



# 鞠躬、握手、寒暄……这些礼仪古人怎么用？

中国是礼俗大国，古人待人接物、社交往来等过程中也都遵循着不同历史时期的礼仪规范和风俗习惯，逐渐形成了一整套完备的社交礼仪。同时，社交礼伴随着社会历史变迁而传承演变，以适应当时社会文化的需要，并深刻影响着传统社会乃至现代社会的社交形态和文化观念。

## 拱手礼：有男女之别 吉凶之别

拱手又称为捧手，人们见面行礼时将双手平行相叠、拇指相交合抱在胸前，前臂稍稍上举，手臂形似抱鼓，表达向对方致意。

《尔雅》载“两手合持为拱”。拱手是传统社会最常见、沿用最久的相见礼仪，并且在相见行拜礼、揖礼时均需要行拱手礼。

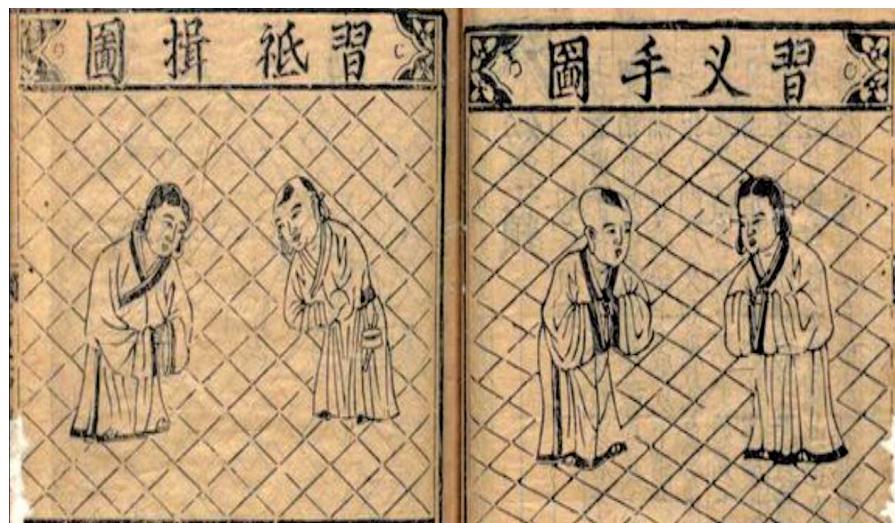
拱手也有男女之别、吉凶之别，男子常常尚左手，即以左手抵于右手之上，而女子尚右手，即右手抵于左手之上。且在礼仪规范中，也以吉礼尚左手，凶礼则需要以右手为尚。《礼记·檀弓上》即载有孔子因姐丧而尚右手拜礼造成了门人误会之事。

唐宋时期，还有一种“叉手礼”，行礼时，用左手握住右手拇指，左手小指向右腕处，左手大指向上，其余四指伸直。动作就像用右手掩在胸前，但要离胸八九厘米的距离。《王虚中训蒙法》称六岁孩童入学时便需先学叉手；柳宗元有“入郡腰恒折，逢人手尽叉”的诗句；《朱子语类》载时人陈才卿衣裳不整，朱子提醒后，其自觉羞赧，“急叉手鞠躬曰：‘忘了’”。

明清时期，还流行“抱拳礼”，将原来的合抱手势变为拳掌相贴的手势，左手四指并拢伸直，拇指屈拢，右手握拳，左手紧贴右手背，现在传统武术界也还沿用着抱拳礼。

## 拜礼：高足家具的推行促使其逐渐减少

拜礼是屈膝跪地、俯身下拜的礼仪动作，一度是古人常见的相见礼仪。先秦时期，人们席地而坐，见面前就往往通过拜礼相互致意。《白虎通》载“人所以相拜者何？所以表情见意，屈节卑体，尊事人者也”。



《事林广记》记载的儿童学拱手作揖礼仪

《周礼》中记载了稽首、顿首、空首、振动、吉拜、凶拜、奇拜、褒拜和肃拜等九种不同情形和形态的拜礼，称为“九拜”。其区别主要在于行礼时动作身姿尤其是头部和手部的高下深浅和行礼次数。

唐宋时，随着桌椅等高足家具的推行，人们就不再像先秦一样坐着见面，跪拜行礼越来越不方便，拜礼在日常相见中逐渐减少。

## 揖礼：比拱手礼更加正式和郑重

人们见面时在拱手礼的基础上向前弯腰致意的礼仪，比拱手礼更加正式和郑重，称为“作揖”或“揖礼”。

《周礼》中记载了天揖、时揖、土揖、三揖、还揖、特揖、旅揖等七种揖礼，差异主要在于行礼时手部的动作或者行礼的次数。天揖是对尊长或同姓的揖礼，行礼时双手抱圆，俯身前推，举到胸部以上；时揖是平辈之间的常用见面礼，行礼时拱手向前水平推出；土揖，用于尊长者向卑幼者行礼的情形，行礼时俯身将手略向下推出。

汉魏以前，拜礼、揖礼并行，郑程度有所不同，站立则揖，跪坐则拜，唐宋时跪坐渐无，拜礼则融入揖礼之中。《宋氏家仪部》载“久旷则拜，常见则揖。礼见则拜，燕见则揖。初见则拜，偶见则揖”。此外还有“厌揖礼”，指于并不拱手，两手仅胸前抱拳，并上下推动，表示连连作揖的恭敬姿态；“鞠躬礼”，双脚并拢，双手下垂，弯曲腰部以示敬意，与今天的鞠躬十分相似。

在明清时期，还有“打恭”一

步行走，按照速度和动作不同又分为“趋”和“翔”。“趋”是在遇到尊长者时，为表恭敬而以低头弯腰、双臂张开、小跑疾行的方式经过；“翔”则是更进一步的抬手疾行。

《礼记》载“遭先生于道，趋而进，正立拱手”，说明了路遇长者时的谨慎姿态。《论语》中也记录了孔子的儿子孔鲤见到孔子时趋行着经过的礼仪，也记录了孔子见到穿丧服者、着礼服者、盲人时，坐着时必然起身，经过时必然趋行的仪态。

在重文轻武的宋朝，朝廷武官见同级文官有“必执梃趋庭，肃揖而退”之礼。此外，也有一些不可趋、翔的情形，《礼记》载有“帷薄之外不趋，堂上不趋，执玉不趋”之语。

此外，结合不同时期的文献典籍，社交礼在礼仪仪态、称谓用语、行止坐卧、座次安排等方面，都有颇为详尽的礼仪规范要求。例如，《礼记》载“居不主奥，坐不中席，行不中道，立不中门”；君子要做到“九容”，即“君子之容舒迟，见所尊者齐邀(sù)。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，燕居告温温”。

《乡仪》载唐宋时人在访问前还要询问主人家是否得便；提前约见者，如主人遇事或遇雷雨天气则遣使告知宾客延后相见；入门前要先询问主人是否吃饭、有无客人、是否有其他事情。《义山杂纂》也罗列会面时的失礼行为，“不敲门，直入人家。席面上，不慎涕唾。主人未请，先上厅坐。开人家盘盒书启”等。

在当今社会，随着社会发展进步，有些传统社交礼仪和观念因为不符合时代潮流，已经消失不见了。但也有着许多既符合当下时代精神，又具有民族文化内涵的优秀礼仪观念，仍然值得在现代社会弘扬推广开来。例如，稳重大方的拱手作揖、真诚热情的待客礼仪、细致规范的饮宴礼仪，还有提倡恭敬谦让、与人为善、尊老爱幼的交际理念等，都是我国传统优秀文化的一部分。

(据《北京青年报》)

## 执手礼：见面时拉手以表亲密之情

古时还流行双方见面时拉手以表亲密之情，称“执手”，也作“握手”。秦汉时，握手礼被视为轻率的行为，魏晋时期以后，执手礼逐渐流行起来，成为人们日常相见时的常用礼仪。李白有“我愿执尔手，尔方达我情”之句，柳永有“执手相看泪眼，竟无语，凝噎”之句。

## 交寒温：问候起居寒暖的客套话

人们相见，还有问候起居寒暖的客套话，称为“寒暄”或“暄寒”。汉魏时期也称为“交寒温”，《乐府诗·门有车马客行》就有“拊(fǔ)膺携客泣，掩泪叙温凉”的句子。唐宋时还出现了发声致敬、口道颂辞的见面礼仪，男子的礼仪称为“唱喏”或是“声喏”，即出声答应对方；女子的礼仪称为“万福”，即道“万福”的祝福语。这一礼节一般伴随拱手、揖礼或者叉手礼实行，常用于卑幼者拜见尊长者。

## 趋翔：见面时礼貌性的快步行走

“趋翔”是见面时礼貌性的快