

他从癌症泥沼中“跑”来

当初想证明自己活着的“抗癌跑者”要挑战100场马拉松

5月末的海阳马拉松上,有一位特殊的跑者。他身着印有“抗癌跑者”的参赛服,对着高喊“凯哥加油”的观众不停地挥手致意。

他叫王凯,来自青岛。6年前,一纸癌症诊断没有让他的人生按下暂停键,反而成为他奔向新生活的起点。如今,王凯已完成了19场马拉松,仅在今年短短两个月内,他就8次站上赛道。完成几十公里的挑战,对于大多数人来说都并非易事,对于癌症患者来说,又意味着什么?近日,记者对他进行了采访,听他讲述在马拉松和人生赛道的故事。



王凯在常州钟楼半马比赛中。受访者供图

胡玲玲 路董萌 济南报道

癌症患者站上马拉松赛道

奔跑着的王凯总是表情从容,含有几分笑意,流畅的肌肉线条透露出常年训练的痕迹。“很多人会问我,你之前是不是体育生?”王凯回答,“其实不是,我是一个抗癌跑者。”

时间回到2019年。这一年对王凯而言,浸满了苦涩。6月,他的母亲被确诊为癌症,5个月后,王凯也被确诊为结肠癌中期。

回忆起那段至暗时刻,王凯称当时的心态还算比较平和。因为有过作为癌症患者家属的经历,这让他面对病情时“心中有数”,少了些恐惧,更多涌出的是求生本能。

表面的坚强之下,王凯始终放不下年幼的女儿,确诊时,女儿只有3岁。王凯突然意识到,自己可能没有机会看到女儿上幼儿园、步入小学,更无法参与她未来人生的很多重要时刻。每每想到此,王凯眼眶都会湿润。

确诊后,王凯第一时间接受了手术治疗。2020年,他又经历了大半年的化疗。化疗结束后,王凯的身体极度虚弱,双腿无力,爬楼梯需要扶着墙走。之后,他开始在家休养,体重迅速上升到150多斤,身体状况却并未好转。

在这个艰难的时刻,王凯的医生给他开了个特别的“药方”,告诉他休养身体不等于卧床休息,为了提高免疫力,可以适度增加运动量,改变之前暴饮暴食、久坐不动的生活习惯。

起初,王凯心里有些犹豫,锻炼真的能让身体变好吗?他先是从相对简单的快走做起,两个星期之后,王凯慢慢跑起来,从5公里到10公里,再到15公里。在这个过程中,他不仅感受到了身体上逐渐发生的变化,还体会到跑步带来的快乐和成就感,体重控制在了135斤左右。

“身体感觉更有劲,脚步也不沉了,每天精神饱满。”王凯说,这些足以抵消训练过程中的乏味。

那么,王凯是什么时候完成第一次马拉松的呢?提到这个话题,王凯没有多做思考,就能精准地回忆起具体的日期:2022年11月13日,这也是王凯确诊癌症三周年的日子。这一天,他在马路上独自跑

完21公里的半程马拉松距离。王凯对此感慨颇多,“我想用这种方式证明自己还活着,还能奔跑。”

目标是挑战100场马拉松

完成首次半马后,王凯参加了2023年的青岛海上马拉松,这是他人生中第一场正式的马拉松比赛。王凯在首次参赛时,特意在参赛服印上“抗癌跑者”四个字,这一习惯贯穿了他参赛过程的始终。

他希望通过这种方式,让更多人看到癌症患者也可以通过运动来增强体质,成为别人的榜样。很多跑友看见王凯的衣服,会轻轻拍拍他的肩膀,或者竖起大拇指,还有人专程找他合影。

赛后,妻子心疼地问他:“作为一个癌症病人,完成了一场半程马拉松,你已经证明了自己,接下来还要继续跑吗?”

王凯给出的回答朴实而有力,“我既是癌症患者,也是癌症患者家属,如果空洞地喊‘加油’‘努力’,对方会觉得这只是一句安慰。但当我真正站在马拉松赛道上,用奔跑告诉他们我的想法,或许比任何语言都更有用。”

一个小插曲是,王凯到医院体检,医生看着王凯的胸部CT影像,对他说,“片子有点不太对啊,你是癌症患者,肌肉怎么比别人厚这么多?”听到后半句,王凯这才松了一口气,解释自己平常一直运动,日常会有肌肉训练,医生听了之后非常认可。

王凯还给自己立下一个目标:挑战100场马拉松。从2023年至今,他已经完成了19场马拉松。今年,他在短短两个多月的时间内就参加了8场马拉松比赛。

现在,王凯的女儿已经读三年级了。有时王凯在参赛时,女儿也会在赛道旁为他加油。王凯说,自己是牵着女儿的手送她上小学的,虽然她可能还不知道爸爸身上曾经发生过什么,或者是不太理解爸爸正在做的事情,但王凯相信,等她长大之后,一定会为自己感到骄傲。

从今年开始,王凯跑马拉松的心态也在发生着转变。“不那么注重成绩,主要是享受赛道氛围,和观众互动,听跑友们的故事。”王凯觉得,跑马拉松的心态也需要调整,在追求成绩到享受过程,经历过抗癌这件事,王凯更加认同人生没有一个标准答案,选择多种多样。

李其峰 临沂报道

每天中午11时,临沂高新区“向东时光”公益餐厅里都会有六十余名食客前来用餐。餐厅面向所有人免费开放,但前来就餐的大多是周边村镇的留守老人、孤儿儿童,或者是周边的环卫工人和劳务工人。

每天只供应一顿午餐,但不收取一分钱餐费。这家餐厅坚持了五年的“营业准则”,如今已成为临沂市城乡之间传递温暖与爱心的特殊坐标。

路见困境 小老板想开家爱心餐厅

6月9日10时,临沂高新区“向东时光”公益餐厅的后厨便忙活起来。灶台一旁摆着的是今天的菜单:两菜一汤,主食是一份米饭或者馒头。

正在颠勺炒菜的王孝东是这家餐厅的负责人。他在当地开了一家养老机构,每天上午他都会赶回餐厅忙活起来。

说起为啥会想开一家免费的爱心餐厅,王孝东说出了他的初衷。“前几年,我看到镇上一些环卫工人、摆摊老人,他们中午就在路边或者树下休息。”王孝东说,当中不少老人都是从自家带些干粮匆忙地吃一顿,卫生和安全都没保障。从那时起,他就想开一家公益餐厅,给这些行动不便、生活困难的群体提供一个免费吃饭休息的地方。

有了这个想法,王孝东便开始筹划起来。他就从自己经营的养老院里,抽出一间沿街的铺子,出资装修店面,再由胡全华负责寻找热心的志愿者来负责餐厅的餐品制作和服务。有力气的出力气,会做菜的当厨师,他们还给餐厅定下了简单的经营方案,规定每天中午都要有两菜一汤和主食,不限量供应,保证大家都能吃饱。

爱心餐厅的想法得到了亲友们的肯定,大家伙一起使劲,迅速拉起了二十余人的志愿者团队。王孝东负责餐厅的日常支出兜底,一群热心志愿者轮流来餐厅当服务员,2020年5月,这家为环卫工人、孤寡老人、特殊儿童而搭建的爱心餐厅,终于开业了。

家门口开了一家免费吃饭的餐厅?起初没人相信会有这样的好事。刚开业没人来,志愿者们就出门把周围的环卫工人和

保卫保洁一个个邀请进来。实实在在饱餐一顿后,他们才相信真的有“免费午餐”。“餐厅里的饭菜口味适中,米饭也蒸得软和,非常适合我们老年人吃。”常来光顾餐厅的老人王孝美说。

推让之间 一碗热饭换百家情

下午1点30分,食客们逐渐散去。志愿者们收拾起桌椅板凳,64岁的赵洪敏迟迟未走,悄悄走向后厨,找到了正在算账的王孝东。

“王老板,这个你收下吧,你们都太辛苦了。”赵洪敏从随身的布袋里掏出了100元钱,王孝东急忙上前拦下。“你这天天扫大街,干几天才赚这些钱?心意我收下了,以后天天来吃就行。”

推让了好一阵,赵洪敏还是把这100元塞到了志愿者手里,快速离开了餐厅。王孝东把钱收下,认真地把金额和名字誊写在册:一元、五元、二十元、一百元……小小的一本册子里面记录的全是前来捐赠的热心人,这里面有企业老板,有爱心协会,还有不少是受他们帮助的食客。

王孝东说,有人说他太傻,做这种餐厅只有亏本不可能盈利。王孝东自己也算了笔账,每天供应一顿午饭,食材、水电、损耗,各项花费一天在200元以上,一年365天不断供,5年下来保守估计已投资了近40万元。

随着餐厅名声传播,越来越多的困难群体前来就餐,面对叠加的费用,王孝东依旧乐此不疲。他拿起每日记录的爱心账单:94岁的王孝美把不舍得吃的杏子送来;环卫工王顺华把家里的一捧粉条拿来补贴;有的老人不愿愿免费吃,每次都留下帮他们洗刷餐具……“我自己创业成功了,也总得为还生活困难的人做些什么,如果做生意只想着算账,那食客们这一笔笔的人情账,可比任何金钱都珍贵得多,又要我怎么还?”

当日营业结束,王孝东和志愿者拉下店铺的卷帘门。“向东时光”公益餐厅里的志愿者们,每日以质朴的善意,在平凡角落织连着高龄者、孤困儿的尊严。方寸炉灶余温不尽,那些真正需要的人,正把这份暖意揣进怀里。也在用力所能及的行动回报着餐厅对他们的善意。

谁说天下没有免费的午餐?

临沂这家免费餐厅开了五年,赔本生意记满了『温情账』

中国中信金融资产股份有限公司山东省分公司资产处置暨公开竞价公告

中国中信金融资产股份有限公司山东省分公司(以下称:本公司)拟对微山县丰顺物资有限公司等5户债权进行公开竞价处置,并已于2025年6月4日在山东产权交易中心有限公司(以下简称“山东产权交易中心”)的交易系统(网址:https://www.sdccjy.com)发布了公开竞价公告,在首个公告期内只有一名投资人报名参与竞价该债权并缴纳了竞价保证金。现本公司再次发布公开竞价公告,若本公告期间无其他投资人有明确竞价意愿并按规定缴纳竞价保证金的,本公司拟将上述债权转让给现有意愿投资人。				
一、公开竞价的时间				
公开竞价的时间具体以山东产权交易中心系统公布为准。				
二、竞价标的基本情况				
基准日:2025年5月20日				
货币单位:人民币 元				
序号	债务人名称	本金	利息	担保人
1	微山县丰顺物资有限公司	7,000,000.00	9,693,680.41	微山县锦江物资贸易有限公司、微山县建平物资贸易有限公司、微山县县坤建材有限公司、微山县班固建材有限公司、朱耿柱、张英、班昌波、张宏娟、班昌廷、任守燕
2	微山县建平物资贸易有限公司	4,999,930.53	6,903,122.59	微山县锦江物资贸易有限公司、微山县丰顺物资有限公司、微山县县坤建材有限公司、微山县班固建材有限公司、朱耿柱、张英、班昌波、张宏娟、班昌廷、任守燕
3	微山县兴玉物资贸易有限公司	4,995,106.49	2,476,074.28	山东宏海贸易有限公司、宋申海、丁昭侠、鹿先玉、朱曾玉
4	微山县鑫沛洗煤有限公司	7,000,000.00	8,812,296.10	微山县兴玉物资贸易有限公司、微山县得惠贸易有限公司、王帅、王吉清、班昌玲、鹿先玉、朱曾玉、王磊、张立奎
5	微山县润源工贸有限公司	6,000,000.00	6,712,173.57	山东勤阳贸易有限公司、山东微山湖融资担保有限公司、朱孝龙、刘振红、吴峰、张厚荣、张若尧、范秋元
注:1.本公告清单仅列示截至基准日的债权本金、利息余额,基准日后债务人和担保人应支付的利息、违约金、相关费用等按照相关合同、生效法律文书及法律法规的规定计算。 2.若债务人、担保人因各种原因更名、改制、歇业、吊销营业执照或丧失民事主体资格的,请相关债权债务主体及/或主管部门代为履行义务或履行清算责任。若本清单中担保人名单出现遗漏、笔误的,并不意味着本公司对其担保责任的免除,担保人仍须按合同约定及法律规定履行担保责任。 3.清单中的“担保人”包括保证人、抵押人、出质人。 4.如清单中债务人、债权金额、担保人等信息与事实不符的,以相关合同、生效法律文书等为准。 三、交易条件:要求买受人信誉好,可按本公司要求方式付款且交易资金来源合法,能够接受债权资产存在的瑕疵及购买债权所带来的风险。 四、对交易对象的要求:具有完全民事行为能力、支付能力的法人、组织或自然人,且以下人员不得购买:国家公务员、金融资产管理机构工作人员;该项资产处置工作相关中介机构所属人员;债务人、担保人为自然人的,其本人及其直系亲属;债务企业的控股股东、实际控制人及其控				
股下属公司、担保企业及其控股下属公司、债务企业的其他关联企业;上述主体出资成立的法人机构或特殊目的主体;国家金融监督管理总局认定的其他不宜受让的主体。 五、竞价手续的办理:有意参与竞价者请于公告期限截止日17:00时前(非工作日除外),了解拟转让债权的基本情况,缴纳竞价保证金24万元到指定账户,并通过山东产权交易中心的交易系统提出受让登记申请。竞价保证金以到账为准。 六、公告期限:自公告发布之日起3个工作日止。对本次公告内容有异议的,请于公告到期日前提出,本公告仅具有要约邀请的效力,本公司有权自行撤销本次公开竞价或按照实际情况调整本次公开竞价时间。 七、联系方式 联系人:王先生、史女士 联系电话:0531-86059767,0531-86059744 受理排序、阻挠投诉或异议的举报电话:0531-86059702 联系地址:济南市经三路89号 中国中信金融资产股份有限公司山东省分公司 2025年6月11日				