

摩登女孩系列

摩登女孩礼仪指南

[英] 沙拉·伊文思/著 安静/译

教你在各种社交场合中应付自如

- 日常礼仪的基本准则
- 闲聊也能有大效果
- 讨老板和同事的欢心
- 发送正确的信息
- 轻轻松松地旅行和用餐
- 做个完美的女主人
- 做个完美的客人
- 如何应付那些粗鲁无礼以及不受欢迎的人



東方出版社

如何正确

摩登女孩礼仪指南

「英」沙拉·伊文思／著 安静／译

東方出版社

责任编辑 许运娜
封面设计 李 刚
版式设计 艾 林

图书在版编目(CIP)数据

摩登女孩礼仪指南 [英]沙拉·伊文思 / 著 安静 / 译;

-北京:东方出版社,2004.8

(摩登女孩系列)

ISBN 7-5060-1930-2

I.摩… II.①伊… ②安… III.女性-人间交往-礼仪-通俗读物
IV.C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 053516 号

A Modern Girl's Guide to Etiquette

Copyright © 2003 by Sarah Lvens

Chinese translation published by Oriental Press

Published by arrangement with Judy Piatkus (Publishers) Limited

All rights reserved

本书根据 Judy Piatkus 出版公司 2003 年版译出

著作权合同登记 图字:01-2004-3149 号

书 名 摩登女孩礼仪指南

MODENG NVHAI LIYI ZHINAN

作 者 [英]沙拉·伊文思 / 著 安静 / 译

出版发行 东方出版社

印 刷 北京新华印刷厂印刷 新华书店经销

开 本 880×1230 毫米 1/32 印张:6

字 数 120 千字

版 次 2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5060-1930-2

定 价 15.00 元

邮购地址 100706 北京朝阳门内大街 166 号人民东方图书销售中心

邮购电话 010-65250042 65289539

感 谢

爱丽丝·戴维斯,你再次成为了明星,谢谢你。向 Piatkus 出版社帮助此书问世的每个人(特别是朱蒂·珍娜、波拉·戴安和罗素)致以我最衷心的感谢。玛珍·赫斯,你的插图(还有圣诞巧克力)依然会使我微笑。我还要感谢柯蒂斯布朗的阿里·甘以及珍·卡普顿。大家都说真正的好朋友用一只手数就能数过来,而我却幸运地拥有更多的挚友。你们知道我说的就是你们——感谢你们这些年来对我的友善和慷慨。还有那些为此书提供故事的热心人(麦尔·布劳迪、罗夫·道顿、劳拉·达特、朱丽叶·法瑞、苏·格雷伍斯、凯瑟琳·哈丁、乔·海文斯、莱恩·米歇尔、克莱尔·斯蒂尔、山姆·维安、伊克塞拉·维曼),很高兴从你们那里了解到世上那么多关于礼仪的奇闻逸事。我的父母一直都是我的一号“道德监护人”,十分感谢你们教给了我正直、忠诚和富有良知的价值观。还有,我要对我的丈夫斯蒂芬说(他是我所认识的最棒的人),希望有一天我会长大,变得更像你。

序 言

在这个摩登时代,要把“你要做什么”、“什么时候做”,甚至有时还有“跟谁一起做”都搞得清清楚楚或许是一件很恐怖的事。要给别人留下美好的印象实属不易,所以每个人一迈出门家就开始了对这个问题的思考。毕竟没有人会想给他人留下粗俗、无礼、无知的坏印象。现在,帮手来了。我希望通过这本书,帮助大家练就优雅的风范和自信的举止,轻松应对每一种可能发生的情况。相信我,你根本不需要躲在家中度过余生。

当然,我们也是人,难免有时压力过大、身心疲劳、无精打采。我们在某些日子里还会变得暴躁、自私、无礼、无聊,甚至会故意找碴儿。但只要他人的一点影响,这样的日子很快就能过去。医学研究证明,给予他人一些诚恳的赞扬或热心的帮助,即使是那些最为阴郁、卑劣的人也会对你和蔼起来。这样你就明白了:对他人友善、有礼、尊重,自己也就会快乐起来。说的够多了吧?

嗯,差不多了。你想要别人怎样待你,就要怎样对待别人,这是礼仪的第一准则。所以,对他人友善、有礼、尊重是一项重要的基础。不过在陌生、混乱的场景里又要怎样做呢?怎样才能使陌生人感到舒服?当你跟其他不像你一样善于社交、细心周到的人相处时,又要如何应对?





在后面的十章里，我们会讲到各种礼仪——不过稍有变通。礼仪这个词会令人不禁担心地联想到在贵族面前行屈膝礼、拿手帕或者餐具的正确方法等。当然，这些都是有用且需要学会的常识，不过跟学习“何时可以用手机”、“怎样在办公室聚会上应付新老板”或者“该以什么方式告诉好友她穿的那套裙子太显臀部”相比，实用性就差多了。我们需要学习的是现代礼仪，这也正是此书的变通之处。有了这本“秘诀”，不用挨打，你就能实现从A到B的飞跃，新旧礼仪皆通晓。

我可不是什么交际花，我只是个东伦敦人，因为父母“事业有成”，才迁居艾塞克斯。或许这也是我对现代礼仪如此感兴趣的原因。我进入大学后开始与上流社会的人们打成一片，我意识到良好的行为跟金钱、亲属或你生长的地方毫无关系，而是绝对与你的教养（你的父母教给你的是非标准、礼貌、礼节）息息相关。同样，做一位端庄女子也不是由社会等级来决定的事，而在于你是否待人和善。

当我告诉我的父母我在写一本关于礼仪的书时，我的父亲认为这太可笑了，“你懂什么礼仪啊？不是穿着运动鞋去上班，就是在椅子上跳舞，还嚼口香糖！而且你才27岁！”年轻真会使人是非不分吗？当然不会！事实上，随着世界的不断变化，我们所有的传统和秩序都已受到了质疑并且日益激进化，我们作为新的一代当然要尽快了解社会规则的变化。因此我们需要一本摩登时代的行为解读。

我想说的东西太多了，想在书中囊括的内容也太多了，但我还是决定将此书分为十个重要的主题，只包括了最为关键的准则、技巧以及来自真实生活的建议。提供这些建议的人都是像你们一样既想生活自在又想左右逢源的摩登女孩们。那么让我们现在就开始，等着看向来自诩镇定的人大跌眼镜吧！

献
词

献给我亲爱的莫利祖母及琼姑婆，她们无偿地教会我优雅的举止。

目 录

感谢

序言

第一章 生活中的准则	1
第二章 朋友相处也要小心礼节	23
第三章 谈话的艺术	39
第四章 就这样做,宝贝儿!	57
第五章 交流中的难题	79
第六章 食物细思量	95
第七章 尽善尽美做主人	113
第八章 十全十美做客人	135
第九章 在高兴的日子里	149
第十章 如何应付那些无礼之人与不速之客	167

第一章 生活中的准则

日常礼貌的存在会让你和身边的人的生活都更为轻松。世上没有任何刻在石头上的有关礼貌的成文规定，我也不能假造出一种可套用于各种情形、简单且安全的模式。但只要你一开始就明白，你想让别人怎样待你，你就要怎样对待别人，学会这个道理，你也就错不到哪儿去了。

注意你的日常用语

用词简单

说个“请”或“谢谢”不会让你有什么损失。这是一种赠予。如果有人为你做了什么，即使你没有要求他这样做，而且你对他也不会特别感激，那也要谢谢人家。

不过使用“请”和“谢谢”时，切记重“质”，而不是重“量”。只要是诚心诚意的表达或暗示，确切的字数也就没什么关系了。

说“谢谢”时，千万不要带有语气。大家都不傻，一点小小的





嘲讽之意就能毁掉任何善意的表示。

“对不起”总是最难说出口

其实根本不需要这样。当别人撞到你,踩了你的脚,吃掉你最后一块巧克力,或做了其他错事时,“对不起”这个词应当是一种“好来好往”的“日常用品”。如果想让自己的日子过得轻松些,那你就要先说“对不起”。在公司里只要看到某人因你显现出明显的怒气,即使你也被他冒犯了,也要立即向他道歉。即使你觉得是那人的太敏感,那也是人家的事,你还是要道歉。如果你觉得双方都有责任,但是你想让生活轻松点,而且你自信是个比较大度的人,那还是你先道歉吧。“对不起”,这小小的字眼可是一位功效非凡的和平大使,它能根除一切憎恨和痛苦。如果你的清高让你不乐意去承担那些小事的责任,那就开始练习着去承担。这是一种高超的技巧,但决不代表你是个弱者,事实恰恰相反。

话虽如此,但有些人使用这个词语的频率也未免有些过高。说“对不起”不代表你就能摆脱一切责任,或是给你一张自动“免罪卡”。尽管它的效果比较持久,但绝对不是一张能让你恣意妄为的“许可证”。

保持“口腔清洁”

噢,我X。要让任何一个摩登女孩决定不说脏话都是一件难事。让我们诚实点,生气、激动或者发泄不快时,谁不喜欢骂几句脏话呢。不过,关键在于“注意时间和场合”。在脏字脱口而出之前,务必三思,或许再扫视一下,看清周围的情况。冲着堵作一团的车河尖声叫骂,似乎是世界上最为自然的反应,不过最好还是看看身后的车子里是否有个母亲在捂着孩子们的耳朵。对不同关系的人要适用不同的“开禁”规则:对着姻亲,当然不行;工作伙伴,那还可以!不幸的是,我们往往会撞到枪口上……

不过有一条永远的真理,咒骂应当是最后采取的表达手段,

即使是摩登女孩们也该如此。最好还是记得有些伙伴(无论有多亲近),尽管他们嘴上不说,但他们的确对这种亵渎感到不舒服,甚至会被你冒犯。最好还是避免使用那些“过激”的字眼,改用其他更为生动、机灵的词汇来表达你的意思。这样会显示出你的聪明智慧与端庄的举止(尤其是在辩论之中)。所以,冷静下来,选择使用那些孩子式的友善词汇。还要记着,用脏话强调一个观点与直接人身侮辱是有绝对区别的。后者向来都不是什么好事,尽管有时也是不可避免的。

有关排队的提示

恐怕除了去排,也没有其他更好的策略了。按次序排队,会为在“长龙”里的你省去不少争吵、压力和麻烦,让你更快地到达目标。这样做,礼貌且公平。

乔,28岁

“我总是对那些插队的人气愤不已。最近的一次假日里,我和我的家人在一个登记处排队,一个家伙超过我们身后的二十个人,直接站在我们旁边,于是后来的人跟着他站成了第二条队伍。尽管我们已经事先订好了座位,我还是觉得一定要确保我们在他之前到达登记处,所以我在排队的整个过程里,都在以‘刚好能被听到的音量’指责着他的行为。”

如果有人想在半路插脚进来,就礼貌地告诉他们队尾在哪里,给他们一次“有利判罚^[1]”,除非他们拒绝回到他们应该回到位置上。如果他们拒绝移动,那就同情同情这些没有家教的蠢蛋吧(不过还是在心中默默表示,否则就得小心挨打了)。

[1] 裁判员对可疑情况无把握时不对有关运动员作不利判定。





注意:不能在任何队伍里插队。当你绝望地望着女厕门口的长龙时,如果男士们不介意的话,冲进男厕也是可以的。不过,最好还是等到里面所有的男士出来后再进去。如果你冲进去的时候恰巧有人在用小便池,那就遮住自己的眼睛。不要对里面的异味做任何评价,男人或许很粗俗,但到底是你自己决定要进来的。

打手势

千万不要乱打手势。一定要管好自己的手。如果不是用于伸出中指给你的伙伴们逗乐、用一个或两个手指敬礼或者示意降低音量等情况,打手势是一种很粗鲁、很粗鲁的行为。举起一个拳头或假装要掐死某人,也是一样。在公共场合热情问候时,也要省去挥手的动作,或者只用礼貌的方式引起对方的注意就好了。

两种经典的可厌之事:用手指指指点点是最容易使别人感到恐怖的动作,同时也会表现出你的不敬。如果你为了让自己显得谨慎一些,而用手掩住嘴巴说话,恐怕代表的不是谨慎,而是粗鲁。

相遇与问候

谁会想到说个“你好”也要这么小心?什么时候亲吻,什么时候拥抱?什么时候握手?走错一步,你就会像个放荡的女人或社交白痴。

我们都有自己的一套与朋友家人交流的方式,对这个人适用的方式不见得适用在其他人身。不过在应付一些其他情形时,我倒是可以为朋友们提供以下这些建议:

同事

只要说个“你好”就行了。同事之间不需要任何身体接触，直到你们的关系好到在圣诞节聚会上凑在一起，互相赠送晚安吻，那就另当别论了。不过到了周一回到公司里，还是继续保持距离吧。

如果你有一个令你无法忍受的工作伙伴，通常最好的应对策略就是对他彬彬有礼、保持联系。在办公室里残酷的排他行为，会使你看上去比那些你所讨厌的人更令人讨厌。而且，你也从不了解人家的私人生活，所以，礼貌的接触是你最安全的选择。

老板

在你掌握分寸之前，尽可能保持正式。让老板们决定你们的相处方式，千万不要认为你可以效仿某位同事的举动。

家庭新成员及远亲

从某种意义上来讲你们的关系亲密，但你还是不知道该怎样跟他们相处？我的建议是，最好以友好的方式与他们相处而不是正式的方式。让聚会上的人认为你过于热情总比再三考虑别人是否认为你粗鲁、或是否惊讶于你的冷淡要好。

商店/饭店

保持与他人的眼光接触，保持微笑。虽然人家是受雇于人来为你服务，但这并不意味着你就高人一等。

外国人

如果你对对方国家的文化习惯不甚熟悉，只要握握手、多微笑就可以了。如果不确定你表达的是什么信息，露齿一笑就能解决一切。在你对他们有所了解之后，就可以按照当地的习俗，在





他们的双颊上轮流亲吻一、二或三下。

如果你在一种职业环境里接见外国人，还是先做些家庭作业吧——在回家的飞机上才意识到你冒犯了潜在的客户可没有半点好处。

男友/丈夫/情人

在公共场合将你们的肢体接触降到最低限度，是啊，我知道自己听起来像个假正经，但任何人（不管是哪种性倾向）都不应当在街角上演一幕“活色生香”。这会让其他人觉得尴尬、无助或是（“噢，上帝决不允许！”）不正经。显然，如果四周一片漆黑，你们喝的又有点多，在等火车/出租车/父母来接你的时候来个热吻也未尝不可。

孩子们

这是一个很需要技巧的领域。你永远也猜不到亲戚或朋友家的小孩子会用什么方式向你问候。你没有任何权力要他们保持安静、过来说“你好”，或者（甚至难度更大的）让他们拥抱或亲吻你。让小家伙自己或他们的父母来决定好了。

吻得聪明

有些人总是刚见面就想吻你，不是因为他们喜欢你，而是因为他们想让自己表现得不落俗套。在他们转过脸来时，你可以向他们伸出一只手，也不必为此感到不好意思。跟这类人相互问候就像是在玩剪子、包袱、锤。你绝对猜不到他们想出的是什么，但只要你已经做出了积极的暗示，一切都会按你的方式进行下去。

空吻，似乎太夸张了吧。如果你喜欢那人的程度还不足以让他碰到你的肌肤，那假装亲吻又有什么意义？我并不是要你实实在在地亲到他们的脸上，相反，相隔足足两英寸的问候方式虽然看起来有些滑稽，却只能更加强调你们之间的感情距离。

吻后，出于礼貌，你要帮助那位女士擦掉她脸上的口红印

迹。她宁愿让一个陌生人告诉她,也不愿自己在过完这一天之后才发现那个印迹的存在。(如果看到对方的裙子打了卷,标签翻在了衣服外面或者典型的“鞋子上粘了卫生纸”之类的情形,也要及时告诉她们。你们之间或许会有一段长达十秒钟的折磨,不过也要比后悔上一天来得好些)再次强调,一定要这样做。

阿曼达,29岁

“在一次生意接触中,我曾经历了一次长达十秒钟的‘小型毛利橄榄球应接并列争球’,感觉上却像是持续了几分钟之久。我伸出了我的手,她却要亲我的脸。所以我急忙将身体前倾,而她又改为握手。她握住的不是我的手,而是我离她更近、更低的部分——我的胸。这时起身已为时过晚,也没有能亲到她。所以,我又试着去亲她,碰巧在她转身道歉的那刻,所以我亲在了她的嘴上。真是太糟糕了。打那以后,我再也没见过她。”

信心强化剂

陌生人经常会把别人的羞涩错当成无礼,而那些缺乏社交自信的人又常常显得阴沉、冷漠。这是一个非常严重的问题,甚至连电影明星也会因此形象受损,还有不少人跑去求助于医生和心理学家。以下便是一些让你能轻松面对新面孔的诀窍:

- ❁ 确定你穿的衣服会让你感觉舒服/自信(取决于场合)。
- ❁ 当你走进一间挤满人的房间时,将注意力集中于某个人或某样东西上。不要让你的眼睛紧张地四处乱瞧,那会让你发晕。
- ❁ 不要担心你会脸红——那看上去很迷人,而且红红的脸颊会让你受到人们的热情款待。





- ❁ 不要不好意思告诉别人你很害羞。如果他们都是些和蔼可亲的人,就会把你保护在他们的双翼之下。如果相反,他们都是些讨厌的家伙,那理都不用理。
- ❁ 微笑,即使你不喜欢也要如此。
- ❁ 注意你的姿态。将身体站直会带给你充足的自信。
- ❁ 想像所有人都没穿衣服(古老的法则总是最灵验的)或者想像你走进了一处怪异的会议室,那些人并没有什么可怕之处。
- ❁ 不要喝得太多——酒精不但不能镇定你的神经,还会扰乱你的视线。
- ❁ 如果你跟其他人站在一起,而主人却没有相互引见,那就来做一下自我介绍。或许你们共同的朋友只是恰巧忘记了某人的名字。我们都曾有过这种经历。

出门时的注意事项

自你迈出家门的那刻起,有数不尽的错误已经恭候多时。下面就来介绍一些应对方法。

永远准时

守时非常重要。按照自己约定的时间到达应当是最优的选择,除非你想让自己得到一个不顾他人、异于常人的坏名声。

总是有很多要让人等你的真实理由,例如天气、交通、特殊情况或者是疾病都可能会拖你的后腿。不过 95%的可能还是安排不当。对自己诚实点儿吧,小姐!在这样一个重要的晚上,你怎么可能只用十五分钟就能把妆化好,不是吗?起码也要三十分钟。这可好了,你已经迟到了。

有这样一种说法,迟到是一种很时髦的做法。如果你是要去参加聚会,晚一小时入场当然可以。不过要某人在饭店里一个人等

你,特别是当某位朋友邀请你去她家吃饭,迟到就是一种很无礼的行为了。至少要先打个电话,解释一下你的行踪下落。

下面是一份“迷你型”及时检查清单:

1. 做好准备。确定你身上带着钱(最后关头跑去银行可是很浪费时间的)。
2. 现实一点。如果你下午五点要开会,就不要安排在六点跟朋友见面。
3. 计划好你的路线。在交通高峰时间,要预留出足够的时间。
4. 会见朋友时,也许很难决定是迟到还是有点蓬头垢面地按时赶到,但你的朋友宁愿看到一个自然的“你”。晚些再到洗手间打理一下吧。
5. 不想去做的事情就说“不”,否则,你会讨厌出门,情不自禁地拖拖拉拉……然后迟到。

如果你要见的人总是迟到,那就礼貌地告诉她:你很忙,半个小时的时间对你来说十分宝贵,如果会面时间需要重新安排,应当及时通知你。

如果你的朋友一次又一次地迟到,不妨试着说些“迟到是一种可耻的行为,因为你的不守时,我们在一起的时间变少了”之类的台词。如果他们依然不能与格林威治标准时间保持一致,那就调好你的手表去适应他们。要么约定比实际时间早的碰头时间,要么就看我对一位经常迟到的朋友是怎样做的。她的行为曾经让我很是恼火,不过现在如果我们约在晚上七点见面,我就会八点到。虽然通常我还是先到的那个,还是要等上几分钟,但总不至于让我怒火沸腾了。

另外一种对待那些姗姗来迟者的方法就是向他们说明这个问题,约在对你比较方便的地点见面(比如约在你所在的街道尽头的酒馆,或在你工作场所的接待处),要她在快到的时候打个电话给你,或者要她跟其他更值得信赖的朋友们一起在晚上外

