

马年到！稳中求胜有运行

黄译莹/文 王鹏/资料来源 图/视觉中国



王鹏：研究易经20多年，中原易学六代世家，青海省易经协会副会长，精通六爻、四柱八字命理。

鼠：稳中求稳

2026年属鼠朋友面临同岁太岁相冲，生活中容易出现波动同岁状况，保持心态平稳是关键。职场上易生口舌。如果有跳槽或转岗想法，一定要谨慎评估，不如将精力放于学习新技能上，为自己增值。保持良好情绪，规律作息很重要，适时放松先保最佳状态。
吉方位：东北方、西南方



牛：谨言慎行

属牛的你，今年人际关系容易产生微妙隔阂，保持低调谨慎最好。对待合作项目要特别审慎，提防小人背后作梗，保守原有岗位，反而更有利于长远发展。当与他人意见受外界流言影响，彼此包容先化解矛盾良方。总之，万事以小心为上，谨慎处理日常事务，就不会有大大烦恼。
吉方位：正北方



虎：顺势而上

属虎的朋友，今年人缘运势特别旺盛，各种机会自然接踵而来。事业上容易得到贵人提携，团队协作事半功倍，非常适合拓展新领域或尝试跨界合作。桃花运都相当不错，单身者好机会遇到正缘，已婚者感情能够持续升温。精力虽然充沛，但要避免参与大危险运动，适度娱乐先保长久之计。
吉方位：正南方、西北方



兔：以柔克刚

属兔人士今年容易被各种琐事缠身，但要记住，危机中往往暗藏转机。与人相处时，可以通过换位思考，避免因误会产生冲突。虽然容易遇到意外或阻碍，不过大家不必过度担心，只要提前做好几个预案，就可以避免遇事手忙脚乱。
吉方位：正东方



龙：机遇涌动

属龙朋友终于摆脱旧年低迷状态，运势逐渐回暖，提升关键主动把握良机。事业上可以试试创新型或者跨界合作，但切忌急功近利，一步一步稳打稳扎，先能够行得远。感情上不妨大胆参与社交活动结交良缘，或者同伴侣一起规划未来，让感情更稳固。
吉方位：正西方



蛇：以静制动

蛇年出生者，今年时运起伏较大，平静表面下暗藏争斗，有必要保持警觉。职场竞争会变得更激烈，更明智做法是暂时韬光养晦、保存实力，等待合适时机再行动。在感情上，你容易陷入暧昧关系，需要及时厘清界限先保护自己。因此，做事前记得要三思，以静制动最为稳妥。
吉方位：正南方



羊：贵人相助

“羊咩咩”今年同岁好啱key，所以人际关系特别和谐，容易得到各方支持同帮助。特别合作运势强劲，工作上适合推进谈判、签约等重要事项，但记得要留意细节上疏漏；在感情方面，缘分发展顺遂，好大机会遇到知心伴侣。心情愉悦者，即使受到旧疾少少困扰，及时调理都可以化解。
吉方位：正南方



马：稳守本心

属马人士迎来本命年，大岁当头，运势多变，想要“马”到成功，上策是求稳好求快。在工作上容易有岗位变动，若打算创业要更加谨慎，可以借助贵人力量化解潜在危机。情绪容易波动“马仔”，切记避免冲动下做重要决定，不要重视心血管同睡眠问题，建议年头就安排一次全面体检。
吉方位：正东方、西南方



猴：以智破局

“马骝仔”今年吉凶交织，要灵活应对各种突发状况，避免固执己见而误事。工作上，虽然竞争压力增大，但创意类工作反而能够出奇制胜，发挥你机智才。感情上，记得带眼识人，若出现波折，记得多沟通、互相理解。要特别注意交通安全，小心驶得万年船。
吉方位：东南方



鸡：蓄力前行

属鸡朋友今年运势相对平稳，係积累资源、打基础好时机。工作按部就班推进就得，切忌盲目投资扩张，发展副业反而可能小有成就。感情在平淡中见真情，通过培养共同兴趣，可以大大增进彼此感情。要特别注意皮肤过敏问题，保持饮食清淡、做好护肤功课，可以有效缓解症状。
吉方位：东北方



狗：借势腾飞

属狗朋友仔，今年得大岁半合之力，机遇明显增多，尤其有利学习同职位晋升。事业上易获上司赏识，考试、职称运势强劲，要积极争取，唔好错过良机。呢年比较容易遇到条件优越对象，但一定要深入了解，先好做决定。同时，要注意保护关节，适度运动，运动前记得做好热身，避免出现运动损伤。
吉方位：正西方



猪：低调前行

属猪朋友，今年隐性机遇较多，一定要主动发掘、好好把握机会，避免因被动而错失。今年更适合作幕后策划、技术攻关等工作，不宜太过高调、强出头。情绪容易低落，多接触大自然、培养兴趣爱好，就能有效释放压力。
吉方位：西北方



粤语奥斯卡

犀利 sail fei lei6

呢个词厉害、了不起意思，日常更写作“犀利”。原来呢个词出自一个外国钢笔品牌 Sheaffer，但世界三大名笔之一，仲係联合国指定签名笔！上个世纪40年代，广东、香港用得起呢个牌子钢笔嘅人非常则贵，当年如果见到有人衣襟插住一支咁嘅钢笔，大家都会感叹一句：“犀利！”
造句：Oscar 真係犀利，音乐会一开票就卖爆。

架势 gaa2 sau2

呢个词原本用于形容人或事物好有排场、十分气派或令人瞩目，依家延伸形容个人能力成就好突出意思，亦可以形容身价、名气、地位和气势。早前Color参加广州大型咖啡节“咖节”，就係利用谐音梗——粤语中“咖啡”嘅“咖”同“架”同音，形容呢啲咖啡节有气势、排场大，可乐有幸参加，真係学到好多嘢。
造句：见到咁架势嘅支援，就知道呢场show嘅主角几受欢迎，人气高啦。

沙尘 saai can4

相传以前广州西关有个商人“陈沙”，卖洋货发达，成日中意坐轿出街炫耀威风。有一日突然刮起大风，轿夫企唔稳，搞到陈沙差啲跌落轿，风吹沙走令佢好狼狈，路人就嘲笑佢“陈沙变沙陈”。后人就用“沙尘”来形容人骄傲轻浮、爱炫耀嘅模样。时移世易，而家呢个词逐渐变成中性词，可以形容人有本事、有能力。
造句：大家睇佢企喺台上个样几沙尘，摆咗奖真係唔同咯。

你真係好叻啊

巴闭 baai baai

呢个词用于形容人能力高、有本事，以前会略带贬义。相传呢个词原本係中东至印度半岛嘅人讲“bapre”嘅音译，唐宋时期演变出“巴臂”“巴鼻”“巴贝”“把背”等唔同写法和发音。而家嘅人就会用“巴闭”，形容人显赫、光彩、成就辉煌，有“很厉害”的意思。
造句：阿麟年纪轻轻就上过知名杂志做封面人物，真係好巴闭！

牙擦擦 ngaa4 caai3 caai3

旧阵时有间叫“苏记”嘅杂货铺，专门卖鬃毛牙刷同“剔刮”，老板好有生意头脑，将三件套成套售卖，仲设计咗朗朗上口嘅宣传口号：“牙擦擦，剔刮剔刮，财路全凭齿开发！”呢句广告词传开之后，“牙擦擦”就被用来形容人说话骄傲自负，亦含自信得意嘅语境。“牙擦”为“齧”（粤语 caat3）简化，叠词“牙擦擦”强化语气。
造句：小涂帮公司倾成单大生意，依家行出路都牙擦擦，自带威风。

晒命 sai3 meng6

“晒”嘅粤语中有炫耀、展示等意思，“命”係人生、命运，或者指生活状态。“晒命”即係向人炫耀自己嘅背景、处境、幸运等，亦可以彰显自己嘅实力雄厚、条件优越。如果係炫耀自己嘅甜蜜爱情，可以叫“晒恩爱”，旁人见到通常会幽默回应：“好晒！”表示自己被甜到，带少少羡慕妒忌嘅感觉。
造句：知道你女朋友好靓女，唔好成日晒你面前晒命啦。