

透视

陈镜开是中国首批获得运动健将称号的运动员，曾经受到毛泽东主席的六次接见。在1959年的第一届全运会上，周恩来和贺龙曾亲自为陈镜开颁奖。1987年5月，国际奥委会授予陈镜开奥林匹克银质勋章，这也是中国运动员第一次获此殊荣。1997年陈镜开入选国际举重联合会名人馆，后任亚洲举重联合会终身名誉主席。

“开国第一举”陈镜开逝世



我国著名的举重运动员、广东省原体委副主任陈镜开同志，因病于2010年12月6日15时16分在广州逝世，享年75岁。陈镜开同志是中国第一位打破世界纪录的运动员，曾经10次打破举重世界纪录，5次获得了国家体育运动荣誉奖章。1987年5月11日，国际奥委会授予他奥林匹克银质勋章，这是中国运动员第一次获此殊荣。

星报综合

■[辉煌]

◆用6亿人民的力量举起杠铃

升很快，并于1956年6月7日在上海举行的中国、苏联举重友谊赛中，以133公斤的成绩打破了美国运动员温奇保持的56公斤级（最轻量级）挺举世界纪录，成为中国第一个打破世界纪录的运动员。同年，他还分别以135公斤、135.5公斤的成绩两次打破这个项目的世界纪录。但是，当时西方国家的一些报纸发表文章，说陈镜开的世界纪录是写出来的，不是举起来的。陈镜开十分气愤，他时时激励、鞭策自己，总有一天要在国际体坛上刷新世界纪录。

1957年8月6日，第三届国际青年友谊运动会的举重比赛在莫斯科进行。比赛开始后，陈镜开由于身体有伤，在前两个回合中，举得不理想，成绩比前苏联运动员哈尔芬少15公斤。当时，他的小腿也已经严重抽筋，甚至在试举后无法走路退场，必须由

同伴赵庆奎抱回休息室。这种情况下，裁判委员会甚至已经在冠军奖状上填写了哈尔芬的名字，升旗台下也已经挂好了前三名的国旗。

不过，陈镜开严肃地宣布：“为了祖国的荣誉，把杠铃加到139.5公斤！”当陈镜开成功地举起了139.5公斤的杠铃时，全场爆发出热烈的掌声……鲜艳的五星红旗在赛场冉冉升起。

事后，一位记者问陈镜开：“是什么力量使你把这么重的杠铃举起来的？”他自豪地回答：“我是用6亿人民的力量举起来的。”他的杰出表现，也让国际举重和健身联合会正式承认了他于1956年6月7日在上海创造的56公斤级双手挺举133公斤的世界纪录。

相关阅读

◆举重只为吃饱饭

陈镜开自幼喜欢玩一种“拱石担”的游戏。这种游戏在当时的香港颇为流行，由两块红石凿成的圆石饼，中间穿入一根柴棍，很像举重杠铃。与香港毗邻的东莞也有很多人玩，陈镜开玩这个很有天分。后来他被大哥陈枝送到广州华南联合大学附中就读，并在附近的谭氏健身院打杂，祖籍香港的谭文彪是该健身院的老板。

1952年，中南军区体工队的举重教练李启龙找到相熟的谭文彪，希望能在健身院里有所发现，谭文彪向他推荐了陈镜开，不仅因为这个1.49米的小个子两腿奇粗，全身肌肉发达，还因为他想为陈镜开找到一口饭吃。当时物质匮乏，饭量奇大的陈镜开根本吃不饱饭。

◆石龙的一门三杰

得益于陈镜开的引领和感召，其弟陈满林、其侄陈伟强都拿了举重冠军，都破了世界纪录。在中国运动员创造的28个举重世界纪录中，陈氏兄弟叔侄就创造了16个，东莞石龙“一门三杰”成为流传四海的话。

1935年，陈镜开出生在广东东莞石龙镇。1954年底，经过在当时的中南军区体工队举重的短期训练，陈镜开参加了1955年3月举行的全国举重测试。这次测试他只挺举起95公斤，连名次也未得上。尽管如此，他的教练还是推荐他进入国家举重集训队。

在国家集训队，陈镜开训练十分刻苦，并且得到前苏联举重教练的指导，成绩上

■[晚年]

◆与死神较量的“第11次世界纪录”

在1997年，陈镜开曾经历过一次心脏病，被医生用起搏器电击3次才从死神那里救回来！医生们说：“开叔活过来，是他为自己创造的‘第11次世界纪录’！”他依靠运动员时代惊人的意志力，成功地从死神那里又赢回了13年的幸福时光。

退役后，破过10次世界纪录、5次获得国家体育运动荣誉奖章，为祖国立过包括特等功在内的一大堆功劳的陈镜开，从举重台上退下来便很快就走上了领导岗位。他一直保持着低调和淡泊的处世观。在他任广东省体委副主任期间，也常见他有专车不坐，骑着自行车出外开会。广东省体育局的工作人员回忆起他的音容笑貌，第一个共同印象就是“平易近人”，“他从不让别人叫他陈主任，大家也随他的意思，从老到少，都叫他‘开叔’，他听到了就笑得乐呵呵的。”

退休后，陈镜开一直住在位于广州陵园西路的广东体委大院里，闲时就在院子里散步，或者去附近的公园锻炼。开叔的儿子陈竞奎曾介绍父亲的幸福晚年说：“他每天早上8点吃早餐，早餐后散步，有时到烈士陵园及中华广场散步，有时上街。午休后，他就侍候他那些玫瑰花儿、喂他那两只宝贝

画眉鸟儿、洗鸟笼。”

陈镜开喜欢养花，所以经常买了一盆又一盆地搬回家，不过他也承认自己不会养花：“买一把花儿开不了多久，所以就一盆盆地买，养不活的，只当是买了插花。”乐观的个性一直贯穿着他的人生。他还特别喜欢小朋友，退休了之后，在体委大院里成了“孩子王”。院子里小孩一拨接一拨地长大了，有些小朋友都已经不知道他“世界纪录保持者”的光辉头衔，却始终记得大院里那个亲切的、养了很多鸟儿的“开叔”。

性格开朗的陈镜开，无论是当运动员时代还是体育官员时期，都和媒体保持良好的关系。退休后，他却一直保持低调的生活，婉拒了很多采访。但在两年前，在纪念周恩来诞辰110周年的活动中，他却主动积极地配合了采访，回忆了周总理关心中国体育、关心运动员的感人故事。他生前还透露，在1960年元旦的联欢晚会上，周总理鼓励陈镜开，抽烟、喝酒对身体不好，尤其是运动员，更不能涉及，他永记于心，终身坚持不染烟酒。

