



品读美学知识 汲取人生智慧

图
说

美学

马兰◎主编



ESTHETICS

一本人人都能用的美学书

图文并茂、精彩解读，迅速提升你的美感力

天津出版传媒集团

天津人民出版社

悦读坊

★YUEDUFANG★



THE UNIVERSITY OF CHINA PRESS

美学



ESTHETICS

WANG MENG
WITH SUN YUEN-CHANG

THE UNIVERSITY OF CHINA PRESS





品读美学知识 汲取人生智慧

图说 美学

马兰◎主编



天津出版传媒集团

天津人民出版社

悦读坊
★YUEDUFANG★

图书在版编目 (CIP) 数据

图说美学: 耀世典藏版 / 马兰主编. -- 天津: 天津人民出版社, 2015.3

(悦读坊 / 刘光远主编)

ISBN 978-7-201-09084-9

I. ①图… II. ①马… III. ①美学—通俗读物 IV.

① B83-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 027118 号

天津人民出版社出版

出版人: 黄 沛

(天津市西康路 35 号 邮政编码: 300051)

邮购部电话: (022) 23332469

网址: <http://www.tjrmcbs.com>

电子信箱: tjrmcbs@126.com

北京一鑫印务有限责任公司印刷 新华书店经销

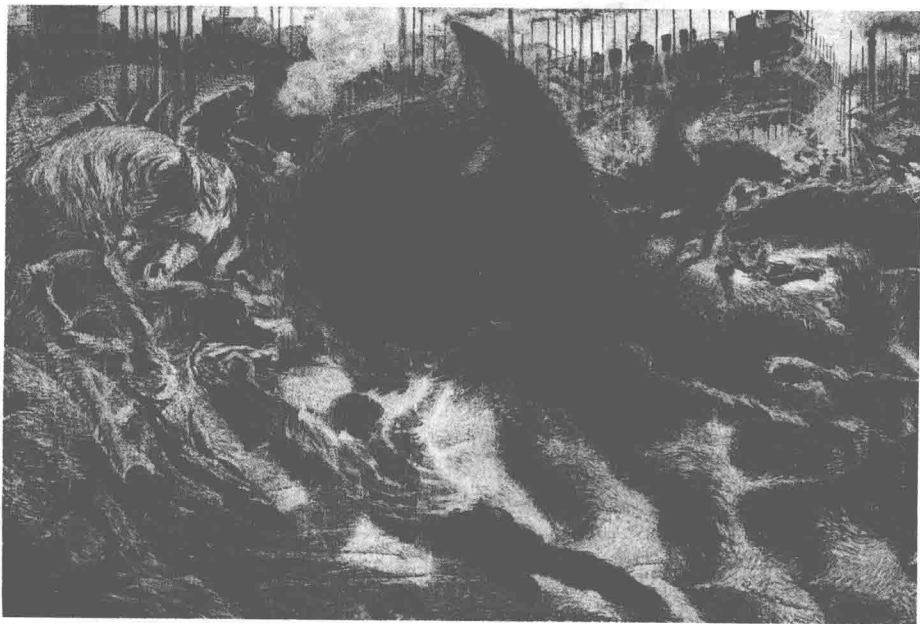
2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 次印刷

720 × 1020 毫米 16 开本 27.5 印张 字数: 600 千字

定价: 59.80 元

说起美学，人们都会想到“阳春白雪”，觉得自己既需要它却又触之不及。人们之所以觉得需要美学是因为“爱美之心人皆有之”，每个人都崇尚美的事物，都需要美的生活，都想让自己从内到外都是美的。但是为什么人们又觉得美学是触不可及的呢？因为人们总是觉得美学本身是一门非常高深的学问，它源于哲学范畴，向来都是美术和高校课堂上的一种课程而与实际的生活美化有很大一段距离。从苏格拉底叹息着说“美是难的”，到美学国度的“哥德巴赫猜想”，再到众多美学家对美的亲身实践和探索，无不给人们一种错觉，那就是美是一种非常玄妙又深奥的学问，是普通大众所不能触及的。难道美学真的就这么遥不可及吗？

虽然作为一种学术学科，美学是难的；虽然古今中外的美学家一直没有准确地研究出“美是什么”，虽然审美涉及很多高深的学问，但是，我们统统可以不去理会，我们只要学会美化我们的生活，学会欣赏生活中的美，学会提高



生活品位就足够了。这些与那些高深的理论无关，与那些美学研究无关！

其实，美学本身就是一门研究美、美感、美的创造及美育规律的科学。学习和探讨审美活动的起源、美感心理、审美活动的构造与形态等，不但可以扩大哲学视野和提升理论素养，而且对我们理解人类生活价值追求和艺术创造，提高审美修养和艺术鉴赏力，提高人生品位大有裨益。

本书采取直观的图文呈现手法，引入“图说”理念。上篇“美学故事”，选择了美学发展历程中最具代表性的人物和事件作为端口。近 50 个精彩故事独立成篇，用通俗易懂的叙述语言讲述美学的发展历史，记录美学大师的人生历程，阐释美学的重要理论，图文并茂，组成一幅精彩的世界美学画卷，清晰地呈现出美学发展的脉络。下篇“生活中的美学”，将美学与社会生活的各个方面灵活地联系起来，从大众的视角阐述美学知识，讲解其在日常生活中的表现与应用，教会读者如何在衣食住行等各方面提升生活的美感，学会打理自己的生活，真正地享受到生活中的美。无论是对美学感兴趣的普通读者，还是专业学者，都可以从中汲取到美学的智慧与灵感，进而以美学的眼光审视自己、指引生活，拥有幸福、美好的人生。



上篇 美学的故事

第一章 古希腊、古罗马美学与中国先秦美学	2
美在和谐——毕达哥拉斯	2
西方古典理性主义美学始祖——苏格拉底	6
构建美学体系的柏拉图	10
古希腊美学的集大成者——亚里士多德	15
神才是美的来源	20
《诗艺》与《论崇高》	22
老庄倡导天然之美	28
孔子提出“尽善尽美”	34
第二章 中世纪美学与中国中古美学	39
基督教美学的创立者——奥古斯丁	39
中世纪美学的集大成者——托马斯·阿奎那	42
魏晋美学	46
苏轼提出“诗画合一”	59
第三章 文艺复兴美学与中国明代美学	63
但丁美学中的人文主义萌芽	63
达·芬奇的画论	66





王夫之论诗	69
第四章 理性精神的 17 世纪美学	73
笛卡儿为理性主义美学奠基	73
英国经验主义美学的兴起	77
夏夫兹伯里的美学贡献	80
休谟论审美趣味	82
“论崇高与美”的问世	87
第五章 18 世纪启蒙主义美学	91
启蒙主义美学的兴起	91
卢梭提出美与审美力学说	94
狄德罗现实主义美学的胜利	98
形象思维规律的提出者维柯	102
美学学科的正式创立	105
《古代艺术史》的出版	109
不朽名著《拉奥孔》	113
第六章 德国古典美学	118
德国古典主义美学奠基人——康德	118
复杂多变的歌德美学	123
席勒承上启下	127
德国古典美学的高峰	131
第七章 19 世纪美学	137
叔本华的非理性美学	137
尼采与《悲剧的诞生》	142
一个天才的发现——美是生活	146
实验美学和移情美学的创立和发展	150
丹纳创立特征说	155

王国维融合中西	159
第八章 20 世纪以来的美学	164
表现主义美学——克罗齐的美学思想	164
美是客观化的情感——自然主义美学	167
盛行于 20 世纪 30 年代的形式主义美学	171
弗洛伊德和精神分析美学	174
分析美学	180
现象学美学	183
符号论美学	185
存在主义美学	189
法兰克福学派的社会批判美学	192
结构主义美学	199

下篇 生活中的美学

第一章 美是一种看不见的竞争力

——每天了解一点美感力知识 ... 204

为什么有人无法感受《蒙娜丽莎》的美

动物也有美感力吗

人类的美感力来源于什么

美感力和人的血型有关吗

第二章 擦亮发现美的眼睛

——每天提升一点美的发现力 ... 211

学会发现身边的美

升华一下你的审美情趣，多多发现事物的内涵之美

体谅，发现和创造行为之美的媒介

联想，让美感力变得更丰富

理解，让美感力有章可循

第三章 让美成为一种本能

——每天提升一点美的表现力 ... 219

经常地谈论艺术

随时把美的感受表达出来

善于与他人分享美的感觉



忠于自己的内心	223
只要能享受美感即可	225
与志同道合的人为伍更能享受美感	226
画龙点睛的神奇	227
组合：平凡 + 平凡 = 美	229
旧物改造：化腐朽为神奇的乐趣之美	230
让自己不再平凡	232

第四章 让美感力更上一层楼

——每天提升一点美的鉴赏力 ... 234

具体形象还是完全抽象——绘画艺术鉴赏	234
瞬间的静态与永恒的凝固——雕塑艺术鉴赏	236
生活需要一点诗意——诗词艺术鉴赏	237
不确定的艺术，流动的时间——音乐艺术鉴赏	239
身与灵的最美结合——舞蹈艺术鉴赏	241
综合艺术美的享受之旅——戏剧艺术鉴赏	242
让心灵休息的美丽殿堂——园林艺术鉴赏	244
笔架墨韵中的性格与情操——书法艺术鉴赏	246
不只是纯粹的记录——摄影艺术鉴赏	247

第五章 完美世界最简单的叙述方式

——每天学点点线知识

点线是人类最简单的叙述方式吗	249
为什么“嫩绿枝头红一点”能给人美感	250
拍照时摄影师为什么总要人们尽量靠近	252
线条为什么可以用来表达情绪	253
人们为何更喜欢有曲线感的女性	255
圆形为何备受人们欢迎	256
倾斜的物体为什么不能给人安全感	258
宽屏电视为什么更受欢迎	259

第六章 造就缤纷世界

——每天学点色彩知识

没有色彩的世界会是什么样	261
色彩仅仅是太阳的彩衣那么简单吗	263
为什么人们冬天爱穿深色的衣服	265
深颜色比浅颜色更重吗	266



色彩可以用来减肥吗.....	267
为什么商店里的衣服色彩要比拿回家的衣服鲜艳.....	269
为什么红蓝色成为企业标志的首选色.....	271
生活中怎样搭配色彩才好看.....	272
颜色也有个性吗.....	274

第七章 人类不断追求世界本真的动因

——每天学点空间知识..... 277

为什么人和很多动物都长两只眼睛.....	277
如何让二维的画表现出三维的效果.....	278
为什么有人说孩子天生就是立体派画家.....	280
为什么《天鹅湖》的舞蹈演员要在独特的灯光下表演.....	281
为什么陌生人太过接近会令人不安.....	283

第八章 人类不能没有的“乐”

——每天学点声音知识..... 285

为什么说声音是女人的第二张脸.....	285
声音可以用来表达情绪吗.....	286
声音可以画出美丽的画吗.....	288
为什么人们都不喜欢乌鸦的叫声.....	290
为什么有人能听懂音乐有人却不能.....	292
为什么一听声音就能知道电话那头的人是谁.....	293
为什么有的音乐让人喜悦有的音乐让人感伤.....	294
为什么有人能够拥有甜美的嗓音，而有人则五音不全.....	296

第九章 不仅仅是嘴巴的事

——每天学点饮食美学..... 298

饮食仅仅是嘴巴的事吗.....	298
-----------------	-----





为什么餐厅里的菜比家中的菜更好看.....	300
是什么改变了人们对美食的期望值.....	301
为什么生活中的美好回忆大多与吃有关	303
运气可以吃出来吗.....	305
是顺其自然还是听医生和营养专家的话	306
美食亦可美体吗.....	307
饭局也要讲究美吗.....	309

第十章 家装那些事儿

——每天学点家居装饰美学 312

为什么要美化你的居室.....	312
什么风格的家居装饰才是美的.....	313
居室陈设装饰要不要统一格局.....	315
物品的摆放应该注重平衡吗.....	316
如何选到最合适的装饰品.....	318
为什么家居装饰要“软硬兼施”	319
如何创造舒适完美的居室光环境.....	321
什么样的家具才是适合自己的家具.....	323
在室内也可以亲近大自然吗.....	324
家居装饰如何能不断给人新意.....	326

第十一章 不懂设计就买不到好商品

——每天学点设计美学..... 328

为什么生活中需要实用的艺术设计.....	328
为什么现在的各种设计越来越简单.....	329
为什么有些产品让人看了总想摸一摸.....	331
如何设计一个能充分体现内容的封面.....	332
平面设计中的字体如何选择排放才好看	334



同一版式中的图片怎样安排才合理.....	336
为什么展览馆的通道多变化.....	338
可以利用错视进行独特的美的设计吗.....	339

第十二章 由实用到城市雕塑

——每天学点建筑美学.....	341
为什么城市建设需要雕塑.....	341
现代建筑为什么被称为“城市的雕塑”.....	342
为什么建筑会给人以时空感.....	344
为什么要给建筑命名.....	345
为什么古希腊建筑能影响整个欧洲的建筑模式.....	346
为何哥特式建筑以高瘦为主要形态.....	348
中式建筑为何大多数讲究对称美.....	350

第十三章 你也可以成为大导演

——每天学点影视美学.....	352
为什么电影里的主角比电视剧中的少.....	352
演员是如何把自己变成剧中人物的.....	353
没有音效的电影会有艺术感吗.....	355
电影画面的艺术感源自什么.....	357
色彩对电影的艺术感有何作用.....	359
没有剪辑的电影会有美感吗.....	360
跟随电影评论家还是自己的直觉.....	362
电影中的暴力也具有美感吗.....	363
观众为什么会被荧幕上的火车吓跑.....	365
为什么说时空与节奏是让影视美感飞扬的两只翅膀.....	366
怎样欣赏不同类型影片的美.....	368

第十四章 你也可以有张明星脸

——每天学点化妆造型知识.....	370
为什么化妆品没有让自己变美呢.....	370
为什么人们都喜欢瓜子脸.....	371
脸形有缺陷可以改变吗.....	373
为什么妆容以立体为美.....	375
为什么中国人以杏仁眼和丹凤眼为美.....	376
如何打造完美眼形.....	378
如何打造完美的鼻形.....	380



为什么女人要拥有的第一件化妆品应当是口红	382
妆容必须要与服装搭配吗	384

第十五章 识对形体穿对衣

——每天学点扬长避短的着装知识 .. 386

世上真有完美的体形吗	386
相信眼睛是个错吗	387
横条和竖条到底哪种更显瘦	388
显瘦和显高能同时兼得吗	389
黑色真的显瘦吗	391
欧洲人为什么发明低开领的晚礼服	392
胸部越丰满越好吗	394
为什么夏天是有人欢喜有人忧的季节	396
为什么低腰裤和露脐装能够风行	398

第十六章 你也能像明星一样耀眼

——每天学点内在修炼知识

谁都可以像明星一样光芒四射吗	400
为什么同样的衣服穿在自己身上就不如穿在明星身上美 ...	402
生来就不美就没有美的资格了吗	403
如何让自己成为一件艺术品	405
如何从好看到惊艳	407
穿衣打扮是为了什么	408

第十七章 完美形象是“搭”出来的

——每天学点搭配知识

混搭为什么成为一种流行时尚	410
为什么你的穿着会给人留下刻板的印象	411
混搭有标准吗	413
平价的物品也能搭配出时尚感吗	414
便宜和贵的服饰可以混搭在一起吗	416
为什么要选择正品服装	417
你的饰品和你的个人形象一致吗	419
看一个女人所戴的，就能洞悉她的内心世界吗	421
品位是着装的终极目标吗	423



上篇

美学故事

The Story Of Aesthetics

第一章

古希腊、古罗马美学与中国先秦美学

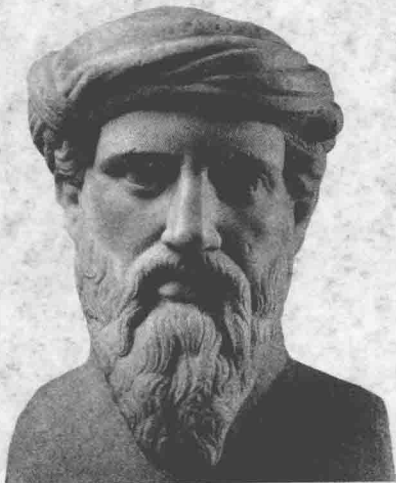
美在和谐

——毕达哥拉斯

英国哲学家罗素曾说过这样一段话：“在全部的历史里，最使人感到惊异的就是突然兴起的希腊文明了。希腊人在文学艺术上的成就是大家熟知的。他们不为任何因袭的正统观念的枷锁所束缚，自由地思考着世界的本质和生活的目的。所发生的一切都是如此之令人惊异，以至于直到近现代，人们还乐于惊叹并神秘地谈论着这些希腊的天才们。”在这个灿烂的思想天空中，就有一位明亮的数学之星，这就是被称为“第一个真正数学家”的毕达哥拉斯。

如果说希腊哲学是从泰勒斯开始，那么美学就是从毕达哥拉斯开始的。很多美学的基本概念都是毕达哥拉斯提出的，诸如净化、和谐、模仿等。

毕达哥拉斯（鼎盛年约在公元前532年~前531年），据哲学家拉尔修说，他是和哲学家泰勒斯同时代的人。他出生在萨摩斯岛，这个岛屿是希腊最富的城邦之一。他的父亲是指环雕刻艺人，是当地的一个殷实的自由公民。那个时代，“萨摩斯被僭主波吕克拉底所统治着，这是一个发了大财的老流氓，有着一支庞大的海军”。这位独裁的统治者因为贪财和骄傲，不听劝告而被谋杀了。



▲ 毕达哥拉斯像

毕达哥拉斯在年轻的时候勤奋地探讨数学和算术，后来他接受泰勒斯的劝说去了埃及，在埃及住了很长时间。而当时的埃及在文化上是相当繁荣的。后来他还到过巴比伦、波斯等地。据说他通晓埃及文字，当过埃及的僧侣，介入埃及神庙中的祭典和秘密入教仪式，接受了当地流行的灵魂不朽、轮回转世以及其他一些宗教禁忌。诸如只用没有生命的东西作献祭；不吃豆子；禁吃活的东西；不要用铁去拨火；穿鞋子要从右脚开始；洗脚则要先洗左脚，等等。他本人在后来自己创办的学派中宣传这些观念和生活方式。

大约45岁的毕达哥拉斯回到故乡萨摩斯岛，由于不满意独裁者波吕克拉底的统治，他几经周折移居到南

意大利的克罗顿城，在那里继续从事把学术、政治、宗教等合为一体的活动。他以自己的教导在克罗顿这个杰出的城邦获得了许多门徒，据说有 600 人接受他的哲学思想，按照他的教导过着共同的生活。

毕达哥拉斯本人就是“一件制成了的艺术品，一个了不起的陶铸的天性”的美男子。他仪表庄严，加上他的道德才干和独特的、神秘的生活方式，他们几乎把毕达哥拉斯看成了神，好像他原来就是一个有善心的精灵，把他称颂为司光明、青春、音乐、诗歌的太阳神阿波罗。认为他是有人形的奥林比亚的一个人。他向同时代人显灵，给世俗带来有益的新生活。把幸福的火花和哲学带给了人类，作为神的礼物，那是过去不曾有过的、也不能有的更大的善了。因此，在今天还流传着用最庄严的方式公开赞扬这个长头发的萨摩斯人。

他们穿同样的衣服——一件与众不同的、白麻布的毕达哥拉斯式的服装。

他们有一种很有定规的日常生活秩序。早上起床之后，就要回忆过去一天的历史，因为今天所要做的事情是与昨天所做的事情密切联系着的。他们也要记诵荷马和赫西俄德的诗句。在早上——常常一整天也是如此——他们从事音乐，音乐是希腊一般教育的主要对象。角力、赛跑、投掷等体育运动，也同样有规律地进行着。他们在一块儿吃饭，并且在吃饭方面他们也有特别的地方：据说蜂蜜和面包是他们的主食，水是最主要的，甚至是唯一的饮料。他们同样也必须禁绝肉食，他们禁绝肉食是与相信灵魂轮回联系在一起的；就是在蔬菜食料中他们也有所分别，豆类是禁食的。由于他们崇敬豆类，常常被人嘲笑；当后来政治集团被解散时，毕达哥拉斯和许多门徒宁可死去也不让一块种豆子的地受到损害。

美学辞典

美学 (Aesthetics 或 Esthetics 来自希腊文，希腊文原意是“感觉上的或感知的”)：是哲学主要分支学科之一，主要研究美、艺术和审美经验。美学思想的产生和形成虽然很早，但是直到 1750 年，德国哲学家鲍姆加登《美学》著作的问世，才标志着“美学”作为一门独立学科而出现。



▲ 阿波罗与达芙妮

阿波罗是希腊古典精神的具体化，代表了人性中文明和理智的方面。由于毕达哥拉斯相貌俊美、学识渊博，他的追随者便将他看作阿波罗。图为阿波罗追求达芙妮，而美少女竭力躲避他。

据说，毕达哥拉斯是第一个使用“哲学”这个词的人。“哲学”(Philosophy)即“爱智慧”之意 (philosophia)；因为毕达哥拉斯说过，只有神是智慧的，任何人都不是。和神相比，人最多只能是爱智慧，也就是爱神。当菲洛斯的僭主勒翁问毕达哥拉斯是什么人的时候，毕达哥拉斯说他的是一名哲学家。他将生活和大竞