



华西都市报封面新闻
记者 杜江茜 李佳雨 陈甘露
自贡报道

作为巴黎奥运会自由式小轮车女子公园赛冠军，泸州姑娘邓雅文缺席了即将在阿联酋阿布扎比举行的UCI自由式小轮车世界锦标赛。

“现阶段她主要以养伤为主。”12月1日，在四川自贡职业技术学校小轮车训练场地内，中国自由式小轮车队主教练吴丹坦言，这对邓雅文而言，“是从身体到心理都需要的调整期。”

站上巴黎奥运赛场之前，邓雅文曾因肩膀习惯性脱臼进行过手术，腰部也有严重的腰椎间盘突出。作为我国在该项目的首枚奥运金牌得主，在走下领奖台后的4个月里，她一边治疗恢复，一边面对蜂拥而至的关注和赞美。

“这么年轻就获得这么好的成绩，如何履行运动员的社会责任，接下来的路该怎么走，对邓雅文而言是一个很大的考验。”吴丹见过在这种热闹中“飘”了的例子，但他相信徒弟不会，“她调整得很好，走下领奖台，一切重新开始。”

采访这天是邓雅文恢复训练的第一天。教练没给她上专项练习，场馆内，她骑着自已的小轮车，对着坡度一个加速俯冲，然后漂亮落地，场内的伙伴都为她鼓掌和欢呼。

回到训练的日子是平淡又松快的，这是她生活中的平常一天。



邓雅文和教练吴丹。受访者供图

奥运冠军、川妹子邓雅文：

夺冠之后 成长继续

曝光度

刚刚过去的4个月，邓雅文度过了一段热闹时光。

巴黎奥运会结束后，邓雅文作为内地奥运健儿代表团的一员，经历了为期5天的港澳之旅。随后，她在2024年世界青年发展论坛开幕式上作过分享，在央视的中秋晚会上唱过歌，官宣了代言。就在11月底，她还和其他伙伴一起，到新疆进行了奥运冠军面对面巡回宣讲。

每段经历结束后，邓雅文都会在自己的社交账号上分享感受。很多时候，她都会提到，出发前总会担心自己的项目太过小众而不被了解。

“事实上，相比其他更具有国民性的大项目，大家对小轮车的关注度确实不是很高。”但邓雅文觉得，这是一件具有两面性的事。对她而言，她能以更轻松和享受的姿态，一头扎进不同的地方风情中。但她同时也清楚，“我们需要这样的曝光度，让更多人了解小轮车这项运动。”

吴丹记得，夺得奥运金牌后，邓雅文曾告诉他，想做小轮车推广大使。“因为在奥运大家庭里，这个项目确实太年轻。”

这项20世纪60年代起源于美国加利福尼亚的项目，2020年才首次被正式列入奥运会比赛项目。它诞生于街头，需要车手利用各种辅助地形，完成一系列腾空和地面花式动作。相比其他比赛项目，它自带一份洒脱、自由，和天马行空的想象力。

12岁，邓雅文从田径队被选入自由式小轮车四川省队。用她的话来说，她是在车队大家庭的相互关爱和训练的不断摔打中长大，其中让她坚持下来的原因太多：有训练3个月参加全国大赛就拿到第五名时所给予的信心，有运动本身带给她的乐趣……当然，更多还有这里的人，“我在队里7年，一年365天我们都待在一起，我们就是彼此的家人。”

作为我国在小轮车项目的首枚奥运金牌得主，邓雅文对于流量和曝光度有着很理智的认知，在她看来，这枚奥运金牌对于整个项目意义更为重大。因为大家在了解这位年轻的奥运冠军时，也在一步步了解着这项年轻的运动。

再度备战

“这枚奥运金牌对这个项目起到了非常大的推动作用。”吴丹很高兴，在刚刚结束的小轮车世界杯上海站中，不仅有很多中国运动员报名，各地的俱乐部、教培机构也如雨后天春笋般出现。眼下，国家自由式小轮车备战洛杉矶奥运会的首个冬训已火热展开，来自河北、河南、福建等省份的队伍齐聚一堂，其中最小的队员只有9岁。

邓雅文也参与集训，不过到明年三四月前，她都以康复调整为主，冬训结束后再在专项上进行系统训练，调整状态。

“如果真的能参加下一届奥运会，我不希望带伤参加，更希望自己能以最好的状态再次上场。”第一天上午的训练结束后，邓雅文取下头盔后告诉教练，“身体的肌肉记忆还在，但是空间感没有以前强了。”

对于运动员而言，磨砺不仅仅是在苦练中熬过发育和伤痛，还要熬过生理、心理、技术、战术的难关……

“所以大家说，顶级运动员即使不走这条路，走别的路也不会太失败。”吴丹一直很放心邓雅文，这个几乎是他看着长大的小徒弟，时常会有超过他预料的沉稳。



12月1日，结束训练后，邓雅文在自贡职业技术学校小轮车训练场接受记者采访。李佳雨 摄

战胜黑暗

与被更多人熟知的辉煌不同，邓雅文也经历了一段黯淡的成长期。在伤病严重靠着打封闭和止痛药度过的每一天里，她形容自己“异常消极和悲观”，也觉得“不能参加奥运会又怎样”，然后每天按部就班参加训练，回到宿舍就躺着，“每天就好像在混日子。”

后来，邓雅文形容说，那就像是站在岸边，看着自己慢慢溺水，却什么都不想做。“我很清楚，只要我愿意对自己伸手，就能从水里出来。但我不愿意，我努力了那么久，你还不允许我累一下，我努力那么久，你还不允许我悲观一下。”她说。

其实，这几乎是每一位优秀运动员都无法逃脱的时期，反复自问，“输了怎么办”，或者是不断怀疑，“一直赢下去又怎样。”

在这个过程中，团队给了邓雅文很大的鼓励。那时，她的每一点进步，都会得到队友和教练的夸奖，“甚至是今天吃饭吃得很好。”

“我能感知到他们伸过来的手，是我自己不想去拉住。我怕自己承受不起这样的好意，让他们的期待落空。”直到在国际自盟自由式小轮车巴黎奥运会资格系列赛布达佩斯站上，邓雅文最终拿到巴黎奥运会的参赛资格后，她才真正意识到，好像日子再这样过下去也没意思了。

从那时候开始，邓雅文尝试去接受身边人的好意和援手，“我愿意去握住他们的手，让他们拉着我往走上走，一步一步走到今天。”

永远成长

邓雅文在训练中。李佳雨 摄

作为邓雅文的主教练，吴丹评价弟子是一个敏感和拥有极高共情力的孩子。巴黎奥运会结束后，面对密集的活动和采访，他明显感觉到邓雅文累了，但即便这样，小姑娘还是对他说，“记者哥哥姐姐们是第一次采访我，他们也很累，所以我愿意坐下来再回答一样的问题。”

吴丹觉得，这样的换位思考，可以让邓雅文在比赛之外走得更稳、更高、更远。对于这位前自行车专业运动员而言，能培养出一位奥运冠军，是他的骄傲。但当有人问他如何做到时，他会回答，“每一位冠军都是无法复制的。”

在吴丹看来，顶级运动员们身上具备一定的共性，例如足够自律、专注和超强的抗压能力，但也会有各种个性，敏感共情、理智克制……对此，他告诉队员，要将长处放大到极致，“要成为最好的自己。因为你要超过的不是别人，而是昨天的你。”

当然，这也在潜移默化中影响着邓雅文。

巴黎奥运会结束后，邓雅文面对最多的提问是是否冲击下一届奥运会。这时，这位19岁的女孩有着一一种超然清醒，“说不想，当然大家也不会相信。”

邓雅文很清楚，4年的时间确实太长，她不知道会发生什么。她只知道现在不断有“新鲜血液”进入这个项目，知道自己的伤痛依然比较严重，她更知道，自己现在的竞技水平和能力依然没人能取代，自己还会回到训练场，一直练下去。

“如果我一直活在奥运冠军这四个字里，那就意味着我的未来永远掌握在别人手中。”邓雅文觉得，巴黎奥运会结束后，她变得乐观了许多，也预判未来会有更新鲜的力量走向自己的位置，然后完成一次取代，或者是传承。

“但不等于我的生活就不过了。”邓雅文想要做的事情有很多，例如就在最近，她刚刚去驾校报了名，“我已过了18岁，可以去考驾照了。”

如邓雅文所言，她依旧在成长。