

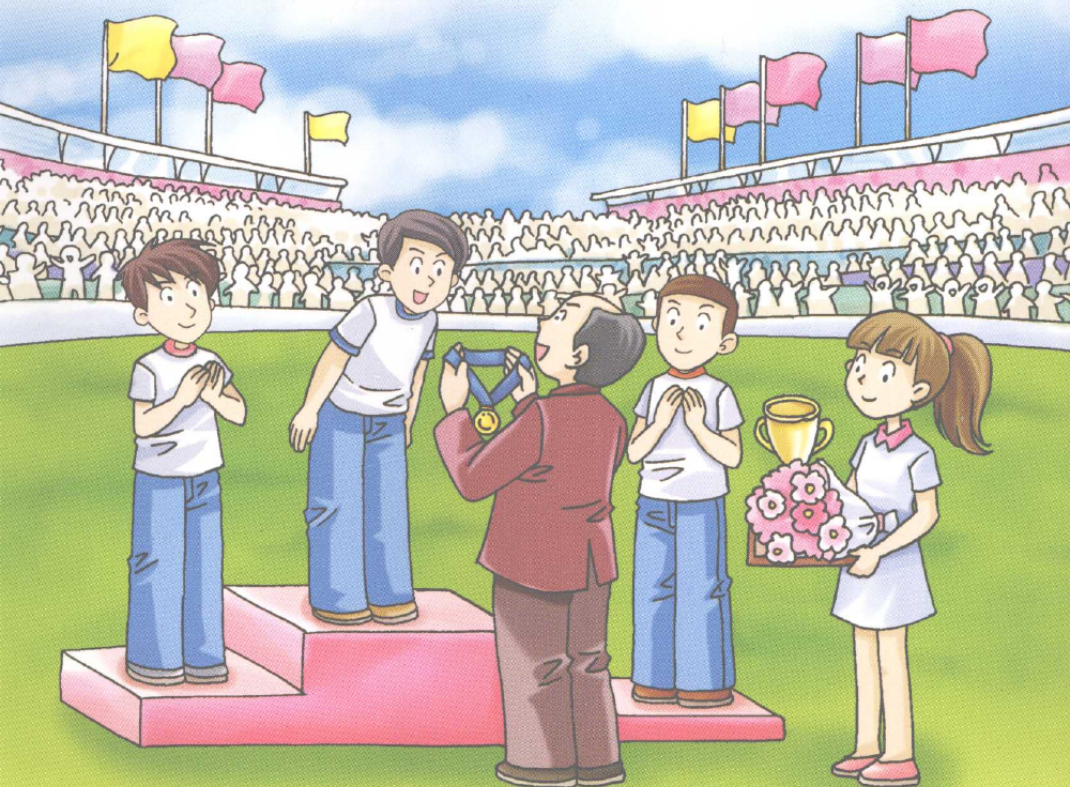
传承中华文明 学习现代礼仪

ZHONGHUA WENMING YU XIANDAI LIYI

中华文明与现代礼仪

《中华文明与现代礼仪》编写组 编写

(中学版)



漓江出版社

ZHONGHUA WENMING YU XIANDAI LIYI

中华文明与现代礼仪

(中 学 版)

《中华文明与现代礼仪》编写组 编写



漓江出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华文明与现代礼仪(中学版)/《中华文明与现代礼仪》编写组编.
—桂林:漓江出版社,2009.6
ISBN 978-7-5407-4568-4
I. 中… II. 中… III. ①传统文化—中国—中学—课外读物②礼仪—中学—课外读物 IV. G634.303 G635.5
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 074325 号

中华文明与现代礼仪(中学版)

作者:《中华文明与现代礼仪》编写组

策划编辑:陈植武 魏志明 林晓鸿

责任编辑:陈植武 魏志明

美术编辑:林晓鸿

封面设计:杨 威

责任校对:李浩清

责任监印:黎福芝 杨 东

出版人:杜 森

出版发行:漓江出版社

社 址:广西桂林市安新南区 356 栋

邮 编:541002

发行电话:0773-3896171

传 真:0773-3896172

邮购热线:0773-3896171

电子信箱:ljcs@163.com

网 址:<http://www.Lijiang-pub.com>

印 制:广西大一迪美印刷有限公司

开 本:890×1240 1/32

印 张:4.5

字 数:91 千字

版 次:2009 年 6 月第 1 版

印 次:2009 年 6 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5407-4568-4

定 价:6.50 元

漓江版图书:版权所有,侵权必究

漓江版图书:如有印装质量问题,可随时与工厂调换

文质彬彬，然后君子

——代序言

中华文明是世界上最古老的文明之一，中国与古代埃及、古代印度、古代巴比伦同为世界四大文明古国。其他三个文明古国，其文化与传统都在某种程度上出现变迁和间断。中华文明历经数千年长盛不衰，是世界上仅存的唯一的代代相传的文明。民族团结、爱国统一、奉行礼仪……这些都是中华文明得以代代相传的重要因素。

中国亦被誉为世界礼仪之邦。

礼仪文化赋予了我们民族典雅的语言，优美的举止，和谐融洽的人际关系，以及自信恢弘的气度。

今天的中国是一个文明现代的国家，今天的中国是一个与世界各国友好相处的国度。人们更加注重文明礼仪，更希望自己是——一个懂文明、讲礼仪的受人尊重的公民。

我们青少年学生，从小就应该受到文明和礼仪的教育，从现代文明中接受礼仪的规则，从中华传统文明中接受礼仪的熏陶……

今天，虽然人们的生活水平提高了，青少年学生的知识文化提高了，文明礼仪也得到了发扬，但是，由于社会发展的多元化，东西方文化的碰撞，再加上素质教养的失衡，以及家长的溺爱，某些时候，青少年学生对文明礼仪注意得还是不够，同学们还不是那么懂礼仪。不尊重、体恤父母，不尊重师长，不友爱同学，在公共场所不



讲卫生,这样的事情还非常的多。尽管,我们的文明和礼仪曾深深地影响了世界上很多国家,但是在现代礼仪素养方面,我们的国民确实有值得提高的地方。

为了更好地让大家懂文明,讲礼仪,从而创建和谐、文明的校园,建设社会主义的和谐社会,我们编辑了《中华文明与现代礼仪》小学低年级版、小学高年级版、中学版这套丛书,从传统文明礼仪到现代的个人礼仪、校园礼仪、生活礼仪,给大家提供准确的礼仪知识和丰富的营养……

翻开 2009 年第 9 期的《读者》,著名学者朱大可先生的一小段精辟名言赫然在目:

“教养在所有财富中最昂贵,做有教养的中国人,比做有钱的中国人更重要。”

是啊,我们希望每一个人,每一个青少年学子都能健康成长,都能懂礼仪,一举手、一投足都显现出良好的教养,就像孔子说的那样:文质彬彬,然后君子。当我们每个人都自觉地懂文明,讲礼仪,我们的校园将更加和谐,我们的国家将更加美好。

中华文明生生不息,文明礼仪代代相传……

《中华文明与现代礼仪》编写组
2009 年 5 月

目 录

文质彬彬,然后君子——代序言	1
第一章 中华文明与礼仪	1
第一节 礼仪之邦	2
1. “礼”的内涵:尊敬之心,礼也	3
2. “礼”的外延	4
3. 封建时代“礼”的重要性	5
4. 礼与仪的关系与区别	5
第二节 源远流长话礼仪	6
1. 远古时期的神灵祭祀	6
2. 九鼎之礼——夏商周之礼	8
3. 知书达礼	9
4. 孟子与礼	11
5. 《朱子家礼》	12
6. 从长袍马褂到中山装	13
第三节 中华传统文明中关于礼仪的故事、诗歌、警句 ...	14
(一)故事	15
1. 曾子避席	15
2. 颜回做饭	16
3. 孟母三迁	16
4. 晏子使楚	17
5. 退避三舍	18
6. 张良拜师	19



7. 亲尝汤药	20
8. 怀橘遗母	21
9. 程门立雪	22
10. 元方待客	23
11. 千里送鹅毛	24
(二) 诗歌、警句	25
1. 诗歌	25
2. 警句	26
第四节 新中国,新礼仪	30
1. 毛泽东与徐特立	31
2. 毛泽东尊敬热爱韶山家乡人民	31
3. 行为世范的周恩来	32
4. 青年是祖国的未来	33
第二章 知书还须识礼——现代礼仪概述	34
第一节 现代礼仪的含义及其特征	35
(一) 什么叫现代礼仪	35
1. “礼”的含义	35
2. “仪”的含义	36
(二) 现代礼仪的类型	38
(三) 现代礼仪的特征	39
第二节 现代礼仪的原则及其功能	40
(一) 现代礼仪的基本原则	42
1. 尊重原则	42
2. 遵守原则	43
3. 适度原则	43
4. 自律原则	43
5. 女士优先原则	44

(二)现代礼仪的功能	45
1. 教育与导向作用	45
2. 沟通与协调作用	45
3. 规范与约束作用	45
4. 完善与发展作用	46
第三节 “文质彬彬,然后君子”——现代礼仪修养的内涵与 要点	46
(一)礼仪修养的内涵	46
1. 什么是修养	46
2. 什么是礼仪修养	47
(二)礼仪修养的要点	48
1. 礼仪知识的学习与实践	48
2. 礼仪情感的陶冶和升华	48
3. 礼仪意志的锻炼与磨砺	49
4. 良好礼仪习惯的养成	49
第四节 万丈高楼平地起——现代礼仪修养的基础	51
1. 道德修养	52
2. 文化修养	53
3. 艺术修养	54
4. 心理素质修养	55
第三章 个人礼仪	56
第一节 严以律己,宽以待人——个人礼仪修养的基本要求	57
1. 和善亲切	57
2. 谦虚随和	58
3. 理解宽容	58
4. 热情诚恳	59



5. 诚信守约	59
第二节 第一印象最重要——仪容仪表的礼仪	60
(一) 仪容美的基本要求	60
1. 容貌	60
2. 发式	61
3. 手部	61
4. 讲卫生、爱清洁	61
(二) 注意培养阳光、健康的精神风貌	62
第三节 装点青春靓丽的我	64
(一) 如何规范我们的着装	64
1. 着装的“TPO”原则	64
2. 自然、简单、质朴的着装风格	66
3. 着装要整齐、清洁	67
4. 怎样才能克服赶时髦的心理	68
5. 如何对待名牌	68
(二) 校服——青春的装扮	69
1. 穿校服的礼仪要求	69
2. 穿着校服的意义	70
3. 什么场合适合穿休闲装和运动装	70
第四节 言谈举止见礼仪	71
1. 坐如钟——端正的坐姿	71
2. 站如松——挺拔的站姿	72
3. 行如风	75
4. 交谈的礼仪要求	76
5. 中餐与西餐礼仪	78
6. 自助餐礼仪	81

第四章 校园礼仪展风采	83
第一节 友爱同学,尊敬师长	84
(一)同学相处的礼仪	84
1. 同学交往的几项原则	84
2. 同性、异性同学交往的礼仪	86
(二)信其道,亲其师——尊敬老师的礼仪	88
1. 为何要尊师	88
2. 尊师的礼仪	89
3. 尊重学校的工作人员	91
第二节 校园文明树新风	91
(一)播下一个动作,收获一个习惯——爱护校园	92
1. 自觉保护校园环境	92
2. 爱护公共设施	92
3. 举止文明	92
4. 美化校园	93
(二)读书、识礼、学做人——课堂礼仪	94
1. 尊重,从课前准备开始	95
2. 积极互动的课堂	95
3. 愉快的课间十分钟	96
(三)课外礼仪	97
1. 出入校门的礼仪	97
2. “谁知盘中餐,粒粒皆辛苦”——食堂礼仪	98
3. “学海无涯书做舟”——图书馆的礼仪	98
4. “寝室文明我争先”——寝室礼仪	99
第三节 丰富多彩的活动礼仪	100
1. 当国旗升起的时候	100
2. 集会礼仪	103



3. 竞争·合作——运动会礼仪	106
第五章 生活礼仪显魅力	109
第一节 和和睦睦一家亲	110
1. 孝敬父母——“老吾老以及人之老”	110
2. 手足情深	112
3. 有朋自远方来，不亦乐乎——接待客人的礼仪	114
4. 今天我是小客人——做客礼仪	115
第二节 远亲不如近邻	116
1. 和睦相处，少打扰他人	116
2. 互相尊重	118
3. 互相帮助，遵守公德	119
4. 小区是我家	120
第三节 打开文明的窗口——公共场所礼仪	121
1. 乘坐交通工具的礼仪	121
2. 文化场馆、影剧院、商场和公园的礼仪	124
3. 探望病人	125
4. 出席追思会的礼仪	126
第四节 社会交往礼为先	127
1. 握手的礼仪	127
2. 接打电话的礼仪	128
3. 介绍礼仪	130
4. 称呼礼仪	131
5. 语言礼仪	131
6. 递接物品的礼仪	132
7. 书信礼仪	133
8. 网络礼仪	133

第一章 中华文明与礼仪

导语

中华文明历经上下五千年,在她走过的悠长历史中,创造了一个又一个世界奇迹。在她身后,繁星点点,发出璀璨的光芒。中国与古代埃及、古代印度、古代巴比伦同为世界四大文明古国。中华文明是世界上最古老的文明之一,历经数千年长盛不衰,是世界上仅存的代代相传的最古老的文明。

伟大的文明孕育了伟大的民族。没有数千年的文明传统,中华民族不可能得立于世界民族之林。伟大的文明孕育了崇尚礼仪的民族。在世界各国人民的心中,中国被誉为世界礼仪之邦。礼仪是人类文化的结晶,社会文明的标志,人际交往的行为规范。

礼仪文化赋予了我们民族典雅的语言,优美的举止,和谐融洽的人际关系,以及自信恢弘的气度。它在中国社会相延几千年,被称为“衣冠文物”,流传至今。

中华文明与礼仪薪火相传,作为中学生,我们应肩负起传承文明与礼仪的责任。



第一节 礼仪之邦

中国自古以来就以“礼仪之邦”、“礼仪之国”著称于世,“礼”在国家治理和人们的日常生活中发挥着重要的作用。

古老而现代的中国,从盘古开天,到三皇五帝,到夏商周,从文景之治,到康乾盛世,文明礼仪一直代代相传,造就了灿烂而卓越的礼仪文化。

中华文明和礼仪也影响着周边邻国,甚至欧洲和非洲,为世界文明的发展作出了重要的贡献。西汉的时候,张骞出使西域,从此开始的古老的丝绸之路,将中华文明传到了中亚和欧洲。郑和七下西洋,将中华文明传到了东南亚和非洲。东亚的朝鲜、日本,世界上很多国家都深受中华文明的影响。

我们要将祖国的传统文明和礼仪发扬光大。



1. “礼”的内涵:尊敬之心,礼也

什么是“礼”呢?孟子说过:“尊敬之心,礼也。”意思是说,礼是尊敬他人之心。《辞海》中是这样解释“礼”的:(1)原意是敬神,后引申为敬意的通称;(2)为表示敬重或表示隆重而举行的仪式;(3)泛指奴隶社会或封建社会贵族等级制度的社会规范和道德规范。从孟子的说法和《辞海》中的解释,我们大致得知:礼是一种礼仪,是对礼节和仪式的统称。它是指在人际交往中,以一定的约定俗成的程序、方式来表现的,约束自己、尊敬他人的行为规范。



故事链接



古时候,有一个年轻的秀才要到家住石头村的朋友家拜访。他骑着高头大马前往石头村的途中,发现有几个岔路口。正当他犹豫不决时,发现路旁的田间有一个正在劳作的老丈。秀才并未下马,手拿马鞭,指着老丈问道:“老



头,石头村往哪走?离这里还有多远?”老丈并没有停下手中的活,他边干边答:“石头村离这里还有一千五百丈,照直走就是。”秀才很奇怪,就追问:“怎么你们这里用丈,不用里啊?”老丈回答道:“我们这里有约定,见到有礼的人就用‘里’,见到无礼的人就用‘丈’。”秀才自知失礼,就径直走掉了。



想一想



读了上面的故事,你有何感想?

2. “礼”的外延

以上这些,说的都是关于古代的一些礼仪。我们现今所说的“礼仪”所包含的内容主要与礼貌、礼节、仪表、仪式等相关。

(1) 礼貌,是指人们在人际交往中,通过语言、动作向交往对象表示谦虚和恭敬。它侧重于表现个人的品质与修养。

(2) 礼节,是指人们在交际场合迎来送往,相互问候、致意、祝颂、慰问等多方面固定使用的形式。没有礼节,就没有礼貌;有了礼貌,就会有一些具体的形式。

(3) 仪表,是指人的外表,包括容貌、仪态、风度、服饰等内容。

(4) 仪式,是指在特定的场合中举行的具有专门程序和规范化的活动,如升旗仪式、发奖仪式、各种开幕式等。

3. 封建时代“礼”的重要性

在古代,“礼”不仅包含了我国古代社会生活各个领域的各种制度和规范,而且还包含了与这些制度和规范相适应的系统的思想观念。是治理国家的重要手段之一。

4. 礼与仪的关系与区别

我们今天所说的礼仪与古代相比,无论在形式上还是内容上都有很大变化。古代的礼仪主要指精神内涵方面的要求以及上层社会交往的一些规制,而现在的礼仪主要指行为方面的一些要求。

想一想



通过看书和电视,你知道有哪些古代的礼仪?



第二节 源远流长话礼仪

华夏民族的礼仪文化源远流长。中国的礼仪文化最早可以追溯到原始公社时期的祭祀活动。祭祀活动是中国古代礼仪的重心。它最初是从崇拜自然现象和自然的事物发展而来的。在原始氏族公社时期,原始人类虽然脱离了动物界,开始具有比较直观而形象的思维能力,但由于当时的生产力极为低下,他们在大自然的神威与暴虐之下常常显得无能为力。一望无垠的大地,碧云千里的天空,日月星辰的流转,变幻莫测的风雨雷电,奔腾咆哮的河川以及鬼斧神工般的高山,等等,都让他们充满无尽的困惑和无以复加的敬畏。

为了解释自然界的种种变化和探求神奇力量的根源,原始人类通过简单的类比,把自然物拟人化,赋予自然现象以人类一样的情感、意志和灵魂。他们认为,这些自然现象产生的背后一定有一些超人间力量的神灵,并任由这些神灵主宰和支配。自然界中其他动物的侵扰和攻击,也使得原始人类备感痛苦和恐惧。为了祈福避祸,原始人类就寻求与这些自然之神搞好关系,于是产生了种类繁多的祭祀活动,用来沟通人类和神灵之间的关系。

久而久之,这些对无法解释的神奇之物与同类之中的不同身份的人的尊敬渐渐演化为一系列行为规范。这些规范约束着人们的言行,从而成为中国礼仪文化发展的源头。

1. 远古时期的神灵祭祀

礼仪最初是远古人类对神灵表示尊敬的某种行为活动,后来历经变化才将它扩展到社会的各种活动之中。对这种祭祀活动,《礼记·礼运》上曾有记载。它说,在远古时代,人们把黍米和猪肉