

一年多的婚姻何去何从

程先生和陈女士结婚一年多了。程先生觉得陈女士“脾气过于暴躁,总是激化矛盾”,还经常说一些伤人心的话。陈女士则觉得程先生缺乏上进心,家里里里外外全靠她一个人打理,完全指望不上丈夫。程先生希望和妻子好好沟通,把话都讲清楚。程女士则希望丈夫能承担起家庭责任。

情感导师辛唐米娜表示:“男方现在要学学带娃,帮妻子经营好生活,让妻子觉得有时间放松,被丈夫关爱。这样女方可能才会慢慢放下自己的‘刺’和戾气。现在不是做决定的好时机,两位嘉宾现在最需要的是家庭成员的支撑和帮助。男方家庭成员情绪都稳定,如果女方非要离婚,可以把孩子交给男方及他的家庭,而不是独自承担现在的重任。”

1月8日 22:00播出

因健身相聚 因公益相守

人生不设限,我们正青春!在天津,有这样一个充满活力与温情的集体——哈密道公园健身分会。他们因健身相聚,因公益相守,用热情诠释着“老有所乐、老有所为”的精彩人生。健身分会的基本情况是怎样的?成立的初衷是什么?截至目前都获得了哪些成绩?本期节目邀请哈密道公园健身分会会长董建国、副会长张大力、秀夕阳舞蹈队长孟双萍,讲讲他们的故事。

首播:1月8日 10:35

重播:1月15日 23:45

《跨时代战书》聚焦平凡追梦人 “葱油饼夫妻”勤劳谋生网上圈粉



李晓明、郑川在节目录制现场



源泉,让更多的人听到他的歌。嘉宾张春蔚表示:“原生家庭不仅是根,也是艺术的启蒙地,父母的支持重于一切。”节目中马德薪演唱了他的原创歌曲《村里出了个说唱歌手》。

更多精彩内容,敬请收看今晚21:20天津卫视播出的《跨时代战书》。

建议妻子直播烙葱油饼,一周内他就收获了10万“粉丝”。如今得到“粉丝”支持的他们生活过得越来越好,李晓明也逐渐感受到了丈夫的变化,一份真诚与坚持成就了彼此的成长。

马德薪是一名山东方言的原创

说唱歌手,擅长表现朴实的生活、亲情等题材。而这份力量源自他的母亲,一名普通的农村妇女。他的母亲既有远见又有见识,在孩子成长的道路上不惜力量,哪怕借钱也要支持孩子走上音乐道路。马德薪将母亲给予的爱、故乡土壤的芬芳化作创作的

《中国诗词大会(第十季)》演绎“润物细无声”千钧之力 真实人物与场景激活古典诗意



手著文章”,有人以“千淘万漉虽辛苦,吹尽狂沙始到金”自励。诗与人交相辉映,让“十年树木,百年树人”的分量可感可触。

家国初心接续星火 航空报国 诗境成真

家国之情往往并不喧嚣,却在代代传承与日常坚守中悄然延续。无论是科研人的执着,还是文旅人的探索,背后都承载着对祖国的默默奉献。诗句成为寄托理想的载体,也在当下的实践中化为可触可感的现实风景。这份润物无声的力量,把个人梦想与家国使命紧密相连。

在“对抗抢答”环节中,北航学子王轶涵拿出三架飞机模型,讲述一家三代航空人的故事:从“北京一号”到“运-8军用运输机”,再到“空警-500”,

每一代的努力都无声却坚定。文旅规划师陈瑾妍则展示“天姥山金银台”项目,把李白的诗境落地为实景,文化自此由吟咏化为风光。“采得百花成蜜后”的勤学之志,“落红不是无情物”的师道奉献,“问渠哪得清如许”的学思结合,在舞台上重获新解,成为当代人心中无声的动力。

笔墨点染画中有诗 诗画相生 以艺通境

诗与画本是中国文化中相互生发的两条路径。画中有诗,诗中有画,皆以无声的方式直抵人心。在舞台上,当诗句化为笔墨,当画面唤醒诗意,观众所感受到的,正是“润物细无声”的艺术力量。

“画中有诗”环节中,康震老师现场作画,以笔墨激活诗句。每一幅画

中都藏着一句等你唤醒的诗。

边关巡护风雨无阻 山河守望 童年回响

山河的守护和童年的记忆,往往都不以声势取胜,而以无声的力量深植人心。边防战士的坚守,是安静而伟大的担当;童年的光影,则是静默而又难以磨灭的烙印。它们共同构成了“润物细无声”的另一种表达。

“外景题”环节带领大家走进西藏墨脱,记录巡边民兵在瀑布、泥石流中巡逻的场景。王维“萧关逢候骑,都护在燕然”的诗句,在此与现实守护交相辉映。“情景共答题”环节则重现几代人的童年记忆。题面涉及哪吒的乾坤圈、少林诗句的脉络,以及“智勇双全”的铁道游击队故事。最终的“巅峰对决”中,第六季冠军陈曦骏回归,与孙晓婧在“飞花令·数字与动物”中鏖战近二十轮,把全场情绪推至高点。无声的守望与悄然的记忆,成为共同的精神滋养。

从“尊师”为始,到“报国”为承;自“边关”为证,而以“童年”为合——本期节目用真实人物与真实场景,激活古典诗意的当代生命力。春雨无声,山河有应;诗心不灭,文明自明,愿这场润物继续在更辽阔的人群与时空里,悄然萌动、恒久流行。

《中国诗词大会(第十季)》第二期1月10日20:30在CCTV-10播出。(据中国诗词大会微信公众号)

2026年天津生活广播节目时间表

时段	周一-周四	周五	周六
06:00-08:00	都市生活	都市生活	都市生活
08:00-09:00	都市生活	都市生活	都市生活
09:00-10:00	都市生活	都市生活	都市生活
10:00-11:00	都市生活	都市生活	都市生活
11:00-12:00	都市生活	都市生活	都市生活
12:00-13:00	都市生活	都市生活	都市生活
13:00-14:00	都市生活	都市生活	都市生活
14:00-15:00	都市生活	都市生活	都市生活
15:00-16:00	都市生活	都市生活	都市生活
16:00-17:00	都市生活	都市生活	都市生活
17:00-18:00	都市生活	都市生活	都市生活
18:00-19:00	都市生活	都市生活	都市生活
19:00-20:00	都市生活	都市生活	都市生活
20:00-21:00	都市生活	都市生活	都市生活
21:00-22:00	都市生活	都市生活	都市生活
22:00-23:00	都市生活	都市生活	都市生活
23:00-24:00	都市生活	都市生活	都市生活

剧情摘要

56集电视剧 大盛魁

第30集 大盛魁大股东郭德义变卖了大盛魁在归化的全部产业。李金来等中小股东四处寻找王相卿逼讨本金。王相卿等人不得不躲在城外破旧财神庙里栖身。

王相卿失去了往日的精气神,终日昏昏沉沉。大年三十,张杰当掉了心爱的短刀和狐皮帽,与史大学买了一斤肉、二斤面,捡了几个白菜帮子,准备过年,却被李金来等人抢去。

破庙里,张杰在香炉里找到一些小米,史大学拾些枯树枝生火熬粥,王相卿始终一言不发,呆呆地盯着火苗,回想着十年来的一幕幕。为了大盛魁,他失去了最心爱的人,失去了他的小兄弟,他后悔没有听师傅的话,如今他已失去了活下去的勇气。

除夕夜,隆重的祭祖仪式上,孙文举庄重地告慰香玉。破庙里,王相卿的忏悔让生性乐观的张杰也悲从心来,三兄弟想到吃过的苦、拼过的命,如今却落得一场空,不禁号啕大哭。

第31集 在王相卿准备第二天了却自己生命之际,一个迷了路的蒙古老人闯进庙里,他喝了王相卿的粥,用歌声答谢时刺激起王相卿的怒火,又打赌赢了他的命。老人临走时将骆驼驮来的柳条驮子托付给王相卿照看。一个月过去了,老人不见踪影。史大学、张杰四处寻找未果,于是决定打开驮子寻找线索。不料,驮子里装的全是白花花的银子。史大学和张杰惊喜不已,他们认定这是财神显灵送来的救命钱。王相卿却坚决不让动,最终商定先借老人的,为此三人在财神塑像前立下血誓:大盛魁今后再没有别的财东。兄弟三人都是给财神爷打工的,每人只有一股顶身股。今后每挣一两银子,便拿出一股记入财神股,这些银子所得的红利都属于那位蒙古老人。他们将李金来等股东找来,用这些银两偿还了所有人的本金和利息。

天津卫视快乐生活剧场 1月8日 19:30播出

34集电视剧 完美新娘

第2集 尹夫人因为蝶秋挑水还没回来气得够呛,碰巧让筱东听到,筱东又和尹夫人顶了几句。丫环大菊给尹夫人出主意,让她把筱东嫁出去,再找机会栽赃蝶秋把她赶出去。蝶秋在楚府阁楼外闻到一股奇特的香味,阁楼的名字叫饮罪楼,那股香味是蝶秋小时候从父母身上闻到的。蝶秋紧张地向负春打听,负春告诉她叫楚伯英。蝶秋和负春半路遇到大雨,两人先到一间店中。负春给了蝶秋一些钱,表示不能白拿尹府的药材。蝶秋回到尹府后因没拿到药,尹夫人便开始栽赃。尹夫人要把蝶秋赶走,娇娇和筱东都帮着蝶秋,蝶秋为了不连累两人,答应离开尹府。

第3集 娇娇来告知蝶秋,尹济平被绑架了,劫匪要20万银元的赎金。娇娇告知蝶秋,武介东说他没有办法解决,不过有一个条件,如果救出尹济平,就要筱东给他做四姨太。筱东对天起誓,谁能救出她的爹就嫁给谁。负春在饭馆内听老板说,是武

介东劫的尹济平,而且人就关在武介东家的柴屋里。负春想到一招,趁大婚新娘子没到的时候,扮成挑水的混到武介东家,救出尹济平,气死武介东。蝶秋打发走丫环,用调制的迷香迷倒了筱东。蝶秋穿上了新娘的衣服要筱东而去。

第4集 管家来报,武介东要杀他,但因为粥里下了毒,武介东拿了刀没走几步便倒下了。蝶秋上了花轿,尹济平安回到了家。筱东醒过来后问尹济平,是不是蝶秋代她嫁进了武家后尹济平才被救回来。尹济平根本不知道蝶秋的事,说自己是被送水阿春救回来的。武荣请新娘下轿时,负春从后面追上。负春告知子夏,轿子里的并非筱东而是蝶秋。蝶秋下轿后,武荣看到并非筱东,但下人知道蝶秋也是武介东喜欢的女人,就要强抢。子夏和负春救下了蝶秋。返回的路上,蝶秋告知子夏和负春,教自己配制万军倒的人是她的杀父仇人。T2文艺频道多彩剧场 1月8日 19:35播出

36集电视剧 擒狼

第34集 表彰大会上,黄一飞表态,要努力为国家为人民奋战。首长问他有什么志向,黄一飞提出要去抗美援朝。章士光逃到瞎子小屋,看到了一捆炸药。江晓鸥说服了黄一飞,黄一飞向胭脂马求婚。

第35集 黄一飞与胭脂马举办婚礼,周正阳主持。二人拜天地之时,章士光混进现场,持枪挟持江晓鸥。黄一飞从高处狙击,章士光被一枪击毙,但他身上的炸弹已经引爆。江晓鸥

推开周正阳,自己被炸成重伤。第36集 洞房之夜,黄一飞却背上行囊离开新房,准备前往战场。胭脂马收拾行装,决定随黄一飞前往朝鲜战场。战友们的墓碑前,黄一飞望着一个个熟悉的名字流下泪水。胭脂马赶来。黄一飞认识到,最需要自己的仍然是故乡,他要留在自己与战友们战斗过的土地上开始新的建设。T3影视频道强档剧场 1月8日 19:00播出

30集电视剧 战雷神

第1集 1937年,在毗邻济南城的周大庄,庄主周大马杀掉了日军先头小队,该庄131位壮丁亦死于抗日前线。日军为报此仇,已在附近蓄势待发,准备血洗周大庄,不留活口。周大马率全城戒备,誓与鬼子同归于尽。此时,通天雷单海骑乘骏马绝尘而来,欲取周大马人头祭奠

三年前被其杀害的共产党员义父。单海一到周大庄,还未与周大马展开对峙,就陷入了日军劈天盖地的炮火之中。全村老少都在拼死抵抗日军的猛烈攻击。于是两人约定,先报国仇再了私怨。T3影视频道强档剧场 1月8日《擒狼》之后播出

本版所刊登节目如有变动,以实际播出为准。