

## <<你的形象何止百万>>

### 图书基本信息

书名：<<你的形象何止百万>>

13位ISBN编号：9787565407765

10位ISBN编号：7565407763

出版时间：2012-6

出版时间：朱美娥、 矫芙蓉 东北财经大学出版社 (2012-06出版)

作者：朱美娥 著

页数：205

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>

## <<你的形象何止百万>>

### 前言

胡锦涛同志在清华大学百年庆典大会上的讲话强调，大学具有育人、科学研究、社会服务、文化传承与创新的职能，这是对大学功能的科学定位。

中国自有大学的历史以来，高校除了履行育人、科研和为社会服务职能外，事实上就成为文化阵地，凡风气由其首开先河；高校教师作为教书育人的一族，亦被视为社会的脊梁，担负着神圣的文化更新使命。

进入全球化时代以来，面对国际竞争的大趋势，高校在培养国际化人才的同时，更要着力提高大学生们的思想道德素质，科学文化素质和健康素质，努力培养他们成为有理想、有道德、有文化、有纪律的，德、智、体、美全面发展的中国特色社会主义事业建设者和接班人。

这既是我们新的使命，也是我们参与国际竞争的软实力。

江西财经大学的教师们，长期秉承“信敏廉毅”的校训，凸显“诚信为本，敏学为基，廉洁为镜，坚毅为魄”，力求“信而达礼，敏而好学，廉而知耻，毅而弥坚”，在教书育人、培养国际化人才的事业上积极探索，各显特色，成效显著。

作为具有强烈社会责任感的朱美娥教授，在这方面一以贯之，不断追求。

其从多学科中获得灵感；并融汇社会学、心理学、经济学和哲学等学科的文化，采撷西方文化中的精华，形成其独特的理念和思考，撰成此书。

该书核心理念是：形象作为一个人综合素质的结晶，它超越了身外的成功，而上升为一种哲学和智慧，现代教育的本质就是要使人得智慧。

站在这个角度来说，形象不再是功利，它没有一劳永逸的终点和归宿，而成为我们人生的标杆。

事实上，正如书中所强调的，置身于现代社会，无论我们认为从外表衡量人是多么肤浅和愚蠢的观念，但社会上的一切人都每时每刻根据你的服饰、发型、手势、声调、语言等自我表达方式在判断着你，它无时无刻不在影响着你的自尊和自信，最终影响着你的幸福感。

而且，社会的“成功形象”的模式，以及传统行业的商务礼仪等，已经成为一种潜在的国际公约；谁不了解它，谁就不懂得商业路线中至臻完美的境界；谁不遵循它，谁就可能从这场游戏中出局。

该书的第一大特色，在写作上摒弃了说教的模式，而是以谈心的口吻娓娓道来；第二大特色是理念结合实践，作者置身书中，以亲身的经验示范于人；第三大特色是图文并茂，更加直观，易于学习。

鉴于此，特推荐给广大读者。

本书的出版有利于人们深化对“形象”作用的认识，强化树立良好形象的紧迫感，并学会如何确立人生标杆，实现自我价值。

## <<你的形象何止百万>>

### 内容概要

《你的形象何止百万》亲爱的读者诸君，当你看到我的书名的时候，请不要误会我又是在强调励志、成功的老套，如果那样的话，何劳我来增加一些陈词滥调。

那些话虽然好，但就像一块口香糖一样，嚼久了总是会没有味道的。

在我的书里面，强调的是个人形象的培养和提升，它代表的是一种高尚的品格，也是作为一个人他所必需具备的健全的人格；但这种人格不啻于道德那么简单，它还具备审美的价值、品位的欣赏，由内而外，照耀他人。

卞之琳的诗中道：“你站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你。

明月装饰了你的窗子，你装饰了别人的梦。

”我觉得，这种形象也就如世人眼中的“大器”，它需要经由毕生的雕刻和历练，并且永不褪色。

它不像红颜易褪，也不似青春短暂，反倒老而弥坚。

因为它是由心灵和持守铸就的，是永不消逝的梦想。

如果你追求这种形象，你的生活不需要目的，它远远超越了成功。

## <<你的形象何止百万>>

### 作者简介

朱美娥，教授，研究国际商务礼仪多年，不意迈进形象学领域，并由此开启了自我。

近年来讲座颇受欢迎，尤感形象如水，至深至善。

潮妈"、"娥姐"就在这本书里和大家分享智慧和收获。

矫芙蓉，长期从事油画创作研究，作品被国内外多家艺术机构收藏。

有幸参与本书绘画部分创作，在这个过程中感受了文化与艺术的碰撞，感受了文化的脉动与美的真谛，感受了"娥姐"的人格魅力，并重新体会生存的形态和成功的意义。

我将是更加美丽的芙蓉。

## <<你的形象何止百万>>

### 书籍目录

[理念篇]第一章 形象学——一门弥补了成功学空白的新学科第二章 形象——超越成功的追求第三章 国民形象——国家的软实力第四章 健全的人格——形象塑造的核心要素第五章 优雅——形象的外部审美第六章 慈善——当代人形象构建之道德精髓[实践篇]第七章 形象塑造之“第一印象”效应第八章 形象塑造之语言功力第九章 形象塑造之形体训练第十章 办公室个人形象塑造第十一章 跨文化交往中应遵守的礼貌礼节第十二章 跨时代的中国传统礼仪参考资料后记

## &lt;&lt;你的形象何止百万&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：不知道什么原因，"优雅"这个词与我们久违了，它已被名牌、奢华和娱乐化所取代。

当我今天谈这个问题的时候还似乎有一点点顾虑，怕被人误解为在宣扬小资产阶级的生活方式（其实小资产阶级就是中产阶级，一个富裕的社会，中产阶级层应该占到绝大多数，他们有条件追求高品位的生活方式，但既不同于富裕阶层的奢华，也有别于穷人的节俭；在西方社会，中产阶级是被肯定了的、健康向上的一个阶层，很多人努力奋斗就是为了进入它的行列）。

毕竟我们已经脱离了阶级斗争的年代，正在建设文明社会，讲究优雅是人的进化，粗鄙化是贫民窟的产物，这于我们应该是一种常识。

优雅首先以外部形式表现出来，它可以是高雅的气质，也可以是彬彬有礼的举止；可以是善解人意的谦让，也可以是激情洋溢的语言表达；可以是对他人的痛苦发自内心的怜悯，也可以是在谎言面前的义正词严。

但它必须是内在品质散发出来的无意识，是完美人格的综合体现，是品位修炼的自然展示。

它截然不同于刻意的寻求和矫揉造作，而是一种忘我的境界。

然而，它又往往表现在小节上。

日本人喜欢说："人不跌于山，而跌于蚁冢。"

"中国人更进一步说："一屋不扫，何以扫天下。"

"这都是强调不拘小节会带来恶劣的后果。"

而且，久而疏之，习惯成自然，又会渗透到思想意识当中，导致愚蠢堕落的思维方式，最终污染到一个人的灵魂。

据说中国旧时士子出门混江湖，要必备四大件，即"一团和气，两句歪诗，三斤黄酒，四季衣裳"。

这固然有些粗糙，但也算是拘重小节的表现，或者说是农业社会时的游戏规则了。

而今日商业社会，全球经济一体，主流世界强调文化智商，我辈不可蒙昧不开。

不可以"咄咄逼人"、"得理不饶人"、"痛打落水狗"的强势作风来取代。

优雅和"品位"；亦不可以"一石三鸟"、"声东击西"、"美人计"等中国式的谋略来迎战国际游戏规则。

须知这样做往往是本末倒置，将手段作为目的来使用，没有长期效益；更大的损失则是破坏了中国人的形象——那万金难求的无形资产。

说到今日国人的品位，美国学者薛涌有一个很精辟的观点，他通过分析中美精英在时尚方面的大异其趣，指评中国精英们缺乏精神修养。

他指出：所谓"精英"，一是高科技集中，一是文化前卫，两者的相关性甚强。

所谓"文化前卫"，就包括在新经济竞争中的成功者特别喜欢从事极限体育运动。

因为成功意味着奋斗，意味着过程，所以你的整体生活格调，都应该体现出你正在这种奋斗的过程中，这才叫做"酷"。

所以，在美国，精英们的生活趋势是：骑车渐成高中产阶级的时尚，高尔夫则开始在劳动阶层大为流行。

在美国的河上，开着汽艇的往往是蓝领，而在那里吭哧吭哧地划船的往往是些白领精英。

而在中国则是另外一回事，成功意味着摘取果实，坐享其成，成功者仿佛都进入了既得利益集团。

所以，成功者的文化，以享受为上，比如到宴会上"吃香的喝辣的"，去捏捏脚，或者打打不需要太大体力的高尔夫，觉得自己很"上流"。

一些豪华的会议往往提供这种服务，骑车反倒成了很土的生活方式。

白领早衰，居然成了社会问题。

与此相对应：西方富人留下的印迹，是文艺复兴时期的建筑和雕塑，是哈佛、耶鲁等名校，是卡内基音乐厅、图书馆。

而中国的富人们留下的印迹，则是。

二奶村"和豪华墓地。

<<你的形象何止百万>>

## &lt;&lt;你的形象何止百万&gt;&gt;

## 后记

说到本书的写作，不能不提到加拿大形象设计师英格丽·张的著作——《你的形象价值百万》对我的启发。

夸我者谓我厚积薄发，但我心知这是无数次寻觅之中的顿然幡悟，亦可说是对该书理念的强烈回应吧。

一直以来，我都在阅读各种被喻为“心灵鸡汤”的美文，我感觉自己的肉体虽然依照自然规律在不断地变老，但心灵却成了老子所形容的婴孩般的“赤子”状态，单纯而又忠诚。

90后作者蒋方舟小姐曾撰文评论，有的人一眼看过去就知道是经常阅读《读者》的，似乎是调侃成年人的幼稚。

但我很悦纳这种说法，在下正是此种人。

当我处于这种境界的时候，我甚至感到自己找到了幸福的源泉。

“幸福即自足”，不是吗？

这是亚里士多德说的。

我强调这些是为了表明，我的思想曾受惠于很多作者的熏陶和启迪，我首先要向他(她)们致谢！

接下来，我要分别感谢那些在我的写作过程中给予我无私帮助和鼓励的领导、同仁、朋友。

首先，我要感谢我的合作者、为本书担任绘图的矫芙蓉老师。

没有她的妙笔，本书将缺少风采。

她甜美的笑容和一丝不苟的工作态度感人至深，以至于我有一次不由自主地对她说：“你真是上帝派来帮助我的人！”

其次要感谢屡为书稿谋篇布局、纠偏改错的张波教授。

张教授可说是我书稿的第一位读者，其文字的功底深厚，下笔如神，常令晚辈汗颜。

以张教授的资深背景，却对拙作细致入微，付出辛勤劳动。

我不仅要感谢他，更要学习他低调庄重、诲人不倦的君子之风。

另一位对本书稿不吝赐教的是伍世安博导。

他在极繁忙的教学工作中特别抽出时间来与我探讨，提出他中肯的意见，使我获益良多。

还有江西财经大学党委书记廖进球教授欣然为本书作序；校长王乔教授不仅表示要大力支持本书的出版，还对本书的字体大小、版面设计都提出了独特的见解。

对于他们的鼓励和谦和的作风，我是既感谢又感动的。

此外，还要感谢国贸学院的现领导们，他们一如既往地支持我，给我提供多种方便。

从前，国贸学院是我事业的平台，现在它成了我的“娘家”。

不能忽略的还有现在北京工作的江西财经大学研究生汪建雄和付苏颖。

当年他们从北京来看我，极力怂恿我写一本有关礼仪的书，并发表了很多高见，打动了我的心。

若非学生的鼓励，我不会那么快下决心做这件事。

可能他俩不以为然，但我没有忘记。

其实做一件事情的动力，不仅来源于本身的追求，也来源于外界期待。

在我的家乡上饶，有着一群翘首盼望我的朋友，她们是我书稿的第一读者。

特别是我当年在中学教过的学生罗丽屏女士，三十多年来一直对我行弟子礼，我的书稿予她不啻是精神食粮，令我诚惶诚恐，深感不配；另一位是大学的学生程伟峰女士，十多年来视我为良师益友，尊重有加，鞭策着我要加倍努力，不能误人子弟。

最后，我还想借“后记”的一角来感谢我的家人。

那爱我爱到自己卑微、即使我在困厄中也以我为荣的父母亲，那曾负重养家、中年即已衰老的兄长学亮，如今都已不在人世；但他们的在天之灵一定会看着我，为我的每一点成绩欣慰。

我无法用语言来表示对他们的感谢，唯有用对他人的爱来奉献此心。

我的姐姐月娥，虽然没有读什么书，但却世事通明，懂得文化。

她对本书的欣赏过于她身边的年轻人。

感谢大姐一直以来的关心和鼓励。



<<你的形象何止百万>>

还有与我双胞胎的妹妹红梅，小妹美玲，她们都遗传了父母的基因，懂得艺术欣赏，尤其在音乐方面无师自通。

我在写本书时深受她们的影响。

感谢她们以我为荣，我也以她们为荣。

朱美娥 2012年2月

## <<你的形象何止百万>>

### 媒体关注与评论

人，诗意地栖居。

——德国著名哲学家 海德格尔 讲究仪容整洁是自律的表现，谁都能理解贫困的人包装选择不多，但能选择自律态度的人，更容易受到欣赏。

——香港首富 李嘉诚 你站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你。

明月装饰了你的窗子，你装饰了别人的梦。

——诗人、文学评论家、翻译家 卞之琳 我不想赢任何人，我想赢自己，想知道自己的极限在哪里

。

——超级马拉松名将 林义杰

## <<你的形象何止百万>>

### 编辑推荐

《你的形象何止百万》的第一大特色，在写作上摒弃了说教的模式，二十以谈心的口吻娓娓道来；第二大特色是理念结合实践，作者置身书中，以亲身的经验师范于人；第三大特色是图文并茂，更加直观，易于学习。

## <<你的形象何止百万>>

### 名人推荐

聆听“娥姐”讲座笔记 用眼睛打开自己心灵的窗户，用形体习惯造就自己的优雅，用丰富涵养折射自己的气质，铺就未来成功之路。

毕业季大学女生说 和所有教科书说“88”，带上“娥姐”的《你的形象何止百万》，奔向追梦的地方。

人，诗意地栖居。

——德国著名哲学家 海德格尔讲究仪容整洁是自律的表现，谁都能理解贫困的人包装选择不多，但能选择自律态度的人，更容易受到欣赏。

——香港首富 李嘉诚你站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你。

明月装饰了你的窗子，你装饰了别人的梦。

——诗人、文学评论家、翻译家 卞之琳我不想赢任何人，我想赢自己，想知道自己的极限在哪里。

——超级马拉松名将 林义杰

<<你的形象何止百万>>

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>