

<<放一些优雅在生活>>

图书基本信息

书名：<<放一些优雅在生活>>

13位ISBN编号：9787500845720

10位ISBN编号：7500845723

出版时间：2010-1

出版时间：中国工人出版社

作者：章程

页数：293

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>

## <<放一些优雅在生活>>

### 内容概要

有这样一句名言：“一夜之间可以造就一个富豪；但三代也不一定能培养出一位公主。

” 是的，女人的优雅不是一蹴而就的，它不同于时髦——时髦可以追、可以赶，而优雅却是一种恒久的时尚，它是一种文化和素养的积累，是修养和知识的沉淀。

“优雅”是从女人的身体内部和心的深处自然而然涌动、喷发、流露出来的一种气韵，是成熟女性经过“修炼”后散发出的一种“酒香”；优雅的女人美丽、成熟、温柔、知性，热爱生活、善解人意，既能在事业上独当一面，又能专心且平和地折着手里的纸鹤；优雅的女人知性内敛，透着智慧，即使只是抿着嘴静静地站着，眼底的温柔和恬静依然动人；优雅的女人总是具有不凡的气质，自信的眼神，得体的举止，高雅的风韵……优雅，是女人的最高境界。

没有哪个女人不想成为优雅的女人，而许多人又常常苦于找不到优雅的秘诀，或抱怨缺乏应有的条件而信心不足。

优雅，真那么难吗？其实，做优雅女人并不难，不需要很高的条件，秘诀就在这本书里！

## <<放一些优雅在生活>>

### 书籍目录

Chapter 1 男人都是属“色”的 最是那低头的温柔 “优雅”雕刻在女人的背上 跟在女人臀后的男人 桌子底下跷起的一双美脚 难以忘怀的回眸一瞥 就做个“白雪公主” 指尖漫溢的优雅之美 做女人，“挺”好 对小肚子说“NO” 脖子上的细纹是年龄的小秘密 洁白的牙齿帮优雅加分 举手投足之间尽显女人优雅

Chapter 2 拥有标准的“花样年华” 画“眉”点睛，让你眉清目秀 打造属于你自己的迷人双眸 睫毛膏是女人必备的“武器” 影响全局的“中央领导”——鼻子 樱唇一启，花香摇曳 完美粉底让你做“瓷娃娃” 不简单的腮红 展现完美脸部的遮瑕膏 特别的妆为特别的你 应急妆容补救法

Chapter 3 “购物狂”也精明 认识自己的“型” 根据身材搭配服饰 肤色与服饰两两相依 选择“命中注定”的包包 不擦香水的女人没有未来 运动休闲装也可以秀出优雅 职业装也精彩 千里之行，始于“足”下 冷静面对时尚热潮 最让人倾心的耳饰 项链——脖子上缠绕的有情之物 选对丝巾等于塑造新形象 披肩让你瞬间翩然灵动 随心所欲的腕上风情 腰带系出完美“小腰精” 漂亮眼镜的佩戴方案 令人销魂的丝袜诱惑

Chapter 4 听过声音美人吗

Chapter 5 运动瞬间展现无比风情

Chapter 6 家居也可以这样优雅

Chapter 7 大自然让你更有女人味

Chapter 8 “腹有诗书气自华”

Chapter 9 做一个又美丽又智慧的女人

## &lt;&lt;放一些优雅在生活&gt;&gt;

## 章节摘录

(3) 必须具备的几双鞋女人的鞋柜, 不在鞋多, 而在全面。哪怕一共只有几双, 也必须表达出你是个既会工作又没有泯灭生活情趣的女人。靴子。

秋冬季选择一款适合自己的靴子非常重要, 靴子一般分为长筒靴、中筒靴和短筒靴, 适合与牛仔裤、脚蹬裤这类式样紧瘦的裤子搭配, 不宜与西裤、宽筒裤搭配。

装饰较多且时髦的高筒靴只适合个高、腿长的女性。

对于腿型好看的女性, 短裙搭配中筒靴最为洒脱。

短筒靴对中年女性及职业女性尤为适合, 不论穿裙子还是裤子, 短筒靴都显得较稳重成熟。

此外, 一双好靴子不仅能够让你在冬季最流行的时尚前沿找到一席之地, 还能在保暖的同时修正你腿部的一些缺陷。

**O形腿:** 适合略宽松的中长靴。

服装上选择不是太紧的裤装或者五分裤及中裙, 通过全部掩盖或部分隐藏的概念, 将腿部分区打理, 减少整体上的O形曲线。

若靴子外侧带有绒球或其他装饰物件, 会让人更加注意到腿的曲线向外弯曲, 应避免。

比较紧的长靴也不能选择, 因为它会毫无保留地勾勒出你的O形腿。

**X形腿:** 带有翻边设计的中长靴对有X形腿烦恼的女性同样适合, 但有所区别的是对于这一类型的女性, 可以选择鞋边外侧带有明显装饰物的靴子, 这样可以使膝盖部位看起来与上下宽度比较一致。

选择宽摆的中裙或者五分裤都很不错, 若是想选长款的裤装, 则最好是选膝盖部位有口袋等装饰的裤子, 裤腿可以窄一些。

贴身型的窄腿靴款是禁忌, 好的修身效果有时候反而是一种负担。

太细的鞋跟也不适合, 一不小心可能会让你摔倒。

**大象腿:** 大腿粗壮的女性在选择靴子的时候, 要避讳的并不是很多, 因为一般的靴子都是在膝盖以下的。

建议选择带有皱褶设计的靴款, 用靴子的体积感来中和大腿部分的不完美。

还可以选择一些鞋口比较宽的靴子, 但是不宜太夸张, 如果鞋口宽于小腿太多的话, 会反衬出小腿与大腿粗细的差距。

五分裤和中裙是最适合的选择, 一些斜纹或者小格纹图案都有视觉收缩的效果。

但如果你觉得这种搭配太过于平凡的话, 也可以尝试穿裤脚收紧的马裤, 帅气的造型一定能为你的魅力加分, 再加上一件中长款的大衣那就很完美了。

靴子不能选择太短的款式。

细跟也不适合。

会有一种头重脚轻的感觉。

**萝卜腿:** 小腿粗壮的女性有很多是属于遗传的, 她们也许别的地方都很纤瘦, 但一双小腿却怎么也细不下来, 那么你可以选择一款中长型的靴子将小腿藏起来。

靴子上面适宜带有一些垂直的图案花纹, 把人的视线引向纵向。

褶皱型的靴子和牛仔靴也是不错的选择, 如果靴子是采用系带式的设计, 则最好是一直系到鞋边的。

对于这一类女性, 宽松休闲型的五分裤和中裙也可以搭配, 不过在裙子的选择上, H型的裙子会比宽摆的更好, 不要因为想要掩盖缺陷而做得太过夸张。

**短腿:** 东方人普遍个子都不是很高, 再加上身体比例也不是那么尽如人意, 如何用服饰搭配来改善上长下短的身材呢?

在选择靴子的时候最好选高跟的, 很明显可以垫高腿部。

同时尽量选择比较紧的鞋款, 下装绝对不能拖沓, 那会使本来就不长的腿部变得更短。

百褶短裙和短裤都是不错的选择, 颜色艳丽一点也没有关系, 只是尽量不要花纹太大, 否则会显得人身材娇小。

休闲运动鞋。

## <<放一些优雅在生活>>

休闲运动鞋多采用新型材料，轻便透气、便捷自如，会让你在闲暇时段感受到生活的轻松。

高帮复古球鞋于前卫中透出古典之美，可与简洁优雅的裙装相配；橡胶鞋底向前延伸上翘至鞋尖，若与T恤相配，青春靓丽之美将不言而喻。

轻盈便鞋。

圆头或小方头的便装皮鞋舒适清朗，一般由小牛皮、磨砂皮等质料制成。

如果你追赶潮流，又不想失去淑女风范，它将是你的最佳选择。

而木屐式便鞋，那3公分高的粗跟在木质地板上可踏出犹如古筝般的乐声，若你配以双肩吊带中式长裙，宛如典型的东方美人款款而来。

经典女鞋深受都市成熟女性的青睐，比较确切地勾画了她们虽然丰满但依然曲线玲珑的身材，也对应了她们以精巧的饰品和精美的服装构成的那份精致和美丽。

在此类鞋款中，色彩一般以黑、灰等暗色为主，皮革以质地细腻、柔软、光亮的小牛皮为主，也有一些翻毛皮与鳄鱼皮。

如果把鞋头尖尖、后跟高高的经典女鞋与华丽的晚装礼服搭配，性感的你会更显婀娜多姿，于优雅的经典中透出一些前卫。

厚底女鞋。

厚底女鞋看上去又厚、又笨、又重，许多女人之所以对它情有独钟，原因之一恐怕是这类鞋可以帮助她们获得物理意义上的高度，使她们在人群中“出类拔萃”。

确实，厚底鞋若搭配得当，可穿出别具一格的美感来。

但身材娇小的女性，若穿上厚底鞋，会使原来的玲珑、纤巧、细弱的美感荡然无存，给人滑稽之感；而身材本来就高大的女人，厚底鞋会令她们处于高耸入云的境地。

冷静面对时尚热潮聪明的女人不追求潮流，却能独具匠心，穿出个人品位。

她们能传达出内心的或熟与优雅，像一杯醇厚的葡萄酒，令人微醒微醉。

所以，时尚不是真理，没有必要被我们视为生活的理想，更不必要刻意地去追求。

当你冷眼看时尚的时候，会发现时尚其实是一种很无所谓的东西，不会影响生活的质量，如过眼云烟。

时尚是那种随时在你身边，你又无力抓住的东西，比如风。

时尚不听你的，也不听他和我的，时尚自由自在无拘无束。

如同你黄昏散步呼吸到的袭人花香，如同你清晨登山听到的缥缈清歌。

时尚让你会心，让你会意，却无法追逐，无法制造。

但是，时尚又会告诉你，它并非遥不可及，随心就好，随意就好。

时尚的本质，还是生活。

不要刻意领先时尚，时尚为你的心情而生。

没有人能够真正说清什么是时尚，变幻莫测正是它的脾气。

拼命地赶时尚潮流，把自己的本色荡涤得干干净净，好一阵云里雾里，到头来属于自己的珍爱却是一无所有。

时尚是一种很有魅力的东西，时尚也是一种很模糊的东西。

因为有魅力，时尚为众人所追逐。

因为玄妙和模糊，不少女人陷入了追逐的误区。

面对时尚，应有冷静而独特的追求标准。

## <<放一些优雅在生活>>

### 编辑推荐

《放一些优雅在生活》：用优雅提升你的时尚气质；用品质缔造你的完美生活。

一个容貌美丽的女人未必优雅，而优雅的女人一定美丽。

拥有标准的“花样年华”。

“购物狂”也精明。

听过声音美人吗？运动瞬间展现无比风情。

家居也可以这样优雅。

大自然让你更有女人味。

腹有诗书气自华。

做一个又美丽又智慧的女人。

<<放一些优雅在生活>>

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>