

练武吧，爸爸

李颖、李悦

7岁的艾薇安达·王，一头金发，她有个中文名字王天雅。

“我爱武术，它非常有趣。”5月30日，在洛杉矶全美中华武术学院的练功房，完成了当天的训练任务，王天雅告诉记者，“长大以后，我也希望能像爸爸一样去教武术。”

在一周前结束的洛杉矶国际武术比赛中，王天雅夺得剑术和拳术两项冠军。

踢腿、出拳、弓步、虚步，双手抱拳，大喝一声“哈”。在练功房内，伴着激昂的音乐，王天雅一招一式地跟在爸爸身后学习。不仅动作学得像模像样，神态也很到位，与墙上挂着的“精气神”三个字遥相呼应。

王天雅的爸爸是这所武术学院的院长、总教练王伟。全美中华武术学院位于洛杉矶县蒙罗维亚市，王天雅平均每周会在这里度过8个小时的训练时间。

正如很多爸爸对女儿的爱一样，对于女儿的武术训练，曾获得全国武术冠军的王伟常常是“既严格又心疼”。

“练武术特别辛苦，但是武术是中国传统体育项目的一部分，我觉得她必须要去了解。至于是不是拿世界冠军并不重要。”王伟说。

在女儿4岁时，王伟和妻子詹妮弗开始尝试着让女儿接触武术。“她的协调性很好、反应也快。”王伟说，他认为女儿不仅有天赋和悟性，训练也很刻苦，“她觉得自己练习不好会让我失望，这让我很吃惊。”

“我喜欢这些武术兵器、所有的套路，还有有趣的比赛。”谈起武术，王天雅害羞的脸上瞬时荡漾出兴奋的笑容。

今年4月，王天雅参加了7至11岁年龄段的美国国家武术队选拔赛。比赛在休斯敦举行，每个组别的冠亚军可获得国家队入选资质。王天雅没有在这次比赛中获胜，虽然父母对她的表现都非常满意，但她却在心里默默立下了一个目标：“我要在下一次的选拔赛中拿到第一名。”

相比于女儿的冠军，43岁的王伟更珍惜的是武术伴随着一家人成长。

自从武术学院在5年前创办起来后，王伟和女儿在一起的时间更多了。

“她和她爸爸的关系非常好。他们一起训练，一起玩儿。”王天雅的妈妈詹妮弗说。

詹妮弗也是一个十足的“武术迷”。她从小生活在洛杉矶圣马刁诺市，这是一个中国移民人口过半的城市，再加上深受功夫电影的影响，作为欧洲移民后裔，她却对于中国文化充满了好奇和兴趣。

有着教育学专业背景的詹妮弗因而多次前往中国，曾在北京大学学习中文。一次偶然的机会，28岁的詹妮弗在山东莱州中华武校学习武术时结识了当时任职武术教练的王伟。那也是她第一次意识到，练习武术并不仅仅是学习“看起来很厉害的招式”，而是要领悟人如何对自己全身力量加以运用和协调。



◀王天雅在父亲的指导下训练(5月30日摄)。

才能保持兴趣。”

王伟同意妻子的看法，于是他一直在探索如何改良在美国教习武术的方式。

“中国的武术是世界无法比拟的，有几千年的历史，有不同兵器和流派。但是这种内容的丰富性同时也造成了传播困难。”王伟说，“武术作为一种体育项目，需要不断地改进和进步，才能把中国博大精深的内涵传播出去。”

为了有效地在国外发展武术运动，传播武术文化，王伟认为，应该强调对于现代武术套路的编排，用于防身而改良的自

卫术就是一个很好的例子。

“既要有套路，也要体现实战。”王伟说。他希望中国武术未来既能得到专业人士的认可，也能被更多的普通美国人所接受，变成他们生活的一部分，练武就像在洛杉矶随处可见的徒步、自行车、攀岩和冲浪运动。

这条路并不容易，不过这个当爸爸的总教练却很开心。

他说：“最开心的时候是一起讨论工作。尽管和詹妮弗有着不同的文化背景，也常常会有意见上的分歧，但是这种合力创业、向着同一个方向努力的感觉特别美。”新华社洛杉矶6月2日电

点亮万家的蓝领工匠

国家电网天津滨海供电公司运维检修部配电抢修一班班长
滨海黎明共产党员服务队队长

张黎明



工作着是快乐的，创新让工作更快乐。

中宣部宣教局
人民画报社

中国针灸扎根突尼斯：

“中医针灸疗效很神奇”

新华社突尼斯电(记者刘锴、马迪)“议长先生很满意治疗效果，称赞中医针灸疗效神奇。”回忆起给突尼斯人民代表会议(议会)主席穆罕默德·纳赛尔治疗的经历，中国援突尼斯医疗队针灸医生何水勇难掩心中自豪。

作为援突医疗队针灸分队队长，47岁的何水勇与4名同样来自江西的同事一道，在突尼斯蒙古·斯利姆公立医院，为当地病患提供针灸治疗服务。1994年，由两国政府牵头，这家医院与中国援突医疗队合作成立中国针灸中心。

今年4月，何水勇为突尼斯议长治疗腰椎关节疼痛。经过针灸治疗，并结合火罐和推拿等手段，议长腰椎疼痛明显缓解。“他很满意，还送给我一支笔，以示感谢。”何水勇笑着说。

在何水勇看来，给议长治疗，与日常接诊没有多大区别。他说，中心每天平均接诊60名患者，这些人大多患有颈椎病、腰椎病和风湿性关节炎等，主要与当地气候和饮食习惯有关。

他说，自中国援突医疗队上世纪70年代把针灸引进突尼斯后，这种中国传统疗法深受当地民众欢迎。除日常接诊，何水勇还承担教学任务，每周五下午在针灸中心电教室为洋弟子们传授中医知识。

针灸中心的教学项目每两年招生一次，从1994年迄今已培养160多名当地针灸医生。教学内容包括中医基础理论、经络疏血、针灸操作技巧和针灸临床治疗等。

他说，学员都是自主报名，至少具备全科医生资质，再由

合作单位突尼斯医学院确认筛选。学员结束学习，通过考试和临床实习后，可获得硕士学位。

40岁的医学院教师阿尼萨·塞托穆去年下半年开始学习针灸。谈及学习初衷，她说是出于对中医的好奇，希望通过系统学习，更加全面了解中医传统思想。

法特玛·巴卡尔是首都突尼斯市一家私立诊所的全科医生，与塞托穆同班。她认为，学习中医最大的挑战是要以一种完全不同的思维方式，认识人体结构和病因。“感谢何老师不断鼓励我们，并通过多种教学手段，易于我们理解。”

去年10月，中突两国在突尼斯东部海滨城市苏塞举办首届中医针灸年会，以期通过学术交流加强双方合作，扩大中医临床门类，实现中医本土化。

突尼斯针灸中医协会主席热巴利告诉新华社记者，不少突尼斯人对中医的理解还局限于针灸治疗。他希望加强与中国同仁合作，把中医理论与突尼斯临床治疗需要相结合，实现中医本土化。

第22批援突医疗队总队长谢建文认为，对于突尼斯这类医疗水平相对较高的国家，医疗援助应当更多体现中国特色，而包括针灸在内的中医是最佳媒介，既可以宣传中医技术，又可以通过中医理论介绍中国传统哲学和文化。

他说，医疗队正筹备把针灸中心升级为中医中心，扩展中医外科、妇科、骨伤科和其他一些中医特色科室，并尝试与突尼斯方面合作，摸底并研究开发当地植物药。

马拉松跑者赞叹：

没想到外国学生做推拿这么专业

新华社西安电(记者郑昕)在得知刚刚给自己做推拿的康复师是外国人时，结束杨凌马拉松五公里迷你跑的朱敏直呼“太厉害了”。“我一直背对着他们，想不到外国人做推拿竟然也可以这么专业，这是中国文化传播的一个成果吧。”

外国人在中国的马拉松赛上摘金夺银已是常事，但今年杨凌农科城国际马拉松上，有十多名外国留学生加入赛后恢复的服务团队，与中国同学一起，运用推拿、针灸、拔罐等中医技法，帮助参赛者们在一上午的奔跑后“满血复活”。

在去年“杨马”上，50多名陕西中医药大学的师生为选手做赛后康复推拿，获得了中外选手和主办方的点赞。在今年学校派出的200余名师生中，最特殊的要数这些洋面孔了。

为朱敏按摩肩颈的是就读于陕西中医药大学针灸推拿学院的哈萨克斯坦小伙子爱弟(中文名)。来中国5年，爱弟不仅学会了汉语，针灸推拿也很在行。“我觉得中医疗效很好，有时候家人亲戚用西医治不了，但找中医就很管用，所以我从小就对中医感兴趣。但我家乡的中医疗效很少。”

与爱弟配合默契的马文轩(中文名)同样来自哈萨克斯坦。他的父母以前就接触过中医，并鼓励他来中国学习，学成后服务哈萨克斯坦人。“我18岁高中毕业后就来到陕西，先学习了两年汉语，又来到中医药大学进修针灸推拿，以后我还想

考研继续学习中医。”

记者赛后在终点处的恢复区看到，300多平方米区域里的近百个瑜伽垫上，躺满了正在接受中医理疗的跑者们。志愿服务的师生们则是两人一组，有条不紊地为选手按腰捶腿、拔罐针灸。

“很多人在赛后采取冰敷缓解运动损伤，但我们临床工作发现，并不是每位运动员都适合(冰敷)，反而可能引起肿胀、发热等不适。但采用肌肉推拿达到疏通经络、推行气血等功效，更有助于运动员在赛后恢复状态。”陕西中医药大学附属医院针灸推拿科主任王卫刚说。

陕西中医药大学校团委副书记杨帆介绍说，在很多外国人看来针灸推拿既新奇，对身体健康也有用，才会吸引到越来越多的留学生。“学校现在有200多名留学生，主要来自‘一带一路’沿线国家，其中绝大多数都是针灸推拿。”

“中医作为中华文化传播的有效载体，正在吸引越来越多的外国学生前来了解学习。我们也希望这些年轻人通过参与杨凌马拉松这样的服务活动，一方面提高自己的水平，一方面多和中国人交流，今后能把中医的理论和治疗手段带到更多地方，为全世界的人们送去健康，展现中医在运动康复等领域独特的功效。”陕西中医药大学党委副书记于远望说。