

陈梦赢了！青岛姑娘成功卫冕奥运冠军！这也是本届奥运会青岛籍运动员拿到的第一枚金牌。8月3日晚，巴黎奥运会乒乓球女单决赛，陈梦4比2战胜孙颖莎，实现该项目卫冕。陈梦也成为邓亚萍、张怡宁之后乒坛第三位成功卫冕奥运女单冠军之人。

3日晚，青岛晚报记者和陈梦父母、启蒙教练共同全程观看了女乒决赛，记录下他们的激动时刻。同样的欢呼、同样的加油呐喊，3年前东京奥运会决赛在陈梦家的一幕仿佛重现：第二次在青岛现场见证陈梦夺冠，同样是4比2的比分，然而却有不一样的激动和感慨。走过的这三年对于陈梦来说，是布满荆棘与坎坷的道路，一度陷入“冠军荒”，在奥运女单名额争夺中长期陷入劣势，但这位坚韧的青岛姑娘从未放弃，她再次用奥运会女单冠军，向世界证明了自己。

本报记者和陈梦家人一起看女单决赛，92岁姥姥给夺冠的外孙女点赞：

“给梦梦打一百分”

梦爸：为女儿接风美食“升级”，这回要与黄晓明比拼厨艺



陈梦在颁奖仪式上。

赛前 小小吊坠凝聚家人祝福

比赛开始前，陈梦父母早早来到现场。“陈梦成功守住了下半区，和莎莎顺利会师决赛，希望她接下来尽情享受比赛就好。”陈梦母亲逢敏说道。比起东京奥运会决赛时的略略焦灼，陈梦爸爸陈樑此次更为平静，赛前在他看来，女儿此次巴黎奥运会可以打99分，守住下半区，与队友孙颖莎会师决赛，接下来要做的就是享受比赛。东京奥运会时，“青岛大虾”成了陈樑在媒体前提及最多的给女儿准备的接风大餐。此次巴黎奥运会，接风的美食也有所“升级”：“我们已经和陈梦表哥黄晓明先生约定好，到时候PK一下厨艺。”

此次奥运会赛场，陈梦的翡翠吊坠受到很多观众关注，和东京奥运会的乒乓球吊坠一样，这次的吊坠也是爸爸妈妈特意为女儿定制的，里面嵌有五环寓意奥运，圆形寓意圆梦，父母将祝福凝聚在这块小小的吊坠里，希望女儿勇敢打拼，实现自己的梦想。

现场 父亲谈及女儿几近哽咽

陈梦拿下最后一分的瞬间，青岛的观赛现场顿时沸腾了！陈梦的启蒙教练董熙和陈梦父亲陈樑紧紧拥抱着，母亲逢敏搂着92岁的陈梦姥姥，每个人都洋溢着灿烂的笑容。“开心！特别开心！为女儿自豪！也心疼女儿！”父亲陈樑激动不已，声音带着哽咽。

对于当晚陈梦的表现，母亲逢敏形容自己是“既心疼又高兴又自豪”——心疼女儿这一路走来太辛苦，没有节假日，没有休息，东京奥运会周期到巴黎奥运会周期三年多的时间，回家的天数加起来不足一个月，顶着巨大的压力拼搏；高兴和自豪的是，看到女儿再次站在奥运会的舞台上实现了自己的梦想。

陈梦92岁的姥姥是在众人搀扶下来到现场的，逢敏告诉记者，陈梦是姥姥一手带大的，和姥姥感情特别深。嘈杂的现场，分贝过高的呐喊，老人依旧淡定地坐着，眼睛紧紧盯着电视机屏幕，不时鼓掌

叫好。看到陈梦夺冠后，姥姥绽开了灿烂的笑容：“非常开心，给梦梦打一百分！”

作为陈梦的市队启蒙教练，董熙当晚也赶到现场，与陈梦父母一同观赛。谈及爱徒这几年的表现，董熙连连感慨：“东京奥运会之后的这三年，陈梦的表现可以说是充分体现了奥林匹克精神，顶住压力，奋力拼搏，在体能、技战术、经验方面都有了很大进步。在国家需要她的时候，挺身而出，挑起大梁，一场一场比下来，为这块金牌付出了难以想象的艰苦努力。”

回忆 为了乒乓球能放弃一切

董熙认为，陈梦成功的重要原因从小热爱乒乓球，能吃苦。他至今还记得，有一年大年三十，他带着陈梦练球，对一个环节不满意，一直给她加练，陈梦爸爸也陪着，“结果后来才知道她爷爷在家等着着急生气了，陈梦回家好一顿劝，哄好了爷爷。”可以看出陈梦很“抗练”，也真心热爱乒乓球，董熙感慨：“为了乒



陈梦妈妈(右)搀扶92岁的姥姥来现场观看。高静文 摄

乓球，她可以放弃一切。”

作为乒乓球特色学校的汾阳路小学，平顶的二层小楼，预制板、水泥地，当年的乒乓球球记录了陈梦乒乓球之路的启蒙时光。天赋好，吃苦耐劳，特别喜欢乒乓球，这是启蒙教练对陈梦的评价。七八月的大太阳天，训练场被太阳烤得透热，球握在手上都热乎，小小的陈梦反复练习，一句苦也不叫。过人的天分加上刻苦的训练，陈梦很快展现出强大的实力，一年级的暑假就在全市中小学乒乓球比赛中战胜了三年级的选手，拿到冠军。

低谷 最后一刻拿到入场券

2021年7月29日，陈梦夺得2020年东京奥运会乒乓球女单冠军，第一次参加奥运会就夺得乒乓球女单桂冠，圆了自己的奥运冠军梦。

在东京奥运会归来之后，陈梦经历了一段时间的瓶颈期，受到伤病与各种因素的影响，一度陷入“冠军荒”。在2021年9月进行的陕西全运会上，陈梦受肩伤影响只拿到女单第四和女团亚军。2021年休斯敦世乒赛，陈梦止步女单四强。2022年WTT新加坡大满贯女单决赛，陈梦以4:3战胜王曼昱夺得冠军，这是陈梦在奥运会后收获的首个冠军。2023年上半年，陈梦参加了WTT新加坡大满贯、2023年世乒赛单项赛等

青岛晚报·掌控传媒
“声明原创”
使用“声明原创”作品须经授权同意
(0532-82860085)

多项赛事，在多个项目上收获亚军，但均无冠军入账。

进入2024年，陈梦的状态开始复苏，在釜山世乒赛团体赛决胜局帮助中国女乒拿到冠军，到了沙特大满贯比赛，她所处半区有平野美宇、张本美和、早田希娜三位实力不俗的日本选手，压力之下陈梦顶住了，愈战愈勇，先后赢下三位日本奥运选手，乘势而起的陈梦又在决赛中战胜孙颖莎，夺得世界乒乓球职业大联盟(WTT)沙特大满贯女单冠军，在最后时刻完成奥运积分的反超。

赛后陈梦表示：“从两年前拿到WTT新加坡大满贯冠军后，虽然我也进过决赛，但一直没赢得过冠军。沙特真的给了我一个难忘的旅程，自己在场上的努力，得到了老天的眷顾。”状态复苏，让陈梦对于巴黎奥运会有了新的期待，“希望在赛场展示自己这三年的努力成果，也希望能够在赛场上展现自己更好的一面。”她说。

巴黎 再圆梦登上最高领奖台

此次征战巴黎，首轮比赛中，陈梦迎战阿尔及利亚选手洛赫莱比，4比0轻松获胜，挺进下一轮。16强比赛中在第一局落后的情况下，陈梦迅速调整状态，连扳4局，战胜瑞典选手琳达·伯格斯特隆。8强比赛中，陈梦在先失一局的情况下，又是连扳四局，从而以大比分4比1击败对手顺利晋级，接下来的比赛，陈梦更是以干净利落的4比0横扫奥地利选手索菲亚·波尔卡诺娃，从而顺利进入女单4强。值得一提的是，本场比赛第三局，陈梦打出单局11比0，这也是国乒本届奥运比赛的首个11比0的比分。半决赛中，陈梦以4比0轻松利落战胜韩国队选手申裕斌，与队友孙颖莎会师决赛，为中国队提前锁定这枚金牌。决赛中，两位中国姑娘全力发挥，为观众奉上一场精彩对决。

赛后，陈梦在采访中提到：“跟莎莎的比赛没有失败者，我们都拼尽全力了，可以说这场比赛对我们俩都意义非凡。能拿到冠军也算是意外和惊喜，以自己的年龄来说，这三年输莎莎很多，只赢了两次，因此这场决赛也是抱着冲击者的心态，一分一分拿下来。”

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 高静文



8月3日，陈梦庆祝胜利。新华社发