

引航青春理想 闪耀拼搏之路 “学党史 强信念 跟党走”灯塔学习会

文 党委宣传部 李璇 广体记者站 杜祉昊 罗彦玲 图 广体记者站 王沛莹 谢雅琪 广体青年媒体

“灯塔工程”是广东共青团学习贯彻习近平总书记关于青年工作重要思想的生动实践，是贯彻落实习近平总书记思政会议重要讲话精神的体现。团省委、省教育厅、省学联共同启动灯塔工程——广东青年大学生思想引领行动，推动广东高校共青团系统全员、全过程、全方位参与“大思政”体系构建，不断提升高校共青团思想引领工作的科学化水平。



01 点亮灯塔

“灯塔”之光照亮青春路！5月23日，我校举行“学党史 强信念 跟党走”灯塔学习会。学校党委副书记陈琦、副校长李裕和出席，各职能部门负责人、学校全体辅导员和各学院学生骨干参加。

由体育传媒学院学生崔丹妮、宋绮月、张睿哲、易靖博、林显和樊冠彤带来的诗朗诵《红船，从南湖起航》拉开学习会帷幕。

红船，从南湖起航
红船，从南湖起航
一条游船
劈开了南湖的波浪
十几个热血青年
在运筹一个红色的理想
那船原本不是红色的
船内燃烧的热情把它染红
就成了一个红色的会场
……

随着历史的红船，重游红色之路，重温红色故事，铿锵有力的语调记录了党的成长历程，传递出开天辟地、敢为人先、坚定理想信念、百折不挠的红船精神。

我校办学之初，广东省副省长曾生曾任学校校长，同时他也是著名的东江纵队司令员。来自我校党史青年宣讲队的严雨菲同学深情回顾曾生老校长的奋斗历程，他义无反顾的革命豪情、心系广大发展的情怀与事迹在动人的讲述中被传递。回想过去那段峥嵘岁月，我们向老校长表示崇高的敬意，我们会永远怀念他、牢记他、传承好他的红色基因！



诗朗诵《红船，从南湖起航》

02 灯塔之光

灯塔光芒照耀的前进路上，有不少优秀广体人前进的身影，王睁茗、黄文威、王巍堡作为我校优秀青年教师代表，热情分享了他们的追梦之旅。



“我从小受家人的影响开始接触体育，9岁正式开启了羽毛球的道路，11岁正式进入广州市体校，开启了离家住校的生活，是教练一直鼓励打气、细心引导，让我保持斗志，在短时间内成功进入国家少年队到国家青年队最后到国家队。2008年是一个高光时刻，我不仅获得广东省历史首次世界青年锦标赛男单和团体

冠军、亚洲锦标赛男单和团体冠军四枚金牌，顺利完成青年阶段的大满贯，还有幸成为北京奥运会的一名火炬传递手，这是我人生中最骄傲和最具荣誉感的一刻！但也是这一年，因受伤原因三进三出国家队，我一次次鼓起勇气，最终还是坚持下来，在国家一队中稳住了位置。刻苦的训练后，我第一次参加成年组的亚洲锦标赛比赛，曾与林丹争夺冠军。这次对决更激励我永不止步，暗地加大了训练量，也慢慢地争取到了登上国际舞台的机会，世界排名从一千多位刷新到世界第六！

但在2016年，大量训练后腰部损伤日趋加重，我不得不做出离开国家队的回到广东省队的决定。在

2017年和2018年，我接连完成省运会和全运会的夺冠任务，而后正式退役。我很荣幸能成为广体一份子，在学校领导和同事的关心与帮助下，让我在新的领域里有了继续学习奋斗的机会。

在我的体育路上，自强不息、艰苦奋斗、顽强拼搏是永恒的旋律，少年兴则国兴，少年强则国强，希望我的学生们在传承弘扬广体精神、中华体育精神的时候，以实践践行诺言，将拳拳爱国之心化为铮铮报国之行！”

——体育教育学院羽毛球教师、世青赛羽毛球男子单打冠军、东亚运动会男单亚军、2008年奥运火炬手王睁茗



“我的篮球生涯起步的较晚，是从四年级才开始接触的。因为喜爱，我从未觉得训练是一件很痛苦的事情。为了得到更专业、更系统的篮球训练，在高二时期，我踏上异乡求学之路。那时候我时常感到孤独，体格瘦弱、技术不成熟时常让我在球场上坐“冷板凳”。身心受困的情况下，我很感谢那个倔强的自己，没有被苦难压倒，一直坚信努力、拼搏。在同学们都结束课程后，我都会给自己“加

餐”，凭借着不服输的精神和更高强度的训练计划，我才慢慢开始追赶上来。

努力的年，时间会给你最好的答案。高三毕业，我顺利考入心仪的大学——广州体育学院。大学的几年里，我执着于提高自己的体能与技能，从不敢放松，感谢老师们的教导和督促，是他们，让我从一名篮球爱好者变成一个真正的篮球运动员。

因为坚持，因为执着，因为努力，所以幸运！2017年6月，随着国际奥委会将三对三篮球定为奥运会正式比赛项目，广东马上组队参加第十三届全运会，我有幸参与了首届青年组三人篮球赛并获得了首枚金牌，还得到了篮协主席姚明的点赞。也正是因为这枚金牌，我获得广东省政府记大功荣誉证书。这些荣誉并不是说明我

就是那一个最好的球员，而是鞭策我在未来的日子更加刻苦努力训练，继续前进！2018年的雅加达亚运会男子三人篮球比赛中，我搭档代表国家队出战的宝贵机会，和队友们过五关斩六将，最终获得了中国在亚运会上首枚男子篮球比赛的金牌。

我最喜欢的篮球明星科比说，四点钟的洛杉矶满天星星，寥落的灯光，行人很少。我知道，凌晨四点的天空一定是黑暗的，如果有光，那一定是微弱星光。但坚守黑暗的人，只要勇于拼搏，一定会站上最亮的地方。

愿同学们不负青春韶华，努力拼搏，奋发图强。

——运动训练学院篮球教师、亚运会男子三人篮球赛冠军、第二十一届“广东青年五四奖章”提名奖黄文威



为了练成二指禅、练好二指禅这一目标，我曾在初中时写下过这样一段激励自己：“人，只要有一种信念，有一个追求，什么困难都能克服，什么样的环境也都能适应，顽强的毅力和恒心，可以征服世界上的任何一座高峰”！

在攀登二指禅这座高峰的道路上，我克服了重重困难，在父亲严厉的鞭策下，泪水、汗水、饥饿、困乏、疼痛时刻伴随着我的童年。春夏秋冬，寒来暑往，磨练了我的意志，锻造了我吃苦耐劳的精神，终于在1997年，我练成了“双臂一指靠墙倒立”！也就是那一年，父亲病倒了。病危时刻，他拉着我的手语重心长地嘱托：“三儿啊！你什么时候练成二指禅悬空倒立，把我们王家的武术传承下去，就算给父亲争光了！”我当时只好安慰他说：“您放心吧，我会努力的！”谁知这句话竟成了我向父亲许下的生死诺言。父亲竟在把我送上去武校的绿皮火车的那天晚上，与我天地永别。我暗自发誓：我一定要兑现诺言！

正所谓“不能胜寸心，安能胜苍穹”！世上无难事，只怕有心人！我慢慢学会用科学的思维分析二指禅在倒立时动态平衡的力学原理、身体素质、呼吸等方面的因素，终于在1999年完成双臂二指禅悬空倒立，并获得国际传统武术绝技大赛冠军，后来又陆续获得各种奖项。但令我难忘的是，直到2007年的11月17日，我才完成了单臂二指禅倒立！从双臂一指过渡到单臂二指禅倒立我整整用了十年的时间，正所谓“十年面壁图破壁”！用电视剧《士兵突击》中的一句话来说是“不抛弃，不放弃”，凭借着矢志不移的目标，敢于创新的胆量，科学创新的思维，不忘初心的志向，砥砺前行的意志，我完成了自己设置的一个又一个二指禅目标。

“德厚学博、文精武杰”的母校广州体育学院，孕育了我这个曾经是江湖上卖艺的一介武夫。从2005来到这里读书，我就暗下决心，要把“德厚学博、文精武杰”作为我人生永恒的学习主题。期间，我从一名学生成长为一名老师，“以身立教、为人师表”是我的准则。作为一名武术表演专业的老师，我从竞技的二指禅走上国际舞台，在国际文化交流中，在春晚舞台上，向世界充分展示了中国传统文化的魅力，这就是母校在这一阶段对我培养的结果。“日行，不怕千万里；常常做，不怕千万事”！我相信，在母校长期的培养支持下，在自己的自觉践行下，成为一名优秀教师，带领学生们，把中华武术发扬光大，这个目标我一定能够达到！

生命不息，奋斗不止，我和同学们一起，永远在青春的大道上奔跑！

——武术学院教师、二指禅世界吉尼斯纪录保持者、三上春晚表演者 王巍堡

03 扬帆起航

休闲体育与管理学院学子、退役军人、广东省防疫优秀共青团员容子然同学和运动与健康学院学子、获2019年大学生志愿服务社区示范项目最具影响力奖的吴洪杰同学分享自身成长经历，他们向全校青年大学生发出倡议：牢记时代使命，勇于开拓未来！

灯塔学习会上，师生代表们溯历史长河，重温峥嵘岁月、追寻红色记忆，回顾建党百年来，正是一批批进步青年，在革命理想的灯塔引领下前赴后继，才换来了今

天美好幸福的生活。现如今我们身处广东广州，是改革开放的前沿阵地，又是两个“重要窗口”，青年学子思想活跃，满怀热情，他们有着强烈的自我意识，在奔流大海的航行中，比任何时候都更需要航向的引领。

今天我以灯塔光芒为向，怀揣梦想扬帆起航，明天我也愿做灯塔光芒，照亮他人美好前方！愿我们都能在广州体育学院这片热土上尽情挥洒自己的青春，奔赴绚丽多彩的未来！



舞蹈《没有共产党就没有新中国》

歌曲《中国青年志》



2016年5月31日，中国第四批赴马里共和国维和部队营地遭恐怖袭击，哨战士中亮亮，放弃撤离机会，用生命最后的37秒，换回部队其他人员的平安。因为他的及时处置，500多公斤的炸药袭击，只一人牺牲，“这在联合国维和历史书上也并不多见”。那年，我18岁，高三毕业。征兵报名通道开启后，我毅然决然填下了报名表。我想加入这支英雄的队伍，想接过英雄手中的钢枪，守护祖国。

身处和平年代，参军使我拥有了别样的人生体验，两年的军旅时光短暂而珍贵，是党和部队，在我人生最重要的阶段，引领和指导着我，培养了我过硬的政治素质，培养了我服从命令听指挥，特别能吃苦，特别能忍耐、特别能战斗、特别能奉献的良好品质。

铁打的营盘，流水的兵。服役期满，告别军营，我穿着没有领花、肩章的衣服重新融入茫茫人海中。退役复学，我比以前更加积极、自律、刻苦，更注重全面发展。我成了一名预备党员，提高思想觉悟；加入了团组织，培养组织能力；加入了学校女子篮球队，增强专业技能；参与了志愿服务活动，践行为人民服务的宗旨。

2019年年末，武汉疫情爆发，除夕夜，在党中央和中央军委的指示下，解放军医疗队紧急集结，奔赴未知的疫区。看到那熟悉的、高高飘扬的八一军旗，我内心无比激动，第一反应是想起告别军营时，在军旗下的庄严承诺，若有战，召必回！这何尝不是一场艰苦的战斗。但我知道，即使卸下肩章，军魂不能卸，只要祖国和人民需要，我仍会挺起胸膛站排头。我主动跟所在社区联系，站上了抗击疫情第一线。我始终牢记军人使命与责任，在新战线上战斗！有时面对未知的病毒和突发的情况，你问我怕吗？怕。但每次遇到困难时，看着“党员先锋岗”这几个字，再想想鲜艳的八一军旗，我就会冷静下来，无私奉献、英勇顽强，是一个共产党员、一名退伍军人的必备素养。我坚信，在党的英明领导下，只要我们坚守岗位，就一定会有胜利的答卷。

参军两年，我感受最深的不是吃了多少苦，获得多少荣誉，而是军人的奉献精神，那种家国情怀，以前不明白，进入部队之后，才真正理解了什么叫“家国情怀”。那是春节，中秋“一家不圆，万家圆”的彻夜坚守；是抗洪抢险、抗疫救灾中的最美逆行；是外军侵犯、寸土不让的宁死不屈。去年的边境冲突，我的同年战友永远留在了喀喇昆仑，如果没有穿上过军装，我可能永远都不能明白，什么是青春不止眼前的潇洒，还有家国与边关。

两年军旅，从未后悔，当我穿上军装，将“听党指挥，能打胜仗，作风优良”的口号于胸膛呐喊时，当我脱下军装依旧以军人顽强拼搏的作风，为党和国家的各项事业贡献着青春和热血时，有家国与战友，值此风华正茂时，此生无憾。纵然时光流逝，唯忠心与热忱不改。

——休闲体育与管理学院学子、退役军人、广东省防疫优秀共青团员 容子然



在大学的三年里，我接触过很多特殊儿童，自己亲身参与并组织大大小小的志愿活动近几十场，其中对我印象最深的志愿活动便是融合足球志愿活动。

习近平总书记提出要“抓好青少年足球”，在“体育强国”“足球进校园”等相关政策支持下，普通学校的足球运动相继开展。而特殊学生，大家有没有注意到，他们作为一个特殊群体，同样享有足球运动的机会。我来自2008年成立特殊教育专业，我们有着十年的特教经验，于是发挥专业优势，对接国家的政策战略，培育了《特奥融合学校足球服务项目》，为智力低于70分以下的特殊学生提供足球运动服务。

在老师们的带领和指导下，十年沉淀，我们的项目得到快速发展，并在2018年成为全球公民关怀6个公益项目之一，在全球网上投票排名中获得第二的好成绩，获批国际特奥56万元项目经费。在2019年，我们还获得广东省“益苗计划”志愿服务大赛重点培育项目。至今为止，我们已经组建了11支球队，

举办了五届广州市融合学校足球赛事，服务近千人次，服务时长达万小时，培育的志愿者达千人；近年来，共有4名志愿者获得中国特殊奥林匹克优秀志愿者，5名志愿者作为足球融合伙伴，代表中国队参加十五届阿拉伯夏季世界特殊奥林匹克运动会融合足球项目。我们也曾这项活动中申报到了大学生志愿服务社区中，该项目从全国高校申报的1160个项目中脱颖而出，我校与北京大学、中国地质大学共同荣获“2019年大学生志愿服务社区示范项目最具影响力奖”，中国青年志愿者、广东共青团对该项目进行了专题报道。

团队正在逐渐壮大，这对我们来说也是非常荣幸和感动的四年。

在广体，我已参与了三届融合足球比赛的志愿活动，多次去特殊教育学校帮助融合足球运动员进行健康体检筛查、足球技能培训。我们将不忘初心，做好每一项工作，走出广州，辐射广东、服务湾区、面向全国，帮助更多的特殊学生参与到体育运动中来。

正如雷锋所说：一滴水只有放进大海里，才不会干涸，一个人只有当他把自己与集体事业融合在一起的时候，才最有力量。通过体育运动来推动特殊学生的身体健康、社会融入，助力健康中国。青春，无悔与志愿同行！

——运动与健康学院学子、获2019年大学生志愿服务社区示范项目最具影响力奖获得者 吴洪杰