



ichingo.app

**原来这就是大家争抢账单的原因——中式餐桌礼仪终于揭晓！**

餐桌礼仪

首次访客须知

抵达中国之前

ichingo.app

ichingo.app · 您的中国旅行工具包

5.1.4.1

## 中国的餐桌礼仪

在中国，共进餐是文化中最重要社交礼仪之一。食物不仅仅是维持生存的必需品，更是**热情好客、尊重他人和维系社群的体现**。了解中国餐桌上的潜规则，将有助于你给客人留下深刻印象，并充分体验世界顶级饮食文化之一的魅力。

### 餐前

#### 座位安排很重要

在正式场合，座位安排并非随意。面向门口的座位最为尊贵，传统上是为地位最高或最受尊敬的客人预留的。在宴会或正式晚宴上，请耐心等待工作人员安排座位，切勿自行挑选。

**💡 小贴士：**如果您不确定该坐在哪里，请稍等片刻。您的主人会引导您到合适的座位——被引导本身就是对您的尊重。

#### 懒人转盘（旋转转盘）

大多数中餐馆——尤其是多人聚餐的餐馆——都会**在餐桌中央放置一个大型旋转餐盘**。所有菜肴都摆放在餐盘上，供所有人共享。主人通常会先将菜肴旋转到贵宾面前。旋转时要缓慢，并且在旋转前务必确认没有人正在取用菜肴。

### 筷子礼仪 //

在中国，筷子远不止是餐具——你如何使用筷子体现了你对主人和当地文化的尊重。一些特定的行为会被视为非常粗鲁甚至冒犯。

**⚠ 注意：**切勿将筷子竖直插入米饭碗中。这模仿了葬礼上焚烧香烛祭祀亡灵的行为，被认为非常不吉利且不敬。

- **正确做法：**不使用筷子时，应将筷子水平放置在筷架上或碗上。
- **建议：**如果桌上提供公筷（公筷，gōng kuài），请使用公筷——公筷是专门用来从公用菜肴中夹取食物的。
- **不要：**用筷子指人——这被认为是不礼貌的。
- **不要：**像用叉子一样用筷子叉食物——拿起并握住。
- **不要：**直接用筷子将食物传递给另一个人的筷子——这类似于葬礼仪式，应该避免。
- **不要：**在交谈或决定吃什么的时候挥舞筷子。

## 餐桌上的茶文化

**茶是中式餐饮的灵魂。**它几乎总是上桌的，通常是在菜肴上桌之前，而且会在用餐过程中不断添满。围绕着茶，还有一套优美而微妙的礼仪，大多数外国人从未见过。

### 双指感谢

当有人为你斟茶时，你会**轻轻地用两根手指敲击桌面**，以示无声的谢意。这一习俗可以追溯到清朝，当时乾隆皇帝经常乔装出行，为侍从斟茶。为了避免鞠躬暴露身份，侍从们便会用弯曲的两根手指轻敲桌面，暗中模仿鞠躬的动作，意在表达“**谢意，陛下**”。如今，这一动作已成为中国餐饮文化中一个常见而又充满魅力的组成部分。

**💡 小贴士：**下次在中国有人给你倒茶时，不妨试试用两指轻敲的方式。当地人会惊喜地发现你了解这个习俗，并对你印象深刻。

### 先为他人斟茶

按照礼仪，在自己斟茶之前，应该先为桌上的其他人斟茶。这种先人后己的举动体现了儒家思想中尊重长辈和宾客的价值观，也是中国社会文化的重要组成部分。

## 付账 💰

，**结账是最具文化内涵的环节之一**。与西方国家 AA 制普遍甚至被期待不同，在中国，传统上是由一人——通常是主人或餐桌上地位最高的人——为所有人买单。

- **预计会有人就账单大声争论一番**——这完全正常，是热情慷慨的表现，而不是冲突。
- **主动提出自己付钱**。这样做是为了维护“面子”。
- **制 (AA zhì)** 在城市里同龄朋友之间越来越常见，但在商务或正式的主人-客人场合中通常不合适。

⚠ **注意：**千万不要只是坐等别人付钱而不主动提出。即使你的提议被立即拒绝，主动提出付钱的行为本身也是展现你良好品格的重要社交信号。

## 制造噪音没关系 🗣

**吃面条和汤时发出吸溜声完全可以接受**，在某些情况下，这甚至是一种对厨师的赞美——表明食物太美味了，让人忍不住大快朵颐。不必刻意保持安静或压抑享受美食时的自然声音。在中国的餐饮文化中，热闹喧嚣的餐桌才是快乐的餐桌。

## 干杯! 🍷

，**干杯**是正式晚宴和商务宴请中重要的环节。当有人举杯祝酒时，出于尊重，举杯时应略低于对方的酒杯。传统上，人们习惯将杯中的酒一饮而尽，但在现代场合，小口啜饮也越来越被接受。

- 如果你不喝酒，用茶或软饮料祝酒也是完全可以接受的。
- 你可以主动发起祝酒——举起酒杯，与对方目光接触，然后说“干杯！”（gān bēi!）。

## 快速参考：餐桌礼仪须知

| ✓ 执行                           | ✗ 不要                 |
|--------------------------------|----------------------|
| 等主人落座后再请客人用餐。                  | 在宿主发出开始进食的信号之前就开始进食。 |
| 每道菜都尝尝——拒绝会显得很很不礼貌。            | 只吃“安全”的西式菜肴          |
| 接受主人放在你碗里的食物——这是表达爱意的方         | 坚持只为自己服务             |
| 如有提供，请使用公筷。                    | 用你自己的筷子从公用菜肴中为他人分餐。  |
| 有人倒茶时，用两根手指轻敲桌面表示感谢。           | 别人给你倒茶时，别理会。         |
| 让主人付账——这是尊重和慷慨的表现。             | 立即以西式方式 AA 制结账       |
| 主动提出付账——即使主人坚持，这也是礼貌之举。        | 只需坐着等别人付款即可          |
| 举起碗吃米饭                         | 碗里留些米饭——吃完以示感谢。      |
| 称赞食物——“好吃！”（Hǎo chī!）的意思是“美味！” | 抱怨口味、香料或配料           |
| 发出一些声音——吃面条时发出吸溜声是很正常的。        | 假设餐桌上保持沉默是意料之中的事。    |

## 餐桌上的实用短语

| 英语                      | 中国人      | 发音                     |
|-------------------------|----------|------------------------|
| Delicious!              | 好吃!      | Hǎo chī!               |
| Thank you (for the tea) | 谢谢       | Xiè xiè                |
| Cheers! / Bottoms up!   | 干杯!      | Gān bēi!               |
| Please help yourself    | 请用       | Qǐng yòng              |
| I'm full, thank you     | 我吃饱了, 谢谢 | Wǒ chī bǎo le, xiè xiè |
| This is very tasty      | 这很好吃     | Zhè hěn hǎo chī        |

|                      |      |            |
|----------------------|------|------------|
| May I have the bill? | 买单   | Mǎi dān    |
| Let me pay!          | 我来付! | Wǒ lái fù! |

## 来自 ichingo.app 的最终提示

了解中国文化会让你的旅程更有意义、更尊重他人、更愉快。大多数当地人都非常热情友好，即使游客在文化上有所疏忽也能宽容大度——但努力了解这些习俗会让你赢得真挚的赞赏，并为你打开原本紧闭的大门。

以下三条简单的规则务必牢记：

- 1 如果拿不定主意，就用红色。** 无论是颜色、礼物还是信封——红色永远安全、永远受欢迎、永远令人喜爱。
- 2 注意你的筷子。** 最重要的两条规则：不要把筷子直立插入米饭中，也不要使用筷子之间传递食物。
- 3 主动提出付款——永远如此。** 即使你知道自己赢不了。在中国社会文化中，这种举动意义非凡。

ichingo.app



浏览更多中国旅游指南，请访问

**ichingo.app**

您的中国旅行全套工具包