

# 班主任生娃，毕业生缝百家被送祝福

学生们用五彩布片耗时四个多月千里同织，把感念师恩藏进一针一线里



沙老师和她新出生的宝宝(左图)。沙老师展示学生们编织的百家被(右图)。 通讯员 供图

“沙老师，这床百家被是我们的心意，愿护着宝宝平安长大！”

3月24日，在常德石门老家休产假的常德市第七中学班主任沙梦君，打开了一个特殊快递。当一床针脚细密的百家被和写满暖心祝福的贺卡出现在眼前时，这位年轻老师的眼眶一下子就湿润了。这份突如其来的感动，源于一场藏了四个多月的“暖心惊喜”。发起人是沙梦君的学生秦嘉瑜，去年偶然得知恩师怀孕的消息后，心里立刻冒出来一个温柔的想法：给沙老师的宝宝缝一床百家被，把最朴实的祝福都藏进一针一线里。

■文/视频 湖南日报全媒体记者 杨斯涵 通讯员 刘靖诗 刘哲雨

## 千里同织，一床被子聚满少年心意

百家被是中国民间传统习俗，寓意“集百家之福，护孩子平安”，秦嘉瑜把这个想法发到班级群，沈宇涵、官佳薇、蒋湘飞等11名同学立马响应。一场跨越千里的爱心编织就此拉开序幕。

“最难的就是布料寄出去后，有的同学学业忙，没法及时完成，收布片的过程费了不少劲。”秦嘉瑜回忆道，即便困难重重，却没有一个人打退堂鼓。

从没碰过针线的李唯嘉，跟着妈妈的视频远程学习缝制，指尖被针扎出红印也咬着牙坚持，认认真真缝好每一针每一线；团队里唯一的男生沈宇涵，主动揽下挑选贺卡、书写祝福的活儿，把对老师三年来的悉心照料与深深惦念，一字一句、一笔一画都倾注在纸上。

今年2月，所有缝好的布片都陆续寄回秦嘉瑜手中，由她完成最后的拼接，铺上棉花后，一床裹着心意百家被温暖出炉。“这床百家被是高2104班学生的心意，用来感恩沙老师当年对我们的悉心关爱。”

捧着这床沉甸甸的百家被，沙梦君满心感动：“这床百家被给宝宝使用后一定会好好珍藏，等宝宝长大了就告诉他，这是哥哥姐姐们亲手缝制的，一针一线都是满满的爱。”

## 三年相伴，亦师亦友暖透青葱时光

“我到现在都忘不了沙老师的‘超厉害绝招’！”秦嘉瑜笑着说。

高三压力最大的时候，沙梦君的语文课成了全

班最期待的“心灵小驿站”。她总爱用课前五六分钟，和大家聊一首刚听的歌、一件生活里的小事，帮大家紧绷的神经放松下来，又能神奇地把话题拉回课文里。那些看似随意的闲聊，不仅让大家紧绷的弦有了放松的机会，更让难熬的高三岁月，多了许多难忘的温情瞬间。

而在沙梦君眼里，这群孩子不只是学生，更是她陪了三年的“弟弟妹妹”。从高一带到高三，她亲眼见证着秦嘉瑜从语文课代表，成长为独当一面的优秀班长；也看着那个曾经数学不及格、课堂上沉默寡言的男生，慢慢变得勇敢自信，从“不敢答”到“敢发言”，再到“会答题”，一步步找到属于自己的学习节奏。

“我先做他们的老师，再做他们的朋友。”沙梦君说。当她得知学生因数学成绩低落而情绪不振时，她和家长、科任老师一起，一次次耐心沟通。“老师不仅要教知识，更要帮学生建立信心，他们进步了，才会更愿意相信你，也才会更勇敢地往前走。”

这份信任，在毕业后依然延续。每逢寒暑假，常德七中的校园里总能看到这群孩子的身影，他们拎着奶茶、捧着零食，叽叽喳喳围着沙老师聊大学日常、说生活趣事，校园的小角落，满是热闹的欢声笑语。

“亦师亦友亦知己，一片诚心敬吾师。”秦嘉瑜在朋友圈写下的这句话，说出了所有同学的心声。从高中校园到大学课堂，时间没有冲淡这份纯粹的师生情。

一床百家被，缝进去的是五彩布片，裹着的是一群少年对恩师最真诚的告白，更是一位年轻班主任用真心、耐心和爱心，换来的最温暖的礼物。那些藏在针脚里的师恩与感恩，那些跨越千里的牵挂与祝福，终将在时光里慢慢流淌，温暖往后每一段岁月。

## 湖南老兵43载千里赴约 以滚烫初心守望战友英魂



扫码看视频

3月26日15时，广西南明烈士陵园里，一排排烈士墓碑静静伫立，诉说着岁月里的热血与忠诚。长沙64岁退伍老兵朱豫刚弯腰拂去碑上微尘，将一束束鲜黄、洁白的菊花轻轻安放，挺直身板

行一个标准军礼，声音沙哑却坚定道：“兄弟们，又来看你们了！”跨越1100多公里，今年是他连续第43年奔赴南疆，用深情守护长眠的战友。

1981年，法卡山战役的硝烟弥漫在广西边境，未满18岁的朱豫刚与王幼连、周幸福、高俊震等战友在上战场前许下生死约定：“我们4人，不管谁牺牲，活下来的人，一定要替牺牲的兄弟赡养父母，每年都来广西扫墓。”

枪林弹雨无情，战火带走了三位年轻的战友，他们将青春永远定格在南疆热土。朱豫刚则身负重伤，在生死线上被抢救回来，成为4人中唯一的幸存者。从那一刻起，这份约定便成了他一生的执念。

“从年轻小伙到花甲之年，这条路我走得辛苦，却走得心安。”朱豫刚红着眼眶说。伤愈后他求学教书、下海经商，拼命积攒经济实力，替战友尽孝、为英烈扫墓。每年清明前后，他都带着鲜花、香烛与长明灯，踏上祭扫路，走遍广西8座烈士陵园，为近8000名烈士献花、点灯。

夜幕降临，陵园里的长明灯次第亮起，朱豫刚吹响萨克斯，《我的祖国》《我爱你，中国》的旋律在陵园中缓缓流淌，像是在与长眠的战友轻声对话。

今年的祭扫，朱豫刚采取了新的方式——通过短视频账号“朱豫刚”、视频号账号“血性还在”同步直播，全程关闭打赏功能，以纯粹的公益之心，让更多人了解英烈故事，感受承诺的重量。

直播镜头里，他弯腰擦拭墓碑、诉说思念，感动了无数网友。视频号累计观看6万人次，抖音超5万人次，满屏都是“致敬英烈”的温暖留言。朱豫刚动情地说：“如今山河无恙、国泰民安，这太平盛世，如战友们所愿，我要讲给他们听，更要讲给下一代听。”

直播现场，曾参与掩埋烈士、照料遗容的“兵妈妈”们身着民族服饰，热泪盈眶；还有数十位湖南宁乡的烈士亲属驱车赶来，与朱豫刚一同祭拜亲人，哽咽着说：“他们的牺牲值得，我们永远为他们骄傲！”

43年来，朱豫刚从未停下脚步。除了年年祭扫外，他还常年走访慰问烈士家庭，把战友的父母当作亲生父母孝敬；他资助农村困境学子，帮他们完成学业，用行动培育报效国家的青年力量。

“只要我还能走，就会一直来，直到我生命的最后一刻。”朱豫刚语气坚定，用坚守把一句战场约定变成一生信仰。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋



朱豫刚为战友和烈士扫墓。受访者 供图

## 怀化队抵长备战“湘BA”，长沙队奉上“吃货礼包”



扫码看视频

三湘都市报3月26日讯 “我和很多长沙队队员都是老对手，能够在揭幕战中对战，我感到很兴奋。”2026湖南省城市篮球联赛（“湘BA”）即将开打，3月26日，怀化队全体队员、教练抵达长沙，长沙赛区为客队举行了欢迎仪式，天心区则为怀化队全体成员送上精心准备的“文旅消大礼包”。

记者注意到，现场礼包集结了长沙本土新消费标杆品牌墨菜点心局、黑色经典的拳头产品，以及拥有400多年历史、列入省非物质文化遗产的金井茶叶，每一份礼品都寄托着长沙人民对客队球员的美好祝福。

怀化队队长刘韦江表示，“长沙队是很强的队伍，有很多认识的球员，之前当过队友或者对手。我们队伍合练了一段时间，这一次抱着向长沙队学习的目的来比赛，希望球队能发挥好。”

怀化队助理教练兼球员刘洋对长沙和即将比赛的贺龙体育馆非常熟悉，他16岁的时候就从怀化到长沙上学，从麓山国际实验学校校队队员到湖南师范大学队长，再到毕业留在长沙工作，刘洋已经在长沙待了17年。“长沙也算我的第二故乡，大大小小的篮球馆都很熟悉，以前也代表单位在贺龙体育馆打过球。”对本次揭幕战，刘洋认为“狭路相逢勇者胜”，“双方都想要取得开门红，比赛肯定会非常激烈，对两支队伍来说都是一种挑战。”

■文/视频 全媒体记者 叶竹