

<<像赫本一样做女人>>

图书基本信息

书名：<<像赫本一样做女人>>

13位ISBN编号：9787543662018

10位ISBN编号：7543662019

出版时间：2010-4

出版时间：青岛出版社

作者：贾毓婷

页数：206

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<像赫本一样做女人>>

内容概要

奥黛丽·赫本让许多人相信，天使确实来过人间。

她的优雅和时尚不仅停留在她的外表，她在所处的时代，更成为一种永恒的精神，跨越了时空。

这本书所要做的，并不只是简单地回顾奥黛丽·赫本精彩传奇的一生，更不是将她放到遥不可及的位置上，用小锤敲敲你的头，要你趁早放弃成为赫本的“白日梦”，恰恰相反，我们要摘掉笼罩在她头顶上的光环，让你看到在最真实、最普通的生活轨迹上，碰到同样的喜怒哀乐愁时，奥黛丽·赫本的做法与我们有什么不同——正是这点点滴滴的不同，使得她成为了熠熠生辉的奥黛丽·赫本，而不是芸芸众生中的某某某。

我们将以她的故事作为绝佳的教材，为你总结那些具体的、可操作的、有章可循的法则。

接下来，奥黛丽·赫本的家庭、生前好友，与她一起工作过、接触过的化妆师、造型师、导演、明星、记者、普通人，甚至奥黛丽·赫本本人，都将开口向你讲述终生优雅的秘诀。

<<像赫本一样做女人>>

作者简介

贾毓婷，女，毕业于山西大学英语系，曾任某世界500强企业高管秘书，骨灰级“赫本迷”。坚信赫本是所有女人和男人一生的梦想，自中学时代便收集关于赫本的一切资料，由于实在不堪忍受如今竟然有那么多人对于赫本“一知半解”，所以决定创作本书。现为北京新知文创签约作家。

<<像赫本一样做女人>>

书籍目录

引子 欢迎来到赫本学院第一章 在赫本的衣橱里学习穿衣法则 1. 质料一流的基本款——一百年不过时的“赫本风潮” 2. 今天我该穿什么 3. 不可不备的经典单品 4. 任何人都适用的穿衣经第二章 打造属于你的赫本式妆容 1. 让赫本肤若凝脂的秘密 2. 宠爱自己，从护发开始 3. 整张脸只有一个重点 4. 像女主角那样亮相第三章 走进赫本的魔法厨房 1. 健康食品是最好的粉底 2. 不必拒绝巧克力的纤瘦秘诀 3. “非运动狂人”的瘦身大法第四章 修炼赫本式的强大气场， 1. 从足踝开始站直——比1.70米更显高挑的秘密 2. “鸵鸟狂奔”还是“凌波微步”？ 3. 坐下来，气场不要降下来 4. 别让苦瓜脸遮住你的气场 5. 放正你的眼神第五章 让公主端坐在你的内心 1. 付出尊重，赢得气场 2. 你没有那么重要 3. 控制你的表现欲 4. 专注的你最动人 5. 在气场对决中立足于不败之地第六章 像赫本那样约会 1. 你的Mr.Right藏在哪里？ 2. 抓住他，就在约会的前十分钟 3. 赫本式约会，拒绝冷场 4. 等电话？不如主动打过去 1. 别让朋友变成“最佳配角” 2. 爱情可能会辜负你，事业不会 3. 且把爱情当作一根柱子 4. “期待小姐”与“木讷先生” 5. “Cut”以“Action”更重要第八章 看赫本如何应对失恋 1. 姿态好看最重要 2. 谁会爱上“祥林嫂” 3. 分手了，就别再来找我 4. 全新的开始是最好的“失恋礼物” 5. 可以怀疑恋爱，但请相信爱情第九章 巨星是怎样炼成的？ 1. 史上最美的“工作狂” 2. Work Hard，更要Work Smart 3. 坚持你的！ 4. 请闭紧抱怨的嘴 5. 不做“过去进行时人” 6. 对上以敬，待下以宽第十章 千面公主，优雅变身 1. 命运多舛的“千金小姐” 2. 大丈夫背后的小女人 3. “非巨星”妈妈 4. 如果赫本是你的闺蜜第十一章 永葆美丽的秘诀 1. 行走在人间地狱的天使 2. 天使回到了天国后记

<<像赫本一样做女人>>

章节摘录

第一章 在赫本的衣橱里学习穿衣法则1. 质料一流的基本款——一百年不过时的“赫本风潮”每一次出现在世人面前的奥黛丽·赫本，都会毫无疑问地成为无数眼球和闪光灯追逐的焦点。

无论其他女星如何浓妆艳抹，姹紫嫣红，赫本总能以一袭黑裙和一双明眸轻松取胜。

这种四两拨千斤的绝技，看似无心插柳，实则暗藏功力，离不开平时一招一势的累积。

我们的第一堂课，就从这一招一势学起。

你也许有过这样的经历：橱窗里某件衣服令你欲罢不能，贴身试穿后却发现镜中的自己不伦不类；兴冲冲地从折扣店淘回三包五包，还没换季就已意兴阑珊不想再穿；希望今天的衣服五年后穿出门去，路人依然用艳羡的眼神赞赏你有范儿，一回头却发现去年买回的衣服都已老土可笑，惨不忍睹……够了，这些经历谁没有过？

无论打开哪家的衣橱，我们总能看到那些似曾相识的“惨痛教训”。

赫本的衣橱会有什么不同？

在她的衣橱里，你绝对不会看到这样的衣服：缀着亮闪闪的金属片，印着乱七八糟的花纹和Logo，镶着大片的荷叶边，红黄蓝绿冲撞的颜色、层层叠叠的繁复搭配……也许你会拿出某部韩剧中女主角的打扮作例子，同时翻开某本畅销的日系潮流杂志，证明这种路子的打扮正当流行，但是一季过后会怎样？

除了把那些面目不清的衣服统统塞进你日渐臃肿的大衣橱里，你别无它法，亦或者，这一季的潮流还未结束，你天天向上的鉴赏力已经让你满脸羞愧地主动将它们束之高阁了。

裙子长了又短，流行色红了又绿，领口一会儿开至乳沟，一会儿又包住脖子……潮流就是个不安分的坏孩子，它一天三变地折腾，就是要你无时无刻不注意着它。

辛苦的女人追着它的影子跑，聪明的女人则一把抓住它的本质。

奥黛丽·赫本是怎么做的？

在一次访问中，奥黛丽·赫本被问起如何打造著名的“赫本风格”。

她有些不好意思，露出招牌式的微笑，说：“哦，那很简单，你只要把头发往后梳，穿一件无袖黑色洋装，再戴一副黑色太阳镜或帽子就好了。”

”话虽这么说，做起来可并不简单。

奥黛丽·怀尔德(Audrey Wilder)——赫本的闺中密友揭秘说：“赫本对衣裳的质感一点也不马虎。

她穿衬衫，那就一定是件质料一流的衬衫，而且，款式一定非常简单。”

”没错，基本款、质料一流——这就是奥黛丽·赫本最看重的。

什么是基本款？

水钻去掉，钉扣去掉，亮片去掉，蕾丝去掉，荷叶边去掉，乱乱的花纹和Logo统统去掉……你张大眼睛，是在思考还有什么衣服能穿吗？

有啊，去商场好好找找吧，有不少这样的衣服长期被你忽略掉了。

别让你的眼光只在那些纷繁复杂的装饰上流转，你得好好考虑自己的气质是否能够很好地驾驭这些衣服。

要把一件基本款衣服穿出趣味，只要在整体造型以外加一些小配饰，比如夸张的太阳镜——能把怪模怪样的螳螂式阔边太阳镜戴得如此风情万种，也只有赫本这样的小妖精做得到，一条优雅的丝巾或是一顶有型的帽子就好。

要记得，衣服只是你的侍从，你才是女王——如果你的气质不能压得过那件衣服，坚决不要买下它。

适合你的衣服应该能柔顺地包裹在你身上，乖乖地衬托你的气质，勾勒你的线条，散发你的气场，而不是在你还未走入某间屋子之前，就先声夺人，盖住你的风头。

在赫本生长的年代，欧洲女子买衣服是重质不重量的——她们可能为了买一件奢侈品而省吃俭用一整月。

赫本也承袭了这种理念，在她看来，一件好衣服绝对是有魔力的。

“当我代表‘联合国儿童基金会’在电视摄像机前演讲时，我会非常紧张，但穿着纪梵希的衣服，我觉得好像有人在保护我。”

<<像赫本一样做女人>>

”当年，赫本做演员刚刚赚来第一笔钱，就冲到时装店买下一件原价的纪梵希高级女装。当然，我们可不提倡你一领到月薪就去买一套Chanel，然后顿顿清水煮挂面，打发接下来的30天，而是要你打这样的算盘：花去半月薪水买来的几大箱布满毛边线头、残缺水钻和拙劣Logo的衣服，和花去三分之一薪水买回的一件优质时装相比，哪一个更有生命力？显然，前者或许能让你一天换三套，大半个月不重样，却只能落得“雷”人不倦，被拿来当生动的反面教材，而后者却能让你熠熠生辉，在茫茫人海当中，最受瞩目的那个就是你。古巴人常说：“便宜的东西往往会花掉你更多的钱，而昂贵的东西往往会替你省钱”，一点不错。P1-4

<<像赫本一样做女人>>

后记

奥黛丽·赫本的墓碑是一座小巧的十字架，上面只有寥寥两行字：奥黛丽·赫本，1929~1993。除此之外，没有照片，没有修饰，简单得如同她的风格。

阳光安静地照过来，在光滑的石材表面轻轻流淌。

尽管她已逝世多年，但时常会有喜爱她的人专程从世界各地来到这里，看望她，祭奠她。

大家都知道她爱花，于是，她的墓地便拥满了鲜花。

人人都知道：青春易逝，容颜易老。

然而，奥黛丽·赫本偏偏美了一辈子，也让人爱慕了一辈子。

即便逝世多年，仍有无数人对她念念不忘。

以她的肖像出版的纪念邮票，她生前的戏服、道具展览，她的模仿秀，她的电影巡演，以她的名义创办的慈善基金……凡是与她有关的活动，都能毫无悬念地引起全世界的关注。

<<像赫本一样做女人>>

媒体关注与评论

我非常喜欢她，其实我很爱奥黛丽；每个人都很容易爱上她。

她是我见过的最迷人和最优雅的人，我在《罗马假日》里相识了一位我永远都是配角的人，和她在一起，我永远都觉得自己是她的陪衬。

——格里高利·派克她拥有自己独特的魅力，服饰在她的身上就变成了优雅，时尚和简约。

这就是她用自己的风格营造的“赫本风格”。

我能为她打点衣着是我的荣幸，她的魅力无人能出其右。

——纪梵希在我看来，她是一个拥有孩童般气质，且极具质感的女人。

一开始认识她是在电影里面，印象中，她的每一个造型都鲜明且具有标志性，到目前为止依然有很多人模仿，足以证明她的经久不衰。

——周迅

<<像赫本一样做女人>>

编辑推荐

我们虽不能成为奥黛丽·赫本，但可以做最优雅的自己！

骨灰级“赫本迷”必看的赫本宝典！

《像赫本一样做女人》将赫本的这些智慧与见解淋漓尽致地呈现出来，向那些梦想着成为赫本的已经长大的，或将要长大的女孩，投下一道迷人的彩虹，通向绚丽的未来之中……

<<像赫本一样做女人>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>