

# 马来西亚“光盘”倡导者：

## 以餐桌新规范“修身” 弘扬中华优秀传统文化

**中新社吉隆坡12月11日电 题：马来西亚“光盘”倡导者：以餐桌新规范“修身” 弘扬中华优秀传统文化**

中新社记者 陈悦  
“思想兴革运动”是马来西亚中华大会堂总会(华总)长年积极推进的移风易俗活动。任华总思想兴革委员会主席已逾11年的陈达真告诉中新社记者，以“光盘”为代表的餐桌新规范便是思想兴革运动中很重要的一项内容，因为“这是中华民族传统美德”。

陈达真说，马来西亚华社众多，各种聚会活动十分丰富，这固然是联络情谊的重要纽带，但长期以来存在一些不好的习俗，“餐桌浪费就是其中一大问题”。

生长于马来西亚、年逾七旬的陈达真说，和早年相比，如今的物质条件丰富很多，此前很多华社

聚餐唯恐“慢客”“食物越丰盛越好”，于是往往出席宾客吃到第三、四道菜就吃不下去了，“剩下的只能浪费掉”。

她介绍说，据联合国2013年相关报告显示，全球每年有三分之一食物被浪费。在马来西亚，一般餐宴10道菜肴中也有三成左右浪费，并在丢弃食物过程中造成环境污染。

于是，华总思想兴革运动在所倡导的“宴会守则”中，专门加入“吃清光方离席，有剩余则打包”的内容，倡导“光盘”。

“刚开始的时候，很多人不习惯，会觉得‘打包’面上不好看，互相推辞无人愿意打包。”陈达真笑言，作为宴席上的“长者”，她往往会摆出“老资格”，直接指点说：“某某你家有小朋友，把这个带回去给小朋友

吃。”  
据陈达真介绍，经过几年努力，“光盘”在马来西亚华人社会渐成风气，“打包”也渐成寻常事。

在陈达真看来，要让“光盘”理念深入人心，除了以具体行动积极提倡以外，关键的是要做好对下一代的宣导工作。她告诉记者，自己和同事近年先后来到数十所中小学举办讲座，和小朋友们畅谈包括“光盘”在内的思想兴革重要性。她更于6年前餐桌新规范初倡之际，就在自己担任副董事长的坤成中学首倡开展校园“光盘行动”。

“除了谈‘光盘’，餐桌新规范还有更丰富的内容，简而言之就是‘守时、精简、光盘’。”陈达真说，其中包括提倡守时、提倡嘉宾简洁致辞以提高餐会效率、尽量采用公筷公匙等。“今年新冠疫

情的发生，就证明了引入公筷公匙是十分必要的。”她并认为，这些餐桌新规范也可让青少年学生于生活中养成良好的礼仪和习惯。

近年来，中国社会同样在积极倡导“光盘行动”。陈达真对此感到十分欣喜和认同。她说，中国目前经济日益成长，民众生活水平也提高很多，但勤俭节约仍是中华民族的优秀传统文化。马来西亚华人和中国社会都关注到这个议题，正说明中华文化生命力不减，在当今世界依然被传承和发扬光大。

教师出身的陈达真说，教育讲究“树

木树人”，思想兴革运动是从中华优秀传统文化“修身、齐家、平天下”出发，从个人修养着手，进而和谐华人家庭，提升华社整体文化素养。“因此，不要把‘光盘’当成小事，个人修养的精进，才能带来社会整体改善，进而发扬中华优秀传统文化。”(完)



# 中国力争到2022年底

## 实现全面建成无烟学校目标

**中新网12月11日电 据教育部网站消息，近日，教育部联合国家卫生健康委印发《关于进一步加强无烟学校建设工作的**

**通知》(以下简称《通知》)。**《通知》明确，力争到2022年底，实现各级各类学校全面建成无烟学校的目标。

《通知》要求切实提高认识，加强组织领导。各级卫生健康、教育部门要进一步提高对建设无烟学校重要性和必要性的

认识，把无烟学校建设作为校园精神文明建设的有力抓手。加强组织领导，本着统一组织、属地管理的原则，建立完善本区

域内无烟学校建设工作机制，力争到2022年底，实现各级各类学校全面建成无烟学校的目标。