

Scattered Memories

散落的记忆

宁辛著

中国广播电视出版社

宁 辛 著
Scattered

Memories

散
落
的
记
忆

中国广播电视出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

散落的记忆/宁辛著. —北京: 中国广播电视出版社,
2003.1

ISBN 7-5034-3991-1

I. 散... II. 宁... III. 宁辛 - 回忆录

IV. K825.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 086041 号

散落的记忆

作 者:	宁 辛
责任编辑:	陈丹桦
封面设计:	郭运娟
责任校对:	张莲芳
监 印:	戴存善
出版发行:	中国广播电视出版社
电 话:	86093580 86093583
社 址:	北京复外大街 2 号 (邮政编码 100866)
经 销:	全国各地新华书店
制版印刷:	北京市北方华天彩色印刷厂
装 订:	涿州市西何各庄新华装订厂
开 本:	889 × 1194 毫米 1/24
字 数:	80 (千) 字
印 张:	7
版 次:	2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷
印 数:	10000 册
书 号:	ISBN 7-5043-3991-1/G · 1589
定 价:	29.80 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)

序

我和宁辛有过几面之交，只知道她是中央电视台体育节目的第一位女主持人。同其他关心体育节目的人一样，我熟悉荧光屏里的宁辛，因为她主持了国内外多次重大体育赛事的报道。她有自己的风格，亲切而自然，像聊家常一样向电视观众报道了天下的体育大事。

听说宁辛在童年时代受到父母的严格教育。家境困难坎坷，锻炼了她好强的性格。在组织的培养下，毕业后十多年来她已参与主持了四届奥运会、两届冬奥会、五届亚运会、五届全运会以及其他重要的赛事报道，并曾多次获奖。她在工作中很活跃，是个杰出的女主持人。

由于工作需要，宁辛经常到世界各地转播节目，她在主持节目之余也记录下散落于各地的记忆。相信读者会同我一样，感兴趣地从这本书里看到荧光屏外的宁辛，了解她的另一面。

何振梁



谨 以 此 书 献 给 我 的 母 亲

宁 蕴 芬 女 士



目 录

CONTENTS

1

从磨难中走出来的幸福女人 /1

2

找到自己一片天 /11

3

女人 · 家庭 /23

4

远离北京的日子 /31

5

存放七月心情的地方 /39

6

我最尊敬的老人——何振梁 /49

7

桑兰所带给我的 /55

8

郎平 · 打开情感之门 /65

9

在瑞典我见到了瓦尔德内尔 /71

10

乔治 · 迈克尔——我钦佩的体育节目主持人 /77

11

纽约·纽约 /83

12

巴黎情结 /91

13

樱花故乡 /97

14

悉尼湾边的歌剧院 /103

15

雪山印象 /111

16

相逢自有缘 /117

17

吃在国外 /123

18

划破人与人之间的藩篱 /129

19

美国三大电视网对早间节目的竞争 /133

20

我看美国传媒业 /141

21

农场灯光永远守候着我 /149

22

黎明宁静之国 /155

从磨难中走出来的幸福女人

写下这些文字是为了纪念母亲。我相信她一定能听到我的倾诉。早已离去的母亲尽管已经遥远，但她温暖的目光好像依然在照耀着我。

我诉说，还希望母亲能知道，我从磨难中走过的脚步尽管艰辛，我却已经是一个幸福的女人。幸福大概有很多含义：拥有爱，或者美丽，或者享受着工作的所有乐趣。我不知道我是不是拥有了幸福的一切含义，但，我觉得我已经非常幸运了。

我的母亲叫宁蕴芬。我姓宁是随了母亲的姓氏。据《姓氏考略》记载，宁姓发源于距今两三千年的河北、河南一带，是源远流长的一个古老世家。他们的始祖康叔是周文王众多弟子中表现最出众的一位。在我的印象中，母亲的家人都是老实、本分的百姓，一生兢兢业业，靠勤奋生存。母亲解放前出生于一个大家庭，他们兄弟姐妹都是大学毕业，对生活充满了热爱和憧憬。但是在动乱的那个年代，由于资本家出身，十几年来全家人吃尽了苦头。因此，在我儿时的记忆中，家庭生活中并没有什么温馨的片段。

当我本应该在父母的膝头纵情撒娇的时候，“文化大革命”开始了。这场浩劫无情地粉



百天照

碎了我整个的童年。童年本该是金色的，但我却是在苦难和恐惧中度过。整整十年，我在无望中度过，既看不见前程，也感受不到四季的阳光。

在我的记忆中，妈妈是个非常漂亮的女人。我至今仍记得她烫着卷发，穿着高跟鞋的样子。她和她的姐姐因为小时候看了苏联电影《乡村女教师》，就决心长大了上师范学院当老师，要像电影中的女教师一样，把自己的一生献给教育事业。大学毕业后，妈妈如愿成为一名老师，但恰恰就是这个职业几乎要了她的命。

“文化大革命”开始的某一天，一群红卫兵气势汹汹地冲进了我的家。他们解下腰上的皮带，“哗”地一声，把我们家窗子上的玻璃全打碎了，玻璃的碎片散落得到处都是。紧接着，那群丧心病狂的人又逼着我妈妈跪在墙角，让她用剪刀把皮鞋上的高跟剪掉。可是鞋跟那么结实，怎么能用剪刀把它剪断呢？！妈妈剪不动，他们就用皮带狠狠地抽打她。我清楚地记得，当时一皮带抽下去，妈妈的身上立刻鲜血淋漓。年幼的我站在一边，觉得那皮带比抽在我身上还要疼痛一万倍。这一幕永远地刻在我的脑海里，挥之不去。那是怎样的残酷，怎样的不堪回首。我始终不能明白那群年轻人怎么能对一位教过自己的老师下如此毒手。在他们道德的天平中，还有没有一个人性的尺度。



亲爱的妈妈

后来妈妈和舅舅被那帮人带走了。家里只剩下了六岁的我和十四岁的姐姐。所有的东西全都被砸坏了，家里没有一点儿食物，我们又没有办法烧火做饭，在没有了妈妈的破碎家中，我和姐姐所拥有的只有彼此，幸亏姐姐的一些同学帮助了我们。那时候因为饥饿和恐惧，我整夜睡不着觉，有时候刚刚睡着，又被恶梦惊醒，望着黑洞洞没有一丝声响的屋子，我哭着又睡着了。

有一天，有人来通知我们说妈妈死了，让我们去把她拉回来。

当时我和姐姐都傻了，一下子觉得整个世界都倒塌了。没有了妈妈，我们怎么活？

姐姐绝望地找朋友借了一辆平板车。见到了遍体鳞伤的妈妈，才知道她还活着，我们把奄奄一息的妈妈拉到了一位朋友的家里，熬了米粥一点一点地喂她，这样她才慢慢地醒过来。

活过来之后的妈妈全变了，我



妈妈、姐姐和我



童年的我

无论如何都难以将她 and 被带走前的那个美丽的妈妈联系在一起。妈妈终于又看到我时非常高兴，她向我招手，说：“辛辛，你过来。”我知道妈妈是想抱抱我，可是不知道为什么我却拒绝了她。我看见了眼中失望的泪光。我是那么爱她，想亲近她，但是我就是害怕，就是不敢接近那个已经被折磨得面目全非的妈妈——我在这个世界上最亲爱的人。

灾难接踵而至，我爸爸又被打成“走资派”，全家人被下放到河南潢川。在河南农村呆了几个月，我和姐姐很快学会了满口的河南话。

为了不让我和姐姐将来真的成为乡下孩子，我妈妈忍痛和当“走资派”的爸爸划清界线，把我和姐姐带回了北京。

尽管如此，我们的命运依然不能改变。回到北京后，因为爸爸是“走资派”，我和姐姐在学校还是备受歧视。有时候在上下学的路上，常常被一些“出身好”的学生袭击。他们往我们身上撒沙子、投石子，骂我们是“走资派”的孩子，是“黑五类”，永生永世不能翻身。

那是怎样压抑痛苦的岁月，我们被社会所抛弃，我们无望，又只能在无望中长大。

妈妈没有工资，我们的生活很困难。而在那样困难的日子里，妈妈却还一直坚持着每天晚上在灯下看书。当我渐渐长大，我问妈妈：“当时咱们的生活那么困难，您怎么还能看得进去书？”妈妈轻抚着我的头发，说：“妈妈是想用行动让你们知道，人活着就是要学习。”——这一幕我永远不忘。

妈妈对我潜移默化的影响很大，我也特别喜欢看书。直到现在，只要一有时间，我就



高中毕业

总是把自己放逐到书本里。读书的那种感觉既沉静，又温暖，好像所有尘世的喧闹、心情的烦扰都被驱赶得干干净净。书可以让我变得很单纯，只和书、和书中的思想对话。读书真是一种人生的快乐，它会使人变得丰富，变得自信，也会变得美丽。

记得妈妈在最困难的时候，还曾经特别叮嘱过我：“辛辛，你将来一定要考上大学。一定要上大学！将来一辈子要靠自己。”

当时我也许并不特别清楚妈妈的意思，但我知道那是她的愿望，于是那愿望始终鞭策着我，直到一九八〇年的那个夏天，我终于没有辜负妈妈的期望，考上了北京广播学院。

在大学期间我曾不止一次地想过，等我毕业后工作挣钱了，一定要好好孝敬我那命运坎坷、多灾多难的父母。他们原本对未来充满了希望，但是却不幸成为了那个时代的牺牲品。谁知道造化弄人，天不作美。我大学刚刚毕业，还没来得及用第一笔钱孝敬我的妈妈，她就在乘飞机时不幸遇难，从此弃我而去，给我留下了终生的遗憾。妈妈，你为什么要走得如此匆忙？

我父亲平反后被分配到河南大学美术学院当教授。退休后回到北京，不久身患绝症，于一九九七年也离开了我们。

我时常想，当父母还健在的时候，我们总觉着自己还年轻，未来的路还很长，想孝敬父母还有的是时间和机会。但父母的相继辞世，彻底改变了我的这种想法。谁也不知道将来会发生些什么，这种

大学生活





想报答而又无以报答的苦痛太深刻了。我总是对我的朋友们说，一定要趁父母健在的时候，常回家看看，多陪陪双亲，免得将来饱尝“子欲养而亲不在”的心酸和无奈。

尽管生活中有如此磨难，但是我觉得命运对于我还算是公平的。一方面它残酷地夺走了我的双亲；另一方面它又给予了我很多的经历。正因为在我成长的历程中充满了这种不幸和磨难，所以我才会变得更坚强、更独立。这样的家庭背景让我谨慎而又坚韧。从上小学、上中学、上大学，到后来参加工作，一直到今天，我都能稳稳地把握住自己，扎扎实实地一步一个脚印地向前走。在人生的路上，我也一直牢记母亲“一辈子要靠自己”的教诲，从来没有依赖过任何人，也没有寄希望于他人的搀扶。我深知只有通过自己的努力和付出，得到的回报才是属于自己的。

苦难是一把犁，在割破生命的同时也掘出了生命的新的源泉。所以苦难对于我来说，是痛苦，但同时也是财富，当我拥有了这笔财富，就什么也不会把我击倒了，这就是所谓的“曾经沧海难为水”吧。

八十年代初，考大学是一件非常难的事情。中学里一班五十多个学生，能考上大学的也就那么两三个。一九八〇年我考北京广播学院时，根本不知道这所大学究竟属于什么类型的

院校，我甚至还以为那是电大呢！但是终于考上了大学，还是让我很高兴，并且很自豪。

北京广播学院是艺术院校，有的系是提前招生，比如播音系可以提前考试，但又不会影响正常的高考。记得当时报考广播学院的人特别多，每一轮考试都会刷下来很多学生，报考人数和录取人数的比例也是万分之一。直到复试时我才知道，其中的很多学生都已经考了好几年了，而且他们中有的人还是著名播音员辅导过的学生。当时听了他们的话，我的心里越发慌乱。心想，我这是第一年考，既没有经验，又没有专业老师的指导，能有希望吗？

虽然心里没底，但我还是非常努力。每一个考试环节都做了充分地准备，临场发挥的也很正常，最后被录取时，我也并没有觉得意外，我甚至觉得自己能够被录取，完全是顺理成章的。

北京广播学院毕业后，我先是被分配到青海电视台，当了半年的新闻播音员，后来回到中央电视台。当时电视台人事处的领导邹庆方对我说，现在有两个部门需要人，经济部和体育部，他希望我先到体育部。体育部的领导一直想找一位女主持人，他们认为女性主持人加入到体育节目中，一定会给这种竞技的、力量的节目增加一份柔美。

那是一九八五年，台里给了我三个月的实习时间，让我熟悉和选择，也就是我们现在所说的双向选择。我最终选择了体育部，体育部也选择了我，让我成为中央电视台体育节目的第一位女主持人。

说真的，在来到央视体育频道之前，我从没有想过我的生命会和体育紧紧联系在一起。和别的女孩一样，在大学时我很爱玩儿，但就是不喜欢上体育课。我印象最深的是上游泳课时，同学们“扑通、扑通”都跳进了水里，而我却站在岸边，死活不肯下去；另外我还有一次体育没有达标的记录。

其实，当听说自己要进中央电视台的体育栏目组时，我心里也一直在嘀咕。因为在此之前，我从来没有完整地看过一场体育比赛，我对体育基本上没有感觉，更不要说喜欢了。后来我之所以能很快地进入角色，离不开宋世雄、孙正平和韩乔生三位老师对我真诚而耐

心地指导和帮助。

还记得我曾经跟着台里十多位男同事一起出去采访，当时就我一个女孩。在整个采访的过程中，我又胆怯，又觉得别扭，甚至吃饭时都不敢吃饱。当然在采访的过程中，也有让我感到特别高兴的事儿，那就是我能接触到郎平、李宁、李小双、孔令辉这样的体育明星，并可以和他们面对面地谈体育。

我热爱体育，应当说是和运动员给予我的那份感动连在一起的。我觉得在运动员的身上，有着许多特别宝贵的优秀品质。真诚、质朴、坚韧，几乎在每一个运动员身上都有着很明显的体现。他们说的每一句话、甚至每一个表情，都是发自内心的，都是真诚的。难忘悉尼奥运会上，孔令辉击败瓦尔德内尔后的那一幕。当时他激动得一下子跳到蔡振华身上，这是演员演都演不出来的一种感情，那是真正的发自内心的激情的流露。每当中华人民共和国的国旗徐徐升起，我们的运动员站在领奖台上，热泪盈眶地唱着国歌……那份对祖国、对民族的深情——真的，即使现在回忆起来，我还是忍不住要流泪。

和运动员接触得多了，我便知道，他们平时的训练相当艰苦。他们十年磨一剑，渴望的就是站在领奖台上，手按胸口，高唱国歌的神圣感。他们向我们的祖国奉献了青春，也奉献了最真、最纯、最质朴、也是最圣洁的感情。我们的祖国也正是因为拥有这么多优秀的儿女，才得以傲立于世界民族之林。

一九八五年进中央电视台到现在，我经历了很多重大体育赛事的转播工作，有四届奥运会、两届冬奥运会、五届亚运会、四届全运会。但我同时也失去了很多，如安逸的生活，休闲的时光……我觉得失去的和得到的同样宝贵，因为它们一道塑造了我的人生。