

实用四季养颜经



[实用四季养颜经_下载链接1](#)

著者:三采文化

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787811206449

《实用四季养颜经》内容简介：一年四季，自然万物都随着季节的变更而变化，人的皮肤同样也随着季节的更换发生着微妙的变化。无论春、夏、秋、冬，爱美的女性都关注

着自己的皮肤，不让美丽随着季节的变换而流逝。女人可以通过养生、调理，让美丽由内而外，这样的美，才是真正的美。

用心做女人，用心去生活，对自己满意，疼爱自己，这才是美丽的秘诀。生活的压力，精神的抑郁，它们都是最厉害的皮肤杀手，不灭掉它们，用多少化妆品都没用。所以，美丽要从治内开始，由内及外、内外兼修，这样才能超越纯粹意义上的美客。希望每个女人都重视养生，其次才关注美容，不要本末倒置，毕竟外表美只能是取悦一时，多花些心思保养，身体才会回馈你健康和美丽。

作者介绍:

目录:

[实用四季养颜经_下载链接1](#)

标签

养生

评论

[实用四季养颜经_下载链接1](#)

书评

[实用四季养颜经_下载链接1](#)