

第一个“00后”全英赛男单冠军

李诗沣，前路漫漫亦灿灿

全英羽毛球公开赛上，23岁的江西南昌小将李诗沣创造历史，成为第一个“00后”全英赛男单冠军。他也是继38年前国羽传奇赵剑华之后，又一位首次参加全英赛即夺冠的选手。站上巡回赛重量级赛事的最高领奖台，李诗沣坦言赛前根本没想过进决赛乃至拿冠军，“毕竟是我冲击师兄，我心态和他比，可能更好。就像他当年冲击丹哥一样。我们希望更多地‘会师’，男单组越来越好。”

正如五年前石宇奇击败林丹那样，走下领奖台，李诗沣羞涩地表示自己的偶像也是林丹。而石宇奇坐在场边微笑地看着李诗沣，似乎看到了五年前的自己。2018年，石宇奇在全英赛上接连战胜谌龙和林丹，接过国羽男单大旗。五年后，他也在这里见证了“00后”小将的崛起，这未尝不是一种幸福。李诗沣未来可期，历经伤病磨难的石宇奇也走出阴霾，向风而行。

本版撰稿 本报记者 张立

希望之星不负众望

职业生涯首次捧起全英羽毛球赛男单冠军，意气风发的李诗沣并没有自满，他直言接下来的首要任务是继续努力训练，争取获得更多好成绩。“首先要感谢家乡父老的支持，接下来我会更加努力地训练，走下领奖台，一切从零开始，为祖国和家乡获得更多荣誉。”

五年前，还未涉足成人赛的李诗沣获得2018年布宜诺斯艾利斯青奥会羽毛球男单冠军，是羽坛公认的希望之星。随后，小李先是在低级别比赛中小试牛刀，获得2019年加拿大公开赛冠军、奥地利公开赛和伊朗国际挑战赛亚军。到了2021年，他开始参加更高级别比赛，最好成绩是帮助中国羽毛球队拿到2021年汤姆斯杯亚军。但近两年，李诗沣在国际大赛中的表现乏善可陈，常常止步于前两轮。“这三年多的时间里经历了很多困难的时刻。”李诗沣认为，“每名运动员都有状态起伏和伤病，要想成功就必须在平时训练中一点一滴地积累，坚持克服一切困难，这是成功的必经之路。”

厚积薄发，在巴黎奥运积分赛季即将到来之际，李诗沣终于在兔年迎来了爆发式飞跃，不断展现“黑马”潜质。三月欧洲系列赛前两站，小李先在德国站击败世锦赛男单亚军昆拉武特、2019年全英羽毛球公开赛男单冠军桃田贤斗，收获了亚军。紧接着，他又在“背靠背”的全英赛首轮击败伍家朗；次轮轻取队友赵俊鹏；四分之一决赛淘汰黄智勇；半决赛逆转安东森；决赛击败队友石宇奇拔得头筹。这个三月，李诗沣上演多场逆转好戏，展现出了充沛的体能、出色的技战术和沉着稳定的心态。

值得一提的是，全英赛半决赛耗时95分钟战胜丹麦名将、世锦赛亚军安东森后，原本疲惫不堪的李诗沣兴奋地脱下球衣，出其不意地做了个胜利的侧空翻，活力四射。“虽然很累，但胜利之后，就觉得人的潜能是无限的，顿时就不累了。”因为特别喜欢孙悟空，李诗沣曾给自己起个昵称叫“悟沣”，“喜欢他(孙悟空)的那份单纯，也希望能有他的那份坚韧和霸气。”每当赢得重要比赛，李诗沣总爱在庆祝动作中来一个了悟空式的翻跟头。

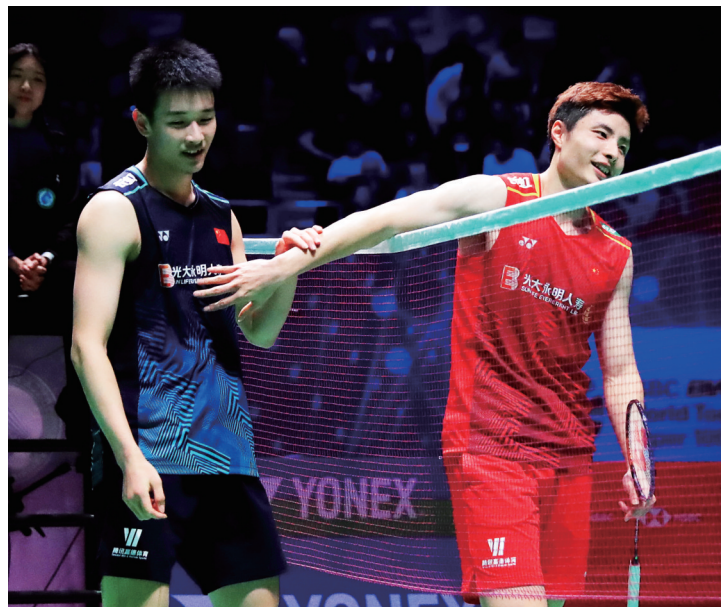
走下领奖台从零开始

最后和师兄石宇奇会师决赛，李

诗沣完全放开了打，没有一点儿心理包袱。“睡觉前可能幻想过拿到冠军，所有运动员都会幻想这一刻，我可能就是在做梦吧。”全英赛夺冠后，李诗沣笑言，“这次我没有感觉到太大的压力，并没有去想结果，反而能够成功。”小李觉得自己就是胜在心态占优，“第一局非常辛苦和艰难，但我心态放得很好，关键分更坚定一些，他的出球心理压力更大一些。”李诗沣说，“我们谁获胜都很正常，但毕竟是对阵师兄石宇奇，我的心态会更平稳一些。希望能有更多的队员会师决赛，希望我们男单组越来越好。我们这次不论谁夺冠，对中国男单都是新的开始。”

夺冠次日，小李还在社交媒体发文，感谢教练组和粉丝对自己帮助。“终于等到了久违的冠军。这三年多的时间里经历了很多事情，有过困惑的时候，感谢教练组帮助我走出泥淖，坚定了打法和信念。感谢夏导、孙导、乔导，还有很多默默帮助我的人；感谢我的粉丝。”

在中国羽毛球协会副主席、国羽单打主教练夏煊泽看来，李诗沣早就具备了夺冠实力，只要有足够信心就能在关键时刻发挥出来。“信心有了就敢打，有信心什么球都能接得到。主要还是要比赛中通过赢球建立信心，接下来我要继续提升自己的实力，保持住信心。”展望未来，李诗沣表示：“这个冠军，对我来说是激励，希望能让在往后的日子中走得更加自信。”



石宇奇重回国羽一哥

首先恭喜00后小将李诗沣取得生涯重要一冠，比赛关键分的时候有了高手需要的沉稳和坚决，去年第一次看李打球就感觉他条件非常好，希望这是好的开始更上一层楼！

石宇奇虽然失利了，但是复出后还是有很好的表现。体力还是一个问题，第一局后半段就开始感觉体力下降，步法身体起伏比较大，进攻后一旦没打死，连贯就差了，体力不仅需要练，更要合理把控节奏，就像亨山组合，两个加起来70+的选手打到第三局加分还能赢球，所以羽毛球不仅仅是技术比拼，还有技战术体力的合理分配。

——蔡赟



五年前的2018全英公开赛，22岁的石宇奇年轻有为，连克谌龙、林丹拿下了男单冠军。2019年苏迪曼杯，他又击败桃田贤斗帮助国羽重夺苏迪曼杯，男单世界排名一度来到世界第二，风头无两，大有接班林丹之势，被誉为国羽“新一哥”。

然而，伤病却不期而至。2019年7月的印尼公开赛上，一次意外的崴脚后，石宇奇被检查出脚踝韧带撕裂。为了赶上即将到来的东京奥运会，他选择回国后进行手术治疗，但术后并没有完全康复。石宇奇无奈地表示，自2019年受伤以来，康复过程缓慢而痛苦，一度失去对羽毛球的热情，但选择站在球场上，就会做好自己。凭借着顽强的意志和拼了的心态来到东京奥运会的舞台上，丹麦名将安塞龙没有给饱受伤病困扰、状态不佳的石宇奇任何机会。最终，“石头”止步8强，人生第一次奥运会正赛之旅就此画上句号。在对奥运会的总结中，石宇奇说：“身体上的情况应该无法恢复到以前的情况，从伤病或者从年龄上来说都是无法逆转的，所以现在好一点就是心态上面吧。不管我每天在承受什么事情，我选择站在场上，整个表

现就会做好。”他想成为更优秀的选手，但有时候又显得很颓丧。显然，“后林丹时代”的“一哥”一点儿也不好当。

几个月后，在2021年汤姆斯杯半决赛中，在桃田贤斗再拿1分就能赢得比赛时，石宇奇因脚底磨出血泡做出退赛的选择。赛后，他在网上的一些言论也引发争议。为此，中国羽毛球队将他下放回省队一年，并做出内部停赛的决定。好在被禁赛期间，石宇奇训练态度端正良好，并没有因此沉沦，反而在沉默中慢慢积蓄能量。

去年十月，解禁复出的石宇奇连夺丹麦公开赛和澳大利亚公开赛冠军，重回中国羽毛球男单“一哥”的宝座。“非常好！”这是时隔三年重回国际大赛决赛舞台的石宇奇在获得2022年世界羽联丹麦公开赛男单冠军后说出的第一句话。但被问起有关“国羽男单接班人”的问题时，他总是低调回避，“我认为自己并不是什么接班人，而且国羽每个选手都有各自特点，只是说我在一段时间内的战绩相对好一点。如果说在什么地方需要进步的话，我觉得自己在各个方面都需要进步。”

本次全英公开赛，回到梦开始的地方，石宇奇先后击败常山干太、昆拉武特和李梓嘉一众高手杀入决赛。尽管最终不敌师弟李诗沣，收获亚军，但令人欣喜的是，那个充满干劲的石宇奇回来了。他最新的世界排名已经来到了第十位，无限接近明年巴黎奥运会的羽毛球男单赛场。与此同时，长江后浪推前浪，年轻小将们的进步也激励着石宇奇更加积极努力向上。

昨天，羽毛球瑞士公开赛开打，国羽男单派出五名选手参赛。李诗沣、赵俊鹏、翁泓阳坐镇下半区，石宇奇、陆光祖负责上半区。如果从男单世界排名来看，国羽仍是“挑战者”。石宇奇排在最高的第十名，李诗沣、陆光祖、赵俊鹏紧随其后，排名分列第11至13位。期待他们能复制全英赛的辉煌，再次会师决赛包揽冠亚军。