

奋力前行 勇敢追梦

本报记者 杨笑雨 刘硕阳 唐天奕 李洋

盛会走笔

搏出精彩 共创未来

刘歌

残奥运动员令人惊叹的表现,不仅展示着顽强蓬勃的生命力,也给人们带来更多激励和感悟。他们自强不息的精神,乐观面对生活的态度,是属于所有人的精神财富

北京冬残奥会开幕式上,盲人运动员李端将最后一棒火炬嵌入“大雪花”造型主火炬台的那一幕,令人动容。正如李端所说,虽然他看不到这个世界,但世界看到了他们。冬残奥会上,世界看到了残疾人运动员自强不息的精神,看到了他们勇敢面对困难的意志,看到了他们乐观向上的豁达。“微火”火炬照亮内心,那一刻全场的掌声和加油声,就是最好的共鸣。

共鸣之处,不止于此。残奥运动员令人惊叹的表现,不仅展示着顽强蓬勃的生命力,也给人们带来更多激励和感悟。

张家口云顶滑雪公园,残奥单板滑雪运动员从雪道疾驰而下,一个个灵动的身影风驰电掣,在雪坡上回环跳跃。踏上雪板,他们便是雪上“飞人”。同享运动带来的激情和快乐,体育为他们的生活增添色彩。

位于延庆的国家高山滑雪中心“雪飞燕”,见证了残奥运动员的速度与激情。在残奥高山滑雪比赛中,运动员们兼具平衡与速度的表现同样出色。“踩住”“左转”“快!快!”在领滑员的高声提示下,中国代表团运动员朱大庆漂亮地滑过弯道,稳稳到达终点,在残奥高山滑雪女子滑降视障组比赛中夺得银牌。一往无前,突破自我的劲头,令人敬佩。

冬残奥会赛场上,令人感动的故事还有很多。伊朗代表团残奥单板滑雪女运动员塞迪盖·鲁兹贝,在尝试这项运动时,已是两个孩子的母亲,运动为她的生活打开一扇新的大门,带来更多活力与希望。荷兰代表团运动员克里斯·福斯幼时几乎无法走路,在家人的鼓励下开始练习单板滑雪,最终来到冬残奥会赛场。他们自强不息的精神,乐观面对生活的态度,是属于所有人的精神财富。

冬残奥会赛场上,运动员的表现证明,他们不仅可以带来精彩的竞技比赛,更带给人内心的震撼。这样的收获也不止于赛场——只要内心足够强大,残疾人同样可以拥有多彩人生;当社会给予他们更多帮助和关心,不断推动残健融合,我们就能同创属于所有人的美好未来。

大视野

3月6日,在国家冬季两项中心进行的北京冬残奥会越野滑雪女子长距离坐姿组比赛中,中国代表团运动员杨洪琼顽强拼搏、奋勇争先,夺得金牌。在北京冬残奥会赛场上,像杨洪琼一样,来自世界各地的运动员,都努力展现着对体育运动的热爱,同时也向世界展示着拼搏精神和坚强意志。

“体育让自己更加开朗自信”

幼时发生的一次意外跌倒,使杨洪琼落下残疾。那个时候她状态低迷,不愿与别人交流。一个偶然的机会,她开始接触轮椅篮

球,后来经过选拔成为残奥越野滑雪运动员。杨洪琼说:“训练中的交流和沟通,让我获益良多,不仅增强了自信,性格也开朗起来,现在经常给身边的人讲笑话。”

残奥越野滑雪项目的训练,对运动员来说是一种巨大的挑战。夏季,穿得少了可能擦伤;冬季,身处冰天雪地又要面临严寒的考验。面对困难,杨洪琼有过放弃的念头,但一想到其他刻苦训练的运动员,想到心爱的运动项目,她咬咬牙坚持了下来。“以前我在生活中经常打退堂鼓,现在经过运动场上的磨炼,认准了的事就会一直坚持,绝不轻言放弃。”杨洪琼说。

在参加北京冬残奥会的中国代表团轮椅冰壶队5名队员里,闫卓是唯一一名女队员。她曾是一名轮椅射箭运动员,2016年改练轮椅冰壶。这项讲究团队配合的运动,让她在与队友的交流中变得越来越开朗。“以前我总是不愿意出门,只想待在家里。现在我的想法改变了,虽然身有残疾,但我可以做我自己想做的事情。”闫卓说,“体育让自己更加开朗自信。”

“追求梦想让自己变得更强大”

3月6日,在北京冬残奥会越野滑雪男子长距离坐姿组比赛中,中国代表团运动员郑鹏以43分09秒2的成绩夺得金牌,实现了自己的梦想。2018年平昌冬残奥会时,他获得了这个项目的第四名。当时他说:“回去继续加把劲,争取上北京冬残奥会的领奖台。”4年来,他在训练中严格要求自己,让每一次出发都成为一次突破自我、跟自己较劲的过程。郑鹏说:“有一段时间感觉自己的水平没有提升,有点焦虑,后来还是努力坚持下来。追求梦想让自己变得更强大。”

荷兰代表团残奥单板滑雪运动员克里斯·福斯说:“体育改变了我的人生。”19年前,因为一次意外事故,医生曾断言克里斯·福斯此后无法行走,但在2014年,克里斯·福斯首次登上了冬残奥会赛场。2018年平昌冬残奥会,他夺得了残奥单板滑雪障碍追逐赛的银牌。北京冬残奥会赛场,24岁的克里斯·福斯希望自己能够取得更大的突破:“我摔倒了无数次,但别人能做到的,我希望自己同样能够完成。”

如今,除了残奥单板滑雪运动员的身份之外,克里斯·福斯出了书,还考取了私人飞机的驾照。体育,为他打开了通往多彩生活的大门,让他不断实现自己的人生梦想。

“我看不清世界,但想让世界看到我”

“我太喜欢这项运动了。”52岁的挪威代表团轮椅冰壶运动员茜塞尔·勒肯如今是第三次参加冬残奥会。练习轮椅冰壶的13年里,这项运动给她带来了许多快乐。“想要在赛场上取得胜利,就要

充分思考、运用技术,同时要与队友紧密配合。”茜塞尔·勒肯说,“这项运动让我充满了力量。”

茜塞尔·勒肯有一个幸福的家庭,虽然经常要外出比赛,但家人的支持让她以更加饱满的热情投入轮椅冰壶运动。平日里,她喜欢读书、交朋友,轮椅冰壶则让她的“朋友圈”越来越广,她在赛场上结识了很多朋友。参加世界大赛遇到中国轮椅冰壶队队员时,她都会打招呼。“每次见面,我们都会聊上几句,把彼此当成好朋友。”茜塞尔·勒肯说。

英国代表团残奥高山滑雪运动员亚历克斯·斯莱格说:“我练习滑雪已经5年了,冬残奥会是我梦想的舞台,为了来到这里我付出了巨大的努力。”虽然亚历克斯·斯莱格曾经遭遇挫折,但面对种种困难,他始终勇往直前,在滑雪运动中找到了新的人生赛道。

“只要奋力拼搏,残疾人一样可以创造精彩。”中国代表团残奥冬季两项运动员赵志清这样抒发着自己的感慨。“我看不清世界,但想让世界看到我。”在北京冬残奥会冬季两项女子短距离视障组比赛中获得第四名的王跃豪情满怀……尽管曾在生命中遭遇挫折,残奥运动员在运动的磨砺中收获成长、享受体育带来的快乐。他们迎难而上,突破自我,用顽强拼搏的意志书写多彩人生。

图①:3月6日,中国代表团运动员王海涛(中)在轮椅冰壶循环赛对阵爱沙尼亚队的比赛中。

本报记者 薛原摄

图②:3月6日,中国代表团运动员纪立家在残奥单板滑雪男子障碍追逐资格赛中。

本报记者 陶相安摄

图③:3月6日,中国代表团运动员毛忠武在残奥越野滑雪男子长距离坐姿组比赛中。

本报记者 张武军摄



长镜头

残奥越野滑雪运动员杜天——“超越自我比获胜更重要”

本报记者 李洋 刘硕阳 杨笑雨

冲线前的最后100多米,全场观众一起呼喊“杜天加油”,杜天挥动雪杖的频率逐渐加快。冲线后他和已完赛的队友郑鹏、毛忠武紧紧相拥。

3月6日,在北京冬残奥会越野滑雪男子长距离坐姿组比赛中,率先完赛的中国代表团运动员郑鹏、毛忠武和杜天暂列前三位。当人们以为中国代表团将包揽该项目奖牌时,加拿大代表团运动员科林·卡梅以微弱优势超越杜天,摘得铜牌,杜天获得第四名。

“是不是有点遗憾?”走过长长的混浆区,杜天多次被问到这个问题。“参赛运动员都很优秀,我也滑出了自己的水平,对自己的表现很满意。”杜天一直笑容满面,耐心回答。

残奥越野滑雪长距离比赛全程18公里,对运动员体力和毅力的要求很高。杜天说:“超越自我比获胜更重要。前两圈进入状态比较慢,但我很快调整了过来。尤其是在转弯、爬坡的时候,我一直咬紧牙关,坚持到了最后。”

杜天出生于四川省达州市,幼时因患小儿麻痹症造成双腿残疾。小时候的杜天,从没想过自己有一天能站上冬残奥会的赛场。

随着年龄增长,杜天开始锻炼身体,初衷是改善身体素质,能够打理日常生活。但体育锻炼带来的改变不仅在身体上,也让他心态上更加积极、阳光,不惧困难和挑战。

19岁时,杜天开始练习轮椅网球。仅仅训练一个多月,他就当地举办的残疾人运动会上取得1金2银2铜的好成绩,并入选四川省轮椅网球队。

2017年,杜天开始练习残奥越野滑雪。正是在冰天雪地里,他找到了自己所热爱的项目,“从坡上俯冲下来时,那种耳边带风、人在雪上飞驰的感觉太畅快了。”

项目转换,对运动员来说并不罕见。但从夏季运动转向冰雪运动,意味着要付出更多努力,有时还必须克服在之前项目上的一些习惯。杜天说:“轮椅网球更讲究技巧,对轮椅的准确控制,残奥越野滑雪则需要过人的身体素质。”

虽然杜天的身高、臂展不及队里其他运动员,但他十分努力,经常夏天顶着高温、冬天冒着严寒苦练技术。

“感谢社会对我们的支持,让残疾人也有机会站上赛场。”在跟记者交流过程中,杜天说得最多的就是“感谢”,他觉得这也是他不断超越自我、不断前行的一大动力。

“接下来的比赛,我会继续追寻梦想,为国争光。”杜天说。

北京冬残奥会努力打造场馆和观念双重无障碍

本报北京3月6日电 (记者孙龙飞、闫伊乔)在6日举行的北京冬残奥会“无障碍环境建设”主题新闻发布会上,国际残奥委会、北京冬奥组委和北京市残联相关负责人,介绍了北京冬残奥会场馆设施以及城市无障碍环境建设情况。

北京冬奥组委规划建设部部长刘玉民介绍,从筹办之初,北京冬残奥会与冬奥会就坚持“同步规划、同步实施”,全方位打造场馆的无障碍环境。运动员所到之处均消除细微高差,增设防滑安全措施,雪上项目场馆设置无障碍打蜡房、无障碍缆车系统等。为保障冬残奥会运动员的安全,冬残奥会场馆赛道增加了防撞垫、防撞条,对靠近赛道的灯柱、电箱、木制围栏进行了安全防护处理,并配备专人进行定期巡检。同时为

满足和保障残奥运动员需求,设置标准的轮椅假肢维修间,配备专业技术团队,确保服务无障碍。

北京冬奥组委新闻发言人严家蓉介绍,北京冬残奥会赛时网站开启了无障碍模式,用户可以借助读屏软件将网页上的信息以声音方式接收,方便视障人士获取冬残奥会信息。

北京市残联副主席郭旭升说,北京市组织了一支由老年人、残疾人和专家组成的队伍,在冬奥场馆和社会各方面进行无障碍体验,其中冬奥场馆的体验超过1万人次。

国际残奥委会无障碍专家伊莱亚娜·罗德里格斯说,北京冬残奥会的高山滑雪赛场令人赞叹。她说,举办冬残奥会,除了硬件的无障碍,另一个重要遗产就是“让残疾人更加积极主动地融入社会,在这方面北京冬残奥会设立了标杆。”

众多名将赛场表现抢眼 自律坚持成为获胜诀窍

本报张家口3月6日电 (记者刘硕阳、李洋、杨笑雨、陶相安)6日,北京冬残奥会进入开幕式后第二个比赛日。在残奥高山滑雪、残奥越野滑雪等赛场上,久经大赛考验的名将们的表现引人注目。在与年轻运动员的比拼中,他们有自己的诀窍。

“我认为自律!”35岁的中国代表团运动员毛忠武在残奥越野滑雪男子长距离坐姿组比赛中,收获了银牌。“和年轻运动员相比,我恢复比较慢,所以更要用规律的作息和训练来弥补。”毛忠武说,“从每天出早操的训练到平时的态度,都需要严格自律。”

32岁的中国代表团运动员杨洪琼的秘诀是坚持。在残奥越野滑雪女子长距

离坐姿组比赛中,她为中国代表团再添一金。“为实现梦想付出再多努力也是值得的,我有什么理由不坚持呢?”杨洪琼说。

在残奥高山滑雪赛场上,也不乏表现突出的名将。5日的男子滑降坐姿组比赛中,新西兰代表团38岁的运动员科林·彼得斯夺得金牌。6日,他在男子超级大回转坐姿项目中获得一枚银牌。在6日的男子超级大回转坐姿组比赛中,日本代表团41岁的运动员森井大辉获得一枚铜牌,也是连续两个比赛日登上领奖台。

6日,中国代表团运动员张梦秋和梁景怡分别获得女子和男子超级大回转站姿组金牌,朱大庆和张雯静分别获得女子超级大回转视障和坐姿组铜牌。