中國女籃未來希望

韓旭自我提升再踏WNBA征途

鏡頭前，談到有趣話題時，中國女籃隊員韓旭總會露出笑容，成熟不失可愛。中新社近日與韓旭對談，這個不到23歲的河北女孩，已經是逐夢路上的佼佼者。「天才就是無止境刻苦勤奮的能力。」哲學家卡萊爾的這句話，用來形容韓旭，很是貼切。二米〇七的身高，靈活的腳步移動，出色的籃球智商——自進入公眾視野，年輕的韓旭被認爲是中國女籃未來的希望。

▼韓旭（右）在紐約自由人隊表現不斷提升。

韓旭小檔案

- 出生日期：1999年10月31日（22歲）
- 籍　　貫：河北石家莊
- 身　　高：2米07
- 體　　重：88公斤
- 現效力球隊：紐約自由人（WNBA）
- WNBA職業生涯最高得分：16分（2022年6月10日所創）

主要獎項
2018年雅加達亞運會女籃金牌（中國女籃）

▲韓旭（右）助中國女籃奪2018年亞運金牌。網絡圖片

▶首次踏足WNBA之前，韓旭（前）效力新疆體彩隊。

▶韓旭（右）與小球迷合照。網絡圖片

▲韓旭（右）已成球隊主力之一。

力求進步

年輕，意味着有無數種可能，有更多勇氣去挑戰自我。2018年女籃世界盃，中國隊88：100負於美國隊，這是中國女籃自1983年以來，與美國隊交手的最小輸球分差。彼時只有18歲的韓旭砍下20分5籃板，驚艷世界。國際籃聯曾將韓旭與中國籃球標誌性人物姚明對比，二人在年輕時都被看作是國家隊的希望。美國的國家女子籃球聯盟（WNBA），是女籃的最高水平聯賽。2019年WNBA選秀，韓旭在第14順位被紐約自由人隊選中。

在闊別WNBA兩年後，如今，她再度奔赴海外，第二次踏上WNBA賽場。相較三年前，韓旭更加成熟。展望未來，韓旭渴望實現心中所想，做最好的自己。在近日與中新社的對話中，韓旭分享了關於籃球的點滴故事。談起中國女籃，她用「堅韌」、「勇氣」、「團結」來形容。在韓旭看來，能夠帶給國人力量，也是中國女籃存在的意義之一。

WNBA訓練強度更大

談到第二次登錄WNBA，與第一次的不同之時，韓旭表示：「2019年第一次來WNBA獲得的鍛煉機會很少。當時對自己要求比較高，沒達到心理預期時，感到很失落。再次回來後，教練給了我更多上場時間，我也做出了一些成績，增加了自信心。希望未來可以在對抗性、防守能力和籃板球能力有所提高。再次回來，非常激動和開心，自己變得更加果斷了，學習戰術的速度也比以前更快。球場上，和隊友之間的溝通沒有障礙。她們告訴我，對於一個母語是中文的女孩來說，我的英語已經非常好了。她們可以聽懂我的意思，尤其在球場上。但還需要去學習，大膽地去表達，哪怕是用肢體語言。」

韓旭表示，與WCBA相比，WNBA的訓練時間會縮短，但強度更高，大家都充滿激情。因為賽季正在進行，不會過多練習個人技術，主要是練全隊技戰術，從而快速提升團隊默契度。韓旭的父母均曾是專業籃球運動員，所以她從小受到薰陶，自然而然地開始接觸籃球。她小時候個子也比同齡人高一點。最初，他們也不會想到她今天能站在WNBA舞台上。上小學的時候，其他同學課外班可能是奧數或者英語，韓旭的課外班是籃球。之後，韓旭父母選擇把她送到清華附中上學，邊上學邊打球。畢業後，韓旭接觸了職業籃球，最終成為職業球員。

2018年世盃打出代表作

由於天賦出眾，球迷和籃球界均對韓旭寄予厚望。對此她表示：「會有壓力。我很感謝大家給予我這種評價，在我的身上寄予了很多希望。我要珍惜在WNBA學習的機會，不辜負祖國人民對我的期待。」回顧首次進入國家隊時，韓旭幾乎是年齡最小的球員，之後便隨隊出征，她也經歷過一段困難的時期：「確實經歷過一段困難時光。包括現在也有挫折伴隨着我。但我能做到的就是不斷告訴自己：挫折是人生必須要經歷的。它們會化作成長的軌跡，幫助我成長，讓我的心態變得更好。」

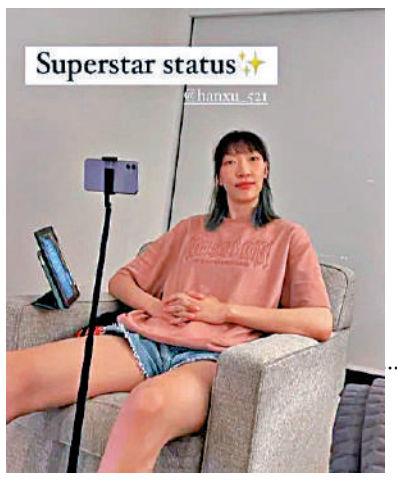
談到球員生涯的代表作，大家當然會記得2018年女籃世界盃，中國對陣美國的比賽，韓旭也分享了她的個人體會：「當時大家都說我是『橫空出世』。幾乎沒打過成年組世界比賽的『小菜鳥』，發揮得還不錯。我並沒有把對方當成美國隊，而是在閱讀防守，忘記了外界聲音，只是專注在球場上享受比賽。」韓旭也流露出對自己實力的自信：「此次回到WNBA後的首秀，讓我印象深刻。當時我投進了一個三分，在出手的一瞬間，隊友示意她也有空位機會。但我沒有想太多，直接出手了。」

「在球場上不能猶豫，要相信自己。當然，隊友機會比自己好的話，會選擇傳球。」韓旭說。

性格慢熱 動靜皆宜

韓旭在平日專注於訓練、比賽和改善表現以外，在比賽之餘，她會錄一些Vlog，因為她很想記錄在這裏珍貴的日子。

原來這位籃壇女將，平日生活比較喜愛靜態活動調節身心，性格也較為內向慢熱，但大家熟悉起來，便能夠發現她真正的一面：「我的業餘愛好是畫畫，喜歡在iPad上面畫。也很喜歡花花草草，會買花來裝飾公寓，覺得很溫馨。有時間也會看WNBA比賽，去學習一下。剛認識一個人時，我不會太外向。但時間長了，如果聊得很投緣，可能很快就熟了。我的隊友們常說，我是她們見過最『Funny』的人，就是最搞笑的人，我跟她們玩得也挺好的。」



◀韓旭在比賽之餘，也會拍攝一些影片作記錄。網絡圖片

韓旭再度遠征美國，父母不在身邊，自然非常關注她日常生活的各方面。韓旭說：「父母非常關注我的比賽、訓練包括日常生活。我隻身前往紐約，他們在內地比較擔憂，經常發信息詢問我的情況。由於是專業籃球從業者，他們會給我提出一些問題和指導。」

立志成就一番事業

雖說趁年輕要努力嘗試不同的事情，甚至要立志闖一番成就，但如果沒有強大心態，很難取得成功。韓旭說出了自己不懈奮鬥的心願：「我想成為最好的自己。在我上小學時，老師讓大家在黑板上寫出自己的願望。我就拿着粉筆在最高地方寫了四個字——籃球明星。來到WNBA是一件很不容易的事情，現在疫情比較危險，還包括語言障礙、人身安全等問題。但我想看看在這種最高舞台上，我能處在一個什麼位置。我想看看我可以成為什麼樣的球員，我想成為最好的。」

漸多女將外闖 實力獲認同

目前，除了韓旭為WNBA紐約自由人隊效力，中國女籃的另一位主將李月汝，也在本賽季為芝加哥天空隊效力。這也代表越來越多中國球員在WNBA賽場出現，體現出這一世界頂尖聯賽對中國女籃的肯定。

除了在賽場上為球迷獻技，中國女籃也熱心公益，關注社會上發生的不同事情，2020年初，中國女籃在奧運外圍賽後曾為武漢加油，感動了很多人。在韓旭看來，中國女籃除了背負祖國人民對壯大籃運的期望，也有着肩負更多社會責任的期許：「中國女籃存在的意義不僅是一支籃球隊，2020年初，新冠疫情爆發，我們是想用勝利給全國人民帶來一種慰藉。這也是中國女籃存在的意義之一，我們希望能給祖國人民帶來力量。籃球通過賽場上的拚搏，展現永不放棄的精神以及堅韌的態度。形容中國女籃，首先是堅韌，然後是勇氣，最後是團結。」

韓旭在WNBA賽場上，多了一個同鄉，她們並且在早前，於WNBA上演了「中國打吡」，結果李月汝的芝加哥天空隊作客以88：86險勝紐約自由人隊。韓旭在21分鐘的出場時間裏得到10分和2個籃板。李月汝出場6分鐘，通過罰球拿下2分，並貢獻3個籃板和1次助攻。

李月汝表示，越來越多的中國球員走上WNBA的舞台，代表了這一世界女籃最高水平聯賽對中國女籃這些年付出的肯定，這是最重要的事情。韓旭在回應中新社記者的提問時，也道出了自己在WNBA的目標：「在這邊會打好每場比賽，練好每堂訓練課，學習國外籃球發展中的精髓，回國後傳遞給大家。最重要的是把自己變得更好。」

◀除韓旭（右二）外，李月汝（右）也加盟WNBA的芝加哥天空隊。