

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

1

Dàjiā hǎo! Huānyíng láidào Mandarin Corner, wǒ shì Eileen.

大家好！欢迎来到 Mandarin Corner，我是 Eileen。

Ciao a tutti! Benvenuti su Mandarin Corner, sono Eileen.

2

Dàjiā hǎo! Wǒ shì Frieda.

大家好！我是 Frieda。

Ciao a tutti! Sono Frieda.

3

Hěn gāoxìng yòuyīcì hé dàjiā zài Mandarin Corner jiànmiàn!

很高兴又一次和大家在 Mandarin Corner 见面！

E' un piacere vedervi di nuovo su Mandarin Corner!

4

Gānggang Frieda shuō yòuyīcì hé dàjiā jiànmiàn le,

刚刚 Frieda 说又一次和大家见面了，

Frieda ha appena detto “vedervi di nuovo”.

5

qíshí zhè shì dì-èr cì tā lái shàng wǒmen de jiémù.

其实这是第二次她来上我们的节目。

Questa è la seconda volta che è con noi.

6

Ránhòu dì-yī cì dehuà shì wǒmen qù Nánjīng

然后第一次的话是我们去南京

La prima volta siamo andate a Nanjing

7

gēn tā zuò le yī gè yī duì yī de cǎifǎng.

跟她做了一个一对一的采访。

e l'abbiamo intervistata.

8

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Cǎifǎng zhōng tā fēnxiǎng le tā shì rúhé cízhí qù xué Yīngyǔ,

采访中她分享了她是如何辞职去学英语，

In quell'intervista ci ha raccontato di come ha lasciato il lavoro per studiare l'inglese,

9

ránhòu rúhé àishàng pānyán,

然后如何爱上攀岩，

di come si è innamorata dell'arrampicata

10

zuìhòu ne zài Yángshuò kāi kèzhàn de jīnglì.

最后呢在阳朔开客栈的经历。

e della sua esperienza nell'aprire un ostello a Yangshuo.

11

Rúguǒ gǎnxìngqù dehuà kěyǐ diǎnjī xiàmian de liànjiē qù guānkàn.

如果感兴趣的话可以点击下面的链接去观看。

Se vi interessa, potete vedere quel video cliccando sul link sotto.

12

Qíshí zhège zhēn de shì shōu dào le hěn duō xuésheng de liúyán,

其实这个真的是收到了很多学生的留言，

Su quel video abbiamo ricevuto un sacco di commenti dagli studenti

13

yǒu hěn duō rén bèi nǐ de gùshi dǎdòng, shuō nǐ hěn lìzhì

有很多人被你的故事打动，说你很励志

che dicevano di essersi commossi con la tua storia e che sei una fonte di ispirazione.

14

ránhòu hái yǒu bùshǎo de xuésheng shuō

然后还有不少的学生说

Molti altri hanno detto:

15

Wa! Frieda zhēn de shì tài yǒumèilì le, zhǎngde hǎo měi!

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

哇！Frieda 真的是太有魅力了，长得好美！

“Wow! Frieda, sei davvero affascinante e bella”

16

Xièxie dàjiā de chēngzàn!

谢谢大家的称赞！

Grazie a tutti per i complimenti!

17

Dànshì, hǎoxiàng zhǐyǒu Xīfāng rén huì kuā wǒ zhǎngde piàoliang,

但是，好像只有西方人会夸我长得漂亮，

Ma sembra che solo agli occidentali piaccia il mio aspetto

18

zài Zhōngguó shì hěn shǎo yǒurén kuā wǒ zhǎngde piàoliang de.

在中国是很少有人夸我长得漂亮的。

sono pochi in Cina a pensare che io sia bella.

19

Zhè kěnéng shì yīnwèi Zhōng xīfāng duì shěnměi de biāozhǔn yǒu chāyì ba.

这可能是因为中西方对审美的标准有差异吧。

Questo forse è dovuto alla differenza nei canoni di bellezza tra Cina e occidente.

20

Wǒ juéde Zhōngguó rén duì shěnměi shì fēicháng yánkē de,

我觉得中国人对审美是非常严苛的，

Penso che i cinesi siano molto rigidi nei loro standard di bellezza,

21

dà dào shēncái, xiǎo dào jiùshì liǎnxíng,

大到身材，小到就是脸型

dalla forma del corpo a quella della faccia,

22

bízi de xíngzhuàng hé zuǐba de xíngzhuàng.

鼻子的形状和嘴巴的形状。

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

naso e bocca.

23

Nà jīntiān wǒmen jiù cóng liù gè fāngmiàn

那今天我们就从六个方面

Quindi oggi parliamo

24

lái chǎnshù Zhōngguó de shěnměi biāozhǔn

来阐述中国的审美标准

dei canoni di bellezza in Cina da sei aspetti diversi.

25

Xiàmiàn shǒuxiān shì dì-yī gè, shì fū sè

下面首先是第一个，是肤色

Il primo è il colore della pelle.

26

Háowúyíwèn, bái ya!

毫无疑问，白呀！

Senza dubbio, (deve essere) bianca!

27

Shénme màoměi fū bái dà cháng tuǐ,

什么貌美肤白大长腿，

(Abbiamo delle espressioni come) una bella ragazza ha “pelle bianca, gambe lunghe”

28

ránhòu báifùměi

然后白富美

oppure è “bianca e ricca”.

29

shènzhì yǒu shuō yī bái zhē sān chǒu,

甚至有说一白遮三丑，

Diciamo anche “la pelle bianca compensa tre bruttezze”,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

30

yějiùshìshuō rúguǒ nǐ zhǎngde bái dehuà,

也就是说如果你长得白的话，

che significa che se la tua pelle è bianca,

31

qítā fāngmiàn de yīxiē xiácī shì kěyǐ hūlūè de,

其他方面的一些瑕疵是可以忽略的，

altri tipi di difetti possono essere ignorati

32

háishi kěyǐ bǎ nǐ fàng zài měinǚ de zhège biāozhǔn dāngzhōng.

还是可以把你放在美女的这个标准当中。

e puoi ancora rientrare nello standard di bellezza.

33

Wǒ zài wǎngshàng kàndào zhèyàng yī gè jiùshì yī zhāng hěn gǎoxiào de túpiàn,

我在网上看到这样一个就是一张很搞笑的图片，

Ho visto questa foto molto divertente online

34

ránhòu shàngmiàn xiě le yījùhuà

然后上面写了一句话

con scritto sopra:

35

“Jīngcháng yǒurén wèn wǒ, nǐ wèishénme zhǎngde zhème hēi?”

“经常有人问我，你为什么长得这么黑？”

“La gente spesso mi chiede, perché sei così scura?”.

36

ránhòu wǒ jiù huí le rénjiā yījù:

然后我就回了人家一句：

Io rispondo:

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

37

nǐ shì yī bái zhē sān chǒu, wǒ yòu bù chǒu!”

你是一白遮三丑，我又不丑！”

“Voi avete bisogno di una pelle bianca per coprire tre bruttezze, ma io non sono brutta!”

38

Yīnwèi wǒ de pífu hēn hēi...

因为我的皮肤很黑...

Dato che la mia pelle è molto scura...

39

Xiàcì nǐ kěyǐ zhèyàng fǎnbó biérén.

下次你可以这样反驳别人。

La prossima volta puoi rispondere così!

40

Duì, wǒ xiàcì... wǒ xuéhuì le

对，我下次... 我学会了

Esatto, la prossima volta... ora so cosa rispondere.

41

Nǐ zhīdào Zhōngguó rén yībān jiùshìshuō péngyou zhījiān jiànmiàn,

你知道中国人一般就是说朋友之间见面，

Hai presente, quando le ragazze cinesi si incontrano tra loro,

42

jiù nǚháizi zhījiān jiànmiàn zěnmé dǎzhāohu ma?

就女孩子之间见面怎么打招呼吗？

come si salutano?

43

Nǐ yòu shòu le!

你又瘦了！

Sei di nuovo dimagrita!

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

44

Duì, dànshì tāmen kàn dào wǒ huì... dìyī yǎn huì shuō nǐ zěnmé yòu...

对，但是她们看到我会... 第一眼会说你怎么又...

Esatto. Ma quando vedono me, dicono, “com'è che ancora...

45

bùshì hēi le,

不是黑了，

Non dicono: “Sei diventata più scura”,

46

shì yòu hēi le!

是又黑了！

ma dicono invece: “sei di nuovo più scura!”

47

Wèishénme shì yòu hēi le ne?

为什么是又黑了呢？

Perché di nuovo?

48

Yīnwèi wǒ yīzhí dōu zài hēi de zhè tiáo lùshang yuè zǒu yuè yuǎn,

因为我一直都在黑的这条路上越走越远，

Perché andando avanti a crescere, divento sempre più scura!

49

jiù wǒ cónglái yě méiyǒu bái guò.

就我从来也没有白过。

La mia pelle non è mai stata bianca.

50

Duì, yīnwèi nǐ jīngcháng qù pānyán, dǐng zhe gè dà tàiyang,

对，因为你经常去攀岩，顶着个大太阳，

Esatto, perché spesso fai rock climbing sotto il sole forte,

51

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

suǒyǐ fū sè róngyì shàihēi ma.

所以肤色容易晒黑嘛。

quindi la tua pelle diventa più scura.

52

Bùguāng shì yīnwèi shàihēi, jiùshì wǒ běnshēn jiùshì pífu... tiānshēng jiù hēi

不光是因为晒黑，就是我本身就是皮肤... 天生就黑

Non è solo a causa del sole, ma perché sono nata scura.

53

Nǐ cóngxiǎo jiùshì zhèyàng ma?

你从小就是这样吗？

Eri così sin da piccola?

54

Duì, wǒ cóngxiǎo jiù bǐjiào hēi.

对，我从小就比较黑。

Sì sono scura da quando ero piccola.

55

Wǒ gēn nǐ fēnxiǎng yī gè yǒuqù de jīnglì,

我跟你分享一个有趣的经历，

Condivido con voi un'esperienza interessante.

56

wǒ yǒuyīcì hé wǒ de yī gè wàiguó péngyou zài jiēshàng chīfàn,

我有一次和我的一个外国朋友在街上吃饭，

Una volta stavo mangiando con un amico straniero per strada

57

ránhòu pángbiān zuò le yī gè nánshì, ránhòu tā kàn le wǒ yīyǎn,

然后旁边坐了一个男士，然后他看了我一眼，

e di fianco c'era seduto un uomo. Mi guardava,

58

ránhòu guòlái wèn wǒ shuō, nǐ shì Zhōngguó rén ma?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

然后过来问我说，你是中国人吗？

a un certo punto si avvicinò e mi chiese: “sei cinese?”

59

Wǒ shuō shì de.

我说是的。

Io risposi, sì.

60

Ránhòu tā shuō nǐ zěnmē nàme hēi ya?

然后他说你怎么那么黑呀？

E lui mi disse: “Come mai sei così scura?”

61

Ránhòu wǒ qíshí méiyǒu shēngqì, yīnwèi wǒ yǐjīng xíyǐwéicháng le.

然后我其实没有生气，因为我已经习以为常了。

Non ero arrabbiata perché ci sono già abituata.

62

Ránhòu wǒ de wàiguó péngyou shēngqì le, ránhòu jiù hěn shēngqì de wèn tā,

然后我的外国朋友生气了，然后就很生气地问他，

Ma il mio amico straniero si arrabbiò molto e gli chiese:

63

nǐ rènshi tā ma?

你认识她吗？

“La conosci?”

64

Ránhòu nàge nánshì shuō wǒ bù rènshi a

然后那个男士说我不认识啊

L'uomo rispose che non mi conosceva.

65

Tā shuō, nà nǐ wèishénme zhème shuō tā?

他说，那你为什么这么说她？

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Allora (il mio amico) disse: “Perché le hai chiesto così?”

66

Nà tā shénme fǎnyìng?

那他什么反应?

L'uomo come ha reagito?

67

Ránhòu tā yě jiù bùhǎoyìsi ma,

然后他也就不好意思嘛,

Si è imbarazzato

68

yīnwèi bìjìng zhè yě bùshì tèbié lǐmào de yī gè shìqíng.

因为毕竟这也不是特别礼貌的一个事情。

perché dopo tutto non è una cosa gentile da fare.

69

Érqiě tā yòu bù rènshi nǐ, dōu bù suànshì wánxiào huà.

而且他又不认识你，都不算是开玩笑。

Inoltre non ti conosceva neanche. Non si può neanche considerare una battuta.

70

Duì, dàn rúguǒ tā quèrèn wǒ shì wàiguórén,

对，但如果他确认我是外国人，

Esatto. Ma se avesse confermato che ero straniera,

71

tā kěnéng jiù jiēshòu le.

他可能就接受了。

forse lo avrebbe accettato.

72

Nǐ yǒu xiōngdì jiěmèi ma?

你有兄弟姐妹吗?

Hai fratelli o sorelle?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

73

Yǒu a! Wǒ yǒu gēge

有啊！我有哥哥

Sì ho un fratello maggiore.

74

Nǐ gēge gēn nǐ yīyàng ma?

你哥哥跟你一样吗？

Tuo fratello è come te?

75

Wǒ gēge yě hēi.

我哥哥也黑。

Anche mio fratello è scuro di pelle.

76

Wǒ juéde gēn wǒ fùmǔ de fūse yǒu hěn dà guānxi,

我觉得跟我父母的肤色有很大关系，

Penso che abbia a che fare con il colore della pelle dei miei genitori

77

yīnwèi wǒ shì shǎoshùmínzú, suǒyǐ...

因为我是少数民族，所以...

perché sono di una minoranza, quindi...

78

Wǒ fùmǔ yě shì shǎoshùmínzú,

我父母也是少数民族，

Anche i miei genitori sono di una minoranza etnica,

Nota: Frieda è della minoranza 土家族 / Tujia.

79

suǒyǐ wǒmen tiānshēng fūse jiù yào bǐ biéren àn yīdiǎn.

所以我们天生肤色就要比别人暗一点。

quindi il colore naturale della nostra pelle è più scuro degli altri.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

80

Nà nǐ xiǎoshíhou huìbùhuì yǒu péngyou

那你小时候会不会有朋友

Quando eri una bambina i tuoi amici

81

huòzhě shì dàren jīngcháng huì shuō nǐ pífu hēi ya?

或者是大人经常会说你皮肤黑呀?

o gli altri adulti commentavano spesso il tuo colore della pelle?

82

Wǒ cóngxiǎo jiù yīnwèi fūsè kěnéng huì bǐjiào zìbēi,

我从小就因为肤色可能会比较自卑,

Sin da quando ero piccola, mi sono sentita inferiore a causa del colore della mia pelle.

83

yīnwèi biéde xiǎohái dōu shì báibái nènnèn de, zhīdào ma?

因为别的小孩都是白白嫩嫩的, 知道吗?

Perché gli altri bambini avevano la pelle più bianca, sai

84

Ránhòu yīzhí dōu shì zài xuéxiào lǐ hěn shòuhuānyíng.

然后一直都是在学校里很受欢迎。

ed erano sempre popolari a scuola.

85

Dànshì yīnwèi wǒ de fūsè hēi, jiù yīzhí dōu shì...

但是因为我的肤色黑, 就一直都是...

Ma dato che la mia pelle era scura, ero sempre...

86

bùshì hǎokàn de xiǎohái zhè yīlèi.

不是好看的小孩这一类。

considerata come la bambina meno carina.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

87

Hěn cháng shíjiān wǒ yě bù xǐhuan wǒ de fūsè,

很长时间我也不喜欢我的肤色，

Per lungo tempo, non mi è piaciuto il colore della mia pelle

88

wǒ yě hěn xiǎng biàn bái.

我也很想变白。

e volevo diventare più chiara.

89

Ránhòu bāokuò wǒ māma yǒushíhou yě huì shuō nǐ...

然后包括我妈妈有时候也会说你...

A volte anche mia madre diceva...

90

Nǐ mā yě juéde nǐ hēi ma?

你妈也觉得你黑吗？

Anche tua mamma pensava che tu fossi scura?

91

Duì, yīnwèi tāmen yě shì Zhōngguó rén ya,

对，因为他们也是中国人呀，

Sì, anche loro essendo cinesi

92

tāmen kěndìng yě shì jiēshòu le

他们肯定也是接受了

hanno sicuramente accettato

93

zhège pífū yào bái de zhège shěnměi de biāozhǔn.

这个皮肤要白的这个审美的标准。

lo standard che una pelle bianca è più bella.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

94

Ránhòu jiào wǒ jiùshìshuō duō xǐ... yòng měibái de xǐ xǐ zhèyàngzi

然后叫我就是说多洗... 用美白的洗洗这样子

Mi diceva di usare prodotti sbiancanti per lavarmi.

95

Xiǎoshíhou ma?

小时候吗?

Quando eri una bambina?

96

Duì ya! Xiǎoshíhou jiù ràng wǒmen yòng zhège xiāngzào ya

对呀! 小时候就让我们用这个香皂呀

Sì. Ci diceva di usare questo sapone

97

huòshì nàge mùyùlù

或是那个沐浴露

o docciaschiuma.

98

Ràng nǐ yòng xiāngzào xǐ bái yīdiǎn

让你用香皂洗白一点

Per pulire la pelle e sbiancarla con il sapone?

99

Duì, jiùshì xǐ bái yīdiǎn huòshì shǎo shài yīdiǎn tàiyang.

对, 就是洗白一点或是少晒一点太阳。

Sì, oppure di stare meno sotto il sole.

100

Tāmen zhēn de juéde nǐ zhèyàng néng xǐ de bái ma?

他们真的觉得你这样能洗得白吗?

Pensavano davvero che potessi diventare più bianca lavandoti così?

101

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Bùnéng ya, dànshì kěyǐ shì shì.

不能呀，但是可以试试。

No. Ma potevamo provare.

102

Nà nǐ dāngshí jiùshì nǐ mā zhèyàng gēn nǐ shuō de shíhòu,

那你当时就是你妈这样跟你说话的时候，

Quando tua madre ti diceva così,

103

nǐ shì shénme fǎnyìng?

你是什么反应？

qual era la tua reazione?

104

Wǒ jiù tīnghuà de qù xǐ bei, ránhòu hòulái fāxiàn xǐ bù bái ya!

我就听话地去洗呗，然后后来发现洗不白呀！

Obbedivo e andavo a lavarmi, ma poi ho scoperto che non funzionava!

105

Nǐ zhème bái yīnggāi duì fūsè méiyǒushénme kùnrǎo ba?

你这么白应该对肤色没有什么困扰吧？

Tu sei piuttosto bianca, probabilmente non ti dà fastidio il colore della tua pelle, giusto?

106

Dàn qíshí wǒ yě bù suàn bái de ya,

但其实我也不算白的呀，

Ma in realtà la mia pelle non viene considerata bianca

107

jiùshì yǐ Zhōngguó rén de biāozhǔn dehuà wǒ bù suàn bái de.

就是以中国人的标准的话我不算白的。

in base agli standard cinesi.

108

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Wǒ juéde Zhōngguó de shěnměi biāozhǔn bùguāng shì bái,

我觉得中国的审美标准不光是白，

Penso che per i canoni di bellezza cinesi, la pelle non deve essere solo bianca,

109

érqiě yào jiùshì xiàng xuě | Wúxiá

而且要是像雪 | 无瑕

ma essere anche come neve... | Impeccabile.

110

Duì, xuě hé niúǎi yīyàng de bái, érqiě yào méiyǒu rènhe xiácl,

对，雪和牛奶一样的白，而且没有任何瑕疵，

Esatto, deve essere bianca come neve o latte e senza alcun difetto,

111

jiùshìshuō méiyǒu dòu dòu, méiyǒu quèbān huòzhě méiyǒu zhì zhèyàngzi,

就是说没有痘痘，没有雀斑或者没有痣这样子，

che significa che non puoi avere brufoli, lentiggini o nei.

112

jiùshì fēicháng wánměi de zhèzhǒng bái.

就是非常完美的这种白。

Deve essere perfettamente bianca.

113

Jiù shénme dōu méiyǒu? | Shénme dōu méiyǒu

就什么都没有? | 什么都没有

Non ci deve essere niente. | Esatto.

114

Wǒ cóngláiméiyǒu bèi rén kuā guò bái | Shì ma?

我从来没有被人夸过白 | 是吗?

Non sono mai stato elogiata per avere una pelle chiara. | Davvero?

115

yīnwèi wǒ sùnyán de zhuàngtài xià

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

因为我素颜的状态下

Perché quando non sono truccata,

116

qíshí shì yǒu yīdiǎn huáng de, wǒ de fūsè shì piān huáng de.

其实是有一点黄的，我的肤色是偏黄的。

la mia pelle in realtà è un po' giallastra.

117

Duì, rán hòu jiā shàng wǒ liǎn shàng yòu yǒu bān,

对，然后加上我脸上又有斑，

Inoltre ho le lentiggini.

118

suǒyǐ jiù xiàng nǐ yīyàng de, nǐ bèi kùn rǎo de shì fūsè,

所以就像你一样的，你被困扰的是肤色，

Così come tu sei infastidita dal colore della tua pelle,

119

rán hòu kùn rǎo wǒ zuì dà de jiù shì wǒ de bān, wǒ de què bān

然后困扰我最大的就是我的斑，我的雀斑

io lo sono dalle mie lentiggini.

120

Wǒ cóng xiǎo jiù yǒu

我从小就有

Le ho da quando ero piccola

121

érqiě wǒ shì xiàng nǐ yīyàng de, jiù shì wǒ de mèimei wǒ de dìdì dōu yǒu.

而且我是像你一样的，就是我的妹妹我的弟弟都有。

e come te, anche mia sorella e mio fratello le hanno.

122

Yíchuán ma? | Yīnggāi shì ba

遗传吗？ | 应该是吧

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

E' genetica? | Probabilmente.

123

Fǎnzhèng xiǎoshíhou jiù jīngcháng huì bèi rén shuō,

反正小时候就经常会被人说，

In ogni caso quando ero piccola molta gente mi diceva

124

nǐ liǎn shàng yǒu bān a shénmede

你脸上有斑啊什么的

che avevo le lentiggini.

125

ránhòu zhǎngdà le zhīhòu, yīnwèi nǚháizi ma bǐjiào àiměi

然后长大了之后，因为女孩子嘛比较爱美

Quando poi sono cresciuta, dato che tutte le ragazze vogliono essere carine,

126

jiù hěn xīwàng hěn xiǎngyào bǎ zhège quèbān qùdiào,

就很希望很想要把这个雀斑去掉，

desideravo davvero liberarmi delle lentiggini

127

yīnwèi jīngcháng huì bèi biéren shuō.

因为经常会被别人说。

perché spesso la gente me lo diceva.

128

Ránhòu nǐ zǒujìn yī jiā huàzhuāngpǐn diàn huòzhě shì hùfū pǐn,

然后你走进一家化妆品店或者是护肤品，

Poi quando entri in un negozio di cosmetici,

129

tā dōu huì shǒutuī qū bān chǎnpǐn.

她都会首推祛斑产品。

ti consigliano sempre prima di tutto dei prodotti per rimuovere le lentiggini.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

130

Bāokuò wǒ yě shì, wǒ qù huàzhuāng diàn dehuà,

包括我也是，我去化妆店的话，

Stessa cosa io. Quando vado in un negozio di cosmetici,

131

rénjiā huì, wa! dà kèhù a!

人家会，哇！大客户啊！

i commessi fanno: "Wow! Un ottimo cliente!

132

Zhème hēi, děi yòng duōshao měibái chǎnpǐn ya!

这么黑，得用多少美白产品呀！

E' così scura, deve aver bisogno di un sacco di prodotti sbiancanti!"

133

Yǒu yī nián wǒ zài jiālǐ de shíhòu, wǒ yǒu chángshì guò qū bān,

有一年我在家里的时候，我有尝试过祛斑，

Un anno ero a casa e ho provato a togliermi le lentiggini.

134

nàshíhòu wǒ zài dú Zhōngyī de shū,

那时候我在读中医的书，

In quel periodo stavo leggendo dei libri di medicina cinese

135

ránhòu kàndào yī gè mífāng

然后看到一个秘方

e ho trovato una ricetta segreta.

136

Shénme mífāng?

什么秘方？

Che ricetta segreta?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

137

Qū bān de mífāng

祛斑的秘方

Una ricetta per rimuovere le lentiggini

138

tā jiùshì yòng yī wèi Zhōngyào mó chéng fěn,

它就是用一味中药磨成粉，

consisteva nel macinare un tipo di medicina cinese in polvere

139

ránhòu gēn fēngmì tiáo zài yīqǐ, jiùshì yào fū zài liǎn shàng,

然后跟蜂蜜调在一起，就是要敷在脸上，

e mischiarlo con il miele prima di applicarlo sul viso.

140

píngcháng wǒmen fū miànmó kěnéng shì fū èrshí fēnzhōng | Duì

平常我们敷面膜可能是敷二十分钟 | 对

Di solito si tiene una maschera per 20 minuti. | Esatto.

141

Dànshì wǒ zhège shì yào fū yī wǎnshang,

但是我这个是要敷一晚上，

Ma in quel caso era necessario tenerla per una notte intera

142

ránhòu wǒ fū le sān gè yuè

然后我敷了三个月

e l'ho fatto per tre mesi.

143

Jiù wǒ de bāndiǎn zhēn de shì yǒu...

就我的斑点真的是有...

le mie lentiggini sono davvero...

144

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Yǒu dàn yīdiǎn, shì ma? | Duì duì duì

有淡一点，是吗？ | 对对对

Sono più chiare? | Sì sì.

145

Nǐ gānggang shuō nǐ qù hùfū pǐn diàn

你刚刚说你去护肤品店

Dicevi che sei andata in un negozio di prodotti per la cura della pelle,

146

nàxiē shòuhuòyuán kàn le nǐ huì yǎnjīng fàng guāng,

那些售货员看了你会眼睛放光，

e che gli occhi della commessa si sono illuminati quando ti hanno vista.

Nota: me lo ha detto fuori onda.

147

tāmen gěi nǐ tuījiàn zhèxiē chǎnpǐn nǐ huì yòng ma?

她们给你推荐这些产品你会用吗？

Hai utilizzato i prodotti che ti hanno consigliato?

148

Wǒ yǐqián yě yòng guò, xiàng nàge měibái miànmó ya,

我以前也用过，像那个美白面膜呀，

In passato li ho utilizzati come quella maschera sbiancante

149

ránhòu díquè shì yǒuxiào, jiù dì'èrtiān bái le hěn duō

然后的确是有效，就第二天白了很多

e in effetti hanno fatto effetto, la mia pelle era più bianca il secondo giorno.

150

Ránhòu chūxiàn yī gè fēicháng qíguài de wèntí,

然后出现一个非常奇怪的问题，

Ma poi è successa una cosa strana.

151

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

jiùshì liǎn hěn bái, ránhòu xiàmian hěn hēi.

就是脸很白，然后下面很黑。

Il mio viso era bianco, ma al di sotto tutto era scuro.

152

Bù jūnyún, shì ba?

不均匀，是吧？

Non era uniforme, giusto?

153

Duì, ránhòu jiù dǐng zhe yī gè báiliǎn hé yī gè hēi hēi de shēntǐ,

对，然后就顶着一个白脸和一个黑黑的身体，

Esatto. Avevo un viso chiaro e il corpo scuro

154

hěn qíguài!

很奇怪！

il che era molto strano.

155

Ránhòu zhège jiùshìshuō yòng le yǐhòu,

然后这个就是说用了以后，

Inoltre dopo qualche giorno di utilizzo,

156

ránhòu guò liǎng tiān pífu huì biàn de hěn gān,

然后过两天皮肤会变得很干，

la mia pelle era diventata molto secca.

157

suǒyǐ wǒ juéde tā kěnéng shì tiānjiā le yīxiē huàxué yòngpǐn,

所以我觉得它可能是添加了一些化学用品，

Quindi penso che ci fossero delle sostanze chimiche aggiunte

158

tā bìngbù shì tèbié jiànkāng, suǒyǐ wǒ jiù bù yòng le.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

它并不是特别健康，所以我就不用了。

non erano molto salutari. Quindi ho smesso di usarli.

159

Kěshì nǐ juéde wǒmen... jiù wèishénme nǚháizi huì duì bái zhème zhízhuó ne?

可是你觉得我们... 就为什么女孩子会对白这么执着呢？

Ma perché pensi che noi ragazze cinesi siamo così ossessionate dalla pelle bianca?

160

Yīnwèi xiànzài de, nǐ kàn, bùguǎn shì rènhé guǎnggào chūxiàn de míngxīng

因为现在的，你看，不管是任何广告出现的明星

Perché oggi puoi vedere le celebrità nelle pubblicità

161

dōu shì wánměiwúxiá de

都是完美无瑕的

che sono tutte perfette e senza difetti

162

jiùshì bùguǎn shì shēncái yě hǎo,

就是不管是身材也好，

sia come corpo

163

pífū de yánsè huòshì pífū de zhuàngtài dōu shì wánměiwúxiá de.

皮肤的颜色或是皮肤的状态都是完美无瑕的。

ma anche come condizione della loro pelle.

164

Wǒ juéde wǒmen yào zhīdào de shì tāmen qíshí shì huà guò zhuāng,

我觉得我们要知道的是她们其实是画过妆，

Penso che dovremmo cercare di essere consci del fatto che hanno del trucco

165

érqiě shì P guò tú,

而且是 P 过图，

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

e sono ritoccati con Photoshop.

166

jiùshì yǐjīng wánquán shì zhǔnbèi hǎo de.

就是已经完全是准备好的。

Vengono completamente sistemate.

167

Qíshí yǒu yī gè xiàohuà bù zhīdào nǐ tīngshuō guò méiyǒu,

其实有一个笑话不知道你听说过没有，

C'è una battuta che si fa, non so se l'hai mai sentita.

168

jiùshì Hánguó de zhěngróng, Zhōngguó de PS

就是韩国的整容，中国的 PS

In Corea del Sud c'è la chirurgia plastica, in Cina c'è Photoshop.

169

Zhào piàn | O, duì duì duì

照骗 | 哦，对对对

“Zhao pian”. | Esatto.

170

Zhège zhàopiàn bùshì bèi hěn duō wǎngyǒu

这个照片不是被很多网友

Gli utenti di internet fanno un gioco di parole

171

jiù tiáokǎn chéngwéi nàge piànzi de piàn,

就调侃成为那个骗子的骗，

sostituendo “pian” di “foto” con “pian” di “imbrogliatore”

172

yīnwèi shì piànrén de, jiǎde

因为是骗人的，假的

dato che (la foto) è una bugia, è tutto finto.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

173

Qíshí dōu shì kěyǐ tōngguò nàge ruǎnjiàn

其实都是可以通过那个软件

Tutto attraverso quel programma

174

bǎ tā gěi jiùshì xiū de hěn wánměi de.

把它给就是修得很完美的。

può diventare perfetto.

175

Xiàng wǒmen shǒujī shàngmian qíshí yě yǒu | Dōu yǒu

像我们手机上面其实也有 | 都有

Anche nei nostri cellulari ci sono. | Sì.

176

Xiànzài yǒu zhuānmén de měi yán xiàngjī.

现在有专门的美颜相机。

Al giorno d'oggi abbiamo telecamere con filtri di bellezza.

177

Shǒujī dōu shì zì dài měi yán de | Duì de

手机都是自带美颜的 | 对的

Tutti i telefoni hanno questi filtri. | E' vero.

178

Zhè shì zuì jīběn de pèizhì le.

这是最基本的配置了。

E' la configurazione base ora.

179

Wǒmen yào pāi yī zhāng ma?

我们要拍一张吗？

Facciamo una foto?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

180

Ránhòu tā shàngmian shì kěyǐ jiùshìshuō tiáo nǐ de liǎnxíng,

然后它上面是可以就是说调你的脸型，

Puoi aggiustare le forma del tuo viso

181

ránhòu xiàng mó pí

然后像磨皮

e modificare la pelle.

182

Nǚshén, cháng liǎn zhuānshǔ

女神，长脸专属

Questo è esclusivamente per “nǚshén” e ragazze con il viso lungo.

[Nota: “nǚshén” in origine si riferiva a “divinità femminile”, più avanti a donne che gli uomini ammirano](#)

183

Hái yǒu nǚshén?!

还有女神？！

Ce n'è anche uno per “nǚshén”?!

184

Gèzhǒng móbǎn, shì ba? | Duì,

各种模板，是吧？ | 对

Tutti i tipi di modelli, giusto? | Sì.

185

Xiànzài shì nǚshén móshì? | Duì, wǒmen shì nǚshén móshì

现在是女神模式吗？ | 对，我们是女神模式

Ora siamo in modalità “dea”? | Sì, esatto.

186

Tiānna!

天哪！

Mio dio!

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

187

Kàn yīxià wǒ yǎnjīng, dàoshíhòu nǐ fāgěi wǒ jiù hǎo le

看一下我眼睛，到时候你发给我就好了

Fammi vedere gli occhi! Dopo mandamela!

188

Wǒ kàn yīxià, wǒ de tiān na, nǐ kàn wǒ yǎnjīng

我来看一下，我的天呐，你看我眼睛

Fammi vedere. Mio dio, guarda i miei occhi!

189

Zhǔyào shì wǒ zhēng dà le, nǐ kàn wǒ de pífū zhēn de shì tài wánměi le.

主要是我睁大了，你看我的皮肤真的是太完美了。

Perché ho cercato di spalancare gli occhi. Guarda com'è perfetta la mia pelle!

190

Wǒmen de pífū yě kěyǐ zhème wánměi!

我们的皮肤也可以这么完美！

La nostra pelle può essere anche così perfetta!

191

Wǒ zhǐyǒu zài měi yán xiàngjī lǐmiàn cái shì bái de. | Hǎo ba!

我只有在美颜相机里面才是白的。| 好吧！

Posso avere una pelle così chiara solo con i filtri. | Ok.

192

Hǎo, nà dì-èr gè shì... wǒmen yào shuō dào liǎnxíng

好，那第二个是... 我们要说到脸型

Va bene. Il secondo aspetto è la forma del viso.

193

Xiǎo V liǎn, jiùshì yī gè bāzhǎng nénggòu gài zhù nǐ de liǎn, duì

小 V 脸，就是一个巴掌能够盖住你的脸，对

Un piccolo viso a V, che significa che la tua mano deve coprire tutta la faccia.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

194

Nà wǒ yě shì bāzhǎng liǎn le!

那我也是巴掌脸了！

Anch'io ho un viso "da mano"!

195

Nà wǒmen liǎ liǎn dōu shì fúhé de le

那我们俩脸都是符合的了

Soddisfiamo entrambe i criteri.

196

Yīnggāi hái bùgòu ba.

应该还不够吧。

Probabilmente ancora non basta.

197

Hǎoxiàng hái yǒu yī gè shuōfa jiào zhuīzi liǎn

好像还有一个说法叫锥子脸

C'è anche un altro modo di dire che è "faccia da spillo".

198

Duì, qíshí tā jiùshì xiàba hěn jiān

对，其实它就是下巴很尖

Vero. Praticamente significa che il tuo mento deve essere molto appuntito.

199

Wǒ xiàba yě tǐng jiān de ba?

我下巴也挺尖的吧？

Il mio mento è piuttosto appuntito, vero?

200

Duì, jiùshì xiàba yào jiān yīdiǎn, ránhòu zhèlǐ quángǔ yào xiǎo yīdiǎn.

对，就是下巴要尖一点，然后这里颧骨要小一点。

Sì. Il tuo mento deve essere appuntito e i tuoi zigomi devono essere piccoli.

201

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Wèishénme quángǔ bùnéng gāo?

为什么颧骨不能高？

Perché non possiamo avere degli zigomi alti?

202

Quángǔ dehuà zài Zhōngguó de jiùshì bǐjiào chuántǒng de fēngjiàn rènwéi lǐmiàn

颧骨的话在中国的就是比较传统的封建认为里面

Dal punto di vista della tradizione cinese,

203

jiùshì quángǔ gāo jiùshì kè fū.

就是颧骨高就是克夫。

(le donne con) zigomi alti sono “ke fu”.

204

Wǒ jiěshì yīxià kè fū,

我解释一下克夫，

Fammi spiegare un attimo.

205

kè qíshí jiùshì zǔ'ài, ránhòu fū jiùshì zhàngfu de yìsi,

克其实就是阻碍，然后夫就是丈夫的意思，

“Ke” significa ostacolare, “fu” significa marito.

206

yějiùshìshuō nǐ de quángǔ gāo

也就是说你的颧骨高

In altre parole se hai gli zigomi alti,

207

kěnéng huì zǔ'ài nǐ zhàngfu wèilái shìyè fāzhǎn, ránhòu...

可能会阻碍你丈夫未来事业发展，然后...

potresti ostacolare lo sviluppo della carriera di tuo marito e...

208

Zhème dà de wēilì?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

这么大的威力？

E' così forte la credenza?

209

Duì, bāokuò xiànzài hěn duō měiróng yīyuàn jiùshìshuō nǐ qù

对，包括现在很多美容医院就是说你去

Sì. Anche quando vai in qualche centro estetico,

210

tā huì zhèyàng yǐ zhèzhǒng kànxiàng de zhèzhǒng fāngshì

她会这样以这种看相的这种方式

menzionano questa credenza

211

tuīxiāo nǐ yīxiē chǎnpǐn,

推销你一些产品，

per venderti i loro prodotti.

212

bǐrú tā huì jiào nǐ fēng tàiyángxué,

比如她会叫你丰太阳穴，

Ad esempio, ti dicono di riempirti le tempie (con delle sostanze)

213

yīnwèi fēng tàiyángxué dehuà qíshí shì wàng fū

因为丰太阳穴的话其实是旺夫

perché porta fortuna a tuo marito.

214

Jiù xiǎnde quángǔ xiǎo, shì ma?

就显得颧骨小，是吗？

In modo che gli zigomi appaiano più piccoli?

215

Yī gè shì quángǔ xiǎo, lìngwài yī gè shì wàng fū

一个是颧骨小，另外一个旺夫

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Innanzitutto fa sembrare gli zigomi più piccoli. Inoltre è di aiuto a tuo marito

216

Ránhòu wàng fū de yìsi jiùshìshuō

然后旺夫的意思就是说

“Wang fu” significa che

217

nǐ huì bāngzhù nǐ zhàngfu wèilái de shìyè fāzhǎn

你会帮助你丈夫未来的事业发展

puoi aiutare tuo marito a sviluppare la sua carriera futura (con il tuo aspetto).

218

Suǒyǐ hěn duō rén duì zhège quángǔ hé tàiyángxué qíshí yě shì hěn zàihu de.

所以很多人对这个颧骨和太阳穴其实也是很在乎的。

Quindi molte persone sono molto attente ai loro zigomi e tempie.

219

Tā zhège quángǔ shì yǒu yī gè shuōfa de,

它这个颧骨是有一个说法的，

C'è un modo di dire sugli zigomi:

220

qīzi quángǔ gāo, shā fū bù yòng dāo

妻子颧骨高，杀夫不用刀

“Una moglie con gli zigomi alti ucciderà suo marito senza un coltello.”

221

Yǒu zhème kuāzhāng ma?

有这么夸张吗？

Così esagerato?

222

Hǎoxiàng hái yǒu yīzhǒng shuōfa jiùshì guānyú rúguǒ quángǔ gāo dehuà,

好像还有一种说法就是关于如果颧骨高的话，

Sembra che ci sia anche un altro modo di dire che è, se una donna ha gli zigomi alti,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

223

zhège nǚde hǎoxiàng bǐjiào qiángshì.

这个女的好像比较强势。

potrebbe essere prepotente.

224

Wǒ zhège suàn gāo ma?

我这个算高吗？

Sono alti i miei zigomi?

225

Wǒ de guāndiǎn nǐ de quángǔ bìngbù gāo.

我的观点你的颧骨并不高。

Per me non lo sono.

226

Tāmen hěn duō rén yě rènwéi wǒ de quángǔ gāo | Shì ma?

他们很多人也认为我的颧骨高 | 是吗？

Molte persone pensano che lo siano. | Davvero?

227

Yǐjīng hěn duō rén gàosu wǒ ràng wǒ qù fēng tàiyángxué.

已经很多人告诉我让我去丰太阳穴。

Ci sono state molte persone che mi hanno detto di riempire le mie tempie.

228

Kěshì wǒ juéde nǐ de quángǔ gēnběn dōu bù tūchū a, bù míngxiǎn

可是我觉得你的颧骨根本都不突出啊，不明显

Ma non penso affatto che i tuoi zigomi siano così evidenti.

229

Dànshì yǒu hěn duō rén gàosu wǒ shuō nǐ... Frieda nǐ qù fēng tàiyángxué ba!

但是有很多人告诉我说你... Frieda 你去丰太阳穴吧！

Ma molte persone mi hanno detto di riempire le tempie

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

230

Zhèyàng yǒuzhùyú bāngzhù nǐ de hūnyīn.

这样有助于帮助你的婚姻。

perché è di aiuto per il mio matrimonio.

231

Zhēn de shì zhème gàosu wǒ de.

真的是这么告诉我的。

Me l'hanno detto per davvero.

232

Tāmen hái hěn yǒu gēnjù,

他们还很有根据，

Mi hanno anche detto che si basa su delle ricerche

233

shénme shénme nàge dàshī yánjiū le nàge rén de zhǎngxiàng,

什么什么那个大师研究了那个人的长相，

fatte da alcuni maestri che hanno studiato le sembianze delle persone

234

jiùshì huì yǐngxiǎng dào wèilái de yùnqì dēngděng.

就是会影响到未来的运气等等。

e che può avere effetti sulla tua fortuna e futuro.

235

Nǐ xiāngxìn ma?

你相信吗？

Tu ci credi?

236

Wǒ bùtài xiāngxìn zhège ba, wǒ juéde mìng yóu zìjǐ bù yóu tiān.

我不太相信这个吧，我觉得命由自己不由天。

No. Penso che il destino sia deciso da noi, non da Dio.

237

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Yǒu méiyǒu nǎxiē míngxīng kěyǐ dàibiǎo zhège wánměi de liǎn?

有没有哪些明星可以代表这个完美的脸？

Ci sono delle celebrità che rappresentano un viso perfetto?

238

Fàn Bīngbīng ya! Zhěngróng múbǎn a!

范冰冰呀！整容模板啊！

Fan Bingbing! E' una modella per molti interventi di chirurgia plastica!

239

Yòu bái | Yǎnjīng dà

又白 | 眼睛大

Ha la pelle bianca. | E gli occhi grandi!

240

Duì, yǎnjīng yòu dà, rán hòu liǎnxíng yòu shì biāozhǔn de,

对，眼睛又大，然后脸型又是标准的，

Esatto, gli occhi grandi. Inoltre ha la forma del viso regolare.

241

tā jiùshì biāozhǔn de zhèzhǒng heart

她就是标准的这种 heart

Ha il viso a forma di cuore.

242

Xīn xíng liǎn | Duì

心形脸 | 对

Viso a forma di cuore. | Esatto.

243

Wǒ gǎnjué tā yǐqián bùshì zhège yàngzi de

我感觉她以前不是这个样子的

Penso che prima avesse un aspetto diverso.

244

Qíshí dàijiā dōu zhīdào tā kěnéng zuò le yīxiē tiáozhěng

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

其实大家都知道她可能做了一些调整

Penso che tutti sappiano che ha fatto degli interventi.

245

Yīnwèi wǒ jìde tā zài nàge Huánzhū Gége lǐmiàn

因为我记得她在那个还珠格格里面

Ricordo che quando interpretava il ruolo di

246

shìyǎn Jīnsuǒ de shíhou,

饰演金锁的时候，

Jinsuo ne “Il ritorno della Principessa di perle”,

247

wǒ gǎnjué tā wǔguān bùshì hěn fēnmíng, jiù shāowēi róuhé yīdiǎn,

我感觉她五官不是很分明，就稍微柔和一点，

Penso che i tratti del suo viso non erano ben definiti ed erano più morbidi.

248

yǒudiǎn nàzhǒng dōngfāng de nàzhǒng róuhé měi. | Duì

有点那种东方的那种柔和美。| 对

Aveva un aspetto più asiatico e morbido | Vero.

249

Xiànzài jiù gèng jiējìn yīzhǒng Xīfāng de yīzhǒng shěnměi

现在就更接近一种西方的一种审美

Ora ha un aspetto più occidentale.

250

Duì, qíshí wǒ juéde wǒmen háishi zhuīqiú le nàzhǒng Xīfāngrén de zhǎngxiàng,

对，其实我觉得我们还是追求了那种西方人的长相，

Vero. Sento che stiamo seguendo un look più occidentale

251

yīnwèi tāmen jiùshì shénme wǔguān bǐjiào fēnmíng de | Duì

因为他们就是什么五官比较分明的 | 对

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

perché i tratti del viso (occidentale) sono più definiti. | Vero.

252

Xiàmian wǒmen yào shuō nǎyīge?

下面我们要说哪一个？

Qual è il prossimo?

253

Yǎnjīng, duì

眼睛，对

Gli occhi, giusto.

254

Yǎnjīng nà kěndìng bùshì wǒ zhèzhǒng yǎnjīng!

眼睛那肯定不是我这种眼睛！

Sicuramente non il mio tipo di occhi!

255

Zhōngguó rén xǐhuan dà yǎnjīng, shuāngyǎnpí

中国人喜欢大眼睛，双眼皮

Ai cinesi piacciono gli occhi grandi con la doppia palpebra.

256

Yǒu hěn duō rén shènzhì tiānshēng shì shuāngyǎnpí, yǎnjīng yě bù xiǎo,

有很多人甚至天生是双眼皮，眼睛也不小，

Molte persone nate con la doppia palpebra e gli occhi non piccoli

257

tāmen huì ràng zìjǐ de yǎnjīng qù biànde gèng dà, ránhòu gèng shuāng

她们会让自己的眼睛去变得更大，然后更双

cercano comunque di far sembrare gli occhi ancora più grandi e con palpebre pronunciate.

258

Yī gè shì tōngguò huàzhuāng, língwài yī gè jiùshì tōngguò gē shuāngyǎnpí

一个是通过化妆，另外一个就是通过割双眼皮

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Un modo è con il trucco e un altro tramite la chirurgia.

259

Háiyǒu yīxiē chǎnpǐn tā shì kěyǐ tiē shuāngyǎnpí de,

还有一些产品它是可以贴双眼皮的，

Ci sono anche dei prodotti che sono adesivi per creare la doppia palpebra.

260

wǒ bù zhīdào nǐ yǒu méiyǒu tīng guò.

我不知道你有没有听过。

Non so se ne hai mai sentito parlare

261

Yǐqián hěn duō rén yòng shuāngyǎnpí tiē,

以前很多人用双眼皮贴，

In passato molte persone usavano questi adesivi.

262

yīnwèi kěnéng tiē de bùshūfu,

因为可能贴得不舒服，

Ma perché probabilmente non sono comodi,

263

xiànzài jiù zhíjiē jiùshì bǎ tā gē chéng xiǎngyào de shuāngyǎnpí de yàngzi le,

现在就直接就是把它割成想要的双眼皮的样子了，

ora facciamo gli interventi per creare quel tipo di doppia palpebra che vogliamo.

264

nàyàng jiù bù xūyào kèyì de qù tiē.

那样就不需要刻意地去贴。

In questo modo non serve usare gli adesivi.

265

Yǐqián wǒ hái mǎi guò nàge shuāngyǎnpí tiē ne | Shì ma?

以前我还买过那个双眼皮贴呢 | 是吗？

Ho comprato questi adesivi in passato. | Davvero?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

266

Wǒ tiē guò, dànshì hěn bùshūfu de | Duì

我贴过，但是很不舒服的 | 对

Li ho usati in passato, ma erano davvero scomodi. | Vero.

267

Yīnwèi tā yǒu yī gè dōngxī qiǎ zài nàlǐ | Érqǐě yě bùzìrán

因为它有一个东西卡在那里 | 而且也不自然

Perché sentivo che avevo qualcosa dentro. | Inoltre non hanno un effetto naturale.

268

Bùzìrán, tā huì diào

不自然，它会掉

Sì e poi cadevano.

269

Ránhòu nǐ bùnéng zhǎyǎn, nǐ zhǎyǎn tā jiù kànjiàn le

然后你不能眨眼，你眨眼它就看见了

E non puoi sbattere le palpebre altrimenti si vedono.

270

Nǐ yǎnjīng tǐng dà de ba?

你眼睛挺大的吧？

I tuoi occhi sono piuttosto grandi, no?

271

Wǒ zài Zhōngguó rén de yǎn lǐ yě bù suànshì dà yǎnjīng,

我在中国人的眼里也不算是大眼睛，

I miei occhi non verrebbero considerati grandi in Cina.

272

wǒ juéde tāmen zhuīqiú de bǐ zhège hái yào dà.

我觉得他们追求的比这个还要大。

Penso che quello che cercano sono occhi più grandi dei miei.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

273

Nà wǒ zěnmébàn?

那我怎么办?

Se è così, allora io?

274

Nà hěnduō rén huì jiànyì nǐ qù gē gè shuāngyǎnpí ba?

那很多人会建议你去割个双眼皮吧?

Probabilmente qualcuno ti suggerirebbe di fare un intervento per avere la doppia palpebra.

275

Wǒ bù juéde wǒ yǎnjīng xiǎo a!

我不觉得我眼睛小啊!

Non penso che i miei occhi siano piccoli!

276

Wǒ yě bù juéde nǐ yǎnjīng xiǎo, tǐng hǎokàn de

我也不觉得你眼睛小，挺好看的

Nemmeno io. Penso che i tuoi occhi siano belli.

277

Dànshì xiǎoshíhou wǒ jīngcháng bèi rénjiā shuō wǒ yǎnjīng xiǎo,

但是小时候我经常被人家说我眼睛小，

Tuttavia quando ero più giovane, la gente spesso commentava che i miei occhi erano piccoli.

278

érqiě jiùshì bǐrú shuō pāizhào de shíhou, měicì pāi wán chūlái,

而且就是比如说拍照的时候，每次拍完出来，

Inoltre ogni volta che facevo una foto,

279

ránhòu nàge shèyǐngshī yī kàn,

然后那个摄影师一看，

il fotografo mi guardava e (diceva):

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

280

zhège zěnmē yǎnjīng yòu bìshàng le, lái! Zài lái yīcì! | Chóng pāi

这个怎么眼睛又闭上了，来！再来一次！ | 重拍

“Perché hai chiuso ancora gli occhi? Rifacciamola!” | Ancora una.

281

Duì, jiù wǒ hěn duō xiǎoshíhou de zhàopiàn

对，就我很多小时候的照片

Esatto. In molte foto di quando ero piccola,

282

nà yǎnjīng jiùshì wǒ yī xiào jiù mī chéng le yī tiáo fèng de nàzhǒng

那眼睛就是我一笑就眯成了一条缝的那种

i miei occhi sembrano due linee quando sorridevo.

283

Qíshí wǒ juéde nǐ zhǎngde tǐng xiàng Liú Wén de, jiùshì nàge guójì míngmó

其实我觉得你长得挺像刘雯的，就是那个国际名模

In realtà penso che assomigli a Liu Wen, la modella famosa internazionale.

284

Bù, rénjiā shuō wǒ zhǎngde Xiàng Lǚ Yàn. | Shì ma?

不，人家说我长得像吕燕。 | 是吗？

No! La gente dice che assomiglio a Lv Yan. | Davvero?

285

Dàn nǐ de yǎnjīng bǐ Lǚ Yàn de yǎnjīng dà!

但你的眼睛比吕燕的眼睛大！

Ma i tuoi occhi sono più grandi dei suoi!

286

Duì, bǐ tā dà yīdiǎndiǎn

对，比她大一点点

Sì, un po' più grandi.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

287

Wǒ yǐqián yǒu yī gè biǎojiě, tā yǎnjīng hěn dà

我以前有一个表姐，她眼睛很大

Avevo una cugina che aveva gli occhi grandi

288

ránhòu tā měicì gēn wǒ zǒu zài yìqǐ,

然后她每次跟我走在一起，

e ogni volta che camminavo con lei,

289

tā shuō yǎnjīng dà yǒu yī gè bùhǎo de dìfang,

她说眼睛大有一个不好的地方，

diceva che c'era un brutto aspetto nell'avere gli occhi grandi.

290

nǐ zhīdào shì nǎlǐ ma?

你知道是哪里吗？

Sai cos'è?

291

Bù zhīdào.

不知道。

No.

292

Guāfēng de shíhòu nàxiē shā, róngyì jìn shāzi

刮风的时候那些沙，容易进沙子

Quando è ventoso, la sabbia le entrava negli occhi facilmente,

293

ránhòu wǒ jiù méiyǒu zhège kùnrǎo.

然后我就没有这个困扰。

mentre io non avevo quel problema.

294

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Yǒudàoli o!

有道理哦！

Ha senso!

295

Suǒyǐ yǎnjīng dà yǎnjīng xiǎo tā dōu gè yǒu tā de hǎochu

所以眼睛大眼睛小它都各有它的好处

Quindi avere gli occhi grandi o piccoli ha il suo vantaggio.

296

Shì de, suǒyǐ bù yòng kèyì qù zhuīqiú tā de dàxiǎo

是的，所以不用刻意去追求它的大小

Sì. E' per questo che non dovremmo fissarci troppo sulla loro grandezza.

297

Xīfāngrén dehuà, wǒ wèn guò hěn duō Xīfāng péngyou,

西方人的话，我问过很多西方朋友，

Ho chiesto a molti dei miei amici occidentali

298

tāmen jiù méiyǒu dānyǎnpí shuāngyǎnpí zhè yī shuō

他们就没有单眼皮双眼皮这一说

e sembrano non avere il concetto di doppia e mono palpebra

299

Dànshì tāmen hěn duō rén shì shuāngyǎnpí a!

但是他们很多人是双眼皮啊！

Ma molti di loro hanno la palpebra doppia!

300

Duì a, tāmen bìng méiyǒu kèyì qù zhuīqiú dānyǎnpí huò shuāngyǎnpí,

对啊，他们并没有刻意去追求单眼皮或双眼皮，

Vero, ma non cercano attivamente la doppia palpebra,

301

jiù shuō nǐ shì dānyǎnpí yě xíng, shuāngyǎnpí yě kěyǐ.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

就说你是单眼皮也行，双眼皮也可以。

in entrambi i casi va bene.

302

Jiùshì méiyǒu kèyì de shuō yīdìngyào bǎ dānyǎnpí biàncéng shuāngyǎnpí

就是没有刻意地说一定要把单眼皮变成双眼皮

Non sentono di dover cambiare le loro mono palpebre in doppie

303

huòzhě shì shuāngyǎnpí ránhòu yào biàncéng gèng dà de shuāngyǎnpí,

或者是双眼皮然后要变成更大的双眼皮，

o di dover rendere le loro doppie palpebre più evidenti.

304

tāmen bùhuì qù kèyì zhuīqiú zhège.

他们不会去刻意追求这个。

Non si fissano su questo.

305

Xiàyīge shì shénme?

下一个是什么？

Il prossimo qual è?

306

Bízi hé zuǐba

鼻子和嘴巴

Naso e bocca.

307

Zhōngguó rén tā xǐhuan xiǎoqiǎo, ránhòu jiāntǐng de bízi

中国人他喜欢小巧，然后坚挺的鼻子

Ai cinesi piacciono i nasi piccoli, decisi e dritti.

308

Gāo bíliáng

高鼻梁

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Naso all'insù.

309

Ránhòu wǒmen yǒu yī gè cèliáng nǐ shìbùshì biāozhǔn bízi de yī gè biāozhǔn,
然后我们有一个测量你是不是标准鼻子的一个标准，

Abbiamo un modo per misurare se il tuo naso è nello standard.

310

jiùshì nǐ de shǒuzhǐ tōngguò zhège xiàba dào bǐjiān, ránhòu nǐ de zuǐchún...

就是你的手指通过这个下巴到鼻尖，然后你的嘴唇...

Metti il dito sul mento e lo appoggi al naso, le labbra...

311

Shì bùnéng pèngdào ma?

是不能碰到吗？

Non si riescono a toccare, vero?

312

Duì, bùnéng pèngdào shǒuzhǐ

对，不能碰到手指

Sì, (le labbra) non toccano il dito.

313

Ránhòu rúguǒ pèngdào shǒuzhǐ dehuà, shuōmíng nǐ zhège bíliáng bùgòu gāo.

然后如果碰到手指的话，说明你这个鼻梁不够高。

Se toccano, significa che il tuo naso non abbastanza alto.

314

Wǒ dōu yǐjīng qīn dào le, nǐ kàn

我都已经亲到了，你看

Guarda, le sto già toccando.

315

Suǒyǐ rúguǒ kàn nǐ bíliáng shì bùshì biāozhǔn de

所以如果看你鼻梁是不是标准的

Quindi per vedere se il tuo naso è nello standard o meno,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

316

jiù yào yòng zhège cèliáng fāngshì.

就要用这个测量方式。

usa questo metodo per misurarlo.

317

Ránhòu zuǐchún dehuà jiùshì yīngtáo xiǎo zuǐ

然后嘴唇的话就是樱桃小嘴

Per quanto riguarda la bocca, deve essere piccola come una ciliegia.

318

Dà zuǐ dehuà zài zhōngguó chuántǒng lǐmiàn

大嘴的话在中国传统里面

Nel pensiero tradizionale cinese, (le donne con) la bocca grande

319

shì zhǐ nǐ kěnéng huì bǎ jiā lǐ chī qióng ya,

是指你可能会把家里吃穷呀，

mangiamo molto e quindi portano la loro famiglia alla povertà.

320

ránhòu bù jù cái

然后不聚财

E non accumulano ricchezza a casa. (idea dal Fengshui e dalle superstizioni)

321

érqiě hái yǒu yī gè shuōfǎ jiùshì bǐrú shuō yǒuxiē rén huì shuō

而且还有一个说法就是比如说有些人会说

Un altro modo di dire... per esempio, qualcuno potrebbe dirti:

322

nǐ zuǐbā zěnmé zhème dà?

你嘴巴怎么这么大？

“Perché hai una bocca così grossa?”

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

323

Qíshí tā shì zài shuō nǐ bǎoshǒu bù zhù mìmì

其实他是在说你保守不住秘密

In realtà stanno dicendo che non sai tenere un segreto.

324

Suǒyǐ duì dà zuǐbā qíshí shì... Bùshì měi de yī gè xiàngzhēng

所以对大嘴巴其实是... 不是美的一个象征

Quindi una bocca grossa non è simbolo di bellezza.

325

Dà zuǐ wǒ juéde yǒu yī gè hěn...

大嘴我觉得有一个很...

C'è qualcuno

326

jiù dàjiā dōu shúzhī de yī gè dàibiǎorénwù shì nàge...

就大家都熟知的一个代表人物是那个...

che è molto conosciuto per avere una bocca grossa...

327

Yáo Chén

姚晨

Yao Chen.

328

Bù bù, hái yǒu yī gè, xìnggǎn de nàzhǒng

不不，还有一个，性感的那种

No, un'altra. Quella sexy

329

Shū Qí | Duì

舒淇 | 对

Shu Qi | Vero.

330

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Jiù tā zuǐba shì... | Wǒ juéde tā hěn piàoliang hěn xìnggǎn.

就她嘴巴是... | 我觉得她很漂亮很性感。

La sua bocca è... | Penso che sia molto bella e sexy.

331

Tā yě yǒu quèbān, tā yǎnjīng yě bǐjiào xiǎo, ránhòu tā zuǐba bǐjiào dà.

她也有雀斑，她眼睛也比较小，然后她嘴巴比较大。

Ha anche le lentiggini, occhi piccoli e la bocca grande.

332

Dàn tā zhēn de, wǒ juéde tā hěn xìnggǎn.

但她真的，我觉得她很性感。

Ma penso che sia davvero sexy.

333

Jiù pèi zàiyìqǐ jiù hǎo... | Jiù hěn hǎokàn, duì

就配在一起就好... | 就很好看，对

La combinazione su di lei... | E' bella.

334

Duìle, wǒ gānggang yào gēn nǐ shuō de

对了，我刚刚要跟你说的

Comunque ti stavo per dire

335

jiùshì wǒ zuótiān qù wǎngshàng kàn le yīxià,

就是我昨天去网上看了一下，

ieri sono andata online e ho visto (un articolo)

336

yǒu sān zhǒng hěn hǎokàn de chún xíng | Zhēn de ma?

有三种很好看的唇型 | 真的吗？

riguardo a tre tipi di belle labbra. | Davvero?

337

Yīzhǒng jiào M xíng, jiù zhèlǐ hěn shēn ma, duì

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

一种叫 M 型，就这里很深嘛，对

Uno si chiama forma a M. E' profonda qui...

338

suǒyǐ kànqǐlái yǒu... wǒ de hǎoxiàng méiyǒu ba

所以看起来有... 我的好像没有吧

non penso di averla.

339

Nǐ yǒu yīdiǎn, nǐ de shì M xíng de

你有一点，你的是 M 型的

Ce l'hai un po'. La tua è tipo M.

340

Duì, suǒyǐ nǐ de chún xíng shì bǐjiào hǎokàn de.

对，所以你的唇型是比较好看的。

Le tue labbra sono carine.

341

ránhòu hái yǒu yīzhǒng shì nàzhǒng zhōngjiān yǒu nàge chún zhū

然后还有一种是那种中间有那个唇珠

Un altro tipo è quello con la "perlina" in mezzo alle labbra.

342

yǒu yīdiǎn tū chūlái de, jiùshì gǎnjué hěn xìnggǎn

有一点突出来的，就是感觉很性感

Esce un po' ed è molto sexy.

343

ránhòu zuìhòu jiùshì nàzhǒng bǎomǎn de,

然后最后就是那种饱满的，

L'ultimo tipo è quello con le labbra piene

344

méiyǒu tèbié fēnmíng de zhège chún xiàn

没有特别分明的这个唇线

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

e senza contorni evidenti.

345

Hǎoxiàng bùshì hěn xǐhuan báo zuǐchún de.

好像不是很喜欢薄嘴唇的。

Sembra che le labbra sottili non ci piacciono.

346

Báo zuǐchún yě yǒu kè fū de yìsì zài Zhōngguó

薄嘴唇也有克夫的意思在中国

Le labbra sottili significano “ke fu” (ostacolare il futuro del marito).

347

Hǎoxiàng hái huì shuō, rúguǒ nǐ zuǐchún báo dehuà, zhège rén kèbó.

好像还会说，如果你嘴唇薄的话，这个人刻薄。

Diciamo anche che se hai le labbra sottili, significa che sei una persona cattiva.

348

Nǐ yīnggāi shì dì-sān zhǒng, juéde nǐ de zuǐ xíng háishi hěn hǎokàn de.

你应该是第三种，觉得你的嘴型还是很好看的。

Le tue potrebbero essere del terzo tipo. Penso che le tue labbra siano molto belle.

349

Nǐ de yě shì, nǐ shì dì-yī zhǒng.

你的也是，你是第一种。

Anche le tue. Le tue sono del primo tipo.

350

Suǒyǐ wǒmen liǎ dōu fúhé

所以我们俩都符合

Quindi entrambe rispettiamo lo standard.

351

Suǒyǐ wǒmen xiànzài yào hù kuā lái zēngzhǎng zìxìn, shì ma?

所以我们要互夸来增长自信，是吗？

Ora dobbiamo farci i complimenti a vicenda per aumentare la nostra fiducia, vero?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

352

Dìwǔ gè fāngmiàn dehuà jiùshì wǒmen zhěngtǐ de zhège shēnxíng

第五个方面的话就是我们整体的这个身形

Numero cinque: la forma del corpo.

353

Háowúyíwèn ya, shòu!

毫无疑问呀，瘦！

Senza dubbio, magra!

354

Zài diànshì shàng hěn duō míngxīng,

在电视上很多明星，

Molte celebrità in televisione

355

tāmen kěnéng yǒu yī mǐ liù bā, ránhòu yī mǐ liù wǔ yǐshàng,

她们可能有一米六八，然后一米六五以上，

sono intorno al metro e 68 o sopra 1.65,

356

tāmen cái zhǐyǒu sì shí wǔ gōngjīn huò sì shí sān gōngjīn

她们才只有四十五公斤或四十三公斤

ma pesano solo 45 o 43kg.

357

Hǎo shòu! | Zhēn de tài shòu le!

好瘦！| 真的太瘦了！

Che magre! | Davvero troppo magre!

358

Érqiě xiànzài wǎngluò shàng hái yǒu fēicháng liúxíng de

而且现在网络上还有非常流行的

Su internet ci sono modi popolari

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

359

jiùshì cèliáng nǐ shìfǒu shòu de fāngfǎ.

就是测量你是否瘦的方法。

di misurare se una persona è magra.

360

Wǒ zhǎodào le wǔ gè fāngfǎ lái zhèngmíng nǐ shìbùshì biāozhǔn de shòu.

我找到了五个方法来证明你是不是标准的瘦。

Ho trovato cinque modi per provare che sei magra abbastanza da soddisfare i canoni.

361

Wǒmen lái cèshì yīxià.

我们来测试一下。

Proviamolo.

362

Wǒ yīnggāi gòu shòu le ba?

我应该够瘦了吧？

Dovrei essere abbastanza magra, no?

363

Wǒ juéde nǐ shì hěn shòu de,

我觉得你是很瘦的，

Penso che tu sei molto magra,

364

dànshì bù zhīdào nǐ néng bùnéng guò jīntiān de zhège cèshì.

但是不知道你能不能过今天的这个测试。

ma non so se riesci a passare il test.

365

Hǎo, nà wǒmen dì-yī gè jiùshì A4 yāo

好，那我们第一个就是 A4 腰

OK. Come prima cosa, vita A4.

366

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Jiùshìshuō nǐ de yāo... | Wǒ gěi nǐ ná

就是说你的腰... | 我给你拿

La tua vita... | Te lo tengo

367

Zhè bù kěyǐ ma?

这不可以吗?

Così non va bene?

368

Shì zhèyàngzi de

是这样子的

E' così.

369

Zhème shòu ma?

这么瘦吗?

Così magra?

370

Nà nǐ de gānghǎo ai, nǐ kàn

那你的刚好唉，你看

La tua è giusta. Guarda!

371

Wa! Wǒ tōngguò cèshì le ma?

哇！我通过测试了吗？

Wow! Ho passato la prova?

372

Duì duì duì, dīngdīng...

对对对，叮叮...

Sì sì. Dīng dīng...

373

Nǐ yào bù yào shì yīxià?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

你要不要试一下？

Vuoi provare?

374

Wǒ dōu bù gǎn shì le

我都不敢试了

Ho paura a provare.

375

Wǒ juéde nǐ nàme shòu yīnggāi huì yǒu duōyú de

我觉得你那么瘦应该会有多余的

Penso che sei magra abbastanza da avere carta che avanza.

376

Wǒ de yāo dōu zài zhèr le, nǐ kàn

我的腰都在这儿了，你看

La mia vita è qui, vedi?

377

Nà shì nǐ de yīfu, nǐ hěn shòu

那是你的衣服，你很瘦

Sono i tuoi vestiti.

378

Lái, wǒ lái lālā, wǒ lālā

来，我来拉拉，我拉拉

Fammi stringere

379

Wǒ bāng nǐ lā yīxià

我帮你拉一下

Ti do una mano.

380

Nǐ yě fúhé le, nǐ yě biāozhǔn le, nǐ kàn | Hǎo ba

你也符合了，你也标准了，你看 | 好吧

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Anche tu rispetti i criteri. | Va bene.

381

Duì, nǐ yě shì fúhé de

对，你也是符合的

Anche tu.

382

Wǒ jiù fàngxīn le | Duì

我就放心了 | 对

Sono sollevata. | Bene.

383

Ránhòu dì-èr gè jiùshì fǎnshǒu mō dùqí | Zěnmé lái?

然后第二个就是反手摸肚脐 | 怎么来?

Il secondo (test) è toccare l'ombelico da dietro la schiena. | Come?

384

Jiùshì nǐ de shǒu fǎnguòlái yào mō dào nǐ de dùqí

就是你的手反过来要摸到你的肚脐

Le mani devono raggiungere l'ombelico da dietro.

385

Zhè zěnmé mō?

这怎么摸?

Come si fa a farlo?

386

Nǐ dùqí zài nǎlǐ?

你肚脐在哪里?

Dov'è il tuo ombelico?

387

Nǐ bāng yíxià wǒ, wǒ dùqí zài zhèr

你帮一下我，我肚脐在这儿

Dammi una mano. E' qui il mio ombelico.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

388

Wǒ mō dào le, zài zhèlǐ, duì...

我摸到了，在这里，对...

L'ho toccato. E' qui.

389

Hǎo xīnkǔ, rénjiā bùshì zhíjiē jiù zhèyàng mō dào de ma?

好辛苦，人家不是直接就这样摸到的吗？

E' difficile. Gli altri non lo raggiungono così?

390

Wǒ xūyào yīxiē bāngmáng

我需要一些帮忙

Ho bisogno di aiuto.

391

Wǒ zhè chàyuǎn le, wǒ dùqí zài zhèr!

我这差远了，我肚脐在这儿！

Il mio è lontano. Il mio ombelico è qui!

392

Nǐ bǎ yāo wǎng zhèbiān qù yīdiǎn, duì

你把腰往这边去一点，对

Devi muovere la tua vita più dall'altra parte.

393

Chōujīn le!

抽筋了！

Mi sta venendo un crampo!

394

Wǒ juéde zhège kěnéng huì yǒu yīdiǎn zuòbì,

我觉得这个可能会有一点作弊，

Penso che questo potrebbe essere un piccolo imbroglio

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

395

jiùshì rúguǒ nǐ de shǒubì tèbié cháng, kěnéng...

就是如果你的手臂特别长，可能...

perché se hai le braccia lunghe, forse...

396

Dànshì rúguǒ nǐ ǎi dehuà, nǐ jiù méiyǒu nàme cháng

但是如果你矮的话，你就没有那么长

ma se sei basso, le braccia non sono così lunghe.

397

Xiàng wǒ jiù bǐjiào chīkuī a,

像我就比较吃亏啊，

Ad esempio, me. Sarei svantaggiata

398

yīnwèi wǒ cái yī mǐ wǔ liù, wǒ shǒu jiù zhème duǎn

因为我才一米五六，我手就这么短

perché sono alta solo 1 metro e 56 e le mie braccia sono molto corte.

399

Dì-sān gè jiùshì suǒgǔ shàngmian fàng yìngbì,

第三个就是锁骨上面放硬币，

Il terzo (test) è mettere delle monete sulla clavicola

400

jiùshì nǐ yào bǎ yìngbì fàng zài nǐ de suǒgǔ shàng,

就是你要把硬币放在你的锁骨上，

le metti lì

401

jiù zhèngcháng de fàng zài nǐ de suǒgǔ shàng

就正常的放在你的锁骨上

naturalmente (senza farle cadere).

402

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Nà nǐ tōngguò le

那你通过了

Sei passato!

403

Kěshì wǒ shì gùyì jǐ de, dànshì zhèngcháng de wǒ shì fàng bùliǎo.

可是我是故意挤的，但是正常的我是放不了。

Ma ho stretto. Normalmente non funzionerebbe.

404

O, jiùshì yào zhèyàngzi jiù néng fàng shàng, nà kànkàn wǒ

哦，就是要这样子就能放上，那看看我

Oh, mettilo qui in questo modo. Guardami!

405

Zhèyàngzi kěyǐ ma? Zhèyàngzi suàn ma?

这样子可以吗？这样子算吗？

Va bene così? Conta così?

406

Tāmen shì yī pái pái yìngbì.

她们是一排排硬币。

Loro (le altre ragazze) usavano una fila di monete.

407

Duì, wǒmen cái fàng le yī gè, tāmen shì yīpái pái yìngbì

对，我们才放了一个，她们是一排排硬币

Giusto, noi ne abbiamo usata solo una. Loro ne usano tante.

408

Wǒ shì xiànzài shòu le, xiànzài háiyǒu yīdiǎndiǎn gǔtōu,

我是现在瘦了，现在还有一点骨头，

Sono dimagrita ora e ci sono un po' di ossa

409

nǐ néng kàn de dào, yǐqián shì méiyǒu suǒgǔ de,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

你能看得到，以前是没有锁骨的，
che puoi vedere, prima non riuscivi a vedere la clavicola.

410

jiù ròu ròu de, yīnwèi yǐqián wǒ pàng guò.
就肉肉的，因为以前我胖过。
Ero un po' cicciottella prima.

411

Xiànzài wǒ jiǔshí duō ma, yǐqián yǒu dào le yī bǎi líng jǐ
现在我九十多嘛，以前有到了一百零几
Ora peso poco più di 45kg, prima pesavo oltre 50kg

412

wǒ zhème ǎi de, nǐ kàn
我这么矮的，你看
(troppo) per la mia altezza. Vedi?

413

Hǎo nǚ bùguò bǎi, hǎobuhǎo?
好女不过百，好不好？
Le brave ragazze non possono pesare più di 50kg, giusto? (è un detto)

414

Shéme? Hǎo nǚ bùguò bǎi
什么？好女不过百
Come? Una brava ragazza non può pesare più di 50kg?!

415

Wǒ cónglǎiméi zuò guò hǎo nǚ
我从来没做过好女
Non sono mai stata una brava ragazza.

416

Wǒmen liǎng gè dōu bùnéng tōngguò zhège cèshì.
我们两个都不能通过这个测试。

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Nessuna di noi due ha passato questo test.

417

Ránhòu háiyou yī gè jiùshì cèliáng nǐ tuǐ de zhège shǐfǒu shì zúgòu xiānxì, duì
然后还有一个就是测量你腿的这个是否是足够纤细，对

Un altro è misurare se le tue gambe sono abbastanza magre.

418

wǒ zhège shǒujī shì tài cháng le, tāmen yīnggāi shì yào xiǎo yīdiǎn de shǒujī.
我这个手机是太长了，她们应该是要小一点的手机。

Il mio telefono è troppo lungo, deve essere più piccolo.

419

Suǒyǐ nǐ de shǒujī yào fàng zài zhège wèizhi,
所以你的手机要放在这个位置，

Devi mettere il tuo telefono qui

420

ránhòu nǐ de xīgài bùnéng chāoguò zhège, wǒ de shǒujī tài dà le
然后你的膝盖不能超过这个，我的手机太大了

e le tue ginocchia non devono essere più larghe del telefono. Il mio telefono è troppo

grande.

421

Zhè suàn chāoguò le ma?
这算超过了么？

Ho superato l'esame?

422

Wǒ bù zhīdào. Fǎnzhèng shǒujī yě bùshì tāmen biāozhǔn de zhège
我不知道。反正手机也不是她们标准的这个

Non lo so. In ogni caso il mio telefono non è quello giusto.

423

Wǒ yīnggāi kěyǐ, wǒ jiǎo háishi tǐng xì de.
我应该可以，我脚还是挺细的。

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Il mio dovrebbe andare bene perché le mie gambe sono piuttosto magre.

424

Nǐ nàme xì, yīnggāi méiwèntí

你那么细，应该没问题

Sei così magra, non dovrebbero esserci problemi.

425

Wǒ juéde wǒ de shǒujī tài dà le

我觉得我的手机太大了

Mi sa che il mio telefono è troppo grande.

426

Wǒ hái yǒu duō ne!

我还有多呢!

C'è un po' di telefono in più!

427

Duì, nǐ tōngguò cèshì le, nǐ shì měinǚ

对，你通过测试了，你是美女

Esatto. Hai passato il test, sei una bellezza.

428

Wǒ shì gòu shòu, wǒ bùnéng shuō shì měinǚ

我是够瘦，我不能说是美女

Sono magra abbastanza, ma non posso dire di essere una bellezza.

429

Ránhòu zuìhòu yī gè jiùshì rào rénminbì yī zhōu

然后最后一个就是绕人民币一周

L'ultimo è mettere un Renminbi intorno (al polso).

430

Yòng yī bǎi de ma?

用一百的吗?

Con una banconota da cento yuan?

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

431

Wǒ xiān yòng yī bǎi de cèshì yīxià, duì, yī bǎi de gānggang hǎo

我先用一百的测试一下，对，一百的刚刚好

Volevo fare prima la prova con una banconota da 100 yuan, va bene da cento.

432

Ránhòu qíshí wǎngshàng shì yào yòng yī kuài qián de | Lái, wǒ gěi nǐ

然后其实网上是要用一块钱的 | 来，我给你

Su internet la gente usa una banconota da cento. | Ti do una mano.

433

Zhège hǎo pèi nǐ de yīfu o

这个好配你的衣服哦

Questo va bene con i tuoi vestiti.

434

Wèi wǒ zhìzào de | Máo yéye

为我制造的 | 毛爷爷

E' fatto per me. | Nonno Mao. (i cinesi chiamano Mao "nonno".)

435

Wǒ bùgòu shòu, wǒ hái yǒu zhème duō

我不够瘦，我还有这么多

Non sono abbastanza magra. Ce n'è ancora (di polso non coperto).

436

Nà wǒ xiàlái yīdiǎn

那我下来一点

Fammi abbassare un po'.

437

Nǐ yīnggāi kěyǐ, nǐ nàme shòu, nǐ de shǒu nàme xì yīnggāi kěyǐ

你应该可以，你那么瘦，你的手那么细应该可以

Dovresti riuscire, sei così magra, i tuoi polsi sono così piccoli.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

438

Shì yīxià

试一下

Fammi provare.

439

Nǐ yě bùgòu shòu, nǐ hái yào shòu.

你也不够瘦，你还要瘦。

Anche tu non sei abbastanza magra. Devi perdere ancora un po' di peso.

440

Nǐ zài jǐ yīxià ma, lā yīxià

你再挤一下嘛，拉一下

Stringi di nuovo, tira un po'!

441

Jǐ jǐ yě bùxíng

挤挤也不行

Anche facendo così non funziona.

442

Zài lā, zài lā

再拉，再拉

Tira ancora

443

Hái yào lā ma?

还要拉吗？

Ancora?

444

Háishi bùgòu

还是不够

Non è ancora abbastanza.

445

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Nǐ shǒubì zhème xì dōu bùgòu.

你手臂这么细都不够。

Le tue braccia sono così magre e non è ancora abbastanza.

446

Wǒ kàn guò yǒu zhème shòu de,

我看过有这么瘦的，

Conosco una ragazza che è molto magra.

447

wǒ yǒu yī gè biǎomèi tā shǒu tèbié xì, jiù tā tuǐ yě shì

我有一个表妹她手特别细，就她腿也是

E' mia cugina e ha braccia e gambe molto magre.

448

Tā shǒu jiù zhème diǎn, ránhòu tā jiùshì wánquán de nàzhǒng

她手就这么点，然后她就是完全的那种

Le sue mani sono piccole così, è completamente...

449

wǒmen yǒu yījùhuà jiào shénme?

我们有一句话叫什么？

Com'è che si dice?

450

Píbāo gǔ

皮包骨

Pelle e ossa.

451

Píbāo gǔ, shì ma? | Duì

皮包骨，是吗？ | 对

Pelle e ossa? | Esatto.

452

Wǒ tīngshuō yǒu zhè yī gè cèliáng

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

我听说有这一个测量

Ho sentito che il motivo di questa misurazione

453

shì yīnwèi nàge nǚshēng shǒubì xì dehuà,

是因为那个女生手臂细的话，

è che se una ragazza ha i polsi piccoli,

454

nán péngyou qù zhuā tā de shíhou huì gǎnjué hěn xiǎoqiǎo,

男朋友去抓她的时候会感觉很小巧，

quando il suo ragazzo le tiene la mano, lei sembrerà più piccolina.

455

dàn wǒ bù zhīdào shìbùshì zhēn de

但我不知道是不是真的

Ma non sono sicura che sia vero.

456

Dànshì nán de shǒu tā běnlái jiù dà a, suǒyǐ háishi zhuā de zhù de ba?

但是男的手他本来就大啊，所以还是抓得住的吧？

Ma di solito gli uomini hanno le mani grandi, dovrebbero riuscire a tenere il polso di qualsiasi ragazza, giusto?

457

Wǒ juéde Zhōngguó rén duì nǚháizi de hěn duō shíhou

我觉得中国人对女孩子的很多时候

Penso che i cinesi si aspettino che le ragazze

458

yāoqiú de shì xiǎoniǎoyīrén ya, rán hòu wēnróu a

要求的是小鸟依人呀，然后温柔啊

siano piccole e gentili come un uccellino.

459

rán hòu jiù shì nǐ shòu de huà,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

然后就是你瘦的话，

Se sei magra,

460

yǒuxiē shíhòu gèng néng jīqǐ biéren de bǎohù yù ba

有些时候更能激起别人的保护欲吧

a volte questo crea il desiderio nelle persone di proteggerti.

461

Xiàng wǒ cónglái méiyǒu rén xiǎngyào bǎohù wǒ, wǒ děi bǎohù wǒ zìjǐ

像我从来没有人想要保护我，我得保护我自己

Nessuno ha mai voluto proteggermi. Sono io che devo proteggere me stessa.

462

Rúguǒ shì gānghǎo zhège nán péngyou tā yě bùshì hěn gāodà de nàzhǒng,

如果是刚好这个男朋友他也不是很高大的那种，

Se il fidanzato non è così alto e grosso,

463

yī zhuā zhuā bùzhù, shìbùshì?

一抓抓不住，是不是？

e prova a prenderle il polso, non riesce!

464

Duì, jiù xiàng liǎng gè gēmen yīyàng de, jiù bùshì...

对，就像两个哥们一样的，就不是...

Vero. Sarebbe come tra due ragazzi...

465

Dā jiānbǎng a

搭肩膀啊

Possono mettere le mani sulle spalle dell'altro.

466

Duì, jiù jiān dājiān na, jiù bù yào qiānshǒu le

对，就肩搭肩哪，就不要牵手了

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Giusto, possono fare quello invece che tenersi la mano.

467

Nǐ yǒu méiyǒu fāxiàn a jiùshì nǚháizi

你有没有发现啊就是女孩子

Hai notato che i due argomenti

468

zuì xǐhuan tāolùn de liǎng gè huàtí jiùshì rúhé bǎoyǎng pífu,

最喜欢讨论的两个话题就是如何保养皮肤,

di cui le ragazze amano parlare di più sono cura della pelle

469

háiyǒu yī gè jiùshì rúhé jiǎnféi?

还有一个就是如何减肥?

e perdita di peso?

470

Duì, jiǎnféi shì nǚháizi yǒnghéng de huàtí,

对, 减肥是女孩子永恒的话题,

Sì, la perdita di peso è un tema eterno per le ragazze

471

yībèizi de huàtí, yě shì yībèizi de shìyè.

一辈子的话题, 也是一辈子的事业。

e un lavoro a vita.

472

Duì, rénjiā shuō nǚrén de zhōngshēn shìyè jiùshì jiǎnféi | Duì

对, 人家说女人的终身事业就是减肥 | 对

La gente dice che il lavoro a vita delle donne è perdere peso. | Sì.

473

Wǒ kàn guò hěn duō jiùshì kànqǐlái hěn shòu de,

我看过很多就是看起来很瘦的,

Ho visto tante che erano già magre

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

474

ránhòu tāmen hái tiāntiān rǎng zhe,
然后她们还天天嚷着，
e comunque continuavano a dire:

475

zhège wǒ bùnéng chī, wǒ yào jiǎnféi!
这个我不能吃，我要减肥！
“Questo non lo posso mangiare! Devo perdere peso!”

476

Jiù tài bǎ guānzhù lì fàng zài le tā de tǐzhòng hé tǐxíng shàngmian
就太把关注力放在了她的体重和体型上面
Si concentrano troppo sul loro peso e la forma del corpo.

477

Suǒyǐ dāng nǐ gēn wǒ shuō nǐ yào jiǎnféi de shíhou,
所以当你跟我说你要减肥的时候，
Quindi quando mi hai detto che volevi perdere peso,

478

wǒ jiù shuō nǐ zhème shòu nǐ hái jiǎnféi?
我就说你这么瘦你还减肥？
Ho pensato: “Sei così magra, vuoi ancora perdere peso?!”

479

Wǒ jīnnián qíshí yǐjīng tōngguò yùndòng hé yǐnshí tiáozhěng shòu le shí jīn.
我今年其实已经通过运动和饮食调整瘦了十斤。
Quest'anno ho perso 5kg facendo esercizio e cambiando la mia dieta.

480

Shì ma? Nǐ shì shuō gēn liǎng nián qián xiāngbǐ ma? | Duì
是吗？你是说跟两年前相比吗？ | 对
Davvero? Intendi rispetto a due anni fa? | Sì.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

481

Dànshì yīnwèi wǒ shì pānyán, xiǎngyào gèng shàng yījí,

但是因为我是攀岩，想要更上一级，

Ma perché voglio fare arrampicata

482

jiùshì pān de gèng shàng yī gè nándù jíbié,

就是攀得更上一个难度级别，

e crescere di livello.

483

suǒyǐ wǒ xūyào qù kòngzhì yīxià yǐnshí.

所以我需要去控制一下饮食。

Quindi devo controllare la dieta.

484

Ránhòu wǒ yě shì tōngguò yùndòng hé shìdāng de tiáozhěng yǐnshí

然后我也是通过运动和适当地调整饮食

Faccio esercizio e regolo la dieta di conseguenza

485

lái dá dào yī gè shòushēn de xiàoguǒ.

来达到一个瘦身的效果。

in modo da perdere peso.

486

Nà wǒmen Zhōngguó nǚshēng yībān shì tōngguò shénmeyàng de fāngfǎ

那我们中国女生一般是通过什么样的方法

Quindi in generale, che cosa fanno le ragazze cinesi

487

lái jiǎnféi ne? Shì yùndòng háishi?

来减肥呢？是运动还是？

per perdere peso? Esercizio o altro?

488

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Yǐqián shì jiéshí huòshì chī jiǎnféi yào bǐjiào duō,

以前是节食或是吃减肥药比较多，

In passato la maggior parte di loro avrebbe seguito una dieta o preso pillole dimagranti.

489

dànshì xiànzài wǒ kàn wǒ de hěn duō péngyou quān

但是现在我看我的很多朋友圈

Ma ora ho visto molte persone nel mio WeChat

490

dōu zài jiùshì tuīxiāo chōuzhī

都在就是推销抽脂

che promuovono la liposuzione.

491

Duì, zhíjiē bǎ nǐ de zhīfáng gěi chōu diào, zhèyàngzi

对，直接把你的脂肪给抽掉，这样子

Sì, toglie direttamente il grasso dal corpo.

492

Yǒuyòng ma?

有用吗？

Funziona

493

Duǎnzàn de kuàisù de kěndìng shì yǒuxiào de,

短暂的快速的肯定是有用的，

Temporaneamente ha effetto di sicuro.

494

hòuqī zěnmeyàng wǒ zhēn bù zhīdào, méiyǒu qù liǎojiě.

后期怎么样我真不知道，没有去了解。

Ma quello che succede dopo, non lo so.

495

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Háiyǒu yīxiē rén kěnéng huì chángshì chīwán shíwù zhīhòu | Cuītù, duì

还有一些人可能会尝试吃完食物之后 | 催吐，对

Ci sono persone che dopo aver mangiato provano a... | Vomitare.

496

Hěn fēngkuáng | Nǐ yǒu kàn guò ma?

很疯狂 | 你有看过吗？

Da pazzi! | Lo hai visto?

497

Wǒ yǒu kàn guò hěn duō qípā de,

我有看过很多奇葩的，

Ho visto un sacco di modi strani,

498

xiàng yǒude chī nàge huíchóng

像有的吃那个蛔虫

ad esempio, mangiare i vermi intestinali.

499

Nǐ bù zhīdào ma? | Bù zhīdào

你不知道吗？ | 不知道

Non lo sapevi? | No.

500

Yīnwèi zhège huíchóng tā huì jiùshì chī nǐ shēntǐ lǐ de bànchéngpǐn

因为这个蛔虫它会就是吃你身体里的半成品

I vermi intestinali mangiano il cibo mezzo digerito nel tuo corpo.

501

Bǎ chóng chī jìnqù, zhēnzhèng de chóng háishi yào?

把虫吃进去，真正的虫还是药？

Si mangiano dei vermi veri o delle pillole?

502

Jiùshì huíchóng | Wǒ zhīdào huíchóng

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

就是蛔虫 | 我知道蛔虫

I vermi. | So cosa sono i vermi intestinali.

Nota: In realtà mangiano le uova.

503

Zhēnzhèng de chóng, yīnwèi zhèyàng tā huì bǎ nǐ de bànchéngpǐn chīdiào.

真正的虫，因为这样它会把你的半成品吃掉。

I vermi veri. Perché mangiamo il cibo mezzo digerito da te.

504

Wǒ qíshí zài wǒ èrshí èr suì de shíhou yǒu jiéshí guò liǎng nián,

我其实在我二十二岁的时候有节食过两年，

Quando avevo 22 anni, mi sono messa a dieta per due anni

505

ránhòu chī le jiāngjìn yī nián de jiǎnféi yào

然后吃了将近一年的减肥药

e ho preso delle pillole dimagranti per circa un anno.

506

Zěnmé gè jiéshí fǎ?

怎么个节食法？

Che tipo di dieta?

507

Jiùshì měitiān zhǐ chī yīdiǎndiǎn,

就是每天只吃一点点，

Ogni giorno mangiavo solo un po'

508

ránhòu jiùshì wánquán kòngzhì zìjǐ de yǐnshí

然后就是完全控制自己的饮食

e controllavo completamente la mia dieta.

509

ránhòu yīnwèi wǒ dúshū de shíhou hěn pàng,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

然后因为我读书的时候很胖，

L'ho fatto perché quando ero a scuola, ero un po' sovrappeso

510

suǒyǐ hěn duō rén dōu huì xiàohuà wǒ.

所以很多人都会笑话我。

e la gente spesso mi prendeva in giro.

511

Yīnwèi pàng xiǎohái zài xuéxiào lǐ nǐ dōu zhīdào,

因为胖小孩在学校里你都知道，

Come sai, a scuola i bambini grassottelli

512

biéren kěnéng jiù dōu huì qīfu tā,

别人可能就都会欺负他，

può essere che vengano bullizzati dagli altri

513

yào pǎo yě pǎo bùdòng, ránhòu shénme dōu bù línghuó, duì ba?

要跑也跑不动，然后什么都不灵活，对吧？

e non possono neanche correre via perché non sono molto flessibili, giusto?

514

Kěnéng jiù bǐjiào shòu páichì, ránhòu yě huì yǒu hěn duō yìyàng de yǎnguāng.

可能就比较受排斥，然后也会有很多异样的眼光。

Può capitare che vengano emarginati e ricevano occhiate divertite dagli altri.

515

Nàme zài wǒ dà'èr de shíhou wǒ kāishǐ jiéshí jiǎnféi,

那么在我大二的时候我开始节食减肥，

Quindi al secondo anno ho iniziato una dieta per perdere peso.

516

ránhòu yě yǒu chī guò jiǎnféi yào,

然后也有吃过减肥药，

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Ho anche preso pillole dimagranti

517

dàn zhège yào chī le yǐhòu huì ràng wǒ zhěng wǎn zhěng wǎn shuì bùzháo.

但这个药吃了以后会让我整晚整晚睡不着。

Ma dopo aver preso le pillole non riuscivo più a dormire notte dopo notte.

518

Zhèyàngzi a? | Duì

这样子啊? | 对

E' così? | Sì.

519

Ránhòu nǐ jiù báitiān méiyǒu jīngshen, wǎnshang yòu shuì bùzháo.

然后你就白天没有精神，晚上又睡不着。

Poi perdi l'energia durante il giorno e la notte non riesci a dormire.

520

Suǒyǐ hòulái wǒ yìshì dào le tā bù jiànkāng,

所以后来我意识到了它不健康，

Così poi ho capito che non era salutare

521

suǒyǐ wǒ kāishǐ zǒuxiàng yùndòng de zhè yī gè fāngfǎ

所以我开始走向运动的这一个方法

e ho iniziato a orientarmi verso l'esercizio fisico.

522

Duì, zhèyàngzi dehuà qíshí tā shì bǐjiào chíjiǔ de.

对，这样的话其实它是比较持久的。

Questo è il metodo più duraturo.

523

Suīrán shuō wǒ shì shòu, dànshì yě yǒu kùnrǎo wǒ de dìfang,

虽然说我瘦，但是也有困扰我的地方，

Anche se sono magra, c'è comunque qualcosa che mi infastidisce

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

524

jiùshì wǒ de jiānbǎng bǐjiào kuān, ránhòu shàngshēn bǐjiào ròu,

就是我的肩膀比较宽，然后上身比较肉，

e sono le mie spalle larghe e la parte superiore del corpo troppo grossa.

525

jiù wǒ rúguǒ zhǎng le ròu dehuà dōu shì zhǎng zài zhège dìfang...

就我如果长了肉的话都是长在这个地方...

Di solito il grasso cresce in questi punti...

526

Zhè shì nǐ zìjǐ xiǎng de ba?

这是你自己想的吧？

Questa probabilmente è la tua immaginazione!

527

Dànshì yǐqián zhēn de shì kànqǐlái zhèlǐ ròu ròu de,

但是以前真的是看起来这里肉肉的，

Ma questa parte del corpo davvero sembrava cicciottella prima

528

cónglǎibù gǎn chuān diàodài,

从来不敢穿吊带，

non avrei mai il coraggio di indossare canottiere.

529

ránhòu qù mǎi yīfu de shíhou yě zǒngshì, jiùshì dōu bù xǐhuan zhào jìngzi,

然后去买衣服的时候也总是，就是都不喜欢照镜子，

Quando andavo a comprare qualche vestito, non mi è mai piaciuto guardarmi allo specchio

530

jiù juéde jìngzi lǐmiàn de zìjǐ chǒulòu wúbǐ.

就觉得镜子里面的自己丑陋无比。

perché mi vedevo brutta allo specchio.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

531

Hǎo pàng hǎo chǒu, shì ma?

好胖好丑，是吗？

Grassa e brutta?

532

Bùshì hěn pàng, jiùshì juéde bù hǎokàn.

不是很胖，就是觉得不好看。

Non grassa, ma non carina.

533

Zhuàng | Duì, zhuàng

壮 | 对，壮

Tozza. | Sì.

534

Hǔbèixióngyāo de | Duì

虎背熊腰的 | 对

La schiena è larga come una tigre e la vita è forte come un orso. | Esatto.

535

Qíshí nǐ fāxiàn le méiyǒu?

其实你发现了没有？

Hai notato una cosa?

536

Wǒmen de zhèzhǒng zhuīqiú zhège biāozhǔn huòzhě zhuīqiú shòu huòzhě bái,

我们的这种追求这个标准或者追求瘦或者白，

Il fisico asciutto o la pelle bianca che ricerchiamo

537

qíshí cóng yī kāishǐ jiù bèi hěn duō yīnsù yǐngxiǎng zhe

其实从一开始就被很多因素影响着

è influenzato da tanti fattori.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

538

bǐrú shuō wǒmen jiànmiàn de shíhou jiù huì shuō nǐ zuìjìn shì pàng le | Duì

比如说我们见面的时候就会说你最近是胖了 | 对

Ad esempio, quando ci incontriamo, potremmo dire: “Hai preso un po’ di chili.” |

Esatto.

539

Ránhòu kěnéng... rúguǒ nǐ bùzàiyì dehuà hái hǎo,

然后可能... 如果你不在意的话还好，

Se non ti interessa, va bene.

540

nà yǒuyīxiē zàiyì de rén tā tīng le tā huì juéde | Hěn shòushāng

那有一些在意的人她听了她会觉得 | 很受伤

Ma quelli a cui interessa potrebbero sentirsi.... | Sentirsi feriti.

541

huòzhě shì tā huì mǎshàng shuō yījù,

或者是她会马上说一句，

Oppure rispondono immediatamente:

542

Āiyā, bùxíng, jīntiān wǎnshàng bùnéng chī le!

哎呀，不行，今天晚上不能吃了！

“Oh, no! Non posso mangiare niente stasera!”

543

Duì duì duì, zhēn de huì zhèyàng

对对对，真的会这样

Esatto! E’ davvero così.

544

wǒ yǐqián zhēn de huì zhèyàng, dànshì xiànzài wǒ bùhuì le.

我以前真的会这样，但是现在我不会了。

Ero così prima, ma ora non più.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

545

Hǎoxiàng zài Zhōngguó nà pàngzi a | Méiyǒu péngyou

好像在中国那胖子啊 | 没有朋友

Sembra che le persone grasse in Cina... | Non hanno amici.

546

Jiùshì nǐ hǎoxiàng nǐ bùlùn nǐ duō shòu, tā dōu shì bùgòu de

就是你好像你不论你多瘦，他都是不够的

Sembra che non importa quanto sei magro, non è mai abbastanza.

547

Shènzhì yǒuxiē fùmǔ yě shì huì zhèyàng shuō hái zi de.

甚至有些父母也是会这样说孩子的。

Persino alcuni genitori potrebbero dire così ai loro figli.

548

Wǒ de yī gè tóngxué tā de... wǒ jìde tā māma céngjīng gēn tā shuō guò,

我的一个同学她的... 我记得她妈妈曾经跟她说过，

Mi ricordo la mamma di una dei miei ex compagni di scuola che una volta disse:

549

“Nǐ bùyào lǎoshi chī nàme duō!”

“你不要老是吃那么多！”

“Non mangiare troppo!”

550

Yīnwèi jiù pà tā pàng,

因为就怕她胖，

Sua mamma era preoccupata che prendesse peso.

551

dàn qíshí tā dōu bùshì hěn pàng de rén,

但其实她都不是很胖的人，

Ma in realtà non era neanche grassa

552

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

zhǐshì yǒudiǎn dū dū de ròu hū hū de.

只是有点嘟嘟的肉乎乎的。

era solo un po' in carne.

553

Dànshì shòu qíshí yě bùshì zhōngjí de mùbiāo.

但是瘦其实也不是终极的目标。

Essere magre non è il nostro fine ultimo.

554

Nǐ kàn nàge kǎtōng rénwù jiù yóuxì lǐmiàn de nàxiē nǚde,

你看那个卡通人物就游戏里面的那些女的，

Se vedi i personaggi dei cartoni animati e le ragazze nei giochi,

555

tāmen shòu tāmen yāo hěn xì,

她们瘦她们腰很细，

non sono magre e con una vita piccola,

556

dànshì tāmen de xiōng gēn tún bù dōu hěn dà, duì

但是她们的胸跟臀部都很大，对

ma hanno fianchi e seni grossi.

557

Nà wǒmen duì xiōngbù, jiù xiōng xíng yǒu méiyǒu shénme biāozhǔn?

那我们对胸部，就胸型有没有什么标准？

Ci sono degli standard per il seno?

558

Wǒ juéde nǚshēng zuì bù yuànyì tīngdào de

我觉得女生最不愿意听到的

Non penso che nessuna ragazza voglia che gli altri

559

jiùshì biéren píngjià tā fēijīchǎng ba

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

就是别人评价她飞机场吧

dicano che il suo (seno) è una pista di atterraggio.

560

Píngxiōng, shì ba?

平胸，是吧？

Seno piatto?

561

Fēijīchǎng dehuà jiùshì méiyǒu xiōng ma

飞机场的话就是没有胸嘛

“Pista di atterraggio” si riferisce a qualcuno senza seno.

562

Hǎoxiàng yě bùshì hěn xǐhuan tài dà de wo

好像也不是很喜欢太大的喔

Sembra che non piacciono troppo grandi.

563

Yīnwèi Xīfāng tā... wǒ gǎnjué tāmen háishi bǐjiào... | Xǐhuan dà xiōng de

因为西方他... 我感觉他们还是比较... | 喜欢大胸的

Penso che in occidente preferiscano... | Amano i seni grandi.

564

Duì, xǐhuan dà yīdiǎn de, jiù yǒu qūxiàn ma, yǒu S xíng

对，喜欢大一点的，就有曲线嘛，有 S 型

Esatto, seni grandi e con le curve,

565

dànshì wǒmen hǎoxiàng...

但是我们好像...

ma sembra che...

566

Wǒmen yǒu biāozhǔn

我们有标准

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Rispettiamo lo standard.

567

Bùshì shuō yīdìngyào dà dào shénme E zhàobēi a, shì ba? | Dui

不是说一定要大到什么 E 罩杯啊，是吧？ | 对

Non devono essere grandi come una coppa E, giusto? | Giusto.

568

Wǒ gūji B gēn C jiù gòu le.

我估计 B 跟 C 就够了。

Penso che una coppa B o C sia abbastanza.

569

Jiùshì wǒmen duì rènhé dōngxi dōu shì yǒu biāozhǔn,

就是我们对任何东西都是有标准，

Praticamente abbiamo uno standard per tutto,

570

bāokuò wǒmen de pìgu yě shì yǒu biāozhǔn de.

包括我们的屁股也是有标准的。

incluso il sedere.

571

Nǐ zhīdào xiànzài zhuīqiú shénme pìgu ma?

你知道现在追求什么屁股吗？

Lo sai che tipo di sedere piace ora?

572

Shénme pìgu?

什么屁股？

Che tipo?

573

Mítáo tún, nǐ néng xiǎngxiàng zhège xiàng mítáo yīyàng de | hǎo kě'ài

蜜桃臀，你能想象这个像蜜桃一样的 | 好可爱

Il sedere a “pesca”. Immagina il sedere come una pesca. | Che carino.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

574

Jǐnzhì xiǎoqiǎo, ránhòu yòu yǒu qūxiàn.

紧致小巧，然后又有曲线。

Piccolo, sodo e con le curve.

575

Dànshì pìgu dà hǎoxiàng... rúguǒ tài dà dehuà

但是屁股大好像... 如果太大的话

Ma se è troppo grande,

576

yīnggāi shì bù xǐhuan de

应该是不喜欢的

Non penso ci piacerebbe.

577

Yǐqián zài nóngcūn wǒ shì zhīdào de,

以前在农村我是知道的，

So che in campagna,

578

jiùshì qǔxífù dōu xǐhuan zhǎo nàge pìgu dà de | Nǐ shuō gǔdài de?

就是娶媳妇都喜欢找那个屁股大的 | 你说古代的？

le persone si sposavano con donne con il sedere grande. | Intendi nei tempi antichi?

579

jiùsuàn shì zǎo jǐ shí nián de nóngcūn, wǒ xiǎoshíhou dōu yǒu yùdào guò,

就算是早几十年的农村，我小时候都有遇到过，

No anche qualche decennio fa quando ero bambina, l'ho visto fare.

580

jiùshìshuō bǐrú shuō, āiyā, zhè jiā xīn qǔ le gè xífù a,

就是说比如说，哎呀，这家新娶了个媳妇啊，

Ad esempio, una famiglia ha una moglie,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

581

ránhòu tǐnghǎo de, pìgu tǐng dà de, kěndìng néng shēng érzi!

然后挺好的，屁股挺大的，肯定能生儿子！

e se ha il sedere grosso, (la gente dice): “Avrà sicuramente un bambino!”

582

Yòu dà yòu yuán, shì ba?

又大又圆，是吧？

Grande e rotondo, giusto?

583

Jiù yǒu gè sùyǔ jiùshì pìgu dà hǎo shēngyǎng ma.

就有个俗语就是屁股大好生养嘛。

C'è un detto che dice che le donne con il sedere grosso sono più capaci di fare bambini.

584

Nǐ juéde Xīfāngrén duì nǚxìng de shēncái yǒu shénmeyàng de biāozhǔn?

你觉得西方人对女性的身材有什么样的标准？

Secondo te, quali sono i canoni occidentali per il corpo di una donna?

585

Wǒ juéde Xīfāngrén dehuà tāmen gèng xǐhuan bǐjiào shìzhōng de,

我觉得西方人的话她们更喜欢比较适中的，

Penso preferiscano una corporatura media

586

ránhòu shāowēi xìnggǎn yīdiǎn, yǒu qūxiàn de

然后稍微性感一点，有曲线的

con le curve e sexy.

587

Tāmen kěnéng bù tài zhuīqiú tài shòu de zhèzhǒng shēncái.

他们可能不太追求太瘦的这种身材。

Probabilmente non amano le ragazze troppo magre.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

588

Kěnéng yǒuyīxiē wàiguó de nánshēng fǎn'ér huì xǐhuan yǒu yīdiǎndiǎn ròu de,

可能有一些外国的男生反而会喜欢有一点点肉的，

Ad alcuni stranieri probabilmente piacciono anche le ragazze con un po' di carne.

589

jiù gèng xìnggǎn ma | Duì

就更性感嘛 | 对

E' più sexy. | Vero.

590

Érqiě xiànzài tāmen hěn liúxíng jiùshì dà... tún bù shāowēi fēngmǎn yīdiǎn

而且现在他们很流行就是大... 臀部稍微丰满一点

Inoltre è molto popolare (in occidente) avere un sedere grande e pieno.

591

jiù zhùshè yīxiē tiánchōng wù qù ràng tā biànde gèng dà.

就注射一些填充物去让它变得更大。

Iniettano qualche sostanza per farlo diventare anche più grande.

592

Jiùshì yǒu yī gè hěn chūmíng de,

就是有一个很出名的，

C'è una donna famosa

593

hǎoxiàng hěn duō Zhōngguó rén dōu zhīdào de jiùshì Jīnkǎdàishān. | Duì

好像很多中国人都知道的就是金卡戴珊。 | 对

che molti cinesi conoscono, il suo nome è Kim Kardashian. | Sì.

594

Nǐ kàn guò tā ba?

你看过她吧？

L'hai mai vista

595

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Wǒ jiàn guò, tā de tún bù fēi cháng fēng mǎn, rán hòu tā de yāo hěn xì

我见过，她的臀部非常丰满，然后她的腰很细

Sì. Il suo sedere è molto grosso, ma la vita molto piccola.

596

Tài dà le ba, xiōng bù yě shì hěn dà de nà zhǒng.

太大了吧，胸部也是很大的那种。

Forse troppo grosso! Stessa cosa il seno.

597

Dàn shì hěn duō rén rèn wéi tā hěn xìng gǎn. | En, hǎo ba

但是很多人认为她很性感。| 嗯，好吧

Ma molti la considerano sexy. | Ah, ok.

598

Dì-liù gè fāng miàn jiù shì zhěng tǐ de fēng gé.

第六个方面就是整体的风格。

Il sesto aspetto è il look generale.

599

Wǒ men Zhōng guó kě néng nǚ hái zi,

我们中国可能女孩子，

Le donne cinesi,

600

bù guǎn nǐ shì èr shí suì hái shì sì shí suì shèn zhì liù shí suì

不管你是二十岁还是四十岁甚至六十岁

non importa se hanno 20, 40 o 60 anni,

601

dōu xǐ huan bèi bié rén shuō de nián qīng yī diǎn,

都喜欢被别人说的年轻一点，

amano tutte sentirsi dire che sono giovani,

602

xǐ huan kàn qǐ lái nián qīng.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

喜欢看起来年轻。

o apparire giovani.

603

Xiàng xiànzài hěn duō de míngxīng sìshí suì le kěnéng hái zài yǎn

像现在很多的明星四十岁了可能还在演

Molte celebrità che sono nei loro 40 continuano a interpretare ruoli

604

shíbā suì èrshí suì de zhège juésè,

十八岁二十岁的这个角色，

di donne di 18 o 20 anni

605

kànqǐlái hái xiàng zhège shàonǚ yīyàng.

看起来还像这个少女一样。

e sembrano ancora ragazzine.

606

Wǒ juéde Zhōngguó de nǚháizi shì xīwàng zìjǐ kànqǐlái xiǎo, niánqīng | Duì

我觉得中国的女孩子是希望自己看起来小，年轻 | 对

Penso che le ragazze cinesi vogliano sembrare giovani. | Vero.

607

Kě'ài | Duì, kě'ài

可爱 | 对，可爱

Carine. | Esatto.

608

Zhège yīnggāi yě shì gēn nánshēng de piān'ài yǒu guānxi

这个应该也是跟男生的偏爱有关系

Questo deve avere a che fare con le preferenze degli uomini.

609

Wǒ juéde Zhōngguó nánshēng shì bǐjiào xǐhuān...

我觉得中国男生是比较喜欢...

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Mi sembra che agli uomini cinesi piacciono...

610

kě'ài yīdiǎn de nǚháizi | wúgū yīdiǎn, duì

可爱一点的女孩子 | 无辜一点，对

Le ragazze carine. | Con un aspetto innocente.

611

jiù kěyǐ bǎohù tā de nàzhǒng, shì ba? | Shìde

就可以保护她的那种，是吧？ | 是的

Un tipo di donna da proteggere, vero? | Sì.

612

Wǒ bù zhīdào wàiguórén yǒu méiyǒu zhège xíguàn,

我不知道外国人有没有这个习惯，

Non so se gli stranieri hanno questa usanza,

613

jiù Zhōngguó rén duì chēnghu shì hěn yǒu jiǎngjiu de,

就中国人对称呼是很有讲究的，

ma i cinesi hanno un particolare modo di rivolgersi agli altri.

614

jiù bǐrú shuō wǒmen shì mòshēngrén,

比如说我们是陌生人，

Per esempio, se non ci conosciamo,

615

wǒ kàn dào nǐ, wǒ yīyǎn kàn guòqu, wǒ juéde nǐ bǐ wǒ dà,

我看到你，我一眼看过去，我觉得你比我大，

ti vedo e mi immagino che sei più grande di me,

616

wǒ kěnéng huì jiào nǐ jiào jiějie huòzhě shì jiào shénme shénme jiě,

我可能会叫你叫姐姐或者是叫什么什么姐，

potrei chiamarti “sorella maggiore”

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

617

zài huòzhě shì měinǚ

再或者是美女

o “bella ragazza”.

618

dànshì tōngcháng ne wǒmen shì bù xǐhuan bèi jiào dà de | duì

但是通常呢我们是不喜欢被叫大的 | 对

Di solito non ci piace che si riferiscano a noi come più grandi. | Vero.

619

Nǐ kěndìng bù yuànyì rénjiā jiào nǐ jiào āyí, duì ba?

你肯定不愿意人家叫你叫阿姨，对吧？

Di sicuro non vuoi che ti chiamino “ayi”, vero?

Nota: “ayi” è un modo di riferirsi a una donna della generazione dei genitori. Significa “zia”.

620

Qíshí shì zhèyàng de, zài Zhōngguó nǐ juéde tā bǐ nǐ dà,

其实是这样的，在中国你觉得她比你大，

In realtà in Cina anche se pensi che una donna è più grande di te,

621

nǐ hái bùnéng bǎ tā jiào dà.

你还不能把她叫大。

non puoi riferirti a lei come più grande.

622

Dànshì hěn duō xiǎohái hái shì jiào wǒ jiào āyí

但是很多小孩还是叫我叫阿姨

Ma molti bambini mi chiamano “ayi”!

623

Yǒushíhòu nàzhǒng gēn wǒ chàbùduō gāo de rén jiào wǒ āyí,

有时候那种跟我差不多高的人叫我阿姨，

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

A volte le persone alte come me mi chiamano “ayi”,

624

ránhòu wǒ jiù hěn xiǎng... | Biǎn tā

然后我就很想... | 扁他

e io vorrei... | Colpirli!

625

Xiàng wǒmen qù mǎi yīfu de shíhou, nàxiē diànyuán tā yě shì huì kuā nǐ,

像我们去买衣服的时候，那些店员他也是会夸你，

Quando andiamo a fare shopping, la commessa ci fa i complimenti dicendo:

626

Wa! nǐ zhège yīfu chuān qilai hěn xiǎn niánqīng, duì ba?

哇！你这个衣服穿起来很显年轻，对吧？

“Wow! Sembri così giovane con questo”

627

Wǒ shàngcì qù lǐfàdiàn, ránhòu nàge diànyuán gēn wǒ jiǎng,

我上次去理发店，然后那个店员跟我讲，

L'ultima volta che sono andata dal parrucchiere, mi ha detto:

628

tā shuō wǒ gěi nǐ jiǎn yī kuǎn zhège xiǎn niánqīng de fàxíng ba,

他说我给你剪一款这个显年轻的发型吧，

“Ti faccio un taglio che ti farà sembrare più giovane

629

yīnwèi xiànzài fēicháng liúxíng.

因为现在非常流行。

e che è molto popolare ora”

630

Hǎoxiàng shì shuō nǐ xiànzài hěn lǎo shìde.

好像是说你现在很老似的。

Come a dire che sembri vecchia ora.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

631

Qíshí wǒ zài Zhōngguó rén de zhège biāozhǔn lǐmiàn,
其实我在中国人的这个标准里面，
In effetti in base agli standard cinesi,

632

wǒ shì bǐjiào xiǎn chéngshú de.
我是比较显成熟的。
Sembro matura.

633

chéngshú zài Zhōngguó, lìngyī gè yìsi kěnéng jiùshì xiǎnlǎo
成熟在中国，另一个意思可能就是显老
La parola “matura” in Cina potrebbe anche significare “vecchia”.

634

hǎoxiàng wǒ tīng wàiguórén shuō guò,
好像我听外国人说过，
Ho sentito uno straniero dire

635

qíshí hěn duō wàiguó nǚshēng shì bù xǐhuan bèi biéren shuō zìjǐ xiǎo, duì
其实很多外国女生是不喜欢被别人说自己小，对
che molte donne straniere non amano essere chiamate “giovani”.

636

Rúguǒ nǐ shuō tā, nǐ kànqǐlái hǎo xiǎo! | Yìsi shì nǐ bùchéngshú
如果你说她，你看起来好小！ | 意思是你不成熟
Se dici loro: “Come sembri giovane!” | Significa “non sei matura.”

637

Tāmen xǐhuan ràng rénjiā rènwéi zìjǐ hěn chéngshú
她们喜欢让人家认为自己很成熟
Gli piace essere considerate mature.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

638

Shìde, ránhòu xìnggǎn yīdiǎn, chéngshú yīdiǎn

是的，然后性感一点、成熟一点

Sì e anche sexy.

639

yīnwèi chéngshú de dàibiǎo nǐ xiǎng wèntí hé zhège sīwéi yě dàodá yīdìng de gāodù,
因为成熟的代表你想问题和这个思维也到达一定的高度，

Essere matura significa che il tuo modo di pensare ha raggiunto un certo alto livello

640

jiùshì gèng cōnghuì a, gèng quánmiàn ba

就是更聪慧啊，更全面吧

e che sei più saggia e completa.

641

Hǎo, nà xiàmiàn wǒmen jiù lái shuō yīxià yǒu zhèyàng de shěnměi biāozhǔn

好，那下面我们就来说一下有这样的审美标准

Va bene, ora parliamo un attimo dell'avere questi canoni di bellezza,

642

tā yǒu shénme hǎo de huòzhě shì bùhǎo de dìfang?

它有什么好的或者是不好的地方？

cosa c'è di bello o brutto?

643

Qíshí wǒ zhīqián yě yǒu shuō dào zhège

其实我之前也有说到这个

Come dicevo prima

644

Zhōngguó rén duì shěnměi shì fēicháng yánkē de,

中国人对审美是非常严苛的，

siamo molto rigidi su questi canoni.

645

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

suǒyǐ wǒ juéde zhèzhǒng yánkē de shěnměi biāozhǔn,

所以我觉得这种严苛的审美标准，

Quindi penso che avere degli standard molto rigidi

646

kěnéng duì qīngshàonián huòshì niánqīng yīdài de rén

可能对青少年或是年轻一代的人

possa avere un forte impatto sugli adolescenti

647

yǒu hěn dà de yǐngxiǎng,

有很大的影响，

e i giovani

648

yīnwèi zhèzhǒng yánkē de shěnměi biāozhǔn

因为这种严苛的审美标准

perché potrebbe portarli

649

kěnéng huì ràng tāmen zǒuxiàng jíduān.

可能会让他们走向极端。

a essere estremi.

650

Nàme jíduān yǒu liǎng zhǒng, yīzhǒng shì mùdì de jíduān,

那么极端有两种，一种是目的的极端，

Ci sono due tipi di estremo, uno è con gli obiettivi,

651

bǐrú shuō zhuīqiú jídù shòu, ránhòu jídù bái,

比如说追求极度瘦，然后极度白，

ad esempio, cercare di essere estremamente magri o bianchi,

652

yǎnjīng jídù dà huòzhě bǐliáng jídù gāo dēngděng.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

眼睛极度大或者鼻梁极度高等等。

avere occhi super grandi o un naso all'insù, etc.

653

ránhòu língwài yī gè shì shǒuduàn de jíduān,

然后另外一个手段的极端，

L'altro è essere estremi nei metodi,

654

xiàng fǎnfù zhěngróng a, chī jiǎnféi yào a,

像反复整容啊，吃减肥药啊，

come fare ripetuti interventi plastici, prendere pillole dimagranti

655

ránhòu jí dù jiéshí a dēngděng zhèxiē

然后极度节食啊等等这些

o fare una dieta estrema.

656

Nàme qīngshàonián hé niánqīng de yīdài,

那么青少年和年轻的一代，

Gli adolescenti o i più giovani

657

tāmen xiànzài zhèngshì jiàzhíguān xíngchéng

他们现在正是价值观形成

sono in una fase dove i loro valori si stanno ancora formando

658

hé xīnzhì bù tài chéngshú de yī gè jiēduàn,

和心智不太成熟的一个阶段，

e non hanno un modo di pensare maturo.

659

nàme tāmen yǒukěnéng shòudào zhèxiē biāozhǔn de yǐngxiǎng,

那么他们有可能受到这些标准的影响，

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

Quindi potrebbero essere influenzati da questi standard

660

ránhòu duì tāmen de shēntǐ huòshì xīnlǐ dōu huì zàochéng jí huài de yǐngxiǎng.

然后对他们的身体或是心理都会造成极坏的影响。

e ha un effetto molto negativo sul loro corpo e mente.

661

wǒ shì xīwàng jiùshìshuō wǒmen zài zhuīqiú měi de guòchéng zhōng,

我是希望就是说我们在追求美的过程中，

Spero che quando perseguiamo un bell'aspetto,

662

tōngguò yīxiē jiànkāng de, zìrán de,

通过一些健康的、自然的，

lo facciamo in una maniera naturale e salutare

663

jiùshì jījí de xiàngshàng de yīxiē fāngshì dá dào yī gè chíjiǔ xìng de měi,

就是积极的向上的一些方式达到一个持久性的美，

un modo positivo di raggiungere una bellezza duratura.

664

yě kěyǐ tōngguò nèizài de yīxiē jiùshì chéngzhǎng hé gǎibiàn

也可以通过内在的一些就是成长和改变

Possiamo anche migliorare il nostro aspetto cambiando il nostro sé interiore

665

lái tíshēng wǒmen de wàizài xíngxiàng.

来提升我们的外在形象。

o attraverso la crescita personale.

666

Wǒ juéde zhège yánkē de shěnměi biāozhǔn,

我觉得这个严苛的审美标准，

Penso che avere dei canoni di bellezza molto rigidi

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

667

tā hái huì jiù ràng dàjiā huì biànde quēfá bāoróng xīn,
它还会就让大家会变得缺乏包容心,
porti anche le persone a diventare meno comprensive,

668

érqiě shènzhì shì yǒu yīdiǎn... | Kēkè
而且甚至是有一点... | 苛刻
o anche un po' più... | Dure?

669

Bù, yǒu yī gè cí jiào shénme? Cruel cánrěn
不，有一个词叫什么？Cruel 残忍
No. Qual è la parola giusta? In inglese è "cruele".

670

nǐ néng xiǎngxiàng yī gè mòshēngrén jiù duì nǐ shuōchū nàyang dehuà,
你能想象一个陌生人就对你说出那样的话,
Riesci a immaginarti uno sconosciuto che ti dice

671

shuō nǐ zhǎngde bùgòu měi, zěnme zěnmeyàng, nǐ shénme gǎnshòu, shì ba?
说你长得不够美，怎么怎么样，你有什么感受，是吧？
che non sei abbastanza bella e come potresti sentirti?

672

Nǐ huì juéde hǎoxiàng nǐ de wàibiǎo bùgòu měi dehuà,
你会觉得好像你的外表不够美的话,
Potresti pensare che siccome non sei abbastanza bella,

673

nǐ shēnshang jiù méiyǒu jiàzhí le
你身上就没有价值了
non vali niente.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

674

nǐ huì juéde... fǒurèn zìjǐ, ránhòu biànde zìbēi,

你会觉得... 否认自己，然后变得自卑，

Ti neghi delle cose e ti senti inferiore agli altri.

675

ránhòu qíshí huì yǎngài nǐ hěn duō zhēnzhèng měi de dōngxi.

然后其实会掩盖你很多真正美的东西。

Questo ti porterà a nascondere le belle qualità che hai.

676

Wǒ juéde yī gè rén biànde zìbēi de shíhou,

我觉得一个人变得自卑的时候，

Penso che se una persona ha scarsa autostima,

677

tā jiù kěnéng méiyǒu dònglì qù zuò qítā de shìqing,

他就可能没有动力去做其他的事情，

non ha la motivazione per fare le cose,

678

qù fāzhǎn zìjǐ qítā de xìngqù àihào,

去发展自己其他的兴趣爱好，

come sviluppare i suoi interessi o passioni,

679

nà duìyú shèhuì láishuō qíshí yě shì bùhǎo de.

那对于社会来说其实也是不好的。

e non va bene per la società.

680

yīnwèi shèhuì shì xūyào gèzhǒnggèyàng de rén, gèzhǒng xìnggé de rén

因为社会是需要各种各样的人，各种性格的人

Abbiamo bisogno di persone diverse con diversi tipi di personalità

681

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

qù tuīdòng tā fāzhǎn, tuīdòng tā jìnbù de.

去推动它发展，推动它进步的。

per andare avanti nella nostra società.

682

dànshì rúguǒ nǐ zhǐshì... dàjiā dōu zài qiángdiào nǐ yīdìngyào zhǎngde měi,

但是如果你只是... 大家都在强调你一定要长得美，

Se ci focalizziamo solo su un tipo di aspetto, ...

683

nǎpà hěn duō gōngsī zài zhāo yuángōng de shíhòu,

哪怕很多公司在招员工的时候，

Molte aziende quando selezionano il personale

684

dōu huì zài duì zhǎngxiàng yǒu zhège yāoqiú de,

都会在对长相有这个要求的，

potrebbero addirittura avere degli standard su che aspetto devono avere,

685

shēngāo yī mǐ liù yǐshàng, wǔguānduānzhèng | Biāozhǔn

身高一米六以上，五官端正 | 标准

come un'altezza superiore a 1.6 metri e bei tratti del viso. | Degli standard.

686

Duì, nándào zhǎngde bù duānzhèng de rén jiù méiyǒu jiàzhí le ma?

对，难道长得不端正的人就没有价值了吗？

E' vero. Come a dire che le persone che non hanno dei bei tratti non hanno valore

687

jiù dī rén yīděng le ma?

就低人一等了吗？

e sono inferiori agli altri?

688

Qíshí xiànzài hěn duō niánqīngrén dōu huì rènwéi zhège tōngguò biàn měi,

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

其实现在很多年轻人都会认为这个通过变美，

In realtà molti giovani oggi pensano che diventando più belli,

689

kěyǐ ràng hěn duō shìqíng kěnéng gèng róngyì yīdiǎn,

可以让很多事情可能更容易一点，

le cose diventano più facili,

690

bāokuò zhǎo gōngzuò, bāokuò zhège yìxìng jiāowǎng,

包括找工作，包括这个异性交往，

incluso trovare un lavoro e un partner.

691

kěnéng ràng tāmen gèng róngyì yīdiǎn.

可能让他们更容易一点。

Gli rende la vita più facile.

692

suǒyǐ tāmen zài duì měi de zhuīqiú de lùshàng yuè zǒu yuè yuǎn.

所以他们在对美的追求的路上越走越远。

Quindi vanno sempre più oltre nella loro ricerca verso la bellezza.

693

wǒ juéde zhège yě gēn wǒmen de jiàzhíguān yǒu guānxi,

我觉得这个也跟我们的价值观有关系，

Penso che abbia anche a che fare con i valori

694

jiù dàjiā gěi nǚxìng guànshū de zhège jiàzhíguān shì nǐ de shìyè chénggōng,

就大家给女性灌输的这个价值观是你的事业成功，

che imponiamo alle donne, ossia anche se hai una bella carriera,

695

bùnéng shuōmíng nǐ chénggōng,

不能说明你成功，

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

non significa che hai successo.

696

nǐ zhǐyǒu jià dào yī gè hǎo de lǎogong, yǒuqián de lǎogong,
你只有嫁到一个好的老公，有钱的老公，

Ma se hai un marito ricco e carino,

697

nà cái néng shuō míng nǐ zhè ge rénshēng shì chénggōng de.

那才能说明你这个人人生是成功的。

allora questo prova che hai una vita di successo.

698

Suǒyǐ hěn duō shíhòu wǒmen zài shěnměi de biāozhǔn shàng,
所以很多时候我们在审美的标准上，

Quindi molte volte, con i nostri canoni di bellezza,

699

yě kěnéng zài yíng hé yīxiē bié rén duì wǒmen de kàn fǎ,

也可能在迎合一些别人对我们的看法，

forse stiamo solo seguendo le opinioni che gli altri hanno di noi.

700

Duì, suǒyǐ qíshí yěxǔ tā zìjǐ bìng bù rèn wéi zhèyàng hěn měi,

对，所以其实也许她自己并不认为这样很美，

In realtà non siamo neanche d'accordo su questi canoni,

701

dànshì dàjiā dōu zhè me rèn wéi,

但是大家都这么认为，

ma siccome tutti gli altri la pensano così,

702

nà me wǒ yě xiǎng yào bèi gèng duō rén qù rèn kě.

那么我也想要被更多人去认可。

(li accettiamo perché) vogliamo l'approvazione degli altri.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

703

jiù yǐqián wǒ duì wǒ zìjǐ de wàibiǎo shì tèbié tèbié zìbēi, méiyǒu zìxìn de,
就以前我对我自己的外表是特别特别自卑，没有自信的，
In passato, non ero sicura del mio aspetto

704

juéde hǎoxiàng zìjǐ jiù bùzhíde qù yōngyǒu hǎo de dōngxi, duì
觉得好像自己就不值得去拥有好的东西，对
e sentivo di non meritare di avere cose belle.

705

dànshì dāng wǒ mànman de pāokāi le
但是当我慢慢地抛开了
Ma quando pian piano ho messo da parte

706

wǒ duì wǒ wàibiǎo de zhízhuó zhīhòu ne,
我对我外表的执着之后呢，
la mia ossessione per la mia apparenza,

707

wǒ jiù fāxiàn yuánlái shìjiè shàng hái yǒu gèng duō měihǎo de dōngxi
我就发现原来世界上还有更多美好的东西
Ho scoperto che in realtà c'erano un sacco di altre cose meravigliose

708

kěyǐ qù zhuīqiú
可以去追求
che potevo ricercare (nella vita).

709

Wǒ xiǎng nǐ yīnggāi yě shì yǒu zhèzhǒng tǐyàn de.
我想你应该也是有这种体验的。
Immagino che anche tu abbia avuto questo tipo di esperienza.

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

710

Duì, dāng dàbùfēn rén dōu qù fǒurèn nǐ de shíhou, nǐ huì fǒurèn zìjǐ,

对，当大部分人都去否认你的时候，你会否认自己，

Sì. Quando la maggior parte delle persone ti respinge, tu respingi te stesso.

711

dànshì cóng zìwǒ fǒurèn dào zìwǒ kěndìng shì xūyào

但是从自我否认到自我肯定是需要

Ma passare da respingere se stessi ad accettarsi richiede

712

yī gè hěn màncháng shènzhì hěn tòngkǔ de chéngzhǎng guòchéng.

一个很漫长甚至很痛苦的成长过程。

un processo lungo e doloroso di crescita.

713

shǒuxiān nǐ bìxū dēi rènkě nǐ zìjǐ,

首先你必须得认可你自己，

Innanzitutto, devi accettare te stesso

714

ránhòu nǐ bìxū yào pāokāi hěn duō chuántǒng de dōngxī,

然后你必须得抛开很多传统的東西，

e rompere con il modo tradizionale di pensare.

715

ránhòu qù zhuīxún nǐ zìjǐ zhēnzhèng de yīxiē dōngxī,

然后去追寻你自己真正的一些东西，

Allora puoi cercare quello di cui hai davvero bisogno,

716

xiàng bùguāng shì wàibiǎo,

像不光是外表，

non solo le apparenze,

717

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

háiyǒu nǐ de jiànkāng, háiyǒu nǐ de nèizài,
还有你的健康，还有你的内在，
ma anche la tua salute, la tua bellezza interiore,

718

háiyǒu nǐ de zhīshi, háiyǒu nǐ de chǔshì nénglì hé zuòshì de nénglì
还有你的知识，还有你的处事能力和做事的能力
la tua conoscenza e abilità di affrontare le cose.

719

suǒyǐ dāng nǐ zài gègè fāngmiàn yǒusuǒ tíshēng de shíhou,
所以当你在各个方面有所提升的时候，
Uno volta che migliori questi aspetti,

720

nǐ huì dédào zìxìn.
你会得到自信。
sei in grado di guadagnare fiducia in te stesso.

721

Nàme dāng nǐ yǒu zìxìn de shíhou,
那么当你有自信的时候，
Solo quando hai fiducia in te stesso,

722

nǐ cái huì bǎ zhège zhēnzhèng de měi de dōngxī quánbù zhǎnxiàn gěi biéren,
你才会把这个真正的美的东西全部展现给别人，
puoi mostrare agli altri la tua vera bellezza.

723

nàme qíshí zhège shíhou nǐ yěxǔ dábudào zhèxiē shěnměi biāozhǔn,
那么其实这个时候你也许达不到这些审美标准，
Probabilmente a quel punto non rispetterai ancora i canoni di bellezza,

724

dànshì wǒ juéde yě shì hěn měi de

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

但是我觉得也是很美的
ma sarai comunque bellissimo.

725

Lìngyī zhǒng měi | lìng yīzhǒng měi, zìxìn de měi
另一种美 | 另一种美，自信的美
Un tipo diverso di bellezza. | Esatto, una bellezza sicura di sé.

726

suǒyǐ zhēnzhèng de nèizài měi
所以真正的内在美
Se raggiungi la bellezza interiore,

727

kěnéng yě huì bāngzhù nǐ qù tíshēng nǐ de wàizài měi.
可能也会帮助你去提升你的外在美。
questo può aiutarti a migliorare il tuo aspetto esteriore.

728

Nà jīntiān de tāolùn jiù dào zhèlǐ jiéshù le,
那今天的讨论就到这里结束了，
Ok, la discussione di oggi finisce qui.

729

nà guānyú shěnměi nǐmen yǒu shénme kànfǎ ne?
那关于审美你们有什么看法呢？
Cosa ne pensate di questi canoni di bellezza?

730

Zài nǐmen guójiā, nǐmen de shěnměi biāozhǔn
在你们国家，你们的审美标准
Nel vostro paese, i canoni di bellezza

731

shìbùshì gēn wǒmen de yǒu shénme bù yīyàng?
是不是跟我们的有什么不一样？

Una chiacchierata sui canoni di bellezza cinesi

sono diversi dai nostri?

732

Kěyǐ liúyán gàosu wǒmen.

可以留言告诉我们。

Lasciateci un commento!

733

Nà wǒmen jiù xià qī zàijiàn le | Zàijiàn!

那我们就下期再见了 | 再见！

Ci vediamo alla prossima ! | Ciao!