

本版撰稿 本报记者 马超 光州专电

逆转！时隔四年再次开启世锦赛征途；时隔七年摘银再登世界比赛领奖台 叶诗文：用更纯粹的心涅槃归来



时隔四年，叶诗文用一枚银牌强势开启了自己的又一届世锦赛征途。从2015年的喀山到2019的光州，“小叶子”走走停停，始终舍不得离开泳池。她说，因为热爱，想克服恐惧，不留遗憾。

再次踏上世锦赛征程 “兴奋超过紧张”

昨晚的女子200米混决赛在洪亮的中文助威声中鸣枪，“叶诗文”的名字响彻全场。对于不少中国泳迷而言，钟情孙杨的那一年，也正是记住叶诗文的那一年。

第6道出发的叶诗文，前一百米处于最后两位，直到第三个泳姿，正是叶诗文今年崛起最明显的蛙泳，帮

助她逐渐反超进入前三位置，随后50米自由泳叶诗文持续加速，在最后100米，叶诗文从第八冲至第二，将一枚银牌收入囊中。匈牙利选手霍苏以2分07秒53获得冠军，实现该项目四连冠。

这不仅自2015年喀山世锦赛之后，时隔四年，叶诗文重新出战世锦赛，更是自打2012年伦敦奥运会之后，时隔七年，叶诗文重新站在了世界大赛（奥运会和世锦赛）的领奖台。

“久违了！特别兴奋，现在兴奋比紧张要多。”“兴奋”二字，对于近年来的叶诗文来说，同样是久违了。实际上，作为个人此次的首个比赛项目叶诗文的表现足以令所有粉丝兴奋。预赛2分09秒45，半决赛2分09秒58，决赛2分08秒60，叶诗文成功突破自己赛前的预期。

不仅如此，赛场内外，重新踏上世锦赛舞台的叶诗文相当放松，如何享受比赛已不用再由教练和家人去告诉她，作为一名老队员，历经大起大落的

叶诗文，心态更纯粹，更超脱。

“叶”式微笑的背后 是由内而外的自信

对于许多人来说，“叶诗文”三个字在脑海中的印象由来已久，然而，年少成名的小叶子其实几个月前才过完23周岁的生日。从沉寂到复出，这位坚毅的杭州姑娘正带着由内而外的自信逐渐走来。

2017年，在布达佩斯世锦赛上，叶诗文无缘200米混和400米混两项决赛。全运会后，叶诗文淡出泳坛，去清华求学，一退一进间，叶诗文明白了“舍”与“得”之间的玄妙。

去年7月，叶诗文回归。涅槃之路充满荆棘。从“教练让我练什么”到“与教练探讨我需要什么”，东京奥运会在即，叶诗文坦言自己“时间不多了”。通过连续几站的短池比赛，叶诗文以肉眼可见的速度找回状态。用一次次“叶”式微笑向世人宣告了她的转

身与蜕变。

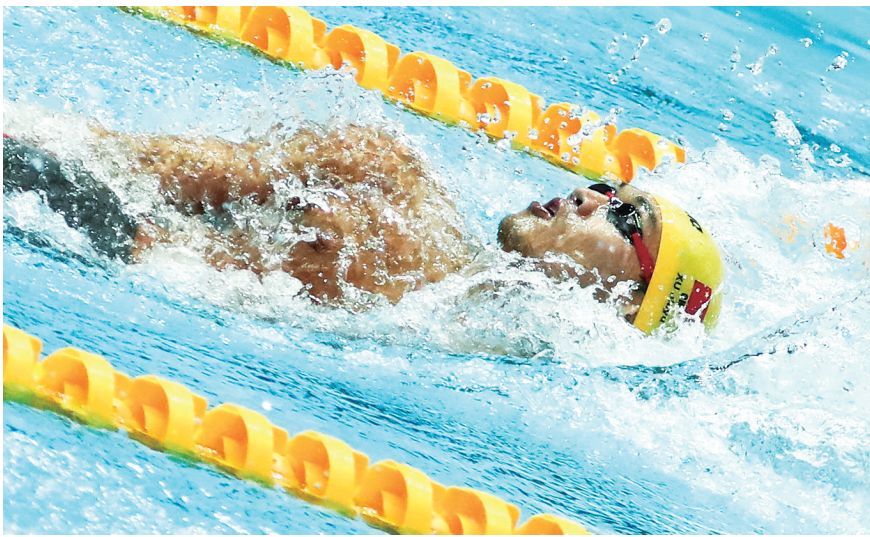
自信源于内心，自信来自实力。在今年3月的全国游泳冠军赛上，叶诗文一人包揽三金。值得欣喜的是，除了赖以成名的混合泳外，叶诗文逐渐提升了自己的副项——以个人最好成绩2分23秒46获得全国冠军赛200米蛙冠军；在世锦赛前的美国训练赛上，又以2分08秒72获得绝对副项200米蝶的冠军，该成绩甚至超过了2分09秒21的世锦赛A标，仅比里约奥运会A标低了0.29秒。

副项的开辟让叶诗文有了更多期待与动力，同时也为自己的混合泳提供了助力。本次世锦赛，叶诗文还将参加400米混合泳和200米蛙泳的比赛。如今的叶诗文逐渐走出阴霾，过往的种种，辉煌也好，低谷也罢，似乎都已经与她无关。昨日在混采区里，叶诗文又笑了，她的微笑，迷人且让人感到舒适。没有包袱只有热爱的叶诗文，永不言败、勇于尝试、勇敢追梦的叶诗文，我们值得期待！

甲鱼破纪录晋级决赛，孙杨保留体力遇强则强 浙江双雄期待今日卫冕



昨日，游泳世锦赛游泳项目进入第二天争夺。卫冕冠军徐嘉余以破赛会纪录的成绩昂首挺进今晚的男子100米仰决赛；继首日摘金后，状态正勇的孙杨也于当天杀出重围，以总成绩小组第二进入今晚男子200米自的决赛。



卫冕冠军首秀轻松 徐嘉余：调整心态期待赛出自我

在昨天的预赛中，徐嘉余第6组出发，以52秒85的成绩顺利晋级；晚间的半决赛，“甲鱼”又以打破赛会纪录的52秒17，位列总成绩第一挺进决赛。

此役，徐嘉余以52秒17的成绩打破2009年佩尔索尔在罗马世锦赛上创造的赛会纪录。墨菲游出52秒

44位列第2，拉金以52秒91列在第3，入江陵介53秒13排小组第4。

“感觉自己并没有使出全力。可能是成绩比较好吧，所以不累。”赛后，在混采区，徐嘉余心情不错，不时地与记者开起了玩笑，“要是最后输了也不要紧啊，人生不止有金牌嘛。”

半决赛就破了赛会纪录，徐嘉余

坦言只用了95%的“功力”，而明眼人也看的出，今晚的决赛将是一场“神仙打架”。经过半决赛的预演，徐嘉余多了一份自信与期待。

但决赛与预赛半决赛是截然不同的领域。面对一众老对手的冲击，徐嘉余只有立足自身，奋力一搏才有可能重返布达佩斯的荣耀。

保留体力稳步晋级 孙杨：200米自挑战更大力去拼

在同日的男子200米自由半决赛中，孙杨以1分45秒31的个人今年最好成绩晋级决赛。

在昨日的两枪中，孙杨略有保留，并没有使出全部力气，无论是预赛还是半决赛都采取了后发制人的跟游。这也是按照教练组的既定安排去执行的。记者了解到，在首日赛

后，完成药检和新闻发布会后的孙杨回到住处已是当地时间深夜12点，几小时后便再次出现在了泳池里，孙杨的体力恢复受到极大考验。

“晚上吃饭已经夜里12点半了，体能一定会受到影响。200米自由泳冲金难度比400米自由泳难度更大。”孙杨坦言，相对400米，200米

对手更为强大，决赛8位选手每个人都有机会。

实际上，作为亚洲唯一一位男子200米自由泳奥运会及世锦赛金牌得主，虽然今年该项目上孙杨的成绩仅仅排在世界第5，但遇强则强的特质让泳迷有理由期待孙杨在200米自由泳上成功卫冕。

“儿行千里母担忧”！ 汪顺父母这次 选择“悄悄道来”

一边看着手机里的赛程，一边寻思着方向。汪严守脑海里满是儿子明天比赛时的画面。“儿行千里母担忧”，最好的办法是伴随，自2009年山东全运会以来，汪顺的比赛，汪严守和妻子几乎场场不落。此次来到光州观赛，二人可谓轻车熟路。

办签证、赶飞机、落地入关、搭乘大巴来到场馆附近的酒店。对于国际体育赛事，年近半百的汪严守夫妇比一般小年轻粉丝都要熟悉，“先找到主场馆，再到最合适的看台，比赛当天占位置心里就有数了。”汪爸爸口中的占座，无疑是为了能在最佳视角观看儿子汪顺明天的第一枪。

从场馆位置到赛程时间，每一项观赛需要清楚的内容，都被记录在了老汪的手机里，“好记性不如烂笔头”是跟随儿子比赛十年下来的好习惯。

记者了解到，此次光州行，是二人第三次出国现场观看儿子比赛，从里约奥运会到雅加达亚运会，再到光州游泳世锦赛。汪严守说，曾经因为安排不妥当，还让正在比赛的汪顺担心，给儿子“添了麻烦”，让二人从此有了做“案头”的习惯。

对于儿子的表现，汪严守没有说太多，“希望（汪顺）这么努力能出点好成绩。”话不多，却听得出父亲对儿子的心疼与期盼。

汪严守告诉记者，他们将在光州停留8天，“没和儿子交代太多，不想打扰到他。”中国式父母的温情与呵护，在这对宁波奉化夫妻身上展现得淋漓尽致。