

# 《你可以逆转时光：40岁女性时尚美丽秘籍》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787511323637

## 编辑推荐

克莉丝汀·施瓦布编著的《你可以逆转时光》是每一位40岁女性值得珍藏的时尚美丽“圣经”，它给了女人们独到的穿衣、化妆、发型、护肤的各类建议，甚至还包括心态、健康、生活方面的建议。本书实用性强，她针对40岁女性遇到的种种问题，提出了详细的指导意见。她尤其关注细节，鞋袜、手套、皮包、腰带……如何搭配，一一说明；头发、眉毛，甚至牙齿和指甲如何修饰，无一遗漏，无论巨细你都能找到适用的参考意见。本书的另一特色是详细介绍了一些“自助美容”的步骤，比如如何染发，可操作性强，让没有时间去美容院的女性可以在家操作。帮助40岁女性掌握护肤方法，延缓衰老，找准自己的穿衣风格，自内而外地修炼气质，真正做到逆转时光，看上去永远出色，永远优雅。为了美丽做出改变，任何时候都不晚。你无须回忆年轻时光的精致生活，也不用幻想自己是否能够恢复青春。积极行动起来，跟随本书的指导，你完全可以再度美丽和时尚。不，要比年轻时更自信，更洒脱！

## 内容简介

如果说20岁的女孩是100分，那么30岁、40岁、50岁的女人应该打多少分？当然都是100分！无论你是处于哪个年龄段的女人，你永远都是100分。女人永远都是100分！不同年龄的女人有不同的美，20岁的女孩，是桃花，鲜艳明媚；30岁的女性是玫瑰，迷人性感；40岁的女性是兰花，淡定优雅；50岁的女性是牡丹，雍容大气……对于每一个40岁的女性而言，只要拥有自信，拥有良好的心态，40岁后的生活并不像一般人想象的那么悲观，40岁后的容颜也并不见得一定就是“人老珠黄”“年老色衰”，看看已经40多岁的苏菲·玛索，看看已经50多岁的蜜雪儿·菲佛，看看已经60多岁的梅丽尔·斯特里普，是的，她们确实有些老了，但这种“优雅的老去”让她们完全可以媲美那些青春无敌的年轻女孩。她们身上看得见岁月的痕迹，但也有着岁月的馈赠：随着年龄增长而自然增加的那种成熟风韵和从容气度。克莉丝汀·施瓦布编著的《你可以逆转时光》为每一位40岁女性提供了见解独到的穿衣、化妆、发型、护肤的各类建议，甚至还包括心态、健康、生活方面的建议，实用性非常强。针对40岁女性遇到的种种问题，她提出了详细的指导意见。她尤其关注细节，鞋袜、手套、皮包、腰带……如何搭配，一一说明；头发、眉毛，甚至牙齿和指甲如何修饰，无一遗漏，无论巨细你都能找到适用的参考意见。更重要的是，《你可以逆转时光》还将纠正40岁女性常见的错误心态：时尚和美丽，不是20岁年轻女孩的专利，也不是社交名媛和女明星的专利，40岁后的普通女人一样可以走在时尚前沿，一样可以成为众人瞩目的美丽风景！

## 作者简介

克莉丝汀·施瓦布(Christineschwab)是美国著名的时尚专家，曾多次亮相于《今日》、《娱乐今宵》、NBC晚间新闻等电视节目；她还曾为雅诗兰黛、露华浓、马歇尔服装店等做过品牌代言人；她凭借敏锐的时尚触角，为很多时尚节目出谋划策。现在，她将自己在时尚界的经验之谈付诸笔端，写成了这本《你可以逆转时光：40岁女性时尚美丽秘籍》。

## 目录

### 第一部分 时尚

#### 第一章 风格

成熟女性应该具有怎样的风格

时尚典范

时尚杀手

塑造风格

#### 第二章 时尚之灾

灾难之一——裸露：你怎么敢如此暴露

灾难之二——潮流

#### 第三章 走向成熟

外衣下的秘密

驾驭你的外衣

#### 第四章 成熟女性的时尚秘密

鞋之情结

[显示全部信息](#)

## 在线试读部分章节

时尚之灾 对于我们而言，经常遇到的问题其实是“怎么做是错误的”，而不是“怎样做是正确的”。到了40多岁，我们已经知道什么东西适合自己，了解自己体形的优势和劣势。对于什么颜色讨人喜欢，我们也有了自己的看法。很多时候我们能够如愿以偿，不过也经常失手。现在，目标发生了变化，但是有时候我们的做法却没有随之改变。30多岁的时候，你是不是喜欢过紧身无袖背心？不过很可能并没有持续太久。你的衣橱里是

不是也曾经充斥着那些让你觉得非常性感的钉饰牛仔裤？可是现在你或许已经不需要通过钉饰来表达性感了。到了40岁，也可能是50岁，你的身材就会开始走下坡路。请相信我，即使现在还没有出现这样的情况，肯定也已经为时不远了。你或许太过忙碌而无暇关注这一点，但是，肯定有人会注意到。你认为是赞许的目光其实可能是怀疑的眼神。应该如何来辨别呢？当你在试衣间里暗叹自己的选择有点儿可笑时，看到十几岁的女孩穿着和自己一样的裤子时，你也会冒出这样的想法。也许你会发现，自己总是在百货商店里的“成熟女性”区域购物，因为只有这里的東西才完全适合你。你常常为了时尚杂志上粗俗的评论而烦躁不堪，主要原因是你在这种评论中找到了自己的影子。下面列举了一些成熟女性着装上出现的重大错误。不要嗤之以鼻——好好地读过之后，认真检查一下你的衣橱。最为重要的是，再审视一下镜子中的自己。灾难之一——裸露：你怎么敢如此暴露我们这个年龄的人最经常犯的着装错误就是过度暴露，商店里的很多衣服也都默许甚至怂恿这种暴露。为什么大家会热衷于展示肌肤呢？如果你身材苗条、肤色均匀，或许还可以，否则就算了吧。你必须了解自己的肤质。肤质是会变化的，尤其是白种人。有色人种例外，比如黄种人和黑种人，肤质变化比白种人推迟5~10年。略微丰满的女性，肤质也会比较好，但是，她们暴露肌肤的同时也会泄露体重。我认为应该适当保持神秘感。人体的肤色是会改变的，不管保养得多好，最好少暴露一点儿。是的，你的确有想穿什么就穿什么的权利。但是，如果不能凸显你的优势，那又何必这样做呢？我们应该怎样理解暴露呢？如果你还是20岁，甚至30岁的年龄，那我都能够理解，但是，当我看到四五十岁的女人还要这样袒胸露背，就很想问问她们为什么要这样做。难道她们真的认为这样会显得更加年轻吗？难道她们没有意识到自己好像是在极力模仿布兰妮·斯皮尔斯(Britneyspea)吗？健康又充满活力的布兰妮转变为性感偶像，这对她来说行得通，对我们则未必。但我不是说要捂得严严实实的。如果你身体的某些部位没有受到岁月的侵蚀，那你可以展示！否则，还是遮掩起来或者将别人的注意力从衰老部位引开吧。这称为选择性裸露。裸露对于可爱的年轻躯体来说是一种美丽，否则就是一种愚蠢的行为。不管你进行过多少次整形手术，也不管你的肤色多么明亮均匀，在一定年龄之后，你就要和露脐装、低胸装以及无袖装说再见了。如果暴露仅仅是为了让自己觉得舒服，那么大可不必这样做。我们已经与完美无缘了吗？绝对不是！只要你懂得暴露应该适可而止，完美就会重现。完美就是扬长避短。我们知道很多让身材显得苗条的着装窍门，但现在应该多去了解如何做到装束得体。在参加艾美奖(Emmys)的颁奖典礼时，芭芭拉·沃尔特斯(BasrbaraWalte)穿了一件不对称的露肩装，稍微露出了一个肩膀和一部分上臂，其余部分则被长长的手套遮盖住。她已经七十多岁了，但还是那么性感，并且丝毫没有暴露之嫌。身体审视你上一次审视自己的身体是什么时候？说实话，有谁愿意审视自己并不完美的身体呢？为了让大家掌握时尚的秘诀，我们必须从自我审视开始。装束得体的前提是要了解自己身体的优势和劣势。我们的身体已经和10年前或者15年前很不一样了。不过，只要能够分辨优点与不足，我们完全可以实现扬长避短。过去晒黑的地方现在又长出了雀斑，但是它已经不像年轻的时候那样惹人喜爱了。你听说过，除了昂贵的皮包，其他地方也会出现“蜥蜴纹”吗？小时候吃的快餐现在转化成了毫无用处的脂肪团，堆积在我们的大腿和臀部。怀孕和发胖使我们的皮肤松弛，毫不留情地提醒着我们岁月不饶人。但是，只要我们把这些部位都遮挡起来，就可以掩人耳目了。我这样说不是指从头到脚地裹起来，而是要有选择地裸露。即使你进行了卓有成效的节食和健身，还是应该及时关注身体的某些部位。当然，如果你对整形、抽脂或者注射美容非常感兴趣，那就另当别论。你可以采用各种产品和疗法对身体的这些部位进行改善

，也可以简单地通过化妆和穿着来进行弥补。节食和健身让你由内到外日臻完美，但是，这并不意味着你可以将需要遮掩的部位暴露出来。P11-13

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)