

老有所乐

大妈爱唱戏 义务为邻里演出15年

在柳江社区，常常可以看到一位老人的身影，她一头白发，唱起戏来神采奕奕，尤其唱《拾花轿》选段时，神情、姿态犹如少女。这位老人叫鲍春梅，今年75岁。15年来，她用戏曲给附近居民们带来许多乐趣。



鲍春梅老人在小区练习唱戏。

□文/图 本报记者 于文博

七旬老人醉心戏曲

11月17日，在市区柳江路柳江小区，记者见到了鲍春梅老人，她和柳江社区戏曲艺术团的团员们正在排练，一段《刘大哥讲话理太偏》唱下来，吸引不少市民围观。十几名演员中，鲍春梅的一头白发很是显眼，她演唱得十分投入。

“鲍老师的《拾花轿》唱得

特别好。这么大年纪了，看着还和小姑娘一样。”艺术团的一些团员七嘴八舌地告诉记者。在大家的请求下，鲍春梅现场表演了一段《拾花轿》，她声情并茂，将该剧中周凤莲一角演绎得活灵活现，感染了在场的每一个人。

鲍春梅从小热爱戏曲，13岁时曾在原郾城县豫剧团学

习，20岁时到我市一家企业上班直至1990年退休。

“我从小就喜欢戏曲，但是因为各种原因，这个爱好中断了很多年。”鲍春梅说，因为工作和家庭的关系，一直到2002年，她又重新拾起对戏曲的爱好。2003年，在朋友的介绍下，鲍春梅加入了柳江社区戏曲艺术团。

坚持义务演出15年

鲍春梅老人很爱笑，说话声音温柔亲切，是艺术团里有名的热心肠。因为年轻时曾在剧团学习，在戏曲方面有着不错的基本功，每逢艺术团排新戏，有些团员跟不上时，就会向她求助，而鲍春梅从不推辞，总是耐心指导。

“在咱们团里，鲍老师是大家公认的好大姐，可受尊敬了。她的唱腔吐字清脆圆润，唱得可好了。”柳江社区艺术团

负责人沈先生说。

从艺术团成立之初，鲍春梅就加入其中，至今已15年。这期间，老人参加了无数场义务演出，有为社区居民义演的，也有为敬老院老人义演的。每一场演出，她都精心准备，演出时精神饱满。几年前，在敬老院的一次义演中，一位唱《朝阳沟》的团员因为突发状况，无法上台，鲍春梅二话不说，顶替这位团员上台

演唱，成功救场。

“我会唱，人家也愿意听，大家都高兴，何乐而不为呢？”说起义演，鲍春梅总是充满热情。

“鲍老师唱的戏特别有感染力，每次听她唱戏，我们都特别享受。”今年65岁的刘女士是柳江小区的居民，她告诉记者，她现在家带孙子，每次鲍春梅唱戏，她都会抱着孙子过来听戏。

把快乐传递给他人

15年，鲍春梅就这么一路认真真地唱过来。虽然今年她已经75岁了，但她身体硬朗、耳聪目明，艺术团的团员们无论何时见到她，她都是一副乐呵呵的样子。

“唱戏也能养生。我每天唱戏，练练嗓子，也算锻炼身体了。”鲍春梅说，目前她还需要照顾外孙，每天把外孙送到学校以后，她就有了自己的时间。她外出唱戏，家里人都十分支持，“每次我说要出去唱

戏，他们从来都没有阻拦过，可支持我了。”

因为上午要接送外孙、做饭，鲍春梅把每天下午的时间都留给了戏曲。艺术团每周二、周四要排练，鲍春梅从不缺席。在没有排练的日子里，她也会和同样喜欢戏曲的朋友一起，在市区各个地方唱戏给市民听。

“唱戏是最让我高兴的事。劳累的时候唱唱戏，疲惫就会消失；高兴的时候唱唱戏，兴

致盎然喜洋洋……只要让我唱戏，怎么样我都高兴。”鲍春梅说，因为戏曲，她结识了很多志同道合的朋友，大家只要在一起唱唱戏、聊聊天，什么烦恼都可以消除。

曲调悠扬，鼓点响亮。于鲍春梅而言，戏曲既是发自内心的兴趣，也是晚年生活的亮点。“唱戏既锻炼了身体，也让我心情舒畅。我开心了，就想唱给别人听，让人家也高兴高兴。”鲍春梅笑着说。

长寿老人

九旬老人张艳家庭和睦儿女孝顺 四世同堂 其乐融融

□文/图 本报记者 王培旭

家住市区交通路与滨河路交叉口附近的张艳今年已经92岁了。11月28日，走进老人家中，她热情地招呼记者坐下。虽然已到鲐背之年，但她看起来精神矍铄。对于长寿的原因，老人认为，除了常喝奶、多喝水，儿女孝顺是最大的秘诀。

坚持喝奶筋骨强健

对于年轻人来说，摔一跤不算什么，对于老年人来说，摔一跤可是大事，可能因此卧床不起。张艳告诉记者，岁数大了，脚下难免不稳，自己这几年也摔过几跤，但每次都是拍拍屁股就站起来了。之所以筋骨强健，是因为每天喝半斤奶，已坚持了几十年。

张艳的儿媳吕彩霞今年53岁，平时负责操持家务。每天上午10点左右，她都会将一碗热腾腾的奶端到老人面前。吕彩霞说：“老人喝奶有讲究，不能空腹喝，所以就把时间定在上午10点左右，早餐消化之后。”

每天早上一杯白开水

老人还有一个雷打不动的习惯，就是每天早上起床先倒一杯白开水，放到温热的时候喝下。老人告诉记者，早上喝一杯水肠胃舒服，有利于身体健康，这个习惯她已经坚持很多年了。

提起老人的一些生活习惯，其子陈志炎笑着说：“我妈身体好，跟这些好习惯分不开。”说着，陈志炎从电视机柜里拿出两瓶进口保健品，他告诉记者，这些都是小辈们给老人买的，但是老

人很少吃，家里也没有瓶瓶罐罐的药品。老人的身体一直很好，以前自己在市区大兴街老屋住着，不让儿女过来照顾。“俺妈是个闲不住的人，生活都是自己打理，不让我们插手，80多岁时她还经常自己擀面条吃呢。”吕彩霞告诉记者。

四世同堂其乐融融

“俺妈脾气好，啥事都不放在心上，有时候我俩因为小事辩论几句后，她还劝我不要生气。”陈志炎告诉记者，他母亲心地善良，从不跟人吵架，和周围的邻居相处很融洽。从小母亲就教导他们做人要善良、宽容。如今，老人四世同堂，一家人相处和睦。

家和万事兴，老人的健康长寿离不开和睦的家庭氛围，同样也离不开晚辈的悉心照顾。提起儿子、儿媳，张艳止不住地夸奖：“儿子、媳妇都可孝顺，对我可好了，儿子天天给我洗脚。”原来，2012年老人因为肠梗阻做了一次大手术，陈志炎和妻子就从自己家搬到了老屋，和老人一起生活，方便照顾老人。老人手术出院后，身体还很虚弱，看到老人的脚有点肿，陈志炎就给老人买来洗脚盆，每天让老人泡脚，给老人按摩。从那时起，给老人洗脚就成了他们每天晚上都要做的事。

儿子、儿媳每天推着老人出门晒太阳、做可口的饭菜、为老人按摩……提起现在的生活，老人饱经风霜的脸上不时露出开心的笑容。而面对老人和邻居们的夸赞，吕彩霞笑着说：“其实真的没什么，这都是我们这些做儿女的应该做的事。”



儿媳吕彩霞在照顾张艳老人。

本版征集新闻线索

或老有所为、老有所学、老有所乐，拓展自身的兴趣爱好，展现快乐的老年生活；或在养生与保健方面有独特的理念和方法；或别具生活情趣，在生活的某方面有特长和“绝活儿”；或老年夫妻相濡以沫、相互扶持，有着感人的爱情故事……如果你身边有这样的线索，请联系我们。电话：13938039936