

自信心受到打击，训练上也停滞不前。2020年底，他被退回到刚组建的国家集训队。“那时候也不算正式进入，就是跟着训练。自己冲击力不够，包括几次国际比赛失利，信心也被打击了。”他顿了顿，“优胜劣汰，这是必然的。你必须接受这个结果。”

对于淘汰，有人接受不了，可能一蹶不振，就此退役。但梁伟铿的想法很简单：把我打下来，我一定想办法打回去。“也不说相信自己一定能做到，但你不努力怎么知道行不行？”

那段时间，他每天晚上自己加练，为了减重，两个多月瘦了十五斤。移动速度变快了，体能上来了，机会也就来了。

事实上，梁伟铿的羽毛球之路，从五六岁就开始了。父亲是个体育爱好者，年轻时酷爱足球，后来开始打羽毛球。每天从幼儿园接回梁伟铿，他就带着儿子去羽毛球馆。梁伟铿在一旁等着无聊，久而久之就拿起了球拍。

父亲的朋友们说：“你小孩打球不错，看起来比较有力量，要不送到培训班试一下？”就这样，梁伟铿被送到了广州体育馆青少年业余体校，启蒙教练徐伟文带他走上了羽毛球道路。

徐伟文回忆起和梁伟铿的第一次见面表示，小时候的梁伟铿比较



生活中的梁伟铿。

胖且矮，乍看之下身体条件并不出众。

但两周之后，不到6岁的梁伟铿让他眼前一亮——跑步速度比大一两岁的学生还快，爆发力非常强，协调性也比较好。徐伟文说，梁伟铿骨子里对羽毛球的热爱，还有那股不服输的劲，是他最看重的。“无论输球赢球，都有一股气顶住。你越是看不起他，他越要证明给你看。”

后来的职业生涯中，这份优秀的爆发力也被运用到极致。在2024年汤尤杯上，世界羽联公布的杀球球速排行榜中，梁伟铿以492.8公里/小时的表现登顶。在跟随徐伟文训练期间，梁伟铿几乎没有错失任何比赛的单打冠军，并在2015年成功入选广东省队。进入省队后，梁伟铿的训练重心转向双打。

家庭的支持，贯穿了他的整个

职业生涯。“我妈到现在不敢看我比赛。”梁伟铿说这话时，有些哽咽，但更多的是理解。“她有时候觉得我太累了，不忍心看。我爸就还行，经常看。他们更多是鼓励式教育，也会说我的缺点，但我一般不会听。”

爸爸的“技术分析”给了梁伟铿一些启发。有时候站在观众的角度，觉得某个空当应该打过去。但站在场地上，很多因素会导致打不到那个点。“他是觉得客观因素，我们回去看录像，这个点是空的，打过去就能赢，但就是打不过去。没办法，只能接受，从别的点寻求突破。”

梁伟铿说，自己没什么叛逆期，父母也愿意和他沟通。和父母之间，喜欢什么、不喜欢什么，直接讲。他们需要什么也直接跟他讲，不用猜。

妈妈是个不吝惜表达爱的人。“妈妈好爱你啊，儿子你是最棒的！”这句话常常挂在她的嘴边。相对于比赛成绩，她更关注儿子的生活和心理。这种爱与支持，成了梁伟铿在外拼杀时最踏实的底气。

## 喝茶、放空、做自己

训练场上的梁伟铿是“重炮手”，训练场下的他，有一套自己的“充电”方式。“我寝室里有一套茶具。认识我的人都知道我爱喝茶。”他的语气放松下来，“有一段时间会