

“没有成绩，你们就没有未来。”他给一批又一批的孩子们强调。有人说他狠，他承认给孩子们的压力大，可农牧区残疾孩子的出路不多，取得了好的成绩，今后才会有稳定的工作

今年残运会，他带队获得6金4银3铜。在他看来，成绩不是唯一目标，经过体育训练，可以让孩子们拥有独立生活的能力，不惧世人眼光的自信和坚强

本报记者杜刚、胡虎虎

阿不都热衣木·努尔买买提，新疆残疾人中长跑队教练，在边陲小城温泉县专门带残疾人运动员17年。

师傅临终前，没有拜托他照顾两名尚未成年的女儿，而是嘱托他带残疾孩子们跑下去。

这个嘱托，他坚持了17年，改变了很多农牧区残疾孩子的人生轨迹。

17年，他和残疾孩子们在一块的日子，超过了陪伴自己孩子的时间。他甚至腾出一套房子，给孩子们作宿舍。

拂晓时分，寒风刺骨，他和孩子们已开始训练。

“没有成绩，你们就没有未来。”他给一批又一批的孩子们强调。

有人说他狠，他承认给孩子们的压力大，可农牧区残疾孩子的出路不多，取得了好的成绩，今后才会有稳定的工作。

今年残运会，他带队获得6金4银3铜。

在他看来，成绩不是唯一目标，经过体育训练，可以让孩子们拥有独立生活的能力，不惧世人眼光的自信和坚强。

他和那些残疾孩子们一起证明，即便残疾，即便在边陲，依然有实现梦想的可能。

## 取得佳绩

受聘于温泉县残疾人联合会的阿不都热衣木·努尔买买提，48岁，刮着光头，深眼窝，鼻子下是一食指宽的短胡须，身材健硕，常年一身运动服。

17个春夏秋冬的清晨，天还未亮，他和残疾孩子们就开始训练。跑步声叫响了新疆博尔塔拉蒙古自治州温泉县城。

这里和哈萨克斯坦接壤，夹在阿拉套山和别珍套山间，当地人的母亲河——博尔塔拉河发源于此，全县7万余人，县城常住人口仅约1万人。

不久前在西安举行的全国第十一届残疾人运动会暨第八届特奥会，他带着9名孩子，取得6金4银3铜的好成绩。“这是孩子们4年的汗水泪水，也是我4年的汗水。”

15岁的巴图·扎亚在西安获得4枚金牌，分别是1500米、800米、两项团体接力项目。

巴图等几个孩子都是第一次参加正式比赛，第一次走出新疆，第一次坐飞机。

赛后，有其他省区的教练开出高

# 带着残疾孩子们跑下去

改变了诸多农牧区残疾孩子的命运  
新疆边陲一位中长跑教练十七年坚守



阿不都热衣木·努尔买买提指导的运动员阿依开吾沙尔·地力木拉提(中)在陕西参加全国残特奥会比赛。新华社发(受访者供图)

年成为新疆残疾人中长跑训练基地，他所带的残疾人中长跑队代表新疆参加全国比赛。

接下来，阿不都热衣木准备到全疆选拔运动员，为下一届残运会做准备。

## 17年前的嘱托

阿不都热衣木说，取得的这些成绩，和师傅赛地尔丁·阿布都黑力力17年前的嘱托有关。

“当然，如果师傅直接带这些孩子，恐怕能取得更多奖牌。”他哽咽道。

阿不都热衣木小学六年级时，就跟着赛地尔丁进行中长跑训练。当时赛地尔丁不仅带健全学生，还带残疾孩子。

在师傅带领下，阿不都热衣木获得自治区运动会的1500米冠军。

“当时条件比现在艰苦多了，我们好多人连7块钱的白球鞋都买不起，赛地尔丁给我们买。我们取得成绩后，他还会宰羊，请我们吃羊肉。”

1997年新疆师范大学体育系毕业后，阿不都热衣木回到温泉县成为一名专职中长跑教练。

从如何选拔人才到制定、完善训练计划，经验丰富的师傅提供了很多帮助。

一切在2004年7月5日戛然而止。

2004年5月初，带学生们训练完的赛地尔丁回家后突感不适，县医院诊断为尿毒症，建议送往乌鲁木齐。

6月底，乌鲁木齐一处病房中，他用微弱的声音嘱咐阿不都热衣木，继续把残疾孩子带下去，这是孩子们唯一的出路。

师傅并没有拜托他照顾好两名未成年的女儿。

阿不都热衣木低下头，拉着师傅的手说不出一句话，他全身颤抖，泪流满面，脑袋里一片空白。

7月5日，乌鲁木齐很热，可病房格外冷，才40岁的师傅走了。温泉县十几名残疾人运动员没人带了。

阿不都热衣木一直未走出悲痛，直到那年年底，才决定不应该沉浸在悲伤中，要接着干师傅的事业。

从此，他只带残疾孩子。

亲自带才知道师傅有多难。很多孩子记性不好，今天教的动作，明天、后天甚至一直都要继续教，这需要极大的耐心。他还得格外操心孩子们的安全问题，害怕他们被车撞、走失，担心跑不出成绩对不起孩子和他们的家人，压力之大一般人无法想象。

很长时间，孩子们住在平房里，生活有许多不便。5年前，他将自己的100多平方米的房子腾出来，给女孩们住，县残联还请了一名女厨师，

边给所有运动员做饭，边和女孩们住到一块，照顾她们。男孩们则住到残联申请的廉租房中，和县残联理事长聂宝军在了一幢楼上，方便照看。

阿不都热衣木之前培养过年轻教练，但都是没干多久就放弃了。他说，光早起这点，就不是一般年轻人受得了的。至今，这个问题仍困扰着阿不都热衣木和县残联。“总有一天，我会跑不动，示范动作做不到位，到时候怎么办呢？”

压力好像一根看不见的绳子，围着阿不都热衣木的头一圈一圈地绕。

17年间，在师傅祭日，带队参加比赛前和后，他都会去师傅的坟前，清理风吹来的垃圾，填埋老鼠打的洞，修整破损的地方。

师傅的坟成为他的“树洞”。承受的压力和种种委屈，他只能给师傅说，同时希望师傅保佑他和孩子们比赛顺利，取得好成绩。

在心底，他觉得师傅一直照看着他和这些孩子，不然不会有那么多孩子改变命运。

师傅和他曾在训练场地看着孩子们畅想，如果能培养出一名，就一名，可以跑进残奥会的孩子就圆满了。

因为这届残运会取得的成绩，阿不都热衣木发现，他和师傅共同的梦想并非遥不可及。

## 光芒背后

阿不都热衣木说，和其他地方的教练交流发现，自己带的队伍无论是日常训练条件还是生活条件，都比不了发达省份的队伍，但孩子们用努力弥补了短板。

比如没有供孩子们训练后放松的泳池，他只能带孩子到河里游泳。

阿不都热衣木计算，这些孩子一年中训练的时间有10个月，不问严寒酷暑。

温泉县的冬天，太阳直到9点才出来。在最寒冷的季节，北风像刀子一样割着脸颊，孩子们也会主动要求早晨7点训练。

平均海拔超过1300米的温泉县，夏季的紫外线强，教练和运动员数不清晒掉了几层皮。

训练中的一些动作、呼吸方式，普通孩子一两个小时可以学会，这些孩子需要一两年，甚至更长时间。教练只有重复再重复地教。

阿不都热衣木自己做过运动员，他知道孩子们的训练强度不亚于普通运动员。

17年来，他给一批又一批队员强调：完成今天的训练，明天的训练才能继续，没有成绩，你们就没有未来。看看老队员，有工作，有收入，有家庭，那是他们用一点一滴的汗水换来的。

很多人看到他的训练后说，教练



阿不都热衣木·努尔买买提在指导运动员(11月18日摄)。

本报记者胡虎虎摄

真狠。

“农牧区残疾孩子的出路不多，得了冠军，今后才会有稳定的收入，命运才能改变。”他有自己的无奈。

他说，一般家庭条件好的，都不忍孩子受苦，会把孩子送到医院治疗，送到更好的特殊学校。想到这些，他就更心疼这里的孩子们。

除了训练，在当地残疾人联合会支持下，阿不都热衣木还教孩子们生活技能。简单如洗袜子，有的孩子都要从头学起。孩子们也会去普通学校学习简单的文化知识。

如今，个头蹿到了1.76米的巴图，和其他孩子一样，穿着干净合身的运动服，可以独立洗澡、洗碗筷，独立逛街，吃饭时不像刚开始那样拨来拨去，可以与人正常交谈。

让人欣慰的是，孩子们的生活条件已经越来越好。

按照计划，巴图和伙伴们今年底将会搬进县残疾人托养中心，这里的房间阳光充足，生活设施完备，且有专门训练力量的健身房，更关键的是方便他人照顾。

阿不都热衣木也能将自己给孩子们住的那套房卖出去。几年前，这套房子可以卖超过20万元，现在最多只能卖18万元。

这5年间，残联给这间房子付了取暖费、电费、水费等，但没有房租。阿不都热衣木解释，残联经费一直比较紧张，钱要拿来给孩子们买保健品，用来外出比赛。

“和孩子们接触下来，谁的心都会软下来。”在他看来，自己为孩子们的这些付出是人的本能。

## 成绩以外

今年出发去西安参加比赛前，阿不都热衣木和孩子们在乌鲁木齐红山体育馆进行了为期一个月的集训。

自治区体育局一名领导多次观察这群孩子吃饭、走路、排队，竖着大拇指给阿不都热衣木说，想不到这些孩子的行为举止如此得体大方。

在阿不都热衣木看来，“这比拿奖牌还让人高兴”。

这些年，阿不都热衣木不仅收获了奖牌，还收到了来自孩子们的温暖。

“巴郎”，维吾尔语孩子的意思，阿不都热衣木这样称呼这群运动员。

“达达”，维吾尔语爸爸的意思，好几个孩子这么喊他。

在新疆，关系亲到一定程度，才会如此。

37岁的久玛在县农机局上班，是一个两岁孩子的母亲。

6岁骑马时摔断了一条胳膊的她，19岁那年，被赛地尔丁从牧区选拔上来，后在两位教练的接力带领下，9年运动生涯中，获得第六届全

国残疾人运动会田径比赛1万米项目女T45-46组别第一名等多项荣誉。

这些成绩帮助她得到一份正式工作，而后成立家庭。

久玛印象深刻的一个温暖画面是：平房里，阿不都热衣木教练在火炉上给十几个孩子做拉条子、抓饭、炒菜，比在家里吃得还好。

“教练还陪我们在雪里跑，雨里跑。”久玛说。

久玛结婚不久，阿不都热衣木没有打招呼就上门看她过得怎么样。看到她的丈夫在家做饭拖地，阿不都热衣木说自己放心了。

## 国家的支持

温泉县残疾人联合会理事长聂宝军认为，这次在残运会取得好成绩，一方面因为阿不都热衣木的经验越来越丰富，另一方面离不开自治区的财政支持。

聂宝军2012年来残联工作时，运动员住的还是平房，连暖气都没有，后来搬进楼房，生活方便了很多，今年底又计划搬到条件更好的县残疾人托养中心。

在温泉县，不仅是残疾人运动员，其他残疾人也能得到较好照顾。县残联会帮助未成年残疾人去普通学校学习文化知识，聘请厨师、电焊等方面技能的老师，按照孩子的特点教授技能。年龄大一点的，学不会技能的，也不练体育的，会送到乌鲁木齐的特殊学校学习。

温泉县残疾人事业是我国残疾人事业发展中的一个缩影。

近年来，国家和地方财政对基层残疾人的支持力度越来越大。除了残运会和残奥会，我国每年开展“健身周”“冰雪季”“特奥日”等全国品牌活动，各地残联举办基层残疾人群众体育赛事，推广普及适合于不同类别残疾人的康复健身体育项目和方法。

中国残联数据显示，截至2020年底，全国累计设立社区残疾人健身示范点10675处，培养残疾人社会体育指导员12.5万名。全国残疾人社区文体活动参与率已由“十二五”末的6.8%上升至“十三五”末的17.8%。

在各级政府支持下，聂宝军深感残疾人工作好开展了，面对孩子们渴望的眼神不为难了。“即便在这么偏远的地方，都能享受到各种政策，这要感谢党和国家的关怀。”

又是新的一天，阿不都热衣木和孩子们开始训练，太阳从东方缓缓升起，在博尔塔拉河上越冬的几十只天鹅游来游去，河边的白杨笔直向上，雾凇闪闪发光。

# “希望之家”里“打”出来的希望

望之家”在邳州诞生了。

如今的“希望之家”主任郭贞回忆说，老爷子当年就立下“三步走”的规划，第一步让孩子站起来走路，就是进行治疗，第二步让孩子学文化，第三步让孩子学技能，能真正走上社会。

在东京残奥会上夺得两枚轮椅击剑金牌的冯彦可6岁进入“希望之家”，他的父亲冯英平说：“我们当初的想法很简单，在农村来讲，本来身体有残疾，能上学识字，学点东西，这是唯一的出路。”

“唯一的出路”正因为体育的加入变得更宽。21年前，偶然走进“希望之家”的衡新被深深触动了，作为一名

业余乒乓球高手，他和张辅世商量，是否可以通过打乒乓球来增强孩子们的体质。“我当年还跟张老开玩笑说，好好训练，说不定能培养出个世界冠军来。”衡新说。

一个彩钢大棚，两块球台，四辆运动轮椅，九位队员，这就是衡新最初的轮椅乒乓球队。尽管条件艰苦，但队员们特别努力，衡新说：“孩子们身体有残疾，甚至拿拍子这个动作他们都要练习成千上万遍，但对他们来说，乒乓球是梦想和希望，有了精神力量，一切都不是障碍。”

21年过去了，“希望之家”走出来的孩子们已经长大成人。从2003

年拿到首个全国冠军开始，衡新的乒乓球队一发不可收拾，屡屡在世界大赛中斩金夺银。除了乒乓球，“希望之家”的孩子们还开始练习举重、轮椅击剑、轮椅冰壶等项目，北京残奥会以来的四届残奥会上，先后有17人64人次获得残奥会金牌，其中有多位连续四届夺冠的选手。

金牌只是体育带来的“副产品”，更令衡新高兴的是，孩子们变得更自信、自强了，他坦言，当年没想过能拿那么多残奥冠军，当时只想帮孩子们康复。毕竟，康复是残疾人最基本最迫切的需求。

东京残奥会女子轮椅击剑冠军周

景景说：“没有家乡和‘希望之家’的支持，就没有我的今天，是家乡让我们走出自卑，转向自信，走出家乡，走出国门，取得今天的成绩。”

星星之火，可以燎原。邳州市残疾人联合会理事长杨建军说：“这些残奥冠军的带动力量是无穷的，希望能通过残疾人竞技体育的发展，带动更多残疾人尤其是孩子参与到体育康复中来。”

张辅世老人已去世十年了，但他一手创办的“希望之家”仍在不断输送“希望”，全社会也在为“希望”加码。近年来，邳州市每年财政投入1.5亿元，在就业创业、社会保障、托

养照护、康复服务、教育文体等方面，为全市12.36万残疾人解难题、办实事、谋福祉。如今，邳州市所有残疾儿童都能得到免费的系统康复训练，残疾人康复健身体育活动在场地建设、活动开展、服务指导等方面都得到重点保障。

走在邳州市市民活动中心广场上，人们能看到很多残疾人运动元素，邳州市还计划为残疾人引入更多运动健康项目。邳州市委副书记、代市长王伟说：“体育是残疾人事业中不可或缺的重要组成部分，也是最有魅力、最具活力的部分，我们希望让体育成为残疾人平等参与社会活动、实现自身价值的重要途径。”

新华社南京12月2日电(记者王恒志、潘漪)走进江苏省邳州市市民活动中心三楼，每天都能看到十来名残疾人挥汗如雨地练习乒乓球，他们并非职业运动员，却通过体育找回了自信和希望。在今年的东京残奥会上，15名邳州籍运动员取得19金2银1铜的优异成绩，这所有梦想的发端，来自一个叫“希望之家”的地方。

“希望之家”是一位叫张辅世的老人创办的，1993年从邳州市卫生局退休后，他一心为那些因患小儿麻痹症无法独立行走的孩子们做些什么。经过两年多四处奔走，1995年，集学习、生活、康复、技能训练为一体的“希