

《魅力女性气质修炼(一本含金量极高的女性智慧书)》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2016年06月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787509643402

作者简介

中文名：陈媚英

文名：Anny

色妆化妆造型摄影学校联合创始人南宁色妆学校校长艺术总监、教育总监国家高级化妆技师国家高级美容技师国家高级培训师高级形象管理顾问资深连锁经营就业创业导师中韩美协会会员国际形象设计协会会员世界形象管理协会广西分会会长人生格言：用爱心做事业，用感恩的心做人。人生信仰：帮助1000万中国人改变命运，成就亿万女性创业梦想

主要荣誉：2015年受聘为第六届中国国际形象节专家评委2015年受聘为第六届中国国际形象美妆大赛新娘组评判长2015年受聘为2015世界美业大会国际形象艺术大赛专业评委2013年荣获“2013亚洲风采整体形象艺术节十大职业经理人大奖”

目录

第1章 气质恒久远，魅力永流传 1

相对于美丽的容颜，女人的真正魅力更体现在由内而外散发出来的气质上。气质便是我们无意间散发出的品位、人格及魅力。只要我们时刻将自己最佳的气质呈现出来，就会美丽常在，魅力永存！

气质是女人的灵魂 1

自信是提升气质的最佳“化妆品” 5

培养兴趣爱好，是修炼气质的捷径 8

保持独立，做自己的主人 10

做一枝风雨中的铿锵玫瑰 12

如何塑造你的知性气质 13

气质类型与职业取向 16

性感的女人风情万种 18

控制情绪，别让怒火辜负了春花秋月 22

相对于美丽的容颜，女人的真正魅力更体现在由内而外散发出来的气质

最佳的气质呈现出来，就会美丽常在，魅力永存！

气质是女人的灵魂 1

培养兴趣爱好，是修炼气质的捷径 8

做一枝风雨中的铿锵玫瑰 1 2

气质类型与职业取向 1 6

控制情绪，别让怒火辜负了春花秋月 2 2

玫瑰，从含苞待放到凋零枯萎，安静从容、不慌张，这是一种淡定的姿
忍于寂寞，不躁不乱。稳住一颗浮躁的心，留一份坦然与沉稳，生活就能从

相信每朵花都有盛开的理由 3 0

宠辱不惊，保持一份波澜不惊的淡定 3 7

聪明女人，会微笑着向世界低头 4 3

不要做现代版的“玛蒂尔德” 4 9

第 3 章 个性品格为美丽“护航” 5 5

河，不能把河水限制在一些规定好的河道内。”是啊！任何人的生活都不该
你，独一无二的你！

快乐是“美丽使者” 5 5

天行健，“女子”以自强不息 6 1

挫折平常事，女人当坚强 6 7

不抱怨的生活才美满 7 3

嫉妒别人，不如提升自己 8 0

温柔是一把万能金钥匙 8 6

第 4 章 习惯唤醒“沉睡”魅力 9 3

习惯，我们常听到这样的说法，比如：习惯决定性格，性格决定命运。我们

惯是唤醒“沉睡”魅力的保障，是打造魅力人生的不二法宝。

关于相貌“那点事儿” 9 3

男人可以邋遢，但女人绝对不行 9 9

不断学习，常给自己“充充电” 1 0 3

告别懒惰，勤奋的女人有魅力 1 0 9

不妨来点“阿Q精神” 1 1 5

女性们大多曾接受过这样的教育：“不要太追求外表美，要努力做个有

这个充满竞争的时代，我们不得不承认，女人的第一印象与外貌脱不了干系。

穿衣有道，打造属于自己的韵味 1 1 9

淡妆浓抹，无处不相宜 1 2 6

香水是女人的“秘密武器” 1 3 3

游泳，让你的皮肤紧致无褶皱 1 3 8

“白骨精”的抗衰锦囊妙计 1 4 3

第6章 精巧妆容：打造绝伦魅力 1 4 9

但却是“真理”的话。女人的美丽不仅在于天生丽质，而且在于整体的妆容的一种生活习惯。

保养就像成名，越早越好 1 4 9

为皮肤打造每日作息时间表 1 5 5

使用眼部保养品的方法 1 6 1

呵护你的第二张脸，让美丽更完整 1 6 7

做一个唇齿生香的迷人女性 1 7 3

培根说：“形体之美要胜于颜色之美，而优雅行为之美又胜于形体之美，留下美好的印象，外在美固然不可小觑，但优雅的举止、高雅的谈吐等内在

别让举手投足出卖你的优雅 1 7 9

微笑是午夜的玫瑰，对着镜子练习吧！ 1 9 0

那些小动作，你有吗？ 1 9 6

后记 2 0 3

[显示全部信息](#)

媒体评论

服装的真正目的不在于修饰外表，而是展现你的本质。—— Coco Chanel 香奈儿

珠光宝气的红毯时代已经一去不复返。这却也是新纪元的开始。——Karl Lagerfeld 卡尔·拉格斐

穿上高跟鞋，你就变了。—— Manolo Blahnik 马诺洛

人生的磨难是很多的，所以我们不可对于每一件轻微的伤害都过于敏感。在生活磨难面前，精神上的坚强和无动于衷是我们抵抗罪恶和人生意外的最好武器。—— 洛克

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)