

深山瑶寨飞出金凤凰

——记全运会举重亚军蒋惠花

□ 黎学良

“瑶家女蒋惠花又获全运会亚军了……”2021年国庆前夕，这一喜讯传遍了富川瑶族自治县城乡山寨、百姓人家。伴随着这一消息，国庆刚过，在县民宗委、文体局相关人员的陪同下，笔者来到与湖南省江华瑶族自治县山水相连的广西富川瑶族自治县新华乡矮石桥村，耳闻目睹了瑶家女蒋惠花年轻而又辉煌的举重人生。



蒋惠花和她的49枚举重奖牌

▲蒋惠花手持第十四届全运会银牌。（图片由受访者提供）

蒋惠花的家坐落在村中央的一个普通庭院里，作为国家举重队运动员的蒋惠花，代表广西参加在西安举办的第十四届全国运动会后，已回到南宁广西举重发展中心进行赛事总结。去年9月16日，第十四届全国运动会举重比赛在陕西渭南体育中心体育馆拉开序幕。在首日比赛中，蒋惠花、玉玲珑分别在49公斤级和55公斤级比赛中奋勇拼搏，为广西代表团夺得2枚银牌。在9月16日下午率先进行的女子49公斤级比赛中，蒋惠花最大的对手是该级别东京奥运会冠军、湖南运动员侯志慧。在抓举比赛中，蒋惠花三次试举全部成功，以95公斤的成绩名列第二，侯志慧以96公斤的成绩位列第一名。

来到蒋惠花家里，已坐满了前来向其父母道喜的乡邻亲朋，身体瘦小、朴实无华的蒋惠花父母捧出一大包沉甸甸的奖牌，我们摆放在桌面仔细一数，39枚，加上蒋惠花手上存放的10枚共49枚。通过这些闪烁着金光银光的奖牌，我们感受到这对朴实的瑶族父母对女儿的期待和欣慰，也仿佛看到蒋惠花10多年来在举重场上奋力拼搏的身影。



▲蒋惠花在第十四届全运会赛场上。（图片由受访者提供）

到自我消化的作用，在整个队中起到很好的模范带头作用。每次教新动作，蒋惠花都比别的队员认真，遇到做得不满意的，达不到教练布置要求的，下课以后她还会站在镜子面前，练习到满意为止。经过两年刻苦自觉的训练，2009年冬训后她凭借完美的技术动作，成绩稳步上升，年仅11岁体重36kg，训练成绩达到抓举60kg、挺举72kg的成绩，总成绩达到了132kg。

2011年8月在湖南吉首市参加全国少年男女（13—16岁）举重分龄赛44kg级比赛，她以抓举70kg、挺举81kg、总成绩151kg的成绩获得3枚金牌。

2012年8月在江西新余参加全国少年男女（13—16岁）分龄赛48kg级比赛，以抓81kg、挺90kg、总成绩171kg的成绩获得3枚金牌。

2013年8月在南京参加亚洲青年运动会荣获48kg级首金。

2013年在宁波参加全国举重分龄赛获3枚金牌。

2014年3月在泰国参加亚洲青年举重锦标赛获3枚金牌。

2014年4月在河北参加全国女子举重锦标赛暨亚运会选拔赛获抓举第一名，总成绩第四名。

2014年8月在南京参加世界青年奥运会荣获中国代表团首枚金牌。

蒋惠花和她的启蒙教练

蒋惠花父亲叫蒋团斌，母亲叫唐玉英，面对我们的采访，他们总是说孩子认为好的我们都支持，只要孩子听徐教练的话就好了。他们说得最多的一句话就是：“小花，你在学校要听徐教练的话，我们不在身边徐教练就是你的母亲。”

徐教练名叫徐维妹，现任富川瑶族自治县体校校长，先后担任富川瑶族自治县第九届政协委员、十届政协常委，贺州市第四届、第五届人大代表，自治区十三届人大代表。

2008年初夏，徐维妹奉命在全县小学范围内海选举重苗子。有一天，她与广西区队挂职教练到新华乡蓬盘小学选材，就读四年级的蒋惠花正在上体育课，全班同学见到陌生人都害羞，唯独蒋惠花在人群中含笑向他们走来，清纯的小脸蛋透露出一股灵气，头发有点凌乱，看上去有点土，但是整体上观察比较灵活。她的身材比同龄孩子要矮，不过身体素质挺好，还特别爱笑，徐维妹走到她跟前问：“小朋友，你喜欢体育吗？喜欢举重训练吗？”蒋惠花听后笑着对徐维妹说：“我试试吧！”徐教练发现这小女孩与众不同，便决定第二天带她到县体校。

蒋惠花的举重人生

2008年8月8日，第29届奥运会在北京举办，徐维妹停止体校的一切训练，从开幕式到闭幕式让学生尽情观看。开幕式雄伟壮观的场面、各国运动员奋力拼搏的场面让蒋惠花惊呆了，特别是广西运动员陆永在赛场上过五关斩六将荣获冠军，给她留下了深刻的印象。当陆永神采飞扬地站在领奖台上，宽敞的大厅奏着中华人民共和国国歌，鲜艳的五星红旗缓缓升起，蒋惠花兴奋不已，立志要以陆永为榜样，从那时起冠军梦便深深地扎根在蒋惠花的心底，激发了她刻苦训练的热情。从此，她训练起来比别人更努力，针对每个动作总会反反复复不断地重复练习成千上万次。在队里她还会经常帮助新队员，一方面可以帮助教练减轻负担，同时也能起

面对日复一日枯燥无味、每天成千上万次举起放下的举重训练，蒋惠花曾多次打退堂鼓，想回家又不敢声张，整天闷闷不乐，郁郁寡欢了三个多月。徐教练一直默默注视着她每一天的变化，对她进行动之以情、晓之以理的思想工作，从为父母争气到为国争光层层引导。在同一批12名学员中，蒋惠花身体算比较单薄、力气比较弱的，起初根本上不了杠铃，徐教练就找来木头加班加点指导她反复训练；为使蒋惠花的体重赶上来，徐教练在要求饭堂师傅做出可口的饭菜的同时，还经常送些营养品给蒋惠花吃，使她体重每增多0.5公斤就能增加举起3公斤的成绩；偶尔有点感冒发烧，徐教练就急忙帮助寻医问药，给予蒋惠花慈母般的关爱。

2010年7月，广西壮族自治区举重锦标赛在贺州举行，蒋惠花参加36kg级的比赛，以抓举53kg、挺举72kg，总成绩125kg勇夺冠军。

同年8月，蒋惠花被选拔到广西举重发展中心，成为一名省级举重运动员。因人生地不熟、水土不服以及高强度训练等原因，蒋惠花哭喊着要回家，达不到回家的目的就开始沉迷于手机网络游戏，追电视热剧，成绩急剧下降。接到自治区教练的电话后，徐维妹转了四次车连夜赶到南宁陪伴蒋惠花两天两夜，苦口婆心劝说蒋惠花要珍惜机会，使蒋惠花懂得了作为一名优秀的运动员，就要严格自律、敢于拼搏，命运就把握在自己手里的道理。蒋惠花的每一步成长，徐维妹都在默默地关注着。



▲蒋惠花的举重奖牌。（李雪仪摄）