



孙杨(左)在领奖台上与年轻后辈合影。 赛事组委会供图

都说岁月催人变老 我偏要与时间赛跑

全国春季游泳锦标赛成绩达标,孙杨期待再战全运

记者 刘瑞平 报道

艰难归来

去年8月,孙杨解禁复出第一战,虽然无关积分,但他还是很认真地准备,在合肥,他夺得男子400米自由泳金牌。

获得亚军的湖北小将徐海博,一直视孙杨为偶像,在领奖台上,徐海博掏出手机,与孙杨合影,并把合影当成了社交媒体的头像。

3月19日,徐海博在游泳春锦赛男子400米自由泳预赛上再次与孙杨同组竞技,他以0.07秒的优势超越孙杨,获得预赛第一,孙杨名列第二。

“杨哥有所保留了。”徐海博说,面对这一问题,孙杨说了句意味深长的话:“我每一次比赛都会全力以赴。”

果然,晚上的决赛,孙杨一出发就处在落后位置,第一次触壁时竟然名列第五。所有人都认为孙杨会后程发力,只有他知道最后时刻他是否力不从心。孙杨超越了徐海博,却输给了山东小将刘培鑫1秒14。

“从高原下来,没有调整就直接以赛代练,身体还比较疲劳,再加上身体有伤,膝盖也不舒服,打了五针封闭,能游出今天这个成绩,已经很满意了。”

从泳池里往外走的时候,孙杨不停地扭头看大屏幕上的成绩,看得出来,他还是有所期待的。虽然没拿冠军,但他顺利达到冠军赛的A标,获得了争夺全运会入场券的资格,这才是他最重要的目标。

上午的预赛和晚上的决赛,孙杨在离开赛场时都举手向观众致意,并鞠躬感谢泳迷的支持。19日的比赛,近两千张套票开票不到一个小时就全部售罄,很多泳

2025年全国春季游泳锦标赛,34岁的奥运冠军孙杨与一众年轻小将同场竞技,夺得男子400米自由泳亚军,并顺利达到全国冠军赛的A标,获得角逐全运会参赛权的资格。

这是孙杨今年的第一个目标,接下来,他还要进行更多尝试。失去的四年,他要重走一遍,但时间是他最大的对手。

两个月后,冠军赛就将打响,孙杨必须与时间赛跑。比他小20岁的选手已经向他发起冲击,曾经的王者,在逐渐老去。“我要再坚守坚守,跟孩子们一起成长。”孙杨说。

迷都是从外地飞来青岛,拖着行李箱就来到看台为孙杨助阵,对春锦赛这样的比赛来说,还是第一次,这很容易让人想起2017年全运会时泳迷进入赛场的情景。

那一年,孙杨在全运会上夺得6金1银,风光占尽。

虽然没有夺冠,孙杨的粉丝们还是报以热烈的掌声,这一次,孙杨很平静,甚至还会笑着跟记者讲述他的训练经历,看得出来,他在情绪管理方面成熟了很多。

“我已经五年没有上高原了,很不适应,也很艰苦,好在我咬牙坚持下来了。我一直在坚守,要想继续坚守,就必须付出更多的努力。”孙杨说。

在一次演讲中,孙杨回顾自己刚刚解禁时的情景:刚开始训练都是一个人,没有教练也没有团队,找到的游泳馆设备老旧,少有人来,冬天极冷,夏天闷热,空旷的馆里还透着风。

无数次训练的间歇,他坐在池边,看着场馆的天空,回想起多年的职业生涯,质疑过自己坚持的意义,也曾为即将到来的复出忐忑不安。

19日的青岛,千百双手为他挥舞,千百个笑容为他绽放,让人想起赵传的《我终于失去了你》,泳迷们用热情又迎回了他。

在这一刻,孙杨终于明白了坚守的意义。

归来之路虽然艰难,孙杨却义无反顾:“每当我跃入水中,把浪花甩在身后,心中的那份欣喜就是最好的回答。纵使身在无人

问津的空谷,热爱是指引我向上的灯塔。”

似水流年

如果没有五年前的那场风波,孙杨也许早就功成身退,也不会有今天的坚守。

他的荣誉,足以书写传奇。

2011年,20岁的孙杨惊艳上海世锦赛,获得800米和1500米自由泳金牌,成为首个获得奥运项目世界冠军的中国男子游泳运动员。

2013年,孙杨首摘世锦赛男子400米自由泳,并成功卫冕800米和1500米自由泳。

2015年,孙杨卫冕400米自由泳,并实现800米三连冠。

2017年,孙杨400自三连冠,并夺得200自金牌,成为首位实现男子200米、400米、800米和1500米自由泳世锦赛大满贯的选手。

2019年,孙杨超越澳大利亚名将索普,实现400自四连冠,并拿到200自金牌,连续5届世锦赛都拿到两枚及以上金牌,那时的孙杨才28岁,依然是游泳运动员的黄金年龄。

而在奥运赛场上,孙杨在2012年夺得男子400米自由泳金牌,成为首位获得奥运会金牌的中国男子游泳运动员,在随后的1500米自由泳比赛中,他以14分31秒02的成绩打破世界纪录获得冠军,这个纪录直到12年后才被打破。

2016年里约奥运会,孙杨获得200自金牌,成为世界上第一位集200自、400自和1500自奥运冠

军于一身的男运动员。

意外突发,2020年,孙杨的职业生涯突然暂停。在缺席了东京和巴黎奥运会后,世界泳坛已经不是当年的样子,优质偶像变成了马尔尚、潘展乐、覃海洋,而在巴黎奥运会上,孙杨最难被打破的纪录也被美国选手芬克以14分30秒67改写。

至此,孙杨创造的世界纪录全部被刷新。

一池清水,从来就不曾停止奔流,再辉煌的过往,也会归于平寂。

岁月神偷

失去的时间,孙杨不愿意轻易流走,所以他决定把没走好的路,再走一遍。

这一次,他选择再次冲击全运会,选择了自己的优势项目400米自由泳。

这是一场充满看点的比赛:男子400米自由泳,有213名选手参赛,而本次春锦赛共有1093人参赛,其中男运动员597人,也就是说,超过1/3的人,都报了这个项目,是所有项目中报名人数最多的。

而其中,孙杨的年龄是最大的。

谈到为什么会有这么多人报400自,冠军刘培鑫的教练金浩认为,这次春锦赛,主要是检验冬训成果,400自既需要有氧耐力,又需要速度和无氧,能够全面体现一个运动员的能力。通过比赛,可以看出冬训效果,至于成绩并不重要。

这次春锦赛,报男子400自的选手几乎都兼报了其他项目,跨泳姿也是常态,山东小将张展硕虽然没报400自,但报了1500米自由泳、200米蝶泳、200米蛙泳、100米仰泳、200米混合泳和400米混合泳,而他也被认为是孙杨400自最主要的对手之一。

年轻人在憧憬无限可能,而孙杨只能为一个目标全力以赴,成年人的世界,有时候就是如此无奈。

1991年12月出生的孙杨,曾经在无数大赛中战胜对手,这一次,他要首先战胜自己,面对这些年轻的后辈,他要克服巨大的心理落差。

2007年,孙杨第一次入选国家队,也是在那一年,记者第一次现场观看了孙杨的比赛,在武汉城运会上,他一人夺得7枚金牌,一颗新星冉冉升起。

如今,34岁的孙杨站在起跳台上,往左右一看,都是一些稚嫩的面孔,一如当年的自己。

213名参加400自的选手,有数量巨大的小将出生于2011年,比孙杨小了整整20岁,还有5名选手,出生于2012年,朱宏瑀奕和李子昂甚至出生于2013年和2014年。

预赛中输给了2007年出生的徐海博,决赛中输给了出生于2006年的刘培鑫,这两人都说,孙杨是他们的偶像,而在赛后领奖时,孙杨再次用手机与两人合影,三个人都露出灿烂的笑容。

“我要再坚守坚守,跟孩子们一起成长。”孙杨感慨地说。

作为世界上唯一的奥运会、世锦赛男子200米、400米和1500米自由泳大满贯选手,孙杨曾经在400自这个项目上实现世锦赛四连冠,统治世界泳坛近十年。如今,当他的对手变成年龄不到自己一半的后辈,谁都明白,他的对手,只有岁月。