

慢

生活

爱“乒”才会赢

在宁波业余乒乓球的江湖上,高黎明是个响当当的名字。

7岁拿起球拍,左手直拍快攻的他用快速多变的技术在甬城草莽英雄圈里打下一片天地;带队打比赛,他是排兵布阵、运筹帷幄的“智多星”;作为体育文化传播使者,他热心公益,将国球技艺薪火相传。

启蒙

“野路子”出身的乒乓少年

1962年出生的高黎明家住集士港,小时候就是方圆百里都知道的乒乓少年。再刁钻的乒乓球,他都能挥拍接住,没接受过任何专业训练,球技怎么这么了得?他乐了,说“走的是‘野路子’,全靠自己瞎琢磨”。

7岁那年,高黎明在村口的简易乒乓球桌上,第一次摸到了乒乓球球拍,拿起以后便再也舍不得放下。“我是1969年上的小学,那时放学总能看到大人在村口的长桌子上打乒乓球。刚开始只是围观,后来总算有了握拍的机会,打过一次就着迷了。”高黎明刚开始学乒乓球时,大人看他年纪小、个子矮,经常会放高球、旋转球等刁钻的球“欺负”他。“我很要强,骨子里的个性是不服输。输了的球我每个都要想透,是什么原因逃掉了这个球,以后怎么才能接住这类的球。”

高黎明就读的卖面桥小学只有一张乒乓球台,为了“占住”球台,一有闲暇他就琢磨乒乓球的打法。“喜欢打乒乓球的同学多,球台只有一个,所以我们上学时爱玩车轮战,我是那个经常能玩到最后的‘霸王’。”练球是进步最好的催化剂,他很快成了学校乒乓球比赛的常胜将军,连校长看到他都竖起大拇指直呼他“左手王”。

上世纪70年代初,高黎明创造了学校光辉的乒乓球比赛历史:他曾代表学校参加集士港公社比赛以及望春区的比赛,每次都获得第一名;还代表望春区在鄞县中小学生运动会上连续拿了四次亚军,每一次决赛都是输给了经过专业培训的少体校运动员。一次参加集训时,高黎明遇到了当时三次获得浙江省冠军的任意芳。任意芳一看他是个好苗子,热心地教他怎么样发上旋球、下旋球。但最终,球技大涨的高黎明没有选择去鄞州少体校接受专业培训,“家里的经济条件不允许”,他“于心不忍”。



回顾

因身体病痛再次捡起球拍

穷人的孩子早当家。乒乓球梦破碎以后,高黎明中学毕业后进入集士港渔业大队工作。一年之后,他被招工到省交通厅下属的浙江省航运公司钱江分公司工作。不过,乒乓球这一运动若即若离地跟着他。在公司内部的乒乓球比赛中,高黎明稳坐第一把交椅。上世纪80年代几次下海创业的他后来还担任了鄞县乒协副主席、宁波市乒协顾问和宁波市篮球协会副主席等社会职务,为群众体育事业发展多年提供经费赞助。中年以后,随着工作日渐繁忙,高黎明离乒乓球运动渐行渐远。

再次捡起球拍已是20多年后。2011年,高黎明因腰椎间盘突出严重突出高度压迫神经住院手术,严重的神经损伤和肌肉萎缩使他经历了艰难的康复过程。“我从小捕鱼在

水里泡大,但出院后不久在酒店20米长的泳池里游不了一个来回。”这一年多的康复训练,对高黎明来说十分无助煎熬。通过游泳、跑步等锻炼,他的身体状态在一年多以后才得以逐渐恢复。2015年,他尝试打篮球健身。去年年初,他重拾乒乓球拍。时隔多年再次站在乒乓球台上,他收放自如,常以稳、准、狠制胜,表现出色得仿佛仍是当年的那个乒乓少年。

言谈之间,高黎明难掩对乒乓球运动的喜爱。“和别的运动项目相比,乒乓球运动更具趣味性和偶然性。而且它老少皆宜,不受时间、场地限制,对抗性强,身体伤害少,能很好地锻炼个人的反应速度、协调能力,对视力也有很大的帮助。”

诀窍

最高境界是“心手合一”

在乒乓球台上,高黎明的打球风格非常明显。他技术全面,战术灵活,球路变化多,打球善于动脑,在众多业余球友心目中有着“智多星”的地位。“我从小喜欢钻研,除了喜欢琢磨乒乓球球技,还对木工、泥工、模具这些都略知一二,盖房子、装修我也能插上一手。”他笑着告诉记者,打乒乓球需要超强的手感和球感,天分、悟性固然是一方面,手法、步法、心理素质也非常重要。“打乒乓球光靠勇没有用。技艺纯熟,手法熟练,心态不急不躁,就能做到心里怎么想,手就能怎么打,也就达到了打乒乓球的最高境界‘心手合一’。”

去年8月,宁波市海曙区乒乓球协会成立,高黎明被推选为协会负责人。在去年10月举办的第三届全国老年人体育健身大会乒乓球交流活动中,高黎明率队带领的宁波市老年体协队与国内39个省市自治区的球友PK对抗,赢得了团体第四名的好成绩。“这场比赛打了4天,非常激烈,我们的队员表现出了敢打敢拼的团队精神,大家的嗓子都喊哑了。”一场团体比赛考验的不仅

仅是团队的实力,更考验教练在排兵布阵上的智慧。身为教练员,高黎明做足了功课,“知己知彼方能百战不殆,我们赛前分析过对手的长处和短处。那场比赛给我的印象是,队员的心理状态更重要,技术反倒是其次的。”

上个月,海曙乒协代表宁波市乒协参加了在海南省琼海市举办的全国首届中老年人乒乓球大赛,大家再接再厉,又获得了女子团体第二名的好成绩。

对高黎明来说,儿时没有机会一圆自己的乒乓球梦,是人生的一大遗憾。2012年,他在自己的公司厂房内投资200多万元,建设了乒乓球馆、羽毛球馆、篮球馆及健身房等运动场馆,并一直免费提供给俱乐部的会员们锻炼和比赛使用。他的这一公益行为被体育运动爱好者誉为传播体育文化的使者。他说,希望借此提高青少年及广大群众的体育水平,带动越来越多的市民加入体育运动的队伍。

记者 庞锦燕(照片由受访者提供)

动