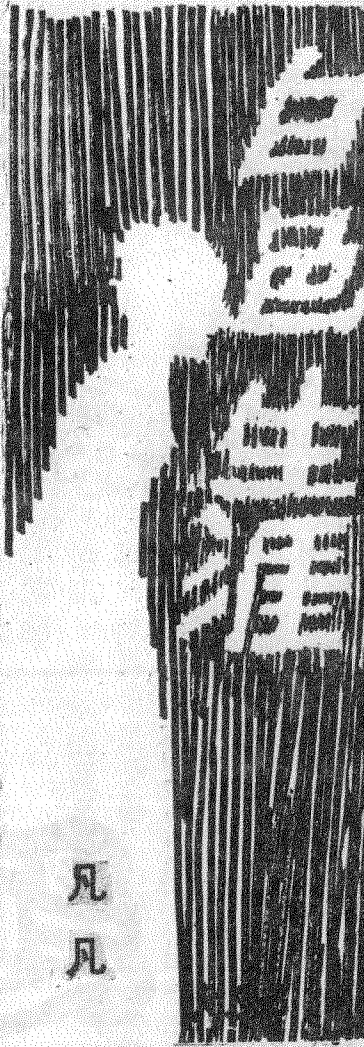


美容藝術

思韻

常有人問我：「讀護理是要做什麼？」，甚至有些人很驚訝我的抉擇。的確，一個對文學極酷愛的人，為何會走上這條路？或許是爸爸的死，給我的改變吧！我永遠忘不了，十三年前，爸因肝癌住院，備受護士冷淡、稀落的那一幕，尤忘不了那年的聖誕夜，亦是爸爸最痛苦的時候，醫師、護士們竟爲了「報佳音」（舞會？），狠心的置爸於掙扎、難過中！小小的心靈，因之覺得人的冷酷、自私、無情，也因而促使我覺得：我應該以愛心待人……。如今，病房的實習，更加深了我的決定！

剛到外科，就被他吸引住了，一個瘦瘦高高臉色蒼白的青年，每個傍晚坐在輪椅，由弟弟推着到外面散心，從來沒見過他笑，但我可感覺到他的不安寧，只是沉默的可怕。他得的亦是C.A.，當生命正值青春、燦爛時，誰曾想過病痛？然而，殘酷的事實，粉碎了一切理想與美夢，二七英年，正準備奉獻時，癌細胞却吞噬了一切，他無聲、靜默地向這世界抗議，向流水抱怨，抑或向群山叫罵生的盼望？每當我讀他的病歷時，總是忍不住的難過，他和我一般年輕，如不得這病，今年也該退役、創業了。如今，致命的CA，使他墮落於哀歎埋怨的苦海，光明的前途，因而灰黯了。沒有人能安慰他，來探望他的人總是含淚離去，可憐的雙親欲語無言，他是愈來愈瘦弱、沉默了。望着他日漸隆起的腹部，日漸消瘦的臉頰，及當我很費力的把針打進他那皮包骨的身上時，常感一陣的心酸……。在一個傍晚時分，他在父母的陪同下，A.A. Discharge了，望着空床，更加的替他心酸、難過！



凡凡

床空還不到二十四小時，就住進了一位新病人，他更年輕，一個不滿十歲的小學生，患的是不太嚴重的Polio，然而，開刀後，竟因細菌感染，化膿了，致使他再面對着第二次的手術，可憐的孩子，就這樣無辜的再挨一刀，當我第二次送他到OR時，面對着失望、軟弱的表情時，拙口笨舌的我，却不知該如何安慰他，只有默默的祝禱他，這次能順利、成功！！我因之感謝爸媽給予我健康的身體，我應珍惜它，並且要好好的儘我所能去照顧別人同時，也要小心的保護自己，在照顧別人中，不被傳染與感染。

碰到了挑剔的大夫，苛求的護理長，心裡總要難過一陣子，然而，想到病痛的It，心中又釋然多了。因爲我知道，這裏是醫院，這兒還有待人安慰、照顧、治療的病人，因此，雖然我受了委屈，精疲力竭了，心中却仍湧漾着滿腔生命

的暖流。病人的出院是我最高興、也最安慰的事，尤其是多花心血或親手照顧的，更有份深厚的關懷。

太多的感觸，太多的愛與苦惱，讓了我這個人，了解生命的權利與價值，學習尊重生命，愛惜每一個靈魂，

根本解決的辦法，就是要整肌，也就是要從皮膚保養工作開始：
(一)皮膚保養的第一要素，就是要保持清潔和作定期的臉部按摩，因按摩可促使血液循環良好，防止生皺紋，促進代謝機能旺盛，給予皮膚的刺激，並可使多餘的脂肪容易排泄出，這樣皮膚的毛孔，不會堆積污物，也就不容易長面

飽了。
(二)臉上有面飽者，不要濃粧，因濃粧會阻塞毛孔。那就不容易治好，除了多吃水果、多喝開水、睡眠要足、油膩的東西少吃些，如很嚴重，就要找醫生治療，當擠面飽時，祇要壓出脂肪就好，如壓出流血，容易傷到真皮層，因真皮層無再生能力，就會留下疤痕。

(三)臉上有黑斑，多半是體內的原因，尤其是肝臟不好的人和孕婦更容易長黑斑，所以這要裏外兼治，一方面用黑斑珍珠霜塗擦臉部，早晚使用二次，或可定期按摩，先把黑斑霜擦上去，然後再抹上按摩霜，兩手在臉上有順序的按摩，這樣效果較爲迅速，另一方面可找醫生診治吃藥，還有多吃含鈣較多的食物，避免在陽光下曝露太久。

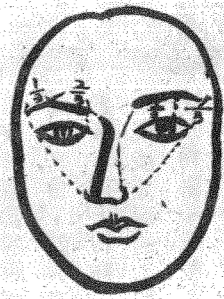
(四)皮膚粗黑的，除上述說的要多按摩之外，可用漂白霜，冬天時，對皮膚有保養作用的營養霜或乳液，要常用以防止皮膚乾裂。

我們對皮膚的保養已略有所知，因此更要小心的保養，使我們的皮膚光滑細緻，進一步還要研究色彩化粧，因現在是一個工業社會，每人都要出外做事，爲了掩飾先天的不足，所以色彩化粧更加暢行，那我們應如何化粧呢？首先要談到整容，一般人常說眉目傳情，可見得眉毛和眼睛有多重要，所以在化粧之前，要先把眉毛修好，使眉與眼的距離保持適當的距離，這樣看起來較爲清爽，然後再施行化粧，平常上班或者讀書，祇要淡粧就行，如是新娘化粧或參加某種宴會，就非濃粧不可了，那我們應如何淡粧？如何濃粧呢？就淡粧，首先擦上乳液或營養霜，然後再塗上薄薄的粉條，撲上粉餅，然後輕輕擦上修容餅及眼影，塗口紅時要用唇筆，畫起唇形較爲好看，再用眉筆把眉毛畫好這些都是要淡淡薄薄的；如果濃粧，就要照上述的步驟、畫濃一點，看各人所需，可加塗上粉底霜，另外可再用水粉餅，因擦上水粉餅，比較不容易脫落，再貼睫毛。

化粧時有幾點要注意的一眼影的畫法：顏色要均勻，中間顏色要重一點，兩邊較淡，還有眼睛較小的，可用眼線膏，在眼睛周圍，畫出一條黑線，隨各人的變化，可畫出較好的輪廓，這樣眼睛就顯得較大，且靈活美麗。

二眉毛的基本畫法：1.眉頭內眼角成一直線。2.眼珠外緣（正視時的直線是眉峯）。3.外眼角與鼻角斜線是眉梢

。4. 眉頭至眉峯占三分之二，眉峯至眉梢占三分之一。
看下面圖形：



化粧是一種藝術，也是美的表現，因一種藝術的成功，不是一天兩天造成的，而是要不斷的練習努力得來的，所以要有良好的化粧術，也是一樣，常常畫、常練習，當然也要多請教對化粧有研究的人，及多看些美容書籍，這樣不斷練習，必然有所得。

外表的美容，人人都會追求，因為人的天性是愛美的，但光是外表的美容還不足，還要兼內在美容，如何內在美容呢？就是要多充實自己，培養高貴的氣質，還要有道德的函養，一個道德良好，人格高尚的女孩，自然人們喜歡她、敬仰她。

外表的美，不單是上面所說的化粧，皮膚保養，就是夠了，還要注意魅力的培養：一、體態美：身材要窈窕，不能太過於肥胖。二、動作美：一舉一動都要有動作美。三、教育美：說話要有涵養，各方面都要充實自己的修養。四、流行美：要有流行美，每項不必過於流行，也不必過於古板。五、生活美：心情要保持愉快，不然會影響美容。

以上所述的，都是美容的基本要素，祇要我們每個女性，勤加努力培養，不難成爲一個魅力十足，美麗可愛的小姐。

加身

護一鄭琦芳

當選65年度

女青年會會長

希望諸位給予

支持與鼓勵

我心目中的女性

我們借著此專欄可當
做一面明鏡，反射出我們
的缺點，望此欄能使我們
趨於盡善盡美，但非一味
地去迎合。

