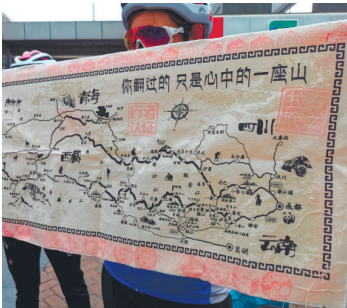


母女21天2160公里穿越川藏线

用骑行追寻“诗和远方”，成就最好的自己



▲盖满印章的旗帜。
▼吴亚丽和母亲在一起。

从身患抑郁症差点想轻生自尽,到勇敢地走出人生的阴影,再到激发潜能不断挑战自己,今年35岁的如皋女子吴亚丽,用自己的行动证明了一个颠扑不破的真理:心中有梦,脚下有路,任何人都可以成为最好的自己。

爱上骑行生命重新焕发光彩

今年35岁的吴亚丽,是如皋市如城街道福星新村的一名普通女子。

很少有人想到,如今脸上时常挂着笑容、开朗自信的吴亚丽,8年前,还是一名重度抑郁症患者。

“那段时间,我感到自己的生活天昏地暗,人生也暗淡无光,做什么也没有意义。好几次,我都差一点轻生自尽。”7月6日,向本报记者说起如烟往事,吴亚丽依然心潮难平。

吴亚丽所处的,是和千千万万普通中国人一样的一个平凡家庭。父亲吴迪红今年57岁,是一名锁匠;母亲张建美今年55岁,从原如皋市印花厂退休。中专毕业的吴亚丽女承父业,在新村楼下租了一间店面从事配钥匙开锁业务,膝下有一个12岁的女儿。

“幸福的家庭都是相似的,不幸的家庭各有各的不幸。”因为婚姻破裂,吴亚丽不幸患上了抑郁症。所幸,在亲朋好友全力帮助下,吴亚丽没有被重度抑郁症打倒……

更大的一个转机,出现在2015年。那一年,吴亚丽经一个闺蜜介绍,成了如皋市自行车运动协会的一员。此后,她在安徽、上海、苏州、扬州等地参加赛事,拿到了不同等级的奖项。

更让吴亚丽开心的是,在她的带动下,母亲张建美也加入了如皋市自行车运动协会;一家人的生活,因为爱上自行车运动而变得五光十色、丰富多彩起来……

母女克服艰险书写人生传奇

吴亚丽是个孝顺女儿,每逢母亲过生日,她都会以一种特殊的方式,为母亲庆贺生日。

今年,张建美第55个生日要到了,吴亚丽突发奇想:作为自行车骑行爱好者,美丽壮观、刺激惊险的川藏线,是永远的诱惑!要不,就带着母亲,一起骑行穿越川藏线?

没想到,吴亚丽这个看似疯狂和大胆的想法,得到母亲张建美的积极响应。显然,这样的经历,一辈子都会忘不了!

母女俩达成一致后,她们立即将骑行所需的山地车,直接从如皋寄出出发地成都的服务点。5月12日,母女俩飞赴成都,吴亚丽先陪着母亲在九寨沟等地玩了三天,而后,于5月17日“我要骑”这天,于早上7时许正式展开骑行,向着目的地西藏拉萨进发……

沿川藏线进藏,必须翻高山、跨急流,路途艰辛且多危险,远山雪峰突兀,阳光映照下,无数银光在蓝天下闪烁;接近峡谷处,山峦起伏跌宕,纵横交错,林海茫茫。从启程那一刻起便开始演绎一生难忘的美丽……是一条不折不扣的探险爱好者膜拜之路。

“最刺激、最惊险的,是在我和母亲翻越折多山的途中,”吴亚丽告诉记者,“折多山位于四川省甘孜州境内,海拔4298米,是康巴第一关。没想到,母亲没出问题我先出了问题。当时,下着雨,我产生了严重的高原反应,脸色煞白、呼吸困难,有一种被人扼住脖子要窒息的感觉。幸亏半山腰有个服务区,喝了一些酥油茶休息一会儿后,情况有所好转……”

穿越之举让母女俩感悟人生

每个人的心中,都有“诗和远方”。然而,追寻诗和远方的过程中,怎么可能都是风和日丽、一马平川呢?

“最累的一天,我一天翻越了四座山,经历了三场山间大雾,遭遇了四场大雨,一天之内经历了春夏秋冬四季,”吴亚丽说,“路上所见不同景观的那种瑰丽和雄奇,让我和母亲认识到大自然不可言喻的伟力。”

一路上,意外状况不时出现。所骑的山地车出现故障半途“抛锚”,吴亚丽就在风雨之中自己动手修理;路况也有意料不到的陡峭和崎岖,整个骑行过程中,山地车在不停地爬坡和下坡,惊险而刺激。

吴亚丽留心做了个统计,在骑行过程中,整个川藏线沿途共有13座有名字的高山,不知名的山,数量就更多了;更让人惊叹的是,骑行经过的每座山,海拔高度都在4000米以上……“特别是“天路十八弯”,更让事后回望的吴亚丽和她的母亲张建美心有余悸。

从成都骑行出发,一路晓行夜宿、风雨无阻,吴亚丽和母亲张建美用了整整21天的时间,骑行2160公里,最终成功抵达目的地西藏拉萨,完成了骑行川藏线的挑战……吴亚丽出发前,携带的一面自行车运动协会的旗帜上,已盖满印章。这些印章,是她和母亲骑行川藏线的见证。

“人活这一辈子,没有做不到的,只有不想做的,”结束采访时,吴亚丽对记者感慨地说,“通过穿越川藏线,我和母亲最大的感受就是:好好做人,做一个对社会有用的人!”本报记者周朝晖 本报实习生葛佳明 本报通讯员徐曼

笔绘文化衫 秀出我风采

晚报讯 7月6日中午,江苏城市职业学院(南通校区)外环校区的室外大厅人头攒动、热闹非凡,一场以“花young青春年华尽show个性风采”为主题的文化衫设计走秀大赛正在这里火热进行。

活动中,36名学生穿着一件件亮丽而不失个性的创意T恤,展示着自己独有的自信飘逸,赢得阵阵喝彩。记者了解到,活动吸引了不少同学报名参加,他们纷纷拿起画笔,设计出了一件件富有个性的文化衫,并在设计中融入了对食品安全、无烟校园、疫情防控、心理健康、异性交往等健康生活理念的思考。

活动组织方介绍说,举办此次活动,旨在调动学生的动脑动手能力和创新思维,充分展示了学生良好的绘画技能,培养他们自我展现的意识与自信,真正做到了“让健康理念深入人心,让健康行为走进生活”。

今年5月以来,江苏城市职



文化衫设计走秀大赛现场。王全立 业学院(南通校区)结合疫情防控举行了以“健康生活、快乐成长”为主题的健康月系列活动,通过黑板报比赛、健康知识竞赛、电影观后感评比、专家讲座等形式引导学生树立正确的健康观念。

通讯员夏明珠 记者王全立



7月5日,通州区兴仁镇太阳殿村邀请医务工作者为村民们讲解新冠肺炎防控知识、口罩佩戴方法,并开展健康知识有奖抢答、为村民进行义诊,全力打造“健康太阳殿,快乐每一天”主题活动。

季永健

学子踢毽子 全国摘桂冠

晚报讯 近日,在“全民战疫·健康你我”全国青少年踢毽子网络挑战赛上传来好消息,我市如皋磨头镇磨头小学丁沈玉和阮俊杰两位同学获得该项全国赛事磕踢和拐踢全国第一名。

据了解,磨头小学一直致力打造学校毽球精品特色。此次比赛,该校共派出14名同学参赛,获得两个全国第一名、两个全国第二名,十人获各项赛事的全国前十六名。

记者沈樑

吉缘中介 孩儿巷南路62-副2号 85584821 13057087809 友谊公寓11/13 3/2 145.69㎡ 精装 汽车位另算 362.8万 佳成花苑5/6 2/2 95㎡ 精装 车库13.7㎡ 178万 健康公寓6/6 楼中楼 19㎡/108㎡ 楼上实用面积70㎡中装 车库10.5㎡ 328万 姚港路22号3/6 3/阳 125㎡ 车库15㎡中装 170万 外滩花苑2/16 3/1 115㎡车库17.4㎡ 阳光好 198万 万濠华府19/19 3/1 157㎡大花园 地暖 豪装 410万 黎明花园2/4 3/阳 134㎡ 精装 南汽车库 220万	久和中介 莘园路市级机关第二幼儿园东侧 85113759 13962944561 锦安花园 3/6 120㎡ 3-2 精装 有33㎡车库 228万 外滩北苑 6/6 70㎡/107㎡ 精装 车库14㎡ 158万 城港新村 5/6 75㎡ 2.5-1 清爽装修 98万 光明南村 4/6 70㎡ 2-1 简单清爽 148万 城港新村 5/6 59.7㎡ 毛坯 69.8万 易家桥新村 1/6 91㎡ 3-1 精装 靠地铁口 158万 虹桥新苑 1/4 115㎡ 3-1 中装 车库18㎡ 169.8万	银河中介 城港路小南庄向南60米北园新村13幢18号店面房 13862968413 15950810928 未来锦城10/18层2室2厅84㎡精装[送9㎡] 180万 新桥新村1/5层42.4㎡毛坯建2间[可以开店] 70.8万 新龙花苑3/6层3室阳光厅2卫中档装潢134㎡车库8㎡198.8万 鑫乾花园1/6层3室L厅1卫130㎡精装南车库30㎡ 300万 新桥新村车库店面房21.68㎡[有卫生间] 38.8万急售 中海铂悦府7/8层210㎡纯毛坯 700万[车位另算] 永和佳苑6/6层52/98㎡品牌精装南车库9㎡ 180万 银花苑5/6层2室一厅69.5㎡精装大厨房 239.8万	天安中介 江景苑菜市场南门 85595336 13390945336 苏建花园城16/16楼中楼 143㎡+138㎡汽车库28㎡ 车库15㎡豪装 318万 亚太苑大厦6/ 办公楼 778㎡出租35元/㎡ 28000元/月 濠东路51号 5/6 二室一厅 68㎡ 中装 有钥匙 150万 第九园单体别墅 1-3/3单体别墅 547.8㎡地下 毛坯 有电梯 799万 玉山家园 4/5 二室半一厅90㎡车库12㎡ 毛坯 165万 虹桥新西村6/6 楼中楼 81㎡+55㎡ 车库8㎡ 中装 第一排 景观房 140万 虹桥东村 5/5 二室半一厅71.8㎡ 简装 89万	顺和房产 中南世纪城5号楼101 18662825769 中南世纪花城 137.37㎡ 全天采光 双阳台 三开间朝南 诚售 320万 金鹰尚府 118㎡ 小区前排 视野一览无余 中创区中心地段 375万 世茂公园 131㎡ 洋房 南北通透 楼层好 采光好 275万 德诚翰景园 88.9㎡ 稀缺户型 南北通透 楼层好 采光好 185万 雅居乐 99㎡ 中上层开发商精装修 随时看房 诚售 178万 世茂新界 121.3㎡ 全产权车位 性价比 204万 时代悦城 114㎡ 开发商精装 上房急售 276万 中南世纪花城 135㎡ 豪华品牌精装 直降38万 家具家电全留 302万 炜赋花苑 128㎡ 全天采光 南北通透 诚心出售 看房方便 228万 橡树湾 129㎡ 黄金楼层 采光好 两房朝南 正常首付 223万 碧桂园 128㎡ 精装3房 东首户 全新装修 正常首付 235万 天虹花园 100.79㎡ 两房朝南 满5唯一 诚售 看房随时 199.8万 绿地新都会 138㎡ 楼层好采光好视野佳 两房朝南 一房朝北 320万 骏和梧桐湾 133㎡ 毛坯 全天采光 南北通透 带车库 性价比 275万 景河苑 79㎡ 精装未住人 全天采光 南北通透 诚心出售 看房方便 162万
天苑中介 文峰路15号文峰桥北首 15862825879 万濠世家高层/电梯 建163㎡+产权车位 精装 475万 金鼎湾中上层/电梯 建185㎡+汽车位 精装 470万 无大税 新城小区4/电梯 建149㎡+车库+车位 精装 445万 二附 启秀学区学区房:濠南君邑10/13楼 建58.09㎡ 精装 240万 净个税 城中三二二附学区房:东苑小区1车库 建73㎡ 220万 净有大税 虹东花苑11/12楼 建95.5㎡ 毛坯 202万 低价急售:学田南路5/6楼 建135㎡+7㎡车库 精装 188万	家乐中介 物价大楼一楼北侧(钟楼广场东侧) 18912270383 13057019586 白家圈(二附、启秀学区) 4/6 2/1 62㎡ 装潢 空学位 255万 中南世纪花城(一期)(一附+中学区) 5/电 4/阳光厅 153㎡ +车位 空学位 388万 郭里园新村(学区房) 7/7 2.5/1 77㎡ 装潢 位置佳 152万 城市之光 14/电 4/2/2 142㎡ 精装装潢 350万 时代悦城 9/电 3/阳光厅/2 142㎡ 有车位 新还房 350万 城山悦湾楼 3/6/电2/阳光厅 100㎡ 有车位 新还房 338万 学士府 2/电 3/1 123㎡+11㎡车库 220万 健康公寓车库 31.3㎡ 26.8万	梦路中介 城南小学对面 15962750368 15950810021 中南大厦4/电 877㎡ 精装 办公用房 678万 光明东村1/车 3-2-2 134㎡ 车15㎡ 精装 启秀空学位 226万 光明东村5/车 3-2-1 119㎡ 车22㎡(南)装修 启秀空学位 198万 光明东村5/7 3-1-1 79㎡ 简装 启秀空学位 136万 光明东村4/7 1-1 48㎡ 精装 启秀空学位 100万(净) 亚太苑5/电 125㎡ 车15.5㎡ 简装 三中空学位 309万 颐景苑10/电 115.2㎡ 车14㎡ 毛坯 朝晖一附 启秀学区 259.8万	无忧谷房产 中天福邸3幢103号 15052476058 85532728 银花苑 普装 74.2㎡ 268万 北濠桥东村 普装 85.9㎡ 168.8万 八仙花苑 精装 137㎡ 310万 银花苑 普装 98㎡ 300万 德民花苑 普装 86㎡ 158万 中南世纪花城(一期) 精装 101.9㎡ 260万 莲花苑 精装 204㎡ 242万 更多信息关注公众号:wuyougu888	买房卖房 顺和帮忙