

思家,不想错过孩子成长

再见
【羽毛球】



2025年12月21日,杭州奥体中心的穹顶之下,万千束灯光如星河倾泻,最终缓缓收敛于场地中央的四道身影。郑思维与陈清晨、黄雅琼、刘雨辰并肩而立,球拍轻握,目光沉静。没有赛场的呐喊,没有决胜的紧绷,唯有无尽的掌声如潮水般涌来,与看台上闪烁的泪光交织成这个夜晚最动人的画卷。中国羽协精心筹备的集体退役仪式,为这四位仍在巅峰的传奇,奏响了职业生涯的终章

本版撰稿 本报记者 张立

郑思维

“雅思组合”搭档8年横扫42项冠军,世界第一累计248周,2025年全运会夺金成就“超级全满贯”。郑思维强调“不愿等到状态下滑被迫退役”,创立运动品牌,建立国际羽毛球训练基地,“要自己掌控时间”。



旧伤隐痛,身体已经发出信号

郑思维的母亲坐在观众席前排,泪水无声滑过脸庞。当主持人问及她眼中的儿子时,她哽咽道:“他就是我心中最暖的‘小棉袄’。”简单一句,道尽了冠军光环背后,那个属于家庭的、质朴的儿子形象。不远处,球迷们高举着连夜赶制的横幅——“感谢你们,致我们共同的青春”,字迹在微微颤动。有人掩面,有人相拥,这一夜,人们告别的不仅是一位运动员,更是自己青春岁月里那些守着直播欢呼、为每一记扣杀心跳加速的热烈时光。

仪式中最为温情的一环,是“照片故事”的分享。当大屏幕上并列呈现两张照片——东京奥运会领奖台上,郑思维为黄雅琼戴上银牌;巴黎奥运会领奖台上,同样的动作,换成了金光熠熠的奖牌——全场静默,随即爆发出雷鸣般的掌声。这两张跨越四年的影像,拼接出了一个关于遗憾与圆满、坚持与救赎的完整叙事。郑思维手持

话筒,声音平稳却富有力量:“从东京到巴黎,这段路我们走了四年。银牌的重量教会我们何为不甘,金牌的光芒告诉我们何为坚持。今天,我们带着圆满离开,没有遗憾。”

回望“雅思组合”走过的路,堪称一部羽坛传奇。自2018年亚运会夺金开启黄金时代,这对搭档以天衣无缝的默契横扫世界:三次世锦赛混双冠军、两届苏迪曼杯冠军、两届亚运会混双冠军、四次世界羽联总决赛冠军,以及长达五年世界排名第一的绝对统治。他们是国羽历史上首对卫冕亚运会混双的搭档,更是世界羽坛混双项目难以逾越的标杆。2024年巴黎奥运会那场决赛,当最后一个球落地,郑思维跪地长啸,黄雅琼泪洒赛场——那一刻,全满贯伟业终于铸成,所有汗水与泪水都找到了归宿。

然而,就在职业生涯最辉煌的时刻,郑思维选择了转身。外界不解:

28岁,正值当打之年,刚为浙江队摘下全运会冠军,国际赛场上依然是中国队的定海神针,为何急流勇退?答案,藏在那些不为外人道的细微之处:每一次多拍相持后加重的喘息,每一次起跳落地时旧伤的隐痛,还有深夜理疗室里永不熄灭的灯光。郑思维在退役前的最后一次专访中坦陈:“身体已经发出了信号。我还能打,但不再是百分之百的郑思维了。”

他的离开,标志着一个时代的终结,更折射出中国羽毛球队深谋远虑的战略转型。2025年,巴黎奥运硝烟散尽,洛杉矶奥运周期悄然开启。国家队教练组在发布会上的表态清晰而坚定:“未来属于年轻人。”郑思维们的退役,不是衰落的征兆,而是传承的开始——为新一代选手腾出空间,为中国羽毛球的可持续发展让路。这是一种更高境界的担当:以离开成全未来,用退场书写另一种忠诚。

退而不休,塑造完整个体

现代竞技体育的残酷与美丽,在于它极致压缩了人类生命力的绽放过程。运动科学的研究早已揭示:运动员的身体是一座精密而脆弱的时钟。28岁后,肌肉恢复速度每年下降约1%,神经反应开始出现毫秒级的迟滞,多年高强度训练积累的关节磨损则如沙漏中的沙,只减不增。每一次鱼跃救球,每一次高高跃起杀球,都是在与时间的赛跑中预支未来。

郑思维的退役决定,正是这种现代体育智慧的生动实践。在还能奔跑时选择新的起跑线,在荣誉满载时开启另一段旅程,这需要超越常人的清醒与勇气。体育界不乏令人唏嘘的反例:博尔特因一次跟腱撕裂再未重返赛道,无数天才因过度损耗而提前结束运动生命。相比之下,郑思维的“急流勇退”实则是一种更深远的投资。

更深层地看,这种选择背后是一种崭新的运动员生命观:运动生涯不是人生的全部,而是精彩篇章之一。郑思维在退役声明中写道:“羽毛球给了我一切,但我不能只拥有羽毛球。”这句话朴素却深刻,代表了中国新一代运动员自我意识的觉醒。他们不再是被动接受安排的“训练机器”,而是能够主动规划职业生涯、平衡多重人生角色的完整个体。

郑思维的转型之路已现雏形:白天拍摄教学视频、接洽商业代言,晚上回家陪父母吃饭,周末则化身“超级奶爸”陪伴儿女。他在一次直播中分享:“以前我的世界只有球场、酒店、赛场三点一线,现在我学着做一个儿子、一个丈夫、一个父亲。这些角色和打羽毛球一样,都需要学习与投入。”这种“退而不休”的状态,恰恰是当代退役运动员最理想的过渡模式——利用专业影响力开拓新事业,同时重建因常年训练而疏离的家庭关系与日常生活。

“退役不是终点,而是另一种参与的开始。”郑思维的这句话,或许能为无数面临转型的运动员照亮前路。当聚光灯熄灭,人生真正的舞台才刚刚拉开帷幕。

儿女双全,依旧保持热恋

如果说赛场上的郑思维是锐利如刀的进攻者,那么生活中的他则展现了完全不同的面貌:一个16岁邂逅爱情并坚守至今的钟情者,一个27岁儿女双全却依旧保持热恋状态的丈夫,一个将家庭置于事业之上的父亲。在普遍“先立业后成家”的运动员群体中,郑思维走了一条独特而温暖的路。

时间回拨至2012年,浙江陈经纶体校的训练馆里,15岁的郑思维与18岁的刘钰雯(嘟嘟)相遇。一个是羽坛初露锋芒的少年,一个是已退役的体操运动员。没有惊天动地的开场,只有训练间隙的眼神交汇,食堂排队时的简短交谈。青涩的感情在日复一日的训练生活中悄然萌芽,并在郑思维入选国家队、征战四方的岁月里经受住了距离与时间的考验。

2021年10月13日,相恋九年的两人低调完婚。没有奢华铺张的婚礼,只有亲友见证下的郑重承诺。次年,儿子“登登”降临;2024年,女儿“七月”诞生。27岁的郑思维,在夺得奥运金牌的同一年,也完成了“儿女双全”的人生大事。在综艺节目中的偶然露面,观众看到了这对冠军夫妻的日常:郑思维会记得每一个纪念日,训练间隙的第一条消息总是发给妻子,谈起家人时眼底的光比夺冠时更亮。

妻子刘钰雯的选择同样值得书写。曾是专业体操运动员的她,在郑思维征战国际赛场期间,毅然选择了创业之路。她名下的体育文化传媒公司并非玩票,而是实打实的商业运营。这份事业的背后,有着深思熟虑的考量:“我想让自己有更多时间照顾家庭,也让思维能安心打球。”她为丈

夫筑起了稳固的后方堡垒,使他能在赛场上心无旁骛地拼搏。

郑思维的家庭观,在退役决定中起到了至关重要的作用。他在一次访谈中坦言:“奖牌永远拿不完,但孩子的成长只有一次。我不想在多年后回看,发现我错过了他们第一次走路、第一次叫爸爸的时刻。”退役后的生活节奏,印证了郑思维的价值观转向。社交媒体上,他分享的视频内容逐渐从比赛集锦转向亲子日常:教儿子握拍的基础动作,带女儿在公园蹒跚学步,与妻子重温恋爱时常去的小餐馆。粉丝们看到了一个更立体、更生动的郑思维——不仅是世界冠军,更是一个享受平凡幸福的普通人。

这种“回归家庭”并非退缩,而是一种主动的人生重构。郑思维的投资版图悄然扩张:与妻子共同运营的体

球场的灯光已然熄灭,但生活的光芒刚刚升起。郑思维的退役,不是传奇的终结,而是另一种传奇的开始——关于成长、关于爱、关于一个完整的人如何书写自己多维度的生命篇章。当放下球拍的那一刻,他拾起的是整个烟火人间。而这份勇气与智慧,或许比任何金牌都更加闪耀,更加恒久。