

# 2023年礼仪之邦的视频 文明古国礼仪之邦演讲稿(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 礼仪之邦的视频篇一

### 【精选阅读（1）】

中国具有五千年礼貌历史，素有“礼仪之邦”之称。礼仪对每个中国人来说是十分重要的，无论是会见亲朋好友或者是在人与人的交道上，都离不开礼仪。礼仪被认为是一个人道德修养的表现。一个若毫无礼仪可言，那么他在学习、生活、工作时都不会很顺利，因为没有人愿意和这样的一个人相处。《礼记》记载：“夫礼者，自卑而尊人”如果表面上恭敬热情，而内心虚伪，或是仅仅内心恭敬，而毫无表情，也是不够的。就应表里一致，才能从根本解除人与人之间的隔阂、摩擦，进而互获互爱，友好相处。

作为炎黄的后代，我们要继承和发扬中华民族的传统美德，做一个讲礼貌、懂礼貌的人！

### 【精选阅读（2）】

#### 礼貌礼仪常识之一——基本礼仪

个人礼仪是其他一切礼仪的基础，是一个人仪容光焕发、仪表、言谈、行为举止的综合体现，是个人性格、品质、情趣、素养、精神世界和生活习惯的外在表现。总的规范为：整洁

清爽、端庄大方。

## 一、仪表仪态礼仪

持续头发清洁，修饰得体，发型与本人自身条件、身份和工作性质相适宜。男士应每一天修面剃须。女士化妆要简约、清丽、素雅，避免过量使用芳香型化妆品，避免当众化妆或补妆。表情自然从容，目光专注、稳重、柔和。手部持续清洁，在正式的场合忌有长指甲。

### 站姿

挺直、舒展，手臂自然下垂。正式场合不应将手插在裤袋里或交叉在胸前，不要有下意识的小动作。女性站立时双腿要基本并拢，脚位应与服装相适应。穿紧身短裙时，脚跟靠近，脚尖分开呈“v”状或“y”状；穿礼服或者旗袍时，可双脚微分。

### 坐姿

入座时动作应轻而缓，简单自然。不可随意拖拉椅凳，从椅子的左侧入座，沉着安静地坐下。女士着裙装入座时，应将裙子后片拢一下，并膝或双腿交叉向后，持续上身端正，肩部放松，双手放在膝盖或椅子扶手上。男士能够微分双腿（一般不要超过肩宽），双手自然放在膝盖或椅子扶手上。

离座时，应请身份高者先离开。离座时动作轻级，不发出声响，从座位的左侧离开，站好再走，持续体态轻盈、稳重。

### 走姿

行走时应抬头，身体重心稍前倾，挺胸收腹，上体正直，双肩放松，两臂自然前后摆动，脚步轻而稳，目光自然，不东张西望。

遵守行路规则，行人之间互相礼让。三人并行，老人、妇幼走在中间。男女一齐走时，男士一般走在外侧。走路时避免吃东西或抽烟。遇到熟人应主动打招呼或问候，若需交谈，应靠路边站立，不要妨碍交通。

## 二、交谈礼仪

态度诚恳，表情自然、大方，语言和气亲切，表达得体。谈话时不可用手指指人，做手势动作幅度要小。谈话者应保持必须距离。在公共场合男女之间不要耳鬓厮磨，与非亲属关系的异性避免长时间攀谈、耳语。

对长辈、师长、上级说话要尊重，对下级、晚辈、学生说话则注意平易近人。同时与几个人谈话，不要把注意力集中在一两个人身上，要照顾到在场的每一个人，注意听取对方的话。

不可出言不逊、强词夺理。不可谈人保密，揭人短处。不可背后议论他人，拨弄是非。不说荒诞离奇、耸人听闻的事，不搞小广播。谈话中意见不一致时，要持续冷静，以豁达的态度包容异己或回避话题。忌在公众场合为非原则性问题大声喧哗、争执打闹。遇有攻击、侮辱性言辞，必须要表态，但要掌握尺度。

## 三、服饰礼仪

服饰是一种文化，反映一个民族的文化素养、精神面貌和物质礼貌发展的程度；着装是一门艺术，正确得体的着装，能体现个人良好的精神面貌、文化修养和审美情趣。公务场合着装要端庄大方；参加宴会、舞会等应酬交际着应突出时尚个性；休闲场合穿着舒适自然。全身衣着颜色一般不超地三种。

### 男士着装

男士穿着西装时务必整洁、笔挺。正式场合应穿着统一面料、统一颜色的套装，内穿单色衬衫，打领带，穿深色皮鞋。三件套的西装，在正式场合下不能脱外套。按照国家惯例，西装里不穿毛背心和毛衣，在我国最多只加一件“v”字领毛衣，以持续西装线条美。

衬衫的领子要挺括，不可有污垢、油渍。衬衫下摆要塞进裤子里，系好领口和袖扣，衬衫领口和袖口要长于西服上装领口和袖口1—2厘米，以显有层次感，衬衫里面的内衣领口和袖口不能外露。

领带结要饱满，与衬衫领口要吻合。领带的长度以系好后大箭头垂到皮带扣为宜。西装穿着系钮扣时，领带夹夹在衬衫的第三粒和第四粒钮扣之间。

穿西装必须要穿皮鞋，鞋的颜色不应浅于裤子。黑皮鞋能够配黑色、灰色、藏青色西服，深棕色鞋子配黄褐色或米色西服，鞋要上油擦亮。袜子一般应选取黑色、棕色或藏青色，与长裤颜色相配任何时候，忌黑皮鞋配白袜子。

## 女士着装

办公室服饰的色彩不宜过于夺目，应尽量思考与办公室色调、气氛相和谐，并与具体的职业分类相吻合。服饰应舒适方便，以适应整日的工作强度。坦露、花哨、反光的服饰是办公室所忌用的。较为正式的场合，应选取女性正式的职业套装；较为宽松的职业环境，可选取造型感稳定、线条感明快、富有质感和挺感的服饰。服装的质地应尽可能考究，不易皱褶。

穿裙子时，袜子的颜色应与裙子的颜色相协调，袜子口避免露在裙子外面。年轻女性的短裙至膝盖上3—6厘米，中老年女性的裙子要及膝下3厘米左右。鞋子要舒适、方便、协调而不失文雅。

## 饰物

佩戴饰物要思考人、环境、情绪、服饰风格等诸多因素间的关系，力求整体搭配协调。遵守以少为佳、同质同色、贴合身份的原则。

男士只能佩戴戒指、领饰、项链等，注重少而精，以显阳刚之气。女性饰物种类繁多，选取范围比较广，饰物的佩带要与体形、发型、脸型、肤色、服装和工作性质相协调。吊唁时只能戴结婚戒指、珍珠项链和素色饰物。

## 礼貌礼仪常识之二——社交礼仪

社交礼仪是社会交往中使用频率较高的日常礼节。一个人生活在社会上，要想让别人尊重自我，首先要学会尊重别人。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、持续、改善人际关系。社交礼仪的基本原则为尊重、遵守、适度、自律。

### 一、问候礼仪

问候是见面时最先向对方传递的信息。对不一样环境里所见的人，要用不一样方式的问候语。和初次见面的人问候，最标准的说法是：“你好”、“很高兴认识您”、“见到您十分荣幸”等。如果对方是有名望的人，也能够说“久仰”，“幸会”；与熟人想见，用语能够亲切、具体一些，如“可见着你了”。对于一些业务上往业的朋友，能够使用一些称赞语：“你气色不错”、“你越长越漂亮了”等待。

### 二、称呼礼仪

在社交中，人们对称呼一向都很敏感，选取正确，恰当的称呼，既反映自身的教养，又体现对他的重视。

称呼一般能够分为职务称、姓名称、职业称、一般称、代词称、年龄称等。职务称包括经理、主任、董事长、医生、律师、教授、科长、老板等；姓名称通常是以姓或姓名加“先生、女士、小姐”；职业称是以职业为特征的称呼，如：秘书小姐、服务先生等；代词称是用“您”、“你们”等来代替其他称呼；年龄称主要以“大爷、大妈、叔叔、阿姨”等来称呼。使用称呼时，必须要注意主次关系及年龄特点，如果对多人称呼，应以年长为先，上级为先，关系远为先。

### 三、介绍礼仪

介绍就基本方式而言，可分为：自我介绍、为他人作介绍、被人介绍三种。在作介绍的过程中，介绍者与被介绍者的态度都要热情得体、举止大方，整个介绍过程应面带微笑。一般情况下，介绍时，双方应当持续站立姿势，相互热情应答。

#### 为他人作介绍

应遵循“让长者、客人先知”的原则。即先把身份低的、年纪轻的介绍给身份高的、年纪大的；先将主人介绍给客人；先将男士介绍给女士。

介绍时，应简洁清楚，不能含糊其辞。可简要地介绍双方的职业、籍贯等状况，便于不相识的两人相互交谈。介绍某人时，不可用手指指点对方，应有礼貌地以手掌示意。

#### 被人介绍

被人介绍时，应应对对方，显示出想结识对方的诚意。等介绍完毕后，能够握一握手并说“你好！”“幸会！”“久仰！”等客气话表示友好。

男士被介绍给女士时，男士应主动点头并稍稍欠身，等候女士的反应。按一般规矩，男士不用先伸手，如果女士伸出手

来，男士便应立即伸手轻轻点头就合乎礼貌了，如愿意和男士握手，则能够先伸出手来。

## 自我介绍

可一边伸手跟对方握手，一边作自我介绍，也可主动打招呼说声“你好！”来引起对方的注意，眼睛要注视对方，得到回应再向对方报出自我的姓名、身份、单位及其他有关状况，语调要热情友好，态度要谦恭有礼。

## 四、握手礼仪

握手是沟通思想、交流感情、增进友谊的一种方式。握手时应注意不用湿手或脏手，不戴手套和墨镜，不交叉握手，不摇晃或推拉，不坐着与人握手。

握手的顺序一般讲究“尊者决定”，即待女士、长辈、已婚者、职位高者伸出手之后，男士、晚辈、未婚者、职位低者方可伸手去呼应。平辈之间，应主动握手。若一个人要与许多人握手，顺序是：先长辈后晚辈，先主人后客人，先上级后下级，先女士后男士。握手时要用右手，目视对方，表示尊重。男士同女士握手时，一般只轻握对方的手指部分，不宜握得太紧太久。右手握住后，左手又搭在其手上，是我国常用的礼节，表示更为亲切，更加尊重对方。

## 五、名片礼仪

在社交场合，名片是自我介绍的简便方式，是一个人身份的象征，当前已成为人们社交活动的重要工具。

### 递送名片

递送时应将名片正面面向对方，双手奉上。眼睛应注视对方，面带微笑，并大方地说：“这是我的名片，请多多关照。”

名片的递送应在介绍之后，在尚未弄清对方身份时不应急于递送名片，更不要把名片视同传单随便散发。与多人交换名片时，应依照职位高低或由近及远的顺序依次进行，切勿跳跃式地进行，以免使人有厚此薄彼之感。

## 理解名片

理解名片时应起身，面带微笑注视对方。接地名片时应说“多谢”并微笑阅读名片。然后回敬一张本人的名片，如身上未带名片，应向对方表示歉意。在对方离去之前或话题尚未结束，不必急于将对方的名片收藏起来。

## 存放名片

接过别人的名片切不可随意摆弄或扔在桌子上，也不要随便地塞进口袋或丢在包里，应放在西服左胸的内衣袋或名片夹里，以示尊重。

## 六、电话礼仪

### 打电话的礼仪

电话是人们最常用的通讯工具。打电话时，要思考对方是否方便。一般应在早上八时后晚上十时前。拨通电话后，应首先向对方问好，自报家门和证实以方的身份。通话时，语言要简洁明了。事情说完，道一声“再见”，及时挂上电话。在办公室打电话，要照顾到其它电话的进出，不能够久占线。

### 接听电话礼仪

电话铃响后，要迅速拿起电话机问候“您好”，自报家门，然后询问对方来电事由。要认真理解对方意图，并对对方的谈话作出用心回应。应备有电话记录本，对重要的电话做好记录。电话资料讲完，应等对方放下话筒之后，自我再轻轻

放下，以示尊敬。

## 手机礼仪

使用个性化手机铃声应注意场合，铃声要和身份相匹配，音量不能太大，资料要健康，铃声不能给公众传导错误信息。开会、上课或其他重要集会时应关机或设置静音。非经同意，不能随意动别人的手机或代别人接听手机。不要用手机偷拍。

## 七、网络礼仪

如同任何一种别的沟通方式一样，网上沟通同样存在着道德规范和礼貌礼仪。网络礼仪要遵循彼此尊重、容许异议、宽以待人、持续平静、与人分享的原则。网上的道德和法律与现实生活是相同的。

网上网下行为要一致。记住人的存在，当着面不能说的话在网上也不要说；分享你的知识；尊重别人的时光和带宽，在提问题以前，先自我花些时光搜索和研究；平心静气地争论，以理服人，不要人身攻击；在论坛、博客等发贴的时候就应做到主题时确，对别人的回复应表示感谢；不要做有失尊严的事情，不参与连环信的活动；尊重他人的劳动和保密权，不剽窃别的产品。

## 礼貌礼仪常识之三——工作礼仪

工作礼仪是基层公务员的日常工作中务必遵守的基本礼仪规范。具体而言，注重服饰美、强调语言美、提倡交际美、推崇行为美是基层公务员所应遵守的工作礼仪的基本资料。

### 一、接待礼仪

#### 接待来访

接待上级来访要周到细致，对领导交待的工作要认真听、记。领导前来了解状况，要如实回答。如领导是来慰问，要表示诚挚的谢意。领导告辞时，要起身相送，互道“再见”。接待下级或群众来访要亲切热情，除遵照一般来客礼节接待外，对反映的问题要认真听取，一时解答不了的要客气地进行解释。来访结束时，要起身相送。

## 引见介绍

对来办公室与领导会面的客人，通常由办公室的工作人员引见、介绍。在引导客人去领导办公室的途中，工作人员要走在客人左前方数步远的位置，忌把背影留给客人。在进领导办公室之前，要先轻轻叩门，得到允许后方可进入。进入房间后，应先向领导点头致意，再把客人介绍给领导。如果有几位客人同时来访，要按照职务的高低，按顺序依次介绍。介绍完毕走出房间时应自然、大方、持续较好的行姿，出门后回身轻轻把门带好。

## 乘车行路

工作人员在陪同领导及客人乘车外出时，要主动打开车门，让领导和客人行外车，待领导和客人坐稳后再上车，关门时切忌用力过猛。一般车的右门为上、为先、为尊，所以应先开右门，陪同客人时，要坐客人的左边。

## 二、同事礼仪

### 领导对下属礼仪

对下属亲切平和、尊重下属是领导对下属的基本礼仪。理解下属服务时应说“多谢”；当下属与你打招呼时应点头示意或给予必要的回应；当下属出现失礼时应以宽容之心对待，对下属出现的失误要耐心批评指正；与下属谈话时，要善于倾听和引导，提问语言和声调应亲切、平和，对下属的推荐

和意见应虚心听取，对合理之处及时给予肯定和赞扬。

## 下属对领导礼仪

尊重领导、维护领导威望是下属对领导的基本礼仪。遇到领导要主动打招呼，进门时主动礼让。与领导会面时，说话要注意场合和分寸，不能失礼和冒犯，不要在背后议论领导是非。向领导汇报工作，要遵守时光，进入领导办公室应轻轻敲门，经允许后方可进入。汇报时要文雅大方、彬彬有礼、吐字清晰，语调、声音大小恰当。汇报结束后，领导如果谈兴犹存，应等领导表示结束时才可告辞。

## 同事之间礼仪

同事之间要彼此尊重，见面时主动打招呼，说话时语气要亲切、热情。在与同事交流和沟通时，不可表现得过于随便或心不在焉。不要过于坚持自我的观点，要懂得礼节性的捧场。不要随便议论同事的短长，对同事所遇到的困难要热心相助。

## 三、会务礼仪

### 会场安排礼仪

要提前布置会场，对必用的音响、照明、空调、投影、摄像设备认真高度。将需用的文具、饮料预备齐全。凡属重要会议，在主席台每位就座者面前的桌子上，应事先摆放写有其姓名的桌签。

排列主席台座次的惯例是：前排高于后排，中央高于两侧，左座高于右座。当领导同志人数为奇数，1号首长居中，2号首长排在1号首长左边，3号首长排右边，其他依次排列；当领导同志人数为偶数时，1号首长、2号首长同时居中，1号首长排在居中座位的左边，2号首长排右边，其他依次排列。听

从席的座次，一是按指定区域统一就座，二是自由就座。

签字仪式，主人在左边，客人在右边。双方其他人数一般对等，按主客左右排列。合影时人员排序与主席台安排相同。

## 会场服务礼仪

要安排好与会者的招待工作。对于交通、膳宿、医疗、保卫等方面的具体工作，应精心、妥当地做好准备。在会场之外，应安排专人迎送、引导、陪同与会人员。对与会的年老体弱者要重点照顾。会议进行阶段，会议的组织者要进行例行服务工作。

## 与会者礼仪

无论参加哪一类会议，衣着整洁、举止大方都是必要的礼仪。与会者要准时到场，进出井然有序。在会议中，要认真听讲，切忌与人交头接耳、哈欠连天。每当发言精彩或结束时，都要鼓掌致意。中途离开会场要轻手轻脚，不影响他人。会议进行时禁止吸烟，应将手机关掉或调整到振动状态。

会议主持人要注重自身形象，衣着应整洁、大方，走向主席台时步伐稳健有力。如果是站立主持，双腿应并拢，腰背挺直。持稿时，右手持稿的底中部，左手五指并拢自然下垂。双手持稿时，应与胸齐高。坐姿主持时，应身体挺直，双臂前伸，两手轻按于桌沿。主持过程中，要根据会议性质调节会议气氛，切忌出现各种不雅动作。在会议期间，主持人对会场上的熟人不能打招呼，更不能寒暄闲谈，会议开始前或休息时光可点头、微笑致意。

会议发言有正式发言和自由发言两种，前者一般是领导报告，后者一般是讨论发言。正式发言者，应注意自我的举止礼仪，走向主席台步态应自然、自信、有风度。发言时应口齿清晰，逻辑分明。如果是书面发言，要时常抬头环视一下会场，不

要只是埋头苦读。发言完毕，应对听者表示谢意。自由发言则较为随意，但要讲究顺序、注意秩序，不能争抢发言。与他人有分歧，态度应平和，不要民人争论无休。如果有参加者提问，发言人应礼貌作答，对不能回答的问题，应巧妙地回应，不能粗暴拒绝。

## 礼貌礼仪常识之四——公共场所礼仪

公共场所礼仪体现社会公德。在社会交往中，良好的公共礼仪能够使人际之间的交往更加和谐，使人们的生活环境更加完美。公共场所礼仪总的原则是：遵守秩序、仪表整洁、讲究卫生、尊老爱幼。

### 一、办公室礼仪

与同事交往应注意使用礼貌用语，始终持续谦虚、合作的态度。同事外出时有客来访，要代为礼貌接待并将详情转告。注意个人仪表，主动打扫办公室的卫生。非经他人同意，不随意动用他人办公桌上的物品。在办公室不做私活、不谈私事，非必要不打私人电话。

### 二、阅览室礼仪

到图书馆、阅览室学习，要衣着整洁，不能穿汗衫和拖鞋入内。进入图书馆应将通讯工具关掉或调节器至振动，接听手机应悄然走出室外轻声通话。就座时，不要为别人预占位置。阅读时要默读，不能出声或窃窃私语。不能在阅览室内交谈、聊天，更不能大声喧哗。在图书馆、阅览室走路脚步要轻，物品要轻拿轻放，不能发出声响。要爱护图书，有事需要帮忙，不能大声呼喊，要走到工作人员身边。

### 三、影剧院礼仪

到影剧院观看演出，应提前15分钟左右进场，尽早入座。如

果自我的座位在中间，应当有礼貌地向已就座者示意请其让自我透过。透过让座者时要与之正面相对，切勿让自我的臀部正对别人的脸。

观看演出时，不戴帽子，不吃带皮和有声响的食物，不笑语喧哗，不把脚踩在前排的座位上。演出结束后要报以掌声，演员谢幕前不能提前退席。演出结束亮灯后再有秩序地离开。

#### 四、商场礼仪

#### 五、旅游观光礼仪

旅游时要自觉遵守公共秩序，按顺序购票入馆、入园，不拥挤、堵塞道路和出入口。要树立环保意识，自觉持续环境卫生整洁，遵守铁路、民航规定，不携带危险品、违禁物品乘机乘船。

##### 行路

行路靠右侧，走人行道。横穿马路时，应注意交通信号，等绿灯亮时，从人行横道的斑马线上穿过，行人之间要互相礼让。不要闯红灯，不要翻越马路上的隔离栏。行路时不吃零食，不吸烟，不勾肩搭背，不乱扔杂物，不随地吐痰。

##### 住宿

旅客在输住宿登记手续时，应耐心地回答服务台工作人员的询问，按旅馆的规章制度输登记手续。旅客住进客房后要讲究卫生，爱护房内设备。当旅馆服务员进房间送开水、做清洁服务时，旅客应待之以礼。旅客离开旅馆前，应持续客观存在内整洁、物品完整，不做损人利己之事。要及时到服务台结帐，并同旅馆工作人员礼貌话别。

##### 进餐

尊重服务员的劳动，对服务员谦和有礼。当服务员忙但是来时，应耐心等待，不可敲击桌碗或喊叫。对于服务员工作上的失误，要善意提出，不可冷言冷语，加以讽刺。

## 六、赛场礼仪

到体育馆或体育场观看体育比赛，应提前入场，对号入座。有些比赛存在必须的危险性，所以必须要按照赛场的要求到指定地点就座，不要到禁区走动，以免发生危险。要遵守公共道德，自觉维护秩序，注意自我的言行举止。体育场内一般不许吸烟。拍照时不要使用闪光灯。

运动员比赛时，观众要持续安静，不能任意走动。鼓掌和喝彩要选取适宜的时机，一般应在选手完成了高难度动作之后。鼓掌的时光要适可而止。主场观众应体现东道主的风度和公平精神，为双方鼓掌，表现出公道和友好。

## 七、乘车礼仪

乘客乘车、船时应依次排队，对妇幼、弱及病残者要照顾谦让。不携带易燃易爆危险品或有碍安全的物品上车。上车后不要抢占座位，遇到老弱病残孕及怀抱婴儿的乘客应主动让座。乘车时不要吃东西、大声喊叫或把头伸出窗外。不随地吐痰、乱丢纸屑果皮，不要让小孩随地大小便。乘坐飞机时要自觉理解和配合安全检查，登机后不要乱摸乱动，不使用手机手提电脑等可能干扰无线电信号的物品。

### 上下车

上车时，应让车子开到客人跟前，帮忙客人打开车门，站在客人身后等候客人上车。若客人中有长辈，还应扶其扶上，自我再行入内。下车时，则应先下，打开车门，等候客人或长者下车。

## 座次

车内的座次，后排的位置应当让尊长坐（后排二人坐，右边为尊；三人坐中间为尊，右边次之，左边再次），晚辈或地位较低者，坐在副驾驶位。如果是主人新自开车，则应把副驾驶位让给尊长，其余的人坐在后排。

### 【精选阅读（3）】

## 生活雅语

请人原谅说“包涵”，求人帮忙说“劳驾”；

向人提问说“请教”，得人惠顾说“借光”；

归还物品说“奉还”，未及迎接说“失迎”；

需要思考说“斟酌”，请人勿送说“留步”；

对方到场说“光临”，理解好意说“领情”；

与人相见说“您好”，问人姓氏说“贵姓”；

问人住址说“府上”，请改文章说“斧正”；

理解好意说“领情”，求人指点说“赐教”；

得人帮忙说“多谢”，祝人健康说“保重”；

向人祝贺说“恭喜”，老人年龄说“高寿”；

身体不适说“欠安”，自我住家说“寒舍”；

女士年龄称“芳龄”，称人女儿为“千金”；

送礼给人说“笑纳”，送人照片说“惠存”；  
欢迎购买说“惠顾”，期望照顾说“关照”；  
请人赴约说“赏光”，对方来信说“惠书”；  
需要思考说“斟酌”，无法满足说“抱歉”；  
请人协助说“费心”，言行不妥“对不起”；  
慰问他人说“辛苦”，迎接客人说“欢迎”；  
宾客来到说“光临”，等候别人说“恭候”；  
麻烦别人说“打扰”，客人入座说“请坐”；  
陪伴朋友说“奉陪”，临分别时说“再见”；  
中途先走说“失陪”，送人远行说“平安”；  
初次见面说“久仰”，请人决定说“钧裁”；  
理解教益说“领教”，谢人爱意说“错爱”；  
受人夸奖说“过奖”，交友结亲说“高攀”；  
祝人健康说“保重”，书信结尾说“敬礼”；  
问候教师说“教祺”，致意修改说“编安”。  
长期未见说“久违”，求人帮忙说“劳驾”；  
向人询问说“请问”，请人解答说“请教”；  
求人办事说“拜托”，称人夫妇为“伉俪”；

尊称老师为“恩师”，称人学生人“高足”。

“别”

之雅语

设宴送行曰“饯别”，致谢告辞曰“谢别”，临别赠礼曰“赠别”；

离别留言曰“留别”；前往送行曰“送别”；丢开离去曰“抛别”；

不愿分别曰“惜别”、“恋别”；长久分别曰“阔别”、“长别”；

永久分别曰“永别”、“诀别”。

“笔”

之雅语

开始写作叫“动笔”，提笔撰文和作画叫“命笔”，

简单自如的文字叫“逸笔”，写作过程的中断叫“辍笔”，

文章臃肿的文字叫“赘笔”，个人亲自动手写叫“亲笔”，

对上写信的谦称叫“谨笔”，本人口授他人写叫“代笔”，

对下写信的谦称叫“草笔”，文章韵味风格叫“文笔”，

皇帝书写的文字叫“御笔”，读后感写的文字叫“随笔”，

与题旨无关的话叫“闲笔”，结束后补充文字的话叫“余笔”，

细致的文字绘画叫“工笔”，请人书画的稿酬叫“润笔”，

无聊庸俗的文字叫“歪笔”，动手拟订群众名义的文稿叫“执笔”，

文章写得好的地方叫“妙笔”，练习性的写作叫“练笔”，

愉快地作文或作画叫“欣然命笔”，

好的文章或语句叫“成功之笔”。

在前段文章中为后段文章埋伏的线索叫“伏笔”。

常用敬词

“拜”

字族

“奉”

字族

奉告：告诉对方；奉还：对方的物品归还；奉送：赠送对方礼物；

“高”

字族

高足：称对方的学生或徒弟；

“贵”

字族

贵姓：询问对方的姓；贵庚：敬辞，问人年龄；贵恙：敬辞，称对方的病；

“惠”

字族

“令”

字族

“宝”

字族

宝号：称对方的店铺；宝眷：称对方的家眷；

“呈”

字族

“垂”

字族

“光”

字族

光临：称对方到来；光顾：商家多用以欢迎顾客；

## 礼仪之邦的视频篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

我国有着几千年悠久的历史，是文明古国之一，这为他的儿女，我倍感自豪。

我国是一个有着几千年历史的古国。在唐代初期，有四大天王；唐代最繁荣时期，便有“诗仙”之称——李白；唐末后期，一代“诗圣”杜甫降临；毫无疑问，唐代是我国繁荣的开始。

但我国的诗人创作的诗，不仅富有哲理，更抒发着自己的情感。

是什么才激起了诗人的创作的灵感呢？是祖国那美丽的大江南北。

看！我们的祖国山清水秀。泰山，黄山，五岳，才有了杜甫那“会当凌绝顶，一览众山小”的气概；桂林九寨沟，才有了“桂林山水甲天下，阳朔山水甲桂林”的美称。

但这些没劲又不能使我们忘掉历史。不能忘1937年的‘南京大屠杀’，因为他，我们30多万同胞死于屠刀之下；从那一刻，历史就被刻上了深深的印痕，它昭示着我们中国人的耻辱。我们不能忘918历史，不能往虎门的销烟久久弥漫在空中，那弥漫在我们的心中。

但这些都不足以使我们投降。炎黄子孙不是懦弱之人，心中有着“为中华之崛起”的理想。最后愿我们的祖国母亲越来越繁荣，越来越富强！

尊敬的各位领导、各位老师：

大家好！

我叫，是佳木斯市第一小学一名教师。在这春暖花开，万木争春之季，我很荣幸能够代表学校参加这次评比活动，也很

高兴有这样一个机会把我对中国传统文化的一点粗浅认识向各位领导汇报。

中国优秀的传统文化博大精深，是一笔宝贵的精神财富。优秀的中国传统文化包括很多内容，概括地讲，可以用“一片阳光、一块沃土、三棵大树”来表述。其中，“一片阳光”是指中国古代哲学思想，包括了天道自然、人天合一、五行相克、阴阳和合。

中国古代哲学思想就像一片阳光，照耀着中华民族五千年前进的步伐。“一块沃土”是指中国传统文化这块肥沃的土地，包括区域文化、民族文化和宗教文化三个要素。上有阳光的照耀，下有肥沃的土地，就长成了“三棵大树”，这三棵大树就是儒、道、释，好比这片“沃土”里的氮、磷、钾，使得这片土地变得更加肥沃。

先师用这种文化治理鲁国三个月就达到“路不拾遗，夜不闭户”“四方之客归之”的社会状况；周朝的成康之治，更是达到“刑措四十余年不用”，可见其和谐程度；山西晋商，运用儒家思想，以义制利纵横欧亚九千里，诚信为本称雄商场五百年。这就是我们的文化啊，四大文明古国中，也只有中国的文化被完整的保留下来，并一直随时代发展至今仍闪耀光芒。

自秦汉以来，中国的gdp总值，一直占全球第一，占53%，最多时达到80%；到鸦片战争前依然是占32.9%，仍是世界第一；而20xx年，中国的gdp只占全球gdp的6%，美国占18%。中国当了几千年的世界第一强国，靠的是什么？就是靠我们的民族文化！

具体到我们的教育来说，在教育过程中传统文化对学生人格塑造、加强学生人文素质教育、增强社会主人翁意识、加强传统道德教育都有重要的作用。中国传统文化从行为模式、思想倾向、心理倾向、心理素质、自我意识等多个方面塑造

学生的人格和行为。然而如此重要的教育手段却在我们的教育中经常被轻视忽略。

正是这种传统文化教育的缺失，使越来越多的学生养成了衣来伸手，饭来张口，过多的依赖家长，缺乏自立能力，欠缺劳动习惯；自私自利，不太合群，集体观念淡薄；花钱大手大脚，不珍惜劳动成果；是非观念淡薄的意识。在任何地方都是把自己放在第一位，没有任何民族意识、集体意识、国家意识。

这样将直接导致的结果就是新时代的学生是一批没有自己正确价值取向的人。对于学校来说，就必须以中国优秀传统文化为载体，汲取中国传统文化的营养，着眼于继承发展它的心髓，适时开展人文素质教育和传统美德教育。让我们的孩子从小接受传统文化的教育熏陶，让他们有更高的理想和抱负。

现在我要说，要想得到智慧、尊严、快乐，那么你一定要去学习中国的传统文化，不仅要学习，而且要用自己毕生的力量去传播，因为现在全世界都需要这种文化。天下兴亡，匹夫有责。我更喜欢另一种说法：天下之事教育为先！

我们从事的是教育子孙后代的职业。作为一名教育工作者，我们更有责任向学生传播中国的传统文化，用传统文化净化灵魂，升华思想，将优秀的中国传统文化在中华大地上发扬光大。

谢谢大家！

中国是历史悠久的文明古国，具有五千年文明史。几千年来，创造了灿烂的文化；行成了高尚的道德准则；完整的礼仪规范，被世人称之为“文明古国、礼仪之邦”唐代孔颖达说：中国礼仪之大，故称夏；有浮章之美，谓之华夏也。

华夏更倾向于代表一个礼仪共同体，而维系这个共同体并引导它繁荣进步的价值基础是‘礼和仪’几千年来礼仪之邦是中国无数志士、圣君、贤相所崇慕和追求的社会理想，同时也是经由他们长期努力和奋斗，而为中国赢得的誉称。中国礼仪文化绵延数千年，举世无可比。它对人类所做出的贡献也是有目共睹的！不会忘记岳飞问路颇知礼节，才得以小校场比武，骑马跨天下；孔融让梨成为人们传颂的佳话；杨时程立雪感动老师，得以收之为徒；张良三次捡鞋，得之兵书成为国之栋梁。这都充分地表现了我们中华民族礼仪道德的所在。做为炎黄子孙我们，是否也应该处处崇尚这种文明礼节？早在3000多年前的殷商之际，周公就制礼作乐，后来经孔子等人的提倡和完善，礼乐文明成为儒家文化的核心。

《礼记》中认为人与动物的根本区别不是语言的有无，而是礼。礼是文明和野蛮的区别。《论语》上有一则故事：孔子警告儿子孔鲤说：“不学礼，无以立”意思就是说如果不学礼是没有办法立足的。坐没坐相、站没站相、吃没吃相、穿着邋遢、见了尊长连个招呼都不打；麻烦了别人连句感谢话也不说；在公共场所目无他人，任意所为；这都是没有修养的表现。

礼貌、仪表、风度是反映一个人文化素质和修养高低的重要方面！中国历来就有“文质彬彬、而后君子”的古训。美好的仪容仪表也是一个人涵养的外在表现！时代发展的今天，仪容仪表更是一个人的标志，同样也是一张重要的无字名片！

## 礼仪之邦的视频篇三

尊敬的各位领导、各位老师：

大家好！

我叫，是佳木斯市第一小学一名教师。在这春暖花开，万木

争春之季，我很荣幸能够代表学校参加这次评比活动，也很高兴有这样一个机会把我对中国传统文化的一点粗浅认识向各位领导汇报。

中国优秀的传统文化博大精深，是一笔宝贵的精神财富。优秀的中国传统文化包括很多内容，概括地讲，可以用“一片阳光、一块沃土、三棵大树”来表述。其中，“一片阳光”是指中国古代哲学思想，包括了天道自然、人天合一、五行相克、阴阳和合。

中国古代哲学思想就像一片阳光，照耀着中华民族五千年前进的步伐。“一块沃土”是指中国传统文化这块肥沃的土地，包括区域文化、民族文化和宗教文化三个要素。上有阳光的照耀，下有肥沃的土地，就长成了“三棵大树”，这三棵大树就是儒、道、释，好比这片“沃土”里的氮、磷、钾，使得这片土地变得更加肥沃。

先师用这种文化治理鲁国三个月就达到“路不拾遗，夜不闭户”“四方之客归之”的社会状况；周朝的成康之治，更是达到“刑措四十余年不用”，可见其和谐程度；山西晋商，运用儒家思想，以义制利纵横欧亚九千里，诚信为本称雄商场五百年。这就是我们的文化啊，四大文明古国中，也只有中国的文化被完整的保留下来，并一直随时代发展至今仍闪耀光芒。

自秦汉以来，中国的gdp总值，一直占全球第一，占53%，最多时达到80%；到鸦片战争前依然是占32.9%，仍是世界第一；而20xx年，中国的gdp只占全球gdp的6%，美国占18%。中国当了几千年的世界第一强国，靠的是什么？就是靠我们的民族文化！

具体到我们的教育来说，在教育过程中传统文化对学生人格塑造、加强学生人文素质教育、增强社会主人翁意识、加强传统道德教育都有重要的作用。中国传统文化从行为模式、

思想倾向、心理倾向、心理素质、自我意识等多个方面塑造学生的人格和行为。然而如此重要的教育手段却在我们的教育中经常被轻视忽略。

正是这种传统文化教育的缺失，使越来越多的学生养成了衣来伸手，饭来张口，过多的依赖家长，缺乏自立能力，欠缺劳动习惯；自私自利，不太合群，集体观念淡薄；花钱大手大脚，不珍惜劳动成果；是非观念淡薄的意识。在任何地方都是把自己放在第一位，没有任何民族意识、集体意识、国家意识。

这样将直接导致的结果就是新时代的学生是一批没有自己正确价值取向的人。对于学校来说，就必须以中国传统文化为载体，汲取中国传统文化的精华，着眼于继承发展它的心髓，适时开展人文素质教育和传统美德教育。让我们的孩子从小接受传统文化的教育熏陶，让他们有更高的理想和抱负。

现在我要说，要想得到智慧、尊严、快乐，那么你一定要去学习中国的传统文化，不仅要学习，而且要用自己毕生的力量去传播，因为现在全世界都需要这种文化。天下兴亡，匹夫有责。我更喜欢另一种说法：天下之事教育为先！

我们从事的是教育子孙后代的职业。作为一名教育工作者，我们更有责任向学生传播中国的传统文化，用传统文化净化灵魂，升华思想，将优秀的中国传统文化在中华大地上发扬光大。

谢谢大家！

## 礼仪之邦的视频篇四

星期六，跟着母亲上街散步。回来时，见小区有一大道，路左有一个牌子，很醒目的红色大字：路旁不要停车！路右却

有一辆同样也很醒目的黑色汽车，仿佛在说：“我就停，看你能怎么着我？”此时，赌场里的麻将仍响着噼啪声，在路上玩的小孩仍制造出喧闹声，一切都没有变，大家好像已经对这种现象见怪不怪了。

出国的中国人，在外国看到方正的方块字，大都泛起一阵爱国的情绪，感到自己的祖国正在召唤着自己，自己身体里的血液都在沸腾。外国的一些启事上，大部分都有多国文字，一般情况下都有中文，此时，一般就会有一种莫名的兴奋。而在一些外国花园里，有一种牌子，上面只有汉语，几个方方正正的大字：请不要乱扔垃圾，前五米处有垃圾箱。此时，外国人好像在讽刺中国人的素质。

中国人大部分都有散步的习惯，吃完饭，走上大街，呼吸一下湿润而又清新的空气，迈动双脚悠闲地走上几步，这是多么惬意的一件事啊！散步中，中国人忽觉脖中有些不适，暗暗运气，只听“咳”一声巨响，一种粘稠的液体在空中划过一道优美的弧线，降落在了街道上。而外国人大都优雅地吐进纸里，然后准确地扔到垃圾箱里。

中国是一个强国，是啊！二零零八年奥运会的东道主，又是奖牌榜上位居第一的。中国是一个大国，是啊！他容纳了十三亿人。中国在运动、科技上都很强大，却忽视了国民素质，那一次蝴蝶展，八千人惨死在游客手下。中国在这个方面完全是一个弱国。外国在国民素质方面可以彻彻底底地讽刺中国：中国啊！你真丢人，连废纸都要扔在地上。

从现在开始，只要你是一个中国人，是中华民族共和国的一个公民，那么你就要扞卫自己祖国的尊严，不要玷污了中国。大家一起让中国成为真正的文明古国！

## 礼仪之邦的视频篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

我国有着几千年悠久的历史，是文明古国之一，这为他的儿女，我倍感自豪。

我国是一个有着几千年历史的古国。在唐代初期，有四大天王；唐代最繁荣时期，便有“诗仙”之称——李白；唐末后期，一代“诗圣”杜甫降临；毫无疑问，唐代是我国繁荣的开始。

但我国的诗人创作的诗，不仅富有哲理，更抒发着自己的情感。

是什么才激起了诗人的创作的灵感呢？是祖国那美丽的大江南北。

看！我们的祖国山清水秀。泰山，黄山，五岳，才有了杜甫那“会当凌绝顶，一览众山小”的气概；桂林九寨沟，才有了“桂林山水甲天下，阳朔山水甲桂林”的美称。

但这些没劲又不能使我们忘掉历史。不能忘1937年的‘南京大屠杀’，因为他，我们30多万同胞死于屠刀之下；从那一刻，历史就被刻上了深深的印痕，它昭示着我们中国人的耻辱。我们不能忘918历史，不能往虎门的销烟久久弥漫在空中，那弥漫在我们的心中。

但这些都不足以使我们投降。炎黄子孙不是懦弱之人，心中有着“为中华之崛起”的理想。最后愿我们的祖国母亲越来越繁荣，越来越富强！