



教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会文秘专业核心技能“十二五”规划教

秘书礼仪

◎ 余 平 主编

Mishu Liyi



华中科技大学出版社
<http://www.hustp.com>



秘女礼仪

◎ 主 编 余 平

◎ 副主编 雷 鸣 石建梅 彭明福


华中科技大学出版社
<http://www.hustp.com>
 中国·武汉

内 容 提 要

本教材是教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会文秘专业核心技能“十二五”规划教材。全书共有8个模块31项任务,包括了礼仪知识认知、仪表仪态礼仪、服饰礼仪、交际沟通礼仪、交谈语言礼仪、商务活动礼仪、文书礼仪、拓展礼仪等内容。本教材是在全新的高职教育理念的指导下编写的,按照“项目导向、任务驱动、情景训练”的模式求实创新,力求使学生在做中学、学中做,达到理实一体化的效果。本教材在编写上充分吸收了新知识、新案例,体现了现代秘书礼仪发展的最新动态。

本书可作为高职高专院校、成人高等院校、本科院校文秘专业及相关专业的教学用书,也可供中等职业学校的文秘专业和社会文秘人员培训机构使用,还可以作为社会各行各业管理人员的礼仪培训资料。

图书在版编目(CIP)数据

秘书礼仪/余平 主编. —武汉:华中科技大学出版社,2012.9
ISBN 978-7-5609-8210-6

I. 秘… II. 余… III. 秘书-礼仪-高等职业教育-教材 IV. C931.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 164347 号

秘书礼仪

余 平 主 编

策划编辑:袁 冲

责任编辑:狄宝珠

责任校对:祝 菲

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录 排:武汉正风天下文化发展有限公司

印 刷:华中科技大学印刷厂

开 本:710mm×1000 mm 1/16

印 张:17.5

字 数:340千字

版 次:2012年9月第1版第1次印刷

定 价:35.00元

封面设计:刘 卉

责任监印:张正林



本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务
版权所有 侵权必究

教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会 文秘专业核心技能“十二五”规划教材编委会



总主编 孙汝建

成 员 严 冰 郭 冬 时志明 曹千里
王金星 杨群欢 王箕裘 陈江平
张玲莉 兰 玲 蔡 超 王瑞成
胡亚学 李强华 吴良勤 余 平
袁 冲

总 序

时下,文秘专业的教材多得用“汗牛充栋”一词来形容一点也不过分,问题是有特色的教材并不多见。教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会(以下简称文秘委员会)决定组织编写一套文秘专业核心技能教材,把这套教材定名为“教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会文秘专业核心技能‘十二五’规划教材”,并委托我担任总主编,从教材策划、论证到组织编写,编写者在如何彰显“核心技能”的特色上动了不少脑筋。

这套教材共 10 本,教材名称及主编是我精心挑选推荐的。最后的结果是:杨帆、兰玲主编《秘书理论与实务》;李强华主编《办公室事务管理》;余平主编《秘书礼仪》;时志明、李鸿主编《公共关系实务与人际关系处理》;王瑞成主编《会议组织与活动策划》;吴良勤主编《信息工作与档案管理》;蔡超主编《涉外事务与文书写作》;胡亚学主编《秘书写作》;陈江平主编《秘书综合实训》;孙汝建主编《口语交际艺术》。这些主编老师都是在文秘专业领域经验丰富、治学严谨的专家。

2010 年 7 月,教材主编会议在华中科技大学出版社举行。文秘委员会部分委员、各教材主编、华中科技大学出版社领导和本套教材的项目负责人袁冲老师参加了会议。与会代表就高职高专文秘专业的课程设置、培养目标、本套教材的编写原则、编写体例、编写队伍的组建、教材推广等问题进行了认真讨论。大家普遍认为:教材应该根据全国高职高专文秘专业各方向的培养目标、专业建设、课程建设的发展规律与趋势,以及国家秘书职业资格证书的考证要求、用人单位对文秘专业人才的需求,以各文秘专业方向中的核心技能为重点,研制编写大纲、遴选编写内容、彰显教材特色;教材以“够用、适用、实用”为原则,为课堂教学预留适当空间;注重核心技能的训练,与一线秘书的工作实践接轨。

会后,各教材的主编老师积极遴选副主编和参编的人员,以研究的态度对待教材编写工作。在教材编写和出版过程中,华中科技大学出版社和教材编写者怀着同一种愿望:在教材调研、论证、编写的基础上,集思广益,齐心协力,编写出一套能充分体现文秘核心技能培养水平的精品教材。为此,文秘委员会高度重视,全程做好组织协调和跟踪服务工作。华中科技大学出版社从领导到项目负责人,对教材编写和出版工作一直给予高度重视和大力支持,特别是项目负责人袁冲老师,几年来为教材辛苦奔走,精心策划、辛勤付出,其敬业精神令人感佩。这 10 本带着墨香的教材,凝聚着大家的心血和智慧,是大家团结协作的结晶。

这套教材虽然强调的是能力,但也兼顾素质。能力和素质是文秘人才的两翼,缺一不可。

世界上没有完美的教材,但这不妨碍我们这群教材编写者对完美的追求。就本套教材而言,用然后知不足,我们会适时修订,使之日臻完善。

是为序。

孙汝建

2011年6月20日

(本套教材总主编孙汝建教授,为教育部高职高专文秘类专业教学指导委员会主任委员、华侨大学华文学院院长、上海师范大学汉语言文字学专业博士)

前 言

随着我国经济的快速发展,在国际社会上的地位和作用日益重要,我们与世界的交往和合作更为广泛和频繁,在礼节礼仪上与国际社会接轨已成必然。要让世界了解中国,让中国了解世界,把中国人文明智慧、优雅高尚的形象展示在世人面前,学习礼仪也是十分必要的。现代社会里每一个社会组织和个人都需要在日渐频繁的社会交往中谋求自身的发展,追求事业的成功,不具备较强的交际能力是很难实现的。因此,人们把一个人是否具有交际能力看成是否是一个现代人的标志之一。而要想在交际中获得成功,得体地运用礼仪知识,体现良好的礼仪修养是关键。礼仪作为待人接物和进行社会交往的手段,其重要性已经十分突出。

秘书礼仪是一门应用范围较为广泛的实用性素质教育课程。通过本课程的学习,学生可以掌握在秘书岗位上所需的礼仪知识和具体运用方法。在编写时我们用工作任务引领理论知识,用理论知识服务于案例分析,最后结合在情景训练之中。本教材以秘书礼仪为主线,做到了深入浅出,翔实具体,融理论性、实践性、知识性、操作性于一体,在对礼仪的起源与发展、礼仪的基本特征、社会作用等方面进行系统阐述的基础上,重点对仪表仪态礼仪、服饰礼仪、交际沟通礼仪、交谈语言礼仪、商务活动礼仪、文书礼仪、拓展礼仪等知识点进行了阐述。为了帮助学习者更好地掌握和应用礼仪知识,每章后面还有案例分析和课外训练,不但有助于秘书人员了解礼仪,掌握礼仪规范,提高礼仪修养,还可作为高职高专院校、成人高等院校、本科院校文秘专业及相关专业的教学用书。

本教材由四川职业技术学院余平副教授担任主编并统稿,南通农业职业技术学院石建梅副教授、郑州牧业工程高等专科学校雷鸣副教授、四川职业技术学院彭明福副教授担任副主编。具体编写分工如下。

四川省南充职业技术学院陈英编写了模块一中的任务1——礼仪的起源与社会作用和模块八中的任务1——求职礼仪;江苏省南通农业职业技术学院石建梅编写了模块二仪表仪态礼仪和模块三服饰礼仪;四川职业技术学院郑雅琴编写了模块一中的任务2——礼仪的概念与原则,模块六中的任务1——会议礼仪、任务2——宴请礼仪、任务4——洽谈谈判礼仪、任务5——仪式礼仪;四川职业技术学院余平、钟山职业技术学院樊勇编写了模块一中的任务3——秘书的礼仪修养;四川职业技术

学院彭明福、广东水利电力职业技术学院吴茹编写了模块四中的任务2——接待礼仪,模块五中的任务1——交谈语言礼仪、任务2——交谈中非语言礼仪,模块七中的任务5——拟写治丧文书礼仪;河南省郑州牧业工程高等专科学校雷鸣编写了模块七中的任务1——拟写通知、邀请函、请柬、发言稿的礼仪,任务2——拟写贺电、感谢信的礼仪,任务3——拟写欢迎词、欢送词的礼仪、任务4——拟写祝词、答谢词的礼仪;四川职业技术学院唐霞编写了模块四中的任务1——见面礼仪、任务3——电话礼仪、任务4——拜访礼仪、任务5——馈赠礼仪,模块六中的任务3——舞会礼仪;四川职业技术学院杨继联编写了模块八中的任务2——民俗礼仪、任务3——外事活动礼仪。本教材在编写过程中得到了华中科技大学出版社的大力支持和帮助。书中参考了近年来一些专家的著作,主要参考书目附于书末,在此一并表示感谢。

编 者

2012年5月27日

目 录

模块一 礼仪知识认知	(1)
任务 1 礼仪的起源与社会作用	(1)
任务 2 礼仪的概念与原则	(20)
任务 3 秘书的礼仪修养	(28)
模块二 仪表仪态礼仪	(43)
任务 1 化妆礼仪	(43)
任务 2 仪态礼仪	(48)
任务 3 表情礼仪	(55)
模块三 服饰礼仪	(61)
任务 1 办公室服饰礼仪	(61)
任务 2 会务服饰礼仪	(73)
任务 3 休闲运动服饰礼仪	(77)
模块四 交际沟通礼仪	(81)
任务 1 见面礼仪	(81)
任务 2 接待礼仪	(88)
任务 3 电话礼仪	(95)
任务 4 拜访礼仪	(101)
任务 5 馈赠礼仪	(108)
模块五 交谈语言礼仪	(115)
任务 1 交谈语言礼仪	(115)
任务 2 交谈中非语言礼仪	(123)
任务 3 与同事相处的礼仪	(131)
任务 4 与客户相处的礼仪	(136)

2 ◀ 秘书礼仪

模块六 商务活动礼仪	(142)
任务 1 会议礼仪	(142)
任务 2 宴请礼仪	(147)
任务 3 舞会礼仪	(152)
任务 4 洽谈谈判礼仪	(158)
任务 5 仪式礼仪	(162)
模块七 文书礼仪	(168)
任务 1 拟写通知、邀请函、请柬、发言稿的礼仪	(168)
任务 2 拟写贺电、感谢信的礼仪	(178)
任务 3 拟写欢迎词、欢送词的礼仪	(184)
任务 4 拟写祝词、答谢词的礼仪	(191)
任务 5 拟写治丧文书礼仪	(197)
模块八 拓展礼仪	(208)
任务 1 求职礼仪	(208)
任务 2 民俗礼仪	(229)
任务 3 外事活动礼仪	(243)
参考文献	(266)

模块一

礼仪知识认知

任务1 礼仪的起源与社会作用

子任务1 礼仪的起源与发展

▶▶ 目的要求

- (1) 了解礼仪的起源,认知中西方礼仪的差别。
- (2) 明确礼仪产生的社会基础,认识提高礼仪素质、塑造良好形象的重大作用。

▶▶ 任务描述

梁伟是一家中德合资企业的总经理秘书,该公司总经理及几位部门经理均是德方人员。中德双方在文化背景、思想观念上存在着较大的差异,在生活习惯、作息时间、工资分配制度等方面也有所不同。在工作时间上德方工作人员讲究效率,喜欢一鼓作气;而中方工作人员习惯于“上班大家一块去,下班大家一块走,上班盼下班,没活干也要熬够八小时”,这些工作习惯与高效、紧张、工作效能最大化的西方管理思想和管理方式相抵触。身为秘书人员,梁伟就要协助总经理解决这些问题。

▶▶ 工作过程

- (1) 在学习德国及其他欧美国家企业文化的基础上,向企业高管层提出管理改革方案,确立企业“以礼治企”和“以文治企”的管理思想,建设企业文化。

(2) 要求对全体员工进行礼仪培训,增强中方员工对西方礼仪知识的了解和掌握,树立“尊重友好,合作高效”的办公礼仪氛围。

(3) 以活动、考察、讲座等多种方式鼓励总经理和德方管理人员学习中国传统礼仪,了解中国礼仪文化。

▶▶ 工作成果

经过一个阶段的努力,总经理秘书梁伟感到企业文化在悄悄发生改变,因为礼仪文化的彼此理解和接受,两国员工在工作时的融洽气氛正在悄然形成。虽然在文化背景、思维方式、价值标准、工作方式、待人处事、道德观念等各个方面仍存在较大的差异,但是曾经发生在工作中的分歧和矛盾不再难以调和。

▶▶ 相关知识

礼仪是整个社会文明的基础和最直接、最全面的表现方式。中国是礼仪之邦,有着灿烂的五千年文化的华夏文明,在世界上影响深远。古人有言:“中国有礼仪之大,故称夏,有服章之美,故称华。”古代华夏民族之所以受到周边其他民族的赞誉,丰富的礼仪文化是重要的影响因素之一。

一、我国古代礼仪的起源与发展

(一) 我国古代礼仪的起源

关于礼的起源,说法不一,比较趋同的一种说法是“礼立于敬而源于祭”,认为礼仪起源于祭祀。四川的三星堆和金沙遗址成为青铜器文化时代的著名祭祀坑,其中关于祭祀礼仪的记载很多。东汉许慎的《说文解字》对“礼”字的解释是:“禮,履也,所以示神致福也。”意思是实践约定的事情,用来给神灵看,以求得赐福。“禮”字是会意字,“示”是远古祭台的形象,豐为禮之本字,象征盛玉器祭神。由此可知,礼最早起源于祭祀,与古代祭祀鬼神、求得赐福的宗教仪式有关,与原始人类的鬼神崇拜也有关。

礼在当时主要是作为一种沟通人神的媒介而存在,至今,很多礼仪规范中的禁忌都与人对神灵认知的宗教信仰关系密切,这一点直接决定了宗教信仰者的行为规范。随着生产力的发展和社会等级制度的诞生,为了适应和调节人际关系的需要,礼的内涵和形式都发生了极大的变化,从事神致福的宗教之礼向维护秩序的社会礼仪蜕变,进而在漫长的两千多年封建社会里与儒家文化相结合而形成了富有特色的中国古代传统礼仪。

（二）我国古代礼仪的形成

中国的礼仪从形成到发展,经历了一个从无到有、从低级到高级、从萌芽到完善的渐进过程。古代礼仪发展始于夏商周,盛于唐宋,清代逐步衰落,大致经历了以下几个发展阶段。

1. 礼仪的起源时期(夏朝以前—前 21 世纪)

礼仪起源于原始社会。在原始社会中晚期(约旧石器时代)出现了早期礼仪的萌芽,这时的礼仪较为简单和虔诚,还不具有阶级性,主要内容包括制定明确血缘关系的婚嫁礼仪,区别部族内部尊卑等级的礼制,为祭天敬神而确定的一些祭典仪式,制定一些在人们的相互交往中表示礼节和表示恭敬的动作。比如生活于距今约五千年前的半坡村人的公共墓地,墓地中的坟位排列有序,按死者的身份有所区别,分仰身葬和俯身葬等。

2. 礼仪的形成时期(前 21 世纪—前 771)

人类进入奴隶社会后,统治阶级为了巩固自己的统治地位把原始的宗教礼仪发展成符合奴隶社会政治需要的礼制,礼被打上了阶级的烙印。在这个阶段,中国第一次形成了比较完整的国家礼仪与制度。

周代的礼制是周代制度文化、行为文化和观念文化的集中体现,它既是典章制度的总汇,又是政治生活、经济生活、社会生活、家庭生活各种行为规范的准则。“道德仁义,非礼不成;教训正俗,非礼不备;分争辨讼,非礼不决;君臣上下,父子兄弟,非礼不定。宦学事师,非礼不亲。班朝治军,莅官行法,非礼威严不行。祷祠祭祀,供给鬼神,非礼不诚不庄”(《礼记·曲礼》)。周人之“礼”,包括形式和内容两个方面,其形式为“仪”,即各种礼节和仪式。周制规定,各级贵族祭祀、用兵、朝聘、婚丧,都要遵循严格的合乎其等级身份的礼节仪式,以体现君臣、父子、兄弟、夫妻的上下尊卑之别。战国时人编纂的《仪礼》(又称《礼经》)一书,便是对西周仪礼的追记和理想化描述。礼的内容,一是“亲亲”,贯彻血缘宗族原则;二是“尊尊”,执行政治关系的等级原则。周代礼制的内容与形式统一在其主旨上,就是“别贵贱,序尊卑”。周人所确立的“礼”,为后世儒家继承、发展,以强劲的力量规范着中国人的生活行为、心理情操与是非善恶观念。中国传统的“礼文化”或“礼制文化”创制于西周,古代的礼制典籍也多撰修于这一时期,如我国最早的三部礼仪学专著《周礼》、《仪礼》和《礼记》。在汉以后两千多年的历史中,它们一直是国家制定礼仪制度的经典著作,被称为礼经。

3. 礼仪的变革时期(前 771—前 221)

西周末年,政治统治出现“礼崩乐坏”的局面,这一时期,学术出现了百家争鸣的现象,以孔子、孟子、荀子为代表的诸子百家对礼教给予了研究和发展,对礼仪的起源、本质和功能进行了系统阐述,首次论述了社会等级秩序的划分及其意义。

孔子对礼仪非常重视,把“礼”看成是治国、安邦、平定天下的基础。《论语》里有很多处谈到礼仪,他认为人“不学礼,无以立”,要求人们用礼的规范来约束自己的行为,倡导“仁者爱人”,强调人与人之间要有同情心,要相互关心,彼此尊重。他是注重“以礼治国”的最有代表性的人物。

孟子把“礼”解释为对尊长和宾客严肃而有礼貌,即“恭敬之心,礼也”,把仁、义、礼、智作为基本道德规范。他还认为“辞让之心”和“恭敬之心”是礼的发端和核心。

荀子把“礼”作为人生哲学思想的核心,把“礼”看做是做人的根本目的和最高理想。他认为“礼者,人道之极也”,“礼”既是目标、理想,又是行为过程,“人无礼则不生,事无礼则不成,国无礼则不宁”。

管仲把“礼”看做是人生的指导思想和维持国家的第一支柱,认为“礼”关系到国家的生死存亡。

4. 礼仪的强化时期(前 221—1796)

《礼记》是封建时代礼仪的主要源泉。汉、唐、宋时期的礼仪研究硕果累累,其中宋代礼仪发展的另一个特点是家庭礼仪研究增多,明朝的交友之礼更加完善。在我国长达两千多年的封建社会里,尽管在不同朝代礼仪文化具有不同的社会政治、经济、文化特征,但却有一个共同点,就是一直为统治阶级所利用,礼仪是维护封建社会等级秩序的工具。这一时期礼仪的重要特点是尊君抑臣,尊夫抑妇,尊父抑子,尊神抑人。在漫长的历史演变过程中,它逐渐变成为妨碍人类个性自由发展,阻挠人类平等交往,窒息思想自由的精神枷锁。

纵观封建社会的礼仪,内容大致涉及国家政治的礼制和家庭伦理两类,这一时期的礼仪构成了中华传统礼仪的主体。

5. 传统礼仪衰落、现代礼仪发展的时期(1796 年至今)

随着清王朝统治腐败,国势衰微,列强入侵,传统礼仪盛极而衰。伴随着西学的传入,特别是辛亥革命以后,受西方资产阶级“自由、平等、民主、博爱”等思想的影响,中国的传统礼仪规范、制度受到强烈冲击,符合时代要求的礼仪被继承、完善和流传,那些繁文缛节逐渐被抛弃。同时中国也接受了一些国际上通用的礼仪形式,新的礼仪标准、价值观念得到推广和传播。新中国成立后,逐渐确立了以“平等相处、友好往来、相互帮助、团结友爱”为主要原则的新型社会关系和人际关系。改革开放以来,随着中国与其他国家的交往日趋频繁,西方一些先进的礼仪、礼节陆续传入我国,同我国的传统礼仪一道融入社会生活的各个方面,构成了我国当今礼仪的基本框架。

现在,甚至有人认为中国传统礼仪在社会发展中出现了衰落和割裂,重构中国现代礼仪成为当务之急。许多礼仪从内容到形式都在不断变革,现代礼仪进入了全新的发展时期。大量的礼仪书籍相继出版,各行各业的礼仪规范纷纷出台,礼仪讲座、礼仪培训日趋火红。今后,随着社会的进步、科技的发展和国际交往的增多,礼仪必将得到新的完善和发展。

（三）中国古代礼仪文明的成果

中华民族源远流长，是唯一没有中断历史文化的伟大民族，在世界文化的历史舞台上，同比古埃及文化、苏美尔文化、玛雅文化等，中国文化彰显出强大的生命力。

中国历来被称为“礼仪之邦”，礼仪在中国社会的政治文化生活中占有极其重要的地位。古代所谓的礼仪，包括的范围非常广泛，诸如政治体制、朝廷法典、天地鬼神祭祀、水旱灾害祈禳、学校科举、军队征战、行政区划、房舍陵墓建造，乃至衣食住行、婚丧嫁娶、言谈举止等，无不与礼仪有关，几乎囊括了国家政治、经济、军事、文化一切典章制度，以及个人的伦理道德修养和行为准则规范，大致涉及国家政治的礼制和家庭伦理这两方面。直到近代以后，礼仪的范畴才逐渐缩小，现在则一般只有礼节和仪式的意思。

无论何种礼仪类别，中国传统礼仪在中国文化中都起着“准法津”的作用，对于维护漫长的封建统治意义重大，其中包含的礼仪成果对我们今天构建和谐社会仍然有很好的指导意义。

1. 尊老敬贤

我国自原始社会到封建社会，人际的政治伦理关系均以氏族、家庭的血缘关系为纽带，因此在家庭里面遵从祖上，在社会上尊敬长辈，血缘和亲缘至今仍是绝大多数中国人社交活动的人际脉络基础。孟子在描述理想的社会形态时说：“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”而孔子对大同之世的理解是：“故人不独亲其亲，不独子其子，使老有所终，壮有所用，幼有所长，矜寡孤独废疾者，皆有所养。”

中华民族之所以历经沧桑生生不息，尊老、敬老、爱老是一个重要方面，成为中国传统礼仪文化中的一大特色。古代的敬老，从君主、士族到整个官绅阶层，都在身体力行，并且形成一套敬老的规矩和养老的礼制。《礼记》记载：“古之道，五十不为甸徒，颁禽隆诸长者。”（《礼记·祭义》）就是说，五十岁以上的老人不必亲往打猎，但在分配猎物时要得到优厚的一份。可见，上至君王贵族，下到庶人百姓，都要遵循一定的规矩，用各种方式表达对老者、长者的孝敬之意，这是古代衡量一个人是否有德行、有修养的重要标志。

同时，由于中国古代社会推崇礼治和仁政，敬贤已成为一种历史的要求。孟子说：“养老尊贤，俊杰在位，则有庆”（《孟子·告子下》），“庆”就是赏赐的意思。著名的“三顾茅庐”、“程门立雪”都是求贤礼贤的典故。纵观中国古代历史，历来有作为的君主，大多非常重视尊贤用贤，视之为国家安危的决定因素。平时不敬贤，到了紧急关头，贤才难以为国分忧。

2. 仪式适宜

中华民族素来注重通过适当的礼仪形式，表达人们内心丰富的情感。遇到重大节日和发生重要事件，多有约定俗成的仪矩，如：获得丰收，要欢歌庆贺；遭到灾祸，要

祈求神灵保佑。久而久之,就形成了许多节庆及礼仪形式,如春节、元宵、中秋、重阳等,几乎每个节日都有特定的礼俗。在古代,节庆和婚丧嫁娶等活动都是作为社会生活中的大事来对待的,其仪式规定得格外详尽而周密,从服饰、器皿到规格、程序,以及举止方位,都有具体的要求。仪式的规模在于得当,适当的文饰是必要的,但文饰过当就会造成奢侈浪费,偏离礼规的要求;而过于吝啬,又会妨碍到仪式的举行,也是不得体的。

比如古代仪式中的最高规格莫过于皇帝的祭天活动,天坛是世界上现存最大的祭天建筑群。清代祭天仪仗由导象、宝象、车驾、乐队、禁军、八旗军、皇帝御前侍卫、内廷侍从、文武百官等组成。而祭天乐舞则是献给上天的舞蹈,已流传千年。皇帝需在祭天的前三日来斋宫斋戒,不沾荤腥葱蒜,不饮酒,不娱乐,不理刑事,不吊祭,不近女色,多洗澡,名为“斋戒”,又称“致斋”。祭天大礼分为迎神、奠玉帛、进俎、行初献礼等9项程序。民间普通老百姓也有丰富的礼仪仪式,有些少数民族地区至今还保留着古老的成年礼,如拔牙、染牙、穿裙、穿裤、盘发髻等仪式。中国古代有五礼之说,祭祀之事为吉礼,冠婚之事为喜礼,宾客之事为宾礼,军旅之事为军礼,丧葬之事为凶礼。民俗界认为礼仪包括生、冠、婚、丧四种人生礼仪。实际上礼仪可分为政治与生活两大类:政治类包括祭天、祭地、宗庙之祭、祭先师先圣、尊师乡饮酒礼、相见礼、军礼等;生活类包括五祀、高禘之祀、雩仪、诞生礼、冠礼、饮食礼仪、馈赠礼仪等。

3. 礼貌待人

任何一个文明社会,任何一个文明民族,人们总是十分注重文明礼貌的。因为礼貌是人类社会据以促进人际交往友好和谐的道德规范之一,是构建与他人和睦相处的桥梁。它标志着一个社会的公共文明程度,反映了一个民族的精神面貌。中华民族历来就非常重视遵循礼规、礼貌待人,主要有以下两个特点。

第一,与人为善。与人相处,为善当先。而这个“善”,应是出自内心的诚意,是诚于中而形于外,而不是巧言令色和徒具形式的繁文缛节。礼貌待人就要表里一致,从根本上消除人与人之间的隔阂、摩擦,进而互敬互爱,友好相处。尊重他人,就要平等待人,不分贵贱等级,一视同仁。古人敬人的方法,就是要尊重他人的意愿,体谅别人的需要和禁忌,不能强人所难。不苛求别人做不能做的事,不强求别人接受不喜欢的东西。“己所不欲,勿施于人”(《论语·颜渊》)就是这个意思。

第二,礼尚往来。礼尚往来是礼貌待人的一条重要准则。接受别人的好意,必须报以同样的礼敬,这样,人际交往才能在平等友好的良性循环中持续下去。因此《礼记》中说:“礼尚往来,往而不来,非礼也;来而不往,亦非礼也。”(《礼记·曲礼上》)对于受恩者来说,应该滴水之恩,涌泉相报。在古人眼中,没有比忘恩负义更伤仁德的事了。孔子说:“以德报德,则民有所劝;以怨报德,则刑戮之民也。”可见,“以德报德”,有恩必报,是待人接物的基本道德修养。当然,往来之礼,也该适度。送礼的本意,在于表达尊敬答谢之意,所谓礼轻情义重,并非越多越好,正如《庄子·山木》篇中

所说：“君子之交淡若水，小人之交甘若醴。”

4. 容仪整洁

一个人的仪表、仪态是其自身修养、文明程度的外在表现。古人认为，举止庄重，进退有礼，执事谨敬，文质彬彬，不仅能够保持个人的尊严，还有助于进德修业。古代思想家曾经拿禽兽的皮毛与人的仪表仪态相比较，禽兽没有了皮毛，就不能为禽兽；人失去仪礼，也就不能成其为人了。古人对仪表的要求主要表现在以下三个方面。

1) 衣着容貌

《弟子规》要求：“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切”。这些规范，对现代人来说仍是必要的。帽正纽结，鞋袜紧切，是仪表美的基本要求。如果一个人衣冠不整，鞋袜不正，往往会使人产生反感甚至恶心，有谁会亲近这样的人呢？当然，衣着打扮必须根据自己的职业、年龄、生理特征、相处的环境和交往对象的生活习俗，进行得体大方的选择。浓妆艳抹，矫揉造作，只会适得其反。

2) 行为举止(见图 1-1)

孔子说：“君子不重则不威，学则不固。”(《论语·学而》)这是因为，只有庄重才有威严，否则，即使学习了，也不能巩固。具体来说，要求做到“站如松，坐如钟，行如风，卧如弓”。在公众场合举止不可轻浮，不可褻，应该庄重、谨慎而又从容，做到“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”(《论语·颜渊》)，处处合乎礼仪规范。



图 1-1 行周揖礼的孔子像

3) 言语辞令

语言是人们的思想、情操和文化修养的一面镜子。古人言：“修辞立其诚，所以居业也。”(《易·乾文》)将诚恳的修饰言辞看成是立业的根基，是有一定道理的。还要“言必信，行必果”(《论语·子路》)，同时要慎言。古人说，上天生人，于舌头上下有两排牙齿紧密围裹，又在外面包一层厚厚的嘴唇，就是要人们说话时一定要谨慎。当然古人并不是要求人们少言语，而是说话要视具体情况，当说则说，当默则默。

因此，尊老爱幼、礼貌待人、礼尚往来、仪礼得当和仪容整洁是中国古代传统礼仪文明的成果和精华，对我国社会历史发展产生过积极影响。一般说来，社会上讲文明礼貌的人越多，这个社会便越和谐安定。如果我们每一个人都教养有素，礼貌待人，处事有节，我们的生活就会更多一些愉悦，而国家、社会则更多一些有序与文明。从这一点讲，礼仪对社会起着政治、法律所起不到的作用。在今天社会主义精神文明建设中，我们应立足于吸收民族传统文化中的精华，使传统文明礼仪古为今用，构建一套现代文明礼仪。