

八月的田徑世錦賽上，中國選手劉虹和呂秀芝包攬了女子20公里競走的金銀牌，這也讓北京鳥巢體育場第一次為中國運動員奏響國歌。有意思的是，她倆幾乎肩並肩衝過終點，而呂秀芝在有機會超越劉虹的情況下，主動放棄「硬拚金牌」，並在賽後大方讚賞對手，稱這是「最完美的結果」。賽場上表現出的勇氣和賽後的大氣，讓人們一下子記住了這個身材嬌小卻自信滿滿的安徽女孩。

大公報特約記者 史玄之



呂秀芝在1993年出生於安徽省黃山市歙縣王村的一個貧民家裡。對於出生於這般家境的女孩來說，走出農村改善生活條件成為她們的首選。呂秀芝就是這樣的女孩，與其說是競走選擇了她，不如說是她選擇了競走，這個讓她改變人生軌跡的事業。

### 走出農村改善生活

2005年，呂秀芝在中學的校運會上獲得女子1500米跑第3名，體育老師盧鵬賽後希望呂秀芝能夠跟隨他練習長跑，這對於呂秀芝而言是一個走出農村的好機會。2008年黃山市田徑隊教練認為呂秀芝身材嬌小，動作協調，適合練習競走項目，但由於市裡的訓練條件不夠，希望父母能將其送進江蘇淮安體校接受系統的競走訓練。在江蘇訓練期間，呂秀芝每天午飯都是一碗米飯配一盤土豆，只花5元，一天加起來吃飯也只開銷12元。由於家境貧困，呂秀芝經常被別人看不起。為了照顧女兒，呂秀芝父母決定舉家搬到江蘇淮安，一邊打工養家，一邊陪女兒讀書訓練。

呂秀芝是一個懂事的女孩，父母生活的不易她看在眼里，艱苦的訓練讓呂秀芝的水平有了大幅度的提升。2009年底，接受競走專業訓練僅一年的呂秀芝，進入剛剛重組的安徽省競走隊，開始了專業運動員生涯。2011年3月，呂秀芝在第七屆城運會競走預選賽及全國競走大獎賽中，以1分32秒31的成績奪得青年組冠軍，引起了國家隊教練張阜新的注意。張阜新是中國競走界的功勳教練，曾培養出奧運冠軍王麗萍、世界冠軍劉宏宇、全國冠軍王妍等名將。呂秀芝的出現讓張阜新眼前一亮，他認為這個特別能吃苦的女孩動作輕盈、節奏穩健，是一塊練習競走的好材料。同年6月，呂秀芝進入張阜新教練

組衝擊倫敦奧運會。

### 奧運第六名未滿意

進入國家隊後，呂秀芝感受到了更大的壓力，因為周邊的運動員無論在能力、經驗、技術穩定性上都比她更勝一籌。2012年呂秀芝在奧運會選拔賽中獲得銀牌，成功入圍倫敦奧運會中國女子競走隊三人名單。倫敦奧運會上，作為年齡最小的中國競走運動員，呂秀芝第一次感受到了世界大賽的舞台和與高水平選手的差異，雖然第六名的成績對於一個初出茅廬的小將來說仍可接受，但她覺得並不完美，她的夢想是有一天能站在最高的領獎台上。2013年的全運會上，呂秀芝以一個肩膀的微弱優勢戰勝中國女子競走領軍人物劉虹，爆冷奪冠。

本屆北京世錦賽，雖然呂秀芝遺憾地與金牌擦肩而過，但其全程穩定的表現已經讓她顯示出未來領軍人物的風采。世界冠軍或許離她並不會太遠，在明年的里約奧運會，甚至是未來的東京奧運會周期，呂秀芝很有可能是中國軍團的頭號王牌。



▲廿公里競走可說是田徑項目中最艱苦的一項

# 競

# 呂秀芝 走 改變命運



▶ 呂秀芝將成為中國競走項目的領軍健將



▲無論訓練和比賽有多苦，呂秀芝也堅持下去

### 專業點評

**張阜新（呂秀芝主管教練）：**呂秀芝具有超強的意志品質，全運會奪冠就是集中體現。作為里約奧運會乃至東京奧運周期的儲備選手，呂秀芝當下最重要的就是積累比賽的經驗，將來她必能成為世界上最優秀的競走運動員。

**王麗萍（悉尼奧運會女子20公里競走冠軍）：**呂秀芝這次世錦賽發揮非常出色，技術穩定性比以前有了很大提升。我跟她算是同門姐妹，都師從一個教練，看她的訓練感覺這個女孩意志力很強，具有很大的潛力。

**陳定（倫敦奧運會男子20公里競走冠軍）：**呂秀芝的技術動作感覺要比冠軍劉虹更順一些，協調性更好一點。如果能增加一些比賽的經驗，更合理地把控自己的技術和體能儲備，未來還能有大的提高。劉虹退役後她將是中國女子競走的領軍人物。



▲中國競走隊力爭在明年里約奧運包辦男女子金牌



◀ 呂秀芝（左）為大局設想，在世錦賽未有正面挑戰師姐劉虹（中）的冠軍寶座

**呂秀芝小檔案**  
 出生日期：1993年10月26日  
 出生地：安徽省黃山市歙縣  
 身高：1米56  
 體重：42公斤  
 項目：女子20公里競走  
 所獲成績：  
 2013年全運會女子20公里競走冠軍  
 2014年亞運會女子20公里競走冠軍  
 2015年世錦賽女子20公里競走亞軍



▶ 呂秀芝當然希望在奧運會摘金牌

## 為殘障弟 走淘金路

### 共同夢想

競走運動規定運動員支撐腿必須伸直，從單腳支撐過渡到雙腳支撐，在擺動腿的腳跟接觸地面前，後腳的腳尖不得離開地面，以確保沒有任何「雙腳騰空」的情況。也正因為這種嚴苛的規定，競走運動員的訓練十分艱苦。然而，對於從農村走出的呂秀芝來說，競走一點也不累，因為這幾乎是她改變家庭條件的唯一途徑。

起初，呂秀芝練習競走的最大動力是為家庭改善住房條件。父母長期在外打工，春節回家也只能和親戚擠在一個不大的小房裡，條件十分艱苦。當呂秀芝進入國家隊後，國家隊每月發的工資、獎金和集訓補貼她都積攢下來，加上全運會奪冠省市體育局發的獎金，呂秀芝在家鄉給父母買了一套三層別墅，裝修好後讓全家搬到新房子住，改善了全家的居住條件。

### 為家換大房報親恩

除了改善家庭的居住條件外，呂秀芝練習田徑的另一大原因是改變弟弟的生活環境。她的弟弟先天殘疾，身體虛弱，甚至不能自己穿衣服、翻身以及自理，生活條件十分艱苦。談到弟弟的狀態，呂秀芝感慨地表示「這顯然是上帝給我開了一個玩笑，我走向了世界，而我弟弟卻不能走路，我要把我弟弟的那段路走完了」。如今，呂秀芝通過自己的努力給弟弟買了手機、電腦，讓這個天生不幸的孩子感受到了生活中的溫暖。兩人也有一個約定，希望明年的里約奧運會上，呂秀芝能夠實現全家奧運冠軍的夢想。雖然弟弟不能親自赴巴西賽場為姐姐加油助威，但一定會在電視機前守候這個姐弟倆共同的心願。

面對自己訓練中的困難，呂秀芝從來不提，因為為家庭而戰的目標讓她永遠將自己放在了第二位。可貴的是呂秀芝擁有一種信念，她堅信自己總有一天能夠在競走這條路上取得成功。或許成功的道路十分坎坷，但全家人的囑託和弟弟的希望讓呂秀芝將壓力化成一種動力，成為她漫長競走道路上的精神支柱。

## 鳥巢「出讓金牌」成佳話

鳥巢體育場被視為中國體育的勝地，7年前這片體育場舉行了無與倫比的北京奧運會。令人遺憾的是，北京奧運會中國田徑不僅未得1金，還留下劉翔受傷離場落寞的背影。今年的北京世錦賽，是鳥巢在北京奧運會後舉辦的最大規模體育賽事，中國田徑隊賽前就計劃至少奪下1枚金牌。女子競走是中國田徑的拳頭項目，也被看作是中國軍團奪取金牌的最大保障。

毋庸置疑，在鳥巢創造歷史奪取冠軍是劉虹和呂秀芝不變的參賽目標。由於最大對手俄羅斯隊賽前遭遇「興奮劑事件」集體缺席，冠軍幾乎是中國隊的囊中之物。特別是今年28歲的名將劉虹，曾經在今年6月份創造了1小時24分38秒的世界紀錄，狀態火熱的她成為奪冠的最大熱門；而呂秀芝在兩年前的全運會上，正是在壓線處超越劉虹奪冠，因此心理上更有優勢。比賽中，兩名選手一出發就處在最前列且遙遙領先，雖然兩人也會被裁判出示黃牌警告，但優勢一直保持到最後。在進入體育場時劉虹稍稍領先，呂秀芝本有希望通過最後的進場衝刺與劉虹決一高下，但呂秀芝最終主動放棄了超越，兩人先後衝過終點，成績一模一樣，只是劉虹率先撞線。

### 尚硬爭齊罰變全輸

對呂秀芝最後的決定，很多人頗為不解，畢竟冠軍是所有運動員的最終目標，甚至有人懷疑出讓金牌是中國隊的一種內部安排。然而，呂秀芝卻大度地讚揚了師姐劉虹，不僅為劉虹奪得冠軍感到高興，還清醒地意識到「如果兩人硬拚很有可能雙雙被罰下，一金一銀結果很完美」。可見，在呂秀芝心中，雖然冠軍的榮譽很誘人，但集體利益仍然高於個人利益，畢竟世錦賽是為國而戰。

雖然錯失登頂良機，但呂秀芝總是看到事物積極的一面，首次參加世錦賽就可以摘得銀牌已經是一個不錯的結果，也為呂秀芝之後的大賽積累了不少經驗。呂秀芝就是這樣一個樸素的女孩，在困難面前她總能堅定自己的目標；在榮譽誘惑面前，她能冷靜地分析局勢，作出忠實於內心的選擇。也正是因為這種簡單、自信的性格，呂秀芝邁着輕盈的步伐一步步向着自己的目標前進。不少專家預測，呂秀芝未來將是中國軍團挑戰俄羅斯競走高手的最大利器，年輕就是最大資本，未來沒有極限。

▶ 劉虹（左）與呂秀芝情同姊妹

