

□本版撰稿 本报记者 郦琪琛

一鸣惊人的奥运举重冠军，期待四年后再夺金

不忘初心，不骄不躁

“

里约的举重赛场，让我们认识了另一个石智勇，一个一鸣惊人的宁波选手石智勇。走下赛场的他，依然坚守着自己的本心——尽管荣誉加身，依然不骄不躁。昨日，记者和石智勇面对面，听他讲述奥运后的故事……

”

谈感谢 “没有他们，就没有我的现在”

感谢，这是石智勇最想表达的情感。无论已接受过多少次采访，每一次他始终都认真地把这两个字摆在首位。

“很多人问我奥运会时压力大不大？大！但庆幸的是，我身边人，替我抗住了所有压力，我要做的就是全身心地投入比赛。”石智勇所说的身边人，就是他的团队。尤其是一直陪在自己身边的前奥运冠军占旭刚，以及浙江另一名教练邵国强。

石智勇感谢宁波人民。他在宁波受到了英雄般的欢迎，那是因为他的金牌是甬城体育史上的奥运首金，有着里程碑意义。“不是宁波感谢我，应该是我感谢宁波人民才对。宁波培养了我，给了我最大支持。”石智勇的这番话说得很真挚。

石智勇说，能有如今的成绩，要感谢所有帮助过他的人，没有他们，就没有现在的自己。

谈改变 “我的生活依然平静”

“我的生活依然如此，并没有觉得有什么改变。”石智勇的声音很平静，“我整天在宁波基地，很少出去。现在还没有恢复训练，可以什么都不干，算是处于一个大赛后的调整期。”

其实他并不是什么都没干，除了体育总局的庆功会和香港澳门行之外，石智勇还要忙着为小师弟、小师妹们讲述奥运会的见闻。“他们都很喜欢我，三天两头会来找我。”石智勇笑言，他喜欢这里平静的生活，“这里到处都是亲人。”其实，了解石智勇的人都知道，这个小伙子的个性曾经很张扬，然而拿了奥运冠军之后，反而变得更沉稳了。

喧嚣渐渐远去，一切又会恢复平静。或许石智勇深知，荣耀终将成为历史，只有放平心态从零开始才能获得更大的成功。

谈未来 “四年后，再为浙江添金！”

未来？目标？石智勇对于这个问题想了很久，然后认真地回答道：“我一直觉得，奥运冠军对我而言不是终点，而是一个起点。”

明年的天津全运会，是他下个阶段全力准备的赛事。他向记者透露，这段时间的调整结束后，他会很快投入到全运会的备战之中。“不管是奥运会还是全运会，我的目标是一样的，就是拿金牌。”石智勇说。

以石智勇目前的状态，打破69公斤级的世界纪录并不是不可能完成的任务。事实上，在里约奥运会，如果不是太过激动，他很有希望完成这一目标。石智勇表示，“有信心，但这要结合自身的心态、状态。”

至于四年后的东京奥运会，石智勇信心满满地说：“希望能为浙江再添一枚金牌。”



孙杨：走下领奖台，一切从零开始



四年前的伦敦奥运会，孙杨站在这里，作为运动员代表发言。四年后，依然是他代表运动员发言。四年时间，他从一个男孩成长为一个男人，更有担当。

都说孙杨长大了，在采访中，他不止一次强调，一个人的成功，从来都不会一

帆风顺。“里约奥运会之前的意外受伤，让我一度害怕、担心，殊不知，这也是对我一种磨砺，庆幸的是，我挺过来了。”

里约奥运会的辉煌已无需赘言，在现场，孙杨比谁都要冷静。“成功没有终点，‘走下领奖台，一切从零开始’。”他表示，明年的全运会，他将刻苦训练，为浙江游泳争光，为浙江体育争光。放眼未来，2020年的东京奥运会，他也会竭尽全力，为国争光，为省添彩。“这不仅是我个人的目标和追求，也是所有浙江体育健儿的目标和追求。请相信，我们不仅过去很优秀，未来也会更加出彩。”

从里约归来，孙杨的行程安排得满满当当，各种真人秀、交流活动、采访活动让他感到有些疲惫。主管教练张亚东表示，目前孙杨需要休养恢复，将不会出战今年的亚锦赛和短池世锦赛，至于出国训练的计划还得根据他的身体状况再做安排。

占旭刚：一生做一件事足矣 一生做成一件事幸矣

红西装，白衬衫，精神抖擞，声音嘹亮。表彰会现场的占旭刚，作为浙江优秀教练员代表上台发言，展示了浙江教练员务实能干的一面。

台下，他接受了记者采访，并直言不讳地表示，竞技体育就是凭实力说话，举重项目更是“斤斤计较”，只有练得实，才能举得起，胜得出。“在训练备战过程中，我们始终遵循项目发展规律，积极探索训练规律，主动加强科学管理，脚踏实地抓好每一天、每一堂训练课。同时，我们始终坚守因人施策，精准实施‘一人一策’，突出团队力量，不断借鉴世界先进的训练管理理念和手段。”占旭刚总结道。

作为两届奥运会冠军，占旭刚说自己最大的荣幸就是为浙江又培养出了一个奥运冠军。他的个人格言是：一生做一件事足矣，一生做成一件事幸矣。占旭刚说，“这些年，我学会了专注，学会了坚持。面对人生路上难免会遇到的种种艰难和坎坷，也懂得了要摆正心态，调整态度。路上再多、再美的风景，都比不上



成功彼岸的风景美丽。”

无论在什么岗位上，举重都是占旭刚一辈子不会舍弃的事业。如今，他的目标已经锁定明年的天津全运会和四年后的东京奥运会。他相信他所代表的浙江教练员们，一定能交出满意的成绩单。

谢震业：努力提高运动成绩才是根本

在表彰大会开始前，谢震业一个人站在省人民大会堂的台阶上，目视国徽很久。这个目前国内最火热的“跑男”，一如既往得谦逊和低调。

这是他第二次参加奥运会的表彰，和上一次相比，谢震业说，主要是心态变化了。“更成熟了，但对成绩的追求一如既往。”他告诉记者，四年的努力，竞技水平的提高是显而易见的，但是他相信这并非极限。“我对我的教练，对自己很有信心。”

这些天，谢震业主要忙于调整状态以及参与送体育下乡等活动。他坦言，现在跟着运动队下基层，总会遇到“特殊”待遇。“最直观的感受就是，认识我的人多了，找我签名的也多了。”谢震业有些无奈，“希望快点让生活恢复平静，毕



竟我是一位运动员，努力提高运动成绩才是我的根本。”