



“权”力以赴 大展“弘”图

独家
专访

临近晚上7点,正在和母亲一同用餐的李弘权拿起了摆在一旁的手机。几分钟之后,数百条信息朝李弘权涌来,他打开了其中的一张图片,给到了坐在对面的母亲,后者瞬间掩面而泣,而这张图片的主角正是他的儿子,一旁的文字标注着:2023-2024赛季CBA常规赛最具进步球员。

本版撰稿 本报记者 薛思佳

去年没发挥好,备战从赛季结束开始

上赛季戛然而止的句号,是李弘权备战2023-2024赛季的起点。赛季结束后不久,李弘权便回到了加拿大,在和许久未见的家人团聚同时,篮球场成为了他出没最多的地方,“上赛季自己确实没有发挥好,就特别想证明自己。”用李弘权的话来说,自己在菜鸟赛季的感觉就像撞上了一堵墙,“整体没有达到自己的预期。从大学篮球到职业篮球,是一个完全不同的体验,也认识到了自己很多的不足。虽然说上场机会不多,但场下也一直在学习,特别是在防守方面,积累了很多经验。”

对自己表现上的不满,李弘权将其全部宣泄在了训练场上,一如回到少年时期的自己,每天重复着家与球馆两点一线的日子。在球队正式集中前两周,回到上海的李弘权又找到上海男篮体能训练师温泉,并跟随NBA训练师巴克诺一同进行了个人特训。

就像做梦一样,上限不仅于此

根据CBA官方的数据,在12名最具进步球员候选人中,李弘权以6.21的发挥评定值和进步数值排名第一,遥遥领先身后的其他球员,获奖称得上是实至名归,“感觉就像做梦一样,有点难以置信。”

在场均上场时间翻倍的情况下,李弘权本赛季的各项数据都有了大幅度的提升,同时还在多场比赛中创造了个人职业生涯的得分、篮板、助攻、盖帽等数据新高,“虽然说想证明自己的能力,但最重要的还是帮助球队去赢球。对我来说,得分、篮板、防守,只要能够给到球队帮助,我都愿意去做。至于数据方面,其实自己没有想太多,主要还是教练、队友都非常信任我,愿意给我机会。”根据统计,李弘权场均+4.1的正负值位列全队之首,足以可见他如今在球队中的战术价值和作用,“这个赛季的表现算是符合自己的预期,也算是对得起自己休赛期的努力,但确实没有想到最后能够拿奖。”

对于从小在父母陪伴下成长起来的李弘权而言,没有什么能比有家人在第一时间陪伴自己见证这一荣誉时刻更为幸福的事情,“从小我父母就一直陪

生活,不会亏欠每个努力向上的人。李弘权在训练场上日复一日的努力与汗水,以及对篮球的热爱与执着,为其赢得了教练组的信任。自季前赛开始,李弘权就成为了球队轮换阵容中的重要一环,而随着状态的日益提升,他也逐步坐稳了球队的首发位置。“特别感谢俱乐部的领导以及教练组对我的信任,让我能够有机会在场上发挥和展示自己的能力和。”李弘权说道,“在刘鹏指导接手之后,在各方面都对我帮助很多,希望我能够用自己的特点去帮助球队,替老大哥们和外援多分担一些。”

话音未落,懂得感恩的李弘权还特意感谢了支持自己和球队球迷,“我觉得再多的言语也无法去描述对他们的感谢。无论球队处于低谷还是连胜,他们都是无条件地在支持我们。在我们最艰难的时候,是球迷的鼓励和呐喊一直在支撑着我们前进,是我们最重要的动力来源。”

在我身边,特别是我走上篮球道路上之后,他们牺牲了很多。这个荣誉也算是回报他们这么多年对我的培养,也感觉之前付出的一切都很值得。”接受采访间隙,李弘权透露自己的手机正在不停地涌入新的信息,其中有很多来自从小一起长大的朋友、队友以及见证自己走上篮球道路的教练,“他们每个人都清楚我为此付出了多少,流了多少汗水。一路走来,他们都对我非常支持和信任,所以我也希望和能够和他们分享这种喜悦。”

激动之余,李弘权同样保持着清醒的头脑。尽管在本赛季常规赛交出了一份不错的答卷,但对于23岁的他而言,未来还有很长的一段路要走,他的发展上限也决不仅于此,“我觉得自己完全还可以做得更好。每场比赛,每堂训练课,甚至每次录像分析,都是我提高和进步的机会。”李弘权透露原NBA球员林书豪曾经和自己说过一句话,让他记忆犹新,“就是永远不要满足于眼前的一切,不要让自己待在舒适圈内。现在其他队伍对我可能还不了解,但未来可能会慢慢开始研究和针对我,这就需要我更快地去提升自己,为球队做出更多的贡献。”



第三阶段离不开止痛药

抛开数据层面,李弘权之所以深受球迷喜爱,很大程度上源于他在球场上拼命三郎的作风和态度,身体力行地诠释着“犟子”的含义,他积极努力的态度也在无形间感染着身边的每一个人。

在第三阶段与深圳队的卡位战中,李弘权在末节的一次突破过程中,右脚不慎踩到防守队员脚面,随即被替换下场。就在所有人都为其伤势感到担忧之时,接受完冷喷治疗的李弘权在球场边用力地跺了跺脚,随即向教练组示意自己可以登场,而这一幕也成为了李弘权本赛季最为真实的写照,“那场比赛对我们来说很重要,所以我主动和教练组要求上去。”李弘权脚踝处的刺痛,很快被球队赢球的喜悦所掩盖,“感觉很值得。如果让我再做一次选择,我还是会回到球场,去帮助球队拿下这场胜利。”

事实上,伤病在这个赛季一直困扰着李弘权,而带伤作战更是家常便饭。第一阶段后半段,李弘权便遭遇了流感的侵袭,并且始终有反复,最严重的一次高烧到40摄氏度,“当时检查出来是肺炎,但我自己还是很想打,不过心肺功能还是需要一些时间去恢复,导致有些比赛没有办法坚持。”

在第三阶段开始前一周,李弘权在训练中不慎受伤,经检查确诊为左脚脚趾脱臼,但他还是坚持参加了CBA全明星周末和第三阶段的比赛,“到厦门的第一天,我就在网上查一天最多能吃几粒止痛药。后来在星锐赛之前我吃了三颗,坚持打完了星锐赛和扣篮大赛。”李弘权笑称自己第三阶

段最离不开的可能就是止痛药,“因为第三阶段赛程很密集,而且对手都很强,自己又很想去帮助球队。其实最难受的是非比赛日,既有肌肉上的酸痛,左右脚的伤处又同时有刺痛的感觉,但这些对于一个职业篮球运动员来说都很正常,只要我在球场上,还是会全力以赴去对待每一个球和每一个回合。”

除了左脚脚趾和右脚脚踝受伤之外,李弘权的右手小拇指在与新疆队的比赛中不慎戳伤,一度无法弯曲。在客场与福建队的赛前踩场训练结束之后,疼痛难忍的李弘权前往了当地医院进行检查,好在只是韧带有些拉伤,而最终出现在球场上的他抢下了全队最高的13个篮板,同时还有16分入账,“其实不仅仅是我,这个赛季整支球队都非常不容易。大家经历了很多困难,一直在磨合阵容,克服伤病,最后能够打到常规赛第六名的成绩,离不开每个人的付出。”

值得一提的是,就在接受采访的同时,李弘权正在队医的协助下进行理疗,而这已经是贯穿他整个第三阶段的日常。在季后赛行将开始的情况下,李弘权需要和时间进行赛跑,争取以最好的状态迎接比赛。“无论对手是谁,只要我们准备好自己,在球场上全力以赴,我们不比全联盟的任何一支球队差。”李弘权说道,“我们这赛季战胜过强队,也输过弱队,关键还在自己。只要我们全身心投入比赛,发挥我们的团队精神,就能赢下任何对手。我也非常期待季后赛的到来,期待能够有精彩的表现。”

【上海男篮李弘权·「幼鲨军团」还会带来更多惊喜】



最大的梦想是披上国家队的战袍

和球队的轨迹有些相似,李弘权在常规赛三个阶段总体呈现出了一个向上的趋势,“我觉得球队在三个阶段是完全不同的三支球队。第一阶段我们的成绩不是很理想,第二阶段培根和布莱德索也是刚刚到队,彼此之间都在寻找默契,到了第三阶段才算是达到了我们真正的水平,有了很大的进步。”

在旁人眼中,李弘权在比赛中的气质以及自信是颇为让人喜欢的一点,而在这些的背后,是李弘权对自己的了

解,“我知道自己在训练中付出了多少努力和汗水,所以我对自已很有信心。哪怕前面投不进,我也相信下一次出手能够投进。”李弘权说道,“我觉得自信是很重要的,无论对手是谁,首先要相信自己,才有机会能够战胜别人。即使天赋、实力都不如别人,但也不能未战先怯。”

作为上海男篮“幼鲨军团”中的一分子,李弘权本赛季的异军突起,已然让他成为了年轻队员中的翘楚,而球迷们自然也希望能同龄人能够追上他的

脚步,成为上海男篮的中坚力量,“球队就像一个大家庭一样,特别是我们几个年轻队员都是非常好的兄弟。像前阵子戴昊表现很好,我们就特别开心,最近的刘梓鹏发挥也很出色。我们每天都在一起成长和进步,我非常喜欢这个氛围。”

在拿到常规赛最具进步球员的奖项之后,李弘权的下一个目标已然投向了更远的将来,“就像我之前说的,我自己最大的梦想,就是希望能穿上国家队的战袍,我会为此继续努力。”