

他获得了6场中超联赛替补机会，在加起来大约90分钟的出场时间里，他进了两个球。

在海港这样的豪门球队中，前锋位置的首发通常是留给强力外援的，对于出场机会的竞争异常激烈。在这样的现实下，是否有想过可能踢不出来了？李圣龙表示，他并没有想过那么多，既然一线队还上不了场，就要在训练中、在预备队中拿出更好的表现，让教练看到自身的努力，争取属于自己的机会。他在几年的中超预备队联赛中打进66球，其中2018赛季，他以29球成为预备队联赛射手王。

在偶尔出现的中超替补机会中，他牢牢抓住并取得了进球，这也让他有了自信。

2019年6月2日，球队客场迎战大连队，李圣龙迎来了在中超联赛的首次首发，这距离他2013年9月20日在中超的首秀，已经过去2081天。“我当时踢的不是前锋，而是五后卫中的边翼卫。但我没想那么多，那是我在中超第一次首发，我就想尽力去发挥。”让他没有想到的是，这场比赛中他打进一球并助攻一球，表现堪称完美。

2019赛季，在武磊留洋西班牙、吕文君受伤的局面下，李圣龙扛起了海港队本土球员进攻的大旗。在主场与河南队的比赛中上演绝杀，在客场和北京国安的强强对话中首开纪录，这都是他给人们留下的经

典时刻。

让人印象深刻的还有2020年11月的亚冠联赛，他用两粒头球进球帮助球队2比1逆转悉尼FC。球迷们笑谈：这场球之后，李圣龙可以用他的一首歌的名字来回应对手：“别再遇到像我这样的人！”

赛后受访时他说：“不是什么人都可以轻易战胜我们！”李圣龙说，当时球队的表现出现了一些波动，他想为大家打打气。

其实，李圣龙自身的行动证明：他也同样不可轻易战胜。在他看来，职业生涯存在起伏很正常，他已经尽力去做到最好。

在职业生涯的进球中，他印象最为深刻的是在中超的第一球和第二球。“因为获得这些进球的时候我已经25岁，不算年轻了，所以我特别珍惜，把进球日期都文在了腿上。”他一边说一边拉起裤腿，指给《新民周刊》记者看：“2017年7月9日，我用左脚打进中超第一个进球；2017年9月16日，我用右脚打进第二个中超进球。”

李圣龙说，其他人未必会记得，但这是他给自己的一个激励。“你并不知道突破会在哪一年，可能是20岁、25岁或者30岁，只要不放弃，希望还在，就有可能做到很多事情。”

“铁血14号”

14号，这是李圣龙的球衣号



2020年亚冠小组赛，李圣龙在对阵悉尼FC的比赛中庆祝进球。

码。选择它，是因为这是他喜欢的英格兰原国脚阿兰·史密斯的场上号码。无论是在利兹联还是在曼联，阿兰·史密斯未必是最有天赋的人，但永远是球场上最具战斗意志的人。

李圣龙同样是绿茵场上的“铁血战士”。2025年末的亚冠联赛小组赛，上海海港客场挑战柔佛新山的比赛里，李圣龙在开场大约15分钟被对手踩破鼻梁，血染赛场。他处理了伤口后，又坚持了半个多小时才在中场时被换下。

“痛没什么，我的第一反应就是把血清清理干净之后快点回到场上。只要不是伤到不能走了那种，我都是想要继续坚持的。”李圣龙说。

他回忆，之前另一次在长春的客场比赛中，他争抢一个头球时，对手的头撞在了他的嘴上。当时摔倒在地，他一度有些休克，苏醒过来的时候嘴已经裂开了，最后缝了