

“中国女梅西”王霜的24岁：

不负过去 不惧未来



场均15.9分、8.9个篮板、2.1个盖帽，这是WCBA新秀韩旭的成绩单。和新疆女篮一样，韩旭本赛季低开高走，最终入选WCBA全明星首发。进步神速的她期待能像偶像姚明一样，去美国闯荡一番。

从“睡着”到被“激活” 菜鸟赛季自评80分

亚运会、女篮世界杯……韩旭直至WCBA揭幕战前才与球队会合。赛季初，“大换血”的新疆女篮缺乏磨合，战绩下滑，韩旭的表现也不如预期。

“大家对我期望很高，但我没找到适合的打法，就像睡着了一样。”韩旭说，“赛季开始球队缺乏默契，经常出现球传到了人跑没了的失误，那会儿以为能进季后赛就不错了。”

常规赛9轮过后，原江苏主帅熊艳接过帅印，国家队助教木拉提也加入教练组。此后的25场常规赛里，新疆赢下23场，韩旭也被彻底激活，“20+10”的“两双”数据已是常态。

低开高走的变化让韩旭充满自信，她给自己的新赛季打出80分。“熊指导对我的使用更加灵活，外援离队后给了我更多球权，我也慢慢找到了在国家队时的感觉。”韩旭说。

大个球员具备三分投射能力已是当今世界篮球的潮流，但韩旭对开发新的“技能包”持谨慎态度，“远投不是我现在的重点，打好内线基础才是当务之急”。纵观常规赛，篮下高举高打和中投才是韩旭的主要得分手段。

联赛后半程，韩旭“享受”了

23日，中国女足队员王霜迎来了自己24岁的生日。古人将24岁称为“花信之年”，寓意青春洋溢、风华正茂的大好年华。

王霜的24岁值得所有同龄人羡慕，她虽然没有像这个年纪的李白一样，浪迹天涯、辞亲远游，但是在远离祖国的欧洲大陆，王霜正在打造属于自己的足球理想国。

过去的一年，无疑是王霜的“高光之年”，她的名字频频出现在大众和媒体的眼前，每一次都带着惊喜，散发着光芒。

个人荣誉簿上，王霜收获了亚洲杯季军，亚运会亚军，荣膺“亚洲足球小姐”，蝉联“中国女子金球奖”。去年8月，王霜迎来自己“人生中最幸福的时刻”，加盟法甲豪门巴黎圣日耳曼俱乐部，与内马尔、姆巴佩成为了队友。谈及征战欧洲的初心，她坦言：“23岁，想要给自己一个交代”。

职业运动员与普通人似乎处在不同的时间轴里，而前者往往比后者更早的体会到年龄带来的紧迫感。在中国女足前队长浦玮的退役仪式上，王霜站在浦玮身后红了眼眶：“想到自己也有这么一天，就挺焦虑的”。

对未来的担忧，对突破舒适区的渴望，促使王霜开始了留洋之旅。从加盟大巴黎开始，王霜在赛场上一直不乏抢眼的表现，她在欧冠和法甲进球的精彩瞬间被球迷剪辑成集锦在网上疯传，但光鲜亮丽的背后却没有想象中

的顺风顺水。

面对完全陌生的环境，从语言到训练方法再到如何坐车去训练场这样生活中的琐事，王霜都要从头学起。纵使被喻为“球队大脑”，这个时候的王霜也没有那么信心十足：“这种不自信蔓延到了球场上，所以在处理球的时候开始有了失误。”

年轻的王霜深知要想赢得别人信任，只能不断努力取得进球，这样的信念支撑着她在赛场上不遗余力地奔跑，也坚定了她在关键时刻展示自己的勇气。

法甲第10轮，大巴黎主场迎战劲敌里昂，凭借王霜的进球，球队1:1逼平里昂，终结了对手各项赛事16连胜的记录。“打完里昂后，队友对我的感觉也不一样了，她们愿意把球更多的交给我。”这个时候的王霜终于找回了丢失的自信。

王霜和她的球队在赛后得到了英雄一般的待遇，球迷们久久不愿离去，为这些铿锵玫瑰献上最疯狂的呐喊。

很多媒体称王霜是“大赛型选手”，指在场面不利的情况下，她可以打入或者为队友制造关键球，球迷也将她比为“女版梅西”，这一连串溢美之词的背后，只不过是经历千锤百炼后的水到渠成。

国家队层面，王霜去年的表现依然无可挑剔，19场比赛，她贡献12粒进球8次助攻。从18岁开始披上国家队战袍，王霜历经五年终于向世界展示出中国足球的风貌。

去年底亚足联的颁奖典礼上，荣获“亚洲足球小姐”的王霜用生涩的英语喊出了中国女足的最强音：“能力的提高来自于每天刻苦的训练，国家的荣誉才是我的荣誉。”

如今，王霜24岁了，今年的法国女足世界杯成为摆在她面前的新课题。面对未知的期待与挑战，她总是满怀热忱而又脚踏实地的欣然应战。比起站在最高领奖台上的荣誉，王霜更看重不断超越自己。

上一届的女足世界杯，初出茅庐的王霜只获得了有限的上场机会，中国队最终遗憾止步八强。如今经过四年的磨砺，属于王霜的时代已经来临。

“我很期待自己的第二届世界杯会是什么样的结果，希望帮助国家队取得好成绩的同时也能刷新自己的进球记录。”2018年的最后一天，王霜的新年愿望通过媒体传出。

在新年的第一天，王霜在社交媒体上留下了一行字：不负过去，不惧未来。我们可以大胆猜想，在回首过往一年的时候，王霜对自己的每一项成就打出了多少分，这些分数是否能填满那些逝去的时光。对于尚未实现的理想，这个刚满24岁的小姑娘又有着怎么样的雄心壮志？

接下来，王霜职业生涯中的每一年都要由自己开创，正如她自己所言：“一切才刚刚开始。”（中新）

看齐偶像姚明 期待去美国闯出一片天

——专访女篮国手韩旭

巨星般的待遇，经常遭到对手的包夹防守，这让她颇感压力。但对即将到来的季后赛，韩旭锐气未减，“虽然我有点紧张，但球队越打越顺，要相信自己和团队有能力争取更高的荣誉”。

慈父严母“领路” 校园篮球成就自我

韩旭生于篮球世家，父母均是篮球选手，父亲韩发顺曾效力于四川男篮。“妈妈管我很严，倒是难得回家的爸爸比较温柔。”韩旭说，“如果我妈不够严厉，我有很多事都坚持不下来。”

自接触篮球起，父母就是韩旭的技术指导和陪练，几乎每场球赛后，都会给她复盘讲解。“重心低一点，抢篮板要先顶人，篮下脚步要扎实……”韩旭笑着说，“每场下来他俩都是一篇‘小作文’。”

如今，每当新疆队有连续主场时，父母都会从河北赶来观赛。两人深知女儿初入职业篮球的不易，赛后交流重点也从点评转为鼓励。“现在几乎不训我了，最近就夸我棒，可能觉得我已经进国家队了，怕说错了。”韩旭开玩笑道。

熊艳曾多次表示，韩旭悟性高，对技战术理解深，很多时候一点就通。韩旭认为，这要归功于母校清华附中。一路走来，从基础

训练到心态培养，教练都给予她莫大帮助。初中时，她也和其他同学一起上课学习。彼此影响下，让韩旭有了很好的学习能力。

“当时的全国高中联赛、海外拉练对我来说都很有锻炼价值。”韩旭说，也正是在清华附中期间，她先后入选了各级国字号球队，最终被许利民召入国家队。

职业生涯小目标： 3年内登陆WNBA

身高臂长、手感柔和、移动能力强，因相似的身体条件和技术特点，不少球迷把韩旭称作“女版周琦”，期待她能在WNBA赛场上崭露头角。事实上，不少国内外篮球业内人士也对她充满同样的期待。

不久前，新疆外援罗尔表示，韩旭若参加WNBA选秀，会在前5顺位被选中。“她的评价要比之前收到的更好，说明我进步了，希望她的预测能够成真。”韩旭说，一直以来，外国球探、WNBA球员的认可总能给她带来更多信心。

虽然尽早参加WNBA选秀的呼声越来越高，但韩旭自己很冷静。她认为，早登陆WNBA接受更高水平的训练和比赛固然好，但身体对抗、心理承受准备做足后，自己才能走得更远，“我给自己的期限是2到3年”。

目标就在不远处，但眼前的



路还得走好。韩旭最近找了英文老师，通过视频学习语言，训练时也会追着罗尔练习口语。“我们的外援也要面对陌生环境、语言和饮食，给我一定的时间适应，我想自己去美国应该也没问题。”韩旭说。

随国青队海外比赛时，曾有球探评价韩旭“打得像‘面条’一样软”，给她很大触动。为此，她已经在饮食、力量训练上有所侧重，

但效果还不明显，“会在休赛期进一步调整”。体重偏轻、缺乏力量的情况，与她童年时的偶像姚明在登陆NBA前很像。

这两年，韩旭与姚明有过数次交流。韩旭说，姚明的自律和逆境中的奋斗都让她感到敬佩，“希望能像他一样，去WNBA开创一条路，去美国闯出一片天”。

据新华社