



# 真金不怕火炼

伦敦奥运会女子竞走金牌荣归切阳什姐

1

## 迟到的金牌,无法找回的“光环”

对于已经31岁的切阳什姐来说,这枚迟到了10年的伦敦奥运会金牌,承载了她的太多情感。

回顾十年前的伦敦奥运会,那是切阳什姐第一次站上奥运的舞台。彼时,不满22岁的切阳什姐还是中国女子竞走军团中的一员小将。

在伦敦奥运会前的两个月,切阳什姐成为了第一位代表中国站上奥运赛场的藏族选手。这是一份巨大的荣耀,同时也是一份沉甸甸的使命。

切阳什姐的那场奥运首秀,她嘴上说着“没有那么多想法,就是去参加比赛,感受一下”,却一路咬牙跟着第一集团,并且超越了中国名将刘虹,最终第

三个走过终点线。也就是在那场比赛里,切阳什姐以1小时25分16秒打破了亚洲纪录。

如今回看切阳什姐的竞走生涯,伦敦奥运是她唯一一次站上奥运领奖台。

2015年和2019年,伦敦奥运会银牌和第五名的两位俄罗斯选手卡尼斯金娜和基尔迪娅普金娜分别被查出兴奋剂违规,因此被取消了伦敦奥运会的比赛成绩。切阳什姐就这样在当时递补补成了银牌。

那段时间,切阳什姐并没有对此做出太多评价,而在中国奥委会2020年全会上,国际奥委会委员、中国奥委会副主席李玲蔚向前递补得到伦敦

奥运会奖牌的运动员颁奖时,切阳什姐也因为训练而没有到场领取银牌和徽章。

直到东京奥运会之后,她的这枚银牌最终变成了金牌。

“开心的是我能成为自己心中的冠军,我可以拥有奥运金牌,虽然很多事情已经过去了,也不会拥有,但我有证明自己的奖牌。”切阳什姐的这番话里夹杂着复杂的情绪,“难过是我没有感受过冠军的样子,没有得到奥运冠军的光环,虽然光环是一时的,但那一刻的光环我想拥有,没有得到或许能得到的自身价值,但过去已经过去,要想得到的依然在努力。”

3

## 竞走很寂寞 但却很美好

2021年的5月,切阳什姐克服了伤病和状态起伏的种种困难,还是拿到了东京奥运会的参赛资格,但最终,这位“三朝元老”没有能够再次站上领奖台,只是以第七名的身份结束了她的奥运之旅。

但对于切阳什姐而言,她对于中国竞走甚至是中国竞技体育的价值,早已超越了奖牌的分量——她是中国体育史上第一位进军奥运会赛场的藏族选手,也是第一位站上奥运会领奖台的藏族选手,更是第一位三度参加奥运会的藏族选手。

2019年,在成为全国道德模范候选人时,《人民日报》就为切阳什姐写下了这样一段话:“在十几年竞走运动的职业生涯中,她以非凡的意志,顽强的拼搏,巨大的付出,不断创造出优异的成绩,成为田径队众人学习的榜样。”

切阳什姐自己也说,如果不是因为练习了竞走,她可能只是一名默默无闻的在校大学生。

回忆起自己和竞走结缘的过程,切阳什姐至今都会会心一笑。而回望自己这十多年的竞走人生,切阳什姐也说,竞走是寂寞的。

“如果一天30公里的话,300天9000公里,十年的话,就是9万公里。”

这9万多公里的训练路程,切阳什姐一个人默默走完,沉淀了她在过去十几年的点点滴滴——荣誉、低落、伤病、康复,还有那一次次家附近训练却无法回家看望家人的无奈。

切阳什姐在竞走时有一个特点,那就是当她要冲过终点前,她总是会面带微笑。她解释这样做的原因是——“为了让自己轻松一些。”

而这样的一个冲线瞬间,似乎也是切阳什姐竞走人生的一个缩影——历经着寂寞而枯燥的训练,承受过失败的遗憾,但依旧热爱着自己坚持的一切。

尽管并非一路坦途、满载荣耀,但切阳什姐的十几年运动生涯已经很幸福,而且很幸运,就像她的名字所代表的藏语含义。

“如今十年过去了,到了一切都看淡的年龄,明天开始依然是‘新的开始,零的起点’,愿你我都健康,平安,快乐。扎西德勒!”

据澎湃新闻



冲过终点前,切阳什姐总是面带微笑。

2

## 遗憾,是她竞走人生的注脚

享受胜利者的光环,是每一位夜以继日刻苦训练的奥运健儿们都希望实现的梦想。而对于切阳什姐来说,她在关键的大赛里,却似乎经常和胜利差了一点点距离。

1990年11月出生在青海牧区的切阳什姐,从小就展现出了优秀的运动天赋。她从2008年才正式开始接触竞走,用了两年时间就走进了国家集训队,然后她又花了两年时间走上了奥运舞台。

“没出成绩之前,其实是玩儿的心态,而出了成绩之后,就有压力,反而觉得是枯燥的事情。”切阳什姐在接受采访时,说话间总会透着一种直率和质朴的气质,面对大多数问题,她不会遮遮掩掩,而是把所有真实的想法吐露出来,“如果要给我的比赛定一个标签,那就是遗憾。”

中国的女子竞走,一直处于世界的领先地位,其中一个很重要的原因,就是不断有优秀的人才涌现出来。

在伦敦奥运会前后,刘虹是女子竞

走的领军人物;而在里约奥运会前后,小将杨家玉的快速成长,又在挑战着切阳什姐的主力位置。

2016年的里约奥运会上,代表中国第二次站上奥运舞台的切阳什姐获得了女子20公里竞走的第五名,在她身前,刘虹夺下了冠军;随后的2017年全运会上,切阳什姐惜败给了当时只有21岁的杨家玉。

而到了2018年的雅加达亚运会上,切阳什姐则是在一路领先的情况下,在最后时刻被杨家玉反超——虽然两人的成绩同为1小时24分38秒,但由于身位靠后,切阳什姐再次与金牌失之交臂。

那场比赛之后,切阳什姐趴在栏杆上哭得不能自己……嘴上说着放弃:“每一场比赛下来,为什么每次都是差那么一点点,每一场比赛下来,都没有达到预期的目标。”

切阳什姐曾在接受《中国体育》采访时,这样回忆那段日子,“每到那个时

候,都会想要放弃。”

但嘴上说着想“放弃”,她的内心和身体都坚持了下来。

到了2019年,当老将刘虹重回赛场,后辈杨家玉逐渐成熟,切阳什姐也重新找回了巅峰的状态。

在2019年国际田联(后改为“世界田联”)竞走挑战赛暨世锦赛20公里选拔赛上,她战胜了一众对手,最终夺下金牌。

在冲过终点后,切阳什姐又哭了,她是为能够解开“心结”而哭,“我赛前练得非常好。所以今天金牌应该就是我的。”

她本想带着这样一份成绩冲击2020年的东京奥运会,然而,突如其来的疫情却打乱了一切计划。东京奥运延期一年,对于当时30岁的切阳什姐意味着太多的变数和不确定。

遗憾,又一次成了她竞走故事里的注脚。