第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, 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

Chpater 1　男人都是属“色”的　最是那一低头的温柔　“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“N0”　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Chpater 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Chpater 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Chpater 4　听过声音美人吗Chpater 5　运动瞬间展现无比风情Chpater 6　家居也可以这样优雅　Chpater 7　大自然让你更有女人味Chpater 8　“腹有诗书气自华”Chpater 9　做一个又美丽又智慧的女人

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，好的修身效果有时侯反而是一种负担。
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，否则会更显得人身材娇小。
休闲运动鞋。

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，它将是你最佳的选择。
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，给入滑稽之感；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侯，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千干净净，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。

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