

刘翔,匆匆三年

2008年8月18日北京奥运会男子110米栏预赛,刘翔难忍伤痛,一瘸一拐地黯然离场,给世界留下了一个孤独而落寞的背影。

2011年8月29日大邱田径世锦赛男子110米栏决赛,刘翔因受对手干扰而惜败,但一枚沉甸甸的银牌同样证明了“翔飞人”的强势回归。

匆匆三年,在漫漫时间长河中不过是一叠悄无声息的涟漪;匆匆三年,对于从谷底重回巅峰的刘翔来说却是一次艰难的涅槃。

第一年:重回赛场

2009年9月20日,上海八万人体育场,那个夜晚属于刘翔。

在阔别赛场398天之后,刘翔再次回到了他熟悉的跑道上。在“翔飞人”的复出之战中,他以13秒15的成绩获得上海国际田径黄金大奖赛亚军。冲过终点的刘翔,以一种夸张的动作,幸福地瘫倒在跑道上。尽管他只是亚军,但这个亚军,已经足够让他此前拥有“全满贯”头衔的刘翔以及他忠实的拥趸们狂喜不已。

13秒15,这个成绩与最终夺冠的美国名将特拉梅尔相同,美国人只是因有效部位先过终点而获得冠军。13秒15,这个成绩仅比当年的柏林世锦赛冠军成绩慢了百分之一秒。13秒15,这个成绩是刘翔在经历了漫长的治疗和康复过程后,在巨大的压力下交出的第一份答卷。

自从1998年跟随孙海平教练开始练跨栏后,11年之间,刘翔从未有这么长时间远离赛场、远离对手。

从雅典奥运会的横空出世,到北京奥运会的挥泪而别,再到随后一年的治疗蛰伏,过山车般

大起大落的经历,让刘翔对人生有了新的感悟。

第二年:步步为营

在经历了复出之战的惊艳表现之后,随后一年多的时间里,尽管刘翔的状态被那只伤脚牵绊着,磕磕绊绊,起伏不定,但刘翔的信心却从未随着成绩的起伏而动摇。一个能够真正看清楚自己、看清楚未来的刘翔开始按照自己的节奏,在重返巅峰的曲折道路上步步为营。

2009年10月25日,在第11届全运会男子110米栏决赛上,刘翔成功卫冕,成为在全运会历史上男子110米栏比赛中完成三连冠的第一人,成绩13秒34。同年11月的亚洲锦标赛,刘翔再次成就三连冠,成绩13秒50。在12月举行的东亚运动会上,刘翔夺冠的成绩降到了13秒66。

进入2010年以后,刘翔的成绩依旧起伏不定。在3月14日多哈举行的2010年室内世锦赛60米栏项目中,刘翔以7秒65的成绩名列第七;在5月23日举行的2010年钻石联赛上海大奖赛中,他也只以13秒40获得第三名,并在职业生涯中第一次输给

队友史冬鹏。

不过,在2010年底的广州亚运会上,刘翔一扫此前的低迷状态,以13秒09的个人赛季最好成绩夺冠,并且打破了亚运会的赛会纪录。

在复出一年多的时间里,刘翔克服了状态的起伏,几乎赢得了国内以及亚洲范围内所有能够赢得的比赛,下一步他的目标直指国际赛场。

“我觉得自己还有很大的上升空间,经过冬训,可能明年进13秒,我会争取重回巅峰,”亚运会夺冠后的刘翔说。

第三年:接近巅峰

刘翔距离自己的目标已经很近很近。在2011年6月4日进行的国际田联钻石联赛美国尤金站中,刘翔跑出了13秒00的成绩,这是他在复出之后跑出的最快成绩。

“翔飞人”成绩的提升得益于他技术上的改进。进入2011赛季,刘翔开始尝试改变此前一直使用的八步上栏技术,在第一个栏之前采用七步上栏。在刘翔成功完成“七上八下”转型后的首场比赛中,刘翔就跑出了13秒

07的好成绩,击败当时势头正劲的美国名将奥利弗,夺得2011国际田联钻石联赛上海站冠军。

不过,目前刘翔的技术并非没有瑕疵。中国田径队总教练冯树勇在中国代表团出征大邱之前的新闻通气会上说:“刘翔的一个问题是起跑,他的起跑还没有达到过去八步时最好的状态,第一、第二步的衔接还不完善。”

29日的决赛也印证了冯树勇的说法。起跑阶段刘翔落后世界纪录保持者、古巴选手罗伯斯,尽管刘翔后期加速,在比赛后半段几乎已超越罗伯斯,不过遗憾的是,在最后一个栏之前,刘翔受到罗伯斯手臂的干扰,影响了节奏,在攻最后一栏时出现“挂栏”失误,最终以13秒27的成绩第三位撞线。率先冲线的罗伯斯被判犯规取消了成绩,美国新秀理查德森获得第一。

如果不被对手影响,刘翔很可能获得冠军。但是遗憾面前,刘翔坦然相对。

“人生就是这样”,一句轻描淡写反映了刘翔荣辱不惊、心如止水的平静。

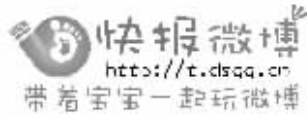
据新华社



快报微博“晒晒大肚照”获奖妈妈快来领奖

“妈妈,就是这只脚踢你肚子!”

或唯美浪漫,或俏皮搞怪,或质朴静谧,上周快报微博(t.dsqq.cn)周活动——“麻麻晒晒大肚照”让爱秀、敢秀的博主妈咪大呼过瘾,一张张怀孕私照在微博上被不断转发评论。经过一番甄选,请本次获奖博主@王彦杰、@快乐的叮叮铛铛、@羽毛舞于9月6日前至正洪街18号新街口东宇大厦2806室快报微博编辑部领取奖品——“温暖大礼包”1份(里面有给宝宝的小袜子哦)。



爸爸:“亲亲我的宝贝!”



「妈妈,我就是用这只脚踢你肚子滴!」

@快乐的叮叮铛铛
大名:孙芮歌
小名:叮叮
性别:女宝宝
出生日期:2010.12.28
出生体重:7斤6两
出生身高:50厘米
出生医院:常州武进中医院



妈妈,我困了

@王彦杰
小名:乐乐
性别:男宝宝
个性特点:每天心情都很“嗨”,面对镜头更有范儿。



music,大歌星戴上耳麦要开唱了

@羽毛舞
大名:高子雯
小名:盼盼
性别:女宝宝
出生日期:2010.10.6
出生体重:7斤
出生身高:50厘米
出生医院:南京市妇幼保健院



妈妈:“宝宝,彩绘的样子像不像你?”



袋鼠妈妈,背着袋鼠宝宝累不累?



你家宝宝现在是“寸草不生一抹光”,还是“一撮毛式”的锅铲头,或者是扎着小辫儿

秀宝宝“顶”上风光

的俏皮鬼。登录快报微博(t.dsqq.cn),编辑#秀宝宝“顶”上风光#照片,和网友们讲讲宝宝发型的来历,是谁为Ta打造的?做造型时宝宝听话还是闹别扭等等趣事吧。有趣、有亮点的微博将获得“温暖大礼包”1份。



@柔情似水66:告诉你们个秘密哦,我最喜欢在海里游泳,这不,刚玩了日照的海,又准备下连云港的海,下海之前

秀一下另一套泳衣,因为海水冷了,所以穿得保守点吧。

@taozhiyaoyao77:我晚上睡觉喜欢翻来翻去,睡觉喜欢趴着睡,十足一个青蛙。而且我还喜欢挨着妈妈睡觉,贴得很紧。结果妈妈让着让着就一下子摔到地上,妈妈的手痛死了。

惊险一刻



@小溪妈妈:刚才哄宝准备睡觉的时候,发现宝宝的围嘴全湿了,于是想给宝宝换一个。转

身准备拿干净的围嘴时,用眼睛余光看了一下宝。幸好看了一下,要不估计现在肠子都悔青了。乖!这个小家伙一转眼工夫已经滚到了床边,而且一条腿已经挂了下来,吓得我一身冷汗,迅速把他抱到怀里。我的心呀那个跳呀,我想当妈妈的都能理解吧。

晒萌照

从即日起,快报微博(t.dsqq.cn)每天将推出半版推介当日微博热点内容,并开设栏目“宝宝秀专区”,每天晒宝“数枚”,欢迎广大读者登录注册成为微博用户,就有机会让自家宝宝上报纸露露脸!!版面有限,抓紧抢订噢!