



合食与分食

□ 陈茂生

《红楼梦》里贾府老少围坐一起吃喝多少次？说“三天一小宴，五天一大宴”恐怕也是少了；但第四十回“史太君两宴大观园，金鸳鸯三宣牙牌令”却罕见地吃了一次“盒饭”。宝玉见贾母与王夫人等商量给史湘云“还席”之事，便说：“既没有外客，吃的东西也别忘了样数，谁素日爱吃的拣样儿做几样。也不要按桌席，每人跟前摆一张高几，各人爱吃的东西一两样，再一个什锦攒心盒子，自斟壶，岂不别致？”贾母一听就说“很是”。厨房就得到指令：“明日就拣我们爱吃的东西做了，按着人数，再装了盒子来……”大观园“盒饭”就此问世。

民以食为天，“盒饭”只是形式；“合食”还是“分食”始终是个问题。战国时的人们吃饭时席地而坐，用块木板当菜案，靠座位高低与大小显示尊卑高低。公元前221年燕国太子丹请荆轲吃饭，两人食案高低、菜式相同但各吃各的；成语“等案而食”就有礼贤下士的意思。故宫所藏《韩熙载夜宴图》描绘五代时的南唐名流聚会就是各人面前桌上放着八盘果品佳肴，成为早期“分食”的

珍贵“写真”。隋唐以后工匠能制作美观、舒适的大桌高椅，杯盘碗直接摆放桌上，人们可方便地起立走动，就有围坐一起“同吃一盘菜，同喝一碗汤”大快朵颐的“合食”餐饮。长辈给小辈夹菜是“爱幼”，小辈给长辈盛汤是“敬老”，杯盘碗勺叮叮当当中洋溢的亲情友情便有“酒不醉人人自醉”。而各吃各菜，各喝各汤的分食便难免有些冷艳、呆板，令菜、汤寡味很多。合食历久不衰，成为主流吃饭模式。

早年农村生活，吃饭时七八个人各捧个搪瓷盆蹲地上，七八双筷子一起到中间那盆白菜烧土豆里搅和，甚至有就一个饭碗喝粥，你喝这边我舔那边的。那时年轻气盛，物质条件窘迫，没法讲究；以后有的“发达”了，甚至还认“曾在盆子捞过菜”就是患难兄弟。上世纪70年代，工厂有老阿姨专事发布小青年“谈朋友”公告，依据就是这两人在食堂一起买菜，面对面吃饭，还偷偷摸摸你夹我一筷菜我还你一筷肉。那时不知有更形象的“对食”一词。上世纪80年代吃自助餐是件很有面子的事，不会用刀叉便拿双筷子端个盘子在一个个方锅子间

游荡；找到心仪三文鱼时却已清盘，朋友慷慨地夹一筷子，“拿点去”。

合食与分食“争锋”，早已不是吃饭那点事了。某明星和妻子在聚会上各吃各菜，坊间就有“形同路人，恐已婚变”的八卦。隔壁李阿姨儿子第一次带女朋友回家，到了饭点李阿姨一面煎炸蒸炒一面不停张罗：吃吃吃。而姑娘却微笑着从包里拿出汤勺、筷子。李阿姨心里那个不爽如鲠于喉，只能靠数落儿子出出气；但听儿子说“幽门螺旋杆菌感染比例高，就是不分筷子引起的”，方才吓得一身汗。

大疫当前，“合食为体、分食为用”的道理谁都明白，做起来就有点难。那天吃晚餐时老婆特意放了双公筷，等吃完，公筷成了私筷，私筷成了公筷。就像那天大观园里“盒饭”吃得好好的，贾母见刘姥姥憨厚有趣地卖乖，便把自己的菜给了她吃，“又命一个老嬷嬷来，将各样的菜给板儿夹在碗上”——还不如上来就“合”一起的。

不记得谁说的，知道与做到之间，是世界上最远的距离。但若做到，哪怕只有一张餐桌的长度，也是了不起的成绩。

新时代最可爱的人

□ 纯博

你迎着寒流走来，
你奔向疫区战海；
你是民族的脊梁，
你是中华的英才。
白衣是你圣洁的象征，
天使是你崇高的勋带；
你高举旗帜逆行前进，
你临危出征激情豪迈。
万众一心冲锋在江汉大地上，
众志成城何惧那魔毒的瘴埃；
你是新时代最可爱的人，
最可爱的人展现在新

时代！

你舍身突显表率，
你胸怀五湖四海；
你是长江的激浪，
你是黄河的风彩。
绿装是你闪亮的标志，
祖国是你坚强的后台；
你高唱战歌奋勇阻击，
你拯救大众奉献大爱。
看见你就想起当年的子弟兵，
鱼水难分是格外亲的情怀；
你是新时代最可爱的人，
最可爱的人成长在新时代！

诗词二首

□ 张坤清

立春·战疫

万物更生新岁启，风和日暖乍还寒。
逢瘟阻击全民战，中华齐心肺疫端。

元宵节·闲赋

众人防疫家闲赋，未观春灯寄盼空。
借此静思诗朗诵，读书奋进乐其中。

共同战“疫”

【口罩篇】

口罩选择与使用指引(一)

正确佩戴口罩

1. 戴前摘后要洗手。
2. 分清上下与内外。
3. 紧贴面部，避免漏气。
4. 通过口罩的耳带或头带摘取，避免触摸口罩面外部。

怎么用？

怎么戴
怎么扔
提个醒

普通人

按照生活垃圾分类要求

确诊病例、疑似病例和无症状感染者

视作医疗废弃物处理

带呼吸阀的口罩能用吗

1. 可阻止飞沫吸入，保护佩戴者。
2. 确诊病例、疑似病例和无症状感染者不建议戴有呼吸阀的口罩。

口罩清洗消毒后还能用吗

医用口罩不能清洗、消毒，其他非医用口罩按说明书处理。

我是儿童

1. 选择符合国家标准GB2626-2006KN95的口罩，标注儿童或青少年颗粒物防护口罩的产品。
2. 年龄极小的婴幼儿不建议戴口罩。

我有呼吸道基础疾病

请在医生指导下选择口罩产品。

怎么选？

我是成年人且无呼吸道疾病

我要去空旷场所

不需要佩戴口罩

我要去有人的地方

按照暴露风险等级选择合适的口罩

中宣部宣教局、国家卫生健康委宣传司 指导
中国健康教育中心 制作