

宫廷 美女 养颜 心经

田贵华 / 编著

呵护美丽，女人要像公主一样珍爱自己

- 全世界宫廷美女都在使用的养颜秘方 ●
- 全方位美白，从头到脚给你白皙水嫩 ●
- 补水嫩肤，让丝滑肌肤吹弹可破 ●
- 祛斑除皱，从内解决面部皮肤问题 ●
- 让秀发飘逸闪亮，乌黑柔媚的秘密 ●
- 眼、唇、手、脚，将美丽贯彻到底 ●
- 让美丽脱胎换骨的中医内养方 ●



中国轻工业出版社



宫廷美女 养颜心经

GONGTING MEINÜ
YANGYAN XINJING

田贵华 编著

 中国轻工业出版社



前言

“回

眸一笑百媚生，六宫粉黛无颜色”，西施、杨玉环、王昭君、貂蝉、赵飞燕、武则天……这些影响后宫甚至对中国历史有深远影响的女人们，要么是国色天香、雍容华贵，要么是玉骨冰肌、清秀可人，难道她们都是“天生丽质难自弃”？当然不是，除了先天因素，后天保养功不可没——宫廷美女们每人都有一本养颜心经。

美人迟暮是无法逆转的自然规律，再美的女人也需要保养。女人天生就是爱美的，对于久居深宫的女人来说，美丽就是她们终生的事业，她们需要借助各种方法来养护自己的容颜，以此得到帝王长久的宠爱。

在美容方面，女人有着极高的天赋，宫廷美女更是如此。早在遥远的原始部落时期，黄帝的爱妃就曾用白芷来润泽肌肤；到了殷商时期，女人们已经学会用燕地红蓝花捣汁凝成胭脂来做口红；周文王时期，女人已经广泛使用铅粉搽脸；到了唐代，那些原本为达官贵人和显赫医家所有的美容秘方开始飞入寻常百姓家。也就是说，在唐代以前，宫廷美女是时尚的绝对领跑者。

到了宋代，人们对美的追求达到了一个新高度。当时重要的两部美容经典之作《圣济总录》和《太平圣惠方》中都记载了很多美容药膳与方剂，另外还收录了一些治疗白发、脱发、黄赤发、秃发和眉毛脱落的验方。

到了明朝，用珍珠美容开始流行，明朝人制作了几十种珍珠美白方剂。朱元璋的儿子周定王主编的《普济方》是中国美容方的大汇总。方剂中的药，有的可以抗菌、抑菌，如白芷、川芎；有的药则含有大量维生素，能抗皱和防止皮肤老化，如莲子、菊花等。

到了清朝，上至皇帝、皇后，下至平民女子，对美容都相当重视。太医院曾为乾隆特制了“桃花玉肌肥皂”。慈禧对美容的追求可谓达到了登峰造极的地步，她用的胭脂，是纯粹的玫瑰花原汁，而且所有的花瓣都必须颜色完全一致。每天用过晚膳后，先用蛋清涂抹脸上的小皱纹，到上床前半小时洗掉，然后涂上忍冬花的蒸馏液。这一套美容程序就连现代美容师也望尘莫及。

几千年来，人们就是这样靠大自然赋予的精华和中国传统医学巧妙结合，制作出了纯天然的化妆品，以及经过无数代实践的美容药方。而宫廷美女因为其尊贵的地位，更是掌握着代表当时最高水平的美容验方。

有感于此，我们想从历代宫廷美女所用的美容方法中尽量选取简单易行的、适合现代人生活习惯的、真正有效果的精华部分敬献给爱美的以及希望自己变得更美的女人。

本书取材于古代宫廷养颜秘方，但又不局限于宫廷秘方本身，而是以宫廷养颜故事为引子，结合当今生活实际，提出真正适合现代女性的养颜方法。文中囊括了现代女性会遇到的几乎所有的养颜问题，给出了行之有效的解决方法，定会让你在享受传统文化阅读乐趣的同时，获得更多美的体验。



查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>