

“花甲跑者”跨越45年圆梦世界赛场

马卫中:奔跑,不设年龄上限 双重身份让他见证一众银发老将惊艳时刻



马卫中(左)和丁明合照。受访者 供图

丁明跨栏。马卫中 摄

对话当事人



扫码看视频

9月3日,韩国大邱,2026世界大师田径锦标赛(WMAC)落下帷幕。105人的中国大师田径队带回10金23银19铜,创下20多年参赛最好成绩。一众银发老将在国际赛场挥洒热爱,惊艳全场。9月15日,我们在长沙见到了随队出征的银发跑者马卫中。今年61岁的他,既是参赛运动员,也是赛事“随队记者”。他亲眼见证了这支高龄队伍的高光时刻,也向我们讲述了自己跨越45年的奔跑初心。■文/视频 三湘都市报全媒体记者 蔡银 朱帅铭

少年立誓,45年后跑上世界赛场

马卫中小时候跟着在部队工作的父母,在云南长大读书。

回忆在云南的少年时光,马卫中笑着告诉记者:“学校的长跑氛围特别好,初一的时候,我们搞象征性长跑,每天跑3—5公里,自己定目标。我是湖南人,我就给自己定了一个目标,从云南蒙自跑到湖南有一千多公里,我就认准了这个目标,每天一点点坚持跑。”

常年的长跑锻炼,为马卫中打下了扎实的基础。16岁那年,他参加云南红河州中学生中长跑运动会,拿下1500米冠军。“那时候操场边的杨树刚抽新芽,队友们的欢呼声震得耳膜嗡嗡响。领奖台上,我悄悄对自己说:总有一天,我要穿着印有国旗的衣服,跑到世界赛场上为国争光。”那时候的他不知道,45年之后,他真的站上了世界赛场。

后来父亲转业,马卫中转学回到湘潭读书。因为学业紧张,他没能成为一名专业运动员,毕业后成为一名程序员。工作后常年对着电脑,压力大、运动少,长期久坐让他出现了不少亚健康问题。50岁之后,他重新捡起田径训练。2023年开始,国内每一场大师田径比赛,他几乎场场不落。

2026年,61岁的马卫中跟随中国大师田径队出征在韩国举办的世界大师田径锦标赛。当年那个在云南遥望韶山奔跑的少年,终于在花甲之年,站上了世界级的赛场。

一身双职,用镜头记录银发荣光

此次赛事,马卫中还拥有一个特殊的身份:中国田径协会委派的“随队记者”。

15天的赛程里,马卫中做出了一个朴素的取舍:把更多时间留给镜头,而非个人成绩。“15天的比赛,我三分之二的时间都在拍摄、访谈、整理素材、剪辑作品,只有少部分时间用来参赛,甚至为了赶报道错过了撑竿跳高比赛。”

本次WMAC,马卫中在报名参加的M60组5000米竞走比赛中,获得第5名。“对我而言,站上世界大赛赛道,兑现少年时许下的诺言,意义远胜名次。”

在马卫中的镜头里,和自己并肩参赛、朝夕相处的好友兼队友——82岁的丁明,是本次赛事最出圈的人物。此次韩国之行,丁明一举拿下M80组80米栏世界冠军、刷新亚洲纪录。相关画面和故事经马卫中报道后,迅速刷屏全网,热度居高不下。

在马卫中看来,丁明赛场动作利落帅气、气场十足,面对外籍对手从容沉稳,夺冠实至名归。但真正让马卫中内心深受触动、由衷敬佩的,从来不是金牌和流量,而是丁明通透豁达的为人和宽广的体育格局。赛场之上,丁明从不张扬自傲,真诚为每一位对手鼓掌,赛后逐一握手致意,合影时主动谦让站位,从不抢镜。“他也多次主动提出,把镜头和荣誉留给整个团队。”

步履不停,把热爱传递给年轻人

跑过半生、看过无数赛场风景,马卫中对运动的理解,始终简单又纯粹。在他心里,老年人坚持运动最朴实的初衷就是“不给家人添负担、不给社会添麻烦”。

“锻炼身体,首先是不给子女添负担,不给社会添麻烦。更深一层,就是想带动更多人跑起来。”马卫中说,“现在很多年轻人久坐、熬夜、亚健康,其实只要迈开步子,就是成功的开始。”

三年来,马卫中累计发布300多条赛场短视频,单条最高破400万播放,后台六成留言都来自年轻人。很多常年久坐、不爱运动的年轻人,看完这群银发跑者的赛场状态深受触动,纷纷留言说被治愈、被激励,主动表示要走出房间、迈开脚步,重新拾起运动习惯。

“很多网友留言说‘28岁的自己跑不过82岁的老人’‘丁老师的跨栏动作确实非常漂亮流畅’。还有人开玩笑‘说要没收我们的公交卡’。”谈起网友的热议,马卫中笑得格外爽朗。

“奔跑,不设年龄上限。年龄从来不是停下奔跑的理由。我们每个人都愿意做一粒小小的种子,把终身运动、积极向上的生活态度传递出去。”马卫中和队友们已经约好,“2028年荷兰世界大师田径锦标赛上,我们带着热爱继续出发,让更多人走上赛场、爱上奔跑。”

二孩妈妈10年“玩香”盼来新职业认证赋能



彭资正在进行制香教学。

受访者 供图



扫码看视频

一缕清雅沉香袅袅散开,指尖揉搓天然香材、静心塑形、静待窖藏。9月15日,在长沙市雨花区一间制香工作室里,彭资正专注打磨香品、演绎香艺美学。

9月9日,人力资源社会保障部等部门发布第八批新职业,制香香艺师成功入选,成为本批新职业中极具传统文化底蕴的特色职业。彭资十分兴奋她表示,“千年香道技艺,正式拥有了规范化、职业化的全新发展赛道。”

渴望慢下来的生活,销售主管跨界学香艺

今年38岁的彭资是长沙人,性格温柔娴静。大学就读文秘专业的她,毕业后从事化妆品营销工作多年,担任品牌主管,凭借扎实的文字功底与丰富的营销经验,在快节奏的职场中稳步前行。

10年前,高压、快节奏的工作状态,加上生育二胎,让彭资开始渴望慢下来的生活。一次偶然的机会,她接触到传统香道,找到了内心的归宿。在很多人的固有印象中,香道被贴上老旧、小众的标签,初入行时,彭资也遭遇过诸多质疑。“在我看来,香水是取悦他人,而东方古香是治愈自己,一缕清香能安定身心、抚平浮躁,让人向内求索、沉淀自我。”怀揣着对传统文化的热爱,彭资放弃稳定高薪的营销工作,全身心投入香艺行业,潜心研习制香技艺、香艺演绎与香文化传播。

如今,彭资已经是一名兼具实操、教学、传播能力的全能型香艺师。她带着传统香艺走出工作室,走进各大企事业单位、银行,甚至高速服务区,开展沉浸式香艺体验活动,让古老香文化走出深巷、贴近大众。

新职业认证赋能,传递东方美学力量

制香香艺师是以天然香材为原料,通过原料甄选、炮制、合方、成型、窖藏等传统技艺制作香制品,同时开展香艺艺术实践与文化传播的专业人员,作为全新的国家认可职业,标志着传统香艺从民间小众手艺,正式迈入规范化、职业化、体系化的全新发展阶段。

得知制香香艺师入选国家新职业的消息,彭资满是感慨:“国家认证,是对所有香艺从业者的肯定,也能让更多人正视香文化、了解非遗技艺。”在她看来,制香香艺师绝非简单的“点香、闻香”,而是集技艺、美学、治愈、传播于一体的综合性职业。制香炼心、观香赏美、以香交友、以香赋能,香艺既能磨炼心性、治愈人心,也能搭建文化桥梁,融合各行各业,传递东方独有的雅致美学。

入行近10年,彭资在长沙打造了自己的香艺品牌,将香艺与琴棋书画、新中式美学深度融合,不仅研发多样香艺作品,更专注人的成长与美育传播。“香艺看似简单,实则需要热爱、阅历与沉淀,并非速成行业。新职业的落地,将推动行业规范化发展,催生专业人才培养体系,为传统文化爱好者提供全新职业选择,也能让千年香道技艺代代相传。”彭资说。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋