

<<塑造女人修养的115个细节>>

图书基本信息

书名：<<塑造女人修养的115个细节>>

13位ISBN编号：9787506467612

10位ISBN编号：7506467615

出版时间：2010-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：凹凸

页数：259

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>

## <<塑造女人修养的115个细节>>

### 前言

“修养”指的是一个人通过自身的努力修炼而具备的一种接近完美的品质和生命状态。

它和“教养”一起构成了完整生命品质。

如果说“教养”来自于家庭的影响，是一个人对于父母、社会地位、民族文化等等的继承，那么“修养”这种东西，显然就是没有门庭之别、没有地域差别的。

它来自于后天的修炼，所以门庭之分甚小；各个民族之间虽然文化千差万别，但是有修养的人，无论来自于哪个民族，肯定都受到大家的格外尊敬。

可以说，“好的修养”就是一张国际通用的荣誉证书，会给女人带来无上的荣耀，是一个女人“优秀”“有魅力”的最好标识。

因此，好的修养对于女人格外重要。

那么，怎样才算是拥有好的修养呢？

有着良好修养的女人像诗般灵秀、传神而又动人心弦。

像闻歌弦而知其雅意一般，她们举手投足、言谈举止都透露出与众不同的气质。

像一篇秀丽的散文，字里行间铺陈着醇厚的底蕴和胸怀，雅正而不失其灵秀之感。

擦肩而过，透过其形貌而渗透出的内在丰韵像是一种有穿透力的、用处子的体香凝炼出的香水，饱含了生命的风华与精魂。

她们从整体上散发出属于女性的成熟、典雅的气质，高贵如女王而又亲切如姐妹，让人高山仰止，却又不自主地亲近。

怎样才能拥有这种良好的修养，这种极致的美丽？

本书从很多方面讲到了女人应该注意的种种细节，从这些细节慢慢做起，必能修炼出女人良好的修养，总结起来只有三点：外修品位，内修品格，涵养灵魂。

## <<塑造女人修养的115个细节>>

### 内容概要

女人的修养是一股无形的力量，推动自己走向优雅、精致、华丽的人生佳境。

它使女人时刻传达出迷人的气息，更深深吸引着周围的人。

女人对塑造修养和展现魅力的各个细节不应该是漠视和冷淡的，对修养的塑造是女人一生的工程。

本书是为现代女性量身定做的打造自身修养的细节读本，从性格修养、心态修养、品位修养、性情修养、语言修养、情绪休养、礼仪修养、职业修养等方面，教给女性朋友如何从细节着手、提升个人修养、打造完美的个人形象，从而成就自己的美丽人生。

## <<塑造女人修养的115个细节>>

### 书籍目录

第一章 女人的修养价值百万：好修养带来好命运 修养是女人美丽的核心 女人的魅力来自于她的修养 气质是女人修养的华丽外衣 微笑是好修养的女人对生活的态度 有修养的女人拥有一颗宽容之心 有修养的女人在历练中学会淡泊 幸福的女人修养与智慧并存第二章 性格修养：智慧女人展现天性中的华彩乐章 像武则天一样做自信女人 坚强的女人更令人钦佩 善良是女人生命的宝石 执著是生命之花的养料 女人要保持自己公正的品质 做自强不息的阳光女人 一点叛逆增加几分魅力 独立的女人更有魅力 像王小丫一样做坦率女人 女人的正直是宝贵的资本 温婉的女人最耐人品味 像宋庆龄一样诚实守信第三章 心态修养：美好心态蓄养女人脱俗的气韵 多付出一点，少要求一些 消极的女人只能装下痛苦 聪明女人要知足而非不满足 豁达女人把吃亏当做占便宜 幸福女人以平常心面对生活 赠人玫瑰，手有余香 学会接受无法改变的事 放弃攀比，享受现实的快乐 无须顾忌别人对你的看法 将内心角落的自卑感清除 用珍惜抹去人生中的遗憾 得失在你的心里有多重 用欣赏代替对他人的嫉妒 女人何必跟自己过不去 婚姻经营，女人要多点担待第四章 品位修养：做一个有品位的魅力女人 时装：女性高贵品位的代言 手表：“名副其实”的美丽生涯 香水：芳香四溢的精致人生 珠宝：光彩夺目的奢华人生 皮包：野性与唯美的品质传说 .....第五章 性情修养：如水的性情成就女人最好的命运第六章 语言修养：优雅的女人把话说得得体适宜第七章 情绪修养：好心情让女人尽情享受惬意人生第八章 礼仪修养：礼仪是女人超凡脱俗的金资本第九章 职业修养：引领女人一步步走向事业高峰参考文献

## <<塑造女人修养的115个细节>>

### 章节摘录

第一章 女人的修养价值百万：好修养带来好命运女人总会告别如花的季节，失去青春，那美丽的外表就像是昨日黄花轻易地被人抛之脑后，但此时那深厚的修养依然能散发出女人独有的迷人气息，孕育出女人的另一种美。

修养能带给女人的财富不仅是物质上的，更多是精神上的，一个精致而有修养的女人，她的灵魂是高雅的，她的修养不仅能体现出她过人的智慧和淡泊的心境，还能使她的人生变得多姿多彩。

修养是女人美丽的核心美丽是无所不在的，并不仅仅体现于女人的容颜上，有修养的女人懂得用自己的优点来修饰自己普通的容貌，脱俗的气质会令她走上另一种美丽路线，这种美丽会伴随她每时每刻。

良好的修养是女人生命中一片绚丽的霞光，在女人漫长的人生之路上给她永远看不完的美景。

女人的修养可能是她脸上一个淡淡的笑容，可能是她一句轻轻的话语，也可能是她举手投足间一个优雅的动作。

一个女人可以没有美丽的容貌，也可以没有渊博的知识，但是她依旧能在众人中一枝独秀，用她的气质使人折服。

人们在赞美这种女人时，最常用到的就是“美丽”这个词，而让她变得与众不同的秘密，就是她拥有一份能让她变美丽的修养。

良好的修养给了女人纯洁的心灵，高尚的情操，超凡的智慧，她的美丽不会随着岁月流逝而渐失光泽，反而会越发耀眼迷人，让人沉醉其中。

有修养的女人是美丽的，她时刻焕发出无与伦比的神采，不为日常琐事而计较，不为生活的压力而烦恼，她总是如春风拂面，时时保持一种快乐的心境，让人感觉舒适、惬意。

正因如此，她的美丽犹如空谷幽兰，虽不娇艳，却芬芳四溢；她像潺潺溪水，用平和的态度去面对每一个人，让每个人都感受到她的真诚。

有修养的女人经过岁月的洗礼，自身的修养与智慧就像空气中弥漫的清香一样，由内而外地散发出来。

这种美丽来源于她一颗热爱自己，热爱他人的心灵，她不仅能够善待自己，同时也能把同样的爱奉献于他人，这份善良让她的美丽更添几分。

## <<塑造女人修养的115个细节>>

### 编辑推荐

《塑造女人修养的115个细节》：以一高尚的品性做人，以一种从容的姿态处世，以一种独特的魅力社交，以一种高雅的修养生活。

送女人一件充满智慧的武器，让生活悄然碧绿。

女人的魅力来她的修养。

有修养的女人应该明白，不美丽是自己不可以忽视的事情，而缺乏修养则是男人不可以容忍的事情。

有修养的女人，不论遭遇何种变故，都会尝试着让自己的心通达起来，让爱在平淡中走向坚固和永恒，让自己更坚强，让生命更激扬，让人生更嘹亮。

有修养的女人是美丽的，她虽不娇艳，却芬芳四溢；她像清茶一样令人回味悠长，她的神采随着岁月流逝而愈发耀眼，让人沉醉。

女人的修养是幸福生活不可缺少的养分。

《塑造女人修养的115个细节》为女性提供了一个简单易行的提升修养的蓝本。

指导女性以优雅、高贵、礼貌的姿态尽显魅力.让她们寻找到一份事业成功的喜悦和尽随心愿的生活.并由此推开人生幸福之门。

<<塑造女人修养的115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:<http://www.tushu007.com>