



文/片 齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 巩悦悦

下了领奖台就忘掉荣誉 “冠军教练”没算过金牌数

在山东省残疾人乒乓球训练基地,全场都是“乒乒乓乓”的击球声和叫好声,其中不乏世界冠军的身影,记者瞬间就被热火朝天的训练劲头吸引住了。不用说,那位身材挺拔,身着教练服,在训练场中央倒背着手的,一定是原国家残奥乒乓球队总教练、山东省残奥乒乓球队总教练袁锋。此次出征残运会,他以“领队”这一全新身份亮相,可肩上的担子一点儿也没有轻。

要知道,在残疾人乒乓球运动领域摸爬滚打的30年间,袁锋创下了一个又一个神话:他是引领山东残疾人乒乓球运动从无到有、从大到强的第一人,他带领残疾人运动员在四届残奥会中拿下57枚金牌、在四届全运会中拿下29枚金牌、在两届聋奥会中拿下14枚金牌……

而在刚刚结束的全国第十一届残运会上,山东残疾人乒乓球队狂揽8金,创下了16年以来的残运会最好成绩。本以为这位带领残疾人运动员南征北战、拿下上百次国内外冠军的“金牌教练”是个不苟言笑的人,可他一上来就先和记者开了个玩笑,“听说你也喜欢打球,要不先练两个吧?”

即便头上多了几丝银发,额上和眼角浮现了几条皱纹,但依旧挡不住这位领队的个人魅力。在他的讲述中,记者才逐渐了解到,此次征战残运会的15位残疾人运动员,有参加过8届残运会的吕晓磊,有一位刚上初中的12岁少年,还有两位因后天车祸伤至颈椎的重残级别运动员。在他看来,从教练到领队都是“虚的”,他们大家是一个团队。可无论身份是教练员还是运动员,袁锋还是喜欢大家称他为“袁老师”,这是他一贯的作风,他不喜欢“摆架子”,他想让团队紧密团结在一起。

山师操场边这排不起眼的平房,见证了一位又一位金牌残疾人运动员的诞生。可对于外界称道的“金牌教练”称号,袁锋却不以为然。“我从没估计过金牌数,下了领奖台还是应该尽快忘掉荣誉,要始终看向新的目标。还是多谈谈我们这个团队,聊聊我们的残疾人运动员,他们走到今天非常不容易,都是好样的。”袁锋动容地说,在这一块块金牌的背后,还有很多人默默陪练,陪伴运动员走过这180天集训。

不远处,穿着运动短裤,将一条假肢暴露在外,正是东京残奥会冠军,同时也是此次残运会冠军赵裔卿。袁锋介绍,刚来到训练基地时,赵裔卿和绝大多数残疾人运动员一样,内心充满自卑和怯懦。但记者眼前所见,在球场上挥汗如雨的分明是个阳光帅气的大男孩。一路陪伴走到今天,袁锋堪称是最了解赵裔卿的人。但他却轻摇着头说,只有赵裔卿自己知道,走到今天付出了什么。

意外发生在四岁那年,因为一场车祸,赵裔卿永远失去了右腿,从此那个原本活泼的小男孩陷入自卑。与乒乓球结缘是在三年级,看到同学们在水泥台上打乒乓球,他也过去试了两下,从此痴迷到不能自拔。很多次,他告诉家人上学去了,其实是打球去了,而且一打一天。直到在14岁参加的一次乒乓球比赛中,赵裔卿被袁锋发现,这为他之后在东京奥运会拿下世界冠军写下注脚。

“从14岁到28岁,从河南到山东,从自卑到开朗,是袁老师改变了我的一生。”赵裔卿告诉记者,技术之外,袁老师更关注如何帮残疾人运动员克服心理障碍,“从小就把户口迁去他家,平时常常鼓励我,说他是我父亲也不为过。”在“袁爸爸”的鼓励下,赵裔卿为备战东京奥运会展开了训练。可让人震惊的是,他的训练太过疯狂:在四个月时间里,他从200斤瘦到160斤,奥运会期间没吃过主食,最拼一天12小时都在训练。除了练球,他通常要额外跑上半小时,回宿舍后还得做腹肌撕裂。

如此高强度训练,正常人尚且很难支撑,赵裔卿却凭借超出常人的毅力,一路过关斩将拿下东残残奥会冠军。而在这个无数人梦寐以求的冠军背后,则是他曾一个月内换过三个假肢。“假肢是用钛合金做成的,每次去换的时候,假肢厂的人都很诧

『藏』在校园里的残奥金牌教练

山东师大教授袁锋带领残疾人乒乓球队拿了上百块金牌

在刚刚落幕的全国第十一届残运会上,来自山东的残疾人乒乓球队创造了8金5银3铜的历史最好成绩。一如往常,在看到残疾人运动员被鲜花、掌声、聚光灯团团围住之后,见证和引领山东残疾人乒乓球运动项目从无到有、从大到强的袁锋比谁都高兴,但他内心里的情绪没有表露出来,而是悄悄走到场外抽了支烟,他想让孩子们尽情享受这来之不易的主角光环。

11月3日,在他和团队凯旋的第五天,齐鲁晚报·齐鲁壹点记者走近这位聚光灯背后的“无名英雄”。



袁锋

异。”但实践证明,一切付出都是值得的,奥运会金牌弥补了赵裔卿的所有遗憾,他告诉记者,“打球后又一次证明我和常人没什么差别,是乒乓球给了我自信,让我摆脱了阴霾,在这里要感谢袁老师。”

把残疾人运动员接回家住 对待运动员比自己儿子都好

1985年从山师毕业后,袁锋作为乒乓球专业教师留校任教,成为校乒乓球队唯一的教练。按照正常的生活轨迹,他有可能按部就班在山师执教直到退休。但1996年突然接到的一项任务,让袁锋平静的生活起了波澜:院里让他带领山东省残疾人乒乓球队参加在大连举办的第四届残疾人运动会。

“一条腿怎么练啊?”那时,国内对残疾人运动员的研究尚属空白,袁锋只能一步

步摸着石头过河。面对不同的残疾情况,袁锋一点一滴去体会运动员的感受。训练轮椅运动员,他自己也坐在轮椅上打;训练独臂运动员,他就把一条胳膊扎紧在裤腰带里。匆匆集训了3个月,袁锋便带着7名队员奔赴赛场。结果,从没拿过冠军的山东队,在第四届残运会上收获了2金2银的好成绩。很多散落在山东各地的运动员闻声投身到袁锋门下,他的影响力也“惊动”了中国残联,从此一发不可收拾。

30多年过去了,袁锋门下已经有一长串世界冠军的名字:吕晓磊、张小玲、林焕、赵裔卿……做残疾人教练,付出的心血是常人难以体会的。在袁锋心里,他首先是个家长,其次才是教练。多年的执教生涯,把他磨成了一个无所不能的人:会按摩、会做饭、会打手语、会修理各种康复器材,还会及时给残疾人运动员进行心理辅导。

在乒乓球界,“独臂冠军”吕晓磊这个



袁锋在训练场上。

名字并不陌生。他曾是2004年、2008年、2012年三届残奥会冠军,如今已经成为国家队教练,并以全新身份带领残疾人运动员征战东京奥运会。

此前,在别人提起奥运赛场上累累战绩的时候,吕晓磊的一席话曾经让很多人动容:“我能走到今天,全是袁老师一点一点带起来的,没有袁老师,就没有冠军吕晓磊。”因为一次意外,吕晓磊永远失去了右臂,但身体的残缺并未阻止他在此后展露乒乓球的天赋,他也因此结识了生命中极为重要的袁老师。

为了方便训练,袁锋干脆把吕晓磊接到家里,这一住就是6年,直到吕晓磊考上大学,走向奥运赛场。“很长一段时间,袁老师和我几乎形影不离,他连自己儿子都顾不上管,却天天陪我训练到晚上九点半。逢年过节,我就跟着袁老师回他父母家吃饭,不知道的人还以为我是他儿子。”吕晓磊曾经回忆,“为了给我上营养,袁老师就在训练馆旁边的小屋里支个蜂窝煤炉,给我炖一大锅排骨,老远就能闻到香气。他不给自己儿子吃,也要先给我吃。”

也正因为这样一位袁老师,那个再热的天儿也不愿露出残臂的小男孩,开始慢慢释怀并将自己的不完美展示出来。要知道,从自卑到自信,要迈过心里那道坎儿他走了多少年。后来,逐渐褪去奥运冠军光环的吕晓磊也有了一个朴素梦想:将来要像袁老师一样有耐心和努力,争取为国家培养出更多乒乓球人才。

和袁锋共事多年的山东省残疾人乒乓球队教练马广林不由地感叹:“从生活到训练,袁老师完全拿残疾人运动员当自己孩子看待,他为运动员的付出比自己儿子都多。”也正是因为南征北战带领队伍训练比赛,袁锋把儿子的学习都疏忽了,这曾让他一度觉得很愧疚。好在,长大之后的儿子如今也成了父亲,现在的他更能理解爸爸了。

退休后想到社区选苗子 希望更多残疾人当教练员

尽管已经培养出不少奥运会冠军、残运会冠军,但袁锋的目标不止于此。他始终认为,奖牌只是为残疾人运动员的参与提供目标,只有通过运动,才能真正把他们的自信心树立起来。此次残运会中,要说最让人印象深刻的,当数连续拿下两块金牌的王哲了。这个“00后”女孩秀美温柔,可是一站到赛场上,她就如同一个“大魔王”。“赛场上他们觉得我很凶,但我自己没有感觉,当时就想打好每一个球。”对王哲而言,她从7岁半开始打球,生活中已渐渐离不开它,不拿球拍的时候就会很想它,是乒乓球这项运动让她积极开朗起来。

如何与残疾人运动员相处,曾经挑战着每一位教练员的神经。在国外考察时,袁锋看到有人试图热心帮助一位残疾人运动员推轮椅,但对方摆手说“NO”拒绝了他。袁锋观察后认为,“如果需要帮助,他们会说。在平时的训练中,不建议区别对待残疾人运动员。”作为山东师范大学体育学院教授,袁锋还带着一批大学生乒乓球运动员,平时他会将残疾人运动员和大学生召集在一起训练,“让大学生学习残疾人运动员的精神,同时也让残疾人运动员学习大学生的球技,这样的互补最终实现了双赢”。此外,山师志愿者团队通过陪伴借书、逛街,慢慢鼓励和感染着残疾人运动员。

作为开创山东残疾人乒乓球训练先河的第一人,袁锋仍然认为自己理解不了残疾人运动员的世界。“我们即便捆上一条腿、绑上一只胳膊、蒙上双眼,也还是不能在真正意义上体会他们的内心世界,假肢与肉体连接处的磨损和锥心之痛是我们不能感受的,只有残疾人才能够理解残疾人。”也正因为如此,袁锋向记者提出了“希望残疾人当教练”的想法。

众所周知,乒乓球是中国的国球。在袁锋看来,正是因为这项运动太过普及,无论是残疾人还是身体健全的人,中国人的乒乓球天分与生俱来。为呼吁更多残疾人加入到乒乓球运动中来,袁锋已经想好了退休后的工作,“我做了一辈子残疾人乒乓球事业,有感情,也习惯了。退休后就到社区里选苗子,也能多为山东残疾人乒乓球队输送些后备力量。