

双手韵律挥舞，配合丰富的表情，众人在他的指挥下，唱出美妙动听的旋律。黄建军说，这是他最享受的瞬间。  
11日，记者来到市实验外国语学校，感受黄建军指挥的魅力。

## 咸宁达人

### A 激情成就精彩

当日下午，见到黄建军时，他正指挥学生合唱团排练。只见，他挥动双手，眉毛飞舞，嘴角上扬，眼神热烈，身体也随之摆动……浑身上下，仿佛都跃动着音乐细胞。而随着他的激情指挥，合唱团的几十张小嘴，配合默契，和谐地唱出美妙的旋律。

孩子们的脸上，洋溢着笑容，精气神十足。这是因为，他们还沉浸在夺得大奖的喜悦中。

10月29日下午，咸宁市“天籁之声”少儿合唱比赛在会议中心隆重举行。经过近3个小时的激烈角逐，孩子们在黄老师的带领下，赢得了总决赛的第一名。

这个大奖，得来不易。参赛的都是实力雄厚、经验丰富的合唱团。而实验外国语学校，成立不足2个月，合唱团组建不过20来天。

但是，黄建军有信心。他认为，合唱，就是要唱出自身的精气神，做到这一点，你就赢了。于是，他用各种方式，调动学生的激情，让他们认识到，这是为自己而唱。最终，他的合唱团一举夺魁。

而在9月4日，庆祝建国65周年香城大舞台合唱比赛中，他指导并指挥的合唱团，从100多支参赛队中脱颖而出，荣获总决赛第一名。

激情成就精彩，合唱团里的人说，黄老师最打动人的，是指挥时身上满满的激情，带动着你，不自觉地跟随他的节奏。

# 挥动激情 律动和谐

## ——走近合唱指挥黄建军

记者 张敏

### B 刻苦因为热爱

今年42岁的黄建军，对指挥的痴迷，缘于一次偶然。

10年前，学音乐出生的他，现场参加了一次合唱比赛，被合唱创造的美妙感动：这么多人，这么多声音，居然能在指挥下，和谐地演绎出如此美妙的旋律。

回来后，他开始恶补指挥知识，只为有一天，自己也能创造出这样的美。

除了系统地学习合唱指挥外，他还多次参加指挥大师班的培训，不时请教本地合唱指挥的前辈，更经常利用空余时间，自费赴外地，参加合唱培训，观摩合唱比赛、音乐会等。

为了学习合唱指挥，黄建军没少投入时间和金钱。只要有空，不是抱着相关书籍看，就是对着镜子

练习手势和表情。为这，老婆没少和他吵架。但为了心中的梦想，黄建军坚持着。

如今，他终于有所成就。工作之余，他受邀到多家单位和学校，义务指导合唱。只要经过他的指导，合唱团的水平都会上升。

有人评价他的指挥风格：动作洒脱流畅、大方优美，既有热烈时的豪放、势如破竹，又有细腻时的惟妙惟肖、引人入胜。

一位评委评价他：在如梦如幻的手势之下，既能热情洋溢、豪迈奔放地将乐曲引向高潮，又能恰如其分地控制速度和力度的变化；善于运用“会说话”的表情和目光以及身体动作来辅助指挥，使观众感到他浑身都是音乐。

### C 梦想普及合唱

黄建军认为，合唱就是合作创造和谐。不同时代、不同民族、不同发声方法等，形成了各种各样的合唱风格和效果，但追求和谐美是共同的目标。

在他看来，合唱的好处非常多。对学生来说，可以培养他们良好的音乐感受力、表现力、审美感、集体主义观念和高尚的艺术情操；同时，还能增强与人的协作能力，改善人际关系，达到以美育德、以美启智的目的。

对成人来说，群众合唱活动，是加强沟通交流，培

养团队精神，展现精神风貌的最佳艺术形式。

“我最佩服的人，是影片《放牛班的春天》的主人公马修。”黄建军说，他的终极目标，是像马修一样，用音乐引导孩子们的心灵，向他们传递爱和美。

因此，他希望每所学校都能开设合唱课，人人都能唱合唱，全社会共同演绎一曲美妙和谐的大合唱。

黄建军说，在外国，合唱很流行。咸宁的合唱才起步，他要用自己的指挥才能，为合唱的普及，尽最大的力量。

## 快乐驿站

### 女汉子趣事

#### 掰手腕

今天跟男神一起吃饭时，我说像我这样的女汉子该怎么找男朋友啊！

他说：“不会啊！你哪里是女汉子了，我觉得你很可爱！”

我说：“我就是女汉子啊！不信你跟我比掰手腕！！”

男神说：“好啊，你输了以后就只能说自己是萌妹子。”

我摩拳擦掌地说：“好啊！！”然后我赢了，他默默收拾餐盘走了。

#### 敬重

女对男喊道：你爱我吗？

男：爱，爱……

女又大声喊道：为啥爱我？

男：我……我……

女：别婆婆妈妈的，快说！

男：我敬重你是条汉子……

#### 身高差

一女同事，我们说她是女汉子她还不服气，今天在网上看到夫妻最佳身高差是12cm，就告诉了她。

听后她回答道：“身为160的我，去哪里找148的男生啊？”

#### 收拾毛贼

早上出门买早饭，听保安说最近小区有一群人专偷女性钱包，怪吓人的，我赶紧跑回去告诉女朋友：“我告诉你一个大新闻……”

正说着，看见女朋友扛起一桶水站在饮水机前对我说：“什么新闻？”

“哦，没什么，小区来了几个小毛贼，你有空收拾下。”

#### 萌妹子

一女性朋友，长得蛮可爱的，性格较为豪爽，一天我去换液化气罐，回来之后在楼下碰见了，说被男人甩了，发誓要做一个萌妹子，之后，却扛着液化气罐上了五楼……

### 通城县胖子超市有限责任公司

## 守重乃企业之本

通城县胖子超市有限责任公司成立于2000年，现拥有五家直营连锁店，一家休闲中心，195家农家超巿和加盟店，主体自营面积8000多平方米，员工280多人。

胖子超市深信“守合同重信用”可以为企业赢得巨大的商机。对于零售行业来说，通城县胖子超市一贯倡导以诚信为基础，以自律来维护企业形象和企业利益，承诺以优良的产品、热诚的服务回报顾客对我们的支持！

胖子超市深信企业的长足发展离不开诚信。公司始终坚持以诚信为本，以信迎客，几年来通过不懈的努力和认真的工作得到了广大客户的积极评价和充分信赖。

近年来，公司进一步强化了对信用、合同工作的组织管理，

由公司董事长负总责，分管领导分工负责，公司董事办具体负责审批核查。公司所有的经济合同，均需由公司董事办参与洽谈、起草，重大合同报公司董事长审批，最终，由董事长审批签订。杜绝了在合同、信用工作中可能发生的职责不清、职权不明的问题。在合同协商过程中，公司合同管理部门和合同管理员做到严把法人资格关、个人身份关、合同条款关、履约能力关、资信等级关、担保能力关，严格按照公司的经营范围对外依法开展经营活动。做到了合同、信用管理工作“零失误”。

胖子超市本着“以信办店、以德服人、文明进取、诚信至上”的经营宗旨，诚实守信、照章纳税，依法经营，自觉抵制假冒伪劣商品，为消费者营

### 通城县国土资源局土地证书遗失补发公告

根据《土地登记办法》的相关规定，下列土地使用权人已就其土地权属证书遗失向原发证单位报失并申请补发，现书面公告征询异议。自本公告发布之日起60日内无书面异议的，原发证单位将补发相应的权属证书，同时原遗失权属证书作废。

土地使用权人	土地座落	证书编号	面积	证书类别
胡建国	石南社区石南村九组	隽集33149-02号	31.8m <sup>2</sup>	集体土地证

通城县国土资源局 2014年11月15日



## 时尚前沿

### 美美阔腿裤要咋穿



阔腿裤，顾名思义就是拥有宽阔的裤脚。那么你知道阔腿裤适合什么人穿、怎么穿更合适吗？

#### 一、适合人群

1、身材高挑。很适合高腰阔腿裤，若想更加靓丽，不妨选择颜色纯度和亮度较高的阔腿裤，建议搭配浅色上装，配戴同色手提提升时髦指数。

2、身材娇小。仍可以穿高腰阔腿裤，只要你是小蛮腰，搭配一双金色尖头高跟鞋，更具气势。

#### 二、穿着注意事项

阔腿裤最配扁身材。阔腿裤只是臀围最宽处以下很肥，但腰腹和臀的剪裁非常贴身，所以扁身材穿着更占便宜。如果你的臀部赘肉较多，而且过于圆润，那就选择低腰阔腿裤吧。没有更宽只有最宽，是大象腿选裤准则，尤其是那些胯部剪裁超宽的古怪廓形，才能弥补身材劣势。

对于高腰阔腿裤，帅气的中性短西装和具办公室风情的衬衫是绝妙搭配单品。

穿超常阔腿裤，一定要以平底鞋点睛，尤其是若隐若现于裤脚处的小鞋尖最娇俏。尖头芭蕾鞋和裹住脚面的休闲鞋也是上上之选。今冬流行的超短靴和芭蕾绑腿鞋都能很好地突出脚踝的性感。

阔腿裤配饰异域当道。阔腿裤配慵懒上装，总是给人一种不羁气质，因此有异域风情的特殊材质首饰，大包包和软帽都是阔腿裤的百搭单品。

宽条纹更显瘦腿部线条。相对结实的女孩，千万不要以为竖条纹是你的救命稻草，宽条纹或条纹图案横幅的裤子才会拉伸腿部线条。

越垂坠越美丽。超常阔腿裤的面料最好是质料较厚，有垂坠感的。

(本报综合消息)

## 美好婚姻需冬补

○ 卢素玉

我和老公是在今年春天结的婚，不到一年的时间我们就对婚姻失去新鲜感，同一个屋檐下，却常常是各忙各的事，夫妻间语言简练到了令人吃惊的地步，相顾无言的沉闷让我觉得再不想办法激活婚姻，夫妻感情怕会越来越淡薄。

人体冬补需要多吃温热食物如羊肉、牛肉、鸡肉等，冬日的婚姻呢，又拿什么来补？有人说：“平淡无味的婚姻主要是因为夫妻间缺乏沟通造成的，其实聊天能够为夫妻带来愉悦感，巩固和发展夫妻关系，实在是为婚姻冬补的一剂良方……”我决定按照文中的建议尝试一下，看能不能用聊天来“冬补”自己的婚姻。

老公下班回来，我对他说：“老公，我们做个游戏吧！我提问，你来回答。”老公欣然答应。“我是喜欢细高跟皮鞋还是粗高跟皮鞋？我最近在看哪部电视连续剧？我喜欢哪个品牌的私家车？”

面对我一连串提问，老公抓耳挠腮了半天，竟然没能给出一个准确答案。“亲爱的，你对我一点都不关心。”我委屈地说。

这以后，老公开始关注起我们的情感沟通，也开始对我的服饰装扮加以品评了，我们的夫妻关系有了初步改善。后来我们订了夫妻协定：每天晚上七点到九点，是专属于我们婚姻的“冬补时间”，我们聊生活中遇到的趣事，聊女儿的成长、家庭的愿景，谈家庭理财、置业，共同话题还真不少。

一段时间“冬补”后，我们的婚姻终于告别了沉闷的过去，摆脱了“无言”的结局，重新焕发出爱的生机，这样的“冬补”真好。

## 遗失声明

崇阳县武明电器经营部汪武明遗失个人独资企业营业执照副本，注册号：422325000012570，特声明作废。

咸宁市艺术学校遗失中国银行温泉支行开户许可证，核准号：J5360000121403，特声明作废。

温泉阿加服装店曾俊峰遗失税务登记证正本，证号：

42122319840160156，特声明作废。

程思平遗失坐落于崇阳县天城镇金三角安置小区一套房屋(面积为66.3平方米)土地使用证(集体)，证号为：(08)

1080175，特声明作废。

丁祥不慎将座落于崇阳县天城镇金三角安置小区一套房屋(面积为66.3平方米)土地使用证(集体)，证号为：(08)

1080176，特声明作废。

程思平遗失坐落于崇阳县天城镇金三角安置小区一套房屋(面积为66.3平方米)土地使用证(集体)，证号为：(08)

1080177，特声明作废。

崇阳县中医院骨科更专业

鄂中中医广[2014]第04-11-4号

联系电话：13971802002 0715-3380653、3383481

地址：崇阳县天城镇程家巷62号