

<<你的优雅价值百万>>

图书基本信息

书名：<<你的优雅价值百万>>

13位ISBN编号：9787504474711

10位ISBN编号：7504474711

出版时间：2013-3

出版时间：中国商业出版社

作者：张然

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>

<<你的优雅价值百万>>

前言

通常人们都喜欢用沉鱼落雁、闭月羞花来形容女人的美丽，然而，这些词语都是用来修饰容颜的，这样的美只是过眼烟云，随着青春的流逝，这种美会消逝得无影无踪。

而有些女人的美丽却能成为一种永恒。

她们以优雅、含蓄的气质美装扮自己的内在与外在世界。

优雅让女人无论在生命的哪个阶段，都能如花绽放。

优雅是一种内在气质，优雅是一种风度，也是一个人独特的风格。

一个优雅的女人，心静如水，弹指间尽是芳华，这是岁月的磨砺孕育出的由内及外的气质。

如《花样年华》中的张曼玉，有一点妖娆，有一点含蓄，安静得如同处子，回环往复的是一颗优雅的心。

她着一身曼妙的旗袍，迈着轻盈的步伐，在巷口留一个修长的背影，在昏黄街灯下迷离着一双透彻迷茫的眼睛……其实，优雅无关年龄。

有人说，女人的优雅，在年轻的时候，是一份美丽与温柔；在中年的时候，是一份成熟与坚毅；在年老的时候，是一份理解与呵护。

生命是一个过程，每一个季节都有属于自己的美丽。

从很大程度上来讲，并不是说你拥有青春、拥有生命的活力，就拥有优雅，一个女人的优雅是从骨子里透出来的，需要用心去感受。

优雅就像是一道无形的光环，一种无以言说的高贵气质。

在现实生活中，只有有了一定阅历的女人，才有可能拥有真正的优雅。

优雅的女人不一定漂亮，但是她们懂得如何修饰自己。

她们不会粗枝大叶，对于细节的关注程度决定了她们会巧妙地掩饰小缺点，从而尽力显现自己的魅力。

这样，走在大街上或者办公楼里，她们同样会赢得很高的“回头率”。

优雅的女人不一定张扬，但是她们懂得如何显示格调。

即便长相平平。

她们也会意气风发地对待自己和生活。

比如着装，自甘慵懒、不修边幅的女人永远不会优雅，真正优雅的女人不会在着装上“鹤立鸡群”，但是她们清清爽爽、适合自己的穿着永远都那么富有格调，好像空谷幽兰，精致淡雅；又像月夜笛声，沁人心脾。

优雅的女人可以没有惊艳的容貌，但不能没有清新淡雅的妆容；可以没有模特的形体，但不能没有匀称的身材；可以没有优越家境的熏陶，但绝对不能没有闲适恬淡的处世态度，不能没有忍耐、理解和宽容。

对于生活，优雅的女人也有自己独到的见解，从不人云亦云；对于美丽。

优雅的女人会用自己的知识与智慧逐渐充实完善。

在前人今人的见识面前，她们懂得吸收和舍弃。

对于过去，优雅的女人懂得不断审视，将最圣洁、最珍惜的东西分类整理到心中最柔软的角落，永不会忘记但从不在人前提起。

对于困顿，优雅的女人会水来土掩，化有形为无形。

总之。

优雅的女人内蕴像茶，需要静心品味，才能齿颊留香；优雅的女人气质如莲，亭亭玉立，高贵脱俗；优雅的女人如通幽曲径，绿荫轻笼，沉静如诗，她的美丽不是一览无余，而是永远让人充满无限想象。

翻开本书，你也可以做一个优雅的女子！

<<你的优雅价值百万>>

内容概要

海报：

<<你的优雅价值百万>>

作者简介

张然，女，祖籍辽宁，北京师范大学文学学士，曾在美国学习工作，从事出版行业多年。曾主持策划多部畅销书作品，出版过多部励志图书，其中包括《现代礼仪规范读本》《压力决定动力》等系列图书。

<<你的优雅价值百万>>

书籍目录

第一章优雅是女人一生的资本 优雅是女人最美的外衣 优雅源自淡定与自信 女人应保持一颗爱美的心 有气场的女人最具魅力 发现自己的优势 温柔是征服男人的秘密武器 善良的女人最优雅 有品位的女人最快乐 坚强的女人更受尊重 恰当着装，提升优雅形象 第二章淡然恬静：把优雅当成一种生活态度 爱美是女人的天性 理想是浪漫的，生活是平淡的 成功男人背后的伟大女人 温柔优雅和干练豁达并不冲突 放下欲望，平淡的就是快乐的 在婚姻中扮演好自己的角色 宠辱不惊，心境淡然 放下包袱，轻装前行 快乐要自己去选择 把微笑写在脸上，幸福与阳光同在 第三章修炼心态：优雅女人应拥有一颗高贵的心 摆正心态，做一个睿智的女人 适度忍耐也是一种美德 别让嫉妒心理害了你 别让心灵落上尘埃 不必刻意追求完美 积极面对人生中的每一天 自信让女人更美丽 以一颗平常心沐浴阳光 快乐需要用心去浇灌 乐观让心境充满阳光 第四章提升修养：女人可以没钱，不能缺少修养 修养是滋润心田的香茗 礼貌是一张通行证 修养身心，荣辱不惊 气质源自良好的修养 谦逊处世，收敛起自己的锋芒 克制自己，退一步海阔天空 忍让是良好修养的体现 心胸开阔人生道路更宽阔 做一个有气度的女人 不要吝啬你的赞美 第五章秀出气质：内外兼修，让优雅如花绽放 内在美是永远不败的花 知性女子魅力无限 善良是一种永恒的美 用微笑展现你的高雅气质 给自己保鲜也是为爱情保鲜 学会打理自己的衣橱 适合自己的才是最好的人味是一种无形的吸引力 性感女人，男人们追逐的对象 秀出自己的美丽与才华 第六章智慧谈吐：让好口才为优雅形象加分 礼仪是交谈的基础 给语言穿上迷人的外衣 委婉是最有效的表达艺术 口不择言招人烦 适当保持缄默，不争口角上风 恭维如香水，可以闻不能喝 他人自尊伤不得 言多必失，远离长舌八卦 别让唠叨侵蚀了你的幸福 第七章网罗人脉：争做最具人气的魅力达人 像整理衣柜一样整理人际 友情是一种宝贵的财富 为朋友付出不讲求回报 倾听也是一种交流方式 礼让是沟通情感的桥梁 时刻要给他人留面子 用欣赏的眼光看待每个人 信任他人，才能互信 生活需要记忆更需要忘记 让友谊历久弥香 第八章驰骋职场：你的优雅气质值百万 独立的女人更有魅力 女人应当不断给自己“充电” 成功靠努力，不是靠运气 不要吝啬自己的微笑 幽默是女性的通行证 失败不可怕，失去信心最可怕 勤奋和智慧缺一不可 变通是一种处世大智慧 做好每一件小事 第九章注重细节：做一个完美的知性女子 做好小事才能成就大事 注重信誉，恪守承诺 做个勤俭的女人 别让虚荣毁掉你的幸福 细节问题不容忽视 做好每一个细节 遇事不必太较真 大事讲原则，小事当变通 换个角度，换种思维看问题 女人因智慧而美丽优雅

<<你的优雅价值百万>>

章节摘录

版权页：插图：生活中的智慧女人，有美丽的、貌丑的、贤惠的、懒散的、种种不一，但她们的感情世界却是极其美满的。

这些女人具有一个共同的特征，就是拥有着极高的悟性。

这种悟性不单单体现在对婚姻的性质能有一个清醒的认识，尤为重要是她们能够不断地进行自我反思，对自己所扮演的角色适时地进行转换。

有些女人在事业上虽然取得了成功，但在婚姻生活方面一败涂地。

社会上的女强人、高学历往往成了美好婚姻的障碍。

事业当然紧要，但别忘了女人还有另外一个重要的角色——某某人的妻子，别说你在外面独当一面，是公司里不可或缺的骨干，即使你的地位至高无上，也不能忘乎所以。

清楚自己的家庭角色，维护丈夫的尊严和守住丈夫的心，是每个女人的责任。

事业有成、社会地位显著提高的女性，尤其要珍视女性独有的天性，善于帮助丈夫减少或消除不必要的心理困扰。

从内心深处意识到自己今天的成功，离不开丈夫直接或间接的支持和帮助，决不能在丈夫面前居功自傲：即便是丈夫由于内心的烦恼而有一些不理智的言行，也应该设身处地、推心置腹地安慰、劝导和解释，要尽量采取各种方式使丈夫相信，虽然自己事业有成，但在家庭生活和夫妻关系中的角色和地位依然和从前一样，所不同的是自己对丈夫更加热爱和感谢！

经常向丈夫坦白内心的苦衷和烦恼，诉说自己在外所遇到的种种压力、艰辛和窘境，请丈夫为自己出谋划策、排忧解难。

这样做可以缩短夫妻双方的差距，拉近心理距离，从而不断增强丈夫的自我价值感，减轻其心理压力。

女人说到底就是女人，形单影只的成功不会给我们带来真正的快乐。

家庭幸福，老公宠爱，我们才能找到生命的归属感。

要获得这一切并不难，关键是要让老公知道你对他的依恋。

婚姻并不是两个人单纯的凑合，而是基于感情而言，有很多女人以为结婚后，把自己嫁出去了，就一切万事大吉的样子，其实不然，可以说经营婚姻是一门学问，如果对经营婚姻持一种懒惰的态度，那么，婚姻当然会变得索然无味，不尽如人意。

<<你的优雅价值百万>>

编辑推荐

《你的优雅价值百万(珍藏版)》编辑推荐：优雅是女人最美的外衣，让优雅成为你生命的底色！优雅的女人气质如莲，亭亭玉立，高贵脱俗；优雅的女人内蕴像茶，静心品味就会齿颊留香，优雅的美不是一览无余，而是永远让人充满无限想象。优雅是得体而精致的外表，丰富而强大的内心；优雅是柔而不娇，坚而不厉的品性气质；优雅是积极乐观，从容淡定的生活态度。优雅与美貌无关，优雅是年龄的特权，优雅是女人与时间的争战中最有力的武器，优雅是女人最宝贵的财富。

<<你的优雅价值百万>>

名人推荐

美只愉悦眼睛，而优雅的气质使人心灵入迷。

——伏尔泰优雅之美与其说是来自内心的修养，不如说它是来自一种对美好事物的欣赏能力。

这份欣赏力使一个人的言谈举止不同流俗。

——罗兰世界上最能颠倒众生的，不是美丽的女人，而是最优雅的女人。

——柏杨只要你具备了精神气质的美，只要你有这样的自信，你就会拥有优雅的自然之美。

——金马

<<你的优雅价值百万>>

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>