

<<优雅>>

图书基本信息

书名：<<优雅>>

13位ISBN编号：9787121161629

10位ISBN编号：7121161621

出版时间：2012-5

出版时间：电子工业出版社

作者：她品时尚课题组 编

页数：211

字数：164000

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>

## <<优雅>>

### 前言

美丽会随着时间的流逝，一去不返，但是优雅和品位却可以随着时间而增长，如同美酒一样，时间越久越醇美。

——法国《时尚》 本书以优美的笔触，针对每一个小细节为现代女性提供了细致而绝妙的建议，告诉她们如何才能永远保持别致、优雅和迷人的仪态。内容涉及到容颜、秀发、姿态、衣着、谈吐等方面的诸多细节，对所有关于时尚的问题进行了凝练而权威的讲解。

## <<优雅>>

### 内容概要

她品时尚课题组编著的《优雅(迷恋细节)》是一本关于优雅的细节战略指导手册。

像赫本一样优雅，几乎是所有女性永恒的追求。

干练的短发、中式的衬衫、恰到好处的微笑……貌似不经意的细节却将她的优雅展露无遗。

优雅迷恋细节。

纵使你没有天使般姣好的面容，也没有魔鬼般迷人的身材，但只要你拥有一颗追求优雅的心，并注重细节，笃定的自信和淡定的优雅一定会如期而至。

得体的装扮、淡然的笑容、脱俗的气质、豁达的心胸……细节成就了女性的优雅，优雅的女人也绝不会忽略细节。

追求优雅，从《优雅(迷恋细节)》开始。

## <<优雅>>

### 书籍目录

- 一 优雅极品女子，天生迷恋细节
  - 让生活细节充满质感
  - 让优雅成为不老的传说
  - 优雅女人的七大必备硬件
  - 修炼优雅女人的细节战略
- 二 容颜VS优雅，擦身而过的瞬间展露气质
  - 优雅悟语：第一印象拉近与优雅的距离
  - 细节一：美肤，优雅之本不能忽略
  - 细节二：美白，女人永恒的追求
  - 细节三：化妆，优雅装扮有诀窍
  - 细节四：玉颈，别轻易失掉了优雅
  - 细节五：纤纤玉手，善待你的第二张脸
  - 细节六：美甲，绽放指尖的优雅风情
  - 细节七：微笑，撩人心弦的美丽玄机
- 三 秀发VS优雅，彰显女人生活品质的动态美
  - 优雅悟语：秀发，你的第一形象标志
  - 细节一：发丝，体现女性热爱生活的态度
  - 细节二：染发，阳光下的绚丽色彩
  - 细节三：卷发，优雅女人都应该尝试
  - 细节四：发型，与脸部完美配对
  - 细节五：学会打理，“发”散优雅
  - 细节六：轻松吹发，美丽如昔
- 四 姿态VS优雅，惊鸿一瞥于不经意转角
  - 优雅悟语：风姿绰约最动人
  - 细节一：保持身材，修炼优雅的基本准则
  - 细节二：肩部曲线，提升女人整体曲线美
  - 细节三：绰约背影，优雅的背后风景
  - 细节四：端庄坐姿，赏心悦目的优雅
  - 细节五：优雅站姿，迷人曲线毕现
  - 细节六：洒脱走姿，款款而行也优雅
  - 细节七：享用西餐，展现优雅的绝好机会
- 五 衣着VS优雅，穿出品味不做“风格白痴”
  - 优雅悟语：服饰，满载社会符号
  - 细节一：你真的会穿衣服吗
  - 细节二：善用色彩演绎无限优雅
  - 细节三：TPO，职业女性着装原则
  - 细节四：晚礼服，裙裾间优雅流淌
  - 细节五：风衣，衣橱里必备的时尚单品
  - 细节六：高跟鞋，天生为女人而设
  - 细节七：丝袜，女人装扮美腿的最佳武器
- 六 配饰VS优雅，点睛处透露优雅至高境界
  - 优雅悟语：点点缀缀耀女人无限风情
  - 细节一：丝巾，最是那百变摇曳生姿
  - 细节二：手袋，安放女人贵气和隐私的地方
  - 细节三：戒指，穿过女人指尖的无穷韵味

## <<优雅>>

细节四：腕表，兼具时间和时尚的双重魔力

细节五：项链，让颈部的高贵线条一览无余

细节六：耳饰，影影绰绰中流泻优雅品位

细节七：帽子，戴出无限优雅和风情

细节八：胸针，心动处表达优雅

七 谈吐VS优雅，好声音是女人裸露的感性灵魂

优雅悟语：声音，优雅女人的感性“电磁波”

细节一：“体检”，修炼优雅谈吐的第一步

细节二：好语气，让人无法抗拒的柔情蜜意

细节三：口吐莲花，用词恰到好处的秘诀

细节四：好声音，优美时尚养出来

细节五：身体语言，好谈吐的另一张名片

细节六：闲聊，也是一门艺术

八 社交VS优雅，气质不凡自然好人缘

优雅悟语：社交优雅来自心灵深处

细节一：气质，修炼优雅的必经之路

细节二：经济独立，让女人更有魅力

细节三：好气色，让你光彩夺目

细节四：豁达，化解危机的秘密武器

细节五：幽默，绽放女人的优雅光芒

细节六：香水，挥洒女人的灵性与雅致

## &lt;&lt;优雅&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：如今，优雅已成为女性时尚界的高频词，成为评价一个女人是否具有魅力的重要标准。

那么，究竟何谓优雅呢？

简单点说，优雅是表现在女性身上的一种和谐美，既涵盖外在容颜上的美丽，更囊括女性内心品质的精华。

优雅是一种内外兼修的独特魅力。

若是仅拥有漂亮的外在容颜，言行举止却庸俗不得体，难免会让人心生惋惜；而如果独有厚重的内在品质，却忽视了外表的修饰，也够不上优雅那条“及格线”。

所以，优雅的女人一定会将外在容颜和内在品质完美结合。

优雅是一种质量上乘的女人味。

蜂蜜的甜味通过舌尖品尝，花朵的香味通过鼻尖轻嗅，而充满女人味的优雅则只能通过心灵来感受。

如果说女人是一朵花，那么少了优雅就如同花儿失去了香味，七分美感顿失三分。

正因为如此，做有韵味的优雅女人，也成了凡世间每个女人殊途同归的梦想。

优雅的女人拥有丰富的内心世界以及对生活的智慧与博爱，她们的一颦一笑、一言一行，都能达到理性与感性的平衡。

容貌美丽的女人未必优雅，但优雅的女人一定是美丽的，因为她的包容和智慧让人感觉如沐春风。

优雅包括许多方面，如举止的优雅、谈吐的优雅、着装的优雅、品味的优雅等。

一个真正优雅的女人，在生活的各个方面都能表现出独具魅力的一面。

优雅的女人在着装上不刻意注重品牌，但要保证衣着整洁、舒适，格调不张扬但却别有韵味，即便她身着一袭布衣，也能让人从她质朴的外表下捕捉到不平凡的女人风情。

优雅的女人说话不一定要妙语连珠，但要有充实的内涵和丰富的文化底蕴，即便遇到再烦恼的事情也能用幽默的方式化解，给人坚强却不失温柔的美好印象。

优雅的女人在生活中懂得“己所不欲、勿施于人”的道理，她们清楚地知道自己想要什么样的生活，所以表达自己的情感时细腻、丰富且理智。

很多女性想要成为优雅女人，却没有找到优雅的秘诀，暗自哀叹自身条件不足，拒绝向优雅靠近。

但事实上，修炼优雅并非一件难事。

从身边的小事做起，重视每一个细节，拥有了这种信念，一定会成为内外兼修的优雅女性。

## <<优雅>>

### 编辑推荐

《优雅:迷恋细节》以优美的笔触，针对每一个小细节为现代女性提供了细致而绝妙的建议，告诉她们如何才能永远保持别致、优雅和迷人的仪态。内容涉及到容颜、秀发、姿态、衣着、谈吐等方面的诸多细节，对所有关于时尚的问题进行了凝练而权威的讲解。

#### 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>