

两度包下剧组拍戏的上海阿姨又登上了时装周的 T 台,她们说——

人生没有最好的年龄,只有最好的心态

欧阳“旗”女子 社区热心人

跨步、起舞、挥扇……一气呵成。在虹口区欧阳路街道社区文化活动中心的一场活动中,身着传统服饰马面裙的阿姨们走起了国风满满的时装秀。台下的观众们都兴奋地举起手机,因为台上的她们可是自己曾在手机上刷到过的网红阿姨们。

两度前往横店拍摄过足戏瘾后,爱美的阿姨们转战秀场,组起了模特队。“我们现在属于欧阳海上旗袍艺术团。”艺术团团长徐青萍今年 66 岁,去年她和一群平均年龄 60 岁的小姐妹又一次走进横店影视城,与来自全国各地的中老年模特团队同台竞技,取得骄人成绩。在自己生活的社区里,徐青萍也是一位活跃于志愿服务领域的热心人。所谓“孤芳不自赏”,她和队员们参加上海海派旗袍节,登上过上海时装周 T 台,还在美国纽约时报广场的大屏幕上亮过相。在自家小区里,徐青萍还担任业委会主任,为居民主办了不少实事。不久前,徐青萍被评为欧阳路街道 2023 年度最美志愿者,被誉为“欧阳‘旗’女子”。

“说好今天有演出,再大的困难都能克服。”事实上,就在年前,旗袍团收到邀请要在迎春联欢会上演出,徐青萍和另一位团队骨干陈昭秀原本已定好了前往三亚旅游的机票,为了演出,两人二话不说自费改签了机票。在徐青萍看来,觉得自己和姐妹们尽管已经是“阿姨外婆辈”的人了,日常事务也很繁杂,但只要社区有需要,海上旗袍艺术团就是欧阳社区文化团队的一面旗帜。

年轻时没机会 现在要做自己

说起参加走秀的原因,阿姨们纷纷表示,年轻时没时间、没机会追求的爱好,退休后总



■2023 年参加上海市第十八届老年教育艺术节闭幕式演出

“

还记得那群自费去横店翻拍经典古装连续剧的上海退休阿姨吗?在互联网上“火出圈”后,她们再次组团前往横店拍摄民国剧,又吸引了不少目光,让网友纷纷羡慕地表示,这才是理想的退休生活。随着时间的推移,此番举动在互联网上的热度虽然有所降低,但阿姨们丝毫不减对生活的热爱,几乎每隔一段时间就会点亮一项“新技能”。她们说,其实人生没有最好的年龄,只有最好的心态。

◆记者 颜静燕



■龙年新年联欢会参加欧阳社区公益演出



■徐青萍在 2023 春夏上海时装周上走秀

算有了一点自己的时间,便都想尝试一番。

“自己开心,活出自我,就是真正的快乐!小时候家里管得严,我爸就希望我做个乖乖的小女孩,不要蹦蹦跳跳的,不过现在他可管不住我喽!”徐青萍说。退休后,她不愿呆在家里无所事事,便到处打听“哪里有课可以上”,2015 年经朋友推荐,进入了上海老龄大学学习。学什么呢?“我想人老肯定先老腿,而且我人高,1 米 71,老了驼背很难看,抱着这两个目的,最后选择了时装课,学习走猫步,这一学便一发不可收拾。”为了继续提升自身的走秀水平,徐青萍和队员们还找了一家有专业资质的俱乐部,进行更专业的学习。

“我 10 岁就去了体校,有一年上海第一支职业模特队来选队员,我那时年纪还小,没选上,但从此心里就有了一个 T 台梦。”陈昭秀阿姨年轻时曾是一名专业垒球运动员,尽管没怎么上过音乐课、美术课,但她依然决定“圆一圆自己年轻时的梦”。

“我退休前从事司法工作,职业关系不方便化妆,服装也多以制服为主,但我也爱美的呀。”盛庆萍阿姨今年 65 岁,是徐青萍在老龄大学的同学,虽然退休后家里还有第三代需要照顾,但家人们都很理解,加之姐妹们的鼓励,她如今已经习惯于每周固定时间去练习模特礼仪,然后回家“买汰烧”。

“我从小就喜欢旗袍,但直到 18 岁才拥有人生中第一件旗袍。”爱好传统文化的陈玲阿姨曾是一名医务工作者,在一次参加海派旗袍协会活动时接触到了旗袍走秀,才发现舞台对自己的吸引力有多大。

走秀带来惊喜 成为家人榜样

妆容得体、身姿挺拔,阿姨们举手投足间自信满满、光彩夺目。这一切都离不开她们台下为了“美”而付出的努力。

为了让步伐走得更好更专业,她们每周都跟着专业老师,练习形体、模拟走秀,周一跳舞、周三练琴、周四走秀,一旦有演出,还要加练。

“你看我们走台步,好像很轻松,其实很考验核心肌肉群的力量。”徐青萍说,专业模特在走秀时有一种“走路带风”的感觉,但 T 台很多时候设于室内,“走路带风”其实是行走时头发飘扬的动感造成的视觉效果,而这需要用到脖子和肩颈的支撑力量,当后脑勺成为支撑点时,头发就会有一种无风自动的效果。

为了让自己在舞台上的表现更出色,阿姨们不仅苦练台步,控制体重,还自学化妆、乐器,不断点亮“新技能”。

陈昭秀阿姨刚开始练习走秀时,一直找不准节拍,在姐妹们的建议下,她从零开始尝试学弹电子琴,最近又练起了时下流行的电吹管。“其实我妈妈以前一直觉得我五音不全,还叫我‘音盲’,她很喜欢一首曲子《鸿雁》,今年元宵节时,我用电吹管吹给她听,她听完一边鼓掌一边惊讶地问我什么时候练的。”陈昭秀阿姨说,能为家人带去喜悦,这是自己从来没想到的。

阿姨们都觉得自从开始走台步,生活中处处充满惊喜。有 30 年不见的老师看到自

己,惊呼完全不认识了;有老母亲重拾“鸡娃”劲头,不时拿着放大镜研究女儿的台步哪里还需要改进;有平时忙于工作的子女请了年假接手家务,只为让妈妈不要错过去时装周圆梦的机会……至于阿姨们的“另一半”,自然更加殷勤,会开车的,自觉做起了司机,负责演出排练接送;会摄影的,扛着长枪短炮,记录爱人的美丽倩影;即便没有一技之长的,也会主动自学修图、排版,鞍前马后端茶倒水。

而对于徐青萍来说,走秀带来的意外惊喜还延续到了第三代身上。徐青萍的外孙今年 6 岁,从小由她一手带大。外孙 3 岁的时候,徐青萍就教他如何走台步。耳濡目染之下,小外孙不仅气质上佳,台风稳健,性格也十分开朗外向。今年春节,徐青萍带着外孙去新西兰过年,回程时被分开安排了座位。“起飞后不久,空乘过来问我,后面这个小孩是你家的吗?他几岁啦?我说 6 岁,空乘很惊讶,说‘我跟他交流感觉他像十几岁,但看着又这么小,所以特意过来问问。’徐青萍提及此事特别骄傲,“走台步能带给他胆量、自信,这也是我一开始没想到的。”

爱演戏、爱走秀、爱跳舞……阿姨们像年轻人一样追赶着潮流,在她们身上,岁月的痕迹只是一抹浅浅的细纹,勾勒出生活的多姿多彩。

“爱今天,迎明天,过好今生每一天;心态好,快乐找,只长年龄心不老;留着童心看世界,日子越过越美好。愿姐妹们永远保持一颗年轻的心!”徐青萍说道。