

汉江晨报



微信扫描二维码
关注安康日报公众平台

2020年3月10日 星期二
第4期(总第740期) 5版

汉江晨报编辑部

主 编：陈俊
执行主编：孙妙鸿
热线电话：0915—3268532
邮箱：2837420582@qq.com



“后抗疫时代”话分餐

系列之一

分餐，“分”出的文明

记者 周健

一场疫情，让分餐的话题再次走进人们茶余饭后。

然而，我们习惯的却是合餐，认为分餐是西方国家的习惯，其实不然，如果我们翻开相关史料和文献就发现，分餐制并不是“舶来品”，恰恰相反，我国自原始社会开始就实行分餐制，直到宋朝椅子的普及才逐渐过渡到合餐制，在这漫长的几千年历史洪流中，分餐成为食物分配最好的方式，也成为了华夏五千年文明因子中重要的一份子。

分餐制是公共卫生防疫最好的一个制度

周健

2020年的春天，一种叫着“新冠”的病毒让整个中国乃至世界都进入了非常态之中，公职人员推迟上班、企业工人延迟复工、学生开学时间一推再推……所有的一切一切，都是为了打赢这场新冠肺炎疫情人民战、阻击战。我们从媒体公布的新冠肺炎感染途径来看，在这场来势凶猛的疫情中，出现了不少因家庭聚餐而引起的家庭式感染，因此，分餐制再次进入了人们的视野，甚至有医学专家呼吁，分餐制才是公共卫生防疫中最好的制度。

其实，分餐制并不是西方国家的“舶来品”，早在人类社会之初，由母系氏族组成的部落或者是部落联盟中，人们就餐就采取的是分餐制。而在古代中国，无论是在原始社会、奴隶社会或是封建社会，分餐制一直都是人们聚餐的主要形式。尤其到了夏、商、周以后，随着阶级的产生，分餐制还被赋予了等级制度。《礼记·礼器》中有载：“天子之豆二十有六，诸公十有六，诸侯十有二，上大夫八，下大夫六。”由此可见，早在周代，就餐时便有了地位的尊卑之分，而儒家思想却以“礼”的形式将其固化为制度和规范。

大家坐在同一张桌子前，在公共餐盘中夹菜吃的合餐制直到宋代才出现。有史学家分析认为，一方面是因为此时生产力相对提高，粮食的产量大幅提升，农产品的种类也越来越多，如再采用分餐制就餐，势必需要大量的餐具。另一方面是民族融合进一步增强，尤其是胡菜、胡椅等高大家具的出现，为合餐制提供了必要的工具。更为重要的是，唐宋以来“和”的思想逐渐被统治者接受并推广，大家聚在一起就餐其乐融融，更有人情味。于是，就餐也就不仅仅是为了果腹，而被赋予了人情实际新的内涵。虽然这种合餐方式被越来越多的贵族所接受，但宋明时期，皇家聚餐依然是以分餐制为主，甚至到了近现代，合餐制虽然逐步取代分餐制成了主流，但分餐制并未消失，而是在一定程度上依然存在。

合餐制虽然便于交流，能够增进就餐者之间的感情，但大家都用各自的筷子在一盘菜中夹菜，吃

一口夹一次，筷子上的口水污染食材，又被他人食用的情况，却也越来越被人们诟病。据相关医学研究发现，有很多细菌病毒就是在这筷与筷的碰撞中传播开来。常见的呼吸道传染病病原体主要有病毒、细菌、支原体和衣原体等，而这些病毒大多都是通过飞沫传播，甚至连最常见的感冒在合餐时也会传染，而乙型肝炎和幽门螺杆菌，通过碗筷之间传播的几率则更高。

分餐制采取的是一人一套餐具，大家坐在一起吃饭时每人一份，各吃各的，用餐器具分开，吃多少就要多少，夹多少就吃多少。这种就餐方式，看似人与人之间少了你给他夹菜、他和你碰杯的热闹场景，但却阻止了病毒、细菌之间的传播，无疑是公共卫生防疫的最好途径。有数据表示，使用分餐制可以预防各种经口、唾液传播的疾病并减少交叉感染的机会，能使疾病的感染率由合餐制的42%降为17%。特别是有利于减少幽门螺杆菌的传播途径、阻止胃病的蔓延。

事实上，早在1993年，中国烹饪协会就向全国餐饮业发出了“筵席改革”的倡议，其中很重要的一项就是“分餐制”。2003年5月20日，中国烹饪协会发布《餐饮业分餐制经营服务规范》标准，提出餐饮业分餐制的定义、形式和规范要求。2003年5月27日，中国饭店协会发布《餐饮业分餐制设施条件与服务规范》，同时申请国家质检总局确定该标准为“强制性国家标准”。2003年6月1日，中国商业联合会召开相关研讨会，认为分餐应加以规范，大力提倡，但不宜制定强制性国家标准。然而，20多年过去，或因就餐者不愿接受，或因餐馆酒店未能实施，到现在还都是一副合餐的老面孔，致使分餐制这一公共卫生防疫中最好的制度未能落实。

众所周知，肆虐传播的新冠病毒就是通过唾液、飞沫传播的，碗筷之间的传播更为快速。因此，我们应该大力推广分餐制，戒除“舌尖任性”的习惯，丢掉“万筷齐发”的习惯，改良“热闹聚餐”的方式，力所能及地消除共餐隐患，让我们都能吃出健康、吃出安全。



分餐制，在历史滚滚洪流中历时千年

所谓分餐制，就是用餐器具分开，大家坐在一起每人一份各吃各的，吃多少就要多少，夹多少就吃多少。

据史学家分析，早在原始社会，因食物来源极为不易，为了保证群内成员都能生存下来，就必须遵守一条共同的原则，那就是对所获取的财物共同占有，平均分配。单从饮食方式这一方面来看，众人获取的食物，就必须在平均分配后才可食用，这可以说是最原始的分餐制。

从考古工作者在殷墟发掘的大量陶器碎片中可以推测，殷商时期，人们会餐采取的是一人一席、各吃各的分餐制。因为席是一种类似于今天碗的餐具，其容量大约只够一人一餐之用。这一点从文字造型中亦可看出。如“卽”的甲骨文像一个人在食器(鬲)前食毕，背面离去之形。这些都形象地说明在我国远古时代分餐制已经处于一个萌芽的阶段，它更为后来的分餐制提供了有力的发展基础。周秦时代，人们便开始铺席设筵。《周礼·司几筵》郑玄注说：“铺陈曰筵，籍之曰席”。《诗经》说：“肆筵设席”。由此可知，筵与席是同义词。它们的区别在于“筵长席短，筵大席小，筵铺地下，上放席子”，时间长了，“筵席”二字便合成一个词语。一般是天子五重席，大夫二重席。贵族们还讲究列“鼎”而食，鼎的多少表明主

客的身份、筵席的规格和食物的丰盛程度。按照“礼”的规定，“天子九鼎，诸侯七鼎，大夫五，元士三也。”《春秋公羊传，桓公二年》吃饭也是分成座位排下来的，比膝盖高一点的小桌，一人一个，饭一人一份，酒一人一份。当然《周礼》《公羊传》所记载的一般都是贵族的饮食制度，有关平民的饮食制度并未提到。真正有所涉及平民化饮食制度是在“乡饮酒礼”的习俗中。“乡饮酒礼”属于较低层次士族的饮食礼节。其中《仪礼·乡饮酒礼》和《礼记·乡饮酒礼》等篇中描述分餐进餐的场面很多。孔子在《论语·乡党》中曾说：“席不正，不坐。君食，必正席先尝之。”可见当时人们对饮食制度还是很重视的。

到了春秋战国时期，帝王贵族人家也被称为“钟鸣鼎食”之家。这里的鼎食就是用大鼎煮食物。但是用大鼎煮食物，并不是大家都在大鼎里捞食物吃。而是在食物煮熟以后捞出来，由专门的人来分割。到了此时，也就有了专门负责分肉的工作职责，“宰相”最初的意思就是分割肉的那个人。

汉朝时期，这种分餐的方式更加明确，皇帝坐在前面的台阶上，皇后坐在一侧，大臣坐在两侧，都是一人一桌。历史上最著名的宴请“鸿门宴”，就是一种分餐制。根据《史记》记载，刘邦、项羽、

范增、张良等5人，是围成一个圈吃饭的。每人的面前，都有一张小饭桌，桌上放着相同的食物。只不过，由于坐的位置不同，也就区分出了主次。也正因为是分餐，中间才会有一个大的空地，项王才可能在那块空地上舞剑。而且我们还可以看出，那块空地应该不小，否则的话，项伯就不可能加入进来，一起舞剑，用自己的身体挡住项王，避免他伤害刘邦了。

历史上还出现过很多绘画，展示古代宴会的情况。最为著名的当属《韩熙载夜宴图》，图中韩熙载与其他几个贵族子弟分坐床上和靠背大椅子上静听琵琶演奏，听者面前摆有一张不算高的高桌，每人面前都有一套餐具和一份饮品，互不混杂，界限分明。因韩熙载出生于五代十国时期，由此可见五代十国贵族间聚餐采用的还是分餐制。施耐庵在《水浒传》第82回《张叔夜三番宣御诏，宋公明合伙受招安》中也写道：“宋江便命开筵，款待天使。尊张叔夜、刘光也上坐。宋江、卢俊义等众头领都在堂下列席。”虽为小说的描述，却可作为宋代分餐制依然存在的佐证。

到了元朝，受统治者民族特点和饮食习惯的影响，分餐制逐步被边缘化。进入明朝后，大量古制被恢复，养生和分餐也被发挥到极致。《明史》里专门记载了宫廷里举行宴会的场景，对“礼乐”

进行了详细的描写。在这场“礼”中，对不同级别的官员坐在什么地方、官员们什么时候吃饭吃什么都有着具体的要求。并且在吃饭的时候还要奏乐，什么时候奏什么乐也都有着明确的界定。

不仅是应酬的饭局如此，即使是在家中过二人世界，古人也是采用的分餐制。有一个成语叫做“举案齐眉”，它是说梁鸿的妻子孟光，对自己的丈夫非常尊敬，梁鸿每天干活回家后，孟光总是将饭菜准备好，并且放在托案上，举到自己眉毛的高度。这种恭恭敬敬的态度，让梁鸿非常受用，他也高高兴兴地接过托案。这说明当时老百姓吃饭，也是分餐的，否则也没法举案齐眉。明朝的《通州志》中也有记载：“乡里之人，无故宴客者，一月凡几，客必专席，否则偶席，未有一席而三四人共之者也。”

到了清代时期，乾隆皇帝几次下江南，沿途宴饮无数。据史料记载，乾隆皇帝一人一桌独餐，其他所谓的奴才们围桌合食，分餐制也是一种重要的会餐方式。直到清朝中后期，满汉全席的出现，传统的分餐被逐步同化，一种延续至今的合餐“传统”便得以推广，并逐渐成为了主流。直到民国时，分餐制也没有完全被废止，但一同进餐，共享盛宴，也成为了中国人聚餐的新形式。



从分餐制到合餐制也经历了漫长过程

历史唯物主义认为，任何一种社会制度乃至生活方式的产生和发展，都和当时的生产、生活条件有着不可分割的联系，并受社会生产关系的制约。从相关史料来看，分餐制的产生既是生产力发展到一定程度的产物，也是社会管理的需要。

早在原始社会，人们过着群居生活，受生产力因素的影响，食物来源极为匮乏。为保证群内成员都能够获得基本的生存能量，就得把众人采摘或猎取来的食物予以平均分配后共同食用，以保障群内成员生存及族群的繁衍、壮大，且不会因为争夺食物而发生内部争斗，维持群内的和谐稳定。这种原始状态的分而食之，便是分餐制的雏形。在漫长的原始社会，这种分而食之的方式被部

落或者部落联盟长期采用。

近年来，考古人员在发掘山西襄汾陶寺龙山文化遗址时，出土了“案、俎、几”等贵族使用的餐桌，便是古代分餐制的物证。据《周礼》记载：“设席之法，先设者皆言筵，后加者为席。”古代时，只有天子及贵族才有资格“凭俎案而食”“击钟列鼎而食”，其他人吃饭没有桌子(几案)，均席地而坐，并会遵照“长幼尊卑”的礼仪分配食材。封建王朝君臣宴乐之时，会按照不同等级、身份配置不同的餐具以及餐食。而且不同等级或身份的人也不能同桌共食，如“天子九鼎八簋，诸侯七鼎六簋、大夫五鼎四簋，士三鼎二簋。”“六十者三豆，七十者四豆，八十者五豆，九十者六豆，以明养老也”。《周礼·司几筵》郑玄注说：“铺陈曰

筵，籍之曰席”，而《诗经》说：“肆筵设席”，都为中国古代实行分餐制提供了有力支持，并且从中可以看出分餐制已经被赋予了等级制度的内涵。到了秦代以后，中央集权制的确立，尤其是汉代“罢黜百家独尊儒术”以后，长幼尊卑的等级制度被儒家以“礼”的形式界定，且这种等级制度更加不可逾越。甚至这种“礼”，经过了唐、宋，到了明代一直被沿用，甚至更为严格。据《明史》记载，当时宫廷举行宴会，其实就是一场“礼”。在这场“礼”中，不同级别的官员坐在什么地方？这些官员们什么时候吃饭，吃什么，都有具体的要求。而且在吃饭的时候，还要奏乐。什么时候奏什么乐，也都做了严格界定。

随着社会生产力的发展和商

业经济高度繁荣，教坊酒楼、勾栏瓦舍等公共饮食空间的出现以及饮食文化的商业化，可供选择的菜品也逐渐增多，加之唐朝时期华夏民族和其他民族的文化交流和民族融合，催生了合餐制。自宋代开始，椅子普及，大家一起围着桌子吃饭的条件有了，合餐制逐步推广开来，并经过了数百年的演变逐步成为了人们的一种就餐习惯，但在其发展的过程中，人们头脑中的分餐制饮食礼仪依然没有淡忘。即使到了今天，华人围坐在一桌就餐，还要按照长幼尊卑的等级来排座、敬酒，自觉不自觉地按照分餐制中的“礼”来进行合餐。由此可见，从分餐到合餐，也经历了一个漫长的习惯过程。



【背景】

武汉“万家宴”里过小年

1月18日，百步亭社区居民在党群活动中心主会场参观“万家宴”。农历腊月二十四是南方传统“小年”。当日，湖北武汉百步亭社区举办传统“万家宴”活动，社区居民端出自制的一万多道菜品，摆满社区党群活动中心主会场和9个分会场，4万多个家庭欢聚一堂，吃团圆饭、说幸福生活、喜迎新春佳节。

新华社记者 肖艺九 摄

安康市公证处获“国字号”荣誉称号

本报讯(通讯员 李瑞宁)近日，司法部印发了《关于表彰全国法律援助和公共法律服务工作先进集体先进个人的决定》，安康市公证处被评为全国公共法律服务工作先进集体。

近年来，安康市公证处始终坚持全心全意为人民服务，为法治和谐社会服务的宗旨，贯彻落实“公证执业为民、便民惠民”的要求，大胆探索，积极走出去，开展公证进中心、进社区、进企业活动，自觉履行社会责任。实行连续服务、预约服务、上门服务等举措，积极开展便民利民活动；推进信息化建设，运用新媒体互联网等方式，受理公证、业务咨询等工作。建立规范了办证程序和管理等制度，确保内

部管理规范有序。2016年至2018年，该中心共办理公证1.9万多件，无投诉、无错假证。2016年，被市妇联授予市“三八红旗集体”荣誉称号，被陕西省公证协会评为“全省公证质量优胜公证处”荣誉称号；2016年、2018年被安康市委政法委员会授予“人民群众满意的政法单位”荣誉称号。

此外，安康市法律援助中心、汉滨区司法局建民司法所被评为全国法律援助工作先进集体，汉阴县洞池镇司法所所长沈波被评为全国法律援助工作先进个人，旬阳县司法局党组书记、局长吴良友、安康金州司法鉴定中心司法鉴定人田志清被评为全国公共法律服务工作先进个人。