

<<塑造优雅女人>>

图书基本信息

书名：<<塑造优雅女人>>

13位ISBN编号：9787807392248

10位ISBN编号：780739224X

出版时间：2008-4

出版时间：中原农民出版社

作者：缪淑华

页数：284

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>

<<塑造优雅女人>>

内容概要

在生活中，做一个优雅的女人应该是女人一生中的崇高境界。

什么是优雅呢？

优雅是一种和谐，非常类似于美丽，只不过美丽是上天的恩赐，而优雅是艺术的产物。

优雅的种类很多，比如举止的优雅，谈吐的优雅，装饰的优雅，等等。

一个真正优雅的女人必须在各个方面都是优雅的。

而真正优雅的女人不一定是漂亮的女人，但一定是一个有韵味的女人。

她衣着精致，时尚而不时髦；内涵丰富，内敛而不内向；优雅成熟，古典而不古板，随和而不随便

优雅是女人一生的事业，它不是与生俱来的，只有经过岁月的历练、思想的积淀、艺术的熏陶，才能在

<<塑造优雅女人>>

作者简介

缪淑华，国家理财规划师，国际注册财务策划师（FCHFP），高级金融顾问，资深管理咨询专家。现为深圳某知名金融机构高级管理人员。热爱文学创作，对时尚流行、美容化妆、服装搭配、投资理财，金融管理有着深入的研究和独到的见解。著有《激励员工的12堂必修课》等著作。

<<塑造优雅女人>>

书籍目录

第一辑 容颜气质养出女人的优雅魅力
 优雅魅力人物：秋瑾
 优雅魅力人物：宋美龄
 女人永远都不要放弃对美的追求
 女人，关照你的容颜
 保养从头做起
 女人美脸是经营你的脖子
 女人要“胸”一点儿
 纤瘦玉臂“臂”定美
 做个优雅的“纤”手
 观音性感迷人的小蛮腰
 垂涎欲滴美翘臀
 修长美腿扮靓你要“足”够美丽
 第二辑 着装魅力点燃女人的优雅
 优雅魅力人物：郑明明
 优雅魅力人物：于西蔓
 着装“装”出优雅女人
 穿出你的韵味
 点点缀缀都是歌女人
 颈部的表达
 丝巾魔力摇曳生姿
 内衣的别样风情
 内衣与外装的搭配
 有讲究
 腰带展现女人的腰间风景
 精品手袋贴近女人心
 丝袜——让人销魂的饰品
 女人的贵气从鞋开始
 靴子彰显足下的魅力
 女人演绎香水
 闻香识女人
 第三辑 优美得体的仪态举止让优雅女人更脱俗
 优雅魅力人物：宋庆龄
 优雅魅力人物：章含之
 做个仪态美人
 时尚女人也优雅
 举止优雅大方
 言谈文雅动人
 软声细语的说话艺术
 依靠衬托女性美
 取物姿态美煞人
 携物美姿显优雅
 站成一树梨花
 温文尔雅的坐姿
 走如风行水上
 动作仪态传情达意
 丰富的表情为你添魅力
 第四辑 品位格调展现优雅女人风范
 优雅魅力人物：林徽因
 优雅魅力人物：杨洁
 品位定位“上流”阶层
 破译品位真谛
 升华你的高贵
 做个格调女人
 做个有品位的女人
 做个有韵味的女人
 做人要讲点儿档次
 寻找你的艺术欣赏
 幽雅的音乐
 插花为你增添生活情趣
 熟悉茶道与茶艺
 展示你的闪光点
 做一些积极的事情
 穿戴简约
 培养高洁的志趣
 第五辑 成熟有内涵——优雅女人掩饰不住的魅力
 优雅魅力人物：王安忆
 优雅魅力人物：杨澜
 腹有诗书气自华
 气质女人如书
 女人的气质之韵
 留住你的智慧
 做个有思想的女人
 智慧的女人方显成熟
 美过去的事不要全让人知道
 做一个内敛的女人
 心事不可随便说
 学会与距离地与人交谈
 每天智慧一点点
 第六辑 令人迷醉的微笑——优雅女人最动人的表情
 优雅魅力人物：蒙娜丽莎
 优雅魅力人物：桑兰
 幽默的女人讨人喜欢
 女人的微笑是天下最美的表情
 学会微笑
 面对别人微笑的力量
 让微笑成为一种习惯
 做一个令人愉悦的女人
 女人的微笑是男人的面子
 愉快地工作
 第七辑 坚强乐观的态度扬起优雅女人的魅力
 风帆
 优雅魅力人物：吴仪
 优雅魅力人物：陈香梅
 坚强的女人被人欣赏
 女人智慧的资本
 掌握独立的生存能力
 坚强的女人才有“女人味”
 点燃激情，挑战自己的能力
 逆境练就女人完美人生
 负责任的女人有魅力
 千万别迷失了自我
 逆境与困难不等于不幸
 坚守自己的原则
 第八辑 坦然从容彰显女人的优雅
 优雅魅力人物：何香凝
 优雅魅力人物：蔡琴
 保持平和的心态，做个坦然的女人
 从容自信的女人最美丽
 做一个有风度的女人
 学会祝福自己
 聆听自然之声
 女人不要去攀比
 坦然接受
 学会宽容
 第九辑 自信快乐为优雅女人锦上添花
 优雅魅力人物：章启月
 优雅魅力人物：郑小瑛
 自信的女人最美丽
 做自信的女人
 发现自我，保持本色
 让自己快乐起来
 要魅力，更要有能力
 喜欢、欣赏你自己
 掌握快乐的秘诀
 你是自己心灵的主人在平淡中寻找幸福和快乐
 摒除沮丧的情绪
 乐观的女人拥有多彩的生活
 第十辑 善良宽容提升优雅女人的人格魅力
 优雅魅力人物：王瑛
 优雅魅力人物：赵丽蓉
 女人会因宽容而更美丽
 教养——女人可贵的品质
 第一个爱的是自己
 仔细谛听他人的心声
 与人方便给自己方便
 怀有一颗爱心
 享受独处空间
 不为小事生气
 你并不比谁娇贵
 心存感激
 为别人着想
 第十一辑 热爱生活为优雅魅力加分
 优雅魅力人物：冰心
 优雅魅力人物：张欣
 劳逸结合地轻松生活
 让男人从心底欣赏你
 让生活多些艺术气息
 女人，做你情绪的主人
 放松心情，远离疲劳
 明确自己想要的生活
 别忘了奖赏自己
 为心灵找一个港湾
 铭记生命中的每一次感悟
 学会和自己的心对话
 将生活过得简单些
 一定要活得优雅
 第十二辑 富有情趣尽展女人优雅风情
 优雅魅力人物：李静
 优雅魅力人物：三毛
 情调女人与优雅起舞
 别忘了打理自己
 赢得别人的赞美
 让人喜欢你
 女人要善解人意
 学会听他诉说
 理解爱的内涵
 维护自己的幸福
 为你的家营造一个温馨的氛围
 读懂男人
 助你赢得幸福
 经营你温馨的家
 做个懂爱的女人
 做个情调女人
 修炼优雅魅力
 天天在路上

<<塑造优雅女人>>

章节摘录

优雅魅力人物：秋瑾服部夫人曾在《回忆秋瑾女士》中写道：“事情很出于意外，出现在我面前的这位朋友，到底是男是女：苗条的身子稍向前弯，浓黑的头发散乱地披着，一身洋式的男装。蓝色的鸭舌帽歪戴着，盖住了半只耳朵；身上穿着很不合身的半新半旧的普通男式西服，袖子过长...肥大的裤管下面露出茶色的皮鞋，胸前系着一条绿色的领带，脸色白得发青，大眼睛、高鼻梁、薄嘴唇，身材苗条，好一个潇洒的美男子。

”巾帼英雄的风采跃然纸上。

鉴湖女侠秋瑾，她曾在一首《满江红》中这样写道：“小住京华，早又是，中秋佳节。

为篱下，黄花开遍，秋容如拭。

四面歌残终破楚，八年风味徒思浙。

苦将侬，强派作蛾眉，殊未屑！

身不得，男儿列，心却比，男儿烈！

算平生肝胆，因人常热，俗夫胸襟谁识我？英雄末路当磨折。

莽红尘，何处觅知音，青衫湿！

”这首词表现出作者的才气与豪气，为其形成一种无法阻挡的魅力。

我们乘着时间的列车，返回到那个年代，这位女中豪杰，就像一坛陈年老酒，尽散着历史的醇香，带给我们无尽的回味。

<<塑造优雅女人>>

编辑推荐

《魅力从此开始:塑造优雅女人》由中原农民出版社出版。

<<塑造优雅女人>>

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>