

# “超级老爸”用奔跑改写300个孩子命运

柏剑创办的马拉松俱乐部为困境儿童铺就人生赛道，已培养国家一级运动员80多人



▶“梦想之家”马拉松俱乐部创始人柏剑。



扫码看视频

▶柏剑（后排中）和孩子们参加马拉松比赛。



2025葫芦岛马拉松终点线前，14岁的丫丫（化名）喘着气遗憾道，“中途上厕所耽误了。”这名扎着马尾的女孩以女子组第七名完赛，半马成绩已接近国家二级运动员水平。谁能想到，两年前她还跟着父亲在路边流浪乞讨、睡桥洞。

两年时间，丫丫是如何从桥洞“跑进”马拉松的？6月1日，记者对话她的“超级老爸”柏剑，这位来自辽宁鞍山的53岁汉子表示，在他的“梦想之家”马拉松俱乐部里，30年来，像丫丫这样的孩子他一共培养了300多名。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 蔡银

## 用奔跑改写300个困境儿童的命运

凌晨4时30分，晨光未现，柏剑的吆喝声已划破寂静，“起床了，手套耳罩戴好，穿反光衣。”睡眼惺忪的孩子们迅速集合，开始了新一天的20公里越野跑。这是“梦想之家”马拉松俱乐部再普通不过的清晨，也是柏剑坚持了近30年雷打不动的日常。

这个关于奔跑与救赎的故事始于1995年，柏剑告诉记者，当时，23岁的他从锦州师专毕业，成为一名体育教师，收留了因家庭变故而自暴自弃的学生庞浩。“多个人多副碗筷的事。”抱着这样朴素的想法，他将庞浩带进自己仅8平方米的单身宿舍。在晨跑的汗水和《论语》的诵读声中，庞浩成功考入沈阳体育学院，毕业后成为一名公务员，这段经历让柏剑坚信：“有时候拉一把，就能改写人生。”

30年来，柏剑培养的困境儿童已经超过300人，其中最大的已经43岁，最小的年仅5岁，他也收获了“超级老爸”的称呼。多年来，“梦想之家”培养本科以上学历的孩子100多人，国家一级运动员80多人，还有许多国际健将。

选择长跑作为改变孩子们命运的途径，柏剑有着务实的考量——无需器材、不限场地，全国90%的高校都有体育特招政策。他带着陷于困境的孩子们，在零下10℃的冰面上练折返跑，用牵引绳绑着面包车进

行冲刺训练，日复一日，用坚实的脚步丈量着未来的希望。

### “希望每个孩子都能成为有高尚品格的人”

在推广“梦想之家”的过程中，短视频平台发挥了意想不到的作用。柏剑坦言，账号运营初期，内容主要以记录日常训练为主，关注度有限。随着“李娃娃”“B太”等知名博主先后到访，不仅提升了“梦想之家”的曝光度，还从专业角度对视频创作、发布技巧进行了指导。

志愿者团队改进了拍摄和运营方法，使孩子们拼搏训练的场景更生动、更具感染力地呈现在大众面前，收获了无数网友的喜爱与支持。各种公益项目的支持，叠加短视频广告植入带来的收益，改善了“梦想之家”的状况。

柏剑说，俱乐部里的这些孩子基础薄弱，学业之路上走得异常艰难，“这几年我们侧重文化学习，下大力气补齐文化课这块短板，孩子们才能在未来的升学和人生道路上走得更稳、更远。”

聊到对孩子们的期待，柏剑说，“我一直跟孩子们讲，最高的学历不是你给老爸读个博士后，而是做个好人。我希望每一个从‘梦想之家’走出去的孩子，都能成为有高尚品格的人。”

## 11岁少年勇夺搏击金腰带

### 每日坚持上千次踢腿练习



扫码看视频

三湘都市报6月1日讯 6月1日，湖南宁乡，在峨眉传奇搏击29公斤级的比赛中，来自株洲的11岁少年邓子睿脱颖而出，以令人惊叹的实力和沉稳的表现，将该级别的金腰带收入囊中，成为这一级别年龄最小的金腰带得主。6月2日，记者联系采访了这位勇敢的少年。

回看比赛现场视频，赛场上邓子睿展现出了与年龄不相符的成熟与自信。他目光坚定，紧盯对手，每一个动作都迅猛而凌厉。进攻时，拳风呼啸，出拳速度极快，不给对手丝毫喘息的机会；防守时，脚步灵活移动，巧妙地避开对手的一次次攻击。

多轮对战中，邓子睿凭借着出色的战术安排和顽强

的毅力，一路过关斩将。面对实力强劲的对手，邓子睿没有丝毫退缩，反而越战越勇，最终赢得了比赛。当裁判宣布他获胜的那一刻，邓子睿兴奋地挥舞着手臂，脸上洋溢着胜利的喜悦。

观众席上，邓子睿的妈妈黄女士满脸激动，见证着儿子的荣耀时刻。黄女士告诉记者，9岁时，邓子睿踏上这条充满挑战的征程，仅仅两年时间，便在搏击领域崭露头角。

每天清晨6时30分，无论严寒酷暑，邓子睿都会准时出现在楼下晨跑锻炼。到了训练场，还要进行上千次的踢腿、万次挥拳的高强度训练，每一次抬腿、每一拳出击，都是对他体能和意志的挑战。

短短两年间，邓子睿征战多场赛事，收获了7枚奖牌。这些成绩的取得，离不开他日复一日地坚持，也离不开他妈妈始终如一的支持。 ■文/视频 全媒体见习记者 刘文

## “90后”女孩辞职返乡当“羊倌”

### 计划打造文旅“羊村”



扫码看视频

三湘都市报6月1日讯 放弃北京互联网大厂的高薪工作，回老家当“羊倌”，如今又进攻电商与文旅，计划打造亲子休闲、游玩的“羊村”。5月30日，在湖南湘江新区莲花镇云盖村，“90后”张喆王向三湘都市报记者讲述了她的创业故事。

### 她给羊圈铺木地板，还修了“后花园”

记者走进湖南湘美黑山羊繁育有限公司（以下简称“湘美”）的养殖基地，看见7栋羊舍伴山而建，院内绿树成荫。

有意思的是，这里的每间羊圈内都铺上了木地板，圈外还修了“后花园”。“所谓的‘后花园’其实是一个缓冲隔离区，给羊打疫苗就在这里打。”张喆王告诉记者，在父亲的邀约下，她于2013年放弃了北京一家互联网大厂的offer，而这个基地就是她回来后主导新建的。

“2015年，一轮羊瘟导致活羊交易市场被关停。”张喆王回忆道，那时许多养殖户扛不住纷纷退市，而她则嗅到了商机，提出扩建养殖规模，“赌了一把，结果赌中了”。瘟疫过去后，市场迅速回暖，张喆王赚了个盆满钵满。

### 计划建一个以羊为主题的文旅“羊村”

张喆王每天都会亲自巡视羊群，她的羊是放养与圈养相结合，除了在雨季会买些干草料饲养外，羊吃的都是基地自己种植的草料。“这边是美国黑麦草，那边是甜象草。”在牧草种植区，张喆王向记者介绍，目前他们的牧场规模约460亩，可年产羊11000头。

往年，张喆王的牧场年营收在800万元以上，加上与牧场合作的3000户养殖户所带来的营收，总营收超2000万元。

“我们培育的‘中耳型’改良品种不仅生长速度快，肉质口感也比普通的羊更好。”张喆王说，市面上普通羊肉卖70元/公斤时，他们的羊肉价格不低于120元/公斤。今年初，广西一养殖户卖掉自家养了一年的本地羊后，驱车20多个小时来到湘美选种。

2024年以来，国内肉羊行情持续低迷，张喆王出栏的肉羊价格已降至约90元/公斤，其他普通羊肉的价格则降为约50元/公斤。为了应对市场波动，今年她开始进军电商业，并在终端市场着手打造自己的黑山羊品牌“湘美”。

“现在，我在牧场旁边规划了70亩地，要建一个以羊为主题的亲子休闲、游玩的场所，结合我们的牧场一起打造个‘羊村’。”张喆王拿着设计图向记者描述着。

设计图显示，她的“羊村”里将包括羊文化科普展览馆、露营区、桂花酒酿坊、羊主题儿童游乐区、萌宠乐园、铁皮石斛种植区、牧场草坪、艺术中心、景观台、牧场餐厅等。

■文/视频 全媒体记者 胡锐