

# 西昌姑娘殷剑：相约海南 14 冬

文\海南日报记者 于伟慧



殷剑近照

奥运冠军红色之旅一行,在 2008 年末来到了海南。他们中有一位姑娘与海南有着特殊因缘。奥运帆板冠军殷剑,向海南日报记者诉说了她和海南的情缘:

“我的第一故乡在海南,因为我的家乡是四川省西昌市海南乡;我的第二故乡在海南,因为每年冬天都要到海南岛进行集训。我在海南冬训,已达 14 年之久。”新婚的殷剑,别有趣味地将她的蜜月之旅选择在海南。

## 出生普通渔家

现年 30 岁的殷剑出生于四川省西昌县海南乡的一个普通渔家,家的旁边,就是一个高山堰塞湖——邛海。殷剑从小就经常瞒着父母,和村里的小伙伴去美丽的邛海玩水。

1993 年,年仅 15 岁的殷剑就被父亲送到了邛海水校。学校通过目试、初训和一段时间集训来观察学员的素质,最终通过考核淘汰大批学员。而殷剑成了未被淘汰中的佼佼者。

对一个渔家孩子,家人把小殷剑送去水校,最大的愿望就是孩子将来不再做渔民。

1994 年,16 岁的殷剑首次到海南进行训练。初入门道的殷剑对帆板各种技巧掌握得非常快,进步速度惊人。被赞誉声包围的殷剑不禁有点飘飘然。这引起了教练的担忧,经过仔细权衡后,贵成忠毅然“冒险”决定将殷剑开除回家。好在殷剑很快意识到了自己的问题,开始频繁打电话、写信向教练检讨。1995 年,殷剑回到了省队。

伴随着殷剑的努力,2001 年她正式入选国家队。

2002 年亚运会,殷剑收获了一枚银牌。同年亚洲锦标赛,她收获了首枚金牌。2004 年首次出征奥运会的殷剑,凭借出色的发挥摘得了一枚银牌,为中国帆船队夺得第二枚奥运银牌。距创造



海上英姿



领奖台上

历史,她仅差了那么一小步。

2008 年青岛,殷剑终于实现了中国帆船队几代人的梦想,将一枚金灿灿的奥运金牌挂在了自己的脖子上。

“人们喜欢大海中的点点白帆,但要让日光晒得如同一个黑姑娘一样,脸上全是黑斑,乐意的女孩子可不多。不论刮风下雨、天寒地冻都要在风浪中训练,这就要付出美丽的代价。帆板选手的个人牺牲常人难以想象,太苦了!”

由于在海上风吹日晒,殷剑的肤色和川妹子不太相像,但是模样的清秀和言谈中的口直心快,还是颇具四川女孩子的性格。

## 比赛是煎熬

谈起奥运会比赛能拿金牌,殷剑说,“那真的是一种煎熬,10 天的比赛,自己心里没底,风直接影响比赛,运动员随时都处于待命状态,比赛信号一发出,运动员马上出发,风力和风向不适合,比赛就要停下来,接着便是无奈的等待,这很折磨人。”

参加奥运会时,你对拿金牌有多大的把握,自己渴望这块金牌吗? 记者想知道殷剑当时最真实的感受。

“当然很渴望,毕竟练这项运动十几年了,但是不敢去想拿金牌,因为帆板比赛变数太多,一个操控不当,随时都会毁了整个比赛,何况我国这项运动起步很晚,无论是技术还是心理上都处于劣势。这个项目不像举重,不像短跑,不像游泳,比赛中的前五名到前八名,都有拿冠军的希望。”殷剑说,当时自己并没多想。

殷剑说,“刚开始比赛时,自己很紧张,但在心里不断地告诫自己,不能过度的兴奋,比赛 10 天,特别难熬,一开始就很兴

奋,到后来成绩肯定不行,心态一定要平和。”

“比赛的前几天一直在等待、焦灼与煎熬中渡过,看不到希望,心里承受的东西非常多。但是努力克制自己什么都不想,认真去比赛,一直到比赛第九天,才渐渐看到自己和冠军已越来越近。可这个时候更是一种煎熬,想拿冠军,但又非常非常怕,怕与冠军擦肩而过。在这种情况下,比赛有时风力不够,随时终止,人都有点要崩溃了。”殷剑一边双手交叉,回想着最难熬的那一刻。

“当冲过终点,直指冠军时,心里突然特别平静,就好像没有丝毫风的海面,应该是天道酬勤。也许是因为这么多年付出太多太多,经历了太多太多,才会有这种平静”,殷剑回味着夺冠的一瞬。

## 风暴的洗礼

变数随时发生,危险无处不在。对于帆板运动,殷剑这样形容。

在海上训练,不同在陆地,一切都难掌控,风暴经常来袭。十几年,在海上经常遇到雷电、暴风雨等恶劣天气。但每次危险来临时,殷剑都“跑得”特别快,当然也有跑不掉的时候。

“一个人在海上,接受暴风雨的洗礼,那种感觉,无法形容,不知道是悲壮还是苍凉,有时感觉是无情与无奈。”经历了许多危险,让殷剑记忆最为深刻的是 2005 年 8 月的那一天。

当时,她和国家队正在连云港训练,突然海上出现一片乌云,殷剑感到暴风雨就要来了。她马上给队员打手势,拼命地叫喊,但大海之上、波浪之中,喊声被淹没,队员根本看不见手势。

殷剑靠着暴风雨来临之前的风,迅速操控帆板,往岸上“跑”,但其他队员则没有那么幸运,马上被暴风雨包围。一叶叶帆板在大海上无助地挣扎。

暴风雨停了,队员被打得七零八散,有些已经无影无踪,她和教练都特别着急,马上组织寻找。队员们有的被风吹到训练基地以外的海边,有的被困在礁石上。一直找到天黑,还有几名队员不见踪影,整个训练队急得不知所措。大家一直都守候在教练的身边。教练的手机每响一次,大家就一阵惊喜。就这样,队员和教练守候了一夜,直到第二天中午,所有队员都有了消息,大家的心才放下来。殷剑说,看着十几个队员再次围着教练时,真有一种想哭的感觉。

“在大海面前,人类很渺小,一个女孩子,更是渺小。我喜欢它,也惧怕它。”殷剑如此形容大海在她心中的魔力。

## 14 年冬训在海南

新婚的殷剑和丈夫陈勇走在西海岸。她告诉丈夫,帆板训练基地就在秀英海岸,自己在那里进行过长达 14 年的冬训。

殷剑还清楚地记得,第一次踏入海南岛时,在海安坐船过海,自己晕船晕得十分厉害,一路呕吐不止。但上岸时,她还是兴奋不已,看到了许多椰子树。那是她第一次看到椰子树。此后每一年,她都会上岛“看一次椰子树”。

在海南冬训 14 个年头,就有 14 个春节是在海南度过。每年春节,是她最轻松的时间,因为可以放三天假,初一,初二,初三,一般年初一用来睡觉,因为平时训练,很少有多余的时间休息,趁着放假睡个懒觉,对她们来说是享受,更是一种奢侈。

年初二则要上街逛逛,买一买日用品,吃些海南小吃。谈起海南饮食,殷剑称最喜欢黄流老鸭和五指山小黄牛,除此之外,还有街头上的牛腩店、小摊的猪血,再有就是清补凉了。

“在海南训练的时间长了,海南真的成了第二故乡,特别习惯、特别喜欢海南的饮食。”说到这,殷剑显得特别的兴奋。

## 感谢这片海

大年初三,殷剑则用来会朋友。在海南,殷剑认识的朋友几乎都是帆板爱好者。平时,殷剑总会对这些业余爱好者给予专业的辅导,一来二去,这些业余爱好者便和殷剑成了好朋友。

殷剑说,正是海南这些业余帆板爱好者,一直在鼓励着自己。她总是想,他们中有的仅仅是因为喜欢,便在这项运动上倾注了许多许多,自己作为一个专业运动员,就更应该努力。

“海南的海,冬天风力特别足,风向特别好,这为我们训练提供了充足的保障。”殷剑说,“真得感谢海南这片海!”

“来到西秀海滩训练基地时,是我第一次认真的看大海,觉得大海真是太壮观了,太美丽了。也是从那一刻,我深深的喜欢上了大海,喜欢上了海南。”

冬训又开始了,日程安排得很紧张,每天早上 6 点起来训练,一直到晚上,中间没有多余的时间。

虽然 14 年冬训在海南,但是殷剑在海南玩过的地方并不多,只去过一次三亚,一次五指山,但仅仅一次,殷剑就喜欢上了五指山。

“可能是因为老家也是山区,所以我对五指山特别有好感,山青水秀,少数民族风情浓郁,让我感觉很亲切。”殷剑言语中流露着真挚。

问及今后的发展,殷剑谈到,自己目前状态还不错,看能保持多久,帆板是集技术、经验于一身的科目,在国外,许多运动员年龄到了 40 岁都能保持不错的状态。作为一名帆板运动员,她希望,自己能够继续保持下去;她更希望,越来越多的人能了解帆板这项运动,喜欢这项运动,让帆板运动在中国得到很好的推广。