



作为安师大教师，邓琳琳和毕业生合影留念。

在安徽省体育局有一份相当稳定的工作。为什么还要继续深造？

**邓琳琳：**从北大毕业后，虽然有了工作，但我很迷茫。我不满足于当下，不停地鞭策自己。后来我想清楚了，只有不断学习，接受新事物，才能跳出舒适圈。读研究生前，我想还是回到自己最熟悉和擅长的体育领域，所以去了北体大体育教学，希望能扬长避短。

同时，我也希望能兼顾原有的工作。我记得那两年，每周一到周四，在安徽省体育局体操中心上班。周四晚上坐高铁去北京读书，然后周日晚上再回来，周一继续上班。

从北体大研究生毕业后，我又拿到了2019年国家体育总局的公派留学名额，去美国加州浸会大学。一方面，当年我一直在做一些重复

性的工作，有些厌倦。另一方面，我想去国外看看那些运动员背后的培养和选拔机制。以前在赛场上看见她们时，只是看作对手。随着时间推移，我想去深入了解，这些“对手”是在什么样的环境下培养和成长而来。

有点遗憾，去美国后不久就碰上了新冠疫情，没能有想象中那么多机会去当地的体育协会和俱乐部拜访交流。遗憾之余，也有收获：我在美国认识了我老公，当时我们是同学。

**《新民周刊》：**你一直提到退役后的转型。现在有许多运动员退役后，尝试做自媒体，有人直播带货。与此同时，外界也有一些不一样的看法，甚至是对于这种现状的批评。对于年轻运动员，你有什么想分享的心得？

**邓琳琳：**现在运动员所处的时代，我觉得比我们当年更好，选择的可能性更多。

我觉得退役后，运动员要认清现实。很多运动员退役了，还是会倾向于停留在舒适圈，不愿跳出来。我很佩服之前舆论提到的奥运跳水冠军张家齐。我佩服她的勇气和头脑清晰，我佩服她认清现实。

很多人会觉得，奥运冠军也要直播带货吗？我在想为什么不能直播带货？这是一个行业，这是社会发展的现状，也有前景。

奥运冠军，差不多只是我们人生的1/3。人生剩下的2/3，尽管大胆地去闯吧。作为运动员，那么艰辛的训练，那么惊心动魄的比赛都经历了，人生道路的困难一定可以战胜。**民**