

从“唐宝宝”到特奥世界冠军

唐氏综合征患者李想凭借刻苦与坚韧跃上世界之巅,家人的陪伴改写命运预设

本报记者 牛益彤

去年12月,在广东中山,第九届全国特殊奥林匹克运动会轮滑项目300米决赛发令枪响的瞬间,22岁的李想如离弦之箭冲出去。进入最后一圈时,他紧盯前方,抓住弯道机会奋力加速,率先冲过终点线。当沉甸甸的金牌挂上脖颈,他转身奔向场边的母亲杨建英,紧紧抱着她,声音哽咽:“妈妈,我做到了。”

这句“做到了”的背后是22年与命运的角力。李想,一名唐氏综合征患者,人们口中的“唐宝宝”,如今已是拥有数十枚奖牌的特奥世界冠军。他的故事,始于2003年冬天上海一个普通家庭收到的那纸沉重的诊断书,如今他却在体操房、冰场、轮滑赛道上不断续写着传奇。

与命运的角力

当一张写着“唐氏综合征”的检测报告递到杨建英手中时,她怎么也不敢相信,两个月前还在襁褓中咿呀浅笑的孩子李想,会被贴上“特殊儿童”的标签。这是一种因第21号染色体多出一条导致的非遗传疾病。智能障碍、特殊面容、生长发育迟缓,这些冰冷的医学术语,瞬间击碎了家庭的原有的平静。

“我感觉五雷轰顶。”杨建英至今记得那一刻的绝望,她把自己关在房间里整整一个月,不愿面对现实。但母爱的本能终究战胜了消沉:“上天选了我做他的妈妈,一定是因为我足够优秀。我不能妥协,一定要把他培养好。”

夫妻俩给孩子起名“李想”,寓意“即便面对残酷的人生,依然能怀抱理想前行”。自此,一场与命运的较量开启。

“唐宝宝”的成长之路并不容易。从学会站立到清楚发音,每个普通孩子轻松掌握的技能,他都需要重复千百次才能勉强掌握。杨建英找来一块布,缝上大大小小的纽扣,让他反复练习系扣子,常常一练就是整个下午,指尖磨得发红也不停歇。为了不让李想被特殊对待,她将李想送入普通幼儿园和小学。

然而,唐氏综合征带来的逻辑和抽象思维障碍,让他在课堂上常常茫



李想(左)在第九届全国特殊奥林匹克运动会轮滑项目比赛中。

然无措。数学和英语课几乎无法跟上进度,有时还会遭遇旁人异样的目光。现实的困境让杨建英逐渐意识到,有时“不特殊对待”反而是一种无形的压力。一年级下学期,她决定将李想转入浦东新区辅读学校,一所特奥运动为特色的特殊教育学校。谁也没有想到,这个决定竟成为李想人生的重要转折点。

走向世界舞台

在辅读学校,李想意外找到属于自己的天地。

三年级时,体操教练偶然发现了她身体柔韧性好、体型匀称的特点。“体操专业性强,指令又复杂,我怕他听不懂,更怕他训练时受伤。”教练的邀请让杨建英犹豫,只打算试试看。试练一段时间后,杨建英与儿子进行了一次沟通:“现在还可以放弃,如果决定要练,就必须坚持到底,不能半途而废。”令她意外的是,李想的回答异常坚定:“我很喜欢,我要练下去。”

通往冠军的道路,从一开始就有常人难以想象的艰辛。唐氏综合征导致李想平衡能力差、肌张力低、理解能力弱,一个简单的体操动作,需要教练分解成无数个细小步骤,他再逐

个反复练习。训练枯燥而艰苦,李想的手因长时间抓握单杠,磨出一层又一层水泡,挑破后结痂,不久又被磨破,最终长出了厚厚的老茧。

杨建英悄悄做起“半个教练”。她自学体操动作,再将其拆解成通俗易懂的步骤教给李想,在家里的墙上挂起小白板,画上山坡图案,每学会一个分解动作,就给李想插上一面小红旗。这种直观的激励方式,让李想在枯燥的训练中找到动力。

命运的转折总在不经意间降临。一次,男子体操世界冠军李小鹏来到学校参观,李想鼓起勇气自告奋勇表演鞍马动作。虽然动作并不标准,甚至在李小鹏的帮助下才勉强完成,但这次与偶像的近距离接触,在他心中点燃了一把火。回到家,他拉着妈妈的手说:“我也想努力训练,参加世界比赛!”

2014年底,11岁的李想凭借不懈努力,成功入选中国特奥体操国家队。经过半年的集训,他代表中国出征2015年美国洛杉矶夏季特奥会。在颁奖台上,当广播里响起“Xiang Li from China!”时,这个12岁的少年不负众望,将体操项目的1金2银2铜收入囊中。他自豪地对杨建英说:“妈妈,我是一名真正的世界冠军!”

这枚金牌的竞技含金量或许并非

最高,但杨建英说:“它让李想建立起了一种信念,这份信念,将成为他未来人生中战胜困难的宝贵财富。”

伤痛与荣耀并存

特奥之路一旦开启,便展现出无限可能。在“北冰南展”的政策推动下,冬奥冠军杨扬在上海创办的冰上运动中心来到辅读学校选材,李想又踏上了速度滑冰的赛道。

对于平衡能力本就较差的“唐宝宝”而言,在冰面上保持平衡已是难事,更不要说高速滑行了。在最初的训练中,李想的脚踝被冰鞋磨破了,他却只是回家后轻声要求穿更长的袜子,默默忍受着疼痛,从未提过放弃。

在2017年奥地利冬季特奥会上,李想在短道速滑项目中斩获铜牌。一次强化训练时,他不慎摔倒,下巴被冰面划出一道长长的口子,鲜血直流。当教练把他抱下场地时,他说的第一句话却是:“不要告诉我妈妈,我怕她伤心。”杨建英得知后,既心酸又感动——运动不仅给了儿子强健的体魄,更教会了他爱与担当。

2019年阿布扎比夏季特奥会成为李想运动生涯的高光时刻。他不仅在体操项目中收获2金4银1铜的优异成绩,更在开幕式上与偶像李小鹏携手入



在父亲的指导下,李想进行日常训练。

场。李想偷偷准备了一张纸条,上面歪歪扭扭地写满了对偶像的崇拜,以及自己成为世界冠军的梦想,入场时悄悄塞到了李小鹏的手中。这份赤子之心,让这位奥运冠军深深感动,他亲自为李想戴上了金牌。

2025年,22岁的李想以队长的身份,带领上海特奥轮滑队出征第九届全国特奥会。这次比赛对他来说意义非凡——因年龄达到截止标准,他被归入22岁以上的成人组,需要与更有经验、更具实力的对手同场竞技。作为队里唯一已毕业离校的老队员,他还肩负着带领3名老队员和6名新队员的重任。

前所未有的压力扑面而来。在前几日的接力赛中,因队员犯规,到手的金牌被取消,这让李想备受打击。他对母亲坦言:“妈妈,队友们都拿到金牌了,我作为队长还没有,压力真的很大。”

300米决赛成为他最后的机会。教练制定的战术清晰明确:前两圈跟住对手,最后一圈寻找突破时机。发令枪响,李想冲了出去。第三圈来到那个熟悉的弯道——几天前他曾在此摔倒,错失金牌。这一次,他稳住重心,精准发力,成功超越,以一枚沉甸甸的金牌为比赛完美收官。

如今,李想家中的墙壁早已布满奖牌挂满:2015年洛杉矶夏季特奥会体操1

金2银2铜,2017年奥地利冬季特奥会速滑铜牌,2019年阿布扎比夏季特奥会体操2金4银1铜……这些闪耀的奖牌,记录着一个唐氏综合征患儿,如何用汗水与坚韧,将自己一步步托举到世界之巅。

“我命由我不由天”

2025年浦东新区“城市文明开放麦”的舞台上,聚光灯打在身穿哪吒服装的李想身上。当他一字一顿、清晰而响亮地喊出“我命由我不由天”时,台上的杨建英眼眶瞬间湿润。那一刻,她听见的不仅是一句台词,更是儿子22年与命运角力后长出的底气。

这份底气,也是这个家一点一点托举出来的。

母亲杨建英,是这场“命运之战”最执着的守护者。从拿到诊断书时的五雷轰顶,到擦干眼泪后的咬牙坚持,她用陪伴改写了命运的预设。杨建英记得儿子训练时磨破的每一层手茧,记得冰鞋磨破脚蹼时他强装镇定的模样,更记得每一次比赛前他因紧张而攥紧的拳头……除了陪伴训练,她还主动扛起更多责任,成为浦东新区智亲协会副主席、国际特奥会东亚区家庭领袖,把照顾李想的经验分享给更多特殊家庭,用自己的微光照亮更多同行者的路。

父亲李晖是家里沉默的后盾,虽不善言辞,却总能在关键时刻扛起重担,用踏实的付出为母子俩筑牢生活根基。还有弟弟李洋,从小便懂得呵护哥哥,陪伴与贴心问候,成了家里最柔软的点缀。

“把他当成普通孩子,坦诚沟通、耐心陪伴,不放弃任何一点希望。”这是杨建英坚守的信念。这份默契相伴的家庭力量,让李想在逆境中不断成长,在挑战中愈发坚韧,一步步走向属于自己的繁花。

如今,李想的光环早已超越赛场。他每周仍会回到学校进行花式曲棍球训练,但生活的重心已逐渐转向如何更好地融入社会。他在浦东新区张江镇阳光之家实习,学习“非遗手工”“手机维修”等简单的就业技能,还会利用周末时间去社区公益咖啡吧做兼职咖啡师,提供志愿服务。

对于未来,他有着清晰而坚定的理想:“我想成为一名体育助教,或者开一家茶室,把健康的生活方式带给更多人。”

TV 电视节目预告

1月18日 星期日

东方卫视

- 12:00 环球交叉点
- 12:40 连续剧:似锦(25-32)
- 18:00 东方新闻
- 19:00 新闻联播
- 19:31 剧场:轧戏
- 21:05 周播剧:狂飙(18-20)
- 23:09 连续剧:后浪(20-30)
- 新闻综合频道**
- 12:00 锚点
- 12:30 海外路路通
- 13:00 连续剧:霞光(20-23)
- 16:30 下一站
- 16:58 摩登厨房
- 17:29 新闻坊
- 18:30 新闻报道 新闻透视
- 观众中来 天气预报
- 19:15 爱上海
- 19:48 连续剧:觉醒(22、23)
- 21:30 新闻夜线
- 22:02 寻味
- 22:30 连续剧:霞光(20-23)
- 东方影视频道**
- 12:47 连续剧:忍冬艳蔷薇(15-17)
- 15:34 连续剧:烽火英雄传(37、38)

- 17:17 39集连续剧:飞虎队(1、2)
- 18:50 连续剧:战天狼(36-40)
- 23:25 电影:赤子威龙
- 五星体育**
- 11:00 直播:2025/2026赛季 NBA常规赛(湖人-开拓者)
- 13:30 直播:2026澳大利亚网球公开赛
- 17:00 五星精彩—弈棋要大牌 精彩牌局赏析
- 17:30 超G竞彩
- 18:00 弈棋要大牌
- 19:00 体育新闻
- 19:30 2025/2026赛季 NBA常规赛(湖人-开拓者)
- 20:25 2025世界一级方程式锦标赛 锦标赛(卡塔尔站大奖赛)
- 21:05 2025/2026雪盟职业联赛中国站自由式滑雪比赛集锦
- 22:00 弈棋要大牌—上海三打一
- 22:56 2024/2025年FIH女子曲棍球世界超级联赛(中国站)

- 23:51 2025第五届五星荣耀 青少年足球冠军赛
- 央视一套**
- 12:00 新闻30分
- 12:35 城市风华录
- 14:21 连续剧:六姊妹
- 18:20 寻味山海
- 19:00 新闻联播
- 19:38 焦点访谈
- 20:00 中国诗词大会
- 22:00 晚间新闻
- 22:35 山水间的家 0:15 专题节目
- 央视二套**
- 12:00 天下财经
- 13:00 八闽奇味
- 13:22 《冀味儿》第二季
- 13:50 欢乐大猜想
- 14:52 2025中国国宝大会
- 15:55 周末特供
- 16:23 宵夜江湖
- 17:16 《老广的味道》第九季
- 18:00 一槌定音
- 19:00 职场健康课
- 21:30 中国经济大讲堂
- 22:16 创新中国行
- 央视三套**
- 11:26 越战越勇
- 13:04 中国唱将
- 15:51 笑有新生

- 17:46 开门大吉
- 19:30 2026年开门红春晚
- 20:55 越战越勇
- 22:21 “艺”熠生辉
- 22:52 剧场:烟火人家
- 央视四套**
- 11:30 海峡两岸
- 13:05 剧场:飞哥战队
- 17:00 健康中国
- 18:00 环球综艺秀
- 19:30 中国舆论场
- 20:30 海峡两岸
- 21:30 今日关注
- 22:00 中国绿
- 23:29 剧场:塞上风云记
- 央视五套**
- 11:00 2025/2026赛季美国职业篮球联赛常规赛(湖人-开拓者)
- 13:55 2026年世界职业拳王争霸赛
- 15:30 2025/2026赛季单板滑雪世界杯瑞士莱克斯站U型场地
- 16:30 2025/2026赛季中国排球超级联赛 男子第10轮(上海光明-天津食品集团)
- 19:00 2025/2026赛季雪车

- 世界杯德国阿腾堡站 男子钢架雪车决赛
- 19:30 2025/2026赛季中国男子篮球职业联赛常规赛第16轮(上海久事-新疆伊力特)
- 21:45 2025/2026赛季斯诺克大师赛决赛第一阶段
- 23:15 2025/2026西班牙足球甲级联赛第20轮(马德里竞技-阿拉维斯)
- 央视六套**
- 10:25 故事片:铁道游击队
- 12:07 故事片:地道战
- 13:58 故事片:冰山上的来客
- 16:12 译制片:机组乘务员(俄罗斯)
- 18:23 故事片:火线之上
- 20:14 故事片:英雄本色
- 22:23 译制片:西部双雄(美国)
- 央视七套**
- 10:27 剧场:海魂
- 12:36 防务新观察
- 13:47 军营的味道
- 14:17 剧场:一代枭雄
- 16:47 老兵你好

- 17:53 讲武堂
- 19:33 军事报道
- 20:10 防务新观察
- 20:45 时光军史馆
- 21:53 剧场:浴血十四年
- 23:40 兵器面面观:环球兵器大事件
- 央视八套**
- 12:46 连续剧:以法之名(20-23)
- 16:35 连续剧:大生意人(11、12)
- 18:34 连续剧:奇迹(13、14)
- 19:30 连续剧:小城大事(17、18)
- 21:24 连续剧:人民的选择(16)
- 23:57 连续剧:扫毒风暴(12-17)
- 央视九套**
- 9:27 自然育儿记
- 14:30 野性马沙图
- 17:28 多彩秘鲁的生命画卷
- 19:27 灵渠
- 20:00 中国医生:急诊
- 21:00 地球生命演化传奇
- 22:04 大龟群岛的希望
- 23:38 考古者说
- 央视十套**
- 12:00 百家讲坛

- 12:49 《剧说历史》第一季
- 15:11 时尚科技秀
- 16:27 自然传奇
- 17:27 地理·中国
- 18:05 健康之路
- 19:32 自然传奇
- 20:32 探索·发现
- 21:20 读书
- 22:07 大千世界
- 央视十一套**
- 11:36 剧场:北上
- 13:17 一鸣惊人
- 14:36 京剧《霍小玉》
- 17:13 剧场:大侠霍元甲
- 19:00 典藏

- 19:30 黄梅戏电影《天仙配》
- 21:13 天下第一团:甬剧
- 21:43 剧场:蛮好的人生
- 央视十二套**
- 12:00 生命线
- 13:09 剧场:妈妈在等你
- 15:37 夕阳红
- 16:57 天网
- 17:29 方圆剧阵
- 18:20 热话
- 19:23 从心开始
- 20:07 方圆剧阵
- 21:01 道德观察

电视节目预告仅供参考 以电视台当天播出为准

解放日报分类广告

刊登内容

遗失声明	拍卖公告
注销公告	清算公告
减资公告	分立公告
吸收合并	房屋征收
产品宣传	各类启事

承接地址:威海路755号上报大厦27楼
联系电话:021-63510135
传真:021-52920283

文明餐饮 杜绝浪费

将光盘行动进行到底

解放日报文化传播中心