

俏夕阳

耄耋老人曲麟龙：

指尖“龙”缘 乐享晚年

□记者 王捷

屏气凝神、专心致志地注视着手中的布匹，右手中的剪刀游刃有余地左转右旋，一阵窸窣声传来，不一会儿，一条立体生动的“龙”便出现了。

这，便是耄耋老人、退休干部曲麟龙日常生活中的一个小小缩影。

15本自制风琴册，每本10多厘米厚、30多厘米长、20多厘米宽，展开的内页平均长度10米，里面粘贴的全部都是他自己从报刊、台历、包装纸盒、布匹等物品上剪下的各种龙图案……厚厚的一摞摞成为老人乐活养生的独特见证。

而说起他与龙的缘分，可谓不浅。他不仅名字里有个龙，属相也是龙，除了这些自创的龙画本，还曾自创龙字地书操……他的晚年生活，因“龙”变得多姿多彩、有滋有味。

他与“龙”究竟有着怎样的特殊故事？近日，记者走访了曲麟龙老人，了解了他与“龙”的这段特殊情缘。



▲曲麟龙展示他的作品 记者 茹雅 摄

巧手剪龙

1940年生的曲麟龙，如今声如洪钟、身体康健、思维清晰，若不是提前知晓，只觉得老人要比实际年岁小很多。而这些，都得益于他乐观的心态和独特的养生方式。用剪刀剪出“龙”的图案，就是其中之一。

因为属龙、名字又带龙，于曲麟龙而言，“龙”早已不仅仅是骨子里“炎黄子孙”“龙的传人”的精神图腾，更是一种相依相伴的特殊存在。也因此，无论是看到含有龙元素的物件，还是看到节假日专门打造的带龙元素的装饰场景，他都会前去合影以作留念。

2012年恰逢农历龙年，身边的龙元素再一次扑面而来。看到这些，曲麟龙突发奇想，何不将这些“龙”剪下来粘贴收藏。于是，只要是在报纸、杂志、台历、挂历、点心盒和礼品包装盒等物品上看到龙图案，他就会小心翼翼地剪下来。

儿孙得知了他的喜好，也都会帮他留心这些物品，还帮他在网上搜索有关龙的图片或物品。当他在网上看到布匹上绣线绣制的龙更加威严霸气、形象逼真时，便在孩子们的帮助下，把喜欢的布买了回来并剪下来。

曲麟龙的画册本，也是他用家里的牛奶盒自制的封面和封底，再用旧挂历粘制并折成一格一格的风琴册。

他剪的龙可谓形态各异，有的鳞爪飞扬、威风凛凛，有的盘旋蜿蜒、灵动飘逸。为便于粘贴，他选的最大的龙上下长度不超过本子长度，最小的只有玉米粒大。每次剪他都小心翼翼，龙须、龙尾、龙爪等细节都要考虑到，剪好先贴到纸上固定形态，这样更方便贴到画册上。布上的龙不好剪，他就不断摸索，先涂抹一层浆糊阴干，让布匹发硬，剪完后再把龙贴到本子上。

“剪龙时，不知不觉几个小时就过去了，思想特别集中。”曲麟龙说，他剪一条“龙”直到把所有的工序完成，常常需要两三天，如此下来，一本耗时两三个月。要说总共有

多少条“龙”，他也记不清了，在他印象里，一本少的有十几条、多则几百条。而他一坚持，就到了现在。

笔走龙蛇

在曲麟龙老人家中，除了这些册子，还有几件物品颇为抢眼，那就是他自制的地书笔，这也是他与“龙”的另一个缘分：曾自创“龙飞凤舞”的地书操，还善写“龙”字。

曲麟龙曾是我市公安系统的一位干部，2004年退休后，他看到很多人在南风广场练习地书，便加入其中。但他另辟蹊径，用麻绳或废弃的拖把头改制笔头，再用拖把的杆做笔杆，用饮料瓶口和铁丝等来连接，制作出了适合自己的地书笔，并自创了一套边写边练的地书操。

原来，曲麟龙的老家是盐湖区金井乡侯村。8岁时，他每天上学都会跟村里一位先生在白绵纸上练字，练就了扎实的基本功，也让他深深爱上了书法。后来，因为工作太忙，他一直无暇练习。退休后，时间多了，也有精力了，一下就点燃了他内心深处的那份痴迷，便开始写起地书来。

但他不是简单地写，而是融舞蹈、书法为一体，亦书亦舞，怡神健体。写的过程中，他手舞足蹈、笔随意动、意随身行。每个字有两平方米，写在地上的字尤其是“龙”字，也随着他的舞姿“龙飞凤舞”起来，潇洒自如，遒劲有力。

每天上午8点到10点，南风广场或航天公园的一隅，都有他“笔走龙蛇”的身影，直到写够200多个字他才离开。渐渐地，他的字写出了名堂，写到了全国各地。他应邀前往各地参加活动，旅游时也经常背着自己的“家伙什儿”在景点里献艺，赢得了更多人的赞许。可以说，运城关帝祖庙、舜帝陵景区、普救寺、后土祠等旅游景点，都有他的身影与笔迹。

如今，随着年龄增大，曲麟龙虽然不再去公共场所写地书了，但偶尔还是会拿自制的地书笔，在家里的地板上练上几笔，写到全身通透。

龙马精神

无论是剪“龙”，还是写“龙”，曲麟龙老人都以独特的养生之道，诠释着“龙马精神”的丰富内涵。这一切，都源于他从中得到的益处。

尽管在剪“龙”的过程中，他需要戴着老花镜，拿着剪刀，使用胶水也得小心翼翼，但在书桌构成的这方小小天地里，他的精神和思想都特别专注，心也变得格外安静。“这个过程，不仅锻炼了手，让关节更灵活，也让眼部肌肉不断收缩舒张，锻炼了眼睛。”他说，而且龙背后所蕴含的文化内涵丰富，充实了他的内心世界，每当一件作品完成，在欣赏的过程中，他感到精神愉悦。

无独有偶，写地书的过程同样是让他受益的过程。在他看来，写地书要气沉丹田，这不仅活动了手部、腿部和腰部，也锻炼了大脑，陶冶了情操。曲麟龙老人能有这么好的状态，就是他坚持20多年地书最有力的印证。

也正因此，曲麟龙老人总是传递给人们积极向上的蓬勃力量。他的健康理念，如涟漪般渐渐影响了身边的老友们，悄然改变了他们的生活方式和健康观念，他们也纷纷编写诗歌、顺口溜等为他点赞喝彩。

曲麟龙不仅专门制作了一个本把老友们的诗都抄下来，在老友们的影响下他也开始学着创作顺口溜，让自己的精神生活变得更加富足。

“作为老年人，心态要好。”这是曲麟龙最真实的感触。而他平和乐观的心境，也在潜移默化中影响了子孙后代，一家人紧紧拧成了一股绳。他的一个儿子、两个女儿都考入了重点大学，而后事业有成；孙辈们也都非常孝顺。儿女孝顺、家庭和和睦幸福，也让曲麟龙有了更健康的身体和心态。

就像曲麟龙老人剪贴“龙”和写地书一样，一剪一贴、一笔一画间是他乐享晚年的生动写照，也是他岁月沉淀后依然热爱生活，以龙马精神为笔续写、传递生命蓬勃力量的诗意篇章。

老年文苑

题家风家训联

□孔春枝

尽忠尽孝当为本；
利国利民须乃先。
横批：忠孝节义

祖德持身勤励志；
家风传世永昭人。
横批：祖训常昭

真淳节俭仁为本；
质朴家声德有名。
横批：勤俭持家

以善待人琴意静；
从严持己道心长。
横批：善德昭人

耕读传家为学笃；
利名种德立身高。
横批：耕读传家

尊老消忧怀正礼；
扶危济困尚元方。
横批：仁礼养心

忠诚二字心中记；
节义千秋骨里存。
横批：义胆忠肝

清白做人行正道；
清廉处事奉丹衷。
横批：正气凛然

家风善训扬三晋；
祖德深仁育万人。
横批：德馨梓里

清廉居世传家久；
勤俭抱诚种德长。
横批：清风朗月

让善训家风传万代；
将深仁祖德载千秋。
横批：世代相传

义气光扬，
探祖溯源弘德业；
宗亲博雅，
著书泼墨颂康平。
横批：家训策人

童真

我的三特老师

□原欣豪

我们的数学老师张老师，人送雅号“三特老师”。究竟是哪“三特”呢？我给大家介绍介绍。

特别忙

张老师简直就是个大忙人。她走路快如疾风，“唰”的一下就过去了，那速度堪比超人博尔特。每当楼道里传来“哒哒哒”的急促脚步声，我便知晓，一定是她一路小跑着过来了。张老师说话如同连珠炮一般，只为把更多的知识传授给我们。课间休息的时候，我常常看到她一手拿着红笔，一手拿着作业本，争分夺秒地批改作业。此情此景，让我不禁想对张老师说：“张老师，您辛苦了！”

特别严

张老师的严格那可是出了名的。记得有一次写课后作业，我仅仅错了一道题，索性就没有认真听老师讲解错题。老师得知后，大发雷霆，怒目圆睁，极具压迫感，大声说道：“不认真听我讲错题解析，就不会认识到错误，更无法从根本上解决问题！”那是我第一次见张老师发这么大的火，吓得我一动都不敢动。从那以后，无论错多错少，我都会认真听老师讲题。

特别负责

张老师在教学上极其负责，她总是想尽各种办法让我们更好地掌握知识。比如让同学们担任“小老师”。大家为了能把知识点讲清楚，会提前认真钻研，这样既提高了我们对知识的理解程度，又锻炼了我们的语言组织能力。张老师还会根据我们每个人的学习情况制定个性化的辅导计划，对于学习有困难的同学，她总是耐心地一遍又一遍地讲解，直到他们完全理解为止。她常常牺牲自己的休息时间，为我们答疑解惑，只要我们有问题，随时都能找到她。

特别忙、特别严、特别负责，这就是我们的“三特老师”——张老师。