

巾帼驯烈马,看湖南首位专业女骑士

今日女报/凤网记者 章清清

在广阔无边的草原上,夕阳的余晖还未散尽,穿上帅气的骑马装,蹬一双精致豁亮的马靴,策马天涯。这样的场景想必很多人都梦想过却未必有机会实现,长沙43岁的美女礼仪讲师罗亦就敢于把梦想变成现实。用7年的时间,她不仅成为了一名专业的马术爱好者,日前更是捧回了一朵代表进入马术专业比赛资格的蓝马花,罗亦成为湖南首位征战全国专业马赛的女骑士。



37岁爱上骑马

一手抓住水勒缰,一手紧拉马鬃毛,左脚掌前半部轻踩脚蹬,让身体保持重心向上,顺势一个纵摆,轻轻松松就骑在了近一人高的马上,动作干净利落。1月30日,在长沙郊区马场的训练地,一身帅气骑马装的罗亦上马之后更加英气逼人。

“我学的是英式骑马,要求动作比较优雅,必须要戴头盔、手套什么的。这样打扮很潇洒是不是?”43岁的女骑士罗亦如是说。如果不是事先打听过,记者眼前的她身材娇小玲珑,打扮时尚,活力十足,完全看不出她的真实年纪。这样一个柔弱的女子怎么会爱上骑马这样激烈的运动呢?

罗亦告诉记者,爱上骑马完全是一种偶然。2008年,她从报纸上看到

了一篇介绍马术的文章,一时兴起就加入了长沙的一个叫“湘军骑兵团”、推广英式马术的qq群。她刚开始只是抱着试试看的心态,学着如何和马亲近,然后根据教练的指导在圈起来的马场里慢慢地走圈。后来,她发现骑马不单单只是一种运动,“而是用生命的能量和心跟另一个生命进行交流和互动”。

罗亦说,马是一种非常聪明的动物,在你骑上它之前,你要先跟它有一种交流和沟通,一般初学的人要先站在马可视的30度角范围内,轻抚马鼻、马头、脖颈等部位,彼此熟识后才上马。

骑马运动虽然老少皆宜,却属于小众运动。在罗亦的马术qq群里,年龄跨度不小,最小的是“90后”,最大的已年近花甲。罗亦37岁开始学骑马

并不算晚,加上她小时候练过体操,身体素质一直不错。一个月的练习后,她就可以使马从静止变为原地绕圈,从走碎步变成快走步骑出圈地。“策马奔腾的时候感觉特别快乐,什么烦恼忧愁都可以抛开。每个人都有认可自己的方式,有人通过工作,而我觉得骑马让我找到了自我。”

罗亦说,当时在这个马术qq群里,马术爱好者都是通过AA制的方式每周定点相聚在长沙的月亮岛骑马。群里又分新手和新班连班长、群主这样的身份,新班连的班长义务培训新入群的马术爱好者。她说自己运气特别好,碰到的教练和现在练的英式骑术对她来说都是最合适的。

翻身骑上雪儿,无论它弹跳得多厉害都不再放缰绳。最终雪儿被驯服在她身下。

体重不足50公斤的娇弱女子却时常要赤手空拳征服狂野不羁的烈马,受伤便成了家常便饭。采访时,记者就看到罗亦的两个手上还有瘀伤。“这都是上次去北京比赛留下的,一个月了还没好。”罗亦笑着说,她坦言其实也有疲惫和后怕的时刻,但她对自己有一个底线,凡是认为值得去做的事情,只要不超过她能承受的底线,就不会轻易放弃。7年的时间,罗亦也从一个业余的马术爱好者历练成为了一名专业的马术骑士。

湖南唯一女骑士征战专业赛马场

2015年1月1日,北京马协天骧杯新年赛马大会举行,罗亦报名参加了“40公里耐力赛”。这是骑手参加全国其他专业马术赛事的资格赛。这场资格赛,在三个半小时的时间里,要求选手骑马完成40公里的路程,中间有各种障碍和干扰。罗亦是湖南地区唯一的女骑手。

骑马看似轻松惬意,实际上是一项高耗能的运动,骑马运动中,注意力必须高度集中,全身所有的骨骼和肌肉,以及内脏各器官全都不由自主地处于运动状态。骑马半小时,相当于打一整场激烈的篮球赛所消耗的体能。三个半小时的耐力赛实际上是对骑手体力和技术的双重考验。罗亦的比赛亦是惊险连连。

“刚开始没多久我就坠马了!”罗亦说,她比赛时骑的马匹叫“小旋风”,也许是彼此磨合不足,赛程中有一片小树林,在跨过一个障碍物时,罗亦被树枝挂倒,从马背上摔了下来。

不过幸运的是,“小旋风”是一匹有经验的赛马,看到主人摔倒后并没有走远而是回来守候在身边,罗亦也迅速翻身上马继续比赛。

但更大的考验还在后头。因为没有比赛经验,为减轻负重,赛前她就把在路途中准备的干粮给了摄影师。赛程过半时,罗亦开始脱水并体力不支,在虚脱中她因为眩晕而迷路了。

“我走到了公路上,已经偏离了赛道,这时比赛时间快要到了。”罗亦说,凭借最后一点体力,暗示自己一定要拼一把,迅速抓缰绳调转马头回到赛道,好在离终点已经近了,最后终于在规定时间内完成了比赛。因此,她拿到了进入专业马术比赛资格的“门票”——蓝马花。

如今,罗亦在长沙拥有了一匹属于自己的赛马,每周她都会花几小时骑马。她说,长沙目前的骑马爱好者有400余人,但比较零散,且长沙本地草场质量及马场的数量、范围有限,骑马受到了影响。新的一年,她希望把长沙的骑马爱好者集合起来,让骑士圈组织化、正规化,研习专业马术。

驯服烈马

长沙的马术圈不大,真正由兴趣坚持下来的都是少数。“我们和马结缘几乎都被马摔过,呸过马儿的亏!”资深马友易勇说。罗亦也告诉记者,每个马术爱好者基本上都受过伤,她自己不光被马踢过,还被烈马摔下来过。

2008年夏天,长沙新来一批新疆烈马。当时,一匹白色的马一亮相就吸引了罗亦的注意力。“这四匹马叫‘雪儿’,当时好像还没有被人骑过。”

自认为有两把“刷子”的她没抓紧缰绳就仓促上马,遭到这四匹马的抗议。“一骑上去,它就不停地弹跳,想把我弹下去。”罗亦回忆,当时草地上隔几十米就有沟渠,沟渠里还有水,路况很

不好。随着焦躁的嘶鸣声,这四匹马就开始抬脚往不远处的斜坡全速狂奔,还没反应过来她就从马上摔飞了出去。

“幸好当时穿了护腰装备,然后摔的时候我也是找准了一块草地才脱手放缰,所以身体并没有受很大伤,但被队员扶起来时,整个人十几分钟里都是摔‘蒙’的感觉。”

罗亦起来后立刻要求把雪儿牵来再骑一次。罗亦说,被烈马摔下来后立刻再次骑上它很重要,一个是要打消自身的恐惧和后怕,另一个烈马第一次驯服以后就很难驯服,会变成真正的“烈马”。

做好准备后,罗亦再次抓紧缰绳

戒毒所里的爱民模范:不怕艾滋不畏毒

今日女报/凤网记者 章清清

通讯员 高敏

她是一个意志很坚定的女人,曾经战斗在非典一线,参与抢救400余名非典患者。2004年转业到衡阳市戒毒所后,开始为艾滋病人、戒毒学员服务。2007年,戒毒所一致推荐李晖担任监管女吸毒学员的班主任。她先后被评为衡阳市“十佳巾帼建功标兵”、全省防治艾滋病先进个人、全省监管工作先进个人并荣立个人二等功。2014年,她被评为“全国爱民模范”和“第五届我最喜爱的人民警察”。她就是衡阳市公安局戒毒所民警李晖。

与艾滋病人接触不戴手套

今年47岁的李晖,是湘潭人,毕业于中南大学预防医学专业,曾服务于衡阳市169医院,负责艾滋病预防等工作,参与抢救400余名非典患者。2004年转业时,李晖主动放弃进入机关单位工作的机会,来到衡阳市戒毒所。

2004年12月的一天,李晖刚到戒毒所不久,就接到通知,下午将有一名艾滋病人从某医院转过来,让李晖等管教人员做好准备。那天中午,李晖心里除了紧张,没有别的感觉。病人是一个小伙子,一直莫名其妙地发烧,等查出艾滋病时,病情已经很严重了。他被担架抬下车的时候,听力和语言功能都出现了障碍,浑身多处褥疮。就在看到那张年轻得有些稚嫩,却苍白得让人心痛的面庞的瞬间,李晖的恐惧顷刻间消失殆尽。为了抢救这个小伙子,她就像母亲照顾儿子一样,为他翻身、拍背、清洗疮面。那是李晖第一次

接触艾滋病人。

李晖要求自己在工作中不戴手套。她这样做是想告诉艾滋病人:她没有歧视他们。李晖说,对艾滋病人,尊重比治疗更重要。

2009年5月,戒毒所医务室里进来一名艾滋病戒毒人员阿明。刚进监区,阿明不但不配合李晖治疗,还不洗澡,不换洗衣服,故意与人打架,甚至提各种无理要求。李晖把阿明带到医疗室,面对面,手拉手,像对待自己弟弟一样安慰鼓励,劝说阿明要坚强,要接受治疗。第二天,李晖又请来阿明的家属,一起到戒毒所做阿明的思想工作。慢慢地,阿明转变了,不但配合治疗,还主动承担监室里的卫生。走出戒毒所的那天,阿明握着李晖的手,泪流满面说:“李姐,自从我得了这个病,再没有人把我当人看,只有你还会这样对我。我这辈子可能都无法报答你这个恩情了,只有来生再报!”

把戒毒学员当“女儿”

李晖说:“一些戒毒学员,家属抛弃了她们,我很心疼,把她们当女儿。”

戒毒学员小刘从小在一个冷漠的家庭长大,母亲没有文化,只会大声谩骂、大打出手。她性格因此变得叛逆,初一便辍学,13岁在男友的影响下染上毒品,16岁生下女儿。来戒毒所时,小刘的情绪很大,时不时有自杀的念头,她母亲来看她,她把母亲送来的衣服全扔进了厕所。“李晖妈妈知道后,和我谈心,多次和我妈妈交流,慢慢感化了我,是李妈妈让我知道感恩,让我知道自己错在哪里。我那时头发脱落得很厉害,我想我会变成秃子,每天大哭大闹,李晖妈妈耐心开导我,自己拿钱到药店给我买药,每天来给我涂药,有时半夜也守着我。”小刘撩起头发说,“现在,我的头发全长起来了,几乎看不出以前脱落的样子了。我快要出去了,可我还想呆在这里跟着李妈

妈多学习一段时间。”

戒毒学员李某,从小和外婆长大,不知道自己的父母长什么样。13岁时,外婆去世,她成了无依无靠的孩子。当她来到戒毒所时,没有亲属签字,李晖说:我来签字。她康复后,同样的问题摆在面前,李晖二话没说,不但代替亲属签字,而且让她住到自己家。李某满心愧疚,不愿再麻烦“李妈妈”,想找一份工作。李晖通过协调,给她在一个公司找到一份合适的工作。现在她已经找到心仪的男孩,过上了正常的生活。

这样的例子太多太多了,李晖说:“在工作中,最有挫败感的就是看见熟悉的面孔重新进来,那时是感觉最失败的。她们不听话的时候最揪心了,我来这里工作几年,我的头发都白了很多。但是我不能放弃她们,抛弃她们,她们其中很多人本来就是被家人抛弃才误入歧途的。”(除李晖外,文中人物均系化名)