

孙海平： 从头开始的感觉

北京时间今天凌晨，男子110米栏半决赛中，上海小将徐卓一和秦伟搏双双出战，最终以13秒41和13秒48的成绩无缘晋级决赛。

带着两位00后小徒弟出征，奥运赛场，又见男子110米栏功勋教练孙海平。独家专访

孙海平，听他细数自己6届奥运的征战故事，更听他描述对于未来依然执着的梦想坚持。

坚定的语气，站在人声鼎沸的巴黎奥林匹克体育场门口，孙海平仿佛许诺一般说道：“下一届奥运会，他们俩一定会给大家带来惊喜。”

PARIS 2024

独家

6次奥运

巴黎奥运会，这是孙海平的第六次奥运，却也是徐卓一、秦伟搏的第一次奥运。甚至，参与奥运、世锦赛级别的国际大赛，两人都是第一次。

对于两个大男孩，大到奥运大赛的入场热身准备方式，小到欧洲饮食和时差的影响，其实都是第一次经历。带两个奥运新兵参赛，什么感觉？孙海平笑言，就像博士生导师重新回到小学开始教拼音。“每个程序都要重新说。”

一切从头开始，这种感觉陌生而熟悉，却也正是这些年孙海平在做的。

秦伟搏入队五年多，徐卓一加入麾下也已经4年。从基础的一点点开始手把手教，站在莘庄基地的红色跑道上，孙海平经常会恍惚，回到了20多年前的那些个日日夜夜。唯一不同的，或许是已大不如前的精力与体力，还有那日渐稀少、基本全白的头发。“以前带刘翔时，身体对抗训练都是我自来，但是现在，肯定弄不动了。”

69岁的孙海平，办理退休手续其实已九年多。但里里外外，大大小小的事情依然与以往一样忙碌。始终犹如在人生道路上跨栏，带过的那一批一批队员，正如跨越的一道道横杆，途中或许也曾有过体力不支，但总期待，下一个栏能更精彩。“我对这个项目有着极其深厚的感情，多年的训练里也积累了一些训练方面的经验，当然也有不少教训。在奥运会上，除了刘翔在2004年拿过一次冠军之外，我们再没人能进入奥运会决赛。我想身体还可以，能不能再继续带下去……”

2句感恩

站在跑道上热身，徐卓一跑完四个栏之后，习惯性地看向右看。看台上，果然站着那个熟悉的红色身影——从以前到现在，无论是刘翔、谢文骏还是如今的徐卓一、秦伟搏，带着徒弟参加比赛时，孙海平总习惯站在第五、六栏处，在热身阶段给徒弟最后的鼓励和指导，犹如定海神针，成为弟子们心中最放心的所在。

这些天，徐卓一因眼镜造型，意外火出圈。感叹如今社交媒体的不可捉摸与强大影响力，孙海平曾旁敲侧击给徒弟提了醒：“自己要把握好。我们是搞竞技体育的，一定是训练方面不断追求卓越，其他方面一定要控制好。否则精力、关注度分散，对训练是不利的。”

徐卓一将师父的话记在心里，昨天赛后谈及眼镜，连连摆手：“不敢看（网络），怕影响比赛状态。”还直言外界对于运动员有固化思维，“并不是所有运动员都长一样，又高又壮的。”

针对小徒弟们的奥运首秀，孙海平也用了一些特别的招。来巴黎后，孙海平总有意无意透露：自己为两位徒弟准备的程序和20年前一样——那次在雅典，刘翔横空出世。在私下，

孙海平对记者说，这也是自己“攻心战”的一招，“我们当教练的不仅要关心技术更要关注运动员心理，用好心理暗示的技巧，让他们感觉自己与刘翔距离并没有这么遥远”。从两个男孩的状态来看，果然有被调动了起来，论经验，孙教练还是非常丰富的。

4年又4年，孙海平的全情投入和辛劳，弟子们都看在眼里。徐卓一感慨，队伍里的人都知道孙海平辛苦，但要赶上两位师兄，自己还需要努力。“师父非常伟大，一个人拉着我们几个参加奥运会。”而腼腆内向的秦伟搏只说了一句：“师父辛苦了！”

1个心愿

热身，准备。跑道上，10个栏架已如卫兵一般，昂然站立。

而在场边的大屏幕定格的奥运纪录上，赫然是五星红旗和一个熟悉的名字：刘翔——20年了，刘翔的奥运纪录始终未曾被打破。

对于巴黎的这个场地，孙海平有着太多回忆。“2003年的田径世锦赛铜牌，2007年的巴黎黄金大奖赛第三……刘翔来巴黎好多次比赛都是在这个赛场。”而如今，已过去近20年，孙海平记忆中的体育场外观几乎未变，就连进场班车的路线都和当年一样。

中国男子跨栏项目，何时再能出现又一位？而这，也是横亘孙海平心头多年的心结。如今，小弟子的出现，让孙海平有了新的努力方向。

赛后采访，两位小将颇有些初生牛犊不怕虎的张扬，秦伟搏坦然表示，包括自己在内的国内跨栏新星不断在崛起，先称霸亚洲再到世界舞台，“兄弟俩再练几年，还是有望冲击世界前列的”，孙教练如此说。徐卓一则感慨于110米栏这个项目在刘翔退役之后又渐渐冷了下来，他表示，“我们两兄弟也在师父的麾下，一步一步走上来，始终都是朝着刘翔大哥的目标在努力。希望能通过我们，把男子110米栏这个项目的热度再次提起来，让人知道，这依旧还是我们的强项！”两位小徒弟的心愿其实也是孙海平的心愿，“一届又一届，我的心愿始终都没变。”

尽管无缘奥运决赛，但在孙海平看来，这次的巴黎之行对于两个小徒弟却有着重要的意义。“我跟他们讲，我说你们看那些世界级的优秀运动员，几十个来自各个国家的运动员。看上去好像力量很大、速度很快，但实际到跑道上跑的话，你们并不差多少。”一枪又一枪，他俩在奥运赛场逐渐找到了感觉，增强了信心，“跑下来发现，确实就是说的这么一个情况。”

如今，两个弟子站上奥运舞台，与那些世界顶级选手相比，

在孙海平看来，实力上并不逊色太多，“上海话讲，只是稍微‘嫩’了一点。”随着大赛经验的不断累积，相信他们会有更多机会，“或许就在下届奥运会。”

特派记者 厉苒苒
(本报巴黎今日电)

徐卓一在比赛前 图 新华社



孙海平
本报记者 李铭坤 摄

对话

问：对于两位选手今天的表现是否满意？

答：说实话并不太满意，他们都没有表现出自己最好的水平，不然以他们平时的状态，进决赛还是有会机的。这也让我开始反思，我之前在奥运备战阶段，尤其是出来之前在山东日照的集训，是不是整体负荷有些大，调整得有点少了，没有让他们的竞技状态恢复到最高水平。

问：这次来巴黎，印象最深刻的瞬间是什么？

答：有两个瞬间：徐卓一预赛小组第一和秦伟搏复活赛第一。

来之前，我们做了预案，希望徐卓一能跑进小组前三，一枪进去。跑下来，没想到他拿到了小组第一。这个是意外惊喜。

本次奥运会，秦伟搏是靠积分入选，实力稍微逊色，本来想第一枪让他拼命跑试试，没想到，状态不好“没醒过来”，预赛失败了。到了复活赛，秦伟搏只有一次机会，一定要跑进小组前二，才能“复活”。没想到，他也跑了个小组第一。两个第一都有难度，都是惊喜，印象深刻。

问：来巴黎会带什么纪念品回去？

答：说实话，这次来，我一直在训练场和房间，哪儿都没去。以前带刘翔的时候经常来欧洲，所以也就习惯了。明天看时间，有空就去纪念品商店买个吉祥物带回去给小外孙。其他的，也没什么特别想要的了。这次奥运三场比赛的经验教训，我现在想到的未来可以调整的计划，可能就是我最好的纪念品。

厉苒苒



扫码看视频



秦伟搏(右)在比赛中 图 新华社