



PARIS 2024
2024
巴黎奥运会特刊

Allez
巴黎



2024年8月9日 星期五
本版编辑 李家杉

A4

中国力量 一“发”不可收拾

李发彬

三年前的东京，李发彬一招“金鸡独立”，技惊四座的同时，拿到了自己的首枚奥运金牌。如今在巴黎奥运会，顶着上届冠军头衔而来的李发彬，尽管没有再现自己的经典动作，但仍以绝对优势摘得举重男子61公斤级项目金牌，为中国举重队赢得开门红！

本版撰稿
本报记者 薛思佳



如果有惊无险来形容李发彬的夺冠旅程，那侯志慧的摘金之路足以用惊心动魄来形容。

同为东京奥运会的冠军，侯志慧在总成绩落后6公斤的情况下，最后一把挺举举起117公斤，打破奥运会纪录的同时，以总成绩206公斤完成绝地逆转，摘得举重女子49公斤级项目金牌，“让大家熬着夜还玩心跳，对不住，磕一个。”侯志慧赛后在自己的社交媒体上写道。

侯志慧

惊天逆转不是偶然的

出生于1997年的侯志慧，因为天生活泼好动，从小就被称作“小猴子”，这一外号也陪伴她至今。2009年，侯志慧被桂阳体校举重队教练李志平选中，就此开启了自己的举重运动员生涯。从12岁开始练举重，侯志慧用不到八年的时间一步步从业余体校成为了国家队的一员。

看似一帆风顺的侯志慧，在2016年遭遇了职业生涯的一次重大打击。在距离里约奥运会开幕不到五天的情况下，中国女子举重队决定临阵换人，由75公斤以上级选手孟苏平替换48公斤级选手侯志慧出战，理由是侯志慧遭遇了膝盖伤势的影响。在得知落选的消息之后，侯志慧哭成了一个泪人，“我不喜欢在别人面前哭，但真的

憋不住了，泪水不停地流，我的心情是崩溃的。”

功夫不负有心人，经过了五年的等待，侯志慧得以在东京奥运会的赛场上弥补了在里约留下的遗憾，站上了最高领奖台，“当你拿到金牌的时候就是如释重负，就感觉一切都值了。以前我会疑惑为什么大家拿了冠军都会哭，但确实我自己上去之后眼泪也掉下来了。”

巴黎奥运会，已经是27岁的侯志慧第三次参加完整的奥运备战周期，“第一届的时候很向往奥运会，一切都很憧憬。第二次的话因为第一次的错过，信念感特别足，就必须拿下这块金牌。这一次的话就会很期待，期待自己会有一个怎样的发挥，能不能在这个年纪继续去突破自己。”

新伤旧痛，每次翻杠铃都钻心地疼

巴黎奥运会是李发彬第二次征战奥运会，经验丰富了，岁数也上去了，伤病也更多了，尤其是膝关节的骨挫伤，让他每次翻起杠铃的时候，都必须用意念去化解钻心的疼痛，“备战过程中肯定会面对比较多的困难，包括身体和思想精神上的疲惫。但是在这种高压下，我觉得自己应该

能扛过去，也坚信能扛过去。因为我们中国举重队现在面临的形势是比较严峻，那我作为一个老将，也想去扛起这面大旗。”

巴黎奥运周期内，国际举联对参赛规则进行了调整，每位运动员都必须参加五站资格赛，而且只有每个代表团积分排名第一的运动员才有资格

参加奥运会。面对连续的高强度作战，以及膝伤的困扰，李发彬都坚持了下来，“其实没有一条成功的路途是一帆风顺的，练举重20年出头的生涯也是起起伏伏的，也习惯了这种跌宕起伏的状态。有时候咬咬牙顶过去，又是另一番天地。”

今年4月份进行的举重世界杯上，李发彬打破了由自己保持的抓举世界纪录，并且顺利地拿到了巴黎奥运会的门票，但因为挺举的成绩不佳，让他一点都开心不起来，甚至有些感到自责，“总之没有把赛场的拼搏精神表现出来。因为赛场上瞬息万变，我们在努力的同时，别人也在努力，也是不可小觑的，还是要努力做到万无一失。”

从世界杯到世锦赛，再到奥运会，包括亚运会、全运会，李发彬已经实现了举重项目的大满贯，但他依旧表示不满足、不知足，“我还想要再拿一届奥运冠军，想要取得更好、更高水平的成绩。”



李发彬的锁骨被杠铃磨破了

“表现不满意，使不出劲儿”

再度踏上奥运赛场，志在实现卫冕的李发彬，在抓举比赛中，首把便成功举起了137公斤，第三把更是成功举起143公斤，创造了新的抓举奥运会纪录，带着领先第二名8公斤的成绩进入挺举比赛。

尽管在挺举比赛中李发彬仅成功举起了167公斤，但凭借着在抓举比赛中建立起的优势，这位31岁的老将如愿将金牌收入囊中，“挺举不够完美，又跌了一跤。降体重损耗比较大，加上已经31岁了。挺举第一把在候场活动完，等待时间太久，身体有点凉了，动作有点生疏了。举重对技术动作要求很高，不是光有力气就可以举起来。”李发彬赛后坦言对自己在挺举比赛中的表现不太满意，“后面确实很难，不像年轻的时候，拼的时候能够使得出劲。”

回首自己的两次奥运会经历，李

发彬表示第一次参加奥运会的时候迫不及待想要展示自己，但这一次自己更加享受整个过程。

值得一提的是，据李发彬透露，自己曾经把巴黎奥运会当做自己的谢幕演出，但在看到与自己同台竞技的奥运会五朝元老、印尼35岁老将伊拉万之后，自己的退役念头也随之被打消了，“我特别佩服他，35岁了还能够在奥运会的赛场上拼搏。这就是奥运精神最好的诠释。我需要向他学习，也许我也能做到继续坚持下去。”

让李发彬另一个重新考虑退役决定的，是奥运会的现场氛围。举重项目首个比赛日现场，南巴黎竞技场就座无虚席，不少中国观众更是到场为李发彬加油呐喊，这让他感到颇为感动，“这次奥运会是我举重生涯遇到的最燃现场，非常有激情，让我都不舍得退役了。因为训练中我总是一个人在

试举，比较闷，但到了奥运会舞台，千万人在为我加油，我真正体会到了奥运会赛场的独特魅力。”



“看大家拿金牌有点心急”

抓举是侯志慧的强项，曾屡次刷新49公斤级抓举的世界纪录，最近一次是在4月份举行的世界杯上，她在抓举比赛中举起了97公斤。但在巴黎奥运会的赛场，她却栽了个大跟头。

在抓举开把89公斤的情况下，侯志慧首次尝到失败，第二把才举起这个重量，随后又在第三次试举中挑战93公斤失败，带着落后罗马尼亚选手坎贝伊4公斤的劣势进入挺举比赛。

尽管侯志慧在挺举开把成功举起110公斤，但随着坎贝伊举起112公斤，这意味着相差6公斤的侯志慧，只有举起117公斤才能够登上最高领奖台。在第二把117公斤失败的情况

下，背水一战的“小猴子”在绝境中再度化身“齐天大圣”，最后一次试举中成功举起117公斤，打破挺举奥运会纪录的同时，也将金牌收入囊中，“这一届的奥运会更刺激、更惊险，但也告诉了我一个道理，不到最后一刻绝不放弃。”

用侯志慧自己的话来说，这是自己进入国家队以来，“比得最差”的一次抓举。归其缘由，她认为自己在心理上还是出现了波动，“奥运会的前半程，我看着大家都在拿金牌、破纪录、创造历史，我也好想做到。特别想赶紧比赛，赶紧把金牌戴到自己的脖子上，但是可能想多了，再加上前几天有点拉伤。”欣慰的是，侯志慧在挺举比赛中并没有掉链子，而是成功地实现了逆转，成为了中国女举最小级别实现奥运卫冕的第一人，“世界杯就算我没举起来，还有蒋惠花顶着。但这一次如果我没起来，我就辜负了所有人，所以我必须成功。”

在实现卫冕之后，侯志慧还不忘给家乡送上暖心的祝福，“最近我的家乡郴州发生了雨灾，希望我的这枚金牌能带给他们鼓励，能成为他们的一束光。”

东京奥运会加冕冠军之后，侯志慧表示自己比赛的时候信念感特别强；巴黎实现卫冕之后，侯志慧又一次提到了“信念”二字，这或许也是她成功的秘诀和动力所在，“一直有信念告诉自己必须要举起来，成功之后心里的那口气彻底释放了。”