

梦开始的地方（二）

主编 摇许祖馨

编写 摇陈发奎 摇许乃友 摇吴仁之

上海教育出版社

序

摇摇翻开桌上的《名人之初丛书》，读着一个个生动鲜活、使人激动、催人奋进的故事，一股激情油然涌起。

这套丛书是写给青少年读者们读的。同许多青少年读者们一样，我对中外名人在鲜花和掌声中迎来成功非常羡慕。但读着读着，我品味出：丛书编者的用意不在于让我们去羡慕成功，而在于让我们在羡慕成功之余，去细细体味中外名人如何立志成才，逐步走向成功的。我想，这也正是青少年读者们在读了这套丛书后应该收获的最有意义的果实。

从书中，中外名人走向成功的一个个故事无一不启迪着我们：在成功之前，首要的一点是立志起飞。青少年时期是长知识、长身体的时期，更是开始确立志向的时期。青少年们对未来的生活充满了憧憬和理想。他们正像一架架停在跑道上，兴奋而激情满怀地翘望蓝天，随时准备起飞的飞机。但如何立志、能否起飞？并不是每个青少年都十分明白和做好充分准备的。青少年们喜欢崇拜偶像，善于模仿，这正说明他们需要榜样的导引，需要楷模的示范。他们像一群羽毛未丰的雏鹰，仰赖老鹰的带领，像战斗机群中初升蓝天的僚机，需要“长机”的带领。那样，他们才会“志存高远”，从而横空出世，搏击长空。这套丛书，正是为我们的“雏鹰”们提供了如何立志、能否起飞的成功范例。志向，是起飞的“燃料”和“助推器”，

是人生追求的欲望和目标。没有起飞的志向就不可能起飞,更不可能走向成功。中外名人之所以最后取得成功,就在于他们从小就确立了明确的起飞志向。

成功不是一蹴而就的,它需要立志者为此付出艰辛的努力。立志起飞,只是走向成功的前提。在立志起飞的同时,青少年们就要做好迎接挑战的充分准备。成功之路上充满了荆棘和陷阱,艰难困苦总是和成功相伴相随。鲜花和掌声往往在血泪和失败的尽头方才出现。耕耘和收获一定是成正比的。这已为中外名人的成功之路所充分证实。历史上不乏因害怕艰难而放弃志向,最终与成功无缘的事例。没有在成功路上"杀开血路"的勇气和信心,没有"锲而不舍,金石可镂"和不达目的不罢休的毅力,没有"艰难困苦,玉汝于成"的韧劲,成功不会向任何人招手。马克思说得好:"只有不畏劳苦,沿着陡峭山路攀登的人,才有可能到达光辉的顶点。"

并不是任何"志向"都可能"起飞"的,只有那种把个人的志向同祖国的利益紧紧联系在一起的人,才有可能"起步"、"起飞",因为这种志向是社会需要的,是能够得到祖国和人民肯定的,于此,它才会有振翅奋飞的空间。丛书中的所有中外名人,他们的志向有一个突出的共同点,就是:心中有祖国,胸怀大世界,是"鸿鹄之志",而不是"燕雀之志"。这种志向给了他们不竭的动力、浩荡的胸怀、百折不回的信念和在艰难困苦时可以得到心灵安慰的幸福港湾。正是因为有了这种志向,自我才能获得可靠、宽厚的根基,才能真正地得到张扬,才能实现与历史发展一致的成功。

这套丛书的一个鲜明特点是它充分体现了新世纪对青少年成才起飞的要求。教育青少年成才的书不少,但新世纪青少年成才,应该有新人、新事、新路。丛书除写了不少为人熟知的中外历史名人的成才故事外,更着意选择和叙写了许多新时代涌现的中外名人

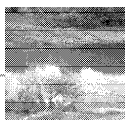
的成才故事。无论在写历史名人还是在写新时代名人时 ,都刻意叙写和诠释成功名人的时代精神 ,让青少年读者们对这套丛书感到可亲可近 ,受到时代精神的感染。这套丛书故事生动、可读性强 相信它一定会成为青少年们立志起飞、走向成功路上的可信赖的朋友。

摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇摇吴摇铎

目摇摇录

员名震天下的"铁榔头"——郎摇平	员
圆连获六枚奖牌的体操王子——李摇宁	员
猿乒王国的巨人——邓亚萍	圆
源当之无愧的世纪棋后——谢摇军	猿
缘裁功,来自于坚持不懈的奋斗——熊摇倪	猿
远重振国威的围棋手——陈祖德	源
苑中国女子体操队的"定海神针"——刘摇璇	缘
愿荣获"足球先生"称号的玫瑰少女——孙摇雯	远
怨世纪拳王摇和平大使——阿摇里	苑
员园绿茵场上的世纪球王——贝摇利	愿
员援一代宗师摇艺惊四海——梅兰芳	怨
员圆不懈追求理想的文学巨匠——巴摇金	员园
员猿一生为民求乐摇创新笑的艺术——侯宝林	员员
员源发奋圆莺梦摇声学创新路——周小燕	员圆
员缘俄罗斯文学发展道路上的一座丰碑——高尔基	员猿
员远求新求变摇气势磅礴的导演——谢摇晋	员源
员苑走向世界影坛——巩摇俐	员源
员愿杰出的艺术大师——毕加索	员圆
员怨百年难遇的喜剧天才和电影表演艺术家 摇摇摇——卓别林	员愿

圆舞曲情歌剧事业争夺雄世界音坛——多明戈	员怨
圆舞曲给人间带来笑声的"欢乐使者"——迪斯尼	员愿
圆舞曲复兴中国美术的大师——徐悲鸿	员愿
圆舞曲把中国民族舞蹈带向世界的舞蹈王子	
摇摇摇——黄豆豆	圆苑



名震天下的“铁榔头”

——郎平

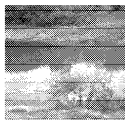
郎平 著名女子排球运动员。运动健将。1974 年入北京第二业余体校学习。1976 年入北京市排球队。1978 年入国家队。后任国家队队长、教练、中国体育集邮协会主席。她任队长时,中国女子排球队曾获 1982 年第九届亚运会、1979 年第二届亚洲女排锦标赛以及 1981 年第三届、1985 年第四届世界杯女子排球赛和 1982 年第九届世界女子排球锦标赛、1984 年第二十三届奥运会女子排球赛冠军。1996 年她执教的中国女排获第二十六届奥运会女子排球赛亚军。在第三、第四届世界杯排球赛中分别获最佳运动员奖、优秀运动员奖。五次获国家体育运动荣誉奖章。

—

1974 年,北京朝阳中学的新同学中,出现了一个大高个子,她就是身高 1.72 米的郎平。她差不多比同学高出一头,许多老师不得不仰脸看她的学生。

这个特别引人注目的新同学,当然引起了体育老师和同学们的注意。

这个同学不仅个儿高,她的运动素质也特别好。掷铅球,初次上阵便投了 7 米多;比跳高,一下便得了全校第一……“你练田径吧!”“你打篮球吧!”同学们都想把她拉入自己的运动队。大大方方的郎平对来邀者一律不拒绝。篮



梦开始的地方 (二)

球她去打一打,跑步、铅球、跳高也去练一练。很快她被篮球队教练请进校篮球队。

当她在篮球场上练球时,有一个人对她却特别注意。她就是指导学校排球队的孟晋华老师。她发现郎平的手和腿特别长,弹跳力也好,可这细长的身子,打起篮球来有些上摇下晃,跑起来也缺少篮球运动员的那股猛劲,在合理碰撞时常会吃亏,她越看越觉得郎平不适合打篮球,倒是一个打排球的好材料。

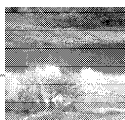
一天,孟老师问郎平:“你愿不愿意打排球?”郎平正处于兴趣广泛的年纪,何况她已在几个运动队巡回“体验”了一下生活,感到自己还是对排球有兴趣,因此当孟老师问她时,她说:“我挺喜欢打排球。”于是孟老师便和篮球队的指导打了招呼,把郎平“挖”了过去。

其实,郎平是在 13 岁那年发现排球的魅力的。当时,郎平父亲带她去体育馆看国际比赛。这是北京女排的大姐姐们迎战来自大洋彼岸的秘鲁队。那浑圆、洁白的球在大姐姐们的手里仿佛有一种魔力,变化万千。郎平简直看呆了。

回家的路上,郎平和爸爸还边走边说。爸爸告诉郎平:“大姐姐们打出的那些精彩球,不知经过多少次挥打才练出来的!”

郎平细细地品味着爸爸的话。比赛场上那一个个精彩的场面历历如在眼前。那天晚上,她躺在床上,幻想自己也穿上了绣有“北京”字样的运动衣,正在扣球。要当北京女排队员的念头从此在她的脑子里扎下了根。

郎平投入了艰苦的训练,除了上课以外,差不多把时间都泡在排球里了。她练发球、垫球……天蒙蒙亮就到学校楼梯上奔跑、跳跃;病了,还坚持练。她与其他女同学不同,她练垫球,别出心裁地专找男排队员扣杀。朝阳中学的男排获



得过全区比赛的冠军，球员水平较高，扣出的球又快又重，使她手上、脸上、身上常常被球砸出一块块血印，但她咬紧牙关坚持着。没过多久，她就成了学校女排的骨干。

这年5月，北京朝阳区举行中学排球联赛，孟老师带领这支才建队两个月的球队参赛。原本大家是抱着练兵的心态去比赛的。岂料开赛后，朝阳女排竟所向披靡，排球场上不断传出“哎呀”、“啊哟”的叫声。原来郎平还练就了一手扣球功夫。在中学女排里，能跳起扣球的人为数不多。扣球不仅需要跳得高，还要掌握好起跳的时间、起跳的位置适宜，举臂击球的一刹那要准确，郎平做到了这几项，所以在比赛中她扣出的球犹如重磅炮弹一样腾空呼啸而去，对方那些女孩子不是接不上，就是砸在头上，打在身上痛得直叫，有的虽没打着，也给吓得叫唤起来。

谁也没有料到，郎平的威力这样大，朝阳中学女排竟得了全区亚军，要不是有些炮弹打得还不够准，常常打到场外，或许还真能得个冠军呢！

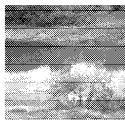
朝阳中学女排赢得全区亚军，同学们奔走相告，引以为荣。大家都夸奖郎平“立了大功”、“是排球队的绝对主力”、“获得胜利的保证”。

郎平获得了“朝阳大炮”的美誉。胜利的消息传到了家里，爸爸妈妈也为之高兴。特别是爱好体育，对郎平一直注意培养的爸爸，更是乐得合不上嘴，父女俩的话更多了，谈起中国体育运动的发展和排球比赛更是没完没了。

“看你们爷俩，一个老体育迷，一个小体育迷，不兴谈点别的吗？这么聊，将来能把平平聊成国手？”妈妈笑着说。

“那可没准儿！”郎平不服气地说，“兴许我将来真能成为国手哩！让您也高兴高兴。”

“瞧，平平多有志气，一个人就是要有这么一股劲儿，即



便是当不了国手,干什么也错不了!”爸爸说。

学校女排得了亚军,老师同学们的鼓励,使郎平想起了自己加入北京女排的理想。一天她把自己的这个愿望向孟老师讲了。

“郎平,好!这是个有志气的想法。不过,北京女排队员要有相当高的打球技术才行哩!你要想达到北京队的水平,还得下一番苦功夫啊!”

“孟老师,我不怕苦练。只要能提高水平,能进北京队,什么样的苦我都能经得住。”

远大的理想激励着郎平,她投入了更加艰苦的训练。

二

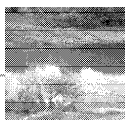
在郎平向孟老师倾吐了自己心中的愿望后,暑假来临了。

在爸爸妈妈的全力支持下,利用暑假,郎平在孟老师的指导下进行基本功训练。这是一种既辛苦,又枯燥乏味的训练。但这是加入正规的球队必不可少的一项基本功。

为了增强腿部力量,孟老师让郎平练蛙跳,一跳就是上百次,直跳得头昏眼花,两腿酸软;为了提高反应急救能力,孟老师为郎平设计了垫球训练,又重又狠的球一个接一个地砸过来,郎平的手腕上、胳膊上被砸得青一块紫一块;为了适应比赛的需要,孟老师让郎平练习3000米跑。七八月里,赤日炎炎,坐着不动都一身汗,更何况是长跑哩!几千米下来,郎平浑身水淋淋的;为了加强她的防守能力,孟老师还安排她接男队员的扣球。没练几个回合,她的手臂就被砸肿了,可她从来不讨饶。

除了在学校练,郎平还经常到同学家的小院练球。

大热天,大家都穿着短袖短裤。郎平的手臂上尽是青紫



的疤痕，孟老师既疼又爱，想让郎平歇上几天。可是郎平态度很坚决：“不，孟老师，我能练，咱们还是按计划练吧！”

孟老师心头热了，拍着郎平肩说：“好，按计划练！郎平，人就得有恒心，认准的事，无论遇上多大困难，也要坚持下去，这样才能获得成功。”

郎平懂事地点点头。

一个暑假过去了，郎平有了不少提高。但是为了接受更加系统的训练，早日实现自己理想，在父母和孟老师的支持下，经过考试，郎平进入了北京市第二业余体校。

郎平算是插班生进排球班的。这里人才济济，郎平的这点球艺就显得十分平常了。

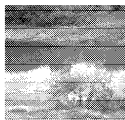
“不会怕什么，我可以学呀。”在张庆媛老师的鼓励 and 指导下，郎平决心拼命赶上去。她抓紧一切时间，对着墙练扣球，跑楼梯练腿力。几个月过去，郎平的体力增强了，技术也有了很大的进步。

然而，成长的道路不是一帆风顺的。就在大家为她的进步高兴时，她却患上了胫骨骨膜炎，两腿走路一拐一拐的，有时甚至走不上几步路，同学们只好把饭菜送到宿舍。郎平非常担忧自己的身体。是退出排球班，还是坚持训练？一天晚上，她一拐一拐地找到张老师谈了自己的忧虑。张老师安慰她说：“平平！不要紧，要坚持，熬过这一关就行了。这是少年运动员发育期间常有的病，没有什么可怕的。我们一起配合，治好它，有信心吗？”

郎平抿着嘴唇，用力点点头。

第二天开饭时，同学们正准备为郎平送饭，发现她拄着棍子一瘸一拐地已出现在大家的面前。

训练场上，郎平坚持锻炼腿部的活动能力。她一次又一次地举铁饼、练哑铃，又坐在地上对着墙练传球。



3个月过去,郎平终于战胜了疾病。

经过两年多体校训练,郎平比较熟练地掌握了排球的基本技术。她的身高不仅长到 1.79 米,体格也壮实多了,而且摸高达到 2.96 米。不久,她被选入北京青年女子排球队,接着参加冬训。超乎常人负担的“极限训练”使郎平尝到了专业球队训练的滋味。

“扣杀 50 个好球!”扣一个坏球加练一组,扣一个一般的球,不算。十几个球扣下来,郎平就忍不住掉泪了。一堂课总得扣 200 多个球,才够数。掉了多少泪,流了多少汗,她也说不清。

为了增强腿部的力量,她总是超额完成教练安排的长跑距离;为了增强腰腹力量,负重深蹲,一次训练总量达到 20 吨。

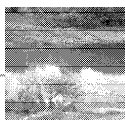
超乎常人负担的“极限训练”,使郎平哭过不只一次,累得她晚上难以入眠,然而,郎平没有退缩。她知道一分耕耘一分收获,困难前面是胜利。

3 个月的冬训,使她身体素质有了明显提高:身高达到 1.81 米,摸高达到 3.09 米。更重要的是她的扣球力量大大增强,扣球中的各种技术也掌握得熟练了。这些进步对郎平是很大鼓舞,她知道要想成为北京队队员,这些努力是必要的,也是不会白费的!

1977 年 5 月,在郎平 17 岁的时候,她以良好的技术和 1.84 米的出众身材,被选入北京一队,穿上了当年梦想的印有“北京”两字的运动服。不久,她又作为主力队员参加了全国排球甲级队联赛,崭露头角。

三

作为北京队主力队员,郎平在甲级联赛中逐渐显露其才



华,眼界也开阔了,心里有了更高的目标。她渴望有朝一日穿上“中国”两字的运动服,征战在世界排坛为中华民族争光。她也想起了几年前与爸爸妈妈的一席对话,“当个国手也不是没有可能!”宏伟的理想推动着郎平更加勤奋地训练。

1978年全国锦标赛在南京举行。她充分施展其弹跳好、扣球有力的特长,博得了人们的广泛注意和好评。她不知道,此时在场边有一个人正以十分关切的目光注视着她,并跟踪着她的球场表现。这个人就是当时中国女排教练袁伟民。

袁伟民在这次全国锦标赛上了解到郎平不但身体素质好,而且一贯训练认真,有强烈的上进心和荣誉感,训练中不喊苦、不怕难更是这个姑娘的特点。

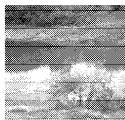
“我们中国队正需要这样的人材。让她担任主攻,准备参加亚运会,让她到大赛中去锻炼!”袁伟民兴奋地说。

从此,郎平的体坛生涯开始了巨变。她向一个伟大的目标开始冲刺。

1978年的12月,第八届亚运会在泰国曼谷举行。有胆识的袁伟民破格启用了进队不到两个月的郎平。郎平不负众望,一上场便显示了扣杀的威力。在夺冠赛中,中国女排虽然输给了日本,但郎平的扣球却被日本排球行家惊呼为“中国女排的新式武器”、“不可小看的威胁力量”。

为了使郎平这件“新武器”尽早发挥出她的威力,袁伟民使出种种招数训练这个国家女排队中年龄最小的小将。而郎平也以无比坚强的毅力投入了训练。

当她防守上还有漏洞时,袁伟民并没有因为她个子大而降低对她的全面要求,经常给她“吃小灶”,陪她个别训练,帮她突破防守关。郎平人高腿长,练防守比别人更苦。面对教练连珠炮般的劈杀,她没命地扑救,每次训练要接二三百个



梦开始的地方 (二)

球,在场上翻滚四五百次。当她能得心应手发挥强攻威力时,袁伟民又训练她快攻突破和后排主体进攻。往往一堂课下来,郎平全身多处出现青紫的碰伤和殷红的血印。练完之后,郎平常常倒在地上爬不起来。

暮色降临,姑娘们都已完成了训练任务,拖着疲惫的身子向宿舍走去。但郎平还在练习发球。袁指导给她的任务是再发三组球,每组三个好球。如果发两个一般球或两个失误球,就再加发一组。

“砰”、“砰”的发球声,“好球”、“失误”、“一般”的裁判声,一直响着,响到很晚很晚……

日复一日,年复一年,冬去春来,夏耕秋收,郎平在教练的严格要求、自己坚忍不拔的努力下,朝着能攻能守、能高能快,技艺精湛的世界一流选手方向努力。郎平已作好一切准备,迎接那震撼世界的大决战。

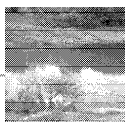
1981年10月30日,中国女排抵达日本东京,参加第三次世界锦标赛。练习馆里,团长陈先生汗流浹背,气喘吁吁地对郎平说:“我说的两句话还记得吗?”“认真,认真,再认真;集中,集中,再集中。”郎平应声而答。在这场大赛中,郎平拿出杀手锏,屡建功绩,一人独得19分。7战7胜,中国队终于夺得了第一个世界冠军。

1982年,郎平她们在秘鲁利马举行的第九次世界女排锦标赛中力挫群英,梅开二度。

1984年,中国女排在美国洛杉矶举行的第二十三届奥运会,夺取奥运金牌,实现了“三连冠”。

继夺得“三连冠”之后,1985年郎平和队友们又一次跨海东征,参加了在东京举行的第四届世界杯女子排球赛,战胜了古巴队,再一次荣获冠军,实现了“四连冠”。

1986年,26岁的郎平从中国女排退役了。她浑身伤病,



需要休息，不得不向心爱的排球告别。高高挂起的战袍，记录着她的昨日辉煌。

1994 年的世界女排锦标赛，中国队在共有 8 支队伍参加角逐的比赛上，成为垫底的一支队伍。许多关心和支持女排的热心人在疑惑：中国女排怎么了？

正是在这种时刻，郎平从千里之外的大洋彼岸飞抵北京，临危受命，担任中国女排的主教练。人们期待着这位当年叱咤世界排坛的铁榔头，能够挥动手中的神奇教鞭，引领中国女排重振旗鼓，走出迷茫之地。

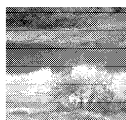
郎平受命女排帅印是不简单的，作出的牺牲是巨大的。岂不说是美国她已有可观的收入，很好的生活条件。当时具体的困难也够呛：孩子幼小，丈夫极力反对她回国，为此两人还闹翻了……可是，在郎平心中，祖国、人民、事业高于一切，其言其行实在感人至深，在她身上闪烁着中华民族英雄的气概！

可是回国后，让郎平尴尬的是，她接手的中国女排困难很多：陈旧过时的训练设施，又没资金；满身伤疤的训练队员，却缺乏药品。这位不让须眉的英雄，毕竟巧媳妇难为无米之炊，怎么办？

许多企业和有识之士得知郎平回国执教女排，并了解了她和中国女排的境况后，出于对郎平、对中国女排的尊敬和钦佩，纷纷伸出了援助之手，其中 TCL 电子集团赞助之款项和支持之力度均创空前记录。

郎平和中国女排的姑娘们决心不辜负全国人民的关心，积极投入训练。

在郎平调教下，中国女排成绩直线上升，终于在 1996 年亚特兰大奥运会上，姑娘们敢拼敢打，在逆境中不气馁，顺境中不放松，取得了不俗的战绩。

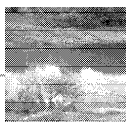


梦开始的地方 (二)

郎平对中国排球事业的贡献将载入史册永放光芒。

在郎平身上闪烁着中华英雄的光辉。

郎平是在五星红旗下成长的,她的业绩值得我们广大青少年讴歌、学习。



连获六枚奖牌的体操王子

——李 宁

李宁 我国体操名将,在第 23 届洛杉矶奥运会上,一人获得三枚金牌、两枚银牌和一枚铜牌,成为该届奥运会上得奖牌最多的运动员。国际上赞誉他是“有史以来最伟大的体操选手”、“体操界的超级巨人”、“当代体操王子”。自 1980 年入选国家集训队以后,他共获得 106 枚金牌,14 次在世界级大赛中夺冠,是中国在世界大赛中得金牌最多的运动员。

—

李宁是壮族人,1963 年出生于广西柳州。李宁的童年是在农村祖父母那里度过的。6 岁那年,他回到父母身边上小学。

李宁从小聪明伶俐,模仿力强,在担任音乐教师的父亲熏陶下开始爱上了音乐,常常跟着父亲学唱歌。父母希望他将来能在音乐上有发展。但是李宁真正喜欢的还是体操。他每次跟父亲学唱歌总有点应付的思想,一跑到操场上那个沙坑里,他便龙腾虎跃变成了另一个人。南国盛夏的太阳晒得沙坑发烫,可他会在灼热的沙里翻滚,满身沾满泥沙,小脸变成了小花脸,他全然不顾。他还会爬上学校体操训练房的窗台,十分羡慕地偷看着他们的训练。

李宁的父亲是一个非常关心子女教育又十分尊重孩子的家长。当他发现了李宁真正的爱好后,不仅不责怪他,还