

走近中国文化·架起友谊桥梁

“中医让我感受到中国文化的博大精深”

本报记者 张文豪

“瞧，这老外把中医摸索得透彻得很！”“俺一个本地人都没他的河南话说得溜。”……社交媒体上，一个金发碧眼的德国小伙子约尔·沃克火了，视频中他用一口河南话记录求学生活，并普及中医药知识。刚来中国留学时，他给自己取了个中文名字——“无名”，没承想，传播中医药文化让他成了网络红人。

身穿中式服装、脚踩老式布鞋，记者见到无名时，他刚从南太行山采药回来。书桌上，堆放着练习书法用的宣纸；书架上，整齐摆放着《黄帝内经》《金匮要略》等中医书籍。“中医是中国人几千年总结出的智慧，太厉害了！”他熟练地泡上一壶茶，向记者讲起与中医结缘的故事。无名自幼便跟着一位在德国游历的中国师父练习功夫，由此对中国文化产生了浓厚兴趣。“当时家里有一本德语的中医食疗书籍，我试过后发现很管用。”对于一些病症，几株中草药就能药到病除，中医的神奇让无名萌生了去中国学医的念头。

2015年，无名来到中国，就读于河南中医药大学汉语言班，“河南有着厚重的历史文化，也是中医药学的发祥地之一。”一年后，他如愿进入了中医学专业学习，本科毕业后又成为针灸专业的硕士研究生。

初来乍到的无名在新环境中克服了重重挑战。除了学习基础理论，课程内容还要求学生选读《伤寒杂病论》等中国古医书经典，语言理解能力不足的无名常常感到吃力；临床实践中，细若麦芒的针灸银针、冒着火焰的火罐，也一度让他手足无措……

对于中医的热爱让无名坚持了下去，“我喜欢中医，学习过程看似辛苦，其实别有一番乐趣在其中。”课堂之外，他会到学校的附属医院实习，跟老中医坐诊、巡房、开方、抓药；闲暇之余，他还会背起竹篓、提着药篓，在当地农民指引下上山采药。功夫不负有心人，如今，面对中药房一屉屉的药材，无名如数家珍；针灸时进针、行针，他也能一气呵成，动作毫不拖泥带水。

从理论走向实践，多年所学也逐渐派上了用场。在一次回德国休假期间，无名的奶奶得了胃肠型感冒，无名用针灸缓解了老人食欲不振的症状。如今，远在德国的家人身体抱恙时会向他求助，他便开启“云坐诊”模式，指导他们通过中医方式调理身体。

“学中医既能治病救人，也能修身养性。”无名认为，中医是医学，也是哲学。小时候，母亲曾给他买过一本德语版的《道德经》，书中思辨的智慧让他着迷，“这和中医是共通的。”无名解释，学中医如同下围棋，在不断的“升段”中，一步步开阔自我认知和思想境界，“中医教会我调理身心、控制情绪，看问题也变得更全面。”闲时，他会品一杯香茗，吹一段长笛，打两套拳法，让内心归于平静，使生活变得自然。

近两年，无名尝试拍摄一些短视频，记录日常感悟，宣传中医文化。地道的方言、诙谐的谈吐、轻松的呈现，让他迅速成为拥有百万粉丝的视频博主。“在中国的留学经历让我受益匪浅。”再有几个月，无名就要毕业了，他目前正在准备执业医师资格考试，争取未来能够更专业地普及和传播中医药文化。“中医让我感受到中国文化的博大精深，希望世界上有更多人认识中医、了解中医，并从中获益。”



传播文化 增进友谊

一本本中医典籍历久弥新，一首首中文歌曲婉转悠扬，一盆盆川派盆景虬曲多姿……因为向往，他们来到中国；因为热爱，他们选择在这里学习、工作、生活，感受中国文化的多彩魅力。越来越多外国友人投身中国文化的研究与传播，推动中外文明交流互鉴，增进人民友谊。

“这些中文歌曲帮助我更好地了解中国”

本报记者 周朝

“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟……”漫步在北京语言大学的梧桐大道，悠扬动听的歌声从不远处传来，令人心醉。初夏的阳光下，汉语国际教育专业硕士研究生桑德拉·扎卡利亚（中文名宋语嫣）和同学正在花园池塘边排练中文歌曲。

“学习中文，学唱中文歌曲，改变了我的人生轨迹。”宋语嫣来自埃及，18岁高中毕业选择大学专业时，她想学习外语专业。“爸爸强烈建议我学习中文。他说，中国是世界第二大经济体，发展特别好，机会也很多。我也了解到这些年埃中两国关系很紧密，有许多合作项目。”就这样，她进入埃及苏伊士运河大学中文系，踏上了中文学习之路。

宋语嫣的中文学习过程，是从学唱中文歌曲开始的。她回忆说：“中文很难，最初学习时，我总掌握不好发音和声调，不敢开口说话，没想到唱中文歌曲给了我学习的动力。”在发现宋语嫣爱好唱歌、有一副好嗓子后，来自中国的老师建议她学唱中文歌曲，并鼓励她在校园活动中登台表演。

宋语嫣还记得第一次上台演唱《茉莉花》时，她双手紧握话筒，不敢望向台下观众，只好盯着地板。但当悠扬婉转的旋律响起时，她逐渐放松下来：“美妙的音乐、美好的歌词，让我体会到中文的意境，开始享受在舞台上的时光，对于学习中文的畏难情绪也越来越少。”宋语嫣说，每次学习一首新的中文歌曲，她都会先了解歌曲背后的故事，它们有的与中国历史文化息息相关，有的则反映了中国人的日常生活和情感状态，“这些中文歌曲帮助我更好地了解中国”。

从参与校园演出，到参加“唱响埃及”华语歌曲大奖赛获得冠军，再到在“汉语桥”世界大学生中文比赛中荣获埃及赛区二等奖……面对一个又一个挑战，宋语嫣一路歌唱，中文说得越来越流利，也登上了更大的舞台。2023年中国农历春节前夕，宋语嫣收到中国春节联欢晚会的邀请，在集合10个“一带一路”共建国家歌曲表演的《一带繁花一路歌》节目中，与另外3名埃及女孩一起演唱埃及民歌《太阳露出了它最美的光芒》，展现埃及人民勤劳乐观的精神风貌。她还与各国参演者共同演唱了中文歌曲《茉莉花》。“能够登上中国家喻户晓的舞台，代表埃及参加演出，我感到非常荣幸。”宋语嫣说，音乐无国界，参演这个节目让她看到了中国同世界共同发展的愿望和推动构建人类命运共同体的信心，“在歌声中，我觉得我的心和中国贴得更近了。”

去年9月，宋语嫣来到北京，成为北京语言大学的一名留学生，攻读汉语国际教育专业。尽管对中国已不算陌生，但第一次在这里长期生活，还是带给她不小的震撼。“走在北京街头，既能感受到悠久的历史文化底蕴，也能看到现代化的城市景观。电子支付、高铁、新能源汽车让人们的日常生活更加便捷环保，中国人团结奋进、热情友好的精神面貌让我印象深刻。”

每逢周末或者节假日，宋语嫣都会到不同的景点或城市走走转转，并用图片和视频记录下美好时光，上传到社交媒体。“家人和朋友看到我在这里生活得很开心，也希望有机会来到中国，感受中国的魅力。”最近，宋语嫣还爱上了中国古琴，每周参加学校举办的相关学习活动，“希望在不久的将来，我可以一边弹奏古琴，一边为大家演唱中文歌曲。”

再过几个月，宋语嫣即将硕士研究生毕业，正在准备毕业论文的她对未来做好了打算，“我会继续留在中国攻读博士学位，在提高自己中文水平的同时，体验中国不同地区的风土人情，品尝中国各地的美食，参与更多的埃中文化交流活动。我还会继续用镜头记录在中国的美好生活，让更多人了解一个真实的中国，为促进两国人民的友谊贡献一份力量。”宋语嫣说。



“我希望将川派盆景介绍给全世界”

本报记者 王明峰

选材、养材、修剪、造型、嫁接、拉盘……经过一系列制作工艺，一盆特色盆景最终呈现。它的制作者是来自加拿大的川派盆景师查德·辛克萊尔。

2003年，查德第一次来到中国旅行，与家乡不一样的风景和丰富多彩的中华文化给他留下了深刻印象。一年后，与川派盆景的“邂逅”让他决定定居四川，学习盆景创作。“从产生灵感，到选材制作，再到定型发布的整个制作过程，有时一会儿就可以完成，有时要花费一天时间，有时则需要几天甚至几个月。这种不确定性正是其魅力所在。”查德向记者介绍。盆景是时间的艺术品，每天都在生长变化，盆景匠人需要在学习相关知识的同时培养耐力，从而使作品更耐看。创作中的查德喜欢独处，作品完成，他便会一边品茶，一边注视着盆景，细细品味一枝一叶、一山一石的意境之美。

在查德位于四川成都市的家里，有200多盆微盆景作品。如何在创作上实现新的突破？在查德苦思冥想之时，来自四川本地的妻子建议他到山山水水中寻找答案。于是，查德利用假期时间去了许多地方。旅行归来，他非常兴奋，“宜宾的蜀南竹海尤其让我印象深刻，清爽的风、密实的林、幽静的景，让人仿佛置身一片绿色海洋。”有了这一趟旅行采风，查德的创作思路豁然开朗：以竹为主题，使用当地植物和石材作辅材，在建造微缩实景的原则下，展现独特的东方美学意蕴，引起观者共鸣。

6年前，查德与妻子来到四川崇州市观胜镇严家湾湾。严家湾湾是一个专业盆景村，有着独特的自然地理条件和资源禀赋，村民以传统盆景制作为生。查德将成都家里的部分盆景搬到了这里，夫妻俩用心布置起自己的盆景小院，经常邀请村民和游客进院参观、交流。“严家湾湾对于我来说既是工作室，也是享受生活、放松身心的地方。每到周末，我都会坐在院子里欣赏姿态各异的盆景。”查德说。

与川派盆景的朝夕相处让查德愈发喜爱并享受盆景制作，在他看来，川派盆景历史悠久、文化底蕴深厚，取材融合了山水的秀丽与壮观，以及田园的自然与和谐。“川派盆景以及它们背后优雅的意境应该被更多人知晓。”查德说。在社交媒体上，他是10多个盆景俱乐部的群主，群里有来自世界各地的盆景爱好者。将严家湾湾生活的点滴分享给世界各地喜欢盆景的朋友，是查德的乐趣所在。许多俱乐部里的群友说，计划在将来到中国拜访查德，亲身感受川派盆景的魅力。

近日，2024年成都世界园艺博览会开幕，查德被评选为“世园推广大使”。“作为一名在成都生活了多年的川派盆景师，成为推广大使让我十分惊喜，我很乐意尽我所能宣传成都。未来，我希望将川派盆景介绍给全世界，让更多的人了解、喜欢上四川。”查德说。



图①：5月19日，江苏大学药学院组织多国留学生与中国学生开展“中草药拓印”体验活动，中外大学生共同感受中医药文化的魅力。

石玉成摄（影像中国）

图②：5月18日，“留学重庆·读懂农历”中外青少年自然探索乡村行活动在重庆高新区走马古镇举办。活动期间，外国留学生体验竹竿舞。

雷键摄（影像中国）

图③：约尔·沃克（中文名无名）。受访者供图

图④：4月18日，山东青岛市李沧区举办“山间觅茶香”茶文化体验主题活动，在百果山茶园，来自青岛科技大学国际学院的留学生体验茶叶采摘。

张广摄（影像中国）

图⑤：桑德拉·扎卡利亚（中文名宋语嫣）。

图⑥：查德·辛克萊尔。

图⑤⑥均为受访者提供