

中国国民党主席郑丽文4月7日起率团访问大陆,聚焦两岸和平发展与交流合作,亲身感受大陆蓬勃的发展活力与广阔机遇,也让更多台湾同胞看见大陆开放包容的创业环境与发展舞台。两岸同根同源、血脉相连,越来越多台湾青年怀揣梦想来到大陆打拼。本期《人世》周刊聚焦一对在深圳创业的台湾年轻夫妇,讲述他们的奋斗故事。

爱情和事业,跟着面包一起发酵

# 台湾“面包夫妻”深圳逐梦

文/羊城晚报记者 戚美青 图/受访者提供

羊城晚报

A5

漫读周末

·人世间

2026年4月11日

星期六

责编 张齐  
美编 丘淑斐  
校对 黄文波

在广东深圳福田区福强路上,一家名为“艾薇达”的面包店透着别样的温情。店门口挂着“本店周一公休”的牌子,客人离店时老板必亲自道别——这些细节,让这家小店在深圳这座繁华的都市中显得有些不同。

这是来自中国台湾的刘天庭、黄惠君夫妇用心经营的一方天地。每天清晨五点到店,制作五十多种、七百多个面包,再通过预定和快递发往全国各地。今年是他们结婚的第七年,也是在深圳打拼的第十一年。

深圳的活力与创造力,如同面包里的酵母,催发着这对台湾小夫妻的创业梦想,也让他们的人生在祖国大陆发酵出更广阔的可能。

## 从地图上到生命中,安家深圳

在2015年之前,刘天庭和黄惠君对大陆的印象还只停留在地图上。

少年时的刘天庭,立志成为一名“烘焙匠人”,高中毕业后他考入台湾嘉义大同技术学院餐饮系,成为台湾糕



面包店的订单条

饼制作专业名师王颖的弟子。台湾同胞喜爱面包糕点等食品,烘焙业起步早、发展繁荣,越来越多的人进入该行业,如何脱颖而出?是刘天庭不得不思考的问题。

2014年,刘天庭大学毕业前选择参加新加坡FHA厨艺大赛,成功斩获“金牌冠军”。这个冠军的称号,让刘天庭在行业里拥有了安身立命的本钱。

也就是在那时,一家大陆国企想要在深圳开一家台湾风味的面包店,邀请王颖老师前来深圳教学。

“老师平时的教学工作非常忙碌,就派我代替他过来了。那时我虽然完全不了解深圳这个城市,但是觉得既然有这个�会,大家都是中国人,都讲普通话,那我不如去闯闯试试。”刘天庭就这样懵懵懂懂地“闯”进了大陆,成了现在深圳街坊口中的“阿天庭”。不久之后,刘天庭的女友黄惠君也从台湾飞来深圳陪伴他。

“那段做老师的时间真的很开心,我的学生遍布全国各地,很多学生都会很热情地邀请我去他们的家乡看看。直到现在还有一个家在江苏的学生,每年都会给我寄来一箱阳澄湖大闸蟹,这么多年,从未间断。”大陆学生释放出来的友善和温暖,让初来深圳的刘天庭和黄惠君感受到满满的幸福。

在当培训老师期间,两人也对深圳的烘焙市场做了考察。他们发现,深圳作为国内一线城市,消费群体巨大,烘焙食品的市场广阔且具有潜力。于是在刘天庭三年执教期满后完成了人生两件大事:一是和黄惠君结婚,二是夫妻俩在深圳安家、创业。

## 台湾同胞获得“深圳青年五四奖章”

在深圳创业初期,刘天庭夫妇拿出攒下的20万元积蓄经营了一家烘焙培训学校,主教西式甜点。“其实烘焙培训还是比较有前景的,但是我们在这座城市没有任何资源,后来培训学校就没办法下去。”黄惠君说。

2018年,两人转战甜品店,与一位深圳朋友合伙,在福田中心区开了一家甜品店,主营法式点心。“面对每月6万元的租金,房租成本压力实在太大了。”不久后,甜品店关门歇业。刘天庭夫妇在深圳的创业“初体验”宣告失败。

受挫的两人萌生了回台湾的想法,2019年,他们借着过年的机会回家“收拾心情”。没想到的是,忠实的顾客们总来“拖后腿”。“客人们都很舍不得我们离开,微信、电话连环轰炸我们,说想继续吃阿天庭做的面包。”为了不让客人失望,他们咬咬牙,再次“杀”回深圳。

2020年2月,刘天庭夫妇为了节省租金,在深圳租下一间10平方米的仓库,重新站了起来。这间小屋,摆上烤面包的烤箱,他们甚至都没有转身的空间。他们日夜挤在这间小屋内,为需要他们的每位客人,制作出一件件治愈人心的美食。而这段辛苦的经历,他的家人们至今都不知道。

没想到的是,疫情期间,人们对成品食物的需求量增加,面包店就这样“旺”起来了,粉丝也越来越多。

2022年5月,刘天庭凭借在深圳创业的亮眼成绩,积极推动两岸青年交流,加之精湛的烘焙技艺与文化传播贡献,荣获深圳青年五四奖章,成为当年度获奖者中唯一的台湾同胞。

他们的面包店也从10平方米的仓库,搬到了一间30平方米的工作室。其间,又因为运营经验不足,被合伙人欺骗,重回10平方米仓库,但好在两人的客户群已经非常稳定,很快在2023年6月,搬进了现在的“艾薇达”。黄惠君骄傲地说,经过一波三折,面包店“4.0版本”正式上线。

2024年4月1日,中国国民党前主席马英九率20名台湾青年学子到访深圳福田平安金融中心,刘天庭以深圳台青的身份担任讲解员,现场向马英九介绍自己的获奖烘焙作品,分享在深创业经验。

从台湾来深追梦的烘焙师,到代表深圳台青迎接台湾学子,他用奋斗与坚守,成为两岸青年交流的温暖桥梁,也



来自中国台湾的黄惠君(左)、刘天庭(右)夫妇

向更多台湾青年展现了在祖国大陆追梦、筑梦、圆梦的广阔舞台。

现在,刘天庭专注食物研发,黄惠君负责市场推广,两人边开店边继续培训学员。他们的面包店目前已经服务了近10万名客人,因为经常光顾这里,不少人渐渐和他们成为朋友。

## 来了就是深圳人,面包酵母催生有爱

推开“艾薇达”店铺的小木门,就感觉一股“暖意”袭来。黄色灯光洒落,随风飘荡叮当响的风铃,数不清的小动物玩偶,琳琅满目的小装饰品,玻璃柜里灯光照着的各种面包……店里卖的不光是吃的,更是一份“小确幸”。

“我们想用爱打造一个‘治愈小屋’,希望每一位来这里的客人,都能感受到满满的幸福感。”黄惠君说。

从开始一无所知地过来,到在深圳“闯”了十一年,深圳已经成了他们成年后生活最久的地方。“现在我们一年偶

尔会回台湾一两次,深圳和台中真的很不一样,深圳人真的好‘卷’,生活节奏也超快的!不过适应了这里的快节奏、都市化以后,回去反而会不太适应。”黄惠君说。

在这座年轻、开放的城市里,刘天庭、黄惠君遇见了同样做餐饮培训的夫妻,遇见了同在深圳打拼的台湾青年,还遇到了许多年轻热情的顾客。在他们夫妇创业困难之时,这些人会主动提供场地、赞助设备,甚至愿意出资挽留。

“不是有句话叫‘来了就是深圳人’吗?这里广阔的市场、开放包容的环境,还有那些如朋友般需要我们的客人,让我们在这里找到了归属感。”刘天庭说。

繁忙的工作之余,他们最喜欢去全国各地旅行。很多地方特产都成了刘天庭制作面包的原材料,四川花椒、哈尔滨红肠、潮汕牛肉丸都被他做进面包糕点里。“我们希望把大陆各地食材融入面包,在这个钢筋水泥构成的大都市里,给客人们一丝温情,感受这份手作面包里发酵出来的微小爱意。”黄惠君说。



李青杨在四川康定市帮扶指导甘孜州名师工作室教研,进行体育教学展示

文/羊城晚报记者 蒋隽 图/受访者提供

“你给我站好!”——八年前,李青杨的体育课只有这一句台词,喊得园长从三楼冲下来救场。

八年过去了,这名深圳市彩田幼儿园的男幼师,已是深圳幼教圈出名的“体育游戏主理人”:一把竹梯子、一根绳子玩出几十种花样,旧轮胎、书包、鞋子、衣服、纸盒全变教具,孩子们追着他喊“青杨老师”。

男幼师本就稀缺,而一个曾让园长“听不下去”的东北小伙,究竟靠什么逆袭成孩子眼中的“游戏王”?

## 把体育课上成“游戏派对”

“谁能躲避我的‘导弹’又能抢到‘苹果’?请小朋友绕着我的‘苹果园’慢跑,但不能踢到我的‘苹果园’哦。”李青杨的体育课,从不缺笑声。

一截普通的竹梯子,他能带着孩子们玩出N种花样:平放地上,走平衡、跳格子、四足爬;几个孩子抬高一侧,其他孩子爬上去再跳下来,个个玩得像大侠;一人坐、四人抬,又变成了竹轿子……一节课下来,孩子们满头大汗,却不亦乐乎。

在青杨老师这里,体育课不需要专业器材,身边的一切皆可运动,而且一个东西能玩出几十种玩法。他带着孩子们用书包做游戏,用旧轮胎玩拉力游戏,用绳子在树上做“人猿泰山”式的荡绳。

连鞋子都是运动健脑的“神器”。他发现很多孩子会把鞋穿反,于是设计了找鞋子的游戏——只穿一只鞋去找

另一只,认识自己的再去找别人的……不仅身体得到了锻炼,还培养了孩子的生活自理能力。

不少人说,李青杨不只是一个体育老师,更像一位“体育游戏主理人”。他不仅设计课程,还操刀幼儿园的运动环境,用男生的“野性”视角,带来不一样的可能。

秋千前方挂一个球,孩子们荡过去时用脚踢或夹,瞬间从“单纯晃悠”变成了“有目标的身体控制”,连秋千跑偏的问题都自然解决了;几根从山上抬回来的树干,搭在两棵树之间,就成了天然的平衡木;竹梯可垂直固定在柱子上锻炼下肢力量,也可倾斜固定在树上锻炼上肢力量,还可悬挂于空中,让孩子们如小猴子般活动,从而锻炼上肢力量与身体协调性。

必要区域都贴了“教师看护点”,站位分散,标识明确——既放手让孩子冒险,又用专业把安全底线守得牢牢的。

打开小红书青杨老师的个人主页,会看到各种各样的教学视频,评论区

# 男幼师李青杨:奇招迭出的“体育游戏主理人”

里,常有幼教同行留言:“原来体育课可以这么上,求教案、求完整视频!”他也从不吝啬,全部大方分享。

## 从“不耐烦”到“来者不拒”

如今的李青杨,站在操场上,随便拿起一个物件就能上一堂让家长同行都点赞的体育课。但八年前,他刚到彩田时,曾被园长从三楼冲下来“救场”。

“他当时上课,全靠指令,孩子根本不听。”园长刘蓓回忆,“我在楼上听着,他在下面喊‘你,站好!’我说多少遍了!我实在听不下去了,直接冲下去。”

当时的李青杨对“体育课”完全是零经验,“不知道怎么组织,设计的活动要么太高控,要么太散,孩子不听我的,自己玩自己的”。

他的转机,源于一个“笨办法”——模仿、反思、重复。

“师父赵永忍老师带着我,他上课,我就在旁边看,看完我模仿,他帮我养成了课后自我反思的习惯。”“每次只解决一个问题,今天组织得不好,明天想办法改进;后天可能冒出新问题,就再着手解决。”

这个爱反思的习惯,他坚持至今,已经8年。

八年来,他上过无数节体育课,也遇到过各种类型的孩子——调皮的、内向的、有特殊需要的。“上多了,什么状况都遇到过,什么孩子都见过,慢慢就不慌了。”

正如园长刘蓓所说,李青杨的成长没有捷径,“就是‘一万次课’的道理,你上够‘一万次课’,你就是专家”。

李青杨对孩子更加深刻的理解,还有一个关键的转折点——他自己成了父亲。

“以前上课,遇到调皮的孩子,心里会烦躁,觉得‘他怎么就不听呢’。”他说,“但有了孩子之后我就会想,如果这是我儿子我应该怎么对他?”

这种视角的转换,让他对“理解孩子”有了更深的体悟。他开始重新翻阅儿童心理学、运动生理学的书籍,把实

践中的经验放到理论的维度去审视。“以前是浅的理论,然后到实践,现在我又回到理论,但这一次的理解完全不一样了。”

现在的他,什么样的孩子都能教,还主动去上那些别人不敢上的公开课——孩子有多调皮他都不怕。

## 好的幼儿教育首先得好玩

青杨老师层出不穷的运动创意,一部分来自他的童年。童年的他,在东北老家的田野里疯跑,拆遍了身边所有的玩具。

“他本身就是个很好玩的人。”同事们评价青杨老师,“手很巧,生活中就爱琢磨,修个东西、做个玩意儿都特别在行。他看孩子,不会觉得‘小孩真幼稚’,而会觉得‘这个点子有意思,我来帮你实现’”。

在青杨老师看来,好的幼儿教育,首先得“好玩”。

“孩子玩游戏纯粹是为了好玩,成年人玩游戏才为了意义。”他笑着说,“但恰恰是那些不刻意追求意义的游戏,才真正有意义。就像《有限与无限的游戏》里说的,有限的游戏以取胜为目的,玩的是规则和边界;而无限的游戏却以延续游戏本身为目的,玩的是可能性和想象力。孩子天生就懂得享受无限的游戏,他们不为输赢,只为沉浸在游戏的每一个当下,在奔跑、欢笑、创造中拓展着游戏的边界,这种不带功利心的投入,就是最本真的意义。”

“我小时候就是一个特别调皮的孩子的。”李青杨笑着说,“如果把小时候的我送去测评,多半诊断就是ADHD(多动症)。”他记得自己从没有过一个完整的玩具,因为所有玩具到他手里,转眼就被拆得七零八落,“我就是想知道里面是什么样的”。

“那时候没有人理解我”,他说,“所以现在我看到那些‘拆家’的孩子,特别能理解他们在想什么。”

一个好的幼儿教师,首先是一个没

有忘记自己童年的人。很多人当了家长、当了老师之后,就忘了自己小时候是什么样了,不再能理解和共情孩子。但青杨老师没忘,他总是能站在孩子的视角去看问题。

## 专业成就点亮职业认同感

男生当幼儿园老师,依然面对很多不理解。

李青杨刚当幼儿园老师那几年,回老家过年,亲戚问他在深圳做什么,他都只说“当老师”。人家问小学还是初中,他才很不好意思地说是幼儿园。

这种“不好意思”,在五六年之后慢慢消失了,“当我有了专业自信和成就感的时候,也就慢慢有了职业认同感”。

这种认同感,来自他一次次把孩子“点亮”的时刻;来自他设计的“一物多玩”被同行认可;他作为体育教师在广东省青年教师教学能力大赛中拿下二等奖,在其他各类教学比赛中也多次获得一等奖、二等奖;来自他在小红书分享的教学经验获得30多万播放量,也来自他远赴新疆、四川等地开展的帮扶指导,以及无数次站在台上与同行的交流。

“以前是师父告诉我上什么课,我就上什么课;后来是我自己设计原创课,给师父看;再后来,我可以指导其他老师上课了。”他说,“对一些存在问题的体育课,我一眼就能看出问题在哪儿。比如,器械摆放不合理,存在空间浪费问题;孩子的站位不合适,动作设计不尽科学等。”

这些细节,都是他在上节课里磨出来的“眼力”。

李青杨说,他未来的目标是继续沉淀自己,补短板,尤其是在体育领域的专业理论。“还是要再回到原点,带着实践的问题重新去补理论。”

或许,好的幼儿教育就是这样:一个没有忘记自己童年的人,带着一群正在经历童年的小孩,在操场上、阳光下、笑声里,一起好好长大。

有本版新闻线索  
请扫码加群爆料



扫二维码7  
天内(4月17日  
前)有效,重新进  
入将更新