

老年人学技能 年轻人学精神

社区公益课上的“双向奔赴”

音乐、书法、舞蹈、绘画……社区公益课堂，丰富了老年人的生活，也吸引了年轻人过来授课。这种“朝阳”与“夕阳”的碰撞，会产生什么样的火花？连日来，记者走进多个社区发现，年轻人带来新鲜视角和知识，也被老人身上的热情感染和治愈。一场场动人的“双向奔赴”正在不断上演。

热爱生活

23岁的杜宇菲，绘声绘色地讲着如何在智能手机上剪辑视频、订外卖、打车……20余位老人听得津津有味。每周一下午，在十二院城社区的手机课堂上，都能看到这一幕。

很多老人“玩不转”智能手机。社区开课，经网格员李瑞芳牵线，杜宇菲成了这里的公益讲师。“每节课2个小时，我担心他们坐不住。”杜宇菲是一所

培训机构的老师，平时接触的多为中学生。面对“老学生”有所顾虑。然而，第一次来社区上课，她就被老人们的状态打动了。

老人们非常积极，早早来等着，下课后还舍不得离开，说时间过得太快了，还想多上一会儿。杜宇菲精心准备了教案，尽可能把生活中能用到的手机功能都教给大家。

老人们有了点滴进步，都会和她分享。一天，68岁的侯大娘发来一段视频，画面是公园盛开的芍药花，还配了音乐。随后，又发来微信语音：“小杜老师，我做的视频，你帮我看看咋样？”听得出，老人很激动。

杜宇菲说：“老人们热爱生活的态度，学习新知识的劲头，都值得我们年轻人学习。”

教学相长

“握笔要紧，下笔要稳。起笔藏锋，收笔回锋。”71岁的郑大爷将书法口诀写在本子上，默念几遍。29岁的李思雨，在小黑板上写下楷书，让大家临摹。

李思雨从小学习书法，2023年得知众纺路社区开设公益书法班，主动请缨担任授课老师。社区书记很高兴，特意

安排网格员王和当“助教”，每次上课前帮忙准备投影仪、小黑板等教具。

每周两堂课，一间多功能活动室内座无虚席。李思雨惊讶，想学书法的老人真不少。课堂上，她带着老人们一笔一画练习。课后，还会与大家分享有趣的书法典故，从王羲之的“墨池”到颜真卿的刚劲风

骨。老人们听得入神，不时讨论几句。

有一次，她情绪低落。秦大爷察觉到了，特意写下“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”相赠。这个举动让她感动了很久。她说：“经常和老年人打交道，我也收获很多，原本的‘急性子’变得平和，稳重多了。”

常被感动

玉园南社区的音乐课堂上，22岁的李梅瑞手持二胡，讲解着运弓技巧。教室里，20余位银发学员全神贯注，努力记着每个细节。

李梅瑞毕业于山西工商学院，专业是音乐表演，每周来社区讲一堂公益课。“李老师，听听我这首《良宵》，拉出了‘拖拉机’的气势！”68岁刘大爷的一

句自嘲，引来其他老人的笑声。李梅瑞又耐心教了一遍，这次明显改进。她很喜欢这样活跃的课堂氛围。

老人们不急不躁、精益求精的学习态度，令她佩服。72岁的张大娘为记住乐谱，将音符抄在小卡片上揣进兜里，随时掏出来看一看；65岁的王大爷每天清晨到公园练习，只为

攻克一个颤音。

李梅瑞就职于一家培训机构，工作压力挺大。有一次，老人们看出她情绪低落，合奏了一曲欢快的《喜洋洋》，给她加油鼓劲。“长辈们的关心，让我感动。”她真切体会到，二胡弓弦间，流淌的不仅是音符，更是跨越年龄的温暖。

学会乐观

28岁的郭一玉，是纺织街社区音乐课堂的电吹管老师。他的银发学生中，年龄最大的已经80多岁。

老人们手指不灵活，乐谱记不牢。他放慢节奏，手把手教他们按键，把乐理编成顺口溜。居民王大娘开玩笑说：“小郭老师，我脑子转得慢，你可别嫌弃。”他笑着鼓励：“您吹得比

上周好多啦，加油！”

刘大爷总是按错音，合奏总跑调，老人课后问：“小郭老师，像我这情况，有啥好办法没？”郭一玉次日买了彩色胶带，在按键旁做了标记，辅助记音。几天后，老人乐呵呵地反馈：“这个法子好，我都记牢了。”

网格员高雅也学音乐，擅长弹奏古筝。由于基础乐理相

通，平时郭一玉不在时，一些老人会来请教她。71岁的杜大爷说：“小高，你给开个‘小灶’，我得多练习，别给小郭老师拖后腿。”

几个月下来，郭一玉对每次上课充满期待：“爷爷、奶奶们对学习的热爱，以及丰富的人生阅历，让我获益匪浅，希望能一直在社区带课。”

温暖治愈

“右手往上提，转圈……这个动作不要忘记，我们再来一遍。”在朝阳街社区党群服务中心二层，伴着音乐声，28岁的王亚萍带着一群老人练习跳舞，室内活力十足。

社区的舞蹈课很受欢迎，20余名学员中，最大的72岁，最小61岁。老人们觉得，跳舞既能心情愉悦又能锻炼身体，尤其满意这位年轻老师。“亚萍老师很温

柔，一遍遍地教，特有耐心。课下她会在群里上传分解动作的视频，帮大家巩固课堂内容。我们可喜欢她了！”王亚萍则认为“老人们很优雅，特别体贴。”

有一次上课，她没休息好，精神不佳。老人们围拢过来，拉着她的手问：“亚萍，生病了？还是遇到了烦心事？”“你要有啥事，可得和我们说，大家一起出主意。”长辈们的关心，

让她倍感温暖，觉得很治愈。

“老年人学，年轻人教”的场景，在其他社区也能见到，一次次互动，感动着彼此。老人们说：“年轻人有活力、有爱心，和他们待在一起，开拓了视野，学到很多新知识，感觉自己变得年轻了。”年轻人说：“老人们有耐心、心态豁达。从他们身上，学习了宝贵的人生经验和智慧。”

记者 李涛 文/摄



杜宇菲（左一）给老人讲解智能手机操作



李思雨（左一）教老人书法



李梅瑞（站立者）在公益课上教二胡



郭一玉（台上）教老人们电吹管



王亚萍（前图右者）教老人跳舞