

<<品位与格调>>

图书基本信息

书名：<<品位与格调>>

13位ISBN编号：9787800847660

10位ISBN编号：7800847667

出版时间：2005-10

出版时间：金城出版社

作者：罗兰

页数：156

字数：70000

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>

## <<品位与格调>>

### 内容概要

物以类聚，人以“品”分，从表面到灵魂…… 做人有品味，生活有格调，有品位有格调的女人，才是真正的魅力女人。

品位是一种人生的艺术，美丽的心灵，高尚的品格，丰富的内涵，时时体现着一个品位女人的美丽气质。

格调是一种生活的境界，高雅的音乐，优美的舞蹈，优雅的礼仪，处处打造着女人生活的崇高境界。

但是，品位又是从哪里来的呢？

是否真的存在评判标准？

我们只是稍纵即逝的、冷酷的时尚潮流的奴隶吗？

又是谁在控制着它？

本书将从文化历史的角度来阐述这个观念，带你去领略一幅大众时尚的全景图，并帮助你找到自己。

## <<品位与格调>>

### 书籍目录

1 美丽心灵，提升品位 一 信心是女人品位的源泉 二 智慧让品位女人脱颖而出 三 良好的教养造就女人品位 四 塑造属于自己的美丽 五 现代女人的读书品位 六 感受书画灵韵，享受品位人生2 修饰自己，雕刻品位 一 闪现你灵动心思的衣饰 二 迷人丝巾，风情万种 三 女人的手袋，女人的快乐 四 品位穿鞋，让你从头美到脚 五 香水点拨女人味 六 炫目的钻石是美丽的最好代言3 注重礼仪，塑造品位 一 服饰礼仪 二 葡萄酒餐桌礼仪 三 舞会礼仪让你魅力无限 四 品茶中体现优雅 五 西餐就餐礼仪 六 社交能力测试：是个善于社交的女人吗？

4 音乐世界，高雅格调 一 女人与音乐 二 走进音乐氧吧 三 十大经典唱片 四 国村舞，律动的个性美 五 芭蕾艺术 魅力无限 六 抽空去跳拉丁舞5 美酒咖啡，酿就品位 一 酒与女人 二 葡萄美酒夜光杯 三 魅力独到的鸡尾酒 四 优雅女人的香槟情怀 五 享受咖啡时刻 六 咖啡和星座的浪漫之约

## &lt;&lt;品位与格调&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘舞会礼仪让你魅力无限 知道灰姑娘是在哪里遇上了她的白马王子吗?对了,是舞会。可是,若是灰姑娘在舞会上喷洒着浓浓的香水,傲慢地拒绝向她邀舞的男士,那么,她还会被王子爱上吗?

舞会是可以把女性的温婉雅致发挥到极致的地方,任何一个平目里不很讲究的女人一到舞会中都会立刻变成另外一个人。

但这里也是容易做出失礼举动的场所,这时你会发现关于舞会中必须注意的细节真是知之太少了。

仪表与服饰 参加舞会时,应根据舞会的性质适当地修饰一下仪表,不可过分随便,不修边幅。

不要穿着运动装、室外休闲装入舞场。

服饰均应整洁、讲究,最好能与环境融为一体。

切不可衣着随便、松垮,显得窝囊邋遢。

最适合的装扮是穿裙子,如连衣裙、套裙等。

舞会中会与人靠得很近,因此清新的体香很重要。

参加舞会前要清洗刷牙,喝杯白开水,不要吃有味道食物,也不要饮酒。

可以在嘴里喷些香雾,或者是嚼片口香糖。

但是,口香糖不要带入场,应在入场前吃。

舞会前也应该洗个澡,不要汗淋淋地参加舞会。

然后,你只要搽淡淡的香粉,化一个淡淡的妆,做一个优雅而不死板的发型即可。

总之,不要为了这场舞会打扮得太妖艳。

另外,参加舞会不要携带一个大包,皮包要小巧精致,也可以不带。

到达舞场进入舞场以后,言谈举止要讲文明,不要高声说笑和怪叫,更不能满口污言秽语。

走路时脚步要轻,不要在舞池中穿行。

不熟悉的舞曲尽量不要下场。

舞会中遇到不愉快的碰撞,用手势与微笑来解决,不能出言不逊或给人脸色而引起争端。

邀舞 男士轻女士跳舞,女士邀立刻起立给予应答才礼貌。

作为女士,一般不宜随便拒绝别人的邀请。

如果确属不得已,也可以婉言谢绝,并向对方表示歉意,比如轻声告诉他“对不起,这个舞步我不会”或“我有些头晕”,给人一个台阶。

千万不能无动于衷,或坐着摇头,这是极为失礼的行为。

一定要记住的是就算你没有舞伴,也没人邀你跳舞,请你情愿做壁花也不要和其他女子共舞。

总之,参加舞会,邀舞者应该彬彬有礼,被邀者也应落落大方,彼此都应该表现出良好的修养,共同创造舞场内文明、高雅、融洽的气氛。

舞池中 跳舞时,神情姿态要轻松自如,动作要健康优美,表情要谦和自在。

不能死盯着人家看,还要控制好呼吸,不能在舞伴的耳边喘粗气,跳舞时要稳重些。

跳舞时不要过于剧烈,以免大汗淋漓。

不可挂靠在对方身上,使对方有负重感,自己也有失雅观。

控制好距离,不要太近、太亲热,也不可太远、太冷漠。

跳舞过程中,舞跳得好的一方可以用动作带另一方,双方可以轻声交谈一些共同感兴趣的话题,也可以默默不语。

双方不能在舞曲未完时退场,舞曲结束后女方由男方陪同回到原来的座位上,至少也要共出舞池。

舞伴如果你带有舞伴来,一定要照顾好你的舞伴,即使你在与别人共舞,你也要知道他在哪里。

第一曲和最后一曲一定要与你的舞伴同跳,表示你对他的重视,并谢谢他与你同来。

P.68-70

<<品位与格调>>

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>