

<<气质决定女人一生>>

图书基本信息

书名：<<气质决定女人一生>>

13位ISBN编号：9787802500334

10位ISBN编号：7802500338

出版时间：2009-4

出版时间：中国言实出版社

作者：梁素娟

页数：297

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>

<<气质决定女人一生>>

前言

女人的美丽，已经被人们无数次地讴歌和赞美，文人骚客为此差不多穷尽了天下的华章。

其实，在美丽面前，诗歌、辞章、音乐都是无力的。

无论多么优秀的诗人和歌者，最后都会发出奈美若何的叹息！

美丽的女人人见人爱，但真正令人恒久心仪的，往往却是具有磁石般魅力的女人。

那么，什么样的女人才具有魅力呢？

三个字：气质美。

气质，《现代汉语词典》的解释是：指人的相当稳定的特点，如活泼、直爽、沉静、浮躁等，是高级神经活动在人的行动上的表现；指风格，气度。

这是一种偏重美学的通俗解释。

我们平常所谈论的某个女人具有或不具有气质美，一方面指的是她的个性或性格，另一方面，则是针对她在言行举止、待人接物中所表现出来的风度、气量，品性与教养而言。

总而言之，气质是文化积淀与品位修养的自然融会与流露，是摄人心魄的意境之美。

气质是一种灵性，一个女性如果只靠化妆品来维持，她的生命必定是苍白的。

气质是一种智慧，一点点地雕琢着一个人，塑造着一个人。

气质是一种个性，蕴藏在差异之中，只有不断创新，才能拥有与众不同的韵味。

气质是一种修养，在城市流动的喧嚣中，洗练一种超凡脱俗的“宁”与“静”。

气质高雅的女人蕴蓄着知性的美，涵养着高洁的美，她们向外挥洒着充沛的精力、柔而韧的力量和洒脱的心性，她们永葆柔情、优雅、品位、情趣和智慧。

这样的女人如黎明的甘露，似早春的清风，荡漾着万种风光，飘曳着妩媚娇柔。

她们是女人中的极品，是男人心中生生世世萦绕的甜美情结。

一个女人有了优雅气质，会楚楚动人，就如同一座山上有了水就立刻显现出灵气一样。

现实生活中，没有人不喜欢这样的女人，因为这种女人既令人有视觉上的美感，还有一种吸引人的特别力量，能不断地感染你。

花容月貌让女人美丽一时，优雅气质让女人魅力一生。

女人飘逸脱俗的气质之美，很大程度上决定女人一生的幸福。

从这个意义上说，优雅的气质美是女人获得幸福的一大资本。

在现代社会，人们对女人的价值判断更加注重内涵，除了才华之外，气质无疑是人性内涵的一个重要内容。

因此，气质在女人的社会生活、人际交往中的重要性也是不言而喻的。

可以说，女人的气质美，是美的核心表现。

用培养优雅气质来使自己变美的女人，比用服装和打扮来美化自己的女人要具备更高一层的精神境界和真美风采。

优雅气质使女人活得充实，单纯的修饰则把女人变得空虚。

当然，最完美的是两者的结合。

高雅的气质也需要外在美来修饰和衬托。

很难想像，一个蓬头垢面、灰头土脸、言谈粗俗的女人，能有多少气质美可言。

所以，一个女人想让自己气质完美，主要是修炼身心、丰富内涵、提高品位，同时，也要在穿着打扮、形体姿态、言谈举止等方面下工夫，让自己真正优雅得体。

同时拥有气质美和外在美的女人，是一个真正内外兼修的美女。

光阴荏苒，她们的美经过时光的“雕刻”，会越发深幽，越显清丽，穿越岁月的烟云，散发出历久弥新的香气。

真正高雅的气质，需要的是全方位的修养和岁月的沉淀。

像一抹梦中的花影，如一缕生命的暗香，渗透进女人的骨髓与生命之中，让她们在面对岁月的无情流逝时，仍然能够拥有一份灵秀和聪慧，一份从容和淡定……女人是天女撒向人间的花朵，是上天降落凡尘的精灵。

<<气质决定女人一生>>

每一个女人都有责任和义务把自己历练得更加美丽鲜艳，并在有限的生命中，自在从容地释放和展示自己的气质魅力！

<<气质决定女人一生>>

内容概要

气质赋予女人神奇风采与瑰丽人生，而美好的气质在于经年累月的积淀与修为，气质之树须得扎根于文化、人格、修养的沃土中才可以枝繁叶茂，欣欣向荣。

本书深入挖掘气质的内涵，从内养、外貌、服饰、运动、女人味、才情、仪态、行为等19个方面做了生动细致的分析和论述，帮助女人挖掘内在和培养外在的优雅气质。

思路开阔缜密，方法简单实用，行文流畅自然，语言清新瑰丽，是魅力女人修炼气质、滋养性灵不可多得的心灵读本。

<<气质决定女人一生>>

书籍目录

前言绪论 有气质让女人更加动人 气质——最动人的美丽 有“味道”的女人才有吸引力 美丽没有固定的标准 气质能让美丽得到升华 气质高雅的女人，生活更有品质 气质让女人的生活简约幸福 气质魅力让女人在职场游刃有余 掌握命运，升华气质心境篇 第1章 善良，涵养气质的氤氲幽香 善良女人拥有仁爱之心 善良，拓宽了女人生命之路 第2章 宽容，令女人的生命流光溢彩 宽容让女人从不患得患失 宽容让女人变得恬淡而安静 第3章 感恩，铺开诗情画意的人生 懂得感恩的女人将幸福变为常态 留几分钟为自己的幸运而感恩 第4章 平和，蓄养空灵脱俗的气韵 莫管他人，与自己的心灵赛跑 居里夫人：感动世界的平常心优雅篇 第5章 优雅晋升女人的瑰丽气质 优雅，魅力女人的必修课 优雅的气质来自完美的内心 让优雅成为每天的习惯和状态 第6章 自信的女人，似一朵优雅的百合花 美貌让女人骄傲一时，自信保女人优雅一生 把自信当做外套，优雅度过每一天 第7章 仪态万方尽显女人的优美韵致 优雅女人的“四态”进修法 声音是女人“裸露的灵魂” 性格篇 第8章 迷人个性最具“杀伤”力 打造迷人的个性 十种最具个性诱惑力的女人 第9章 本色女人——漂亮就是放飞自我 秉持本色，让她成为国际巨星 杨二车娜姆：长得漂亮不如活得漂亮 第10章 热情，挥洒天性中的华彩乐章 用热情寻找生活的本质与人生的真谛 用信念与责任点燃心中爱的火炬 第11章 进取，女人的美就是可以如此张扬 魅力在进取中无限延伸 香奈尔：在进取中妖娆地快乐着内涵篇 第12章 才情，一种历久弥香的美丽 才情是一件穿不破的“衣裳” 林徽因：旷世才情，绝代风华 第13章 书香是最有价值的“化妆品” 书，是女人永不过时的“生命保鲜剂” 读一部好书，打开一片新天地 第14章 在琴棋书画中蕴蓄曼妙人生 在音乐的世界里“听风观雨” 畅游在气象万千的美术天地 在“湖光山色”的书法意象里游走人生 业余爱好为心灵增添一份情趣品位篇 第15章 品位是女人必修的功课 品位，时间打不败的魅力 生活中的“四味”美人 成为一个精神的“独行侠” 第16章 用艺术的情趣陶冶品位 接近“品位”，获得人生最高荣誉 张爱玲：在寂寞中享受人生的精灵 第17章 品味经典——名品投资，升华气质的境界 时装：女性的高贵代言 香水：芳香四溢的精致人生 手表：“名副其实”的美丽生涯 珠宝：光彩夺目的奢华人生 皮具：野性与惟美的品质传说美丽篇 第18章 有“面子”的女人，面向世界 “妆”修提升女人气质 你适合用什么样的化妆品 提升化妆技巧要避免的七个误区 卸妆不是随心所欲的活儿 第19章 玉容冰肤，“荡漾”女人如水气质 美肤从了解自己的肤质开始 呵护娇美肌肤，做水润女人 走出“护肤误区”，成就完美肌肤 排毒养颜令肌肤嫩滑出众 第20章 细微之处的极致魅惑 保养双眸：流光美目，暗送秋波 牙齿洁白如玉的妙方 “美颈保卫战”火速行动 打造你的纤纤玉手 “发”现你的魅力服饰篇 第21章 这是一个形象至尊的世纪 女人的形象价值百万 评判女人，只有到位与否之分 良好形象：三分源自外表，七分源自内心 第22章 服装，激情与灵感的风情画廊 女性着装的四大要领 风格是必要的信仰 选准色彩展示个性 掌控你的性感武器：内衣 鞋子：不可轻视的搭配重头戏 第23章 饰品，于灵动之处见绰约风姿 首饰，画龙点睛的灵慧之笔 选首饰，要看“脸” 体形与首饰的搭配“密语”时尚篇 第24章 时尚为气质增添动感活力 时尚是流淌在时光里的音乐 用时尚掀起流行狂潮 在时尚中“炫”出多彩个性 第25章 在时尚中“唱响”青春的旋律 在盲从的追求时尚中反思自己 时尚女人拥有丰富的“精神家园” 第26章 带上你的大脑去品味时尚 时尚不需要牺牲健康 追求时尚把握适度原则风情篇 第27章 女人味，五光十色的女性风情 男人眼中的女人味 柔情最是女人本色 会“哭”的女人楚楚动人 第28章 在性感中恣意绽放绚丽风采 “风骚”是一种诗意的性感 性感是上帝“烙”在女人骨子里的性磁力 女人性感从何而来 女人性感的七组经典镜头 第29章 情调令女人气韵活色生香 有浪漫情调的女人最可爱 女人的情调三要素 情调，“性”福生活的催化剂 从简单的生活中采撷情趣情感篇 第30章 在爱情中尽情释放女人的千娇百媚 爱情，奏响女人生命的颂歌 做个有舒适感的女人为爱情添加“情趣”调料 第31章 婚姻中，爱的艺术令你“电力”十足 你是他难以抗拒的女人吗 会爱的女人，是所有女人的榜样 用心营造爱的幸福空间 陈香梅与陈纳德：惊世传奇之恋交际篇 第32章 不善交际的女人永远“微不足道” 善社交的女人才能掌握生存的命脉 社交网中，你需要改变自己 现在着手，营造自己的交际圈 第33章 在社交中，树立女人的卓越品牌 “第一印象”至关重要 学会漂亮的“现身术” 努力把自己打造成“万人迷” 第34章 交际礼仪，决定着女人的高雅或粗俗 时刻备好“见面礼” 你的口才决定你的未来 秀色、优雅举止亦可餐 做一个神采奕奕的“舞会精

<<气质决定女人一生>>

灵”成功篇 第35章 女人，有实力才有魅力 不做黛玉，这是一个宝钗时代 工作赋予女人自立自强的人格魅力 才气+美貌：凤凰卫视的美女主播们 第36章 像艺术家一样，驰骋在成功的“锦绣赛场” 女人要善于推销自己 职场丽人是如此晋升的 第37章 成败的关键——玩转你的“办公室政治” 办公室女性的“三忌” 与上司交往的N条秘笈 同事之间相处的六个窍门 与下属交往的“三件法宝” 第38章 “职场玫瑰”的形象打造 靓丽得体的职业妆六步走 职场丽人的品位服饰 决定你衣着形象的因素 保养篇 第39章 科学饮食给予女人由内至外的滋养 “维生素女人”的营养菜单 让你做个“无毒女人”的几种食物 女人吃出玲珑好身材 调出润滑的肌肤 吃出优雅的体香 让日常饮食为美丽加分 第40章 运动塑造气质的鲜活生命力 你是否拥有“魔鬼身材” 玲珑身段全攻略 有氧运动大荟萃 又美丽又Happy的舞蹈 避开运动的“雷区”

<<气质决定女人一生>>

章节摘录

有谁能将女人的美丽设定一个标准呢？

有时候不一定非要有美貌，你的才华，你的自信，你的可爱，甚至只是你淡淡的一个微笑，都会凝结成一个美丽的瞬间，这便是美丽的女人所拥有的动人气质。

一个人的相貌是父母给的，好的相貌无疑是一个天生的优势。

钢琴家李斯特那英俊的外表为他赢来了无数的女性崇拜者，甚至男性也能感到他那逼人的魅力。

一个个骄傲的贵族小姐、夫人拜倒在他的脚下，她们互相争斗，有时只为抢他扔在地上的烟头，甚至会不顾体统地打闹起来。

但是，绝大部分人都不会有李斯特那样的幸运。

上帝给予每一个人的长相、际遇、才能等都各不相同。

然而上帝毕竟是公平的，他拿走你一样东西，必定会给你另一样东西。

当一个女人没有骄人的美貌时，她还可以靠智慧。

智慧所产生的个性魅力，往往能弥合容貌的缺憾。

有个女孩子一直想当个歌手，却不幸长了几颗龅牙。

第一次公开演唱的时候，为了显得有魅力，她一直想办法把上唇向下撇，好盖住暴出的门牙。

结果呢？

她看起来十分可笑，当然注定了失败。

当时有个人听了演唱之后，觉得她颇有歌唱天赋，便坦率地告诉她：“我看了你的表演，你不觉得自己有些做作吗？”

我知道你想掩饰什么，你不喜欢自己的那口牙齿！

”女孩听了觉得很难为情，那人继续说道：“这有什么呢？”

龅牙并不犯罪，为什么要掩饰呢？

何况根本就掩饰不住！

尽管张开你的嘴巴，只要你自己不以为耻，观众就会喜欢你的。

说不定，这口牙齿还会给你带来好运气呢！

”女孩接受了这个人的建议，不再去想那口牙齿。

从那时起，她关心的只是听众，只是如何把歌唱好。

她张大了嘴巴尽情地唱，充分地展示自己的独特个性，终于唱成了深受大家喜爱的国际巨星。

<<气质决定女人一生>>

编辑推荐

《气质决定女人一生》讲述了：生命赋予了每个女人开花的权利，但并不担保每个女人的花期都能明艳动人。

花开时能不能馥郁葱茏，取决于你是否完美地展现自我；花落时能否继续芬芳，则源自你是否用心去经营。

从现在开始，精心雕琢你的内在与外表，修炼足以颠倒众生的气质，自在从容地释放和展示自己的独特风采！

玉容冰肤，荡漾女人如水气质服装饰品，展示女人风情画廊智慧才情，勾勒女人曼妙人生艺术品位，孕育女人气质精灵举止仪态，尽显女人优雅韵致柔媚性感，绽放女人瑰丽风情流行时尚，谱写女人动感青春性情本色，放飞女人自信从容内在涵养，散逸女人氤氲幽香情感生活，滋养女人十足魅力交际礼仪，树立女人卓越品牌实力素质，成就女人完美职场饮食运动，开启女人生命活力

<<气质决定女人一生>>

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>