

当一个老外在夜校教起了太极拳

市民艺术夜校持续扩容，“朋友圈”愈加壮大

青年报记者 郦亮

本报讯 “你可以想一想，一个外国人在中国教太极拳，这是不得了的事啊！”太极拳老师沙哈说的“外国人”就是他自己。昨晚他第一次站上了上海市民艺术夜校的讲台，课程名字叫“双语太极拳培训班”。2024年市民夜校秋季班昨晚开学，2.5万名市民迎来了自己的新学期。

沙哈2005年就来到上海体育大学来学太极拳了。之前他就对中国功夫一直心向往之，在上体学了10年之后，他对中国功夫有了更深入的理解。“太极拳不像西方的功夫是在打架，它是在动脑筋。”沙哈对太极拳的评价，让记者觉得他已经深谙此道，一语中的。在上海练了近20年的太极拳，沙哈得意地说，他妻子觉得他比20年前还要健康还要年轻。

“Open your knees!”沙哈把膝盖张开，给学员作示范。然后他又要求放松腿部“抖一抖”，中国话里甚至有一点上海腔。95后学员郑鹏程刚在上海一家央企工作一年，他觉得这位外国太极拳老师很有意思，一会儿英语，一会儿中文，所谓“双语太极拳培训班”名不虚传。更关键的是他确实很专业，在未来12节课里，他会教学员陈式太极拳和八段锦。“不光是我教他们，我也希

望能够在这个平台上与中国学员多交流，进行文化的沟通。”

为了满足青年白领读夜校的需求，上海市民艺术夜校这些年一直在扩容。此次秋季班首次实现全市街镇全覆盖，教学点位和课程数量也得到大幅度扩充。秋季班以上海市群众艺术馆为总校，联动设立36个分校363个教学点，400个点位，开设1072门课程，招收学员近2.5万人。记者从市群艺馆获悉，今年秋季班学员以“90后”“00后”为主体，男生比例达到40%。

市民艺术夜校点位的增加，体现的是上海公共文化服务不断发掘潜力的能力。闵行区群众艺术馆分校将夜校教学点开进了马桥城市建设者管理者之家，这也是总书记关心的“家”。在解决“一张床”“一间房”的基础上，进一步解决“一堂课”的问题，同时引进上海沪剧院一级演员徐蓉作为师资力量进驻，为来沪务工人员提供沪语培训课程。上海大学依托专业学科优势与丰富的教学资源，由其继续教育学院开设并推出不同层次的美育课程。借助地理优势，学校分别在其延长校区与宝山校区开设了12门课程，吸引学员报名共计400多人。

已经有越来越多的社会资源加入到市民艺术夜校的序列，夜



沙哈的“双语太极拳培训班”。

青年报记者 常鑫 摄

校的“朋友圈”越来越壮大。上海市群艺馆还发出了“上海市民艺术夜校合作伙伴征集令”，广泛征集2025年上海市民艺术夜校春季班教学点合作伙伴。上海市群众艺术馆副馆长徐皓对青年报记者表示，“欢迎具备教学点和课程资源的机构或社会主体一起加入，我们会请第三方专业教育评估机构审核遴选。”

随着当代青年成长成才需求

的快速成长和多元发展，“夜校”这一学习方式被激活并焕发新生机。据了解，团市委高度重视青年夜校建设工作，自2024年起打造“青年中心·青年夜校”项目，指导各区团组织充分用好当地资源禀赋，主动寻求有关部门单位的大力响应支持，因地制宜、按需成班开办青年夜校。截至目前，全市各级团组织共开办青年夜校87家，设立课程220门，招收学员逾

5000名。课程涉及文化艺术、体育健身、职业发展、社会融入等大类。在各级团组织的探索实践下，也涌现出了很多好的做法。为推动青年夜校高质量、规范化发展，团市委进一步整合资源，发布市级层面第一批青年夜校课程资源清单和《共青团上海市委员会关于进一步办好“青年中心·青年夜校”的工作指引》，切实为更多职业青年提供服务。

方寸之间见医学奇境，第一堂课树职业理想

赤脚医生、爱国卫生运动、第一套成人广播体操，屠呦呦研制出青蒿素治疗疟疾疗效好、而中药黄花蒿正是主要成分……为助力2024级新生迅速融入大学生活，引领他们深入体会医学文化魅力，上海中医药大学安排大一新生走进上海中医药博物馆，看了一场展览——“邮票里的医学”，以独特的文化底蕴和时代视角精心为新生送上一场别开生面的文化盛宴。

青年报记者 刘昕璐

小小邮票

尽显医学文化传承发展

医学内容，一直是国内外邮票发行的主要题材之一，方寸之间，显示出世界医学发展的历史，也是人类与疾病抗争，并防治、战胜疾病的历史。通过中外医家所处时代的社会背景，还能深刻感受当时社会的医疗水平及对医药的重视程度等，客观反映医家为医学发展和人类健康做出的不可磨灭的贡献。

此次，“邮票里的医学”展览由集邮专家整理提供相关邮品及说明，并结合上海中医药博物馆有关文物、邮品及艺术品共同展示给观众。其中，复旦大学附属中山医院徐汇医院消化内科主任医师张杰整理的《疟疾之源——按蚊》《眼病》《慢性肾衰竭的治疗》，以及医学集邮研究会王志华提供的《中国药用植物》《中医药堂》《药用植物加工》等主题邮票、明信片、首日封，使观众有机会透过这些珍贵藏品及其注解，纵观医学的传承与发展。

在展柜中展示的7组邮品，是博物馆馆藏和郭峰老师的珍藏，分别是中国古代医家邮票展示古代名医华佗、张仲景、李时珍；各国“红十字会”发行的邮票；中国武术邮票；中国医疗卫生邮

票；广播体操邮票；港澳地区医药邮票；牡丹系列邮票。在中国武术展区还有一张是学校体育部冯金瑞老师的八卦拳的邮票。

配合系列牡丹花的邮票，展览还展示了中国国家画院首聘研究员陈家冷教授的牡丹花，本次8月书展上海中医药博物馆《生活里的中医药：闻香识本草》科普书，封面就是该画作，彰显着中草药之美，进一步助力中草药科学普及。

短短一课

助力大一新生认同了解

在讲解专家带领下，新生代表步入展厅，一幅幅精美的邮票映入眼帘，仿佛是一本本打开的医学史书，诉说着医学的故事。展览精心挑选多组中外医学邮品，将古代医学的智慧、现代医学的成就、医学先驱的贡献和现代医学组织的发展等精彩呈现。

讲解专家根据这些展出的邮品，将蕴藏在其中的历史讲给学生听，包括从古代医学的探索到现代医学的突破、从传统疗法的实践到尖端科技的亮相等。在古代名医的肖像邮票前，讲解专家融入名医悬壶济世的感人故事，让在馆新生受到心灵洗礼。

“这是我第一次这么近距离

地接触中医药文化，通过邮票这种新颖的形式，让我对中医药有了更加直观和深刻的认识。”贵州考上中医的大一新生莫楠兴奋地说，“特别是看到那些名医的邮票，让我感受到他们身上那种医者仁心的精神，国家对卫生事业的关注和投入也在方寸中尽显，激发我未来学好中医药专业，树立职业理想的决心。”莫楠还和同学们拿到了上海中医药博物馆特别定制的一套“闻香识本草”明信片，于点点滴滴中提升“萌新”对中医药文化的认同和了解。

“当邮票遇上医学这一人类健康守护的主题，它所传递的不仅是知识与信息，更是对生命与健康的尊重和赞美，它们碰撞出的绚烂火花，为我们展现了一幅跨越时空的医学发展画卷。”上海中医药大学党委副书记周斌介绍，希望通过本次展览激发新生对医学和历史文化的兴趣，提升公众的健康意识，让更多的人接触、了解中医药这个“中华优秀传统文化的杰出代表”。上海中医药博物馆馆长李贇也表示，展览将医学文化与邮票相结合，是对医学文化的一次深度挖掘，这场医学与艺术的跨界的对话，等待更多人的探索。

“邮票里的医学”展览将持续到10月10日。



大一新生观看展览。

受访者供图