

国学礼仪之道

“礼仪”一词中的“礼”原意是表示尊敬、崇敬之意，有“礼仪之邦”之称的中国自古就把“礼”与“忠、孝、义”并称为儒家道德准则；“仪”原意是指“礼”的形式，包括一些礼节、仪式等。随着社会在社会活动中必不可少的言行方式及行为规范等，包括在不同的时间、场合、地点得体的着装、优雅的仪态、落落大方的举止、彬彬有礼的谈吐、亲切友好的态度等丰富的内容。换句话说，礼仪是个人内在文化素养及精神面貌的外在体现。

职业人更应如此，在待人接物时做到文雅而和善，以宽广博大的胸怀和从容淡定的心态来处事。当我们树立起有内涵、有魅力的个人和企业形象，方是真正为建立和谐的社会关系与彬彬有礼的职业人打下深厚的基础。

培训目的：中华是礼仪之邦，儒家文化是礼乐文化，礼是中国传统文化的核心。自三千年前“周公制礼作乐”，“礼”即是治国之纲亦是修身之本，中国的礼学精神强调内涵，与过分注重仪式的西方礼仪迥然不同。通过国学经典中礼的阐述以及对本民族礼仪文化的学习，提升职业道德素养。

课程特色：

各课程培训期间含大量的互动模式、行为模式、情景模式、案例分析、心理模式等寓教于乐的方式，重视开发意识潜力，培训之后受众深刻认识礼的内涵。

培训时间：12小时

课程模块：

- 一、国学经典中礼的要旨
- 二、敬德的要旨与相关的礼仪风范
- 三、国学经典中的“沟通”之礼
- 四、信德的要旨与相关的礼仪风范
- 五、职场“衣冠”之礼
- 六、谦德的要旨与相关的礼仪风范
- 七、职场“举止”之礼
- 八、明耻的要义与相关的礼仪规范
- 九、职场“宴饮”之礼
- 十、孝是至德，忠乃至诚

课程大纲：

第一部分：国学经典中礼的要旨

“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱。”政治家管子为何如此言？

1. 国学经典中“礼”的内涵？

2. 中、西方礼仪的区别
3. 中国人自古注重道德修养的深意何在？

第二部分：敬德的要旨与相关的礼仪风范

《礼记》一书开篇就说：“毋不敬，俨若思，安定辞，安民哉。”古人认为，这几句话是人君的“立治之本”，毋不敬，最为紧要。敬分为两部：内心的敬意和敬意的表达。

1. 我国传统文化中“敬”德的内涵
2. 工作、生活中“敬”的运用
3. “服饰”是敬人、敬己、敬业的直接的静态体现。
4. 通过待客、送客说进退之道
5. 尊人、自尊与分庭抗礼

第三部分：公职人员“沟通之礼

人与人交往离不开语言的沟通交流，孔子讲：“不知言，无以知人也。”道理在此。在中国人与人交往的言辞艺术中，不仅包括言语的规范与深度，还看重容色与尊重他人的性情。

1. 关于容色的礼仪——工作过程中不失色于人
2. 关于言语的礼仪——交谈过程中不失言于人
3. 礼缘人情而作——了解人的性情，循情而为
4. 人与人交往的进退间、迎送中、言辞等都如何把握位置

第四部分：信德的要旨与相关的礼仪风范

子张问行，子曰“言忠信，行笃敬，虽蛮貊(2)之邦，行矣。言不忠信，行不笃敬，虽州里(3)，行乎哉？立则见其参(4)于前也，在舆则见其倚于衡(5)也，夫然后行。”子张书诸绅。——《论语·卫灵公》

1. 国学经典中对“信”德的疏解。
2. 工作、生活中“信”德的运用
3. 诚-信-真，三者经典中的阐释以及运用
4. 古代先贤为何看重谨言？

第五部分：职场“衣冠”礼仪

西方人讲：“你就是你所穿的”。

中国 2000 多年前的典籍中既强调：“礼仪之始，在于正衣冠。”

1. 西装在中国的名称是什么，西装是西方国家的正装吗？西装的着装规范。
2. 管理者着装的隆与杀 (shai) 在表达什么？
3. 职业人服饰礼仪要则
4. 中国人的着装观，及参加不同的场合的服装定位及礼仪。

第六部分：谦德的要旨与相关的礼仪风范

周公曾告诫其子伯禽说：“《易》有一道，大足以守天下，中足以守其国

家，小足以守其身：《谦》之谓也。”故而，古代君子要求自己自谦而敬人。

1. 历代贤达之人如何用“谦”德自勉。
2. 工作、生活中“谦”的运用
3. 称谓中的谦与敬
4. 说说中华礼仪注重“相称”

第七部分：职场“举止”礼仪

《礼记》玉藻篇讲到：“足容重，手容恭，目容端，口容止，声容静，头容直，气容肃，立容直，色容端。”我们通过《礼记》上的这段话，来规范坐、立、行、握手、眼神等举止。

1. “立容德”——肃立、恭立表达自己的身份
2. 男士、女士坐姿礼仪
3. 行姿风范——传统文化中的步、趋、行，那个字体现的是“步从容”并能很好的展现行姿风范？
4. 国学经典中“握手”的原则
5. 鞠躬——中国人表达敬意的基本肢体礼仪
6. 管理者“目容端”

第八部分：明耻的要义与相关的礼仪规范

明耻、知耻是儒家文化的特色！“行己有耻，使于四方，不辱君命，可谓士矣。”——《论语·子路》

1. 经典中对于“耻”的疏解。
2. 工作、生活中对于“耻”的借鉴
3. 《礼记·玉藻》篇中通过饮食、宴饮说“耻”

第九部分：职场“宴饮”之礼

宴饮，以一种人们意想不到的方式影响着人类文明的进程，我们完全可以通过一个人的用餐过程，感受他的生活方式、观念、道德修养。“既醉以酒，既饱以德。”

1. 《礼记》中座次原则
2. 食具之礼
3. 经典中的餐食之礼
4. 你会“敬酒”吗？

第十部分：孝是至德，忠乃至诚

《孝经》中孔子曰：“夫孝，德之本也，教之所由生也。”在中国的文化中，行孝是天经地义的事情。因为有孝子才会有忠正之人。

1. 国学经典中对“孝、忠”的疏解。
2. 孝行、孝德、孝道
3. 何为“忠”；为何做“忠贞”之士？