

<<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——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>