



潮流情报

# 连时尚界都开始对完美说“不”了 你还在追求“完美”吗?

□秋秋

长期以来,时尚业都被看成呈现完美的产业,大众看到的都是最完美的状态——白璧无瑕的肌肤、肌肉紧致的身材,美轮美奂到一般人穿不上的衣服……但最近,很多人开始对时尚业追求完美的趋势产生质疑,尤其对时尚界一贯秉持的“以瘦为美”标准提出批评,与之背道而驰的一股大码模特风潮开始席卷时尚圈。在这种趋势下,你还在追随明星们的脚步,一味追求所谓“完美”吗?还是面对现实吧,请记住:第一,你所看到的所谓“完美”,其实大多是电脑修出来的;第二,要达到“完美”,有时是要以付出健康为代价的。

## 杂志上的完美照片 给人巨大压力

近年来,很多人开始对时尚业追求完美的趋势产生质疑。近日,英国政府更是将这件事提到了一个新的高度——政府将对时尚产业施加压力,敦促时尚杂志停止使用失真的模特图片,并取缔杂志和广告中出现的将照片过度美化的现象。

英国平等事务部部长、自民党议员琳恩·菲特史东一直反感这些制造“0号模特”效果的照片。今年秋季,她将与时尚业从业人员开展一系列讨论,主题是探讨如何提升当代年轻人对形体的正确认识。首当其冲遭到批评的是过度美化的照片。菲特史东认为,不切合实际的完美照片导致“年青一代的女性承受着巨大的压力,永远在追求不可能达到的形体标准”。

她提出,照片也不是完全不能经过修饰,但是在那些美化过的照片上,应当贴上特定标记,例如风筝标记(用于英国标准协会认证的商品)或健康警告,提醒读者这并不是真实的效果。她表示:“我非常急切地想让年轻女性们了解到照片是经过美化的这个事实。这样一来,她们才不会沦为受害者——认

为照片上那些12寸的腰围是真的,并进而去追求,因为那根本是不可能的。”

“所有的女性都感受到了压力,要去追求那种不可能达到的形体标准。这种压力会折磨她们一辈子。这不仅仅是一种直接、当下的伤害,这也可能是会持续终生的。年轻女孩时时刻刻都承受着巨大的压力。”她还尝试着说服杂志编辑和广告商停止使用修改过的数码相片以及太瘦的模特。她表示:“尽管杂志编辑和广告商有权刊登任何他们喜欢的东西,但女性也有权对自己的形体感到舒适安心。但目前,她们这种权利被剥夺了。”

此前,“大码模特”克莉丝朵·雷恩就曾抱怨道,为了广告宣传,她的照片被修饰,让身材看起来小了几个尺码。去年,某化妆品公司被广告业监督委员会批评——他们在一个眼霜广告中,修饰了代言明星的照片,抹去了她眼周的皱纹。

## 大码模特成时尚界新宠

今年以来,很多杂志开始为大码女性高唱赞歌。一组由清一色大码模特出演的时装大片登上了今年2月号(V)的中心位置。在同一期杂志上,还能看到由一组展现各色人等身材的《V就爱本色的你》以及由著名大码模特克莉丝朵·雷恩和新人杰奎琳·雅布龙斯基共同出演的《一码通吃》,展现同样的春装是如何完美衬托出两个完全不同身段的女人。这期杂志的主题已经清清楚楚地写在封面上:尺码。

时下最吃香的大码模特克莉丝朵·雷恩曾在去年写过一本自传,名为《饥饿:一个年轻模特有关食欲、野心和最终接受丰满身材的故事》。书中详细讲述了她早年为了保持骨瘦如柴的身材,曾如何饱受消化不良之苦。而自从她不再强制维持小码身材以来,她的模特事业却节节高升。

面对大码模特,一位伦敦造型师评论说:“这是对0号风气的一次极端反

弹,我相信,所有女人都更愿意看到健康姑娘的形象,而不是骨瘦如柴的姑娘。不过,我觉得要改变时下的风气,大码模特并非良方,不过是从一个极端到另一个极端而已。”谈起英国新晋设计师马克·迈特在其2010年春夏系列发布会上起用的三位大码模特,他也不以为然地表示:“我相信设计师是出于好意。说真的,当看到那几个姑娘被蜘蛛网似的针织衫紧紧包裹着走出来的时候,我只觉得可笑。”

## 真正的美是 自然地对待自己

无论是通过身体,还是时装的方式来演绎“大块头时髦”,无疑都极具创意,并且通过如今媒体浓墨重彩的渲染,可以预见一个审美被颠覆的时代来临。而重点应当是,肥胖并非新的标准,对身体的自然主义态度才是最值得提倡的标准。

上海海医院内分泌科主任邹大进说,临床上经常能见到,女性为了减肥,BMI(即体重(千克)/身高(米)的平方)已下降到正常最低值18以下,容易引发内分泌、心脑血管及胃肠道疾病。“因此,女性理想的BMI指数应在23—25之间,也就是正常值的上限。”

与此同时,近来国际医学界也不断发现在正常体重范围内,BMI指数略高一些的女人明显比略低者更能抵御疾病的侵袭。

据美国疾病预防控制中心对230万名美国成年女性考察发现,超重者(BMI在25—30)死于心脏病及癌症的风险并没有比体重一般者增加,死于肺气肿、肺炎、各种感染的风险反而降低了。

英国《每日邮报》报道,专家称女性臀部、大腿等部位的局部肥胖有助于抵抗心脏及新陈代谢方面的问题。

有关专家认为,时尚界若能树立“健康美”的目标,女人就不会为了一味追求“瘦”而牺牲掉健康。

## 娱乐圈反面教材

当今娱乐圈以瘦为美,可是一旦减肥过度,就会给人一种恐怖的感觉。看看下面这几位女星吧,瘦得像“麻杆”还吵着减肥……

### ■郑秀文

郑秀文身高1.65米,一度瘦到40公斤,为了减肥她曾经在7天内只吃两个苹果,或者是只吃燕窝及川贝汤。结果因为减肥过度出现头晕、紧张、经期紊乱等症状,三十三岁的她身体提早出现衰老症状。

### ■陈鲁豫

陈鲁豫身高1.64米,体重不到90斤。在一次节目中陈鲁豫透露:“我就是不吃主食,米饭最多也就十几粒,要想减肥的朋友,就按照我的方法试,保证百试百灵。而且我每天早上刷牙之后,要先喝一杯不加糖的咖啡,否则这一天什么也吃不下。”不过陈鲁豫的身材实在不敢让人恭维。将腿、胳膊、脖颈完全暴露在外的鲁豫,看上去更加消瘦,简直就是骨瘦如柴,宛若电视上经常看见的非洲难民。

### ■周迅

周迅身高1.6米,41公斤,体重指数为16,低于我国的体重指数标准最低值18。她说自己为了在电影中好看而减肥,方法是一个月只吃粮食和蔬菜,不吃肉,而到了下个月,就只吃肉和蔬菜,一粒米都不沾。

### ■维多利亚

贝克汉姆的妻子维多利亚一直减肥成性,虽然贝克汉姆一直规劝妻子,但维多利亚显然将丈夫的劝说当成耳边风。在相当长的一段时间里,维多利亚每天只吃草莓,喝矿泉水。

## 美丽计策

# 入秋至In单品——复古中长裙

持续几季流行的迷你短小风已经逐渐被复古的中长裙替代了,尤其是在夏秋季节交替时分,那些长至脚踝的连衣裙、半身裙,抑或及膝的复古半裙都成了大热回潮的至In单品!

### ◎及踝雪纺裙 日常也盛装

及踝的雪纺长裙固然好看,但未免会给人太过隆重穿不出门的感觉。其实,这也正是这一季的潮流重点,用日常化的随意单品搭配造型感强烈的及踝雪纺长裙,随意加一件松垮的衬衫就可以为你的摩登造型加分不少。

### ◎连衣长裙 本季最In

不要怀疑,这将是这个夏末最In的摩登装扮。不过,这种修身的好似加长背心般的及踝长裙的确令很多人望而生畏,其实,只要你不是太过丰满的身形,都可以一试。当然,千万不要忘记搭配腰带或马甲等小件来增加层次感。

### ◎及膝紧身裙 时髦简约OL范儿

伴随着大热回归的中长裙风潮,一向是OL们必备的修身铅笔裙自然也要加长些长度,以全新的面貌重新登场。及膝的铅笔裙更加端庄淑女,当然,若你想看起来不那么保守,选择类似裸色、蕾丝这类流行元素搭配还是非常值得推荐的。

### ◎皮质半裙 强势摩登感

皮质元素从春夏一路延续到秋冬,给人一种毫无季节界限的感觉。尤其是在换季时分,皮质的及膝半裙更是绝对必备的潮流单品,搭配反差较大的雪纺类上衣,会在视觉上带给人惊喜感。

### ◎及膝半裙 经典淑女情怀

很显然,大地色系及膝裙将是这个秋天颇为抢手的时髦货。它们怀旧复古的清新面貌,是打造上世纪70年代怀旧造型的必备单品,如搭配同色系的印花上衣和配饰,便可以给人不同寻常的造型感觉。(风子)



## 私房秀

# 学做大盆泡菜拌饭

推荐人:养子

看过韩剧《我叫金三顺》吗?剩女金三顺抱着大盆狂吃泡菜拌饭的镜头,让人过目难忘,那盆内容丰富且分量颇大的拌饭,看起来就让人胃口大开,难怪金三顺减肥失败了呢。事实上,许多韩剧中都出现过泡菜拌饭的身影,什么饭啊、菜啊、酱啊放一大盆里,翻来覆去地搅拌均匀,大口大口地吃下去,不仅能填饱肚子,对剧中主人公来说甚至有

排解悲伤、愉悦心情的作用呢。究竟正宗的大盆泡菜拌饭怎么做?一起来看看我自己琢磨出来的绝招吧!

**材料:**米饭、黄豆芽、辣白菜、胡萝卜、金枪鱼罐头、大根、腌渍小鱼、紫菜、韩国辣酱、鸡蛋、黑芝麻、芝麻油、盐

### 制作:

1. 将黄豆芽洗净,锅中放水,待水开后加少许盐,放入黄豆芽焯一下,断生即可。
2. 胡萝卜洗净去皮,同泡菜一起改刀,然后分别在放有芝麻油的锅中加一点盐炒熟。
3. 大根改刀,切成条。
4. 紫菜用剪刀剪成条。
5. 平底锅中倒入芝麻油,放入鸡蛋煎一下。
6. 大盆中放入米饭,在上面放上所有食材,最后在中间放上一勺辣酱,再把煎好的鸡蛋放上面,洒上芝麻即可。

