

爬楼梯训练，蓄须明志拼到底

——中国男排亚洲杯夺冠的幕后故事

我国三大球的男子项目中，国家队男排最近成为了热门的体育谈资，这是很少见、很难得的事。在男足、男篮饱受诟病之际，中国男排的小伙子们打了一场漂亮的胜仗，他们成为真正的亚洲冠军了。

当然，一些客观事实是，并非所有参赛队伍以全主力出战亚洲杯，如伊朗、日本两队的整体实力仍然强于中国队，但这完全无法抵消中国男排的夺冠质量。长久以来，中国男排是一支受关注较少的队伍，是这群年轻人默默地努力着，让中国男子三大球时隔7年再次问鼎亚洲。



中国男排亚洲杯夺冠

我们希望，
和年轻人做得一样好

我们希望，
在世锦赛上为国争光



中国男排队员在拦网

球场上的戴卿尧，满脸胡须。夺冠之后，当他再次出现在镜头中时，胡须已被剃光。

曾经，每当上海男排夺冠时，大家最先做的事便是冲进盥洗室，对着镜子排成一排，把胡须刮得干干净净，然后再出来领奖。他们笑着说这是迷信，其实更像是一种信念：蓄须明志，冠军是他们唯一在乎的事。时隔十年，中国男排问鼎亚洲杯，戴卿尧终于能在国家队刮一次胡须了。

在上海男排三将与国家队会合前，27岁的于垚辰是中国男排阵中年纪最大的队员。主力阵容中，张冠华、俞元泰是1997年生，李咏臻是1998年生，张景胤、杨一鸣是1999年生，彭世坤则是“00后”。这么一比较，31岁的戴卿尧已经是一名老将了，27岁的张哲嘉也是。

时间过得很快，戴卿尧和张哲嘉上一次入选国家队还是在2019年，正值当打之年。当时，中国男排在主帅沈富麟的带领下冲击东京奥运会落选赛，最终不敌伊朗，遗憾止步决赛。时间过得很快，如今第一次可以用“老将”来形容他

们俩。而作为一名老将，在启程与国家队会合前，戴卿尧的想法只有一个：年轻人们已经击败过世界第一了，我可能不能输给他们。

想知道戴卿尧在出发前在哪里备战吗？他在自家门栋里进行爬楼梯训练。“没有跑步机，没有椭圆机，没有动感单车怎么办？喊出口号：强身健体，坚持到底！迈开双腿，香辣腿堡！”在老婆的陪伴下，在诙谐的话语中，戴卿尧和张哲嘉都在有限的条件下全力维持状态，只为了能跟上国家队的节奏。张哲嘉一直说，一年没有比赛了，太想念比赛了。“运动员训练就是为了比赛啊，有比赛我们就会更有动力，为了目标拼命练习。”

事实证明，两位老将的加入对于中国男排而言大有裨益。2米07的张哲嘉与2米08的彭世坤搭档，即使是伊朗、日本一队参战也要忌惮三分。张哲嘉在攻防两端展现了统治力，荣获“亚洲杯最佳副攻”称号，他仍然是在亚洲范围内具有统治力的副攻手。戴卿尧虽然不再是主要得分点，但他能主攻与接应摇摆的特点弥补了中国男排在边攻上的高度问题。而且，戴卿尧能凭借丰富的经验与大心脏完成困难的调整攻，他的发球轮更是在决赛中闪耀，帮助球队拿下关键一局。

在世界男排联赛中，主教练吴胜组建了以张景胤为核心的进攻体系，中国男排虽然输多赢少，但展现了不俗的冲击力。如今在亚洲杯，两位老将的加入不仅增强了副攻和边攻的实力，也解决了中国男排发挥不稳定的问题。当球队出现波动时，他们总会及时上前鼓励队友：“不要紧，一球一球打回来！”在全队的努力下，国歌得以奏响。站在冠军领奖台上，戴卿尧只想一件事：“国歌，能单曲循环吗？”

这个亚洲杯冠军，为中国男排带来了什么？

首先，是凝聚力。从吴胜上任主教练、新一期中国男排组建之初，凝聚力是中国男排的首要要求。也正因为如此，中国男排在近两个月的海外比赛中展现出不俗的拼劲、韧劲。在世界男排联赛中，即使输球，中国男排经常能抢下一局，不轻言放弃。在亚洲杯，中国男排延续着良好的精神风貌，特别是在与韩国男排的半决赛中，一度面临韩国队有三个赛点，而我们却不慌不忙、稳扎稳打，一分一分拼下了胜利。

如张哲嘉所说：“在比赛之前，我们与队伍磨合的时间很有限，但是大家拧成一股绳，一场比一场打得好，能拿到冠军离不开每一个人的贡献。”关键的决胜局，中国男排仅有一次失误，对手却有5次。虽然韩国男排一度利用发球擦网幸运扳平了比分，张冠华最终用一记压线的发球直接得分结束了比赛。张冠华说，那张压线的VAR截图是他一辈子都会珍藏的画面。

其次，是信心与信念。主教练吴胜表示：“中国男排在亚洲杯夺冠，锻炼了队伍，打出了拼劲，提升了我们的自身水平，赢得了信心和希望。”结束了亚洲杯的征程后，中国男排已经启程前往塞尔维亚继续备战世锦赛。带着“亚洲杯冠军”的光环参赛，每一个中国男排队员都希望将压力化为动力，与世界各大高手过招，争取佳绩。张哲嘉说：“我们每个人都希望在世锦赛上取得好成绩，为国争光。”

在世锦赛中，中国队的小组赛对手是土耳其、意大利、加拿大。除意大利外，中、土、加三队的实力较为接近。中国男排在过去三届世锦赛中均无缘小组出线。这一次，中国男排让人看到了突破成绩界限的希望，这也是教练组和全体队员的希冀。而伊朗、日本作为中国男排的亚洲宿敌，也在积极备战世锦赛。在世锦赛中，三个队虽不在同一小组，平时时空里也在暗自较劲：瞧好了，这一次，谁才是真正的亚洲第一？

据《东方体育日报》



中国男排队员庆祝胜利