

# 《女人一生优雅》

## 图书基本信息

书名：《女人一生优雅》

13位ISBN编号：9787502829483

10位ISBN编号：7502829482

出版时间：2006-1

出版社：地震出版社

作者：罗丹

页数：177

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](http://www.tushu000.com)

# 《女人一生优雅》

## 内容概要

本书是一本介绍如何做个优雅的通俗读物。全书共9章；第1章统领全书，阐述什么是优雅，什么样的女人才算得上是优雅的女人；第2-9章介绍怎样做才能成为优雅的女人，包括听古典音乐、喝下午茶、收藏、家居的选择、着装、运动、社交等诸多方面。

# 《女人一生优雅》

## 书籍目录

第一章 优雅女人，雕刻时光的美丽 暗香浮动，疏影横斜——优雅是一种内敛的惊艳 女人的优雅大约就是在成熟以后 清淡如菊，芳雅似兰——优雅让女人一生都美丽迷人 韶华渐逝，让我们从容优雅地老去第二章 优雅，一种对生活静静追寻的从容 优雅让生活充满玫瑰色的理想 悠扬高雅——聆听古典音乐 感受英国伦敦下午茶的优雅 风雅——收藏的趣味 美与浪漫的优雅交流——舒适家居生活第三章 清澈的眼神，迷人的气息——修炼你的优雅气质 微笑着去做优雅女人 行为优美，内心雅致——优雅女人必修课 风姿绰约，芬芳起舞——展现迷人的优雅 细节修炼你的优雅魅力 打造女人优雅体态的策略第四章 闲居乡村如饴，隐身城市亦美——优雅心情 为心灵保持一份优雅——感受优雅 看过浮云，方悟得优雅的真性 一个人的优雅生活：云淡风轻 知性的优雅——读书与美丽 修于心而形于外，优雅是一种力量第五章 优雅搭配，挖掘美丽潜力 晚装——女人永远的优雅情调 简约唯美——你的穿衣品味 优雅搭配，挖掘美丽潜力 永恒的优雅——十大奢侈服装品牌的无限魅力 不张扬而富有格调——穿出优雅浪漫女人味第六章 含蓄而低调的诱惑——优雅风情 无法抗拒的优雅诱惑 陌上看花，不落情缘——爱情是优雅的 完美清雅——浪漫女人 男人眼中的优雅女人 静如幽兰，芬芳似溢——优雅女人，香水相随第七章 优雅女人——社交场中静静绽放的百合 高贵与脱俗，向社交名媛学优雅 空中旅行的优雅礼仪法则 美与优雅：在社交中展现迷人风度 妩媚优雅——女人吸烟的礼仪 优雅且懂得品尝——约会用餐的礼仪第八章 才情横溢，优雅气韵——在生意场和职场中 白领丽人的时尚优雅生活方式 匆忙中透出一份闲适——办公室的优雅学分 内蕴像茶，气质如莲——塑造办公室优雅身影 美丽谦和，睿智机敏——清丽白领，优雅印象 浅韵淡心，职场佳丽的优雅课程第九章 像杜尚一样优雅——优雅也疯狂 时尚不能左右优雅，而优雅可以包容时尚 优雅随性，我的PUB生活 深深的迷醉——有时·探戈 越野亦优雅 如一只只智慧的蝴蝶精灵——优雅女人，动静皆美丽

## 《女人一生优雅》

### 章节摘录

书摘一个人的优雅生活：云淡风轻 独自生活的女人更注重生活的品质，用心爱自己，爱自己的家人，让自己尽可能在积极的范围内享受生命的美好，用愉悦的心情去接受生命的赋予。跳出了“两个人”的狭窄空间，你会发现拥有的世界实在太广阔了，蓝天白云，原来如此让人开怀。和几个闺中密友，说说心事，谈谈男人，聊聊潮流时尚，不时逛逛购物广场，为自己添添美丽。再有几个边缘情人，介于朋友和情人之间的一种关系，甜而不腻刚刚好，有情人间的热情朋友间的距离，爱而不恋，就不会肝肠寸断。一个人更懂得享受生活，虽然孤单，却不孤独。一个人，她会懒散一些，光着脚在地板上走来走去，或许只是躺在沙发里，静静地读一本书，或是什么都不想，就听听歌。一个人的星期天，一觉睡到中午，伸个懒腰，感叹着醒来后的舒畅，又是美好的一天！一个人的梦，畅游着世界，没有昨日黯然心伤，心情很坦然……一个人的夜晚，打开台灯，让光芒驱散夜的黑暗。捧着一本书，听着自己熟悉的音乐，原来一个人的生活是如此的悠然，宁静。躺在床上，伴着心情旋律，进入梦乡。尽量让自己过着自己喜爱的生活，穿自己中意的衣服，用自己钟情的生活用品，吃健康而对得起自己的胃的食物，为自己而美丽。一周至少给自己一个下午的时间来陪自己，呆在家休养生息，敷一片面膜宠爱一下皮肤，放一点或许并不高雅但能让自己开心的音乐；做点好吃的来给自己一点溺爱，泡一杯乌龙茶，让嗓子感受清雅的甘醇。“人可以很开心，但他不一定幸福，就像不寂寞的人，可他仍然孤独”。一个人的生活在那些沉醉在爱情中的人看来不会觉得有任何的幸福可言，但是只要自己开心，有自己的陪伴，就不会感觉到任何孤独，乐于独自一人的自由散漫，随心所欲。一个人的生活是种寂寞的生活方式，一个人可以从容地生活，一个人可以优雅地生活，一个人可以快乐地生活。 P67-68

## 《女人一生优雅》

### 精彩短评

- 1、没什么特别之处，和大部分此类的书一样比较庸俗！
- 2、在复杂的生活里，拥有一份属于自己的纯净空间和美丽心境，拥有一颗善良美好的心灵，一种淡然恬静的生活姿态。
- 3、书的内容比封面好看多了,呵呵,值得看看!
- 4、单单是封面就吸引我了，内容主要是和我想的差不多，而它的排版是我的最爱，不过美中不足的是：书中文字插图清一色黑黑的，不够秀色。

# 《女人一生优雅》

## 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](http://www.tushu000.com)