

The third edition

MODERN INTERCOURSE ETIQUETTE

张岩松
编著

现代交际礼仪

第三版

■ 人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。

礼仪 是人们在社会交往过程中形成并得到共同认可的各种行为规范，它体现了一个国家、一个民族、一个地区的道德风尚和人们的精神面貌。在现代社会，礼仪是人们进行社会交往的手段，无论做什么都离不开礼仪。一个人事业的成功，15%靠自身的努力，而85%取决于良好的人际关系。

——戴尔·卡耐基

K891.26
10

现代交际礼仪

(第三版)

张岩松 编著

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代交际礼仪/张岩松编著. —3 版. —北京: 中国社会科学出版社, 2006.5

ISBN 7-5004-5571-2

I. 现... II. 张... III. 礼仪—基本知识 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 033303 号

选题策划 卢小生 (georgelu@vip.sina.com)

责任编辑 卢小生

责任校对 石春梅

封面设计 福瑞来书装

技术编辑 李 建

出版发行 中国社会科学出版社

社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号

邮 编 100720

电 话 010-84029450 (邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京新魏印刷厂

装 订 丰华装订厂

版 次 2006 年 5 月第 3 版

印 次 2006 年 5 月第 4 次印刷

开 本 710×980 1/16

插 页 2

印 张 18

印 数 15001-21000 册

字 数 320 千字

定 价 26.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

前 言

礼仪是通向现代市场经济的“通行证”。

随着我国加入世界贸易组织，进一步走向开放，与国际社会接轨已成必然，而在开放的社会系统中，每一个社会组织和个人都需要在广泛的、频繁的社会交往中谋求自身的发展，争取事业的成功。因此，学会交际已成为现代社会人们必备的素质之一。而交际成功的关键在于礼仪，礼仪是生活小节，但却代表着个人、组织乃至民族、国家的形象，反映出一个社会人们的行为规范和文明程度。礼仪作为待人处事、进行社会交往的手段，每个人只要置身于现实，无论做什么都离不开礼仪。进入交际场合，懂礼仪与不懂礼仪会收到截然不同的效果。

正是基于以上考虑，作者不揣浅薄，于2002年1月编写了《现代交际礼仪》第一版。第一版出版后受到广大读者的欢迎，作者又对该书进行了修订，于2004年2月出版了第二版，再次受到读者的欢迎，2005年3月《现代交际礼仪》还获得大连市第十一届社会科学优秀学术成果著作类三等奖。此次为在前两版基础上的重新修订，这次修订对原书做了进一步梳理，增加了大量的新鲜内容，紧扣时代脉搏，进一步突出鲜明特色，是为《现代交际礼仪》第三版。

本书以现代交际礼仪为主线，努力做到深入浅出，翔实具体，融理论性、实践性、知识性和实用性于一体，在对礼仪的产生发展、基本内涵、主要特征和作用等进行系统阐述的基础上，对“个人礼仪”、“交际礼仪”、“仪式礼仪”、“会议礼仪”、“求职礼仪”、“涉外礼仪”和“民俗礼仪”等交际礼仪的重要方面进行了重点阐述。为了帮助读者掌握并在实践中更好地应用交际礼仪知识，书后还列举了礼仪训练题若干。

本书出版以来一直作为我院各专业《现代交际礼仪》课程的教材，对促进我院课程建设功不可没，《现代交际礼仪》课程已经成为辽宁省精品课程，并已申报国家精品课程。《现代交际礼仪》一书特别适合各类高等学校尤其是职业技术学院各专业学生使用，它还是公共关系人员、市场营销人员等商界人士

2 现代交际礼仪

了解礼仪，掌握礼仪规范，提高文化素养的好读物。

本书由张岩松编写，刘爱琴承担了本书有关资料的检索和收集工作，王芳、李健、穆秀英、那丽萍、房红怡、曹晖、佟昌杰、王光亮做了文字录入工作。本书在编写过程中，参考了大量报刊文献，吸收了国内学者最新的研究成果，在此向各位专家、学者表示衷心的感谢。本书的出版还得到了中国社会科学出版社卢小生先生的大力支持与帮助，在此一并致谢。

本书是尝试之作，加之作者学识有限，对书中的疏漏之处，敬请读者批评指正。

最后，让我们以先哲的话共勉：人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。

作 者

2006年4月

目 录

第一章 礼仪概述 / 1

- 第一节 礼仪的历史沿革 / 1
- 第二节 礼仪的内容 / 4
- 第三节 礼仪的特性 / 5
- 第四节 礼仪的功能 / 7
- 第五节 礼仪与道德 / 12
- 第六节 交际与交际礼仪 / 19
- 第七节 交际礼仪的习得 / 23
- 思考·讨论·训练 / 25

第二章 个人礼仪 / 28

- 第一节 仪容 / 28
- 第二节 仪表 / 38
- 第三节 仪态 / 54
- 第四节 界域 / 67
- 思考·讨论·训练 / 73

第三章 交际礼仪 / 79

- 第一节 称呼 / 79
- 第二节 介绍 / 83
- 第三节 握手 / 86
- 第四节 交谈 / 92
- 第五节 名片 / 101
- 第六节 通联 / 106
- 第七节 馈赠 / 121
- 第八节 旅行 / 128
- 第九节 探访 / 136
- 第十节 场所 / 139
- 思考·讨论·训练 / 152

第四章 仪式礼仪 / 157

第一节 迎送仪式 / 157

第二节 签字仪式 / 160

第三节 开业仪式 / 162

第四节 交接仪式 / 166

第五节 剪彩仪式 / 168

第六节 颁奖仪式 / 170

第七节 其他仪式 / 171

思考·讨论·训练 / 173

第五章 会议礼仪 / 174

第一节 洽谈会礼仪 / 174

第二节 发布会礼仪 / 176

第三节 展览会礼仪 / 179

第四节 赞助会礼仪 / 181

第五节 联欢会礼仪 / 184

第六节 宴会礼仪 / 185

第七节 其他会务礼仪 / 194

思考·讨论·训练 / 198

第六章 求职礼仪 / 201

第一节 做好心理准备 / 201

第二节 准备面试材料 / 203

第三节 熟悉面试方法 / 206

第四节 掌握面试礼仪 / 207

思考·讨论·训练 / 216

第七章 涉外礼仪 / 222

第一节 东西方文化差异与礼仪 / 222

第二节 涉外交往的基本原则 / 227

第三节 涉外交往的基本通则 / 231

第四节 涉外交往中的主要礼仪 / 239

第五节 涉外工作人员的礼仪 / 252

思考·讨论·训练 / 255

第八章 民俗礼仪 / 258

第一节 民俗礼仪的内容与特征 / 258

第二节 世界主要国家礼俗风情 / 260

第三节 国外主要节日习俗 / 274

思考·讨论·训练 / 278

参考文献 / 279

第一章 礼仪概述

礼仪是人们步入文明社会的“通行证”。人类自诞生那天起，便开始了对文明与美的追求。礼仪体现了人类社会不断摆脱愚昧、野蛮和落后，以及整个社会的进化程度，也是一个国家、一个民族进步、开化与兴旺的标志。我国作为东方文明古国和东方文化的发源地，素有“礼仪之邦”的美誉。数千年对文明的不懈追求，形成了丰富多彩的东方文化和礼仪。

今天，随着社会生产力的不断发展，物质生活条件的逐步改善，社会文明程度的日益提高，人们对礼仪倍加推崇。讲文明、懂礼貌，尊重他人，服务社会已成为人们的共识。无论是人际的、社会的以至国与国之间的交往，抑或是旅游、商业、服务业等行业的接待服务工作，都离不开对礼仪规范的遵守。现代人都开始注重文明修养，讲究礼仪，几乎每个人都成为礼仪的载体、文明的化身。

第一节 礼仪的历史沿革

礼仪是人们在社会交往过程中形成并得到共同认可的各种行为规范，它是人们以一定的程序、方式来表现的律己、敬人的完整行为。它体现了一个国家、一个民族、一个地区的道德风尚和人们的精神面貌。所以，礼仪是人类精神文明的产物。

礼仪的历史是漫长而久远的。它随着人类社会的产生而产生，随着经济的发展、社会的进步而不断前进。

在原始社会，人类还处在蒙昧时代，生产力水平极端低下，靠“天”吃饭，人们对许多自然现象无法解释，就把“天”、“神”作为宇宙间最高的主宰，对之顶礼膜拜，进行祭祀，这时就产生了最早的也是最简单的以祭天、敬神（即“图腾”）为主要内容的“礼”，当时只有简单的人际交往，只要不违背“图腾”，就可以继续交下去。

随着原始社会的解体，人类进入了奴隶社会，“礼”开始打上了阶级的烙印，礼的涵义也有所变化。在我国周代，礼除了用于祭祀之外，还作为治国之本。孔子认为，“为国以礼”。《礼记·经解》上说：“朝觐之礼，所以明臣子之

义也；聘问之礼，所以使诸侯相尊敬也；丧祭之礼，所以明君臣之恩也；乡饮酒之礼，所以明长幼之序也；婚姻之礼，所以明男女之别也。”由此可见，周礼不仅内容已大为增加，而且还包含着社会政治制度的结构形式和社会生活行为规范。礼已成为阶级统治的工具，成为社会等级制度的表征，成为区分贵贱、尊卑、顺逆、贤愚的准则。

春秋时期，“礼崩乐坏”。有人提出了“仪”这一概念。据《左传·昭公五年》记载，鲁昭公到晋国去访问，晋平公对女叔齐说，鲁昭公很懂得礼，女叔齐却不以为然，答曰：鲁昭公哪里知礼？晋平公觉得很奇怪，就反问道：鲁昭公从效劳一直到赠贿，从没有失礼之处，为何说他不知礼？女叔齐说：鲁昭公在外交上善于应酬，那只不过是仪，根本算不上礼。在他看来，礼乃立国治政的大法，仪是指一种礼节、仪式、仪文。这在当时是较流行的观点。如齐国的晏子认为，“在礼，家施不及国、民不迁、农不移、工贾不变、士不滥、官不滔、大夫不收公利。”礼可以治国，礼能改变政局发展的趋势。在先秦时代，人们的心目中礼和仪的涵义是不同的。不过，在当时礼和仪也很难明确区分，其实他们所谓的“礼”中也包含着一定成分的“仪”。

到了封建社会，礼仪逐渐成为统治阶级进行封建统治的工具，有些还以法律的形式固定下来，形成“礼制”，成为束缚人们行为的工具。

辛亥革命在推翻了封建帝制的同时，也结束了封建礼制，“五四”运动使中华民族开始了新文化建设的征程。

随着无产阶级的觉醒，社会主义礼仪具备了雏形。无产阶级是历史上最先进、最革命的阶级，以解放全人类为己任，他们具有高尚的情操。为了处理其内部以及与其他劳动阶级的关系，完成共同的历史使命，更需要讲究文明礼貌，更需有自己的礼仪规范。

早在民主革命时期，中国共产党领导的人民军队区别于国民党部队的显著标志之一就是讲“三大纪律，八项注意”。其中的“说话要和气”，“买卖要公平”，“不许打人骂人”，“不许调戏妇女”，“不虐待俘虏”，等等，都是适应当时斗争需要的纪律，也可视为公德、礼仪的组成部分。当时，在各解放区均形成了一种新型的人际关系和新的道德风尚。人心的向背，决定了共产党领导的新民主主义革命的胜利。当时的社会公德和风尚，实质上具有社会主义公德与礼仪规范雏形的性质，我们今天别具一格的、世人景仰赞扬的社会主义新风尚，正是在此“雏形”的基础上壮大和发展起来的。斯诺在《西行漫记》中曾经记述了这样一个耐人寻味的生动故事：

我坐下来和驻扎这里的交通处的一部分人员一起吃饭……像平常一样，除了热开水以外，没有别的喝的，而开水又烫得不能进口。因此，我口渴得要命。

饭是由两个态度冷淡的孩子侍候的，确切地说是由他们端来的……他们最初不高兴地看着我，可是在几分钟后，我就想法惹起了其中一个孩子的友善的微笑。这使我胆子大了一些，他从我身边走过时，我就招呼他：“喂，给我们拿点冷水来。”

那个孩子压根儿不理我，几分钟后，我又招呼另外一个孩子，结果也是一样。

这时我发现戴着厚厚玻璃眼镜的交通处长李克农在笑我。他扯扯我的袖子，对我说：“你可以叫他‘小鬼’，或者可以叫他‘同志’，可是，你不能叫他‘喂’。这里什么人都是同志。这些孩子是少年先锋队队员，他们是革命者，所以志愿到这里来帮忙。他们不是佣人。他们是未来的红军战士。”

正好这个时候，冷水来了。

“谢谢你——同志！”我道歉说。

那个少先队员大胆地看着我。“不要紧”，他说，“你不用为了这样一件事情感谢一个同志！”

我想，这些孩子真了不起。我从来没有在中国儿童中间看到这样高度的个人自尊。

从斯诺 1936 年 6 月刚刚进入陕北抗日根据地采访时碰到的这件小事中不难看出，在革命队伍内部，人与人之间建立起了真正平等的、亲密的同志关系，以及在此基础上形成的道德观念和礼仪规范，为尔后建立崭新的社会主义的人际关系、礼仪规范等，奠定了坚实的基础。

新中国成立以后，随着社会制度的彻底变革，逐步地变私有制经济为公有制经济为主导的经济基础，人与人的关系也出现了前所未有的变化。在人民内部，合作代替了对抗，互助、互利代替了尔虞我诈，建立起了真正平等的、亲密的同志关系，由此而建立起的礼仪规范，为世人所称赞，人们至今仍对 20 世纪 50 年代良好的社会风尚留有深刻的印象。在当时，人际和社会交往的过程中，人们真正做到了只有分工不同，没有高低贵贱之分，诚挚相处，互谅互让；舍己救人，助人为乐蔚然成风，不少地方真正形成道不拾遗、夜不闭户；使敬老、爱幼、尊贤的优良礼貌传统，得到充分的弘扬；不少外国友人对此惊叹不已。

改革开放以来，人们对礼仪重新进行了文化审视和理性思考，汲取了西方文明的优秀成果，使东西方文化和东西方礼仪有机地交融，逐步地完善和发展。

第二节 礼仪的内容

随着时代的变迁、社会的进步，人们的文明程度在不断地提高。在我国，在对我国古代礼仪扬弃的基础上，不断推陈出新，内容更完善、更合理、更加丰富多彩。

一、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。它反映了一定的道德原则的内容，反映了对人对己的尊重，是人们心灵美的外化。在旧社会，由于不同阶级的人在利益上的根本冲突，礼节多流于形式。在我国当今社会中，由于人与人之间地位平等，礼节从形式到内容都体现出人与人之间相互平等、相互尊重和相互关心。现代礼节主要有介绍的礼节、握手的礼节、打招呼的礼节、鞠躬的礼节、拥抱的礼节、亲吻的礼节、举手的礼节、脱帽的礼节、致意的礼节、作揖的礼节、使用名片的礼节、使用电话的礼节、约会的礼节、聚会的礼节、舞会的礼节、宴会的礼节，等等。

当今世界是个多元化世界。不同国家、不同民族、不同地区的人们在各自生存环境中形成了各自不同的价值观、世界观和风俗习惯，其礼节从形式到内容都不尽相同。

二、礼貌

礼貌是指人们在社会交往过程中良好的言谈和行为。它主要包括口头语言的礼貌、书面语言的礼貌、态度和行为举止的礼貌。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要求。在现代社会，使用礼貌用语，对他人态度和蔼，举止适度，彬彬有礼，尊重他人已成为日常的行为规范。

三、仪表

仪表指人的外表，包括仪容、服饰、体态等。仪表属于美的外在因素，反映人的精神状态。仪表美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。

四、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在开展各项专题活动过程中,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,等等。常见的仪式有成人仪式、结婚仪式、安葬仪式、凭吊仪式、告别仪式、开业或开幕仪式、闭幕仪式、欢迎仪式、升旗仪式、入场仪式、签字仪式、剪彩仪式、揭匾挂牌仪式、颁奖授勋仪式、宣誓就职仪式、交接仪式、奠基仪式、洗礼仪式、捐赠仪式,等等。仪式往往具有程序化的特点,这种程序有些是人为地约定俗成的。在现代礼仪中,仪式中有些程序是必要的,有些则可以简化。因此,仪式也大有越来越简化的趋势。但是,有些仪式的程序是不可省略的,否则就是失礼。

五、礼俗

礼俗即民俗礼仪,它是指各种风俗习惯,是礼仪的一种特殊形式。礼俗是由历史形成的,普及于社会和群体之中并根植于人们心理中,在一定的环境下经常重复出现的行为方式。不同国家、不同民族、不同地区在长期的社会实践中形成了各具特色的风俗习惯。“十里不同风,百里不同俗”。不但每一个民族、地区,甚至一个小小的村落都可能形成自己的风俗习惯。

第三节 礼仪的特性

礼仪是人们在漫长的社会实践中逐步形成、演变和发展的。现代礼仪是经过一番脱胎换骨之后形成的,它具有文明性、共通性、多样性、变化性、规范性和传承性等特性。

一、文明性

礼仪是人类文明的结晶,是现代文明的重要组成部分。人类从降世那天起就开始了文明的追求,亚当、夏娃用树叶遮身便是文明之举。人类从茹毛饮血到共享狩猎成果,从盲目迷信、敬畏鬼神到崇尚科学、论证无神,从战争到和平,都是在走向文明。文字发明后,人类更是运用语言文字来表达文明、宣传文明、建设文明。文明的体现宗旨是尊重,既是对人也是对己的尊重,这种尊重总是同人们的生活方式有机地、自然地、和谐地和毫不勉强地融合在一起,成为人们日常生活和工作中的行为规范。这种行为规范包含着个人的文明素养,比如,待人接物热情周到、彬彬有礼;人们彼此间互帮互助、彼此尊重、和睦相处,体现出人们日常生活中的文明、友好;注重个人卫生,穿着适

时得体，见人总是微笑着问候致意，礼貌交谈，文明用语，这也体现出人们的品行修养。总之，礼仪是人们内心文明与外在文明的综合体现。

二、共通性

无论是交际礼仪、商务礼仪还是公关礼仪，都是人们在社会交往过程中形成并得到共同认可的行为规范。我们今天生活的世界可谓千姿百态。人们尽管分散居住于五大洲、四大洋的不同角落，但是，许多礼仪却是世界通用的。例如，问候、打招呼、礼貌用语、各种庆典仪式、签字仪式，等等。虽然由于各国、各地区、各民族形成了许多特有的风俗习惯，但就礼仪本身的内涵和作用来说，仍具有共通性。正是由于礼仪拥有共通性，才形成了国际交往礼仪。

三、多样性

世界是丰富多彩的，礼仪也是五花八门、绚烂多姿。各地民俗礼仪千奇百怪，几乎没有人能说清楚世界上到底有多少种礼仪形式。从语言的表达礼仪到文字的使用礼仪，从举止礼仪到规范化礼仪，从服饰礼仪到仪表礼仪，从风俗礼仪到宗教礼仪等，在不同的国家、不同的场合，礼仪的表达方式也有所不同。比如，在人们常见的国际交往礼仪中，仅见面礼节就有握手礼、点头礼、亲吻礼、鞠躬礼、合十礼、拱手礼、脱帽礼、问候礼等。礼仪可谓多种多样，繁纷复杂。有些礼仪所表达的方式和内容，在甲国家或地区与乙国家或地区可能截然相反。

四、变化性

礼仪并不存在僵死不变的永恒模式。随着时间的推移，礼仪会发生巨大的变化。可以说，每一种礼仪都有其产生、形成、演变和发展的过程。礼仪在运用时也具有灵活性。一般来说，在非正式场合，有些礼仪可不必拘于约定俗成的规范，可增可减，随意性较大。在正式场合，讲究礼仪规范是十分必要的。但如果双方已非常熟悉，即使是较正式的场合，有时也不必过于讲究礼仪规范。

五、规范性

礼仪的规范性，是指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；而且也是人们在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。中国加入世界贸易组织首席谈判代表龙永图曾讲了一个耐人寻味的故事：

一次在瑞士，龙永图与几个朋友去公园散步，上厕所时，听到隔壁的卫生

间里“砰砰”地响，他有点纳闷。出来之后，一位女士很着急地问他有没有看到她的孩子，她的小孩进厕所十多分钟了，还没有出来，她又不能进去找。龙永图想起了隔壁厕所间里的响声，便进去打开厕所门，看到一个七八岁的小孩正在修抽水马桶，怎么弄都抽不出水来，急得他满头大汗，这个小孩觉得他上完厕所不冲水是违背规范的。

这位儿童自觉遵守礼仪规范的精神是很值得我们学习的。礼仪是约定俗成的一种自尊、敬人的惯用形式，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。另起炉灶，自搞一套或是只遵守个人适应的部分，而不遵守不适应自己的部分，都难以为交往对象接受和理解。

六、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和扬弃，就不可能形成当代礼仪。这就是礼仪传承性的特定含义。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，这不是一种短暂的社会现象，而且不会因为社会制度的更替而消失。对于既往的礼仪遗产，正确的态度不应当是食古不化，全盘沿用，而应当是有扬弃、有继承，更有发展。

第四节 礼仪的功能

礼仪是人类社会文明发展的产物，是人们进行社会交际活动的共同准则。加强礼仪教育，对于提高自身的修养和素质，促进社会精神文明建设，塑造良好形象，扩大社会交往，促进事业成功都具有十分重要的作用。礼仪具有多方面的功能，主要表现在如下几个方面：

一、弘扬礼仪传统

文明古老的中华民族，以其聪颖的才智和勤奋的力量，创造了人类历史上最灿烂的文化。中华民族，素以礼仪之邦著称于世。几千年来，我国各族人民都创造了一整套独具特色的礼节、仪式、风尚、习俗、节令、规章和典制，等等，并为广大人民所喜爱、沿袭。这些礼仪习俗，反映了中华民族的传统美德与优良品质，勾画了中华民族的历史风貌。

我国古代思想家、教育家们十分重视“礼”的教育。“礼”的内容比较全面地规定为处理、调整当时社会各种关系的准则和规范。春秋末期的孔子就曾

指出：“不学礼，无以立。”孔子小时常做练习礼的游戏。“入太庙，每事问”，后来还专程赴周向老子请教礼。他对于“礼”的研究下过不少工夫，认为周礼吸收夏、商两代的经验，并有所发展，是比较完备的，所以他说“吾从周”。孔子选取了士必须学习的礼制十七篇。编辑成《礼》，也就是流传至今的《仪礼》。孔子非常重视对学生在日常行为方面的教育，他要求学生衣冠整齐，走有走的样子，坐有坐的姿势，为人处世要彬彬有礼，温文尔雅。《史记·孔子世家》中就说：“孔子以诗、书、礼、乐教弟子，盖三千焉，身通六艺者，七十有二人。”其中“六艺”指的是以“礼”为首的礼、乐、射、御、书、数。

《仪礼》、《周礼》、《礼记》合称为“三礼”。“三礼”是我国最早最重要的礼仪论著。《礼记·曲礼》第一句便是“毋不教”。文中还记载着对父母“出告反面”，意思是出门告诉父母一声，回家要和父母打个照面问候一下。对老师应该是“遭先生于道，趋而进”，“从于先生不越路”。书中内容是十分广泛具体的。

《三字经》是我国流传时间最长、范围最广、影响最大的一本启蒙学教材，相传为南宋学者王应麟所著，它被人们誉为“古今奇书”和“袖里通鉴纲目”。《三字经》已经被翻译成英、法、俄等多种文字在国外流传，还被联合国教科文组织选作儿童道德教育丛书。书中写道：“为人子，方少时，亲师友，习礼仪。”意思是，做儿女的，正当年少时，就要拜师访友，学习礼仪。清代李毓秀撰写了一本《弟子规》，书中详细规定了学生在言谈举止方面的礼仪规范，其中有尊敬长者方面的要求：“或饮食，或走坐，长者先，幼者后。”有仪表方面的要求：“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”有仪态方面的要求：“步从容，立端正，揖深圆，拜恭敬。”有禁酒的要求：“年方少，勿饮酒，饮酒醉，最为丑。”有语言方面的要求：“刻薄语，秽污词，市井气，切戒之。”此书礼仪教育方面的内容是十分丰富具体的。

在我国的历史上还流传着许多讲究礼仪的佳话。比如，“廉蔺交欢”（讲究礼让）、“张良纳履”（尊老敬贤）、“程门立雪”（尊敬老师）、“管鲍之交”（交友之道）、“三顾茅庐”（待人以诚），这些故事脍炙人口，妇孺皆知，对今人仍有很大的教育意义。

我国近现代历史上有许多伟大人物，在礼仪修养上堪称楷模，修养十分深厚，他们的作风、态度、处事、举手投足都成为我们的典范。如周恩来总理是世界公认的最有风度的领导人和外交家，他的一举一动都给人留下深刻难忘的印象，人们用“富有魅力”、“无与伦比”等优美的词语来赞美他的翩翩风度。在外事活动中，周总理十分注重礼节。他病重时，脚因为过度肿胀而穿不上原

来的鞋了，只有穿拖鞋走路。工作人员痛惜周总理，让他穿着拖鞋参加外事活动，认为外宾是能够理解的，但总理不同意，他说：“这不行，要讲个礼貌嘛！”于是，他请工作人员为他特制了一双鞋，留着接见外宾时穿。周总理在外事活动中注重礼节，受到外宾的盛赞，表现出传统美德，是我们学习的榜样。

可见，讲究礼仪，按照礼仪要求规范我们的行为，对继承我国礼仪传统，弘扬我国优良的礼仪风范，有着十分重要的作用。

二、提高自身修养

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，而且还反映着一个人的气质风度、阅历见识、道德情操和精神风貌。因此，在这个意义上，完全可以说礼仪即教养，而有道德才能高尚，有教养才能文明。这也就是说，通过一个人对礼仪运用的程度，可以察知其教养的高低、文明的程度和道德的水准。曾登载在《深圳青年》杂志上的一个故事就颇能说明问题：

修养的作用

有一批应届毕业生 22 个人，实习时被导师带到北京的国家某部委实验室里参观。全体学生坐在会议室里等待部长的到来，这时有秘书给大家倒水，同学们表情木然地看着她忙活，其中一个还问了句：“有绿茶吗？天太热了。”秘书回答说：“抱歉，刚刚用完了。”林晖看着有点别扭，心里嘀咕：“人家给你倒水还挑三拣四。”轮到他时，他轻声说：“谢谢，大热天的，辛苦了。”秘书抬头看了他一眼，满含着惊奇，虽然这是很普通的客气话，却是她今天惟一听到的一句。

门开了，部长走进来和大家打招呼，不知怎么回事，静悄悄的，没有一个人回应。林晖左右看了看，犹犹豫豫地鼓了几下掌，同学们这才稀稀落落地跟着拍手，由于不齐，越发显得零乱起来。部长挥了挥手：“欢迎同学们到这里来参观。平时这些事一般都是由办公室负责接待，因为我和你们的导师是老同志，非常要好，所以这次我亲自来给大家讲一些有关情况。我看同学们好像都没有带笔记本，这样吧，王秘书，请你去拿一些我们部里印的纪念手册，送给同学们作纪念。”接下来，更尴尬的事情发生了，大家都坐在那里，很随意地用一只手接过部长双手递过来的手册。部长脸色越来越难看，来到林晖面前时，已经快要没有耐心了。就在这时，林晖礼貌地站起来，身体微倾，双手握