



# “昂”首告别 重新出发

## ——难忘五年时光,李昂:感恩共同经历

独家专访

1月20日上午,上海海港足球俱乐部官方宣布,球员李昂正式离队,加盟大连英博海发足球俱乐部。带着四座金灿灿的冠军奖杯,和一众队友、球迷的祝福,这名32岁的中卫告别了上海这座他和家人共同生活和奋斗了五年的城市。“我想对所有的海港球迷说一声‘感谢’,这五年来他们一直给予我鼓励和关爱,所以我想郑重的向他们说一声‘感谢’!”

本版撰稿 首席记者 刘闻超



## 不介意充当“后盾” 但始终怀有竞争心态

文/刘闻超

视点

89场比赛,四粒进球、五次助攻,外加三座中超联赛冠军奖杯和一座足协杯奖杯。带着这样一份斐然的成绩单,李昂向海港告别,正式翻开自己的职业生涯新篇章。

还记得2021赛季初的俱乐部动员会上,当时李昂与同期加盟的几名新援一同亮相,那天,他一路小跑着出现在大家面前,没有什么高谈阔论,有的只是一份不缺乏谦逊的雄心壮志:想和海港拿冠军。

来到海港前,李昂在江苏队拿到了职业生涯第一个冠军,这份经历让他有种完成职业生涯心态蜕变的感觉。加盟海港时,李昂28岁,他已经准备好将最成熟的自己献给这家俱乐部。

闭上眼睛回想一下那几个重要瞬间,李昂其实都是重要的参与者:2023赛季中超联赛倒数第二轮对阵山东泰山,李昂首发出场和队友一同守住了

1比1的平局,也守住了近在咫尺的冠军奖杯;2024赛季中超联赛最后一轮,李昂首发打满全场并同队友5比0战胜天津津门虎实现两连冠。那之后短短一个月不到的足协杯决赛上,他继续首发亮相打满全场,最终和队友们一起为海港拿下上海足坛首个双冠王荣耀……

我们多少有些默契地并没有围绕2024赛季主场对阵青岛西海岸的那次极限解围再多说什么,在海港官方的告别公告中用这样一句话诠释了这名球员的形象:“这种每球必争的态度,让他成为后防线上一道可靠的屏障。”那天赛后接受采访时,李昂说:“这是后卫的职责,只要球没有过门线,就要全力以赴。”记得他走下场后我问起那球时,他的第一反应是将功劳给了队友:“那一球主要是小颜厉害,先扑了一下才有了我后面的机会。”

缺少比赛的日子,李昂展现出了十足的职业素养。球队失利时,他在个人社交平台上鼓励球队和球迷不要放弃,而当球队实现三连冠后,他独自来到看台前向大家告别。正如李昂自己所说,他不介意充当“后盾”,但作为一名优秀的职业球员,始终心怀竞争的心态去不断挑战自己,才是更具价值、更闪光的一面。

大连英博完全是个合适的去处,俱乐部架构稳定、球迷文化热烈,更重要的是,球队所展现出的青春活力给人一种蒸蒸日上的感觉。在这种情况下,具备能力和冠军经验的李昂的加盟,可以为球队增添一份成熟的稳定,或许这些同样是李昂在做选择时的原因。

带着祝福和荣誉重新出发,下一次当李昂重新回到上汽浦东足球场,迎接他的一定是掌声。

## “告别很难,但我必须做出选择”

2025赛季中超联赛最后一轮,海港队在客场1比0战胜大连英博成功夺冠。两年前,同样是在这片场地,海港时隔五年重新站上最高领奖台。命运的剧情仿佛早已埋下过伏笔,李昂在梭鱼湾足球场向海港球迷告别,同时又换上一身大连英博的蓝色球衣成为这座球队的主队一员。

东方体育:其实在去年最后一轮比赛后,你就在社交媒体上发布了意为告别的文字。五年的时间不算短,告别是否也不容易?心情是怎样的?

李昂:确实是很不容易,很难跟他们(球迷)说再见,每次都会想到他们鼓励我的方式,想到他们与球队在一起的方式。这五年时间我在上海生活得非常开心,身在一家好的俱乐部,拥有积极良好的氛围、优秀的队友、球迷,以及所有工作人员,每个人都非常好,正因如此,告别会显得很难,但是我必须要做出选择。

东方体育:那天在大连,你很有心地在大部分到客队球迷看台前单独向球迷告别,这么做是出于什么想法?

李昂:因为我知道可能在后面的时间里我无法再像这样见到他们,无法向他们真正说声“再见”,所以就有了这次单独谢场,主要还是想对他们说一声感谢,我也不想大张旗鼓,只想安静地跟他们道别。

东方体育:哪怕直到现在,很多人说到李昂,最津津乐道的还是会围绕那一次极限解围(2024赛季海港主场2比1青岛西海岸),大家认为这代表着你的一种态度和一种精神。同样的,这也会成为大家心中不变的记忆,



## “这个年龄,比赛对我非常重要”

2021赛季加盟海港后,李昂很快成为球队后防线上的中坚力量。三后卫、四后卫、防守、出球、角球破门、极限解围……五年时光匆匆而过,唯独那些精彩瞬间总是令人难忘。当然,在这样的过程中并非总是一帆风顺,尤其是当出场时间减少时,特别容易考验一名球员的心态。对此,李昂做出了几乎是一名优秀职业球员所能做出的全部表率。

东方体育:这五年里,你最难忘的瞬间会是什么?

李昂:最难忘的还是2023赛季我们同山东泰山的比赛,我们在主场拿下了那一年的联赛冠军。

东方体育:过去的这个赛季中,你的整体出场时间不算多,我记得你依然会在社交媒体上不断去鼓励球队、鼓励球迷,给大家信心。可话又说回来,作为一名职业球员,要面对并且克服比赛时间不多的情况也不容易,你是如何调整自己的?

李昂:其实有时候我也会告诉自己,我们球队有很多优秀的球员以及逐渐涌现出来的年轻队员,我也曾想过努力做好后盾,即使不比赛,我也是这支球队的一员,也能在其他方面做一些力所能及的事情。但是真正到了比赛时,内心又很想上场,所以最后我还是选择出去,看看是不是还可以多

踢一些比赛。

东方体育:你到目前为止的职业生涯,只在江苏和上海两个地方度过,你觉得这两段职业生涯分别代表了哪两种不同的阶段或者心态?

李昂:在江苏队的时候更多是属于年轻人的冲劲更多一点吧,到了最后几年随着球队的不断成长以及俱乐部投入规模的不断扩大,自然而然就对冠军开始有了期待。当时同样有许多优秀的队友,身处这样一家优秀的俱乐部,感觉那个时候的江苏队凝聚力更强一些。到了海港后,感觉自己慢慢地成熟了一些,但同时压力也会更大一些,因为海港一直以来的目标都是冲击冠军,所以这又让我看到了一些不一样的东西,包括俱乐部的运作模式,以及教练团队的不断变化,整体要求都是非常高标准的。当然,不变的一点是这里同样有着许多出色的队员和团队氛围,整个工作团队在一起,大家合作得也非常愉快。

东方体育:1993年出生的你在这个节点上,你认为正处于职业生涯什么样的阶段?对未来的规划是什么样的呢?

李昂:正因为是到了这个年龄节点,我认为比赛对我来说是非常重要的。我也很感谢俱乐部希望我留下,但是出于我个人想多踢一些比赛、通过多比赛保持一个良好身体状态的想

对你来说,会如何看待大家对你的这种肯定?

李昂:我非常感谢大家对我的支持与肯定,能在海港这样的冠军俱乐部得到这样的认可,对我个人来说是最高荣誉,这也是我的荣幸。

东方体育:你会如何总结自己的海港生涯?你觉得五年间经历的一切达到你加盟球队时的预期和目标了吗?

李昂:我个人认为我在海港的五年里是成功的。我和这个优秀的团队一起拿到了四个冠军(三个联赛冠军、一个足协杯冠军),绝对不是件很容易的事情。我也很荣幸、很幸运可以和这么多优秀的人在一起,从大家身上学习到了很多东西。同样的,这些年对球队来说我认为也是成功的,吸引了大批优秀的球员都想要来到海港踢球,俱乐部也为中国足球带来了正向的例子,只要持续稳定地投入和发展,就可以取得这样出色的成绩。不仅如此,场内外一直保持低调谦逊的态度、拥有健康的运营模式和球迷氛围,这一切真的很棒。

法做出了这样的选择。未来还是希望再多踢几年,同时有机会的话我还是希望能回到江苏退役。至于将来具体做什么,目前还没有什么想法。

东方体育:告别的一刻,你说自己永远是海港球迷,有没有什么想对支持你的球迷说的?

李昂:我想对他们说一声“感谢”。感谢他们这五年来对我不变的鼓励和关爱,我也看到他们通过自己的努力让球迷团体不断壮大,不管球队在什么位置、在什么状态,他们表达更多的永远是鼓励,所以我想郑重地跟他们说一声“感谢!”

