

### 丁寧小檔案

籍貫：黑龍江省大慶市  
出生日期：1990年6月20日  
項目：女子乒乓球

#### 運動經歷：

- 1997年，進入大慶體校，啟蒙教練為唐景波；
- 1999年，被甄九祥教練看中，進入北京什刹海體校訓練，後被周樹森教練看中進入了北京隊；
- 2005年，進入國家隊。

#### 主要成績：

- 2011年，世界乒乓球錦標賽和世界盃女單冠軍；
- 2012年，亞洲乒乓球錦標賽女團冠軍；
- 2012年，倫敦奧運會獲乒乓球女單亞軍；
- 2013年，世界乒乓球錦標賽女雙亞軍；
- 2014年，乒乓球世界盃女單冠軍。

記者 王欣欣 整理

### 勝利高呼



路透社

丁寧(左)、亞軍李曉霞(右)和季軍金宋依自拍合影。 中新社

### 自拍留念

### 喜極而泣



新華社

## 嚴母教女有方 從小練就堅強



父親丁殿國和母親高鳳梅。 本報黑龍江傳真

香港文匯報訊(記者 王欣欣 黑龍江報道)出身體育世家，女兒的身上承載着父母未竟的夢想。在丁寧成功的道路上，媽媽更像是一個總舵手，始終把握着方向。在女兒的天賦得到了老師和教練的充分認可時，高鳳梅帶着女兒輾轉大慶、哈爾濱、瀋陽、北京等地學球。

儘管視女兒為掌上明珠，但在訓練上，高鳳梅卻十分「冷酷」。一次丁寧在大慶體校訓練揮拍子砸

到了眉骨，當時就裂開一個口子，鮮血直流。高鳳梅趕到後，隊醫已經幫助丁寧處理好傷口。她見孩子頭上纏着繃帶坐在椅子上，走過去對她說：「怎麼還不去訓練？自己把自己打了，還有功了？」丁寧看着媽媽嚴肅的表情，拿起球拍走向了球檯。「我疼在心裡，但不會表露出來。運動員必須堅強，如果我挺不住，孩子怎麼辦呢！」

#### 「上帝賜我最好禮物」

懂事的丁寧繼承了媽媽堅強的性格，小小年紀訓練從不叫苦喊累。在遼寧省訓練時，丁寧從早上8點一直練到中午，喝個牛奶吃個麵包就算解決午飯，然後下午接着練。一天下來，丁寧累得走不動，在媽媽背上就睡着了。這個年紀，別的孩子都在公園跟父母玩，丁寧卻從不抱怨。

功夫不負有心人。2005年1月，丁寧憑實力進入國家隊。高鳳梅發短信給丁寧：「媽媽好幸福，你是上帝賜給媽媽的最好禮物。媽媽真的很自豪，你要加油，要努力。」

## 「鋼鐵俠」李曉霞 能吃苦超常人

香港文匯報訊(記者 于珈琳 鞍山報道)里約奧運會，諸多名將在賽前傳出退役消息，中國軍團乒乓球女隊隊長李曉霞早已在賽前透露「無緣2018年世乒賽」。7歲學球、14歲奪全國冠軍、20歲加冕世界冠軍的李曉霞，儘管在女乒決賽中惜敗，但經歷過職業生涯的大起大落，她表示自己沒有遺憾了。

在李曉霞的乒乓球啟蒙地遼寧省鞍山市，她的啟蒙教練是任職鞍山市體育運動學校的國家級教練白曉冬。在教練眼裡，李曉霞是敏感而內向的，正如白曉冬1993年初識李曉霞感受到的那樣，「超常的吃苦能力和忍耐力，話很少，從來也不說苦。」

#### 「魔鬼」訓練 堅持到底

執教已30多年的白曉冬坦言，早年是競技體育運動員的他剛轉作教練員時，難免血氣十足的作風，小隊員們都很怕他，「家長叫我『鐵腕』什麼的都有，但我的確很急於讓他們有成績，我不打不罵，但就是跟蹤得緊，我隊裡的孩子壓力都



李曉霞在比賽中。 中新社

很大。」7歲的李曉霞是當時隊裡最小的孩子，但她鋼鐵般的毅力讓白曉冬印象深刻。

「當時她還很小，那天我要開會離開，就告訴曉霞自己練習發球。」白曉冬至今都記得開會回來時的一幕，「2個多小時的會開完，我自己都忘了曉霞還在練球呢，那麼小的孩子真就堅持到我回來，自己打了好幾大盆的球。」以當時小孩子的體能衡量，白曉冬用了「超常」來形容她的吃苦精神，「看見我停下來時候，曉霞差點就趴地上了。」

### 李曉霞小檔案

籍貫：遼寧省鞍山市  
出生日期：1988年6月21日  
項目：女子乒乓球

#### 運動經歷：

- 1998年，入選山東體工隊；
- 2001年，進入國家隊。

#### 主要成績：

- 2008年，世界盃女單冠軍；
- 2012年，倫敦奧運會女單、女團冠軍；
- 2013年，第52屆世界乒乓球錦標賽女單冠軍；
- 2016年3月，第53屆乒乓球團體世錦賽女團冠軍，並獲最有價值球員。

記者 于珈琳 整理

## 世界乒壇的「鞍山現象」



從2004年鞍山姑娘郭躍在多哈第47屆乒乓球錦標賽奪冠，到2015年4月蘇州第53屆乒乓球世錦賽的12年間，由鞍山市培養輸送的乒乓球運動員45次奪得世界冠軍。

無論是已退役的郭躍還是現役的李曉霞、馬龍，他們的乒乓球啟蒙都得益於家鄉鞍山濃厚的體育氛圍。幾乎都是工人家庭出身的他們，父母一輩對乒乓球的認可與嚮往是促成他們進入這項運動的原始動力。

「大眾體育是一項政府的公益事業。」一位曾在鞍山體育系統工作30多年的副局長向記者坦言，鞍山的乒乓球從1986年起步，當時政府就確定了「從娃娃抓起」、「到20世紀末在國際比賽上有鞍山世界冠軍」的目

標。獨特的「鞍山現象」其實是幾代鞍山人傳承奮鬥的碩果，「現在鞍山的業餘乒乓球俱樂部已經有30多家，從機關單位到工廠車間到鄉鎮街道的健身中心，乒乓球檯已隨處可見。」

1988年，國家體委命名全國6個乒乓球城市，鞍山成爲當時東北唯一入列的城市，第二年在這裡舉行的全國乒乓球重點城市比賽中，34支代表隊、136名運動員激烈角逐，鞍山獲得了第一個全國團體冠軍。乒乓世家出身的金牌教練白曉冬回憶上世紀80年代自己剛執教時說：「那時我們選拔苗子的重要途徑就是鞍山中小學乒乓球比賽，這在當時就有20多年歷史了，郭躍、李曉霞、馬龍都是從這裡選拔出來的。」

記者 于珈琳 鞍山報道

## 女乒驍將

# 丁寧

# 巔峰對壘 里約終圓登頂夢

香港文匯報訊(記者 王欣欣 黑龍江報道)四年前的倫敦奧運會，被裁判頻頻罰分的丁寧，含着淚水輸掉了比賽，錯失登頂的機會；四年後的里約奧運會，她戰勝隊友的一剎那，雙手抱頭，泣不成聲。兩度淚灑奧運賽場，丁寧用實際行動證明了自己對乒乓球運動的執着熱愛和永不屈服、不被擊垮的頑強精神。從6歲與乒乓球結緣，到如今國乒女子大滿貫的巔峰，一路走來，丁寧靠的是從母親身上繼承來的要強精神。

1990年，丁寧的出世讓同爲專業運動員出身的父母燃起了冠軍夢。曾任黑龍江女籃隊長的母親高鳳梅，本想培養女兒打籃球，卻因自己的無心插柳，使女兒走上了打乒乓球的道路。「有這樣的女兒，我很幸運，也很驕傲。」這是高鳳梅對記者說得最多的一句話。

#### 機靈好動 天賦突出

父親丁殿國搞速滑，母親打籃球，出身體育世家的丁寧，從小就機靈好動。六歲時，高鳳梅爲了看住淘氣的女兒，索性每天幼兒園放學後帶她到工作的體育館，跟一群小朋友練乒乓球，提高靈活性和反應能力。教練獎勵打得好的小朋友紅雙喜乒乓球的策略，讓本來興趣不大的丁寧，打起了精神。通過認真練習，她很快成爲小夥伴中獲得獎勵最多的一個。

七歲那年，小丁寧那種敢打敢拼的勁頭，被大慶體校著名教練唐景波看中，開始了職業生涯的第一步。高鳳梅說：「唐教練特別看好丁寧，經常給她『吃小灶』額外訓練，僅一年，就在黑龍江省少年乒乓球賽奪得女單冠軍。接着，又奪得『全國娃娃杯』的女單冠軍。」

1999年，年僅九歲的丁寧被甄九祥教練看中，進入北京什刹海體校訓練，後進入了北京隊，從此開始了「北漂」的訓練生活。教練總是講笑話一樣說起丁寧剛到隊裡洗衣服的故事。她每天訓練下來，總是穿着短衣短褲站在淋浴下澆頭，往身上抹肥皂，然後在自己身上搓，再脫下來沖。媽媽聽了之後，是無論如何也笑不出來的。每次到北京，高鳳梅都把女兒滿滿一皮箱總是洗不乾淨的衣褲再搓洗一遍。「身邊朋友都說我狠心，可天底下哪個父母不疼愛自己的孩子。要麼幹出一番事業，就必須比別人付出得多。丁寧具備一定運動天賦，但還需要後天努力。」

#### 性格要强 感激對手

人只有自己成就自己，但一個強大的對手、一個學習的榜樣都會化作前進道路上的一種動力。丁寧評價自己說：「我不屬於野心特大的那種人，很容易滿足。除非身邊有人做到了，我才想着自己也要做到。不應該跟別人差得太遠。」想法雖簡單，可丁寧的骨子裡卻有着要強的性格。

丁寧說，自己要感謝當年北京隊的隊友楊小馨。總輸給楊小馨球的丁寧跟這個小對手攥着勁兒，你綁沙袋，我也綁，你練到6點半，我就練到6點35。兩個「小對頭」，卻是彼此辛苦訓練的最大動力。

## 年少氣勢足 博教練眼球

香港文匯報訊(記者 王欣欣 黑龍江報道)丁寧似乎天生身體裡就流淌着運動員的血液。她從小接觸乒乓球，每次上場比賽，身上都散發着一種霸氣與自信。在北京隊的考試中，丁寧那種不畏強手的衝勁兒，令北京隊主教練周樹森興奮不已，並當即拍板留下了丁寧。

世青賽捧冠後，丁寧受到了隊內大循環的當頭一棒。連續的輸球，像無法擺脫的魔咒，讓她直發蒙。「一次比賽打不好算什麼，只要你有這個拼勁，就具備一名優秀運動員的條件。」教練的話，讓幾乎絕望的丁寧重燃信心。她盡最大的努力，認真對待每場比賽、每個球，從中收穫了運動員最可貴的東西——頑強的意志品質和沉穩的作風。