



梁国华

我很好，过得很幸福

12月9日下午，阳光正好。海曙天一阁月湖景区的一家茶楼里，客人来了一拨又一拨。

48岁的茶楼管理人梁国华正忙着给客人泡茶。谁也不会想到，眼前这个笑意盈盈的男子，曾是一名尿毒症晚期患者。

17年前，梁国华在穷途末路之时，把社会捐助给他的“救命钱”捐了出去，还登记捐献遗体，选择把生的希望留给别人。经《宁波晚报》报道后，爱心人士帮他筹集到换肾费用，助他成功进行肾脏移植。最终，他不仅战胜了疾病，也收获了爱情。

前些天，记者联系上梁国华，听说《宁波晚报》30周年要出一组特刊，还要采访他，梁国华很高兴。他说，他要感谢那些曾经帮助过他的宁波人，告诉大家，他现在很健康，生活也很幸福。

梁国华的老家在湖北的一个山区。2000年，和当地许多青年一样，他选择外出打工，来到宁波一家机械厂上班，一干就是5年。

2005年10月，病魔突然缠上了他，医生诊断其为慢性肾病终末期，也就是通常所说的尿毒症。

当时老家的医生告诉他，要么长期做血液透析，每次700元-800元，一周两次；要么换肾，准备100万元。在天文数字面前，梁国华选择做血液透析维持生命。2006年冬天，找工作到处碰壁的他开始在宁波东门口卖报，路人把他的情况发在网络上，希望好心人帮帮他。梁国华的故事经《宁波晚报》报道后，短短几天，他就收到了热心市民2万元捐款。

身体状况每况愈下后，梁国华选择了一种特殊的告别方式：他做出了捐献遗体的决定，并在宁波市抗癌健康基金会组织的一场慈善晚会上，毅然捐出“救命钱”！《宁波晚报》报道了他的义举，第二天，爱心从四面八方涌来。一个个素不相识的宁波热心人向他伸出了援助之手，助他重获新生。

“在我最无助最无力的时候，是晚报帮助了我，让大家知道我的处境，向我及时伸出了援手，给了我第二次生命。”梁国华动情地说。

如今，梁国华是宁波一家文化公司的员工，和妻子一起负责月湖一家茶楼的管理，有着一份稳定的收入。一家四口的生活，平淡琐碎却幸福，儿子在上高中，小女儿也成了一名初中生。除了需要每天服用抗排斥药物，以及每个月到医院复查一次，他的生活早已无异于常人。

梁国华没法直接报答当初给过他帮助的好心人，于是决定以当志愿者的方式去延续这份沉甸甸的大爱。10多年来，他一直坚定地走在做志愿者这条路上。记者在“WE志愿”APP上看到，他从事志愿服务的时间长达3894小时，“能帮就帮一点”。多年来，他的初心一直没有变：当年无数陌生人为他打伞，今后他也要做一个“打伞的人”。 记者 庞锦燕



梁国华爱心反哺的故事搬上银幕。

陈妤颀

我会继续努力

元旦来临之际，宁波“小飞人”陈妤颀跟随国家田径队完成了新一期冬训。从宁波市运动会到浙江省运动会，再到全国田径冠军赛、全国田径大奖赛、亚洲青年锦标赛……短短几年时间，这位“小孩姐”茁壮成长。“感谢晚报的特别关注，我会继续努力的。”陈妤颀说。

自2022年鄞州区中小学田径运动会女子百米决赛中，陈妤颀以11秒88的成绩“一骑绝尘”开始，这两年，她多次“跳级”参加全国成人比赛，并取得优异成绩。2024年11月，陈妤颀首次作为国家田径队冬训成员，在云南省昆明市海埂体育训练基地完成2024年冬训训练营。这是国家田径队进入新奥运周期的首次集训，宣告开启洛杉矶奥运周期备战工作。

运动员熟知的一句话叫作“冬训肯吃苦，开春猛如虎”——冬训期间可以通过基础有氧耐力训练、速度耐力训练、基础体能训练、针对体能弱项的专门训练、恢复性训练等多方面综合训练的结合，为来年更好地蓄力。

陈妤颀表示，自己已逐渐适应了国家队训练，在知识汲取、体能储备、伤病预防与恢复等方面收获颇丰，“希望通过冬训为今年参加比赛奠定坚实基础，希望今年举行的室内田径世锦赛、全运会上，自己成绩能进一步提高。”

2024年女子百米亚洲最好成绩，记在了陈妤颀名下：11秒29。她在2024年全国田径冠军赛暨全国田径大奖赛总决赛上，与梁小静、葛曼棋、韦永丽等国家队知名选手同场竞技时创造了这一优秀成绩。由此，陈妤颀被网友们昵称为“小孩姐”——“中国女子短跑史上最年轻的一姐”。

作为一名万众瞩目的田径新秀，陈妤颀自己心里有什么样的新成绩目标？

她表示，重在做好过程：“没有给自己设定特别多的成绩的定位。我还是想放宽心，去享受比赛过程。”

陈妤颀说，在国家队训练也进一步体会到了“人外有人，天外有天”的道理。“毕竟在宁波，在浙江，可能跟我差不多水平的人也就一两个，但是在国家队，大家都是顶尖的运动员，很多人都是比你更优秀的，所以我还是要向大家学习。”她说，几次参加国家队集训的过程中，大姐们也给了自己很多帮助，她们是自己的偶像和目标，“如果成绩能继续向大姐们靠近一点，我也是特别高兴，特别开心了。”

记者 戴斌 通讯员 郑俊之



关注陈妤颀的近况。



三十而丽