

Suzao Shunu
de 101 Ge Xijie

塑造

淑女

的

101
个细节

从细节把自己塑造

成

淑女

女

赵小鹏◎编著

新时代的淑女，是极其珍贵的矿物质经后天精心雕琢而成的美玉，其表现出来的那份自然和美丽并不是与生俱来的，是修炼来的，是通过一些细节塑造来的。从一抹红唇，一个眼神，到不经意间流露于指间眉梢的小动作，从一笑一颦，一举一动，到无意间表现出来的温柔善良，都可以读到淑女的脸色。

中国美术学院出版社

Suzao Shunuo
de 101 ge Xijie

塑造

淑女 的 101 个细节

赵小鹏◎编著

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

塑造淑女的 101 个细节 / 赵小鹏编著. —北京: 中国画报出版社, 2009. 4

ISBN 978-7-80220-489-8

I. 塑… II. 赵… III. 女性—修养—通俗读物
IV. 825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 056650 号

塑造淑女的 101 个细节

出 版 人: 田 辉

编 著 者: 赵小鹏

责任编辑: 刘晓雪

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100044)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-68469781 (发行部)
010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cppl1985@126.com

印 刷: 北京温林源印刷有限公司

监 印: 敖 晔

开 本: 16 开 (710×1000)

印 张: 17

字 数: 240 千字

版 次: 2009 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-489-8

定 价: 28.00 元

前 言

在这个浮华的时代，随处可见“辣妹”、“嘻哈”的身影，“淑女”，似乎已很少被人提及。但是，淑女依然有种隽秀的美丽，是男子梦寐以求的伴侣，也是女子们心中最甜的那个梦。因此，淑女时代并没有结束，只是被时代赋予了新的内涵。

那么，何谓淑女？几千年前，《诗经》中有名句：“关关雎鸠，在河之洲，窈窕淑女，君子好逑……”这是人们对淑女的最初认识。但随着时代的变迁、文化的发展，不同时期的淑女定义是不同的。

祖辈的人告诉我们：真正的淑女，立、坐皆有态，莲步轻移、轻启朱唇……待人接物遵守规矩和礼数，是思想传统、性格平和、文弱矜持的女性群体。

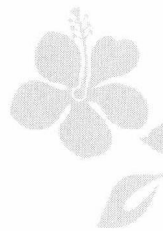
父辈的人告诉我们：真正的淑女受过高等教育；衣着端庄，谈吐温文尔雅；讲究生活情趣……观念不陈旧刻板，但也不过于超前，是性格稳重、懂得谦逊忍让的女性群体。

如今，20 出头的女孩子们振臂高呼：“真正的淑女就是‘文武双全’！”

的确，如今的淑女，是在继承了传统美德的基础上，又不失现代女性魅力的淑女，是新文明、新文化、新时代背景下的新女性。她们具有睿智的思想、丰富的内心、较高的修养、体恤的本性。无论在仪表、谈吐、举止、思维和行为习惯上，都具有中国特色女性的魅力。

新时代的淑女除了在家庭中相夫教子，做温柔的贤内助，用发自内心的亲身体验演绎着女人完美的风韵外，又因接受了良好的教育，于职场中游刃有余。她们不一定有十分漂亮的外表，但有一种独立开朗的性格和积极进取的精神。

新时代的淑女，更以优雅的方式享受生活，她们既没有为生存发愁的处



境，也没有暴发户的轻狂。她们显示着天然的“淑”的本性——成熟、妩媚。和她们接触，你会剥去花花世界的外衣，感到从未有的轻松。

新时代的淑女，是极其珍贵的矿物质与后天精心雕琢的结晶，其表现出来的那份自然和美丽并不是天生就有的，是修炼来的，是通过一些细节塑造来的。从一抹红唇，一个眼神，到不经意间流露于指间眉梢的小动作；从一笑一颦，一举一动，到无意间表现出来的温柔善良，都可以读到淑女的颜色。

淑女是可以塑造的。本书涵盖了 101 个细节，从仪表、言谈、举止、性格和行为习惯等方面，告诉你如何成为真正的淑女。当然，本书的目的不是将每个女子都打造成千篇一律的淑女形象，只是给那些希望成为淑女而又觅路无门的女性朋友以借鉴。

目 录

细节 001	长发飘飘尽情彰显淑女味道	1
细节 002	纤纤玉手：淑女的第二张名片	4
细节 003	浓妆淡抹应相宜，容妆打造美丽淑女	6
细节 004	画“眉”点睛美眉尽显优雅	9
细节 005	娇美腮红为你增添美丽	11
细节 006	拥有健康红润的动人双唇	13
细节 007	保养肌肤拥有俏丽容颜	16
细节 008	淑女遮丑小技巧	19
细节 009	隐约传情，借香水表达你的品位	22
细节 010	着装扮靓掩饰缺陷有窍门	25
细节 011	穿衣巧布心思，轻松配出淑女形象	28
细节 012	款款皮包秀出淑女风采	30
细节 013	项链能使颈部完美展现	33
细节 014	让帽子装点你的美丽	35
细节 015	巧用丝巾搭配出你的魅力	37
细节 016	巧用腰带打造纤纤美腰	40
细节 017	四色淑女简约办公室着装	42
细节 018	一双优质的鞋子，淑女装扮的基础	45
细节 019	巧用色彩妆扮自己	48
细节 020	装点生辉，饰品装扮出淑女	50

细节 021	一笑一颦俱现淑女神韵	53
细节 022	明眸善睐展现女人的动情之美	56
细节 023	眉目传情：用眼神诉说你的温婉	58
细节 024	回眸一笑百媚生，做个会笑的天使	60
细节 025	窈窕才淑女，塑造健美的形体	63
细节 026	举手投足落落大方体现淑女韵味	66
细节 027	亭亭玉立站出一片风景	70
细节 028	款款轻盈走出一段优雅	73
细节 029	文雅端庄坐姿体现淑女的静态美	75
细节 030	淑女需遵循的餐桌礼仪	78
细节 031	社交场合举止表现要有修养	81
细节 032	优雅娴熟地吃西餐	83
细节 033	淑女社交场合八个“不”	86
细节 034	落落大方，克服社交恐惧症	88
细节 035	办公室礼仪细节展现优雅的内涵	91
细节 036	注重电话礼节，给人无形的淑女形象	94
细节 037	注意握手的细节，可以提高女性的修养	96
细节 038	礼让三分，礼貌乘坐交通工具	99
细节 039	杜绝不良体态，做有修养的女性	101
细节 040	用语文明，掌握社交口才	104
细节 041	管好自己的嘴巴，远离“八卦”	106
细节 042	先声夺人训练优雅的声音	108
细节 043	三思而后言：培养温文尔雅的说话风度	111
细节 044	优雅动人的谈吐为你平添姿色	113
细节 045	把握玩笑的分寸，别让它坏了你的淑女形象	116
细节 046	别让那些坏习惯毁了你的淑女形象	119
细节 047	改变邋遢的习惯，你离淑女就不远了	121
细节 048	远离爱慕虚荣才能与淑女同行	124
细节 049	自尊自爱：淑女要为自己而活	127

细节 050	残缺也是一种美，不要过分追求完美	129
细节 051	昂起头走出自卑的心灵怪圈	131
细节 052	减少抱怨，每天拥有好心情	134
细节 053	信任他人，驱除猜疑的怪魔	136
细节 054	有“度”才淑女，不做善妒的女人	139
细节 055	远离抑郁，为自己解开枷锁	142
细节 056	用乐观的心态在荆棘中开辟新路	145
细节 057	少感情用事，多保持一颗平常心	148
细节 058	与异性朋友相处再亲密也要有个度	150
细节 059	张弛有度，学会与男同事相处	154
细节 060	以柔显刚，让他安静地走开	157
细节 061	谦逊多礼，与同事和睦相处	159
细节 062	把握分寸，与老板和睦相处	162
细节 063	掌握好与异性朋友的关系，别让蓝颜知己变味	164
细节 064	远离眼泪，演绎好职场情绪	167
细节 065	会倾听的女人最美	170
细节 066	淑女的 15 个健康小贴士	172
细节 067	婚姻出现红灯时不要破罐子破摔	175
细节 068	有孝才淑女：全心全意地孝敬父母和公婆	177
细节 069	用爱心营造广阔的生活空间	179
细节 070	不要为小事而烦恼	182
细节 071	善良铸就永恒的淑女气质	185
细节 072	把爱情矛盾进行“热处理”	187
细节 073	用心呵护身边的他	189
细节 074	不经意间制造一点浪漫	192
细节 075	用委婉含蓄表达淑女气质	194
细节 076	腹有诗书气自华：读书提升淑女魅力	197
细节 077	清水出芙蓉：在平凡中创造亮点	199
细节 078	不要动辄生气：爱生气使你远离淑女	202

细节 079	不做物质女孩：把眼睛从“金钱”上移开	204
细节 080	塑造淑女用品位做底蕴	207
细节 081	展现淑女风范，给尴尬的人一个台阶下	209
细节 082	柔情似水，温柔让你如此淑女	211
细节 083	善用幽默给他人带去愉悦	214
细节 084	略露羞涩，恰如其分地表现自己	216
细节 085	礼让三分，宽容是更美的淑女味	219
细节 086	真正的淑女温顺而不软弱	222
细节 087	善解人意的女人最淑女	225
细节 088	不扭捏，有了爱就勇敢说出来	227
细节 089	刚柔相济，善用你的可爱之处	230
细节 090	像选老公一样慎重选择适合自己的职业	232
细节 091	淑女不做藤：精神上要独立	235
细节 092	不羡慕“寄生小资”，要淑女先独立	237
细节 093	既要敢于花钱又要理性花钱	239
细节 094	低下高傲的头颅，适度示弱	242
细节 095	秀外慧中，注重自身的智慧修养	245
细节 096	修补性格上的缺陷，培养独特的淑女魅力	247
细节 097	时刻为自己充电，做个知性淑女	250
细节 098	优雅品味来一杯咖啡的雅致	253
细节 099	培养自身素养，让自己有底蕴	255
细节 100	锻造优雅气质迷人自然香	257
细节 101	有上进心，做个快乐的职业淑女	261

细节001

长发飘飘尽情彰显淑女味道

一直以来，人们对淑女的遐想，常常会跟飘飘长发连在一起。的确，一头乌黑亮丽的长发，工作时可以盘，慵懒时可以披下来，让你在任何时候都淑女味十足！

现象传真

慧兰本来有一头瀑布似的乌黑头发，为了追求时尚，表现自己的个性，上大学后她把长发剪去了。从此，“干练、利落、洒脱、英俊”等词语便伴随她的左右。

通常情况下，她都是一身男女通穿的休闲装，旅游鞋，要是不仔细看，还真分不清男女。虽然很多人也挺喜欢她那身帅气的打扮，但是慢慢地她发现了一个她非常不愿意看到的现象，那就是很多男同志都把她当哥们，女同志则把她当帅哥，没有人把她与温柔、淑女联系起来。

更让她受刺激的是，有一次，她到足浴房去洗足浴，很多服务生居然冲着她喊：“先生，晚上好！”“先生，走好！”换拖鞋的时候，还甩给她一双又大又黑的男式拖鞋。

回到家，她为此郁闷了很久，心灵第一次被触动了。作为一名女性，谁不希望得到心仪的男性或其他朋友的呵护，谁不想给人留下温柔、贤惠的淑女印象，谁又不想小鸟依人般地撒撒娇呢？可这短短的头发、中性化的衣着夺去了她作为女性该有的娇柔。

她想自己再也不能这样了，应改变一下自己了。于是，她开始向别人请教怎么改变形象，才能让自己看起来比较淑女，一些男性朋友建议她把头发

留长，他们还委婉地告诉她：凡是男的都喜欢女孩子的头发是长发飘飘的，那样比较有女人味。一语惊醒梦中人，慧兰开始打算改变一下自身的形象，决定要把短发蓄长。说起来容易，但是短发留长的过程是何等艰难，但她告诉自己必须坚持才能柳暗花明。

功夫不负有心人，两年间，慧兰的头发从盖过耳朵，到肩上，终于有一尺有余了。她在休闲的时间，走进理发店，请专业人士给自己修理了一下，又做了一个很棒的发型，做好后，连她自己都惊呆了，一个标准的“小帅哥”，一眨眼就成了美丽的淑女。

去上班的时候，同事见了慧兰都惊讶不已，差点认不出她了，都夸她比以前好看淑女多了。几个女同事不由感慨说：“原来要想成为淑女，得从头发开始呀。”

为你支招

曾几何时，“中性主义”在都市女性中大行其道，很多女性朋友留短发，着男装，她们多了几分飒爽英姿，但是少了女性特有的阴柔之美。“窈窕淑女，君子好逑”，这样的女孩让男士抛弃了怜香惜玉的绅士风度，也让男士敬而远之。所以，做淑女先从头发开始吧。

一头乌黑飘逸的秀发是每个女孩的梦想，如果飘飘长发看起来欠缺光泽、干枯，那么你的淑女形象也会大打折扣。其实，头发的生长与身体的健康息息相关，身体欠佳的女性，头发也会不理想。所以，要想头发美丽，要保持身体健康，除此以外还要加强护养。以下是秀发飘逸的几个点子：

——干性头发可以减少洗头发的次数，而且，这类头发烫发的次数亦要尽量减少。

——油性头发可以适当增加洗头发的次数，但最好不要天天洗头，否则容易使头发发黄、干燥，容易断裂。

——用电风吹头发的次数不宜过多，最好是不用，如有必要时，电吹风的热量不宜太热，因为太热会导致头发折断。

——保护头发可以用一些含蛋白质含量高的护发素，能滋养头发使之健康且不容易脱落。洗过的头发使用护发素后，应戴上浴帽或裹上毛巾，过

15 分钟再用清水漂洗，这样会更飘逸亮泽。

——烫过的头发可能不宜梳理，千万不能用力梳刷，可以在头发上均匀地抹上少许的护发素，会使发质柔顺，更易于梳理。

——长头发一定要用齿梳梳理，头刷会弄乱头发，且不易梳理。

——即使你的头发长得不快，每过一段时间也要去美发厅修整一番，否则会显得不够精神。

——肤色发黑的女性不适宜染成黄头发，因为那样会更增加肤色的暗度。白皮肤的女性可以适当染成黄色、葡萄红，会更美，相对而言，黑头发就显得较为沉重。

——下巴过窄狭的女性，可将头发从耳际向后梳，弥补脸型的不足之处。

——脖颈较短的女性，最好选短发型，并使用少许摩丝，使头发蓬松起来。

——每当发现自己的头发开始脱落时，大可不必惊慌，因为造成脱发有很多原因。例如疾病、情绪、年龄和荷尔蒙分泌等，如果糖、盐与动物性脂肪摄取太多，也会导致血液循环不良，而形成脱发。

——头发分叉，大多是因缺少维生素 H 和钙质食物。此时应增加些核果类、蜜糖、柑橘类、肝脏等食物的分量，以减少和改善分叉的程度。

——头发没有光泽，是血液循环的不畅对头发的影响。豆类、芝麻、胡桃等植物性蛋白和含叶绿素多的青菜，可以使头发光润。要想发质更净洁光亮，打一个鸡蛋掺在头发中，或用少许食醋浸泡一下头发，秀发会更美丽。



淑女手记

发型是形象的标志，一般而言，太短的头发让女性少了一些女人味，多了男性感；怪异、嬉皮式的发型，即使配上再温柔的脸，也会给人怪诞的印象；清新飘逸的长发，显露出女性的温柔和娴雅。因此，想要成为淑女，一头飘逸的长发是必不可少的。

细节002

纤纤玉手：淑女的第二张名片

纤纤玉手，既是女性健康美丽的标志，也是一道温情脉脉的靓丽风景。有人说：“评价一个女人是否美丽的标准之一，就是看她是否拥有一双纤细、富有弹性与光泽的手。”

现象传真

佳雪是一位酷爱户外活动的女孩儿，所以她挑选了导游这项职业作为自己奋斗终身的目标。也许是由于对这份工作的热爱，也许是由于她的热情，总之她在工作中感受到了极大的快乐。

在很多人眼里，导游这份工作吃的是一份青春饭，其实的确如此。一个人的外貌是否具有亲和力，往往能决定她的顾客群的多寡。而佳雪深知其中的道理，所以在平时特别注意自己的形象，尽量把自己打扮得淑女一些，给人一种平易近人的感觉。功夫不负有心人，在她精心装扮下，她的确赢得了很多游客的好感，他们喜欢她为自己介绍一些景点，讲述故事。有的游客甚至还向她讨教保养皮肤、化妆打扮的高招呢。

但是有一次，一位游客无心的一句话，让佳雪耿耿于怀。在介绍景点时，佳雪边说边做手势，讲得很投入。讲完后，一位同龄的女游客对她说：“你今天打扮得很淑女，皮肤也很好，真让人羡慕！就是你的手和你整体形象不搭配，要是你的手也像脸上的皮肤一样好，就完美了。”佳雪听了，偷偷看了一眼自己的手，是啊，自己怎么就把手的护理给忽略了呢？

其实，佳雪的手很修长，但是她却不注意保养，她总认为手部的皮肤远没有脸上的皮肤脆弱，而且由于手需要经常接触外界的事物，所以，即使再

保养也无法让手保持青春不变。因此，她的手虽然修长，却一点也不细腻，相反，还特别粗糙，根本不像一双少女的手。所以，让她的淑女形象大打折扣。

为你支招

手是人与人交往最为醒目和受到关注的肢体部位，否则人们就不会形容“手是女人的第二张脸”。无论你是处于静态还是动态，手的形态往往给人强烈的视觉感应。也许你白净的脸庞、秀气的妆容恰被粗糙的双手搅和了，而并不动人的五官却会被修长文雅的一双手弥补了风韵。所以，手对女人的作用，如同容貌对女人一样重要。一双纤纤玉手，是淑女必不可少的条件之一。

那么，如何护养和美化自己的双手呢？事实上，只要保养得当，纤纤素手一点也不难拥有。

手背上只有很少的皮脂腺，日常生活中，又经常暴露在外，这就需要经常补充水分与油分，否则，肌肤很容易变得干燥。因此，无论夏季还是冬季，护手霜应该是你化妆袋中必不可少的必备之物。在你洗手或是感到干燥时，及时滋润，以保持双手的娇嫩。

要养成每晚就寝前，给双手涂抹护手霜的习惯。尤其是在冬季，当你已经感到双手粗糙时，除了在就寝前抹护手霜，还要戴上棉质的手套好好睡一觉。第二天醒来，你的双手就可恢复柔嫩光滑。

在做家务或是打扫庭院时，一定要戴上胶皮手套，以保护双手的皮肤及指甲。摘下手套后，要将双手用食醋或是柠檬水洗净，可平衡留在肌肤表面的洗涤剂等碱性物质，然后不要忘涂抹护手霜。

在每周最好以去角质霜、润泽或保湿面膜以及护手霜来为手部做一次加强保养，也是护理手部皮肤必不可少的环节。

此外，做好手部运动也是很必要的。你可以利用坐车或看电视的时间从事这种简单的指部运动。先从指尖开始按摩到手指底部，动作要坚定而柔和。按摩时先涂上润肤霜，以增加柔润感。平时可模仿弹钢琴的动作，其好处是能伸展手指和手掌，使你的双手轻快敏捷。方法是把双手平放在台面上，柔和地向下压，然后每次举起一个手指，尽量举高。

为了拥有一双嫩白的手，你还可以采用另一种方法，就是先在小脸盆

中加入少许醋和红糖，然后以1：1的比例加水，搅拌均匀后，就可将手放入脸盆中浸泡并按摩手指，若觉得皮肤粗糙，多半是角质层过厚，可多按摩一会儿。由于红糖独具保湿功效，而醋有软化角质层、增白皮肤、淡化色素的作用，因此在每周两次的护理后，三个月就能看见一双嫩白美丽的手，效果明显。

日积月累下来你会发现，其实有一双纤纤玉手并不是太难的事。



淑女手记

每一个追求美的女性都希望自己拥有一双纤纤玉手，但由于我们的手每天暴露在外，风吹日晒，再加上用手来写文章、打电脑、做家事、拨电话、拿取东西等，手很容易变得粗糙、缺乏美感。不必烦恼，只要你平常注意护养，一双细腻文雅的手不是遥不可及的。

细节003

浓妆淡抹应相宜，容妆打造美丽淑女

塑造淑女形象关键在于用心，清新、雅致、恰到好处的妆容是淑女的典型仪表。恰到好处的妆容似乎又是女人的一个梦，难以企及。不过，掌握它并不难，只要用心，完全可以“妆”出美丽淑女。

现象传真

阿敏不是一个特别漂亮的女孩，但是她给人的感觉很美、很淑女，因为她从来不在没化过妆的时候走出家门。每天早上起来，出门之前，她至少要

花半个小时在梳妆台前，描描画画，然后带着一张崭新的面孔昂首挺胸地走出家门。

身边的朋友很佩服地说：“阿敏真有耐心，每天画眉毛、画眼睛的，也不怕麻烦！”但对阿敏来说，化妆可不是什么麻烦事，而是一种享受，一种艺术的创造，是生活的必需。

阿敏创造了几种淑女妆术，供自己在不同的时间和场合下使用。

比如，面试或上班的时候，阿敏就用一些中间色来妆点整个面部，看上去耐人寻味，稳重端庄，而无漂浮轻薄的感觉；眉毛、眼线、颊红、唇线等所有线条，都画得干净利索、简练，弧度适中，不任意加粗，也不大幅度渲染；并且把额前多余的头发去掉，发际整洁，天庭饱满，显得利落、雅致。

和男朋友约会时，阿敏会化一个文雅秀气的妆：她本身就身段苗条，皮肤很白，平时保护得也好，没有经过什么风吹日晒，看上去本来就很秀气；再加上使用色调一致的化妆品，如胭脂、口红、指甲油等，颜色要一致，配合得当；并选用冷色，因为冷色具有理智、冷静的感情色彩。这样，文雅、秀气的气质就体现出来了。

如果是去游玩，她化妆的颜色以暖色为主，衣着也选择柔和的颜色。肤色白嫩，要注意防晒，并涂敷发白的粉底霜，搽些淡粉色的胭脂，使脸部变得水灵娇美，嘴角描得翘上去，嘴唇看上去就含有笑意，以显得更加随和、亲切。

身边的朋友比较相信阿敏的化妆技术，为了使自己看起来淑女，她们经常向阿敏请教。

为你支招

如果问起哪个国家的女人是世界上最会化妆的女人，韩国女性肯定名列前茅。韩国女孩知道，美女光靠美貌不够，必须依赖高超的化妆技巧。走在韩国街头，随意可见无数清纯、优雅的淑女，从发型到妆容，精致动人。

有“广告天后”之称的韩国明星、兰芝品牌代言人全智贤的“御用”化妆师——高媛惠小姐说：“总的来讲，时下韩国女性的基础化妆普遍都很薄、很透、很亮。”其实淡妆更令人赏心悦目一些，给人干净、淡雅的感觉。淑女妆一般是淡妆，下面是几种很实用的淑女妆：

——淡雅清秀妆。此类妆容，妆面光洁，配以干净柔顺的头发、展平的眉型及单眼皮会给人理智可信的印象，不强调嘴唇的峰谷，平滑又上翘的微笑型唇会给人以温和服从的印象。

——雍容端庄妆。此类妆容不要化得太浓，头发时刻保持整齐，不要配戴太多饰物，不可穿得太性感，会见客人时应该穿外套，身上不要有三种以上的颜色，鞋子颜色不能比裙子的颜色浅，避免超厚鞋底，指甲崩裂要修剪。午饭后，重新涂上口红，白天喷淡香水，晚上有应酬时适用较浓的香水。

——清新优雅妆。配合此类妆容，发式不要太狂太野，每一种发型都应有特定的性格内涵，麻花辫代表传统与天真俏皮，长波浪则有历经沧桑后的“成熟感”。而优雅是介于清嫩与成熟之间的完美状态，它反应在发式上通常表现为光洁低挽的发髻，不一定是规整的发髻，随意把长发挽起的小发髻同样简洁、动人。

——自然大方妆。淡而自然的妆才不至拘谨。妆面要透气，塑造脸部的立体感觉时，基础色只是用在关键的局部，而不能做大面积的调整。五官造型也不要刻意精巧，要力求粗犷，但应有规有矩。眉要清晰见底，保留一点点杂毛可以增加生动感，眼睛上不用长线，不要留有明显的眼影色，鼻子不用化妆色，而是通过基础色来做局部定型。口唇可以化得大点，有言笑随意的印象，发型和穿着也不能太死板。

俗话说“三分长相，七分打扮”，女人的美丽是可以“妆”出来的，灵活运用以上化妆术可以实现你的淑女梦。但不管你运用哪种化妆术，重要的是适合自己的性格、职业、气质，这样才能起到最佳的妆饰效果，才能把淑女美表现得淋漓尽致。



淑女手记

化好淑女妆，并不是一件容易的事。那么多的化妆品，那么多的化妆工具，那么多的化妆色彩，仅仅知道一些化妆方法是不够的。化妆是熟能生巧的技艺，你得花一些时间练习，才能够应用自如。