

<<靓丽决定女人一生>>

图书基本信息

书名：<<靓丽决定女人一生>>

13位ISBN编号：9787533742072

10位ISBN编号：7533742079

出版时间：2008-10

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：王清芳

页数：184

字数：78000

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>

## <<靓丽决定女人一生>>

### 内容概要

本书教你如何凭借后天的努力，创造自己运气与优势的策略。

即使你不是出自名门，仍然可以拥有美好的人生。

因为，福气与幸福往往不是别人带给你的，唯有通过自己的努力、创造与经营，幸福才会降临，这样所获得的幸福，也往往比较值得珍惜。

本书从女性的外形着手，提供由外而内的几个重要方面，及自身经营上需要注意的原则。

内容涉及外形健美、服装造型、配饰选择，以及气色、化妆、自身魅力等，因为具有幸运面相的女性，不仅要拥有充满好运的面容与气质，同时也应该具备迈向好运的心态。

由内而外，内外兼修，才是这本成为好命女性教导手册的价值所在。

## <<靓丽决定女人一生>>

### 书籍目录

入门 观念篇 1.为什么外表如此重要? 2.什么是好命女的面相?第一章 体形美篇 1.打造好命女的第一步——检视你的身形 2.创造手与脚的魅力——举手投足散发好命气质 3.腹部紧缩,创造自信形象 4.修饰背部线条 5.收紧臀部曲线 6.聪明减肥法第二章 服装造型篇 1.穿着搭配肤色——穿出个性之美 2.穿着修饰脸形 3.穿着修饰体形 4.有魅力的职场穿着术第三章 佩饰技巧篇 1.鞋子诉说你的高贵气质 2.让袜子透露出好命气息 3.首饰搭配第四章 创造人气发型篇 1.好运发型 2.设计你的好运发色 3.护发——为头发创造健康的发质第五章 好气色美容篇 1.好气色是好运的根本 2.美化你的五官——五官活跃,好运跟着来第六章 好运势化妆篇 1.选择属于你的化妆品 2.速配的香水第七章 魅力气质养成篇 1.自信的养成 2.养成幸福女性的健康心态 3.培养优雅的谈吐 4.充满好运的仪态 5.好命女的人际关系经营术

## <<靓丽决定女人一生>>

### 章节摘录

第一章 体形美篇1.打造好命女的第一步——检视你的身形保持健美的重要性好命女的形象中，形体的健美为首要。

这并非对肥胖者的歧视或贬低，但从实事求是的观点看来，肥胖是一种病症，是一种体内营养过剩的症状，由于体内的脂肪累积过剩，超出了人体对营养的需求，因而影响了身体的健康。

而肥胖的主要成因还是吃得过多，消耗得太少。

当然每个人都有权利决定自己的体形，上帝造人时也没有定美丽的标准。

但是，很自然地我们会将欣赏的目光投向那些看起来结实、健美、窈窕的女性，而不会将赞许的目光投向肥胖的女性。

姑且不从美丑的角度，而是从身体健康的角度去思考，肥胖的确不健康，任由自己的身体横向发展也代表着此人对于饮食没有节制，对于自己的健康没有负责的决心。

因此也容易使人怀疑此人的节制力、决心与毅力是否足够。

因为当一个人对于自身事物没有办法好好处理时，也容易让人怀疑这个人对于事业的掌控能力，他人的信赖度也往往跟着下降。

当你体重过重时，不仅体形会影响你的行动力，步伐会变得比较迟缓，行动会变得比较吃力；连带着你的思考力也会变得迟滞。

这会影响周围的人对于你的信赖，若是专业人士，也会使人进一步质疑你的专业能力。

或许这么说并不公平，因为也有许多看起来肥胖的人士，同时能够拥有成功的人生。

但这需要非常高的自制力与经营力，自律性要非常的高。

从比例上看来，大多数人往往会将成功的专业形象与健康结实的形象联系在一起，而不会与一个看起来肥胖的形象联系在一起。

减肥是一种决心，也是一种自我的修炼。

当它影响到你的专业形象、爱情，或是涉及你的未来发展时，你就要痛下决心订下计划与目标，非达到减肥的目的不可。

这就是一个迈向好命面相的敲门砖。

当你变得健美时，身形自然轻盈，人也变得自信了。

因为许多喜欢的衣服都可以穿了，人也愈发美丽，你的改变一定会令人称羨。

要变瘦不容易，除了要有极高的自制力外，还要有极强的决心。

当你克服重重障碍，往窈窕的身形迈进时，不也说明你拥有极高的事业发展潜力吗？

能够下定决心，并且如期完成自我要求的人，必定也是个能够在事业上有所成就的人。

首先，给人的信赖感就产生了。

再加上你的自信，自然地也能够获得别人的注目，机会自然比别人更多了。

想拥有好运的面相，先检视一番自己的体重与体形吧！

<<靓丽决定女人一生>>

编辑推荐

开运小魔法让你快速变成好命女！

由内而外，内外兼修，《靓丽决定女人一生》教你如何拥有好命女的外形与气质，打造成为好命女的心态与观念。

<<靓丽决定女人一生>>

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>