真光禮儀手冊

【前言】

經典古籍是源頭活水，蘊藏中華文明的精髓，中國語文科通過策劃「禮行真光」教學計劃，推廣優秀的重禮文化，引導學生認識禮的核心價值：仁、約、和、敬，從而陶冶性情，修養品格。

本書名為《真光禮儀手冊》，是《真光女兒須知》之延續。《真光女兒須知》於一九六三年印行，當中收錄校規條文、標準真光女兒之準則，從紀律、體魄、品格、知識等方面提出學生應有的態度。禮儀手冊保留昔日傳統，記載行禮守則。這些簡短精要的條目，將成為學生砥節礪行之提點，從而端正行為，立德行善。

本書按以下主題分類：個人禮儀、家庭禮儀、學校禮儀及公共禮儀。除禮儀條目外，亦附精美插畫，圖文並茂，相映成趣，進一步散發禮文化的魅力。同學們，盼望妳們從養成良好的行為習慣做起，知行合一，由行入心，成為才德俱佳的真光女兒！

目錄

校長的話……頁一
禮的核心價值……頁三

個人禮儀

儀容之禮……頁六
衣飾之禮……頁九
行進之禮……頁十六
飲食之禮……頁二十一
居家之禮……頁二十四
言談之禮……頁二十七

家庭禮儀

孝親之禮……頁三十二
友悌之禮……頁四十二
親族之禮……頁四十五

學校禮儀

課堂之禮……頁四十九
尊師之禮……頁五十三
愛友之禮……頁五十七
升旗之禮……頁六十一
集會之禮……頁六十三
崇拜之禮……頁六十四
領獎之禮……頁六十五
進餐之禮……頁六十七
接待之禮……頁六十八
應考之禮……頁七十

公共禮儀

觀影之禮……頁七十二
閱書之禮……頁七十三
乘車之禮……頁七十五
睦鄰之禮……頁七十七
遊學之禮……頁八十

校長的話

學禮修身　明德篤行

禮是個人的修養，是立身處世的根本。古人見面時打躬作揖，說話時謙己敬人，他們的一言一行，無不表現對禮節的重視。然而，觀乎現今世代，這種與人相處之道已漸被忽略，有些人率性而為，視禮為一種拘束。真光創校一百五十載，歷史悠久，自當逆流而行，堅守正道，繼續弘揚中國文化，以加強莘莘學子品德修養為己任。因此，我校推行「禮行真光」教學計劃，藉此推動校園重禮之風。

中國素來以禮儀之邦著稱於世，經典古籍蘊藏中國傳統的優秀文化，為禮樂學習提供豐富養分。學生通過學習中華經典名句，積學涵泳，認識禮的真諦，領悟聖賢智慧。當然，隨著時代發展，古禮並不完全適用於現今社會。有見及此，

學生閱讀經典後，通過探究、討論與反思，提煉前賢的思想精髓，結合生活，撰寫禮儀守則。現將中華經典名言與學生自擬守則結集成書，名為《真光禮儀手冊》，盼望書中信條成為年青人的指路明燈，學會遵循禮節；同時做到因時制宜、因地制宜、因人制宜，按照實際需要靈活行禮。

感謝中文科老師精心籌劃「禮行真光」教學計劃，全賴老師的循循教導，引領學生認識中華民族禮文化的內涵。更重要的，是感謝各位老師的言傳身教。這令我想起杜甫的詩句《春夜喜雨》：「好雨知時節，當春乃發生。隨風潛入夜，潤物細無聲。」老師的嘉言美行為學生樹榜樣，立德行，春風化雨，潤物無聲。適逢真光創校一百五十周年誌慶，九真上下定必同心同德，將真理化作點點光芒，繼續照亮新一代的年青人。

李伊瑩校長

二零二二年春

行禮

仁

「君子以仁存心，以禮存心。」

—《孟子．離婁下》

約

「君子博學於文，約之以禮。」

—《論語．雍也》

光　真

和

「禮之用，和為貴。」

——《論語・學而》

敬

「恭敬之心，禮也。」

——《孟子・告子上》

個人禮儀

儀容之禮

喜怒哀樂之未發，謂之中；

發而皆中節，謂之和。

《中庸》

注釋：「中」，符合。「節」，節度、法度。

句意：喜怒哀樂尚未表現出來時，稱之為中；表現出來都能合乎節度，稱之為和。

君子戒慎，不失色於人。

《禮記・曲禮上》

注釋：「戒慎」，謹慎小心。「失色」，失態的樣子。

句意：有修養的人保持謹慎小心，不會在別人面前表現失態。

古禮今用

一、喜怒哀樂，須把握分寸，情緒表達要恰到好處。

二、時刻心存仁愛，保持慈眉善目。

三、在不同的場合，面部表情以至儀容神態應有相應的變化：

出席莊嚴、肅穆的場合，神態保持莊重。

參加喜宴時，應保持微笑。

參加喪禮時，流露哀傷，不應說笑。

衣飾之禮

衣貴潔，不貴華。

《弟子規》

句意：服裝穿著重整潔，不著重是否華麗。

衣飾之禮

冠必正，紐必結。襪與履，俱緊切。

《弟子規》

注釋：「冠」，帽子。「正」，端正。「紐」，衣服上的紐結。「履」，鞋子。

句意：帽子要戴得端正，衣服鈕扣要扣好；襪子與鞋子都要穿得平整，鞋帶應繫緊。

晨必盥，兼漱口。便溺回，輒淨手。

《弟子規》

注釋：「盥」，本意指清洗手部，此處表示洗漱。「淨」，洗淨。

句意：早晨起床後，一定要先洗臉刷牙，每次如廁後都要洗手。

置冠服，有定位。勿亂頓，致污穢。

《弟子規》

注釋：「置」，放置。「頓」，安放。

句意：脫下來的帽子和衣服應當放置在固定的位置，不要隨意亂放，以致弄髒。

古禮今用

四、學生應當以勤勉求學為尚，衣著服飾須合乎學生身份。

五、不追求名牌、不染髮、不濃妝、不紋身、不塗指甲。

六、每天上學前，從頭到腳檢視儀容一遍，確保儀容髮式整齊合度。

七、學生須佩戴校章。

八、校服須整齊潔淨、長度及膝。

九、襪子保持潔白，長度合宜。

十、穿純黑色平底皮鞋，繫緊鞋帶。

十一、參與開學禮、感恩崇拜、頒獎典禮、結業禮等重要儀式，學生須跟從傳統髮式要求，束整齊雙辮。

古禮今用

十二、平日打扮須以尊重場合為原則，重要場合不宜穿著背心、奇裝異服、露趾涼鞋，裙子、褲子不宜過短。

十三、如須戴帽子，必須保持帽子端正。在出席重要場合或集會時，須脫下帽子，以示尊重。

十四、保持整潔衛生，不要弄髒衣服。

十五、家中衣物必須擺放有序。

十六、脫下外套時，須折疊或掛放好，不可胡亂堆放。

衣飾之禮

行進之禮

步從容，立端正。

《弟子規》

句意：走路時步伐從容穩重，站立要端正。

行進之禮

路遇長，疾趨揖。長無言，退恭立。

《弟子規》

注釋：「疾」，迅速地。「揖」，拱手行禮。

句意：在路上遇見長輩，要趕快走上前去作揖致禮，如果長輩沒有問話，那便往後退下，恭敬站立著。

行進之禮

十七、穿著校服時行禁閱步，展現真光女兒端莊的形象。

十八、集會時如須站立，保持頭正肩平背直，不可歪斜。

十九、不要在課室、走廊等通道奔走，行樓梯時須左上右落。

二十、平日站立時，兩腳站直，雙手自然下垂。

二十一、走路時氣要平、腳步要從容和緩，身體微向前傾，雙臂不要大幅搖擺。

行進之禮

二十二、若走路時想超前，應說「對不起，借過」，並從側面繞行，不可從兩人中間穿插而過。

二十三、坐下時應輕輕拉動椅子，避免發出嘈吵之聲。

二十四、正坐時，頭正身直，雙腳並攏，雙手交疊於腿上。

行進之禮

二十五、路中遇到長輩，應快走向前，恭敬問候。

二十六、遇上認識的人，應按情況主動打招呼，互相問候。

二十七、行人應互相禮讓，主動給長者、殘疾人士和有需要人士讓路。

二十八、上學、放學途中，不宜邊走邊進食。

二十九、趕路時，切勿走得氣急敗壞，仍須保持禮儀。

三十、行進期間不宜高談闊論，語笑喧嘩。

飲食之禮

食不語，寢不言。

《論語・鄉黨》

句意：在吃飯時，不可聊天；睡覺前，也不能說話。

飲食之禮

對飲食，勿揀擇。食適可，勿過則。

《弟子規》

注釋：「過」，過度，超過。「則」，準則。

句意：對於食物，不要挑食；吃東西也要適可而止，不要超過應有的準則。

古禮今用

三十一、吃東西時閉上嘴巴細嚼慢嚥。

三十二、嘴巴含著食物時不要說話，待吞下食物後才說話。

三十三、進食時，不可挑食或偏食；亦不可狼吞虎嚥，以免失禮人前。

三十四、不可敲擊餐具，發出碰撞聲。

三十五、慎用筷子，不要在菜盤中來回逡巡。

房室清，牆壁淨。几案潔，筆硯正。

《弟子規》

注釋：「房」，指讀書的房間。「几」，長方形的矮桌。「案」，桌子。

句意：書房要潔淨，牆壁也要保持乾淨。書桌要整齊，所用的筆和硯台要擺放端正。

古禮今用

三十六、清早起床時，摺疊被子，整理床鋪。

三十七、每天灑掃庭除，清潔家居，保持整潔。

三十八、物品用後應歸回原處，學習自我約束。

三十九、書桌保持整潔，將讀書環境整理乾淨，使學習時心境平和。

居家之禮

言談之禮

君子不失足於人，不失色於人，不失口於人。

《禮記．表記》

注釋：「失足」，舉止不得體。

句意：君子不能對人舉止不得體，不能對人態度不莊重，不能對人說話不謹慎。

言談之禮

凡道字，重且舒。勿急疾，勿模糊。

《弟子規》

注釋：「道字」，說話之意。「重」，與輕相對，聲音大的意思。

句意：說話時聲音要有力，緩緩道來，讓聽的人覺得舒服。不要太快，更不要模糊不清。

奸巧語，穢污詞，市井氣，切戒之。

《弟子規》

注釋：「奸」，奸詐之意。「污」，虛浮不實。

句意：奸詐取巧的語言、髒穢的話以及市井無賴的粗俗語氣，都一定要去除掉，切忌說出口。

古禮今用

四十、談吐要謙遜、文雅，態度要誠懇。

四十一、經常使用「請」、「您好」、「謝謝」、「對不起」、「不用客氣」等禮貌用語。

四十二、說話語氣宜平和沉穩。

四十三、不可說粗言穢語。

四十四、說話音量要適中，聲量不宜太大，給人無禮粗魯的印象；聲量也不宜太小，令人聽得吃力。

四十五、要專心聆聽別人的說話，不要隨便打斷別人的話。

四十六、說話時要帶善意，拿捏分寸，不要說傷害別人的話。

家庭禮儀

孝親之禮

冬則溫，夏則清。晨則省，昏則定。

《弟子規》

注釋：「清」，寒涼。「省」，問候。「昏」，黃昏。「定」，安定，此指伺候安睡。

句意：冬天寒冷的時候，要讓父母感受到溫暖，夏天炎熱的時候，要讓父母感覺到清涼。早上出門前要問候父母，晚上要伺候父母安睡。

孝親之禮

孝子之有深愛者必有和氣；有和氣者必有愉色；有愉色者必有婉容。

《禮記・祭義》

注釋：「和」，溫和。「婉」，婉順。

句意：孝子對雙親有深愛之心，必然有和順的態度；有和順的態度，必然有愉悅的神色；有愉悅的神色，必然有婉順的儀容。

孝親之禮

父母呼，應勿緩。父母命，行勿懶。

父母教，須敬聽。父母責，須順承。

《弟子規》

注釋：「敬聽」，恭敬地聆聽。「順承」，順從地接受。

句意：父母呼喚，應及時回答，不要拖延；父母吩咐做事，要立刻行動，不可推辭偷懶。父母教導我們時，應恭敬地聆聽。父母責備時，應當虛心接受。

孝親之禮

夫為人子者，出必告，反必面。

《禮記・曲禮》

注釋：「反」通「返」，返回。「面」，面見。

句意：作為子女，出門前要當面稟告父母，回來以後要面告父母。

孝親之禮

親有疾，藥先嘗。晝夜侍，不離床。

《弟子規》

注釋：「嘗」，通「嚐」，用嘴試味道。「侍」，侍奉。

句意：父母病重時，子女應先嚐嚐湯藥；並且要日夜侍奉，不離開父母床邊。

孝親之禮

事父母幾諫，見志不從，
又敬不違，勞而不怨。

《論語・里仁》

注釋：「幾」，委婉地。「勞」，內心憂愁。

句意：事奉父母，要委婉地勸說他們。看見父母不願聽從自己的意見，仍然要對他們恭敬，不冒犯。雖然擔憂，但不抱怨。

古禮今用

一、使用恰當的稱呼，如爸爸、媽媽，不要直呼父母的名字。

二、承擔家庭雜活，減輕父母的負擔。

三、父母休息時，應保持安靜。

四、父母回家時，不忘向父母送上溫暖，親切有禮地關心父母一天的生活。

五、尊重父母，關注及了解他們的生活與需要。

六、每天要有禮地和父母聊聊天，問候父母，表達對父母的關心。

七、與父母分享在學校發生的點點滴滴，讓父母了解子女的學習狀況。

古禮今用

八、與父母談話時，應心平氣和，柔聲細語，不要打斷父母講話。

九、與父母相處時保持和顏悅色，態度和善。

十、與父母談話時，應看著父母，不應只顧使用手提電話。

十一、積極回應父母的召喚，服從父母的命令，執行父母的囑咐。

十二、不應指使父母為自己做事，如力有不逮，可請父母協助。

十三、凡事與父母商量，借鑑父母的主意和經驗，接受父母的忠告。

十四、與父母意見不一時，不應頂撞父母，應保持平靜，了解父母的意見，求同存異。

古禮今用

十五、當父母犯錯，要委婉勸諫，勞而不怨。

十六、當父母責備批評自己時，不應埋怨，應立即道歉，然後反省自己的過失，作出改善。

十七、子女應耐心聆聽父母的嘮叨，了解父母話語的深意。

十八、外出前，應先向家人說清楚去向，不要令父母擔心。

十九、在父母生日、父親節、母親節時，可獻上深切的祝福，送上有意義的小禮物。

二十、子女要做好自己，注意在社會上的言行，維護父母的尊嚴。

二十一、父母生病時，應在旁細心照顧父母，煮清淡的食物，多關心他們的病情，詢問其身體情況。

孝敬父母

友悌之禮

兄道友，弟道恭。兄弟睦，孝在中。

《弟子規》

注釋：「兄道」，為兄之道。道，道理、法則。「睦」，和睦。

句意：哥哥對弟弟關愛，弟弟對哥哥恭敬。兄弟和睦，孝便在其中。

古禮今用

二十二、使用恰當的稱呼，不要直呼姐姐或哥哥的名字。

二十三、兄長和姐姐應幫助和教導弟妹，向他們分享生活和學習經驗，陪伴他們健康成長。

二十四、弟弟妹妹應該體諒兄長、姐姐的辛苦，盡力分擔家務，做一個懂事的孩子。

二十五、遇上意見不合時，應互相禮讓，不應破口大罵或大打出手。

二十六、使用恰當的稱呼，不要直呼親戚的名字。

二十七、迎接親戚時，主動前去開門，再恭請親戚進入室內。

兄友弟恭

親族之禮

族者何也？族者湊也，聚也，謂恩愛相流湊也。

《白虎通・宗族》

注釋：「湊」，聚合、靠攏。「恩」，指因血緣、姻親關係而產生的情誼。

句意：「族」是指甚麼呢？「族」是聚合、會合，指因血緣、姻親關係產生情誼而聚合起來的群體。

古禮今用

二十八、如有長輩到場，要馬上起立及問好以示敬意，使家族和睦有序。

二十九、讓長輩先就座，以示尊敬。

三十、長輩呼喚時，應快步上前，以免怠慢。

三十一、應細心聆聽長輩話語，即使長輩語速較慢，也應保持耐性。

三十二、與長輩交談時，說話聲量要合適，不應大吵大鬧。

三十三、長輩離開時，應起立並目送長輩離開。

三十四、當長輩手提重物時，應主動上前幫忙。

古禮今用

三十五、當長輩稱讚我們時，我們應感謝他們的讚賞及謙虛地回應。

三十六、長輩教誨時，應虛心聆聽，接受他們的教導。

三十七、逢年過節應主動向親戚問好，長輩給紅包時，我們應雙手接過，說聲謝謝。千萬不能當面拆開。

三十八、與親友進餐前，要先讓長輩起筷。

三十九、吃飯時不要飛象過河，挑來撿去，好吃的東西也要留給親友。

四十、未得長輩允許，不可隨便離席。

學校禮儀

課堂之禮

侍坐於先生，先生問焉，終則對。請業則起，請益則起。

《禮記・曲禮》

注釋：「侍坐」，弟子之禮，在老師身旁陪坐，準備隨時侍奉老師。「請業」，請教問題。「請益」，請求進一步講解。

句意：在先生跟前陪坐，先生問話，要待先生說完後才能回答。請教先生問題時要起立，請求進一步講解時也要起立。

課堂之禮

將入門，問孰存。將上堂，聲必揚。
人問誰，對以名。吾與我，不分明。

《弟子規》

注釋：「孰」，誰。「存」，存在。「堂」，廳堂。「分明」，清楚、明白。

句意：將要進入大門時，應先問有人在嗎；快要到廳堂的時候，說話聲音要高揚。當別人問自己是誰時，要將自己的姓名告訴對方。如果只回答「是我」，那對方不能分辨清楚你是誰了。

古禮今用

一、學生須在鐘聲響起前在課室安坐，做好課前準備。

二、老師進入課室時，須迅速起立。

三、向老師問好時，須鞠躬行禮，待老師答禮後才坐下。

四、課堂上認真聆聽老師講解，集中注意力。

五、上課時，身體端正坐直，讀書寫字姿勢正確。

六、課前值日生須擦淨黑板，書桌要保持整潔，各種物品要輕拿輕放。

七、向老師提問時，應先舉手，待老師叫妳的名字時，才可站立回應。

八、發言時，身體要立正，態度要大方，聲音要清晰響亮。

九、同學如須走出課室，應該先舉手，然後向老師報告，待老師批准後才可離開課室。

古禮今用

十、當學生遲進課室，應輕輕叩門，等待老師示意後才可進內。

十一、課堂討論期間，要認真傾聽，不可隨便打斷別人的講話。

十二、同學發言時，不可譏笑他人，要通過真誠的眼神和表情給發言者鼓勵。

十三、對老師在課堂上的提醒和批評，不得頂撞。如有異議，可於課後與老師交流。

十四、聽到下課鈴響時，若老師還未宣佈下課，學生應當耐心聽講，不要忙著收拾書本，或把桌子弄得乒乓作響。

十五、課堂終結後，同學須全體起立敬禮，和老師互道再見。

尊師之禮

從於先生，不越路而與人言。遭先生於道，趨而進，正立拱手。先生與之言，則對；不與之言，則趨而退。

《禮記・曲禮上》

注釋：「從」，跟隨。「遭」，遇見。「趨」，快走。「拱手」，指行拱手禮。

句意：跟隨先生走路時，不可自顧自地穿越道路和與別人說話。在路上遇到先生，要快步前進，對先生正立拱手行禮。先生跟自己說話，便須回答；不跟自己說話，就快步退下。

古禮今用

十六、每次見到老師須主動問好，分別時說再見。

十七、進出校園及上下樓梯時，主動給老師讓行。

十八、虛心聽取老師的教誨，誠懇接受老師的教導。

十九、珍惜老師課上的指導，按時完成老師布置的任務。

二十、服從老師的指示，不可頂撞老師。

二十一、與老師交流時，要先起立並主動讓座給老師。

二十二、討論問題時，我們應盡量坐在靠近老師的地方，一方面為了表示與老師親近，另一方面便於隨時回答老師的提問。

古禮今用

二十三、老師在辦事或與別人交談時，我們不可隨意打擾老師。先站立一旁，待老師完成或談話結束後再找老師。

二十四、給老師發的電子郵件或短訊，要符合書信格式，不能沒有稱呼和問候。

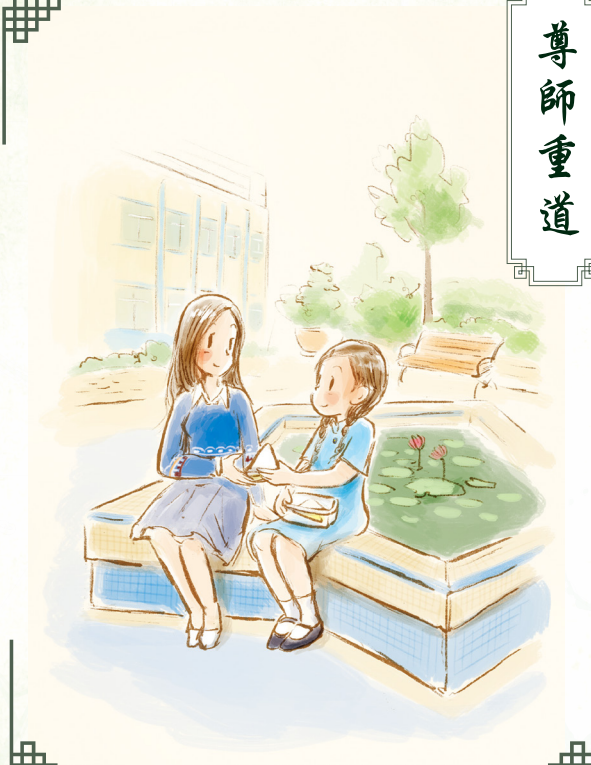
二十五、必須回覆老師發來的郵件或信息。

二十六、老師遞過來的物品要雙手接過。

二十七、與老師說話時要站直，不要晃來晃去，眼睛要注視著老師，不要飄忽不定。

二十八、日常生活中可適切安排尊師活動，如畢業時，舉行「謝師禮」，真心感謝老師。

尊師重道



道人善，即是善。人知之，愈思勉。
揚人惡，即是惡。疾之甚，禍且作。

《弟子規》

注釋：「勉」，努力、盡力。「疾」，損害、批評。「作」，產生、興起。

句意：稱讚別人善行，就是一種美德。別人知道後，會盡力做好。宣揚別人的缺點和短處，是不好的事情。如果我們對別人過於批評，還會給自己招惹災禍。

愛友之禮

與朋友交，言而有信。

《論語・學而》

句意：交朋友的時候，一定要守信用。

愛友之禮

用人物，須明求。倘不問，即為偷。
借人物，及時還。後有急，借不難。

《弟子規》

句意：借用他人的物品，必須當面向人家提出請求。假如不問一聲就拿走，這就是偷盜。借別人的東西，要及時歸還，當以後碰上急難的事情，再去相借就不難了。

古禮今用

二十九、同學間要互相問候「早安」、「妳好」，以示友好。

三十、同學間的交往應使用禮貌用語。

三十一、尊重同學，不給同學取綽號，不說令別人感到傷心羞愧的話。

三十二、同學之間互助互愛，主動幫助有困難的同學。

三十三、向同學借東西，要先徵得同學的同意，對同學的東西要特別愛護，且按時交還。

三十四、不應宣揚別人的惡事，凡事當留餘地。

三十五、不要在同學面前說長道短，搬弄是非。

三十六、講究信用，答應同學的事要盡力做好。

三十七、升旗儀式開始前，全體學生應整齊列隊。

三十八、升旗禮正式開始時，同學須面向國旗，肅立致敬，雙手放兩旁；當國旗升至旗桿頂，旗手須立正敬禮。

三十九、升旗時奏國歌，同學須行注目禮，同唱國歌，直至升旗完畢。

四十、升旗期間，同學不能說話，不能東張西望，也不要倚靠他物。

升旗之禮

四十一、集會期間坐姿保持端正，雙腿併攏。

四十二、台上老師或講者發言時，須專心聆聽，不要打瞌睡，以示尊重。

四十三、集會期間須給予適當回應，如演說開始及結束時，應以熱烈掌聲表示感謝和讚美，並適時回答講者提問。

四十四、集會後，同學在老師指示下有秩序地返回課室。

崇拜之禮

四十五、當參與感恩崇拜時，須束雙辮，校服亦宜端莊整潔。

四十六、崇拜期間須懷感恩的心，敬拜上帝。同學的宗教信仰不盡相同，參與時應當包容尊重，和而不同。

四十七、唱詩、祝福時眾立，並高聲唱頌。

四十八、應高聲誦讀啟應經文，用心感受當中內容。

四十九、嘉賓講道後不用拍掌，將所有榮耀歸於上帝。

五十、祈禱後，同學同應「阿們」，以示合一。

領獎之禮

五十一、步履要穩重，須依指示上台。

五十二、上台後，站姿端正，手保持自然下垂。

五十三、用雙手接受獎品、獎狀。

五十四、向頒獎嘉賓行鞠躬禮，然後轉身面向台下觀眾再次鞠躬。

五十五、拍照時，嘉賓站於正中位置，同學站於嘉賓身旁。

五十六、台下同學應該時刻保持安靜，不應交頭接耳或閉目養神。

五十七、適當的時候應報以掌聲。

領獎之禮

五十八、全校同唱《謝飯歌》時，須放下手上工作，立正齊聲頌唱，為午飯獻上感恩。

五十九、進餐期間使用餐墊，保持良好餐桌禮儀。

六十、當用餐完畢，須收拾餐盒食具，保持環境整潔。

接待之禮

有朋自遠方來，不亦樂乎！

《論語・學而》

句意：有朋友從遠方來，不也愉快嗎？

接待之禮

六十一、 接待來賓時態度須親切熱情，面帶微笑，表示歡迎。

六十二、 如來賓聽課或參與課堂，須預先安排座位，保持通道及桌面整潔。來賓進入課室時，同學須站立相迎。

六十三、 同學可按需要向來賓介紹校園環境與設施，一盡地主之誼。

應考之禮

六十四、嚴格遵守考場紀律，服從監考老師指示。

六十五、考試時調整心態，穩定情緒，保持水平發揮。

六十六、考試期間抱持追求卓越的心，竭盡所能，不可伏桌睡覺，以示對學問之尊重。

六十七、考試期間保持安靜，輕力移動桌椅，避免發出滋擾聲音。

六十八、以誠實的態度應考、杜絕抄襲、嚴禁作弊。

公共禮儀

觀影之禮

一、前往電影院時，應盡早入座。

二、電影放映後，遲到者如要經過屏幕前方，應弓背前行，避免阻擋其他觀眾的視線。

三、如果自己的座位居中，應當有禮貌地向已就座者示意，請其讓自己通過。

四、購票後對號入座，不應擅自調動座位。

五、電影院內不可大呼小叫，交頭接耳，笑語喧嘩。

六、電影院內不應使用任何發光或響鬧裝置。

七、飲食時，不應發出聲響，不應弄污座位；離開時不應留下任何食物包裝、紙盒等垃圾。

八、演出結束後觀眾應有秩序地離開，不要推撞。

閱書之禮

九、圖書館是公共的學習場所，走路腳步要輕，不可高談闊論。

十、圖書館的書籍、桌椅等為公共財產，不可隨意塗鴉、破壞。

十一、不應飲食，以免弄污地方。

十二、不應使用響鬧裝置，以免發出聲浪滋擾他人。

十三、不應用個人物品霸佔自修室的座位。

十四、圖書館內的座位只供坐下，不應躺臥在其上。

十五、翻閱圖書後，應把圖書放回所屬書架及其位置上，或是放到書車讓管理員執拾。

十六、不應借用他人的圖書證進入館內。

十七、看書時坐姿要端正，小心翻閱，切勿折損或弄髒書本。

閱書之禮

乘車之禮

車上不廣欬，不妄指。

《禮記・曲禮上》

注釋：「廣」，大聲。「欬」，咳嗽。

句意：乘車時，不要大聲咳嗽，不要伸臂亂指。

乘車之禮

十八、車到站時應依次排隊，對婦女、兒童、老年人及病殘者要照顧謙讓。

十九、上車後不應爭先恐後，不應搶佔座位，更不應把物品放到座位上替別人佔座。

二十、乘搭大型公共交通工具時，應盡量走進車廂內，以免堵塞上落客位置。

二十一、遇到老弱病殘、孕婦及懷抱嬰兒的乘客，應主動讓座。

二十二、不應在車廂內進食。

二十三、坐巴士時不應把腳伸到對面的座位。

二十四、乘車時不應躺臥，以免失態。

二十五、沒有佩戴耳機時，不應高聲播放音樂或影視片段。

二十六、雨衣雨傘必須放入塑料袋中，以免雨水淋濕地板，亦注意拿傘姿勢，以免戳傷他人。

睦鄰之禮

親仁善鄰，國之寶也。

《左傳・隱公六年》

句意：親近仁人，友睦鄰國，是國家最寶貴的方略。

古禮今用

二十七、在走廊與鄰居碰面時，應點頭微笑與之打招呼，寒喧問暖。

二十八、杜絕在公共場所堆放雜物，不應佔用任何公共地方，以免影響鄰居出行，從而影響鄰里關係。

二十九、與鄰居交談時，不應貿然問及對方年齡、職業、收入等的私事。

三十、避免發出噪音。深夜應避免在室內使用高分貝音響，避免大聲喧嘩。

三十一、天氣寒冷時，多關顧身邊的長者，發揮睦鄰精神。

三十二、新年接受鄰居的紅包時，應送上節日祝福，表達感謝。

三十三、在傳統節日，可與鄰居分享佳節食品。

睦鄰之禮

遊學之禮

人之禮，極於尊敬一切人倫世界人文世界中之人。

《與青年談中國文化》

古禮今用

三十四、尊重各地的宗教信仰、生活習慣、風俗禁忌等文化差異，入鄉隨俗。

三十五、乘坐飛機、火車等交通工具時，應按要求提前到達，辦理相關手續，配合安全調查，不帶違禁品。

三十六、不喧嘩吵鬧，不在公眾場所高聲交談。

三十七、愛護文物古跡，不隨意塗鴉、攀爬、觸摸。

三十八、拍照攝影時遵守規定，應主動謙讓，不爭先恐後，不妨礙他人拍照。

三十九、入住酒店時注重公德，尊重服務人員，愛護公物，保持衛生。

四十、尊重演藝人員，節目結束時應鼓掌致謝或起立鼓掌；演出失準時，要諒解，不起哄、或喝倒彩。

書名：真光禮儀手冊
顧問：李伊瑩總校長
編輯：梁靜雲主任、錢精菜老師、
張　敏老師、戴尉袁老師
插畫：芝麻羔
封面設計：鄭嘉蓮女士
出版：九龍真光中學
地址：香港九龍塘沙福道真光里一號
2022 年 2 月香港出版