



花剑团体赛两个冠军。

唯一的对手

2016年12月20日，吴敏霞在北京水立方举办了自已的退役仪式。尽管退役已经8年，她仍然在一些人生时刻感受到曾经的“运动员精神”持续影响着自已。

“我觉得我是一个有点爱钻牛角尖的人。当有问题摆在面前时，这种心态会促使我更加坚定地去解决问题。作为运动员时，上场前我总是喜欢考虑得更周到，对自己要求很高，每一个细节都要想到位。退役以后，这种习惯也保留下来，在工作中潜移默化地帮助自己。”吴敏霞说道。

同样身为运动员，“95后”辜海燕也在运动生涯中找到了自我价值。1999年，辜海燕出生。9岁时，她不幸遭遇车祸，导致左腿高位截肢。14岁，辜海燕开始学习击剑，随后成为一名轮椅击剑运动员，也由此改变了人生。

刚开始练击剑，辜海燕的手上很快磨出了血泡。随着时间推移，血泡慢慢化成了茧。这个过程令年少的她感到难熬，一度想到放弃。可是当她看到队友意气风发舞剑的样子，她意识到，

运动也可以拥有如此精彩的人生。

在轮椅击剑运动中，运动员的轮椅固定在可调节轨道的框架上，无法大幅度移动，运动员要以更快的出剑速度与更完美的精准度才能取胜。辜海燕说：“坐上轮椅，被固定在底座，我们没有后退空间。狭路相逢，果敢出击，这是击剑教会我的道理。”

东京残奥会，年仅22岁的辜海燕，赢下了轮椅击剑项目女子花剑A级个人赛和女子花剑团体赛两个冠军。2024年巴黎残奥会，辜海燕成为中国体育代表团旗手，之后更是在比赛中化身“全能剑客”，接连参加花剑个人赛、重剑个人赛、佩剑个人赛、花剑团体赛和重剑团体赛。

辜海燕告诉本刊，参加国际大赛，也是不断磨练自己意志的过程。比赛通常从早上开始，要在一天内结束。刚赢下一场比赛，状态最佳时，却要面临一段时间的等待。如何在这种不确定性中保持稳定，是她近年来不断思考和应对的问题。

在运动中不断反思自我，挑战自我，最终实现自我的成长。这是运动带给人类的终极意义。如今在上海，Jacques认识了一些一同跑步的朋友。他每周三次的训练，经常会和一位比自己年轻10岁的朋友一起跑。朋友更年轻，更强壮，显然也跑得比他快得多，但Jacques不在意。“总有人跑得快，有人跑得慢，这些都不重要。重要的是，你和自己竞争，你不断刷新自己的极限。”

回忆起自己年轻时为何喜欢投篮和游泳，姚启明表示，投篮让自己找到了一种成就感。每天清晨，准时出现在球场，完成目标数量的投篮，美好的一天就从清晨开始了，“要征服自己的身体，才能征服自己的心灵”。

尽管能够成为专业运动员的人，始终是少数，但是对于众多体育运动的爱好者来说，从来不缺赛场和对手。上海市民运动会一直追求“人人来赛”，人人不仅来赛，更在比赛中完成了自我的重塑。■

2024年巴黎残奥会，辜海燕作为中国体育代表团旗手，在比赛中化身“全能剑客”。

