

<<魅力女人的优雅下午茶>>

图书基本信息

书名：<<魅力女人的优雅下午茶>>

13位ISBN编号：9787807670636

10位ISBN编号：7807670630

出版时间：2009-1

出版时间：山西经济

作者：美惠

页数：200

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>

<<魅力女人的优雅下午茶>>

前言

性格决定命运，细节铸造魅力人生。

对女人，尤其是如此。

英语里有种说法叫:plain vanilla，直译过来便是，平淡无奇的香草，用来指代一种女人。

这种女人妥帖得如同香草冰淇淋，几乎没有人会讨厌。

她们处处得体，总是用最安全的方式行事，她们多半不胖不瘦，中人之姿，不贸然发表观点也没有观点，不随便抒发情绪也没有情绪，见面如同走过场，过目及忘，她们还是彻头彻尾的老好人。

毋庸置疑的是，plain vanilla们的人生注定稳妥却无色无味。

然而，世界如此色彩斑斓，谁还要这种乏味的人生！

我们不欣赏永远妥帖的小傻瓜，当然也不怂恿女人们变成随时随地让人如芒在背的女王。

事实上，我们推崇的是懂得幽默，懂得生活调剂，每个细节都经得起回味的女人，她们可以柔情似水，亦可锋芒毕露，并总在最恰当的时机施展它们，她们仪容得体，并用有趣和智慧搞定一切，无论身处何地，她们都像一块有着巨大磁力的磁石……女人的气质和品位需要花费一生来领悟。

女人，不是生而为女人，女人之所以为女人是后天修成的。

若你现在不优雅，后天的修炼将引导你走向优雅，而细节则会替你将优雅慢慢渗入灵魂。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

内容概要

你应该明白，魅力其实是一个动词，是淡淡的着装，是带些慵懒的眉梢，然后在大段大段的时光里放肆地优雅，这个下午，不小心落进了谁的眼，谁就再也不能忘掉。

我们不欣赏永远妥协的小傻瓜，当然也不推荐冷酷的女王。
我们喜欢懂得幽默，懂得调剂生活，每个细节都经得起回味的女人。
她们可以柔情似水，亦可锋芒毕露，并总在最恰当的时机施展它们。
无论身处何地，好们都散发着具有巨大磁性的优雅魅力。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

作者简介

美惠，魅力女性生活专家，信奉“女人的魅力都是来自于自身的努力”，一直著书，鼓励女人拥有自己的梦想，包括能实现梦想的理财能力。

著有热销书籍《学会做有钱女人》。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

书籍目录

引语

Lesson 1 秀出自我，美丽者生存

- (一) 不可忽视你的形象
- (二) 拥有迷人的气质
- (三) 你的心态决定一切

Lesson 2 职场生存，不计较胜负

- (一) 在其职就认真谋其位
- (二) 在任何时候开始学习都不算晚

Lesson 3 为人处世，优雅坚持原则

- (一) 女人的真正秘密武器
- (二) 优雅是你天生的优势

Lesson 4 幸福人生，爱让一切不平凡

- (一) 健康是幸福的第一要素
- (二) 对爱要有一颗呵护之心
- (三) 理财是你的立身之本

<<魅力女人的优雅下午茶>>

章节摘录

从内容看品牌现代女性不可一日无妆，还希望上底妆的手续越简便、妆感能够适度遮瑕、同时越自然越好，若还可以兼具防护与保养的双重功效，那就再好也但是了！

为了面面俱到，化妆品厂商致力于推出全方位型态的聪明型商品，也个别在品牌或是实验室擅长的领域加强粉底类新品的可看性，虽然各家特色无奇不有，令人眼花撩乱，但有福的可是消费者呢！

依自身需求选择出最适合自己的商品，要画出完美底妆，一点也不困难！

贵气保养派：GUERLAIN娇兰最新推出的伊诗美活光紧致粉底系列，共包含活光水凝粉饼、活光紧致粉底乳、娇兰伊诗美活光紧致粉底、活光紧致粉底露等3种商品，依照其遮瑕力与滋润度排序，由轻而重是粉饼、粉底乳、粉底霜，除可依个人使用习惯和肤质属性来挑选外，此次最令人心动的是产品尚包含娇兰一向口碑极佳的明星保养成份，如新特效水合弹力还原精华、三次元抗皱系列、紧致拉提眼霜、高密度滋养系列、柔肤紧实系列等明星商品的精华成份皆于其中，且3款皆配有PA++、SPF12~30的防紫外线功能，可说是保养防御兼备的聪明型粉底。

在色彩修饰的技巧上，GUERLAIN活光紧致粉底系列亦不含糊，利用是光源散射的原理，其中的3D视觉修饰微粒可捕捉光线，让肌肤呈现出最佳明亮度，视觉上还能产生脸部肌肤更为饱满紧实之感，其熏衣草紫光粉体可修饰东方人偏黄肤色，使妆效更自然。

粉妆自然派：BIOHERM碧欧泉的亲肤透光粉底露，具基础的SPF10防晒功能，打着“创造具光泽感素肌妆效”的称号而来，虽是粉底液的质地，但推开时，细微的粉体会均匀形成一层轻薄妆容，让脸庞能透出光泽感的好气色。

由于厂商此次采用的是半透明、平板型的粉体，随着推抹动作后粉体会像磁砖一般的排列，所以能够完全贴合肌肤，营造出自然妆效的美感；而淡淡蓝光除能遮盖脸上的小瑕疵，对于东方人偏黄肤色也能有适当的修饰作用。

成分中添入矿泉活性萃取精华，能舒缓镇定肌肤，维他命C、E、B5和微量元素锰与镁，也能收保养肌肤之效。

成份天然派：肯梦AVEDA新作——晶采Inner Light?新底妆系列，包括：粉底乳、双效粉饼、润色乳、遮瑕膏、粉饼及蜜粉，商品种类多而完整，特色在于全都不含滑石成份，利用来自植物萃取的强力抗氧化物可防护肌肤，再加上能给予肌肤更明亮光采的电气石、肯梦晶采底妆，孔雀石及云母等矿石成份，和熏衣草有机认证的舒爽香气，从成份上来看真是无比天然。

晶采Inner Light?新底妆系列中的电气石粉末，能赋予肌肤光彩、并改善肤色；精研孔雀石成份，可折射光线，遮掩瑕疵，提升肌肤20%的光彩度；细致云母成份，能创造丝绸般质感，提升妆效透明度，使细纹、毛孔及皱纹得到修饰，让肤色看起来更光亮均匀。

此外，在保养功能上也不马虎，成份中尚有来自红川七（Japanese Knotweed，又名虎杖）的反转醇（白藜芦醇Resveratrol），比起维他命E，它是一种更强效的抗氧化物，可清除自由基，避免外界环境对肌肤伤害；而来自亚马逊雨林的木乳木乳油（Murumuru），能防止肌肤水份流失，达保湿润泽之效。

抗汗抗油派：LANCOME兰蔻新推出的轻透纱UV粉饼，是由日本东京实验室针对亚洲市场推出的新作，除了具备SPF17、PA++的防紫外线功能外，标榜拥有超过传统粉饼4倍抗汗及抗油脂的承受力，对于亚热带潮湿气候下的居民，特别具吸引力；为了让粉嫩底妆持久不偏色，其色彩因子和微粒粉末皆以高防护层包覆，所以能在极度潮湿或分泌油脂的环境下，维持粉嫩轻盈的妆感。

粉底3招让你粉嫩嫩 粉底功夫：1. 质地浓稠的粉底会使皱纹更加明显。

粉底越薄，肌肤的光泽越能自然呈现。

2. 肌肤红润的光彩会随着年龄的增长而减退，改用暖色系粉底能创造光润的效果。

3. 粉质的腮红会突出两颊细纹，而霜状或胶状腮红则可增添年轻清新的光彩。

雕塑脸型：1. 愈高愈好：年龄一大，脸形有向下垂的感觉，所以将色彩着重于较高处可转移目光焦点，比如将腮红使用在颧骨上，靠近眼睛处，避免将眼影或眼线涂于睫毛间，而是用于稍高处。

2. 突出眉毛：彩妆用量与年龄通常成反比，描绘细致眉型因而更显很重要，它就像画框，可为脸部定型并增添一个人的神韵。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

认识粉底类化妆品：有些女士化妆时常常在涂唇膏，眼影膏等方面下很大功夫，却忽略了使用粉底，认为粉底可用可不用的。

行家们说：“化妆以清洁为开始，以粉底为基础”，只要使用和选择得当，粉底不仅可以保护皮肤，更是达到完美肤色的必备。

否则，眼部、嘴唇妆化得再好，也不是成功的化妆，不会收到理想的效果。

粉底有以下几方面作用：1. 改善肤色。

使面容增添青春、健康的色彩，同时遮盖面部不均匀的色素及细小的假疵。

2. 保护皮肤。

使用粉底后，化妆品不直接接触皮肤。

粉底还可以防止外界尘埃进入毛孔。

3. 调整皮肤性质。

起到保养皮肤及滋润皮肤的作用。

增加皮肤对风霜雨雪及烈日曝晒的抵抗力，可以帮助油性皮肤减少分泌物。

4. 深色粉底可涂在脸部凹陷的地方，如鼻梁、眼窝、两腮等。

明亮的粉底可涂在脸部凸出的部位。

通过二者的明暗对比，使面部立体感增强。

粉底的使用方法：1. 厚薄要均匀适宜，由上至下打粉底，可顺著脸毛方向，使粉底深入；2. 轻压细抹有助于在皮肤上长久保留粉底，待粉底在脸上稳定后，将不匀的多余的粉底用面纸擦掉。

3. 颜色要与肤色相配。

选用粉底要因肤质而异。

干粉的使用：扑干粉是为了使妆面更柔滑——妆面结实，不易脱落，起到“定妆”的作用。

使用干粉时，也要选用与肤色相配的颜色，先打好粉底，将一个粉扑蘸少许干粉与另一个粉扑拍均匀。

将干粉先轻扑在面部的五个部位：额头、两颊，鼻部，眼部，下巴。

如何选择粉底霜：粉底霜基本成分：是皮肤必不可少的油分和水分，为了加强化妆效果，还加了颜料。

分为雪花膏型、液体型和乳剂型。

粉底霜几种类型：雪花膏型粉底霜：油分比重大，形态如雪花膏，富于光泽，遮盖力强，适于出席宴会、金等大场面郑重化妆时使用。

但由于它的遮盖力强，最好选用与自己肤色相近的颜色，以免造成不自然的感觉。

液体型粉底霜：含水分较多，使用后皮肤显得滋润、娇嫩、清淡，若您的皮肤比较干燥或者想化淡妆，这是最佳的选择。

乳剂型粉底霜：特征是用水化开后，涂布在皮肤上所形成的薄膜有斥水性，很少掉妆，适用于夏季或油性皮肤。

按肤质选择粉底霜：油性皮肤的人应选用液体粉底霜及粉饼。

干性皮肤的人则要选用油质粉底。

按肤色选择粉底霜：肤色较白的，可用淡粉色粉底，如白色。

年轻人可用象牙色、黄色或白色粉底。

肤色发黄的人，可用肉色粉底。

肤色深的，可用桔黄色和浅棕色粉底。

因为粉底霜遮盖力强所以最好选择与自己的肤色相近的，以免造成不自然的感觉。

粉妆肌肤新的保护膜：干性肌肤：丰盈。

干性肌肤上粉底本来就容易出现起皮现象，冬天就更是如此了，脸上的粉底斑驳不匀，好像大花脸。

所以，干性肌肤挑粉底时，很关键的一点，是要选择滋润型或保湿型的粉底，质地较浓厚的粉底霜会胜于粉底液。

娇韵诗、资生堂等直接以“丰盈”来命名的粉底，一看便知其中含有多种滋养肌肤的成分；同时，粉

<<魅力女人的优雅下午茶>>

妆的分子都比较大，如同在皮肤表面增加了一层防止水分流失的保护膜。

——当然，这种保湿功效仅是表面的辅助作用，干性皮肤更应该在粉底之前做好深层的保湿、滋润工作。

另外，美白效果的粉底往往偏干，干性皮肤更应避免使用。

因此，在选择粉底时，既注意滋润度，又注重延展性——它能利用光线的折射在视觉感受上减少皱纹。

DIOR的光柔亲肤粉底中的水合矽就具有这种延展功能，而SK 的润采活肤粉凝霜和CHANEL的活力粉底系列甚至还具有防衰、抗衰的功效。

油性肌肤：持久。

秋冬季的油性皮肤不会像夏季那么油光满面了，可“吃妆”问题仍会存在。

那就该选择标有OIL - FREE的粉底液，润泽而不油，质地柔软，有些类似香粉状。

YSL焕彩粉底液、兰蔻感光粉底液（自然型）、雅诗兰黛无瑕柔雾粉底液等都是很有“毅力”的粉底液，能持久保持妆容。

油性皮肤还有两个很好的选择，一是“粉底般的粉饼”——干湿两用粉饼，兼具粉底液的遮盖力和滋润度，又有粉饼的定妆效果。

二是“粉饼般的粉底”，如欧莱雅轻绒液体粉饼、美宝莲惊颜轻盈粉妆液等，涂的时候是粉底液，有很好的延展性，瞬间会变成扑过粉般的雾状哑光，自然、细腻、且持久。

要掩盖痘痘、痘痕的油性肌肤，则可选择透明的覆盖性粉底液，最好还有一定的消炎作用，欧莱雅丰盈持久透气粉底液、艾文莉神采粉底霜都属于此类。

但若仅把它们涂在局部，同时配合其他粉底液一起使用，效果会更加自然。

混合肌肤：聪明。

“混合得比较厉害”的肌肤，最好在爱出油的T区涂水基配方的无油粉底，在干燥的两颊涂保湿型粉底。

“混合得不那么厉害”，则可选“聪明粉底”，它们遇到油腻部位，能有效控制油脂分泌并令油光呈现哑光；遇到干燥部位，能“自觉”地滋润、保湿。

巴黎欧莱雅超感平衡智慧型粉底液、雅诗兰黛幻丽多层次粉底液、倩碧均衡粉底等，均属于这一类。

在夏季，干湿两用粉饼也是混合性肌肤很好的选择，但到了秋冬季，两用粉饼中的控油效果成了多余，还是在粉底液之后淡扫蜜粉定妆，更利于滋润保湿。

10步炮制亮润彩妆 橄榄贵族被现代人奉作上品的橄榄肌，面对再强烈的色彩都能照单全收，诠释出闪烁动人的亮润彩妆。

温暖、朦胧的橄榄棕，赋予肌肤柔软的质感和像被阳光吻过的美丽痕迹。

上粉底时可用按摩的手法，淡化细纹，令肤色红润。

含珠光的粉底让肌肤自然有光泽，以指腹轻轻推开即可。

选用和肤色相近的粉底全脸涂开，让珍珠光泽从里向外闪现。

T字部位按上清爽控油型蜜粉，以防止脱妆。

用不含珠光成分的蜜粉扑全脸，让肌肤展现立体光感。

明亮的棕色眼影具有收缩上眼睑的效果，大面积使用也不夸张。

在双眼线中间、内眼角至下眼睑的区域用闪烁光泽的金色眼影提亮。

夹刷睫毛，使眼神更迷人。

面颊以拍按法涂上玫瑰粉色腮红，让肤色别具高贵感。

亮润的唇增加鲜嫩生机，淡雅的粉色是绝好的选择。

小贴士 若秋冬季不想再用防晒霜的话，请务必选用含SPF和PA指数的粉底液 / 霜。

挑选粉底、隔离霜时，应在下颌处试用，颜色可以略白或略红，但仍以越接近肤色越好，否则会像“假面具”。

因为手背肤色与面部肤色差异较大，在手背后上试用实在无法选准颜色。

可备以2款、甚至多款粉底液，视每日的肤色选用，也可用2款粉底调出最适合肤色的颜色一起使用，或浅色用于高光部位、深色用于阴影部位，使妆容更富立体感。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

每晚一定要用卸妆产品彻底卸妆，较敏感的肌肤特别建议使用卸妆油，可眼唇妆一并卸除。

不敏感的肌肤也可使用其它卸妆产品，但眼唇妆一定要用专门的产品卸除。

细节打开心灵的窗户：眼部妆容眼部是面部最能传情达意的部分。

让双眸大而清澈，散发诱人魅力，可以将能赋予眼部立体感的眼影、以及能加深眼部印象的眼彩、眼线、睫毛夹和睫毛膏等组合起来使用，让这些化妆品和化妆工具发挥其最大的潜能！

珠光与金属光泽感的眼妆是年彩妆两大重点，尤其紫色和金色眼妆更是流行，为了呈现与以往截然不同的质感，各大品牌在新推出的眼妆彩妆中，多数采用“星空珠光粒”及“晶灿亮彩片”进行微妙搭配，营造出一种神秘感。

另外，介于金属质感与柔和色彩之间的眼妆，还能表现出极富创造力与前卫的时尚感。

眼线成功描画眼线的诀窍是眼线液和眼线笔并用！

想让眼睛看上去大而有神，描画眼线是必不可少的环节之一。

但是，很多人都抱怨说眼线难画，无法描出漂亮的眼线。

的确，眼线的好坏会影响到整个妆容的质量。

下面我们就来介绍一下轻松描画眼线的方法。

将眼线笔和眼线液并用，定能打造出高雅而传神的美目！

首先在睫毛根部，用黑色或深棕色眼线笔如填满睫毛间隙般描上颜色。

涂抹时小幅度地移动眼线笔会更容易上色。

还有一点很重要，眼线笔不要削得太尖。

为了描出的眼线调节得更加漂亮，接下来使用眼线液。

尽量在接近眼际的部位描画，让画出的眼线位于睫毛根部的略上方。

为了让妆面看起来更加自然，可用棉棒的尖端在眼线笔上蘸取少许颜色，从距离眼梢1/3处开始轻轻向外晕开眼线，以模糊眼线的轮廓。

内眼角部位的上下眼线，也都要稍稍晕染开来，这样就能显得更加自然。

描画眼线时，上眼睑的眼线要略粗，下眼睑的则略细一些。

向眼梢方向描画眼线时，首先画到比自己期望的长度略短一些的位置，然后轻轻向上勾画，这样能塑造出干练利落的印象。

眼影具有丰富层次感的眼影，让眼部焕发动人光彩。

眼影可让眼部散发迷人韵味，通过各种色彩可晕染出不同的浓淡渐变层次。

让我们灵活运用各种眼影色，演绎出或知性成熟、或高雅大气、或温柔妩媚的多彩风格吧！

首先要学会用眼影打造出浓淡渐变层次的基本方法，然后选用适合自己的颜色上妆。

将较明亮的淡色眼影在整个眼窝晕开，制造出眼部的立体感。

可用手指划出眼窝轮廓，将淡色眼影从眼睑中心部位向着外侧轻轻晕染开来，制造出层次感，渲染出自然的眼影效果。

在睫毛根部用深色眼影呈线状描画。

然后在明亮色与深色之间，用眼影棒将两种颜色轻轻晕开，就可形成漂亮的层次感。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

媒体关注与评论

这本书，花一个下午看的 在阳台，很安静，有花有草，有花草茶，有小猫 女人的一生，究竟要怎样度过呢？

我想，真正的魅力，并非外表肤浅的美丽吧正如这一杯芳香的下午茶时光，我们需要的是片刻的静心时刻，那带来的安宁，贯穿了永恒（上海读者）

<<魅力女人的优雅下午茶>>

编辑推荐

《魅力女人的优雅下午茶》是一本让你迅速成为魅力女人的魔法秘籍，从穿衣细节到言行姿态，娓娓道来；抛开空洞理论，在下午茶式的轻松气氛里，魅力专家与你务实交流，大方揭秘优雅女人的闪耀动人是怎样炼成。

<<魅力女人的优雅下午茶>>

名人推荐

优雅是女人一杯芳香的茶 ——猫pp

<<魅力女人的优雅下午茶>>

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>