

# 丁亦昕:身份转变,初心不改

本报记者 李笑莹

“近日,身为国际象棋运动员的丁亦昕有了一个新身份:省国际象棋青少年队教练。谈到这个新身份,她不好意思地说:“之前作为专业棋手只管训练和参赛,现在兼职做教练,就要把重点慢慢地向带队员这方面转移,这也是对自己的一个考验,如何能够用有趣的方式和通俗易懂的语言把国际象棋的知识传授给青少年棋手,是我现在正在面对的一个课题。”

## A 出生在全国国际象棋之乡 六年级入选国家队

绍兴市是丁亦昕的家乡,这里也是我省首个“全国国际象棋之乡”。生活、成长在这座古城里的孩子,有不少是握着棋盘长大的,丁亦昕,也是这样成长的。

丁亦昕的启蒙老师是一位体育老师。“那时候刚上一年级,体育老师马志敏非常喜欢国际象棋,所以平时也教我们下。”丁亦昕说,马志敏老师还会采取“鼓励法”来激发大家学习国际象棋的兴趣,每次两位同学对弈,赢者可得到一朵小红花。每学期结束,丁亦昕的小红花总是排在榜首,甚至远远超出了

贴小红花的纸面。

“因为我好胜心非常强,从来不服输,遇到下棋很厉害的同学,我会努力学习,多多练习并战胜对手。”丁亦昕说,她的目标很简单,就是先找好一个对手,然后把他打败,再寻找新的目标,再打败他。课余时间她也经常研究棋谱。回家后跟着电脑学棋、打谱,棋盘成了他最好的朋友。“其实学下棋没有什么特别的方法,就是勤学苦练,用心去理解。”

专注带来的成效很快得以体现。二年级时,丁亦昕代表绍兴

市培新小学参加了全国棋童杯国际象棋大赛,获得了快棋组冠军;四年级时,她参加省队国际象棋选拔赛,以出色的成绩成为浙江省队年龄最小的一名队员。进入省队之后,丁亦昕如鱼得水,在主教练王家权的指导下,水平突飞猛进。2003年,小学六年级的丁亦昕一举夺得国际象棋世界青少年分龄锦标赛冠军,并入选国家队,跻身国内顶尖选手的行列。此后的许多年,丁亦昕拿遍了国内各类大赛的冠军,“天赋高、悟性好”成为她的标签。

## B 瓶颈期勇敢跨过 稳扎稳打拿到世界冠军

然而,这样一位少年成名的国手也曾遭遇瓶颈期,甚至一度产生放弃的念头。“十四五岁时,一直没有突破,就想放弃。”丁亦昕说,那时队友谭中怡的出现,让棋盘上一向好胜的丁亦昕倍感压力。“我一直想把她打败,然后中间一直有赢有输,无法把她彻底打败。那个时候其实特别想放弃,就觉得在我前头永远有那么一个人,无法超越,心里挺无助的,这段经历其实挺难熬的。”

在这样的状态下,丁亦昕有了想回归普通学生生活的想法。

“父母当时也尊重我的选择,我后来也尝试了一下,但还是觉得学了那么多年棋,放弃了挺可惜的,于是就继续走国际象棋这条路了。”丁亦昕说。

2012年第25届国际象棋奥林匹克团体赛上,在前几轮成绩领先的情况下,中国队迎来了实力相对偏弱的哈萨克斯坦队。离冠军只有一步之遥,丁亦昕的求胜心变得十分迫切,“太想赢了,反而丢掉了好心态,结果一招失算输了比赛,只收获了亚军。”比赛结束后,丁亦昕一直感到自责,很长一段时间里,她把所有重心都

放在调整心态上。教训使人成长,她开始学会积淀,一直等待着证明自己的机会。

2019年3月14日,由谭中怡、沈阳、黄茜、雷挺婕和丁亦昕五人组成的中国女队顺利完成大赛最后一场争夺,以九连胜的成绩获得2019国际象棋世界团体锦标赛冠军。这是中国女队继2007年、2009年和2011年后,第四次获得女子国际象棋世界团体锦标赛冠军,这也是丁亦昕取得的第一个世界冠军。对于这场胜利,丁亦昕期盼已久。“那个时候就感觉终于圆梦了。”

## C 争取拿到个人世界冠军 希望“后起之秀”创造新的辉煌

如今,成为世界冠军的丁亦昕没有停下前进的脚步,她在忙着做两件事,一是自我提升,二是普及项目。虽然在世界团体锦标赛上拿到了团体冠军,但对她来说,个人的世界冠军还未“收入囊中”,她说,希望未来能够拿到个人的世界冠军。

“学棋这条路并不轻松,孩子们要有进步,既需要培养兴趣,也需要老师指路。”此前,只要一有空,丁亦昕就会应一些学校和培训机构的邀请,给孩子们上上课,“把我的经验教给他们,尽量让这些小朋友们少走弯路。”正是这样的经历,为如今丁亦昕开启教练生涯提供了不少经验。

“自己下棋和教别人下棋是完全不同的两件事。而且对教小朋友来说,把枯燥的知识变得有趣,易于接受是非常重要的。”丁亦昕说,自己刚开始教学的时候,说一些比较专业的词汇,小朋友

们根本听不懂,所以后来她就通过讲故事的方式,用通俗易懂的语言来给小朋友们介绍国际象棋。

目前,丁亦昕培养的学生已有几十位。“我记得有一位绍兴的小棋手叫周雅菲,她非常聪明,在2017年及2018年李成智杯全国国际象棋青少年锦标赛中,连夺女

子八岁组和女子丁组冠军。去年全国国际象棋特色学校网络赛上,她也获得冠军。”丁亦昕说,

希望这些后起之秀可以成为下一个“丁亦昕”,甚至超过“丁亦昕”,成为新冠军,开创新时代。

感念百年党恩

开启崭新征程(29)



丁亦昕,1991年出生于浙江绍兴。中国国际象棋女棋手,女子国际特级大师。2012年第25届国际象棋奥林匹克团体锦标赛女子亚军。2013年“农村商业银行杯”全国国际象棋锦标赛女子冠军。2015年第五届世界女子国际象棋团体锦标赛第三名。2019年国际象棋世界团体锦标赛团体锦标赛冠军。2019年全国国际象棋快棋超快棋锦标赛快棋赛女子组第一、超快棋赛女子组季军。

## Q&A 丁亦昕快问快答

记者:在中国共产党成立一百周年之际,有什么祝福的话?

丁亦昕:希望在党的领导下,我们国家富强、民族振兴、人民幸福。祝福我们的祖国母亲繁荣昌盛、人民幸福安康。

记者:平时训练之余会有什么放松方式?

丁亦昕:听音乐,看电影,有时候压力很大,就会找个没人的地方大声喊,把情绪发泄出来就会好很多。

记者:对于在学棋路上的孩子们有什么想说的?

丁亦昕:不要怕输,走好每一步。如果遇到自己的瓶颈期不要害怕,不要慌,尽力去找到当初自己下棋的动力,争取超越自我。

## “谢军老师是我的偶像”

女子国际象棋世界冠军谢军是丁亦昕的偶像。“谢军老师是1991年拿了世界冠军,正好是我出生的那一年。”谢军曾四次获得女子国际象棋世界冠军。与队友合作,三次获得女子团体世界冠军,三次获年度“全国十佳运动员”称号。

2005年对于丁亦昕来说是十分重要的一年。在这一年的全国国际象棋甲级联赛上,丁亦昕见到了自己的偶像——谢军。丁亦昕说,当时那场棋自己至今仍然记得非常清楚。“在与谢军老师的初次交手中,我其实是占据优势局面的,但越到后期,自己年轻,经验不足的弊端就越体现出来,最终,一盘好棋被逼和了。”她说,在跟谢军对弈之后,更喜欢她了,“可以说谢军老师对我的鼓励,为我后期的学习带来非常大的动力,也在我的心中种下了真正意义上的世界冠军梦。”