

Fan Z.D.

追随樊振东 因热爱而改变



樊振东效力德国萨尔布吕肯俱乐部的一年时间里，助力球队斩获德国杯、欧冠、德甲三座冠军奖杯。赛场喧嚣落幕，多数人的生活回归平淡日常，但在不少球迷的世界里，一场因热爱而起的改变，悄然扎根于日常，如同每个人生活里的“小气候”，温柔重塑着生活的模样。

本版撰稿 本报记者 程超



龙芸
吴建

跨越德国内陆 生活围着赛程转

她们的故事，从来不是个例，只是万千乒乓球球迷的生动缩影。无数普通人的热爱，从来都藏在柴米油盐的日常里，藏在细碎平凡的生活里。对普通人而言，追随一个赛场、坚守一份热爱，从来不是不务正业，而是平淡生活里的一束光。偶像在赛场全力以赴、坚守初心，普通人在生活里向阳而行、慢慢变好。一份纯粹的热爱，让枯燥的日常有了期待，让普通的生活有了温度，让平凡的普通人，在琐碎岁月里拥有了专属的热爱与丰盛。

“70后”球迷龙芸在德国二十余年，与樊振东的缘分，始于2017年世乒赛的现场。彼时19岁的樊振东，球风凌厉沉稳、实力扎实过硬，在赛场上气场全开，龙芸回忆道：“那时候看他打球，气场和能力，真的让人一眼惊艳。”

2024年12月，樊振东宣布退出世界排名的消息震动乒坛，牵动了无数球迷的心。感慨之余，龙芸在相关内容下默默留言，期许樊振东能够前来德国联赛打球。这份朴素的心愿，本是她心底的美好憧憬，未承想终得圆满。2025年6月1日，樊振东确定加盟德国萨尔布吕肯俱乐部的消息传来，让龙芸满心雀跃。

更让她觉得奇妙的是层层巧合。此前，萨尔布吕肯俱乐部官宣签约雨果时，众多球迷热议全新阵容，而龙芸唯一的期盼，是希望自己居住的杜塞尔多夫俱乐部能签下樊振东，方便自己就近观赛。两份心愿接连达成，让

她真切相信，念念不忘，必有回响。

整个赛季，龙芸全程追随。萨尔布吕肯俱乐部主场位于德国西南部小城，距离她居住的杜塞尔多夫有三个半小时车程。为了不错过每一场对决，她常与丈夫自驾往返，赛后就地留宿小城，次日返程。久而久之，她的生活节奏彻底被赛程重塑，“赛程一般会提前一个月公布，我们规划出游、休假，都会主动避开比赛日，优先留出看球的时间。”

持续的奔赴，让龙芸的身份悄然蜕变，她不再只是樊振东的个人球迷，更成为萨尔布吕肯俱乐部的忠实支持者。为了近距离感受赛事氛围、服务各地同好，她主动报名成为赛事志愿者。凭借二十年德国生活积淀，她能熟练切换中、英、德三种语言，成为志愿岗位上的一大优势。

志愿者的身份，也让她看见热爱的多元模样。曾有两位球迷专程从西班牙巴塞罗那奔赴赛场，身着球迷服，

激动地向她求助领取赛事物料。那一刻，龙芸心生感慨：“散落世界各地的球迷，就像漫天繁星，每一颗都在默默发光，细碎却温暖。”

在长久的追随中，樊振东也成为龙芸德国亲友圈的热门话题。她的丈夫是德国人，最初只是受她影响被动看球，久而久之，也成了忠实球迷。龙芸笑着分享起这位“中国女婿”的变化：“我老公现在特别骄傲，经常跟身边的朋友推荐樊振东，发朋友圈夸赞。”

历经无数场赛事，龙芸早已褪去了唯胜负论的单一判断。对她而言，能亲眼看见樊振东站上赛场，全力以赴每一场对决，就是最大的欢喜与期待。“赛场之上，输赢本是常态，他每一次上场，都拼尽了全力，这就足够了。”龙芸告诉记者，樊振东在德国打球的日子，不仅让她的生活有了期待和坐标，更让一个身在异乡的中国球迷，找到了归属感与温情。



龙芸(右一)帮助观众入场



吴建身着樊振东联名T恤

从零开始学德语 樊振东成家庭共同话题

相较于龙芸的就近奔赴，上海“80后”球迷吴建，隔着六小时时差，以深夜坚守、屏幕相伴的方式，维系着与偶像的联结，是国内万千远程观赛球迷的真实写照。吴建从事外企市场营销行业，自幼因父母爱看乒乓球赛事，对这项运动耳濡目染。而真正让她彻底深陷热爱的，是巴黎奥运会上樊振东永不言弃的赛场姿态与突破自我的拼搏模样。

当樊振东官宣加盟德国萨尔布吕肯俱乐部，此时的吴建做出了一个坚定的决定：从零开始学习德语。此前她曾计划学习西班牙语、法语等实用性更强的语种，而偶像的远赴海外，让她萌生了纯粹的念头，想要以语言为桥，贴近偶像的赛场，读懂不一样的世界。截至采访时，她已连续370天每日打卡学德语。

“我一直坚信，人生没有白走的路，也没有白做的事。”这是吴建最近最深的感悟，“很多当下看似无用的坚持，或许短期内看不到回报，但日积月累，终会在某个不经意的瞬间，给你带来意想不到的收获与改变。”

比自我成长更意外的，是发生在家庭里的温柔蜕变。德国赛事多在当地时间晚间进行，相对于北京时间，往往是深夜甚至凌晨，熬夜观赛成为国内球迷的常态。吴建72岁的母亲，从前最常叮嘱、反复唠叨的，就是让她少熬夜、好好作息。可这个赛季，母女二人的状态彻底反转。

“最开始，我妈会悄悄拿我爸的手机看直播，还特意瞒着我。”吴建笑着回忆。后来她才发现，母亲几乎一场不落追完了所有赛事，不少关键场次，要熬到凌晨三四点才结束。从前一遍遍劝她早睡的人，如今自己甘愿为热爱彻夜守候。

曾有一次赛事直播信号卡顿，吴建不堪疲惫先行休息，第二天一早醒来，母亲告诉她：“我全程看完了。”那一刻，轮到吴建满心担忧，反过来叮嘱母亲注意休息、少熬夜。时差带来的熬夜难题，悄然变成了母女之间心照不宣的小秘密。从前母亲始终无法理解，为何女儿愿意为一场遥远的比赛牺牲睡眠、耗费精力；如今亲身经历过后，她终于读懂了那份不愿错过的执

念与热爱。也正因这场共同的追逐，母女之间多了专属话题，餐桌之上聊赛程、闲暇之时聊赛场、睡前讨论比分，原本平淡的家庭日常，多了满满的烟火气与温情，一家人的相处也愈发亲近融洽。

追随赛事的这一年，吴建的人生状态也迎来了全新的改变。她告别了节奏紧凑、压力超负荷的工作，放缓脚步，尝试全新的生活方式，心态也褪去了往日的浮躁，愈发平和从容。“退一步海阔天空”，是她如今最真切的生活感悟，而这份心态的蜕变，或多或少离不开樊振东赛场拼搏精神的潜移默化。

吴建曾在社交平台写下自己的蜕变与感悟，意外收到了无数陌生人的私信。有人告诉她：“从前我的榜样是樊振东，如今你也成了我的榜样。”吴建感慨道：“我们总会在别人身上，看到自己向往，却不敢践行的模样。无论那个人是近在咫尺的邻里，还是素未谋面、遥不可及的陌生人，只要他能带给你正向的力量，推动你主动变好、勇敢改变，这就是公众人物存在的最大意义。”

龙芸跨越德国两地奔赴赛场，在热爱中收获归属感；吴建跨时差坚守陪伴，在坚持中完成自我与家庭的双向成长。两位身处不同城市、不同年龄段的球迷，因同一个人奔赴热爱，在平凡日常里收获了专属的温暖与蜕变。



球迷在德甲现场支持樊振东