

“一般”是什么？“一般”是《一般》，“一般”不一般。作为《中学生》杂志的前身，《一般》月刊追求的是“一般的人，说一般的话，给一般人看”，如今，《一般》在江湾社区报开始它新的征程，不分年代，无论图片还是文字，我们在这里记录你的创作，展现你的文采。

投稿方式：
发送至电子邮箱:2773309389@qq.com
或寄信至徐汇区龙华路 1887 号 3 楼《江湾社区晨报》收 邮编 :200032

合唱团

邵凌

每周一次的合唱班特别受老年人欢迎。老人们在这轻松愉快的环境中轻舞飞扬，不再寂寞。

教我们唱歌的朱成德先生是一位热心于社区工作的积极分子，他除了每周一次在居委会教退休工人唱歌外，还教小区退休工人跳舞，有时甚至还把妻子蒋阿姨也叫上。来学唱歌跳舞的男男女女大多都是退休不久的老人。他们尽管乐理知识欠佳，但对唱歌的热情却十分高涨。

后来，我在合唱班里认识了张敏，那天，张老师对我说，邵先生，你的音色蛮好的，到我们合唱团来。我当时以为张老师只是说说而已，并没有把这事放在心上。后来，我听合唱班学员翟荣福说，张敏是合唱团副团长。我才把这事当了真！但是，我还是觉得我这水平玩可以，到合唱团万一唱不好，岂不是辜负了张老师的一片心意！所以，我一直都没敢答应张老师。

那天，合唱团在我家附近的市民驿站举办活动，张老师把我叫了去。我顿时被现场的排练氛围给吸引住了。只见合唱团队员们个个情绪饱满，唱得非常投入。由于当时高声部缺人，张老师把我安排到高声部。这时，合唱团负责人徐菊琴老师递给我一份歌谱，手捧着排练的歌谱，站在合唱团队伍里高歌。

合唱团队员们都是街道各个小区的歌唱爱好者，每次排练他们都非常认真。有的队员动迁后家住崇明，但他们仍然兴致勃勃地赶来排练，从不迟到、早退。碰到指挥老师请假，队员们也会一丝不苟地根据指挥老师的意图，自己琢磨、反复练习。

合唱团的指挥邓素梅老师是一位艺术造诣深、指挥合唱经验丰富的专业音乐老师。她平时不但要辅导我们老年合唱团，而且还热衷于辅导儿童合唱团。最让徐菊琴和邓素梅头疼的是，我们合唱团没有固定的排练场地。时常还得靠我们合唱团成员，通过自己的人脉关系解决排练场地。

合唱可不是独唱，它一般有四个声部（男高男低、女高女低），每个声部都必须经过认真科学的排练、磨合，声部才能获得和谐完美的统一，演出的时候才能给人以震撼，达到鼓舞人的效果。否则，合唱团那么多人，大家你唱你的，我唱我的，岂不是乱了套。

行家有句俗话说叫：“拳不离手，曲不离口。”邓素梅为让合唱团队员们能熟练地掌握合唱艺术，熟悉自己的声部，还用网上上课的方法来给队员们练声，教队员们乐理知识。队员们的乐理知识加强了，排练的时候就能起到事半功倍的效果。

合唱团的每个队员都很珍惜每周一次的网课，尽管这种上课方式不能和平时正常的面授效果相比，但大家仍然满怀激情地学习着、演唱着。邓素梅对所有队员的要求也是很严格的，虽说是在家里上网课，但她要求每个人无事不得请假。为了检验每个队员网上学习是否达标，邓素梅还经常亲自点名叫合唱团队员们一个个视唱练习，用这样的方法来检验队员们是否能把音调唱得准确。

我到合唱团时间不长，但该团给我印象最深的是，队员们的整体素质和修养都非常好，大家特别团结，本着对歌唱的热爱，排练时都很认真。高声部负责人王福俊老师和低声部的阿仲老师对乐理知识的悟性好，他们时常会主动把较难唱的低声部歌谱唱好后，用录音的方式发到我们合唱团微信群里，便于乐理知识欠佳的队员以及因为家中有事请假的队员学习参考。

合唱团是街道老年大学合唱班为丰富老年人的业余生活而组织的一支业余合唱团。历届合唱团指挥老师都非常注重舞台实践，就像邓素梅说的，我们现在认真排练，就是为了能给居民们带来高雅的艺术享受，让我们社区的老年生活更加精彩。

退休帖

袁忠荣

庚子仲夏，阳光让人全身从里到外不仅感觉暖，更多感觉是热，连屋内的书桌也有点烫手，仿佛空气都成了温泉。在街心花园的树荫下，两个顽童满脸通红地在互逐玩耍，一对耄耋老人促膝相依地坐在长椅上谈笑，他们享受着幸福的童年快乐及悠闲的老年生活。

此时，我不由自主地感到浑身涌

起一阵阵热浪，感慨大自然的神化，也感慨时光的飞逝，感慨周而复始的春夏秋冬，也感慨世上万物生灵的轮回，潮起潮落，黑夜白昼。

结束了 40 年生活劳作，我将步入新的生活里程。眼下，我想默默地对工友们说：悄悄地我走了，正如我悄悄地来。掸去衣袖上的尘埃，带走一片浓浓的情怀。

好书推荐



《一念永恒》

著者:余光中
出版社:中信出版集团股份有限公司
索书号:I267/8995-67

简介:很少有人知道,大名鼎鼎的诗人、作家余光中先生,晚年最大的梦想是成为一名赛车手。手中一份地图,趁月夜,如离弦的箭一样冲出去,旁若无人地飞驰于旷野,直至天涯尽头。这是余光中写给年轻人的一本散文集。他爱自驾旅行,读万卷书,行万里路,看尽天下美景,把栏杆拍遍。他乡愁入骨,摆渡诗和远方,述说游子的心绪,光阴的故事。他是最后的守夜人,守一盏明灯。面对人生的不可抗力,享受那背水一战的乐趣,活出最灿烂的生命。

《国学精神》

著者:蔡元培
出版社:北京理工大学出版社有限责任公司
索书号:K203/4914-1

简介:本书将《中国伦理学史》《国人修身教科书》《国民修养概论》《〈石头记〉索引》四部集集成册,从伦理学发展、修身齐家、文学历史等多个方面进行阐述,让读者在汲取前人经验、智慧的同时,不断提高人文素养,充实精神世界。



《湖光山色》

著者:周大新
出版社:人民文学出版社
索书号:I247.57/7240-71

简介:该书是周大新获得茅盾文学奖的作品。他以现实主义的笔法,以扎根的乡土情怀,思考改革开放之后城乡关系的变化,人物心理的变化,以及乡村伦理的变化。小说以一个乡村女性的奋斗为主线,反映了社会变革的缩影,刻画了奋斗者不屈不挠的身影。该书出版后,获得了文学界的一致好评。获得茅盾文学奖之后,也曾被改编为电视剧。

《日子》

著者:陈忠实
出版社:文化发展出版社
索书号:I247.7/7253-33

简介:本书精选陈忠实的中短篇小说《蚕儿》《马罗大叔》《毛茸茸的酸杏儿》《到老白杨树背后去》《两个朋友》《日子》《李十三推磨》《十八岁的哥哥》《蓝袍先生》9 篇代表作品。陈忠实将笔触深入到农村生活的各个层面,勾勒出诸多个性鲜明的农村人物形象。作品蕴涵着深厚的乡土情结,充满着对人物命运的思考和对人性的反思,于平淡质朴中展现独特的艺术魅力。



纠错有奖 欢迎大家来做“啄木鸟”



扫描二维码关注“上海社区发布”

如果您在阅读本月《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台留言,将您发现的问题发送给我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,本期截止日期为 2021 年 7 月 1 日)。本月纠错质量最高的一位读者,将成为最佳“啄木鸟”,并获得 100 元的现金奖励;本月纠错质量相对较高的另外十位读者,则将成为优秀“啄木鸟”,并获得纪念品一份。

2021 年 5 月优秀啄木鸟:钱立功、王文康、曹酉虹、许国平、董晓明、严志明、xue(未留全名)、李群、邵晓华、路永敏

2021 年 5 月最佳啄木鸟:赵上春

水杉林

刘海生

青西郊野莲花湖，
春景宜人色更浓。
水上森林湖中画，
鹭鸟奋飞入云端。
春风吹拂芦苇荡，
芦叶昂首泛青浪。
芦雪迷踪令人奇，
堪比冀中白淀湖。

爱的眼光

龚启和

当我爱上你的那一刻起，
我已懂得并学会了，
欣赏和爱慕你的一切，
青涩的容颜或苍老的脸庞，
就像春的娇妍，夏的浓荫，
秋的金黄，冬的冰雪，
你就是我人生最美的遇见，
那四季变幻着的风景，
只有不懂爱与欣赏的人，
才会将眼光只停留在春天。

五绝 玫瑰(新韵)

汪玉妹

寓寄千般爱，
灼灼欲待摘。
君羞罗漫话，
伊替你说白。