

由来巾帼美而贤

编者按：自古以来，妻贤子孝，是一个家庭兴旺的重要标志。在西府地区，流传着这样一句话，“家有贤妻，胜过良田万顷”。一个好妻子，可以使家族兴旺三代；一个好母亲，更是子女德行的标尺；一个好女儿，也是父母的骄傲。在宝鸡地区，从古至今，涌现出不少好母亲、好妻子、好女儿。让我们一起聆听这些如花女人的动人故事……



人文宝鸡

REN WEN BAO JI

慈

最早胎教的太妊

本报记者 麻雪

我们现在经常谈起“胎教”，强调孕妇应该保持乐观的情绪，并对胎儿进行文化的熏陶等。其实，早在三千多年前，古人就有了胎教文化。2020年4月，在岐山县京当镇杜官村成立了周原艺术家创作基地。在这个村庄，有着“中国胎教第一人”——太妊，她就为我们做了好的表率。

先周时期，太妊是周王季的妃子。她很有德行，孝敬自己的婆婆太姜，辅助自己的丈夫，端庄贤惠。

怀孕以后，太妊更加注重自己的言行，给自己拟定了“三不原则”——不良的场面不看，不好的声音和话语不听，不文雅的话不说。她生下的孩子姬昌后来成为周文王。太妊对幼时的姬昌进行启蒙时，发现他非常聪明，学东西可以举一反三、以一而识百，她非常高兴。

据传，太妊怀孕期间还非常注意饮

食，不吃稀奇古怪的东西，以确保自己和孩子的安全。她还会给腹中的孩子读一些优美的诗歌，而且常常听王室乐工演奏动听乐曲，她相信胎儿一定能感受到。

古人认为，胎儿在母体中容易被孕妇情绪、言行同化，所以孕妇必须谨守礼仪，给胎儿以良好的影响，名为胎教。时至今日，我们很多准妈妈都非常注重胎教。育儿专家曾对接受过胎教的婴儿进行行为测评，发现经过胎教的宝宝出生后在情绪方面、视听等感觉能力方面、小手的抓握能力方面都表现得更优秀。看来，想要培养一个优秀的宝宝，就要从孕育生命的那一刻开始，因此准妈妈们要注意自己孕期的情绪管理，平时多听听音乐、看看书等，发展兴趣爱好，做一些愉悦身心的事情；同时，要均衡营养，还要早睡早起，养成良好的作息习惯。



美

精研化妆的弄玉

本报记者 张琼

爱美是女人的天性，女人尚美的爱好跨越时代、年龄、职业。不论是小女孩还是老奶奶，不论是妻子、妈妈还是女儿，都喜欢追求美丽。春秋时期，秦穆公的女儿弄玉公主也十分爱美，为了涂抹面容，还与丈夫研制了美白粉“飞云丹”。

作为春秋五霸之一秦穆公的爱女，弄玉公主自幼在秦宫雍城中长大。是一位才貌双全的秦女子。在宝鸡地区，弄玉与丈夫萧史的爱情故事流传甚广，其实，古籍中也提到了弄玉爱美的天性。按说，弄玉公主长得漂亮又有才华，应该没有现代人所说的“容貌焦虑”。但事实上，弄玉公主和现代女性一样，在美容上也花了许多心思，还与丈夫研制发明了一款美白粉，为其取名“飞云丹”。弄玉用它来涂抹面容。“飞云丹”有增白效果，在电视剧《女医明妃传》里，一名妃子长期使用“飞云丹”，脸庞就像雪一样白。

但是，“飞云丹”主要成分是水银，频繁使用对身体有害。除过水银粉，古人还会用米粉、铅粉等物来敷面增白。

弄玉爱美、爱玉，也爱音乐。在她周岁抓周时，面对许多物件，独独将别国进贡的一块美玉抓在手中，不舍放下，于是秦穆公为其取名弄玉。弄玉长大后，擅长吹笙且无师自通，颇有才情，后来以音乐为媒，觅得佳婿。这样的秦女子姿容美丽、具有艺术修养、追求爱情，正是一名女性极具魅力的模样。

记者了解到，熟知这个故事的周围朋友纷纷认为，弄玉不仅外在美，内在也很美，她擅长音律，喜欢笙箫，爱好高雅，是一位内外兼修的女性。弄玉追求美的故事启发我们，当代女性在修饰外在容貌之余，也要重视内在美，用丰富的知识、文雅的兴趣爱好来充实自己的内心，让自己成为一个有趣的人。

贤

举案齐眉的孟光

本报记者 于虹

现如今，夫妻之间很多人常把“不忘初心，方得始终”这句话挂在嘴边，不难领会，婚姻是长跑，择选出合适的另一半只是万里长征的第一步，真正的考验还在后面，两人相处得和睦，才能长久。

其实，我们可以从古人身上，寻找一些夫妻相处之道。

东汉时期，扶风人孟光，皮肤黝黑，容貌欠佳，但力气极大。有许多人为她做媒，却屡遭谢绝。她年龄已到三十了，仍待字闺中。

她父母问她不愿出嫁的缘故，才知道她已经有了意中人。原来，孟光早就听说同县有个叫梁鸿的品格高尚，是个不可多得青年才俊。孟光向父母表示，一定要找品德像梁鸿那样的人才肯出嫁。此话传到了梁鸿的耳里，当梁鸿得知孟光的志向后，主动请人去行聘。孟光在出嫁前，不备金银绸缎，却制作了布衣、麻鞋及织布的工具等。

在婚后，孟光尊重梁鸿的选择，共入

霸陵山中，以耕织为业并以诗琴自娱。即使梁鸿隐姓埋名沦为佣工，孟光也不离不弃，依然对丈夫尊重有加，演绎出了“举案齐眉”的佳话。

从这里我们不难看出，婚姻不是结局，而是一种开始，好的经营才能够使得两个人逐渐心意相通，携手走过漫漫岁月。两个志趣相投之人，在婚后相互尊重、相互理解、相互包容。作为女性，不要推卸自己的义务，作为男人不要逃避自己的责任。要明白夫妻之间的相处需要用心，当你用真心对待对方，对方也会感受到你的真诚，并回应你的真心。在遇到困难与挫折时，夫妻更要携手向前，多理解对方，多倾听、多包容；在出现问题后，第一时间不是选择逃避，而是及时有效地沟通，将问题解决在最初，而不是日积月累，成为彼此生活中的“疙瘩”。最后，夫妻之间既不要计较付出，又要懂得感恩，夫妻关系才能长久。

才

能言善辩的马伦

毛丽娜

有这样的说法，“男女搭配工作不累。”各行各业都少不了女性的参与，既说明社会进步男女平等，更说明现代女性素质提高了，男的能干的事，女的同样能干，女的同样参加高层管理，在职场中女性白领独领风骚，展现其才华与能力。其实，在古代扶风，一直流传着这样一个故事，那就是“马伦智辩袁隗”。马伦用自己的才智，维护了女性的尊严，成为令人敬佩的女性之一。

马伦是东汉扶风人，大儒马融的女儿，袁绍的叔叔袁隗之妻。马伦秉承家学，才高善辩。事情是这样的，马伦嫁入袁家后，因其带了丰厚的嫁妆，婚礼结束后，袁隗问马伦：“妇人在家就是做些拿着簸箕、笤帚收拾房子的事而已，何必要这些过分珍奇美丽之物呢？”马伦回答道：“因为父母爱我，所以给我丰厚的嫁妆，而我也孝顺，不愿意违背父母的意思。如果夫君羡慕鲍宣、梁鸿的高洁，我也愿意效仿少君、孟光来服侍你。”此时，袁隗沉默以对。

第二次问答，袁隗讽刺道：“如果弟弟比哥哥先中举人，世人就会讥笑那个做哥哥的；你姐姐还没嫁，你怎么就先嫁了呢？”马伦回答：“我姐姐品高貌美，行为卓绝，没有遇到匹配的夫君，不像我这样浅陋微薄，草草就找人嫁了。”这番回答，一方面褒奖其姊的高行殊选，另一方面又还击了其夫的鄙俗粗陋。

现代社会中，也涌现出一大批优秀的职业女性，印证了一句古话“巾帼不让须眉”。我们也希望更

多的女性，能够在自己的岗位上，用聪明才智展示自己的风采和魅力，用能力证明自己的人生价值，尽职尽责，发挥中流砥柱的作用，不断书写铿锵玫瑰的热血绚丽，不断挺立“半边天”的钢铁城墙。

