

# 气质训练

## ——社交杂记之六

吉三

气质无形，这个题目不好讲。到底什么是气质？按辞典解释，气质，是指人的相当稳定的个性特点，如活泼、直爽、沉静、浮躁等。是高级神经活动在人的行动上的表现。这后一句话很重要。互相认识，第一次的印象十分关键。一见之下，说“这个人样子象个小偷”，那这个人算是完了，没得到好印象。这“样子”，就是你的高级神经活动在行动外表上的表现，这就是气质。

由此可知，气质于人，尤其于青年人，十分重要。一举手一投足一开口，你的“样子”就印在别人的脑海中了，而第一印象是极难消除掉的。恰恰是这第一印象，无论你

如何仪仗，本质却非暴露不可。女孩子尤其要注意气质训练。女孩子的榜样找谁做模特儿？找大家熟悉的，外国的讲，美国演员秀兰·邓波儿是一个，著名女政治家前英国首相撒切尔夫人是一个；中国的、大陆的推毛阿敏，台湾的可选扮演《情义无价》中心荷的陈莎利。她们的举止动作堪称女中典范，尤其是撒切尔夫人。

请注意，我这里讲的是气质，只指行动举止，不谈为人。就是说，这些人的气质，她们举手投足按中国人的习惯说法，是“大家闺秀”的风范，值得一学。

气质训练怎么进行？比如走路，如果你小时候养成弯腰低头的习惯，那么，你不妨穿上高跟鞋把一根擀面杖从身后用两臂弯横着夹住，然后在镜子前反复行走，直到放掉擀面杖脱掉高跟鞋时也不变姿势为止，据说过去的老演员就是从这一点开始训练的。再

比如说话，老话说要“笑不露齿”，现在当然无此必要。但女孩子在大庭广众之间放声大笑或乱开玩笑引及人人注目总有点有伤大雅，似乎以温雅为佳。如今的女士，在必要的交际场合抽烟也无不可，但一进舞厅就摸出一盒烟来东扔一根西扔一根如天女散花般故作潇洒，这样的女孩子我见过，实在不敢恭维。所谓坐有坐相站有站相，站着时倚了门框把手指甲放在嘴巴里咬，你想象一下这动作雅观不雅观？穿超短裙确是一种美，但穿着超短裙坐在那里两腿抖个不停，甚至在客厅里当众表演向后弯腰的动作，那原来的美就变得不美了。据说秀兰·邓波儿后来创办了一所女子气质培养学校，而撒切尔夫人是在好几所有名的学校培养出来的，可见气质培养对国外人之重要。



刊头设计 赵国明 本版编辑 惠焕章



九月二十一日至二十六日晚由陕西航空时装艺术团在西宾百花厅举行章晓慧时装展示会，受到各界人士的好评。该团是一支年轻而有朝气的队伍。平均年龄十九岁，平均身高一米七六米，全部选自中国广告名模和陕西省十佳名模。出访过菲律宾、新加坡、泰国、马来西亚、香港等国家地区。她们成功的表演，博得了国际人士的赞誉。高晓明 摄

### 良友答问

弃世者：由于种种难以启口的原因，使我看破红尘，决心出家向佛。请教我如何找到通向佛门的钥匙。

良友：把那难以启齿的原因，变成你的优势攥在手里就成了一把钥匙。

李奇：偶尔看到一本《科幻世界》的杂志，却未能记住地址。请问如何联系？

良友：《科幻世界》是一种集知识性、参与性与娱乐性于一体的科幻迷的刊物，你可以在邮局订，邮发代号62-96，期刊代号CN51-1360/N，定价全年18元。

地址：成都人民南路四段11号，邮编：610041

女孩。

人间有些事情复杂多变，连你自己也无法说清。

孩子我确信是有了，可是男是女却不得而知。以前，妻子同我一样，希望是个女孩，而现在妻子却说：男孩女孩都一样，我都喜欢。我真羡慕她的随遇而安。可我却，至今仍抱着是个女孩的念头，并说：我把小女儿的名字都起好了，要是个女孩，我就实行“三包”，要是男孩我可归你管。为什么愿要个女孩，我自己也说不清，只好问弗罗伊德了。

可如果追溯起来，起先我是愿要个男孩的，要个男孩，可以传宗接代嘛。可不知何时，鬼使神差般要女孩的念头终于替代了要男孩。

人问：何年月改变主意。

答：潜移默化。

又问：为什么？

曰：喜欢。

### 听胎动感言

范阳

人世间的确有些东西妙不可言，语言和文字是无法复述的，对此我深信不疑。

一日，妻子躺在床上温柔地说：“快

来做父亲了。此前，我时常盯着妻子日渐隆起的肚子发愣，经常向深信不疑的妻子发问：你真的有了，我不相信那要是怀孕呢？妻子此时就很安详地冲着我笑，笑我犯傻，笑我的固执。即使妻子在医院作了B超之后，我仍是相信将信将疑。可眼下这情景，不能不使我动摇了。

以后，每临傍晚，我都等待这个时刻，只要妻子说孩子在动，我便猫一样地去谛听，那喜悦，那兴奋，尽在无言之中……

### 说说「学生吸烟罚款二十元」言实

日前，笔者参加了某中学初三班的家长会，班主任老师针对个别男生偷偷吸烟的问题，在会上当众宣布：今后每发现一次罚款20元，并要求家长们接到罚款通知单后及时缴款。

散会之后，家长们边走边议论。家长A说：“现在的男娃太顽皮，学什么不好，偏要学吸烟？”家长B说：“娃们学吸烟是个坏毛病，可难道除了罚款就没有别的教育方法？罚20元钱就一定能解决思想问题？”家长C说：“你们不知道，现在好多学校都在搞‘创收’，学生上学迟到要罚款，没完成作业要罚款，考试不及格要罚款……罚款就是奖金，多罚款就能多得钱，老师们何乐而不为呢？”

笔者未曾深入调查，不知这个“学生吸烟一次罚款20元钱”不知究竟具有多大的权威性，但我赞同家长B的提问——“罚20元钱就一定能解决思想问题吗？”特别是对于中学生——这些正在接受教育的孩子们来说。我只记得自己上中学时，同班的学生中也有偷偷吸烟的、打架的、甚至偷拿别人钱物的，然而在老师的耐心教诲和同学们的热忱帮助下，都逐步得到了纠正和改进，并没有一个人受过罚款之类的“教育”。笔者认为，教师被人们誉为“人类灵魂的工程师”，应热爱自己的学生，循循善诱地教导有坏毛病的学生克服自己的缺点，促其思想的转变。相反，常常把给家长发罚款单之类的方法做为唯一的教育手段，我想恐怕是不会收到良好效果的。

### 奥运健儿感谢五〇五

中国体操队在巴塞罗那奥运会体操比赛中，获得了2枚金牌、4枚银牌、2枚铜牌，为祖国争得了荣誉。这些成绩的取得，是党和人民对我们大力支持的结果。同时，也要感谢咸阳保健品厂生产的505神功元气袋。到巴塞罗那后，我们教练员、运动员由于佩带了神功元气袋，使有的运动员在大赛前因紧张造成的内分泌紊乱、失眠等症得以减轻。大家增进了食欲，

改善了睡眠，恢复了体力，因此在比赛中体操健儿发挥了近10年来的最高水平。

国际体操界一些朋友得知我们使用505神功元气袋很羡慕，纷纷向我们索要，并且把我们带去的争要一空。我们也为此感到自豪。在此，我代表国家体操队凯旋而归的奥运健儿，向来厂长及全厂职工表示衷心的感谢和崇高的敬意！

张健



### 无效不收费

西安西郊协协门诊专治失眠、头疼（神经衰弱、偏头疼、更年期综合症等）

食少、腹胀（慢性胃病，尤其是萎缩性胃炎）。无效不收费。

地址：西安西郊简家村（一路公共汽车西郊终点站） 电话：744760

血栓病、冠心病治疗有新法

市卫医广字第91—00015号

我院引进解放军238医院内科主任、中国脑协研究会会长覃公平研制成功的新药新法，专心治血管疾病。这种新药新法经过5万余名患者的观察、治疗，脑血栓有效率92.3%，冠心病有效率95.7%，脉管炎有效率93%，同时对脑震荡后遗症、老年性糖尿病、系统性红斑狼疮有显著疗效，荣获全军科研二等奖，欢迎广大患者来应诊。

地址：西安兴庆医院（乘8、10、27、402路汽车，102路电车动物园下即到）

电话：332640 331672 邮编：710048

### 广告要真实

杜长征 杜晓东

据中国消费者协会统计，在近几年顾客投诉信中，反映虚假广告的就约占4%。虚假广告如同潘多拉魔盒中的魔鬼，使广告界染上了“顽疾”；使“上帝”们愣了。大量的虚假广告充斥市场，使消费者不知该怎么办？每往前走一步，都怕坠入又一个“陷阱”。据报载，频频在报刊杂志、电视广播中露脸的苗条霜到底怎么样呢？看看苗条霜使用中的“附加条件”，大家也许能明白几分：每次得先用热水袋热敷，接着用远红外线灯照射10分钟，然后涂药并做20分钟局部按摩，再用红外线照射20分钟，最后还要进行半小时的强度按摩，苗条霜在其中起了什么作用？！据专家说：“单是70—80分钟的按摩就足以使脂肪转化。二十多年前国外已有人制出过苗条霜，但很快便销声匿迹了，现在外国人宁愿冒险去做吸脂手术。这又说明了什么？最近的调查资料表明这些苗条霜有的效率不到20%。广告大量夸张和虚构，使产品的“面目全非”。比如一些营养滋补品的广告，按理说其充其量只是起滋补作用，而广告上却大肆吹捧，给人们一种印象，这玩意儿能治百病似的。变幻莫测的虚假广告，使消费者连连上当，而虚假广告的“发起人”却连发横财，辽宁某地的农民制出售高丽参种的广告，仅两个月就骗取3万多元，更不用说那些长期冠冕堂皇的作虚假广告的收入更是“显赫”。

虚假广告产生的后果和影响是极其恶劣的，他们假借国内外著名商标或名称进行大肆宣传，使一些优秀厂家步履维艰，也使消费者受到不应有的损害。如505神功元气袋曾被全国几百个厂家冒名生产，并且改头换面称为：“壮元神袋”，疯狂地在全国大做虚假广告。无独有偶，杭州食品厂生产的娃哈哈，几个月之内，就有一百多个厂家假冒娃哈哈，且大做广告，使这个厂经济遭受严重损失。还有一些药厂和酒厂，完全不顾消费者的利益，通过虚假广告，使伪劣药品或酒在社会上广为流通，一些药可以使人残废，严重的可使人死亡，在中国质量万里行报导中，有种酒喝后能使人眼睛失明。

内容失真或有意做欺骗的广告，不仅会损害顾客利益，而且也会使企业威信扫地，无异于给自己头上悬了一把“达莫克利斯之剑”，最终会导致经营上的失败。



### 搁浅

摄/党华智 诗/熊晓芬

多少年漂泊以后  
终于靠岸  
江水悠悠  
诉说岁月的艰涩  
不再流浪  
不再奔波  
寂寞在你的身旁  
听落日讲那遥远的传说



国家二级企业 西北电建一公司协办

