

初心所向 突破达阵

——访中国女橄留洋第一人陈可怡

嘴上总说着退役,她却一次次走向赛场。在去年全运会后,30岁的陈可怡曾短暂“退役”数月,但还是按捺不住对赛场的渴望,今年5月加盟了日本球队长门蓝色天使。陈可怡因此成为中国女子橄榄球史上首位留洋球员。在功成身退与再战一程之间,她又一次选择了后者。

初心所向 锋芒毕露

陈可怡的体育之路从一次次试错开始。她从小练田径,后来又试过射击、自行车、曲棍球,直到遇到橄榄球,才终于找到归宿。

“我第一次见能抱着球直接撞人的项目,那种感觉好爽啊,一下子就被点燃了。”凭着这份冲动,她一头扎向橄榄球场。

2011年,打了一年橄榄球的陈可怡进入了国家队,却因基本功不扎实,很快被刷回二队。但这件事对一向要强的她来说不但不是挫折,反而是件好事。

“对那个时候的我来说,师姐们的传球特别快,我都害怕接球,接得我都手疼。我真的觉得还好走了,待不下去了。”陈可怡笑着说。

从那以后,这个曾经害怕接球的女孩开始稳扎稳打,见面面、练技术,在一次次训练和比赛中不断打磨自己。

直到参加2014年仁川亚运会,陈可怡仍然是国家队里的替补。当决赛的时间将要耗尽时,渴望出场的她几乎快要哭出来,因为她想给专程飞到韩国看她比赛的母亲一个交代。

“我妈专门飞去韩国看我,我在替补席急得眼眶都红了,就想上去跑一跑,幸好最后2分钟上去了。”在比赛最后时刻,陈可怡用一次成功的防守迫使日本队前传犯规,中国队得以保住两分优势,史上首次获得亚运会女子七人制橄榄球冠军。当时的陈可怡还不知道,在以后的两届亚运会中,她的遗憾与成就,都将和日本队紧紧相连。

回忆起运动生涯的高光时刻,陈可怡清晰地记得八年前的4月。2018年4月6日,中国队在世界女子七人制橄榄球系列赛外围总决赛中大胜南非队,顺利取得2018-2019赛季系列赛正赛的人场券。16天后的4月22日,2017-2018赛季世界女子七人制橄榄球系列赛在日本北九州落下帷幕,中国队获得历史最佳成绩第八名,陈可怡入选了“北九州世界系列赛最佳阵容”。

“这是我真正的转折点。后面亚运、奥运的底子,全是这一场打出来的。”从那时候开始,最好的陈可怡出现在了球场上,她自由奔跑,遇到防守就撞开,接到传球便加速,一切都变得更加从容、果敢而随心所欲。



陈可怡在比赛中

宿命对决 淬炼成金

在影视作品里,主角总会被树立一个最难缠的对手,它让主人公痛苦、挣扎,然后升华。就在北九州的荣光尚未褪去时,2018年雅加达亚运会的赛场上,那个陈可怡从仁川亚运会就开始交手的老对手,给她上了沉重的一课。

决赛上半场,日本队完成一次达阵和追加射门,以7比0领先。下半场还有5分钟时,陈可怡冲入对方阵区,为中国队扳回5分。但她没有打进一个难度不高的追加射门,错失了扳平比分的机会。最终比分定格在5:7,中国队遗憾告负,未能实现卫冕。

“我没想到后来会输在那个2分的射门上。”陈可怡说,“因为比赛还有好几分钟,没想到我们一直没得分,就这样持续到了比赛结束。”命运有时像是开了一个漫长的玩笑。它让人留下遗憾,又在多年后给出弥补遗憾的机会。五年后,宿命般的对决再度上演。

2023年杭州亚运会七人制橄榄球赛场,中国女橄又和日本队在决赛相遇。上半场,中国队轰出了22比0的巨大优势,但下半场风云突变,日本队发起猛烈反扑,接连得分。雪上加霜的是,在下半场只进行了不到4分钟时,中国队被罚下一人。

少一人作战的中国队疲于奔命,日本队将比分追至21比22。在比赛常规时间结束后,中国队一名球员急于将球踢出底线,却用力太轻,球落在了己方阵区,陈可怡疯狂回追,就在一名日本选手即将扑上去将球按住时,陈可怡一脚将球踢出底线,中国队夺冠!

五年前丢的冠军,五年后亲自夺回。一场近乎蒙太奇式的叙事,写尽遗憾、成长与和解。

奥运会是所有运动员的梦想舞台,对陈可怡而言,东京奥运会比巴黎奥运会更重要,因为那是她参加奥运会的梦想第一次被实现。

备战东京奥运会时,陈可怡把自己练到了极致。“我那个时候目标很明确,我脑子里想的都是我要打奥运会。我的记忆深刻不仅是因为比赛,更是因为我自己的思想让我印象很深刻。”

当真正站上奥运会的赛场时,准备充分的她只有圆梦的踏实,没有丝毫紧张。最终,中国队斩获第七名。

相比东京奥运周期的志得意满,进入巴黎奥运周期后,伤病与疲惫开始席卷而来。

在2023年11月的巴黎奥运会七人制橄榄球亚洲区预选赛中,中国女橄在决赛中憾负日本队,错失直通巴黎的机会。此后,队伍经历较大变动,外教团队离开,许多队员也

离开了国家队,只剩下陈可怡这些老将支撑着。

球队进入低谷,陈可怡个人也一度陷入崩溃。大腿后群肌肉的旧伤反反复复,连走路和睡觉都疼,连续征战又在不断加剧伤痛。

“那段时间太难了,伤好不了,还要连打很多站比赛。我没事就在哭,在自己房间哭,见到了教练也哭,真的想退役,想停下来。”

在主教练陆专的带领下,球队通过落选赛获得参加2024年巴黎奥运会的资格。当她和队友们站上可容纳八万名观众的法兰西体育场时,心境已然不同。

这一次,中国女橄打出了震撼世界的表现:她们在小组赛中以大比分击败橄榄球传统强队斐济,更是在5至8名排位赛中绝杀英国,最终以第六名再创队史奥运最佳战绩。

传球向后 人生向前

巴黎奥运会后,对训练和比赛感到厌烦的陈可怡念叨着想退役,但她还是参加了粤港澳全运会并成功卫冕。此后,她回家休息了几个月,却发现心里反而空落落的。而长门蓝色天使早有接洽,她便与球队签了三个月的短期合同。

“以前当运动员的时候,一直就想出来看一看,国内的联赛起步晚,我想看看别人是怎么运作的。日本离家里又近,比赛强度也和我们相近,对我的身体也不会有太大挑战。”

陈可怡的公寓坐落在长门市山口县靠近城中心的位置。这是一座安静的小城,日常少有干扰,很适合训练;公寓周围有便利店,生活也很方便。从小在队里吃食堂,几乎没做过饭的她,第一天就把锅烧糊了,怎么也洗不干净,只能换了口新锅。不过短短几天后,她已经能一个人做四五个菜了。

陈可怡还在门上贴着计划表:练字、学英语、训练。这样的日子看起来的确称得上自得其乐。

三个月的赛季结束后,陈可怡计划赴香港上学,为以后的生活寻找起点。至于去哪所学校,她不愿意透露,因为她担心计划会变——就像这些年,她总说着要退役,却又一次次披挂上阵。

对于这些年运动生涯的感悟,她说:“其实每个人都那么特别,又那么普通,是这项运动给了我见识世界的机会,让我意识到人生可以有很多不同的可能性。”

在英式橄榄球的规则里,传球永远要向后,但陈可怡的人生,始终在向前。从不敢接球的小孩到世界最佳,从雅加达留下遗憾到杭州完成救赎,从圆梦东京到巴黎再创历史,她哭过、累过、退却过,但总是向着前方,突破、达阵。(嘉东)