

4月的春风还有些许微凉,和平公园的寂静被晨练的脚步声打破。奔跑的人群里,秦婷婷和薄永玲并肩而行,步伐整齐划一,一根橙色陪跑绳将普通人和视障人士紧紧相连。

作为微光视障者,秦婷婷曾以为奔跑会永远成为回忆。直到朋友提起“黑暗跑团”,她才鼓起勇气重新站到跑道上。如今在薄永玲的陪伴下,她不仅找回了奔跑的快乐,成绩更是稳步提升,正积极备战太原马拉松赛。“你的面前是一片开着红花的茂密植物……”薄永玲的声音,是秦婷婷感知世界的另一双眼睛。

裴真是最早一批陪跑员,他还记得和视障跑者元帧初次搭档的场景。元帧起初紧张不安,担心自己的动作会给裴真带来困扰。裴真耐心地用指令引导,还学着和元帧的导盲犬配合,帮他辨别方向。一次次奔跑,一次次歇脚时的家常闲聊,让两人渐渐形成了默契,元帧脸上的笑容也越来越灿烂。“他们给予的百分百信任,让我真切感受到自己被需要,能为别人带去能量。”裴真说。

公园里春意盎然,志愿者们特意增加互动,让视障伙伴们用听觉、触觉感知春天。石远鸿陪着杨霞奔跑时,总能听到她兴奋地分享:“这里有鸟叫。”“那边有人吹葫芦丝。”“好像还有人踢毽子。”这些被健全人忽略的细微声响,是杨霞认识世界的桥梁。而石远鸿也在陪伴中收获了惊喜:“原来身边有这么多被我错过的美好。”

每周日清晨,几十名志愿者都会准时聚集在这里,用业余时间轮流陪伴视障跑者。对杨霞来说,每次参加活动都像“拆盲盒”,总能认识新伙伴,“就像打开了一扇通往彼此世界的大门”。

经过近两年的发展,“黑暗跑团”太原站已成为近400名视障跑者和志愿者的大家庭。在这里,视障者们重新踏上跑道,用脚步丈量世界的宽度;志愿者们则用陪伴传递温暖,让城市的温度在每一次奔跑中流淌。
牛利敏 摄



陪跑员邹雅娟带着许雅丽奔跑

陪跑的温度



向新加入的团员讲解注意事项



跑步前的对表



秦婷婷和薄永玲并肩而行



与志愿者交流



陪跑员石远鸿带着杨霞湖边奔跑