

六旬教練演瑜伽 遭八旬翁踢館



■八旬「鐵臂翁」單臂俯臥撐一做30幾個。本報重慶傳真

63歲瑜伽教練雷長根能如「雙腿掛頸」等高難度動作，在當地瑜伽界小有名氣。他近日在重慶南岸區一廣場公開表演時，遇到80歲「鐵臂大爺」文仲華前來踢館，以單手做了三十幾個俯臥撐，贏得現場群眾的喝彩。最終，識英雄重英雄，一對老頑童握手言和。 ■本報記者 孟冰 重慶報道

雷長根自稱「山鹿」，他的肢體柔軟性令不少年輕舞蹈演員也為之歎服。是日上午9時，雷長根帶著10多位老夥伴來到重慶宏聲廣場，音響、地毯整好後，眾人輪番做出下腰、壓腿、伏地等動作。雷長根等人的瑜伽，引來不少路人效仿。其中，有一名身着背心、黑褲、個子不高的老人嗖嗖掄了幾圈胳膊，踢了幾下腿後，張口說了句：「今天我就跨界來挑戰你的瑜伽。」隨後，老人雙腿盤蓮花、騎馬式、眼鏡蛇式、倒立等基礎動作全部完成。

老漢玩大鐵球秀「鐵臂」

老人說着，「看我的傢伙！」從地上撿起一對重6斤的大鐵球，單手把玩起來。老人更提勁了：「我來個絕活。」只見他後退一步，單手着地做起俯臥撐。做了三十幾個俯臥撐後，老人家噌地一下站起來，掄了幾下胳膊，對周圍人說：「你們捏一下我的肱二頭肌，硬不硬。」周圍看熱鬧的群眾一邊鼓掌一邊喝彩：「練瑜伽的自稱『山鹿』大叔，那你就『鐵臂』大爺了。」

雷長根笑着說，「鐵臂」老人來踢館，自己絲毫不生氣。原來這位八旬鐵臂老人叫文仲華，2006年時曾擺擂台，向全重慶體育愛好者發出俯臥撐、仰臥起坐挑戰大賽，並最終以千多個俯臥撐、三千多個仰臥起坐打敗了所有挑戰者，這項紀錄至今未被打破。雷長根與文仲華兩人早在去年9月就在小區相識，文還向雷學了三個月的瑜伽。

雷長根笑着說，「鐵臂」老人來踢館，自己絲毫不生氣。原來這位八旬鐵臂老人叫文仲華，2006年時曾擺擂台，向全重慶體育愛好者發出俯臥撐、仰臥起坐挑戰大賽，並最終以千多個俯臥撐、三千多個仰臥起坐打敗了所有挑戰者，這項紀錄至今未被打破。雷長根與文仲華兩人早在去年9月就在小區相識，文還向雷學了三個月的瑜伽。



■「鐵臂翁」在廣場做瑜伽，吸引不少市民觀看。本報重慶傳真

抓拍闖紅燈

為杜絕行人胡亂過馬路，河北省石家莊市街頭日前出現了兩套「行人闖紅燈自動識別抓拍系統」。「抓拍神器」上面安裝着34吋電視機大小的液晶顯示屏，屏幕分為一大四小、五個畫面，從不同距離、實時播放人行橫道上的「路況」，屏幕上定時打出的字幕提醒路人不要留下不良記錄。這個「抓拍神器」不管行人穿着什麼樣的衣服，騎車或步行，都可自動識別，如果行人在同一個路口多次闖紅燈，會被連續記錄下來。 ■中國之聲



「信義哥」替戰友盡孝21載

43歲的趙慶珍本是江蘇徐州人，在武漢當兵。1993年，同班戰友余江因飛行事故犧牲，由於兩人曾經約定「若有意外，相互為對方盡孝」，於是趙慶珍把烈士母親當作自己的母親，默默盡孝21年。近日，他被評為5月份「中國好人榜」的誠實守信類第一名。

1993年在畢業前的一次夜航飛行訓練中，余江飛機失事，不幸犧牲。趙慶珍握住程媽媽的手說：「我就是你的兒子。」

程媽媽回到四川後，趙慶珍堅持每半月寫一封信噓寒問暖，5年間共寫了100多封家信。部隊領導主動給趙慶珍介紹對象，趙慶珍卻說：「媽媽身體不好，妻子我只考慮邛崍的姑娘，這樣才能照顧媽媽一輩子。」趙慶珍的赤子情懷口口相傳，打動了在邛崍鎮教書的孟永鳳，兩人2000年喜結連理。



■趙慶珍守信義，侍奉戰友母親如親母。網上圖片

2001年兒子出生，程媽媽忙得不亦樂乎。程媽媽有帕金森氏病，趙慶珍轉業後被安排到邛崍市委辦公室工作，一家四口終得以團聚。 ■《北京晨報》



■重慶一書店新書論斤賣。本報重慶傳真

新書論斤賣

在重慶沙坪壩區一家試營業書店，店內書籍不按標價出售，而是標新立異，按斤算價，吸引了不少市民前去購書。記者看到書店收銀台沒有條碼掃描計價器，取代的是一盞嶄新的電子秤，顧客購書都按重量計價，購買者稱，秤量後的書價比標價便宜許多。 ■本報記者 袁巧 重慶報道

67歲愛94歲 阿公娶阿婆

日前在河北省磁縣中心敬老院裡，一曲浪漫的婚禮進行曲，迎來了一對「特別」的新人。67歲的新郎用顫抖的手臂，輕輕地推着坐在輪椅上的94歲新娘，一步步走上了台。「新郎沈連清，你願意娶你身邊的李秀榮為妻子嗎？」司儀大聲地問。「我願意！我願意！」沈連清應答着。因為愛，所以成就了這段遲來的婚姻。

沈連清年輕時，家裡條件特別差，一直娶不起媳婦。隨着年紀愈來愈大了，也沒有姑娘再想嫁給他。而李秀榮則在上世紀30年代嫁給別人做三房，一生沒有生育過兒女。後來老伴過世，孤寡至今。

相處愈久愈有默契

在磁縣中心敬老院裡，老實憨厚的沈連清認識了性格開朗的李秀榮。因李秀榮年紀大，腿腳不便，沈連清便主動承擔照顧李秀榮，隨着時間的推移，兩個人相處的愈來愈有默契。今年94歲高齡的李秀榮耳聾加重，行動更加不便，沈連清看在眼里，急在心裡，為



■67歲的沈連清(右)與94歲的李秀榮。網上圖片

了不離開李秀榮，而且為了更方便照顧李秀榮，終於鼓起勇氣提出與李秀榮結婚。敬老院確認兩老的意願後，終決定成全他們幸福的晚年。 ■中新網



辣椒拼國旗

為了迎接共和國65華誕，江西省婺源縣篁嶺景區的農家大媽別出心裁地用辣椒、稻穀等莊稼拼成了心形、圓形、方形等各式各樣的特大型國旗。 ■本報實習記者 牛琰 江西報道

強烈譴責暴力「佔中」

堅決維護香港繁榮穩定



香港東莞石碣同鄉會

全體同仁

強烈譴責 違法「佔中」
堅決支持 警方執法



香港東莞石碣同鄉會