

时光片羽

音乐“社交”

人这一辈子有很多角色，有些是伴随着出生就存在的，有些是自己争取到的，比如一些职位、荣誉称号等。退休后我在上老年大学的同时，为自己选了一个“新角色”——合唱团员。

到合唱团之前，我觉得合唱团员就是一个参与唱歌的歌者，尽管嗓音条件不好，会唱的歌还不少，想必做个合唱团员还是能“胜任”的。因此，第一天到合唱团，当指挥问我是否学过声乐时，我居然有些得意地说“我自学的”，现在想起那情景都会脸红。一个没有声乐基础的人很难成为一名合格的合唱团员。

“入团考试”勉强勉强过关了。我上的第一节是帮即将举行专场合唱音乐会的合唱团把全部排练内容做成录音。听着听着，才发现虽然十几首歌我大部分会唱，但合唱一句也“插不上嘴”，心想合唱还真是个“技术活”。作为合唱团的首个专场音乐会取得了圆满成功，从团长、指挥到团员的开心感染了

我，采访了团长、艺术总监后，写了一篇合唱音乐会“走笔”，在团内产生了强烈的反响。没想到我这个合唱团员首先亮相的不是歌唱，而是文字。

短暂休整后，合唱团进入了常规的排练，我才知道团里的规定，排练一首新歌或者参加比赛或演出，需要每位团员把自己的练习录音发到声部群，由声乐助理点评，还需要参加声部组合考试。我正式参加比赛的第一首歌曲是《游子情思》，歌曲比较陌生，练习中发现由于不熟悉旋律，混声排练时经常找不到自己的音，请教了团友们，大家说除了多听就是反复练。照方抓药，最后总算完成了参赛任务。

一晃参加合唱团已有数年，我觉得做好合唱团员并非易事。当年的我“第一怕”：唱耳熟能详的老歌，当熟悉的主旋律一响起，我完全找不到自己的声部，很快被主旋律带跑了。后来，渐渐地摸索到一些适合自己的练习方法，终于闯过了这一个关，现在遇到老歌我再也不怕了。第二是“配合”，很多时候每个声部的旋律、节奏的处理不尽相同，必须对自己声部的旋律节奏烂熟于心。听从合唱指挥老师的建议，我在学习合唱的同时，参加了声乐学习。在老师专业的指导下，我渐渐学会了合唱规定的“美声唱法”，让自己的声音逐渐融入全团的歌声中。

到合唱团的这些年，指挥兼艺术总监陈老师说的一句话始终在我耳畔响起：“合唱中，只有我们没有我。”这就是合唱团员的角色定位。每一位合唱团员都是一个声音的“点”，不能缺位，更不能越位。勤奋是每位合唱团员必备的素养，曲不离口嘛。除参加合唱团的排练，平时我充分利用空闲时间练习。常常是做家务在唱、遛狗散步也在练，多练使我更快地掌握新作品。我体会最深的还是：合唱团员非常重要的一项是善于学习。每次拿到数页的合唱谱，我就会在初练时发现

和寻找一些规律性的地方，一方面便于记忆，另一方面特别注意易错的地方。首唱时反复听自己的录音，不唱准确不交作业，逼着自己从一开始就把基础打扎实。

合唱其实跟人与人之间相处的道理是一样的。一个和谐动人的合唱作品凝聚了指挥、钢琴伴奏老师和全体合唱团员的共同心血，各个声部既没有突出的“英雄”，也没有可有可无的“背景”，齐心协力才能成就一首好歌。无论是技巧还是音色，我可能都算不上是一个优秀的合唱团员，但我会“坚守阵地”，享受艺术，融入合唱。我选择的这个“音乐社交”既时尚高雅，又令人身心健康。（云烟）



扫码观看演出视频



画笔绘出五彩晚年

在经开区信成花园社区的国画学习课堂上，一群老年人以热情和执着，书写着属于自己的艺术篇章。

起初，老人们拿起画笔时，手还有些颤抖，对宣纸、颜料的特性也一无所知。但他们从最基础的握笔姿势学起，一笔一画地临摹简单的线条与图案。

随着课程推进，老人们逐渐掌握了国画的用笔技巧，能熟练运用中锋、侧锋勾勒轮廓，调色时，也能精准调配出心中想要的色彩。

如今，老人们已能创作出一幅幅精美的国画作品。山水画作中，峰峦叠嶂、云雾缭绕，尽显山河壮丽；花鸟图里，鸟儿灵动活泼，花朵娇艳欲滴。用画笔描绘出晚年生活的五彩斑斓，每一幅作品都是老人们努力的见证。（邹国华）



夏荷 过正则摄

小院“菜园”

退休后，空余时间多了，从宜兴买回大大小小的几十只花盆，在小院里种上各种各样的花草，精心伺候，长得还挺好。前几年，见朋友在花盆里种蔬菜，一年四季收获颇丰。从那时开始，我在小花盆里种花草，大花盆里种蔬菜。

春天，我把花盆里冻了一冬的泥土挖出来，掺进从乡下带回的鸡粪和饼肥，洒些水，搅拌均匀，盖上塑料薄膜发酵后入盆，栽种下黄瓜、番茄、菜椒、茄子，两只特大号花盆里，一只种了韭菜，一只靠院墙的种了丝瓜。从那开始，浇水、除草、松土……看着小苗在春风的抚摸下频频点头，一天天生长，我的心里不由漾起无尽的暖意。

早中晚，我必到小院仔细检查，缺土培土，缺肥施肥，见草拔草，见虫捉虫。蔬菜苗期，最讨厌的是蜗牛，别看它一副人畜无害的模样，糟蹋蔬菜苗却“心狠手辣”，它白天躲进草丛或腐泥里，夜晚出来啃食蔬菜苗。还有菜青虫，吃菜叶从不留情面，吃饱后找个隐蔽地方躲起来，找也找不着。打理之余，更多的时候是静静地端详着，期待着。一分付出，一分收获。花盆里的蔬菜长势旺盛，天天给我带来惊喜。黄瓜攀爬在藤架上，黄色的花朵特别招蜂引蝶；茄子袒露出一朵朵喇叭状的紫色小花，特别招人喜爱；番茄枝繁叶茂，开着一簇簇浅黄色的小花，与一旁绽开小白花的辣椒争奇斗艳；割了一茬又一茬的韭菜，显示出它顽强的生命力；更有趣的是丝瓜竟然攀爬到院子外的竹子和院墙边的石榴树上，雌雄同藤的花朵特别招人喜爱。看着这一幕，我触景生情写下几句诗：“庭院常扫无绿苔，蔬菜盆栽花自开。蜂蝶纷纷入院来，满园春色我自栽。”

夏天，小院里盆栽蔬菜已是另一番景象。黄瓜藤爬满了架子，一条条顶花带刺的小黄瓜，羞涩地藏在宽大的绿叶下。番茄的青、黄、红、紫，亲密地挤在一起。一条条紫色的茄子倒挂在枝叶间，奋力生长。绿色、紫色、红色的辣椒由下而上，散乱地挂在辣椒枝上。

面积不大的小院，经悉心打理，既是花园又是菜园，更是我生活的乐园。（王金大）

投稿邮箱：wxrbylzk@126.com

说议

拎包康养需谨慎

上周六下午，我从小区活动中心回家，三个年轻人挡住了我的去路，其中一位开了腔：“老爷子，无锡养老推出新模式，什么都不需要，只要拎包即可入住，短期长期的都可以，价格么夫妻俩只需3900元。你们可以去看看，有汽车接送。”我回答：“前些时候，在手机上看到很多同样的广告，明确两人每月3900元，包括吃和住。”“那是宣传，吃，另外付。”接着，我和他有了这番对话：“你们机构怎么宣传口径不一样？”“那是为了拉业务。”“拉业务也不能糊弄人呀！”“我们业务有考核指标，讲实话就拉不到人头啦！”哦，原来如此！

这两天，我又从手机上看到市里一家公办的养老机构宣传称，价格比农家乐还便宜，还标明了地点和环境、设施图。

林林总总的广告宣传，令长者们头昏眼花，无所适从。因我去过江浙农家乐多次，低、中、高档的养老院也都看过，依靠退休金康养或养老的长者们还是要擦亮眼睛，同类型的农家乐和养老机构都要亲自去体验一番，比较一下，不能光听其言，更要看其环境设施怎样、吃得如何、有无文娱活动安排；至于价格，所有费用，两人每月3900元我想是不太现实的。你想，浙江长兴农家乐原先每人每天60元，如今已涨至每人每天90元啦！两人住一个月得要5400元。在无锡市区，夫妻俩住养老机构康养，肯定要超过这个数！所以，长者们要谨慎行事，不要听业务员的忽悠，要是你听上了车，到了点，走马观花，激动之下就签下入住的合同，那一定会后悔莫及哦！

（杭越）

“红汤”里的北疆

今年6月飞新疆北疆。同行友人愁牛羊肉，我只惦记传闻里的大盘鸡。这道菜，宛如一位热情豪爽的北疆姑娘，用她独特的魅力，紧紧地抓住了我的胃，让我在这片土地上，几乎每顿都与它相伴。

初到北疆，领队陈导便热情地推荐大盘鸡。我们怀着好奇与期待，踏入一家当地的传统餐馆。店不大，端上的白瓷盘几乎占去半张桌。金红色的汤汁裹着油亮鸡块，像落日跌进戈壁。土豆、宽粉、青椒胡乱堆成一座“小火山”，热气突突往上冒。

夹起一块鸡腿刚入口，肉缝里飘出一股辣油，烫得我直吸气；再咬一口，骨头自动脱落，像沙被风吹走。宽粉吸饱了汤汁，变得饱满而富有弹性，夹杂在其中，为这道菜增添了别样的口感。每一根宽粉，都像是一只海绵，吸附着满满的美味，咬上一口，汤汁在齿间迸发，竟有种满满的幸福感。

上世纪八十年代，沙湾县312国道旁，司机蹲在路边，用馕蘸着大盘鸡的红汤大块朵颐。沙湾位于312国道沿线，是乌鲁木齐到伊犁、塔城、阿勒泰等地的必经之路。通过长途司机的传播，大盘鸡的名声逐渐扩散，成为新疆的名菜。一位新疆作家写道：“一大盘子鸡肉摆在面前，红辣皮子青辣椒，白葱绿芹土豆，满满当当堆一盘，能让人胃口大开，平添大吃大喝的豪气来。”

在北疆的旅途中，我几乎顿顿都与大盘鸡相伴。无论是在热闹的城市，还是在偏远的小镇，大盘鸡总是能轻易地找到。它就像是北疆的美食名片，用它那独特的味道，迎接着每一位远道而来的客人。每一家餐馆的大盘鸡都有它独特的风味，有的偏甜，有的偏辣，有的鸡肉更嫩，有的土豆更糯。但无论哪种风味，都让我深深沉醉。

北疆风景壮美，但大盘鸡的味道让我更难忘记。它用热情与醇厚，温暖了我在北疆的每一个日子。回到江南，深夜煮面，总下意识伸手去摸花椒罐。那种麻，像北疆的风还在舌尖。

（熊涛）



山斋清寂

自说自画

夏日的鼯头者，蝉声是烫的。我避进山斋清趣亭，展开画纸的刹那，竟觉满亭的树影，被蝉鸣蒸得浮动了。亭角一株老树，不知活过了几轮甲子。虬枝垂向太湖，叶片却密密匝匝地向上，像是把百年的光阴都攒成了绿伞。树下伏着三两块奇石，青灰脊背沁出水痕，似在暑气里打坐的老僧。踱至水畔，忽有暗香浮来。原是一池新荷顶着烈日开了。花瓣薄如宣纸，内里却蓄着玉色的凉意。最奇的是池心一株并蒂莲，双花偕着奇石而生，风过时轻轻叩打石身，仿佛细语：“你镇着水，我替你开着花。”

我以淡墨勾石，石纹里便有了苔痕的呼吸，当笔锋扫过老树的皴皮时，蝉声陡然静了——原来是一滴松墨落进池中，惊走了叶底鸣唱的精灵。（雅琼）

银发平仄

清晨，手机屏幕微亮，一首《晨起观荷》悄然置于朋友圈顶端。诗作署名“老骥”，那是退休语文教师张伯的笔名。退休后，他仿佛一头扎进了墨香里，隔三岔五便晒出写在竖行信笺上的诗。这次配图是池塘里初绽的红荷，钢笔字迹在信笺上微微润开，像停驻在旧时光里的灰蛾，轻盈地落在了数字时代的屏幕上。

朋友圈里，如“老骥”这般诗人，日渐增多。有曾经在车间挥汗如雨的李师傅，如今在平平仄仄中敲打着另一种节奏；有桃李满天下的王老师，朋友圈成了他新的讲台；有走南闯北记录时代的陈记者，诗句成了他重新描绘山河的笔。“老周”退休前是某机关领导干部，如今成了“桑榆诗社”的群主，

拉群结社，热情洋溢地张罗“每周一题”，那忙活劲儿，竟堪比在职。群里讨论起某个字的平仄、某句诗的典故，引经据典，争论得面红耳赤，仿佛当年在决策大事。

他们的诗，是生活的切片，夏荷冬雪、秋月春风，四时流转皆可入韵；老友重逢，浊酒一杯，《重逢歌》便流淌指尖；小孙子蹒跚学步，瞬间定格成《稚孙试步图》。甚至窗台攀缘的凌霄花、老伴熬好的一碗绿豆汤、午后一阵穿堂而过的凉风……都能触动心弦，化作笔端流淌的诗行。

“老骥”是我忘年交。他发过一首《忆母擗面》，诗中写：“腰弯如弓汗如珠，面杖翻飞雪浪铺。倚门小儿涎欲滴，馋虫拱得小肚鼓。”那朴拙的烟火

气和深藏的孺慕之情，瞬间击中了我。我留言道：“张伯，最后两句，看得人鼻子发酸。”他回复了一个流泪的表情。后来他告诉我，那首诗写完后，自己竟也独坐窗边，望着天空，悄悄淌下两行泪来。

这些诗，并非孤芳自赏。他们彼此间那份郑重其事的互动，尤为动人。一首诗发出，点赞的“大拇指”与“玫瑰”迅速排成长列。更珍贵的是那些细致的点评：“老哥，‘风摇竹影乱’的‘乱’字妙，活脱脱的风势！”“贤弟此诗意境开阔，唯觉第三句平仄稍欠，或可再推敲？”……在这字斟句酌里，我读懂了他们深藏的渴望：并非掌声，而是被郑重地“看见”。

（王承舜）