

《好修养因你而不同》

图书基本信息

书名：《好修养因你而不同》

13位ISBN编号：9787119069913

10位ISBN编号：7119069918

出版时间：2011-7

出版社：外文出版社

作者：歌斐木

页数：234

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.tushu000.com

《好修养因你而不同》

前言

良好的修养是人立身处世的根本。修养的本质如同人的性格，最终必然归结到道德品质上，因此一个拥有良好修养的人，也必将是受人信赖的人。修养，不但反映在内在的情操上，还反映在外在的待人接物中。古人形容良好的修养为“冰融于水”，与人接触亲和宽宏，温良谦恭，使人有如沐春风的感觉。修养并非为了世俗需求的手段，而是使自身达到内心平静与外在接物的统一。人自身拥有非常大的可塑性，每天改变一点，能够日臻完善。内在的提高和外在的锻炼交替进行，从而能使人产生心灵的体验，最终成为精神的贵族。修养之于人的内心，犹如食物之于人的身体，是不可或缺的东西。一个修养不高的人，或者缺乏修养的人，则犹如饱受饥饿摧残的身体，空乏而无力。而一个有良好修养的人，则不但拥有绅士淑女的风度，而且有平静恒定的内心，面对现实中的各种波折与困难，都能泰然处之，冷静对待，最终妥善解决。源静则流清，本固则丰茂；内修则外理，形端则影直。好的修养由内及外，使人拥有独特的风貌。古之先哲无不从修养上提高自己，其中道家学派的创始人老子点化阳子居的寓言颇能道出“修养”之真意。某日，老子骑青牛至大梁(今河南开封)郊野，忽见一人跪于牛前，口呼先生，原来是私淑弟子阳子居。老子问他：“你近来所忙何事，以什么事为最重要？”阳子居回答：“购置房舍，整修田产，招纳仆役，以聚敛钱财为首。”老子笑言：“置房产则仅供卧身，修田产则仅供果腹，招仆役不过显示排场，据敛钱财不过是为了满足上述需求。这些都不能帮助你拥有平静的内心，也不能帮助你解决遇到的困难，只有修身才是第一要义。”阳子居反驳说：“修身养性，坐需寂静，行需松弛，饮需素清，卧需安宁，非有深宅独户，何以能如此？置深宅独户，不招仆役，不备用具，何以能独处？招聘仆役，置备用具，不聚敛钱财，何处来资-i-？”--老子大笑，对这个弟子连连摇头，只能伺机点化他。老子又问阳子居准备去何处，阳子居说去南方，老子也正欲去南方，二人正好结伴而行。不久，一条河就挡住了他们的去路。渡口有一条船，等待渡河的人很多。老子牵着牛先上，阳子居紧随其后。老子面容慈祥，笑语殷殷，言辞恭谨却不媚，声调清爽却不流于油滑，不论是船上的贩鞋老翁，还是富商大贾，均与其谈笑甚欢。而阳子居则趾高气扬，目空一切，船主为其奉茶献坐，船客恭谨而畏惧，无人敢与之交谈。过了河，老子叹息说：“你刚才的神态，昂首挺胸，唯我独尊，真是狂妄自大，孺子不可教也。”阳子居听了老师的话，十分惭愧，说：“请先生训诫。”老子说：“有良好修养的人，与人相处，若冰释于水，了无痕迹。你刚才态度狂傲，虽然令人畏惧，但却德不到尊重；虽然令人俯就，但却使人不齿。大家貌似尊重你，但却疏远你，这是十分危险的。”阳子居大为羞愧，说道：“弟子以后一定改过，秉承先生教诲。”老子见他态度恭谨，言辞恳切，说道：“孺子可教也。”然后继续说道：“人者，生于父母之身，立于天地之间，自然之物也。贵己贱物则背自然，贵人贱己则违本性，等物齐观，物我一体，顺势而行，借势而止，言行自然，则合于道矣！”老子在这里所说的合于道，就是指内外统一的修养。由此可见，一个人的外在修养是多么重要。本书从礼仪、言辞、性情、心态以及职业修养等诸多方面论述了修养对人生的重要性。修养有三重境界：其一在形象，仪表整洁，彬彬有礼；其二在气度，圆润亲和，受人欢迎；其三在人格，品质纯正，令人诚服。好修养赋予一个人独特的精神气质，使人格调高雅，闪烁出内在的魅力。好修养体现了一个人的内涵，是一个人受良好教育的体现。

《好修养因你而不同》

内容概要

修养体现了一个人的内涵，是一个人受良好教育的体现。

修养有三个境界：其一在形象，仪表整洁，彬彬有礼；其二在气度，圆润亲和，受人欢迎；其三在人格，品质纯正，令人诚服。

《好修养因你而不同》

作者简介

歌斐木，本名尚论聪。1981年生于中国西部，现居北京。酷爱古典文学和哲学著作，高中时代开始发表诗歌、散文作品。大学毕业后曾一度在平面媒体担任记者，著有旅行散文集《一路向西》，编著有《你的魅力来自口才》，《你的魅力来自幽默》《孟子品读》等书。在《齐鲁晚报》、《焦作日报》《特别关注》等各类报刊杂志发表诗歌、散文、书评二十余万字。现从事剧本创作与图书策划工作。

《好修养因你而不同》

书籍目录

礼仪——修养的圭臬 握手礼的尺度 迎送客人的礼仪 介绍他人的礼仪 求职的礼仪 职场中职员与领导的礼仪 业务人员的基本礼仪 商务往来中的礼仪 符合礼仪原则的举止 仪表美是内在美的反应 合理的着装是对别人的尊重 中餐宴会的礼仪 西餐宴会的礼仪 绅士风度首重礼仪语言表达——修养的镜子 礼貌是交谈的基础 真诚是交流的原则 开玩笑要分场合 学会婉转的表达 真诚的赞美拉近人际距离 倾听也是一种语言 “快人快语”是社交大忌 不当的拒绝方式会造成伤害 巧妙的批评更容易被人接受 不谈论他人的隐私 在办公室应该多用敬语 高贵品格——修养的灵魂 诚信是立身之本 孝敬父母是一种美德 坚守自己的原则 坚强的意志受人尊重 宽容别人幸福自己 抛弃虚荣的外衣 谦虚更容易获得认可 不要害怕吃亏 做人黑白分明做事光明磊落 帮助别人自己获得快乐 恒敬人者人恒敬之恬淡性情——修养的至高境界 学会控制愤怒情绪 走出负面情绪的阴霾 放下牢骚和抱怨 微笑让生活充满阳光 亲和力使人如沐春光 幽默浇开心灵之花 偶尔糊涂是一种智慧 让快乐成为一种习惯 认真做事但不钻牛角尖 低调能赢得更多回报韧性精神——修养的终极 保持灵性的心态 修炼一颗耐得住寂寞的心 做心灵的强者 时刻保持平常心 拔除浮躁的毒刺 从另一个角度看人生 勇于面对挫折 在困难面前不屈服 荣辱不惊淡泊明志 适度控制个人欲求 职业修养——引领你走向成功 专注成就梦想 自信是成功的保障 相信自己是最棒的 思考帮助你超越自我 不要放弃自己的梦想 恪尽职守成就辉煌 勇于担当责任 不把今天的工作拖到明天 坚持自己所选的道路 好人缘是事业发展的纽带 不要刻意显示自己的才华 不要占公司的小便宜 培养团队精神 好修养从细节开始 修养的关键在于细节 小动作是修养的大忌 守时是最起码的修养 小事是成就大事的基础 善于维护他人的自尊 节俭生活赋予修养更深的内涵 强人所难容易留下坏印象

《好修养因你而不同》

章节摘录

版权页：插图：我们每个人对未来都有一份梦想，不同的梦想会造成不同的结果。我们对生活的安排受很多因素影响，其中尤以对梦想的影响最深远。有一位心理学家曾经认真地反复思索：当人们处于危险的境地时，究竟是什么力量让少数人活了下来？他首先列出了几项可能的因素，诸如健康、体力、家庭结构、智力、生存技巧等。最后他发现，这些因素都不是最重要的，真正重要的因素只有一个，那就是对未来梦想的追求，对梦想的执着是让他们活下来的主要力量。研究显示，那些有梦想的人们，无论在学业上，还是在实际生活能力上的表现都较为优秀；而那些对未来有强烈信念的团队的表现，也同样比较出色。事实正是如此，对梦想的追求不仅是创造力的最佳表现，也是人类行为的主要动力。有梦想的人，眼光能够超越现状，能够想像尚未发生的事情以及树立理想的自我形象。也就是说，他们生活的基础不再只有经验与知识，还包括想像力。一位穷苦的牧羊人领着两个年幼的儿子在放羊。这时，一群大雁鸣叫着从他们的头顶上飞过，他的大儿子眨着眼睛羡慕地说：“要是我们也能像大雁一样飞起来就好了。”小儿子也对父亲说：“做个会飞的人雁多好啊！那样就不用放羊了。可以飞到自己想去的地方。”牧羊人沉默了一下，然后对两个儿子说：“你们还小，只要不断努力，就一定能飞起来，去想去的地方。”

《好修养因你而不同》

编辑推荐

《好修养因你而不同(图文版)》：修养体现了一个人的内涵。是一个人受良好教育的体现。修养有三重境界：其一在形象，仪表整洁，彬彬有礼；其二在气度，圆润亲和，受人欢迎；其三在人格，品质纯正，令人诚服。好修养赋予一个人独特的精神气质，使人格调高雅，闪烁出内在的魅力。

《好修养因你而不同》

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.tushu000.com