Converted by Tiff Combine - (no stamps are applied by registered version)

لهذا يبدأ أوفيد نصائحه للمرأة بالعناية بجسدها ، قبل أن تعصف به الريح العانية . طلبا لملاحة المظهر ، فى ظل مدينة حديثة تتسم بالتحضر والرفاهية ٠

وبحس دقيق بمواطن الجمال ، يرى اوفيد انه ليست هناك طريقة واحدة للمرأة للتجمل ، ولاخفاء العيوب التى لا يخلو منهـا وجـه ، ولو كان مجرد شـائبة صغيرة ، فعلى المرأة ان تختار ما يناسبها من طرق الزينة ، كما تمليه عليها المرآة التي تطالع فيها وجهها وقوامها ٠

فاذا كان وجه المراة بيضاويا ، فان فرقا بسيطا فى شـعرها يضفى عليها حسنا فائقـا ، واذا كان وجههـا مستديرا فان كعكة صغيرة من شعرها المرفوع فوق جبينها. تكشف رقبتها واذنيها ، يجعلهـا رائعة الجمال ، بينما تكتسب أخرى الجمال اذا أرسلت شـعرها طليقـا على كتفيها ، او تركته يتموج كالبحر ، او ضفرته فى جدائل ٠

وهذه التسريحات التى يصفها أوفيد بريشـة الفنان التشكيلى ، لم تكن كلها نابعة من خياله ، ولكنها كانت تسريحات شهيرة لنساء معروفات فى التاريخ اشتهرن بها ، او وردت قصصهن فى الأساطير التى استقى منها اوفيد الكثير من اشـعاره ، ويذكرهن ، أحيانا ، بالاسم ٠

وبالنسبة للثياب يسخر اوفيد من ثقلها ، ومن كثرة حواشـيها وتطريزها ، ويفضـل عليها ثوبـا بسيطـا