

体育精神是不断超越的精神

□卢俊英

“我们像山鹰展翅飞翔，我们像海燕迎风破浪，我们像疾风，我们像洪流不可挡，冲出亚洲走向世界为国争光……”这是我再熟悉不过的《运动员进行曲》。旋律响起，眼前浮现那用大头针将号码布别上胸前的场景，令人热血沸腾。

第一次听到这首歌是在小学二年级，那时我从村小插班到镇小，第一次参加学校运动会。班主任以人人参与的精神问我报什么项目。说实话，村小教师奇缺，一个班的所有课程由一个老师包办，所谓的体育课也就教教广播体操，我哪懂什么体育项目。班主任善解人意地说：“石头总扔过吧，那就去投小皮球好了。”于是，我踩着激昂的进行曲节拍，懵懂地参加了小皮球投掷比赛。体育精神，是勇往直前的精神。

投小皮球是专为低年级设置的项目，规则跟投垒球一样，但是跟在溪滩扔鹅卵石还是有很大区别的。班主任像是安慰我：“哈哈，没能进决赛。”这话有点刺激。从此，我扔石头多了一份使命感。每年的校运会，我坚持报

名参加所有的投掷类项目，小皮球、垒球、手榴弹、铅球、铁饼、标枪——进入决赛、得到名次、成为冠军……体育精神，是不服输的精神。

巅峰在初一校运会，我一举拿下铅球和手榴弹两个项目的年级冠军。体育老师是一个干瘦的老头，据说是从省运动队退役的教练，他打量了我半天，面无表情地吩咐比赛结束后去跑百米比赛。

一块儿跑的还有另外一个女生。我忐忑地站到起跑线，转头却见那女生啪啪踢掉鞋子，拉高裤腿，赤着脚板摆好了起跑姿势。我咬咬牙，也脱了鞋子。局面有点惨，起跑我就被那女生甩在了后面，而且越甩越远。更惨的是，跑完得回到起点穿鞋子。那时候体育设施简陋，操场跑道铺煤渣，硌得简直没法下脚。体育精神，是不怕苦的精神，我还有欠缺。

此后初中两年，那老头没再拿正眼瞧过我。他忙着每天傍晚时分带着校体育队在操场上又跑又蹦又跳，满场子是他扯着嗓子吼叫的沙哑声音。在那考分至上的年代，他像一个孤独

的守望者，执着着他未能实现的体育梦想。

高中阶段学习任务繁重，我的体育成绩下降，但仍坚持参加每年的校运会。我喜欢听《运动员进行曲》，喜欢看运动场上那奔跑和跳动的青春，喜欢深吸一口气后微妙感受铅球离手那一瞬的力量爆发。体育精神，是光、是信念，是身体和精神的双重收获。

中国在田径项目上曾长期是弱项。记得1986年第十届亚运会，黄志红以17.51米成绩摘得铅球比赛金牌，举国轰动。更惊喜的是，她在1991年的世界田径锦标赛、世界田径大奖赛上又均获得女子铅球冠军，成为中国田径史上第一位获田赛项目世界冠军的运动员。这是当年政治课本必背的时事条目之一。

而今，在国力和科技的加持下，中国运动员在各项世界赛事上摘金夺银已成为常态。“为了五大洲的友谊，为了全人类的理想，为了发扬奥林匹克的精神，我们竞技在那运动场！”体育精神，是不断超越、美美与共的精神。

泳中求乐

□施朝腾

杭州第19届亚运会比赛首日的游泳比赛是我必看的节目，目睹我国游泳健儿在赛场上劈波斩浪、勇超对手，以横扫千军如席卷之势，夺金摘银的镜头，不由得让我这个花甲老人也与全国人民一样心潮澎湃，民族自信心和自豪感油然而生。

游泳是我的至爱。从孩提时代起，每逢夏天，村庄附近的大小池塘就成了我和小伙伴们的乐园。虽然当时的生活过得清苦，但学习是相当轻松的，没有家庭作业，更不用上什么兴趣班……书包一扔，大家就相约来到池塘边，像小鱼般地扎进水里。什么狗爬式、仰泳、潜泳、打水仗等都无师自通，玩得不亦乐乎，一池清水瞬间翻江倒海，吓得鱼儿四处逃窜。运气好的时候，能够在石洞里捉上好几条鱼，让家人饱餐一顿。

我父亲是村里有名的犁把式，因此我家成了生产队里的养牛户，我们兄妹几个接力当起放牛娃。轮到我放牛时，每到夏天就会想方设法先驱牛到六泉塘水库畅游一番。游累了，我就会拉上牛尾巴仰浮着游，或坐上牛背，蹬着牛角犹如驾驶着摩托艇，别说有多惬意啦！

参加工作后，受诸多因素的影响，我曾一度停止游泳。后来，在一位朋友的带动下，我又重新喜欢上游泳，并加入市冬泳协会。蓝天白云、群山环绕下的白云水库，成了我们游泳的好去处。寒冬腊月要跳下水游泳说不冷那肯定不是真话，需要一定的毅力和坚强意志，并要循序渐进。初下水的那几十秒钟真是透骨地冷，但只要熬过这一关瞬间就会暖和过来，只要控制好游泳时间，上岸后迅速擦干身子，穿暖衣服即可。

冬泳结束后，我们有时会沿着大坝跑上几个来回，或爬一会儿山以驱除寒气。遇到晴天，艳阳高照，我们会选个避风向阳的地方，躺在光滑的岩石上，让和煦的阳光像慈母般温暖的双手抚慰着你的全身心，凝视着远方的绿水青山，什么也可以想，什么也可以不想，那个舒服的感觉常人是体会不到的。

冬泳期间，有苦也有乐。一个深秋的下午，天气突然转冷，我独自一人驱车来到白云水库。偌大的水面竟空无一人，我畅游一番上了岸，一摸口袋发现车钥匙不见了。跑到泊车处，才知放在车上的物品已被洗劫一空。最气人可恨的是，小偷把车钥匙也拿走，让我吃尽了苦头。报警后，小偷再次作案落入法网。

吃一堑，长一智。有过这一惨痛教训后，我每次下水前都会将车钥匙装入可以携带小物件的“跟屁虫”里，既游得安心，也成全了我救人一命的义举。

那是隆冬的一个下午，我调整好气息正缓缓地游到水库中心水域时，忽然不远处传来“救命……”的呼喊声。我抬头一看，只见附近一个小伙子脸色苍白、嘴唇发紫地拼命挣扎着，估计是水温太低不适应或脚抽筋了，同来的两个伙伴已游到对岸，都没带“跟屁虫”，也不敢贸然前来施救，只是向我大声呼救。

容不得我多想，我赶紧游到他的身边，迅速摘下“跟屁虫”抛向了他，让其抱着先缓过气，然后帮他系上安全带，一直护送着他慢慢游到对岸。三个小伙子也够大胆的，自恃年轻水性好，都没带“跟屁虫”。差点溺水的这个小伙子不常来，加上晚上没睡好，因此体力不支而陷入险境。

上岸后，三人千恩万谢，还向我索要家庭地址、电话等，说什么也要登门道谢一下，对此，我一一婉言谢绝了。只是告诫他们，以后游泳千万不能大意，要带“跟屁虫”。从此，我见到前来游泳未带“跟屁虫”的人，都会对其劝说一番，成了一位义务的安全游泳劝导员。



晨跑 朱凤摄

尽兴亚运田径决赛

□丁耀明

亚运会笑着向我们奔来之时，幸运收到杭州第19届亚运会赞助商中国移动公司寄来的吉祥物之一“莲莲”，她的眼睛弯弯，活泼可爱，美妙动人，捧在怀里，爱不释手。2023年金秋季节，杭州丹桂飘香，我们浙江人能够在“家门口”观看亚洲顶级运动盛会，心花怒放犹如滔滔江水连绵不绝，很有幸福感。

在国企工作的亲戚，用微信联系我们说有途径可购得亚运会田径决赛门票。我不假思索地回答道：“机会难得，肯定要看！”经过一番网上操作，她终于买定门票，购买电子票的用户均可抽取对应项目的电子纪念票，入场可以扫码通过。我们乐不可支，有机会在国庆长假期间赴杭州奥体中心体育场“大莲花”欣赏亚运会田径决赛，力的绽放必定给观众以豪气的享受。都是高大上的田径决赛，强中更有强中手之间的竞技较量，让我们盼望你追我赶精彩纷呈运动气场带给观众兴致勃勃的养眼享受。

田径比赛尤其是决赛，是一项高难度运动，需要运动员有足够耐力和

强大身体素质，它也是一项非常有趣和充满挑战性的运动。在继“鸟巢”后国内第二大体育场馆“大莲花”，可容纳8万名观众来到现场，如同震耳欲聋的加油声、呐喊声此起彼伏，一浪高过一浪。

“光荣与梦想，召唤亚细亚，向着更快、向着更高、向着更强进发！”那晚，运动员们在观众最热烈的助威声中拼尽全力，向着灿烂的荣耀和辉煌迈进：男子跳高像凌空直上的雄鹰飞过横杆，男子标枪如离弦之箭划出越美越长弧线，女子三级跳远如鲤鱼跳龙门似的向前跨越；竞赛场地由跑道起点之万马奔腾，到终点一枝独秀；女子800米、男子5000米由领跑跟跑追跑，到终点使出浑身力量压线取胜；男女4×400米接力赛由运动员一棒接一棒快速奔跑，配合集体力量兴奋向终点一往无前冲刺。

我们联想到兴致观赛的场景，必将在“大莲花”兴起最强烈的激情和浪漫。能够在成功举行亚运会开幕式的“大莲花”观看田径决赛，是运

动员定格在最大场馆的追赶竞争，是观众真正意义上的幸福人生！

杭州，绿色之城，融合了自然之美和人文之雅，成为亚洲运动之都。每次到省城，亲戚都邀请我们住在她家里，能够甜蜜地欣赏到近在咫尺的亚运会大小“莲花”美妙地不断拔地而起。现在，我们终于能够梦寐以求实现愿望，一起步行到奥体中心运动场，环保平安出行文明观看亚运会田径决赛，心中荡起自豪爽快情感。坐在规模宏大、宽敞透亮、熙熙攘攘、人声鼎沸的运动场内，目标精准，一览无余，神清气爽，我们的心情和在场的近8万观众一样，为老百姓生活美满而欢庆，为参赛运动员奋力拼搏助力高呼。

亚洲体育精英们在美丽的杭州汇聚、交流、奋进，展现出亚洲力量和智慧。凭着浙江人的睿智和富裕，特别是我们的热情好客，早已经积极做好充分准备。“心心相融，@未来”，在杭州第19届亚运会上，全省人民与全国人民一道，尽心、尽力、尽兴，为亚洲盛事助力喝彩！