他是唯一执教过中国三大球国字号球队的扬州人。他说，无论做队员，还是当教练，如果没有在扬州的历练，自己不会有现在的成就——

马跃南：我和扬州一直很近

【人物小传】

马跃南

现任八一女篮主教练。国家级篮球教练。

中学时代，曾就读于扬州市七中、市五中。高中毕业后，进入南京军区男篮。曾代表南京军区队、八一队和国家男篮参加过全国锦标赛、全运会、亚锦赛及世界大学生运动会，并获得亚锦赛冠军。退役后，曾在扬州师范学院体育系就读。

1990年开始担任南京军区男篮主教练，率队获得全国甲级联赛亚军。曾三度担任中国青年女篮主教练，并获得亚洲青年女篮冠军。1997年至1999年担任调整中的中国女篮主教练，其间参加德国第11届世锦赛（获12名）、泰国第12届亚运会（亚军）、日本第18届亚锦赛（获第4名）。2000年至2004年任CBA陕西盖天力俱乐部主教练，使该队成绩由保级进入前八名。2005年起担任上海交通大学体育兼职教授、交大男篮主教练，当年率队获第一届中国大学生超级联赛第三名。2007年至2009年担任东莞新世纪青年队主教练。

从扬州到南京，再到北京、西安，甚至广东东莞，马跃南与扬州的距离越来越远，但那是地理上的。马跃南说，当初在扬州打篮球的启蒙教练和那些前辈球友，他永远都会记得。其实，马跃南与扬州一直都很近，这是心灵上的。

马跃南在扬州马跃南篮球学校指导小队员训练（资料图片）

A 印象 严格又严厉的教练

8月的一个下午，北京骄阳似火。

红山口，八一体工大队篮球训练馆。

一场篮球教学比赛正在进行。这是一场性别大战，对阵双方是正备战全国第十一届运动会的八一女篮和八一青年男篮。性别带来的身体上的差距，让比赛的胜负没有悬念。

没有火辣辣的阳光，但相对封闭的环境，还是让整个训练馆显得闷热异常。所有人都在努力地擦着不断从额头渗出的汗水。“快！快！快！快下！莎莎，给菲菲交叉掩护！”在球鞋与地板发出的尖锐的摩擦声，以及八一女篮姑娘们清亮的呼应声中，马跃南那沙哑的吼叫显得格外清晰。

训练中的马跃南很严格。无论馆内有多闷热，马跃南始终要求姑娘们在一个非常快速的节奏中完成比赛。每次进攻或防守结束，姑娘们都会利用一切空隙撑着腿，大口地喘着粗气。但很快就会招来马跃南更加严厉的嘶吼。而一旦有不满意的地方，马跃南会立刻叫停，亲身示范，甚至参与到运动员中，和她们一起练战术。对于马跃南来说，教学比赛的胜负并不重要，重要的是要从中有所收获。

训练中的马跃南很投入。当记者来到训练馆时，马跃南只指了指身后的条凳，示意记者坐下，然后就又投入到比赛的指挥中去了。直到记者坐在场边观看了近半个小时的训练之后，马跃南才抽空礼节性地和记者打了个招呼：“今天早上到的？”“不，昨天就到了……”当记者期待马跃南能多聊几句时，他只是随口应了一句“哦”，就把所有的注意力又转移到了球场上。

一个半小时的训练结束之后，马跃南和记者打招呼：“不好意思，刚才训练，没招呼到你。说吧，有什么想问的，我全力配合！”

B 秘闻 险成NBA首位中国教练

在和马跃南的聊天中，记者了解到一条秘闻——马跃南差点成为第一个去NBA执教的中国教练。

那还是他做国家女篮主教练的时候。

1998年亚运会前，马跃南带领着中国队前往美国进行封闭性训练。那次集训中，美国方面特地邀请了NBA的专家为中国队指导。一连看了好几天中国队的训练之后，专家有些震惊地跑去问翻译：“你们这个队的教练是不是在NBA呆过？”翻译有些丈二和尚摸不着头脑：“没有啊，我们的教练没在NBA呆过啊。”

但专家当时怎么也不相信：“不可能！你们的教练肯定在NBA呆过的，他的训练方式完全符合我们NBA的规律。每次我想喊停的时候，都看到你们这个教练的做法很快就能我的想法一致。”

当然，马跃南说，他从来没在NBA呆过，所有这些都是他钻研NBA的成果。“我的训练方法还是比较符合篮球发展趋势的。作为一名教练，我会不断地学习先进国家的经验和方法。”

从美国回国后不久，马跃南就收到了来自大洋彼岸的邀请函。“我们是在底特律集训的。看过我训练之后，那个专家就向底特律活塞推荐了我。随后，活塞就给我发来了邀请，邀请我进入他们的教练班子。要是当时去了，也算是中国第一个在NBA执教的教练了。”但是，最终马跃南还是留在了国内。“毕竟，当时我还是国家队主教练，又是军人身份……”

C 辉煌 所有成就始于扬州

虽然没能成为第一位执教NBA球队的中国教练，但马跃南的篮球生涯依然称得上辉煌。

1975年，刚满18岁的马跃南从扬州五中（现为田家炳中学）毕业后，进入南京军区青年男篮。之后，进入八一男篮，再后来是国家队。在国家队，马跃南拿到了亚锦赛冠军，成为那15年中国内最优秀的后卫之一。

退役后，马跃南三度出任中国青年女篮主教练，并在第13届亚青赛上，率队夺回了阔别了7年的冠军。

1997年11月，马跃南出任中国女篮主教练。然而，他未能带队获得亚运会冠军，又与悉尼奥运会入场券失之交臂，因此主动请辞。此后，他先后执教八一女篮、陕西盖天力、上海交大和东莞青年队。

马跃南的辉煌，似乎都是在离开扬州后取得的。但马跃南说，如果没有当年在扬州打下的底子，很难说他以后能否取得如此成就。

马跃南开始接触篮球，是在他随父亲到扬州上中学之后。当记者问起马跃南，是否还记得当初的教练时，他脱口而出：“孙庭信、徐敬初这些启蒙教练，我永远不会忘记他们。”

而回忆起当年在扬州打球时的情景，马跃南不无自豪：“当年的扬州工人队里，只有我一个是学生。”而正是工人队的这段经历，为他后来进入专业队打下了坚实的功底。“当时，我从老队员那里学到了很多东西，特别是正确的篮球理念、正确的打球方法，学会了动脑子打球。这一点是非常重要的。”

很快，在扬州工人队时的收获就发挥了大作用。高中毕业的马跃南，进入专业队了。

“我的身体条件在专业队中属于比较差的。但一个技术动作，我总是很快就能学会；教练的战术意图，我也理解得比其他人快得多。为什么？因为我比他们会用脑子打球。”因为会动脑子，身材条件很一般的马跃南最终成了国家队的一员。

做队员，扬州给马跃南打下了深厚的底子。做教练，扬州的经历对马跃南同样重要。从专业队下来后，马跃南回到了扬州。这次，他的落脚点是当时的扬州师范学院体育系。

“这段经历，对我以后的教练生涯至关重要。其实，教练要比教师好当很多。如果你是一个好教师，那一定可以成为一个好教练。国内很多教练都是‘师傅带徒弟’，缺乏教学理论基础。而在扬师院，则让我学会了如何教学生。”

所以马跃南始终认为，扬州工人队教会了他如何打球，而扬师院体育系则教会了他如何做教练。“在我的篮球生涯中，扬州的贡献不是最大的，但是最关键的。”

D 情缘 时刻牵挂家乡扬州

2007年，江苏省业余篮球联赛，扬州职工队取得了亚军。不过，比这个亚军更吸引眼球的，则是这支职工队的主教练——马跃南。一位前国家队的主教练，成为一个城市业余队的主教练，这在国内也算是独一份了。

“作为前国家队主教练却来带业余队，是否有些屈尊？”记者问。

“首先，这是我家乡的队伍。这座城市是培养我的地方，我现在有义务来回报她，也希望为扬州篮球的发展尽一点力。一如当年，我把女篮集训地点放在了扬州一样，希望以此带动扬州篮球的发展。”马跃南说：“当然还有另一个原因，国家队、职业队、专业队、青年队的教练我都做过，一圈下来，你会发现，其实我就是一个篮球工作者，任务就是培养人才，无所谓是国家队还是业余队。”

马跃南这么说，也是这么做的。2007年，马跃南篮球学校正式在扬大附中东部分校成立。马跃南说，他就是想为扬州培养一些篮球苗子。“哪怕是只有一个苗子成材了，也是对扬州、对中国篮球作出了贡献。”

记者问马跃南，今后是否会回扬州发展，他很洒脱地笑了笑：“不会了！”

“为什么？”

“我希望到最能发挥能力的地方，继续我的篮球事业。”

“那你会去哪里？”

“全运会之后，我会回东莞青年队。那里曾经是经济改革的最前沿，如今也是篮球改革的最前沿。那里的俱乐部非常开放，理念很先进。在那里，我可以带出更多的刘玉栋。”

不过，马跃南说，现在，他的父母还住在扬州，他的家也在扬州。“只要有时间，我会经常回扬州看看的，看看我的父母，看看我的篮球学校，看看扬州篮球……”

记者 傅春扬

征集人物报道线索

为纪念新中国成立60周年，展现60年来为国奉献的扬州才俊风采，本报特别推出《与共和国同成长——我是扬州人》大型系列报道，每周一与您见面。同时，欢迎读者提供相关人物线索。报料热线:96496。

【记者手记】

低调内敛难掩自信

和当年叱咤中国篮坛相比，如今的马跃南显得低调了很多。作为体育记者，当我接到这个采访任务的时候，甚至不知道马跃南如今身在何处。东莞青年队的消息已经过时，多方打听，才知道他不声不响回到了八一队。而对记者的采访，一开始，他是婉拒的。因为马跃南觉得，自己就是一个普通的篮球工作者，像他这样的人，还有很多。

低调，给马跃南带来的最直接表现就是内敛（当然，训练中是例外）。夏训时节，八一体工大队其他项目的运动队基本都去外地封训了，只有女篮孤零零地坚守在大院子里。马跃南说，别人都出去，但女篮就不出去。现在，体工大队的大院子完全属于他，他想怎么练就怎么练。“这样挺好，没人干扰，多清净啊！”

但当话匣打开，低调内敛的马跃南还是无法掩饰他那无比的自信。马跃南给我讲了一个关于他的故事：有一个关注了马跃南很久的记者，有一天找到他说：“马指导，我跟了你很久，发现你在一个队的教练位置上总是呆不到3年；而当你一离开，这个队的成绩马上就能上去。”马跃南回答说，他干的就是“前人栽树”的活。当年离开八一队的时候，曾对下任说：他带了3年，为八一队留下了10年的人才！果然，在那之后，八一女篮成了国内霸主。

讲到这里，马跃南告诉我，2007年去东莞的时候，东莞青年队在全国联赛中，连前十都进不了。俱乐部老板问马跃南，需要几年的时间，能为他拿个冠军回来；马跃南说：“3年！”结果，3年还没到，东莞青年队已经成了全国冠军。“其他队很多都改了年龄，以小打大，一开始肯定打不过；两年一过，身体上的差距没有了，我们的技术优势就体现出来了。16岁打28岁，打不了；但18岁打28岁，我是随便打！”记者 傅春扬

吃饱·吃好·吃健康

民以食为天。回顾几十年来对吃的感受，是从无到有，从有到优，变化太大了。

我出生8个月，父亲就离开了我们，生活的重担落在了母亲肩上。母亲摆摊做小生意，家里有一顿没一顿，还经常瓜菜代。

新中国成立后，我参加了工作，在扬州邮电局担任报刊发行员。有固定收入，吃饱已不成问题。当时烧饼二分半一只，买二角钱的肉能开个小荤，家里人吃得很开心。

三年困难时期，物资紧缺，吃的东西更紧张，平时喂猪的包菜叶子成为餐桌上日常的蔬菜，豆腐渣做成的方糕，颜色金黄当成宝贝拿来充饥。我一度得了浮肿病，单位照顾我，每天增加一份营养菜——几根胡萝卜。当时，小孩的口粮计划每月只有9斤。为了做到计划用粮，我每月买来小孩的9斤米粉，就用秤分装成30个小包，每顿取一小包糊糕喂小孩子吃。其他人由原来的大锅烧饭改为蒸饭：按照铁锅大小，请箍桶匠做了一个无底无盖的木头圆桶，放在铁锅上，再找来一些铁皮罐头，根据粮食计划，在每只铁皮罐头里放上米再加点水，叠着放在蒸饭的圆桶里，蒸好后一人一只铁皮罐吃饭，盛饭的碗也不用了。

十一届三中全会后，工农业生产逐步恢复，物资供应多起来了，不再为吃饭而发愁；特别是随着市场经济体制逐步建立和完善，生活一天比一天好，鸡鸭鱼虾变换着吃。

1993年退休后，随着国家经济的发展，退休工资也有了相应调整，特别是近几年每年退休工资都有增加，生活水平有了很大提高。除了丰富家里的餐桌，逢年过节还可以到酒楼聚一聚。淮扬美食，广东、四川、上海等各大菜系，还有欧美等西式菜肴任意选择，吃的方面丰富多彩。

现在，我们年老体弱的退休人员又讲究起健康饮食，要少吃荤多吃素，油又不能多吃，米饭也有了控制，山芋、玉米等杂粮反而成了餐桌上的珍品。

市区 周家栋

【特别提醒】

■**投稿方式**：一、发邮件至电子信箱：yzwbxw@sohu.com；二、寄至扬州晚报要闻部，信封上注明“征文”字样。

■要求叙事体文章，原创，真实感人，有时代印记和扬州元素，1500字左右。请勿一稿两投。