

## 左海会客厅



## 本期嘉宾

**李雯雯** 2000年出生,中国女子举重队运动员,福州举重运动员,任共青团福州市马尾区委员会副书记(兼)。她是女子87公斤以上级抓举、挺举和总成绩三项世界纪录保持者;2020年东京奥运会获得女子举重87公斤以上级比赛金牌,打破了抓举、挺举和总成绩的三项奥运纪录;2024年巴黎奥运会获得女子举重81公斤以上级金牌,成功卫冕。

## 李雯雯:世界纪录不是我的极限

本报记者 唐蔚楠



巴黎奥运会夺冠后,李雯雯“比心”庆祝。  
新华社记者 郑焕松摄

和李雯雯坐下来聊一聊,不出几分钟,你就能感受到她的直率和可爱。提问,答!签名,来!被问及身高,她爽快回答:“一米七八。”当被问到体重,她笑着摇摇头:“这是女孩的秘密。”红白相间的运动服,衬得这个24岁的年轻人朝气蓬勃。

走上赛场,她是以绝对优势统治女子举重81公斤以上级别的“女霸王”,世界纪录、奥运会纪录、全国青年

纪录保持者一栏写满了她的名字。拿下比赛后,她爱做“比心”的招牌动作庆祝,会把教练高高举起,也为正式“下班”而高声欢呼。

作为中国举重队第一个“00后”奥运冠军,李雯雯以骄人的成绩和赛场上的拼搏为人们熟知,而她自信率真的可爱形象,也让人们感受到了属于这一代中国年轻运动员的青春风采。



李雯雯在比赛中。新华社记者 郑焕松摄

## 王者归来

## 期待创造新纪录

8月11日,巴黎奥运会最后一个比赛日,在举重女子81公斤以上级的较量中,李雯雯交出抓举136公斤、挺举173公斤、总成绩309公斤的成绩单,将冠军收入囊中。这也意味着中国体育代表团以巴黎奥运会第40金收官,创造了境外参赛的最佳战绩。

这块奥运金牌来得并不轻松。过去2个多月了,说起这场比赛,李雯雯用手拍了拍胸口:“压力很大,算是在比赛中战胜了心魔。这个奥运周期经历过伤病,就怕比赛出现意外,还好结局是好的。”

很多人认识李雯雯是在东京奥运会,她以抓举140公斤、挺举180公斤、总成绩320公斤打破三项奥运纪录的成绩夺冠,总成绩领先第二名37公斤。在同一级别上,李雯雯成为“独一档”的存在,几乎每次比赛都能领先对手几十公斤。就在大家以为她能继续“制霸”巴黎周期时,她却意外受伤了。去年9月,利雅得世锦赛上,李雯雯右肘关节韧带和肌肉受伤,让她错过了随后的杭州亚运会和国际举联卡塔尔大奖赛。

伤病,是每个运动员的头号敌人。对于李雯雯,这次伤病则成了一个重新审视自我的契机。从2018年底进入国家队,5年多的时间里,李雯雯在自己参加过所有比赛中只有两次没拿到金牌,一次是刚出道还不满19岁的福州世界杯上,另一次就是去年的利雅得世锦赛。“我之前一直太顺了,问题出现时,自己是很蒙的。在这个过程中,我反思自己的问题,能力是够的,但技术动作没有做好。”



奥运冠军李雯雯(左)、李发彬在第十二届海峡青年节峰会上分享奋斗故事。  
本报记者 林双伟摄



巴黎奥运会赛场上,李雯雯抱起教练吴美锦庆祝夺冠。  
新华社记者 杨磊摄

## 冠军之路

## 从福州走到北京



巴黎奥运会赛后,李雯雯登台领奖。  
新华社记者 杨磊摄

挠挠头:“我小时候就有一股使不完的劲儿。”

那天回家后,李雯雯和父亲说起这个事,父亲调侃她“干啥啥不行,吃啥啥没够”。李雯雯不服气,就自己去找了体校校长,看看能练点什么。校长对她说:“还是练举重吧。”

2014年,李雯雯结束鞍山体校的训练,转往福州。南下2000多公里,持续的酷暑一度让这个来自北方的女孩难以适应,加上训练量大,李雯雯经常又哭又吐。“第一个

奥运会后的一个多月里,李雯雯马不停蹄地走进学校、社区、演播室,其间也回到福州,跟大家分享奥运故事,讲述成长历程。在与记者见面的前一天,她刚在外省参加完一场公开活动,又马上飞回北京,“比完赛到现在,一天都没有休息”。

在这个过程中,李雯雯也回顾了自己从练习举重开始,到成为两届奥运冠军的奋斗历程。那时候,她的脑海中冒出了一个问号:冠军是怎样炼成的?是血和泪吗?“好像不是。我觉得是热爱、汗水和欢笑,是陪伴,是期待。”

走上冠军之路,李雯雯的开端可能和大多数人不太一样——缘于和父亲的一次“赌气”。

2012年,12岁的李雯雯在读初中,鞍山体校一位举重教练来学校选“好苗子”。李雯雯回忆,体育老师向举重教练推荐了自己,但教练嫌已经80公斤的她太胖,没有选中她。

说到这里,李雯雯不好意思地

## 中国力量

## 继续又胖又美又强下去

人们喜欢把李雯雯叫作“快乐大宝贝”。

今年的巴黎奥运会上,李雯雯在夺得金牌之后,又展现出了“大宝贝”可爱的一面:先是做出“比心”的招牌动作,接着又把教练拉到举重台上一把抱起。更可爱的是,她一边喊着“下班啦,下班啦”一边跑回了热身区。

赛场之外,李雯雯在社交平台上也不时分享日常动态:训练时,她会拿着杠铃杆拍段子,开“大头特效”搞怪,偶尔也摆姿势学几招“大鹏展翅”,自称在“偷懒”。奥运会后,她还分享了一段身穿汉服单手举杠铃的视频,引来不少网友点赞。“我想得很简单,就是希望通过这些方式推广举重运动,让更多人了解和喜欢它。”

李雯雯的个性签名是“做一个灵活的小胖子”。今年生日,她还在社交媒体发了一组写真照,并配文,“胖格格与这个世界交手的第24年”。

“当然,比赛并不是越胖就越占优势。举重的技术含量极高,发力和支撑需要全身肌肉协同作战一气呵成,很注重瞬间爆

发力、协调性与灵活度。”李雯雯告诉记者。

也有网友帮李雯雯说话,“你那不是胖,是实力在荡漾”。

“是的,我不是胖,我是强,我举起的,是破世界纪录的中国力量!我还会继续又胖又美又强下去。”李雯雯说。

从12岁摸杠铃到现在,凭借顽强的意志、良好的心态,李雯雯坚持了12年。她也坦言,奋斗,光是为了自己走不到今天。为了热爱的举重,为了祖国,那就不一样了。“我的使命就是,金牌在我的手里不能丢,我在役一天,中国女子举重大级别的夺金传统,就要一直捍卫住。”

从女子举重2000年在悉尼入奥开始,丁美媛、唐功红、周璐璐、孟苏平帮助中国女举一次次在奥运会称霸最大级别。手握接力棒,李雯雯正在延续着这份中国骄傲。

对于四年后的洛杉矶奥运会,李雯雯充满期待。而对于接下来的日子里可能要面对的重负与挑战,李雯雯为自己,也为大家鼓劲:“做自己最忠实的铁粉,在最需要能量的时候,给自己喊两嗓子提提气,顶住!加油!”



李雯雯游览鼓山十八景公园。(受访者供图)