

依旧熟悉的球台，王皓不太习惯地站在了挡板外。宣布退役后一周重返国家队训练馆，王皓接受记者专访。奥运会三连亚，怎会不遗憾？“多少会有点，但我的职业生涯算比较完美的了。”对于过往，王皓选择看淡胜负。王皓说，自己现在又有了那种特别有动力的感觉，希望能培养大满贯冠军，弥补自己的遗憾。



脱下战袍执教鞭 坦言球员生涯不圆满

王皓 想培养大满贯选手补遗憾

留遗憾 雅典错过最好机会

记者：说出退役两个字的时候，你好像非常动情。

王皓：确实舍不得，但毕竟31岁了，到了运动生涯尾声。2012年伦敦奥运会后，我就已经明确表态过，不会打里约奥运会了。当时因为队里有新老交替的需求，我就一直坚持。打了今年东京世乒赛，看到张继科、马龙、许昕彻彻底底地完成工作了，也就放心了。从那个时候开始，慢慢酝酿退役的问题。

记者：3次奥运会男单亚军，离开会觉得遗憾么？

王皓：遗憾多少有一些，特别遗憾也说不上。毕竟职业生涯拿到这么多世界冠军（18个），也挺不容易的。我对自己整个职业生涯还是非常满意的，算比较完美。

记者：14年国家队征战，最满意的一场球是哪一次？

王皓：2008年北京奥运会的团体赛。在自己祖国参加奥运会，运动员一辈子能赶上一次就非常幸运了。那种荣誉感、使命感，是完全不一样的。夺冠之后，我们仨和刘国梁指导抱在一起都哭了。我们（包括马琳、王励勤）单打拿前三，同时升起三面五星红旗，那次也是记忆犹新，感觉真的不一样。

记者：那时是你的巅峰期，你原本有机会去实现大满贯的。

王皓：其实，最好的机会是2004年雅典奥运会。对阵柳承敏，我是有优势的。那次机会没有把握住，有些遗憾。赛前对困难准备不足，为年轻付出了代价。后面两次奥运会决赛失利，和在雅典输掉决赛也有很大的关系。如果2004年在雅典拿下了冠军，我有可能连着拿三届奥运会男单冠军。

当教练 把过去的成绩当动力

记者：这次以教练的身份回到国家队训练馆，有没有不一样的感觉？

王皓：感觉既紧张，也放松。位置不同，角度不同，和以前不一样。运动员生涯后期，因为考虑退役的问题，对胜负看得没那么重。退下来转型当教练，一下子又有了当年刚入队的感觉，动力特别足。

记者：运动生涯取得这么多成绩，你自己肯定很有信心成为一名好教练吧？

王皓：信心肯定是有的。过去的成绩对我来说，是一个更大的动力。当然，现在我才刚刚开始，距离优秀教练的差距还是非常大的。虽然我有不少实战的经验，取得不少成绩，但这不代表做教练就一定能够很成功。我还需要去不断学习。像每年的全国教练员学习班，肯定会去，已经都在计划里了。另外，也在准备去一些院校深造和培训。

记者：改当教练，有没有向陈玘、邱贻可这些小伙伴请教？他们现在都在当教练。

王皓：和他们经常沟通、请教，包括马琳、王励勤。大家有机会见面的话，肯定都会去聊聊乒乓球，有时间也会发发微信。比如看到哪个小队员很不错，或者队里的一些情况，都会聊聊，也是一种业务学习和交流。

记者：你也说动力特别足，像当年刚进队那样，那你现在有没有新的梦想和目标？

王皓：肯定有啊。运动员的梦想和目标是进国家队，拿世界冠军、拿奥运会冠军。作为教练也一样。我希望自己有朝一日，具备足够的力量，有机会重回国家队，通过自己的能力，去竞选教练。现在是为国家队培养里约周期的运动员，将来我希望能够带出大满贯运动员，完成自己没有完成的目标。

最欣慰 创新打法永载乒坛

记者：14年运动生涯，你不仅有18个世界冠军，还创造了直板横打打法。

王皓：对乒乓球技术的创新、推动，自己还是挺自豪的。希望大家有一天说起我，第一个想到的不是成绩，而是我为直板推广和改进做的贡献。进队那会儿，跟着吴敬平指导天天钻研，进行系统化训练，加上刘国梁指导一起慢慢摸索、研究、改进，才形成了技术打法风格。不只是直板横打，还有台内侧拧、中近台的撕。现在不仅仅直板选手用台内侧拧，很多横板选手，包括一些欧洲顶尖选手，都在使用。

记者：有没有想过，要把直拍横打的技术传承、推广下去？

王皓：直板是我们中国乒乓球传统的优势打法，我肯定希望直板技术能够得到发展传

承。但现在横板技术是主流。从乒乓球发展来说，需要考虑每个队员自身的特点和能力，也需要考虑每支球队全面打法的需求。

记者：没有考虑专门培养直板横打的接班人？

王皓：其实很多人模仿我，希望能打成我这样。但是，乒乓球技术还是要结合自身的条件、能力、风格，不一定要完全像我这样的直板横打，也可以借鉴我的技术特点。像国家队打直板，现在最好的是许昕。教练肯定希望他的反手能够像我这样，但不见得完全像我。比如我反手可以打很多板，许昕能够打上2板、3板，就是很大的进步。他有自己的特点，像正手的杀伤力、上旋的纠缠能力、大范围跑动能力都很不错，借鉴一些直板横打技术，同样能达到很高的水平。

谈家庭 没想过带儿子打乒乓

记者：转型做教练，是不是终于可以多回家了？

王皓：这个还真不好说。当教练需要跟球队在一起，需要考虑更多的事情。原来当队员，只想把比赛打好，把训练做好。现在不同了，需要考虑运动员的培养发展，包括八一男队的建设。比如运动员进队、到队里考试、每天制定训练计划……所有事情都需要自己拿主意。前一段时间北京流感，我就要去关照运动员别生病。考虑的东西更全面，付出也更多。

记者：确实是，当教练意味着更辛苦，家人的付出也相当大吧？

王皓：肯定是更辛苦。之

前和陈玘、邱贻可他们聊，也都感觉和当队员不一样，比较累。最近八一队开始冬训，每天一早就要从家出发，队里6点多出早操。等我到家，一般都是晚上10点多了。等到赛季开打时，还要四处征战。家人的支持就显得非常重要。我的父母、爱人给了我很大支持。既然选择了，就踏踏实实把它做好。

记者：那有时间陪儿子么？以后带着他打乒乓球？

王皓：周日有一天假，就抓紧陪他。感觉他现在还挺喜欢运动的，但没有想过让他打乒乓球。顺其自然吧，打乒乓球还是太辛苦了，要成为世界冠军、奥运会冠军太困难了。

三获亚军经历 或是一笔财富

国家体育总局训练局乒乓球馆5楼，男乒直通苏州世乒赛选拔赛第二轮次打响。又一次踏进球馆的王皓则不再像以往那样热身、粘球拍、比赛……一周前，他在队内聚会时已向队友们作别，正式从国家队退役。尽管“王皓”两个字还挂在国乒小黑板上，排名国内国际比赛积分的队内前列，但征战14年乒乓赛场已经不再属于他。

退役演说还不到一周，王皓已经迅速转型。回到国家队训练馆，王皓关注的是国乒训练比赛用球（比八一队质量好很多）；和刘国梁、马琳聊起来，王皓关注的是八一队年轻选手樊振东、周雨、徐晨皓的情况；上午直通赛结束时，王皓已经订好了休息的酒店；到了晚上，他还要赶回训练馆……俨然一副地方队教练的做派。

入戏很快，演好戏却不易。刘国梁认为，对于王皓这样的奥运会冠军而言，转型开始的一两年最难。作为万众瞩目的冠军选手，高起点意味着高期待。从队员转型成教练，面临的是知名度、经济收入各个方面的下滑，责任压力更大，收益似乎却减少，落差之下，能够挺过来确实非常人所及。

或许，这时候正能体现刘国梁所说，3次奥运会亚军对王皓的人生来说，是一笔财富。那么，让我们耐心等待，等待一个个闪闪的军中王指导到来吧。（据新华社）