

<<秀出你的美丽与气质>>

图书基本信息

书名：<<秀出你的美丽与气质>>

13位ISBN编号：9787505715301

10位ISBN编号：7505715305

出版时间：1999-6

出版时间：中国友谊出版公司

作者：黄丽穗 著

页数：541

字数：60000

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>

<<秀出你的美丽与气质>>

内容概要

无论时代如何变迁，新新人类的观念如可前卫；身为女性，还是应该朝着「做一个优雅的淑女」真理前进的。

从事羊工作多年，我始终在与美相关的事物中打转，为寻找颠扑不破的真美而乐此不疲。我喜欢由内而外的美丽，也希望把多年所学及亲身体会带给所有不吝爱美的女人。

其实，美是可以透过不断的学习、经验，培养成一种美的「习惯」。如果这样美的「习惯」，与妳日夜相伴，时时相随，妳能不美吗？

「美」所以有魅力而耐人寻味，在于它充满主观与创造性。

当妳觉得它美，它就美，不需要一定的规格，只凭感觉。

重要的是妳满意妳自，由内心反映在妳的神情上，那才是真正的美 丰姿卓越的美。

所以，每个女人都有权利当美女！

只要妳有智能去创造美。

然而令人扼腕的是，很多人莫名其妙地放弃了这样利，也许是粗心，也许是根本就自己「未战先言输」，最让人气馁。

此外，在这知识爆炸的时，还制造出一种眼高于顶的才女， 她们以为脑袋饱饱，就不愧在乎外表了，却忘了无论如何人是先看外表的。

不让自己先亮丽起来，谁又能一眼就观赏妳的内在美呢？

另一种极端，是过度追求时尚、费尽心思的前卫流行，但失去了自己的特质，令人看了只觉得像服装杂志上的人，缺少一点真实性与生命力。

现代女性，应有营造「美的气息」的能力，我希望藉由这本书，传递给妳基本的观念。

所谓「基本」，就是不受时空限制的，可以灵活运用的。

就像那句老说：「给你一根钓竿，而不是给你一条鱼。」

只要开了窍，美的创造力也就挥洒不尽了。

关于流行我谈得不多，因为「今天的流行，就是明天的不流行」。

我只主张「清新」「新鲜」「令人振奋的美的东西」，这些才是流行的真理。

在这本书，有基础肤，帮助妳拥有洁净、光滑的外表；此外我也谈护发、化妆、衣着、饰品、运动、身材与谈吐。

但愿人人各取所，美上加美。

其实我的野心不大，但愿这本书能值得妳时时作参考，或赠阅朋友，好让妳时时注意美，与朋友谈谈美，分享美的经验。

祝妳从现在与美百年好合，共浴美丽的河流。

当妳养成了这些美的习惯，同时也培养了美的创造力，有一天即使皱纹变多了，看起来却更有气质、更优雅。

最后，我要特别谢谢好友曹又方，如果不是她一再的鼓励我「留下点什么」，恐怕这本小书仍在十月怀胎，而不会那么快就喜乐降世。

<<秀出你的美丽与气质>>

书籍目录

自序	挥洒妳独特的美	爱美是一种好习惯	当秀发变成一头枯草	头发怎么洗最健康
		为什么对长发束手无策		妳知道自己适合什么发型吗？
上妆之前	先打好底		别让颜色在妳脸上闹笑话	纹眉的流行陷阱
		小心灵魂之窗失守		四眼美人
保养眼部	下手要轻		面疱，滚开！	
		冬天洗脸请用冷水		打耳光，变美丽
向斑点	说再见		给我一个美鼻子	编具
吐真情		动手动脚塑DIY「火鸡脖子」	透露妳的年龄	肩膀的
魅力		只要富贵不要富贵手		常做「母鸡拍翅」，拥有
匀称双臂		胸小又何妨？		
		爱惜「小衣服」		小腹要像洗衣板
	美化腿部线条		一路美到脚趾头	曲线
妙帮手		找出妳最「独」的美	毛手毛脚留不留？	
	皱纹不会无故横行霸道	塑造妳的整体美		「驾驶」唇膏不可随心所欲
	我需不需要画眼线？			
		给眼睛一点颜色瞧瞧		保养品换我
当心果酸	在脸上变魔法		妳是流行怪物吗？	
		开发穿衣潜能		拒做穿衣低能儿
多层次穿衣法			别把身体当成珠宝盒	包包、鞋子、
小兵立大功		从包包看妳的个性		身心健康就是美 为自己开一张健
康美支票		走出漂亮健康		当个睡美人不难
	一眠老一寸？			
		你的谈吐能为妳加分吗？		
	用爱说话		口才反映妳的智能	
我要水当当			吃出健康吃出美丽	青菜水果维持好
身材				

<<秀出你的美丽与气质>>

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>