南京酷热的天气,挡不住一群少年的热情。7月31日、8月1日,300多名来自美国、德国等国家的华裔青少年在江苏省侨办的中医惠侨基地感受中医魅力,体验神奇的传统中医药文化。

见习记者 梅书华 现代快报/ZAKER南京记者 鹿伟 安莹/文 牛华新 徐洋/摄

300多名华裔青少年来宁感受中医魅力

亲手做中药香囊 带回去送给最好的朋友



孩子们在学习体验中药茶文化





自己动手做中药香囊



在老师的指导下,同学们学会用戥秤

如果你在寻医问药过程中,有什么不明白的事、有什么不愉快的体验,甚至遭遇了欺诈,请跟我们韶一韶。可以拨打现代快报大健康投诉热线96060,也可以扫码关注“乐活健康族”微信公众号。

被中医圈粉

有的中药并不苦,生活中随处可见

他们黑头发黄皮肤,出生在国外。中医对来访的华裔青少年来说像是“熟悉的陌生人”,听过、接触过,但没有如此零距离感受过。

江苏省中医院是我国首个中医惠侨基地,历代名医辈出,底蕴深厚。一走进医院的院史陈列馆,听着讲解员对名医们的介绍,看着书架上摆放的中医古籍,孩子们安静下来,瞬间被中医圈粉。

介绍中药时,这些孩子立即摇摇头,露出痛苦的表情说:“ 苦,难喝。”江苏省中医院药学部的老师介绍道,“其实你们误会中药了,做冰糖葫芦用的山楂,煲汤的枸杞,甚至海边随处可见的牡蛎都是中药,可以说中药在生活中随处可见”。

活动现场摆出的这些中药材和中药植物也让他们改变了对中药的印象。“这是薄荷,可以治感冒头疼,味道芬芳,尝起来还很清凉。”老师们端出了一盆新鲜薄荷,很多人第一次见,摘了一片,闻了又尝。还有人将叶片撕碎了放进矿泉水里。“原来中药并不稀奇,我们都遇到过呢。”

DIY中药香囊,带回去送给最好的朋友

进入大暑节气,正是蚊虫活跃期,比起蚊香、杀虫剂等化学方法,中药香囊驱赶蚊虫,安全又有效。“接下来要教大家DIY一款防虫香囊,陶罐里是香囊的主要材料,是由艾叶、紫苏叶、薄荷、丁香、广藿香等中药打成的粉末,最主要的作用是芳香化湿,驱蚊避秽。”台上老师讲解,这些青少年有的在记录,有的早已按捺不住,摸摸这个看看那个。

青少年们一本正经拿着戥秤,将瓷罐里的药粉一勺一勺装入秤盘中,轻轻滑动砣绳,称取精准重量,先后封入白色药包和古色古香的香囊袋中,一针一针缝……

“为什么这个秤上面没有数字?怎么才能称准确重量?”来自美国的黄子玲开启了“十万个为什么”模式。面对疑问,老师提起小秤,将秤砣滑到了一个红线处,“这就是10克,秤杆平衡了就可以了。”

“去草地上玩的时候,经常会有蚊子,我要把它一直挂在身上,这样就不怕蚊子咬我了。”做好香囊的黄子玲拿着自己的完成品爱不释手。“我要带回去送给爸爸妈妈”“我要送给我最好的朋友,告诉他们这是中药,可以驱蚊。”陆陆续续做好香囊的小伙伴们都表示回去后要把香囊、中医文化分享给大家。

国医大师的清热解暑茶太赞,有种“special”的味道

最后的中药茶文化环节更是惊艳,四位穿着茶服的姐姐款款走来,给大家行礼泡茶。这是一份清热解暑饮,由绿豆、藿香、乌梅、淡竹叶等作为原料,是国医大师周仲瑛的方子。有着清热化湿生津的作用。讲台上,有人开始缓缓朗诵起范仲淹的《斗茶歌》。这样古韵十足的场景,也让这些来自海外的青少年感受到了中医文化的魅力。

“中国茶好神奇,一片小小的树叶竟然有这么多的故事和讲究。”茶泡好后,大家纷纷端起杯子,先观茶汤、再闻茶味、后品茶味。孩子们互相分享感受,“有一点点苦,但是觉得很健康,因为它的原料都是天然的,不像饮料里有很多糖和化学添加剂,这是一种‘special’(特殊)的味道。”

中医文化传承

望闻问切、《本草纲目》、针灸他们都有点懂

“虽然这些孩子对中医文化不是非常了解,但是也不是完全陌生,这和我最初的想象不太一样。”江苏中医惠侨基地、江苏省中医院药学部主管中药师周竹琇说。通过几天的相处,她对这些华裔青少年身上的“中国文化素养”印象深刻。

来自美国休斯顿的范文徽是孩子中最“懂”中医的,“中医讲究望闻问切、阴阳平衡”,他向小伙伴解释中医也颇为专业。范文徽的父母在国内时就是中医,后来移居国外,在日常生活中,他也受到了潜移默化的影响。15岁的刘安来自美国圣地亚哥,她说:“每次我回到中国,姥爷都会给我刮痧。”此外,她还对《本草纲目》有所了解。

“我小时候常常肚子疼,奶奶会在我的手指上扎针,当时很害怕,但是过一会就会觉得舒服了。”来自德国的徐嘉玲谈论了很多中医对她的帮助,这也让她对中医产生了很大的兴趣,“我觉得中医很棒,以后要多看一些中医的书籍,来了解它的神奇。”

要让更多的华裔青少年了解中医药文化

现代快报记者在采访时发现,这些青少年虽然“朋友圈”在国外,但中文功底并不弱,除了普通话说得好,对很多历史知识也掌握得很不错。活动中,老师提问,《离骚》的作者是谁,是哪个朝代的?他们都能快速回答出来。

今年12岁的李小镛是中德混血儿,别看他岁数不大,在妈妈的影响下,李小镛早已成为一位“中医粉”。夏天不能贪凉否则伤阳气、早上阳气上升喝热水……老中医的告诫,他熟记于心。

李小镛的妈妈告诉现代快报记者,她曾经带着孩子去北京的中医院把脉看病,当时中医还开了药,她特意买了一个砂锅背回德国,给儿子熬药。在手工DIY香囊时,老师提到了“锦囊妙计”这个成语。李小镛也一下子就理解了。原来,他特别喜欢《三国演义》《东周列国志》这些历史小说,讲起来头头是道。

江苏中医惠侨基地、江苏省中医院健康产业办公室主任束雅春认为,孩子们通过中医药文化课,参加特色活动,真正了解了祖国文化的博大精深。她认为这样的活动以后可经常举办,让更多的海外青少年了解中医药文化。