

金石知多少——篆刻艺术的传承与欣赏

半杯清茶社将于六月十三日(星期六)举办讲座“金石知多少?——篆刻艺术的传承与欣赏”,由书法篆刻家孙宇明先生主讲,并与听众互动。

篆刻艺术是书法、章法、刀法的结合,方寸之间,气象万千。孙宇明先生的演讲将介绍篆刻的起源,发展,流派,现状,以及篆刻的刀法和印材。自商代起,篆刻艺术已有三千七百多年的历史。在漫长的发展过程中,篆刻艺术出现过两个高峰:战国、秦汉、魏晋六朝时期和明清时期。前一时期,篆刻的用料以玉石、金、牙、角等为主,其中尤以汉印为古代篆刻艺术辉煌的巅峰。汉代篆刻完善了秦朝建立的官印的形制以及印文的规范模式。而明清时期的最大特点是名家辈出,流派纷呈。这时,由于石材的广泛应用,篆刻艺术呈现出一派空前繁荣的气象。在两个高峰之间,即唐、宋、元时期,篆刻则处于衰微时期。此时楷书取代了篆书,官印和私印分道扬镳,篆刻艺术因而一蹶不振。

孙宇明先生曾任清华大学书法社社长,中国书法家协会会员。移民美国后,宇明先生多年来仍笔耕不辍,在书法和篆刻两个领域成就斐然。宇明先生兴趣广泛,除书法和篆刻之外,他还是优秀的诗人,散文家,和摄影师。他的演讲将纵论篆刻艺术的发展大势,引导

大家观摩和欣赏一系列精美的篆刻杰作,并将介绍篆刻艺术的技术部分,如刀法和材料等。半杯清茶社竭诚欢迎热爱书法篆刻艺术的朋友们前来切磋讨论,互相砥砺,奇印共赏,增进友谊。

半杯清茶社成立于2007年,成员来自五湖四海、各行各业。本着以茶清心、以文会友的宗旨,半杯清茶社每月定期举办讲座,邀请学者、作家、和专业人士答疑解惑,以开阔视野,丰富阅读,提升境界,净化心灵。讲座内容涵盖历史、文学、艺术、音乐、摄影、时事、政治、哲学、宗教、文化、科学、社会、教育等多个领域,为大华府地区的朋友们提供相互学习和交流的机会。

讲座时间在2:00-4:00 PM,讲座前后的时间用于品香茗、尝甜点、结新友、叙旧情等轻松的社交活动。半杯清茶社免费提供精美的茶点,热烈欢迎大华府地区的朋友前来参加。

时间:2015年6月13日(周六)下午1:45 - 4:30 PM
地址:波多马克社区活动中心 Potomac Community Center, Community Room
11315 Falls Rd, Potomac, MD 20854, (240) 777-6960
半杯清茶社网站: <http://tea4soul.org>
联系邮箱: info@tea4soul.org



·走在人生旅途上·



严伯伯正在讲解古诗《天净沙·秋思》

听诗文讲座 知新而温故

■张俊杰

彩虹中心办了一个诗文讲座,由员工苏潞沙先生和耆老严善明先生主讲,很受老人们欢迎。

苏先生的古典文学,深入浅出,听后受益匪浅。严先生的诗文赏析,从事、景、言和情四个基本要素入手,对词句进行的系统分析,讲出了对意境描述的各种

方式、分句赏析的技巧,以及作者的社会背景对诗文的影响。这样的讲座为阅读诗文提供了不可多得的机会。

上了年纪,大多都会有记忆减退。这属于正常情况。多动脑可以延缓这个过程。此讲座无疑让老人们加强对脑力的锻炼,又能提高对中国文学的鉴赏水平。愿

这个讲座越办越好!

附诗一首:

中华文化渊博广,历代精英出栋樑。
诗文激起民族志,史书缩载汉华章。
宇宙万物皆入画,撼墨江山众人赏。
耆老知新又温故,思维敏锐脑力强。

心灵手巧的尹妈妈

彩虹老人日间健康护理中心的尹继贤妈妈,是一位心灵手巧的长者。她从事医务工作几十年。退休后,为了丰富自己的晚年生活,发挥特长,开始学习各类书画、手工等艺术技巧。她练书法、绘国画、剪纸花、织毛衣、钩围巾,样样都很好!那时,她还在彩虹中心的另一个分部,就被专门请来给老人家上手工课。现在,她一有时间就会坐在那里,时而握着笔,蘸点各种颜色的墨汁,画花画动物,那些山水花草全都在她脑海里,跃然纸上,十分逼真;时而拿着钩针,左右开弓,飞针走线,不用两天功夫,长长的围巾就完成了,温暖而漂亮!经常有老人围坐在她边上,欣赏她的技巧,讨教技术。她总是热情地教授她们。

布贴画又叫布堆画、布贴花、布擦花,还叫拨花。它以粗布为原料,用袋装染料直接高温染制成各种颜色,由巧手妇女剪贴而成。布贴画是一种古老的民间贴补工艺,历史悠久,广泛流传于民间,表现的内容有民间传说、戏剧人物、民俗生活、动物、花卉和各种吉祥图案,既可作为室内装饰品和艺术礼品,也可缀纳在衣帽和鞋子上,艺术而又实用,倍受欢迎。尹妈妈对布贴画也情有独钟,堪称一绝。每个作品,她都是精心设计,选择各种色彩适中的布料裁剪,再粘帖点缀铺平,用心用脑用手。所以说,每个作品都是尹妈妈书画、手工技巧的体现,凝聚了她的心血。

这里展出几幅尹妈妈布贴画,供欣赏。



尹妈妈正在剪纸



夜归



银色月光下



憨娃卧莲



伴侣



回娘家



过年啦



母与子

超实用厨房秘籍

- 1、炒茄子前,用开水焯一下或用盐腌出苦水,这样就不吸油了。
- 2、芒果在煤气炉上转几秒,番茄用开水烫下,皮就很容易剥下来了。
- 3、普通的铁锅,需要煎东西时,先把锅放在火上加热,倒少量油,油热后倒出,再倒入冷油,就变成不粘锅了,煎鱼、水煎包都不粘。
- 4、炖排骨或汤的时候,放点醋,有利于钙的吸收。
- 5、喝不完的大瓶装可乐,可以倒过来放,这样比较不容易漏气。
- 6、蒸米饭时,在锅里加几滴生油搅一搅,这样蒸出来的饭一粒一粒的,很好吃,而且不粘锅。
- 7、做猪扒或者牛扒时,先将肉块用可乐浸泡10分钟再煮或煎,肉质更容易酥软美味,也不会残留可乐的味道。
- 8、洗黑木耳的时候放一点点面粉,会洗下很多脏东西。
- 9、剥大蒜之前,用水把整个蒜头泡过,去皮就很容易了。
- 10、煮饺子时要添足水,待水开后加入2%的食盐,溶解后再下饺子,能增加面筋的韧性,而且饺子不会粘皮粘底,汤清饺香。
- 11、将鸡蛋打入碗中,加入少许温水搅拌均匀,倒入油锅里炒时往锅里滴少许酒,这样炒出的鸡蛋蓬松、鲜嫩、可口。
- 12、过多食用生葱蒜,会刺激口腔肠胃,不利健康,最好加一点醋再食用。
- 13、洗桃子的时候,给水里放点面碱(或小苏打),桃毛自然都漂在水面,而且洗完手还不痒,这样洗桃绝对干净。
- 14、喝酸奶,能解酒后烦躁,酸奶能保护胃黏膜、延缓酒精吸收,并且含钙丰富,对缓解酒后烦躁尤其有效。
- 15、炒肉时,先把肉用小苏打水浸泡十几分钟,倒掉水后再入味,炒出来会很嫩滑。
- 16、洗葡萄的时候放些淀粉,随便搓一搓,就完全能把葡萄洗得亮晶晶了。
- 17、夹生饭重煮法:可用筷子在饭内扎些直通锅底的孔,洒入少许黄酒重焖,若只表面夹生,只要将表层翻到中间再焖即可。
- 18、如何鉴别鲜蛋:新鲜蛋用灯光照,空头很小,蛋内完全透亮,呈桔红色,蛋内无黑点,无红影。若是要测量蛋的新鲜度,可以将蛋浸在冷水里,如果蛋是平躺在水里,说明十分新鲜;如果倾斜在水中,则该蛋至少已存放了3~5天了;若是笔直立在水中,可能存放10天之久。此外,若是蛋浮在水面上,那么该蛋十分有可能已经变质了。
- 19、吃过于油腻的食物后喝茶,能刺激自律神经,促进脂肪代谢。
- 20、吃荔枝前,连皮把荔枝泡在盐水中,再放到冰箱里,1-2小时后吃起来更清甜,而且不上火。

(彩虹老年网友供稿)

·生活小窍门·