

# 在命运的泳道中，我习惯了自己动手

试图亲『手』戴上奖牌的残奥冠军贾红光感动无数网友，他说——

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 郭春雨

## 习惯了自己动手

截至目前，贾红光已经在本届残奥会上收获了两枚金牌、一枚银牌、一枚铜牌，他也是本届残奥会第一位摘金的山东籍选手。

光看样子，他跟想象中健硕的运动员不太一样，人很瘦，头发很短，眼睛倒是挺大，综合来看，非常普通。他也觉得自己是个普通人。虽然只有半条胳膊，但别人能干的，自己也能干。就像这次挂奖牌，工作人员问他需不需要帮忙，他压根儿就觉得这是小事一桩，不用帮忙——结果，好几次没成功，终于戴上后视频发出，感动了全网。

“后来有朋友说都在热搜上见我了，问我当时是不是装的，因为这个事对我又不难。”贾红光用胳膊揉了揉鼻子，觉得有点无奈，“我习惯了自己动手，但我真是没想到这个奖牌不太好拿。”

不把自己当特殊，也是残奥会运动员们的共识。毕竟，能站在残奥会竞赛场上的每一个人，哪能跟“弱”沾边？

尤其是贾红光。这次比赛，可以说得上是“大放异彩”。在8月26日的男子SM6级200米个人混合泳比赛和男女20分自由泳接力的比赛中，摘得一枚金牌和一枚铜牌；8月30日，男子50米蝶泳S6级决赛，以31.54秒的成绩摘得银牌；9月1日的S6级100米自由泳决赛，取得第四名；9月3日，男子100米仰泳S6级决赛再获金牌。

“6”是指参赛运动员的分级，数字越小，残疾程度越高。分级的意义在于，当所有运动员都站在同一起跑线上，唯一比拼的就是实力。和奥运会相比，残奥会的关注度小了不少。媒体在报道残奥会选手的时候，也常用“泪目”等字眼，观众一边看着赛事，一边感动着残疾人运动员的不容易。但是对于在赛场上比赛的运动员来说，竞技体育的核心就是竞技，不管这个人伤残多严重，背后有什么样的曲折故事，成绩和分数，才是实力的象征。

赢得金牌，无疑是实力的证明，但贾红光对着镜头还挺腼腆。记者让他说说获奖感受，他有点不好意思，“这有啥好说的，我不知道说啥。”

在镜头面前，他穿着一件T恤，用剩下的一截右臂熟练地夹起半瓶水，喝完之后把瓶子放在一边。他不介意对着镜头展示他残缺的胳膊，用得也很坦然——相比外界小心翼翼的眼光和询问，他的坦然让对面的人觉得自己的“小心”根本没必要。

“没啥特殊的，普通人要干的事我们也得干。就是比别人难点，习惯了也就不难了。”贾红光说。

## 21岁才开始练游泳

在水里，贾红光像一条箭鱼。看他的游泳视频，能感受到一种体育带来的激情和美感，很难想象，他21岁时才正式接触游泳。

游出运动员的赛道，进入生活的细流之中，农村残疾孩子的人生，本身就是一个难题。

6岁时因意外触碰到变压器，贾红光失去了双手。“很多人都问我，为啥要爬那个变压器上头。我什么都忘了，想起来的时候已经这样了。”贾红光说，“小学的时候不懂事，不知道残疾的意思。别人要是说我，大不了就跟他们打一架。”

真正的挑战是在青春期。进入初中后，贾红光开始感受到了自己和别人的不同，“自卑，天天穿长袖的衣服，实际上是自欺欺人。”敏感、自卑，感觉不到未来的出路，“我的青春期根本没有爱美这个说法，因为我太自卑了，根本没有自信爱美。”

父母都是农民，为了补贴生活，在村里开了一个小卖部。如果不是学习游泳，贾红光大概率就是继续站在柜台后面，像积灰的货架一样沉默——是体育改变了人生。

2008年，北京奥运会点燃了所有中国人的运动激情，贾红光也不例外。从在北京打工的朋友那里，他第一次知道还有“残奥会”，残疾人也能拿世界冠军。

根据网上的信息，贾红光打电话给了北京残联，北京残联将信息转回到山东残联，又转回到聊城残联。一层层的信息传递下来，贾红光的第一位教练张保锋联系到了他。

“试试吧。”张保锋说，“怎么也算是多一条出路。”

入水之后，凭借着当运动员的直觉，张保锋觉得这将是一位冠军——但“冠军”刚训练了半

年，就回家不见了踪影。再打电话，对面支支吾吾，听来听去，原来是家里开小卖部，他得在家看店，不能继续学游泳了。

张保锋电话里就熊了贾红光一顿，又分别给他父母打电话，反复地说贾红光真是个好苗子，学体育是有前途的——至少不会比现在更差。

在教练的坚持下，贾红光就又回到了训练队，并且在第二年举行的中国残疾人游泳锦标赛上，获100米仰泳比赛铜牌。

在贾红光的叙述中，故事还有另外一个版本：当时家里给介绍了一个对象，是个聋哑姑娘，催着快点结婚——跟这个姑娘也没啥感情，他还不想结婚，总觉得未来还可以自己闯一闯。接到教练的电话，几乎没啥犹豫，就回到了游泳队。

训练是非常苦的一件事，这是一场自己和自己的较量。

13年中，他几乎每天都泡在水里，呼吸、憋气、滑动双腿。因为身体上的劣势，他必须极致熟悉自己身体的每一寸肌肉，善于把它们调试到最佳状态，在泳道里伸展、前行、跃进。因为长期训练，贾红光的肺部受伤，曾一度退赛休养。也正

是这些伴随

着荣耀的伤痛，让他也游到了世界的顶峰。

## 夺冠后还得干家务

说起从前的种种，贾红光一直笑着。在谈起家里人的时候，他的笑容比谈起成绩还要多。他的妻子刘红芬是个健康、漂亮的女孩，相爱时他刚开始学游泳，一无所有，甚至没有健康。俩人在一起时妻子的父母激烈反对，贾红光用实际行动赢得了丈母娘的肯定：丈母娘来聊城时，先做了一大桌子好菜，展示厨艺；接下来陪吃陪玩陪聊，最终赢得了老人的支持。

相爱三年后，2011年冬天，贾红光用自己的比赛奖

金在家乡莘县付了首付，买了房子，组建了自己的小家，婚后先后添了一双儿女，过上了平淡又幸福的好日子。

“有一年夏天，我穿着短袖去幼儿园接孩子放学。结果好多小朋友看见我，说‘他爸爸没有胳膊’。”贾红光说，自己已经不在意任何眼光，但是看到儿子被议论，心里特别难受，比小时候挨骂还难受，“结果我儿子喊了一句，‘我爸爸是世界冠军’！”贾红光红了眼睛。

夺冠后，跟家里人视频通话，妻子说“挺好”，也没再夸啥。孩子都想爸爸了，隔着屏幕说想“吃爸爸做的菜。”

“我做菜挺好吃的，只要我在家都是我做，我觉得我媳妇孩子都更爱吃我做的饭。”贾红光有点得意，“我尤其擅长做排骨这种‘硬菜’。”不过，夺冠之后，家庭地位好像也没有改变，“只要我没训练，家务活很多都是我干。”



9月3日，贾红光摘得第二枚残奥会金牌。  
新华社发

调查咨询

◆专业疑难案件调查86759888

收购字画

◆求购15864536825

出租出售

出租转让

营业中火龙果采摘农场，占地80亩，小清河北路程庄村18366188288

出售郭店山前小区4号楼1单元301室130.5平，5500元/平，通风阳光好，赠送地下室30平。电话：13065060377

高价收购名家字画旧书，老酒，瓷杂

电话：18866867078

地址：舜耕路6-1号（泉城公园东门北50米路东）大雅堂美术馆

诚信高价收购老酒

免费鉴定 上门收购

老茅台、老五粮液、老董酒、老剑南春、老汾酒、虎骨酒、冬虫夏草、海参

18254188388

专业疏通

◆疏通维修保两年87931000

老工人低价疏通改管道 换铁管、改厕、水管、堵漏、抽粪 低价保通 13864049416

专业疏通改道修换马桶 杨15098882348 82217833打孔、抽化粪池

空调\冰箱移修

◆修冰箱空调86631296

正三联国美移修 规 85863908

家务便民

◆鑫鑫家政18306417176

康养服务专版

订版电话：0531-85196204

2019-2020连续两年评为“济南市最受欢迎的养老机构”之一

市中区社会福利服务中心（悠然亭颐养中心）

五星养老 文化养老 医疗护理 康复疗养 医保定点 7天试住

地址：市中区·二环西高架桥下·腊山路16-3号 详询：88819955

夕阳金秋老年公寓

民政局批准正规单位，新建公寓楼房间朝阳，每个房间带卫生间，阳台，清真食堂，设施齐全，医养结合，如需入住免费去接。长期聘护工

电话：87158977 87159877

地址：刘长山路延长线白马花园南区16号楼

公建民营示范单位

利农社区养老服务中心

专业医护服务 社工服务 高端智能适老化管理设备收住自理、半失能、失能长者；长期照护保险、医保定点机构

咨询电话：18595257061 0531-55832999

地址：历城区山大南路31号

央企品质·全国连锁·医养结合·室外花园

中海锦年长者公寓

来锦年，享受高品质养老生活

☎ 0531-88767799

济南·市中区·二环南路·中海国际社区C3

济南锦泰护理院

医养结合、设备齐全、优质服务、价格合理

长期诚聘：护理人员

电话：86067888、15688862790

地址：经十路腊山立交桥段店南路124号 济南股骨头医院院内内側

金龄健康·山东济南养老服务中心

2020年全国敬老文明号 2020年济南市五星级养老机构

金龄老年公寓普惠区，拥有200张床位，价格合理，专业照护半自理级和护理级长者

济南市急救中心第二直属站、星级厨师团队、拎包入住、交通便利

电话：0531-82805587/5588 地址：济南市市中区望岳路3668号