

本版撰稿 本报名古屋亚运会特派记者 钟 樑 文/摄

季博文:挫折是金牌不可或缺的一部分



杭州亚运会前,季博文的职业生涯算得上顺风顺水,国际性赛事荣誉接踵而至。在家乡作

在第20届亚运会的领奖台上,季博文拿起亚运金牌深深一吻。在名古屋的碧波之上,他连拿两枚金牌,把三年前杭州亚运会留下的心结,一点点“划”成圆满。从主场失利的迷茫,到冲破心魔双金圆梦,一千多个日夜,季博文一步一步兑现着自己定下的每一个目标,并向着两年后的洛杉矶奥运会发起冲击。

主场折戟,一个萦绕三年的心结

战,他被寄予厚望。可这份期待连同冲击三块金牌的重任,也给这位00后带来了巨大的心理压力。男子1000米单人划艇决赛,他前750米一路领跑,却在最后阶段体能崩盘,最终只拿到第五名,家门口的赛场留下难以释怀的遗憾。

“那个时候,第一个感觉就是,我尽力了。从经验和实力来讲,那时候我确实还不具备稳稳拿冠军的水平。”回忆起当年,季

博文语气平静。外界的期待、内心的不甘缠绕着年轻的运动员,失败带来的失落沉甸甸地压在心头。教练雷文斌看得真切:“成长总要付出代价,只是这个代价有点大,足足错失了三年时间。”

那一段日子,挫败感时常冒出来。可季博文没有沉溺在失落里。他选择把这次失利当成养料,把遗憾收进心底。“实力不够那就再练。因为挫折始终都是金牌不可或缺的一部分!”

冲破心魔再出发,剑指洛杉矶

季博文表示,亚运会是他今年最重要的主线目标。双人艇项目没有预赛和半决赛,一枪定胜负,容错率极低,加上和新搭档吴圣悦配合时间不多,赛前压力客观存在。不过经过几年打磨,他已经学会与压力共处。

当两枚亚运金牌收入囊中时,萦绕三年的心结终被打破。“某种意义上,这枚亚运金牌甚至比奥运会更难拿。”季博文在赛后感慨道。

终圆亚运梦,只是全新的起点。谈及未来,他目标清晰、语气笃定:“首先要卫冕奥运冠军,其次要在奥运会单人艇项目上争取实现更大突破。”

挫折从来不是终点,而是金牌不可或缺的一部分。从杭州的失意少年,到名古屋的双金冠军,那些迷茫、煎熬、咬牙坚持的日夜,都化作船桨下的力量。对于季博文而言,新的航程,才刚刚开启。

一年一目标,在煎熬中沉淀成长

杭州亚运会之后的三年,是季博文脱胎换骨的周期。他每年都给自己定下一个目标,顶着压力咬牙往前闯。

杭州亚运会后的“奥运年”,备战压力达到顶峰。季博文回忆道,他和队友刘浩主攻巴黎奥运会的双人划艇500米项目,一开始并不顺利,磨合屡屡出现问题。直到赛

前最后一个月,两人才找到那种“天人合一”的默契,最终站上巴黎奥运会最高领奖台,继孟关良之后,浙江水军时隔16年再为中国皮划艇队将奥运金牌收入囊中。

2025年,头顶奥运冠军光环的季博文奔赴全运会赛场。除了要同时兼顾单人艇与双人艇,他还要担当“领军人物”“老大哥”的角色,

尽管他也不过23岁。备战的过程充满痛苦,训练常常顶到身体极限,划到两腿发软,甚至呕吐都是家常便饭。但他扛住煎熬,拿下自己第一枚全运会单人艇金牌。“这枚金牌,分量很重。”季博文说。

一年一目标。季博文说,奥运冠军不意味着不能输,而是一种激励,让自己不断勇攀高峰。

向鹏:1银1铜收官亚运首秀

9月27日,亚运会乒乓球男双半决赛上,浙江选手向鹏和搭档温瑞博迎战日本组合张本智和/篠塚大登。他们在大比分3比1领先的情况下被逆转,最终以3比4告负,获得铜牌。

向鹏/温瑞博组合是在先后战胜也门、朝鲜和伊朗组合后杀入半决赛的。这对平均年龄约21岁的年轻组合一上来就展现出了良好的竞技状态,以3比1的大比分率先迎来胜赛局。

此时,两人想赢怕输的思想让他们变得更为保守,“命悬一线”的日本组合抓住机会,连扳两局,大比分瞬间来到了3比3平。双方进入决胜局。其实,从第五局后半段开始,两队比的不是技

战术,而是心理。随着比赛进程的持续推进,向鹏和温瑞博的主动失误逐渐增多,最终他们以4比11再丢一局,无缘决赛。

此役过后,首次参加亚运会的浙江选手向鹏以1银1铜(男团银牌、男双铜牌)收官征程。在男子团体赛四分之一决赛与泰国队场面胶着时,向鹏曾帮助中国队拿下关键一分。

2003年出生于温岭市的向鹏,11岁时,在浙江省运会上斩获2金1银,随后顺利入选省队。2017年进入国家二队,2019年通过选拔赛跻身国家一队,并夺得国际乒联世界挑战赛北美公开赛男单冠军。此后,他一路稳扎稳打,于2021年加冕世青赛男单冠军,并在2023年至今的WTT多站赛事中斩获男双桂冠。

“竞技体育就是这样,你不行,机会就是别人的。”向鹏此前在接受采访时曾坦言。相信这场刻骨铭心的逆转虽留下遗憾,却也淬炼了这位年轻小将的心智。坚韧不拔、百折不挠,这不仅是向鹏在赛场上的球风,更是他笃行不怠的竞技信条。

陈雨菲:成功和失败,都是收获

9月28日,亚运会羽毛球女单半决赛中,陈雨菲再次面对老对手、韩国的安洗莹。最终陈雨菲大比分0比2负于对手,收获一枚铜牌。

本场比赛前,两人今年共有4次交手纪录,安洗莹获得全胜。此次比赛,陈雨菲显然没能实现一个好的开局。“身体恢复得不是特别好,还是有些疲惫,自身的伤病也存在一些反应。”从陈雨菲的话语中能够听出,在密集赛事下,一位长期受伤病困扰的运动员的无奈。首局比赛,安洗莹进入竞技状态较快,依靠极具侵略性的网前抢点、高质量劈吊,持续调动陈雨菲的重心,并以21比5快速拿下该局。

进入第二局,陈雨菲及时调整战术。除了减少无谓失误,还尝试增加重复落点,通过多拍相持寻找对手破绽。安洗莹持续发挥启动速度快的特点,不断打乱陈雨菲的节奏。“一直拖多拍消耗体力,并没有带来很好的效果,这也不是我擅长的取胜方式。”陈雨菲表示,为了打出更多威胁球,自己一直在寻求战术变化,虽然起到了一些效果,但随之而来的还有不断攀升的失误率,造成了心态上的急躁。尽管始终奋力追分,但陈雨菲始终难以扭转场上局势,最终以12比21丢掉第二局,止步半决赛。赛后,陈雨菲表示:“最主要还是整体的实力不如对手,场上出现问题的时候,没有办法很好地解决它,也一直都找不到一个特别好的节奏。”

本届亚运会是陈雨菲参加的第三届亚运会。回顾在本届亚运会上的表现,她表示没有遗憾。“在自身状



赛事官方供图

态和伤病的影响下,心态比较‘炸裂’,也时常会自我怀疑能不能打好。”陈雨菲所谓的“炸裂”源于自己的伤病,“疼痛不完全是影响跑动和技战术,更多是干扰心态。当你试过很多种方法,疼痛还是没能缓解的时候,其实内心是很沮丧的。但是没办法,还是得一天天地去治疗、去康复。”

陈雨菲表示,从世锦赛到现在,自己一直依靠注射封闭来缓解疼痛。“这场失利,我觉得是一个比较正常的结果。相比这个结果,更重要的是如何再去面对自己的问题,然后在接下来的每一天自我消化。”

此役过后,陈雨菲以一金一铜结束了本届亚运会的征程。她先随队斩获阔别十二年的女团亚运金牌,又在单项赛事一路拼搏站上四强舞台。“从团体赛到单项,一场场去拼,去咬下来,我已经把自己全部奉献在场上,没有遗憾。团体金牌和这枚铜牌,都是属于我的收获。”失利没有磨灭她的斗志,擦干汗水,陈雨菲依旧怀揣改变与突破的期待,继续向着更远的前路前行。



向鹏(左一)