

《女人就是要有气质》

图书基本信息

书名：《女人就是要有气质》

13位ISBN编号：9787511340429

10位ISBN编号：7511340423

出版时间：2013-10-1

出版社：中国华侨出版社

作者：梦小梵

页数：221

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《女人就是要有气质》

内容概要

《女人就是要有气质：我的第一本女人魅力气质书》这是一部让千万女性发生改变的气质修炼书，也是连续半个世纪最受女性欢迎的心灵能量书。气质是女人魅力的源泉，气质是女人生命的动力，气质是女人灵动的美感，气质是女人职场制胜法宝。做一个有气质的女子，不争不抢，不骄不躁。每位女性读者都值得珍藏的心灵能量书、另类美容书。如果世间真的存在时光穿梭机，你愿意在十年、二十年、三十年，甚至更久以后遇见怎样一个自己？韶华易逝，容颜易改，优雅气质才是女人的魅力所在。

《女人就是要有气质》

作者简介

梦小梵，水瓶座女生，热爱美妆、写作、阅读、跑步、旅行和美食。形象设计师，心理咨询师，著名专栏作家，发表作品数十部，深受女性读者的喜爱。豆瓣网上的一位大红人，被网友视为最温暖、最励志的女子。

《女人就是要有气质》

精彩短评

- 1、还行. 主要看自己有些优越感自卑感是与生俱来.愿你优雅从容
- 2、哈哈哈，嗦的对
- 3、正如进入社会的我，看完这本书后，觉得受益很多。生活需要用心，如何做一个好的女性，幸福的生活，更需要用心。
- 4、对这类语言不是很感冒，当时亚马逊做活动送的
- 5、想修剪月季花一样的整理自己。
女人要学会经营自己的内在世界，要清楚地知道，幸福是自己给的，你有能力去爱，有能力让自己快乐，这才是最好的经营之道。千万不要指望别人给你阳光和雨露。

像谈恋爱一样的吃好每一顿饭

- 6、淡定的 有气质的女人最优雅

- 1、财富是美丽、优雅的基础，女人容颜的衰退是无法抵御的事实，在美丽的花容月貌也会随着岁月的流逝而渐行渐远，只有由内而发的美丽才会长盛不衰，并随着岁月的积累而越来越香醇，女人懂得理财，人生就由自己掌控，人的差别在于业务时间，而一个人的命运更取决于晚上八点到十点这段时间，当我们一个人的时候，不妨试着做点荒废时光之外的事情。
- 2、不要觉得做个气质女很难，其实则不然，内涵更多的是一种感觉，这种感觉往往来源于丰富的内心、智慧、博爱，还有理性与感性的完美结合。有内涵的女人的气质像竹，亭亭玉立、高贵脱俗，即使身着一袭布衣，也会从简单质朴的外表上捕捉到不凡的感觉。
- 3、女人的气质是比外貌还要重要的，也是比外貌维持的时间要长的多，所以想要做个气质女，才是聪明的女人。气质也是同样可以吸引别人的一种武器。
- 4、新出的书，给老妈买的，我也看了几眼，感觉还不错呢！而我身边有的人就会说这个女人虽然不漂亮，但是有气质，看来有气质才是王道啊！不过，气质这个东西是一种深层次的美，一种由内而外散发出的摄人心魄的吸引力和动情点，所以要做个有气质的女人是不容易滴！！！希望老妈看完之后，也变成更更更有气质的女人吧！哈哈！！
- 5、朱自清先生有过这样一段对女人的描述：女人有她温柔的空气，如听箫声，如嗅玫瑰，如水似蜜，如烟似雾，笼罩着我们，她的一举步，一伸腰，一掠发，一转眼，都如蜜在流，水在荡……女人的微笑是半开的花朵，里面流溢着诗与画，还有无声的音乐。这样的女人，静若清池，动如涟漪。
- 6、男人的性别美，是一种粗犷的美，有棱角，有力度，散发着阳刚之气。而女人的性别美，带着一股娴静、温柔、甜美的味道，观其清秀的容貌，柔和的线条，优雅恬静的言谈举止，那于静默中散发出来的脉脉温情总能令人心生涟漪。
- 7、女人的气质，是女人魅力的源泉，也是女人最真实、最恒久的美；与年龄无关，与外貌无关。女人的气质，是一种修养，于喧嚣浮躁的流年中，洗练出一种超凡脱俗的“宁静”。女人的气质，是一缕幽幽的香，又是一壶淡淡的茶，从女人的苦心里慢慢渗透出来。
- 8、一个有着如空谷幽兰般馥郁芬芳的优雅气质的女人，即使貌不惊人，众人也会被她的韵味所折服；而内藏无知的美丽外表，无论多么光彩夺目，也很难在人们的心底烙下美好的印记。其实，女人匆匆忙忙的一生，不就像是在参加一场场海选吗？最后能快乐获胜的王者当然非“气质度”超高的女人莫属。
- 9、女人可以凭借自己姣好的容貌吸引人们的眼球，赢得极高的回头率，但真正能让人们为之倾倒的，却是女人那蕴涵如诗的美丽气质！
- 10、气质是一个人内在涵养或修养的外在体现。气质是内在的不自觉的外露，而不仅是表面功夫。一个人的容貌、体形、外在修饰所表现出的美在整个气质美中只占一部分，而气质给人的美感却不受年龄、服饰和打扮的制约。这种气质无论是对异性，还是对同性，具有同样的吸引力。
- 11、气质就是女人的经典品牌，相对美丽的容貌而言，气质是厚重的、富有内涵的，气质也是文化底蕴、素质修养的升华。真正令人难忘的女人，是有气质的魅力女人，如年代久远的美酒，醇香浓郁。而光靠美丽的脸蛋、窈窕的身材，胸无点墨，只能称之为“金玉其外，败絮其中”。再美的女人，如果没有气质，也只是一个瓶而已。
- 12、女人的容貌会随着岁月的流逝而变得越来的苍老，唯有气质才不会跟随容貌的变化而改变，所以从现在起我们就来培养气质吧！
- 13、女性的柔情似水，是女人特有的个性体现，更是一种挡不住的气质。如果说聪明的女人是调情高手的话，那么柔情的女人则是把握感情的专家。
- 14、气质是每个人都可以拥有的东东哦！不要看低自己，觉得自己不配拥有气质！没那回事！要想做个有气质的女人咱们自己就得先要丰富我自己的知识，让自己看起来跟别人不一样，不过也可以通过练练瑜伽啊，跳跳舞啊，来提升我们的气质，其实有很多种方法来提升气质的，主要是看我们自己要不要去努力做了。
- 15、气质之美与其说是来自内心的修养，不如说他是来自一种对美好事物的欣赏能力，这份欣赏力就使一个人的言谈举止不同流俗。
- 16、作为一个女人，美丽可以与生俱来，但气质却是要后天修炼而成的，美丽是表象，气质却要从骨子里透露出来，时尚界的传奇人物曾说过“气质与修养不是名人的专利，他属于每一个人，其实与修

《女人就是要有气质》

养也不是和金钱权势联系在一起，无论你是何种职业，什么年龄，哪怕你是这个社会中最普通的一元，你也可以有你独特的气质跟修养”

17、女人的气质，是“巧笑倩兮，美目盼兮”，千娇百媚的回眸一笑；是“千呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面”的娇羞；也是蒙娜丽莎神秘的微笑，玛丽莲·梦露迷人的神韵。

18、女人的气质，是女人最真实、最恒久的美；与年龄无关，与外貌无关。女人的气质，是一种修养，于喧嚣浮躁的流年中，洗练出一种超凡脱俗的“宁静”。

19、女人的气质要利用得好，在官场上没准还能成为一种竞争的资本呢！

20、气质，是人格的蓄养、岁月的沉积，它于人生的意义仅仅是“它，就在那里！”就像花儿在春天开放、在风中摇曳，美丽自处；又像深山河谷的古老水车，于两岸青山之间，濡沫清流，兀自转动。气质跟矫情做作无关，跟附庸风雅无关。它，就在那里！

21、一个女人要想优雅的度过生命中的每个阶段，高“财商”是必备的武器；会理财的女人就如同一朵永不凋零的花朵，永远妩媚动人。我的生活我做主，这已经成为许多女性朋友的人生宣言。做自己的主人，很重要的一点就是财力，实现财务自由，这样才能活出女人的美丽。

22、女人的气质，犹如花之魂、水之韵、松之魄，无影无形，是女人最真实、最恒久的美。有的人说，女人的气质，是“巧笑倩兮，美目盼兮”，千娇百媚的回眸一笑；是“千呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面”的娇羞；也是蒙娜丽莎神秘的微笑，玛丽莲·梦露迷人的神韵。

23、气质对于每一个女人来讲，都是公平的，每一个女人都能够得到气质精灵的宠爱，每一个女人都会有机会展现自己独特的气质。

24、世界上最倾倒众生的，不是美丽的女人，而是有气质的女人。

气质是人格的蓄养、岁月的沉积，像花儿一样永远绽放。

25、我觉得一个女人漂不漂亮都是次要的，最主要的是看这个女人有没有气质，气质决定一切，有时候去公司面试人家会觉得说，这个人还挺有气质的，肯定应聘上的几率就要大，我身边也有几个这样的朋友，她们给人的感觉就不一样，看第一眼就会让人眼前一亮，所以多提升提升自己的气质还是很必要的哦。

26、女性的柔情似水，是女人特有的个性体现，更是一种挡不住的气质。如果说聪明的女人是调情高手的话，那么柔情的女人则是把握感情的专家。

27、当你学会从学识内涵到平和心态，从性情培养到点滴生活，从仪态举止到品位格调，从容颜气质到着装魅力，各个细节修炼自己的气质，你就找到了那件最美的外衣。

28、看了这本书觉得还可以，就是想说的是，要做一个有气质的女人也不是件容易的事吧。纯属个人感觉啊！别人也许会认为自己是在装，可是对于那些个不漂亮的女人来说，有气质也是可以吸引男人的，可是至于气质这个东西来说，还挺难抓住的！

29、内涵是女人一生取之不尽的巨大财富，是伴随女人一生永远亮丽的风景线。有了内涵如同有了终生的财富一样。

30、女人的气质，是女人魅力的源泉，也是女人最真实、最恒久的美；与年龄无关，与外貌无关。女人的气质，是一种修养，于喧嚣浮躁的流年中，洗练出一种超凡脱俗的“宁静”。女人的气质，是一缕幽幽的香，又是一壶淡淡的茶，从女人的苦心里慢慢参透出来。

31、做个有内涵的气质美女是不是很难呢？其实，内涵更多的是一种感觉，这种感觉往往来源于丰富的内心、智慧、博爱，还有理性与感性的完美结合。有内涵的女人的气质像竹，亭亭玉立、高贵脱俗，即使身着一袭布衣，也会从简单质朴的外表捕捉到不凡的感觉，那种感觉就像静静地聆听苏格兰风笛，清清远远而又沁人心脾。

32、有气质的女人，就像一本耐人寻味的书，常常让人读不懂，但又读不倦。

33、 Part1 女人就是要有气质 1-1 那个莲花般娇羞的女子 1-2 女人都是水做的骨肉
1-3 安静中的优雅 1-4 女人味的真谛 1-5 女人的气质是可以修炼的 Part2 固守内心的力量，做一个淡淡的女子 2-1 淡是女人最深的味道 2-2 纵有百般诱惑，也要淡看繁华
2-3 生活需要减法 2-4 人生没有完美，只有更美 2-5 褪去俗粉，唯留淡淡女人香 2-6 只想静下来 2-7 因为美貌，所以淡定 Part3 在无知无畏的前行路上，永远感动自己 3-1 人生有时需要一点自我扶持 3-2 你当温柔，却有力量 3-3 告诉自己：我很重要 3-4 爱自己很

《女人就是要有气质》

具体	3-5 像修剪月季一样修剪自己	3-6 感谢我被这世界温柔相待	3-7 因为遗憾，所以慈悲
以成就自己	Part4 一念之转，把内心变成天堂	4-1 你的安全感在哪里着落	4-2 只有自己可
是善待自己	4-3 用美丽的心，看见美丽的世界	4-4 别输给内心的空虚感	4-5 善待他人，就
统	4-6 把卓越当成一种生活态度	4-7 感谢一路陪着你的人	4-8 寻找自己的疗伤系
事	Part5 人生就是一场海选，女人要为理想而奋斗	5-1 你还年轻吗？你还有梦吗	5-2 听从直觉，做你喜欢的工作
	5-3 确认什么对你是最重要的	5-4 做任何可以成为经验的	5-5 现在，发现你的优势
	5-6 职场女人20，30，40	5-7 有野心的女人总是走得更远	5-8 牺牲是一种理智的拥有
	5-9 好奇让你永不止步	5-10 哪怕年轻，也要很职业	Part6 三“识”而立，历久“迷”香的气质魔咒
熟比事业成功更重要	6-1 人际关系不是男人的专利	6-2 性格成	6-3 做一个有灵气的女子
是豁达	6-4 缩小自己，也是一种放大	6-5 人生难得	6-6 顺势而为：打破思想的局限
	6-7 管理好你的身价	6-8 寻找从零到零的勇气	6-9 下班后的八小时
身	6-10 坦诚，打造好人缘	Part7 细梳情绪，给自己一个优雅的转	7-1 你“聆听”自己的情绪了吗
情绪	7-2 为什么快乐总是转瞬即逝	7-3 承认并悦纳你的	7-4 应对愤怒和恐惧
得多	7-5 焦虑，给生活加点“盐”	7-6 烦恼不是别人给的，是自己想	7-7 撕掉你身上的“自我标签”
	Part8 口吐莲花，最具价值的气质品牌	8-1 今天，你“躲猫猫”了吗	8-2 赞美也要有技巧
注意的一种肢体语言	8-3 魔法之词“谢谢”	8-4 听，你未曾	8-5 谈话有时候需要示弱
	8-6 幽默是一种神奇的力量	8-7 拒绝的艺术	8-8 当众讲话，助你成为社交达人
	Part9 好好修养爱，许自己一座美丽的花园	9-1 女人要做一棵开花的树	9-2 幸福，你说了算
彩	9-3 一个人也能很幸福	9-4 留白，反而精	9-5 把家的范围扩大，爱便流了进来
契	9-6 其实，你什么都不用怕	9-7 最是那抹心动的默	9-8 谢谢你离开我
增加魅力的法则	9-9 有时，也需要一位蓝颜知己	Part10 气质藏于细节，迅速	10-1 温柔是女人骨子里透出的气质
容	10-2 微笑吧！世界也会因你而展开笑	10-3 给声音也穿上迷人的衣裳	10-4 美好体态提升你的魅力指数
在品味你	10-5 性感是另一种高贵	10-6 读书让你达到精神世界的富足	10-7 优雅一生的成熟装扮
	10-8 你在品味食物，别人也	10-9 珠宝：光彩夺目的奢华人生	Part11 浪漫情调，永不退色的魅力气质
	11-1 唯有浪漫情调，才能超越时光	11-2 让喜爱的东西围绕自己	11-3 把日子过成一首诗
	11-4 魅力女人的香水时光	11-5 身体和灵魂，总有一个要在路上	11-6 人生如茶，淡雅一世
	11-7 精致至上	11-8 艳遇是一种人生态度	Part12 美肌护肤，荡漾女人的如水气质
的女子	12-1 保养是女人爱自己的最高体现	12-2 最好的美容大师是你自己	12-3 做一个敢素颜
餐	12-4 境界轻转，好颜自来	12-5 气质女人的芳香生活	12-6 像享受恋爱一样享受每一
	12-7 睡美人的秘密	小测试 别人眼中的你是什么气质	

34、这本书我还没有读完，但是我这种看见新书就忍不住买的人是无法抵抗这种书的，之前买过淡定的女人最优雅，觉得很好，所以看到这本就直接二话不说的就买了，还真是挺不错的，小案例非常的不错！涉及的内容我们可以多借鉴借鉴，把她变成自己的成长经验，培养出属于自己的独特气质与修养！

35、女人的气质才是会跟随我们一生不老的东西呢，所以说趁现在赶紧把我们的气质提升上去吧，嘻嘻。

36、在这个世界上，没有不可治愈的伤痛，没有不能结束的沉沦，所有失去的，总会以另一种方式归来。最脆弱的人，是走在街头完全无地可去，甚至无人可说，那是的孤独才是铺天盖地的冷冷清清，如果某一天，在你身上，发生了什么事，让你囊中羞涩寸步难移时，千万不要只懂得做一个闷在家里哭泣。吃垃圾食品、看烦腻肥皂电影的女人。连悲伤都悲伤的如此不声不响，着实会让自己都觉得对不起自己，这样的你有怎么去相信那悲伤可以消减。没有拥抱，没有亲吻，这没什么大不了，你大可找一套更适合自己的疗伤系统，只要你愿意，你也大可收拾行囊，与自己的心私奔，这样才不枉此生做一会女人。现在，就是你人生中最好的时候，你所经历的一切，都将成为你最好的资本。

37、上天赐予女人的容颜是一道最容易消逝的风景，无情的岁月在夺走女人魅力容貌的同时，也会在那张曾经漂亮的脸上烙印下岁月的痕迹，而存留下来的正是生命中最本质的内容——气质！女人可以凭借自身漂亮的容貌吸引人们的眼球，赢得极高的回头率，但真正能让人为之倾倒的，确实女人那蕴含如诗的美丽气质！

38、朋友介绍给我的一本书！很有个人特色！适合现在职场上的年轻人！无情的岁月在夺走女人美丽

《女人就是要有气质》

容貌的同时，也会在那张曾经漂亮的脸上烙下岁月的痕迹，然而，最后存留下来的是生命中最本质的也就是气质！气质或许不是天生的！但是他也可以加以累加！很实惠！懂了很多！有帮助的！

39、在这个喧嚣浮躁的世界，有内涵的女人，美丽不仅仅流露于表象和姿态，那颗年轻依旧的心悠然地保持着宁静，淡泊中轻轻地驾驭着生活的脚步。有内涵的气质女人，会努力改正自己的缺点，不断塑造自己全新的形象，不仅仅是容貌和服饰上的，更重要的是内心的成长。

40、有气质的女人，就像一本耐人寻味的书，常常让人读不懂，但又读不倦；有气质的女人，俨然一幅好画，令驻足欣赏者不知不觉忘却了时间的流逝，深深沉醉于她的万千韵味之中。然而，只有懂得她的人，才能真正欣赏到她的气质魅力。

41、气质这个东西不是与生俱来的，但是可以后天培养出来。像我老妈我觉得就很有气质的说，哈哈，是不是真应了那句儿不嫌母丑了啊！反正跟老妈一起出去，别人总是说她很有气质的说，真希望自己以后找的女朋友可以向老妈这么有气质就行了。

42、女人味是一股香味。总会在不经意间散发出她的细腻沉郁。她的亭亭玉立，可以让这个灰色的城市变得灵性十足；她虽忙忙碌碌，却能时常感受到生活的美好与希望；她的亲切随和，令每个人都愿和她亲近。

43、书还可以，进入职场之后发现很多的有气质的职业女性，就超想成为他们那样的人，特意学习来的，感觉还不错，很有针对性的讲解，我身边的朋友同事都是20多岁的年轻女孩，我们还不够成熟，所以要多积累大量的经验，我们要做到不管面临什么事，都试着做做看，通过身体的记忆，来丰富我们自己的经验，而我们所经历的这些也都会由我们的大脑悉数保管，趁自己还年轻，做个有野心、有气质、有自信的女人。

《女人就是要有气质》

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:www.tushu111.com