

乐活达人

多年来,她义务教姐妹们跳舞、穿衣打扮  
让越来越多的姐妹活出自我、活得美丽

## 姐妹妹妹一起来 大家统统美出彩

□记者 范丽 文/图

采访谷桂敏并不容易,她是被舞蹈队的两名队员拽到记者面前的。

队员说,谷老师为舞蹈队付出了太多心血,她的精神令人感动,希望更多的人知道她、了解她。谷桂敏却说:“姐妹们数年如一日地陪伴我,给我带来了快乐,令我感到温暖,我感谢她们……”

### 1 做自己喜欢的事情 她很幸福

高跟鞋、长裙子、时尚的卷檐帽,眼睛闪亮、皮肤白皙,一举一动温婉而优雅……这是55岁的谷桂敏给人的第一印象。谷桂敏说,每个女人都应是一道亮丽的风景线。

“去年退休后,我一心扑到我喜欢的舞蹈事业上,每天都有满满的幸福感。”谷桂敏快人快语,谈起舞蹈,眉眼里都是喜悦。她说,她不仅在单位的老年大学担任舞蹈教师,还带着大家跳广场舞,每天琢磨怎样跳好、教好舞蹈,非常开心。

她教大家跳广场舞,源于一个偶然的契机。2012年的一天,一名同事力邀谷桂敏去跳广场舞,虽然一直热爱跳舞,但在广场上跳舞,谷桂敏觉得很难为情。架不住同事一再劝说,她硬着头皮去了,一出场,她的舞姿就赢得了一致好评。

后来,在几名广场舞爱好者的盛情邀请下,谷桂敏开始带着她们跳,越跳越有劲,越跳越开心。最初,只有几个人跟着她跳,慢慢地,人越来越多,发展到了数十人。几年来,队员来来去去,队伍始终保持着70人左右的规模。谷桂敏给舞蹈队起了一个响亮的名字——“春之龙”,把跳舞的场地固定在宝龙广场附近。做自己喜欢的事情,谷桂敏辛苦并快乐着。

不论夏天多么热、冬天多么冷,宝龙广场附近都活跃着谷桂敏和队员们的身影,民族舞、古典舞甚至芭蕾舞她们都跳得像模像样。谷桂敏自编自导舞蹈《火火的姑娘舞起来》,从本市的舞蹈大赛上跳到了央视舞台上,频频获奖;她自编自导的舞蹈《中华孝道》,在第37届中国洛阳牡丹文化节“国色天香·河洛欢歌”广场文化狂欢月活动中,获得“每日一星”荣誉称号。

### 2 和队友们朝夕相处 她很快乐

“今晚谷老师继续教大家跳舞,各位请按时来上课。服装:蓝色上衣、黑色纱裙……”舞蹈队微信群里,收到消息,队员们立即纷纷回复:“收到!”

谷桂敏说,她一路走到现在,很感谢这群不离不弃的姐妹,几年的朝夕相处,让她们早已成为相亲相爱的一家人。去年教师节,队员们排练舞蹈,请谷桂敏指点动作,谷桂敏来到广场上,发现队员们排列得整整齐齐的。有队员抱着鲜花走到她跟前,动情地说:“谷老师,您义务教我们跳舞,数年如一日,不图名,不图利,您辛苦啦!”还有队员真挚地说:“谷老师,我零基础学舞蹈,您不厌其烦手把手地教我,直到我学会为止。是您让我坚持到了今天。”在队员们的心里,谷桂敏是她们最好、最贴心的教师。抱着鲜花,听着姐妹们的肺腑之言,谷桂敏眼里泛起了泪花。

### 3 让姐妹们个个都变美 她很自豪

“每个女人都应是一道亮丽的风景线”,这句话说着简单,做起来却不易。谷桂敏除了督促姐妹们跳舞,还常常鼓励大家穿裙子、留长发,让自己变得更有女人味儿。

王女士是第一批跟着谷桂敏学跳舞的队员之一,她的体重最重时达到120斤,几年舞跳下来,如今她只有104斤,短发也变成了飘逸的长发,苗条俏丽。以前她不爱打扮,如今各种裙子、高跟鞋换着穿。有一天,一名队员和谷桂敏说悄悄话:“谷老师,你猜我老公现在说我啥?”“说啥?”“说我越来越性感了。”谷桂敏乐得合不拢嘴:“咱们就是要越来越美,让咱的另一半越瞅越喜欢,离不开咱。”

一天晚上练舞结束后,谷桂敏特意走在姐妹们后面,偷偷地拍了几张大家的背影照——一个个脊背挺直、腰肢纤细、双腿修长,舞蹈队的队员们在谷桂敏的精心调教下,个个都成了引人注目的窈窕淑女。

“自己美不算啥,让姐妹们个个都美起来我才有成就感。”谷桂敏自豪地说。



谷桂敏(中)和她的队员

## 一起来学插花吧

第七期插花班下周六开课,报名成功者将有机会获赠鲜花一束

□小凡

网友“远望”喜欢花,更喜欢插花,她认为插花有“令人遐想和回味之美”,寥寥几种花材,在花艺师的手中可变成各种造型,或亭亭玉立,或旁逸斜出,美不胜收,令人称奇。

网友“静静”表示,学会插花后,家里的花瓶罐罐都派上了用场,房间也显得温馨雅致,炎炎夏日里,安安静静地插花,真的是一种难得的享受。

洛阳晚报咱爸咱妈老友聚乐部已成功举办六期插花班,第七期插花班将于7月13日开课,从即日起接受报名。报名成功者将有机会获赠鲜花一束(插花班学员可带走作品,器皿除外)。

#### ●插花方法

水系系或森林系组合式

#### ●课程简介

盘花、碗花、筒花、瓶花等六大插花方法

#### ●老师简介

赵双凤 从事花艺行业6年,东方自然风创始人倪志翔的弟子,二级插花技师

#### ●上课时间

7月13日至8月3日连续4个周六,15时至16时30分上课,共4次课

#### ●课程费用

200元(含花材、结业证书等成本)

#### ●上课地点

洛龙区宝龙城市广场E座2109锦·花艺定制工作室(开元大道与厚载门街交叉口东南角老码头火锅旁)

#### ●报名电话

13503887239

献爱心就找洛小暖



小棉袄  
信箱

## 谁愿意收藏这些老物件

求助人:史女士 孟津县麻屯镇

我家老房子里有不少老物件,都是我爷爷奶奶用过的,有桌、椅、风箱、提篮、柜子等。我爷爷奶奶已过世多年,老房子年久失修,房顶部分地方已经塌陷,这些老物件陪伴爷爷奶奶多年,我不忍心看着它们被损坏,如果有人对这些老物件感兴趣,愿意收藏,有地方安放这些老物件,请拨打电话13938806284。

(范丽)