



马字成语传美德 载道承韵贺新春

王俊

春启新程，马跃华章。在中华民族数千年文明长河中，马不仅是驰骋沙场的伙伴、农耕劳作的助力，也是精神文化的标识。它以矫健之姿、忠诚之性、奋进之态，融入语言文字的血脉，凝结成一个个意蕴深远的包含马字的成语。这些成语，既是中华文史记忆的鲜活载体，也是传统哲学智慧的凝练表达，更承载着中华民族世代传承的精神品格与传统美德。马年新春，我们循着马字成语的脉络寻根溯源，解读哲思，不仅是对中华优秀传统文化的致敬，更能让时代精神在文化浸润中得以弘扬。

忠勇担当 金戈铁马铸风骨，舍身报国显赤诚

在中国传统文化中，马与征战和奉献高度关联，与之相关的成语承载着深厚的民族精神。“金戈铁马”原指披甲战马与金属兵器，后引申为描绘激烈的战争场面与将士戎马生涯，凝聚着“勇毅”与“坚守”的美德。它激励人们在面对困难时敢于拼搏、攻坚克难，以忠勇担当书写时代篇章。

“汗马功劳”则赞颂“实干”与“奉献”精神，将战马的辛劳与将士的功绩相连，体现“一分耕耘，一分收获”的朴素真理。它倡导立足本职、脚踏实地，在平凡中创造不凡，以“功成不必在我，功成必定有我”的情怀为国家发展与民族复兴贡献力量。

这些成语镌刻着“天下兴亡、匹夫有责”的家国情怀，彰显忠勇报国、舍生取义的传统美德，是中华民族精神谱系中的重要组成部分。它们传递着挺身而出、勇担使命的力量，激励人们在新征程中不断奋进。

笃行奋进 骏马奔腾启新程，自强不息践初心

马的奔腾不息、勇往直前的天性，融入成语之中，凝结为“笃行奋进”“自强不息”的精神内核，承载着中华民族锲而不舍、久久为功的传统美德。

成语“马到成功”原指战马一到即获胜，后引申为事情顺利、迅速达成目标。它不仅是美好的祝福，更蕴含着实干与奋进的深刻哲理。成功的背后，是日积月累的刻苦训练与不懈拼搏。它启示我们，唯有脚踏实地、埋头苦干，才能将理想转化为现实。新春倡导这一美德，正是鼓励人们立足本职、求真务实，以实干践行初心，以奋斗成就梦想。

“骅马十驾”则凸显

了坚持与坚韧的力量。荀子以“骅马”与“骥骥”对比，阐明持之以恒的重要性——即便天赋平庸，只要坚持不懈，日积月累，亦可抵达远方。它传递着“锲而不舍，金石可镂”的智慧，提醒我们成功离不开长期的积淀与坚守。重温这一典故，既能激励平凡者不妄自菲薄、坚守初心，也告诫所有人面对困难须保持毅力，久久为功，终有所成。

这类成语描绘了马的矫健姿态，更传递着积极向上、奋勇争先的精神力量。它们激励人们脚踏实地、笃行不怠，在新春之际，尤其能唤起“辞旧迎新、奋发有为”的蓬勃朝气，鼓舞我们在新征程上不断迈进。

知人善任 伯乐识骥明贤愚，慧眼识才兴家国

古人常以马喻人，将千里马比作贤才，伯乐喻为善识人才者。成语“伯乐相马”，既指善于鉴别良驹，更寓意善于发现、选拔和任用人才，其核心在于慧眼识才与尊重人才。这一成语蕴含着双重美德：一为识才，即具备敏锐的洞察力，能于平凡中见卓越，不为表象所蔽；二为爱才，体现为对人才被埋没的痛惜与对其价值的珍视。韩愈“千里马常有，而伯乐不常有”之叹，正是对此精神的深刻呼应。在新时代，弘扬伯乐相马之美德，有助于营造尊重人才、珍惜人才的社会氛围，为各类人才提供施展才华的舞台，实现人尽其才、才尽其用。

“老马识途”则体现了对经验与智慧的尊崇。该典故出自管仲借助老马为齐军引路脱困之事，比喻经验丰富者能明辨方向、提供指引。其核心美德在于敬贤与向学，倡导尊重经验、虚心求教。管仲作为贤相，仍能正视并借重老马的经验，这启示我们：经验是宝贵的财富，应虚心向有阅历者学习，汲取智慧，少走弯路。弘扬这一美德，既是对前辈经验与贡献的尊重，亦是对后辈的勉励——要在传承中学习，在借鉴中成长。

这类成语凝结着古人“知人善任”“礼贤下士”的用人智慧，承载着重视人才、善用其长的传统美德。新春之际，重温这些典故，不仅有助于汲取历史智慧，更能推动形成尊重人才、善用人才的良

好风尚，为国家发展与社会进步汇聚坚实的人才力量。

敦睦向善 竹马之交存赤诚，邻里相融传温情

马的形象不仅与征战、识才等宏大意涵相连，也深深融入日常生活，成为邻里和睦、人情温暖的生动象征。

“竹马之交”源自李白“郎骑竹马来，绕床弄青梅”的诗句，形容自幼相伴、纯洁无瑕的友谊。这一成语的核心是“友爱”与“赤诚”，赞颂了人与人之间最纯粹真挚的情感。它传递着“友爱向善”的理念，倡导真诚相待、互助关怀，引导人们在生活中守护初心、营造和睦温馨的社群氛围。

“车水马龙”被指车马往来不绝的繁华景象，其背后蕴含着“国泰民安”“敦睦相融”的美好寓意。街市热闹、人流如织，反映的是社会安定、百姓和乐。该成语不仅描绘了新春佳节喜庆祥和的场景，也寄托了对国家安定、邻里和睦的深切祝愿，体现了“敦睦向善、共建家园”的时代理念。

这类成语承载着中华民族“以和为贵”“友爱互助”的传统美德，传递着人与人之间的真诚与温情。新春之际，重温这些典故，有助于弘扬敦睦向善的社会风尚，营造和谐友爱的节日氛围，为佳节增添暖意。

千言万语寄情韵，一马当先启新程。以“马”为载体的成语，既是中华语言文化的璀璨瑰宝，也承载着厚重的历史记忆、深邃的哲思智慧和珍贵的传统美德。那些蕴藏在“马”字成语中的忠勇担当、笃行奋进、知人善任、敦睦向善等精神品质，不仅是中华民族代代相传的精神财富，更是今天我们推进中国式现代化不可或缺的内在动力。在这马年奔腾而至的时刻，愿我们如骏马奋蹄，将成语中蕴含的龙马精神融入日常言行与工作实践，脚踏实地、一往无前，在平凡岗位上书写不凡的篇章。让我们以“快马加鞭”的劲头、“马不停蹄”的坚持，共同奔赴中华民族伟大复兴的壮阔征程，迎接一个万马奔腾、生机盎然的崭新时代。

（作者系云南省社会科学院民族文学所所长、研究员）

老昆明年夜饭中的文化传承

张佐

“年夜饭”又称“团圆饭”“分岁饭”，是中国人春节期间最重要的家庭聚会之一。据南朝梁宗怀《荆楚岁时记》记载，至迟在南北朝时期，已形成大年三十夜全家团聚共进晚餐的习俗。这一传统延续一千多年，不仅因一年奔波辛劳，需在岁末共享丰盛餐食、感受家庭温馨，更承载着深厚的文化意蕴：全家在祭祀天地祖宗、祈愿平安吉祥的仪式中，传递对先人的缅怀与对未来的祝福。因此，无论贫富，居家者必精心备办年货与祭品；远游者则尽可能踏上归途，与亲人共聚一餐，以寄团圆之情、传家族之脉。

老辈昆明人素来敬天法祖、循规蹈矩，对年夜饭尤为重视，讲究颇多。无论家境贫富、人口多寡，肉、鸡、鱼、芹菜、蒜苗、白菜、青菜、豆腐、安宁葱等均必备食材，既象征富足团圆，亦承载祭祀深意。肉须选上品，切出方正大块白煮供祭，其余可红烧、炸酥或制丸；鸡必取武定骗鸡整只白煮，象征完整丰足；鱼须鲜活鲤鱼，整条油煎，寓意有头有尾、年年有余。蔬菜皆素炒，不添酱油，以显青白分明。芹菜（勤）、蒜苗（算）、白菜（清白）、青菜（清静）各寓美意，寄望子孙勤谨清白、持家有方。尤以安宁葱炒豆腐内涵深远——“葱”谐“聪”喻通达，安宁葱更添吉祥，此菜既合“一清二白”之训，又含祈愿子孙聪慧、家园安泰之良苦用心。一席年夜饭，既是佳肴丰饷，亦是家风传承，在朴素仪式中传递着昆明人对天地祖宗的虔敬，对清白家风的坚守，以及对未来祥和的深深期盼。

大年三十日落后，家家户户在堂屋外设供桌祭祀天地。祭品以荤为主，讲究少而精，通常为一方白肉、一只整鸡与一条整鱼，象征以朴实之物敬奉天地，寄寓百姓虔诚之心。全家依长幼次序叩拜，成人默念“天高覆万物，地厚载群生”，祈求天地护佑阖家平安。此后，将菜肴移至堂屋内祖宗牌位前祭祖。此时，祭过天地的鸡已切块为白斩鸡，鱼亦添料烹成糖醋口味。祭祖菜品丰盛多样，以示孝敬之心。仪式庄重而绵长，孩童虽饥肠辘辘，却因长辈告诫“未祭完而偷食者嘴会歪”而不敢妄动，仅能眼巴巴望着供桌；偶有胆大男娃趁磕头间隙偷取酥肉，也为仪式添了鲜活记忆。待祭祖完毕，天色已昏。孩童帮忙撤供上桌，一年中最期盼的年夜饭，便在灯火与团圆中正式开始。

在老昆明的家庭中，堂屋中央常摆放一张可折叠的大圆桌。平日收起四边桌板，便是八仙桌；逢年过节展开，即能容纳十余人围坐的团圆桌。年夜饭菜肴丰盛，最受瞩目的莫过于置于圆桌正中的什锦火锅——昆明人称之为“炊锅”。孩子们心急，常先夹几片干张肉、煎煎饼，或白斩鸡、蒸板鸭垫肚，再吃些炒饵块，半饱后才顾得上炊锅。昆明传统炊锅与当今常见火锅大不相同，不仅形制别致——上为锅体，下连炭炉，亭亭而立，且材质讲究，最优者为银制，次为白铜、紫铜等。

炊锅的汤底最为精心，多选用原汁鸡汤、筒子骨汤或火腿骨汤，仅加适量盐提味，不添酱油、辣椒等重料，以保汤色清亮。待鲜汤滚沸，陆续投入肉丸、火腿、酥肉、各类菌菇、时蔬、豆腐等食材。煮熟后，绿菜仍以翡翠，粉丝洁白如银，木耳乌润若玛瑙，整锅色彩明丽，宛如一幅可食的画卷。与川味火锅的浓烈麻辣相比，昆明炊锅以“鲜、甜、淡、烫”为特色，尤其突出一个“淡”字。淡非无味，而是盐味适中、不掩本真，令其食材保有原味，汤菜鲜醇回甘。因此，炊锅既可作下饭菜，也能直接当主食，老少皆宜——年轻人喜脆则及时起筷，长者爱软便多煮片刻。

年夜围炉，炊锅热气腾腾，暖意融融。晚辈为长辈夹菜，祖母为孙子添肉，一口鲜汤、一筷暖食，承载的不仅是味觉的享受，更是代代相传的亲情与团圆之乐。炊锅，因而成为老昆明年夜饭中无可替代的灵魂。

年夜饭渐近尾声，炊锅里的汤仍温润地滚着。这时，家中的老人会轻轻将几片完整的、未经刀切的白菜与青菜放入锅中。碧绿的菜叶在乳白的汤里徐徐舒展，犹如时光铺展成一条柔婉的长路。待菜煮熟，每人皆郑重夹起一箸，象征性地品尝——这一口，咽下的是团圆，衍生的是绵延。余下的菜叶并不收起，而是连锅留存，从初一端到初三，日日温热，岁岁相传。这道菜，在老昆明的话语里，叫作“长菜”。菜不切断，是为“长”；留至新年，亦为“长”。它不言不语，却把最深长的祝愿都煮进了一锅清水白菜里：长吃常有，衣食无忧；长长久久，亲情不散；年年延续，福泽常在。

炊火渐熄，余温犹存。一锅“长菜”，连起了旧岁与新春，也连起了代代人间烟火中的守候与期盼。它不只是饭桌上的一道菜，更是一段可触可感的文化记忆——在岁末的暖光中，以最朴素的方式，告诉我们何为“长久”，何为“传承”。

宴席终散，而“长”味永存。
（作者系中国当代文学研究会会员、云南省作家协会会员）

纳西族楹联中的“和美”哲思与生态智慧

杨江晨

纳西人常说“达瓦纳西努”——一句古老的谚语，字面意思是“腊月里的纳西人像疯了一样忙”，内里却描绘着一种深植于时序与仪轨的庄严忙碌。在这样的忙碌中，以东巴象形文字书写楹联，成为连接世俗与精神、个体与传统的关键仪式。诸多楹联中，流传最广的莫过于这一副：“根壮树不倒，林茂水长流。”寥寥数字，却不止于年节的装饰。它是纳西人将生活感悟、自然敬畏与家族祈愿，凝于笔端的温暖寄托。墨迹在冬阳下静默闪烁，一个民族穿越千年的文脉，便在这书写与凝视之间，悄然延续。

笔墨间的“和美”哲学

要读懂这副楹联，须先理解东巴文——这种被称为“活着的象形文字”，纳西语谓之“斯究鲁究”，意为“木石上的痕迹”。它不仅是书写符号，更是纳西人与天地万物对话的媒介。东巴文中，“和”字如两根相依的肋骨，诠释着“万物共生”的朴素哲学：人与人相互支撑，如骨护体；人与自然彼此依存，似息与身。“美”字则似含露花苞，凝结着纳西人对美的认知——美在初芽破土的生机，在溪月相映的宁静，也在皱纹里流淌的岁月。

“根壮树不倒，林茂水长流”凝聚着

深远的寓意。“根”字下曲如扎土，上分似发新芽，喻文化传承与生态根基；“壮”字笔触饱满，状根系蓬勃。二字相合，强调“固本”为先。“林”以多木并列，显群体繁茂；“茂”似枝叶层叠，指生物多样性；“水”自源起而流，喻智慧与生命延续不绝。上联言“立身”，向内求根基稳固；下联讲“共生”，向外达自然和谐。这不仅是一副门楣楹联，更蕴藏着纳西文明中“天地同源，人自然为兄弟”的古老智慧，成为融入日常的生命哲学。

日常里的生态实践

纳西人的生态智慧深植于日常，贯穿人与自然共生的实践之中。在横断山脉的生存经验里，先民视山林为父、江河为母，形成了代代相传的生态规约：水源之地保持肃静，禁止杀生；伐木须种还三倍；动土须获村老准许。

“祭署”是其中最为庄严的生态仪式。“署”在纳西信仰中为掌管山林水土的自然之灵。据东巴经记载，人类与“署”原是同父异母的兄妹，共享天地资源。后因人类贪婪索取、破坏自然，导致灾祸降临。经调解，双方约定：人类节制贪欲，虔心守护，“署”则回报以风调雨顺。每年农历七月，各村寨通过祭祀重温这一古老盟约。老人常教导子孙：贴春联时，须铭记与山水的约定。

丽江古城的营建亦深刻体现“道法自然”的智慧。源自黑龙潭的玉泉水，经明代木氏土司依势规划，分流成网，形成“家家流水、户户垂杨”的水系格局。这活水既是生活之源，也串联起社区的协作与情感。村寨周边的“风水林”被世代守护，即便急需木材也不会砍伐，因为村民深知“林茂水长，水润根固”的生态循环之理。

新春时节，“和美”由自然延伸至人伦。邻里互赠手写春联，共品传统美食，同唱“谷气”、共跳“阿哩哩”。长辈常说：“邻和家旺，兄和业兴。”“和”如两肋相依，离则难立。”东巴文“和”字如肋骨相靠，正象征纳西社会中的互助共济：建房共助，病老轮护、孩童同行。春联不仅贴在门上，更刻入心底——和美，是纳西人融入日常的信仰与实践。

今日的新回响

古老的生态智慧正与当代生活相融共生。“根壮树不倒，林茂水长流”这句纳西古训，在今日丽江的土地上依然闪烁生机，更以新的形式延续传承。

文化保护领域正发生着静默而深刻的转变。在东巴文化研究院，承载着纳西族哲学、医学与自然观的手抄经本，正通过数字化技术获得永恒的生命。百卷《纳西东巴古籍译注全集》的系

统整理与出版，使一度隐匿于山野的民族智慧走向广阔世界。雪山书院中，游客驻足聆听的不再是遥远传说，而是“人与树的生态约定”——文化从展柜中走出，成为可触可感的生命对话。

在玉龙雪山脚下的玉水寨，生态守护与文化遗产早已融为一体。村里的长者既是巡山八小时生态管护员，熟知每片林木、每眼山泉的变化，也是向访客讲述“人与自然如兄弟”的文化使者。在他们身上，古老的敬畏已化为日复一日的守护。

生态理念更催生了可持续的生计方式。玉龙蜜桃、宁蒗苹果等高原农产品坚持生态种植，守护生物多样性；生态旅游与绿色产业让群众稳步增收，真正实现“绿水青山就是金山银山”。这份富足与安宁，正深深扎根于“根壮林茂”的古老智慧之中，成为传统在现代的回响与延续。

长流的启示

纳西楹联中的“和美”哲思与生态智慧，是中华文明“天人合一”思想的鲜活呈现，揭示出生态文明实为深植于我国多民族文化传统中的古老基因。

在云南建设民族团结进步示范区的实践中，纳西族的智慧提供了宝贵的地方经验：“根”象征文化自信与身份认同，是各民族保持自身文化特质、维系精

神家园的基础，亦为中华文化繁荣的根脉；“林”寓意民族团结，56个民族如同森林中不同的树木，各美其美、美美与共，维护着社会文化的“生态多样性”；“水”代表生态根基，是超越民族界限的家园。唯有各族携手守护山河，绿水青山才能成为共同富裕的底色。

传承这份智慧，须在坚守中创新、保护中发展。应推动东巴文化生态保护区的建设，不仅保护文字与仪式，更要维护其赖以生存的自然与社会环境；让写楹联融入节庆、婚嫁、建房等生活场景；使祭祀仪式成为社区共建共享的集体记忆，而非商业展演。同时，借助数字技术系统保存东巴经典、民歌与口述历史，并通过法规规范生态旅游，防止过度商业化侵蚀文化本真。

真正的传承根植于人心。小学课堂上，纳西孩子用彩笔描画“根”字，是在认识家乡的文化基因；雪山下，年轻导游讲述“树”的故事，传递的是古老的生态伦理；直播镜头前，返乡青年展示纳西刺绣，呈现的是民族的生活态度。

那些从木石痕迹中来、忠于自然万象的古老笔画，带着“和而不同，美美与共”的千年愿望，静静地守着每一个院落。

（作者系云南民族大学文学院学生）
图为对联“根壮树不倒，林茂水长流”，右边系上联。本报通讯员 王国相摄