

金色池塘

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

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 326 期 | 2020 年 10 月 2 日 星期五 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



▲ 队员们在排练
▶ 合唱队在居民区演出



老
来
伴

听银铃合唱队银铃般的歌声

说起这场“快闪”，离不开团队里的几位“小字辈”队员的策划。曾经在大学工作的钱红，朗诵功底扎实。每次合唱比赛中，她都担任领颂，为了节目更加出彩，她总是先自己在家中反复练习，字斟句酌，排练时再带领队员一字一字“抠”，力求每个字都发音准确。

在社区，文艺团队之间一直秉持“有活动，一起上”的团结合作精神。外出演出时，舞蹈队以行云流水的舞姿为合唱队伴舞，“走秀队”以时尚斑斓的服饰为合唱队“撑场”。每次排演载歌载舞的节目，舞蹈队的孙来敏先在网上搜索相关的舞蹈，下载后自己先研习一招一式，然后悉心辅导其他队员，并请对舞蹈服饰颇有造诣的张玉兰选择与舞蹈内容相匹配的服饰。几位五六十岁的“年轻人”成了团队的“灵魂人物”。

每当合唱队取得好成绩时，队员们还由衷地感谢他们眼中的“小姑娘”袁麟。小袁几乎每天上午 7:30 就到活动现场。舞蹈队、腰鼓队、戏曲队、服装走秀队等都是她关心的对象。小袁的妈妈和外公是越剧票友和沪剧爱好者，她从小耳濡目染，也能说出点门道，也因此与合唱队员有了更多的交流和默契。活动时，她常给大家拍照、拍视频，为老人们留下美好的回忆。

因为疫情，今年春节以来，队员们很少有机会在一起排练，但大家感觉从未分开。有队员写了“抗疫诗歌”，发在微信群与大家分享；有队员学唱了一首新歌，在群里为大家演唱；视频里相互问候、同声放歌同样过瘾。合唱队员们隔空欣赏，情感是贴近的。人在家里，歌声不绝如缕，飘出户外。

文/张林凤

阿姨们的实力

采访的那天，大家都戴着口罩，但从眉眼间溢出的笑意中，我能感到这群平均年龄 75 岁的“老小孩”发自内心地热爱生活。回首往事，历历在目。合唱队成立仅一年时，大家就在甘泉路街道市民歌咏比赛中，以一曲《爱我中华》荣膺二等奖。说起这些，队员们不约而同地说起了合唱队里阿姨们的功劳。

队长江玉梅是位退休教师，一直帮忙照看外孙女的她，其实很想拥有属于自己的晚年生活。外孙女上幼儿园那年，正值银铃合唱队成立，爱唱歌的她，马上报名参加。由于她性格开朗，乐意为大家做事，被推选为队长。江玉梅戏称自己是个“多功能备胎”，合唱队没有专业辅导老师时，她就带大家起音；没有指挥，她尝试挥动双臂；弹琴老师“断档”了，她上手弹起练习曲……

江玉梅策划的活动也很有意思。合唱队成立 10 周年时，他们做了“猜猜这是谁”的小游戏。屏幕上，主持人晒出队员们少年时的照片让大家猜。猜对了，一片赞美；猜错了，一阵哄笑。江玉梅动情地说：“阿拉年轻时都是帅哥靓妹。如今，尽管大家的脸上烙上了岁月之纹，但美妙的歌声超越了青葱的岁月。”

“清晨我漫步在美丽的甘泉，看那绿树成荫连成片……”这首《美丽的甘泉》的词也是江玉梅创作的，被合唱队填在“天路”的乐曲中。大家唱得激昂高昂，在街道举办的歌咏比赛中，他们一举荣获最佳表演奖。

说起这些奖，还不得不提陆锡芳阿姨的钢琴伴奏。今年 80 岁的陆锡芳从小学钢琴，童子功扎实。幼年的她，最大的愿望就是报考上海音乐学院，成为钢琴演奏家。然而因为各种原因，她只能把对钢琴和音乐的爱藏在心底。退休赋闲在家后，她又买了钢琴圆了儿时的梦。前些年，陆锡芳的丈夫因病去世，她伤心悲痛，在合唱队员的关心下，独居的她融入了温暖的群体，用琴声为自己、也为队员们带来欢乐。如今，经常有队员和居民向陆阿姨求教钢琴弹奏技法，她总是有求必应，不厌其烦地传授辅导。

阿姨们的付出，让合唱队在各类比赛中崭露头角，在社区歌咏比赛中先后荣获两次二等奖、一次三等奖以及最佳表演奖、优秀奖等诸多荣誉。

有这样一群老人，他们一路歌唱，一路欢乐，弹指一挥间，已经唱过了 16 个年头，他们相伴一起慢慢变老，他们就是“银铃合唱队”的队员们。东泉苑小区居民自发成立的这支合唱队，满足了不少独居、空巢老人的精神需求。“银铃”音同“银龄”，大家都说：“银铃般的歌唱，让银龄生活变得更幸福了。”如今，不少队员也从“年轻老人”迈入了耄耋之年。



▲ 合唱队员们的歌舞秀



▲ 去年 6 月底，合唱队举办歌唱祖国快闪活动

阿姨们是有实力的，她们成就了合唱队员们金色的晚年生活。

爷叔们的才艺

雪白的衬衫、深色的长裤，配上绛红色的领结，爷叔们一上台，给人的第一印象就是饱满的精气神。目前，合唱队 45 位队员中，有 16 位爷叔。退休前，这些爷叔有的是单位领导，有的是高级工程师，还有好几位转业、复员军人。回到社区后，他们带着一颗平常心融入社区。爷叔们的才艺可谓“须眉不让巾帼”。

我好奇地问大家，社区的团队活动，爷叔一般是不太热衷的，你们为何如此兴致勃勃？大家笑道：“军功章”里有阿姨们的一半。”队长江玉梅带头鼓动自家的爷叔加入合唱队；退休前曾是单位领导的沙爷叔，也是被自家阿姨拽进合唱队的。而在合唱队年龄属于“小弟弟”的陈定龙说，女儿有了孩子后，他曾离队三年，完成“任务”后，奈何不了江队长几次三番的游说，又重返了合唱队。

合唱队不仅提升队员的唱歌技艺，也历练了队员的自信。郎建国是个热心肠。但他的歌声有时“荒腔走板”，大家为

他鼓劲打气，指导他如何放松表情，以肢体动作配合歌声，陪他一遍遍地练习，唱着唱着，郎爷叔的歌声越来越有“腔调”了，偶尔也客串一把声部的领唱。

也有爷叔，热衷于为合唱队寻觅人才。姚炳忠就是被邻居闵长松物色鼓动进合唱队的。姚炳忠五六岁时就被爸爸带到剧场听沪剧，受过潇洒飘逸、舒展流畅、音色甜润的沪剧唱腔熏陶的他，偶尔也能模仿沪剧名家王盘声、邵滨孙，像模像样地唱上一段。参军时，他曾当过文艺宣传队员，京剧、相声、快板也都能来上一段。加入合唱队的姚爷叔，一亮嗓门就赢得了满堂彩。

爷叔们的才艺，仿佛合唱队里的新鲜血液，让每次活动都充满着惊喜。

“小字辈”的参与

虽说合唱队员的平均年龄达到了 75 岁，但大家都有颗年轻的心。他们曾在离小区不远的同济广场，自编自导自演了一场“我和我的祖国”歌舞“快闪”，庆祝党的生日。欢乐的舞蹈、嘹亮的歌声中，大家身着艳丽多彩的盛装舞动着五星红旗，引得行人驻足。大家兴奋地说，“快闪”真过瘾，这也是才艺展示的好形式。

“老来伴”的自治

莫道桑榆晚，人间重晚晴。今年 16 岁的银铃合唱队，一直实行着自我管理。大家相互关心，老来一起作伴的理念温暖着这个团队。独居老人陈阿姨，患了腿疾需要住院手术，保姆都回乡了，怎么办？手足无措的她向江队长求援，本应“宅家”的江队长，顾不上自己，上门嘘寒问暖，直至为其落实了亲戚来照料才放心。陈阿姨出院后，江队长再次与队员上门探望。

团队活动免不了产生费用，比如打印歌词、置办演出道具，端午、中秋、春节等中国传统节日的联欢活动等。于是，每位队员每年收费 50 元，请顾松华和殷梅琴两位队员专人管理账目，即使队长需要费用，也须经过他俩同意，坚持做好费用明细表，向队员汇报具体用途。

合唱队自我管理形成的良好氛围，有的队员虽然搬家了依然心向往之。张爷叔搬家到了顾村，依然坚持每周四来参加合唱，后来，他新住地的居民发现他歌唱得好，还有乐理知识造诣，竭力鼓动他就近参与团队活动，张爷叔又“变身”顾村社区的志愿者；秦阿姨的家搬到江桥，她割舍不了对合唱队的眷恋，每周四风雨无阻地来参加合唱……

队员们都说：我们生活在一个好时代，退休后参加合唱队，提升了晚年的幸福指数。明年是中国共产党建党 100 周年，最近，合唱队已开始筹备一台经典歌曲连唱节目，他们要歌唱祖国歌唱党，表达对美好生活的向往。