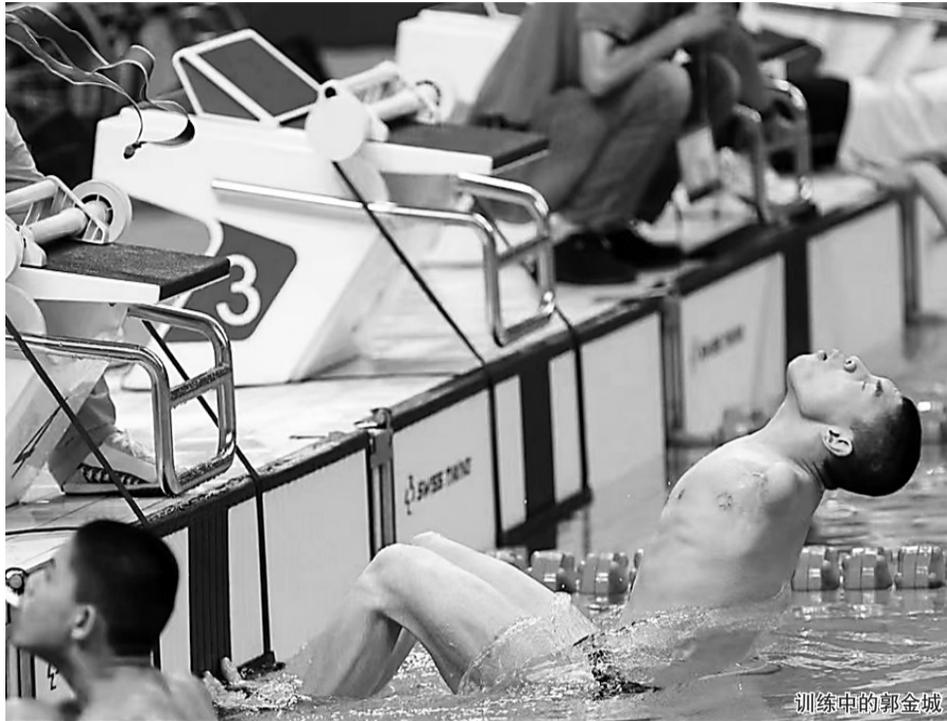


在英国曼彻斯特举行的2023年残疾人游泳世界锦标赛上,23岁的沧州小伙子郭金城三破世界纪录——

失去双臂也能“飞”

本报记者 吕依霖



训练中的郭金城

在日前举行的2023年残疾人游泳世界锦标赛上,郭金城用头重重撞击了游泳池壁上的计时器。他从水中抬起头,第一时间环顾四周,发现自己已经甩开对手一个身位。这一刻,他才知道自己赢了……

郭金城刷新了50米男子自由泳s5级的世界纪录。

“这孩子能成”

今年23岁的郭金城是沧县件龙堂乡东官庄村人。他6岁时,因为一次意外失去双臂。

2012年秋天,河北省残疾人游泳队教练刘振斋来到沧县挑选运动员。郭金城的父亲郭书波带着他来到沧县残联参加选拔。

当时的郭金城11岁,留一个小寸头,黑黑瘦瘦,大概只有一米多一点那么高,穿着一件黄色条纹长袖上衣。当时他的两只袖子空荡荡的,被风一吹,袖子鼓起了一点,摇摇晃晃。在他的眼睛里,刘振斋看到一股劲儿,一股不服输、坚毅果敢的劲儿。这是一些孩子天生就有的东西,也是一些孩子天生就没有的东西。

当初这一幕让刘振斋印象深刻。他觉得:“这孩子能成。”10多年后,郭金城真的成了。

“因为父亲”

郭金城夺得50米男子自由泳金牌并打破世界纪录。

郭金城夺得200米男子混合泳金牌并打破世界纪录。

郭金城与队友夺得4x50米男女混合泳接力金牌并打破世界纪录。

在英国曼彻斯特落幕的2023年残疾人游泳世界锦标赛上,23岁的郭金城三破世界纪录,载誉而归。

这一切的结果,源于郭金城的父亲郭书博。

6岁时,郭金城意外失去双臂后,父亲郭书博整日整夜睡不着。他恨不得失去双臂的是自己。

孩子还这么小,他需要一条出路。郭书博到处托人打听,得知了一条重要的信息:失去双臂的孩子可以参与选拔,以残疾人运动员的身份加入省队训练。

郭书博觉得这条路儿子也许能行得通。

郭金城8岁的时候,第一次参加河北省残疾人游泳队的选拔。当时,教练一眼挑中了郭金城。可儿子实在是太小了,只有8岁,这一走,可能几年都无法回家。郭书博没有舍得让郭金城走。

等郭金城12岁时,郭书博才让刘振斋把儿子带到省队,从此开始十多年的训练。

“30秒”瓶颈

“当时我以为我永远游不进30秒了。”郭金城告诉记者,30秒是一个分水岭,哪怕成绩只差0.01秒,也是失之毫厘,差之千里。

郭金城在2021年时,训练成绩遇到了瓶颈。他发现自己再怎么努力,50米自由泳的成绩也只能在30秒附近徘徊。

怎么办?郭金城反复看了很多运动员的游泳视频,仔细观察他们的腿部动作,试图从每一个方面提高自己的成绩。

还是不行。

为了让自己游得更快,郭金城需要更加了解自己的身体。

有些人越是频繁换气,越是游得快,有些人则是换气次数越少,身体越稳,游得越快。郭金城是后一种。

50米的游泳距离,郭金城努力练习憋气,将自己的换气次数缩短至1次。这个训练成绩,在郭金城的队友中也十分少见。

郭金城只是心思单纯的在练这一件事。不久之后,他把自己的50米自由泳最好的成绩提升至30秒零1,但始终突破不了“30秒大关”。

30秒零1,30秒零2,每次郭金城游完50米都会急切地看向计时器,但总是得到一个让人失望的答案。

郭金城将这些沮丧的、失落的、不甘心的、怀疑自我的感受全部自行消化了下去,继续训练,让自己的憋气时间更长,身体更稳,打腿动作更快。

直到去英国曼彻斯特参加2023年残疾人游泳世界锦标



获奖的郭金城(中)

赛前,郭金城也从未真正将自己的50米自由泳成绩提升至30秒以内。

比赛前的状态并不好

英国曼彻斯特与中国北京的时差有7个小时。刚到英国,郭金城身体很不适应。

“因为需要倒时差,我休息不好,刚来时每天都睡不醒。”郭金城回忆道。睡眠质量不好,影响了郭金城的发挥,他在适应场地游出的成绩还不如平时。

身体状况欠佳,训练时的成绩不理想……种种不利因素面前,郭金城顶住了压力。

“那几天,我一度将自己的夺冠目标调整成保二。”郭金城告诉记者,只有这次世锦赛上的冠军和亚军,才有资格参加巴黎残奥会,他把自己的得失心降至最低。

郭金城有自己的比赛习惯,比如不爱戴泳帽。每次赛前,郭金城都会剃个光头,减小游泳时的阻力。

正式比赛的前一天,刘振斋带着郭金城在曼彻斯特的街边小店剃了个头,花了17英镑。这只是很平常的赛前一天,刘振斋希望郭金城能感受到自己的用心,帮郭金城放松心情。

郭金城在努力调整自己的心情与状态。

一鸣惊人

比赛当日的上午是男子50米自由泳s5级的预赛,郭金城丢下所有心理负担,放开了游,居然出乎意料地游进了30秒。

这是他第一次真正地游进30秒,并且他觉得游完不太累,体力仍旧很好。这次预赛让郭金

城有了一些信心:也许这次能冲击冠军。

下午,决赛时刻,郭金城屏住呼吸,大脑一片空白,听到裁判员的一声哨响,就跃入水中。

等游到大约30米时,郭金城的头露出水面,从右边换了一次气。他看到自己超过了右边的对手,但优势只有一点点。“当时,只想着再把差距拉开一点。”郭金城说。

再次入水。加速,加速,加速。郭金城脑海里反复闪过这两个字。

他像一条鱼,在水中游得格外稳,后腿一直高速交叉打水。“砰——”郭金城的头重重撞击了游泳池壁上的计时器,他从水中抬头,快速环顾四周。他将对手已经甩开两三米。

毋庸置疑,郭金城以29秒零78的成绩夺冠并打破世界纪录。

夺冠了吗?刷新世界纪录了吗?刚刚结束比赛的郭金城觉得难以置信。他在泳池中待了几秒,还有些蒙。在他还发蒙的空当儿,外媒第一时间对郭金城进行了报道。网友们称他为“闪电”“飞鱼”。

比赛结束后,参赛选手们有一天的休整时间。郭金城和队员们在英国曼彻斯特的街头散步,买了几块巧克力。郭金城剥开包装纸,将巧克力放进嘴里,甜甜的。

期待巴黎

做运动员太苦了,能坚持下来太难,何况一个十几岁的孩子。训练时每一次的精疲力尽、无数次比赛落败的失望,全都靠一股劲儿支撑。河北省残疾人游泳队教练刘振斋告诉记者,这次郭金城破世界纪录,其实他一点都不意外。

“之前他没在这么大型的国际比赛中赢过,其他人也没有把他视为强有力的对手,所以郭金城不会有那么大的压力。这次,他是一匹杀出重围的黑马,已经成了对手眼中的靶子,我不想让孩子背上心理负担,只想让他轻轻松松地游。”刘振斋经常叮嘱郭金城,不要把打破世界纪录当回事儿,保持平常心。

从英国回来后,郭金城在石家庄继续训练。过几天他就要启程去往杭州,备战亚残运会。

然而郭金城最期待的,仍然是明年8月的巴黎残奥会。世锦赛上夺冠,就相当于拿到了巴黎残奥会的人场券,这是郭金城梦寐以求的事。

郭金城在泳池中日复一日地训练,没有一丝松懈。他期待着自己明年在巴黎再次跃入水中,挑战自我,冲击金牌……

“双争”进行时