2018.10.9

**#人之有礼，犹鱼之有水#**

【每一个人都青睐讲礼仪的人】

美好的行为比美好的外表更有力量；美好的行为比形象和外貌更能带给人快乐。这是一种精美的人生艺术。——爱默生

但凡在事业上有所成就的人，都是极其自信而又善于把礼仪展现给他人的人。

君子不失足于人，不失色于人，不失言于人。

谦谦君子，赐我百朋。

诚恳、善良往往通过礼仪来体现的。

生活中最重要的是礼貌，它比最高的智慧，比一切学识都重要。——俄国哲学家 赫尔岑

人之有礼，犹鱼之有水矣。——晋代医学家 葛洪

【理与情比怒与怨更有力量】

美国总统威尔逊：如果你握紧拳头来找我，我想我可以告诉你，我会把拳头握的更紧。

理智、慎重、彬彬有礼的处事方式。

仁慈和友善总要比愤怒和暴力更有力。

【禁忌莫言，逆鳞莫触】

无论一个人的出身、地位、权势、风度多么傲人，也都有别人不能言及、不能冒犯的角落，无论如何也靠近不得。

用鼻音和尖音与别人说话有失礼节，鼻音给别人以无精打采的厌烦之感，尖音刺耳，使人神经紧张，容易破坏谈话氛围。

优秀的人大多是注重细节的人。

【礼仪修养从小事做起】

做事拘小节，不抱怨人生，努力进取，人生的路才会越走越宽。不拘小节往往会被人认为是没有礼貌的表现，一定要克服行为举止是小节的模糊思想，从小处着眼，从小事做起，从我做起；其次要注意文明举止的养成和积累。

坐姿端正，静静坐下。

【学会赞赏别人】

赞美是一门学问，它需要把握火候，掌握分寸。

**#你的形象，价值百万#**

每一个人的仪表都会引起交往对象的特别关注，是评价一个人的重要因素。学习礼仪，运用礼仪，将有益于人们更加规范的设计个人形象，更充分的展示个人的良好教育与优雅的风度。

【外在美与内在美要和谐统一】

个人形象的塑造不仅仅是外在的仪表，更重要的还是要具有深刻的内涵，缺少深刻内涵的美，不可能产生魅力，所以内在美比外在美具有无可比拟的深度与广度。

个人气质的内在修炼：1.品德高尚，善良。待人不能刻薄，要对别人的过错有容忍。2.富有情趣，享受生活的美好，积极健康向上心态3.勤奋好学，知识是人生最大的财富4.身体健康，多参与各种体育运动。

【得体的着装彰显气质 、完善形象】

莎士比亚：服饰往往可以表现人格。

【微笑是最具有价值的面部表情】

微笑的方法是放松自然。

【挺拔的站姿是优美仪态的起点】

身体的形态优美，贵在坚持练习。

2018.10.10

【促进合作的谈话礼仪】

无论你讲的多么精彩，你的目的是要让对方听懂。

当对方讲话时，不要轻易的去打断他。

无论什么话题，都会有一个结论的问题。意见相左时，可以心平气和地摆明自己的观点，这不仅是允许的，而且是必要的，尤其是在原则问题上更要寸步不让，但一定要注意风度。

做一个诚实、自信、阳光的男孩。

尊重年幼者的人格

硬话软说的艺术

与年老者交谈，尊重老人为第一要务，谦虚恭谨是起码的要求。

谈话时，多以对方兴趣为话题，因为每一个人都需要满足其自尊心、自荣心、自信心。

要想恳切地表达出自己的意见而又不得罪人，就要在表达自己意见的时候，肯定对方的观点，然后由其推导出可能产生的不良后果，在此基础上，再提出自己的意见。

不谈自己聪明才是真正的聪明，不谈自己的美德并不会认为你缺少美德。

**【总结】**

**礼仪，其实无非就是秉持人的几个行为准则：**

1. **尽量不打扰麻烦别人**
2. **敬意**
3. **善良、自信、阳光的人生态度**
4. **整洁、大方的仪容**
5. **把别人首先放在首位**
6. **勤奋刻苦**