



晚晴人物

陈埭78岁林良生： 一手舞大刀 一手雕小花

传统武术在中国可谓一绝；食品雕刻艺术是中国烹饪中的一项独特的刀工技艺，也是中国饮食文化中一块奇石瑰宝。这两者一个大开大合、一个精致细致，似乎很难会把它们联系到一起。但是，在咱厝，却有一位老先生，他不仅精于武术，也精于食品雕刻，一面豪气冲天舞着兵器，一面又能静心娴坐刻着花朵，一动一静和谐地集于他一人身上，可谓“神奇”。他便是晋江陈埭镇洋埭村78岁的林良生。

01 习武60多载 偏好短兵器

晋江陈埭镇洋埭村早年习武成风，有过许多的“武林高手”。但随着岁月流逝，老一辈的拳师走了一个又一个；如今，还在习武，且在村里有一定知名度的人已不多。林良生便是其中之一。

在洋埭农贸市场旁一幢老旧的石头房里，记者见到了林良生，眼前的他红光满面、声若洪钟，让人不敢相信他已经是位78岁的老者。林良生带着我们向二楼走去，只见一楼的楼梯口，放着一个练功的不倒翁沙包；二楼的大厅里，各种兵器悬挂在柜子里，二楼走廊的石柱也被绑上垫子，成了练功的工具。目光所及，就算不认识林良生，也会知道“这是到了一个‘武林高手’的家了”。

林良生随手取下柜上的一个兵器。“这是钩，也叫虎头钩，是中国传统的十八般兵器里的短兵器。”他举起手中的钩向记者介绍。原来，在中国传统的十八般兵器中，有长兵器和短兵器，各有所长。林良生更偏爱短兵器，虎头钩、双铁尺都是他平时练的。

“这个钩耍起来很威风的。”说话间，林良生便展示起钩的套路，只见两把虎头钩在他的双手间时而横扫，时而一推，时而点勾，时而挑挂，动作之时，走钩似飞轮，转体如旋风。站在他两米远的地方，都能感受到人和兵器劲力刚猛，气势雄伟。据介绍，这个虎头钩整个钩体除把手外，四面均有锋刃，因此它对身体的锻炼与技术要求均不同于其它器械，像林良生能用得这般虎虎生风，并非一朝一夕能够做到。

“我从10岁出头就开始习武了，到现在练了有60多年了。”林良生说，习武不仅是兴趣，更是习惯，一个坚持了60多年的习惯。小学时，林良生便跟着村里的老拳师习武，之后又跟着一些寺庙的老和尚练功，从拳法到棍法，再到各种兵器，他都有接触。后来，他选择练习拳法和短兵器。“对我来说，短兵器更趁手，套路短小精悍，攻防紧凑，使用灵活。”说起练习短兵器的好处，林良生很有自己的感受。

03 掌中“生花”的厨师

钱对于林良生来说是笔不小的数目，但是他没有犹豫便买了下来，还专门买了食品雕刻的书回来自学。食品雕刻，讲究刀法、比例、构图及对刀具的掌控，是个非常细致的活，和兵器的大开大合完全不同，但这没有难倒林良生。

“有兴趣，就难不倒。”林良生凭借着强烈的兴趣，每天利用空闲时间练习食品雕刻，竟然真的练就了一手好手艺。有一次，他到海尾村去做婚宴，想着摆盘好看一些，就用蒜瓣雕刻了一盘玉兰花。这时，邻家来帮忙的妇女看到了，以为是真花想拿起来戴，他连忙说这是假的，惹得妇女们一阵惊讶。

2017年，村里有喜事，林良生便想着做一桌的手工业去敬拜。他花两天的时间，做了十道手工业。林良生的儿子拿出手机里的视频和相片，给记者展示那十道手工业，只见，每一道都精美无比，色香味型惊艳无比。

“你看这道葫芦鸡，要先将鸡整个脱骨，再灌入馅料扎成葫芦形状。这一道是用两个香菇装上肉泥，雕刻成蚌的模样。这是用黑鲷花制作成甲鱼。你看看，这甲鱼的头是什么做的？”林良生一边介绍一边问道。记者仔细一看，才发现那个甲鱼的头竟然

是一颗鸭心。将一只鸡完整脱骨又不破坏鸡的外观并非易事，林良生却只要用15分钟就能做到。在十道菜里，有一盘栩栩如生的小鸟，如果不是林良生介绍，完全看不出是用虾做的。“虾尾是小鸟尾巴，小鸟的翅膀是香菇制作的，眼睛和嘴巴则是发菜。”在众人的赞叹声中，林良生说他还曾经用虾做过“琵琶”。“用虾做成琵琶，要先把虾去壳，再拍扁，放在汤匙中浇上蛋清蒸定型，而后用香菇做弦轴，冬粉做弦。”林良生描述着“琵琶虾”的做法，只是介绍都让人觉得惊奇不已：谁能想到，一个练武之人，竟然有这般想象力，并且能做出这么精致的食品雕刻细活来！

在和记者聊天的时候，林良生拿了一小块胡萝卜，一边和我们说着话，一边雕刻了起来。不一会儿，一朵漂亮的“玫瑰花”便出现在他手中。“现在眼花了，看不太清楚，凭着感觉刻，刻

02 每天凌晨4点出门练习

在林良生看来，无论哪种武术套路，都要求手、眼、身、法、步、精神、气力合为一体，“内练气，外练力”是习武之人的基本功。60多年来，他坚持每天练习，天气好的时候就到户外练习，天气不好时，就在家中空旷之地练习。

“以前每天凌晨4点就要出门去练功，在海边找一个空旷的地方，面向东边，朝着太阳升起的方向练。”林良生说，练武讲究一个气，清晨空气好，阳气上升，随着太阳的上升开始练习对于练气有很大的帮助。数十年来，他一直保持着这个练功的习惯，直到这两年年纪大了他才改变了练习方式。“我现在每天早上五点起床，洗漱一下就到村里去散步，走个半个多小时再回家练手劲。”林良生说，最初，他在二楼走廊的大理石柱上绑了一个垫子，每天在上面练手劲；后来，儿子为他买了一个不倒翁沙包，他就以沙包练习手劲为主了。“我们叫练手刀，每天都要练。”林良生挥起双掌在石柱上演示了一下，手掌两侧可见长期练习的老茧，“虽然只是练手，但是对全身都有很多好处。女性也适合学习这个，是很好的防身术。”

习武60多年，林良生有自己的一套练习方法。“以前师傅教，都是口口相传，我怕自己记不住，会默记下来再记到本子上。”林良生拿出一本发黄的拳谱，封面的几页已经模糊不清，翻开里面，清晰可见一个个拳法套路口诀。这本手抄拳谱有多少年，林良生已记不清了，“最少有50年了吧，我每天都翻看。”

同村的林照连，今年62岁，跟着林良生习武40多年。“我开始跟着师傅学习的时候就见过这本拳谱了，以前的师傅一边教一边念口诀，会拿着这本拳谱教我们。”林照连告诉记者，他的师傅教了很多的徒弟，“他热爱武术，每天都要练，虽然年纪大了，可是到现在还是经常会跟人切磋交流。”

欢乐出游

老友春节出游线路推荐

龙年春节即将来临，每年春节都是许多老人最期待的时刻。在这个传统佳节里，家人可以抛开工作的繁忙，放下生活的琐碎，一起享受团圆的乐趣；很多家庭也会相约踏上寻找美食和风景的旅程，一家人在旅游中度过美好的节日。

记者走访多家旅行社了解到，春节期间的旅游线路中，有几个城市受到家庭游客的青睐，咨询的客户较多，客户选择的标准以能够轻松感受当地文化、美食特色为主。让我们一起来看看都有哪些城市吧。

黑龙江哈尔滨

最近，哈尔滨可是火到了天际。春节期间，哈尔滨的冰雪世界更将成为吸引游客的焦点。想象一下，在灯光的照耀下，您可以漫步在璀璨夺目的冰雕和雪雕之间，感受到冰与雪带来的奇妙体验。当然，品尝正宗的东北菜也是必不可少的享受。鲜美的红肠、烤冷面和冰爽的哈尔滨啤酒，都将为您舌尖上的美味记忆。

陕西西安

作为十三朝古都，西安蕴含着丰富的文化底蕴。步入西安城墙，仿佛回到了唐朝时期。夜晚时分，在钟楼和鼓楼间漫步，品味古老街巷的独特韵味。品尝当地小吃更是不可错过的体验，肉夹馍、凉皮和羊肉泡馍绝对让您大饱口福。

江西婺源

江西婺源坐落在赣江之畔，被誉为中国最美丽的乡村之一。在这里，大自然的鬼斧神工创造了浩瀚的山川、怡人的溪流和迷人的田园风光。春节期间，沿着小径散步，呼吸新鲜的空气，感受百花争艳的美景，令人陶醉。此外，婺源的农家菜肴也是不容错过的美味，可品尝到正宗的江南风味。

云南大理

大理是一个多民族聚居的地方，每个民族都有着独特的风俗和传统。漫步在古城的街巷中，可以欣赏到青石板铺就的古道、红瓦白墙的民居及壮丽的洱海湖景。此外，大理的特色美食也是吸引人的，烤乳扇、过桥米线和酸辣鱼都是当地人推崇的美味。

江苏苏州

苏州被誉为“东方威尼斯”，以其众多的水乡和古典园林而闻名于世。在苏州的小桥流水人家中漫游，仿佛置身于仙境般的世界。品尝苏州传统点心也是必不可少的体验，如马蹄糕、蟹粉小笼和糯米鸡等，必将让您的味蕾陶醉其中。

浙江绍兴

绍兴是一座历史悠久的城市，也是中国酒文化的发源地。在这里，您可以参观博物馆了解中国传统的酿酒工艺和丝绸文化。当然，不能错过品尝绍兴黄酒的机会，在香气四溢的村庄中，品味醇厚的美酒，别有一番风味。

才艺秀场

书法、绘画、摄影、诗词、剪纸……如果你喜欢这些、擅长这些，那么，这里便是你展示的舞台。“才艺秀场”作为展示老年朋友才艺作品的平台，长期面向全市老年朋友征集优秀作品。



摄影作品：《戏浪》
作者：洪巧(女, 1960年生)



摄影作品：《图书馆》
作者：黄碧华(女, 1953年生)