

长盛不衰，只因总有“青春”站出来

揭秘国乒神话背后的“青春密码”

“

“为何中国队长盛不衰？因为关键时刻总有人能站出来。”在东京奥运会乒乓球女单半决赛孙颖莎赢下与日本天才少女伊藤美诚的青春对决后，带出过王楠、张怡宁、李晓霞三位“大满贯”的功勋教练李隼无不感慨。

“江山代有才人出”，孙颖莎、樊振东、王曼昱为代表的国乒新生力量初登奥运舞台，也准备好向着更高目标发起冲击。回到李隼那句“关键时刻总有人能站出来”，对于国乒的长盛不衰，我们也就没什么惊讶了。

本报记者苏斌、张寒

“为何中国队长盛不衰？因为关键时刻总有人能站出来。”在东京奥运会乒乓球女单半决赛孙颖莎赢下与日本天才少女伊藤美诚的青春对决后，带出过王楠、张怡宁、李晓霞三位“大满贯”的功勋教练李隼无不感慨。

伊藤美诚这个名字，最近几年不断被提及。因为在国际赛场上多次战胜中国队选手，伊藤美诚的曝光度与她的自信心一样“水涨船高”。

尤其是在与水谷隼搭档战胜国乒“昕雯联播”组合，夺得日本乒乓球史上首枚奥运金牌后，当同为2000年出生的孙颖莎与伊藤美诚站在同一张乒乓球台两端，她们之间乃至中日乒乓球队之间的较量就更加引人关注。

孙颖莎：击败老对手

比赛进程令不少球迷直呼“过瘾”，孙颖莎直落四局挑落伊藤，但过程绝非最终比分显示的那样轻松。孙颖莎第二局一度陷入3:9的



8月5日，中国队选手孙颖莎在比赛中。当日，在东京奥运会乒乓球女子团体决赛中，中国队对阵日本队。 新华社记者杨磊摄

困境，此时她终于露出“小魔王”本色，连取8分后完成逆转。

“作为只比我大几天的同龄人，世锦赛、世界杯、奥运会三个大型比赛我们都交过手，我一直觉得和她比赛很有乐趣。”孙颖莎在评价与她年龄相仿的伊藤美诚时说。

2000年11月出生于河北石家庄的孙颖莎长相讨人喜欢。雅加达亚运会和王楚钦搭档混双摘金后，王楚钦轻轻捏了捏搭档的脸庞，这次“捏脸杀”的互动很快冲上热搜。

“她脸的手感特别好。”队友陈梦这样评价道。那时国乒教练、相熟的记者纷纷捏起了孙颖莎的脸庞，网友说孙颖莎的脸就是“国乒知名景点”。当然，“小魔王”的脸怎能随随便便捏的，她就“傲娇”地表示，打好了能捏，不打第一不给捏。

正如网友评价孙颖莎时所说，孙颖莎“用最妍的脸打最凶的球”，赛场上的她霸气十足。从14岁获得全国少年锦标赛冠军，同年9月进入国家二队，到2017年一路战胜强敌夺得生涯第一个巡回赛单打冠军，孙颖莎带着火箭般成长速度进入更多人的视野。

彼时16岁的孙颖莎，尽管一再谦虚地表示中国女乒主力层“现在都很强”，但还是忍不住表达心迹：“肯定希望能尽快进入主力层，但还是要一步一步走，要加倍努力。”

在孙颖莎的前进之路上，伊藤美诚是怎

么也绕不过去的名字。不仅因为两人年龄相同、生日只差了不到半个月，她们也是中日两队最具潜力的希望之星。

奥运会开始前，孙颖莎与伊藤美诚在青年组和成年组级别的赛事里的交手记录是6胜2负。2018年至今，伊藤美诚仅在2019年瑞典公开赛半决赛赢过孙颖莎一次。

2019年孙颖莎迎来爆发，这一年她赢得了日本、澳大利亚和德国公开赛以及亚锦赛冠军。孙颖莎和大她7岁的陈梦是近两年中国队表现最稳的两员女将，在去年全国锦标赛和世界杯上会师决赛，本届奥运会又提前为中国队包揽金银牌。

20岁的这个夏天，孙颖莎在东京又一次击败了老对手。尽管在国乒“内战”中不敌经验更为丰富的陈梦，孙颖莎还是让人们感受到了青春的力量，此后她与陈梦、王曼昱为中国队实现奥运女团四连冠。

樊振东：有遗憾更有期许

“希望在这个平台上证明自己，拿到自己想要的结果。”出征东京奥运会前，樊振东许下了这个心愿。第一次奥运之旅拿到单打银牌，这或许不是樊振东口中“想要的结果”，不过他说自己“正常发挥”了。

其实樊振东还有个更大的梦想，2014

年青奥会夺冠后，他想成为乒乓球项目上成就青奥和奥运双料冠军的第一人。“乒乓球手还没有人既是青奥又是奥运冠军，我想成为这第一人。南京的金牌已经到手，里约奥运会夺金是下一个目标。”

但当时国乒男队有“三驾马车”马龙、张继科和许昕，樊振东能够拿到里约奥运会P卡（替补队员）资格，已经是来自团队的莫大肯定。

进入东京奥运周期，樊振东逐渐进入国乒主力层，在2016年、2018年、2019年、2020年四夺世界杯，并成为男子世界杯历史上第一位连续三届夺冠的运动员。此外，亚运会、亚锦赛、亚洲杯、国际乒联巡回赛，樊振东在东京奥运周期里荣誉无数，世界排名不断上升，2018年4月，樊振东首次登顶世界第一。

里约奥运会上完成大满贯的马龙，是樊振东成长道路上需要越过的一座大山。根据国际乒联的统计，奥运会开始前，樊振东和马龙在国际赛场上交手20次，马龙赢下了其中15次。

转折点出现在2019年，樊振东在近两年国际赛事两人交手记录上以4胜2负占优，去年的全国锦标赛，樊振东同样在击败马龙后夺得冠军。

与中国台北小将林昀儒的半决赛，是樊振东在本届奥运会上最惊险的一战，战至决

胜局后樊振东险胜晋级，又一次站在了那座大山的对面。

“对樊振东可能是全世界唯一让自己没有压力的比赛，只有发挥到最好、在对手犯错误的情况下，才有可能拿到胜利。”马龙给予了樊振东充分认可，只是在世界大赛终极对决的心态方面，国乒队长明更胜一筹。

带着单打决赛失利的些许遗憾，樊振东重新出发，与马龙、许昕联手闯入男乒团体决赛。樊振东期待，6日夜晚，他能帮助中国队完成2008年以来的在该项目上的四连冠。

悄然间，外界对樊振东的称呼从“小胖”变成了“东哥”，24岁的他，未来还有着更加广阔的舞台。

王曼昱：挺身而出担大任

就在奥运会女团开赛当天，国乒作出人员调整，老将刘诗雯因伤复发退出，作为替补运动员（P卡）的王曼昱替换了其出战团体比赛。

王曼昱17岁进入国家一队，2018年她开始迈入国乒主力行列，跟随中国队拿到世界杯、世乒赛和亚运会团体冠军，并获得了亚运会单打金牌。

这是2008年奥运会乒乓球设立团体项目以来，中国队第一次启动P卡。与孙颖莎同为国乒女队新生代球员的王曼昱，随着这一次开先河的调整，迎来了奥运首秀。

初登奥运赛场，王曼昱有稍许紧张，但更多的是兴奋、激动。她先是和孙颖莎双打取得开门红，后又在单打比赛中登场告捷。评价自己独得两分的奥运首秀，王曼昱认为，整体表现不错，但后面会一场比一场艰难，所以还是要做打一场硬仗的准备。

“从拿到P卡的身份就已经在做准备，从封闭训练时开始，就在每个细节、每个环节上按参赛人员的标准要求自己，时刻准备着在队伍需要自己的时候上场，为国争光。”

“为国争光”的想法也一直在王楚钦的脑海里，此次作为男队P卡队员，他没能在团体赛中登场，但在看台上观赛感受奥运赛场氛围，对于“大头”备战巴黎奥运会同样有帮助。

“备战东京，放眼巴黎”，这是中国乒乓球队与国乒教练组在选拔东京奥运会参赛队员过程中秉持的思路。22岁的王曼昱和21岁的王楚钦具有极强的冲击力，这也是国乒布局三年后巴黎奥运会的重要举措。

“江山代有才人出”，孙颖莎、樊振东、王曼昱为代表的国乒新生力量初登奥运舞台，也准备好向着更高目标发起冲击。回到李隼那句“关键时刻总有人能站出来”，对于国乒的长盛不衰，我们也就没什么惊讶了。

本报记者夏亮、周欣、吴书光

到边后，转身看了看大屏幕，1分55秒00，汪顺兴奋地一跃而起，顺势坐在浮标线上，高举右手，指向看台上的教练和队友。

在中国游泳的历史上，在他之前，还从未有男选手在奥运会混合泳项目上拿到过金牌。

而这一刻，他做到了！

获胜后，低调沉稳的他，只是张开双臂，露出如雕刻一般的身体，一股舍我其谁的霸气便在东京水上运动中心弥漫开来！

从伦敦初尝奥运“苦”滋味，到里约站上领奖台，再到东京升国旗、奏国歌。三战奥运，1994年出生的这名“老将”，终于得偿夙愿。

伦敦，蓄力

汪顺和游泳结缘，是偶然，也是必然。

6岁时，宁波少体校来幼儿园选苗子，彼时双臂长度超过身高3厘米的汪顺，一眼就被教练相中。出色的天赋，再加上身形和线条极佳，柔韧性又好，爆发力也强，不到10岁，他就成为浙江游泳后备军团的一员。

混合泳要求选手先后完成仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳四种泳姿，对于运动员各项能力有着极高的要求。别人专攻一项，汪顺需要四种泳姿一起练，每天1万米以上的游程是家常便饭。在名师朱志根麾下，汪顺进步飞快，很快便从同龄人中脱颖而出。

2010年广州亚运会，16岁的

汪顺初登国际赛场便锋芒毕露，在200米混合泳比赛中摘得一枚银牌。

2011年上海世锦赛，虽然单项200米混合泳没能进入决赛，但在男子4×200米自由泳接力比赛中，他与队友共同努力摘得铜牌。

随后不久的全国游泳锦标赛，汪顺迎来了人生的首个高光时刻，他在男子400米混合泳比赛中打破了亚洲纪录。

当时，17岁的汪顺夺冠后显得很腼腆，说话声音很轻，“我只想超越自己以前的成绩，能打破纪录很意外”。

中国男子游泳在自由泳项目上涌现过很多优秀运动员，但同时在蛙泳、仰泳和蝶泳三个泳姿中具有世界级高水平的运动员并不多。在以全面性为标志的个人混合泳项目中，汪顺的出现，也让人们对他在接下来伦敦奥运会上的表现有了很多期待。

也许是期望太高，也许是大赛经验缺乏、身体不在最佳状态，首次参加奥运会的汪顺最终连决赛的门都没有找着，只能看着同样来自浙江的队友孙杨和叶诗文在伦敦“一飞冲天”。

汪顺一度萌生退意，“我不想练了，想去读书。”

里约，冲击

短暂的失意过后，汪顺又全身心投入到训练当中。无论是上高原训练，还是赴海外拉练，他都全力以赴，随之而来的是状态的回升。

2013年沈阳全运会，他勇夺五金。站上最高领奖台，那个自信、开朗、充满拼劲的汪顺又回来了。

2015年布达佩斯世锦赛，他在男子200米个人混合泳项目上一举摘铜，帮助中国游泳在该项目上取得历史性突破。

和首次参加奥运会时的懵懂相比，奔向里约之前，他目标已经明确。“看到队友们拿牌，我也想去拿牌。”

里约奥运会男子200米个人混合泳决赛，凭借最后50米的冲刺，他最终力压偶像罗切特摘得铜牌，实现了站上奥运会领奖台的梦想。

备战东京奥运周期，为了冲刺更好的成绩，他把训练重心放在了自己最薄弱的环节——蛙泳的技术能力提升上，而这也为他此次在东京的腾飞打下了坚实的基础。

备战的日子是孤独的，陪伴他的只有教练的指令声，以及耳畔哗哗的水流声。

“这些年来很多时候都想过放弃。”汪顺说。但很快他就会强迫自己把这个念头压下去，然后继续朝着目标前进。“每堂训练课后五脏六腑都发烫了”“400米混合泳游完，上岸后屁股像火烧一样”。

在今年5月的全国冠军赛上，汪顺夺得男子200米个人混合泳的第十个全国冠军，其中还包括一个九连冠。“从2011年开始至今，只有2012年没拿到冠军，对我来说，蛮有意义。”

成绩一直保持稳定，但想要在东京奥运会上有所收获，汪顺认为自己需要突破。“去年一年没有比赛，今年比赛密度又比较大，我的身体还处于适应过程当中。我会在奥运会前最后几个月把身体状态调整到最好。”

东京，撞线

男子400米个人混合泳预赛是东京奥

运会游泳比赛的揭幕战，汪顺出师不利，最终排名第10，无缘决赛。

赛后他说，接下来200米个人混合泳，“把自己应有的水平发挥出来，就没有遗憾。”

200米个人混合泳高手云集，汪顺今年最好成绩仅列世界第九，因此赛前他并不被看好。不过，随着赛程深入，汪顺开始渐入佳境。半决赛，他游出了1分56秒22的好成绩，和个人最好成绩只差了0.06秒。

决赛当中，他此前恶补短板蛙泳收到了效果，在前两种泳姿后排名第一的他，在蛙泳泳姿中顶住了压力，虽然被对手反超跌至第二，但差距并不大。最后的50米自由泳，汪顺游出了27秒37的成绩，是所有选手中最快的。凭借自由泳的强势表现，汪顺再度升至第一，最终率先触壁。

1分55秒00的成绩，相较于汪顺的个人最好成绩提升了1秒16，以至于连他自己

都不敢相信。

“我觉得我用尽了自己的全部力量，去实现赛前我说的，要让国歌在东京的赛场奏响，让国旗在东京的赛场飘扬。”他说，是祖国人民给他的力量。

时光流转，从伦敦到里约再到东京，历经三届奥运会的冲击与磨砺，那个稚嫩的青葱少年已成为中国游泳队年龄最大的队员，在拿到金牌后，他还不忘自己的经历来激励队友：“希望我坚强、不服输的精神能感染中国游泳队的所有队员，为祖国争光，为民族争气！”

尽管已经27岁了，但汪顺并不觉得东京奥运会就是自己竞技生涯的终点。“我很幸运，可以走我选择的路，不忘初心。”

在历尽千帆之后，他逐梦的初心，始终未曾改变。



“

在中国游泳的历史上，在他之前，还从未有男选手在奥运会混合泳项目上拿到过金牌。而他做到了！

从伦敦初尝奥运“苦”滋味，到里约站上领奖台，再到东京升国旗、奏国歌。三战奥运，1994年出生的这名“老将”，终于得偿夙愿。