

“国际残疾人日”特别报道



童年的一次意外，让王建海失去了双臂。身体上的限制无法阻挡乐观勇敢的王建海，从业25年，他用双脚修好了8万多块手表，其中不乏上百万元的名表。如今，从农村走出来的王建海在北京有自己的工作室，他的事迹还被拍成了电影。王建海的故事不仅是他个人的奋斗史，更是对坚持和勇气的生动诠释。

文/片 记者 袁野
见习记者 郭辰昊

儿时顽皮导致失去双臂

今年45岁的王建海老家在河北，说起自己四岁发生的那场事故，他很开朗地笑了出来。“当时我去村里的一个工厂玩，小孩也不懂事，看着变压器里的电磁珠好看，就伸手去摸了。”年幼的王建海刚上手，变压器就发出一声巨响，一个火球将他打倒在地。

“当时几乎和死人一样了。”被送去医院的王建海经抢救捡回一条命，但他也失去了双臂。

王建海的头上有很多疤痕，他失去双臂后，也失去了平衡，他开始经常摔倒。幼年的王建海，看着每日以泪洗面的父母，他一度陷入颓废，但他心里觉得自己的胳膊能再长出来。

王建海遇到的第一个问题是吃饭，他不想靠别人喂，他想自己吃。王建海开始用脚拿着勺子吃饭，经常是吃一半撒一半，他也不气馁，就反复地练习，一直练到再也不撒饭了。

“8岁那年有一次去吃席，我坐小孩那桌。桌上没有勺子，也没人给我喂饭，我只好用脚拿筷子挑着菜吃。这事很难，但生活就是这样，不想饿肚子，就只能逼自己一把。”王建海说。

经过反复地练习，王建海学会用脚洗衣服，也可以做一些简单的饭菜，他也慢慢接受了自己双臂无法再长出来的事实。“上学时，我们老师也不错，鼓励我用嘴咬着笔写字，但我咬的时间长了，容易流口水，感觉很脏。”王建海在家里开始学习用脚削铅笔、磨小刀，他最喜欢的是拆东西，“家里有坏

从业二十五年修过八万多块表，无臂修表师的奋斗故事被拍成电影
没了双臂还有脚 用脚竟能修手表



王建海正在用脚修手表。

了的收音机，我就喜欢拆开看看，拆开了我还能再给装回去。”

12岁的时候，王建海开始考虑自己的将来，他想开过小商店，但他自己无法上货，即使店开起来了还是要依赖父母。“通过拆解各种小家电，我发现自己喜欢这些机械类的东西。”王建海喜欢在村里四处看，他一边看一边学，“后来我还学会了修自行车。”

不肯服输，用脚学习修表

16岁那年，王建海的弟弟从外面捡回一块坏手表，王建海用剪刀把手表拆开，然后再装好。“我没事就反复拆解这块表，别人有不要的坏表给了我，我就开始研究。”之后村里来了一个修表师傅，王建海一打听，得知修表每天能赚几十元，他心动了，“我给手表换个电池，弄点简单的工作，一天赚十块钱就够我生活的了。”

想成为修表师的王建海开始四处打听，最终他得知张家口有一位技术不错的修表师傅。“我托人给师傅送信拜师，但师傅得知我没有胳膊后，拒绝了。师傅都没见过我，怎么就不能收我？”王建海拿了四十块钱，独自坐上火车，去到了师傅的店里。

寒冷的冬天，白天王建海就趴在窗户外看师傅工作，因为钱不多，晚上他就去车站凑合一宿。“坚持了一周后，师傅让我进了屋，但我一直

也没有一个好的机会来展现自己的能力。”师傅认为，修表是个精细活，双手健全的人都不一定能胜任这个工作，失去双臂的王建海用脚怎么能行？

最终，机会还是来了。“有一天师傅想抽烟，但找不到打火机。我迅速将袜子里的打火机用脚拿出来，给师傅点了烟。”师傅有些惊讶，然后拿出一块手表给王建海，然后王建海将手表拆开又装了回去，“师傅看了后觉得我行，于是就先让我做一些换电池之类的工作。”

手表的零件微小，构造复杂，学习没有捷径，王建海只能苦练。在极端条件下，王建海的潜力被激发了出来，他学习半年后，就已经出徒了。

学了一身本事的王建海回到了家乡开了自己的修表店。“大家都没想到，没有双臂的我，用脚能把他们的手表修好。”王建海的技术收获了家乡客户的认可，但村里的客户少，他决定“北漂”。

励志故事拍成电影

2000年，王建海的修表摊在团结湖花鸟市场开了起来。“刚开始大家不相信我的能力。当我修好一块又一块后，大家口口相传，找我修表的人越来越多。”王建海记得有一个客户先拿给他一块表让他修，王建海修好了，于是客户又拿了第二块，王建海又修好了，“最后这个客户拿

出一块名表，问我敢不敢修，我还是给他修好了，就这样他服了我，我们成了好朋友。”

王建海用精湛的技艺和真诚赢得了好口碑，工作再忙他也没忘了学习，他考取了北京市钟表维修行业资格证书。“后来就有很多人知道了我的事情，其中有一个导演组的工作人员找到了我，我和他说了自己的故事。”之后，王建海的事迹被改成了电影剧本，他主演了励志电影《表壳里的葵花》。

几年时间里，王建海在集市上摆过摊，也进过商场开修表店。现在他的“大脚无臂修名表”店开在了北京丰台区南三环东路紫芳园。“我从业25年了，算起来应该修过8万多块手表了，像是300多万元的理查德米勒，还有130万元的百达翡丽等上百万元的名表我也经常修。”王建海的工作台上有数十种工具，五六斤重的设备，他用脚很轻松地就能拿起来，他用脚拿着镊子能夹起直径几毫米的零件，然后准确无误地安装到表上，“修表没有什么窍门，就是胆大心细，还有就是多钻研，多练习。”

王建海现在将自己修表的过程拍下来做成小视频在网上和大家分享。“我想让大家关注到残疾人。”王建海说，他以自身的故事告诉其他残疾人朋友，千万不要自暴自弃，“不要对生活不满，能干什么就干什么，幸福都是自己一步一步走出来的”。

双手撑拐杖能做“倒挂金钩”

何忆义被称为“独腿球王”，卡卡亲自为他颁奖

记者 岳致呈
见习记者 胡玲玲

一条腿还能踢球？没错，不仅能踢，还能做“倒挂金钩”这样的高难度动作。在“国际残疾人日”到来之际，我们来一起认识一下“独腿球王”何忆义。

11月26日，2023世界超级球星足球赛在武汉举行，替补上场仅10分钟的何忆义用两根拐杖和一条腿补射进球，帮助美洲队将比分扳成5:5平，将比赛拖入了点球大战。

进球后，全场观众齐声高喊何忆义的名字，他想给观众敬个礼，一转身，队友卡卡已经主动跑向自己，乔瓦尼、耶佩斯、科尔多瓦等球员第一时间跑过来拥抱了何忆义。

赛后，卡卡向何忆义三次招手，让他走上颁奖场地，和众多球星在金色纸雨和观众们的掌声中捧起奖杯，并亲手为何忆义戴上自己的奖牌。



被誉为“独腿球王”的何忆义，1996年出生于广东汕尾，从5岁时开始踢足球，读小学时他还组建了一支名为“神奇小子”的足球队。凭借着在球场上跑动速度快且进球多，后来被深圳某足球俱乐部选拔为梯队球员，开始接受专业系统的足球训练。

12岁的何忆义，迎来了运动生涯的重要机遇。因为足球天赋和速

度优势，他被一名法国球探看中，邀请他到国外参加为期十年的海外深造。职业球员梦想的故事才写了个开头，命运却无情地给他按下了终止键。

回汕尾老家办理护照时，何忆义在母校踢了一场球，在冲撞中左腿不慎受伤，那一次摔倒之后，何忆义就再也没有办法双脚站立。

经医院检查，何忆义被确诊左腿患有恶性肿瘤，经过12次化疗，不得不面对只能截肢的选择。“截肢意味着足球梦可能破灭，但只要活下去就还有追梦的机会”，在经过反复的思想斗争后，何忆义只得选择接受现实。

出院回家后，何忆义仍尝试拄着拐杖单腿踢球。但一次他尝试踢球时身体左侧摔倒在地，导致愈合的伤口破裂，回到医院进行了第二

次截肢手术。不久后因伤口发炎，他又接受了第三次截肢手术，此后又进行了三次肌肉切割手术。

“经过多次手术，爸妈坚决反对我再碰足球，他们担心我不小心再摔坏右腿，这辈子就彻底完了。”何忆义为了不让家人担心，决定先通过游泳、爬山等运动让自己的身体逐步恢复，然后再慢慢摸索怎样拄着拐杖踢球。

经过近3年的恢复锻炼，何忆义的身体状况逐渐好转，还因出色的运动能力被广东省残联田径队选中。2021年，在西安举办的全国第十一届残运会上，他通过跳高、跳远项目摘下两枚银牌。

为了找回球感，他花了8个月时间练习单腿颠球；为了身体平衡，他反复进行上肢力量训练；为了带球跑动，他用坏了60多副拐

杖。何忆义说，“两条腿变一条腿，一条腿变‘三条腿’，只要能踢球，我愿意付出一切。”

经过无数次尝试，何忆义逐渐掌握了拄拐踢球的方法，能够在球场上快速奔跑、熟练运球、精准射门，面对高抛球，他可以双手撑在拐杖上，身体迅速腾起，完成一记漂亮的“倒挂金钩”。

足球已经成为何忆义身体的一部分，他很庆幸自己始终没有放弃足球。现在，他经常辗转于广州、深圳、佛山等地踢球，一家他常去训练球场的老板袁先生告诉记者，何忆义经常和自己的伙伴前来练球，一练就是一两个小时，训练很刻苦，也是他开球场多年以来，看到的唯一一位拄着双拐前来踢球的人。在袁先生看来，足球已经成为了何忆义的“主业”，他的足球能力“没的说”，确实与专业球队训练过的能力相匹配，“速度快，射门力量大”。