

王澜静:与艺术体操的双向奔赴

本报记者 洪璇



王澜静(右二)在奥运会全能决赛中 CFP供图

在巴黎奥运会艺术体操集体全能决赛上,由郭崎琪、郝婷、黄张嘉洋、王澜静、丁欣怡组成的中国队以总分69.800分夺得冠军,为中国艺术体操实现奥运金牌零的突破,改写历史。

此前,中国艺术体操集体项目在奥运会上的最好成绩,是在2008年北京奥运会上获得的集体全能银牌。而此番不仅是中国首次夺得该项目的奥运会金牌,也是亚洲的第一枚金牌,更是艺术体操自1996年亚特兰大奥运会上成为正式比赛项目以来,首次由欧洲之外的代表团,夺得该项目的奥运金牌。

“五朵金花”中年纪最小的,正是19岁的杭州本土姑娘王澜静。从西子湖畔到奥运舞台,这个怀揣艺术体操梦的江南女生,在“浪漫之都”迎来绽放,用热爱为青春抒写浓墨重彩的一笔。

厚积薄发“像做梦一样”



8月16日,母校浙江体育职业技术学院举办了隆重的欢迎仪式,迎接新晋奥运冠军凯旋。在学弟学妹们热烈的口号声中,

身着中国体育代表团外套的王澜静成为众人的焦点。

“不是因为希望才去努力,而是只有努力了,才能看到希望。我运气好,我努力了,也拿到了。”在艺术体操训练馆内,王澜静盘腿坐在往日训练过的地垫上,她表示其实自己赛前并未想太多,只想着拼一把,看能不能站上领奖台。“因为预赛我们排名第五,所以决赛时心态上更加放松,更好地完成和展现成套,最后搏到了这个冠军。”

谈及夺冠瞬间,王澜静目光炯炯:“当时分数出来后,我

们不知道说什么了,激动地抱在一起。我感觉非常自豪,看到五星红旗升在异国他乡的舞台上!”她形容那一刻“像做梦一样”。

“我们等了那么多年,终于等到了,它是我们中国艺体人一代代的传承,是努力和积淀才成就了这枚金牌。”王澜静深情地说。她深知,艺术体操这一过去一直被欧洲垄断的项目,挑战与攀登几乎成为中国艺术体操队员融在血液里的倔强。因此,这枚奖牌的含金量不言而喻,它代表着提升、突破、超越,以及未来无限的发展前景。

演绎国风 在世界舞台上输出中国文化

中国队此次参赛的两套节目分别是以环保为主题的5圈作品《共生共舞》,以及汉唐国风主题的3带2球曲目《凤鸣凌霄》。《共生共舞》表达的是关于人类同呼吸、共命运的思考,理念与编排上更加接轨国际,而《凤鸣凌霄》在创编上则充分融合中国优秀传统文化,仿佛带人穿越回金碧辉煌、磅礴大气、摄人心魄的汉唐盛世,“很高兴能通过我们的表现,将国风传递四海,展现中国的文化自信与文化底蕴,让世界观众看见东方美。”王澜静说。

奥运舞台上,王澜静与队友如璀璨星辰般绽放出耀眼光芒,而背后的努力在她看来却不足

为外人所道。“我更多地是做好自己,完成每一天的训练,心无旁骛。赛场瞬息万变,不能保证毫无失误,但是我们会按照奖牌甚至金牌的实力去筹备,这样一切才有可能。”

这套国风曲目的背后倾注了教练孙丹的大量心血,王澜静告诉记者,除去常规训练,大家还要上芭蕾课与古典舞课,“通过这些课程帮我们动作抠得更细腻,也锻炼了气息与声韵,将基础打扎实了,成套动作也就水到渠成。”

备战期间,从早上8点到晚上7点,王澜静与队友每天要在训练场上“泡”足起码10个小

时。最后一个月,训练场馆甚至筑起高台,一比一模拟比赛场地,以让队员更好地适应比赛环境。

“累吗?”记者问她。19岁的王澜静扬起嘴角说:“练十个小时谁不累啊,但反复推敲琢磨,才形成最后的这个作品。”

王澜静很自豪,中国风的艺术表现形式最终在艺术体操的发源地欧洲打破了东西方之间的审美隔阂。自此,这一“最美项目”又被赋予了让世界惊艳的“中国美”。

承载热爱 竞技生涯翻开新篇章

自幼儿园开始接触艺术体操,王澜静与艺术体操相伴了14载。从陈经纶体校到省队再到国家队,从个人项目转入集体项目,一路应对复杂多变的挑战和机遇,王澜静一直踏踏实实,不断挑战、突破、超越。

“我不是天赋型运动员”,即便在外人看来已经十分出色,王澜静却依然如此定位自己,“再有天赋的运动员也需要努力,所幸我没有辜负自己多年努力。”王澜静真诚地表示,很庆幸自己能在热爱的事业上取得成功,也很感激队友的包容理解、教练的全力栽培。

“孙丹教练是我的偶像。”王澜静表示,自2020年转项后,正是在孙丹的帮助下改技术、改习惯、改心理,并与队友融洽关系,建立互信。“与个人项目不同的是,集体项目重在团队协作,要去共情,为他人着想。”一荣俱荣的项目特征让王澜静在赛场上认准一个宗旨:“没有完美的器械,只有完美的处理,只要她出手了,我一定能接到,把后背交给对方,信任彼此。”

去年8月,艺术体操世锦赛上,中国艺术体操队拿到自建队以来首个世界冠军,并且顺利获得巴黎奥运会入场券。“当时还觉得不可思议。”王澜静说,时隔一年,当手握奥运金牌,再回看去年在朋友圈写下的那句——“奇迹不是降临,只是不断拼搏”,是对于信念的再度实践。

“我选择了热爱的事业,它也成就了我,让我变成更成熟、更自信、更强大、更坚定。”王澜静说,她与艺术体操是一场双向奔赴。尽管首次参加奥运会就登顶冠军宝座,但这不是她竞技生涯的终点。

