



清华男子游泳队夺冠后的合影

## 一条泳道里的十一个冠军梦

○ 张晏慧 原冰 王竞帆

20年前，这十大男生还都是不识水性的婴儿，这位中年教练还是个刚刚大学毕业的毛头小子。20年后，这十一个人组成了清华大学男子游泳队，在一条训练泳道里，圆了近二十年来的北京高校的冠军梦。

16:30，收拾东西；

16:35，骑车出发；

16:40，进入游泳馆；

16:50，换好衣服，来到泳道，热身运动；

17:00，队员到齐，开始训练，下水游十几个来回配合陆上训练；

18:30，筋疲力尽地从水里爬出来，冲澡、换衣、吃饭、骑车，半小时后等待着的还有第六大节课。

在过去整整两个学年里，清华大学男子游泳队（以下简称男游）队长、新闻与传播学院10级的王凯峰，每个下午的安排都大致如此。

和他一样的还有九名男游队员——11级研究生国浩，09级本科生蔡心驰、鲁众森，10级本科生马川，11级本科生张溯、姜朔、彭永胜、孟澄，以及12级本科生祖国。陪在他们身边的是在清华园整整执教20年的教练肖龙。

2012年夏天，奥运热潮刚过，大运会上传来的喜讯就让假期里的清华人先在网上传了一把。

“孟澄获得男子甲组50米仰泳金牌并达到国家健将级运动员的标准，姜朔获得男子甲组400米混合泳银牌，王凯峰获得男子甲组50米蛙泳决赛铜牌，清华男子游泳队获得了历史性的突破。”

这是最外行的观众都能看懂的骄人成绩，当然还有内行更加关注的——北京市拿到大运会男子游泳甲组参赛资格的共有14人，清华男游占了7个；7名队员参加了17个项目，每个人都取得了前八的成绩；而达到了国家健将级别的孟澄在此前甚至连专业队员都不是，只是个数学系的普通本科生。

而属于清华男游的秘密是，这是他们十一个人——包括教练肖龙在内——追寻了近二十年的一个梦。

### “心里憋的那口气终于出来了”

在收获大运会团体金牌这份殊荣前，男游队员心中的金牌梦已经埋藏了很久。

早在6月9日的北京市高校游泳比赛上，主场作战的优势加上共同的斗志，让这十个队员在全部十五个项目中，包揽了七金、三银、六铜，并勇夺北京高校游泳男团冠军，这也是时隔十八年之后，清华男游重新问鼎北京市高校冠军。

现在王凯峰回忆起当时的心情，就是“突然发现，拼一拼，我们也有可能拿冠军”。经过5月初第一次大运会资格选拔和6月初的这次比赛，清华男游的7名队员入围了大运会北京代表队，王凯峰、姜朔和孟澄也在这时被肖龙寄予了获得大运会奖牌的厚望。

7月1日，肖龙带着七个人来到了芦城体校参加北京市集训，这所北京市体育局重点竞技体育训练基地位于大兴区黄村卫星城，对外宣传的“环境优美”在鲜少来过体校的孟澄看来只是“偏僻、荒凉，出门就是高速公路”。北京代表队的男子游泳选手被召集到了这里，多年摸爬滚打一起走来的对手们在这一刻亦友亦敌。

但很快，条件差、对手强就都不是最可怕的了。



清华男子游泳队合影







孟澄获奖后和肖龙教练在一起



写满签名的祝贺横幅

尽管都是自小开始练习游泳的运动员，每天一万米的训练强度依然没有谁能轻易吃得消，很多人都是一边游一边抱怨。孟澄开始幻想自己穿梭在一个多维空间里，浮浮沉沉间灯光明灭，手臂一划，便穿越了一个维度，终于游够了200个来回，瘫软着爬上岸边后就只有躺着休息的力气了。

更严酷的训练还在后面。8月初，集训地点换到了昆明，为期三周的高原训练机会来之不易，体育部领导特意拨了3万多元，男游才得以成行，第一次来到高原。

一周的短暂适应后，进入了提高成绩的关键期，孟澄却在这时受了伤，脚背表皮在一次训练后放松肌肉时挫伤，但没引起他的足够在意，下了两天水之后伤口严重感染，只能留在陆上做器械、吃蛋白粉、长肌肉，“眼看着别人在水里越游越快，自己只能干看着，什么都做不了”。

事实上，即使最终克服了伤病来到大运会，孟澄的参赛历程依旧一波三折。

到了天津，孟澄才发现自己忘记携带身份证

和学生证，证件从北京寄到天津的途中又出了事故，整整花了两天时间才到，而此时报名已经截止，教练和主办方几经交涉之后，他才终于重获参赛资格；50米仰泳比赛一开始，本就不擅长出发的他更是在入水的一刹那脚步蹬滑，落后第一名半个身子的距离，奋起直追的孟澄直到最后五米才终于反超对手，帮清华男游拿到这枚弥足珍贵的首枚金牌。

状况频出的男游还是笑到了最后，被肖龙寄予厚望的三个人都拿到了奖牌，参赛的七个人都进入了前八，宣布第九届大运会男子游泳团体冠军得主的那一瞬间，王凯峰觉得“心里憋的那口气终于出来了”。

### “五点到六点半，校队专用泳道”

时间倒回到2010年末，尚在高三的孟澄还没有想到有朝一日自己会成为十几年来第一个夺得大运会冠军的普通大学生。那时的他刚刚拿到数学竞赛的保送资格，在选择大学的时候也不是没有过犹豫，最终，陈明游泳馆的环境



和条件成为吸引他来到清华的最后一块砝码。

军训时他就早早打听好了游泳馆的位置和开放时间，开学第一天，几天不游泳就浑身不爽的孟澄来到这里，刚跳入深水区游了一会，就有人来拍他，“同学，不好意思，这是校队训练专用泳道，麻烦你到其它泳道游吧”。孟澄连声答应，却依旧不紧不慢地游了个50米，没曾想就这样吸引了肖龙的注意，并最终在肖老师的邀请下加入到清华男游。

这条供男子游泳队训练专用的泳道前，每天下午5点到6点半间都会竖起一块牌子——“五点到六点半，校队专用泳道”——十名队员每次训练都要在这里游上至少十几个来回。这么多年来，误入校队泳道的除了孟澄之外，带来的往往更多是麻烦和冲撞。

清华男游是北京市六支高校男子游泳队里唯一的一支B类队（队员运动成绩达标，高考分数超过一本线），和A类队（队员运动成绩达标，高考分数超过二本线65%）不同，男游要在保证队员正常学习的前提下训练，所以没法抽出整个下午，日常训练时间十分有限。

有限的不止是时间，陈明游泳馆面向全校开放，下午5点到6点半来这里游泳的人络绎不绝，队员们只能在深水区的一条泳道内进行训练，所有人挤在一起。“即使这样，还会有泳客抱怨我们占用了泳道”，更让王凯峰难以释然的是，训练需要的陆上器材也严重不足。

正是在这条泳道里，孟澄的50米仰泳成绩从入学前的29"多提高到大一上的28"2，大运会的夺冠成绩27"42曾在这里游出过两次，而王凯峰的50米蛙泳成绩也是在这里提高到了30"内。

### “活了20年，想拿到的都拿到了”

孟澄的爸爸给他取名字的时候想了三个含义，最重要的一层便是“梦想成真”。这位大学时代每天绕着外滩跑一圈、回来冲个凉水澡就去上课的父亲遗传给儿子的不仅仅是对运动的热爱，在每一个

需要抉择是否放弃游泳的关键时刻，他都给了儿子足够的宽容和沟通。

“活了20年，想拿到的都拿到了”，孟澄如今已经把游泳作为生命中最难以割舍的一部分，是自信心的最大来源。“哪怕在其它地方做得再差，生活得再崩溃，只要一跳进水里，一开始游泳，我就觉得没有什么能难倒我。”

而这20年，也正是肖龙在清华奋斗的20年。1988年，已经从家乡的小河里游到了邵阳市游泳队担任教练的他厌倦了“没有秩序，没有规矩”的生活，借口回家探亲，跟体委领导请了十天假，偷偷来到北京参加北京体育大学入学考试，从一众复习了半年的考生中突出重围。

1992年，他放弃了海淀体校、重庆、南京等地游泳队的选择，来到清华做老师，“我喜欢大学的氛围，喜欢教育人。”在清华的20年里，他见证了游泳馆建成后清华游泳文化的普及，除了带清华男游训练外，还教高级游泳班的课程，每节课前会给学生讲上五分钟，“常识是什么，经验是什么”。

“运动员训练就是要一遍一遍虐待自己的身体，但是在身体承受痛苦的过程中，你得到成绩提高、超越自我、超越他人的欣喜，也得到荣誉，精神上得到了满足，这就是体育的价值。竞技体育需要的是‘蜕变’，因此她‘很痛’，不愿意锻炼的人是因为目前体育制度的功利色彩太浓，本来应该享受的群众体育也以竞技体育的模式出现。从而让他们置身于‘痛’之中，却忽略了其实应该‘享受’的根本。忍受和享受是两种态度，忍受体育的人自然不会愿意参与其中。”

清华男游无疑是享受体育的典范，更多的时候，大运会团体冠军更像是这十一个男人从第一次预选时就跃跃欲试的一个梦，也是视他如父如友的队员们拼尽全力送给肖龙执教20年的一份完美礼物。❶

（转载自《清新时报》）