



“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定

大学生实用礼仪教程

DAXUESHENG SHIYONG LIYI JIAOCHENG

■ 卢志鹏 康青 主编



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定

大学生实用礼仪教程

主 编 卢志鹏 康 青
副主编 熊十华 史 懿
杨苏立 潘留芳



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生实用礼仪教程/卢志鹏, 康青主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2014. 7
ISBN 978 - 7 - 5640 - 8851 - 4

I. ①大… II. ①卢… ②康… III. ①大学生 - 礼仪 - 高等职业教育 - 教材
IV. ①G645. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 178276 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

82562903 (教材售后服务热线)

68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京富达印务有限公司

开 本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 / 23

字 数 / 530 千字

版 次 / 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

定 价 / 39.80 元

责任编辑 / 李志敏

文案编辑 / 江 立

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 马振武

再版前言

《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》规定我国各级各类学校都要“全面贯彻党的教育方针，坚持教育为社会主义现代化建设服务，为人民服务，与生产劳动和社会实践相结合，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人”。

未来中国教育的根本是坚持育人为本，全面推进素质教育，解决好培养什么人和怎样培养人的问题。学校教育必须“坚持德育为先”，把社会主义核心价值体系融入国民教育全过程；必须“坚持能力为重”，优化知识结构，丰富社会实践，强化能力培养，着力提高学生的学习能力、实践能力和创新能力。教育学生学会知识技能，学会动手动脑，学会生存生活，学会做事做人，促进学生主动适应社会，主动适应世界，开创美好未来；必须“坚持全面发展”，实现文化知识学习和思想品德修养的统一、理论学习与社会实践的统一，以及全面发展与个性发展的统一。促进德育、智育、体育和美育有机融合，提高学生综合素质，使学生成为德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。

《大学生实用礼仪教程》一书，正是在中国教育改革创新的新浪潮中应运而生的。宗旨就是加强当代大学生社会主义新时代形象的塑造和整体素质素养的训练养成，加强中华民族精神和优良传统美德的熏陶，使之成为能够主动适应世界和中国发展变化、主动适应我国经济文化和社会结构改革创新，以及适应新型职业岗位工作需要的品行好、知识宽、基础牢、能力强的全面发展的社会主义现代化建设事业和改革开放事业优秀建设者和可靠接班人。教材出版使用两年来，受到了广大施教者和同学的欢迎，得到了礼仪教育专家的认可和好评，也得到了同行和专家们的中肯指点。为了使本书能够起到更好的育人效果，我们本着精益求精的理念，对本书进行了修订，并增添了相关照片、图片及礼仪英语，以期增强使用效果。

为了适应我国对外开放事业需要，我们特增加了一章“英语礼仪”，内容涵盖了日常生活、社会交往和商务三大领域。现在，在各个领域的对外交流与合作交往中用外语沟通交流和业务谈判已经习以为常，大学生为了能主动适应我国对外改革开放事业的需要，能在职场工作岗位上有效开展对外交流和业务工作，结交外国朋友，有必要掌握基本的英语礼仪用语。为此，本书特增加编写了职场基本礼仪英语，供同学们学习训练。

我们欢迎教材使用者和关心礼仪教育的各界人士提出宝贵意见。我们的宗旨是编写——使用——修订——再使用——再修订，直至使之成为一部大学生素质素养教育的精品教材，为我国大学教育改革创新和内涵建设发展尽绵薄之力。

《大学生实用礼仪教程》编写组

前言

同学们：你知道什么是礼仪吗？你的大学生形象塑造得怎样了？几年之后走向职场，你准备好了吗？

在现代大学生身上，我们闻到了青春气息，看到了民族的未来希望。然而在求职场上，部分大学生总是有“苦恼”，其中一个重要的原因是大学生的自我形象塑造得不够完美且礼仪不够到位，大学生职场礼仪形象不能与现代公民及现代职场的生活和工作需要相适应。

许多大学生坚信，优秀的学习成绩、资格证书和获奖证书等这些“硬件”是自己获得理想工作或在日后的事业中获得成功的主要条件。确实，这些条件对于求职和工作必不可少，但是拥有这些“硬实力”还远远不够，还只是具备了成功求职和事业发展的一半条件。而另一半条件就是形象这个“软实力”，即求职大学生是否具备职场期许的良好形象，像不像职场中的人。如果具备了职场所期许的良好形象，看起来也蛮像职场中人，那么你将会叩开职场大门。正如罗伯特·庞德所言：“大多数不成功的人之所以失败是因为他们首先看起来就不像成功者。再者，他们看起来就不想成功，或者根本不知道什么是成功，或者当成功的机会到来时，他们根本不知道如何把握成功。”当然，完全以像不像职场中人来要求大学生有失公允，然而这却是不可逆转的客观事实。国内一位资深的人力资源管理专家在谈到企事业单位招聘员工时说道：“以外表取人永远是不对的，但不以外表取人似乎又是永远不可能的。”所以对于大学生来说，要高度重视今天的形象的打造。到求职时，无论你承不承认或愿不愿意，你的形象和礼仪都将会给招聘面试官留下很深的印象。这个印象不仅影响你的录用，而且还会影响你日后职场的事业发展。可见大学生的礼仪和形象是其个人品牌和名片，用人单位将会通过个人品牌和名片来决定是否给你发放进入职场就业工作的通行证。

因此，对大学生这个特殊社会群体和未来社会主流人群，深入开展形象打造与礼仪学习训练以形成高尚的人格魅力和知识魅力是高校义不容辞的责任。在当今眼球经济的时代，形象比以往任何时候都重要。大学生良好的形象和礼仪的塑造应展示出一种奋发向上的精神，以及自信、自律、自重、自尊和自强的能力魅力形象。以一种无形的强大力量向社会用人单位明示我行、我能、我会，我有教养、有修养、有能力并有潜力，只要你们敢要我用我，我一定能为你们创造财富和效益，你们用我将永远是正确的。

九层之台，起于垒土；千里之行，始于足下。对于大学生来说，打造自身良好的形象，绝非一日之功和易举之事。它要求我们从进校门就要开始从头做起，从点点滴滴平凡小事做起，加紧自我磨砺和自我修炼。用心打造自己的良好形象，提升整体职业素质和素养，做到有实力和有形象，培养自己的领袖气质和职场实际工作能力。

鉴于上述认识，我们认真学习汲取了有关礼仪专家的研究成果，总结了自身执教礼仪课程的经验教训，有创意地编写了《大学生实用礼仪教程》，其中力图凸显以下几个特点。

（1）新颖性：全书紧密结合大学生的今天与明天、生活与学习、学校与职场以及家庭与社会的实际，构建了由释礼篇、交往篇、校园篇、社交篇、求职篇、职场篇、公德篇和对外篇结构布局。并且紧扣学习内容与课程目标精心设计了“思考、案例分析和综合拓展训练”三类训练课目，形成一个融知识和训练为一体的全新的教材体系，以满足大学生的学习心理需求和未来发展的需要。

(2) 针对性: 全书针对大学生修养、能力的培养、职场求职形象设计和职业生涯规划的需要, 在每章开头特设“本章导学”栏目, 尽量缩短教材知识与学生学习心理的距离。从而引导大学生有针对性地创造性地开展形象礼仪项目训练, 这是有别于其他同类教材的又一特点。

(3) 操作性: 本书坚持理论精要、原则到位和操作要点清晰规范。让大学生通过自主、探究、合作及角色训练过程, 以及任务驱动等方式的学习做到深刻理解、生动体验和深度感悟现代礼仪的要义, 提升礼仪道德修养, 增强人格魅力, 实际操作性强。

(4) 包容性: 本书精选了古今中外的 200 多个典型案例, 其中 80% 以上是来自大学生实际的案例并对案例做了“温馨提示”。这些案例不仅重视了礼仪的内涵, 还扩大了其外延。让世界、民族、外国、中国、职场、校园、社会、家庭、现在、将来、失败、成功、痛苦和快乐融为一体, 交相辉映。既有学习的典范, 又有行为的警示, 因此, 整个教材具有独特的包容性亮点。

(5) 可读性: 参加本书编写工作的成员采集了许多自己教学经历和身边的以及大学生的真实故事; 同时从大学生的在校学习、社会公民和未来职场人的多种角色的角度给予礼仪修炼和形象塑造的途径和方法, 凸显了理论与实际紧密结合和活学活用和学以致用用的特点, 因此具有很强的可读性。此外, 本教材适合不同层面的大学生及愿意学习礼仪的读者使用。

在编写本书的过程中, 我们得到从事该课程老师的支持和帮助, 参阅了金正昆等专家教授的相关文献, 还采集了国内出版物及互联网有关论述和案例, 在此一并谨向有关作者表示诚挚的感谢!

教材开发与建设是高等院校培养高素质复合型技能人才的重要保证, 因此, 我们本着培养高素质人才的需求, 贯彻 21 世纪课程教材改革精神, 高度认真负责地开展了本书的构思与编写。该书由于是带有开创性实用性的新教材, 因此书中难免有疏漏及不当之处, 敬请使用本书的教师和大学生朋友提出宝贵意见和建议, 以便不断修订及不断完善。

卢志鹏

2009. 7. 18

目 录

●释礼篇	1
第一章 礼仪概述	1
第一节 礼仪的本质	1
第二节 礼仪的起源与发展	6
第三节 东西方礼仪比较	11
第四节 礼仪的原则及作用	16
第五节 礼仪的教育与礼仪修养	26
【思考与训练】	31
●交往篇	33
第二章 交往礼仪	33
第一节 称呼	33
第二节 举止	38
第三节 名片	43
第四节 通信	49
第五节 沟通	57
第六节 交谈	67
第七节 家庭	76
第八节 涉外礼仪	95
【思考与训练】	97
●校园篇	101
第三章 校园礼仪	101
第一节 大学生仪容仪表	102
第二节 大学生着装	113
第三节 学习	122
第四节 生活	130
第五节 活动	134
第六节 集会	136
第七节 礼貌	138
第八节 交友	142
第九节 实习实训	147
【思考与训练】	152

● 社交篇	155
第四章 应酬礼仪	155
第一节 拜访	156
第二节 宴会	168
第三节 舞会	179
第四节 馈赠	186
第五节 晚会	194
【思考与训练】	201
● 求职篇	203
第五章 求职礼仪	203
第一节 求职仪表	203
第二节 个人资料	214
第三节 自我介绍	222
第四节 面试礼仪	226
第五节 面试技巧	238
第六节 面试后礼仪	248
第七节 面试十二忌	252
【思考与练习】	255
● 职场篇	258
第六章 职场礼仪	258
第一节 职场形象礼仪	258
第二节 学职场礼仪塑职场形象	268
第三节 办公室礼仪	292
第四节 职场社交着装细节礼仪	316
【思考与训练】	320
● 公德篇	324
第七章 公共礼仪	324
第一节 交通礼仪	324
第二节 网络礼仪	333
【思考与训练】	339
● 对外篇	342
第八章 礼仪英语	342
参考文献	354
后 记	355

释礼篇

第一章 礼仪概述



本章导学

学习礼仪首先就要把握其本质，本章介绍了礼仪的含义、特征、内容、类型和归属；其次，阐述了礼仪的起源与发展，并就中西方礼仪进行了比较；再次，礼仪是门实践性很强的课程，本章介绍了礼仪的原则与作用，以及礼仪教育与礼仪修养等。在学习本章的过程中大学生要学会联系身边的实际反思和总结，真正体会什么是礼仪，明白为什么要学习礼仪。

大思想家荀子曰：“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”礼仪作为人类道德的外在表现，是调节人际关系的重要手段，也是当代大学生的必修课。英国哲学家约翰·洛克曾说：“礼仪是在他的一切别种美德之上加上的一层藻饰，使它们对他具有效用，去为他获得一切与他接近的人的尊重和好感。没有良好的礼仪，其余的一切成就都会被人看成骄傲、自负、无用和愚蠢。”

进入新世纪以来，随着经济体制的变革和与国际接轨步伐的加快，人们改变了以往的交往方式和工作环境。大学生的交往方式从封闭式向开放式转变，从被动型向主动型发展。在这种交往形态下，礼仪显示了前所未有的重要性。讲礼貌和懂礼仪已成为当代大学生必备的素质，学习礼仪知识也就显得十分重要。

第一节 礼仪的本质

礼仪是人类文明的产物，在漫长的社会实践中产生、演变和发展，并逐渐形成了自身的特点。大学生们要学好礼仪，必须从了解礼仪的本质入手。

一、礼仪的含义

礼仪有广义和狭义之分，从广义上讲，礼仪是一个时代的典章制度；从狭义上讲，礼仪是人们在社会交往活动过程中形成的应共同遵守的行为规范和准则。

要真正了解礼仪，需明确几个与礼仪相关的概念。

（一）礼貌

礼貌指人们在交往过程中表示敬重、友好的行为规范，是人的道德品质修养最简单、最直接的体现。它主要通过口头语言、书面语言、态度和行为举止体现出来，如尊老爱幼、热情待客等。

（二）礼节

礼节即礼仪节度。“礼”本义为敬神，后引申为敬意的通称。《礼记·儒行》说：“礼者，仁之貌也。”礼节指人们在交际活动中相互表示尊重、友好的惯用形式，是礼貌在语言、行为、仪表等方面的具体表现，如拜会、回访、握手、鞠躬、点头致敬、挥手致意等。

礼节与礼貌的相互关系是：没有礼节，就无所谓礼貌，有了礼貌，就必然需要具体的礼节。

（三）礼仪

在我国古代，“礼”有三层意思：第一，我国奴隶社会和封建社会的等级制度，以及与之相适应的一整套礼节仪式。《礼记·曲礼上》说：“礼不下庶人，刑不上大夫。”第二，表示尊敬和礼貌。《左传·襄公二十二年》说：“执事不礼于寡君。”第三，礼物，即赠送的物品。《晋书·陆纳传》：“及受礼，唯酒斗，鹿肉一。”

“仪”有两种意思：第一，指容貌和外表。它包括容貌、服饰、表情、姿态、举止等，即所谓仪表。第二，指礼节和仪式。仪式指在一定场合举行的具有专门程序的活动，如开学典礼、迎送仪式等。《说文解字》说：“仪，度也。”本意指法度、准则、典范，后引申为礼节、仪式。

礼仪是一个统称，是在人际交往中，自始至终地以一定的约定俗成的程序、方式来表现的律己、敬人的完整行为。

礼貌是礼仪的基础，礼节则是礼仪的基本组成部分。礼仪在层次上要高于礼貌礼节，其内涵更深更广，它实际上是由一系列具体表现礼貌的礼节所构成的完整过程。

二、礼仪的特征

礼仪是人类文明的结晶，把握礼仪的特征有助于大学生更好地理解和运用它。礼仪具有以下几方面的特性：

（一）普遍性

礼仪无时不在，无处不在。远古时候，人类为了求生存要祭神以求保护，这种礼仪形式至今在一些地区依然存在，如在春节时，家家户户要摆起烛台祭祖宗、天神、地神和灶神，以求来年风调雨顺，阖家幸福。这是人类一种美好愿望的寄托，尽管有封建迷信的色彩，但仍旧作为一种礼仪而存在。到了现代，礼仪的内容已渗透到社会的方方面面，从政治、经济、文化等领域，到人们的日常生活，礼仪活动普遍存在。尤其是当代大学生，社会交往频繁，礼仪更是普遍存在于大学生活的各方各面。

（二）规范性

礼仪就是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，既约束着人们在一切实际场合的言谈话语、行为举止，使之合乎礼仪，又是人们在一切实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。比如人们见面时以握手等行为表示问候，告别时用握手、招手表示再见，甚至以拥抱、亲吻表示问候和告别。在礼仪上，如何握手、拥抱，都有严格的规定。任何人要想在交际场合表现得合乎礼

仪,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,都难以为交往对象所接受理解。因此,大学生讲究礼仪规范与否,不仅影响个人交际成败,也反映了个人的道德水准。

案例 1.1.1

一次在瑞士,龙永图与几个朋友去公园散步,上厕所时,听到隔壁卫生间里“砰砰”地响,他有点纳闷。出来以后,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里的响声,便去打开厕所门,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,急得满头大汗,这个小孩觉得他上厕所不冲水是违背规范的。

【温馨提示】

上厕所冲水,一件看起来不起眼的小事,反映了这位小男孩的礼仪修养。礼仪的规范性恰恰是通过这类“小事”来体现的。

(三) 继承性

礼仪是一种文化现象,在人类社会交往中逐渐确立或约定俗成。礼仪一旦形成,通常会长期沿袭,经久不衰。

人类的礼仪文化源远流长,礼仪文化的发展本身也是一个扬弃的过程,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,而那些代表剥削阶级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代替,而那些尊老爱幼、父慈子孝、礼尚往来等一些反映民族传统美德的礼仪则得到了弘扬。

(四) 差异性

人说“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,不同地域文化决定着礼仪的内容和形式。我国疆土辽阔,是一个多民族大家庭,不同的民族,其风俗习惯、礼仪文化各有千秋。在与少数民族的交往中,应当了解并尊重其风俗习惯,只有“入乡随俗”,才有利于平等友好交往。如见面问候致意的形式:有脱帽点头致意的,有拥抱的,有双手合十的,更多的还是握手致意。这些礼仪形式的差异都是由不同地方风俗文化决定的,具有约定俗成的影响力。

礼仪的差异性除了有地域性,还表现在礼仪的等级差别上,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别的款待。在古代,这种差异性表现得更森严,如在清代,不同等级的人相见的礼仪就有所不同。“内外王公相见,宾主三跪六叩行礼,饮菜叙语毕,宾离席跪叩,主人答叩,送宾下阶”,而“朝廷官员相见,宾主再拜行礼,饮菜叙语毕,相揖告辞。主人送来宾于大门之外,至来宾登舆上马乃退”。同在一个朝代,相见告辞礼仪就因人的身份地位的不同而有所不同。这种差异性在当时是极为森严且不可逾越的,象征了不同等级的某种特权。

案例 1.1.2

国内某家专门接待外国游客的旅行社，有一次准备在接待来华的意大利游客时送每人一件小礼品。于是，该旅行社订购制作了一批真丝手帕，是杭州制作的，还是名厂名产，每个手帕上绣着花草图案，十分美观大方。手帕装在特制的纸盒内，盒上又有旅行社社徽，显得是很像样的小礼品。中国丝织品闻名于世，料想会受到客人的喜欢。

旅游接待人员带着盒装的真丝手帕，到机场迎接来自意大利的游客，欢迎词热情、得体。在车上他代表旅行社赠送给每位游客两盒包装甚好的手帕作为礼品。

没想到车上一片哗然，议论纷纷，游客显出很不高兴的样子。特别是一位夫人，大声叫喊，表现极为气愤，还有些伤感。旅游接待人员心慌了，好心好意送人家礼物，不但得不到感谢，还出现这般景象。中国人总以为送礼人不怪，这些外国人为什么怪起来了？

【温馨提示】

在意大利和西方一些国家有这样的习俗：亲朋好友相聚一段时间告别时才送手帕，取意为“擦掉惜别的眼泪”。只有了解并尊重外国人的风俗习惯，才能对他们表示尊重。

案例 1.1.3

某酒店曾入住了一少数民族团体，团体中美丽的少女们都戴着一个很漂亮的鸡冠帽。恰巧，某高校酒店管理专业的一名毕业生李某在该酒店见习。起初，李某因为性别的差异，很注意与她们保持距离。熟悉后，出于好奇，他用手摸了一下一位少女的帽子，结果被带到族长那里去了。原来在历史上这个少数民族曾在夜里受到外族的入侵，恰巧一公鸡鸣叫，唤醒了人们，才免去了一次灭族之灾。以后，为了纪念这只公鸡，村里美丽的少女都带上鸡冠帽，男子一触摸就表示求婚。族长以为李某爱上了那位少女，向她求婚。后经酒店领导出面调解，二者以兄妹相称。

【温馨提示】

礼仪文化博大精深，在与少数民族交往的过程中，只有不断学习，充分了解礼仪的差异，才不至于失礼。

案例 1.1.4

二哥在韩国打工，交了一些韩国朋友，经常加班后一起喝酒，他们有时会开车把二哥送回家。下车时，二哥照例道谢，把车门仔细关上，免得工友挪动身体，重新关门。

可是逐渐的，这些并不势力的韩国朋友不再主动送二哥回家。见了面还说话，但不像以前那么近乎。二哥是个友善人，人缘非常好，这个突如其来的变化，实在让他百思不得其解。

后来，有个韩国朋友怯怯地问二哥：“你为什么总是那么用力地关车门，是不是对我们有意见？”二哥这才明白，人的习惯真不好改。以前在国内坐车的时候，关门不使劲，就觉得那是不给司机面子。

在韩国的头几年，二哥没怎么碰过车。他不知道，韩国车虽然质量不是最好的，但门还是能轻轻带上的。门好关的车，用吃奶的劲去摔门，确实透着不服气的心理。

这个误会，后来慢慢说开了，毕竟和素质无关。但二哥明白了一个道理：礼仪和素质形成的生活习惯会影响人际交往。

【温馨提示】

在不同的国家礼仪有不同的表现，我们要入乡随俗，尊重他国的礼仪，这是体现自身素质的重要方面。

（五）时代性

礼仪作为一种文化范畴，必然具有浓厚的时代特色。任何时代的礼仪由于时代的特性和内容，往往就决定了它的表现。如礼仪的起源本在于原始的祭神，因而人类最初的礼仪是从祭神开始的，于是有古代把裸体怀孕的妇女陶塑像作为自己的生育女神来祭拜，这正是基于人类在蒙昧时期无法更好地保护自己而产生强烈对神的崇拜的一种礼仪表现。

（六）发展性

时代总是在不断地前进。礼仪文化也不是一成不变的，而是随着社会的进步而不断发展。一方面，礼仪文化随着时代的不断进步而时刻发生着变化。如现代人所派发的礼仪电报、电视点歌、祝寿贺喜等礼仪形式就是时代进步而产生的新生事物。另一方面，随着国家对外交往的不断扩大，世界各国的政治、经济、思想、文化等诸种因素的互相渗透，我国的传统礼仪自然也被赋予了許多新鲜的内容。礼仪规范更加国际化，礼仪变革向符合国际惯例的方面发展。如何形成一套既富有我们国家自己的传统特色，同时又符合国际惯例的礼仪规范已成为必需。这种礼仪文化的培养和形成有助于大学生更好地走向世界，更好地与国际接轨。

（七）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、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，细致而周详地对礼仪原则、礼仪规范加以贯彻，把他们落到实处，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；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。

明白了这一点，就不会把礼仪的学习局限在纸上，局限于书本中，而是把礼仪的运用作为出发点和归宿，从而增强学习的自觉性与主动性。

三、礼仪的类型

研究礼仪的目的在于更好地服务于社会。对礼仪进行分类也是为了更好地研究礼仪、发展礼仪。从不同的角度，礼仪可以划分为不同的类型。

（1）按内外划分，可分为国内礼仪和涉外礼仪。

（2）按主体应酬的工作对象划分，可分为内务礼仪、公务礼仪、商务礼仪、服务礼仪、社交礼仪等。

（3）按礼仪使用的媒介划分，可分为语言类礼仪、身体语言类礼仪、饰物类礼仪、酒

宴类礼仪等。

(4) 礼仪还有多种划分方式。

按性质分,可分为个人礼仪、政务礼仪、行业礼仪、旅游礼仪、求职礼仪、职场礼仪等。

按场合分,可分为家庭礼仪、学校礼仪、办公室礼仪、公共场所礼仪等。

按身份分,可分为教师礼仪、学生礼仪、各类从业人员礼仪、主持人礼仪等。

按表现形式分,可分为交谈礼仪、待客礼仪、电话礼仪、书信礼仪等。

总之,每一种礼仪形式都不是独立使用的,更多的场合,几种礼仪形式同时起作用。如在重大的商务谈判中就涉及迎来送往、会见会谈、谈判、宴请、致辞、签字仪式等环节,就包含了多种礼仪形式。

第二节 礼仪的起源与发展

礼仪文化源远流长,知晓礼仪的发展历程,有助于大学生更加深入地学习和有效地运用礼仪。

一、中国礼仪的起源与发展

中国自古就以礼仪之邦著称于世。礼仪作为中华民族文化的基础,有着悠久的历史。它随着人类社会的产生而产生,随着经济的发展和社会的进步而不断前进。礼仪的形成和发展,经历了一个从无到有、从低级到高级、从零散到完整的渐进过程。我国漫长的礼仪发展史大致可分为以下几个时期:

(一) 礼仪的萌芽时期(公元前5万年—公元前1万年)

礼仪起源于原始社会时期,在长达100多万年的原始社会历史中,人类逐渐开化。在原始社会中晚期(约旧石器时期)出现了早期礼仪的萌芽。

生活在距今约1.8万年前的山顶洞人,就已经知道打扮自己。他们用穿孔的兽齿、石珠作为装饰品,挂在脖子上;他们在去世的族人身旁撒放赤铁矿粉,举行原始宗教仪式,这是迄今为止在中国发现的最早的葬仪。

(二) 礼仪的草创时期(公元前1万年—公元前21世纪)

公元前1万年左右,人类进入新石器时期,不仅能制作精细的磨光石器,并且开始从事农耕和畜牧。在其后数千年的岁月里,原始礼仪渐具雏形。例如,在今西安附近的半坡遗址中,发现了生活在距今约五千年前的半坡村人的公共墓地。墓地中的坑位排列有序,死者的身份有所区别,有带殉葬品的仰身葬,还有无殉葬品的俯身葬。此外,仰韶文化时期的其他遗址及有关资料表明,当时人们已经注意尊卑有序、男女有别。长辈坐上席,晚辈坐下席;男子坐左边,女子坐右边等礼仪日趋明确。

(三) 礼仪的形成时期(公元前21世纪—公元前771年)

约公元前21世纪至公元前771年,中国由金石并用时代进入青铜器时代。金属器的使用,使农业、畜牧业、手工业生产跃上一个新台阶。随着生活水平的提高,社会财富除消费外有了剩余并逐渐集中在少数人手里,因而出现了阶级对立,原始社会由此解体。

公元前21世纪至公元前15世纪的夏代,开始从中国原始社会末期向早期奴隶社会过渡。在此期间,尊神活动升温。以殷墟为中心展开活动的殷人,在公元前14世纪至公元前

11世纪活跃在华夏大地。他们建造了中国第一个古都——地处现河南安阳的殷都，而他们在婚礼习俗上的建树，则被尊神、信鬼的狂热所掩盖。

推翻殷王朝并取而代之的周朝，对礼仪的建树颇多。特别是周武王的兄弟、辅佐周成王的周公，对周代礼制的确立起了重要作用。他制作礼乐，将人们的行为举止、心理情操等统统纳入一个尊卑有序的模式之中。

全面介绍周朝制度的《周礼》，是中国流传至今的第一部礼仪专著。《周礼》又名《周官》，本为一官职表，后经整理，成为讲述周朝典章制度的书。《周礼》原有6篇，详介六类官名及其职权，现存5篇，第六篇用《考工记》弥补。六官分别为天官、地官、春官、夏官、秋官、冬官。其中，天官主管宫事、财货等；地官主管教育、市政等；春官主管五礼、乐舞等；夏官主管军旅、边防等；秋官主管刑法、外交等；冬官主管土木建筑等。

礼除了用于祭祀之外，还作为治国之本。《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；饮酒之礼，所以明长幼之序也；婚姻之礼，所以明男女之别也。”周礼不仅内容大为增加，而且还包含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，以及区分贵贱、尊卑、顺逆、贤愚的准则。

（四）礼仪的发展变革时期（公元前770年—公元前221年）

西周末期，王室衰微，诸侯纷起争霸。公元前770年，周平王东迁洛邑，史称东周。东周王朝已无力全面恪守传统礼制，出现了“礼崩乐坏”的局面。

春秋战国时期是我国奴隶社会向封建转型的时期。在此期间，相继涌现出孔子、孟子、荀子等思想巨人，他们发展和革新了礼仪理论，系统阐述了乐礼的起源、本质和功能，第一次在理论上全面而深入地阐述了社会等级秩序的划分与意义，以及与之相适应的礼仪规范、道德义务，并整理了一批珍贵的礼仪典籍和文献资料。

孔子（公元前551年—公元前479年）是中国古代大思想家、大教育家，他首开私人讲学之风，打破贵族垄断教育的局面。他删《诗》、《书》，定《礼》、《乐》，赞《周易》，修《春秋》，为历史文化的整理和保存做出了重要贡献。他编订的《礼仪》，详细记录了战国以前贵族生活的各种礼节仪式。《礼仪》与《周礼》和孔门后学编的《礼记》，合称“三礼”，是中国古代最早、最重要的礼仪著作。

孔子认为，“不学礼，无以立。”（《论语·季氏篇》），“质胜文则野，文胜质则史。文质彬彬，然后君子。”（《论语·雍也》）；他要求人们用道德规范约束自己的行为，做到“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动。”（《论语·颜渊》）；他倡导“仁者爱人”，强调人与人之间要有同情心，要相互关心，彼此尊重等。总之，孔子在他的《论语》中有74处谈到礼仪，把礼仪理论提高到一个新的高度，是主张以礼治国的最具代表性的人物。

孟子（约公元前372年—公元前289年）是战国时期儒家的主要代表人物。在政治思想上，孟子把孔子的“仁学”思想加以发展，提出了“王道”、“仁政”的学说和民贵君轻说，主张“以德服人”。在道德修养方面，他主张“舍生而取义”（《孟子·告子上》），讲究“修身”和培养“浩然之气”等。

荀子（约公元前298年—公元前238年）是战国末期的大思想家。他主张“隆礼”、“重法”，提倡礼法并重。他说：“礼者，贵贱有等，长幼有差，贫富轻重皆有称者也。”（《荀子·富国》）；荀子指出：“礼之于正国家也，如权衡之于轻重也，如绳墨之于曲直也。

故人无礼不生，事无礼不成，国家无礼不宁。”（《荀子·大略》）；荀子还提出，不仅要有礼治，还要有法治。只有尊崇礼，法制完备，国家才能安宁。

（五）礼仪的强化与衰落时期（公元前221年—1911年）

公元前221年，秦王嬴政最终吞并六国，统一中国，建立起中国历史上第一个中央集权的封建王朝。秦始皇在全国推行“书同文”、“车同轨”、“行同伦”。秦朝制定的集权制度，成为后来延续两千余年封建体制的基础。

西汉初期，叔孙通协助汉高帝刘邦制定了朝仪之礼，突出发展了礼的仪式和礼节。汉武帝时期，思想家董仲舒把封建专制制度的理论系统化，提出“唯天子受命于天，天下受命于天子”的“天人感应”之说。（《汉书·董仲舒传》）他把儒家礼仪具体概括为“三纲五常”。“三纲”即“君为臣纲，父为子纲，夫为妻纲”。“五常”即仁、义、礼、智、信。“罢黜百家，独尊儒术”的治国方略确立后，礼仪作为社会道德、行为标准和精神支柱，其重要性提高到了前所未有的高度。

汉代时，孔门后学编撰的《礼记》问世。《礼记》共49篇，包罗宏富。其中，有讲述古代风俗的《曲礼》（第1篇）；有谈论古代饮食居处进化概况的《礼运》（第9篇）；有记录家庭礼仪的《内则》（第12篇）；有记载服饰制度的《玉藻》（第13篇）；有论述师生关系的《学记》（第18篇）；还有教导人们道德修养的途径和方法，即“修身、齐家、治国、平天下”的《大学》（第42篇）等。总之，《礼记》堪称集上古礼仪之大全，上承奴隶社会、下启封建社会的礼仪汇集，是封建时代礼仪的主要源泉。

盛唐时期，《礼记》由“记”上升为“经”，成为与《周礼》和《仪礼》并列的“礼经”三书之一。

宋代时，出现了以儒家思想为基础，兼容道学，佛学思想的理学，以程颢、程颐兄弟和朱熹为主要代表。“二程”认为，“父子君臣，天下之定理，无所逃于天地间。”（《二程遗书》卷五）“礼即是理也”（《二程遗书》卷二十五）。朱熹进一步指出，“仁莫大于父子，义莫大于君臣，是谓三纲之要，五常之本。人伦天理之至，无所逃于天地间。”（《朱子文集·癸未垂拱奏札·二》）朱熹的论述使二程“天理”说更加严密、精致。

宋代时期，家庭礼仪研究成果卓著，这是宋代礼仪发展的另一个特点。在大量的家庭礼仪著作中，以主撰《资治通鉴》而名垂青史的北宋史学家司马光的《涑水家仪》和以《四书集注》名扬天下的南宋理学家朱熹的《朱子家礼》最著名。这些礼仪著作强调父母的言传身教，注重礼仪教育与启蒙知识、日常生活行为的结合。至此，我国古代礼仪进一步发展。

明代时期，交友礼仪更加完善，忠、孝、节、义等礼仪日趋繁多。满族入关后，逐渐接受了汉族的礼制，并且使其复杂化，导致一些礼仪显得虚浮、烦琐。例如，清代的品官相见礼规定，当品级低者向品级高者行拜礼时，动辄一跪三叩，重礼则三跪九叩。清代后期，清王朝政权腐败，民不聊生，古代礼仪盛极而衰。伴随着西学东渐，一些西方礼仪传入中国，长期占据统治地位的封建礼仪根基渐渐松动。例如，北洋新军时期的陆军便采用西方军队的举手礼等，以代替不合时宜的打千礼等。

（六）现代礼仪时期（1911年—1949年）

1911年年末，清王朝土崩瓦解。当时远在美国的孙中山先生火速赶回祖国，于1912年1月1日在南京就任中华民国临时大总统。孙中山先生和战友们破旧立新，用民权代替君

权,用自由、平等取代宗法等级制。普及教育,废除祭孔读经;改易陋俗,剪辫子、禁缠足等,拉开了现代礼仪的帷幕。

民国期间,由西方传入中国的握手礼开始流行于上层社会,后逐渐普及民间。

20世纪三四十年代,中国共产党领导的苏区、解放区,重视文化教育事业及移风易俗,进而谱写了现代礼仪的新篇章。

(七) 当代礼仪时期(1949年至今)

1949年10月1日,中华人民共和国宣告成立。中国的礼仪建设从此进入一个崭新的历史时期。新中国成立以来,礼仪的发展大致经历了三个阶段:

1. 礼仪革新阶段

1949年至1966年,是中国当代礼仪发展史上的革新阶段。此间,摒弃了昔日束缚人们的“神权天命”、“愚忠愚孝”以及严重束缚妇女的“三从四德”等封建礼教,确立了同志式的合作互助关系和男女平等的新型社会关系,而尊老爱幼、讲究信义、以诚待人、先人后己、礼尚往来等中国传统礼仪中的精华,得到了继承和发扬。

2. 礼仪退化阶段

1966年至1976年,中国进行了“文化大革命”。十年动乱使国家遭受了难以弥补的严重损失,也给礼仪带来了一场“浩劫”。许多优良的传统礼仪被当作“封资修”货色扫进垃圾堆。礼仪受到摧残,社会风气逆转。

3. 礼仪复兴阶段

1978年党的十一届三中全会以来,改革开放的春风吹遍了祖国大地,中国的礼仪建设进入新的全面复兴时期。从推行文明礼貌用语到积极树立行业新风;从开展“18岁成人仪式教育活动”到制定市民文明公约,各行各业的礼仪规范纷纷出台。岗位培训、礼仪教育日趋红火,讲文明、重礼貌蔚然成风。《公共关系报》、《现代交际》等一批涉及礼仪的报刊相继问世,《中国应用礼仪大全》、《称谓大辞典》、《外国习俗与礼仪》等介绍、研究礼仪的图书、词典、教材也陆续出版。人们对礼仪重新进行了文化审视和理性思考,不仅汲取了西方文明的优秀成果,而且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。

二、西方礼仪的起源和发展

在西方,礼仪的演变与中国既有相似之处,又有极大的特殊性。我国现代礼仪明显受到西方礼仪的影响,西方礼仪的形成和发展经历了更为复杂的历史过程。

(一) 古希腊罗马时期的礼仪

爱琴海地区和希腊是亚欧大陆西方古典文明的发源地。约自公元前6000年起,爱琴海诸岛居民开始从事农业生产,此后,相继产生了克里特文化和迈锡尼文化。公元前11世纪,古希腊进入因《荷马史诗》而得名的“荷马时代”。

《荷马史诗》包括《伊利亚特》和《奥德赛》两部分。这部著名的叙事诗主要描写特洛伊战役和希腊英雄奥德赛的故事,其中也有关于礼仪的论述,如讲礼貌、守信用的人才能受人尊重。

古希腊哲学家对礼仪有许多精彩的论述。如毕达哥拉斯率先提出了“美德即是一种和谐与秩序”的观点;苏格拉底认为,哲学的任务不在于谈天说地,而在于认识人的内心世