

内衣结构设计教程



[内衣结构设计教程_下载链接1](#)

著者:印建荣 著

[内衣结构设计教程_下载链接1](#)

标签

评论

内容丰富，字体清楚，实用~~~~

刚拿到手，看了一遍不错的书，觉得还是很好的，同事也买了一本类似的书，价格是80元，觉得我这个和他那个差不多，还这么便宜，不错了

[SM]这本书的印刷质量是非常不错的,很喜欢,而且价格相对来说很实惠,可谓物美价廉,无论是装订方式,还是发货包装个人感觉都是很不错的.[BJTJ]买之前还特意看了一下编辑推荐,本来还有点犹豫,看到这么多名人都喜欢[ZZ]写的[SM]也就打消了我的犹豫.简单的看了下[NRJ],我发觉我已经喜欢上它了,尤其是书中的一段[SZ],真是让人爱不释手,意犹未尽.

这个教程很实用啊，书是正版来着，印刷很精美，内容也很翔实，相信看过的人都学了不少吧！推荐购买！

听说还不错，速度很快，京东售运费了，

很好的书！~~~不错不错不错！~

书全是正品的 不错，我喜欢

很好的一本书，很好的一本书

不错，物流到付很给力；有用，打版师傅看了很受用！

速度很快，我支持京东，愿越办越红火

好，不错，内衣设计必备的工具书

适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。

内容详实，图例漂亮，很不错！！

全面介绍内衣基样、基本款式结构制图以及款式结构的拓展运用

不错，速度还是很快的，比较满意。

帮别人买的，第二天就到了，书很好

挺好，还没看，但质量包装不错的

学校订的书，不错，实用

一个字，很好

不错， 不错、可以一看。

双语译林：麦田里的守望者

质量很好 早就想买了 最终还是在京东买了 质量非常的好 下次还来。。。。。

东西还不错，讲解得很详细，适合新手购买，可自习用

很喜欢，浅显易懂。讲解详细，覆盖面广。

书本内容不错，质量挺好的

很不错，值得购买，质量还行。

可作为服装院校专业教材使用

不错哦，没有推荐错！

非常满意非常满意非常满意

送给朋友的，感觉还好

还不错吧~还不错啊~~~

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

不过内容简单了点 纸张能好点 就好些了 还可以

这本书非常好 建议购买

重内容，重质量！！

书是不错，送货太慢了，希望下次再快点！

不错的图书，以后买书就这里了，赞一个！

图书很好，是正版，服务态度也不错。

不错的书，很喜欢，希望京东越做越好！

书的内容很好，纸张也不错，值得购买

图书很好，是正版，超级喜欢了。

很好 不错的书籍 继续购买中

这么好的说就是断货了一段时间

正版图书，纸张不错，值了

书很好，看了几页内容不错，

基础书籍，适合初学者。

是一本值得推荐的好书。

我感觉挺好我感觉挺好

发货比较快，还不错。

书不错,送货速度也可以!

非常满意，五星

[SM][ZZ]我爱读书，因为书中有一种无法抗拒的力量在吸引着我。读书陶冶了我的性情，改变了我的人生态度，使我忘却了痛苦的记忆，抹去了伤心的往事，带给我强大的动力，唤醒我沉睡的灵魂……因为读书，我学会了用双眸去关注春的神韵、夏的激情、秋的喜悦、冬的宁静。学会了用心去回忆过去、用心去畅想明天、用心去展望未来，读书让我绽放美丽

很好很好很好很好很好很好很好

不错，很好.....

a20d1f0中文i版k建筑制图基础培训教程》从初学者的角度出发，系统地介绍了AutoOC
ADS的基本V操作方Y法，绘

适合内衣生产v企x业制C板人员阅l读，并可作为服装院校XY专业教材fg使用。

lj 适合内衣生x产z企业制板人员ll阅读，并可作SS为服装院校专业ed教材使用。

适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服L装NO院Q校S专T业V教X材使Y用。

m适合p内衣uw生产企业制板E人员阅读LM，并可作S为服装X院校专业教材i使用。

l o适合内衣生产企业制板D人员l阅读，并OO可作为服装院校专业f教材使用。

Zw d适合i内衣生产企c业制板y人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。

书不粗，内容很适合初学服装设计

工作需要啦，做纸样工资高点嗯`见同事有，买了

新手，了解了解，学习一下。不错，说得挺详细的。

这本很全面,说得也很详细,有服装专业基础的人,可以轻易入门

自己以前用的，现在是买来送人的，还可以。

有一定基础就容易看得懂些

很喜欢，发货很快，送货也很快，不要运费

这本书不错，入门也能看懂的

内衣结构介绍的细节很全

不是很厚，建材类的·····适合了解学习用·····

没有很明确的讲原理性的东西！

内衣结构设计教程 满意

感觉还不错，就是有点小贵，比亚马X贵多了。。。。。。。。

我喜欢，

快递很给力，，，，，，，，，，，，，，，，

挺好的

非常好

书面很脏，无法完全擦干净，有一丢丢破损，不影响使用就懒得换了，京东对图书的管理还有待加强啊！

- 1.属于比较一般的设计教程，跟其他出版社出版的别无二致。没多少出彩的地方，中规中矩。
- 2.此书框架结构跟大学的教科书一样，觉得实用性不是很强。如果想通过看这一本书就能设计出精美的内衣的话，估计是不可能的。
- 3.价格上而言，算是这样的水平了。如果要买好的内衣设计书籍，那建议买外文版的。
- 4.此书适合内衣设计初学者，用于掌握最基础知识。

介绍的内容不多，只能做个入门参考。

没有道明为什么要这么画，一些尺寸都不知道怎么来的

好书

一般。

今天刚刚拿到书，这本印建荣写的内衣结构设计教程很不错，适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。如何好、快、省地制作出一套完整的内衣工业生产样板，是当今设计师和制板师面临难度较大的问题。本书全面介绍内衣基样、基本款式结构制图以及款式结构的拓展运用。结合我国当前企业生产的实际需要，以十字制图法为基础，结合工艺制作技术，详细讲解了各类内衣工业样板的制作方法和步骤。书中所列举的实例均为知名品牌最新纸样。本书适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。内衣纸样培训中心成立两年来，一直在思考内衣结构制图技术究竟应该如何规范，怎样才能更大限度地体现设计意图怎样教学才能深层地挖掘学生的潜在智能。关于这些问题我们想的很多，也针对性地编写了教材内衣纸样设计内衣纸样设计原理与技巧等，实践证明，效果理想，能够较好地达到上述目的。本书正是属于这类教材的一种。综合多年的教学与实践经验，本书在编写过程中特别强调了其综合性、全面性和启发性。突出重点、简明扼要。在结构制图上采用了十字制图法，该方法是本人十多年来在实践操作中总结出的一套实用性较强的结构设计今天刚刚拿到书，这本印建荣写的内衣结构设计教程很不错，适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。如何好、快、省地制作出一套完整的内衣工业生产样板，是当今设计师和制板师面临难度较大的问题。本书全面介绍内衣基样、基本款式结构制图以及款式结构的拓展运用。结合我国当前企业生产的实际需要，以十字制图法为基础，结合工艺制作技术，详细讲解了各类内衣工业样板的制作方法和步骤。书中所列举的实例均为知名品牌最新纸样。本书适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。内衣纸样培训中心成立两年来，一直在思考内衣结构制图技术究竟应该如何规范，怎样才能更大限度地体现设计意图怎样教学才能深层地挖掘学生的潜在智能。关于这些问题我们想的很多，也针对性地编写了教材内衣纸样设计内衣纸样设计原理与技巧等，实践证明，效果理想，能够较好地达到上述目的。本书正是属于这类教材的一种。综合多年的教学与实践经验，本书在编写过程中特别强调了其综合性、全面性和启发性。突出重点、简明扼要。在结构制图上采用了十字制图法，该方法是本人十多年来在实践操作中总结出的一套实用性较强的结构设计今天刚刚拿到书，这本印建荣写的内衣结构设计教程很不错，适合内衣生产企业制板人员阅读，并可作为服装院校专业教材使用。如何好、快、省地制作出一套完整的内衣工业生产样板，是当今设计师和制板师面临难度较大的问题。本书全面介绍内衣基样、基本款式结构制图以及款式

今天刚刚拿到书，这本...黄训堂1.黄训堂，...邹隆花1.邹隆花写的师友如是说高考背后是什么很不错，一些常识学会品味，便是享受学德、学力、学法非志无以成学做好一件事的智慧困知勉行真功夫性格即命运河那边的风景强者求己，命自我立靠什么健康成长命运的建造师是自己静能生慧学业进勤勉乃幸运之母举头三尺有神明尘尽光生子欲养而亲不待成就的种子做自己的主人制心一处，无事不成由金融海啸说起且耐清寂我读书且耐清寂我读书解放自己，完成自己心轻者处处是天堂不可等闲视之美是一种限度正视是一种无畏克服与超越多念则神散天道酬勤劳，天道酬勤思秘诀，就这么简单用努力来平衡成功的喜悦完善应考技能，考出理想成绩学会反思谁偷了我的时间编撰一本自己的百科辞典智力的基础凡事预则立，不预则废善思以解疑心平常，自非凡应该早些明白并记住的语录行百里者半九十一事能狂便少年。做好人读好书的常识——中学生匀我教育的福音，家庭教育的福音。礼记·学记有言教也者，长善而救其失也。我以为，做老师教育学生，教就是告诉他们，育就是改变他们。改变一个人不容易，所以要一以贯之。当今的进化生物学家掌握了充足的证据证明，人类的大脑数千年来都没有变化，虽然我们有

相同的大脑结构但并不意味着我们是相同的人类。当人类开始在反思的状态中生活时，我们才有真正的进步。做学生就要培养和修炼好品质，认真读书并争取有个好成绩，这是天经地义的，中外亦然。可是，许多同学又太急太贪了，总想凭着什么灵丹妙药式的方法一下子解决问题，这是舍本逐末。教育的精神是通达人性，化育人心，而这精神靠商业的包装与运作是无法实现的。纵观古今中外的人和事，冥冥中总有一种东西在起着平衡的作用天道酬德、天道酬勤、天道酬俭、天道酬思总之，成就背后一定有相通的因素，这是常识。青年学生相信这世界有无限的可能，但是，可能性转变为现实性是有条件的，而这个条件就是诸如立志、主动、勤奋、持之以恒、沉静、信心、热情、责任和孝亲等要素，这还是常识。做什么事，做到最后都是做人，当然不是那种掩面待人、八面玲珑、见风使舵地做人，而是依照上述要素那样有品德、有品位、有品行、有品格地做人。这些要素就是所有成就背后的东西，在校读书学习也不例外。一时劝人以言，百世劝人以书，未能免俗，也是为师者的本分，所以就想写一本似书的小册子给同学们看看，算是劝人吧。同学们的未来我无法预知，但我想帮助同学们完善走向未来的过程，更希望这本薄书能给同学们的未来锦上添花。这本小册子缘起于给自己孩子写的家书。当时女儿读高一，孩子大了，交流方式我就想改一改。觉得以文字的方式更正式些。也更有力量，于是就想学傅雷先生那样给女儿写起家书来。谈及教

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

本书根据郭林老师生前为身边的辅导员讲课录音整理而成，是郭林新气功的核心，郭林新气功的精髓尽在其中。适逢郭林老师百年诞辰纪念大会召开之际，《郭林新气功为什么能治病抗癌》作为郭林新气功研究会对大会的献礼，在人民体育出版社顺利再版。这对广大的新气功爱好者、受益者是一大福音。从此，大家又能时时刻刻聆听老师的教诲，真理的声音在云端回响……

这本书的内容，最大的特点是讲授了郭林新气功的功理。郭林老师讲解了五大导引：意念导引、势子导引、呼吸导引、吐音导引、综合导引。郭林老师不仅透彻地从中医的角度，把八纲辨证、五行学说、子午流注、经络学说等融会贯通在新气功的原理中，而且引证了丰富的古代医学气功典籍，并且从现代科学的角度、把西医的生理学、病理学、医理学等学说结合起来，甚至涉及物理学、生物学等更加广泛的学术领域。更重要的是郭林老师是根据自身的体悟，根据自身气功实践取得的抗击疾病的胜利成果，结合成千上万郭林新气功实践者的成功与失败的经验与教训对病例进行剖析，对功法进行改革，使她的理论科学、完整、系统。郭林老师在讲解中还清楚地说明了自己对古老气功进行改革的原因和改革的重点所在，使新气功能够把病人从面临死亡威胁的状况中。安全地领进迈向健康的气功境界。

郭林老师深入浅出、生动的讲解，使这本理论著作，绝没有枯燥之感，具有很强的说服力。每当我们读这本书的时候都如沐清泉，跟随她进入一种身心舒畅的气功境界中，在知识与智慧的海洋中，在不断的学习中获得了有益的帮助。第一章 意念导引 第一节

意念导引的选题

在古气功里，意念活动就是意守丹田。原来只有儒家、佛家、道家三种，后来变为许多流派。各家各派，他们练功的目的主要是为自身养生，其次才是为他人治病。所以，养生与治病的功法自然就有所不同，他们主要是希望自己获得成功，我们则是希望大家都能得到健康。

意念这个问题是练功的首要问题，这一关过不好，其他的导引也是搞不好的。有人要问，意念不能落于形，但脑子又不能是空的，怎么办？今天我就是来谈这个问题。对于意念活动的问题，我们是有一套方法的。第一个叫做选题；第二个叫做守题；第三个叫做放题。这三个题不是分开的，而是连起来的。我们今天先讲第一个题，叫做“选题”。题要首先选好了，才谈得上守题；题能守好了，才能做好放题。选题第一要根据自己的病情，第二是对这个题的感情，第三是思想活动，第四是思维。这个题是不是能稳定你的思维，使之不乱。谈到病情，比如说是五脏的病，根据五脏不同的病来选这个题。在西医的理论，对这个问题结合得不太好，在中医里就结合得比较好。五脏(肺、心、肝、脾、肾)是有颜色的。

我常在京东买书。我认为，对于看书，比方向更重要的是态度，比态度更重要的是毅力。“任尔东南西北风，咬定青山不放松。”一天爱读书容易，一辈子爱读书不易。任何人都可以使梦想成为现实，但首先你必须拥有能够实现这一梦想的信念。有信念自有毅力，有毅力才能成功。有一位教育家说过，教师的定律，一言以蔽之，就是你一旦今日停止成长，明日你就将停止教学。身为教师，必须成为学习者。“做一辈子教师”必须“一辈子学做教师”。教师只有再度成为学生，才能与时俱进，不断以全新的眼光来观察和指导整个教育过程。使广大教师牢固树立终身学习的理念，创造性地开展教书育人工作。

学生)和教育主体(教师，包括环境)交互作用的过程。教学模式将“人——人”系统转变为“人——环境”系统。学生将不再是知识的容器，而是自主知识的习得者。面对知识更新周期日益缩短的时代，教师必须彻底改变过去那种把教师知识的储藏和传授给学生的知识比为“一桶水”与“一杯水”的陈旧观念，而要努力使自己的大脑知识储量成为一条生生不息的河流，筛滤旧有，活化新知，积淀学养。一个教师，不在于他读了多少书和教了多少年书，而在于他用心读了多少书和教了多少书。用心教、创新教与重复教的效果有天渊之别。

20多年来，我始终把读书和教书结合起来，创新教、创新读、创新用，在用中创新。我

先后在《人民教育》、《小学语文教学》、《小学语文教师》等国家级、省部级以上报刊发表论文200余篇。我联系教改实际，撰写的《自由作文法》、《对话作文法》、《听话作文法》、《情趣作文法》等论文，产生了较好的反响。目前，我已公开出版了《作文闯关》、《小学生快速创新作文教与学》丛书等著述69卷。还获得了三项国家级发明专利。

教书和读书生活，使我感悟出了人生的真谛：教师的人生，应该有创新精神。年年春草绿，年年草不同。我们要做“代表先进文化方向”的创新型教师，爱岗敬业是创新型教师应具备的首要条件。他不但具有无私奉献的师魂，诚实正直的师德，全面发展的师观，教书育人的师能，严谨求实的师风，而且还应具有开拓进取的锐气，蓬勃向上的朝气，勇于拼搏的英气，甘愿奉献的“傻”气，自强不息的骨气。吾以培养新世纪之英才，振兴中华为己任，虽生活清贫，但仍以春蚕的精神、红烛的风格、蜜蜂的作风、绿叶的品格和孺子牛的志向，奋力拼搏，无私奉献。

常读书和常思考，使我勇于和善于对自己的教育教学作出严格的反省和内省，既要不懈于正视自己之短，努力探究补救途径，更要擅于总结自己的或同行的成功经验，从中提炼出可供借鉴的精华，为理论的突破夯实根基。愚人不才，笨鸟先飞，我愿把追求完美的教学艺术作为一种人生目标，把自己生命的浪花融入祖国的教育教学改革的大潮之中。

。

书中自有黄金屋，书中自有颜如玉，自古人们就推崇读书，到了现代社会科技高速发展，电视、网络各种媒体平台纷纷出现，可这并未减少人们对于读书的热情，读书就是思想的源泉，读书与健康成长紧紧相联，读书促进成长，成长离不开读书，这是我个人的理解，读书会使思想的源泉永不干枯。

从人性本位上讲，三毛与张国荣比较类似，都是因过早的繁荣而枯萎。三毛一生遭遇坎坷，无丈夫（其夫荷西因出海捕鱼遇风暴而溺水），无儿子。最终因难遭疾病的折磨而把生命交给了一只袜子。张国荣：一位电影演员，一位双性恋者，演技精湛，红遍影坛。当他把人间的悲欢离合，得失荣辱演尽时，跳楼自杀了，也许他们以为这样是功成身退吧。张爱玲与李清照类似，安妮与王菲类似，这里的类似是指艺术情调、文化品位、风格倾向等。

文学是人文的一个主支，它包括散文、小说、诗歌、戏剧四大体裁，它和艺术、科技共同构成了文化的主题。各个作家有不同的语言风格和审美倾向，不同爱好的人喜欢不同的作家和不同类型的作品，譬如小说，男人看小说一般看故事的曲折情节，所以金庸较受欢迎。女人看小说一般体会人物心理、情绪的变化，所以言情派、感情派的较受欢迎，心得体会《个人读书心得体会》比如，琼瑶、席绢。

大家要做好文学首先要对它有兴趣，懂得并会欣赏文学的美，否则文学与你无关。音乐、书法、绘画也一样，不感兴趣，不会欣赏，再好的艺术也与你无关。其次，文学素养的提高靠平常的积累、思考，所以耐性、悟性要好。“文无定法，大体须有”，这就是所谓的写作章法。多阅读文学作品，多做读书笔记，名家作品的结构和思路就是章法，阅读的过程也是学习、掌握章法的过程。最后，要多写多练，多修改。要想写一手好文章，光看、光说不行，会说、会看不会写的很多，口头表达与书面表达不是一会事。既要自由写作也要有所约束，所以要多让别人给自己提意见，虚心请教，自己多做修改、调整。这样读写结合才不会白读。最后，我给大家谈谈读书态度的问题，读作品时要有敬畏心理，细细品味，切不可马马虎虎，遇到与自己想法不合的观点大加指责与批评，甚至对作者产生反感。尤其阅读小说尽量把自己想象成其中的主人公，造成一种身临其境的感觉，并结合自己的亲身经历，比较对照。尝试着去接触他们灵魂深处的某些东西，这就是所谓的“与大师同心也”。不同的人读同一本书，效果可能就不一样。大家可以根据自己的兴趣、喜好选择自己喜欢的作品并专一地研赏一番，定会受益匪浅。

最后希望大家能够养成好读书，读好书的好习惯，能写出精美、感人、意义深刻的文章来。

今天刚刚拿到书，这本：360.??&钟敬文钟敬文写的民俗学概论（第2版）很不错，民俗学概论（第2版）是民俗学概论的修订版，是高等院校文科专业基础理论教材。全书共十六章，系统论述民俗学研究的对象、性质、结构、理论特征和方法论，全面讲解中国民俗事象，包括精神民俗、物质民俗、语言民俗和社会组织，并对各地各民族民俗的共性和差异作了大体分析，介绍了中国民俗学简史，同时对世界民俗学发展史作了初步描述。通过学习本教材，学生可以掌握民俗学的基本知识，了解民俗学的基本理论和方法形态，具备从事民俗学工作的基本知识和能力。中国现代民俗学，从1918年北京大学成立歌谣征集处那时算起，到今天，已经足足经历了80年的岁月了。在这漫长的时间里，中国民俗学的进程，并不是一帆风顺的，其中既有曲折，也有顿挫。即使在发展比较顺利的时候，在范围上也并不是很全面的。但是，总的看来，在本世纪里，这门新生学科的脚步是前进的，它没有完全停滞或后退——除了在文化大革命那段特殊的历史时期里。今天，在这20世纪即将结束，就要跨入21世纪的时刻，中国民俗学呈现了前所未有的繁盛气象。它无论从发展的规模看，还是从迈进的速度看，都可以说是惊人的。这里，我们试从学科发展的几个重要方面略加描述。民俗学机构的广泛建立解放前，中国民俗学的研究者和爱好者，在不同的时期、不同的地区，也曾先后建立过民俗研究的机构，其中，比较著名的，有北京大学的歌谣研究会和风俗调查会，中山大学的民俗学会，以及杭州学者们所建立的中国民俗学会等。民俗的稳定性，是指民俗一旦产生，就会伴随着人们的生产及生活方式长期相对地固定下来，成为人们日常生活的一部分。这也就是说，只要社会稳定，人们的生产方式及生活方式不发生剧烈变革，民俗文化的稳定性就会越强。民俗文化是在一定的政治、经济、社会和文化基础上形成的，只要经济基础不变，即便是社会发生了巨大变革，民俗文化仍然具有稳定性。此外，民俗文化的传承，常常受到传统观念的制约，社会变革如果不和观念的变革结合起来，民俗文化也不会失去传承的思想基础。中国是一个历史悠久的文明古国，经历过无数次的改朝换代和社会变革，其中有些民俗随着历史的发展、社会和生产方式的进步、生活方式的改变而自然消亡有些民俗则经过某些补充和完善，一直传承至今。民俗稳定性，一般来说取决于经济基础和与之相适应的意识形态。上层建筑有一定的稳定性，当一种经济基础处于巩固和发展时期时，民俗文化不仅在这一经济基础上形成和完善，而且反过来为这一经济基础服务。但当这一经济基础消失时，民俗文化并不因此而立即消失，它作为人类群体观念的反映，仍然要保持一个相当长的时期，这就是民俗文化稳

喜欢,会一直在京东购书

对于有钱人来说，他们不在乎东西值多少钱，和女朋友在一起他们注重的是心上人的开心，和领在一起，他们在乎的是给领买些高贵的东西，指望着自己有机会高升，和小三在一起，我就不多说了，对于我们农村的孩子来说，我们希望物美价廉，不是我们想买盗版货，不是我们爱到批发部去买，也不是我们爱和小贩斤斤计较，是我们微薄的收入难以支付。总的来说购物本身是一个开心的过程，从中我们利用自己的劳动购买自己需要的东西。京东商城的东西太便宜了，所以我来买了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。废话不多说

同时买了三本推拿的书和这本，比认为这本是最好的！而且是最先收到的！好评必须的，书是替别人买的，货刚收到，和网上描述的一样，适合众多人群，快递也较满意。书的质量很好，内容更好！收到后看了约十几页没发现错别字，纸质也不错。应该是正版书籍，谢谢京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东，省钱又放心!在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌

踏于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了，支持京东。给大家介绍本好书《小时代3.0：刺金时代》内容简介《小时代3.0：刺金时代》是郭敬明的第五部长篇小说，于2007年11月开始在《最小说》上独家连载，获得读者们空前热烈的追捧，各大媒体的相关讨论和争议也层出不穷，一场火爆的《小时代3.0：刺金时代》风潮由此掀起。郭敬明在《小时代3.0：刺金时代》的创作中，又一次展现了对多种文字风格的完美驾驭能力。他以全新的叙事风格和敏感而细微的笔触，将当代青少年、大学生、都市白领的生活和情感故事集中、加工、娓娓道来，从小角度展现了作者对整个社会的观察和思考。这部长篇系列正式开始前，郭敬明曾许诺将要连续创作五年，而在五年终结之际，《小时代3.0：刺金时代》系列将如约迎来它辉煌的谢幕。林萧、简溪、顾源、顾里、南湘、唐宛如……五年间，他们已然成为陪伴读者们度过青春时期的伙伴，他们仿佛活生生地站在读者身边，呼吸着，微笑着，与每一个人共同欢乐，共同哭泣。故事有终结的一天，然而人物却能跃出故事，在读者心中长长久久地鲜活下去，从这个意义上讲，《小时代3.0：刺金时代》是每一个读者的小时代，它永远也不会完结。

不记得这在是京东买的第几本书了。很满意。我会继续坚持学习。

媒体不时报道，现在国民的阅读量不断下降，其实从我们身边也可以看到，能够坚持读书、热爱读书的人越来越少。就拿我市的中心城区一海港区来说，拥有人口几十万，商业繁荣，但书店、图书馆明显要冷清得多，人们购买的也往往是各类考试辅导用书。书中有什么，读书能带给我们什么，除了应付考试之外还有其它用处吗？这些问题值得我们思考。古人云：书中自有颜如玉，书中自有黄金屋，书中自有千盅粟。古人对读书重视，因为一旦考取功名，自己的身份地位、生活状况都会发生翻天覆地的变化，可谓名利双收，这是一种封建时代功利性的读书。而现代社会，我们读书的目的是全面提高自身修养，紧跟时代发展变化的步伐，更好地履行自己的职责，无论是社会责任还是家庭责任。好书中，有先人深邃的思想，有富于哲理的人生格言，也有提高业务技能的科技知识。无功利读书对开启人的心智、陶冶各种情操是非常有益的。前不久，市城管局党委举办了一期“家教有方”大讲座，特别邀请了山海关区委常委、纪委书记张椿林同志为大家现身说法，讲授家庭教育的方式方法，如何培养出优秀的孩子。张书记特别强调，家庭教育中最基本也是最有效的方法就是培养孩子的阅读习惯，大量读书，在各类书籍中汲取思想的精华，塑造健全的人格、打造丰富的精神世界。整堂讲座听下来，让我们受益匪浅，而张书记所传达的“读书重要”这一观点也令人心悦诚服，又唤起了我内心深处对于读书的热爱。

在各类书籍中，我最喜欢的是历史和哲理书籍，如《史记》、《孔子传》、《上下五千年》、《菜根潭》等。从一个个历史事件中了解社会的跌宕起伏、洞察人性的根本，从史书中了解中华民族五千年的灿烂文明，我为祖国感到骄傲，同时也倍加珍惜现在的幸福生活。近几年我一直反复读的一本书是明代洪应明所著的《菜根潭》。我喜欢《菜根潭》，因为它是一本历世阅人的书，充满哲理的味道，充满了富于通变的处世哲学，充满了诗情画意，让我在不知不觉中有收益。我想大家可能和我一样，在日复一日的工作与家庭琐事中，渐渐消磨了棱角，失去了生活的情致，有时难免心浮气燥。每当这时，我就用《菜根潭》中的有些句子来舒缓情绪，抚平心境，效果很好。儒家的中庸和道家的无为教给我们如何放下，如何舍得，而我们也就是在不断的受挫总结摸索中一步步走向成熟。

我们学习的最终目的是做事，而要会做事，必先会做人。用好书滋润心灵，增强修养，提高辨别力，树立正确的价值观，做一个对社会负责、对家庭负责的人，我想那样我们的人生会更有意义。

当前我局开展的百日阅读活动，激发了人们的读书热情，很多人重又捧起了久违的书本。古人讲：“外物之味，久则可厌；读书之味，愈久愈深”。让我们一起多读书，读好书，读出真理，读出乐趣，读出雅致，读出一个全新的世界。

内衣结构设计教程常好的一本书，京东配送也不错!读书是一种提升自我的艺术。玉不琢不成器，人不学不知道。读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。读万卷书，行万里路说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。悬梁刺股、凿窗映雪，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。书是灯，读书照亮了前面的路书是桥，读书接通了彼此的岸书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩!读书，是好事读大量的书，更值得称赞。读书是一种享受生活的艺术。五柳先生好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为有了书，就象鸟儿有了翅膀吗!然而，我们很容易忽略的是有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零零碎碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不善长于读书，而只会依葫芦画瓢。朱熹说过读书之法，在循序渐近，熟读而精思。所谓循序渐近，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键还在于把握自己的读书速度。至于熟读，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而精思则是循序渐近，熟读的必然结果，也必然是读书的要决。如何好、快、省地制作出一套完整的内衣工业生产样板，是当今设计师和制板师面临难度较大的问题。本书全面介绍内衣基样、基本款式结构制图以及款

书还没看，快递很给力今天我在网上买的几本书送到了。取书的时候，忽然想起一家小书店，就在我们大院对面的街上，以前我常去，书店的名字毫无记忆，但店里的女老板我很熟，每次需要什么书都先给她打电话说好，晚上散步再去取。我们像朋友一样聊天，她还时常替读者找我签名。可是，自从学会从网上购书后，我再也没去过她那里了，今天忽然想起她，晚上散步到她那里，她要我教她在网上买书，这就是帮她在京东上买了这本书。好了，废话不说。宝贝非常不错，和图片上描述的完全吻合，丝毫不差，无论色泽还是哪些方面，都十分让我觉得应该称赞较好，完美!
书是正品，很不错!速度也快，绝对的好评，下次还来京东，因为看到一句话
女人可以不买漂亮衣服不买奢侈的化妆品但不能不看书，买了几本书都很好
值得看。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本;独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我;砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思;青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的

同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了，支持京东。好了，现在给大家介绍两本好书：被美国学界誉为“思想巨匠”和“最具前瞻性的管理思想家”的史蒂芬·柯维博士，他的集大成之作《高效能人士的七个习惯》已成为中国企事业单位和政府机关必备的最经典、最著名的一部培训教材；在美国乃至全世界，史蒂芬·柯维的思想和成就，与拿破仑·希尔、戴尔·卡耐基比肩。《高效能人士的7个习惯（20周年纪念版）》在每一章最后增加了一个“付诸行动”版块，精选柯维培训课程中的实践训练习题，以帮助读者加深对“七个习惯”的理解和掌握，使“七个习惯”成为属于每个人自己的行动指南，价值堪比18000元的柯维现场培训课。史蒂芬·柯维被美国《时代周刊》评为“20世纪影响美国历史进程的25位人物”之一，他是前总统克林顿倚重的顾问，《财富》杂志100强中的90%和500强中的75%的企业是他的直接受教者，AT&T、通用电子、全禄、可口可乐等大公司的高级主管都是他的学生，李开复等中国顶尖的企业家和管理者也深受其思想的启发。每年，来自全球的个人、家庭、企业、教育界及政府领导者的受教生更是高达百万人之多。东东枪和地下天鹅绒是两位在博客、微博、专栏里都非常受读者喜爱的作家，两人思维跳跃，观点奇特新颖，对待感情，他们也细细琢磨，也插科打诨。同在滚滚红尘中摸爬滚打，两位勇士将他们对两性情感的所感所悟——精彩呈现，得此《鸳鸯谱》，闪着智慧幽默的光。鸳鸯谱，靠谱。

很好 下次再来

还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈~~~不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好 物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧

下次还会来买！星期天在家没事，突然想去附近的超市逛逛。信步走进去看看，来到服装柜台，看见一款上衣，颜色面料都不错，于是心动了，想买，由于这是自选商场，我便去取下来试穿，在镜子前刚穿上，一女服务员走了过来，面无表情的说道：知道穿多大号吗？就自己拿着试开了。要买就去收银台交钱，也不看价钱！”本来打算买的，一看这个服务员，只好无奈的摇摇头将衣服放回原位，悻悻的走开了。心想我还是到网上来算了，于是回家上网到京东挑选衣服了，看见了这本书就买了。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——“太逗了”。|现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING

DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而

更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

再便宜点就好了

发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！我在网上买的几本书送到了。取书的时候，忽然想起一家小书店，就在我们大院对面的街上，以前我常去，书店的名字毫无记忆，但店里的女老板我很熟，每次需要什么书都先给她打电话说好，晚上散步再去取。我们像朋友一样聊天，她还时常替读者找我签名。可是，自从学会从网上购书后，我再也没去过她那里了，今天忽然想起她，晚上散步到她那里，她要我教她在网上买书，这就是帮她在京东上买了这本书。好了，废话不说。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——“太逗了”。据说，2011年8月24日，京东与支付宝合作到期。官方公告显示，京东商城已经全面停用支付宝，除了无法使用支付服务外，使用支付宝账号登录的功能也一并被停用。京东商城创始人刘先生5月份曾表示京东弃用支付宝原因是支付宝的费率太贵，为快钱等公司的4倍。在弃支付宝而去之后，京东商城转投银联怀抱。这点我很喜欢，因为支付宝我从来就不用，用起来也很麻烦的。好了，现在给大家介绍三本好书：《古拉格：一部历史》在这部受到普遍称赞的权威性著作中，安妮·阿普尔鲍姆第一次对古拉格——一个大批关押了成百上千万政治犯和刑事犯的集中营——进行了完全纪实性的描述，从它在俄国革命中的起源，到斯大林治下的扩张，再到公开性时代的瓦解。阿普尔鲍姆深刻地再现了劳改营生活的本质并且将其与苏联的宏观历史联系起来。《古拉格：一部历史》出版之后立即被认为是一部人们期待已久的里程碑式的学术著作，对于任何一个希望了解二十世纪历史的人来说，它都是一本必读书。厌倦了工作中的枯燥忙碌？吃腻了生活中的寻常美味？那就亲自来做一款面包尝尝吧！面包不仅是物质生活的代名词，还是温暖和力量的化身。作者和你一样，是一个忙碌的上班族，但她却用六年的烘焙经验告诉你：只要有一颗热爱生活的心，一双勤快灵活的手，美味的面包和美好的生活，统统都属于你！<停在新西兰刚刚好>100%新西兰=1%旅行 1%打工 98%成长全世界年轻人都在打工度假！错过30岁就等下辈子！她叫巴道。26岁那年，她发现一个书本上从来没有提过的秘密：全世界年轻人都在打工度假。拿到打工度假签证，你不必承担巨额旅费，也不必羞于张口找父母要钱，因为你可以像当地人一样打工赚钱。你不会成为一个无趣又匆忙的观光客，因为你可以花一年的时间，看细水长流。目前向中国大陆开放这种签证的国家，只有新西兰——《霍比特人》和《魔戒》的故乡，百分百纯净的蓝天白云，山川牧场。世界向年轻人敞开了一道门。门外光芒万丈，门里波谲云诡。巴道发现，自己心动了。|

古人说得好，“君子疾没世而名不称，不患年不长也。”意思是说，有德行的人只怕自己没有一个人称道的好名声，而不怕自己活不长。可见，古人把名声看得比自己的生命还重要。作为教师，更要随时随地都应注重自己的道德修养，都应该以良好的品行、人格、气质、情趣来塑造自己，完善自己。俗话说：“近朱者赤，近墨者黑。”注重自己品行的修养，就应该孜孜不倦地向品行好的人学习、交朋友。当然，作为社会成员的一分子，每个人都不是孤立的，总要同周围

的人甚至同一些素不相识的人打交道。在交往过程中，别人总会给你留下某种印象，有被你称道的东西，也有令你厌恶的东西。不管是自觉的还是被动的，总会对你产生一定的影响。被你称道的东西，你可能在以后的生活中模仿它；令你厌恶的东西，你就应该唾弃。以品行好者作样板，把大家的优点都学过来，融入自己的品行中，你就会被众人喜欢。

我们须明白这样一个道理：贪利则毁名，切记重名莫贪利。要处理好名和利的关系，做一个深明义理的人。在中外历史上重名轻利者不乏其人：“不为五斗米折腰”的陶渊明，“秉公无私”的屈原，“宁愿生命消失，只要声誉能够留存”的匈牙利诗人裴多菲等等，都有很强的名誉意识，并以此加强自己的品行修养，促进自我完善，使得后人钦佩并效仿。

一个人道德水平的高低，很大程度上取决于道德修养的自觉程度。因此，评价一个人的道德水准，不能仅看他表面上是否懂得了某种道德原则和规范，而最关键的还在于，他是否把这种道德原则和规范转化为自己的道德品质，自觉地落实到行动上，严于律己，宽以待人。特别是在独自活动无人监督的情况下，能够坚持做好事而不做坏事，始终保持高尚的道德情操和品质，这点尤为重要。

严于律己，离不开不谅“小恶”。所谓“小恶”就是大家常说的犯小毛病。“小恶”因其小而常常被人们所忽视，不是有许多人对自己的小毛病不以为然吗？其实，我们常讲的自我批评，自我解剖就是指要重视解决“小恶”的问题，否则，就不可能坚持做到“吾日三省吾身”。应该看到“小”是相对的，“蚁穴”虽小，但久而久之，千里之堤可能毁于一旦；医生做手术，哪怕还有一点病菌没消灭干净，也会引起溃烂，甚至危及生命；“差之毫厘，失之千里”，说的就是这个道理。因此“小恶”不可小看。“小恶”不是凝固不变的，努力克服它、纠正它，它会愈来愈小，以至消失；放任它，忽视它，与其和平共处，它就会由小变大，成为祸患。平时小错不断，大错不犯，对什么都抱着无所谓的态度，以致放松思想改造，慢慢滑向犯罪的深渊，这样的例子并不鲜见。刘备曾给儿子留下“勿以恶小而为之”的遗言，我们后人也应把它铭记在心。

无论是以孔子为代表的儒家思想，还是以老子为代表的道家思想，无不以高尚的道德做他们的至高境界。宋代文人苏辙就曾写道：“辙生好为文，思之至深。以为文者气之所形，然文不可以学而能，气可以养而至。”这就说明，道德是做人的基本准则，只要我们能够从身边的小事做起，从一点一滴做起，就会成为一个有道德的人。

在与时俱进的今天，我们教师的廉洁自律意识应不断提高，为学生服务的意识也应不断增强，这样，教学质量才能真正稳中有升。同时，关注学生的道德生活和人格养成，努力在教学过程的经历中，激发学生愉悦的情绪生活和积极的情感体验，让师生“对话”成为学生一种高尚的道德生活和丰富的人生体验，让反腐教育如春风化雨。

故意挂科的孩子

在一些孩子试图参与太多活动的同时，另一些孩子常常在学校里表现懈怠。能力超强的孩子成绩不佳，有好几方面的原因。她们或许不太在意自己的成绩，抑或是有其他方面的兴趣。有些女孩子学习刻苦，但是成绩仍然不好，于是她们不再继续努力。还有一些女孩子可能将失败的理由归为自己学习不刻苦，她们会对自己说：“是的，可能是我用功不够。”或者，她们为融入群体而屈从于群体的压力，因为抓住一切时机学习，考试考得好，并不总被认为是很酷的事情。

不幸的是，青春期的女孩子常常相互批评对方，好让她们面对自己的弱点时感觉更好一些。那些取笑好学生的女孩子通常功课都很吃力。“只有傻瓜才得全A，”她们认为，“可谁愿意当傻瓜呢？”

读读下面的故事，看看海利是如何从一个喜欢自豪地将自己的成绩拿给父母看，到为了做给朋友们看而故意挂科的。海利的故事

海利在学校里很受欢迎，不过，她大部分时间都和两个最要好的朋友萨曼莎和凯拉在一起。新学年之初，三个人被分到了同一个数学班上，海利觉得很兴奋。海利很在意把学习搞好，因而把大量的时间都花在了功课上。萨曼莎和凯拉的成绩通常都很糟，她们还取笑那些抓紧一切时间学习的孩子，称她们为书呆子或者“马屁精”。现在三个小朋友被分到了同一个班上，海利便试图保守自己分数的秘密，因为她担心两个好朋友知道后

会认为她是一个令人讨厌的人。

一天下午，老师把判好分的考试试卷发回来了。那次考试真的非常难，所以海利花了一周的时间来复习，即便如此，她仍然害怕看到自己的成绩。当老师终于走到她身边时，她很激动地看到自己得了91分。不过，快乐只持续了很短的时间，因为只得了63分的凯拉也瞥见了海利的得分。凯拉把自己的试卷扔进桌子抽屉里，并一把从海利手中夺过她的试卷。随后，凯拉将试卷高高地举起来，大声嚷嚷着：“瞧，海利成了老师的新宠儿。”

凯拉看着海利的眼睛，说：“也许你应该换个离老师更近的位置，我打赌你一定会喜欢的。”

问题与思考

为什么海利要对朋友保密自己的分数？如果你是海利，你觉得那么做是一种什么样的滋味？你认为凯拉为什么要那样做？

是否曾有人因你考试得了高分或出色完成了某件任务而让你感到很难受？你当时是如何处理的？

海利的脸一下子变得通红。凯拉应该是海利的第一个好朋友，但是凯拉现在竟然当着全班同学的面取笑她。海利拿眼光扫视座位上的萨曼莎，希望她能站起来向着她说话。可萨曼莎也和其他同学一起，在看她的笑话，海利觉得很丢人。

放学后，海利以最快的速度跑回了家。海利把自己关在自己的房间里，呜呜呜放声大哭。海利认为自己的好朋友背叛了她，觉得非常狼狈。当天晚上，海利怎么也睡不着，担心她的朋友们第二天会继续取笑她。第二天上午有数学测验，海利不知道怎么做才能免遭被取笑的命运。海利以前一直不让她的朋友们知道自己的成绩，但是现在，她知道她们会不断寻找理由对她进行骚扰。往常，海利会在晚上复习，但是那天晚上，她一直在看电视，并试图忘记白天发生的事情。

第二天上学的时候，海利没有跟萨曼莎和凯拉说话，径直到自己的座位上。开始答卷前，海利扫了一眼试卷，之后偷偷地看了凯拉一眼，发现凯拉在给萨曼莎递眼神，示意自己对考试一点也不在乎。海利真心希望她和朋友之间的一切都能回到正常状态。尽管许多问题的答案海利都知道，但她还是大多数问题都没有作答。

问题与思考

你认为海利为什么选择数学测验时不及格？

你认为在朋友背叛之后，海利为什么仍然希望得到她们的认可？

你是否曾经为了融入群体而故意考试不及格？之后你如何看待自己的决定？

第二天上午，测验的成绩出来了，海利没有及格。海利把试卷拿给凯拉看。“我想，我现在不可能是老师的宠儿了。”海利耸着肩说。

“我也不是。”凯拉一边取笑自己不及格的分数，一边回应道。

海利感到松了一口气，知道自己和凯拉又是好朋友了。不过，对这事海利想得越多，就越是对自己感到失望。现在海利已经有了一次不及格的记录，她开始觉得，为了给朋友留下好感而故意挂科，这有点不值当。

中午吃饭的时候，海利遇到了凯拉。海利走上前去，问凯拉为什么前天要当着全班同学的面让她下不来台。

“我认为我们是朋友，”海利说，“我不是老师的宠儿，我只是学习比较用功而已。”

“是吗？随你怎么说。”凯拉说。海利转身离开，心情很是沮丧。

到京东买书。多读书，读好书。

读书，似乎是一件苦差事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股呢？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么有人可以不吃不喝，不睡觉，却不可以不读书呢？

有人说，读书好，书中有黄金屋，有颜如玉，有千钟粟，有车如簇。看，有权有势又有钱，更有一位“颜如玉”来“红袖添香夜读书”。你说，读书好不好？诚然，名利声色确实吸引了不少沽名钓誉之徒。但除此之外，读书一定还有别的什么魔力，吸引着那些虽然清贫却孜孜不倦地追求真理的莘莘学子吧？

我爱读书，既不是为了“黄金屋”，也不希望有“颜如玉”，只是从实践中体会到读书的无穷乐趣。

首先，读书的一大乐趣在于随心所欲。主人是你，是你去读书，而是书来管你。试想，一个大书架，塞满了书，古今中外，天文地理、侦探、言情、武侠……看哪一种都可以

，不着急。而它们对你，是招之即来，挥之即去的。那么多古圣先贤，在静默地等着你，为你述说他们的思想。你可以向孙子请教兵法，跟海明威谈斗牛，还可以跟司马迁谈天下大事——总之，当家的是你。慢慢的，你会觉得，世界如此之大，生活如此之多彩，大自然如此奥妙无穷，仿佛所有的知识画卷在你的脑海中一一展现。而你也已超然物外地掌握着历史。久而久之，这种“前无古人，后无来者”的感觉愈演愈烈。不变为“书痴”者鲜矣。

书趣之二，在于可以大发议论。凡着书立说者，必为一时之俊才。虽是俊才，有时也会有疏漏，而这疏漏偏偏被你看出来了，你高兴不高兴？杜甫《饮中八仙歌》中有句“天子呼来不上船，自称臣是酒中仙。”这句是写李白的。但你想，如果把“臣”字写成“爷”字，不是更好地表达他的酩酊大醉之态么？一时间意得志满，好像杜甫都要来拜你为“一字师”。大发议论，使你与作者有并驾之感，精神上快乐无比。

书趣之三，当你为一个问题绞尽脑汁百思而不得其解的时候，又或是当你对于某一个问题小有心得时，打开一本书，发现已有人对这个问题做出了充分的论述。正好搔到你的痒处，正中下怀，喜乐不禁。于是一切都已明了，一切付出的辛劳都有了回报。这种柳暗花明又一村的感觉是什么也换不去的。

书趣之四，当你看了一本好书，被它的内容所征服，在你与朋友交流时侃侃而谈，书中的妙语一句句往外跳。朋友们瞪着钦羡的目光：“士别三日，可得刮目相看啊！”只有你知道，这是看了书的缘故。小小的虚荣心再次被满足。读书好不好？

书趣之五。在于藏书，鉴于大家都是中学生，没什么钱。这点，不谈也罢。

历数了这么多书的好处，那么你是不是觉得手痒痒，想翻开一本瞧瞧呢？书有很多种，有的要正襟危坐地钻研，有的只是一种消遣，还有一些会把人诱进死胡同里，再也出不来的。既然我们读书不是为了把书当作敲门砖去扣开那名利之门，那么，我们就应该去读好书，读那些不光是为了消遣，更能提高我们的书。比如说《唐诗三百首》，这是我国传统文化的精华，又再比如《三国演义》，日本人从中学到了企业管理，用人之道，我们能学到什么？再比如《沙翁戏剧集》从中又能领会多少道理呢？不光只看纯文学作品，还应看看人物传记之类的，看看别人是怎样为了理想不屈不挠地奋斗至成功的。

培根说，“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，伦理学使人有修养，逻辑修辞使人善辩。”总之，读书能造就一个人，也能毁掉一个人，但不读书，肯定是百害而无一利——让我们都来读书，读好书吧！

接着你再回想过去，从你童年到现在，有哪些你曾经怀抱过的理想、梦想未完成的，把它们一条条列出来，然后继续在你刚画的生命蓝图中补充，勾画出主线与支线，并依年龄阶段规划出多层次的人生版图，比方我们可以从趋势与变化中找到自己可以大展身手的施力点；比方有些职业比较适合年轻的时候去试，有的适合在成熟的前中年期去做，有的则适合在经验老道的中晚年时完成，所以要想远一点儿，并把社会变迁的变量，考虑进你中长期的人生规划里，免得自己好不容易刚入行，进入的却是一个已经开始走下坡的夕阳产业——除非你对这工作有极大的兴趣，你可以一路执着，随时创新，突破重围，开展新希望，否则时势比人强，越走越尽，到头时，到时候要转换就很困难了。

当你把中长期的板块移动也思考进你的人生规划中，你才可以在后有追兵、前有断崖时，瞬间启动早已准备好的能量，一跃跳进新的版图。◎在碰触世界之前，先端详自己老天生你，让你与别人的长相不同、生日不同、家庭不同、个性不同……就是要让你与众不同。你必须找出自己的独特之处，一定有什么是只有你才能做，而别人做不来的，就像马库斯·巴金汉、唐纳德·克利夫顿所提到的：“如果某人天生有强烈的好奇心，这就是一种天赋；迷人，是一种天赋；有恒心，是一种天赋；有责任感，也是一种天赋……当你发现自己对某件事物有特别的渴望，能快速学习，完成后自我满意度很高时，那就是你天赋之所在。”（引自《现在，发现你的优势》）

以前的我不是像你们现在所看到的样子，我以前很怕人、怕说话，对自己没有自信，对环境没有安全感，对世界充满敌意，人缘差到不行，连上厕所、睡觉都得拉着自己的好友或家人陪我，不敢一个人做事，更不要说自己去看电影或是去旅行了。我把自己关在房间与书本里很长一段时间，不晓得外面的世界是什么模样。直到爸妈把我一人丢到美国游学两个月，让我不得不离开笼子，逼得我必须要出去觅食、自己去选课

找教室，学会看地图、认路、搭车……我在大二暑假的那次游学中，才开始和世界接触。自此之后，我被迫面对更多必须一个人的时刻、更多次的分离（以前参加夏令营到最后一天欢送会时，我通常是哭得最惨的那个）、更多回的人生转弯，直到养成坚毅而独立的自己为止。

我必须说，我过去在学校里根本没想过关于“自己”的事，直到与外界碰撞，才开始迷惑人生究竟为何、自己是谁、我能做什么……这些很基本的问题，我整整花了八年的时间，直到28岁才找出一点儿端倪；这期间当然也通过很多书籍，如《生命数字全书》《生命密码》《荣格与占星学》《私密的神话：梦之解析》《梦的智慧》《爱与意志》《自由与命运》《躁郁之心》《通往哲学的后门阶梯》《聪明人的哲学指南》《从已知中解脱》《大脑的秘密档案》《禅与脑》……像是多面镜般地来辅助了解自己。

我30岁以前的人生，完成度只有70%，30岁以后的人生一边要补足前30年未完成的计划，一边还要开展未来10年的新版梦想——过了30岁后，我像是挖到了第二条坑道，两条互通，让我同时看到双边的人生宝藏，以后每3~5年我还要再挖出新的矿脉坑道，彼此相连，就像展开的扇骨，众多向外延伸的骨架，撑起更大的扇面，直到死去为止。因为我相信过去生命中诸多累世的经验，已经帮自己存下很多的生命宝藏，就像《哈利·波特》里的古灵阁银行，等我自己打造出钥匙后，一一打开每个天地，人生就越老越富有，这让我觉得自己越来越有趣，一点儿也不觉得累；我醒来不是又老了一天，而是又发现了一个新生的自己，一个与昨天又很不一样的自己，所以我一点儿也不担心老，因为每过一天，就多了一天的生命质地，我越来越喜欢与自己相处。

你们花越多的时间了解自己、开发自己，你就会发现自己是一个开挖不尽的巨大矿坑，而不是人家给你什么，你就吃什么的垃圾场。

你们现在才刚开始要挖第一个坑道，请自己拟订开挖进度。记得，自己跟自己比，自己跟自己挑战，请保持绝对的专注，千万不要分心，专心致志才能“至”——每一个生命阶段，就会让你发现新的人生穴脉，你会发现自己的宝藏其实很多，只是你得尽快打造出开启各宝库的钥匙，用好奇的心——去发掘。

常用 申通EMS顺丰圆通 中通如风达韵达天天 汇通全峰德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D DHL快递大田物流德邦物流 E

EMS快递E邮宝EMS国际 F 飞康达FedEx(国际)凡客如风达 G

能达速递挂号信共速达国通快递 H 汇通快递华宇物流 J 佳吉快运佳怡物流急先达 K

快捷速递 L 龙邦速递联邦快递联昊通 Q 全一快递全峰快递全日通 S

申通快递顺丰快递速尔快递 常用 申通EMS顺丰圆通 中通如风达韵达天天

汇通全峰德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D

DHL快递大田物流德邦物流 E EMS快递E邮宝EMS国际 F 飞康达FedEx(国际)凡客如风达

G 能达速递挂号信共速达国通快递 H 汇通快递华宇物流 J 佳吉快运佳怡物流急先达 K

快捷速递 L 龙邦速递联邦快递联昊通 Q 全一快递全峰快递全日通 S

申通快递顺丰快递速尔快递 常用 申通EMS顺丰圆通 中通如风达韵达天天

汇通全峰德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D

DHL快递大田物流德邦物流 E EMS快递E邮宝EMS国际 F 飞康达FedEx(国际)凡客如风达

G 能达速递挂号信共速达国通快递 H 汇通快递华宇物流 J 佳吉快运佳怡物流急先达 K

快捷速递 L 龙邦速递联邦快递联昊通 Q 全一快递全峰快递全日通 S

申通快递顺丰快递速尔快递 常用 申通EMS顺丰圆通 中通如风达韵达天天

汇通全峰德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D

DHL快递大田物流德邦物流 E EMS快递E邮宝EMS国际 F 飞康达FedEx(国际)凡客如风达

G 能达速递挂号信共速达国通快递 H 汇通快递华宇物流 J 佳吉快运佳怡物流急先达 K

快捷速递 L 龙邦速递联邦快递联昊通 Q 全一快递全峰快递全日通 S

申通快递顺丰快递速尔快递 常用 申通EMS顺丰圆通 中通如风达韵达天天

汇通全峰德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D

DHL快递大田物流德邦物流 E EMS快递E邮宝EMS国际 F 飞康达FedEx(国际)凡客如风达

G 能达速递挂号信共速达国通快递 H 汇通快递华宇物流 J 佳吉快运佳怡物流急先达 K

快捷速递 L 龙邦速递联邦快递联昊通 Q 全一快递全峰快递全日通 S

申通快递 顺丰快递 速尔快递 常用 申通EMS 顺丰圆通 中通如风达韵达天天
汇通全峰 德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D
DHL快递 大田物流 德邦物流 E EMS快递 E邮宝 EMS国际 F 飞康达 FedEx(国际) 凡客如风达
G 能达速递 挂号信 共速达 国通快递 H 汇通快递 华宇物流 J 佳吉快运 佳怡物流 急先达 K
快捷速递 L 龙邦速递 联邦快递 联昊通 Q 全一快递 全峰快递 全日通 S
申通快递 顺丰快递 速尔快递 常用 申通EMS 顺丰圆通 中通如风达韵达天天
汇通全峰 德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D
DHL快递 大田物流 德邦物流 E EMS快递 E邮宝 EMS国际 F 飞康达 FedEx(国际) 凡客如风达
G 能达速递 挂号信 共速达 国通快递 H 汇通快递 华宇物流 J 佳吉快运 佳怡物流 急先达 K
快捷速递 L 龙邦速递 联邦快递 联昊通 Q 全一快递 全峰快递 全日通 S
申通快递 顺丰快递 速尔快递 常用 申通EMS 顺丰圆通 中通如风达韵达天天
汇通全峰 德邦宅急送 A 安信达 B 包裹平邮 邦送物流 C CCES(国通快递) 传喜物流 D
DHL快递 大田物流 德邦物流 E EMS快递 E邮宝 EMS国际 F 飞康达 FedEx(国际) 凡客如风达
G 能达速递 挂号信 共速达 国通快递 H 汇通快递 华宇物流 J 佳吉快运 佳怡物流 急先达 K
快捷速递 L 龙邦速递 联邦快递 联昊通 Q 全一快递 全峰快递 全日通 S
申通快递 顺丰快递 速尔快递

[内衣结构设计教程_下载链接1](#)

书评

[内衣结构设计教程_下载链接1](#)