

# 人生没有灰暗,努力就有奇迹

## 90后残奥冠军李露:哪里跌倒哪里爬起来,生活就要不服输



最美河南人

清秀的脸庞、略带羞涩的笑容、轻快的语调……眼前的李露和其他90后女孩并没有太多不同。可是,在她的身后,却有着里约残奥会、全国残运会的多块金牌。但不幸的是,她在4岁的时候就永远失去了左小臂。

“人生没有灰暗,努力就有奇迹。”李露想把这句话送给更多的残疾人、在生活中遭遇逆境的人,面对生活,最重要的便是努力和不服输的态度。

记者 李娜 文/图



### “我觉得自己就是一个健全的人”

命运总是在不经意的时候来个大转弯。

李露,1994年出生于南阳市邓州高集镇后李村。和村里很多同龄孩子一样,她也是一名留守儿童。李露的父母常年在新疆打工,她自小和爷爷奶奶生活在一起。

性格开朗、爱跑爱跳的李露是孩子中的“孩子王”“假小子”,但是,在1999年的时候,命运就给李露开了个“玩笑”——当时4岁多的李露和邻家小伙伴一起到村边玩耍时,不知道“电老虎”厉害的她触摸到了窑厂安装的变压器,被电击伤。

失去了左小臂,李露一度陷入了自卑中,在村子里,小伙伴们开始对她的残

疾指指点点;每到夏天,她宁愿忍受炎热,也不愿意穿上短袖露出自己残缺的胳膊……除了情绪上的低落外,还有生活中的诸多不便:面对系鞋带、梳头发等对常人易如反掌的生活动作,对李露来讲却要付出更多的时间和精力去适应,去练习……

不过,这位河南姑娘生就一股不服输的劲头,她说:“我就不断练习,我要让自己和健全人一样。”让李露骄傲的是,“我现在一只手臂能做正常人都能做的事情,健全人不能做的事情我也能做,像剥鸡蛋、扎头发、系鞋带、擀面条、包饺子、洗衣服……这些事情我一只手臂就能做好,我从来在生活中没把自己当成残疾人,感觉自己就是一个健全的人……”

### 理想是为了帮助更多的残疾运动员

不服输的劲头,在这个外表瘦瘦的女孩心里深深地扎了根。

2015年,李露报名参加郑州大学体育学院的运动训练专业单招考试。面对繁重的比赛和训练任务,李露利用训练间隙和晚上的时间埋头苦学,最终以超过国家录取分数线78分的成绩被郑州大学体育学院运动训练专业顺利录取。如今,她已经大三了。

关于未来,李露说:“家乡已经有单位准备在我毕业后录取我了,我还在考虑,我也想过留在郑州,但是不管在哪里,我都会从事残疾人体育教学方面的工作,我想把我的经验教给更多残疾人,让咱们河南拿到更多的金牌。”

“里约残奥会冠军的光环并不能在下次比赛中比别人更有优势。”现在的李露已经开始备战2020年东京残奥会,她要证明,夺冠并不是靠运气。一天差不多7个小时的训练让我们深深感受到李露在田径场上超出常人的努力和伤痛才换得为祖国挣得的无上荣誉。

这位不服输的90后姑娘,2016年获得中国青年五四奖章、全国五一劳动奖章、全国三八红旗手荣誉称号;在2016年“网易河南态度峰会”上,李露同学被评为“她时代佳人”;2017年李露入选感动中原十大人物。

### “哪里趴下就在哪里站起来”

世界为你关上一扇门,有时候是为了给你打开另一扇窗。

对于李露来说,2009年又是一个转折点。当时,正读小学六年级的李露被邓州市残联选中,培训3天后,去参加南阳市首届残疾人运动会。运动会上,李露一鸣惊人,获得100米比赛冠军。之后,又在南阳集训了10多天,继续参加河南省第五届残疾人运动会,李露再次取得好成绩,在100米、200米和400米比赛中均获得第三名。

就这样,失去左小臂的李露,在运动场上找到了自己的舞台。

2010年12月,她在父母的支持下到焦作参加集训,备战2011年10月在杭州举行的第八届全国残运会。性格倔强的她训练起来非常刻苦,训练量和四肢健全的学生几乎相同。在第八届全国残运会

上,由于肠胃不适,16岁的李露取得400米银牌、200米铜牌的成绩。

“这个成绩我不太满意,我就告诉自己,哪里趴下就在哪里站起来,下一届全国残运会上,我一定要取得更好的成绩。”果然,全国第九届残运会上,李露最终在女子田径T46级800米比赛中勇夺冠军,而且愈战愈勇,在T46级400米比赛中夺得冠军,并打破了全国纪录。

不断努力训练的李露又取得了更好的奖项——2016年里约残奥会,她以58秒09的成绩夺得女子田径T46级400米决赛冠军,以26秒26的成绩夺得女子田径T46级200米比赛铜牌。这块金牌意义非凡,这是河南省残疾人运动员时隔20年后再次登上残奥会田径项目最高领奖台。

