第一图书网, tushu007.com

<<美装革命>>

图书基本信息

书名：<<美装革命>>

13位ISBN编号：9787807633617

10位ISBN编号：7807633611

出版时间：2010-4

出版时间：广西科技

作者：谢丽君

页数：180

字数：150000

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

前言

真正的美丽是发现内在的自己古希腊著名的哲学家埃皮克提图曾经说过：“ Know first who you are, and then adorn yourself accordingly. ”意思就是我们要首先发现自己，了解自己，才能学会真正的穿衣之道。
有很多女孩跟我说过：“ 君姐，我不喜欢读时尚杂志，也没有那么多时间逛街，也判断不出别人穿衣到底有没有型，更不知道自己该穿什么型，我这样的女孩能变漂亮吗？
”我想告诉所有这类型的女孩子，不要担心，不要失望，因为美丽永远不是表面的，真正的美丽是穿透表面的衣装和伪饰，直达内心的，真正的美丽就是发现内在的自己。
而我的工作就是帮你发现那个与众不同的、有着独特美丽和魅力的你我从事造型工作已有十余年光景了，记得最初是帮电视节目的各种角色做造型，后来，要做的越来越多，发布会、演唱会、政界人士、商界精英、普通大众……无论对象是谁，我都会对他们说，想穿对衣，穿好衣，做得两点就可以：一、了解自己，二、不盲从流行。
因为造型是因人而异的，你才是最重点所在，只有你才能改变自己。
试着把生活的美学融入你的世界，随时随地、顺应场合，适当地表现自己，让你的穿着打扮融入生活，成为它的一部分。
造型不需刻意，而是随手拈来的生活情趣，拥有好心情自然就会变美！
时常有人问我：“ 40岁以前你从事造型工作，40岁以后你有何计划呢？
”我的答案是，服装造型是我一辈子的最爱，也将是我唯一的选择。
只要是与美相关的事物，我都喜欢尝试，每当有新案子进来，我和助理们都抱着超越自我，全力以赴的心情认真完成。
那种充满挑战和追求完美的精神，就是支持我一直向前的动力，身为造型师将是我此生无悔的追求。
而造型之外，我最大的心愿是做一名讲师，一个传播美丽与自信的使者，通过我微薄的努力，将美丽的讯息传送给更多的人，让大家一起变得更加美丽！
谨以这本书将献给对自己有所期许、想要自信生活的朋友们！
希望你们都能从中有所收获，找到自己，成为有自信、快乐的精灵

第一图书网, tushu007.com

内容概要

女人每年最大的花销是什么？
给衣柜里添置永远缺一件的衣服！
女人每天最大的烦恼是什么？
如何找到第二天合适穿的衣服！
如何用最少的花销，找到最适合自己穿的衣服，穿得出彩、漂亮，是永恒的话题。
台湾第一造型天后，东方卫视造型设计总监，曾为赵雅芝打造《京华烟云》惊艳造型，为舒淇、王力宏、林心如、刘若英、王祖贤、齐秦、郑伊健、设计风格形象，为F4打造震撼流星花园出场的谢丽君，第一次将自己多年的美丽心得公之于众。
5大“水果穿衣体形”，你到底属于哪一种？
上身胖、腿粗、个子娇小的女孩如何扬长避短，巧用衣装遮盖身体缺陷？
我们如何能从舒淇、刘若英、张曼玉、大小S这5个不同风格的女星身上学到属于自己的扮靓穿衣经？
衣橱里十大必不可少的衣服，你有了吗，又选对了吗？
如何善于配件，让自己的搭配功力更加精进？
最重要的是，如何修炼自己，才能成为一个由内到外都散发美丽的女人呢？
在这本《美装革命》中，你将获知一切！

作者简介

谢丽君，台湾第一造型师，上海东方卫视造型总监，
从事艺人及政商名流整体形象设计长达18年的顶级造型设计大师，
 舒淇、赵雅芝、金城武、王力宏、大小S、林心如、刘若英、F4、齐秦、王祖贤、范晓萱、张信哲、郑伊健、马英九等人的御用造型设计师。



书籍目录

自序　Foreword by Rivonne　Basic FashionChapter 1 你到底了解自己多少？
　变美前的必修课——有勇气才能有改变　改变身材“衣”计划——你是何种身材与体形　五种基本体形的穿衣哲学　上半身丰腴的苗条穿衣术　下半身不美的完美穿衣术　娇小女孩和瘦女孩的穿衣哲学 Chapter 2 向名人学造型——你也可以成为百变女郎　自然性感系——舒淇　知性气质系——刘若英　优雅味道系——张曼玉　甜美可爱邻家系——林心如　典雅名媛系——大S　时尚先锋系——小S　Practical FashionChapter 3 经典服饰与你的今生纠葛——绝对不能没有这一件　肤色与服装色彩的亲密关系　全然纯净效应的完美白衬衫　全世界最受欢迎的百变牛仔裤　跟长裤上的褶子说BYE-BYE！
　衣橱里不可少的A字裙和及膝裙　100%One-piece裙和套装　套上罩衫、针织衫relax一下吧　穿上一件好毛衣让身体也有好情绪　可爱、睿智、洒脱、时尚的风衣　一衣以避之——长短大衣二三事 Chapter 4 画龙点睛的配件美学——小小配件万变风情　适宜的配件犹如甜点上的缘分　女人最爱的包包与腰带　浪漫风情的披肩、围巾与丝巾　为脚丫挑选美丽又舒适的好鞋　为造型加分的耳环、项链、胸花与别针　实用又美观的帽子、眼镜、手表与袜子　Classical Fashion Chapter 5 内在美让你成为100%Perfect 女人　美女养成教育的重要性　每个女人都是毛坯房　化妆是种基本礼仪　你的气质隐藏于眉宇之间　S-O-F-T-E-N的美女新态度　美丽不止一面后记——美丽的事业不会停止

章节摘录

插图：如何选对正确的颜色黄种人不像白种人的肤色那样，能把衣服原来的颜色表现得纯粹，颜色间的协调与冲突，便要加倍小心才行.同样是黄色肤种的东方人，也有肤色偏白、偏黄、偏黑的不同，圈内流行的做法是找个专业色彩人士，让她拿着大大小小的布块好好为你规划一下。
我的做法没那么复杂，不如像《欲望都市》中的Carrie一样，找个空闲，打开衣橱，约上三五好友，小酌几杯红酒，一样样试穿衣服给朋友看，从原来的衣服中，好好研究自己适合的颜色，找出最能表现自我的色彩组合，如果你的衣橱里没有那么多色彩缤纷的衣服的话，就先拿好友的借用一次。
在好姐妹举牌的Take it 与Drop it之间，心灵会别样放松。
偏白肌肤适合色原则上，偏白的肤色在先天条件上占了优势，因此在颜色的选择上，范围较广，除了任何的纯色如黑、白、红、黄、蓝、绿等皆宜之外，淡粉色系可以让人看起来更加粉粉嫩嫩，深色系则对比出肤色的白皙，唯一需要注意的是：别擦太艳丽的口红偏黄偏黑肌肤适合色偏黄的肤色在选择芥末色、藕色、浅褐色等浊色系时要很小心，还有，注意身上的颜色不要太多，否则容易让脸色看起来脏脏的；偏黑的肤色则应避免选择深蓝色、炭灰色、深灰色、暗红色、红棕色等颜色，不然看来就会像一个不会反光的物体一般选对颜色才能增光添彩选择适合自己的颜色时，应该先将衣服贴近自己的脸庞比对，会让自己的脸色看起来更好的颜色，才是适合的颜色。
如果你以往挑选衣服时，总是以自己喜爱的颜色为主；或者以颜色本身所代表的感觉，例如红色代表热情、黑色代表神秘、粉红色代表温柔可爱等的印象为标准的话，也许长久以来，你一直把不适合自己的颜色摆在身上而不自知。
重新审视有哪些颜色才能真正为你增添光彩，让你变得更加出色吧。
搭配出彩的颜色米色+ 黑色：稳重、知性风格。
黑色+ 金色：适合摩登时尚的风格。
· 淡绿+ 咖色：可爱又不显幼稚的色彩搭配。
· 红色+ 棕色：简约的都市风格。
· 白色+ 绿色：明亮轻快之感纯蓝+灰色：安静不失大方的时尚格调 宝石绿+柠檬黄：轻快的气氛 亮橙色+灰色：相当有时尚感 蓝色+白色：清爽自然黄色+紫色：强烈的撞色有着强烈的时尚感 · 灰色+粉橘色：有文化的配色。
年轻、可爱不失知性风采。
灰色+紫色：神秘女郎的灰色地带，充满魅惑的经典配色。
灰蓝色+驼色：很书卷味，早期PRADA的经典配色，是秋冬非常好的选择。

后记

从去年遇到这本书的两个编辑Claire和Coco算起，整整一年的时间了。
所谓好事多磨，大概也不过如此吧。
周围的朋友每次遇到我，都会关心地问一声，你的书什么时候出啊，我也只好讪讪地笑上两下，“快了，快了。
”这一年里，身边大大小小的事，发生了一堆，好坏参半。
父亲去世，金融风暴来袭，减员降薪……但也有不少好事，最好的就是学会了如何做自己，如何应对各种各样的打击。
当然，工作上也有了更多的进展，写书、录更多的节目、独立运作环球小姐的整体事宜。
人，就是这样，每日忙忙碌碌，为着不同的目标而奋斗着。
但是哲人有一句话，“当你的身体走得太快的时候，停下来，让灵魂跟上。
”著书立传，恐怕就是最好的灵魂修养。
在查阅资料、修删稿件时，自己也得到了净化。
虽然这本书耗费了我大半年的时间，但是，多多少少仍会有自己不满意的地方来不及修正了。
书要着急出，市场要着急跟。
还有许多未能说完的话，想和更多的姐妹分享。
我们的美丽事业要再延续下去，我们要向世界展现一个更美丽的自己，更美丽的中国，五千年的礼仪之邦，要有更多大方得体的美丽女子。
礼仪上的美装革命，色彩的美装革命，职场的美装革命，让你更能了解自己风格，穿出品位、时尚感的更高级的美装革命，还有我最愿意和大家分享的情感上如何能学得更聪明些，少受些伤害的情感革命。
这本书只是最基础的一个头绪，定会有很多人有这样或那样的不满意和不满足，我希望你们能把这些不满意告诉我，让我们能一起分享、创造出更美丽的未来。
写信给我吧，或者访问我的空间，留言在上面。
我真诚欢迎你们的到来。

媒体关注与评论

她是个造型师，是我两个女儿的干妈，她是个善良又坚强的女人，更是个步步留心，给人带来非凡美丽的使者，愿她给你带去属于自己的独特的美。

——李宗盛头圆额平，眉长过目，唇红齿白，皮肤香洁，指纤掌厚，纹细如丝，语小声圆，清如流泉，语不见媚，笑不露齿，步覆缓祥，坐卧间雅，这是我心中理想的美女标准，希望你读了这本书之后，也能成为这样的女人。

——唐季礼认识君姐好多好多年了,现在回想起来，好像从我入行起一切有关“美”的事务都有君姐的参予。
君姐对美的坚持很细腻，不仅仅是在造型上，而是从生活中相处的每一个小细节。
也希望每一位读这本书的读者都能跟我一样，从她细腻的文笔中学习到对美的独特眼光。

——林心如君君入行的时间和我差不多，是“老”熟人，大大小小的明星，她打造了不少，各式各样的造型，她都变得出来。
看完这本书，希望你能变身、变美、变女王。

——吴宗宪我和君君相识十多年了，她打造的艺人不胜枚举，只有一颗异常沉静而喜乐的心，才能拥有如此深厚的功力，也只有这样的谢丽君，才能用造型让我们的世界如此美丽。

——柴智屏我能在事业中展现最美丽的自己，我想有一大部分是君君的功劳。
拥有自己的Style 是非常、非常重要的一件事，在本书里，就是要教你如何创造自己的style，只要你细细品味，就一定可以在其中找到最适合自己的造型建议，并且从此摇身一变成为人见人爱的漂亮宝贝。

——朱卫茵我的形象知识一向不多，对于形象感受与形象价值的改变是在2005年做了《头脑风暴》的主持人以后。
在对自己的形象设计上，谢老师算是我的启蒙老师。
我相信形象发展对于自己的内在发展有帮助。
我愿给自己的转变过程找一个分享的地方，也算给谢老师当一回心甘情愿的托儿。

——袁岳在新世纪，女人应该更优雅自信。
相信谢老师的这本书，能帮助所有优质女性兴高采烈地迎向亮丽自信的未来！

——张怡筠

编辑推荐

第一图书网, tushu007.com

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