



合唱团排练现场。

核心提示

在广场上、在街心公园里、在清晨的小树林中，我们经常能看到一群群银丝飘动、精神矍铄的老人，他们用嘹亮的歌声唱着幸福的晚年生活。

随着生活水平的提高，越来越多的老人不仅仅满足于温饱，他们追求更高的精神生活，所以不少人走出家门加入合唱团。岁月虽然改变了他们的容颜，却让他们嗓音更加浑厚；生活虽然蹉跎了他们的身躯，却让他们歌声更加嘹亮。1月5日，记者走近鹤壁这个充满快乐的老年合唱团，感受他们焕发活力的生命。

嘹亮的歌声让我们焕发活力

——走近鹤壁市老干部合唱团

□晨报记者 秦颖 渠稳 实习生 宋媛媛 / 文 记者 张志嵩 / 图

追忆美好青春 体味精彩人生

对于大多数人来说，退休意味着告别职业生涯，但有一些人不甘寂寞，他们通过合唱走上了人生的另一个舞台，追忆美好青春，体味精彩人生。

记者刚走进老干部合唱团的合唱室，一片姹紫嫣红迎面扑来，大红、玫粉、草绿、葡萄紫……这哪里是老人，这分明是一群朝气蓬勃的年轻人！100多名老人穿着喜庆的服装在放声歌唱，激情洋溢的大合唱《走向复兴》唱出了老人们的心声，雄浑的歌声让记者对老人有了一个全新的认识。

记者看到，老人们手里都拿着一个文件夹，里面夹着乐谱等资料，分着大合唱、男女声小合唱、独唱、二重唱，还有京剧选段。

合唱团秘书长王太普笑着告诉记者，为了迎接春节，每位老人都想上台表演，大家已经排练好几个月了，没有一个人喊过累、叫过苦。

看着老人们排练，听着他们的歌声，记者感受到那种发自内心的快乐。趁排练休息时间，记者采访了合唱团团长蒋秋荪，蒋秋荪退休前是一名数学老师，一说起合唱团，她就像个年轻人一样充满激情，“我们老干部合唱团是一个自发组织的合唱队伍，从工作岗位上退下来之后，我们就聚到一起，活跃在合唱团的舞台上，也算是老有所乐吧。”

“像我们这个年纪的人，大多数年轻时参加过合唱团，只是后来因为工作忙没时间才把这个爱好放下了。”蒋秋荪说，工作的时候虽然有兴趣但没时间，现在也算是圆梦吧。“正是因为抱着圆梦的心态，进入合唱团的老人不用督促就很自觉，每个星期二、星期四下午，我们会聚集到老干部活动中心排练，每位老人都非常用心。”蒋秋荪说。

合唱的魅力在于唱出了“集体的声音”

在蒋秋荪看来，合唱的魅力在于唱出了“集体的声音”。“合唱是一项非常好的群众性活动，声部配合尤其吸引人，既不能听不到自己的声音，也不能压住其他声部，就像人与人之间的关系。合唱有助于构建和谐关系，也是对思想境界的锻炼。”蒋秋荪谈到合唱时这么说。

“老干部合唱团现在有110多名成员，合唱团是一个和谐团结的大家庭，大家都甘愿付出，都是抱着老有所学、老有所乐的态度。2007年，我刚当上合唱团团长的时候，大家对声乐都是一知半解，大多数人不识谱，合练起来很费劲。我就先在家对着电脑自学乐谱，学习发声，学会后再教给大家。”蒋秋荪说。

焦红参加合唱团已经近5年了，现在也成了文艺骨干。虽然她年轻时喜欢唱歌，但从来没有学过，自从参加了社区的文化活动后，有专业老

师教怎么发声、怎么用力，现在她觉得自己进步很大，合唱让她的晚年生活有滋有味的。

“合唱团虽然是一个业余的群众团体，但我们得到不少内行人的帮助。比如说，我们的团歌是鹤壁职业技术学院的张书磊老师写的词，还有很多爱心人士曾帮助我们。”王太普说。

“邓老师是鹤壁音乐方面的老前辈了，因为工作他从鹤壁调到了湖北襄樊，退休后，每个冬天他都会回到鹤壁，义务帮我们联系合唱事宜，我们合唱团能发展到现在，邓老师功不可没。还有郑州的王老师，听说鹤壁有一个老干部合唱团，专程赶来教我们发声，还给我们提供了很多发声的资料。”蒋秋荪说。

合唱团成员姜红英表示，虽然他们已经退休了，但大家又找到了新的事业。“参加了合唱团，我们的晚年生活更丰富多彩了。”姜红英说。

合唱团是一个大家庭

“2000年，合唱团成立之初，由于没有练习场地，我们只好在打柴口村委会临时找了一间房屋，十几个人挤在一间十几平方米的屋子里，一唱就是3年；2004年，我们搬到锦绣园社区，之后经常到老年人公寓等场所义务演出，受到很多老年人的喜爱；2005年，老干部活动中心成立，我们终于有了固定的活动场所。”合唱团成员梁桂珊对记者说。

合唱团中并不是只有笑声，也有烦恼。因为年龄等原因，一些疾病也成了团员们最常见的“朋友”，感冒、嗓子不舒服还算是“客气”的，但即使如此，每一位团员都尽自己最大的努力，团员们的友情也成了战胜病魔的一剂良药。

说起团员之间的感情，蒋秋荪的眼睛红了。因为她身体比较虚弱，经常出现眩晕等症，其他团员都很关心她的身体。

“11月份，我身体不太好，一直在医院。我谁都没敢告诉，就怕大家担心我，影响了合唱团的排练。可因为几天没有出现，团里几位成员马上觉察出我有问题，他们千方百计地打听我住院的地方。见面后，我特意交代那几位团员，千万别跟其他人说我住院的事，可最后还是被其他团员知道了，好多兄弟姐妹来看我，还有人帮我介绍大夫和医院。”蒋秋荪告诉记者，那次生病

住院，合唱团里前后共有100多人来看她，让她深受感动。

对于合唱团的老人来说，退休后如何发挥余热也是他们关心的问题，团员秦传平是在好友的引荐下加入合唱团的，集体的歌声让他重新找回对生活的热情。

“没想到，16岁时学的手风琴能再捡起来，弹着手风琴，和大家一起放声高歌，我仿佛回到了年轻时候。”秦传平说，现在团里的乐器已经发展到近十种，除了手风琴，还有小提琴、二胡等，很多乐器是成员从自家带来的。

“以前参加合唱是为了快乐，现在这已经成了我的新事业，大家都在用专业的标准要求自己。”合唱团音乐总监常发明告诉记者，有一次，他经过新区新世纪广场看到合唱团的老人在联系声乐，他就被吸引了，然后加入合唱团，现在成了合唱团的骨干力量。

焦红、芦翠兰、张文芳等几名成员还自发成立了一个“清晨组合”，大家坚持每天清晨6时出来练唱，“我们夏天在新区新世纪广场练声，冬天就在小区附近的小树林里练习，我们也算是老有所乐、老有所为。”焦红打趣地说，加入“清晨组合”后，她的身体越来越好，她感觉自己越来越年轻了。

后备箱没有被撬痕迹 里面的东西咋没了？

晨报讯(见习记者 贾正威)新区王先生昨日向记者反映，1月3日晚，他和朋友一起去新区某KTV唱歌，将开来的3辆车停在人行道上，唱完歌后，车后备箱内的物品被盗，但后备箱上没有被撬过的痕迹。

1月3日晚上9时，王先生和朋友吃过饭后去KTV唱歌，到了之后发现KTV门前的停车场已经没有车位了，王先生和朋友就将3辆奥迪停到对面的人行道上。

当晚11时左右，王先生和朋友唱完歌，从KTV出来后，发现有一辆车的后备箱没有关好，打开一看，里面的东西被一扫而光。

“我们赶紧去看另外两辆车，另外两辆车的后备箱并没有被撬开，但我们不放心，就打开一看，里面放着的烟酒也被偷走了。”王先生对记者说，“蹊跷的是，这3辆车的后备箱都没有被撬过的痕迹，但东西丢了。”

王先生告诉记者，他和朋友一共被偷走数条中华、苏烟，还有几瓶洋河酒，损失将近两千元。

记者从市公安局了解到，春节前后，由于应酬多，市民经常将烟酒、礼品等放到汽车后备箱里，这给不法分子留下了可乘之机。警方提醒市民不要在车内存放贵重物品，车辆尽量停在正规停车场，离车时，要确认车门及后备箱是否锁好。

珉格亲子园 (连载二十五期)

本期珉格亲子园将为广大准妈妈

们讲述“如何帮助宝宝树立自信心”。孩子在成长的过程中面临诸多挑战，其中最大的挑战就是如何树立自信。一个自信的孩子能克服前进道路上的各种困难，一个不自信的孩子可能对前进道路上的阻碍畏缩不前。

给孩子选择的权利，还表现在与宝宝的平等相处和交流上，让他们拥有充分的发言权。传统教育更注重服从，大人喜欢把自己的意愿强加给孩子，这对孩子建立自信心是一种阻碍，他会感觉自己连说话的权利都没有，自信心又从何而来呢？

给爸爸妈妈的建议：

1. 要多看宝宝积极的一面，和宝宝一起成长。父母要尊重宝宝的个性发展，当他没有按照你的想法做事时，请不要强迫他改变想法。同时，要鼓励和肯定他的独立能力，帮助他建立良好的自信心。

2. 适当的赞扬可以巩固宝宝的自尊心和自信心。如果觉得他很棒，请直接坦率地用“干得好”之类的话语表达你心中的喜悦和自豪。请记住：父母的欣赏、鼓励和赞扬是宝宝前进的最大动力！

3. 多培养宝宝的兴趣和爱好，如各种体育活动，特别是全家都可以参与的活动，因为有了父母的积极参与，孩子会更有热情，这时的体育活动已经不再以输赢为最终目的，更多的是教孩子如何迎接挑战，积极进取，以达到培养孩子勇气和信心的作用。

下期栏目将为准妈妈介绍“孩子成长期最需要补充什么营养”。

当您在育儿教育方面遇到困难时，珉格亲子园教育咨询中心将为您服务，给您满意的答复。

“珉格亲子园读报有奖问答”活动，每期一题，每期打进电话并回答正确的前10名读者，即可获赠精美礼品一件，赶快拿起手中的电话来参与吧！

本期题目：孩子怕陌生人的因素有哪些？(答案见上期)

地址：淇滨区淇河路与嵩山路交叉口珉格购物中心

珉格亲子园教育咨询中心：裴老师 3208008

珉格购物中心
KUNGE SHOPPING CENTER



横批：春满鹤城

上联：柳绿花红绣出淇水似锦
下联：风和日丽迎来鹤城回春

——牛章文

横批：和谐发展

上联：以国计为琴，已奏和谐妙曲
下联：自民生起笔，再题发展新篇

——陈田

横批：腾飞鹤壁

上联：振兴河南辐射周边调整结构创新路
下联：领航鹤壁率先崛起转变方式促发展

——孙建军

横批：盛世逢春

上联：新春乐，新跨越，大兴事业
下联：彩带飘，彩虹飞，齐采红花

——陆炳生

横批：鹏程万里

上联：太行扬臂笑迎八方贵宾
下联：淇河欢唱喜接四海嘉宾

——白常学

横批：风光无限

上联：大笔如椽写不尽两山一河壮丽景色
下联：浓墨重彩绘不出鹤城变迁宏伟画卷

——杜文斌

横批：老人新画

上联：衣食无忧病有医，放歌山丘
下联：居行有方福无限，续写春秋

——杜永生

横批：以票为乐

上联：方寸之间，宽大千世界
下联：微图以内，藏四海珍奇

——张升

横批：天赐佳景

上联：淇水萦绕绘八卦
下联：潭襄南山照千佛

——赵安生

“六福珠宝杯”有奖征集龙年春联作品选登(7)