

千种字形绘百米长卷

八旬老人书写“千字龙”



家住滕州市前进街北二巷的刘景阳老人从小就对书法有浓厚的兴趣,7岁时他便开始临摹字帖。1996年退休后,用了大把时间练习书法,因为对“龙”有着特殊的情感,2013年起,开始尝试用不同的字形写“龙”字。如今,他写了1000种不同的“龙”字绘成百米长卷。

刘景阳今年已81岁高龄了。1978年从枣庄师范毕业后,他来到滕州市党山中学任教,后来又调至北辛中学,直至1996年退休。“平常工作繁忙,没有时间写写画画,退休后,我便把大部分时间都用来写书法了。”刘景阳老人说。

2013年初,刘景阳便尝试用100种不同的字体书写“龙”字,

在“百字龙”完成之后,老人又尝试用1000种不同的字形书写“龙”字。“这‘千字龙’必须在写法上不重样,乱写也不行,基本上还得符合‘龙’字的结构,变化太大就有可能使‘龙’字失去了那种由内散发的威严与魅力。”刘景阳边说边展示“龙”字的不同写法。在创作“千字龙”长卷时,他觉得一个字挨着一个字写太单调,就用



‘龙’字组成了各种图案,有二龙戏珠、大龙抱小龙、九龙壁等。

收集资料、临摹作品、上网下载图片,凡是与龙有关的式样,刘景阳都加以揣摩,终于在2015年春节前夕完成了包含正楷、行书、草书等字体,并有王羲之、郑板桥、颜真卿等名家风范的,绘成近百米长的“千字龙”长卷。

(特约记者 王雪纯 文/图)

晒太阳聊天打扑克

天暖老年活动团“重出江湖”

“老李,最近天挺暖和的,叫上老张他们一起出去晒太阳吧。”说话的是家住薛城区陶庄镇幸福小区的冯老汉。据了解,冯老汉组织了一个老年人活动团队,团队里的老年人有的和冯老汉一个小区,有的虽然不在一个小区,但也相距不远。冯老汉口中的老张和老李,也是这个活动团队的成员。

14日下午3时左右,在薛城区陶庄镇龙泉广场内,冯老汉和他的几位老伙计坐在一起聊天。“一整个冬天都没怎么出来,天太冷了,像我们这样上了年纪比较怕冷。好在现在天慢慢暖和了,就和大家一起出来晒晒太阳聊聊天,觉得还挺有意思的。”冯老汉笑眯眯地说。

据冯老汉介绍,他们这些人每人都自带一个小马扎,走到哪里累了就坐下来休息休息,有时候兴致来了,也会凑上一桌麻将或者扑克,在一起娱乐。“有的老年人退休后就一直待在家里,哪都不去,我觉得这样不好,即使我们是老年人,也应该有丰富的精神生活,尤其是像我们几个这样

在一起晒着太阳聊天的,不仅是相互娱乐,而且对身体健康还有着一定的助益。”冯老汉告诉记者,虽然他们这个老年人活动团队已经存在数年了,但往年一到冬天大家都缩在家中不愿出来。“年后天暖和了我们才‘重出江湖’。”看得出来,冯老汉对于可以出来晒太阳了,感到非常高兴。

晒太阳本来就对身体健康助益颇大,尤其是老年人身体本来就不好,对于他们的帮助也就更大。比如老年人行动迟缓、易发生骨折、摔跤等情况是由于体内缺少维生素D,而沐浴阳光恰恰会对维生素D的生成以及钙质吸收起到非常关键的作用。加上常常晒太阳可以增强身体免疫力,预防多种疾病的发生。因此建议广大老年人,春暖花开、鸟语花香的季节,正是结伴外出晒太阳的好时节,莫让好天气白白浪费。另外由于老年人身体抵抗力较弱,再加上春季风大,因此外出时还是要穿得保暖一些,以免身体着凉。

(记者 寇光)

帮困难家庭办低保 挖坑种树搞绿化

孙茂柱是个大忙人

每天早上8点,薛城区挪庄社区的村书记孙茂柱已在院子里打扫卫生了。“现在这个季节,我一般是早上五点半起床,起来以后,围着村子转一圈,看看村里的道路、果木、牲畜有没有异常,检查一下哪里的卫生需要打扫。离上班还有一段时间,再梳理一下前一天的工作,好安排当天的工作。”孙茂柱说。

12日早晨8点半,一位村民拿着一堆资料来到了社区办公室,有些不耐烦地嘟囔着,“办个低保那么麻烦,我不办了。”这位村民名叫殷延锁,今年54岁,近年来,他患有脑梗塞,时不时就需要住院治疗,他的妻子今年52岁,患有慢性病,常年没有劳动能力。最近,社区打算给老殷和他的妻子办低保,可老殷的材料一直交不上来,经过上门询问,工作人员才知道他是不愿意去市中区开住院证明。孙茂柱为他讲解了办理低保可以给他的家庭带来的好处后,殷延锁闷不作声地离开了,孙茂柱仔细查看了殷延锁的资料

后,还是担心殷延锁会放弃这个机会,于是起身前往殷延锁家。

看到孙茂柱来到家中,殷延锁依旧在一旁沉默着,孙茂柱便再一次给他讲起了办理低保对这个家庭的重要性,殷延锁终于开口了,“最近我的身体感觉很不好,前天早晨我起床后,感觉头特别晕,只能扶着墙走,邻居见了问我怎么一大早就喝那么多酒,其实我连口水还没喝呢。所以,我根本没法去市中区开证明。就我这身体,不知道还能撑多久,别浪费低保这个名额了。”殷延锁说着,他的妻子也在一旁流泪,孙茂柱得知殷延锁的真实想法后,立即打电话,跟一位有车的朋友约好了时间,带殷延锁去市中区开证明。

从殷延锁家出来,孙茂柱没有回办公室,而是直接去了村子的河堤,由于当天是植树节,村民们都在村子及周围补种树木呢。“这两年,村民们生活条件好了,越来越重视生活质量了,每到植树节,大家就会主动地挖坑种树。”孙茂柱

解决了殷延锁家的低保问题,心情看似轻松了很多,挽起袖子,就开始帮村民们挖坑种树。

自从干村书记以来,他根本顾不上家里了,每个月几百块钱的工资,不够他自己开销。孙茂柱的妻子在家还要养兔子、剪兔毛,卖钱贴补他。别人的劳力都在外面打工挣大钱,回来盖楼房了,他们家还住着两间小平房,孩子结婚盖房子的钱,还是借的。孙茂柱心里也有数,怕妻子生气,他把吸了那么多年的烟戒了。每年三夏、三秋的时候,尽管家里的地他一点几都不碰,可他还是忙着、累着帮别人家干活去了。说起这些,孙茂柱的妻子叹了口气。提起家庭,孙茂柱有些不好意思,“这么多年,说实话,我没有为我们家做过任何贡献,多亏了妻子支持,孩子也挺能干,不然,我真的觉得无颜以对。既然村民们选我做村书记,我就要对得起村民。”

(记者 李俊)

世界上最甜的板蓝根

这两天,广州的冬天忽冷忽热的,害得我都感冒了,一个喷嚏接着一个喷嚏地打,整天昏昏沉沉的,脑袋重得像铅一样。

三岁的女儿也看到了我身体的不适,这两天都不怎么好动淘气了,但却缠着我给她讲故事。我灵机一动说,“妈妈生病了,给你讲小时候你生病时妈妈怎么照顾你的故事,好吗?”然后,我带着女儿回忆,刚出生的时候,每天悉心照料她衣食住行,当她学走路的时候,我每天眼睛盯着唯恐有何闪失,当她生病的时候,我每时每刻寸步不离关怀备至……女儿说:“我怎么不记得了呀?”然后又是一副若有所思的样子。

晚上,头痛的我再次早早入睡。突然,听到女儿站在床头叫妈妈,我顿时有点生气,怎么又来烦我了呢?开灯一看,女儿用小手捧着一个杯子,杯子里冒着白云山板蓝根的热气。“妈妈,你生病了,让我照顾你吧!喝一杯板蓝根就好了!”然后,女儿像以前我给她喂药一样,自己先尝一尝温度,再一口一口喂我喝下,我的脸上一直洋溢着幸福的笑。我觉得,这是世界上最甜的板蓝根。

有一天,我们都将老去,孩子们会长大成人,他们有自己的生活与未来,但这样的画面,会一直记在彼此心间。在2015的初春,我的女儿,给我喂了一杯热乎乎甜丝丝的白云山板蓝根。

购买金可儿,好礼相送,惊喜连连

人的一生大约有三分之一左右的时间花在睡眠上。睡眠是人类生存的本能,良好的睡眠是身心健康的基本保障。其实一张完美的床垫,就能改变你的睡眠质量。现代人的生活节奏紧张,忙碌疲惫了一天,躺在一张舒适的大床上,充分休息便是一种享受。因此为自己精心挑选一张舒适的床垫非常重要。

最近,我们有一个惊喜的发现,在枣庄开元凤鸣山庄的大床上,多了一张“天逸之床”床垫,一张使人健康睡眠的床垫。“天逸之床”床垫是美国金可儿公司通过对下榻开元旗下五星级酒店宾客睡眠习惯和特点的充分调查、研究,并根据亚洲人的人体工程原理,历经数月研发、测试、设计而成。

现在,开元旅业集团旗下所有开元名都的客房都采用了这个床垫。作为国际知名

高端睡眠产品品牌“金可儿”,自1898年创立以来,一直致力于为全世界人民提供高品质享受的舒适床垫。美国悠久品牌金可儿(king-koil)目前在全球拥有50多个工厂,产品遍布60多个国家和地区,已为全球5000万个家庭所拥有,超过1500家豪华酒店所选择。金可儿睡眠产品已成为权威的ICA(国际脊椎神经科学会)和FCEA(国际脊椎教育研究基金会)全球唯一认证的床垫品牌。现酒店推出优惠活动,凡购买金可儿一套(床垫和床架),可享受原价的9折优惠,并赠送酒店价值1080元的标准双床房券一张和价格168元迪美庄园红酒一瓶。天逸之床轻松带回家,让您每天都拥有好的睡眠。

