星耀巴黎

这个“梦”太美好了！

本报特派记者 林 剑

巴黎奥运周期，每每回忆起东京奥运会女单登顶的经历，陈梦总是感慨：“我觉得拿到奥运会金牌就像做梦一样，这个梦太美好了，我很想再感受一次。”

梦想一定要有，但圆梦谈何容易。

1994年出生的陈梦是国乒女队中年龄最大的，她也从入队时的“小梦”一点点成为“大梦”再到现在的“梦姐”，年龄增长带来的状态下滑、伤病频出不可避免。东京奥运会之后，陈梦在世乒赛、世界杯、巡回赛总决赛甚至全国锦标赛无一单打冠军头衔入账，巴黎奥运会前，也有不少人质疑她是否有资格代表国乒参加女单比赛。

“相比于回应这些，我认为最重要的就是做好每天的工作以及战胜自己。”就这样，陈梦在训练场上精雕细琢技术环节，训练前后努力增加体能储备，经常和队医沟通主动康复调整，陈梦表示，“现在比赛战线拉得比较长，将困难想在前面，把准备做充分，更有利于提升专注度。”

本届奥运会女单比赛的表现就是对陈梦扎实备战的最好回报——6场比赛3个4比0，两场4比1，决赛则是“复刻”3年前东京奥运会女单决赛的比分，4比2战胜赛前更被看好的队友孙颖莎，成为国乒历史上继邓亚萍、张怡宁之后，第三位奥运女单卫冕选手，用赛场上实打实的表现战胜了一众对手，更战胜了曾经的自己。

事实上，陈梦近些年的走势几乎是她职业生涯的缩影——年少成名，直到26岁才收获第一个单打世界冠军，在不断的质疑声中，在奥运会赛场一鸣惊人，东京问鼎。东京奥运会后，陈梦表示在奥运冠军的光环下，自己只剩下“半格电量”，总感觉心有余而力不足，但“再坚持一下”的执着、“再顶一顶”的勇气，帮助她再次踏上巴黎奥运会的赛场，最终战胜自己，圆梦巴黎。

谈及两次赢得金牌的不同心情，陈梦表示，两届拿到单打金牌都非常激动和开心，但确实心情有所不同，这一届面对的困难和挑战更多，所以这枚金牌更加珍贵。对于运动员来说，努力了4年，也拼搏了4年，谁也没有比谁付出得少，能够在决赛场上展现国乒的实力、我们共同的努力，感到非常开心和满足。

决赛中战胜孙颖莎，陈梦第一时间拥抱了小师妹，鼓励她继续努力。赛后面对媒体记者，陈梦感谢祖国以及中国乒乓球队给予的体制保障和服务保障，“在中国乒乓球队这个大家庭，任何成功都得益于很多人的默默奉献和付出。我爱我的祖国，感谢中国乒乓球队。”

“志之难也，不在胜人，在自胜也。”《韩非子》中的这句话送给不断战胜自我、超越自我的陈梦，更送给在生活中全力拼搏、不言放弃的你我。

（巴黎8月3日电）

陈梦庆祝胜利。 本报特派记者 白宇摄

网球女单夺金创历史 乒羽揽金摘银铸辉煌

本报讯 北京时间8月3日，巴黎奥运会继续进行。在乒乓球女单、羽毛球女双、网球女单决赛中，陈梦、陈清晨/贾一凡和郑钦文分别战胜对手，夺得金牌。

乒乓球女单和羽毛球女双决赛都是中国“内战”。其中乒乓球女子单打决赛中，陈梦以4比2战胜孙颖莎，成功卫冕，成为继邓亚萍和张怡宁之后国乒队史第三位奥运女单双冠王。羽毛球女双决赛中，陈清晨/贾一凡以22比20、21比15，2比0战胜队友刘圣书/谭宁，夺得冠军，刘圣书/谭宁获得银牌。

在最令人关注的网球女单决赛中，郑钦文以2比0战胜克罗地亚的维基奇，为中国实现了奥运会网球女单金牌零的突破。

羽毛球女单1/4决赛中，何冰娇直落两局战胜队友陈雨菲，晋级四强，在半决赛上她将与西班牙选手马林争夺决赛席位。

游泳比赛继续展开激烈争夺。在女子50米自由泳预赛中，在本届奥运会上已经收获三枚奖牌的张雨霏在第八组出战，她以24秒54的成绩获得小组第二，在全部选手中排在第六名，顺利晋级半决赛。另一名中国选手吴卿风在第十组出战，以24秒57获得小组第三，总排名位列第八，同样拿到半决赛席位。

男子4×100米混合泳预赛，中国派出徐嘉余、覃海洋、王长浩和潘展乐的组合，结果他们以3分31秒58的成绩稍稍落后于东道主法国队，获得小组第二，同时在所有参赛队伍中也获得第二，成功晋级决赛。

女子4×100米混合泳预赛，由汪雪儿、唐钱婷、余依婷和吴卿风组成的中国队在第一组以3分56秒34获得小组第二，全部队伍排名第三，顺利跻身决赛。

在拳击60公斤级半决赛中，中国选手杨文璐战胜对手，挺进决赛。

在射击赛场，中国射击队20岁小将赵楠在女子25米运动手枪决赛中获得第五名。

射箭女子个人1/8淘汰赛中，中国选手李佳蔓5比6不敌墨西哥选手巴伦西亚，无缘八强。

帆船女子水翼帆板iQFoiL级半决赛争夺中，中国选手闫铮排在第四无缘决赛。

女子篮球小组赛继续进行，由于中国队前两轮连续不敌西班牙队和塞尔维亚队，提前无缘小组前两名，本场面对波多黎各队要想保留晋级希望不仅必须赢球，还要尽可能多赢分。最终中国女篮以80比58大比分战胜波多黎各队，获得小组第三。是否能够晋级八强，要等另两个小组比赛结果而定。

在田径赛场，男子100米第一轮比赛中，第3组出场的谢震业以10秒16获得小组第四。根据规则，小组前三和剩余成绩最好的三位将晋级半决赛，谢震业距离前一名只差了0.001秒，最终无缘下一轮。

（马艺欧）

奥运快评

全力以赴 相互成全

杨天婴

有陈梦在，才会有更好的孙颖莎，当未来的陈梦和孙颖莎都真正成为“大魔王”的时候，她们一定会感谢在自己职业生涯里，有彼此这样的对手。

在竞技体育中，有冠军和金牌，但是永远没有竞技水平的终点。如果总被眼前的成功所遮蔽，为今天的胜利而满足，那么一名运动员的竞技水平不可能始终保持上升趋势。在这个过程中，要感谢对手的全力以赴。

陈梦和孙颖莎，两位出色的女乒选手，当她们互为对手的时候，就像珠峰和攀登者，要成为世界最高者，就要登上世界最高峰；就像镜子中的彼此，让你看清自己的优点和缺点；就像伯牙与子期，高水流水遇知音，琴瑟和鸣春常在。

体育是一种教育，它让人们看到自己的无限，也看到自己的局限，看到自己的成功，也看到自己继续努力的空间。

中国乒乓球有陈梦和孙颖莎这样的双子星闪烁，是她们彼此的幸运，也是中国体育的幸福。

祖国的分量是逐梦的力量

戴 新

当你心中已经装下了祖国，你也许就拥有了点亮世界的力量。在巴黎奥运会上，胸怀祖国的中国体育健儿，自信而坚定地一次又一次绽放在世界舞台上。

以祖国之名临时搭档，王欣瑜/张之臻首次代表中国出战奥运会网球混双比赛，就登上了巅峰对决的舞台。他们为中国网球摘得首枚奥运混双奖牌的奇妙经历，充分展现了为国而战的独特魅力。由于是组建时间最短的一对参赛组合，王欣瑜说，每一次登场他们都需要更多时间去阅读比赛。两人就这样一路学习一路逆转，在决赛中也将对手拖入了最后的抢十决战。虽然没能站上最高领奖台，但他们在巴黎奥运赛场书写的这一段拼搏向上的精彩故事，必将为很多青少年种下逐梦的种子。

这种胸怀祖国追逐梦想的种子，也是郑钦文在网球女单比赛中一次次完成逆转并登上最高领奖台的不竭动力。从逆转美国名将纳瓦罗和德国名将科贝尔，再到半决赛击败此前从未赢过的头号种子斯瓦泰克，郑钦文经历了一次又一次苦战，始终不曾放弃。“我现在只能靠信念支撑自己，但如果现在需要我为祖国再打三个小时，我仍会全力以赴。”郑钦文说，在达到体能上限的时候，她看到了看台上的国旗，在为国征战的时刻，“是整个中国带给我力量”。

祖国在心中的分量是中国体育健儿矢志不渝为国争光的力量。“很荣幸可以为国争光。”为中国体育代表团赢得两枚奥运金牌的盛李豪说。

祖国在心中的分量也是新时代的每一位如郑钦文、盛李豪这样的中国青年，放眼世界、逐梦星辰大海的力量。

祖国在我心中 责任扛在肩上

（上接第一版）

“我不是一个人在战斗，背后是强大的中国！”

经历了几个比赛日的压抑、遗憾后，中国游泳队的潘展乐终于在男子100米自由泳决赛中以破世界纪录的卓越表现摘金。赛后潘展乐说：“一个人的泳池，可以游得很快！一群人的泳池，可以游得更快！我不是一个人在战斗，背后是强大的中国！大家的期望，我在下水前的一刻感受到了。”比赛结束后，为了屏蔽外界信息，已经很久没有登录社交媒体的潘展乐分享了自己的喜悦：“我的这块金牌，献给伟大的祖国！”

同样的故事发生在罗兰·加洛斯球场，这块曾在2011年见证李娜法网夺冠的红土场，再次迎来了新一代中国网球选手郑钦文的狂飙突进——半决赛爆冷战胜世界排名第一的斯瓦泰克后，郑钦文激动地表示，为国家征战，我赢了，这是整个中国带给我的力量！赢下最后一个球，郑钦文激动地躺在了地上，“我为我自己，为我的国家开心，这是我们国家历史性的突破，我所有的情绪，都在这个时候汇集了。”

爱国，是人类最深层、最持久的情感，是一个人的立德之源、立功之本。中国体育健儿在奥运赛场上勇攀高峰，得益于日益强大的祖国的支持，离不开14亿祖国人民的期望。对祖国的热爱，对梦想的坚持，让中国体育健儿在竞技赛场上走得更远，在人生舞台上走得更稳。

金牌有他们的一半

竞技体育，从来就不仅仅是场上运动员的比拼，更要看教练团队以及后勤力量在各领域、各环节的保障和支撑，是一个国家综合实力的体现。在赛场上在争金夺银的运动员背后，还有那些幕后英雄，金牌也应有他们的一半。

赢得本届奥运会乒乓球混双金牌后，“莎头”组合将金牌挂在了队医袁朝明的脖子上。很多人知道袁朝明，是因为他总是坐在距离球场最近的位置上，鼓掌特别大声。这张宽大的手掌，服务和帮助了几代国乒选手。王楚钦、孙颖莎是袁朝明看着成长起来的，他们的成功少不了以袁朝明为代表的众多国乒保障人员的默默付出。从2004年来到国乒队，今年正好是袁朝明来队的第20年，戴上这块迟到3年、无比宝贵的金牌，袁朝明实至名归。

射击选手刘宇坤在男子50米步枪三姿决赛中夺冠，走下赛场的他非常高兴、非常激动。“这枚金牌并不仅仅属于我个人，背后离不开团队的支持，教练、复合团队、康复老师们等等，这是大家团结合作、努力付出的结果。因为有每一个人的辛苦付出，才能有今天的这个成绩。”值得一提的是，本次比赛刘宇坤穿着的皮服来自国产品牌。赛后他说，这次自己穿着国产皮服来参赛，就是希望我们的国产品牌能够比国外做得更好。

“我的祖国和我，像海和浪花一朵，浪是那海的赤子，海是那浪的依托……”置身遥远巴黎，也总能在赛场上、公园里、地铁上听到这首《我和我的祖国》。巴黎奥运会激战正酣，中国体育健儿在赛场上争金夺银、奋勇拼搏，祖国和人民携手并肩、呐喊助威，实现跨越万里的“双向奔赴”。

我和我的祖国，一刻也不能分割。

（巴黎8月3日电）

（上接第一版）

孙颖莎则认为，比赛中双方发挥得都很好，陈梦在比赛中更加坚定。而自己在第五局之后心态有些绷不住，也有些着急，没能坚持到最后。谈及和三年前一模一样的奥运会决赛比分，孙颖莎表示，虽然比分一样，但在过去三年，每个人都经历了很多不同的事情和变化，每个人的心态和表现也不一样，但这就是奥运会，也是竞技体育最大的魅力。

比赛结束时，陈梦拥抱了孙颖莎，和她说“继续努力，下一届一定还有机会”。孙颖莎也表示：“我还年轻，未来还有机会。我会好好规划未来的四年，希望在洛杉矶奥运会再次冲击金牌。”

本场比赛也吸引了众多“重量级”嘉宾现场观战，比如同为“大满贯”得主的张怡宁和丁宁。张怡宁表示，自己是首次以观众的身份观看奥运会比赛，为决赛场上两名运动员的表现感到骄傲。奥运会前的成都封闭训练期间，包括张怡宁、丁宁在内的多名优秀选手、资深教练都和队员们进行了分享。张怡宁表示，当时陈梦和自己就职业生涯经历的问题，进行了一些探讨。作为曾经国乒的一员，很开心能够分享这些经验，为队伍备战作出贡献。

（巴黎8月3日电）