

# 美梦成真 绽放在最好的年华



中国队球员李梦(右)在比赛中进攻

2020年东京奥运会女篮资格赛落下帷幕，三战全胜的中国女篮不仅如愿收获了入场券，阵中的李梦更是凭借场均16.3分的高效表现荣膺赛区最佳球员。这名年少成名的前锋，正和中国女篮一起步入职业生涯最好的年华。

本版撰稿 本报记者 薛思佳

## 水陆双栖“世青赛MVP”

和NBA名宿蒂姆·邓肯的成长轨迹类似，李梦接触的第一项体育运动并非篮球，而是游泳。成长在辽宁沈阳的李梦，从小活泼好动，四岁那年，父母将她送去学习游泳，那时她的身份一直是游泳小将，“从小就特别喜欢玩水，小时候在家就会拿个脸盆，把脸埋里面练憋气。”李梦说道，继承父母优良的身高基因，她在四岁的时候就长到了1米2，远远超出同龄小朋友的身高，如此出众的身体条件让游泳训练班的教练一眼相中了这个小女孩，但在周而复始的训练中，李梦的耳朵却出了问题，隐隐约约的疼痛总是如影随形，“那时候经常往医院跑，医生说别再让她玩水了，不然耳朵会聋的，我就不让她再游泳了。”李梦的母亲房萍说道。

上帝在为李梦关上一扇门的同时，也为其打开了一扇窗。因为周围朋友的孩子在学习篮球，房萍便带着李梦去参加了篮球月训班，就此开启了女儿的篮球之路，“刚开始接触篮球的时候，就觉得是个圆圆的东西，特别好

玩，而且还有这么多小朋友陪我玩，就觉得特别开心。”李梦说道，她所在的篮球训练班教练王长禄，是辽宁篮球青训领域有名的教头，“是他给了我打篮球的第一个目标。有您的保佑，我终于实现了，谢谢您，我会带着信念继续前进。”在拿到2020年东京奥运会门票之后，李梦特意在社交媒体上感谢了自己的启蒙恩师，而配图中的男孩是如今在浙江广厦效力的李京龙。

游泳和篮球，一个在水中，一个在陆地，一个讲究个人，一个讲究团队，但吃得了苦，又有天赋加持的李梦却自如地在这两项运动中完成了转换。2010年U17世界青年女篮锦标赛，年仅15岁的李梦在法国大放异彩，她在八场比赛中场均拿下15.4分、6.2个篮板和4次助攻，不仅帮助中国女篮收获季军，个人更是荣膺赛事最佳球员，“那时候自己太天真了，得了奖也不知道是什么。”李梦笑着说道，“然后我妈就说你得什么奖，我就给她读了一遍，回来才知道这是一个特别重要的奖。”

## 两次重伤险断职业生涯

有世青赛MVP的光环加身，一时间李梦的名字为圈内人所熟知，有媒体报道在世青赛结束之后，曾有NCAA球队向李梦抛来了橄榄枝，但最终因为各种原因未能成行。那段时间，所有人都对李梦的未来充满希望，但伤病却不合时宜地找上门来。在代表沈部女篮青年队征战女篮青年联赛时，李梦遭遇了右膝前交叉十字韧带断裂的伤病，留给她的五个月的康复时间。为了重新踏上球场，李梦付出的汗水和艰辛只有她自己了解，但就在她踌躇满志回归球场之际，意外再次发生，同样的伤病再次侵袭，“恢复好之后，我就参加比赛了。那个时候自己也小，比较兴奋，就觉得好不容易能打球了，我得把之前那些不能上场的时间弥补回来，可能也因为太兴奋了，结果造成左腿也遭遇了同样的伤病。”李梦说道，“反正都是眼泪啊。”

连续两次重伤，彻底击垮了李梦的心理防线，让她开始感到迷茫、害怕甚至想要放弃，“第二次手术之后，自己就有种想要放弃的想法。当时跟家里人说自己已经下定决心不再打球了，感觉这个道路已经不再适合我

了，因为没有人能够承受住两次这么大的打击。”李梦坦言那段时间是自己职业生涯至今最难的一个阶段，她挣扎了很久，最终还是不舍得离开这片球场，在家人和教练的鼓励、帮助下，重新回到了球场，“自己那时候内心不是特别强大，父母也一直在开导我，让我又重新坚定了目标和信念。无论我多困难，取得多少荣誉，父母其实一直都站在最后一道防线上，只要我回头，他们就会在我身后。当时经历这么大的伤病，自己也想过是不是应该去上学或者做些别的，现在回过头看，幸亏当时没有选择放弃。”

克服伤病困扰，历经磨难的李梦，在2012年终于踏上了WCBA的舞台，新秀赛季即拿下147分、39个篮板和1.5次助攻，荣获最佳新秀，并逐渐成为全明星赛和国家队的常客。私底下的李梦，和邻家女孩并无不同，会经常在妈妈面前撒娇，会在社交媒体上晒出自己的自拍照，会因为得到偶像薛之谦的鼓励而激动不已，会经常发一些心灵鸡汤鼓励自己。“放弃很容易，但坚持一定很酷！”去年12月5日，李梦在自己的社交媒体上发文，一如她职业生涯至今最好的写照。

### 李梦

出生日期：1995年1月2日  
身高：182cm  
体重：76kg  
位置：前锋  
重要荣誉：

2010年，李梦获得世界女篮U17世青赛MVP，是中国篮球史的第一人。

2012-2013赛季，李梦以场均14.7分3.9篮板1.5助攻在WCBA联赛中夺得最佳新人奖项。

2015年，中国篮协公布了WCBA上赛季获奖名单，李梦单项奖得分二等奖。

2018年9月1日，2018年雅加达亚运会冠军。

“奥运会是我的梦想。我相信付出肯定是有回报的，尤其是在竞技体育这方面，只要你肯付出，肯训练。所以我也为了我的梦想不断去努力，去改变，去提升自己。”——李梦

## “女詹皇”一圆奥运梦

联赛中大放异彩的李梦，在国家队也逐渐迎来了自己的春天。自许利民2017年执掌中国女篮教鞭之后，李梦在他的体系下显得如鱼得水，成为球队不可忽视的进攻点，军人的身份更让李梦每次代表国家队出战都倍感荣耀，“因为我是名军人，也是中国女篮的一员，为国效力是我最重要的事情。为国争光是我的荣誉，累的时候抬

头看看国旗，看看这些标语，都能重新激励起斗志或是激情。”李梦说道，2018年雅加达亚运会上，她帮助中国女篮收获冠军，“我觉得太震撼了，觉得那一刻是属于我们的，是属于中国的。”

在去年的女篮世界杯上，李梦场均能够贡献10.9分，仅次于邵婷，并且帮助球队完成了对日本女篮的复仇。



中国队球员黄思静(左)与李梦庆祝胜利

## 暂留海外备战奥运 女篮世界排名稳居亚洲第一

因为新型冠状病毒肺炎疫情的影响，以三战全胜拿到2020年东京奥运会入场券的中国女篮，选择继续留在塞尔维亚首都贝尔格莱德进行训练，直到月底再考虑接下来的行程安排。在中国驻塞尔维亚大使馆以及塞尔维亚篮协的帮助下，中国女篮将留守于原先下榻的酒店，为了改善大家的伙食，中国篮协将在当地寻找一位中国厨师来负责女篮的一日三餐。

随着2020年东京奥运会女篮资格赛的告一段落，国际篮联近日公布了最新的世界女篮国家队排名。中国女篮排名不升反降，从第八名下降到第九名，但依然力压排名第十位的日本队，稳居亚洲第一，美国女篮则继续坐稳头把交椅。据国际篮联透露，鉴于世界排名以过往八年的成绩作为参考依据，队伍排名变化某种程度上与过去几年成绩所占权重改变有关，这也导致资格赛三战全胜的中国女篮排名出现了下滑。值得一提的是，这是国际篮联在奥运女篮比赛抽签仪式前最后一次更新世界排名，因而将成为确定种子球队的重要依据。

根据安排，2020年东京奥运会女篮比赛抽签仪式将于3月21日举行。国际篮联将根据世界排名将12支球队分为四档，纳入三个小组进行比赛。每个小组的前两名以及两支成绩最好的小组第三名将晋级淘汰赛。

12支参赛队：日本、美国、中国、西班牙、韩国、加拿大、法国、尼日利亚、塞尔维亚、澳大利亚、波多黎各、比利时

熟悉李梦的人都知道，她的篮球偶像是勒布朗·詹姆斯，甚至有球迷因此冠以她“女版詹姆斯”的绰号，其中自然也包含球迷对她球场上表现的认可。上赛季，李梦所效力的沈部女篮和八一女篮完成了合并，有了强援帮手的她一举帮助八一女篮进入了最后的总决赛，个人更是蝉联国内得分王和常规赛MVP。值得一提的是，因为其出色的表现，WNBA球队明尼苏达山猫队在去年向李梦提供了一份标准合同，但最终因为军运会任务而不了了之。