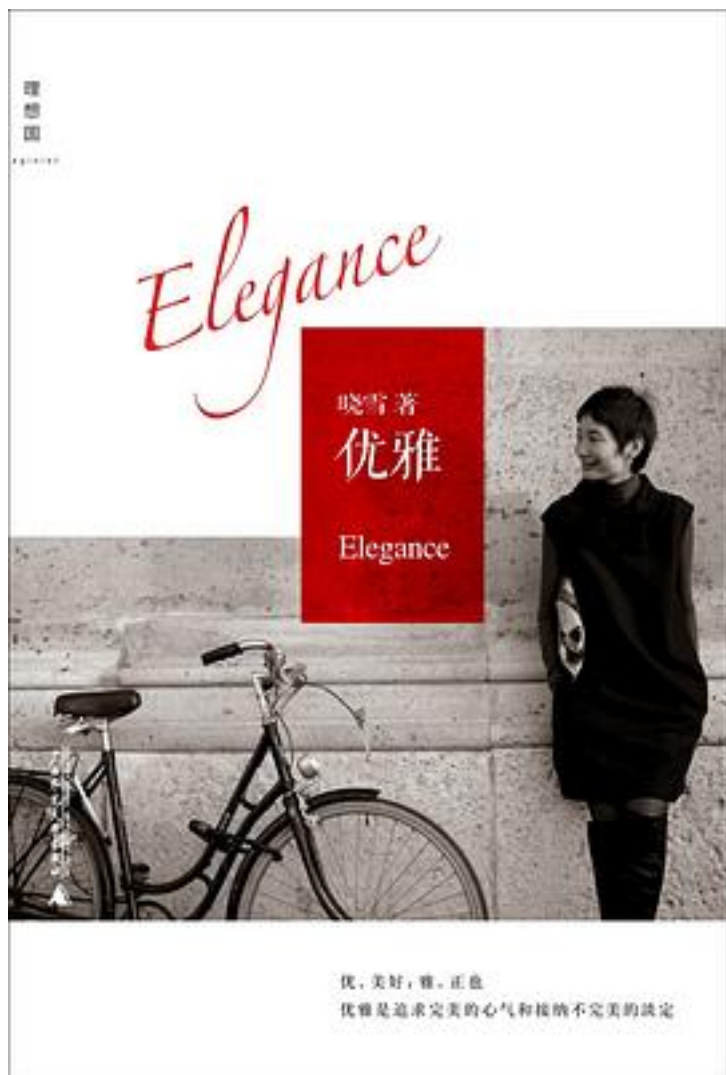


优雅



[优雅_下载链接1](#)

著者:晓雪

出版者:广西师范大学出版社

出版时间:2012-7

装帧:平装

isbn:9787549511525

《优雅》为ELLE主编晓雪所写关于女性的散文集。文字隽永，涉及护肤美容、打造风格、炼就气质以及对生命的关怀诸多方面，由内而外打造优雅女人，非常实用，并且温暖。所有的白领女性、职场女性，看后相信都会有所启发和认同。

关于护肤：为什么皮肤好？——因为天天做面膜；

关于美白：美白不会让你变白，只是让你肤色均匀而已；

关于穿衣：你将一套5000元的衣服穿得很好看，那不是你的本事，是衣服的本事；你将一套500元的衣服穿得有品有位，看起来像5000元的甚至更贵的衣服，那是你的本事。

关于风格：我们可以不年轻，可以不漂亮，可以不苗条，但是要有自己的风格，要有自己的范儿。

关于爱情：你想要等到一个多好的人——善良，忠诚，有责任有担当，可以托付终身；就先让自己成为这样一个好人——善良，忠诚，有责任有担当，可以荣辱与共。

关于职场：成长比成功重要，做人比做事重要。

只要年轻，只要努力，只要有梦想又肯用功，一切都来得及，一切都会有——只要你相信。

关于优雅：在我二十岁的时候，风华正茂，对这两个字敬而远之；三十岁时，和生活拼得很厉害，觉得做到这两个字很难；四十岁，尘埃落定，方觉“优雅”更多时候是一种心态。

作者介绍:

晓雪，现任ELLE中国版《ELLE世界时装之苑》出版人兼编辑总监。主持过旅游卫视《七九吧》、《风格制造》节目，是国内较早的指导女人穿着打扮、确立自己的风格的时尚节目。媒体称其为“中国明星的时尚教母”，被《时尚》杂志评为中国50大魅力女人，被业界公认为“中国时尚杂志第一女主编”。

目录: CHAPTER 1 · 做一个敢素面的女子

膜小姐

面膜小姐之面膜使用需知

面膜改变人生

关于眼霜那些事

美人不晒太阳

美白不能让你变白

皮肤保湿小常识

皮肤好的“秘诀”

准妈妈护肤经

抵抗妊娠纹

CHAPTER 2 · 做一个有风格的女子

风格是怎样炼成的

复旦style

每天每晚每周每月每年

天天换衣服

丝巾小赋

Meeting dress

夏天的9个小细节
冬天扮靓三招
高跟鞋的高度
吊带裙
打折抢购要诀
遏制乱买衣服的“恶招”
向上海女孩学穿衣
新衣服，旧衣服
披出你的风情来
穿好大衣的小秘密
情迷vintage
旗袍风月
女人最美丽的时刻
白衬衫
清汤挂面连衣裙
有关口红
耳环论
长项链的妙处
我的第一个LV包
为什么女人爱手袋？
CHAPTER 3 · 做一个有态度的女子
假如剪掉logo
一个女人星光灿烂的秘诀
性感是怎样炼成的
大一号女人 小一号男人
性不性感我说了算
最偷懒的保持身材的方法
女人在party上自信的秘诀
到底要不要化了妆再出门？
气质女人123
好女人不怕折腾
偶尔慢调子
完整与完美
做美女和做淑女
走一程，痛一路
CHAPTER 4 · 做一个有慧根的女子
小木匠的快乐
最想要的东西
没有什么舍不得的
人生最有福气的五件事
如何让日子有滋味
什么时候不能哭
网络时代的朋友
人生最后悔的五件事
职业快感
三个职场必备要素
大学毕业二十年
不旅行，不知世界有多美好
CHAPTER 5 · 做一个拥有爱的女子
好男人遍街都是
爱情保鲜的秘诀
一起慢慢变老
嫁个有钱人的秘方
爱情的真谛

爱情一算即是输
爱一生的秘诀
痴情、多情、纯情和专情
爸爸妈妈的爱情
幸福的终极定义
• • • • • ([收起](#))

[优雅_下载链接1](#)

标签

女性

优雅

生活

随笔

时尚

晓雪

ELLE

散文集

评论

读完这本书我负责任地说，晓雪是“优雅”的反义词；她应该写本书，叫“装逼”。

读的过程中好几次跟《女人明白要趁早》作比较，把晓雪和王潇作比较。同是时尚杂志主编，同是北京人，也同时职场上让人敬佩的女王，王潇偏向于激进派，充满活力充满

激情，想做的事情一定去做；晓雪多一份淡然，像书名一样优雅自在，有种看开的大智慧。也可能是出于她们的年龄，王潇代表30岁层级对事业的追求和拼搏，而晓雪代表40岁层级对生活有更多领悟。

优雅精致，是女人一生的课题，是外貌的美丽、内心的沉着宽和、岁月的沉淀。

评分虚高 也戴不起“理想国”这顶帽子 虽有好文 但充不了场面
活脱脱一本网络鸡汤集锦 华而不实 境界还没到呐

讲不透呀，点到为止。看不到优雅，看到品质生活下的疲惫和承受

很一般的书。晓雪还是去搞fashion吧，码字不太适合她。而且我最想说一句：千万别学名人明星那一套护肤方式，对于年轻的妹子面膜是真不能天天敷啊，至于原因的话请自己去看专业书做功课。

看看简介就可以了

纯粹是因为作者是晓雪读的，书不矫情，很多人有钱和名利之后就矫情，但这本书里没有，一般都是很坦白的总结，大部分都是挺让人怀念的博客时代的文章，关于美容以及服装搭配的心得，看了之后觉得挺有趣的，谈不上文采，但也没有很烂

作为一个常自诩为"a man trapped in the body of a woman"的人，觉得这本书蛮不错的。优雅可以很具体可操作

开头还能看看，后面就惨不忍睹，完全是吃饱撑的白富美在那里无病呻吟

读完之后几点收获：1.年纪大了要做面膜，哪怕做不到每天，至少每周要做三次；2.不盲目崇拜或鄙视奢侈品，品牌背后的设计理念值得研究；3.如何抵抗妊娠纹，特意做了笔记，留下备用~~

看不出“优雅”，只看出给小学中学生读的普通《读者》似的心灵鸡汤。不过，当中好多所谓美容穿衣心得，作者自己爽到就好。

在济南的新华书店站着读完的，面试头一天充了点能量。

想起以前张爱玲为了选一块旗袍的布料跑遍上海 为了一块香皂的味道开心不已
美是最没法言说的东西 软广告太多 好在同是奔波走过来 她还算真诚

先不说书怎么样，看一本书能养成一个好习惯，也是值得的。做面膜，要坚持哦~！

太知心大姐。。。如果不是Sophie提到过。。。

很有意思。抛开文字不谈，作者字里行间透出淡然自若和游刃有余的姿态是我想要的。
女人还是要柔软一些吧，爪牙锋芒毕露的刻薄有什么优雅可言

理想国会员送的五十本电子书里第二本辣鸡。

一千个女人应该有一千个样子才是，把人往一个模子里塞实在不是一个好建议。所以作为一个看见人家自称“尘世间的小女子”就犯恶心的屌丝，我觉得自己完全不是这本书的受众群。愿意每天花50预算敷面膜还觉得经济实惠的人生，可能我还没开窍。

当做传播正能量还不错

一般吧有些意见还蛮走心，有的就感觉还不如网络上的各种热帖

[优雅 下载链接1](#)

书评

为女友奉旨看书是一件挺窝囊的事，尤其还要写书评让大家知道我的窝囊，没有比这更窝囊的了。在翻看这本书之后，我觉得太适合女友了，因为里面教授了很多美容的方法，她的鱼尾纹、小雀斑、皮肤黑、眼袋什么的都可以……哎呀，别打我。好吧，我好好说，在王晓雪《优...

这本书真的承载不起“优雅”这个词，实际上就是一些还过得去的关于护肤、饰品、服装的散文。优雅二字却是承载不起来的，顶多有点心灵鸡汤的东西装点在最后。一本书翻完一遍第二遍都不想翻的书绝对不是好书。另外，对比港人黎坚惠的《时装时刻》所记录的20年，这本《优雅》真...

人的经历比一切的华丽造词都要来得耐人寻味。晓雪说不上是奇女子，但她人生的经历已足够让众多刚出社会的女孩俯首称神了。不是因为ELLE的总编位置，而是难能可贵的人生阅历。总括地说，这本书没有给我太大惊喜，但我特喜欢那篇后记。人生没有多少个十年，十年足够你创一番...

“种瓜得瓜，种豆得豆——你的勤奋和懒惰老天爷都记着呢，不要有任何的侥幸心理；不是不报时候未到——不要着急向老天要你的荣誉、成就和利益，即使你觉得你已经很刻苦了；好的报应和坏的报应是一样的，都需要时间。人生很长，要有耐心等待。”这本书一直到读到这一段的时候...

周末在家读了晓雪的《优雅》，那些晓雪用文字写出的价值观：优雅是追求完美的心气和接纳不完美的淡定。优雅是——
得体而精致的外表，丰富而强大的内心。柔而不娇、坚而不厉的品性气质，积极乐观、从容淡定的生活态度。这是我所知道的对优雅最好的定义。一、追...

很多姑娘，总有股不美女、毋宁死的劲头。所以，隆胸的、抽脂的，如果不能天生丽质，至少也要后天努力，为的，就是拥有一个美好的容貌。但是，看过晓雪的文字，就会

明白，美不美并没那么要紧。但优雅，却是做女人能够追求的一种境界。大部分人，都姿色平平，成不了美丽佳人。你...

关于护肤：为什么皮肤好？——因为天天做面膜；
关于美白：美白不会让你变白，只是让你肤色均匀而已；关于穿衣：你将一套5000元的衣服穿得很好看，那不是你的本事，是衣服的本事；你将一套500元的衣服穿得有品有位，看起来像5000元的甚至更贵的衣服，那是你的本事。关于...

女人的优雅，在我心中的定义跟晓雪写的差不多：优雅更像一种心态，从容不迫。话说起来可能很容易，不过这种从容不迫的心态背后却是需要付出很多东西。如何面对困难还能从容不迫？那是因为我们对于困难不是一无所知，我们可以提前预知一些困难的样子；更加因为知道自己已经...

小时候爸爸就曾跟我说过，三代才能培养出一个贵族，贵族并不是经济地位的代名词，而是风度、修养和精神的体现。我所体悟到的优雅，并非与生俱来的性格，而是一种千锤百炼后，不放任自流、热爱生活的成熟态度。 1.
晓雪的护肤态度是每天都要用面膜，荆京的理解是一定要有...

很喜欢晓雪，期待她每个月的卷首语，她的文章总是能给我带来无数的正能量，照片也非常让人觉得温暖，所以得知这本书上架了，立马下单买来看。
不过，我对负责出版这本书的挺失望的。文章缺少统筹规划，有些重复的内容；纸质也蛮差；并且很多我都已经在晓雪的博客上看过了。从...

我这才想起，我曾经，也有过水灵的时候。至少脸上的含水量比现在多一些。我想起，我曾经还有偶尔用用爽肤水、偶尔不用洗面奶也可以开心过每一天的时候。空气里弥漫着的沙尘，不知不觉爬上了我的脸颊，看这里，看这里，一粒又一粒的黑点和雀斑，原来可都没有哇！不要不相...

国内著名时尚编辑晓雪的这本书《优雅》其实真的和优雅没有太多关系。不过是个小家碧玉的女生絮絮叨叨自己的日常护肤、着装心得以及生活心情罢了。真的和优雅没有太多关系。
从这本书我唯一学会的就是要经常敷面膜的重要性，其余的基本都是过目就忘掉了。

滑嫩如豆腐一样的女人对自己都有着一颗匕首心。

我和小Q还有一帮半生不熟的留学生们去滑雪，坐了一天的大巴都还没有到目的地，大家在不知名的小镇上吃麦当劳，我和另外几个熟人顺便扯了几句闲话，也顺便介绍了一下小Q，然后就有各自上大巴车了。才上车几分钟，还没有坐稳就...

以前常听别人说，如果一个女人不漂亮，而你又要夸她，那就夸她有“气质”，如果连这都没有，你就夸她好“善良”。我大概就是一个常被人夸为“善良”的姑娘。仔细回想起来，我几乎从来没被人夸过“漂亮”，于是在善良的赞许下活了二十几年。也在这样的为难别人的非要夸...

如果有可能的话，想在自己达到“气质”的时候，也能更进一步做到“优雅”。很认同作者说的：优雅是追求完美的心气和接纳不完美的淡定，亦如作者姥姥一样。在过3个多月自己就23岁了，实在没有理由再把自己的小孩子气肆无忌惮表现在各个方面了，不喜欢打扮、不讲究穿着的随...

大学读书那会就经常买ELLE看，所以记住了主编这张脸。当时没有太喜欢晓雪，毕竟觉得和别的杂志的主编相比她好像没有多漂亮。。她一定不是第一眼美女，却是另一种清新，一眼就能被人记住。无意间在书店看到她的书，随手拿起来翻了几页就被吸引了。全部读完了才了解到，原来...

客观的说，这本书算是随笔的集子，好几篇文都提到同一件事，繁碎或叨念有赘文，到处都是随手写下的影子，甚至很多粗糙之处。这些反而让我觉得真实，至少不是拿来卖弄的，也不是假装讨好读者的，姐姐不过是想提醒我们要做优雅的事，要做优雅的姑娘，但凡有些辨别力的读者应...

读晓雪的博好多年，很喜欢文字里淡淡的她，和她差不多时间怀孕，生子，现在又一次当妈了，她的文字伴随着我的成长，是很适合女孩子的一本书。第一时间买来，每个静静的夜晚，大宝小宝都睡着了，做做面膜，读读书，很安静美好，女人，再忙都应该挤点时间给自己的。没怎么看她在...

什么是优雅，年少时以为优雅是身穿旗袍，说话走路都慢半拍的姿态，后来看到杨绛先

生的“活出自我，热爱自我，就是一个优雅的人，她也会吸引更多相同的人来到你身边”，才明白优雅无关外在，更多的是内心的状态。后来遇到晓雪的《优雅》，优雅是得体而精致的外表，丰富而强大的...

[优雅_下载链接1](#)