



客场拿下北京国安，在上港队内，李圣龙当记首功，不仅仅因为他攻入了打破僵局的进球，同样也因为他毫不惜力地满场飞奔，不停地在对抗。这场比赛上港全队的跑动距离比国安多出了10公里，而李圣龙则是全场跑动距离最多的球员，一个人就跑了10.3公里。“这是非常关键的一场比赛，国安也是很强的球队，所以肯定要拿出百分之两百的努力去踢这场球。”李圣龙赛后说。

青年报记者 张逸麟

付出200%的努力 换来势不可挡的胜利

本赛季至今的26轮联赛中，李圣龙踢了25场，在场均不到50分钟的时间里，李圣龙本赛季已经打进5球并送出5次助攻，成为佩雷拉进攻体系中的重要一环。不过之前李圣龙只有4场比赛是首发出战，堪称是队中的头号替补，而在对垒国安之前，佩雷拉在安排首发阵容时也曾曾在李圣龙和陈彬彬之间犹豫过，但最终佩雷拉选择了李圣龙，因为这场比赛的重要战术就是高位逼抢，比起刚刚从国奥归队的陈彬彬，李圣龙无论是技术风格还是体能储备都更匹配佩雷拉这场比赛的战术。

上场后的李圣龙也没有辜负佩雷拉信任，球场上到处能看到李圣龙的身影，他利用积极的跑动创造了不少机会，上半场一次单骑闯关被于大宝凶狠地放倒，为上港博得一粒位置很不错的任意球，胡尔克主罚也险些破门。这场比赛双方的对抗非常火爆，李圣龙也曾被于大宝狠狠地滑铲铲翻，不过他的情绪并没有什么波

动，只是不停地在拼抢，不停地寻觅机会。

下半场开场不久，机会终于来了，与其说是等来的，不如说是拼来的。当时上港的高位逼抢结果导致国安解围不利，李圣龙玩了命地力压于大宝成功抢点，随后奥斯卡将球转移到空挡处的吕文君脚下，吕文君送出一记兼具速度与精确的传中，李圣龙又抢在了金玟哉之前头槌破门。如果李圣龙不是如此积极地拼对抗、抓机会，这个进球很难完成，而这一次进攻，李圣龙把国安的两大中卫都比了下去。

除了进攻端的出色发挥之外，李圣龙在防守时也是不遗余力，作为上港防线的第一道关卡，李圣龙对对方核心奥古斯托的纠缠非常有效，甚至搅得奥古斯托怒火中烧，向裁判比划着手势示意李圣龙已经多次侵犯自己。在胡尔克离场后，上港回到了5后卫阵型，李圣龙也将更多的精力放在了防守上，比赛结束前不久，李圣

龙在底角与奥古斯托缠斗后出现了双腿抽筋的情况，连自己移动到场边都很困难，可即便如此他还是踢满了90分钟，也用尽了所有的气力。

而陈彬彬替补出场同样创造了良机，为艾哈迈多夫送出了那记助攻，可以说佩雷拉在这次首发中的选择非常正确，李圣龙和陈彬彬都发挥了各自的优势。

不过赢球后的李圣龙丝毫不贪功，在谈到这场胜利时依然把功劳归于全队的防守，至于自己，李圣龙坦言在工体进球和在其他比赛进球没什么两样，而对自己来说，要做的就是贯彻主帅的战术的同时，用进球帮助球队取胜。

李圣龙有天赋，但并不算顶尖，李圣龙有对抗，可也不算出类拔萃，然而他却有着不输他人的旺盛斗志和坚定的意志。拿出200%努力的李圣龙，自然是上港整个体系中非常亮眼的一环，他的冲劲也确实势不可挡。



李圣龙



蔡慧康与外公合影。



徐根宝在指点蔡慧康。



蔡慧康的妻子与孩子到场庆祝上港胜利。本版受访者供图

“

“我太太一直问我：‘什么是你的梦想？’我的梦想就是，我们四个人，我挂着奖牌，你拿着奖杯，我们成为中国最好的球员。’我家里面也会挂一张这样的照片，可以和我的孩子们说，这就是爸爸的梦想，希望你们通过自己的努力，完成自己的梦想……”

——蔡慧康

翻开6号球衣主人的红色影集

不轻言放弃的梦想守护者

在大多数球迷的心中，蔡慧康永远是眯着眼睛，笑得憨厚可爱的形象。然而，当6号球衣的主人翻开红色影迹，将往事娓娓道来之际，我们在他身上看到了深沉的另一面——一个越挫越勇、不轻易言弃的梦想守护者。

“外公是我的启蒙老师，也是我的启蒙教练。小时候，他也给我讲述了自己过去带过的一些球员的经历。所以，在他身上，我看到了自己可能未来在球场上的影子。”

对于年少时的蔡慧康而言，从第一次接触足球开始，他就已经通过外公，勾勒出了自己长大后的模样。那时的梦想，像是一只刚刚破壳而出的雏鹰，渴望着能够飞翔便已心满意足。

直到遇见了人生中的另一位恩师，蔡慧康才明白了梦想不该是斑驳树影间的小小方寸，而是安乐巢穴外的海阔天空。尽管，不得不和恩师道一声珍重，但他明白，自己的梦想也是恩师的期待。

“我们去年取得了中超冠军，取得了我们梦寐以求的中超冠军，相信也是徐指导（徐根宝）梦寐以求的吧。”

小梦想的实现是大梦想的开始

在上港队一步一个脚印的同时，蔡慧康的表现终于为自己赢得了一张前往国家队的机票。对他而言，身披国足战袍驰骋在绿茵赛场间，既是小梦想的实现，又是大梦想的开始。

“第一次国家队的A级比赛，内心活动是很复杂的，有紧张、有激

动，眼中无泪，心中是有泪的。终于，可以为国效力、为国争光了。这些年，也算是完成了自己个人的一个小梦想。”

这一场球对每个队员来说，包括我在内都是痛苦的回忆。但是没有这个痛苦的回忆，就没有如今这么兴奋地释放，战胜了当年把我们踢成0:5的对手。”

“追梦之路并不平坦，尤其是在亚冠联赛遭遇了堪称噩梦的惨痛失败之后，怎样选择成了蔡慧康必须面对的问题。幸运的是，他毅然决然地

站在了梦想的一边，用勇气、用奋进坚守着“梦想号”的船帆。

中超联赛冠军、超级杯冠军，在即将步入而立之年的时候，蔡慧康赢得了梦寐以求的奖杯和奖牌。不过，他并没有为自己的梦想画上休止符，而是继续奔跑在“成为中国最好球员”的征途上。

从最初的单纯，到如今的无止境，蔡慧康的梦想从“小”到“大”。不过，不管怎样变化，他坚守梦想的决心从未动摇过，也正在用心地将这份信念言传身教给下一代。