

怡情乐园

# 年轻时出得厅堂、入得厨房，到老了她们还—— 逛得了菜场 玩得转T台

□记者 杨玉梅 实习生 樊聪聪

古话中，“出得厅堂、入得厨房”是衡量一个媳妇好坏的重要标准。当好媳妇变成好老伴儿时，她们会做些什么呢？瞧瞧这些奶奶，她们可是逛得了菜场，还玩得转T台，11月20日还在我省第十一届中老年时装才艺艺术大赛中荣获大金奖。她们就是我市金秋中老年时装表演队的队员。

## 走出文化内涵

她们年龄最大的是74岁，最小的50岁，虽然身段不如年轻人苗条，鬓角也有了岁月的痕迹，但那分精致和从容是年轻人学不来的。记者见到74岁的队长韩妙云时，她虽是一副家居服打扮，颜色搭配、配饰、发型却是一丝不苟。

这次去省城表演的中老年模特队有36个，光洛阳就去了6个，最高奖大金奖被“金秋”队一举拿下。我们无缘看见金秋中老年时装表演队在省里比赛时的精彩，但从韩妙云的描述中可以窥豹一斑：“我们上场时，下面掌声热烈得很；彩排时，现场的老师让我们先演，因为我们的服装不光漂亮，还有文化背景。”

这有文化背景的服装叫《盛世年华》，分为“唐装”“龙门”“白马寺”“唐三彩”四组。韩妙云给我们看了她们表演时的照片，奶奶级别的美女们银发衬华服，柳眉配凤眼，姿态挺拔，腰肢柔软，有一种特别的美。最重要的是，每组表演服装都融入了极具代表性的洛阳文化符号，对比之下，其他旗袍、晚装之类的就相形见绌。



金秋中老年时装表演队成员合影（资料图片）

## 训练再苦也能忍

金秋中老年时装表演队成立于1997年，多年来大大小小的奖拿了不少，还曾登上过人民大会堂的舞台，她们的基本功自然没说的。模特要走猫步，挺胸收腹，扭胯压腿，最重要的是要穿高跟鞋，这些奶奶受得了吗？

“穿高跟鞋那是必须的，不穿高跟鞋咋当模特呀？”韩妙云说，队员们的高跟鞋鞋跟有7厘米高，年龄大的鞋跟会稍微低一些，但至少也有5厘米高。

刚入队的老人都要跟着教练练基本功，她们站墙根，脚跟、臀部、肩膀和头都要紧贴墙壁，还要挺胸收腹，一站就是一二十分钟。训练走路时头上还要顶一本书，腰肢要软，眼神要柔，用手要好看，书还不能掉。

老人们在家带孩子闲散惯了，猛地收紧姿态让她们颇有些吃不消，韩妙云说，有些老人练着练着就晕倒了，但“醒了再接着练，时间长了就习惯了”。

这么多年，不断有老

人离队，新的老人进队，但大家的训练习惯一直保持着。如今每逢周二、周四，她们都会集中在市老干部教育活动中心训练，风雨无阻。

## 老伴儿都惊呆了

韩妙云说，拿奖还是其次，重要的是心态越来越年轻，连同改变的还有形象和气质。

模特都是紧跟时尚潮流的，奶奶们也不例外。大家聚在一起，聊孩子、聊厨艺，还聊打扮。时间长了，刚入队时穿着睡衣、拖鞋都能出门的老人，现在出门也改穿小高跟，再化个淡妆，配条丝巾，从内到外都像换了个人。

“有的朋友说，回到家，老伴儿惊讶得快不认识了。”韩妙云哈哈大笑说。

74岁的她更是无高跟鞋不出门，出门买菜也要描描眉、画画唇。老伴儿虽说从不去看她演出，但很支持她的T台时尚，给她买的衣服一出门就成为同伴中的焦点。

老人们说，这条T台时尚之路她们会一直走下去，活出老年人的风采。

淘宝晒宝

## 老课本

□王耀铭

朋友，您可别以为照片上的这几本书（下图）土得掉渣、无甚稀奇之处，它们可是研究那个年代小学语文历史的绝佳资料。这几册小学语文课本均为1958年第一版出版，距今已有半个世纪之久，弥足珍贵。

收藏这八册小学语文课本的是栾川县林业部门的一位老员工。这些课本有的封面上印着“初级小学课本”字样，有的则印着“高级小学课本”的字样。一个是“初级”，一个是“高级”，同样是小学课本，在使用上究竟有何区别呢？

据老人讲，印有“初级”字样的课本主要供当时小学一年级至四年级的学生使用，四年级的小学生经过初级阶段毕业考试，然后转入叫作完小的学校，继续小学五年级和六年级的学习，这时用的课本才是印有“高级小学课本”字样的书。



这几册书的课文很多，其中《寒号鸟》《朱德的扁担》《詹天佑》《董存瑞舍身炸碉堡》等文章也出现在我国改革开放后所编纂的小学语文课本中。这几册书中的课文明显带有那个时代的思想教育特点，于今可谓绝版了。这几本书留给我们的不仅有那个年代小学阶段的遥远记忆，更有这些绝版教科书珍贵的研究价值。

本版开设以下栏目：  
《温馨家事》《银发心事》  
《闲情雅趣》《怡情乐园》  
《老片新照》《再上学堂》  
《我拍爸妈》《淘宝晒宝》  
等，欢迎读者朋友投稿或提供线索。

线索征集热线  
15137956968

投稿请登录洛阳网文字  
和图片投稿系统或发电子邮件  
至 1729103784@qq.com。

再上学堂

## 用电脑PS你的照片(二)

□蔡茂松

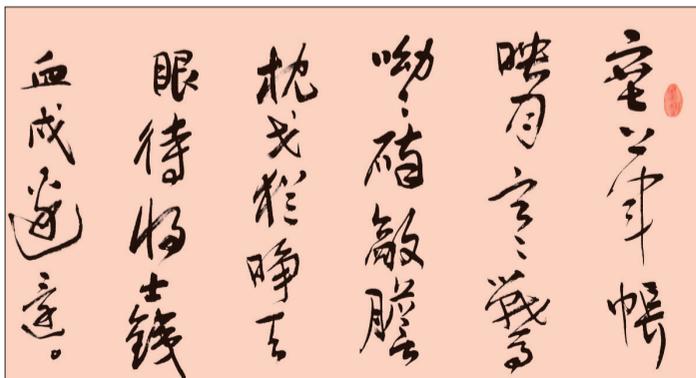
### 删除画面中多余的人和物(1)

在人多的旅游景点，当你按下快门的一瞬间，忽然有一位游人闯入画面。当时如果发现，你可以再拍一张；如果时过境迁，想补拍已无可能。怎么办？利用PS软件“仿制图章工具”（工具栏左边第五位，以下简称“图章”）很容易就把这位游人删除。

具体操作顺序如下（说明：“击”表示按一次鼠标左键，“右击”表示按一次鼠标右键，“长按”表示按着左键不松手，“→”表示下一步）：

击上方菜单栏文件→打开→在目录中选出欲修整照片→打开（所选照片呈现在桌面上）→击图像→复制→在对话框中击确定→所选照片变为副本→右击工具栏图章图标→在二项选择中击仿制图章工具→画面上出现一个小圆圈，此圆圈表示图章大小→右击画面任一点→左右移动主直径滑块，调整此圆圈直径约为5毫米→击上方选项栏模式选正常→不透明度选80%→流程选80%→对齐的选√→用于所有图层选√。画笔一项数字可以忽略。

闲情雅趣



（书法）段守顺 瀋河回族区