

(增补本)

彭林 著

# 彭林说礼

重建当代日常礼仪

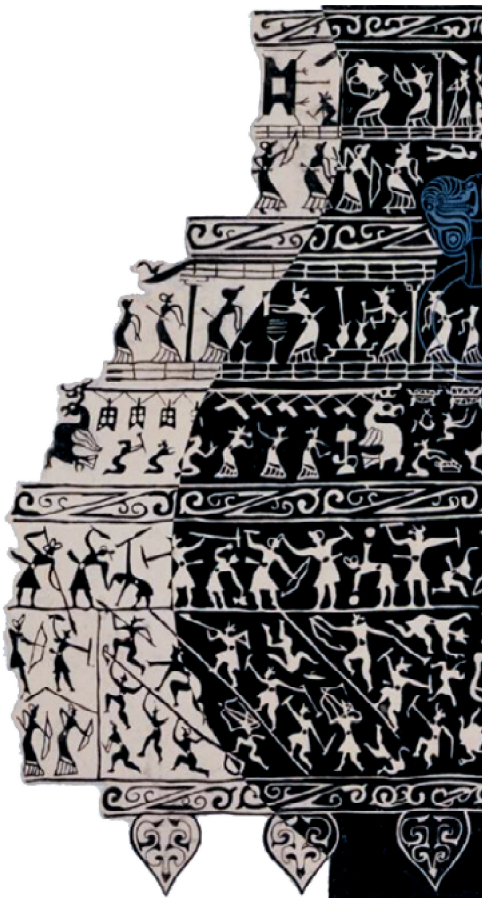


清华大学出版社  
北京

1965年，四川成都百花潭出土一件战国时代的铜壶，因器身布满采桑、宴飨、歌舞、战争等生活场景，故名“宴乐狩猎水陆攻战纹壶”，现藏于故宫博物院。

呈现在我们面前的画面，是器身四周图案的展开版，繁复的构图被斜角云纹区隔为上、中、下三层，每层包含两个主题。

上层的主题，左侧是射礼，右侧则是采桑。古代射礼，以两人为一“耦”，共三耦，分别称为上耦、中耦、下耦。每耦之中，一人称上射，另一人称下射。图中上、中、下共六人，与文献记载相符；站在屋下的两位射手正在比射，前方略呈“H”形的是称为“侯”的箭靶，上有多支射中的箭。跪坐在侯与屋之间的，是用算筹确认双方中靶箭数的人。屋子下方的四人，正持弓候射。右侧的采桑图中，有妇人在树上采摘桑叶，下面有人以筐承接，人物体态轻曼，动作优雅。



宴乐采桑射猎交战纹壶（展开图）



中层的主题分别是礼乐与弋射。图左的宫室内有三人，其中一人身前有一矮几，上有两只壶，此人正向壶中投入长条形器物，大概是在做“投壶”的游戏；另外两人在举爵畅饮。这组图案之下，乐工在敲击悬挂着的编钟与编磬，以及一面竖立着的“建鼓”。图右的弋射场景，射手或卧或跪，弯弓射向满天的飞鸿；水下鲜鱼肥美，令人艳羡当年的生态。

下层的主题是战争：左侧是陆战，士兵架设云梯攻城，城上士兵持武器抵御；右侧是水战，两艘战船相向而进，士兵奋力划桨，类似跳跃，极其传神。船下有勇士在鱼群中穿行。

该器刻画场景，题材丰富，线条流畅明快，鲜活生动。各色人等栩栩如生，堪称周代社会生活的绚丽画卷。上、中两层描述的礼乐文化部分，极为罕见，最为精彩，读者若涵泳其中，定当为之陶醉。



# 自序

礼是文明民族的标志，任何一个进入文明时代的民族都有自己的礼仪，只有野蛮民族才没有礼仪。本书所介绍的，就是属于中华民族自己的礼仪。

中华礼仪源远流长，博大精深，远远超出了待客之道、交际之法的范畴。它以传统道德为表里，是仁爱、友善的人文传统的展现；它涵盖的范围，大到天人关系、国家典制，小至言谈举止、修身养性，无所不包。中华之礼的文化精神，可作如下提要：

礼的终极目标是和。人的个性各不相同，家庭、社群各有自己的利益诉求，因而很容易发生冲突。儒家承认并尊重个体的差异，但主张求同存异、和谐相处。孔子说“君子和而不同，小人同而不和”，这是具有普世价值的真理。走向“和”的世界的桥梁则是礼，所以《论语》说“礼之用，和为贵。”礼的主旨，是促进个人身心的和谐、人际关系的和谐，最终达到全社会的和谐。

礼的核心精神是敬，走向“和”的要领，是谦卑自奉，低调行事，以恭敬之心对待亲戚、朋友，乃至弱势群体，遇事多为他人着想；对家国天下，以及人生、事业，始终怀有深深的敬意，尊老敬长，尊师重道，敬业乐群，相敬如宾，自尊自爱当然也是题中应有之义。我们内心秉持的诚敬，只有通过礼才能让对方感受到，而对方也会以同样的敬意回报我们。我敬人人，人人敬我，是一种更高层

次上的平等。

礼的外在形式是规范，是相处与自处的各种规则与仪式。人是从动物进化而来的，这就决定了人身上不可避免地残留着动物的野性，如贪婪、无序、恶斗、粗鲁等。就某种意义而言，人类的进步，就是克服自身野性的过程。礼是按照道德理性的要求制定出来的规范，让人自觉地区别于禽兽，非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动，言谈举止，卓具君子风范，引导人成为真正的人、高尚的人。

礼的重要特色是典雅。礼既然是文明的产物，就必然体现文明的魅力。中华文明是世界上有数的几大原生文明之一，也是唯一的一种从未中断的文明。五千年文明体现在礼的形态上，则是仪态万方，温文尔雅，动静语默，从容中道，揖让周旋，风度翩翩。中华礼仪中的遣词用语，言简意赅，内涵深沉，字字珠玑，朗朗上口，多是经过千年锤炼而成，赏心悦耳，儒雅可亲。

《管子》中的“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”，说的是精神与物质必须同步发展的道理。改革开放近四十年来，我们成功地实现了经济的腾飞，无数民众过上了小康生活。然而，我们在精神道德层面的发展相对滞后，社会乱象屡见不鲜。很多出国旅游的民众，由于缺乏礼仪素养，给东道国留下的印象很不好，遭到“中国只有富人，没有贵族”的讥评，我们的民族形象受到损害。而国内的人文生态也着实堪忧。现在该是把“知礼仪”的教育提上议事日程的时候了。中华礼仪教育应当从儿童抓起，从现在做起，让更多的民众在实践礼的过程中，不断体悟道德的真谛，变化气质，涵养德性。如此行之数年，社会风气定当大有改观。

在当今所谓“经济一体化”的大潮面前，我们也应该保持清醒的头脑。世界经济绝对不能走向单极化，只有在多极化的环境下，人类经济才是安全的。与此类似，人类文明是多元的，这是

人类文明能不断走向繁荣的前提。一旦全球文明日益趋同，成为单一文明，变得“同而不和”，人类文明就走进了死胡同。多元文明决定了礼仪的多样性。我国自古就有“十里不同风，百里不同俗”之说。不同民族、国家的交往，应该彼此尊重对方的礼仪传统。具体的做法是，“入境问俗”“入乡随俗”，这是不同的文化享有平等的尊严的体现，是国格之所在。当今之世，并不存在一种世界礼仪，把西方商务礼仪当作全球的礼仪规范，是西方中心主义的逻辑，我们切莫盲从。灿烂的中华礼仪文化，理应在人类礼仪文化的百花园中占有一席之地，为世界人民的友好交往提供智慧与经验。这也是我应清华大学出版社之约，决定将此书重新修订和增补后再版的初衷。

衷心希望每一位炎黄子孙都对中华礼仪怀有温情与敬意。

彭 林

辛卯年中秋节写于香港城市大学

戊戌季春修订于清华园



扫描二维码学习日常礼仪

中国古代的礼仪是以修身为基础的，礼是合于理的言行举止，它是以内心的德为基本前提的。重建当代日常礼仪应做到敬、净、静、雅四个字。

礼学精神最主要表现为“敬”，《礼记》开篇第一句话就是“毋不敬”，没有敬，就没有礼，对人、对事、对工作都要有敬意。既然要“敬”就必然要自谦。第二个字是“静”，安静的静。《礼记·玉藻》说：声容静。有教养的人说话声音平静、从容。这也是礼仪的基本要求。第三个字是干净的“净”。中国传统礼仪中，往往是通过“净”来体现敬，从经典中我们可以看到，小到衣食住行，大到冠婚丧祭，古人都注重洁净，以此表达对人、事、物的敬意。第四个字是“雅”。礼，无论是语言还是动作，都一定是高雅的，具有审美价值的。一个讲礼的社会，人们必然举止都很文雅，表现在人的说话、谈吐、举止等方面。

中华民族号称礼仪之邦，我们只有从身边的小事做起，把中华民族的传统礼仪发扬光大，才有希望实现重建中华礼仪之邦的目标。

# 目录

## 第一讲 什么是礼 1

穿越千年的历史时空，凝聚着儒家思想智慧的中华传统礼仪，至今依然给我们的心灵带来启迪和帮助。学习传统礼仪，可以涵养德性，变化气质，使我们的言谈举止温文尔雅，富于君子风范和独特的人格魅力。

## 第二讲 学会称呼 14

西方人彼此见面的时候可以直呼其名，但在崇尚礼仪的中国人看来，如何称呼对方，直接反映了一个人的知识水平与文化素养。称呼虽然是件小事，却要格外注意，其中可能存在很多误区。

## 第三讲 容貌的礼仪 37

礼仪是一种富于人文内涵的活动，对于人的容貌、神色有很高的要求。不恰当的表情，不恭敬的动作，不加节制的喧哗，有时甚至会影响我们的民族形象。因此，每个人都要对自己有严格的要求，形神兼备地贯彻礼仪精神。

## 第四讲 穿戴有礼 61

为了塑造良好的外在形象，人们除了要保持从容适度的容貌和神色之外，还应该穿着方面做好功课。一个人的穿戴体现了他的生活情趣和人生态度，只有符合礼仪之道的穿着，才会使人与服饰、环境之间的关系更为和谐自然。

## 第五讲 我的位置在哪里

82

如今，无论是开会还是就餐，在很多场合，人们常常感到困惑，不知道哪个位置更尊贵，自己置身何处才比较合适。在中国传统礼仪中，人们之间的相对位置往往与彼此的身份有关。或许，我们可以在传统礼仪中寻找相应的启示与答案。

## 第六讲 坐立的礼仪

96

坐和立是我们最基本的两种姿态。中国人爱说“坐有坐相，站有站相”，大家在心目中对坐相和站相都有一定的要求。因此，要成为一个知礼懂礼的人，我们就一定要保持正确的站姿和坐姿。

## 第七讲 行走的礼仪

110

中华礼仪对人的坐立行走都有相应的要求和原则，这些内容看似有些陈旧，其实在今天依然适用。在日常生活当中，观察一个人内心恭敬与否，通过看他行走时的表现，便可以一目了然。因此，我们应当注意自己在各种场合走路的速度和姿态。

## 第八讲 拜揖的礼仪

121

与其他国家和民族相似，中国人通过作揖、鞠躬、跪拜等独特的肢体动作，表达着内心的情感。了解这些礼仪动作的起源，以及行礼时的具体要求，可以使大家的举止更加得体。

## 第九讲 彬彬有礼的交谈

133

我们不难发现，生活中，有的人口若悬河，却往往引起他人的反感；有

的人说话不多，但很容易博得别人的好感。可见，谈话的水准对人际交往有着很大的影响。得体的语言表达是有方法可循的，只要掌握了其中的原则和技巧，我们也可以成为让别人如沐春风的交谈对象。

## 第十讲 信里的“乾坤” 146

书信是人们日常生活中交流情感、传递信息的一种重要方式，尽管电子邮件正越来越多地替代书信的功能，中华传统礼仪中对书信的规范和要求依然没有过时。在网络时代，我们仍有必要将古人写信的礼仪和优良传统发扬光大。

## 第十一讲 做客应该注意啥 164

我们平时与人交往，经常要上门送礼。送什么样的礼物才算合适，这个问题常常困扰着我们。其实，早在先秦时期，社会上已经兴起了带礼物到亲朋好友家做客的习俗。当时的人们已经有意识地对相关的礼仪作了一些规定，这些规定对今人来说，或许有些奇怪，却也使得送上门礼的过程非常庄重优雅，很值得今人借鉴。

## 第十二讲 餐桌上的礼仪 179

我国的饮食文化源远流长，保持进餐的优雅，是中国人不变的追求，与此相关的规范也有不少。先秦时期就开始被人们广泛使用的某些餐具，在当时却不是用于吃饭的，而是有特殊的礼仪功能。由此也可以看出，我们的餐桌和礼仪之间有着微妙的关联。

## 代跋 礼与中国人文精神 192



如今，谈到“礼仪”，人们首先想到的，往往是西方世界的种种礼仪。无论是书店里有关礼仪方面的书籍，还是社会上的各种商务活动，几乎都被打上了西方礼仪的标签。其实，中华民族作为“礼仪之邦”有着五千年的文明史，也形成了具有深厚文化底蕴的礼仪文明。

在中国这个传统的礼仪之邦，本国的“礼”在人们的社交往来中曾经扮演过十分重要的角色。如今，它却渐渐被人们忽略、淡忘。究竟是什么原因，造成了它的寂静和沉默？我们又该怎样做，才能使它焕发出新的生机？这些便是我们今天需要关注的问题。穿越千年的历史时空，凝聚着儒家思想智慧的“中华礼仪”，究竟有着怎样的特殊魅力？它又会给我们的的心灵带来哪些启迪和帮助呢？

从今天开始，我要和大家谈一谈中华礼仪这个话题。每天，我们都要跟各种各样的人打交道，也许并没有想过，自己的举手投足、一言一行，是否都合乎礼仪规范；自己为人处世的方式，是否妥当。事实上，言行举止合乎礼仪与否，在很大程度上影响

着别人对我们的看法。

大家不妨思考下面的一系列问题。

有人向朋友介绍自己的配偶道：“这位是我的夫人。”这么说对不对？

我们给老师写信，信封上写着“某某老师敬启”。这样是否表达了对老师的敬意？

我们给朋友写信，抬头写着“某某愚兄”，落款写“某某愚弟”，是不是得体？

我们请客人吃饭，走到饭店门口，应该让客人先进门，还是自己先进门？如果在席间站起来向坐在桌子对面的客人敬酒，是否合乎礼数？

当我们送客人上车时，是让客人坐在副驾驶座位，还是坐在后排？

报告会的主持人应该坐在做报告的人的左边，还是右边？

进出电梯轿厢的时候，我们是应该让孩子在先，还是让老人在先？

当我们上主席台领奖时，是应该从容不迫地走过去，还是小步快跑上台？

追悼会上的花圈，为什么中间都要写个“奠”字？

……

如此种种，不胜枚举。这些问题，大家时不时会遇到，谁也无从避免。它们看起来好像只是小事，不过，如果你选择了不同的处理方式，旁人对你的看法却有可能因此而改变。如果我们能把为人处世中的每个细节都处理得非常得体，别人就可能会高看我们，觉得我们是有修养的人，我们也可以借此建立积极和谐的人际关系，并在交往中逐渐赢得主动。

当然，近几年，大家也经常能在网上看到，某些公众人物把

别人的称谓搞错，或者使用了错误的肢体语言，显得失礼不说，甚至因此成为人们茶余饭后的谈资。有些外国人毫不客气地说，如今的“中国只有富人，没有贵族”。这里的贵族并不是指血统高贵，而是说其没有与财富相匹配的文化素养。这话说得有些刻薄，但仔细想想，也不无道理。

曾经有一位企业家跟我聊天，说每次与客户谈判或者做东宴请客户，心里总是有些忐忑，生怕自己话不得体、举止失当，得罪客户，影响公司形象，但苦于没有渠道学习相关的礼仪知识。也有不少刚刚为人父母的年轻人，希望孩子知书达理，从小就有良好的修养，但自己对相关问题知之甚少，想指导孩子却无从教起。

我曾经在清华大学开设一门名为“中国古代礼仪文明”的课程，向同学们介绍礼仪知识，很受大家的欢迎。后来，我发现上过这门课的同学，身上的气质都有了明显的变化。可见，要在社交场合举止得体、彬彬有礼，并不是一件困难的事。稍事学习之后，你就可以运用自如。下面，我就为大家简要介绍一些基本的礼仪知识，希望大家能有所收获。

西方礼仪关注的是诸如刀叉应该怎样摆放、领带应该怎样打、面对客人应该怎样微笑等细节。在现代人看来，这些似乎更实用，而中国传统礼仪，如鞠躬、作揖等，现在往往很难派上用场，所以没有必要讲究。对于这样的看法，我们该如何认识呢？中国传统礼仪在我们的社会生活中到底能发挥怎样的作用？

可能有朋友会问：“我们凭什么要遵守礼的规定呢？不学不行吗？”我的回答是，一定要学。因为我们每个人都有灵魂，灵魂左右着人的一切行为，它很活跃，需要自我约束和管理，否则会

有麻烦。不同民族、不同文化背景下的人们对这个问题有不同的处理办法。西方人是把灵魂交给上帝来管的。西方文化是宗教文化，在很多西方人看来，上帝是万能的。《圣经》的故事里说，亚当跟夏娃不顾警告，在伊甸园里偷食了禁果，触怒了上帝，被赶出伊甸园。为了进一步的惩罚，上帝还同亚当订立了契约。契约中规定，亚当的每一位子孙只要一生下来，心中都会存有邪恶，邪恶会驱使他们做坏事。这个宗教故事的寓意是，每个人生下来就是有罪的，做坏事是人的本能。如果不能将邪恶的灵魂管住，人们将会无恶不作，最终沦为恶魔，被打入地狱，永世不得翻身。怎么样才能拯救人的灵魂呢？宗教文化告诉西方人，他们应该信教，要时常向上帝祷告，做错了事，就要忏悔。

中国文化不是宗教文化，也没有上帝那样至高无上、本领无边的神。在我们的先人看来，人心是向善的，只要保持自己善良的本质，没有上帝，我们依然可以凭借道德将自己塑造为高尚贤良之人。中国人相信，天地之间有正气，有公理，人有良知，正义一定会战胜邪恶。孟子说：“得道者多助，失道者寡助。失道之至，亲戚畔之。得道之至，天下顺之。”这代表了中国人的历史观。但是，道义、道德这些概念都太抽象了，看不见、摸不着，很难对社会直接发生作用。古人用自己的智慧将它们转化为一整套可以操作的规范，总称为“礼”。

很多朋友都读过《左传》，这本书的写作模式大家想必并不陌生：作者往往先叙述一件事情，然后借“君子”之口写下评语。譬如“君子曰：礼也”，意思是说这件事情是合于礼的。倘若事情做得不妥，作者就会评论道“非礼也”，也就是讲，这种做法不合乎礼仪。其实现实生活里面也是如此，按照礼的要求做事，我们的行为就很少有错，因为这种行为是合乎道德理性的。反之，如果不按照礼来做，我们就有可能背离道德理性。所以《左传》中说：“礼者，理也。”

意思是说，礼是按照道德理性的要求制定出来的规范。按照它来行事，就是按照道德理性的要求做。我们每天坚持按照礼的要求在做，道德理性也就会一天一天地在我们心中扎下深深的根基。这样一来，道德便不再显得虚无缥缈，而是可以通过“礼”来体现的。

周公制礼作乐以后，社会上陆续出现了各种各样的礼仪，例如冠礼（就是成年礼）、婚礼、相见礼、乡饮酒礼、乡射礼、丧礼、祭礼等，逐渐形成了伴随人走完一生的成套礼仪，可以称之为“人生礼仪”。在人生的某些关键点上，通过某种礼仪来感悟人生，接受人文熏陶，提升气质，培养德性，就会按照道德理性来进步，收到“润物细无声”的效果，这是中国文化非常有特色的地方。因此，作为一名中国文化的传人，如果我们对人生还有很多美好的期许，就有必要学习一些传统礼仪。

曾经有不少朋友问我：我们总是说自己的国家是礼仪之邦，这个“礼”和“仪”，是一个概念，还是两个不同的概念？事实上，礼是由两大要素组成的，一是外在形式，二是内在思想。古人在礼仪形式的设计当中，刻意隐含着一定的深意，外在形式只有服务于内在思想才有生机，而内在思想只有通过外在的形式才能展现出来。举一个大家熟悉的例子，每天早上天安门升旗，有一套非常严格的仪式：旗手、护旗手的人数，从天安门内走到旗杆用多长时间，走多少步；升旗开始后，旗手应该怎样把旗扬起等，都有严格的规定。这样一套仪式，是为了体现“国旗庄严”的理念，这是整个仪式的内涵。

礼仪活动中的形式往往容易引起我们的注意，学习起来也比较快。至于其中的内涵，却不容易为人们所领悟，于是有很多人把它忽略掉了，甚至误以为那一套表面的形式就是“礼”的全部。在学校里，我们经常可以看到这样的情况，上课铃声一响，老师走上讲台，班长喊一声“起立”，教室里的学生都起身给老师行礼。

大家齐声说“老师好”的时候，似乎只是在敷衍了事，或许并没有那种发自内心的恭敬，这个过程至多只能算是“仪”，称不上“礼”，更有甚者连“仪”都没有做到位。其实我们中国人的传统是，在每一个动作里面，都由内而外地生发出一些内涵，这才叫“礼”。礼有表面形式和深层内涵之分，因此，中国古代充满智慧的思想家告诉我们，在观察一个人的时候，不要光看他表面上做了些什么，也不要认为“仪”的步骤都能做到位的人，就一定是深谙礼法的人。《左传》里有一个故事，就很有说明这个问题。

有一年，鲁昭公率领外交使团到晋国（今山西一带）去访问。古代距离国都50里的地方称为近郊，那里建有宾馆。友邦的贵宾来到近郊，东道国要派官员去慰问，安排客人在那里下榻休息，这叫“郊劳”，也就是在郊区犒劳远道而来的客人。这一步的进行也标志着一系列外交礼仪活动的开始。第二天，晋侯与鲁昭公、两国的卿大夫要在晋国的国都进行会谈，之后还有宴请、参观等一系列活动。所有的外交程序结束之后，宾客准备踏上归途。此时，晋国要尽地主之谊，向客人赠送一路上所需的食物和钱财以及马匹用的草料等，这种礼节叫“赠贿”（这里“贿”是指钱财，跟我们今天说的“贿赂”不是一回事）。赠贿是外交活动的最后一个仪节，标志着这次外交活动告一段落。之后，客人一行就回国了。

这次外交活动虽然短暂，从“郊劳”到“赠贿”却有不少烦琐的礼节。尽管如此，鲁昭公处处中规中矩，没有丝毫差错，这是很难做到的。所以晋侯对鲁昭公佩服得五体投地，感慨地对大夫女叔齐说：“鲁昭公不是一个很懂礼的人吗？”不料女叔齐却说：“他哪里懂得礼呢？”晋侯觉得奇怪：“人家从头到尾毫无差错，你为什么说他不懂礼？”女叔齐说：“他做的只不过是‘仪’，而不能称为‘礼’。对于一国之君来说，礼的根本作用，在于帮助他有效地推行各项政令，赢得老百姓的拥护，让国家长治久安。可

如今的鲁国政局非常混乱，政令被三家大夫专擅，鲁昭公却没有能力收回。子家羁是鲁国著名的贤者，他却不能任用。与大国结盟，他偷奸耍滑；与小国相处，他又总想欺负人家。鲁昭公身为一国之君，行事却本末倒置，对怎样用礼之精神把国家治理好的问题不感兴趣，精力全都用在细枝末节上，国家内政外交一片混乱，他却只对礼的仪节如数家珍。这样的人，也能算是懂礼的吗？”在场的人听了这番话，无不为女叔齐的过人见识深深折服，认为他才是真正懂礼的人。

类似鲁昭公的故事非常之多，古时候有些人能把仪式做得非常完美，供桌上的玉器丝帛，堂下的钟鼓乐器，一应俱全。他们表面上装模作样，实际上却是一群乱臣贼子，也可以说是礼的敌人。孔子曾经感慨道：“礼云礼云，玉帛云乎哉？乐云乐云，钟鼓云乎哉？”（《论语·阳货》）意思是：礼啊礼啊，说的就是玉器丝帛吗？乐啊乐啊，说的就是钟鼓乐器吗？当然不是。前些年，湖北随州出土了著名的曾侯乙编钟，这套编钟音域宽广，跨越五个八度，每一枚钟都有两个乐音，属于双音钟，体现了很高的修养和工艺水平。于是有人认为，这套编钟的出土证明，当时的礼乐好得很，所谓春秋时期“礼崩乐坏”的说法是错误的。其实，这种认识的错误，正如孔子所批评的一样，把“乐”理解成了乐器，将形式当作了本质。



曾侯乙编钟

改革开放以来，中国社会已经发生了翻天覆地的变化，在经济快速发展的同时，很多人的自我意识也越来越强，他们不愿意被繁文缛节所约束，崇尚自由的、快节奏的生活。但在获得自由的同时，人们也常常会产生这样一种困惑：人们彼此之间的关系似乎不再像过去那样和谐融洽了。那么，出现这种困惑的根源在哪里呢？被我们忘记甚至舍弃的“繁文缛节”，是否有重拾的必要呢？

我们在前面讲过，只重形式并不是真的讲究礼仪，但形式是否可以忽略呢？曾经有一位本科生在课堂上对我说：“老师，我家是农村的，农村人本来就质朴得很，不需要学这些虚礼。”我跟他打趣道：“人人都要讲礼，无论是内心之中的，还是外表上的。假如我在讲课的时候不讲究外表上的礼节，只怕你们也会受不了。试想一下，今天的气温很高，我既然早就汗流浹背，衣衫尽湿，又何必穿得如此体面整齐，要是赤膊给你们讲课，那该有多舒服！再说今天上课之前，我还走了不少路，现在腿还有点疼，不如坐在椅子上，把双腿架在讲台上讲课，以便下肢的血液回流。这样质朴自然地摆出我的姿态，会造成怎样的后果呢？”

历史与现实常常有惊人的相似之处。翻开《论语》，我们就会发现，早在两千多年前，卫国有一位叫棘子成的人，对孔子的学生子贡就提了一个类似的问题。他说：“君子质而已矣，何以文为？”意思是说，做一名君子，质朴就行了，为什么还要学文（文采）呢？子贡打了一个比方：虎豹与犬羊，都是哺乳动物，可是，虎豹身上有斑斓的花纹，犬羊却没有。如果把虎豹皮上的花纹都剃掉，和犬羊的皮挂在一起，谁还能分辨得出来呢？子贡用虎豹身上的

花纹比喻君子举手投足间流露出来的气质，身上有没有“文”，外界的观感很不一样。动物如此，人更是如此。

要不要学“文”，实际上涉及人们对自己人生价值的期待。中国人传统的价值观与西方人的价值观有很大差别。西方人渴望充分实现自我价值并攫取财富，所以要用财富的多少来衡量人的价值。他们认为，一个人拥有的财富越多，他的价值就越高。但在中国，特别是在传统中国，情况却大不相同。小人抑或君子，贤人抑或庸才，这些对立概念都是以素养为标准划分的。品行不端之人，即便是腰缠万贯，也会被别人看不起。反之，如果一个人“身无半文，心忧天下”，也会被大家视为君子，受到万世景仰。在传统中国，财富与价值是不能相提并论的两个概念。成为君子，甚至成圣成贤，才是人们的志向所在。

在日新月异的现代社会，“君子”一词似乎离我们有些远了，其实不然。譬如，时至今日，我们在赞扬一个人时仍然会用到“德才兼备”这样的说法。由此可见，即使在市场经济高度发达、生活节奏不断加快的今天，品德和修养依然是评价一个人是否有素养的重要标准。而这些标准和“君子”的定义基本吻合。那么，不妨让我们跨越时间的界限，了解一下，要想成为君子，应该具备哪些条件呢？

我们读《论语》等儒家经典，可以知道古人经常拿“君子”与“小人”作对比，君子是道德高尚、人格完美的人，小人是蝇营狗苟、饭囊衣架式的人。这样的观念对中国人影响很深。大家都不希望成为小人，但要成为君子，却也十分不易，必须经过长时间的、由内而外的修为，也就是要兼备“质”与“文”。

上文也提到过这两个概念。所谓“质”，说得通俗一点，就是未经任何人为加工的质料，比如玉、石、木、竹等，不同的物有不同的质。人是万物之灵，质的方面自然优于禽兽。人一定要珍视自己的“质”，有意识地自别于禽兽，保持朴素、善良的本质，并努力做到身心和谐，谦虚自守，衣着得体，谈吐优雅，举止有度，这些就是上面提到的“文”，也就是礼。“文”是文明进步的产物，也是文明时代对每个人的要求。俗话说“玉不琢，不成器”，质地再好的玉，不经过雕琢，与普通石头也没什么差别，这样的话，玉本身的质地越好，就越让人觉得惋惜。

有些人之所以很平庸，没有如君子般完美，在很大程度上是因为自身质与文之间的不平衡，要么质胜于文，要么文胜于质，这两种情况都不理想，对此，孔子有一段著名的论述：“质胜文则野，文胜质则史。文质彬彬，然后君子。”

孔子批评说“质胜文则野”，在这个高度文明的世界里，过于质朴而缺少文华的人，未免偏于率性。反之，风范和文采多得过头，又显得不实在。这里的“史”，说得通俗一点，就是假、做作，外在的形式过多，让人觉得是在作秀。在孔子看来，君子应当表里如一。“文质彬彬”这个词大家都不陌生，不少人取名叫“王彬彬”“李彬彬”“范彬彬”，就是借用了《论语》里的这段话。

“文质彬彬”，是说文与质均衡发展，两者相互烘托，既有做人的质朴，又有文明人的行为方式，这才是君子的风范。就像老虎、豹子身上的花纹，跟自己的体魄搭配得恰到好处、相得益彰，使人感到与之交往是非常愉快的事。周恩来总理是文质彬彬的君子典范。他温文尔雅又富于亲和力，与他谈话有如沐春风之感，难怪他可以赢得人民的信任。我们身为普通人，虽然可能无从建立像伟人那样的丰功伟绩，但仍可以心向往之，效仿这些榜样式的人物，让自己的人格尽量向他们靠拢，既有君子般的精神追求，

也在日常生活中培养君子的风范。

孟子也非常重视礼，认为君子内心必须常常念着礼。他说：“君子所以异于人者，在其存心也。君子以仁存心，以礼存心。仁者爱人，有礼者敬人。爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之。”

君子与一般人不同的地方在哪里呢？孟子认为是“以其存心也”，就是你心里存着什么。他说“君子以仁存心，以礼存心”，意思是君子把仁和礼这两样事物存放在心里。他还进一步解释说：“仁者爱人，有礼者敬人。”仁者会爱人，好比今天的一个人，不管到什么地方，他都会关注社会民情，关爱周围的人，秉持内心向善的自我要求。君子心中还要有礼，因为爱是抽象的概念，君子有仁爱之心，也须以实际行动表示他对人的尊敬。一个人时刻将仁与礼这两样事物装在心中，就会慢慢形成“君子”的行为习惯。这样做的结果，是“敬人者人恒敬之，爱人者人恒爱之”。人同此心，心同此理。你关爱别人，别人就会关爱你；你敬重别人，人家也就敬重你。我们如果真想成为君子，就应该把仁爱与礼敬时时刻刻放在心头。如果大家都能将这番话牢记在心，我们就都有成为君子的机会。

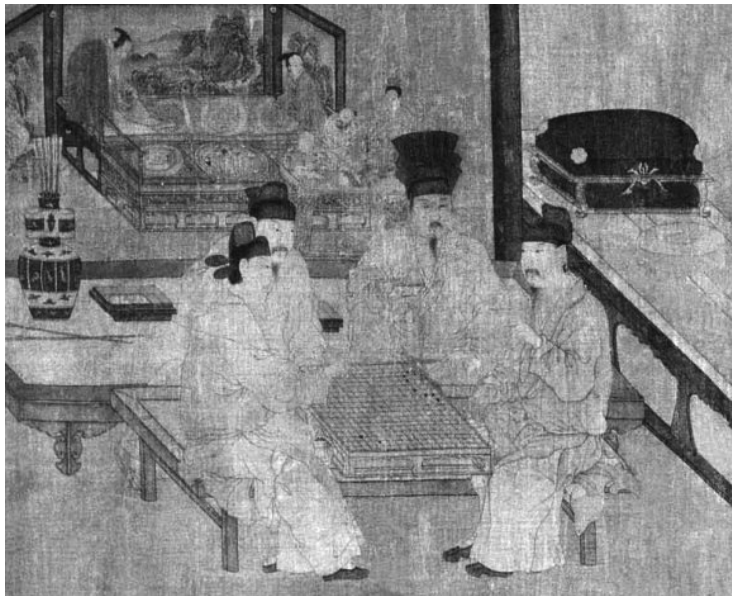
两千多年来，中国人成为君子的愿望没有改变。“君子”这个词最早在《易经》中就出现了，原意是“国君之子”。由于“君子”是未来的一国之君，将来要世袭君王之位，身份极其重要，因此，他从小就要接受人格和理想等方面的教育，以便在个人修养方面成为全体国民效仿的楷模。后来，“君子”一词不断演化，最终成了有文化有修养的人的代名词。

1914年，梁启超先生应清华大学学生会之邀，来到清华大学做了一场题为“君子”的演讲。梁先生说，中国自古就是把君子作为“人格之标准”的，《周易》六十四卦，其中五十三卦都与“君子”有关。他认为，乾卦象传中的“天行健，君子以自强不息”以及

坤卦象传的“地势坤，君子以厚德载物”，就是君子的气象。在山河飘零的时代，国家需要大批的君子：“莽莽神州，需用君子人，于今益极。”他衷心希望大学生们不仅要学习科学知识，还要“崇德修学，勉为真君子”“将来即为社会之表率，语默作止，皆为国民所仿效”。“语默作止”，“语”是说话；“默”是静默、不说话；“作”是行动；“静”是静止。大学生要做到“语默作止”都足以成为国民的表率，“异日出膺大任，足以挽既倒之狂澜，作中流之底柱，则民国幸甚矣”，国家的希望正在于此。梁先生的这篇演讲实际上是对全国青年学子说的。重温这段讲话，我们心中依然感慨万千。今天，我们的国家依然需要大批“语默作止”，足以成为“社会之表率”的君子。

或许有朋友会说：“都什么年代了，还在讲那么遥远的君子、礼仪，难道你是在鼓吹复古？”其实，谁也没有能力把时代拉回到明清甚至汉唐，历史一直在进步，没有必要复古。这一点，历代的学者都很清楚。《礼记》说：“礼，时为大。”礼是要与时俱进的，唐朝的礼与先秦的礼不同，宋朝的礼又与唐朝的礼有区别，清代的礼又不同于明朝的礼。因为随着社会经济的发展，生活方式不断改变，礼的形式也会随之调整。文明固然是在进步，文明的精神却在我们心中亘古不变，生生不息。礼的核心精神是尊重他人，无论是古代的跪拜礼、近代的鞠躬礼，还是现代的握手礼，其中的精髓都是要表达对他人的敬意，这种内涵贯穿着中华文明的演变历程，始终没有改变。现在还要向大家介绍古代礼仪，因为它是中国传统文化的重要组成部分。既然我们的祖先曾经是这样生活的，作为炎黄子孙，我们就有了解这些礼仪的必要。此外，我们介绍古代礼仪，着重在介绍它的内涵，以便了解古人为什么要这样行礼。

〔五代·南唐〕周文矩《重屏会棋图》



南唐后世君主李璟、李煜父子可谓“文”多于“质”的典型。据说李璟很爱下棋，对政事少化处理。有一次因大将军当朝戒言，故有收敛。可惜李璟棋瘾太大屡有反复。此事被李煜所察觉，于是重金请当时居于南唐的周文矩绘了这幅《重屏会棋图》。

我们中国的礼仪凝聚了儒家的思想智慧，如今却渐渐掩藏在历史深处，被人们忽略和淡忘。尽管如此，古老而又新鲜的礼，对现代中国人而言，依然有它的价值和魅力，因为它对我们的素质和修养的提高带来很大的帮助。以上内容大致是对中华礼仪内涵和功用的概括介绍。希望这些内容有助于成就大家的君子风范。从下一讲开始，我会逐一向大家介绍礼仪中最常用的内容。

比如有一项最常见的礼仪——人跟人见面首先要称呼对方，如果不了解其中的原则，可能会导致一些尴尬。因此，称谓的妥当与否就显得非常重要。下一讲，我会跟大家谈一谈称谓的礼仪。

## 第二讲

# 学会称呼

我们与人打交道，首先遇到的问题就是如何称呼对方。可能有人会问，称呼，不就是直接叫对方的名字或者“你”吗，有什么可讲究的呢？事实上，称呼虽然是件小事，却也有不少讲究。一不小心，很容易闹出笑话来。在生活中，我们常常听到有男士当着别人的面称自己的配偶为“夫人”，这样的称呼有什么不当之处吗？看似简单的称呼，其中究竟存在着哪些可能的误区呢？

人与人之间要进行沟通与交流，首先要面临的的就是称呼的问题。得体的称呼会让交谈双方各安其位，沟通顺畅；相反，如果称呼不得体，则很容易引起一方面的不满，为后面的交流带来潜在的障碍。

在日常生活中，称呼虽然是件小事，里面却蕴藏着很大的学问，叫错了不免失礼，轻则令人不快，重则引起纠纷。

称谓的问题在现代社会容易被人们忽视，失礼现象非常普遍。比如说，我们常常听到有男士当着别人的面称自己的配偶为“夫人”；有的大学生听说同学的父亲去世了，于是编写了这样一则慰问短信：“惊悉家父不幸逝世……”类似现象在今

天并不罕见，我们能感觉到这样的称呼有些不对劲，但问题究竟出在哪里呢？看似简单的称呼，其中究竟有哪些可能的误区呢？

概括起来讲，现在人们在对他人的称谓当中，有两大类典型的错误。第一类就是不用称谓。有这样一个故事，一位船客，因为不知道几点开船，就问船老大：“哎，这船几点开啊？”船老大不高兴了，心想：“你问谁呢？”于是假装没听见。船客见他不作声，又冲着他喊道：“哎，问你话呢，几点开船啊？”船老大心想：“我刚才不理你是暗示你，你这个人没礼貌，可是你怎么就不开窍呢？看来得教训你一下才行。”于是用竹篙轻轻打了他一下。船客惊道：“哎，你怎么打人啊？”船老大见他仍然执迷不悟，索性用竹篙子把船客打到水里去了。船客身陷窘境，还在那儿不住地喊：“哎，你怎么还打人啊？”船老大说：“我打的就是你这个‘哎’。”这件事的起因很简单，这位船客一而再、再而三地用“哎”称呼对方，实在没有礼貌，被人打到河里了，还不知道自己错在哪里，可见他确实没教养。

其实，我们都遇到过类似这位船客的人，假如你向别人问路，用“哎”“喂”称呼别人，或者干脆直接发问。人同此心，情同此理，面对这种无礼之人，人家心里自然不会痛快，于是可能拒绝回答问题，甚至在被惹怒之后伸手向相反方向一指。由此大家可以悟出一个道理，如果我们对人说话不用称谓，不仅会引起人的反感，甚至还有可能为此付出无谓的代价。

如今网络普及了，通过 E-mail 传递信息，成为大家经常使用的联络方式。不过，个别人发起对话时不用称谓的习气，却也因此扩展到了网络上。我不止一次收到这样的邮件：“你今天的课几点、在什么地方上？”没有称谓，也没有落款。我有理由认为这不是发给我的邮件，可以拒绝回复。但是，我的职业和研究领域

不允许我这样做。但是，因为发邮件不像面对面说话，对方没有落款，我真的不知道他是谁，在回信中自然无法使用称呼，使得我也被动地失礼了。

在我们的日常交往中，尤其是在正式场合，我们称呼对方时应该把握的一条最基本的原则就是多用敬语，以表示对对方的尊重。那么反过来，当我们在向对方介绍自己或称呼自己的时候，该遵循什么样的原则？又有什么讲究呢？

第二类错误就是称谓失当。跟不同的人说话，要用不同的称谓，而且称谓一定要恰当。我们在日常生活中应该怎么称呼别人呢？

下面我向为大家介绍几个基本的称谓使用原则。

## 一、分清敬称与谦称

学习中国礼仪，有一条最基本的原则，就是要懂得区分敬与谦。《礼记》当中有这样一句话：“礼者，自卑而尊人。”或许有人会说，都什么年代了，还要让我们自卑、卑躬屈膝吗？请大家不要误会，这里的“卑”是谦卑的意思，“自卑而尊人”，意思是说，对自己或者自己一方，要谦卑；对对方则要尊敬。自谦而敬人这一原则，贯穿在几乎所有的礼仪当中，在称谓方面最集中的表现，就是在敬称与谦称这个问题上。举个例子，比如说我们和人见面，有时候会问：“阁下贵姓？”“阁下”就是敬称，“贵姓”属于敬语。“阁下贵姓”与“你姓什么”这两种说法，本质和意义是一样的，但是有雅俗之别。“阁下贵姓”给人的感觉，是问话的人很有教养，谈吐儒雅，懂得尊重人。这样的称谓就是尊人的。

古人使用的尊称很多，尊称的说法最重要的来源之一，是把对方的官衔或者爵位当作称谓。比方说，“君”原本是指天子或国君，一国的最高执政者称为国君。后来，人们把一家之主称为“家君”“府君”，称已经故去的父亲为“先君”，妻子称丈夫为“夫君”。作为称谓的“君”被人们广泛使用，后来甚至成为了表示敬意的第二人称代词。这种把“君”当作代词的用法在唐宋时代已经非常普遍，如李白的《将进酒》里的“君不见黄河之水天上来”，刘禹锡的《杨柳枝词》里的“请君莫奏前朝曲”，李后主的《虞美人》里的“问君能有几多愁，恰似一江春水向东流”等都是例子。受汉文化影响，日本人至今仍彼此称呼对方为“某某君”。

古代诸侯称为“公”，像大家熟知的齐桓公、晋文公等，都是一国之君。在周代，天子分封的诸侯有公、侯、伯、子、男五等爵位，公是其中最高的一等。后来，五等爵位的制度消失了，但“公”却成为大家普遍使用的尊称。康有为先生学富五车，与他同时代的人恭敬地称他为“康公”。抗战时期，周恩来在重庆的影响很大，文艺界的人士都尊称他为“周公”。这种称呼在今天的学术界延续了下来，不少德高望重的前辈学者也被大家称为“某公”。另外，在春秋时代，诸侯的嫡长子以外的儿子称为“公子”。后来，人们也将重要人物的子女称为公子。如今，当我们在比较重大的场合向大家介绍某位来宾的子女时，往往会说，“这位是某某的公子”或者“这位是某某的女公子”，像这样的称呼，就显得非常庄重。

“卿”原本也是爵位名称。上古时代的大夫和士都是贵族，大夫又分为三级，就是上大夫、中大夫和下大夫，上大夫又称为卿。后来，“卿”也被当作尊称来使用。例如，荀子是战国后期的著名学者，司马迁在《史记·孟子荀卿列传》的标题和内文当中都称荀子为“荀卿”，因为他在齐国“最为老师”“三为祭酒”。“祭酒”是什么样的职务呢？古人饮食之前，要举行祭先的仪式，祭

祀历史上最先发明酒和食品的人，表示后人对物质生活创造者的纪念。如果有很多人参加仪式，人们就要从中选出一位最尊贵的长者，由他代表大家来完成祭先的礼节。祭先要用酒，所以这位德高望重之人也被称为“祭酒”。荀子“三为祭酒”，说明他曾有三次排在列大夫之首。汉代将“祭酒”的意义加以引申，就成了官名。司马迁在《孟子荀卿列传》的开篇处写道：“荀卿，赵人。”大家知道，荀子名况，司马迁为什么要称他为荀卿呢？司马贞的《史记索隐》解释说：“卿者，时人相尊而号为卿也。”可见，“卿”是对他的尊称。无独有偶，大家非常熟悉的刺秦王的荆轲，祖先是齐国人，后来迁居卫国。《史记·刺客列传》说卫国人尊称他为“庆卿”，这是什么道理呢？司马迁没有说明。司马贞在《史记索隐》里推测说，齐国早前的贵族有庆氏，因此荆轲有可能原本就姓庆，到了卫国以后才改姓荆，荆、庆两字在古代的读音非常相近。司马贞认为，“庆卿”的说法可能就是这么来的。至于司马迁称孟子为“卿”的原因，司马贞则非常明确地说：“卿者，时人尊重之号，犹如相尊美亦称‘子’然也。”意思是说，“卿”是当时对人的尊称，“老子”“孔子”的“子”同样都有尊美之意。再到后来，“卿”这一称谓得到进一步的普及。我们经常在影视作品里面听到，皇帝尊称大臣为“爱卿”。“卿”还可以用于夫妻相称，听起来非常文雅。今天人们常说男女之间“卿卿我我”，便是因为“卿”往往是相爱的人对彼此的称谓。

古代还有一种常见的表示尊敬的称呼方式，就是在称谓之前加一个表示美好的字，比如加上一个“令”字。令有美好的意思，《仪礼》当中把好的日子称为“令辰”“令日”。《诗经·大雅·文王》称颂文王有绵延不绝的美誉，道：“亶亶文王，令闻不已。”“令”字被广泛运用在称谓上，如称对方的父亲为“令尊”或者“令尊大人”，称对方的母亲为“令堂”或者“令堂大人”，以此类推，



称其余的亲属为“令伯”“令叔”“令兄”“令弟”“令妹”等。对对方的晚辈也是如此，如称对方的儿子为“令郎”或“令息”，在古汉语里，“息”表示繁衍生息；称对方的女儿为“令媛”或“令媛”。也有在称谓前加“贤”字的，如称夫妇为“贤伉俪”、称父子为“贤乔梓”等。

我们在与别人打交道的过程当中，可能会遇到的情况通常有两种：一种是双方年龄、职务相当；还有一种是彼此辈分不同，或者职务有高低。中国人讲究论资排辈，遇上后一种情况的时候，为了表示不敢与尊长平起平坐、分庭抗礼，我们在称呼上使用尊称，来体现对对方的尊重。这样的称谓人们最熟悉的，是“陛下”“殿下”“阁下”等。陛下主要用于称呼天子、国君。臣下谦称自己没有资格与君王直接对话，因为古代天子、国君高居于宫阙之上，臣下如果要晋谒，则要走上层层丹陛，委托站在丹陛之下的听差人来转达消息。人们尊称天子为“陛下”，并不是说天子就是陛下，而是委婉、谦卑的说法，表示自己只配与宫殿丹陛之下的当差人对话，再由他们转达给天子或者国君。“阁下”的用法与“陛下”相同，当年，日本首相田中角荣访华，在致辞的时候称“尊敬的周恩来总理阁下”，就是古礼的今用。当然，在我们今天的生活中，“阁下”一词的使用范围越来越广，普通人之间也可以这么称呼，几乎可以与“你”替换使用。比如当我们想邀请一位朋友参加活动，可以这样问：“不知阁下是否能光临？”想就一件事情征求某人的意见，可以说：“不知阁下有何高见？”

在古代中国，敬称的使用几乎深入到社会的每个阶层。比如古代写章回小说的作者称各位读者为“各位看官”，直接用“官”字相称。在药店布行、饭馆茶楼，伙计称呼来客“这位爷”，则可以看作带有恭维色彩的尊重。如今，广东的服务业称客人为“老板”，也含有某种尊重在内，只是稍微有点儿俗气。

以上所提到的敬称，都是对对方使用，如果在问候或交谈中涉及自己一方，则一定要用谦语。谦语是与敬语相对的称谓体系，使用谦语是为人低调、不张狂的表现。中国人使用自谦语的传统可谓源远流长。《老子》说：“侯王自称孤、寡、不谷。”古人认为只有德行出类拔萃的人才有资格居于王侯之位，“孤”和“寡”都是少的意思，王侯称孤道寡，是谦称自己德行浅少，忝居高位；“谷”的意思是善，“不谷”就是不善。自称“不谷”，同样有自谦的意思。《礼记》说，诸侯的夫人在天子面前自称“老妇”，在别国的诸侯面前自称“寡小君”，在丈夫面前自称“小童”，也都是谦称。

在中国古代，每个朝代的帝王下面都有很多工作人员，而这些工作人员一般都被称为“大臣”。而这个大臣的“臣”字究竟是什么意思，一般人并不清楚，那么，我们再熟悉不过的“臣”字究竟有着怎样的特殊含义呢？

在古代，臣的地位是非常低的，所谓“北面称臣”，就相当于被俘虏，面朝北跪在那里。根据学者的研究，在甲骨文里，“臣”字就像是一只竖起来的眼睛。我们知道，平时，人眼睛看起来是平的，但如果被人家俘虏了，跪在地上的时候，人的眼睛是竖起来的，古人就用竖起来的眼睛的形状表示“臣”字的含义。古人还把“臣妾”用作谦称，因为那时候有“男曰臣，女曰妾”之语，实际上“臣妾”是古代对奴隶的称谓。

司马迁在著名的《报任安书》中自称“仆”“牛马走”。仆是指奴仆，日语里至今还将“仆”作为第一人称的谦称。“牛马走”，意思是像牛马一样供对方驱使奔走。与此相类似的用法，是谦称自己的儿子为“犬子”“贱息”等。大家千万不要误以为这些是自

我作践的说法，没有人不爱自己，也没有人不爱自己的孩子，这样表述不过是为了自谦罢了。有一个例子可以说明这个问题，郑板桥最钦佩的画家是明代的徐渭，曾以五十金的重价去换徐渭画的一株石榴。为了表示对他的仰慕，郑板桥为此专门刻了一枚写着“青藤门下走狗”的闲章。“青藤”是徐渭的号，郑板桥以“青藤门下走狗”自居，但谁都不会认为郑板桥是自我作践，因为他的风骨尽人皆知。

我们在与他人提及自己的父母时要用谦称，通常是在称谓之前加一“家”字，如称自己的父亲为“家父”或者“家君”“家严”；称自己的母亲为“家母”或者“家慈”。如果父母已经去世，则对他人提起时要称“先父”“先大人”“先母”。同样，对他人称呼自家的其他亲戚也是一样，如“家伯”“家伯母”“家叔”“家叔母”“家兄”“家嫂”“舍弟”“舍妹”等。自称则可以加“愚”字，如“愚弟”。这里的“家”“舍”包含了自家的意思，千万不要画蛇添足，说成“我的家父”“我的家母”。

按照“自卑而尊人”的原则，敬词往往用于称呼对方，而谦词一般用于称呼自己或家人。但在生活中，我们经常会因为不能清楚地分辨出哪些是敬词，哪些是谦词而闹出笑话。那么，这些容易被误用的词都有哪些呢？

敬称与谦称不能混杂使用，这一点必须严格把握，否则就会贻笑大方。大学生给同学发短信说“惊悉家父不幸逝世”，而“家父”是用来指自己父亲的，不能用于对方的父亲，可是他不懂，这么一写，意思就完全反了，变成自己的父亲死了却给别人发信息表示慰问，这个错误犯得实在太离谱了，简直令人啼笑皆非。

别人问你“贵姓”，你如果回答说“贵姓王”，那也会闹笑话。“贵姓”含有恭维、抬爱的意思，你不能当真，不能自认为自己的姓很高贵。大多数朋友都知道，在这种场合要说：“免贵，姓王。”意思是说，那个“贵”字不敢当，这叫作“自谦”。

中国人见面问话，涉及对方之处都会使用敬称和敬语。比如询问对方父亲健康状况时会说：“令尊大人身体可安？”问对方母亲会说：“令堂大人起居可安？”问对方籍贯会说：“仁兄府上是哪里？”问老者的年龄会说：“老先生今年高寿？”这样问话，流露出你对对方的敬重，会令人觉得温暖。而被问的人在回答的时候则要用谦称和谦语，如“托您的福，家父家母粗保贱安”“小弟出生在江苏”“在下虚度六十”等，处处都很低调。我们大多数人都懂得这里面的规矩，说话都很得体。但是也有少数人缺乏这方面的常识，因而出洋相。

在生活中，我们经常会听到男同胞称自己的配偶为“夫人”，这样的称呼已经司空见惯。然而，这样寻常的一件事竟然不符合中国传统礼仪的要求，这究竟是怎么一回事呢？我们在称呼自己配偶的时候，究竟还存在哪些误区呢？

现代人分不清敬称与谦称，集中体现在对自己配偶的称谓上。人们向别人介绍夫妻关系时，使用的称谓可以说是五花八门，有“老公”“老婆”“爱人”“夫人”，等等，下面我们来分析一下。“老公”“老婆”是比较俗气的叫法，在家里或者邻里之间这么称呼，自然没有关系，但在正式场合，最好能换一种说法。大家一定从来没有在报纸上看到过“某某携老婆访问某某国家”或“某国女总理携老公访问北京”之类的报道吧？可见这种称谓是不能登大雅之堂的。

“爱人”这个称谓，过去我们中国是没有的，你去看看明清四大小说，哪本书里也没有这种叫法。我至今都不知道这个词是从哪里来的。同一个词，大家的理解可能相差很多，比如在我国港澳台地区以及同属汉字文化圈的日本、韩国，人们都是把“情人”称为“爱人”的。改革开放之初，有人请香港来的朋友做客，先向大家介绍自己的配偶，说：“这是我爱人。”客人听了都愕然相向，心想：“你们改革开放的步伐也太快了，居然敢把情人带到大庭广众之中，还公开地介绍给大家。这在我们那边都很难做到！”当然，这是由于彼此长期隔绝，不了解词汇的含义而闹出的笑话。

“夫人”是中国人对配偶最古老的称谓之一，但是，这个称谓不是在任何场合都能用的。关于这个称谓，《礼记》当中有一段话：“天子之妃曰‘后’，诸侯曰‘夫人’，大夫曰‘孺人’，士曰‘妇人’，庶人曰‘妻’。”在古代，不同等级的人，配偶有各自不同的称谓，天子的配偶叫“后”，诸侯的配偶叫“夫人”，大夫的配偶叫“孺人”，士的配偶叫“妇人”，庶人的配偶叫“妻”。这些称谓之间的界限非常严格，绝不能错位使用。比如，天子的配偶叫“后”，天子的母亲叫“太后”，都是专用的称谓，其他人不能用的。如果你今天回到家里，见到自己的配偶便说：“后妃，我回来了！”见到你母亲时又说：“母后，孩儿这厢有礼了！”你家里的人一定会说：“这孩子今天怎么了？尽说胡话。”“夫人”原本专门用来指诸侯的配偶，不少人不明白这个道理，在向别人介绍自己配偶的时候说“这是我夫人”，未免贻笑大方，无意间就把自己当成诸侯了，显得妄自尊大。“夫人”这个称谓只能用于对方。称对方的配偶为“夫人”“尊夫人”“嫂夫人”，可以表示敬意，好比称对方为“公”“君”，都有抬爱、恭维的意思。

也许有朋友感到疑惑了：“古装戏里就有丈夫称配偶为‘夫人’的情况，难道这个词不是用于自己一方的尊称吗？”请大家注意，

古装戏里的用法没错，但那是在家里，关上房门，只有夫妻二人，没有第三方在场，妻子称丈夫为“官人”，丈夫称妻子为“夫人”，彼此敬重，当然也可以用尊称。

根据中国的传统，在向别人介绍自己的配偶时，丈夫称妻子为“内人”“内子”。这一方面是古代男主外、女主内的传统的遗风，在某种程度上也是谦虚、低调的说法，日语里直接写作“家内”，意思是一样的。我们在书面语言里还会使用“贱内”“拙荆”等。有些女性对此类说法表示不满，认为这是对妇女的歧视。其实，我们不必太拘泥它们的字面意思，如同称别人的儿子为“虎子”，称自己的儿子为“犬子”；称别人的身体为“贵体”，称自己的身体为“贱体”；称别人的著作为“大作”，称自己的著作为“拙著”一样，不过是表示自谦而已。

可能有女性读者要问了：丈夫称妻子为内人，那妻子怎么向别人称呼丈夫呢？当然，不能称为“外人”，而是应该叫“外子”，因为丈夫称妻子为“内子”，内与外相对。这个称呼大家难免觉得生疏，其实，从我国港澳台地区到同属于汉语文化圈的日本、韩国都是这么称呼的，将来你有机会与这些地区和国家的朋友交往，这些称呼你就不会感到陌生了。

## 二、就高不就低

在某些场合，我们称呼对方要遵循“就高不就低”的原则。在单位工作，只要是属于同一辈的同事，尽管有些人的年龄可能比我们略小，但出于尊重，我们都可以称呼对方为“某某兄”，而不是一定要分清谁大谁小。在现实生活里，就高不就低的原则运用得很广。例如，某位来客与我们是平辈，但我们不清楚其具体年龄，这时，如果要让孩子称呼客人，就应该遵循就高不就低的

原则，称客人为“伯伯”，而不是“叔叔”。

再如，我们抱着自家的孩子，见到邻居或者熟人，常常会用孩子的口吻，而不是按自己的身份跟对方打招呼：“婆婆上哪里去啊？”其实，对方只是自己的阿姨辈的年龄。把自己辈分降低一档，用孩子的身份称呼对方，既显得尊重，又表现出亲切之感。

另外，在同一家单位里，每个人的身份与岗位会有不同，这是分工的需要，并非贵贱之别，所以在与不同的工作人员打招呼时，我们不但不应当刻意强调大家的身份高低，而且要尽量就高不就低，以免引起对方的不快。

我有一位朋友，在大学图书馆的报刊阅览室工作。有一次，一位学生来图书馆借一本杂志，开口之前便在心里思量：“我该怎样称呼这位管理员呢？叫老师吧，他没教过我课，说不定压根儿就不能教课。”想了半天，说：“师傅，把那本杂志拿给我好吗？”我这位朋友很敏感，一听就知道，这个学生对自己不是很尊重。他反应非常快，于是反唇相讥：“师傅？我什么时候带过你这个徒弟啊，不借！”这位学生后悔不迭，赶忙改口叫老师，冲突得以避免。这就是犯了“就低不就高”的错误。

学校里的工作人员，不论年轻的还是年长的，也不论是行政人员还是图书管理员，都可以被称为老师，因为他们都是学校的员工，都是为教学而服务的。没有必要以参加实际教学工作与否为标准，把不同岗位的工作人员分得那么清楚。同理，在医院里，有看病的医生，也有药房、化验室的工作人员，他们也是分工有所不同，有些人称药房、化验室的工作人员为“师傅”，这就很不合适，其实叫一声“大夫”就可以避免很多麻烦。

以上就是我们在日常生活中称呼别人时需要特别注意的两条原则。

这些年，“老师”成为了颇受人们欢迎的称谓，大家见了有些身份、上了年纪的人都叫“老师”，自称是他们的学生。而在过去，无论是老师，还是学生，大家受的教育比一般人多，识文断字，知书达理，彼此之间的礼节也更细腻、讲究。但是，如今的情况似乎并不尽如人意，很多学生并不了解其中的知识。

最近几年，大家经常会听到人们说到谁是谁的弟子。其实称学生为“弟子”的叫法，最早见于《论语》的《学而》篇，孔子说：“弟子入则孝，出则弟。”其原因是，孔子的学生很多，有些是父子一起做孔子的学生，如颜路与他的儿子颜回，曾点与他的儿子曾参，都是孔子的学生，学生与老师之间有时年龄相差很多，颜路比孔子小六岁，而曾参比孔子小四十六岁。孔子面对这些年龄很小的学生，就像是在教育自己的儿子，后来也就将学生统称为“弟子”。

习惯上，老师往往称自己的学生为“弟”，称女学生为“女弟”，都是弟子的意思。有些人不明此理，不免产生误解。有一位学生，看见导师在送给他的书的扉页上写着“某某弟惠存”，还以为导师在与他兄弟相称，非常激动。其实，导师可没有这个意思，是他误读了这个“弟”字的含义。

学生与老师的关系有很多类型。有的学生是导师登堂入室的研究生；有些学生只是听过大课，抑或是这位老师的任何一门课也没有听过，仅仅因为在同一所学校里，彼此有师生的名分而已。师生之间的称谓到底应该是怎么样的呢？这些不同的称呼方式，背后有着怎样的深意？



“兄”是老师对学生辈最普通的称呼，“不过比直呼其名略胜一筹”而已。了解了这样的知识背景，我们再来看许广平闹的这个笑话，不免有些忍俊不禁。

在中国人的传统当中，师生之间虽然没有血缘关系，有时候却情同父子。因为，父母给予我们的是血肉之躯，老师则传道、授业、解惑，赋予我们知识和理念，真正使我们成为了严格意义上的人。所以，中国人自古就有“一日为师，终身为父”的说法。

过去的学生称呼老师，最普通的叫法是“夫子”“函丈”。用“夫子”一词称呼老师，可以追溯到春秋时代，当时人们常常这样称呼孔子，所以后世便用它作为对老师的通称。“函丈”一词源于《礼记》的“席间函丈”一词。古代学生听老师讲课，与老师的座席之间要空出一根拐杖那么远的距离，以便老师在向学生指画讲课内容的时候有足够的空间。

古时候，学生一般自称生、受业。《诗经》里就有把读书人称为“生”的，《小雅·常棣》说“虽有兄弟，不如友生”。《史记·儒林列传》也说“言礼自鲁高堂生”。对此，司马贞的《史记索隐》解释道：“自汉以来，儒者皆号‘生’，亦‘先生’省字呼之耳。”可见西汉以后，“生”已成为读书人的通称。在实际使用的时候，老师称呼弟子为“张生”“李生”，学生也自称“生”“小生”。古代老师授课，把要讲的内容写在“业”上，“业”就是木板。所以古人称老师为“业师”，称自己为“受业”。

古时候同学之间的称呼，一般按照进入师门的先后，以学长、学弟、学妹，或者师兄、师弟、师妹相称，也有用比较风雅的说法，比如称对方为“同窗”或“砚兄”等。

过去，我们要称呼某个人，特别是师长的时候，是不能直呼

其名的，《弟子规》里面说：“称尊长，勿呼名。”可见，这在以前是每个儿童都了解的常识。直呼其名，会被认为是侮辱对方。其中缘由何在呢？

成年人往往有姓名字号，这是古代中国独有的文化现象，其中的内涵也很丰富。首先，在很早的时候，每个中国人便都有姓了。但在世界上其他的许多地方，相当长的时期里是没有所谓“姓”的概念的。西欧原本只有贵族有姓，民众在贵族的领地内过着非常封闭的生活，只有小名，这些小名都是随便取的。15—16世纪以后，由于社会形态发生重要变化，西欧的平民纷纷外出，为了能彼此区别，他们便给自己取姓，其中有些人是以职业为姓的，这些姓至今都保留着它们来历的痕迹。比如英文里的“史密斯”原意是铁匠，德语里的“霍夫曼”本来是指农夫；还有些姓是表示自己的原产地，比如俄罗斯姓“乌里扬诺夫斯基”的人，他们的祖先就是从“乌里扬诺”这个地方来的人；还有一些姓跟宗教有关，比如“约翰逊”是约翰之子的意思等。日本的情况也很类似，在明治维新以前，日本的平民也没有姓，所以后来他们取的姓与中国的姓大不一样，如家住山里的人姓“山中”，在河边耕作的就姓“滨田”，住在小岛上的就姓“小岛”等。阿拉伯民族以前也只有贵族有姓。

中国人姓氏起源相当久远，最早是用来区分血统的。《史记·五帝本纪》说，黄帝有二十五个儿子，“其得姓者十四人”。后来，他的子孙代代繁衍，同姓的人数不断增长，而且散居各地，需要进一步区分支脉，于是一姓之下又分化出若干个氏。氏的得名方法不一。天子的孙子称王孙，后来变成了姓，比如《左传》上楚国有一位王孙贾，就是周顷王的孙子。诸侯的儿子称公子，公子之子称公孙，公孙后来也变成了姓，如商鞅本姓公孙，人称公孙鞅，

后来由于封于商，所以又称商鞅。另外，孟子的学生公孙丑、战国赵人公孙龙等人的姓，都是这么来的。还有的将先人的字当作氏，如孔子的先祖是商朝的微子，封于宋，后来传到防叔，防叔字孔父嘉，孔父嘉的后人便以孔为氏。先秦时代，中国也只有贵族有姓。但到西汉以后，所有的人便都有姓了。

古代男孩子出生三个月，才由父亲起名，不像今天一生下来就必须取名字报户口。父亲为孩子取名的用意，大致有这么几种：一是蕴含着对孩子的期盼，直到今天，人们的心愿也都是如此；二是对出生地的纪念，如关于孔子的出生，有几种说法，有人说孔子出生在尼山上，丘即是小山之意，因此孔子以“丘”为名，现在还有父母把在上海出生的孩子名为“沪生”，在重庆出生的孩子名为“渝生”的；三是以出生的季节或者相应的物候为名，如“春生”“梅生”等。

古人的名是父亲给取的，因此对名十分珍视，通常也不直呼他人之名。既然名不能叫，应该怎么称呼别人呢？于是，古人还会取一个“字”，也就是通常说的“表字”。在社会交往当中，彼此称呼对方的表字。

古人的名与表字的意思一般有联系，如孔子姓孔，名丘，字仲尼。古人用伯、仲、叔、季来表示兄弟排行的顺序。孔子在家中排行第二，故称“仲”；因为生于尼山，故字“尼”。屈原，“原”是高而平的地方，所以字“平”。诸葛亮，“亮”就是明，所以字“孔明”，孔是非常的意思。端木赐，字“贡”，与“赐”同义。林则徐，字元抚，则有效法之意，取这样一个名字，是为了表明他要将著名的前任福建巡抚徐嗣曾作为自己的榜样；字元抚，也是因为他将徐嗣曾看作最值得效法的巡抚。

古人相交时称呼对方的表字或号，也是为了表示尊敬，如唐代大诗人李白，字太白，人称李太白；白居易字乐天，人称白乐天；

清代学者戴震，字东原，人称戴东原等，大家都很熟悉。

古代文人除名、字之外还有雅号，以此来标榜自己的情趣，所以别人往往也用雅号来代替他的名字。如陶潜，字渊明，因为住宅旁有五棵柳树，所以作《五柳先生传》以自况，自号“五柳先生”。苏轼，字子瞻，由于得罪了权贵，被贬谪到湖北黄州，这里有个小地名叫东坡，他在此筑室，所以自号“东坡居士”。又如陆游，字务观，号放翁，人称“陆放翁”，他的文集也名之为《陆放翁集》。

晚辈或者学生写文章回忆长辈或者老师的生平，都懂得不能直呼其名。鲁迅写过一篇回忆他的老师章炳麟的文章，题为《关于太炎先生二三事》。章炳麟号太炎，人称“太炎先生”，鲁迅也是遵循这种规矩的。

启功先生原姓爱新觉罗，是清皇室的成员。辛亥革命之后，皇室的处境就日渐窘迫，他在北京一所小学教书。小学校长说他没有大学毕业的文凭，把他解聘了，于是他的生活变得非常艰难。有人向辅仁大学校长、著名的史学家陈垣先生推荐了他，希望为他谋一份差事。于是，陈垣先生把他安排在自己身边，跟他学习，同时在辅仁大学给他安排了教职。多年之后，启功先生终于成为著名学者。陈校长对他恩重如山，启功先生一直铭记在心。有一次，某家出版社有意出版《陈垣全集》，考虑到陈先生与启功先生的师生情分非同一般，所以请启功先生题写书名。启功先生十分为难，因为陈垣先生（字援庵，斋名励耘）是他的恩师，哪有弟子可以直呼师名的道理？启功先生推辞再三，而那位编辑不懂个中原委，坚执再三。最后双方商量了一个变通的办法，封面的书名是《陈垣全集》，这是出版社定的，里面的扉页由启功先生这样题写：“陈援庵先生全集——受业启功敬署”。因为援庵是陈先生的字。启功先生说：“这才是我应该写的。”他以这样的方式维护了师道的尊严。



陈垣先生（右）与启功先生在一起

在古代，对一个人来说，天下只有两种人可以任意直呼其名，一种是他的父母、祖辈，另外一种就是天子。比如《四库全书》总纂官，姓纪，名昀，字晓岚。和珅与他同朝为官，称呼他“纪晓岚”，是合于礼的规范的，然而在某些时下热播的古装电视剧当中，乾隆皇帝也叫他“纪晓岚”，这就有点不明就里了。天子是天下至尊，对任何人都可以直呼其名。

除了称字之外，古代还有很多变通的称谓，下面我再来做一些介绍。这一类称谓的目的只有一个，就是避免直呼其名。

人出了名，故乡为之增色，所以人们每每将一些有成就的人与家乡并提，用他的籍贯或为官、讲学之处来当作对他的称谓，以示尊敬。例如，唐代书法家李邕曾任北海太守，人称“李北海”。宋代学者陆九渊，字子静，江西抚州金溪人，因为曾在贵溪的象山讲学，人称“象山先生”，南昌有一条象山路，就是纪念他的。江西还出了一位王安石，临川人，当过宰相，人称“王临川”，他

的文集也被命名为《临川集》。王夫之晚年居住在湖南衡阳的船山，人称“船山先生”。晚清的张之洞是洋务运动的重要人物，直隶南皮人，人称“张南皮”。康有为是晚清维新运动的主要人物，字广厦，号长素，广东南海人，人称“南海先生”。

对某些在朝廷供职的官员来说，他们的官职也可以当作称谓来使用，以示尊隆。如司马迁的父亲司马谈担任过太史令，司马迁承袭这一职务，称司马迁为“太史公”，他写的史书因此被称为《太史公书》。杜甫曾经担任工部侍郎，人称“杜工部”。唐代画家王维，字摩诘，官至尚书右丞，人称“王右丞”。唐代书法家颜真卿，安史之乱后被封为鲁郡公，人称“颜鲁公”。唐代文学家陈子昂，武则天时任担任过左拾遗，人称“陈拾遗”。元朝学者吴师道，致仕后朝廷曾授以奉议大夫礼部郎中，其文集名为《礼部集》。类似的现象很多，如果不了解这些背景，许多人看了这些称呼或书名，恐怕未必知道作者是谁。

除了以上种种称呼之外，还有用政府褒封的称号来做称谓的。例如，政府崇尚孝义，鼓励家族聚居，将四代、五代同居，而家风和睦的大家族称为“义门”，予以旌表。清朝郑尔垣的家族，自宋朝建炎至明初，合族而居者十三世，故人称“义门郑氏”。

西方人彼此称呼的时候可以直呼其名，包括孩子对父母的称呼在内。在他们看来，姓名不过是一个简单的符号而已，就是让人叫的。但中国的文化与西方不同，自古以来就有尚“礼”的要求。如何称呼人，直接反映了我们的知识水平与文化素养。那么，按照这样的规矩，我们称呼别人，尤其是称呼长辈时，究竟有哪些具体的讲究呢？

也有朋友会问：“如果不认识对方，也不知道他的职业，那该怎么称呼对方呢？”

当我们遇到这种情况时，至少可以有两种选择：

一种是称对方为“先生”，也就是用敬称，因为无论对方年龄大小、职务高低，用这样的称呼都不会造成失礼。当然，有许多人认为，先生是专用于男性的称呼，这也是一种误解。有一次，我给一位女士发邮件，称她为“先生”，她赶紧给我回邮件纠正我的称呼：“您大概误认为我是男性，所以称我为先生，其实我是女性。”我当然知道她是女性，因为她的名字是女性专用的，问题是她不了解称谓方面的基本常识：无论男女，其实都可以被称为“先生”。在学校读书的时候，我们见到女老师也可以称为先生。

另一种是按照辈分来称呼。比如当我们需要向陌生人打听事情或者问路，不知道对方的姓名和身份，便可以参照自己家人的年龄段，称呼对方为“叔叔”“阿姨”“大爷”“大妈”。路人之间当然是没有血缘关系的，但我们可以把对方当作自己的亲人来相处，应该不会有人排斥这种亲切的称呼。“四海之内皆兄弟也”是《论语》当中的一句名言，正是儒家“天下一家”思想的反映。西方人的宗教文化当中也有“人人皆兄弟”的说法，但意义与我们完全不同。西方人认为，每个人都是由上帝借我们自己母亲的身体生下来的，所以，每个人都是上帝的儿子。正因为如此，西方人父子之间可以直呼其名，可以起外号，对家庭之外的人，是不会像我们这样用家人的称谓去称呼的。

过去，在对长辈的称呼方面，人们的讲究就更多一些。梁启超先生曾在清华、北大执教多年，桃李满天下。他的许多学生后来都成了学术界的权威，他们在公开场合发言提到梁先生的时候，都会恭恭敬敬地站起来，说：“当年任公先生是这样教导我们

的……”“任公”是梁先生的字。学生们既表达着对梁先生的深情，也体现了学者应有的修养和风范，看到这样的情景，总是不免让人热泪盈眶。

然而，随着时代的变迁，这样的传统几乎已经销声匿迹了，包括大学教师在内，绝大多数人都不再有表字、雅号了，这在一定程度上阻碍了大家在称呼上表达心中的敬意。我曾经遇到两位学养很深的老先生，一位是著名书法家，写了一幅扇面，准备送给我；另一位是著名学者，要给我寄他的新作。两者都需要题款，而我当时又没有表字、堂号，这使他们非常犯难，他们不愿写任何失礼的词语。最后，只好在我的姓之后加上我的学位。

如今，不少名人的后代撰写回忆文章，标题往往是“我的父亲某某”之类，直呼长辈之名，其实他们的先人往往是有字、号的。这里面有两种可能，要么就是明知有字号可以用，但为了让一般读者知道是在说谁，便直接用了名字；要么就是作者根本不知道有避名讳的规矩。

在校园里，学生几乎不懂这些道理。很多学生在称呼老师的时候，往往在老师二字之前加上老师的全名，还觉得自己很有礼貌。殊不知，这也是失礼的称呼。当着老师的面，应该称“某老师”，只提到老师的姓就可以了。如果在场的老师中有两位或者两位以上同姓的老师，必须强调是其中的某一位的时候，才能提及他的名。如果老师不在场，对他人谈及某老师，倒是可以连带姓名一起说的，否则别人听了不知所措。

关于称谓，我们作了一些简要的介绍，希望大家了解之后能有所收获，有所反思。称谓的礼仪就讲到这里。

大家是否有这样的体会：在没有更多接触机会的情况下，当我们刚开始认识一个人的时候，往往会“以貌取人”。这里的“貌”，不仅仅是指人的长相，还包括人的神情、体态、气质等细节方面

的特征。第一印象的形成，一半以上的内容都与这些特征有关。在一些特殊场合，比如面试当中，我们给别人的第一印象，对自己的成功与否甚至会起到至关重要的作用。既然如此，我们应当以怎样的面貌示人，才能成功地通过别人“以貌取人”的第一关呢？在下一讲当中，我将会为大家介绍容貌的礼仪。

我们看自由体操比赛的时候不难发现，在每一位运动员刚刚出场，表演正式动作之前，裁判员就开始记录和打分了，运动员的气质、形象、表情等，都在他们观察的范围之内。这是为什么呢？

和体操比赛一样，生活中，我们给别人的第一印象也很重要。林黛玉第一次见到贾宝玉，印象并不是太好，越剧《红楼梦》里林黛玉的唱词说贾宝玉是“腹内草莽人轻浮”。其实，在现实生活当中，我们每天都在给别人打“印象分”。礼仪作为一种富于人文内涵的活动，对于人的容貌、神色等方面的要求也是很高的，古人称之为“礼容”。

现在，我们来谈一谈容貌的礼仪，也就是礼容。古书上对于礼容的记载很多，也很详细，我们先来看《礼记·玉藻》中的一段话：

君子之容舒迟，见所尊者齐遯，足容重，手容恭，目容端，口容止，声容静，头容直，气容肃，立容德，色容庄，坐如尸。

以上这段话的大致意思是说，君子闲居的时候，体态舒缓平和。如果要去见自己尊崇的人，立即会整肃仪容，容色谦敬无比。怎么个谦敬法呢？文中从脚到头都作了说明。下面，我们一起来读读。

## 一、足容重

足容重，是说步履要缓慢、稳重，不要轻佻。《礼记·曲礼下》说：“行不举足，车轮曳踵。”踵，是脚后跟。曳，就是拽，拖着。行走的时候，不要把脚抬得很高，而是要像车轮子不离开地面那样，用脚后跟擦着地往前走。检验的标准是，后面的人不能看到你的鞋底。日本的老师教学生学习弓道，也要求学生这样行走，以此来训练学生沉稳的气质。

在重大场合，礼仪往往可以起到帮助表达主题的作用。比如在加冕仪式上，接受皇冠的人登台阶的时候，应当左脚先迈上第一级，然后右脚也迈上第一级，两脚并拢。然后再上第二级台阶，左脚迈上第二级台阶，接着右脚迈上第二级台阶，两脚并齐。就这样一级一级，一直走到台上。之所以这样，是为了与整个仪式庄严、郑重的气氛相呼应。2009年，韩国前总统卢武铉去世，政府决定为他举行国民葬。我们在电视里可以看到，捧着卢武铉遗像遗物的一行人，从夹道的民众当中缓缓前行的时候，就是这样一步一步行走的。

## 二、手容恭

手容恭，是说手的位置要高而正，这才显得恭敬。《弟子规》上说：“拜恭敬，揖深圆。”意思是为了表示内心的恭敬，作揖的时候，双手要展开后相接，既深又圆。这就是“手容恭”的表现之一。



〔清〕焦秉贞《历朝贤后故事图》之「孝事周姜」

“孝事周姜”描述的是西周文王之母太任的故事，她是挚任氏的女儿，容貌端庄，性情仁厚，注重自身的德行修养，对婆婆周姜非常孝顺，伺候得十分周到。

《礼记·曲礼下》中有许多关于手容恭的具体说明，如在礼仪场合捧持物品的时候，要做到“奉者当心，提者当带”，“奉”字与“捧”通，是说双手的高度大致与心的位置齐平。越是重要的物品，手的位置越高。手持天子的器物时，要“上衡”，就是双手的位置要高于心。有些比较重的物品只能用手提着，这时，手的位置不能太低，大致与腰带齐平。当然，绝对不允许将物品放在地上拖着走。

今天，在我们与人交往的过程中，手的摆放位置、动作和姿态依然是十分重要的，人们对此往往比较清楚，但还是有不少细节容易被大家忽略，比如递送物品、握手以及在重大场合站立或就座的时候，手的摆放位置和动作等。这当中的学问和讲究，到底有哪些呢？

在如今的社交场合中，大家习惯用双手向对方递名片，这是正确的，因为双手递送东西是尊重对方的表现。奇怪的是，一张小小的名片，大家都知道要用双手，而比这更重要的许多场合，不少人却忘记了这一条原则，表现得很失礼。

比如，与尊长握手的时候需要注意什么？我们看到，在大学的学位授予典礼上，校长要与每一位获得学位的同学握手，再拨博士帽上面的流苏，然后授予学位证书，最后与他合影。半天下来，累得连手都举不起来了。但是，不少同学上前握手的时候，只伸出一只手与校长相握，他们似乎不知道，单手相握是地位相同的人之间的礼节。例如，毛泽东与尼克松是中国与美国的最高领导人，地位对等，他们可以单手相握。而学生和校长的关系与此不同，无论从哪个方面来说，他们的身份都不是对等的。在身份上，校长是一校之长，德高望重；从年龄上来说，校长也是父辈。校长是代表学校给学生授予学位，学生在学校学习四年，学业有成，此时此刻，理应心存感激。在这令人铭记终生的一刻，学生应该以双手相握，在表示亲切的同时也表达对校长和母校的敬意。

从事服务业的工作人员尤其应当注意礼容。我不止一次遇到这样的场面，营业员给我找钱，一边数，一边把一张张纸币扔给我：五十元、二十元、十元、五元、一元、五角、一角……当我把散落在柜台上的钱一张一张地收起来的时候，个别态度恶劣的服务员甚至会嫌我动作太慢，大声地说：“你怎么还不走啊！”我只得赶紧将钱抓起来，狼狈地走开。服务人员如此无礼的行为，无异于对顾客的侮辱。当然，也有一些服务业单位做得非常出色，他们会专门为顾客准备一只长方形的、浅浅的盒子，把要找给顾客的纸币按照面值的大小，顺序叠放在里面，双手捧给顾客，并且面带笑容地说：“欢迎您再来！”这才是对顾客的尊重。

近几年，航空业的旅客服务也渐渐变得不尽如人意。例如，

有些航班偶尔有送热的小毛巾给旅客的服务，这本来是一件好事，乘务员应该双手将毛巾递给旅客才对。可是，我就见到过乘务员把毛巾扔给旅客的现象。飞机上发放的正餐或点心也是如此，个别乘务员甚至会叫座位靠近走道的旅客帮助递送或者回收餐盒等物品，显得非常失礼，因为任何乘务员都没有指使旅客的权力。

在某些重大的场合，有些人由于平时不注意基本的礼仪规范，未免感到手足无措。有一次，我看到电视里正在播放一场全国乒乓球单打决赛。按照规定，主办方先要向观众介绍参赛的两位运动员。摄影师给两位选手每人一个特写，只见一位选手将两手交叉在胸前，另一位则把双手放在背后。面对如此众多热心支持国球的父老乡亲，两位运动员的手竟然放得都不是地方。双手交叉放在胸前，显得很随意，不严肃；放在背后，又不免挺胸凸肚，显得很傲慢。尤其令人失望的是，当主办者说到他们的姓名，需要他们上一步向观众致意的时候，两人的手却依然保持原样，没有放下来，只是朝观众弯了一下腰，点了一下头，这怎么能算是行礼呢？国家级运动员是公众人物，他们的行为举止代表的不仅是从事乒乓球运动的运动员，而且代表着一个国家的形象，也潜移默化地影响着正在收看比赛的青少年，全社会的风气可能因此受到影响。在比赛当中，人们之间所较量的不仅仅是球技，还有风格、气质、修养等。包括运动员在内，不论是从事何种行业的人，平时都应该学习礼仪。

人们常说，眼睛是心灵的窗户，它们除了承担着视觉器官的功能，帮助我们收集外面世界的讯息之外，还是我们表达丰富情感的媒介。在日常生活中，一不留神，会说话的眼睛就会透露出我们心中的秘密，反映出我们的精神状态和对人尊敬的程度。

### 三、目容端

目容端就是目光要端正，不斜视，尤其不能用余光去扫视对方。俗话说：“眼睛是心灵的窗户。”这话一点儿也不假。你心里在想什么，看看你的眼睛就知道了。通过观察人的眼睛可以了解一个人，这一点，古人早就有他们的心得。《孟子·离娄上》说：

存乎人者，莫良于眸子，眸子不能掩其恶。胸中正，则眸子瞭焉；胸中不正，则眸子眊焉。听其言也，观其眸子，人焉廋哉？

这段话的意思是说，在人的身上，没有比眼睛更好的部位了，眼睛不能掩饰人内心的善恶。大凡一个人的内心是正的，他的眼睛一定是清澈的；如果内心不正，他的眼睛一定是浑浊的。听他说些什么，再观察他的眼睛，这人如何能够掩饰自己的情绪呢？

除了看眼睛的清浊之外，古人还有不少观察人的法门。比如说，与人相见的时候，视线的位置和方向是否恰当。《礼记·曲礼下》说：

凡视，上于面则敖，下于带则忧，倾则奸。

意思是说如果视线高于对方的面部，好像是在看天，显得目中无人；如果视线低于对方的腰带，则显得忧虑。如果眼睛左顾右盼，目光游移不定，则又显得心术不正，很像是奸恶之徒。古人很讲究视线的位置，《仪礼·士相见礼》对这个问题也有记载：

凡与大人言，始视面，中视抱，卒视面，毋改。众皆若是。若父，则游目，毋上于面，毋下于带。若不言，立则视足，坐则视膝。

这段话说的是与尊长交谈，开始的时候，视线要落在他的面部，但时间长了会有些累，这时候可以略微变换一下位置，将目光落在他的怀抱处，然后移动，回到他的面部，此后就不要再来回移动了。如果交谈的对象是自己的父亲，视线则可以上下移动，但不要高于面部，也不要低于腰带处。彼此不说话的时候，若是站着，就看着他的鞋；若是坐着，就看着他的膝盖。



〔清〕《雍亲王题书堂深居图屏》（局部）

《雍亲王题书堂深居图屏》共12幅，描绘了美人赏蝶、沉吟、阅读等闲适生活情景，细致地勾勒出她们的面部表情，使我们领略到当时美人的风采。现藏于北京故宫博物院。

如今，我们在生活中最容易违背礼容规范的部位往往是眼睛，下面我们举几个例子。

媒体上有这样一则报道，有两位同班的男生大学毕业了，出去找工作，其中一位收到了很多单位的录用通知，另一位已经面试了几十家单位，却如石沉大海，没有一点儿回音。记者得知此事，觉得对方欺人太甚，同班、同性别、同专业，为什么用人单位会这样厚此薄彼？记者想为这位在求职路上频遭挫折的学生打抱不平，于是逐一回访这些用人单位的考官：在短短十几分钟的面试当中，你们主要根据什么来决定取舍？结果，几乎所有单位的面试官都说，看应聘者的眼睛。这位学生的问题大概就出在他的眼睛上。外面等待录用的人排着长队，面试官当然有理由择优录取，谁也不会选择一个从眼睛里就能看出修养不够的人做自己未来的同事。

我在清华大学多次担任“自主招生”的考官，与这些用人单位的考官也颇有同感。我发现，修养好的考生，一进考场就端端正正地坐下，而且只坐椅子的二分之一或者三分之一左右，身体略往前倾，眼睛专注地看着提问的老师。而极少数缺乏礼仪修养的考生，有的靠在椅子上，有的甚至会半躺着坐下，翘起二郎腿，脚还不停地抖动。在这样严肃的场合，如此放肆的举动非常失礼，令人感觉很不舒服。此时哪怕他再有才华，这印象分也足以让他的总成绩大打折扣。《弟子规》里说的“勿摇髀”，就是指不要抖动大腿，这是几岁的儿童都应该了解的常识，他们居然不懂。另外，有些学生回答问题的时候眼睛根本不看老师，而是望着天花板；有些学生一坐下来，两眼只盯着自己的鞋，无论面试官怎么问，他就是不肯抬头，给人的感觉很不舒服。于是，老师不禁心中暗想：“这孩子到底怎么了？”还有一些学生，坐下来之后，两眼就骨碌碌地转来转去，仔细打量

着每一位老师，目光游移不定。学生有这样的表现，他们自身的责任固然是无可推卸的，但问题也不仅仅出在他们身上，因为这些礼节方面的知识，学校和社会并没有完全教给他们。

我们再来说医院。我想，大家都有过类似的经历，有些医生给人看病，自始至终根本就不看病人一眼，只是随便问一声：“你怎么了，哪里不舒服？”然后听病人自己的叙述，便开始写病案、开药方，开完后撕下来丢给病人，再也不多说一句话。有一些服务行业里开发票的工作人员，整天绷着脸，目光始终不跟顾客有一点点的接触。还有少数官员也是如此，当下属或者职工对他陈述某件事情的时候，他边看电视或者边翻报纸地听着，眼睛根本不看对方，这是对人的不尊重，甚至是蔑视。或许有人会说，这是工作风格问题，无关大局。其实问题没有这么简单，我们成天说“心为民所系，权为民所用”，而这样的工作作风就表明，这些工作人员心里根本就没有人民。一个人的工作作风，正是这个人内心世界的自然流露。还有些部门的领导接见下属时，与甲握手，眼睛却看着乙；与丙握手，却在与丁打招呼，眼睛就是不看握手的对象。这种人给别人的印象就是，他根本就心不在焉，握手只是应付差事。想当年，周恩来总理外出视察，临别与接待他的工作人员合影时，总是叮嘱大家把炊事员、司机都叫上，还要和他们一一握手。当他与大家握手的时候，目光总是亲切地注视着对方的脸部，并且会询问对方的姓名、老家是哪里乃至子女的情况，让人如沐春风，这是他的人格魅力之所在，这样的领袖风范也是今天的很多领导干部所缺乏的。

#### 四、口容止

口容止，“止”是静止，用古人的话说，就是“不妄动”。在

正式的礼仪场合，或者开会、上课、听演讲的时候，作为听众，我们的口型都要保持静止的状态，不要乱动，这是内心庄敬的表现。

我们常常在电视里看到，个别官员接受媒体采访时，边嚼口香糖，边回答记者的提问，这是对观众的不尊重。其实，如果没有时间，这些人可以选择不接受采访，或者先把口香糖从嘴里吐出来，再回答问题。还有个别运动员，在升国旗、唱国歌的时候，也嚼口香糖，这就更不像话了。有些大学生，尤其是有些女生，上课时桌子上摆着好几种零食，有甜点、话梅、饮料，边吃边听，那种悠闲的样子，好像是在茶馆里听戏文似的，不但非常失礼，也很难做到专心致志地听课。这些细节必须加以注意，因为正式场合的一举一动，很可能就是每个人内心是否有敬意的反映。

## 五、声容静

声容静，包括两方面的要求，一是说话的声音要小，二是不要在正式场合咳嗽、打喷嚏。如果要咳嗽、打喷嚏，应该到会场外面去解决，以免破坏会场的气氛。我看到一篇文章，说在解放前的延安时期，好多领导挤在一个窑洞里办公，有的领导要咳嗽，为了不影响别人，就会自觉地走到外面去。像这样凡事多为他人着想，才是有修养的表现。

近年来，随着社会文明程度的提高，人们也把噪声列为造成环境污染的源头之一。提到噪声，大家总会想到汽车、飞机、拖拉机、轮船等大型交通工具发出的声响。其实，人的声音过大，也是我们周围环境的污染源之一，这种污染源不仅会对人们的身心健康造成伤害，甚至会影响我们的民族形象。

说话声音要小，这在古代原本是童蒙教育的内容。《弟子规》中有“尊长前，声要低。低不闻，却非宜”，意思是说，对尊长说话不要大声嚷嚷，那样有不敬之嫌，声音要适度放低。但是如果声音低到听不清，那也是失礼的。《礼记》对孩子的要求是这样的，如果长辈面对着自己，或者从一侧挟着自己，跟自己说话，彼此距离很近，此时要掩着口回答长者，以免口气冲到长者脸上。

不少人喜欢热闹，不分场合，总是大声嚷嚷。比如当我们与客人谈生意的时候，有些餐馆里总是人声鼎沸。有一次，我请一位外国朋友吃饭，忽然临近的一桌乒乓之声大作，把外宾吓坏了，以为出了什么事。后来才知道原来是他们的饭局开始了，每个人都举起玻璃酒杯，敲击饭桌中间的玻璃转盘，同时大声喊着“干杯”“干杯”。大家想想，用玻璃杯敲玻璃转盘，再加上高分贝的“干杯”声，那声音能不吓人吗？我告诉那位外宾：“他们是在干杯。”外宾不解地问：“干杯为什么要这样？”我顿时有些羞愧。在家里或自己的单位闹上一闹，倒也罢了，可是总有人把这种爱吵闹的习气带到公共场合，甚至海外。据媒体报道，有一个中国的旅游团到法国参观巴黎圣母院，一进门就大呼小叫起来，不仅破坏了场内的庄严气氛，也引起了其他游客的反感，管理人员只得很有礼貌地把他们请出去，理由是“你们不具备参观高雅艺术品的素养”，我们的民族形象都由此受到损害。

现在坐飞机的人越来越多，失礼的现象也是屡见不鲜。比如，在搭乘外国航班的旅客当中，有两位同行的中国游客座位离得比较远，但很想坐在一起，便隔着很多旅客在飞机客舱里喊起话来。这边问：“喂，你那里有空座位吗？”那边答：“没有啊，我能去你那里吗？”由于他们嗓门很大，其他乘客又听不懂他们在说什么，不少外国游客以为发生了事故，不由得恐慌起来。当大家得知一切平安，喊话只是为了交换座位之后，纷纷向这两位中国旅客投

来鄙视的目光。

旅途当中的另一种失礼现象，是在机舱或者车厢内没完没了地说话。机舱或者车厢是公共空间，有人需要睡觉，有人在阅读，有人希望欣赏外面的景色。如果大家都很安静，那么每个人的愿望都可以得到满足。可是，往往会有个别无视别人存在的乘客，在几个小时甚至更长时间的行程当中，喋喋不休地说话，而且声音很大，弄得周围的人痛苦不堪。

如今我们的手机普及率很高，车上、马路上、校园里，打电话的乘客与行人随处可见。这原本无可厚非，问题是他们的声音太高，他们的谈话内容，周围的人都能听得一清二楚，简直就是实况转播。西方人打手机唯恐别人听见，因为这是隐私。而中国人打电话却似乎是唯恐别人听不到，其中的原因实在令人费解。我们也看到，不少有教养的人乘坐地铁时，手机响了，赶紧弯下腰，低声告诉对方：“我正在车上，没法说话，过一会儿再回电话给你。”等地铁到站了，他会赶紧跑出去，在站台上回电话。

或许有朋友会说：“难道为了讲礼貌，我连说话的自由都得受限制了？”我们不要把自由理解成狭义的概念，实际上，自由不光要我们自己享有，人人都有权享有。我们有说话的权利，别人也有休息、学习的权利。不能为了享有自己的权利，而破坏了其他人的宁静空间。钱穆先生说得好：“礼是以对方的存在作为前提，而且多多少少是有敬意的。”我们学习礼仪，就是为了学会处处为对方着想，事事都要考虑对方的感受，尊重对方的需要。

如今，有修养的司机上路，都知道要尽量不按喇叭，少发出噪声。我们在公共场所说话，是否也应该秉持这一原则，尽可能地不制造噪声呢？

不光是说话,我们做事也应该轻手轻脚,不要弄得震天动地的。《弟子规》要求孩子“缓揭帘,勿有声”,揭门帘子要轻缓,动静太大不仅会影响别人,还会弄坏帘子。有教养的人心静、慎言、安详从容。宽广的河流往往是平静的,只有狭窄的溪水才显得喧嚣,做人也是一样的道理。

## 六、头容直

头容直,字面意思大家都明白,就是头部要正直,不要东倒西歪。但是,这里面还有更深一层的含义:做人要正直,不仅内心要正直,形体也要正直,要内外兼修,形神兼备。

## 七、气容肃

气容肃,说的是在重大场合,要像屏住呼吸似的,保持静谧。否则有可能破坏肃穆的气氛。有的人在安静的会场里粗声喘气,甚至睡着了,不断发出鼾声,这些都是影响自身形象,干扰公共秩序的表现。

## 八、立容德

立容德,这里的“德”字当“得”讲。立容德,是说站立的姿势要像从别人手里接受物品那样,上身微向前倾。这是一种谦虚的站姿,正与昂首凸肚、两眼望天的傲慢站姿相反。有一年,我到香港大学开会,有幸一睹金庸先生的风采。这位老先生站立的姿势,简直就是“立容德”的活教材,非常谦卑,仿佛不知道自己就是名闻天下的作家,真是令人钦敬。

## 九、色容庄

色容庄，是说神色要庄严，不苟言笑，不在严肃的场合嬉闹。《礼记·曲礼上》有“礼，不妄说人”之说。这里的“说”是“悦”的通假字，“妄”则有随意之义。这句话是说，“礼”要求每个人，不要随意喜好某个人，要保持庄重的姿态，不因某些人某些事显出异常兴奋的样子，应时刻保持不可侵犯的神色。

## 十、坐如尸

坐如尸，“尸”不是尸体，而是坐在神位上的孩子。古人祭祖，不愿空对着一堆祭品行礼，希望内心有所寄属，于是便找受祭者尚未成年的孙子或者其他孩子，代替祖先接受祭拜。在祭拜的时候，孩子自始至终都安坐在神位上，绝不能乱动。君子与尊者相见，也应该如此。

说到这里，或许有些朋友可能会感到疑惑：“关于礼容，古人有这么多规定，这当中是否有某种贯穿始终的精神呢？”当然有。礼的主要精神是表达敬意，有关的内容很丰富，很值得我们去理解与体会。

在前文当中，我们以《礼记·玉藻》篇中的一段话为例，介绍了古人对于容貌、神色从头到脚的各种规定。根据文献记载，在西周时期，人们在与他人交往的过程中，都很讲究容貌和表情的庄重。作为中华礼仪的典范，孔子非常推崇西周的礼乐制度，不仅给学生讲解，而且身体力行。孔子去世之后，他的弟子们回忆老师的谆谆教导、音容笑貌，汇编成《论语》这部儒家经典著作，其中的《乡党》篇比较详尽地记载了孔子在多种场合的容貌和行事准则。

这一篇的题目为什么叫“乡党”呢？原来，古代天子的都城与四郊通常被划分为六个乡，诸侯一般只有三个乡，乡的下面又

划分成州、党等行政单位。“乡”和“党”合称，好比后世说的“乡里”。如今，我们形容邻里关系亲近，会说“乡里乡亲的”，乡党就是这个意思。陕西人至今还把乡亲叫“乡党”，正是古语的遗留。《论语》的《乡党》篇内容不算多，但有不少难点。我们先来了解其中的一部分。

孔子在乡党与人相处，容貌“恂恂如也，似不能言者”。《说文解字》中“恂”是“有信心”的意思，一个人平时务实，有真才实学，内心充实，容貌温和、恭敬，这就是“恂恂”。在他人面前绝不作骄横之状，而是谦卑自守，好像不会说话一样。

孔子在别人面前不太喜欢说话，这是什么原因呢？言与行，是人生的两大侧面。说话，甚至说大话都很容易，行却很难。有些人喜欢夸夸其谈，就是落实不到行为上，叫作“理论一大套，实际做不到”。君子与此相反，孔子说：“君子欲讷于言，而敏于行。”（《论语·里仁》）意思是说大话太容易，所以要少说；行动太难，所以要勤敏。毛泽东的两个女儿，一个叫李讷，一个叫李敏，就是取自孔子的这段话。又说：“刚毅木讷，近仁。”（《论语·子路》）“古者言之不出，耻躬之不逮也。”（《论语·里仁》）意思是说，古代的贤者很少说话，他们觉得说了做不到实在是很可耻的事。

孔子在宗庙朝廷，“便便言，唯谨尔”。“便”通“辩”。这句话是说，孔子在与别人议论或辩论某个问题的时候，始终恪守恭敬、谨慎的原则。

孔子在上朝之前，与下大夫说话，“侃侃如也”；与上大夫说话，孔子“訥訥如也”。国君来到之后，孔子“蹶蹶（cù jí）如也，与与如也”。下大夫是相对比较低级的官员，“侃侃”，是刚直的样子，孔子与他们说话，刚直而言，不随便取悦别人。与下大夫比起来，上大夫的官阶要高一些，“訥訥”是中正的样子，孔子与他们谈话，容色不卑不亢，不失中正。“蹶蹶”是恭敬的样子，“与与”是威

仪适中。国君是国家的最高领导，孔子见到国君，容貌恭敬而得体。

在孔子的影响下，他的弟子也变得和老师一样有风度，《论语》中说：“闵子侍侧，闾闾如也；子路，行行如也；冉有、子贡，侃侃如也。”（《论语·先进》）行行，是刚强的样子。

每逢进入公门之时，孔子的内心就升腾起对公权部门的敬意，“鞠躬如也，如不容”，就是收敛身体如同鞠躬的姿势，好像没有地方放自己的脚似的。

孔子“见齐衰者，虽狎，必变。见冕者与瞽者，虽褻，必以貌”。意思是说，孔子见到三种人，就是齐衰、冕者、瞽者，“齐衰”是古代五等丧服的第二等，属于比较重的丧服。这里的“冕”同“紼”，也是丧服中的一等。瞽者是盲人。孔子遇到这三种人，不管平时与他们有多熟悉或者亲近，一定会露出同情的神情。

孔子的学生对容貌问题的讨论很多，有人对不同场合当中的容貌礼仪做了规定，如《礼记·玉藻》说：

凡祭，容貌颜色，如见所祭者。丧容累累，色容颠颠，视容瞿瞿梅梅，言容蚩蚩。戎容暨暨，言容诤诤（è è），色容厉肃，视容清明。立容辨卑，毋谄。头颈必中。山立，时行，盛气颠实扬休，玉色。

这段话的大意是：凡在祭祀的场合，人的容貌和神色要恭敬得就像见到了接受祭祀的祖先一样。办丧事时的容貌和神色，应该是极度疲惫的样子。神色中充满忧愁，眼睛仿佛看不清东西，说话声气微弱。在军事场合的容貌和神色，则应当果毅刚强，教令严猛，表情威严，眼睛清察，明审于事；站立的样子，须磬折恭敬，不得骄傲忽略士卒，但也不得过于谦虚；头颈的方向和姿

态中正，像山那样稳固；要让军士的气势遍布全身，如同生养万物的盛阳之气，神情镇定，面色如玉。

古人发现，人是情感丰富的动物，真情最能打动人、最能引起大家的共鸣。把这一原则运用到社会生活当中，可以收到最佳效果。《礼记·表记》里的一段话就说明了这个道理。1993年，湖北荆门郭店乡的一座战国楚墓里发现了一批先秦儒家文献，里面有一篇《成之闻之》，部分内容谈到作为国君如何用自己的情感来激发将士、民众，与《礼记·表记》如出一辙。下面，我们把这两篇的内容合在一起读。

容貌是内在德行的外化，但它并不总是被动地从属于德行，有时候可以反作用于德行，两者是互动的。有德行者，容貌必与之相称；容貌不庄敬，则将有伤于德行。保持合乎礼仪规范的容貌，有利于保有或养成内心的德行；有德行的人，容色往往比普通人更美好，马王堆汉墓帛书《五行》篇云：“仁之思也清，清则察，察则安，安则温，温则悦，悦则戚，戚则亲，亲则爱，爱则玉色，玉色则形，形则仁。”意思是说，仁者思虑清澈，所以对见到的事物有清晰的洞察，所处境能自安，能够安于自己所处的环境，所以会有温和、喜悦、亲切、博爱的容貌，他的美容色温润如玉，且有仁者之貌。只有仁者才能达到内心之美与容色之美的高度和谐。

普通人要讲求容貌的礼仪，国君更是如此。国君身穿朝服站在堂上，表情恭敬，则“一宫之人不胜其敬”；国君身穿丧服，面有哀痛之色，则“一宫之人不胜其哀”。如果国君身穿甲冑，面有不可辱之色，则“一军之人不胜其勇”。君主有发乎真情的容色，就能唤起民众的共鸣，将民众的心志引导到最佳状态。

再到后来，有人开始把礼仪当中的容貌进行分类。《礼记·玉藻》篇把礼容分为行容、庙中之容、朝廷之容三类，并指出了它们的主要特色：“凡行容惕惕（tì tì），庙中齐齐，朝廷济济翔翔。”行走之

容惕惕，就是快捷；庙中之容整整齐齐，表示恭敬诚恳；朝廷济济翔翔，就是庄敬。《礼记·少仪》又增加了祭祀之容与宾客之容。

郭店楚简《成之闻之》（部分）



郭店楚简是中国湖北省沙洋县纪山镇郭店一号楚墓内的竹简，1993年10月出土。这批竹简大约写于战国中期，内容包括儒家文献《成之闻之》《六德》和道家著作《老子》《太一生水》等。图为郭店楚简《成之闻之》，开头大致可以释读为“成之闻之曰：古之用民者，求之于己为恒”。

西汉初期的大儒贾谊,在他的代表作《新书·容经》篇中提到“容有四起”,将礼容分为朝廷之容、祭祀之容、军旅之容、丧纪之容四类。四类之下,又再作细分,包括立容、坐容、行容、趋容、跪容、拜容、伏容等,科条之细密,令人难以想象。

《周礼》的“保氏”之官,负责“国子”,也就是贵胄子弟的教育,要求国子从小就要掌握“六仪”,也就是祭祀之容、宾客之容、朝廷之容、丧纪之容、军旅之容、车马之容六种礼仪场合的容貌。

到了西汉,礼容的传授工作已有专门的职官体系。据《汉书·儒林传》记载,汉初,专门教习“颂貌威仪”之事的徐生以及包括其孙徐延在内的几位弟子,居然升到礼官大夫这样的职位。在地方郡国,则有“容史”之官与朝廷的礼官大夫相对应。郡国的容史都要专程到鲁国学习礼容,才能取得为官资格。可见,当时的人都把礼容作为必须具备的修养。

或许有读者会觉得,容貌的礼仪有太多细节,人的行为似乎因此受到很大的束缚。而我们原本是自由的,希望无拘无束,礼的精神似乎与我们的愿望有些矛盾。其实,“无拘无束”一直是所有人的愿望,但“无拘无束”的社会至今还没有出现过。我们每天都受到各种各样的法规、条例的约束。在马路上驾车的时候,必须靠右边行驶;车进入校园,限速20公里,教学区禁止机动车驶入,这些都是对我们的约束,违反了就要受到处罚。驾车尚且如此,其他方面更不用说了。如果人的行为都不受约束,社会就会陷入混乱无序的状态,我们要把汽车开到路上去,恐怕也有些困难。只有每个人的行为被合理地约束住了,社会才能健康、有序地运行。

现代社会普遍按照西方的管理学理念,通过一系列行政法规,用比较刚性的方式来约束成员。中国古代也讲约束,但主要不是用法规的形式,而是通过“礼”这样一种比较柔性的手段,从启

发人的良知入手，让人们自觉地约束自己。

古人把人的自信容色分为两大类：第一类是“骄”。《说文解字》中说：“马高六尺为骄。”高头大马总是昂首向天，人如果也摆出这副模样，就显得很傲慢，“骄傲”这个词就是这么来的。另一类叫“泰”，“泰”是一种基于冷静的自信。就体态和表情而言，“骄”者外向而张狂，“泰”者则谦恭而内敛。孔子把“泰”与“骄”作为区别君子与小人的分水岭，他说：“君子泰而不骄，小人骄而不泰。”（《论语·子路》）礼的作用，就是使人的容貌逐步趋向“泰”，而不至于变得“骄”。说到这里，大家可以反思一下自己：我们在日常生活为人处世上，是经常处于“泰”的状态，还是“骄”的状态？是比较像君子，还是相反？如果觉得自己还不太像君子，那就得经常用礼来修正自己的言行。

用礼来约束人的言行身心，是孔子教育学生的基本原则。孔子说：“君子博学于文，约之以礼。”（《论语·雍也》）意思是要成为一名君子，就必须广博地学习，按照礼的要求来生活。他最得意的弟子颜渊，有一次谈到老师时，喟然长叹，道：“夫子循循然善诱人，博我以文，约我以礼。”（《论语·子罕》）说老师太善于教育学生了，用六经和其他知识来开阔我们的知识世界，而用礼来约束我们的言行。这两段话的意思完全一样。孔子又说：“以约失之者，鲜矣！”（《论语·里仁》）“鲜”，是“少”的意思。这句话是说，由于约束、检点自己的行为而出现过失，实在是很少见的。

礼仪可以约束每个人的行为，增加我们的社会性，使我们成为真正意义上的人。孔子说：“君子博学于文，约之以礼。”意思是说，君子不仅要学习知识，也要按照道德理性的要求制订的规

范约束自己的行为。我们每个人都要对自己有严格的要求，在生活中按照礼的要求办事，要在行为中贯彻礼的精神。

足容重、手容恭等礼容方面的要求，做起来也不太难。但我们如果仅仅做到这些，还远远不能达到礼的要求。中国的礼仪拥有丰富而细密的体系，至少包含三个层次：表层、浅层和深层，这个体系的组成结构就好比人体的皮肤（这是表层所见到的现象）、肌肉（这是浅层的原因，主要指情感，是产生表象的直接原因）和骨头（这是深层的，是产生情感的根本原因），三者紧密相连，由浅及深、由表及里，构成一个有机的整体。如果只有表层的皮肤，下面没有肉和骨头与之相连，那么这就变成了一张既没有生命、也没有价值的皮。因此，学好礼容，还要把握好礼仪的两个更深的层次。《礼记·杂记下》中有一段孔子的话，可以帮助我们理解这三层之间的关系。

孔子的得意门生子贡向老师请教，说父母去世了，子女怎样服三年之丧？孔子回答说：服丧有三种状态，一是敬，二是哀，三是瘠（古人把面容憔悴叫“瘠”）。孔子把它们排了个队，说：“敬为上，哀次之，瘠为下。”第一等的境界是“敬”，就是内心始终怀有对父母的敬爱之情，有了这一条，自然而然会有下面的两条。次一等的状态是“哀”，对父母去世怀有哀伤之情，这样的人不一定有敬爱父母之心，或许在父母活着的时候，与他们关系不是太好，但一起生活了几十年的父母一旦去世，还是会有哀伤之情。既有哀伤之情，面容一定显得憔悴，但他却达不到内心敬爱的程度。最次的一等是“瘠”，也就是仅仅面容憔悴，他们对父母既没有敬爱之心，也没有哀伤之情，只是显得面容憔悴，这有可能是居丧期间生活清苦所致，也有可能是伪装出来的。孔子主张容色要与内心的情感一致，他说，真正的孝子，应该是“颜色称其情，戚

容称其服”，内心的敬爱之情与极度的哀伤之情相称，面部的哀戚憔悴之容与身上斩衰的丧服相称。也就是说，敬爱之情、哀伤之情、哀戚憔悴之容，三者应该是一致的，与身上穿的丧服的颜色浑然一体。

春秋末期，礼崩乐坏，礼乐成为徒具形式的虚礼，不少人甚至把仪式上的礼乐器等同于礼乐制度。孔子感慨地说：“礼云礼云，玉帛云乎哉？乐云乐云，钟鼓云乎哉？”（《论语·阳货》）意思是说：礼啊礼啊，难道说的是摆放在供桌上的玉器和丝帛吗？乐啊乐啊，难道说的是陈设在堂下的钟鼓吗？显然不是。

平心而论，礼的外在形式很容易模仿，又最能吸引人们的注意力，不少人就喜欢在这个层次上下功夫，外观虽然漂亮，却毫无内涵，是作秀的虚礼，令人厌恶。《论语》两次提到“巧言、令色”，这里的“巧”和“令”是修饰“言”和“色”的副词。巧言和令色都是伪装出来的，就像演戏一样。孔子说：“巧言令色，鲜矣仁。”（《论语·学而》）这句话是说，巧言令色之徒，擅长作秀，很少会有仁爱之心。孔子又说：“巧言、令色、足恭，左丘明耻之，丘亦耻之。匿怨而友其人，左丘明耻之，丘亦耻之。”（《论语·公冶长》）说到左丘明，大家可能会认为指的就是写《左传》的左丘明，其实未必就是。许多学者认为，孔子是在说另一位名字也叫左丘明的人，宋代的二程说他是“古之闻人”，即当时的名人、社会贤达。孔子的这番话里，在“巧言、令色”之外，还添加了一个“足恭”，这里“足”是过分，足恭就是恭敬得过了头，属于和“巧言、令色”一样的毛病。言语漂亮、表情动人、恭敬十足，情感并不真实，甚至毫无真情可言，左丘明引以为耻，孔子也引以为耻。

面部的表情，理应来自自身的真情实感。我们从郭店楚简的内容可以看出，作者明确反对矫情伪色，《语丛二》中说，“父孝子爱，非为也”，意思是，父子之间的孝与爱，出于天然，绝对不

是人为的结果。由于种种原因，这种天然的情感也会有逐渐淡化、甚至消失的可能。为此，我们应该努力学习，读书明理，同时注意呵护与培养自己的亲情。《礼记·祭义》中有一段话，说孝子在祭祀的时候，心、情与容貌是这样达到一致的：

孝子将祭祀，必有齐庄之心以虑事，以具服物，以修宫室，以治百事。及祭之日，颜色必温，行必恐，如惧不及爱然。其奠之也，容貌必温，身必诘，如语焉而未之然。宿者皆出，其立卑静以正，如将弗见然。及祭之后，陶陶遂遂，如将复入然。是故虑善不违身，耳目不违心，思虑不违亲。结诸心，形诸色，而木省之，孝子之志也。

这段话的大意是：孝子将要祭祀，一定要怀着恭敬之心来筹划祭礼，准备祭服供品，修葺宫室以及各种纷繁的事务。到祭祀的那天，脸色一定很温和，行为一定谨慎戒惧，好像生怕见不到亲人似的。放置祭品，容貌一定很温和，身体一定是微微弯曲着，好像要告诉亲人什么话而没有说出来似的。来协助祭祀的人都回去了，孝子安静地躬身正立，好像就要见不到亲人了。祭祀结束，与人相随而出，好像还要进去看望亲人似的。所以，在整个仪式中，孝子诚笃纯善的容貌一直没有离开身体，耳朵和眼睛一直没有离开过孝心，思虑一刻也没有离开过故去的亲人。情结于心，表现于容色，在祭祀过程中，反复思念亲人，这就是孝子的心志。

孝子的心、情、色，浑然为一，祭礼成为生者对死者永无绝期的绵绵之爱，这样的祭祀才是有意义的。

古代的礼非常丰富，但核心只有一个，就是要表达“敬”，所以《孝经》中说：“礼者，敬而已矣。”社会发展到了今天，礼仪

的核心依然没有改变。当今的外交礼说到底也是为了表示尊敬。外国总统来访，为什么要铺红地毯、检阅三军仪仗队、礼炮放二十一响？是为了向来访国家表达敬意。天安门升国旗，为什么要有旗手、护旗手，还要有一个连的解放军战士护旗？升旗的时候，为什么周围所有的人都要肃立，行注目礼？这些都是为了表达对国旗的敬意。周恩来总理去世了，为什么要在人民大会堂举行丧礼？这是为了向周恩来总理的一生表达敬意。以上这些仪式性质的活动，只有在参与者内心存在敬意的前提下才有意义。

从上面的解读我们可以知道，孔子在不同的场合有不同的礼容，其中有一以贯之的精神在内，那就是“敬”。礼的名目虽然繁多，核心不过是一个“敬”字罢了。有敬，就有爱。没有敬，就不可能有爱。孔子是仁者，对天下苍生充满敬意与爱心。因此，我们在《乡党》篇里所见到的孔子，无论是对乡亲、同僚、上级、国君，或是国家公权机构的大门，还是各种遭遇不幸的人们，他都会流露出相应的礼容。孔子的礼容是由内而外、自然而然地生发出来的，而不是作秀。所以《乐记》说：“著诚去伪，礼之经也。”倡明真诚，摒绝虚伪，这是礼的大经大法。

关于容貌的礼仪，就讲到这里。

我们平时穿衣服没有太多的讲究，尤其近年来，社会上流行休闲服饰和时尚新奇的“潮人”装扮，使我们的服饰文化变得愈发轻松和多元。但在穿戴方面，是否有一些基本的原则和礼仪规范？我们究竟应该怎样做，才符合这些要求，不致被别人看着不舒服，甚至被当作人群中的异类呢？古人怎样对待穿衣这件事，其中能让今人借鉴的经验又有哪些呢？这些都是我们在下一讲当中将会谈及的内容。

穿衣戴帽虽然是我们个人的事情，但怎样穿戴，仍然有一些普遍适用的规范和礼仪。遵守这些规范和礼仪，服饰就会给我们的形象加分，否则就会减分。那么，在日常生活中，我们在穿衣戴帽方面究竟要遵守哪些规范呢？

服饰是礼仪活动中的重要元素之一。在正式场合，服饰的穿戴怎样才显得文明、得体，要注意哪些原则，都是值得我们深思的。

现在我们来谈一谈服饰的礼仪。人人都要穿衣服，但是请大家千万不要小看这个问题，因为它能给人留下挥之不去的印象。看看你的衣服的样式，别人就可以感觉到你立身处世的基本风格；看看你的衣服的色调，别人就可以大致了解你的文化素养；看看你的衣服怎么个穿法，别人就可以推想你的生活态度。可以说，服饰是一个人最显眼的文化标志。服饰和容貌，是构成我们形象特点的重要组成部分，如果不注意相关的礼仪，有时会给带来意想不到的麻烦。

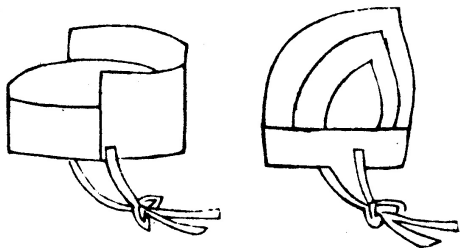
我们先来说两个小故事。朋友们应该知道，子贡是孔子的几大弟子之一，孔子曾经按照德行、言语、政事、文学四个门类，

评价自己最得意的十位弟子（《论语·先进》），人称“孔门四科”。子贡是“言语”一科中的两人之一，学问很好，尤其擅长辞令。可是，当他衣着不得体的时候，照样会遇到麻烦。接下来我要为大家讲的“马棚修容”的故事，便与子贡有关。

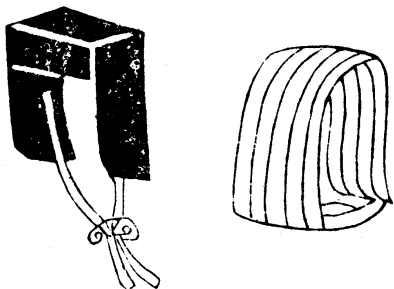
有一天，子贡去吊丧，大概是因为走得太急，事先忘了修饰仪容。到大门口时，守门人认不出他，以为是个不修边幅的陌生人，便不让他进去。这时子贡方才意识到自己的衣着有失体统，便跑到附近的一个马棚里修整容貌，然后再到门口，请求通报。守门人此时终于认出了他，这才让他进门。这个故事，启功先生在回忆他的老师陈垣先生的文章里曾经提到，陈先生以此提醒学生不能不修边幅。

子贡仪容不整，被阻挡在门外，还不算太惨。有的人衣冠不洁，被人看作是品行不端。据《左传》记载，鲁襄公死了以后，他的儿子，就是后来继位的鲁昭公，居丧期间把身上的孝服弄得很脏。当时就有人据此预言，连一套衣服都弄不利落的他，将来一定治理不了鲁国。这个人一语成谶，鲁昭公果然是个昏庸之君。

上面这两个故事表明，古人非常重视服饰仪容。中国是历史悠久的文明古国，服饰是文明的产物，我国许多新石器时代遗址出土过麻和葛的织物残片，以及骨针、陶纺轮、织机部件等纺织工具。相传黄帝的夫人嫫祖发明了丝绸，教人制作衣裳。1958年，浙江吴兴钱山漾的良渚文化遗址出土了一块距今四千多年的绢片，这是迄今为止全世界最早的丝织品实物。商朝甲骨文上已经有不少关于蚕桑的记载，并且出现了衣服的“衣”字。到了周代，我国的丝织业进一步发展，形成了丰富多彩的服饰文化，服装种类繁多，工艺复杂，制作精巧。汉武帝元封元年，政府从民间征得的绸帛多达500万匹。长沙马王堆一号汉墓出土了一批绚丽夺目的纺织品，有的丝径只有0.0055~0.006毫米，如此轻薄的织物，其工艺之精湛，丝毫不亚于现代的制作水准。其中一件素纱襌衣，



太古冠  
仿照远古冠帽做的帽子，称为太古冠。



缙布冠  
缙布冠是古代士与庶人常用的一种冠。  
古人行冠礼，初加缙布冠，次加皮弁，次加爵弁。

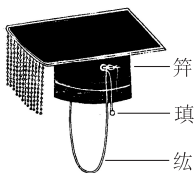
在古代，人们戴帽子也有不少讲究，不同身份的人以及人在不同场合时，使用的帽子形态各不相同，这里仅举其中几例进行展示。

身长 128 厘米，两袖之间宽 190 厘米，薄如蝉翼，可以握在掌心，重量只有 49 克，令人叹为观止。

古人认为，礼仪是从衣服开始的，所以不能不慎重，不能不讲究。下面，我们先来看看先秦时代衣服有哪些名目。

古人把上衣叫“衣”，下衣叫“裳”，两者是分开的。裳的样子和今天的裤子不一样，有点像我们今天说的裙子，前面用三幅布，后面用四幅布围起来，腰间有折，这样，大腿两侧就出现了类似于旗袍的开气儿。光做成这样恐怕不太雅观，所以要用两片称为“衽”的布遮掩。当时还有一种上下衣连在一起的衣服，因为衣体深长，所以称为“深衣”。头上有类似于后世的帽子的东西，叫“弁”“冕”，统称“头衣”。当时妇女头部的装饰相当复杂，《诗经·邶

风·君子偕老》形容妇人的佳丽美艳说：“副笄六珈，委委佗佗，如山如河。”副，是用来把假发和真发编在一起的发饰。这句话是说，这位女子的簪子用玉装饰，步步为仪，雍容娴雅。可能有朋友会感到惊讶，原来早在我国先秦时代，就有妇人装饰用的假发。事实上长沙马王堆汉墓里还出土了假发的实物，足以证明《诗经》所记属实。古人把脚上穿的鞋称为“舄”，鞋面的材质，夏天用葛；冬天用皮革。舄有单底和复底两种，复底就是双层底，下面那一层是木头的，雨雪天也可以穿。古人也穿袜子，舄和袜统称“足衣”。



笄（jī），束头发用的簪子。  
珥（zhèn），戴在耳垂上的美玉。  
纁（hóng），帽子上的带子，用来把帽子系在头上。



衮冕

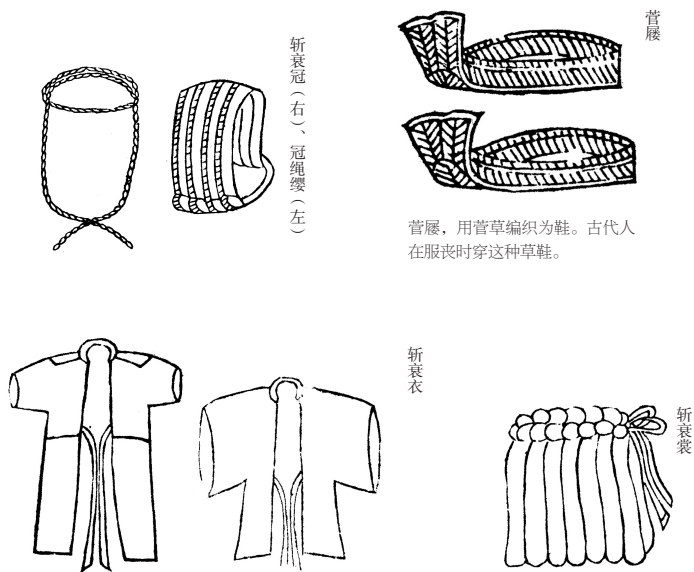
衮冕，即衮衣和冕，是古代天子及上公的礼服和礼冠，是天子等王公贵族在祭天地、祭宗庙等重大庆典活动时穿戴用的正式服装。



爵弁

爵弁，冠名，爵通“雀”，故亦作“雀弁”。古代礼冠的一种，比冕次一级，形制如冕，但没有前低之势，而且没有藻旒（丝绳串玉的装饰物）。

古人穿衣服很讲究，先穿贴身的内衣，外面再穿一层衣服。天热的时候，这层衣服用葛或者麻做成，比较透气、凉快；天气稍冷，就穿夹衣，夹衣有夹层，里面可以塞丝絮之类的东西，增加保温的功能；冬天，就在外面套皮袄，当时的皮袄把兽毛朝外，看起来不雅，所以外面还要套一件罩衣。《诗经·秦风·终南》赞美秦襄公“锦衣狐裘”，狐裘，是诸侯在朝廷上穿的衣服。锦衣，是罩在狐裘外面的彩色衣服。最后，才是正式的礼服，就是上朝、办公时穿的衣服，一般的士上朝是穿玄端服。天子、卿大夫穿的衣服各有不同的纹饰，《诗·邠风·九罭》赞美周公穿着“衮衣绣裳”，衮衣就是上面画着龙的衣服。



斩衰，衰通“缋”(cuī)。丧服名，“五服”中最重的丧服。用最粗的生麻制布做成，断处外露不编边，丧服上衣叫“衰”，因称“斩衰”。表示毫不修饰以尽哀痛，服期三年。

另外，古人对丧礼十分重视，对参加丧礼的人的服饰要求非常严格，以表达对死者的尊重和无尽的哀思。

古人睡觉有睡衣。《论语》说，孔子穿的衣服当中有一种“寝衣”，许慎《说文解字》说，寝衣是睡觉穿的衣服。寝衣的长度大约到膝盖，如果穿了睡衣还觉得冷，可以再盖上大被子，就是杜甫《茅屋为秋风所破歌》里面说到的“布衾多年冷似铁”的“衾”。

有朋友会问：“里里外外这么多层衣服，穿着上有什么规定吗？”当然会有。这些衣服，穿的位置不同，功用也不同，不能穿混了。古人把包括睡衣在内的、比较近身的衣服统称为“褻衣”，这是在私人场合穿的衣服，是不能用于公务、会客，或者穿着它出入于大庭广众之中的，古人明确地把它定性为“非公会之服”。例如，睡衣是贴身穿的，难免会有汗味和其他不卫生的气味，会令人不快。此外，睡衣的款式也比较宽松、随意，不正式，所以不能穿着见客人。这一条，是中国人世代恪守的原则。记得我小的时候，有些妇女在客堂里做针线活或者择菜，如果有客人来访，那她一定会赶快进屋，换一件比较正式的衣服，再出来与来客见面。如果穿着睡衣与客人喝茶、聊天，会被认为是不尊重客人，或者是不尊重自己，甚至引起四邻的非议。

在日常生活中，我们经常会发现，有的人虽然衣服不一定华贵，但是装束和人很和谐，怎么看都舒服；而有的人穿衣服，怎么看都有些别扭，这其中的重要因素就是着装是否符合礼仪修养的要求。恰当的着装可以衬托出自身的修养。在日常生活中，我们在穿衣打扮时要遵守什么样的礼仪呢？

我上小学的时候，一进校门的地方立着一面大镜子，这样，每位教师和学生开始一天的教与学之前，都可以在这儿看看自己的衣着与仪容是否恰当。前年我去台北，发现松山火车站的大

厅里也有一面大镜子，上面写着“整肃仪容”四个字，可见仪容不整肃，是不能出现在公众场所的。

有的朋友以为衣服的主要作用是御寒，天气很热的时候，就不必有那么多讲究了，正所谓“暑天无君子”。其实衣服的作用不光是御寒，它还是文明的标志。所以，天气再热，面对公众，我们还是得穿戴整齐。这个规矩，中国人早在两千多年前就定下来了。《礼记》说：“劳毋袒，暑毋褻裳。”这句话说了两种情况：一是即使你正在从事劳作，汗流浹背，也不要“袒”，就是不要光膀子、袒胸露背，那样不雅观；二是即使是酷暑之日，也不要“褻裳”，不能当众撩起衣服，不能因为热就失去了体统，让人看不起。这也应当是现代中国人的文明原则。记得我小时候，街上还有不少拉人力车的人。我的家乡无锡，城里河流纵横，桥梁很多，而且坡度不小，人力车夫拉着客人上桥下桥，非常辛苦，但是他们都能守住文明的底线，不光膀子。这几年，北京的天气很热，简直和南方差不多了，地面气温有时高达56度，但是交通警察个个穿得整整齐齐，他们的工作环境非常艰苦，但是他们都能恪守住文明的底线，再热也不袒胸露背。2009年，为了庆祝国庆六十周年，北京郊区的阅兵村有上万人顶着酷暑训练。大家都还记得，这一年北京的夏天之闷热是近几十年当中非常罕见的，但是没有一个人因为嫌热而赤裸上身站在队伍里的，让人非常钦佩，这才是文明之师！其实，正是因为天热，才需要我们展现自己内在的“定力”，自觉地约束自己。

穿衣着装不仅代表了一个人外在的形象，也体现了一个人的生活情趣和人生态度。大家想想看，如果在炎炎夏日，酷暑难当，又是在工作区域，一位男士赤裸上身出现在众人面前，这符合着装的礼仪吗？

《孝经》说：“礼者，敬而已矣。”中国人的礼，说到底就是一个“敬”字，或者说是尊重。《弟子规》说：“凡是人，皆须爱。天同覆，地同载。”我们在同一片蓝天下相处，在同一块大地上依存，我们是同类，彼此要尊重和关爱，这就需要处处考虑别人的感受。社会在日益进步，大家都喜欢看到高雅美好的东西，而不希望与不文明者为伴。光膀子或者穿睡衣上街，似乎没有影响别人，但给人的感受是负面的。大家想想，如果你请一位朋友吃饭，他光着膀子或者穿着睡衣上门来了，你会觉得舒服吗？你的客人尊重你的这一顿饭吗？如果我们因为着装不庄重，引来周围人的侧目而视、评头论足，我们的心中不会有异样的感觉吗？

有一位退休的外交官撰写了一本回忆录，里面谈到不少外交礼节的故事。例如，东南亚某国举行盛大招待会，某国的一位外交官穿戴太随便，结果被门卫拦在门外，硬是不许他进去。日常生活虽然与外交场合有不少差异，但着装礼仪的精神是一致的。在着装方面，普通人应当遵守哪些规范呢？

曾经有一位企业高层管理人员跟我抱怨，说他单位的职工不尊重他，谁见了他都嘻嘻哈哈，没有正经话。他觉得自己有钱有权，别人理应对他有所敬畏，由此产生了疑惑。我给他分析了几种可能性，其中之一就是他衣衫不整，把自己的形象弄砸了。他不信，于是我给他讲了《孟子》里的一个故事。孟子去见梁襄王，见过之后非常失望，出门后，孟子对人说了一句非常有名的话：“望之不似人君，就之而不见所畏焉。”（《孟子·梁惠王上》）意思是说，这个梁襄王，远远一望，不像是一位国君的样子；走近去接触，也看不出他有令人敬畏的地方。梁襄王有权有钱，但是“望之不

似人君”，让下属敬畏不起来。是什么原因让梁惠王身上看不到让人敬畏的地方，孟子没有说。我们读《论语》，发现其中的一段话或许可以帮助我们解答这个问题。孔子的学生子张问老师，具备哪些条件才能去执政？孔子说要有“五美”，其中之一就是“威而不猛”。大家知道，做领导的需要有一种威严，令行禁止，工作才开展得起来。有些领导确实有威严，说一不二，但那是靠手里“生杀予夺”的大权树立起来的，所以人人都畏惧他；另一种管理者则是真正能树立威信，让下属感到敬畏的人。后一种领导者不仅内在德性好，外在形象也好。正如孔子所说：“君子正其衣冠，尊其瞻视，俨然人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？”（《论语·尧曰》）衣冠整肃，瞻视尊严，神色俨然，令人望而有敬畏之心，这样，就能做到威而不猛了。如果一位领导平时衣服皱皱巴巴，又不爱洗，给人的印象是生活态度不严肃，得过且过，所以他每说一句话，员工都会觉得不靠谱。反之，大家就觉得这位领导是对每个细节都很认真的人。《诗经·鲁颂·泮水》歌颂鲁僖公能敬明其德，德性不错，又能“敬慎威仪，维民之则”，举动威仪，恭敬谨慎，所以被下民当作法则，形成良好的社会风气。

中国人看重衣服的程度，在世界上恐怕不多见。《周易·系辞下》说：“黄帝、尧、舜，垂衣裳而天下治。”直接把黄帝时代的天下大治与衣裳相联系。《穀梁传》把诸侯的友好相会称为“衣裳盛会”；中国人喜欢把家族内足以光耀门第的事情称作“衣冠盛事”；把人才济济的家谱称为“衣冠谱”；唐朝的时候，日本、高丽、新罗的留学生到长安来学习，把中国文化称之为“衣冠文物”，可见，“衣冠”二字在中国文化中的分量。

说到这里，我们还要特别谈到女性的着装问题。中国的女性服饰观念，历来以庄敬自重、衣不露体为准则。后来有人说，这是束缚人的封建思想，应该破除！于是，少数女性的穿着比男性

更为大胆，她们身穿吊带背心、低腰裤、露脐装、拖鞋，上下飞机，出入影院，管理人员不加制止，周围的人也司空见惯，熟视无睹。

有人说，女性服装紧、透、露，是西方世界倡导的服装潮流，是中国文化国际化的表现。这是对西方文化的误读。西方有教养、有身份的女性，在公共场合是不会穿这类有失体统的服装的。不仅如此，在正式场合衣不露体，也是西方社交场合的原则之一。例如，平时男性穿的袜子，袜筒都比较短，只到踝骨附近。穿这样的袜子，如果跷起二郎腿，裤腿下面的皮肤就会露出来，这在西方人看来，是非常失礼的，因此，他们在正式场合穿的袜子，袜筒都比较高，目的就是要把小腿肚的皮肤露出来。女性在正式场合穿西服裙，出于同样的考虑，必须配穿长丝袜，或者连裤袜。这种规定，与中国人的“衣不露体”有异曲同工之趣。可见，即使是在我们看来比较自由开放的西方社会，对着装的要求比我们还要严格。西方的服装确实丰富多彩，既有高雅的，也有休闲的、性感的，适用于不同文化层次和社会地位的人群的需要，但是西方上流社会对于服饰所代表的人的身份，是有明确的价值标准的。西方著名的形象设计大师乔恩·莫利说过：“没有哪个女人应该穿着性感的服装去上班。”另外一位形象设计师海伦·布朗杰则诙谐地说：“裙子越短，权力越小。领口越低，权力越小。”前两年，西方有一位女性政要去参加一个非常正式的会议，可是她的外衣领口太低，受到媒体的哄笑，有媒体挖苦她是“给会议投了一枚震撼弹，弄得与会的政要都无法集中注意力”。不少媒体还刊登了她身穿低胸衣服的照片，认为她非常失礼。因此，我们千万不要把服装模特的衣服当作正式服装来穿，以免贻笑大方。

有一位女职员，工作勤奋，也很有能力，就是穿着总是不得体，几年后，与她资历相同的人都提升了，唯独她还在原地踏步。她感到奇怪，便去问领导。领导回答说：“你连自己的职业服装都不