

◎报告文学

掷向苍穹

本报记者 刘真 张晓娟 王庆芳

12月5日,河北奥林匹克体育中心气膜训练馆内,冬日的暖阳透过大门投下一束光,巩立姣静静地坐在光影中,思绪又回到了前不久落幕的第十五届全国运动会赛场上。

11月16日晚,广州奥体中心,第十五届全国运动会女子铅球决赛现场,巩立姣用尽全力掷出最后一投,球稳稳落地。这场比赛,她荣获全运会五连冠,也是中国田径史上首个全运会个人五连冠。

从石家庄市鹿泉区邵营村,到奥运赛场的领奖台,她用铅球丈量了奋斗的长度。

告别了赛场上的拼搏,燃烧的梦想、坚韧与热爱,都在等待着她,掷出人生的下一程精彩。

荣耀:完美谢幕的最后一投

11月16日的夜晚,天清气爽,这样的天气有助于运动员发挥出最佳状态。巩立姣又一次走向无比熟悉的投掷区,这是她第五次站在全运会的赛场上。

滑步、转体、推球……这套动作,她已经做了无数次。第二投,她就投出了19米53,这个成绩足以提前锁定冠军;第五投,巩立姣又将成绩提高到19米68。

此时,看台上一片沸腾。最后一投,巩立姣走上投掷区,她调整了呼吸,把所有注意力都集中在“推球瞬间的发力”上。

“当时我心里默默地想,这是我在赛场上的最后一个球了,一定要好好完成。无论成绩怎样,不管投多远,都是一个纪念。”伴随着一声大吼,铅球在空中划出一道优美的抛物线,落在19米28的位置。

在全场观众的欢呼声中,巩立姣的眼神中流露出依依不舍,她望着不远处的好成绩标识,缓缓直起身——这个她重复了25年的动作,此刻成为职业生涯的终章。

巩立姣向着裁判员深深鞠躬,与每一位对手拥抱,用温暖的掌心拍了拍年轻队员的肩膀,轻声说:“以后靠你们了。”

最后一球投出的刹那,巩立姣内心升起一种从未有过的松弛。“那一刻,才知道终于可以轻松下来了。”她这样描述着自己的感受,“就像托举着一块很沉重的石头,一直向上举着,现在突然‘咚’地扔出去,一身轻松。”

这种轻松来得并不容易,对于一位36岁的老将而言,全运会五连冠的荣耀背后,是常人难以想象的坚毅。走上赛场的巩立姣,身后留下了一连串的纪录:她为中国田径实现了奥运会田赛项目金牌“零”的突破,完成了个人在世界大赛中的全满贯,成为中国田径历史上首位全运会五连冠得主。

在女子铅球运动中,巩立姣创造了属于她的时代。“没有想到自己会创造这么多历史。”她说,“小时候第一次在镇里比赛拿了第一名,我就在想什么时候到县里比赛拿第一;县里比赛拿了第一,我就想着去市里、去省里,就这样一个台阶一个台阶慢慢地走,一直走到了奥运会的最高领奖台。”

遗憾:巴黎奥运会未竟目标

时钟拨回到2024年的夏天。巴黎奥运会赛前的训练馆中,巩立姣的备战状态正炽,训练日志上密密麻麻的数据仿佛跳跃的火焰——力量训练达到峰值,重球投掷稳定在20米线……这是巩立姣参加的第五届奥运会,她渴望在塞纳河畔的女子铅球决赛场上奏响中国国歌。

距离奥运会女子铅球比赛还有20



11月16日,河北队选手巩立姣在第十五届全国运动会比赛前亮相。新华社记者 李一博 摄

多天,巩立姣参加了一场热身赛,6轮投掷3次投在了20米线附近,良好的竞技状态,让她对奥运卫冕充满信心。

然而就在接下来几天里,一次普通的训练课,她的腰部传来一阵撕裂般的疼痛。就像一根拉满的弓弦骤然断裂,那一刻,仿佛世界突然安静了下来,与伤病一同到来的,是巩立姣卫冕梦想的破碎。

巴黎奥运会田径赛场上,走向投掷区的巩立姣额头渗出豆粒大的汗珠,站在投掷圈内,聚光灯下的她感到一种刺骨的凉。每一次滑步,每一次转体都伴随着疼痛,投出每一颗球,对她来说都是一次煎熬,铅球出手的弧线,也失去了训练时的从容与力道。

那是巩立姣唯一一场盼望快点结束的比赛。最终,她的成绩定格在了第五名。走下赛场的她红着眼眶,却努力让声音保持平稳:“训练中出现了伤病,挺可惜的。五届奥运会,多少有些遗憾。”短短数言,她将失落轻轻掩过,把遗憾深深埋进心里。

“那是我第五届奥运会,肯定不会有下一届了。”巴黎的夜晚,埃菲尔铁塔的灯光璀璨如星,她坐在奥运村的房间里,往事如潮水般涌上心头。比起2016年里约奥运会的失利,这一次她更难释怀。奥运赛事已然落幕,拼搏的脚步却永不停歇。巩立姣暗下决心,为了一年后的全运会,继续拼。

离别:用拼搏告慰母亲

正当巩立姣为梦想再次出发时,母亲陈秋兰在今年春节期间猝然离世。巩立姣陷入了巨大的悲痛之中。

巩立姣的父母都是地地道道的农民。“爸爸妈妈对我从事的运动并不是很了解,平时的训练、比赛也不会给我帮助。”巩立姣说,“但是无论我作什么决定,妈妈都会跟我说‘俺们不懂,你去做去干吧。俺们啥时候都支持你’,他们对我精神上的鼓励是最珍贵的。”

女儿进入石家庄市体育运动学校练铅球后,有人对陈秋兰说:“你让孩子练那个铁疙瘩干啥,啥时候是个头儿?”做母亲的总是笑笑:“只要孩子喜欢练,就让她练,我借钱也要支持她。”

2月23日,母亲离开不到一个月,巩立姣重返赛场,在全国室内田径大奖赛(第4站)暨南京世界田联室内锦标赛测试赛上,她以19米04的成绩拿下了冠军。“我很想念妈妈,我知道如果这样消沉下去,不是她想看到的。为了告慰妈妈,我要拼!”说这话时,巩立姣眼里充满了泪水。

3月31日,2025南京世界田联室内锦标赛赛场上,作为中国队年龄最大的运动员,巩立姣在这一天

迎来了女子铅球决赛。她以18米84的成绩排名第五,相比以往的辉煌,这个成绩和排名乏善可陈。

比赛结束一个多小时后,巩立姣发了这样一条朋友圈:“妈,今天是您离开的第49天,49天的离别,仿佛是一场梦。梦中的您依旧那么慈祥,那么温暖。虽然再也无法拥抱您,但您积极向上、乐观开朗的心态会让我更加勇敢地面对未来的每一天。下辈子依然做您的孩子!”

此时此刻,人们才知晓,这位赛场上从不屈服的老将,在过去的日子里经历了怎样的悲伤。

“2025南京世界田联室内锦标赛,成绩没有达到自己的目标,对我来说更是一种鞭策。”巩立姣说,“让自己走出低谷最好的方法,就是到赛场上去迎接挑战,用更好的成绩给自己树立自信,跌倒了不怕,爬起来,继续走。”

淬炼:一个“老兵”的征途

巴黎奥运会失利后,伤病像一座无形的山峰,横亘在巩立姣的梦想与现实之间,让她又一次走入人生低谷。

腰伤得到缓解后,随之而来的是右膝的频繁疼痛,厉害的时候甚至无法行走。她到医院检查,原来是右膝韧带三度撕裂,并且在关节腔里还有一块游离体。医生给出的治疗方案是尽快进行手术,否则损伤还会加剧。

此时距离全运会开幕只剩半年时间,手术意味着无法赶上赛期。为了完成未竟的梦想,巩立姣咬牙作出了决定:“您想办法把我的手术推迟吧,等我比完这一场,咱再做。”

医生给出的答复是:“打封闭是唯一的办法,前要打三针,必须计算好每次打针的时间。”巩立姣还记得当时医生跟自己交了底:“封闭只能暂时缓解疼痛,药效过去后会更疼,麻药让你暂时感觉不到疼痛,用力太猛还有加剧损伤的风险。”

为了备战全运会,巩立姣小心翼翼地在身体康复和保持训练强度之间寻找平衡。从6月到11月,三针封闭被精准地安排在关键节点:6月第一针,为夏季训练蓄力;9月第二针,调整赛前状态;最后一针,落在全运会前20天。“医生说这时候打,药效刚好能撑到比赛结束,太早或太晚都不行。”

每针封闭打完之后,最初几天里还未起效,疼痛使得巩立姣没办法站立训练,她就坐在椅子上完成每天40颗球的训练量。“赛场上的实力,就来自日复一日的积累,备战的关键期,下肢的蹬地和滑步练不了,我还可以练上肢的旋转和推球,总之就是不给自己理由松懈。”她咬牙坚持着。

三针封闭的效果,并不能完整覆盖巩立姣的备战期,之间间隔的那几天,才是最难熬的日子。“游离体在关节腔里漂来漂去,药效过了之后,膝盖像有颗小石子,走一步都硌得慌。有时候我上楼梯都能被它突然‘卡’住,握着扶手疼得直冒冷汗。”坐在河北奥体中心气膜馆里,巩立姣指着自己膝盖的位置。从宿舍楼到训练馆几百米的路,她要走十几分钟。

“有时候难过得想大哭一场,不停

地问自己‘图啥’。”巩立姣笑着说,“每当有这样的念头闪过,我自己又会在心里回答,也许有一百个理由让我放弃,但一个理由就足以让我坚持下去,就是为了争一口气。”

那段时间,上午训练、下午理疗,宿舍的台历上写满了每天训练的点滴。有天晚上,她在宿舍翻到母亲的照片,瞬间泪流满面。“以前训练累了,妈总说‘不行就歇会儿’,可这次我不敢歇。”她擦了擦眼泪,把照片小心翼翼地放在枕头边,“就当妈在看着我,陪着我拼到最后一次。”对巩立姣而言,将要到来的已不是竞技,而是一个老兵在为最后一次战斗做着万全的准备。

新篇:从容转身向未来

广东奥体中心内,巩立姣自信从容,她全神贯注地完成了自己的谢幕之战。国歌的旋律在奥体中心上空激荡,望着冉冉升起的五星红旗,她心潮澎湃,泪水浸湿了脸庞。

回望过去,虽有遗憾,却是圆满——巩立姣的思绪飘回到那些自己奋力拼搏的日子:“如今大家提起巩立姣,就会想到中国女子铅球,我觉得这么多年没有白付出。”

展望未来,纵有未知,亦怀期许——巩立姣曾无数次想象过告别赛场时的样子,当这一刻真的到来时,她还是感到有些不甘,就像跟老朋友告别:“以前总觉得训练苦、比赛累,可真到结束这天,又舍不得了。”全运会完成五连冠后的第二天,她早上8点准时醒来,下意识就想穿运动服去训练馆,穿到一半才回过神来,笑了——“退役了,不用练了”,这种“不适应”持续了一周的时间。

中国田径运动殿堂中,巩立姣用拼搏写就了属于自己的传奇。在一串串闪耀的成绩背后,巩立姣还是那个朴实的农村姑娘。回到邵营村的家里,她会帮着父亲打理活计,母校的师弟师妹开课,她溜达着到校园给大家带去鼓励。

“人不可能永远站在聚光灯下,走下赛场,我们都是普通人。每个人在不同的领域,都在为我们的城市,为我们的国家作贡献,而我,只不过是自己的岗位上取得的成绩被大家看到而已。铅球带给我的,不只是冠军的头衔,更多的是为了梦想拼搏到底的勇气。”

无论身在何处,她都会自然流露出对家乡的眷恋。“外面的世界再好也没有家乡好,无论走到哪里,家的感觉都是最温暖的。”“是家乡养育了我,培养了我,能够以自己的努力为家乡增光,我感到很自豪。”说这段话时,冬日的暖阳透过玻璃窗,在训练馆里洒下斑驳的金黄,一如梦想在闪耀。

人生就像投铅球,蹬地是积累,滑步是调整,出手是勇气,铅球落地的地方,就是新的开始。

阳光映在巩立姣的脸上,带着历经风雨后的从容与坚定。她的赛场传奇已经写就,而人生的新篇,此刻才刚落下第一笔。

第一朵雪花

□李成炎

在某个平常的黄昏
风,有了不一样的冷
我在窗前不经意地一瞥
看见第一朵雪花降临

它像一个迷路的天使
晃悠悠,轻轻盈盈
带着一丝羞怯与好奇
飘向这陌生的世界

它落在冰凉的窗台上
像一个轻柔的吻
惊醒了沉睡的冬天
也敲动了我的心弦

我伸出手,想要接住它
它却在指尖瞬间融化
只留下一丝凉凉的湿意
像一个短暂的童话

第一朵雪花来了
带着冬的讯息和希望
我知道,这洁白的旅程
将装点无数个梦乡

雪落遇见你

□姜丽丽

花苞儿裹着锦囊
在梅枝上酣眠无语
松柏,舒展羽翼
挽留住迷途的风

你从森林那头走来
火红围巾,飘成火焰
树梢的雪,轻轻舞动
像童年丢失的玻璃球

在围炉烹煮的酒中
映着整片北方的云
我们数窗外的落雪
一朵、两朵、三朵

雪人要戴几颗纽扣
用星星还是用月亮
天地,是一座白色的城堡
雪粒在枝头亮起来
恰似你眼眸中的星辰

现在雪还在路上
你能分给我一片吗
那种会融化在舌尖的
甜甜的冬天

雪恋

□陈常青

梅花在凛冽中踮起脚尖
用火红的唇
轻吻天使的六角裙摆
这初吻,寒冽而甘甜
像从未说出口的誓言
在枝头,凝成透明的恋

屋檐垂下水晶耳坠
是雪夜赠予人间的星芒
风过时,丁零摇曳
似冬日的私语
唤醒琉璃一帘幽梦

◎心香一瓣

母亲画冬天

□董国宾

一入冬,母亲就开始画冬天。母亲对冬天的记忆尤其深刻,一张张涂鸦的画里充满了母亲无尽的思索和感慨。

母亲不识字,在庄稼地里耕作大半辈子,可不知怎的,只会种地的母亲非要画冬天。母亲粗糙的手掌从没握过笔,锄草施肥,上山砍柴,饲养牛羊,靠的就是这双手。如今人老了,母亲勤劳的手也裂开了一道道缝,让人不解的是,满头银丝的母亲却饱含深情地拿起了画笔。

母亲的第一幅画贴在了墙上,这幅画我们称作“娘的心愿墙”。张贴在娘的心愿墙上的这幅画,说是画,其实就是潦草的写意图,是母亲一笔一画用心画出来的。画面上,光秃秃的树枝被刺骨的寒风刮得东倒西歪,母亲在严冬里背着一捆捆柴火一步一步往家赶。天阴沉沉的,破旧单薄的衣服被大风刮得扬起了衣角,但母亲仍挺在寒夜里。记得母亲制作这幅画的时候,抖动的手一边涂鸦,一边感叹,还从老花镜里滚落一串酸涩的泪珠。母亲的这幅冬天图,虽画得歪歪斜斜,但天寒地冻的景象一眼就能看出来。全家人静立在娘的心愿墙前,恍然大悟了只会种地的母亲为什么突发奇想学绘画,这是母亲滚动的沧桑,是岁月中的风霜和执着!

母亲的第二幅画又上墙了。漫天卷过大雪后的冬天,一角墙头上,三两只小鸟寂寂地没有叫声,更没有欢快和灵动。冰凉的地面上,皑皑白雪罩住了院子和村庄,小鸟无奈的眼神呆滞了一般,这就是母亲的第二幅画。年近的母亲从时光的缩影中制作了这幅画,全家人一个个解读着母亲的心思,回忆起往昔的岁月。那些年的冬天,风急天寒,一片冻土,尚小的我们弟兄几个,冬衣破旧单薄,在寒冷里度日如年。我们家还常备灶灶冷饭,食不果腹。母亲用抖动的笔画出的几只小鸟,在冰天雪地里难以觅到一粒食物,这让我们突然又想到了那一个个难熬的冬天。

没过几日,母亲的第三幅画也贴在了墙上。画面里没有凛冽的寒风,也没有挨饿的小鸟,只有村口那棵老槐树,枝丫上挂着零星的冰凌,树下立着两个穿厚棉袄的小人,正仰头看着树上。我们认出,那是小时候的大哥和二姐,手里攥着母亲用粗线串起的冻梨,脸蛋冻得通红却笑得眉眼弯弯。母亲画到这里时,嘴角一直抿着笑意,手指虽仍有那些颤抖,线条却比之前柔和了许多。她轻声念叨:“那时候冻梨金贵,攒着给你们解解馋,你们冻得直跺脚,还舍不得吃。”我们望着画里简单的线条,忽然想起那些清贫却有滋味的冬日,母亲总会把难得的吃食省给孩子,自己却啃着硬邦邦的窝头,心里一阵温热。

母亲的第四幅画,画的是冬日的午后。院子里晒着几床厚实的棉被,阳光透过稀疏的树枝洒在地上,形成斑驳的光影。母亲坐在小马扎上,手里拿着针线,旁边趴着一只大黄狗,正眯着眼睛打盹。画里的母亲头发没那么白,脸上的皱纹也似乎浅了些,眉间满是安然。我们知道,这是母亲如今的冬日日常。日子好了,不用再顶风冒雪砍柴,不用再为粮食发愁,她可以安安稳稳地坐在院子里晒太阳、做针线,守着一家人的温暖。母亲画这幅画时,没掉眼泪,也没多言语,只是画一会儿,就抬头看看院子里的阳光,眼神里满是知足。

母亲又画了一幅冬天图,画里全家人围坐在热气腾腾的火锅旁有说有笑,场面热闹极了。看到这幅画,我们的心一下子回到了现实中。这些年来,村里一片片山坡种上了石榴树。榴花的五月,满坡吐翠,万株流丹,景象壮观。千亩生态石榴园,还开发成了旅游项目,花红如潮,游人如织,游客有了休闲娱乐的好去处,村子的生活也滋润起来了,家家都过上了好日子。母亲深情画出的这幅冬天图,笔画虽不规范,却透出了满满的喜悦和幸福。

又一幅画张贴在了娘的心愿墙上,这幅画是一幅雪景图。漫天的雪花飘飘洒洒,降落到一排排整齐的楼房上,乡亲们安适的家里温暖而祥和,这幅图,母亲终于画出了心愿,画出了全家人的向往,更画出了乡亲们的安康与和美。

不识字母亲非要画冬天,其实母亲画的不只是冬天,是抵挡不住的情感!

燕赵风



巩立姣在比赛中。新华社记者 李一博 摄