

穿越至暗时刻，攀上竞技巅峰

青年人物

此次巴黎残奥会，上海运动员参加了巴黎残奥会田径、轮椅击剑、坐式排球三个大项、34个小项的比赛，勇夺9枚金牌、5枚银牌和5枚铜牌，打破1项世界纪录和1项残奥会纪录。日前，第17届夏季残奥会上海市总结大会在上海展览中心举行。会上，市残联汇报巴黎残奥会上海运动员备赛、参赛情况，田径投掷运动员张亮敏、轮椅竞速运动员代云强、中国女子轮椅击剑运动员辜海燕作为运动员代表，黄鹏作为教练员代表作交流发言，分享了夺冠背后不为人知的故事。

青年报首席记者 范彦萍



张亮敏



代云强



辜海燕

本版均为受访者供图

年轻的年长的，正拼搏正青春

此次发言的运动员代表中，代云强是特别的一位，他夺得了上海代表团在本届残奥会上的首枚金牌。巴黎残奥会是代云强的第二次残奥会之旅，赛前的他压根没想到会拿金牌。“对我来说，三年备战，克服了伤病和各种困难，来到巴黎就是超越自我，不留遗憾。”他说。

其实，代云强参加男子400米T54级比赛当天发烧了。“我心心念念的就是绝不放弃，人生能有几回搏？上了赛场，只是想冲。”代云强回忆道，“当时最后一个弯道，我前面只有一个泰国选手，我有了冲到第一的求胜欲，还有80米，每一次动作我都竭尽全力，对手被我一点点超越，最后我以0.12秒的优势第一个冲线。赛前，我只想取得个人最好成绩，结果我实现了残奥冠军梦，还打破了残奥会纪录。”

和在残奥会舞台上初夺金牌的代云强比，张亮敏已经是残奥会的“常客”，被媒体誉为残奥会“六朝元老”。面对这样的称号她莞尔一笑：“听上去很苍老的样子。”其实，她才刚过完39岁生日。

即将迈入不惑之年的她被许多媒体问过退役的问题，她的回答出乎意料：“只要想干事业、想当冠军，40岁，正青春！相比过去，岁月的洗礼和赛场的锤炼，只是让我更加懂得了我是谁、为了谁。更加懂得了不是因为命运的偶然，才让体育选择了我，而是命中注定，我要在竞技体育的舞台上获得生命的滋养、绽放生命的力量。”

如果说1985年出生的张亮敏是上海队中最年长、资历最深的队员的话，那么1999年的Z世代队员辜海燕就是上海队中最年轻的冠军。年龄虽差了14岁，但两人身上却透着同样的拼搏与韧劲。

这一次，青春活力的辜海燕有幸被选为巴黎残奥会中国代表团开幕式旗手。当得知消息的那一刻，她欣喜若狂。“这是何等的光荣！”辜海燕说，“当我举起五星红旗走过巴黎的香榭丽舍大道时，我深知，我代表的不是自己，而是中国！我更明白，也更感恩，作为中国运动员，强大的祖国，多么令我骄傲与自豪！”

2008年，对三人来说都是一个特殊的年份。那一年，9岁的小海燕不幸遭遇车祸，左腿高位截肢。那一年举办的北京奥运会和残奥会对18岁的代云强触动很大，他的人生轨迹也就此发生了转变。那一年，23岁的张亮敏遇见了教练王兴章，从此走上了摘金之路。

体育具有改变世界的力量，也拥有改变个人命运的魔力。命运的齿轮在2008年悄然转动。

2013年，14岁的辜海燕被教练选中开始接触轮椅击剑；2015年，16岁的她来到上海轮椅击剑队训练、比赛和生活。最开始的六七年，和她同一批的队友成绩都比她好，她屡败屡战。辜海燕曾问自己：“是不是还要继续坚持？是不是我的天赋不够？”但她始终没有放弃。每当疲惫不堪的时候，徘徊迷惘的时候，她都会翻开自己的日记本，看看那个追梦路上不断努力的自己。

终于，在领导、教练的鼓励下，在家人、队友的关心下，她不再自我怀疑，努力调整心态，刻苦钻研技术，心无旁骛地投入比

赛训练，从十年前那个在国内比赛都一直输的小女孩，蜕变成能够在巴黎残奥会上拿到3金1银1铜的中国运动员。

“当我代表祖国站上最高领奖台的时候，我感觉一切付出都是值得的。我想用我的经历告诉更多深陷逆境的人们，不要认输！无论如何都要坚持，每个人都有自己的独特的价值，都会在自己的赛道上闪闪发光！”辜海燕说。

18岁对代云强来说是一个分水岭，那时世界的颜色仿佛从灰暗过渡到了五彩斑斓。“18岁前，因为行动不便早早离开学校，我对自己的未来充满迷惘。直到选择走上体育这条路，仿佛一道阳光照进了我的生命，我看到了前方的目标，每天都有努力的方向，这条路让我走得坚定，走得踏实。”

时过境迁，今年34岁的他庆幸当年的选择，“虽然我双腿先天性残疾，但因为从小喜欢看体育比赛，家里人想着让我练体育试试，于是选择了轮椅竞速项目。没想到改变了命运。”

同样地，命运对张亮敏来说也是开了一个玩笑。小时候，她的梦想是当歌手，阴错阳差，她却成了残奥冠军。

有人问她，走上体育这条路苦吗？她的回答很实诚：“当然苦，日复一日，年复一年，训练枯燥乏味，特别是夏天，走到训练场的时候，热得似乎都要窒息了。”

从2001年迄今，她送走了不少老队友，也迎来了许多新朋友，她成了训练场上的“千年师姐”。年龄的增长给她带来了更多的伤病和更加漫长的恢复期。特别是今年，张亮敏的膝盖旧疾复发，每天都要做针灸才能确保第二天的训练。到了巴黎，没有办法针灸，她只能强忍着。即便是生病躺在床上，她都迫切地想去训练。

“为什么？因为，我的目标无比清晰！那就是站在巴黎的舞台上，投出我们中国人的风采！如果说小时候我有一个小小的艺术舞台，那么残奥会则给了一个全新的、更大的世界舞台。”张亮敏说。

他们与体育的不解之缘

辜海燕在交流会上分享说，此次出征巴黎残奥会，她有一个很大的感触，那就是团队协作的无穷力量。“这次我参加了两个团体项目，我们每一个队员牢记着团队意识，为集体一剑一剑地去拼，去把握机会全力以赴。没有大家一起，朝同一个方向努力，不可能会有好成绩。有人和我讲，反正个人赛已经拿了金牌，团体赛可以放松点。但我想，人生没有多少个四年，我不

想给自己留下遗憾，更不想给队友和团队留下遗憾，我要为我们中国轮椅击剑队永葆光荣之师、冠军之师的荣耀而贡献我的全部力量！最终，我们几个女剑客把力量拧成一股绳，为中国代表团争得了两枚团体金牌，也为上海添了光彩！”

和辜海燕一样，同为肢残运动员的代云强也有着自己的信仰。这15个年头，轮椅竞速陪伴了代云强最美好的青春年华，已

经成为他生命的一部分。日复一日用手赛跑，他的手上水泡连水泡，早已布满厚厚的老茧。但他不悔，“因为轮椅竞速，我眼前的世界变大了，去国外比赛开阔了视野，也结交了新的朋友，我的性格开朗了，也更自信了。当五星红旗冉冉升起，《义勇军进行曲》在巴黎赛场回荡，我的内心无比激动和自豪。如今回忆起这一幕，我依然心潮澎湃。因为我代表的不仅是我自己，还是

中国残疾人运动员的形象。作为一名轮椅竞速项目的老兵，我依旧想挑战极限，不仅是为了冲刺下一届残奥会，也是希望告诉更多人，追求梦想，让人生更精彩，风雨之后会遇见最美的彩虹。”

田径投掷运动员张亮敏是一名视力残疾人。许多人好奇，她的铁饼会不会投错方向，砸伤别人甚至自己？她的答案是：不会！“因为黑暗中，有一束无比清晰明亮的光，为我照亮前路，指明

方向。这束光，是理想之光、信仰之光。人生如船，信仰就是压舱石，而理想，是希望的风帆。心中有信仰、有理想，手中才有力量，让我克服年龄、伤病以及比赛当天下雨地滑的不利影响，第四次蝉联残奥会铁饼冠军！”

“黑夜给了我黑色的眼睛，我却用它来寻找光明！”顾城的这句诗曾无数次激励着她。“黑暗遮蔽了我投掷的方向，却赋予我一束光，为我指引方向。”