

登高不做 居低不怨

林高遠：家門口出戰全運會別具意義

▼林高遠（右一）感謝國家隊的培養。



◀林高遠於2009年入選國家隊。

林高遠小檔案

- 出生日期：1995年3月19日
- 出生地：廣東深圳
- 運動項目：乒乓球
- 2018年、2019年世界盃男團金牌
- 2018年、2023年亞運男團金牌
- 2018年、2022年、2024年世錦賽男團金牌
- 2017年亞洲盃男單金牌

主要獎項

用努力保持在國乒競爭力

默默耕耘

北京奧運會後，國乒男隊有「二王一馬（王皓、王勵勤、馬琳）」坐鎮，林高遠就是在這樣的背景下進入到國家隊中。

「待夠3年」，林高遠父親為初來乍到的兒子定下過目標，他甚至為林高遠想好了退路，讀研究生，再回來做老師。沒想到，這一待便是5個3年。

如今在男隊，林高遠是除馬龍之外年齡最大的人。即將邁而立之年，他活得愈發通透了起來。心情不好時，林高遠會從羅翔的哲學視頻中汲取力量，進而體悟出新想法。久而久之，名言金句累積、吸收再內化，成為他在人生不同階段的座右銘。

「小時候教練挑隊員，我都是被剩下沒人挑的」。因為這樣，林高遠的自我認知從來都不是天才。在天才如雲的國乒隊伍，他一拍一拍，用努力保持競爭力，走到了目前的位置。林高遠總結

國家隊生涯時用了一句話：登高不做，居低不怨。

「他日若遂凌雲志，敢笑黃巢不丈夫。」2009年初入國家隊時，林高遠曾把豪邁之詞送給了初生牛犢不怕虎的自己。

升入一隊後，他因為在交流賽中狀態起伏，被「退」回過二隊。當外界刻畫的「國球殘酷競爭」真切擋在了這位新人面前，林高遠人生中第一次有了放棄乒乓的想法。很長一段時間，他忍不住地想，擔心被調回省隊，擔心未來的

路，有點「拔劍四顧心茫然」。

但這也是他最後一次動搖。首奪亞洲盃男單冠軍、攬下奧地利公開賽男單冠軍，嶄露頭角的林高遠獲得了出征2018年乒乓球世界盃團體賽的機會。彼時，他對自己的定位很明確：出現意外情況時，第一時間頂上去。在倫敦，年輕人攬下了首個世界冠軍頭銜。

這樣的波折，像一個個坐標，勾連起來拼湊出林高遠的成長軌跡。



◀林高遠（右二）已成國家隊的老大哥之一。

全力突破自己不留遺憾

回饋球迷

在大眾視野裏，林高遠被人熟知的是他戰勝「心魔」的故事。2017年男乒世界盃，他在決勝局手握6個賽點的情況下被德國名將波爾逆轉，無緣4強。

心氣最盛的時候，類似情況無異於一記當頭棒喝，這場較量也成為了林高遠職業生涯印象最深的比賽之一。

2023年4月的世界乒乓球職業大聯盟（WTT）球星挑戰賽曼谷站男單決賽，林高遠與韓國名將張禹珍苦戰7局，成為贏家。

決勝局最後一球，林高遠一記輕撥令對手回球下網。球彈了四下落地，林高遠1420天的單打「冠軍荒」告結。

曾經有人問過林高遠一個問題：想成為什麼樣的選手？他說，一個能讓人感動的運動員。

2024年7月，德國乒乓球甲級聯賽俱樂部穆爾豪森宣布，林高遠代表球隊參加歐戰賽事。他承諾給自己，盡最大努力去突破，讓日後回憶起來不留遺憾。

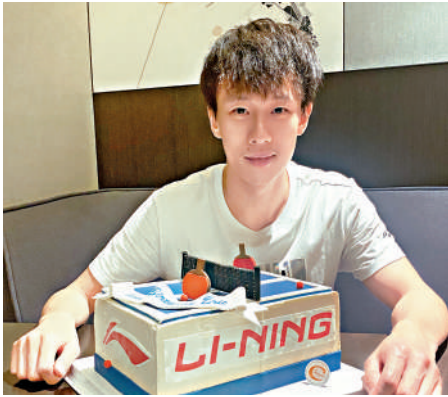
或許是年齡增長的緣故，已經從「小林」晉升為「遠哥」的林高遠，對於目標的設定不再像過去那般「單一」，他認識到乒乓球不是自己的全部，就像人永遠不會只有單面一樣。

作為土生土長的廣東人，今年的粤港澳全運會於林高遠有特殊意義，那是他對自己未來的一項短期規劃。家門口作戰，被林高遠視為回饋家鄉球迷的機會，他對成績自然多了些期待。

乒乓球桌上有一句約定俗成的話，球不落地，沒人知道會發生什麼。

同時期進入國家隊的隊友大多都已

經告別了球檯，林高遠沒有選擇改變生活方式，還在「執拗」地變成賽場內更好的自己。他不止一次說過，比賽打一場少一場，珍惜每場球勝過輸贏本身，「以後離開國際賽場，就沒有這種拼搏的機會了。」



▲林高遠將邁而立之年。

國乒從不缺少「天才」的傳說。高手如雲的殘酷競爭下，林高遠自始至終沒把自己歸到有天賦的人群裏，即使他曾是年少成名的代表人物。

在這道被無數人擠破頭想去破解的題中，林高遠某種意義上是更多乒乓人的寫照，他們為了站上金字塔尖努力保持着競爭力，在足夠長的時間跨度中無數次審視自己、破題。

引擎轟鳴陣陣，尾翼與空氣碰撞出巨大聲響。賽車從彎道駛出漂移而過時，輪胎與地面摩擦，泛起煙霧。

視頻裏林高遠的一身打扮頗有幾分專業車手的感覺，熟練地擺弄方向盤控制車輛軌跡。駕駛艙內，他享受着呼嘯而過帶給自己的推背感和酥麻感。

眾多閒暇活動中，賽車是林高遠的摯愛。如今學習駕駛的經歷被他稱之為圓夢，圓小時候的另一個夢。

受到地域等多種因素影響，廣東的賽車氛圍一直以來比較濃厚，林高遠感受其中。兒時，他總會跟在父母身後坐車兜風。望着窗外飛快向後「跑」的風景，少年喜歡上了那種飛馳感。但林高遠童年時光更多是在球館裏度過的。

人生首仗贏年長7歲對手

小男孩蹲在場邊，一下下地擺弄起散落在地上的小白球，好奇怎麼發出「乒乒乓乓」的聲音。由於爺爺和父親都從事過基層體育教育，抱着「試一試」的心態，父親開始讓兒子練習乒乓。

寶安區「家庭盃」乒乓球賽，林高遠人生的第一場比賽。5歲的他球齡只有一年，肩膀剛高過球桌不多，卻戰勝了比自己大7歲的對手。

為了方便林高遠練球，在空間有限的家裏，父親打掉了一面牆，取而代之的是乒乓球檯。

14歲入選國家隊

生活就此轉變為半職業化的乒壇之路，在賽車和乒乓球中，林高遠選擇了後者。進入省隊5年後，14歲的他從人尖裏爬了出來，入選國家隊。

車，林高遠未竟的兒時情結。乒乓球，林家三代人夢想的具象產物。賽車追求速度，在極致層面需要突破技術壁壘，「高速駕駛情況下自己會產生恐懼。」這種恐懼感，林高遠在球檯上同樣有過。每到這種時候，他總會轉變視角，從賽車中找尋突破點。

用林高遠的說法，打球和開車一樣，踩緊油門也許會有危險，但鬆了油門人生毫無意義。 中新網



▲林高遠盛裝出席公開活動。

吳安儀比利時桌球賽獲季軍



▲吳安儀曾在比利時公開賽打出一桿138度。 WSS圖片

►吳安儀（中）與冠軍伊雲絲（左）和亞軍勒查露合照。 WSS圖片

【大公報訊】記者朱家立報道：2025比利時女子桌球賽於上周日煞科，中國香港女球手「四眼Cue后」吳安儀於16強賽輕鬆晉級並一度打出一桿138度，隨後她於4強惡鬥英國「天后」伊雲絲，力戰下以3：4告負，雖



無緣決賽但仍取得季軍。

現時世界排名第2的吳安儀被賽會列為2號種子，故能免戰分組賽並直入16強。吳安儀首戰就與隊友蘇文欣上演港隊「打吡」，前者最終以局數3：1晉級，更在第3局打出一桿138度，位列世界女子桌球巡迴賽史上一桿最高度數第5位。值得一提的是，吳安儀是第4位打出10次或以上「破百」的女將，一桿138度亦是她生涯第2高分成績，僅次在2018年的澳洲公開賽所打出的139度。

伊雲絲險勝勒查露封后

至於8強賽，吳安儀則以3：2險勝英國球手戴維森，並於4強對陣伊雲絲。兩人打滿7局，最終「四眼Cue后」以3：4不敵，獲得季軍。伊雲絲在決賽以4：3勝泰國的勒查露封后。

上海男排力克保定

【大公報訊】記者夏微上海報道：9日，2024-2025中國男子排球超級聯賽季後賽A級第二十一輪第81場比賽在上海市黃浦區盧灣體育館進行，作為年後的首個主場戰役，上海男排經過五局奮戰，以3：2戰勝保定男排。

開場首局，上海隊以25：18先拔頭籌贏下。第二局，兩隊一番激烈的網上爭奪過後，上海隊以21：25不敵。隨後兩局，兩隊戰況膠着，各下一城。關鍵第五局，上海隊憑藉4號位扣球打中和發球直接得分，在開局6：2領先。此後，攔下保定隊的快攻將比分差距進一步擴大。局末階段，保定隊出現的串聯失誤讓上海隊抓住機會，15：10贏下第五局，大比分3：2贏下比賽。

賽後，上海隊主教練沈瓊點評球隊表現時說：「保定隊在第二、三局對於我們的發球接發球環節衝擊很大，所以我們臨場也提醒隊員做好困難的準備。在後兩局我們隊把握住一些機會，希望我們隊員在今天這場比賽後可以好好總結，打好後面的比賽。」



▲上海男排球員慶祝得分。 上海男排微博圖片