

漫谈文明礼

栾德厚 编

黑龙江人民出版社

漫谈文明礼貌

栾德厚 编

黑龙江人民出版社

1986年·哈尔滨

责任编辑：阎 爽

封面设计：唐保亭

漫 谈 文 明 礼 貌

Mantan Wenming Lilmao

栾 德 厚 编

黑 龙 江 人 民 出 版 社 出 版

(哈尔滨市道里森林街42号)

佳木斯印刷总厂印刷 黑龙江省新华书店发行

开本787×1092毫米 1/32·印张4 14/16·字数95,000

1986年7月第1版

1986年7月第1次印刷

印数1—21,720

统一书号：7093·1003

定价：0.72 元

目 录

一 语言方面的文明礼貌.....	1
(一) 正确学习和运用十个字的日常文明礼貌用语.....	1
(二) 学会客套话、运用好敬辞.....	2
(三) 在少年儿童中提倡“尊师礼”.....	3
(四) 运用文明礼貌用语要理直气和.....	3
(五) 说话要考虑语境.....	4
(六) 注意说话的空间(距离)和时间.....	5
(七) 运用文明礼貌用语要举止温和、文雅.....	5
(八) 争论问题语言要讲艺术.....	5
(九) 教师的语言艺术.....	7
(十) 开口十忌.....	8
二 行为方面的文明礼貌.....	9
(一) 尊重他人、助人为乐、见义勇为.....	9
(二) 怎样正确使用文明礼貌称呼.....	10
(三) 在公共场所要做到“三要六不要”.....	11
(四) 参加舞会应注意的礼仪.....	12
(五) 公民之间要做到“四互”.....	14
(六) 不要乱起绰号.....	14
(七) 要当文明游客.....	15
(八) 礼貌购物.....	15
(九) 要懂看病常识.....	16
(十) 要懂探病知识.....	16

《十一》 乘车要讲礼貌·····	18
《十二》 在大街上要讲文明·····	18
《十三》 为什么要避讳·····	20
《十四》 开玩笑的学问·····	20
《十五》 作客和看电视·····	21
《十六》 怎样到对象家作客·····	21
《十七》 在集体宿舍里·····	22
《十八》 关于施礼的礼节·····	23
《十九》 祝贺礼仪·····	24
《二十》 怎样吊丧·····	25
《二十一》 加强妇女的自身修养·····	26
《二十二》 品德修养三字歌·····	27

三 交往方面的文明礼貌····· 29

《一》 要尊敬老年人·····	29
《二》 怎样尊重人民教师·····	29
《三》 怎样对待领导·····	31
《四》 怎样对待同志·····	32
《五》 怎样对待同学·····	33
《六》 怎样对待下属·····	34
《七》 怎样对待邻居·····	35
《八》 尊重妇女·····	36
《九》 怎样对待师傅·····	36
《十》 怎样对待兄弟民族·····	37
《十一》 怎样对待学生·····	39
《十二》 师德种种·····	40
《十三》 待客知识·····	40
《十四》 作客须知·····	41

·(十五) 朋友间礼尚往来的学问·····	43
·(十六) 怎样赠送鲜花·····	45
·(十七) 串门的礼貌·····	45
·(十八) 怎样交异性朋友·····	46
·(十九) 节假日期间怎样带孩子做客·····	47
·(二十) 相互有求·····	48
·(二十一) 当你和别人交谈时·····	49
·(二十二) 九种不好的交谈方式·····	51
·(二十三) 怎样和外宾接触·····	52
·(二十四) 处事修养格言·····	53
·(二十五) 谦虚八要·····	53
四 家庭和睦方面的文明礼貌·····	54
(一) 怎样孝敬父母·····	54
(二) 夫妻要忠贞如一、做到“八互”·····	56
(三) 夫妻“八互”三字歌·····	56
(四) 怎样对待子女·····	57
(五) 育子十忌·····	58
(六) 夫妻的百字愿·····	59
(七) 怎样处理好兄弟姐妹关系·····	59
(八) 怎样做一个好丈夫·····	61
(九) 理想中的伴侣·····	61
(十) 制定“家规”的基本要求和做法·····	62
(十一) 教育孩子讲文明懂礼貌·····	65
(十二) 要向子女传授一点“处世之道”·····	68
(十三) 父母十戒·····	70
(十四) 家教八戒·····	70
(十五) 逗孩子要讲文明·····	71

(十六) 积极参加“五好家庭”活动·····	71
五 恋爱方面的文明礼貌·····	73
(一) 八十年代的恋爱方式·····	73
(二) 求爱须知·····	73
(三) 怎样知道姑娘的意中人·····	76
(四) 初恋礼貌·····	78
(五) 热恋文明·····	79
(六) 恋爱道德·····	80
(七) 结婚登记须知·····	82
(八) 喜闹新房·····	83
(九) 恋爱七戒·····	84
(十) 提倡晚婚、晚育、少生、优生·····	84
(十一) 优生十忌·····	87
(十二) 孕妇十忌·····	88
六 服务方面的文明礼貌·····	89
(一) 文明经商·····	89
(二) 礼貌服务·····	92
(三) 医务文明·····	97
七 书信方面的文明礼貌·····	100
(一) 书信的称呼·····	100
(二) 书信的基本格式·····	101
(三) 写书信要礼貌·····	101
(四) 运用好书信中的问“安”语·····	102
(五) 写一般书信应注意的事项·····	102
(六) 怎样写请柬·····	103
(七) 电话通讯礼貌·····	104
八 仪表方面的文明礼貌·····	106

(一) 仪表整洁、举止庄重·····	106
(二) 立姿和坐姿·····	106
(三) 手放在什么地方·····	107
(四) 戒指的戴法·····	108
(五) 笑的艺术·····	108
(六) 发型的美·····	110
九 生活的美化要适应生活方式的变革·····	114
(一) 青年人应树立什么样的审美观·····	114
(二) 要讲究家庭生活中的美·····	116
(三) 饮食求营养讲科学·····	119
(四) 改变传统的吃饭方式·····	120
(五) 酒桌上五戒·····	121
(六) 穿着的学问·····	122
(七) 新郎新娘怎样穿着打扮·····	124
(八) 妇女怎样选用乳罩·····	126
(九) 礼帽、西装、风衣、领带·····	126
(十) 老年人怎样选用西装·····	127
(十一) 少女莫穿高跟鞋·····	127
(十二) 怎样戴首饰·····	128
(十三) 美容化妆的艺术·····	128
(十四) 自我美容法·····	131
(十五) 住房的陈设美·····	132
(十六) 怎样挂窗帘·····	133
(十七) 青年生活“四忌”·····	134
(十八) 文明十忌·····	135
(十九) 行路也要讲文明礼貌·····	135
十 其它方面的文明礼貌·····	137

(一) 注意日常生活习惯.....	137
(二) 遇到下列情况怎么办.....	138
(三) 改掉一些不良习惯.....	139
(四) 要热情接待来访者.....	140
(五) 公共礼仪.....	142
(六) 反对赌博, 决心戒赌.....	142
(七) 封建迷信和正常宗教活动的区别.....	143
十一 自觉培养文明礼貌习惯.....	145
(一) 端正对文明礼貌的认识.....	145
(二) 从我做起.....	146
编后记.....	147

一 语言方面的文明礼貌

语言是人们表达思想感情的工具，人们在运用语言时，必须讲究语言艺术，也就是讲究和注意讲话的方式、方法。同样一个内容，不同的表达方式会收到不同甚至相反的效果。要掌握语言艺术，除了提高文化素养外，吸收生活中的文明礼貌用语，自觉培养良好的语言习惯是必不可少的。文明礼貌用语是协调社会集体生活的道德规范在人们交往中的具体表现，它可以使社会生活更加融洽，也可以避免很多无谓的纠纷。文明礼貌用语的核心是互相尊敬、互相谦让、文雅谦逊、分寸适度。下面从十个方面介绍如何正确掌握和运用文明礼貌用语。

（一）正确学习和运用十个字的日常文明礼貌用语

平时见面要用见面语，互问“您好！”早晨见面要用问候语，互问“早晨好！”

有求于人家，要用祈求语，说声“请”或“请问”、“请帮助”、“请劳驾”。

当别人给你帮助时，要用感谢语：“谢谢”、“费心了！”

当对方向你道谢或道歉时，要用谦逊语回答：“别客气！”“不用谢！”“没有什么！”“请不要放在心上！”

当打扰别人，或损伤了别人自尊心，可用致歉语：“对

不起！”“请原谅！”“很抱歉！”“多包涵！”

分别时可用告别语，互相说声“再见！”“请再来！”“慢走！”或“走好！”

晚上见面要用祝愿语“晚安！”

(二)学会客套话、运用好敬辞

客套话有：

久仰：仰慕已久(初次见面时说)。

久违：好久未见。

指教：请人对自己的工作、作品提出批评意见。

包涵：请人家谅解或原谅。

相扰：打扰。

劳驾：请别人做事。

借光：请别人给自己方便。

恭喜：祝贺人家的喜事。

雅正：把自己的诗文书画等送给别人，请对方指教。

敬辞有：

请问：请对方解答问题。

赐教：请别人给予指教。

光顾：商家多用以欢迎顾客。

高见：高明的见解。

高龄：用于问老年人年纪。

高论：见解高明的言论。

奉还：归还。

奉送：赠送。

奉劝：劝告。

拜辞：告别。

拜访：访问。

拜望：探望。

拜托：托人办事。

恭候：恭敬地等候。

光临：称宾客来到。

(三)在少年儿童中提倡“尊师礼”

“尊师礼”是一种日常文明礼貌行为，易于推广。广大少年儿童通过学习和运用规范化的尊师语言、尊师礼仪，从小养成自觉尊师的好习惯。

具体提倡六条：

1.每天到校第一次见到老师时，问早或问好。

2.上课前师生互相问好。

3.进老师办公室先敲门，得到允许后再进去。

4.离校前向老师说“再见！”

5.校外遇见老师要行礼或问好。

6.少先队在节日前后为老师举行小型的慰问活动，如写慰问信、访问老师等。

(四)运用文明礼貌用语要理直气和

运用文明礼貌用语要多用商量语气和祈求语气，少用命令语气，要“理直气和”，杜绝“四语”。

我们要研究人们的心理特征，不得随意伤别人的自尊

心。对派头很足的人，要不卑不亢，对出言不逊的人，要有礼、有理、有节。语言谈吐要杜绝蔑视语、烦躁语、否定语、斗气语。要理直气和，说话的理由要正确充分，说话的态度要和气。人们在社会交往中难免会产生各种各样的矛盾，能否处理好这些矛盾，往往取决于态度、语气。俗话说：“有理不在声高”，说话和气、冷静、耐心，多用商量语气是解决矛盾的正确态度和方式。反之，“得理不饶人”，想以声色俱厉的命令语气来压人取胜，往往使矛盾激化。

当别人无理冲撞了自己时，不要“以牙还牙”，而应以有礼对待别人的无理，用实际行动来教育无理的人，使他成为有礼的人。如果诚恳和蔼地向对方提出自己的看法之后，对方仍固执己见，还可以耐心等一段时间再谈。平等待人的态度和亲切温和的语调往往有助于说服对方。在文明礼貌谚语中有一句：“一句话把人说笑，一句话把人说跳”，这说明了理直气和的重要。

（五）说话要考虑语境

考虑语境，就是根据不同场合、不同情况、不同对象，采用相应的语词、语调和语气。因为同一个语词用不同语调和语气在不同的场合、情况下会产生不同的效果。例如：“对不起”这个语词，因说话人的语调、语气不一样，可以是威胁、讽刺，也可以是表示歉意。其次，还要有好的语感。如果我们说话时不知不觉使对方觉得不愉快，得罪了人家，自己还不知道，那就是语感不强。

(六)注意说话的空间(距离)和时间

谈话时，要根据谈话人的不同身份，保持相应的空间距离。如果是长者、上级、师傅，谈话的距离太近和太远都是失礼的，男女同志之间谈话的距离太近也是不礼貌的。说话时间过长使人疲倦厌烦，过短对方不明意思，中途停顿时间过长，更是失礼。

(七)运用文明礼貌用语要举止温和、文雅

与人谈话时，语言要亲切热情，声调要抑扬顿挫、委婉柔和，尽量不用动作，尤其是不能指手划脚或马不停蹄地走来走去。同时要目视对方，笑在言前，但不要瞪视、凝视、斜视，要克服口头禅的不良习惯。老年人对儿童、青少年应是爱抚的语气，使儿童与青少年感到亲切与温暖。儿童青少年对老年人应是尊重的语气，言语谦恭，彬彬有礼，体现了对长辈人的尊敬爱戴。对同志谈话应是诚挚的语气，言谈谦逊，真诚相待，使对方体验到自己内心的感情和期望，从而增加彼此的信任 and 了解。夫妻之间说话谦和，彼此尊重，可使双方互敬互爱，和睦相处。

语言优美是心灵美的体现。其表现形式多种多样，如：出口成章，富有文采；风趣幽默，谈笑风生；直抒胸怀，朴实无华。总之语调温和、谈吐文雅，都能给人以美的享受。

(八)争论问题语言要讲艺术

年轻人争强好胜，一开腔便容易“刀兵相见”，有口才者

更想过过“舌战群儒”的瘾，这不足为怪。但在争论问题时不注意方式、方法，甚至把争论当成炫耀自己的机会，就会伤害同志之间的感情，严重时甚至会弄得“众叛亲离”。因争论问题弄得不欢而散，伤和气的事并不少见。

一般地说，争论方式、态度不当的情况有三种：1.以势压人，盛气凌人。2.得理不让人，得寸进尺。3.强词夺理，自以为是。凡此种种，皆出于一个“傲”字。手握真理当然应该自信，但也不必把自己的观点强加于人，而应以理服人。如果以自己的优势傲视别人，对别人的观点不屑一顾，认为自己一贯正确，不仅会妨碍自己吸收别人思想中的精华，同时也反衬出自己思想的浅薄。要知道，任何人都不能一贯正确，而真正有知识的人都虚怀若谷，能坚持真理又善于听取不同意见。

如何在争论问题时不伤感情呢？首先应克服傲气，平等待人。争论问题要本着共同探讨的原则，听得进别人的不同意见。说话要讲点艺术，你不妨先肯定对方观点的合理因素，然后再指出其不足，态度一定要诚恳。如果双方争执不下，不要拉开嗓门、严辞相逼，更不可揭短亮私，进行人身攻击。应该陈述一遍自己的观点、论据，然后主动退出“战场”。各执己见，吵得天昏地暗，既解决不了问题，又伤了同志感情。主动停止争论并不丢人，沉默不等于认输。假使发现自己观点错了，一定要勇于承认，虚心接受别人的观点。固执己见，没理辩三分，不但不能维护自己的尊严，反会贬低你的人格。

(九)教师的语言艺术

教师的用语艺术一般要有六性：

叙事说理，条理清楚，言之有物，全面周密，具有逻辑性。

描述状物，有声有色，情景逼真，细腻动人，具有形象性。

谈话范读，情真辞切，平易流畅，真挚感人，具有感染性。

借助手势，穿插事例，比喻新颖，生动有趣，富于趣味性。

发音准确，吐字清晰，措词精当，惜话如金，富有精确性。

举一反三，弦外有音，留有余地，循循善诱，富有启发性。

还有八戒：

一戒拖泥带水、拉里拉杂、与题无关的废话。

二戒颠三倒四、疙里疙瘩、文理不通的胡话。

三戒满口术语、文白夹杂、故作高深的玄话。

四戒滥用词藻、花里胡哨、华而不实的巧话。

五戒不懂装懂、“或许”、“大概”，模棱两可的混话。

六戒干巴枯燥、平淡乏味、催人欲睡的谈话。

七戒挖苦讥笑、低级趣味、不干不净的粗话。

八戒陈词滥调、生搬口号、八股味浓的套话。

(十)开口十忌

1.忌浮夸。把土堆说成大山，把蚂蚁说成大象，乍看似有“气魄”，实则信口吹牛。

2.忌轻率。轻易许诺，满口应承，貌似慷慨，徒自轻浮。

3.忌粗鲁。言语粗俗，缺乏修养，与社会文明格格不入。

4.忌庸俗。开口只会议论吃穿玩乐，目光短浅，内心空虚。

5.忌流气。油腔滑调，打情骂俏，满口脏话，品行低下。

6.忌累赘。颠来倒去，啰啰嗦嗦，言不及义，听而生厌。

7.忌牵强。生拉活扯，牵强附会，胡搅蛮缠，爱搞诡辩。

8.忌露锋。炫耀自己，危言耸听，咄咄逼人，不留余地。

9.忌诽谤。说长道短，无中生有，逢甲说乙，搬弄是非。

10.忌虚伪。虚情假意，言不由衷，信口许愿，失却信任。