

追求时尚的花甲阿姨

别以为时尚只和年轻人有关,时尚圈从来不在乎年龄。浙江嘉兴老年大学时装班里有一位时髦的阿姨,她追逐时尚的心比年轻人更炽热。姜黄色的小西装外套,橙红相间的蓬蓬裙,黑色的小高跟鞋,一头棕褐色的头发,妆容精致,婀娜的身姿配上自信的步伐,魅力十足。眼前的盛江华今年61岁,七八年的模特表演经历让她显得很年轻,开朗随和的她十分健谈。



“姐妹淘”里的造型师

盛江华退休前是一名工人,年轻时喜欢唱歌、跳舞,“不过那个时候几乎没有这种自我展示的机会,在厂里上班,大家都穿一样的工作服,涂一点口红都会被人指指点点的。”回想起年轻时的岁月,盛阿姨颇有些感慨,“不过现在好了,没有人管你怎么穿,所以我要抓住时尚的尾巴,好好时髦一回!”

拥有好人缘的盛阿姨是“姐妹淘”里的时尚造型师,她平日里最喜欢和姐妹们分享漂亮衣服。“她们如果要出席什么重要的场合,服装怎么搭配都会来咨询我的意见。如果

是参加演出,什么样的彩妆最时髦,也都会来问我。”盛阿姨说,她一直都是毫无保留地与姐妹们分享。不管是时装班、舞蹈班里身材苗条的同学,还是社区里面普普通通的中年妇女,盛阿姨总是热心地给她们支招,即使是灰头土脸的大妈,如果愿意,也会变身成为潮老太。

“每一季的大牌彩妆我都会关注,像本季流行什么颜色,眼线是上挑的还是平平的,假睫毛是浓密的还是卷翘的,我都了如指掌。”盛阿姨说,为了这次采访,她专门戴了两副假睫毛。

时刻保持好身材

年过花甲的盛阿姨体重才100斤出头,这样的身材是令人羡慕的。

“其实我也不刻意减肥,吃东西更不忌口,年轻时我都没超过90

斤,我身材保持得很好吧?”盛阿姨自信地说道。

看大家投来如此羡慕的眼神,盛阿姨毫不吝啬地开始传授起了保持好身材的小窍门,“你每次坐

下去的时候,都要尽量吸肚子,这样不容易长肉。屁股只能坐半个凳子,腰和背都要挺直。一定要注意这些细节,只要细节做到位,好身材自然就有了。”

全方位的文艺老太

盛阿姨除了喜欢时尚和打扮之外,还是个全方位的文艺老太。

指导盛阿姨模特训练的老师李慧珠称赞她是个多才多艺的全能型学员。她既能唱歌,又爱跳舞,戏曲、舞蹈样样精通,尤其是样板戏,唱得非常棒,表现力很强,在

舞台上非常有感染力。李老师说,除了外貌、形体,一个人的悟性和品格都是非常重要的。

平时除了上模特班、舞蹈班、戏曲班之外,盛阿姨还喜欢做视频剪辑,把他们演出的视频、走台步要用的音乐都刻成光盘。她说,活

到老学到老,跟上年轻人的节奏,是让人保持年轻的秘诀。

盛阿姨将自己的年轻归结于良好的心态,“我都不愿意去想自己的年龄,有的时候真是连自己的岁数都忘记了,这样开开心心地生活就挺好。” (李艳鸣)



老人出行最好避开高峰期

早上吃完饭,出门遛个弯,下午四五点钟往家返,这是很多老人的习惯。但这个习惯让很多老人恰逢上班族外出高峰,产生不少安全隐患。建议老年朋友尽量避开高峰期,可以安全无忧地出行。

随着私家车的增多,各大城市的交通都逐渐趋于饱和,每逢早晚上下班时间,就会出现拥堵高峰。超速、违章掉头的车辆也因而增多,这给行动不便、反应慢的老年群体增加了外出风险。由于反应迟缓、视力不佳、肢体协调性差等原因,老人们往往在躲避车流、横穿马路时力不从心,容易和车辆碰撞刮蹭,导致交通事故。

不仅如此,由于高峰期车辆较多,灰尘、尾气、空气和噪声污染严重,尤其汽车尾气会弥漫在空气中,老年人大量吸入,就会出现头晕、胸闷等症,使呼吸道疾病的发病率大大增加。此外,

面对拥堵的人流车流,有些老年朋友还容易着急,情绪焦躁,增加了血压不稳、发生心脑血管意外的可能。

因此,老人出门最好避开高峰期。如果是外出散步,最好在早上6点钟左右出门,此时户外行人、车辆少,空气清新,适宜散步、慢跑,7点之前返回家中,完全避开高峰期的各种不良因素。若下午外出,则建议下午4点以前返回家中,此时下班高峰未至,路面相对安静,空气噪声污染小,行人少,公交、出租空位多,可避免挤占上班族公交资源。

不管是否在上下班高峰期出行,老年朋友都需谨记:提前计划好路线,尽量避开车辆相对集中的道路;要有自我保护意识,遇车辆不要惊慌,保持冷静,及时躲闪;恶劣天气少出行;另外,有心脑血管疾病的朋友,外出时可携带一个微型急救包。

(李卫)

·小说连载

独静加

(17)

■文/誉田哲也

难道是他?

“无关紧要的杀人案,就找半吊子的下级所属警署来查是吗?”

“唉,别这么说自己。感到麻烦的应该是刑事组吧。我们不都是同一组的同事吗?过几天命令一出,他们就会来的,到时候,说不定警视厅本部也会派人来支援的。”

我自己倒是没什么。但事到如今,石丸却仍然有些不情愿。

不管怎么说,刑事搜查是警察业务中最引人注目的,相当于专业棒球中扫垒安打一样。但是,要想成为接受专业讲习的真正刑警,一定要有相当的努力与本领才行。并且,一旦当上了刑警,说不定就没有私人时间了。一想到这些,我就对刑警这一职业一点热情都没有了。但如果只是作为帮手去顺便看看的话,我还是挺乐意的。

我轻轻地用胳膊肘推了推石丸。

“石丸,我们去吧。我们昨晚夜里执勤,也算是和此案有关联,要不就一起参加搜查吧?”

石丸小声地说:“我可不想查案。”墨田好像完全没有听到一样,很夸张地拍了拍我的肩膀说:“是呀是呀,来和我们一起做吧,麻吉。”

于是,我们便从此加入到了“梅岛三丁目,工人杀人事件搜查本部”中。

搜查本部设在警署的最高层——四层的第二个会议室。坐在首席的有署长柳井警官和刑事组科长本木警部,还有强行犯统括股长尾关。另外,今天在座的还有从各科召集而来的13名搜查员。

“……那么下面就案件的大体情况做下说明。”尾关环视了一下屋子四周,便站在了白板前。

“昨天,接到报案的时间是夜晚10点37分,报案内容如下:在梅岛三丁目二十二附近的路边,有一位男子腹部流血倒在那里。三分钟后到达现场的有西新井站前派出所

的保田巡查部部长,被害人当时心跳已经停止。

又过8分钟,也就是10点48分,刑事科的搜查员也赶到了现场,他们对周围地段进行了搜查,但并没有发现类似凶手的可疑人物……解剖工作刚刚已结束,死亡原因断定为从胸部刺向心脏的伤口大量出血而导致的休克性死亡,凶器应该是一把20厘米长的利刃。”

我努力地抄写着白板上的信息,但是身旁的石丸却连笔记本都没有打开,也没有拿笔,他一直抱着胳膊低着头。

“接下来,介绍一下被害人的身份。加贺诚,23岁,身高166厘米,体重57公斤左右。住址是案发现场对面的木质公寓——高宝检岛的103号房间。本来是和母亲同住的,但是其母在两年前便下落不明……加贺诚的工作地点在西新井荣町三丁目的高峰汽车修理厂。三年前,加贺诚曾是当地的暴走族‘鬼罗亚头狂’的一员,汉字这里就不详细说明了。他曾被教育改正13次,被逮捕7次,被判伤害犯罪两次。隐退之后他仍同组织的老成员保持联系,现在在工厂里帮同组的人非法改造车辆的可能性极高。”

从前排传来加贺诚的照片。一定是逮捕的时候拍的,照片上,他的脸部轮廓十分清晰。

他头发理得很短,眉毛也修得很细,而且眼神也很凶。长脸,下巴有些凹陷,是非常典型的暴走族成员的长相。

这就是加贺诚啊……

心中默念这个名字的时候,我突然想起了什么。

诚,马口,马口?

一副不良少年的样子,小个子,短头发,扁下巴,一个被人叫作“马口”的年过二十的男子。

难道是他?

明日关注:我瞬间就爱上了她

·纪实连载

雪域长歌

(25)

■文/张小康

艰难行进在雪峰

刘广润所在的连队,就是执行千里大迂回的部队之一。渡过金沙江以后,部队逆江北上到哲古草原,尔后向西逐渐进入雪峰连绵的高寒地带。这里似乎是从未有人走过的荒山野岭,四周寂静无声。

没有路,战士们只能依靠指南针判定方向,在山崖陡壁上开路行进。十月的昌都,有的地方连山沟都被雪填平,人马踩上去,立即就掉进雪窝。战士们把担架杆抽出来,一边探路一边往前走。

晚上在雪山上的宿营,帐篷钉子怎么也打不进坚硬的冻土里。没有办法,战士们只能把雪扒一扒,身上盖一块帐篷布,倒头就睡。第二天早上,宿营地白雪茫茫,不见人的踪迹。等到起床军号一响,忽然从雪中这儿冒出一个,那儿钻出一个。一次,刘广润清点人数时,发现少了一个战士,找到他睡觉的地方,才发现他全身已经冻僵,眼睛紧闭……

翻越囊谦寺以北一座海拔5100多米的雪山时,原计划全团当天都要翻过去。部队一早出发,踩着一米多深的积雪往上爬。大雪纷飞,一片混沌,辨不出方向。不少战士爬一步滑半步,直到天黑,三连才刚刚翻过山顶。如果当晚强行下山,凶多吉少。团里指示:就地宿营。

刘广润所在连队就住在了陡峭的山腰上。山陡得找不到一块可以让人躺下来的地方,大家只能在脚下挖一个坑,脚蹬着这个小坑,背靠陡坡上,双手抱着枪,有的站着,有的坐着,很快就睡着了。半夜里,突然一阵寒风,把刘广润冻醒,他猛地坐起来,只见四周白茫茫的一片,不见一名战友,难道连队出发了?

转身一看,发现自己从原先睡觉的地方滑下去了十几米!他四处寻找战士

们,发现有几名战士也滑下山坡,有的还裹着衣服睡得正香呢。被弄醒后,他们竟然揉着眼睛,迷迷糊糊地问:“指导员,出发了?”战士们跟着刘广润一起找人,人找齐了,天也亮了。

昌都的冰河多得难以想象,常常是翻一座雪山,就要涉过数条涧水冰河。千里大迂回的一路上,对付冰凉刺骨的涧水冰河,真比打一仗还难。一早起来过河,夜里好不容易焐热的双脚猛地踏进激流中。刘广润脚一下去,顿时寒流传遍全身。河面上的碎冰,像刀子一样锋利,人和马走在河里,腿被冰凌划破,踩着脚上岸,手指头大小的石子冻粘在鞋底底下,抠猛了连皮肉都会一起抠掉。几次亲历,人们才明白,石子不能马上抠,要靠自己的体温稍微暖一暖让它们自己轻轻地掉下来。

负责正面攻击的部队进驻昌都前,夜袭缅达的那个晚上,部队已行进了一天,忽然发现前面有藏军,便决定夜袭敌人。天色已晚,刚过一个山腰,只听见边“哗哗”直响,走近一看,是条冰河。战士们二话没说,纷纷脱去鞋袜和棉裤,“稀里哗啦”跳进激流向前冲,水有多深,水有多急,谁也不知道。

《战利》报的小个子记者焦东海不识水性,通信连的两个大个子战士把他架在中间过河,总算安全地通过。第二天焦东海获悉,兄弟连队在过另一条激流时牺牲了几位战士。五十二师师长吴忠回忆说,左路部队7日依次渡江,江面虽宽不到百米,但水深流急,渡河中多次发生翻船和落水事故。八名战士溺水牺牲,淹死骡马14匹,十多件武器装备和物资被冲走。

渡江后一五五团在右,一五六团和军炮兵营在左,成斜梯形向昌都攻击前进。

明日关注:饿着肚子蹚冰河