

# 巴西老师教柔术 意大利白领学针灸

上海市民艺术夜校秋季班火热开班



## 文体社会

昨晚,2024年上海市民艺术夜校秋季班在上海各区开班授课,400个点位共开设1072门课程,招收学员近2.5万人。让人眼前一亮的是,今年的课堂上,无论是外籍老师,还是外籍学生,都越来越多。

在上海市群艺馆的“针灸与经络外籍班”上,来自意大利的卡米拉一下班就赶了过来,和来自泰国的拉达一起认真听着、记着老师讲“心与小肠相表里”“肝胆相照”……外籍老师也有不少,来自以色列的沙哈以双语教学方式,在群艺馆开设了太极拳课程,带着同学们“野马分鬃”;静安区文化馆的教学点里,巴西籍教练安娜和土库曼斯坦籍教练阿曼带着同学们体验巴西柔术。市民艺术夜校,越来越有国际范。



本文配图 记者 王凯 摄

来中国6年的卡米拉,在上海做着和金融相关的工作。生长在意大利的她从小喜欢听中文歌、看中文剧,尽管听不太懂,但那些好听的旋律,好看的衣服对一个小女孩来说,充满了吸引力。她对中医的最初印象是神奇——那一年,她的奶奶膝盖疼,去了当地很多医院、吃了不少药都不见效。最终,请了一位老中医,几次针灸下来,奶奶腰不酸了,膝盖也不疼了。对中国文化的热爱,使她投入了中文学习。

上个月,朋友推给她一条信息,

秋季班的夜校不仅外籍人士可以作为学员来学习体验特色文化,还首次出现了外籍教师。

巴西柔术的课堂上,两位老师都是高手,阿曼曾入选过土库曼斯坦国家队,参加过奥运会,已在中国生活近5年,在上海的各项柔术比赛中拿过许多金牌,目前在上海的一间格斗道馆担任教练工作。安娜教练也是巴西柔术黑带(见左图),在中国走遍北京、成都、重庆、佛山……遍访过各路武林高手。难怪课一开,名额6秒之内就被抢完。

上课前,同学们充满了期待,跃跃

## 外国学生互帮互助交朋友

市民艺术夜校要开“针灸与经络外籍班”,她立刻报名参加。“今天是第一次上课,老师讲的大部分都很有意思,有的太专业的内容我都记在笔记本上了,回家再消化消化。”卡米拉说。

课堂上,看到卡米拉对着笔记本有些皱眉,在泰国学过很多年中医的拉达主动过来帮助她。“她不太理解为什么医脚可以治头疼,为什么心和小肠会连在一起……我就想着帮她好好翻译和解释一下。”拉达说,“不过,我发现她的中文比我好多了。”拉达觉得

来这里不仅可以提高中文,还能交到很多新朋友。

华漕国际社区居住着近80个国家和地区9000余名外籍人士,今秋夜校在此教学点开设“黑池”舞蹈课程,为外籍人士提供了一个独特的文化体验平台。此次秋季班除了开设“针灸与经络”“黑池舞蹈”这样的新课程之外,还保留了前期受到老外同学欢迎的江南点心、沪语等9门课程,帮助外籍人士更好地融入当地社区,同时也为他们提供了一个轻松愉快的社交场合。

## 外籍老师藏龙卧虎高手多

欲试。晚上7时正式上课,两位教练甚至都没有寒暄两句,就带着大家直奔主题——热身。熊爬、倒爬、猩猩跳、侧跳、虾行……几套热身动作下来,同学们才发现“台上一分钟,台下十年功”,想要成为高手,必须要先吃苦。做了攻略才抢到这个课程的朱小姐,一通操作下来,直呼过瘾,她说:“我平日也健身,这是第一次跟着专业的教练学习柔术,比想象中累多了,但一身汗很解压。”安娜教练告诉同学们巴西柔术的每个动作都需要全身肌肉参与,不仅能消耗卡路里和达到全身性锻炼的效果,也能学习多种策略靠

近对手,提高耐力、平衡力等。

此外,今年开设太极拳课程的沙哈,毕业于上海体育大学民族传统体育专业本科,精通中国太极拳、健身气功以及太极推手和散打。这次他用双语模式教学,将太极拳的精髓与跨文化交流完美融合,吸引不少市民前来参与学习(见上图)。

中国开放的大门越开越大,越来越多的外籍老师、外籍同学参与到市民艺术夜校中来,体验中国文化、上海文化,不仅可以帮助他们更好地融入上海,也有助于文化的双向交流。

本报记者 吴翔

## 跟着萌兔逛弄堂

本报讯(记者 吴翔)昨晚,8组巨型萌兔灯光装置在今潮8弄这条百年弄堂被点亮。此次“弄月·中西”光映艺术季将整个百年弄堂以“天涯共月”为题,化作“中西对话”的浪漫之境,让市民在弄堂里赏月游园、看演出、做非遗,体验“海派国潮”。

从武进路进入弄堂,弄堂口一只硕大的紫色萌兔“创世启月”从过街楼上低头垂手,动作仿若世界名画,游客抬头伸手便可与之互触指尖,来一次“跨次元互动”;四川北路与海宁路路口的百年建筑天台上,粉色萌兔“琼楼眺月”抬手远眺,喜迎八方游客;上海文学馆(在建中)辰虹园前的大草坪



上,一只11.4米长的蓝色巨兔“浮生闲月”悠然自得,仰天望月;虹口海派文化中心前的“筑梦凝月”兔萌感十足,托腮翘首,凝望着面前的巨型月亮……

除了上述4组兔子灯之外,还有“百舸争月”“震世探月”“探弄窥月”“弄里抱月”4组花样兔子灯,在弄堂中四处可见,憨态可掬的模样引人驻足。萌兔花灯灵感源自中国探月工程的科技浪漫与西方经典油画的艺术韵味,不仅装点了弄堂口、过街楼、屋顶等各个熟悉的角落,还首次将海派灯会拓展至虹口海派文化中心、上海文学馆的草坪和12月下旬将开业的滨港商业中心前。

该活动将作为首届上海国际光影节虹口“四川北路文旅圈”活动,同时今潮8弄将作为上海旅游节虹口分会场,自即日起至10月中旬围绕“映月”海派中秋灯会、“奔月”舞蹈光影演出、“庆月”中秋国庆系列市集、“圆月”非遗手作工坊、“品月”多重佳节好礼等五大板块展开100余场丰富活动。曾在全球举办超过2000场演出的“艾贝尔之梦”法国光影大巡游上海首演将于中秋小长假亮相,更有汉服国风主题巡游、第二届虹口书会、海派文化中心虹口主题建筑投影秀等活动轮番登场,以音舞的流动美学点缀弄堂的光影浪漫,和市民共迎中秋国庆佳节。

张桂铭艺术展“惊艳”亮相  
作品多次发表于本报《夜光杯》

今年是海派书画名家张桂铭先生逝世10周年,“惊艳——张桂铭艺术回顾展”本周起在上海海派艺术馆亮相,系统呈现了这位艺术家的创作生涯。如馆长李磊所述,张桂铭是“新海派三剑客”之一,其身上的艺术才情、东西互鉴的审美力以及衰年变法的勇气,都是今天深切怀念这位艺术前辈的理由。

张桂铭1939年生于浙江绍兴,毕业于浙江美术学院中国画系,1964年来沪,在上海中国画院从事专业创作。在花鸟、山水以及人物造型等方面探索和风格演变,让张桂铭脱颖而出,他以自身强健的墨线为根基,巧妙地吸取西洋的色彩感觉,同时撷取民间单纯质朴的形式和情调,构建极具视觉冲击的艺术图景。20多年间,他的作品多次发表于本报《夜光杯》。

展览展出100多幅作品,其中不少是首次公开亮相,构成图式以及色彩亮丽是张桂铭作品的视觉亮点。开展当日,众多艺术家、评论家汇聚一堂,探讨张桂铭的艺术实践和对海派文化的影响和贡献。著名书画家陈家泠评价老友,说他谦逊地向画院各位大师讨教、学习,为之后构建自己让人惊艳的绘画图式奠定了技术和创新的基础,“升起了一面新海派绘画的旗帜”。

展览开幕当日,张桂铭夫人肖克珍将其代表作《荷鹤》捐赠给海派艺术馆。

本报记者 乐梦融

紫色萌兔“创世启月”欢迎游客  
本报记者 陈梦泽 摄