

这些个

礼仪常识

你得知道



由北大、北师大等高校教授及博士撰写
优雅礼仪的示范，错误礼仪的指瑕
贴心的提醒，通俗的讲解

张冬梅 梁巍 云欣 著



中央广播电视大学出版社

张冬梅
梁巍
云欣
著

这些个 礼仪常识 你得知道



中央广播电视大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

这些个礼仪常识你得知道 / 张冬梅, 梁巍, 云欣著. —

北京: 中央广播电视大学出版社, 2009.4

(常识书系)

ISBN 978—7—304—04241—7

I. 这… II. ①张…②梁…③云… III. 管理学—基本

知识 IV. K891.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第210294号

版权所有, 翻版必究。

这些个礼仪常识你得知道

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 选题策划中心 010—68183482

发行部 010—58840200

总编室 010—68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路45号 邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

策划编辑: 吴力超

责任编辑: 隶 国 芹 芳

责任印刷: 韦桂秋

封面设计: 北京楚天悦文化发展有限公司

版式设计: 文豪图书设计

组 稿: 刘 娟

印刷: 北京市松源印刷有限公司

版本: 2009年4月第1版

开本: 16开

字数: 168千字

2009年4月第1次印刷

印张: 15

书号: ISBN 978—7—304—04241—7

定价: 26.80 元

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

常识缺失的年代

.....

随着知识经济、信息社会的来临，我们面对浩瀚的知识海洋似乎无所适从，每一个人都被告诫要成为专业人士，而与专业的文化个性对应的是局部、分裂、边缘甚至是晦涩。

狄更斯在《双城记》中开头就说：“这是最好的日子，也是最坏的日子；这是智慧的世代，也是愚蠢的世代；这是信仰的时期，也是怀疑的时期；这是光明的季节，也是黑暗的季节；这是希望的春天，也是绝望的冬天。我们面前好像样样都有，但又像一无所有；我们似乎立刻便要上天堂，但也可能很快便入地狱。”

这段文字也可用来描述我们这个时代的文化处境。

让我们来回顾一下知识与经济一体化的时代逻辑。

100多年前，黑格尔就指出，文学和艺术在未来技术社会发展的命运是悲观的。他认为未来的人们在技术发展后似乎不再需要“美的艺术”，而需要能满足感官享乐、心理刺激的商品化的消费艺术。

这一论断与现实是如此令人惊异地相合。

当今颇负盛名的法国哲学家利奥塔，也以他如诗般美妙而又隐晦的笔调描述了信息时代人文知识分子的“死亡”。

但专业对博识的谋杀则始于知识与经济的联姻。上个世纪后期的“文化产业”的兴起，同时伴随着互联网时代的到来，一切知识都可以通过信息化获得文化的表达方式。知识第一次成为了被经营的对象，被管理的对象，甚至是利润的来源。于是很多的知识分子在产业的驱动下参与了知识分工的工作，那种“真正能打通

文史哲、学贯古今的‘大家’越来越少”。在当下,如果一个物理学家去读文学作品,一个诗人去读科普,甚而去尝试表达与创作,就会被人们认为不务正业。

于是,我们的文化生活中,越来越多的人局限在自己的学科里。很多文科知识的常识变成了不同学科人的忌讳的领域,甚至开口即犯错。

国学大家马一浮先生在总结古代学术时曾主张“六艺该摄一切学术”,认为“诗、书、礼、御、射、数”是我们古人作为知识分子应当掌握的东西。这揭示了我们古人对博学与实践的倚重。西方哲人有一句话让人印象深刻:“文学与思想,其实是对于世界的同一种构造的不同面相。”说此话的人一定对于文学与哲学都有着很高的造诣。

《你得知道的常识书系》策划出版正是立意于让更多的人打破学科壁垒,推广学科常识。我个人认为掌握与弄通基本学科的常识至少有以下几个方面的意义:

首先,常识能提升人的文化素养,改善一个人的文化形象。人文学科本来就没有很严格的区分,而掌握更多的学科常识对于我们成为一个有文化素养的人很有意义。这虽然未必是我们对知识分工所带来的局限作抗争,但不同的学科常识使我们更能成为一个丰富而有趣的人。这不免使我们想起培根先生那段著名的论述“读史使人明智,读诗使人聪慧,演算使人精密,哲理使人深刻,伦理学使人有修养,逻辑修辞使人善辩。总之,知识能塑造人的性格。不仅如此,精神上的各种缺陷,都可以通过求知来改善——正如身体上的缺陷,可以通过运动来改善一样。例如打球有利于腰肾,射箭可扩胸利肺,散步则有助于消化,骑术使人反应敏捷,等等。”这些话语所蕴含的深刻含义,令人咀嚼不尽。

其次,常识蕴含着真正的智慧。我们知道,常识是最基础,最普通,进而也是最易被人接受的知识。他实际上蕴含着这个学科的智慧与精髓,但因为是“常识”也最容易被人忽略与忘记,由此也可以看到,即使是专业人士也容易犯常识性错误。一种无法让人接受的矫情是很多所谓的名家能大谈人们不懂的学术名词,而在他的文章里却能发现这个学科最基本的常识错误。常识就像大厦的底基,没有底基的牢靠终究建成的是空中楼阁。我们这个时代需要太多的常识的回归,无论是学术的还是工作与生活的。单向度的经济追求使我们迷失了作为一个人或一

个学科的常态，而恰恰常识所隐含的智慧会给我们以现实的教正。

最后，常识要用常识的方式来叙述。这是一个轻松阅读的时代，出版者作为知识的经营者必须照顾到大众渴望轻松、愉悦的胃口。《你得知道的常识书系》包括学术普及类与大众生活类两个门类，学术普及类诸如《这些个历史常识你得知道》、《这些个文学常识你得知道》、《这些个哲学常识你得知道》、《这些个美学常识你得知道》、《这些个管理常识你得知道》等等，大众生活类包括《这些个法律常识你得知道》、《这些个心理常识你得知道》、《这些个科学常识你得知道》等。这些常识的讲述以知识结合故事为主，重点在以轻松活泼的方式将学科常识经过梳理、选择、确立后分不同角度撰写。每小节的常识点1500字左右，使我们在轻松阅读中获得最精良的文化滋养。

基于此，我愿意写下以上的文字忝列为序。

明月

2009年3月

第一章 身“舞”彩凤双飞翼 001

——优雅服饰的礼仪

量体裁衣，风采尽显 002

——不同身材的服装搭配

赤橙黄绿青蓝紫，你是谁的专属天使？ 004

——不同肤色的着装选择

不可如此“潇洒” 006

——不可不知的着装细节

一“扣”不慎，满盘皆输 008

——西装纽扣的系法

怎样穿出你的风度？ 010

——西装与衬衣的选择

“V”字区的“画龙点睛” 012

——领带的佩戴方法

一失“足”成“千古恨” 014

——西装皮鞋的搭配

如此“黑白配”，谁的灰色空间？ 016

——西装袜子的选择

拥有“三剑客”，立时显身价 018

——男士的三件小配饰

不可离“裙”的社交生活 019

——女士裙装的魅力

- 022 足上风光，腿部景致
——女士鞋袜的讲究
- 024 画龙点睛，还是画蛇添足？
——首饰的选择
- 026 纤纤玉手，风情万种
——手饰佩戴法则
- 029 第二章 人面桃花相映红
——仪容塑造的礼仪
- 030 美好心情，从“头”开始
——发型礼仪
- 033 爱要怎么说出口
——口部细节须知
- 035 淡扫娥眉朝画师
——妆容礼仪
- 037 男士，你的“面子”更重要
——男士皮肤护理
- 040 香奈尔 NO.19
——香水的使用
- 043 第三章 此时无声胜有声
——站立坐行的礼仪

要“坐”就“坐”最好 044

——正确坐姿的阐释

翩然而来，飘然而去 046

——入座离座礼仪

千里之功，溃于一“立” 048

——站姿礼仪

歪歪扭扭，成何体统 050

——上体摆放要适宜

你的美腿会摆放吗？ 051

——下肢摆放的礼仪

香车美女的诱惑 053

——上下轿车的礼仪

气质“蹲”显 055

——蹲姿礼仪

白领如何“丽”人 057

——职场礼仪

第四章 口吐莲花施妙语 059

——言语沟通的礼仪

美需要距离 060

——避谈隐私话题

目 录

CONTENTS

- 062 来而不往非礼也
——寒暄的技巧
- 065 让你有一千个原谅的理由
——道歉之道
- 067 “感”时若期花溅泪
——如何言谢
- 069 千斤一个“不”，拒绝实在“苦”
——拒绝他人的技巧
- 071 “争”之以“礼”，“辩”之以情
——不伤和气的争辩妙招
- 074 别问我是谁，这样让我心碎！
——准确记忆对方名字
- 075 抒怀何必“三寸舌”？
——谈话中的无声语言
- 077 说者无意，听者有心
——说话要注意听者的心理感受
- 079 老板不再“板”着脸
——怎样和老板交流
- 082 “太极”是一种语言艺术
——模糊语言的运用
- 083 “言”不容缓
——怎样做好即兴演讲

第五章 礼尚往来真情现 087

——接待拜访的礼仪

灵丹妙药一箩筐 088

——如何克服社交恐惧症

花香花语花醉人 091

——送花的寓意

别在病人的伤口上撒盐 093

——探望病人的礼仪

兵马未动 粮草先行 095

——迎接客人的准备工作

为客有“方” 097

——拜访的礼仪

不可越雷池一步 100

——做客的礼仪禁区

得心应手，“呼”之即出 102

——称呼礼仪知多少

“退”一步海阔天空 104

——如何引领客人

两手之间的风景 106

——握手的礼仪

自己的风采，自己做主 108

——如何做好自我介绍

目 录

CONTENTS

- 110 美丽的彩虹桥
——如何为他人作介绍
- 112 小纸片里的大文章
——关于名片的礼仪
- 114 迎客诚可贵 送别价也高
——送别的礼仪
- 117 第六章 醉翁之意不在酒
——请客吃饭的礼仪
- 118 宴会前的“运筹帷幄”
——如何筹备宴会
- 120 众中有“序”
——座次安排
- 122 一“肴”既出满场欣
——点菜技巧
- 125 致广大而尽精微
——席间须知
- 127 慢饮琼浆消永夜
——饮酒礼仪及相关技巧
- 129 餐桌上的比翼鸟
——餐具用法

捅破文化隔离之墙	133
——西餐厅用餐全攻略	

第七章 新朋老友一线牵 137

——接打电话的礼仪

当你遭遇“午夜凶铃”	138
——择时通话的礼仪	

不要为您的通话配上“交响乐”	141
——择地通话的礼仪	

交出你的第一张名片	142
——接听电话的礼仪	

等等！请别着急挂电话	144
——由谁来结束通话	

做一名出色的职场达人	146
——代接电话的礼仪	

做领导的好助手	148
——帮领导过滤电话的技巧	

炫了铃声，丢了名声	150
——合理选择手机铃声	

“E”时代礼仪“七金律”	152
——浅谈 E-mail 礼仪	

- 155 第八章 天生我材必有用
——求职面试的礼仪
- 156 别让“掌中宝”给你减分
——电话影响求职印象分
- 158 知己知彼，百战不殆
——面试前资料的收集
- 160 我们正年轻！
——应聘时的仪表须知
- 162 树靠一张皮，人靠一张脸
——应聘时的仪容须知
- 164 来得早不如来得“巧”
——到达应聘地点的时机选择
- 166 你问我答，得心应手
——面试时回答问题的技巧
- 167 细节决定成败
——面试中的细节
- 169 笑靥一面，拉近无限
——微笑在面试中绽放
- 171 两耳该闻何处事，一心只为聘用书
——注意聆听
- 173 绿色好心情
——消除过度紧张的技巧

始终如一，尽善尽美 175

——面试结束后的礼仪

第九章 众里寻他千百度 177

——公共生活的礼仪

进出有道，上下自如 178

——乘坐电梯的礼节

礼让前行，井然有序 180

——楼梯、走廊通行礼仪

秩序井然一条龙 182

——排队秩序

盲道不能“盲” 184

——盲道上的文明

汽车座位如何“论资排辈” 186

——乘车座次礼仪

办公要“公办” 189

——办公室公共礼仪

伤人于无形 190

——公共场合吸烟的礼仪

国际公认的第一礼则 192

——女士优先

谦谦君子，窈窕淑女 194

——异性交往礼仪修养

197 **第十章 海内存知己**
——涉外交往的礼仪

198 五星红旗，我为你自豪
——国旗悬挂礼仪

200 与外国人做生意，你也行
——款待外商的礼仪

202 送礼送到心坎里
——赠送礼物习俗

205 “苦中作乐”的艺术
——如何品饮咖啡

206 小费中的大学问
——怎样付小费

208 玫瑰玫瑰，我爱你！
——送花的学问

209 都是“OK”惹的祸
——肢体禁忌

211 黑色星期五
——数字禁忌

213 **附录**

奥运中国，风采在礼仪中绽放

礼仪

第一章

ZHIXIEGE

LIYICHANGSHI

NI DEI ZHIDAO

这些个礼仪常识你得知

身“舞”彩凤双飞翼

优雅服饰的礼仪