

从申花一线队到申花上体女足

队医林志刚,阿内尔卡点赞

结束女乙联赛,完成冲甲任务之后,申花上体女足又在上海大学生足球联赛中,接连斩获两项赛事冠军。至此,球队在2019年的正式比赛已经全部结束,队员和教练团队暂时能缓口气,接下来只需要按照日常的节奏训练。然而在队伍之中,队医林志刚的工作强度完全没有减轻的迹象,每节训练课后,他还要在康复室帮助女足队员做理疗恢复。正如7年前的康桥训练基地康复室,他对男足一线队员做理疗一样,在外兜兜转转几年,林志刚又成了一位“申花人”。

本版撰稿 本报记者 龚哲汇

自幼学医,七年前结缘申花

“其实一开始叶指导找我的时候,我以为只是和大学球队合作。”回忆起申花上体女足主教练叶志竞和自己的首次正式交谈,到正式确认申花将与上体女足达成共建,林志刚现在想想还觉得颇有戏剧色彩,“拿到球衣的时候,就感觉特别熟悉,队徽上有点小变化,但这蓝色依旧没变,感觉又像回家了一样。”

由于家中世代从医,出生于宝岛台湾的林志刚自小跟随父亲学习医术。上学时期遇上放学或放假,别的小朋友有时间玩耍,林志刚只能“听爸爸的话”,到家里经营的医馆为病人熬药敷药,一边跟父亲学习医术。在中国传统文化中,医馆和武馆总有千丝万缕的关系,所以除了学习医术外,林志刚还要完成父亲布置的武术功课,人们童年回忆中的武侠电影主角们扎马

步、打木桩习武,这些却都是林志刚的童年回忆。“我从小学的是洪拳,按照门派划分,黄飞鸿和林世荣是我们家的祖师爷。”

从“中国文化大学”毕业之后,林志刚相继在几所医院担任整复师,并在2004年雅典奥运会期间,帮助宝岛台湾艺术体操、滑冰等项目的运动员进行康复理疗。2012年年初,经由阿内尔卡专用理疗师吴宏祥的介绍,林志刚进入了申花的医疗团队。当时的申花医疗团队成员各司其职,吴宏祥负责按摩,魏明擅长绷带,林志刚则主攻脊椎整复。通过反复观测队员双脚的高低差,判断其脊柱偏移情况,随后用医疗器械击打对应的脊柱,使经过运动的关节得以恢复正常的位置,进而缓解肌肉的压力。



深得阿爷信任,中场一定给小曹开小灶

六年前,林志刚也正是这样为申花一线队员做理疗的。当时在队的宋博轩曾直接称赞林志刚的医术,不起眼的敲敲打打,竟让他感觉在场上的动作都变得顺畅起来。“其实这就是从脊柱上反映到肌肉等各个地方的问题,我的建议是从根源上去治疗。”

要说林志刚理疗过的大牌球星,申花昔日外援阿内尔卡定有一席之地。回想起第一次去阿内尔卡家,林志刚依旧印象深刻,“当时阿内尔卡住的是半岛酒店,光是从大厅走到房间,就至少要过四五道大门,没有阿内尔卡在前面领路,估计没有十几分钟上不来。”好不容易走进了房间,出门前还是一身名牌的法国人,一回头就换了身浴袍,“他一定是只穿一条内裤,然后披着浴袍接受治疗的。”林志刚还透露了阿内尔卡一个小八卦,法国人喜欢某个名牌的内裤,但不知什么原因,每条内裤他只穿一次就会丢掉,而做理疗时戳到“阿爷”的痛处,场上的硬汉难免也会“嗷”地叫几声。几次理疗之后,一向为人大方的阿内尔卡还会请队医们留下来吃饭表达感谢。

对于一名队医来说,赢得球员的信任最好的方法,就是解决他眼前最急切的问题。在阿内尔卡刚刚抵达上海的时候,有一个问题让这位大牌深受困扰,“他刚来的时候,失眠很严重。”尽管在英超效力多年,但转战中超赛场,申花球迷口中的“阿爷”也有自己的精神压力。在申花的首秀是对阵布拉迪斯拉发的热身赛,最终申花以0比3告负,首发出战的阿内尔卡只打了上半场,且错失单刀。“一次理疗的时候,他和我说晚上睡不着,有什么办法,我做了一些理疗并提供建议。”不过在林志刚看来,主要原因还是阿内尔卡自己在赛场上逐渐找回感觉,战胜了自己的心魔。

每到训练后,申花的理疗室内也常常人满为患,接受治疗的过程是痛苦的,队员们就会和林志刚随便聊聊转移注意力,久而久之关系也熟络起来。短短十几分钟,时还要经历一番“痛苦”,也能看出球员的个性,“有的队员比较外向,王大雷和曹赟定这样的就会在理疗的时候,和你聊聊生活上的事情,哪里感到不适,也会主动和你说。也有一声不吭的,像当时

的吴曦很少会说话,按部就班地一项项做完。”

本赛季最后一个间歇期后的首个主场,申花上体女足和两支梯队一同受邀,带着奖杯在虹口足球场与申花球迷见面,林志刚也跟着球队,再一次来到了这座熟悉的球场。“看台还是像以前一样热闹,”7年前,林志刚往往会留在更衣室里帮队员们做准备,“不用亲眼去看比赛,只要听球迷的声音,就知道场上发生了什么。”而一到比赛中场休息,就是林志刚最忙碌的时候,“当时中场休息一定要帮曹赟定拉筋做牵引的,因为他担心自己的体能问题,下半场会抽筋,现在看看他的体能已经完全不成问题。”

当三支球队面向四周看台上的球迷做起自我介绍时,一线的队员们恰好回更衣室休息,林志刚因此错过了和小曹见面的机会。申花上体女足成立后,他也随球队回过几次康桥基地,但都没能如愿和昔日好友见一面,“后来我们在看台上看的比赛,我就特别注意曹赟定,几年不见,他变得更加成熟了。”

从“一见钟情”到“梦想成真”

采访当天,林志刚向记者演示了理疗的全部过程。结束一个下午的训练,林志刚会在球队微信群里告知理疗室开放时间,消息一出便是队员们拼手速的时候,微信群里大家接龙报数,“多一个数字,就要多10分钟。”看到微信群里的数字已经上双,林志刚笑笑,“这都是正常节奏,最多的时候几乎18人大名单都来了。”

在林志刚来到申花上体女足之前,这支学生队伍并没有配备专门的队医。参加赛会制的比赛,只能由主教练叶志竞打电话临时招募——说是招募,更像是求人,挨个打电话给相识的队医,遇上对方抽不开身的情况,她还不得不另请高明,球队备战进度大受影响。

去年十月,上体女足前往四川征战女乙联赛,经人介绍,正好在四川的林志刚接手了球队队医的工作,负责在比赛期间为队员们进行理疗。虽说只是临时队医,林志刚的治疗手法和效果让队员们印象深刻,“有的医生一

般会用扎针或按摩的方式帮我们做理疗,但杰瑞(林志刚的昵称)一般不这么做,几次治疗效果上看,我们队员觉得都不错。”女乙联赛赛程时间不长,短短一周左右,队员就要林志刚道别了,临行前有队员感叹,“要是杰瑞是我们的专用队医就好了。”谁知梦想成真,今年再度征战女乙联赛,林志刚和她们穿着同样的队服,出现在了赛场边。

初次看林志刚的治疗过程是新奇的,队员趴在治疗床上,林志刚让队员们勾起小腿,观察脚平面的位置,不少队员都会出现一高一低的情况,“左右不齐说明某一节脊柱的受力面不正了,”用专业设备进行针对理疗,一击敲打后便是一声惨叫,“只有出现问题的地方,才会起反应。”几次击打后,脚平面就被调整平齐了。反反复复地观察和敲打,一位队员至少要被林志刚抬几十次腿,一晚上十几位队员治疗完成后,起初的新奇感就被磨灭了一大半。

从男足到女足,从未有心理落差

“有认识的人听说我成了女足队医,总会用奇怪口吻来问我怎么回事。其实在我眼里,理疗床上躺着的不论是大牌外援,还是女足队员,我都会全心全意地去工作。”第一次担任女足队医,林志刚还会特别注意每个月球员的身体情况,以便和教练团队及时沟通。理疗室门口挂着申花女足的战术板,嵌有磁铁的塑料海绵上贴着队员们的照片,教练团队有时就直接在这里排兵布阵,这是林志刚和助教们一起亲手做的,制作战术板已经超出本职工作,但他认为球队现在工作人员比较紧张,一个人多做些事也不要紧。

在申花上体女足冲入女甲后,队

内的庆功会上,林志刚也为队员送上了私人定制的奖励——“小颜整骨”:在理疗前,他会在队员的脸上敲打几下,并告诉她们长久以往,会有瘦脸的功效。

和球队一起度过了四个月,林志刚也慢慢感受到了这些女足队员的变化,“过去队员们有伤会硬撑着,撑不下去了才会找主教练,现在她们有点不适,就会主动说出来。”除此之外,女足队员因为怕冷,以前很少有使用冰桶的习惯,“现在用的人越来越多了,队员们也知道敷冰对她们有好处。”

晚上10点半,最后一位队员接受完理疗,向林志刚道谢后告别,结束了长达四个多小时的工作,他才有时间

休息一下。“队员们还是很贴心的,有的在问过我之后,就自己在房间处理了。”考虑到林志刚来自宝岛台湾,队员还会特意在社交软件上切换成繁体中文和他聊天。而在理疗过程中,还有不少队员拿着剥好的柚子上门犒劳。有队员为他亲手画了幅漫画,画中的他举着哑铃,肌肉发达,“队员们的愿望是美好的,但是实在没时间锻炼了。”

足协杯决赛前,林志刚在朋友圈打出了“申花是冠军”字样,而在球队夺得冠军后,他又和女足的队员们在微信群里一起庆祝。对于林志刚而言,不论男足女足,只要提起申花,他永远会是忠实的支持者。

