

张桂梅被扶着走上讲台，还带着那个学生熟悉的小喇叭

“燃灯校长”开学第一课：信仰的力量

“同学们好，请坐！”随着上课铃响，张桂梅新学年的第一堂课开始了。她今天准备结合她和云南华坪女高之间的故事，和同学们讲一讲“信仰的力量”。

“其实就是告诉你们，遇到任何困难，都要坚持再坚持！”张桂梅说。

张桂梅今年63岁，是丽江市华坪县女子高级中学党支部书记、校长。她长期拖着病体忘我工作，坚守教育一线40余年；为解决贫困山区女孩受教育问题，克服重重困难，于2008年建成了全国第一所全免费公办女子高中，十多年来先后让1600多名山区女孩圆梦大学；多年来，将个人工资、奖金和社会捐款100多万元投入教育事业。

9月1日下午2点30分，由云南省委教育工作领导小组举办的“张桂梅思想政治大讲堂”首场报告会正式开讲，张桂梅受邀担任主讲人。这堂由她讲述的“开学第一课”将面向云南全省中小学播放。

当天，记者来到昆明滇池中学，和

高一（2）班的师生们一起倾听了这堂视频课。画面中，张桂梅在工作人员搀扶下缓缓走上讲台，还带来了她经常冲着学生喊的小喇叭。她笑着说：“在女高，我的喇叭一响，孩子们就会冲出宿舍去学习。”

“今天倒不是要对着你们喊，主要是想谈一谈为什么我要创办女高。”张桂梅以诙谐幽默的方式切入正题。

张桂梅回忆，1996年，她只身一人来到华坪，任教于当地一所民族中学。没多久，她发现，学校女生本就不多，还不时有人辍学。于是，她决定通过家访找出问题，随后因为一个辍学女孩，她有了创办女高的想法。

到华坪没一年，张桂梅身体出了问题，多次被送进医院，当地还给她组织捐款。讲到这里，她声音有些颤抖。“我就想着，有生之年我要倾尽全力，让山里女孩接受教育，改变命运，阻断贫困的代际传递，回馈这一方水土。”

2007年，张桂梅当选为党的十七大代表，关于她的报道在《新华每日电讯》头版发表。在各级党委政府和社会力量的支持下，华坪女高开始筹建，于次年9月迎来了第一批学生，很多贫困山区女孩都提前收到了那份写着“让梦想飞出大山”的录取通知书。

可不到半年，因教学条件差，教职工里有一半相继辞职。眼看着一手创办的女高陷入低谷，张桂梅跑到操场大哭了一场，回来整理档案时意外发现：留下的8名教师里，有6位是共产党员。

“这就是学校办下去的希望！”张桂梅回忆，党支部成立的那天，党员教师对着党旗宣誓：“一定要把女高办好，把大山的女孩送入大学！”基于这种强大信念，女高的老师们交出了一份满意的答卷。

张桂梅说，她也曾有过放弃的念头，但想到那些山区孩子，就只能继续坚持。

对此，政治课教师浦礼江深有感触。

他说，今后要以张桂梅为学习的榜样，想学生之所想，做好自己的本职工作。

课堂上，学生们眼睛里有些湿润。黄昀雅说：“这是一堂很受感动的‘开学第一课’。我们要更加珍惜现在的学习生活，争取今后做一个对社会有用的人。”

这时，屏幕里闪过一串女高教师的名字：在走廊里打地铺的罗梦华，婚礼当天还在讲课的勾学华，默默为学生垫付医药费的杨小春……对于教师的先进事迹，张桂梅看在眼里，记在心里。

亲其师，信其道。张桂梅说，女高三年，学生们懂得了感恩和奉献。大学毕业后，有人拿出第一份工资捐助母校，还长期资助贫困山区的孩子；有人回到女高，继续扛起大山里的希望。

“何以一代又一代人接续奋斗？这就是信仰的力量。”张桂梅说。

（本报记者严勇）

「我看不见，但希望被看见」

盲人柔道运动员的明天

路都走不稳。”傅桂莲回忆道。

因为行动不便，大多很少参加体育运动，盲人运动员们在入队前，除了缺乏独立生活能力，体质也不是很好。

刚开始练习匍匐前进，周涛撞上了训练馆里的柱子，头晕目眩；刚开始练习过肩摔，被摔在地上，爬不起来。挫折和困难让他经常质疑自己。

“教练告诉我，能被选中就一定是一块金子，只有不断磨砺才能发光发亮。”周涛说，教练的鼓励让他振作起来、刻苦训练，下定决心要和过去那个生活在灰暗世界里的自己告别。

2019年第10届全国残运会，周涛首次参赛就荣膺男子柔道66公斤级季军，对于未来站上更高领奖台，他充满信心。

柔中带刚

20岁的彭子昕在队伍里年龄偏小、身材偏瘦，看着她斯斯文文的外表，很难将她和激烈的柔道运动联系在一起。

在模拟对抗中，彭子昕经常选择体重比自己重20公斤的男队友进行训练。尽管在力量和速度上吃亏，她却经常能抓住转瞬即逝的机会，或是抵住队友的脚踝将其推倒，或是一个灵巧的背转身接过肩摔以巧取胜。

“我身体底子弱，刚开始训练，经不起高强度的对抗。”彭子昕说，训练辛苦、想家的时候，不止一次晚上躲在被窝里哭。

但傅桂莲告诉她，如果热爱，咬牙也要坚持下来。“我不会放弃他们中的任何一个，也不允许他们看轻自己。”傅桂莲说。

由于彭子昕看不见，傅桂莲在做好每个技术动作后，都要让她用手和脚来感受，等“摸”清楚之后，再让她照刚才的姿势摆好动作，给她讲解每个部分。

“训练中教练很严格。但我心里知道，教练是为了我们好。”彭子昕说。

训练馆的墙壁上，挂着傅桂莲用毛笔书写的两条标语：“精力善用，自他共荣”和“以礼始，以礼终”。“尽管只有我一个人能看见，但我要把他们当健全的运动员对待。”傅桂莲说，她希望将这项运动的精神“刻进”所有队员的骨子里。

训练中，傅桂莲不苟言笑，但她内心深处也有柔软的地方。在左手无名指上，傅桂莲一直戴着结婚钻戒，这寄托着她对自己家庭的思念。

“16年来，我一直是驻队教练，没有时间陪自己的孩子，但我把他们当成自

“刚来的时候，别说跑了，他们走

新华社南昌9月1日电（记者黄浩然）他们尽管看不见，但他们相信，只要不断努力，总有一天能被看见。

近段时间以来，江西省盲人柔道队的7位运动员正积极备战2021年全国残运会。队员们平均年龄不到25岁，患有先天视力残疾。在平时的交谈中，他们会把身体转向对方声音的方向，嘴角偶尔扬起青涩的微笑。但只要开始训练，他们就像变了个人。

傅桂莲在盲人柔道队执教了16年，她指导的40余名盲人柔道运动员中，有残运会冠军、残奥会冠军。但在傅桂莲眼里，更重要的是这群原本普通的盲人，通过柔道这项运动能“看见”属于他们的明天。

告别昨天

无论严寒酷暑，每天清晨五点半，傅桂莲都会敲响队员们的房门。二十分钟后，她就站在楼道口，不停晃动手中的钥匙。

寻着清脆的声音，队员们逐一赶来，左手搭在前一个人的肩膀上，在教练带领下晨练。

21岁的周涛经常第一个赶到，运动鞋上的鞋带系得整整齐齐。他个头不高、身板敦实，因为双眼全盲，他走路步伐不快，但每一步都很稳。

晨跑中，傅桂莲通过不同频率的拍掌声，指引队员们变化速度练习折返跑。一位左眼能够微弱感光的队员紧紧攥着周涛的手，一起迈开大步。每跑几步，他们会发出此起彼伏的呼呼声，既了解彼此的位置，也互相加油。

“刚来的时候，别说跑了，他们走

训练再累，胡蓉总是队伍里最积极的；生活再苦，胡蓉总是队伍里最乐观的。她的手腕、脚趾上，绷带缠了一圈又一圈；脚掌、手心里，老茧结了一层又一层……

去年第10届全国残运会女子柔道78公斤级决赛中，胡蓉获得冠军。“登上领奖台的那一刻，听到了属于我的欢呼声，仿佛‘看到’了全世界。”胡蓉说。

训练间隙，队员们会围着傅桂莲坐在一起。他们有说有笑，唱着大伙喜欢的歌曲《明天你好》：

每一次哭又笑着奔跑，
我多害怕黑暗中跌倒，
明天你好声音多渺小，
却提醒我勇敢是什么。

图片
由上
至下

周涛在
进行力量
训练（8月26日
摄）。

周涛在进行柔
韧性训练（8月27日
摄）。

彭子昕在进行体能
训练（8月27日
摄）。

结束一天训练的周涛在
住所用手机听音乐（8月27日
摄）。新华社记者胡晨欢摄

新华社石家庄9月1日电（记者范世辉）“叔，我从您鸡舍里取个粪样，实验结果出来后再给您回复。”站在鸡舍门前，中国农业大学资源利用与植物保护专业研究生黄晓英拉家常般和养殖户说。

2019年2月，黄晓英来到河北省曲周县白寨科技小院，进行畜禽粪污资源化利用与有机肥方面的研究。这个暑假，黄晓英和白寨科技小院的其他4名同学一起在农村穿街入户，和周边三四个乡镇的养殖户“打成了一片”。

黄晓英是白寨科技小院第12代“掌门”。

2009年，中国农业大学李晓林、张宏彦、王冲三位教师，带着曹国鑫、雷友两名研究生来到白寨村，找了59户农民的163亩地做高产高效示范。为了方便工作，曹国鑫和雷友在村里找了一个小院住下，科技小院由此而来。当年，示范田里的玉米产量比其他地块增加了16.8%，曹国鑫和雷友成了当地农民眼中的农业专家。

2010年，第二批入驻曲周县科技小院的农大研究生共有7人，高产高效的战役由他们接着打。他们分别在三个村子里驻扎，在村里完成研究生学业，推广农业科技，导师则会经常过来驻村进行指导。随后，一批接一批，科技小院的学生渐渐多起来，每年都会有一批中国农业大学的研究生在曲周“安家”。这里既是他们的校园，也是他们的实验基地。

“一方面推动农业科技创新和成果转化，更好地与当地生产结合；另一方面

在农村一线进行研究和服务，培养研究生们知农爱农的三农情怀、锻炼实践技能和综合能力。”中国农业大学曲周试验站副站长张宏彦说，科技小院实现了研究生培养和服务地方农业发展的“双赢”，曲周成为中国农业大学科技创新、人才培养和社会服务基地。

今年4月以来，廖文晴、丛佳慧、杨晨等9名研究生来到曲周，分别在前街村、王庄村、柏公庄村等6个科技小院安顿下来。他们活跃在农村，在智慧农机、特色种养、粮食高产等方面进行研究和技术推广。

今年7月初来到前街村，一直就住在村里。我已经适应了农村的生活，也觉得自己在这里学习工作特别有意义。”前街科技小院的研究生刘凌玥从小在城市长大，她说，住在农村才能更好地认识农村和农业，接过师兄师姐手中的接力棒，是一份荣耀，也是一份责任。

11年来，共有200多名研究生在曲周完成他们的学业，科技小院也在曲周农村遍地开花。他们在农村开展各类农业技术培训、承包土地做示范，闲暇之余还举办农村文化活动，义务辅导村里的孩子们，很受农民欢迎。

“11年来，中国农大为曲周引进新品种9个，引进技术25项，集成新技术体系8项，获得1个国家级教学成果奖二等奖，并在《自然》杂志发表两篇最新科技创新成果。”中国农业大学曲周试验站站长江荣风介绍说。

江源“读水人”

52岁的汤建忠自称江源“读水人”。

在江河的温婉与怒吼中，他对漂流这项极限运动有了更多探索。

激流穿过，浪打碎石，鱼翔浅底……

划艇穿行在位于青藏高原的三江源国家公园内，他像一位智者——学着读懂自然，更在自然中读懂自己。

漂流在水，功夫在岸

汤建忠的老家在云南，80年代末，他在中国云南及缅甸的林场做测量木头的工作。

2000年起，他成为一名登山向导，一年四季在云、贵、川地区的丛林中穿行。

2005年，汤建忠在四川认识了“漂流中国”团队和出生于美国漂流世家的文大川，开始了国际标准的系统化培训。2012年，他创造了独自驾驶18英尺双浆船完成美国科罗拉多大峡谷370公里、21天漂流没有翻船的华人记录。

位于青藏高原的青海是长江、黄河和澜沧江的发源地，漂流三江源，对漂流者有强大的吸引力。

10多年前，从云南把漂流工具运到青海省玉树藏族自治州并非易事，需要先走中铁快运，从西宁再坐两天货车，才能把充气划艇、独木舟、形似香蕉的“香蕉船”和船架运到玉树。

“那时，我们都是坐着货车和设备一起到玉树的，高海拔地区公路很多冻土路面坑坑洼洼，路上起伏的大波浪感觉也像在漂流。”汤建忠说。

对于高原，汤建忠并不陌生，来玉树前，他曾溯源拉萨河源头。

“强烈的天气变化对我们是很大的挑战，高原一年四季，有时一团云就会引来一场暴雨，强烈的紫外线经常晒伤皮肤。”他说。

最难的是在水里的日子。从玉树杂多县到囊谦县觉拉乡120公里的水路，漂流一趟大概需要8天的时间。

每年的6月到8月是漂流黄金期，白天在江面漂流，晚上找块平坦的地方，搭个帐篷就能睡觉。

汤建忠说，大自然是真实的写照，当水位上涨，河水流速加快，没有回水后，滩会变大，也让停船变难，这都增加了漂流风险。

“每次下水前，我们都要对水情进行仔细勘测，这是‘读水’。”汤建忠说。

漂流本土化

七、八月，位于三江源国家公园内的杂多县昂赛大峡谷美得像幅画，百年老树、丹霞地貌与牧民点点毡房交相辉映，时急时缓的澜沧江水穿越整个昂赛乡。

这个季节也是汤建忠最忙的时候，除了做好商业漂流的向导，他还要手把手给当地藏族漂流者传授漂流技巧。

41岁的扎西然丁从小在澜沧江边长大，小学时，他才真正接触到江水。

“随着三江源国家公园建设的不断推进，借助体育的力量，我们让更多人在漂流中感受国家公园的震撼之美。”杂多县委书记才旦周说。

但和水接触久了，“读水人”汤建忠似乎越来越读不懂水了。

他说，水是温婉的，浪花拍打岸边的声音仿佛在和你说话。

但滔滔江河很多时候都是湍急的。每次下水，变化与未知激发着你的智慧，水永远读不懂。

他深思后，轻声说。

“经历过平坦，也会经历奔腾，起起伏伏后最终会上岸，这何尝不是人生？”

（记者李琳海）

新华社西宁8月31日电