

在现代社会，礼仪修养成为一个人和一个
得体的仪态和言语，真挚的情感和规范的



社会文明程度的标志。优雅的行为举止，
礼仪，成为构建人与人之间沟通的桥梁。

Goals determine what you're going to be. —— KARNEGIE

做一个有素养的、优秀的成功人士

没有礼仪，就没有事业的成功

经典励志丛书

XIANDAILIYIDAQUAN

现代

礼仪大全

刘恩宝◎编著

STUDY, AND STUDY.

The darkest hour is that before the dawn.

内蒙古人民出版社

经典励志丛书

现代礼仪大全

刘恩宝 编著

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代礼仪大全/刘恩宝编著. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,
2009.5

(经典励志丛书)

ISBN 978 - 7 - 204 - 10043 - 9

I. 现… II. 刘… III. 礼仪 - 基本知识 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 070593 号

经典励志丛书

编 者 刘恩宝
责任编辑 吴日珊
封面设计 北京汇智泉
出版发行 内蒙古人民出版社
地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷 北京燕旭开拓印务有限公司
开 本 890 × 1260 1/32
印 张 70
字 数 2000 千
版 次 2009 年 5 月第 1 版
印 次 2009 年 5 月第 1 次印刷
印 数 1—3000 套
书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 10043 - 9/Z · 527
定 价 200.00 元(全 10 册)



前言

礼仪是指人们在社会交往中由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等因素而形成,既为人们所认同,又为人们所遵守,是以建立和谐关系为目的的各种符合交往要求的行为准则和规范的总和。总而言之,礼仪就是人们在社会交往活动中应共同遵守的行为规范和准则。

从个人修养的角度来看,礼仪可以说是一个人内在修养和素质的外在表现。

从交际的角度来看,礼仪可以说是人际交往中适用的一种艺术,一种交际方式或交际方法。是人际交往中约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法。

从传播的角度来看,礼仪可以说是在人际交往中进行相互沟通的技巧。

礼仪是个人、组织外在形象与内在素质的集中体现。对于个人来说,适当的礼仪既尊重别人同时也是尊重自己的体现,在个人事业发展中起着决定性作用。它提升人的涵养,增进了解沟通。对内可融洽关系,对外可树立形象,营造和谐的工作和生活环境。

在现代社会中,礼仪贯穿于日常工作及生活交往之中,体现在点滴之中,打招呼、握手、递名片、入座等司空见惯的行为也有很多的学问与规矩。我们在工作中一些看似平常的动作是否符合礼仪要求,从中可以衡量一个人的涵养。

正是因为礼仪在人际交往中具备不可忽视的作用,有时甚至决定事情的最终结果。所以,在现代社会,任何人都不能轻视礼仪,都应该学习礼仪、讲究礼仪。

目 录

contents

第一章 社交礼仪须知

- 一、礼仪的对象和范围 (1)
- 二、构成礼仪的基本要素与内容 (2)
- 三、礼仪有哪些特性和原则 (3)
- 四、礼仪修养 (5)
- 五、社交礼仪的注意事项 (10)

第二章 个人礼仪

- 一、个人形象的礼仪 (14)
- 二、怎样培养个人礼仪 (15)
- 三、提高个人礼仪修养有何意义 (17)
- 四、着装礼仪 (18)
- 五、佩戴首饰的礼仪 (23)
- 六、仪容的礼仪 (25)
- 七、化妆的礼仪 (28)
- 八、微笑的礼仪 (31)
- 九、站姿的礼仪 (33)
- 十、坐姿的礼仪 (34)
- 十一、行走的礼仪 (36)
- 十二、手势的礼仪 (38)
- 十三、表情的礼仪 (40)



- 十四、戴手套的礼仪..... (43)
- 十五、佩戴丝巾和皮包的礼仪..... (44)
- 十六、戴帽子的礼仪..... (44)
- 十七、使用香水的礼仪..... (46)
-

第三章 家庭礼仪

- 一、子女对父母的礼仪..... (48)
- 二、同辈之间的礼仪..... (49)
- 三、夫妻之间的礼仪..... (50)
- 四、与婆婆相处的礼仪..... (53)
- 五、与岳父母相处的礼仪..... (55)
- 六、妯娌相处的礼仪..... (56)
- 七、邻里之间相处的礼仪..... (57)
- 八、家庭宴请的礼仪..... (59)
-

第四章 生活礼仪

- 一、探望病人的礼仪..... (62)
- 二、婚礼的礼仪..... (64)
- 三、丧葬礼仪..... (66)
- 四、生日寿宴礼仪..... (68)
- 五、书信礼仪..... (69)
- 六、游览观光的礼仪..... (71)
- 七、购物礼仪..... (73)
- 八、在公共娱乐场所的礼仪..... (74)
- 九、乘车的礼仪..... (76)
- 十、乘飞机的礼仪..... (79)
- 十一、乘坐火车的礼仪..... (81)
- 十二、乘船的礼仪..... (83)



第五章 职场礼仪

一、求职材料的礼仪要求	(85)
二、求职礼仪	(88)
三、领导对下属的礼仪	(93)
四、下属对领导的礼仪	(95)
五、同事之间的礼仪	(98)
六、日常工作有哪些礼仪	(99)
七、通讯礼仪	(104)
八、办公室语言的礼仪	(107)
九、在办公室必须注意的事情	(108)
十、在办公室用餐的礼仪	(110)

第六章 处世礼仪

一、礼貌待人	(111)
二、学会赞美他人	(112)
三、处世理为先	(114)
四、坚持自己的做人原则	(115)
五、处世要趋利避害	(116)
六、处世不要锋芒毕露	(117)
七、打人不打脸,骂人不揭短	(120)
八、不拘小节不可取	(121)

第七章 礼仪文书

一、礼仪文书的涵义和特点	(123)
二、礼仪文书的种类与写作要求	(124)
三、何谓书信礼仪	(125)
四、致词与函电有什么礼仪	(129)
五、柬帖与聘书有哪些礼仪	(133)
六、何谓贺卡礼仪	(135)



七、题词与启事礼仪规范	(136)
-------------------	-------

第八章 商务礼仪

一、商务礼仪的简介	(140)
二、常用商务礼仪有哪些	(142)
三、商务应酬礼仪的内容	(148)
四、商务演讲礼仪	(150)
五、邀约礼仪的主要形式	(155)
六、签字仪式礼仪有讲究	(160)
七、商务宴会礼仪	(163)
八、工作餐礼仪	(167)
九、自助餐礼仪	(171)
十、商务乘车礼仪有哪些	(175)

第九章 涉外礼仪

一、什么是涉外礼仪	(181)
二、如何接待外宾	(184)
三、会晤中的礼仪	(190)
四、涉外仪式中的礼仪	(194)
五、外宾最忌讳什么	(198)

第十章 民俗礼仪

一、年节风俗	(200)
二、民间礼节风俗	(207)



第一章 社交礼仪须知



一、礼仪的对象和范围

中国是一个具有五千年历史的文明古国，素以“礼仪之邦”享誉世界。在当前大力提倡社会主义精神文明的今天，广大青年必需要弘扬“礼仪之邦”的道德风范，使其为我国社会主义现代化建设服务。

我们生活在现代社会中的每个青年人都要与他人打交道，只要是有人群生存的地方，就必然存在着各种错综复杂的社会关系和人际关系。从一定意义上讲，人类的任何活动都是某种形式的社会交往活动，它不仅是人类的主观意愿，而且是人类生活的客观需要。我们必须明确在社会交际活动中以及在各种公共场合应遵守的礼仪规范，纠正违反礼仪规范的言谈举止，自觉养成讲文明、懂礼貌的好习惯，不断树立良好的社会道德意识。

礼仪研究的对象和范围到底是什么呢？

我们当今所说的“礼仪”包含的内容比较广泛，其中礼貌、礼节、仪表、仪式等都属于此。

礼貌是指言语动作谦虚恭敬的上佳表现。

礼节指在交际场合，送往迎来，相互问候，致意，祝颂，慰问等多方面固定使用的形式。

仪表指人的外表，包括容貌、姿态、风度、服饰等内容。

仪式指在比较大的场合举行的具有专门规定的程序化行为规范的活动，如发奖仪式、签字仪式、开幕式等。



礼仪知识的学习要注意理论与训练的有机结合，尤其应注重加强训练。理论上的学习是为了加深理解认识，但最终要落实在自己的具体行动上。

二、构成礼仪的基本要素与内容

1. 礼仪的基本要素

礼仪是由礼仪的主体、客体、媒体、环境等四项基本要素所构成的。

(1) 礼仪的主体 指的是礼仪活动的操作者和实施者。

(2) 礼仪的客体 指的是礼仪活动的指向者和承受者。

(3) 礼仪的媒体 指的是礼仪活动所依托的一定的媒介，由人体礼仪媒体、物体礼仪媒体、事体礼仪媒体等构成。

(4) 礼仪的环境 指的是礼仪活动特定的时空条件，分为礼仪的自然环境与礼仪的社会环境。礼仪的环境，经常决定着礼仪的实施。

2. 礼仪的内容

礼仪概论 包括礼仪的对象和范围、基本内容、特性原则和礼仪修养。

个人家庭礼仪 主要包括个人的言谈、举止、服饰等方面的礼仪要求和在家庭及亲友交往范围内的运用是家庭礼仪，它包括家庭称谓、问候、祝贺与庆贺、赠礼、家宴及家庭应酬等等礼仪规范。

社交礼仪 从家庭走向社会，进行社会交往，是礼仪行为向大社会的拓展。社交礼仪通常包括见面与介绍的礼仪；拜访与接待的礼仪；交谈与交往的礼仪；宴请与馈赠的礼仪；舞会与沙龙的礼仪；社交禁忌等等。

公务礼仪 公务礼仪是人们在公务活动过程中所应遵循的礼仪规范。在礼仪的一般原则指导下，把握公务活动过程中特殊的礼仪规范，可以提高公务活动的效率和成功率。公务礼仪通常包括工作礼仪；会



议礼仪；公文礼仪；公务迎送礼仪等。

礼仪文书 礼仪文书是人们在日常交往过程中，用书信和其他文字方式表达情感的礼仪形式，通过礼仪文书，可以达到交流思想、互通信息、加深友谊的目的。常用的礼仪文书有：礼仪书信；电子邮件；请柬；名片；贺年片；题词；讣告；唁电；碑文等等。

商务礼仪 商务礼仪体现在商务活动的各个环节之中。如果能够时时按照商务礼仪的要求去开展工作，这对塑造商业企业的良好形象，促进商品销售，将会起极其重要的作用。商务礼仪主要包括柜台待客礼仪；商务洽谈礼仪；营销礼仪；商业仪式等等。

民俗礼仪 不同的民族存在着不同的风俗习惯，在社交往来中自觉尊重这些风俗习惯，有助于促进交往的成功。习俗礼仪的内容主要包括日常生活礼俗、岁时节令礼俗、等等。

会务礼仪 指的是从事会务工作，都要按着有关的礼仪规范。

政务礼仪 是指国家公务员在从事公务活动时，所必须遵守的礼仪规范。

仪典礼仪 一般指仪式、典礼的正规作法与标准要求。

服务礼仪 主要指服务人员在自己的工作岗位上应遵守的行为规范。

涉外礼仪 指的是参加国际交往时遵守的常规通行的做法。

宗教礼仪 就是指各宗教的特殊的信仰和习俗。

三、礼仪有哪些特性和原则

1. 礼仪的特性

继承性 礼仪是一个国家、民族传统文化的重要组成部分。每一个民族的礼仪文化，都是在本民族固有传统文化的基础上发展起来的。

多样性 礼仪与每一个人都有着密切的联系，它涉及到不同的生活、学习和工作领域。因此，无论在内容和形式上，礼仪都是丰富多



样的。

规范性 礼仪是一种规范。礼仪规范的形成是对人们在社会交往实践中所形成的一定礼仪关系的概括和反映。这种行为准则，不断地支配或控制着人们的交往行为。规范性是礼仪的一个极为重要的特性。

应用性 礼仪具有很强的实用性和可操作性。

社会性 礼仪这种文化形态，有着广泛的社会性。礼仪贯穿于整个人类的始终，遍及社会的各个领域，渗透到各种社会关系之中。

差异性 礼仪作为一种行为准则和规范是约定俗成的，这是各民族礼仪文化的一个共性。但是对于礼仪的具体运用，则会因现实条件的不同而呈现出差异性。礼仪的差异性，还表现为同一礼仪形式，在不同场合，针对不同对象，会有细微差别。

综合性 礼仪是一门专门研究人的交际行为规范的科学，它又广泛吸收了其他许多学科的成果，用以充实、完善自身。所以它又是一门综合性学科。

普及性 每个人都必须参加交际活动，并希望自己的交际活动取得成功，而礼仪正是将交际活动导向成功的学科。因此礼仪是每人必修的普及性学科。

实践性 礼仪来源于社会实践，并且直接服务于社会实践。

变动性 礼仪是一种社会历史发展的产物，并具有鲜明的时代特点。礼仪是在人类的交际活动实践之中形成、发展、完善起来的；另一方面，社会的发展，历史的进步，又要求礼仪有所变化，这就使礼仪具有相对的变动性。

可操作性 切实有效，实用可行，规则简明，易学易会，便于操作，是礼仪的一大特征。

限定性 礼仪主要适用于交际场合，适用于普通情况之下，一般的人际交往与应酬。在这个特定范围之内，礼仪肯定行之有效。离开了这个特定的范围，礼仪则未必适用。这就是礼仪的限定性特点。

2. 礼仪有下列原则

宽容的原则 宽容是指要求人们在交际活动中运用礼仪时，既要



严于律己，更要宽以待人。

敬人的原则 在礼仪的两大构成部分中，有关对待他人的诸多做法之中最要紧的一条，就是要敬人之心常存，处处不可失敬于人，不可伤害他人的个人尊严，更不能侮辱对方的人格。

自律的原则 礼仪规范构成中，对待个人的要求即自律，是礼仪的基础和出发点。学习、应用礼仪，就是要自我要求、自我约束、自我控制、自我对照、自我反省、自我检点。

遵守的原则 在交际应酬之中，每一位参与者都必须自觉、自愿地遵守礼仪，用礼仪去规范自己在交际活动中的言行举止。否则，就会受到公众的指责。

适度的原则 这要求在应用礼仪时，为了保证取得成效，必须注意技巧及其规范，特别要注意做到把握分寸，认真得体。

真诚的原则 在人际交往中运用礼仪时，务必诚信无欺，言行一致，表里如一。只有这样，才会更好地被对方理解并接受。

从俗的原则 必须坚持入乡随俗，与绝大多数人的习惯做法保持一致。

平等的原则 在礼仪的核心点，即尊重交往对象、以礼相待这一点上，对任何交往对象都必须一视同仁，给予同等程度的礼遇。不允许厚此薄彼，区别对待，给予不同待遇。但允许根据不同的交往对象，采取不同的具体方法。

四、礼仪修养

1. 礼仪修养的概念

礼仪修养是指人们为了达到某种社交目的，按照一定的礼仪规范要求，结合自己的实际情况，在礼仪的品质、意识等方面所进行的自我完善和自我改造。

现代礼仪修养在继承传统优秀修养理论的基础上，认为礼仪修养



不但包括依照现代礼仪的基本原则和规范而进行的自我反省、自我检讨、自我批评和自我解剖，而且也包括在现代礼仪实践中形成的礼仪品质。由于把礼仪修养与具体的礼仪实践联系起来，这就使得礼仪修养具有了科学的内涵。

2. 礼仪修养的重要性

礼仪修养的重要性，主要表现在以下两个方面：

规范礼仪行为 行为是人类活动的特征，是人类有意识、有目的的活动，是人类所特有的生存方式。

人类的行为，具有复杂的表现形式和多样的层次结构。礼仪行为，既可以被看做是人类行为的一个独立层次，同时，它又渗透在人类的其他行为之中。因此，礼仪行为，就是人们在一定的礼仪意识的支配下，在人与人之间的交往过程中所表现出来的行为。

一方面，礼仪行为必须是基于对他人和社会礼仪需要的自觉认识而表现出来的行为。在交往过程中，人们要使自己获得他人和社会的尊重，达到交往的目的，首先要尊重别人，按照一定的礼仪原则和规范进行行动，自觉地认识这种礼仪关系，并付诸行动。

另一方面，礼仪行为必须是行为主体自由选择的结果，也就是说，作为一种礼仪行为，必须是由行为主体根据自己的意志所做出的抉择。

培养礼仪品质 礼仪品质是指一定社会的礼仪原则和规范在人的思想和行动中的体现，是人在礼仪行为中所表现出来的比较稳定的特征。一般说来，礼仪品质具有以下基本特征：

(1) 礼仪品质和礼仪行为密切联系，离开了一定的礼仪行为，就不能构成礼仪品质。

(2) 礼仪品质是自觉意志的行动过程。人的礼仪品质不仅仅是一种礼仪习惯或习性，更重要的还是一种自觉的意志行动过程，是认真地凭借意志的选择而得的习惯。

(3) 礼仪品质是在礼仪行为整体中表现出来的稳定特征。一个人的礼仪品质，不但在他的某个持续进行的行为中，而且更充分地体现在他的--系列行为所构成的行为整体中。即：礼仪品质就是一个人的



一连串礼仪行为，是一个人在礼仪行为整体中所表现的稳定的特征和一贯的倾向。

(4) 礼仪品质的形成不是先天的。礼仪品质的形成，既不能离开一定的社会环境和物质生活条件，也不能离开人们的生活实践和主观修养。

3. 礼仪修养的特征

同时性 人们的礼仪品质，主要是由人们对礼仪的认识、情感和行为习惯等基本要素构成的。这些基本要素，并不是彼此独立、互不相干的，在实际的礼仪修养过程中，这些基本要素往往同时起作用。人们的礼仪修养必须是在提高自己对于礼仪认识的同时，培养自己对于礼仪的情感，并进而养成自己的礼仪行为习惯。

多端性 对于礼仪的认识，是整个礼仪修养过程的前提，没有对礼仪的认识，就无所谓礼仪修养。但是，从整个社会来看，由于人与人之间的交往关系是错综复杂的，因而在交往过程中碰到的礼仪问题也会呈现出复杂的状况。初学礼仪的人可以把日常礼仪规范作为自我修养的重点；参加工作的人可以把公务礼仪作为自我修养的重点；参加商业工作的人可以把商务礼仪作为自我修养的重点，如此等等，这便是礼仪修养的多端性。

重复性 礼仪修养不但要使修养者对礼仪的认识自觉化并形成一定的礼仪品质，而且还要求实现礼仪行为上的自觉。一个人要在言谈举止上符合礼仪的规范要求，必须经过反复学习和实践。

实践性 礼仪修养具有强烈的实践性。因为：

礼仪修养必须适应当时社会实践的客观状况和客观要求。现代礼仪要求，是在承认人与人之间平等协作关系的基础上，提倡人与人之间的相互尊重、尊敬、关怀、真诚。

礼仪修养不能只停留在主观的范围内，只有亲自经受礼仪实践，才能使自己的礼仪水平不断得到提高。

渐进性 每个人的礼仪水平都是可以通过礼仪修养来提高的。只有通过不断努力，循序渐进，才会逐渐提高礼仪水平。最后使自己成



为一个时时处处都恪守礼仪的人。

4. 加强礼仪修养的方法

在礼仪修养方面，强调实践的作用。主要是指：

注重交往 人们只有在相互交往所形成的礼仪关系中，才能改造自己的礼仪品质。也就是说，一切礼仪修养必须结合人与人之间的交往活动来进行。要克服自己的非礼行为，培养自己的礼仪品质，也必须依赖于交往实践。

身体力行 礼仪修养的一个重要方面，就是说要身体力行。在礼仪修养中，人们就要把这些原则、规范立即运用到自己的交往实践、生活和工作中去，并对照检查并改正自己思想中一切与礼仪不符的东西，从而不断提高自己的礼仪修养。

反复实践 礼仪修养是一个从认识到实践的不断反复过程，通过反复，不断提高。要使自己成为一个知礼、守礼、行礼的人，就必须把对礼仪的认识运用到实践中去，化为实际的礼仪行动。如此不断循环，从而达到提高礼仪修养的目的。

总之，实践在礼仪修养中起着极其重要的作用，实践的方法是礼仪修养的根本方法。

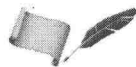
5. 礼仪修养的目的

礼仪修养的目的是使个人的言行在社会交往活动中，与自己的身份、地位、社交角色相适应，从而被人理解和接受。

社会角色是指在社交活动中，处于某社交关系状态的人。社会对于不同的社交角色提出了不同的行为规范和行为模式。

在社会交往活动过程中，随着主客关系和社交对象的变化，角色也在发生相应的变化。一个人扮演的不是一个社交角色，而是几个社交角色。按照一个人在社交中角色扮演的时间长短看，有些角色是与生俱来的。有些角色是凭借个人的社会生活获得的，这类角色中有些扮演时间比较长，而有些则比较短。

不同的社交角色，所应遵循的礼仪要求也就不同。不同的角色，其礼仪要求是有差别的。正式场合和非正式场合的礼仪要求也是有差



别的。在人与人之间的交往活动中，社交成功的重要标志是个人使自己的行为与他人和社会的期望相符合，社交角色的实现，是建立在个人对自己角色的认识基础上的。

在社交中，要把角色扮演得恰到好处，礼貌有加，事事得体，并不是一件容易的事情。因此，每个人一方面要重视社交角色的定位，增强角色意识；另一方面要加强自己的礼仪修养，以适应多种角色的不同的礼仪要求。

6. 礼仪修养的作用

美是人们创造生活、改造世界的能动活动及其在现实中的对象化。作为一个客观的对象，美是一个感性、具体的存在，是包含或体现社会生活的本质、规律，能够引起人们特定情感反映的具体形象。

美的客观社会性，是建立在人与自然之间的物质变换这个感性现实的客观社会性活动的基础之上的，不通过人的感性物质的客观社会性的活动，美也就不可能产生。所以，美的客观社会性，实质上是来自社会实践本身的客观社会性。

礼仪也是一种美。礼仪是人类社会实践的产物，是人们在日常生活和交往过程中为了保持社会的正常秩序而形成的一种规范，它又体现在人们的实践过程之中。良好的礼仪能使人感到人生的完美，使人产生兴奋的情绪，并进而产生积极的心态和行为；良好的礼仪也能使人们感受到美，从而容易使交往对象产生认同感，获得交往的成功。

礼仪的美主要是通过仪表美、精神美、言行美、环境美等等表现出来，构成了礼仪美的整体形象。