

風雲榜

下冊

# 激情点亮人生

他们是成功者，在成功的背后有着怎样的故事？  
他们是弄潮儿，在鲜花的背后有着怎样的辛酸？  
他们执著而坚韧，展示出琅琊沃土生生不息的人文精神。

山東畫報出版社

# 激情点亮人生

下册

風雲榜

山東畫報出版社

# 目录

- 平民王廷江 /3  
煤海掘金人李义文 /13  
好支书刘嘉坤 /23  
诚信善贾陆锦 /37  
新农村建设者邵长学 /49  
刘键：仁者仁医 /61  
慈善富豪李云广 /73  
改变人们生活的发明家李继进 /85  
剧作家张铁民的舞台人生 /99  
城市建筑师张桂玉 /113  
杨同杰：寻访生命边缘的生灵 /125  
欧致新：医者父母心 /137  
当代愚公公茂田 /149  
张玉庆：风雨上海滩 /157  
皮之先：浓墨重彩绘人生 /169  
平民英雄孙永胜 /179  
江北铜王王景连 /191  
徐同文：我的大学 /207  
琅琊居士王汝涛 /221



- 高文班：神奇的财富 /233
- 姜自健：童星灿烂的日子 /243
- 健与美的塑造者李庆华 /259
- 李世良：听花开的声音 /271
- 刘家骥：找寻古城的印记 /283
- 张金兰：一世情缘诉柳琴 /295
- 商海弄潮解永军 /307
- 孙化鲲：守护生命的芳菲 /319
- 朱守俊：永远的村庄 /329
- 邓德山：最长的行军 /339
- 秦中平：重塑生命的美丽 /351
- 刘绍连：田野的希望 /363
- 活着的烈士韩成山 /377
- 周绪元：撒播田野绿色的希望 /387
- 史佩功：编织的日子 /399
- 刘新才：留藏四季的芬芳 /411
- 侯子山：心的托付 /423
- 房新泉：写意淡雅人生 /435
- 沂蒙六姐妹：穿越历史的美丽 /445
- 赵春田：银凤飞扬 /455
- 王文远：银针纪事 /465
- 邢美丽：精美的石头会唱歌 /475
- 王火：激情点亮人生（一）沂蒙情深 /489
- 王火：激情点亮人生（二）传奇人生 /499
- 王火：激情点亮人生（三）一生为“好” /511

A black and white photograph of a man, Li Qinghua, who is extremely muscular. He is smiling and looking towards the camera. He is wearing dark shorts. The background is dark, making his physique stand out. The lighting highlights the contours of his muscles, particularly his chest, abdomen, and arms.

## 李庆华

他是临沂健美、健身事业的开拓者，临沂市“五一劳动奖章”获得者，临沂市“跨世纪青年科技人才”。六年来他带领国家健美队从一个高峰到另一个高峰，被誉为“冠军教练”。同时他也是中国历史上第一位参加洲际综合运动会的健美教练，荣获“亚洲健美运动突出贡献奖”。

### 人物格言

◎ 如果健康没了，一切都归为零。

◎ 健康相伴，成功才有滋味。

# 健与美的塑造者 李庆华

李庆华，中国首批国家级健身指导员、首批国家级健美裁判，1995年荣获“中国健美先生”称号，曾多次代表我国参加亚洲及世界健美锦标赛，2001年起任国家健美集训队教练，2006年担任中国人民解放军某部体能训练总教练。

他用力量雕琢人体之美，让健美的种子在古城生根发芽；

李庆华：应该说，在当时咱们沂蒙山区那是一个爆炸性的东西。

他是沂蒙山走出来的冠军教练，带领中国健美队屡建奇功；

李庆华：2001年我带着队伍参加了亚洲锦标赛，当时是获得了五枚金牌，这在中国是历史性的突破。

他将健美作为事业，不断追逐着自己的梦想；

李庆华：我会尽全力，在临沂再搞些大型的这种赛事活动。

“琅琊风云榜”与您一起走进健与美、力与韵的世界，探寻一名国家金牌教练的心路历程。敬请关注《健与美的

塑造者李庆华》。

**主持人：**李总，您好，欢迎您做客“琅琊风云榜”，很多临沂人认识您都是从一张很大很青春的照片开始，那张照片挂了有十多年了吧，您为什么要把自己的照片挂在大街上，而且穿得那么少？

**李庆华：**这种想法呢主要是源于我现身说法，我自己把我自己呈现，你看我虽然年轻但是很漂亮嘛，肌肉很好嘛，来现身说法地把这种概念推广出来。

**主持人：**当时大家对你这张大照片是一种什么反应，毕竟那时候还很封闭，而您那张照片几乎是近似全裸啊？

**李庆华：**大家都觉得，哎呀，怎么这么一个创意啊，有的人还觉得有点不大适应，这种照片怎么放在这个位置啊，等等；也有很多人觉得，哎呀，很好啊，很喜欢啊，这一身肌肉真漂亮啊。

■ 李庆华的健美生涯是从他的大学时代开始的。当时他是山东体育学院的一位出色的体操运动员，18岁的他曾经多次在省大学生运动会、大学生体操比赛中获得金牌。



体操运动员李庆华。

**主持人：**您的体操成绩很好，为什么没有坚持下去？

**李庆华：**十八九的年龄对体操来说，已经是一个中年人或者是老年人了。在那个年代，体操的寿命非常短，这种现实对我的打击其实挺大。怎么办呢？哎，这个时候呢，一项运动闯到了我的天地里，那就是健美运动。

**主持人：**健美和体操比起来哪个更难做一些？

**李庆华：**应该说健美运动是很枯燥的，就是你一个人，它不像乒乓球有娱乐，是两个人；而体操呢，很有艺术感，别人很欣赏，自己在空中再翻个跟头，也很舒服。那么健美呢，平常就是自己，或者是几个人一起，而且不要发出声音来，要求在健美训练的时候，集中精力，少交谈，在某些时候感觉到很寂寞，会很寂寞。暑假也不能回老家，在学校里关到健身房里，因为回来没有健身器械，没法训练啊，临沂没有啊，那只能留在济南。

**主持人：**那时练健美，成绩怎么样？

**李庆华：**当时我第一次参加山东省比赛就是亚军，后来就是三连亚，三年的亚军。所以这种遗憾使我真的迟迟不能罢手，非得要拿下冠军来，一直到大学毕业以后，我还是继续保持着训练。

■ 大学毕业后，李庆华主动要求分配到临沂师院，作了一名体育教师，他要把他热爱的这项运动传播到沂蒙山区，让更多的人了解健美，学习健美。

**李庆华：**可以说，我在临沂也是第一个健美专业老师。当时我就借助一些上课的机会，来传播这项运动。当我给大学生们传播健美的时候，他们都非常惊讶，啊，还有这么一项运动，还练肌肉？

**主持人：**您有一个梦，就是获得全国健美冠军，但是回到临沂，没有大学里那么好的训练条件了，也没有那样的氛围了，那你还能坚持训练吗？

**李庆华：**那时候回到临沂了，没有健身房，没有健身设备，自己还有个冠军梦没实现，怎么办？我就在家里自制了一个小健身房。健身器械很简陋，自己焊了几件也不够用，实在没有器械，我就邀请我的父亲坐到我的背上，我练小腿，把老爷子都当成健身器了。

■ 1994年，李庆华获得山东省健美比赛冠军，这块奖牌给了他极大的鼓舞，他再接再厉，第二年，又一举夺得全国健美比赛冠军，并荣获“中国健美先生”称号，圆了自己的冠军梦，也奠定了他在中国健美界的地位。



形单影只，他在苦闷中坚持；

**李庆华：**我当年来临沂，最苦闷、最郁闷的就是没有人知道这项运动。

而且历尽艰辛，他负重前行；

**李庆华：**每天下来真的筋疲力尽，没有什么收益，能收到30块钱就惊喜得晚上睡不着觉。

战胜偏见，他终将健美传播开来；

**李庆华：**第一次比赛结束以后，大家震动很大，健美运动、健美运动员，是那么文明。

走进健与美、力与韵的世界，探寻一位金牌教练的心路历程，请继续关注“琅琊风云榜”之《健与美的塑造者李庆华》。

**主持人：**您当时在临沂练健美，别人对您是什么态度？

**李庆华：**我当年来临沂，最苦闷的、最郁闷的就是没有人知道这项运动，知道这项运动的太少太少了，每走到一个地方，谈起这项运动，别人不感兴趣，跟你没有共同语言，大家都说你拿着个铁疙瘩练这个，是吃饱了撑的，你有这个劲你去干点活。也正是因为这个，我一是想参加比赛没有训练场地，另外呢人们不了解，所以我就想创造这么一个环境、这么一个地方。我就搞了一个健身房，最早是在临沂的青少年宫五楼租了一个地方，当时的租金在那个年代可能是挺高，现在来看也挺好玩，就是300块钱一个月，一年3000多块钱租了这么一块场地，开了临沂第一家专业的健身房，叫临沂健美训练中心。

**主持人：**报名的情况怎么样？

**李庆华：**开业三个月我只收了三个会员。我一个月75块的工资，再加上我当时收了三个人的费用，90块钱。那是300多块钱的费用啊，一个月亏100多那不得了啊，不吃不喝也得亏啊！真的，当时是后悔有过、眼泪有过，小嘛，那时还年轻啊，压力太大了，这几万块钱都放在这儿了，借朋友的钱怎么办，是吧？跟家里人怎么说？

**主持人：**这种情况下，您的健身房是怎么坚持下来的？

**李庆华：**那时候我们是两口子的工资，跟父母借，跟哥哥姐姐借，有时

候大家都不理解，还担心你，那个时候特别难过。唯一的解决办法就是自己多努力，多去做市场推广。我自己在家里写广告，拿张纸、拿个毛笔写广告，什么健美训练中心招收什么样的学员，自己本人是什么、又会教什么，等等吧，写好了到处去贴，晚上骑着自行车到处去贴广告，慢慢被人们了解。一开始人家就是好奇，进来以后在门口看看，我就要滔滔不绝地给人家讲半天，你可以来试练试练，免费的，你来体会体会。每天下来真的筋疲力尽，没有什么收益，能收到三十块钱就惊喜得晚上睡不着觉。

■ 坚持就是胜利，运动员的坚韧这时候在李庆华身上淋漓尽致地发挥出来，在以后的三年时间里，庆华健身几次面临关门，但依靠这种坚忍不拔的意志又几次起死回生，从3个人到30个人，到2000多人，庆华健身终于在临沂站稳了脚跟。

■ 随后，李庆华又组织发起成立了临沂市健美运动协会，举办临沂市健美锦标赛，进一步推广这项运动。

**主持人：**听说当时比赛找场地还费了点事？

**李庆华：**当时我们想在临沂人民会堂嘛，他们一听搞这种比赛，也是犹豫了很长时间，研究了很长时间才给予回复，能不能进来，人只是穿得那么少，比赛展示跟赤身裸体一样，到后来也是慢慢通过，通过以后第一届比赛就诞生了。那时候运动员还很难找，那么我们在会员里边好好地培养。当时在临沂参加比赛的很少，只有两三个人，进行了比赛。

**主持人：**听说当时临上台了，运动员、特别是女运动员都不敢上场？

**李庆华：**运动员都不敢穿这种赛裤出去，恨不得穿着长裤出去比赛，运动员都很害羞的，都觉得穿这么少。女运动员更难了，要做很多的工作，不单是要做她们工作，还要做她们的家庭的工作，她们中也有结婚的，也有没结婚的，包括她们的男朋友啊、丈夫啊，还有父母啊，都要做工作，让他们了解这个运动，它是个很文明的运动。

**主持人：**那次比赛在当时的临沂是不是很轰动？

**李庆华：**第一次比赛结束以后，大家震动很大，健美运动、健美运动员，

是那么文明，说话、包括在台上的举止，非常有艺术感，跟着音乐去做动作，很漂亮很有感染力，从这以后，大家就对我们有了认同，觉得健美是很文明的运动，健美是很促进健康的运动。真的，第一届比赛对我们的定位，起到了一个非常重要的作用。

不负众望，他带领中国健美队奋然前行；

李庆华：我作为教练站在旁边，国旗升起来了，非常激动。

不忘家乡，他发展的视野日渐开阔；

李庆华：所有的奥运留下来的这些场馆，我们能不能去把它利用起来。

不断进取，他将健美作为产业做大做强；

李庆华：以健美为主题，我们要多搞一些赛事。

走进健与美、力与韵的世界，探寻一位金牌教练的心路历程，请继续关注“琅琊风云榜”之《健与美的塑造者李庆华》。

■ 1997年，李庆华因为突出的成绩，被借调到国家健美队，正当他离世界冠军梦越走越近的时候，一场车祸断送了他的梦想。

**李庆华：**当时开着摩托车，被一个出租车无意当中碰倒了，肩部啊身体啊都受了严重的挫伤，我就不能再比赛了，这样就停了两年，那时候是1997年的下半年，到1998年、1999年，基本上是不能训练了。

**主持人：**对您打击挺大的吧？

**李庆华：**打击挺大的。那两年自己觉得我已经走到了全国，也已经冲出亚洲走向世界了，但是没拿冠军，怎么去拿，对自己来说是一个理想，正想实现这个理想的时候，就在这个阶段，却受伤不能练了。

**主持人：**那段时间您干什么了？

**主持人：**我这么多年的训练技术，有时间去整理了。我把它深入理论化，将实践和理论结合起来，在这两到三年时间里，我真的是将自己的训练技术提高到一个更加巅峰的状态，也因此教出了很多好的运动员，也得到了



2003年李庆华就读清华大学体育管理硕士，成为国家为2008年奥运会培养的第一批高级体育管理人才。

国家队的认可，在2001年将我提升为国家健美队的教练。

■ 2001年，李庆华被调到国家体育总局社会体育指导中心中国健美协会，任国家健美集训队教练，他将自己的经验教训悉数传授给了自己的弟子们，在他们身上实现了自己未能实现的梦想。

**主持人：**当时中国的健美运动在国际上能占到什么地位？

**李庆华：**当时中国健美队应该说是刚刚走向正规化，成绩不是太好，偶尔能获得一枚金牌，在亚洲、在世界上没有什么很好的成绩。

**主持人：**那您采取了什么样的训练方法？

**李庆华：**我接过来这个队伍以后，我就想用更科学的训练方法和新的运



营理念，也就是说怎样更好地运用器械、怎样进行更好的营养搭配，如何让运动员接受更好的训练手段。

**主持人：**您这些训练手段见效快吗？

**李庆华：**2001年我带着队伍参加了亚洲锦标赛，亚洲锦标赛当时是在韩国釜山举行的，当时是获得了五枚金牌，这在中国是历史的突破，第一次拿到了这么多金牌。在2002年我们又夺得了七枚金牌，因为我带运动员，这个荣誉也使我有了“冠军教练”的美誉，人家都说，哎呀，你只要跟着李庆华教练训练，你就可以获得冠军了，你就可以有所突破了。

**主持人：**您带的这些运动员成绩提高很快，有什么诀窍吗？

**李庆华：**我是体操运动员，体操运动员是有表演天赋的，肢体语言更加丰富，那么我们不但是将中国的女子运动员形体练得优美了，而且要求她的乐感和动作的优美度，在这一点上我下了很大功夫，让女运动员有一个飞跃，不再是很笨拙的动作，而真的是像一个艺术家，在舞台上能够展示出来女性



2001年李庆华总教练带领国家健美队参加韩国釜山亚洲健美锦标赛，获五枚金牌，创中国健美队有史以来最好成绩记录。

的气质以及女性的那种动作美,所以说我们从这些技术细节上得到改善以后,运动成绩也有了质的飞跃。

**主持人:**看到国旗升起来,您作为他们的教练是什么感觉?

**李庆华:**我做运动员的时候,就希望有这么一天,但是我做运动员的时候没有使中国的国旗升起来,因为健美参加国际比赛非常难,以后又因为受伤什么的,没能实现愿望,那么到后期,我的运动员走上来了,我作为教练站在旁边,看到国旗升起来了,真是非常激动。

■ 当荣誉和鲜花围绕着李庆华的时候,他没有忘记养育自己的沂蒙老家,在他的极力促成下,全国健美锦标赛走进了临沂。

**李庆华:**应该说最终我们创造了当时的五个第一,这五个第一我今天可能说不全,也就是说,第一次在这种地级城市举办全国这么大的健美赛事;第一次有国际级的官员前来参加国内的比赛,并授予奖项;第一次在国内授予亚洲的B级裁判,当时还授予我们国际裁判了,就在咱临沂进行了亚洲裁判的考试,我们中国有20名裁判达到了国际级裁判的水平,并授予证书;第一次参加比赛的人数这么多,这是人们没想到的。

■ 这次比赛引起了极大的轰动,为了表彰李庆华在亚洲健美运动的推广方面做出的积极贡献,亚洲健美联合会主席蔡保罗先生亲自为他颁发了“亚洲健美运动突出贡献奖”。

**主持人:**您觉得搞这样的活动对临沂有什么影响?

**李庆华:**我认为,健美作为一种文化,它能够使外地人认识到临沂的思想不落后、思想上没有亚健康,那么这也是对我们临沂经济发展起到一个推波助澜的作用。你有好的投资环境,我相信外面的人,他也愿意来临沂投资,或者说他也愿意和临沂人交朋友。

**主持人:**您还会在临沂举办这种大型赛事吗?

**李庆华:**再有这种机会的话,我会尽全力,在临沂再搞些大型的这种赛

事活动，就是以健美为主题，我们要多搞一些赛事，也希望有更多的企业达成共识，共同推广体育这项公益事业，使它能够深入老百姓的生活。

■ 2003年李庆华就读清华大学体育管理硕士，成为国家为2008年奥运会培养的第一批高级体育管理人才。经过两年多的学习，李庆华获得中国首批体育管理硕士学位。

**李庆华：**现在在北京我创办了自己的公司，叫华奥宏兴体育发展有限公司，这个公司主要进行赛事管理、赛事推广，也就是场馆管理，我们对健身俱乐部连锁，进行推广，我们甚至还有一个目标是奥运遗产，就是说所有的奥运活动留下来的这些场馆，我们能不能把它利用起来，利用我们民间的资金，利用我们的管理水平，能够给国家将损失减到最小。

**主持人：**这是一个新兴的行业。

**李庆华：**我们这个公司从成立以后就受到很多人的认可和欢迎。江苏常熟投资十个亿，建设了一个常熟体育中心，他们委托我们管理，现在我们已经接管了，在体育中心里边配套做健身俱乐部，我们对体育中心的管理也有一些很好的建议。

■ 李庆华在他深爱的体育领域里不断前行，2006年他又担任中国人民解放军海军体能训练总教练。这对他来说也是一个新的挑战。

**李庆华：**我现在每个月，都要去给军队进行七天的授课，在军队里边培训教练，把这些最好的知识、最好的科学训练手段传授给他们，使他们能为我们的国防事业起到作用，我也算是达到了又一个更高的层次吧。

### 人物点评：

健与美，力与韵，李庆华在健美的天地里自由地翱翔，他让健美走进寻常百姓，从此，我们这座山城就多了一种色彩，生活也就有了另一番景致。一

年好景君须记，最是橙黄桔绿时。一、二、三、四、五，大家一起来！

采访札记：

## 健康的意义

第一次和李庆华见面，还见到了一位望子成龙的学生家长。他带着自己十几岁的儿子来找这位“冠军教练”，希望李庆华能点拨点拨。

这应该是由李庆华带来的一种观念的进步。十几年前，我对健美的认识也很片面。当我从临沂银雀山路走过的时候，也会注意地看一下临沂二小对过李庆华那张大照片，说实话，我对健美的看法也是“吃饱了撑的，做点什么不好”。我相信当时好多家长和我的想法一样，他们不希望自己的孩子去练健美，更不会允许把健美当作职业。

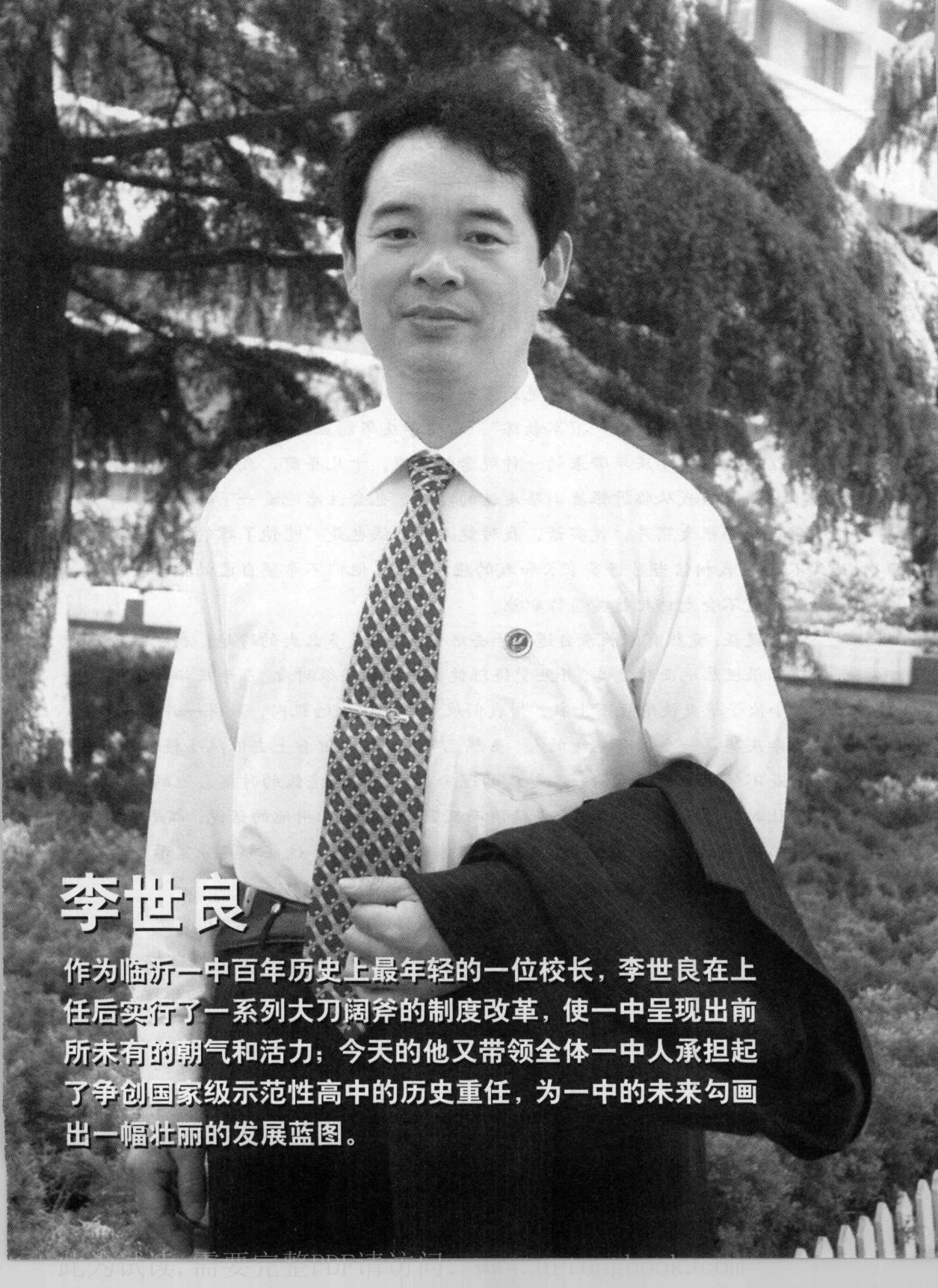
而现在，竟然有家长亲自送孩子去练健美，这是多么大的跨越！我也早已经能够很坦然地面对健美，并且觉得练健美的人确实很耐看。在李庆华的建议下，小伙子很爽快地脱下上衣，为我们展示了他健康的肌肉，赢得一片掌声。

李庆华是一个很有朝气的人，虽然已年近不惑，但看上去依然年轻俊朗。他总是不停地为我们灌输一些健康的理念，即使是在吃饭的时候，他的选择也总让我们信服：他点的菜都是清淡而又富含营养的，用他的话说，都是“健康食品”。从运动员到教练员，再到高级体育管理人才，这些都充分显示了李庆华的实力和潜力。

在采访过程中，我们发现了一个正在减肥的小胖子，大约十几岁吧，他的肥胖可能已经影响了日常生活，母亲把他送到健身城，说花多少钱也行，只要让他瘦下来。健康地生活，这也许就是李庆华一直希望带给我们的新理念。

朱红菊





## 李世良

作为临沂一中百年历史上最年轻的一位校长，李世良在上任后实行了一系列大刀阔斧的制度改革，使一中呈现出前所未有的朝气和活力；今天的他又带领全体一中人承担起了争创国家级示范性高中的历史重任，为一中的未来勾画出一幅壮丽的发展蓝图。