

致敬每一位“她”

□ 卜庆萍

在生活的广阔舞台上，每一位“她”都独一无二，用自己的方式书写着人生篇章。她们或许是母亲，用无尽的爱滋养着家庭；或许是职场精英，以智慧和勤奋成就事业的辉煌；又或许是平凡生活中的普通人，用善良真诚照亮自己、温暖他人。在“三八”国际劳动妇女节来临之际，让我们以最诚挚的心意，向每一位默默付出的“她”致敬。

清晨的第一缕阳光透过窗帘，温柔地唤醒了沉睡的她。她，是无数平凡母亲中的一个，却用不平凡的爱，为家人撑起一片天。厨房里，锅碗瓢盆相互碰撞，交织成一曲温暖的交响乐，她在这充满烟火气的旋律里，为家人准备着早餐。每一道菜肴，都蕴含着她对家人的深情。餐桌

上，她笑语盈盈，用话语温暖着每一个家人的心田。在她的世界里，家人就是一切，她愿意倾尽所有，只为换得家人的幸福与安康。

走出家门，她化身职业女性，面对挑战与压力，从不退缩。办公室里，她是团队的主力，用专业知识和敏锐的洞察力，带领团队克服一个又一个难题。会议室里，她的发言掷地有声，每一个建议都彰显着智慧与勇气。她用实力证明，女性同样可以在职场上大放异彩。

然而，职场的光鲜背后，是她无数个夜晚的默默付出。加班加点，只为工作的完美无瑕。深夜归家，还要兼顾家庭与孩子的教育。她，用自己的辛勤与汗水，为家人营造幸福的港湾，为事业扬起前行的风帆。尽管疲惫，但她的心中始终充满了爱与希望，因为这是她生活的动力源泉。

闲暇之余，她喜欢阅读、旅行、瑜伽，或是与

好友相聚，分享彼此的故事与感悟。这些看似平凡的瞬间，却是她释放压力、充实内心的宝贵时光。她懂得，只有照顾好自己，才能更好地照顾家人、更好地完成工作。她的生活，因此更加丰富多彩，充满无限活力。

在她看来，生活是一场修行，每个人都在不断地成长与蜕变。她愿意以一颗感恩的心，去拥抱每一个挑战与机遇。无论是成功的喜悦，还是失败的痛苦，都是生命赐予的宝贵财富。她学会了从失败中汲取教训，从成功中总结经验，不断地提升自己、完善自我。

她，还是社会公益事业的积极参与者。空闲时间，她会参加各种志愿服务活动，用自己的力量去帮助那些需要帮助的人。她的善举，让更多的人感受到了社会的温暖与关怀。她相信，每一份微小的力量都能汇聚成爱的海洋，让这个世界变得更加美好。

岁月流转，她也在不断地成长与变化。从青涩少女到成熟母亲，从职场新人到行业精英，她用自己的经历诠释着生命的意义与价值。在她的身上，我们看到了坚韧与温柔并存的力量，那是对生活的热爱与执着追求的最佳写照。在她们的舞台上，有着永远书写不尽的精彩。

让我们向每一位“她”致敬，感谢她们在生活中的无私奉献与辛勤付出。正是有了她们的存在，这个世界才变得更加美好与和谐。她们用自己的行动证明，女性拥有无限的可能与力量。只要心怀梦想与坚定信念，就能在生活的舞台上绽放属于自己的光芒。

在未来的日子里，愿每一位“她”都能继续勇敢地追寻自己的梦想，用自己的方式书写生命的传奇。愿她们的生活充满阳光与温暖，愿她们的心灵永远年轻而充满活力。向每一位“她”致敬！

心灵吟唱

巾帼礼赞

□ 韩红军

三月的风吹过乡村
你在田间的的身影
似一幅古老而鲜活的画
施肥撒种，希望在泥土中扎根

漫漫旅途，你的声音似春阳
温暖了乘客疲惫的心
流动的家里，驿动的情
一路和谐，护佑平安的归程

校园中，琅琅书声与你相伴
你如辛勤的蜜蜂
在讲台上，编织知识的花环
用粉笔，写下春天的诗篇

工厂内，机械轰鸣
你的双手熟练舞动
汗水，在衣襟上绘出辛劳的画卷
每一件产品，都凝结着你的付出

赛场上，玫瑰铿锵绽放
边疆处，壮志凌云翱翔
苍穹之下，有你无畏的梦想

“三八”节的颂歌为你唱响
你是春日最美的花朵
是那一抹璀璨的红
是时代不朽的脊梁

你的坚韧，你的温柔
你的奉献，你的追求
在岁月中闪耀，永不落幕

感恩有你

□ 曹欣

在温馨的家中
有一朵永不凋谢的花
她是母亲，是妻子，是女儿
是岁月里最温柔的画

厨房里忙碌的身影
是她为家人烹饪爱的佳肴
那腾腾的烟火气息
是幸福在悄悄萦绕

灯光下缝补的双手
带着无尽的关怀与温柔
一针一线，缝进了牵挂
也缝起了悠悠岁月

她笑时，如春风拂面
能驱散生活的所有忧愁
她泪时，似雨滴轻柔
让人心疼，愿为她守候

“三八”节的阳光正好
她的美丽在光芒中闪耀
家中因她而充满温暖
爱，在她的怀抱永不老

愿时光温柔以待
让她的笑容永远灿烂
感恩有你，这生命中的繁花
一朵永不凋谢的花

短章 撷英

春光明媚

□ 张玲

随着气温悄然回升，万物复苏，大地开始换上了春的新装。春风悠悠地吹化了湖里的冰，湛蓝色的天空像水洗过的画布，映照着一池春水。初春的朝阳下，水面烟波浩淼，调皮的鸭子们在水中嬉戏。远山上冰雪融化，潺潺溪流唤醒了沉睡的山谷。

“律回岁晚冰霜少，春到人间草木知”。初春乍暖还寒，岸边的柳树摇曳着曼妙枝条，凑近看，树枝上小小的嫩芽已悄悄地探出头来，好奇地打量着这个全新的世界。小雨淅淅沥沥地下着，滋润着山川河流。若弯下腰俯下身，用双手轻轻扒开那看似依然枯萎着的草丛，你一定会为刚刚钻出土壤细如牛毛的小草而惊喜。它们从黑暗挺到光明，正柳足了劲儿生长呢。那些绿油油的田野里就像铺上了地毯，那可不是一般的“草”，在庄稼人的眼中，这些“草”可珍贵呢——它们是秋播的小麦，度过一个寒冷的冬季，现在正蓬勃生长，随风起舞。

候鸟群已带着对家的想念，踏上了从南方飞回北方的征程。它们不惧征途遥远，它们是天空中自由的旅者，亦是时间的使者，它们的归巢即将带来春天的第一声问候。

俗话说，“一年之计在于春”。这不，在生养我们的家乡，父辈已开始了新一年的劳作，他们手握锄头，或一下一下刨去去年的玉米根，或弯腰挑拣地里的石头，或平整脚下的土地，为新一年的播种做足了准备。宽阔的土地上，翻地机的轰隆声已为农民敲响希望的号角。

春光明媚，万事万物都是欣欣向荣的样子。我们喜春、爱春，但最爱恋春天的还数迎春花，一开便便向大自然道尽千言万语，争分夺秒地绽放着，生怕错过一丝春的呼吸，开了谢、谢了开，绵延不绝前赴后继，漫山遍野铺满枝条，怎一个“绚烂”了得。

这便是春的景象，一切都在绽放。

随感 点滴

读书养生
享受生活

□ 田保山

现代人越来越注重养生，对于我来说，养生最有效的方法就是阅读书报增长知识，修心性陶冶情操。

著名学者季羨林先生曾说过：“天下第一好事，还是读书”。读书虽然增加不了一个人生命的长度，却可以增加生命的宽度和厚度，可以使我们的生活得有温度有态度有深度。

阅读是通向美好幸福生活的重要通道，一个书香充盈的环境，能营造美好的精神家园，大家在一起共读共学共同生活，是多么幸福美满。读书能给人带来愉悦、慰藉和收获，读书需要养成习惯，还需要掌握行之有效的阅读方法。一个坚持阅读书报、勤于思考和实践的人，就会储备越来越多的知识，拥有更强的本领。他会热爱生活富有情趣，不畏艰难乐观进取。读书是人生一大乐趣，可以怡情、养性和养生。勤于阅读书报各种知识而积淀的精神之美，自然而然会体现在人的面容、形体和言谈举止上，睿智、儒雅的气质也会油然而生。

读书成就梦想，学习点亮人生。让我们人人都快乐地阅读书报，享受真实美好的幸福生活，生命就会展现出一片常美常新的风景。



寻春(国画)

司书文 作

散文 天地

诗词“女人花”

□ 聂顺荣

姿婀娜，脸庞与娇艳的荷花相互映衬，难辨彼此。当她们的歌声悠悠传来，人们才惊觉她们的存在。“菱叶萦波荷飏风，荷花深处小船通。逢郎欲语低头笑，碧玉搔头落水中。”白居易的这首诗更是将采莲女的娇羞之态刻画得入木三分。她们在采莲时，或许会偶遇心仪之人，刹那间，羞涩涌上脸庞，慌乱中，碧玉簪子不慎落入水中。采莲女的劳作并非单纯的体力付出，她们在收获莲子的同时，也在水乡泽国演绎着属于自己的浪漫故事，为古诗词增添了无尽的柔情与诗意。在古代，莲子不仅可食用，还因其谐音“怜子”，被赋予了爱情的寓意，采莲女的劳作也因此承载了更多情感与文化内涵。

织锦女，在诗词中展现出非凡的技艺与坚韧。秦韬玉在《贫女》中云：“蓬门未识绮罗香，拟托良媒益自伤。谁爱风流高格调，共怜时世俭梳妆。敢将十指夸偏巧，不把双眉斗画长。苦恨年年压金线，为他人作嫁衣裳。”这里的贫女虽未明为织锦女，但古代女子常以女红为业，织锦更是其中精细活儿。织锦女们端坐于织机前，双手灵动地穿梭于丝线之间，将一根根丝线编织成精美的锦缎。她们的技艺精湛，却因出身贫寒，只

能为他人织就华服，自己却无缘享受。鲍令暉的《拟客从远方来》中“客从远方来，赠我漆鸣琴。木有相思文，弦有别离音。终身执此调，岁寒不改心。愿作阳春曲，官商长相寻。”诗中的女子虽未直接说是织锦女，却能让人联想到织锦女对技艺的执着，如同诗中女子对琴音的坚守。她们在织机前耗费无数时光，用自己的巧手，编织着生活的希望，也编织着古代的灿烂文明。

漫步在夜色中，感受着这份宁静与安详，心中涌起一股莫名的感动。那些灯火，不仅仅是光与影的交织，更是温暖与希望的象征。它们告诉我，无论世界多么喧嚣，总有一处安宁之地，等待着我们去发现、去珍惜。

小院、草屋、炊烟，构成了一幅幅温馨的画面。在这里，时间仿佛放慢了脚步，让人忘却尘世的烦恼，只想沉浸在这份宁静与美好之中。每当夕阳西下，炊烟袅袅升起，那是家的味道，是母亲在厨房忙碌的身影，是晚餐前最温馨的期待。幽径、小桥、流水，则是另一番风景。小河水悠悠，流淌着岁月的痕迹，大人晚餐后在河道边漫步，孩子们则悠闲地坐在小桥上看着小河里的弯月。他们的身影，与这片水融为一体，构成了一幅动人的画卷。

无论是形单影只，还是朋友相伴，我都愿意举杯邀月，敬这美好年华。月光如水，洒满大地，它无声地陪伴着我，倾听着我的心声。在月光下，所有的忧愁都变得渺小，所有的梦想都闪耀着光芒。我感谢这份孤独，因为它让我学会了与自己对话，学会了在喧嚣中寻找内心的平静。

诗林 漫步

春之声

□ 耿庆鲁

一
薄冰炸裂
裂出一道道花纹
风，吹拂出形状
嫩芽钻出钟摆的缝隙
时间正从根部
抽走褐色的叹息
鲜绿，探出小小的脑袋
莞尔一笑
雨滴连缀成丝
青衫少年站在柳树下
挥手相望
那柔婉的柳丝
宛如一帘幽梦
阳光照射雨滴
折射出七种方向的彩虹
指纹在玻璃上蒸发
留下雾的痕迹
山寺桃花汹涌成海
潮涨潮落间
迎来多少客人
又送走多少客人
千百年来
只有山风知道
泥土深处
蚯蚓搬运着

去年秋天的回声
融雪的脉络漫过窗台
我们始终没有学会
如何拆解未寄出的信
在句号里发芽的
一定是早来的春天

二
雨点踩着鼓槌
把泥土敲成湿润的琴键
嫩芽从冻土里探出话筒
收集去年未唱完的歌谣
燕子剪开云絮时
翅膀碰响檐角风铃
老墙根的青苔正在调频
布谷鸟的啼叫
是准点报时
纸鸢拽着笑声越飞越高
溪水驮走最后一薄冰
蒲公英松开攥紧的拳头
所有小伞同时起跳
山坡忙着试穿新衣裳
野花扭扣系到第七颗
孩童追着蝴蝶
跑调的音符
跌进冒泡的春天

栖居春风里

□ 黄信波

在岁月的长河中，总有一些时刻，让人愿意放慢脚步，细细品味生活的每一份赠予。那是一段关于昼与夜、春与秋、静与动的交响曲，它在小院的草屋旁缓缓铺开，又在江水的波涛声中悠扬远去。

星，是彩蝶翩跹的画卷。阳光透过树叶的缝隙，洒下斑驳的光影，那些轻盈的蝴蝶，在光影中穿梭起舞，它们或停在枝头，或掠过花丛，每一次翅膀的扇动，都似乎在诉说着春天的故事。我站在一旁，静静地看着，心中充满了对生活的热爱和对自然的敬畏。春风十里，催开了满园的花朵，红的、黄的、蓝的，竞相绽放，它们用自己的方式，诠释着生命的绚烂与多彩。

夜，则是万家灯火的温柔。当夕阳的最后一抹余晖消失在天际，灯火开始在小镇的各个角落亮起，像是夜空中的繁星，点亮了回家的路。我

太行

题字
武龙虎