

放松的女人最美丽



女人最好的保养是放松，心不累、身美丽、活出真自己。

玛丽莲·梦露 安吉丽娜·朱莉
林志玲 赵雅芝

Carefree and Relaxed Woman Is Pretty
把你的心带回家，然后放下，放松……

修炼的
美丽气场

[放松的女人最美丽 下载链接1](#)

著者:叶眉

出版者:天津社会科学院出版社

出版时间:2011-5

装帧:平装

isbn:9787806886588

《放松的女人最美丽:瞬间焕发美丽的场的66个密钥》主要内容简介：美丽是女人一生的必修课。少女时期，你因青春而美丽;轻熟女之后，你因优雅而有魅力。什么样的女人才最美？什么样的女人才最惹人爱？为什么林志玲过了30岁才红透半边天？为什么赵雅芝依然是亚洲人心中的“不老女神”……

全世界最美丽的女人都在修炼的美丽秘笈，不是昂贵的化妆品，不是奢侈的整容术，而是一一放松。放松是女人最好的化妆品，当一个女人真正放松的时候，她会从骨子里散发出一种强大的气场，这种美丽的气场足以气死杨贵妃，颠倒众生！女人累往往是心理上的累，学会放松，享受最美好的自己，你就是全世界最美丽、最快乐、最幸福的女人！

作者介绍：

目录：

[放松的女人最美丽 下载链接1](#)

标签

女性

修养

心态

心灵成长

还要读的

光是封面就叫人觉得美了~

健康

2012

评论

书单# Book 39 《放松的女人最美丽》 by 叶眉

在我最不放松时，给自己设了个目标，要变的很放松，最初以为自己很傻，怎么天底下还有人连放松都不会呢，看，有人写了这本书，说明不懂得放松的人不止我；无数次的读；无数次的思考；简单的放松在我这里成了难题，这书确是实用，我慢慢懂得放松了，感恩

放輕鬆

我忘记讲什么了

还行吧。。。

最近开始喜欢上这类小散文了。精美的封皮，厚实的纸张，单单拿在手上，就有一种想读的欲望。本书贴近生活，比较实用。下笔虽说不上文采飞扬，但观点也算高屋建瓴了。美中不足是印刷出现了个别错误。

可能看过很多类似的书了，这本书上的观点大多都看过不止一次，所以帮助不大。

男人的话，要看，不要听。

受益匪浅！

做一个放松的女人...看似简单，实则需要努力啊..

还是有一点方法论和干货，还以为是鸡汤读物

好！

明年20岁，送给自己的一本书。还不错

看了两遍，也推荐给朋友看。

做一个美丽的自己，懂得享受生活。

[放松的女人最美丽 下载链接1](#)

书评

比较冷门的一本好书。

看书名和设计以为是东抄西袭拼拼凑凑的女性励志读物，没抱什么期望。
读下来倒是觉得干货不少，没有什么烂俗的禅意深远的故事，没有都市的爱恋狗血，很多东西大概就是作者做女人的真心体悟，所以写的简单也容易在实践中应用。
在现世之中保持黛玉的气质是...

[放松的女人最美丽 下载链接1](#)