



书画园地



风暖鸟声碎,日高花影重  
周建新



《东风第一枝》 朱慧芳



《春韵》 缪清华



《蝶舞》 方桂清

# 鸟语花香

鸟语花香 陆志凌

提起春天,首先映入眼帘的或许就是那滴滴答答、哗啦哗啦、叽叽喳喳的声音,会唱歌的小黄鹂、随风归来的春燕都是“春天在哪里”的最佳诉说者。

而说起印象中春天最该有的景致,莫过于百鸟争鸣、万紫千红、花草鱼虫。让我们一起沉浸于书画,感受春意,享受自然。

## 最是读书能致远

董柏云

“白发无情侵老境,青灯有味似儿时。”南宋诗人陆游借诗表明自己晚年仍似少年时一样好学不衰。每每读到这句诗,联想起自己退休后的读书生活,心中总会荡起层层涟漪。

人老退休,舍弃了虚浮的追名逐利,却拥有了人生最宝贵、最惬意的平静生活,于是读书成了我的一种生活方式。有了充裕的时间,我会在自己的书房里,沏一杯香茗,呷上一口,顿感心旷神怡,飘然入仙。沉浸在书中,感受特定的意境氛围,像与一位睿智的朋友作一席长谈,全身心都弥漫着愉悦和恬静。

读书读累了,就站起来,在房间里来回走走,或者打开通往阳台的门让清新的风掠过脸庞。

兴之所至,泼墨挥毫,写下自己的书法作品孤芳自赏,也算是一种自得其乐。

人退休后,不再像退休前那样紧张匆忙、焦躁不安。可以选择过去想做而没做成的事。我常想,一个人无法随意延长生命的长度,却可以通过完善和提升自我,来拓展生命的厚度、丰富生命的内涵。

充实的生活让我不大在意时光的快速流逝、年岁变老。我依然没有中断过对写作的爱好,濡毫伸纸,笔随心走,让所历所思、平常生活在笔尖流淌,写成一篇篇浅陋却真诚的文字。

为补充知识能量,每个星期,我都会抽出时间到绍兴图书馆读书充电,此时与书展开超越时空的对话,获得心灵的宁静。沉醉在优雅清静的环境和丰富多彩的书海里,流连忘返。

学会找到立足点,拓宽知识面,觅得自己所要的成就和充实感。退休后的十年时间里,我在各类报刊发表的随笔、散文、评论文章达千余篇。

每每看到自己的文章见诸报端,我都觉得非常珍贵,把它看作是人生最美、最真的夕阳证明和生命印记。在幸福与感恩交织的夕阳岁月里,与书相伴的我没有虚度光阴。

晚年的生命旅途上,我抓住生命的每一瞬间,迈出了步步坚定有力的步伐。

2023年3月16日  
**星期四**  
农历二月廿五

**秦皇岛电视台一**

10:55 戏迷天地  
17:40 现在开诊  
18:12 天气海浪预报  
18:17 山海关新闻  
18:55 开发区新闻  
20:07 今日报道  
20:27 法治民生  
20:47 今日地产  
21:04 车视界  
21:16 人文中国  
22:43 电视剧:盛宴(21-23)

**秦皇岛电视台二**

19:30 频道自办节目  
21:35 车视界  
21:45 天气预报  
21:47 帮您理财  
21:57 今日地产  
22:12 法治民生  
22:30 今日报道  
23:02 人文中国

**秦皇岛电视台三**

18:13 天气预报  
19:30 秦皇岛新闻

19:50 榜样的力量  
20:30 工会进行时  
20:50 工人文化宫  
21:23 电视剧:与狼共舞2 (33,34)

**中央电视台一**

09:24 剧场:三体(26-28)  
12:35 今日说法  
13:15 情满九道弯(35-39)  
17:25 第一动画乐园  
19:38 焦点访谈  
20:06 许你万家灯火(25,26)  
22:00 晚间新闻  
22:32 典籍里的中国(第二季)

**中央电视台二**

12:00 财经天下  
15:30 生财有道  
17:49 乡野有臭味  
18:30 回家吃饭  
19:30 消费主张  
20:00 经济半小时  
20:30 经济信息联播  
21:30 央视财经评论  
21:59 特别呈现

**中央电视台三**

13:43 越战越勇  
17:36 天天把歌唱  
18:34 综艺喜乐汇  
19:30 非常6+1  
20:30 我的艺术清单  
21:23 开门大吉  
22:28 剧场:流金岁月(22-24)

**中央电视台四**

09:30 中国文艺

13:16 剧场:运河边的人们 (7-11)  
20:00 记住乡愁  
20:30 海峡两岸  
21:30 今日关注  
22:00 美食中国  
23:04 剧场:新居之约(37-39)

**中央电视台五**

08:00 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第35轮 (山东高速-九台农商银行)

12:00 体坛快讯  
12:35 艺术里的奥林匹克  
12:55 直播:2023年世乒联大满贯赛(新加坡站)混双决赛等

18:00 体育新闻  
22:35 冠军欧洲

**中央电视台六**

07:17 故事片:天脉传奇  
09:02 故事片:守望相思树  
10:54 故事片:疯狂的拳头  
12:43 故事片:旷继勋蓬遂起义  
14:33 故事片:游侠情  
16:22 故事片:逆境王牌  
18:22 故事片:超级老爸  
20:17 故事片:淬火  
22:23 译制片:阿凡达(美国)

01:25 故事片:跳舞吧大家

**中央电视台七**

14:36 剧场:铁道风云(25-27)  
17:02 世界战史  
18:02 兵器面面观  
20:09 防务新观察

20:45 军事纪实  
21:20 砺剑  
21:55 剧场:激情的岁月 (21,22)

**中央电视台八**

04:25 剧场:最美的青春 (31-31)  
07:35 剧场:特战行动(4-8)  
16:29 热播剧场:我最爱的家人 (9-11)  
19:30 剧场:心想事成(15,16)  
21:30 剧场:狂飙(10,11)  
23:08 剧场:玫瑰之战(10-15)

**中央电视台九**

16:01 非洲豹领地  
17:00 不可思议的动物  
19:00 攀登者  
19:22 路过你的世界  
20:00 自然的力量  
21:00 原野谍影(二)  
22:00 大地之上

**中央电视台十**

16:27 百家说故事  
16:39 创新进行时  
17:01 跟着书本去旅行  
18:05 健康之路  
18:54 人物故事  
19:42 创新进行时  
20:10 自然传奇  
22:00 考古公开课

**中央电视台十一**

07:32 宝贝亮相吧  
08:47 《优秀曲艺节目展播》  
09:31 评剧《孔雀东南飞》

(主演王冠丽)

12:01 剧场:超越(14,15)  
13:42 黄梅戏《富贵图》  
17:13 剧场:雪中悍刀行(3,4)  
19:00 典藏  
19:30 评剧《珍珠衫》 (主演王冠丽)

**中央电视台十二**

12:43 剧场:幸福院(34-36)  
19:22 一线  
20:05 天网  
20:37 道德观察

**中央电视台十四**

08:00 新闻袋袋裤  
08:15 智慧树  
11:30 动漫世界  
21:50 剧场:香山叶正红 (29-31)

**河北卫视**

12:00 美丽河北慢直播  
17:55 家政女皇  
18:30 河北新闻联播  
19:35 剧场  
22:10 美丽新风尚

**湖南卫视**

08:30 小菊的春天(30-33)  
20:00 剧场

**北京卫视**

17:25 养生堂  
19:34 剧场  
21:07 我是大医生

**上海东方卫视**

19:30 剧场:转角之恋(13,14)  
22:00 今晚开放麦

**浙江卫视**

18:00 新闻深一度  
19:30 剧场  
21:30 今日评说  
21:40 好看中国蓝

**山东卫视**

19:30 剧场:狂飙  
21:30 戏宇宙  
22:30 剧场:巡回检查组

**贵州卫视**

19:35 剧场:底线(31,32)

**安徽卫视**

19:33 剧场:县委大院  
22:00 剧场:逐浪之爱

**云南卫视**

19:35 剧场:新居之约 (30,31)  
23:23 剧场:野山鹰(19-24)

**广东卫视**

19:35 剧场:狂飙(10,11)  
21:15 你会怎么做  
21:50 老广的味道  
22:50 剧场:扫黑风暴

**辽宁卫视**

19:35 剧场:人世间  
21:10 金牌律师团

**黑龙江卫视**

19:30 剧场:玫瑰剧场  
21:20 遇事找法

**福建东南卫视**

19:35 剧场:警察荣誉 (33,34)  
21:20 不止考古我与三星堆  
22:00 海峡新干线