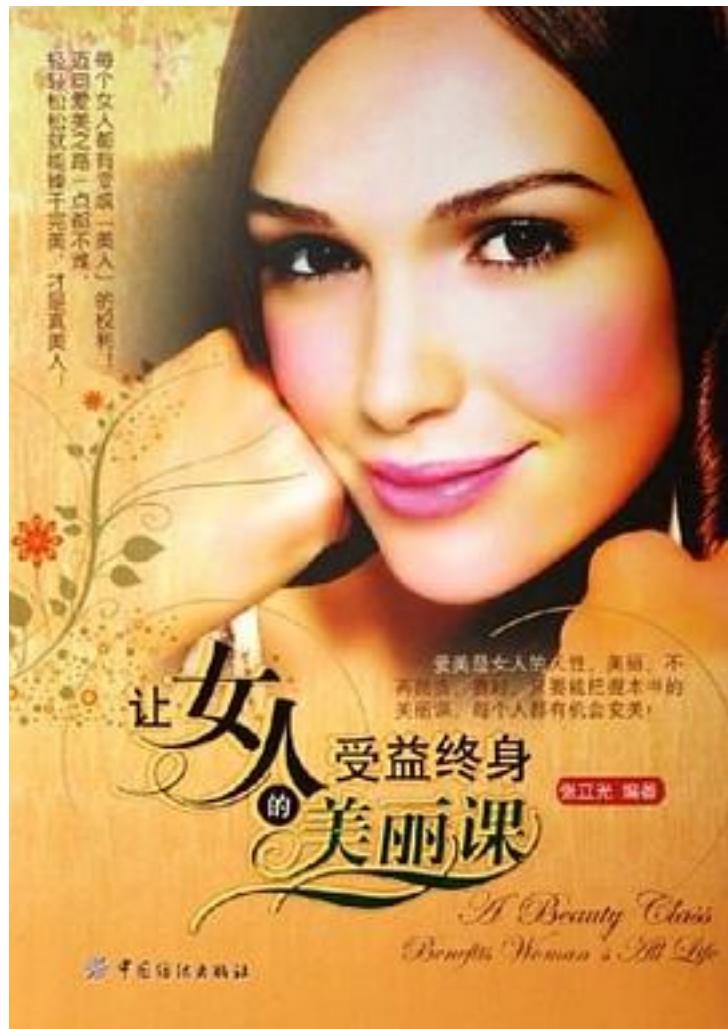


让女人受益终身的美丽课



[让女人受益终身的美丽课 下载链接1](#)

著者:张立光

出版者:中国纺织出版社

出版时间:2007-1

装帧:简裝本

isbn:9787506439374

你的身体现在几岁？想要多一点体力吗？想要好一点的记忆力吗？想要耳聪目明、头发

多一点吗？完成本书为你量身制订的美丽课，你就能年轻10岁。每个女人都有其可爱而伟大之处，我们要抓住这份伟大，把它呈献给生活，使生活更为和谐与美丽。我们要发出自己的光，把每一个平凡的日子过得更加精彩，把每一件俗事变得更富有意义。

本书作者根据自己的职业和切身经历告诉所有的女性：女人不仅能够在事业上取得成功，还能够永葆青春和美丽，这恰恰是所有女性一生追求的目标。作者根据自己的经验总结了10堂女性必修的美丽课，即调整最佳心态、沐浴资深爱情、张扬透明的心灵、寻找智慧女人、做个勇敢真女人、打理健康的体态、塑造迷人的身材、装扮妩媚仪容、浪漫的女人讲情调、别忘记为美丽充电。全书从心态、爱情、心灵、精神素养、寻找智慧等方面探讨了女性所面临的诸多问题，并提出了科学可行的解决办法，本书行文流畅、内容实用，尤其适合女性读者的需要。

作者介绍：

目录：

[让女人受益终身的美丽课](#) [下载链接1](#)

标签

受益

评论

假借书名记录一些文字笔记

[让女人受益终身的美丽课](#) [下载链接1](#)

书评

[让女人受益终身的美丽课](#) [下载链接1](#)