

# 李宗伟战胜鼻癌完全康复

虽然总有人觉得，李宗伟好像又瘦了，但其实，近期他的体重已经微增了1公斤。“每天大概运动1小时左右，包括仰卧起坐，也会进行一些哑铃训练。”更重要的是，如今他的鼻癌已完全康复——这是李宗伟于近日宣布的好消息。在马来西亚实施“行动限制令”的近段日子里，李宗伟除了与家人共度居家时光、陪两个儿子打打羽毛球外，就是通过社交媒体反复呼吁“遵守限制令待在家里”。

本版撰稿 本报记者 章丽倩

## 奥运延期让老对手为林丹忧心

去年6月，时年36岁的李宗伟宣布退役，为长达19年的职业运动员生涯画上句号。这位马来西亚功勋球员没能如愿坚持到东京奥运会的原因中，健康因素占了主导。2018年，李宗伟被确诊为鼻癌早期，治疗过程虽然比较顺利，但想要保持备战奥运那样的高强度训练却是不成了。在确定无法恢复训练后，出于健康考虑，李宗伟只能选择退役。

虽不再是运动员，但李宗伟仍将出现在东京奥运会上——以马来西亚代表团团长的新身份出席。几乎是在他宣布退役的同时，这份委任状就被官宣了。说起这个新身份，李宗伟表示一开始他是拒绝的。“通常团长一职是为政要或长期服务体育部门的官员而设。我一辈子都是运动员，只知道如何管理自己。但最终我接受了，因为这是

我回馈国家的方式。我愿意去学习，也可以激励运动员。”

从近几届奥运会的成绩来看，羽毛球项目一直都是马来西亚“全村的希望”，该国半数以上的所获奖牌都出自于它。从2008年北京到2016年里约，李宗伟三度成为羽毛球男单亚军。请这位马来西亚最著名的体育人物来为代表团压阵，实属情理之中，名副其实。

另外，李宗伟退役后虽未直接参加马来西亚羽协工作，但已被该国羽球界公认为是下届马来西亚羽协会长的最佳人选。

在李宗伟看来，东京奥运会延期一年，这个因素作用在不同运动的身上，会产生截然不同的结果。对在1月遭遇车祸入院、尚未完全恢复竞技状态的桃田贤斗来说，奥运延期是一则

利好。“由于所有比赛都被暂停了，他可以有充足的时间去休息，并让自己找回最佳状态。”而对另一些高龄运动员来说，这件事就显得有些残酷了。“作为一个在34岁时参加过奥运会比赛的人，我知道这是什么感觉。比如说林丹，这会让他非常艰难。还有他的同胞谌龙也有竞技水平下滑的迹象。”

说到被寄希望成为“李宗伟第二”的马来西亚男单球员李梓嘉，李宗伟这位正主觉得，奥运延期是年轻一代的机会。在一个月前的全英公开赛上，22岁李梓嘉第一次参赛就闯进了男单四强。“我打赌，像印尼的安东尼西尼苏卡和乔纳坦 克里斯蒂、丹麦的安赛龙、我们的李梓嘉，这批年轻运动员会有脱颖而出的机会。”



李宗伟一家四口庆祝大儿子生日

## 呼吁别出门 抗疫捐口罩

原本，马来西亚为期两周的限制令该于4月14日到期，如今却是被延期到了4月28日。该国政府表示，延长限制令是为了遏制疫情在社区中的蔓延。论道理大家都懂，但不同的人对限制令的遵守程度却大不相同。为以儆效尤，马来西亚政府宣布，自4月15日起，违令者不仅会收到罚单，而将被直接告上法庭。值此疫情时期，李宗伟也站出来呼吁他的同胞们要遵守限制令、坚持居家生活。

“不要赶回家乡，不要去探望父母，就待在自己家里！如果你不这么做的话，你最爱的那些人有可能因此受累死去。让我们每个人都来遵守限制令。这么做是为了保障每个人的安全，是为了阻止新冠肺炎病毒的传播。我们就应该待在家里。”李宗伟表示，尽管肯定有人会对限制令的延长感到难受，但为了公共健康，当下必须要保持克制。

为了支援抗疫，李宗伟已通过自己的基金会向中国订购了500件防护服，并购买了10万只口罩，这些物资将被捐赠给马来西亚的医院和“有需要的人”。



李宗伟参加直播访谈节目



马来西亚街头树立广告牌建议民众呆在家中

近日，李宗伟和太太黄妙珠对客厅摆设进行了一番改动，利用率不高的家具都被挪进了储藏室，经常用到的家具也被相对集中地归置——这么做是为了空出场地，让他们在家里也能打羽毛球娱乐。

在这片临时空出来的客厅羽毛球场上，李宗伟既是爸爸，也是两个儿子的启蒙教练。偶尔，身为马来西亚羽毛球前女单“一姐”的黄妙珠也会来凑个热闹。2012年11月，也就是参加完伦敦奥运会后，相恋多年的李宗伟与黄妙珠成婚，此后，他们分别在

2013年和2015年迎来了两个儿子的降生。

虽然目前还很难预测，这对运动基因强大的兄弟会在多大程度上继承父母的羽毛球天赋，但他们确实从小就受到了关注与期待。就算在幼儿园的比赛赢了个冠军，这对小兄弟也会被马来西亚媒体报道。

去年6月，李宗伟宣布退役。在不

少体育迷看来，他的离去意味着一个羽毛球时代的谢幕。在忍住浓浓的不舍后，以崭新身份再出发的李宗伟，倒是在生活中有了很多新的体验。例如，直到退役后，他才有时间把欠了七年的蜜月给补上，才有时间与家人更多地相处。“那些年欠你的，我会用我的余生一点一点慢慢还。”这是李宗伟对黄妙珠的承诺，也是对两个孩

## 遭遇卫生纸抢购潮 建议理性囤积物资

3月18日，马来西亚政府开始正式实施“行动限制令”，该国的大部分政府机构、私营企业、商场及宗教场所都将在限制令期间闭门歇业。为了采购居家期间的必需物资，李宗伟在限制令生效前两天去了一趟大超市，等他劳心劳力地完成采买时，脑海中浮出了一个巨大的问题，“你们到底在家里囤了多少卫生纸？”

要不是在超市里遇见熟人，并且后者匀出了一捆卫生纸给他，想要买到这抢手货可不容易。所以后来在社交平台上，李宗伟发出了劝大家少出门和理智囤积物资的呼吁。“我的朋友们，我知道我们正面临一场前所未有的危机。确实需要存储一些食物，但不要像世界末日就要来临那样囤货。”

那日出门前，李宗伟从太太黄妙珠那里接过了一张采购清单，上面写着鸡肉、蔬菜、米、鸡蛋、速食面、食用油、卫生纸等。虽然超市采购并不算他拿手的事，但想着有清单在手，就觉得这任务的难度系数不高。结果，在李宗伟刚踏入超市的那一刻，这种轻松的感觉就被戳破了。“有很多阿姨推着满满的购物车在超市里迅速移动，那个场面有点疯狂。”李宗伟觉得，那一刻突然涌出的紧

张感，与他多年前第一次登上奥运赛场时的感觉已经近似了。

虽然“压力山大”，但李宗伟还是按照清单所列，在一个个货架间努力找寻他所需要的东西。卫生纸在超市的什么地方呢？在差不多将超市逛完一遍后，他疑惑地发现，目力所及的卫生纸都是别人购物车里已经有主了的，但在货架上却找不着它。当看到一名顾客推着辆装满十来捆卫生纸的购物车从自己面前经过时，李宗伟才终于回过味儿来，原来卫生纸被抢购一空了。

正当李宗伟眼馋别人的卫生纸时，他在采购人群中见着了了一位熟人，少叙叙旧后，这位友人江湖救急地匀出了一捆卫生纸给他。在确定已完成清单上的采买任务后，李宗伟赶紧离开了人头攒动的超市。

限制令虽然制造了一些生活中的不便，但李宗伟却是它的支持者，并认为能以多居家、少外出的方式来降低感染风险，这本身已是一份优待。“非常感谢医生、护士、医院工作人员和超市收银员等仍工作在一线的人。你们冒着生命危险，让我们过上了正常的生活。我要向你们鞠躬致谢。”

## 变客厅为球场 居家亲子羽毛球

的承诺。退役前，李宗伟也会找机会把两个儿子带在身边，但那都是浮光掠影式的照顾，直到近两年，他才有机会来手把手地培养父子感情。例如，给儿子当发球陪练，或者穿着同款运动服拍亲子照。李宗伟表示，他会利用好这段居家时光，要用开心有趣的家庭共处去把这段时间给填满了。



李宗伟在家中与儿子打羽毛球