

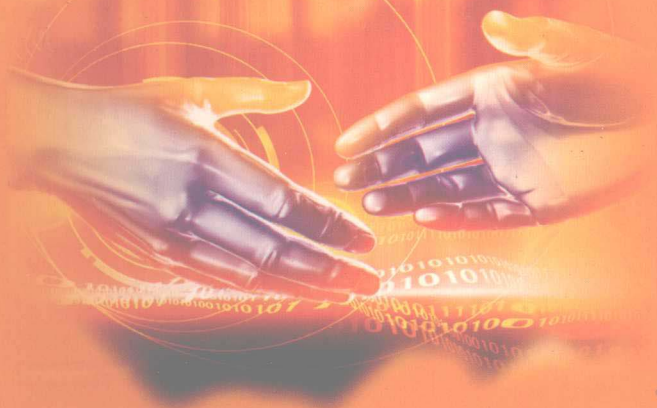
“十一·五” 高等职业教育规划系列教材

公共礼仪

鄢敦望 编著



西北工业大学出版社



GAOZHI GAOZHUAN
SHIYI WU GUIHUA JIAOCAI

公共礼仪

鄢敦望 编著



西北工业大学出版社

【内容简介】本书以现代社交礼仪的基本规范为标准,从培养学生综合素质的角度出发,全面、系统地介绍了社会交往中的基本礼仪知识,主要包括社交礼仪绪论、服饰礼仪、仪容举止礼仪、饮食礼仪、生活礼仪、习俗礼仪及职场礼仪。此外,本书编写时注重理论与实践相结合,加入了大量的案例分析及图表说明,从而使读者能更好地理解 and 掌握书中的内容。

本书既可以作为普通高职院校、成人高校公共课教学用书,也可以作为社会上社交礼仪培训班及一些服务行业职工学习的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

公共礼仪/鄢敦望主编. —西安:西北工业大学出版社, 2007. 9
ISBN 978 - 7 - 5612 - 2297 - 3

I. 公… II. 鄢… III. 礼仪—高等学校:技术学校—教材 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 139298 号

出版发行:西北工业大学出版社

通信地址:西安市友谊西路 127 号 邮编 710072

电 话:(029)88493844 88491757

网 址:www.nwpup.com

印 刷 者:长沙三仁包装有限公司

开 本:730 mm × 960 mm 1/16

印 张:17

字 数:307 千字

版 次:2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

定 价:28.00 元

出版说明

为了更好地贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革 全面推进素质教育的决定》精神,全面落实《高职高专教育专业人才培养及规格》中提出的职业教育课程改革和教材建设规划,我们组织湖南信息科学职业学院部分老师对实现高等职业教育培养目标、保障重点专业建设主干课的教材进行了规划和编写。从2007年秋季开始,这套“十一·五”职业规划教材将陆续出版,供广大高等职业学校使用。

“十一·五”职业规划教材是面向高等职业教育的规范性教材,严格按照国家教育部最新颁发教学大纲编写,并通过了专家的审定。本套教材深入贯彻了素质教育的理念,突出了高等职业教育的特点,注重对学生的创新能力和实践能力的培养。在内容编排、例题组织和图示说明等方面努力做出创新亮点,无论是在内容和形式方面还是在风格方面都有相应的变化,力求避免出现教师不讲、学生不懂的情况。在坚持理论性与系统性紧密结合的同时,还突出了针对性和实用性。在满足不同学制、不同专业以及不同办学条件、教学需求的同时,实现教学效果的最优化。

本书是集体努力的结晶,先后有多名湖南信息科学职业学院的老师参与编写,还有很多提出中肯建议的教师与学生,在此一并表示深深的谢意。

由于编者水平有限,书中难免有错误和不当之处,恳请广大教师与学生批评指正。

前 言

古人云：“不学礼，无以立。”中国素以“礼仪之邦”著称于世，讲“礼”重“仪”是中华民族世代相传的优良传统。源远流长的礼仪文化是先人留给我们的一笔丰厚遗产。随着我国改革开放的深入发展，特别是对外交流的日益增加，礼仪已成为社会交往的一门重要知识，交际礼仪的学习和培训也得到了社会各个行业广泛的重视，把它看成职业素养的重要组成部分。

从社会交往的角度来说，礼仪不仅是立身处世之本，也是一门待人交友的学问，是人们一生都需要研习的必修课。基于礼仪在社交中的重要性，作者编写了《公共礼仪》一书作为高职院校各专业公共课教材，其目的在于介绍现代社交活动中的礼仪知识，提高学生的礼仪公关意识和社交能力，使学生毕业后在各种社交活动中能运用各种礼仪来规范自己的言行，以更好地适应社会。

职业教育的客观规律决定了它必须突出实践教学，必须把培养学生的能力放在首位。因此，在本教材的编写过程中，编者着眼于素质教育、突出职业特点，重视实践教学，在编排体例上，安排有案例分析、图表说明、图片展示和实训环节，强调学生的参与及互动，做到既有利于教师教，又便于学生学，达到教与学的和谐统一。

编者充分考虑到社交礼仪不仅是高职院校各个专业的必修课，也是社会成员的共同课程。因此，本教材在内容的设计不仅适合于普通高职院校、成人高校，同时也适用于社会上社交礼仪培训班组织的学习及一些服务行业职工的学习，使本教材既具有很强的实效性，又具有广泛的适用性。

在本教材编写过程中，编者得到了许多专家、学者和同仁的帮助和支持，并参考了大量著作、教材和论文，在此一并表示衷心感谢！

由于编者学术水平有限，加之时间仓促，书中不免有错误和疏漏之处，敬请各位专家、读者批评指正。

编 者
2007 年 6 月

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 礼仪的基本概念	(1)
第二节 礼仪的起源和发展	(4)
第三节 礼仪的特征、原则和功能	(12)
第四节 礼仪的作用和学习	(16)
第二章 日常交往礼仪	(20)
第一节 称呼礼仪	(20)
第二节 介绍礼仪	(27)
第三节 握手礼仪	(31)
第四节 名片礼仪	(35)
第五节 电话礼仪	(39)
第六节 交谈礼仪	(43)
第七节 馈赠礼仪	(47)
第三章 服饰礼仪	(54)
第一节 着装礼仪	(54)
第二节 佩饰礼仪	(82)
第四章 仪容举止礼仪	(94)
第一节 仪容修饰	(94)
第二节 行为举止	(104)
第三节 表情神态	(116)
第五章 饮食礼仪	(121)
第一节 饮茶礼仪	(121)

第二节	饮酒礼仪	(127)
第三节	饮食礼仪	(136)
第四节	宴会座次礼仪	(150)
第六章	生活礼仪	(160)
第一节	家庭生活礼仪	(160)
第二节	学校生活礼仪	(168)
第三节	公共生活礼仪	(179)
第七章	涉外礼仪	(188)
第一节	涉外礼仪通则	(188)
第二节	迎送礼仪	(191)
第三节	会见与会谈礼仪	(195)
第四节	签字仪式与开幕式	(199)
第五节	国旗礼仪	(204)
第八章	习俗礼仪	(213)
第一节	节日礼仪	(213)
第二节	婚丧礼仪	(223)
第三节	宗教礼仪	(230)
第九章	职场礼仪	(240)
第一节	求职礼仪	(240)
第二节	工作礼仪	(256)
参考文献		(264)

第一章 绪 论

礼仪的不断完善是人类文明进步的一个标志。在现代社会交往中,礼仪几乎成为社交成功的一个关键因素,因此,生活在社会交往如此频繁的21世纪就非常有必要了解礼仪的基本知识,更好地掌握礼仪,恰到好处地运用礼仪。

第一节 礼仪的基本概念

中国素有“礼仪之邦”的美誉,几千年以来都是我们中华民族的骄傲,为了将其发扬光大,我们就应该了解现代交往礼仪,下面我们首先了解礼仪的基本知识。

一、礼

据考证,礼仪在我国古代是敬奉神明的。“礼”字在甲骨文中就有。“礼”字在古代与“履”字相通,意思是鞋子,穿了鞋子才好走路,但是鞋子既不能太大,也不能太小,要刚刚合适。后来“礼”字的含义越来越多,它既可以指为表示敬意而隆重举行的仪式,也可以泛指社会交往中的礼貌和礼节,它是人们在长期的生活实践中约定俗成的行为规范。孔子曾经说过:“非礼勿视,非礼勿听,非礼勿言,非礼勿动。”于是就有了许多关于礼的规定。“礼”本来是一种由人确立的社会秩序、关系和准则,它表现为一定程度的规范性和强制性,这与追求内心的自觉的“仁”在形式上是对立的。但是,在孔子看来,“礼”是人的内在本质的外在表现形式,和人的本性是一致的,循“礼”而行,并不妨碍人提高人生的境界,相反正是人完善自我道德的必要前提和条件。在古代,随着等级制度的出现,“礼”成了区分贵贱、尊卑、顺逆、贤愚的人际交往准则,位于其他社会观念之上。

二、礼仪

礼仪,它伴随着人类社会的交往而产生,又伴随人类社会的发展而发展。它包含“礼”和“仪”两个部分,“礼”指的是敬神,“仪”指的是“法度标准”,包括五个方面的内容:①法度、准则;②典范、表率;③形式、仪式;④容貌、风度;⑤礼物。

在西方,“礼仪”一词始于法语 *Etiquette*, 它的原意是“法庭上的通行证”。古代法国的法庭为保证法庭秩序,把各种规则写在进入法庭的通行证上,让人们去遵守。后来,“礼仪”一词进入英语,演变成“人际交往的通行证”,它同样有三种含义:一是指谦恭有礼的言谈举止,二是指教养和规矩,也就是礼节,三是指仪式、典礼、习俗等。

在现代交往中,礼仪指的是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。简言之,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。

当然,从不同的角度对礼仪这一概念可以做出不同的理解:比如: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。从美学的角度来看,礼仪可以说是人的心灵美的外在表现。从文化的角度来看,礼仪可以说是人类交往实践的产物,一个时期的礼仪就体现了一个时期的文化。从社会精神文明建设的角度来看,礼仪可以使社会成员和公民保持行为美,语言美,互相谅解,体现良好的社会公德。

三、礼节

礼节是人们在日常生活中,特别是在交际场合,相互问候、致意、祝愿、慰问以及给予必要协助和照料时惯用的形式。礼节是关于对他人态度的外在表现的行为规则,是礼貌在语言行为、仪表等方面的具体规定。礼节往往从向他人表示敬意的仪式方面表现出来,像点头致敬、鞠躬、握手、吻手和接吻等均属于礼节的各种形式。在世界范围内,由于文化等方面的差异,还有一些比较少见的礼节形式,比如在新西兰的毛利人他们见面的礼节有多种独特的形式,其中迎接贵宾的仪式很有意思。当贵宾来到部落时,全部落的男女老少列队迎候在路两旁。仪式正式开始后,现场静悄悄的,没有一点儿声音。突然,全部落中跑得最快的一名男子跑到客人面前。他打扮成武士的模样,威风凛凛。只见他做出各种鬼脸,瞪眼睛,吐舌头,手中挥舞着剑和矛,这样做是为了试探客人的反应。如果客人见怪不惊,泰然处之,那就表明他的来访是有诚意的。经过此番试探之后,妇女们就高声地欢呼歌唱起来,歌声一落,人们便跳起了迎宾的哈卡舞。然后,部落中最有威望的长者走向客人,向他致以毛利人最高的敬礼——碰鼻礼。每个部落碰鼻的次数不一样,有的部落只碰一次,时间略长

一些；有的部落是连续碰两三次或多次。按毛利人的习惯，鼻子碰的次数越多、时间越长，表明来宾受到的礼遇越高。

四、礼貌

礼貌是人与人在接触交往中，相互表示敬重和友好的行为规范，是文明行为的最起码要求。礼貌的主要内容：①遵守社会公德。公德是指一个社会的公民为了维护整个社会生活的正常秩序而共同遵循的最起码的公共生活准则，公德的内容包括：爱护公物、遵守公共秩序、尊重妇女、关心老人救死扶伤等。②遵时守信。遵时就是遵守规定或约定的时间。守信就是要讲信用，不可言而无信。③真诚友善。所谓人际交往时的真诚，是指交往时必须做到诚心待人，心口如一。④理解宽容。理解就是懂得别人的思想感情，理解别人的观点立场和态度，宽容就是宽容大量，能容人，能原谅别人的过失。⑤热情有度。热情是指对人要有热烈的感情，使人感到温暖。有度是指对人热情要有一定尺度，既不可显得过于热情，也不能缺乏热情。⑥互尊互帮。互尊就是人与人之间要互相尊重，互帮就是人与人之间要互相帮助。⑦讲究卫生。指要有一定的职业道德，注意个人卫生。⑧女士优先。即要遵循“先女后男”的原则，不问及女士、小姐的个人私事，指年龄、胖瘦、收入等。

五、礼宾

在现实生活中，特别是在人际交往、涉外活动、旅游接待等服务过程中，主办方根据客方人员的身份、地位、级别等给予相应的接待规格和待遇称为礼宾或者礼遇。

在国际交往中，无论在官方还是在民间，礼宾是一项很重要的工作。礼宾工作主要是根据本国的对外方针政策，组织安排对外礼仪活动和交际活动。尽管活动形式各有差异，但归根结底礼宾工作是为本国的对外政策服务的。因此，它具有高度的政治性，是体现本国外交政策的一个重要方面。新中国成立以来，礼宾工作在周恩来总理的亲自指导下，继承并发扬了我国的优良传统，并适当汲取了国际上的一些好的做法和惯例，在长期的实践中不断改革，形成了特有的风格。

说到礼宾，我们还要了解一下礼宾次序，礼宾次序又称礼宾序列，它指的是在同一时间或同一地点接待来自不同国家、不同地区、不同团体、不同单位、不同部门、不同身份的多方来宾时，接待方应依照约定俗成的方式，对其尊卑、先后的顺序或位次所进行的具体排列。目前，我国官方活动中所执行的礼宾次序的基本排列方式主要有如下五种：排列职务、排列字母、抵达早晚、报名先

后、不做排列。这个我们在以后的章节会详细讲到。

礼、礼节、礼貌、礼仪、礼宾均都涵盖同一个“礼”字。“礼”表示人们在交往中相互表示敬重和友好，其本质是尊敬人。礼节是礼貌的具体表现，礼貌是礼节的规范，礼仪通过礼貌、礼节来体现，三者之间相辅相成、密不可分。具体地说，礼貌是表示尊重的言行规范，礼节是表示尊重的形式要求，礼仪是表示敬意而举行的隆重仪式，礼宾是接待过程中给予的规格和待遇。

第二节 礼仪的起源和发展

一、中国古代礼仪简介

中国古代礼仪形成于“三皇五帝”时代，到尧舜时，已经有了成文的礼仪制度，就是“五礼”。这“五礼”指的是吉礼、凶礼、宾礼、军礼和嘉礼。作为人类祖先的圣贤唐尧、虞舜、夏禹等，他们本身都是讲究礼仪的典范。传说尧年轻的时候十分敬重老年人，同辈之间也是礼让三先。每次把打回的猎物平分给众人，自己拿最少的一份。有时还把那最少的一份猎物再分送给年迈体弱的老者。他的德行受到众人的称颂，所以大家都推选他为首领。虞舜讲究礼仪也是历代的楷模，我国的《二十四孝图说》中第一篇《大舜耕田》就是讲他躬耕历山，任劳任怨，供养父亲、继母和同父异母之弟的故事。

尧舜时期制定的礼仪经过夏、商、周这三个奴隶制社会 1 000 余年的总结、推广，日趋完善。周朝前期历经文王、武王、成王三个君主，重新“兴正礼乐，度制于是政，而民和睦，颂声兴”。周公还在朝廷设置礼官，专门掌管天下礼仪，把我国古代礼仪制度推向了较为完备的阶段。

春秋时期的孔子（前 551—前 479 年），他把“礼”推向了一个至高无上的地位。他要求所有的人都要“克己复礼”，教育他的弟子们做到“非礼勿视”“非礼勿听”“非礼勿食”。总之，为了“礼”的需要，可以舍弃一切。为了宣扬古代礼制，他不远千里，从鲁国到西歧向老子（李耳）学礼。

到了汉武帝时期，“废黜百家，独尊儒术”的治国方略确立后，礼仪作为社会道德、行为标准、精神支柱，其重要性提高到了前所未有的高度。此后历朝历代都在朝廷设置掌管天下礼仪的官僚机构，如汉代的大鸿胪、尚书礼曹，魏晋时的祠部（北魏又称仪曹），隋唐以后的礼部尚书（清末改为典礼院）等。同时，礼仪学著述越来越重要。汉代把《周礼》《仪礼》列为五经之一，是读书人的必修之课。西汉人戴圣在研究前人礼书著作的基础上，编纂《礼记》一书，也被列为十三经之一。而后，历代礼学研究者再在这些礼书的基础上进一步研究，

先后出现了《周礼注疏》《仪礼注疏》《礼记正义》《礼说》《礼记集解》《礼记集说》《礼书通故》《礼书纲目》等数以千卷的礼学著作，成为中国历史文化中一门重要学科，对人类文明进步起着特有的作用。

礼仪即礼节与仪式。中国古代有“五礼”之说，祭祀之事为吉礼，冠婚之事为嘉礼，宾客之事为宾礼，军旅之事为军礼，丧葬之事为凶礼。民俗界认为礼仪包括生、冠、婚、丧四种人生礼仪。实际上礼仪可分为政治与生活两大类。政治类包括祭天、祭地、宗庙之祭、祭先师先圣、尊师乡饮酒礼、相见礼及军礼等。

生活类礼仪的起源，按荀子的说法有“三本”，即“天地生之本”“先祖者类之本”“君师者治之本”。在礼仪中，丧礼的产生最早。丧礼于死者是安抚其鬼魂，于生者则成为分长幼尊卑、尽孝正人伦的礼仪。在礼仪的建立与实施过程中，孕育出了中国的宗法制（见中国宗法）礼仪的本质是治人之道，是鬼神信仰的派生物。人们认为一切事物都有看不见的鬼神在操纵，履行礼仪即是向鬼神讨好求福。因此，礼仪起源于鬼神信仰，也是鬼神信仰的一种特殊体现形式。

“三礼”（《仪礼》《礼记》《周礼》）的出现标志着礼仪发展的成熟阶段。宋代时，礼仪与封建伦理道德说教相融合，即礼仪与礼教相杂，成为实施礼教的得力工具之一。行礼为劝德服务，繁文缛节极尽其能。

（一）古代政治礼仪

（1）祭天。始于周代的祭天也叫郊祭，冬至之日在国都南郊圜丘举行。古人首先重视的是实体崇拜，对天的崇拜还体现在对月亮的崇拜及对星星的崇拜。所有这些具体崇拜，在达到一定数量之后，才抽象为对天的崇拜。周代人崇拜天，是从殷代出现“帝”崇拜发展而来的，最高统治者为天子，君权神授，祭天是为最高统治者服务的，因此，祭天盛行到清代才宣告结束。

（2）祭地。夏至是祭地之日，礼仪与祭天大致相同。汉代称地神为地母，说她是赐福人类的女神，也叫社神。最早祭地是以血祭祀。汉代以后，不宜动土的风水信仰盛行。祭地礼仪还有祭山川、祭土神、谷神、社稷等。

（3）宗庙之祭。宗庙制度是祖先崇拜的产物。人们在阳间为亡灵建立的寄居所即宗庙。帝王的宗庙制是天子七庙、诸侯五庙、大夫三庙、士一庙，庶人不准设庙。宗庙的位置是天子、诸侯设于门中左侧，大夫则庙左而右寝。庶民则是寝室中灶堂旁设祖宗神位。祭祀时还要卜筮选尸。尸一般由孙辈小儿充当。庙中的神主是木制的长方体，祭祀时才摆放，祭品不能直呼其名。

祭祀时行九拜礼：“稽首”“顿首”“空首”“振动”“吉拜”“凶拜”“奇拜”“褒拜”“肃拜”。宗庙祭祀还有对先代帝王的祭祀，据《礼记·曲礼》记述，凡于民有功的先帝如帝喾、尧、舜、禹、黄帝、文王、武王等都要祭祀。自汉代起始修陵园立祠祭祀先代帝王。明太祖则始创在京都总立历代帝王庙。嘉靖时在北京

阜成门内建立历代帝王庙，祭祀先王三十六帝。

(4)对先师先圣的祭祀。汉魏以后，以周公为先圣，孔子为先师；唐代尊孔子为先圣，颜回为先师。唐宋以后一直沿用“释奠”礼(设荐俎饌酌而祭，有音乐没有尸)，作为学礼，也作为祭孔礼。南北朝时，每年春秋两次行释奠礼，各地郡学也设孔、颜之庙。明代称孔子为“至圣先师”。清代，盛京(辽宁沈阳)设有孔庙，定都北京后，以京师国子监为太学，立文庙，孔子称“大成至圣文宣先师”。曲阜的庙制、祭器、乐器及礼仪以北京太学为准式。乡饮酒礼是祭祀先师先圣的产物。

(5)相见礼。下级向上级拜见时要行拜见礼，官员之间行揖拜礼，公、侯、驸马相见行两拜礼，下级居西先行拜礼，上级居东答拜。平民相见，依长幼行礼，幼者施礼。外别行四拜礼，近别行揖礼。

(6)军礼。包括征伐、征税、狩猎、营建等。

(二)古代生活礼仪

(1)诞生礼。从妇女未孕时的求子到婴儿周岁，一切礼仪都围绕着长命的主题。高禘之祭即是乞子礼仪。此时，设坛于南郊，后妃九嫔都参加。汉魏时皆有高禘之祭，唐宋时制定了高禘之祀的礼仪，金代高禘祭青帝，在皇城东永安门北建木制方台，台下设高禘神位。清代无高禘之祭，却有与之意义相同的“换索”仪式。诞生礼自古就有重男轻女的倾向。诞生礼还包括“三朝”“满月”“百日”“周岁”等。“三朝”是婴儿降生三日时接受各方面的贺礼。“满月”在婴儿满一个月时剃胎发。“百日”时行认舅礼、命名礼。“周岁”时行抓周礼，以预测小儿一生命运、事业吉凶。

(2)成年礼。也叫冠礼，是跨入成年人行列的男子加冠礼仪。冠礼从氏族社会盛行的男女青年发育成熟时参加的成丁礼演变而来。汉代沿袭周代冠礼制度，魏晋时加冠开始用音乐伴奏，唐宋元明都实行冠礼，清代废止。中国少数民族不少地区至今还保留着古老的成年礼，如拔牙、染牙、穿裙、穿裤、盘发髻等仪式。

(3)飧燕饮食礼仪。飧在太庙举行，烹太牢以饮宾客，重点在礼仪往来而不在饮食，燕即宴，燕礼在寝宫举行，主宾可以开怀畅饮。燕礼对中国饮食文化形成有深远的影响。节日设宴在中国民间食俗上形成节日饮食礼仪。正月十五吃元宵，清明节吃冷饭寒食，五月端午的粽子和雄黄酒，中秋月饼，腊八粥，辞岁饺子等都是节日仪礼的饮食。在特定的节日吃特定的食物，这也是一种饮食礼仪。宴席上的座次，上菜的顺序，劝酒、敬酒的礼节，也都有社会往来习俗中男女、尊卑、长幼关系和祈福避讳上的要求。

(4)宾礼。主要是对客人的接待之礼。与客人往来的馈赠礼仪有等级差别。

士相见，宾见主人要以雉为贄；下大夫相见，以雁为贄；上大夫相见，以羔为贄。

(5)五祀。指祭门、户、井、灶、中(中室)。周代是春祀户，夏祀灶，六月祀中霤，秋祀门，冬祭井。汉魏时按季节行五祀，孟冬三月“腊五祀”，总祭一次。唐、宋、元时采用“天子七祀”之说，祀司命(宫中小神)、中、国门、国行、泰厉(野鬼)、户、灶。明清两代仍祭五祀，清康熙之后，罢去门、户、中、井的专祀，只在农历十二月二十三日祭灶，与民间传说的灶王爷腊月二十四朝天言事的故事相合，国家祀典采用了民间形式。

(6)雉仪。滥觞于史前，盛行于商周。周代的雉仪是四季驱邪逐疫。周人认为自然的运转与人事的吉凶息息相通。四季转换，寒暑变异，瘟疫流行，鬼魂乘势作祟，所以必须适时行雉以逐邪恶。雉仪中的主神是方相氏。两汉，雉仪中出现了与方相氏相配的十二兽。魏晋南北朝隋唐沿袭汉制，雉仪中加入了娱乐成分，方相氏和十二神兽角色，由乐人扮演，至今仍有遗存的贵州土家族雉堂仪最为完整典型。

二、中华民族礼仪之邦的由来及其精华

我国是历史悠久的文明古国，几千年来创造了灿烂的文化，形成了高尚的道德准则、完整的礼仪规范，被世人称为“文明古国，礼仪之邦”。这从《礼记》中就可得出这样的结论，整个东亚及东南亚的文化精华均是传承华夏文明也是确证。

中国具有五千年文明史，素有“礼仪之邦”之称，中国人也以其彬彬有礼的风貌而著称于世。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起了广泛深远的影响，其内容十分丰富。礼仪所涉及的范围十分广泛，几乎渗透于古代社会的各个方面。

中国古代的“礼”和“仪”，实际是两个不同的概念。“礼”是制度、规则和一种社会意识观念；“仪”是“礼”的具体表现形式，它是依据“礼”的规定和内容，形成的一套系统而完整的程序。

在中国古代，礼仪是为了适应当时社会需要，从宗族制度、贵贱等级关系中衍生出来，因而带有产生它的那个时代的特点及局限性。时至今日，现代的礼仪与古代的礼仪已有很大差别，我们必须舍弃那些为剥削阶级服务的礼仪规范，着重选取对今天仍有积极、普遍意义的传统文明礼仪，如尊老敬贤、仪尚适宜、礼貌待人、容仪有整等，加以改造与传承。

(一)尊老敬贤

我国自原始社会到封建社会，人际的政治伦理关系均以氏族、家庭的血缘关系为纽带，故此在家庭里面遵从祖上，在社会上尊敬长辈。由于中国古代社

会推崇礼治和仁政，敬贤已成为一种历史的要求。

孟子说：“养老尊贤，俊杰在位，则有庆。”（《孟子·告子下》）“庆”就是赏赐。古代这种传统礼仪，对于形成温情脉脉的人际关系以及有序和谐的伦理关系在过去和现代都起着重要作用。说到尊老，这是中国传统文化中的一大特色。古代的敬老，并不是只停留在思想观念和说教上，也并不仅止于普通百姓的生活之中。从君主、士族到整个官绅阶层，都在身体力行，并且形成一套敬老的规矩和养老的礼制。

《礼记》记载：“古之道，五十不为甸徒，颁禽隆诸长者。”（《礼记·祭义》）就是说，50岁以上的老人不必亲往打猎，但在分配猎物时要得到优厚的一份。一些古籍对于同长者说话时的声量，也做了明确的要求。如《养蒙便读》说：“侍于亲长，声容易肃，勿因琐事，大声呼叱。”（《养蒙便读·言语》）《弟子规》又说：“低不闻，却非宜。”总之，上至君王贵族，下达庶人百姓，都要遵循一定的规矩，用各种方式表达对老者、长者的孝敬之意，以此作为衡量一个人是否有修养的重要标志。

任何形态的社会，都需要尊敬老人。不仅因为老人阅历深，见闻广，经验多，劳动时间长，对社会贡献大，理应受到尊敬。而且，他们在体力和精神上较差，需要青年人的体贴、照顾和帮助。作为一个有礼貌的现代青年，对长者和老人应该做到：路遇主动谦让，乘车主动让座，在商店、戏院等公共场所，应尽量考虑到为老人创造方便条件。

关于敬贤，三国时候有个典故，叫“三顾茅庐”，说的是刘备仰慕诸葛亮的才能，要请他帮助自己打天下，便不厌其烦地亲自到诸葛亮居住的草房请他出山。一而再，再而三，诸葛亮才答应。从此，诸葛亮的雄才大略得以充分发挥，为刘备的事业“鞠躬尽瘁，死而后已”。纵观中国古代历史，有作为的君主。大多非常重视尊贤用贤，视之为国家安危的决定因素。平时不敬贤，到了紧急关头，贤才就不会为国分忧。不是贤才不为国家着想，而是国家缓贤忘士，如此“而能经其国存者，未曾有也。”（《墨子·亲士》）今天我们提倡发扬古代“敬贤之礼”，须赋予现代新人才观的内容，就是要尊重知识，尊重人才。

当今社会，各种竞争越来越激烈。种种竞争，归根到底是人才的竞争。大至国家民族，小到公司企业，要在激烈的竞争中保持优势地位，都必须拥有强大的人才队伍。只有从思想观念到具体行动上尊重、爱护人才，使全社会形成一个尊重知识、尊重人才的良好环境，形成足够强大的人才队伍，才能立于不败之地。

（二）仪尚适宜

中华民族素来注重通过适合的形式，表达人们内心丰富的情感。遇到重大

节日和发生重要事件,多有约定俗成的仪矩,如获得丰收,要欢歌庆贺;遭到灾祸,要祈求神灵保佑。久而久之,就形成许多节庆及礼仪形式,如春节、元宵、中秋、重阳等等,几乎每个节日,都有特定的礼俗。

在古代,婚、丧和节庆等活动是作为社会生活中的大事来对待的,其礼仪规定得格外详尽而周密,从服饰、器皿到规格、程序和举止的方位,都有具体的规定。

今天,我们要保持和发扬中华民族优秀的礼仪文明,最重要的一点,就是贵在适宜,即“奢自文生,文过则为奢,不足则为俭。”(《二程集》程氏外书卷六)可见,仪式的规模在于得当,适当的文饰是必要的,但文饰过当就会造成奢侈浪费,偏离礼规的要求,而过于吝啬,妨碍到仪式的实行也是不得体的。古人这种见解非常精辟,对我们今天举行各种仪式具有指导意义。

在当今的社会活动中,举行各种仪式仍然是不可缺少的。公司开张、儿女婚嫁,各种节庆活动,都有不同的仪式。我们要把握好各种仪式的规模,就必须掌握好适度的原则,要使必要的仪矩同现代文明相结合,相关的活动既隆重其事,又不至于华而不实。我们尤其要反对那种借婚丧庆典之机,大操大办,铺张浪费的现象;反对那种认为仪式越隆重越好,越豪华越合乎礼规的做法。如:当今不少新婚夫妻为使婚礼够排场,摆阔气,互相攀比,造成巨大浪费,甚至债台高筑。有些领导干部不顾影响,为子女以权谋私,收受大宗贺礼,助长奢靡之风。这既不符合我们优良传统,又不符合我们的国情、民情。

(三)礼貌待人

任何一个文明社会,任何一个文明民族,人们总是十分注重文明礼貌。因为礼貌是人类社会据以促进人际交往友好和谐的道德规范之一,是构建起与他人和睦相处的桥梁,它标志着一个社会的文明程序,反映一个民族的精神面貌。中华民族历来就非常重视遵循礼规,礼貌待人,其中许多耐人寻味的经验之谈,无论过去和现在,都给人以启迪。具体说来,主要有以下两点:

1. 与人为善

与人相处,为善当先,而这个“善”,应是出自内心的诚意,是诚于中而形于外,而不是巧言令色和徒具形式的繁文缛节。《礼记》说:“夫礼者,自卑而尊人。”(《礼记·曲礼上》)如果表面上恭敬热情,而内心虚伪,或是仅仅内心尊敬,而毫无表情,都是不够的。应该表里一致,才能从根本上消除人与人之间的隔阂、摩擦,进而互敬互爱,友好相处。

尊重他人,就要平等待人,不分贵贱等级,一视同仁。如果只对上层人士献其礼敬,以财势取人,以利益交人,其实是小人所为。《论语·子罕》载:孔子对穿丧服、戴礼帽、穿礼服的人和盲人,相见时,即使这些人年轻,孔子必定

站起来。行过别人面前时，一定快步走过，以示敬意。

古人敬人的方法，也有值得借鉴的地方。首先要尊重他人的意愿，体谅别人的需要和禁忌，不能强人所难。不苛求别人做不能做的事，不强求别人接受不喜欢的东西。古人说：“不责人所不及，不强人所不能，不苦人所不好。”（《文中子·魏相》）“己所不欲，勿施于人。”（《论语·颜渊》）就是这个意思。在与人交往中，幽默与善意的玩笑往往给人带来轻松愉快，但决不可戏弄取乐。如果拿别人姓名为笑料或给人起不雅的绰号，都是十分不敬的。南北朝时颜之推就曾对此种不敬气愤而言：“今世愚人，遂以相戏。或相指名为豚彘者，有识旁观，犹欲掩耳，况当之者乎。”

2. 礼尚往来

礼尚往来，是礼貌待人的一条重要准则。就是说，接受别人的好意，必须报以同样的礼敬。这样，人际交往才能平等友好地在一种良性循环中持续下去。因此，《礼记》说：“礼尚往来，往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”（《礼记·曲礼上》）

对于受恩者来说，应该滴水之恩，涌泉相报。在古人眼中，没有比忘恩负义更伤仁德。孔子说：“以德报德，则民有所劝”；“以怨报德，则刑戮之民也”（《礼记·表记》）。可见，“以德报德”，有恩必报，是待人接物的基本道德修养。当然，往来之礼，也该适度。送礼的本意，在于表达敬意答谢之意，所谓礼轻意重，并非越多越好。正如《庄子·山木》篇中所说：“君子之交淡若水，小人之交甘若醴；君子淡以亲，小人甘以绝。彼无故以合者，则无故以离。”

（四）容仪有整

一个人的仪表、仪态是其修养、文明程度的表现。古人认为，举止庄重，进退有礼，执事谨敬，文质彬彬，不仅能够保持个人的尊严，还有助于进德修业。古代思想家曾经拿禽兽的皮毛与人的仪表仪态相比较，禽兽没有了皮毛，就不能为禽兽；人失去仪礼，也就是不成为人了。

古人对仪表的要求，有如下三个方面。

（1）衣着容貌。《弟子规》要求：“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”这些规范，对现代人来说，仍是必要的。帽正纽结，鞋袜紧切，是仪表类观的基本要求。如果一个人衣冠不整，鞋袜不正，往往会使人产生反感甚至恶心，有谁会亲近这样的人呢。当然，衣着打扮，必须适合自己的职业、年龄、生理特征、相处的环境和交往对象的生活习俗，进行得体大方的选择。浓妆艳抹，矫揉造作，只会适得其反。

（2）行为举止。孔子说：“君子不重则不威，学则不固。”（《论语·学而》）这是因为，只有庄重才有威严，否则，即使学习了，也不能巩固。具体说来，要