



残疾挡不住对生活的热爱

——记录巴黎残奥会中国代表团夺金的励志故事

截至北京时间昨晚,中国代表团在巴黎举行的第17届夏季残疾人奥运会上已经收获了25金20银8铜的成绩,排名奖牌榜第一。与此同时,残奥健儿不屈的精神和对生活的热爱都无时无刻感染着场内外的无数观众。

本版图文整理自《新华社》

茅经典夺金后她聊了一晚诗

8月31日的巴黎雨夜,她先是拿下一枚残奥会金牌,然后和记者聊了一晚上诗歌。茅经典说,诗歌和体育是相关的。巴黎残奥会乒乓球混双17级决赛在两队中国组合间展开,茅经典搭档赵帅,以3比0轻取熊桂艳和彭伟楠。同为29岁的茅经典和赵帅,同时得到了各自第五枚残奥金牌。

与前面三轮混双比赛相比,茅经典和赵帅都认为决赛是打得最轻松的一场。前三轮比赛他们有两场打满5局,其中半决赛对阵乌克兰组合,是在0比2落后时艰难翻盘。

“混双是残奥新项目,我俩搭档时间不长。感谢他(赵帅)包容我的坏脾气,我打球很容易上火。”茅经典说,“可能是因为我们队内训练多,大家彼此太熟悉了。没想到决赛这么顺利,太开心了。”

茅经典性格直率爽朗,接受采访时,五湖四海、天南海北都能聊,言谈畅快。她爱好实在广泛,多到一行之内写不全。

“我很善变哦,一个年龄段有一个年龄段的爱好。青少年时喜欢弹吉他;大学时喜欢读书、美食和潜水,潜水时能看到不一样的世界和风景;毕业后喜欢读历史书;现在除了研究乒乓球,还喜欢看书和钻研厨艺,烟火最抚凡人心。”茅经典说。

“占据业余时间最多的是看电子书。”茅经典说,“我喜欢读诗、写诗。青少年时喜欢过婉约派诗词,笔触细腻,会被感染和打动。”

“后来觉得运动员不能伤春悲秋、意志消沉,人生有那么多理想要追求,有那么多山峰等我去攀登,自怨自艾感受不到生活的宽广和美好。”

茅经典喜欢读中国传统格律诗词,尤其是气势磅礴、充满家国情怀的诗歌。比如《木兰诗》、曹操的《观沧海》、辛弃疾的诗词、毛主席的诗词,尤

其是《沁园春·雪》,还有梁启超的《少年中国说》部分段落,都是她的最爱。

茅经典很小时就接触乒乓球,少年时因运动损伤,腿部落下残疾。她当时难以接受、怨天尤人、自卑乖戾,一度认为自己与乒乓球再无缘分了。“我一点都不感谢苦难,只感谢努力挺过难关的自己。”她说。

每当读到《少年中国说》中“红日初升,其道大光。河出伏流,一泻汪洋……美哉我少年中国,与天不老;壮哉我中国少年,与国无疆!”这一段时,茅经典总能感到一种力量,激励她重返赛场。“在诗歌里,我读到中华民族的自信和不屈。这是我刻苦训练、全力比赛的动力源泉。”茅经典说。

“大家都知道训练很辛苦,练到疲惫时会有情绪;比赛时面对很大压力,也会有情绪。这些诗歌旷达豪迈、胸怀天下,读完有长舒一口气的感觉,非常解压,对调节情绪很有帮助。”诗读多了,茅经典也会偶尔抽空写一点。

“可能今天阳光灿烂,心情无比舒畅,我就写了;可能今天大雨滂沱,我被淋成‘落汤鸡’,心情特别沮丧,也写了;可能今天吃到美味佳肴,心满意足,也写了。”茅经典说,“热爱诗歌,就是热爱生活。”

茅经典在北京经营一家乒乓球俱乐部,有200多名学员。她经常去俱乐部里与学员切磋技艺,指导小朋友。“看到那些学乒乓球的孩子,就会想到我的童年。”她说,“我小时候经常在石头桌上打社区比赛,太有趣了。”

茅经典接下来还会参加巴黎残奥会女单9级比赛。伦敦、里约和东京三届残奥会上,她参加的是8级比赛,9级意味着水平更高,挑战更大。

来到巴黎后,茅经典一直忙着备战和比赛,很多事情和感受来不及琢磨品味。“也许单打结束之后,写点儿什么,让我想想。”她说。



茅经典(右)和赵帅

陈敏仪“箭要准,人也要美”

8月31日中午,在法兰西第一帝国皇帝拿破仑一世墓地所在的荣军院旁,巴黎残奥会射箭女子个人复合弓W1级决赛正在进行。时隔三年,广东姑娘陈敏仪再度击败捷克老对手普尔塔尔,拿下中国代表团射箭项目首金。

在能远眺埃菲尔铁塔的露天场馆中,五星红旗冉冉升起,全场观众为这名沉着美丽的中国女弓箭手欢呼。陈敏仪端坐在轮椅上,眸中闪烁着泪光。赛后,当外国记者询问法国观众的热情是否感染到她时,陈敏仪说:“我的注意力都放在了国旗上,没太注意观众的反应。唱国歌的时候,我都要哭了。”拉弓、瞄准、射出!这一重复了数百万次、几乎已烙印在她生命里的动作,关键时刻帮助她稳稳发挥。“其实发挥得和平时差不多,就是半决赛的时候以为自己要输了,压力很大。能拿下这枚金牌还是很开心的。”33岁的陈敏仪说。

由于先天性遗传疾病,陈敏仪一



郭金城

钱王伟银牌沉甸甸,四小时两破世界纪录

在8月31日进行的巴黎残奥会场地自行车女子C1-3级500米个人计时赛中,中国运动员钱王伟在预赛和决赛中两次刷新C1级世界纪录,但最终不敌来自澳大利亚的C2级别选手阿曼达·里德,收获一枚银牌。

40秒878,对于这个成绩,钱王伟的教练宋年春表示“有惊喜”。“想过她能打开41秒,但没想到能打开这么多,这很不容易。”他说,“她的膝盖有伤,这是赛前我比较担心的问题,但今天她顶住了。”

“我战胜了自己。”赛后钱王伟说。东京残奥会上,钱王伟同样以打破C1级世界纪录的成绩,获得场地自行车女子C1-3级500米个人计时赛铜牌。从铜牌到银牌,从世界纪录到新的世界纪录,29岁的钱王伟一直走在超越自我的路上。

出生于江苏南通的钱王伟从小被诊断为先天性脑瘫,一次偶然的机会,她被选中参加市里的残疾人田径锦标赛,从此开启了运动员生涯。

2014年,钱王伟被江苏省残疾人自行车队选中,转练自行车项目。她说,刚练自行车的那几年是最难熬的,因为平衡感不好,经常从车上摔下来,最严重的一次把四颗牙都摔掉了。

更难的是那时自己还没出成绩,整天只训练不比赛,对于未来常常感到迷茫。“我有时也想过放弃,但又觉得已经走了这么远,放弃太可惜了。”在无数次矛盾与挣扎中,钱王伟还是咬牙坚持了下来。为了这份坚持,她的脸上,身上留下了不少伤,两侧锁骨都断过。

2018年,钱王伟在全国第十届残运会暨第七届特奥会自行车比赛中一

鸣惊人,斩获1金2银1铜,自此崭露头角。随着成绩不断提升,她也终于在自行车场上找到前进的方向。

多项世锦赛冠军、残奥会奖牌和世界纪录,见证了钱王伟的十年职业生涯。她一步步走来,不断挑战自己,向更高水平发起冲击,步伐从未停歇。

巴黎残奥会前,钱王伟经历了艰苦的备战训练。“有时候一天最多要练四五个小时,练完以后躺在床上一下都不想动,感觉腿都不是自己的了。”

这样的训练,在她看来已经习以为常。她说:“能够站上残奥赛场,一切都是值得的。”

一枚沉甸甸的银牌,是对钱王伟过往努力的表彰,也是吹响新征程的号角。“每个运动员的梦想都是拿金牌。”她说,“下一届我会继续努力,争取在这个赛道上继续拼搏、奋斗。”

出生便下肢残疾,幼时曾困在不足0.5平方米的轮椅上,由妈妈推着上下学,性格沉默寡言。2009年,正读高三的她被东莞市残联选拔为运动员,开始接触射箭,迎来命运的转折。

刚入队时,由于腰部伤残,她举起约40斤重的弓都有困难,根本无法拉开,还曾被弓伤到手臂。不服输的她每日重复射箭动作数百次,并通过杠铃、拉力器、俯卧撑等训练增强肌肉力量,夜晚常因上肢酸痛难以入睡。半年后,她终于射出了一支合格的箭。

随后,陈敏仪的人生就如离弦之箭,飞速冲击更高目标。2011年全国第八届残运会上,第一次参加该赛事的她就拿下复合弓坐姿W2级女子项目的4枚金牌,并打破全国纪录。

信心满满的她瞄准了更高级别的赛场,却被命运再次捉弄。2015年,一场车祸导致她左手臂严重受伤,无法举起弓箭。治疗期间,她颓废了整整两年,再度迷失人生方向。

郭金城这一头撞出世界纪录

8月30日晚的巴黎拉德芳斯体育馆,巴黎残奥会男女混合4×50米自由泳接力20分决赛上演。诸多目光被中国队最后一棒选手吸引——他不戴泳帽,剃了光头,抵达终点时用头奋力撞向池壁,为中国队锁定金牌,并以2分14秒98打破世界纪录,领先排名第二的美国队40.1秒。

没有双臂,他入水不算快,但一进入泳池,他高速拍打的双腿就如同“涡轮增压小马达”,推着他一口气撞上终点,与队友彭秋萍、袁译泽、蒋裕燕一同见证五星红旗在残奥赛场升起。他就是杭州亚残运会时拿下3金3银、走红网络的“无臂飞鱼”郭金城。

这是23岁的郭金城首次登上残奥会舞台,为了测试自己的实力,他一口气报了八个项目。在接力决赛前,他当天已参加了五场比赛,并在男子100米自由泳S5级决赛中拿下银牌,打破亚洲纪录。“虽然很累,但是队友把最后一棒交给了我,我不想辜负他们的信任,还是想尽力发挥一下。”赛后接受采访时,郭金城笑得云淡风轻。

在老家河北沧县东官庄村,忙于农事的父母熬夜等着看他的比赛。“我想代表我们的残疾人朋友为国争光,也想让父母、爱人高兴一下,争取多拿几块金牌。”郭金城说。

6岁的郭金城因高压电触电事故失去双臂,在父亲的引导和陪伴下,他开始练习用双脚完成写字、吃饭等日

在教练和父亲的鼓励、建议下,陈敏仪开始参加伤残级别更高的女子复合弓W1级训练。为了尽快恢复竞技水平,她每日训练时间从6小时增至8小时。拉开约40斤重的弓,相当于提40斤重的水桶,左臂伤残的她每天重复300多次这样的动作,终以强者姿态复出。

雅加达亚残运会夺得金牌,杭州亚残运会成功卫冕,东京残奥会双金得主,并打破一项世界纪录和一项残奥会纪录……陈敏仪说:“箭要准,人要美。走出国门,我代表的是中国人。不但要赢,还要赢得漂亮。”

陈敏仪性格安静,迷恋射箭时沉浸其中的感觉。情绪低迷时,她几乎都是在音乐中化解。她的性格深深吸引着身为健全人的爱人。“他喜欢我,可能是因为我厉害吧。”她笑道。

陈敏仪说,如果没有射箭,她也许会很自卑。射箭让她看到了更广阔的世界,以及人生的无数种可能。“我发现,原来残疾人也可以和健全人一样,去实现自己的人生价值。”

历经三年辛苦备战,陈敏仪希望残奥会后可以去云南大理看看。

常事务。8岁那年,为了给他谋出路,父亲带他参加残疾人运动员选拔。瘦小的他穿着条纹上衣,两只衣袖空空荡荡,并未达到入队年龄,但他坚毅、不服输的目光吸引了教练刘振斋,因而被列为备选队员,并在四年后正式入队。

没有双手辅助,他最初只能用下巴抵住漂流板练习,不久下巴就磨出了血;为了在水中保持身体平衡,他必须加大核心力量训练,一个晚上做过2000多个仰卧起坐,直到“腹肌都抽搐了”;日常训练中,他每天最多要游一万多米……在高强度训练外,他还不断给自己“加码”。担心泳帽松动影响状态,他索性不戴泳帽,赛前剃光头以减小阻力;每次毫无保留地撞向池壁时,头部多少都会疼痛,也撞出过包,但他对此已习以为常;为降低换气频率,缩短完赛时间,他每晚在面盆里练习憋气……

不断突破极限,他尝试更多泳姿。仰泳比赛中,他需要教练拿着毛巾的一头,而他则用牙齿咬住另一头,将全身重量压到几颗牙齿上,借助这一外力入水。无数次练习,让他的咬肌比常人突出,也让他的牙齿开始松动。

健全人靠双手完成的事,他几乎都能靠双脚完成,更重要的是,游泳让他变得自信强大,还收获了爱情。“上小学的时候,同学对我很好,我的童年还是很棒的。”他笑了笑,又正色说,“毕竟走上这条道路,还是要走下去的。希望接下来能取得出最好的成绩。”