

## 喜获澳网女单亚军

世界排名升至第七

# 郑钦文的现在进行时

### ——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。”

事实上，失败痛苦，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”。

“其实当时腿上虽然也有疼痛，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，即使在这样的身体条件下，我今天还是有会机的。”

“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。在大比分完全处于劣势的情况下，她几乎面无表情地抓住最后的机会反击，整整挽救了四个冠军点。

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，要好好多多享受过程，因为一切都会来的。”

（据新华社）

27日，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。赛后，对手萨巴伦卡向郑钦文表示：“你未来会有很多机会，也一定会拿到属于自己的大满贯冠军。”来自对手的祝福也代表了许多人的期盼。澳网过后，属于郑钦文的高光之路，仍在前方。

郑钦文在赛后接受新华社专访

### ——一百分热忱——

“当你站在球场上那一刻，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了悟：“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），但同时在球场上也不失进攻的犀利，我也还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，每天去球场坐的车位置必须是一样的，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。”

2019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7点结束。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此前的发布会上表示：“我从没见过像她这么努力的球员，可以想见，钦文心中怀有着怎样的梦想，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。”