

独家
专访

VS 汪嵩

2月南通一直
阴雨绵绵。

雨水让这座城市乍暖还寒，刚加盟南通支云的汪嵩却在雨中练得非常投入。

39岁的“小将”汪嵩在三年之后重回中超赛场，对于自己的第23个赛季职业联赛，汪嵩已经有些迫不及待了。

第23个职业联赛赛季，连续21个赛季都在职业联赛中有进球，上赛季以13次助攻成为中甲助攻王，汪嵩一直在创造着新的纪录。“我选择一直踢下去，并不是为了刷纪录，若干年后，这些都是过往云烟。”汪嵩在接受记者的独家专访时表示，“我是希望用自己的坚持，激励年轻球员更努力地去踢球，如果他们坚定自己的理想和信念，也能和我一样一直踢下去。”

本版撰稿
特约记者 徐毅

39岁“小将”汪嵩重返中超赛场—— 用“坚持”激励年轻球员



主教练比我年纪小 他很愿意聆听和接受

南通支云目前的教练组中有五名外教，主教练帕特里西奥来自葡萄牙，出生于1984年4月3日，比汪嵩还要小半岁，另外还有守门员教练和康复师等人。汪嵩说：“其实外教团队除了守门员教练，其他人应该都比我年龄小，这也是第一次在职业生涯中遇到主教练年纪比我还小的情况。其实年纪大小并没有什么关系，我也不会因为年龄比教练还大，就觉得有特权什么的。俱乐部把主教练的位置给帕特里西奥，说明对他能力的

认可，无论如何我都会尊重他，也想和他一起为球队取得好成绩做出自己的努力。”

在汪嵩看来，帕特里西奥首先是一个非常敬业的教练。“有些外教在完成半天训练后，可能就去休息了，但帕特里西奥一整天都会在俱乐部。除了训练，还会和教练组一起开会，讨论球队的技战术打法什么的。”

帕特里西奥做事的效率很高，汪嵩介绍说：“帕特里西奥带球队训练的时候，节奏很紧凑，有些队的训练要两个多小时，我们队的训练一般在一个半小时以内就结束了，但强度会比较大，效果也很不错。帕特里西奥的足球理念也很先进，结合球的训练完全不枯燥，能让球员们对训练充满了兴趣。”

帕特里西奥2019年来到南通支云的时候，是从事青训的，所以他对于年轻球员的培养很有一套，汪嵩说：“帕特里西奥在训练中很能调动年轻球员的的积极性，也让球队充满了凝聚力，这会让年轻球员在队里得到很快地提高。”

在生活中，帕特里西奥一点架子也没有，很愿意听取大家的意见。“有时候队员会和教练进行沟通，他很愿意聆听和接受，整个过程大家都觉得很愉快，所以队里的氛围很不错。”

足球人不该“苦大仇深” 拍摄短视频能传递快乐

春节之前，南通支云官宣汪嵩加盟。1月29日，汪嵩就到南通报到，开始跟随球队一起冬训。南通支云是中超最早开始冬训的球队，汪嵩开玩笑说：“我们是升班马，总得笨鸟先飞啊，不然怎么飞得过别人？”

南通支云的主场在如皋奥林匹克体育中心，球队平时的训练就在这座球场，球员们也住在体育中心的酒店。多年的球员生涯，让汪嵩学会了一些“小确幸”来提升生活的幸福感。汪嵩在房间里放置了茶具，休息的时候可以喝喝茶，还养了乌龟和一些植物。有空的时候，汪嵩还会和队友去水绘园喝喝茶，赏赏景，已经用最快的速度融入到了在南通的生活。

汪嵩已经融入的还有在南通支云的训练。南通支云目前已经集中的只有国内球员，他们在教练组的带领下开始了储备体能和磨合。升班马南通支云有很多年轻球员，他们即将迎来自己的中超“初亮相”。

“我不会刻意向年轻球员去传授经验，也不会和他们太多聊这些，但我觉得可以通过平时的相处，让他们更

多地知道该怎么去踢中超。说实话现在在中超联赛的水平，比前几年有一些下降，年轻球员第一次踢中超，要解决的更多是心理问题。球员们在面对比赛的时候，不能太紧张，否则就会影响发挥。一定要调整好自己的心态，我觉得自己在这方面一直做得还可以，有时候会有短暂的紧张感，那是有必要的，会让自己心潮澎湃，很专注地去面对比赛。但短暂的紧张过去，在比赛中一定不能一直带着紧张的情绪，而要更多关注比赛本身，多想想怎么处理好比赛中的一些细节。”汪嵩说。

在汪嵩看来，足球人不应该每时每刻都“苦大仇深”，而要用快乐的心态去面对足球和生活。所以汪嵩一直在通过拍短视频来传递快乐和正能量，去年在石家庄踢球的时候，汪嵩就和队友们会一起拍拍短视频。“这能增加球队的凝聚力，年轻球员也会更好地融入球队这个大家庭。我想新赛季拍短视频不会很频繁，但我还会坚持下去，希望通过这样的方式让球员们更放松，也让球迷们更多了解我们球员的另外一面。”

专业的事交给专业的人 中国足球不能特立独行

汪嵩在1995年离开家乡贵州，外出踢球的第一站是在上海，当时他来到了上海东方明珠足球学校。这次到南通支云踢球，汪嵩觉得也是很有缘分。“我是在四川踢上职业联赛的，原来想在四川为自己的职业生涯收尾，但很多事情难以预料，在四川九牛的那段经历不是太愉快，但却是一段很宝贵的经历，让我能想明白很多事情，也更珍惜后面的职业生涯。我离开家乡的第一站是在上海，后来兜兜转转在绿城和苏宁都踢过球，如果能在‘包邮区’收尾，也算是完美了。”

这几天有报道称，汪嵩加盟南通是因为“许诺给主力位置”，他对此辟谣说：“怎么可能？我踢球这么多年来，从来不会要求加盟就要许诺给主力位置的。年轻的时候没有过，现在39岁了，更不可能要球队给我这样的许诺。我能做的就是用努力去争取主力，教练会根据我的状态来判断能否出场比赛。”

而说起加盟南通支云，汪嵩认为是一次“好事多磨”。

去年5、6月份，石家庄功夫和南通支云在一个赛区踢比赛，当时南通支云就找过汪嵩，希望汪嵩能在球队冲超的关键时刻加盟球队，用经验帮助球队完成冲超。汪嵩说：“南通支云的老板范兵和领队赵晓东，和我进行了几次沟通，大家很认可对方的足球理念，所以他们非常希望我能加盟球队。另外，像俱乐部副总朱琪和当时的主教练曹睿等人，我们以前都有过共事，大家相互都非常了解，这些因素也促成了南通支云俱乐部想让我加盟。”

汪嵩当然希望能重新回到顶级联赛，但由于和石家庄功夫还在合同期内，所以汪嵩第一时间找到了石家庄功夫的俱乐部高层：“从我个人来说，我是很希望能去南通支云，但如果俱乐部需要我留下，前提也是俱乐部有着冲击好成绩的想法，我也愿意服从俱乐部，继续为球队效力。”

汪嵩很清楚，如果等到南通支云冲超成功后，自己加盟的难度会增加，但他还是愿意服从石家庄功夫俱乐部的安排。最终石家庄功夫留下了汪嵩，“作为中甲升班马，石家庄功夫也确实很有追求，最后拿到了第四名。我在石家庄功夫非常开心，和大家的关系很不错，这次最终离开都有些依依不舍。也感谢南通支云依然愿意给我机会，让我在新赛季能和球队一起征战中超联赛。”

对于目前中国足球的大环境，汪嵩觉得所有人应该有信心，但在行动上一定要做出改变。“我一直都认为，在足球这个行业中，专业的事要交给专业的人去做，每个人都要遵守足球规律。国外有很多成功的经验，我们去学习就好了，不要特立独行自己去搞一些东西出来，反而让中国的足球变得不伦不类。”

对于自己加盟南通支云，汪嵩说：“在现在这个大环境下，每家俱乐部都不容易，所以我来南通支云踢球，真的没有考虑什么收入，就是想能更长时间地享受足球，享受纯粹简单的足球。我不会在意那些纪录，更多的是想让年轻球员看到，像我这样的球员都可以凭着努力，一直踢到这个岁数，你们也都是可以做到的。”

