

# “汉语盘点2022”前五位字词出炉

## “稳”“民”“精准防控”等成热门字词

近日，“汉语盘点2022”年度各组前五位字词正式出炉，“稳”“防”“人民至上”“精准防控”等热门字词入围。

“汉语盘点2022”活动自11月21日启动后受到社会的广泛关注和全民的热情参与。日前，该活动的专家评议会在商务印书馆举行。最终，在网友推荐结果和国家语言资源监测语料库、清博智能、企鹅有调、快手大数据研究院等提供的字词热度数据基础上评议确定了前五位年度字词。

### 国内字

#### 稳

解读：是中国人的世界观，也是方法论，是我们在面对不确定性时的持重、务实与耐心。

#### 防

### 鉴宝

## 明式家具之美

  
明代榉木矮南官帽椅 多采用名贵的花梨木、榉木、檀木等硬木制作而成，不仅体现出古代能工巧匠的木作智慧，更散发出中国传统文化独特的精神气韵。在清华大学艺术博物馆馆藏家具展中，五十多件名贵明式家具涵盖明代黄花梨圈椅、黄花梨翘头案、黄花梨四面平条桌等传世精品，让人一窥明式家具之美。

明式家具中最具代表性的经典样式当属圈椅。此次展出的黄花梨透雕背板圈椅，采用长木三接法，将扶手和靠背连接成由高到低一顺而下的敞口圆圈，不仅满足了视觉美的享受，也使人坐在其中倍感舒适。

榉木矮南官帽椅是一件形制独特、极为罕见的座椅，据考证其“很可能是在寺院禅椅，专供趺坐而制”。趺坐就是两腿交叉的盘腿端坐，是寺院中的僧侣修行打坐时的一种坐姿。到了明代，禅椅也逐渐进入文人生活。官帽椅因其造型酷似古代官员的官帽而得名，其横平竖直的洗练线条自带高大简约、端庄大气的风范。

“翘头案”因案面两端装有上翘外翻的飞角而得名，明清时期主要用于承放花瓶、玩石、香炉等摆件，案上也可悬挂书画，体现屋主人的审美情趣。

炕桌是一种可放在炕床或大榻上吃饭写字时使用的矮桌子，它与普通桌子的形状相同，唯独四条腿仅高约20厘米—40厘米。展出的明代黄花梨带束腰三弯腿虎爪足炕桌，其动物雕花精美绝伦。四周牙板上分别雕刻两条相向奔腾的祥龙，中间又饰以卷草灵芝，寓意“谦和”“长寿”。四条桌腿上部雕刻威武彪悍的虎头，桌腿足底被雕成虎爪造型。从虎头到虎爪，整条桌腿形成一波三折的曲线，劲健有力、虎虎生风。 刘垚梦

解读：“防”字已进入社会治理、改变生活习惯、塑造思维方式。“防”是当务之急，更是长远之道。

#### 保

解读：保就业、保安全，多措并举保、千方百计保、全力以赴保……从“保”中，感受一个大国的民生力道。

#### 团

解读：精诚团结，负重前行。正是这样无数个你我，擎起今天的壮阔中国。

#### 民

解读：何以历经沧桑而初心不改，饱经风霜而本色依旧？说到底，就在为“民”。

### 国内词

#### 党的二十大

解读：一次重要的大会，传递的

是一个大党、一个国家、一个民族向着未来坚定前行的铿锵步履声。

#### 精准防控

解读：“精准”防控，因地制宜，驭势而行，帮助我们破困局、化矛盾、解难题、谋发展。

#### 中国式现代化

解读：中国式现代化的实践告诉世界，通往现代化的道路不止一条，适合自己的才是最好的。

#### 人民至上

解读：回应人民期待，尊重人民意志，彰显人民的主体地位，就能凝聚起亿万人民同心共筑中国梦的磅礴力量。

#### 冬奥会

解读：简约、安全、精彩，无论再过多久，人们都会记得，这冰，这雪，这届北京冬奥…… 应妮

为了给广大中老年书画、摄影爱好者搭建学习、交流、展示的平台，让广大读者朋友能够老有所为、老有所乐，老年生活报联合青岛市军队离休退休干部服务中心、青岛市军队离休退休干部活动中心、青岛市老干部活动中心、青岛市老年大学及各区（市）老年大学共同开设《翰墨丹青》栏目。如果您也爱好书法及绘画，欢迎投稿至：xuyao841008@126.com



书法《毛泽东词句》 郭士海



绘画《晚秋》 刘锦秋

青岛市军休服务中心

## 诗画中国中那些神仙点评

央视文化节目《诗画中国》以中国国画作为内容载体和特定场景，并将其与音、舞、剧、曲等艺术形态进行融合，通过开卷、入卷、品卷、合卷四个环节，为观众打造了一场视听盛宴。在身临其境感受诗画之美同时，专家学者的赏析和表演者的感悟，也是这档节目的一大亮点。

《快雪时晴书画合璧》卷描绘了一幅云开雪霁的山河雪景图。伴随开卷人廖昌永、阿云嘎的深情歌声呈现出独属于中国画的纯白意境。这让中央美术学院院长范迪安为之赞叹：“中国画用墨色来体现白雪，是种独特的创作，在全世界的画种中我们是独一无二的。”

清代钱维城的《牡丹二十四种图》卷用二十四朵形态各异的牡丹画出自然的生机。在色彩上既有宫廷院体画的富贵，也带来了文人画的清雅。在范迪安看来，“我们古来对色彩的运用，色彩的丰富性、色彩的自然属性、和它的精神象征的属性，其实都是中国绘画美学的重要境界。”

明代蓝瑛的《白云红树图》轴被誉为是中国画中的“色彩之王”。舞者蜷缩为土壤中的一粒种子，动态演绎出树木的生长，赋予了这幅静

态画作更多生命力。中国美术馆馆长吴为山评价道：“美术家的作品能在舞蹈家的世界里面以一种意象的表达呈现出来，充分体现了古代艺术家在看大自然时，无限的变化。”

《竹石图》轴再现了郑板桥笔下的竹之风骨。范迪安感慨：“我们每个人心中都有对竹的情怀，因此竹石精神也成为我们民族重要的精神底色。”

《兽谱》是一部图文并茂的动物图志，具有重要的史料与科学价值。范迪安介绍了《兽谱》背后的创作故事，两位画家取西方绘画之长，与中国笔墨风格相结合，这才成就了中西荟萃、文明互鉴的动物“百科全书”。

元代画家夏永的绢本墨笔画《滕王阁图》以俯瞰视角细腻刻画出滕王阁的宏伟气势，把巍峨楼阁融入江波浩渺的唯美景观中，而背后还有一位少年奇才即席撰写不朽诗赋的故事。北京师范大学副校长康震由此而发：“诗是有声画，画是无声诗，但建筑它不仅是一幅画，它也是凝固的诗。中国古代艺术传统有一个巨大的魅力在于，只要有一个艺术史上的丰碑式的人物、天才的人物，他们创造了一个文学的事件后，后人就会不断地在这个基础上去叠加。” 祖薇薇

## 赏雪冬思

赵晖

苍茫玉蝶舞银纱，  
琼英盈树缀枝桠。  
时序奔来天地色，  
老朽蜗居度岁涯。  
天忆残年情致逸，  
人思青鬓少浮华。  
辗转人生随光逝，  
枉来世间似飞沙!

## 人到老年增加骨密度

人体内的氨糖软骨素是可以自身合成的，但是随着年龄的不断增长，氨糖软骨素含量不断降低且不再生成。等到年龄越来越大，氨糖软骨素含量越来越少，逐渐出现驼背、走路无力、关节时常疼痛的现象。

氨糖在自然界中主要存在于蟹壳、虾壳、贝壳等壳类生物中，软骨素主要存在于像鸡皮、鱼皮以及鸡、牛与鲨鱼的软骨内，所以与软骨素比起来，氨糖较难补充。但随着科技的发展，科学家将氨糖从壳类生物中提取出

## 还得用氨糖软骨素

来，更方便补充。

如果你人到老年，骨密度降低，经常出现不明原因的扭伤、抽筋等现象，不妨用上氨糖软骨素钙片吧！

为了帮助骨关节不适的读者朋友及家人，老年生活报康康商城限时团购海之圣博力氨糖软骨素钙片3瓶只需99元，由于此次优惠力度大产品数量有限，活动时间仅限7天，还望广大读者朋友抓紧时间报名申购，售完为止，谢谢您的合作和理解！不能到店的读者可免费邮寄到付款！本品不能代替药物 鲁食健广审文第251026-0299号

## 晚上睡不着来电领

随着年龄和季节变化，晚上睡不着的中老年越来越多。关心中老年人群睡眠质量，邀请真正需要的朋友，来电体验【眠泰】产品。适合的才是有用的，好产品经得起检验。

【眠泰】采用现代科技从山茱萸中超浓缩提取出小分子活性肽，特有的多肽类物质能够迅速被人体吸收，宁心安神、气血双补，心情放松助睡眠。

**好消息：睡眠充足，增加抵抗力！**目前“眠泰”已经批准上市，由于国内需求量大，供不应求，因而每日仅推出20套特惠装供大家订购，详情可拨打全国免费电话400-7657-637进行了解。 借凡生物科技公司

**申领热线：400-765-7637**

**0532-80632815 400-6179-028**

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车 125,206,218,220,25,32到延安三路南九水路下车即到；225,232,314,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

**0532-80632815 400-6179-028**

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车 125,206,218,220,25,32到延安三路南九水路下车即到；225,232,314,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

**0532-80632815 400-6179-028**

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车 125,206,218,220,25,32到延安三路南九水路下车即到；225,232,314,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

**0532-80632815 400-6179-028**

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车 125,206,218,220,25,32到延安三路南九水路下车即到；225,232,314,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。