

<<20条魅力守则改变你的一生>>

图书基本信息

书名：<<20条魅力守则改变你的一生>>

13位ISBN编号：9787502840822

10位ISBN编号：7502840826

出版时间：2012-8

出版时间：地震出版社

作者：（美）海伦.瓦伦丁,艾丽丝.汤普森 著

页数：197

译者：贾鹏

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>

## <<20条魅力守则改变你的一生>>

### 前言

各个时代都有对女性魅力的独特理解，这是由那个时代的社会生活决定的。19世纪90年代是个保守时代，当时娴静的女子很受青睐，而在战后那个颓废破败的年代里人们喜欢活泼的女孩。

从某种程度上看，这两种女子都很有魅力，因为她们身上有那个时代所需要的东西。尽管魅力有许多特质是永远不变的，但是时代的社会环境烙印出了各个时代魅力的外在特征。身上散发着吸引力的女子，显示着所在时代的审美取向。

而社会变化日新月异，对于现代女性来说，自己该扮演什么角色其实并不容易。

如果你很苛刻会有魅力吗？

那如果是娇巧柔弱呢？

总是抱怨生活会有魅力吗？

且不说魅力，这是聪明的做法吗？

是不是只要长得好就会魅力四射？

魅力真的有那么重要吗？

每个时代的美丽不尽相同问题的答案是肯定的。

魅力是一个人由内而外散发出的迷人气质。

所以我们要想获得魅力，就必须学会改变自己的内在和气质。

回溯整个人类发展的历史，那些具有迷人魅力的女性们，从李清照到林徽因，从赫本到梦露。

这些迷人的，具有无比魅力的古今中外的女人们，她们无疑都是因魅力而更加美丽的。

然而，在这个高速发展的，各种审美疲劳充斥着的时代里，女性的内在魅力就显得更加重要。

如何才能让自己获得迷人的魅力？

如何能让这种魅力保持？

我们在本书中，将和您一起探讨。

最终，一起找到最完美的答案。

揭开魅力的神秘面纱。

方式17.10.3.3

## <<20条魅力守则改变你的一生>>

### 内容概要

- 1.全书由两部分组成，第一部分讲怎样会美丽，第二部分讲如何有魅力，分20条一一讲解。书中没有华而不实的建议，也没有过于专业的美容名词，即使对美丽和魅力一窍不通也可以轻松掌握。
- 2.书中还有一些小贴士、小技巧，都是作者多年的经验和心得，只要你每天花费一点时间，举手投足间就可以魅力无限。

<<20条魅力守则改变你的一生>>

作者简介

海伦·瓦伦丁,艾丽丝·汤普森是上世纪30年代美国作家,也是本书的二位作者。本书出版后,风靡70余年,至今不衰,成为历代名媛所必备的枕边读物。两位作家的名字也随之书籍的不断流传,被人们永远地牢记。

## <<20条魅力守则改变你的一生>>

### 书籍目录

20条魅力守则改变你的一生

20条魅力守

序言

第一部分：该对自己做的事

1. 魅力序曲

守则1：给你完美肌肤

守则2：打造飘逸秀发

守则3：品味细节中的美丽

2. 什么你最好的朋友

守则4：每月抽查体重

守则5：运动能塑造你的完美体形

守则6：干净对魅力至关重要

守则7：牙齿也跟你的美丽有关

守则8：天然的美容圣品——睡觉

3. 有魅力的外表

守则9：搭配得当，胖瘦都是美

守则10：玩转色彩，不需要你是高手

守则11：流行无意，买者有心

守则12：小饰品中藏着的风情

守则13：“她”在男士看来缺乏魅力

第二部分：你该如何对待别人

4. 第一印象

守则14：重要的第一印象

守则15：说话时要简洁

5. 这跟你的智商无关

守则16：注意，有些话语会改变你的价值

守则17：派对女王要注意些什么

守则18：淑女在大众场合该怎么做

6. 现实标准与魅力

守则19：淑女在大众场合

守则20：关于魅力的最后误区

## <<20条魅力守则改变你的一生>>

### 章节摘录

版权页：插图：试图用“包裹”来让自己看起来瘦些是行不通的，不妨参考一下我们提到的视觉错觉的技巧。

通过讲究你所买东西的线条，让它们把你的优点充分发挥到极致。

别因为某个东西“漂亮”、“颜色讨喜”或者“跟某明星穿的一模一样”而去买。

在花每一分钱之前，必须肯定那个东西很适合你。

我们先来看看你的裙子。

任何竖线条都对你的体形有帮助，而所有横线条都会破坏它。

这是第一条基本原则，千万别忘了。

线条或装饰太复杂的裙子千万不要穿，你得选那些简单、流畅的竖线条裙子。

没错，你最适合穿V字领，你的脖子看上去显得更长。

你穿领口稍有点儿褶皱的针织衣服很不错，尤其是你不算特别矮，效果会更好。

说到领子，佩戴项链也要注意，尽量别戴紧贴脖子的项链，其他任何紧贴脖子一圈的饰品也不要戴。

它们只会让你看上去更笨重，你应该选长一些的项链佩戴。

现在来说说你的腰身吧。

首先要注意的是你的腰带。

从整体上看，最好能跟你的外衣相配或融为一体。

反差大，特别是较宽或颜色很亮的腰带会凸显你本想掩盖的宽度。

因此那些反差大的皮带或打着蝴蝶结的腰带，你最好不要用。

这些细节适合身材纤瘦有小蛮腰的女孩，你应该选择适合你腰部的腰带，太紧或太松都不好。

你衣服的袖子要笔挺，不能太短，肩部也不能绷得太紧。

要是从整体上看你的胳膊不细，那么就不要再穿短袖。

如果你的手很漂亮，那么很适合戴戒指；但是假如你的手很胖，那么你的戒指最好别太显眼，免得让人注意。

你适合在休闲装、日装或晚装外穿上一件夹克衫。

一件长短合适的夹克能凸显你的优点。

但是不要穿反差很大的颜色，应该和你穿的上衣颜色相配。

除非你身材高挑，而且纤瘦，否则别穿有腰带的外套，也别穿着毛绒绒领子的衣服。

什么颜色适合你呢？

黑色当然永远是最佳选项。

不过，像暗蓝灰色、浅灰色、灰绿色之类的灰色系也不错。

要是穿有印花的衣服，最好选图案是对称的小印花、小格子或是纵向条纹的。

大片不同颜色的印花和横条纹效果都会很差。

无论你多喜欢丝绸，都要忍住！中动，你还是适合穿暗色布料的衣服，最容易让人看上去又矮又胖的就是发亮的布料。

硬邦邦的布料也不是很合适，选择柔软的厚绉绸，半透明薄绸，薄的毛料衣物，永远都是最安全而且明智的。

要是你的外套是由两种布料组成的，那么穿时要谨慎一点。

穿衣服时最好遵守一种织物和一种颜色的原则。

<<20条魅力守则改变你的一生>>

媒体关注与评论

魅力的双唇，在于亲切友善的语言。  
可爱的眼睛，在于善于探寻别人的优点。  
——奥黛丽·赫本 女人最可悲的不是年华老去，而是在婚姻和平淡生活中的自我迷失。  
女人可以衰老，但——一定要优雅到死，不能让婚姻将女人消磨得失去光泽。  
——苏菲·玛索 美而缺乏魅力是无饵的鱼钩。  
——爱献生 美若失去魅力，就只是无钩的诱饵。  
——卡皮托 魅力是女人身上开出的一种花朵。  
有了它你无须再有其他东西，缺少它，你就是东西再多也聊同于无。  
——詹马·巴里

## <<20条魅力守则改变你的一生>>

### 编辑推荐

《20条魅力守则改变你的一生》自1938年出版以后，重版无数次，受到各个时代名媛淑女的青睐。历经时间的洗礼和检验，是一本优雅女性必备的魅力宝典。

内容经典实用，不花俏。

永不过时，通俗易懂，容易掌握和操作。

<<20条魅力守则改变你的一生>>

名人推荐

魅力的双唇，在于亲切友善的语言。

可爱的眼睛，在于善于探寻别人的优点。

——奥黛丽·赫本 女人最可悲的不是年华老去，而是在婚姻和平淡生活中的自我迷失。

女人可以衰老，但一定要优雅到死，不能让婚姻将女人消磨得失去光泽。

——苏菲·玛索 美而缺乏魅力是无饵的鱼钩。

——爱献生 美若失去魅力，就只是无钩的诱饵。

——卡皮托 魅力是女人身上开出的一种花朵。

有了它你无须再有其他东西；缺少它，你就是东西再多也聊同于无。

——詹·马·巴里

<<20条魅力守则改变你的一生>>

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>