

世界体坛名将成长录丛书

水中蛟龙

主编 李力钢



3

煤炭工业出版社



国防大学 2 063 4821 9

水中蛟龙

第三册

主 编 李力钢

编写人员 李力钢 王俊义 王 鹏 王志军
野庆裕 赵传伟 陈 坚

煤炭工业出版社

目 录

“独眼蛟龙”——塔马什·达尔尼	1
“死里逃生”的奥运冠军	
——德米特里·萨乌丁	43
“金色女孩”——佩妮·海恩斯	78
来自绿茵场的碧波王子——松田成利	104

“独眼蛟龙”——塔马什·达尔尼

在1985年索非亚欧洲游泳锦标赛上，有一位17岁的年轻选手，一鸣惊人，夺得200米和400米个人混合泳两枚金牌。事隔两年，他再次出现在欧洲游泳锦标赛场上，连破200米和400米个人混合泳两项世界纪录，引起泳坛轰动，紧接着，在1988年汉城奥运会上，他再次打破200米和400米个人混合泳世界纪录，由此确立了在世界混合泳项目上的霸主地位。4年过后，在巴塞罗那奥运会上，他再次奇迹般地获得了200米和400米个人混合泳世界冠军，并打破了400米个人混合泳世界纪录。由于他的左眼视力极低，近乎失明，人们给了他一个非常贴切的绰号：“独眼蛟龙”。这位“独眼蛟龙”，就是匈牙利的塔马什·达尔尼。

体弱多病的“瘦小子”

达尔尼出生在匈牙利一个普通家庭，父母亲受过高等教育，拥有一份体面且稳定的工作，薪水较高，家中经济比较宽裕。

达尔尼的出生，给这个殷实之家带来了欢声笑语。小时候的达尔尼长得十分聪明可爱，父亲和母亲都非常喜欢他，尤其是母亲，对他倾注了全部的母爱。

然而，父母亲的爱并没有使达尔尼能够“茁壮”成长。他刚出生时，体重不足7斤，从一岁开始，他就明显比同龄的小孩瘦小，而且经常生病。有一次，达尔尼生病整整住了一个月的医院，当他出院时，已经瘦得形消骨立，象一个小老头。

夫妇俩看到达尔尼太瘦了，想通过改善饮食，使达尔尼能够胖起来，他们找营养师咨询营养知识，并照此调剂达尔尼的饮食。然而，这一切似乎都无济于事。几年过去了，达尔尼的个头长高了一些，但是还是那样瘦小，象一颗经过风吹雨打伤了元气的小苗，无论施加了多少营养元素，都不能让他长得快一点、长得高一些，都赶不上同龄小孩子的身高与体重增长的速度。

作父母亲的，都希望自己的孩子体格健壮，达尔尼夫妇看见小达尔尼体弱多病，十分心痛，他们怀疑达尔尼是否具有天生的慢性病，决定带着达尔尼到医院检查身体。

医院给达尔尼检查的结果很快就出来了：“一切正常”。夫妇俩松了一口气，然而，又感到不解，他们问医生：

“怎样才能让他长得壮一些呢？”

“运动!”这位医生恰好是一位体育迷，经常参加各种各样的健身运动，尤其是喜欢游泳，他对达尔尼的父母亲说：

“游泳是一项非常有益的运动，你们可以带他去游泳，不出半年，他一定长成一个棒小子。”

这位医生绝对想不到，他的这一席话，把一个体弱多病的小孩引上了一条通向奥运会冠军宝座的道路。

达尔尼的父母亲本来就十分喜爱体育运动，尤其是游泳，所以他们十分赞同医生的建议。从医院回到家，就找来学习游泳的书籍，为达尔尼制定练习游泳的计划。

这时的达尔尼，只有7岁，他天生爱静，不喜欢任何运动，包括游泳，他有时可以在家里呆上一天，看电视看书，而不愿走出家门一步。当父亲与母亲商量着制定游泳计划时，他没有在意，不知道父亲与母亲是在准备拉他下水。

被父亲“拉下水”

这天，经过好长时间酝酿的达尔尼夫妇带着小达尔尼来到游泳馆。为了让达尔尼走进游泳馆，夫妇俩颇费了一番功夫。小达尔尼不想来，他想坐在家里的沙发上舒舒服服地看动画片。在父亲严厉的训斥和母

亲耐心的哄骗下，他最终妥协了，但父亲母亲满足了他一个条件，那就是给他买一套动画书。

第1次走进游泳馆，看见这么多小朋友在水中嬉笑打闹，小达尔尼感到十分新鲜，他高高兴兴地换上游泳裤，跟着父亲下水了。然而，他的这份新鲜感没有保持10分钟，就被惧怕与厌恶的情绪取而代之了。

父亲大概有点急于求成，没有让小达尔尼跟着小朋友们在浅水区扑腾嬉戏，而是对他进行单独教练。

父亲给他上的第1课是熟悉水性，让达尔尼在水中将身体放平、闭气、保持平衡。然而，达尔尼第1次做就因为紧张失去平衡，一张嘴，喝了一大口水，呛到鼻子里去了，令他眼泪止不住地往下流。而且，池中的水加了许多清洁剂，达尔尼喝下之后，感到胃里翻江倒海，恶心想吐。达尔尼哭闹起来：

“我要上去！我不游！我不游！”

对于达尔尼的要求，父亲没有理会，坚持让达尔尼反复做这样的练习。达尔尼哭闹不止，父亲只好在达尔尼的臀部上重重地打了一巴掌，达尔尼这才服服帖帖地不叫喊着上岸了。

第1次到游泳池“游泳”的经历给达尔尼留下的印象太糟了。父亲本来想让他熟悉水性，而结果适得其反，使他对水产生了惧怕与厌恶。此后，到游泳馆练习游泳，对于达尔尼来说，如同上刑场一般。达尔尼曾经无数次试图对父亲与母亲的顽固提出挑战，坚

决不下水，然而，父亲从来不让步，每次都是硬把达尔尼拉下水，即使哭闹，也不妥协。父母的决心非常坚决，谁让达尔尼长得这样瘦小多病呢？爱是温暖的，也是严厉的，多年以后的达尔尼才从中体会到父母亲的一片爱心。

经过一段时间的练习，达尔尼的水性有了长进，开始练习蛙泳之后，训练更加辛苦了，每天进行无数次蹬夹水、手臂划水练习，既枯燥又辛苦，每天练习下来，手臂酸痛，疲惫不堪，但食欲大增，这一点令他父亲与母亲非常满意。

除了让达尔尼练习游泳之外，父母亲还让达尔尼练习体操，以增强达尔尼的肌肉力量与协调性。父亲在家里的墙上安上拉力器、简易单杠，给达尔尼规定了训练内容，达尔尼每天从游泳馆训练完毕，回到家中，必须完成几组体操练习。

14 岁的达尔尼，与同龄的小孩比赛游泳，几乎无论是哪一种泳姿，他总是一马当先，游在前面，这一点使他在小朋友中颇为得意，尝到了练习游泳的一点儿甜头。然而，从他内心来说，还是没有喜欢上游泳这项运动，每次去游泳馆练习，都是由父亲亲自“押送”，不然他自己是不会去的。新增加的体操练习，更令他痛苦万分。正如他后来所说：

“在我的记忆中，每一次下水都和第 1 次一样，父亲边吓唬边拖拉，每一次上岸我都泪流满面。枯燥无

味的击腿、划水和家里长达几小时的体操使我十分反感，我曾经认为是这些让我的少年少了许多欢乐。”

在父亲的威逼下，达尔尼以一种极不情愿的状态度过了2年游泳练习生活。随着年龄的增长，自主意识增强，达尔尼曾经对父亲和母亲顽固地坚持让自己选择游泳提出了抗争，然而，每次都是以达尔尼妥协告终，即使他咬牙发誓也罢，都无济无事。

女教练科列尼亚

这年，达尔尼15岁了。由于长时间的游泳训练，他已经长成了一个健壮的小伙子。

在艰苦的训练中，达尔尼的身体素质产生了明显变化，他的四肢、背上显露出结实的肌肉形状，力量与柔韧性明显增强，他的整个上身露出倒三角的初型，一改以前瘦弱的体态。随着体质的增强，达尔尼也很少生病了。

在几年来的游泳训练中，父亲意识到达尔尼在游泳上具有天赋。达尔尼虽然从小长得瘦小，然而他的四肢修长，肌肉的力量、协调性与耐性都非常好，整个身体呈自然的流线型，而且，各种游泳动作的要领，他掌握得非常快。父亲想，如果让达尔尼接受专业训练，或许能够成材，然而，他也知道，达尔尼对游泳并没有兴趣，甚至反感游泳。

兴趣是最好的教师，父亲想，要让达尔尼从事专业的游泳训练，最重要的是要培养他对游泳的兴趣。以前，他逼着达尔尼游泳，仅是为了让达尔尼拥有一个健康的体魄。现在，达尔尼长大了，有了自己的思想，自主意识越来越强，强迫他做某一件事已经很难了。这时，父亲想到了一个人，这就是奥尔茄·科列尼亚，一位小有名气的女游泳教练。父亲决定让达尔尼跟随奥尔茄·科列尼亚练习游泳。

就象任何一位小男孩喜欢漂亮的女老师一样，10来岁的达尔尼很喜欢奥尔茄·科列尼亚教练。

奥尔茄当时30多岁，皮肤白皙，身材丰满而匀称，泳姿非常漂亮。达尔尼跟随着父亲来到奥尔茄·科列尼亚当教练的游泳馆，第一眼见到奥尔茄·科列尼亚时，立刻被这位女教练迷住了，本来讨厌游泳的他，突然担心父亲不让他游泳，或者是这位女教练不接受他。当奥尔茄·科列尼亚答应接受达尔尼这位学生后，达尔尼非常高兴。

奥尔茄·科列尼亚不仅人长得漂亮又富有魅力，而且在训练学生方面非常耐心。由于达尔尼父亲的游泳技术一般，所以，他教给达尔尼的动作并非都是无可挑剔，有些动作甚至是错的，以至于使达尔尼养成了一些孤僻动作，影响了他训练成绩的进一步提高。为了纠正他的这些动作，奥尔茄·科列尼亚不厌其烦地给达尔尼示范，手把手地纠正。

由于达尔尼被奥尔茄·科列尼亚的个人魅力所吸引，从而非常喜欢奥尔茄·科列尼亚的游泳课，加上奥尔茄·科列尼亚的声音非常柔和，示范非常准确到位，达尔尼听起来很亲切，看得也很清楚明白，训练效果很好。时间不长，达尔尼的不规范游泳动作得到一一纠正，游泳技术日趋成熟，为他日后的游泳生涯打下了坚实的技术基础。

在这一段经历中，达尔尼更大的收获是，长时间的游泳训练，加上奥尔茄·科列尼亚的引导，达尔尼渐渐消除了以前对游泳的那些惧怕与厌烦情绪，产生了浓厚的兴趣。

这时的达尔尼，再不是以前那个由父亲逼着下水的孩子了，他在游泳池里，经常自己延长训练时间，以达到提高游泳技术与体能的目的。由厌烦与惧怕到产生兴趣，这一变化为他从事游泳事业打下了良好的心理基础。这其中，主要应归功于女教练奥尔茄·科列尼亚。达尔尼后来回忆说：

“在认识科列尼亚之前，我一直是在水中‘扑腾’，是被动地进行训练，是科列尼亚让我懂得了什么是真正的游泳，让我认识到了游泳这项运动的魅力，体会到其中的乐趣，她牵引我走上了真正的游泳道路。”

奥尔茄·科列尼亚让达尔尼终于喜欢上了游泳，然而，如果要想坚持长时间枯燥而艰苦的练习，在竞争激烈的世界泳坛上摘金夺银，只有兴趣是不够的，必

须要有夺取“第一”的强烈愿望和压力，促使运动员去忍耐、拼搏、奋斗。是谁让达尔尼产生了这样的强烈愿望呢？是另一位教练，他的名字叫塞奇。

“严师”塞奇

一天，科列尼亚教练没有来，达尔尼独自在泳池中练习。他一会儿练练自由泳双腿的打水动作，一会练练蛙泳的双腿蹬水动作，偶尔也躺在静静的水面上，眼望着游泳馆的顶部天花板数电灯，显得非常放松惬意。

“这样不行！”有人在池边上说。他的声音不大，但是非常严厉，完全是一种命令的口气，令达尔尼不禁为之一怔，赶跑了他放松惬意的情绪。显然，这人已经在池边呆了好长时间，达尔尼刚才的所有表现，他都看见了。

池边这人招手示意，让达尔尼过来。年轻气盛的达尔尼非常不适应这人的这种严厉口气，他不想过去，然而，这人用锐利的目光盯着达尔尼，似乎对于达尔尼的心理状态洞察在心，他说：

“你！就是你，过来。”

达尔尼只好一低头，以标准的蛙泳姿式，向这人那里游去，边游边想：

“这人是谁呀？”

这人就是达尔尼日后的教练塔·塞奇。塞奇是一位非常优秀的教练员，长期在国家体委游泳队任教，他已经培养了好几名全国冠军，但他有一个人人皆知的特点，就是对运动员要求非常严厉。当时，他已经接受奥尔茄·科列尼亚教练的推荐，准备收达尔尼为弟子。这天，他是专程来看达尔尼的身体素质和游泳技术基础的，出于教练员的天性，还没有正式介绍，他已经开始对达尔尼进行训练指导了。

达尔尼出了泳池，来到塞奇的面前。塞奇仔细打量着这个小伙子，身材并不是很魁梧，但是身材匀称、肌肉结实，“是一块游泳的好料。”他微微点点头，心里暗暗地说。随后，他告诉达尔尼，他将成为达尔尼的新教练，接替奥尔茄·科列尼亚指导他训练。他对达尔尼说：

“科列尼亚教练已经向我介绍了你的详细情况，你的目标就是欧洲冠军，然后是世界冠军、奥运会冠军。”

简单的几句话，一下子挑起了达尔尼好胜之心，然而，“我行吗？”达尔尼随即又对自身的实力产生怀疑，他说：

“世界冠军？这太遥远了。”

“年轻人，只要跟我练，一定行！”塞奇非常自信地说。

从这一天起，达尔尼开始跟着塞奇练习游泳了。

每天，人们都能听到游泳馆里传出一个暴跳如雷

的声音：

“不行！不行！重来一次，重来一次！”

这就是塞奇在训斥达尔尼。

实际上达尔尼对待每一组训练都非常认真，完成的质量也算不错，然而，不论达尔尼游出多快的速度，哪怕这次比上次快得多，严格的塞奇似乎对他都不满意。他根本不理睬达尔尼怎么想，只是一个劲说不行。队友们也很难理解教练为什么对达尔尼这么厉害，怀疑是不是教练很不喜欢达尔尼，很多人都担心达尔尼能否在游泳队中呆下去。

达尔尼的自尊心很强，教练的训斥使他非常难堪与苦恼，给他的压力很大。压力越大，他训练越认真刻苦。每一次训练课，他总是最后一个离开游泳馆。塞奇看在眼里，非常满意。其实他也是用心良苦，他信奉“压力变动力，动力出成绩”这个道理。他如果对一个运动员器重，那么，表现出来的方式没有别的，就是对这个运动员的要求超出一般的严格，几乎近似于苛刻。他认为达尔尼具有良好的游泳天赋，潜力很大，象一块铁需要百炼才能成钢，所以，他就不停地冲着达尔尼叫喊：“不行！”

塞奇除了严格之外，他的训练方法也很科学，经验很丰富。他对达尔尼经常采用一些极限训练、无氧代谢训练等新的训练方法。每次训练结束，他注意利用心搏数来检验训练效果。他常用 30 分钟的训练测验

法，就是先用 30 分钟快速游的距离来评定，在此时，选手的成绩临界线应为 4 微毫克的当量，在那时 100 米的平均成绩便可得出，这便是最理想的计时训练时间，无论何时都可以按这个要求全力去游。

就在塞奇大喊“不行！”的声音中，在科学训练方法的辅助下，达尔尼的游泳成绩迅速提高，接连在国内比赛中取得了一些好成绩。

对于达尔尼的成绩，塞奇看在眼里，满意在心上，但是并没有表露出来，他给达尔尼制订了一个近期目标——夺取 1986 年欧洲游泳锦标赛冠军。

为了实现这个近期目标，塞奇为达尔尼布置了超强度的训练计划，每一组练习，达尔尼都必须竭尽全力才能完成。在集中训练的那一段日子里，从达尔尼训练的游泳馆到就餐的餐厅之间有一段 500 米距离，每次训练完毕，精疲力竭的达尔尼从游泳馆到餐厅就餐，当走在这条路上，他感觉到是那样的漫长，他回忆说：

“那一段日子，每天固定的 3 个点，餐厅、游泳馆、卧室，从游泳馆到餐厅的一段路，本来并不长，然而，刚刚训练完毕的我，走完这一段路，感觉象走了几公里一样艰难，我当时不止一次的问自己，这一条路我能坚持走下去吗？每次我都不敢肯定地说‘我能’，因为的确是太难了。”

达尔尼几乎承受不住训练的压力，连国家队别的

教练看过他训练之后，都相信达尔尼早晚将会回家改行，不过，塞奇很能够把握住年轻人的好胜心理，每次达尔尼懈气时，他总能用独具感染力的话，鼓起达尔尼训练的热情。

就这样，达尔尼最终坚持下来了。他的训练成绩也在稳步上升，在一次国内比赛中，他打破了匈牙利全国纪录，令他在国内泳坛崭露头角。

飞来横祸

1981年至1983年期间，是达尔尼训练成绩飞速提高的阶段，他在国内很多重大比赛中，取得了优异成绩，引起了游泳界的注意。行家们都分析，一颗游泳新星将会诞生，达尔尼前途无量。

然而，正当达尔尼满怀信心，憧憬美好前程时，一次飞来横祸降临到他的头上，几乎结束他短暂的游泳运动生涯。

那是在1984年冬季的某一天，从北欧大陆南下的寒潮席卷了整个中欧，给匈牙利境内带来了入冬以来的第一场大雪，整整下了一夜。清晨，整个世界银装素裹，空气清新，人们走在雪地上，感到格外兴奋。在一个学校的操场上，几位少年在打雪仗，雪球在空中飞来飞去，少年欢快的笑声传得很远很远。达尔尼就在几位少年当中，他玩得非常高兴，额头上渗出了细

细的汗珠。

正当达尔尼俯身捧起一把雪，准备向同伴再次“开战”时，同伴扔出的一个雪球向他飞来，重重地击中了他的左眼，他“哇”地大叫一声，下意识地用手按住了受伤的眼睛。他后来回忆说：

“当时我只感觉到一个黑黑的东西直朝我飞来，紧接着左眼一阵剧痛，什么也看不见了，与此同时，疼痛令我难以自禁。”

受伤的达尔尼被同伴送往医院，接受医生的检查治疗。

本来，大家以为只要医生给达尔尼进行一个星期的消肿、消炎处理就会没事的，可是，医院两个星期的治疗使达尔尼的眼睛红肿消退了，左眼视力却一点没有恢复。

医生对达尔尼的眼睛进行进一步的仔细检查，结果令大家都大吃一惊。雪球击中达尔尼的左眼球，视网膜脱落，左眼暂时完全失明，需要手术治疗。

眼科手术难度非常大，精度要求高，加之达尔尼这次伤情较重，谁也不能保证手术一定能够成功。医院没有人敢给达尔尼做手术。

如果不做手术，眼睛的视力根本不可能恢复。达尔尼的父母把达尔尼送到了匈牙利最好的眼科医院，医生给达尔尼做了第1次手术。一周之后，发现手术无效。再做一次，再次无效。一个月过去了，3次手术