

<<当代中国绅士圣典>>

图书基本信息

书名：<<当代中国绅士圣典>>

13位ISBN编号：9787802255128

10位ISBN编号：7802255120

出版时间：2008-9

出版时间：东方德盛 新星出版社 (2008-09出版)

作者：东方德盛

页数：331

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>

<<当代中国绅士圣典>>

前言

通往精神家园之路编写这套书的缘起，是对社会与时代需求的思考。

在这个更加崇尚创新的社会，是否还存在普遍标准？

在这个更加富于变化的时代，经典是否还有价值？

我们的生活方式，变革从来没有今天这么迅猛，面貌也从来没有今天这么多元。

我们行走在路上，不断寻觅我们曾经缺少的，也不断发现我们正在失去的：当我们看到了财富后面的粗俗，于是需要优雅；当我们看到了匆忙脚步下的失序，于是呼唤和谐；当我们看到了追逐中的价值失落，于是重新寻找精神家园。

是的，我们试图从纷乱的变化中找到一些常识，找到一些标；佳，找到一些经典。

这种寻找，是从时尚中寻找意味着利他与自重的优雅，是从财富中寻找意味着学习与自省的教养，是从自尊中寻找意味着给予与获得的尊重。

这种寻找，无时无刻不是伴随着我们对日常生活的认真品味，无时无刻不是伴随着我们对幸福人生终极目标的参悟。

参悟不仅是冥想的产物，更是互动的结果，是内心与外界的沟通、感官与环境的交流，是他人与自我的共同肯定。

所以，所有对梦想世界渴望的实现，其实都离不开我们入世的经营：我们的品德，我们的形象，我们的礼仪，我们的学识，我们对身外世界的所有展示——特别是，当我们仅仅被分类为男人和女人时。

原来，通往心灵和精神家园之路，是生活的细节铺就出来的。

<<当代中国绅士圣典>>

内容概要

“像绅士一样的生活”无疑也是一种生活方式。

而是否选择这样的生活。

在见仁见智之间，有待我们以更宽广的眼界和心胸来思考。

“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。

”这是两千多年前孔子所说的一句话。

如果引申可以解释为：任何人，不管出身多么高贵，受过的教育多么良好，也不可能是十全十美的。

都需要有一个不断完善的过程。

在多元的文化背景下，如何在继承传统的同时兼收并蓄各种先进文明理念也是当下每个民族所面对的问题。

也许为了让“绅士生活”这种生活态度和生活方式成为我们和谐社会的积极因素，为了让“像绅士一样生活”成为我们锻造现代文明走向未来的有益努力，在我们所看到的绅士外表之外，充分和辩证地理解“绅士生活”的本质，才是最重要的。

书籍目录

序1 外表之外一、追本溯源二、当代精神三、西风东渐四、习远性近2 身体的革命第一节 绅士仪表一、男士发型二、男士胡须三、男人的香水第二节 吃喝有法则一、碳水化合物, 低GIvs高GI二、选择更健康的蛋白质来源三、脂肪不是身体的敌人四、用抗氧化剂和矿物质保持健康五、喝充足的水第三节 健康管理规划一、了解你自己二、建立健康档案三、实现自我健康管理四、可以在家中进行的自我健康管理项目五、应引起警惕的重要症状六、男性三大多发疾病的预防与健康管理3 喜爱运动足绅士的标签第一节 绅士属于健身房一、健身之前的了解与准备二、锻炼中需要注意的事项三、私人教练是值得信赖的舵手四、健身也要有规划五、健身期间的营养建议六、健身需要礼仪第二节 台球一、台球的起源: 皇家游戏二、台球在中国的角色转变三、台球的种类与玩法四、台球装备五、台球礼仪第三节 网球一、网球的历史二、加入网球俱乐部三、网球规则四、网球装备五、网球礼仪第四节 高尔夫球一、高尔夫的起源和衍变二、高尔夫球与中国三、高尔夫球的基本规则四、高尔夫装备五、高尔夫礼仪六、高尔夫与商务第五节 马球一、马球运动的兴起二、马球比赛基本规则三、马球运动装备四、马球礼仪五、马球在中国4 绅士着装第一节 正装基础一、西服二、衬衫三、领带、领结和领巾四、礼服五、大衣六、正装鞋第二节 正装搭配进阶一、衬衣与领带的搭配二、西装与衬衫的搭配三、袜子, 最容易被忽视的细节四、鞋和其他部分的搭配第三节 正装实用指南一、西服二、衬衫三、鞋子第四节 运动生活一、猎装二、马术装三、钓鱼服四、高尔夫运动装五、适于游艇和帆船的服装六、滑雪服第五节 配件一、公文箱包和旅行箱包二、腰带三、口袋巾四、眼镜五、内衣和睡衣第六节 中式男装一、唐装二、中山装5 商务礼仪第一节 商务基本礼仪一、点头致意二、握手三、介绍四、名片五、电话六、传统书信与电子邮件第二节 商务互访礼仪一、商务拜访二、商务会见第三节 商务会议礼仪一、规划及参加会议二、介绍与演说三、商务洽谈四、签字仪式第四节 商务宴请礼仪一、商务宴请常见类型二、商务宴请准备礼仪三、中餐餐具使用礼仪四、西餐餐具使用礼仪五、出席宴请细节第五节 商务旅行礼仪一、制订商务旅行计划二、乘坐飞机三、乘坐火车四、入住宾馆6 实用主义与绅士必备第一节 泡一壶中国茶一、对中国茶的认识二、茶的冲泡法及茶具三、茶的气韵第二节 千年中国酒一、历史悠久的黄酒二、集五谷精华的白酒三、中国的饮酒文化第三节 尽享洋酒一、洋酒纵览二、正确饮用, 尽享美酒三、美味葡萄酒第四节 畅饮啤酒一、啤酒的六千年历史二、啤酒的分类三、啤酒也要好好品四、健康的啤酒第五节 雪茄一、拥有自由灵魂的雪茄二、打开潘多拉的魔盒三、雪茄的保存方法四、剪切雪茄五、享受雪茄第六节 腕表一、懂得鉴赏二、如何购买三、钟表常识第七节 商务座驾一、选择座驾, 从了解它的“血统”开始二、什么是商务车三、大众化的MPV四、顶级商务车五、终极安全的商务车六、商务车乘坐礼仪七、行车礼仪

<<当代中国绅士圣典>>

章节摘录

插图：

<<当代中国绅士圣典>>

编辑推荐

《当代中国绅士圣典》由新星出版社出版。

<<当代中国绅士圣典>>

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>