

## 名家写真

## 孙杨:我必须要回到泳池

3分49秒58。为了这一刻,孙杨等待了1680天。

重回赛场的孙杨,用全国夏季游泳锦标赛男子400米自由泳冠军,致过去1680天从来没想到放弃的自己。

重回赛场:熟悉又忐忑 仿佛刚“出道”

8月25日在安徽合肥开赛的全国夏季游泳锦标赛,成为孙杨的复出首战。再次回到赛场,孙杨觉得一切“既熟悉又忐忑紧张”,充满好奇,好像刚刚“出道”。

比赛前坐在检录室等待时,他感觉到了久违的压力,“更多的是怕,怕我的成绩会让大家失望。”但在站上出发台的那一瞬间,他放下了所有包袱,只想全力以赴把最好的状态呈现出来。

由于4年多没有系统训练,孙杨说自己完全是靠着过去的身体底子来完成一天两赛的高强度比赛,加之在比赛前一周末感冒咳嗽,身体状况不是很好,“其实我本来可以游得更好、更快一些”。

带病比赛仍能以3分49秒58的成绩夺冠,孙杨觉得这是很好的开端,超额完成了赛前目标——4分整的达标成绩。“准备比赛的时间其实很短,能游出这样的成绩给我后面的比赛和训练奠定了非常扎实的基础,对我的自信是一个



8月25日,冠军孙杨(中)、亚军徐海博(左)和季军徐一舟在颁奖仪式上合影

非常大的提升。”

在这次比赛中,与孙杨同池竞技的大多是“00后”“10后”的小选手。作为比赛中少有的“大龄选手”,32岁的孙杨十分开心中国游泳不断涌现出来的新生力量,“我们这些老运动员总有一天会离开泳池,未来就靠这些年轻选手给中国游泳注入更多的新鲜血液”。

4年回顾:兑现承诺 战至终章

今年5月28日,孙杨为期4年3个月的禁赛结束。对于这段艰难的时光,孙杨坦言很难用语言描述,但他始终抱着一个念头——回到泳池,给自己一个交代。

孙杨说:“这4年多来的每时每刻,我都在为这一天的到来而努力。我必须要回到泳池,我要比赛。没有人逼我,是我自己觉得必须要回来。从7岁学

习游泳开始,我想过哪怕未来有一天不游,也一定是在泳池里结束。既然我选择了坚持,就要兑现自己的承诺。”

这份坚持支撑着孙杨度过了1680天,也支撑着他复出参赛,再次站上冠军领奖台,即使这只是相当于全国乙级赛事的夏季锦标赛。

孙杨认为,重返赛场的意义不是想去证明自己拿多少个冠军。“我希望通过自己的热爱和专注,给更多游泳爱好者、即将踏入游泳门槛的孩子们一些启发和帮助,竞技体育要加速,全民健身和青少年体育也一定要提速。”

孙杨很喜欢粉丝给他写的一句话——生而无畏、战至终章。“我一直在想,人的一生中会遇到很多高峰和低谷,每个人都会经历。在经历失败的时候,相信成功一定会来。成功的时候,回想想想曾经面临的困难、挫折和失败,拥有极高的价值。只有经历了痛苦和黑暗以后才能看到阳光。”

远离赛场不再追求速度的日子里,孙杨对生活的宽度、厚度和温度有了更多理解——去学习,开阔眼界,收获了知识和友谊;去生活,组建小家庭,有了更多的时间和精力陪伴家人。

走过艰辛坎坷,孙杨要感谢的人很多,家人、朋友,还有很多默默支持他的人。“我一个

人的力量是有限的,但正是因为有爱、有温暖、有支持、有陪伴……这些汇聚到一起,才让我有强大的动力挺过来。”

展望未来:人生不设限 精彩才无限

在不久前结束的巴黎奥运会上,孙杨保持的男子1500米自由泳世界纪录被美国选手打破。

孙杨说:“这就是竞技体育进步发展的过程。我希望未来这个纪录还能写在中国选手名下。”

1991年12月出生的孙杨再过几个月就33岁了。有人建议孙杨“复出比一场赛就可以不游了”,但他的态度很坚决,“4年多我都挺过来了,怎么可能这么快就离开泳池呢?我做不到。”

“我没有给自己设限,我希望可以创造一个高龄运动员的参赛奇迹。游到哪一天,那是交给未来某一天的事情。至少当下我依然专注游泳,做好每一天,保持一名优秀运动员该有的自律。”说到这里,孙杨表情坚定。

在完成复出参赛这个阶段性目标后,孙杨透露自己接下来会尽快调整身体,提前进入冬训,合理安排后续的参赛计划。“至于更长远的人生目标,我希望家庭幸福圆满,工作顺利。”孙杨笑着说。

周畅 周欣/文

## 精彩推荐

## 《穿越太行山》即将上线

中国首部短视频纪录片《穿越太行山》将于9月1日在抖音、快手、小红书、B站、微博、视频号、百家号上线。这是一部采用21世纪新视角,反映太行山的纪录片。

《穿越太行山》全程采用手机拍摄,且拍摄装备均采用国产手机,采用21世纪新视角,通过全新制作方式,穿过四季、跨越千里、深入腹地,捕捉太行山独特的自然绮丽,遍寻太行山的历史文明,采访当今太行人的生百味。《穿越太行山》以凝练的情节、细节和影像来呈现太行山的魅力,让人在每集约3分钟的时长中,感受太行山不一样的鲜活生命力。

方宇/文

## 《舌尖上的中国》第四季回归

日前,中央广播电视总台大型纪录片《舌尖上的中国(第四季)》,在北京举办宣推活动。时隔6年即将回归的第四季,将视线聚焦在与当下中国人食物关联最为密切的7个时空场景,借由它们,再次凝视我们悠远传统中不断更新的食物生产,展现当下中国人对食物的新认知、新观念、新审美。

蒋肖斌/文

## 巴黎又见“中国红”

北京时间8月29日凌晨,第17届夏季残奥会开幕式在法国巴黎举行。本届残奥会将于当地时间8月28日至9月8日在法国巴黎举行。

开幕式上,女子轮椅击剑运动员辜海燕和男子举重运动员齐勇凯作为中国体育代表团旗手,手持五星红旗入场。

这是我国第11次派团参加夏季残奥会,中国体育代表团总人数516人,将参加19个大项、302个小项的角逐。参加本次巴黎残奥会的中国选

手中,男运动员有126人,女运动员有158人,平均年龄25.8岁。

他们中,有工人、农民、学生、公务员、职员和自由职业者等。值得一提的是,从1984年到2004年,历时20年,经过几代参赛选手的努力,中国残奥军团登顶世界之巅。2004年雅典、2008年北京、2012年伦敦、2016年里约、2021年东京,连续5届夏季残奥会上,中国体育代表团都实现金牌、奖牌榜双第一。

北青/文

## 美网 中国三人全部晋级

北京时间8月29日凌晨,2024年美国网球公开赛单打第二轮全面展开,3位出战的中国选手全部取胜晋级。女单7号种子郑钦文再次上演逆转好戏,2比1淘汰安德烈耶娃,连续3年跻身美网32强。王雅繁2比0战胜帕里,商竣程3比0击败巴埃斯,两人首次晋级美网单打32强。

尽管在首盘抢七局失利,但郑钦文随后很快调整状态,连赢两盘逆转。郑钦文将在女单第三轮迎战此前1胜2负的尼迈尔,尼迈尔对郑钦文保持两连胜,双方最近一次交手发生在2022年的美网第三轮。

另一位中国“金花”王雅繁的对手是世界排名第80位的法国人帕里。首盘比赛,王雅繁手感火热,“送蛋”横扫。第二盘,王雅繁在实现关键破发后稳扎稳打,6比4再下一盘。继今年澳

网之后,职业生涯第二次打进大满贯第三轮。

在男单赛场,19岁的中国小将商竣程直落三盘,以6比2、6比3、7比6(2)战胜巴埃纳,同样取得个人职业生涯在美网的最佳战绩。

本届美网共有3名中网协男子球员参加单打比赛,目前商竣程是唯一晋级到第三轮的“独苗”。伴随他的获胜,中国男网也实现了连续第三年有球员闯入美网32强。

本次美网共有11名中国大陆球员跻身单打正赛,首轮过后,郑钦文、王雅繁、商竣程和王欣瑜4人晋级。截至发稿时,王欣瑜尚未迎战普丁塞娃。两人交手纪录为王欣瑜3比0普丁塞娃,中国“金花”分别在2023年的大阪和2024年的奥克兰、华欣战胜对手。

东方/文

