



冯福祥

一生乐在乐器中

“人的一辈子，健康是金。笑在生活中，美在开心，乐在音符中，陶醉在乐器中。”达城六旬老人冯福祥说，音乐是促进健康的一剂良方，有音乐的生活，人生才完美，身心才健康。

冯福祥从小热爱音乐，酷爱乐器，擅长拉二胡、手风琴、电子琴、笛子、萨克斯、电吹管、架子鼓等十多种乐器，被老友们戏称为达城“乐器王”。

近日，在达城州河南岸凛冽的寒风中，冯福祥潇洒浪漫地摇摆着身子，沉醉在萨克斯的演奏中。《最远的你是我最近的爱》《草原夜色美》《美丽的草原我的家》《北国之春》《月亮代表我的心》。几曲后，冯福祥又换成电吹管吹奏了《又见山里红》《北京的金山上》《天边》《刘老根大舞台开场曲》等，清新悠美的旋律四处飘逸，给人以美的享受，引来不少的市民围观欣赏。

“州河边空气好，迷在乐曲中一点不觉寒冷，心里热呼呼的。”冯福祥说，他出生在达川区麻柳镇，家有三兄弟，他排行老大，与乐器结缘已有40多年，喜爱吹拉国内外的经典名曲与国内的民歌、红歌等。

读书时，冯福祥结识了出生音乐世家的同学陈大俊，常见陈大俊吹笛子拉二胡，优美的乐曲声常常让他陶醉而流连忘返，不知不觉冯福祥便对二胡笛子产生了浓厚的兴趣。一天放学回家便向父母要了几元钱到镇上买回一根3元钱的竹笛，一周后又到达城买了一把10多元的二胡，并拜陈大俊为师，加之冯福祥识谱快，乐感悟性强，不到一年时间，冯福祥的笛子二胡便吹拉得有声有色，成了学校宣传队的乐器骨干。

冯福祥高中毕业后，与几位好友组建了一支“红太阳”小乐队，每逢赶场

天，小乐队便在麻柳场上表演歌舞、乐器演奏与小品节目等，还常翻山越岭下乡演出。一年后，冯福祥从一位部队转业的朋友手中花500元买回一只二手萨克斯。“在乡下，萨克斯算洋盘货，很多人都没见过，只要我一吹便会引来不少人围观。”冯福祥得意地笑着说。

上世纪八十年代后，冯福祥前往北京、深圳等地打工，省吃俭用积蓄了3000元买了第二只萨克斯。在灯红酒绿的大都市，下班后工友们纷纷转街游玩，而冯福祥却宅在宿舍里吹奏萨克斯。2010年回达州后，冯福祥先后创办了小有名气的“金马演艺团”与婚庆公司，演职人员上百人，节目表演有时髦的歌舞、器乐合奏、架子鼓、独唱合唱、川剧变脸、特技杂技与魔术表演等，每次演出都获得了不少市民的围观与赞誉。

步入花甲之年，冯福祥为了携带方便和娱乐上档次，又先后购买了两只进口萨克斯与电吹管，并应邀参加了达城的多个管弦乐队，常与老友们一起合乐演奏，也常到各区县以及通川区罗江、磐石月湖等地的养老院义演，每天开心无比。

“电吹管音色变化丰富，音域宽广，能代替许多传统乐器。”冯福祥说，电吹管能模拟手风琴、大小提琴、萨克斯、电子琴、吉他、三弦、中小号、柳琴、长笛、葫芦丝、笛子、二胡等多种弦乐与弹拨乐器的声响，还能模拟出自然界中的各种鸟鸣声与高山流水等。电吹管简便易学，一个指法可以吹12个调，很富有表现力，对气息的要求也不太高，只要有吹技基本功，无论那个年龄段的乐器爱好者也能学。

“台上三分钟，台下十年功，电吹管与萨克斯学会容易，但吹精需要下一番苦功夫。”冯福祥笑着说，他还准备筹办一个电吹管辅导班，让更多的爱好者喜欢上电吹管。应记者提议，冯福祥用笛子又吹奏了《扬鞭催马运粮忙》《牧民新歌》《洗衣歌》《春到湘江》等。

“音乐与乐器是我一辈子的追求与爱好，沉醉在音乐世界中也是一种美的享受。”冯福祥说，乐器吹乐了他的晚年，愉悦了他的心情，健康了他的身体，每天外出他都会随身携带一两件乐器，走到那吹到那。

(本报特约记者 赵明阳)

老有所乐

“上身挺直，继续左转，重心移至左腿，屈膝前弓，右腿自然蹬直，成左弓步。”近日，在晨曦微露中，达川区石桥古镇挑水湖畔人影憧憧。伴随着轻柔的古筝曲《神奇的九寨》，一群健康老人身着对襟青衣，神清气爽，轻灵圆活，正在练习“太极24式”里的“弓步分手”。领头的是一位精神矍铄的老太太，她精神专注，一边讲授，一边示范。

几曲终了，训练间隙，抿了一口茶水，老太太对笔者讲起了自己的故事。她叫黄家碧，年过古稀，是石桥武术协会“太极推广中心”的副主任兼教练员，热心推广太极武术，引导古镇老人强身健体，已经两年多了。

1950年9月，黄家碧出生在原新进乡八一村，从小天资聪慧，能歌善舞，喜欢运动。1971年春节，黄家碧进入石桥中学念高中。在学校里，她是女子篮球队队员，曾经到灯光球场、老达一中参加比赛。1974年9月，黄家碧开始走上教坛。学校的体育器材，让她如鱼得水，“石桥区女子乒乓球单打第一名、羽毛球单打第二名。”拿出两张发黄的奖状，黄老师满脸荣耀。1985年10月，第一个教师节，黄老师荣获“优秀教师”光荣称号。

2005年退休前后，黄家碧患上了肺气肿，爬楼梯一步一歇，气喘吁吁。2011年9月，黄家碧来到达川区公安局家属院带孙子，她萌生了锻炼健身的想法。“跳舞太累，建议你去打太极、唱歌或者做操。”听到医生的话，黄家碧选择了打太极。“动作优雅如行云流水，伴以古筝轻柔悠扬，多美呀！”买来光盘、书籍、“小蜜蜂”，黄家碧说干就干，在客厅里，对着电视机，开始了晚年“太极之旅”。

在家属院，每天清晨都有老人打太极，黄家碧主动加入，虚心请教，几个老姐姐倾囊相授。历时两月，锲而不舍，黄家碧逐渐掌握了“太极24式”的基本动作。“太极是一门艺术，我有坚定的信念！你看，我的太极服有五颜六色。”黄老师告诉记者，她还前往成都，拜师学艺，接受名师指点。

“孙子上了初高中，我就回了石桥。”看到红星广场有人打太极，黄老师热血沸腾，马上融入其中。“三人行，必有我师焉，我与老姐妹们互相交流，取长补短，进步很大。”黄家碧每天准时参加锻炼。“黄老师，你的拳艺越来越精湛了！”石桥武协会会长姚德海竖起了大拇指。

2019年4月，石桥武协成立“太极推广中心”，应会长姚德海的邀请，黄老师担任副主任兼教练员。“现在会员有40多人，多为老年人。”放音乐，教动作，纠错误，黄老师忙得不亦乐乎。“太极是一种时尚、高雅的锻炼方式，必须统一太极服！”太极队成立初期，队员穿着五花八门，不伦不类，黄老师心急如焚。经过数次动员，大家都穿上了簇新的太极服，锻炼起来，气势恢宏，有模有样。“起势，要蹲马步，后面行拳以起势高度为准，缓慢出拳，呼吸匀称。”黄老师说，队员大多是老年人，一个简单的动作常要再三纠正。“我是‘闲人’，有的是耐心！”黄老师态度和蔼可亲，就像在教小学生写汉字。“蹬脚、分脚练习，首先要先气沉丹田，再缓慢抬脚，地上的脚须五指紧紧抓地。”一群来自各行各业的退休老人硬是被黄老师训得服服帖帖，动作标准，规范。

“教学免费，播放机是武协购置的，由我负责充电、使用、保管；每天7时，老姐妹们准时来到列宁广场，练习太极拳。”黄老师说，除了太极拳，“太极功夫扇”、“太极剑”、“太极球”，也是老人们的“必修科目”。太极推广中心成立以来，黄老师多次跟随武协，组团赴成都、达州、巴中参加太极拳比赛，获得金、银、铜牌数枚。“我的肺气肿，经过几年锻炼，症状全部消失，上楼轻轻松松！”黄老师的脸上洋溢着幸福的笑容。

“北京的金山上，光芒照四方，共产党就是那金色的太阳……”打开伴奏音乐，举起麦克风，临别时，古稀老太太黄家碧展开歌喉，唱起了《北京的金山上》，歌声是那样柔美，那么愉悦。



健康老人黄家碧的「太极推广梦」

□ 谢幼林

