

北京时间8月8日凌晨4时,在女子双人三米板比赛中,当最后一跳,吴敏霞和施廷懋入水的一刹那,所有人都知道,这块金牌稳了。吴敏霞人生中的第五块奥运金牌,似乎来得无比轻松。

但在这份“轻松”的背后,事实上却是常人难以想象的痛苦和艰难。

25年的跳水生涯,早已让她的全身上下满是伤病。但一直以来,吴敏霞从未被伤病打倒,她的理由也很简单:“既然自己做出了选择,就不想轻易放弃。”

第五块奥运金牌 是吴敏霞最完美的告别

1

伤病是最大“对手”

对于这位世界跳水史上的传奇来说,或许只有伤病,才是她最大的敌人。

就在出征里约的三个月前,吴敏霞不慎在训练中跳板划伤了小腿,伤口足有一指长,这导致她好几个星期无法下水。但吴敏霞没有因此休息,而是坚持自己练跑步、腰腹、模仿动作等等。

大强度的练习下,她的伤口又重

复开裂。“那地方就是皮和骨头,连针都不能缝,只能忍着疼痛慢慢养。”吴敏霞自己在微博上透露,足足“折腾”了一个多月,才“终于不用担心伤口再被跳裂开了”。

与此同时,吴敏霞腰部的老伤也成为了一个不稳定因素。广州备战奥运期间,她的腰伤又一次出现问题,一度让吴敏霞因不堪心理压力而在训练馆内痛哭。

2

教练让少练一点,她不肯

从1991年开始接受专业训练至今,25年来,跳水早已“送”给了吴敏霞满身的伤病。她的队医说,“除了头,她浑身都是伤。”

不仅如此,随着年岁的增长,吴敏霞也不能再像年轻时一样,“睡一觉就能满血复活”了。

吴敏霞技术支持团队的一名成员告诉记者,每天训练后,吴敏霞的恢复治疗时间都需要两个小时以上。

“主要包括一些按摩、针灸、理疗等等。在整个跳水队里面,她所需要的恢复治疗时间是算很多的。”可以

说,除了训练之外,吴敏霞大部分的业余时间都是在理疗室度过,甚至还要接受针对伤病的心理疏导。但即便如此,她从未放松过对自己的训练要求。

吴敏霞技术团队成员对记者表示,“她觉得自己不是那种有天赋的运动员,所以要比别人练得更多才可以。所以平时她的训练时间是比一般的老队员要多的,甚至赶得上那些年轻队员。”

“反而是教练想让她少练一点,她还不肯。她会觉得自己没有练完,心里不踏实。”

3

传奇 最完美的告别

四届奥运会,五枚金牌,吴敏霞的成绩被媒体称为是跳水世界中“绝对的传奇”。

在接受记者采访时,曾在上海队执教过吴敏霞的老教练史惠国表示,这应该是吴敏霞的谢幕演出了。

“的确很不容易了,31岁,又有这么多伤病。”说起自己的爱徒,史惠国很是心疼,“如果再跳一届奥运,她的技术和心理没问题,也没什么人能够超过她。但是太辛苦了,也应该休息休息了。”

从2004年第一次参加奥运会以来,吴敏霞身边的搭档从“大姐”郭晶晶,变成了比她小5岁的何姿,又换成了如今比她年轻7岁的施廷懋。

现在,挂在吴敏霞脖子上的第五块奥运金牌,是最完美的告别。

吴敏霞曾透露自己的退役计划:“我退役后想去大学充电,天天上课的那种,这些年为了训练比赛,都没有系统的进行文化课学习,真的有些可惜。”

■据《澎湃新闻》等整合



吴敏霞男友张效诚

送福利! 吴敏霞男友曝光了

在当天比赛的看台上,除了吴敏霞父母,其男友张效诚也到场加油助威,首次在公众面前曝光,他用相机捕捉吴敏霞的一举一动。张效诚就职于田径协会,曾担任北京国际田联世界田径锦标赛导演,出生于1986年,而吴敏霞出生于1985年10月,两人是姐弟恋。

吴敏霞夺冠后接受央视《风云会》采访,当主持人追问:“你是一个懂事的姑娘,我还知道除了父母之外,现场有个目光希望一直投射在你身上比所有人都火热都执着……”对此吴敏霞笑着回答:“没有吧。”随后主持人也没有再继续追问:“没关系,我知道关于这个问题,我们之前有约定。”从这句话能看得出来,吴敏霞默认了自己有男友一事。



吴敏霞和施廷懋