

Liyi Guifan

礼 仪 规 范

马萱萱 主编
王淑雨



中国矿业大学出版社

China University of Mining and Technology Press

礼 仪 规 范

主 编 马莹莹 王淑雨

编审人员 周忠林 朱广宇 徐海洋

夏 峰 周广瑞

中国矿业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

礼仪规范 / 马萱萱, 王淑雨主编. — 徐州: 中国矿业大学出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5646-2769-0

I. ①礼… II. ①马…②王… III. ①礼仪—高等职业教育—教材 IV. ①K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 180791 号

书 名 礼仪规范

主 编 马萱萱 王淑雨

责任编辑 史凤萍 孙 浩

出版发行 中国矿业大学出版社有限责任公司

(江苏省徐州市解放南路 邮编 221008)

营销热线 (0516)83885307 83884995

出版服务 (0516)83885767 83884920

网 址 <http://www.cumtp.com> **E-mail:** cumtpvip@cumtp.com

印 刷 徐州中矿大印发科技有限公司

开 本 787×1092 1/16 **印张** 9.75 **字数** 244 千字

版次印次 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

定 价 25.80 元

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

前言

由于国内外形势的变化、市场经济的冲击、家庭环境的影响、个人素质修养的差异及礼仪教育的不足等因素,在校学生的文明行为习惯养成逐渐成为学校德育工作的难点。近几年,各类职业院校普遍认同“技达四海,能行天下”、“一技在手,饭碗不愁”的观念,只重视专业技能的学习,却忽视了礼仪素养和优良品质的培养,而这一点恰恰影响到了毕业生的就业质量。可见加强在校学生的礼仪教育事不宜迟。

本书的主要内容有:

(1) 引论:介绍礼仪的相关基础知识,对于礼仪的起源与发展做简要介绍,为更系统详细的学习礼仪知识做坚实铺垫。

(2) 个人礼仪:从广义上介绍个人礼仪,涵盖个人仪容、仪表、举止三个方面,既适用于职业院校学生身份,又符合当下社会交往规范,实用性强。

(3) 校园礼仪:以职业学校校园生活为蓝本,结合学生日常行为规范,从校园礼仪和公共礼仪两个角度细分。

(4) 家庭礼仪:根据我国实际国情,从家庭美德、家庭和睦的角度介绍了家庭人际关系间的几种礼仪,侧重于现代社会中的新型家庭人际关系。

(5) 社交礼仪:社交礼仪内容非常广泛,这里主要针对职业院校学生的具体情况和未来发展,选择了最具实用性和普遍性的社交礼仪知识进行重点学习,既适用于校园生活又适用于社会生活。

(6) 职场礼仪:从学生未来的就业岗位和就业形势入手,结合本教材社交礼仪章节中的内容,更全面地介绍了如何成为现代职场人的基本规范。

(7) 中外礼仪习俗:介绍中外礼仪习俗,不仅增长知识、拓宽眼界,还为今后更好地掌握和运用礼仪规范知识做补充。

作为礼仪专用教材,本书涵盖礼仪内容广泛,实践应用性强。针对正处于生理、心理成长和发育时期的青少年职业院校学生,在结合知识内容的前提下,选用了丰富多彩、趣味盎然的名言名句、典故、案例、故事、图片等。为丰富教学内容和教学形式,拓宽学生视野,设立了“读一读”、“议一议”、“做一做”三个主

要环节,从学生的了解、学习、探究、掌握、练习、应用等方面,层层递进,使学生通过形式多样的活动,学礼、懂礼、识礼、用礼,以提高个人的修养和综合素质。

本教材具有以能力为本、贴合实际、重视实践、简洁实用、深入浅出的特点,力求为职业院校的礼仪规范教育做一份贡献。由于时间仓促,加之笔者水平有限,书中难免有疏漏及不妥之处,望广大读者提出宝贵意见,并欢迎各位教师在使用教材的过程中给予批评、指正。

目 录

第一章 引论	1
第一节 礼仪概述	1
第二节 礼仪的起源与发展	4
第三节 礼仪的特征与原则	7
第二章 个人礼仪	10
第一节 仪容仪表	10
第二节 服饰礼仪	16
第三节 举止礼仪	22
第三章 校园礼仪	41
第一节 职业学校学生需要具备的素质	41
第二节 校园交往礼仪	43
第三节 校园公共礼仪	47
第四章 家庭礼仪	57
第一节 家庭礼仪概述	57
第二节 家庭成员间的礼仪	58
第三节 亲友间的礼仪	61
第四节 邻里间的礼仪	66
第五章 社交礼仪	68
第一节 介绍和称呼礼仪	68
第二节 见面礼仪	72
第三节 公共场所礼仪	81
第六章 职场礼仪	102
第一节 求职礼仪	102
第二节 办公礼仪	109
第三节 会议礼仪	113
第四节 涉外礼仪	120

第七章 中外礼仪习俗	123
第一节 习俗常识	123
第二节 我国少数民族宗教信仰	126
第三节 其他国家礼仪习俗	132
附录	143
参考文献	150

第一章 引 论

第一节 礼仪概述

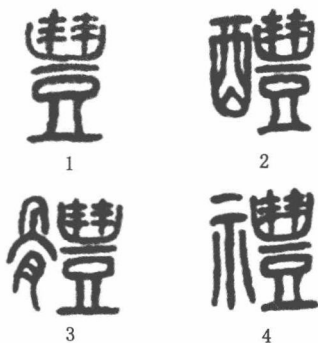
【读一读】

国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身有礼则身修，心有礼则心泰。

——颜元

一、礼仪的内涵

礼仪是中国古代文化的基础。“中国有礼仪之大，故称夏；有服章之美，谓之华。”中华民族上下五千年形成了源远流长的历史和辉煌灿烂的文化，使其素有“礼仪之邦”的美誉，故此，礼仪成为一个民族道德修养和文明程度的外在表现。礼仪的本义是“敬”，即敬神求福的法度、准则和方式。《辞海》的解释是：礼，本谓敬神，引为敬人。由此衍生出的礼貌、礼节、仪表、仪式无一不围绕一个“敬”字而展开并逐步具体化、规范化。汉字的繁写体“禮”就是用豐(祭祀用品)来表示“敬”的。



“礼”字的四种象形文字

孔子曰：“礼者，敬人也。”孟子亦云：“爱人者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之。”可见，礼仪的最基本宗旨是“敬人”。尊人、敬人应被视为礼仪的真谛。现实生活中礼仪乃是一种尊重人的具体表现形式，是以一种规范化的形式，郑重其事地体现“敬人”的要求。讲究礼仪，即提倡“尊重为本”，首先尊重自己，同时尊重别人；重视礼仪，则体现中规中矩，使得人们律己敬人、有所作为，塑造良好的个人形象。

（一）礼仪的概念

礼是礼貌、礼节。仪是仪式、仪表、仪态。虽然“礼”和“仪”有时分开使用、各有其意，但更多时候合为一体，意指人们在社会交往中所形成的相互表示敬意和友好的行为规范与准则，体现为礼貌、礼节、仪表、仪式等具体形式。礼仪可以定义为：人类在共同生活和交往中逐渐形成的，并固定下来而共同遵循的道德行为规范。

从内容上讲，礼仪由礼仪的主体、礼仪的客体、礼仪的媒介、礼仪的环境四要素构成。

礼仪的主体，即礼仪活动的操作者和实施者。它既可以是个人，也可以是组织。当礼仪活动规模较小、较为简单时，其主体通常是个人。当礼仪活动规模较大、较为复杂时，其主体则是组织。

礼仪的客体，即礼仪的对象，指的是礼仪活动的指向者和承受者。从外延上讲，它可以是人，也可以是物；可以是物质的，也可以是精神的；可以是具体的，也可以是抽象的；可以有形的，也可以是无形的。

礼仪的媒介，即礼仪活动所依托的一定的媒介，具体是由人体礼仪媒介、物体礼仪媒介、事件礼仪媒介等构成的。在具体操作礼仪时，这些不同的礼仪媒介往往是交叉配合使用的。

礼仪的环境，即礼仪活动得以进行的特定的时空条件。大体说，它可以分为礼仪的自然环境与礼仪的社会环境。礼仪的环境，经常制约着礼仪的实施，不仅实施何种礼仪由其所决定，而且具体礼仪的实施方法也由其所决定。

（二）礼仪的分类

礼仪依据其适用对象、适用范围的不同，大致可分为政务礼仪、商务礼仪、服务礼仪、社交礼仪、涉外礼仪等。

政务礼仪，又称国家公务员礼仪，指的是国家公务员在执行国家公务时所应当遵守的礼仪。

商务礼仪，指公司、企业的从业人员以及其他一切从事经济活动的人士在经济往来中所应当遵守的礼仪。

服务礼仪，指的是各类服务行业的从业人员在自己的工作岗位上所应当遵守的礼仪。

社交礼仪，指的是社会各界人士在一般性的交际应酬中所应当遵守的礼仪。

涉外礼仪，指的是人们在国际交际中所应当遵守的礼仪。

（三）礼貌、礼节、礼仪的关系

礼貌、礼节、礼仪都是人们在社交中表现出来的尊敬和友好的行为，三者在本质上是一致的，但又有自身特殊的含义和要求，它们之间既有联系，又有区别。

礼貌是人与人交往中，通过言谈、表情、举止等表示敬重和友好的行为，体现了一个人的修养、文化层次和文明程度。

礼节是礼貌的具体表现，是人们在日常生活中，特别是交际场合中，互相问候、致意、祝愿以及表示相互尊重的惯用形式。如握手礼、鞠躬礼、迎宾礼的惯用程序等都属于礼节的范畴。

礼仪是人们对较大或较隆重的场合所实施的共同认可的程序，包括在礼遇规格、礼宾秩序等方面应遵循的礼貌、礼节要求。

礼貌是礼仪的基础，礼节是礼仪的基本组成部分。换言之，礼仪，实际上是由一系列

的、具体的、表现礼貌的礼节所构成的,礼仪在层次上要高于礼貌、礼节,其内涵更深、更广。

二、礼仪的功能与作用

(一) 礼仪的功能

礼仪的功能之一,是有助于提高人们的自身修养。在人际交往中,礼仪往往是衡量一个人文明程度的准绳。它不仅反映着一个人的交际技巧与应变能力,而且反映着一个人的气质风度、阅历见识、道德情操、精神风貌。因此,在这个意义上,完全可以说礼仪即教养。通过一个人对礼仪运用的程度,可以得知其教养的高低、文明的程度和道德的水准。由此可见,学习礼仪,运用礼仪,有助于提高个人的修养,有助于用高尚的精神塑造人,提高个人的文明程度。

礼仪的功能之二,是有助于人们美化自身,美化生活。个人形象是一个人仪容、表情、举止、服饰、谈吐、教养的集合,而礼仪在上述诸方面都有自己详尽的规范,因此学习礼仪,运用礼仪,无疑将有益于人们更好地、更规范地设计个人形象、维护个人形象,更好地、更充分地展示个人的良好教养与优雅的风度。

礼仪的功能之三,是有助于促进人们的社会交往,改善人际关系。“世事洞明皆学问,人情练达即文章”讲的就是交际的重要性。一个人只要同他人打交道,就不能不讲礼仪。运用礼仪,除了可以使个人在交际活动中充满自信、胸有成竹、处变不惊之外,还能够帮助人们规范彼此的交际活动,更好地向交往对象表达自己的尊重、敬佩、友好与善意,增进彼此之间的了解与信任。

礼仪的功能之四,是有助于净化社会风气,推进社会主义精神文明建设。一般而言,人们的教养反映其素质,而素质又体现于细节。反映个人教养的礼仪,是人类文明的标志之一。礼仪水准反映人的整体素质。提倡礼仪的学习与运用,与推进社会主义精神文明建设是殊途同归、相互配合、相互促进的。

(二) 礼仪的作用

1. 礼仪是情感交流的纽带

在日常工作、交往活动中,人与人之间要进行交流,以礼仪来表达彼此之间的尊重、友好、敬佩与善意,增强相互之间的了解和信任,以达到和谐、完美的人际关系。

2. 礼仪是人际交往的钥匙

《礼记》中有这样一句话:“入境而问禁,入国而问俗,入门而问讳。”在不同的场合与不同的对象交往,需要不同的礼仪形式。美国总统尼克松在访问中国之前就曾专门学习筷子的用法,周恩来总理也在欢迎晚宴上特别选定演奏《美丽的阿美利加》欢迎贵宾。人际交往本身也离不开礼仪。人们在交往过程中,不可避免地会发生各种矛盾,而要解决矛盾、协调人际关系,其中很重要的一点就是运用礼仪形式,以消除人际交往中的各种障碍。

(三) 学习礼仪的意义

【读一读】

不学礼,无以立。

——《论语·季氏》

美国华盛顿一家市场调查机构的调查结果表明：如果在某商业企业受到非礼待遇，96%的人不会直接抱怨，但有91%的人不再到这个企业来。而且受到非礼的人平均要向他周围9个人讲述，其中13%的人要向他周围20个人讲述。可见，在人际交往活动中，一个人的言谈举止会作为一种潜在的信息传递给对方，良好的礼仪表现可以树立成功的个人形象。同时组织中的每一个成员，在与他人接触的过程中，其一言一行、一举一动都在产生着塑造组织形象的作用。员工良好的个人礼仪形象有助于塑造良好的组织形象，提高组织的知名度和美誉度。

【议一议】

你是不是真的很有修养呢？不妨将下面这个简单的自我测试做一次。每一个问题你只要用“是”或“否”来回答。最后在问题的后面核对答案。

1. 你对待商店里的售货员或饭店的女服务员是不是跟你对待朋友一样的有礼貌？
2. 你是不是很容易就生气？
3. 如果有人赞美你，你是不是会向他说“谢谢”呢？
4. 有人尴尬不堪时，你是不是觉得很有趣？
5. 你是不是很容易展露出笑容，甚至是在陌生人的面前？
6. 你是不是会关心别人的幸福和舒适？
7. 在你的谈话和信中，你是不是时常提到自己？
8. 你是不是认为礼貌对一个男子汉无足轻重？
9. 跟别人谈话时，你是不是一直很注意对方？

答案分析

1. 一个富有修养的人，不论是对什么样身份的人，始终都彬彬有礼。
2. 动不动就生气的人修养不会很好。
3. 善于接受他人赞美是一种做人的艺术。
4. 幸灾乐祸显出你的修养较差。
5. 微笑始终是对你自己或其他人通往快乐的最好的入场券。
6. 关心体贴别人是一个人成熟和有魅力的第一个条件。
7. 那些经常大谈他自己的人很少会受到别人的欢迎。
8. 良好的风度和礼貌，是一个人所必需而且应该有的自然的反应。
9. 尊重别人的意见才能使别人尊重你。

第二节 礼仪的起源与发展

【读一读】

仁者爱人，有礼者敬人。爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之。

——《孟子·离娄下》

礼仪作为人类文化的表现形式之一，如同其他诸如文字、绘画等文化表现形式一样，是

人类不断摆脱愚昧、野蛮、落后,逐渐走向开化、进步和文明的标志。礼仪的形成和发展,经历了一个从无到有,从低级到高级,从零散到完整的渐进过程。揭示礼仪的起源及其历史演变,有利于我们更深刻地把握礼仪的本质,全方位了解礼仪文化,并通过对传统礼仪文化的扬弃,更好地指导我们的现代礼仪实践。

一、我国礼仪渊源

根据人类学、历史学的研究,人类礼仪的产生主要源于两个重要方面。

(一) 源于原始的宗教祭祀

礼仪是伴随原始宗教的产生而产生的。有了原始的宗教,就有了原始宗教的祭祀活动形式,形成了人类社会最初的礼仪。在中国,礼仪是由崇拜自然物转移到人类自身的一种模式,比如由对龙的崇敬扩展到对君王的崇敬。古代典籍中,有许多关于龙的记载和描绘,龙是古人由于对自然界的恐惧和崇拜而想象出来的图腾,它威风凛凛、张牙舞爪的形象活跃于水、陆、空之中,超越了时空条件的限制。随着人类社会生活的发展,人们表达敬畏、祭祀的活动日益纷繁,逐步形成种种固定的模式,这些固定的模式最后终于形成成为礼仪的规范。

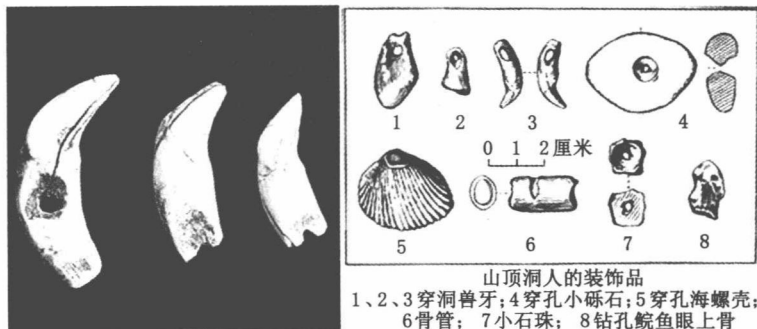
(二) 源于协调人类的相互关系和约定俗成

为了生存和发展,在与大自然抗争的同时,人类的内部关系,如人与人、部落与部落、国家与国家之间的关系也是人类所面临的必须解决好的问题。在群体生活中,男女有别、老少各异,扶老携幼、爱护弱小既是一种天然的人伦秩序,又是一种需要保证和维护的秩序。可以说,维持群体生活的自然人伦秩序是礼仪产生的最原始动力。在此基础上,礼仪扩大到人际关系的其他方面。另外,礼仪在许多情况下并不是哪个人创造的,往往是在人与人的交往过程中,在社会生活中共同认定而形成的,并被大家一致遵守和沿用的,所以礼仪是约定俗成的。

二、我国礼仪的发展

(一) 我国礼仪起源阶段

礼仪起源于原始社会时期,在长达 100 多万年的原始社会历史中,人类逐渐开化。在原始社会中晚期出现了早期礼仪的萌芽。生活在距今约 1.8 万年前的北京周口店山顶洞人,就已经知道打扮自己。他们用穿孔的兽齿、石珠作为装饰品,挂在脖子上。他们在去世的族人身旁撒放赤铁粉,举行原始的宗教仪式,这是迄今为止在中国发现的最早的葬仪。



山顶洞人饰品

新石器时期,原始人类不仅能制作精细的磨光石器,并且开始从事农耕和畜牧。原始礼仪也渐具雏形。仰韶文化时期的有关资料表明,当时人们已经注意尊卑有序、男女有别。而长辈坐上席,晚辈坐下席;男子坐左边,女子坐右边等礼仪也日趋明确。

在原始社会,由于缺乏科学知识,人们不理解一些自然现象,于是人格化自然的力量,想象出各种神灵,作为崇拜的对象。古代礼仪的产生正是与祭祀神灵联系在一起的。

(二) 我国古代礼仪形成阶段

大约在奴隶社会的夏商周三代,我国的礼仪进入了飞速发展以至成熟时期。西周时期,我国历史上第一部记载“礼”的书籍——《周礼》产生,以及随后出现的《仪礼》《礼记》,标志着我国古代礼仪进入了成熟阶段。《周礼》偏重政治制度,《仪礼》偏重礼仪规范,《礼记》偏重对礼的各个分支做出理论说明。当时的“国学”以“六艺”为基本的教学内容。“六艺”就是礼、乐、射、御、书、数,其中礼仪教育列于首位。这种教育不仅要学生懂得礼制的精神,而且还要让学生“演礼”,使他们的一举一动都符合礼仪规范的要求。



(三) 我国古代礼仪的发展与变革阶段

西周末期,王室衰微,诸侯纷争,“礼乐崩坏”,奴隶社会向封建社会过渡。此时,相继出现了孔子、孟子、荀子等思想家,发展和变革了我国的古代礼仪。

孔子是儒家学派的创始人,他主张恢复周礼,“克己复礼为仁”,把“礼”看作是治国安邦的策略。他认为“不学礼,无以立”,“质胜文则野,文胜质则史。文质彬彬,然后君子”。并且告诫人们“非礼勿视,非礼勿听,非礼勿言,非礼勿动”,要求人们用道德规范约束自己的行为。孔子较为系统地阐述了礼及礼仪的本质与功能,把礼仪理论提到一个新的高度。

孟子集成和发展了孔子的“仁学”思想,主张“民贵君轻”、“以德服人”,他认为要达到“礼”的标准,就要讲究“修身”,培养“浩然正气”。

荀子则主张“隆法”、“重礼”,提出礼法并用,指出:“礼之于国家,如权衡之与轻重也,如绳墨之于曲直也。故人无礼则不生,事无礼则不成,国无礼则不宁。”他认为“礼”的目的就是区分每个人的长幼、贵贱和贫富。

孔孟等儒家的礼仪思想,构成了中国传统礼仪文化的基本精神,对中国礼仪文化产生了深远的影响,奠定了中国礼仪文化的基础。

(四) 我国古代礼仪的强化、衰落阶段

秦朝统一“六国”后,实行中央集权制,推行“书同文”、“车同轨”、“行同轮”,奠定了封建体制的基础。

西汉时期董仲舒在孔孟思想的基础上,把封建专制制度的理论系统化,提出“唯天子受命于天,天下受命于天子”的“天人感应说”,他把儒家礼仪具体概括为“三纲五常”。后来汉武帝采纳了董仲舒的“罢黜百家,独尊儒术”的主张,儒家礼教成为两千多年来中国的封建

定制。

盛唐时期,《礼记》由“记”上升为“经”,成为“礼经”三书之一。

宋代程朱理学占统治地位,家庭礼仪教育研究成果突出,这是宋代礼仪发展的一个特点。此时出现了司马光的《家范》、朱熹的《朱子家礼》等礼仪著作,这些著作秉承传统家庭礼仪教育的精神,强调父母的言传身教,注重礼仪教育与启蒙知识的结合、礼仪教育同日常生活行为的结合。至此,我国古代礼仪进一步发展,变得更加严密、完善。

元、清时期,北方少数民族入主中原,但少数民族礼仪始终没能占统治地位,反而被根深蒂固的封建礼仪所同化。清末,清王朝政权腐败,民不聊生。古代礼仪盛极而衰。而伴随着西学东渐,一些西方礼仪传入中国,长期占据统治地位的封建礼仪根基渐渐松动。1911年辛亥革命使封建王朝迅速土崩瓦解,以孙中山为首的革命派除旧布新,翻开了现代中国礼仪的崭新一页。

(五) 我国现代礼仪阶段

这一阶段大约从1911年民国初期直到现在。这一时期大致经历了两个阶段。一是半封建半殖民地时期的礼仪。1840年鸦片战争后,中国沦为半封建半殖民地社会。封建礼仪加上西方资本主义的道德观,形成了独特的“大杂烩”式的半封建半殖民地礼仪。二是1949年新中国成立,新型的社会关系和人际关系确立,标志着中国的礼仪进入了一个崭新的历史时期,人与人之间的同志式的互助合作关系代替了对抗关系。虽然在一段时期内,优良的民族传统、良好的礼仪礼俗,被作为“封资修”扫进垃圾堆,但是,改革开放的大潮使礼仪获得了新的生命,在学习和借鉴西方礼仪的同时形成了现代礼仪。

第三节 礼仪的特征与原则

【读一读】

礼节是所有规范中最微小却最稳定的规范。

——拉罗什富科《道德箴言录》

一、礼仪的特征

(一) 规范性

礼仪是人们在交际场合待人接物时必须遵守的行为规范。这种规范性,不仅约束着人们在一切交际场合的言谈话语、行为举止,使之合乎礼仪,而且也是人们一切交际场合必须采用的一种“通用语言”,是衡量他人、判断自己是否自律、敬人的一种尺度。因此,任何人要想在交际场合表现得合乎礼仪、彬彬有礼,都必须对礼仪无条件地加以遵守。

(二) 限定性

礼仪适用于普通情况之下一般的人际交往与应酬。在这个特定范围之内,礼仪肯定行之有效。离开了这个特定的范围,礼仪则未必适用。这就是礼仪的限定性特点。理解了这一特点,就不会把礼仪当成放之四海而皆准的标准。当所处场合不同,所具有的身份不同时,所要应用的礼仪往往会因此而各有不同,有时甚至还会差异很大。

（三）可操作性

待人的敬意,应当怎样表现,不应当怎样表现,是有其切实可行、行之有效的具体方法的。切实有效、实用可行、规则简明、易学易会、便于操作,是礼仪的一大特征。它不是纸上谈兵、故弄玄虚,而是既有总体上的礼仪原则、礼仪规范,又在具体的细节上以一系列的方式、方法,仔细周详的对礼仪原则、礼仪规范加以贯彻,使之“言之有物”、“行之有礼”。

（四）传承性

任何国家的礼仪都具有自己鲜明的民族特色,任何国家的当代礼仪都是在本国古代礼仪的基础上继承、发展起来的。离开了对本国、本民族既往礼仪成果的传承,就不可能形成当代礼仪。作为一种人类的文明积累,礼仪将人们在交际应酬之中的习惯做法固定下来,流传下去,并逐渐形成自己的民族特色。对于既往的礼仪遗产,不应当食古不化,全盘沿用,而应当有扬弃,有继承,更有发展。

（五）变动性

礼仪是一种社会历史发展的产物,具有鲜明的时代特点。一方面,它是在人类长期的交际活动实践之中形成、发展、完善起来的,绝不可能凭空杜撰。另一方面,社会的发展,历史的进步,由此而引起的众多社交活动的新特点、新问题的出现,又要求礼仪有所变化,适应新形势的要求。与此同时,随着世界经济的国际化倾向日益明显,各个国家、各个地区、各个民族之间的交往日益密切,他们的礼仪也随之不断地互相影响,互相渗透,互相取长补短,不断地赋予新的内容。

二、礼仪的原则

在日常生活之中,学习应用礼仪,有必要在宏观上掌握一些具有普遍性、共同性、指导性的礼仪原则。掌握这些原则,有助于更好地学习礼仪、运用礼仪。

（一）遵守的原则

在交际应酬之中,每一位参与者都必须自觉、自愿的遵守礼仪,以礼仪去规范自己在交际活动中的一言一行,一举一动。任何人,不论身份高低、职位大小、财富多寡,都有自觉遵守、应用礼仪的义务;否则,会受到公众的指责,交际难以成功。

（二）自律的原则

从总体上看,礼仪规范由对待个人的要求与对待他人的做法两部分所构成。对待个人的要求,是礼仪的基础和出发点。学习、应用礼仪,最重要的就是要自我要求、自我约束、自我控制、自我对照、自我反省、自我检点,这就是所谓自律的原则。若只求律人,不求律己,遵守礼仪就无从谈起。

（三）敬人的原则

这就是要求人们在交际活动中,与交往对象既要互谦互让,互尊互敬,友好相待,和睦共处,更要将对交往对象的重视、恭敬、友好放在第一位。对待他人的诸多做法中最要紧的一条,就是要敬人之心常存,处处不可失敬于人,不可伤害他人的个人尊严,更不能侮辱对方的人格。

（四）宽容的原则

宽容原则的基本含义,是要求人们在运用礼仪时,既要严于律己,更要宽以待人。要多容忍他人,多体谅他人,多理解他人,千万不要要求全责备,斤斤计较,过分苛求,咄咄逼人。

在人际交往中,要允许其他人有个人行动和独立进行自我判断的自由。

(五) 平等的原则

在具体运用礼仪时,允许因人而异,根据不同的交往对象,采取不同的具体方法。但必须强调的是,在以礼相待这点上,对任何交往对象都必须一视同仁,给予同等程度的待遇。不允许因为交往对象彼此之间在年龄、性别、种族、文化、职业、身份、地位、财富以及与自己的关系亲疏远近等方面有所不同,就厚此薄彼和区别对待。

(六) 从俗的原则

由于国情、民族、文化背景的不同,在人际交往中,实际上存在着“十里不同风,百里不同俗”的情况,对这一客观现实要有正确的认识,不要自高自大、唯我独尊、以我划线,简单否定不同于己的做法。必要时,必须坚持入乡随俗,与绝大多数人的习惯做法保持一致,切勿随意批评、否定其他人的习惯性做法。

(七) 真诚的原则

在运用礼仪时,务必待人以诚,诚心诚意,诚实无欺,言行一致,表里如一。只有如此,自己在运用礼仪时所表达的对交往对象的尊敬与友好,才会更好的被对方所理解和接受。与此相反,倘若仅把运用礼仪作为一种道具和伪装,在具体操作礼仪规范时口是心非、言行不一,则有悖礼仪的基本宗旨。

(八) 适度的原则

适度原则的含义,是要求应用礼仪时,为了保证取得成效,必须注意技巧,合乎规范,特别要注意做到把握分寸,认真得体。运用礼仪时,假如做得过了头,或者做得不到位,都不能正确的表达自己的自律、敬人之意。

【议一议】

英国的温莎公爵素以“不爱江山爱美人”闻名于世。他还有另一个广为流传的逸闻。当年英国宴请一位阿联酋的首长。席间,餐桌上有一个精美的玻璃器皿中盛着水,上面还漂浮着几片菠萝。那位酋长看到后,以为是一道美味,不假思索的端起来一口气把水喝干了。这一来,周围的人都面面相觑,不知道如何是好了。因为那可不是喝的水,而是专供客人清洗用的洗手水。这时,只见温莎公爵也从容的端起了他面前的这碗“洗手水”一饮而尽。周围的客人这才醒悟过来,纷纷端起自己的“洗手水”喝干,品尝了这道别具风味的“菜肴”。随后,宴会厅里响起了热烈的掌声:人们用发自内心的掌声表达了对温莎公爵的敬意。那位酋长后来也知道了餐桌上掌声的缘由,为此非常感动,更加深了与英国的友谊。

尊敬他人的表现有哪些?

第二章 个人礼仪

【读一读】

君子之修身，内正其心，外正其容。

——欧阳修

第一节 仪容仪表

一、仪容仪表的定义

仪容主要是指人的容貌。仪表即是指人的外表，它包括容貌、姿态、服饰、风度、个人卫生等。在政务、商务、事务及社交场合，一个人的仪表不但可以体现他的文化修养，也可以反映他的审美情趣。仪容仪表同样也是职业学校学生精神面貌的外在表现，它能展示出职业学校学生的道德修养、文化水平、审美情趣、文明程度，良好的仪容仪表是尊重对方、讲究礼貌、互相理解的具体表现。

【校园礼仪小贴士】

仪容仪表礼仪

1. 仪容整洁，养成良好的卫生习惯。
2. 男士不宜留长发或剃光头，应保持前不扫眉、旁不遮耳、后不过颈，不留怪异发型。
3. 女士不浓妆艳抹；不留长指甲，不彩绘指甲；发型简洁、大方，前额刘海不过眉，不宜染彩发、烫发，不梳怪发型。
4. 穿戴整洁、朴素、大方，不穿奇装异服，按学校要求穿校服。
5. 不佩戴耳环、项链、戒指、手镯等饰物。
6. 不得穿拖鞋、吊带背心等进入教学区域。
7. 站、坐、走姿势规范，避免养成不良生活习惯。
8. 不随地吐痰，不随手乱扔垃圾等，养成良好的行为习惯。

二、局部清洁

清洁是礼仪的基本要求，是仪容仪表美的关键，每一个人都应有端庄、美好、整洁的仪表。