

大兴老年大学摄影学习班

用学习点亮退休生活

□本报记者 孙艳

月季节、葡萄节、西瓜节……还有一年一度的中国设计节，在大兴，这些重大节日期间，不光吸引着大批的媒体摄影记者，活跃在大兴的业余摄影爱好者们也会抓住拍摄美丽家乡的机会。而这类人群中，很多是老年摄影爱好者，他们是来自大兴区老年大学的学员，平均年龄65岁。

提到老年大学，对于大兴区的老年朋友来讲，绝对是引以为豪的一个地方。专门建设老年大学教学楼，大兴区在全市算得上首家，在全国是第二家。从2001年建校时的3个专业90名学生，发展到现在的46个教学班、在校学生近两千人，累计毕业学生万人。老年大学在大兴老年人眼中，有着特殊的地位，“这里承载着我们的‘大学梦’，丰富了我的退休生活。”

说这话的是老年大学摄影班高级班毕业的柴树森老人。退休后无所事事的他走进了老年大学，从一张白纸学起了摄影。两年的学习课程，如今柴树森已经成为了北京市摄影家协会的一员。“我要特别感谢我的摄影老师。他不但教会了我专业摄影，还给我的退休生活增添了色彩。”

柴树森说的摄影老师正是老年大学摄影班的胡广文老师。作为大兴区摄影家协会主席，胡广文可以说是大兴区摄影领域的领路人，在大兴的摄影圈，没有人不认识“胡老师”。退休后，胡广文更是把大部分精力放在了

老年大学的摄影班。每周她都会准时来到教室为学生上课。

柴树森告诉记者，老年大学摄影方面的课程包括摄影基础班、摄影高级班、后期初级班、后期高级班等。“老年学生需要更细致的讲解，所以胡老师需要花更多时间，更多耐心一点点教大家。”柴树森说，“胡老师从来没厌烦过，而且她的语音总是特别温和，特别容易被老年人接受。例如胡老师给学员点评照片从来不说拍的不好，而是改成‘这方面需要提高，‘感光度有点儿高’”……

一般情况下，通过两学年的系统学习学生们就能自己创作作品了，可以去参加各种摄影比赛。令柴树森欣喜的是，去年他成为了北京市摄影家协会的会员，通过参加中国摄影家学会函授学院北京摄影家协会分院的学习，胡老师带领的40名学员整批成为了市摄影家协会的会员。“记得那一期学员当中，能加入市协的，大兴区最多。”柴树森自豪地说。

加入市摄影协会，给了柴树森更广阔的摄影舞台。他现在也成为了一名摄影老师，经常会带着文化下乡、文化进社区的任务去为基层职工、居民、村民讲课。柴树森告诉记者，自从参加了摄影班培训，自己觉得又多了一份职业，那就是“摄影记者”。

柴树森还讲了件令他难忘的趣事。“记得2014年大兴区第一次承办中国设



计节，在亦庄举办，开幕当天主办方安排了国际上的设计大腕们走红地毯的环节。当时媒体来了十几家，他们都忙着在里面拍展览，忽略了走红地毯这项。于是我们70多个学员可是当了回‘摄影记者’，红地毯两边支满了三脚架，我们这个一通拍啊！气氛一下子调动起来了，效果特别好！后来，主办方特别感谢我们，还给他们提供了不少好照片呢。”

像这样的拍摄活动，胡老师经常带领着学员们出去采风。每个学员手里都留了不少关于大兴区发展变化的记录照片。当年大兴地铁建设，从挖下的第一锹土，到最后通车，摄影班里有学员一直跟踪了两年，跟地铁工人都熟悉了，照片非常有意义。如今，大兴又在全力建设新机场，这么好的记录机会，摄影班的学员又把镜头对

向了新机场的建设过程。

采访中，柴树森告诉记者，虽然他现在毕业了，但结交了很多摄影班里的同学，这个组织成了他生活当中的重要部分，他特别喜欢培训班里融洽的气氛，共同的兴趣爱好让老年人们凑在了一起，互相帮助、互相学习，感觉自己都年轻了。

眼下，柴树森又报名了英语班。“当时报名的时候，入学申请提交的前一天晚上，老年大学门口排起了长队，可见老年人渴望学习的积极性有多高涨。”听说，老年大学又开设了科学养生、保健操、健身舞等10余个新课程专业，柴树森说看到现在的老年人这么勇于掌握新特长、开拓视野，特别激励他要不断学习。他喜欢这种在宽敞明亮的教室里，与大家一起互促交流、切磋技艺的快乐时光。



64岁的薛淑兰 走到哪儿，把快乐带到哪儿

□本报记者 王路曼

“算起来，我退休快十年时间了。”64岁的薛淑兰告诉记者，她是在2008年从密云区季庄小学退休的，干了一辈子教育工作。“刚退休的时候不适应，因为舍不得离开学校，舍不得离开学生。”薛淑兰说，但教师队伍更新换代，她又一直在生病，离开虽然难舍，但告别不可避免。

“我是个性格外向，一点都闲不住的人。”为了努力适应退休后的休闲生活，薛淑兰努力加入很多社会组织，比如区老干部局合唱团、诗歌朗诵队等。“这些社会文化团体，成为我打发空闲时间的好去处。”薛淑兰说，但后来因为要照顾年幼的外孙女，她不得不离开了密云的文化组织，可照顾孩子毕竟是阶段性的事，等外孙女慢慢长大，薛淑兰又开始闲了下来。

干点什么呢？薛淑兰当了一辈子的老师，虽然忙碌已经成为她生命的主旋律，但却似乎少有为自己做点什么，真正全身心地感受自然风光的机会少之又少。最终，薛淑兰决定拉上三五好友到处游玩，感受自然，享受

晚年的快乐时光。

“起初，我们最常去的就是密云区内地内山区各乡镇和知名景点，爬山、观景，既锻炼了身体，又亲近了自然。”薛淑兰笑着说，这几天，他们几乎赏遍了密云的大小美景，春季满山的映山红、宁夏恬静的粉荷绿叶、秋天绚丽的满山红叶、冬季伟岸的凛冽长城……

陶醉于风景之中，让薛淑兰精神焕发，但更重要的是，她有一群志同道合的朋友。薛淑兰给记者翻看她手机的很多照片，都是跟一群好朋友一起拍的，他们衣着鲜艳，笑容灿烂，活力十足，一点都看不出是一群六七十岁的老人。“我们队伍里最年长的是一位八十岁的退休教师严校长，他身体很好，常常跟我们一起外出游玩，即便是偶尔爬山，他也能坚持登顶。”薛淑兰说。这些更为年长的朋友，依旧对生活充满热情，那份难能可贵的精神劲儿，给她带来不少鼓舞。

因为年龄和身体条件允许，薛淑兰还当起了队伍的组织者，常常牵头

带领朋友们出去玩，她关注京郊的各类景点和特色风景，在组织队伍去之前，往往自己要先去看看，规划好线路、交通、饮食等工作。“这些为大家服务的工作，会让我们的活动更加精彩，降低发生意外的概率。”薛淑兰的笑容很具感染力，看得出，她很享受身为组织者的辛苦。

近年来，薛淑兰的玩伴越来越多了，除了在京郊游玩，他们也会组织国内游和国际游。而除了北京的朋友，薛淑兰在山东、海南等地，都有一群玩伴。“我们组织的活动不是单纯的游山玩水，有时候也会增加主

题，比如系上红领巾，追忆我们的青少年时代；带上炫美的服装，用相机记录我们的热情与活力……”薛淑兰笑着告诉记者，很多加入到队伍中的老人，大概是被他们所感染，都开始变得开朗起来，不爱说话的变得健谈起来，不爱打扮的，变得美丽起来。

薛淑兰强调，希望不管走到哪里，她都能把快乐带给大家。她想用自己的快乐生活告诉大家，“人到暮年，不应该是死气沉沉的，更应该是快乐潇洒的。就如夕阳，谁也不能否认它的绚烂。”