



倪夏莲

## 61岁依然能打

# “倪奶奶”期待4年后奥运赛场见

近日,61岁的倪夏莲回到家乡上海。这之前,她刚刚参加了在北京举行的世界乒乓球职业大联盟中国大满贯赛。第2轮不敌日本球员伊藤美诚后,向来松弛感满满的倪夏莲一度泪洒赛场,她说倪奶奶让大家失望了。其实,倪夏莲

从未让大家失望过,巴黎奥运会期间甘为国乒做陪练,更成为一段乒坛佳话。

漫长的职业生涯,倪夏莲6次参加奥运会,早已把胜负看得很开,“赢了是赚,输了就算。”这样的好心态让她一直坚持到现在。至于能否参加洛

杉矶奥运会,倪夏莲直言4年对自己是个很大的挑战,要看身体、技术、家庭、动力等多方面的因素,她希望还能在奥运赛场跟大家见面,“但万一哪一条没有了,就是要说再见的时候了”。

### 生命力 参加了6届奥运会,分享好状态秘诀

倪夏莲和丈夫托米·丹尼尔森目前居住在卢森堡第二大城市埃特尔布鲁克,养花、种菜是他们乒乓球以外生活的全部。没有比赛时,倪夏莲每天都会和丈夫出去散散步、遛遛狗。后来狗狗去世了,两人依旧保持着散步的习惯,她喜欢跟社区里的人聊天,感受肯定和爱。

倪夏莲1963年出生于上海市杨浦区,1979年入选乒乓球国家队。1983年在日本东京举行的第37届世乒赛上,倪夏莲与队友一起获得了女团

冠军,还搭档郭跃华拿到了混双冠军。1991年,从国乒队退役5年的倪夏莲定居卢森堡,并开始代表卢森堡参赛,其间拿到过欧锦赛冠军,至今仍活跃在国际乒坛。

今年3月22日,倪夏莲在世界乒乓球职业大联盟支线赛贝鲁特站战胜韩国选手徐孝元摘得女单冠军,成为世界乒乓球职业大联盟史上最年轻的冠军。

今年巴黎奥运会开幕式,倪夏莲成为卢森堡体育代表团旗手。至今,她参加了6届

奥运会。谈及乒乓球,倪夏莲满是感恩,她说之前做梦也不会想到能打到现在。乒乓球于她已不仅是专注的事业,也是快乐的源泉,更是人与人交流、国与国交流的途径。

“运动无关年龄,运动也不仅仅是金牌,年龄更不是好状态的限制。”倪夏莲说,每个人都有难处,但一定要有个好的心情,不要把精力放在痛苦上,要放在寻找解决问题的办法上。“一定要相信,办法总比困难多。”这是她常挂在嘴边的一句话。

### 松弛感 16年前因输球失眠,如今要享受每一天

这些年的比赛,倪夏莲在赛场上永远是乐呵呵的,浑身上下充满着松弛感。倪夏莲坦言,竞技体育非常残酷,总是跟输赢打交道,赢了很开心,输了很难过,大家这么说是因为没有看到她哭的时候。

其实就在不久前,倪夏莲又一次泪洒赛场。刚在北京结束的世界乒乓球职业大联盟中国大满贯,时隔16年再回北京的倪夏莲第2轮不敌日本球员伊藤美诚。那一天恰逢国庆节,倪夏莲的情绪没能忍住,“倪奶奶也想赢,可惜奶奶

没有这个能力,让大家失望了”。

这种强烈的胜负欲很久没有有了,有点不太像外界眼中的倪夏莲。跟媒体聊起这些年的心境,倪夏莲承认,自己经历了一个漫长的磨炼过程。

北京奥运会前第二次复出时,倪夏莲刚40岁出头。有一次输完比赛后,她一夜没睡,内心很痛苦,觉得自己很老了,因为她总是场上年龄最大的一个。

倪夏莲的丈夫托米是卢森堡国家队教练,也曾是瑞典

队国手,在倪夏莲的生活中扮演着多个角色。那段时间,托米一直向倪夏莲灌输一个理念:赢了是赚,输了就算,权当是公费度假了。慢慢的,倪夏莲想通了,她说老天还有下雨,打雷的时候呢,之后一样雨过天晴,像极了人生活。

“今天永远比明天年轻,不是吗?”想到这一点,倪夏莲便不再为年龄焦虑,输赢也不会看得那么重了,“我现在不记得自己的年龄了,享受每一天”。

### 大挑战 能否去洛杉矶奥运会,取决于四个因素

巴黎奥运会后,越来越多的人开始认识、了解倪夏莲。她很开心自己的努力和坚持被看见,也很开心得到大家的赏识。对她来说,巴黎奥运会有着美好的回忆,比如跟世界第一孙颖莎的比赛,比如在混双决赛前为王楚钦/孙颖莎做陪练,她怎么也想不到还有机会为国家队做点事情。

进入新的奥运周期,倪夏

莲丝毫没有放松,依旧全世界参加比赛,也让外界对她的第7次奥运之旅充满期待。“4年的挑战太大了,对每个运动员都是很大的挑战。”倪夏莲坦言,竞技体育很残酷,不是有一腔热情就可以的,她很清楚自己的短板和极限在哪里。

能否有机会参加2028年洛杉矶奥运会,倪夏莲总结了几个关键因素,首先要有一个

健康的身体,不能受伤、不要生病,她会尽量保护好自己。其次是技术能否跟得上国际趋势,家庭后盾和自身动力也同样重要。所有这些都具备的话,倪夏莲说会很美好,便仍有机会奥运赛场上见,“但万一哪一条没有了,就是要说再见的时候了”。

据《新京报》

图说 核心价值观

友诚敬爱法公平自和文民富  
善信业国治正等由谐明主强

# 和气致祥

公益广告

中宣部宣教局 中国文明网

**空调移机回收  
维修、家电回收**  
电话:5127777

**沧州晚报  
广告部**

地址:解放西路  
传媒大厦17楼