

《美丽从此开始》

图书基本信息

书名：《美丽从此开始》

13位ISBN编号：9787543835436

10位ISBN编号：7543835436

出版时间：2004-2-1

出版社：湖南人民

作者：秦孝成

页数：144

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《美丽从此开始》

内容概要

《美丽从此开始:超凡气质》内容简介：时尚100系列·美丽从此开始。要苗条但不能太过于骨感，要丰满但不能有多余赘肉。放松单一的减肥追求，让你的肢体各就各位，寻找到形体的最佳状态，施展你作为女人的体态美。这样，无论高矮胖瘦，都是富有魅力的！只有拥有凹凸有致窈窕动人的形体曲线，才是真正具有女人味的完美女人！

《美丽从此开始》

书籍目录

前言 魔镜，魔镜，告诉我

一 肌肤之亲

1 你了解你的肌肤吗

2 巧思量，为肌肤分类

3 给你真脸色

4 别让肌肤出卖你

5 雪肤六大杀手

二 肌肤也换季

1 阳春三月拂“浮尘”

2 清爽一夏

.....

三 肌肤蜜月24小时

.....

四 旖旎一身

.....

五 时尚天堂

.....

六 雕琢肌肤

.....

后记 我们自信，我们美丽

章节摘录

书摘

行走如风的潇洒与踮跹 在女人的衣橱里，裤装和裙装是永远风格对立的两个群体。与裙装固有的女性潜质相比，裤装的灵活、自如、洒脱成为许多个性随意潇洒的女性的至爱。它所表达出的坚定信心、不凡气质与挺括风范，将女人的干练、优惟、奔放、高贵、清纯演绎得贴切周全。着裤装的女性，以更加自信的姿态呈现她们在生活、社交场合中的绰约风姿。当她迈开脚步从你的身旁走过，简洁的型款轻盈踮跹，那背景竟如此夔洒脱无比……

个性掌握 无褶筒裤拥有流畅的裤型与括的轮廓线，它能够使穿者的身材看起来更加苗条，尤其让身材修长的女性穿起来显得更加干练精神。这种款式的裤装要求风格简洁，一般都不安排口袋设计，在日常生活或不太正规的社交场合都宜穿着。而且，选择时一定要注意合身，太大或太小都会失去筒裤的效果。西裤是所裤装中较具礼制约束的一类，一般来说都与较正规的上装搭配，出现在一些较为正式的社交场合。优雅大方的黑、灰、米色等色系西裤因为易于搭配，所以成为职业女性大为青睐的常备单件。阔腿裤的风姿曼妙能使穿着者更具闲适感，却又不失工作中的严谨与端庄，于干练的同时也将飘逸演绎得有形有色。若配上比较有高度的鞋子，会使你的身形更加修长。紧身裤的体贴亲密，灯笼裤的宽松随意及裙裤的摇曳生姿，都是裤装大家族中的主要成员。与前面几种比较，它们更适合居家的闲适打扮，所以应尽可能避免在较正规的社交场出现。

穿着建议 对于下身肥胖的女性朋友来说，选择自己喜欢的阔腿裤有助于掩饰稍显粗腿肥臀的线条，更能强调娇小的上身与纤美的腰。当然，一定得配高跟的鞋子，尤其是身材娇小的女子，只有这样才能避免使你看起来更矮小。裤装的裤脚（长裤）应盖住鞋面，因为这样可以强调身形的修长。裤装的面料质地要求垂感强，厚重挺括的感觉让它看起来更加具有“立”的效果。至于纹理，一般以净色（特别是黑、灰、米色等中性色系）为佳。若一定要选择有花纹的面料，也只能是或暗或隐的细条格之类的纹理，这样更能保持裤装的信任度。若想将裤装穿出时尚感，不妨将细长的金属腰带加以运用，妩媚动人自然展现。

穿着建议 选择适合自己的内衣尺寸。由于过于宽松的内衣穿着而引起乳房的下垂或变形，或因为过于紧束的胸衣导致乳房受压迫、胸部血液循环受阻，造成扁平胸、乳头下陷以及胸衣外的肌肉下垂形成赘肉等都是不健康的。因此，购买内衣时进行试穿就显得十分必要。不要因为不好意思而直接购买，更不要在购买后发现不太合适时仍将就着穿戴。而且，内衣因为长期洗涤及其本身的质地有别，在穿戴一段时间后会因为失去弹力而松弛变大，所以要细心定期更换自己的内衣。选择适合自己的内衣款式。内衣分全包、半包、斜包式，以及有托衬、无托衬几种。有的托衬还会用到长短不一的钢丝。女人身体的细小处千差万别，告诫所有的女性朋友不要只被内衣绚丽的颜色与别致的花边所吸引，冲动地做出片面选择，这于女性胸部健康而言，是大忌。全棉托衬全包式罩杯适合胸部欠丰满的女子。如果是正处于发育阶段的少女，最好不要用带钢丝托衬的胸衣，以免伤害到稚嫩的肌肤与脆弱敏感的胸部生理组织。对于胸部已经足够丰满却没有明显乳沟的女子来说，斜包式钢丝托衬是合适之选，这样不仅能使她的胸部拥有完美乳线，还能帮助双乳定型。完美的胸部丰满而挺拔，带钢丝托衬的半包式罩杯不仅能起到很好的承托作用，还能将美丽的胸部凸现出来。对于胸部已经有下垂迹象的女性来说，选择连身型的功能性内衣是比较合适的，因为它不仅可以矫正胸部形状，还能帮助你塑造理想体形。从质地上看，全棉针织面料的内衣最富有弹性，且最具有耐久力。其他化纤、真丝、混纤也都具有比较理想的伸缩力。因为内衣的基本功能是它对于胸部的包容和承托性，所以，选购时应多注意这一点。不要走进误区。有人以为面试的着装只要充分表达出自己的风格就行，这是不正确的。任何面试者都必须根据职业要求来塑造自己的外观形象，因为在有限的文字履历描述中，你的专业价值仍然是不具体的，所以在短暂的几分钟或十几分钟时间内，考官便会参考你的外观形象来进行评断。正规的套装在面试中虽说永远保险不出错，可若想在众多千篇一律的“套装”中体现你的卓而不群，就是件难事。因此，想要在实力相当的众多应聘者中间脱颖而出，就一定要考虑到属于你自己的个性衣着品味，它会是你在考官心里留下深刻印象的法宝。带有刺激性气味的化妆品香味当然会让你在人前留下深刻印象，可这样的结局赢得的只能是别人对你过于招摇的评头论足。干净整齐的指甲是最基本的要求，饰物的细节品质更加要讲究，学生时期用的帆布包、大大的电子表已经不合时宜了。服装的清爽整洁与优良质地不仅仅是表面的、外露的，丝袜上隐藏于暗处的小洞或不小心被划丝的痕迹，以及内衣的松弛等，都是不利于你树立自信心的障碍。

穿着建议 浅色针织衫、深色直筒裤配上羊皮的、淑女鞋，再略施淡妆，外加一个羊皮素色淑女包，这种秀外慧中的感觉便是一位办公室文员的形象，不仅细致温柔，而且还充满了生气。如果上身换成开襟毛衣，里面穿上素色衬衣，下面是娴静的淑女裤，配上

《美丽从此开始》

精致的提包与绑带淑女鞋，也不失为佳选。脸上是明丽生动的妆型，身上的浅色直筒裤、湖蓝色针织衫与米色短风衣相配，再加上浅口缓跟皮鞋与品质精良的单肩包，不禁给人一种神清气爽、朝气蓬勃的感觉。这就是基层销售代表、市场调研人员极具亲和力与感染力的形象。对于高级行政管理人员来说，其沉稳、庄重、成熟的职场性格要求他们衣着更具档次。浅口高跟鞋、齐膝直身裙、细腰带，以及面料上乘且做工细致的较正式的外套，还有牛皮手提包、雅致的丝巾、名女人等，都体现出白领女子的务实与品位。这样精致的装束配上清晰秀丽的淡妆，加上你举手投足间的优雅与谈吐的得体，哪里会舍得放你走呢？有些职业对女性朋友们的衣着风格要求会随意一些，广告创意人员的自由闲适、娱记们的青春亮丽、平面设计者的轻松自然、形象造型设计者的前卫与时尚、文字工作者们的朴实清新，都没有了套装的束缚。他们在日常衣着的基础上稍微修饰装点，便可以行动起来了。相反，如果你在这个时候穿着精心搭配的自以为天衣无缝的装束，结局却可能是因为过于周到、成熟，被怀疑为缺少创意的灵气。……

《美丽从此开始》

媒体关注与评论

容貌与身材之外先别说丰乳肥臀的曲线，别说秀骨清癯的轻盈；也别沉鱼落雁的妩媚，别说闭月羞花的柔逸，容貌与身材之外，衣饰的美好动人一直都是女人的追求。简明素洁，是宋时的淳朴；金缕玉衣，是汉宫的娇柔；袖舞长风，是大唐的浪漫；清婉端庄，是宋时的儒雅，旗人之袍，是清廷的曼妙。今天的女人，要比古人更懂得装扮自己，简单与繁复，前卫与复古，清纯素雅或性感媚惑……无论高矮、胖瘦与黑白女人，为美而生！

《美丽从此开始》

编辑推荐

当你奉献它或接受它时，可曾了解，那一束所蕴涵的丰富的语言，不只是花言，而是醉人的巧语

《美丽从此开始》

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:www.tushu111.com