

# 覃惠兰：登上国际时装周的中国医生



来自广西柳州70岁的覃阿姨，是一名退休医生，她重新定义了“时尚”两个字。不仅以其优雅的风度和非凡的时尚品位征服了上海的街头，还跨越国界，走进了巴黎的时尚殿堂，为国际大牌献上了一场精彩绝伦的走秀。岁月编织人生，光阴沉淀故事。

被网友亲切称呼的覃阿姨，名叫覃惠兰。从巴黎回到上海后，一些品牌和知名时尚平台发出邀约，请覃阿姨去拍摄穿搭和分享日常生活中的故事。

每次出门前，覃阿姨和儿子都要一起选衣服，更多的时候，覃阿姨会自己选穿搭的衣

服；而丈夫则默默地帮她整理衣服鞋子，做好后勤服务，一家人分工明确。覃阿姨喜欢自然，平日里很少化妆，所以穿搭完毕后，她也只是涂一点唇膏提提气色。

选了几件不同风格的衣服，准备妥当后，一家人就匆匆赶往了拍摄地。试装、定造型、访谈、拍照，覃阿姨都配合地游刃有余。

“在妈妈身体健康允许的情况下，我们可能就会去拍一些妈妈没有体验过的一些新鲜生活。她会很有兴趣。各种她没有体验过、她想要去体验的，我都会支持她去做。”覃惠兰的儿子黄未来表示。

一个老年人的穿搭能这么精彩，自己也很受到影响，我们就一直坚持去做这样一件事。”黄未来受到网友的鼓励，和妈妈的拍照合作就继续深耕下去。

两年来的坚持，让一些服装品牌关注到敢于分享的覃阿姨。今年三月初，覃阿姨意外受邀参与了巴黎时装周走秀。“我觉得一切都是有一点无心插柳的感觉。一开始我们就是一个分享自己的，但是也正因为可能我们一直在做这样的事情被看到了，然后被邀请去走秀，一切有点不可思议。”黄未来对母亲受邀参与时装周走秀异常开心。

从坚持分享日常穿搭，到走向国际T台，退休医生覃阿姨用自身经历展现人生的无限可能，不被年龄束缚，只要有梦想就能绽放美丽。就如覃阿姨所说，女性，从来不该被定义。人的年龄会衰老，但是心态不会，希望和她一样怀揣梦想的同龄人，在照顾好自己健康的同时，也可以去做自己想做的事。没有人可以抵挡岁月，却总有人永远年轻。“以前我的梦想是当一名医生，后来真的我就当上了医生，梦想成真了。所以我觉得每一个人都应该有一个梦想。我希望他们都去认真追梦吧。”覃惠兰在感受人生的无限可能的同时鼓励老年人勇敢追求梦想。

央视



## 老年人如何过一个“境界高远”的晚年

在快速发展的现代社会中，老年人的生活日益丰富多彩，然而，一些不文明的行为也时常出现在公众视野中，譬如近日北京65岁老人叶某因在地铁上无理抢座与一女乘客发生纠纷被行政拘留，引发社会的广泛关注。老年群体如何自律而有尊严地与这个社会和谐相处，已成为不可回避的人生命题。此刻，重提“老有所教”的话题很有必要。

### 活得潇洒更要仁爱有德

“老有所教”不应简单停留在书画、唱歌、舞蹈、棋牌、养生等知识、技艺层面，而应进一步延伸到修养、品德、法律、价值观等领域。

记者在一些老年文艺团队采访时，不止一次遇到过，或因演出的角色不同，或因对评奖结果存异议，或因两个团队争抢一个演出机会而导致的纷争。这些纷争有的甚至发展到了彼此成仇，相互诋毁，原本是老有所乐、老有所为的活动，却因双方参与

人员的涵养缺失而让活动变了味。

老年人活得潇洒固然重要，活得“仁爱有德”，活得“情操高尚”，活得“境界高远”更重要。譬如地铁、公交车上的让座行为，是社会“大力倡导，但并不强制”的行为准则。年轻人主动让座，我们要心存感激；年轻人即使不主动让座，也不是什么触碰道德和法律底线的事，万不可用一副“理所当然”的心态来绑架、苛求年轻人。至于叶某所采取的那种过激行为，更不可取。

### 长年龄 更要长智慧

作为一个生命个体，每一位老年人都负有塑造“老年群体”整体形象的责任。长年龄，不仅要伴随着身体的衰老，更应当伴随着“心灵的成长”与“智慧的升华”。“活到老，学到老”，不仅要学习新技能、新知识更应不断提升思想境界，领悟人生哲理。唯有技能与智慧相济，才是“活到老，学到老”的深刻内涵，也是“老有所教”的正确理解。

记者 王丽洁

## 做年龄与品德相匹配的长者

孔子曰：“幼而不孙弟，长而无述焉，老而不死是为贼。”这句话原本是孔子责骂同乡原壤的，意思是批评那些在年轻时不遵守孝悌之道，长大后没有显著的成就，到了老年仍然没有德行的人。孔子用“老而不死是为贼”来形容这样的人，表达了对他们缺乏德行的强烈不满。这个成语后来被用来指斥那些年老而无德行的人。只有具备了做人的立身之本，许多问题就不会发生，纠纷也可以避免。

在公交车上，在商场，在公众场合，很多时候之所以发生冲突，原因就在于，眼里只有自己的利益，没有他人。稍不如意，就吵闹不休，成为众人的笑料。尽管得到了鸡毛、蒜皮似的利益，却丢尽了做人应有的脸面。让家人和朋友都为

之脸红蒙羞。前几年，我在一些社区给老年人讲课时，就公交车让座的问题，与老年朋友进行讨论。当时，曾撰写过一段“顺口溜”《孝亲敬老平等谈》，现摘录如下，与读者们分享。

社会要敬老，为老当自尊。譬如乘公交，让座见精神。某老逼让座，蛮横成丑闻。乘车先买票，座归买票人。让座是觉悟，不让是本分。尊老与爱幼，亘古传至今。出门行天下，应做文明人。

(作者系青岛市国学学会讲师团讲师，青岛乾成书院国学研究中心主任。)

### 登上国际时装周的中国医生

与专业模特相比，70岁的覃阿姨并非标准身材，但她走在巴黎时装周T台上的自信和魅力，却感染到很多人。翻开覃阿姨的社交平台，一种岁月沉淀后的“少女感”扑面而来。她的账号名字就特别有趣，叫“一天一件儿子衣服的妈妈”，可见这母子俩深深相连的时尚基因。覃阿姨在社交媒体上，记录了自己是怎么登上巴黎国际时尚T台的。她说，自从儿子帮我注册社交账号，我仿佛打开了新世界的大门。就在某一天，我收到了来自巴黎的走秀邀请！接下来，我们开始挑战紧张的时间进行行程准备，用翻译软件克服语言、用行动力证明年龄不是问题！在这篇文章的最后，覃阿姨说，感谢每一个给她微笑、为她加油的陌生人们，让她始终不放弃继续创作下去。网友给覃阿姨留言说，非常欣赏她有张力和锐气的搭配；还有的粉丝说，覃阿姨闪耀着中国女性的美丽，身上有一种岁月带来的沉稳和气定神闲。

### 坚持热爱 才能让生活过得有意义

在采访中，覃阿姨一直说，70岁之前她也没想到，自己的退休生活会和“时尚”产生交集，还能成为一些年轻人的励志偶像。而这一身份的转变，要从一年多前，覃阿姨开始穿儿子准备处理掉的过季衣服开始说起。

今年70岁的覃惠兰毕业于广西医科大学，在柳州从医40多年，2009年退休后在家乡开了一家诊所。2022年8月，覃惠兰和丈夫一起从柳州搬到上海跟小儿子生活。

最初，是儿子叫覃惠兰来玩一段时间。后来她就翻儿子的衣柜里面，“有些衣服现

在不合适了，他不想穿了、放到一边了，我都把那种衣服拿来穿。”就这样，覃阿姨像淘宝宝贝一样，在儿子的衣柜搭配不同的衣服穿。曾经的覃阿姨也爱漂亮、爱打扮，但喜爱只能藏在白大褂下，来到上海后，再次激起了覃阿姨想好好捋饬自己穿着的想法。

刚到上海的时候，儿子会陪着覃阿姨到处逛逛，拍一些旅行照片。后来，在儿子的鼓励和帮助下，覃阿姨开设了个人社交媒体账号“一天一件儿子衣服的妈妈”，儿子负责拍照、丈夫负责后勤、覃阿姨穿美美的衣服摆不同的姿



势。新鲜别致的穿搭风格和独特潮酷的穿搭态度，让覃阿姨的分享赢得了不少网友的关注。“他们鼓励我，也夸奖我，所以我想既然有好多喜欢，我就应该把自己的穿搭方式、自己的观念也都分享给朋友们。”覃惠兰说。

每次街拍回到家，母子俩会坐在电脑前精选照片。选好照片后，覃阿姨就坐在桌前写手记。因为她打字慢，所有分享的文案都是由覃阿姨手写之后，儿子再帮她打字发帖。一年多来，这个账号逐渐吸引了不少粉丝，同时也影响了身边的朋友和同龄人。

“我有看到一些评论，就是说有受到妈妈的影响。觉得一