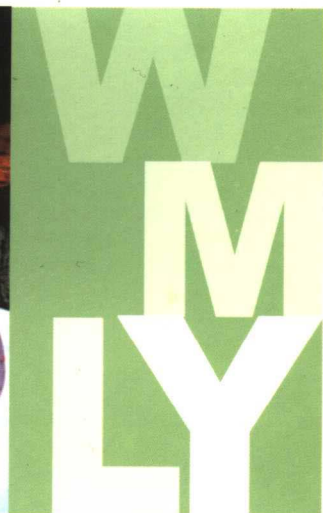




北京读书益民工程新农村文化建设丛书



文明礼仪(新农村版)

W

ENMING LIYI

佟怀德 主编



首都师范大学出版社
CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

文明礼仪

WENMING LIYI

新农村版

顾问: 魏英敏

主编: 佟怀德

副主编: 徐立军 毛辉 郝小兵

编著: 佟怀德 徐立军 毛辉

郝小兵 贾宇同 张晓梅



首都师范大学出版社

CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

文明礼仪 (新农村版) / 佟怀德主编. — 北京: 首都师范大学出版社, 2006. 12

ISBN 7-81119-014-1

I. 文… II. 佟… III. 礼仪—基本知识 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 149790 号

WENMING LIYI

文明礼仪 (新农村版)

佟怀德 主编

责任编辑 张成水

首都师范大学出版社出版发行

地 址 北京西三环北路 105 号

邮 编 100037

电 话 68418523 (总编室) 68982468 (发行部)

网 址 cnuph.com.cn

E-mail master@cnuph.com.cn

北京嘉实印刷有限公司印刷

全国新华书店发行

版 次 2006 年 12 月第 1 版

印 次 2006 年 12 月第 1 次印刷

开 本 890mm×1240mm 1/32

印 张 6.75

字 数 173 千

定 价 11.00 元

版权所有 违者必究

如有质量问题 请与出版社联系退换

前言

知荣明耻、明礼践行，做社会主义新型农民

文明的农村需要文明礼仪，开放的农村需要文明礼仪，和谐的农村需要文明礼仪。党的十六届五中全会明确提出“乡风文明”是社会主义新农村建设的目标之一。通过大力开展文明礼仪教育实践活动，从根本上培育和提升现代农民特别是农村青年的整体文明素质，营造良好的人文环境和文化氛围，全面塑造和展示社会主义新农村新型农民的新形象，这是在建设社会主义新农村过程中正在全国广大农村进行的文明礼仪教育实践活动。

我国素以“文明古国”、“礼仪之邦”而著称于世。之所以获得这样的美名，首先就是因为我国自古以来就格外讲究“隆礼”。这里的“礼”，既是讲“礼仪”、“礼节”、“礼貌”，又是指“礼让”、“中和”、“谦敬”。

从“礼仪”上说，孔子曰：“君子所贵乎道者三：动容貌，斯远暴慢矣；正颜色，斯近信矣；出辞气，斯远鄙倍矣。”大意是说，君子严肃自己的容貌，就可以避免别人的粗慢无礼；端正自己的神色态度，就可以使别人相信；谈话时注意言辞声调，就可以避免别人的粗俗和错误言论。《礼记》上还有这样的规定：“入竟而问禁，入国而问俗，入门而问讳。”意思是说，进入一个地区，先要问当地的法制禁令；进入一个国家，先要问该国的风俗习惯；进入别人家里，先要问主人有什么忌讳。这些都是自古以来中国文化中讲究“礼仪”、“礼节”、“礼貌”的一些有代表性的言论。

从“礼让”上讲，荀子曰：“人生而有欲，欲而不得，则不能无求；求而无度量分界，则不能不争；争则乱，乱则穷。先王恶其乱也，故制礼义以分之，以养人之欲，给人之求，使欲必不穷乎物，物必不屈于欲，两者相持而长，是礼之所起也。”大意如下：人生来都是有欲望的，有欲望而得不到满足就有追求，有追求而无限度就会造成争夺，有争夺就会造成社会混乱，礼的作用，就是制定一系列的标准和限度，使人们相互礼让、安分守己，从而使社会和谐稳定。荀子的这一思想，是中国古代礼治思想的代表，也是“礼让”思想最著名的言论之一。

我国“礼仪之邦”的美名，正是从讲究“礼仪”和“礼让”的文化传统中获得的。而“文明古国”的美名，既是讲我国古代有灿烂的文化，还特别强调了我国是一个“隆礼重法”的国家。从这个意义上看，“文明”和“礼仪”、“礼让”是密不可分的。“礼仪”、“礼让”，正是表明人们彼此之间相互尊重、谦和与体谅的关系，正如孔子所言，“君子敬而无失，与人恭而有礼。四海之内，皆兄弟也。”现今，在我国的公民道德的建设中，把“明礼”作为基本道德规范之一，是对过去传统文化的继承和发扬，在公民道德建设中，既要明白“礼”，更要实践“礼”。

一、礼仪的内容

礼仪的内容丰富多彩。随着时代的变迁、社会的进步和人类文明程度的提高，礼仪的内容也在不断地变化。礼仪是礼节和仪式的总称，是人们在各种社会交往中，互相尊重而约定俗成、共同认可的行为规范和程序，包括礼貌、礼节、仪表、仪式等内容。

1. 礼貌

礼貌是指人们在社会交往过程中良好的言谈和行为。它主要包括

语言的礼貌、书写的礼貌、态度的礼貌和行为举止的礼貌。礼貌是人的道德品质修养的最简单最直接的体现，也是人类文明行为的最基本的要求。在现代社会，使用礼貌用语，对他人态度和蔼亲切，举止文明适度，尊重他人已成为日常的行为规范。

2. 礼节

礼节是人们在交际过程中逐渐形成的约定俗成的和惯用的各种行为规范之总和。礼节是社会外在文明的组成部分，具有严格的礼仪性质。它反映着一定的道德原则的内容，反映着对人对己的尊重，是人们心灵美的外化。在阶级社会当中，由于不同阶级的人在利益上的根本冲突，礼节多流于形式。在现今我国社会当中，由于人与人之间地位平等，礼节从形式到内容都体现出相互平等、相互尊重和相互关心。现代礼节主要包括：打招呼的礼节、介绍的礼节、握手的礼节、作揖的礼节、举手的礼节、鞠躬的礼节、拥抱的礼节、亲吻的礼节、脱帽的礼节、致意的礼节、使用电话的礼节、使用名片的礼节、约会的礼节、聚会的礼节、舞会的礼节、宴会的礼节等。

3. 仪表

仪表指人的外表，包括仪容、服饰、体态等。仪表美表现为外在美，反映人的美好的精神状态。仪表美实际是一个人心灵美与外在美的和谐统一，美好纯正的仪表来自于内心高尚的道德品质，它和人的精神境界融为一体。端庄的仪表既是对他人的一种尊重，也是自尊、自重、自爱的一种表现。

4. 仪式

仪式指行礼的具体过程或程序。它是礼仪的具体表现形式。仪式是一种比较正规、隆重的礼仪形式。人们在社会交往过程中或是组织各种活动过程中，常常要举办各种仪式，以体现出对某人或某事的重视，或是为了纪念某人或某事件等。常见的仪式包括升旗仪式、成人

仪式、颁奖授勋仪式、开业仪式、开幕仪式、闭幕仪式、欢迎仪式、结婚仪式、告别仪式、入场仪式、签字仪式、剪彩仪式、揭匾挂牌仪式、宣誓就职仪式、交接仪式、奠基仪式、洗礼仪式、捐赠仪式等。仪式往往具有程序化的特点，这种程序是人为的规定的。在现代礼仪中，仪式中有些程序是必要的，有些也可以简化。但是，有些仪式的程序也是不可省略的，否则就是失礼。

二、礼仪的种类

礼仪内涵丰富，渗透于我们生活的每一个细节中。从生活到工作，可以说处处都要应用礼仪。

那么，礼仪有哪几种类型呢？总的来说，礼仪分为以下几类：

1. 礼节礼仪 包括见面礼仪、介绍礼仪、称呼礼仪、邀请礼仪、仪式礼仪等。
2. 交际礼仪 包括舞会礼仪、聚会礼仪、约会礼仪、交换名片礼仪等。
3. 言谈礼仪 包括言谈的礼仪、聆听的礼仪、演讲的礼仪等。
4. 称谓礼仪 包括对亲人、对工作伙伴、工作对象等的礼仪。
5. 举止礼仪 包括仪态礼仪、举止礼仪、体态语礼仪等。
6. 仪表礼仪 包括着装礼仪、饰物礼仪、化妆礼仪等。
7. 餐饮礼仪 包括中餐礼仪、西餐礼仪、饮酒礼仪、饮茶礼仪等。

此外还有公共礼仪、娱乐礼仪、家庭礼仪、节日礼仪、庆贺礼仪、馈赠礼仪和婚恋礼仪等。也可以按照不同方法、要求有不同的分类方式，一般而言，礼仪知识并不是生搬硬套就可以达到预期效果的。要运用好礼仪知识，最重要的是自身要有良好的修养和文化知识，才能很好地表现出行礼的内容。

1. 礼仪与仪态

仪态是指人在行为中的姿势和风度。姿势是指身体呈现的各种形态，而风度则是一种气质。能否展现良好的风度，优雅的举止，关键在是否有深厚的内在修养。在礼仪知识中，仪态是很重要的一环。人们通常根据一个人的仪态来判断其品格、学识及道德的修养程度。仪态是礼仪的体现，风度优雅、举止得体的人无论在任何场合，都会受到人们的欢迎和喜爱。仪态与长相并无直接的关系。天生丽质，虽然是一种优势，如果没有相应的仪态，也只能被称之为花瓶。相反，虽然相貌平平，但谈吐高雅、风度翩翩却能让人感受到充满魅力而愿意同他接近。

在人际交往中，人的感情流露和交流往往借助于人体的各种身体语言去体现。许多时候，适当的身体语言往往比华丽的言辞更有效。人要培养良好的仪态，不是一朝一夕的功夫，要在日常生活中时时注意保持良好的姿态，纠正不正确的姿势，养成良好的习惯，才可以在任何场合都一展风采，让人仰慕和欣赏。

礼仪具有共同性、继承性、统一性、差异性、阶级影响性、社会发展性等六大特征。也有遵守、自律、敬人、宽容、平等、从俗、真诚、适度等原则。在人们的社会生活中，礼仪起着沟通、协调、维护、教育的功能。

对个人来说，礼仪可以建立自尊、增强自强、自信、自爱，为人际交往铺平道路，帮助处理好各种关系。对社会而言，礼仪能改善人们的道德观念、净化社会风气，提高整个社会的文明素质。因此，讲究礼仪并非仅是个人生活小节，而是一个国家社会风气的体现，一个民族文明与进步的重要表现。

礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的最起码的道德规范，它是人们在长期共同生活和相互交往中逐渐形成，并且以

风俗、习惯和传统等方式固定下来。对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程度、道德风尚和生活习惯的反映。

作为我国公民道德基本规范的“明礼”，包括狭义和广义两个方面的内容。

明礼从狭义上讲，明礼就是讲究起码的礼节、礼仪和礼貌，无论是公共场合还是在职业场所和个人家庭生活中，行为举止得体、适宜。在公共场合，与他人交往接触，都要讲究礼貌、礼让，在一些正式场合，还要讲究礼仪，穿着打扮，言谈举止都要适宜、得体。在外事活动中，每个人不仅代表自己，还代表国家的形象，切不可因个人的失礼而损害国家形象。在职业工作中，“礼”是不可缺少的，是职业道德所要求的，职业的形象也是在“礼”当中得到展示的。在家庭生活中，同样要讲礼，尊敬长者，友善对待同龄人，关爱幼小者，“老者孝焉，长者弟焉，幼者慈焉，”家庭在礼的氛围中幸福美满，其乐融融。家庭生活中的礼还包括其他方面，比如接待客人应先请客人先进，请客人先落座，等等。我们开展公民道德建设，重视家庭美德建设，就应当注重家居生活中这些细节问题，使人们在这些生活细节中，养成懂礼、讲礼的习惯，形成尊重他人、明礼讲礼的道德精神。

从广义上讲，明礼就是讲文明，特别是注重公共场合中言谈举止的文明，如爱护公共财物、维护公共秩序、遵守交通规则、不随地吐痰、不乱扔垃圾、不大声喧哗。从文明的角度看，明礼不仅要讲礼貌、礼仪，礼仪更要注重公共文明和公共道德，强调社会公德。社会公德是社会生活中最简单、最起码、最普通的行为准则，是维持社会公共生活正常、有序、健康进行的最基本条件。因此，社会公德是全体公民在社会交往和公共生活中应该遵循的行为准则，也是作为公民应具有的品德操守，社会公德注重的是社会交往和公共生活中的道

德,包括人与人、人与社会、人与自然的相互关系中的道德,要求每一个公民,自觉遵守在这些关系中表现出来的基本道德规范。

礼仪,作为在人类历史发展中逐渐形成并积累下来的一种文化,自古以来约束、支配着每个人的行为,也是顺应时代发展、促进个人进步和成功的重要途径。某种意义上讲,人类文明从礼仪开始。

在人与人的交往中,礼仪不仅可以展现一个人的教养、风度和魅力,还能体现出一个人对社会的认知水平、个人的学识、修养和价值。当人们意识到礼仪在生活、工作上的重要作用时;礼仪已经成为提高个人素质和职业形象的必要条件,“不学礼,无以立”已成为大家的共识。

我们可以从下面几个方面来看待礼仪:

第一,从个人修养来看,礼仪是一个人的内在修养和素质的表现。

第二,从道德品质来看,礼仪是为人处世的行为规范或标准做法。

第三,从审美来看,礼仪是一种形式美。体现着行礼者美好的心灵。

第四,从人际交往来看,礼仪是人际交往中适用的一种交际艺术。是一种在人际交往中进行相互沟通的技巧。

因此,礼仪的遵守、自律、敬人、宽容、平等、从俗、真诚、适度等原则就充分体现了它的规范和要求。

(1) 遵守的原则。在交际过程之中,每一位参与者都应当自觉自愿地遵守礼仪,规范自己在活动中的言行举止。

(2) 自律的原则。礼仪规范是由对待个人的要求和对待他人的做法两大部分组成。对个人的要求是礼仪的基础和出发点。这就要求要做到自我约束。

(3) 敬人的原则。在人际交往过程中，与对方互谦互让，互尊互敬，友好相待。是对待他人正确方法。对待他人的最主要的一条是，就是要心存敬意，不可失敬于人，不可伤害他人的尊严，更不能侮辱对方的人格。在礼仪中，有关对待他人的做法，比对待个人的要求更重要。

(4) 宽容的原则。是要求人们在交际活动中运用礼仪时，要严于律己，宽以待人。要多理解他人，体谅他人，容忍他人，不要求全责备，斤斤计较。

(5) 平等的原则。在人际交往过程中，对任何人都要一视同仁，给予同等程度的待遇。不能因交往对象间的差异以及关系的亲疏远近等方面有所不同给予不同的对待。但应根据不同的交往对象的具体情况，采取不同的具体方法。

(6) 从俗的原则。由于国情、民族、文化背景的不同，在人际交往中，必须入乡随俗，与大多数人的习惯做法保持一致。不要自高自大，更不可目中无人、自以为是。

(7) 真诚的原则。在人际交往过程中，一定要待人以诚，言行一致，表里如一。只有这样，在运用礼仪时所表现出来的尊敬与友好，才会更好地被对方理解并接受。

(8) 适度的原则。在运用礼仪时，应注意把握分寸，适度得体。这就要求在应用礼仪时，必须注意技巧及其规范。

2. 礼仪教育

重视、开展礼仪教育已成为在建设社会主义新农村过程中道德实践的一个重要内容。

在农村文明礼仪教育实践中，对部分农村调查研究显示，对 7030 名调查对象的问卷评分后，总平均分仅是 32.04 分（满分 100 分）！结果表明：农民礼仪水平的提高已经到了刻不容缓的地步。社会的飞

速发展和文明程度的不断提高以及在与世界交流的日益频繁当中，如何体现自己有礼、有节、有度的修养和风度，已经引起越来越多的人的思考。

礼仪是一个人乃至一个民族、一个国家文化修养和道德修养的外在表现形式，是做人的基本要求。中华民族自古以来就非常崇尚礼仪，号称“礼仪之邦”。孔子曾说：“不学礼，无以立。”就是讲一个人要有所成就，就要从学礼开始。可见，礼仪教育对培养文明健康、道德高尚的高素质人才有着十分重要的意义。要落实“以德治国”的重要思想，就要坚持不懈地加强社会主义道德建设，其中礼仪教育是重要的组成部分和基础，在广大农村广泛开展礼仪教育，是落实以德治国的重要举措。现在，农村中对应有的礼仪不重视，观念淡薄，在社会上不懂得尊重他人，不会礼让，不讲礼貌；在家里不懂得孝敬长辈，爱护晚辈，唯我独尊……这些现象都要引起我们的深思。

礼仪教育的实质是培养人的教养，是教给人们如何尊重人，如何与他人相处。人是社会的成员，这就决定了我们教育的目标不是单纯的学习知识和智力开发，而是要使受教育者适应社会的需要，推动社会的发展，并实现人的全面发展。人在社会中生活，就必须要学会尊重他人，才能赢得他人的尊重，才能真正立足于社会。只有做到人与人互敬互爱，才能营造出和谐融洽的社会环境，才能得到良好的生活品质。

学习“礼仪”要重在实践，礼仪是人际交往中的行为规范和准则。一个人的礼仪只能在言行中才能反映出来，应该在理解礼仪要求的基础上，有意识地在日常的言行中、接人待物中展现自己文明有礼的形象。并在实践中不断提高自己文明有礼的道德修养。

学习礼仪，关心他人，尊重他人，助人为乐。要达到这一目标，就要加强科学文化的学习，使自己成为一个知识渊博的人。

目 录

第一章 仪态仪表礼仪	1
一、基本规范	1
(一) 仪态礼仪	1
(二) 仪表礼仪	5
二、关注细节	7
三、故事链接	15
四、格言启迪	18
第二章 交谈交往礼仪	21
一、基本规范	21
(一) 交谈礼仪	21
(二) 交往礼仪	27
二、关注细节	30
三、故事链接	40
四、格言启迪	50
第三章 家庭邻里礼仪	54
一、基本规范	55

(一) 家庭礼仪	55
(二) 邻里之间的礼仪	70
二、关注细节	73
三、故事链接	82
四、格言启迪	89
第四章 社会公共礼仪	93
一、基本规范	93
(一) 社会公共场所礼仪	93
(二) 社会公益活动	105
二、关注细节	106
三、故事链接	110
四、格言启迪	116
第五章 涉外礼仪	119
一、基本规范	119
(一) 迎送礼仪	119
(二) 参观游览礼仪	122
(三) 接待外宾的其他礼节	124
二、关注细节	125
(一) 接待外宾原则	125
(二) 礼宾通则	126
(三) 尊重民族习惯	128
(四) 讲究接待技巧	143
三、故事链接	147
四、格言启迪	149

第六章 赛场礼仪	151
一、基本规范	151
(一) 竞赛礼仪	151
(二) 观赛礼仪	155
二、关注细节	160
三、故事链接	170
四、格言启迪	182
 附录一 中共中央国务院关于推进社会主义新农村建设的若干意见 (节选)	185
附录二 中共中央国务院关于公民道德建设实施纲要 (节选)	189
后 记	199

第一章 仪态仪表礼仪

随着社会主义新农村建设的不断推进，农民的腰包鼓了、腰杆直了、心胸宽了、眼界高了。伴随着城乡差异的不断缩小和农村城镇化的提高，现代农民对精神文明的要求更加渴望了，对提高自身素质的要求更迫切了，随着与外界交往的不断扩展，农民朋友已经认识到文明的举止，端庄的仪表不仅表现出自身的修养，也是自己潜在的财富。现代农民应当自尊自爱，讲究仪态仪表礼仪。



基本规范

(一) 仪态礼仪

【站姿】



1. 站立要端正，挺胸收腹，眼睛平视，嘴微闭，面带笑容，两肩舒展，双臂自然下垂。以上仅是站立的基本姿势，在不同的场合有不同的姿势，但总的要求应该是自然、放松、优美，而且身体一定要保持挺直。

2. 站立所禁忌的是歪脖、斜腰、挺腹、屈腿等，这样有失仪表的庄重。

【坐姿】



1. 正确的坐姿要求上体伸直，胸前挺，肩平正放松，给人以安详舒适之感。落座时，动作要和缓、平稳，从容自如。

2. 穿裙子的女性，落座时应稍稍把裙子归拢一下，表现出优雅的风度。

3. 落座后应该安静，不可一会儿向东，一会儿向西，也不要翘起“二郎腿”，更不能抖动翘起的脚，时不时地脚尖朝天。