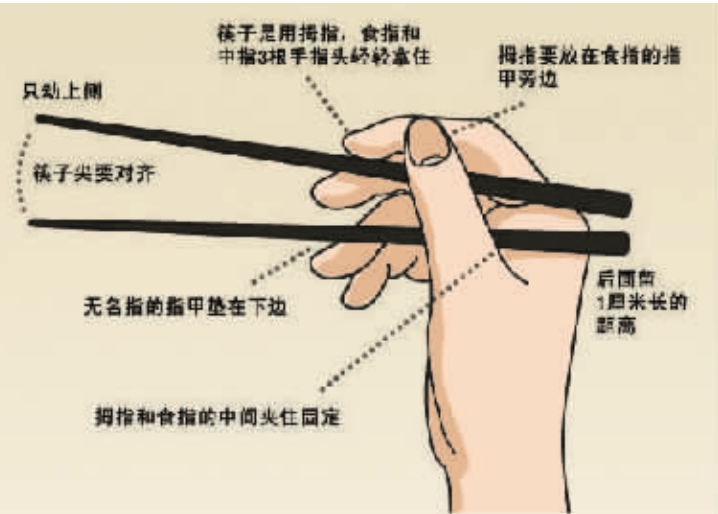


筷子君,对不起! 至今没把你“拿准”

“拿筷子7标准”让网友很有挫败感;专家:传统的用筷礼仪比姿势重要

最近,一幅“拿筷子7大标准要领图”在微博上热传。这一标准“筷子功”,让不少成年人看后叹息,“从来没拿对过,居然也吃饱长大了。”不过专家认为,其实拿筷子姿势并不需要强求,能进食就行,但礼仪却非常重要,“现在的年轻人越来越不重视传统的餐桌规矩,实际上在很多场合下,这种‘无知’都会为他们‘减分’。”

现代快报记者 王颖菲



握筷7大标准让网友很“挫败”

“手握筷子前,要先将两根筷尖对齐。然后使用拇指、食指和中指3根手指轻轻将筷子拿住。拇指要放在食指的指甲旁边,无名指的指甲垫在筷子下面,拇指和食指的中间夹住筷子将其固定住。”示意图上仔细地标出了筷子的标准拿法,每个步骤都有注解。“我小时候就一直拿得不

对。”看着示意图,南京姑娘小罗笑着说。自己从小拿筷子的方法都很“别扭”——像拿笔一样拿筷子。因此吃饭时老是被大人用筷子敲,但当时习惯已经养成了,便很难改掉。这个示意图,让不少网友有了“深深的挫败感”,“原来这么多年都是错的。”也有人表示照着试了试,“感觉好难学。”

有讲究

拿筷子的礼仪比姿势重要

实际上,小小一双筷子,却涵盖了众多中国传统礼仪。江苏省作协作家薛冰提到,过去有句老话,大意是:“筷子拿太低,以后只能在家门转;拿得太高,未来可能走很远。”看似好笑,但实际都是从实用考虑出发,因为拿得太下,筷子打不开,不好夹东西;拿得太上,像夹油条,前面打得开,筷子伸得很远,吃相

就难看,所以拿筷子的位置最好中间偏上。

薛冰指出,现在很多人已经不太讲究这些筷子礼仪了。有时看着一些年轻人乱翻菜盘、不停地筷子打架,有时甚至吃不下去。“很多年轻人不重视这些小细节,但步入社会后,特别在正式场合,一旦不注意,很容易为自己‘减分’。”

用筷子的这些礼仪,你知道吗?

- 1.拿筷子应该两头对齐,如果不齐,也不能拿筷子头或尾在桌上“踩”,应该用两只手一起把筷子推整齐;
- 2.用筷子敲碗、敲盘子是大忌,一方面对主人不礼貌,认为在催菜;另一方面老一辈的人会觉得这是乞丐的举动;
- 3.筷子不能打架,既不能碰到别人,也不能碰到别人的筷子,如果想吃某个菜,看到别人夹了,自己就等等;
- 4.最不好的习惯,是筷子在盘子里乱翻,影响别人进食,夹菜时,应该夹靠近自己这面的;
- 5.如果筷子上有东西,不能放到嘴里吮,最好在碗边刮一刮,或用纸巾擦一擦;
- 6.还有一点容易被忽视,即筷子不许立插米饭中。因为只有供去世的人,才会将筷子直立着插在米饭里。

有说法

筷子拿得顺手就行

也有不少人觉得“吃东西西来就是一种享受,哪来那么多规矩”。南京一位妈妈网友也疑惑地表示,最近正在教孩子用筷子,“感觉能夹到东西就行了,姿势真的重要吗?”对此,太平巷幼儿园李微玉副园长指出,其实,对于拿筷子的姿势他们并不强求。“拿筷子和读书不同,关键是能顺利进餐。”虽然姿势不强求,但老师会强调餐桌礼仪,比如不能敲碗、使用时幅度不能太大等等。

拿筷子是一种微运动

南京市中西医结合医院治未病科运动保健咨询门诊李靖副教授介绍说,实际上拿筷子的过程就是一种微运动,而且从小培养规范的拿筷姿势就很有益孩子成长。筷子夹取食物时,我们身体的肩、胳膊、手腕、手指等部位的30多个关节、50多块肌肉都会得到不同程度的微运动,拿得越标准,这些肌肉和关节锻炼的强度和效果就越好,所以往往不规范的拿筷姿势反而是最舒服的。此外,这些关节和肌肉只有在中枢神经系统的指挥下协调配合才能完成夹取动作。手指尖的触觉灵敏度最高,手和手指的动作精细灵巧,就能促进大脑皮层相应区域的生理活动,从而提高人的思维活动能力。

领导不好当 管理有艺术

安财商学院院长精彩开讲超级MBA第一课

首堂课含金量高 “领导科学与艺术”案例独一无二

MBA班选出班委会 课间摇一摇,陌生人从此近距离

4月12日,快报学院超级MBA核心课程班首门课程“领导科学与艺术”,在安徽财经大学商学院院长刘福成教授的全堂脱稿讲授中精彩开课。来自省内各地的近40位学员步入课堂,倾听刘教授的课程。课后学员们还推选出了班委会成员,在快报学院超级MBA的课堂上,这个新生的大集体充满了温暖和欢乐。
现代快报记者 吕珂/文 赵杰/摄



刘福成教授



“领导科学与艺术”授课现场

“领导学这门课不好讲!”为学员们教授《领导科学与艺术》的安徽财经大学商学院院长、管理学教授、硕士生导师、安徽财经大学首届教学名师刘福成教授在课间向记者感慨。

作为一个有着丰富授课经验的教授何出此言呢?原来,刘教授的“为难之处”在于理论要少一点,内容要务实一点。

刘教授表示,来到快报学院超级MBA核心课程班上课的学员都是来自社会各界的精英,他们走进课堂最需要的是对现实问题具有针对性的理论和实践学习。这就要求授课内容要与当下现实环境紧密结合,不能过于理论化,这也是MBA专业学位应该做好的一件

事。

“书上怎么写,老师就怎么讲,照本宣科根本行不通。”刘教授说,他之所以授课全堂脱稿,是因为在课堂荧幕上讲解的大部分案例都来自于现实生活和工作中心他自己的亲身经历和见闻,这些“独一无二”的案例,并不是从网上简单搜索一下就能找到的。

刘教授说,虽然他门下已经有不少有经验的博士生,都具有丰富的理论知识,但是刘教授却仍然不放心让自己的门生来授课,因为他们讲不出“那个味儿”。

两位女学员在课间对记者说,刘教授的课不仅有理论高度,更具有实践指导意义。对她们在实际工作中遇到的难题,非常有帮助。

虽然课堂学习是严肃紧张的,但是短短的10分钟课间休息,却充满了欢声笑语。尤其是大家拿起手机“摇一摇”互加微信的环节,更是妙趣横生。本来素不相识的一群人转眼便熟识起来,在热烈而融洽的气氛中,大家还选举出了班委会成员。

来自常州柏鹭工具科技有限公司的私营业主胡家路被大家推选为班长。这个热情又追求完美的创业者坦言,自己虽然在行业内已经算得上成功,但是他更喜欢挑战新事物。进入快报学院超级MBA核心课程班进行深造学习,既是对个人素养的提升,也是把这么多年来个人实践与科学理论相结合的好机会。

胡家路向记者表达了自己作为第一期快报学院超级MBA班班长的想法:通过组织一些活动让同学们互相熟悉起来,希望同学们在互信互利的原则下,互相扶助,通过大家的资源整合,让个人或所在的企业能更好地成长起来。

新推举出的组织委员杨成曾经从事食品日化快消行业十二年,目前是省内一家上市公司的

项目整合负责人。他告诉记者,MBA的学习并不是一般的学习,尤其是有了职场经历之后,再返回课堂的学习感受与学生时代完全不同。听了刘福成教授的“领导科学与艺术”课之后,他感触颇深。刘教授以自己在领导岗位上的亲身体会,以深厚的理论功底和丰富的个人阅历,精彩诠释了这门课的精髓。尤其是刘教授的书本之外的案例分析,非常贴近现实工作,对作为管理者的自己有很大的帮助。短短两天的课,需要咀嚼和回味的地方还有很多。杨成表示,MBA是个社交圈,这个圈子不仅仅是在课堂上,更应该在平时的工作和生活中。自己作为第一届超级MBA班的组织委员,将为大家做好服务工作,为学员们提供业余文化生活的资源,促进事业发展。

刘教授表示,安徽财经大学MBA中心与快报学院的合作是一项双赢之举,安财MBA借助快报的平台优势,能迅速提升自身品牌影响力。而快报学院借助安财MBA的办学优势,能更好地提升快报学院举办超级MBA核心课程班的能力。