

王哲林：相信属于自己的总会到来

独家专访

2026年1月27日，上海体育馆的欢呼为CBA联赛又一历史瞬间定格——上海久事男篮队长王哲林用一次标志性的内线强打，将个人生涯总得分镌刻在10000分的刻度上，成为联赛历史第六位、现役唯一的“万分先生”。

十四载征程，489场比赛，从福建队的青涩新星到上海男篮的核心队长，两夺常规赛MVP的他，用坚守与努力书写着属于自己的篮球传奇，而在里程碑的荣誉背后，是坚持带伤的执着，是不断修炼的自我，更是对胜利的渴望。

本版撰稿 本报记者 薛思佳

“道贺比生日还多，但赢球更重要”

东方体育：拿到万分的夜晚，如何进行庆祝？

王哲林：就回家和家人一起聊聊天，和平常一样。

东方体育：在那个时候，让你觉得自己可能要达成这一历史性的时刻？

王哲林：其实自己没有太多去想10000分的事情，因为一开始自己的进攻状态一般，直到下半场可能才慢慢找到感觉，进攻机会也多了一点，而且是越打越顺，就觉得自己有可能去达成这一成就，最后也没想到正好拿

到了25分，一分不多，一分不少。

东方体育：那天晚上手机里的消息应该很多，有没有哪个人的祝贺让你印象很深？

王哲林：确实，比我过生日的消息还多。但好像大家发的内容都差不多，有和我从小一起长大的朋友，有福建的，也有上海的一些朋友，包括曾经的队友都给我发了祝福，感觉都一样珍贵。

东方体育：其实官方很早就开始预热10000分这个事情了，但实际上你自己没有预设过这件事在哪个时间

节点上发生？

王哲林：对，不能说为了自己早点得到10000分去改变球队的打法或是原先的技战术安排。我觉得顺其自然是最好的，而且比赛也赢了，可以说是双喜临门。如果我为了去拿这个10000分，结果球队输了球，肯定不是最好的，所以这是最好的安排，刻意去安排，或者一直去想这件事反而会适得其反。希望自己能够延续状态，拿到更多的里程碑，然后帮助球队，去赢得更多比赛，达成我们全队的目标。



“要做好儿子的榜样”

东方体育：你第一时间把比赛用球给了场边的儿子，是提前设计好的还是临场决定的？

王哲林：很早之前就想过，如果拿到10000分，要把这个球给他。恰好那场比赛他在现场，就把球给他了。

东方体育：儿子对这个10000分有什么概念吗？

王哲林：目前还没有，因为太小了。而且看上去他对篮球暂时没有什么太大的兴趣，就是看个热闹，有时候在场地边还是更喜欢看动画片，

我们也不会强求他一定要怎么样，只要开心健康就好。

东方体育：升级做了父亲之后，自己有什么成长和变化吗？

王哲林：其实我是不太希望家人出现在公众视野之内的，因为我知道舆论压力有多大，还是希望给到他们一个相对宽松的环境。对我来说，不敢说是所有人的榜样，但起码做好自己最喜欢的事情。

东方体育：前不久刚刚度过了自己的32岁生日，随着年龄的增长，会不会对CBA总冠军这个目标更加迫切？

王哲林：心里肯定希望可以去拿到，但也会告诉自己顺其自然，就像拿到10000分一样，不要刻意去强求，该来的时候自然会来，还是首先把当下的事情做好，踏踏实实走好

“被球迷TIFO感动，绝杀同曦至今难忘”

东方体育：看到球迷给你准备的TIFO，是一种怎样的感受？

王哲林：很惊喜，也很感动，非常感谢这么多球迷一直以来对自己的支持和鼓励，很用心。

东方体育：这10000分里面，你觉得哪个进球让你印象最深？

王哲林：绝杀深圳的那个进球确实很难忘，但印象最深刻的是我第一次绝杀的时候，那时候我还在福建队，记得是打

南京同曦，当时做了一个运球变向的急停跳投2分绝杀，那是我职业生涯中用这种技术动作完成绝杀的第一次，确实印象很深。

东方体育：10000分无论在哪个联赛都是一个非常伟大的里程碑时刻，你为此征战了14个赛季、489场比赛，你会不会有所感慨？

王哲林：确实会有这种感慨，没想到自己已经在CBA联赛打了这么长时间。其实，我现在还能回想起自己刚打CBA时候的场面和自己的模样，仿佛还在昨天一样，但实际上已经过了十几年。就像我现在还记得我自己拿到1000分的时候，当时没想过自己有一天会拿到10000分，可能也说明退役的时间快到了，感觉篮球生涯已经进入尾声阶段了。

万分“王”，“鲨”不住



——“万分”是水到渠成，“大王”还有更高的目标



“争取三年内实现目标”

每一步，我相信属于我的总归会到来。

东方体育：会在这份新的三年合同期间内达成吗？

王哲林：确实是我在球队里过得最完整的一个夏天。过去这十几年时间，我其实从来没有在球队里面，能够有这么多的时间去做针对性的训练和提升。从放假回来之后，一直到联赛开始，我一直在球队不断地提升自己的身体机能，储存体能，没有过多地去进行消耗。实际上到我这个年龄，自己也会刻意地去保护自己的身体，毕竟不像年轻时候那样恢复得很快，需要在私下里付出更多去维持自身的状态。只有每天去练，比赛中才能更有自信去发挥。

王哲林：影响肯定会有，对抗中可能不像以前那样很轻松地就可以把对手撞开，需要更多的力量。但现在球队的战术打法，也不需要我像以前那样去强打，所以我而言还好，反而防守端会更加轻松。还是像我之前说的，只要能够帮助球队，无论进攻还是防守，我都会去做。

东方体育：赛季初的磨合度不是很好，因为大家各自有全运会的比赛任务，包括外援来得比较晚，大家在一起磨合训练的时间有限。但随着赛季的深入，也已经打了20多场比赛了，慢慢固定了一些战术套路和打法，球队也取得过一波连胜，看得出来彼此之间的默契程度正在越来越好，当然也有很多提升的空间。

东方体育：赛季初的