

“高手的水平相差无几，到最后拼的就是心态” 付剑铭：专注与心态

在上个月底结束的由河南省高尔夫球协会主办的“Titleist·思念果岭国际社区杯”2013河南省青少年高尔夫球巡回赛第一站比赛中，14岁的付剑铭夺得了冠军。对于这个在自己参赛历史上还算不错的成绩，付剑铭只是淡淡地一笑：“还行吧。”

自从三年多以前喜欢上高尔夫这项运动以来，付剑铭的生活基本就保持着这样的节奏：“每周训练6次，周一到周五上午在学校上课，下午训练，周六还要加练。”

“主要是因为喜欢，喜欢站在场中的感觉。虽然练推杆的时候感觉有些枯燥，但大多数时间还是很有趣的。”付剑铭说。三年多的高尔夫训练，让付剑铭学会了一件很重要的事情——专注。“打高尔夫需要专注，要认真处理每一个球，这样就养成了习惯，在高尔夫以外，不管是打电脑游戏，还是上课听讲、做作业，都能够做到这一点。这可能是我最大的收获吧。”付剑铭这样解释自己虽然每天只上半天课，但学习成绩还算不错的原因所在。

付剑铭说他最喜欢的高尔夫选手还是“老虎”伍兹，因为他的心态好：“高手的水平相差无几，到最后拼的就是心态，谁的心态好，才能顶住压力。”在聊天中，“心态”也是付剑铭经常提到的一个词儿，在这方面他是有着深切体会的：“有一次参加比赛，前面打得一直都不错，还排名第一，后来出现了失误，结果脑子里一直想的都是那个失误，导致后来的5个洞全都‘打爆’了，最后的成绩也很差。其实后来看，就算那个失误影响了成绩，但最后5个洞打好了，名次也不会差，但就是摆脱不了那种懊恼后悔的情绪，导致了崩盘。”自那以后，付剑铭慢慢学会了调整：“做任何事情都要努力做到心态平和，既然失误已经发生了，就不可能更改，在后面弥补就是了。”

随着年龄的增长，付剑铭很快就会面临在继续学业和走职业道路之间如何选择，而这个时候的付剑铭心态还是非常平和：“一边努力训练，一边认真上学，如果在上高中之前，高尔夫的成绩不错，就走职业道路，如果不是特别理想，那就继续上学，将高尔夫当成自己的一项爱好和特长。”“其实我也很喜欢校园生活的。”付剑铭说。

关天朗闯入美国大师赛的惊艳表现让人们把高尔夫和中国少年更紧密地联系在一起，河南省青少年高尔夫巡回赛的举办也标志着河南省对青少年高尔夫选手的重视程度明显提升。不过当你开始将高尔夫当成一项专业投入训练的话，这已经不再有那么多蓝天碧草间的浪漫，而意味着艰苦，尤其是对10岁上下的孩子来讲。正如一位小选手的家长所言：“这是对技术、体能、心智和意志力的综合考验。”不过为了追逐自己的高尔夫梦想，这些孩子们不惜艰苦地训练，同时也体验、感悟着这项运动。

专题撰文 郑州晚报首席记者 郭韬略
专题摄影 郑州晚报记者 白韬

高球姊妹花：携手前进

即使是过去了好几天，发生在河南青少年高尔夫巡回赛首站比赛B组（女子12岁以上组）的那场激烈竞争依然被选手和家长们津津乐道。那天的比赛中，冀怡帆和张婧文两人交替领先，难分伯仲，直到最后一洞时也无法确定冠军归属。最终冀怡帆以74杆，高于标准杆两杆的成绩夺冠，张婧文以一杆之差位居亚军。其实无论74杆还是75杆，对于年仅12岁的小选手来讲，都已经是非常了不得的成绩，而在两人的教练看来，她们都有着非常好的运动天赋，是具备成为职业选手潜质的优秀苗子。在场上是势均力敌的对手，在场下是非常要好的朋友。



张婧文

最出色的小选手

“她有着非常好的运动天赋，更重要的是，她对高尔夫球有着非常浓厚的兴趣，只要刻苦训练，将来一定能成为职业选手。”有着20多年从业经历，从她“连挥杆都不会”开始，已经带了张婧文3年多的教练师岳星，这样评价自己的爱徒张婧文。

同样，带冀怡帆训练的澳大利亚教练杰夫对自己的徒弟也给予了非常高的评价：“具备了成为一名职业球手的潜质，她所需要的就是要多打比赛，增加经验，多和国内同龄选手较量，了解对方的情况。”冀怡帆和张婧文代表了河南省这个年龄组女子选手的最高水平，事实上以往两人也跨组参加过全国希望赛，和成年选手同场竞技，并都取得过进入决赛圈（前15名）的好成绩。现在两个人都在备战将于5月13日举行的全国希望赛江西庐山站的比赛，对于在全国性赛场上的较量，两人都充满了期待。

他&她的偶像是“老虎”和魏圣美 他&她因为高尔夫 生活发生变化 他&她期待未来在职业果岭驰骋 挥杆高尔夫 河南少年绽放梦想

“打球只有一次机会，不像拍戏，可以NG好多次” 高尔夫带来的变化

今年已经上初中的冀怡帆，从小学时开始练球，就保持着“上午上课，下午训练”的状态，而难得的是练球并没有影响到她的成绩，到了初中，成绩还是名列前茅。

冀怡帆说，从高尔夫的训练和比赛中让她学会了如何面对挫折：“比赛中失误、打得不好是常有的事儿，但我慢慢地知道要学会总结，找出经验教训，无论学习还是比赛都是这样的。”

和冀怡帆不同，家在新乡的张婧文训练就没有那么方便，只能利用周六和周日的时间来郑州训练。正因为训练时间少，

这也让她特别珍惜，训练也特别刻苦。三月份去上海参加完希望赛回到郑州已经是晚上9点多了，父亲原打算让已经在外一个多星期的女儿尽快回家休息，没想到遭到她的反对：“我们就在郑州住下吧，趁着周末还可以多练两天。”这种执着和刻苦精神让当父亲的既感动又自豪。

“打球带给了我什么？就像马小晓那样，打球只有一次机会，不像拍戏，可以NG好多次。整场比赛全部都是由自己独立完成，没有教练帮助，要在很短的时间内作出正确的决定，这就要求更仔细更认真。”张婧文说。

“如果达到职业标准的话，就转职业” 偶像不同 目标一致

张婧文说她最喜欢的高尔夫球女选手是美国的克里默和韩裔美籍的魏圣美，原因则是一个少女的简单逻辑：“因为她们长得漂亮啊。”男选手中，她最喜欢的是麦克罗伊，之所以不是老虎，是因为老虎“长得太严肃了”，而麦克罗伊更年轻更有朝气。

和张婧文不同，冀怡帆的偶像是韩国女选手柳萧然。“为什么不喜欢魏圣美？”“感觉她太注重外表了，主要是靠漂亮吸引眼球，柳萧然的球技更高，我也希

望自己成为一个实力派选手，在球场上靠球技取胜。”

虽然偶像各有不同，但两位目前河南同龄人中最优秀的女选手，都希望自己能在球场上有更出色的表现。“还不太清楚什么年龄可以转职业选手，先把自己的水平提上去，成绩稳定在标准杆以内，如果达到职业标准的话，就转职业。”冀怡帆说。

而有了教练的鼓励和父亲的支持，张婧文走职业化的态度就更坚决一些：“没什么，自己就是刻苦、努力呗。”



冀怡帆

付剑铭