

# 自然除皱美容宝典



[自然除皱美容宝典\\_下载链接1](#)

著者:Julia M.Busch

出版者:天津科技翻译出版公司

出版时间:1999-01

装帧:平装

isbn:9787543310940

本书所介绍的自然除皱美容术是非常简单易学的，也是最基础的。如果用服装作比喻的话，就像你衣柜中的黑色T恤和白衬衫一样简单、实用，不需要特别的服饰搭配，就可以穿得很漂亮。你可以通过简单的手法，按摩你的穴位，你会感觉到相关穴位比原来更舒服了，这就是本书作者要给读者亲身经验。

作者介绍:

茱莉亚·柏斯许 (Jalia Busch)

生于1940年，在本书初版之时，她已届50多岁了，然而，她却从没有变得

充满“长者风范”或变成一位“优雅的老者”，而是一直维持着年轻的容颜。她第一个献身致力的工作是艺术方面的，她在世界知名的茱莉亚音乐学院研习艺术史和雕刻。毕业后任教于迈阿密大学，教授绘画和作文；并且同时在迈阿密戴德社区学院教授人类学。她在1970撰写著作“雕刻艺术之没落：1960年的媒体传播”，现在已成为大学上课的指定用书。柏斯许小姐也曾替《艺术》期刊 (Art Journal) 和《理想》杂志 (Ideas Magazine) 撰写专栏，她教授绘画、雕刻、油画，同时期她也在美容方面的研究有了贡献；因为时时保持对健康的关注，因而享有健康、美丽的内在与外貌，她从1970年开始进行美容方面的研究，而后在《健康生活》杂志 (Let's Live) 和《内在自我》杂志 (Inner

Self) 上发表相关报告。她在香料学方面具有专业的资格，同时成立抗老化出版社，并和《美国论谈》(TalkAmerica) 合作“让你青春永驻”专栏 (Youthfully Yours)，是为了要让社会大众分享她所收集汇整的健康保养讯息传播保持年轻的资讯给大众。脸部除皱美容术也是在该单元首次公开，现在已成为德国及其他各国家所广泛使用的方法，出现了各种形式的教材版本如录音

带、书籍、活动式图表。因为是为各种年龄的人而写，柏斯许小姐也发表了“内在皱纹”一文于《快乐年轻》杂志 (Positively Young)，这就是另一本书《将脸部当成沙拉盘》，介绍面膜、各种油类、乳液、处方、特别加工调料改善皮肤的方法，她的录音带“保持年轻的方法”是整合各类资讯转化而来的最有效方法，也是所有年纪的人都适用的方法。她说道：“保持年轻只要一点努力，就能让身体、心理活力充沛、永保年轻。”

目录:  
女士们与男士们/如何触摸/要触摸哪里/如何按压/仪式开始/颈部与头皮按摩/脸部除皱美容术/身体其他部位的压力点/问题区域的迷你简易除皱术  
难以置信的容颜/自我记录/单元内容/感觉一下指腹的触感/两个手指同时并用“交叠按”/小小的魔术按钮/慢慢地开始按压/停止并按住/放松并触摸/头后方与颈后方的压力点/1A~4A压力点/直接加压/中点为轴、来回按压/循环划圈按摩/上下加压按摩/5A~8A压力点/按摩头皮/脸部除皱的压力点/额头与眉毛区域/眼睛区域/如何触摸你的眼睛/脸颊的区域/嘴巴与下巴区域/脸部和颈部的其他区域/身体其他部位的压力点/1B在胃的中间/2B在肘关节/3B在手上/4B在手腕上/5B在腰椎上/6B在腰椎上/7B在脚上/迷你简易除皱术/额头和眉毛区域的除皱术/眼睛区域的除皱术 I /眼睛区域的除皱术 II /上眼睑区域的除皱术/两眼之间区域的除皱术/眼睛下方区域的除皱术/眼睛区域：外侧的除皱术/脸颊区域的除皱术/嘴唇上方细纹的除皱术/嘴角区域的除皱术/鼻翼区域的除皱术/下巴区域的除皱术/双下巴和颈部的除皱术  
• • • • • (收起)

[自然除皱美容宝典\\_下载链接1](#)

标签

美容

我想读，谁有可以转让。

2011

1

# 评论

-----  
[自然除皱美容宝典\\_下载链接1](#)

# 书评

-----  
[自然除皱美容宝典\\_下载链接1](#)