

乒联
百年

小球飞扬 全球同拍

■ 海南日报全媒体记者 刘晓惠 实习生 周涵佳

源起:从贵族桌戏到世界潮流

乒乓球的英文名是 Table tennis——“桌上网球”，顾名思义，乒乓球源自网球。

19 世纪末，欧洲盛行网球运动，但由于受到场地和天气限制，英国大学生把网球移到室内，以餐桌为球台，书为球网，用羊皮纸作球拍。

1890 年，几位驻守印度的英国海军军官发现在一张不大的台子上玩网球颇为刺激，他们改用实心橡胶代替弹性不大的实心球，随后改为空心塑料球，并用木板代替网拍。这种新颖的“网球赛”，慢慢演化为 Table tennis，也就是乒乓球。

彼时的“桌上网球”，是贵族们饭后消遣、陶冶情操的小众娱乐，带有浓厚的阶层印记，与普通民众几乎绝缘。再加上软木或香槟瓶塞制成的球弹性不足，木质球拍光滑无摩擦，击打起来节奏缓慢、技巧单一。

1903 年，英国人古德的一项创新彻底改变了乒乓球的玩法——他将橡胶粘在木拍表面，胶皮球拍的出现让旋转打法成为可能，原本缓慢平淡的对垒变得充满变数与技巧，乒乓球也从“贵族消遣”逐渐向“竞技运动”转型，为其走向大众奠定了基础。

乒乓球的大众化进程，离不开全球化与器材的普及。20 世纪初，这项运动随着欧洲移民的脚步传入美洲、亚洲等地，逐渐打破阶级壁垒。1904 年，上海一家文具店老板从日本购买了 10 套乒乓球器材进行售卖，中国学生们用木板自制球拍、在水泥桌上即兴对战，这项运动在民间悄然扎根。

在欧洲，随着工业革命的推进，乒乓球器材实现批量生产，价格大幅下降，普通家庭也能负担得起，街头巷尾、学校操场逐渐出现了乒乓球台的身影，不同年龄、不同阶层的人都能拿起球拍，享受运动的快乐。

生根:东方力量与“国球”的诞生

乒乓球起源于其他国家，它究竟是如何成为中国“国球”的？

20 世纪初乒乓球传入中国后，官方大力推广。因为乒乓球对场地要求极低，一张球台、两块球拍即可开展，且器材成本低廉，非常适合作为日常健身运动。

乒乓球在中国真正火起来，是在 1959 年。当年，第 25 届世乒赛在西德多特蒙德举行。中国选手容国团连克强敌，收获男子单打冠军。这是中华人民共和国成立后的第一个乒乓球世界冠军，也成为中国乒乓球和中国体育腾飞的起点。

恰逢中华人民共和国成立 10 周年，容国团等中国乒乓球运动员回国后受到了毛

泽东主席、周恩来总理等国家领导人的接见，周总理更是把容国团夺冠和十周年国庆列为 1959 年的两大喜事。

随着竞技成绩的提高，中国乒乓球在国际上的地位逐步提升。1961 年，国际乒联将第 26 届世乒赛的举办权交给了中国，这是中华人民共和国历史上首次举办国际体育赛事。

那一次，中国男队击败了称霸乒坛许久的日本队，首次夺得世乒赛团体冠军。而庄则栋和邱钟惠还分别获得了男、女单打冠军。邱钟惠成为中华人民共和国首位女子世界冠军，她帮助中国队实现了女子项目上冠军零的突破。

第 26 届世乒赛男团决赛最后一场，容国团在上场前喊出豪言：“人生能有几回搏，此时不搏何时搏？”最终他 2-1 击败对手，助力中国队夺得男团冠军，而“人生能有几回搏”这句掷地有声的呐喊也成为中国乒乓球队、中国体育人的力量源泉。在此带动下，中国运动员都将拼搏精神牢记在心，代代相传。这也正是中国体育实现从弱到强的内在动力。

交响：“小球转动大球”的外交力量

在国际乒联百年历程中，乒乓球最动人的篇章，莫过于“小球带动大球”的外交传奇。这项小小的运动，超越了竞技本身的意义，成为跨越意识形态、连接各国人民友谊的桥梁，深刻影响了世界格局，书写了中国外交史上的经典一笔。

1971 年，在日本名古屋举行的第 31 届世乒赛期间，中国运动员庄则栋和美国运动员科恩之间发生了一次意外互动。

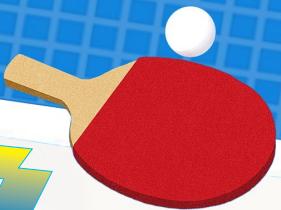
科恩在赶车途中，误上了中国队的大巴车。由于中美两国在那个年代还处于交往隔绝的状态，当时车上的中国运动员无人敢主动跟科恩说话，场面一度十分尴尬。就在这时，庄则栋主动前去交谈，并送给科恩一幅杭州织锦，而后，科恩回赠庄则栋一件美国队纪念衫。

两人的友好互动，奠定了“中美乒乓外交”的基础。而后在两国领导人的共同努力下，中国迎来了第一批美国客人——1971 年 4 月 10 日至 17 日，参加第 31 届世乒赛的美国乒乓球代表团访问了中国。周恩来总理在会见美国乒乓球代表团时，称赞他们“打开了两国人民友好往来的大门”，并通过他们转达了对美国人民友好之意。作为回应，美国总统尼克松当日即发表声明，结束了美国政府对华长达 20 年的对华贸易禁令。

不到一年，尼克松访问了北京，中美两国签订了《上海公报》，中美关系通过乒乓球

跨出关键性的一步。

乒乓球的蝴蝶效应逐渐辐射全球，直接助推 1971 年中国恢复联合国合法席位，此后一年内，中国与加拿大、日本、英国等 38 个国家建交或恢复大使级外交关系，彻底打破外交孤立局面。这颗小球，让世界看到了体育的外交力量。

百年轮回，故事常新。2026 年，海口亚洲杯的哨声即将吹响。让我们共同期待，在这片热土上，乒乓的故事将写下怎样的新篇？那枚永不停歇的小球，又将如何继续它的全球旅程，弹奏出友谊与和平的崭新诗篇？



1996 年 7 月 31 日，邓亚萍获得第 26 届亚特兰大奥运会乒乓球女子单打金牌。
新华社发



2008 年 8 月 23 日，三面五星红旗在北京大学体育馆升起，中国选手马琳、王皓、王励勤在北京奥运会乒乓球男子单打比赛中分获金、银、铜牌。
新华社发



2025 年 12 月 7 日，中国队夺得国际乒联混合团体世界杯冠军。
新华社发

榜的三位中国名将
登上国际乒联百年荣誉
『三代楷模』
中国乒乓

■ 海南日报全媒体记者 刘晓惠 实习生 周涵佳

2026 年，国际乒联迎来百年华诞，重磅发布百年荣誉榜，表彰塑造乒乓运动百年历史的传奇人物。邓亚萍、马龙、许昕三位中国乒乓球传奇作为代表中国乒坛不同时代的标志性人物入选。

邓亚萍，作为“初代大魔王”，以绝对能力打破偏见，开创属于自己的时代。身高仅有 1.55 米的她，曾因身高劣势被省队拒之门外，却凭借钢铁般的意志在废弃训练场中淬炼锋芒，腿绑沙袋练步法，日复一日打磨技术，最终敲开国家队大门。她以快准狠的风格横扫赛场，14 年职业生涯斩获 18 个世界

冠军，连续 8 年占据世界第一宝座，成为乒坛史上首位女子大满贯得主。她用汗水与毅力证明，身体条件从不是成功的障碍，其拼搏精神更成为后世运动员的标杆。

马龙，乒坛公认的“六边形战士”，以坚守与突破书写男子乒坛巅峰传奇。他是世界乒坛首位集奥运会、世锦赛、世界杯等所有重大赛事单打冠军于一身的“超级全满贯”男子选手。38 岁的他历经伤病考验，却始终坚守赛场，从东京奥运卫冕到巴黎奥运领军，用稳定性与意志力定义运动员的巅峰时长，二十余年的坚守诠释着对乒乓刻进骨血的热爱，是

中国男乒最可靠的“定海神针”。

许昕，乒坛“黄金左手”，以独特风格与双打统治力绽放光彩。他的入选，也让世界看到乒乓运动的艺术与多元，他被球迷亲切称为“人民艺术家”。他的技术风格独特，以全面的技术和打法的灵动闻名。作为罕见的左手直板选手，他的中远台对拉灵动飘逸，“神仙球”频频惊艳赛场，极大提升了乒乓球的观赏性。他凭借着日复一日的训练，打磨出了这一身独树一帜的技艺，在乒坛的舞台上大放异彩，与队友携手构建起中国乒乓的“双打长城”。