

礼貌

礼貌在社交生活上扮演著核心的角色，教导我们以人性和文明去对待别人。礼节和礼仪，是其他较伟大的美德的「小妹妹」。

2016年3月31日

如果我们想一下，礼貌是随著时间而演进，又或不同国家有著不同的礼貌，我们可能会觉得，它纯粹是一种传统，因而可以改变，甚或任意违反。但是，礼貌含著一些似乎是恒古不变的基本要素。我们都听过这样的

话：「从他的言谈举止就可以知道他家教良好」或是「这孩子的教养很好！」

人性的德行(註一)是超性德行(註二)的坚实基础，也是那些被普遍认定是礼貌的行为的基础。礼貌或许能够促进令人愉悦的社交互动的亲切态度，但不能算是最重要的德行。但是它能够发展出对人的真诚、同理心和理解，所以它对我们与他人的互动是非常重要的。

礼貌在社交生活上扮演著核心的角色，教导我们以人性和文明去对待别人。礼节、谦和与有礼的态度是其他较伟大的美德的「小妹妹」。但它们特别的地方在於，倘若缺少了它们，我们和他人的互动就会变得不愉快。更重要的是，一个粗鲁无礼的人不可能达到爱德(註三)的要求。

注视著耶稣

有时候，我们在做错事时会问自己：「其他人对我会有怎麽样的想法呢？」或「为什麽我要那麽做呢？」或「我看起来一定糟透了！」

福音中为我们讲述一个篇章，描述了两种互相衝突的态度：一个是当时「受尊敬的」人的态度，而另一个则是一个罪妇的态度。[1]法利赛人西满，为了要邀请一位被公认为先知的人而筹备了一个盛宴。他一定细心安排了宾客的座位、如何为他们端上餐碟、怎样的菜单，还有要和这位大师谈论的各样话题。他想令与会的各重要人物，以及他的这位主宾留下好印象。但是他忽略了一些耶稣注意到的细节。

「你看见这个妇人吗？我进了你的家，你没有给我水洗脚，她却用眼泪滴湿了我的脚，并用头髮擦乾。你没有给我行口亲礼，但她自从我进来，就不断地口亲我的脚。你没有用油抹我的头，她却用香液抹了我的脚。」 [2]

表面上，这些似乎是不重要的细节。但是，真天主真人的耶稣，却注意到它被遗漏了。曾经在天主子降生成人这个主题上做过深刻思考的圣施礼华，对这个章节评说：「耶稣是来救赎人，而不是来摧毁人性。从祂身上我们可以学到一件事：慢待他人是很不基督化的，因为他们是天主的受造物，是按天主的肖像而造成的(参阅创世纪1:26)」。[3]

對於一个欲成圣，并努力在世界上所有不同的道路中成圣的人来说，在这里可以找到一个实用的教导，尤其是因为人的本性，包括它的倾向与能力，现在都因著耶稣而被提升了。没有一件事，不论它看起来多麼渺小，是不能奉献给天主的：所以，「**你们或吃或喝，或无论作什麼，一切都要为光荣天主而作。**」[4]所有正直的行为都被耶稣救赎了，而当这些行为是在祂内而做的，它便会有著同救赎的功能。

德行是个人的，但是明显地，没有一个人是完全孤立的。我们和世界有著互动，和其他人共存。我们都是独立自主的个体，但同时也互相依赖：

「我们无时无刻，若不是在互相帮助，就是在互相阻碍。我们就像一条鍊子的每一个扣环，彼此连结著。」

[5]

因此，德行也有著社群的层面。它不是用来炫耀自我，也不是让人自我膨胀。归根究底，它是为了他人的。为什麼我们和某些人相处比较自在，但和其他人则不然呢？最可能的原因就是这些人愿意倾听我们，而且似乎了解我们；他们不会匆匆忙忙，而是会带给我们平静；他们也不会让人感到受压，而是会尊重人，给人建议；他们谨慎守分，不会只是因为好奇而发问。

一个人倘若知道如何与人相处，如何分享，给予，欢迎，传播和平，他就是在通往成为真正有德行的人的道路

上迈进。耶稣教导我们，当缺少某些要素时，有礼的社交就会毁损变质。以礼待人或许是最好的自我介绍方式。我们所谓的「屬於社交的美德」是爱德的先决条件。

餐桌礼仪

双亲在外工作，在社会的每个阶层都愈来愈常见。常见的是，要达到收支平衡，父母需要两个人都去工作来赚取薪水。工时及交通往返，使全家团聚的机会可能变得非常困难。

这不是说，在从前一家人较易能一起吃饭的时代，这些聚合都会很平顺。当时仍会有一些比如是小孩间的鬥嘴、或是对食物的抱怨、还有家长的责骂等 … 就像现在的家庭一样，因为这些日常的事，从古到今变化不大。但不管是现在还是从前，我们都需要利用这些生活中的时机，把这些障碍转化为陶成的机会。

我们有几许会努力把平日的晚饭或是假日的用餐时段转化为一家团聚的时间呢？社会学者的研究显示，许多男孩女孩在「对自己最重要的事情」的选项中，在「全家一起吃饭」的框框中打勾。与爱我们的人在一起，彼此分享，和被了解认同，都能让我们学习与人交往、学习为别人而付出。如此，家庭成员间的关係会更紧密，家长也可以用这些机会更了解孩子，并能预知他们可能遭遇到的困难。

全家一起吃饭，能够提供许多机会来强调礼貌的细节，像是：「请你把盐传递给我。」、「吃饭前你有洗手吗？」、「你在吃饭的时候要坐挺，不要翘脚。」、「你可以帮哥哥一起摆放（或收拾）碗筷吗？」、「麵包不可以丢掉」、「把碗筷拿好」、「把肉小块小块地吃，也不要在满嘴食物的时候讲话」、「吃饭时要细细品嚐，并且不管你喜不喜欢吃它，自己取了的食物一定要全部吃掉」、「喝汤的时候要用汤匙舀起来，靠近

嘴巴喝，不要嘴巴直接靠著碗」、

「喝东西时不要发出声音。」「喝东西时手肘不要放在桌上。」

上述的事，有些因地而异，但大部分都是到处适用。或许这种口气听起来有点负面，而且也不需要不断重覆地耳提面命，但它反映出我们对他人应有的体贴和尊重。它能够让我们有礼貌，守礼节以及注重卫生，并让其他人都感到用餐愉快。

我们可以从吃饭中学到一些良好教养的基本事儿，比如说：应该取多少食物给自己，因为其他人也要取吃；避免在餐与餐之间吃零食，因而可以更珍惜、更享受正餐的食物。更重要的是，一起吃饭不只是一个社交活动，它更是文明的一个高尚和确实的表现。

文化(Culture)，如许多作者所言，是跟宗教(Cult)或敬拜有关。向天主献上祂应受的敬拜是人的本性，而这些敬拜用的仪式和制度呈现出来时，就

成为文化。当我们以祈祷作为吃饭这一「仪式」的开始，祈求天主降福我们的家人和我们即将享用的食物，感谢天主赐给我们日用食粮，并且为给我们弄饭，以及那些饥饿的人祈祷时，这些都是光荣天主的非常好的方式。

饭前後经这一习惯，帮助我们明白天主是不断地在我们的週围，教导我们要为所获得的一切感恩，和在日常待人接物时尊重他人。

保持良好的生活态度

孩子们在饭桌上和在家庭团聚中学习社交生活。像是在交谈时懂得何时该说话、何时该等待机会，以及学习如何穿著得体等，都是社交生活的一部分。

学会穿著符合场合的衣服是很重要的。穿得好看不等如穿贵重的或名牌的衣服，而是要乾净整齐。孩子在家里，透过观察模仿父母如何保持优雅

端莊，学习这些事。参加晚宴，有別於和家人或朋友轻松的在一起。在家里自在地走来走去，和起床後立刻穿好衣服也是不同的。

家庭团聚，包括一家人一起吃饭，都是孩子们可以分享在学校的小经历的时机，父母也可以趁机评论，或就该事教育孩子该怎样应对它。这时候，也可以彼此分享兴趣、兴奋地谈论计划中的郊遊，或是聊聊历史，让孩子们学习如何生动、完整地叙述事情的机会。这时也可以安排郊遊、参观美术馆，或是一点一滴地传授给孩子们有关家族、信仰、国家或文化的传统。孩子们在其中学习说话时不随意提高音量或大吼大叫，更重要的是，学会倾听，不打断他人的说话，也不把自己的观点或要求强加在他人身上。

在家庭里，我们学习彼此关心，互相体贴入微。没有人会衣著褴褛，或是吃饭时狼吞虎嚥。家人互相传递食

物，关心彼此的需求。在取用自己的食物或开水之前，总是记得首先递给另一位家人，对方也报以「谢谢」。感恩产生和谐，而和谐会带给我们喜乐的心，和脸上的微笑。

在一顿温暖的家庭饭之後，我们会更加快乐，不只是生理上，有如一只健康的动物一般[6]的喜乐，而是因为我们和我们深爱的人们更加亲近。我们在人性和道德上都更加富足。

这些有礼貌的行为帮助我们内在的成熟，教导我们在天主以及在他人面前该有的言行举止。成熟的人是立足於现实生活的。他们学会如何自重，作为自己灵魂和肉身的主人。他们在每件事中都展现出自在、谨慎与精确。他们在与别人的友谊里，在他们的工作中，在他们为自己设定的目标上，都能充满自信地坚持不懈，因为除了接受，他们更能够施予。总而言之，他们学会如何雍容大度。

J.M. Martin著

[1]参阅路7:36

[2]路7:44-46

[3]圣施礼华，《天主之友》第73节

[4]格前10:31

[5]圣施礼华，《天主之友》第76节

[6]圣施礼华，《道路》第659节

[吴冠纬译]

註一：人性的德行(Human virtues)，乃属理智和意志的坚决的态度、稳定的倾向、习惯性的完美。德行依照理性和信德，规范我们的行为，管理我们的情慾，引导我们的举止。德行使我们容易地、自制地、愉快地度一个美好的道德生活。（天主教教理 1804）

註二：超性的德性(Supernatural virtues 或 Theological virtues)，超性的德行使人的官能，能适於分享天

主的性体。实际上超性的德行直接归向天主。超性的德行促使基督徒活出与天主圣三的关係。这些德行以三位一体的天主为根源、动机和对象。
(天主教教理1812)

註三：爱德(Charity)，爱德是超性的德行，藉著爱德我们为了天主自身，爱祂在万有之上，又为爱天主的缘故，爱人如己。(天主教教理 1822)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/li-mao/](https://opusdei.org/zhs/article/li-mao/) (2026年1月23日)