

有阴晴圆缺
有悲欢离合
记生活百味
看人间烟火

欢迎您的来稿

投稿邮箱：
wanbaofukan
@163.com
请在主题中标
注“生活札
记”。

潍坊晚报

2024年8月7日 星期二

值班主任：李金娜
编辑：石凤华
美编：王蓓
校对：曾艳

看奥运得有颗大心脏

□王国梁



巴黎奥运会举世瞩目，这几天我有个非常深刻的感受：那就是看奥运得有颗大心脏。你得能接受比赛中战局千回百转的刺激，也得能承受太过激动人心的大场面。

就说游泳运动员潘展乐参加的那场100米自由泳决赛吧，是在北京时间8月1日清晨比赛。但是7月31日晚上，我怎么都睡不着了，躺在床上翻来覆去，想到比赛场面就激动不已。后来我索性起床打开电视机，先看别的比赛，同时慢慢看潘展乐的比赛。那天晚上，我一宿没睡。古人有“惜花早起，爱月迟眠”的雅兴，我为奥运比赛彻夜无眠。

8月1日清晨，潘展乐的比赛快要开始了。我把一家老小全都叫起来，一起坐在电视机前观看比赛。比赛过程快得像梦一样，一闪即逝。潘展乐以46.40秒的成绩打破世界纪录并夺得金牌，解说员激动得呐喊起来。我感觉自己的心脏在剧烈跳动，血压肯定也跟着飙升。此时心里像是燃烧着一团火，不释放出来就会爆炸，于是我放开喉咙呐喊起来。妻子赶紧示意我小声点：“大早晨的，你还让邻居睡觉吗？”我激动地说：“这时候谁还有心思睡觉！”果然，我听到了邻居的呐喊声，听起来比我还激动。我想起2004年雅典奥运会，我在半夜看刘翔的跨栏比赛，看到他夺冠后，我激动得打开酒瓶，喝酒庆祝。这次也是，我的心脏长时间剧烈跳动，久久不能平静。

看奥运会得有颗大心脏，要不然真受不了。激动的心情还没平复，8月1日晚，乒乓球运动员樊振东对战日本队选手张本智和的比赛

又开始了。这场比赛可谓跌宕起伏、惊心动魄。樊振东追平，再追平，最后逆转，比赛过程精彩绝伦，比赛结果令人振奋，但我看这场比赛的过程中，几次紧张得跑到卫生间暂时冷静一下。可是还没冷静半分钟，又忍不住冲到电视机前去看比赛了。我的心情跟着小小的乒乓球起起伏伏，简直像过山车一样刺激。樊振东取得胜利的那一刻，张开双臂，仰天长啸。我也很想躺倒在地板上，彻底放松一下，好像自己的体力也跟着透支了。我下意识摸了一下头，发现竟然全是汗水，虽然我是开着空调看比赛的。

观看网球运动员郑钦文的女子单打夺冠比赛时，我同样激动万分，那种感觉难以描述。精彩的比赛一场接着一场，我的心长久无法平静。不过，这一场场堪称史诗级的比赛，也让我的小心脏历练得强大起来。

这正是竞技体育的魅力，也是奥运会的魅力。奥运赛场上，都是国际顶尖选手，谁也不是铁定的冠军。赛场上竞争激烈，局势瞬息万变，不到比赛的最后一刻，无法预料结局。对运动员来说，奥运赛场考验的，除了他们的运动技术和能力，还有心理承受能力以及判断能力、应变能力等。每一位奥运赛场上的运动员都是了不起的，无论输赢胜负，每一场竞技本身就是最精彩的展现。运动员们为祖国而战、为梦想而战，他们都是最英勇无畏的战士。我们在电视机前观看比赛，能够与运动员产生强烈的共鸣，仿佛置身赛场，身临其境。紧张激烈的比赛，牵动每一个人的心。我们从奥运会中，学习运动员永不言败的精神，汲取他们奋发向上的力量。盛大的奥运会，带给我们太多的幸福。

接下来的比赛依旧精彩，你准备好了吗？

作家简媜曾写道，柴米油盐的空隙，塞的是疲惫，难以栽种悠闲。所以，旅行的第一层意义就是把自己绑架出去，脱离轨道，去新的时空变成另一种动物；磨坊的骡子变成草原上的花蝴蝶，一肩扛家一肩驮业务的人，变成蹦跳小兔。旅行，通常有个潜藏的倾向，把自己变小，小到像蝌蚪、瓢虫，不被找到。

接着她又感慨：“谁有用不完的好福气，能常常把自己丢到海角天边？被数条绳索绑手绑脚的人，南北一日游都是奢侈的。”但她找到了自我解救的最佳小路径——散步。她说：“散步，不必订票无须行李，带上钥匙就好。”

我也喜欢散步，但酷暑高温，浑身黏糊糊的，像块融化了的糖，出门散步便成了一件苦差事。一早一晚趁太阳还未“上班”，到户外走一圈，也能热出一身汗，而且还要被蚊虫攻击，又痒又烦，雅兴全无，仓皇逃回家是常有的事。好在奥运会来了，奥运会是我的精神旅游。我可以坐在家，开着空调，尽情享受这四年来一次的视觉盛宴。

母亲问我奥运会为何在夏天举办，我怎么和她讲呢？网上搜到的解释是：首届奥运会可追溯至公元前776年奥林匹亚，古希腊人借此展示健硕的体格，增强城邦凝聚力，并达成休战共识。但是希腊运动规定：参加比赛的运动员全部必须赤身裸体。因为希腊人认为，健硕的体格、匀称的肌肉、完美的体型，是世界上最美的艺术品。为了不让运动员冻伤，奥林匹

亚运动会就选择了在七八月份的盛夏举行。当时男尊女卑的思想非常严重，所以无论是参加比赛的运动员还是观众，不能有女性，这只是男性的盛宴。

奥运会为何在夏天举办？我个人给出的原因是，盛夏举行奥运会是为了让人在炎热的天气里找到精神“避暑”的法宝。大热天的，我终于有理由“摆烂”，开启我的碎片化看奥运会“度假”时间，这次“度假”，连钥匙都不用带，比散步还简单易行。

奥运会期间，家务活能不干就不干，无效社交全部推掉，身体上给自己减负，精神上给自己彻底“放假”，不去纠结当下的困难和眼前的得失，权当自己环游世界去了。说环游世界也不为过，只有看奥运会时，我才能见到全世界各个国家的人，通过一项比赛认识一位或几位运动员，通过这些运动员来了解他们国家的体育发展水平，因为对一位运动员感兴趣，而去网上搜这个国家的风土人情和饮食习惯，这种网上“行走”看世界的密度，大于其他任何时间。

同事说，他最近压力很大，看看奥运会赛场上运动员的拼搏精神，也是为了激励一下自己。我有同感，看奥运会绝对能治愈精神内耗。

平时在家，家里一人捧一部手机各玩各的，但奥运会期间，家里人都聚在一起看比赛，共同替自己国家的运动员加油助威，不分老少，喜怒哀乐同步，这也是奥运会带给普通家庭难得的和谐场面。

侄女的女儿今年才5岁，也喜欢看奥运会，掰着手指数中国队获得的金牌。她听说巴黎奥运会8月11日闭幕，很是伤心。其实我也有淡淡的不舍。但四年之后还有新的奥运会，等待和期盼，也是奥运会的魅力之一。



看奥运是自我解救的最佳路径

□马海霞

寻找力量之源

□王玉初

2004年8月27日，在雅典奥运会的赛场上，中国“飞人”刘翔以石破天惊的12.91秒的成绩夺得了男子110米栏项目的金牌，成为中国田径项目上的第一个男子奥运冠军。

2014年1月25日，中国女子网球运动员李娜获得澳网冠军，书写了新的传奇。这一天，新华社记者记者在武汉市体育局江汉二桥训练基地拍摄到了一张照片：一群武汉队的小队员围坐在电视机前，观看李娜赢得澳网决赛、捧起冠军奖杯。那群小队员中有一位小姑娘叫郑钦文，小姑娘当时就说：“以后我也想站上大满贯赛场，去争夺冠军。”

如今，郑钦文一路过关斩将，拿下巴黎奥运会女子网球单打项目的金牌，创造了中国网球在奥运会赛场上的历史。在赛后的采访中，郑钦文说在比赛前，她曾十余次翻看刘翔在雅典奥运会上夺冠的视频，以此来激励自己，获得力量。

网络是有记忆的，让我们可以经常反刍那些经典的时刻，并从中汲取强大的精神力量。十年前李娜获得的那座澳网冠军奖杯，可以说在郑钦文的心中种下了梦想的种子。时常反刍二十年前刘翔那场改写历史、让不可能成为可能的比赛，又给郑钦文增添了不竭的动力。不难看出，郑钦文获得的这块奥运金牌，其中也有中国体育健儿不断传承的拼搏奋斗、突破自我的精神。

在巴黎奥运会的赛场上，郑钦文的胜利是一场具有精神属性的胜利。郑钦文经历了多场长达两三个小时的鏖战，身心俱疲时，更需要坚强的意志。郑钦文说：“我很累，但我还可以为祖国再打三个小时！”“如果是大满贯赛事，我可

能就输了。”对手教练的话也给出了证明：“正常情况下，伊加能打爆郑钦文，但是这次郑钦文为祖国拼命，打得像有两条命似的。”郑钦文为祖国而战的坚定信念和无畏精神来自于榜样的力量，也来自于一个人内心的家国情怀。这恰恰是我们民族的精神，生生不息。

每个时代、每个领域都有千千万万的英雄。放眼今日之中国，我们早已不再需要用一块金牌来证明什么，这是国家强大的见证，亦是民族的自信。但是英雄留下了无数的经典瞬间，让中华民族的奋斗精神被人记住，永不磨灭，并激励着更多的人在各自的领域勇敢地追梦，勇于攀登高峰，开创一代又一代人的传奇。

“崇尚英雄才会产生英雄，争做英雄才能英雄辈出。”这正是我们寻找的力量之源。