

今天 多云到阴 最高气温 18℃~20℃



三衢客户端

明天 多云到阴 部分地区有阵雨 最低气温 10℃~11℃

用乐观感染带动他人, 罗利胜说——

## 做一个快乐健身的“小巨人”

记者 徐佩文/摄

12月1日晚, 柯城区万田乡的柯城村播基地亮着灯, 4楼的“动感小巨人”工作室里, 罗利胜一边听着音乐, 一边为即将到来的残健融合创业创新大赛做准备。

工作室不大, 但布置得很温馨, 一台淡粉色的全框深蹲架和一台粉色的坐姿上斜推胸器占据工作室的一角。“这是猛男粉, 越粉越猛。”罗利胜笑着说。

## 拒绝无聊, 去折腾

27岁的罗利胜是万田乡人, 热爱健身, 目前是一名自媒体博主, 在短视频平台拥有8万多粉丝。与别人不同的是, 他的身高只有1.2米。“和别的残疾人相比我四肢健全, 可和健全人相比我又矮了一大截。有一张大人的脸, 一副孩子的身体。”在罗利胜自己的形容里, 他也很难定位自己。

从衢州中等专业学校毕业后, 罗利胜做过许多工作。第一份工作是学校帮忙找的, 在一家酒店做消控员, 负责在消控室里看监控。但他觉得这份工作太无聊, 只做了3个月就辞职了。之后他做过剧团演员, 也做过网店客服、运营等。

转折出现在2019年。那年年初, 罗利胜陪朋友去驾校报名, 在驾校门口看见了“残疾人驾校”几个字, 愣住了。和其他

男孩一样, 他从小就喜欢车, 长大后更向往开车, 可身体的缺陷让他从不敢奢望。当从教练口中得知自己也能开车时, 罗利胜异常激动。

之后就是报名、学驾、考试。2019年10月11日, 罗利胜将这个日期记得非常清楚, 他说那是他人生的转折点, 是堪比结婚的高光时刻。当天上午他考出了驾照, 下午提车。将车开回家, 父亲看着他说: “我这辈子都没开过车, 没想到你开上了。”罗利胜知道, 寡言的父亲将赞扬和自豪深藏在这句看似调侃的话里。

从此天高任鸟飞, 属于罗利胜的世界版图无限拓展, 年轻的心再也按捺不住。“我的人生不应该是一条短短几十年的直线, 一眼看到头, 我想要更多可能, 我得去折腾!”他说。

## 不要内耗, 去健身

工作室里的全框深蹲架和坐姿上斜推胸器是按照罗利胜的身高定制的, 镀锌方管、杠铃片, 甚至装了泥沙的塑料桶, 都成了这些器械的组成部分。

“这都是我自己做的, 陆陆续续花了3个多月时间。”罗利胜说。对着镜头做直播时, 他有时会利用这些大器械健身, 有时会拿着弹力带等健身工具解释使用方法。

其实在做“动感小巨人”之前, 罗利胜在新媒体赛道上尝试过两次, 拍情景类短视频。但那不是他想要输出的东西, 于是都没有坚持下去。2023年7月, 他成立了“动感小巨人”工作室, 开始展示自己自律向上的生活。

在直播时, 面对形形色色的人, 罗利胜会受到各种各样的语言攻击。“你这样

的我一脚一个。”“重开吧!”(“重开”在网络流行语中, 意为“重活”“重生”或“重新投胎”。“面对这些, 我从前会很生气, 当场反驳, 但越反驳对方反而越兴奋, 我会陷入内耗, 质疑自己。后来我改变策略了, 有人说‘一脚一个’, 我会说‘一脚多没意思啊, 多来几脚呗’。时间久了, 这样自我调侃的方式真的治愈了我自己。”罗利胜说。

从前的罗利胜出门时, 最怕遇到那些因为猎奇而一直尾随他, 盯着他看的人, 那些探究的目光让他无所适从, 陷入自卑。但如今, 成熟的罗利胜会和那些追着他看的人挥手打招呼, “怎么样, 帅吧? 要不要一起跑一段?”

“我们应该用自己正向乐观的行动, 去感染带动他人, 而不应该被别人的负面举动、语言牵着鼻子走。”罗利胜说。

## 不愿停留, 向未来

那年, 19岁的罗利胜待在狭小嘈杂的酒店消控室里, 面对一个个监控视频, 认真想过自己的未来。“当时的我仿佛看到了自己四五十岁的样子, 一个人待在消控室里, 后悔自己的青春就这样消磨过去。”

而如今, 为残健融合创业创新大赛做的PPT里, 关于未来设想, 罗利胜写了很

多。“我想拍摄更多自律向上的短视频, 大胆地展示自己, 挑战自己; 我想去户外接触更多人, 让形形色色的人给我的生活带来更多的精彩时刻。”罗利胜说, 他想把自己的短视频账号经营好, 让更多人看到他的努力和乐观, 鼓励那些身处迷茫的人, 奋起创造自己想要的生活。