

## 禮貌

禮貌在社交生活上扮演著核心的角色，教導我們以人性和文明去對待別人。禮節和禮儀，是其他較偉大的美德的「小妹妹」。

2016年4月1日

如果我們想一下，禮貌是隨著時間而演進，又或不同國家有著不同的禮貌，我們可能會覺得，它純粹是一種傳統，因而可以改變，甚或任意違反。但是，禮貌含著一些似乎是恆古

不變的基本要素。我們都聽過這樣的話：「從他的言談舉止就可以知道他家教良好」或是「這孩子的教養很好！」

人性的德行(註一)是超性德行(註二)的堅實基礎，也是那些被普遍認定是禮貌的行為的基礎。禮貌或許能夠促進令人愉悅的社交互動的親切態度，但不能算是最重要的德行。但是它能夠發展出對人的真誠、同理心和理解，所以它對我們與他人的互動是非常重要的。

禮貌在社交生活上扮演著核心的角色，教導我們以人性和文明去對待別人。禮節、謙和與有禮的態度是其他較偉大的美德的「小妹妹」。但它們特別的地方在於，倘若缺少了它們，我們和他人的互動就會變得不愉快。更重要的是，一個粗魯無禮的人不可能達到愛德(註三)的要求。

注視著耶穌

有時候，我們在做錯事時會問自己：「其他人對我會有怎麼樣的想法呢？」或「為什麼我要那麼做呢？」或「我看起來一定糟透了！」

福音中為我們講述一個篇章，描述了兩種互相衝突的態度：一個是當時「受尊敬的」人的態度，而另一個則是一個罪婦的態度。<sup>[1]</sup>法利賽人西滿，為了要邀請一位被公認為先知的人而籌備了一個盛宴。他一定細心安排了賓客的座位、如何為他們端上餐碟、怎樣的菜單，還有要和這位大師談論的各樣話題。他想令與會的各重要人物，以及他的這位主賓留下好印象。但是他忽略了一些耶穌注意到的細節。

「你看見這個婦人嗎？我進了你的家，你沒有給我水洗腳，她卻用眼淚滴濕了我的腳，並用頭髮擦乾。你沒有給我行口親禮，但她自從我進來，就不斷地口親我的腳。你沒有用油抹我的頭，她卻用香液抹了我的腳。」<sup>[2]</sup>

表面上，這些似乎是不重要的細節。但是，真天主真人的耶穌，卻注意到它被遺漏了。曾經在天主子降生成人這個主題上做過深刻思考的聖施禮華，對這個章節評說：「耶穌是來救贖人，而不是來摧毀人性。從祂身上我們可以學到一件事：慢待他人是很不基督化的，因為他們是天主的受造物，是按天主的肖像而造成的(參閱創世紀1:26)」。[3]

對於一個欲成聖，並努力在世界上所有不同的道路中成聖的人來說，在這裡可以找到一個實用的教導，尤其是因為人的本性，包括它的傾向與能力，現在都因著耶穌而被提升了。沒有一件事，不論它看起來多麼渺小，是不能奉獻給天主的：所以，「你們或吃或喝，或無論作什麼，一切都要為光榮天主而作。」[4]所有正直的行為都被耶穌救贖了，而當這些行為是在祂內而做的，它便會有著同救贖的功能。

德行是個人的，但是明顯地，沒有一個人是完全孤立的。我們和世界有著互動，和其他人共存。我們都是獨立自主的個體，但同時也互相依賴：「我們無時無刻，若不是在互相幫助，就是在互相阻礙。我們就像一條鍊子的每一個扣環，彼此連結著。」  
[5]

因此，德行也有著社群的層面。它不是用來炫耀自我，也不是讓人自我膨脹。歸根究底，它是為了他人的。為什麼我們和某些人相處比較自在，但和其他人則不然呢？最可能的原因就是這些人願意傾聽我們，而且似乎了解我們；他們不會匆匆忙忙，而是會帶給我們平靜；他們也不會讓人感到受壓，而是會尊重人，給人建議；他們謹慎守分，不會只是因為好奇而發問。

一個人倘若知道如何與人相處，如何分享，給予，歡迎，傳播和平，他就是在通往成為真正有德行的人的道路

上邁進。耶穌教導我們，當缺少某些要素時，有禮的社交就會毀損變質。以禮待人或許是最好的自我介紹方式。我們所謂的「屬於社交的美德」是愛德的先決條件。

## 餐桌禮儀

雙親在外工作，在社會的每個階層都愈來愈常見。常見的是，要達到收支平衡，父母需要兩個人都去工作來賺取薪水。工時及交通往還，使全家團聚的機會可能變得非常困難。

這不是說，在從前一家人較易能一起吃飯的時代，這些聚合都會很平順。當時仍會有一些比如是小孩間的鬥嘴、或是對食物的抱怨、還有家長的責罵等... 就像現在的家庭一樣，因為這些日常的事，從古到今變化不大。但不管是現在還是從前，我們都需要利用這些生活中的時機，把這些障礙轉化為陶成的機會。

我們有幾許會努力把平日的晚飯或是假日的用餐時段轉化為一家團聚的時間呢？社會學者的研究顯示，許多男孩女孩在「對自己最重要的事情」的選項中，在「全家一起吃飯」的框框中打勾。與愛我們的人在一起，彼此分享，和被了解認同，都能讓我們學習與人交往、學習為別人而付出。如此，家庭成員間的關係會更緊密，家長也可以用這些機會更了解孩子，並能預知他們可能遭遇到的困難。

全家一起吃飯，能夠提供許多機會來強調禮貌的細節，像是：「請你把鹽傳遞給我。」、「吃飯前你有洗手嗎？」、「你在吃飯的時候要坐挺，不要翹腳。」、「你可以幫哥哥一起擺放(或收拾)碗筷嗎？」、「麵包不可以丟掉」、「把碗筷拿好」、「把肉小塊小塊地吃，也不要在滿嘴食物的時候講話」、「吃飯時要細細品嚐，並且不管你喜不喜歡吃它，自己取了的食物一定要全部吃掉」、「喝湯的時候要用湯匙舀起來，靠近嘴巴

喝，不要嘴巴直接靠著碗」、「喝東西時不要發出聲音。」「喝東西時手肘不要放在桌上。」

上述的事，有些因地而異，但大部分都是到處適用。或許這種口氣聽起來有點負面，而且也不需要不斷重覆地耳提面命，但它反映出我們對他人應有的體貼和尊重。它能夠讓我們有禮貌，守禮節以及注重衛生，並讓其他人都感到用餐愉快。

我們可以從吃飯中學到一些良好教養的基本事兒，比如說：應該取多少食物給自己，因為其他人也要取吃；避免在餐與餐之間吃零食，因而可以更珍惜、更享受正餐的食物。更重要的是，一起吃飯不只是一個社交活動，它更是文明的一個高尚和確實的表現。

文化(Culture)，如許多作者所言，是跟宗教(Cult)或敬拜有關。向天主獻上祂應受的敬拜是人的本性，而這些敬拜用的儀式和制度呈現出來時，就

成為文化。當我們以祈禱作為吃飯這一「儀式」的開始，祈求天主降福我們的家人和我們即將享用的食物，感謝天主賜給我們日用食糧，並且為給我們弄飯，以及那些飢餓的人祈禱時，這些都是光榮天主的非常好的方式。

飯前後經這一習慣，幫助我們明白天主是不斷地在我們的週圍，教導我們要為所獲得的一切感恩，和在日常待人接物時尊重他人。

## 保持良好的生活態度

孩子們在飯桌上和在家庭團聚中學習社交生活。像是在交談時懂得何時該說話、何時該等待機會，以及學習如何穿著得體等，都是社交生活的一部分。

學會穿著符合場合的衣服是很重要的。穿得好看不等如穿貴重的或名牌的衣服，而是要乾淨整齊。孩子在家裡，透過觀察模仿父母如何保持優雅

端莊，學習這些事。參加晚宴，有別於和家人或朋友輕鬆的在一起。在家裡自在地走來走去，和起床後立刻穿好衣服也是不同的。

家庭團聚，包括一家人一起吃飯，都是孩子們可以分享在學校的小經歷的時機，父母也可以趁機評論，或就該事教育孩子該怎樣應對它。這時候，也可以彼此分享興趣、興奮地談論計劃中的郊遊，或是聊聊歷史，讓孩子們學習如何生動、完整地敘述事情的機會。這時也可以安排郊遊、參觀美術館，或是一點一滴地傳授給孩子們有關家族、信仰、國家或文化的傳統。孩子們在其中學習說話時不隨意提高音量或大吼大叫，更重要的是，學會傾聽，不打斷他人的說話，也不把自己的觀點或要求強加在他人身上。

在家庭裡，我們學習彼此關心，互相體貼入微。沒有人會衣著襏縷，或是吃飯時狼吞虎嚥。家人互相傳遞食

物，關心彼此的需求。在取用自己的食物或開水之前，總是記得首先遞給另一位家人，對方也報以「謝謝」。感恩產生和諧，而和諧會帶給我們喜樂的心，和臉上的微笑。

在一頓溫暖的家庭飯之後，我們會更加快樂，不只是生理上，有如一隻健康的動物一般[6]的喜樂，而是因為我們和我們深愛的人們更加親近。我們在人性和道德上都更加富足。

這些有禮貌的行為幫助我們內在的成熟，教導我們在天主以及在他人面前該有的言行舉止。成熟的人是立足於現實生活的。他們學會如何自重，作為自己靈魂和肉身的主人。他們在每件事中都展現出自在、謹慎與精確。他們在與別人的友誼裡，在他們的工作中，在他們為自己設定的目標上，都能充滿自信地堅持不懈，因為除了接受，他們更能夠施予。總而言之，他們學會如何雍容大度。

J.M. Martin 著

[1]參閱路7:36

[2]路7:44-46

[3]聖施禮華，《天主之友》第73節

[4]格前10:31

[5]聖施禮華，《天主之友》第76節

[6]聖施禮華，《道路》第659節

[吳冠緯譯]

註一：人性的德行(Human virtues)，乃屬理智和意志的堅決的態度、穩定的傾向、習慣性的完美。德行依照理性和信德，規範我們的行為，管理我們的情慾，引導我們的舉止。德行使我們容易地、自制地、愉快地度一個美好的道德生活。(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，能適於分享天主的性體。實際上超性的德行直接歸向

天主。超性的德行促使基督徒活出與天主聖三的關係。這些德行以三位一體的天主為根源、動機和對象。(天主教教理1812)

註三：愛德(Charity)，愛德是超性的德行，藉著愛德我們為了天主自身，愛祂在萬有之上，又為愛天主的緣故，愛人如己。(天主教教理1822)

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/limao/> (2026年2月22日)