

# 株洲真人版《摔跤吧！爸爸》： 从国家队退役后担任临聘教师 带领40个“徒弟”捧回22枚奖牌

记者 何春林

第十三届株洲市运动会正在火热进行中,在刚刚落幕的摔跤和柔道比赛中,龙泉小学老师晏子凌带的学生,首次参赛就捧回了9枚金牌、5枚银牌和8枚铜牌,在株洲校园里传为佳话。而教练晏子凌,更是让大家联想到热映电影《摔跤吧！爸爸》的主人公。很少有人知道,晏子凌曾取得过全国摔跤冠军。



▲本次市运会,晏子凌还担任摔跤裁判,图为两名孩子在比赛 受访者 供图

## 回忆

### 摔跤队员的日常：“除了比赛就是训练”

“除了比赛就是训练,每天都一样。”晏子凌说,成为摔跤运动员后,他需要辗转国内外不同城市进行训练和比赛,保持自己的竞技水平,同时拿到更多的奖项证明自己的实力,获得他人认可。

晏子凌记得,进入国家队后就几乎没有回株洲和家人过年了,一般是除夕和初一休息,大年初二就开始系统训练。有一次队里来了几个哈萨克斯坦的摔跤员陪练,一个礼拜摔下去,自己耳朵被抓揉得水肿,只好通过针管抽掉血水后继续练。训练中,脱臼、韧带受伤也是常事,这也让他落下了一些后遗症。

## 对话

记者:为什么选择回株洲成为一名教师?

晏子凌:进入专业的摔跤运动队后,就想以后从事教师职业。离开国家队后,从事过不同的职业,包括保镖、健身机构顾问,最终还是觉得做教师更适合。一是面对的都是是一群充满活力的孩子,二是想发掘和培养一些摔跤、柔道等方面的苗子。如果能够培养出一个世界冠军,我就没有任何遗憾了。

记者:什么人适合练习摔跤和柔道呢?

晏子凌:这两个项目和体操、篮球、足球等运动不一样,很多运动项目对运动员的体格有要求,但摔跤和柔道对这方面要求相对低。不过有一条必须坚持,那就是喜欢这项运动,对这项运动有兴趣,而且必须“吃得苦、霸得了蛮”。

## 希望培养更多摔跤、柔道人才

和《摔跤吧！爸爸》电影情节一样,晏子凌也有一个梦想:为株洲和国家培养更多的摔跤、柔道人才。

进入龙泉小学后,他在学校的帮助下支持了,成立了晏子青少年体育俱乐部。在学校里,只要有孩子喜欢且愿意跟着他学习,都可以进入俱乐部培训。

因为对运动的热爱和对梦想的执著,平时课后、暑假时期,学生们到俱乐部学习,均是免费的。对于爱学的孩子,晏子凌更是毫不吝啬地教他们。

交谈中,记者能够感觉到晏子凌的无奈。他说,一些家长之所以将孩子送来学习,并不是希望将孩子培养成摔跤、柔道运动员,只是因为孩子太胖了,需要到里面减减肥。

“我完全可以理解,毕竟摔跤和柔道在株洲算是冷门项目,而且着实辛苦。”晏子凌补充道,而且不是所有孩子都适合学,能够让孩子达到强身健体、减肥的效果,他已经很有成就感了。“如果能够培养出一个世界冠军就没有任何遗憾了。”晏子凌说,训练中如果发现可塑之才,对方又愿意的话,他会尽力将孩子推荐到更好的地方训练。



▲2013年,第十二届运动会摔跤现场,晏子凌和国家队摔跤教练于涛合影 受访者供图

## 40名“晏家班”成员首次征战市运会 赢回22块奖牌

25岁的晏子凌去年进入芦淞区龙泉小学,成了一名临聘体育老师。今年11月11日,第十三届市运动会青少年组摔跤、柔道组比赛正式打响,全市参赛选手400多名。晏子凌有40个“徒弟”参加了摔跤和柔道项目,获得9枚金牌、5枚银牌和8枚铜牌。

其中,龙泉小学的孩子们捧回了5金4银3铜的好成绩。六年级学生黄蓉、刘霞、谢栗玉包揽摔跤自由式女子丙组44kg前三名;李思健获摔跤男子丙组40kg第一名。与此同时,他所带的几名中学生也收获不少,柔道男子丙组中刘子豪获得60kg第一名;摔跤古典式丙组中郭嘉琪获48kg第一名。

“孩子们在场上比,我在场下看得更紧张,就好像自己当年参加比赛一样。”晏子凌说,这是他成为老师后带的第一批学生,孩子们也是第一次参加专业级比赛,摔跤、柔道训练非常辛苦,获奖是给孩子们暑假流汗的回报。

## 小学五年级起专攻摔跤,一路“摔”进国家队

初见晏子凌,与常人不同之处是他的耳朵,因为常年摔跤,耳朵已经有点变形,皱在一起,软骨轮廓不是很明显。“这几乎是摔跤运动员的职业特征。”晏子凌笑道,因为摔跤运动中会经常搓揉耳朵,久而久之就会落下后遗症。

晏子凌出生在荷塘区,幼时体胖,经常被人欺负。父亲晏重军见状,找了一个教练教他学武术。小学五年级,在教练的引导下,被视为“可塑之才”的晏子凌开始专攻摔跤训练。

“说实话一开始我是反对的,因为太累太苦。”晏子凌说,迫于父亲的威严,他只得顺从,后来逐渐爱上了摔跤运动。2005年株洲第十届运动会摔跤比赛中,他获第二名。2007年,晏子凌夺得全省自由式摔跤比赛69公斤级冠军,这也是株洲市当时唯一一个摔跤冠军,随后他进入省摔跤队;2010年,他获得全国青少年摔跤锦标赛76公斤级冠军;2012年正式成为自由式摔跤国家队队员。

遗憾的是,因为种种原因,晏子凌没能进入伦敦奥运会中国摔跤队名单,这成为他摔跤职业生涯的一个转折点。三年前,晏子凌选择回到家乡,希望培养比自己强大的学生。

惊艳成果

运动生涯

# 婚姻幸福的秘诀是什么? 小动作!

多来一些爱的抱抱吧。

婚姻幸福的秘诀是什么?美国宾夕法尼亚州立大学的一项研究显示,一个拥抱、一次陪伴这些日常小举动远比“我爱你”这种浪漫宣言更让人感受到被爱,而“查岗”等行为则最伤感情。

研究人员招募495名成年人作为志愿者,借助调查问卷了解他们在60个场景中是否感受到被爱。场景包括宠物撒娇、伴侣依偎等。英国《每日邮报》援引结果报道,志愿者一致认为,表达爱意并不一定需要“爱的宣言”,日常生活中一些简单场景也会让他们感受到被爱,比如困难时刻对方的陪伴、和对方相偎相依、宠物主动上前撒娇等。结果显示,对方的控制行为,比如24小时“查岗”最不可爱。

朕的臣民在哪?



## 欲在无人占领区建国家 他想自己当“国王”

据英国《每日邮报》报道,近日,印度男子苏亚什·迪克西特宣称在埃及和苏丹之间的无人区比尔泰维勒建立“迪克西特王国”,并打算向联合国发邮件请求批准。比尔泰维勒在拉丁语中是“深井”的意思,这块面积约为800平方英里(约合2071平方千米)的无人区位于埃及与苏丹边界线的南部,但这两个国家都不想占领它。虽然泰维勒是合法的无人承认的领土,但近些年来一直有人试图将其据为己有,包括一名俄罗斯的业余无线电爱好者和一位想让她女儿成为真正公主的美国男子。

迪克西特先生在脸书上发文宣称他是比尔泰维勒“第一个国王”,称呼自己是国王苏亚什一世,还保证会继续为迪克西特王国的人民和祖国繁荣而努力。除此之外,他还打算“给联合国发邮件”,努力实现他的梦想。

据了解,联合国界定国家的四个标准是:有常住人口、固定的领土、政府以及与另一国建立外交关系的能力。

驻颜有术!



## 看得出她多大年龄吗? 71岁!

土耳其著名女歌手阿杰达·佩坎坎现已71岁高龄,因其身材和相貌都和年轻女子相差不多而成为土耳其歌坛闪亮的明星。

阿杰达早就因演员生涯而成为巨星,后又因代表土耳其参加了欧洲电视网歌唱大赛而进军美国。这位白肤金发碧眼的歌星看上去与年轻女子相差不多,却已是71岁的“高龄”。她对自己不老的容貌解释到:“我非常注意自己的饮食,但也不是完全限制选择,我非常喜欢吃烤串和鱼。除此之外,日常的工作帮助我保持了身材。不过,我也做过一点外科手术,比如隆胸手术,也去过瑞士享受过抗衰老温泉。”她还补充到:“我经常走路并喝大量的水,我每天早上都会喝一杯混合姜、柠檬和蜂蜜的水。”尽管她的年龄已大,但她目前在考虑生育孩子的计划。她告诉当地媒体,她已经咨询过美国和印度医生关于人工受精的事情。

有惊无险!



## 飞机起飞时遭遇闪电 凭特殊设计躲过一劫

据英国《每日邮报》报道,荷兰皇家航空公司的一架波音777民用飞机从阿姆斯特丹的史基浦机场起飞,几秒后遭遇闪电,凭借机身特殊设计挺过一劫,并平安航行12小时40分,准时抵达目的地秘鲁利马机场。视频中,这架波音飞机刚刚起飞,便与闪电“亲密接触”。之后,闪电渐渐隐退,飞机继续驶向秘鲁。原来,该飞机是精心设计的非金属混合机身,内嵌导电物质可以吸收缓冲电击。

实际上,世界各地的民航每次飞行都可能遭遇闪电。据专家称,飞机常年都会遭遇电击。通常,乘客根本不会察觉到飞机被电击,或只是看到电光一闪。闪电引发的最大空难发生在1963年11月的美国马里兰州,当时泛美航空公司的一架波音707-121在飞行中遭电击,燃油蒸汽被点燃,发生爆炸,导致81人死亡。

感觉有点得不偿失。



## 注射药剂增大臂围 俄男子变身“大力水手”

据英国《每日邮报》报道,近日,俄罗斯21岁的男子基里尔·捷廖申在社交媒体上秀出了他维度约24英寸(约61公分)的大臂,然而这看起来不匀称的肌肉并不是他锻炼的结果,而是通过注射化学药剂合成醇产生的。医生警告他说,继续注射化学药剂可能会致其手臂完全“失灵”。

在网上流传的图片中,捷廖申对着镜头摆弄姿势,露出上身肌肉。从中可以看到他的指尖有些微红,或许是注射药剂产生的一种副作用。职业举重运动员基里尔·西切夫说:“你可以在捷廖申的脸上看到注射药剂带来的后果,这是非常不健康的。”但捷廖申依然继续他的冒险计划,并坚持健身,希望有朝一日能打破健美运动纪录。自2017年夏天离开军队之后,他就开始注射药剂。短短10天内,他的大臂维度长了10英寸(约25.4公分)。

在此前的健身比赛中,就有选手通过注射合成醇来塑形。这种非法药剂在网上流传颇广。虽然有医生警告称合成醇会引起肺栓塞、神经损伤、感染、硬化性脂肪肉芽肿、中风、充血囊肿或肌肉溃疡等症状,但许多健美运动员还是选择注射该药剂来增强他们的肌肉。

真会玩。

## 在充气浴缸里看电影? 英国另类影院好特别

提到电影院,你想到的可能是柔软舒适的座椅和一块银幕。然而,英国一些电影院颠覆了传统电影院的样子,带给观众不同寻常的感受。

“热浴缸影院”把沙发换成了浴缸,让观众穿泳装泡在充气浴缸的水里观影。一个浴缸可以容纳6个人。观众可以包下一个浴缸,也可以与认识或不认识的人共享一个浴缸。这家影院没有固定放映地点,而是会临时选择一个地方,把它改造成观影场所,然后在网上售票。

(据新华网·环球网)