

3月25日,叶诗文在2019全国游泳冠军赛上获女子200米混合泳金牌——

# 心中有梦再出发

■马晶 陈小强

## 长镜头

“我选择回来,还是要站在最高的领奖台上。”在全国游泳冠军赛上,叶诗文实现了她的承诺。2分09秒24,女子200米混合泳冠军,叶诗文用实力宣告了自己的强势回归。

有人说叶诗文出道即巅峰,从成绩上看确实如此。2012年的伦敦奥运会,让这个16岁的小姑娘一夜成名。面对包括霍苏在内的一众高手,初出茅庐的叶诗文以黑马的姿态杀出重围,不仅夺得了女子200米和400米混合泳两枚金牌,更打破了这两个项目的世界纪录。

然而在里约奥运周期内,叶诗文的成绩出现起伏。也就是在这段时间里,成绩的不理想、身体的伤病、外界的质疑,让她品尝到成长带来的各种苦涩,甚至一度让她对比赛产生了恐惧。在相当长的一段时间里,人们在领奖台上再也看不到她的身影。在里约奥运会上,背负着女子混合泳两个项目卫冕冠军的光环,叶诗文心有余而力不足,最终两个项目都没能获得奖牌。

从获得“全满贯”的泳池天才,到游泳队的边缘人物,这样巨大的落差,也许只有她自己才能体会到内心的挣扎。于是在里约奥运会后,叶诗文决定暂别泳池,进入清华大学法律系开始人生的新阶段。

挫折过后,有些人选择了离开,而有些人选择了坚持,叶诗文就属于后者。“我还是喜欢游泳,对游泳还有没完成的梦想。”为了全身心备战东京奥运会,叶诗文向清华大学申请休学两年,再一次投入到艰苦的训练之中。“既然回来了,我的目标就是争取站上最高领奖台!”

去年底,叶诗文在短池世界杯北京站复出。那次比赛,她在自己最擅长的两个混合泳项目上状态出色,以2分08秒16的成绩摘得女子200米混合泳的铜牌。随后,她又世界杯东京站将自



己200米混合泳的成绩提高了1秒多。到2018年底的杭州短池世锦赛,叶诗文已经将该项目的成绩提高足足两秒。

恢复训练九个多月,无论是心理还是身体,叶诗文已经将自己调整到了一个不错的状态。她逐渐将体重控制到和伦敦奥运会夺冠时相近,成绩也有了明显提升,种种改变都让她对这次的全国游泳冠军赛暨世锦赛选拔赛充满信心。

这次来到青岛,是叶诗文时隔两年再次出战全国游泳冠军赛。200米混合泳,是她最为熟悉的项目,这一次游得更加从容和潇洒。决赛中,叶诗文的表现仿佛让人看到了她巅峰时期的影子,无论是转身,还是到边,叶诗文都处理得非常完美。她向人们证明了,虽然一度远离赛场,但回归后她还是那个世界顶级的混合泳选手。

当然,对于叶诗文来说,她的目标绝不会是这次的青岛全国游泳冠军赛,

“我又回来了!”叶诗文用这个今年女子200米混合泳世界前三的好成绩向世界宣告着。

但即便如此,叶诗文仍然对自己的成绩留有一丝遗憾:“按照我前段时间的训练,我应该能游到2分08秒左右,我很有信心,但可能是年龄的原因,肌肉方面的恢复能力比以前慢,不像16岁的时候。”

这次全国游泳冠军赛的200米混合泳只是叶诗文在2019年的第一场战斗,她还将在7月份的韩国光州游泳世锦赛。

展望今夏光州世锦赛的女子200米混合泳项目,叶诗文表示希望自己能够弥补这枚金牌背后的一丝小遗憾。“希望到时候能游到2分08秒以内。”

当然,对于叶诗文来说,她的目标绝不会是这次的青岛全国游泳冠军赛,

也不仅是7月的光州游泳世锦赛,而是一年以后的东京奥运会。

她体验过伦敦奥运会的一战成名,也经历了里约奥运会的铩羽而归。熬过了那段曾经被她形容为“一直在低谷,在黑暗的环境里徘徊”的日子,如今的叶诗文已经能够更加淡然地面对每场比赛的结果。也许就如叶诗文所说的,现在的她只想专注把梦想完成,不让自己留下遗憾。

敢于冲击梦想,也能承受自己的失败。哪怕再也无法追上那个2012年的自己,23岁的叶诗文还是再一次为梦想跳入那个熟悉的泳池。这位曾经的天才少女,正在以成熟的姿态回归赛场。

上图:在2019年全国游泳冠军赛暨世锦赛选拔赛中,叶诗文以2分09秒24的成绩获得女子200米个人混合泳冠军。

新华社发

## 体谈

在西甲,武磊的首球来得比很多人想象的要快,他对西甲的适应程度也超过了球迷的预估。武磊所带来的关注和赞誉,仿佛成为了中国足球特殊语境里的一束火把,让压抑了太久的球迷看到了国足未来的希望。

然而,当球迷们还在为武磊在西甲站稳脚跟兴奋的时候,国足在南宁的失败却让整个中国足球又蒙上了一层阴影。与此同时,在马来西亚征战的国奥队侥幸出线;U18国青B队在邀请赛上,以全场射门次数3比20的悬殊差距,0比1不敌东道主越南。

看着国足在“中国杯”上两场比赛的表现,用“杂乱无章”一词形容也并不为过。一支重新组建、阵容上多处调整、战术打法还在磨合之中的球队,面对近年来越来越不好打的东南亚对手,输球也不算一件太意外的事情。缺乏准备,草草应对,比赛的意义究竟何在?

幸运地完成进军U23亚洲杯正赛目标的中国国奥队,若想真正打进东京奥运会,不是一般的艰难。从最后一场对阵马来西亚队的比赛中就能看出来,国奥队的球员已经在技术上完全逊色于对手。四年前,同样是这支97年龄段,U19国青队在巴林亚青赛预选赛上,6比0横扫当时的马来西亚国青队。然而在这次的中马之战中,国奥队的球员除了身体方面占据绝对优势之外,一对一的技术、整体的战术、突破速度等等,都无法与马来西亚队相比。

和国足输给泰国队相比,国青B队在越南队面前,更是被打得毫无还手之力。我们必须承认的是,看看目前的国奥和U18男足的表现,中国足球未来十年乃至更长时间的国际竞争力,仍然堪忧。

也许这正是目前中国足球的发展现状,一半火焰,一半寒冰。

在此之前,我们经历过韩日世界杯的万人空巷、恒大两夺亚冠的扬眉吐气,也有过假球黑哨时的口诛笔伐。对于正处于低谷中的中国足球来说,现在不是自怨自艾的时候,也远没有到无药可救的至暗时刻。

对球员和球队来说,即使是输球,中国队仍然要多争取国际比赛的机会。“中国杯”主办的目的究竟何在?是为了邀请弱旅过来给国足涨信心,还是和具备竞争力的球队过招,真正

# 一半火焰 一半寒冰

■马晶

磨砺自我。倘若让球员、球迷来选择,答案多半是后者。所以,现在所有的球员、教练员,甚至包括管理者和球迷,都首先需要树立起“不怕输”的观念。因为只有实战中,才能让球员有压迫感、责任感,才能了解差距,才有可能真正去下功夫解决自身存在的问题,提升自己的水平。

国足未来成绩的提升,各年龄段青年队的表现,要比现在在国家队的成绩更为重要。中国足球青训的问题,十年间不断地有各种警示,然而直到现在,情况仍然没有根本改善。如果国足的阴霾真的能让人们意识到青训的重要性,那么国足多年来的“学费”也不算白交。

没有谁真正相信武磊可以在巴塞罗那城去和梅西掰手腕。然而,体育永远是需要偶像和榜样的,武磊在西甲的良好势头,起到的恰恰是这样的作用。中国足球需要关注的,是下一个、下一批武磊该如何培养,是如何能把这来之不易的火焰延续下去。

设计制作:瀚风

# 发扬一不怕苦、二不怕死的战斗精神 提高军事训练实战化水平

