

枪

恋

「农民之子」系列图书·体育明星

《物》编辑部编

依
社

京)

4

《人物》编辑部 编

枪 恋

「农民之子」系列图书·体育明星

人
民
出
版
社

责任编辑:刘振声
装帧设计:肖 辉
版式设计:任宗英 马 杰
责任校对:高丽华

图书在版编目(CIP)数据

枪 恋/《人物》编辑部编
-北京:人民出版社,1995.12
(“农民之子”系列图书)
ISBN 7-01-002287-9

I. 枪…

II. 人…

III. ①报告文学-作品集-中国

②优秀运动员-生平事迹-中国

IV. ①I25 ②K825.4

枪 恋

QIANG LIAN

《人物》编辑部编

人民出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街 166 号)

北京通县电子外文印刷厂印刷 新华书店经销

1995 年 12 月第 1 版 1995 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:787×1092 毫米 1/32 印张 6

字数:110 千字 印数:1—5,000 册

ISBN 7-01-002287-9/K·492 定价:10.00 元

编者寄语

巍巍昆仑望不断，滔滔黄河流不尽。

多少世纪以来，神州这片古老的土地，养育着中华民族，养育着炎黄子孙。在这片土地上辛苦耕耘的千千万万农民，一代又一代……历史诉说过许多关于农民的故事，或金戈铁马，或仰天长啸，或苍劲悲怆，或深沉徘徊……但他们最终也没能走出土地。

在新的时代、新的时期，中国农民的后代，义无反顾地走出土地，历经艰辛、探索，勇敢进取开拓，表现出超越历史的风采：

他们走出老屋，用辛勤的汗水浇灌乡镇企业之花，造福一方，实现了“去太阳那里背金子”的梦想，成为新一代实业家。

他们认识生活，拥抱生活，用五彩的笔，描绘神州大地的历史变迁，推出无愧时代的作品，成为作家。

他们坚毅地闯入艺术之宫，启动灵感，尽情展示自己的才华，成为艺术家。

他们在运动场上，龙腾虎跃，忘我拼搏，屡夺金牌，让雄壮的《义勇军进行曲》响彻云天，成为体育明星。

他们从乡间小路走向神秘的科学殿堂，夜以继日，苦心钻研，推出一个个举世瞩目的科研成果，成为科学家。

他们带着祖辈的执著追求，深入人文社科领域，潜心研究，让中华民族文化重现辉煌，成为学者。

他们在香港，在台湾，在海外，一切从零开始，惨淡经营，创造财富，成就了为之奋斗的事业，成为著名的实业家。

壮哉，农民之子！

农民之子升华了！

他们用实实在在的光辉业绩，令人信服地改变了“脸朝黄土背朝天”的农民形象，骄傲地告别历史，走向未来。他们身上展现出新的时代精神、时代品格，令人兴奋，令人向往，必将激励一代又一代的农民之子，去创造更加美好的未来。

这套“农民之子”系列图书，目前先出版七卷，即科学家、社科学者、艺术家、作家、体育明星各一卷，海内外实业家两卷。这套书精选精编，内容厚实，底蕴丰富，情节起伏跌宕，人物栩栩如生，语言亲切可读。打开此书就像走入农民之子的多彩画廊，让人敬佩不已，目不暇接。如果此书能给读者带来一点欣喜、一点启迪，那我们将感到十分高兴。

谢谢各位读者朋友！

目 录

- 哦,难舍难分的跳台 陈肖霞自述 康林芬笔录(1)
- 世界长跑名将王军霞 徐光荣(22)
- 她为祖国夺得了荣誉
- 记打破世界自行车比赛纪录的周玲美
- 任志忠(45)
- 女篮巨霸郑海霞 李 丹(62)
- 最早震惊世界的中国径赛
- 女明星——曲云霞 徐光荣(80)
- 许艳梅的蓝色的梦 雷 健 高咏明(98)

2 目 录 ◇

农奴出身的女登山家潘多 鲁 光(113)

枪恋 许海峰(130)

袁伟民的成功之路 鲁 光(163)

一代棋王谢侠逊 江礼旸 夏震霆(179)

哦，难舍难分的跳台

陈肖霞 自述

康林芬 笔录

陈肖霞(1962—)，女，广东省东莞县人。跳水运动员，国家级运动健将。1973年入广东越秀山业余体校。1974年选入广东队，1977年入国家队。在第八届亚运会，第十、十一届世界大学生运动会上均获女子跳台跳水冠军。1981年第二届世界杯跳水赛上获冠军。是我国第一位女子跳水世界冠军。1983年在第五届世界杯跳水赛中，是男女团体总分冠军中国队及女子团体冠军中国女队主力。三次被评为全国十佳运动员。四次获得国家体育运动荣誉奖章。

——

当我还是小运动员的时候，就非常羡慕身边的老运动员和即将离队的队友，因为老运动员练得比小运动员少，而

被淘汰的队员，则根本不用练了。那时我想，她们多舒服呀，有那么一天，我也像他们一样，就可以不再吃苦头了！今天，我已是一个老运动员了，也许不久就要离队。然而对事业的眷恋之情却又紧紧地缠绕着我，我真不知道自己如何来承受与跳台的离别之苦。此时此刻，我思绪万千、百感交集，我和跳台的日日夜夜、我和跳台的酸甜苦辣，一幕幕呈现在我眼前……

路，从这儿开始

我的家乡是广东水乡东莞县。我从小就和水结下了不解之缘。舅舅家紧挨一条溪河，我经常抱着一根芭蕉树干在水里玩耍。后来，到了广州父母身边，爸爸经常带我去游水。一天，爸爸对我说：“你这么喜欢游水，我愿意带你去，但是你一定要答应一个条件，剪个‘陆军装’，这样头发容易干。”我不懂什么叫“陆军装”，只凭有个“军”字，心想一定很威风，就立刻答应了。等理发师为我剃了个“陆军装”之后，才知道是个寸发头，只有男孩子才剃这种头的，我又急又气，哭闹了一场。姐姐见我哭得这么伤心，就出主意说：“你去买个沙田柚子，把里面的果实吃了，剩下柚子皮把它盖在头上，头发就会很快长出来了。”我一听大喜，竟然真信了她的话，用柚子皮盖头足足半个月，结果一根头发也没长，才恍然得知是姐姐有意逗我玩的。

我在广州朝天路小学读书时，是学校乒乓球队的小运动员。一天，我们正在上体育课，越秀山业余体校的教练来挑选跳水队员。我不懂什么叫跳水，只是图新奇，和许多同学一起报了名，结果真把我选上了。后来又有一天，我发高烧正在家休息，同学跑来告诉我：跳水班要复选，弃权就要落选。为了能参加跳水班，我不顾高烧，参加了复选。教练问我：“识吾识游水？”我生怕因为自己不会游水而被淘汰，便硬着头皮说：“识！”其实我只会扒几下“狗扒式”。教练又让我压压关节，检查我们的柔韧性。那时候我是个“硬骨头”，一压腿，抽筋似的疼，我用眼瞄瞄教练，使劲向下压，一心希望教练能选上我。后来，教练把我带到深水池，我明知水是会淹死人的，可一点也没胆怯，“嘣”地跳下深水。先扒了两下“狗扒式”，紧接着就感到身体像千斤包袱似地往下沉。我拼命地用脚蹬呀、划呀，就在头露出水面的一瞬间，我发出了呼救声。我又一次被人拖上了岸。尽管如此，我还是幸运地被吸收为跳水班的预备队员。

我家有六兄妹，每月靠着父母不到百元的工资度日，姐姐读书靠国家补助学费，十分艰难。我从家到训练场地，有半个小时的路程，我没钱搭车去，就是爸爸偶尔给我一二次车费，也不舍得花，总是和伙伴们一路嬉戏打闹，念着自己编的顺口溜，不知不觉地来到游泳池，真是风雨无阻。

有一天，我正在练3米走板，突然有人喊：“集合啦！”我急忙回身想下板集合，不料一时疏忽，身体失去平衡，从3

米板上跌了下来，正好跌到游泳池边缘，把脚扭伤了，肿得像个面包，痛得要命。家里人说“伤筋动骨一百天”，不准我参加训练。可我哪舍得放弃训练，执意要去。爸爸拗不过我，给了我车费，要我搭车去。就这样，我只休息了一天，就一瘸一拐地来到了游泳池。

从小爱“比试”

训练中，总是有一股向上的力量鞭策，推动着我，使我不断地去追求新的目标。当时我被编入预备班先学游泳，我见正式班的运动员学跳新的动作，也向教练提出来要学跳。我从不服输，觉得别人能做到的事情，我也一定能做到；她行，我也行。对新的动作总是有一股强烈的尝试欲。我很快学会了游水，奋力追练正式队员学的新动作，经常摔打得浑身酸痛。有一次，学跳301，一时失去控制，手碰了板，鲜血直流。教练十分担心，因为过两天就要参加广州市运动会了，问我：“怕吗？还敢不敢跳？”我说：“不怕，敢跳！”接着又练起来。

1974年4月，在广州市运动会上，我和正式班的队员一起比赛。平时练的5211动作并不太熟练，但比赛时却发挥得很好，得了第一名。同伴们都很惊讶：“你比赛紧张吗？”我说：“不紧张，一点也不怕，比赛很有意思。”比赛前，爸爸曾经许过愿：“假如你这次比赛拿了冠军，我一定奖励你。”

比赛后，我特意把冠军的奖品——一个红色日记本，摆放在显眼的地方。爸爸回到家，一眼就看见了，高兴地给了我几角钱以资鼓励。这几角钱在我幼小的心里，已经是一笔不小的“财富”了。爸爸语重心长地说：“你这才刚刚迈出第一步，今后的路还长着呢，千万不要学我给你讲过的那位‘骄傲将军’。”爸爸讲的故事，时常激励着我一步接一步地攀登新的高峰。

1974年我被选入广东省集训队之前，在家里担负着一定的家务劳动。弟弟妹妹年幼，姐姐念中学，爸爸妈妈上班，唯独我这个小学生学习负担不重，所以每天上午放学后就急忙在街上买些菜，回家做饭。下午放学，我要去训练，晚饭就由姐姐做。我这一走，家务活自然就全部落到家里人身上。为了让我学好跳水，爸爸妈妈咬牙克服了家庭困难。我所取得的成绩，离不开他们对我的支持。

省集训队里，跳水高手云集。他们高超的技艺，使我好像走进了一个新奇的世界，看着老队员们那轻盈优美的高难技术，我恨不得一下子都学会。学起新动作来，我从不“站岗”（站在台上不敢跳），有时发怵站一会最终也要跳下去。有的队员竟然一两天的训练课都站在台头不敢跳。经过一段训练，我的身体素质和技术都有了较大提高，但在省运动会之前，仍有许多技术动作赶不上老队员。心里十分着急，就向教练提出要学新动作。教练不同意，因为我还不具备完成那些技术动作的能力。我就和教练软磨硬泡，教练见我这

么坚决，只得同意了我的要求。事实上，我确实是缺乏完成新技术动作的能力。每一次跳下去，都离板很近，眼看着要碰板，吓得教练和同伴们都为我捏一把汗。然而，我一点也不胆怯，总感到碰板并不可怕。在学 105 抱膝二周半头落水时，教练告诉我：“二周半后迅速打开身体，睁开眼入水。”可我根本还没掌握打开的技术，半空中，心一惊，紧闭着眼，头向后一仰，“啪！”整个身体拍在水面上。要掌握这个技术动作，非一日之功。我每天都挨拍，拍得身上青一块，紫一块。有时往台上一站，心里就犯嘀咕，犹犹豫豫不敢跳，一会摸摸头发，一会扯扯游泳衣。每到这时，站在台下的教练总是笑眯眯地盯着我说：“好，我要数数你要扯几次游泳衣才往下跳。”我横下一条心，一次又一次地学跳。就这样，我硬是把这个动作啃下来了。

省运会上，我将和老队员一起比试高低。我们广州市代表队有个老队员叫张子琳，她神秘地悄悄对我说：“比赛前，我给你吃点巧克力，一定能比好！”我连声说：“好呀，好呀！”赛前，她果真拿来两块巧克力，我果然比得不错，跳板和跳台都得了少年组第 3 名。

我的身体条件在队里不算最好的，和我一起从越秀山业余体校来省集训队的，还有两个队员条件比我好，训练时间比我长。大家在背后议论说，肯定是我第一个被“筛”走。我很不服气，暗暗下决心一定要争口气，要超过她们。训练中教练叫我怎么练，我就怎么练。教练说我：“你是一团和好

的面，想搓成什么样，就能出什么样。”经过一年多的试验训练，我才被转为集训队的正式队员，全队“筛”得只剩下我和另一个男队员了。

1975年冬季，队里掀起了大运动量训练高潮，每周进行一次极限强度训练，而且运动量一周比一周大。队里有一位老队员，他的弹网连续翻腾数达到800次，是当时队里的最高纪录。教练要求我们年轻运动员超过他。记得那天极限训练课，第一个女队员做连续翻腾动作跳了1000次，紧接着—位男队员跳了1234次。轮到我跳时，教练“激将”说：“妇女能顶半边天，你要超过男的。”结果，一激之下我跳了1235次，创了队里最高纪录。从那以后再也没人超过这个数字。像这样的大运动量训练课，我总是出色地完成训练计划，和伙伴们一起你追我赶比着练，劲头格外足。

然而，平时训练时，我却时常闹情绪。教练一宣布计划，我的脑子就嗡嗡叫。那几乎让人难以记忆的一大堆训练计划，天天如此、反复无尽的多周翻腾和转体技术动作训练，我好像成了一架机器，不停地转动着，转呀，转呀……极度的疲惫和枯燥感令人难以忍受，我常嘟起小嘴，教练常常是在哄着我练。但教练如果真的怜悯我，不让我练了，或少练些，也许我的嘴巴会嘟得更高。我爱跳水，从我参加跳水的第一天起，就把这项运动与自己的精神寄托和生命紧紧地连在一起了。运动实践，使我深深体会到当个运动员可真不易呀！哪个运动员成长的路上，不是洒满了汗水和泪水呢？

这种苦头,并非每个人都能经受得住的,我毕竟也是个人,而且是个体质娇弱的姑娘。每向前迈一步,都要用坚强的毅力与自己的惰性作斗争,这个斗争的过程是痛苦的。每逢这时,我们的董领队总是走上前来,和颜悦色地开导我:“要取得优秀成绩,必须刻苦训练;要争当冠军,就得争做好孩子。”直劝得我心悦诚服,又振作精神,完成训练计划。队里每星期都评红旗手和标兵,虽然我完成计划质量高,进步快,然而,伙伴们因我训练时常闹情绪而不愿评我当红旗手。董领队对我说:“假如你想评上红旗手,必须接受这样的条件:一个星期只闹一次情绪,就可评上‘小好’,两个星期闹一次,可评上‘中好’,一个月闹一次,就可以评为‘大好’,就算是标兵了!”我是个好强的孩子,一想到不闹情绪就可以当红旗手,便咬牙克制着自己,董领队的“药”挺灵的。

目标在心中跳跃

自从我在省运会拿了第3名之后,就给自己立下了新的奋斗目标:一定要赢过广东省的全部对手,当广东之冠。每到训练最苦的时候,我就想起自己的目标,顿时感到全身力量倍增。那时候,我曾有半年的时间身体不好,天天发低热,浑身发软。然而,为了心中的大目标,我没有停止训练。记得有一次,教练宣布当天下午训练课要跳800次,一听这数量,吓得个个吐舌头。平时最多才跳400次,这800次要

跳到什么时候才能完成呢？三个广州姑娘一合计，午觉不睡就开始练。开始怕跳板的噪响声影响其他队员休息，就在弹网上跳。后来，我们从几块跳板中选择了一块响声小些的，就小心翼翼地跳板上蹦蹦。没想到这响声却把按电铃的工友吵醒了，他懵懵懂懂地以为是自己睡过时了，便匆忙拉响了整个二沙头的起床铃。铃一响，我们也以为是起床时间到了，就放开胆子，纵情地在跳板上蹦呀、跳呀。正在熟睡的足球队员被我们惊醒了，跑出来向我们提出“严重抗议”。我们好有理由地回敬一句：“你们不要闹我们，已经到起床时间了，没听见吗？铃响过啦！”足球队员高高举起手表说：“搞错了，现在刚一点多！”晚上班会上，领队狠狠地批评我们无组织、无纪律。三个人当中，数给我吃巧克力的张子琳年龄最大，她成了“主犯”，我们心里很难过。谁想到几天后《广州日报》竟报导了这件事，表扬我们三个人刻苦训练。搞得我们哭笑不得，既挨了批，又受了表扬。

训练中，我最讨厌的训练项目是长跑。400米冲刺跑，每圈都有成绩指标，我经常达不到指标。教练要我补课，越跑越累，越累越达不到指标，急得我坐在跑道边哭起来。

每到这时，教练从不心软，坚持让我完成计划，而董领队总是走上前来说：“一定要咬牙坚持啊！越到最累的时候，收效越大。”我想想也有道理，就擦擦眼泪，又跑起来了。

有一次，我姐姐要下乡，我答应她走那天去送行。可那

天训练运动量偏偏很大，我心急如焚，要完成这一大堆计划，肯定不能去送姐姐了。于是，我就敷衍了事。教练走上前询问我为何匆匆忙忙的，我说要去车站送姐姐。教练立即严厉地说：“不行，训练不能只算数量，主要看质量。”还特意让一个小队员看着我练，一边为我数数，一边看我的质量是否合格。看来送姐姐的事要落空了，教练的无情激怒了我，我又愤懑又无奈地坐在地上哭起来，教练又耐着性子对我说：“作为一个运动员，应该时刻都能为事业付出代价。为姐姐送行，固然是人之常情，但为此影响训练，太不值得了。”我平下气来，仔细想想，觉得教练说得有理，就打消了送姐姐的念头，又继续训练，完成了规定的任务。

在我成长的道路上，有好几个教练带过我，启蒙教练黄秀妮，省集训队的陈观贤、廖师泰、郑观志等。从1977年开始，由梁伯熙教练带我。过去，我时常怨恨教练，总觉得他们心太狠、太无情了。现在回想起来，却非常感谢他们，多亏了他们个个是见泪不心软的好教练，为我打下了坚实的身体和技术基础。我的转体三周半的高难陆上技术动作，就是在郑观志的指教下练出来的。

二

1976年，我拿了全国亚军，1977年拿了全国冠军，我并没有为自己的成绩而陶醉，新的目标又在我心中升起，那就