

# 都说路在脚下,没脚路在何方?

失去双腿的陈州以手为腿,登遍五岳并成为励志演讲家,走出精彩人生路



记者 高松

## 一场与死亡的“交锋”

陈州是临沂人。在临沂城区南部的一处商圈,陈州新开设的工作室已经装修入驻。27年前,他绝对不敢想象,有朝一日他会在整洁的办公室内运筹帷幄一片商业版图。

1996年,也是在5月中旬,一场意外彻底改写陈州的人生轨迹。那年,13岁的陈州,想要逃离父母离异的家庭,辗转到潍坊后,爬上一列开往济南的货运火车,想要用流浪填充空荡荡的内心。

让陈州意外的是,那列火车驶出的方向与济南相反,情急之下,他跳下火车。意外就此发生,沉重的车轮从陈州的大腿上碾过。

铁路警察孙宝华把陈州送到医院,保住了他的命,却无力保住他的双腿。随后的一段时间里,陈州遇到了更多好人。出院后,他再次离家流浪,到枣庄时,伤口发炎溃烂,再次遇到好心人收留他,帮助他。

## 唱着《水手》“站起来”

陈州说,幸运的人用美好的童年治愈一生,不幸的人用一生的幸福治愈童年,他属于后者。

陈州形容自己13岁到18岁的流浪生涯,基调是灰黑色的——忍饥受冻、食物中毒、被骗挨打,危机潜伏在各处。

“我微不足道的生命,就是在善良人的爱心施救下,一次次得以保全。”铁路警察、上海老阿姨、擦鞋店的大娘大爷,还有许多一面之缘的好心人,他们的善意就像阳光围聚,温暖了陈州,也让他对曾经向往的

乞讨者、流浪歌手、励志演讲家,毫不相干的标签,拼贴出陈州命运多舛的人生轨迹。1996年,年仅13岁的陈州在一次意外中失去了双腿。之后的日子里,他用双手下的木头盒子“站”了起来,在街头唱过乞讨歌,还登上过五岳之巅。倔强的生命,因顽强邂逅了爱情,也一度红遍大江南北。就像在逆流中找到一杆竹篙,陈州以手为腿,走出了一条不寻常的路。5月21日是“全国助残日”,在这个特殊的日子,让我们一起来了解陈州的传奇人生。



登上嵩山后的陈州挥起双臂庆祝。受访者供图

流浪生涯有了新的审视与思考。

“要‘站’起来,做一个真正意义上的人。”这一念头在陈州心里生根发芽。2001年,是陈州人生峰回路转的关键点。多年前,住院时一位护士在病床前为他播放过的《水手》,让陈州从漫无目的流浪乞讨,向街头卖唱“转型”。

第一次街头表演的成功,陈州总结为“掌声就像从梦想殿堂抛下来的彩色丝带,与街边的路灯融合在一起,五光十色地包围着我,骄傲与欣喜同步升腾。”

## “海棠姑娘”成就美好

卖唱10年,陈州和同伴骑着改装三轮车走过20多个省份,700多座城市,开过3000余场街头“演唱会”,先后骑坏了4辆三轮车。

“刮风减半,下雨全完”是陈州作为流浪歌手时的生存日常。在漂泊不定的生活里,陈州却邂逅了爱情。一位被陈州形容为“海棠姑娘”的女孩,成为他残缺人生里最完整的“美好”。

江西街头,后来成为陈州妻子的喻磊,先是出现在听歌人群的右前方,最靠近陈州的位置。被陈州的歌声、陈州的坚强打动,喻磊毅然放弃自己的事业,陪伴到陈州身边,组建起一个温暖的大家庭。20年后,在他们的结婚周年纪念,陈州送给喻磊第二本个人传记《遇见》。封面上,他们夫妻二人坐在唐古拉山脉的草地上,依偎在一起远看日照金山。

“妈妈给了我生命,而她给了我生命的颜色。”记者探访时,陈州指着他的全家福照片说,这是

他的全部财富。

成家以后,陈州很少再想起曾经的灰暗人生,他觉得生活总是向上的。

2007年,陈州受朋友委托,用自己的故事为一群“问题少年”作演讲。他生平第一次发觉,除了唱歌还可以做更多有意义的事。

那场助学演讲后,陈州逐渐褪去“流浪歌手”的标签,用声音和经历,找寻到了更有意义的人生道路。直到2013年,陈州登上安徽卫视大型演说真人秀《超级演说家》,他完成了从流浪歌手到演说家的转型,“无腿勇士”陈州被誉为“最励志演说家”。由此,陈州的微信,便以“讲者陈州”为名。

## 将五岳踩在“脚”下

2008年,随着一部《震撼心灵的无腿歌手》专题片的播出,陈州走入大众视野。十多天后,一则名为“陈州登泰山”的话题彻底引爆他身上的热度。

登山,是陈州人生绕不开的执念。他在2020年出版的《我的世界》一书中写道:“你可以一辈子不登山,但心中一定要有座山,因为它能让你总往高处爬,使你找到奋斗的方向。”

“我的人生,是从登泰山开始的。”陈州说,作为一位身高80多厘米,失去大部分双腿,每天在流浪中仰望众生的人,在16岁爬泰山之前,他根本不清楚“一览众生小”的感觉。

历经12个小时登顶成功后,陈州第一次体会到了喜悦、自豪。“我忘却了自己的残疾和流浪者身份,第一次像身体健全的人一样,努力去做一件有价值的事情。”

自此以后,攀爬“五岳”,努力活出健全人的生活姿态,是陈州新的人生目标和梦想。

陈州没有食言。2012年,他成为“双手登五岳第一人”,身影与事迹出现在国内外众多媒体报道中。那年七夕节,陈州还给喻磊送上了一场泰山之巅的婚礼。

“火车上的意外彻底改写了我的人生轨迹,自卑是我们这类肢体残疾人最普遍的心理。但我想说,给我们一个支点,其实我们也可以撑起一个地球。”在陈州眼中,理解与鼓励是对这一群体最大的支持。

除了登山,陈州还喜欢足球,他组建过一支“泉城快乐兄弟足球队”,在其中担任守门员的角色。他还尝试潜水、跳伞,甚至打算考取飞行驾照,陈州在一次次挑战极限中超越自我。

已步入不惑之年的陈州,期待用他的经历,鼓励更多残疾人在人生路上“站”起来,跟他一样走出一条不凡路。

# 天下没有免费的午餐?那是不知道这家餐馆

只因多年前受到陌生人帮助,老板请困难人士免费吃饭

文/片 记者 李潇

## 已有人吃过免费午餐

视频显示,这家饭店门口写着“免费吃饭”四个大字。告示上还写着这样一段话:如果你在菏泽市没有工作,遇到困难,如果你来到我的店里告诉我俺家的卤肉管饱,吃完直接走就行了不用客气!希望您以后有了能力记得帮助身边有需要帮助的人就可以,谢谢!

5月18日,记者走进菏泽喔喔叫椒麻鸡店内了解情况。店门口玻璃门上的确醒目地写着“免费吃饭”的字样。抱着试一试的态度,记者以顾客身份向店家表示,“想要一份免费的饭菜”,店家当即表态:“可以!”

“如果有人需要帮助,可以进店来吃免费的卤肉,再配上一些蔬菜,还可以接一杯水,顾客不需要付费。”得知来意后,该店老板

“免费吃饭”,这样的餐馆你敢相信吗?近日,菏泽一市民发视频称,菏泽有一家饭店可以“免费吃饭”。免费午餐到底是真是假?饭店老板为何要这样做?记者前往一探究竟。

►菏泽一饭店玻璃门上贴着“免费吃饭”的告示。

吕振伟向记者进行了解释,“免费吃饭”的告示是5月11日设置的,自从贴上告示以后,已有四五个人来吃过免费饭。

吕振伟告诉记者,这个店是自己和妻子两人经营的。外出打工创业的这十几年时间也经历过

一些苦日子,考虑到每个人都可能遇到特殊或者困难时段,于是就做了这件事。“特别是这两年,我们开餐馆做生意的还稍微好点,就想着帮一下其他人。”

在该店附近有一家粥店,店主告诉记者,他的确看到有人来

吃过免费的饭。

## 店主希望将爱心传递

谈及为何会想到做免费餐时,吕振伟表示与自己曾经的经历有关。他回忆自己年轻时身上



没钱,曾做过学徒,做到了厨师长,最后自己承包饭店,直到开了现在的椒麻鸡店。有一次,吕振伟在一个陌生的城市刚下火车手机就被偷了,凌晨联系不到人,焦急万分下碰到一位当地的好心人。他把吕振伟领回了家,给吕振伟煮了碗热腾腾的面条。这件事吕振伟一直记在心里,特别感动。

如今自己有能力了,吕振伟便想在其他人有困难的时候也给予帮助。吕振伟表示,只希望将正能量继续传递下去,“饭店开多久,这个活动就会持续多久。”

记者了解到,吕振伟早在2016年开酒店的时候就开始救助工作。比如环卫工可以进店免费喝水,有困难的人进店免费吃饭等等,如今已经帮助过了不少人。

吕振伟说接下来他还准备贴出例如“让环卫工人进店休息”的提示,在环卫工人累了的时候,也能到店里吹吹空调,喝喝水。