

Die Haut : eine wertvolle Freundin

Praktische Tipps, Falten zu vermeiden oder zu mildern

Ach, hätten wir Älteren das doch schon früher gewusst ! Dass es so relativ einfache (und kostenlose) „Ersatzbewegungen“ gibt beim Waschen, Pflegen, Schminken, selbst beim Zähneputzen und Schlafen, und so manche unliebsame Falte wäre uns vielleicht erspart geblieben oder hätte sich zumindest nicht ganz so tief eingegraben. Ganz so platt ist es natürlich nicht: mit viel Wärme und Offenheit der eigenen Lebensgeschichte gegenüber teilt uns Christine Sissouno in diesem reich bebilderten Buch kosmetisches und auch anatomisches Wissen sowie psychologische Kenntnisse zur Selbsteinschätzung mit und weist vor allem auf eine positive Lebenseinstellung als unverzichtbares Element für eine natürliche Schönheit hin. Frau Sissouno, eine renommierte Kosmetikerin mit großem, dankbaren Kundenstamm, gelingt es in ihrer Einführung, durch ganz persönliche Worte eine Bindung zur Leserin herzustellen (auch zum Leser : diese Buch ist durchaus auch für Männer interessant), auch ihre schwäbische Herkunft verleugnet sie nicht, wenn sie stets von „wie“ spricht, wo das Hochdeutsche ein „als“ verlangt. So hat man schnell ein Gefühl, nicht belehrt zu werden, sondern eher wie mit einer Freundin zu sprechen, die von der Materie viel versteht. Und das kann mit Fug und Recht behauptet werden: nach einer umfassenden Einführung werden in kleinen Kapiteln zahlreiche denkbare Fragen zum Thema Falten, deren Vorbeugung und Behandlung eingehend dargestellt. Mit vielen eigenen Fotos illustriert Frau Sissouno die nachteiligen Haltungen und demonstriert, wie es besser gemacht werden kann, leicht erlernbar, ohne zusätzlichen Zeitaufwand. Ohne hier im einzelnen auf die „vielfältigen“ Themen einzugehen, soll zusammenfassend gesagt werden, dass das Buch keine Zweifel aufkommen lässt, dass bei Befolgung der beschriebenen Regeln und bei häufigem Einsatz eines freundlichen Lächelns auch die auf Seite 10 und 23 gegebenen Versprechen eingelöst werden können : „ ich verspreche Ihnen, dass Sie in kurzer Zeit, nachdem Sie meine Techniken befolgen, Erfolge erzielen werden !“ und „Die Folge wird ein neues Lebensgefühl mit einer neuen Ausstrahlung sein! “ Auch dieses Ergebnis führt uns die Autorin ganz nebenbei anschaulich vor: ihre umwerfend sympathische Ausstrahlung und beinahe faltenlose Erscheinung trotz schon „über 40 Jahre“; ihr Buch ist Frauen jeglichen Alters als Pflichtlektüre zu wünschen.

Christine Sissouno : Knitterfrei durchs Leben

... trotz Lebensfalten

Schönheit ist keine Frage des Alters,
sondern der Einstellung, Pflege und Mimik

Verlag Sissouno , 2008 ISBN 978-3-00-022361-7 19,95 €

*Dr.med.Brigitte Schneller-Reindell
Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Psychoanalyse, Imaginative Hypnose
Mai 2008*