

# 郑钦文的现在进行时

## 一百分热忱

“当你站在球场上的那一刻,网球它就不仅仅是网球,也反映出作为人身上的一些本质。”

10岁那年,第一次去美国的网球学校训练时,郑钦文被教练起了个英文昵称——“Fire”(火),既是指她具有力量感与进攻性的球风,也概括了这个湖北小女孩风风火火的性格。

然而,仅靠力量与进攻并不能一直帮助郑钦文取胜。从青少年赛场走向成人赛场,郑钦文在一次又一次的受挫中领悟:“力量大是一种优势,但如果你控制不好这种力量,不知道怎么运用这种力量,它可能就会成为你的劣势。”

球场上如此,生活中亦然。郑钦文逐渐发现,球员在场内和场外的状态存在某种“连接”:如果在场外保持平和,那么在场内比赛时会更有耐心,能多跟对手相持。

“我现在尽量使自己保持比较平静稳定的心态,但同时也在球场上也不失进攻的犀利,我也在慢慢地寻找怎样做到最好的自己。”

比赛时,郑钦文会用一切方式找到自己的状态。澳网期间,她曾向媒体透露过自己的一些“小迷信”:“比如说要吃一样的东西,做很多一样的东西,每天去球场坐在车上的位置必须是一样的,什么都得是一样的,很多很疯狂的小细节。”

与此同时,为了保持内心的专注与宁静,郑钦文做出了很多“简单直接”的选择。例如,比赛期间,酷爱吃辣的她会尽量保持清淡饮食,以避免刺激性食物对身体状态带来影响;她也会选择主动远离社交网络,以避免情绪的波动。

“我觉得我的心境还没有强大到可以完全忽略这方面的因素,所以我选择物理屏蔽,这是对我来说最简单的方式。”

简单直接,是郑钦文的行事风格。而这背后,是对网球全然的热忱。唯有明确心中最重要的事,才能在面对选择时毫不犹豫。

2019年年底,郑钦文去往西班牙训练。因为疫情缘故,不少球员选择回国,但郑钦文坚持在海外继续训练。其父郑建坪说,西班牙疫情严重时,训练场从每天早上7点起开始管制。为此,郑钦文有4个月左右的时间,都是从早上4点半起床训练,练到早上7点结束。

“这样的坚持,给了我们弯道超车的机会。”郑建坪说。

2020年8月,网球赛事恢复。这之后的一年多时间里,郑钦文参加了近30项比赛,这个数字意味着她几乎没有休息。为降低感染新冠的风险,她的团队选择开车出行,最远的一次,在路上就花了22个小时。

“想起来这简直不可思议,我在车里待了一天半,仅仅是为了打一站比赛。我不想首轮就被淘汰,接着再开22个小时回家,我想取得一些成绩,不想让这些辛苦白费。”郑钦文说。

再度携手郑钦文的教练里瓦也曾在决赛前的发布会上表示:“我从没见过像她这么努力的球员,可以想象,钦文心中怀揣着怎样的梦想,她非常想成为最顶尖的球员。我为她在本次澳网的表现开心,因为她的努力值得。”

1月27日夜,墨尔本罗德·拉沃尔球场人潮如织,萨巴伦卡成功卫冕澳网女单冠军。捧杯一刻,在北半球的冬夜中,许多中国人紧盯着屏幕上的另一位主角——2024年澳网女单亚军,21岁的郑钦文。

这是郑钦文第九次跻身大满贯赛事正赛,也是首次闯入决赛。此役过后,她的单打世界排名将跃升至第七,实现了自己一年前许下的“进入世界前十”的心愿。



郑钦文在澳网比赛中庆祝胜利

## B

## 痛苦与成长

“我无法想象停滞不前带给我的痛苦。”这曾是20岁的郑钦文对痛苦的阐述。

澳网女单决赛后,郑钦文在球场一侧用一条毛巾捂住了痛哭的自己。赛后发布会上,这个一向乐观开朗的女孩也一度哽咽。

“心情确实挺复杂的,因为我总觉得自己可以做得更好,但是我今天没做到,然后可能我觉得责怪自己责怪得比较多,也是需要时间去冷静一下。”

在过去几年,郑钦文鲜有在赛后展露自己不那么积极的情绪,自信而幽默的发言,甚至成了她身上的一个标签。

事实上,失败的痛苦,是每位职业运动员必定要遇到的困扰。郑钦文曾表示,在之前的一段时间里,每输一场比赛,她几乎都会落泪。“为什么刚刚没能表现得再好一点?”通常是她脑海中最难消散的懊恼。

或许正是由于这种懊恼,在赛场上,面对身体的伤痛,这个女孩却时常展现出一种不懈的决然。

2022年法网,郑钦文在正赛第四轮遭遇女单排名世界第一的选手——斯维亚特克。承受着生理期和腿伤双重困扰的郑钦文,在第二盘时状态已明显下滑。坚持至决胜盘时,她做出了一个令全场观众震撼的决定——“拆掉绷带,继续战斗”。

“虽然当时腿上也有疼痛,但相比于肚子的疼痛,已经算不了什么了。而绷带绑在腿上,影响我的跑动,所以把绷带拆掉就是想放手一搏。”郑钦文在赛后说,“我很珍惜这次和世界第一打比赛的机会,我也很想看看她能做到哪一步,我不想轻易地放弃。”

无独有偶。2023年女子网球选手协会(WTA)珠海站上,郑钦文服用了止痛片以完赛。赛后,形容自己身体已“四分五裂”的郑钦文复盘失利时说:“我觉

得可能我那一口气没有上来才输掉了很多关键球。如果我的内心可以再坚定一点,不去考虑伤病,把那口气提上来,我今天还是有可能会的。”

“可以输球,但重要的是,以什么样的方式去输球。”郑钦文在此前的采访中早已解释过自己这样做的缘由,“看看在绝境中我还有没有机会,这就是我在场上秉承的信念。”

同样的信念,也体现在了澳网这场决赛中。

在颁奖仪式和赛后发布会的镜头里,郑钦文表情中的遗憾与失落极易被察觉。可在此之前,比赛进入决胜阶段时,面对对手“轰炸式”的强力进攻,郑钦文展现出了远超年龄的冷静与理性。在大比分处于劣势的情况下,她几乎面无表情地抓住最后的机会反击,整整挽救了4个冠军点。

尽管最终未能改写结局,但对于21岁的郑钦文而言,此刻的遗憾与不甘或许会化作一股能量,推动着她继续向前。

“我觉得拿到冠军才算符合我的预期,但是没拿到,然后就说明我确实还有很多不足需要改进。”

“或许,我必须要在网球上多下功夫,在心理状态和个人状态上多下功夫,才能释然。因为如果输了,那这背后一定有原因,我们必须努力找出原因……我想,我可以从今天的失败中学到更多,只希望下次重回澳网时,我能成为一个更好、更强的网球运动员。”

在本届澳网四分之一决赛后,曾有记者向郑钦文提问:“想对小时候的自己说些什么?”

而郑钦文的回答,或许恰好能用来激励此刻的她:“你所有付出的努力肯定都是值得的,要好好享受过程,因为一切都会来的。”

据新华社

## 沧州晚报 分类广告

### 优派门窗

居然之家泰大店负一层,木门、合金门全屋定制。张经理:13831766167

### 空调移机维修

加氟、清洗、回收。5697155

### 高价回收

空调回收、家电回收、电动车回收、电缆回收。5127777

## 鑫源老年公寓

环境优美,服务细心,交通便利,价格便宜。鑫源养老院提高长者的文化生活!另常年招护理员。

搬迁至徐官屯村斜对面佳兴物流门口,乘车13路、613路、665路在徐官屯村北口下车路西北行200米即到。

电话:18931718321

讲文明树新风 公益广告



# 全社会都关心支持 未成年人 健康成长

沧州市精神文明建设委员会 宣