

弘扬国粹快乐人生

记者 陈贻贵 通讯员 雷光明
实习生 谢周任

6月10日至21日,湖南省第六届京剧票友艺术节在长沙举行,来自全省14个地市的京剧爱好者云集星城,轮番登台献艺。我市50多名京剧票友纷纷登台,将国粹演绎得淋漓尽致,为全省的京剧票友们带来了一场国粹京剧的艺术享受。

13日下午,我市京剧票友们进行了精彩展演。《白帝城》、《遇皇后》、《望江亭》、《江姐》等15个节目精彩纷呈,各种唱腔争奇斗艳,一招一式尽显大家风范,一腔一调充满湘派韵味,令在场的观众听得如痴如醉。88岁高龄的资深票友禹伯规宝刀未老,登台演唱《白帝城》选段。他用宽厚圆润的嗓音,委婉流畅的行腔,生动再现刘备兵败后驻白帝城,于病榻前向丞相诸葛亮托孤而死的故事,其表演细腻流畅,真切动人,凄惨中带有激情,耐人寻味,引来全场一片叫好声。著名老旦杨晓珊演唱了《遇皇后》,市老年大学京剧班学员袁飞燕等演出折子戏《望江亭》

选段以及著名老生彭约翰的清唱,都深受观众喜欢,充分展示了邵阳京剧人的风采。

2014年11月30日,市京剧票友协会正式成立。市京剧票友协会以市老年大学京剧班学员为基础,齐聚各县市区京剧票友,已有会员百余人。71岁的黄江春是市老年大学京剧班班长。他说,2011年,为了弘扬中华传统国粹,市老年大学决定成立约30人的京剧班。为了带领学员们学好京剧,他定期组织大家到城南公园和郊外开展课外活动,并邀请专业老师伴奏。

黄江春说,作为国粹,京剧拥有一套完整的表演体系和独特的声腔系统,讲究发音吐字,严守格律,唱腔圆润柔美、抒情性强,歌唱与舞蹈的身段结合巧妙和谐,其中还蕴含着丰富的知识和悠久的历史。虽然京剧的学习难度很大,但是一旦学会就有一种无法言说的满足感,“倘若学会了,唱上三五段自己钟爱的经典唱腔,唱得抑扬顿挫、自我陶醉,甚至口干舌燥、声嘶力竭,那都是痛快淋漓,特别满足地过把瘾!”黄江春感慨道。



▲资深票友禹伯规在演唱京剧《白帝城》



▲京剧折子戏《望江亭》

谁道夕阳短

翰墨恒久香

实习生 赵宁 记者 宋三刚

6月15日下午,市老年大学书法教室内,不少人正在围观一位老人施展书法。只见他站在桌前,左手放在后背,右手提笔,在宣纸上挥毫泼墨。没多久,一张“宁静致远”的作品呈现在了大家眼前。他就是谢国良老人。

谢国良老人今年65岁,神采奕奕,身体硬朗。在老年大学的书法班上,他算得上书法进步最快的一位学生。

谢国良老人介绍,两年前,他进入老年大学学习书法。如今,经过不断努力,谢国良老人的字潇洒飘逸,赢得了不少人的称赞。

年轻时候的谢国良爱好广泛,喜欢篮球、乒乓球,不过最让他痴迷的还属书法。但因家境困难,没有进入专业班学习,再加上因为工作、照顾子女的原因,一直只停留在自己初级水平。退休后,有了充分的时间,谢国良便来到老年大学,重拾爱好,开始了他的晚年书法之旅。

老牛明知夕阳短,不用扬鞭自奋蹄。每天早晨起床之后,谢国良都会坚持写30分钟毛笔字。平常也爱帮人写字,过年时写写春联,就这样每天不断进步。这几年,他在老年大学的书法比赛中获得优异的成绩。

老有所学,老有所乐。在老年大学的几年里,谢国良不仅收获了快乐,还结识了朋友,书法班的周爷爷就是谢国良老人的朋友,两人不仅在课堂上互相学习,共同进步,业余时间还会在公园里下一盘棋,尽享惬意的晚年时光。

“在老年大学学习书法,不仅可以修身养性、陶冶情操,而且可以结交一群志同道合的朋友。”说起在老年大学学习书法课,谢国良老人打趣地说,“老年大学就是我的第二个家。”

“包装”老妈

马亚伟

老妈的生日快到了,我计划给她过一个别有新意的生日。老妈年轻时很爱美,但这些年为我们姐妹操劳,显得很苍老。我打算好好为“老妈”包装一番,陪她去影楼照张照片。这样的安排,一定很合老妈的心意。

老妈紫色短衫洗成了浅紫色,裤子也穿了很多年,脚上一双旧拖鞋。我皱了皱眉头,想当年,老妈每次出门前都要好好打扮一番,没想到如今竟然到了这种地步。这几年,我买房子,两个妹妹做生意,老妈把多年的积蓄都拿出来给了我们,自己的日子就节俭了,舍不得吃,更舍不得穿。

我领老妈去逛街,打算好好把她“包装”一下。到了服装店,我让她试衣服,她说看不上。其实,我知道她嫌贵,舍不得买。

后来,我心生一计,我与老妈在街上走的时候,我故意走得快些,把老妈甩在后面。开始的时候,老妈小跑几步,紧紧跟着我。后来怎么也跟不上了,索性一个人在后面磨蹭起来。我看着火候到了,等她过来,装出生气的样子说:“妈,你穿得这么老土,我都不好意思跟你走在一起。熟人看到了,还不笑话我!”老妈瞅瞅自己的装扮说:“嫌我给你丢人了?”“可不就是嘛!”我们都笑了。

我挽起老妈的胳膊,又走进服装店。老妈身材不胖不瘦,买衣服还真不是难事。每当老妈换上一身新衣服,都让我眼前一亮。我说:“妈,瞧见没,人靠衣裳马靠鞍,穿上衣服你整个人都大放光彩了!”旁边的服务员也赶紧附和:“就是嘛!阿姨,你穿上这身衣服洋气多了!”老妈开心得嘴都合不拢了。不一会儿,老妈装扮一新:淡蓝色冰丝短衫,黑色细纹长裤,还有一双小坡跟黑皮鞋。老妈在试衣镜前一站,心满意足地笑了。

我对老妈说:“妈,怎么样,你看哪儿还需要再打理一下?”老妈看着镜子中的自己说:“就是这头发显得土气。”我笑了:“放心吧!我早安排好了,咱现在就去理发!从头到脚,都要有新面貌!”老年人的头发好打理,一会儿功夫就理好了。老妈的头发理得很利索,整个人显得更精神了。

被我“包装”后的老妈,自信心大增。到了影楼,摄影师指导老妈摆姿势,做表情,老妈都做得很到位,摄影师连连夸老妈悟性高。老妈年轻时的神情,好像又回来了。看着老妈开心的样子,我欣慰极了。最后,我与老妈还照了很多合影。

老妈说,这个生日她过得很愉快。其实,过生日只是一个借口,我的目的是“包装”老妈,就像我们小时候她为我们梳辫子、做裙子一样。如今,爱的角色转换了。我想每位老妈都有爱美之心,经常找个由头为她“包装”一番,给她一份好心情,这样她会更加热爱生活。“包装”老妈,是我们尽孝的一种方式。

太极健身怡晚年

钟竹意

我和老伴退休后都发福了,健康体检显示,血压高、血脂高、胆固醇高……

一天清晨,我俩散步归来,发现离小区不远处的一块空地上,有一帮老年人在学太极拳,我俩便驻足观望。年过古稀的老教练可真是热心人,他健步走近我俩温和地说:你们也一起学练太极拳吧,练太极对身体有许多好处。他边说边运用自如地比划着。望着这位古稀老人一招一式柔韧地比划,着实令人羡慕。老伴听后便拽着我走上了“运动场”。

说练就练,我是个急性子,但初学那慢慢悠悠的一招一式,感觉很是别扭。老伴怎么比划也不像那么回事,集体练时老伴还“偷工减料”不认真学,谁知被教练发现了,他来到老伴跟前手把手地教,一边教,一边给老伴讲练太极拳的好处,并告诉老伴他以前身体也很胖,并且经常腰腿

疼,自从练了太极拳后体重降了好多,腰腿也不疼了,这让老伴半信半疑。因为眼前的教练身材适中,精神矍铄,腰腿活动自如,太极拳打得十分柔韧到位。老教练这么诚恳热情,碍于面子,老伴不由得跟他一招一式地学起来。老伴比我聪明好学,大约一个周,他就掌握了24式太极拳的基本要领,回到家他又成了我的师傅,我俩在客厅对着大镜子比划来比划去,他对我要求很严,每个动作都要求我必须做到位。

坚持练习半年之后,我们又学习了42式、64式。现在不少初学者还拜老伴和我为师傅呢。更重要的是,老伴腰腿变得十分灵活,活动筋骨好像哪儿也不疼了。前不久我们去医院检查了身体,老伴和我的血压、血脂都明显地下降了。我们尝到了练太极的甜头!



牵手夕阳红 梦圆广场舞

大祥区老年大学民族舞郭淑娥老师,从市花鼓戏剧团退休后继续发挥余热,发扬专长。今年6月,她指导的舞蹈《遥远的思念》,以新颖的编排,鲜明的特色,精彩的演绎,获得了邵阳市首届城镇社区、农村乡镇广场舞大赛一等奖。 徐志平 摄

退休后的别样人生

罗玉莹

6月16日,市老年大学音乐十班举行期末班会,当班会的组织策划者徐志铭走到台中央时,同学们自发鼓起了掌。

徐志铭,现年73岁,原是邵阳市工业学校的教导主任、学生科科长。教书时就喜欢带着学生们搞一些丰富多彩的文艺活动,退休后更是闲不下来,他一边去市老协发挥余热,一边报名成了市老年大学的一名学生。

徐志铭当过音乐老师,也对音乐感兴趣,来到市老年大学后,他先后到了葫芦丝班和音乐班学习。徐志铭学会了运用气息来唱歌,低、中、高音都基本上能够运用自如。

“我这个人就是口勤、手勤、脚勤,爱讲、爱写、爱想。一刻也停不下来,你让我休息就觉得不舒服。”徐志铭介绍。由于自己想得多,做得多,经常出一些好点子,带着同学们搞活动,他便被选为了班长。后来,还担起了市老年大学对外宣传的重任。

徐志铭表示,自己有个习惯,那就是好为人师,喜欢去指导、帮助他人。平时上课时,自己学会的而其他同学不懂的,他都会去指导。徐志铭还发动周围的老同事来到市老年大学学习,“要将他们从牌桌上解放出来,投入到健康积极的活动中来。”徐志铭如是说。

邵阳日报
分类信息索引

欢迎各单位、企业及个人拨打热线发布分类信息

0739-5322630

资讯多 速度快

地址:大祥区樟树垅邵阳晚报一楼 Qq: 287029106

规格:一行13字10元/次 2.8cmX1cm 15元/次 2.8cmX2cm 30元/次 2.8cmX3cm 50元/次



打开微信扫一扫

投资

大额资金 全国直投

为房地产、电站、农牧林、制造加工、矿山、交通、在建工程等优质项目提供投资贷款,轻松解决资金困难。安徽久昌投资

高薪聘商务代理
江经理 15956556373
邮箱: 15956556373@163.com

租车

天天租车

自驾租车 公务用车
代驾租车 婚庆用车

响应政府车改 服务机关单位

电话 0739-5216789 18073913999

地产

嘉富地产

铁炉巷两室两厅,
4/6精装修 100平方
米, 31.8万。两证齐
全可按按揭贷款。

卖场

邵东 奥康专卖店

地址:邵东红岭路196-198号

电话: 0739-2887979

隆回 美特斯邦威专卖店

地址:大桥路神龙宾馆对面

电话: 18692959088