

<<女人优雅一生的装扮课>>

图书基本信息

书名：<<女人优雅一生的装扮课>>

13位ISBN编号：9787514600148

10位ISBN编号：7514600140

出版时间：2011-3

出版时间：中国画报

作者：刘爽

页数：261

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>

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 前言

前言 俗话说：世上没有丑女人，只有懒女人。

女人没有十全十美的，身材不完美，胖一点或者瘦一点，其实都不是重点，重点在你能不能学会爱自己！

当你值得爱自己，身体自然会焕发出光彩，这时只要一点点的穿衣技巧，就能让你反败为胜，做个真实而亮丽的自己！

每当女人站在穿衣镜前都会感叹着说：“我该穿什么呢？

如何穿才会让我变瘦3公斤呢？

”其实穿衣服不难，难在当你穿完之后，站在镜子前面，脸上却能保持对自己赞叹的笑容！

到底是什么问题让女人视穿衣为畏途？

最紧要的是：有这样的问题的女人都将自己的身体视作敌人，就算她们的身材已经臻于完美，她们好像还是对自己不够满意！

从现在开始，学习爱你自己的身体，找回你的身体意识，你才能真正的穿出自己的风格来。

不密欢自己身体的女人，可能都是没有自信心，或是只密欢吃东西，不爱运动的人！

但是这些都是可以改变的！

根据科学家的研究，现代的女性都比过去同年纪的女人匠了许多，这是营养过剩的问题，也是全人类的问题，再加上减肥风潮盛行，许多女人因此对自己失去了信心，认为胖就是丑，即使已经很瘦的人还口口声声说要再瘦一点。

其实这是错误的观念，任何一个女人，不论高矮胖瘦都有权利让自己显得美丽，不过，如果我们一心只想着“等我瘦下来的时候，我要如何打扮”的话，那你可能永远都要穿得像个欧巴桑了。

在等你变瘦，变得更完美之前，先来学习穿衣的技巧吧！

等你学会了针对自己身材缺点的穿衣技巧之后，你会发现，不论你曾经自以为有多丑，你都能像丑小鸭一样变成美丽的天鹅！

学会穿衣的同时你还得化妆，不要小看化妆，它不仅仅可以掩饰自己身上的缺陷，使得自己变得漂亮，而且可以增加自信，无论是约会还是面试，都可以获得更多的发展机会。

化妆也是礼貌待人的一种方式，如果你不修边幅，素面朝天，不仅影响自己的形象，更重要的是对别人不尊重。

无论服饰也好，化妆也好，都是外因，一个女人的最大的魅力自来内心的善良、纯洁，女人可以通过内外结合达到一个完美的境界。

心动不如行动，还不赶紧行动起来！

女人的漂亮与否男人最具有发言权，本书通过一个男人的视觉，全方位地揭示了女性如何穿衣、如何化妆、如何修正心灵等等，希望各位女性朋友在这里能够找到属于自己的美丽方法。

最后祝愿全天下的女性朋友年轻漂亮，青春永驻！

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 内容概要

在物欲横飞的今天，我们往往被表象的繁华所侵扰。在每一次的shopping中，很快就弄一堆自己并不特别需要的东西，把越来越大的地方填满。好羡慕从前一家人只有一个大衣柜，几个纸箱的小空间，每天收拾得干干净净的，一年四季也穿得有模有样的。要改变自己的无所适从，随波逐流，首先对自己要有个准确的了解，自己的身体条件，自己的个人品位，衣服的应用场合，是否符合自己的形象身份等等。其实，只要我们懂得了某些原则和技巧，把自己打扮得优雅、漂亮、大方、得体，就不是一件难事。优雅，从现在开始，用心去做，你会发现，美丽的人生就在眼前，即使身穿漂亮的名牌衣服，如果人没有自信，衣服就没有价值了。虽然说“人靠衣装，佛靠金装”，但是自信展现的个人魅力才是让人惊叹之处。

优雅．应该从心开始。

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 作者简介

刘爽，资深国际形象顾问，培训讲师，目前她专为法国及国际大型美容集团提供色彩培训，在为客户提供咨询服务的过程中，她一直从客户的个性、生活方式和爱好等角度出发，为客户选择适合她们自己的衣服。

已出版的作品有《给女孩的第一本化妆书》，深受读者的喜爱!

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 书籍目录

#### 第一章 女人你想变得漂亮吗?

- 色彩是女性选择的第一需求
- 自身色彩与服饰色彩决定你得光芒
- 不同类型女人如何找到属于自己的色彩
- 女性在日常生活中必备的时装
- 优雅女性购买服饰有技巧
- 服装是女性的另外一门“语言”
- 如何选择服装的面料与图案
- 尝试独特的创意, 搭配出个性服饰
- 无主意穿衣, 最好选择黑色
- 女性穿衣颜色相互搭配五项基本原则
- 肤色与服装完美搭配的法则
  - “黑妹”自信穿衣有道
  - “装色”与“妆色”和平相处的办法
- 不同身材与服装的选配技巧
  - “水果女人”穿衣, 发型及饰品之道
- 女性如何提升脸型与衣领的配合度
- 是女人就必须懂得的“量体穿衣”禁忌
- 不同身材如何穿仔裤的秘诀
- 矮小女生如何穿出高挑身材
- 丰满的女孩也能穿浅色
- 宽肩美人穿衣必胜的8大原则
- 不完美体态完美裙装穿着法

#### 第二章 女人内美的秘密

- 衬衣, 尽显女人味
- 袜子, 让女人的腿更加高挑修长
- 长筒袜, 半遮半掩中的魅力
- 性感与诱惑的结合体: 吊袜带长筒袜
- 内衣, 女人最贴身的“迷彩卫士”
- 魅力女人如何做到“里应外合”巧搭配
- 女人你会选择属于自己的内衣吗
- 女人不要让“内伤”折磨掉你的魅力
- 一件好文胸, 可以让你胸“有起有落”
- 内裤如此多娇, 引无数男人竞折腰
- 给梦一件华丽的外衣——睡衣
- 女人穿着舒服, 男人看着喜欢的睡裙
- 束腹紧身衣, “扬长避短”尽显完美身材
- 穿好贴身小背心, 内外风采无限
- 一件连衫衬裤, 让女人更加女人
- 穿衣懂禁忌, 不让自己默默无闻受折磨

#### 第三章 穿出十足“女人味”

- 女人穿衣, 首先得学会购买衣服
- 如何选择合适的连衣裙
- 女人哪种款式的连衣裙最适合你呢
- 裙长决定女人风光的大小、

## <<女人优雅一生的装扮课>>

裙装决定了女人装扮的成与败

领导女性时代潮流的几款裙装

漂亮的裙装是搭配出来的

迷你裙，长短有限魅力无限

女人无限风光在腿上：长裤

梦里寻她千百度蓦然回首就是它

牛仔裤，女性年轻活力的标志

给牛仔裤“作乱”，让其魅力四射

保养好牛仔裤比新买一条更划算

不同款式的裤子打造不同性感的你

裤装与服饰显身材的绝妙搭配方法

一针织衫，展现无限活力与风采

花样繁多的款式，装扮出风采各异的魅力

花哨的毛衣款式，装扮风情万种的你

风衣，女人成熟而又洒脱的标志

大衣，简单随意中彰显女人魅力

烂漫的春天，穿出青春靓丽的表情

炎热的夏季，穿出美丽有禁忌

秋季穿衣，既要风度更要温度

“美丽不冻人”的穿衣之道

鞋子，女人无限魅力在足部

怎么穿鞋才能够穿出妩媚动人

因它使你腿美而又性感——靴子

第四章 小配饰，让着装锦上添花

选对配饰，让着装“锦上添花”

让自己的秀发飞扬起来

拿什么拯救我的秀发

.....

第五章 漂亮女人是“妆”出来的

第六章 女人的美丽不等于魅力

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 章节摘录

版权页：插图：第一章 女人你想变得漂亮吗？色彩是女性选择的第一需求。每个人都会发生这种情况：明明衣柜里的衣服已经堆成了山，可经常穿的就那么几件；每天上班前，在镜子前面照来照去，可是总也吃不准最合适的搭配；眼看着别人穿着颜色鲜艳、款式新颖的衣服，可自己就是不敢尝试！

别人化的妆都很漂亮很抢眼，可是一旦挪到自己脸上就怎么看都不和谐……这是为什么？原来，每个人与生俱来就带有自己特有的色彩。

如果有一天有人告诉你，你的前半生只穿出了个人魅力的一半，你肯定会懊悔，并奇怪是什么否定了你的努力。

一项研究显示，我们每个人所关心的“第一印象”有67%是由你的外观色彩带来的。

所以，魅力形象的打造应该从研究每个人的“颜色”开始。

目前，时尚界应用最广泛的“四季色彩理论”，是通过春夏秋冬四季型分类法把人的体色特征与纷繁的色彩科学地对应起来，并形成了和谐的搭配规律。

为了测试你的色彩意识和购物方式，请回答下列问题：1.你打开衣橱能否看到彩虹般的颜色？2.有些服装的颜色是否使你显得苍白，必须靠浓重的化妆来弥补？3.你穿黑色服装是否更注重衣服而忽视面部化妆？4.你是否有纯白色和象牙色的衬衣？5.你是否有黑色、棕色和海军蓝的鞋子？

## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 媒体关注与评论

扮靓就像随时间一起发酵的美味红酒一样。

在“穿自己喜欢的衣服”这条道路上,沿着让身体不断积累的时间轨迹,然后有一天会散发出醇香。那股醇香便是一个人的基调。

——加菲猫这是我读过的最经典、最实用的一本时尚装扮书。

——luyi这本书讲了什么才是时尚,如何优雅。

其实优雅与人的阅历有关,不一定样样都是贵的才好。

关键是找准自己的格调,并发挥到极致。

——禅是一枝花是一本不错的书,让我们对时尚有更清醒的认识,到底该寻找的是什么?正如本书所说,比起当季的流行我们更需要的是真正适合自己的经典款! ——活在当下



## <<女人优雅一生的装扮课>>

### 编辑推荐

《女人优雅一生的装扮课》：让穿衣打扮不再浮于表面。  
真正融入你的心境，让生活变得更美好。  
找到最适合你自己的就是最漂亮的，用心去追寻的就是最美丽的。  
最适合中国女性的优雅扮时尚书。

<<女人优雅一生的装扮课>>

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>