

关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第 304 期 | 2020 年 5 月 2 日 星期六 主编:龚建星 本版编辑:王瑜明 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:wyming@xmwb.com.cn



■ 顾民权和老师周小燕

□ 李定国

网课收获苗子

今年疫情期间，顾民权既不能外出教学，学生也不能上门求教。于是，本就注重网上教学的他，索性全身心地投入到网课中，他指导学生发声方法，督促他们规律练声，还收获到了意想不到的好苗子。

几个月前，顾民权的网络课堂上来了不少各地的声乐爱好者。其中一位来自甘肃农村的姑娘张晓云让他眼前一亮。张晓云虽从未走出过大山，却有超乎常人的音乐和歌唱天赋。她能完整流畅、有板有眼地演唱高难度的《玛依拉变奏曲》，华彩部分的花腔丝毫不亚于专业演员。经过近两个月的“远程”调教和指点，张晓云的演唱更规范，也更科学了，成了顾民权最近重点培养的苗子。在接下来计划举行的顾民权和他的学生音乐会上，顾民权将特邀张晓云来沪参演，考虑到她的家境，他还会为张晓云提供车费和住宿。

歌唱治疗口吃

与音乐相伴了大半辈子，但说起缘由，顾民权却用了“阴差阳错”四个字。小时候，顾民权喜欢运动，初中时的他，已是虹口区少体校的体操运动员。但因为各种原因，顾民权立志想进入上海队乃至国家队成为运动员的希望，成了泡影。

顾民权从小就有“口吃”的毛病，不过一唱歌，这种毛病便全无踪影。他由此想到了用学歌唱的方法，来辅助治疗“口吃”。于是，他的好友、著名舞蹈家胡嘉禄为他介绍了上海音乐学院的谭冰若教授。谭先生虽在上音教的是中外音乐史，但他早年留学日本时，学的恰是声乐。顾民权学歌唱，是一张白纸，犹如刘姥姥走进大观园，一切都那么新鲜又神奇。谭先生的教学深入浅出，又非常形象，也令他眼界大开。在先生孜孜不倦的潜心引导和点拨下，顾民权的歌技有了显著的长进。此时的他，从心底爱上了歌唱。原本，他一周只去先生家上一堂课，后来只要下班有空，就往先生家里跑，想方设法地去吸取音乐养分。

谭先生的家中，除了一架钢琴和必要的生活用品外，四壁的橱柜中，全是音乐书籍和音像资料。顾民权如同置身于音乐的海洋，尽情欣赏卡鲁索、基里、斯坦芳诺、科莱里和帕瓦罗蒂等世界顶级男高音歌唱家的演唱。他追随谭冰若先生近四十年，直至其去世，不仅学到了老师教授的歌唱技能，更学到了老师的优秀品德。后来，顾民权又跟随声乐大家周

76 岁的顾民权，是上海业余歌坛的翘楚。作为上海爱乐合唱团的首席男高音，他曾和一些歌唱名家同台演绎高难度的世界经典之作。十多年前，他悄然把自己生活的重心，从舞台演唱转移到了网上教学。在宽广无垠的网络世界，他为自己开辟了一个施展身手的天地。春节至今，他更是守在屏幕前，隔空指导着天南地北的学生……

■ 顾民权
在网络教
学中示范



■ 顾民权近影

本版摄影
籍坚民

采
访
手
记

歌唱相伴 此生值了

顾民权的歌唱生涯经历十分曲折。2014 年，是他人生最艰难的时刻，他大病了一场。胸部被查出肺气肿，四次住院，两次被推进重症病房。面对医生对他“今后再也不能唱歌”的宣判，顾民权表示“不服”，他坚持练声、练气、锻炼。经过一年多的坚持，奇迹真的出现

了，他又能唱了。顾民权也因此对人生又有了重新的定义，他更珍惜眼前的每分每秒，更刻苦地投入到练唱、教学中。如今，退休近二十年的顾民权生活极有规律，天天都围绕着歌唱和教学连轴转。他乐此不疲，且备感幸福和成就感。“人生能有歌唱相伴，此生值了。”顾民权说。

小燕继续深造。

日记记录经验

学习歌唱，一定是从学唱“啊”“唉”“依”“噢”“呜”五个母音开始的。按常规，初学歌唱者首先从开口的“啊”母音着手练习。但顾民权从多年的实践探索中发现，唱闭口的“依”音，更容易带动气息、找到正确的声音位置，这种学唱方法对入门者尤佳。

那天，我在顾民权家中采访时，按照他的指点，也尝试练唱“依”母音的感觉。然后在他的钢琴伴奏下，用刚学的方法，学唱了一首新疆民歌《可爱的一朵玫瑰花》，唱时感到高音比以往松弛了些许，气息也较过去更流畅。

对歌唱痴迷的顾民权，不仅好学，还不耻下问，能博采众长，又勤于思考、善于总结。他在多年用心学唱的过往中，积累了许多歌唱的体会和经验，还用写日记的样式，把它们记录了下来，已经记了好多本。顾民权想把这些宝贵的歌唱体会编成一本教材，希望能给后来学唱者以帮助和启发。眼下他自创的这套方法

和体系，不断地付诸在实践中。

有一次，顾民权经朋友介绍，结识了与陈逸飞、夏葆元同窗的画家何祖明。何母是大名鼎鼎的歌唱家周碧珍，也是顾民权敬仰的人。他初见周碧珍时，诚惶诚恐地讲述了自己曲折的学唱往事，还和盘托出了自创的歌唱理念，并当场演唱了几首歌剧咏叹调。

周碧珍非常惊讶，一位业余歌者的声音，竟如此美妙，绝不亚于专业歌唱家。周老师非常看好他。这天，两人聊了很多歌唱的话题。临别时，周碧珍希望顾民权去报考上海合唱团附设的业余音校，此校是专为本团培养后备人才的。顺利考入音校后的顾民权，非常珍惜这样的学习机会，他比常人付出得更多。每当华灯初上，他总是第一个来到声乐课教室，最后一个陪老师吴大昭一同骑自行车回家。路上两人还在探讨歌唱……经过三年的刻苦学习，毕业时的顾民权出类拔萃。照理，他会进入合唱团当专业演员，但因为年龄早已过了不惑，无奈地与专业乐团失之交臂。但热爱歌唱的顾民权，依然在歌唱之路上前行。由于顾民权

的歌声出彩，上海合唱团在许多重大演出中，都请他出任男高音声部。

教授高龄学生

上世纪九十年代初，没能成为专业歌唱演员的顾民权与一群志同道合者组建了上海爱乐合唱团。他担任团里的首席男高音、独唱演员兼声乐指导。男高音声部长杨文虎，进团时已年近花甲。他曾是上海交大船舶制造专业的高材生，还曾参与我国首艘航母辽宁号的设计。学生时代的杨文虎也是文艺积极分子，喜欢歌唱。但在花甲之年要保持好的歌唱状态，已力不从心了。在顾民权十多年的教导下，如今 83 岁的杨文虎在歌唱中重新焕发了青春。

顾民权还有一位特殊的学生：年过古稀的龚炯之。龚炯之年轻时援过疆，在新疆八一钢铁厂工会工作近四十个年头。他热爱歌唱，但当年自学走了不少弯路。如今，他的学习热情高涨，十多年来，每星期都来上课，雷打不动。但有一阵子，龚炯之突然不来上课了，顾民权抽空去他家看望后才得知，龚炯之病了。那时正是桂花飘香的时节，顾民权就在自己小区内收集桂花，制成糖浆，送给他。

顾民权住在新静安的唐家沙小区，是“美丽家园”示范小区。小区的文化气息浓郁，顾民权所住的楼，也因为他的歌声，被命名为“知音会友楼”。受了顾民权的影响，小区里许多居民都爱上了唱歌。在居委会的支持下，退休后的顾民权开起了社区歌唱学习班，他还用退休工资购买了一架钢琴捐给小区，作为学唱排练之用。多年来，小区里学歌唱的居民像滚雪球般递增。如今这批学唱者已组成唐家沙小区合唱团，活跃在社区的舞台上。

老
琐
言

本周“夜光杯”上刊登了一篇文章，说的是新冠疫情暴发时，一对湖北籍

夫妇不得不滞留湖北，帮他们在上海看店、人生地不熟且语言也不通的老母亲，因为害怕是“湖北人”被人另眼看待，于是，紧闭大门，苦苦守在家里，连晚上也不敢开灯。几个机关干部和社区工作人员，出于高度的责任心，仔细观察排摸，发现了这个异常情况，给予老太太以特殊照顾，终于让她的生活恢复正常。

事情很小，意义很大。

新冠疫情肆虐全球，我们听到国外太多关于老年人不幸遇难的消息，有的国家老年人死亡率之高，令人震惊。大家听到的解释，多半是老年人基础疾病多啦、免疫力差啦……这些理由固然说得通，但很不充分。设想一下，如果能让老年人安置在相对闭环安全的环境，对他们的日常生活给予优先的倾斜，再加上家人的悉心照顾，我相信那么高的“死亡率”一定会降下来！至少，上海的这个案例，给了我们很多启发。

其实，许多的争论不休没有太大意义，主要看效果，这才是硬道理！

主要看效果

文
剑
箫