

“你变了，你居然知道一斤排骨多少钱！”这几天，一位相隔千里的朋友，通过微信传来惊呼。实际上，不仅是肉价，“宅”在家中的我们正前所未有的关心着肉类、粮食和蔬菜。关心它们怎么来——工作群、八卦群外抢菜群也置了顶，各种攻略齐上阵；关心它们怎么放——现在别问“‘苗’字有几种写法”，我们更关心芸薹属的不同蔬菜怎么存放更保鲜；也关心它们怎么做——家常菜已经不足为奇，凉皮、油条、电饭煲蛋糕也要安排上。

一蔬一饭，在平日里习以为常，在疫情防控期间却成了万众瞩目的主角。究其原因，主要是出于减少聚集的考虑，大家更多选择了“同防共宅”，于是有了更多闲暇思考舌尖上的那些事。精致的都市男女也都成了饮食男女，共同面对“吃喝”的难题。“开水煮上三样菜，就算是火锅了”“饭倒没有想出去吃，就是碗已经不想洗了”……这样的自嘲背后，是宅家抗疫、囤粮有限的无奈，但也有苦中作乐的乐观精神。居家隔离期间，大涨的不仅是厨艺，还有面对琐细生活的耐心、独立照顾好自己的能力。

在疫情防控期间的饮食生活中，我们也看到了亲情、爱情、友情的另一种可能。毕竟，人们对疫情的态度或许并不相同，但对饮食的热情却还是诚实地“异域同天”。远古时代，人们聚在一起吃，是为了对抗狩猎和采集的不确定性；而今天，居家抗疫、左锅右铲的日子背后，则多了几分亲人齐动手、共团聚的温馨和单纯。原本陌生的邻里关系，在特殊时期化作门把手上挂着的食材、守望相助的心灵支撑；朋友、爱人即便被迫相隔千里，但是线上切磋厨艺、相约以后聚餐，倒也成全了距离带来的美。不管你是“中华小当家”，还是“拙手想拆家”，对食物倾注的热情劲，一道做饭的人情味，使吃与喝超越了果腹的基本功能，成为一种旨趣与寄托。酸苦甘辛咸，七情融于五味，全都氤氲在家里一方饭桌的锅气里。

最重要的是，疫情也让我们重新反思自己的生活方式：发掘美食虽然好，但对野生动物说不；饮食健康不能忘，需要荤素搭配营养均衡；餐桌礼仪很重要，或许是时候推进“公筷制”和“分餐制”，升级健康生活的理念，毕竟培养健康的生活方式是获得健康最简单也最有效的方法。当是之时，有人开始思考更为极端的情境下如何健康生活。近日，一份名为“末日生存指南”的物资储备清单在朋友圈流传颇广，不少“荒岛求生”类纪录片和游戏也再度翻红，在极端假设和模拟情境中不难发现，当目标从生活变为生存，需求便只能一再精简扁平，刨除“可以但没必要”的，留下简洁且必须的。

疫情引发的宅家生活像是一块试金石，拷问着我们每一个人。当饭局、酒局、聚会统统取消，连日常生活的寒暄都被压缩到最少，你能否经营好自己的小日子，让心和胃一起被安抚妥当？

数千年前，相去万里各在天涯的爱人，情到深处无非一句“弃捐勿复道，努力加餐饭。”如今亦然。疫情来临后，我们才意识到，过去的每一个寻常日子都弥足珍贵。眼下的一朝一夕同样需要好好吃饭、好好生活。维护内心的安宁和生活的秩序，又何尝不是一种生活里的应有姿态？相信不久的将来，疫情就会消散，到那时，我们又将四散开去，埋头在职场耕耘，回归外卖和餐馆的怀抱，不再有时和闲心倒腾锅碗瓢盆、肉类蔬菜。不过经此一“疫”，可能我们会更明白，不论忙碌或闲暇，速食或慢炖，精巧或简朴，与共饮一餐饭的亲人爱人相伴，用心去关注和发掘寻常生活中的美好，方能尝到人间烟火的熨帖滋味。

这正是：

一蔬一饭皆生活，一朝一夕勤耕作。
关关难过关关过，祈愿天下如意裹。

(来源：人民日报评论)

展鸿教育