

<<内心修炼气质女人>>

图书基本信息

书名：<<内心修炼气质女人>>

13位ISBN编号：9787806999073

10位ISBN编号：7806999078

出版时间：2007-1

出版地：哈尔滨

作者：赵宏佳

页数：224

字数：120000

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>

## <<内心修炼气质女人>>

### 内容概要

英国作家毛姆说：“世界上没有丑女人，只有些不懂得如何使自己看起来美丽的女人。

”现代女性早已抛弃了旧观念，学会了在忙碌与优雅中积极地生活。

女人的真正魅力不是时髦，而是内在修养。

通过修养打造一个气质不凡的自我，通过读书学习培养一种远离庸俗的品位，因为气质修养才是女人永恒的化妆品。

内涵是现代女性最应该具有的品质。

在如今这个高科技时代，美容健身和着装打扮很容易改变一个人的外貌，外表美丽已不再是梦想。

现代社会中，人们欣赏女人的角度也已经从外表的美丽转向知性美和内在美。

这告诉女性：想拥有丰富的内涵就必须读书学习，让自己的内心世界充实起来。

## <<内心修炼气质女人>>

### 书籍目录

第一章 气质修养从美德开始 温柔的女人最可爱 博爱的女性特有的品质 真诚能叩开每一扇心门 学会体贴但不是唠叨 善良是女人的第一资本 自信的女人最有吸引力 聪明的女人会用心 独立秀出你的个性美 温柔的女人坚强的心 宽容会让你幸福一生

第二章 读书学习修养精品女人 书籍是女人永恒的化妆品 女人读书才完美 知识女性的快乐法则 活到老学到老 知识丰富你的内涵 应该如何给自己充电 悟性和灵性是培养的 有知识的女人才会独立 女人一生必读的10本书 对女性有用的10本杂志

第三章 言语谈吐打造伶俐女人 让你的声音温婉动听 言语间展示女人的优雅 共同话题是交流的基础 谈吐礼仪ABC 谈话时应避免的几个问题 学会恰如其分地赞美别人 掌握说话的火候 倾听是一种美德 身体语言见真诚 美丽的女人爱说话

第四章 行为举止修炼高贵女人 仪态美才是真的美 优雅姿态种种 修炼仪态的绝招 微笑是最美的表情 会说话的眼睛最迷人 举手投足流露优雅神韵 公共场所礼仪面面观 社交场上的迷人风姿 最令男人讨厌的女人 沉默也是一种气质

第五章 职场社交锻炼睿智女人 办公室的女性法则 职场女人的心理培养 沟通亲和力最重要 用诚心赢得他人的欢心 尊重别人就是尊重自己 拒绝的妙招 培养良好的社交心理 不要得罪任何人 幽默是社交的润滑剂 做个八面玲珑的女人

第六章 个性情调成就浪漫女人 浪漫不是男人的专利 个性展现女人的魅力 做一个有品位的女人 浪漫情调ABC 懂得享受生活 做个自我欣赏的小女人 万种风情总相宜 以红酒之名相恋 我和西餐有个约会 做个咖啡美女

第七章 形象设计装点魅力女人 快乐是女人最好的饰品 美丽从“头”开始 穿出你的个性来 职场女性装扮法则 便装也不可太随便 不与流行同流合污 丝巾与配饰中流露风韵 鞋袜的搭配细节 化妆细节展现女人品位

第八章 性感柔情塑造妩媚女人 女人如水 柔情似水女人味 最有女人味的女人 性感加柔情等于女人味 精品女人的诱惑之术 羞涩让男人难以拒绝 别做变味女强人 有品位的女人才妩媚 做一个会爱的女人 家中体现柔情似水

<<内心修炼气质女人>>

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>