

《《魅力进化论：我的私人形象埂》》

图书基本信息

书名：《《魅力进化论：我的私人形象管理》》

13位ISBN编号：9787107195107

出版时间：2016-3-3

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《《魅力进化论：我的私人形象埂》

内容概要

书籍目录

第1章 了解你自己的“肉身”

肉身就是：骨肉、皮肤、头发、指甲

美在整体，美也在细节

定义你自己的发色和甲色

发型和眉型决定你的气质

大多数人都忽略了的事情：体态和表情管理

第2章 我的肉身管理：28天的进化

28天的体型管理

选择适合你的食物，选择适合你的运动

28天的皮肤管理

你的皮肤是否“厚颜无耻”

你的皮肤是否已经“饥渴”太久

正确选择是：素颜和化妆都需要严格管理

第3章 美人在骨也在皮：画皮的艺术

如何打造一套完整妆容？

底妆的成败决定妆容的80%

根据肤色选择粉底

裸妆的秘密

不同场合，不同口红

腮红的选择：什么让你容光焕发？

高光和修容：高级感妆容的由来

0分钟化妆大法

第4章 细节让你更美丽：香水、饰品和包包

不用香水，没有未来？

香水，你的独特私人标签

寻找你的“签名香”

沙龙香还是商业香？

不同季节的香水选择

我叫你玉蝴蝶：你需要多少tiffany?

她的秘密，都在包包里

我们需要多少奢侈品？

Part2 我的形象的外部改造工程

第1章 关于穿衣，时尚专家不会告诉你的真相密码

“百变”是无法成为女神真正的女神

你喜欢什么不重要，你适合什么才重要

为什么你看起来有点“土”？

“土”的秘诀就是不和谐感

太流行、太无趣、太随波逐流

你用力过猛啦小姐

第2章 衣柜里的爱人：我的衣橱管理

分配预算的智慧

你的购物清单：每个人都需要的基本款

断舍离的智慧

给衣橱做减法：我的四季衣橱管理法

找到你的“基本色”：最适合你的那个颜色

品质与钱包间的权衡

除了基本款，你还需要一些“签名款”

围巾的选择和搭配

如何挑选适合你的大衣

10双鞋子囊括你四季的需要

第3章 找到适合你的风格：16种基本女性类型

告诉我你穿衣的理由

衣服为性情而存在

选择衣服，就是选择价值观

社交型的4种细分穿衣

典雅型的4种细分穿衣

权威型的4种细分穿衣

唯美型的4种细分穿衣

穿衣的进阶：从懵懂期到成熟期

适合你的永恒经典风格

第4章 扬长避短的分体型穿衣法

判断体型的基本法则

梨型身材

苹果身材

沙漏型

直板型

粗腿、大胸和身高，其实都不是问题

第5章 你来自哪个色彩体系？做有色达人

选择颜色前，先做这些色彩的功课

冷浅达人

冷深达人

暖浅达人

暖深达人

暖艳达人

冷暖全色达人

高级进阶：如何运用中性色、相似色、对比色

第6章 风格捷径：从气质到气场的终极进化

我知道你已听腻了“风格永存”：那究竟什么是风格

衣由心生

你穿什么，就成为什么

少女时代和AK48的终极区别

穿上衣服前，先了解自己

气场远不止搭配那么简单

你的魅力秘密：做永恒的经典女神——先塑外、再修内

《《魅力进化论：我的私人形象埂》

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.tushu000.com