我的手球缘

○宋　军（1979级力学）

1984年在清华大学西操，宋军作为火炬手参加北京市大学生纪念五四运动65周年火炬接力活动

1979年，我刚考入清华大学不久，就与清华手球队结缘，成为了清华大学体育代表队光荣的一员。

手球运动在中国并不普及，但却是奥运会的正式比赛项目。清华大学有重视体育的传统，学生在校期间能够接触和学习到多样的体育运动项目，从而增加兴趣，发现潜力，拓宽视野，全面发展。

记得在当年的学校新生运动会上，为了给班级挣一点团体分，我报名参加了铅球和铁饼比赛。那是我第一次接触铁饼，然而新手上路我就拿了一个第七名，还获得了一份奖品，那是一个有点磨嘴的白色陶瓷水杯。这水杯在当时可是个稀罕物，我珍惜地用了很久。

跟奖品一起到来的，还有手球队的教练杨新培老师。杨老师是位非常敬业和有心的体育老师，他在新生运动会上到处踅摸人，看我扔铁饼时胳膊挺有劲儿的，就主动来做我的工作，希望我能加入学校手球队。

说起手球，我对此并不陌生。因为我所就读的北航附中的体育老师就是一名手球教练，并且他带领的学校手球队的成绩还相当不错。就这样，凭着扔瓶子和扔石子练就的铁饼能力以及对手球懵懂的认知和兴趣，我被杨教练“忽悠”成为了清华手球队的一名队员。

教练对待学生很好，能说善“吹”，超级敬业，这让我迅速对手球产生了兴趣。只要是手球队训练，杨教练总会第一个到达训练场，扫叶子、捡石子，带头拉碾子压实场地。训练结束，当同学们匆匆奔向食堂的时候，杨教练还会默默地收捡训练用的破旧手球。那个时期经费紧张，每一个旧手球在教练眼里都是宝贝，得认认真真地数上两三遍，“点名”都到齐了，他才放心。到现在，我还依稀记得那装满旧手球的大网袋子，那轧场地用的大石碾子，还有那棵长在球场边、影响训练比赛的小树。那棵小树曾在夜幕的掩护下被杨老师悄悄地移动了几米。说来也怪，小树被移动后却怎么浇水也浇不活了——人挪活树挪死呀，这铁律在神圣的清华园内也不例外。

训练学生运动员，杨教练更是用心、耐心。我们大多数是业余选手，没有手球基础，身体素质也不好，而杨教练总是鼓励我们要对自己有信心，多用脑子打球。他针对不同情况对我们进行分组训练，老队员带新队员，团结协作。

我最早在球队里是打左内锋的位置。记得第一次参加教学比赛时我刚下课，淋着小雨从教室匆匆赶来，放下自行车还没有做热身活动就上场了。第一次参赛时我特别紧张，在球场上好像除了自己，其他什么人我都看不见。好几次我把球扔出去，明明是朝着大门射过去的，结果却都是“朝天炮”。直到被换下场，我的脑子里还是一片空白，那叫一个紧张！从那时起，我便领悟到了训练和比赛不一样，有观众和没观众不一样，想到的和做到的不一样，而实战的经历尤为重要。

那次比赛之后，杨教练发现我不善于跑动中进攻，于是就把我调到了内线的位置上，可能他是想发挥我原地打转儿掷铁饼的基本功吧。打内线需要“旱地拔葱”的绝活儿，也要学会“鱼跃倒地射门”这个技术动作，可我都从来没接触过。在球队集体训练结束后，杨教练还会给我“开小灶”，讲解动作要领：“射门时脖子一定要扬起来，看天，抬头！看不着天就看地平线，你一低头，说不定就把下巴磕碎啦。”同时，他还让朱班师兄给我做示范。杨教练经常带着我们几个打内线的队员，到体育馆后馆的体操垫子上一次次练习这个动作，后来又慢慢转移到木板地上练，最后到土地上练。功夫不负有心人，四年的“鱼跃”练习，练就了我“刁钻”地转身倒地射门的绝活儿。我的身高也从入学时的1.83米抻长到了1.87米，这四厘米的“长进”，都要归功于“抬头望天”的杨氏训练法。正是因为谨遵了教练的训导，到现在我的下巴还健在、健康！毕业后参加工作这么多年，我走路也都是仰着头。

1981 年，清华男子手球队获第一届全国大学生手球邀请赛（上海）冠军，全体队员和教练合影。后排左起：姜虎城、苏大卫、李新生、王临涛、赵玉明（队务）、李永发（领队）、杨新培（教练）、冯辉、刘嘉峰，前排左起：王为农、冯少波、吴克农、宋军、胡大庆、滕铁、叶京生、何元

除了有位好教练，男子手球队还是一个团结互助的好集体。队长王临涛对我们的影响最深，王队长是无线电系1978级的老大哥，入大学前曾是海军手球队的专业队员。他为人谦和，技术全面，绝顶智慧，经常会给出一些出其不意的传球。当时我和王队长打配合，只要他持球急速靠近我，我便心领神会，知道他会背向着我把球传来。他传球的路径也相当诡异，不仅可从他两侧肩膀上方或腋下背向传球，还会出其不意地从裤裆底下背传给我，这招儿是最绝的，令对手防不胜防。每当接住这“胯下韩信”球，我就会一个“鲤鱼打挺”转身跳起，仰头向前鱼跃把球打向球门。此一番“骚”操作，对手根本反应不过来，基本上被打蒙。当年我们队和中国青年男子手球队在红山口比赛时，人家总是搞不清楚我的球到底是从哪儿接过来的、又是从哪儿射进大门的。这就是所谓“怪球”的由来，不是我扔得怪，而是王队长传得怪、传得妙。

工物系1978级的朱班师兄，是手球队建队后最早的队员之一。朱班是勇猛善战的优秀队员，战神一样的存在。凡是见过他打球的人，都说他球风太彪悍了，简直就是拼命三郎。有一次比赛，朱班持球从45度角切入对方任意球区跃起射门，被对方队员推倒，面朝下重重地砸在了地上，鼻血直流，但他硬是坚持不下场，大吼一声坚持战斗。我们全队的斗志瞬间被点燃，个个跟打了鸡血一样杀红了眼。朱班这种刺刀见红、从不退缩的精神，得到了所有队友的敬佩，也带出了我们队敢打敢拼的硬朗作风。

战斗的集体还有温馨的一面。1982年下半年，我担任了校学生会主席，即使社会工作和学习压力变大，还是放不下我喜爱的手球运动，依然努力挤出时间去参加训练。虽然经常迟到但却很少缺席，杨教练和队友们都非常体谅我，只要我一到球场，队友们就会先停下自己的训练，主动过来帮助我完成训练计划。逐渐地，也就形成了我随来随练的特殊训练方式。我一直心怀感激和歉意，与队友们的感情更加融洽了，训练和比赛也更加刻苦，同时培养了我高效率完成任务的能力。

一个团结奋进的集体，一定会夺得骄傲的成绩。清华男子手球队曾经获得1981年第一届全国大学生手球邀请赛（上海）男子组冠军，1982年北京市第六届运动会男子组第六名，1984年第一届全国大学生手球联赛（天津塘沽）男子组冠军，还保持了与其他大学手球队比赛30多场全胜的纪录。此外，我们队还为参加1984年洛杉矶奥运会的中国国家女子手球队当过陪练。

1985年起，我双腿迎面骨总是隐隐作痛，经医院检查是粉碎性骨裂。加之以前的伤病，我不得已退出了球队的主力阵容。我经常开玩笑地说：打球的水平没有达到一流，伤病的水平却是世界一流。清华手球队是我一生挚爱的集体，我的心也一直没有离开手球，没有离开清华体育代表队。

在清华大学企业集团工作期间，受当时手球队教练刘银斌之邀，我于2001年到2016年担任了清华学生男子手球队的领队，也因此当选了全国大学生手球协会的副主席（2002—2008年），再一次与清华手球兴趣课年轻学生组成的手球队“玩”在了一起。

在学校体育部等单位的支持下，这支由普通学生组成的男子球队多次到境外参加国际手球邀请赛。比如，2002年7月到香港参加了两岸四地的邀请比赛。2004年7月到台湾参加了第十七届台湾大学手球赛暨海峡两岸三地手球邀请赛。2006年7月赴瑞典，参加了有一千多支球队共同参与的Partille Cup比赛暨嘉年华活动。球队还积极寻找社会赞助，有时候同学们也会自己出部分路费，我也多次出钱资助，

2003 年，宋军（后排左 2）作为清华手球队领队与队员们合影

就这样，大家多方努力“众筹”出行。手球队的队员都是在校的本科生和研究生，大多数都是第一次出国，因此大家都十分珍惜在手球队训练比赛的经历，十分留恋清华给大家提供的全面发展的平台。值得一提的是，清华学生男子手球队在瑞典Partille Cup开幕式上第一个出场，博得了全场的喝彩，大家倍感激动，中国人的自豪感、清华人的自强心油然而生。

在体育代表队，我不仅养成了坚持锻炼身体的好习惯，更重要的是培养了不畏困难、团结协作、敢于胜利、善于取胜的意志品德。体健魄，育修德，人励志，队配合，在体育代表队的磨练，让我一生受益。

我在清华民乐队的那几年

○邢建峰（1989 级计算机）

混入民乐队

1990年9月份，同班同学杨久明跟我说，咱们去考民乐队吧！回想起入学这一年来，每次经过音乐室，都能听见里面传出优美的旋律，心向往之，可没有一次能鼓起勇气走进去。虽然我俩在中学时都会吹笛子，平时也经常互相切磋笛箫，可我们这水平差得太远啊！

在我很自信考不上但还要不要去考的犹豫中，已经被杨同学拉到了音乐室。“同学，我们是来考民乐队的！”“你们坐在这里稍等一下，我们正在给新入队的同学分乐器。”听到这句话，我临考前忐忑不安的内心立刻平静了，这回踏实了，我们来晚了，乐队已经招完新生分乐器了。

看着一件件乐器分到了新同学手中，我还是很羡慕的，这时有人问：“谁会吹口琴？”我看到老久同学毫不犹豫地举起了手，“好，你就吹笙吧。”我顿时惊得目瞪口呆，老久这算是被录取了？可我也会吹口琴啊！

1993 年 5 月 21 日，清华民乐队在北京大学参加首届首都高校大学生民乐汇演。左起：杨玲、陈肯、王进展、马彪（指挥）、黄开胜、周曼琳、邢建峰、刘涛雄、单小川、刘峰、李晓娟

这时，一位很严肃的女生拿着几副鼓槌，让剩下的几位同学敲几下，我很努力地展示了自己不太灵活的手腕。终于，我和1989级土木系的蒋体同学一起分到了扬琴，那位严肃的女生是同年级建筑系的周曼琳同学，也就是我们的师傅，她扬琴的水平是专业级的。

等同学们都渐渐散去，我和老久很是心虚地留了下来，诚实地说明情况，虽然已经分到了乐器，可我们还没有经过考试。接下来的考试很顺利，试唱一段节奏和旋律之后，我们当场被告知补考通过了！给我们出题的应该是当时的