



主 编 钟树人

青年英雄

QINGNIANYINGJIE

希望出版社

目 录

序	(1)
冰上军魂	
——记解放军速滑运动员叶乔波	(3)
人民在他心中	
——记见义勇为的英雄战士徐洪刚	(16)
神奇铁鹰	
——记人民卫士姜战林	(41)
圆梦者	
——记青年生物学家陈章良	(65)
“作始也简,将毕也巨”	
——青年化学家白春礼科学创业的故事	(80)
北国雄鹰	
——记煤海新星张喜武	(96)
广阔天地 大有可为	
——记“星火财神”杨建秋	(115)
敢叫日月换新天	
——郭宝印效应写意	(135)

一个人的创新和他的现象	
——记青年农民企业家王永良	(155)
猛志固常在	
——记盲人按摩师李志军	(175)
傲霜斗雪一枝梅	
——记扎根苗乡的女教师谢世梅	(193)
创造的魅力	
——记蒙族青年技术专家乌力吉	(223)
后记	(249)

序

现在，离 2000 年只有五个年头了。

我们已经看到了 21 世纪的曙光。

在世纪的转折点上，最富于激情与活力的，就是青年。展现在青年面前的，是广阔无边的远大前程。他们就像早上八九点钟的太阳，绚丽多彩。他们奔赴梦想的目标，一步一个脚印，如飘风涌浪，不可遏止。

生活在 20 世纪 90 年代的中国青年，是幸运的。他们一般都经受了很好的教育。他们可以专心致志地从事自己的事业。尤为幸运的是，他们赶上了中国翻天覆地变化的伟大时代。这是一个日新月异的时代，一个朝气蓬勃的时代，一个建功立业的时代，一个开拓进取的时代。它为每一个有志的青年提供了广阔的活动舞台。

任何一个时代都有自己的时代英雄，任何一个民族都有值得骄傲的民族英杰。在战火纷飞的岁月里，我们的民族涌现了大批热血青年，他们为了民族的生存浴血奋战，他们用鲜血谱写了一曲曲可歌可泣的英雄赞歌。在今天，在和平与发展成为时代主题的伟大时代，又有无数中华优秀青年，投入到建设有中国特色社会主义事业的伟大洪流中，在和平的底色上绘成了一幅幅波澜壮阔的历史画面。本书选编的这些青年英杰的事迹，就是这个时代历史画面的一个缩影，他们用自己的实际行动，展现了和平时代中国青年建设者的精神

风貌。

他们是高尚的。因为他们把自己的奋斗目标与国家、人民的利益结合起来，在社会的需求中，在对社会的奉献中寻求自己的人生价值，报效祖国，服务人民。

他们是求实的。因为他们把自己的远大目标建立在脚踏实地的基础上。他们并不好大喜功，哗众取宠，而是千里之行，始于足下，真抓实干。

他们是科学的。因为他们并不盲目浮躁，而是用理性和科学来支配自己的行为，通过发挥自己的知识潜能来描绘自己的七彩人生。

他们是进取的。因为他们都给自己确立了努力的方向，矢志不渝，愈挫愈坚。即使在功成名就之后，仍然不骄不躁，不断地超越自己，把目光盯向更远大的目标，永不满足。

他们是乐观的。因为他们并不被暂时的困难所吓倒。他们充满着青春的锐气，充分相信自己的能力，相信自己在这辽阔的黄土地上会留下光辉的奋斗足迹。

因此，他们也是属于时代的。他们的成长适应了时代的潮流，回应了人民的呼唤，在平凡的岗位上做出了不平凡的业绩。时代也给了他们相应的回报，把他们推到了中国杰出青年的行列。

他们是中国希望，是跨世纪的华夏脊梁。

当今世纪所有的有识之士都意识到，谁拥有了青年，谁就拥有了未来。随着 21 世纪的来临，世界各国都在培养塑造本民族的优秀人才，以便在新世纪的国际竞争中谋得应有的席位。在这种背景下，相信中国青年一定会群英荟萃，人才辈出，中华民族一定会再度辉煌！



冰上军魂

——记解放军速滑运动员叶乔波

当 10 岁的叶乔波怯生生地走进长春市业余体校时；当 1985 年叶乔波欢快地飞入多少年轻人魂牵梦绕的国家速滑队时；当叶乔波痛楚地翻转在病榻上时；当第七届冬季全运会上叶乔波夺得四块金牌，已渐成大气时，仍没有人、甚至

包括叶乔波自己，没有想到她能有今天的辉煌。

千里之行始于足下

1974年，叶乔波正式踏上了荆棘丛生的速滑之路，到1994年挪威冬奥会坐着轮椅回国，一千就是整整20个春秋。

叶乔波最初来到长春市业余体校，在小班学习速度滑冰，她的教练是朝鲜族人，叫崔顺子。崔顺子1972年执教，有着丰富的经验。她回忆了当时叶乔波来体校时的情形：

“1974年6月的一天，天津路二校有位女老师领来两名小女孩，介绍说她俩身体素质不错，问我能否在体校进一步培养？其中一个就是叶乔波。我现场测试了一下，发现叶乔波的速度、耐力、力量及协调能力都很好，尤其是她的立定跳远，达到了1.95米，那时她刚10岁，这在同龄孩子中还不多见。”

在随后的训练中，崔顺子又发现，这个个子不高的女孩意志相当坚强。有一天正在训练耐力跑，忽然下起了大雨。业余体校是煤灰渣子铺的场地，一着水就变成了泥场。崔教练心疼孩子，宣布暂停训练。可乔波没有停下脚步，坚持完成了当天的任务。崔顺子给她擦抹身上的雨水时，发现她的嘴唇都冻紫了。这事给崔顺子留下了极深的印象。

1975年11月，崔顺子带着孩子们远赴海拉尔训练，叶乔波由于踝关节软，冰刀立不正，穿上冰鞋后，腿变成了“X”形。崔顺子让她用冰刃着冰，结果腿又变成了“O”形。

为了解决这一问题，乔波可下了狠劲，除了崔教练布置的正式训练外，下课后她还自己加班，找两个宽木板踩在脚

下，专练脚脖子，不多久踝关节就硬了。离开海拉尔前，全队测验，乔波的成绩在队里排在前列，大家都为她这么快就撵上来感到高兴。

东北的冬天奇寒，特别是70年代，似乎比现在更能体现“滴水成冰”的景观。业余体校的条件差，衣服、冰鞋只能是上拨学员穿过了，下拨学员接着穿。叶乔波赶巧遇上一双小号鞋，当时也没有多余的冰鞋可供选择，只好将就着上冰练习。

在摄氏零下二三十度气温的室外，“穿小鞋”训练是啥滋味，恐怕叶乔波永远也不会忘记。不多久，乔波的大拇指就冻得又红又肿，小伙伴们给她起了个难忘的绰号：“大脚指头”。每天，乔波就这样一拐一拐地去训练，一天也没耽误。

1975年乔波迎来了她个人运动生涯的重要转机，正式入选长春业余体校，每天能在体校吃住，体校还给她发了一身好看的运动服，领到了一双崭新可脚的冰鞋，专门教她的老师笑嘻嘻地看着眼前这个充满稚气的女孩。

那一年她刚11岁。

一次，乔波在严寒中训练时间较长，冰鞋与脚冻在一起，怎么也脱不下，最后又踢又跺，鞋是脱下来了，可两个脚指头冻得乌黑一团，已没了感觉。虽然乔波回家后装作若无其事的样子，可这怎能瞒得过当妈的眼睛？妈妈把乔波脚捂在怀中，一边用手掌轻搓，一边心疼地落泪。

1977年，八一速滑队的张继宗副队长和肖汉章教练到长春寻找苗子，不满13岁的叶乔波闯入了两人的视线。自那以后，娇媚的乔波头上多了一顶神气的军帽。

抗争逆境，超越自我

荒草凄凄，朔风凛冽，一辆军用大篷车由远处驶来，十几名年轻军人从车上跳下，甩掉棉大衣，蹬上滑冰鞋，迎着风雪开始了训练……这就是解放军速滑队初创时期的情景。

叶乔波走进军营时，八一速滑队基地仍是冷冷清清的。由于解放军速滑队起步较晚，当时全队不足10人，训练水平和运动成绩在国内处在默默无闻的状态。

但军队有一样是富有的，那就是严格的队风，刻苦训练的精神和部队多年形成的一套行之有效的思想工作方式，为叶乔波的锻炼成长提供了最好的熔炉。

而命运的考验似乎也随之而至。1982年在一次长跑训练中，叶乔波忍着腹部和颈部疼痛，坚持跑完了全程。后经医生检查，乔波患上了急性胆囊炎，颈椎第4、5、6关节半脱位，情况异常危急。

叶乔波此时只有18岁，作为一名运动员，伤病如同一种职业病，但这次病有所不同。其一，它是叶乔波运动生涯中第一次遭受如此严重伤病的袭击。当时，她转了几个大医院诊治，医生的判断都是：难以再从事体育运动，而且有终身瘫痪的可能。其二，乔波姨母家邻居有个孩子，因患颈椎骨脱位而最终成了残废，因此，乔波母亲对乔波这次的伤势非常敏感。在老人家记忆里，长子夭折的阴影还没消失，因此有一段时间，她执意不忍再让乔波继续从事冰上运动。其三，心情最痛苦、最矛盾的莫过于父亲叶国才。让女儿练体育，他是下了很大决心的，乔波的表现没有辜负他的苦心，1980年

就获得全国冠军赛青年组亚军，翌年又夺得全国青年赛全能冠军，连续两年代表国家出征世界青少年锦标赛。而今事业刚刚起步，难道就这么结束了？

伤病是横在所有运动员面前的难以避开的一道坎。很多时候，它是对运动员的一种特殊考验。此时，伤病如同一个实力强劲的对手，你以怎样的姿态去面对它，以怎样的方式去回击它，是你能得到什么样结果的重要因素。

叶乔波之所以能在1994年冬奥会后震撼我们的心，正在于她与伤病较量中所表现出来的勇气和坚韧，当然这也离不开叶国才及八一速滑队的全力支持。

为了使错位的颈椎早日复原，乔波进行了按摩其他和各种手段的治疗，挺过了常人难以忍受的痛苦，连给她治疗的大夫都禁不住感叹：这姑娘真坚强！

经过半年多的精心治疗及自身辅助锻炼，乔波终于以惊人的毅力走出了伤病带来的阴影。

世界上最难翻跃的障碍是自我，然而一旦鼓足勇气翻跃过去，就会感到极大的愉悦。在与伤病的较量中，乔波超越了自我，因而也拥有了一份与她年龄不大相称的成熟和练达。

从此，伤病就很难在与乔波的较量中占据上风了。

1990年夏训中，乔波在练习场骑自行车时，车座意外脱落，把她从高速行驶的自行车上甩落到水泥地上，顿时半个身子被蹭得血肉模糊，膝关节积水囊肿。

医生每天3次针灸仍难以见效。为了尽快恢复，不误宝贵的夏训，平生从未学过针灸的乔波，自己凭感觉在膝部用针，数日后，膝盖的囊肿竟然痊愈。1991年笔者有幸造访在沈阳家中休息的乔波时，曾当面聆听她讲述过这段往事，直

听得惊叹不已，乃至怀疑乔波身上是否具有特异功能。

还有折磨得无数人感觉生不如死的跟骨骨刺，竟被乔波用 10 年工夫磨圆了。

乔波还患有中耳炎，一口牙坏了 12 颗，疼起来要命，常让她坐卧不宁，乔波却因没时间收拾它们而听之任之。

1991 年初，乔波就凭那条囊肿得时常蹲不下去的腿，争来了两个世界冠军、8 个世界亚军……

回首 20 年的上下求索，18 岁时发生的那次经历对乔波后来的运动及人生旅程有着很大的影响。

她能再次回到运动场上，绝不仅仅是战胜了一次严重的伤病。在那次长达半年寂寞的、看不到光明点的治疗期间，她得以有时间停下匆匆的脚步，仔细品味一个强者成熟的心路历程：父亲多年的教导，部队平日的思想教育，都化作与艰难困苦抗争的精神基石。

与逆境战斗的胜利恰如蚕蛹脱壳，新生的是另一种人生境界。同时这也是一把钥匙，可以帮助我们理解叶乔波 12 年后，为何能带着那么重的膝伤，以“我不会倒下”的姿态，去拼得一块令许许多多难以相信的铜牌。

吃得苦中苦

苦练是一个运动员从谷底攀上峰峦所必不可少的课目。

但一般读者难以体会苦练的确切含义，为此笔者在此打一个也许不太恰当的比喻。

竞技体育在某种角度上说，是以运动员的青春为代价的。一个新的高度、新的纪录，无不是对人体潜能的极大挖掘的

结果，而这种挖掘常常是伴随着伤病、血泪的奋斗历程。

因此，运动员站在领奖台上辉煌无比的背后，其实隐藏着他们在生理、心理、情感等多方面的牺牲，这也就是为什么体育成就那么容易激起一个民族的爱国与奋斗热情。

速滑，一年四季都要进行。运动量的训练，要求运动员在三九寒天身着薄如蝉翼的连体服，在摄氏零下二三十度的室外长时间进行动作单一的训练或比赛，它的艰苦与枯燥，使许多人畏缩不前。

可是乔波懂得：吃得苦中苦，方能成就大业。为在有限时间里高标准完成训练计划，乔波常常自找苦吃，有时甚至近乎残酷。

1993年在准备参加南斯拉夫世界青年比赛前，根据赛前需要，乔波主动与教练制定计划。一次在4个半小时内，她完成了25个800米和15个1200米跑的超负荷训练。

一些外单位的教练看她边跑边哭，还以为是肖汉章教练在强制她训练，好心地劝她稍歇歇再练。可他们哪里知道，其实这是乔波自己在逼自己。在乔波身上，眼泪绝不是怯懦的表示，而常常是她一种特殊的放松方式。乔波坚持着完成了近40000米的训练量，创下了当时国内一堂课训练量的最高纪录。

1990年第七届冬运会赛前，为增强腰腿力量，乔波用绳子一头拴在近百公斤重的轮胎上，一头系在腰中，在训练基地一拉就是几十圈。为加大重量，她还让正巧来队探望的妹妹蹲在轮胎上。烈日炎炎，妹妹眼见姐姐大汗淋漓，既为姐姐的精神感动，又为她如此辛劳而心酸。其实这在叶乔波20年的运动生涯中，只不过是—个普通的场景。

专门为叶乔波治疗的按摩师刘铁红告诉我们：近年来随着乔波年龄的增大，她的身体自然恢复能力越来越差，每天训练回来，都要接受长达4个多小时的按摩，否则第二天根本无法进行训练。

作为一个年岁比乔波还小的女孩，刘铁红常常感到一双手按不动乔波，只好站在乔波身上，用身体的重量来松弛乔波身上绷得紧紧的肌肉。看着乔波在按摩时昏昏睡去的倦容，刘铁红都为之唏嘘不忍。乔波在1991年前后，身上有几处久治不愈的血肿，折磨得她难以安睡。乔波只得用橡胶握力圈缠上脱脂棉和纱布，护在伤口上，从未因此影响过正常训练。

“我不会倒下”

由于国际奥委会调整冬、夏奥运会的举办日期，叶乔波有幸赶上了两届冬奥会。虽然两届冬奥会上都没能取得金牌，但乔波却收获了比金牌更丰富的东西。

1992年阿尔贝维尔冬奥会，她达到了运动生涯的顶峰，连拿500米、1000米两块银牌，实现了我国在冬奥会上奖牌榜上“零”的突破。

1994年利勒哈默尔冬奥会，她奏响了30年生命交响曲的华彩乐章，带伤出场，在全团出师不利的困难情况下，喊出了“我不会倒下”的心声。

一个大器晚成的运动员，能赶上两届冬奥会，这是乔波的福气；但为了这难得的“机遇”，乔波也走过了她运动生涯中最艰难的一程。

“我们从来没有这么难过”，叶乔波的教练肖汉章说，

“1993年的365天真不知是怎么过来的。乔波膝伤的严重性，连我这个天天与她呆在一起的人都大吃一惊。”

1993年8月3日，在挪威首都奥斯陆，大夫在叶乔波左膝上打了三个洞，为她取出了5块拇指大小的碎骨，对乱了套的膝盖，只做了简单的处理。因为叶乔波术前一再跟大夫说，不能让她术后休息太多的时间，以免耽误了当年的世锦赛和1994年奥运会。

这次手术实际上等于只做了一半，乔波的膝盖内到底糟到什么样，挪威大夫没细讲，只含蓄地对肖汉章说：“恐怕到了中老年时，膝盖会对叶小姐有影响。”可乔波根本顾不上这些了，为了奥运会，为了这最后一搏，她什么都豁出去了。

手术一个月后，她就在加拿大恢复了训练。15公斤的沙袋，背上一走就是3000米。上午练滑板，下午骑自行车练耐力。“现在回想起来，那真是残酷。”肖汉章说，“当时，乔波的腿实际已不行了，但她仍坚持着，从没有失去信心和希望。”

叶乔波的膝盖之谜，直到冬奥会后才揭开。到了德国，经过医生的检查，认定她必须马上手术。通过医院先进的电视转播，肖汉章第一次亲眼目睹了乔波膝盖里的真实景象。

他在写给冰雪司的电传中，描写了让他震惊的景象：“乔波的关节腔里简直乱了套，内外侧副韧带都有大面积断裂，加上以前掉下的骨片，使膝盖髌骨已被磨成锯齿状。医生首先对关节面进行了修补，把锯齿面锉平，然后又把内外侧副韧带断裂处修平……医生把髌骨下方软垫打卷变形部位修平，接着把内外侧韧带周围的不平处修平，并清除游离的小碎骨8块，然后将髌骨牵引复位……我看到乔波的真实情况，心里十分难过，真不知她哪来的那么大的能量，能够坚持到比赛

的最后时刻。”

在1994年3月进行的十佳颁奖晚会上，肖教练跟笔者提起这事仍心潮难平。因为只有他最清楚，那段师徒俩相依为命的日子里，乔波是怎么熬过来的。

1993年8月，全队在挪威比赛完后，转道去了瑞士。由于乔波和肖教练的签证出了问题，两人只好脱离大队人马，独自飞到美国训练。

虽然在挪威采取了保守的手术治疗后，乔波的腿能够动了，可炎症并未消除。到了美国后，队医不在身边，疼痛难忍的乔波，只有自己动手给膝盖针灸，最多的一次在左腿上竟扎了100多针。

肖汉章呢，则几乎成了专职按摩师，每天要为乔波进行长达4个多小时的按摩，有时乔波的腿疼得实在忍受不住，师徒俩只好抱着伤腿相对而泣。

1993年太难了，不仅对叶乔波是这样，对肖教练也是这样。在一年当中的每个时刻，他们都有十足的理由停下前进的脚步，但最终他们都闯了过来。

有时乔波也偶尔发点小脾气，肖汉章还以为她在摆明星派头。等到德国手术的一幕呈现在眼前，肖汉章仅有的一点误解都化解了。

“当时我一下感受到了十几天前叶乔波在冬奥会上所做的是多么的了不起！那块铜牌的分量是何等的沉重！”

“请放心，我不会倒下。”看似一句简单的话语，但它的背后隐藏着丰厚的内涵。在外国裁判对我们施以不公正判决，中国代表团一块奖牌未得，全队气氛压抑的关键时刻，这句鼓舞全团士气的话，能从乔波嘴里说出来，有着它必然的理

由。

在归国欢迎会上，前来祝贺的国务委员李铁映特意提到了乔波说的这句话。他称赞叶乔波的话大大鼓舞了全团士气，体现了一代中国人的精神风貌。

确实，一个冠军“征服”不了对手的心，而一股气冲霄汉的拼搏精神，却可以超越国界、人种、意识形态的差异，赢得对手的发自内心的敬佩。

赢得世人的尊敬

叶乔波的顽强拼搏劲头，困难打不倒的气概，使她获得了一位世界冠军或一个冬奥会金牌得主都难以享受到的尊敬。在赛场急救队员眼中，中国的“乔波叶”是最了不起的运动员，无论她走到哪里，现场工作人员都会尽力给她提供便利条件。

500米失利后，叶乔波只剩下最后一次机会——1000米的比赛。登场时，韩国的滑联主席张明熙，虽然明知乔波是他们的选手刘仙姬的主要对手，仍朝叶乔波伸出拳头，大声喊道：“乔波，去打仗！”

在利勒哈默尔，还发生了一件冬奥明星互相敬佩的趣事。

一次，詹森的妻子、从前也是一名速滑运动员的莉亚，特地接乔波到已当了医生的海登处诊断膝伤。

海登听说莉亚是去接中国的乔波，主动要求一同去。乔波虽事先知道要见海登，但根本没料到心目中的偶像会亲自来接自己，因此当莉亚介绍海登时，乔波开始竟没认出对方，只礼貌性地寒暄了一下。直到莉亚放慢说话速度，重新介绍

一遍后，乔波才意识到，对面坐着的就是在1980年冬奥会上创造了囊括男子速滑全部五枚金牌的大明星海登。

不过，这次轮到海登佩服乔波了。

既熟悉速滑，又精通医术的海登，最清楚乔波的伤腿和她的成绩之间有着多么不可思议的联系。因此，他真诚地说：虽然你没有拿到冠军，可你仍是好样的！要是你真拿到了金牌，那才是令人不可思议的事。

国际奥委会主席萨马兰奇也被乔波的拼劲感动了。他在场地看到了一个身材高大的中国人，马上走上前去，说了许多他的感受。巧得很，这个人恰好就是乔波的顶头上司、沈阳八一冰上基地主任吕树森。

国际滑联秘书长吉姆曼，也从主席台上下下来握着吕树林的手连声祝贺。

在德国PRAXIS医院里，那些整天与伤病打交道、见惯了各种伤病的医生、护士们，在为乔波做完手术后都哭了，因为他们没见过这样坚强的运动员。

为乔波治疗的沙夫勒和主刀大夫诺亚坚持不要乔波付钱。诺亚大夫说，要不是乔波已有了德国妈妈，我就认下这个中国女儿了。

许多了解乔波伤情的外国朋友见到乔波都说：你是好样的，技术世界一流，养好了伤再干，还可以成为冬奥会冠军。

乔波在国外训练期间，赢得了许多朋友的喜爱。除这次在手术中无微不至地照顾她生活起居的德国妈妈外，还有美国、加拿大妈妈，此外还有许许多多外国朋友，一直与她保持着通信联系。乔波爱他们，他们更爱这个浑身上下充满着朝气，从不服输，从不会被困难打倒的中国姑娘。