

# 没离开过

## ——惠若琪的退役生活

■新华社记者韦骅 徐征 夏亮

虽然已经退役一年有余，但惠若琪从未脱离人们的视野：做解说、推广公益、举办夏令营……她所到之处，仍有大量球迷翘首期盼，她在里约奥运会决赛上帮助中国队赢得冠军的那记探头球仍时常在电视上回放，似乎她从未离开。

一提起惠若琪，人们的第一反应还是那位在球场上无往不利的中国女排队长。退役之后，惠若琪努力在转型中寻找新的定位。谈起退役生活，惠若琪笑言终于知道“柴米油盐酱醋茶”是怎么回事了。

“我觉得其实这一年更多是在熟悉这个社会，作为运动员，之前我们都处在一个相对封闭的环境中。我们那时候开玩笑，连柴米油盐酱醋茶根本都不知道怎么回事。以前的生活就是训练馆、食堂、寝室三点一线。一开始刚不训练的时候还觉得蛮轻松的，但当慢慢需要自己安排生活和工作的时候，就觉得还是以前打球比较简单。”惠若琪说。

时间久了，惠若琪时不时也会想念与队友们在球场上并肩奋斗的那段时光。“当退役那个新鲜感过去之后，就会怀念以前的日子。以前每天

太紧凑了，不是训练就是比赛。现在一站到球场，过去的回忆就会往上涌，就觉得以前的生活虽说有压力吧，但是简单而美好。”

小惠怀念过往，但当下还有更重要的事情让她不遗余力地付出。退役之后，惠若琪辗转各大高校，针对支教中存在的体育师资和项目缺口开展精准帮扶，为支教学校提供学校体育教育。她曾说，做公益也是女排精神在场外的延伸。

惠若琪透露，在退役前她就会每个月都给公益组织捐钱，慢慢地也就养成了习惯。“因为在自己受伤之后感同身受，就觉得有一天可能你在追求梦想的道路上突然就走不动了，那种心情是非常失落的，我很幸运重新回到球场，也实现了自己的梦想，其实那些没有实现梦想的运动员和教练员，我觉得他们也是做出非常大的贡献，所以一开始的时候就是想去回报他们。”

因为支教，惠若琪有机会接触到了来自偏远地区的孩子，她透露跟小孩子们相处与她之前想象的并不一样。“通过支教我认识了一些来自青海的孩子们，发现他们没上过体育课。再经过实地走访，发现有些地方

真的是有很好的硬件设施，但一个体育老师都没有。我小时候是向往上体育课的，但是他们的体育课可能是自习或者活动课。我觉得体育改变我挺多的，我想这也能改变他们很多，所以就希望能够把更专业的体育教育带给他们。”

公益是惠若琪退役后的重心，但不仅仅是公益，“排球”二字也是她揭不去的标签。记者采访时，惠若琪正在宁波北仑推广她的“元气排球”夏令营。她表示，自己不仅仅是女排精神的实践者，也是推动者。“其实就是希望能够让孩子们有更好更专业的排球服务，因为我们一直推崇全方位地认识排球，希望通过看比赛、实际训练，理论知识传授让孩子更加理解这项运动，我觉得打球的确重要，但是理解这项运动更重要。”

“另外一点，我和昔日的队友们都是夏令营的教练，我们都是毕业于中国女排这个大家庭，从这个集体当中学到了很多，也得到了很多，所以我觉得我们有这种情怀去反哺这项事业，带动更多的孩子喜欢上排球，这也是我们义不容辞的责任。”

除了老师、教练，惠若琪还有一

个角色，那就是解说。在宁波北仑体育艺术中心——这块她无比熟悉的场地，惠若琪以解说嘉宾的身份见证了中国女排三战全胜、拿到直通东京奥运会的门票。比赛结束后，惠若琪也来到场内与曾经的队友们相拥庆祝，这一场景仿佛一下子回到了3年前里约奥运会的马拉卡纳体育馆。

谈到中国女排在东京奥运会的前景，惠若琪充满信心：“我觉得中国队还处在一个成长时期，郎导一直在打造‘大国家队’的概念，这也是希望我们的板凳深度更加深厚。我觉得现在中国女排从年龄结构上看还是不错的，有老将压阵，也有更多的中流砥柱，特别是很多有奥运经历的选手，另外后起之秀也非常有冲击力，所以我觉得整个阵容是非常可观的。”

当然，惠若琪也看到了如今排坛的发展，直言中国队所面临的挑战会更多：“跟以往的传统强队相比，现在格局上有一些改变。比如意大利队埃格努的横空出世、塞尔维亚队的日趋成熟，特别是美国队这种快速打法。我觉得可能更多是需要我们去适应不同队伍，然后再在临场做出更多的应变。”（新华社宁波8月6日电）

## 中国冰球联赛： 昆仑鸿星二队胜吉林城投队



8月5日，昆仑鸿星二队球员司徒永恩（右）在比赛中拼抢。

当日，在北京举行的2019中国冰球联赛中，昆仑鸿星二队以5比3战胜吉林城投队。 新华社记者 张晨霖 摄

## 罗杰斯杯女单： 莎拉波娃首轮遭淘汰



8月5日，莎拉波娃在比赛中回球。

当日，在加拿大多伦多进行的2019年罗杰斯杯网球赛女单首轮比赛中，俄罗斯选手莎拉波娃以1比2不敌爱沙尼亚选手康塔维特，无缘下一轮。 新华社发

## 澳田径奥运冠军皮尔森宣布退役

新华社悉尼8月6日电（郭阳）因近年来饱受伤病问题困扰，澳大利亚女子100米栏名将萨莉·皮尔森6日宣布退役。

皮尔森曾在2008年北京奥运会上夺得女子100米栏银牌，随后在伦敦奥运会上成为该项目冠军。她还曾两次夺得这一项目的世锦赛冠军。

皮尔森6日在社交网站上写道：“我决定结束田径运动生涯，我的身

体告诉我是时候放手、向着新的方向前进了。”她表示，16年的职业生涯很漫长，但也十分有趣、令人兴奋。

皮尔森表示，自己今年已遭遇6次伤病，小腿、膝盖、跟腱等多处受伤，如果再为参加东京奥运会训练一整年，身体可能会吃不消。

澳大利亚奥委会首席执行官马特·卡罗尔表示，尽管对皮尔森无法参加东京奥运会感到遗憾，但理解她做出的这一艰难决定。