

当老人爱上KTV……

近日,一则老人爱上KTV的新闻见诸报端。事实上,随着KTV行业的发展,唱歌老人把KTV作为活动据点已有多数。“包个下午场”,早已成为许多中老年人的日常活动。

老人为何爱上KTV?他们看重哪些条件?又最爱唱哪些歌曲?老人们爱上KTV,也体现出老人们娱乐方式、生活理念的渐变。

A 微信组局 唱完还要接外孙

“你好,给我开一个中包。”周三上午10点,60岁的刘女士正在北京崇文门一家KTV前台办开唱手续。除她之外,KTV的大厅里站着聊天的、旁边沙发上坐着休息的还有20多位老人,各自分成了六七拨。

这些老人中,有通过跳广场舞认识的,有单位的老同事,更多的是几十年前一起上学的老同学。刘女士这次就是约的另外4名老同学一起来唱歌。

刘女士家住广渠门,离崇文门不算远,她来这儿唱歌已是第三回。

这家KTV的价目表显示,工作日上午10点来办开唱手续,可以按套餐价一直唱到下午5点,还管一顿午饭。小包2至6人,套餐价180元。中包6至8人,套餐价240元。刘女士这次只有五个人来唱,但她还是选了中包:“一个人摊下来也就十多块钱,但地方宽敞多了,待着也舒服。”

虽然理论上能唱7个小时,但刘女士表示自己唱不了那么久,还得去接外孙放学。

如果周末来唱歌,同时段的套餐价位会涨到280元和380元,即使对于出手比较“阔绰”的刘女士,这个价格还是有点难以接受。

吴女士是另外一拨唱歌老人的带头人,她也是和老同学们一起过来的:“我们约人很简单,微信群里谁想唱了就言语一声,其他人跟着报名。人少的时候三四个,多的时候十来个人。”

吴女士自认是同学当中比较爱唱歌的,相比起其他人一个月才来一次,她一周就能来唱一回。平时没有接外孙的任务,她每次来都能把时间唱满:“不会累的,也不是一个人一直唱,而且这儿还凉快。”吴女士之前参加过一段时间的社区老人合唱团,但没有坚持下去。“还是来KTV唱歌更自由,谁想唱谁唱,不想唱还能聊天。”

B 看重价格 付费更爱AA制

“在KTV里点餐挺贵的。”71岁的贺国章在KTV唱歌已有四年之久,在他的总结里,量贩式的KTV价格低,但点餐、饮料价格都较高,如何选择,还需要精打细算:“有时候我们自己带饭,KTV还不让。”

而价格,往往也是老人们选择KTV的首要因素,受访的中老年消费者大多表示,每人每次30元以内的价格,是最能接受的价格水平。

“唱歌一星期就可以唱几次,太贵了唱不来。”北五环外,一家名为“天赐良缘”的KTV内,武先生与几位好友正在引吭高歌。中午时分,偌大的KTV过道昏暗,只有零星几个包间亮着灯,里面无一例外都是中老年人。

武先生家住北三环附近,选择北五环外的KTV,一是有朋友家住附近,更重要的是这里的价格便宜——大众点评网上,这家KTV的欢唱券仅需99元一张。平日下午5个小时小包间欢唱,需要4张欢唱券兑换,即396元。武先生一行4人,平均每人消费不到10元:“我们都有老年证,坐公交车不花钱,车到门口也不累。”

纵然花费不高,贺国章强调,平时来KTV唱歌,大家还是倾向于“AA制”,成本会被细算到一两元。



C 放飞自我 老人也爱唱新曲

如果说年轻人唱歌比较注重含蓄,老人们的歌声明显要“雄壮嘹亮”得多,唱的歌曲也很少有情歌出现。记者到访的KTV中,开唱的包间超过20个,有唱《小白杨》等军旅歌曲的,有唱《青藏高原》等民歌的,也有唱《九妹》这样老流行歌曲的,偶尔还会有人唱《沙家浜》等戏剧曲目。

与此同时,近年来的流行歌曲,也成为部分老年歌唱爱好者的学唱目标。这其中,尤以有“怀旧”气息的歌曲最受中老年人的青睐。

“李健的歌我最喜欢,《贝加尔湖畔》多好听,我们都学了。”也许是歌曲带着明显的俄罗斯气息,《贝加尔湖畔》成为李女士等人的KTV必唱曲目。歌曲的词谱还被打印成A4纸,分发给李女士所在的合唱队,供所有人学唱。

李女士回忆,与《贝加尔湖畔》相似的,还有朴树的《白桦林》等歌曲:“跟老歌有点相似,好听,学起来也容易。”

而对于李女士等人来说,嘻哈、R&B等风格比较难以驾驭:“唱法跟我们年轻的时候差太多了,换气、发音都学不会。”

“唱歌是为了高兴,来了就要放得开。”包间内,余女士与众人选择的是蒙古族歌曲,唱到尽兴处,她与同行的几人站起身,和着音乐的节奏,跳起了蒙古族舞蹈。虽然动作算不上专业,仍引得大家一阵拍手喝彩。

这样的活动,余女士众人每个月都要组织两次,参与者八九个人,都来自同一个合唱团。

“平时合唱团活动,要唱一些‘规定动作’,来这里大家可以选自己喜欢的歌。”余女士表示,在KTV活动已有两年多的时间,身边绝大多数歌唱爱好者都有过K歌的经历:“跟在团里唱、公园唱不一样,这里更讲究个人风格。”

D 渴望认同 盼“适老化改造”

“老人来KTV也没什么稀奇的。”做了多年合唱团的活动组织者,谢保国表示,对于绝大多数中老年歌唱爱好者来说,KTV顶多算是调剂:“主战场肯定还是公园、街道活动站。”

同时,谢保国坦言,之所以老人选择KTV,还有一些客观因素。

“比如公园现在倡导降低噪音,对老人唱歌管得比较严。”以北海公园为例,在曾经的“合唱胜地”五龙亭,如今立起了通告牌,通告显示,为进一步保护北海公园、景山公园的园林环境,为市民游客创造安静、和谐的游览环境,对游客进行晨练等活动时携带的扩音设备、乐器等都进行了限定。

“如果没有中老年人,平时下午时段没什么生意。”一位KTV工作人员表示,由于平日是工作日,外加KTV行业本就处在低潮期,中老年人的KTV消费带来了一笔预期之外的收入,因此也有KTV企业开始针对中老年客户筹划特色服务。

“希望量贩式的食品能够便宜,如果是十几块的盖饭之类,我们愿意消费。”贺国章表示,动辄十元钱一瓶水的定价,不容易被老年人接受,建议商家能推出针对中老年消费者的优惠,也希望KTV的设备可以针对中老年人有所升级,如点歌系统中收纳更多老歌:“我给过好几次建议了,下午场过道灯光能不能调亮一点儿?”

(吴楠 莫凡)

“晨起一杯水”并非人人适合



“晨起空腹一杯水”,是一条流传甚广的健康名言。很多人相信每天的这杯水,可以清肠胃、排毒养颜、稀释血液,甚至还可以减少疾病的发生。但对有些人来说,“晨起一杯水”反而有损健康。

体弱多病的人 不适合晨起喝水

晨起喝水对身体强壮的人妨碍不大,对有的人却会导致体质下降,甚至产生疾病。从中医理论来讲,很多体弱多病、脾胃虚寒、脾虚湿重、消化功能欠缺、肺肾功能不足的人,晨起在不口渴的情况下不宜喝水。

很多人被家人强迫“晨起一杯水”,有的甚至是二杯、三杯,可是他们并不渴,不想喝水。人体的阳气会在早上开始升起,但喝水反而会阻碍阳气升起。一个人阳气弱不弱,可通过观察面色来判断。如果面色光润明快,那就表明体内阳气充足;如果面色滞滞暗淡,那就代表身体里阳气较少,阴气偏多,这样的人起床后不宜饮水。

喝水过多或是疾病“帮凶”

水的郁积可导致百病。观察下身边喝水太多的人,几年下来,他们往往老得比别人快。临床中,一些囊肿病人就是因为不当饮水导致疗效降低。患慢性病的人血液黏稠,希望通过多喝水来稀释血液,其实盲目这么做反而增加心肾负担。

中医的痰饮、痰浊都由水液代谢障碍而引起。现代医学研究发现,痰浊和身体免疫、高血压、高血脂、冠心病、癌症、哮喘及精神病等都有关系。

喝多少水要因人而异

喝水喝多少,与每个人的身体条件、脏腑功能密切相关,要具体情况具体分析。

比如运动员、体力劳动者,身体消耗较大,代谢又很旺盛,口渴了需要喝水,这是非常自然的事,不要加以限制。坐办公室的上班族,工作时不怎么动弹,也不怎么出汗,喝下去的水大都直接进了肾脏,增加了排尿量,如大量频频喝水,反而会增加肾脏负担,引起脾胃不适。200斤的壮汉一下喝五六杯水都可以,瘦小体弱的老太太一下喝五六杯水,她的脾胃会有多难受?中医认为,女人到了35岁后脾胃功能就会下降,七八十岁的老太太脾胃已经很差,吃的食物都比年轻人少很多,如果喝的水和年轻人一样多,身体自然无法代谢、无法承受。

通常认为的“每天必饮八杯水,多喝水能有效排毒,喝水应按时按点”,在中医看来,是不正确、不科学的,这是一个僵化、机械的理论。

(郭志红)