我的對手只有我自己

2013 橫掃國際舉重賽事4面金牌

2016 里約奧運銅牌

將獎金捐助偏遠地區救護車

2017 臺北世大運金牌

曾獲總統教育獎

十大傑出青年

郭婞淳

23歲，輔仁大學體育系

擁有台東阿美族血統的郭婞淳，出生就沒有見過親生爸爸，媽媽在外地工作很少回來，從小是外婆帶大。家中經濟狀況不佳，國中時因繳不出房貸，連夜搬去工寮，之後也不斷在親戚間「流浪」。偏鄉成長背景缺乏資源，她卻用舉重翻轉命運，從高中開始拚獎金養家，這個曾被鄰居嘲笑的孩子，憑著一雙手撐起完整的家，所有家人因為她每次的出賽而凝聚在一起。歷經不斷地自我超越與挑戰，替自己舉起一片天!

2013年，才剛橫掃亞錦賽、世大運、東亞運、世錦賽四面國際賽金牌，卻在一年內從高峰重跌到低谷，被141公斤重的槓鈴壓碎大腿內側肌肉，兩個多月來只能以輪椅代步。

相信所有的挫折都是上天最好的安排！

無論是受傷、奪金失敗，她始終相信：「老天爺要你多成功，就會給你多少挫折與磨練。」將所有的不完美當作未來成功時的養分。

走下舉重練習場的郭婷淳，私下喜歡彈鋼琴與閱讀，音樂讓她沉澱心靈，閱讀勵志的書籍可以幫助態度的養成，也有助於思考與表達，她會將書中好的句子抄在本子上，練習表達，五年前接受訪問只會一直笑，現在已經可以侃侃而談了！

–文章節錄自親子天下2017/8/17

「這次就是為了世界紀錄而來！」

郭婞淳說：「賽前就知道里約奧運金牌會來，但我想我的目標不是她，我要打破大會紀錄，希望在家破世界紀錄，我的對手只有我自己。」

郭婞淳以抓舉107公斤改寫世大運大會紀錄，挺舉142公斤打破世界紀錄，總和249公斤奪得金牌。

快拿起手機掃描，
讓我們一起欣賞
她在比賽中的表現!