求职简历与面试·····	130
超越自我表现的东西·····	134

第五章 呼唤幸福的美容法

积极进取到底是怎么回事？·····	138
要有积极与消极两种眼光·····	142
说化妆品的坏话会有报应？·····	145
化妆品的“功德”·····	148
“幸福”的谎言·····	151
“不幸”也能使人幸福吗？·····	153
什么是美丽应有的用途·····	156
美丽只是主观使其存在的东西·····	158
女人的美丽一半是十来岁就决定的·····	160
四十岁的关键是爱情·····	164
幸福其实是很容易追求到的·····	168
为了生存的美容——超越昨天的自己·····	171

后 记



第一章

“美人”究竟是什么样的人

我遇见过的令人 目瞪口呆的美人

看见英俊潇洒得令人呼吸急促的男性，其形象在脑海里老也拂不去的事情，看似常有其实却不大可能发生。然而，令人目瞪口呆的对方假如是女性的话，则往往印在脑海里不容易逝去，甚至过去好几年都无法忘怀。

我最早在二十多年前见到过的“令人目瞪口呆”的美人身影，至今还记得清清楚楚，简直让人感到可怕。那是在丸之内线地铁车中见到的，她披着一头稍稍向内翻卷的齐肩短发，轻盈地在肩头晃来晃去，肌肤洁白通透，身材颇长，裙子短及膝盖，脚下穿一双很有品位的中跟皮鞋，看上去一点也不艳丽，然而却是非常的引人注目。记得那时刚刚跨入成年人门槛，“成熟女人的修饰打扮还刚开始”的我，心里暗暗下定决心就要以这样的美为追求目标。

让人惊叹“啊，真漂亮啊！”的美人经常能遇见，可是很快就会淡忘；而让人二十年都无法忘怀的美人则是最多一年才能碰到一个，哦不，有时数年才能遇见一个。从我最初遇见的那个美人算起，这二十年当中也就只有十人……

有一次，我在银座某酒店的酒廊里约会等人，每当有人从门外进来，视线总会不由自主地移向门口，这时我的视线一瞬间猛然一震：随着青绿色的宽松西服一同跃入我眼帘的，正是一个所谓让人瞪大了眼睛瞧的美人，那仿佛刚刚从美容室吹得整整齐齐出来的头发固然让人目不暇接，但是更令我震撼的是那白皙光艳的肌肤，白皙得好像数年没有晒过阳光一样。“这世上竟然还有如此美丽的人”，每当看到令人目瞪口呆的美人时不由地掠过脑际的一句台词，此时又照例轻轻掠过。

她像风一样轻盈地飘过我眼前，朝我身后位子上一个人弯下腰来：“让您久等了。”那是从刚才起就和我一样在这里等人的一位头发灰白、风度翩翩的绅士。我忽然一下子醒悟过来：这位绝世佳人就是那种被称作“在银座工作”的女性，而在这里等候约会的一定就是她们这一行的“携伴出勤”了。

我想起了以前曾有一位认识的男性让我“多见识见识社会”，带我到银座的某间高级夜总会去的情景。比我想象中要明亮得多的店内出乎意料地回荡着一种整洁的氛围，而更令我没有想象到的，就是在店内工作的女性们之美丽，我想我一直活到今天也没有见识过如此令我长时间地喘不过气来的美人，而且够得上“令人目瞪口呆”水准的美人在眼前排成队，她们每一个人都飘逸着一股宜人的整洁感，使我情不自禁地暗暗吃惊，眼睛盯在她们身上无法离去。

被称作“妈妈桑”的女性坐到我跟前时，令我真的呼吸变得困难起来了。她三十六七岁的样子或者更加往上，不过这一类女性通常都是看上去比实际年龄要大，所以她也有可能才三十来岁吧。美丽的和服像一具博多偶人一样裹在她身上，而她的肌肤则比博多偶人还要平滑、细腻，并且通透。看见如此美丽的肌肤自然还是第一次，人的肌肤竟然能够如此的清洁美丽，这也是我有生以来第

一次知道。这种美丽，远远超越了影视女明星的美，比影视女明星更加的非现实性。她若无其事地捏住和服宽大的袖口为我们斟酒，身姿像一股泉水似的轻盈流畅，这也令我们深受感动。

“这世上竟然还有如此美丽的人”，这个晚上，一直到走出夜总会的瞬间为止，我心里老是在悄悄地念叨着。

此刻，我忽然意识到了：过去二十年来我所遇见的“令人目瞪口呆的”十个美人……其中一半以上或许都是所谓在夜总会里工作的陪酒女郎。是的，那个“身份不明”的丸之内线地铁车上的美人，还有其他在街头所遇见的美人，莫非也都是同样的陪酒女郎吧，唔，一定是这样的。

印象中的夜总会陪酒女郎，其美丽当然是心理有所准备的，可总是一厢情愿地觉得那是用来媚悦男人的美丽，对方假如是女性的话几乎是毫无效力的，然而结果证明这不过是女性们的愿望和推测而已。她们将美丽作为是自己的一种义务，而为了保全这种义务产生出的责任感，比起一般的白领女性出于义务感而做到品行方正来要强烈一百倍。当美丽作为一种换取金钱的美丽时，其威力不可谓不巨大，甚至有时简直让人觉得是一种非人间的绝美。

酒店大堂里在我身后“携伴出勤”的那对男女之间，正进行着这样的对话：

“你还是这么漂亮啊。”

“谢谢！”

我的心不由地怦然一动：她白天花费几个小时将自己修饰得几乎不属于这个世界的美丽，原来就是为了等待这一刻被人称赞“真漂亮啊”的瞬间。

来了来了……虽然等得很是辛苦，然而一旦来了对话又是如此的平淡，这也是出于职业的工作需要的证明，自然一定是平淡无奇的了，而正因为每天无数次听到这样的称誉，她才能变得更加美

丽。尽管如此，她那像风一样轻盈而透明的美丽，究竟是怎样塑造出来的？我不由地驰骋起我的想象来。

刚刚踏入这一行当的时候，她或许也像一般的女性那样想，“夜晚的工作一定要尽量打扮得艳丽些”，因而一味地化妆修饰，呈现出一种“媚悦男性”、“夜生活”的美丽来。可是出乎意料并不怎么受到客人欢迎，由此意识到自己的存在价值就是每天让客人赞美“真漂亮啊”，于是拼命地摸索让人赞美“真漂亮啊”之术，终于诞生了这种“清澈而整洁的美丽”。为了一流夜总会女郎的自尊，从此就开始了追求越来越透明的努力，结果是即便男性不为之出神而像我这样同性的女人见了也会望而出神。——呀，真是太有趣了……她就像将自己的美丽自如地把玩在手里一样，令人感觉到她心灵的悠然和闲适。

这样的女性，你我是绝对无法超越她的，豁出身子拼命地贯注了全副精神的美丽，即便是用于生计，仍然寄宿着充分的灵气在里头。从事白天工作的职业女性，就算是碰巧被人称誉道“真可爱”层次的女性，也决无超越她们的道理。

七旬老妇的“强烈的气度”

剩下的几名对我来讲“看得目瞪口呆的美人”都是些什么人呢？说起来其实都是称得上“老妇人”的年长女性。

“从前想必一定是很漂亮的吧……”虽说有这样的表达方式，可是对于她们却是完全不适用，因为她们如今依然是美丽无比。

这类人当中的一人，在某餐馆里就坐在我的斜对面，我被她完全吸引了过去，以至自己该点什么菜迟迟都无法决定。黑色的西服套装，束一条“千鸟格子”也就是黑白方格的围巾，一头白发一丝不乱整整齐齐地向上梳起，耳朵上吊着一对珍珠耳环——这样用铅字记述下来的话，作为一个大约将近八十岁的老妇人的装束一定显得太素淡了吧，可实际上她却是像一朵鲜花绽放开来似的华丽灿烂。

强烈的气度……我意识到使得她看上去华丽灿烂的，应该就是这一点。一般来说，女性的高雅气度最多维持到四十多岁或五十来岁吧，超过六十岁则开始对人生倦怠了，无法再保持高雅的气度了。可是超过七十岁仍能如此气度非凡，一定是因为其身体的

每一个角落、每一个细胞都散发着高雅的空氣的缘故，并且蓄积了如此高雅的气度，人就自然而然会变得不断地清澈通透。拥有正常而健全生活的女性，随着年龄增长烦恼渐去，精神也会更臻洁爽。一般都是被称作“青春”的清洁感渐渐地从肉体中溜走，以至看上去外表与清洁整齐相去甚远。然而出身、教养，以及生存方式、实际生活都充满了高雅气度的女性，她们贯以终生的气度就像是“大作完成”一样，直到老时更显出绝世风范，就好像是“气度”或“气质”裹着衣服昂首阔步似地强烈，使人为其凌厉所压倒。这种气度的散发绝不可能是素淡的，理所当然华丽灿烂的。

这样的女性，自然是极少的，而仅仅知道还有这样的女性存在，就足以让女性为之感动了。

包括一流夜总会里的陪酒女郎以及老妇人在内共计十人的美人，她们的共通之处是什么呢？那就是大大出乎意料的清洁感，仅此而已。单纯地想来，以姿色为生计的女性或者老年女性是不大可能具有清洁感的，而她们却拥有如此的水准，这就是一种意外性。正是这种意外性，令我们屏息静气，深深地被打动。

但是，她们同时也给了我们以无尽的勇气，因为她们分明教会了我们：清洁感原来是可以制造出来的，哪怕是换成夜里的工作，或者是到了令人讨厌的年龄，只要有信心，清洁感就可以是贯以终生的。

“绝世美人”的条件发生了变化

戴安娜王妃死于一场惨烈的事故。这是谁都无法预计到的、实在太悲剧性的非命之死，因而在她死后没几天就已经以前所未有的速度成了“传说中的人”。在我们谈论“美丽的女性”的时候，戴安娜王妃是无论如何也不能忘记的最“重量级”的例子了。

假设她同那位富豪的公子结了婚，或许她的人生就不值得成为“传说”，也不会成为名垂女性史上的“美丽女性”了。但是，她的美丽包括容姿以及内在都已经成为“完成式”，因此作为 20 世纪最有人气的“美丽的女性”，我想在此很有必要检证一下她究竟是美在什么地方？有着怎样的美丽？

当各色人物评价戴安娜是怎样一个人的时候，听上去具有强烈的讽刺意味并让人猛地一怔的，是希拉里夫人的发言：“戴安娜王妃不仅仅是一个身穿最前端时装的人。”

的确，一直到她临死之前，传到日本来的有关她的报道画面尽是“戴安娜时装”，再时不时地穿插一些由“拍拍垃圾”们拍摄的“桃色新闻照片”。看到这些画面，确实让人产生这样的感觉：王妃

的工作不过就是将最前端的时装裹在身上，化妆修饰以外的时间则是优雅地、就像昔日的贵族一样沉浸于恋爱中。因而至少在如此报道偏颇的日本，大多数人就是看了这样的身姿而发出“戴安娜王妃真是太美了！”的赞叹。可是将这种讳莫如深的事情故意大白于天下，希拉里夫人究竟想说明什么道理呢？

希拉里夫人继续说道：“她还积极参与了许多慈善活动，她是众多贫困的人们朋友。”

是啊，这看似不相干的两件事情在她身上却完全融为了一体，所以戴安娜王妃才真正是了不起。假如仅仅看到时尚与美貌因而觉得她美艳惊人的话，那么这本身就说明此人是很愚蠢的。我觉得这就是希拉里夫人对于那些狂热地爱怜戴安娜王妃的人的一种讽刺。

其实我对戴安娜王妃直到那一天为止并不觉得她是一个多么美丽的女性。当然，美丽则美丽矣，但却不是那种令人感动的美丽女性，仅是作为一名王室成员她具有那种优雅华丽之美，总之我还算是比较冷静的。可是从她不幸逝去的那天起，我突然觉得“恐怕再也没有像她这样美丽的女性了”，固然自己也因为不假思索而转变看法因而感觉有点羞愧，但是看到电视节目中连篇累牍的“紧急特辑”，看到突然间报道有关她的大量从事慈善活动的形象，我不能不发生这样的看法转变。

就好像变换一下看问题的眼光，有时你会发现眼前一片光明似的，即使是以前看到过的同样的笑颜，当得知了“戴安娜王妃不仅仅是一个喜爱时尚的女性”的那一瞬间起，不论是怎样的笑颜看上去都仿佛是天使、女神甚至是圣母玛利亚般的微笑。或许说得更加准确些就是，她的美丽以某个时间为境界，其内涵一下子发生了质的变化，当时并没有意识到，但随着死亡报道将她从结婚起直到现在为止的形象全部串联起来再看，就会清晰地注意到这一变