

<<魅力>>

图书基本信息

书名：<<魅力>>

13位ISBN编号：9787807636427

10位ISBN编号：7807636424

出版时间：2011-8

出版时间：广西科学技术出版社

作者：卡罗琳·考克斯

页数：256

译者：刘珈梦

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>

<<魅力>>

前言

## &lt;&lt;魅力&gt;&gt;

## 内容概要

你知道是什么让梳着老处女头的凯瑟琳·赫本，变身最上镜的模特；让奥黛丽·赫本一辈子保持31.5—22—31.5的完美三围；让情景喜剧演员的詹妮弗·安妮斯顿，成为好莱坞女星；让叛逆女孩安吉丽娜·朱莉转变为衣橱里挂满St.John服饰、带着贵族气息的魅力女人？

我们又如何能像如何能像格蕾丝·凯利那样优雅地交谈，如何像杰奎琳·肯尼迪一般迷倒众生，如何像法国第一夫人布吕尼成功转变风格，如何拥有如詹妮弗·安妮斯顿一样良好的人缘。

享誉全球的时尚史大师卡罗琳·考克斯，首次出书揭示世界最有魅力女人们的成长蜕变秘密——如何打造时尚得体的外在、如何修炼优雅迷人的内在，以及如何获得爱情之神的眷顾。一句话，看完这本书后，你能让自己光芒四射，由内到外成为魅力的女人。

玛丽莲·梦露说：“魅力总是那么显而易见，然而拥有魅力的秘诀，就仅仅只是秘诀而已。”《魅力——时尚总监的风格修炼书》中，作者运用大量第一手资料，毫不保留地告诉所有女性，魅力女人的内外修炼秘诀。书里的魅力修炼法都是从未外传的：比如绝密的梦工厂明星造型改造方案，好莱坞顶级造型师的化妆秘诀，明星独家瘦身、护发、裸妆术，专业大师的说话、仪态修炼法。同时，书中包含了大量实用技巧，有打造狄波拉·哈利的烟熏妆、格蕾丝·凯利的法式发髻、伊丽莎白·泰勒优雅弓眉的全步骤，有好莱坞女星的独家去除双下巴小脸术、瘦小腿肚锻炼法，有让声音、仪态变得高贵优雅的修炼法。

女人颠倒众生的魅力不仅仅关乎外在，更来自于内心。

《魅力——时尚总监的风格修炼书》是一本彻底改变你造型、化妆、发型、言谈仪态、人生态度的风格修炼书。

相信这样一本内外兼顾、时尚品位一流的书，会使读者得到许多有益的帮助，成为一名人见人爱、优雅、有魅力的女人。

## 作者简介

**【英】卡罗琳·考克斯**

Vidal Sassoon顶级时尚总监、BBC热门主持人、享誉全球的时尚史大师

卡罗琳·考克斯是时尚史的国际权威，伦敦艺术大学名誉教授，伦敦时尚学院文化系主任；同时，她还是沙宣集团时尚总监，伦敦维达·沙宣高级学院国际潮流顾问；BBC时尚节目主持人，经常作客BBC的时尚美容文化节目。

她对全球时尚史了如指掌，对女性的着装、化妆、造型、品位有着自己的独特见解。

其他畅销书著作：《内衣：时尚词典》、《高跟鞋》等书。

注：伦敦艺术大学和伦敦时尚学院都是欧洲乃至世界知名的时尚类高等学府，在世界时尚圈中享有盛名。

## <<魅力>>

### 书籍目录

前言 永恒而又完美的课程

CHAPTER 1 什么是魅力？

什么是魅力？

我的性感秘密（玛丽莲·梦露）

魅力也有定式

你可以生来不美，但不可忽略内在的潜质

世界踢踏舞美女大师埃利诺·鲍德温的形象改造清单

CHAPTER 2 像明星一样有型

明星初成

芭蕾身型

S身型

Elsie Pierce在《女性之美》节目中得到的指导

窄臀大胸的身型

娇小完美的Pocket身型

运动型

高个儿美女

“你在我身上所看到的所有美丽，都应该归功于面食！”

明星们的减肥菜单大揭露

像明星一样吃饭

魔法瘦身饮食咒语

CHAPTER 3 引导时尚——明星是如何做的

自成风格

S身型的穿衣术

窄臀大胸身型的穿衣术

娇小完美Pocket身型的穿衣术

运动型身材的穿衣术

为什么要穿裤子

高个儿美女的穿衣术

高个儿女生的着装首选

如何创造属于自己的标志

不做名人，做个明星！

只有自我的才是时尚的

CHAPTER 4 内心的优雅

打造优雅的内在

恭维会让你到哪里都吃香

如何修炼自己的迷人个性

交谈的魅力

说话时，怎样变身为格蕾丝·凯莉王妃

让声音都变得性感的9种法则——约翰·鲍威尔

如何转变风格

怎样像安吉丽娜·朱莉一样成为内心善良的女人

## <<魅力>>

找到知心朋友

如何做一个好朋友

如何让自己光芒四射

Chapter5 你也能和明星一样耀人——跟明星学美妆

时刻准备自己的特写镜头

好莱坞顶级造型师的最高美丽秘诀

梦露性感妆

玛莲娜·迪特里茜的魅惑腮红妆

永远都像女主角一样——碧昂斯时尚天后妆

诱人的唇膏

魅力的双唇

琼·克劳馥保持完美嘴唇的秘诀

魅惑红唇必购榜

让眼睛会说话的亮眼妆

直面事实

如何画出黛比·哈利的烟熏妆

最后一个小诀窍

伊丽莎白·泰勒式弓眉妆

芭芭拉·斯坦威克的耳朵

双下巴去除小脸术（简·肯特）

明星洗脸也有术——向赫本学正确洗脸

最高机密！

女星们的裸妆秘诀

Chapter6 跟明星学发型

好莱坞的发型设计和染色

拥有电影明星般的最佳发型

制造骄傲：打理出电影里的绝美发型

棕发女人的秘诀（阿琳·达尔）

红发的乐趣

如何拥有淡金色的头发（珍·哈露）

如何拥有格温·史蒂芬妮可爱甜美的发型

刘海的受益者——凯特·摩丝

拥有漂亮头发的秘诀（阿琳·达尔）

莫森·皮尔森，世界上最好用的发梳

分享经典：那些火热发型的电影

葛丽亚·嘉逊的香槟疗法

我们所不知道的——明星护发方法大揭秘

Chapter7 高跟鞋和皮包包，永远不能缺

缺什么都可以，高跟鞋与皮包绝不行

梦露的鞋子秘密

宁愿穿着高跟鞋进地狱

细高跟的致命诱惑

简·肯特的紧缩小腿肚法

赫本的优雅芭蕾舞鞋

手袋

属于你自己的包包

教你鉴别高仿包

## <<魅力>>

伊丽莎白·泰勒：大号克拉配大牌明星  
八个配饰小技巧  
男人不向戴眼镜的女人调情  
像葛丽泰·嘉宝一样学会带贝雷帽  
Chapter8 小细节看出大魅力  
那些迷人的下Extras  
人生需要闪亮登场  
行走优雅有学问  
如何以明星的风姿走下楼梯  
如何像维多利亚·贝克汉姆一样打造上镜姿势  
迷人的旅馆  
调酒棒和Tiki bars：对魅力少女的鸡尾酒向导  
魅力宝贝：她们都养什么宠物  
适合你的宠物：腊肠狗 / 适合你的宠物：小型贵宾犬 / The handbag dog  
Chapter9 挡不住的诱惑  
诱惑——魅力女人的风格  
行走时的风情 / 酒吧情调 / Diane Brill的通用情调理论  
为什么我不选择紧身的服饰（玛丽莲·梦露）  
女人最应该看的七大性感电影  
怎样使男人爱慕你——by 那些深暗此道的明星们  
男人所厌恶的女人行为  
成功是有香味  
芬芳的明星们  
名人们所喜爱的香味  
为你的约会所做的芳香准备（简·肯特）  
白丝无后跟拖鞋  
如何向男人传达性感  
不着寸缕的明星们  
穿长筒袜的技巧（Kathleen Hughes）  
Chapter10 找个好男人，幸福到永远  
如何拥有幸福的结局  
早餐之后  
嫁给我的女孩（法利·格兰杰）  
炫目的婚礼  
五部精彩的婚礼电影  
如何维持一段感情  
沉迷于婚姻（伊丽莎白·泰勒）  
结婚或单身，最重要的是要快乐  
不要邋遢，女人（简·肯特）

<<魅力>>

章节摘录

<<魅力>>

媒体关注与评论

<<魅力>>

编辑推荐

<<魅力>>

名人推荐

<<魅力>>

#### 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>