

六十而不惑： 将“美丽”进行到底

◆周德仓

美丽也许是造物赋予女性的专利，而一位美丽的女性，就会因为美丽而拥有无数美好的专利。

在美好的人间，女性扮演各种美好的角色，让美丽发扬光大，光彩照人。她是父母心中最大的骄傲，是兄弟姐妹的楷模，是一所学校的“形象大使”，是丈夫的定海神针，是女儿的幸福，是亲友间的传说……美丽不是她的身份，但是她的光芒。

如果仅仅将“美丽”的定义停留在容颜和身材上，时光其实并不会让美丽一直任性下去，它会通过修改容颜的方式证明自己的存在，并很不客气地出卖一个人的年龄，粉碎任何高贵的化妆品试图制造美颜神话的企图。但有一种存在就难以被出卖，这就是年轻的心灵，它让美丽不断成长，但却不会衰退。

当智慧和意志赋予美丽以更多内涵的时候，美丽就富于质感，不仅仅停留于视角感受。颜值源于天赋，令人赏心悦目，并成为女性不可挑战的骄傲，但这并不是美丽的极致，更不是美丽的永恒。当一位女性充满智慧，并能

在人生的漫漫旅途中直面坎坷，坚韧前行的时候，聪明和意志就升华为魅力，并不受时光的约束和牵引。时光可以改变容颜，但却无法抹杀“美丽”，这正是女性最迷人的时刻。如果再有美颜加持，那就足以秒杀“倾国倾城”，让各种版本的“辞海”“辞源”立即填补关于“美丽”释义的缺陷。

在一位丈夫的视觉中，女性之美的内涵那就太丰富多彩了。如果一位男性足够坦率，敢于挑战国人的含蓄习性，一定会公开承认：迎娶美女就是自己的人生理想。如果实现了这个理想，也一定视为自己人生的最大成就，并会为自己的勇敢、毅力和信念而暗自得意。

男同胞在获得如此“辉煌”的成就之际，常常会发誓要把自己的娇妻当成女王一样宠爱，但实际上，这不过是一个天大的谎言，因为粉碎这个谎言的不是谎言“制造者”，而是谎言的“接受者”。大丈夫突然发现，这位女王不仅是女神，而且是生活全能选手，能够驾驭“十八般武艺”，下得厨房，上得厅堂，内外兼修。支撑

起这个家庭的大半壁江山，不是自己被宠爱，而是宠爱家人，成为这个家庭名副其实的主人公。在此愿引用女儿用“80”后式的语言评价自己的妈妈：不仅太漂亮，最“可怕”的是，还很能干！——此情此景，面对当初的谎言，“有关人员”难道不会羞愧到“无地自容”？

美女并不是天上仙女，也会下凡人间，并在生活中扮演丰富的角色，让这个世界充满希望和幸。她会为自己的勤劳和负重而自豪，因为她是美好生活的设计者、建设者，更是家庭幸福的成就者，她也是优秀女儿和姐姐，无愧于家中“大姐大”的光荣身份。作为干练和胸怀开阔的职场管理者，她让女性的“美丽”在某些方面被重新定义。

在时光沉淀的时刻，亲人们蓦然意识到，她又是一位崇高的“奉献者”，“嫁鸡随鸡，嫁狗随狗”，全力以赴建设家庭，哺育孩子，并果断为肩负家庭新的重担而提前退休。

她扮演了很多角色，但有一个最重要的角色却隐晦甚至缺

席，这就是她自己。她操心全家人，会为做出一顿美味佳肴坚守厨房大半天，乃至于垄断了家庭厨房时空。她又是家庭生活的全能选手，所承担的“工作”竟可以打破性别差异，既包括技术型项目，也让重体力活没有例外，同时拥有无比坚韧的毅力，可以坚定承受所有生活压力。这一切不过是为了成就丈夫和子女，成就家庭。当丈夫为此惴惴不安，不能面对妻子在厨房长久操劳而安坐书房时，她竟然说自己“把做饭当成一种享受”。在此，我可以负责任地申明：这大半是“谎言”，但同时也是美丽的“谎言”。

美女也是凡人，那就请接受全家人的忠告：今后必须扭转人生罗盘，大幅转向，重新出发，由“心怀天下”，转而“老己优先”，不再“目中有人，心中无己”。

人们无比惊讶地发现：在60岁生日庆典的“今日”和“明天”，这位资深美女依然美丽，没有丝毫变化。原来，时间不过是人设的刻度，时光才是人生正义。美丽始于容颜，却忠于心灵。心向阳光，人生永在童年。

祝福妻子：让我们结伴而行，将美丽进行到底。



黔地迎春

◆王小梅

“远看财门大呀大地开，步步登高到呀府里来，来到贵府无呀别的事，特为主家送呀春里来。”在贵州铜仁，一场古老而又充满生活气息的非遗项目——“石阡说春”正在上演，为各家各户送上祝福。春官穿着传统服饰，手端“春牛”，走村串寨，挨家挨户唱诵春词、派送春帖，长达数十日。春官便是“说春”之人。古时，春官掌管着一个地方的礼节，每年向封地内百姓宣讲农事，劝农耕。

这种形式在大山里生生不息地传承着，并不断兼收并蓄，汲取其他民族民间曲调的养分，与这片土地形成新的互动和连接。“说春”的习俗有很多，“说春词”是最重要的形式。人们习惯把“说春词”分为“说正春”和“说花花春”两种。“说正春”有固定春词，内容主要是“二十四个农事节气”“渔樵耕读”；“说花花春”比较随意，遇见主人家不同的生活境遇，春官唱的内容不一样，即兴唱二三十首都没问题。一首首春

词，镌刻着时节演变的自然规律、应时而作的农耕节律，以及人们对美好生活的向往，是文化纽带，也是精神桥梁。

立春之前，春官大都要雕刻两块模板，一块雕二十四节气，一块雕财神。春帖的制作沿用古老的木版印刷技艺，模板刻好后刷上墨，再用红纸印刷成春帖。春官手端的“春牛”也叫土牛，牛身披着红布、拴着麻线，寓意主人家顺利吉祥、瘟疫全无。“春牛”及二十四节气的春帖在于提醒农人，耕种的季节来到了。

不只是“说春”，在贵州，在近一个月的时间长度里，人们共同参与一场场人与自然、与祖先互动的迎春仪式，漫长而美好。

在望谟县桑郎镇桑郎村的新春集市上，人们采购用于祭祀祖先的物料，年轻姑娘们也纷纷选购新衣裳。大家以礼仪表达对天地自然、亲友乡邻的感恩与礼敬，送灶神、扫尘、接祖先、拜年、迎立春、人日登高等，一系列人与自然和谐共生的活动，激发出生命的活力，使人们获得一次次精神更新。

丰富多彩的迎春习俗，在活态传承中同构着贵州人民的文化记忆。更好传承节日及节气中古老的文化内涵，有待持续挖掘和传承其作为非遗的生命动力。



让人生富有韵律

◆欧阳梦云

奏，而是生命动态中的和谐。它体现在“拿起”时的果敢与“放下”时的从容之间，体现在“进”的锐气与“退”的智慧之间，体现在“得”的喜悦与“失”的坦然之间。在“拿起”中“放下”，在“放下”中“拿起”，方能让人生如同一首美丽的歌。

袁志发洞见了所有“拿起”都暗含着“放下”的必要。关于人与钱，他直言“钱的作用实在有限，有钱不如没病好，存钱不如存健康”；关于忙与闲，他认为“忙是对生命潜能的一种释放，闲应当成为对生命的一种修复和充实”。这种辩证思维贯穿全书，将每一个具体的生活情境都提升到哲学层面进行观照。当他说“电梯能上能下，人也应当能上能下”时，他谈论的不仅是职场进退，更是生命应有的弹性。

书中对“和谐”的阐释尤为精妙。他认为和谐是逻辑、境界、平衡，更是艺术与力量，并用运动员的完美表现生动诠释：高低杠选手的

能上能下、平衡木选手的稳而不僵、登山选手的坚韧攀登，皆展现了对立面和解的高级智慧。他直言，生活失衡皆因偏执一端，忽视“对立统一”的规律，人生顺逆皆系于此。同时，他警示“执着过界成固执，自信过界成自负”，对“度”的坚守堪称清醒剂。

袁志发坦言，该书源于亲身感悟，旨在指引人们在生活中少迷茫烦恼，多从容淡定。在读者眼中，这部书最珍贵的价值，是为人提供了安顿内心的可能，它不承诺简单快乐，而是让人在接纳生命矛盾后获得辽阔的内在自由，堪称心灵解放与生命自由的指南。

他亦不认可“高科技能解决一切幸福问题”的观点，强调快乐与幸福源于灵魂深处。世间万物皆有韵律，人生韵律是生命深处的法则，幸福便是其外化的馨香。学会在“拿起”与“放下”间寻得专属节奏，便奏响了生命最深沉圆满的和声。

人生是永恒的权衡，如同在命运跷跷板上寻找平衡支点。袁志发的新作《拿起放下：你想怎样活出快乐》（光明日报出版社，2025年），便是一部指引人在生命中优雅平衡的“韵律指南”。

该书的核心密码在于“韵律”二字。袁志发在书中坦言，直到退休离职后，他才有幸意识到，如同诗词有韵律一样，人生也是有

韵律的。韵律，在诗词中堪称醉人的美味，而在人生中则堪称快乐的密码。诗词的韵律是平仄格式和押韵规则，人生的韵律则涵盖生命价值与生存艺术；诗词有韵律才有品位，人生有韵律才有意义。让诗词富有韵律是少数文人的事情，让人生富有韵律却是每个人的追求。

这种人生韵律不是机械的节

名家名句

如果爱一个人，那就爱整个的他，实事求是地照他本来的面目去爱他，而不是脱离实际希望他这样那样的。

——列夫·托尔斯泰

时间是治疗心灵创伤的最好良药。痛苦，需要靠我们自己去慢慢化解。曾经爱过、伤过、痛过的记忆，会随着时间的推移渐渐淡出我们的生活。当我们对痛苦无能为力时，唯一能做的，就是等待那些痛苦慢慢走远。忘掉刻骨铭心的伤痛，

忘掉痛彻心扉的感情，你才会在拐角处遇见幸福。

——马尔克斯

理解这种幸福：你所站立的地面大小不超出你双足覆盖的面积。

——卡夫卡

月亮不知道她的恬静皎洁，甚至不知道自己就是月亮；沙砾不了解自己是沙砾。任何事物都不了解它独特的模样。

——博尔赫斯

灵感一刻

◆王振波

岁杪之际，刻制新春吉语印已成为我近些年来一个惯例，《万马奔腾》《骐骥驰骋》便是丙午吉语印中的两方。二印从字面理解，表现出骁勇昂扬、雄浑壮阔的气魄与酣畅淋漓的奋进之姿。我选择烧制好的陶瓷印还作为表现载体，拟篆刻格式进行创作。本着“因字生形，因形造势”的理念，十字界格依据不同的篆法形态随形布势，空间结构大小不一，力求营造出较为强烈的视觉冲击力。

“万马奔腾”四字在章法上左上密集、右下疏朗，“马”与“腾”下的“马”部形成篆法上的呼应，“奔”采用石鼓文三个“走”字的相似篆法形态，由小至大向右下空白飞腾而去，形成一种动势。

“骐骥驰骋”四字均为“马”字旁，左右结构，篆法上安排起来有一定难度。“骐”字易左右结构为上下结构，居中安排，左右留空；“骥”字缩小左边“马”部并上提处理，左下留出空白；“驰骋”二字共用一个“马”字旁。印面上三个结构相似、大小不一、方圆各异的“马”部形成呼应；“骐骥”中三个近似于“田”字的构字部件大小、宽窄、欹正各异，顾盼生姿。我尝试通过塑造构字部件的相似性，在篆法形态上形成呼应、融通；通过冲刻、敲击、刮蹭等技法对印面施以一定的残损处理，形成较为古朴烂漫的气息，以彰显骐骥驰骋，势不可挡的气势。



开往春天

◆刘贵高

一列开往春天的高铁
从岁末启程
载着温暖的梦想
和酝酿已久的风雷
在雪花飘飘的大地上
贴地飞行
那些忧愁和哀怨
失意和失落
写满坚韧与重振

辉映激扬的波光
一只逆风飞翔的冬鸟
以倾斜的姿势拍击苍穹
一声尖锐的叫声
刺破寒潮
匍匐的草木
低垂着头颅

那些被流水刻下的清唱
被风雨锻打的骨节
在流逝的岁月里

一列开往春天的高铁
掠过西北偏北
在山河岳间穿行
以速度与激情
播撒葳蕤的气象

三张车票

◆吕轩

我收藏了三张车票
仿佛攥住三段光阴
它们是无形的尺子
丈量着故乡与梦想的距离

磁卡映着晨曦
两个小时的高铁
将风景拉成流动的“电影”
明亮的车厢
让旅途长出从容的羽翼

第一张是大学时的红
软纸印着旧迹
五小时的绿皮车
交织着泡面的香气
与天南地北的乡音
时光慢得慷慨
让我能数清窗外稻田的
涟漪
能看到夕阳落下时的
踪迹

如今
车票化作手机里的二维码
进站已是快捷无比
早晨还在异乡的街巷里
正午已闻回家的饭菜香
不同模样的三张车票
不仅刻着我的记忆
还仿佛速度的隐喻
让每一份牵挂
都不再经历漫长等待
让每一个身影
都更快抵达心中的家

第二张是毕业季的蓝