



最精彩的智慧故事
最优美的哲理品文
最精妙的阅读点评

传承礼仪

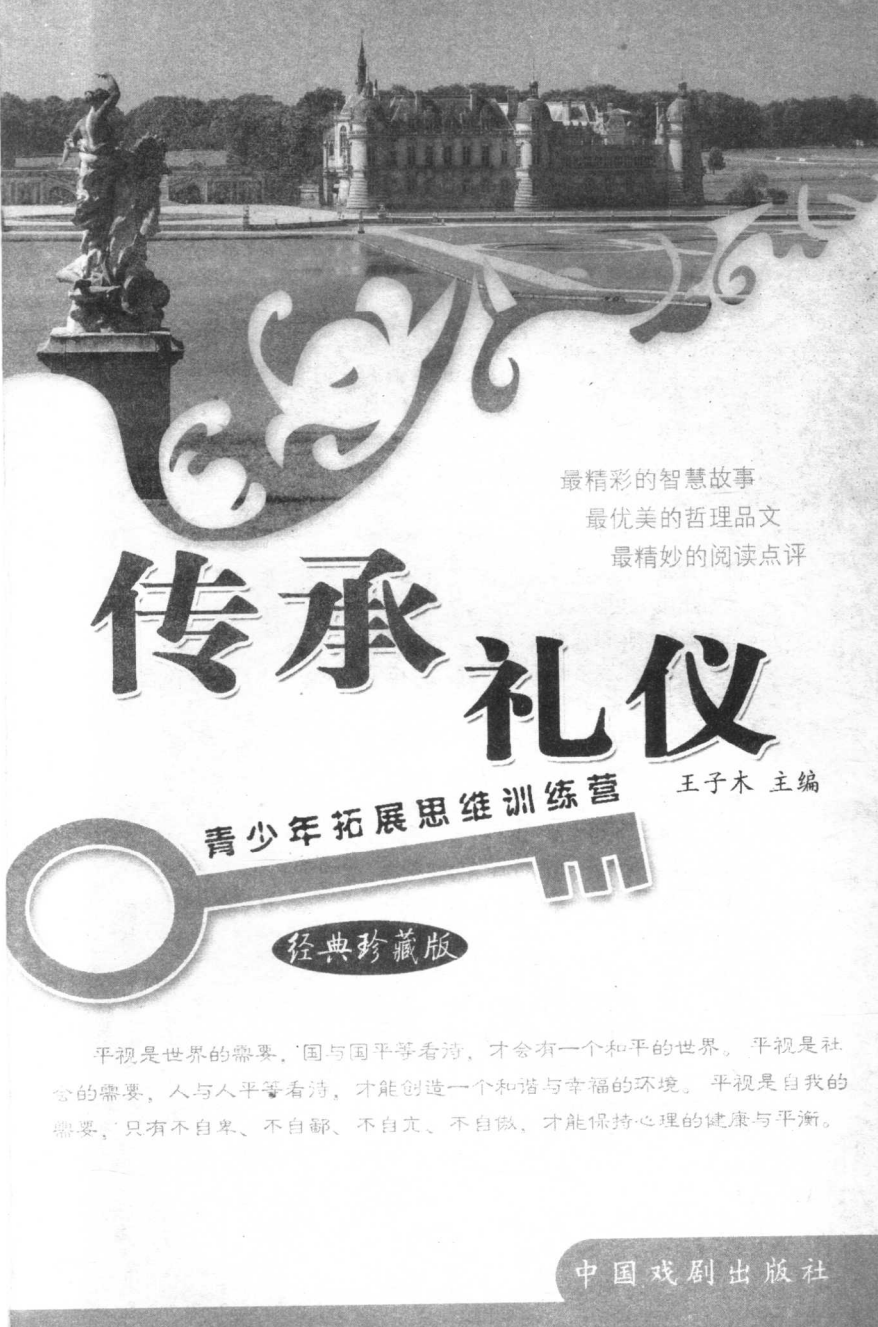
青少年拓展思维训练营

王子木 主编

经典珍藏版

平视是世界的需要，国与国平等看待，才会有一个和平的世界。平视是社会的需要，人与人平等看待，才能创造一个和谐与幸福的环境。平视是自我的需要，只有不自卑、不自鄙、不自亢、不自傲，才能保持心理的健康与平衡。

中国戏剧出版社



最精彩的智慧故事
最优美的哲理品文
最精妙的阅读点评

传承礼仪

青少年拓展思维训练营

王子木 主编

经典珍藏版

平视是世界的需要，‘国与国平等看待，才会有一个和平的世界。平视是社会的需要，人与人平等看待，才能创造一个和谐与幸福的环境。平视是自我的需要，只有不自卑、不自鄙、不自亢、不自傲，才能保持心理的健康与平衡。

中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年拓展思维训练营/王子木主编. - 北京:中国戏剧出版社,2007.5

ISBN 978 - 7 - 104 - 02590 - 0

I. 青... II. 王... III. 智力开发-青少年读物 IV. G421 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 063465 号

传承礼仪

责任编辑 万晓咏

责任出版 冯志强

出版发行 中国戏剧出版社

社 址 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码 100097

电 话 010 - 58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241 (行发部)

传 真 010 - 58930242 (发行部)

经 销 全国新华书店

印 刷 北京海德印务有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/32 开

印 张 99

字 数 1520 千字

版 次 2007 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 104 - 02590 - 0

定 价 439.00 元(全 18 册)

版权所有 违者必究

编者絮语

拓展思维被誉为人类思维最美丽的花朵，这花朵常常与杰出人物结下不解之缘。这些杰出人物有一个共同的思维特征，就是不迷信，不守旧，敢于打破常规，独辟蹊径，用新颖、独特的方式解决问题，这就是我们通常所说的创造性思维。

一个人能否有所创造，在一定意义上讲，首先取决于他有无创新意识和创新精神。

那么，怎样开发和拓展自身的创造力量呢？我们认为，作为学生学习前人创造性思维凝聚成的科学文化知识，是非常重要的，但只此是不够的，还必须善于思考，运用知识。因此，通过知识的学习，掌握拓展性的学习方法和思维方式才是最主要的。

青少年应该认识到，要在社会中生

存，最首先的是个人素质要好，这涉及到如谦逊、诚信、务实、宽容等良好品质的培养。

青少年时期正是积累知识与培养素质的关键时期，应该及早认清自己，进行自我设计，有针对性地进行自我训练，全方位塑造自己。这是一个长期并不断实践的过程，需要全社会的共同参与和关注。

个人思维的体现方式不同，但他们成功之路的行囊，却是基本相同的，即正确的自我定位能力、适应能力、创新意识。

这是当今社会对青少年的要求和希望，也是《青少年拓展思维训练营》丛书的主旨，帮助同学们具备更为广阔的视野，更为敏锐的触觉，更为广博的知识。

编者

2007年5月



目 录

古人礼仪	(1)
古人相见礼节	(1)
朝官礼节	(8)
逢官礼	(11)
仕女见男子礼仪	(12)
家庭礼仪	(14)
祖孙之礼	(15)
父子礼仪	(19)
古代的婆媳之礼	(24)
兄弟之礼	(27)
妻子对丈夫之礼	(29)
“男女授受不亲”之礼	(33)
慰问之礼	(34)
吊唁礼仪	(35)
宴饮礼仪	(39)
现代礼仪	(40)
社交中交谈礼节	(40)
行路礼仪	(45)
公共汽车上的礼仪	(46)
打电话的礼仪	(47)
敬烟礼节	(48)
购物礼仪	(49)
求医礼仪	(50)
亲友往来礼节	(51)
舞会礼节	(53)



沙龙聚会礼节	(57)
中式宴会礼节	(57)
西式宴会礼节	(59)
鸡尾酒会、自助餐会礼节	(62)
到餐馆进餐礼仪	(63)
图书馆里的礼仪	(65)
影剧院和欣赏演奏会礼仪	(66)
运动、游戏礼节	(68)
参加比赛礼节	(73)
体育比赛礼节	(75)
国外礼仪	(78)
日本人礼仪	(78)
泰国人礼仪	(89)
缅甸人礼仪	(93)
印度人礼仪	(96)
英国人礼仪	(101)
法国人礼仪	(105)
意大利人礼仪	(110)
德国人礼仪	(113)
西班牙人礼仪	(119)
俄罗斯人礼仪	(122)
美国人礼仪	(125)
加拿大人的礼仪	(134)
巴西人礼仪	(135)
阿根廷人礼仪	(136)
墨西哥人礼仪	(137)



古人礼仪

古人相见礼节

“相见礼”是我国古礼中一个十分重要的方面，简略来说，就是相互见面的礼节。这些礼节规范着各色人等的日常生活，给人们的行止坐卧提供了准则，这些礼节都是人们观念的反映，因此一个简单的礼节背后都有丰富的文化内涵。

1. 趋

趋是古人日常生活中常用的一种传统礼节。指在一些特定场合，卑者、贱者、后辈、地主，自觉遵照法律的规定或约定的习俗，用低头弯腰、小步快走的方式，向尊者、贵者、前辈、宾客表示恭敬。

作为一种礼仪，趋在古代社会是屡见不鲜的。《论语·子罕》云：“子见齐衰者、冕衣裳者与瞽者，见之，虽少，必作；过之，必趋。”意思是说，孔子遇见穿丧服的人、穿戴礼帽礼服的人和盲人，尽管对方年轻，也一定要站起来；在这些人的面前走过时，要快走几步，表示敬意。后辈从前辈面前走过，当然更只能小步快走，决不能昂首阔步。《论语·季氏》云：“陈亢问于伯鱼曰：‘子亦有异闻乎？’对曰：‘未也’。尝独立，鲤趋而过庭。曰：‘学诗乎？’对曰：‘未也。’曰：‘不学诗，无以言。’鲤退而学诗。他日，又独立，鲤趋而过庭。曰：‘学礼乎？’对曰：‘未也。’不学礼，无以立。’鲤退而学礼。闻斯二者。”大意是说，孔鲤两次快



步走过庭院，同正独立庭院的父亲孔子对话，孔子要孔鲤“学诗”、“学礼”。从此以后，“趋庭”专指承受父亲的教诲；而“鲤对”则专指儿子回答父亲的问话。王勃在《滕王阁序》中，便用“他日趋庭，叨陪鲤对”的文句，表明他要不了几天将去探望父亲，他也要像孔鲤那样，接受父亲教导。

2. 拜

拜是古人日常生活中常见的又一种传统礼节。据《世说新语》和《荀子》的记载，古拜屈膝跪地，头不至地，头与腰如衡之平。又，据《礼记·内则》的记载，古拜两手相交，男尚（上）左手，女尚（上）右手。这是由于左主阳，男属阳；右主阴，女属阴的原由。其实，古代的拜并不是一种，而是有九种之多，即所谓“九拜”。《周礼·春官·大祝》云：“辨九拜，一曰稽首，二曰顿首，三曰空首，四曰振动，五曰吉拜，六曰凶拜，七曰奇拜，八曰褒拜，九曰肃拜。”九拜中，前四种是日常生活中的交往礼节，后五种只有特殊情况才使用，其中吉拜、凶拜是丧葬中的拜礼，肃拜是军旅和妇人所行的拜礼。

稽首是古代臣子对于君父的拜礼，行礼时屈膝跪地，拱手于地，左手按在右手上，头缓缓伏至于手前面的地上，并停留较长的一段时间。这是拜中最重的礼节。

顿首又称叩头，行礼的方法和稽首相同，只是触地的时间很短，头触地即抬起，是平辈之间的拜礼。《周礼·春官·大祝》郑玄注云：“顿首拜，头叩地也。”贾公彦疏：“顿首者，为空首之时，引头至地，首顿地即举，故称顿首。”

空首也叫拜手，行礼时屈膝跪地，拱手于胸前，与心相平，然后手至地，接着俯头至手。所谓“空”，即



指头不着地。这是男子常用的拜礼。《周礼》贾公彦疏云：“空首者，先以两手拱至地，乃头至手，是为空首也。以其头不至地，故名空首。”

振动，也叫振董。施礼的方式是屈膝跪地，两手相出，然后再叩拜。这是一种较轻的跪拜礼。

跪拜礼的实施，具体情形还有特别之处，如再拜、三拜、罗拜等。再拜指拜两次，表示极度的尊敬，多用于臣对君、子对母。三拜是指主人对众宾客拜三次，以示对客人的普遍行礼。《仪礼·乡射礼》贾公彦疏云：“三拜示遍也，众宾无问多少，止三拜而已，显示遍也”。罗拜是罗列而拜，围绕着下拜，表示高度的尊荣或敬畏。《三国志·魏书·张辽传》云：“敕辽母至，导从出迎。所督诸军将吏皆罗拜道侧，观者荣之。”又，《新唐书·薛仁贵传》云：

“仁贵脱兜鍪见之，突厥相视失色，下马罗拜，稍稍遁去。”

据《礼记·曲礼上》的记载，卑幼陪伴尊长吃饭或饮酒，凡遇到长者亲取菜肴或递酒给你时，你就得拜而后食或饮。但穿戴盔甲的人不便于跪拜，故只要蹲一蹲身，便算拜了。又，古代朋友，幼者见长者必拜。《三国志·蜀书·庞统传》注引《襄阳记》：“（庞）德公，襄阳人。孔明每至其家，独拜床下，德公初不令止。”“独拜”，是说主人不答拜；“不令止”，是说每见必拜，不予止之。又，“德操尝造德公，值其渡沔，上祀先人墓，德操径入其室，呼德公妻子，使速作黍，……其妻子皆罗列拜于堂下，奔走供设。”德操既令德公妻子作黍，可见德操必与德公妻子较熟，而不是初见；而亦必罗拜，说明汉代对宾客，有见面则拜之礼。至于晚辈见长辈，则更是非拜不可了。《古诗为焦仲卿妻作》载刘兰芝被休回娘家之前“上堂拜阿母（婆母）”。又，《世



说亲语·言语》云：“孔文举有二子，大者六岁，小者五岁，昼日父眠。小者床头盗酒，饮之。大儿谓曰：‘何以不拜？’答曰：‘偷，那得行礼？’”又，“钟毓兄弟小时，值父昼寝，因共偷服药酒。其父时觉，且托寐以观之。毓拜而后饮，会饮而不拜。既而问毓何以拜，毓曰：‘酒以成礼，不敢不拜。’又问会何以不拜，曰：‘偷本非礼，所以不拜。’”以上两个故事从一个侧面反映了汉魏六朝的礼制。

唐代朋友仍见面则拜，如《虬髯客传》写红拂与虬髯客结为兄妹后，“张氏遥呼：‘李郎且来见三兄！’公（李靖）骤拜之（虬髯客）。”可见当时虽在旅店遇朋友也是要拜的。又，白行简《李娃传》写郑生见李娃母，“跪拜前致词”。说明后辈见前辈要拜。这种礼俗应前世已有之。

唐时男女相爱初见亦拜，《虬髯客传》载红拂进入李靖旅舍，“脱去衣帽，乃十八九佳丽人也。素面青衣而拜。公惊答拜。”这是红拂私奔李靖，初见相拜。又皇甫枚《飞烟传》云：“既曛黑，（赵）象乃乘梯而登，（步）飞烟已令重榻于下。既下，见飞烟靓妆盛服，立于庭前。交拜讫，俱以喜极不能言。”这是男女月夜幽会交拜。其他可以想见。

跪拜之礼，至宋为之一变。陆游《老学庵笔记》说：“前辈遇通家子弟，初见请纳拜者。既受之，则设席望其家遥拜其父祖，乃就坐。先君尚行之。”“初见请纳拜者”，可见当时后辈见前辈不请拜的相当多。即使请拜，或受或不受。如受之，则须遥拜其父祖作为报答。然而唐以前，则是见无不拜，拜无不受，不必请纳拜这一变化不是偶然的。两宋时期，完全改变了商周以来的跪坐习惯及有关家具等。这时桌椅等日用家具在民间已十分普通，跪拜礼已显得相当不便，似须要对它进



行改革了。

明代庶人相见，依长幼行礼。幼者先施礼。子孙弟侄甥婿等晚辈见尊长，学生见老师，奴婢见家长，如久别不见四拜行礼，近别则行揖礼。其余亲戚久别行二拜礼，近别行揖礼。

政府官员居于乡里，宗族家人之外，与异姓无官者相见，不行答礼；筵宴时，专设别席，不得坐于无官者之下。

清代士庶相见，主人出迎，相揖而入，登堂再拜行礼。饮茶叙语完毕，客人退，行揖礼，主人送至大门外，相揖而别。卑幼见尊长，尊长不送。

3. 拱手

拱手，亦称捧手，双手合抱举胸前，立而不俯，表示恭敬。《论语·微子》：“子路拱而立。”《说文》徐铉注：“两手大指相柱也。”《尔雅·释诂》郭璞注：“两手合持为拱。”拱手和作揖是沿用很久的礼节，一直到晚近仍然存在。

4. 作揖

两手抱拳高拱，身体略弯，向人行礼。如果是参加追悼会，与人作揖，或进或退都要离开原位，即所谓“揖人必违其位。”陆游《老学庵笔记》说：“古时作揖，但举手而已。”《汉乐府·孔雀东南飞》有“举手长劳劳，二情同依依”句可证。后世因举手常伴以屈身，故亦称打恭为作揖。《颜氏家训》说：“南人宾至不迎，相率捧手而不揖，送客下席而已；北人迎送并至门，相见则揖，皆古之道也。”由此可见，“捧手”与“揖”是古代两种不同的相见礼仪；这也说明南北朝时期，南方和北方在送迎宾客的礼俗上有所不同。古代还有时揖、天揖、土揖、特揖、旅揖、还揖、三揖、长揖等礼仪。这里分述于下：



时揖是古代君王向姻亲关系的异姓亲族所行的揖礼。行礼时，俯身，手从胸前平推，并致前。《周礼·秋官·司仪》：“时揖异姓。”郑玄注：“时揖，平推手也。”

天揖是古代君王对同姓亲族所行的揖礼。行礼时，俯身，手往胸前微微向上推举。《周礼·秋官·司仪》：“天揖同姓。”郑玄注：“天揖，推手小举之也。”

土揖是古代君王向没有姻亲关系的异姓亲族所行的揖礼。行礼时，俯身，推手微微向下。《周礼·秋官·司仪》：“土揖庶姓。”郑玄注：“土揖，推手小下之也。”

特揖：是士对孤卿每人单独行揖礼。《周礼·夏官·司士》：“孤卿，特揖。”

旅揖是爵位等同者对众揖之，指大夫所用之揖礼。

还揖是古代君王对故士、虎士、大仆、大右所行之礼。因这些人皆在王之后方的左右两侧，故行礼时回身微向后，左右揖之，还为回转之意。《周礼·夏官·司士》：“王还揖门左，揖门右。”

三揖是王对上大夫、中大夫、下大夫各一揖。行礼时，拱手作揖，或上下，或左右，或推行。《周礼·夏官·司士》：“土旁三揖。”郑玄注：“士有上中下，王揖之。”

长揖是用于稍尊于己者的揖礼。行礼时，站立俯身，双手相合高举，自上而下。《史记·，酈生列传》：“沛公方偃床，……酈生入，则长揖不拜。”

5. 唱喏

唱喏是古代男子所行的一种礼节。作揖时同时出声致敬。《京本通俗小说·碾玉观音》：“〔崔宁〕倒退两步，低声唱个喏。”



6. 长跪

长跪是跪时挺身直腰。这时身体似乎加长，所以叫长跪。古人席地而坐，两膝着地，臀部紧靠脚后跟。伸腰及股而两膝着地为跪。长跪旨在表示敬意和庄重。《史记·留侯世家》云：“有一老父，衣褐，至（张）良所，直堕其履圯下，顾谓良曰：‘孺子，下取履！’良愕然，……下取履。父曰：‘履我！’良业为取履，因长跪履之。”又，《汉乐府·孔雀东南飞》云：“府吏长跪告：‘伏惟启阿母，……’”以上两例都是晚辈对前辈有所敬的姿势。随着社会生活的变革（席地而坐的改变），长跪之礼也就逐渐失去了地位。

7. 鞠躬

两脚并拢，两手下垂于股部两侧，弯曲上身以表示敬意。《礼记·曲礼上》云：“凡遗人，……尊卑垂帨。”意思是说，赠送平辈东西，在授予者和接纳者双方都要彼此鞠躬。《郭煌变文集·庐山远公诒》载：“来至山神殿前，鞠躬唱喏。”这种礼节是现在致敬、致哀时仍然在普遍使用的礼节。

8. 寒暄

亦作喧寒，是问候起居寒暖的客套话。旧时在拱手的同时，说“幸会幸会”或“久仰久仰”。然后是询问其家人健康平安与否。初次见面还有“请问贵姓（与人初交忌问名，以直呼其名为失礼）”、“请教台甫（台甫即尊字、大号，古人除姓名外多有字、号）”、“敢问贵庚（问人年龄）贵府（问人居住）”等套话。《礼记·少仪》云：“尊长於已踰等，不敢问其年。燕见不将命。遇於道，见则面，不请所之。”意思是说，高自己一辈的尊长，不敢询问他的年龄。私燕（宴）而见，卑幼的不使槟者传达辞令。在路上遇见尊长，若尊长看到自己，才上前请安，没有看到就算了；与尊长会面，不要



问他到哪里去。该篇又云：“请见不请退。”大意是说，对于尊长，可以请求会面，谈话完毕，不要请退，要得尊长的示意，然后告辞。

9. 叉手

叉手是唐朝与人见面的一种礼节。行礼时，用左手紧握右手，左手小指向右手腕，右手大指向上，其余四指伸直。如果用右手掩其胸，需离胸八九厘米。柳宗元《怀感时事奉寄沔州张员外使君》云：“沉埋全死地，流落半生涯。入郡腰常折，逢人手尽叉。”这种叉手的礼节至五代、宋尚盛行。

朝官礼节

宋朝以前各朝礼书均无相见之礼。但小官见大官必拜。《汉书·汲黯传》云：“黯见蚡，未尝拜（蚡册为丞相），揖之。”又：“或说黯曰：‘自天子欲令群臣下大将军，大将军尊贵，诚重，君不可以不拜。’黯曰：‘夫以大将军有揖客，反不重耶？’”由此可见，西汉群臣，每见丞相、大将军必拜。这在文物考古材料中可以得到印证。四川广汉县出土的汉代《考绩》画像砖，画面的官府里，有一身着冠服、肃穆威严、席地而坐的官吏，他面前的案上陈放着简册，显然是下级官吏呈报的计簿。下面二人，一前一后跪于地上，前者可能是考核不及格，后一人正在执行上司的命令，对前者褫衣行罚。另一持板伏拜者，正在向上司呈报工作，身后一人准备接受上司对他的考核。这是反映地方官吏上计、考绩的场面。该省彭县出土的《迎谒》画像砖，通过三个迎谒者的不同迎候姿态，充分衬托出官吏出行时的威严之态。画面右侧两个扛口旗者，是出行队伍的前驱，似在告诉人们赶快回避，后面的主车和导从即将来到。画面正中



一衣冠楚楚的人，双手执板，躬身朝拜。其右一人跪迎于地。左边那人似对出行仪仗感到吃惊，正神情紧张地跪于地上，两手向前伸，准备匍伏下拜。该县出土的另一《迎谒》画像砖，左二人身着长服跪于地上，身体前倾，一人还双手捧楮，正在迎接一乘轺车而来的高冠长袖官吏。上述材料，形象地说明：行跪拜礼时，人们两膝着地，俯首低视，有的还双手下垂及地。这对于受礼者的人身安全，是颇具防范作用的。

小官见大官必拜之礼，西汉以后依然沿袭不变。《后汉书·逸民列传》记载周党“建武中，征为议郎，以病去职，遂将妻子居颍池。复被征，不得已，乃著短布单衣，待见尚书。及光武引见，党伏而不谒。”《通鉴》胡注：凡朝谒者，必拜稽首，以姓名自言。周党只伏地下拜，而不称名，是违反常例的。又，《晋书·王祥传》：“及武帝为晋王，祥与荀颢往谒，颢谓祥曰：‘相王尊重，……今便当拜也。’祥曰：‘相国……魏之宰相，吾等魏之三公，公王相去，一阶而已。’及入，颢遂拜，而祥独长揖。”可见魏晋时官爵差一级，见则亦须拜。

古代官场中拜谒必先投刺于门。所谓投刺，是投名片（帖）求见。刺又称“名刺”，因最早以木片削制而成，所以这样取名。后来随着造纸业的发达，多以一方红纸代替，因此又叫“名帖”、“名片”。其上除写姓名外，也有书官衔的。等候门人通报，获准才能入室。《北齐书·杨愔传》载杨愔“投刺辕门，便蒙（神武）引见。”

乾德二年（公元964年）宋太祖赵匡胤始定内外群臣相见之礼。其主要内容是：下级见上级，按照职位、品级分别行礼，如果在路上相遇，下级官员或“敛马侧立”，等候其通过，或“引辟”，或分路而行。如参见上



级，或在堂上列拜，受参者答拜；或拜于庭中，或拜于阶上。又有“趋庭”之仪，即通常下级官员参见上级官员要趋而过庭，像诸司使、副使以及通事舍人等小官吏通报姓名拜见宰相、枢密使等大官时，大官不须答拜。如同级官员相见，则对拜行礼。

明代品官相见，揖拜行礼。公、侯、驸马相见，各行两拜礼。下级见上级，下级居西先行拜礼，上级居东答拜。如果本是亲戚而有尊卑之分，则应按私礼行礼。如果上下级官员品级相差二三级，则下级居下方，上级居上方；如果品级相差四级，则下级居下方拜，有事须跪着陈述，上级坐而受拜。大小衙门官员每日见长官行揖礼，见副长官行肃揖礼（直身推手）。

清代内外王公相见，宾主二跪六叩行礼，饮茶叙语毕，宾离席跪叩，主人答叩，送宾下阶。如果外藩郡王、贝勒、贝子见宗室亲王，主人答礼规格依等级递减。这里的“叩”即“叩头”。“叩头”因场合的不同，施礼、受礼者身份的差异，而分成几等。《周礼·春官·大祝》篇提到有九种拜礼。此处的拜礼应是“顿首”。所谓“顿首”，就是拜跪在地上，引头至地，只作短暂的接触，就立即抬起。由于是“顿”，头接触地面的时间十分短暂，在古代拜礼中是较轻的，属于地位相等、相近或平辈间相交的一般礼节。古人信的结尾往往有“XX顿首”，这是表示普通礼貌，是保持不卑不亢的态度。

朝廷官员相见，宾主再拜行礼，饮茶叙语毕，相揖告辞，主人送来宾于大门之外，至来宾登舆上马乃退。下级见上级，仪制递减。但须放下马蹄袖，急行数步，跪下参拜。官员途中相见，同级分道而行，次等让道而行，再次等勒马俟上级先行，又次者下马而立。遇到钦使应回避。