

汤淑兰和英国兰中医学院——

播撒中医文化的种子

杨宁 李汶璟

侨界关注

汤淑兰，英国兰中医学院院长，英国针灸协会高级执业医师，中国—英国中医药中心英方主任，世界中医药学会治未病专业委员会副会长。她于1993年在英国创立兰中医学院，多年来不仅致力于中医的临床治疗，更是将中医教育作为自己的使命，播撒了一粒粒中医文化的种子。



二〇二二年，英国兰中医学院毕业典礼。左一为汤淑兰。受访者供图

中医情缘

汤淑兰对中医的热爱，在童年时代便已悄然萌发。在夏日，父亲常在茶中加入佩兰叶以化湿消暑；在秋日的夜晚，外婆会把菊花等摆在桌上，让她欣赏；在江苏溧阳生活时，汤淑兰养兔子，所以她经常割草，也因此留意到花草的生长与季节的变化。她说：“植物给我的童年留下了非常深刻和美好的印象，所以后来我喜欢上了学习中医。”

1979年，年仅16岁的汤淑兰考入南京中医药大学中医系，“觉得自己踏进了梦想的大门”。在这里，她不仅系统地学习了中医的基础理论，更在实践中不断深化对中医的理解和认识。

她的身体素质先天不算太好。汤淑兰回忆：“在大学的第二年，我800米跑步跑不动，是最后一名。宿舍在5楼，打水的时候体力也跟不上。”但是学习中医后，她遵循着中医的养生之道，坚持每天早晚跑步。在五台山体育馆的跑道上，她的身影成为了一道独特的风景。结果到第三年，她的800米跑成绩突飞猛进，毕业时更是轻而易举地夺得第一。不仅如此，锻炼出来的良好身体素质，让她更有精力投入学业，“因为有中医指导怎么去调整状态，所以学习比较轻松”。

毕业后她考入北京中医药大学的方剂专业，师从现代方剂学大师王绵之。汤淑兰跟随名师认真学习，当时要背诵《汤头歌诀》，她就将书放在口袋里，坐车的时候

候背，吃饭的时候也背。“记得有一年夏天我回家，天气很热，就到附近的池塘去洗脸，洗脸的时候拿着书看，然后书就掉进了池塘里。”这本书后来被捞起，汤淑兰保存至今。

冬天雪花飞舞，她独自坐在教室里，执着地捧着中医书本；春天鲜花盛开，她仍在图书馆静静地阅读……汤淑兰始终保持平静和认真的态度，投身于中医的学习。

来到海外

汤淑兰初到英国时，心中充满了对未来的憧憬。然而，当她真正开始工作，新环境带来的迷茫感便迎面袭来。

最初她在一个综合诊所工作，诊所里采用十几种不同的疗法，比如正骨、芳香按摩、西草药等。患者以外国人为主，中医对于他们来说是一个陌生的领域，许多人对中医持怀疑态度，并不愿意接受这种疗法。汤淑兰最初看诊的病房简陋至极，连基本的桌椅都未配备。

但渐渐地，越来越多的人了解、信任中医，接受中医疗法的患者数超过了所有其他疗法。汤淑兰上班时也拥有了多个诊室。“只要能看好病，他们就愿意来找你”，汤淑兰就觉得“中医在当地有用武之地”。

因为越来越多的人找她看病、跟她学习，在1993年，汤淑兰在英国曼彻斯特创办英国兰中医学院。学院建立之初，规模小，学生少，经济利益有限，但是汤淑兰愿意教授下去。那个时候的学生年纪

较大，许多是第二职业从医，想要通过学习实现彻底改行。还有一部分女学生，年轻时把时间和精力投入在家庭，但在孩子长大后，想要追求个人发展。另外有些学生是因为中医治好了病，于是渴望学中医。

汤淑兰说：“我有的时候累，也不想上课，但是看到这些学生就没办法放弃。他们年龄都比我大，而且从很远的地方过来求学。我想我再累可能也没他们累，所以就一直坚持下来。”

汤淑兰的学生很多都是针灸师，会用针灸治疗，但不懂中药方剂。她曾遇上两名女学生，中药学得特别好，但不会辨证。“我想她们已经每天都在做针灸看病，那就不用从中药一味味的药开始学，直接给她们讲常用的中成药，所以我就专门编了一本中成药的药书。”她自编教材《中成药手册》，用作中成药推广和基础的教学。

文化推广

上世纪90年代初，汤淑兰曾应邀到伦敦的一个中医学院创立中药系并讲授中药学。当时她被要求讲授每味药的拉丁文、英文等，但汤淑兰认为，学中医就是为了记住药物的药性功效，较长的拉丁文不利于记忆，建议“我们学中药就用拼音”。她回忆：“当时我用录音磁带，把每一味中药的读音录下来给他们去听。”

“还有中药方剂也是，他们很喜欢用英文名。”汤淑兰介绍了好几种中药方剂的英文翻译，其中有些的确比较容易记

忆。但是，“一定要知道它们本来的中文名”。在她看来，中文的名字才更地道，有着其背后的深层意义。

为了推广中医药文化，汤淑兰和英国兰中医学院还做了很多尝试。在曼彻斯特博物馆的中国馆内，设置了一个“中医健康，治愈关爱”的展区，其中展示的就是英国兰中医学院赠送给博物馆的针灸铜人，吸引了众多家长和孩子前去参观学习。

汤淑兰还动员海外的中医，创作了一系列与中医药有关的诗歌和散文。这些作品不仅让读者在文学的熏陶中感受到中医智慧，更能在无形中学习中医知识。汤淑兰本人也写了一首弘扬中医药事业的歌《永相随》，并进行编舞。在2024年5月曼彻斯特第一届艺术节和在温哥华首届海外国际名家论坛上，汤淑兰以优美的舞姿，于歌舞中演绎中医理论，展现了对中国医学的热爱，赢得观众喜爱和赞誉。

转眼间，英国兰中医学院已经走过了30余年的历程。汤淑兰感慨，她的付出没有白费，许多学生学有所成，开设了自己的诊所和学校，继续传承和推广中医药文化。“这是一个不断传播的过程，我觉得中医就像一棵银杏树，不断地生根、发芽、开花，然后枝繁叶茂。”

展望未来，汤淑兰表示学院还任重道远，他们会进一步加强与各方的合作，推广中医海外高等学历教育。同时，回顾从医以来几十年如一日的工作，她想要为此写一本书。“我觉得每个患者都是一个故事，所以我想记载下来，展示中国和英国的文化、风土人情，并传递中医的养生方法和理念。”

世界中医药针灸文化周在加举行

近日，第四届世界中医药针灸文化周暨第二届不列颠哥伦比亚省法定中医针灸周在加拿大温哥华揭幕。

本届文化周以“大医精诚、守正引领”为主题，旨在倡导“大医精诚”的医学风尚和职业素养，践行“传承精华、守正创新”的使命担当，厚植中医药发展优势，引领中医药产业在海外高质量发展，最终为当地民众提供优质、高效的中医药针灸服务。

世界中医药针灸文化周组委会主席、加拿大中医发展联盟主席、加拿大中医之家创始人李荣刚表示，千百年来，中医药针灸为全人类健康作出了重要贡献。举办本届世界中医药针灸文化周，是为了更好弘扬中医药针灸文化，促进中医药针灸更优质、高效地服务公众健康。它不仅是一次学术会议，也是一场面对广大民众的大型中医文化、中医科普推广活动。（来源：中新网）

比“歌友之家”合唱团成立10周年

近日，致力于传播弘扬中华文化的比利时“歌友之家”合唱团举办音乐会，庆祝合唱团成立10周年。

音乐会在布鲁塞尔市中心一处古色古香的教堂举行，从欢快的新疆民歌《青春舞曲》和《掀起你的盖头来》，到深情的艺术歌曲《永隔一江水》和《归园田居》，还有在中国风靡一时的流行歌曲《大鱼》和《向云端》，合唱团一连演唱16首风格各异的歌曲，观众席不时传出阵阵掌声。

据合唱团负责人介绍，成立10年来，合唱团积极参与当地社团活动，在比利时侨社组织的春节、中秋、国庆等晚会以及音乐节、圣诞新年晚会上都曾登台献唱，以歌会友，以歌架桥，为推动比中文化交流贡献力量。（来源：中新网）

蒙古国中华内蒙古总商会换届

近日，蒙古国中华内蒙古总商会第十次会员代表大会在蒙古国乌兰巴托市举行。会员大会选举产生第四届理事会理事、常务理事和领导班子成员。内蒙古自治区贸促会派国际联络部负责人、蒙古国代表处首席代表巴特儿参加。会员大会由第三届理事会常务副会长兼秘书长王树根主持。

今年是中蒙建交75周年。75年来，中国成为蒙古国最大贸易伙伴国，中蒙双边经贸合作持续扩大。

蒙古国中华内蒙古总商会相关负责人表示，将在中国驻蒙古国大使馆和内蒙古自治区的支持和帮助下做好第四届理事会的工作，为在蒙古国的内蒙古中资企业提供良好的商业服务，也为内蒙古赴蒙古国投资企业起到桥梁纽带的作用。（来源：中国侨网）

巴西华校庆祝六月丰收节

近日，巴西圣本笃学校里欢声笑语，上千名中巴学子及家长、教职人员身着传统服饰，共度巴西传统节日六月丰收节。

巴西圣本笃学校地处巴西最大城市圣保罗市中心，毗邻华人聚集区25街，在当地颇具名望。该校自2008年开设中文班，纳入中国国务院侨办首批“华文教育示范学校”，且是巴西第一所获得此荣誉的华校。

巴西圣保罗圣本笃学校校长萧思佳介绍：“六月节是非常传统的巴西节日，让身在都市的孩子们能感受劳作，体会丰收的来之不易。”（来源：中新网）

澳大利亚库扬网球俱乐部卜·查理——

球场上的运动人生

杨宁 颜欣彤

库扬是一座位于澳大利亚墨尔本近郊的小镇，这里有一家始建于1892年的百年老字号——库扬网球俱乐部。下午明媚的阳光照耀在库扬网球俱乐部的草地上，卜·查理正在这里指导运动员练习网球。他是该俱乐部的网球教练，也是一位在澳生活了35年的华人。运动是他的日常爱好、快乐源泉，也是他一生的事业。

与运动的不解之缘

卜·查理今年68岁，中文名为卜崇源，自小与体育结缘。“我的运动生涯已经整整60年了。我从8岁开始接触体育，9岁参加上海市少体校，一直练习乒乓球，后来进入了上海体育大学，是上世纪中国恢复高考后的第一届专业运动员。我以前是中国乒乓球队的运动员，后来在国家队任教了几年。”卜·查理介绍自己的早年经历。

卜·查理来到澳大利亚工作以后，受到库扬网球俱乐部的熏陶，逐渐爱上了网球运动。“网球没有年龄的限制，可以一直打到90岁。这是一个可以持久享受过程的体育项目。”卜·查理说道。

从乒乓球到网球的转型并非一帆风顺。刚开始，卜·查理要重新学习和掌握网球的基本技术，调整身体的运动习惯，克服力量上的困难，为此他投入了大量的时间和精力。

“乒乓球和网球在技术上有很大的差异。乒乓球需要更多的手腕力量，而网球则需要大臂的力量。我在学校的时候和同学一直都是打乒乓球，从来没有接触过网球。所以这一转变对我来说还是挺大的。”卜·查理回忆道。

顽强的运动精神

库扬网球俱乐部曾是澳大利亚网球公开赛的举办地，它拥有100多片球场，包括72片草地球场、46片红土球场，中心球场是硬地。

“库扬俱乐部有着优良的运营模式，在长期的实践中，已经形成了一套选拔和培育优秀运动员的规范制度。”卜·查理说道。

他当教练后，在培育运动员的过程中，不仅教授技术，还

注重提升球员的综合素质。在他看来，网球场上的每一次对决，都是人与人之间的一种情感交流。“对手不仅仅是对手，更是朋友。胜负并不是最终目的，享受比赛的过程、发挥情商与智商才是最重要的。”他说。

他还总结了8字心得——成熟、机智、勇敢、顽强。他观察到，在运动场上，一个优秀的运动员有时候会输给一个水平不如自己的选手。他认为，这是因为有些运动员平时不注重磨炼自身性格，临场遇到困难，就容易控制不住自己的情绪。网球比赛不仅是一场竞技，更是人生的一种缩影。一个优秀的网球运动员必须非常顽强，比如李娜，她能够通过强大的自我建设克服困难。在场上形势不明朗时，她能够保持冷静，勇敢拼搏，而不是急躁行事。

卜·查利的儿子在父亲的影响下，也走上了网球之路，成为一名专业运动员，并在比赛中取得了优异的成绩。“我的儿子现在24岁，正在准备代表库扬俱乐部参加今年或明年的澳大利亚网球公开赛。”卜·查理满怀期待地说。

传播体育文化

“体育不仅仅是一项竞技，更是一种生活方式。”在卜·查理看来，网球运动既可以锻炼身体，又可以沟通心灵，传播文化。

卜·查理平时经常组织体育文化活动。在2018年，他举办了澳洲网球摄影展，邀请了来自全世界的专业摄影师，用影像记录运动的力量，展现运动员的风采。目前他正在筹备一个国际体育艺术节，包含网球论坛、青少年赛事以及俱乐部活动，吸引更多人的参与锻炼，爱上体育运动。

卜·查理所在的库扬网球俱乐部还会举办每年一度的精英赛，它被看作澳洲的热身赛。由于有一些中国队员参与其中，所以它常常吸引很多中国观众的关注。卜·查理特别提到，澳大利亚是一个多元文化的国家，他们在举办这些活动时，经常融入中国元素，如旗袍展示等，吸引来自全世界的观众，推动多元文化的融合。

尽管年过六旬，卜·查理依然坚持锻炼。在他的日常生活中，网球占据了重要的位置。每天清晨，卜·查理都会在家附近的网球场上，和朋友一起运动，保持良好的身体状态。在未来的人生中，他将继续把自己的精力奉献给网球事业，享受健康快乐的活力人生。



侨乡新貌

黄花分外香

黄花菜具有管护成本低，耐寒、耐旱、耐半阴等特性，适应当地气候和土壤环境，浙江省兰溪市永昌街道火炉山村利用丘陵、山地大力发展黄花菜种植，全村种植面积500多亩。新鲜黄花菜经过烘烤制成干，出售给收购商，黄花菜成为村民增收致富的一项主要产业。

图为近日，兰溪市永昌街道火炉山村，村民在地里采摘黄花菜。

时宽兵摄（人民图片）

