

舞出青春新活力 “鼓”动夕阳别样红 温州这支腰鼓队敲出花样年华



享健康

本报记者 洪漩

“咚咚咚、嚓嚓咚……”在温州松台广场上总能看到那么一群老人,大家伙身挂腰鼓、手执鼓槌,一个个容光焕发、精神矍铄,身手矫捷地敲打着舞蹈。铿锵有力的鼓点,灵动飞扬的红绸,复杂多变的舞队样式,总能吸引来一大波围观群众。她们,就是温州当地响当当的文体明星团队——松台腰鼓艺术团。

A 组团十余载 从一窍不通到获誉无数

初见松台腰鼓艺术团,是在2018年浙江省健身秧歌(鼓)锦标赛的现场,由她们带来的开场展示气势恢宏,尽展腰鼓的阳刚之气和豪壮之美。尤其当最后一个造型落定,舞台下瞬间响起了雷鸣般的掌声。

“我们艺术团成立于2003年,如今十几年了,现有团员130多号人。不仅在温州当地家喻户晓,还常常到省里参加各类比赛,奖牌什么的我家阳台都挂满了。”提起自家队伍,团长马崇英言语间满是自豪。属于团队的荣誉,她可是向来不吝分享。还真

别说,她的手机相册里果然满满都是大家伙这些年的获奖证书和奖杯,让人目不暇接。

队员们告诉记者,最初组队时,不少初创成员都尚未退休,因为志趣相投,从小姐妹一直跳到成了老姐妹。别看现在大家动作整齐、技艺娴熟,想当初刚刚组队那会儿,在训练上可真下了一番功夫。“腰鼓不同于广场舞、排舞,它还要搭配器械,难度上要提升一些。”马崇英介绍,大家一开始跳都缺乏经验,不懂得任何章法和技巧,接触一番后发现有的成员入门快,有的成员进步慢。于是,大家



自觉额外补课,强化训练,这才慢慢地有了队形,也逐渐感受到了腰鼓带来的乐趣。成员们都说,只要聚在一起,这脚步越跳越轻盈,心态也越跳越年轻。

B 跳出自信跳出美 挎着腰鼓奔远方

大家在松台广场上越跳越起劲,也越跳越自信。甚至开始有围观市民主动上前咨询报名,艺术团也十分欢迎新成员的加入,原本清一色女性的团队中甚至开始有了男团员的身影。“男宝”的出现让队伍增色不少。

大家开始不再局限于自娱自乐,

而是受邀参加比赛和演出。“团员们自己准备衣服,自己化妆,每次比赛就像是过节一样热闹。”马崇英笑着说,如今不仅活跃在温州市各类文体演出和企事业活动的现场,团员们甚至还将腰鼓队舞到了中国香港。

“去年7月,我们作为浙江唯一一支队伍,应邀参加了在香港举办

的‘香港回归二十周年’全国中老年音乐、舞蹈、服饰国际邀请赛,拿到了比赛的银奖。舞台下面的观众全部站起来鼓掌!”马崇英乐呵呵地说道,能将最好的一面展现给香港同胞们,并且取得优异成绩,这让不少团员们当天晚上都开心地得睡不着觉了。

C 热衷公益 小腰鼓敲出了大快乐

若你以为松台腰鼓艺术团只是敲敲腰鼓,那可就猜错了,军乐、健身球及广场舞也是他们的拿手好戏。若你又以为她们只是一支普通的文体队伍,那就又猜错了,她们还是一支公益志愿者队伍。

“我们队是一支积极向上、凝聚力强、有组织、有纪律的群众健身团体,但是我们不仅仅局限在健身锻炼

上。”马崇英以为,松台腰鼓艺术团作为百姓喜爱的文体队伍,更要发挥作用,传递正能量。大家总是积极参加各类大型体育活动和公益活动。平时还经常无偿参与到各类节目进社区、进文化礼堂公益演出中去。不仅如此,她们还自愿参加交通管理执勤,助力温州的文明建设。或许,你走在温州的某个街头,就曾与她们中

的一员擦肩而过。

“2016年起我队结对藤桥山区残疾人贫困户,每年逢年过节都组织队员,到贫困户家中扶贫慰问送温暖,并捐款建立扶贫专项资金,专款专用。”马崇英和队友们的一颗颗赤诚之心温暖着需要帮助的人,而她们却只是笑着表示,只想为和谐社会的创建尽一份力。

生命不休习武不止 徐柏贞:绍兴武林届的“老寿星”



常青树

在绍兴越城区鲁迅路的一公寓房内,住着一位102岁的老人,他叫徐柏贞。老人思路清晰,神采奕奕的模样让年轻人都忍不住叹服。

习武已有86载的徐柏贞可算个“武林中人”,他的长寿秘诀就是多运动。每天早上5点多,徐柏贞就会如闹钟般准时起床,第一件事情就是到阳台上吐纳深呼吸,然后练上半个小时的气功,再打上一个套路的太极拳。“我天天要练,不练就难受,前两年还去鲁迅故里打,现在多数在家里打。”他每次练完就觉得浑身舒畅。

86年前,徐柏贞还是个在锡箔店做学徒的少年,因为个子小年纪轻,常常成为其他人的“出气筒”。

于是,他走进了当时的绍兴县国术馆,业余学习武术。在3年时间里,他学会了少林拳、大小洪拳、龙拳、岳家拳、龙凤拳……还会使用不少器械习武。“那时候我就学这些对抗性强的武术,后来年纪大了才转向太极的。”他笑着说,学了武术后,再也不用受人欺负,不过,与人为善是他坚守的底线。

如今,在老人家中,曾经的荣誉证书成了最好的装饰品,墙上、门窗上、柜子上,到处是他获得的奖状和荣誉证书。另一侧的柜台上,还放着他被绍兴市武术协会授予的“终生成就奖”荣誉证书。

经常有习武爱好者慕名前来,问

徐柏贞讨教。在他的学生中,有的已经是白发苍苍的老人,也有刚刚成年的年轻人,年龄跨度之大,数量之多,令人称奇。86年的武术生涯中,数以千计的徒弟徒孙是徐柏贞老人这辈子最大的财富。平时,徐柏贞家里也经常有徒弟出入,有时候他们还会带着自己的家人前来看望这位德高望重的武林前辈。

前几年,徐柏贞还加入了欢乐慈善义工团,成为义工团里的老寿星,在两年多的时间里,他先后参加10余次义工活动,这位百岁义工还用自己的气功为大家服务,获得了许多市民的称赞。

(通讯员 王敏霞)

嘉善姚庄镇: 老年达人秀星光熠熠

本报讯 排舞、太极拳、水兵舞……近日,嘉善县姚庄镇在姚庄社区举办了第二届老年才艺达人秀,为有一技之长的老年人提供风采展示的平台。来自各村(社区)的老年人用积极向上的人生态度诠释了最美“夕阳红”。

当天,作为一场展示“老有所为”“老有所乐”的老年达人秀,姚庄镇的文艺骨干们精心挑选老年朋友喜闻乐见的文艺形式,为现场观众送上了一台“夕阳红”大戏。欢快的音乐、曼妙的舞姿,排舞《厉害了我的国》拉开了老年才艺达人秀的大幕。随后,小人舞的表演让在场观众捧腹大笑之外还能感受老年人的青春与活力。来自姚庄社区陈广艳等老人带来了《太极剑》更是将演出推向了高潮。

活动上还表彰了全镇十佳孝亲家庭,获奖代表为大家分享了生活中的孝老爱亲的家庭故事,淳朴善美的和谐家风。随后,一场孝亲宴温情开席。老人们齐聚一堂,糯米香茶、花生、冬瓜糖……一个什锦食盒,勾勒出了甜蜜幸福的浓浓年味儿。共享美食、共话家常、共赏文艺,老人们的灿烂笑容温暖了冬日暖阳。

姚庄镇文化站相关负责人介绍,老年达人秀是为了丰富各村(社区)老年人业余生活,让有一技之长的老人有施展的平台。据了解,今年是姚庄镇在去年基础上举办第二届老年达人秀,该镇每年会为老年人举办红火的文体活动,让他们在运动中愉快地享受晚年生活。

(通讯员 倪杨艳 曹宇杰)