

# 2020·四川 体育影响力 人物 大型系列报道

华西都市报一封面新闻  
记者 陈甘露 汤晨  
实习生 姚俊杰

2008年8月22日晚上不到8点，德阳广汉市三水镇中心村一百多名村民涌进了陈家均的小院，陈家均和谭金英夫妇早已借来一台大电视，备好了煮花生、瓜子、茶水，热情地接待村民。因为不久，他们的女儿陈朝霞将出现在电视画面里。当晚是北京奥运会女曲决赛，陈朝霞是中国女子曲棍球队队长，她将率队与荷兰队进行对决。

1个多小时的激战结束后，村民在陈家均的院子里放起了鞭炮，因为这里走出了一位奥运会亚军。这枚银牌不仅是中国曲棍球历史最好成绩，也是那一届奥运会集体项目的最好成绩。

## 北京奥运会女曲银牌获得者陈朝霞： 女曲精神像“冰山雪莲” 耐得住寂寞 绝境中生存

### 刻苦

#### 每位教练都记住她能吃苦

陈朝霞选择曲棍球其实是被动的。1990年，还在广汉业余体校练田径的她，被推荐给了省队教练孔庆杰。当时，推荐她的教练说，陈朝霞的优势或许还没有表现出来，但她那种不怕苦、不怕累的精神，是很多小队员所缺乏的，只有愿意刻苦训练的人才能获得成功。

果然，在省队的6年，陈朝霞是最能吃苦的，早上6点起床，出早操，吃早饭，然后训练到中午，午休约1个小时，下午3点又开始练习，直到晚上七八点才结束。回到宿舍，9点半必须上床睡觉，没有周末，没有逛街，每天就这样重复。不论是孔庆杰还是杨红兵，每一位教练都记住了陈朝霞能吃苦和不怕累。

打曲棍球需要体能、技术和力量，训练中日晒雨淋的苦，只有练过的人才懂。在省队训练了6年后，陈朝霞进入了国家队。“1996年1月，我被尤宝东教练选入国家队，当时很激动，觉得这么几年的训练没有白费。”她说。

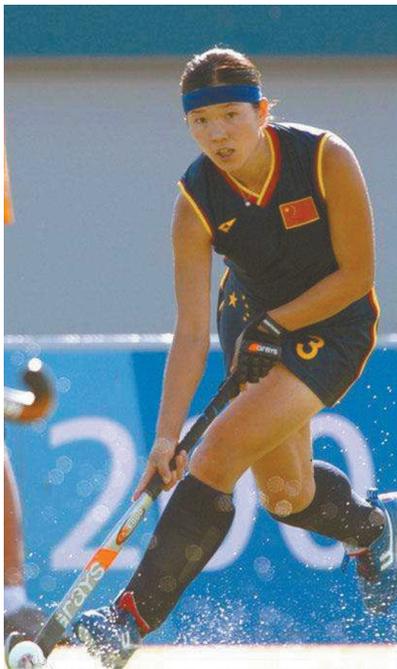
### 苦练

#### 魔鬼训练成就“最佳射手”

来到国家队不久，最初那份激动和开心被“魔鬼训练”冲淡，陈朝霞说，“最初觉得他挺慈祥的，可后来才知道，金昶伯教练是一个‘魔鬼’。”不管天晴下雨，必须坚持“一日四练”：早上6点出早操，跑4000米-5000米，上午的训练从9点到12点，下午是3点到7点，晚上还要练力量或看比赛录像。

20多年过去，陈朝霞对那次处罚依然记忆犹新。“当时，我们和广东女队进行比赛，金指导要求进10个球，但最终只进了1个球。比赛结束后，金指导就罚我练习冲刺，当天一直练到晚上6点也没完成，吃完饭又回来接着练，直到晚上11点过才完成，第二天早上6点照常起来，早操继续跑4000米。”

不知道练吐了好多次，也不记得多少次晚上练到11点才结束，但在金昶



陈朝霞当年的赛场英姿。

伯的“魔鬼训练”下，中国女曲在2002年釜山亚运会上，第一次获得了亚运会冠军。那一届亚运会，中国队进了7个球，有4个球都是后卫陈朝霞射进的，她获得那届亚运会“最佳射手”。同年，中国女曲又获得女曲世界锦标赛冠军，成为继女排之后中国第二个球类集体项目的世界冠军。

### 复出

#### 收获北京奥运会银牌

20多年的曲棍球生涯，陈朝霞记忆最深刻的一场比赛是2004年雅典奥运会，中国队第一次闯入奥运会半决赛。“我们是有机会冲击奖牌的，半决赛遇到德国队，之前在教学赛中赢过她们。在这场半决赛中，我们全场也压着她们打，但得势不得分，最终输给德国队了。”受低落情绪影响，在三四名比赛中，中国女曲也输了。“其实，那届奥运会对我们来说机会很大，没抓住，大家都很难受。”陈朝霞说，“但我们没有放弃，从头再来。”

从头再来，说起来容易，备战北京

奥运会前，陈朝霞已经退役了，但国家队的一声征召，她又回去了，此时她已是国家队的核心，也是精神领袖。半决赛，她们再度和德国队“狭路相逢”，四年前的冤囊让姑娘们憋了一口气，3:2击败对手，历史性挺进决赛。那枚宝贵的银牌是中国女曲目前为止在奥运会上获得的最好成绩，也是几代人的付出和努力。

从倒数第二到世界冠军、奥运银牌，中国女曲被誉为“冰山雪莲”。“永不言败，就是在逆境中也能坚持不懈地努力，就像冰山雪莲一样耐得住寂寞，在绝境中生存。”陈朝霞说，这也是四川女曲的精神。

### 退役

#### 转型成幕后“大管家”

35岁那年，陈朝霞“高龄退役”，但她依然没有离开这支队伍，从教练做到了体育局棒垒曲中心人事科，从高光的领奖台、流汗的赛场走到了幕后。负责运动员的签证、训练补贴、机票……每天迎接她的不再是早上6点的早操，而是事无巨细的繁杂。“我三个角色都干过，所以能体会三种不同角色的辛苦。转做行政以后更能体会到，运动队取得的成绩和后勤工作人员的默默奉献是分不开的。”

20多年的运动员生涯，陈朝霞也有遗憾，“参加了三届奥运会、三届亚运会、四届全运会、三届世界杯，得过奥运会亚军、世界杯冠军、亚运会冠军，但唯独没得到过全运会冠军，所以挺遗憾的。”

不过这个遗憾，在2017年被陈朝霞的小师妹们弥补了，她们在逆境中赢了辽宁队，获得全运会冠军。现场见证四川女曲登顶，陈朝霞热泪盈眶。

四川女曲的队徽是一匹狼，象征着这支西部劲旅的“狼性”。走进球场，望着这片熟悉的球场，陈朝霞忍不住摸了摸球杆，“我觉得主要还是一种精神传承，你能看到她们光辉的一面，但却不知道背后的付出。冠军只有一个，但第二名和第三名一样付出了。当你走下领奖台，一切从零开始，必须每时每刻努力，才能学到你想学的。”

## 感受传统家风文化 传承中华优秀家训

成都高新区桂溪街道科创社区赴贺麟故居参观学习

华西都市报讯(记者 杨全祝)“诗书传家远，廉洁继世长。”这十个字是贺麟家的家训。在贺麟故居的墙壁上，贴着贺家先祖的二十二条家规：忠君上、孝父母、睦兄弟、笃宗族、严教训……近日，成都高新区桂溪街道科创社区组织社区工作人员及社区党员到金堂县贺麟故居开展“感受传统家风文化 传承中华优秀家训”党风廉政建设主题活动。

此次活动通过实地学习、调研参观等形式，探寻贺麟故居贺氏家族的传统家风家训文化，学习贺家“锄经种德”“耕读传家”的家风精神，传承和弘扬贺氏家族优秀家风家训文化，培养党员干部人文素养，坚定文化自信，

培养爱国情怀，砥砺奋斗精神。大家聆听讲解员解说，感受贺麟先生家风文化，纷纷表示要注重家庭、家教、家风等文化建设，让好家风支撑起社会好风气。

贺麟故居作为贺麟思想的摇篮，不仅滋养出了现代的贺家家风家训文化，更孕育出了我国著名的哲学家、哲学史家、黑格尔研究专家、教育家、翻译家贺麟。桂溪街道相关负责人表示，通过此次参访活动，让社区工作人员及党员加深了对家风的理解与认识。同时，结合本职工作，提醒大家时刻重视作风风气养成，树新风，立正气，做到风清气正、坦荡廉洁，共同营造良好的工作氛围。

## 主动接受人大政协监督 守护人民群众舌尖上的安全

华西都市报讯(记者 吴冰清)在餐饮企业把关食品安全，在啤酒生产企业了解生产线运作，在大型商超询问冷冻冷藏食品的防疫工作……日前，成都高新区市场监督管理局聚焦食品安全领域存在的突出问题，邀请高新区人大代表和政协委员“零距离”监督市场监管工作，听取人大代表、政协委员意见建议，切实履行好食品安全责任，保障人民群众舌尖上的安全。

在肯定成都高新区食品安全监管工作的同时，代表、委员们也提出了细化食品安全风险防控、加强社会引导、加强科技赋能以及强化宣传等四点意见和建议。成都高新区市场监督管理局局长李永才表示，将认真

梳理和分析这些意见和建议，切实改进工作方法和工作措施，强化履职尽责，勇于担当作为，不断提升市场监管能力和水平。

除了主动接受人大政协监督、开展现场审核廉洁告知等社会监督以外，成都高新区市场监督管理局还定期开展溯廉回访工作、推动党风廉政与食品安全监管的深度融合。

主动接受监督，助推成都高新区食品安全监管交出了一份让市民满意的“成绩单”：近5年来，高新区未发生重大食品安全事件，食品监督风险抽检覆盖率100%，合格率99%以上，推动成都首个“共享厨房”落户，食品经营许可行政审批改革经验在全市推广学习。