



左图：健美冠军王昆，在合肥创办的健身馆，目前正常营业。
摄影 / 王仲鸣

除了生活中的窘迫，健美运动员的身体健康也异于常人。在交谈中，子健没有回避“打药”的副作用。“长期使用肽类激素，就是能让人肌肉长得更快，硬度更高，血管更炸裂；但是它也会让人脏器肥大，心血管疾病无法避免。”

“打药”被网友抨击之外，健美运动员夸张的肌肉与身形，也和许多人的审美完全相反。在田凯的个人视频号上，他偶尔发布一些训练片段。其中一条视频的下方，有人评论：“这个肌肉欣赏不来。”田凯回复对方：“我是胖子，没有肌肉。”

辛苦，枯燥，不好看，有损健康……当一项运动在世人眼中有诸多弊端，为何运动员们还要日复一日地坚持？习惯了自嘲的田凯，反问道：“为什么很危险，还有那么多人要攀珠峰？要深海潜？我们就是要挑战身体极限。”

在人性中，总是有一种追求极限、无视危险的特质。而一旦

选择了在健美中追求极限，对于舆论的不理解，运动员早已建构了自适应的心理防线。

“王昆去世之后，我看到有人说，要学乌龟，躺着不动可以活1000年，生命在于静止。我看这些言论很想笑，说这话的人认知就很低。对于认知还停留在‘喝蛋白粉伤身体’的大多数人，我没法寻求他们的理解和认同，该怎么样就怎么样吧。”一边说着这些，子健一边不停地摇头。

挑战极限，需要长久的时间与精力，更离不开一种近乎变态的自律。而这种自律，成为了超越极限的支撑。

张毅表示，心脏被长期刺激的过程中，早已超出了阈值而受损。但是职业运动员依靠极高的意志力克制了受损，以此突破极限。“心脏受损，通常难以发现，在运动员眼中或许只是感到训练太累，身体疲惫。这种长期得不到重视的损害，最后可能表现为恶性心律失常。”

自2025年6月在北京比赛后，过去半年间由于忙着新店开业，王昆没有备赛压力。“我们这几个月都是一天一练，这种强度只能算‘摸鱼’，练着玩。所以网上说的‘高强度训练’都是扯淡。”常泳靖说。

2025年12月初，王昆在合肥当地一家医院做过体检。从体检结果看，除了胃部囊肿，其他都没有异常。即便如此，不幸还是在年末到来。

儿子去世后，王运萍依旧和往常一样，白天来到“肌肉工厂”，帮忙打扫场馆卫生。临近中午时，她从馆里走出，拿着餐巾纸，一遍遍擦拭店门口的促销“易拉宝”。灰尘擦干净后，王运萍朝着南面坐下，暖和的太阳照在身上。

王运萍一边晒太阳，一边盯着右前方看去。安静地看了一会后，失落的母亲忽然开口说，平常王昆也会在这个时间过来，“他每次停好车，都会从这个方向走过来，可是现在看不到他了”。她背后的“肌肉工厂”内，年轻的男女们在器械上挥洒汗水，努力雕琢自己的肌肉线条，看上去一切如常。

在王运萍眼里，倘若没有那场意外，场馆里还应该有一个挂满哑铃片的杠铃杆，和一个正在为某个无人知晓的目标，做最后一组训练的儿子。民