



墙上挂着的是张兰香在越剧《碧玉簪》中的剧照,以及和浙江卫视“一哥”华少的合影。



张兰香轻松拉开一字马,在这个年纪,有这般柔韧度,或许不少年轻人看了后都会自叹不如。



空了在家,张兰香爱串珠,精致的手艺引来不少人慕名前来讨教。

古稀老人“鼓”动最美人生

——“爱操心”的张兰香

□本报记者 洪漩 文/摄 通讯员 郑艺渊

在杭州市西溪街道白荡海社区有一位73岁的“健身红人”,她叫张兰香,虽说是业委会的编外人员,却是大家时常求助的“特别顾问”。大家都说她“爱操心”,因为调解邻里矛盾,组织社区中老年妇女社团运动等,都是她日常生活的一部分。

在业委会工作人员带领下,记者来到了张兰香的家。开门那一刻,一个慈眉善目的老奶奶喜笑颜开地把记者迎进去。环顾四周,窗明几净一尘不染,一切井井有条,就连墙角的收纳盒都是按照尺寸大小逐一叠放。墙上挂着张兰香一张在越剧《碧玉簪》中的剧照,以及和浙江卫视主持人华少的合影。

见记者满是疑惑,张兰香笑着介绍,原来她是越剧爱好者,以前更是常常扮演丰神俊逸小生角色的演出。因为热爱跳舞,被一公司返聘为艺术团团长的她还和老姐妹们编排了一曲《辣妹子》,登上了公司嘉年华的舞台,和费翔、罗大佑、韩红、周华健等明星大腕同台演出。

虽已是73岁高龄,但张奶奶精气神十足,身子骨十分硬朗,看上去就像是五六十岁。“年轻的时候我就爱运动,现在还是西湖长跑队湖墅区代表队副队长。因为一直坚持运动,身体素质特别好。哪怕每天做家务的时候也不忘锻炼。”说话间,张奶奶一个一字马坐到地板上,还高抬腿压筋、玩起扩胸运动等,柔软的身段令人咋舌。

除了家里,小区里的健身路径也是张兰香每天必去的地方,打打太极,做做高抬腿,或和街道邻里间一起伸展伸展身子,顺便聊聊天。若是碰到社区里有什么“家长里短”的小纠纷,都会请这位德高望重的奶奶“出马”调解,最多一天内楼梯间上上下下十几趟,但张奶奶从不埋怨辛苦,“发挥余热,让我这老人活得更有价值。”

哪怕在家,心灵手巧的张奶奶也不闲着,家里不少用串珠串成的手工艺品,都是她自制的。不少人都慕名前来想学这门串珠的手艺。

“别看我在这把年纪了,平时要忙的事可多了,充实!你们年轻人,更要比我这个老年人有韧性有志气,这样才能成大事!”张兰香一边做着舒展身体一边叮嘱道。



▲ 灵活轻盈的舞步,矫健的步伐,73岁的古稀老人爱打腰鼓,乐动人生。

◀ 张兰香格外享受运动带来的快乐



▲ 腰鼓队在张兰香的操持下有声有色

