

Shan Feng

# Die Schönheitsgeheimnisse der chinesischen Kaiserinnen

Für zarte Haut und sinnliche Ausstrahlung

RISIANA

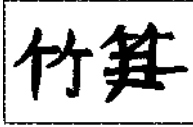
# Inhalt

Vorwort . . . . .	9
<i>Ein Spaziergang durch die Qärten der Schönheitsgöttin</i>	
<i>Hsi wang mu.</i> . . . . .	9
<b>I. Einführung</b> . . . . .	<b>11</b>
Das Chrysanthemenfest für Ihr Wohlbefinden. . . . .	11
<i>Chinesische Schönheit und Kosmetik aus 2000 Jahren</i> . . . . .	11
<b>II. Haut, Körper und Pflanzen -</b>	
<b>    Yin-Yang-Kosmetik</b> . . . . .	<b>15</b>
Schmetterlinge auf Ihrer Haut . . . . .	15
<i>Wie Sie Ihre Haut dem Yin und Yang zuordnen können</i> . . . . .	15
Typisierung. . . . .	17
Von der Weide, dem Vollmond und der kühlen,	
weichen Jade. . . . .	22
<i>Die Qeheimnisse der Pflanzen.</i> . . . . .	22
Pflanzenzuordnungen nach Yin und Yang. . . . .	26
Die kosmetische Uhr. . . . .	35
<i>Von der richtigen Zeit und dem Alter.</i> . . . . .	35
<b>IN. Das Gesicht</b> . . . . .	<b>38</b>
Äußeres und Inneres in Harmonie setzen. . . . .	38
<i>Das Qesicht als Spiegel Ihrer Seele und wie Sie</i>	
<i>beides in Harmonie bringen.</i> . . . . .	38
Im Spiegel das Mondlicht fangen. . . . .	41
<i>Von der magischen Wirkung der chinesischen</i>	
<i>Qesichtsmasken und Cremes.</i> . . . . .	41
Masken, Cremes und Peelings. . . . .	41
<i>Der Qöttin über die Schulter geschaut.</i> . . . . .	41





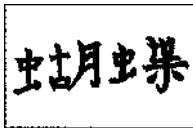
<b>IV. Augen</b>	<b>53</b>
Von den Phönixaugen . . . . .	53
<i>Augen, die strahlen und glänzen.</i> . . . . .	53



<b>V. Arme und Hände</b>	<b>56</b>
Zart, weich und biegsam wie Bambus. . . . .	56
<i>Der Zauber von der Schönheit Ihrer Hände und wie Sie sie erreichen.</i> . . . . .	56



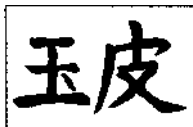
<b>VI. Aufhellungen der Haut</b>	<b>60</b>
Mit der Feengöttin zum Mondpalast schweben. . . . .	60
<i>Pigmentstörungen, Sommersprossen und Altersflecken - Das Cjeheimnis der Hautaufhellung.</i> . . . . .	60



<b>VII. Dekollete</b>	<b>64</b>
Wenn der Schmetterling den Pflaumenbaum besucht ....	64
<i>Glättung, Straffung und Pflege des Dekolletes.</i> . . . . .	64



<b>VIII. Die weibliche Brust</b>	<b>69</b>
Su - Von den schönen Brüsten. . . . .	69
<i>Über die weibliche Brust und was sie so schön macht</i> . . . . .	69
Die Chu hu-tieh Massage (Brustmassage). . . . .	71
<i>Mit den Händen den Schmetterling streicheln.</i> . . . . .	71
Mit dem Himmelsdrachen fliegen. . . . .	72
<i>Brustvergrößerung mit der Kraft der Natur.</i> . . . . .	72
Die Berührung der goldenen Orchidee. . . . .	83
<i>Bringen Sie einen »Hängebusen« wieder in Form durch Straffung mit Cremes und Tees.</i> . . . . .	83
Die Schönheit des Lotossamens. . . . .	85
<i>Behandlungen für eine schöne Brustwarze.</i> . . . . .	85
Die Mei Chu Massage (Brustwarzen-Massage). . . . .	89
<i>Mit den Perlen tanzen.</i> . . . . .	89



<b>IX. Cellulite</b>	<b>90</b>
Vom Zauber der Jadehaut . . . . .	90
<i>Wirksame Methoden und Anwendungen aus der Natur</i> . . . . .	90

<b>X. Edelsteine</b>	<b>98</b>
Verschönern mit dem Edelsten der Erde. . . . .	98
<i>Mit Edelsteinpulvern, Edelsteinelixieren, Edelsteinölen,</i>	
<i>Edelsteinhonig und Edelsteincremes nach alter</i>	
<i>Tradition kosmetisch behandeln. . . . .</i>	98
Shi Ying Massage. . . . .	106
<i>Mit den Edelsteinen die Haut liebkosen. . . . .</i>	106
<b>XI. Tees</b>	<b>107</b>
Mit dem Regenbogen wandern. . . . .	107
<i>Innerliche und äußerliche Anwendung für</i>	
<i>Ihre Schönheit. . . . .</i>	107
<b>XII. Räucherung</b>	<b>114</b>
Wenxiang - dem Rauchwerk lauschen. . . . .	114
<i>Pflanzen, Harze und Hölzer für die kosmetische</i>	
<i>Anwendung im Gesicht, an Händen, Armen,</i>	
<i>Dekollete, Brust, Po und Beinen. . . . .</i>	114
<b>Rauch</b> , der schön macht. . . . .	118
<i>Wie Sie mit Räuchern Ihre Schönheit erhalten</i>	
<i>und vervollkommen. . . . .</i>	118
<b>.Schuppenflechte, Ekzeme,</b>	
<b>Neurodermitis und Herpes</b>	<b>124</b>
[Pflanzen, Cremes und Öle, die helfen und heilen. . . . .	124
. . . . .	134
<b>sn</b> der Drache mit dem Phönix spielt. . . . .	134
<b>fit taoisüsch</b> en Praktiken zur Schönheit. . . . .	134
<b>fliegende Tiger</b> . . . . .	137
<i>(tische Anleitungen. . . . .</i>	137
. . . . .	140
. . . . .	141
<b>j</b> ^Quellenhinweise. . . . .	142
. . . . .	143

