



七旬老人自学电子琴 晚年生活音乐相伴

□文/图 呼和浩特晚报记者 杨永刚

“我在器乐方面是个‘小白’，敢于尝试电子琴完全是因为爱好和一颗不服输的心。”74岁的孔桂桃退休前从事商业工作，跟艺术完全不沾边，孙子闲置下来的一架电子琴却带领她走上了音乐之路。

孔桂桃随手弹奏一曲，动作流畅、旋律悠扬。“我一直相信三句名言：兴趣是最好的老师、兴趣是激活脑神经的动力、勤奋是成功之母。”孔桂桃告诉呼和浩特晚报记者，“我对音符的了解除了学生时代的音乐课，再就是上老年大学的合唱课。刚开始弹琴时，我只能一个音符一个音符地弹奏，生硬又不连贯。后来，没事的时候我就研究曲谱，就这样边研究边练习，最困难的读谱、背谱、弹奏变成轻松过关的活儿。勤奋苦练弹奏基本功是学琴的基础，每次打开电子琴，我必先练指法，还经常在网上听音乐会、听电子琴高手演奏，既能提高声乐艺术欣赏能力，又可以学习音乐家的演奏技巧和指法，并加速学习滑音、琶音和主奏自动插入等技巧，给弹奏乐曲‘加花’，丰富乐曲旋律的韵味，快速提高弹奏能力。”

据孔桂桃介绍，毕竟年岁不饶人，老年人的认知能力与敏感性明显下降。有一次她在网上看到

有位专家通过研究和实验认为，老年人通过学习新知识和实践活动，大脑皮层会发生结构性变化，脑神经的认知能力、联想推理和提取信息速度都会提高，勤用脑还会提高记忆力。这一理论极大地鼓舞了她学琴的决心。同时，她也不放过任何一个学习的机会，为提升自己的弹奏水平，她遇到专业人士都会虚心请教。“我记得老伴儿得了脑梗后口齿不清，但是他对弹奏水准还是听得很准确的。我如果弹得不准确，他就嗯一声。如果我有进步了，他就会竖起大拇指给我点赞。那时，虽然我弹奏电子琴时间不长、水平也一般，但是弹琴解闷是我长期照顾老伴儿日常起居心情烦闷时的一束光，让我的生活不再乏味，弹琴也伴我走过人生的灰暗时刻。老伴儿去世后，有段时间我没心情摸琴，因为一摸琴就会回想起和老伴儿在一起的那段时光，触景生情。后来我走出阴影，重拾琴谱，弹起电子琴开启我的新生活。”回想起过往，孔桂桃的眼眶湿润了。

呼和浩特晚报记者在采访中了解到，孔桂桃心灵手巧，不仅学琴快，手工编织的毛衣也在亲朋好友中颇受欢迎。采访结束时，孔桂桃谦虚地说：“虽然现在能够很流畅地弹奏曲子，但还仅仅是学琴的起步阶段，要弹奏得熟练准确、优美动听，还需继续打磨，继续努力。”

用水也能养的五种盆栽



茉莉

每年茉莉发新芽之前，应将前一年的老枝适当剪短，基部保留10至15厘米。当新枝长出10厘米左右时摘心，促发侧枝，这样可以使茉莉开花多且枝叶紧凑。

文竹

天门冬科多年生常绿草本花卉。茎细弱，枝纤细呈叶状，水平开展。花小，白色。浆果球形，黑色。果实成熟后，呈现出浓绿丛中点点红的景象，清雅可爱。植株耐阴性强，摆在床头、桌案，文雅大方，是一种极具观赏性的室内花卉。文竹也是理想的切花衬托材料。近年来，已经成功开发出水养文竹，置于居室内更是清雅。

（据《湛江晚报》莫聪）



绿萝

天南星科麒麟叶属藤本植物，属于攀藤观叶花卉。性喜温暖、潮湿环境，藤长可达数米，节间有气根，叶片会越长越大，常绿。萝茎细软，叶片娇秀。水养很简单，可以2至3天换一次水，配以简单的营养素。绿萝具有很高的观赏价值，蔓茎自然下垂，既能净化空气，又能充分利用空间，为室内增加活泼的线条、明快的色彩。

月季

月季开花后应及时修剪，剪除重叠枝、交叉枝、过密枝、徒长枝，枝条保留3至4个芽即可。除了要采收种子的花，残花应立即剪除以保证其他花蕾的营养供给。

吊兰

天门冬科多年生常绿宿根草本花卉。叶丛生，线形，边缘或中间有纵的黄白色条纹。夏秋之际，从叶间抽出细长柔韧下垂的匍匐枝，顶端或节上萌发嫩叶和气生根，开白花。吊兰可在室内水养，不仅可以净化空气，而且外形美观、养殖简单。将盆栽吊兰挖出，去除根部泥土，剪去老根、烂根，留下须根，放入容器内，装入清水和花卉营养液，让吊兰根部浸于水中生长即可。

今年60岁的倪阿姨在外人看来过得挺幸福，两个儿子有着体面又挣钱的工作，在各自的工作领域闪闪发光。倪阿姨的爱人比她大8岁，两人志趣相投，平时一起跳广场舞、舞太极剑，幸福的家庭让人羡慕。可是作为离异后的重组家庭，倪阿姨今年遇到了一件烦心事。

倪阿姨心里话

倪阿姨：

我30多岁的时候因为前夫家暴而离婚，后来经人介绍和现在的爱人成了家。我们的脾气秉性相投，文化程度、家庭条件也旗鼓相当，于是很快就走到了一起。我们在各自的上一段婚姻中都有一个儿子，因此在共同生活的这20多年间没有再生育，倒是也过得其乐融融。他的前妻一直在南方工作，今年年初听说她回到呼市定居，身体不太好。这么多年，我们没有阻拦过我爱人的前妻和孩子联系，现在她回来了，因为孩子，我爱人和他的前妻有了间接的联系。怎么说呢，我心里肯定是不舒服的，但是又觉得她有病在身，况且还是孩子的亲生母亲，不让他们联系不太可能，但是联系多了我又担心会发生变故。毕竟这么多年过去了，以往有什么恩怨也随着年龄的增长冲淡了，所以总是担心他们之间会发生些什么，有些患得患失，反而影响了我和爱人的关系，不知道该怎么办才好。

国家二级心理咨询师王向东：

倪阿姨遇到的问题，是困扰很多重组家庭的问题。就像她说的，因为有孩子在中间作为纽带，已经离异的夫妻还是会免不了有接触，比如孩子结婚、生子这样的人生大事，都会成为双方再次沟通联系的一个契机。我建议倪阿姨不必自己揣测，可以大大方方地同现在的丈夫制定一个规则，就是他和前妻相处时的一个“度”的把握，什么事情是必须他出面的，什么事情是不需要他们二人直接接触的，心里要有数。比如说前妻生病了，确实无人照料，可以让儿子出面请一个护工或者是保姆，毕竟他们的儿子有这个能力，可以负担相应的费用，这样就可以避免倪阿姨的爱人和前妻直接接触，也能消除倪阿姨的顾虑。此外，倪阿姨也不要过多的猜忌，毕竟在20多年的婚姻中，你们已经相处得很默契了，一直恩爱有加，不要让猜忌成为这段感情的阻碍。相信对方，也相信自己的选择，只要双方把最困扰的时期度过，后续的生活应该就不会有什么问题了。

（呼和浩特晚报记者 王璐 整理）