



# “不求跑得快 只想跑得远”

——剥剥小龙虾，聊聊申花事

## “如今方懂可可维奇”

这句让人现在看来依旧觉得诧异又搞笑的话，倒是在不经意间将王洪亮的思绪带回到当年，那是一个无忧无虑的时期，那时他的身边还有郜林、毛剑卿、邱盛炯等人，他们并不是什么组合，却被球迷冠以响亮的头衔——申花1985一代。

在博击队做教练和管理工作之余，王洪亮还有另一个身份，那就是解说员。因为曾经是职业球员的关系，他解说的场次虽算不上多，但专业性得到公认，在他这个年纪，解说算是兼职，最大的好处其实是可以借此多看几场球，前不久英超联赛中曼城与南安普敦的一场比赛，就让他记忆犹新。

“现在许多成年队队员，欠缺的反而是青少年阶段应该积累的意识和理念。对教练来说，是否能够将争取的理念灌输给队员，是最重要的……”他打了生动的比方，“小队员向左侧的一次传球被断，教练会说，你为什么要往这里传？下一次传球，这个小队员往右侧传，结果又被断了，这个时候他其实很渴望有人能够告诉他原因，可偏偏很多时候一些教练就会反问，‘你不会自己判断吗？’真实原因是，他自己也说不清楚。”

回到曼城与南安普敦的这场比赛当中，英超冠军持续围攻了对手大半场，直到最后一刻才艰难完成绝杀，在王洪亮看来，瓜迪奥拉的球队固然有强劲的实力，但最大的挑战可能并非来自对手，而是自身，“他的球队，肯定

需要面对各种各样的‘大巴’，联赛一场接着一场，曼城需要考虑的，是下一次遇到这种极端防守要怎么办，如果还像我们以前概念当中，自己去领悟肯定来不及，唯有依靠比赛中出现的问题，去针对性地解决。这就是一种‘教练痕迹’。”

在这点上，王洪亮想到了自己曾经在申花和全运队时期的教练可可维奇：“他的训练就很有针对性，能够在短时间内把问题非常高效地解决掉，至少在这个错误之后，我们不会再犯错。”那是一个令人看到希望的年代，这个南斯拉夫人成为了十运会期间上海队的主帅，手底下除王洪亮外，还有郜林、毛剑卿、沈龙元等，有些遗憾的是，最终这支才华横溢的球队在决赛中不敌山东，为了当年那场决赛，王洪亮甚至还提前打了封闭，要知道，这对于他那本就受损严重的膝盖而言，是又一次消耗，当时的申花队医尤根曾让他考虑清楚，“事实证明，尤根是对的，但当时没想那么多。”可令王洪亮没想到的是，拼命做预防的结果，没能等来登场亮相的机会。那场决赛中，或许是出于保护伤病球员的关系，又或许是一些其他客观因素，上海队无缘排出最强阵容，除王洪亮外，包括毛剑卿和沈龙元也都缺席，最后的领奖台上，小毛与王洪亮甚至都不愿登台，“现在想想，确实挺遗憾的。”而这份遗憾，让他有了衔接下一个话题的理由。

申花1985一代，曾被人寄予厚望，他们确实个个特点鲜明，也都具备了过硬实力，尤其是当近几年中国足坛开启U23球员政策之后，更让人对昔日那段人才辈出的年代唏嘘。王洪亮至今都还记得，他和身边那群刚满20岁的小伙伴，在每个周末来往于东方绿舟和康桥训练基地的日子。

“2003年上的一队，那时候是跟着训练，2004年开始正式踢比赛，当时为了2005年全运会，2004年一些关键比赛就会抽调过去，那个时候每周三，申花大巴就会过来，老戴（时任申花领队戴春华）就会把我、小毛带过去，有时候队里还要算一下红黄牌情况，不过涅波带队的那会儿，我每次都会去，从不落下。”王洪亮说。那段日子里，但凡出场，球队前场定位球都由他主罚，2004年，1985年出生的他才19岁，比现在中超U23政策的最高年龄限制门槛还小了4岁。“我们这批人，补

充到球队后，可以直接为教练所用，不说做多少贡献，但肯定中规中矩，也不用让人提心吊胆。”

2005年打完全运会后，如同每个走出大学校园的学生一样，1985一代的这群年轻人，开始了各自不同的职业生涯轨迹。当然，许多事情也如同现实生活中那样，不会像预期般美好。“全运会之后，那几年里，我们这批人一起踢球的日子很有限，更不用说大家再去为一个冠军、一个赛事去拼了……”王洪亮说。上一次人比较齐的相聚，具体时间反正是记不清了，只记得人和事，“那真是挺久远了，好像还是郜林回上海那次，2015年还是2016年……”加盟恒大之后，这些个赛季中，总有那么几次是夏天要回上海打客场，训练和比赛之余的间隙，就成了郜林和大家伙小聚的机会，当然，每次来，人都不见得齐，能吃上几口小龙虾，和个别老朋友叙上几句旧已经很不容易了。“他来，我总归帮他



【离开申花的日子③】  
嘉定博击·王洪亮

率领嘉定博击冲乙的前一晚，王洪亮的手机上收到一条链接，内容大致是“昔日申花队的1985一代今何在？”看完之后他笑了，因为作者在描述他时，有这样一句话：“曾不知什么原因，被俱乐部七次下放预备队……”

专题撰稿 首席记者 刘闻超

搞一点(小龙虾)，聊聊天。”

现在大家要聚一下不容易，除了几个家本来就在上海的，比如陈雷，他踢完一个赛季后，我们总会或多或少聚一下之类的。“那小毛呢？小毛比较飘忽，哈哈。”

## “早退役说不遗憾是假的”

2014年底，王洪亮选择了退役，那时他刚满29岁，之所以如此早就挂靴，这其中就伤病的关系，但更多还是因为心灰意冷。

“我要是知道2015年开始大环境好起来，2014年年底，我管他什么队，肯定就先去了啊，我这膝盖虽然说连续高强度比赛有点问题，但一般常规比赛，中超、中甲肯定没问题，况且我这个位置也不是那种特别需要猛冲猛跑的……”当时想要他的队不少，并且都提出了“不用试训”的认可条件，可王洪亮还是拒绝了，这其中就有后来第二年直接上了中超的延边，朴泰夏的俱乐部甚至给他开出了近六位数的月薪：“当时真的怕了，感觉眼里都是骗子，说好的东西到头来肯定都不会给……”退役之前那三年在深圳踢中甲，奖金差不多在8000元左右一场，日常住酒店使得当时王洪亮平时没什么额外开销，扳着手指去算的话，三个赛季不到的时间里，连续被欠薪14个月，等于白白打了一年多的工。

效力申花的最后那段日子里，同

一批的1985届球员陆陆续续走得差不多了，以至于后来人们再谈起时，发现留在队里时间最长的成了邱盛炯与陶金，而现在，他们也离开了。没球踢的日子总是难熬，当时的恒大还在中甲，在引进郜林后，他们还曾想要一名后腰，按照恒大方面的设想，等到冲入中超后再谈郑智或许更合适，然而，当橄榄枝抛来时，却被时任申花投资人朱骏拒绝了，理由是“开价太低”。那时孙祥刚刚完成转会，披露的费用是400万元，恒大对王洪亮的定价是200万元，现在想来，如果当时去了恒大，或许一切都不一样了。

遗憾吗？这个问题在过往的谈话或采访中，王洪亮被问到过许多次，他现在是真的可以很坦然面对了：“说不遗憾是不可能的，从小一起长大，人家一年几千万……但我现在定定心做这份工作已经六年了，再要去说遗憾不遗憾的，就有点傻了。回头想想，我们这批人至今也都保持联系，朋友圈相互点赞聊天也都有，也没什么不好，你说呢？”没等记



时年29岁王洪亮提前结束了职业生涯

者开口，他举了个更形象的例子，“比如我们约好去吃个饭聚个会，20万我不行，也的确没什么必要，但人均两千元或者两万元的，只要你叫我，我肯定去，这样去想问题，心态就会好一些。相反，如果人均三五百的我也不肯去，那可能就真是有问题了。人要往那种层面看，肯定会眼红，但真的没必要和自己过不去，现在好好做事，满足了孩子就可以了，我还是比较能定下心来的。”

## “投身青训学到很多，儿子能看出有点天赋”

现在，王洪亮还会在一些上海的民间赛事上踢上两脚，和以前比，如今是真正的“养生足球”了，但这并不影响那份执着。渐渐地，他也开始培养儿子踢球，不知不觉间，他的手机里已经存下许多儿子踢球的短视频，“这小子有点天赋的，再观察观察，让他也一起来训练。”

话题回到了开头，他对自己那句有关现状的定位：“不去比谁跑得快，争取跑得稳一点、远一点。”王洪亮或许从来就不是个跑得快的人，踢球那会儿打后腰，胜在大局观和脚法，更不用说初登国际赛场时的那次受伤影响。直到现在，他都能清晰地记得当时的

许多细节：“‘土伦杯’第三、第四名决赛，我们和巴西，就是小毛打进成名作进球的那场比赛，当时对方中场还有后来效力曼城的那个费尔南迪尼奥，比赛都快结束了，我在一次防守时和对方一个老外对脚，当时就觉得全身一麻，像被开了一枪，我知道坏了。但是比赛后来马上结束了，那时候就忍住了。”按照计划，国青比赛当晚就会从法国直接飞回北京，就这样，一路上王洪亮的右膝只进行了冰敷，而错过了第一时间的治疗，等到抵达北京想要再站起来已经变得相当困难。

前前后后，他的那只右脚劫了不下

三刀，还都是半月板同一个位置，事后看来，这的确成为王洪亮职业生涯的一种转折。到现在为止，身为原国脚，却没能为成年国家队踢上一场国际A级赛事，也成了他心里的一个遗憾：“最近的一次是朱广沪带队出征东亚四国赛，我本来想忍住，但朱导也是出于职业生涯考虑，让我安心先把伤养好，以后再等机会，我想想也有道理。”

那些曾经意气风发却也波折不断的日子，全都留给了昨天，王洪亮现在依然能说出许多细节，但所有这些言语中，已经找不到可惜、失落乃至埋怨，仅有的反倒是一些搞笑的自嘲。

“我们有时候也会聊，如果申花不是经历了那些历史变迁，老大老二（孙吉、孙祥）他们那批之后，就是我们这批人，到他们32岁时，我们28岁左右，新老交替肯定没问题，如果这批人保留下来，现在申花或者说上海足球的底蕴应该更不同一些。”他说。然而，早退役、早转型，也确实让他在许多方面走在别人前面：“经济上可以认为失去了很多，但青少年这块工作，我肯定算是投入比较早的，这些年里做的这些事情也让我学到很多，对今后的人生肯定有帮助。踢球那会儿，吃饱、睡好就可以了，现在不是了。”



王洪亮时而去做解说嘉宾