



年少成名的张雨霏,将在泳池为更多梦想而奋斗。新华社发

奥运冠军张雨霏直面迷茫与挫折 青春很短,不要平平淡淡

记者 刘瑞平

奥运冠军也是普通人

张雨霏出身游泳世家,与大部分练游泳的人初衷不同,她一开始就是在家人的要求下跳进了游泳池。

这条路走得很顺利,也很自然。

“训练很苦,但我要感谢妈妈让我没有放弃,让我的游泳天赋得到体现。”张雨霏说。

1998年出生的张雨霏,3岁就开始“下水”,5岁开始接受正规训练。2010年江苏省运会,12岁的张雨霏一人出战6个项目,夺得2金3银1铜,“小劳模”从此进入人们视野。

随后的张雨霏进入省队和国家队,成绩稳步提升。2014年南京青奥会,家门口作战的张雨霏夺得2金3银,成为赛事焦点。

由于成绩优异,再加上蝶泳和自由泳技术都很出色,在很多的比赛中,张雨霏都要兼顾多项,所以她常常是中国女队中最忙碌的队员。连续的征战让她身心疲惫,她的付出比别人更多。

“在困难的时候,你想到过放弃吗?”

“我当然想放弃了。我是奥运冠军,也是普通人。当然,我想要放弃的念头也只是短暂地出现过,因为我不想在更大目标之前轻易退出,我始终相信,我选择的目标是一定能实现的。”

如今的张雨霏,荣誉加身,并当选十四届全国人大代表,但她很清楚,奥运冠军的光环,带给她的

3月29日,正在济南集训的中国游泳队,联合山东省游泳运动管理中心开展学雷锋进校园活动,奥运冠军张雨霏、杨浚瑄、覃海洋,全运会冠军、亚洲纪录保持者覃海洋,以及国家队队员杨畅、柳雅欣、朱嘉铭,来到济南育秀中学,与学生们进行交流。

张雨霏、杨浚瑄、覃海洋先后分享了他们的人生故事并与学生们进行互动,杨浚瑄再次展示了她的书法功力。在接受记者采访时,张雨霏说,人生只有一次,希望大家都过得精彩。

不仅仅是荣誉,更是责任。

“拿到奥运会冠军,我感觉压力大了,关注度高了,这从我微博粉丝数的增加就看出来了。我很清楚,我的一言一行都会给别人造成影响,我很重视每一次互动,希望我的故事能给他们带来帮助,就像这次与同学们的交流,我在演讲的时候腿还有点抖。”张雨霏说,“我不想刻板地说教,我希望像一个普通人那样跟他们交流,我看到他们笑了,我很开心。”

谁的青春不迷茫

奥运会冠军,世界冠军,亚运会冠军,全运会冠军,张雨霏的职业生涯,堪称完美。

但年少成名的张雨霏,没想到也会遇到很多的挫折。

“12岁进入省队,15岁进入国家队,接连破江苏省纪录、全国纪录,一切都是顺理成章,毫无意外可言。曾经以为,我的职业生涯会一路向前。”张雨霏说。

2015年,首次参加世锦赛的张雨霏,就在她的主项女子200米蝶泳比赛中夺得铜牌,并以2分06秒51的成绩打破世界青年纪录。

“那时候,不光是我自己,很多人都觉得我会在里约奥运会上夺得一枚奖牌,至少应该是铜牌吧?”

但现实是,张雨霏只获得了第六名。

“很多人都会说,张雨霏怎么突然就不行了呢?其实就连我自己也会对自己产生怀疑。”

打击接二连三,虽然也有过在雅加达亚运会上夺金的时刻,但更多的时候,张雨霏在国际大赛中品尝的是失利。

2017年世锦赛,张雨霏在女子200米蝶泳比赛中只得到第六名。2018年亚运会,她在女子4×100米混合泳接力中犯规被取消成绩。

张雨霏最惨痛的失利来自2019年韩国光州世锦赛,她在女子100米蝶泳半决赛中名列第13,无缘决赛,而在她的主项女子200米蝶泳比赛中,她更是连半决赛都没进去。

“从15岁进入国家队,我每次为国出战,都能进入决赛,但这一次,我只获得了第24名。我突然觉得,我是不是不应该留在国家队了?”多年之后,回忆起自己当初的茫然失措,张雨霏依然印象深刻。

“你迷茫过吗?”

“是的,我很迷茫。在接近四年的时间里,我一直在低谷中徘徊。但我们在迷茫的时候应该清楚,我们该选什么样的路,没有什办法,就是熬过去。只有经历了这个艰难的过程,我才会发

现,我对努力的自己感到骄傲。”

谁的青春不迷茫?

“有谁会是一帆风顺的呢?人的一生都要经历很多的迷茫和挫折,没有这些,我们的人生是不完整的,当我们走出来,就会发现另一番景象。”张雨霏说。

未来的路要自己走

但对一个刚刚20岁的青年人来说,光州世锦赛的失利如此巨大,走出来确实很难。

世锦赛后,张雨霏与教练进行了深入交流,为了更好地让张雨霏走出失利阴影,中国游泳队专门聘请了新的体能师,改变了训练方式,当东京奥运会确认推迟后,教练组决定让张雨霏暂时不参加200米蝶泳比赛,专攻100米蝶泳。

项目的改变意味着训练方式的改变,更注重力量和爆发力,高强度的陆上训练,让张雨霏浑身酸痛。

“没有办法,必须得熬过去,只有这样你才能脱胎换骨,否则就会重蹈覆辙。”东京奥运会后,张雨霏在接受记者采访时说。

她的付出终于得到回报,2020年9月,张雨霏在全国冠军赛中打破尘封11年的女子100米蝶泳全国纪录。

2021年初的奥运选拔赛,张

雨霏夺得女子50米自由泳、100米自由泳、100米蝶泳和200米蝶泳的冠军,宣告了她的回归。尤其是在阔别400多天之后,她再次参加200米蝶泳比赛,创造了当年世界最好成绩。

2018年改技术,2019年练力量,2020年打能力,这条重新崛起的路走得太艰辛。在东京奥运会上,张雨霏夺得两金两银,成为中国代表团获得奖牌最多的运动员。

长时间大运动量训练,伤病是运动员不可避免要遇到的难题。去年底的短池游泳世锦赛,张雨霏因为肘部受伤,无奈退赛,一个多月才恢复。之后在进行力量训练时,张雨霏突然腰部就动不了了,在医疗团队的努力之下,终于赶上了3月份在青岛举行的春季锦标赛。

在那次比赛中,张雨霏只报了50米自由泳、50米蝶泳和100米蝶泳三个项目,全部获得金牌,100米蝶泳还达到了世锦赛和奥运会A标,显示了良好的状态。

在世界大赛中,张雨霏获得过奥运会、亚运会女子200米蝶泳金牌,唯独缺少一枚世锦赛金牌,而她的下一个目标,就是在今年的福冈世锦赛上实现“大满贯”的梦想。为了这个梦想,她愿意付出更多。

“青春是很短暂的,我不希望过得平平淡淡,毕竟人生只有一次。竞技体育告诉我,我在泳池里的每一分努力,在日后的赛场上都会有平等的回报。希望我们都不负青春,成就梦想,未来的路是自己走出来的,加油!”张雨霏的演讲赢得了孩子们的热烈掌声。

编辑:怀晓 组版:刘燕

●本人曲静身份证号码:370105198103193325,现丢失济南中海城房地产开发有限公司开具的销售不动产统一发票1张。票号:3700173320,金额:2153469元,特此声明。

【友情提示】

本栏目内容由发布者提供(单方形式发布),非最终有效依据和法律认定,以行政职能部门对其实质的最终业务审核认定为准,相关利害关系人应通过具有管理权限的职能部门确认信息或交易。

●刘传海(身份证号372430196710065611),遗失购买济南市历城区中海华山珑湾29#106商铺购房合同一份,合同编号201921468775,特此声明挂失。

●遗失声明:杨玉贞遗失济南银丰鸿福置业有限公司开具的购房发票一份,金额:2010234元整,编号23824858,特此声明挂失。

公告声明 咨询 18615502811 18615502822
热线 18615502833 0531-88778968

●姜圣花(372430196904043461),

遗失玉鑫悦府15-1-1003首付款收

据一张,收据号8095047,金额

162007元,开票日期2020年6月5

日,声明作废,由此产生的经济纠

纷本人承担!

●济南市历下区行政审批服务局于2022年10月9日核准的中云(山东)网络科技有限公司营业执照正副本丢失,声明作废。

●济南越兴先餐饮有限公司不慎遗失食品经营许可证副本(许可证编号:JY23701810178114),声明作废。

●济南越兴先餐饮有限公司福泰店不慎遗失食品经营许可证副本(许可证编号:JY23701810178155),声明作废。

●翟光晖丢失山东大学学生证,学号:202100272122,声明挂失。

债权债务公告
济南市章丘区海铄教育培训学校(统一社会信用代码:52370181MJD779440D),经我单位第11次理事会会议表决同意,决定向登记管理机关申请注销,并成立清算组,负责清算工作。请我单位的债权人于公告发布之日起45日内向清算组申请债权,并提供相关证据材料。请我单位的债务人或财产持有人向清算组清偿债务或交付财产。清算组通讯地址:济南市章丘区龙泉国际广场6号楼二层。

联系人:李老师

联系电话:13290325321