

## 24小时,徐友刚作出一个跨越1200公里的决定

# “如果重来,还会出去闯一闯”

二次转会期的倒数第二天,俱乐部方面给徐友刚打了个电话,辽宁宏运希望能租借他到本赛季结束,想问问他的想法,留给他考虑的时间只有不到24小时。

“说实话,当时稍微犹豫了一下。”从上海到沈阳,物理直线距离约有1200公里。而对于徐友刚而言,他还要跨过从中超一线队到中甲球队的一道心坎。“但其实也不是第一次了,此前就有过去黄海的经历。”徐友刚先后向教练组和家人征询了意见,当天晚上便给了俱乐部答复,一张前往沈阳的机票,徐友刚开启了自己第二段租借生涯。

能让徐友刚狠下决心的,是他对出场时间的迫切渴望。2019赛季对阵上港的比赛,时任申花主帅弗洛雷斯将右边后卫的位置,交给了还是U23球员的徐友刚,后者首发出场并打满了90分钟。一切似乎开始步入正轨,谁也没有想到,直到三个半月后,徐友刚才迎来了本赛季第二次联赛首发。“那场对上港的比赛确实挺烂的,”徐友刚坦言,上赛季有过几场表现还不错的比赛,所以有些“自我感觉良好”。实际上因为错过冬训,徐友刚只在联赛开始前两周才参加合练,这也导致他和队友们的配合有些生疏,上了比赛场之后,才发现不在自己以前的状态。而在第一轮比赛过后,没有获得上场机会的徐友刚,向教练组提出希望能打打预备队联赛。

“那段时间一边跟队训练,一边找感觉吧。”每当申花有主场比赛,徐友刚都会去虹口观战。没能代表一线队登场,徐友刚随预备队踢了几场比赛。即便有几场比赛他的状态不错,帮助预备队取得了胜利,连球迷和预备队的教练都鼓励他,但徐友刚仍然会用“烂”表达对自己的不满,“当时总感觉有些迷茫,想发力,但不知道该往哪里发力。”年轻球员遭遇挫折,陷入迷茫时总会发生,除了靠教练或队友引导外,更多需要年轻球员主动思考,日常的训练、比赛时的投入是为了什么。没有预备队比赛的时候,徐友刚常会独自去康桥的训练场边,看会儿队友们的比赛,“球员说自己不想上场,那是不可能的,尤其在我这个年龄,很珍惜每次上场机会。”

本赛季二次引援,申花的变动幅度可谓全中超之首。主教练从弗洛雷斯到崔康熙,韩国老师的第一堂训练



对于出场时间的渴望,让徐友刚决定出去“闯一闯”

直接给队员们来了个下马威,“不止一名队员,第一堂课我也练吐了,但是练完了想想这样也好,体能够了才能把内容打出来。此后也慢慢给自己定要求了,每堂训练课好好地练完,自己要对得起今天。”

来到沈阳之后,徐友刚本打算在外租房子走训,后来辽宁俱乐部提出他可以住在基地里。“当时辽宁给我安排了独立的房间,于是我也接受了他们的好意。”然而与申花康桥基地不同的是,辽宁的训练基地地处市郊,想要去一次市中心,需要开车40多分钟,徐友刚嫌来回太麻烦,球队放假干脆就待在基地里,一个人在训练场附近随便走走。感到生活有些乏味,就在网上买了块瑜伽毯,每天在房间里练练核心力量。

“我本身也不是特别善于交流,去辽宁的第一个星期,就告诉保持低调。但东北球队比较热情,第二个星期就逐渐和球队混熟了。”辽宁队中主力张野,徐友刚说自己从小就看他踢球。而在辽宁队阵中,申花旧将熊飞已经效力多个赛季,在他的介绍之下,徐友刚逐渐融入了球队。几次训练,几场球过后,辽宁队内部给他取了个绰号“散兵”。

说起这个绰号,徐友刚总有些哭笑不得。每次训练,徐友刚的表情总是看上去有些懒散,但这一面也仅仅停留在表情上而已。论训练量和训练态度,丝毫看不出徐友刚是个租借过来的新人。辽宁主教练臧海利曾提醒徐友刚,保持加练的职业态度是好事,但要注意训练量。

## “球员和球队,时刻都要居安思危”

抵达新球队合练两周,徐友刚便等到了机会。“对阵杭州绿城的比赛,正好我们的右边后卫张延军受伤,于是主教练就安排我替补上了,没想到后面就几乎场首发。”谈及在辽宁的比赛经历,徐友刚感叹此次租借已经超出了他原有的预期。在辽宁踢了九轮联赛,徐友刚送出四次助攻,相比较之前租借至黄海,踢了25轮也是六次助攻,算得上是一种进步。主教练还看出徐友刚的脚法不错,球队后场的定位球几乎都由他来主罚。

然而球员是不能仅仅靠简单的数据评价的,球员还需要帮助球队取得集体荣誉。徐友刚说,租借至辽宁后,球队只赢了一场对阵申鑫的比赛,而

球队最终不得不去参加附加赛。最后两场对阵苏州东吴的附加赛,徐友刚说是自己半个赛季最全神贯注的比赛。“如果辽宁那个时候降级了,最后一个赛季,最后两场比赛上就有我们的名字,谁也丢不起这脸。”

凭借客场进球优势,辽宁队顽强地保住了下赛季的中甲参赛资格。比赛结束后,徐友刚和全队一起去客队球迷看台谢场,望着哭成一片的辽足球迷,昔日的中国足球“十冠王”到了这一地步,徐友刚恍然明白了一个道理,日常的训练,比赛的投入,都是为了不被逆境到来的那一天击垮。“球队也好,球员也好,还是要时刻居安思危。有一句话怎么说的,‘生于忧患,死

于安乐’,可能现状还挺安稳的,但如果一直安于现状,吃老本总有一天会吃没的,到时候困境来了就会措手不及。”

对于大部分球员而言,顺境中成长很容易,徐友刚也不是没经历过顺境。全运会U18的比赛,上海主帅吴兵给予包括徐友刚在内的所有小将充分信任。而徐友刚被租借到黄海时,时任主帅乔迪又告诉他放松踢,别把主力或替补的事情放在心上。回到申花后先是对阵恒大时取得进球,此后又入选了U25国家集训队。“一切步入正轨,当时感觉很顺,但又隐隐约约在担心什么。现在才想通了,是居安思危的进取心还不够。”

独家专访



【离开申花的日子④】  
租借在辽宁·徐友刚

随辽宁宏运打完中甲保级战,徐友刚本赛季的租借之旅告一段落。球队宣布放假后,他立刻返回上海,“出门在外,总归挺想家的。”可在家休息了几天,徐友刚就有些闲不住了。除了去健身房保持训练节奏,家里的亲戚有申花铁杆球迷,想请他去给业余球队提提意见,他欣然应邀前往。指导队员之余,徐友刚便在上海一所大学的足球场边,完成了和记者的对话。

专题撰稿 本报记者 龚哲汇

## “不会拿年轻当资本”

租借至辽宁队时期,球队往往以他作为U23球员上场,但徐友刚从不认为年龄是他竞争主力的关键因素。“辽宁队本身就有U23球员,而且实力相对还可以。主要还是看平时的训练态度和主教练布置。”1996年出生的徐友刚,下个赛季将不再是一名U23球员。不论中国足球下赛季是否还会执行U23政策,徐友刚表示自己都会做好准备。

从申花收购了根宝99/00梯队之后,队中U23球员不少球员都提高了自己的危机意识,徐友刚也不例外。“我在之前就告诉自己,早就不能用年轻当资本了,总有更年轻的球员,说不定他们的实力会比你更强。我们队里的小朱都进国家队了,前几天还在和叙利亚踢比赛。再说申花的青训也发展得很好,下面梯队的小将稍微练个两年,说不定会比我更好。一旦产生松懈,迟早会有人把你替代了。所以还是那句话,居安思危。”

有球迷曾经形容徐友刚的边路,进攻有特点,但防守并不是他的强项。对于这个问题,徐友刚也承认自己的确还存在一些弱点,“虽然说足球是一项团队运动,需要队员彼此之间以长补短,但如果我能做得更好,也能减轻队友的压力。比别人多跑两步,快跑两步,这才是利用年轻的正确方式。”

去年11月,徐友刚完成了自己的人生大事,而在过去的半个赛季,租借至辽宁的他也只因对阵申鑫,回了一次上海与家人团聚。或许是因为早早成家立业,比起同龄人,徐友刚总是显得更加成熟。采访当天偶遇几位球迷,

他们纷纷称赞徐友刚待人接物谦和礼貌。而让徐友刚对比十八岁时自己,他觉得又比当时稳重多了,“对于我而言,成长就是明确自己要什么吧。没能帮助球队取得胜利,或者没有获得上场机会,的确会让年轻的我感到迷茫。但经历了两次租借,才明白迷茫只是另一种方式的逃避,解决了任何实际问题,不如脚踏实地去做事。”

开车驶出大学校园,徐友刚忽然感叹自己如果当年选择了读书,到今天会是怎样一番景象。“也许和普通人一样,当个上班族吧,不过当初选择了踢球,还是想把这条路走好。有的时候挺想体验校园生活的,年轻就什么都想尝试。当年队里沈俊学了英语和西班牙语,现在说得相当流利,王伟、陈剑他们也是。过去我也想学,但三分钟热度没坚持下来,现在我想去重新进修,未来总会有用处的,到时候如果能和队里的外援开口说西班牙语,我要让他们吓一跳。”



本报记者 陈嘉明 摄