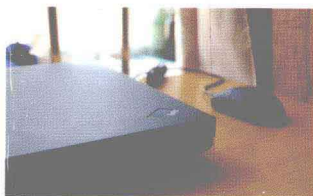


宋 涛 ⊙ 主 编

告诉你如何对待现代家庭生活中发生的各种不知所措的事情，如何使你的家庭生活的烦恼从此止步，改善你的生活质量，寻找自我快乐！营造一个温馨愉悦的生活空间。集大众生活的智慧，最新家庭必备的工具宝典。



现代生活百科

[现代完美个性时尚的实用生活大百科]



辽海出版社

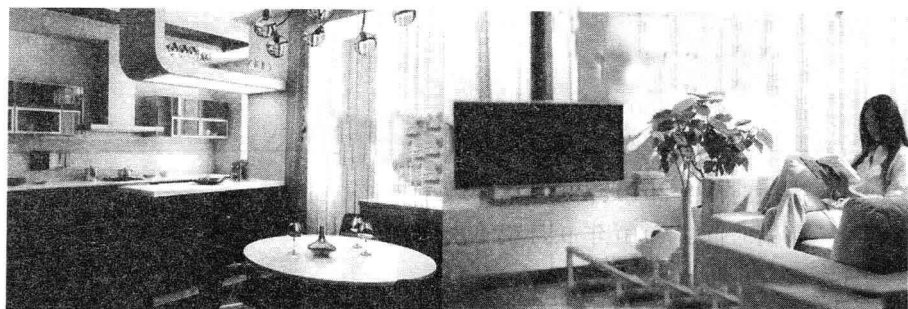
宋 涛 ⊙ 主编



现代生活百科

[现代完美个性时尚的实用生活大百科]

(上)



辽海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代生活百科/宋涛主编—沈阳:辽海出版社,2009.11
ISBN 978-7-5451-0840-8

I. 现… II. 宋… III. 生活—知识—普及读物 IV. TS97-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 208224 号

责任编辑:段扬华 孙德军

责任校对:顾 季

出版者:辽海出版社

地 址:沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮政编码:110003

电 话:024-23284469

E-mail: dyh550912@163.com

印刷者:北京一鑫印务有限公司印刷

发行者:辽海出版社

幅面尺寸:140mm×210mm

印 张:15

字 数:380 千字

出版时间:2010 年 9 月第 2 版

印刷时间:2010 年 9 月第 1 次印刷

定 价:88.00 元 (全三册)

版权所有 翻印必究

前 言

在漫长的历史岁月中，我们对人类社会的认识逐渐加深。从近代开始，科学技术、思想文化的发展日新月异，人类社会的进步有了飞跃式的发展，人们的生活变得丰富多彩。进入 21 世纪以来，不仅知识的广度和深度又有了很大的变化，而且多门知识相互交叉渗透，这就要求我们不断地提高自身的素质，多掌握我们日常生活的百科知识。有鉴于此，我们编录了《现代生活百科》。

本书分门别类介绍生活中的百科知识。在阅读的同时，你不仅可以了解到日常生活中的知识信息，还可以掌握到什么是个人素质修养，甚至可以通过本书丰富完善我们的人生。

当然，我们这套书的特点是不仅仅在于罗列枯燥的知识，你还可以通过这些了解文化艺术等诸多方面的相关专业知识，可以说这是一部日常生活中的百科全书。

本书面向更广泛的读者群，它的主要特点有：

1. 内容精炼，通俗易懂。

阅读本来是一种乐趣，是令人愉快的事，因此我们不论在选材的角度，还是语言的文学性上，都尽量考虑

读者的感受，侧重精炼通俗。

2. 信息准确，着重实用。

书中注重知识要点的归纳，所收生活知识大体都是读者经常碰到的有较强实用价值和阅读价值的知识。

3. 知识定型，图文并茂。

书中编录的多是带有普遍意义而且定型的知识，对于某些方面略有详细叙述。为了帮助读者直观地理解文字内容，我们又适当配上知识性图片，以期使读者达到最佳阅读效果。

本书是居家生活的百宝库，工作的实用经典，学习的良师益友，休闲的终生指南，生活的万用宝籍，集科学性、实用性、全面性、权威性于一体。

需要说明的是，本书的组织者和编录者由于时间仓促，书中难免会有一些讹误之处，诚恳希望广大读者指正。

编 者

2009年11月

目 录

茶 道	(1)
煮茶的器皿	(1)
一、原文	(1)
二、解析	(4)
三、“伊公羹”和“陆氏茶”	(5)
四、从瓠到瓶	(7)
五、饼茶的特殊用器——碾	(9)
六、煮茶器皿与茶汤品质的关系	(10)
茶的烤煮	(14)
一、原文	(14)
二、解析	(15)
三、烤和碾	(16)
四、火——燃料的选择	(17)
五、煮茶用水	(19)
六、煮和酌	(29)
茶的饮用	(34)
一、原文	(34)
二、解析	(35)
三、饮茶风尚的传播	(36)
四、佛教僧徒——饮茶风尚的传播者	(46)
五、饮茶的习惯	(49)
着装指南	(58)
第一章 服饰起源、演变与心理需求	(58)
第一节 服饰起源发展的心理原因	(59)

一、人的需求和作用	(59)
二、服饰起源的保护理论	(60)
三、服饰起源的装饰理论	(60)
第二节 心理需求与服饰功能	(62)
一、服饰的自然功能	(62)
二、服饰的社会功能	(65)
三、服饰需求指向	(69)
第三节 心理需求与服饰运动	(69)
一、服饰运动	(69)
二、服饰需求的心理标准	(73)
第二章 服饰美感	(77)
第一节 服饰美感概述	(77)
一、什么是服饰美感	(77)
二、个体服饰美感发展	(79)
第二节 服饰审美特点和规律	(82)
一、服饰审美活动的特点	(82)
二、服饰审美活动的规律	(85)
第三章 男人的着装技巧	(90)
第一节 使服饰与场合相协调	(90)
一、永远把服饰当作一种工具	(90)
二、参加公司会议时的仪表	(91)
三、讲演时的仪表	(92)
四、电视荧屏上的仪表	(93)
五、晚宴、宴会中的仪表	(95)
六、让服饰符合人的身份	(96)
第二节 尽力发挥衬衫的效力	(98)
一、如何选购面料	(98)
二、成品、半成品和订做的衬衫	(99)
三、如何让衬衫合身	(100)
四、如何选择图案和色彩	(104)
五、有关短袖子衬衫	(106)

六、有关领型	(106)
七、有关姓名缩写图案	(107)
八、有关衣兜	(108)
九、有关衬衫符号的含义	(108)
十、容易忽略的细节	(108)
十一、基本的全套衬衫	(108)
十二、穿衬衫时的注意事项	(110)
第三节 挑选你最富个性的象征——领带	(110)
一、如何选购领带	(113)
二、如何挑选领带面料	(114)
三、如何挑选领带图案	(116)
四、适合于商务场合的领带	(116)
五、绝不应佩戴的领带	(120)
六、关于蝴蝶结	(121)
第四节 从男人饰物赢得最大效应	(121)
一、对于饰物的运用	(122)
二、皮夹	(122)
三、手提箱	(123)
四、钢笔	(123)
五、手套	(124)
六、雨伞	(124)
七、围巾	(124)
八、手绢	(124)
九、鞋子	(125)
十、袜子	(125)
十一、帽子	(126)
十二、手表	(126)
十三、打火机	(127)
十四、皮带	(127)
十五、吊带	(128)
第五节 服饰要追求整体效应	(128)

一、服饰搭配的四要素	(128)
二、单色服饰的组合	(129)
三、单色西装与其它服饰的搭配	(130)
四、细条纹西装与其它服饰的搭配	(131)
五、方格西装与其它服饰的搭配	(131)
六、简单易行的搭配方法	(132)
七、十六种简便易行的搭配实例	(134)
第四章 女人的着装技巧	(136)
第一节 职业女性成功的装扮	(136)
一、穿职业制服	(136)
二、一家公司的故事	(138)
三、正确的西服套裙	(139)
四、面料的选择	(140)
五、效果最好的色彩	(141)
六、应当规避的颜色	(141)
七、衬衣的挑选	(142)
八、西服套裙与衬衣的有效搭配	(143)
九、显现权威的服饰	(144)
十、醒目耀眼的服饰	(145)
十一、让人产生信任感的服饰	(145)
十二、让人产生亲合力的服饰	(146)
第二节 怎样暗示出最佳服饰语言	(147)
一、连衣裙	(147)
二、短裙	(149)
三、运动夹克	(149)
四、裤子	(150)
五、西服套装(衣裤)	(151)
六、大衣	(152)
七、毛衣	(153)
八、背心	(153)
九、内衣	(154)

十、运动衣	(154)
十一、休闲装	(156)
十二、服饰面料的运用	(156)
第三节 服装上的延伸——佩饰	(157)
一、围巾	(158)
二、鞋子	(158)
三、裤袜	(159)
四、帽子	(159)
五、手套	(160)
六、眼镜	(160)
七、钻戒	(161)
八、雨伞	(162)
九、钢笔	(163)
十、手提箱	(163)
十一、手袋	(164)
十二、皮夹子	(164)
十三、旅行包	(165)
十四、头发	(166)
社交宝典	(167)
第一章 特殊时刻	(167)
寻找第一份工作	(169)
睽违多时，重回职场	(183)
升迁或调职	(190)
接受另一家公司的职位	(196)
因公出远门	(201)
会议时刻迫在眉睫	(206)
整装出席重要研讨会	(211)
陪老板出差	(216)
款待外国客户	(221)
高级商业交际技巧	(226)
最佳“代言人”	(232)

第二章 面试礼仪精粹	(242)
面试时的要诀与禁忌	(242)
以最佳形象争取工作机会	(246)
密商型面试礼仪	(248)
餐叙型面试礼仪	(249)
其他面试场合自持之道	(251)
六种尴尬状况的应对方式	(251)
第三章 掌握非语言沟通技巧	(256)
举手投足有深意	(256)
你的身体说了什么	(257)
建立关系的踏脚石	(259)
地利策略	(262)
门户开放与关闭政策	(264)
倾听的重要	(266)
第四章 与异性相处的礼节	(269)
敏感的性别禁忌	(273)
对无礼行为的有礼回应	(274)
如何抓住听者的注意力	(276)
四则性骚扰控诉案例	(276)
职场恋情的陷阱	(281)
第五章 讲坛上的礼仪	(284)
成功演说家必备的礼仪知识	(284)
介绍讲者的最佳方式	(285)
会议前后为特别来宾安排行程	(288)
与讲者讨论演讲酬劳	(290)
讲者迟到或未到该怎么办	(292)
购物指南	(293)
第一章 购物的学问	(293)
一、花钱购物的学问	(293)
二、买便宜货的学问	(294)
三、怎样选择商品的最佳购买期	(295)

四、怎样看商品广告	(296)
五、怎样预防冲动性购买	(296)
六、购物遗憾心理的克服	(297)
七、你属于哪种消费心态	(298)
八、讨价还价的艺术	(299)
九、购物时的站相和语言	(300)
十、在个体商摊购物的要诀	(301)
十一、到外地购物的诀窍	(301)
十二、出门购物谨防“媒子”	(302)
十三、避免购物受损的诀窍	(303)
十四、购物受损后投诉的学问	(304)
十五、消费者的权益	(305)
第二章 服饰的选购	(307)
一、服装选购的标准	(307)
二、布匹的选购	(308)
三、服装夹里布料的选购	(308)
四、真假高尔夫面料的鉴别	(309)
五、纺织品感官鉴别法	(309)
六、纺织品燃烧鉴别法	(310)
七、合体西装的选购	(310)
八、领带的选购	(311)
九、婚礼服的选购	(312)
十、真假苹果牌牛仔裤的鉴别	(312)
十一、夏令衬衫的选购	(313)
十二、绣衣的选购	(314)
十三、旗袍的选购	(314)
十四、女泳衣的选购	(315)
十五、内衣的选购	(315)
十六、胸罩的选购	(316)
十七、运动服装的选购	(316)
十八、童装的选购	(317)

十九、毛线的选购	(318)
二十、真假驼毛的鉴别	(318)
二十一、编织毛衣的选购	(319)
二十二、羊毛衫的选购	(320)
二十三、风衣的选购	(320)
二十四、羽绒服的选购	(321)
二十五、女式大衣的选购	(322)
二十六、男式大衣的选购	(322)
二十七、裘皮服装的选购	(323)
二十八、各种皮革的识别	(323)
二十九、皮茄克的挑选	(324)
三十、围巾的选购	(325)
三十一、纱巾的选购	(325)
三十二、手套的选购	(326)
三十三、腰带的选购	(327)
三十四、裤带的选购	(327)
三十五、凉鞋的选购	(327)
三十六、布鞋的选购	(328)
三十七、胶鞋的选购	(328)
三十八、跑鞋的选购	(329)
三十九、麻编工艺鞋的选购	(329)
四十、棉鞋的选购	(329)
四十一、马靴的选购	(330)
四十二、婴幼儿鞋的选购	(331)
四十三、丝袜的选购	(331)
四十四、帽子的选购	(332)
第三章 化妆品和首饰的选购	(333)
一、变质化妆品的鉴别	(333)
二、药物化妆品的选购	(334)
三、护肤品的选购	(334)
四、“永芳”化妆品的选购	(335)

五、口红(唇膏)的选购	(335)
六、胭脂的选购	(336)
七、香水的选购	(336)
八、香粉的选购	(337)
九、洗发护发用品的选购	(337)
十、发油的选购	(338)
十一、发蜡的选购	(338)
十二、发乳的选购	(338)
十三、染发剂的选购	(339)
十四、多用整发器的选购	(339)
十五、眼影膏的选购	(340)
十六、眉笔的选购	(340)
十七、首饰的选购	(341)
十八、金银首饰真伪辨	(342)
十九、珍珠首饰的选购	(342)
二十、宝石首饰的选购	(343)
二十一、男性首饰的选购	(343)
二十二、玉的鉴别	(344)
二十三、耳环的选购	(344)
二十四、手镯的选购	(345)
二十五、项链质量的鉴别	(346)
二十六、项链挂件的挑选	(346)
二十七、戒指的选购	(347)
二十八、订婚戒指的选购	(348)
二十九、领带夹的选购	(348)
三十、胸花别针的选购	(349)
三十一、头饰的选购	(349)
三十二、手提包的选购	(350)
三十三、怎样识别金银首饰的真伪	(350)
三十四、怎样识别黄金饰品代号	(351)
三十五、天然宝石和人造宝石的区别	(351)

三十六、真假红宝石首饰	(351)
三十七、真假翡翠首饰	(352)
三十八、真假玛瑙饰品	(353)
三十九、真假水晶饰品	(353)
四十、真假象牙饰品	(354)
四十一、真假珍珠首饰	(354)
第四章 食品的选购	(355)
一、食品袋的选购	(355)
二、优质大米的选购	(355)
三、元宵粉新陈的鉴别	(356)
四、罐头食品的选购	(357)
五、糕点的选购	(358)
六、方便面的选购	(358)
七、鸡蛋的选购	(359)
八、皮蛋的选购	(359)
九、植物油的选购	(360)
十、香油真假的鉴别	(361)
十一、甜酱的选购	(361)
十二、醋的选购	(361)
十三、酱油的选购	(362)
十四、真假味精的识别	(362)
十五、淀粉的选购	(363)
十六、白糖的选购	(363)
十七、好肉与病畜肉的识别	(363)
十八、羊肉的选购	(364)
十九、火腿的选购	(364)
二十、香肠的选购	(365)
二十一、无病活鸡的选购	(365)
二十二、变质烧鸡的识别	(366)
二十三、板鸭的选购	(366)
二十四、鱼的好坏鉴别	(367)

二十五、带鱼的选购	(367)
二十六、黄花鱼的选购	(368)
二十七、梭子蟹的选购	(368)
二十八、贝类的选购	(368)
二十九、菜篮子里的学问	(369)
三十、农副产品类	(369)
三十一、真假发菜的识别	(381)
三十二、毒菌的识别	(382)
三十三、香菇的选购	(382)
三十四、黄花菜的选购	(382)
三十五、咸菜的选购	(383)
三十六、掺假黑木耳的识别	(383)
三十七、真假芦笋的鉴别	(384)
三十八、豆腐的选购	(384)
三十九、真假机制腐皮(竹)的识别	(385)
四十、白酒的识别	(385)
四十一、啤酒新陈的鉴别	(385)
四十二、果酒的选购	(386)
四十三、真假茅台酒的鉴别	(386)
四十四、真假五粮液的识别	(387)
四十五、真假泸州老窖的识别	(387)
四十六、真假剑南春的识别	(388)
四十七、真假五加白酒的识别	(388)
四十八、真假汾酒的识别	(388)
四十九、真假古井贡酒的识别	(389)
五十、真假西凤酒的识别	(389)
五十一、真假竹叶青酒的识别	(389)
五十二、饮料的识别	(390)
五十三、新茶和陈茶的鉴别	(390)
五十四、蜂蜜质量的鉴别	(390)
五十五、真假藕粉的鉴别	(391)

五十六、奶粉的选购	(391)
五十七、消毒鲜乳的鉴别	(392)
五十八、雀巢咖啡的鉴别	(392)
五十九、苹果的选购	(393)
六十、枇杷的选购	(393)
六十一、桃的选购	(393)
六十二、葡萄的选购	(394)
六十三、香蕉和芭蕉的区别	(394)
六十四、西瓜挑选四法	(395)
六十五、梅果的选购	(395)
六十六、日用食品类	(396)
六十七、农副产品类	(400)
礼仪常识	(405)
第一章 社交礼仪的构成	(405)
第一节 礼仪是约定俗成	(406)
第二节 举止礼仪的标准	(410)
第三节 表情礼仪的表达方式	(418)
第四节 称谓的礼仪	(424)
第五节 交谈礼仪的基本要求	(427)
第二章 日常生活礼仪	(433)
第一节 日常常用礼节	(433)
第二节 公共场合的礼仪	(437)
第三节 邀请和约会的礼仪	(446)