

# 14年习武抗癌创造生命奇迹

如东小伙的励志故事感动众多病友

## ► 苦练武艺,比赛频频获奖

20世纪80年代,一部由李连杰主演的功夫电影《少林寺》红遍大江南北,也在儿时的朱季楠心中种下了一颗武术的种子。

尽管家境富裕,但为了圆心中的武侠梦,朱季楠在10岁那年背井离乡,前往1000公里外的嵩山少林寺武术学校拜师学艺。“我是家里最小的孩子,小时候一直是饭来张口、衣来伸手,但进入武

校后一切都变了,要自己打饭、洗衣服。”朱季楠回忆,当时父母不在身边,通信也不发达,他只能有苦往肚子里咽,并暗下决心:一定要苦练武术基本功,强健体魄!经过4年的刻苦训练,朱季楠的武艺渐入佳境,在各大武术比赛上也开始频频获奖:2003年,荣获登封市武术运动会散打52公斤冠军;2004年,荣获安徽省武术运动会散打60公斤亚军;

2005年荣获山东省武术运动会散打63公斤第4名……“获奖后我对练习武更有信心了。”凭借优异的成绩,18岁时,朱季楠留校任教,成为一名散打教练。

两年后,他回到家乡如东,在如东少年宫担任武术老师。2007年,他创办了如东第一家武术馆,立志要在家乡推广少林拳和散打,弘扬传统武术。

## ► 罹患两种癌症,依旧坚持梦想

就在日子顺风顺水时,病魔却向朱季楠悄然伸出了魔爪。2010年10月,一场长达21天的持续高烧、昏迷彻底击垮了朱季楠的健康,他被确诊为恶性淋巴癌。一年后,肿瘤出现转移,引发鼻咽癌。

在经历了几个疗程的化疗后,这个原本170斤的精神小伙一下子瘦了整整40斤,还出现了严重的手术后遗症——张嘴困难,不仅无法咀嚼进食,更无法正常发音,这意味着朱季楠无法继续开展武术教学,他的人生一下子从巅峰跌入低谷。

然而,朱季楠依旧没有放弃武术梦想。2020年,他在上海接受了

左下颌骨切割手术。“整个手术长达8个小时,风险很大,可谓死里逃生。”幸运的是,手术十分成功。术后,朱季楠的张嘴开合度显著提升,不仅解决了进食问题,也让他能够吐字发音,可以继续从事武术教学。

“因为生病,我的武馆被迫关停了4年。躺在病床上,我一直在想:不能这么颓废下去了,我要在有限的生命里传承光大中华武术,让更多孩子爱上这门国粹,健身健体。”于是,2014年7月,朱季楠的武馆重新开张,让他再次找到了生活的新起点。

朱季楠坦言,每当全身心投入给孩子们上武术课时,他就会忘记生活中的一切烦恼和身体上的病痛,“可以

说,武术治愈了我,传授武艺成了我生命中最宝贵的‘一米阳光’。”截至目前,他的武馆已培训学员超过3000人,其中包括2023东疆决青少年自由搏击大赛幼儿组和少儿组冠军;在南通市首届武术精英选拔赛上,武馆学员获得团体总分第二名。

业余时间,朱季楠积极开展“武术进校园”公益活动。如东县宾山小学还将朱季楠精心编排的武术操引进校园,作为素质教育的大胆尝试和创新,由1000多名师生共同表演的千人武术操成为一道独特的校园风景。此外,朱季楠还经常利用节假日,组织孩子们到敬老院开展武术慰问演出,传播爱心正能量。

## ► 习武抗癌,创造生命的奇迹

咬着牙,用尽全力发出声音,尽管听起来有些模糊不清,但台下的病友却爆发出热烈的掌声。这是不久前朱季楠在通大附院血液科患友会上分享练武抗癌经历时的感人一幕。

抗癌14年间,朱季楠经历了癌细胞的3次扩散转移,医院多次下发病危通知书,甚至几度住进ICU接受抢救。然而,凭着强烈的求生欲望和坚强意志,他每次都奇迹般地度过重重危险。

如今,年近不惑的朱季楠依旧生龙活虎地活跃在武馆,每天练拳、上课,用自己独有的方式创造了生命的奇迹。马步、劈掌、格挡、冲拳、踢腿……身着一身抢眼的红色运动

服,朱季楠的一招一式都铿锵有力,丝毫看不出他是一名恶性肿瘤患者。作为通大附院血液科的“明星”患者,朱季楠坚持练武抗癌的励志故事让不少病友都深受鼓舞。“谁说肿瘤患者就不能练武?武术精神中最重要的一点就是自强不息、决不放弃!尽管一场小小的感冒就可能让我送命,但只要我在世上一天,就要认认真真地过好一天,努力办好武馆,向更多人传播武术精神!”

受朱季楠的影响,14岁的女儿也是一名武术小高手。去年8月,在武林风全国青少年搏击公开赛中,她以出色的表现一举荣获冠军。“我爱人也在我的带动下爱上了练武,我们全家人清晨早起练拳,成为每天固定的‘打卡节

目’。”如今,身为如东武术协会副会长,朱季楠还利用视频号、抖音号等自媒体平台拍摄武术短视频,传播中华武术文化,吸引了不少网友点赞、关注。

情系武术,让朱季楠在罹患癌症后迎来了新生。“现在我的病情稳定,定期到医院复查。尽管每天靠流食为主,但依旧是武馆一线教练员,坚持每周上12节课。我坚信良好的心态,是抗癌最好的良方。”朱季楠坦言,他最大的心愿就是在家乡培养更多散打高手,让广大青少年在习武中练就坚强意志、提升抗压能力、增强自信心,也用自己的努力让更多肿瘤患者乐观面对病魔,绽放生命的别样光芒。

本报记者 冯启榕



武艺高超的朱季楠。

# 更俗 剧院

## 最新演出信息

宫崎骏动画《你想活出怎样的人生》

吴磊、蒋勤勤主演《草木人间》

丽贝卡·豪尔主演《哥斯拉大战金刚2:帝国崛起》

郭富城、蓝盈莹主演《来自汪星的你》

5月11日19:30——魅惑极限TODES俄罗斯托迪斯舞蹈团

6月1日15:30、19:30——木偶剧《白雪公主》

6月14日19:30——绅士之声“游吟诗人”男声重唱音乐会



扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668

## 福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

## 南通购彩者10元结缘双色球558万大奖

2月29日晚,双色球游戏第2024022期开奖,当期双色球红球号码为2、9、11、14、18、26,蓝球号码为6。

本期双色球全国一等奖中出27注,单注奖金为558万多元。江苏省的唯一一注一等奖花落通城。

据悉,该购彩者花费10元投注了5注号码,其中第一注号码与开奖号码完全吻合,成功拿下当期一等奖。该奖票出自南通市如东县掘港镇浅水湾大门西侧,编号为32060588

的站点,彩票销售时间为2月29日14时00分26秒。

3月1日下午,南通市福彩中心副主任顾永周一行来到中奖站点,给幸运站点送去了铜牌及4000元站点奖励。站点机主严女士表示,自2010年3月投注站开设以来共收获一等奖2个、二等奖3个,可谓是捷报频传、喜讯连连。

下期,彩民朋友们依然有机会2元中得千万大奖,让我们一起期待更多的惊喜诞生吧!

福彩双色球 2元可中1000万

(广告)