

“励志大伯”席天根以手代脚行走43载

□本报记者 孙书贤

连日来,郟县安良镇狮王寺村64岁村民席天根成了“网红”。人民日报、央视新闻等媒体官方微博和众多新闻媒体纷纷报道了他的事情,网友赞誉他为“励志大伯”。

21岁时痛失双下肢

4月29日上午,记者在席天根家看到他,他正双手拄地“走”着,在院子里做家务。

席天根告诉记者,19岁那年夏天的一天,他从烟叶炕房里出来后满身大汗,就洗了个凉水澡。20多天后,他的双腿开始疼痛。21岁那年冬天,双腿已经严重坏死威胁着生命,无奈之下,父母贷款300元,带他到郑州做了截肢手术。

从郑州回到家,父亲背着他上下公交车。父母下地劳动时,他只能呆呆地坐在家,女友也因此离他而去。席天根曾多次拿起绳子想

自杀,可想到他的主治医师讲的励志故事后,他犹豫了。“主治医师的战友截肢后还能当飞机驾驶员,我却没勇气活下去。不能这样!”席天根激励自己。

伤口愈合后,席天根开始锻炼。他让母亲做了两个布垫套在自己手上,用手摁地,双臂支撑着向前“走”。开始时,挪动没多远,他就感到双臀酸痛,累得满头大汗。一个月下来,他的裤子磨烂缝补了10多次,手结出了老茧。后经过几个月的艰苦锻炼,席天根能“走”得远些了。

想着父母辛苦,席天根开始下地劳动。割麦、锄地……席天根一步一个“手印”。在麦田里,他被扎得遍体鳞伤,仍咬紧牙关坚持。砍玉米秆,他坐在地上,双手抡起锄头,汗水浸透了脊背。刨红薯,他刨一棵向前挪一步,地下出现一道印痕。

农闲时,席天根在村头摆了个

摊点,卖些生活用品、学习用品等。2006年母亲摔伤了腿,席天根才收摊停止了这份生意。

精心照料老母亲和弟弟

1986年,席天根的父亲去世,留下了年迈的母亲和智障的弟弟。弟弟不会干活,一家三口的重担落在了席天根的肩膀上。2006年,母亲摔伤了腿生活不能自理,席天根忙完农活就守着母亲,给母亲洗头、泡脚、喂饭、喂药等。当年年底,84岁的母亲离开了人世。

席天根和弟弟相依为命。下田劳动时,他坐在轮椅上,弟弟在后面推着他。回到家,累得全身快散架了,可他并没有怨言,仍面带微笑地给弟弟做饭。

每年冬季,席天根早早地把棉衣给弟弟做好。逢年过节,席天根总给弟弟改善生活,自己却吃平常饭。2015年10月,弟弟因病去世,席天根忍痛送走弟弟。

席天根把一亩多责任田租了出去,剩下的半亩自己种蔬菜和农作物。农忙季节,他会骑着省吃俭用买来的电动三轮车下地劳动。多年摁地行走和劳作,使他的双手严重弯曲变形,手上留下了厚厚的茧子。

社会爱心让他充满感激

2008年以来,上海爱心人士范剑平一直捐助席天根,每年给他发两次善款,还给他送衣物、被子和米面油。平顶山晚报、平顶山志愿者协会郟县工作站、平顶山志愿者协会郟县爱心家园、安良镇党委、政府,郟县残联等社会各界都一直关心着席天根的生活。

今年4月22日,本报记者受上海爱心人士委托,为席天根派发爱心物资时,引起了拍客的关注。4月25日,席天根的事经一家媒体报道后,再次引起了社会各界人士的广泛关注。央视新闻微博、人民日报微博、中国日报微博等媒体纷

纷报道。4月27日,省残联副理事长常为民,市政协副主席、市残联理事长马四海看望慰问了席天根。常为民代表省残联送去了一辆电动轮椅,并以个人名义捐助席天根1000元;郟县残联给老人送去了食用油、纯奶、火腿肠和2000元现金。

4月29日上午,腾讯新闻记者对席天根的事进行了现场直播。市残联有关领导和市残联辅助器具中心有关领导一起来到席天根家中,给他做体检,准备帮他安装假肢。郟县残联工作人员来到他家,开始实施无障碍设施施工。不少网友希望媒体公开老人的银行账户,想为老人奉献爱心。

昨天上午,记者受托给席天根送去了上海爱心人士吕英女士的500元捐款,平顶山志愿者协会郟县爱心家园也给老人送去了慰问品。席天根连声道谢:“做梦也不敢想自己还有机会站起来走路,谢谢大家!”



苏周全:玩鞭陀玩出健康

□本报记者 牛超/文 禹舸/图

啪!啪!啪……早上7点多,走近市区鹰城广场欧式广场,远远就能听到甩鞭子的声音。一群中老年人手持长鞭,在抽打一个巨型陀螺,大家打得非常起劲。其中一名甩鞭人叫苏周全,今年65岁,玩长鞭、鞭陀已经好多年了。昨天,在市区长青路附近,记者采访了这位鞭陀爱好者。

鞭陀成为健身运动

苏周全家住市区长青路北段王庄3号楼,退休前,在原市煤炭局工作。据其介绍,因为工作需要,他经常一坐就是几个小时甚至一天,“一天下来,腰、颈都非常难受”。苏周全说,2007年,因为颈椎压迫神经、椎管变形,他经常头晕、头痛,“常常是坐卧不安”。到医院就诊,被告知“如果不手术,会危及生命”。

对手术有畏惧心理的苏周全有些害怕,没事时,他就到鹰城广场等地散步,发现有人玩长鞭。“小时候,玩过铁环、弹弓、陀螺等,都是自己做的。”苏周全说,不过,现在的鞭子和陀螺,做得都很精致,而且也有一定的动作,很有意思。

于是,他就经常到广场上看别人玩,并将挥鞭的动作记在心里,回家后慢慢琢磨。后来,他就买了

鞭子试着玩。

“我每天7点多到鹰城广场锻炼,长鞭玩了七八年。”摸索中,苏周全一再突破自己的纪录,鞭子起初是一米多长,后来变成了6米多长。2015年,苏周全将鞭、陀合二为一开始练习。

“打鞭陀全身都能得到锻炼,尤其是对肩周炎、颈椎病、腰椎病等老年病很有帮助。”苏周全说,鞭陀运动是民间传统健身项目,始于唐,兴于宋,流传甚广,具有广泛的群众基础和强大的生命力。它集健身、娱乐、表演于一体,取武术与杂技之粹,具有强身健体、祛病益心的功能。它不仅可以锻炼身体,愉悦身心,还可以减肥,防治肩周炎、颈椎病;既可以锻炼大脑,又能活动筋骨。

苏周全手持6米多长长鞭向记者进行了演示。只见他右手拿着鞭子(上图),在头顶360度旋转后,随着啪的一声,鞭子又递到左手上了起来。记者发现,在甩鞭的同时,头部、腰部、手、腿等要协调到位,不然很容易伤到自己。

“锻炼这几年,颈椎病不治而愈。”苏周全说。

自掏腰包筹办鞭陀大赛

在苏周全的影响下,他的老伴儿也喜欢上了鞭陀,每天也要到广

场上挥上几鞭。

近年来,我市鞭陀爱好者也越来越多,水平也越来越高,我市有了鞭陀协会。

“有了协会,爱好者们就有了组织,就可以办自己的活动了。”苏周全说,这几年,他参加大大小小的鞭陀比赛有十几场。

今年清明节期间,全国各地的鞭陀高手齐聚鹰城广场,展开了一场别开生面的鞭陀大赛。这次活动的主办方就是我市鞭陀协会。作为协会主席,苏周全拉赞助、找场地,还自掏腰包4万余元为大赛赞助。

记者问他图啥,他说:“就是一个乐和,有钱难买健康,这个我大有体会了。我想通过这样的活动,让更多人找到适合自己的运动方式,健康生活。”

提倡健身不扰民

“我们不仅严格要求自己,还劝身边的人做到不扰民。”苏周全说,由于鞭长声响,很容易影响或伤到别人。为此,他们专门制定了会规,要求会员早上锻炼时不能太早,不能在人的地方和离居民区太近的地方锻炼。

“其实,我们比谁都操心,每次玩鞭陀时,周围都有自己人在防范和保护。”苏周全说。

舞钢尚店镇下冰雹啦

□记者 杨德坤 通讯员 王东强

本报讯 5月1日下午5时左右,舞钢市尚店镇遭受强对流天气过程,突发性冰雹袭击贾沟村、大王庄村等4个村,部分农

作物遭受不同程度灾情。

据介绍,此次灾情没有发现人员伤亡、房屋受损的现象。但是,大部分正在扬花期的麦受到不同程度的损坏,受灾总面积900多亩。

巨款遗落烧烤店 民警相助索回

□记者 赵志国

本报讯 家住市区的徐女士在市区一家夜市烧烤店吃完饭,不慎将装有1万多美元的手提包遗忘在店内。第二天,徐女士发现手提包丢了,急得手足无措。市公安局中兴路派出所民警调取多家店铺的监控录像,终于将手提包找到。昨天下午,徐女士拿到失而复得的手提包,连声向民警道谢。

昨天下午,徐女士对记者说,她在市区做生意,前段时间和朋友相约准备出国旅游。4月30日,她将10万元人民币兑换成了1万多美元。当晚9时许,拎着装有美金的手提包,徐女士和朋友来到市区八中北街

一家夜市烧烤店吃饭。当晚11时许,大家各自回家。喝得微醺的徐女士走时把自己的手提包忘在了桌上。

5月1日,徐女士找不到包后就报了警。中兴路派出所治安大队副队长鲁朝政说,当天徐女士从银行换完外汇出来,一连转了几个地方,开始她一直回忆不起来手提包丢到哪儿了。鲁朝政就带领民警司超恒按照徐女士从银行出来的路线,逐个路段调取监控录像,终于在八中北街一家烧烤店找到了包。当天下午3时,鲁朝政等民警来到这家饭店,索回了徐女士的手提包。

昨天下午,徐女士从民警手中领回手提包,发现包内美金一分不少。



天热了,没地儿去? 来社区综合活动室吧!

昨天上午,新华区矿工路街道民主街社区综合活动室里,两位居民在网上。当天,该活动室投入使用,居民可到此上网、看书、下棋等。工作人员还为老人设置了休闲椅。据悉,该活动室还将定期开展读书节、知识讲座等。

本报记者 张鹏 摄