

华盛顿纪念碑下，太极拳爱心勃发 大华府太极友社参加美国帕金森氏病运动日

潘启元 2024-5-6

俗话说“无利不起早”。周六早晨，无人逼迫，对己无利，对人有，可愿早起？有人愿意！

一些太极拳友，在刚刚过去的这个周六早起，参加了美国帕金森氏病运动日公益活动。

Parkinson's Moving Day, 我将它译为“帕金森氏病运动日”，目的是引起社会对帕金森氏病的关注，鼓舞病人及其亲属的热情和勇气，为病人和他们的亲人们带来更大希望，聚集人类社会战胜帕金森氏病的能量。

帕金森氏病运动日不是一个固定的日期，而是每年不同城市有不同的日期。

2024年5月4日，是美国首都华盛顿DC的“帕金森氏病运动日”。

大华府太极友社接到了邀请，决定参加。

笃行陈式太极社社长、大华府太极友社笃行分社社长兼教练吴廉、郭代俊两位老师领衔组织。二位老师在大华府太极友社微信群和笃行陈式太极社微信群发多次消息，介绍活动意义，通知活动地点，号召大家参加。

活动在华盛顿的精华之地“宪法园(Constitution Garden)”。“宪法园”位于华盛顿纪念碑和林肯纪念馆之间，紧靠越战纪念馆。

预报说周六下雨的可能性是85%，活动会不会被取消？拳友们



都有点担心。

周五半夜，我被暴风骤雨惊醒。雨一直下到周六早晨还没有停。

活动“总司令”吴廉老师也一直在操心这事儿。周六凌晨六点多，他就开始跟活动主办方联系。

7点零4分，微信群里有了吴老师的信息：接到主办方通知，活动正常举行！

我和高广领拳友同行。8点出门的时候，小雨还在下，一路开车

都必须用雨刷。

幸运的是，到达DC时，雨基本上停了。

这里是华盛顿市中心，最主要的旅游景点，找停车位是件很头疼的事。好不容易停好车，已是9点1刻。

给吴老师打电话，立刻就打通了。

原本以为我走到的早，岂知吴老师郭老师比我更早，他们不但已停好车并顺利找到活动地点，而且

为我们分太极活动“开辟”了一片地盘，搭起了“营盘”。

正所谓“莫道君行早，更有早行人”啊！

我和高广领拳友按照吴老师指的方向，顺利找到“大华府太极友社”的旗帜。

吴老师郭老师不仅带了社旗，给我们弄到了两个桌子，而且还带了音响和一个小帐篷。小帐篷挺有用，下雨的时候，音响和一些怕雨的东西就搁在里面。蒋菊专门

整理和打印了太极友社每周太极课和太极演练的英文版，以便提供给需要的参会者。几位老师想得很周到，点赞！

这样的天气，谁会来呢？

答应来的拳友们都来了！太极拳友，言而有信，交朋友就要交这样的人。

当日到达的拳友有：吴廉，郭代俊，张念亲(Nine Blanco)，李丽(Lily)，蒋菊，高广领，梁兴明，潘启元。

我们练了陈氏太极拳精要十八式，陈氏太极拳老架一路，二十四式简化太极拳，32式太极剑，42式太极剑，49式陈氏太极剑，八段锦，等等。高广领还表演了孙氏太极拳。部分拳友还练了太极推手。

我们练习太极拳和八段锦过程中，有美国朋友跟着我们比划。

不少美国人向吴老师索要了太极友社的有关信息。

大家的心情都很好，彼此就像一个战壕里的战友那样亲近。有的拳友几年未见了，相见惊喜。还有的拳友彼此是第一次见面，新添友谊。

不知不觉中，两个多小时过去了，期间时有小雨。

太极友社其实是代表大华府华人社区参加了一次美国主流社会主办的公益活动。

为大华府太极友社点赞！为奉献爱心的拳友们点赞！

朗朗与100个学生合奏， “101钢琴家”音乐会于克利夫兰圆满举行

50架罗兰电钢琴经朗朗国际基金会“灵感的琴键”项目全数捐出

5月3日，朗朗国际音乐基金会的“101钢琴家”(101 Pianists®)音乐会在克利夫兰库亚和加社区大学(Cuyahoga Community College, 简称“Tri-C®”)的大礼堂举办，国际钢琴大师朗朗与100名来自克利夫兰等俄亥俄州东北部的学生同台演奏，为七百余位社区观众献上一场精彩而独特的免费音乐会。“101钢琴家”是朗朗国际音乐基金会主办的音乐社群活动，为各年龄段音乐爱好者提供了一个独特的以社区为中心的表演，目前已在全球16个城市举办，克利夫兰是仅有的6个美国城市之一。活动邀请100位6至18岁的小小钢琴家们参与，他们不仅可获得朗朗的亲自指导及同台演出的机会，还能体会与人协作合奏的快乐与挑战。

音乐会后，朗朗亲自宣布基金会的“灵感的琴键”(Keys of Inspiration®)项目与克利夫兰大都会学区(CMSD)达成合作，音乐会上的50架罗兰(Roland)电钢琴将被捐赠到当地的三所学校，他们分别是Dike School of the Arts, Newton D. Baker School of Arts以及Mary McLeod Bethune PreK-8，用于在这些学校建立“灵感的琴键”音乐教室。“朗朗国际音乐基金会送来的这份了不起的礼物将彻底改变我们学区的音乐项目。”

CMSD艺术教育总监Jeffery Allen表示，“正因为这份礼物，我们的音乐课程将得到极大的提升，学生们将拥有最好的资源来探索、培养他们的音乐才华。本次的合作将鼓励无数年轻音乐家的水平更上一层楼，CMSD社区对此心怀感激。”

朗朗国际音乐基金会教育总监Ariela Rossberg表示，“我们很激动能将基金会的核心项目带到克利夫兰，共同庆祝音乐和音乐教育。‘101钢琴家’是一项令人激动的、以社区为中心的公益项目，参与到其中的孩子们，无论台上或台下，都能因此受到启发与激励。通过与克利夫兰大都会学区建立新的合作关系，我们得以通过‘灵感的琴键’计划让克利夫兰的孩子们今后都能感受到音乐的乐趣。本次的50台罗兰电钢琴将捐赠给当地的三所学校，以践行我们在克利夫兰大都会学区的开创性音乐教育计划。我们很高兴今后能够持续地与该学区合作，为社区带来更深远的影响。”

本次“101钢琴家”音乐会是Tri-C®在2023-2024乐季古典钢琴系列的第四场也是最后一场演出，该系列音乐会旨在为大克利夫兰社区带来世界各地新锐及知名钢琴家。Tri-C®创意艺术学院的院长Emanuela Friscioni表示：“100名钢琴学生与朗朗一起演奏的声



音非常美妙。而且当你知道将有成千上万的本地学生能够弹奏这些钢琴，他们对音乐的热爱将因此日益增长，同样令人动容。这是支持年轻钢琴学生和庆祝音乐的一种非凡方式。”

自2011年以来，罗兰钢琴作为

“101钢琴家”的主力赞助商，一直鼎力支持该项目。本次公益演出，罗兰为俄亥俄东北部的学生提供了50台Roland FP-30X电钢琴，具备一流的音质和演奏性能，是钢琴家居家练习、现代家庭学习娱乐、教育机构以及任何

希望在紧凑型乐器中获得高级钢琴体验的理想选择。通过与朗朗国际音乐基金会的持续合作，罗兰致力于确保全球的学生能够在配备最先进技术的高品质乐器上体会到学习与演奏钢琴的乐趣。

