



刘啟云(中)定期上门探望社区老人

72岁志愿者刘啟云 “把这份爱心 一直传下去”

“是爱心救了我，我要把这份爱心一直传下去。”今年72岁的刘啟云将这句话化作19年来躬身志愿服务的实际行动。

3月20日，在昆明市西山区弥勒寺公园举行的文明实践进社区志愿服务活动中，刘啟云分享了她的志愿服务经历。她头戴格纹贝雷帽，佩戴圆框眼镜，面带笑意，眼神清亮，言语爽朗，很难将她与曾经历的生死考验联系在一起。

2003年，刘啟云不幸患上天疱疮，一度被下达病危通知书，后又遭遇老伴离世。在社会的爱心帮助下，她逐渐走出困境。也正是这段经历，让她在康复后作出一个坚定而简单的决定——成为一名志愿者，把曾经得到的温暖回馈给更多人。

2007年起，刘啟云踏上志愿服务之路。从最初一个人默默付出，到如今带动起六七十人的志愿队伍，19年来，她始终活跃在志愿服务一线。弥勒寺社区的街巷院落、公园广场，处处都有她的身影。她做的多是细碎而具体的小事，却件件落在群众心坎上：教老年人使用智能手机，从微信沟通到扫码支付，一步步耐心讲解，因此被大家亲切地称为“刘老师”；围绕防诈骗、防火等主题，她自编顺口溜、快板词，让枯燥的知识变得通俗易懂；定期走访独居老人、空巢老人和失独家庭，用陪伴与倾听缓解他们的孤独与焦虑。

在长期的志愿服务中，刘啟云摸索出不少“接地气”的方法。比如她通过简单的手势练习和口诀，带领老人做记忆力训练；将反诈知识编成歌谣反复传唱，让防范意识在潜移默化中深入人心。这些看似不起眼的方式，往往比单纯说教更有效。

在刘啟云看来，志愿服务从来

不是单向付出，而是彼此温暖。一次在公园捡垃圾时，有市民见她年逾七旬仍在坚持，主动表示要加入志愿者队伍；一位因失去亲人而长期封闭自我的老人，在她多次陪伴与开导下逐渐走出阴霾，如今也成为志愿者团队中的一员。点滴之间，爱心在不经意中完成了接力。

随着参与人数不断增加，刘啟云牵头成立了“永兴帮帮团”，成员以社区退休居民为主。大家通过微信群组织活动，在开展志愿服务的同时交流生活、分享健康知识。她还带动组建快板队，将文艺形式融入基层宣传，让文明理念更加生动可感。

面对社区里出现的矛盾纠纷，她也常常主动参与调解。无论是邻里之间的小摩擦，还是年轻夫妻的争执，她总是耐心倾听、细致劝导，用朴实的话语引导大家换位思考、彼此包容。她常说：“睡前原谅一切，醒来就是新的开始。”

“心若年轻人不老，乐观就是忘忧草。”这是刘啟云常挂在嘴边的一句话，也是她的生活状态。经历过病痛与生死考验，她对生活多了一份从容，也对“奉献”有了更深的理解。

七秩之年，步履或许不再轻快，但她依然活跃在社区服务一线。19年的坚持，让一束微光逐渐汇聚成炬，也让志愿者力量在基层治理中不断生长、持续传递。她也于2022年入选助人为乐类“云南好人”名单，2023年参与发布全国首本银发助老防骗书《一件蓝马甲——关注数字时代的银发群体》。

本次活动上，她再次发出倡议：“让志愿精神一直延续下去。”

本报记者 杨质高 孙嘉辰
实习生 施雨文

本报记者 翟剑 周明佳
实习生 李雨浓 聂辰枫 摄

施甸龙会已开场 他们用篾刀和画笔 撑起一场盛会

在保山市施甸县的山乡院落里，一项古老技艺正迎来一年中最忙碌的季节。扎龙艺人们手持篾刀、紧握画笔，在竹青与彩绘的交织中，让一条条长龙“苏醒”腾飞。每年农历二月，当地都会举办龙会，通过耍龙的形式表达对自然、尤其是对生命之源——水的感恩与敬畏。

施甸县仁和镇杨家山村李家组的一处农家院落，清脆的破竹声划破乡野的宁静。保山市龙会传承人李应满正俯身于竹篾之间，一双布满老茧的手将刚砍来的大龙竹细细剖开——去节、分层、拉丝，一根根柔韧的竹条在他掌心弯出恰到好处的弧度。

“扎龙选材特别讲究，大龙竹要在最佳时期砍伐，再经挑选、破竹、剥篾、编制成型，用面糊与绵纸裱糊作底，最后才能上彩。”李应满一边忙活一边介绍，每一道工序都马虎不得。从龙骨搭建的骨架支撑，到绵纸裱糊的平滑细腻，再到龙身彩绘的浓淡相宜，这位老手艺人对每个细节都精益求精。

今年以来，李应满已为太平镇乌木村五里凹、老麦乡蔡家寨以及施甸县示范小学等单位扎制了3条大龙和4条小龙。这些色彩艳丽、造型灵动的龙具，即将在各地的龙会活动中精彩亮相，为节日增添浓浓的喜庆氛围。

在不远处的清平村，市级传承人段建勇的农家小院俨然成了一座“龙之工坊”。院子里铺开的龙衣足有数十米长，彩绘的笔锋游走其间，金鳞次第生辉。他正领着几位老艺人精心描绘龙头与龙衣，调色、勾勒、晕染，专注的神情仿佛在为一件艺术品注入灵魂。“龙头是整条龙的精气神所在，眼睛要有神，嘴巴要有势，鳞片要均匀。”段建勇搁下画笔说道。一个多月来，他已记不清画了多少条龙，但每一条都倾注了同样的心血。

为了迎接龙会活动的到来，李应满、段建勇等传承人加班加点赶制龙具。据统计，目前施甸全县共有大小各异的龙近100条，其中超过百米的长龙多达23条。



李应满在用绵纸裱龙身

其中，仁和镇菠萝村一条72节、206米长的巨龙是施甸最长的一条，需要110名村民合力才能舞动。

据施甸县文化馆负责人介绍，施甸龙会是当地传承数百年的民俗盛会。每年农历二月初三至二月廿九，各乡镇都会举办耍龙、游龙活动，今年该县已安排13场龙会活动。

施甸龙会包含东山寺“三沟头龙会”与“太平羊皮会”两大分支，以耍龙、舞狮等表演为核心，兼具民间习俗与商贸交流功能。值得一提的是，在《云南省非物质文化遗产保护中心公布的2025年非遗代表性项目保护优秀实践案例入选名单》中，“施甸龙会”项目成功入选。

“我常听老一辈讲，这些年扎过的龙见证了日子的变迁。”一位扎龙艺人感慨道，过去扎的是祈愿温饱的龙，如今扎的是庆祝丰收、祝福国泰民安的龙。竹篾丈量出的每一条龙，恰如农家岁月的一道刻度，记录着越过越好的生活。

近年来，施甸龙会已成为当地民俗旅游的重要载体，年均吸引游客超20万人次，显著带动乡村旅游消费。这项古老的民俗活动正融入现代生活，在传承与创新中焕发出蓬勃生机。

锣鼓敲响，长龙腾跃。在这个春天，施甸的扎龙艺人们用手中的篾刀与画笔，守护着代代相传的技艺，也让那条承载着百年记忆的“施甸龙”，舞出传统文化的新活力。

本报记者 崔敏
通讯员 苏正强 尹自周 摄影报道



做好的长龙