

《塑造淑女的101个细节》

图书基本信息

书名：《塑造淑女的101个细节》

13位ISBN编号：9787802204898

10位ISBN编号：7802204895

出版时间：2009-6

出版社：中国画报出版社

作者：赵小鹏

页数：262

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《塑造淑女的101个细节》

前言

在这个浮华的时代，随处可见“辣妹”、“嘻哈”的身影，“淑女”，似乎已很少被人提及。但是，淑女依然有种隽秀的美丽，是男子梦寐以求的伴侣，也是女子们心中最甜的那个梦。因此，淑女时代并没有结束，只是被时代赋予了新的内涵。那么，何谓淑女？几千年前，《诗经》中有名句：“关关雎鸠，在河之洲，窈窕淑女，君子好逑……”这是人们对淑女的最初认识。但随着时代的变迁、文化的发展，不同时期的淑女定义是不同的。祖辈的人告诉我们：真正的淑女，立、坐皆有态，莲步轻移、轻启朱唇……待人接物遵守规矩和礼数，是思想传统、性格平和、文弱矜持的女性群体。父辈的人告诉我们：真正的淑女受过高等教育；衣着端庄，谈吐温文尔雅；讲究生活情趣……观念不陈旧刻板，但也不过于超前，是性格稳重、懂得谦逊忍让的女性群体。如今，20出头的女孩子们振臂高呼：“真正的淑女就是‘文武双全’！”的确，如今的淑女，是在继承了传统美德的基础上，又不失现代女性魅力的淑女，是新文明、新文化、新时代背景下的新女性。她们具有睿智的思想、丰富的内心、较高的修养、体恤的本性。无论在仪表、谈吐、举止、思维和行为习惯上，都具有中国特色女性的魅力。新时代的淑女除了在家庭中相夫教子，做温柔的贤内助，用发自内心的人生体验演绎着女人完美的风韵外，又因接受了良好的教育，于职场中游刃有余。她们不一定有十分漂亮的外表，但有一种独立开朗的性格和积极进取的精神。

《塑造淑女的101个细节》

内容概要

《塑造淑女的101个细节》内容简介：淑女气质和风范的涵义绝对不等同于中国传统意义的礼教名词，它是新的历史条件下，女人在仪表、谈吐、举止、思维和行为习惯上一种独具中国特色的女性魅力。从细节把自己塑造成淑女。

《塑造淑女的101个细节》

书籍目录

细节001 长发飘飘尽情彰显淑女味道细节002 纤纤玉手：淑女的第二张名片细节003 浓妆淡抹应相宜，容妆打造美丽淑女细节004 画“眉”点睛美眉尽显优雅细节005 娇美腮红为你增添美丽细节006 拥有健康红润的动人双唇细节007 保养肌肤拥有俏丽容颜细节008 淑女遮丑小技巧细节009 隐约传情，借香水表达你的品位细节010 着装扮靓掩饰缺陷有窍门细节011 穿衣巧布心思，轻松配出淑女形象细节012 款款皮包秀出淑女风采细节013 项链能使颈部完美展现细节014 让帽子装点你的美丽细节015 巧用丝巾搭配出你的魅力细节016 巧用腰带打造纤纤美腰细节017 四色淑女简约办公室着装细节018 一双优质的鞋子，淑女装扮的基础细节019 巧用色彩妆扮自己细节020 装点生辉，饰品装扮出淑女细节021 一笑一颦俱现淑女神韵细节022 明眸善睐震现女人的动情之美细节023 眉目传情：用眼神诉说你的温婉细节024 回眸一笑百媚生，做个会笑的天使细节025 窈窕才淑女，塑造健美的形体细节026 举手投足落落大方体现淑女韵味细节027 亭亭玉立站出一片风景细节028 款款轻盈走出一段优雅细节029 文雅端庄坐姿体现淑女的静态美-细节030 淑女需遵循的餐桌礼仪细节031 社交场合举止表现要有修养细节032 优雅娴熟地吃西餐细节033 淑女社交场合八个“不”细节034 落落大方，克服社交恐惧症细节035 办公室礼仪细节展现优雅的内涵细节036 注重电话礼节，给人无形的淑女形象细节037 注意握手的细节，可以提高女性的修养细节038 礼让三分，礼貌乘坐交通工具细节039 杜绝不良体态，做有修养的女性细节040 用语文明，掌握社交口才细节041 管好自己的嘴巴，远离“八卦”细节042 先声夺人训练优雅的声音细节043 三思而后言：培养温文尔雅的说话风度细节044 优雅动人的谈吐为你平添姿色细节045 把握玩笑的分寸，别让它坏了你的淑女形象细节046 别让那些坏习惯毁了你的淑女形象细节047 改变邋遢的习惯，你离淑女就不远了细节048 远离爱慕虚荣才能与淑女同行细节049 自尊自爱：淑女要为自己而活细节050 残缺也是一种美，不要过分追求完美细节051 昂起头走出自卑的心灵怪圈细节052 减少抱怨，每天拥有好心情细节053 信任他人，驱除猜疑的怪魔细节054 有“度”才淑女，不做善妒的女人细节055 远离抑郁，为自己解开枷锁细节056 用乐观的心态在荆棘中开辟新路细节057 少感情用事，多保持一颗平常心细节058 与异性朋友相处再亲密也要有个度细节059 张弛有度，学会与男同事相处细节060 以柔显刚，让他安静地走开细节061 谦逊多礼，与同事和睦相处细节062 把握分寸，与老板和睦相处细节063 掌握好与异性朋友的关系，别让蓝颜知己变味细节064 远离眼泪，演绎好职场情绪细节065 会倾听的女人最美细节066 淑女的15个健康小贴士细节067 婚姻出现红灯时不要破罐子破摔细节068 有孝才淑女：全心全意地孝敬父母和公婆细节069 用爱心营造广阔的生活空间细节070 不要为小事而烦恼细节071 善良铸就永恒的淑女气质细节072 把爱情矛盾进行“热处理”细节073 用心呵护身边的他细节074 不经意间制造一点浪漫细节075 用委婉含蓄表达淑女气质细节076 腹有诗书气自华：读书提升淑女魅力细节077 清水出芙蓉：在平凡中创造亮点细节078 不要动辄生气：爱生气使你远离淑女细节079 不做物质女孩：把眼睛从“金钱”上移开细节080 塑造淑使用品位做底蕴细节081 展现淑女风范，给尴尬的人一个台阶下细节082 柔情似水，温柔让你如此淑女细节083 善用幽默给他人带去愉悦细节084 略露羞涩，恰如其分地表现自己细节085 礼让三分，宽容是更美的淑女味细节086 真正的淑女温顺而不软弱细节087 善解人意的女人最淑女细节088 不扭捏，有了爱就勇敢说出来细节089 刚柔相济，善用你的可爱之处细节090 像选老公一样慎重选择适合自己的职业细节091 淑女不做藤：精神上要独立细节092 不羡慕“寄生小资”，要淑女先独立细节093 既要敢于花钱又要理性花钱细节094 低下高傲的头颅，适度示弱细节095 秀外慧中，注重自身的智慧修养细节096 修补性格上的缺陷，培养独特的淑女魅力细节097 时刻为自己充电，做个知性淑女细节098 优雅品味来一杯咖啡的雅致细节099 培养自身素养，让自己有底蕴细节100 锻造优雅气质迷人自然香细节101 有上进心，做个快乐的职业淑女

《塑造淑女的101个细节》

章节摘录

细节001长发飘飘尽情彰显淑女味道一直以来，人们对淑女的遐想，常常会跟飘飘长发连在一起。的确，一头乌黑亮丽的长发，工作时可以盘，慵懒时可以披下来，让你在任何时候都淑女味十足！现象传真慧兰本来有一头瀑布似的乌黑头发，为了追求时尚，表现自己的个性，上大学后她把长发剪去了。从此，“干练、利落、洒脱、英俊”等词语便伴随她的左右。通常情况下，她都是一身男女通穿的休闲装，旅游鞋，要是不仔细看，还真分不清男女。虽然很多人也挺喜欢她那身帅气的打扮，但是慢慢地她发现了一个她非常不愿意看到的现象，那就是很多男同志都把她当哥们，女同志则把她当帅哥，没有人把她与温柔、淑女联系起来。更让她受刺激的是，有一次，她到足浴房去洗足浴，很多服务生居然冲着她喊：“先生，晚上好！”“先生，走好！”换拖鞋的时候，还用给她一双又大又黑的男式拖鞋。回到家，她为此郁闷了很久，心灵第一次被触动了。作为一名女性。谁不希望得到心仪的男性或其他朋友的呵护，谁不想给人留下温柔、贤惠的淑女印象，谁又不想小鸟依人般地撒撒娇呢？可这短短的头发、中性化的衣着夺去了她作为女性该有的娇柔。她想自己再也不能这样了，应改变一下自己了。

《塑造淑女的101个细节》

编辑推荐

《塑造淑女的101个细节》：新时代的淑女，是极其珍贵的矿物质经后天精心雕琢而成的美玉，其表现出来的那份自然稻美丽并不是与生俱来的，是修炼来的，是通过一些细节塑造来的。从一抹红唇，一个眼神，到不经意间流露于指间眉梢的小动作；从一笑一颦，一举一动，到无意间表现出来的温柔善良，都可以读到淑女的颜。化个淑女妆，提升你的高雅气质。

《塑造淑女的101个细节》

精彩短评

- 1、这本书其实包装发面还好，而内容也挺充实的，对我们都很帮助
- 2、这个商品不错哦~很喜欢的！
- 3、帮朋友买的，她正在看，好坏还没说，等看完了再来反馈。
- 4、因为是没有保护膜的书,所以更应该好好保存才对,可是拿到手上之后发现有卷边,卷的地方还发黄,就算是打折书的清货处理也要告诉消费者书是否完好
- 5、讲得很详细，又符合日常生活，我很喜欢！强力推荐！
- 6、内容还很充实的值得买
- 7、过于高端
- 8、书里有许多的事例，很有启发性，而且感觉价格比外面书店便宜好多。很超值。
- 9、很喜欢，内容不错！值得阅读！
- 10、多少有些帮助~不错的一本书
- 11、书很好，版面也不错。
- 12、个人觉得矫情了点，可能已经过了这个年纪了吧，本来买来是为了要开设一门礼仪课作为参考资料，看后觉得没法用，可能比较适合年轻的靓丽mm吧。
- 13、前面还蛮好看的 不过每节的内容不多
- 14、挺好的一本书，内容很丰富也很到位
- 15、封面就吸引了,内容应该不错!
- 16、或有所值，我喜欢。
- 17、不错，适合20岁左右的女孩子看，特别是大学期间的女孩子，对即将踏入社会做一些准备，一些细节在生活中都有用，现在想来，年轻时候有些针对生活做引导的书能够看透，看懂，人生会少走很多弯路，对本书做个好评。已经将此书送给两个豆蔻年华的女孩子了。
- 18、这是一本很好的书，买后一点都不后悔。还想再买同一系列的《做女人就是要有心计》。
- 19、在我们的传统社会里，女子应该做淑女，于是有了诸多算得上苛刻的条条框框束缚着女子。现代社会，我们抛弃了原来的规矩，于是女子们都现代了起来。当我们听到某某国开设淑女课程时，都觉得那是多余的。但是事实证明，现在该国女子成为世界上公认的最淑女、最贤妻良母、最宜家宜室的女子，至少外表上看起来是这样。于是中国几千年的优良传统委屈地躲在仓库里，蒙着厚厚的灰尘。这本书就是让我们看看，淑女应该是什么样子的，让我们看看，自己和淑女有多少差距。淑女其实是一种文明的象征，是一个礼貌的代表，学做淑女是为了我们自己的进步，也是为了整个社会的进步。因为淑女对应的才是绅士，在我们抱怨社会上绅士越来越少的时候，我们应该先看看，淑女有多少。这本书读起来不觉枯燥，针对性比较强，从头到脚，从里到外，面面俱到，真是很有用的书呢。
- 20、内容很详细
本来以为会有很多图片，可看后才知道都是字
不过，书中写了很多我们不注意的细节，很不错
- 21、要是做好了绝对是淑女了！！
- 22、闲暇看看不错
- 23、好书，值得买来看看，我看了受益良多，对于想成为淑女的朋友，可以买来看看的，挺有用的。
- 24、本来我就是公认的淑女,但看了这本书后,变得野性了一些,但总体说书的类容有一定的指导性,可以很好的引导自身的发展,举的例子也很搞笑.适合休闲娱乐

《塑造淑女的101个细节》

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:www.tushu000.com