



关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算不了什么,真正的艺术在于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第 121 期 | 2016 年 8 月 14 日 星期日 主编:龚建星 责编:王瑜明 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:wyming@xmwb.com.cn

追风侠侣 乐在骑中

——记 4 位“奥运”自行车运动员的启蒙老师武文泽、宁艳华夫妇

文 / 步寒 丁沈凯 图 / 张峰

黄冬艳、秦晨路、范阳，本届里约奥运会上有 3 名中国自行车运动员来自上海崇明。算上上届伦敦奥运上的黄丽，已有 4 名崇明籍运动员登上了奥运会“场地自行车”的赛场。他们都有共同的启蒙老师——今年 63 岁的武文泽和 60 岁的宁艳华夫妇。这对自行车伉俪是崇明自行车运动的带头人。



不敢看弟子比赛

本届里约奥运会上，黄冬艳参加的是“场地自行车”女子 4 公里团体追逐赛，秦晨路和范阳参加的则都是男子 4 公里团体追逐赛。“范阳这孩子内向，你看黄冬艳、秦晨路他们发了许多在开幕式上拍的照片，他到现在一张都没发。”宁艳华向我们展示着微信朋友圈里弟子们发来的奥运图片。

北京时间 8 月 6 日上午奥运会开幕式开始时，宁艳华就早早守候在电视机前，当中国代表团入场时，她情不自禁地拍起了手——她的三个得意弟子都在队伍里头。“电视镜头里我看到了黄冬艳，小丫头本来就长得好看，穿上礼服更美了。”

开幕式一秒钟没落下，宁艳华却说“不敢”看之后的自行车比赛。“不管比好坏，一看孩子们的比赛我就激动，最担心的是他们在比赛中意外受伤。”

宁艳华说，3 名弟子在征战奥运会之前，都抽空回崇明看望了她和丈夫，汇报备战奥运会的情况。他们刚进上海市队时，也常回崇明看望恩师夫妇，那时，一定是武文泽夫妇请孩子们吃饭，而当小队员一个个成长为全国冠军、亚洲冠军时，他们再也没让师父掏过钱。

黄冬艳和秦晨路是 2014 年仁川亚运会的冠军。武文泽认为他们是众多弟子中天赋数一数二的，不过夫妻俩最关心的却是另一名弟子范阳。1990 年出生的范阳最近几年才由短距离项目改练中

老老琐言

别忘了带进门的师父

文 / 剑箫

奥运会上，有的选手拿了奖牌，媒体一哄而上，竞相报道，其中难免要提到获奖选手的专职教练，而获奖选手除了感谢党和人民之外，就是感谢教练，他们甚至连自己的父母都很少提到。

似乎很正常，因为这是奖牌到手最直接的推手。

不过呢，平心而论，那些把获奖选手带进门的师父，是否也应该分得一杯羹？换成大家都听得懂的话来说，就是：如果参赛选手得到非常大的荣誉，如果参赛选手得到一笔可观的奖金，那些把选手带进门或对他们进行过基础训练的老师，是否也应该分得的奖

励？事实上，我的这些想法，往往只是一种美好的愿望。尤其那些已经退休了的、只做过基础训练的教练，很可能成为万众狂欢之下被遗忘的角落。

把获奖选手带进门的师父们也许并不在乎“奖金”“奖状”。但是，我以为，我们要形成一种风气，一种制度，使得那些把运动健儿带进门的师父、那些推动运动健儿在成功的道路上不断迈进的关键人物，感觉受到了应有的尊重，以形成良性的和可持续性的激励氛围。

须知，没有了那些“带进门的师父”，获奖选手可能现在和奥运无关，或许什么选手都不是。

长距离，出成绩较晚。“范阳一开始是练赛艇的，教练嫌他柔韧性差，我一看这小子条件还不错，就招进队里。”武文泽对 10 多年前的场景仍记忆犹新。

对弟子们在奥运赛场上的表现，武文泽夫妇有着较为理性的期望，“黄冬艳的目标是争取进前 8，而范阳、秦晨路能获得奥运入场券，已是一次重大突破。”

掏腰包为孩子加餐

武文泽和宁艳华都曾是自行车全国冠军，宁艳华还是中国首批参加国际自

行车大赛的女运动员之一。退役后，武文泽担任山西省队教练，宁艳华则成了山西省体育中心的一名行政工作人员。2002 年，两人接到了上海市体育局领导的邀请：崇明岛将重点打造自行车运动，崇明体校迫切需要优秀的自行车教练。“我从没带过小孩子，也不知道上海还有个岛，但我们夫妻俩都是愿意接受挑战的人，所以很爽快就答应下来了。”武文泽说。

不久，武文泽一家三口就“迁移”到了崇明，夫妻俩“降级”成了崇明体校的教练，丈夫主管训练，妻子管生活，一干就是 15 年。那时，崇明的自行车运动几乎是一张“白纸”，武文泽需要从搜罗优秀苗子入手。为此，他跑遍了崇明数十所中小学，还和高校的体育老师搞好关系。黄丽、范阳、黄冬艳等就是武文泽头两年里挑选到的好苗子。

回忆起最初的那几年，宁艳华感触最深。那时条件艰苦，每天大运动量训练的孩子们普遍反映在食堂吃不饱。宁艳华就和武文泽商量，从他们工资里拿出一部分钱为孩子们开小灶。每天一个鸡蛋、一瓶牛奶、一根火腿肠，宁艳华总是“偷偷摸摸”地塞给弟子们，然后示意他

们找个角落赶紧吃完。“怕被练其他项目的孩子看到影响不好。”宁艳华说，“那真是一段既艰苦又激情燃烧的岁月，我和老武全身心地扑在孩子们身上，就像他们都是我们亲生的。”

来崇明执教半年后，崇明自行车队就在上海市运动会上斩获两枚银牌，次年开始向市自行车队输送人才。

给徒弟张罗对象

15 年来，武文泽夫妇一手将 40 多名小运动员输送进了上海市自行车队，成材率之高令自行车圈内人士惊叹。武文泽说起自己的选材标准：“都说成绩不好练体育，但是真正出成绩的运动员，都是文化成绩好、脑袋灵光的。自行车运动可不光拼身体，还要比战术，斗心眼。‘榆木疙瘩脑袋’我们可不收。”

遗传了夫妻俩的运动天赋，他们的儿子也一度被市队教练看中，宁艳华却不让儿子练自行车。“我和老武都和自行车运动打了一辈子交道，知道其中的辛苦不是一般人能承受的，只希望儿子能过普通人的生活就好。”儿子现在还会和宁艳华开玩笑：“妈，要不是你当初不让我练自行车，我现在也去参加奥运会了。”

输送上去的好苗子也不是每个人都能成为全国冠军、亚洲冠军的，每每看到一些自己十分看好的苗子最终被“筛”下来，武文泽和宁艳华都心疼不已。

虽然早已过了退休年龄，武文泽依然坚守在一线，每天和“00 后”们“斗智斗勇”。而宁艳华则已经从教练的岗位上功成身退，闲不住的她又给自己安排了新任务：为弟子们张罗对象。眼下，宁艳华最关心的是大徒弟黄丽的终身大事，她遇到亲戚朋友、街坊邻里就打听有没有适合的小伙子，“要人品好、长得帅的，最好是崇明的。”宁艳华说，平常大家对自行车运动关注不多，有些人误以为自行车运动员都长得五大三粗、一身蛮力，“黄丽可是大学生，人也长得好看，条件一般的小伙子我还不给她介绍呢。”

采访手记

我们需要更多的他们

平心而论，如果不是奥运会，我们中的绝大部分人不会关注自行车运动，更不会关心在基层的自行车教练。就是在这样一种长期不受瞩目的环境下，武文泽夫妇用对自行车运动和弟子们的爱，默默躬耕于海岛，培养了一批批自行车运动的好苗子。

板凳坐得十年冷，夫妻俩这一坐就是 15 年。从年富力强的中年人到过花甲之年的老者，两人对自行车运动的热情丝毫不减。你看，武文泽还和 10 来岁的孩子们一起，顶着 40℃ 的酷暑在室外训练；你看，宁艳华虽然退休在家，心却还和她的弟子们在一起。付出终会有回报，武文泽夫妇现在就到了收获的季节，可以肯定，他们的弟子们会越来越多地出现在奥运赛场之上，甚至去争金夺银。

我们需要更多的武文泽和宁艳华。

