



退役休养一年半后，“永远的神”宣布复出 独家对话英雄联盟传奇选手简自豪 打电竞也能为国出战 让我非常震撼

A

巅峰状态时退役 手抖眼花还有糖尿病

2型糖尿病和原本的手伤,是UZI急流勇退的主要原因。

1997年出生的UZI2020年退役的时候才23岁,却在体检中查出了2型糖尿病。医学解释中说,引发2型糖尿病的重要因素不少和生活方式密切相关,例如肥胖症、身体活动量不足、不健康的饮食、压力过大以及城市化的生活等。退役前UZI的生活几乎具备了上述条件中的所有内容,身高1米72的他最重的时候有180斤。

上午10点以后起床是常态;一天电脑前长达十几个小时的训练赛、复盘;就餐都在电脑前完成;点外卖是大部分职业选手解决午餐的习惯选择,再加上处于聚光灯下的成绩压力,这些职业电竞选手常见的生活状态让年仅23岁的UZI就患上了往往中老年人才会得的2型糖尿病。

疲劳、虚弱、视力模糊,手会抖,UZI不得不面对身体的报警。从2012年成为一名职业选手,到2013年第一次进入《英雄联盟》全球总决赛用暗夜猎手一战封神,再到2018年夺得MSI世界冠军,代表中国队参加雅加达亚运会并取得冠军,UZI从未想过自己有一天会以这样的方式离开这个舞台。

那个时候UZI想清楚了:“冠军、胜负,都应该暂时放一放。”

B

为了重回赛场 每次训练都像“上刑”

“很不甘心,但很无奈。”

UZI说,“做电竞选手的时候,一心想着比赛,想着训练,其他事情就没那么重要了。但退役后,各种各样生活琐事就接踵而来,需要自己去操心,去处理。为了赢下比赛而拼尽全力的心境就慢慢淡化,我要时不时提醒自己,我是要回去的。”

为了能回到那个舞台,UZI找来了专业的健身教练给自己制定体能训练方案,每周至少四天都会到健身房去接受训练,挥汗如雨成为日常,普通人的健身活动在UZI这里成为了“魔鬼”训练。

“光是四肢撑体这个简单的动作,他开始都坚持不了10秒,上肢一直在抖,是我见过身体状况最差的。”健身教练回忆起刚见到UZI的情景。因为久坐又缺少运动,UZI的身体状况很差,普通人平静时心率每分钟60~100下,而UZI有120下,开始接受训练时就像接受酷刑一样折磨,但是UZI坚持下来了。

健身教练对这个以前只知道打游戏的年轻人也刮目

本报记者 张峰

“我回来了!”四个字,电竞选手简自豪(UZI)归来半小时内被推上热搜。

1997年出生的简自豪2018年代表中国队参加过雅加达亚运会的《英雄联盟》比赛并夺得冠军,在役时被评为“世界第一ADC(游戏中的位置)”,登上过中国体育价值榜2020中国赛区电竞选手热度榜榜首。他是电竞圈的风云人物,网络热词“yyds”也起源于他。2020年6月仍处于巅峰状态的他宣布因伤退役,让无数人唏嘘不已。

如今他为何又回来了呢?钱江晚报·小时新闻就大家关心的话题独家对话UZI。



相看:“优秀的人都具备一种品质,不仅能坚持,还知道自己在某一个阶段想要什么,UZI就是这种人。”

UZI说,锻炼是有效果的,这一年明显感受到身体在变好。电竞选手的高强度训练其实也是体力活,现在即使在高强度的训练下,身体也不会出现以前突然乏力的情况了,那些流在健身房的汗水是值得的。

虽然2型糖尿病无法完全被治愈,但依靠药物的辅助,UZI已经能够恢复到以前的训练强度,这给他的复出带来了可能。

C

杭州亚运期待卫冕 为国出战非常激动

“我一直在想我什么时候能回来,我是属于这个舞台的。”

在离开职业赛场的这段日子里,《英雄联盟》依旧是每天占据UZI生活最多的东西。他说随着身体状况的改善,自己慢慢加大了训练量,试图回到曾经在俱乐部里的训练节奏。这期间俱乐部一直关注着他的一举一动,最终UZI和BLG(BILIBILI GAMING)走到了一起。

12月15日,在离开赛场第560天之后,UZI宣布了自己的回归,短短四个字在半小时全网火爆。与此同时,BLG电竞俱乐部也宣布UZI加入并担任ADC。

“我知道这次复出面对的对手实力更强,但这两年我也并不是原地踏步。离开赛场让我能够静下心来,我的心态,对团队对游戏的理解都有了更多的认知。”除了对职业联赛的期待,UZI还有一份特别的期待支撑着他——那就是杭州亚运会。

“第一次踏上那个舞台对我来说真的很震撼,我当时非常非常激动。从来没想到可以参加亚运会的比赛,那可是真正意义上的为国出战。”UZI回忆说,2018年电子竞技作为表演项目亮相雅加达亚运会,自己曾作为参赛选手为中国捧起了冠军奖杯。

如今,电子竞技已经变成了杭州亚运会的正式比赛项目,他想再次登上最高领奖台——“它所代表的,是一枚沉甸甸的奖牌,如果我的实力允许,我当然希望这枚金牌能由我去守护,如果我实力不行,那我也期待能在场下看到最高领奖台升起我们的五星红旗。”

能否重新成为那个世界第一,UZI也亟需一场正式的比赛来证明自己。