

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

跨世纪知识城——

体育明星



体育明星

中华民族的第一个世界冠军——容国团

容国团是广东省中山市人，1937年出生在香港的一个工人家庭。他小时候就喜爱体育运动，常去父亲所在的工联会海员俱乐部打乒乓球。由于他聪明好学，球艺提高很快。1956年，他代表香港队与刚参加完第23届世界乒乓球锦标赛的日本队进行对抗赛，一举击败了刚获得世界男子单打冠军的荻村，由此蜚声海内外。

容国团酷爱乒乓球运动，更热爱祖国。1957年，在父亲容勉之老人的热情支持下，他怀着的一颗赤子之心，从香港回到了祖国大陆。1958年，他进入广东省乒乓球队，不久调到国家集训队。经过刻苦钻研，容国团练就了绝妙的直拍快攻打法。其特点是球路广、反应快捷、战术变化多，尤其精于发球、推、拉、削、搓和正反手快攻。

1959年，容国团运用自己的独特打法，在第25届世界乒乓球锦标赛上获男子单打冠军。这是中国运动员第一次夺得世乒赛冠军，也是中国在世界大赛上夺得第一个世界冠军。

1961年，容国团和自己的队友们在第26届世界乒乓球锦标赛上，奋力拼杀，夺得了男子团体冠军。这也是中国第一次夺得男子团体世界冠军。

1963年，容国团执教中国乒乓球女队。两年后，他率领中国女队参加第28届世界乒乓球锦标赛，第一次夺得了女子团体世界冠军。

容国团的这三个“第一次”，为祖国洗去了“东亚病夫”的耻辱，使祖国赢得了“乒乓强国”的盛誉，为世界乒乓球运动的发展，为中国成为体育强国做出了重大贡献。

容国团于1958年获“运动健将”称号，1959年、1961年两次获国家体委颁发的体育运动荣誉奖章。

中国人民永远不会忘记容国团为祖国体育事业建立的丰功伟绩。

“铁榔头”——郎平

郎平的少年时代，也曾有过许多美好的理想。她学过绘画、迷过音乐，还幻想当工程师、飞行员……13岁那年，父亲领她看了一场国际排球比赛。快攻猛打的日本队直落三局、轻而易举地战胜了北京队。散场后，爸爸低着头一言不发地走出体育馆，郎平急忙问：“爸爸，您今天怎么啦？”爸爸拍拍女儿的肩膀，一字一句地说：“别看是场比赛，可关系到祖国的荣誉啊！”郎平听了心里猛的一震，刹那间，那变幻莫测的排球使她萌生了一种不可言状的神奇感，一个强烈的念头涌进她的脑海：为了祖国的荣誉，我能不能有一天穿上印有国徽的运动衫，飞进球场呢？我能不能有一天登上领奖台手捧金杯，亲眼看见五星红旗在国歌声中冉冉升起呢？

从此，这炽烈的愿望在郎平的脑际萦绕翻滚。酷爱体育的父亲一眼看出了女儿的心事，在她14岁那年，亲自把郎平送到了体校。在张媛庆教练的指导下，郎平接受了排球运动最初的艰苦训练，与排球运动结下了不解之缘。

郎平的确是个幸运儿，在通向顶峰的道路上，她几乎是跳跃着前进的。短短两年后，她被选入北京青年队；一年后，又成为北京队的队员。17岁那年，她如愿以偿，穿上了缀有国徽的球衣。那个时候，她的球技就像她自己一样年轻，是一把没有淬火的“榔头”。她第一次出国参加第8届亚运会，球队就以0:3败在号称“东洋魔女”的日本队手下，她的扣杀也在密集的封网面前失去了威力。冠军丢掉了，郎平的心里难过极了，总在想：“我就不信打不过日本队！”袁伟民教练知道了郎平的心思，鼓励她说：“输了不要负气，要拿出真本领去赢人家。真本领可要苦练才能得到。”郎平向袁教练表示：“你给我制定训练计划吧！只要能冲出亚洲为国争光，多大的苦我也能吃！一切从零开始！”

郎平是一个锐意向上的姑娘，在挫折面前，她更加发奋了。为了锻炼自己在艰苦环境中的应变能力，她在训练结束后还要向教练请求加练。过度的疲劳常常使她摔倒在地板上不想再站起来，但每一次都想起袁教练的话：“惰性是夺不来冠军的，要随时想到打翻身仗！”于是她咬咬牙又爬起来，继续挥臂扣杀，而且一次比一次更刁更狠……

经过一番锤炼，她这把“榔头”终于锃亮而铿锵有声了。1979年冬天，在香港举行的第2届亚洲女子排球锦标赛上，中国女排以3:1战胜日本队，获得冠军，结束了日本蝉联亚洲冠军近20年的历史。在这场鏖战中，郎平一个人得了20分，她的超手扣球大显神通，使对方一筹莫展，日本报刊惊呼：“中国郎平打乱了全日本女排的阵脚！”从此，郎平获得了“铁榔头”的美称。

中国女排第一次冲出亚洲，大家高兴得哭了。刚来国家队一年多的郎平深深懂得，国家队的目标是夺取世界大赛的冠军。于是，她心里憋着一股劲，训练更加刻苦，力争在世界杯赛上夺冠军，尝尝世界冠军是什么滋味儿！

1981年第3届世界杯在日本拉开帷幕，美国队战胜了日本队，中国队和美国队都是五战五胜，对美国队一战至关重要，关系到中国队能不能拿冠军。郎平心里明白，决战的时刻到了，就是打断一只胳膊，也要打赢这场比赛。

11月15日中午，在日本大阪，一场关系到中国女排能不能打翻身仗的决战开始了！一开局，双方就展开了激烈的网上争夺。中国队以15:8先胜一局，又经过大约一个半小时，双方打成二平。第五局，观众的欢呼声像阵

阵海浪，郎平她们在场上互相说话都听不清了。孙晋芳大声喊：“郎平，拼啦！不拼没有机会啦！”郎平喊：“你供好球，我就用‘榔头’用力往下捶！”从8：3开始，他们越打越顺手，最后以15：6拿下了第五局。

第二天晚上，中国队在6000名激动的日本观众面前迎战日本队。两队拼到第五局后，日本队以15：14领先，又是郎平的一记重扣把比分扳成了15平。最后中国队以17：15战胜了日本队。中国女排七战全胜，第一次登上了世界冠军的领奖台。此时的郎平，想到了爸爸、妈妈和启蒙教练张媛庆，也想起了朝夕共处的姐妹，想起了好老师、好教练袁伟民。“这些年的苦，吃得值得呀！”

从那以后，郎平又随中国女排参加了1982年世界锦标赛、1984年奥运会和1985年世界杯赛。1986年荣任中国女排教练的郎平，率队参加了第10届世界女排锦标赛，为中国女排夺取“五连冠”做出了重大贡献。今天，郎平的名字不仅留在世界排坛的光辉史册上，而且永远留在中国人民的心坎上。国际奥委会为了表彰她对世界体育运动发展所做的贡献，特奖给她一枚奖牌。

摘取奥运桂冠的第一个中国人——许海峰

1984年7月29日，在美国洛杉矶东郊的普拉多射击场上，37个国家和地区的56名射击强手正在真枪实弹地争夺23届奥运会的第一块金牌——男子自选手枪慢射60发的奖牌。在这些选手中最引人注目的是中国27岁的射击选手许海峰和瑞典老将斯卡拉克尔。在前两组的比赛中，许海峰每组都打了97环，第三组打了93环。他的成绩比瑞典老将、世界冠军斯卡纳克尔超出3环。在第四组比赛时，斯卡拉克尔打了96环，许海峰打了93环，两人战成平局。在第五组射击中，许海峰打了96环，积分又超过了斯卡拉克尔。一般来说，在最后一组射击中，只要许海峰发挥正常就可以战胜对手获得金牌。但由于过度的紧张，在第六组射击开始后，许海峰几次出现失误，九枪只打了70环，而斯卡拉克尔则发挥正常，两人再度战成平手。这时，许海峰和斯卡拉克尔都只有最后一枪，谁能拿金牌，在此一举。许海峰镇定了一下，举起了枪，瞄了一下靶子，又放下了枪。当他再举起枪时，又没有扣动扳机。许海峰四举四放，使场里的气氛显得格外紧张。许海峰终于第五次举起了枪，砰！子弹射出了枪膛，直射靶心。十环！最后一射，许海峰终于以一环之优击败了斯卡拉克尔，夺得了第23届奥运会的第一枚金牌。当国际奥委会主席萨马兰奇把金牌亲自挂在许海峰脖子上的时候，中国揭开了奥运史册上的一页，许海峰结束了中国在奥运会上的“0”的纪录。

许海峰1957年出生在福建省。他小时候特别喜欢玩弹弓。许海峰打树上的鸟，每打必中，弹不虚发。许海峰小时候曾创造了连续击中麻雀200只的纪录。有人给许海峰起了个外号叫“弹弓王”。

1972年，许海峰随父母回到原籍安徽和县沈港镇。他在沈港镇念了两年高中，毕业后下乡当了农民。

在当农民的五年里，许海峰做过赤脚医生、当过供销社的化肥推销员、烟酒批发员。1979年，县体委射击队的教练听说县里有个“弹弓王”，打麻雀百发百中，就把他招到射击队参加训练。不久，许海峰代表巢湖地区参加安徽省第四届运动会，他一下子得了两个第一，并且打破了省纪录。

1982年许海峰被选入安徽省射击队。那时，他已经25岁，不少人对他能否出成绩表示怀疑。但许海峰并不气馁，在训练时他不怕苦不怕累，在寒风中练习瞄准，一次又一次地举枪，手被冻裂了，五指冻肿了，他全不在乎。在教练的精心指导下，许海峰的成绩提高得很快，进入省队三个月后，他在华东地区射击比赛中，夺得了气步枪冠军并打破全国纪录。

1983年，在第5届全运会上，许海峰连夺气手枪和手枪慢射两枚银牌，成为国内射击场上的名将。

由于许海峰老成持重的性格和吃苦耐劳的精神，1984年他被选入国家集训队。4月份，他随队首次参加国际比赛。这以后他获得了洛杉矶奥运会预选赛自选手枪慢射项目的第一名，领到了进军23届奥运会的“入场券”。

许海峰在奥运会上得了金牌，回到安徽和县沈港镇的老家时，为了不给乡亲们添麻烦，他并没有通知父母。但当他踏进了沈港镇，便陷入前来欢迎的人海中。大人小孩手里拿着纸花鞭炮，排成一字长龙的欢迎队伍。许海峰被热情的乡亲们感动得流下了幸福的眼泪。

“体操王子”——李宁

大家不会忘记，在 1982 年第 6 届世界体操大赛中，我国选手李宁技惊四座，一人独得全能、单杠、跳马、鞍马、吊环和自由体操六枚金牌，创造了世界体操比赛史上在一次比赛中一人获得金牌的最高纪录。接着，1984 年在美国洛杉矶举行的第 23 届奥运会上，李宁不负众望，又取得了 3 块金牌，2 块银牌和 1 块铜牌的出色成绩。美国的新闻界和体操界惊呼：“李宁让人眼花缭乱的表演征服了美国观众，他是当今世界上当之无愧的体操王子。”

1963 年 9 月 8 日，李宁出生于广西柳州市壮族的一个教师家庭，父亲是一位中学音乐教师，母亲是该校图书馆的管理员，家中兄妹 3 人，李宁排行老二。他从小爱唱、爱跳、爱表演，父母亲都希望他在音乐方面有所成就。可他却悄悄地迷上了体操，夏夜，满天星星一闪一内地眨着明亮的眼睛，李宁和小伙伴围在奶奶的身旁，入迷地听那些美妙的神话故事。他幻想着有一天，自己也能像孙悟空那样一个跟斗翻个十万八千里，翻到地球的另一边去。每当学校体操队集训时，他就趴在窗头看，看够了就到沙坑里去“翻跟头”、“倒立”。回到家里，有时父母不在，他就把棉被拖到地上练习翻跟头，或钻进帐子里靠墙练倒立。父母对这个喜欢体操着了魔的小淘气毫无办法，只得找体育老师说情，于是 7 岁的小李宁就跟着高年级的同学一起练了起来。

当李宁上二年级时，广西壮族自治区体操队的教练梁文为到柳州市选“苗子”，100 多个孩子分批翻跟头、倒立、打侧手翻。轮到个子最矮的李宁时，他毫不怯场，尽管动作不够正规，但他机灵果敢，反应快，倔强，胆大，素质好，终于被梁教练“相中”。于是，“小不点儿”被破格录取为自治区体操队队员。

在教练的精心培育下，李宁进步很快。1973 年 9 月，李宁刚满 10 岁，就第一次来到南昌参加了全国少年体操比赛，他出乎意料地夺得自由体操冠军和双杠第四名，引起了体操行家们的注意。

正当李宁初露头角、展翅起飞时，不幸降临到他的身上。先是右臂得了骨髓炎，接着左右肘关节受伤；手臂刚治好，膝盖的韧带又撕裂了……最惨重的一次是 1976 年他从双杠上掉下来，一块小骨片卡在肘关节处，使胳膊无法伸直，很多医生诊断后都说这次手术后，李宁是不能再进行体操训练了。他的右胳膊用石膏打了整整三个月，他只能看着别人练。看着，看着，心里突然亮了：“嘿，胳膊坏了，腿还是好的嘛，我不是可以练腿吗？”于是，人们常看见这个胳膊吊绷带的小男孩在体操房里练腰腹肌，练前空翻、后空翻，同时做大量跳板、弹网动作。就这样，他以顽强的毅力配合医生治疗，伤势也奇迹般地痊愈了。

战胜了一次又一次伤痛的袭击，李宁终于脱颖而出。怀着为国争光的一腔热血，李宁一次又一次地站在国际体操比赛的领奖台上。凝视着冉冉升起的五星红旗，聆听着祖国的国歌，他百感交集，再也控制不住自己的感情，滚烫的泪珠顺着脸颊缓缓流下。此时此刻，他想到的是什么呢？是养育他的父母、培育他的祖国，还是为他付出一切的教练们？

由于李宁对世界体操的杰出贡献，他不仅多次荣获“十佳”称号和体育运动荣誉奖章，而且人们还送他一个美称“体操王子”，这足以表达人们对他的热爱。

退役后的李宁又开始了新的追求。他选择了有创新意义，且要从零开始拼搏的事业。他踏入了企业界，加盟“健力宝”集团。昔日的体操健将，今日的企业家，我们也许能从他的座右铭中指出它们之间的必然联系——“人立于世，应立志如高山之巍巍而不可撼，思想如壑谷之深邃而不肤浅，心地应如洁云而无瑕，欲求应如绿草之易于足乐而不存奢望”。

永远不服输，永远不甘寂寞——这就是“体操王子”的性格。

乒乓王国里的小个“巨人”——邓亚萍

1990年3月，在我国首都北京举办的第11届亚运会上，我国乒乓球队员邓亚萍，为祖国勇夺3块金牌和1块银牌。

蓝色的梦，金色的梦，绿色的梦——童年的梦是多彩的。邓亚萍的梦是银色的。流星般飞舞的乒乓球，编织了她童年的梦幻。

亚萍的父母都是乒乓球迷，亚萍4岁时，就经常坐在爸爸自行车的大梁上去看爸爸打球。

亚萍长到5岁了。一天，她勇敢地站在球台前对爸爸说：“我想打球。”爸爸望着只比球台高一点儿的女儿，又是惊奇，又是兴奋。他没想到，女儿这么小，就讲出了自己久埋心底的愿望。从此，亚萍不仅是爸爸的观众，还是爸爸的“兵”。

亚萍很有灵性，有点石成金、蔚成大家的气质。她爆发力好，反应灵敏，动作轻盈、迅捷；特别可贵的是，亚萍有一股非赢不可的拼命劲头。为此，她比一般孩子肯吃苦。命运之神带给亚萍最大的不幸，是个子太矮。在把乒乓球作为国球的中国，人才济济，群星灿烂，亚萍会成功吗？

然而小小年纪的亚萍丝毫没有意识到命运的冷酷，打球带给她欢乐和一切。

郑州的冬天是难熬的，练球的房子里没有暖气。亚萍的小手冻得红红的，就像一根根红萝卜，连拍子也很难握紧，动作经常出现变形。

一天，爸爸紧锁着眉头，观察着亚萍的训练。突然，一个念头闪电般划过他脑海。他眉头一展，招呼亚萍过来，面带喜色地说：“从明天开始，你改练横拍！”亚萍抚摸着红肿僵直的手指，垂下了头，她撅起小嘴：“我不怕冷，我会握紧拍子的！”

爸爸连忙解释：“不，不只是怕你手冷，你的个子比别人矮，改打横拍，照顾的面积大，这是取长补短的好办法！”亚萍理解了爸爸的苦心，她咧开小嘴，甜甜地笑了。

亚萍手里提着一把“大刀”。这是一把特制的横板，正面贴反胶，加强旋转，反面贴生胶，能打出变化莫测的怪球。快、转、怪，这是爸爸送给亚萍打开命运之门的金钥匙。

9岁时的亚萍技艺日臻精湛，成绩出类拔萃。为了使亚萍跃向新目标，爸爸推荐女儿进了河南省队。几个月过去了，埋头苦干的亚萍又冒了尖。在所有的集训新队员中，亚萍技压群芳，所向无敌。然而，命运和她开了一个大玩笑。其他新队员都留在了省队，唯有球技超群的亚萍被拒之门外。冷冰冰的结论是残酷的：“个子太矮，没有发展前途。”

虽然以前的隐忧变成了现实，爸爸仍没有绝望，他深信亚萍是打球的料子。他找到了好友李风朝。李风朝曾是国家队的球员，现在新成立的郑州市乒乓球队当教练。他理解老朋友的心，也很了解亚萍。亚萍除了个子矮，其他条件都优于别人，他决定把亚萍吸收到郑州队里培养。他讲：“日本队的关正子，个子不到1.5米，却拿过世界冠军。中国国家队的林希梦、刁丽丽、倪夏莲，个子都很矮，照样成为优秀的国手。邓亚萍为什么就不可能有发展？”

亚萍鼓起几乎被折断的翅膀，飞进了郑州队这一新的玫瑰园。厄运，使9岁的小姑娘突然长大了许多。她隐约感到，生活是一朵带刺的玫瑰，虽然

有刺，也有花香。

郑州女队有 8 名队员，亚萍是最小的一个，年龄比别人小五六岁，个头更比别人矮一截。年龄小，球龄短，球艺也不如大姐姐们。每周一次的队内比赛，亚萍总排在老七、老八的座次上，成了全队的“尾巴”。大姐姐们没有把这当回事，亚萍还是个小姑娘嘛！亚萍却难过得要命，每输一次球，她都要悄悄地落泪。哭归哭，练归练，亚萍不敢有一点儿放松。

功夫不负有心人，亚萍终于一步步登上了世界冠军的领奖台。

“他拥有一个世界”——赵剑华

赵剑华打球，内行人看了说：“简直是艺术享受！”外行人看了说：“今天我才知道什么叫羽毛球。”无怪他的教练黄益冲曾说过：“像赵剑华这样的羽毛球人才，几十年也很难出一个。他的身体条件、基本技术、速度力量、战术意识，都是世界第一流的。”

赵剑华于1965年出生于江苏南通，他原来的名字叫“赵建华”。上小学时，一次爸爸带他去看电影《林海雪原》，影片的内容，赵剑华虽不能完全理解，但有一点他却认定了：“少剑波是英雄。”他拉住爸爸的衣角直嚷嚷：“我为什么叫赵建华，我要叫赵剑华。”爸爸没有在意，赵剑华却连饭也顾不上吃，便在本子上，将原来的“赵建华”都改成了“赵剑华”。

然而，想当英雄的赵剑华却差点儿当了“狗熊”。一次，他和邻居家的小孩在院里玩耍。为了一点儿鸡毛蒜皮的小事，“战争”突然爆发了，4个顽皮鬼分别扯住赵剑华的手和腿，用力将他抛向空中……“啊！”一声惨叫，小伙伴们惊呆了：赵剑华用左手捂着右臂，疼痛得在地上直打滚。父亲连忙将儿子送到医院，拍片的结果，右臂骨折。待到赵剑华的右臂完全恢复以后，它的部分功能已被左手代替了。

他却因祸得福，正因为他左臂灵活有力，爆发力强，12岁那年，被选进了市体校的羽毛球队。他虽然刚开始不会打球，但进步很快，练了几个月，便被选拔到江苏省队。16岁，他夺走了江苏省城市羽毛球赛男单冠军，1983年第56届全运会，他和孙志安配对，获男双第一，他也被侯加昌教练看中，调入国家队。他那“左撇将军”的雅号，就是在这次全运会上叫响的。

他平时好玩好动，脑子总无法静下来，稀奇古怪的念头一个接一个。他最不喜欢练球，在市体校时，经常害得教练四处追寻，把他找来训练。但他绝顶聪明，天赋奇高，一些高难动作，别人需要很多时间才能练会，可他看一会儿就能明白，并很快掌握。

他爱打扑克、台球、电子游戏……凡是能玩的东西，他都能玩几手，反应绝对比别人快。他尤其爱玩电子游戏，到国外比赛，他也会抽空掏出口袋里难得的外币出去痛快地玩一阵子，他的手、脑、眼反应灵敏，配合极好，一上机就老半天，总也“死”不了。老板看了干着急。他的队友杨阳调侃道：“他没有一分钟能够静下来。”

即使坐在板凳上看同伴练球，他也不安分。瞧，屁股刚在板凳上落下，他就亮开嗓门当开了义务播音员：“中央人民广播电台，中央电视台，台湾同胞们，海外侨胞们，今天我们在这里向您实况转播这次男子单打比赛。”他学着宋世雄的口吻，拿腔拿调，口齿清晰，声音宏亮，还真像那么回事。“穿红色运动服的是美国运动员密斯特杨阳，与他对阵的是中国运动员熊国宝，他穿白色运动服，打出的好球，请大家鼓掌。噫！……唉……啊……哇……”打球的不急，他已满口感叹词了。

他房间的西墙上贴了一幅硕大的剪画：一个骑手全神贯注驾着风驰电掣的公路摩托车。骑手两膀鼓起块块肌肉。每每有朋友欣赏这幅画，他都神采飞扬地反问：“怎么样，够刺激吧！”

原来，在省队时，有段时间他迷上摩托车。他发现，驾摩托车能锻炼人的毅力，特别是在崎岖不平的路上驾驶，能增加手腕的力量，对打球大有益处。于是，他一有空就借来摩托车在外面兜风。这事让黄益冲教练知道了，

马上给他来了一个“大刹车”。马来西亚有家报纸称赵剑华为“叛逆小子”。

“跳水女皇”——高敏

——“跳”惊人的高敏，终于实现了她梦寐以求的在世界锦标赛、世界杯赛和奥运会上夺得“三连冠”的崇高理想。

这位巴蜀秀女当她每次站在高高的领奖台上、手举鲜花眉开眼笑地向观众挥手致意的时候，当五星红旗徐徐升起的时候，她是多么激动、多么高兴呵！她出生于四川自贡市一个知识分子家庭，但从小并不“斯文”、爬树、翻跟斗、尤其爱下河玩耍。父母担心女儿“野得发狂”，可市业余体校体操班教练王淑琼却偏偏相中了这个活泼好动、反应敏捷的“野孩子”。艰苦的体操训练并没有难住这个精力过盛的姑娘。1979年初夏某日，年仅8岁的高敏随小伙伴们到市游泳池游泳，她觉得高高的10米跳台极为有趣。竟鬼使神差地爬了上去，并一直爬上了10米跳台沿，在下面游泳的人见状大惊，有人边喊边爬上跳台，有人在下面准备营救。小高敏不待来救她的人爬到跳台顶部，就从10米高处笔直地跳入水中，身子斜着砸在水面上，激起轩然大波。众人认为高敏凶多吉少，不料高敏却很快浮出水面，并以漂亮的自由泳游回池岸。在场的成都市业余体校跳水教练杨强惊喜若狂，立即尾随高敏至家。在与高敏家人的交谈中，杨教练得知高敏4岁学会游泳，6岁时已随大人横渡釜溪河，后又在市业余体校练过体操。简直是天造地设的跳水材料！杨强立即收高敏为徒，教她练跳水。入校半年，高敏已在各项锻炼指标中赶上比她大两岁的队友。但教练最头疼的是高敏跳水时手臂总爱弯曲，无论怎么说总不见效。终于有一次，教练忍无可忍，抓起笤帚向她的小手狠狠一击，顿时鲜血直流。这一击使高敏“幡然猛醒”，以致现在跳水时，手脚总是笔直，动作极其规范。成功之日，高敏回首往事时，不无感慨地说：“那次挨打，我只有9岁，当时我恨死了那个教练。现在却又感激不尽。”高敏进入国家队后，“疯劲”有增无减。当然这个疯劲主要还是体现在训练和比赛上。凡是教练脑子里想出来的动作，难度多么大她都敢上，连教练不敢想的，她也敢做。她具有四川姑娘胆大、泼辣、能吃苦耐劳的性格，这不仅因为她充满活力的身体天生具有超常的耐受能力，更主要的是具有远大目标，鼓舞着她不怕任何困难和挫折。由于她聪明好学、训练刻苦，在一系列国际大赛中取得辉煌的成绩。国际跳水界人士认为，高敏是世界上最具有潜力的跳水运动员。她不仅身体素质好，有着良好的柔韧性和协调性，而且具有不怕挫折、不怕困难的拼搏精神。

她的跳水动作难度并不大，但轻灵、飘逸，起跳高、姿态美，入水直、水花小，有时简直无可挑剔。而尤为可贵的是，她常常在伤后不久便以坚强的意志取得优异成绩。1986年，第5届世界锦标赛在西班牙举行。当时高敏在训练中严重受伤仅两个月，但她在预赛中就一路领先，把其他对手远远甩在后面；决赛中不仅夺得冠军，更创造了女子跳板跳水5822.90分的世界纪录，把第二名拉下40多分。这年年底，国际泳坛颇具权威的美国《游泳世界》杂志便把这位年仅15岁的姑娘列为女子跳板“世界最佳运动员”。1987年高敏再次获此殊荣。

高敏在汉城奥运会上摘取了桂冠，使她成为世界上在三年内连续夺得世界锦标赛、世界杯赛和奥运会“三连冠”的女跳板、跳水选手。高敏年纪虽小，但很重感情。在汉城奥运会夺得金牌后，大会立即献给她一束色彩艳丽、香气四溢的鲜花，以示祝贺；高敏回到奥运村后，立即将鲜花献给了中国跳

水队队医杨国贤大夫。因为高敏每次受伤都是由杨大夫耐心细致地按摩治疗，使她得以很快恢复健康。现在她实现了“三连冠”的理想，自然忘不了杨大夫的功劳。

当记者问这位“三连冠”选手，会不会参加 1992 年巴塞罗那奥运会时，高敏充满自信地回答：“很有可能。”人们祝愿这位跳坛上的“小燕子”为祖国衔回更多的金牌。

“南海金凤”——邢芬

邢芬这位南粤的金凤，虽然貌不出众，但连续在第2、第3届世界女子举重锦标赛上，为祖国夺得了44公斤级抓举、挺举和总成绩6个世界冠军；而且目前仍是女子44公斤级抓举72.5公斤、挺举92.5公斤、总成绩165公斤三项世界纪录的创造者和保持者。

身高不到1.40米的邢芬，1973年岁末，出生在海南岛琼山县一户农民家庭。楼梯式的兄弟姐妹，全赖父母的双手拉扯长大。父母只知拼命劳动养家糊口，哪知举重是何物，更不会想到世界女子举重的灿烂之星会升起在他们邢家。困苦的生活环境，使孩子们毫无骄纵的陋习。打柴挑水、烧水做饭，光着脚丫子漫山遍野地乱跑。乡村大自然的生活，使邢芬从小练就良好的脚力。入学就读于星群小学时，体育老师就对其有力的双腿感兴趣，选她入学校的田径队，练的是短跑。她升入琼山中学后，更得到较为正规的训练，还代表过琼山县参加1985年海南区的中学生田径赛。就在这次田径运动会上，海口市业余体校的董德昌教练看上了这个爆发力强、有点儿野性的小姑娘。董教练把邢芬选到海口业余体校，将邢芬带进一个新的“王国”里。

邢芬身材矮小，爆发力好，正是练小级别的好材料。广东省体校举重教练吴胜看邢芬的基本功比较好，于是把她选到省体校。那时候，邢芬最好的成绩是抓举35公斤、挺举55公斤，连分腿挺还未学会呢。到广东省体校，邢芬如鱼得水，在吴教练的精心培育下，进步神速。仅一年，邢芬又被广东省举重队相中，在我国著名举坛宿将蔡俊成门下为徒。蔡俊成一方面在训练中增加关节的项目，另一方面让邢芬去学跳舞，在娱乐中增加邢芬的柔韧性。结果，1987年邢芬第一次参加全国女子举重锦标赛，获得亚军。这样更增强了她的信心。1988年是邢芬渐趋成熟的一年。年底，邢芬第一次披起国家队的战袍，出师印度尼西亚参加第2届世界女子举重锦标赛，一举夺得44公斤级抓举（60公斤）、挺举（90公斤）、总成绩（150公斤）三项世界冠军。冠军是获得了，但未赛出最高水准。特别是抓举，全国赛时，已经是62.5公斤，可能是第一次参加世界大赛，44公斤级邢芬又是队友中第一个上场的，毕竟还是17岁少女，有点儿怯场。三把比赛下来，只抓起60公斤，怎不气人？好在第四把试举中，一鼓作气，抓起了70.5公斤，创造了该项世界纪录。虽然不算成绩，却证明邢芬有这样的实力。

功夫不负有心人。1989年第3届世界女子举重锦标赛在英国举行。邢芬与蔡俊成教练满怀信心地飞赴英伦三岛。好个邢芬，不但以抓举72.5公斤、挺举92.5公斤、总成绩165公斤，夺取三枚金牌，同时以这三个成绩，使女子举重44公斤级的三项世界纪录，从此写上了“中国邢芬”的名字。

飞碟射手——张山

张山生于1968年，家在四川。上高中二年级前，她还只是一个普普通通的从未摸过枪的中学生。1984年，她来到了四川省射击队，教练只是看着她很有灵气，反应敏捷，便决定把她留了下来。

教练的眼光确实没错，她入队仅四个星期，而且是第一次参加比赛，便获得了第1届全国青少年运动会射击比赛的亚军。在这以后，她的成绩便直线上升。1987年第5届全国运动会，她获得第5名，同年一次国际友谊赛上，她在双向飞碟上打出了超水平的198中，超世界纪录一中。1989年全国射击冠军赛，她第一次登上了全国冠军的宝座，同年在民办飞碟锦标赛上，她夺得了个人冠军。从一个普通的中学生到世界冠军，她花了5年时间。

张山头脑灵活，领会力强，心理和身体素质都很好，当然，仅凭这些要想在中国射击队中立住脚，显然是不够的。中国女子飞碟队是一个世界强队，曾6次获得世界锦标赛团体冠军。巫兰英、冯梅梅、邵伟萍等都是世界射坛的知名人物。张山对她们都是充满了崇敬和羡慕，用她的话来说，当巫兰英她们已扬名世界时，她还是个躲在课桌下织毛线的小女孩儿，所以第一次拿起枪，她就幻想着有一天也能和她们一样。

1989年张山第一次被选入世界锦标赛代表队，她既兴奋又紧张。她回忆道：“我当时紧张极了，和巫兰英她们编在一个组，我生怕影响了团体的成绩，拖了大家的后腿。”

就在这时，刘继升教练找她谈话，对她说道：“谁都有第一次，谁都有打坏的时候，关键是自己要把握好，不要担心影响别人，实际上你也影响不了别人。”刘继升的话对她影响很大，从此她一直记住了一个真理：成功的最重要因素是自己的努力。

几年的奋斗和磨炼，如今张山再也不是那个蹦蹦跳跳的小姑娘，她学会了沉默，学会了稳重，学会了认真。

出现在亚运会上的张山，再也没有那份胆怯和羞涩了，显得格外成熟和稳重。开赛第一天，她和老将巫兰英、邵伟萍她们一道夺得了飞碟双向团体金牌，并打破了该项世界纪录。其中张山一人75靶全部命中，来了个满堂红。在飞碟双向个人赛中，张山与朝鲜运动员朴员兰的争夺战，是亚运会射击赛中最精彩的场面。预赛时，她和朴员兰均以150靶148中进入决赛；而决赛中双方再次打成了平手，各以197中平了张山保持的世界纪录。

加赛25靶，竞争进入了白热化。两人轮番上阵，弹无虚发，皆是25中，奇迹般地第三次战平。两人并列冠军。

对于射击运动员来说，张山站到了她事业的顶峰。张山的下一个目标——参加下一届奥运会。现在我们知道，张山已登上奥运冠军的宝座。

国际象棋“皇后”——谢军

国际象棋世界女子冠军赛应该说是世界体育项目竞赛中，最为持久、激烈的大角逐了。一个报名参赛的棋手，要先后经过分区赛、区际赛、候选人赛和挑战赛，只有最后的优胜者才可能夺得国际象棋“皇后”的宝座。这一系列的比赛历时两年，其间要同数十名世界一流棋手对弈近百局，每一个参赛者都要经过智力、体力的巨大挑战和考验。21岁的北京选手谢军就是经历了种种意想不到的曲折，终于一步步走过了这条艰苦卓绝的小路，来到被称为“高雅殿堂”的国际象棋“后座”上的。

谢军住在北京东郊的酒仙桥，7岁起就和爸爸在马路边看大人下象棋。回到家里，爸爸就成了谢军中国象棋的启蒙老师。爸爸教谢军的第一着棋是“仙人指路”。“小卒为什么不能后退呢？”谢军好奇地问她父亲，父亲的回答像是讲棋又像讲人生的道理：“一个战士只能勇往直前，不能退缩，要有一去不复返的英勇精神！”谢军当时也许并不真正理解“勇往直前”的含义，但正是这种带有人生真谛的点滴熏陶，成为谢军象棋生涯执著追求精神的基础。也正是这种勇往直前的精神使她在强手面前不低头，在困境当中不服输。

谢军在父亲的教导下，10岁的时候就夺得北京市少儿中国象棋比赛的冠军，酒仙桥一带成人业余棋手都不是她的对手。那时，北京市正在培养国际象棋小选手，棋院的王陞钧教练把谢军叫到棋院，在棋院二楼的小棋桌上和谢军下了一盘中国象棋。他发现谢军有基础，棋感好。于是王陞钧教练又把国际象棋的基本走法教给谢军，然后又和她下了一盘国际象棋。他惊讶地发现谢军有强烈的“攻王”意识，再加谢军思路敏捷，有“大局观”，王教练当即决定收这个姑娘进北京队。从此，谢军便迈上国际象棋坎坷的征途。

在北京体校国际象棋业余学习班，条件特别艰苦，教室设在什刹海看台底下，夏天这里热得透不过气，冬天则生着火还冻手冻脚。谢军还和别的同学不一样，她家离体校很远，乘车要一个多小时，她只好独自住在体校值班室。别的同学都是父母天天接送，而她每周只回家一次；尽管这样她也不让父母接送。就这样，谢军在体校学棋学了三年半。由于她勤奋好学，刻苦努力，进步很快。1983年第5届全运会上，她被编入女子成人组，虽然她仍未成年，但她战胜了新老棋手，获得冠军。1984年，14岁的谢军获全国比赛第六名，同时被晋升为国家大师。

一些数学家曾对国际象棋的变化进行过计算，结果是惊人的，对下棋的任何一方来说，最初的四步棋就有3180亿种走法！至于以后的着数，更是难以胜数。这恐怕也是诗人歌德把国际象棋誉为“人类智慧试金石”的原因吧。可想而知，世界冠军是要经历怎样的磨难了。谢军进入国家集训队以后，训练更加艰苦了，半强化训练近乎残酷。集训队规定，对局训练，40步以内不准和棋。每天她要训练十多个小时。谢军学棋、下棋从不盲从，喜欢独立思考。有些棋手教练怎么教他就怎么走，谢军不这样。就是在国家集训队，她仍然时常和教练“顶牛”，有时她认为棋理不顺，就不按教练说的走。教练有时也生气，但气过之后，却又更加喜爱谢军。

几分耕耘，几分收获。1988年，谢军初次出征国外，一举赢得亚洲女子青年冠军，同年底在奥林匹克团体赛上，她以9胜2平2负的战绩，为中国队取得第四名立下战功。1989年，谢军被升为国际大师并夺得全国冠军。

1990年，谢军经历了她象棋生涯最艰难的时刻，同时也是最幸运的时刻。这一年，她两次去吉隆坡参加世界“后座”的争霸战预赛。3月的吉隆坡气候宜人，谢军轻取亚洲分区赛冠军。7月，当谢军再返吉隆坡时，意想不到的、来自不同方面的巨大挑战正在等着她。因经费不够，教练、翻译都不能前来参赛。这样重要的比赛，谢军只能孤身闯南洋了。此时的吉隆坡骄阳酷烈，而异国他乡的孤寂使她感到害怕。这次区际赛共18位女选手参赛，东方选手只有一人。孤单，更深一层的孤单，已形成一股心理压力。当看到前苏联队庞大的阵容——6位棋手、6名教练，还有领队、翻译、医生、记者——情义融融像个大家庭时，谢军的心情会是怎样的呢？谢军哭了，她趴在酒店的床上，觉得委屈、伤心。这一夜，谢军久久不能入睡，白天与前苏联曾独霸“后座”16年的女棋手加普林达什维利的比赛场面仍在折磨着她。这些年来，谢军多想和这位仰慕已久的女杰一决高低，如果能够战胜她，那将是多么的激动人心呵！可是谢军输了，她自认为最棒的开局没能奏效。她永远忘不了那输棋的一刹那。当加普林达什维利笑盈盈地俯在她头上轻轻一吻时，她冰冷的嘴唇好像炭火一样灼烧着谢军的皮肤。谢军被王品璋老师的国际电话惊醒了。谢军又哭了，她撒娇似的向老师诉说自己的心情、思念和战况。王品璋老师的安慰、鼓励和针对以后棋手的拼杀办法，使谢军紧张的神经平静下来，她心里有了底。第二天醒来的时候，她看到吉隆坡桔红色的朝阳正在窗前冉冉升起。

这以后谢军越战越好，连斩数名前苏联棋手，最后又战胜英国国际大师格丽·司丹尔，终于以12.5分的优异成绩，获得争夺前八名的出线权，并荣获国际象棋女子特级大师的称号。

1990年10月，谢军飞往前苏联格鲁吉亚的博尔诺米城参加候选人赛。世界女子八强，前苏联选手占6名，另外还有南斯拉夫的马里奇和谢军。一到博尔诺米，前苏联队教练就拍着谢军的肩膀说：“不简单啊，进入八强了！不过这次我有6员大将联合攻你一人，想过此关不可能啊！”谢军只是笑了笑，回答很简单：“那就走着瞧吧！”

又是加普林达什维利笑盈盈地坐在谢军面前，吉隆坡的胜利者，和善、安详。此役又当着格鲁吉亚的家乡父老，加普林达什维利的准备是充分的。谢军也清楚地知道，此次八强大战，对手都是顶尖人物，此次比赛得第二是没用的。和加普林达什维利的开局，谢军准备了一个再普通不过的开局，但在其中小做手脚，看上去平平淡淡，其中却暗伏杀机。加氏果然上当了。比赛最终以加普林达什维利失败而告终。加氏哭了，当着家乡父老的面哭了。

在这里，谢军连斩数员前苏联大将，以四胜、一和、二负积4.5分的成绩获第一名，获得参加挑战赛的决赛权。

只要能越过南斯拉夫的马里奇，谢军就可以同世界冠军奇布尔达尼泽争夺“后座”了。

1991年2月，谢军与马里奇争夺挑战权的比赛已战罢6盘，谢军积3.5分，马里奇只积2.5分，只要谢军再胜一局就夺到了挑战权。

第7盘比赛开局后，局面导入古印度防御体系。谢军驱兵突破，战略意图十分明确，但由于兵力配置出现问题，不久就被马里奇化解了攻势，谢军只好转入被动防守，并陷入了非常不利的局面。这时意识到这局棋可能要输了，但她并没有惊慌：“还要下下看……。”她心里一直这样想，情绪反倒稳定。相反，在优势面前，马里奇却受到想赢怕输的思想束缚。不久，在一

次兑子中，由于马里奇计算失误，谢军脱离了险境，马里奇一下子乱了阵脚。反守为攻，谢军终于取得第 7 盘比赛的胜利。

1991 年 9 月，谢军向国际象棋“皇后”奇布尔达尼泽发起了挑战，以 4 胜、2 负、9 和积 8.5 分，战胜“皇后”，成为亚洲历史上第一位国际象棋“皇后”。

“中国围棋第一人”——聂卫平

聂卫平在《我的围棋之路》中这样写道：“1976年访日比赛的56局棋，中国队以27胜、24负、5和的总成绩，第一次战胜了日本队。这一空前胜利，标志着中国棋手终于冲出了赶超日本的起跑线，尽管这场竞争对每一个中国棋手来说，都是漫长而极其艰难的。”

中国围棋经过唐、宋、元、明的发展阶段，至清朝雍正、乾隆时期达到鼎盛，接着便出现衰微。光绪年间，中国国手周小松去世后，围棋在中国便失去了优势。民国初年，日本高部道平五段来华，结果是“杀遍中国无敌手”。近百年以后，在1976年中国围棋队访日比赛中，聂卫平执黑以七目胜有“电子计算机”之称，并获有“本因坊”、“名人”两大头衔的石田芳夫，实现了中国围棋名宿们几十年来要战胜日本超一流棋手的夙愿。

聂卫平，1952年生于北京，从9岁开始跟父亲、外公学下棋。10岁的时候，一次外公带聂卫平和聂继波两兄弟去劳动人民文化宫棋艺室玩，正碰上有一个少年围棋训练班在训练。外公便找到任训练班辅导员的张福田先生，问能不能让聂卫平兄弟俩参加训练班，并想找两个小选手和聂卫平兄弟俩下两盘棋。没想到训练班的小棋手轮番败在聂卫平兄弟俩“野战军”般混战之下。张福田教练很惊讶，当即同意让聂卫平兄弟俩参加训练班。

聂卫平来到训练班之后，张福田先生让17个子与他下了一盘辅导棋，结果聂卫平还是输得一塌糊涂。从此聂卫平才知道高手的厉害，认真学起围棋来。

此后，聂卫平又和雷溥华、过旭初、过惕生等名家学棋。

由于得到名人的指点，聂卫平进步很快。1966年，年仅14岁的聂卫平以北京市第三名的成绩参加全国围棋赛。在全国围棋赛上，聂卫平成绩并不理想，仅获得小组第一名。比赛结束后，聂卫平开始意识到围棋对自己的重要意义，也清楚地知道，要取得好成绩，自己还有多少路需要走。从此，聂卫平学棋更加刻苦了，他憋足了一股劲要在下一次全国比赛上取得好成绩。可万万没想到，“文化大革命”开始了，一切努力和希望全变成一场恶梦。

1969年，聂卫平到东北黑龙江山河农场。他在那里度过有生以来最艰苦、最困难的生活。除繁重的农活外，由于“出身”不好，他受到侮辱和歧视，他心爱的围棋子也被同屋知青打架时扔掉了。到后来，当回忆起这段坎坷、曲折的经历时，聂卫平这样说：“在农场的这段经历确实令人不堪回首，但是，我还要感谢它，因为那艰苦的日子磨炼了我的意志，激发了我的奋斗精神。”

1973年春天，在周恩来总理的提议下，中国国家围棋集训队重新组建。聂卫平也来到国家队，真正开始了他的“围棋之路”。

1974年，聂卫平参加了在成都举行的全国围棋赛，并获得第三名。1975年，他在第3届全运会围棋比赛上，终于战胜三次获得全国围棋赛冠军的陈祖德，取得了第一名。

围棋界把1975年至1979年称做“聂卫平时代”。在这4年里，聂卫平蝉联4次全国冠军，获第1届新体育杯赛冠军和第1届世界业余围棋锦标赛冠军，在与日本九段高手下的25盘比赛中，获得胜16局、和2局、负7局的好成绩。为此，他获得国家体委颁发的体育荣誉勋章，并被评选为1979年全国“十佳”运动员。

虽然聂卫平自己也承认，1974年至1979年是他的“全盛时期”，但在80年代开始的中日围棋擂台赛上，聂卫平超乎寻常的表现奠定了他棋坛霸主的地位。

在1985年中日围棋第1届擂台赛上，聂卫平作为中方主将，挂帅东征。结果，他击败了已经6连胜的“四冠王”小林光一，又战胜了另一位超一流棋手加藤正夫，再克名誉棋圣藤泽秀行，为中国队战胜日本队立下殊功。

在第2届中日围棋擂台赛上，在中国队以4:8落后的艰难时刻，聂卫平作为主帅披挂上阵，他以百折不挠的毅力连克日方4员战将，把比分追成8:8。日方最后一员战将是擂主大竹英雄九段。大竹英雄是木谷实的弟子，是超一流棋手。他的棋下得如行云流水，是典型的艺术型下法。由于大竹只在60年代与陈祖德下过一盘棋，后来一直未和中国棋手交过手，这使大竹英雄蒙上一层神秘的色彩。

1987年4月，聂卫平与大竹英雄在东京进行中日擂台赛的决战。聂卫平执黑，奋战7个半小时，最后以两目半的优势获胜，为中国队赢得了最后的胜利。

经过几代人的努力，围棋这门中国的古老艺术，终于又在一个人身上实现了它的价值。聂卫平的获胜，使中日围棋进入了对抗时期。为了这个时期的到来，可以说聂卫平走过了一条布满荆棘的奋斗之路。

聂卫平对自己的围棋之路，说过这样的话：“我觉得自己所以走上围棋之路，性格方面的因素是起了决定性作用的。这种性格使我从小就对能比出输赢的游戏感兴趣。然而，我最终成为一名棋手，也是出乎父母和我本人的意料之外的，但其中却有很大的必然性。首先，我的好胜性格和围棋这项技艺可以说是一拍即合；其次，我的父母和外公都是热心的围棋爱好者；此外，我是不大因输棋而垂头丧气的，而是每输一盘，就想方设法赢回十盘，不但现在是这样，以前水平不高的时候也是这样。”这些普普通通的话，是否可以找到聂卫平围棋之路的真谛呢？

震惊世界的王军霞

王军霞生于 1973 年，是我国辽宁籍女子中长跑运动员。1993 年，她首次参加第 4 届世界田径锦标赛，就夺得了 10000 米冠军。比赛开始后，前 8000 米均由王军霞、钟焕娣和一名肯尼亚选手交替领先。最后 2000 米时，王军霞以强有力的冲刺能力拉垮了肯尼亚选手，导致其拼命追赶，过早冲刺，使对手在最后 200 米时速度慢下来，让钟焕娣借机赶超过去。当她第一个冲过终点线时，外国选手还没有拐过最后一个弯。她以 30 分 49 秒 30 的成绩打破了该项世锦赛的纪录。这样优异的比赛成绩，致使一位肯尼亚新闻记者赞叹说：“王军霞是世界上最棒的好女孩！”

“梅花香自苦寒来”。在第 7 届全国运动会上，王军霞创造了万米世界新纪录，并两次改写了 3000 米世界纪录，震惊了世界。接着在世界马拉松赛上，她又轻取桂冠。3 个大赛前后两个月，她一人获得 4 项冠军，2 项 3 次创造世界纪录，把女子中长跑运动向前推进了一大步。

1993 年，王军霞首次被选为全国田径十佳运动员，并捧回了国际田径界最高奖欧文斯杯。

1996 年奥运会上，王军霞以绝对优势夺得 5000 米冠军，再一次成为举世瞩目的焦点。

“不灭的剑光”——栾菊杰

栾菊杰 1958 年出生在江苏南京。在十余年的击剑生涯中，用辛勤的汗水谱写了一曲又一曲动人的乐章。

1973 年，栾菊杰开始进入南京业余体校接受击剑训练。苦练 5 个春秋后，她于 1978 年肩负重任，赴西班牙马德里，参加在那里举行的第 29 届青年击剑锦标赛。在手臂负伤的情况下，她仍然奋力拼杀，荣获女子花剑亚军，成为 1901 年世界击剑比赛举办以来第一个进入决赛的东方运动员，为中国乃至亚洲跻身于世界剑坛开辟了道路。此后，栾菊杰在世界剑坛角逐中，披荆斩棘，屡建战功。

1978 年，她夺取了第 8 届亚运会击剑比赛女子花剑冠军；1981 年，获得法国世界击剑锦标赛女子花剑亚军；1983 年，荣登第 6 届国际女子花剑冠军宝座；同年 7 月，又与队友团结奋战，在世界大学生运动会上捧回冠军奖杯；1984 年 2 月，名列第 23 届世界杯击剑榜首。1984 年 8 月，第 23 届奥运会女子花剑决赛在洛杉矶长滩大剧院进行，栾菊杰沉着稳健，以其迅如流星的娴熟剑术，技盖群芳，夺得了女子花剑皇冠，为中华民族赢得了巨大荣誉。

女子铅球铮铮者——黄志红

黄志红是浙江人，出生于1965年5月7日。她从少年时代就开始参加田径训练。19岁时，被选入国家田径集训队。在多次夺取女子铅球冠军的基础上，于1991年8月再在日本东京举行的第3届世界田径锦标赛上夺得第一名。

8月24日下午，12名女子选手展开铅球决赛。在这支世界最高水平的“铁娘子”队伍中，有世界纪录保持者、前苏联的莉索夫斯卡娅，有洛杉矶奥运会金牌得主德国劳什，还有中国姑娘黄志红和周天华。

比赛开始后，劳什投了19.74米。莉索夫斯卡娅出手不凡，超过前6名选手，投了20.15米。紧跟其后的是黄志红。黄志红托起淡黄色的铅球，高高举起，小心翼翼地放到颈窝，绷紧身体，猛然一投。好！20.64米。第2轮中，莉索夫斯卡娅显得有点性急，她一脚冲出圈外，犯规了。黄志红大步跨进圈内，毫不犹豫地弯下身子，大喊一声——只见铅球在空中划出一道淡黄色的弧线，远远落到20米开外。20.83米！直到比赛结束，这个成绩始终没有人超过。黄志红终于成为站在世界田径锦标赛金牌领奖台上第一位黑头发、黄皮肤、黑眼睛的中国人。在1993年8月斯图加特第4届世界田径锦标赛上，黄志红蝉联女子铅球冠军。并因为她的优秀成绩，黄志红6次被选为全国田径十佳运动员。

“80年代的黑火箭”——刘易斯

卡尔·刘易斯是美国著名田径运动员。1961年7月生于伯明翰。他在第23届奥运会上获得田径4个项目的4枚金牌，成为国际体坛的风云人物。

刘易斯能成为国际体坛的风云人物，与他的家庭是分不开的。他父亲年轻时是个足球运动员，母亲也是体育迷和大学田径队的成员，二人都出任学校田径队教练。刘易斯8岁时开始在父母举办的田径俱乐部参加田径比赛。14岁，又到加州去参赛。他的田径成绩，随着年龄的增长也突飞猛进。

1982年，他的百米成绩达到9秒97，200米成绩达到19秒75，跳远成绩达到8.79米。1984年，第23届奥运会在美国洛杉矶举行。参加100米决赛的共有8名运动员。在距离终点30~50米时，刘易斯风驰电掣，开始领先。早于对手格雷迪和约翰逊两米冲线，以提前1/5秒的速度获胜，成绩为9秒99。在向跳远冠军冲击时，刘易斯第一次跳就跳出了8.54米的好成绩，轻取金牌。200米决赛又以19秒80创造了奥运会新纪录，比世界纪录只差0.08秒。8月1日是4×400米接力决赛。这天，洛杉矶晴空万里，骄阳似火。当队友史密斯把接力棒递到他手中时，他疾奔如飞，比第2名牙买加队提前4~5米冲线，成绩是37秒84，取得第4块金牌。

在1988年汉城奥运会上，刘易斯又取得百米和跳远两项冠军，巴塞罗那奥运会则蝉联跳远冠军。

“女铁人”——乔伊娜

杰奇·乔伊娜是当今世界公认的杰出田径全能女明星。她目前仍保持着女子全能世界纪录。由于杰奇·乔伊娜优异的成绩，她获得了众多荣誉称号：1986、1987年连续两年被美《田径新闻》评为世界女明星；1987年、1988年被美国奥委会誉为优秀体育明星“海曼纪念奖”、“道奇业余田径奖”等。面对一连串赞誉，杰奇并没有感到满足，她的目标是1992年在巴塞罗那奥运会上突破女子七项全能7300分大关。

乔伊娜率先突破女子七项全能7000分大关，在世界大赛中无往不胜，她的跳远威震全球。她的声誉比任何一位总统夫人有过之而无不及。这使她的奶奶也成了令人可畏的预言家。还在她未降生人间的时候，她已被命名为“总统夫人”。她奶奶对这个即将出世的孙女有一种奇特的预感，她公开预言说，这个孙女之所以非来人世不可，就是为了给人类增加一位总统夫人，或是成就和影响不亚于总统夫人的人。二十余年后，她奶奶的预言变为了现实，乔伊娜成了世界田径公认的头号巾帼。

乔伊娜是怎样成长的呢？她出生在美国一个贫困家庭中，全家7口人住在四间陈旧简陋的小屋中，冬天供暖设备常常出毛病，一家人饱受寒风之苦。乔伊娜的父母都是黑人，父亲14岁时就娶了16岁的玛丽。乔伊娜从小在奶奶和妈妈照顾下生活，她的妈妈家教极严。她家所在的路易斯东街风气很差，酗酒、吸毒和各种犯罪层出不穷，母亲严禁乔伊娜的任何社交活动。乔伊娜后来回忆说：“我18岁以前，几乎从不注意衣饰打扮，从不交男朋友，也差不多没有任何社会聚会，这使我把全部精力投入学习和体育运动中去。”

后来，慈爱的奶奶不幸辞世，这给乔伊娜带来终生不可磨灭的巨大影响。她说，正是亲人的猝然去世使她清醒地面对现实，使她开始确立人生的目标，那就是一定要改变厄运，出人头地！

乔伊娜和哥哥阿尔自小关系密切，他俩均具有黑人家庭赋予的、与生俱来的良好身体素质。每天清晨，妈妈玛丽把乔伊娜拍醒，乔伊娜又把哥哥从床上拉起来，一起到田径场训练。乔伊娜性格内向，即使在训练中也很少说话，但她善于动脑，加之天赋过人，各项成绩均出色。上初中时，她打破了伊利诺州高中学生跳远纪录，翌年又在奥林匹克选拔赛中跳出6.32米的佳绩。多年来，她顽强拼搏，加上良好的天赋，乔伊娜终于以7291分的惊人成绩创造了新的女子七项全能世界纪录。乔伊娜不仅在田径方面享誉全球，而且在其方面也是才华横溢。在大部分空闲时间里，她常常指导一些年轻人进行田径训练。在各种场合，乔伊娜都是一位至关重要的演讲者，她出色的口才常常博得听众热烈的掌声。

乔伊娜在丈夫罗伯特·杰西的陪同下，来华时中国国家田径队进行过教学式访问。乔伊娜这个响亮的名字，在中国熟悉她的人越来越多了。

“赤脚大仙”——阿贝贝

在罗马奥运会上，非洲运动员阿贝贝第一次获得马拉松金牌。记者、摄影师把这位来自埃塞俄比亚的长跑家包围起来，向他祝贺，提各种问题，并好奇地望着那双瘦长有力的赤足……第二天，“赤脚大仙”这个绰号成了报纸上的热门新闻。

阿贝贝·贝基拉一夜间成了明星。“贝基拉”，埃塞俄比亚文的意思是“小花”，但贝基拉童年的生活并不像鲜花那样美丽，而是在饥饿和贫穷中度过的。要说是“花”，那也只是寒风中生长的一朵苦菜花。1932年9月17日，贝基拉出生在埃塞俄比亚的一个偏僻的山村里。由于家境贫寒，10岁的时候，他就成了牧童，经常赶着羊群到几十公里远的地方放羊。为了寻找新的草地，他不得不越过一座座积雪的山峰，爬过一道道陡峭的山崖，在荒无人烟、云雾缭绕的山中穿行。对一个10岁的孩子来说，这是很艰苦的。13岁，他上学了。在学校，他参加了曲棍球队，并很快当上这个球队的队长。

20岁，他服兵役，成了皇室的卫兵。在那里，头四年他迷上了足球，后来又成了篮球队员。1956年他24岁，开始练跑，没多久他成了一个马拉松运动员。

罗马奥运会的胜利，使28岁的贝基拉成了埃塞俄比亚的民族英雄。当贝基拉回到埃塞俄比亚时，机场上聚集了数十万欢迎的人群。飞机缓缓降落，人们都急不可耐地想看看这位载誉而归的英雄。贝基拉佩挂着奥林匹克金牌，走出了机舱，人们不约而同地高呼着：“阿贝贝！阿贝贝！”乐队奏起了专门为埃塞俄比亚第一个奥运会冠军谱写的歌曲。

伴随着乐声、歌声、欢呼声，汽车把他送到了皇宫，塞拉西皇帝亲自接见了，向他祝贺，跟他亲切地谈话，并下令将他提升为皇室军官和授予他“埃塞俄比亚之星”勋章。庆祝活动进行了4天，各种各样的代表团，各种各样的社会名流和体育爱好者，络绎不绝来到了冠军的新居，向他祝贺。埃塞俄比亚沉浸在欢乐中，沉浸在幸福中。但是胜利没有冲昏冠军的头脑，鲜花没有陶醉冠军的心灵，荣誉没有夺去冠军的意志。贝基拉训练更加刻苦了。

东京奥运会转眼就到了。贝基拉又来到了奥运会。这次记者们镜头的焦点是不会放过这位“赤脚大仙”的。当然，这位前奥运冠军能否蝉联冠军也是大家所关心的问题。大多数人持怀疑态度：第一，在奥运历史上，还从没有人两次夺得马拉松冠军；第二，贝基拉两星期前刚动了阑尾手术，体力上还没有恢复；第三，贝基拉年龄大了，已经32岁了。然而，贝基拉坚信自己的力量，为准备这次奥运会，他四年来从没有间断训练。他说：“我充满信心在东京再夺冠军。”

1961年10月21日下午1时，东京奥运会扣人心弦的马拉松比赛开始了，来自35个国家的68名世界最优秀的选手，从东京国立体育场起跑。这天没有一点风，天空阴沉沉的，气温摄氏18度。在国立体育场，无数双眼睛注视着马拉松的起跑线，只见贝基拉动作轻松，好像一只不知疲倦的小鹿，速度越跑越快，与对手们距离越拉越远，跑到30公里处竟将第二名甩掉300多米，而他速度却丝毫没减，驰骋如飞。当贝基拉高举双手冲过终点时，场内爆发出狂风暴雨般的掌声！人们说阿贝贝·贝基拉是一只报春燕。一只春燕，会带来春天。贝基拉为非洲长跑运动带来了一个光辉灿烂的春天。在罗马奥运会前，非洲的长跑是默默无闻的，而现在名闻四海。在墨西哥城，他脚受伤，

不得不中途退场。贝基拉虽失败了，但他欣喜地看到，还是非洲人夺取了这次奥运会长跑冠军，而获得马拉松金牌的是自己的同胞沃尔德。

墨西哥奥运会后，不幸的事情发生了。阿贝贝在车祸中受了重伤，虽经多方医治，但仍瘫痪了。可是阿贝贝并没有灰心，他热切希望自己恢复健康。他说：“我是一个运动员，我相信，自己会有一天能站起来。这需要斗争。没有勇气斗争的人，就没有权利赢得胜利，而胜利，这是生命的全部意义。”当阿贝贝知道自己无法痊愈时，他非常痛苦。但沉重的打击并没有使他绝望，不能跑了，就练习射箭。1971年他坐在轮椅上参加了在挪威奥斯陆举行的世界残疾人运动会射箭比赛，并取得了好成绩。1972年，他不顾身残的不便，不畏山高路远，远涉重洋来到慕尼黑参加了第20届奥运会。他的意志和行动使人们深受感动。可惜的是，这位乐观、顽强的一代杰出长跑家，终未能从死神的魔掌中赢得生命。在41岁那年，他因脑溢血过早地离开了人世。1973年10月，人们为他举行了隆重的葬礼。参加他葬礼的人达7万之多，这是世界上参加体育名星追悼会人数最多的一次，表明了埃塞俄比亚人民对他的深切怀念和崇高敬意。

“球王”——贝利

在 1958 年 6 月于瑞典哥德堡举行的世界杯足球赛决赛开始前,巴西队竟派了一个身穿 10 号大球衣、身材又瘦又小的黑人运动员上场。而对手前苏联队,队员个个是彪形大汉,尤其是守门员耶辛,张开双臂仿佛就可以封住整个球门。

比赛开始后,巴西队员左右穿插,十分活跃。特别是 10 号小个子,一会儿拦截对手,一会儿带球奔跑,一会儿闪过防守队员,有如水银泻地,无孔不入。那轻巧灵活的动作,博得了观众阵阵喝彩。

比赛结果:巴西队 2 比 0 战胜前苏联队。

在以后的 3 场比赛中,10 号更是屡立奇功:对威尔士队,他踢进全场比赛唯一的一个球,使巴西队进入了半决赛;在半决赛对法国队中,他一人又踢进 3 个球,使巴西队以 5 比 2 战胜法国队;在决赛中,巴西队又以 5 比 2 战胜瑞典队,其中两个球,也是 10 号队员踢入的。巴西队荣登世界杯冠军宝座。

正是这个 10 号,使巴西队在 4 年、12 年后又两次夺得了世界杯。

这个 10 号,就是世界足球王——贝利。

贝利于 1940 年 10 月 23 日出生在巴西米纳斯·吉拉斯州一个名叫“三心”的小镇。父亲是当地一个很有名望的足球运动员。小贝利在父亲的影响下,非常喜爱足球运动。12 岁加入巴鲁运动俱乐部少年队,14 岁入选巴西著名强队桑托斯队。在桑托斯队,贝利的球越踢越漂亮,曾在 1961 年 3 月 5 日对阵费卢米嫩塞队比赛中,创造了连过对方 7 名队员又将守门员骗过破网的“世界波”。贝利踢球脚法细腻,作风硬朗,动作简朴,尤其擅长凌空射门。曾多次入选国家队,为巴西队 3 次获得世界杯做出了重大贡献。

1987 年 6 月,国际足联授予贝利金质勋章,表彰他为足球运动的发展做出的卓越贡献。

贝利在长达 22 年的足球生涯中,参加比赛 1364 场,进球 1282,被国际足联视为 20 世纪最佳球员,也是迄今唯一的三次被评为世界最佳足球运动员的超级明星。他的运球、头球、过人、盘带、分球、射门、奔跑能力、高速启动及其风度,都给世界数以万计的足球观众留下了深刻印象。

由于文化水平低,贝利常感到难堪,贝利决心求学深造。除训练和比赛外,他把时间都用在文化学习上。经过两年苦学,他通过了中学毕业考试和大学预科考试,一鼓作气走进了桑托斯大学体育学院,最后又戴上方形帽,穿上学士袍,走出了巴西最高体育学府。他自豪地宣称:“我又夺得了三连冠。”

篮坛巨人——迈克尔·乔丹

一位新闻发言人曾经说过这样的话——当代，篮球您知道是什么吗？它就是“飞人”迈克尔·乔丹。乔丹出生于 1962 年 8 月 5 日。1982 年在美国北卡罗那大学攻读地理专业，打得很漂亮。这一年，他随队一举夺得全美大学生联赛冠军。第二年，由于乔丹的杰出表现，他荣膺该年度“NCAA 最佳球员”称号，并获得最高荣誉奖——“约翰伍登”奖。1984 年当选第 23 届奥运会美国男篮主力队员，和队友一路过关斩将，为美国队夺冠立下汗马功劳。赛后，他加盟芝加哥公牛队。

迈克尔·乔丹虽然担任后卫，但他在场上却是无所不在，无所不为，堪称一名无以伦比的篮球全才。尽管他身材不太高，但弹跳力惊人、突破能力强，投篮十分准，尤其擅长空中作业，空中飞行扣篮更是他的拿手好戏，由此赢得“空中飞人”的美誉。对于人们的交口称赞，迈克尔·乔丹总是摇头，说自己还差得很远。他说投手奖是根据个人得分而评定的，如单纯去抢它，本不该投的球也要去投，那上帝会不答应的。他善于鼓励队友，“必须充满信心”几乎成了他的一句名言，并劝队友任何时候头脑都要清醒。

迈克尔·乔丹身上聚满了荣誉光环，他站在 NBA 的高山之巅：1985 年最佳新秀；1992 年蝉联奥运会男篮冠军的主力队员；1988 年 NBA 全明星赛最有价值球员；3 次 NBA 常规赛段最有价值球员（1988 年、1989 年和 1992 年）；3 次 NBA 总决赛最有价值球员（1991~1993 年）；连续 7 次成为 NBA 最佳得分手（1987 至 1993 年）；为芝加哥公牛队夺得 NBA 三连冠，是公牛队历史上得分最多的球员。

迈克尔·乔丹于 1993 年 10 月飞离篮坛，1995 年 3 月又飞回了最富魅力的世界篮坛 NBA。

“四冠王”——小林光一

1965年，小学刚毕业的小林光一，只身来到东京的“木谷道场”，成为木谷实九段的关门弟子。9年后，小林光一升为七段。同年，与木谷先生的爱女木谷礼子六段结为夫妻，成为木谷先生的乘龙快婿。木谷先生如此喜爱小林光一，这其中必有许多奥妙吧？

小林光一，1953年出生于北海道，父亲是个农场主。父亲喜爱下围棋，但棋力一般，经常被人让几子下棋。他教会小林光一下棋，并不是想让他以此出人头地，只想让他对围棋有所了解罢了。直到后来小林光一成为赫赫有名的“四冠王”，他才意识到光一在这方面有超乎寻常的才能。

当小林光一会下棋时，已是小学三年级的学生了。从岁数上看，这好像太大了。但他很快就入了迷，对围棋表现出极大的兴趣。半年之后，小林光一的棋力就超过了父亲，从此就很少看见他和邻居的孩子一起玩了。

当小林光一的棋力有业余初段的水平时，他的叔父带他到当地的高手早势胜美先生家去求教，早势先生马上与光一下了一盘棋，并让在座的其他名流也与光一交手。可以说这次拜师对光一的围棋之路有着决定性意义。

从这以后，小林光一每逢周六、周日就去早势先生的围棋会所学棋。光一自幼不认生，在会所，光一总是与成年人聚在一起厮杀角逐。当地高手山冈一晓旭经常与光一对弈。后来他回忆说：“光一给人的感觉是个普通的孩子，但极端倔犟，我见过他输棋后难过得痛哭。”刚到会所时，山冈一晓旭先生让光一3子，一年后便可以分先抗衡了。光一小学六年级时，棋力已达到业余四五段的水平了。

小林光一能投身“木谷道场”可以说也是偶然的时机。光一六年级时，有一次木谷大师访问旭川，早就为光一的成长考虑的早势胜美先生趁机向木谷先生举荐光一。早势先生毫不隐讳光一的长处和弱点，他也知道已是小学六年级的光一再拜师学弈已经迟了一些，但他又对光一的良好素质和进取心抱有很大的希望。

光一的父亲听说光一拜师的事，说：“可以试试。”母亲则表示反对。光一自己则向往着做一名职业棋手。其实可以说，当时家里所有人都对棋手生涯的艰辛一无所知。

木谷先生一开始也对光一缺乏信心，因此在答应光一入门的同时，又提出了一个条件：“若前途渺茫，随时遣回！”

就这样，光一小小学毕业后，就告别旭川的父老坐上去东京的火车。

光一来到木谷道场拜师入门后，首先由木谷的弟子佐藤昌晴让3子下了一局棋。可怜旭川的“天才”遭到惨败，往日的荣耀已消失得无影无踪了。

当光一静下心来学艺时，慢慢地适应了周围的环境。在师兄弟中，与光一年龄相近的是赵治勋。他比光一小4岁，却比光一早入门3年。当时小治勋腰里经常别着手枪，模仿美国西部片中的牛仔，但治勋的棋力被棋院评为五级，而光一只被评为七级。在与带枪的小师兄下棋时，光一只用黑棋。光一并没有气馁，他刻苦钻研，一年以后他就超过了赵治勋，被棋院评为一级。为了取得更大的进步，光一为自己定了严格的规矩，每日早晨打谱五局，常年坚持不懈。

木谷道场严格紧张的生活也曾让光一忍受不了。他曾给父母写信要回家，但父亲在回信中严厉地责斥了他，使他知道后退是没有出路的。当时同

在木谷道场的师兄弟后来回忆说，随着年龄的变化，光一的性格逐渐转变，他那撒娇执拗的表情消失了，显出了倔强的精神面貌。

当小林光一成为著名的职业棋手之后，曾这样回忆自己在木谷道场那段令人终生难忘的生活：“如果我不去从师木谷先生，真不知会成为什么样的人。我的成绩是和努力联系在一起的。像我这样努力，报考东京大学也并非难事。”

来到木谷道场两年后，小林光一升为初段。3年后，1970年小林光一升为五段。随着70年代的到来，光一终于站在一流棋手的起跑线上。70年代也是光一磨炼意志、初试锋芒的年代。

1972年，19岁的光一获第4届新锐淘汰赛冠军，同年又获第16届首相杯赛冠军。

1973年，小林光一获第5届快棋选手权战冠军。

1974年，小林光一与木谷礼子结为伉俪，成为珠联璧合的“鸳鸯棋士”。

1976年，光一获第1届新人王战冠军。

1977年，光一升入八段，获第2届天元战冠军。

1979年，光一升入九段。这以后他多次获得名人战、本因坊战挑战权。

从以上的记载，似乎让人感觉到在短短的10年里光一很轻易的取得各种冠军和挑战权，是不是围棋比赛是一种很轻松的事情呢？其实不然，一些重大比赛的冠军，像“棋圣战”、“十段战”、“本因坊战”、“名人战”，这些比赛的冠军头衔哪怕只得一项，也值得日本的职业棋手为之艰苦奋斗一生。

80年代是光一出成绩的年代。在这以前，人们对光一把胜负看得很淡漠有着深刻的印象。很显然，光一把胜负置之度外是在追求围棋的艺诣。但是，婚后的家庭生活，经济上的压力，使光一的观点发生了变化。在那时他说了这样一句话：“围棋无疑是一门艺术，但我深感不能赢棋的艺术也不是真正的艺术。”

1985年，光一终于轰动了棋坛。在春季的十段战中，他连胜3局击败大竹英雄获得冠军。下半年，又在“名人战”中战胜赵治勋登上“名人”宝座。岁末，光一轻取石田芳夫获“天元”桂冠。1986年初，光一又在“棋圣战”中力克被称为“小林光一克星”的加藤正夫获得挑战权，并在决赛中以四比二胜了小师兄赵治勋，获得棋界最高荣誉——“棋圣”称号。

小林光一至今仍是日本围棋界最有实力的棋手，战绩卓著。他成长的道路，应该说是一条平凡、曲折、耐人寻味的道路。

“拳王”——阿里

穆罕默德·阿里是美国拳击运动员。1959年，获“金手套大赛”冠军，次年再次蝉联。1960年在第17届奥运会上，又获轻量级金牌，回国后成为职业选手。1964年、1974年、1978年，他3次获世界职业拳击重量级冠军。赢得“拳王”之称。

阿里12岁开始练拳击。其特点是：拳法多变、步法灵活、出拳快捷、冲击力大、体力充沛、动作协调。

阿里原名卡修斯·马塞勒斯·克莱。因憎恶美国的种族歧视政策而改名阿里。当1967年美国政府征集新兵去越南参战时，阿里拒绝服兵役。这一正义之举却被判处5年徒刑，罚款一万元，吊销拳击执照到1970年。

阿里除蜚声拳坛外，还有很高的艺术修养。他曾当过舞台演员和流行歌手，并非常喜欢诗歌，常用诗歌来表达内心的激情。1970年，阿里重登世界重量级拳王宝座后，在加拿大记者招待会上即席吟诗一首：

死神之前，我大笑；
恶运当头，我冷笑；
祸灾来临，我嗤笑；
恐怖时刻，我欢笑。

这首诗真实地表达了阿里无论是在拳击场，还是在现实生活中，永不向命运低头的斗士精神和不屈不挠的气概。

