第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

图书基本信息

书名：<<像淑女一样生活>>

13位ISBN编号：9787121173585

10位ISBN编号：7121173581

出版时间：2012-8-1

出版时间：电子工业出版社

作者：加藤惠美子

页数：130

字数：81000

译者：马丽

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

<<像淑女一样生活>>

前言

这本书作为敝社畅销书《淑女的语言艺术》的姊妹篇，对1997年的版本进行了精选，然后重新组合构成了目前这本修订版。

《淑女的语言艺术》和此书的初版都是经久不衰的畅销书，不过和当年出版的时候相比，“淑女”这个词的概念已经有了相当大的改变。

简单地说，就是对于“淑女生活”的向往和物质上的膨涨欲望等下降了许多。

不过，也正因为如此，我们比初次出版的时候更多地考虑了这本书书名的易接受情况。

因此，本书初看起来，是把在淑女的私人生活场合中登场的种种物品作为中心，描写淑女们的生活方式。

但实际上，淑女们的生活可不是光有“好东西”就能构成的，还要有与这种“东西”和空间相匹配的具有品格和才智的“生活行为”。

而我们的目的，就是要以“淑女生活”为名来提倡这种“生活行为”。

如果，读者对于“淑女生活”的了解只是个模糊的概念，认为它是一种由经济能力、家世门第以及优越的物质条件构成的富足任性的生活的话，那么本书中描写的内容则恰恰相反，那是一种在待人接物方面十分谦逊礼貌、持重周全到令人吃惊的生活态度吧（虽然其中稍有些许戏谑的描写，却使我们能够感受到作者的顽皮心态）。

从表现出来的结果上看，“淑女生活”确实是奢侈的生活，不过，那并不是被高昂物品包围着的奢侈，而是在生活上下足了工夫，是对于人和物精心打理的一种奢侈。

因为，这里所说的“淑女”，并不一定是出身世家，家里有一定的经济实力。

而是作者所认为的，并且大多数人也都普遍认可的，即“淑女”是气度不凡的女性的统称。

不过，此结论自本书初次出版发行以来，也引起了一些人的疑问，认为书中多处生活内容与大众心目中的“淑女”的生活有诸多重合之处，这种说法也是事实。

所以说，本书和《淑女的语言艺术》一样，你只要先以一种模仿自己喜欢的行为举止，学个形似的心情来轻松阅读就足够了，然后再最终了解掌握气度高雅的生活行为规范。

本书的用意就在于，由“表”及“里”，也可以称得上是实践重于理论的独特的礼仪书吧。

我们期待您阅读本书后的意见和感想。

编辑部

第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

内容概要

淑女，这个低调奢华的群体，在哗众取宠的浮躁社会环境下虽然并不抢眼，但她们代表的是高格调的生活，优雅的气质，无可挑剔的言行举止，是无论走到哪里都会受到真正欢迎的人。
《像淑女一样生活》中所说的淑女并非一定出身世家，具备很强的经济实力，而是指掌握高雅生活行为的女性。
她们着装得体、嘉言懿行、勤俭持家、对人体贴、不用高价物也能创作奢侈的生活。
淑女离我们并非遥远，只要认真学习《像淑女一样生活》中的内容，礼仪、服饰、饮食和家务，你也都能成为淑女。
本书由加藤惠美子著。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

加藤惠美子
室内装饰设计师，（株）空间构造总经理。
1965年毕业于桑沢设计研究所室内设计住宅专业。
曾经
开设过加藤惠美子室内装饰沙龙、家庭招待会，1989年设立（株）空间构造，一直延续至今。
主要从
事住宅?室内设计，住宅相关产品的设计，在生活研究、桌上摆饰等方面也造诣深厚。
同时也从事室内装饰店铺运营的咨询工作。
参与多次演讲、在杂志领域也很活跃。

第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

书籍目录

01 信件
不用电话用书信，不用邮件用书信
悄悄练习钢笔字
墨水笔和毛笔
信笺和信封
信上要写些什么内容
纪念邮票
卡片·美术明信片
通信簿
02 礼物
纪念日和生日一定要牢记
礼物挑选也要从训练开始
淑女喜欢礼物
丝带和包装纸
能够送得出手的手工制品
卡片和装饰花
03 时尚风格
优质的服饰经得起长久地穿着
米色、藏青、茶色
易于打理的天然面料
闪闪发亮的鞋子
讲究的外出服同家居服差别不大
正统套装
精通礼服规则
体育运动和夏季的避暑胜地
精通和服、礼服穿着的规则
04 时尚必需品
不用外国车
看不出品牌的服装
看不出品牌的包
正统的鞋
非防寒用手套
作为珍藏品的帽子
高档伞
种类繁多的围巾和披肩
以珍珠为主的饰品
喜欢胸针
实用的手表
为何看不到皮草的影子
05 美发&化妆
有规律的生活习惯
床和床上用品
悠然自得的沐浴时光
白色的毛巾
为了防晒而化妆

第一图书网, tushu007.com

对修甲、美甲抱有浓厚的热情
晚上9点之前要卸妆
洗发水要用美发沙龙的产品
孩提时代开始就上同一家美发沙龙
煞费工夫的奢侈
06 姿态
不变的身材比例
仪态美丽
平常和出门都是同样的仪态，所以随意不拘
保持美丽仪态所付出的努力
美丽表情的研究
淑女的鞠躬行礼
拿东西用双手
面向物品
尽量保持安静
不丢三落四
动作的节拍有条不紊
07 卫生间
不借用洗手间
公用女性卫生间的使用方法
淑女的化妆室
淑女对于气味十分敏感
淑女不常使用香水
淑女不吸烟
08 携带品
三块手帕
记事本和圆珠笔
地址薄
钱包和卡包
名片夹
化妆包
钥匙圈和钥匙包
09 饮食生活
淑女不常外出用餐
糖果糕点和甜品都是亲手制做
锅的种类
餐具
银器
厨房的维护
淑女的餐厅
淑女的家庭聚会
经典派对菜式
餐桌布置
对客人的关怀
10 家务和乐趣
淑女勤俭持家
淑女凡事亲历亲为

第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

淑女是使用针线活儿的高手
插花
绘画、水彩画
庭院维护
淑女是生活技能的高手
打扫、洗涤、熨烫
磨练生活技艺的奢侈
磨练自身的奢侈
后记 人挑选物品，物品培养人
附录 淑女级别测试

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页： 如果，你认为全身穿着一望便知是高级名牌服饰的女士就是淑女，那就大错特错了。
最起码，这不是本书中提及的“淑女”。
同样，突显个性的流行装扮也不会在淑女的身上见到。
不过，淑女也绝对不会穿着缺乏时尚没有品位的装束。
淑女的装束和潮流无关，而是要看服饰是否与本人相配，然后要看是否与场合相配。
着装不会太惹人注目，但细看的话就能看出服装优异的质地，精良的剪裁，低调的奢华，这才是淑女的时尚品位。
优质的服饰经得起长久地穿着 淑女的时尚要领最重要的一点不是赶时髦。
即便喜好修饰打扮，也绝不会去赶时髦。
所谓的赶时髦，就是以最快的速度把流行元素武装到自己身上，引人注目。
淑女则与此相反，会采取保守的装扮，她们首先考虑的是不要引起在场人士的不谐调感。
不过，不赶时髦并不等于没有品位。
恰恰相反，品位高雅也是作为淑女的重要条件之一。
挑选服装与流行无关，她们不会特意穿着非常乍眼，但是会不着痕迹地穿着非常得体优质的好服饰，这就是淑女的时尚标准。
淑女对于市面上的流行元素基本上是不关心的。
正像特别注重修饰打扮的人，她们以流行时尚展现自己的魅力从而拥有喜悦和价值感一样，淑女的服饰与时髦无关，她们会选择适合自己的，并且会好好打理这些质地、做工都非常精良的服饰，使其能够穿着得更加长久，体现出物品的价值。
这也正好符合淑女的节俭精神。
综上所述，淑女的第二个时尚特征就是能把质地上乘的服饰穿着长久。
如果，你能够在每季的高级品牌的收藏中很快地找到乐趣的话，那么就快快以成为淑女作为目标吧。
米色、藏青、茶色 因此，在淑女的服饰中，对眼球有强烈冲击力的鲜艳色彩是配角。
她们的服饰颜色最终还是以米色、茶色、藏青和其他清雅美丽的颜色为主。
这么做的好处就是同一件衣物既可随意搭配，又可以经久不衰地穿着许多年，是非常自然的装束。
这点对于赶时髦的人来说也许是难以置信的，但淑女却坚信，简单的西服、围巾披肩和饰品，经过组合就可以搭配出千变万化的风格。
因此，淑女所认为的流行装扮在赶时髦的人看来，她们在搭配上并没有什么大的变化，但是不管怎么样，看起来就是“淑女的范几”。
始终摒弃矫揉造作的装扮，秉承一贯得体的着装，那才是淑女的拿手好戏。
易于打理的天然面料 了解了淑女着装的基本要领外，还有一点不能忘记，那就是洗涤、熨烫，前提是要选择好打理的面料。
日常的洗绦自不必说，根据不同的情况，从棉质和丝质的衬衫、到羊毛类的针织品，都需要自己手洗，并且需要拿出专业人士的技巧进行熨烫。
要使衣物能够穿用长久，相信自己做保养打理是最好的。
为此，她们从一开始就不会选择精细的丝绸和脏了不易清理的物品。
就这一点来看，也可以说明淑女的服饰为什么不会成为时髦品了。
赶时髦的衣物，别说是在家里打理，有的就是拿到专业的洗衣店也很难处理。
赶时髦的衣物和干洗无缘。
闪闪发亮的鞋子 服装之类的都是自己打理，所以，鞋和包也要经常护理才能穿用得更长久。
特别是鞋，要精心挑选合脚且品质上乘的。
并且，要以正确的步姿走路。
鞋通常穿上不久就会有磨损，一定要在磨坏之前就进行修理。
这种情况下，修理一般是委托给卖鞋的那家店。
反过来说，只要平常注意清洁护理就能应付各种场合的鞋也用不着总跟着潮流常换常新，不过在搭配

第一图书网, tushu007.com

上要符合服装色彩和设计，以及用途的需要，另外还要和包相配。
所以鞋的色彩款式可以准备得多样些，不能一直穿同一双鞋子。
总之，淑女的鞋最重要的特征就是总是闪闪发亮。
若因为鞋不够体面，而在拜访地留下糟糕的印象，对于重视社交生活的淑女来说，是无论如何都要尽力避免的。

第一图书网, tushu007.com

后记

人与物，人与空间的关系，取决于人要有积极的态度、自信的生活行为，这时两者间就会产生出相辅相成的效果。
　虽然是人挑选物品，但物品何尝不挑人。
所谓的物品挑人，是对于那些不能恰当处理物品的人来说，那些物品就是个麻烦的存在，不合时宜的存在。
反之亦然，当人对于物来说是积极的，相宜相称的时候，物就会培养人。
　我的专业是做住宅、室内装饰、家具等方面的设计，但不论是在住宅设计和室内装饰设计的时候，还是做家具和工具设计的时候，所有的设计都是以使用者的生活行为为构思前提。
同样的做法，也适用于服装时尚领域。
　然而，近来大部分的设计都不再是以生活行为为出发点，而是以商品畅销为出发点制作出来的，令人觉得其中充满了商业味道。
对于购买者来说有好眼光就可以了，但若是好不容易拥有了所谓的名牌货，却表现出与该物品不相称的品行的话，就不可能培养出审美力了。
　如何把生活经营得快乐美丽，如何重视生活不断地积极探索。
具体来说，就是要构建什么样的生活方式，另一方面，就是伴随这种生活方式的优质物品都是些什么样的东西。
本书，就是我在这一点上试着探寻的结果。
　人、物品和空间常常是融为一体的，而将这一切关联起来的就是生活行为。
　譬如说，优质的物品需要谨慎对待就必须花费工夫来维护。
这种对待和维护就是生活行为。
若人在优质的物品和材料方面拥有广博的知识，那么在使用这些物品时会表现出怎样的生活行为呢？不用说，应该也是上乘的吧。
　凭自己的眼光发现优质物品就需要基于自己的生活行为，看准东西的形状、颜色、材质和功能。
还必须更进一步地了解这件东西的用途，创思的来源，通过怎样的工艺处理而产生出来的？
知道这件物品产生的背景，具备抓住其设计意图的才能。
　为了使大多人的生活能够愉悦美丽而创造出优质的空间和物品，我想这就是我的工作。
不过，要做到这一点，光有优质的空间和物品还不够，还必须要有与之相称的生活行为。
　所以，本书的书名是《像淑女一样生活》，这与一般被称呼为富家小姐的人们的生活行为并不一定是一致的。
也就是说，本书和我之前的作品《淑女的语言艺术》一样，写的并不是什么淑女观察日记，而是为了由“优质物品”自然而然地引导出“优质生活行为”而写的东西。
　把我在理论上引导出的物品和行为付诸在实际生活中的各位，你们的做法的确和“淑女”是相称的。
　总之，与所谓的家世门第和父母的经济实力等无关，是过着本书中所描述的生活的人们，使我有了想称之为淑女的想法。
并且，不管是不是“淑女”暂且不提，仅作为一个能够自我提高日常生活质量，创造美丽快乐生活行为的机会，希望本书能够对您稍微有点儿帮助。
　加藤惠美子

第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

编辑推荐

《像淑女一样生活》编辑推荐：你只要先以一种模仿自己喜欢的行为举止，学个形似的心情来轻松阅读就足够了，然后再最终了解掌握气度高雅的生活行为规范。
《像淑女一样生活》的用意就在于，由“表”及“里”，也可以称得上是实践重于理论的独特的礼仪书吧。
《像淑女一样生活》由加藤惠美子著。

第一图书网, tushu007.com

<<像淑女一样生活>>

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