

文体资讯

文化进万家：
艺术课送到咱村民“家门口”

3月11日,海南区巴音陶亥镇万亩滩村的活动室里传出阵阵歌声与欢笑声,“我们的中国梦·文化进万家”文艺培训志愿服务在这里火热开展。

上午9时许,声乐培训准时开始。文化馆的老师从最基础的歌唱姿势入手,带着农区居民学习,“五元音发声练习,吸气要深,声音往眉心送……”老师一边示范,一边纠正。起初,有的学员还有些拘谨,但在几轮练习后逐渐放开了嗓子,跟着老师逐句学唱歌曲《立春》。

在舞蹈教室,伴随着富有节奏的民族音乐,老师正耐心分解着集体舞的每一个动作。从体态站立到节奏感知,从简单步伐到连贯舞姿,前来学习的农区居民紧跟老师的口令,认真练习,现场气氛热烈又融洽。

据了解,此次活动由海南区文化馆主办,将专业的艺术课直接搬到农区居民的“家门口”,不仅为基层文艺爱好者提供了宝贵的学习机会,更通过艺术激发了农区的文化活力,为乡村文化振兴增添了一抹亮色。(姜瑜)

田满红:在坚守与传承中书写别样人生

□ 张文杰 文/图

记者见到田满红时,她正在书法工作室创作。不大的空间里,笔墨纸砚整齐摆放,墙上悬挂着她的各类书法作品,楷书端庄典雅,行草流畅洒脱,每一幅作品都能让人感到沉静内敛的气质,恰如她本人一般,温婉谦和。

谈及书法时,田满红眼中闪烁着炽热的光芒,“我与书法的缘分,离不开童年的耳濡目染,小的时候我就喜欢写写画画。对我而言,书法陪我走过了最艰难的岁月,也让我在平凡的日子里,找到了内心的安宁。”

乌海文化人 206

钟情笔墨,开启书法之路

田满红出生于乌海一个普通家庭,童年时光里,那些灵动的线条、端庄的字体,在她心中埋下了好奇的种子。“那时候不懂什么是书法艺术,就是觉得好玩,看着大人们写,自己就想模仿,哪怕写得歪歪扭扭,也特别有成就感。”田满红就这样拿起毛笔,在废旧的报纸上涂画,虽然触笔稚嫩,毫无章法,却乐此不疲。

田满红真正系统学习书法是在上中学之后。那时,乌海的书法文化氛围日益浓厚,学校里也开设了书法兴趣课,邀请本地知名书法家授课。田满红毫不犹豫地报名参加,从此正式踏入书法艺术的殿堂。

“当我第一次系统接触楷书,才知道书法不是随便写写,每一笔、每一画都有讲究,横要平、竖要直,藏锋、露锋都有门道。”田满红坦言。

每天放学后,别人玩耍时,田满红便躲在房间里,铺纸研墨,从基本笔画“横、竖、撇、捺、点”练起,每个笔画反复练习,直到线条流畅,力道均匀,才肯罢休。有时候,手腕酸了,手指麻了,她就揉一揉、歇一歇,稍作调整后继续练习;有时候,一幅作品写得不满意,她便重新来过,绝不敷衍了事。“那时候也觉得累,但心里有股劲,就是想写好,不想放弃。冰冻三尺非一日之寒,书法也非朝夕之功,我始终记着这句话。”田满红说。

那段时光,笔墨成为田满红最亲密的伙伴,书法成为她生活中不可或缺的一部分。寒来暑往,春去秋来,她始终坚持每日练字,从未间断。“现在回想起来,那段日子反而最珍贵。正是这份执着与坚持,让我的书法基础日益扎实,笔画愈发流畅,字体也渐渐有了模样。我始终相信,只要肯下功夫,就没有学不会的东西。”田满红说。

笔墨相伴,度过人生风雨

参加工作后,田满红成为五金公司的一名普通职工,好像离书法也远了,每天过着平淡的生活,日子简单而安稳。

可谁也没有料到,她人生的轨迹在1996年陡然转折——被确诊患有白血病。这个消息如同晴天霹雳,打破了原本平静的生活,从此,田满红开始了漫长的病休生活。“那段日子,现在想起来还心有余悸,身体的病痛日夜折磨着我,有对未知的恐惧,还有内心的迷茫,我的生活仿佛一下子失去了重心,不知道未来在哪里。”田满红说起那段低谷岁月,语气平静却难掩过往的艰辛。

2010年,命运的转机悄然出现。田满红偶然间再次接触到书法,彼时的她,正被病痛和迷茫所困,便想着用笔墨打发时间,缓解内心的焦虑。再次提笔时,笔触生涩,甚至连握笔都有些不稳。“我未曾想到,这一试,竟开启了一段与笔墨为伴的温暖时光。刚开始写字,手会抖,笔画也写不直,可写着写着,心里的烦躁就慢慢消散了,那种专



创作中的田满红

注于一笔一画的感觉,让我暂时忘记了病痛。”

那段时光,笔墨成为田满红最亲密的伙伴,书法成为她生活中不可或缺的一部分,更成为她对抗病痛、治愈自我的良药。对她而言,书法不仅是一种消遣,更是一种陪伴,一种治愈。那些年,她既要照顾年幼的孩子,又要应对反复发作的病痛,时间总是格外紧张,常常忙得脚不沾地。但她没有放弃练字,而是将书法融入日常,如同吃饭、睡觉般自然。

让田满红欣慰的是,她的坚持,也影响了身边最亲近的人。女儿自幼随她伏案习字,耳濡目染间,也对那一方笔墨天地生出了亲近之心。“孩子小时候,总爱坐在我身边,看我写字,有时候还会拿起小毛笔,模仿我的样子涂涂画画。”田满红笑着回忆,“我没有刻意引导她,可看着她认真的样子,心里特别温暖。书法,不再只是我一个人的修行,更成为我们母女之间温暖的联结。有时候,我们会一起练字,一起探讨,那种默契,是笔墨赋予我们的珍贵礼物。”

从前性子急、遇事易躁的她,在日复一日习字的过程中,逐渐学会了屏息凝神、专注控笔,学会了沉下心来,认真对待每一笔、每一画。“以前遇到一点小事就容易急躁,可练字的时候,必须静下心来,稍有浮躁,笔画就会写歪,时间长了,我也慢慢变得从容、有耐心。”田满红说。

勤学苦练,坚守书法情怀

在临摹的过程中,田满红始终坚持“师古而不泥古”的原则。她认为,临摹是学习书法的必经之路,只有深入学习古人的笔墨技巧、结构章法,才能打好基础,但不能一味照搬照抄,要在临摹中思考、在学习中创新,结合自己的理解和感悟,形成自己的风格。

“古人的碑帖是经典,但我们不能只是复制粘贴,要读懂古人的心境,理解他们书写时的情感,然后结合自己的审美和经历,写出属于自己的字。”田满

红解释道,“书法讲究‘意在笔先’,心里有东西,笔下才能有力量、有温度。”为此,她每临摹一幅碑帖,都会认真分析字体的结构、笔画的走势、墨色的变化,琢磨古人的书写心境,然后结合自己的审美,进行适当的调整和创新。有时候,为了一个字的结构布局,她会反复推敲、多次修改;为了一种墨色的效果,她会反复调试、不断尝试。

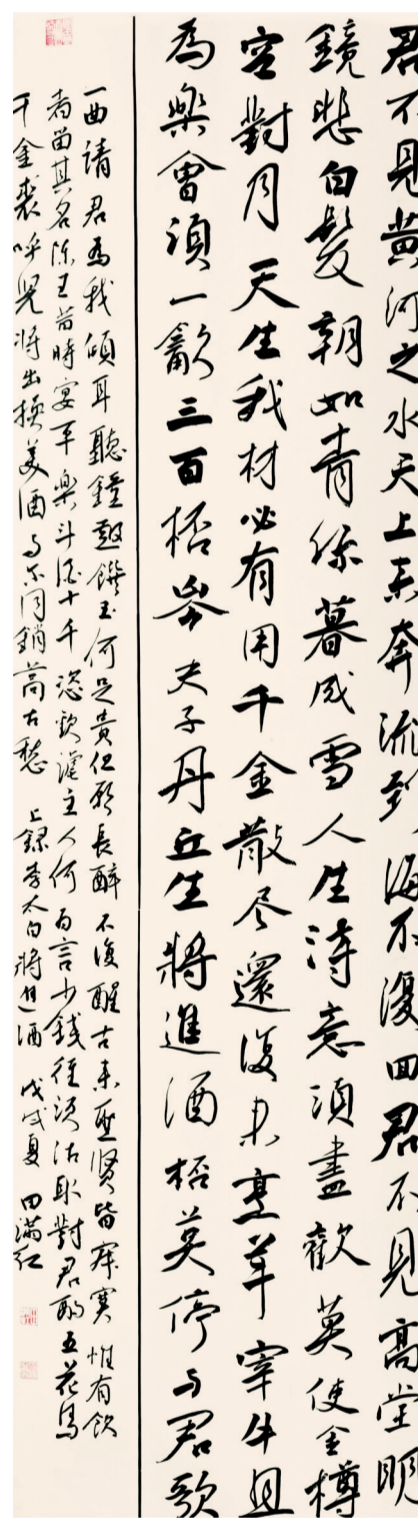
除了临摹碑帖,田满红还积极参加各类书法培训和交流活动,不断拓宽自己的视野,提升自己的艺术素养。她先后多次参加我市书法家协会组织的书法培训班,聆听国内知名书法家的授课,与来自各地的书法爱好者交流探讨,学习他们的创作经验和艺术理念。

“每一次培训和交流,都是一次成长和进步。通过与同行的交流,我学到了很多新的技法和理念,也更加深刻地认识到,书法艺术没有止境,只有不断学习、不断探索,才能不断提升自己。”田满红在交流学习中,看到了自己的不足,也找到了努力的方向。“中国书法真的是博大精深,越学越觉得自己不足,越学越不敢懈怠。这种敬畏之心,让我始终保持谦逊,能脚踏实地往前走。”她说。

功夫不负有心人,经过数十年的刻苦钻研和不懈努力,田满红的书法技艺日益精湛,形成了自己独特的艺术风格。她的楷书端庄大气、结构严谨,笔画饱满有力,兼具颜体的厚重与柳体的挺拔,又融入了自己的温润气质;给人以端庄典雅、沉稳大气之感;她的行书流畅自然、气韵生动;她的隶书古朴典雅、舒展流畅,线条圆润厚重,结构匀称美观,尽显隶书的古朴韵味。

“我的风格不是刻意追求来的,是多年临摹、不断积累、慢慢沉淀下来的。我希望我的字,既有古人的韵味,又有现代人的情怀,能让看到的人感受到书法的魅力。”田满红笑着说。

随着书法技艺不断提升,田满红的作品开始在各类书法比赛中崭露头角,获得了业内人士的认可和好评:2018年,她的作品入选内蒙古自治区妇女书法篆刻作品展;2022年,其作品入选



行书 录李白《将进酒》

内蒙古自治区书法临帖展。

“这是对我十几年努力的肯定,但我也清楚,这只是开始,而非终点。”田满红坦言,“书法艺术没有最好,只有更好,我还要继续努力,不断提升自己。”

在田满红看来,学习书法艺术不仅是个人爱好,更是一种文化传承和责任担当。

“学书先立品,写字先做人,这是我一直坚守的理念。写书法不仅是技艺的磨炼,更是人格的锤炼,只有品德高尚、心怀敬畏,才能写出有温度、有灵魂的作品。一个人的字,就是他内心的写照,做人踏实,写字才能沉稳;做人谦和,写字才能温润。我经历过病痛,也收获过温暖,所以我更想通过自己的力量,去温暖别人、帮助别人。”田满红说。

市图书馆设立廉政主题图书专架

本报讯(记者姜瑜)近日,市图书馆设立廉政主题图书专架,将公共文化服务与廉政教育有机融合,为读者打造沉浸式廉洁学习空间。

廉政主题图书专架精心挑选涵盖党纪法规、红色廉政故事、廉洁人物传记等多个类别的优秀书籍,所选图书既有理论深度,又兼具可读性,通

过生动的文字传递廉洁理念,引导读者在阅读中了解廉洁文化、学习廉洁文化。

市图书馆工作人员表示,将以廉政主题图书专架为载体,持续推动廉洁文化融入读者日常阅读生活,以书香传递廉洁理念,让读者在阅读中感悟清风正气,不断营造崇廉尚洁的社会氛围。



校园思政课

3月9日,由市教育局精心打造的思政课《长城两边皆故乡》,作为2026年春季学期全自治区大中小学思政开学第一课正式在微信视频号“内蒙古教育发布”开播。

课程以铸牢中华民族共同体意识为核心,聚焦长城精神传承与家国情怀培育,为全市师生带来一堂生动的“大思政课”。课程播出后在我市师生中引发广泛共鸣,大家结合自身工作实际与成长经历畅谈感悟,表示将会有形有感有效开展铸牢中华民族共同体意识的实践。(张文杰 摄)

海勃湾区文化馆
春季公益培训即将开课

本报讯(记者姜瑜)近日,记者从海勃湾区文化馆了解到,海勃湾区文化馆2026年春季市民文化艺术学校公益培训于3月14日启动报名工作,3月23日正式开课。

记者了解到,今年的公益培训包括舞蹈、瑜伽、武术、器乐及非遗体验(剪纸、烫画、花馍、制香等)多个艺术门类。本次招生采取线上报名方式,报名时间持续至3月17日22时,名额报满即止,每人限报两项培训课程。其中,舞蹈、瑜伽、武术课程面向18至65周岁的市民

开放,其他艺术门类的课程则将年龄放宽到18至70周岁,器乐类课程(电子琴课程除外)学员须自备乐器。

工作人员表示,报名成功后,学员须在开课第一周携带身份证等材料到现场核验,报名人数不足8人将取消课程,开课3次缺席者被视为自动放弃学习资格。

此次公益培训零门槛、全免费,是海勃湾区文化馆面向全市推出的又一项惠民服务,让艺术融入市民日常生活,将有效打通公共文化服务的“最后一公里”。

人物小传

田满红,现为内蒙古书法家协会会员、市书法家协会会员、市美术家协会会员。

2015年,作品获乌海市首届社区书法大赛优秀奖。

2018年,作品入选内蒙古自治区妇女书法篆刻作品展;“中国梦·劳动美·改革颂”庆祝改革开放40周年全区职工书画展;荣获“不忘初心 牢记使命”全市职工书法比赛三等奖。

2019年,作品入选首届乌海行草书法展;庆祝新中国成立70周年共书家乡美好画卷。

2020年,作品入选乌海市第三届书法篆刻精品展。

2022年,作品入选内蒙古自治区书法临帖展。