

林
隆
著

礼仪修养与现代生活

禮

中国城市出版社



礼仪修养与现代生活

林 隆 著

中国城市出版社

(京)新登字 171 号

图书在版编目(CIP)数据

礼仪修养与现代生活/林隆著. —北京:中国城市出版社,
1996.4

ISBN 7-5074-0823-X

I. 礼… II. 林… III. 礼仪-基本知识 IV. K892

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 04875 号

中国城市出版社出版发行

(北京朝阳区和平里西街 21 号 邮编:100013)

电话:4235833 传真:4214573

责任编辑:李青

封面设计:李峰 责任印制:刘超声

北京印刷三厂印刷 新华书店经销

1996 年 5 月第 1 版 1996 年 5 月第 1 次印刷

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:4.375

字数:91 千字 印数:1—6000 册

定价 6.80 元

前 言

中国素有“文明古国”、“礼仪之邦”之称，早在周朝就形成了比较完备的礼仪制度或规范，而讲究礼仪可以追溯到更久远的夏商时代，可见我们的祖先是非常重视礼仪的。

几千年来，随着社会的变迁，礼仪也不断地得到发展和完善，讲究礼仪成为了中国人的传统美德，享誉海内外。但是，在“文化大革命”的浩劫中，讲究礼仪这一传统美德也没有幸免于难，从而出现了不少文明古国不讲文明，礼仪之邦不讲礼仪的丑恶现象。

改革开放以来，我们党和政府一手抓经济建设，一手抓精神文明建设，加之人民的生活水平有了较大的提高，吃饱穿暖之后，崇尚文明，讲究礼仪已经逐渐成为更多人的自觉行为。可以说，一股弘扬古老文明、传统美德，讲究礼仪的春风已悄然在中华大地上兴起。但毋庸讳言，当前无论在社会生活还是经济生活乃至国际交往中，忽视精神文明，不讲礼仪的现象仍屡见不鲜，这不仅不利于社会安定，也影响经济活动和

国际交往的顺利进行。因此,礼仪教育仍是社会主义精神文明建设的一项重要内容。

党的十一届三中全会以来,我国的社会主义经济开始由计划经济的轨道转移到市场经济的轨道。我们面对的是国内和国际两个大市场,激烈的市场竞争,归根结蒂是人的素质竞争。作为人的素质的重要标志的礼仪修养,在经济生活中日益为人们所重视,它不仅关系到企业经营人员和企业的形象,表现出企业的管理水平和信誉度,在对外经济活动中还关系到国家民族的形象。我们不是都听说过一位企业经理随地吐痰而吓跑了本想合资经营的外商的故事吗?在礼仪上失措,往往会引起人的反感、不信任甚至纠纷。如果缺乏对人的好感与信任感,任何经济交往都不会产生好的结果,这是不必赘言的。

以上,我们谈了礼仪在经济生活中的重要位置和意义。实际上,礼仪在政治生活、公共交往、家庭生活、校园生活等各个社会生活层面,都有十分重要的意义,对个人处理人际关系和追求事业的成功也是一个十分重要的必修课题。对全社会来说,礼仪又是必不可少的“润滑剂”和“粘合剂”,关系到社会风气和社会的和谐。

总之,礼仪不是可有可无的“客套”,更不能与“虚伪”划等号。礼仪修养虽然往往是人的整体素质的自然流露,但它却是人们整体素质的一个组成部分。因此,自觉地学习礼仪知识,不断加强礼仪修养,是人们提高自身素质的一项重要内容。本书从多侧面对礼仪修养进行了论述,希望对读者有所裨益。

目 录

一、礼仪、道德与修身	1
二、礼仪知识的学习	9
1. 礼仪的真谛及其发展	9
2. 礼仪知识的实用价值	10
3. 学习礼仪知识、加强品格修炼	12
三、校园生活与礼仪修养	14
1. 和老师相处的礼仪	14
2. 和领导相处的礼仪	16
3. 与同学相处的礼仪	18
四、公共秩序与礼仪修养	23
1. 人人要树立公德意识	23
2. 公共场合的礼仪	25
五、事业成功与礼仪修养	33
1. 事业成功与礼仪修养的关系	33
2. 要给人留下良好的第一印象	34
3. 打招呼的礼仪与学问	35
4. 面带微笑走向生活	37
六、语言艺术与礼仪修养	39
1. 言谈话语礼仪多	39
2. 体态语言莫非礼	43

七、把自己培养成一个处处受欢迎的人	47
1. 不断培养自己的优雅举止	47
2. 做一个受欢迎的人	51
3. 工作拜访的礼仪	52
4. 学会招待客人	54
5. 使用名片有学问	57
6. 称谓要讲究	58
八、家庭生活与礼仪修养	61
1. 父母与子女间也要讲礼仪	61
2. 婆媳之间更要讲礼仪	64
3. 夫妻之间需要礼仪	66
九、服饰艺术与礼仪修养	70
1. 服饰文化与服饰礼仪	70
2. 日常生活中的服饰礼仪	71
3. 服饰色彩与礼仪	74
十、经济生活中最常用的一些专项礼仪知识	79
1. 商务往来中的礼仪	79
2. 打电话的礼仪	81
3. 餐桌上的礼仪	83
4. 男女交往的礼仪和艺术	85
5. 约会的礼仪	88
6. 书信礼仪	89
7. 人们相互间沟通的礼仪和艺术	90
8. 与邻里相处和往来的礼仪	92
9. 日常人际交往的礼仪和艺术	93
10. 赠送礼物的礼仪	96

11. 赠送鲜花的礼仪	98
12. 恋爱礼仪	100
13. 相互介绍和初次认识的礼仪	104
14. 慰问的礼仪	106
15. 与残疾人交往的礼仪	107
16. 尊老敬老的礼仪	109
17. 爱护幼小者的礼仪	110
18. 教育子女的礼仪	111
十一、国际礼仪	115
1. 吃西餐的讲究	115
2. 公司职员的礼仪	117
3. 与外国朋友交往时要注意什么	119
4. 与外国客人怎样约会	121
5. 如何访问外国朋友	122
6. 国际通用的若干礼仪知识和礼仪形式	125
结束语	130

一、礼仪、道德与修身

礼仪是道德的一种外在表现形式，它在人们的社会交往中起着举足轻重的作用。英国哲学家约翰·洛克对此有过精辟的论述：“礼仪是在他的别种美德之上加上的一层藻饰，使它们对他具有效用，去为他获得一切和他接近的人的尊重和好感。没有良好的礼仪，其余一切成就就会被人看成骄傲、自负、无用和愚蠢”，“美德是精神上的一种宝藏，但是使它们生出光彩的则是良好的礼仪；凡是一个能够受到人家欢迎的人，他的动作不仅要有力量，而且要优美。……无论做什么事情，必须具有优雅的方法和态度，才能显得漂亮，得到别人的喜欢。”

礼仪是以对别人的尊重为基础的，是一个人的道德水准高低和有无教养的重要标志。礼仪的表现形式主要是谦虚恭谨的态度、文明礼貌的语言和优雅得体的举止等。

礼仪是人的素质的反映。人的素质与道德是紧密联系在一起，但是，道德修养主要是从处理人际关系的角度出发，表明长期约定俗成的规范和准则。社会的道德风气和道德环境，领

导人的道德准则和道德示范,对每个百姓的道德倾向和道德水准起着很重要的作用。这就是说,道德不仅仅是个人的问题,而且也是个社会环境和社会气候的问题。孔子极力提倡“思无邪”(《论语·为政》),主张“过则勿惮改”,要求每个为君子的人,必须天天“三省吾身”(《论语·学而》),每天多次检讨自己,有过必改、快改。这样做的目的就是要把自己的品德修养得尽可能完善、高尚。

孔子把人的品格修炼与礼仪修养紧密结合起来,视为同等重要,放在教育学生的首位,要求学生“非礼勿视,非礼勿听,非礼勿言,非礼勿动”,“克己复礼为仁”(《论语·颜渊》)。由此可见,孔子对学生要求很严,一言一行,一举一动都要符合礼仪的要求,符合时代的道德标准。但是,品德和礼仪毕竟是两个不同的概念,区别也是明显的。其区别就在于内涵与表象,内容与形式,即“心”和“身”的关系与区别。所以,品德在修心,礼仪在修身。心和身修养的二者关系,孔子也讲得很清楚,他说:“欲修其身者,先正其心;欲正其心者,先诚其意;欲诚其意者,先致其知。”(《大学》)这就是说,要学好礼仪,修其身,必须要心术端正,诚心诚意,从理论认识上和理论思维上自觉克服和战胜人性的弱点——私心杂念、情感脆弱和意志衰退。由此可见,礼仪修养乍看起来是个表面的东西,有些人误认为含有“伪装”的意思。其实不然,应该对礼仪修养有个全面的了解和认识。望文生意,浅尝辄止,必然导致对礼仪修养认识的表面化,甚至曲解其意。良好的礼仪修养,必然以高尚的道德情操为前提,为基础,为依据,道德品格的修炼是礼仪修养的根基,在现实经济生活中,那种毫无诚意不自然的皮笑肉不笑的伪装和假意,人们是不会接受的。

在社会主义市场经济的环境下和现代生活中,要求人们处理好个人与集体、个人与社会、个人与他人、奉献与索取的关系,修好“心”,同时在礼仪修养方面要有良好的表现,修好“身”。

为此,我们首先要了解现代礼仪的一些特点,懂得礼仪修身的一些原则。

现代礼仪主要有如下特点:

第一,国际性是现代礼仪的首要特点。由于现代市场经济把世界各国的间距缩小了,把世界变成了一个“地球村”。整个社会的信息量猛增,信息传播手段随着科学技术的飞速发展而呈现多样化、高效率,人们的交往变得比以往任何时候都频繁,在这种情况下,礼仪作为一种人们之间交往的工具,要求通俗化、普及化、简单化、规范化,要求它脱下民族的外衣,穿上“地球村”人都能接受和喜欢的“大众服”。因此,礼仪在现代社会里也变成了一种“世界语”。像点头礼、握手礼、微笑礼、鞠躬礼、拥抱礼、作揖礼、注目礼、挥手礼、脱帽礼在全世界的所有国家和所有民族中都通行无阻;军礼和宗教礼仪虽然只在军队中、宗教界流行,但是,世界上所有的人都认识它和接受它。

当然,礼仪的国际性是与民族性相比较而言的,世界上的国家很多,民族就更是多得数不清了,而各个国家和民族都有自己的特殊礼仪,如,西方某些民族中盛行的男女见面后,男人要吻女士的手背,而我们中华民族至今在农村里仍很流行磕头礼等。

礼仪与文化传统和风俗习惯是紧密联系在一起的,各个国家、各个民族的特殊礼仪是与该国家、该民族的风俗习惯、

历史传统长期延续有关，例如我国长期盛行的一些礼仪，就是自周朝兴起礼仪以后，历代延续，不断发展、丰富和完善的。

第二，现代礼仪具有横向性的特点。所谓横向性是与纵向性相比较而言的，过去的旧礼仪很讲究纵向性，象君臣、父子、长幼、师生等，是从尊卑、官位、辈份、年龄大小、知识多少等方面考虑施行礼仪的。这与过去旧社会的环境密不可分，由于那时的社会是等级社会，不论是奴隶制社会还是封建制社会，其等级制度是十分森严的。而现代社会里，大多数国家都实行资本主义制度，它是与封建主义的等级制度作了殊死斗争之后才产生的，所以资本主义在本质上是反对等级制度的，反对皇权专制的，提倡自由、民主、博爱，尽管它是口头上的虚伪的东西，但是比起封建主义社会来，却是进了一大步。现代社会里还有一些国家是社会主义制度，它本质上是反对剥削、反对压迫，消灭阶级、消灭特权，人民大众当家作主，所以比资本主义又进步了一大步，发生了本质的变化。因此，人们相互之间没有高低贵贱、等级身份的差别，而仅仅具有分工的不同。与此相适应，礼仪就从过去的纵向性转变为现代社会的横向性，不管是从事什么工作的人，相互之间都是平等的，因而要互相尊敬、互相关心、互相帮助，共同进步。

第三，现代礼仪的实用性特点也表现得很明显。在现代社会里，人们的生活节奏普遍变得快捷，由于商品经济的高度发达，使得现代市场经济的竞争程度比过去任何时候都激烈，范围不断在扩大，几年前和十几年前，社会主义国家还都在实行计划经济，大锅饭和铁饭碗被视为社会主义的优越性，平均主义的分配更使人们行动迟缓，迈着方步走路，四平八稳当作最妥贴的行动标准。这样的时代现在已经过去了，被现代市场经

济所代替了。尽管现在世界上的国家和民族从政治制度上区分,有资本主义和社会主义的不同,但是就从经济形式上来看,大家都在尽最大的努力发展商品经济,市场经济成为全球性的经济制度。在这样一个大背景下,作为人们经济生活和社会生活一部分的礼仪必然要与之相适应,变得更加简便,更加实用,例如点头礼、微笑礼、挥手礼等不需要作什么预备姿势,也不需要花多少时间,动作简单易行,捎带着就完成了礼仪的形式和要求。

第四,灵活性也是现代礼仪的一个特点。现代社会的科学发展水平已经达到了一个相当高的程度,与此相适应,人们的文化知识增量在迅速加快,信息量大、传播速度快,传播范围广,5.1亿平方公里面积的地球变成了一个“小村庄”。但是,全世界各个国家和各个民族的礼仪内容是非常浩繁的,任何一个人也不可能把这么多样的礼仪都一一掌握。在这种情况下,人们通过随机应变的灵活性,对任何国家和任何民族都可以施行自己熟悉的但又经过改造的礼仪,使其接受和欢迎。例如把点头礼仪和微笑礼仪结合起来,用灵活多变的方法加以实施,可以在任何场合和任何时候对待任何人;又例如,把脱帽礼仪和鞠躬礼仪结合起来实施,也可以取得同样的效果。

礼仪修身是提高礼仪素质的基础。因此,我们有必要对现代礼仪修身的原则有所了解。

第一,尊敬是礼仪的核心,也是现代礼仪修身的首要原则。人类社会在漫长的发展过程中,人们之间的各种关系表现得十分复杂多变,尽管其主流是亲和、友善,但是也不乏嫉妒、争夺和仇视。这种事实给人类自身提出了一个重大的课题,即如何最大限度地发展友好的人际关系,而把相互间的不信任

和摩擦减少到最低程度。通过不断实践和总结，人们在处理人际关系中提炼出了一些带规律性的东西，这些规律的成果就是我们现在所说的礼仪修身。因此，我们可以这么说，礼仪从本质上来说就是人际关系的润滑剂。

尊敬原则首先要体现到自己身上，就是要自己尊重自己，时刻检查自己的言行，有无违背礼仪的地方，如果有的话，就要立刻纠正，防止引起更大的不良后果。《论语》上记述了孔子的学生曾参的自我修养原则：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”一个有知识有教养的人，每天都要检查自己几遍，一个普通人不是更需要这么做吗！因此，每一个人应该时刻牢记，不符合礼仪的话不说，不符合礼仪事不做，就像古人所提倡的那样：非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动。正人先正己，学礼仪也是同样的道理。在人际关系中要按照礼仪的规矩办事，就首先要自己遵守这些规则，模范地执行这些原则。从这个角度来说，学习礼仪就是对自己一言一行、一举一动的约束，像《礼记》所说：“不失足于人，不失色于人，不失口于人。”恐怕这是最低要求，每一个人都应当做到。

尊敬原则其次要体现到他人身上，就是对别人要尊重。人人都有脸面，尊敬他人就是照顾别人的脸面，千万不能驳了别人的面子。当然照顾别人面子的方式是多种多样的，要根据当时当地的具体情况灵活处理，恰当处置，给别人面子，也等于维护了自己的面子。有句格言说：礼貌经常可以替代最高贵的感情。给别人面子，并不是说就是有求必应，完全照别人的意见办事，而是要按照礼仪的要求办事，凡是遇到否定的事物，都要在充分说明理由的情况下，婉言表述，使别人感觉

到他自己的所作所为可能有不当或超越礼仪的嫌疑。

为了叙述的方便，我们把自尊与尊人是分开来说的，其实礼仪的要求是相互尊敬。自尊、尊人与相互尊敬三者之间的关系可以这样表述：自尊是基础，尊人是条件，互尊是效果。如果人人都能做到自尊自爱，人际关系中的障碍恐怕就会接近消灭的程度，所以自尊自爱是基础，再加上尊敬他人这个必要条件，其效果自然会达到相互尊敬，礼尚往来，友善相处，和睦共存。

第二，真诚是礼仪修身的又一重要原则。礼仪修身对每个人来说都包含有两重含义：一重含义是指礼仪的形式、方法，就是根据时间、场合、对象的不同而采用不同的礼仪言行；另一重含义是指人的内心修养，思想意识的修养。就两者的关系来看，后者是前者的基础，前者是后者的表现形式，是内容与形式的关系，是本质与表象的关系。例如，一个思想健康，品德高尚的人，其言行必定不会太粗野，更不会违规违纪。反之，如果一个缺乏教养，品格低下，心怀叵测的人，即使他在某些时候或某些场合能讲礼仪，但是，他的尾巴总有一天会露出来，到原形毕露的那一天，人们会完全明白他以前的言行和表现都是假装出来的，都是虚伪的，其目的就是为了骗取人们对他的好感和信赖。在历史上和现实生活中，我们常常可以看到一些人讨好上司，奉承和吹捧领导，而对一般群众则言行恶劣，态度蛮横，这样的人其思想意识是不健康的，品格是不端正的，从礼仪的角度来说，这种人根本无真诚可言，完全是逢场作戏，摆花架子，真可谓金玉在外，败絮在内。当然，生活阅历丰富，有社会经验的人一眼就可以看穿其本质。因此，学习礼仪，就不仅仅是学习些礼仪方法，更重要的是在于修炼思

想,锻造人格,培养高尚的情操。

第三,得体、自然也是礼仪的一个原则。我们说礼仪是处理人与人之间关系的一般性法则和规律,但是,在实际的运用过程中,由于人们的个性差异,民族特点,国情环境等复杂多变的因素,所以,必须要根据具体情况灵活处置,把原则性与灵活性有机地结合起来,才能达到预期效果。这其中的一个标准就是得体和自然,一言一行,一举一动都要依据当时的客观情况和对象,做到不多不少,不高不低,不快不慢,恰到好处。我们有一句俗语叫礼多人不怪。这是从人性弱点的角度来考虑问题的,宁可多一些,千万不要少了。实际上,礼仪要求适度,不要过份,也不要缺少或不足,正像成语说的过犹不及一样,过份了等于不足,所以过份和缺乏的效果是相同的。因此,我们在实践中运用礼仪时,要时刻注意言语得体,行动自然,例如,去参加葬礼,既不宜旁若无人地嚎啕,也不能大声说话或与别人聊天、说笑,而应该在说话和行动上表现出沉稳、肃穆的样子来。由此可见,礼仪修养的得体、自然要看整个环境,灵活机动的运用才能取得好的效果。

第四,和谐是礼仪修身的目的,同时也是礼仪修身的原则。我国古代就很重视和谐,普遍提倡和为贵,把和谐思想贯彻到各行各业、各个方面。例如,商业经营中的和气生财。儒家思想的核心是中庸之道,即不偏不倚,不左不右,不上不下,不高不低,其实质是个“中”字,含有适中的意思,也含有中和的意思。我们现在所说的礼仪修身,不论是自尊自爱,还是尊敬他人,其目的就是要树立社会意识,培养社会公德,形成和谐的人际关系,以维护社会的有序发展。

二、礼仪知识的学习

1. 礼仪的真谛及其发展

我们现在所说的礼仪,在我国古代就叫做礼。《康熙字典》里把礼解释为“履也,所以事神致福也。”说明古代的礼是人们祭祀天地、神鬼、祖先以求造福人间的仪式。古代的礼字是这样写的:“豊”。后来在它的左边加上了“示”,成了“禮”。这表明:第一,我国古代人十分重视礼仪;第二,必须严格地把礼与其他类似的东西区别开来。《周礼》中说:“礼也者,理之不可易者也。”孔夫子也曾经说过,礼者,理也。由此可见,古代人把礼仪就理解为道理,讲礼就是讲理,讲礼仪就是讲道理,就是谦让、礼让之举。而这个道理不是其他什么道理,而是专指正确处理人与人之间各种关系的道理。因此,礼仪就是人们在长期社会实践过程中不断总结提炼,而成为定型了的人与人之间关系中应该遵守的规矩。这就是我们现在所说的礼仪的真谛。

据史书记载,我国自夏朝开始,人们就逐渐总结出了一些礼仪方式,这是我国礼仪的雏型。