

做个妇人

胡 静

“妇人”这个词，我曾经很排斥，认为俗气、平庸。

心底总有一股不输男儿的劲儿。38摄氏度的工地上，我穿梭于瓦砾中，盯工程质量，摔破了膝盖，回家换条裤子，连皮带肉血淋淋撕下，继续。住院开刀，推出手术房，从麻醉中醒来，就躺在病床上做迎检方案。因而获称“工作狂”。

“工作狂”眼里手上心中，除了工作不关注任何事物。不清楚何时花开了，叶落了，忘了自己与家人的生日、纪念日，不会“攒蛋”“搓麻”，连自己最喜欢吃什么都说不上。直到病来如山倒才发觉，除了一堆奖牌，人生只剩一具干瘪脆弱的躯壳。

为对抗疾病的痛苦，我开始读一些闲书。读到《浮生六记》，芸娘用荷花茶叶熏出夏夜清供，把粗瓷碗变成载着梅香的玲珑食盒。即便家境没落，沈复卖画三日才换得两斤羊肉，芸娘立刻支起红泥

小炉，在典当冬衣换酒钱的窘迫里，他们发明了“梅花盒”共享一餐；在颠沛流离的逃亡路上，芸娘仍不忘用竹炉煮茶。这种柴米油盐里的风花雪月，烟火气里的诗意栖居，令我羡慕又感慨。

《诗经》中《女曰鸡鸣》里那个新妇，听到鸡鸣，俏皮地调笑，甜言蜜语地催夫起床，太可爱了；《周南·采芣》中，妇人们在风和日丽中采摘，群歌互答，天地喜悦，真让人心旷神怡。

再看唐代仕女图、日本浮世绘，里面的女人面色红润、身肢丰盈，也生着一副享乐的面孔。在她们身上，我看到万物生长。

这种女人，作家王开岭谓之“妇人”。她们懂人、知世，人生的条纹肌理，了然于心，有着专心过日子的精细，有着对尘世的痴情和雍容，还有一股聪慧劲儿。她们很会享受生活，但绝非衣来伸手饭来张口，而是勤勉地精耕细作，把小日子过得盈

盈满满，蓬蓬勃勃。

她们对一切很满足，看上去有些松弛和慵懒，一副知足享乐的模样。有点儿像农家小院的母鸡，阳光下，花翅蓬松，安详地踱着小碎步，惹得四周也暖洋洋的，闲适得很。

她们关心细枝末节，对小细节的洞察和解读，像睫毛般敏感和灵动，扑闪一下，就能瞧见生活的妙处。她们拈花惹草，游走于大街小巷、市井烟火，对最寻常的事物也能调情，一只猫，一簇花，一缕油烟，都是她快乐的源泉。即便忙得抽筋，闲得发慌，也能怡然自乐。

所谓的人间烟火，说到底，还是妇人为主体。她们是演绎俗世大戏的主角。现代社会，仕女太多，妇人太少。人世总是悲苦的，很需要这样的“妇人”，带点甜，带点咸，点着几粒芝麻，飘着香气……

随着年龄与阅历的增长，我愈发喜欢俗，喜欢熙熙攘攘的温暖，喜欢人间灶台的烟火气。也愈发喜欢随性，喜欢一切无所谓的随遇而安，就像一枚硬币，随便一抛，在地上咣当咣当转几圈，随它去。

这个时代，让人生自由落体谈何容易？但我仍希望自己很轻松地忙碌，很轻松地活着。这并非躺平，反而更需淬炼。

精神任性源于内心的舒展与自由，而这舒展与自由是在尘世的淬火中锻造出来的。提纯后的我们，往往对生活爱得更纯粹，爱得露骨而肆意。

已是知天命之年，余生只想做个内心舒展、生命丰盈的妇人，只要发现生活中的欢愉，随时随地，一触即发。

这样很好，真的很好。

胡静，高级教师，多次获全国散文年会奖，有作品入选《中学生阅读》。



编 赶
李海波
摄

静立桥头听风吟

张斌

“女人四十桥头站。”这是我90多岁的奶奶告诉我的话。

我的奶奶，一生坎坷，但活得大气而智慧。当我和妹妹人到中年，为年龄感到焦虑时，她轻松地一语点醒梦中人：“别为年龄担忧，女人四十桥头站。四十多岁，正站在桥头看风景，未来好着呢！”

如何在错综复杂的人世间活出丰盈而美好的人生，这看起来有点难。但是，通过观察身边的优秀女性，我们不难发现她们都有一个共同特点：胸怀美好、心理强大。

我从事着简单而繁复的报纸编辑工作，生活中又是一个孩子的妈妈。我也有过很多迷茫，甚至走过人生的至暗时刻。但我一直记得奶奶说的话：别急，往前走。

生活不可能一帆风顺。就像我做了20多年的编辑工作，在媒体深刻变革的时代，也遇到了前所未

有的挑战和冲击。这时，一味抱怨有用吗？埋头哭泣有用吗？我告诉自己：唯有自身的确定性才能对抗这个世界巨大的不确定性。而终身学习和成长尤为关键密码。

最近，我开始学习芭蕾。刚开始学习时，家人担心我的膝盖受不了，更有反对的声音响在耳边：都这把年纪了，还能从零开始学习舞蹈吗……而我却很坚定。

年少时曾经有过舞蹈梦，但那时条件不允许，现在终于到了有时间关注自身的年龄，为什么我不能捡起这份热爱呢？

从来没有任何舞蹈基础的我，一个在学生时代为体育考试苦恼不已的人，却开始主动学习优美的芭蕾舞了。

刚开始学习芭蕾的时候，困难重重。芭蕾手位和脚位的基本功练习简单又枯燥，每一个绷脚和半脚尖，都需要肌肉的控制力量。一个看似简单的转体和跳跃，我做起来都那么笨拙。

完全没有任何舞蹈基础的我，在学习中吃尽了苦头。比如，有一个动作叫苏特纽，我学了两周都转不好，看到其他同学学得那么快、完成得那么好，心情别提多沮丧了。但好在我没有放弃，课上仔细观察老师的动作，课后反复练习。在第三个星期的某一天，我突然惊喜地发现自己能流畅地转身并换脚了。解锁了新的动作，心底涌上一股难以言说的幸福，那感觉真的太美妙了。

当我在落地镜前跳起我人生的第一个芭蕾舞，尽管我的身材早已失去了少女时的苗条，但我跳得那么开心、自信；我在母亲面前展示我的舞蹈，她坐在一旁笑眯眯地欣赏，过后连连赞叹：“没想到你的舞姿很轻盈啊！”能得到舞蹈行家的夸赞，心里美滋滋的。

人到中年，能够找到一份全新的热爱，并且因为这份热爱收获健康和美丽，还有比这更美好的事情吗？

“女人四十桥头站。”奶奶的这句话虽然简短却充满了哲理。作为中年女性，未来的路依然很漫长，充满未知。站在“桥头”这样一个承前启后的特殊位置，过去的已经无法追回，未来的路也许充满更大的曲折和挑战，但我们有了丰富的经验和阅历，也有了自省和重塑的能力，还畏惧什么呢？

亲爱的同龄姐妹们，让我们自信地走上桥头，欣赏人生的风景，坦然迎接八方来风，用坚韧和智慧，从容面对未来所有的变化和挑战吧！

张斌，媒体编辑，阜阳市宣传文化系统拔尖人才、阜阳市十佳新闻工作者，编辑作品多次获安徽新闻奖。

山野的梦

徐华敏

云梦溪谷的清晨是被山雀啄开的。

那尖尖的喙啄在窗棂上一磕，雾气就裂了道金缝。我起身推开院门，吱——惊得檐下的白鹭扑棱梭掠过如意湖，翘尖扫落几片海棠花瓣。

晨雾漫过山脊时，整座山谷如张泼墨的国画，黛色的群峰隐在流动的乳白中，偶尔露出汉唐风格建筑群飞檐一角，青瓦沿着粮长河畔的山势次第铺开，远望去，云梦溪谷仿佛是从山体里自然生长出来的鳞甲，在云雾里泛着幽蓝的光。

四年前，我刚接手云梦溪谷项目，村里的老书记带我走进多年前采沙挖成满目疮痍的山谷，那是我第一次踏进粮长河延伸的荒野，坑沿里簇生着许多野山桃树，落花把荒草装点成淡粉色，如被风雨揉皱

的一块块手帕随意丢在荒野。那时的雾气比现在更浓，白烟巨蟒般从乌云山顶游弋而下，将整片山谷揽在怀里。脚上的运动鞋穿过乱石滩，碾过枯枝，惊起水边成群的白鹭，扑棱梭的振翅声撞碎寂静，我好像听见了某种遥远的回响——或许那时就注定了，这片荒草蔓生的野地终将成为时光的容器。

老书记说，这山谷曾是小动物的聚集地，居住着许多精灵。但渐渐连个蝴蝶都看不见了。说完，一阵长叹。

如今，我踏着高跟鞋走在石板路上，惊喜地看见了成群的蝴蝶，不单有黄的，白的，还有翅膀上撒金粉的，它们成群起飞时，像是撕碎的花瓣往天上撒。还看见娇小可爱碧玉色的蜻蜓，俗称豆娘，总爱翻飞在溪

谷灯柱旁，把修竹的影子当成琴弦来踩。

最惊喜的是萤火虫。常言说“要留三分地给虫蚁安身”，如今溪谷幽深处是没有灯光的。八月夜，那些小灯笼从竹丛里飘出来，有的挂在垂枝上，有的落进酒盏里，醉醺醺地打转。曾有位客人在湖心亭内吹乐，引得流萤聚在湖心亭上空盘旋不去，自此才信《长物志》所言“幽居之境，自有天籁相和”。那夜，客人们都不敢走快了，生怕踏碎满地流动的星子。

穿过成片建筑群，有处悬挑孤出玻璃观景台二十余米，以断崖为景，裂开的山体裸露出伤痕般的褶皱，反而成了最具震撼力的观云台。观云台侧有棵壮硕的三角枫树，是两年前从水库淹没区里救下的。它挺拔的树身有个嵌着块陶片的树瘤，我时常会抚摸着和它说话。风过，扑簌簌摇起的叶片仿佛在诉说这是某只前朝酒碗的残骸，早已在树心睡了千年。

夜幕垂落，整座溪谷开始吐纳星辰，晚归的灰棕鸟掠过歇山顶，

翅尖沾了炊烟的余韵。常有城市里来的客人在此怔忡终日，他们带着满身电子设备的余温闯入这片时空褶皱，直到听见自己的心跳与山谷达成相同频率，才惊觉指缝间已生出青苔般的宁静。彼时，连如意湖都在发光，那黑瓦顶浮在银波上，像一群敛翅栖息的水鸟。

在云梦溪谷四年，我早已惯听二十七种山鸟的鸣啭，还能记得每处院落，投射在青砖地的影子随着季节变换的角度。站在高山草坪，想起开工那年的三月，也是这般乍暖还寒，我和工人们围着篝火畅想着这片土地的未来，火星子窜进夜空，与银河的碎钻融成一片。如今那堆篝火的余烬早已渗入泥土，滋养出满坡的绿草。

忽然明白这四载光阴，原是在用山石草木写就一部长卷，而云梦溪谷，永远在完成与未完成之间，以汉唐风骨，生长成时间本身的模样。而我，不过是个有幸为时光研墨的书童。

徐华敏，广德市云梦溪谷度假村主理人。

书香路上的一抹映山红

聂玲慧

调入图书馆前，我也和大多数人想法一样，图书馆的工作，不就是提供借书、还书的服务吗？真正涉入这方领土，才发觉阅读推广是一项平凡却又不平凡的神圣使命，她让我成为扎根潜山的文化传承者与传播者。

我努力利用各类资源，将阅读的独乐乐拓展为山乡民众的众乐乐，在大众化、精准化、特色化下苦功，以点餐阅读、自然科普公益阅读大课堂、恨水文化读书等富有特色的活动传递书香之美，点燃了潜阳大地全民阅读的热情，让“书香潜阳”阅读实践的文化品牌越擦越亮。

因为条件限制，山乡孩童不能在“读好书”上有突破。在书香潜阳的阅读实践中，我因地制宜地推出“点餐”阅读，让读者选择书本、图书馆买单，这项活动更精准化地满足

了群众最后一公里的文化需求。潜山市龙潭乡萤火虫公益书屋，是中国城市规划设计研究院以党费定向捐赠的书屋。为了使大山深处的古村落书屋焕发新的生命力，我们仔细征询当地群众意见，精心挑选富有潜山地域文化的图书书籍1500套，用流动图书车运送到书屋。《张恨水全集》《天柱山风光》等一一在列。我们又和妇联一群热心人士共同努力，多次邀请关注乡村教育的朋友来书屋开展经典阅读、传统文化阅读，手把手教授孩子们学习制作花草灯，给孩子们讲述国家级非遗桑皮纸的制作技艺，温润山乡孩童的阅读时光。小小的萤火虫公益书屋备受社会关注，人民日报以“潜山这一书屋：河山千重景 萤火一点光”为题，详细介绍了萤火虫公益书屋。

潜山市拥有世界级地质资源，天柱山花岗岩地貌雄奇壮美。为激发青少年热爱地球，热爱家乡的意识，我积极参与科普志愿服务团队，在潜山市中小学尤其是乡村学校开展“科普之光 你我共享”科普大课堂活动，带领潜山市中小学生尤其是乡村留守儿童、特殊群体学生到野外进行公益自然阅读。我和队友一起设计了“潜山动物群”“潜山鸟类”等本土化的科普教材，有针对性口袋书更适合孩子们的阅读。目前，已在潜山市开展40场次5000余人次青少年参与的科普阅读活动，让书香潜阳闪动着科普之光。这一项目先后荣获潜山市志愿服务项目一等奖，安庆市有戏安庆公益项目大赛三等奖。

在潜山，张恨水这张文化名片常常与天柱山合称为“一山一水”。为提升张恨水文化在群众中的普及率，在“书香潜阳”这一活动实践中，我们积极联合安徽省张恨水研究会秘书处，编辑乡土教材《碗底有沧桑》等以读、讲、演、赛的方式开展推广恨水文化读书活动。这期间，让

我印象最深的就是张恨水爱国作品青少年书法比赛和朗诵比赛，当孩子们用抑扬顿挫的声音传达对家乡名人的崇敬时，用行云流水的笔法传达对家乡名人的热爱时，我的心中也涌动着骄傲和自豪。这或许作为阅读推广人最亮的幸福底色。

2025年早春的阳光温馨而又热烈，这是我从事工作的第二十个年头。前十五年我用匆忙却坚毅的脚步跋涉在皖山皖水间，用心捕捉每个真善美的璀璨瞬间，努力用文字编织绚丽多彩的时光羽衣，成为这座城池的记录者和守护者。而今，在这个充满可能的春天里，我用心咀嚼阅读的力量，化为流淌在血液里的星汉银河，再用属于自己的方式传递给每个人。在书香潜阳的路上，我愿做扎根山乡的映山红，让山乡群众在潜移默化中感受到阅读的甜蜜和芳香。

这，也是人世间最幸福的事。

聂玲慧，潜山市图书馆副馆长，曾获安徽省青年志愿者优秀个人、安徽省“十佳”阅读推广人、安庆市三八红旗手等荣誉称号。

三十年前嫁到这里，我是瞒着父母调过来的，因为二老坚持认为潜山是个不毛之地，而爱人的二老又死活不答应他兑现跟我走的承诺。

那时没有洗衣机，我将一家人的衣服浸在澡盆里准备大干一场时，婆婆走过来指点江山：“你不能这样洗衣服，要先给男人的衣服洗好了，才能把你的衣服放进去泡。”

婆婆要加入基督教，公公和几个孩子都不允许。我不明白婆婆为什么不能有信仰自由，据理力争，在婆婆面前挣回了不用残水洗自己衣服所扣的分。

记得女儿刚满月，爱人端着一盆尿布，准备去公共水龙头下洗，一个数学老师质问我：“你一个外地女人哪来的这么大本事，竟然让我们潜山大老爷们洗尿布？！”

那时我跟周围同龄的女性也常常聊不到一起来。她们会比赛谁的抹布捶得更干净，谁在父母、公婆面前更顺从。即使有了洗衣机，也要不无自豪地传授洗衣机是怎样地让人不放心，她们如何忍着腰酸背痛去手洗。我就不明白，男人发明洗衣机的初衷是解放女性，咋女人反倒不愿意被解放呢？

我不捶抹布，也很少手洗衣服，但是我并没有闲着。我打球，混在学生堆里打。乒乓球通常是玩擂台赛，霸台时我霸气侧漏，输了球就和学生一样下台排队，坚决拒绝特殊优待。因为从小喜欢打球，大学里还得过乒乓球冠军，我霸台的机会还是很多的，学生们颇感意外，也很开心，晚自习就愿意做生物习题，班主任不让都不行。

申报高级职称时，大量同事涌进资料室，查找自己历届、各班学生的会考合格率，我只需在每一栏里填上百分之百。

我带学生在校园里和后山上认植物。揉一揉紫苏的叶片，举着紫色手指，我对他们说：“细胞破裂了，色素就会从细胞膜里流出来，如果将叶片煮熟了，汤汁也是紫色，为什么？”他们当然就会开动脑筋，回忆起细胞膜的结构和蛋白质变性的知识。所以，认植物并不仅仅是认植物。

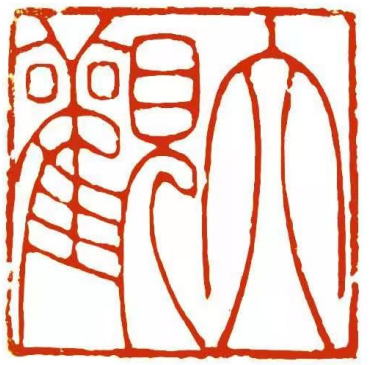
我的学生们毕业之后，大家聚会聊起来，最常见的话题并不是老师课上得怎么样，而是欧老师如何带他们逛后山，石龙子和水蛇如何从脚下“咻溜”一下遁入草丛，以及教学楼前那一排洁白的玉兰花、学校大门口高大威武的水杉……

有一次在课堂上，我请没有交《基础训练》的三个同学自己站起来说明原因，其中有个姓邓的同学说他的《基础训练》弄丢了。下课后，我直接去了学校图书室，费尽周折才跟管理员要到一本，在封面写上邓同学的姓名，下一节课时带给了他。他考上沈阳大学后对我说：“欧老师您不知道，当初我接到您亲笔写着我名字的《基础训练》时，激动得夜不能寐，那时就决定了要选择生物学。”他公派美国加州大学研究生毕业后，成了血液病专家，是中国白血病领域首个自主原创研究CAR-T细胞治疗创新药的主要参与者，受到国家领导人的接见。

我的时间去了哪里，到此已经很明了。在周围人看来，我这个外地媳妇比较另类，有点没大没小，人情世故上不太通。

如今三十年过去了，我依然不捶抹布，除了内衣和白衬衫，几乎从不手洗衣服，偶尔也还会吩咐爱人洗碗，但没有人再表示反对。

欧迎春，巢湖人，安徽省潜山野寨中学生物高级教师。



外地媳妇
欧迎春