

ФИГУРКА МИРОВОГО СТАНДАРТА

УДК 641/642
ББК 53.51

Фигурка мирового стандарта. — М.: Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2020. — 256 с. — (Лучшие диеты).

ISBN 978-5-517-02339-1

Название нашей книги — “Фигурка мирового стандарта”, но это вовсе не означает, что мы, составители этой книги, всеми правдами и неправдами стараемся вас втиснуть в рамки какого-либо стандарта, будь он мировым или любым другим. Нам же кажется, что само понятие стандарта и стандартизации более применимо к какой-либо технической продукции, а не к венцу Божьего творения — человеку. Стандарт уже предполагает некоторую ограниченность, а любая ограниченность не приемлется свободной личностью. Наша книга предназначена как раз для тех, кто хочет изменить себя, свой образ, по возможности скрыть недостатки, подчеркнуть собственные достоинства, а не становиться копией той или иной известной всему миру красоты.

BIC WBH
BISAC CKB026000

ISBN 978-5-517-02339-1

© Т8 RUGRAM, оформление, 2020
© Т8 Издательские технологии, 2020

Глава I

А ЧТО ЭТО ТАКОЕ — ФИГУРКА МИРОВОГО СТАНДАРТА?

Все мы хотим иметь такую фигуру, которой бы позавидовала самая красивая женщина в мире. Но что это такое — иметь красивую фигуру — не всегда знаем.

Одной кажется, что быть красивой — это значит быть худенькой, другой хочется немного поправиться — и тогда, как ей кажется, она будет просто неотразимой. Третья уверена, что ей для полного счастья не хватает стройных ног, четвертая ... да мало ли требований может быть у женщины к матушке-природе! Давайте посмотрим с вами, а как же развивались каноны красоты с древних времен.

ОТ АНТИЧНОСТИ ДО НАШИХ ДНЕЙ

Древняя Греция оставила нам образец красоты и величия — скульптуру Афродиты. Греки всегда ценили пропорциональные и гармоничные формы. По их мнению, женщина должна была быть хоть и стройной, но все-таки не слишком худенькой, с округлыми формами. Так, Афродита имеет рост 164 см, окружность талии — 69 см, груди — 86 см, бедер — 93 см. Так что, если у вас такая же фигура, можете гордиться собой, ваше тело — идеал античной красоты.

Ну, а если у вас прямой узкий нос на изящном лице, большие глаза и четкая линия бровей, маленький подбородок и невысокий лоб, вы могли бы стать истинной красавицей Древней Греции.

Древний Рим перенял почти все традиции Греции. Римляне также ценили красоту и эталоном считали стройных, но отнюдь не худых женщин, статных, но в то же время грациозных.

Большие глаза всегда считались признаком красоты, поэтому женщины в Древнем Риме старались подчеркнуть их выразительность специальной подводкой, которая начиналась от уголка глаз и заканчивалась у виска. Глаза, впрочем как и волосы, должны были быть светлыми, это считалось признаком привлекательности женщины.

Римлянки активно пользовались всякого рода косметическими средствами, а особой любовью пользовались молоко и молочные продукты. Их в качестве основных компонентов включали в состав масок, кремов. Женщины Древнего Рима очень ценили красивый цвет и хорошее состояние кожи, поэтому тщательно следили за этим. Те, кому позволяли средства, принимали молочные ванны.

Все это — античные образцы Древней Греции и Рима. Как же развивались каноны красоты на Востоке? В Древнем Китае идеальной считалась хрупкая женщина с маленькой стопой. Для этого еще в раннем детстве девочкам надевали тесные ботиночки или крепко бинтовали стопу, чтобы она прекращала свой рост. Когда девочка вырастала, ножки у нее действительно были небольшими, что считалось изящным. А деформированную стопу скрывала обувь.

Взрослая женщина должна была очень сильно краситься: на лице много белил, черные брови в форме дуги, зубы, покрытые золотистой смесью, что придавало им особый блеск. Особым шиком для аристократичной женщины Китая были ногти. Их отращивали, за ними тщательно следили и красили в красный цвет.

Женщины не жалели сил и средств на косметику, которой они очень активно пользовались. О естественности и "дневном макияже" в Древнем Китае не было и речи, особенно у тех китаянок, которые росли в аристократической среде. Те, кто попроще, старались от них

не отставать и находили все нужное в природной косметике, благо это было доступно во все времена.

От китайских женщин мало чем отличались женщины Японии, они также усиленно белили свою кожу на лице и "замазывали" все дефекты в области груди и шеи. Брови тщательно сбривали и вместо них рисовали маленькие линии черной тушью, ею же обводили лоб по краю роста волос. Это считалось особым шиком и признаком элитарности и аристократизма. Плюс к этому жительницы феодальной Японии покрывали свои зубы черным лаком.

Изящная женщина всегда считалась идеалом красоты, и Древний Египет в этом отношении не является исключением. Массивные прически должны были составлять контраст с хрупкой фигурой женщины и подчеркивать аристократичные черты лица: тонкие брови, небольшой прямой нос, изящные брови прекрасно сочетались с полными губами и большими глазами, выразительность которых подчеркивали черной тушью. Но она появилась не сразу, еще раньше древние египтянки подводили глаза и брови тушью зеленого цвета. От века она шла далеко к виску. Вообще, зеленый цвет был фаворитом у женщин Древнего Египта — зеленой краской они красили ногти и ступни. При этом кожа должна была быть светло-бронзового цвета, для этого существовала специальная краска, которой покрывали кожу.

В средние века все кардинально изменилось, и культ естественной красоты, который провозглашался в Древнем Риме, сменился другими нормами. В чем же они заключались, эти нормы? Все, что раньше считали нужным открыть и показать, в XIII—XV веках стали тщательно скрывать и маскировать большим количеством ткани с таким же количеством складок, драпировок и воланов.

Образец красоты средних веков — дева Мария с ее правильным овалом лица и невинным выражением глаз. В моде аскетизм и невинность. Никаких ярких красок, волосы должны быть только такого цвета, каким их сделал Бог. Ни женщине, ни мужчине нельзя быть лучше, чем их создал Господь.

Это время проходит, и естественную красоту сменяет другая, где в моде изящность и аристократизм в современном понимании этого слова — грациозность и гибкость, тонкие черты лица, абсолютно прямой нос, маленький подбородок и большие глаза. Волосы пышные и светлые, женщина уподобляется ангелу или прекрасной розе, кожа ее сравнивается с шелком, губы — с лепестками роз. Перед нами Прекрасная Дама XIV века.

Через несколько десятилетий все меняется, в моду входит силуэт, напоминающий латинскую букву "S". Что только не использовали женщины, чтобы следовать моде — они накладывали специальную подушечку на живот, выгибали спину. Сейчас нам кажется, что фигуры красавиц этого времени похожи на беременных. В одежде сочетался максимализм с минимализмом — узкая и стесняющая движения одежда с огромным количеством складок, оборок сзади платья и на рукавах.

В эпоху Возрождения все кардинально меняется. Неожиданно приходит понимание, что человек красив. Рококо приносит с собой пышность и извилистость форм. Женщины носили декольте, отделанные мехом или бархатом и сильно открывающие грудь, которая поддерживалась корсетом. После длительного периода аскетизма пришла пора расцвета жизни.

Женщины делали себе высочайшие прически, которые доставляли им массу неудобств и хлопот — голову приходилось мыть крайне редко, чтобы снова не делать столь трудоемкую работу. Расчесать, соответственно, волосы тоже было очень трудно, поэтому эту проце-

дуру проделывали крайне редко (по нашим стандартам) — раз в две недели.

Наряду с высокими прическами в XVI веке в моде была бледная кожа, сильный румянец, контрастирующий с кожей, и всякого рода мушки и родинки. Объяснялось эта мода довольно просто: бушевавшая в это время оспа не пощадила никого, и у каждой женщины были какие-то дефекты кожи, которые необходимо было как-то скрывать.

В XVII веке эталоны красоты часто менялись в угоду тому или иному идеалу, как правило политическому. Так же непостоянен идеал красоты в XIX веке. В самом его начале была в моде хрупкая, изящная женщина (вспомните Наташу Ростову на ее первом в жизни балу). Этот эффект достигался платьем с завышенной талией, сшитым из легких шифоновых тканей. Благодаря этому создавалось ощущение невесомости и призрачности.

В середине века в моду снова входят пышные юбки, талия опускается на свое место. Этим подчеркивается хрупкость и невесомость ее обладательницы. Женщины активно носят корсеты, чтобы поддержать грудь и улучшить фигуру.

В начале XX века идеалом стала женственность. В моде декаденты, которые экспериментируют с собственной внешностью и стараются с ее помощью выразить какие-то свои эстетические идеи. Иногда им это удается и тогда мы имеем какой-то сохранившийся до наших дней стиль, например, денди, а иногда нет — и тогда об этих безвестных экспериментах больше никто не вспоминает.

Модными становятся маленькие жакеты, длинные юбки, подчеркивающие изящество и грациозность женщины. Небольшие шляпки и маленькие сумочки лишь усиливали этот эффект.

К концу 20-х годов линия талии снижается и устанавливается где-то в районе бедер, длинные юбки перестают быть такими популярными, а в моду входит длина миди. Эта мода, которая ассоциируется у нас с танцем чарльстон, сохраняется до начала второй мировой войны.

В 50—60-е годы во всем мире огромной популярностью пользовался стиль Мэрилин Монро. Все стараются подражать ей во всем, начиная от фигуры и кончая той одеждой, которую она носит. Модной становится женщина далеко не худенькая, имеющая все признаки того, что она женщина. Все говорят о секс-символе Мэрилин Монро. Это новый критерий красоты, который прочно утвердился на многие годы.

Так же прочно утверждается новая длина юбок и платьев — это заветное мини. Все женщины, как будто только об этом и мечтали, сразу же восприняли новую моду. Как вы сами видите, до сих пор эта длина не покидает мировые подиумы. Естественно, что в это время все обратили внимание на женские ноги, теперь их стало видно во всей красе. Естественно, что ценятся их стройность и изящество.

За несколько десятилетий почти ничего не изменилось, эталон красоты в 80-е годы остается таким же. Но вот 90-е принесли с собой много интересного. Профессия манекенщицы приобретает все большую популярность, все девушки стремятся иметь стандартную фигуру, чтобы подходить для этой профессии или быть хотя бы похожими на популярные топ-модели.

Начинается просто настоящий бум, все стремятся похудеть, применяя для этой цели самые разнообразные средства, и не всегда полезные для здоровья. В моде высокие (175—185 см) и просто дистрофичные девушки с минимальным количеством жировых отложений. Чем длиннее и стройнее ноги, тем девушка привлекательнее. Это эпоха унисекса, когда женщины стремят-

ся не слишком отличаться от сильной половины человечества и подражают мужчинам во всем — в одежде, в парфюмерии и поведении.

Что ждет нас в третьем тысячелетии, кто знает. Мы думаем, что не за горами возрождение женственности, по этому пути скорее всего пойдет мода в будущем. Ведь история развивается по спирали, и мы вернемся к прошлому, но уже обновленные.

ЭТАЛОН СОВРЕМЕННОЙ КРАСОТЫ

Часто в газетах можно увидеть объявления: "Познакомлюсь с красивой девушкой..." Нередко встречается текст "Познакомлюсь с очень красивой девушкой..." О мужчинах, желающих внести в свою жизнь красоту, мы сейчас говорить не будем, хотя тема эта бесконечно интересная. Стоило бы встретиться с этими мужчинами и послушать их мнение о том, какую девушку они считают красивой и какую очень красивой.

Поговорим о женщинах, красивых, прекрасных, ослепительных, обворожительных, потрясающих, удивляющих, восхищающих. Они пробуждают дремлющее до поры вдохновение, желание написать стихи, спеть песню, пробежать до далеких лугов и нарвать огромный букет свежих полевых цветов. Все это для Нее, Единственной и Неповторимой и, без сомнения, самой красивой в мире. Ведь для каждого человека красиво не то, что красиво для всех, а то, что нравится только ему. Вы замечали, насколько разные пары можно встретить в жизни: оба красавцы или оба некрасивые, а как часто один красив, а другой — нет. Просто в своем избраннике или избраннице находят ту гармонию, которой раньше так не хватало, и совершенно нет дела до вопросов "Ну что он в ней нашел?" Ну, а удивлению отвергнутой красавицы нет предела, когда обожаемый ею человек посвящает свое время настоящей дурнушке. А действительно ли та — настоящая дурнушка? И

что же такое красота, как ее понимают мужчины и женщины разных стран, разных национальностей?

Гармония, как мы уже говорили, является основой красоты, как и основой всего мира. Если вы приглядитесь к любой зеленой веточке, то увидите, что она просто красива: каждая линия совершенна и заканчивается именно там, где должна закончиться, а почка расположена как раз на том миллиметре, на котором взгляд ее произвольно ищет. Совершенство линий, неразрывная взаимосвязь содержания и формы — вот настоящая красота.

Если у женщины красивое лицо, изящная фигура, но в глазах одна пустота, то она будет заметной для мужчин, любящих лишь внешнюю оболочку. Да, она красива, такая женщина, но однодневной, скоротечной красотой, которая не сохранится на долгие годы. Настоящая красавица сохраняет неповторимый свет глаз до глубокой старости. Он озаряет ее лицо, притягивая взгляд и заставляя любоваться лицом пожилой женщины: в нем живет вечная красота.

Если говорить о фигуре, то мужчины, скорее всего, отдадут предпочтение некрасивой женщине с отличной фигурой, а не красавице с непривлекательным телом (мы говорим, разумеется, не о любви, а о более простых и легких отношениях).

Каждая некрасивая женщина может выработать в себе огромное обаяние и стать, как говорят французы, "пти мифон" — "не красавица, но прелесть". А если у нее плюс к очарованию еще и фигура замечательная, то... Красавица, любующаяся собой, считающая за честь разговор с нею, немножко теряется в глазах мужчин, еще и фигура неважная, итог понятен...

Основой красоты является согласие с самим собой, когда человек любит себя таким, какой он есть, и поэтому сегодняшние модели, манекенщицы, популярные ак-