



赵芸蕾,2012年伦敦奥运会登顶羽毛球女双和混双,羽坛“大满贯”球员。2022年6月21日,世界羽联宣布赵芸蕾入选名人堂,称赞她是“她那个时代最全能的双打运动员”。

人生的赛场,赵芸蕾同样是全能型选手:取得博士学位,“升级”为新手妈妈。世界羽联举办的线上授誉仪式结束后,这名新晋名人堂成员接受采访时表示,很享受这样忙碌又充实的人生,未来还想贴上更多“标签”。

过往:“大满贯”也曾输得哭鼻子

一届奥运会斩获双金、连续两届世锦赛均同时加冕女双和混双,赵芸蕾的这一成就,整个羽坛迄今无人能及。此外,她还在一个奥运

周期内,就解锁了亚运会、亚锦赛、全英公开赛、世界羽联超级系列赛总决赛等重大赛事冠军,并随国羽先后捧起苏迪曼杯和尤伯杯两项团体大赛冠军奖杯,实现“大满贯”成就。现任世界羽联主席霍耶表示,名人堂旨在表彰“精英中的精英”,赵芸蕾很长一段时期内在女双和混双同时占据统治地位,因此入选当之无愧。

然而,赵芸蕾的职业生涯并非一帆风顺。“我也打过败仗,哭过鼻子,有很多经验教训。”在赵芸蕾看来,总结失败,往往会有更深刻的收获。所以,在谈及最难忘的比赛时,她提到的其中一场就是2010年广州亚运会混双决赛。“那场失利后,我思考了很多,特别是在状态不好、发挥不佳的情况下应该怎么做,从那以后,我的比赛有了质的飞跃。”

现在,与国羽的师弟师妹交流,赵芸蕾也经常对他们说,要提前做好困难准备,“把可能会遇到的各种情况都预计到,想好应对方案,才能在赛场上面对困难时更加坦然。”她会与年轻队员深谈,了解他们害怕的“点”在哪里,给出建议,帮他们渡过难关,鼓励他们在逆境时也要保持信心。

学习:中国羽毛球界首位奥运冠军博士

赵芸蕾在2016年里约奥运会后退役,同年进入北京体育大学冠军班读研,2018年通过硕士论文答辩,研究题目是《论世界羽坛女双的进攻方式》。随后,她在校园深造的路上马不停蹄,前往成都体育

学院攻读博士学位。

赵芸蕾说,打球时就积累了很多想法和经验,退役后也在国羽当过教练,“很多理念都是教练对队员口口相传,没有形成文字的理论,对这一点我也有些疑惑,所以退役后就想去进修,充实自己将实践经验转化成科研文献的能力。”

博士求学期间,赵芸蕾坚定了将实战积累通过白纸黑字落实成为“很多人能看懂的东西”这一想法,她在导师的指导下,花两年时间撰写了论文《高水平羽毛球女双攻防配合能力评估模型及其实证研究》,于2021年5月底通过答辩,成为中国羽毛球界首位奥运冠军博士。赵芸蕾说:“体育不光是跑得更快、跳得更高,还需要很多科学理论去支撑。不是说我一去教,而是希望更多人能读到,读明白,这个过程对我来说,也是在不断挑战自己。”

值得一提的是,论文收尾冲刺阶段,也是赵芸蕾的孕期。即便出现身体不适,她也不愿耽误进度,熬夜、黑白颠倒都在所难免。她笑言,现在回想起来是“很特别的经历”,但当时很难熬,甚至几次想放弃,只有自己能体会,“多亏家人,还有导师、同学的鼓励和帮助,最后真的是咬牙坚持下来的。这是跟打球很不一样的经历。”

家庭:新手妈妈悉心记录女儿成长

2021年9月,刚过35岁生日一个多月,赵芸蕾诞下女儿。小家伙还不满周岁,赵芸蕾就与丈夫洪炜带着她出门,接触自然,或者坐

在羽毛球场地。不管打球或读书时多么发狠,生活中的赵芸蕾总是满眼温柔,经常在社交媒体分享一家三口的幸福。

赵芸蕾透露,从孕早期她就开始做记录,“成长的每一个瞬间都值得纪念,包括女儿新生儿时期的点滴。”这些都是新手妈妈给宝贝的礼物。女儿现在还没法了解妈妈一边怀着她一边攻坚博士论文有多难,赵芸蕾想等她长大,开始懂事后,一点点把经历讲给她听,“希望她也能有坚毅的性格。”

洪炜是羽毛球世界冠军,与赵芸蕾“升级”为父母后,很多球迷、朋友都很关心冠军之家会不会培养出下一个冠军。赵芸蕾透露,肯定会教孩子打羽毛球,至于能否复刻父母的路,现在谁也无法预料。“重要的是她的意愿和兴趣。”赵芸蕾说,“在她成长的过程中,我们一定会给她灌输要顽强拼搏、不怕吃苦的精神,不管选择什么样的路,我们都会支持她。”

身份:入选名人堂觉得担子更重了

收到世界羽联名人堂证书,赵芸蕾直言:“我觉得肩上的担子更重了,就像扛起一面大旗。奥运冠军有很多,但入选名人堂真的是一种荣幸,所以我也义不容辞地去出更多力,做更多事。”

通过多次面向青年和少儿的主题活动,赵芸蕾言传身教,在青少年中推广羽毛球运动,深受欢迎。因此,她计划在今后的工作中把范围扩得更广,“比如偏远山区的孩子、留守儿童,多跟他们见

面,让他们有更多机会、更好的条件接触体育运动。”她还想打破职业选手与业余爱好者、学球的孩子之间的壁垒,“希望他们能有更多机会与专业球员交流,觉得我们不再是只能在电视转播上看的,而是触手可及的存在。”

赵芸蕾坚信,少年强则国强。她更希望孩子们不管是读书,还是接受体育、艺术教育,都能从中获益,拥有健康的体魄,为将来奋斗打下基础,同时激发拼搏精神,塑造更完善的人格。

未来:希望自己身上有更多“标签”

打球和读书,赵芸蕾已经取得了“天花板”式的成就,但她不会满足于在既有的成就上“躺平”。

“我是一个特别喜欢忙起来的人。如果有大把时间,不去做点事情,我反而会觉得焦虑,觉得是一种浪费。”在她看来,这算是20多年运动员生涯养成的习惯。“我会先设定短期目标,这段时间要做到哪些事、达到怎样的目标。从长远来说,就是希望不断接受挑战:打球时想成为世界冠军、奥运冠军;读书时希望能为后面的运动员或爱好者,提供更多科研理论,共享我的经验,大家共同进步。”这样忙碌的日子充满了成就感。

人生的前35年,赵芸蕾已是妥妥的“斜杠青年”。她不想被哪一个身份标签所限定,给自己设上条条框框,“我还有无限可能。”赵芸蕾说,“今后,我也会找更多‘标签’给自己贴上,希望还能以新的身份跟大家见面。” 据《新京报》



中国邮政报刊发行

随心订阅
“邮”享生活



关注“中国邮政微邮局”微信公众号

• 报刊在线订阅网址 BK.11185.cn
• 客户订阅电话 11185
• 全国邮政营业网点
• 合作服务电话 010-68859199



中国邮政报刊发行

随心订阅
“邮”享生活



扫码订阅《吉林农村报》

• 报刊在线订阅网址 BK.11185.cn
• 客户订阅电话 11185
• 全国邮政营业网点
• 合作服务电话 010-68859199

本版合作媒体

文摘旬刊

全国各地邮政局所均可订阅

邮发代号:11-51

全年定价:96元

电话:0431-88601001

地址:长春市高新区火炬路1518号