

『只要皱纹不长在心里,人就可以靓丽精彩』

这群六十岁『上海超模』惊艳众人

“

“大家注意,走到定点的时候,就是两步——”

每周三下午,虹口区广中路街道第一市民驿站二楼,75岁的张建文一身笔挺西装,边说边“起范儿”,走到舞台中央为众人示范:定点微微侧肩,稍微停留潇洒转身,全程眼神坚毅地平视前方,伴随着口中“一、二——”的拍子音,模特走秀至关重要的定点亮相和转身动作一气呵成。

这是上海龙翔模特队每周一次的训练课现场,张建文是模特队的教练。近60名老年模特伴随着不同节奏的音乐,迈出专业的台步,不时吸引着各年龄层的人们好奇地驻足张望欣赏。

龙翔模特队的视频发到网上,网友们纷纷被这群老年“上海超模”惊艳。有人点赞老人们“活力满满”,有人报上自己的身高体重,咨询能否报名,还有人用“腔调”来形容模特队的表现。

“腔调”背后,折射的是上海老人对生活的热情,以及社会为老服务方面的进步。

记者 范献丰



■龙翔模特队

打破“退休生活”固有印象

踩着节奏紧张、鼓点密集的音乐,模特们鱼贯而出,精彩亮相。即使是在日常训练中,他们的穿着也很时尚,男模着合体西装、高领毛衫或宽松卫衣,女模短裙配长靴,牛仔裤搭高跟鞋,让人看不出年龄。

“你看我多大年纪?”模特队负责人郑东升说,对初次与他们见面的人,“猜年纪”是一种拉近关系的开场白,屡试不爽。当得到“大概五十多岁”的回答后,他哈哈大笑起来,然后公布正确答案:“我今年73岁了。”

郑东升身高1.82米,海军蓝套头衫搭黑色冷帽,上台迈步时腰身挺拔。“我当过5年兵,走台步有军人的风格。”郑东升介绍,模特们退休前从事各种职业,教师、公职人员、企业员工……职业不同、个性不一,走台步的细节上会有自己的风格,“岁月赋予我们不同的经历,沉淀不同的特质。但我们都喜欢文体活动,心态都很年轻。”

郑东升的日程表排得很满。合唱团、模特队乃至徒步活动一个不落。“参加这些活动最大的好处是让我保持身体健康。我跟朋友们互相约定,不到100岁不说再见!”

“看上去”和“实际上”的年龄相差十几二十岁,在龙翔模特队几乎是“惯例”。模特队的燕子一身修身服饰搭黑色高跟鞋,亮点在细节:一双明黄色饰有玫红图案的亮色袜子,瞬间点亮全身。走起台步,身姿挺拔的同时又多了一分曼妙,原来她还是一名拉丁舞爱好者。

谁能想到,今年58岁的燕子,退休前曾是一名公职人员,每天身着严谨的制服。退休之后,她决定重拾自己的爱



■龙翔模特队在训练

好,搭配时尚的着装。“我们要打破大家对‘退休生活’的固有印象。只要皱纹不长在心里,人就可以靓丽精彩。”

不过,并不是每位老年模特的身边人都支持他们的选择。有家人劝他们“老人要有老人的样子”,有子女希望他们“找点社会接受度高的活动”,甚至有亲友还打趣他们“老来俏”。

“进了龙翔模特队的人,气质上肯定会上两个台阶。”张建文认为当模特是一个学习训练的过程,需要在形体、肢体语言和眼神表现力方面进行全方位训练,还需要不断提升审美品味。不少人进入模特队,气质“肉眼可见”地提升,身边质疑的声音也越来越少了。

“腔调”背后是“专业”

模特们踩着音乐走台步时,张建文会站在一旁,提醒每一个人注意细节。有男模经过,他甚至会直接拍拍后背,提醒收腹挺胸。模特们习惯了这样的训练,即使被纠正时依然稳步向前,肩不松,头不歪,眼神不散——一切都像在舞台上正式表演那样。

“我们男模平均身高182.5厘米;女模则是169.5厘米。”对于模特的身高,张建文精确到毫米,甚至直言对女模特的身高“还不是最满意”,在他看来,身高应该卡到“男模180厘米以上,女模170厘米以上,龙翔模特队就是要做一支最有腔调的专业模特队。”

纵观如今的老年模特市场,要么如淘宝知名“老模”梁晓晴,明明是“90后”却扮演成熟;要么就是找毫无经验的人在直播间手舞足蹈,靠哗众取宠“出圈”。

“专业”是张建文反复强调的词。早

年他从事舞蹈教学,在年近四十时开始转教时装表演,一直坚持到如今75岁。郑东升说:“纵观上海,不少中老年模特队的教练都是张老师的学生、我们的师兄师姐。”

2015年3月,张建文决定和几名学生一起成立模特队,取名“龙翔”,代表他们希望做老年模特队的龙头,翱翔天际。然而当时张建文也很忐忑:老年人人体力比不上年轻人,一周一次的训练课,真能学出名堂?

刚进模特队,有些人一走台步,肩膀和头就跟着晃,有些人走着走着就同手同脚。张建文说,模特走台步看起来很简单,但“越简单的东西其实越难”。

但让张建文感慨的是老人们认真负责的态度和坚韧不拔的品性。如今模特队年龄最大的老王已近80岁,但每周训练一次不落,每次一走至少两个小时,三九严寒天也跟大家一样练得满头大汗。所有人课后都会自己“补习”,在家架着手机录下自己一遍遍练习的身影,拿着视频找张建文抠细节;还有人干脆把训练融入生活,日常就绷住肩膀改变走路摇摆的习惯,再请家人当观众验收成果、提出意见。

反复练习总有回报。“2015年我们去北京参加中老年模特大赛,大约60支队伍,每队差不多20名模特。”张建文记得,当时他们不仅拿下团体金奖,还包揽了个人金、银、铜奖。“北方一些城市的队伍不了解我们,只知道‘那群上海人’来了。”

专业认可度高,演出邀约随之增多,模特们成就感更强了。不少模特直言,相比商家用年轻人“扮老”,“我们更希望用自己的行动鼓舞同龄人,让他们看到这个年龄层的人一样可以到达的真实的美好。”

要硬件更要人文关怀

这天,模特队进行了一场实演彩排:男女模特两人一组鱼贯而出,定点亮相后转身从两侧走回,整个过程行云流水,仿佛让人“穿越”到正在大洋彼岸举办的巴黎时装周。

训练时能这样“一气呵成”并不容易:场地必须够大,才能让模特入场退

场同步进行;空间纵深必须达标,否则几步路就走到底,压根不够模特们伸展手脚。

事实上,广中路街道第一市民驿站已是模特队转战的第四个场地,此前几处场地总有让人不满意之处。辗转来到这里,张建文眼前一亮:场地开阔正气,所有模特到场训练也不显拥塞,留足了台步表演空间;模特训练时能一字排开,他能及时对比发现问题,还能带领大家排演各种队形变换,适应不同的表演类型和场地。

“我们现在一共有男模32名,平均63.5岁;女模25人,平均55.6岁,大约60%的队员住在虹口。”郑东升介绍,自2019年模特队驻扎在此训练,已经持续4年。

扎根于此,除了硬件,更重要的是人文环境。“有的场地方担心伴随着节奏感强的音乐叮叮咚咚来回走路会影响周边,有人说模特是‘青春饭’,奇怪为何老年人还要当模特。”

每周一到五,广中路街道第一市民驿站总有各式各样的“兴趣小组”练得别开生面,玩得不亦乐乎:有打太极拳的“养生派”,有唱沪剧、越剧的“爱戏人”,也有提嗓子练合唱的“美声者”,模特队的“时尚达人”们自然融入其中。郑东升说:“这里场地好,街道领导很支持,驿站工作人员服务很到位,我们就在这里扎根下来了。”

“2月1日恢复开放后,已经有7个新小组来报名预约场地了。”第一市民驿站站长许佳丽说,每周制定场馆安排表都是她“甜蜜的烦恼”:“我们会尽可能满足各个小组的活动时间、场地,让各类兴趣爱好在这里生根发芽。”她和郑东升约定,热情接待想加入的新朋友,即使身体条件不符合,也欢迎他们旁听观看。街道在有重大活动的时候也会邀请他们表演,给他们提供展示风采的机会。

如今,龙翔模特队已经成了广中路街道第一市民驿站的“特色招牌”,街道4家市民驿站不仅各具特色,每周还会安排丰富的文体休闲活动,为辖区居民提供家门口的好去处、身边的“大舞台”。



■龙翔模特队在浦东世博大道醇情百年婚礼艺术中心表演