

我和我的祖国 70 年
口述浙江体育历史·郑晨

人物小介

郑晨,新中国首个亚洲飞人,1985年亚洲田径锦标赛上,两次打破亚洲纪录,被称为“亚洲飞人”。1986年汉城亚运会,郑晨和队友合作,为中国代表团夺得了亚运会的最后一枚金牌,最终捍卫了中国亚洲体坛霸主的地位。

郑晨:10秒钟的飞驰人生

本报记者 易龙吟



我叫郑晨,出生于1965年。我从小喜欢跑、喜欢跳,自打14岁入选浙江省田径队后,我才知道自己能跑得那么快。将时针拨回到34年前,我能在亚锦赛的跑道上夺得中国首个男子百米亚洲冠军,并打破了当时的亚洲纪录,对我而言,是出乎意料的。这个成绩也宣告了中国男子百米的复兴。这时候,大家称我为“亚洲飞人”。

退役后,我在浙江省体育竞赛中心继续从事体育工作。对于中国田径我依然非常关注,同时,对于年轻一代所取得的突破备感欣慰,虽然我这一代在老去,但是总有年轻人在狂奔。

1 荣耀 17年等待 1小时两破

田径赛场中,百米飞人大战绝对是最能让人肾上腺激素爆发的项目,观众们山呼海啸的加油声、呐喊声,在短短10秒,转瞬间人类极限已被踩在脚下。但是对我来说,站在起跑线,听到各就位的发令声时内心就必须排除一切杂念,专心做好自己的技术动作,起跑、加速、途中跑、冲刺。

1984年6月,在全国田径冠军赛中,我跑出了10秒43的成绩,当时的全国最好成绩是10秒51,一下子把成绩提高了0.08秒,这让我对第二年的亚洲田径锦标赛有了很多期待。

从1949年新中国成立以来,一直到1985年的亚洲田径锦标赛,中国还没有在亚锦赛上拿过奖牌,更别说金牌了。所以,当时教练和省里也并没有给我定什么目标,但是我给自己定了目标,希望跑进前三。根据前五届的男子100米的成绩来看,想要拿牌,至少要跑进10秒40,但是当时的国内比赛很少,我参加完全国田径冠军赛后,就一直专心备战亚锦赛,没有再参加过其他的大型比赛,所以去亚锦赛之前,心里也没什么底。

第一天的预赛,我就已经跑出了10秒41的个人最好成绩,预赛时的目标是进下一轮,所以并没有尽全力。第一枪跑完,自己心里就有底了,觉得这次应该能跑进10秒30,但是对于名次,我还是没有多想。第二天的半决赛中,我又跑出了10秒32的成绩,打破了10秒34的亚洲纪录,在此之前,这个纪录已经保持了17年。

一个小时后,决赛开始了,我走上跑道,听到发令枪响了,起跑、加速、途中跑、冲刺,我只能尽力让自己的技术动作在这100米内做到完美。但是,可能由于心理压力太大,我的身体有些发僵。虽然我感觉并没有发挥出自己的最好水平,但是10秒28的成绩还是有些出乎意料。刹那间,现场山呼海啸,教练、队友、观众都沸腾了。亚洲田联当时发出了新闻:亚洲飞人诞生了!一个小时内,我两次打破了亚洲男子100米的纪录,终于让中国人的名字写在了男子100米的历史上,同时还打破了广东在国内男子短跑项目上的垄断,现在回忆起来还能感受到当时的那种兴奋和激动。

2 压力 最后一小时夺冠,最后一枚金牌

1986年8月29日,那一天我印象很深刻,队友李丰和我居然在同一天受伤,我大腿肌肉拉伤,他的跟腱扭伤了。我知道,本来胜券在握的100米亚运会冠军我已经没希望了。由于我当时是重点运动员,国家体委还特别为我安排了一名医生,在当时算是“高配”了。但是,要在短短一个月内,让拉伤的肌肉恢复到最佳状态,几乎是不可能的。果然,到了比赛的时候,起跑刚出去30米,左小腿抽筋

了;快要冲刺了,又抽筋了……最后能拿到第三名,按现在的话说,可能算躺赢了。但是有了个人比赛强度刺激,我和李丰放下所有包袱,全力备战6天以后的4×100米接力,我们觉得我们肯定能拿下这枚金牌。中国队当时金牌还遥遥领先,没想到,3天之后,局势突然紧张了起来,倒数第二天,中国与韩国金牌总数竟然一样——92比92,韩国队在奖牌总数上占优。



郑晨(左一)和队友们

此时,亚运会只剩下了3个项目的决赛,一个是男足,另外两个是男女4×100米接力决赛,韩国几乎提前锁定了男足金牌,而按照赛程,我们的男子4×100米接力就是亚运会最后一枚金牌。拿下这枚金牌,似乎被历史赋予了不一样的意义,变成了关于国家和民族荣誉的大事。

比赛前一天,当时的国家体委主任袁伟民特地来鼓励我们,虽然并没有给我们很大压力,但是紧张的气氛大家都感受到了。拼到最后一刻,所有人都憋着一口气,谁都不想在最后时刻掉队,被韩国反超。我最怕自己成为全队的累赘。由于腿伤,在交接棒时常用的支撑腿不知道能不能支持住,换腿,又会影响自己的速度,那天晚上几乎一夜没睡。

最后一天10月5日终于来临!

我们4个人虽然表面上依然有说有笑的,但是大家的心里其实都很紧张。那天早上起来,我们4个人干什么都一样,一起起床,一起吃早饭,甚至一起上

厕所。我们甚至怕路上交通不顺,4个人从亚运村散步去的赛场,走了将近二十多分钟。

终于,决战的时候到了,我和队友走上赛场,整个中国代表团的人都来了,来给我们加油,这样一来,压力更大了。很多认识的运动员都来为我们加油,但是他们每说一句话,我们就增加一分压力。彼时,整个中国代表团的希望都在我们4个人身上。

作为第四棒,我的压力更大,因为我被“折磨”得最久,这个时候很羡慕第一棒。一棒、二棒、三棒……幸好,接棒很顺利,接到棒的时候,我余光扫了下边上的对手,觉得我们有点优势,心里也就有了底。加速、冲刺,紧接着雷鸣般的掌声响起。中国队最终将这枚意义非凡的金牌收入囊中,心里的一块石头终于落了地。

终点线附近,中国代表队队员们站在那儿,大家一齐为我鼓掌、欢呼,甚至泪流满面。

3 失利 半年多不敢去练接力

作为一名运动员,这么多年也学会了如何去面对失利。1988年,汉城(现在称首尔)奥运会,同样的场地,同样是第6跑道,1986年时我们拿了冠军,大家都说这个跑道六六大顺,结果到了这一年,都不顺了。

边上的7道是加拿大队,当时的世界级的飞人——加拿大选手约翰逊因为服用兴奋剂被逐出奥运会,代替约翰逊上场的选手也是第四棒,我对那个人一无所知。预赛和角色也不是同一个人,那名选手握着臀部候棒,比赛开始后,我先接棒,一转手,棒碰到了那位仁兄的臀部,脱手而出,飞出十几米。脱棒,取消成绩。其实,最大的原因还是我自己一开始就没有接稳吧,各种偶然都凑在了一起。

比赛完,我灰溜溜就回来了,都没有回国家队,一直在省队呆了半年,心里其实放不下这件事。我觉得特别内疚,对不起前三棒的队友,本来我们可以进入决赛,创造历史的。但是队友和教练从来没有责怪我,相反还一直鼓励我。他们都跟我说,过去了。但是,我自己一直过不去这道坎。那半年多,我都不敢去练接力,刻意去回避这件事。

后来,通过这件事,我学会了怎么去更好地从这样的困境中走出来,怎么去面对人生中的低谷。1989年,我重新走上亚洲田径锦标赛的赛场,蝉联了这个冠军。

4 初心 体育成为了生命的一部分

从12岁起,就跟跑道打交道,一直到28岁退役,伤病自然避免不了的。因为训练强度太大,我的心脏一直都不太好,因为我是国家队的重点运动员,那时候每天都要做一次心电图,那么多年,心电图的记录可能要堆满一个房间了。到现在,肩上还有一条十多公分的疤痕,也是因为跑步时冲刺没停稳摔倒造成的。那时跑道不像现在是塑胶的,都是煤渣铺成的,一摔就很严重,当时就直接就被送进了医院,还动了手术。之后,这条伤疤就一直在肩上。

但,即使这样,我还是离不开体育。干了将近40年,半辈子和体育打交道,这已经成为了我生命的一部分了。从自己参与体育比赛,到组织青少年参与体育比赛,虽然做的事情不一样了,但是我对体育的热爱依旧没变。