

平均年龄66岁，年龄最大的79岁

瞧瞧重庆这群“花样奶奶”



图片来自网络

“好多人都说年龄只是一个数字，但是对于我来说，年龄连数字都不是”“我没有风烛残年，我是风华正茂”。2021年11月14日，在由抖音、江苏卫视、灿星等联合推出的《点赞！达人秀》节目中，79岁的田大玲和她的姐妹们身穿亮丽的中国古典服饰，表演了国风舞蹈《刀马旦》，跳舞、劈叉样样耍的有模有样，赢得满堂彩，更用脱口而出的金句，征服了邓紫棋等评委。田大玲她们来自重庆爱博花样奶奶艺术团，其实早已闻名全国。68岁的团长邓学惠及团员们介绍了她们的追梦之旅。

跳热舞，不跳老气广场舞

“我们这个团队已经成立12年了。”邓学惠说，团员现在平均年龄66岁，年龄最大的就是田大玲。

2009年，爱好跳舞的邓学惠刚退休就开始组建自己的舞团。邓学惠说，她那时就坚持不跳老气的广场舞，要跳年轻人喜欢的爵士舞、街舞等青春劲舞，跳出自己的特色。

2013年8月，这群重庆“花样奶奶”第一

次登上央视的舞台，参加《我要上春晚》节目。演出前，有人议论她们服装暴露，邓学惠等人不以为然：“大家觉得，自己那么美，让人看看又何妨。”最终，团队现场跳的爵士舞《爵士春秋》，让主持人董卿惊叹“太厉害了”。从那时起，14次登上央视舞台，她们每次带来的舞蹈都很亮眼，扭腰、踢腿、劈叉等高难度动作都不在话下。

不懈追求美，集体微整形

除了央视舞台，邓学惠她们还参加过多个省市卫视的表演节目。虽然表演的道路一直一帆风顺，但随着年龄增长，“花样奶奶”们遭到了“美丽困扰”——眼袋、皱纹等问题让大家非常苦恼。

为了更好的上镜效果，2014年，“花样奶奶”们准备集体整容。消息一出，不少人力

挺，但也难免有说难听话的。邓学惠也遭到家人反对，她就耐心解释，“我说自己变年轻了，便会开心快乐，这样也能给大家带来正能量”。

邓学惠说，大家并不是做大动干戈的整容手术，只是微整形。“大伙的生活态度很简单，那就是活出自我。亲人们也同意我们在安全、不影响身体健康的前提下进行微整形。”

展示“真正的中国大妈”

“整容风波”过后，越来越多的人加入爱博花样奶奶艺术团，队伍扩大到50多人。11月14日，在全民才艺类竞演真人秀《点赞！达人秀》节目中，“花样奶奶”们表演了国风舞蹈《刀马旦》，赢得满堂彩。邓学惠说，这证明了老年朋友们也能以新潮的方式展示传统文化的魅力，“不被年龄定义，勇敢追梦，展示自己，这才是真正的中国大妈”。田大玲对邓学惠的说法非常认可。作为团队中年龄最大的一个，她在节目中金句频出：“衰老并不是慢慢衰老的，人的衰老是一瞬间。那一瞬间，就是你放弃自

己的那一刻。我绝对不会放弃我自己。”田大玲决定，无论是80岁还是90岁，只要身体允许，她就会跟着团友们跳下去。

节目中，评委邓紫棋觉得“花样奶奶”们表现了人生的意义，她动情说道：“我不只敬佩你们体力上能做到，我觉得你们活着的态度，也是很值得点赞，就是达人！”说着说着，她忍不住哭了。可以说，比舞蹈更打动评委及观众的，正是“花样奶奶”们的精神风貌——这个平均年龄66岁的团队，让评委们感慨“以后再也不说我老了”。
来源：快乐老人报

国外婆媳烦恼咋解

婆婆和媳妇作为“没有血缘的亲人”，偶尔会出现一些摩擦，如何化解这些矛盾，成为一个家庭和谐相处的关键。实际上，不只国人有此烦恼，国外家庭同样如此，但不同国家的人有不同的化解方法。

美国婆媳矛盾集中于育儿问题和家务事上，大多数婆婆看到儿媳在用自己不知道或者无法认同的观点养育下一代时，最容易爆发矛盾。为此，许多美国家庭开始实行“三大黄金原则”：一、我的娃我说了算；二、我的家我说了算；三、丈夫的身份高于儿子的身份。婆婆需认识到，自己的儿子是个独立个体，未来与儿子携手到老的人是儿媳，当儿子成立新家庭后，他与父母的关系要低于夫妻关系。

西班牙的婆媳关系一直不容乐观，就连王室也难以避免。西班牙婆媳关系如此紧张，一方面是因为婆媳理念不同，另一方面是由于信仰不同。为解决紧张的婆媳关系，如今大多数西班牙人采取婆婆和儿子儿媳分开住的方式，只有逢年过节才会聚在一起共进午餐、晚餐。

日本家庭一般是“核家族”形式，即夫妇二人和孩子居住在一起，婚后还和双方父母生活在一起的家庭比较少。婆媳的相遇多限于逢年过节、返乡祭祖的时候，所以普通家庭的婆媳问题并不突出。但在富豪、名流家庭，或是同住一起的大家族，婆媳问题却十分受重视。为此，日本富人之间，女方婚前会上一些诸如“婆媳学校”的讲座课程，学习如何处理和婆家人的关系技巧。
来源：呼和浩特晚报

奶奶的“美食外交”

奶奶给我寄了我爱吃的琥珀花生，还有硬炸肉、酥鱼和酱黄瓜。这些都是宿舍姐妹们爱吃的，我只说了一次，奶奶便记住了，回回给我寄东西都忘不了寄老三样。我知道奶奶的心意，我这人性格内向，不喜主动与人交往，奶奶这又是动用“美食外交”帮我交朋友。

记得我刚上中学时，我家在学校门口。同桌家离校远，午饭在学校吃。学校有规定，在校吃午饭的同学午休不能离校。漫长的午休时间，她吃完饭只能趴在课桌上休息。奶奶知道后，让同桌来我家吃午饭，如觉得不好意思，可以带饭来我家吃，吃完饭可以在我家休息。

同桌当然乐意带饭来我家。每天中午放学后，同桌和我一起回家，奶奶会把她带的饭热一下。奶奶若做了好吃的，也会给她盛一份。后来另外几个在校吃午饭的女同学知道同桌的待遇后，也想带饭来我家吃。奶奶欣然应允。

饭好解决，午休成了难题，奶奶把自己的床让出来让同学午休，她则利用中午时间去干活。初中几年，奶奶没睡过一个午觉。我心里挺愧疚的。

上了大学，离家远了，奶奶的美食外交还没断。奶奶身体弱，做一兜好吃的，估计三天都休息不过来。但奶奶高兴做这些，累并快乐着。

我闺蜜很多，差不多都是奶奶的美食搭的桥。作为吃货的我，现在也开始对做美食感兴趣了，不仅利用在学校食堂做钟点工的机会学习美食，有空还在网上看美食视频，等暑假回家，我用打工的钱买食材给奶奶露几手，请奶奶的同学、朋友来品尝，帮奶奶增进一下友情。
来源：快乐老人报