

<<做你形象的建筑师>>

图书基本信息

书名：<<做你形象的建筑师>>

13位ISBN编号：9787805887616

10位ISBN编号：7805887616

出版时间：2010-4

出版时间：甘肃人民美术出版社

作者：李顺长

页数：92

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>

## <<做你形象的建筑师>>

### 前言

好友顺长牧师的大作，我几乎每本都读过，每本都是那样的晶莹灿亮，其搜集资料之深广、文字雕琢之华美、内容含意之精确、架构铺陈之精心，实在叫人叹服！

在这个讲究公关形象的时代，一般人的自我形象却常常是病态的、扭曲的、解离的。

《做你形象的建筑师》正是这个时代的“旷野呼声”（晨钟木铎）及完全操作手册。

人是自己的上帝，上帝是人自己形象的创造者——设计师，他也是营造形象的资源提供者——制作人，至于最终要将我们自己的形象建造成怎样的成品，这就得看自己是怎样的建筑师了。

如果没有遵照设计师的原创施工，也不遵照制作人的材料营建，当然只有自毁形象，徒然辜负设计师，也浪费资质素材。

只有遵照原创设计打造，善用良质美材，才能让你成为最佳建筑师，使你自己成为旷世杰作。

《做你形象的建筑师》正是你的形象塑造完全手册，按部就班、认真打造，你将是最佳建筑师，也将是旷世杰作。

## <<做你形象的建筑师>>

### 内容概要

低落的自我形象。

如同诅咒，使人沦落成为人生的输家：健康的自我形象，使你如虎添翼，飞扬成为人生的赢家。

你想摆脱失败者的阴影而拥有健康的自我形象吗？

且听李顺长博士告诉你，建造一个健康的自我形象的秘诀。

本书以经典的话为经，以人类经验为纬，尝试将两者交织成一种生活的蓝图，供有心追求丰盛生命的天路客作参考。

文字力求简捷，内容注重实用，章与章之间的轴承，页与页之间关连尚赖读者多多揣摩。

若是阅读加上默想，默想加上实践，那更是个人获益的最佳保证。

## <<做你形象的建筑师>>

### 作者简介

李顺长博士，中国台湾台大土木工程学士，美国金门浸信会硕士，爱西兰神学院教牧学博士，现任：美国飞扬协会会长。  
经常应邀赴欧、美、中国台湾地区演讲。

## <<做你形象的建筑师>>

### 书籍目录

第一章 形象纵横谈 心灵内视镜 形象牌 妙喻如珠第二章 心灵的视窗 健康的自我形象与成就 小优势，大胜利 高贵的自爱 接纳自我 称一称，量一量 测量自我形象的25个指标 十二面体第三章 低自我形象者的档案照 低自我形象者之十点人格特质 自卑的痕迹 购物狂的病源 穿出贫味来 悲剧的苦根 见职者心声 沮丧者的福音 七项致命的罪 苦涩的果实第四章 形象建造者的使命宣言 塑成自我观的十种力量 再造的可能 父母的肯定 思想、楷模、行动 结交肯定你的朋友 上等人搭乘信仰的翅膀 主动出击第五章 自我期许的金翼 人格的作用力 与自己对话 你和自己签订的盟约 旧金山实验 期许的能力 自我应验的预言 奥运金牌的小秘密 内心彩排第六章 认同的感召力 田径怪杰欧文 像中人 呼应律第七章 视观的艺术 主观的诠释 别替自己写挽歌 自贬之阱 视力2.0第八章 关系连环图解 根、茎、叶、果 低自我形象的七个伤痕 赢得辩论，失去儿心的父亲 里里外外呼应律第九章 心态研习营 最有价值的资产 反应态度 欲迎还拒的情结 名家论态度 大象与跳蚤 勇哉，哥伦布 十寸的锅子 大黄蜂 拒绝向逆境屈服的斗士 我选择勇气 拥抱人生的机会第十章 美化心中图像 从印象到幻象 心中图像 情人眼中的西施

## <<做你形象的建筑师>>

### 章节摘录

插图：自卑的痕迹一个人能够营造出健康的自我形象，以致活出人格上的最高品质。

他是既自爱又忘我的，既自信又谦卑的。

这样的人不会把自己看得过高，落入骄傲的陷阱里；也不会把自己看得太低，掉入自卑的漩涡中。

他能中肯地生活，充满内心的喜乐，成为别人的祝福。

高看自己的人，显得骄傲；低看自己的人，显得自卑。

事实上两种人都是低自我形象的结果。

自卑的人承认自己的低形象，骄傲的人拒绝承认，企图用外在的事物，来补偿内在的自卑。

下面这十道痕迹，经常会在低自我形象的人身上浮现。

一、厌己症嫌自己不够漂亮，嫌自己不够聪明，嫌自己没有吸引力。

不喜欢自己的声音。

诅咒父母传给自己的肥胖基因。

电视画面上苗条的广告女郎多出现几次，就会令他沮丧两天。

二、工作狂夜以继日地工作，企图用亮丽的成绩单，来博取上司的青睐。

他们在寻找童年时失落的一块拼图：长辈的肯定。

用全A的报表来支撑自尊，常落入挫折的苦涩里。

三、忧郁症指望别人的称赞才能肯定自己的人，注定过沮丧寡欢的一生，他们尝过几次现实社会的无情之后，演变成愤世嫉俗的人，戴上有色眼镜，诅咒人间的冷暖炎凉。

四、物质主义买部豪华轿车来撑门面，刷卡赊账购物来满足自己的虚荣。

自己欺骗自己，以为穿名牌、戴金饰、出入高级夜总会，就能吸引别人的注意力。

五、完美倾向完美成为他魂牵梦萦的驱动力，因为他把安全感建立在自己的表现上。

不能放松，不能原谅自己的过失，也不能忍受别人的错误。

## <<做你形象的建筑师>>

### 编辑推荐

《做你形象的建筑师》：你的自我形象，是你自尊的建筑师。

你的自我期许，是你前途的预言家。

一个拥有健康自我形象的人，比较受人欢迎，为什么？测量自我形象的二十五个指标什么是自我形象？自卑所留下的十个痕迹穿着如何显露一个人的自我观自我形象低落的人所品嗜的八个苦涩果实重建健康自我形象的十个方法你的自我期许对你前途有何影响？低自我形象损伤人际关系的七种模式最有价值的资产拒绝向逆境屈服的斗士祝君拥抱平衡之美

<<做你形象的建筑师>>

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>