



独家
专访

VS 对话李圣龙

看着嘴角缝针的爸爸，李圣龙的儿子有些愣住了，年纪尚幼的他还不会过多表达，不过却已经用手不停地比划，显然他心里是明白的，爸爸受伤了。

客场完胜长春亚泰，替补出场的李圣龙顶入个人赛季首粒进球，也就是这次不要命的争顶，让他付出了嘴角缝15针的代价。“这下有点小破相了。”从医院出来后，李圣龙说。

本版撰稿
首席记者 刘闻超

“咬掉一块肉，牙齿差点掉了，缝了15针……” 李圣龙：能进球， 什么代价都愿意！



“倒在地上有一点失忆”

巴尔加斯开出角球，中路点球点附近的李圣龙高高跃起，一头将皮球砸进长春亚泰的球门。这是一次标准的中锋式头球破门，在海港队今年的进球中，这样的进球方式并不算多，但没人会不喜欢如此“硬气”的过程。还没等大家庆祝，倒地的李圣龙已经无法起身庆祝，转播镜头捕捉到他的面部开始流血，很快所有人意识到，这是一次程度不轻的撞击。慢镜头显示，李圣龙是在顶完球之后，与防守球员汪晋贤撞到了一起。

“进球的那一刻我知道，但倒在地上的时候有一些短暂的、一点点失忆，缓了一下之后，我就自己站起来了，但我知道伤口破得很大，肯定没有办法再坚持比赛了，肯定要去医院缝针。”回忆起当时，李圣龙说道。队医埃杜进场后，很快向场边做出了换人手势，而事实上李圣龙是在第72分钟时才

刚刚替补登场。

在医院治疗期间，许多亲朋好友向他发去了关心的信息，直到缝针完毕后李圣龙才一一回复。好兄弟张一和他开玩笑说，这下短时间内不能吃他喜欢的呛虾了，李圣龙只能苦笑，不敢笑太大声，毕竟嘴角还是很疼。“咬掉了一块肉，牙齿好像也差点掉了。”现在想想，不仅疼，还是有点小小的后怕。但李圣龙就是这么一个坚强的人，在医院缝完15针后，他就直接赶赴机场与大队会合。

按照计划，海港队在赢下长春亚泰后就连夜返回上海，教练组给了全队三天假期。在家睡了一觉后，李圣龙需要开始适应一段时间有伤在身的新生活。“早上起来嘴还是很肿的，吃不了东西，只能用吸管稍微喝点东西。”

“这就是前锋的职责”

冲上中超后，海港队内从来不乏优秀前锋，海森、吉安、埃克森们至今还会被球迷提起，国内球员方面武磊、吕文君首当其冲，年轻一些的还曾有韦世豪这样的国脚。李圣龙就是如此，在不同的时候中竞争

与生存，前不久武磊回来了，加之恩迪亚耶、卡隆、冯劲这些前锋和边锋，类似的话题又一次被抛到李圣龙面前。

“其实他(武磊)回不回来，对我来说都是一样的，此前武磊还在队里的时候，我就在队里。2017赛季的时候，锋线上有各种各样技术特点的前锋，每个人都能力很强，那个赛季虽然出场时间不算多，但我也进了两个球。在有限的时间里，只要给我机会，我觉得还是可以去展现自己的能力的。”李圣龙说。

今年，他的出场时间基本上在22分钟左右，11次出场中有两次首发，其中战平沧州雄狮的比赛是他为海港出战的第一百场中超比赛，而直到客场对阵长春亚泰，李圣龙才收获了今年的首粒进球。算晚吗？他不这么认为。“从时间上来看，我总共出场差不多200分钟，比较可惜的是，那两次首发中有几次机会没能把握住，如果能够把握住的话，也许进球可以早点到来。但是在目前有限的时间里能进一个，我觉得也不算耗时特别久吧。当然，我希望能够加强对自己的要求，更多提升效率。”

提升效率的途径之一就是每球必争，这恰好是李圣龙的特点，哪怕这一次付出了“破相”的代价。“我觉得这就是前锋的职责。只要能进球，多大的代价都愿意去付出。”李圣龙说。

“这些年一直在向上爬”

9月初战平沧州雄狮的比赛中，李圣龙迎来了个人为海港队出战的第一百场中超。在他之前，同为1993届队友的傅欢、贺惯、林创益等，都已经达成这一数字，当年在全运队时，李圣龙是球队主力中锋，也是进球最多的人，不过升入一线队后，他和许多本土前锋一样，需要“让位于”外援。

“确实一直有竞争的压力，更多时候还是从替补做起，但说实话，这么多年我已经有点习惯了，除了全运会时期和预备队联赛时做过主力外，其他时候都是这样的状态。”李圣龙说。当年埃克森执教时，李圣龙成了预备队联赛射手王，队友们都看到了他的努力，拼命在比赛中给他“喂球”，最终海港预备队夺得2016赛季预备队联赛冠军，打破了山东泰山对此荣誉的六年垄断，李圣龙在仅仅出场半个赛季的情况下轰入14球。而在海港夺得中超冠军的那个赛季，李圣龙收获预备队联赛金靴，成绩是29粒进球。外界眼中不太关注的预备队联赛，成了李圣龙和一众队友展示自己的舞台，只要是比赛，他总是全情投入，这就是大家喜爱他的原因。

“就像我以前说的，我就是处于不断在向上爬的状态，所以这么多年下来，我不仅习惯了这样，更懂得如何调节心态。如果我是一直首发、一直在‘上面’，然后忽然掉下来的话，可能心态反而容易有变化。”话虽如此，可谁都清楚，要持续做到多年如此，也不是件容易的事。有人可能因为状态刚有起色又重新做替补而恼怒，有人会因为怀才不遇而愤愤不平，但对李圣龙来说，他总是那个时刻做好准备的人，或许这才是一名职业球员应有的常态。“一百场中超，从第一场到现在，我觉得我每场比赛印象都挺深的，因为本来出场时间不算多，我也会复盘自己的比赛，如果你一定要问我对什么时候印象最深，我觉得还是2019赛季，那一年不管是出场时间还是进球数，都是我最多的一年。”



下一首歌，等空的时候再写

在李圣龙破门前，率先为海港打开胜利之门的，是吕文君。这位老将多年来保持着一贯稳定的状态，而事实上，从位置来看，吕文君其实曾面临着和李圣龙相似的竞争局面，但他一步步坚持了下来。在李圣龙眼里，吕文君身上有太多值得学习的地方。

“哥哥非常职业，在他这个年纪还能有这样出色的状态，和平日里的自律分不开。而且这两个赛季里，他几乎是全勤。”李圣龙说。2019年年初，武磊远赴西班牙留洋，被问及谁能接过自

己的“枪”时，毫不犹豫的说出了吕文君的名字。事情也一度朝着预期发展，赛季开始后，吕文君频频破门，状态火热令其入选国家队的呼声水涨船高。可惜5月初主场对阵广州城的比赛中，吕文君被队友艾克森“误伤”，导致手臂骨折不得不暂别赛场一段时间。当时，从吕文君手里接过本土球员进球任务的，恰恰是李圣龙。“他的能力是毋庸置疑的，不管是传球还是射门都很有把握，而且他的比赛经验也很丰富，这些都是我要向他学习的地方。”

上周日深夜，李圣龙回到上海家中，儿子和妻子担心了一天，终于看到

本人后才略微放心下来，他嘴角的伤口显而易见，儿子不断用手指着父亲的脸嘟囔着说不出话。“他现在还小，不太会表达，但是他什么都懂，他知道我今天受伤了，知道我哪里撞坏了，会用手指一指，看着还挺有意思的，他只是不会说。”

三天假期，李圣龙需要好好休养一番，有球迷开玩笑说，等着他出新歌，但李圣龙说，还是先把注意力放在足球上。“联赛中我的心思肯定都在足球上，而不是音乐。等有时间了，或者有灵感了，再去考虑写一首歌，如果有好的合作人的话，其实也很快。现在还是先恢复训练。”

