

优雅是一种选择



[优雅是一种选择_下载链接1](#)

著者:徐俐

出版者:漓江

出版时间:2009-7

装帧:

isbn:9787540746087

《优雅是一种选择:听徐俐讲美丽的故事》讲述了：徐俐，铿锵的声音和从容的语调让她万众瞩目，端正的形象和大气的风格使她拥有粉丝无数。缤纷的职场生涯，使她对美丽女人的定义有着与众不同的理解。《优雅是一种选择-听徐俐讲美丽的故事》是她的随笔集，在这里，徐俐以心为笔，对女性的魅力进行深度诠释。精致外表和充实内心，哪一个都是现代女性不该放弃的权利。时尚是一种理念，优雅是一种态度，而这些都来源于认真和执著的心。

作者介绍:

徐俐，中央电视台中文国际频道《中国新闻》资深主播，以爽利干练的播报风格，在海内外观众中享有较高美誉，并在一系列举世瞩目的重大新闻事件的特别报道中担纲主持。全国优秀新闻工作者，国务院特殊津贴获得者，国家播音主持“金话筒”奖获得者，中央电视台播音主持首批“十佳”获得者，以其美好的职业形象和社会形象，成为美丽

新女性的代言人，著有随笔集《女人是一种态度》。

目录: 第一部分 一种可触的美好 那一只优雅的天鹅——伸展你的脖子
用柔和的声音说话——声音是人的另一张脸 这一刻的独特——让别人记住你的味道
胜似闲庭信步——学会穿高跟鞋 不能够的随心所欲——发型因何而变
坦然面对流行——我行我素 准备当家的着装——永远从容
了解我们的形体——美妙穿着从掌握人体结构开始 点滴披挂是文章——怎样选择饰品
可念的购物经——明明白白做女人 以小见大——不可忽视的细节 第二部分
一种诗意的栖息 行者无疆——行走是生命的另一种形式
他者人生——与影像面对面的时光 乐声飞扬——被音乐鼓舞的灵魂
无穷 “悦读”——洒满阳光的快乐 艺术与造型——在琐碎的日子中赋予家庭以美感
巧妇与巧为——用家庭聚餐构建友情氛围 养植与养心——“绿坚强”的信念与希望
养生行为学——让智慧指导我们走向健康
不算题外的话——与女主播、出镜女记者们交流 后记
· · · · · · ([收起](#))

[优雅是一种选择](#) [下载链接1](#)

标签

女性

优雅

徐俐

生活

生活品味

新闻主播

散文

心性

评论

决定拥有经营生活的品格。

优雅也是种融入骨肉的细节

这本散文集未免也太散了一点。不过还好啦，比杨澜陈鲁鱼这些人好多了。

可以当小贴士书。

看不进去啊！前两篇看的还行，第二天还很“要强”地用了一下香水，然后第三天就忘了。再往后的部分，看着觉得好像挺有道理，可是好麻烦！果然懒人就活该像个爷们儿一样活着。。。

#书单# Book 70 《优雅是一种选择》by 徐俐

我个人重点看了关于服饰类的观点，觉得对自己帮助很大，作者主要从几个方面：体态、声音、味道、服饰、旅行、电影来让女性去修炼自己。感觉特别实用的方法不多，蜻蜓点水的阅读即可，建议看新浪读书频道电子书。

小有收获，精致的女人

看的是第二版，不过豆瓣上搜不到。看了这书才知道我的生活是多么的粗糙，脖子上的颈纹已有三条…！一直以来都没有把“我是个女的”这个问题重视起来，真恐怖！比起作者，真是自惭形秽！20岁美丽靠天生，30岁以后美丽靠智慧和修炼，果不其然！

不怎么样。

读这本书是因为爷爷很喜欢这位主持人，说他有气质和我很想。读来觉得很舒服，有一定的沉淀在里面。想起来爷爷就会笑，孙女现在在坚持读书哦，也有期望不能辜负，希望您在那边一切都好。wish 买麻糖的时候也会想到您。

购物是当有所节制，要么不买，要么就买经久耐用的爱品

三星半。在家随手拿起来看的，感受一：作者的词汇、写作风格与她的年代很有关系；二：作者的一些穿衣风格和建议与她的职业新闻主播有很大关系；三：作者确实很爱美；四：作者还有很理性的一面，从买衣服的态度上可见一斑；五：作者在主持人里确实是有深度的，可能跟她有一个有思想有深度的先生也有关系～

网上连载

沉淀之作

精致优雅是如何炼成的，原来所有的美丽都不是随心所欲、简单为之的。为了自己的美丽，付出一些努力是值得的，女人天生就应该努力去完善自己，追求美、追求更美！美丽应该是内外兼修的，无论缺少哪一部分，都不是优雅的女人！所以在生活节奏如此快的当下，除了要注重打造外表还要注意自己的心灵保养！

短小精憾。

我以为女人的极致就是优雅而精致 着装、工作、生活都应该以此为追求
优雅就是追寻美、学习美的心态 与姐妹们共勉

唯一的缺点是、自述、很不好、感觉很做作

书很一般，充斥着品牌，所以有广告嫌疑。可重要的是，这本书是我昨夜在@私奔咖啡院看的，享受这种在闹市中享受一番净土的感觉。静坐无言，各自手捧一本书，这才是最理想的相处之道。感谢给了我如此美妙的夜晚~

kiehl's润唇膏

[优雅是一种选择 下载链接1](#)

书评

只选对的，只选最必需的，这是徐俐的购衣理念。
很适合想追求品质又懒得逛街的我~~~
她还讲到仪态，讲到体形，讲到无论如何不能忍受腹部的赘肉，讲到女人说话的声调，讲到每个女人都应该会几道拿手好菜，讲到如何装饰自己的家，呵呵，女人的优雅真的体现在每一个细节中。 ...

一向追求身上不挂任何东西的我，觉得行动不方便，比如弯个腰什么的，都觉得是个累赘，喜欢一身轻的感觉，看了这本书之后，女人不光只要有气质和内涵，微不足道的小饰品给整体带来的效果真的是不容小视。希望以后能慢慢的改变一下。

平常，不是很痴迷看书，有些流于说教，有些失之真实。
读徐俐的《优雅是一种选择》，确属巧合。先前，只知道徐俐是央视的女主播。
偶然的机，朋友在聊天中推荐我去读《优雅是一种选择》，还煞有介事地认为身为女人都应该去读徐俐的这本书。带着这份好奇，我开始...

优雅是一种选择，文字不多，却字字精辟，从仪态到闻香识女人，再到发型服装以及面对生活的态度，字里行间便已流露出淡淡的优雅女人味，着实为现代女性值得一读的文字~

央视新闻女主播的个人随谈 属于那种小清新风格的
她所叙述的很多秘诀虽然感觉上像是上个世纪的事情 但是原则是亘古不变的
可以读一读 有些提示还是很贴心的 我读的是漓江出版设的版本 封面就是作者本人
感觉造型风格和杨澜很像 不知道作者是哪人 但还是很优雅的女强人咯!

书还是值得一看的。可以了解哪些气场强大，外表光鲜，工作风光的职业女性是如何打理她们的生活的。
窃以为，徐俐只是其中一例。也许有人过得更精彩，有人过得更风光，有人更强大，有人更诗意，有人更洒脱，但徐俐愿意分享出来，便也不拒绝一窥这位名女人的生活感言。
一个利...

[优雅是一种选择_下载链接1_](#)