



# 温岭 刀锋战士 登上杭州亚残运会开幕式 机械腿演绎飞驰人生

记者 郑灵芝

10月22日,杭州第4届亚残运会开幕式在杭州奥体中心体育场(大莲花)举行,两名刀锋战士亮相开幕式。短短3分钟的《勇向前》节目中,两名刀锋战士的演绎让人动容。

失去下肢的运动员,穿上似刀锋一般的假肢,也能如疾风奔跑,被称为刀锋战士。而其中一名刀锋战士,就是来自温岭的独脚潘潘俊帆。他的真实故事其实远比表演还要精彩。

## 用一条腿挑战极限越野

1980年出生的潘俊帆是温岭市温岭镇人,现在常居上海。2015年3月,他遭遇一场严重的交通事故,失去了右小腿,这也彻底改变了他的人生。然而面对风暴,他并没有就此消沉,而是化身独脚潘,跑步、爬山、拳击、潜水、滑雪,更成了史上第一位在赛程规定时间内完成108公里戈壁穿越的截肢者。从车祸截肢到轮椅,到站立,到行走,到奔跑,他用了6个月;从第一次戈壁行走走到走遍一生必走的九大路线,他用了19个月。他经历了常人难以想象的魔鬼训练,逐渐成为户外大神、健身和公益达人。

伤口愈合后,他开始练习假肢穿戴。可以穿戴假肢走路之后,他又心想:能不能像南非刀锋战士一样奔跑起来?咨询康复师和技师后,他发现自己运动能力不达标,不足以支撑这类假肢。于是,他又马不停蹄开始锻炼核心,锻炼身体各部位的力量,直到身体能够适应这种强度。



亚残运会开幕式《勇向前》节目表演 右为潘俊帆。(图片由受访者提供)

在那之前,潘俊帆从未接触过越野项目,而装上假肢后,他开始尝试着参加各类极限挑战运动。那时的他只是想看看一条腿的自己可以走得多远。潘俊帆忍受着穿戴假肢的疼痛,日复一日地训练,不仅适应了假肢,还将体能越练越好。2016年,他如愿完成了108公里的戈壁穿越。

2017年10月4日,人民日报喜迎十九大 我们的自信文化篇推出《人家一条腿还在跑,看看中国版刀锋战士》视频,讲述了独脚潘的励志故事,燃爆了朋友圈,也感动了许多人。潘俊帆也因此获评中国版刀锋战士。

独脚潘创造了一个又一个传奇。2017年,他完成了中国九大地貌的徒步。2018年,他完成了第一次铁人三项70.3英里的比赛。2019年,他完成了岗什卡百公里越野,平均海拔超过3000米,还完成了人生第一个大铁226公里。2020年3月,他和搭档木子完成

了双人速攀哈巴雪山并滑翔下山的挑战。八百流沙是一个超长距离的耐力赛事,一路经过戈壁、高山草甸、雪山、峡谷、沙漠、河谷等十多种特殊地形。由于路线大体一路向东,这一赛事又被称为2020逐日挑战。同年9月份,潘俊帆完成了全程513公里的八百流沙极限赛,打破了腿部截肢选手的越野世界纪录,用时9天9夜。

## 让更多残疾人看到光明

如今,潘俊帆是腿部截肢者越野世界纪录保持者,同时也是首位腿部截肢完成铁人三项的中国人。他完成了史上首次中国四极马拉松大满贯。潘俊帆说,他喜欢独脚潘这个名字,它时刻提醒我,没有什么能真正击垮我。

潘俊帆不仅是一位户外大神,同时也是一位公益达人:在全国超过30个城市举行公益演讲;帮助截肢者协会的朋友们定期运动和复健;黄山168徒步

时,为当地的贫困儿童募捐;参加残障人士及康复器具相关的活动、论坛。潘俊帆说,希望每一个人都能积极运动、积极生活。身体的障碍从来不是最大的障碍,只要我们的内心充满能量,改变从什么时候开始都不算晚!

《勇向前》表演中,另一名刀锋战士是来自山东的小伙子王广玉君。他亲切地叫潘俊帆潘哥。在一次意外中失去了左小腿的王广玉君被独脚潘的励志故事感动,于是联系上潘俊帆。两人相识后,潘俊帆给了他很大的鼓励,带着他从人生的低谷中一步步走出来,装上假肢的王广玉君重新站起来,开始新的人生。

## 与健全人站在同个赛场

就像《勇向前》中演绎的那样,王广玉君扮演的角色一开始摔倒了,潘俊帆扮演的角色拉起摔倒的他,携手向前行,这不正是生活中的他们吗?导演组把两个人现实中的故事搬上了亚残运会开幕式的舞台,一起勇向前。

与健全舞者、轮椅舞者共同演绎《勇向前》,潘俊帆想要告诉大家,每一个人都有无限的可能性,希望所有人都能打破心中的障碍,不对人生设限,绽放自己的生命。生活中的潘俊帆在自己的领域中闪闪发光。他创建了青少年教育品牌刀锋探索,致力于引领青少年依托户外场景探索运动、文化、科学等领域,树立人生理想信念。这样的情感和力量不断传递,让越来越多的残疾人重新看到了人生的希望,也让全社会感受到残疾人的坚韧和毅力。

## 未来乡村怎么建?

各界代表民主协商

本报讯(记者赵云 通讯员杨鹏)日前,大溪镇桃夏村召开民主协商会,组织各界代表40余人,与大溪镇生态办负责人一起,针对未来乡村建设问题,出谋划策、凝聚共识。

2018年8月,下廊桥、河头两村合并为桃夏村,全村共有497户、1675人,党员72名,村民代表58名。今年以来,该村开展了轰轰烈烈的未来乡村建设。目前,该村正从乡村墙绘、美丽庭院、关键节点打造和数字大脑建设四方面入手。

对于村里的大事,桃夏村向来有开民主协商会的传统。会上,村里把老百姓最关心的项目内容拿出来,开展关于村庄基础设施建设的讨论,大家看一看、议一议,可以有争论,也可以有建议。根据协商结果,桃夏村每个月还会在公开栏公开日常工作进展情况、重大决策事项和重大项目建设情况等。协商会上,老

干部代表赵守红率先开口:入村口作为关键节点,应该更加大气和显眼。紧接着,党员代表张文清抢过话筒:绿植要选择性价比、容易养护的品种,还要跟进后期的管护。

大家你一句、我一句,纷纷为未来乡村建设献上自己的智慧。经过民主协商,增设垃圾桶、完善村庄卫生保洁长效管护机制、开展清洁户美丽庭院星级文明示范户评比活动、打造接地气智慧大脑等13条意见和建议,被确定为下一阶段未来乡村建设推进的重点事项。

我们在民主协商中发现了许多平时看不到问题,充分听取了村民的意见,为破解难题、完善机制、优化细节提供了方向。桃夏村村委会相关负责人表示,下一步,村里将持续建设多元主体广泛参与、自治、法治、德治三治合一的乡村治理新格局,建好未来乡村,走出共同富裕新路径。

## 从山上库区迁到山下 小城市

### 搬下来后,什么都好!

(上接第一版)

在大家的努力下,村民的思想逐渐解放,疑惑越来越少,信任越来越多,下山意愿也越来越强烈。随着锦绣村集中报名签约的顺利收官,陈洋村的整村异地迁建集中报名签约在2020年1月8日正式启动。才5天时间,我们就100%签约了。卢妙友回忆说,有一户村民在绍兴做生意,他们特意跑到绍兴,和对方讲政策、谈发展,对方爽快地回家签约。

## 生活便利 村民们都说好

根据安置模式,每户可申请新型立地式住宅1间,若有效人口超过3人或拆除合法有效屋超过1间的,可另行申报相应面积的公寓式住宅。目前,锦绣村的592间立地式住宅已全部建好,

村民们已成功入住。新房子共有三层半高,一排排房子整整齐齐,装修一新,承载着大家对美好生活的寄托。

陈洋村的461间立地式住宅建造正在紧张收尾中,力争年底全部完工。村民陈学舜说,之前他年迈的父母还有忧虑,怕下山后没有地可以种了,他花了很长时间,做通了老人们的工作。现在他们租住到山下,平时做些鞋花,赚的钱比在山上种菜多多了。陈学舜高兴地说。

搬到山下后,出行难、上学难、就医难、购物难、娶亲难等问题迎刃而解,村民们都说好。锦绣村党总支书记、村委会主任罗邦通说。大溪镇通过全域土地综合整治,对两村原先的宅基地、建设用地进行整理复垦,盘活了建设用地指标,切实促进了产业发展。

## 素语英风传芝兰 越剧专场上演

本报讯(记者黄晓慧文/图)日前,一台名为素语英风传芝兰朱樱芝个人越剧专场的演出,在温岭影视城唱响。这是台州市文化和广电旅游体育局主办的台州市文艺名家(名团)展演工程项目,而举办专场的,却是一位非专业、非职业越剧演员,她是浙江开放大学温岭学院的高级讲师朱樱芝。当晚,越剧吕派创始人吕瑞英亲传弟子、中国戏剧梅花奖得主吴素英在专场上正式收朱樱芝为徒。

当晚,从2018年开始师承吴素英学习折子戏《打金枝·闹宫》的朱樱芝,为观众献上了《打金枝·闹宫》《十一郎·洞房》《三看御妹·女相思》《花中君子·骂堂》



朱樱芝越剧演绎现场。

四个折子戏。这四个不同的人物,唱的都是吕派,但在朱樱芝的演绎下,展现了不同的人性格。

据介绍,朱樱芝成长于一个热爱越剧的教育世家,从小爱好

文娱,担任过有线电视台主持人,而越剧始终是她最爱的。2018年,朱樱芝和搭档一起筹建了温岭市教育戏曲协会。之后,她又依托温岭市戏剧家协会,申建了温岭爱越小站并担任站长,吸收了65名专业教师、优秀票友、乐队化妆音响等专业人员。

在老师的指导帮助和团队合作下,朱樱芝排了数十个折子戏,策划排练、主演了《梁祝》《三看御妹》等全场大戏。她获全球嘉年华团体赛冠军、全国越剧好声音比赛第二名和人气奖、温岭市戏曲大赛团体赛金奖;参加了中国民间戏剧节等许多大型演出,加入了浙江省戏剧家协会,被选为中国首批越剧推广大使。

## 金秋研学 感受秋收之美



近日,在以农耕文化为主题的城南镇田园牧歌研学基地内,孩子们深入稻田,近距离观察稻穗,感受秋收之美。

连日来,户外秋色渐浓,我市各地的研学基地迎来研学热潮,让孩子们亲近自然、感受自然,在实践中树立正确的劳动价值观。记者 王萍摄

**水 养千万家 节约靠大家**

温岭市人民政府防汛防旱指挥部办公室 宣