

拍视频 体现自身价值

在数字化时代 ,微信、微博不仅成了年轻群体的交流工具 ,一些老年人也渴望在数字化生存空间里获得精彩体验。退休干部方初晓虽然已步入老年人的行列 ,但他活到老学到老 ,灵活自如地使用电子设备 ,不断追求自己的精神生活 ,丰富自己的精神世界。



打开武术协会太极班的微信同学群 ,一个个太极视频链接进入记者视线。点开链接 ,太极拳老师动作娴熟的一招一式 ,一目了然。链接的下面有不少朋友点赞留言 :好 不错 。

把自己亲手拍摄的一段段太极拳视频 ,发在太极班的微信群里 ,以便自己和同学在家反复练习。这便是方初晓学智能手机、DV机、笔记本电脑的初衷。

今年64岁的方初晓是武术协会太极班的一名学员。三年前 ,方初晓从西山居委会退休。过惯忙碌的生活 ,一下子空闲下来 ,让他的心里有些失落 ,对生活的节奏也有点不适应。方初晓平时喜欢练太极拳 ,于是就报名参加了武术协会的太极班。每周三上午9时 ,他雷打不动地来到市体育馆 ,在广场上跟着老师打上1个多小时的太极拳。

随着年龄不断增大 ,方初晓的记忆力也慢慢衰退。上课学过的一个动作 ,过一段时间就会忘记。这个星期教新动作时 ,之前学的老动作还得重新再学一遍。为了跟上老师的节奏 ,方初晓努力琢磨着有什么办法可以在家重复学 ,用以巩固课程。

于是 ,方初晓用了没几年的智能手机就派上用场了。当老师在教学时 ,他就在下面一个动作一个动作地拍下来 ,带回家重复练习。

太极班的大多同学与方初晓年纪相仿。不少同学年纪大了 ,忘性也大。看到他们也跟自己一样老是记不住动作 ,方初晓就萌生了把视频拍下来与大家分享的念头。

拍视频容易 ,可是发视频却成了方初晓的难题。原来 ,手机拍的视频容量太大 ,手机内存一下就满了 ,而且班级微信群里根本就发不出来。买台摄影机吧 ?实在太重 ,不适合自己的 ,那就买个DV机吧。可是 ,视频容量还是很大呀 ,怎么发到群里与同学们共享呢 !这让方初晓犯了难。

发现问题 ,那就解决问题。对新鲜事物充满好奇的方初晓拿起笔记本电脑 ,一遍一遍地问 度娘 。功夫不负有心人。一个爱剪辑 的软件 ,帮他实现了缩小视频容量的 梦想 。

视频终于可以发在群里了。可是 ,不少同学又发出 不知道这个动作是第几式 的疑问。打字动作慢的方初晓就照着视频动作 ,用拼音输入法一个个地拼写上太极招式的名称 ,并剪辑进视频里。

拼音输入法还是挺好用的 ,有时拼音拼得不是很准确 ,一页页翻下去总会找出来。实在不行 ,我就到QQ上写 ,因为那儿有手写输入法。 方初晓说。

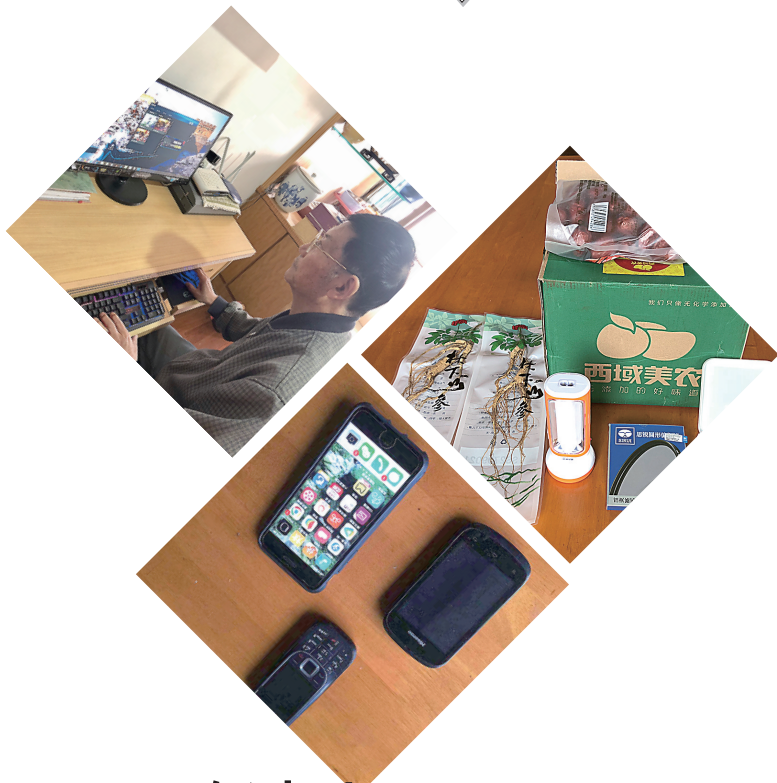
视频剪辑好后 ,方初晓再将视频传至优酷网站 ,通过发送视频网站就可以让同学们看到自己学过的动作 ,简单方便而且不占用手机容量。

从最初决定拍视频 ,到能拍视频发群里 ,方初晓经历了一系列的难题 ,但他从未想过放弃。这些年轻人的 专利 他欣然接受了 ,而且还乐在其中。

曾经以为自己的价值将一点点变小 ,不久便会被时代悄无声息地抛弃。可是 ,看着同学们渴望的眼神 ,迫切地想要看看视频中的动作是否正确和规范时 ,方初晓似乎找到了自己的价值所在。

回头看看自己拍摄的这些视频 ,虽然没有专业团队拍得专业 ,偶尔还会抖动模糊 ,但我还是挺开心的。至少证明自己的辛苦付出 ,还是有成果的。 方初晓很有成就感。

记者 应桃蕊



网购达人 网上畅快 冲浪

近年来 ,随着互联网的快速发展 ,手机和电脑已经成为生活中不可或缺的一部分。而相对于00后 原住民 轻松入住互联网 ,已经到了古稀年龄的40后、50后们也逐步克服困难 ,成为了互联网的新居民 。

杨仁伦正是 新居民 群体中的一员。已经69岁的他 ,原本对智能手机与电脑一窍不通 ,如今已能熟练地在网上 冲浪 。

2009年退休后 ,杨仁伦便开始了自己的老年生活 ,闲暇之余在老年大学学习。我记得老年大学课程从最基础的电脑知识教起 ,逐渐掌握了键盘上符号的意思 ,学会创建文件夹 ,打开网页查询信息等等。那时 ,我还是在使用QQ ,与老年大学的同学之间建立了群聊 ,大家不懂的就在群聊里相互学习。杨仁伦说。

除了在老年大学学习外 ,子女的帮助也是杨仁伦成为 新居民 路上的一大助力。比如 ,教会了杨仁伦如何保存原图、APP的下载、微信发送定位 对于孙辈而言 ,最开心的莫过于老人学会发红包了吧。每到节假日 ,家族群中最大的红包必然出自群中的杨仁伦。

在刚刚过去的双十一 ,杨仁伦也收获颇丰。我是摄影爱好者 ,购买了两个相机辅助镜片 ,还有一些保健品和一个小手电 ,共花费了600多元。杨仁伦说 ,他已经有了四五年的网购史。原来 ,杨仁伦早已成为一名网购达人 ,近几年的双十一活动都没落下。

2013年是杨仁伦与老伴结婚40周年。杨仁伦别出心裁地在网上预定了一次泰国游 ,飞机票、旅店的订单全部在网上下单、付款完成。这次旅行也给了老伴一个大惊喜 ,让她度过了一个难忘的结婚纪念日。

长久的网购经验 ,让杨仁伦有了自己的购物准则 ,那就是绝不挑最便宜的购买 ,凡是要买的物品都要先看看原价。而即使这样 ,杨仁伦也曾 着了道 。一次买的一只手机仅使用七八个月就出了问题 ,而我拿到线下专卖店去维修 ,才被告知这是翻新机 ,早就过了保修期。

年龄并不是学习的最大障碍 ,最重要的是对生活满怀热情 ,还有保持一份热于学习的心态。退休干部杨仁伦认为 ,老年人也可以紧追潮流 ,接收一些新事物 ,充实过好每一天。

打开杨仁伦的微信 ,能看到有许多活跃的微信群。其中 ,有老同学们建立的微信群 ,让久违的老同学重新 聚集在一起。一时间 忆往昔 ,峥嵘岁月稠 ,大家积极交流 ,互相问候 ,回忆着过去的学生生活 ,上传自己珍藏的校园老照片。

说到互联网带来最直观的感受 ,杨仁伦认为是接收到的信息量。与之前相比 ,信息来源绝大部分是报纸和朋友之间的口口相传。而现在 ,一打开手机就能接收到国内外又发生了哪些大事 ,群里又发了哪些保健品知识和如何养生等等。

现在 ,微信、天猫、手机淘宝、美图秀秀等已成为杨仁伦最常用的APP了 ,这些也已经开始影响到他的生活 ,一天之中 ,总是想要时不时地去翻下微信 ,看看有没有新消息。由于长时间地使用电子设备 ,杨仁伦的眼睛越来越容易疲惫了。

相对于别的老年人 ,杨仁伦更容易接收和学习新的技术。从他热爱摄影和旅游就能看出 ,他对生活更加充满热情。

记者 吕鹏

