

<<西蔓美育观点>>

图书基本信息

书名：<<西蔓美育观点>>

13位ISBN编号：9787508636917

10位ISBN编号：7508636910

出版时间：2013-1

出版时间：中信出版社

作者：于西蔓

页数：159

字数：139000

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：<http://www.tushu007.com>

<<西蔓美育观点>>

前言

前言2011年，我提出了“美育中国”的概念，并把它作为“西蔓色彩”的理念。

经历了15年美的创造和传播，心路渐长，我越发坚信美对于人的重大影响。

从最开始的形象扮靓，到如今的美育人心，跨进了一大步。

15年前，在灰白的单色调上涂抹色彩是燃眉之急，15年后，随处可见的丑陋则让人惊心。

中国的美又有了新问题。

外在美给人愉悦极其重要，但内在美更应是长水之源、乔木之本。

美似乎天生而来，又似乎后天而就。

但无论如何，一个人内若不修，即便美貌万分，也算不上大美之人。

想起鲁迅先生弃医从文，说中国人的身体孱弱不可怕，精神状况才让人忧心。

精神失落之人，纵有强壮的身体，亦是强壮的亡国奴，更可悲。

我倒是难有大先生的志向，但从事美的事业，总要学于斯精于斯，不能原地踏步，因此一直抱有从来不忘的使命感。

什么是美？

合乎“礼”即为美。

从人类往腰间围上第一块兽皮时起，美就在人的心中萌芽，人也就被定了性，成为“向礼而生”的产物。

钱穆说：“中国的核心思想就是‘礼’。

”中国的礼文化导引出的仁厚善良和包容之心，如同一个人坚毅的脊梁，支撑着千年华夏，使其几经苦难终未磨灭，但历史不能重来。

中国绚烂的礼文化因时代的兴衰沉浮，遭遇了百年文化断裂。

当鞠躬作揖已挡不住炮火也换不来国泰民安时，“自顾自”的活法便成为当时最现实的生存法则。

而这百年沉浮，让我们遭遇了继承礼仪文化遗产的障碍。

今天，我们重拾美育话题，便是为了复兴文化。

文化的修复与复兴，是一个缓慢的进程。

在当代，更有赖于深刻的文化意识和坚定不移的价值观及行为推动。

百年的文化失落，意味着须经几十年甚至上百年的努力，才有可能续接断脉的文化。

而我想，每一个有觉知的中国人，都会乐于承担这份责任。

美，是对丑陋的摒弃，对真伪的辨别，对爱的承诺，对生命的豁达。

这是每一个中国人都希望树立的美育信仰。

美育发生在生活里，生活是美的熔炉。

美淬炼于此，也在此闪耀，让我们得以观美润心，立天定人。

培育生活之美，衣食住行都在里面。

穿什么样的衣服美？

怎么吃显得有品位？

言行中如何规范自己？

应该有什么样的生活格调？

怎样修养进阶？

细节决定美的品位，在生活中慢慢培育递进，持之以恒，终能升华，一个真正的大美之人方能闪现。

修养来自平日的积累。

生活细小处最见人的修为。

因小而积大，量增而质变。

对生活细小繁碎之处的美的坚持，将渐渐肥沃内心美的土壤。

心里盛开了花朵，举手投足间便会散发出美的芳香。

中国之美，在于我们从灌溉心底那颗美的种子做起。

于西蔓

<<西蔓美育观点>>

内容概要

一个人有什么样的品位和修养，决定了他穿什么样的衣服，有什么样的兴趣爱好，交什么样的朋友，过什么样的人生。

不断品酌美，习得美，是每个人的毕生课题。

这是一本关于如何让自己从内到外变美的书，它涵盖衣食住行的方方面面，教人们如何领略生活的美，如何把美施行到自己的一言一行中，更重要的是，如何避免那些丑的行为，给自己以警醒，让我们都成为美的存在。

西蔓美育观点：

贵族文化，并不是指有能力消费，而是意味着见多识广、精神高贵、情趣高雅以及对细分与规矩的理解、制定与遵守。

买奢侈品之前，一定要“好自为之”。

不在于你知道多少、拥有多少牌子，而在于你是否明白站在什么样的高度，才能与奢侈品相处。

任何“速成”，都容易使精神膨胀，造成文化的浅薄化。

一个好男人，一辈子不先通过一款定制的西装，从镜中看到自己至高无上的华彩，就会走很长的弯路，后面的品位人生就万难开启。

自助餐堪称最考验人的文明程度的一种吃法。

插花，是女人与美对话的捷径。

女人学会了插花，渐渐地，捧出的就不是作品了，而是盛开在自然当中的丰富的生命。

.....

<<西蔓美育观点>>

作者简介

于西蔓

著名形象专家、色彩专家。

“美育中国”倡导者。

现任北京西蔓色彩文化发展有限公司董事长、中国流行色协会副会长、全国市长培训学院客座教授、北京市东城区政协委员。

1998年海外归国后创业，培育出权威形象服务品牌“西蔓色彩”。

多年来抱着“美育中国”的理念，为明星主持、政商各界人士提供私人形象服务；在著名学府、企业及政府主办的市民文化大讲堂演讲，强化人们对视觉资产的科学与文化价值认知；开办“西蔓时尚教育”，输出近2万名形象顾问、家居美化顾问、色彩搭配师、陈列师等，成为视觉美化领域重要的人才输出基地；率领环境色彩设计专家团队，为北京、大同、长沙、无锡、伊春、徐州、烟台、福州、泉州等众多城市进行城市色彩规划，为政府美化城市景观提供了诸多科学管理工具，其理念与业绩广受大众与媒体的欢迎与赞誉。

<<西蔓美育观点>>

书籍目录

第一章品：行不端，理怎正？

- 1 在天地大美中寻找信仰
- 2 一夜能暴富，三代出贵族
- 3 精神高尚，才能与奢侈品相处
- 4 谁决定了孩子们穿运动校服？
- 5 中国人为什么这么爱“抱臂”？
- 6 可怕的“路过文化”
- 7 随手拍“美丑”，摆脱美丑纠缠
- 8 品格书现象，说明品格在缺失？

第二章衣：三代会穿，你会了吗？

- 9 你住在你的衣服里
- 10 经典，才是男人的穿衣逻辑
- 11 男人最怕肩软脚柔，失去刚毅
- 12 高跟鞋让女人有自信
- 13 装嫩，不能靠黑裤花衣！
- 14 无龄感，是“装”出来加“妆”出来的
- 15 衣橱换色吧，不会玩雅的中国人！

16 和服源于中国唐代，而华服在哪儿？

17 形象，是人的“近现代史”

第三章食：吃有吃相，你有吗？

- 18 餐桌艺术，是文明的刻度
- 19 饭后的餐桌，被“狼吞虎咽”过？

20 自助餐，请“自助”自尊！

21 餐厅里乱跑的男孩儿，为什么不管？

22 肉战

第四章住：家如其人，你的家像谁？

- 31 恶行是万丑之源
- 32 洗手间与脸面的距离并不远
- 33 无礼的打车情侣让古城蒙羞
- 34 赶车重要，就别来听音乐会！

23 你有什么，你家里就有什么

<<西蔓美育观点>>

- 24 把自然之美“自然地”导入家中
- 25 无书缺氧
- 26 无藏无魂
- 27 好的家是有气质的！

- 28 小东西也不能乱买，关乎美育
- 29 没有色彩感的家，爱的能量不够！

- 30 慎重照搬异国家文化
- 第五章 行：行不端，理怎正？

- 31 恶行是万丑之源
- 32 洗手间与脸面的距离并不远
- 33 无礼的打车情侣让古城蒙羞
- 34 赶车重要，就别来听音乐会！

- 35 电梯虽小，也有秩序
- 36 别让手机成为“暴力工具”！

- 37 握手时千万别伸“死鱼手”！

- 38 公共场合要有美的腿姿
- 39 打鼾带来的“轰鸣压力”
- 40 窗口是脸，必须天天洗
- 41 学会愤怒管理，控制情绪
- 42 营销轰炸要有“度”
- 43 会没开完，人走光了！

- 44 被会议装饰熏晕！

- 45 老板们醒醒吧，别对美不屑一顾！

- 第六章 雅：臻于细节，你可以更美
- 46 别被生活方式绑架
- 47 喝下午茶，找回从中国走出去的优雅
- 48 用勺喝咖啡？
- 谈谈喝咖啡的戒律
- 49 多去博物馆，感受生命的神奇
- 50 看名画，体味时尚进程
- 51 电影，是有关生活方式的教科书
- 52 会插花，是女人与美对话的捷径
- 53 精神既有高度也有宽度
- 54 时尚，就是享受生活
- 后记

<<西蔓美育观点>>

章节摘录

版权页：插图：没色彩感的家，爱的能量不够！

研究家居用色，在我的工作范畴之内。

我发现色彩之于家居，应了托尔斯泰的那句名言，真是会用的人家，给人的舒适美感“都是相似的”，而不会用的人家，“各有各的不幸”。

会玩色的人，会借助光的照射，把家中色彩带来的能量释放出来，让人徜徉其中。

而不会玩色的人，可能见得到光，却得不到光与色彩融汇所带来的爱与美的辐射。

不会用色的家，无非走向两个极端，一个是不敢用，一个是滥用。

前者还好说，顶多“四白落地”，后者则比较惨了，因为不懂颜色的心理抚慰功能，该沉静的空间，用了躁色，该热闹的空间，用了冷却色，效果适得其反。

除了舒适悦目，家居的用色还有多大影响力？

我们学院请英国的讲师来上AURA—SOMA（灵性彩油）的家居色彩搭配课时，我专门去听了一下。

听外国人讲家居色彩搭配，总会有不一样的视角，也很有趣。

按那位绅士有些夸大的话来说，家居的色彩应用对整个社会的稳定都是有影响的。

家里选对了颜色，人自然心情舒适，夫妻举案齐眉；相反，用错了色的，则身心与周遭环境得不到契合，容易让人烦躁易怒，日子久了，就会影响到住在里面的人的感情。

所以那位绅士说：“你们看全世界英国的离婚率是很低的，为什么？”

就是因为家里都用对颜色了。

”这不禁让人莞尔，但细想起来，还真是有一定的道理。

色彩的能量真是不能忽视。

在国内，很多人都开始重视对家居的设计装饰。

我们开居室软装顾问的教育课程时，满堂坐着的，竟然都是想学完课程后装饰家的人，而非我们预想的想以此为职业的人。

可见装饰家的烦恼极其普遍。

课堂上的提问也很有趣，比如有人问：“为什么我家里做不出星巴克咖啡店铺里那样的感觉呢？”

”我记得我单纯地回答她：“因为你没用色。”

”色彩是花不了什么钱却能带来高附加值的東西。

你对家里抱什么样的梦，色彩就像个忠实的仆人，马上会为你实现。

色彩是为主题服务的，每种主题下，都会有一群确切的色块去为它服务，所以“家的主题”的确立，在于主人的需求。

当你有了明确的主题后，那些色彩为你释放出能量，你便会感受到一种水乳交融的和谐感。

我们对家的愿景，都是温馨、干净、漂亮、浪漫、高贵，其实总结起来就是一个字，那就是“爱”。

爱才是家应该永恒追求的颜色。

媒体关注与评论

自古以来，中国人是最懂“礼”的人，也是受“礼”的戕害最大的人。
清末至今通过种种矫枉过正的行为，中国人几乎快沦为全球最不懂“礼”的人了。
现在终于又有人要由外而内，由内而外引导中国人重新学“礼”、懂“礼”了，这个人就是我的朋友于西蔓。
懂礼而不做作、不迂腐，从阅读这本书开始。
——正和岛创始人兼首席架构师刘东华

<<西蔓美育观点>>

编辑推荐

《西蔓美育观点》是继《西蔓美丽观点》畅销20万册后又一倾心力作。
于西蔓：她是中国顶级形象管理顾问，创办中国形象顾问的“黄埔军校”——西蔓色彩；她是央视主持人的私人形象顾问，央视《购时尚》嘉宾评委；她还是世界500强企业的色彩服务专家。
《西蔓美育观点》首次提出“美育”一词，外在美给人愉悦，内在美才是长水之源，涵盖衣食住行的各个方面，教我们如何全面培养上品的审美、良好的气质与优雅的形象，成为一个懂生活、享受生活的人。

<<西蔓美育观点>>

名人推荐

自古以来，中国人是最懂“礼”的人，也是受“礼”的戕害最大的人。
清末至今通过种种矫枉过正的行为，中国人几乎快沦为全球最不懂“礼”的人了。
现在终于又有人要由外而内，由内而外引导中国人重新学“礼”、懂“礼”了，这个人就是我的朋友于西蔓。

懂礼而不做作、不迂腐，从阅读这本书开始。

——正和岛创始人兼首席架构师 刘东华

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:<http://www.tushu007.com>