



摆动高频“马达腿”、自带“涡轮增压”……沧州“无臂飞鱼”郭金城——

# 一头“撞破”纪录

本报记者 吴艳 董芳辰

昨天晚上,杭州亚残运会游泳赛场,沧州“00后”小伙郭金城再创佳绩:在S5级男子4×50米混合泳接力项目中,与队友合作夺得金牌;在50米蝶泳项目中获得银牌。

24日,这位被称为“无臂飞鱼”的小伙刚刚在S5级男子200米自由泳比赛中赢得冠军,并打破了亚洲纪录。

同日,在S5级男子50米仰泳比赛中,郭金城获得银牌。

23日,郭金城还以30秒01的成绩刷新了S5级男子50米自由泳亚残运会纪录,并获得金牌。

至此,在杭州亚残运会上,郭金城已夺得3金2银。

此外,今年8月在英国举行的2023年残疾人游泳世锦赛上,郭金城曾一举打破3项世界纪录。



郭金城(中)在比赛中

## 用头“撞”向终点

比赛最后冲刺阶段,郭金城用头重重触壁,“撞”向终点……

那一幕,让人心疼,更让人为他的勇气和精神点赞。

昨天记者联系到郭金城,告诉他家乡的朋友看了他的比赛视频后,都很心疼他最后触壁的那用力一撞。

郭金城笑着说:“没有双臂,我没有别的方法去触壁,如果用肩膀触壁就会犯规。用头触壁肯定会疼,尤其是在高速状态下,刚开始练的时候,我也曾经把头撞起过包,后面逐渐学会控制力度,疼痛在可以承受范围内。我赢就赢在拿头撞壁这零点几秒了,所以就拼尽全力撞上去。”

面对铺天盖地描述他50米游泳比赛时“全程不换气,速度快到让人不敢置信”的视频和评论,郭金城向记者坦言:“其实,我中途换了一次气。我自己也看过50米比赛时的视频了,可能是我换气幅度小,观众没有发现,这才错以为我全程不换气。”

郭金城说:“我从游泳中最大的收获是自信,我想对所有残疾人朋友说,只要有勇气,每个人都能成为自己的英雄。”

## 在游泳中找到自信

今年22岁的郭金城是沧县件作乡东官庄村人。

看到孩子取得金牌,郭金城的父亲郭书博感慨万千,思绪一下子回到了郭金城5岁那年。

郭书博说,一次意外,让孩子失去双臂,却给了他坚强的品格。

失去双臂后,5岁的郭金城从头开始练习吃饭、穿衣、穿鞋、写字、读书。

夏天还好,冬天穿衣就相对麻烦。他用脚把衣服夹起来,用嘴叼住一角,再用脚往头上套,一次不行两次……他越来越熟练,双脚越来越灵活,腿部力量也越来越强。

日复一日,郭金城基本的生活技能掌握了。父亲郭书博又露出了愁容,生活技能掌握了,那求生技能呢?

村里坑塘多,孩子失去了手臂,如果遇到危险他连自救的能力都没有。

郭金城6岁那年夏天,郭书博带着他第一次去游泳。郭金城的第一个泳池就是村里的大坑。

父亲本以为孩子会紧张害怕,没想到郭金城格外淡定。

一个暑假下来,郭金城学会了游泳。看着没有双臂的儿子像条灵活的鱼一样,在水里游弋,郭书博心里踏实了许多。“我是一个地道的农村人,专业的泳姿咱不懂,就是基本地扑腾,淹不着孩子就行。”郭书博说。

后来每年夏天,郭金城都会在父亲的陪伴下去坑塘里游泳。看着水里自信阳光的郭金城,郭书博内心稍有安慰。

## 父亲的希望

郭书博与儿子郭金城已经一年多没见面了。近一年来,郭金城辗转国内外参加各种赛事,主要通过电话与家人联系。

郭书博是一名货车司机,记者采访时,他正在外面装车。郭书博说:“我已经观看了儿子的比赛直播。10月24日上午的那场预赛,儿子的成绩并不理想。预赛完后,他给我打了一个电话。我安慰儿子:努力就行,尽力就好,爸爸支持你。”

没想到,在当晚的比赛中,郭金城逆转最终斩获金牌,并刷新亚洲纪录。

郭书博告诉记者,装完这车货,他就回家,准备把家里的亲



郭金城(中)获得金牌

戚聚在一起为儿子庆贺来之不易的金牌。

郭书博回忆说,7岁那年,他带着儿子去天津出差。一位朋友建议他:“孩子身体素质挺好,以后可以走运动员这条路。”

回到家中的郭书博开始积极联系当地残联,一番周折后,郭金城12岁那年,被河北省残疾人游泳队教练刘振斋选中,成为一名真正的游泳运动员。

## “光头”冠军

郭金城刻苦努力,多次在各项赛事中取得好成绩。2021年时,郭金城训练成绩遇到了瓶颈。他发现自己无论再怎么努力,50米自由泳的成绩只能在30秒之外徘徊。

“当时我以为我永远游不进

30秒了。”郭金城告诉记者,游进30秒以内,对于S5级别的残疾人游泳选手来说是巨大的挑战。

郭金城每天要在水中训练6个小时以上,甚至有时候会忘记吃饭和休息。因为过度训练,他经常出现肌肉拉伤,疼痛难忍,皮肤因为长期浸泡在水中变得干燥脱皮,呼吸系统因为减少换气而出现缺氧和气喘……

因为过度劳累导致心脏负荷过重,郭金城还出现过心律不齐和心悸的症状。

郭金城的家人和教练时常劝他适当放松一下。郭金城认为自己只有在水中才能感到快乐和自由,希望通过游泳证明自己的价值,打破30秒的壁垒。

为了实现这一目标,郭金城反复观看优秀运动员的游泳视频,仔细观察他们的每个动作。为了让自己游得更快,郭金城深

入了解自己的身体。郭金城把全部心思放在训练上。

郭金城努力练习憋气,50米距离,他将自己在水中换气次数缩短至1次。

即便如此,在今年8月,去英国曼彻斯特参加2023年残疾人游泳世锦赛前,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。

让郭金城欣喜的是,这次参赛,他三破世界纪录,载誉而归。

之所以取得这么好的成绩,除了日复一日刻苦训练,也得益于郭金城看淡得失的心态。

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。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,积极备战。

男子50米自由泳S5级的预赛,郭金城丢下所有心理负担,最终,出乎意料第一次游进了30秒。

这是郭金城第一次真正地游进30秒。他觉得游完不太累。这次预赛让他增强了信心:冲击冠军。

当天下午,决赛时刻,郭金城屏住呼吸,大脑一片清明,听到裁判员一声哨响,随即跃入水中。

游到大约30米时,郭金城的头露出水面,换了一次气。他看到自己超过了右边的对手,可优势只有一点点。“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!郭金城脑海里反复闪过这两个字。他像一条飞鱼在水里游,“砰!”郭金城的头重重撞击了游泳池壁上的计时器。郭金城最终以29秒78的成绩夺冠并打破世界纪录。

在2023年残疾人游泳世锦赛上,郭金城勇夺S5级50米男子自由泳、200米男子混合泳金牌,并与队友合作夺得4×50米男女混合泳接力金牌,一举打破3项世界纪录。

## 冲击巴黎残奥会金牌

这次征战杭州亚残运会,郭金城的心态更加平和。

在10月23日晚的比赛中,郭金城出发时并不占优,但他奋起直追,凭借“涡轮增压”般的加速实现反超,并拉开了与第二名的距离。

最后,郭金城率先触壁,以一个多身位的明显优势夺得金牌,并以30秒01的成绩打破自己在预赛中刚刚创造的亚残运会纪录。

第二天,郭金城以更加轻松的心态又斩获了S5级男子200米自由泳比赛金牌。

比赛结束,郭金城将继续投入到紧张训练中,备战明年举办的巴黎残奥会。郭金城期待着自己明年在巴黎再次冲击金牌……

(本版图片由郭金城提供)