



民以“食”为天



□叶 娇

古话说“民以食为天”“饮食男女，人之大欲存焉”“食色，性也”……确实，我们每个人每天的生活都离不开食物，“食”是我们生命的保障。祖先对“食”的重视，其实早在文字中就留下了印记。瞧，甲骨文中的“食”是个上下结构的会意字，上面部分像倒过来的“口”，下面是个装食物的器皿，中间的点像极了滴落的口水，好一副津津有味进餐形象啊！金文基本承续甲骨文字形，只是下面的食器底部略有变形，到小篆中进一步变化为“匕”，似乎表示持“匙”进食。字形不管怎么变化，都栩栩如生地展现着人类对食物的渴求。

古人对美食的追寻与热爱，自然形成了我国博大精深的饮食文化，不仅记之于古代典籍，也在我们的日常语言中留下了鲜明的印记。粮食、饮食、餐食这些现代汉语中常用的词，细加琢磨，内里实是大有乾坤。

“粮食”一词，现代汉语指的是烹饪食品中各种植物种子的总称，也可称为“谷物”。但在古代，这一意义却只能称作“粮”，不能叫做“食”。“粮”古代正规写法是“糧”，从米量声，量兼表意，即可以测量的谷物。现代汉语中的杂粮、粮仓、公粮、粮站等词依然准确反映了“粮”作为谷物的特点。中国古代的政府官员、军中将士发放工资往往直接发“粮”，如《新唐书》中说：“新至官者计日给粮。”即新上任的官员按实际工作天数发放粮薪。古代计量“粮”的常用单位是“石”（dàn，一石=120斤），所以古代官吏的俸禄就常常用几石表示，有五十石、百石、千石等不同品级。如汉朝郡守、诸侯相、太子太傅等官员的俸禄高达二千石，因此后来二千石也就成了高官的代称。

古人常吃的粮主要是五谷，即黍、稷、麦、豆、麻（指麻的种子，比绿豆略小），后来又加入了南方的稻。在先秦时期粮食加工较为落后的情况下，谷物磨成粉很难，所以粮的主要吃法是煮粥、蒸干饭或炒成干粮，而以吃干粮的情况居多。“糗”（hóu）“𪎭”（hóu）“糗”（qiū）“糒”（bèi）等诸多表示干粮的字就是一个证明。由于常吃干粮，“粮”才有了特指干粮的含义。古代注解家有“行道曰粮，止居曰食”的说法，意思是路上带的干粮叫粮，家里吃的食物叫食。怪不得，古语有“千里运粮”“就食江南”之说，粮和食绝不混淆。我们至今还说的“干粮”“军粮”“粮草”，也还保留着出门在外的特点。

“粮”既然不同于“食”，那为何要把二者组合成词呢？其实，“粮食”一开始并不是一个词，而是以干粮为食的意思，如《孟子》中的“师行而粮食”，即军队行军以干粮为食物。但是“粮”是古人最主要的“食”，直接决定着人类的生存，因此在人们心中“粮”与“食”又是等同的，组合成“粮食”那是顺理成章。成语“五谷丰登”就是以五种粮的丰收表示食物充足、国泰民安。用“社稷”代指江山，“社”是土地神，“稷”本指粟米，却被奉为五谷之神，也反映出中国以粮立国的性质，具有浓厚的农耕文明色彩。

再看使用更为广泛的“饮食”一词，为何要在“食”前加个“饮”呢？那是因为，“饮”在古人的生活中实在是太重要了！古人以吃干粮为主，“饮”自是不可或缺。《论语》中孔子称赞弟子颜回：“一簞食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回不改其乐。”簞是竹或苇编的器皿，所盛之食自然是干粮，光有干粮难以下咽，所以还得“一瓢饮”相伴。《孟子》中描绘百姓“簞食壶浆”来欢迎他们爱戴的军队，与簞食搭配的“浆”也是一种粮食加水适度发酵而成的饮料。《礼记》中“嗟来之食”的故事同样反映了古人饮、食并举，常吃干粮而以饮料佐餐的吃饭习俗：齐国出现饥荒，富人黔敖在路边摆设食物，等待饥饿的人来吃，过来一个挨饿的人，他“左奉食，右执炊”，可惜因没有顾及饿者的尊严，说了不该说的“嗟！来食”，好事最终没能做成，饿者宁死不吃嗟来之食。

还有一个原因，恐怕与古人好喝酒有关。我们看“饮”的古字形，“饮”，甲骨文作，由“酉”和一个人伸舌头的象形构成，活脱脱一个人手扶酒坛，俯首张口，伸出舌头喝酒的样子。看来，古人心中最好的饮品非美酒莫属，佳肴只有佐以美酒，才最丰盛！“饮”字充分展示了国人吃饭与喝酒间的关系，实在是源远流长、密不可分！难怪，至今仍有“无酒不成席”“无酒不成欢”“以酒助兴”的习俗呢。

“餐食”一词稍书面化，但航空公司常用，如飞机餐食、特色餐食。此词看似普通，但它的出现却意味着人类饮食文明的进步。古人说“饮饌曰餐”“餐，饭也”，即像像样地吃顿饭叫“餐”，这在古代可是相当的困难。据史料所记和考古发现来看，先民们一开始“饥则求食，饱则弃余”，并无一日三餐的概念，直到后来农业发展，生活水平提高，才慢慢形成了定时用餐的习俗。不过，先秦时期的“餐食”还只是一天两顿，早饭叫“朝食”或“饗”，晚饭叫“餽食”或“飧”。直到隋唐，“午食”的概念才逐渐形成，寻常人家一天吃上三顿饭渐渐成为基本用餐习俗，并一直影响到今天。

词汇的背后往往蕴藏着某一文化的变迁，果不其然，看似普通的粮食、饮食、餐食诸词，竟给我们展示出如此丰富的华夏饮食格局、饮食方式、饮食习俗！



法国人，到底是高冷还是亲和

□北纬 30 度

我一直都说南特的法国人特别友善。的确，在其他城市，如巴黎、里昂、波尔多、图卢兹等地的人们一直告诉我：你真幸运在南特求学，其他城市的法国人其实并不是你看到的这样，大部分人都比较清高、冷漠。

我很认同他们的观点。在巴黎那样充满魅力又充满压力的都市，他们行色匆匆，神情大多是礼貌而疏离的。有人说，爱一个人，带她去巴黎，恨一个人，也带她去巴黎吧。这跟一个城市的氛围和节奏有关系。典型的法国人的个性，大部分是属于高冷的，有一种傲气，要么是慵懒的，带着一种散漫。只是很奇怪，偏偏我所在的地区和我所遇到的人，都是那么简单自然。

南特市中心有家卖葡萄酒的店铺，我想为家人朋友细心挑选，帮他们准备一份精心的礼物。而在一旁给我介绍各种红葡萄酒和白葡萄酒的店员光头大叔，耐心且专业地帮我找到最合适的礼物。价位、年份、搭配、口感、种类，无一不细细道来。想起来，不像是在挑选红酒，而像是在听故事，像他在读介绍葡萄酒知识的书。我甚至都听得入了迷。最后在我挑选完成，他在帮我打包时，我经过他的允许拍摄了一张他工作时的照片。光头大叔一边动作熟练地系包装带，一边还扭头友好地问我：“我需要对着镜头微笑不？”真是让人印象深刻。他的知识储备和素养应该来源于良好的阅读习惯。

法国人从小积累的阅读量真的很惊人。他们的阅读习惯让人佩服，随身都会带着一本书，在等车或者坐车的时候阅

读。他们看的书籍泛而杂，所以很多时候都能侃侃而谈。其中有一个法国朋友甚至告诉我，他读过《骆驼祥子》。为了掩饰我的惊异，我只好和他聊起莫泊桑的短篇小说《项链》。也是这样一位偶然遇到的懂亚洲文化、会说日语、也了解中国好几个城市特征的法国朋友，当我一个同学在集市遭遇扒手时，热心地帮我们跟踪定位，报警找回遗失的手机，并且在之后反复强调：你们一定要注意，这里的非法本土人就喜欢偷窃你们这样的亚洲人，尤其是中国人。一种善意的提醒和关切，我们自然感激不尽。

教语音课的法语老师 Lauri 特别有人缘，且认真敬业，我们都十分喜欢她。在一次作业修正之后，我很感激她帮我取得的进步，于是给她带了菊花茶和玫瑰花茶作为小礼物表达我的谢意。没想到她十分惊喜，并且一眼就认出菊花茶，说这个对嗓子非常有好处。而对玫瑰花茶则显示了别样的兴趣，因为她从来不知道玫瑰还可以这样做成茶喝。我告诉她，菊花茶可以舒缓嗓子，玫瑰花有助美容养颜。好多法国人不是特别喜欢茶，或者不知道怎么正确喝茶，但是 Lauri 不一样，她从没去过中国，对我说这是她第一次收到来自学生的礼物，然而她却懂得很多中国文化，了解中国的茶叶甚至是花茶。这对我这个送茶的人来说，也有种特别的欢喜，因为接收的人懂得你的心意而觉得特别有价值，特别美好。而这种欢喜是会传染的，是相互的。

我在击剑课上听得一知半解的时候，一个左撇子、英语极好的法国姑娘，从热身运动开始就帮我一句句翻译和示范，直到我完全掌握了要领。笑容灿烂，语调亲



切。路上遇到的优雅的老奶奶说，你的鞋子真好看。我低头看看自己的鞋，莫名的心情就好到想飞。然后，两人开始站在路边讨论哪家鞋店值得买。女人讨论起装扮来完全没有国籍和年龄的障碍。从超市费劲地拎着大包小包出来，法国大叔说，买这么多东西你没开车？我帮你拎到地铁站。瑜伽课出来，天正好下雨，开车的法国姑娘大声问：要不要我送你回家，我们同个方向！

不管是高冷的还是亲和的，我们不需要给他国的人打上标签，因为无法定义，无法狭隘地区分。

母子间的“怪谈”



装说自己死了，或说些类似的不是特别吉利的话语。

随着时间的推移，我似乎对于“死”这个字眼的敏感有些缓和了，在后来我才敢和孩子交谈有关于活着和死亡的话题。说句实话，现在的孩子都在父母长辈的娇宠下长大，一个明显的特征就是这类孩子的心灵特别脆弱，承受能力也很弱，导致遇到事情想不开或者放弃生命。正因为这样，作为妈妈，我要让 lulu 从小就懂得生命是不可逆转的，只有珍惜生命，生命才会回馈你最美好的生活。

也许有人会说，孩子还小，为何要和孩子谈论如此沉重的话题？我的想法其实很简单，纯粹地希望孩子懂得珍惜生命。现代社会网络信息发达，见惯了各种孩子意外死亡的新闻事件后，我就变得特别敏感。每当孩子趴在窗边或是站在高处的时候，我总是会忍不住提醒他，“若是不小心，也许我们的生命就没了”。毋庸置疑，我们长期的思想灌输是有用的，每当 lulu 趴在窗边或是从高处跳下的时候，他都会告诉我自己会小心的，而且有时候他还会反过来提醒我一定要注意安全。

我和 lulu 的话题不仅仅局限于“死亡”，

有时候他看着我的丝袜、内衣都会觉得很新奇，甚至有时候在卫生间见到垃圾桶里我的生理期用品时，会很好奇地向我提问，我从不回避回答他任何的问题。我会反复告诉他，女生和男生的区别，告诉他男孩子该有的特征。

其实，有的话题父子俩交流比较好，但是 lu 爸有时候真的很忙碌，我不得不站在妈妈的角度给孩子解答问题。例如，lu 对长胡子这件事情很好奇，我就告诉他，胡子是男孩子雄性激素分泌产生的第二性征。目前孩子还不能完全理解我的解答，但是他最起码明白了只有男性才会长浓密的胡子，而且中国人大多都是典型的八字胡。

此外，我的几个同事也很好奇，为什么我会和孩子聊生理期，毕竟 lu 目前才 4 岁。对此，我个人认为，当孩子好奇一件事情，或是在不小心的情况下发现成人用品，父母适当的解释是应该的。与孩子的交流，坦坦荡荡永远比遮遮掩掩来得强，毕竟孩子的好奇心我们无法阻挡，你不去告知、引导他，也许有一天，他会用其他途径去探索。

孩子无论长到多大，永远都是父母心中的孩子，我希望将自己当成孩子的同龄人，和孩子互相交心，一起成长。