

<<不一样的美妆魔法书>>

图书基本信息

书名：<<不一样的美妆魔法书>>

13位ISBN编号：9787503439902

10位ISBN编号：7503439904

出版时间：2013-9

出版时间：中国文史出版社

作者：孙朦

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>

## <<不一样的美妆魔法书>>

### 前言

据专家统计，美国女性每年购买化妆品约花费300亿美元；在日本，一个女性平均一生所要使用的基本化妆品中，化妆水为980立升，各类霜膏为150千克，乳液为125立升，口红400克。

以上这组数字，足以令男人大吃一惊。

那么，女人为什么要化妆呢？

答案就在脸上。

唯一真理是——化妆是存在的，丑陋并不存在；脸孔是化出来的，美则是永远愉悦、变幻无常的。

化妆发展到今天，不再只是改善缺陷，还成了一门独家艺术。

雕塑面部，从面部表现出内心的光亮，或以调色盘般的各种色彩表现明暗的区别，形成革命性及带动社会审美思潮的特殊力量，成为艺术欣赏美、大众流行指导与借鉴的对象。

女为悦己者容，道破了化妆的“天机”，目的是为获得异性的青睐。

早在公元前200年就有美容化妆的专著告诉女人如何通过化妆来吸引男人，并建议还可以用文身和染发及牙齿来使脸孔显得更加美丽。

而现代，美国贝拉明大学的心理学家唐，奥斯本做过一项试验，他给50名男性评定人看一些上妆和未上妆的妇女照片。

结果表明，在未上妆妇女的照片中，无论提供的女人照片多么好看，都大大降低了对她的魅力评价。

大约80%的评定人喜欢化了妆的模特相片。

这促使奥斯本力劝所有的妇女回到美容院去，向职业化妆师寻求帮助。

这似乎说明了“美貌先于其他因素”的定律。

事实上，女人通过化妆使女人对自身的感觉找到了展示的舞台，“悦己者”已不单单为吸引异性，也是“取悦自己”。

有的女性坐在梳妆台前看自己看得出神，就是在化妆的过程中看到变化了的自己而感到快乐，通过检阅自我的容貌而获得愉悦的心情及自信，从而使脸上具备神采。

化妆，毋庸置疑地成为了对女性认证的一部分。

人的第一个感觉是对他自身存在的感觉，即外表的第一印象。

化妆正好显露出你自己，标识出你自己，因此显得至关重要。

女人通过化妆，用粉底抹去一张原色的脸，为的是创造出一张理想的脸，尤其起着弥补缺陷的神奇功能。

恰到好处的眼影使双眼熠熠生辉，明亮有神，眼角的细小皱纹已完全不露痕迹地消失了。

一位狭窄脸的少女把腮红涂在远离鼻子的地方，利用视错觉使脸看起来更丰满一些；而宽面孔的少女应避免将它涂得离耳朵太近，把它涂成垂直且模糊不清的一片则使脸部有效地“收缩”。

化妆，不再是制造一幅假面，“还是喜欢素面朝天的你”这种概念已经有点牵强，因为化妆是对脸孔——这个隐藏与泄露人类情感的场所的表达，不管你是想扮靓，扮酷还是扮“丑”，都是人格和个性体现张扬的场所。

《不一样的美妆魔法书》共分为十二辑，主要讲述了各种不同妆容的化妆原则和技巧，为现代的都市女性提供了化妆的基础知识。

如果你能熟练地掌握化妆原则以及技巧，那么你就可以熟练地化出一个理想中的妆容。

希望这本书能真正帮到每个女孩，让大家找到适合自己的装扮风格和方法，只要勤加练习，我相信你能比我做得更好，搭配得更好，更有你自己的味道！

## <<不一样的美妆魔法书>>

### 书籍目录

第一辑 基础讲研，美肤完美搭配指南一、给肌肤一碗养生汤二、美白全攻略，打造美丽动人的瓷娃娃  
第二辑 彩妆入门必知——让你惊艳蜕变的化妆箱一、基础化妆的必备工具二、化妆用品的保养  
第三辑 不可不知的金牌美妆品一、常见化妆品的种类介绍二、分享口碑最好的护肤品  
第四辑 时尚彩妆DIY，打造魅力女神一、完美彩妆第一步，底妆配色技巧二、完美彩妆第二步，局部配色秘笈  
第五辑 视觉心机，彩妆重塑五官技法一、电力眼妆，瞬间动人二、细节修饰，让美丽持久闪亮三、脸部轮廓整形妆  
第六辑 玩妆高手，不同场合尽显魅力一、经典正妆，在众人面前大放异彩二、时尚靓妆，百变造型美不胜收三、完美婚照新娘护肤与美妆技巧  
第七辑 祝你开运，彩妆改变运势一、收获爱情的蜜恋开运法二、收获事业的人气开运法  
第八辑 四季美妆物语一、明媚清透的花漾春妆二、度假黄金季夏妆X—file三、变身为浓浓风韵的秋季女神四、备受瞩目的冬季雪之精灵  
第九辑 美肌之道，卸妆全方位护理提案一、脱妆补救二、卸妆  
第十辑 三分养，七分护——美女是这样炼成的一、沐浴巧睡，肌肤又好又美二、天然化妆品，让你拥有无斑玲珑面  
第十一辑 美发宝典，打造滋润滑顺秀发一、秀发如云，内外协调说养护二、不同款型的发型，为你的形象加分

## &lt;&lt;不一样的美妆魔法书&gt;&gt;

## 章节摘录

作为女性学一点中医按摩的小技巧是非常必要的。

下面我们介绍一些女性最应该掌握的按摩养颜诀窍。

“按摩+精油”就是最好的养颜秘诀。有些女性朋友会担心，如果自己找不准穴位或者经络，那会不会让自己“走火入魔”适得其反啊？

其实，你大可不必担心这些。

不管你的力道有多大，身体都是喜欢这些捏揉敲打的，不管方向如何，也不管在哪条经脉上，按摩都有一定的保养功效。

不管你做的是双手的按摩，或者是刮痧板作为工具的按摩，或者是借梳子把、调羹之力，甚至是盛米饭用的竹勺，这些工具搭配上精油，那就是绝佳的养颜秘诀。

任凭是怎样的皮肤、怎样的状态、怎样的皱纹，坚持按摩都能给你来个质的飞跃。

只要耐得下心来，忍得下疼痛，那惊喜可就不是一言两语所能描述的了。

让自己面若桃花的小绝招 皮肤的精致对于每一个爱美的女士来说都很重要。

我们在此再教大家一个最简单的美容功法，它能够很快改变皮肤状态，让肌肤颜色红润，并能去除皱纹，坚持下去的话，自然能让肌肤越来越年轻。

这个方法非常容易，且效果不凡，古书称此导引之法为“行为三年能使人光泽不皱，色如少女”。

中医认为“面为五脏之华，频洗之可以发扬之”。

面色是五脏气血的外在表达，经常搓洗面部，可以刺激到面部的经络，使得它们保持扩张的状态。

当面部的经络通畅时。

脸部的皮肤就能得到血液充分的营养，从而生出光泽，皱纹舒展，容光焕发。

具体做法是：每天早上起床后，先安静地坐在床上，或者安静地躺着，两手掌心对着嘴巴，哈气让手掌心充满热气。

双手相合，相互用力搓热。

用手掌搓脸，只能由下而上，由内而外，力度不可过大。

以轻轻搓为度，一直搓到脸有发烫的感觉停止。

最后，再平静地做几个深呼吸，之后你一定会顿时感到神清气爽！

按摩可以让自己的眼睛妩媚动人。如果你的脸上已经有皱纹了，可以在上面的按摩方法上增加一个步骤，我们姑且称之为媚眼修炼按摩法。

许多女性年纪不大就已经有了很明显的鱼尾纹，那么除了每天做上面介绍的按摩外，还要特别关照到眼周穴位，那就是绕着眼周一圈的攒竹穴、鱼腰穴、丝竹空穴、瞳子穴、太阳穴、承泣穴、四白穴和睛明穴这8个大穴，它们掌控着眼睛的血液循环，不但与眼睛的健康息息相关，而且还直接关系到女性是不是可以顾盼生辉。

其实，你记不住这么多穴位的名称完全无妨，只需要沿着眼周按摩一圈，就已经把它们统统照顾到了。

如何让自己有婴儿般的皮肤 按摩是很有意思的事情，同样的一个穴位、一个按揉动作。

为什么有些女性只需要坚持一周、甚至三五天就会看到明显的效果。

而另外一些女性却抱怨“毫无效果”？

其实，问题的关键不在于按摩是否有效，而在于你是否用了心。

我们的身体是有灵性的，每一个部位都能够感应到你的内心，或者简单地说，当你的手按摩在自己的身体上，但如果这时你在跟别人声情并茂地聊天、专心致志地看电视，那么，即便是你按摩按到手抽筋，身体都不会买账，因为没有内心的关注，你的身体是根本感受不到按摩之用意何在的，它很可能本能地以为正是有人在掐它、欺负它，于是自动地抵抗呢！

要记住，在给自己做按摩时你必须专心的，不要心不在焉，三心二意。

那样的按摩起不到一点养颜养生的疗效。

减缓女人皮肤衰老的秘密 女性的皮肤是最容易老化的，这让女性朋友们苦恼不已。

其实，这个问题可以通过按摩穴位解决。

## <<不一样的美妆魔法书>>

从皮肤的保养来讲，有四个重要的位置是需要女性必须知道的。它们分别是上丹田(两眉心)、中丹田(心窝)、下丹田(小腹)、后丹田(命门穴)。这4个丹田被中医认为是特别重要的部分，中医认为丹田系性命，是人身体健康的重要组成部分。如果女性学会利用丹田养颜，不但能够让皮肤变得年轻，还能让全身气血增加，精力充沛。

具体方法如下：你可以安静地盘坐在床上或者垫子上，坐着的时候记得不要驼背，把你的身体向上挺拔，抬起你的下巴，闭上双眼，当感觉到自己的意识不再松散，可以集中时。心中开始想着你的上丹田，接着想中丹田，下丹田和后丹田，这是一个循环。是一个从任脉到督脉的循环。

接着再来第2个循环，从督脉再到任脉。

来回反复，至少循环18次。

如果时间充裕就做36次。

这叫“佛家童面法”——顾名思义，常常练习，可以恢复儿童般的面容。佛家认为常练此法不但可以让皮肤重新回归年少时的状态，它还让我们人定、平静。只要我们全身处于注意力高度集中，思想内敛的状态，身体就在吸收正面的能量。而增加冥想，不但让任脉和督脉变得通畅。

还增加了全身所有丹田的气血，从三个角度达到养生和焕颜的目的。

P31-33

## <<不一样的美妆魔法书>>

### 编辑推荐

这本《不一样的美妆魔法书》(作者孙朦),你可以把它当作你在生活中扮美自己的魔法书。通过解决生活中常见的美肤问题和化妆、美容问题,让爱美的你能够最方便地学习到化妆品的选择、美肤保养的小方法以及如何美容,学会为自己简单美妆。

《不一样的美妆魔法书》从基础讲起,升级你的化妆技法,教你打造明星一样的靓丽妆容。

<<不一样的美妆魔法书>>

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>