

<<我年轻15岁的秘密>>

图书基本信息

书名：<<我年轻15岁的秘密>>

13位ISBN编号：9787539040387

10位ISBN编号：7539040386

出版时间：2011-1

出版时间：江西科学技术出版社

作者：柿崎江子

页数：159

译者：何曙燕

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>

## <<我年轻15岁的秘密>>

### 前言

作者序“现在的你正处在汉堡包的最高层。

”说这话的是我最信任的编辑Y。

那是《一个人也可以美丽》出版后一年，开始本书的制作。

第一次讨论，是在一个乍暖还寒的春日。

对于要以成熟姿态示人的我来说，这句话无疑是一个很具诱惑的开场白。

我很高兴她用“最高层”这个词。

“汉堡包是大家都喜欢吃的啊，几乎没有人不喜欢。

食材一看就明白，又很容易吃到，没什么可挑剔的。

可是话说回来，比如传统京都炖菜，那里边的道就很深啊，食材的好坏、调味品的选择等都很重要，否则做不出绝美的味道。

”Y接着说，“成熟、优雅的女人就好比传统京都炖菜中的食材和调味品。

”哦，原来她是这个意思。

虽然有些失望，不过她说的确实没错。

我20岁的时候，努力学习化妆、胡乱减肥、时不时地谈一场身心俱疲的恋爱，在反复出错、反复失败的同时，才逐渐了解自己。

20岁是一个重要时期。

往往什么都不考虑就去做。

如果把这种不管不顾的做法比作汉堡包的话，还是刚才说的，女人随着年龄的增长，就好比传统京都炖菜，时间越长越有味道。

任谁都会觉得做一个有内涵的人要好一些。

我想走的不是汉堡包这样的捷径，而是炖菜的途径。

汉堡包和炖菜走的路、登的山不同。

我必须停下来进行一次调整。

在激烈讨论之后，终于确定了本书的方向。

从“该怎么解决我目前的问题”，“对于将来的自己，我现在该做些什么”到“怎样让我永葆25岁的容颜”。

本书就是沿着这种宗旨和心情来完成的，希望能以此激起读者的“美丽欲望”，并且衷心希望本书能成为女性通向历久弥新之路的指南！

柿崎江子

## <<我年轻15岁的秘密>>

### 内容概要

我在20岁的时候，努力学习化妆、胡乱减肥、时不时地谈一场身心俱疲的恋爱，在反复出错，反复失败的同时，也逐渐了解自己……女人随着年龄的增长，就好比传统京都炖菜，时间越长越有味道。

作为一个要一生美丽女人，我要面对的，已不仅仅是“该怎么解决我目前的问题”，而是——“对于将来的自己，我现在该做些什么，怎样才能永葆25岁的容颜”。

这才是女性通向历久弥新之路的关键。

## <<我年轻15岁的秘密>>

### 作者简介

70年出生于青森，  
毕业于东京著名的SETSU MODE SEMINAR美术学校。

作为一名活跃在知名女性杂志的插画师，  
除了本职工作外，长期热衷于美容护肤。

在这个过程中，积累了丰富的美容知识。

凭着对探究美丽无尽的热情，  
江子出版了一系列备受女性

## <<我年轻15岁的秘密>>

### 书籍目录

美丽，始于内身体清洁，你做到位了吗？

挽救垮掉肌肤的上帝之手唤醒身心上的“死角”问题肌肤的果汁疗法让Y编辑永葆年轻的早餐让我时刻保持自信的化妆包这样真的和大明星没差越浴越年轻飞机上的完美护理优雅人生训练课这些细节，让你永远无法翻身没有预谋，这才是恋爱的赢家摧毁皮肤的最大杀手不是岁月！

告别沉积的毒素小肚子立刻瘪下2公分肠道大清洗窍门1肠道大清洗窍门2完美清身术 灌肠的真相毒素就是从这里传遍全身！

向便秘挑战！

逆转人生的第一步负离子，胜过一切维他命 打造人前闪亮美身术水嫩肌肤神奇补充剂从头闪到脚的购物计划从18—32岁，我推荐这些！

有了这些护肤品，肌肤才会安全出嫁时的特别嫁妆：永久脱毛将女人味发挥到淋漓尽致的发型年轻的秘诀 采访手记1阿育吠陀瘦身法，打造比基尼身材30岁，到底该如何让身材更美？

方法有很多！

不要干瘦，我要25岁的“曲线”！

这个比瑜珈更让我惊喜拥有更多女人味的最简便方法如婴儿新生牙齿一样美白牙齿也要美白在家里就能做！

真正的美女决不会这样做从平凡到闪耀修正行走仪态素颜问题：他何时可见你的庐山真面目？

增加素颜自信的方法浮肿变形的脸，在一天天地变好想要年轻漂亮，生活不能欠缺花朵检查你的衰老程度血液循环好，万病皆可消我的中药调理偏方身体也需要绿洲赤坂美食及遗忘之旅旅行时就忘了热量？

女人的十字路口年轻的秘诀 采访手记2幸福最后的庇护所柔美女人不能缺少的好东西

<<我年轻15岁的秘密>>

章节摘录

插图：

## <<我年轻15岁的秘密>>

### 编辑推荐

《我年轻15岁的秘密》作者日本美容绘本天后柿崎江子40岁的年龄，25岁的容颜。不动刀，照样拥有完美脸型。  
女人的十字路口，是走向衰老，还是越变越美？  
跟着江子，让你的漂亮指数立刻上升90%。

<<我年轻15岁的秘密>>

名人推荐

想变漂亮就跟着江子学吧，年轻15岁不再是难题。  
——小洁

<<我年轻15岁的秘密>>

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>