

<<天香精油生活DIY全书>>

图书基本信息

书名：<<天香精油生活DIY全书>>

13位ISBN编号：9787214057907

10位ISBN编号：7214057905

出版时间：2009-7

出版时间：江苏人民出版社

作者：刘璞

页数：231

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>

<<天香精油生活DIY全书>>

内容概要

本书是历时两年不衰的养颜类图书第一品牌“每天美丽一点点”系列五，又是一部最实用、最基础的精油DIY“葵花宝典”，为您倾情奉上涵盖全部常见精油种类的精油数据库，针对不同肤质、不同适应症候，提供美颜、美体、消除压力、告别抑郁、助眠、醒神、增强记忆力、催生柔情蜜意的芳香疗法定制配方，从头养到脚，提升女人幸福感受力与魅力指数。

精油DIY简单有趣，于简约中彰显了女人的气质与品位。

有一千个女人，就有一千种创造美丽奇迹的路数。

本书为您搜求权威经典精油DIY配方，款款深情，必有一款最适合打造您的美丽神话。

本书为你献上：58种常见精油快易通，雅致女人DIY心法全公开 45种娇颜妙方，留住肌肤的最美年华 54种大变身配方，护发、爱手、美足、塑身一步到位 72种放松身心配方，减压、助眠、告别抑郁，找回活力四射的自己 17种浓情蜜意配方，享受欢愉，两情久久 近300幅全息高清相片，不可多得

<<天香精油生活DIY全书>>

作者简介

刘璞，台湾芳疗师、作家、翻译家。

著有《精油生活家 30种迷醉精油的方法》《热门健康食品》《欢乐游学 GO！GO！GO！》等。

<<天香精油生活DIY全书>>

书籍目录

前言：闻香识女人 Part 1 方法篇 DIY 心法全公开 1-1 芳香仪式 1-2 认识基础油 1-3 调制复方精油须知 1-4 A-Z精油数据库 Part 2 美丽篇 我的美丽，你闻见了么？
2-1 美丽容颜 2-2 呵护肌肤 2-3 减脂塑身 2-4 飘逸秀发 2-5 纤纤玉手 2-6 轻盈双足 Part 3 精神篇 给心灵的最好情人 3-1 纾解压力 3-2 活力充沛 3-3 改善记忆 3-4 增强自信 3-5 告别忧郁 3-6 一夜好眠 3-7 欲望花园

章节摘录

1第一部分有一种天香，是上帝赐予女人的最神秘的礼物，不仅让别人透过独特的香气认识了独特的女人，而且也让女人提升了心灵感受力，捕捉到了飘忽不定的“幸福感”。这种神奇的礼物，就是精油。

第1节：天香(1)第2节：天香(2)第3节：天香(3)第4节：天香(4)第5节：天香(5)第6节：天香(6)第7节：天香(7)第8节：天香(8)第9节：天香(9)第10节：天香(10) 2第二部分芳香疗法中并非只能选择冷压法所萃取的植物油，还有一些例外的情况，例如葡萄籽油。

葡萄籽油无法以冷压法萃取，因为无法完全榨取出所需的可用油量，而必须以高温压榨法，即“热压榨法”(hot pressed)提炼。

如此一来，其油质保存期就比一般基础油短，大约只有半年左右，但由第11节：天香(11)第12节：天香(12)第13节：天香(13)第14节：天香(14)第15节：天香(15)第16节：天香(16)第17节：天香(17)第18节：天香(18)第19节：天香(19)第20节：天香(20) 3第三部分基础油由于性质稳定，比精油摆放时间更长，不过储存时，最好还是要用深色的瓶子，放置于阴凉处；而个人在购买基础油时，最好是选择小瓶包装者，例如50毫升或100毫升，如若出于经济因素考虑而购买大瓶包装者，最好在购买回家之后，自行加以分装，原则上，应以每次所欲使用的基第21节：天香(21)第22节：天香(22)第23节：天香(23)第24节：天香(24)第25节：天香(25)第26节：天香(26)第27节：天香(27)第28节：天香(28)第29节：天香(29)第30节：天香(30)第31节：天香(31)第32节：天香(32)

<<天香精油生活DIY全书>>

媒体关注与评论

一个优雅的女人，同时也应该是一个气息迷人的女人，没有味道的女人没有未来。太平洋芳香疗法学会创始人舒兹·诺贝尔彻博士曾形容说，现代人时常觉得被切断了与大自然的联系，精油可以令人们重新接上这种断层，任何人只要轻嗅精油的香味，就仿佛回到了大自然的怀抱。就此而言，以植物精油为主体的芳香疗法，足以在现代人的生活中扮演重要的角色。芳香疗法最神奇之处，在于对身体、心灵都大有裨益。它把“身”与“心”视为一个整体，必须两者兼顾，才能达到完美的境界。芳香疗法的实际应用方法，也在于兼顾身体与心灵。在照顾外在的身体方面，芳香疗法有许多可以美化容颜、肌肤的方法；而在照顾内在心灵、精神方面，芳香疗法有许多方法可以使精神放松，心灵升华。芳香疗法最神奇、最迷人之处也在于此。本书奉上188种来自大自然的芳香献礼，告诉您如何倾听内心的声音，轻轻松松doityourself，让你不必花大价钱也能拥有精油产品，保养容颜与身体，纾解压力，提高记忆力，增进生活情趣……

<<天香精油生活DIY全书>>

编辑推荐

《天香:精油生活DIY全书》编辑推荐：一个优雅的女人，同时也应该是一个气息迷人的女人，没有味道的女人没有未来。

太平洋芳香疗法学会创始人舒兹·诺贝尔彻博士曾形容说，现代人时常觉得被切断了与大自然的联系，精油可以令人们重新接上这种断层，任何人只要轻嗅精油的香味，就仿佛回到了大自然的怀抱。

就此而言，以植物精油为主体的芳香疗法，足以在现代人的生活中扮演重要的角色。

芳香疗法最神奇之处，在于对身体、心灵都大有裨益。

它把“身”与“心”视为一个整体，必须两者兼顾，才能达到完美的境界。

芳香疗法的实际应用方法，也在于兼顾身体与心灵。

在照顾外在的身体方面，芳香疗法有许多可以美化容颜、肌肤的方法；而在照顾内在心灵、精神方面，芳香疗法有许多方法可以使精神放松，心灵升华。

芳香疗法最神奇、最迷人之处也在于此。

《天香:精油生活DIY全书》奉上188种来自大自然的芳香献礼，告诉您如何倾听内心的声音，轻轻松松do it yourself，让你不必花大价钱也能拥有精油产品，保养容颜与身体，纾解压力，提高记忆力，增进生活情趣.....

<<天香精油生活DIY全书>>

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>