

花游女神:三届奥运会摘银牌,助力湖南花游新变化

采写/章清

我是长沙妹子孙文雁,中国花样游泳(简称花游)队前队长,现在是湖南省花游队助理教练。

今年是中国冬奥之年,北京冬奥会和冬残奥会,让全世界看到了不一样的中国。赛场上每一个拼尽全力的运动员身上,都闪现着中国的风采,中国力量。冬奥滑雪选手苏翊鸣在夺冠后给习近平总书记写信说:“出生在一个伟大的国家,成长在一个最好的时代,通过努力实现了自己的梦想,感到很幸运。”作为一名曾经三次出征奥运会的运动员,这句话说出了我内心最强烈的共鸣和最深刻的感受!



潇湘巾帼逐梦
强国复兴有我

花游女神 孙文雁

前中国花游队队长,湖南省花游队助理教练
2016里约奥运会
2021东京奥运会花游双人自由泳银牌获得者

“32岁的我和队友再次出征奥运会,汗水浇灌的梦想之花绽放了,我们最终蝉联银牌!学会坚持,勇于突破,将会使我们更自信,更强大。”



扫一扫,看更多精彩内容

北京奥运会遗憾落选,伦敦奥运会突破摘银

我10岁就进入湖南花样游泳队训练,13岁入选中国花样游泳青年队。21年的职业运动员生涯,我一次次拼尽全力、挑战极限,一次次站在世界最顶级的赛场和领奖台,就是因为心中那一股强烈的信念:我的身后有一个日益强大的祖国,我要为国家而战、为国争光,我要让全世界看到中国!

花样游泳又被称为“水中芭蕾”,是力与美的结合,集游泳、技巧、艺术于一身。花游运动员在水中做出一个又一个的漂亮动作看似轻松,其实很不容易。在水中完成一套5分钟的花游动作,相当于长跑1500米。训练时,我们的头必须长期倒立在水中。憋气,是花游选手的必修课,因为憋气时间越长,完成动作的难度就越大。但是憋气时间长了就会导致缺氧,容易发生意外。有一次,我就差点发生意外。那是在水中专项练习憋气,我一心想让自己憋得久一些,再久一些,尽快达到教练的要求。渐渐地,我在水里失去了意识。等我醒来,已经是被人抬到了岸上,正在进行人工呼吸抢救。

我以这样近乎拼命的状态进行艰苦训练,为我赢得了花样游泳世界青年锦标赛集体项目银牌,全国花样游泳锦标赛冠军。然而,2008年北京奥运会前夕,正当踌躇满志,想在自己国家举办的奥运赛场上大展拳脚的我,却在最后一轮选拔中落选了。消息传来,我在教练和队员面前不禁嚎啕大哭,失败的痛苦充斥我的胸腔。为什么我这么努力还是被淘汰了?为什么我就不能在自己国家的赛场上实现梦想?绝望、不解、灰心、难过,各种念头涌上来,轮番占领我的脑海。我感到前所未有的疲惫、泄气,我感到自己坚持不下去了。

就在那时,我妈对我说:“雁子啊,你难道甘心就这样放弃?”教练也不断鼓励我,给我复盘不达标的动

作。是啊,我才19岁,还很年轻,我还没有为梦想拼搏到底。运动场上,不就是比拼谁能坚持到底、谁能突破极限吗?

于是,我再次投入到了紧张的训练中,每天七八个小时下来,肌肉因为长期处于高负荷状态,常常碰一下就像针扎一样的疼。日复一日,年复一年。四年后,我终于如愿拿到伦敦奥运会入场券,和队友们一起收获了一枚集体银牌,创造了中国集体花游的奥运会最好成绩。之后的里约奥运会上,我又作为中国队主力担任双人项目与集体项目,获得了2枚银牌。看着国旗一次次在世界舞台上升起,我的眼里饱含泪水,我的心里充满着难以言说的自豪!

归队!东京奥运会再续辉煌

2017年,我28岁了,过了运动员的黄金年龄,拿了无数的大奖,我可以圆满退役了。而我也确实回到了长沙,过起了悠闲的退役生活,但内心里还是有些犹豫,还想替家乡湖南拿一块全运会金牌。

正在这时,花样游泳国家队传来消息:2020年东京奥运会需要两名有大赛经验的老运动员参加双人项目。作为曾经的中国花游队队长,国家有需要,责任在召唤,我立马放下犹豫,和老搭档黄雪辰双双归队。

说来容易做起来难!因为休息了一年半,我的体重增加了15斤,我的队友雪辰也升级做了妈妈。我们跟十七八岁的孩子一起练,她们睡一觉就恢复了,我们却两三天都难以恢复过来。可是,赛场就是战场,比拼的不



仅是体力、技术、更是意志、经验和毅力。我和雪辰再一次拿出拼命的劲,裹着厚重的衣服在跑步机上挥汗如雨,在泳池里一个800米又一个800米……最难的时候,我们俩的泳镜里蓄满了泪水,我们彼此扶持着,练到不由自主地飘泪、瘫软。

去年8月4日,32岁的我和队友出征东京奥运会,汗水浇灌的希望把梦想照亮,我们最终蝉联了银牌。同年9月的陕西全运会,我代表湖南获得双人项目与集体项目金牌。

说到这里大家也许在想,中国花样游泳为什么没有一块奥运金牌?我告诉大家,花样游泳在中国才发展了38年,38年前,我们连一支像样的队伍都没有。38年后,中国花游队早已进入世界一流的行列。我相信在不久的将来,我们国家很快就会迎来一块花游的奥运金牌。

而中国花游队的发展历程,也恰好反映了中国体育在世界的发展历程。正是通过无数人的努力,通过国家的强力支持,才会有越来越多像我这样热爱体育运动,渴望为国出征的女性成长起来,通过自己的努力拥有了广阔的舞台和强大的实力,在世界的竞技场上自信绽放,尽情展现中国女性的精彩与力量。

就在前不久,习近平总书记给包括苏翊鸣在内的运动员们回了信,他说:“希望你们心系祖国,志存高远,脚踏实地,在奋斗中创造精彩人生,为祖国和人民贡献青春和力量。”

我想,这是总书记对我们所有运动员的鼓舞和期望。是啊,生逢如此美好的时代,国家为我们提供了如此好的舞台和机会,我们就当全力拼搏,尽情绽放,“在奋斗中创造精彩人生”!

(上接 03版)

一打就是10年的“子宫保卫战”

医生的战场不只在手术台,很多时候,科研攻坚才能治服威胁孕产妇的“杀手”。10年前,被称为“出血之王”的“凶险性前置胎盘”,曾夺去无数孕产妇的子宫和生命。这个难题,我一定要解决!

这场子宫保卫战一打就是10年。白天查房、手术,晚上挤时间给学生和团队成员一起研发止血、保留子宫的方案。

最终在2019年,我所在的湘雅医院产科成功将这种疾病高达30%的子宫切除率降为0。降为0,意味着什么?意味着我们还患者一个完整的身心!同时,我们将这项技术进行国内、国外的推广,让更多患者受益。这项研究,获

得了2018年度湖南省医学成果一等奖。

类似的科研成果还有很多。当然,这些科研成果属于我们整个团队。这些年,我最自豪的就是培养了一支能打善战的产科队伍,成为全省、甚至全国各大医院产科的中流砥柱。然后,她们又像播种机一样,将产科技术传授给更多的基层产科医生。

在危重孕产妇抢救的时候,我感触最深的就是“你为什么拖到最后一口气才到湘雅?”这多半源于她早期的危险信号没有被识别出来。坦白地说,很多基层医生一辈子都没有见过、没有听到



过这些病例,他们怎么能一眼认出这些危险来!一旦到了非常危急的阶段,患者一家人火急火燎地赶到湘雅医院救命。

有时候,我在医院见到那些产妇和她的家人们,不顾一切地冲进诊室或病房找我,真是觉得她们“太不容易”,能让她们在家门口看好病,成了我最大的愿望!

为了实现这个愿望,也为了产科的发展与传承,我和团队花费了大量的精力,搭建了一个产科医生培训的平台,至今已经有20多万名基层医生接受了

培训。我相信,即便我们传授的只是星星之火,也能在全省、全国产科救治的大局上点燃燎原之势。

如今,国家迎来了三孩时代,产科将面临更多新的挑战,我将更加坚定地做好一名产科医生。产科医生不易但不能放弃,艰难但要坚定。不论孕产妇病情多凶险,我和同事们都会冲在第一线,陪患者一起与疾病赛跑,守护每一个生命。



扫一扫,看更多精彩内容