

101 场

36 球

百炼成钢

武与伦比

对话·武磊

“那些点滴我都还记得”

2010年2月14日，在东京举办的东亚杯上，19岁的武磊替补出场完成国家队首秀，当时被他替换下场的，是多年以后的海港队友于海，那一年的他也才23岁。2010年时的上海东亚尚在中甲联赛征战，一年前，这支球队刚刚在济南夺得全运会男足金牌，而说到中甲谁最能进球，则都绕不开武磊的名字，基于此，他在如此年轻时上演国足首秀也就不足为奇了。

2013年7月在首尔，武磊的国足首秀终于到来，在面对澳大利亚队的比赛中，武磊中场附近停球、启动、奔袭，突入禁区后右脚推射入网。进球后的他，做出了爱心的庆祝手势，一如他在上届世预赛以队长身份梅开二度攻破新加坡队大门后一样，只是两球之间，已然跨度13年。

2023年10月，大连梭鱼湾足球场，当好友吴曦被替换下场，武磊第一次接过了国足队长袖标，并且在对阵越南队的比赛中打入一球。说到越南队，卡塔尔世界杯预选赛时，武磊也曾在国足

“主场”对阵越南队的比赛中完成梅开二度，那是国足在当届10强赛中唯一的胜利。

武磊在国足生涯的第35和第36球都在同一场比赛中完成。2024年3月的世预赛36强赛比赛中，中国队主场4比1战胜新加坡队，武磊完成梅开二度，事后来看，这两球也对国足最终晋级12强赛起到关键作用。那天赛后，武磊对记者说：“比赛临近结束，我相信自己会更具威胁，能够带给球队帮助。”当场比赛的第二球，是武磊在中场得球后一路推进至禁区后抽射打入，彼时球队的体能已进入瓶颈期，恰恰是这颗进球帮助球队在稍显被动时将比分扩大到3比1，彻底锁定胜局。

“时间过得很快，但对于国家队生涯，其实第一次出场、第一粒进球，包括每一粒进球，我都是记忆犹新的，很多场景仿佛就在眼前。”武磊说。

“没有人想带着伤比赛”

卡塔尔世界杯预选赛从40强赛突围后，武磊同记者聊起了自己近些年的心路历程，其中有一段对话让人印象深刻。那是发生在其留洋期间的故事，武磊说：“出去之后我就很深刻明白，为什么前几年我们就是踢不过日本队、韩国队，为什么大家都是亚洲球队，但我们就是很难赢人家。当我自己出去感受过之后，答案就一目了然了，在欧洲这种高水平、快节奏的比赛中锻炼，再回来踢亚洲层面的比赛，心态会完全不同。”不仅仅如此，在对待伤病和竞争的感悟上，武磊也有了新的体会：“谁都不愿意带着伤病踢球，哪怕只是一些轻微的小毛病，但这就是现实，没有办法，欧洲的竞争就是这么激烈，在你身后有源源不断的年轻人在等着，这一点与国内是截然不同的。”

或许因为这一点，令武磊的膝盖情况承受着负荷，事实上早在西班牙人时期，他就曾围绕膝盖伤势进行过注射治疗。而这一切随着时间推移、比赛持续以及年龄增长，都形成了消耗，直至2024赛季结束后，武磊不得不对膝盖进行“大修”，甚至在首次复出后因为效果不够理想，他还在去年6月前往欧洲完成了第二次手术：“医生给了我方案，我当然开心，剩下的就是完成治疗、投入康复，哪怕再枯燥和漫长也没关系。”原本按照计划，在首次手术复出后，武磊或有望赶上去年年中的国家队比赛，可惜结果并不如愿。

从职业球员的角度来看，伤病总是不可避免，站在武磊的角度，要兼顾俱乐部和国家队的比赛，他唯有努力坚持，再者就是他的“习惯”。外界的一些舆论，难免有源于对足球这项运动本身理解不同所致，但武磊向来的性格特点就是“不声不响”。“许多过程和经历，只有自己清楚，可能外界会觉得我一路比较顺，但所有的困难到最后最重要的还是需要自己去克服。”这段话，曾是武磊刚刚和队友打上中超后的感受，如今看来也适用于他的每一个阶段。不同的是，近几年他的伤病让人“看见”了他的不易。

“把留洋经验传递下去”

2010年，武磊上演国家队首秀的时候，前几天才刚刚完成国足生涯首次亮相的李昊、毛伟杰才分别6岁和5岁。身在如今的国足，武磊34岁的年纪尽管算不上绝对意义上的“老”，但绝对是经验和资历最丰富的球员之一。邵佳一将武磊召至队中，也有通过这名球员做出榜样作用的想法。

“现在的年轻球员相比我们那个时候要更开放一些，尤其在个人表达上。可能我不太会说太多，更多还是通过行动去帮助年轻球员。”武磊说。前几年在海港被问到类似的问题时，时任队长奥斯卡也曾给出过同样的表达。无论球场上还是球台下，武磊都不是那种肢体语言特别外露的球员，这一点也促使他从来不会将个人成就置于首位。卡塔尔世界杯预选赛40强赛最后四战，武磊连续制造进球帮助球队挺进最后阶段比赛，得益于留洋的帮助，他在比赛中体现出不同程度的

节奏和强度。不过，在球队晋级后武磊说：“每一个来到国家队的球员，都是国内最好的球员。没有完美的个人，只有完美的团队。”

去年海港夺冠后，武磊拉着副队长和李新翔这些年轻小将对着镜头说：“这是他们的第一个冠军，相信我，他们以后还会拿更多冠军，肯定的！”现在来到邵佳一执教的国足，眼看着身边一群从U23国足进入国家队的年轻人，武磊不免也会想到自己：“当时肯定也会有一些紧张、也会兴奋，我自己也是从年轻球员过来的，很多情绪或多或少都会有，我会通过自己的行为，包括生活方面能给他们带来一些帮助。”

当年在西班牙留洋时武磊曾说，自己除了竞技层面的追求外，特别想看一看欧洲的俱乐部是如何运营的、欧洲的球员又是如何面对日常训练和比赛的。“将来我希望把这些所见所闻带回国内，去帮助到同样有想法走出去的年轻球员。”武磊说。现在，他已然已经开始这么做了。

“我还能踢，会义无反顾”

昨晚对阵泰国队赛前，中国足协在金华体育中心率先为武磊举办了其个人出战百场的纪念仪式。中国足协主席宋凯为武磊颁发了百场纪念球衣，以感谢其多年来为国家队的付出。在武磊身旁，是他的妻子和孩子们，多年来也正是家人的陪伴和支持，帮助武磊度过了多个极具挑战性的阶段。“很感谢他们一直在身边陪伴和鼓励我，家人是最重要的。”武磊说。当年在留洋期间，武磊和妻子曾双双遭遇过包括足球、疫情、日常生活点滴在内的诸多挑战，武磊说，若非彼此的扶持，很难想象真的可以一同走过那些时光。

相应的，足协此举得到多方点赞，真正重要的是，它凸显了中国足球重视正向足球文化培育的思路。而在对阵新加坡队赛前，国足主帅邵佳一曾表示，希望未来武磊“持续为球队制造惊喜”。种种迹象表明，只要武磊保持状态，这场纪念并不会如个别人猜测的那样成为其国足生涯的终点。

“伤病层面的情况，其实我已经习惯了，通过日常的治

疗和康复，让自己与伤病形成共存，然后为比赛服务。”完成第二次手术后，武磊这样对记者说道。海港队主教练穆斯卡特也为武磊的回归感到高兴：“令人感到高兴的是，我们重新看到他身披红色战袍为球队比赛。”

当然，相比年轻时期，如今的武磊对赛后恢复和治疗的需求会更强烈，包括赛后恢复上肯定也无法和过往相比，这需要他在日常生活中付出更多努力。“即便如此，他也不会觉得麻烦或泄气，这是他热爱的运动，这股力量一直支撑着他。”武磊的一位朋友这样对记者说道。

武磊百场并收获进球的对手中包括了澳大利亚、印尼、科威特、巴拉圭、不丹、日本、卡塔尔、缅甸、泰国、叙利亚、伊拉克、菲律宾、马尔代夫、关岛、越南、阿曼、巴勒斯坦、新加坡这些球队；36球分布于：世预赛20球、亚预赛1球、东亚杯2球、友谊赛（中国队）11球、亚洲杯2球。从对手实力和进球分布来看，武磊的国家队生涯足够出彩，当然要说最大的遗憾，肯定还是没能一圆世界杯梦想：“毕竟这是一直以来的梦想，但作为我来说，未来只要球队有需要，我肯定还是义无反顾的。从个人感受来说，只要保持好训练量，我还能踢，还能能为球队贡献自己的力量和作用。”

本版撰稿 首席记者 刘国超 发自金华

