



42年，上海女乒的青春答卷

11月19日，十五运会乒乓球女子团体铜牌赛中，由陈熠、马小惠、孙铭阳、杨屹韵、易爱川组成的上海女队，以大比分3比0战胜黑龙江队，收获季军。这是自1983年全运会夺金以来，上海女乒时隔42年再次站上女子团体的领奖台。而一切的背后，要从七年前的卧薪尝胆开始。

“热血笨蛋”和“身边榜样”

混采区的话筒，是一个情绪放大器，当话筒递到球员面前，总会把对方惹哭。从孙铭阳到杨屹韵再到陈熠，无一例外。

即便帮助上海女乒时隔42年再次站上全运会女团项目的领奖台，即便嘴上说着非常兴奋，但三位姑娘的脸上却看不到太多笑容。

12个小时之前，上海女乒一度看到了闯入决赛的机会。

彼时，陈熠在一场57分钟的鏖战中赢下奥运冠军陈梦，孙铭阳则在一场五局大战中险胜范思琦。手握2分的上海队第四场比赛同样占优，虽然双方前四局中有三局都打到12分才分出胜负，但决胜局的陈熠一度以9比7领先。

近在咫尺的机会，陈熠没能把握住，手握赛点的她被王晓彤连续得分完成逆转。待第五场杨屹韵碰上陈梦，上海女队最终在一场4小时的鏖战中败下阵来，无缘决赛。

输掉比赛的上海女队，直到夜里1点才陆续休息，面对第二天上午10点的铜牌争夺战，谁的心里也没底。

“昨晚结束后我很自责，很想为团队做更多贡献。其实，今天早上全队都很疲惫，气势也不算高涨，但上场后状态就完全不一样了。”走到文字混采区的陈熠，已经逐渐平复了情绪，“大家都不想留下遗憾，这是最后一场球，所以都拼尽全力。”

于是，与黑龙江队的铜牌战，陈熠搭档孙铭阳仅用时33分钟便3比0横扫对手拿下第一分。

“赛前还有点畏难情绪，但我看到她们第一场双打，感觉陈熠就像‘热血笨蛋’一样，昨天都那样了，今天赢一球还在那举手（庆祝）。”擦干泪水的杨屹韵突然笑出了声，在陈熠一句句“这段能播吗”的感叹中吐槽着老友，“我当时就想，不能放弃，怎么着必须要赢一分。”

而让陈熠印象最深的瞬间，是小组赛最后一场对阵福建队，连丢2分的陈熠状态不佳，孙铭阳给陈熠指了指还在场上努力拼搏的杨屹韵：“看，最好的榜样就在你身边。”

卧薪尝胆，从七年前开始

“竞技体育是残酷的，昨晚比赛结束后，我就跟队员们说，铜牌赛要享受舞台，享受全运会的比赛。”目睹队员们在混采区流下泪水，上海乒乓球女队主教练陈叶君说。

全运会女团历史上，有三支多次登顶冠军的球队，分别是北京、山东和上海。只是相比北京与山东，上海女队的光辉停留在1983年——曹燕华、



倪夏莲等人组成的上海女队，在第五届全运会夺得冠军。自此之后，被誉为乒乓球冠军摇篮的上海女队逐渐陷入青黄不接的境地，未再进入全运会前三之列。

上海女队本届全运会阵容从2021年开始组建，但这支上海女乒的成长，要从七年前说起。

2017年天津全运会，上海女队闯入决赛圈但未能小组出线，彼时队伍就已经有老化的趋势，第三单打还是由妈妈球员薛丝雨担任。

全运会结束后，队内一批老将选择了退役，面对更新换代问题的陈叶君有两种选择——上调适龄运动员补充阵容，或选择更年轻的一批球员从头培养。

最终，陈叶君和时任上海乒羽中心主任王励勤商量了一下，选择了后者。

“与其靠着年龄大一点的队员勉强支撑，不如干脆从最低谷从头再来。”四年前的陕西全运会，陈叶君告诉记者。

于是，从2018年开始，在国乒二队跟训的杨屹韵与刚刚进入国乒二队的陈熠，成了全国最年轻的省队主力阵容——彼时杨屹韵只有15岁，而陈熠比她还小一岁。

“从2018年全国锦标赛开始，这个周期可谓是一路输过来的。”虽然成绩不佳让陈叶君身上的压力巨大，但是他明白只有经历阵痛才有机会成长。

“这种壮士断腕的重建方式挺难的。”一位业内人士听到上海女队的变化后，不禁感慨。

越级挑战强者，虽然结果胜少负多，但当她们回到同等级别的比赛，就展现了不俗的实力——杨屹韵获2018年全国少年锦标赛女单第四名、陈熠获得2019国际乒联青少年公开赛U15女单冠军。

年轻、有朝气、有未来

这支队伍初露锋芒是在四年前的

陕西全运会。当时以陈熠、杨屹韵为主力班底的上海女乒，平均年龄不到18岁。她们在全运会资格赛第五轮以3比2险胜湖南，以小组第三名的成绩搭上了进军全运会的末班车。

就是这样一支青年军，给不少拥有奥运冠军的球队制造了麻烦，比如拥有陈梦的山东队和拥有王曼昱的黑龙江队。

小组赛首场对阵黑龙江队，杨屹韵和奥运冠军王曼昱鏖战了60分钟，最终2比3惜败。那场比赛的前四局，双方比分都在2分以内，直到最后一局杨屹韵才4比11输掉了比赛。

比赛第二天，王曼昱特意走向杨屹韵说了一句：“打得不错，挺能削啊。”

小组赛最后一轮对阵拥有陈梦且未尝败绩的山东队，已经无缘出线的上海女队和山东队大战五场，最终在决胜局以2分惜败给对手。

陕西全运会后，上海女队引进了孙铭阳，这套“00后”班底凑齐了一位大姐姐。

陈叶君告诉记者：“作为全队年龄最大的球员，孙铭阳虽然技术能力有所下降，但关键时刻顶得住，起着定军心的作用。杨屹韵基础场次表现很稳定，能让其他队员很放心。陈熠则是冲击力很强，三名队员各有特点。”

事实上，本次全运会之前，上海女队就已经在国内赛场有所斩获。

去年10月的全国锦标赛，由于陈梦、孙颖莎、王曼昱和刘诗雯等名将相继缺席，上海女队抓住了机会，斩获全锦赛女团亚军，杨屹韵更是凭借一手削球夺得女单亚军。

陈叶君表示：“杨屹韵的转折点是去年全锦赛，单打亚军让她自信心得到极大提升，而陈熠通过这些年国际赛场的历练，战胜过孙颖莎、王曼昱和陈梦这些奥运冠军，排名也进入了世界前十。”

“如何形容这支上海女队？”采访尾声，当记者将问题抛给陈叶君，他给出了三个词：年轻、有朝气、有未来！（澎湃新闻）



这群可爱到令人心疼的上海女孩

文/程超

当孙铭阳拿下最后一分，上海乒乓球女队以第三名的成绩登上全运会领奖台。在全运会这种国内最高水准的综合性运动会上，金牌固然耀眼，但这枚铜牌对陈熠、杨屹韵、孙铭阳、马小惠、易爱川组成的上海女团而言，却价值千金——这是上海女团时隔42年后，再度站上全运会的领奖台。在这份宏大的历史突破背后，我看到的是一个年轻个体战胜自我的动人过程。

这份突破的底色，是一场刻骨铭心的失利。半决赛对阵后来夺冠的山东女团，上海姑娘们从傍晚6点激战至深夜10点多，251分钟的鏖战里，每一分都拼至力竭，最终还是为年轻付出了代价。比赛结束后，她们神情凝重地快步走过混采区，没人愿意多言，空气里都浸着失落。

12个小时后，11月19日上午10点，姑娘们站上了三四名决赛的赛场。原本并排的九张球台，经连夜调整后只剩中央一张，空旷的场馆里，灯光悉数聚焦在1号球台两侧上海队身上。赛后她们坦言，踏上赛场时，前一晚的遗憾仍在心底泛起涟漪，但理智和信念都在提醒：不能停留在过去，这场必须拼尽全力。

“回到酒店开了个简短的总结会，就各自回房了。”三四名决赛后，孙铭阳这样描述那个难眠的夜晚。团体项目的奇妙之处或许就在这里，胜利时是共同欢呼的集体，失意时却需要留出空间各自疗愈。

上海队锁定铜牌时，陈熠在场边用双手捂住脸，泪水从指缝间涌出。那泪水里藏着太多情绪：半决赛的自责、咬牙坚持的委屈、梦想成真的喜

悦，像过山车般交织翻涌。混采区里，当她复盘半决赛的遗憾时，身旁的杨屹韵和孙铭阳悄悄低下了头。或许就是这一刻，所有失利的阴霾，都被铜牌的光芒驱散了。

作为队里的大姐姐，孙铭阳这一路走得格外不易。她曾无数次想过放弃，却终究咬着牙坚持到了领奖台。“我真的挺棒的！”面对记者的提问，她说出这句话，随即用力点了点头，语气里满是与自己和解的坚定。

22岁的杨屹韵，则带着少女的鲜活与可爱。刚走进混采区，她就和记者说：“说好一点，别哭啊！”四年前的陕西全运会，刚满18岁的她已是队里的老队员，彼时上海女队人才断层，让这个本该撒娇的年纪，不得不扛起责任。如今圆梦领奖台，她最惦记的是本届全运会的爆款周边喜洋洋、乐融融乒乓球挂件。当记者开玩笑说“用我的挂件换你的颁奖吉祥物”时，她立刻笑着摆手：“才不换呢，这个我要好好珍藏！”

把所有掌声都留给队员的，还有主教练陈叶君。接手处于低谷的上海女队后，他和团队一步步带领队伍走出困境。起初他并未出现在混采区，在上海媒体们集体邀请下他才从幕后来到聚光灯下。被问及用关键词形容这支队伍时，他毫不犹豫地说了：“年轻、有朝气、有未来。”

42年前，上海女队站上全运会女团领奖台时，陈叶君与如今的队员们都还未出生。在他们各自的成长道路上，追随老一代上海女队的荣耀，是使命更是传承。如今，她们用汗水与坚持交出了答卷，让跨越四十余年的荣耀在球台旁接力绽放。那些哭过的夜、拼过的分、流下的汗，都化作星光，照亮了下一段征程。