

北体女排 | 胜利的自然与反自然

Original 吴希杰 549号列车 2019-06-18



◆最后一场比赛上场前（图/看台上的希杰）

从耀眼的光环上把任何一个数字剥下来看，这胜利都是酣畅淋漓的。5年征战中国大学生排球联赛CUVA，4年蝉联冠军。总决赛两场比赛2-0，最后的主场作战，以25-9、25-17、25-18的小比分高效杀死比赛。北京体育大学女排，是CUVA赛场上当之无愧的梦之队。

但运动场是如此瞬息万变的地方，求胜的道路远比看上去艰长。电光石火间，先手可能落败，后来或许居上，无数历史教训让人跌破眼镜。只要终场哨声尚未吹响，奖牌的归属就依然莫测，箭就还绷在弦上。

“外面的人都说北体是传统强队，都觉得北体一定得赢、一定能赢，但我们怎么赢？”赛末的内部总结会上，北京体育大学排球教研室主任孙平这样发问。

作为队里资历最高的“大姐姐”，第五年参加CUVA的北体女排自由人乔琳曾勉励年纪更小的队友：“平时训练到那了，赢就是一个自然的结果。”

这可以算是对孙平“怎么赢”问题的回应，答案看起来云淡风轻。但在收获“一个自然的结果”之前，需要克服更多“反自然”。象征绝对实力的数据简洁漂亮，将原本冗杂的雕琢过程遮盖住，胜利看似水到渠成、顺理成章。那平静微澜下的波涛暗涌，只有浸泡在其中的女排队员和教练知道。

雨水

不打球的时候，乔琳是个美妆博主，贺琪喜欢在纸上勾勒各式各样的卡通人物，任怡霏会追时下的热播剧。全队最小的李雨霏，用队长贺琪的话说，爱好就是“吃、睡，睡、吃”。生活平静如水甚至有些单调，如果没有排球的话。

而一旦来到场上，她们就是最光芒万丈的自由人、接应、副攻和二传。那颗黄蓝相间的排球是一束火，在接触的刹那把她们悉数点燃。于是奔跑、跳跃、扑救、扣杀，都是火焰对火焰响应的本能。

尽管这种响应，多数时候需要付出一些代价：贺琪的髌骨有旧伤，必须缠上厚厚的绷带；任怡霏夜里睡觉时常常被脚腕疼醒；乔琳下楼梯的时候，脚会“咯嗒咯嗒”地响；黄文婷训练完，对队友说“腿疼得不行了”，弯都不敢弯；决赛获评“最佳球员”的主攻于仡楠腰疼到没法说话……所有人身上都有大大小小的伤，但是训练时间一到，戴着护具也得上。除了受伤最严重的杨霏——因为韧带断裂，她已经动过两次膝关节手术了，不得不暂时告别赛场。但她依然在队友们身边保障后勤工作，被全队称为“我们的经纪人”。

赛前，这些疼痛的细节连同不尽人意的训练状态一起，像雾霾一样笼罩在队伍的上空；不安的情绪滋生又压抑在一些队员心里。那个时候，打消疑虑的办法只有一个字：练。如果要再多一个字，那就是“加练”。

但现在不一样，她们赢得了冠军，已经可以用一种更轻描淡写的方式梳理之前紧绷的神经。围坐在十来平米的会议室里，一人一纸笔，她们要对这个赛季进行复盘。

眼泪——训练时最司空见惯的东西，加倍地出现在了场景。面巾纸放在桌面上，谁说着说着语带哭腔，纸巾就被精准地推向她，像传球一般。她们都是控球的好手，却控制不住情绪。在这个还算圆满的赛季结束之后，在一个狭小封闭的空间里，队员们终于得以将一直以来的压力释放出来。一轮过后，一包崭新的纸巾被用去大半。

面对队员们的倾吐，主教练姜威更多时候都在扮演鼓励和抚慰的角色。作为一名曾经师从郎平、在一线效力于广州恒大女排的退役运动员，没有人此刻比她更理解自己的队员。她没有和她们一起痛哭，但实际上，在SuperVolley的赛后采访中，讲述赛前训练的压力时，这位曾经贯以严酷著称的教练语到动情处一度哽咽，扭头回避镜头长达十秒。稍微平复后，她表达了自己对队员们的感谢。“她们在伤病当中，一直不遗余力地付出自己，去坚持，去努力。这个真的很重要。”

这是教练少有的柔情时刻，更多的时候她的要求严苛到让队员怀疑自己。孙平说，跟队时间长了，一定会有这种感受：姜老师很会给队员压力。但是比赛一场场打下来，会明白，训练时的压力是必要的，最后的结果是值得的。总结会上姜威对队员的表扬，也一如既往地以敲打收尾：“我不鼓励你们。过了就过了，没意义，下面的比赛还是从零开始。以后压力一定还是有，咱们是做这个的。”

压力像金字塔一样自上而下，即便是姜威自己，也并没有对它免疫。姑娘们赢下决赛，和姜威拥抱庆祝，有人发现她的手是凉的。



◆姜威（红衣左一）和孙平（红衣左二）在场边（图/王一）

抽芽

主场决赛前一天，在北体综合馆适应场地之后，二传李雨霏哭了。

一点感觉也没有，传不好球，甚至连球都看不见。场地的灯光太亮了。

这不是她第一次哭，全队都知道这个年纪最小的零零后一个人“哭过好多次”。而哭过之后，她平时的训练量依然是别人的两倍。与大多数队员拥有的青年队背景不同，李雨霏在来到北体前没有接受过专业队的打磨，技术基础更薄弱；刚上大一，缺乏实战经验，和队友配合时间短，默契度也不够。

还有一份无形但不可忽视的压力，来自前二传兼队长、现北京女排队员孙文静。她从山东青年队来到北体，带领球队取得CUBA三连冠；暂别北体女排进入北京队后，被腾讯体育称为“中国女排联赛最快最稳的二传”。如今李雨霏代替孙文静成为接力赛的第二棒，教练、队员乃至场下的观众，几乎所有的人，都会将她们作一个比较，队伍成绩的变化一目了然。

这种比较并非出于主观故意。二传手是排球场上的灵魂，是衔接防守与进攻的枢纽、组织进攻的核心。准确移动并起跳，传球时的分配，拦网防守时的卡位，把握时机的直接击球……很多时候，判断和动作的细微差别，甚至能改变比赛的走向。李雨霏一进队，就是最关键的链条。

和李雨霏配合的接应贺琪，副攻任怡霏、黄文婷，都曾被孙文静的妙传激发。对她们来说，比起一张生疏的

脸，令人堪忧的传球质量更让她们在心理上难以接受。

就是不默契。总配合不上，会觉得烦；彼此说出了问题，理解起来又不一样，交流是失败的。训练强度一大，身体劳累又感到收效甚微，双方都很崩溃。“我们希望她给的那个球，她传不到我们的想要的状态。但她也努力了，尽量传好了。我们只能尽可能地弥补。”队长贺琪的表达，也正是其他人的意思。

她们向她靠近，而她不能把成长这件事推诿给时间。一个动作，别人练两组，李雨霏就练三或四组。姜威教练找来隔壁训练场的男排队员当对立面——他们的力量、高度都是女生不可同日而语的。

最后的决赛，李雨霏的发挥堪称完美。汗水和眼泪浇灌的种子摄足了养分长出芽，教练和队员们也没有吝惜阳光。她们对她的评价是“惊艳”。



◆拦网时的1号李雨霏（图/王一）

彩虹

2019年是CUVA首次实行决赛主客场制的一年，对于乔琳来说，“圆梦了”。

5月10日，中国石油大学男排在主场以3-0战胜西北工业大学，卫冕冠军。乔琳看着那场比赛，脑海中却不断预演十天后自己主场夺冠的场景。能在自己的主场庆祝胜利真的很好，已经研一的她犹记得大一时在学校主场举办的足球赛，队员的照片赫然挂着，场边加油的声浪要把人掀翻。她是羡慕的。

“主场作战还意味着，终于可以在母校师生面前展现训练的结果。学校布置好了赛场，如果赢下比赛，这将是证明自己的机会。”参赛第五年，乔琳终于等到了这个机会。

但对于自己能否把握这个机会，主攻崔玉诺并没有信心。

主场决赛前一周，学校宣传部在正对教学楼出口的地方树立了长10米、高3米的海报，上面有七名主力队员的大头照。属于崔玉诺的那栏简介写着：身体素质优秀，具有过人的弹跳力及强大的进攻实力，是我队的“重炮手”。

那是学校主路的一个十字路口，很多师生都看见了海报。朋友们对崔玉诺说：“主场了，我们都去给你加油啊！”

她笑笑，作为对别人热心支持的报答。他们不知道的是，自从5月14日在广州的客场打完决赛第一场，她就开始深陷自我否定的图圈。

事实上，那场比赛北体赢了。但是崔玉诺出现了低级失误——两度在扣球时把球挥空下网，这是以前基本不会也不允许发生的。不熟悉的场地，客场DJ、球迷的施压，内心的紧张，让她全然感知不到场地的空间和场上的节奏，注意力已经不在球上。

胜利是属于队友们的，而她是拖后腿的那个。从广州回到北京，崔玉诺感到身心俱疲。她怀疑自己不适合排球这个项目，自我反思的习惯此时成为一种巨大的内耗。自困之中，她给父亲打了个电话。“我觉得我已经退到最后了，（打电话）其实是希望有人理解我，结果我爸又推了我一把。”这个实在的山东男人语气郑重，告诉她，确实打得不好。

最后一根稻草没有把这匹骆驼压死。这可能是因为，另一边，一直有人在尝试让崔玉诺卸下包袱。同宿舍的队友发现她情绪低落，分享零食帮助她转移注意力。主帅姜威观察到崔玉诺状态不佳，听她倾诉后，给予了她肯定与积极的反馈，这在平时并不多见。

但解铃还须系铃人，要真正消除心结，只能回到赛场上，像乔琳说的那样，“证明自己”。比赛安排在下午，中午崔玉诺午睡的时候梦见了打比赛的场景，醒来时想回忆自己的表现和最后的结果，却记不太清晰了。

她比上一场更想打好这场球。怎样才能算“打好”？不再瞻前顾后、容易被外界影响，而是专注于每一个球，把全身心投入比赛中。不再仅仅跟着比赛节奏，而是融入比赛并感知、甚至有意识地调控比赛的节奏。这次她做到了。伴随最后一记扣杀，她成为整场比赛的终结者。



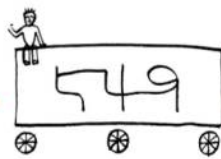
◆17号崔玉诺与队友击掌（图/希杰）

事实证明，那第一次也是唯一的一次，此后她们没有再给对手一点机会。在抑制与反抑制的排球赛场上，1分的差距不意味着什么；优势是在日积月累的训练中确立的。

截至目前，训练和比赛还从未淡出过她们的生活。这场战役暂告一段落，另一场战役在不远的前方。这个七月，她们中的五个人将跟随中国代表团征战大学生级别最高水平的赛事——世界大学生运动会。那会是在意大利的那不勒斯，古城的夏天温热干燥，日出美丽，如果行程不太满，她们可以站在桑塔露琪亚的海岸，隔着那不勒斯湾，眺望维苏威火山。

思哲说

喜欢体育吗？越来越。因为这些人，这些场下故事。



- 549号列车 -

清茶烈酒，正欲深流。



长按指纹 > 识别图中二维码 > 添加关注

听说颜值高的人都关注了