

<<女人的修养与魅力>>

图书基本信息

书名：<<女人的修养与魅力>>

13位ISBN编号：9787802039735

10位ISBN编号：7802039738

出版时间：2010-3

出版时间：中国妇女

作者：肖悦

页数：268

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>

<<女人的修养与魅力>>

前言

曹植的名篇《洛神赋》中描写了一个名叫宓妃的女神，形容她的形态和长相时，曹植用了十分华丽的辞藻：“翩若惊鸿，婉若游龙，荣曜秋菊，华茂春松。

仿佛兮若轻云之蔽月，飘飘兮若流风之回雪。

远而望之，皎若太阳升朝霞。

迫而察之，灼若芙蓉出绿波。

裌纤得衷，修短合度。

肩若削成，腰如约素。

延颈秀项，皓质呈露，芳泽无加，铅华弗御。

云髻峨峨，修眉联娟，丹唇外朗，皓齿内鲜。

明眸善睐，靥辅承权，瑰姿艳逸，仪静体闲。

”曹植笔下的宓妃，体态轻盈柔美，就像是受惊后翩翩飞起的鸿雁，又像是腾空嬉戏的游龙；容颜光彩明艳，就像是秋天盛开的菊花，也让人想起春天茂密的青松；身材恰到好处，高矮胖瘦符合美感，眼睛清澈，顾盼生姿。

曹植用尽了最华丽的词语来形容宓妃，让她成为完美女人的象征。

天下没有几个女人不希望自己像宓妃一样，既拥有美丽的外貌，又拥有羽化登仙般的风骨。

对于仙子来说，自然不用为衰老而愁苦，而对于普通平凡的寻常女子来说，衰老是一件让人沮丧的事情。

岁月增加的不仅仅是脸上的皱纹，还会让心灵蒙上尘埃。

即使再美丽的女人，也抵不过岁月的侵蚀。

<<女人的修养与魅力>>

内容概要

漂亮的女人不一定有女人味，但有女人味的女人一定很美。

漂亮只是外在的框架，女人味才是真正的魅力本质。

单纯追求漂亮不如悉心修炼品位、涵养、气度与胸怀。

使女人青春褪色、形神衰老的并不只取决于岁月，心情、生活、压力、缺少灵性的追求等种种因素，同样会加速女人的衰老过程，眼睛里的光亮渐渐浑浊，就像明镜蒙尘，整个人已不复清澈。

女人不可以放弃自己，要努力修炼做一个人见人爱的美女。

本书告诉你女人美丽与优雅的秘密！

<<女人的修养与魅力>>

书籍目录

第1章 提升内在的魅力指数 自爱的女人最可爱 修炼气质，建造属于自己的幸福 追求自然之美，彰显你的内涵 婚姻不应是美丽的终点 豁达、大度让你拥有成功 真诚和别人交往 让他人感受到你的温暖 大智若愚是一种修养 女人灵魂的一抹亮色：善解人意

第2章 努力做个优雅从容的美人 一个好姿态往往胜过好妆容 成为一朵优雅的百合 待人如春风，笃定如秋水 声音提升你的魅力指数 让自己美丽、优雅地变老 优雅的女人注重细节和品位 优雅的独立，不委屈的依附 找对自己的颜色

第3章 女人贵在有态 女人就要有“味道” 绽放五彩纷呈的魅力 做自己，千万别东施效颦 骄傲才是平常心 细微之处展示大家风范 脱俗的女人最有光采 做个独立自主的真性情女人

第4章 不要在抱怨中变丑 女人话越少，吸引力越足 生命因挫折而精彩 快乐是女人的本事 做风雨中的铿锵玫瑰 忘记那些失意的过往 直来直去不是魅力 爱一个人，不是为了回报 让心灵长出宽容的花朵 女人，别让嫉妒毁了生活

第5章 注意自己的外在美 女人要 为悦己而容 包装自己，让气质脱颖而出 打扮出自信女人 打扮出女人的阳光心情 个性女人“妆”出来 美丽女人更易叩响机遇之门 真正的性感让女人更可爱 美丽女人为幸福加分 与其留住青春，不如装扮容颜 内在也需要外貌做代言

第6章 做个有品位的女人 好女人要有一颗爱人的心 女人就要常伴书香 感性和理性，女人的智与力 智慧女人爱上家庭和事业 如水女人，要不断澄清自我 找一个能提升你的男人 做品位女人要学会宽容 女人要常保一个好心态 女人要交有思想的朋友

第7章 有梦想的女人不会老 给梦想一件金衣 不做一颗平凡的尘土 不让妥协侵蚀梦想 不做家庭的鸵鸟 “败犬女人”也值得学习 用智慧给自己“充电” 适当给心情放个假 年轻是一种心态 独立的女人才可爱 安排时间，做感兴趣的事

第8章 活在当下，快乐度一生 活在当下，不让心灵脱轨 把酸柠檬变成柠檬汁 能把握的只有此刻 储蓄能量，为了美好的未来 接受生活，才能被生活接受 做个健康的“乐活女人” 善待自己，不为生活所累 怀着一颗平常心 微笑是世界上最强大的符号 拒绝压力，轻松生活

<<女人的修养与魅力>>

章节摘录

每个女人来到这个世界上，最初是父母的女儿，后来就会成为别人的朋友，丈夫的妻子。孩子的母亲。

社会赋予女性很多角色，其实也给了女性很多责任。

在这么多责任面前，女人如果不能好好地为自己定位、爱自己，又怎么能让别人来爱你呢？

女性在扮演父母的女儿这个角色时，无疑是最自在的。

这个时候，女孩常常会拥有很多爱。

异性因为她们的可爱或者美丽而爱上她们，父母自然也会给她们最多的保护。

当一个女孩变成了女人，成为丈夫的妻子，做了孩子的母亲以后，就会无意识地放弃美丽这个词。

“哪里有时间打扮？

工作、家务、孩子、丈夫。

哪一个不要我操心？

再说，已经这个岁数了，如果每天再去花心思化妆、穿衣服，别人会笑话的，丈夫和孩子也会觉得我不正经。

”42岁的白女士这样说。

其实。

时间当然是有的，只是需要花心思去计划而已。

一个人把自己全部的心思都集中在丈夫、孩子身上，当然就会忽略自己。

也会忽略空闲下来的时间，久而久之，就会常常蓬头垢面地送孩子上学，帮丈夫递牛奶杯子，粗声大气地呵斥孩子。

和朋友在一起聊天的时候，笑起来肆无忌惮。

很多女人在回忆起自己的少女时代时。

往往会觉得伤感，因为想起了那个时候的自己明媚动人，笑起来像春天最明媚的阳光。

再看看这个时候的自己——“老了！

”很多女性会这样感慨。

为什么老了就不能美丽了？

不能可爱了？

<<女人的修养与魅力>>

编辑推荐

《女人的修养与魅力:美丽与优雅的秘密》：女人贵在有“态”，做一个人见人爱的美女。每个女人都要从小处做起，培养自己优雅和美丽的习惯，待人接物如春风拂面，内心笃定如秋水凌波。

爱生活，爱自己，最后生活也会爱你。

女人要热爱生活，勇敢地冲破世俗的禁锢，把握自己的人生，内外兼修地提升自身的魅力，释放本该属于自己的美丽，帮助你所爱的每一个人，这样的女子无论在家庭还是事业上都是值得赞赏的！

<<女人的修养与魅力>>

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>