

<<优雅课程>>

图书基本信息

书名：<<优雅课程>>

13位ISBN编号：9787531665052

10位ISBN编号：7531665050

出版时间：2012-9

出版时间：黑龙江教育出版社

作者：海伦娜·弗里斯·鲍威尔

页数：252

字数：112000

译者：王铁铭

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>

## &lt;&lt;优雅课程&gt;&gt;

## 前言

我第一次到。

巴黎时和一个在丽都夜总会跳脱衣舞的女人住在一起，我那时才十二岁。

那时我父亲还相当有钱，而且是英俊潇洒的万人迷。

他做出安排，要在复活节假期和我在巴黎见面。

他当时身在意大利，准备从海滨度假胜地来见我。

我到达他在巴黎住的宾馆时没见到他，门房那里倒是有一封给我的电报。

电报是父亲发来的，大致内容是他圣多贝兹有事耽搁了，让我给苏菲亚打电话，在他到巴黎之前住在她那里。

我请门房帮我按电报上的电话号码打给苏菲亚，她在电话中告诉我，我父亲已经交代安排好我要来的事，她把地址告诉了门房，让门房叫一部出租车送我。

我上出租车时可真是气疯了。

不知道父亲是怎么想的，竟然把我交给一个从没见过面的女人。

她到底是什么样的人呢？

不用问，肯定是他无数女朋友中的一个。

我父母已经离婚多年了，不过他的风流成性让我很生气。

车子抵达苏菲亚的公寓时，她已经在门外等我了。

她应该只有二十多岁，但在我眼里她看起来是那样不可思议地成熟妖艳。

她身材高挑苗条，黑色头发剪成巴黎古典齐肩式，涂着鲜艳的口红，身穿牛仔裤和一件黑色高领的羊毛套头衫。

我从车上下来后她伸出双臂拥抱我并亲吻我的双颊。

对一个自幼就受英国教育的小女孩来讲，这可让我有些吃不消。

但我还是和她走进了公寓。

苏菲亚住的是一间起居两用的小公寓，非常安逸宁静。

屋内有几盆花和一张奥黛莉·赫本的剧照。

室外有个小小的阳台，可以看到下面街道很远很远的地方。

我不知道奥黛莉·赫本是谁，但觉得她俩看起来蛮像的。老实讲，依我看来苏菲亚是如此完美，她苗条、漂亮、高雅而又有品位，完全就是我想象中的法国女人。

正如弗朗索瓦兹·萨冈的小说《你好，忧愁》中年轻的主角赛茜尔对安妮的评价：“她如此典雅美丽，那是我永远，无法忘怀的惊鸿一瞥。

”我在苏菲亚的家里住了三天，直到我父亲来接我。

那三天里，我每天都睡到中午才起床；下午就和她待在一起。

我渐渐迷上了她。

我爱上了她的衣服和模样。

她永远表现得十分完美。

她就像电影明星。

找如此崇拜她，就好像小女孩仰慕神话中的公主一样。

即使她刚刚睡醒，穿着羊毛睡衣，蓬松的头发随意扎在脑后，样子也还是那么高贵优雅，超出我的想象。

她用心地往身上涂抹乳液，往脸上化妆，时间之久让我感到无比惊诧。

我从不曾在别人的浴室里见过那么多魔术般神奇的瓶瓶罐罐，我一瓶一罐地追问它们的用途时，她流露出无可奈何的表情，看起来就像要被逼疯了。

“这些东西你不一定全都需要，”有一天她告诉我，“要想成为真正的法国女人，不可缺少的只是两管唇膏和一个情人。

”我问她为什么只要两管唇膏，她惊讶地看着我，“当然是一支白天用，另一只晚上用啦。

”我因为太尴尬而不好意思再问有关情人的事。

<<优雅课程>>

回到英国老家几个月后，苏菲亚优美典雅的样子慢慢在我脑海中褪色消失了，直到搬到法国后我才又开始想起她。

同时我渐渐认识到，如果我想融入到法国社会之中，我就必须变得像苏菲亚一样。

搬到此地后我们一切顺利并且过得很快乐，但我们还是被称为“住在山坡上的那家英国人”。

我知道，让我们与当地人不同的不仅仅是我们的英国口音，主要是我和周围的女人不太一样，简单说就是我不够风雅时尚。

她们拥有的东西我基本都没有。

在英国时我认为自己看起来已经相当漂亮了，我决不可能不时尚不高雅，不可能庸俗鄙陋，不会裙子太短、腿毛太多、鞋子太廉价。

但在法国生活了几个月后，我发现无论从哪方面看，只要站出来我就是个活脱脱的外国人。

如果我真想被我的新国家接受，我就一定要改变自己。

然而，从何开始呢？

<<优雅课程>>

内容概要

这是一部探讨法国女人为何如此具有魅力的非官方调查报告。  
由最有魅力的顶尖法国女人现身说法。  
全书妙语如珠，幽默诙谐引人入胜。  
帮助读者认识真正的法国文化，了解法国人（尤其是法国女人）的思想观念与生活方式。

<<优雅课程>>

作者简介

《星期日泰晤士报》(Sunday Times)专栏作家,也为《每日镜报》(Daily Mirror)、贵族杂志Tatler、知名时尚杂志《哈泼斯与名媛》(Harpers&Queen)以及《独立报周日版》(Independent on Sunday)撰稿。  
她毕业于杜伦大学(University of Durham),少女时期曾任模特,也曾自己设计服饰并进行销售。  
她和丈夫及五名子女现居法国南部葡萄酒之都朗格多(Languedoc)。

<<优雅课程>>

书籍目录

写在前面的话  
法国时尚的神话传奇  
幽雅宁静的运动  
秘密武器  
不可或缺的伴侣  
女皇  
失控  
你好，懒惰  
新生的惊喜  
危险的暧昧关系  
书香风流  
十千克之美  
自然美  
穿吊带袜的岁月  
致谢

## &lt;&lt;优雅课程&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 第一节课过去了两天后，我才能恢复正常行走，我约了一个从蒙比利艾来的法国朋友西尔维共进午餐。

她生了四个孩子，从表面上却看不出任何迹象。

我问她保持好身材的秘诀，她笑着回答说她从未进过健身房，“我只是一直在活动。

如果既可以爬楼梯也可以搭电梯，我一定爬楼梯。

我早上起得早，所以我骑自行车上班而不是开车。

随时活动，这已是我生活的组成部分啦！

”在那周的后几天，我访问了法国政府投资部主席克拉拉·盖马尔女士，她的主要工作是吸引外资向法国国内投资。

她丈夫荷夫曾任法国财务部长，被人发现动用公家津贴租住一万英镑一个月的超豪华公寓，因此被免职。

他们有八个孩子，你能想象得到吗？

她非常苗条而且举止高雅，她是如何做到这些的呢？

她告诉我，“我从来不刻意运动，但是我整天跑来跑去，作为八个孩子的母亲，我对此毫无选择可言。

”我的一个朋友后来告诉我，在克拉拉·盖马尔手下工作的有五个职员，她的运动量肯定要比其他母亲更大了。

我现在终于明白了，法国女人的运动完全不同于英国女人。

她们不是特意去蹦蹦跳跳，她们确实在运动，但并不需要为此费很大力气流很多汗。

她们采取的运动方式更平静更随意，因此更优雅更有法国特色。

我也和一些正式进行健身的女人交谈过，她们都倾向于由私人教练指导在家中锻炼，其中一人告诉我，“运动就好像节制饮食一样，应该独自完成。

”法国女性的另一主要特点是她们不会参与举重等健美运动。

<<优雅课程>>

编辑推荐

《优雅课程:像法国女人那样生活》是由黑龙江教育出版社出版发行的，内容贴近时代的脉搏，探寻法国女人的时尚生活，法国女人的运动完全不同于英国女人，她们采取的运动方式更平静更随意，因此更优雅更有法国特色，贴近时尚，让你的优雅由内而外散发。

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>