



## 饭桌见人品 饮食见性情

“吃了没?”这是我们生活中常见的问候方式,在我们的传统文化中,饮食文化占据着重要地位。

中国自古以来就注重“餐桌礼仪”,正所谓“饭桌见人品”,吃饭是小事,却也体现着一个人的性格与品质。

餐桌上,有人铺张浪费,有人惜米如金。修养,在杯筷碗盏间展露无遗。

对生命心怀敬畏,对食物心怀感恩,方能以淡定的心态,从容优雅地过好人生每一天。

### 对食物的态度 即是对待生活的态度

“一个人对待吃饭的态度,折射出来的是对生活的态度。”

有一个关于曾国藩的小故事。

曾国藩在安庆镇压太平军时,一位远亲前来投奔。这位亲戚衣着朴素,言谈诚恳,见到曾国藩时更是当面表示,愿意追随曾国藩左右。

几天后,曾国藩在营帐中为他准备了一桌宴席,席间两人侃侃而谈,从天下大势到征讨策略,这人的言辞句句犀利精准,曾国藩对他的表现很满意。

不料他席间的一个举动,引得曾国藩心中不悦,吃罢饭后,曾国藩叫人送了他盘缠,将其打发了。

身边人大为不解,这个秘密直到后来曾国藩写给他弟弟的信中才被破解:“某家赤贫,且初作客,去秕而食,宁其素耶?吾恐其见异思迁,故遣之。”

原来这人虽然自称家贫,在吃饭时却无意间流露了一处细节:因军粮粗劣,他一边与曾国藩交谈,一边将米饭中的秕糠挑出,曾国藩由此断定此人心口不一,难当大任。

正所谓“饭桌见人品”,吃饭是小事,却能窥见人的内心。修养,在杯筷碗盏间展露无遗。

### 对饮食的耐心 即是对生活的热忱

不管多么匆忙,在烟熏火燎中品味美食,依然是生活中不可或缺的仪式感。遗憾的是,随着生活节奏的加快,对食物应有的尊重与耐心则显得弥足珍贵。

在任何环境下都能好好做饭,好好吃饭的人,内心丰盈而充沛。不仅能将平淡无奇的生活过得津津有味,更能在吃饭的细节中收获真知。

当代作家汪曾祺喜欢做饭,晚年之后,越发喜欢亲自下厨。

他会自己去菜市场买菜,他说:“我不爱逛百货商场,却爱逛菜市,菜市更有生活气息一些。”是啊,菜市热热闹闹,满是人间烟火气。在那里有鸡鸭鱼肉,有青蔬瓜果,无一不在传递着生活的乐趣。

买完菜回来,汪曾祺便兴致勃勃地在厨房忙碌。将肉馅剁碎,加入葱花,拌上酱瓜末,塞入油条段中,入油锅炸至金黄,这是汪曾祺自创的菜——塞肉回锅油条。嚼之酥碎,声动十里人。

由此可见,想做出佳肴美馔,没有足够的耐心是行不通的。

烧菜人的耐心,是对食材背后生命的尊重。美味,始于食材,贵在专注,终于态度。态度不立,生活则淡而无味。

认真做饭的人,从来不是为了简单生存,而是追求更高品质的生活。静水流深,厚积薄发,是他们的人生态度。

越有耐心,越能暖人心。一餐一饭都变得有滋有味,一朝一夕都变得诗意盎然。对世界如此热爱,对生活如此珍重。带着一颗趣味的心,柴米油盐酱醋茶,生活里处处是欢喜与诗意。

人生路上,真正能获得幸福快乐的人,必定是热爱生命、愿意把头埋进生活,细细探寻其中趣味的人。

来源:人民网

## 在追梦路上

### 让世界温暖常在

一个人的自我成长,需要经历三重境界。

追逐梦想,是成长的起点,它激发热情,引领前进的方向。

自我超越,是成长的过程,它激励挑战,突破自我的极限。

回馈他人,是成长的归宿,它赋予力量,拥有博爱的胸怀。

1

有句话说:“你的时间有限,不要浪费在过别人的生活上,不要困在别人思考的结果里。”

勇于打破常规认知,是普通人追逐梦想的动力。

受挫时,可以转换思维,相信每一次尝试都是通往梦想的桥梁。

面对生活中的难题,尝试大胆创新,坚信每一次突破都是实现愿望的阶梯。

2

只有那些敢于挑战自己极限的人,才能达到真正的自我超越。

追梦路上,困难如同一座座高山,阻挡前行的步伐。

有人选择挑战突破,他们不畏艰难,不惧失败,最终取得了成功。

每一次挑战,都是一次超越;每一次突破,都是一次成长。

只有不断修炼自己,才能完成自我超越。

3

个人成功后,不同的人会有不同的选择。

有人选择奉献回馈,分享自己的知识经验,帮助他人共同成长,这样的成功才更有价值。

每一次热情援手,都是一次心灵的净化;每一次无私回馈,都是一次精神的升华。

只有当我们把目光从自我转向他人,才能真正体会生命成长的意义与价值。

正如一位作家所说:“在这个世界上,最深的快乐就是帮助他人,而不是在自我的世界里享受。”

只有心中有爱,才能用爱回馈他人,让世界温暖常在。

愿我们在追梦路上,超越自我,以爱回馈,共创一个温暖美好的世界。

来源:新华社

## 《早上四,晚上三》

作者:张北海  
出版社:上海人民出版社  
出版年:2024年7月

电影《邪不压正》原著作者张北海在八十岁高龄时,开始书写自己一生的故事。作者在自序中提到“什么动物早上四,晚上三”,谜底即是“人”,这本书就是他的“早上四,晚上三”。

景杉

