

## 一群“洋弟子”逐梦武术之乡

本报记者 胡劲松 李权



起势沉稳、出拳刚劲、踢腿生风……4月17日,沛县歌风宾馆羽毛球馆内,拳风阵阵、喊声清亮。几名海外学员正跟随沛县武术非遗传承人潘霜喜潜心习武,一招一式认真专注,尽显对中华传统武术的热忱。

作为首批“全国武术之乡”,沛县崇尚武、薪火相传,少林六合拳、大洪拳等流派传承有序、底蕴深厚。近年来,一批又一批海外武术爱好者远渡重洋、慕名而来,在汉皇故里拜师学艺、体悟中华文化,让沛县武术的影响力持续向海外延伸。

“我练习中国武术已有23年,一直向往正宗传承之地。”来自瑞士的31岁学员科西莫擦去额头汗水,言语恳切。他在瑞士开办的武馆拥有百余名学员,去年在西班牙一场国际六合苗刀公开课上结识潘霜喜后,当即决定赴沛县学武。“在我们国家,大多学习现代武术套路,缺少实战应用与文化内涵。在这里,师傅不仅教招式用法,还讲解中医养生、汉文化,让我收获良多。”

同行学员中,既有土生土长的瑞士武者,也有祖籍多米尼加、旅居瑞士的爱好者。为期一周的高强度集训,让大家倍感充实。“这是美妙而充实的一周,能跟随潘老

师学习,我们十分荣幸。”科西莫说,训练之余,潘霜喜带大家游览汉文化景点、品尝沛县特色美食,沉浸式感受中国风土人情。“我们已经盼着明年再来,多学功夫、多品美食,更深入地了解中华文化。”

与海外常见的套路表演不同,沛县武术坚守实用与养生并重、医武同源、内外兼修的理念,这正是吸引海外武者的核心原因。

“中华武术不只是拳脚技艺,更承载着文化底蕴与哲学智慧。”潘霜喜一边纠正学员动作,一边耐心讲解。身为沛县少林六合堂创始人、国家武术七段,同时兼任中医理疗科医师,他坚持“医武结合”教学:既传授踢打摔拿等实战技法,拆解每一招的实用价值,又以中医经络、气血调理指导训练,减少运动损伤,实现强身健体、修心养性。

“我教给他们的不只是武术,更有‘尚武崇德、以武育人’的武德。”潘霜喜说,海外学员对传统文化的热爱超出预期,不少人在了解汉文化后感叹,沛县历史底蕴厚重,比想象中更有深度、更有气势。

沛县武术走向世界,源于多年深耕。2018年,沛城街道潘阁村建成600余平方米露天武术训练基地,成为沛县武术对外交流

的重要窗口。

“2018年至今,我们已接待来自西班牙、瑞士、意大利、阿根廷、墨西哥、印度、美国等十多个国家的30余名海外学员,每年都有团队慕名前来。”潘阁村党支部书记潘金介绍,基地既是村民健身广场,也是沛城街道武术协会训练基地。

西班牙教练布鲁诺是与沛县结缘很深的海外友人。这位武术爱好者已多次带队来沛,其妻子是上海人。如今,布鲁诺在马德里开设的3家武馆,已成为传播中华武术的重要平台。

一批批“洋弟子”学成归国,变身文化传播使者,让沛县武术的海外朋友圈持续扩大。科西莫表示,回国后将把在沛县学到的传统功夫、汉文化与养生理念,传授给中国的学生,让更多学员了解沛县、喜爱中国武术。

以武为媒,以文化人。潘金表示,当地将持续升级潘阁村训练基地食宿与训练条件,推动武术非遗与汉文化、乡村振兴、文旅融合发展,不断拓宽对外交流渠道,提升村庄知名度与影响力。

本报记者 李权 摄

## 徐州“00后”健身教练圆“霸王梦”

本报记者 吴一凡

身高199厘米,月薪1990元。这个清明假期,宿迁项王故里景区推出的“身高x10”项羽NPC招募令,在互联网上掀起了一场现象级的热潮。

4月6日下午,景区通过现场直播公布选拔结果,来自徐州、身高199厘米的“00后”小伙刘宇航从2000余名报名者中脱颖而出,斩获“最佳项羽”称号。评选结果公布后,有网友调侃说:“这是刘邦派来的卧底吧!”

玩笑归玩笑,这位徐州小伙对这个来之不易的“霸王”头衔,却是格外珍视。“夺冠以后很激动,感觉像做了一场霸王梦。”刘宇航这样描述自己当时的心情。

### 戏马台下的“霸王梦”

刘宇航今年25岁,是一名职业健身教练,也是徐州大汉羽林军美式橄榄球队的成员。奶奶家的老房子离戏马台很近,小时候,爷爷奶奶常带他去戏马台玩耍。对这个在楚韵汉风里成长的男孩来说,“西楚霸王”这四个字,有着特殊的分量。

“我从小在戏马台附近长大,对这位‘力拔山兮气盖世’的西楚霸王十分崇

拜。”刘宇航说,“成年后坚持健身,加上个子高,得知有项羽NPC选拔,就想趁这个机会,圆自己的霸王梦。”

为了这次选拔,刘宇航做足了功课。“为了演好项羽,我把何润东版项羽的影视片段看了整整100遍。希望能够学习到霸王的精髓。”他说。

“我们原本计划选拔5人参与清明假期的景区互动,没想到竟吸引了2000余名选手从全国各地奔赴而来。”宿迁项王故里景区市场营销部负责人蒋妮燃说,参赛选手涵盖在校学生、健身达人、影视爱好者及传统文化从业者等群体,彰显了楚汉文化的深厚影响力。

### “只要还有力气,就不愿辜负每一份期待”

按照景区招募规则,入选的项羽NPC按身高的10倍计算月薪。刘宇航身高199厘米,月薪1990元,清明假期工作两天,加上“最佳项羽”称号额外奖励的5000元,总收入接近9000元。

但比起这份收入,更让他难忘的,是游客

们的热情。

据景区工作人员介绍,刘宇航是个性格内敛的人,但在项王故里扮演项羽的两天里,面对游客的喜爱与鼓励,他渐渐放开自己,在岗位上愈发自信、耀眼。

清明假期,景区内大多是家长带着小朋友游玩。很多家长专程带着孩子前来,只为和这位高大威武的“项羽”合影,孩子们更是满心期待地希望能被“霸王”高高抱起。

“每天互动要抱四五十个小孩,只要还有劲儿,我就有求必应。”刘宇航笑着说,“我想通过自己的表现,让更多小朋友感受到霸王的力量,树立强身健体的理念。只要还有力气,就不愿辜负每一份期待。”这位身高199厘米的徐州小伙,托起的不仅是孩子们对霸王的好奇与向往,更是楚汉文化的传承与延续。

### 健身教练的“文武双全”

脱下项羽的铠甲,刘宇航是一名敬业的健身教练,还是一名橄榄球爱好者,是徐州大汉羽林军美式橄榄球队的成员。打橄榄球多年,他坦言这项运动对抗性强、充满男子气

概。刘宇航非常自豪地表示,“我们球队是‘江苏碗’冠军球队,欢迎大家来试训,感受橄榄球的魅力。”

对于未来,刘宇航的规划清晰而务实,“优先做好本职工作,认真带学员强身健体,同时,也会积极参与宣传徐州、宿迁的相关活动。”

谈及景区此前提出的长期合作意向,刘宇航坦言,因工作、生活均在徐州,未能达成长期合作。不过,“五一”假期可能有返场活动。“非常期待下一次和大家见面。”



## 张艳:让每一个平凡的日子都充满温度

本报记者 周翔宇



“您慢走啊。”张艳笑着将顾客送至店门口,挥手道别。经营着一家建材商铺的她,刚完成一笔订单。

她回到店内落座喝了口水后,便熟练地拿起手机,点开一个醒目的红色公益界面。

“5元。”她轻声念着,果断输入金额与密码,轻轻按下确认键。

今年42岁的张艳,是星火慈善义工服务中心的一名志愿者。在生活中,她保持着一个朴素的习惯,每成交一笔订单,就向公益网站捐出5元钱。

### 每完成一笔订单,捐出5元

“总共捐了多少笔?那记不清了,每次客户一走,我就会顺手捐出去。”张艳笑着说,“要是哪天生意忙、顾客多,中间腾不开手,我就晚上统一算一算当天的订单,再把钱一起捐了。”

因为使用过不止一个捐款平台,具体总额她也没精确统计,“平均下来,一个月大概捐两三百块钱吧。”

“不管顾客买得多还是少,买几百上千块钱的建材,我捐5元,买十几二十块的小物件,我照样捐5元。”张艳一边整理着货架上的货品,一边笑着跟记者说起自己的坚持。

这份持之以恒的善意,并非一时兴起。自年幼时起,一向乐于助人的长辈常教育她帮助别人能让自己内心平和,生活也会

充满积极向上的正能量。这份朴素的家风,让她把行善当作一件自然而然的事。

闲暇时,她也喜欢收听各类公益讲座。不少讲师提到,在力所能及的前提下,将一部分收入用在帮助他人身上,不仅更有意义,也能让人生更加充实快乐。这番话,她也深深记在了心里。

因为坚持每单固定捐出5元,也曾有人跟她打趣:“卖十几块钱的小单,利润本就不多,再捐出5元,会不会不划算?”

每当这时,张艳总是认真地说:“做好事哪能算亏不亏的账?心意是不能用金钱来衡量的。”她坦言,店里的订单金额有多有少,长期算下来,这样的小额捐赠完全在自己力所能及的范围之内。

“在能力范围内做好事,才能坚持得更长久,也能帮到更多人。”张艳笑着说。

### 实现孩子们的小小梦想

在日常的志愿工作中,张艳和同伴们经常会探望和帮助一些困难儿童。

寒暑假的时候,大家总会主动询问孩子们的心愿和需求。他们有的想要几本教辅书,有的想要一个铅笔袋,还有的就盼着能有一副保暖的手套……每一个“梦想”都朴实无华,却藏着孩子们对美好生活的小小期待。

张艳和其他志愿者会分摊认领孩子们的

各种愿望,帮他们实现。

这些年,她给困难儿童买过不少学习用品,最让她印象深刻的,是去年暑假陪儿子一起去选购教材的经历。

“我儿子是中学生,比我更懂哪种实用、贴合课本,所以去买的时候都是他帮我挑。他告诉我,要买带知识点解析和思维导图的,说同学们都在用,能真正帮到弟弟妹妹们。”张艳感慨道,听着孩子的心里话特别暖,能和孩子一起参与公益,是很有意义的事情。

给孩子们买保暖手套的时候,张艳更是格外用心。“小孩子都爱美,也有自己的喜好,买的时候要认真选一下,不能拿起就走。”她坦言,每次挑选手套,都会仔细区分男女孩子的偏好,“男孩子大多喜欢哪吒、孙悟空这些神话人物,我就选带这类图案的,还会尽量挑深色、耐脏的款式;女孩子就不一样,得选粉色、黄色这种亮堂又暖和的颜色,摸着软乎乎的,适合她们。”

### 捐赠旧衣,让善意落地

在帮扶困难儿童的同时,张艳还有个坚持多年的习惯,整理家中闲置衣物,洗干净后捐赠出去。

说起捐衣服的经历,她就打开了话匣子:“一开始图方便,我把衣服打包好,丢进小区里的旧衣回收机,一放了事。可时间久了,心

里总没底,不知道这些衣服最终去了哪里,能不能真正派上用场。”

后来,她便尝试在社交平台上联系需要衣物的人,打包、填地址、寄快递,一步步亲自操办。“刷小红书、抖音的时候,会看到有人说需要衣服,我会看看对方主页,再聊天问问其他信息,感觉是确实需要,就寄给对方。”

“虽然比扔回收机麻烦些,但能知道衣服寄到了谁手里,对方穿上后还会拍照感谢,心里就暖暖的。”张艳坦言,有时候,她也会把衣服送给身边自己了解的困难家庭,“送东西就得送到实处,能亲眼看到对方收到衣物时的笑容,比什么都强。”

在她看来,做好事不能图省事,“越费劲、越用心,就越能把事做到实处,也越有意义。”

平日里,张艳还会经常翻看各类公益网站和公众号,一旦看到有特别困难、急需帮助的人,就会主动想办法联系对方,无论是衣物、生活用品,还是力所能及的小额捐款,她都会毫不犹豫地伸出援手。

没有大张旗鼓的行动,张艳把善举都藏在日常里。每单5元的坚守,帮扶孩童的细心,捐赠衣物的真诚,皆是张艳力所能及的付出。她以朴素之心践行善意,不图回报、不事张扬,用点滴行动,把温暖传递给身边每一个需要帮助的人,也诠释着普通人的善良与真诚。

本报记者 周翔宇 摄