

长沙武林高手：培养美国的“太极侠”

因武术获美国小镇“杰出贡献奖”

文：今日女报/凤网记者 吴迪 供图：受访者
“我想为中国大妈正名！”9月4日，今日女报/凤网记者在长沙见到刘桂芳时，她说现在“中国大妈”仿佛成了一个贬义词。在国外，中国大妈也可以很棒。她要将中国武术传播到国外。刘桂芳已在美国免费传播中华武术8年，就在今年4月，她还将在湖南生根的太乙游龙拳带到了联合国总部，成为“湖南武术界在联合国表演武术第一人”。



刘桂芳（前）的太极课深受洋学生喜爱。

渐渐地，学员们学得越来越多、越来越好。“有越来越多、越来越好。住在百公里以外的人，都开车赶来了。”刘桂芳说，“2011年教二十四式太极拳，2012年开始教游龙拳。”除了太极班授课，刘桂芳还经常跟着孔子学院的学员一起去外学区表演。“太极是每次活动中最亮的点。外国人学中国文化，直接拿汉字让他们写，他们会觉得很难，但是运动健身，他们都很喜欢。”刘桂芳的授课内容也由此扩大到游龙拳、游龙剑、太极拳、八段锦、易筋经、五禽戏、马王堆导引术、功夫扇等中国武术。

段证书。不仅如此，刘桂芳还培养出了一批美国本土太极教练，目前太极班已经走出了4名“洋教练”，他们在周边社区开设太极课。国家汉办官网新闻中心今年5月对刘桂芳所在的太极班进行了报道。

2017年1月26日，刘桂芳获得了学校所在小镇颁发的“杰出贡献奖”。那一天，刘桂芳很开心，她觉得自己的付出得到了认可。

今年4月，联合国中文日，刘桂芳和女儿吴中蓓受邀到联合国进行5分钟的表演。在女儿吴中蓓的古筝声中，她表演太乙游龙拳。结果，计时员和观众都沉浸在了武术世界中，刘桂芳整整表演了15分钟。刘桂芳也因此成为“湖南武术界在联合国表演武术第一人”。

2017年，阿尔弗莱德大学孔子学院与中国武协合作设立了武术段位制（太极拳）美东考点，太极班20名学员参加武术段位制考试，获得了中国武术一

洋人学武术，就爱问个“为什么”

刘桂芳还没到美国时，当地不少居民和学生就知道她了。原来，美国纽约州的阿尔弗莱德大学孔子学院曾有个太极短期讲座，后来因老师回国而中断——但学员们的兴趣已经被勾起来了。该院副教授吴中蓓得知后，告诉他们：她的母亲就是武术家，明年会来美国探亲。

吴中蓓的母亲刘桂芳师从中国武术门派太乙游龙拳第十二代掌门人余安仁，现任湖南省武协对外交流中心副主任。

因此，刘桂芳2011年到美国时，很快便被学生们拉去教太极。

学员中有退休教授、附近居民，还有大学生，大部分是女性。因为学员们没有基础，刘桂芳便从最简单的“二十四式太极拳”教起。

“老师，有没有动作少一点的，这套拳动作太多了。”常有学生这样问刘桂芳。而且，刘桂芳几乎每做一个动作都会被打断，因为学员们太喜欢问“为什么”了。“刘老师，起势为什么这样起？”“手心为什

么是向下而不是向上？”……

一开始，刘桂芳以为是外国人对中国武术领悟力差，后来她发现“中国人更多地关注动作，但外国人学的时候是想了解中国文化”。

为了回答学员们层出不穷的问题，刘桂芳把很多时间用在了查资料上。“他们经常问问题，也是尊重我的体现，说明他们学得很认真。”刘桂芳严肃地说，“毕竟几十个人要问自己问题，还是得好好想想，不能说错。”

永州宿管阿姨：当好学生的“龚妈妈”

文：今日女报/凤网见习记者 莫雪霏

“我离开那天，学生们都跑来跟我说，‘那以后谁来照顾我们呢？’”52岁的龚松云回忆起离职的那天，话语里满是怀念。或许正是忘不了那些青春的笑脸，她找了一份新工作，仍然负责管理女生宿舍。

当宿管阿姨已经30年的龚松云被学生们称呼为“龚妈妈”，在这声亲切的呼唤背后，她又是一位独自挑起家庭重担的坚强女人。

今年，龚松云家庭荣获“全国最美家庭”称号，她说：“得奖之后最大的改变，就是日子过得更有劲了。”



丈夫走后，龚松云十二年如一日悉心照料婆婆的生活起居。 供图：受访者

婆婆口中的“亲闺女”

龚松云所住的职工宿舍设在女生宿舍一楼，一间15余平方米的房间，龚松云和年过七旬的婆婆挤在唯一的床上。“每天都是凌晨3点去食堂准备早饭，因为5点之后要留出一个小时为学生们早上洗漱烧热水，食堂就要在这之前提前煮好米饭、准备食材。”

9月2日，龚松云向今日女报/凤网记者回忆起在永州市双牌县麻江镇麻江学校工作的日子，依然十分感叹。

1988年，龚松云和丈夫来校工作，她负责女生宿舍管理和食堂炊事。2006年，丈夫突发脑溢血去世，留下年近多病的婆婆和尚未成年的儿子王群。

食堂一日三餐的准备工作十分紧凑，休息时间又短，这么多年来，龚松云总是想办法挤出时

间回宿舍照顾婆婆，从未让婆婆吃过一口冷饭。“即使是工作人员，食堂也不允许外带食物。”龚松云说，所以她在宿舍的走廊上围了一小块地，搭了个简单的灶台，就当是厨房。

2007年的一天，婆婆突然吐血住院。医院很快开出了1万余元的医疗费。

“当时好多人说，老人家怕是不行了，要不就随她去吧。”龚松云没有听劝，她请学校的老师担保，向银行贷款1万元，又向亲戚借了好几千元，凑够了治疗费用。

所幸，婆婆渡过了危机，而这笔欠款，龚松云节衣缩食花了3年时间才彻底还清。婆婆说：“没有她，我早活不下去了，她对我比亲闺女还亲。”

学生眼里的“龚妈妈”

作为儿媳，龚松云将婆婆当作亲生母亲一样照顾；作为学校宿舍管理员，她对待学生也如同对待自己的孩子一样百般呵护。

当时，宿舍楼设施不齐，直到2016年都没有卫生间和自来水，因此每个寝室会备一个桶子给学生方便。“高年级的学生可以自己拎着桶子到外面的公共厕所倒掉，年纪小的拿不动，我就帮他们提过去。”龚松云说，她会将所有的桶子洗刷干净，晚上再分发到各寝室。

有一次，龚松云刚睡下，就听见有学生急匆匆敲门，说自己生病发烧了。龚松云立即带她去校医院看病，整夜照顾孩子未曾合眼，直到孩子病情好转。

2012年，一名叫邓吉燕的小

学四年级学生身患重病却坚持上学，她母亲听闻龚松云待学生十分尽心，便委托龚松云为孩子熬制中药，龚松云爽快地答应下来。

那段时间，龚松云在食堂、宿舍楼两点一线跑得更勤了。一服中药需熬制40分钟，龚松云没有这么长的休息时间，就只能回来给婆婆做饭时便把药熬上，临走时将火关小，再掐点抽空回来将药盛出，守着邓吉燕喝下。她就这样坚持了一个月，一天三次，从无错漏。

“后来这女孩的病总算好了。”龚松云欣慰地说，离开学校后，她还曾在路上遇到邓吉燕的母亲，“她妈妈告诉我，女孩个头长得比我高了，现在很健康”。

离不开孩子们的“阿姨”

学校上班时间是周日晚上到周五下午，其余时间，龚松云也没有闲着，通过帮别人修补衣物补贴家用。2009年，因为没有条件供儿子读高中，初中毕业的王群便考取了免费费的师范专科学校。“不过还好，王群现在在江村做小学老师，教语文，人手不够时也兼教数学。”

2016年，属于工勤编制的龚松云从麻江学校退休，从学校宿舍搬了出来，却因此没了住处，只

好借款20万元买了麻江村一套二手房，“跟前比宽敞多了，婆婆住着也舒心些。”龚松云说，之前繁重的工作导致她的右手和左腿劳损严重，每天都要贴膏药，也干不了太重的活了。但是，龚松云很快又在一家私立学校找了新工作，仍然负责管理女生宿舍。“还是习惯了和孩子们打交道吧。”龚松云笑着说，“儿子现在每年会交2万元钱给我。相较从前，现在的日子已经好过许多了，我很满足。”



扫一扫，点赞最美宿管阿姨