

<<瞬间让女人的形象更完美>>

图书基本信息

书名：<<瞬间让女人的形象更完美>>

13位ISBN编号：9787506486200

10位ISBN编号：7506486202

出版时间：2012-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：李娟

页数：266

字数：170000

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>

## <<瞬间让女人的形象更完美>>

### 前言

修炼气质，让自己活得漂亮对于女人来说，怎样才算真的“老”了？

是眼角出现第一道鱼尾纹，乌黑发丝长出第一根刺眼的白发，白皙明亮的脸庞不知不觉变得黯淡无光的时候？

是出门穿着过于随意，在家蓬头垢面，不分场合满口脏话，不再注意仪表的时候？

是活力不再，宁愿在麻将桌旁消耗一天，也不愿出去活动一下的时候？

是对工作和生活都失去了激情，得过且过的时候？

或者是不相信爱了，也不敢爱了，对曾经的幻想如今开始从最实际客观的角度去看，对所有理想和抱负都失去兴趣的时候？

美人迟暮，这是一种令人惶恐的悲哀。

可是，世界的万事万物永远都处于变化中。

再绚烂的鲜花也会凋零，再珍贵的华服珠宝也会过时贬值，再美丽的女子也有青春不再的那一天。

这是自然规律，谁都逃脱不了，所有人都无法免俗。

这看起来让人悲观，但是请不要悲观，因为我们可以做到：即使容颜老去，但我们依旧可以活得漂亮。

换句话说，我们依旧可以做到“人老心不老”。

人活着，总是在得失之间寻找平衡。

岁月可以带走美貌，但也带走了少不经事的鲁莽和未经挫折的脆弱，让我们变得坚强成熟；岁月带给我们的是皱纹和白发，但却使我们提升了淡定从容的气质和醇美优雅的魅力。

这种气质、这种优雅、这种魅力、这种醇美，足以让女人活得漂亮。

活得漂亮是一种人生哲学。

活得漂亮的女人可以在外貌上对自己进行精细打理，让容貌为自己加分；同时也会不停地给自己储蓄各种增值的无形财富，比如不凡的胸襟气度，积极的生活态度，让自己气质优雅、魅力四射。

活得漂亮，就是活出一种精气神，活出一种品位，活出一份精彩。

活得漂亮，更多时候意味着一种心态的成熟，是一种岁月沉淀之后所达到的境界。

这样的女人，可以永葆青春，集内涵与气质于一身，拥有一种经久不衰的美丽，也只有这样，女人才收获更多的幸福。

编著者2012年4月

## <<瞬间让女人的形象更完美>>

### 内容概要

美好的形象、气质会带给女人一个瑰丽的人生，而形象、气质的形成在于经年累月的积淀与修为。

本书深入挖掘气质的内涵，从形象、仪态、工作、生活等多个方面做了生动细致的分析和论述，帮助女人挖掘内在修养和培养外在的优雅气质。

本书方法简单实用，行文流畅自然，是魅力女人修炼气质、滋养性情的不可多得的心灵读本。

## <<瞬间让女人的形象更完美>>

### 作者简介

李娟，女，80后畅销书作家，长期从事文学创作，致力于出版行业，对历史、经济、等有着深入的研究。  
她的作品，或视角独特，敏锐犀利，或循循善诱，博以文礼，或温婉柔美，才慧具，逸深受广大读者的喜爱和追捧。

## <<瞬间让女人的形象更完美>>

### 书籍目录

- 第1章 不怕街拍，教你拥有明星范儿
  - 向大牌明星学化妆
  - 选对发型才有“型”
  - 衣服要穿得简洁大方
  - 穿正色衣服，给你气质大加分
  - 选择符合你气质的鞋子
  - 建立自己的长期信用
  - 表情也是一道妆
- 第2章 仪态万方，做个从容优雅的女人
  - 提升交际形象，保证最佳的出场状态
  - 日常言谈要有贵族气质
  - 让你的四肢规矩一点儿
  - 垂下头，优雅还在
  - 树立优雅形象，走路很重要
  - 你该把眼神投放在哪儿
  - 只在适当的时候张开嘴巴
  - 遇到气场女王，你要保持从容淡定
  - 餐桌上的优雅风范
- 第3章 爱情世界，要靠智慧赢幸福
  - 你与你的另一半是否匹配
  - 有些男人，离他们越远越好
  - 允许你的另一半在某些方面比你差
  - 做妻子也要尽量优雅
  - 爱人争执，不必计较是非输赢
  - 坚决不做“抹布女”
  - 把自己托付给自己最靠谱
  - 与公婆相处有门道
  - 当“小三”对你的男人虎视眈眈
- 第4章 行走职场，办公室主角是怎样炼成的
  - 别让职场关系绊倒了你
  - 大家都是普通人，谁都不是神
  - 把公司当成自己的
  - 保持距离，学会拒绝
  - 别让心理暗示左右你的心
  - 别做让同事讨厌的女人
  - 让自己远离抱怨
  - 把人情做得恰到好处
  - 办公室生活不随性
  - 享受自己的工作
  - 要重视自我成长与进步
- 第5章 会赚钱，会攒钱，更会花钱
- 第6章 气场女王，要有一颗永远美好的心

<<瞬间让女人的形象更完美>>

章节摘录

## <<瞬间让女人的形象更完美>>

### 编辑推荐

《瞬间让女人的形象更完美》是一本打造靓丽形象，成功“七十二变”的完美攻略。无论是职场女白领还是平凡的女职员，无论是政界女官员还是商业女强人，也不管从事什么工作、出入什么场合，每一位女性都应该注重自己的形象。

因为形象是女人一生的资本，形象是女人脱颖而出的武器。

良好的形象能让平凡的女人卓尔不群，高雅的形象能让优秀的女人出类拔萃。

形象体现于细节，细节展示素质。

一颦一笑，流露着花开花谢的信息；所思所想，舒放着青山绿水的韵致；像夜露折射着莹莹月光，似溪水涌动着融融春意--女人的良好形象总能在不经意间芬芳四溢。

形象是女人一生的资本，形象是女人不败的底线，形象是女人幸福一生的财富好形象不仅彰显了女人外在的风貌，更彰显了内在的修为！

好形象不仅体现了女人自身的涵养，更体现了对他人的尊重！

拥有好形象并不难，只要你从仪态、工作、生活等多个方面进行深入挖掘，内外兼修，好形象将永远与你同行。

<<瞬间让女人的形象更完美>>

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>