



■「别急,慢慢来。」罗德里格斯对李娜耐心开导 图 C

 **独家揭秘**

彼此尊重

记者问:去年8月执教李娜前,你听说过姜山当地教练时的故事吗?李娜会在比赛中向他怒吼,还会叫观众闭嘴。

罗德里格斯直言,接手李娜,压力很大。那时,他看了不少李娜过往的比赛录像,还向同行打听了不少信息,有人着重提到了李娜的火爆脾气。所以,最初接手时,罗德里格斯强调,球员和教练之间的关系,应该彼此尊重,“因为,我是职业教练,你是职业球员。训练和比赛中的建议,要听我的。”

或许,人们会觉得,经验老到的罗德里格斯曾帮助海宁登上世界冠军宝座,并帮助她成功复出,现在再与李娜合作,应该是小菜一碟。罗德里格斯摇摇头,“我执教海宁时,她才13岁,我陪伴她度过了少年时期,帮助她走向成功。我们之间的关系,更像父女。而李娜,已经是30岁的成熟女人了,我要做的更多是帮助她突破自我。还有,不要忘了13亿中国人的眼睛。他们关心李娜的每一场比赛,甚至一举一动。”

从第一天接触李娜开始,罗德里格斯发现,其实,她只是心直口快。上任之初,当罗德里格斯告诉李娜:情绪管理,是你的第一课,也是一定要上的必修课,李娜点头赞同。“虽然有压力,但在她的巅峰期,若能帮助她再有提升,是一件很有挑战的事,不是吗?”他说。

日常灌输

记者问:李娜情绪焦躁时,你如何说服她要学会控制?

罗德里格斯指出,这并非是在

丝丝清风吹散『娜』火

——听罗德里格斯谈李娜为何变了

正午时分的墨尔本,太阳很晒。但在墨尔本公园的16号训练场,李娜的脸上见不到一丝焦躁的表情,更别提什么咆哮了。隔着网的陪练,是丈夫姜山,经常笑得眼睛眯成一条线。

在李娜的情绪管理方面,外界都说,新教练卡洛斯·罗德里格斯是一大功臣。训练之余,罗德里格斯对本报记者说:“我告诉李娜,征战澳网,最关键的一点,仍旧是情绪管理。”有什么样的秘诀,比老公更能管理妻子的情绪?

某场比赛中发生某件事的时候去当场解决。“因为在激烈的对抗中,对运动员而言,周遭的一切细节都会被放大镜无限放大,要预先做好面对突发情况的准备。我给她上的情绪管理课,是在平时的训练中一点点灌输的。”

曾经,李娜冲着看台上的球迷,用英文喊“闭嘴”;曾经,李娜在采访中对不爽的问题呛记者。罗德里格斯都看在眼里。但他不会特别提某一件事、某一个细节。他只是用物理原理,点醒李娜。“就好比两股力量,我推你一下,你是推开我,还是把我拉到你身边?”这就是作用力和反作用力之间的关系。“我告诉李娜,不要让周遭环境中的力量,成为你的反作用力,否则,你会越走越远。”

将力气花在与自己无关的事情上,只会消耗体力。“比如记者的提问、观众的叫喊,或许你不喜欢这

些,但如果你怒对这些,你会很累。至少,你该想一想、分析一下,究竟该用怎样合适的方式去对待。”来澳网之前,罗德里格斯又向李娜强调了一遍,“将周遭的一切反应,转换成对自己有利的东西,为我所用。”

李娜的澳网首轮比赛,轻松胜出后,罗德里格斯感觉,她在情绪管理方面比以往有了一大提升。“在她取得领先时,她向对手充分展示了自信,而不是急躁,这极具威慑力。”

放手管理

记者问:李娜形容你俩的关系,不只是师徒。你们是生活中很好的朋友吗?

罗德里格斯是一个安静、淡定的人。“我站在那里,等她的召唤。她需要我了,我就去帮助她。”

离开球场,两人有各自的生活。

“李娜需要自我管理。”比如昨天,中午李娜在罗德里格斯的指导下上了一堂训练课,随后,她去健身房做拉伸时,他就忙自己的事情。至于李娜晚上的安排、赛前准备,罗德里格斯都不会过多干涉。“我不喜欢逼她做什么事,她是否需要我,由她来选择。”

李娜正在变成第二个海宁吗?罗德里格斯否认了这一点:“不,对待李娜,我用的方式完全不同。海宁从小就和我学习网球,我了解她生活中的方方面面,但对李娜,我要去发现和了解她,让自己融入她的团队,并找到属于自己的位置。”

昨晚,李娜邀请罗德里格斯去唐人街,吃了一顿美味的中国菜。“我爱中国菜,辣的除外,李娜知道。”罗德里格斯笑着说。饭桌上,不谈网球,只聊生活。

情绪控制,需要的,其实是自我管理,而不是他人去管理。李娜很赞同这一点,她的心智,正变得越来越成熟。”是的,抛开技术层面,罗德里格斯在李娜身边所扮演的角色,更像是心理按摩师。

特派记者 陶邢莹 (本报墨尔本今日电)

 **澳网走笔**

“卡洛斯(罗德里格斯)教给我的,不仅是网球技术,他让我的精神意志很强大。”这是澳网首日,李娜在新闻发布会上说的。

罗德里格斯究竟做了些什么?在同他对话完之后,让人豁然开朗。

曾经的海宁,身高1.67米,体重57公斤,与小威这样的力量型选手相比,纤弱瘦小,但她又是出了名的铁娘子。退役后选择复出,罗德里格斯说,这并非出自他的建议。“我从不过

以柔克刚

迫人做不想做的事情。凡事,由他们自己选择,需要我了,我就站出来。”

如今,对待李娜,罗德里格斯也从不逼迫她,就如同他灌输给李娜“作用力与反作用力”的原理一样。这样一种状态,让李娜感觉舒心。自从两人合作以来,每一次发布会,李娜都会感谢教练带给自己的帮助。在一次采访中,她还说,希望罗德里格斯能执教到自己退役。

由于时间关系,没能来得及同他



■ 娜姐气顺了,打球也顺了 图 CFP

罗德里格斯 其人其事

● 罗德里格斯在他28岁那年开始执教13岁的海宁,长达15年,帮助她七夺大满贯冠军,攀升世界第一。两人亲如父女,最近一次电话中,海宁告诉他,2月底3月初,她的第一个宝宝即将诞生。

● 海宁从未与李娜交过手。2010年澳网,是海宁复出后的首个大满贯赛事,在半决赛,她淘汰了郑洁,李娜则在另一半区负于小威。两人再度失之交臂。那时,罗德里格斯仍不了解李娜。

● 再往前推几年,海宁同彭帅交过手。有朋友告诉罗德里格斯,“中国还有一位比彭帅更厉害的球员,名字叫李娜。”这是罗德里格斯对李娜的最初印象。

● 2008年5月,海宁宣布第一次退役,她与罗德里格斯共同创办了比利时第六感网球学院。2009年,海宁复出,罗德里格斯又开始了全球陪伴参赛的日子。2011年海宁再一次退役,这一次,罗德里格斯正式启动了自己的“中国之旅”。

● 2011年,北京匠心之轮网球学校邀请罗德里格斯担任外教,如今,他入股学校,成为合伙人。中国女网何时诞生下一个李娜?罗德里格斯笑言:“请至少给我7年时间。当然,这个球员一定是我执教的。”如今,他将老婆孩子也带到了中国。

● 本届澳网期间,不少教练和球员都会很好奇地问罗德里格斯,“前往一个遥远陌生的国度,适应吗?害怕吗?”罗德里格斯一提自己的中国生活,颇为自豪,“换一个新的环境工作,人生才有乐趣。我不知道能带李娜走多远,但这一过程充满了挑战。”

特派记者 陶邢莹 (本报墨尔本今日电)



■ 罗德里格斯为李娜作示范 图 CFP

吴迪澳网“一轮游” 很享受 没尽兴

大满贯首轮游,很享受,但没尽兴。这是公开赛时代以来中国内地首位闯入大满贯正赛的选手、上海小将吴迪的赛后总结。

昨天,吴迪苦战3小时14分钟,以1比3不敌克罗地亚选手多迪格,4盘比分为5:7、6:4、3:6、3:6。“当对手试图打乱我节奏的时候,我心里冒出了100个问题,随后,我便打得‘灰’了。”在如何更职业、更专业方面,吴迪走向“无敌”还有很长一段路,这一堂大满贯的课程,收获颇丰,令他看到了希望。

第一次入住组委会提供的最高档酒店,第一次参加大满贯赛事安排的推广活动,第一次有外国球迷用中文加油……虽然输了比赛,但吴迪并不沮丧,“至少,整个比赛过程,很胶着,只是在关键分的把握上,我很遗憾没做好。”

过了一把大牌的瘾,重返现实,吴迪却多了一份自信。有一天,能凭借自己的排名,闯入大满贯赛事,这是吴迪的心愿。

特派记者 陶邢莹 (本报墨尔本今日电)