

高开低走，只是一个“逗号”

泪水
【告别2025】



2025年的吴艳妮，有巅峰，也有低谷，但都是收获。

2025年的吴艳妮，流量依旧，但不再随波“逐流”，而有了更多魅力。

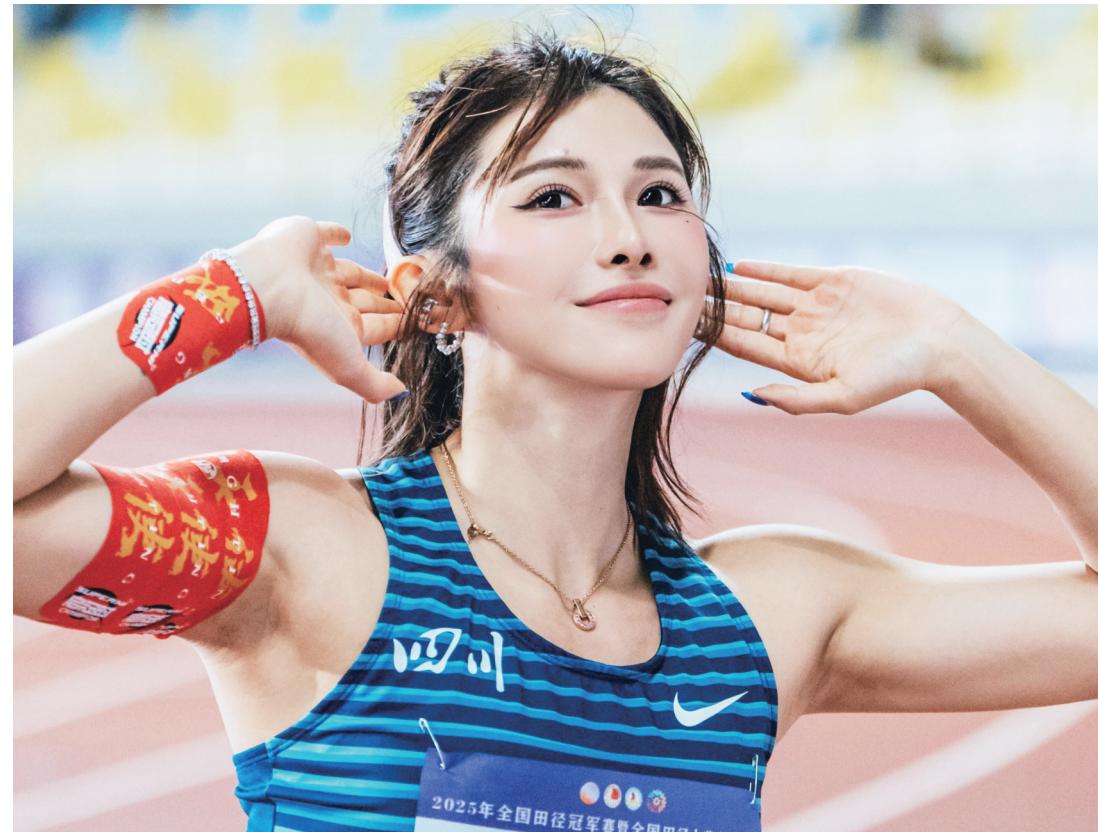
2025年的吴艳妮，还在路上，奥运前八和亚洲纪录依然在前方等待着她。

本版撰稿 本报记者 林龙

吴艳妮

吴艳妮，1997年7月28日出生于四川省自贡市富顺县，中国女子田径运动员，主攻女子100米栏。

2025年3月的世界田联室内锦标赛上，吴艳妮迎来闪亮时刻，成功打破女子60米栏全国纪录。几个月后的第十五届全运会上，她再次与女子100米栏冠军失之交臂，留下了沉重的遗憾。



“我想去突破全国纪录。我相信我吴艳妮可以去突破中国女子100米栏的全国纪录。”

“我有收获也有遗憾”

2025年对吴艳妮来说，有点高开低走。正如她在全运会后接受采访时所说的：“我有收获，也有遗憾。”但吴艳妮贯穿2025全年的努力也是不争事实。有努力就有回报。“我已经破13秒20次，我的实力厚度已经在那儿了。”

3月23日，在南京举行的世界田联室内锦标赛上，吴艳妮在女子60米栏半决赛中跑出8秒01的好成绩。虽然位列小组第三而无缘决赛，但却打破尘封11年的全国纪录。此前的纪录是吴水娇在2014年创下的8秒02，而如今吴艳妮创下的8秒01纪录也是该项目亚洲历史第四的好成绩。在创下这一纪录之前，吴艳妮在3月份的全国室内田径锦标赛中也曾以8秒13而连续第三次刷新个人赛季最好成绩，展现出极好的竞技状态。

吴艳妮赛后表示她在冲线的一刻就有过预感：“等待成绩的过程中，内心还是很期待的。第二名的成绩——8秒——出来后，我心说完了，然后对自己说‘算了’，能突破个人最好成绩就好。但结果（我的成绩）一显示是8秒01，创造新的全国纪录，那一瞬间真的是喜极而泣。”据她说，赛前她就是抱着创全国纪录的信念来的，“因为知道自己有这个实力。”不过吴艳妮也承认，赛前包括她妈妈在内的整个团队都不敢提这个，怕影响自己的发挥。

年底接受采访时，吴艳妮还回忆了这个纪录背后不为人知的感人故事。小时候吴艳妮的外公曾一直跟吴艳妮说“你以后能拿全国冠军”，但直到外公去世之后吴艳妮才真正开始追求冠军和纪录。“人会一夜长大的。”在南京的室内赛预赛之前，吴艳妮内心曾希望外公能化作蝴蝶来看自己比赛。结果吴艳妮在预赛前热身过第一个栏的时候，后面真飞过了一只蝴蝶，而晚上的半决赛上她就真以8秒01打破了全国纪录。

凭借钻石联赛100米栏中跑出13秒00和12秒96的好成绩，吴艳妮在5月份的世界排名达到第25位，创下了中国选手在该项赛事的排名新高。8月份，吴艳妮以世界排名第40位而恰好压线越过参加世锦赛的门槛。这也是十年来中国运动员首次入围世锦赛女子100米栏项目，而上一次参加世锦赛的是2015年的吴水娇。

对吴艳妮的2025年来说，参加世锦赛成为巅峰，但之后成绩开始滑坡，而遭受最沉重打击的是在全运会上以0.04秒之差“仅”获亚军。“我的妈呀，又拿了第二名。下一届我都要30岁了，所以，候场的时候我很想哭的。”在领奖台上，粉丝们的加油声让吴艳妮终于没忍住泪水，“2025年的遗憾就是没有拿到全运会的冠军。”

2025年画上了句号，但吴艳妮的运动生涯却只是一个逗号。纪录还会再有，冠军还会有，“我会一直跑下去，直到跑不动为止。”

聊
突破

“希望运动生涯不留遗憾”

2018年就赢得第一个全国锦标赛冠军的吴艳妮，职业生涯已夺得五次全国锦标赛冠军，也是国内现役运动员中唯一登陆过奥运会、世锦赛、室内世锦赛、亚运会、亚锦赛等全部顶级赛事舞台的运动员。今年有得意也有失意，“但作为运动员，你想要突破自己的最好成绩，或是你想要走到最高处，那么（拿到成绩）之后就需要清零。”对吴艳妮而言，纪录和冠军也好，或是失败也好，都要第一时间忘记，然后“继续潜心钻研自己的技术。”

南京的室内世锦赛，吴艳妮先是在预赛中跑出8秒05，将个人纪录提高0.01秒，然后在半决赛又跑出8秒01，个人纪录再提高0.04秒，并压过原先全国纪录0.01秒。这每一次提升都极不容易。“田径是非常枯燥的项目，但同时也是非常硬实力的项目。你跑

多少就是多少。”吴艳妮表示，短跑项目拼的是绝对力量和绝对速度，只有通过最痛苦的方式去提高。所以，她在冬训的时候就没有练技术而专攻力量。

“以前我负重深蹲撑死了也就90公斤，蹲100公斤都极其困难。但今年我勉强蹲到了120公斤。”吴艳妮回忆了冬训的艰苦，“但转换到赛场上真的很给力。这个项目一定是需要绝对力量才能完成的。就像是这次世锦赛上的欧美运动员，她们的大腿都很粗，我们亚洲运动员看上去却像是‘小朋友’，这就是区别。”

除此之外，吴艳妮也一直追求去参加更多的国际比赛来提升自己的能力。去年是她首次“解锁”室内世锦赛、奥运会等田径世界顶级大赛。巴黎奥运会上，吴艳妮距离自己的最好成绩差了0.02秒多，这次世锦赛却充分

发挥出自己的水平，在吴艳妮看来，这就是大赛经验的益处。“我十分珍惜每次和欧美运动员同场竞技的机会。我们中国的选手应该多走出去比赛，多和欧美运动员对抗。这样才会让我们中国的女子跨栏项目越来越好。”

2025年创下了国内室内60米栏的纪录，接下来还有新的纪录等着吴艳妮去打破，就像她一直惦记的“突破12秒64的女子100米栏全国纪录”。这一纪录是张瑜在1993年第七届全运会上创造的。终极目标是什么？“奥运会前八，以及创造亚洲新纪录（哈萨克斯坦运动员奥尔加·希希金娜在1995年创造的12秒44）。”吴艳妮很坚定地表示，“我练田径的初心就是让亚洲、全世界知道我们中国的女子跨栏实力，而我也希望自己的运动生涯能不留遗憾。”

谈
失利

“输了很难过，所以就哭了”

因为精致的妆容、比赛前的标志性动作以及各种犀利而出圈的言论，吴艳妮除运动员之外也有着流量明星和网红的标签。进入2025年的吴艳妮，个性依旧，但继续“怼天怼地”的同时也多了几分沉稳。

12月17日，吴艳妮在个人社交媒体上发布了九宫格个人写真图，本是真性情流露，但有网友留言让她“花更多时间在训练和大学的学习上”。吴艳妮没惯着他，直接回复：“你多把时间花在自己身上吧……人太闲不是什么好事儿。”当全运会输掉金牌后，吴艳妮潸然泪下，有网友说她“太小家子气”，吴艳妮也是直接回怼：“你被老板裁员你不难受吗？人都是有情绪的生物。”还有网友说她“太张扬所以没有冠军的命”，吴艳妮的回复是：“无论拿不拿冠军，我就是我。气死你，不服给我忍

着。”

作为名人，吴艳妮受到关注乃至攻击是不可避免的。作为公众人物，吴艳妮的反应是“直”了点，但也反映出她的鲜明个性。就像对于“输掉比赛而哭”这件事情，吴艳妮的回应就很可爱：“我是人，所以有情绪。输了很难过，所以就哭了。”从某种意义上而言，女子跨栏项目也因为她而得到了比以往多得多的关注。从另一角度来说，“黑粉”也并不会因为她不回复而停止“黑”她。

不过，已经28岁的吴艳妮，距离“三十而立”越来越近，所以也比前两年成熟了很多。全运会输掉冠军之后，吴艳妮的反思就体现出了应有的睿智：“我一直在想一个问题，可能我觉得我之前太执迷于拿金牌这个事情，有句话叫做你越想得到一个东西，

你越得不到……”吴艳妮在2025年的最后阶段收获了遗憾，但同时她已开始展望2026。“其实我觉得我以前拿冠军是很执念的，现在我不想变成那种特别执念的那个人，就是想把现在的吴艳妮打碎了之后重组拼成一个另外的自己，还是会保持初心的那个吴艳妮。”

吴艳妮的初心就是田径，她小时候属于很疯的小孩，就觉得跑步很好玩，想怎么跑就怎么跑，也从没想过去拿冠军。“我就是个普通人，只是我多了个技能，我会跨栏，我会跑步，然后可能我比较能说会道一点，对吧？就没了……”

这么说的吴艳妮，其实已经没有了“偶像包袱”，确实和以前有很大不同了。因为她本质就是运动员，随着运动生涯越来越接近终点，吴艳妮也会越来越珍惜这一本色。