

<<打造魅力女人>>

图书基本信息

书名：<<打造魅力女人>>

13位ISBN编号：9787501975549

10位ISBN编号：750197554X

出版时间：2010-9

出版时间：轻工

作者：王馨弘

页数：227

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>

<<打造魅力女人>>

前言

首先，恭喜你！

在琳琅满目的书堆里翻到了这本书，并将它捧起阅读。

在茫茫人海中，我们每个人都像一本等待被别人翻阅的书，无论书的内容多么地吸引人，但如果书的封面破烂不堪，那么它被人关注的程度简直微乎其微。

你喜欢镜子里的自己吗？

你知道该如何依照行业、职位、场合来打扮自己吗？

你在他人的眼中是一个优雅、时尚、有品位的女人吗？

这是一本给女人看的书女人是什么样子？

柔情似水、心思细腻、温柔体贴、美丽优雅……我想女人的魅力体现在方方面面，工作中的端庄、决策时的自信、朋友间的坦诚自然、爱人前的娇柔、浪漫时的性感、困难时的勇气、富于同情心等等。

一个风情万种的女人才是最有魅力的。

美是一个状态，自信是一种风情，魅力是一道风景，把自己最动人、最独特的一面找出来，并且用正确的方式把它“表现”出来，当美丽的外表和真实的自我相遇，便找到了激活内在能量的钥匙。

其实，所谓造型并不是要一味地追求时下流行的东西，昂贵的名品也并不等同于造型风格。

造型应该是梦想，是快乐。

我常常说，穿衣打扮就像谈恋爱，想一想，你在那个环境里会遇见怎样的对象，你又想扮演怎样的角色，希望传达怎样的讯息。

在打开自己衣柜的同时，也打开了自己的心灵，在有限的衣服里用心寻找无限的创意这是一件多么有趣的事情。

除了穿衣打扮，你有没有想过你的发型、面部的肌肤、面部表情、走路的姿势、不经意的动作、为人处世的方式等等也同样会出卖你。

这些都是你形象的组成部分。

做一个讨人喜欢的人、做一个有魅力的人、做一个能够影响他人的人。

我想前提必须是先学会集纳好的东西。

从好的事情做起，可能是品德，可能是善良，也可能是得体的服饰、清新的气味、温暖的微笑、优美的姿态，当然还有生活中的言行举止、礼貌礼仪。

只有真正展现自己风格的女人，才是最美丽的。

记住，你的形象就是一座无形的宝藏，它是你实力的体现。

<<打造魅力女人>>

内容概要

魅力=吸引力 形象是你最直观的名片 穿出优雅，巧用姿态，修炼超群品味
外炼形貌，内炼气质，做永不褪色的魅力女人！

<<打造魅力女人>>

作者简介

王馨弘

中国形象设计师协会会员、注册高级形象设计师；
CAC全国职业培训与就业促进专家师资委员会委员；
2008搜狐博客《闻博识女人》最受欢迎博主；
中国职业经理人广西形象培训讲师；
中国广告模特大赛广西赛区评委；
广西八桂讲坛特聘形象讲

<<打造魅力女人>>

书籍目录

上篇 给魅力加分的外在因素	第一章 女性魅力解密	女人有很多种, 你是哪一种?
魅力=吸引力	你的形象, 告诉了人们什么?	
第二章 身体——解开女人的优雅密码	你了解自己的皮肤吗?	
完美肌肤的标准	清洁比保养更重要	让我们受益一生的个美肤好习惯
今天, 你防晒了吗?		
如何练就“中国式白皙”美女	不同年龄段肌肤的保养	从素面朝天到浓妆淡抹的变革
化好妆的先后序列	创造完美的魔术师——底妆	画“眉”点睛, 让你眉清目秀
大眼迷人, 小眼也能勾魂	如何拥有埃及艳后般的鼻子	唇唇欲动的风情
巴掌小脸这样打造	裸妆——让你更加晶莹剔透	发型——最完美的个性代言
保鲜年龄始于颈部	女人, 一定要拥有唐婉似的红酥手	芊芊玉足, 别让足跟出卖你
女人味如何变清新——一个增强体香的小方法	控制体重是一种人生态度	第三章 服饰——与身体的真实对话
穿衣给你带来压力吗?	打开优雅女人的衣橱	多一件, 还是少一件?
一衣多穿, 聪明又省钱	服装的色彩语言	谁左右了你的穿衣色彩?
服装的基本配色法则	你可以穿任何颜色	配合体型穿出属于你的风格
体型与服装外形轮廓的完美搭配	扬长避短穿衣	色彩与体型
如何找到自己的服装风格	场合+适合=一种风格	着装的TPO原则
职业化VS非职业化	职业装如何穿出不一样的感觉	休闲装——穿出你自己
旗袍——穿出你的风韵	女人要有属于自己的礼服	时尚派对怎么穿?
第四章 配件——打开潘多拉的魔法盒子	不同年龄段配饰的选择	眼镜校正脸型的法宝
帽子百变女子的最爱	高跟鞋女人最爱的礼物	内衣世纪最伟大的发明
腰带百搭所以美丽	丝巾、围巾服饰的魔法师	手袋绕在腕间的温柔
下篇 魅力女性的修养篇	

<<打造魅力女人>>

章节摘录

要拥有美丽的肌肤，必须从清洁皮肤开始。

皮肤如果没有彻底清洁，会使皮肤产生暗疮或角质层肥厚等问题，还会抑制保养品的渗透，影响吸收效果。

每天要彻底卸妆、洗脸，要定期去角质，只有洁净的肌肤才不会问题多多。

洁面三部曲表面洁面 每天一定要洗两次脸，利用洗面剂泡沫将肌肤表面的灰尘、污垢洗净，使粗硬的角质变得柔软。

洗脸时要注意： A.清洁前，必须先将手洗干净。

同时，要选择适合自己肌肤的洗面剂。

B.泡沫要打得很丰富，因为污垢是靠泡沫清除的。

C.每一个部位都必须洗干净，如鼻翼、发际、唇沟、额头等处。

D.水温适宜。

太冷会使毛细孔紧缩不易洗净污垢，太热会洗去太多皮脂，最好用热水、冷水交替洗。

E.最后用干净的毛巾轻轻将脸上的水分按压干，不要使劲搓。

如果同时洗头、洗脸，记得一定要先洗头再洗脸，如果同时洗澡，洗脸要放在最后一个步骤。

深度去污 即利用卸妆乳等洁肤品将毛孔内部油性污垢及残妆去除。

一旦化妆或出入空气污染严重的地区时，需先以卸妆类产品深度去污后再使用洁面乳洗净。

卸妆类产品有：卸妆油、卸妆乳、眼唇专用卸妆液等。

在卸妆时，首先从眼影、口红等较浓的妆开始，然后再清除其他部位。

卸妆时不宜太用力，化妆棉擦拭的方向要顺着肌肤的纹路。

<<打造魅力女人>>

编辑推荐

女人永远追求的是一种美的境界，美的事物、美的人、美的声音、美的行为、美的一切……如果说美貌是天生的，魅力则不同，它一定是后天修炼的，随着你的阅历、生活环境、眼界和事业经济基础的不断提高而与日俱增。
千万不要因为周围的环境、自己的懒惰、朋友的不理解而放弃提升自己的魅力。
要知道，这个世界上最伟大的力量就是改变的力量。

<<打造魅力女人>>

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>