

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边

A06

三湘都市报·视听频

2026年7月3日 星期五 编辑/贺齐
见习美编/黄艳红 校对/张郁文



扫码看视频

7月2日上午,长沙一间小小的琴房里,董启明刚结束一节公益古筝课。受先天性白内障影响,她仅能看清一米内事物,刚下课,便将手机凑近眼前,逐帧翻看学员的练琴视频,记下每一处指法疏漏。

很难想象,眼前这位温柔恬静的古筝老师,曾是残奥赛场上冲破黑暗、刷新世界纪录的泳坛猛将。如今她用一把古筝,为一群视力障碍、智力障碍的特殊孩子点亮温柔的光。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋
通讯员 胡慧婷

赛场勇夺金牌 琴房点亮希望

从残奥泳坛到公益古筝课堂
董启明用琴声治愈特殊孩子

赛场上冲破黑暗的她,最懂残疾孩子的不易

9岁那年,董启明被游泳教练选中。先天性白内障带来的低视力,让她的训练满是旁人难以想象的煎熬。水下看不清前路,她只能依靠肌肉记忆、耳朵的声响辨别方位;泳池锋利的塑料分道线反复刮破手臂,混着消毒池水的伤口钻心刺痛,她依旧坚持每日下水训练。

“我天生不服输,要么不做,要做就做到最好,站上最高领奖台。”凭着这份韧劲,11岁初次参赛,董启明便拿下1990年全国残疾人青少年游泳锦标赛的四枚金牌。20年泳坛征途,她斩获3枚残奥会金牌,还在2004年雅典残奥会打破女子100米仰泳世界纪录。

竞技赛场高压紧绷,5岁便接触古筝的她总靠琴弦抚平内心焦躁。2007年,29岁的董启明从赛场退役。此后,她连续两届带队征战省残运会,带领长沙队斩获十余枚金牌;同时,考取中央音乐学院高级古筝教师资格。

董启明深知残疾儿童的不易,市面上绝大部分音乐机构不接纳多重障碍孩童。“我受过苦,不忍心看着这些孩子被拒之门外。”董启明说。

开设公益课堂,她用琴声来治愈特殊孩子

2025年3月,董启明的免费公益古筝课堂正式开课。这间小小的琴房,成了视障儿童安放热爱、收获自信的小天地。

上课时董启明总穿梭在孩子们身旁,弯腰俯身,双手握住他们僵硬的小手,一点点摆正古筝手型。一句简单的指法,她会放慢语速重复数十遍,直到孩子们正确找到琴弦。课后,她还录制分段教学视频,方便家长陪着孩子在家练习。

“最让我触动的是一名身患脑瘤的小男

孩,手术造成的神经损伤让他时常失控哭闹,很难安静下来。”董启明告诉记者,前段时间,为备战长沙市开福区达人秀片区晋级赛,她蹲在小男孩身边轻声约定,“认真练完整首曲子就让你玩电钢琴的特效音”。男孩安安静静跟着弹完全曲,全程没有一次哭闹。孩子母亲红着眼拉住董启明道,“我从来没见过他这么平和。”

目前,董启明正在筹备“潇湘韵残疾人艺术团”,希望给特殊孩子们更多展示自己的舞台,让他们都能被看见、被肯定。每当孩子们练习受挫,董启明总会温柔安抚,“命运没能送给你们五彩斑斓的世界,但艺术能带给你们完整又美好的生活。”



董启明正在教授古筝。受访者 供图

“蹦床队的孩子们从不喊苦”
这群“空中少女”
翻出全国特等奖



扫码看视频

“孩子们从不喊苦,因为她们知道,只有无数次练习,才有空中那一次完美的绽放。”前不久结束的2026年全国蹦床体教融合比赛中,长沙

市雨花区长塘里阳光小学蹦床队从全国133支队伍中突围,斩获赛事特等奖。7月2日,记者见到了这群“空中少女”以及她们的教练阙赋望。

6月19日,长塘里阳光小学蹦床队的十名小女孩以及教练阙赋望抵达江苏省常熟市,参加2026年全国蹦床体教融合比赛,来自全国的133支代表队,共1600余名青少年蹦床健儿同台竞技。

腾空、翻转、展开、落地……比赛现场,队员们在腾空翻转后稳稳落地,一整套“空中芭蕾”惊艳全场。得知获得特等奖的那一刻,孩子们欢呼着抱在一起,阙赋望表示,“孩子们的努力和实力得到了认可,感觉所有的累都值得了。”

高光时刻的背后,是训练场里日复一日的枯燥与坚持。“练习视频逐帧打磨动作细节,队员兼顾课业坚持每周加训,磕磕碰碰里练出肌肉记忆。”作为带队教练,阙赋望对动作细节的要求近乎苛刻。他会反复回放训练馆的录像,起跳高度差一厘米、空中角度偏一度、落地重心晃一下,都要拉回来重新练。“蹦床项目差之毫厘谬以千里,肌肉记忆容不得半点马虎。”阙赋望表示。

“磕碰是常事,有时候摔得疼了,眼圈红一下,嘴里却说‘再来一次’。”阙赋望告诉记者,队里从来没有孩子说过一句放弃,“有时看着也心疼,但更多的是佩服她们的韧劲”。

记者在采访中了解到,长塘里阳光小学深耕体教融合,为学生们搭建起“学业+特长”双向发展的平台。2025年上半年起,学校不仅将蹦床训练纳入校园体育、美育重点工作,还专门划拨场地、配齐专业器材,灵活调整课业冲突。走下领奖台,队员们很快回归了日常的校园生活。这群从不喊苦的“空中少女”正带着对蹦床的热爱,向着更高的舞台起跳。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 熊韵婧



长塘里阳光小学蹦床队在比赛现场。
受访者 供图

一桌热饭,半日陪伴!留守老人笑了

慈利“流动厨房”爱心行动已持续了10多次



扫码看视频

三湘都市报7月2日讯 7月1日,张家界慈利县营盘村,71岁失独老人曹前浓家里,灶火燃起,菜香四溢。灶台前忙碌的是一群自备食材的年轻人——湘澧“流动厨房”创始人蒋优带着团队,专程赶来为老人做一顿热乎的爱心餐。

曹前浓唯一的儿子早年患重病,虽然四处举债求医,却仍于2024年不幸离世,留下18万多元的债务。白发人送黑发人的痛,几乎压垮了这个家。但幸运的是,村党支部全力帮扶,让两个年幼的孙辈安心上学,失去丈夫的

儿媳咬牙扛起生活重担,用柔弱的肩膀守住家的温度。

蒋优得知曹前浓的境况后,买好食材,带着伙伴上门。他们陪老人拉家常、问冷暖,那一顿饭,老人吃得特别香,脸上也露出了久违的笑容。“团队常年下乡做流动喜宴,时常看到许多留守、失独和困境老人,子女不在身边,连一口可口的热饭都难吃上。”于是,从去年开始,他们利用工作空当,自发采购食材,上门为这些老人做饭、陪聊。截至目前,这样的爱心行动已持续了10多次。一顿饭,或许改变不了生活的艰难,却能告诉那些孤独的老人:你没有被遗忘。

■文/视频 全媒体记者 罗艾敏 通讯员 黄岳云