



总冠军的“滋味”，上海男篮很想了解

——卢伟百场里程碑“导演”超级逆转，时隔24年上海男篮重返总决赛舞台

当终场哨声刺破五棵松体育馆的一刻，一场属于上海球迷24年的等待终于画上句号。在最多落后20分的情况下，上海久事男篮在客场完成了一场不可思议的逆转，以99比85击败北京男篮，从而以3比1的大比分淘汰北京男篮，时隔24年重返CBA总决赛的舞台！

上海男篮在总决赛的对手，将是上届冠军浙江广厦，后者在另一组半决赛中同样以3比1的大比分淘汰深圳男篮。总决赛赛制为七局四胜制（2-2-1-1-1），常规赛排名第一的上海男篮拥有主场优势，首场比赛将在明晚正式打响。



本版撰稿 特派记者 薛思佳 发自北京

“死亡五小”挽狂澜 卢伟坦言“差点落泪”

场打第五场的准备。”

对于大比分2比1领先的上海男篮而言，这场比赛并非没有退路，但大鲨鱼的将士们在下半场拿出了破釜沉舟的态度，也终于等来了一场及时的“三分雨”——整个第三节，上海男篮单节轰进七个三分，打出39比11的比分，他们只用了10分的时间，就让自己从半场落后16分的泥潭中爬出，带着12分的领先优势进入末节较量，而胜利的天平也就此彻底倒向了大鲨鱼，直至比赛结束。

鲜有人知道卢伟在中场更衣室施展了怎样的魔法，面对北京队的双塔，他剑走偏锋地选择了采用“死亡五小”的阵容，最终收获了出其不意的效果。赛后面对记者关于中场调整的追问，卢伟选择了三缄其口，但从队员们的口中大致可以描绘出当时的内容与景象，“当时教练组就是让我们放开投，放开打。其实到了这个时候，已经不是技战术方面的问题了，更多比拼的是心态，是求胜欲。”

在大部分球迷眼中，无论面对输赢，卢伟都是队里最为波澜不惊的人，但在经历了这场足以载入CBA史册的逆转后，卢伟也难掩内心激动的情

绪，“有点想哭，但忍住了。确实是很激动，我为我的队员们感到骄傲。”卢伟表示15年的运动员生涯，教会了自己在关键时刻如何保持冷静，“我自己心理承受能力还是比较强的，包括我在上海打球的时候，大家都喊我‘卢爹’，对我这种冷静的心理比较了解，包括上赛季季后赛哈维绝杀，也有人问我为我什么这么淡定，都是球员时期积累下来的。”

值得一提的是，这场半决赛舞台上超级逆转，是卢伟执掌上海男篮教鞭的第100场比赛。自上赛季临危受命担任球队主帅至今，卢伟麾下的上海男篮在联赛期间取得了71胜16负的战绩，CBA俱乐部杯赛则13战全胜，胜率高达84%，并且获得了两次CBA俱乐部杯冠军、一次常规赛冠军、一次常规赛16连胜和一次26连胜，同时也兑现了他去年作为解说嘉宾时立下的誓言，上海男篮一定会取得比上赛季更好的成绩，“当时我是说要冲击前四，可能外界会觉得我说大话什么的，但我们做到了，并且还进了总决赛，超额完成了目标。未来我们可能去创造一些东西。希望大家可以享受总决赛，放开去打。”

CBA 总决赛赛程

- G1:5月26日(周二) 主场
- G2:5月28日(周四) 主场
- G3:5月31日(周日) 客场
- G4:6月2日(周二) 客场
- G5:6月5日(周五) 主场(如需)
- G6:6月8日(周一) 客场(如需)
- G7:6月11日(周四) 主场(如需)



本版摄影 王意奎

教练组“话疗”奏效，李弘权解开心结

相较于刘铮，队内的另一位老将王哲林则即将迎来个人的第一次总决赛之旅，“逆转的关键还是在于我们没有放弃，那时候就是比拼防守更强硬，谁进攻更坚决，我们也一直相信自己可以把比赛打回来，也的确做到了。”自2021年夏天转投上海至今，这已经是王哲林为球队效力的第五个赛季，为了适配球队的打法，他减重转型，只为能够更好地帮助球队，如今终于有机会朝着加盟球队最初的目标迈进，“很开心能够进入总

决赛，当然我觉得我们要准备得更好，毕竟总决赛可能会更加困难，挑战会更大。对于我自己而言，也是非常期待总决赛的到来。”

不同于沉浸在晋级喜悦中的王哲林，李弘权似乎还没有从比赛中的情绪完全走出。对于他而言，这是一场值得铭记的比赛，甚至有可能是一个完成蛻

变的夜晚。过去三场比赛，不少球迷将上海男篮外线失准的主因归结于李弘权和李添荣的身上，但在这个夜晚，两人合计命中四个三分，其中李弘权第三节单节命中三个三分，独砍13分，帮助球队打出了酣畅淋漓的单节进攻表现，+30的正负值领跑全场，“比赛就像生活一样，有顺利的时候，也会有不

顺的时候。我还是相信自己平时的训练，同时感谢教练组和队友给予我的信任和鼓励。”当第三节命中首个三分的一刻，李弘权憋在心底的那股怒火得到了彻底释放，如同打通了自己的任督二脉一般，“最近和教练组确实聊了很多，无论是做得好或者做得不好的地方，还是让我放平心态，打好自己的球。无论

投不投得进，都得坚决投，这才是我们上海男篮。”

李弘权的出色发挥，最高兴的莫过于上海男篮教练组，“李弘权基本上把自己的心结打开了。胜利固然开心，但让我更高兴的是像李弘权这样的表现。”卢伟说道，“他们确实一直在成长，我感觉他在这场比赛可以得到发挥，所以我一直用到了最后。”

鲜为人知的是，在与北京队的第二场比赛中，洛夫顿在一次防守回合被对方球员陈盛俊的头部撞到了嘴巴内部开了一道口子，赛后第一时间进行了缝针处理，后续两场比赛都是带伤出战，而同样的情况也发生在其余三位外援古德温、怀特塞德和弗格的身上，三人均在常规赛尾声阶段遭遇了不同程度的伤病，但都选择了吃

止痛片坚持出战，其中古德温和怀特塞德在整个半决赛的发挥都至关重要，“我们的表现配得上晋级，但我们的目标还没有完成，在抵达终点之前，我们仍需要做好足够的准备去迎接挑战。”对于古德温而言，除了享受晋级总决赛的喜悦，他也报了上赛季半决赛被北京队淘汰的一箭之仇，“感谢每个人的付出，当然我们还可以做得更好，但最重要的是，我们晋级了总决赛，后续的比赛我相信大家都会全力以赴。”

与常规赛相比，季后赛的魅力之处在于双方教练组在知己知彼的情况下，如何做到见招拆招以及反制对手。而越到后面的比赛，谁能从板凳席上挖掘出“奇兵”，或许就能左右季后赛的胜负天平，上海男篮的袁堂文便是球队客场两胜北京期间的那个“奇兵”。继上一场比赛命中制胜罚球之后，袁堂文表现为自己赢得了更多的出场时间，并且帮助球队拿下了赛点局，“虽然之前比赛打得少，但一直都做好了准备，不能在球队需要我的时候掉链子。”事实上，常规赛尾声阶段，袁堂文在一次训练中不慎扭伤了自己的脚踝，一直都处于带伤作战的情况，“到了这个节骨眼上，小伤病肯定要顶住，只要能够为球队做出贡献，帮助球队赢球，一切都是值得的。”

临场破局的卢伟、永不停歇的张镇麟、宝刀未老的刘铮、兢兢业业的王哲林、打破心魔的李弘权、找回自我的洛夫顿、完成复仇的古德温、带伤出战的怀特塞德、临危受命的袁堂文，还有一直准备着的李添荣、倪李永炜、弗格和闫鹏飞……当一个个物像像拼凑在一起，一个围绕着牺牲、信任和团结的集体鲜活地展示在了每个人的面前，是他们一同让上海男篮球迷对于总冠军的期许不再是奢望，是他们一同让我们有理由相信，有机会看看最高处的风景。



张镇麟拿出 MVP 级表现，没人比他更懂总决赛

待卢伟接受采访结束之后，上海男篮更衣室的球员已经所剩无几，他拉住一旁的张镇麟送上了一个大大的拥抱，用力地拍了几下后者的后背，似乎一切尽在不言中。

与北京男篮的半决赛，张镇麟毫无疑问问成了京沪大战的 MVP。四场比赛，他场均出战365分钟，交出了125分、45个篮板、25次助攻和18次抢断的全面表现，各项数据和命中率都较常规赛有了一定的提升，而且在客场两胜北京男篮的比赛中，张镇麟合计只休息了不足3分钟的时间，足以可见他的重要性，“系列赛就是这样，更何况是面对北京队这样的传统强队，对手有很多经验丰富、只不过这一次这口气给我们喘过来了，我觉得这场胜利对于这个团队而言，是一个非

常大的鼓舞。”事实上，在赛季之初，并没有多少人看好张镇麟加盟上海男篮的这笔交易，但随着赛季的深入，开始有更多的声音认同张镇麟的发挥，认为这是本赛季最有价值的一笔交易，甚至认为上海男篮倘若没有张镇麟，有可能拿不到目前所取得的成绩，“我觉得我们能走到今天，依靠的就是彼此之间的信任。就像之前李弘权和李添荣可能手感不好，但我们还是相信他们，在他们出空位的时候，还是会把球传给他们，因为他们是我们队里最好的投手。我们就是相信彼此，把自己的后背交给彼此。我知道背后会有队友给我补防，我知道投不进的时候队友会抢到篮板，这是我们走到今天的关键。”

自2020年进入联盟，张镇麟之前一共帮助辽宁男篮进入过四次总决赛，其中三次捧起了最后的总冠军军

杯，实现了三连冠的伟业，并且成为了CBA历史上首位在总决赛中拿到“三双”的本土球员，如今他将代表上海男篮迎来个人的第五次总决赛之旅，“刘铮给我的经验和神情中，丝毫感受不到半决赛紧张的氛围，‘其实我心态一直都很平稳，只是之前一直没有投进，这场把‘该死’的三分都投进了。”

自2020年夏天加盟上海男篮至今，这已经是刘铮为球队效力的第六个赛季，而他上一次踏上总决赛的舞台，已经要追溯到2017-2018赛季，彼时他帮助浙江广厦闯入总决赛，但最终以0比4不敌辽宁男篮，而后者则捧起了队史首座总冠军奖杯。一晃八年时间，刘铮CBA职业生涯第二次闯入总决赛，而站在他对面的，正是老东家，“我觉得还是一步步来，我们还需要很强的队伍，进入总决赛，肯定都是很强的队伍，不能把比赛想得过于简单。”

们应有的水准，作为常规赛第一，我们需要有这样的自信把比赛打回来，很开心我们重新找回了自己，包括李弘权、李添荣也在慢慢地回来。”在刘铮轻松的言语和神情中，丝毫感受不到半决赛紧张的氛围，“其实我心态一直都很平稳，只是之前一直没有投进，这场把‘该死’的三分都投进了。”

自2020年夏天加盟上海男篮至今，这已经是刘铮为球队效力的第六个赛季，而他上一次踏上总决赛的舞台，已经要追溯到2017-2018赛季，彼时他帮助浙江广厦闯入总决赛，但最终以0比4不敌辽宁男篮，而后者则捧起了队史首座总冠军奖杯。一晃八年时间，刘铮CBA职业生涯第二次闯入总决赛，而站在他对面的，正是老东家，“我觉得还是一步步来，我们还需要很强的队伍，进入总决赛，肯定都是很强的队伍，不能把比赛想得过于简单。”



第一场明晚打响，门票五分钟售罄

随着上海男篮时隔24年重返CBA总决赛舞台，延续了过去十个赛季常规赛冠军必进总决赛的历史定律，而其中有七次是常规赛冠军最终捧起了总冠军奖杯。

在CBA总决赛舞台等待着上海男篮的，是上届冠军浙江广厦。面对本赛季常规赛的最大黑马——深圳男篮，浙江广厦同样以3比1的大比分淘汰对手，拿到了另一张总决赛的入场券。

本赛季，上海男篮与浙江广厦共有过两次交手，双方各取一胜，而在季后赛历史上，两支球队的仅有过一次交手，是在2021-2022赛季CBA季后赛半决赛，当时上海男篮以0比3遭遇对手横扫。

总决赛赛制将采用七局

四胜制（2-2-1-1-1），常规赛排名第一的上海男篮拥有多个主场优势，双方的首场比赛将于明晚在上海体育馆进行。据了解，前两场上海男篮的主场比赛球票一经发售，在不足5分钟的时间内便全部售罄，可以预见的是，历时的上海体育馆将再次出现座无虚席的场景。

对于上海男篮而言，体能将是球队的一大优势所在，毕竟大鲨鱼是主场作战，且比浙江广厦多休息了一天的时间。不过身为上届冠军，浙江广厦的核心班底已经历过多次总决赛的历练，并且在上赛季终于圆梦成功，胡金秋、孙铭徽、朱俊龙等球员的总决赛经验将会是优势所在。与此同时，浙江广厦的头号外援、上赛季总决赛最有价值球员小巴里·布朗在对阵上海男篮的近三场比赛中，场均可以贡献

41.7分、3个篮板和37次助攻的数据，如何限制他的发挥，将左右总决赛的走向。

24年前的荣光，早已成为泛黄的记忆，如今队里也只剩下总教练李秋平指导和领队唐海指导经历过那段光辉岁月，彼时的卢伟尚未踏入职业赛场，李弘权、李添荣还在牙牙学语，倪李永炜、马典成，包括外援洛夫顿甚至尚未出生。

二十四载，两个轮回，有的球迷从年少到而立，有的球迷从青丝到白发，有的球迷更多是听父辈讲述着曾经的辉煌，伴随着球队一同熬过漫长的沉寂，熬过无数失利的夜晚，如今终于有机会去亲历总决赛的舞台，与球队一同追逐美好的梦想。

喧嚣过后，归于沉寂。上海男篮的征程尚未结束，这个如梦似幻的赛季结尾究竟会如何书写，静待落笔时分。