

# 2016康宝莱 全国大学生迷你马拉松公益挑战席卷全国,今年新增10万 迷马 人

## 他们为 迷马 精神代言



康宝莱 全国大学生迷你马拉松公益挑战席卷全国,3年累计25万迷马人为爱出发,今年迷马挑战者新增10万人

10月以来,由中国青年报社、中国高校传媒联盟联合康宝莱(中国)保健品有限公司举办的一年一度的康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战活动,又在全国火热开展起来。迷马已经成为近几年大学校园里一个不可忽视的现象和大学生们积极追求的一种人生态度。无数的大学生因参与迷马发现和感悟了坚持、责任、奉献的精神,也因此收获了成长。还有一些大学生,在迷马中重新发现了自我,使得人生得到了升华。甚至还有一些社会人士也被迷马所吸引,而大学生们也向他们伸出了欢迎的臂膀。今天,我们就挑选了具有代表性的8个故事,他们是诠释迷马精神的最好样本。

### 奔波500公里的迷马挑战者

10月21日晚,刘逸登上了开往太原的Z268次列车,火车在黑夜中一路疾驰,刘逸却没有一点睡意,不停地期待着第二天的挑战活动,憧憬着属于自己的迷马故事。

我也要参加一场迷马挑战,无论付出多少。在看完中国高校传媒联盟微信公众号关于2016康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战活动的报名推送后,山东某高校刘逸默默地许下的心愿。

刘逸翻看微信公众号的历史记录,在确认今年的承办团队名单中没有自己所在学校后,刘逸陷入了沉默,这意味着他的心愿可能无法达成。短暂思考过后,刘逸决定从学校周边地区举办迷马的高校中选择一所报名参加。

中国石油大学(华东)距离近,可是时间不合适,河北大学在保定,却没有直达的火车。最终,在时间和距离等各种因素的考虑下,刘逸将目光锁定在位于山西的太原理工大学,而太原理工大学距离刘逸所在的济南市直线距离超过500公里,火车将近7个小时。做出选择之后的刘逸通过微信报了名,同时在自己的朋友圈写道:这个周末,约吗?

做好准备后,刘逸踏上了开往太原的火车,就这样,今年迷马距离最远的一场挑战,在500公里外开始了。

十月末的太原,一场秋雨,就在这样的夜,悄然而至。落叶铺道的校园让刘逸看到了别样的风景,微凉的天气中数百人在操场集结,等待活动的开始。拿到360010的挑战号,绑上色彩鲜艳的丝带,全力奔跑,就如这场活动为青春增添的斑斓色彩。刘逸一边跑,一边和身边的朋友们分享着快乐,分享着爱的温暖。太原理工大学的同学们并没有因为刘逸是外校的同学就显得生疏,而是热情地拉着刘逸参加沿途的各种趣味活动,在五人跳起拍球的环节,大家一起在相机前跳跃青春,用相机记录下最美的公益瞬间,这也令刘逸十分感动。

活动结束后,刘逸在签名墙上郑重地写下自己的名字,对自己说道:迷马挑战的愿望,我终于实现了。一份承诺,一份坚持,迷马挑战,带给刘逸的不仅是一次体验,更让他学会了如何兑现自己的诺言。回到学校,刘逸的朋友圈里多了这样一段话:公益让我学会了如



山西农业大学信息学院宋锴



湘潭大学林鑫



东南大学孟畅

何在有限的人生经历中去感知与帮助他人,回馈社会。走出宿舍,走下网络,走向操场,正是我们学生阶段最需要的人生磨砺。

在刘逸的影响下,现就读于西华大学的两名他的高中同学,也报名参加了在成都理工大学举办的迷马挑战。越来越多的像刘逸一样的年轻人,通过自己的行动,将青春与公益相结合,不断传递着迷马的魅力。

### 从一个人到一群人

在山西农业大学信息学院的操场上,有一个身影,几乎每天都会出现。一年前,他是独自一人,而现在,他有着同样热爱奔跑、热爱公益的伙伴。这一切,都因他和迷马的相遇而起。

作为康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战山西农业大学信息学院站最有影响力的挑战者,宋锴已经参加了两届迷马共8场公益挑战。他酷爱体育,每晚在操场跑步便是他的生活常态。校园里每一场和体育有关的活动,几乎都能看到他的身影,参加太原国际马拉松、参加半程马拉松山地越野赛、参加10公里欢乐跑和学校周边各种的体育活动,作为校队三项队成员,他一直认为体育塑造着他的体魄和精神。

而他和迷马相遇的瞬间,被他认为是他体育精神的一次洗礼。他看到迷马宣传片中佩戴人工耳蜗小男孩眼角藏不住的笑容,短短几分钟的短片,他被深深震撼到了,他重新审视自己参与体育活动的初心,不是因为赢,而是因为爱。

他说:在很长的一段时间里,我只是单纯地热爱体育,热爱运动,体育对我来说更是一种体育项目,一种比赛,一种锻炼。但自己从未想过体育也能延伸大爱,更不曾想到自己的奔跑能化为那些听障儿童再次听见声音的契机。

我心爱的体育就这样与公益不期而遇,他们碰撞出的火花就叫做爱。他说:我在去年参加过迷马后,发起成立了迷马公益跑团,每周都会组织同学们进行一次5公里的迷你马拉松,并且在公益平台上捐助步数,把公益转化成一种日常的行为。从一开始我自己的奔跑,到现在拥有数十名成员,公益跑团的每一个成员都有一种共同的想法,都在怀着一颗朝圣的心向前奔跑。

2016年的迷你马拉松,宋锴不但再次报名,而且还带领许多公益跑团的小伙伴一起回归初心,相约迷马,为爱前行。用脚步丈量心的距离,用爱心探索梦的远方。2016年迷马季里,山西农业大学信息学院4108人造浩汤汤穿越校园,将公益和体育融合成爱的力量。

信院学子的迷马公益长跑虽有终点,但公益之心未曾画上句点,这里有无数个省略号等着我们去填满那一段段有关青春和爱的故事。

### 减重90斤 孟畅的励志故事

跑步可以磨砺意志,使人心身俱进,公益可以驱散阴暗与寒冷,传播温暖和希望。来自东南大学土木工程学院的2013级本科生孟畅便是一位与跑步和公益有着不解之缘的青春榜样。

2016年10月16日下午两点,2016康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战东南大学站在东南大学九龙湖校区正式开始。这场公益性的挑战活动中,挑战者们不仅是为了突破自我而来,更是为了给听障儿童们带去爱和希望。

孟畅便在这群激情洋溢的挑战者之间。身高一米八五的他,最终取得了第二名的好成绩。成功者在终点露出轻松快乐的笑容,尽管途中曾有多风风雨雨,看着身姿矫健的孟畅,谁会想到现在140斤的他曾是230斤的大胖墩?

2013年刚入校的孟畅,在辅导员和爸爸的鼓励下,开始坚持跑步减肥,每天围着操场跑18圈,7200米,相当于跑了一场迷马。最开始因为体重太重,跑了8圈就气喘吁吁,头晕目眩,那时,18圈的目标遥不可及,只得像天方夜谭,但孟畅一直记着心中对自己的承诺。

之后,他仍每天坚持并不断加长路程。11月份,他终于如愿达到自己当初定下的18圈的目标。18圈很难,但更难的是每天风雨无阻的坚持。

2014年夏的一天,孟畅照常去跑步。刚跑到第6圈,天空便电闪雷鸣,狂风大作,暴雨倾盆。雨越下越大,操场上其他同学早已散去,而孟畅只心无旁骛地继续往前跑。跑完步回到宿舍,他从湿漉漉的运动服上拧出了半盆水。

酷暑寒冬,孟畅一如既往。寒假回家大雪,母亲吕春霞劝他不要跑,他一再坚持,绕着开封包公湖跑4圈,不行,我必须得跑,今天不跑,明天不跑,就会荒废了。再说,现在养成了习惯,不跑步我就闷得慌!一年多下来,他减了几十斤,现在跑步已经成为了他每天的习惯。

几年间,孟畅已经跑了9000公里,相当于从老家开封到南京的9个来回。跑步使他锻炼出一种坚韧不拔的精神,他又将这种精神放到学习上,在不断坚持努力下,成绩逐渐提升,也更有坚持的动力。跑步对孟畅而言也是释放压力的过程,每天想跑得最少的时候,便是跑步的时候。除此之外,跑步让他有了明显的改变,也让他有了可以与他人分享的故事,在分享的过程中认识更多有故事的人。

孟畅也是一位热衷于公益的有爱青年,大学的几年里都积极做公益。正是出于对公益的热爱,孟畅参加了此次迷马活动。迷马对他的吸引力不仅是因为运动,还有其公益性。迷马精神不仅是坚韧不拔的精神,也是爱与奉献的精神。

### 宋侃的心灵探索之路

10月23日,2016康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战山西大学站的现场,当同学们抱着公益之心冲出起点时,对于宋侃来说是踏上他的心灵探索之路,只因他曾体会过无声的世界。

就像在看一部无声的电影,那样的生活是没有人可以理解的。宋侃不愿再回忆生命中那无声的4年,只是用这句话来形容自己的感受。

现就读于山西大学美术学院的2016级学生宋侃已经和普通人没有太大的区别,他能够通过语言表达自己的所思所想,也能够通过声音聆听到这个世界的美妙。

但是,他的生命里却有一段无法言说、不愿再回忆的痛,失聪那4年所有的经历,他宁愿选择忘记。

那是内心深处最痛的伤,痛苦的开端他不愿再去回想。我只记得3岁到7岁的那几年,我的耳朵里只有沙沙的杂音,其他的声音都听不到,我的世界就像一部静音的电影。经历过无声世界的宋侃这样形容一个失聪者的世界。

那场事故发生后的半年里,父母暂停了自己的工作,带他辗转各地,进行康复治疗。在北京接受治疗期间,和他在一起的是很多同他一样的听障儿童,也许其他人很难理解这些孩子们的思想和行为,但他们却是彼此的好朋友,虽少不经事,却有一种同路人之感,可以说是抱团取暖吧。在培训机构和他们的相处,也许是我一生中真挚的一段感情。抱团是因为孤独,取暖是因为冷,而冷,也是宋侃对那几年自己内心感受的形容。

7岁那年,宋侃植入人工耳蜗,他真正听见了来自世间的声音。当仪器打开的那一刻,我的第一感受就是,旁边那个仪器怎么那么吵啊。但随后而来的却是难以抑制的欢愉,真得很高兴,我终于能听见声音了!

谈及失聪那段经历对成长的影响,宋侃说,我敢肯定,听力受损对一个人的创伤是终身性的,没有经历过的人无法体会失聪那段时间有多可怕,那是一种近乎生死的创伤。对听障儿童来说,人工耳蜗对他们融入这个社会只是一个辅助,他们更需要的是心态上的引导与安慰。

### 三年,我与迷马共成长

康宝莱全国大学生迷你马拉松公益挑战湖南大学站已经走到了第三年,作为三年迷马的亲历者,梁紫莹有着自己的理解和体会。

三年的参与,三年的成长。从前年的比赛参与者到去年的工作人员再到今年的统筹策划者,到因为好奇加入迷马队伍到坚守迷马岗位、见证迷马的成长,紫莹说,三年里,每一种身份都意味着责任,在不同身份的转变之间,她也得到了蜕变。

举办迷马这种上千大学生参与的大型活动,困难和阻力是无可避免的,在活动进行的一个多月中,我整个人几乎是紧绷的,抛却不同部门之间的磋商、协调与磨合,工作人员们也是异常辛苦。三年迷马中,紫莹印象最为深刻的一件事发生在去年,那时的她还在挑战现场做执行,当上百名工作人员提前两个小时到起点公寓篮球场和沿途各签到点准备物资和布置场地的时候却下起了雨,工作人员只能冒雨进行签到、编号、分组、拍照这些繁琐且容易出错的工作。那时候我才大二,真没想到我能够hold住全场,紫莹回忆。

迷马精神意味着团结和坚持,她这样说道,从策划开始到付诸实践的长达3个月的时间里,大量工作人员去负责了迷马各方面的工作,日常工作中的各种冲突和摩擦因为湖青人彼此的信任、理解和包容一一化解。迷马对于全体工作人员来说就是一场有爱的长跑,需要我们的团结和坚持。

### 迷马号召大学生走出寝室,走下网

络,走进操场,但不仅限于此,建立在关爱贫困失聪儿童基础上的迷马让它成为一场有爱的马拉松,4期迷马里,湖大很多班级和社团组织都选择了集体参与,不少同寝室的小伙伴也抱团参加,4期迷马结束之后,很多意犹未尽的同学选择周末相约骑行、登山、远足,迷马的精神和意义得以延续。

如紫莹所说,迷马是比赛,是公益,更是成长。相约迷马,为爱出发。让我们一起给贫困失聪儿童一个未来,也给自己一个更好的未来。

### 被吸引到迷马现场的校外爱心族

姐姐,给我一块号码牌好吗?一个稚嫩的童声响起。在山西大学迷马挑战的现场,一个身穿蓝色运动服的小男孩引起了大家的注意。

他叫武雨彤,今年4岁,是这次迷你马拉松挑战赛的参与者中年龄最小的一位。他和他的同学孙思格一起,在爸爸的陪同下来参加迷马挑战。在众多20岁左右的大学生中,这两个小男孩格外显眼。

5公里的路途,对于4岁的孩子来说,是一个不小的挑战。快到终点的时候,雨彤有些坚持不下去了,我告诉他再坚持一下,他抬起头问我,是不是再坚持一下就能帮到小朋友了?雨彤的爸爸告诉笔者,或许在雨彤的概念里,还不是很理解公益,但他知道,自己的努力可以为听力有障碍的小朋友献上一份爱心,带着这样的信念,他完成了挑战。

这样的公益活动,雨彤已经不是第一次参加了。以前也带他参加过一些公益活动。孩子的世界就像一张白纸,我想让他自己去感受这个世界,感受爱与被爱。雨彤的父亲是一名退伍军人,热爱运动与公益的他,一直很注重对孩子的言传身教,爱心是会传染的,在践行公益的过程中,孩子会了解到,在社会上还有很多人需要我们的帮助,而我们的爱心,能让社会多一点点温暖。

挑战者中除了天真的小朋友,更不乏像王武奎这样的长者。

大家要坚持啊!52岁的王武奎举着一面绿色小旗,跑在队伍的最前面。他曾有十余年的参军经历,当初听说迷马挑战和帮助听障儿童,天使听见爱公益基金后,就立即报了名。在检录处等待检录时,考虑到他的年龄与体力,志愿者询问他能否坚持下来,他爽朗地说:这是公益,也是一次锻炼的机会,我能坚持跑完。

到达终点的那一刻,大叔挥舞着手中的小旗,和队友一起喊出:让天使听见爱,让爱有回声!与那些年轻活泼的声音不一样,他的声音带着被岁月沉淀后的厚重感。

您为什么愿意参与迷马挑战?因为爱。他脱口而出,简单的一句话,却道出了三年来11万余人聚在一起完成迷马5公里的原因。

无论陌生或熟悉,他们为爱相聚,为爱奔跑,这是迷马所想要传递的精神。

### 马拉松是他的生活方式

我就只是一个跑步比较厉害的普通人啊。他手轻轻一摆,抬头笑着说道。再

他详细聊聊时,他掏出手机直接百度出自己的个人资料,一眼一板地念了起来。他叫林鑫,是湘潭大学公共管理学院2016级行政管理一班的学生,也是湘潭大学高水平田径运动队队员。

当林鑫在湘潭大学的迷马挑战现场,准备进行挑战时,他对笔者说:马拉松挑战自我,超越极限的体育精神体现得淋漓尽致,如今迷马逐渐成为大众运动并为众多高校所接受引进,今年湘大能举办迷你马拉松让我非常高兴,因为迷马既可以提高同学们的身体素质,又能将对公益活动和听障儿童的爱融入其中,在个人历练与公益奉献之间取得平衡,这真是一箭双雕的大好事儿!林鑫在这次迷马活动中,一如既往地将对跑步和挑战的热情带到挑战现场,将对体育的坚持和爱传递给更多挑战者。

6年前,林鑫开始进入体校学习,6年来,无论寒暑,他坚持每天跑20公里。在这6年里,他在跑步的路上不断摘金夺银。在2016太原国际马拉松半程赛中,他力克群雄以1小时07分的成绩喜获男子半程马拉松赛冠军,完成了他人生的大跨越。而且就在2016年9月25日,林鑫再创佳绩,在烟台国际马拉松半程赛中一举拿下了冠军。其实以林鑫的能力,是完全可以进入省队甚至是国家队的,但是他却拒绝了,我的目标不是进国家队啊,我的目标是考大学,然后顺利考研,我只想当一个业余的运动员。面对比赛,他似乎一直保持着一种云淡风轻的态度,并不刻意追逐名利,而是更享受跑步这个过程。

这位业余的运动员如一般体育生一样,白天训练,晚上上课。林鑫的同学透露道:他每天早训的时间比我们英语早读时间还早,每次看见他都是超认真训练的样子,感觉他整个人都沉浸在跑步中,我知道他很累的,但是他却一直给人一种轻松的感觉。即使是谈及训练受伤一事,林鑫依然是一副云淡风轻的样子,无所谓地嬉笑道:我受的伤可多了。他总是那样健康有活力,从不会轻易透露出自己的苦和累。

他的每一个脚步都浸透着汗水,每一次呼吸都饱含着对跑步的热爱,他就是林鑫,一个在跑步过程中追梦的业余马拉松运动员,一名将坚持做到极致的迷马人。

### 迷马,一名听障大学生的人生突破

蓝芳琳,湘潭大学历史系国际事务与国际关系专业的大四在读学生,听力检测左耳75分,右耳85分,听力检测图线条呈陡坡状,这些表示她或许可能听得到一些正常的说话声(要依靠唇语),但是听不到鸟叫、蝉鸣等高频类的声音,也很难有合适的助听器。

微卷的长发,精致的淡妆,格子裙子搭配小跟鞋,这样的蓝芳琳和参加迷马第一周挑战中出现的一身运动服、绑着马尾的她给人的感觉完全不同。采访中她一直对着笔者笑,说:你有什么问题随便问,我比较看得开!其实和她交流,简单直接才是最好的方法。

她从小就很强,也一直希望自己活得与健全人无异,大二以前都特别内向,不愿与人交流,后来我想这样不行,逼着自己去交流,大二的暑假还在广东的一家房地产做过外拓,必须与陌生人交流,那之后,我在与人交流方面跨出了很大一步。

她坦承即使足够积极乐观,也难免有伤心难过的时候。听力有问题在生活中总会有一些不方便的地方,和朋友聊天我有的时候会听不清楚,有时候对方会表露出不耐烦的表情。

蓝芳琳通过一位助听器店员,认识了湘潭的一位有同样听力障碍的姐姐(也参加了在湘潭大学的迷马挑战)和长沙市聋人协会的一群人,并相处得很快。其实这些我们联系得到的听障人士还是比较活跃的,他们的家庭条件一般比较好,在像我这么大的时候都被家里保护得很好,比较单纯,心态也被观察。

在之前的长沙市聋人朗诵比赛中蓝芳琳获得了第一名的好成绩,国家举办这类比赛的初衷也是想鼓励我们,但还是有很多人是不愿意站出来。听障人士失聪之后,即使发声自己也是听不到的,慢慢地即使有发声能力也不会再说话了。

湖南省聋人协会的主席这样对她说:你代表了新一代听障人士的一种精神状态,希望你以后可以参加更多活动,也能鼓励更多的人参加活动。

(张磊 贾美菊 黄子豪 纪佳文 于雯雯 王雅新 郭秀婷 副佳琪 张紫漾 赵冠南 官燕萍 张蒙)



扫描二维码, 打开属于我们的迷马故事