

<<晓梅说美容>>

图书基本信息

书名：<<晓梅说美容>>

13位ISBN编号：9787500684237

10位ISBN编号：7500684231

出版时间：2008-12

出版时间：中国青年

作者：张晓梅

页数：221

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>

## <<晓梅说美容>>

### 内容概要

现代社会对女性的要求越来越高，特别是职业女性，需要内在美与外在美双重“达标”。女性的装扮艺术，不是简单的涂脂抹粉，而是对自身形象的整体构思和塑造，是种自信的表现，是一种人格的外化。

《晓梅说美容》正是这样本引导女性去发现美、懂得美、追求美的时尚美容宝典。

它是中国著名美容时尚专家、《中国美容时尚报》社长兼总编辑张晓梅女士将自己多年在美容时尚方面的实践经验，结合大量美学、文学、医学、营养学、色彩学、心理学等专业知识以及国际最新资讯，总结整理而成。

书中详尽介绍了如何打造脸、眼、眉、鼻、唇、齿、耳、发、肤之美，贴心而实用，不仅教你如何从细节入手，逐渐掌握化妆、保养等技巧，更教你如何展示自我个性和气质，从而提升魅力与自信，最终帮助你在职场、社交和生活中脱颖而出。

## <<晓梅说美容>>

### 作者简介

张晓梅，全国政协委员，曾进修美国加州大学，留美归国人士，中国美丽风尚的引领者。

她用一双巧夺天工的手，推开了中国女性从争取解放、寻求平等，到找寻美丽、完美自我的最后一道大门——修炼魅力。

她的书籍热销大江南北，被称为“中国第一美丽时尚”的博客点

## &lt;&lt;晓梅说美容&gt;&gt;

## 书籍目录

- PART 1 脸之美 — 美脸标准 1. “鹅蛋”脸——人们心中的标准美脸 2. 面部美的标准 二 脸型不标准, 巧妆来补救 1. 长形脸巧妆方略 2. 圆形脸巧妆方略 3. 菱形脸巧妆方略 4. 方形脸巧妆方略 5. 三角形脸巧妆方略 6. 倒三角形脸巧妆方略 三 脸部比例失调的补救高招 1. 脸部纵向比例失调的补救高招 2. 面部横向比例失调的补救高招 四 巧借衣领美化脸型 五 用酒窝增添面部羞涩美 1. 什么是人工酒窝成形术? 2. 手术方法分类 3. 酒窝成形术Q&A
- PART 2 眼之美 — 美眼标准 1. 中国传统美眼标准 2. 现代美眼标准 二 眼妆的三大重点环节 1. 画眼线 2. 晕染眼影 3. 涂刷睫毛膏 三 不同眼形的修饰妙法 1. 单眼皮修饰妙法 2. 内双眼皮修饰妙法 3. 深陷眼修饰妙法 4. 下挂眼修饰妙法 5. 上斜眼修饰妙法 四 眼镜美女眼光技巧 1. 戴框架眼镜女性的眼妆技巧 2. 戴隐形眼镜者的眼妆技巧 五 迷人眼神修炼魔法 1. 眼神的魔力 2. 迷人眼神的修炼 3. 美化眼神的眼部体操 六、解决眼部美容难题的小妙法 1. 赶走黑眼圈的妙法 2. 消除眼袋的妙法 3. 消除浮肿眼的妙法
- PART 3 眉之美 — 美眉标准 1. 眉毛的形态美 2. 眉毛的毛质美 3. 眉毛的比例美 二 眉毛的类型 1. 根据眉头位置分类 2. 根据眉腰的弧度分类 3. 根据眉的整体形态分类 4. 根据眉毛粗细多少及分布分类 三 哪款眉型最配你 四 修眉小技巧 五 不佳眉型的改善法 六 画眉小技巧 七 绣眉, 让你“一劳永逸” 1. 什么是绣眉 2. 绣眉的注意事项 3. 绣眉的四大优势
- PART 4 鼻之美 — 美鼻标准 1. 传统美鼻标准 2. 现代美鼻标准 二 哪种鼻型最配你的脸型 1. 鼻的形态类型 2. 鼻型与脸型的配对 三 不理想鼻型的修饰美化 1. 低鼻梁的修饰方略 2. 长鼻子的修饰方略 3. 短鼻子的修饰方略 4. 宽大鼻子的修饰方略 5. 窄小鼻翼的修饰方略 6. 鹰钩鼻的修饰方略
- PART 5 唇之美 — 美唇标准 1. 唇的比例美 2. 唇的曲线美 3. 唇的质地美 4. 唇的色彩美 二 哪种唇型最配你的脸型 三 不佳唇型的修饰方略 1. 嘴唇过厚的修饰方略 2. 嘴唇过薄的修饰方略 3. 嘴唇过大的修饰方略 4. 嘴唇过小的修饰方略 5. 嘴角下垂的修饰方略 四 让唇部更性感的小魔法 五 打造唇的曲线美 六 哪种唇色最配你的气质 七 让唇更柔嫩的小妙法 八 保持美唇的N个小动作 九 漂出来的美唇
- PART 8 齿之美 — 美齿标准 二 哪种美牙方式适合你 1. 使用美白牙膏 2. 超声波洗牙 3. 做烤瓷牙 4. 可见光复合树脂修复法 5. 药物漂白法 6. 冷光美白牙齿 7. 美牙健齿Q&A 三 日常护齿八点小建议
- PART 7 耳之美 — 美耳标准 1. 耳的位置美 2. 耳的形态美 3. 耳的大小美 二 耳朵的修饰 1. 大耳朵的修饰方法 2. 小耳朵的修饰方法 三 给耳朵化个妆 四 脸型与耳饰对号入座 1. 鹅蛋脸适合的耳饰 2. 圆脸型适合的耳饰 3. 菱形脸适合的耳饰 4. 瘦长脸型适合的耳饰 5. 方脸型适合的耳饰 6. 心形脸适合的耳饰 五 耳饰巧搭配 1. 耳饰色彩的搭配 2. 耳饰与肤色的搭配 3. 耳饰与服装的搭配 4. 耳饰与发型的搭配 5. 耳饰与体型的搭配 6. 耳饰与颈部曲线的搭配 六 耳朵的清洁妙方 1. 耳道的清洁妙方 2. 耳廓的清洁妙方 3. 保持耳朵清洁健康的小贴士 七 如何防止耳洞发炎 八 搓揉耳朵, 绘美丽加分
- PART 8 发之美 — 美发标准 1. 密度美 2. 长度美 3. 质地美 4. 发色美 二 发型与脸型的对号入座 1. 适合长形脸的发型 2. 适合圆形脸的发型 3. 适合方形脸的发型 4. 适合菱形脸的发型 5. 适合三角形脸的发型 6. 适合倒三角形脸的发型 三 发型与体型的对号入座 1. 高瘦型女性适合的发型 2. 矮小型女性适合的发型 3. 高大型女性适合的发型 4. 短胖型女性适合的发型 四 发型与发质的协调 1. 健康秀发 2. 油性发质 3. 干性硬发 4. 蓬松细发 5. 劣性头发 6. 自然卷发 7. 烫后(受损)头发 五 发型与发量的协调 1. 掩盖头发稀少的发型 2. 改变发量过多的发型 六 发色与个人气质的协调 七 头发日常养护N点建议 八 你有稳定的发型师吗?
- PART 9 肤之美 — 美肤标准 二 你是哪一类型的皮肤?
1. 皮肤类璜及特点 2. 怎样鉴别自己的皮肤类型 三 不同肤质的保养处方 1. 于性肌肤的保养重点 2. 混合性肌肤的保养重点 3. 油性肌肤的保养重点 4. 敏感性皮肤的保养重点 四 不同年龄段肌肤的保养处方 1. 20~30岁肌肤的保养处方 2. 30~40岁肌肤的保养处方 3. 40岁以后肌肤的保养处方 五 不同肤色的修饰重点 1. 黝黑皮肤的修饰重点 2. 深色皮肤的修饰重点 3. 白皙皮肤的修饰重点 4. 橄榄色皮肤的修饰重点 六 皮肤修饰有技巧 1. 上底妆的技巧

- 2.遮瑕膏的涂抹技巧    3.粉底液的涂抹技巧    七    食疗美肤新主张    1.你的皮肤需要哪类维生素  
2.不同皮肤的食疗重点    3.食疗美肤粥DIY

章节摘录

插图：PART 1 脸之美— 美脸标准1 “鹅蛋”脸—人们心中的标准美脸容貌美的基础是看整个面部轮廓的形状(即脸型)如何。

在众多脸型之中，整体脸部长宽比例适中（理想的长宽比例为34：21），从额部、面颊到下巴的线条柔和匀称，上部略圆，下部略尖，形如鹅蛋的脸型是长期以来被人们认为最理想、最标准的脸型，也是化妆师对其他脸型进行矫正化妆修饰的依据，目的都是尽量向这种脸型靠近。

人们通常也称这种脸型为“甲”字脸。

2 面部美的标准总体来看，脸的审美，主要是看脸部长宽及五官位置相互的比例关系是否协调，对此，我国古代的“三庭五眼”一说就是精辟的概括，国际上则以“黄金分割”比率——1：0.618来衡量。

具体来看，可从以下几方面来衡量面部的美。

“三庭”是指从正面将面部纵向分为三个部分：上庭、中庭、下庭。

上庭是指从发际线至眉际线，中庭是从眉际线至鼻底线，下庭指从鼻底线至颏底线。

如果面部“三庭”正好是长度相等的三等份，这样的面部纵向比例关系就是最好的，符合面部长宽比例审美标准。

<<晓梅说美容>>

编辑推荐

《晓梅说美容》一书中运用了大量美学、文学、医学、营养学、色彩学和心理学等专业知识，第一次系统地总结和论述了中国美女标准和内涵。

这些标准涵盖了女性容貌和身体美的方方面面，告诉人们什么是中国女人最美的脸形，轮廓，嘴形，鼻高，身形，肌肤，发质，指甲等等。

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>