

# 高金梅：持枪逐梦 不惧风雨



“作为一名飞碟射击运动员,16岁开始接触枪,从市队到省队再到国家队,一路走来,高金梅捧回了世界锦标赛、世界杯赛、亚运会女子飞碟双向等多枚奖牌。如今,34岁她依然未停下奋斗的脚步,持枪逐梦、不惧风雨。”

□本报记者 冯晶

## 16岁“幸运”与枪结缘

高金梅是石家庄市井陘矿区凤山镇人,学生时代的她,一直爱好体育运动。因为颇高的体育天赋,被学校的体育老师推荐给当时正在选材的射击教练。教练通过一系列测试后,慧眼识珠发现她对飞碟射击表现出不一样的竞技天赋。就这样,高金梅进入了石家庄市射击队,开始接触飞碟射击。

飞碟是室外项目,不管天多热多冷,刮风下雨,都得坚持训练。高金梅自小就十分要强,无论刮风下雨从不缺席训练,除了完成教练交给的任务以外,还自己加练。谈起她的勤奋刻苦,教练们都赞不绝口:“在飞碟队,高金梅绝对是训练最刻苦的一个。她心中始终憋着一股劲儿,一门儿心思完成好训练。”

高金梅坦言,飞碟项目的训练过程非常艰苦,日常训练要忍受严寒和酷暑考验。“刚开始训练这个项目时,要拿着约几斤重的枪,一站就是一天,晚上也要练。十几个小时下来,时常会腰酸背痛。”她笑着说,“我现在颈椎、膝盖、手腕都不太好,但这些都是我前行道路上的见证,再艰辛也值得。”

高金梅说,由于太过艰苦,中间也有想过放弃,但最终还是选择了坚持。当年进入石家庄市射击队后,有一段时间成绩不够理想,一度不想继续练下去了,但在教练的鼓励下,她顽强坚持了下来。“我清楚记得当年带高金梅训练比赛,当时她的状态并不好,但有一场比赛她发挥得特别好,取得了很好的成绩,让她重新找回了练下去的信心。”石家庄市射击运动业余学校飞碟教练李庆伟回忆说。

痛并快乐的训练生活,磨炼着高金梅的心智,也坚

定了她将兴趣转变为职业的信念。2010年的省运会上,她一人夺得了飞碟项目的四枚金牌,顺利进入河北省队。

进入专业队后,高金梅凭借天分和敬业,水平提高很快。22岁后多次入选国家队。

高金梅说,有时比赛压力非常大,赛场上不觉得,打完比赛下来,甚至会因为压力大想呕吐,“但压力大不是放弃的理由,每个运动员压力都很大,我相信,抗住压力往前走,就一定会看见胜利的曙光。”

## 梦想是你的也是我的

2019年,高金梅结婚生女。女儿妙妙的出生让她欣喜。享受到初为人母的喜悦后,她依然放不下手中的枪,心中的梦。梦想和家庭,对运动员来讲就像天平的两端,极易顾此失彼。

那段时间是她运动生涯最难忘和最痛苦的日子,“每次听到孩子的哭声,我就心疼得不行,真有放枪不练的念头。”在这个关键时期,省体育局射箭运动中心给予高金梅无私地帮助和前进的动力。

“晋升”宝妈,重返训练场,对高金梅来说充满了不易。为了让她尽快回归赛场,中心除了给她量身定做细致的训练计划外,还时刻关注她的心理变化,每当她想放弃或情绪低落时,中心领导和同事们都及时送上关怀,一边理智地帮助她分析技术难点,一边缓解她的情绪压力。

“我经常在外地训练和比赛,孩子基本管不了。”高金梅不无愧疚地说。有一次,她在外地参赛,女儿妙妙感冒发烧,因为治疗不及时,拖成了肺炎,中心领导闻讯,及时派人陪同治疗,才让妙妙逐渐康复。说起这件事,高金梅禁不住掩面而泣。

功夫不负有心人,通过一系列的恢复训练,2020年高金梅再次入选国家队,备战杭州亚运会。

入选国家队也就意味着要与女儿进行长时间的分离,但懂事的妙妙给了她无限的动力,“妈妈我也喜欢打枪,我想看到妈妈拿奖牌。”

高金梅说:“拿奖牌是孩子的梦想,也是我的梦想,我要为之拼尽全力。”

## 再归赛场永不言弃

“重返国家队,让我感受到了紧迫。在这里看到了一批年轻运动员奋勇拼搏、勇创佳绩,以蓬勃向上的朝气和敢打敢拼的锐气,展现出亮丽的青春风采,迸发出豪迈的青春激情。这种青春的气息,也感染着我,让我更加明确了目标和看清了如何走好脚下的路。”谈及重返国家队备战亚运会的感受,高金梅“感觉自己比以前更沉稳了,遇事冷静不慌张”。

在飞碟比赛中,过程尤为考验运动员。整场比赛可谓“持久战”,即使脱靶,运动员也要迅速调整自己,找回状态。要取得好成绩,就必须具备一颗“大心脏”。逐步找到自己定位的高金梅,在杭州亚运会上一举拿下了女子双向飞碟比赛团体和个人比赛两枚银牌。

已过而立之年,两枚银牌在手,高金梅并没有“功成身退”的打算。她说:“34岁在其他项目也许算是老将,在飞碟项目不算。对我来说,亚运会不是终点,而是新起点。当你全身心投入靶场融入整个环境的时候,你手中的碟靶就会与你一起绽放出美丽的光彩,没有任何事情,可以像飞碟射击那样,让我如此着迷,如此享受。后面我会更加努力去训练、去备战,争取拿到更多奖牌,为河北射击事业增光添彩。”

收枪,调整,高金梅已瞄准了下一个目标。