

## 趣味周历

12.19 星期一 <b>宜</b> 快乐 快乐是体内所有脏器的柔曼的舞蹈。 	12.20 星期二 <b>宜</b> 攒钱 阻碍我变富的最大原因就是，总想犒劳一下自己。 	12.21 星期三 <b>宜</b> 惜福 纵使幸福一瞬间拥有，也要在心中微笑着永恒。 	12.22 星期四 <b>宜</b> 好好听课 腹有诗书气自华。 	12.23 星期五 <b>忌</b> 半途而废 行百里者半九十。 	12.24 星期六 <b>宜</b> 打扫卫生 长这么大，地没扫过几次，二维码倒是扫过不少。 	12.25 星期日 <b>忌</b> 宅 嘿，一起出门撸个串吧！ 
---	---	--	---	---	---	---

## 语丝

### 心态积极

**平凡：**生活就像天气，不会总是阳光高照，偶尔也会电闪雷鸣。面对生活的苦难，消极的人喜欢伤春悲秋，退缩不前；乐观的人常把笑容挂在脸上，用良好的心态，化解生活中的无常。

保持一颗积极向上的心，事有不顺时，坦然释怀；人有不合时，从容面对。笑对生活，用积极的态度，活出最佳的状态。

#语丝# 一个让您表达的平台

### 二度创作



琴音如水

居家期间，有机会欣赏了一场江南丝竹专场音乐会。乐队是由上海音乐学院6位年轻的女乐师组成的。乐器是传统的民族乐器二胡、琵琶、中阮等。曲子是加花的老曲目《三六》《行街》《梅花三弄》等。

简简单单的一个小乐队，把几首曲子演绎得富丽清雅。正是“吴越雅声，洞庭秀竹，成丝竹之韵，天籁之响”。欣赏者如行山阴道上，柳暗花明，醉美忘我。

据说，江南丝竹的演奏效果取决于乐师的二度创作。主旋律多为见惯而熟知的，其音乐效果则是倚仗乐师们临场发挥，相互协作。几种乐器都是主角，又都是配角，或加花，或创新，不单展示自己，更须

烘托他人，融合强弱，音色互补，使演奏丰富多彩，特色独具。曲子韵律色调之丰满，变化之繁富，全在二度创作中得以体现。

江南丝竹是国家级非物质文化遗产，单这独具一格的二度创作理念就是一大珍宝。这种既是主角、又当配角，既自我展示、又为他人烘托、守正又创新的演奏理念，如果借用过来，去主导一个团队的运作，在方向一致的框架中，充分发挥每个成员二度创作的效能，定可奏响成功的好曲。

#生活百味# 生活的感悟千千万万，你的是哪一种？

### “暖脚宝”



懒虫



天气越来越冷了，昨晚帮同事赶一份材料，双脚有些凉。看见旁边的猫咪正津津有味地看篮球赛，心想：瞧你看得这么入神，你也懂球？

本来我想伸脚去逗一逗它的，可脚伸过去，人家连头也不回，看来不像是“伪球迷”。就在我的脚尖和它的肥臀接触的瞬间，我感觉到一股暖流传了过来，我不禁惊喜，把双脚都伸了过去。哇哦，这家伙屁股上居然有“三把火”，本来有些微凉的双脚马上暖了起来。

养猫千日，用猫一时，今晚我的双脚取暖就靠你了。想不到，我家竟然有个不花钱的“暖脚宝”。

#秀一秀# 把你的经验、心情、乐趣……告诉更多的人！

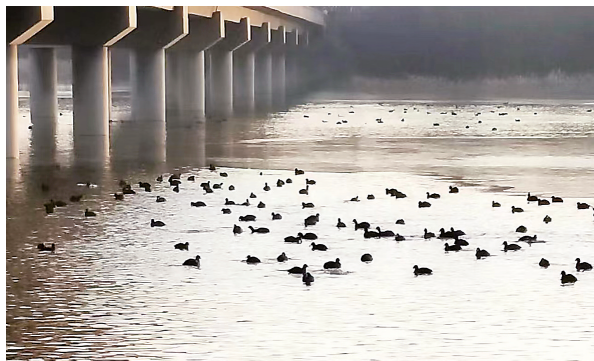
### 胡萝卜老太



**沉香：**吴桥县曹洼乡上村孙村的冯老太，退休后在老家的院子里种了胡萝卜。最近，胡萝卜丰收了，她在微信群里发消息，告诉大家她会到曹洼集上卖，欢迎大家购买。

冯老太的胡萝卜长得好，大家都喜欢。因为卖胡萝卜出了名，人们称她为“胡萝卜老太”。

#记录生活# 用镜头记录身边的人和事，此刻，你就是记者。



### 野鸭戏水图

**毛长林：**气温骤降，清凉江河的河面上大部分都结了冰，只有大桥底下的一段水面没有结冰。这片水域成了野鸭们的乐园。冬日暖阳洒在河面上，几十只野鸭欢聚在一起，有的觅食，有的戏耍，有的游泳，好一幅冬日野鸭戏水图。

#精彩瞬间# 稍纵即逝一瞬间，抓住精彩，展现美好！



### 又见花开

**怡然：**下楼时，看见角落里有一盆即将枯死的仙客来，顿生怜悯之心，把它带回了家。找来一个花盆，倒入干燥的土，把仙客来移栽到盆里，放在阳光下晾晒、浇水、施肥。

几天后，枯萎的叶子开始泛绿，长出了几个花苞。又过了几天，仙客来终于开花了，红艳艳的，煞是好看。

#随手拍# 生活的美需要你去发现。

## 发现沧州 加入晚报朋友圈

晚报“朋友圈”，把您的精彩微信分享给更多读者。

**参与方式：**扫描下方二维码加入晚报“朋友圈”，一文一图，展示您的多彩生活、健康生活、美好生活、高雅生活。还等什么，赶快来加入吧！

投稿邮箱：

czwbfwb@qq.com

（来稿请注明作者姓名、联系方式、通讯地址。）

