

<<美丽一生>>

图书基本信息

书名：<<美丽一生>>

13位ISBN编号：9787560144498

10位ISBN编号：7560144497

出版时间：2009-5

出版时间：吉林大学出版社

作者：关琦

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>

<<美丽一生>>

内容概要

美丽，是一种经后天的努力与修炼而达成的内在魅力。

“你想拥有魅力吗？”

”，这个问题对于任何一个女人，回答一定都是肯定和明确的。

然而，“想”与现实却是两回事，因为魅力的得来，往往是一项艰苦的工程。

本书凝聚了“亚洲美皇后”之称的关琦小姐的魅力心得，以独特的视角、平实的文字和细腻的笔触讲述女性流行时尚、穿衣打扮、靓容美发、服饰搭配、健康饮食、美体塑身、礼仪谈吐、情感、事业、理财等修炼魅力的方方面面，分析如何让女性认识自我、完善人格、提升魅力，让女性真正美丽一生的14条魅力守则。

美丽的追求是一种生活的态度，内外兼修才能打造出真正散发魅力的美丽女人。

<<美丽一生>>

作者简介

关琦，2003年中国小姐大赛冠军，代表中国参加第五十三届世界小姐大赛，并获得季军，当选“亚洲及大洋洲美皇后”。

这是在世界小姐比赛中第一位进三甲的中国小姐。

她用灵动的笔触揭开女性一生美丽的秘诀，道出女性美丽的真谛：女性的美丽不单是漂亮的问题，其中更折

<<美丽一生>>

书籍目录

第1章 把纯真生活写在脸上——不老容颜 美丽之与世俗 摸索出来的靓丽 选择你的面部护肤品 好妆容与审美相关 做个睡美人 用好“三千弱水” 吃与女人的美

第2章 恋上那飘动着的风韵——缱绻秀发 谁为致命的牵引 品质来自于打理 找准第二张脸 你是否也有这些误区 拭去一片枯燥 那点染神韵的一笔

第3章 只为难以拒绝的风景——婉约身姿 舞蹈带来的优雅韵味 谁最先惹了青春 拒绝不相宜的强悍 什么让你摇曳生姿 美胸现在时 别被膨胀煞了风景 开启那扇动人的窗

第4章 我们的秘密挥之不去——女人味道 爱那久远的依随 别让异味袭来 但使花香满怀 你需要什么香味 谁的清香可持久

第5章 谁在左右一生的风情——宜雅衣装 构筑衣装的气韵 高品位与媚俗只一线之隔 你该懂得的穿衣之道 谁在左右你的着装 拨动色彩之弦 你的身材会说话 细微之处的女人味 这里有女人的本质

第6章 点点缀缀最是女人心事——花样配饰 每个女人都爱“宝贝” 方寸间的微妙世界 穿越时空的颈间风情 难舍头上的光辉 那垂挂的风韵 腰间的彩腾 鞋子也会愉悦身心 谁让柔情如花绽放

第7章 生命如此鲜活——健康瘦身 一种生活方式 谁的运动通往美丽 大多数人的健身盲点 排毒是怎么回事 最爱排毒食物 别惹上“计算机皮肤” 寻回鲜活的幸福 谁会越减越肥 我自己的解压方式

第8章 仪静体闲如我——礼仪大方 那千年恒定的力与美 做宴会上最受欢迎的人 餐桌上的礼仪 别让疏忽影响了感觉 礼品中的学问 让出行变得愉快 在异国该知道的

第9章 含英咀华，吐露流年——悠悠谈吐 超越容颜的魅力 让聊天变得有趣 打打“心灵太极” 注意“小”事 开玩笑的艺术 几种简单而实用的交流技巧 身体语言不可忽视

第10章 灵动我的内在——谦谦学养 大气女人平添高贵 男人欣赏的个性女人 自我调节，看云卷云舒 培养你的快乐 向嫉妒说不 腹有诗书气自华 懒也是一种智慧

第11章 怎样的江湖——练达交际 微笑的诱惑 用好“冷热水效应” 谁会控制自尊的弹性 远离是是非非 温柔之于处世

第12章 那低头温柔里的智慧——情感学问 爱情里的智慧 这不是生活的全部 婚姻是什么 永远的“门当户对” “娇媚女人”是什么

第13章 游走于魅力间的魄力——如歌事业 知道要干什么，清楚能做什么 当遭遇这样的危机 女人需要续写魅力 源于生活的常识 刺猬式的交往 经商女人要知道的 女老板的形象

第14章 所有女人都应该精明——理财之道 从房产选购看女人理财 比找丈夫更重要的 投资理财须知 在智慧消费中提升美丽 谁是非理性购物者后记

章节摘录

插图：现代女性社交活动频繁，如何使自己的妆容在各种场合都显得大方得体是个很重要的问题。

一个好的妆容包含着审美、技巧等方方面面，体现着个人品位。

有人说，化妆如同画画，而要画出一张好画需要好的颜料、画布、好的创意和表达技巧。

在我看来，这些还不是最主要的，最基本的是审美力。

什么场合化怎样的妆，体现着这个人的审美理念。

我曾亲见一些年轻的女孩为了和心上人约会，化出的妆却掩盖去了其本来清纯的面貌。

这当然不是技巧和创意问题。

如何培养好的审美力？

一方面需要加强文化修养；另一方面可通过影视、书报、杂志等，细心体会那些气质高雅的人是如何化妆的。

我在大学前的学生时代基本没化过妆，我的如花般绽放的青春从19岁才刚刚开始。

还记得大一时候，班里一位同学演出回来（当时她可是我们全班第一个出去演出的女生），我们对着她的舞台妆，仿佛是在看一个外星人。

依旧记得她的嘴唇被化妆师画的外扩而性感，第一次看到双眼皮贴，觉得仿佛一个魔术一样神奇，而她也确实变成了另外一个人。

我们围着她赞不绝口，惊呼：“太漂亮了！”

真是大美女！

”，她摆出一副玛丽莲·梦露的性感神情，柔柔地说：“没有啦，我只是很上妆而已！”

<<美丽一生>>

媒体关注与评论

紧贴生活，引领美丽时尚新概念，以新世纪女性特有的视角，寻找和探索真正的中国女性之美。
——著名主持人沈冰

<<美丽一生>>

编辑推荐

《美丽一生》凝聚了有“亚洲美皇后”之称——关琦小姐的魅力心得，以独特的视角、灵动的笔触讲述了修炼魅力的方方面面，分析了女性认识自我、完善人格、提升魅力需具备的14条守则。

2003年中国小姐大赛冠军，第53届世界小姐大赛季军——亚洲美皇后，2001中国模特之星大赛十优，2001中国精英模特大赛十佳。

14条魅力守则改变你的一生打造内外兼修的魅力女人，为女性量身定制的修炼宝典，最贴心的忠告和诀窍。

魅力是一种经后天的努力与修炼达成的美。

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>