



我的救命恩人拿了省残运会银牌

豹变

银发族

夏韵 中青报 中青网记者 李超

跃入河水连救两人,与参加省运会游泳比赛所需要的勇气,哪个更大?今年32岁的李俊给出了答案。

许姐,我拿奖了!在江苏常熟市董浜镇看自家店的许华柳接到了弟弟李俊的报喜电话。

许华柳高兴得立刻放下手里的活儿,小松(李俊的小名)祝贺你!等你回来家里吃饭啊!

就在当天,李俊这位游泳断训14年、右腿残疾的小伙子在江苏省第十一届残疾人运动会上,夺得S9级100米仰泳银牌和男子S9级50米自由泳铜牌。

两人并不是亲姐弟。他们结识于4个月前,当时许华柳母女不慎落水险些丧命,是李俊将母女俩救起。从此,这个贵州青年在他乡有了家人。

水中救人的侠义小伙子

5月10日早7点,与往常休息日一样,李俊拿着鱼竿,来到常熟市董浜镇香悦四季雅苑围墙外的河道旁,寻了一处好位置坐下来。

快到中午11点,李俊看到在河对岸玩耍的小女孩脚下一滑,落入两米深的河里,女孩在水里不停地挣扎,发出呜呜声音,向河中央漂去。

此时,女孩妈妈许华柳正在河边摘野菜,李俊马上大声提醒,小孩掉水里了!

许华柳快步跑到河边,迅速跳入河里。下去的时候,我拽住了女儿的衣服,那个时候还是有意识的,我抓住衣服只想把她往上面托,托了几下,我不会游泳,也没力气。

许华柳一下子沉下去了,咕嘟咕嘟喝了几口水。许华柳回忆,她越是用力将女儿推向岸边,就越是往下沉,浑浊的河水淹没了口鼻,当时我心想,我们娘俩今天也就在这里结束了。

恍惚之间,许华柳感到有一股强大的力量将她推向岸边。直到上了岸,许华柳才发现是刚才那位钓鱼的帮其顺气。不一会儿她嘴唇开始红润,脸上也有了血色。

随后,女儿也被抱上岸。但此时,女儿已嘴唇发紫,脸色苍白。李俊将孩子放在自己膝盖上,不断拍背帮其顺气。不一会儿她嘴唇开始红润,脸上也有了血色。

许华柳惊魂未定,抱着女儿边哭边给丈夫打电话,却不知道这位做了好事的小伙子已悄悄游回对岸。

在对岸看到孩子爸爸来把母女俩接走,我才放心离开。李俊收拾了渔具,换了地方继续钓鱼。由于河边和水里的石头异常锋利,他才发现腿隐隐作痛。

传承的勇气:要把生的希望带给别人

当天晚上,许华柳和家人打听到李俊的住处,登门道谢。直到这时,她才发现救命恩人是一位右腿四级残疾的残障人士。

这顿饭我必须得请!许华柳特意邀请李俊来家里吃饭。接到电话,李俊意外又开心,这只是一件小事。尽管腿部还有些疼,但他觉得一切都值得。在许华柳的再三邀请下,李俊第二天来到许华柳家中,还给小女孩带了一箱牛奶。

许华柳还做了一桌菜,有鱼有鸭有虾,摆了一桌子。饭桌上,许华柳频频给小伙子夹菜,依旧无法



李俊在江苏省第十一届残疾人运动会上,夺得S9级100米仰泳银牌和男子S9级50米自由泳铜牌。受访者供图

表达他内心的感激,我把他当成亲弟弟。

许华柳回忆说,当时沉溺在水里,濒临死亡的感觉尤为清晰,感觉跳进了深不见底的黑洞,想抓住却什么也抓不住。

我的命也是捡回来的。许华柳母女所亲历的濒死感,李俊在19年前也体会过。

2003年10月28日中午,在贵州省普安县某小学的操场上,几个学生因口角纷争打了起来。

正上小学4年级的李俊,上去劝架却被同学误以为是来帮对方打架的。混乱之中,李俊被同学用匕首刺伤右腿,动脉血管和神经被切断,鲜血瞬间大量喷出。

李俊的小学老师徐明回忆,自己和学生一起将李俊抬上三轮车,近3公里的乡镇土路,徐明拼命蹬车,和死神赛跑,将李俊送到当地乡镇医院。

两天后,李俊闯过鬼门关,遗憾的是,他的右腿永远落下了残疾。

体弱多病濒临死亡的痛,哪怕再困难,也要把生的希望带给别人。李俊说。

这一次,李俊见义勇为的故事被当地媒体广泛报道,常熟市公安局给他颁发了见义勇为荣誉证书和奖励。7月,他还登上了江苏好人榜。两个月后,作为江苏唯一代表,他又登上了2022年第三季度见义勇为勇士季度榜。

徐明在手机刷到了新闻,我马上觉得很可能是他。徐明十分激动,当年教学生,是出于做老师的本能,看到当年的学生又去救了别人,感到非常骄傲。

外出打工后,李俊已有近10年没见过老师。在当地媒体的帮助下,李俊重新联系上恩师。

在视频电话里,平日里不善言辞的李俊说:谢谢老师救了我,给了我第二次生命,真的谢谢您。今后一定会谨记老师的教诲,继续帮助别人。

入水救人的勇气让他获得了银牌

李俊的救人视频,引起了常熟市残联理事长董建清的关注。他了解到,早在2008年,在贵州省残疾人游泳锦标赛上,李俊便有男子S9级50米自由泳第四名的好成绩。

恰逢江苏省第十一届残疾人运动会开始报名,董建清亲自上门邀请李俊参加试训。巧的是,成为游泳运动员是李俊儿时的梦想,他毫不犹豫地答应了。

这是个很淳朴的小伙子。董建清这样形容他。今年32岁的李俊,对游泳运动员而言,已不算年轻。与体力占优势的年轻参赛选手相比,体能是比赛拉开差距的重要因素。

我第一次恢复训练时,50米都没游完,体力跟不上,身体没受伤的左腿一侧倒,晕乎乎的。在水里不从心的感觉让李俊很沮丧,儿时在贵州水库和小伙伴游泳打闹的轻松愉快,似乎很难再回来。

与同级别的运动员相比,他的残疾情况算是很严重的,需要比常人付出更多。距离比赛还剩一个多月,时间很紧,李俊的教练应该给他做了训练规划,包括心肺、肌肉力量和水感等方面的恢复训练,更多还是靠自己。

只剩一个多月的时间,李俊每天早晚各加练半小时。在水里呼吸不上来,就训练呼吸节奏;在水里身体不平衡,就纠正泳姿,体能跟不上,就反复加练提高。

最后,他没有让大伙儿失望,一口气收获两枚奖牌。

仰泳比赛还有20米时,我感觉体力已经到了极限,四肢好像不是自己的。李俊坦言,当时心里就想着一定要咬牙游完。

上岸收到应斌发来的短信,他才知道可以拿奖牌。与他同场竞技的,是2016年里约残奥会S8级男子100米仰泳比赛冠军周聪。

作为教练,我为他在比赛中不畏强手的表现感到骄傲。应斌表示,李俊为自己也为苏州代表团赢得宝贵的奖牌,这就是他入水救人勇气的体现。

得奖回常熟后,李俊再次去了许华柳家,原本约好的团圆饭,也变成庆功宴。

饭桌上,许华柳给李俊母亲打去视频电话:小松正在家里吃饭呢,以后我们待他就像一家人一样,您不要担心。

虽然是我救了母女俩,但感觉收获更多的反而是我自己。李俊没想到可以幸运地参加运动会,尽管他觉得自己人生不尽完美,但现在发现自己也被社会需要,能做些力所能及的事情。

这位贵州好男儿有了新目标,他希望考取教练员证和游泳教练证,教身边更多小朋友学会游泳,让孩子溺水身亡的悲剧尽量减少发生。

只有贫穷的口袋,没有贫穷的脑袋

没有终点的 爱心专列号

通讯员 胡金林 于君 中青报 中青网记者 蒋雨彤

10月18日晚,温州商学院举行2022级新生开学典礼暨 励志校友帮扶行动启动仪式,浙江温州泰顺的李秋红受邀参加。母亲因为聋哑平时几乎不出远门。李秋红第一次带着母亲和6岁的小儿子去看看那些给予她很多温暖的人,去赴一场关于感恩的暖心约定。

2005年,李秋红读初二,父亲重病,母亲聋哑,家庭困难,她面临着辍学的困境。那时,温州商学院(当时叫温州大学城市学院)正在发起 寻找山里最需要帮助的孩子 助学活动,李秋红成了受助人之一。她得到了学费和生活费的资助,从初二开始到大专毕业。当年的助学结对仪式真是历历在目,至今还能想起参观图书馆、学生公寓时感受到的震撼。我就是在那时萌发了想上大学的强烈愿望。

李秋红从大一开始,总会抽空到敬老院做志愿者,还参与了残奥会的志愿服务。2020年初回乡遇上新冠肺炎疫情,她作为党员代表,与村里10名党员一起轮流值勤。如今,她在村里当志愿者,帮助村里的老人、小孩和妇女,受到村民的称赞。

17年前,温州商学院创始人张汉鸣发起 寻找山里最需要帮助的孩子 大型助学活动,帮助100多名苦孩子圆了求学梦。17年过去了,这些孩子不仅没有忘记这份爱,更想用他们现有的力量帮助励志学子,把这份爱延续下去。

前几天我无意中看到温州商学院启动励志助学圆梦行动,内心很激动,一下子又想起了17年前的那段日子。李秋红说,只有贫穷的口袋,没有贫穷的脑袋,希望大家都有去读书的机会并



10月18日,在温州商学院励志校友帮扶行动启动仪式上,受资助学生李秋红(左二)和葛鹏飞(左五)及其亲属上台分享资助感恩故事。温州商学院供图

且好好珍惜它。对我来说,这个世界是温暖的,我希望其他有困难的孩子也能体会到,所以我想加入进来。

2006年,超强台风 桑美 正面袭击温州,温州商学院联合温州市慈善总会等成立 爱心专列号,注入首笔爱心款100万元,救助因灾失去亲人的孩子和孤寡老人。2015年,捐赠1亿元设立张汉鸣慈善公益基金,重点帮扶与救助社会上最需要帮助的人。

爱心专列号 成立以来,累计8万多人次参与3700多项爱心志愿活动,涵盖助学、环保、文明创建、乡村振兴等领域,涌现出中国大学生 自强之星、中国红十字会 会员之星、全省最年轻的造血干细胞捐赠者,以及全国志愿服务示范团队 e 米阳光等学生公益团队和优秀个人。

2006年8月10日,桑美台风袭击温州苍南,贵州女孩杨春笔在废墟中待了13个小时后被救出,她的9位至亲在这场台风中不幸身亡。

温州商学院组织大学生陪她度过心理孤独期,从悲伤中走出来。

小春笔,哥哥教你画画!别,还是跟我学摄影吧。小春笔的腿比较长,我看是

个跳舞的好苗子。小春笔到温州商学院后,成了大学生特别关爱的 妹妹。经过安排,每天有5名大学生轮流陪护小春笔,帮助她尝试各种新鲜的事,渐渐地,小春笔跟这个世界有了新的连接,也终于重新站了起来。

其实这对学生们来说,也是一个很好的教育,让他们懂得如何去照顾别人,懂得如何献爱心。温州商学院教师张庆和说。小春笔康复出院时,温州商学院向社会承诺资助小春笔到大学毕业。

一句承诺就要帮到底。之后,学校帮小春笔解决了户口问题,并将她送到温州市白鹿外国语学校读书。2019年,小春笔从温州商学院毕业,目前工作稳定,生活幸福。

以前只听说过有校友反哺母校,没想到母校还继续关心已经毕业的困难校友。在温州商学院2022级新生开学典礼暨 励志校友帮扶行动 启动仪式上,葛鹏飞接过公益基金资助款,泪洒现场。

就在几个月前,温州商学院在例行回访往届毕业生就业情况时发现,部分困难群体校友至今尚未就业。首批受助的8名毕业生分布全省各地,都属于低保、零就业家庭或残疾人等困难群体,都是在校期间

一微心愿



团福建省武夷山市委书记 叶维沁

团武夷山市委立足本地资源禀赋,以优秀传统文化做好青少年的思想引领,传播好、传承好、发扬好武夷山红色文化、朱子理学文化、武夷茶文化,贯彻践行 两山 理念。下一步,我们将持续开展 小小讲解员 和 红领巾 特色章 争章活动,设计不同年龄段的研学之旅,打造茶旅特色产业的青年创业交友平台,切实将文化自信落在行动上,让爱党爱国爱家乡在青少年心中牢牢扎根,凝聚起共同打江山、守江山,共谋现代化先行示范区的青春力量。



井冈山大学外国语学院 2021级英语教育 2 班团支部书记 任菲儿

上学期,我们团支部 在兴趣中学习,在乐趣中收获,组织开展书香班级活动,通过每月团日活动与伟人名著阅读学习相结合,不仅提高了同学们的思想觉悟,还丰富了大家的理论知识。在今后的学习生活中,我们将继续鼓励团员青年勇于参与创新建设,充分发挥新兴技术优势,丰富书香班级活动的形式,营造良好的班风学风,建立一个充满朝气,富有创新精神,积极进取的基层团组织。

表现优秀,且都受过学校 圆梦助学 的资助,毕业后积极向社会反哺爱心。因生活不能自理难以就业的葛鹏飞就是其中之一。

2020年9月初,患有肌肉营养不良症的杭州男孩葛鹏飞考上温州商学院的专升本。

温州商学院开启了有针对性的爱心帮扶行动:为葛鹏飞母子安排了一间两人间的宿舍,便于葛妈妈照顾孩子;针对洗漱、如厕等方面进行适当改造;安排落地床和写字桌,方便葛鹏飞就餐和学习。除了国家助学金和助学贷款外,学校还启动 圆梦基金,消除了葛鹏飞一家在学费上的后顾之忧,并为葛妈妈在校内安排了一份后勤保洁工作。

毕业后,葛鹏飞接了一些设计相关的工作。在学校的牵线搭桥下,校友朱瑜和葛鹏飞签订创业项目帮扶意向协议书,承诺以自办的公司名义落实后续的就业帮扶,并倡议每一位有能力的校友都加入到励志校友帮扶行动,与母校携手共同促进困难校友实现高质量充分就业。

善意在一代代学子间传递,越来越多的受助人主动加入爱心队伍:他们中有人毕业后回乡创业,为学弟学妹提供就业机会;有人开展知识类讲座,鼓励孩子们用知识改变命运;有人组织公益活动,丰富孩子们的课余生活。

实际上,每一次的帮扶背后,都是一次量身定制。不仅要考虑受助人的实际情况,综合因素,更要考虑受助人的自尊心。如何更有效切实地帮助到受助人,是值得思考到一件事情。

知识可能改变一个家庭的命运,爱心也会让一个人更加温暖。我们的爱心专列号也一直在运行,只有起点,没有终点。无论是在校生还是毕业生,他们终究是学校的孩子,学校要始终关注关心他们的成长成才,学校创始人张汉鸣说。

对于 银发族 的空闲时光和娱乐方式,年轻人一方面应当按照他们享受和理想的方向展开,支持、尊重他们的真实意愿;另一方面,也可协助 激活 一些既健康又愉悦的新玩法,带他们感知生动美好的生活体验。

近来,松弛感 这个词很流行。放下纠结和焦虑,过上松弛自在的人生节奏。这个词,也很适合于今天的 银发族。我们非常希望父母的人生下半场,平安喜乐,自由自在。