



礼仪修养规划系列精品教材

S 社交礼仪

ocial Etiquette

主编◎刘跟科 徐 昊 田桂琴

礼仪是一种体面而又**恰当**的操行；
是高贵的坐立、言行、举止；是**待人**接物的技巧；
是让人留下深刻、美好的印象，被人尊重的**行为表现**；
是人们在人际交往中以约定俗成的程序、方式来表现的**律己敬人**的行为。

中国商业出版社

责任编辑:蔡凯
博雅瀚文工作室装帧设计

礼行天下——礼仪修养规划系列精品教材

- ◇ **社交礼仪**
- ◇ 商务礼仪
- ◇ 服务礼仪
- ◇ 政务礼仪
- ◇ 职业礼仪
- ◇ 涉外礼仪
- ◇ 接待礼仪
- ◇ 庆典礼仪

Social Etiquette

建议上架:礼仪修养类



定价:36.80元



礼仪修养规划系列教材

社交礼仪

主 编 刘跟科 徐 昊 田桂琴

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

社交礼仪/刘跟科、徐昊、田桂琴主编. — 北京:
中国商业出版社, 2015. 1

ISBN 978 - 7 - 5044 - 8714 - 8

I. ①社… II. ①刘…②徐…③田… III. ①心理交
往 - 礼仪 - 高等职业教育 - 教材 IV. ①C912. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 194806 号

责任编辑:蔡凯

中国商业出版社出版发行

010 - 63180647 www. c - cbook. com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京高岭印刷有限公司印刷

* * * * *

787 × 1092 毫米 16 开 14 印张 350 千字

2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

定价:36.80 元

* * * * *

(如有印装质量问题可更换)

前 言

中国具有五千年文明史,素有“礼仪之邦”之称,中国人也以彬彬有礼著称于世。礼仪文明作为中国传统文化的一个重要组成部分,对中国社会历史发展有着广泛深远的影响,其内容十分丰富,涉及的范围十分广泛,几乎渗透于社会的各个方面。人们对礼仪的理解与认识同样丰富多彩,礼仪是一种体面而又恰当的操作;是高贵的坐立、言行、举止;是待人接物的技巧;是让人留下深刻、美好的印象,被人尊重的行为表现;是人们在人际交往中以约定俗成的程序、方式来表现的律己敬人的行为。总之,礼仪是一种为时代所认同的行为准则,是人们自觉学习和遵守的行为规范。

进入21世纪,人类社会正经历一个快速发展的新时期。我国的迅速崛起,在世界上赢得了更多的关注与尊重,和世界各国人民的交流日益频繁。在这种历史背景下,普及礼仪知识,充分展现中华民族“礼仪之邦”的风采,显得尤为重要。熟练掌握各种礼仪知识,不仅可以有效地展现一个人的风度和魅力,还体现出一个人对社会的认知水准、个人学识、修养和价值观,是现代人的处世根本,也是成功者的潜在资本,使我们得以和外界顺畅地进行交往。但是,在现实生活中,由于礼仪知识缺失以及礼仪观念淡薄,造成交流不畅、理念冲突的报道经常见诸媒体;由于礼仪运用不当影响交往、破坏组织形象的事件时有发生。

继承和发扬我国优良的礼仪传统,是我们义不容辞的责任,不论我们工作在学校、公司、媒体、社会组织或政府部门,还是日常生活起居、或行走于公共场所,都需要我们有得体的行为、优雅的风姿,并以恰当的方式表达出对他人的尊重、赞赏和关心,同时也为自己赢得尊重与友谊。

为适应当前学生素质教育的发展,切实提高从业人员的培养质量,提高从业人员礼仪素养,适应各行业不同的特点和要求,我们按不同行业组织编写了这套“礼行天下”系列培训教程。包括以下八本:《社交礼仪》、《商务礼仪》、《服务礼仪》、《政务礼仪》、《涉外礼仪》、《职业礼仪》、《接待礼仪》、《庆典礼仪》。

本系列教程注重编写特色的连续性，侧重于礼仪规则和行为规范的具体介绍和训练，通过案例引入，导入相关礼仪内容，启发学生思维，激发学生兴趣；并通过丰富的案例、图片展示解读相关规则，生动直观；通过小组互动、实践训练将理论与实际运用有机结合起来，培养学生宽容、谦逊、诚信的待人态度，守则自律、是非分明、与人为善、助人为乐的做人品行，庄重大方、热情友好、谈吐文雅、讲究礼貌的行为举止。

本系列教程可供各类院校涉及相关专业教学使用，还可作为企业员工礼仪培训用书及从业人员自学读物及大学毕业生的求职礼仪指导用书。《社交礼仪》教程由刘跟科、徐昊、田桂琴任主编，王金庆、黄健生、米旋、张艳艳任副主编，参加本书编写的有刘跟科、徐昊、田桂琴、王金庆、黄建生、米旋、张艳艳、甄逢江、王璇、吴颢、杜昌志、王滕滕、于志明、陈鹏、易绍兴、吴玉玲、王昆、高玉香等。书中示范图片由米旋组织排练，陈鹏、张艳艳摄影，书中漫画由张艳艳、王昆绘制。

本教程出版之际，对中国商业出版社的相关编辑深表谢意。感谢他们在本教程编写过程中给予的莫大支持和热心协助。此外本教程的编写过程中，曾多次听取有关专家、教师的意见，参考了大量有关方面的书籍、文献，在此谨向有关专家、教师、作者表示衷心的感谢。

限于时间、水平有限，本教程编写过程中的缺陷在所难免，敬请读者指正，以臻完善。

编者

2015年1月

目 录

第一章 概论	(1)
第一节 礼仪内涵	(1)
第二节 礼仪的学习与运用	(9)
第二章 个人礼仪	(18)
第一节 仪容	(18)
第二节 仪态	(35)
第三节 服装	(46)
第四节 饰品	(55)
第三章 交往礼仪	(58)
第一节 称呼	(58)
第二节 介绍	(62)
第三节 握手	(66)
第四节 名片	(70)
第五节 交谈	(73)
第四章 联络礼仪	(80)
第一节 电话礼仪	(80)
第二节 书信礼仪	(85)
第三节 拜会礼仪	(91)
第四节 接待礼仪	(95)
第五节 馈赠礼仪	(99)
第六节 送花礼仪	(104)
第五章 公共礼仪	(111)
第一节 行进	(111)
第二节 交通	(116)

第三节 购物	(123)
第四节 观光	(127)
第五节 宾馆	(132)
第六章 应酬礼仪	(136)
第一节 亲缘	(136)
第二节 友缘	(142)
第三节 地缘	(145)
第四节 业缘	(150)
第七章 应聘礼仪	(159)
第一节 应聘准备工作	(159)
第二节 应聘面试时的基本礼仪要求	(167)
第三节 公务员面试技巧	(175)
第八章 聚会礼仪	(182)
第一节 宴会礼仪	(182)
第二节 晚会礼仪	(191)
第三节 寿诞礼仪	(196)
第四节 婚礼的基本礼仪	(199)
第五节 吊唁礼仪	(202)
附录	(205)
附录一	(205)
附录二	(209)
附录三	(210)
附录四	(211)
附录五	(213)
附录六	(214)

第一章 概论

讲礼仪是社会文明的一种体现。国家有大小之分,民族有多寡之别,社会形态也各不相同,但是各民族都讲究文明,注重礼仪,希望友好往来。讲究礼仪是社会对每位公民的基本要求。要成为一个受人尊重和受人欢迎的文明公民,就必须注意自己的言行举止,养成讲究礼仪的良好习惯。况且现代社会发展变化迅速,社会交往频繁,对社交活动的要求水平越来越高,人们越来越需要认真学习社交活动的有关仪表、仪态、交际等礼仪方面的知识,学会沟通、协调,并建立和谐的人际关系,调节紧张的生活,强化个人素质、塑造个人形象,建立友谊、交流情感、广结良缘、增长见识、扩展信息、融洽往来。礼仪不仅有利于维护整个社会的安定团结,而且还有利于社会和谐稳定和发展。因此,在社会生活中,人们往往把讲究礼仪作为一个国家和民族文明程度的重要标志;对个人而言,礼仪则是衡量一个人的道德水准高低和有无教养的尺度。成功学大师拿破仑希尔说:世界上最廉价,而且能够得到最大收益的一种特质就是讲礼仪。

第一节 礼仪内涵

◆案例引入

【案例1-1】

某医疗器械厂与美国客商达成了引进“大输液管”生产线的协议,第二天就要签字了。可是,当该厂厂长陪同外商参观车间的时候,不经意间向墙角吐了一口痰,然后用鞋底去擦。这一幕让外商彻夜难眠,他让翻译给那位厂长送去一封信:“尊敬的厂长先生,我十分佩服您的才智和精明,但是您在车间里吐痰的一幕使我彻夜难眠。恕我直言:一个厂长的卫生习惯可以反映一个工厂的管理素质,况且,我们今后生产的是用于治病的输液管。贵国的成语说得好:人命关天!请原谅我的不辞而别,否则上帝会惩罚我……”一项已基本谈成的项目,就这样“吹”了。

【案例 1-2】

日本的著名企业家松下幸之助开始创业时不修边幅，企业也不注重形象，因此企业发展缓慢。有一天理发时，他的理发师不客气地批评他不注重仪表，说：“你是公司的代表，却这样不注重衣冠，别人会怎么想？连人都这样邋遢，他的公司会好吗？”松下幸之助听后感觉很有道理，从此松下幸之助一改过去的习惯，开始注意自己在公众面前的仪表仪态，同时也注重对员工的要求，生意也随之兴旺起来。现在，松下电器产品享誉天下，与松下幸之助长期率先垂范，要求员工懂礼貌、讲礼节是分不开的。

【讨论】

1. 这是两个关于 CEO 的故事，为什么一个煮熟的鸭子飞了，另一个生意却兴旺起来？
2. 说一说您对礼仪的认识。

礼仪体现一个人的修养、体现一个企业的形象和文化、体现一个民族的素质。一个人的礼仪修养水平，能使其行为举止留给人们美好的印象，有助于人们获得交往活动的成功。讲礼仪可以使得社会更加安定。掌握规范的社交礼仪，能为交往创造出和谐融洽的气氛，建立或改善人际关系。

人无礼则不生，
事无礼则不成，
国无礼则不宁。

——荀子



◆ 跟我学礼仪

一、礼仪的内涵

礼仪是律己、敬人的一种行为规范，是表现对他人尊重和理解的过程和手段。

礼仪其实就是交往艺术，就是待人接物之道。礼仪是在人际交往中，以一定的、约定俗成的程序方式来表现的律己敬人的过程，涉及穿着、交往、沟通、情商、处世等内容。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，简单说就是人与人交往中必须遵守的行为规范和准则。

礼仪作为一种约束和规范主要表现在四个方面：

1. 礼貌

礼貌一般是指在人际交往中敬重、友好的表示，通过语言、动作向交往对象表示谦虚与恭敬。礼貌是人与人之间和谐相处的意念和行为，展现一个人的思想、文化修养和交际能力。恰当地运用礼貌用语能够调和及融洽人际关系。如，“谢谢”、“辛苦了”、“欢迎”、“见谅”、“不客气”、“对不起”、“没关系”等等。

2. 礼节

礼节通常是指人们在日常生活和交际场合，相互表示尊重、友好的惯用形式，也就是人际交往过程中的行为规范。如拜会、回访、敬茶、让座让路、尊老爱幼、待人热情等等。

禮

3. 仪式

仪式是一种正式的礼节形式,是在一定场合举行的、具有专门程序的活动。为表示敬意而隆重举行的规范化活动,均属仪式的范畴。如开业典礼、迎来送往中的鸣炮奏乐、迎三步送七步、鞠躬握手、拥抱、招手等。

4. 仪表

仪表是指一个人的外表,如容貌、服饰、姿态、举止等,是一个人精神面貌的外在体现。

由此可见,“礼”是制度、规则和社会意识观念;“仪”是礼的具体表现形式,“仪”是依据“礼”的规则和内容形成的一套系统而完整的程序。礼仪是行为规范或行为模式。比如,见面时,不自觉地握手,说“您好”,临走时,挥挥手,说“再见”。

礼仪作为一种文化,是人们在社会生活中处理人际关系的标准,是用来对他人表达友谊和好感的符号。礼仪约束人们的欲望,维护社会秩序,促进人际关系的和谐。

◆ 小互动

我国素有“礼仪之邦”的美誉,以“和谐、仁爱、忠孝、谦让、敬人”为精髓的中华礼仪文化源远流长,并且具有完备的礼仪体系,这是我们中华民族的骄傲,应发扬光大。一些古代礼貌用语现在使用起来依然会感到比较亲切。比如:宾客来到说:“欢迎光临”;祝人健康说:“保重”。

思考一下,下列情况应当如何说?

欢迎购买说——

得到帮助说——

向人祝贺说——

求人方便说——

中途先走说——

请人勿送说——

送人远行说——

等候别人说——

没能迎接说——

需要考虑说——

二、礼仪的要素

1. 礼仪的要素

礼仪是由礼仪的主体、礼仪的客体、礼仪的媒体(载体)、礼仪的环境等四项基本要素所构成的。

礼仪的主体,指的是礼仪活动的操作者和实施者。它既可以是个人,也可以是组织。当礼仪活动规模较小、较为简单时,其主体通常是个人。当礼仪活动规模较大、较为复杂时,其主体通常是组织。没有礼仪主体,礼仪活动就不可能进行,礼仪也就无从谈起。

礼仪的客体,又叫礼仪的对象,它指的是礼仪活动的具体指向者和承受者。从外延上讲,它可以是人,也可以是物;可以是物质的,也可以是精神的;可以是具体的,也可以是抽象的;可以有形的,也可以是无形的。没有礼仪客体,礼仪就失去了对象,就不成其为礼仪。礼仪的客体与礼仪的主体二者之间既对立,又依存,而且在一定条件下相互转化。

礼仪的媒体,指的是礼仪活动所依托的一定的媒介。它实际上是礼仪内容与礼仪形式的统一。任何礼仪都必须使用礼仪媒体,不使用礼仪媒体的礼仪不可能存在。礼仪的媒体,具

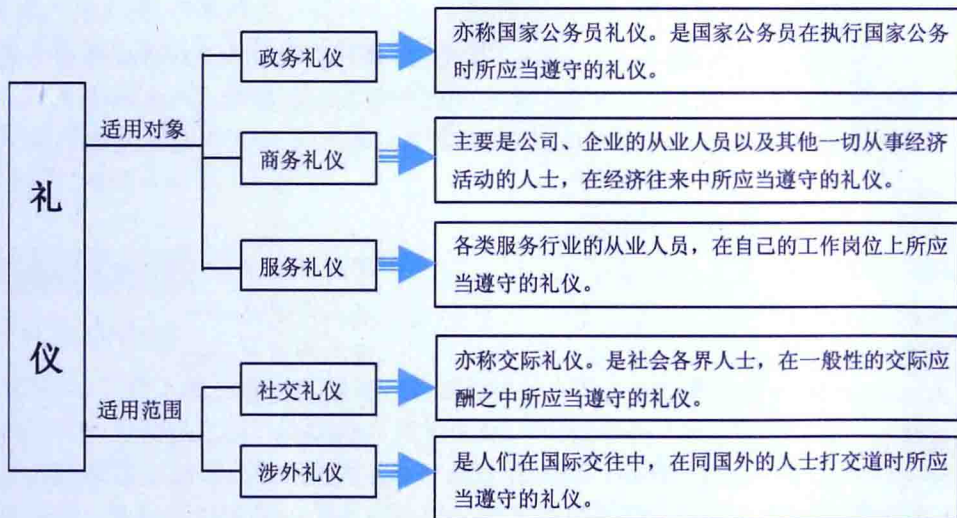
体是由人体礼仪媒体(参与的人)、物体礼仪媒体(借助的物体)、事体礼仪媒体(涉及的活动或行为)等构成的。在具体操作礼仪时,这些不同的礼仪媒体往往是交叉、配合使用的。

礼仪的环境,指的是礼仪活动得以进行的特定的时空条件。大体来说,它可以分为礼仪的自然环境与礼仪的社会环境。礼仪的环境,经常制约着礼仪的实施。不仅实施何种礼仪由其决定,而且礼仪具体的实施方法也由其决定。

礼仪都是通过主体的语言、行为或物体来表达对礼仪客体的尊重。如,在某人家的客厅里,主人面带笑容地为客人端上一杯茶,请客人享用。这个礼仪体现了主人对客人的热情款待,是在家庭环境里通过人、物体(茶)表达出来的。这就构成了礼仪的基本要素:环境、主体、客体和媒体。

2. 礼仪的分类

礼仪依据适用对象和适用范围,有各种不同的分类方式,常见的分类如下:



3. 礼仪的核心

我国古代大思想家孟子说:“敬人之心,礼也。”讲究礼仪有三个基本的、显著的标志:一是给老人充分的尊重;二是给女士优先照顾;三是给儿童真心喜欢。因此,尊重是礼仪的基石,也是待人接物的根基。只有尊重别人,才能赢得别人的尊重。大千世界,具体礼仪数不胜数,其核心就是:尊重。而尊重的一个内在表现形式和要求就是礼仪。

尊重依据尊敬的对象不同分为自尊与尊他。

- (1) 自尊为本,自尊自爱,爱护自己的形象;
- (2) 热爱自己的职业;
- (3) 热爱自己的工作单位;
- (4) 尊敬他人。

◆ 小互动

【案例 1-3】

吴青和周悦是一对好朋友。有一次学校发放《贫困生助学贷款申请表》，吴青了解到周悦家境贫寒，符合申请资格，并且也急需这一笔助学贷款，便催促周悦去领表。可是，周悦迟迟不肯行动，吴青急了，叫起来：“你不是跟我说过，你爸妈都下岗了，家里没钱供你读书只有找亲戚借，但是亲戚借钱的脸色好看吗？与其看人脸色，还不如直接向银行贷款。”当时正是课间，很多同学的目光都被吸引到两人身上。周悦的脸一直阴着，仍旧一言不发。吴青自悔失言，却不知道如何补救，两个好朋友好长一段时间都没有说话。

【议一议】

在日常交往中，吴青作为好朋友，关心周悦，体现了吴青待人诚恳，善良。但，为什么两个好朋友好长一段时间都没有说话？

【说一说】

这个礼仪活动属于哪一类别？礼仪的主体、礼仪的客体、礼仪的媒体、礼仪的环境等四项基本要素各是什么？

三、礼仪的特征

礼仪是在社会交往过程中人们的行为准则，人们以此来规范和约束自己的行为，协调和制约人际间的相互关系。与其他行为准则相比，礼仪具有以下特点：

1. 传承性

礼仪是一个国家、民族传统文化的组成部分。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。礼仪的传承是一个扬弃的过程，一个剔除糟粕、继承精华的过程。那些反映劳动人民的精神风貌、代表劳动人民道德水平和气质修养的健康高尚的礼仪得到了肯定和发扬，而那些代表帝王将相封建迷信的繁文缛节得以根除。比如古代的磕头跪拜风早已被现代的握手敬礼所替代；至于古代朝见天子所需的三跪九叩，更早已被抛进历史的垃圾堆。而那些“温良恭俭让”、“尊老爱幼”的行为规范则得到了弘扬。礼仪就是这样，作为一种人类的文明积累，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，这不仅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。这就是礼仪传承性的特定含义。正是因为礼仪具有传承性，各个国家和地区的礼仪才具有了自己的特色。



2. 规范性

礼仪，指的就是人们在交际与待人接物时必须遵守的行为规范。这种规范性的实质反映的是一种被广泛认同的社会价值取向和对他人的态度。无论是具体言行还是具体的姿态，均可反映出行为主体所具有的思想、道德等内在品质和外在的行为标准。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。总之,礼仪是约定俗成的一种自尊、敬人的惯用形式。因此,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,都难以为交往对象所接受、所理解。

3. 普遍性

礼仪是人类在社会生活的基础上产生的行为规范,是全社会约定俗成、全社会共同认可、普遍遵守的准则。在生活中,许多礼仪是不随人的意志为转移的,它的存在本身具有很强的普遍性,礼仪无处不存,礼仪无时不在,从政治、经济、文化领域,到人们的日常生活方面,礼仪活动普遍存在,被人们广泛认可,反映着人们对真善美的追求愿望。现代社交礼仪的内容已渗透到社会的方方面面,比如,大到一个国家的国庆庆典,小到一个企业公司的开张志喜,再到人们日常生活中的接待、见面谈话、宴请等,均需要讲究礼仪规范,遵守礼仪行为准则。

一般来说,礼仪代表一个国家、一个民族、一个地区的文化习俗特征。但我们也看到不少礼仪是全世界通用的,具有全人类的共同性。例如:问候、打招呼、礼貌用语、各种庆典仪式、签字仪式等等,比如最简单的问候语“你好”、“再见”,这几乎是全世界通用的一种问候礼节。具有绝对的普遍性。

4. 自律性

礼仪是社会生活中约定俗成的习惯和规则,礼仪对人们的各种行为规范都有着广泛的约束力,但这种约束力不是强制性的。礼仪不像法律那样威严,也不像道德那样肃然,礼仪的实施无须别人的督促和监督,有人冒犯了礼仪规范,也不会受到法律的制裁。因此,礼仪的实施,主要是依靠人们自觉地利用礼仪规范来约束自己的行为,这就是礼仪的自律性。礼仪的这一特点,要求人们在实施礼仪的过程中,树立起一种内心的道德信念和行为修养准则,不断提高自我约束、自我克制的能力,在人际交往中自觉地遵守礼仪规范。礼仪的自律性并不是说礼仪是可以随意冒犯的,不注意礼仪的人在社会生活中会处处碰壁,孤独、尴尬、失意总是难以摆脱,而自觉地注重礼仪,与人交往就会一帆风顺,处处受人尊重。

5. 差异性

礼仪作为一种约定俗成的行为规范,其运用要受到时间、地点和环境的约束,同一礼仪会因时间、地点或对象的变化而有所不同。这就是礼仪差异性的特点。俗话说:“百里不同风,千里不同俗”,不同的文化背景,产生不同的礼仪文化,不同的地域文化决定着礼仪的内容和形式。

礼仪的差异性首先表现为民族差异性,不同民族的礼仪多姿多彩,各具特色。各民族的习俗礼仪都凝结着本民族本地区人民的文化情结,人们严格遵循,苦心维护,难以改变。比如见面礼,不同的民族有着不同的表现形式:有脱帽点头致意的,有拥抱的,有双手合十的,有手按抚在胸口上的,更多的还是握手致意。

礼仪的差异性还表现为个性差异,每个人因其地位、性格、资质等因素的不同,在使用同样的礼仪时会表现出不同的形式和特点。比如出席招待会,男人和女人的礼仪规范也有不同之处。如“女士优先”已成为社交往来中应该遵守的礼仪规范。

礼仪的差异性还表现在礼仪的等级差别上,对不同身份地位的对象施以不同的礼仪。同样是宴会就会因招待对象的身份地位高低的差别而有所不同,身份和地位高的,可能就会受

到更高级的款待,身份低的相对就低一等。如,师生相遇时,学生应向老师行鞠躬礼,而老师对学生则不必行鞠躬礼相还,只要向学生微笑致意并问候就可以了。

礼仪的差异性还表现在其时代变异性。礼仪随着社会的进步而不断发展、丰富和完善,又称礼仪的发展性。礼仪总是体现着时代要求和时代精神,因而会随着时代发展而产生差异。世界各国都很重视礼仪改革,现代礼仪发展变化的趋势是使礼仪活动更加文明、简洁和实用。例如:在我国,握手替代了作揖,鞠躬替代了跪拜;如今节假日给亲朋好友打个礼仪电话,发个短信、微信,或送去礼仪鲜花,表示祝贺与问候。这些都反映了礼仪发展性的特点。



禮

礼仪的差异性要求我们在社交和礼仪活动中,既要注意各民族、国家、区域文化的共同之处,又要谨慎地处理相互间的文化差异及身份差异。

6. 限定性

比如,社交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。在这个特点范围之内,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。必须明确,当所处场合不同,所具有的身份不同时,所要应用的礼仪往往会因此而各有不同,有时甚至还会差异很大。一般而论,适合应用礼仪的,主要是初次交往、因公交往、对外交往等三种交际场合。

7. 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。它不是纸上谈兵、空洞无物、不着边际、故弄玄虚、夸夸其谈,而是既有总体上的礼仪原则、礼仪规范,又在具体的细节上以一系列的方式、方法,仔细周详地对礼仪原则、礼仪规范加以贯彻,把它们落到实处,使之“言之有物”,“行之有礼”。礼仪的易记易行,能够为其广觅知音,使其被人们广泛地运用于交际实践,并受到广大公众的认可,而且反过来,又进一步地促使礼仪以简便易行、容易操作为第一要旨。

8. 理智性

礼仪实际上是以对真、善、美的追求为基础,展现了彼此之间的相互尊重,是为人做事的自觉性和理智性的体现。一个人知道怎么做是有礼的、规范的;一个人更要知道:什么是不应当做的,从而更自觉地约束自己的行为,使之符合礼仪的要求。

◆ 小互动

1. 酒满茶半以礼待人

我国历来就有“客来敬茶”的民俗。俗话说:酒满茶半。奉茶时应注意:茶不要太满,以八分满为宜。水温不宜太烫,以免客人不小心被烫伤。上茶时应以右手端茶,从客人的右方奉上,并面带微笑,眼睛注视对方。选茶也要因人而异,如北方人喜欢饮香味茶,江浙人喜欢饮清芬的绿茶,闽粤人则喜欢酽郁的乌龙茶、普洱茶等。茶具可以用精美独特的,也可以用简单质朴的。



2. 饭桌转盘顺时慢转

在聚会吃饭时，经常会遇到带转盘的圆桌，如果饭局上有长幼之别，一道菜刚上来，应先转到主人、主宾、尊者面前，待其享用之后，其他人再慢转转盘。并且，转盘应顺时针转动，切忌快速旋转。

3. 鱼头鱼尾有说法

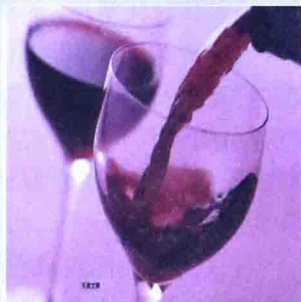
家庭宴会当中，主人应将鱼头朝向桌上辈分最大、职务最高的人摆放，由他带头吃鱼喝酒。

4. “拱手抱拳礼”双手有高低

大多数情况下的拱手礼应该是左手在上右手在下，即左手压住右手。这是因为，人们一般多使用右手来持兵器，用左手压住右手则象征或表达了中国古人热爱和平的意愿。

【议一议】

收集材料，讲一讲我国春节拜年有哪些礼仪？这些礼仪古今有何异同？不同地域有何特点？



◆ 拓展与提高

中华礼仪的主要精神

1. 自强不息、刚健有为的进取精神。

中国古代文化经典《周易》上说：“天行健，君子以自强不息。”就是提倡人应效法日月星辰刚健运行那样奋斗不息、积极进取，坚持独立意志、人格尊严和做人原则。自强不息是中国传统文化思想的主旋律，也是中华民族历经磨难而不倒，中华文明历经浩劫而传承的重要因素。这种精神铸就了中国人民百折不挠、愈挫愈奋的民族品格。

2. 以和为贵、和而不同的和谐精神。

早在 2000 多年前，中国古代思想家就提出“和实生物”、“和而不同”等思想。主张国家之间、民族之间、人与人之间和谐共处；不同文明之间和谐共存；人与自然和谐共生。“和”是中华文化的精髓，是中国人民奉行的崇高价值，在中国历史上曾经起了促进民族团结，增强民族凝聚力，实现睦邻友好的积极作用。

3. 民为邦本、民贵君轻的民本思想。

成书于殷商时期的《尚书》中就有“民惟邦本，本固邦宁”的思想。我们提出的“以人为本”，是对“民本”思想的继承和发扬。就是通过改革开放，解放和发展生产力，满足人们日益增长的物质文化需求；就是要在平等、自由的条件下实现人的全面发展。

4. 天人合一、民胞物与的人与自然相统一的思想。

中国宋代哲学家张载明确提出“天人合一，民胞物与”的思想。就是说，天地犹如父母，人与万物都是天地所生，人民都是我的兄弟，万物都是我的朋友。这充分肯定了人

