

深耕举重事业田 打造幸福追梦路

——上思县不断铸牢中华民族共同体意识速写

磨金梅

▲上思县航拍全景图。 韦世仙 摄

山城人民的举重情怀

在广西西南部的十万大山北麓，有一个人口约25万的小县城——上思县。这是一个壮、汉、瑶等各族儿女世代居住的山水田园。多年来，上思县各族人民厚植民族团结沃土，在交往交流交融中增进感情，和睦相处、和衷共济、和谐发展，发挥自身优势高质量打造举重运动高地，用勤劳与智慧有形有效铸牢中华民族共同体意识。

上思县有着“中国氧都”的美誉，该县总面积2816平方公里，森林覆盖率达60%，被纳入广西重点生态主体功能区范围，青山秀水常年吸引众多游客前来探访。除了良好的生态环境，上思县还有一张让当地各族人民引以为傲的名片，那就是举重。举重运动也如一条无形的纽带，连接起上思各族儿女奋勇前行的心，激励着他们在国内外各项举重赛事中争金夺银，为祖国争光，为家乡添彩。

近年来，该县各族运动员在国内外各项举重比赛中共获得391金307银311铜的好成绩，为国家举重队输送了李燕艳、吴春兰、韦承余、韦承左、韦海仙等5名优秀运动员，为广西优秀运动队输送了蒋希国、姚冠武、韦祖委、李俊联等46名优秀运动员。

作为广西优秀运动队训练基地、广西举重运动发展中心后备人才培养基地、广西举重重点项目训练基地，以及广西体育唯一不在南宁市训练的举重训练基地，上思这个小小县城吸引了不少外界的目光。

上思县业余体校举重训练基地声名远扬，除了吸引黑龙江省举重队、山西省太原市举重队、浙江省温州市举重队、山东省济南市举重队等国

内诸多兄弟省、市的举重队前来集训，就连越南国家举重队、越南公安举重队、越南岷港举重队、越南河内举重队也曾慕名来到上思县举重训练基地进行集训。

2019年，几名新加坡举重爱好者跟随广西举重队来到上思体校参观、学习。上思县通过举重这一纽带，用热情和多个国家的举重队结下了深厚友谊。举重，也让上思和全国各地各民族的兄弟姐妹像石榴籽一样紧紧抱在一起，大家心手相牵、团结奋进，共创中华民族美好未来，共享民族复兴伟大荣光。

这里的人们用微笑与行动诠释了相互理解、友谊长久、团结一致的奥林匹克精神。



▲韦海仙在比赛。 主办方供图

怀揣梦想奔向远方

“我们每个人的梦想都与中国梦紧密相连。干体育这一行，虽然我自己没有在赛事上升起过五星红旗，但我要帮助十万大山里的孩子们走出山区，走到世界舞台，夺冠为国家争光，看五星红旗升起！”这是上思县业余体校校长兼举重队教练刘海东为自己设定的目标。为了心中的“国旗梦”，他和同事们努力引领着举重队的孩子们在逐梦路上奋勇前行。

功夫不负苦心人。1999年，上思县业余体校首批举重队员就出现了全区冠军黄淳、全国冠军吴春兰、亚洲杯举重锦标赛冠军李燕艳等。看着五星红旗在国内外赛场上为自己带的队员冉冉升起，刘海东激动得热泪盈眶。

基于上思县业余体校建校以来取得的优异成绩和涌现出一批又一批优秀体育苗子，县委、县政府高度重视，2008年以来先后投资3000多万元新建了校园，建设了标准塑胶田径场、标准举重训练馆、综合训练馆、可供600人进餐的饭堂和200人住宿的运动员公寓等，为运动员的训练、食宿、康复锻炼等提供了优质服务。

上思县业余体校目前在训举重运动员共有68名，其中壮族运动员39名，汉族5名，瑶族24名。举重队4名教练和1名助教也来自壮、汉、瑶3个民族。这些从全县各个学校挖掘出来的不同民族的举重苗子们全身心投入到训练中，住在体校宿舍，吃在体校饭堂。他们白天上课，下午放学后在体校进行举重训练。他们既是队友，也是兄弟姐妹，生活上互相关心，训练时互相帮助，学习上互相交流。

“刚来的时候我很害羞，不敢和壮族的队友交流。不过休息的时候她们也会教我说壮话，我也教她们说瑶语，慢慢的我们就成为了朋友。”来自叫安镇中心

小学的邓振玲笑着对笔者说。举重队里还有3个女孩和2个男孩和她来自同一个瑶寨，其中有一个是她的堂哥邓振发。

在上思县业余体校举重队里，有一些是来自同一个家庭的孩子，他们互相鼓励学习，在举重赛场上摘下了一个又一个奖牌。来自同一家庭的韦承余、韦承左、韦承辰三姐弟多次获得全国乃至世界级举重冠军，赢下的奖牌数达100多枚，被誉为“一门三冠军”。他们家2019年还荣获了“全国最美家庭”荣誉称号。还有瑶族兄弟举重拍档韦祖委、韦海仙。今年4月22日，在全国举重锦标赛暨第十五届全国运动会举重比赛资格赛中，韦海仙代表广西队力压群雄，勇夺男子61公斤级抓举银牌、挺举金牌、总成绩金牌。同日，哥哥韦祖委也代表广西队，以150公斤的成绩获得55公斤级挺举银牌。

走进上思县业余体校，只见一楼举重训练场的右边墙壁上那面五星红旗格外醒目，同时“奥运精神 永驻我心”的标语也在旁边。

在这个占地720平方米，共有50块举重台的训练场里，来自各个壮村瑶寨的青少年举重队运动员们在教练指导下，一遍一遍认真地练习举重，为了梦想挥汗如雨。

除了注重举重技能的提升，上思县业余体校的教练们还把爱国和民族团结进步教育融入传统体育运动中，让孩子们在感受体育魅力的同时，也感受各民族不同文化的独特魅力，在孩子们心中播下爱国主义和民族团结的种子。

上思县业余体校成为了该县铸牢中华民族共同体意识教育实践基地，刘海东也先后获得全区、全国民族团结进步模范个人称号。2023年，该校又获评为防城港市民族团结进步示范单位。

漂洋过海的感谢信

“转训期间，贵县为我们提供了周到的后勤服务保障，给予了我们无微不至的关怀。在‘中国氧都’优质的环境里训练，我们的成绩得到了较快提升。我们向贵县致以衷心的感谢，期待未来不断增进与贵县交流合作，共同推进双方体育事业发展。”

今年4月28日，越南举重协会给上思县人民政府发来感谢信，对上思县为越南国家举重队在该县业余体校举重训练基地转训期间，提供的训练场地和服务保障表示感谢。

今年3月初，越南国家举重队一行7人来到上思县业余体校举重训练基地进行为期20天的集训，备战3月31日至4月12日在泰国举办的2024年国际举联举重世界杯比赛。在此期间，上思县全力支持越南举重队的训练工作，两个国家的举重教练也互相交流、学习，越南国

家举重队的教练和运动员还对上思县青少年举重队的队员给予了技术指导，为促进中越两国在体育领域的交流与合作作出了贡献。

集训期间，越南举重队总教练刘文胜（译）在接受该县融媒体记者采访时表示：“上思县举重训练基地设施设备齐全，服务保障也很到位，运动员可以安心地进行训练，相信我们能在世界杯拿到好成绩。”

刘文胜的期望不久就得到了实现。3月31日至4月12日在泰国举办的2024年国际举联举重世界杯比赛中，越南国家队获得了1金1银4铜的优异成绩。

5月16日，越南举重协会再次向上思县文旅局发函，称越南体育在得到中国国家体育系统的关心支持下得到了进步发展，更重要的是收获了两国珍贵的友谊，在彼此活动交流中合作共赢，对

此表示珍重并感谢，愿彼此友谊源远流长。

“人类命运共同体，顾名思义，就是每个民族、每个国家的前途命运都紧紧联系在一起，应该风雨同舟，荣辱与共，努力把我们生于斯、长于斯的这个星球建成一个和睦的大家庭，把世界各国人民对美好生活的向往变成现实。”2017年12月1日，习近平总书记在中国共产党与世界政党高层对话会上的主旨讲话中指出。

2023年12月，上思县荣获自治区民族团结进步示范区称号。上思这座小小的山城，各族人民以实际行动践行铸牢中华民族共同体意识和人类命运共同体的深刻含义，以开放、包容的姿态，用奋发、向上的激情，连接四面八方勇于追梦的举重健儿，一起在赛场上撷取荣光。



▲韦海仙（左）、韦祖委（右）获奖后与教练合影。 主办方供图