

优秀的人总是相互吸引

侯志慧欣赏易烊千玺正能量

北京时间2021年7月24日,中国选手侯志慧以抓举94公斤、挺举116公斤、总成绩210公斤的成绩摘得东京奥运会女子举重49公斤级金牌,这也是中国代表团本届奥运会收获的首枚/第二枚金牌。

侯志慧比赛结束后参加直播,在谈及偶像的时候,提到了易烊千玺,她说闺蜜老是在跟她提千玺,她关注后发现,千玺是个很不错的明星,比较正能量。她在直播中对千玺给予了肯定,提到千玺的时候还有些紧张,是千玺的迷妹没错了。

巧合的是,易烊千玺想要一个侯志慧亲笔签名的奥运纪念物,并通过解说员韩乔生带话,韩乔生表示,千玺刚好在深圳拍电影,他愿意帮侯志慧拿到易烊千玺的签名,然后两人交换,完成彼此的愿望。侯志慧眼睛眯成了一条线,看得出来,她很开心。

粉丝一边感谢姐姐对千玺的喜欢,一边羡慕奥运冠军可以拿到易烊千玺的签名,感慨:不当冠军都不好意思跟千玺要签名了。

本版撰稿 本报记者 薛思佳

从田径场走向举重台

1997年侯志慧出生湖南省郴州市桂阳县梅塘村一个世代务农的家庭里。因为天生活泼好动,性格顽皮的她被称作“小猴子”,这一外号也陪伴她至今。

2008年,侯志慧代表学校参加了桂阳县中小学生田径运动会,却被桂阳体校举重队的教练李志平一眼相中,“当时我就觉得她的爆发力、身体素质和身体机能的协调性不是一般的好。”在与侯志慧的家人沟通之后,年仅12岁的侯志慧走上了举重训练的道路。

2009年,湖南省举重队到桂阳体校进行考察,原本不在考察范围内的侯志慧却吸引了他们的眼球,平日训练里最好成绩只有47公斤的她在这一天举起了52公斤,这让省队教练当即决定将她招致麾下。从12岁开始练举重,侯志慧用不到八年的时间一步步从业余体校队员成为了国家队的一员,“她的协调性很好。虽然力量方面不算突出,但她是那种会动脑子的运动员。”中国举重国家队教练周继红说道。

里约奥运临阵被换

随着侯志慧逐渐开始在国际赛场上崭露头角,她获得了征战2016年里约奥运会的机会,但命运却在这个时候和她开起了玩笑。距离2016年里约奥运会开幕式仅五天的时间,已经随队抵达圣保罗进行冲刺备战的侯志

慧,度过了人生中最难忘的一天。中国女子举重队决定临阵换人,由75公斤以上级选手孟苏平替换48公斤级选手侯志慧出战里约奥运会,理由是侯志慧遭遇了膝盖伤势的影响。

在得知落选的消息之后,侯志慧哭成了一个泪人。四年的备战,奥运的梦想,在瞬间烟消云散,“我不喜欢在别人面前哭,但真的憋不住了,泪水不停地流,我的心情是崩溃的。”在离开巴西的时候,侯志慧的独白令人心疼不已。

里约奥运会后,侯志慧给自己放了两个月的假期,“里约奥运会被替换,对侯志慧的打击太大了。我只能先对她做心理安抚,训练要慢慢来。”周继红说道,除了担任侯志慧的教练,她更是侯志慧的心理医生和家长。让周继红印象深刻的是,侯志慧曾经一个人独自冒着近40℃的高温去操场跑步锻炼身体,在训练房日日苦练基本功,“她非常坚强,想要重新证明自己,还是挺了过来。”

时隔一年的天津全运会,侯志慧上演了王者归来的好戏,以抓举93公斤、挺举115公斤、总成绩208公斤的成绩夺得女子举重48公斤级冠军,这一成绩超过了里约奥运会冠军足足8公斤,“我必须举起来,这是我的训练水平。训练时我怕受伤不敢去冲,但这次必须弥补遗憾。否则,就是更大的遗憾了。”

王者归来统治世界

进入东京奥运会周期,侯志慧的

状态依旧出众。在2019年举重世界杯上,侯志慧以抓举94公斤、挺举116公斤、总成绩210公斤的成绩将三枚金牌揽入怀中,并打破该级别的抓举、总成绩两项世界纪录,“她开始享受训练的过程了。我觉得她现在的境界提升了。”中国女子举重国家队主教练张国政对于麾下的这名爱将赞不绝口。

作为东京奥运会备战阶段的重要考核,侯志慧在2021年亚锦赛上的表现同样令人刮目相看,她以213公斤获得总成绩冠军并创造新的世界纪录,同时还以抓举96公斤打破世界纪录并获得冠军。在中国举重队选拔精益求精的情况下,教练组这一次毫不犹豫地将其中的一个名额给到了侯志慧,足以可见对她的信任。

在出征东京奥运会之前,侯志慧毫不掩饰的自己的野心,“希望可以拿冠军,为国争光。”为了这一刻,侯志慧等待了足足五年,这一次她绝会让金牌再次从自己的手中溜走。

卧薪尝胆圆梦东京

为了弥补里约奥运会临阵被替的遗憾,侯志慧在东京奥运周期迸发出了巨大的能量,她在抓举的开把重量88公斤就超过了所有参赛选手,可谓“起点就是别人的天花板”,“这次比赛的时候和以往不太一样,以前会想着会不会受伤,这次就是全力以赴,不留遗憾,没有任何杂念。”在这场几无对手的较量中,侯志慧战胜了心理上对伤病的恐慌,将这枚迟到五年的金牌如愿收入囊中,“我比完的时候就哭了,眼泪完全止不住。这是一种释放的感觉,梦想完成了,这一刻特别爽。”

值得一提的是,在这次赛前称重环节,侯志慧还经历了一个小插曲,“这是我比赛从来没有遇到过的情况。第一次赛前称重超了0.1公斤,以前我比赛前可以降0.3公斤的体重,可能这次练得太扎实了,没有预想的顺利。”为了体重达标,侯志慧在教练组的带领下在赛场外短暂地跑了一会儿步,幸运的是,这样的小意外并没有打乱她的比赛节奏,六次试举全部成功,“教练让我专注每一把,尽量去享受舞台。”

对于侯志慧的表现,中国女子举



重队主教练张国政看在眼里,喜在心头,“我现在的心情是除了开心还是开心。‘小猴子’今天完全贯彻了教练的意图,可圈可点,我要给她点赞。”看似轻而易举的夺冠,在侯志慧主管教练王国新眼里,却不尽如此,这位经历过七届奥运会的功勋教练在看到侯志慧夺冠的一刻,忍不住热泪盈眶。

把侯志慧当做自己女儿的王国新,知道侯志慧为了这枚金牌,付出了多少,承受了多少,经历了多少,“里约奥运会当时给侯志慧带来的阴影特别大,有时候练着练着,就觉得自己没希望了。侯志慧是有能力的,她有个性,你的训练方法一定要适应她,但这种适应并不意味着无条件地纵容。”自2020年正式接手侯志慧,王国新的第一个任务就是解决与她之间的信任问题,用了两周时间,解除了彼此之间的隔阂,“我带她首先就是建立信任,人与人之间最重要的就是沟通和信任,没有沟通和信任,所有的动力都无法调动起来发挥起来。”

从青涩、毛糙到如今的成熟、稳重,王国新欣喜地看到了侯志慧身上的变化,“这次奥运会感觉到她长大了,成熟了。这是大赛,压力很大,这是常人可能体会不到的,这个时候就要坚定地支持她。”王国新说道,“侯志慧容易一到挺举就什么也不会做了,这次比赛之前她也跟我说感觉自己有点慌。我说你放心,什么都不用想就听我的,我教你怎么用劲就怎么用劲。”

在金牌落袋的一刻,王国新心里的石头终于落了地。五年的蛰伏与坚守,一个几乎对自己职业生涯无望的运动员,成长为了一名新的举重奥运

冠军,“要练好,不是拼运气,六把试举成功不是随便练出来的。咱们吃的苦,所有的这些都有了回报。”

母亲见证夺冠时刻

抓举保温杯喝水,挺举风油精提神。侯志慧在女子举重49公斤的比赛场景被载入了东京奥运会的名场面,而在电视镜头的另一端,她的妈妈邓金香已经流下了热泪。在侯志慧职业生涯早期,邓金香会去现场观看女儿的比赛,但一方面是现场观赛过于紧张,另一方面害怕影响到女儿的竞技状态,久而久之,她更多时候选择在家里观看女儿的比赛。这一次为了鼓励女儿夺冠,邓金香制造了一面“千金面前不言弃,小猴子能争冠军”的横幅,而侯志慧的弟弟还应景地穿上了红色的T恤。

在母亲邓金香眼中,女儿向来坚强,性格开朗。小时候和姐姐到田里抓鱼,被破碎的瓦片割伤了脚,鲜血直流去缝针她连一声都没吭。邓金香曾对女儿说感觉自己很愧疚,没能好好陪伴她,但每逢侯志慧感到有些迷失的时候,她都会说:“妈妈永远支持你!”据邓金香介绍,每次侯志慧比赛完,回家前会打电话跟自己说想吃什么,而实际上她早已准备好了一桌好菜,等女儿归来,这一次自然也不会例外,“感谢全国人民对自己的支持,感谢国家。在疫情如此严重的时候,给我们提供安全的训练和比赛环境。感谢我的家人、领导一直以来对我的信任。此前我一直怀疑自己,这次我证明了自己,证明了自己是可以做到的。中国加油!河南加油!”

