

不管在单位里担任何职,或者坐拥多少财富 下水后大家都是一样的身份,没有任何差异 冬日里的湘江之“热”

□ 记者 何春林



圈名片

在株洲,有这么一个圈子,里面有医生、律师、教授、老板、退休老人等,不管刮风下雨,还是严寒冰雪,都能看到他们在湘江里畅游的身影。因为常年执著这件事儿,他们组成了株洲的冬泳圈。

圈江湖

尝到冬泳甜头的他 带着七旬父亲一起游

每天早上6点多,家住贺家土的第77岁老人张文星会准时醒来,吃完早餐后背着包,先搭乘T43路公交车,然后转乘T5路或者17路公交车,再步行十分钟左右抵达目的地。

目的地是位于四桥东头附近的株洲冬泳基地。张文星麻利地脱掉外套,从包里拿出游泳镜、泳帽等装备换上。“基地里刻度表显示,江水25摄氏度,可以游25分钟。”张文星边说,边和同伴们在船上做着热身运动。约5分钟后,张文星走入江水中畅游。而这样的生活,老人已经持续了两年。

张文星接触冬泳得从儿子张毅说起。张毅原来所在的公司破产了,

他选择了自主创业。2015年,他加入了冬泳队伍。“冬泳一是锻炼身体,二是锤炼意志。”张毅说,这也是创业者的必备技能。

2018年,张毅发现一直爱运动的老爸去医院的频率高了,经常感冒。尝到冬泳甜头的张毅,决定带着老爸一起游。对此,张文星笑着说,这两年,他真的没再进过医院,也没得过感冒。

如今,张毅因为工作性质经常要到外地出差,无法每天下水。张文星则每天雷打不动地准时出现在湘江中。“只要身体允许,我会一直游下去。”张文星说,冬泳队里五个老年队员,他是老二,大家都会量力而行。



▲每年12月26日,株洲冬泳爱好者会举行横渡湘江活动,纪念毛主席诞辰 受访者供图

每一个冬泳者 都有说不完的故事

在株洲冬泳圈,每一个人都有着说不完的故事。

61岁的苏智住在田心,几乎每天都会来冬泳基地畅游一番。一年前刚下水时,他扑腾50米就气喘吁吁,如今可以轻松畅游2000米。

“参加冬泳,最大的收获就是身体变棒了,体质明显提高。”苏智说。

李润华是一名女性冬泳爱好者,住在三三一,因为腿部疾病,身体一直不好,五年前体重只有90多斤。为了增强体质,她在姐姐的推荐下加入冬泳队伍。刚来时,因为身体孱弱,冬泳协会会长担心其坚持不了,直接拒绝她加入。

然而五年来,李润华几乎每天都会到基地打卡报到,下水畅游。“坚持冬泳,心情愉悦了,饭量增加了,我终于有100多斤了。”李润华笑着说。

2013年的哈尔滨国际冬泳邀请赛,株洲冬泳队队员郭春作为唯一一名湖南冬泳代表,与那些常年生活在极寒条件下的东北汉子、俄罗斯人同池竞技,从全国各地冬泳高手手中夺得男子老年组25米自由泳第三名的好成绩。

2012年,何英明参加第19届全国冬泳锦标赛,在男子60岁至64岁组别,获得了亚军。第24届全国冬泳锦标赛中,75岁的苏子健参加了不老松游泳表演,并获得第一名;身残志坚的李敏然,敢于跟四肢健全的正常人PK,获得100米自由泳第九名的好成绩。

在很多冬泳者看来,不管在单位里担任何职,或者坐拥多少财富,入水后都是一样的。他们虽然各自有着不同的生活和工作经历,但在圈子里的身份就是冬泳者,没有任何差异,这种感觉让他们很舒服。

水流缓慢,水底平坦 基地水域承载童年回忆

为什么冬泳基地会选择这个水域?走进冬泳圈后,记者才发现,这与城市发展以及老株洲人的情怀密不可分。

从地理位置上来看,这里以前是木材公司码头,水流缓慢,水底平坦。

从情怀上说,株洲冬泳的主力军有着一些共同点,他们大多是从小在湘江边长大的老株洲人,对湘江有着深厚的感情,对株洲有着共同的城市记忆。这块水域,就是他们童年扎堆戏水的地方。

历史渊源和情怀寄托等原因下,此处自然成为冬泳者的不二选择。

上世纪90年代初,冬泳在一些大城市已逐渐兴起,但在株洲,冬泳的观念并没有得到普及。1993年,株洲市冬泳协会第一任会长邹国良找到

了另外两位冬泳爱好者,共同组建了株洲最早的冬泳队,希望合力把株洲冬泳发展起来。成立后的第二年,冬泳队没有加入一名新成员,第三年才从3人增长到了6人。

从2010年开始,株洲冬泳取得较大发展,每年都有数十名新的冬泳爱好者加入。2012年,株洲市冬季游泳运动协会正式成立。2015年,株洲冬泳基地有了一处两层100平方米左右的安身之处,女队员们也方便换衣服。随后,株洲的冬泳迎来了高速发展。

冬泳协会现任会长黄兰芳说,目前,株洲冬泳协会有300多名会员,其中78人为女性。从年纪上来看,最小的20来岁,最大的超过80岁,40岁至60岁的占比超过八成。

对话“大佬”

记者:你是怎么接触冬泳的?
黄兰芳:2010年,我通过熟人介绍进入了株洲冬泳圈,一晃我已游了10年。我觉得冬泳是一种

让人上瘾的运动。随着越来越多的爱好者加入,冬泳正在成为一种新的时尚运动。

记者:除了冬泳,大家还会做些什么?
黄兰芳:从2018年开始,协会利用所长,积极参加社会公益活动。这些年,协会救援队在全市多所中小学、幼儿园开展“防溺水安全教育进校园”公益活动,把自救、施救等防溺水知识和技能传授给学生、家长。同时,义务救援队员

有值班安排,大家会劝导湘江野泳者,及时对溺水者开展救援。

从2014年开始,每年12月26日,我们还会举行横渡湘江活动,纪念毛主席诞辰。

每年12月,中国冬泳运动协会将举办全国冬泳锦标赛,我们会组织人员参加。

入圈指南

精神不健全的患者由于缺乏自控能力不适合冬泳;患有严重器质性疾病,如心脏病、冠心病、肺结核、肝炎、胃病以及呼吸道疾病的人也不适合冬泳;冬泳贵在坚持,三天打鱼两天晒网者建议别来;来了就要严格遵守规定,比如“一度一分钟”,就是水温是多少摄氏度,游了多少分钟就必须上岸,不能任性贪泳。

扫码关注株洲市冬季游泳运动协会微信公众号,里面有关于株洲冬泳的详细介绍、章程、活动安排等。



在亲友眼中,他是致富带头人 在龙泉村邻居眼中,他是大善人



▲王伟在龙泉路涵洞装上钢槽 记者 姚时美 摄



义务修路、修桥,义务帮邻居做事,对于51岁的王伟来说,从31年前来株洲起,他做过的善事太多,自己都已记不清了。不仅如此,他还带动亲戚、老乡从益阳老家来到株洲创业,如今不少人已经像他一样发家致富。“他人很正直。”“他是大善人。”在龙泉村采访,记者听得最多的是对王伟的赞誉,大家亲切地称呼他“老王”。

来株31年 修桥补路“最有成就感”

1989年,王伟20岁,身上带了25块钱,从老家益阳来到株洲谋生,“我会做木工,那时候一个月工资150元,不包吃,我都愿意做。”

对工资要求不高,又是年轻小伙,当时雇主一度以为王伟在老家犯了事,来株洲躲避。过了一段时间后,老板发现王伟做事勤快,能吃苦,便打消了疑虑。

刚来株洲的那个冬天,王伟在文化路口目睹一场车祸。一辆载客的中巴车撞到电线杆上,车头严重受损,司机被困驾驶室,一些乘客受伤。没有多想,王伟和其他好心人第一时间把伤者送到医院。

说起自己印象最深的善事,他说,修桥补路是投入最多,也最有成就感的。

今年6月份,正值雨季,王伟经过龙泉路

涵洞时,发现涵洞漏水,市民骑车经过时被淋湿。王伟立即找来钢槽,连夜安装在涵洞顶部,把水引流到涵洞两侧。

从自家门店到住所,王伟每天要经过龙泉路,还要走一段小路。这一段路长约3公里,坑坑洼洼。“我自己拖水泥沙子修补,已经不下10次了。”王伟说。

王伟家门口有一段路,原来只有一人多宽,只能骑摩托车。三年前,他自己出资10万元买材料,自己出工,把路面拓宽,其他邻居深受感动,也主动筹款,有的出几千元,有的出几百元,最后大家一起完成了修路工程。最近,龙泉路小学拓宽的道路,正经过这一段路,无偿让地修路的11户村民中,就有王伟。

帮助邻居 他不光出力还自带材料

前几天,一户邻居家里需要挑水泥,王伟主动上门帮忙。原来这户邻居,丈夫患尿毒症,家里没有劳力,就找了王伟帮忙。他还帮一户邻居修建了菜地的台阶,不收分文。

这是最近做的善事,王伟还能记得,“时间久一点的,我自己也记不清了。”

“我一般都是义务帮忙,有时候需要一点材料,我也给他们买。”王伟说。

“在我们龙泉村,要说热心人,我只佩服

他。”王女士对王伟竖起大拇指,她说,王伟对人都是满脸笑,为人和气,确实喜欢帮忙。

王伟有3辆小车、5辆摩托车,其中有一辆摩托车,是他用得最多的代步工具。他说,自己骑着这辆摩托车穿梭于芦淞路、龙泉路上,很容易被人误认为是摩的司机。

遇到有人拦车,王伟就顺路载上一程,送往目的地后并不收钱。“有的乘客以为这中间有什么套路,居然不收钱。”王伟笑着说。

致富带头人 带动亲友来株创业,过上好日子

王伟刚来株洲时从事木工,后来开始经营建材生意,赚了钱后,带动很多亲戚和老乡来株洲创业。

“这里我有四个舅子在开店。”昨日,王伟指着装饰材料大市场内的几家门面说,这么

多年来,他大约带动50名亲戚和老乡在株洲做生意,很多都已买房买车,日子过得红红火火。

王伟自己的日子也过得不错,他认为,这就是做善事的回报。(记者 姚时美)

湘湾社区八旬志愿者夫妇 热心公益22年



▲彭老在路口文明劝导 记者 陈驰 摄

本报讯(记者 陈驰)这两天,天元区栗雨街道湘湾社区数名居民拨打晚报热线28829110称,有对老邻居,也是志愿者,一直热心公益,这几天上下班都能看到老两口在路口执勤,令人钦佩。

这老两口就是志愿者彭泽良和妻子田金梅,二老都已经82岁。退休后,全身心投入到公益事业中,已经22年了。

昨天清晨,在湘湾社区附近的路口,有不少志愿者正在进行文明劝导。志愿者队伍中,彭泽良老两口的身影格外引人注目。

社区工作人员说,6月份以来,社区文明城市建设工作积极推进,彭泽良和老伴毫不犹豫就报名参与了。每天在马路边站岗后,两位老人又开始进行下一轮工作。在他们看来,文明城市最重要的是环境整洁,看到草坪上有杂草,老两口就会带着工具,仔细清理。

早在1998年,退休的彭泽良就成了一名志愿者,参加过慰问环卫工人、贫困老人等活动,还参加过抗洪救灾和文化市场义务监督等活动,累计捐款7万多元。

2018年,彭泽良被评为湖南省优秀志愿者,2019年评选上“湖南好人榜”。住进湘湾社区后,彭泽良主动找到社区,要求加入社区的志愿者队伍,为居民们服务。

“我每天出门,总能在小区周边看到这两名白发老人,弯着腰,清理着水沟、树下、墙边的生活垃圾。”邻居彭女士说,其实他们也奇怪,二老有退休金,晚年生活可以过得很惬意,却为何要当志愿者,投入到公益事业?

记者了解到,彭泽良是入党61年的老党员。他说,虽然年纪大了,过重的体力活不行了,但人只要活着,就该做一点有意义的事情,为人民服务,自己也舒坦。

网友自发聚会 只因“岁月如歌”



昨天,株洲网“岁月如歌”的网友相聚在南方庭院农家乐,共同纪念“岁月如歌”板块成立十周年。

这些来自城市四面八方的素不相识的普通工人、教师、公务员、作家相聚在株洲网,他们用手中的笔讲述着株洲的好故事,用手中的相机展现生活的多姿多彩。一起学习,一起出游,一起嗨歌,互相关心,互相鼓励,结成了深厚的友谊。

虽然该网站“岁月如歌”板块已经停了近三年,但是岁月如歌微信群还在,网友的情谊永难忘。

(文/图 通讯员 彭永芳 漆智毅)