

因为心中有梦,所以一直坚持! 富阳小伙不完美的身体里,有大大的体育正能量

实习生 苏哲哲

10年前的夏天,来自杭州富阳里山的夏志伟紧握着母亲的手,走进了闷热的体育场馆内,身高仅有1.39米的他不敢面对周围人的目光,自卑、胆怯。10年后的今天,他三十而立,成为了一个获奖无数,无比自信的残疾人运动员——上月初,他在2019年世界残奥田径大奖赛(北京站)中,夺得2金1铜!

1 上帝留下的那扇门,他花了巨大的勇气走进去

因遗传原因,夏志伟的身高停留在了1.39米,这样的缺陷让原本生性开朗外向的他,变得十分自卑。

转眼到了要工作的年纪,由于受到身高的影响,夏志伟在找工作时到处碰壁,这时,他接到了一通来自杭州市残联的电话。平常爱好运动的夏志伟身材结实强壮,所以在体能方面很有优势。正是看到了他的这一特点,杭州市残联的工作人员认为夏志伟有运动员的天赋,便打来了电话邀请他参与训练。夏志

伟的妈妈在接到电话后十分欣喜,然而夏志伟自己却面露难色。“他开始不同意,觉得自己能力不够,不愿意去尝试。”夏志伟妈妈说,因为害怕被嘲笑,夏志伟很少出门,更别说去参加训练了。母亲甚至发动了周围所有的亲戚朋友去劝他,最后都无济于事。

距离那通电话打来的时间过去了半个月,在工作上仍没有任何起色的夏志伟终于下定决心“赌”一把,他在妈妈的陪同下来到了与教

练约定的体育场馆。在这里,他看到了许多像他一样不那么完美的队员。“他们可以,我也可以!”夏志伟心中想着。最终,他自愿留在了浙江省残疾人培训中心,开始训练起了铅球项目。



2 屡次获奖重拾信心,他始终秉持感恩与尊重

进入体训中心的第二年,夏志伟就在广州2010年亚洲残疾人运动会上夺得了人生中的第一枚金牌,这枚金牌让他重拾了对自己的信心。他开始相信自己独有的天分,开始相信自己身上有无

限的可能,于是他对自己的要求不断提高,训练也越发刻苦。如今的他已经获得了参加今年10月世锦赛的资格,而世锦赛上的成绩将决定他是否有机会参加东京残奥会。

在获得了如此多令人骄傲的成绩后,他仍然保持着谦虚平和的心态。在夏志伟的妈妈心中,儿子一直是一个很有孝心,懂得尊重和感恩的人。“他获奖后第一时间就回学校看望老师了,”夏志

伟妈妈说,夏志伟很感恩初中的班主任郭老师,因为郭老师总在他感到迷茫的时候指点他。“他每次外出比赛回来都会给我精心挑选礼物,”夏志伟的妈妈笑道,笑声中带着些许骄傲。

3 对自己严格要求,他要将体育理想坚持到底

“因为心中有梦想,所以一直在坚持。”对夏志伟来说,只有走稳每一步,才能更接近自己的梦想。因此他对自己的要求十分严格。在去年雅加达的亚残

会上,他拿到了亚军,在赛后接受记者采访时,他说道:“我的水平一直在12米左右,这次比赛没有投出来,没有发挥出自己应有的水平,比较遗憾。”其实他

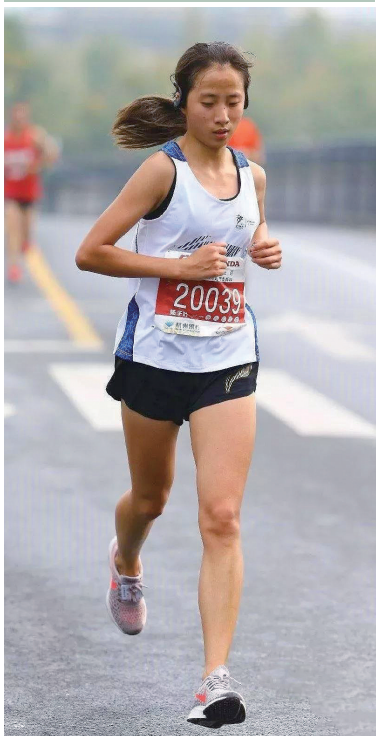
的目标不是名次有多好,而是力求不断超越自我。

“铅球这项运动给了我信心,让我学会专心做好一件事情,”夏志伟表示,自己以后会一

直坚持体育理想,如果可以他愿意成为一名教练,用自己的亲身经历鼓舞更多不完美的人,以自己的热情和真诚去传递体育正能量。

她喜欢街舞、又帅又可爱;她瘦瘦小小,身体内却有无限能量;她明明有颜值,却偏偏要靠实力。上个月26日,她在密云生态半程马拉松的大雨中,跑出了1小时23分42秒的成绩,荣获女子半程组第一名。

她叫杨子叶,今年22岁,来自丽水龙泉。



明明有颜值,偏偏靠实力 这位22岁的龙泉姑娘,你可能追不上!

在密云的大雨中,跑得浑身是血

杨子叶谈到,这次“密马”她并没有专门去准备,比赛前一个月都在准备她的主项800米和1500米的训练,所以一天的跑量大概只有五六公里。而“密马”她主要当作训练课,想恢复一下体力,所以当时只想放松跑,并没有想到会拿到名次。

提起这次的“密马”,杨子叶还谈到了自己参赛以来最惨痛的经历。在跑了大概4公里的时候,她感觉鼻子有东西堵着,一用力,结果喷鼻血了。“一开始以为鼻涕,一擦,原来是鼻血。”

喷得很汹涌,再加上下雨,流得脖子、衣服上都是血迹。路上有很多跑友都指着她说,天呐,这女孩流血啦!“我自己看着都很恐怖”。不过,好在最后大雨又把她的血迹冲干净了,“让我顺利地跑到了终点。”

从小就好动,莫名走上体育路

谈起自己最初跑步的原因,杨子叶坦言:“其实小时候就特别调皮,喜欢跑来跑去的。”从小就好动的她,到了四年级参加校运会才发现跑步是自己的特长,而参加那次校运会的经

历也有些“莫名其妙”。“当时学校要开运动会了。班里正好没有人报名800米,班主任就说有没有人自告奋勇。后桌的女同学拍拍我的肩膀,她说杨子叶你要是举手,那我也举手,咱们一起跑800米。”杨子叶笑着回忆,然后她就真的举手了,比赛还拿到了校第一名,就这样神奇地走上了体育之路。

2010年,13岁的杨子叶和她的2个小伙伴一起离开家乡,正式开始学习体育。无数个清晨5点半,天刚破晓,风里还带着夜晚的冷,她已经和队友们在操场上开始一天的训练。

努力不会说谎,付出总有回报。每次学校运动会上,杨子叶都把其他人远远甩在身后,她是学校女子1500米和3000米的王者。

从不谈放弃,冠军成家常便饭

杨子叶的首场马拉松是2016年的丽水平程马拉松,“当时就是想挑战一下自己,毕竟是家门口的比赛。”

杨子叶说,那次比赛途中老是犯胃病,跑的时候其实很想放弃,但自己的信念就是一定要到达终点。美丽的南湖明畔,华丽的应星楼,宏伟

的紫金桥……都是她信念的见证。最终,她跑出了1小时25分的好成绩,排在女子组第8名,那个时候她才上高二。

取得好成绩的同时,她也曾经历伤病。在今年3月23日的北京公园半马夺冠后,杨子叶又马不停蹄地去参加翌日的无锡马拉松。此时杨子叶的身体状态其实并不是特别好,已经连续感冒一星期了,之前的左脚跟腱炎也还没有完全好。

但是在小伙伴的鼓励下,看着漫天飞舞的粉色樱花,她还是迈开了脚步,不再考虑速度、名次,享受奔跑就好。没想到良好的心态、美丽的跑道、热情的人们,她完全沉浸在其中了,中途脚也没有什么反应,顺顺利利跑完了全程。

基普乔格是杨子叶最敬佩的马拉松运动员,去年11月她见到了自己的偶像。基普乔格鼓励她全马要破2小时30分。“虽然不太可能,但我会努力的!”

之后,她把微信头像改成了和基普乔格的合影。杨子叶表示,她要在PB的路上继续努力,追寻偶像的脚步。

(通讯员 朵朵)