



西方文明社会优雅礼仪第一指导书

★美国国父乔治·华盛顿教你做绅士与淑女

★110条行为规则成就你端庄优雅的人生



绅士与淑女

[美] 戴西·艾布赖特 著 吴群芳 译

西苑出版社

绅士与淑女

展示礼貌与教养的礼仪手册



无论在国王的宫殿皇室的会议厅，
无论是投身比赛还是旋转于舞会，
没有什么比礼仪更主要的东西了。

[美] 戴西·艾布赖特 著 吴群芳 译

西苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

绅士与淑女/(美)戴西·艾布赖特著;吴群芳译. -北京:西苑出版社,2005.10

ISBN 7-80210-037-2

I.绅... II.①艾...②吴... III.①个人-修养-通俗读物②礼仪-通俗读物 IV.①B825-49.

②K891.26-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005) 第 046376 号

绅士与淑女

著 者 [美]戴西·艾布赖特

译 者 吴群芳

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号 邮政编码 100039

电 话 010-68214971 传 真 010-68247120

网 址 www.xycbs.com E-mail aaa@xycbs.com

印 刷 北京雷杰印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 880mm×120mm 1/32

字 数 150 千 印 张 7

印 数 1~8000 册

版 次 2005 年 10 月北京第 1 版

印 次 2005 年 10 月北京第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-80210-037-2/K·06

定 价 19.80 元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题,本社邮购部负责调换)

前 言

人们在谈及优雅的举止时,往往认为这是一种修养。在我看来,优雅的举止更是一种责任。那么,究竟什么样的行为可以称得上得体呢?得体的举止就是社会生活中人们普遍认为优雅的、令人赏心悦目的体态和行为,是抛弃了一切粗俗、摒弃了一切鲁莽的行为。社会中不乏这样的认识:彬彬有礼会让男人看上去有女人气之嫌;而鲁莽直率会让男人更有男子汉气概。当然,也有这样的认识:这种举止也会让男人更加令人生厌。但是,一旦人们共同生活在一个社区中,怎样和睦相处就成了一门不容忽视的学问。怎样减少摩擦,加强相互间的沟通,怎样通过自身的存在使周围人的生活更加舒适,怎样掩饰自己咄咄逼人的神气,怎样在与人交往的过程中消除自私的心理;怎样在怀着不同动机,甚至是水火不容的人之间进退自如,等等,所有这些,都是优雅举止能够帮你做到的。

违反了礼仪规范不仅让人无法用一般的借口为自己辩解,同时也会让人无地自容。因此,所有的父母、监护人,所有的老师都会鼓励孩子们养成遵守礼仪的习惯。其实,每个人都乐于遵守礼仪规范。因为礼仪是友好和善意外在表现。它让那些表现出礼貌的人更具有魅力,也让那些看到这些礼

貌行为的人更愉快。更严格地说,这是一种精神上的义务,因此也应当成为精神培养的一部分。

有的人对社会生活中的礼节行为不以为然乃至嗤之以鼻。不可否认,礼节中总有一些行为受到批判乃至被人嘲笑,但就总体而言,礼节中的许多行为又自有其存在的理由。如同追求快乐与安逸舒适一样,人们将礼仪称为人与人之间交往的润滑剂,以期尽量避免冒犯别人,这一定有其合理之处。

序言

举止行为很重要

本书专门写给那些渴求改善自身外在形象、希望能够多积累一些礼仪方面的知识的人。因此,那些从小就受到严格的礼仪教育的人并不是我们针对的对象。当然,我们的读者也包括了这个地球上那些不太受欢迎的人,无论他们是先生还是女士,还包括那些渴望获得礼仪知识、希望提高自身修养和养成良好举止习惯的人,因为他们明白礼仪往往决定了人与人之间交往关系的好坏。

这些指导性的忠告没有华丽的辞藻,非常实用却又非常简单,甚至简单到令人发笑的地步。有的人可能会嘲笑说,这么简单的东西还要在这里煞有介事地宣讲?但是,只有采用这种方式,我们才能够向那些渴望获得礼仪知识的人详尽传达他们希望得到的所有信息。

人们把礼仪定义为将整个社会组织在一起的行为规范。它像风一样无影无形,但却对于人类的安宁与幸福产生着巨大的影响。

这些行为规范是在遥远的骑士时代形成的,但是随着时间的流逝,它们不断地被删减修改,到今天已经有了很大不同,有些方式和做法已经过时,还有些规则已经完全改变了。但是,仍然有一些规则保持了下来,尽管为了适应时代的需

要也进行了一些微小的修改。这不仅有利于社会生活中人与人之间的交往,也有助于人们在交往中灵活自如地应付各种场合。

埃德蒙·伯克(Edmund Burke)能言善辩,他认为:“举止行为比法律本身更重要,因为法律在很大程度上要取决于人的举止行为。法律可能不时地在这里或那里约束着我们,而人的举止行为却无时无刻不被一种无形的力量操纵着,让我们有时恼怒,有时欣慰,有时堕落,有时纯洁;让我们或是蛮横粗暴,或是彬彬有礼。人的举止行为的所有形态和色彩都呈现在我们的生活中。依据其不同的形态,它可以协助道德约束人的行为,可以成为道德的补充,也能够彻底摧毁道德。”

人们经常说:“这个人非常随和,和蔼可亲让他走了运。”的确,无论男人还是女人,礼貌和良好的教养带给他们的远远不止于名誉和声望,无论他们走入什么样的社交圈子,都会让人感觉到这些良好教养在他们身上留下的深深烙印。

得体的举止往往是善意与亲切的自然表现,因为心怀善意的人给人以愉悦的感觉,尽管他们可能还缺乏优雅的体态,没有彬彬有礼的行为,还称不上典雅尊贵。对于小孩子而言,无论是小女孩还是小男孩,没有比良好的教养更重要的了。如果父母老师们能够一丝不苟地履行自己的责任,现在美国就不会有这么多抱怨,抱怨小孩子不懂礼节。

我们要像信徒对待宗教信条一样时刻牢记“要有礼貌”这句话。

我们应当在家里培养他们的礼仪习惯,这相当于告诉他们在外面应该如何行为。因为我们可能都明白,他们毕竟是孩子,如果他们在家里养成了这样的习惯,在外面同样的环境和

情形中就会自然而然地约束自己的行为，注意自己的礼貌。

所罗门那句著名的话有一个新版本，是这么说的：“按照孩子应该做的方式去培养训练孩子，他长大以后就会自然而然地将这种训练延续下去。”

当你到一个朋友家里做客，如果这个家里的父母有着良好的教养，对家里所有的人——无论是稀客还是熟识的老友——彬彬有礼，谦恭有加，你就会发现他们的孩子们也跟父母一样举止得体。礼貌的行为不仅仅是从条文和纪律中学到的，更是模仿的结果。

到另外一个朋友家里做客，如果这个家里的父母没有什么教养，粗鲁，喜好争辩，言语刻薄，你就会发现他们的孩子也粗暴无礼，野蛮粗俗。

良好的礼仪不仅仅是几条传统的规则，而是建立在理性与判断力基础之上的，因此，值得每一个人认真考虑和遵守。良好礼仪中的许多规范是一个人教养的固有组成部分，不会随时间和地点的改变而变化，因为它们存在的基础是人对其他入应有的尊敬。

我们经常听到人们问及这样的问题：“谁是淑女？谁又是绅士？”

这不是一个容易回答的问题，因为不同社会阶层的人对这个问题会有不同的观点。

有的人会说，社会地位、优越舒适的环境、巨大的财富、高贵的出身还有超人的才华和良好的教育是造就淑女或者绅士的必要条件；但相信所有的读者都认识一些拥有某种或者某些条件的人，可他们似乎还无法配得上这一理想的称呼。

因此，我们就经常听到这样的话：“啊，她可不是什么淑女！”或者是“可不是，他可算不上绅士”。而这些被评论的对

象都是或有着较高社会地位，或拥有巨额财富，或是智力超常。之所以得到这样的评价，是因为他们忽略了重要的一点，那就是，在所有这些优越的条件之外，他们没有礼貌和教养这块试金石。

我们的标准答案是：真正有教养的淑女是那些谦恭有礼、举止文雅的人。无论交往的对方是贫寒还是富贵，她们都能够细心地察觉并体谅到他们的情感，能够关注他们的要求。无论是在厨房还是在厅堂，她们的举止都适当得体。说到这里，不禁让人想起一个爱尔兰人对我们一个朋友的评价来，他当时说：“一个真正的淑女，不管是在厨房里还是在宴会上，都没什么两样！不管是对穷人还是阔佬，对仆人还是朋友，都没见过她说一句刻薄的话。”

这句称赞就是对这位朋友最好的奖励，加上礼貌的言语，优雅的举止，我们面前就出现了一位真正的淑女。

那么，我们能回答另外一个问题吗？我们来试一试吧。

所有真诚、忠厚、正直的人，所有善良、仁慈、优雅，对任何人都彬彬有礼的人，所有值得尊敬又尊敬别人的人，所有不需要法律的强制而只需要自己诺言约束的人，都是绅士。不管他穿着上等的亚麻布，还是精细的棉布，抑或是手工织的素衣，不论他的双手是柔软细白还是因为辛劳而老茧密布，都不会妨碍他成为一位绅士。

英格兰曼彻斯特主教曾在利兹青年基督教会的演讲中说道：“很多人认为，绅士的含义就是一个拥有巨大独立财富的人，一个日日过着奢侈生活的人，一个不用为日常的衣食住行奔波辛劳的人。他们错了。所有这些都不是一个绅士的标志。其中任何一种都不会让这个人成为绅士，所有这些的总和也不会造就一位绅士。我从没有像现在这样更近距离地

接触、了解过那些日日辛勤劳作的人们，他们有着黝黑粗糙的外表，他们将终生的时间都用在犁地耕种、喂养牛马上，但是我明白，就内心的高贵而言，他们不输于任何一个戴着公爵头衔的贵族。我看到他们是如此的无私，如此的真诚，如此的富有同情心，他们身上所有的这些品质才是我所定义真正的绅士。”

“被奴役是一项高贵的特权。我想告诉你们的是，在利兹，那些从事着最粗鄙工作的最卑微的人，只要他们的心是纯洁的，只要他们心地仁慈善良，只要他们真诚，他们就是真正意义上的‘绅士’”。

大家都知道，总有一些人反对太讲究礼节，或者是礼貌用语，用他们的话说，是因为这样的话听起来矫揉造作，呆板乏味。所有礼貌的行为，文明社会中人们经常说的一些礼仪用语都被他们轻蔑地冠之以“客套的虚礼”。

事实上，在文明社会日常生活中，人们经常用来寒暄和问候的话并没有任何虚假的成分，因为没有人刻意要欺骗。礼貌的语言听起来总是十分顺耳，让人的心里感觉舒服惬意，而刻薄无礼的言语说出来只会起到相反的效果。

孩子甚至是一些动物都能够像成年人一样知道这个道理。婴儿在听到刺耳的语言时会哇哇大哭，而你的马儿、牛、狗或是小猫，在听到温柔的话语或是得到轻轻的抚摸时都会温顺无比。尽管我们知道“根据上帝与人的特殊契约，只有人类能够创造语言，清楚表达自己的意思”，善良与仁慈却是一种能够让聋子听得懂，让哑巴说得出的通用语言。

人类的语言可以用一句话阐述出最朴素的真理，也可以用华而不实的句子堆砌起最恶毒的谎言。但是，我们不能以热爱真理为由来为那些粗鲁无礼的行为辩护。真理不需要用

这种乖戾的方式表达,让人讨厌,而应该以一种亲切宜人的方式表达出来,给人以愉悦的享受。但事实是,我们经常会发现,诚实的品德与粗鲁的行为往往集中在一个人身上。然而,如果我们认为粗鲁的人就一定有一颗正直的心,或是认为一个外表上看来是绅士的陌生人就一定是一个流氓,就没有人能够胜任做人类本性的评判者。毫无疑问,在我们这块土地上不乏披着羊皮的狼,但这丝毫不能否认礼貌与礼节本身的价值。

文雅的举止与善良的心地往往是一对孪生的姐妹,总是吸引着人们乐于与具有这些品质的人建立友谊。

没礼貌经常是不良品质的一种表现类型。正如歌德所说:“没有任何一种外在的礼貌行为不是建立在内心深厚的道德基础上的。”

良好的教养是人类文明最基础的组成部分。我们都有责任受到礼仪的约束,敬重、尊重与我们交往的每一个人。

在《圣经·雅各书》中,我们读到“礼仪规范与礼节”,这是人类第一次从造物主那里学到的礼仪知识。

古希腊人和古罗马人固然严格遵循一些礼仪规范,但这种礼仪规范并非发自“从不冒犯上帝与他人的良心”。

在所有的民族中,中国人是最重视礼仪形式中所有细节部分的,他们有几百本书专门来论述礼仪和礼貌。甚至有一本论述礼仪的专著内容多达三千章。

在这本书中,问候的礼仪、拜访朋友的礼仪、餐桌礼仪、送礼物的礼仪、介绍的礼仪、写信的礼仪等所有的一切都有严格的习俗规则,所有这些礼仪都像我们现在的法律一样要求人们严格遵守,不容许任何人有所违背。我们以前喜欢将中国人称为“野蛮人”,但事实上他们比我们要远远有礼貌得多。

法国一位著名作家拉·布鲁耶曾经给礼仪下过这样的定义：

“我们可以给礼仪下定义，但是在实际应用中却很难判断该在什么地方正确运用。礼仪遵守一些既定的风俗和习惯，随着时间和地点的变化，性别的差异和环境的变化而各不相同。单单依靠个人的才智无法做到举止得体，因为礼仪是后天形成的，是人在不断模仿中慢慢完善而形成的。有些人的性格本身就很容易受到别人良好教养的影响，而有的人就只能或拥有超人的智力和才华，或拥有高尚的美德。”

“不可否认，彬彬有礼总是紧随美德之后，为美德锦上添花。不懂礼节的人如果没有其他卓越的品质，很难有立足之地。”

彬彬有礼可以说是黄金法则的体现，没有了礼节和礼貌，整个社会就缺少了许多美好愉快的东西，生活就成为一片贫瘠的荒原。

即使黄金也无法弥补没有优雅举止的缺陷。但是我们却可以肯定地告诉读者，你们会发现无论何时何地，礼貌永远是所有商品中最有用也最便宜的商品。

在欧洲，无论是上层社会还是劳动阶层，优雅的举止永远是最受尊重的品质，也是父母谆谆教导子女最多的内容。孩子们从小就被告知最重要的品质就是要尊重上级，敬重长者，也要对比自己地位低的人表现出礼貌和善意。

在美国，有文化有品位的家庭中都十分重视教育孩子懂得礼仪，举止优雅；但大部分人却疏于教导，甚至根本就不教育。三五十年前的社区学校拿到今天来看可以算得上是非常注重礼仪的学校了。在那个时候，乡村的孩子们都被教导，要向从自己身边走过的每一个陌生人弯腰致敬打招呼，而现在，乡村的孩子们会用粗俗的言语甚至行为向陌生人打招呼。

毫无疑问，现在美国的良好礼仪比起以前来已经大打折

扣了。我们无法掩饰这个事实，因为每一个走过这片土地的人——那些经常来往于城市之间的人，那些在我们的太湖和江河中游览的人，那些从我们的铁路上疾驰而过的人，他们都明明白白地看到了这一点。

底层的官员总是脾气暴戾，粗暴无礼，而高级官员们有时也极端失礼。随处都能够让人感受到人们在呼唤礼节和礼貌。

我们禁不住问自己：“这样的情形是从什么时候开始出现的？”

我们不应当容许我们一贯遵从的民主原则放任我们粗鲁无礼的行为，否则就会在我们的制度中投下耻辱的影子。那些认为规范整个社会的制度和规则毫无用处甚至是荒谬的人很快就会意识到，他们需要恢复原有的规范，因为这些规范是一道坚固的屏障，将无礼和粗俗抵挡在外。

毋庸置疑，时尚的事物中总有一些古怪的特性，但是它们很快就会消失得无影无踪；然而，固有的行为规范对于维持整个社会的秩序和尊严却至关重要。礼节是一位忠实的随从，随时防止我们给自己的亲朋好友带来不便。通过设定一些规范、礼节使得我们能够在社交圈子太大时仍然能够与其中的朋友维持一定的友好关系。

那么，就让我们：

“潜心研究我们无法忽视的礼仪，

学习最谦虚的姿态与言语。

切勿像某些老太太的姿态，故作优雅，

切勿无礼地模仿她们咧嘴一笑。

因为她们违背人类崇尚美的本性，

既毁坏了自己，又造成别人的痛苦。”

目 录

前言

举止行为很重要 / 1

第一章 家庭中的礼仪

家庭中的礼仪 / 2

给男孩和女孩的特别忠告 / 10

第二章 拜访礼仪

款待客人 / 14

礼节性拜访 / 19

友谊性拜访 / 22

祝贺性拜访 / 23

劝慰性拜访 / 24

社交性拜访 / 25

第三章 一般礼仪

打招呼、告辞 / 28

介绍 / 32

旅行中的举止 / 33

介绍信 / 37

第四章 餐桌礼仪

- 餐桌上的谈话 / 42
- 早餐桌上的鲜花 / 46
- 尽主人之谊 / 48
- 一般的习俗 / 49

第五章 宴会礼仪

- 宴会 / 56
- 接受邀请与表达遗憾 / 58
- 客人的多少等问题 / 60
- 餐桌的布置 / 61
- 饭后的甜点 / 69
- 佣人 / 69
- 重要的小事情 / 70

第六章 娱乐礼仪

- 晚会娱乐 / 74
- 晚宴餐桌 / 77
- 告辞 / 79
- 在几天之内打电话表示感谢 / 80
- 舞会 / 80

第七章 称呼中的礼仪

- 恰当的称呼 / 84
- 称呼的礼节 / 85
- 怎样写信以及怎样称呼 / 88
- 信的危險 / 89

回信 / 90

起名字 / 91

第八章 社交活动

交友 / 96

口头禅 / 106

夸张 / 107

流言蜚语 / 109

据说 / 113

好追根究底的人 / 115

第九章 服饰、美的艺术

着装、仪态、风情 / 120

美 / 132

第十章 婚俗礼仪

给少男少女们的忠告 / 142

求婚 / 143

情书 / 147

婚礼仪式上的礼仪 / 148

婚礼蛋糕 / 152

订婚习俗与结婚戒指的起源 / 153

新婚礼物 / 154

第十一章 自身角色定位

丈夫 / 160

妻子 / 169

单身汉 / 176

单身女人 / 179

第十二章 给所有人的金玉良言

礼仪问题及规范 / 184

正面的影响 / 189

都市和乡村礼仪 / 192

年轻女士出门在外或在温泉疗养地的礼仪 / 193

在任何事情上保持耐心 / 196

附录 优雅的礼仪

华盛顿总统教你做绅士 / 199

乔治·华盛顿《社交及谈话中的礼仪守则》，
书中列举了 110 条行为守则。