

成就最美好的自己



[成就最美好的自己 下载链接1](#)

著者:黑玛亚

出版者:中国青年

出版时间:2011-11

装帧:平装

isbn:9787515302645

《成就最美好的自己》内容简介：美丽不是一件小事，不是仅仅为了让一个男人爱上你的小事，美丽是、止所有人都见证你将自己的美好活了出来的大事。什么叫魅力？魅力就是让人因你而浮想联翩，魅力更是生活和经历在你身上的总和，你使人引发想象空间的大小就是你的魅力大小。女人，尽管都爱美，但少有人能够为自己的生命感恩，这个起点的缺乏，会使她们一生对美的追求都有偏离。一定要牢记：促使你想要模仿的穿着，不是因为那件衣服好看，而是那件衣服的主人使衣服好看！优雅是一种“放弃”，放弃抢眼的色彩，放弃夸张的造型，放弃出风头，放弃自夸，放弃炫耀，甚至要放弃刻意地表达，达到让随意与优雅成为习惯……我只要看看一个家庭主妇的衣橱，就知道她把自己的生活经营得怎样，她对生命还有多少激情……

“美丽不是一件小事，美丽是让所有人都见证你将自己的美好活了出来的大事”——《成就最美好的自己》是一本让你同时拥有美丽形象和美好心灵的时尚+励志读物。中国高端形象设计师黑玛亚，从身材、皮肤、化妆、品味修养、色彩、气质、衣饰选购等角度娓娓道来，结合原创的色彩测试、风格测试、气质定位、衣橱管理等方法，讲解如何发掘并展现自己最美好的特质。与众多时尚图书不同的是，黑玛亚更希望交托给读者的是“衣着之外的事情”——阅读，听音乐，修炼优良的品格和性情……在完善外形的同时提升自己的心灵，从而成为最好的自己。读者不仅能从中学到实用的装扮技巧，还能领悟到美丽的本质是身心灵的和諧。

作者介绍:

中国高端形象设计师黑玛亚，是中国第一位从美学的高度系统阐述时尚的美学专家，也是国际化人文视角的服装设计师、品位传播者。

她是中国时尚的探索者，在《周末画报》《亚洲新闻人物》《深圳特区报》《深圳晚报》《深圳商报》等多家媒体开设时尚专栏。

她是畅销书作家，她的书被誉为中国时尚界“少有的深度人文读本”。曾出版过《时尚的52个难题》《亲爱的，你要更美好》《迷人是一件时光的盔甲》《平庸的衣服不要碰我的身体》等畅销书。

她是高端形象设计师、培训师，众多企业家、公司高管、都市淑媛、行业精英是她忠实的追随者，受邀为花旗银行、国泰君安证券、美国友邦保险、TCL集团、联想集团、安利（中国）、美的集团、康佳集团、华人精英女性联谊会优家荟、深圳联通客户俱乐部、香港浸会大学&哈尔滨工业大学MBA等多家公司和机构做专业培训。

她是黑玛亚形象策划公司的创始人，作为maia's的品牌灵魂人物，她创立的深圳黑玛亚形象策划有限公司，也是中国形象设计领域第一个拥有自己原创服饰品牌的设计公司，致力于为中国人打造“最美好的你”。

目录: 序言 美，令人一窥天堂的样貌
写在前面的话 美好能拯救你的人生
第一篇 请让我知道一个真实的你
一、寻找你与生俱来的独特性：风格测试
二、为你的形象做加减法：气质定位
第二篇 体形、色彩和妆容——没有丑女人
一、无论你是纤、婷、端、盈，都应学会欣赏自己
1. “纤”码女人
2. “婷”码女人
3. “端”码女人
4. “盈”码女人
二、你能驾驭的颜色比你知道的还多
1. 关于肤色：拒绝一白遮百丑的咒诅
2. 关于性情：内在性情的冷暖才是你真正的色彩
3. 清洁的心会增加对色彩的驾驭能力
三、护肤：一堂专属于你的皮肤保养课
四、美妆：把修养和信心描画在脸上
第三篇 管理你的衣橱——每个女人的必修功课
一、整理衣橱前先要明白的事情
1. 为什么要做衣橱整理
2. 什么衣服是要丢掉的

3. 不要在浪费中节约
二、衣橱里的经典收藏
1. 你需要忠心的——经典款式（衣橱主干）
2. 还要惊艳的——礼服和晚装（衣橱光芒）
3. 在家里也要赏心悦目——不可忽视的居家服
4. 完美体现在细节上——配饰
三、别把品牌当成品位
四、别让包包成为你的身份证
第四篇 带新衣服回家——实现你的美丽梦想
一、魅力衣橱的建立——导购日
二、职场形象:要突出才华、品德和人格魅力
案例1: 有张力的沉静之美
三、生活形象:找到属于自己的精彩
案例2: 温情有爱的时尚辣妈
四、身份感: 让衣饰更好地表达你
案例3: 德高望重的大家闺秀
案例4: 贵妇与金融奇葩
案例5: 娇妻与焦点
案例6: 深藏不露的性感, 生命的舞蹈者
五、有一件事比漂亮更重要——得体
六、不仅美丽, 还要美好——优良的品格和性情
第五篇 衣着之外的事情——做一个秀外慧中的女人
一、阅读——让你的境界健康深邃
二、音乐——让你的情怀宽广浪漫
三、常喝一杯使你从容的下午茶
第六篇 持守你的美好
一、要做好时尚, 需要超越时尚
二、改变的不仅是外表
后记
• • • • • (收起)

[成就最美好的自己 下载链接1](#)

标签

女性

形象设计

黑玛亚

自我成长

时尚

美好修行

美丽

生活

评论

作者在封面的形象我就不喜欢，死气沉沉。或许有人认为这是种优雅，但在我心中，优雅是一种让人惊艳又温和的美丽。作者是搭配只有温和而已。书里宣扬的理念不错，但不少内容很心灵鸡汤，摆出来的例子也完全没有亮点。就我个人而言，这书让我意识到，与其说中国人不会搭配衣服，不如说市面上好看的衣服实在太少（想想我这遍地的“韩版”我就头疼），而一般的上班族又实在没时间周周逛街选衣服，于是大家就都凑合着了。

很真诚的一本风格指导书 不论男女都值得读一读

一本出现得正是时候的书，技术上来说是入门级别。对我来说是四颗星，对你来说可能是nothing。

对于一个职业女性来说，一张化过妆的脸真是一种职业操守

这本书，总体上看可以视为黑玛亚为自己形象设计工作室做的广告，这广告做得很成功。这是所看的第二本黑玛亚的书，几乎可以断定，在以后所读的其他她的书中，还会不断出现她父母的身影，我真的觉得他们是特别美好的一对夫妻。

由内而外的美

没有想象中那么精彩！

感觉不舒服。

对书中一些标准的经典没有感觉，我仍然希望每个年龄的人都有艺术气息，展现自己的风格而非约定俗成的经典~

2012+5-8

黑玛亚很不错

40+ and 有钱女士穿衣指南

——我以前从来不看这样的书，现在竟然看的进去，是说我老了吗？——是你没有以前强大了，你脆弱了！

二十分钟就可读完的书。

2013.4.21

2014年3月

美需要用心发现

不错。很有启发~ 穿衣服，始终得与性情一致。

美好的形象，都因有着美好的根基。

一本好书！

[成就最美好的自己_下载链接1](#)

书评

由于对时尚界没怎么关注过，我对作者也一无所知，但通过看这本书，我对作者充满了好奇心。从她的文字中能感觉到她和我认为的时尚界设计师不太一样。她是美的传播和诠释者，她所理解的美并不只是形象上的。这也正是我喜欢她的原因。她从小受的教育也很令我羡慕。文学和音乐...

“美丽不是一件小事，不是仅仅为了让一个男人爱上你的小事，美丽是让所有人都见证你将自己的美好活了出来的大事。”
这是封面上的一句话，也是我最喜欢的一句话。喜欢黑玛亚的文字，细腻温婉，好像有一种魔力，让你不由的心生美好。我想，可能是因为作者本身就是一个非常美好...

(一)
对于28岁女人，28岁生日可不是什么值的庆幸的事情。那一天，我第一次遇见自己对衰老的恐惧。福尔摩斯一般死盯着镜子，一寸一寸的搜索着衰老来过的蛛丝马迹，妄图扼杀它在摇篮里。当然，冒牌侦探一无所获，长叹一声去睡了。恍惚间想起七八岁时遇见的美丽女店主。...

女人不要浮于外表，但也要注重外表；该做大女人还是小女人？也许最美好的是兼修。黑玛亚告诉我们她的感受，如何成就最美好的自己。一些内容深深的启发了我，不断修炼，不断美好。宁静而致远，心灵和思想都很纯粹又深刻。

美丽不是一件小事，是将自己的美好活了出来的大事。
一个好的形象可以告诉别人，你是一个稳重可靠，见多识广，有品位，有能力，温柔，值得信赖的人。PS:没看的电影穿普拉达的女王、女佣变凤凰、丑女贝蒂、女魔头、
一、找到真实的自己 找到自己的风格：香水？？？ 找到自己的...

黑玛亚的书有着一种淡淡的美，正如她的人和 she 设计的服装一样，我很喜欢，感觉这种风格也比较适合自己。
这本书属于形象设计的普及书，亦或是理念书，主要是黑玛亚自己做形象设计的一些感悟。
美丽不是一件小事，不是仅仅为了让一个男人爱上你的小事，美丽是让所有人都见证你
...

贵妇读了这本书以后，会直接找作者，带她去香港，扫货，搭配。这个世界原来还有这样的有钱人的世界，大开眼界。衣服跟人的关系，穿着在不同的人的身上有不同的效果。颜色跟人的关系也很特别，人比衣服重要，心是最重要的。作者穿什么都得到赞赏，不如说她本人得到了赞赏，这种...

黑玛亚的这本书，宣告这样一个真理！
和她的文字相约，那是一个仿佛等待很久的一见钟情；那是一场轰轰烈烈的精神恋爱；那是一个可以相约一生的美丽约定……
“人人都是上帝的杰作”，“当你站在我面前的时候，你的风格才会诞生”，她的形象设计体系不是把被设计...

[成就最美好的自己_下载链接1](#)