

瑞典大满贯女单夺冠

走出伤病 女战士王曼昱归来

波罗的海暮色低垂，幽蓝霞光漫过海面，将伸入厄勒海峡的木质长栈道尽数浸染。在马尔默里伯斯堡冷水浴场(Ribbersborgs Kallbadhus)的蓝调时刻里，王曼昱手捧欧洲大满贯女单冠军奖杯，定格下荣耀的瞬间。澄澈的暮色衬得奖杯熠熠生辉，冷冽的光泽背后，是她蛰伏八个月、蓄力一个月的强势归来。

就在这组冠军写真定格的数小时前，王曼昱在瑞典大满贯女单决赛中，以4比2的比分击败队友王艺迪，斩获冠军。终结漫长的单打冠军荒，告别短暂的状态低谷，历经休整沉淀的王曼昱，回来了。

本版撰稿 本报记者 程超

变与不变

始于足下 精于手中

阔别国际赛场一个月，此次亮相马尔默的王曼昱，带给球迷最直观的感受，便是焕然一新的蜕变。这份改变细致入微，始于足下，精于手中，最终绽放于赛场之中。

过往的国际赛事中，一双经典白球鞋，是王曼昱标志性的赛场模样，清爽利落。而本次复出之战，她换上了全新的蓝色球鞋——那是她素来偏爱之色，也暗含焕然一新的心境。

变化不只在脚下，王曼昱手里底板重新换回了最为惯用的那一块。在之前的美国大满贯赛事当中，王曼昱大胆尝试全新底板，探寻竞技的更多可能性。但实战之中，新底板的性能与自身技术体系未能完美适配，赛场发挥并未达到预期，试验最终止步于此。

敢于尝试，也敢于及时回头，适合自己才是第一要义。瑞典站，她重新握住陪伴自己走过诸多高光时刻的老底板，熟悉的持球手感、饱满的击球弧线，让她在挥拍当中找回笃定。

脚下球鞋、手中底板的调整，服务于赛场实战，也为更大的技术变革埋下伏笔。长久以来，强悍的相持能力是王曼昱最鲜明的赛场标签。得天独厚的身高优势，赋予她超大的护台面积，正反手连续对拉旋转饱满、衔接紧凑，一旦比赛进入多板拉锯战，她总能占据上风，相持对抗始终是她立足乒坛的核心底气。

但在瑞典站的六轮比赛里，人们看见技术风格不一样的王曼昱。前三板成为她主动进攻的阵地，台内小球

处理更为丰富，拧拉、摆短、劈长手段多元，落点变化增多，接发球敢于抢先上手，主动制造得分机会，争取在前三板就建立优势，避免每一分都被迫进入无休止的相持拉锯当中。

赛事首轮对阵埃及选手蒂娜·梅谢芙，王曼昱便打出了一记惊艳全场的制胜球——反手侧切衔接有效倒地爆冲。行云流水的衔接、凌厉果断的进攻，是典型的女子技术男性化打法。这一记精彩击球，不仅彰显了她在技术的多样性，更宣告了历经伤病与低谷的她，强势回归。

赛场之上，装备在更新、打法在迭代、战术在升级，但不变的是王曼昱根植心底的求胜信念。夺冠之后，她如此复盘自己的整场表现：“整体来看，我今天整场比赛的发挥比较稳定，最让我满意的一点是，在比赛遭遇困境、比分被动的时候，我能够稳住心态、保持专注，始终坚定求胜的信念，这也是我本场做得最出色的地方。”

上半年的状态起伏与赛场失意，让王曼昱愈发渴望用一座冠军奖杯提振士气。回望整站赛事，她坦言：“瑞典大满贯非常有总结的价值，一路上遇到各式各样的对手，半决赛、决赛，每一场我的心态都有起伏，但做得比较好的，是我能够克服内心波动，坚持到最后。”这份对胜利的渴求，从来不是浮躁的执念，而是清醒的自我驱动。无论技术如何革新迭代，无论赛场历经多少胜负起落，她想要突破自我的决心从未改变。



王曼昱冠军写真

马尔默的蓝调时刻终将落幕，这座奖杯的光芒也会被后续赛事的喧嚣覆盖，但瑞典站的登顶之旅，留给王曼昱的成长与启示，恒久绵长。职业乒乓球的赛道，从来不是一条直线，有高峰，就会有迂回；会有试错，也会有短暂停歇。八个月的冠军空白，足以让一个人迷失，也足以让一个人清醒。王曼昱选择了后者。

蓄力与重启

“慢下来”是一种奢侈 “停一停”是一种智慧



此次在瑞典登顶，是王曼昱时隔八个月再度斩获单打冠军。漫长的八个月里，她历经奔波、伤病、低谷与质疑，也在沉淀、调整、蓄力、重生。

今年上半年，王曼昱连续征战多哈、重庆、伦敦世乒赛、美国大满贯等多项赛事，密集的赛程、跨洲的奔波，让她的身体负荷抵达临界点。高强度的持续作战，让颈肩、腰部的旧伤反复复发，身心的疲惫不断累积，竞技状态悄然下滑。在美国大满贯女单首轮不敌日本削球手佐藤瞳后，外界的质疑声接踵而至，将她推向舆论风口。

对于国乒主力队员而言，无休止地参赛、不间断地比拼，似乎早已成为职业常态。密集的赛事安排、严苛的积分压力、大众的殷切期待，推着运动

员们只能一路向前、不敢停歇。但过度透支的代价，便是身体劳损加剧、精神长期紧绷，最终陷入状态低迷的恶性循环。在低谷期，王曼昱选择按下暂停键，为紧绷的职业节奏松绑。

谈及这段调整时光，王曼昱介绍道：“主要是以身体调整为主，上半年积累了伤病，一直没有充分的时间去把身体修复好，利用这段时间把伤病问题着重处理了。”

在竞速争先的乒坛赛场，“慢下来”是一种难得的奢侈。密密麻麻的赛程、不断浮动的积分排名、层层加码的竞争压力，倒逼每一位运动员全力奔跑。但王曼昱跳出固有赛道，缺席全锦赛、乒超联赛、横滨冠军赛等多项赛事，专注于自我修复与沉淀。

敢于停一停，是一种大智慧。王曼昱清楚追梦不是百米冲刺，而是馬拉松。身体是唯一的底牌，盲目透支只会让所有努力归零。短暂的停驻，从来不是懈怠放弃，而是为了更好地前行。这一个月体的休整，不是荒废时光，而是沉心蓄力，如同压弯的弹簧，默默积攒力量，为下一次弹得更高。

归来后王曼昱状态有目共睹。整站赛事六轮仅仅丢掉三局，面对风格迥异的外协选手、面对队内实力强劲的队友，她既有速战速决的利落，也有落后逆境之下咬牙翻盘的韧性。体能储备肉眼可见回升，身体续航能力回归理想区间，休整带来的“红利”，完完整整体现在马尔默的球台之上。

信任与回响

技战术升级

王曼昱曾用“坚定勇敢的正义女战士”定义自己。在接受《乒乓世界》采访时，被问及在什么时候忽然意识到自己像一个女战士，她说：“也许是进入国家队的时候，也许是更早，这好像是乒乓球项目本身带给我的一种感觉，我们作为乒乓球职业运动员，赛场就是我们的战场，上了场就要保持战斗力去争取胜利，特别是到了国际赛场上，去为国而战的时候，我们就是去为了胜利而战斗的。”

当王曼昱的名字出现在瑞典站报名名单时，不少球迷心生踏实与笃定。这份无需言说的信任，是王曼昱长期以来成绩提供的底气。即便女单四强中张本美和是唯一一外协会选手，外界也不大相信会出现横滨冠军赛相似的剧本。理由当然是国乒整体对她的研究和布防，但也有一层——即便下半区失守，位于上半区的王曼昱也能守住。这份信任不是凭空掉下来的，是她凭一场场硬仗积攒的能量。

凭借本次大满贯女单冠军的2000积分，王曼昱的世界排名积分成功突破万分大关。这是对她个人实力的权威佐证，也是她历经调整后的硬核回报。但相较于积分排名的提升，更珍贵的收获在于她技战术体系的升级，以及拥有健康的身体。

决赛结束那一刻，王曼昱高举右手，食指指向天空，一个简单沉静“1”的手势，是属于她的庆祝方式，没有大肆宣泄，却饱含千言万语。这是属于本站赛事的冠军荣光，是她熬过低谷、突破迷茫后，与自我的和解、肯定与重生。

