

残疾人运动员在杭州亚残运会上追梦圆梦

展现自信自强 书写动人故事

本报记者 唐天奕 孙龙飞 杨笑雨 李洋

西湖随笔

齐心协力 共筑梦想

孙龙飞

听障儿童与健全儿童一起唱响《我的祖国》，手语老师带领残疾人演员用手语合“唱”国歌，健全舞者与轮椅舞者和谐共舞……杭州亚残运会开幕式上，这些场景让温暖的氛围在全场流淌。

杭州亚残运会开赛以来，残健融合的篇章仍在续写。赛事参与者同心共情，在赛场内外奏响团结、包容与友爱的乐章，绽放追梦圆梦的光彩。

领跑员是视障运动员的“眼睛”，他们由一条10厘米长的引导绳相连，合力冲向终点。登上领奖台的那一刻，胜利属于残疾人运动员，也属于同样全力以赴的领跑员。一条短短的绳子，“牵”起长久的信任。

视障运动员杨亦潇今年13岁，在本届亚残运会中国体育代表团中年龄最小。在教练的悉心指导下，他把国际象棋棋盘深深“刻”在了脑海中。一方棋盘，变化万千，有时教练要花半天时间讲解一步棋的下法，他听得如痴如醉。经过刻苦训练，杨亦潇来到亚残运会赛场，他由衷地说：“感谢体育，感谢教练。”

不论是竞赛辅助人员、教练员还是志愿者，他们甘当绿叶、无私奉献，帮助残疾人运动员展现竞技水平、创造人生精彩。而残疾人运动员所展现的自信乐观、顽强意志则给人们带来心灵上的启迪，不断激励更多人勇于挑战、成就自我。

我国约有8500万残疾人，残健融合有助于推动我国残疾人体育事业发展水平迈上新台阶。以杭州亚残运会为契机，人们对残疾人体育和残疾人事业的认知进一步增加，残疾人“平等、参与、共享”的目标将得到更好实现。

爱满杭城

感悟人生 汲取力量

本报记者 李洋

“前扑救球、后仰扣杀，双方选手比拼很激烈。”杭州市民杨先生第一次来现场观看残疾人羽毛球比赛，很受触动。他计划下次带女儿一起来观赛，为残疾人运动员加油。“希望孩子能感受残疾人运动员的顽强品质，汲取更多前行力量。”杨先生说。

本届亚残运会羽毛球项目比赛分为坐姿组和站姿组，坐姿组的单打比赛场地只有常规场地的一半。场地虽小，但运动员们努力拼搏，轻盈的白色羽球承载着他们心中的梦想。他们展现出的乐观自信、勇毅顽强令人备受鼓舞，赢得现场观众阵阵掌声。

体育在残疾人增强体质、康复身心、融入社会等方面起到积极作用。对残疾人运动员来说，亚残运会提供了展示自我、追逐梦想的舞台。杭州亚残运会成为社会各界了解残疾人、理解残疾人的契机，为残健融合搭建起桥梁。

促进更多人了解残疾人运动员，推动更多残疾人融入社会生活，很多美好的改变将以杭州亚残运会为新起点悄然发生。

图①：杭州亚残运会跆拳道女子K44级65公斤级决赛，中国体育代表团运动员姚依楠（右）与伊朗体育代表团运动员在比赛中。

新华社记者 黄宗治摄

图②：杭州亚残运会乒乓球男子单打Class 8决赛，中国体育代表团运动员赵帅在比赛中。

本报记者 厉衍飞摄

图③：杭州亚残运会田径男子跳远-T111决赛，中国体育代表团运动员陈星宇在引导员的引导下进行比赛。

环球时报记者 崔萌摄

图④：志愿者帮助轮椅击剑运动员调试竞赛轮椅。

本报记者 安博文摄

本版责编：孔育华 高 倩 王 博
版式设计：沈亦伶

聚焦亚残运

10月25日，杭州亚残运会迎来开幕式后的第三个比赛日。在轮椅击剑项目赛场，中国体育代表团运动员夺得3枚金牌。

“曾经不愿意外出，是体育运动让我快乐起来”“体育带给我许多改变，我变得更加自信”“每个人都可以发光发热”……在杭州亚残运会上，残疾人运动员展现了良好的竞技水平和自信自强的精神风貌，书写了打动人心的故事。

收获信心 增添动力

10月19日，在中国体育代表团轮椅篮球队的首场小组赛中，队员秦旭磊获得17分，他的精彩表现赢得观众阵阵欢呼与掌声。秦旭磊年幼时因车祸致残，是轮椅篮球让他重拾自信，踏上追梦之路。

接受专业训练后，秦旭磊不断磨砺球技，生活也日益精彩：现场观看中职篮开幕式，与篮球名将同台交流……成长道路上，那些勤奋刻苦的篮球运动员、经验丰富的队友，都是他的良师益友。“在轮椅篮球的陪伴下，我树立了乐观面对生活的信念。希望未来能在更高的舞台上展现球技，实现更大的梦想。”秦旭磊说。

10月25日，在草地掷球女子个人B2金牌赛中，中国体育代表团运动员朱夏丽获得冠军。今年19岁的朱夏丽，患有先天性视力障碍，曾经的她不爱与外界交流。练习草地掷球后，在教练和队友的帮助下，朱夏丽逐渐敞开心扉，变得更加活泼。“我逐渐学会了如何与人相处、与人交流。”她说。

虽然训练很辛苦，但朱夏丽很享受与教练和队友相伴的时光，“我越来越

快乐。”

叙利亚体育代表团运动员努拉·巴杜尔曾在2010年广州亚残运会上获得女子举重40公斤级银牌。杭州亚残运会，她在女子举重41公斤级比赛中摘得铜牌。时隔13年再次来到中国参加亚残运会，努拉·巴杜尔感叹中国经济社会的发展变化，也为杭州亚残运会的无障碍环境点赞。

练习举重快20年了，努拉·巴杜尔对这个项目的热爱始终不变，“举重让我获得鲜花和掌声，更让我找到了自己。”

享受乐趣 坚持热爱

10月23日，杭州亚残运会田径项目在黄龙体育中心体育场开赛。在轮椅竞速女子1500米-T54级比赛中，中国体育代表团运动员包揽前三名。

据介绍，轮椅竞速是一项长周期的运动，想要熟练掌握需要长时间练习。获得铜牌的罗水梅自2018年开始练习轮椅竞速，她表示，运动让自己发现了更多的可能性。“接下来我要继续努力，争取更大进步。”罗水梅说。

在本届亚残运会上，科威特体育代表团运动员穆罕默德坐着轮椅跳舞、与观众热情互动的场景，给很多观众留下深刻印象。“这是我第二次来到中国参加亚残运会，我想通过轮椅舞蹈来表达自己的感受。”穆罕默德表示，每当听到观众热烈的掌声，他都特别享受。

在本届亚残运会上，穆罕默德既是科威特轮椅篮球队的队员，也是田径队的教练。在他看来，掌握多项运动技能是非常快乐的事情。而幽默、热情的性格，让他总能给大家带来欢声笑语。

在田径项目女子铅球-F11/12比赛中，中国体育代表团运动员张亮敏获得第五名。虽然没能登上领奖台，但她依旧面带笑容，开心地聊起了参赛感受。“我热爱体育运动，我相信，只要不断努力，肯定会有收获。”张亮敏曾连续3届获得残奥会冠军，在她看来，运动让自己更加开朗自信。

虽然患有视力障碍，但这并不妨碍张亮敏发现生活中的美好。训练之余，她喜欢听音乐和演奏乐器，以此缓解训练中的疲惫，为自己积蓄力量，向着一个又一个的目标不断前进。

融入社会 激励他人

在杭州亚残运会中国体育代表团运动员中，59岁的高延明是年龄最大的运动员。10月24日，在乒乓球男子单打Class 2八强赛中，高延明负于对手，无缘晋级。在他看来，只要来到赛场，就要尽最大努力打好每一场比赛，即使输了也不留遗憾。

33岁那年，一次意外让高延明高位截瘫。为了帮助身体康复，高延明开始练习打乒乓球，这项运动逐渐成为他生活的一部分。“希望更多残疾人朋友能够通过体育增强体质，打开心扉，融入社会。”高延明说。

杭州亚残运会开赛以来，中国体育代表团男子盲人足球队表现出色，取得小组赛三连胜。在10月23日进行的首场比赛中，队员朱瑞铭在第九分钟为中国队率先取得进球。

2000年出生的朱瑞铭，练习盲人足球已经13年了。“虽然看不见这个世界，但我和很多人一样，喜欢在球场上奔跑的感觉。”朱瑞铭表示，在一次又一次的带球前进中，他克服了内心的恐惧，“希望我们在球场上的表现能带动更多残疾人参与体育运动，勇敢地追逐梦想。”

跳入泳池中、双腿快速摆动、比赛全程只换了一次气，中国体育代表团运动员郭金城的表现让观众称赞他“仿佛自带涡轮增压”。10月23日，在杭州亚残运会游泳项目男子50米自由泳-S5级比赛中，郭金城以刷新赛会纪录的成绩夺冠，网友被他的出色发挥打动。

“游泳让我找到新的人生方向。”凭借一股不服输的劲儿，郭金城接连在泳池中创造佳绩，不断游向更广阔的天地。

励他迎难而上、挑战自我。如今，28岁的赵帅已经连续3届摘得残奥会金牌，并在4届亚残运会上都获得冠军。

在赵帅看来，兴趣是最好的老师。不久前，他随队封闭集训近两个月，从不喊累，乐在其中。本届亚残运会，他首次尝试男双和混双项目比拼。他充满信心，期待和队友取得好成绩。

训练比赛之余，赵帅不断丰富自己的人生阅历。2020年他从北京体育大学体育训练专业本科毕业，2021年来到宁波诺丁汉大学担任特聘教师。进入校园让赵帅增长了知识、开阔了眼界。在教学过程中，他努力把自己对乒乓球运动的热爱和对项目的理解传递给同学。

“人生有很多种可能，希望残疾人朋友勇敢尝试，活出精彩人生。”赵帅说。

中国体育代表团乒乓球运动员赵帅——

“更重要的是战胜自己”

本报记者 孙龙飞 厉衍飞

10月25日，拱墅运河体育公园体育馆，杭州亚残运会乒乓球男子单打Class 8决赛在中国体育代表团两名运动员之间展开。最终，赵帅以3:2的成绩战胜队友，第四次获得该项目冠军。比分定格的那一刻，赵帅的衣服已被汗水浸透，他对着镜头露出了灿烂的笑容。

“战胜对手不容易，但更重要的是战胜自己。”赵帅年幼时因车祸失去左

臂，在父亲的引导下，他爱上乒乓球运动，有时连吃饭和走路都在琢磨怎样打球。由于右手部分手指功能受损，他用一根皮筋将球拍固定在手上，不断锤炼本领。

作为河北籍运动员，赵帅在河北正定国家乒乓球训练基地长期跟着健全人专业队训练。在这里，赵帅不仅收获了技术上的提升，冠军们的拼搏精神也激

伊朗体育代表团射击运动员萨雷赫——

“很高兴能和儿子一起领奖”

本报记者 刘硕阳

10月25日傍晚，杭州亚残运会射击项目比赛继续在富阳银湖体育中心展开。伊朗体育代表团运动员萨雷赫·贾万马尔迪获得(P2)SH1级女子10米气手枪项目亚军。颁奖仪式上，颁奖人员将银牌挂在了萨雷赫怀中婴儿的脖子上。

萨雷赫还处于哺乳期，儿子只有3个月大，她因此一度想放弃参加杭州亚残运会。在伊朗残奥委会的支持和帮助下，萨雷赫得以和家人一起来到杭州参赛。“这是孩子出生后我参加的第一场比赛。”萨雷赫说，“我很高兴能和家人一起前来参赛，很高兴能和儿子一起领奖。”

38岁的萨雷赫作为伊朗知名射击运动员，曾在里约和东京残奥会中夺

得3枚金牌，在仁川和雅加达亚残运会中有4枚金牌“入账”。

2016年里约残奥会上，萨雷赫夺得射击女子10米气手枪P2-SH1级、50米手枪P4-SH1级两枚金牌，成为首位夺得残奥会冠军的伊朗女子射击运动员。一年后，她拍卖了其中一枚金牌，用来帮助在地震中受灾的同胞。萨雷赫取得佳绩并奉献爱心的故事令人动容，她成为许多人的榜样。

萨雷赫因小儿麻痹症致残，但她十分喜欢运动，在尝试了排球、田径、乒乓球等项目后，最终选择了射击运动，“射击运动让我变得更加冷静、更有耐心、更加自信。”萨雷赫希望，她的经历可以激励更多人积极面对人生、享受运动快乐。

