

编者按

命运或许会设下层层难关，却永远无法困住不肯低头的灵魂，绝境之中自有向上生长的力量。他们身处泥泞，却心向晴空，以坚韧对抗遗憾，以坚持冲破局

限，每一份拼搏都闪闪发光，每一次突破都催人奋进。愿我们都能从这些滚烫的故事里汲取勇气，不惧前路风雨，永远相信自身蕴藏无限的可能。

高位截瘫，他用双手“跑”出80余枚奖牌

37岁李斌通过“跑马”逐渐突破自我 他说：只是换了一种生活方式

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边



扫码看视频

7月6日，记者见到长沙市肢残人轮椅马拉松赛五连冠得主李斌时，他刚结束晨训，难得没有下雨，他在户外多“跑”了好几公里。

37岁的李斌早已习惯了这样的日常训练强度。“不训练的话，身体机能会退化。”从2017年首届全国肢残人轮椅马拉松健身赛拿到季军开始，他陆续获得80多枚轮椅马拉松奖牌。

“手是好的，能做的事尽量不让别人帮忙”

赛场外的李斌，用他自己的话说就是个热爱生活、热爱运动的普通小伙。平时不训练、不比赛的时候，钓鱼是休闲首选。

2013年，因工作意外导致脊髓损伤致双腿瘫痪，李斌直言，不喜欢别人把自己当“病人”看。从坐上轮椅那一刻起，他没让爸妈推过一次。

“我自己手是好的，能做的事尽量不让别人帮忙。”李斌说，“受伤治疗已经给家里造成负担，不能再继续增加负担。”作为独生子，出事前他是家里的顶梁柱，意外致残后，更不愿拖累父母。

“所以我一直拼命锻炼，一是为了自己生活质量更高，二是为了给家里减轻一点负担。如果能帮到父母一点，那就更好了。”李斌的语气始终很平静，仿佛一路走来付出的辛苦都是平常事，“现在无障碍建设越来越好，习惯了轮椅，其实挺方便的。”

“不要为此失落，只是换了一种生活方式”

“受伤前我从没有接触过马拉松，为了抵御神



李斌参加轮椅马拉松比赛。受访者供图

经痛才开始锻炼的，后来受到病友鼓励，参加了2015年烟台马拉松比赛。”李斌回忆，起初为了做康复锻炼开始轮跑，逐渐突破自我后，加入“跑马”行列中。2017年，他获得全国残疾人轮椅马拉松健身赛冠军；同年12月夺得第2届中国康复半程马拉松赛冠军，之后参加大大小小的各种比赛。李斌说，“我用手‘跑’出了80多枚奖牌。”

用一个词形容自己，李斌毫不犹豫地选了这个词——不服输。“意外致残，好多人都走不出来。”李斌说，“我参加轮椅马拉松，也是想让更多人看到，不要为此失落，只是换了一种生活方式。”李斌告诉记者，如今对比赛的态度也和几年前不太一样，“过去总想着通过比赛证明自己，如今马拉松、训练已经是生活的方式，未来就想身体健康陪着家人好好生活”。**■文/视频 全媒体记者 田甜 通讯员 张雨欣**

福利院长大的他用大赛告诉世界：我能行



扫码看视频

7月6日，湖南省第八届残疾人职业技能竞赛实操环节正在酣战中。在增材制造赛场上，邵振庭坐在轮椅上，双眼紧盯着屏幕，手指在鼠标和键盘间飞快切换，直至3D打印机中一个精致的模型逐渐成形。“比赛给我们的，不只是竞技带来的乐趣，更是一个站上舞台、证明自己的机会。能走出来，把本事亮出来，就算赢了。”邵振庭说，想让更多人看到，残疾能限制脚步，但拦不住心里的热爱和坚持。

学到深夜，饿了就泡碗面

邵振庭从小在福利院长大，不知道自己的生日，不清楚具体年龄，“大概40来岁吧”。因为小儿麻痹症，他出行全靠轮椅。今年是邵振庭第三次参赛，前两次他挑战的是“微信小程序”和“茶艺师”，这次，他选了全新的“3D打印”。

邵振庭开电动轮椅很娴熟，上坡、过门槛都利落得很。邵阳市社会福利院先后为他争取了两次大手术，全力支持他考上邵阳学院计算机专业。大学毕业后，他选择回到福利院，做信息化运维的骨干。

“平时是办公室文员，因为专业跟计算机沾边，残联推荐参赛项目时，就选了增材制造。”邵振庭表示，虽然是新项目，但自己上手比别人快，“上了一周专业课，每天反复练，经常忙到半夜，饿了就泡碗面凑合，心想一定要把知识点啃透”。

“最难的是建模软件，要看尺寸、高度、壁厚、直径。”邵振庭补充道，“全靠自己在网上找教程，一点一点摸索。”

凭着这股钻劲，现在跟残友聊起软件操作，邵振庭也能讲得头头是道。

站上省级赛场，本身就是胜利

“跟其他选手比，我最大的优势可能是比赛经验多一些，知道怎么调整心态、稳定发挥。”邵振庭说，能站上省级舞台的，个个都很优秀。

“这种比赛和培训，对残友来说帮助太大。我在福利院长大，接受了不错的教育，学了不少东西，但对很多残友来说，这样的培训和比赛，真的会改变他们的命运。学会一门手艺，他们就能试着走出去，告诉所有人‘我能行’。”

邵振庭盯着运转的3D打印机，材料一层一层堆叠，按照“规划”慢慢成形，就像他一点点铺设自己的未来。

“我先把技术学精，回头自己买台打印机，福利院搞活动时，我能做塑料道具，让新学的技能派上用场。”从福利院里被照顾的孩子，到代表邵阳市站上省级赛场的选手，邵振庭用汗水和勤奋完成了一场“反哺”。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 杨昱 通讯员 周璐璐

《迟到两年的毕业照：学校专门送证到家》后续 抗癌男孩刚工作就交出“100%”答卷



扫码看视频

三湘都市报7月6日讯 没有礼堂操场，没有千人合影，老师驱车百里上门，只为给一名特殊的毕业生拨穗正冠。近日，这一幕刷屏网络，也让无数人记住了长沙理工大学计算机学院毕业生沈琳的名字。他曾因白血病休学抗癌，历经生死考验后重返校园，如今终于身着学士服圆梦毕业。无数网友为之动容：“这大概是今年最感人的毕业典礼。”（详见本报6月30日A06版报道）

7月6日，记者回访得知，沈琳已正式开启居家数据标注工作。由于治疗后免疫力较低，他需长期佩戴口罩，不便与人合住，这让就业一度成为他最焦虑的事。而这一难题也在学校对接下顺利化解，上海一家企业不仅提供岗位，还协助完成入职流程。如今，他白天和晚上都会花时间在学上学习管理任务、熟悉标注流程，偶尔进行实操练习。

计算机学院党委副书记王凯婧一直放心不下这个孩子。她告诉记者，企业反馈的最新结果让她心头一热——沈琳的标注正确率是100%。

“看到反馈，她又感动又心疼。”王凯婧说，“他家里到现在还是很困难，真的不容易。如今这份工作正式运转起来，也意味着，这个年轻人终于有了属于自己的收入。”

面对这份满分评价，沈琳却有点不好意思，“运气比较好，只是20个抽查10个，全对了。我会继续努力的。”

从移植仓到毕业典礼，从求职焦虑到上岗获赞，沈琳说，最想感谢父母的不离不弃和学校“全方位托举”。眼下，他最大的愿望是尽快熟悉工作，早日停药、恢复身体，帮父母卸下重担。

同时，他也计划未来投身公益，“想把收到的善意传递下去，活出有温度、有价值的人生。”

■文/视频 全媒体记者 罗艾敏 视频 宋科铨