



改变人一生的智慧书系

夏志强/编著

不可不知的 礼仪

礼仪贯穿于日常生活的点滴之中，许多不起眼的礼仪细节往往关系事业和人生的成败。不懂礼仪，在生活、工作和人际交往中，你会经常出错，因小失大。掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，你就能为自己营造和谐的工作和生活环境，早日实现成功。

中国书店

改变人一生的智慧书系

不可不知的 礼仪

夏志强 编著

不懂礼仪，在生活、工作和人际交往中，你会遭遇尴尬，陷入窘境，因小失大；掌握并娴熟应用一些必备的礼仪，你才能为自己营造和谐的工作和生活环境，在人际交往中应对自如，早日实现成功。

中国书店

图书在版编目(CIP)数据

不可不知的礼仪 / 夏志强编著. —北京:
中国书店, 2007.1

ISBN 7-80568-966-0

I. 不… II. 夏… III. 礼仪—应用—社会生活
IV. B867-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 120036 号

不可不知的礼仪

编 著 者: 夏志强

责任编辑: 桂 蕾

装帧设计: 施凌云

文字编辑: 王 焰

美术编辑: 高 芳

设计总监: 子 木

出 版: 中 国 书 店

地 址: 北京市宣武区琉璃厂东街 115 号

邮 编: 100050

发 行: 全国新华书店经销

印 刷: 北京中印联印务有限公司

开 本: 720mm × 980mm 1/16

版 次: 2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

字 数: 210 千字

印 张: 21.5

书 号: ISBN 7-80568-966-0/G · 408

定 价: 29.80 元

敬告读者

本版书凡印装质量不合格者由本社调换,
当地新华书店售缺者可由本社邮购。

内容简介

礼仪贯穿于我们日常生活的点滴之中，许多司空见惯的行为都有其一定的讲究与规矩，一些不起眼的礼仪细节往往关系事业的成败。可以说，礼仪是我们的立足、立业之源，没有礼仪，就没有事业的成功。不懂礼仪，在生活、工作和人际交往中，你会经常犯错，因小失大。掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，你就能在人际交往中应对自如，早日实现成功。作为一个生活在文明社会的现代人，对于身边的一些礼仪规范，不可不知。本书以实用性为原则，从行为举止礼仪、着装礼仪、餐饮礼仪、送礼礼仪、宗教礼仪、涉外礼仪等七个方面做了阐释，使读者从中了解和掌握一些社交活动中必备的礼仪规则和技巧，帮助其在工作 and 生活中规范自己的行为举止，营造和谐的工作和生活环境，拓宽事业之路，走出一个成功的人生。

人无礼则不生，事无礼则不成，国家无礼则不宁。

——（中）荀子

礼仪是人类共处的金钥匙。

——（西班牙）松苏内吉

礼仪周全能息事宁人。

——（法）儒贝尔

礼仪是后天造就的好脾性，它弥补了天性之不足，最后演变成一种近似真美德的习惯。

——（美）托·杰弗逊

礼仪的目的与作用在于使得本来的顽梗变柔顺，使人们的气质变温和，使他尊重别人，和别人合得来。

——（英）洛克



礼仪，让你在交际中把握主动，打开成功之路。



掌握了必备的礼仪，让你赢得机遇，走向成功。

PROPRIETIES EVERYONE SHOULD KNOW

前 言

社会规范中，除了道德规范和法律规范以外，还有一个很重要的方面，那就是礼仪规范。

所谓礼仪，简单说就是礼节和仪式。从广义上讲，礼仪指的是一个时代的典章制度；从狭义上讲，礼仪指的是人们在社会交往中由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰和时代潮流等因素的影响而形成，并为人们所认同又为人们所遵守，以建立和谐关系为目的的各种符合礼的精神及要求的行为准则或规范的总和。

礼仪贯穿于日常生活的点滴之中，许多不起眼的礼仪细节往往关系事业和人生的成败。可以说，礼仪是我们的立足、立业之源，没有礼仪，就没有事业的成功。作为人类历史发展中逐渐形成并积淀下来的一种文化，礼仪始终以某种精神的约束力支配着每个人的行为。从一个人对它的适应和掌握的多少，便可以看出他的文明与教养的程度，因此，礼仪是人类文明进步的重要标志。在社会许多领域，礼仪都具有不可忽视的作用，有时甚至决定事情的最终结果。不懂礼仪，在生活、工作和人际交往中，你会经常犯错，因小失大，把事情搞砸。懂礼尊礼才会使别人尊敬你，认同你，亲近你，使好的事情有个好结果，使坏的事情出现转机。

俗话说“礼多人不怪”，礼仪周到对内可融洽关系，赢得同行尊重，营造轻松的工作氛围；对外可树立形象，在交际中把握主动，无形中拉近与他人的距离，抓住成功的契机。掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，你才能为

自己营造和谐的工作和生活环境,在人际交往中应对自如,早日实现成功。所以作为一个生活在文明社会的现代人,对于身边的一些礼仪规范,不可不知。

在21世纪的中国,掌握当代礼仪常识,以不同文化和民族背景的国际友人都能理解和接收的行为举止出现在世人面前,是每个成长于华夏文明环境中的人们都应该努力去实现的目标。

现代不可不知的礼仪大致分为行为举止礼仪、着装礼仪、饮食礼仪、社交礼仪和涉外礼仪等,具体还可以细分出很多方面,涵盖了社会生活的各个方面,和我们的生活息息相关,内容可谓丰富多样。本书以实用性为原则,从行为举止礼仪、着装礼仪、餐饮礼仪、送礼礼仪、宗教礼仪、涉外礼仪等七个方面做了阐释,使读者从中了解和掌握一些社交活动中必备的礼仪规则和技巧,帮助其在工作 and 生活中规范自己的行为举止,营造和谐的工作和生活环境,拓宽事业之路,走出一个成功的人生。

编者

2007年1月



目 录

第一章 礼仪——成功路上的必修课

一、礼仪是综合素质的真实名片

- 1. 礼仪的内涵和外延 2
- 2. 礼仪是个人综合素质的体现 3

二、小礼仪大问题

- 1. 小礼仪的重要性 7
- 2. 商业活动中要注意的礼仪 8

第二章 行为举止礼仪

一、行为是最好的社交名片

- 1. 行为举止——社交中无声的语言 14
- 2. 小细节，大学问 16

二、办公室中的行为举止礼仪

- 1. 上级对下级的行为举止礼仪 21
- 2. 下级对上级的行为举止礼仪 25
- 3. 同事之间的行为举止礼仪 29

4. 打电话应注意哪些礼仪 32
5. 办公室新人应注意的行为举止礼仪 36
6. 办公室男性行为哲学 39
7. 办公室女性行为哲学 44

三、朋友之间的行为举止礼仪

1. 好朋友面前更要讲究行为举止礼仪 47
2. “绅士风度” 48
3. 称兄道弟和“君子之交” 51
4. 用礼仪规范你和朋友的关系 53

四、商务活动行为举止礼仪

1. 商务交往中的名片礼仪 58
2. 几种常见礼节 60
3. 拜访和接待的礼仪 67
4. 其他商务往来中的行为举止礼仪 69

五、爱情中的行为举止礼仪

1. 第一次约会时的行为举止礼仪 73
2. 用情书打动对方的心扉 76
3. 恰如其分表示出你的爱意 79
4. 第一次去见对方父母时的行为举止礼仪 82
5. 夫妻日常生活中的基本礼仪 85

六、其他场合中的行为举止礼仪

1. 电梯中的礼仪 90
2. 体育运动礼仪 92
3. 文艺礼仪 97
4. 旅馆或酒店里的行为举止礼仪 103
5. 舞会中的行为举止礼仪 107

6. 旅途中的行为举止礼仪	110
7. 探望病人的礼仪	118
8. 图书馆中的礼仪	119

第三章 着装礼仪

一、穿得对胜过穿得好

1. 不同颜色代表不同的意义	122
2. 着装与形体相配的原则	125
3. 着装与肤色相配的原则	129
4. 着装与年龄相配的原则	130
5. 着装与季节相配的原则	131
6. 着装与时间、地点、仪式内容相配的原则	131

二、职场着装

1. 职场着装礼仪要领	135
2. 男性职场着装	136
3. 女性职场着装	139

三、不同场合的着装礼仪

1. 喜庆场合的着装礼仪	149
2. 庄重场合的着装礼仪	150
3. 悲伤场合的着装礼仪	151
4. 涉外着装礼仪	152

四、制服礼仪规范

1. 制服着装礼仪的优势	154
2. 制服的选择技巧	155
3. 制服着装礼仪中的禁忌	157

五、饰物佩戴礼仪

1. 帽子 160
2. 领带 162
3. 手套 165

第四章 会谈礼仪

一、会谈礼仪基本原则

1. 赢在会说话 168
2. 说什么与怎么说 171

二、言谈的礼仪

1. 言谈是一门艺术 176
2. 聆听的礼仪 178
3. 言谈的技巧礼仪 181

三、商务洽谈礼仪

1. 商务洽谈礼仪原则 185
2. 得体的介绍与自我介绍 188
3. 谈判礼仪 191

四、演讲礼仪

1. 做好主席“抛砖引玉”的作用 198
2. 演讲前的准备 199
3. 演讲的规则 201
4. 演讲注意的礼仪 202
5. 演讲人的仪态 204
6. 演讲人的服饰礼仪 205

第五章 餐饮礼仪

一、宴席的举办与礼仪

1. 宴请准备 208
2. 请客的礼仪 210
3. 赴宴的礼仪 211
4. 宴席上的礼仪 213
5. 现代中餐礼仪之座次排序 215
6. 中国现代餐饮礼仪 217

二、西餐礼仪

1. 西餐的类别 220
2. 西餐餐饮礼仪 222
3. 西餐的食用方法 226
4. 西餐餐具的使用方法 231

三、饮用礼仪

1. 中国饮酒的礼仪 235
2. 酒宴饮酒礼仪 237
3. 祝酒礼仪 240
4. 喝咖啡的礼仪 243
5. 茶道的礼仪 245

第六章 送礼礼仪

一、加深情谊——商务送礼礼仪

1. 商务送礼该如何不入俗套 250

2. 把握好送礼时机	252
3. 好办法送“好礼”	254
4. 礼物选择有技巧	256
5. 送礼的 17 大准则	258
6. 如何还礼有学问	260
二、涉外送礼礼仪	
1. 如何向外国友人赠送礼品	262
2. 国际商务送礼秘诀	264
三、温馨花语——送花的礼仪	
1. 送花礼仪	267
2. 温馨花语	269
四、鸿雁传书——信件礼仪	
1. 传统书信礼仪	274
2. 事务书信礼仪	276
五、甜蜜爱情——情人间送礼礼仪	
1. 送女性礼物重在浪漫	278
2. 送男性礼物重在实用	278
3. 重要节日要牢记	279
4. 不同感情阶段礼物的差异	281

第七章 宗教礼仪

一、伊斯兰教礼仪

1. 教义	286
2. 伊斯兰教礼仪	286
3. 主要节日	289

4. 伊斯兰教禁忌	289
二、佛教礼仪	
1. 佛教的起源	291
2. 佛教的教义	291
3. 佛教的礼仪	293
4. 佛教的禁忌	297
三、基督教礼仪	
1. 基督教的教义	299
2. 基督教礼仪	300
3. 主要节日	302
4. 基督教禁忌	302
四、道教礼仪	
1. 道教教义	304
2. 道教礼仪	305
3. 道教禁忌	306

第八章 涉外礼仪

一、迎宾礼仪

1. 礼宾次序礼仪	308
2. 涉外迎送的礼节	309
3. 国旗悬挂的礼仪	311
4. 国歌演奏的礼仪	313

二、涉外会谈的礼仪

1. 涉外会谈座次礼仪	314
2. 涉外翻译的礼仪	317

三、涉外交往礼仪

1. 涉外签字仪式礼仪 319
2. 涉外谒墓的仪式 321
3. 涉外开幕式礼仪 322
4. 涉外授勋仪式 322

四、涉外参观的礼仪

1. 外宾参观礼仪 324
2. 出国参观的礼仪 326