

施廷懋：越过至暗时刻，她成为“跳水女皇”（下）

中新体育：粉丝称你为“跳水女皇”，对此有何感想？

施廷懋：这也代表着一份责任。我热爱跳水项目，热爱这份事业。在我看来，态度决定责任心。

重来一回，我还会选择跳水

中新体育：能感受到你对跳水是一种发自内心的热爱，它是如何打动你的？

施廷懋：我是从体操转练跳水的，那时还不会游泳。我印象很深，教练仅用10分钟就教会了我游泳，后来慢慢开始接触跳水。

十多岁时，我开始外出比赛，代表家乡拿到冠军的时候，很有成就感。日积月累，这让我坚定了下

一步的方向，也对自己更有信心。

再到后来，代表中国参加国际大赛，可以很直接地从比赛中感受到荣誉感和使命感，以及很难从其他地方获取的那种成就感。

中新体育：这一路历经坎坷，有想过放弃吗？

施廷懋：有过，特别是在去年那段很困难、很黑暗的日子里。

其实一个人一生做一件事，并且把它做到极致，然后从中获得成就感，这是一件非常困难的事情。既然有这样的机会，还是应当珍惜。我热爱跳水，为它付出了所有青春，我不想做一个半途而废的人。

中新体育：对你

而言，跳水意味着什么？

施廷懋：跳水给我的人生奠定了很好的基础。它给我提供了一个平台，让我去发掘自己的人生价值究竟在何处。

我很感谢自己能够走上跳水这条路。如果重新再给我一次机会，我还是会选择跳水。

家庭、极光，这是她眼中的未来

中新体育：隔离结束后，训练之外有何计划？

施廷懋：我应该会回家看望父母，很久没有见他们了。

我很感谢爸爸和妈妈一直以来的陪伴。其实很多时候，我都不在他们身边，一年365天，在一起的

日子可能连5天都没有。但他们从来没有抱怨过，一直非常理解我、支持我。

中新体育：你怎样做到一直保持顶尖状态，未来还有何目标？

施廷懋：坚持、专注、自律，如果想长时间保持良好的竞技状态，我认为做到这三点很重要。当取得成绩与荣誉后，会有很多诱惑随之而来，这时就要把握住自己。

至于未来，我还是先定一个小目标，把全运会完成好。

中新体育：平时有何爱好，喜欢收集什么？你的人生清单上还有哪些愿望？

施廷懋：收集金牌算是一个(笑)。我很喜欢旅行，但现在没

有时间。我想去发现这个世界上新奇的事物，这可以给我带来满足感。虽然也会去各地参加比赛，但由于安全等问题，基本都是酒店和赛场两点一线，所以会比较遗憾。

以后如果有机会，我想去看极光，这是我人生清单上很重要的一项。除此之外，我希望能够找到与自己很契合的另一半。至于标准，阳光一些、有责任心，真诚、坦率也很重要。

中新体育：何姿被求婚是奥运名场面之一，这也是你向往的吗？

施廷懋：我可能不太一样，更偏爱旅行结婚。这种事情还得顺其自然，但我很憧憬美好的未来。(完)



8月1日，东京奥运会女子单人3米板跳水决赛中，中国名将施廷懋成功卫冕。图片来源视觉中国



当地时间8月1日，东京奥运会女子单人3米板跳水决赛中，中国名将施廷懋成功卫冕。中新社记者 杜洋 摄