

# 6 中原之子

## 引言

她，运动生涯光彩夺目——世界跆拳道和中国跆拳道史上第一位奥运冠军！2000年悉尼奥运会，跆拳道成为奥运会的正式比赛项目，年仅18岁的陈中一举获得女子跆拳道67公斤以上级的冠军，因此载入世界跆拳道和中国跆拳道史册！2004年雅典奥运会，她蝉联了该项目的冠军。另外，她还是目前世界上唯一一位集奥运会、世界杯和世锦赛三大赛事冠军于一身的跆拳道“大满贯”得主。

她，精彩人生中有遗憾——北京奥运会上，由于裁判改判，陈中止步女子跆拳道67公斤以上级八强，无缘实现该项目的奥运三连冠，遗憾地与另一段传奇失之交臂。

她，退役后为人妻，为人母，走进校园，赴美学习，开启爱之源的同时，也敲开了汲取知识的大门——2008年10月，陈中与相恋了6年的男友车新港一起步入神圣的婚姻殿堂；翌年，她生下了一个胖娃娃。性格要强、初为人母的她，并未沉浸于只有相夫教子的“简单爱”，她要敲开汲取知识的大门。于是，2010年8月底陈中飞赴美国，开始了在印第安纳大学为期一年的留学生活。

她，留美学成之后，重返母校北体大。选择了帮助、见证大学生运动员和莘莘学子成长的团委工作，这是“留洋”经历带给这位昔日奥运冠军的收获之一。

她，曾经的中国跆拳道“一姐”、两届奥运会跆拳道冠军、世界跆拳道“大满贯”第一人、体育运动荣誉奖章获得者、“河南体育世纪十佳”运动员……无数荣誉记录下的是曾经的辉煌。

如今已是北京体育大学团委副书记的陈中，又将站在一个新的起点上，开启一段新的精彩人生……



# 品尝人生“五味”的奥运冠军

## ——中原之子系列人物之陈中

本报记者 袁勇 王微晶 陈凯 文 杨光图

初夏京城，蓝天白云；庭院书香，心境恬淡。置身于全国体育院校的最高学府——北京体育大学，呼吸着大学校园里阵阵书香，感受着身边处处“飘过”的青春气息，让人心生澎湃。

“不好意思啊，让老家来的朋友们久等了！学校刚开完会！”一辆轿车忽然停在我们旁边，陈中摇下车窗，一边微笑着挥手打招呼，一边抱着歉意，

“怕你们等急了，所以赶快开车过来了。走！一起吃饭去！”朴实的话语如同一丝清泉注入心田。

北体大旁边的一家酒店，河南老乡们围坐在一起，清茶代酒，推杯换盏。虽然已定居北京，但那份浓浓的乡情依旧沉着。坐在餐桌对面的她，衣着得体、简约时尚，曾经运动场上的飒爽英姿换成了全新的诠释。没有过多客套，有的只是

坦诚地开门见山。眉宇跳动间流露着亲切与恬静，一改她在运动场上的英武与霸气。“过自己的精彩人生。”是陈中微博中的一句话。她说：“我定义的精彩人生，并不是大家平常所见到的冠军、鲜花和掌声。而是一种丰富的经历，一种一旦选择后就无怨无悔的坚持与付出。”阅读陈中，就从品味的她的“五味”精彩人生开始吧……



## 苦！泪浸北体，咸菜充饥

世界著名教育学家威廉·詹姆斯曾说过：“播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。”

陈中说：“跆拳道让我养成了吃苦的习惯，也正是因为能吃苦，我变得性格倔强，从而才有了今天的成功。学会吃苦，是我人生中收获的最大一笔财富！”

1982年11月22日，陈中出生在河南省焦作市一个普通的家庭。她的母亲张美璞原是焦作市篮球队队员。良好的遗传基因，造就了陈中出众的运动天赋。1990年初，刚满8岁的陈中被父母送进了市业余篮球学校。如果就此以往，她或许一辈子都不会与跆拳道结缘，更别说日后成为让人瞩目的奥运冠军。

然而漫长的人生，冥冥之中总会有一些美丽的邂逅。

1995年，来自京城的跆拳道教练陈立人到河南挑选队员，一眼就相中了身体条件出众、弹跳和爆发力都很强的陈中。这次“伯乐”与“千里马”的相遇，也彻底改变了陈中的人生轨迹……

“当时我也不知道跆拳道是什么，反正只知道不是柔道。但想着能去国家队，更重要的是能挣家长的束缚，我就想去了。后来，全家人经过商量一致通过。”

理想很丰满，现实很骨感。初练跆拳道，陈中才发现现实与想象的大相径庭。

“我们刚到北京，第一件事你知道是什么吗？就是放下行李，开始围着学校跑圈，说是锻炼身体。当时我们一下子就蒙了！”回想起当年的情景，陈中

依旧不可思议地不住摇头，“我们这批队员当时只是10岁出头，那么大的运动量哪受得了啊，经常是哭着跑完全程。”

与初来乍到的陈中一样，跆拳道也是北体大的一个“新生”。当时该校根本没有专门的跆拳道训练场地，队员们平时只能在拳击馆破旧的地板上练习旋转步法，长时间的摩擦，让他们的脚上磨出了一个又一个大大水泡。每天大运动量训练后，根本没胃口吃饭，等想吃的时候，食堂早就没饭了。“那时我们吃的最多的就是馒头咸菜和豆腐乳了，省事，还能节约大量时间休息。因为实在是太累了！”

吃苦中，陈中磨砺出坚毅的泼辣性格。品味“苦”的精彩后，她锲而不舍的“辣”也自然水到渠成。

## 辣！伤痛砥砺，坚持到底

身披国旗，站在最高领奖台上，集万般宠爱于一身……冠军的唯美令人羡慕。然而光环背后，冠军们平日巨大付出后的持之以恒和异于常人的忍耐却容易被人所忽视。

2002年釜山亚运会前夕，陈中在一次训练中意外受伤，导致右腿膝后十字韧带断裂，并损害了骸骨和半月板。“当时我是和陪练的腿全力踢在一起受伤的，力量大到都能听到骨头撞击出声音！”回想起曾经恐怖的一瞬间，陈中瞪大了眼睛。

如此重伤，对于“靠腿吃饭”的跆拳道运动员来说，无疑就是下了运动生命的“死亡通知书”。然而为了亚运会，为了

更大的梦想，陈中硬咬着牙选择了保守治疗。

伤病的困扰，让陈中在亚运会和随后的一系列大赛中接连失利，一些质疑声也随之涌现，当时正值巅峰期的她一下子坠入谷底。虽然陈中也曾因此一度绝望，但从不灰心的她反而越挫越勇，变得更“辣”，甚至因祸得福……为了备战两年后的雅典奥运会，陈中忍着伤痛没有做手术。“如果做手术，肯定是赶上奥运会的。右腿受伤不能练了，有一段时间连站立都很困难，那时，我就躺地上开始猛练左腿，陪练给我拿靶，我躺在地上天踢。后来谁想因祸得福，我的左腿练得也很棒，成了左右开弓

的全能选手。”

从2002年受伤到参加完2008年北京奥运会，陈中拖着伤腿打了整整6年！甚至原来没受伤的左腿也积劳成疾，伤痕累累……“一路就这么走下来了，当时也没觉得什么，不过现在想想也挺佩服自己的，这种坚持的精彩，或许就在于过程的享受吧！”陈中爽朗地笑了。

谈笑间，一切从容而过。

选择了竞技体育，能吃苦是必需的前提，不间断地吃苦，坚持到底才更为重要。或许正是陈中身上所特有的中原儿女乐观向上、永不言弃、坚忍图成的“辣”，成就了她的“甜”蜜梦想。

## 甜！双冠满贯，风光无限

机会总是青睐那些充分准备的人。

2000年悉尼奥运会，跆拳道首次成为正式比赛项目。在北体大坚持了5年非常规、大强度训练的陈中，终于在那届奥运会上品尝到了精彩人生的第一“甜”——勇夺女子67公斤级以上级冠军。那年，她18岁。

“当时我是初中生模不怕虎吧，根本不懂什么是压力，拼下金牌的动力只是简单地想感谢我的恩师，还有给自己那几年在北体大吃那么多苦坚持练下来‘讨’一个说法。”陈中笑着回忆道。

从2002年意外受伤开始，

“沉寂”了整整两年后，陈中终于在雅典奥运会上“王者归来”。

与悉尼不同，这一次22岁的陈中经验更丰富且更有底气。这其中除了参加诸多大赛的积淀外，还有她在2002年受伤后“因祸得福”得到的一个“杀手锏”——“左右开弓”。

雅典奥运会决赛中，陈中受伤的右腿被对手踢伤，但她还是忍着剧痛用新得的“杀手锏”将对对手斩于马下，成为蝉联跆拳道奥运冠军第一人，陈中也与精彩人生的又一“甜”有了第二次亲密接触。

“左右开弓”的陈中一时间

天下无敌，“甜蜜蜜”更是伴其左右接连不断。2006年在多哈，她终于获得亚运冠军，一扫四年前败走釜山的“阴霾”；2007年在北京举行的跆拳道世锦赛，陈中如愿以偿摘得桂冠，也成了集奥运会、世界杯和世锦赛世界三大赛冠军于一身的世界跆拳道“大满贯”第一人！

成就如此辉煌，陈中也憧憬着能在北京奥运会上开创跆拳道奥运三连冠的伟业。然而命运此时却偏偏又给她已经“甜”味十足的精彩人生，开了一个充满遗憾的“酸楚”玩笑。

## 酸！梦想之战，缺憾圆满

人生如戏，圆满与缺憾总是并行。

2008年在北京举行的奥运会，让每一个中国人热血沸腾。在自己祖国举办的奥运会上夺冠，更成了许多运动员的“终极梦想”，陈中也不例外。

“你知道吗，2004年雅典奥运会夺冠的那一刻，我把头盔甩了，其实那个动作更像是我的一种告别仪式，当时我就想，我终于可以跟跆拳道说再见了。不过，2008年北京奥运会，就像是一块诱人的蛋糕，让你不得不想去分享。那种在自己祖国参加奥运会的骄傲，是每一个运动员都梦寐以求的事情。”

虽然参加了北京奥运会，但到头来陈中却一无所获。

她说，在打半决赛之前，听到了改判的决定，当时真的很难受。不过，难受过后很快又平静了下来，“当时想的更多的是一种解脱吧，自己的跆拳道生涯终于结束了，那一瞬间反而无比轻松。”陈中闪烁着善睐眼眸，一脸微笑。

“就没感到过委屈吗？毕竟规则是不允许比赛结束后再改判的。”

“没有委屈有的只是遗憾！毕竟结果就摆在那，所以……如果我当时比得更好，或许就会是

另外一个结果。但历史不能如果。比赛过后的几天时间里，我还会经常做起那一瞬间的梦，然后就会哭，伤心还是少不了的。”

忆起这件充满遗憾的“酸楚”往事，她流露更多的还有坦然，“这么多年，我都在做自己喜欢做的事。最主要的是我坚持了下来，我在自己家门口举行的奥运会上上了场，我已经参加了三届奥运会，这些已经足够了。我是河南人，河南培养了我，更应该在奥运会上为家乡争光，我有这个责任！我觉得我这辈子都不会后悔当时的决定。大家可能看到的都是我在赛场上的辉煌，但是很少有人知道我在台下付出了多少，承受了多大的伤痛。这么多年来，我承受着别人难以想象的伤痛，不管怎么说，我觉得自己尽力了，我无愧于自己。”

或许在旁人看来，没有实现奥运三连冠，陈中的运动生涯就不是圆满。但在推心置腹的交流中，记者深切感受到的反倒是陈中对缺憾圆满的一种认同。

跆拳道不是陈中人生的全部，缺憾也总会有另外一种圆满去补偿。“爱”或许就是最好的载体。

## 爱！品味真谛，续写精彩

爱，其实一直都在眷顾陈中这个善良执著的女孩，精彩着她赛场之外的人生。

从2002年3月受伤开始，一位帅气的烟台小伙子车新港走进了陈中的世界。他听着她诉说快不快、担忧和焦虑，她听着他安慰、逗乐和幽默。渐渐的，两颗心走到了一起。陈中说，那时候最浪漫的事，就是训练后换下的湿衣服被车新港立刻取走洗了。

同年11月22日，当时车新港已经回到山东队训练，但憨厚的他为了能给心爱的女孩过20岁生日，竟然在下午训练结束后，打了个出租车奔400多公里赶到北京。给陈中过完生日后，他又马不停蹄打车返回。

“当时我觉得他挺疯狂的，也真的被感动了。”笑容蔓延在陈中脸上，唯有“幸福”……

感动或许只是泛起了陈中心湖的一圈涟漪，而那种痛楚才是爱的真谛。

2003年11月的一次队内实战，车新港意外骨折，整条小腿弯成了90度！为了不让陈中担心，他专门托队友转告陈中：“没事放心，好好比赛。”得到这句话后，陈中非常专注，队内实战赛打得非常漂亮。“那天晚上，当我听说他其实伤得非常严重时，眼泪一下子掉了下来。别人相爱或许是怦然心动，但我在伤心的那一刻真的是为他‘怦然心痛’了，我知道自己已经爱上了这个敢于担当的男人。”

相恋6年时间，车新港对陈中的“爱”化成了每天发短信打电话的嘘寒问暖，化成了毫无怨言的执着付出。这一切在陈妈妈张美璞那里汇成一句话，“这个小伙子靠谱，把陈中交给我放心。”2008年10月10日，一个“十全十美”的好日子，车新港终于抱得美人归。

现如今，陈中已经淡出跆拳道赛场，而走上教练岗位的车新港还在为培养一代代优秀跆拳道运动员不断努力着。“原来是我忙，现在变成他了。我很理解。”陈中的宽容中包含着对丈夫的支持，更包含着那份浓浓的爱。

除了默默支持丈夫外，陈中还要当好一个重要的“家庭作业”——抚养他们爱情的结晶：儿子晨晨。“老公平时很忙，我带晨晨多一些，他现在已经3岁了，特别黏我。只要一回家就抱着亲个不停，特别好玩儿。”一提起宝贝儿子，陈中乐得合不拢嘴。对于是否会让晨晨“子承母业”，陈中看得很开，“我不会强求他的，一切看他自己的喜好。他要是真喜欢跆拳道，我们当然全力以赴。”

相夫教子，不是陈中现在“爱”的全部。喜欢不断追求的她，还把一部分“爱”转化成了对新工作的开拓进取。2011年，在北体大读完体育管理硕士的陈中，远赴美国印第安纳大学学习一年。她坦言，留美一年间学习了很多，也感悟了很多。这也让她改变了最初学成之后“留在母校，当一名老师”的想法，从而选择了目前帮助、见证大学生运动员和莘莘学子成长的团委工作。

“与美国一样，美国大学对于大学生运动员也给予了很多特殊政策，但他们对于这些运动员的学业一点儿也不放松。不像我们的大学对于大学生运动员的学业要求，往往是睁一眼闭一眼而已。”中美两国高校对于大学生运动员教育上的差别，给了陈中很大的触动，“如果我们都开始重视大学生运动员以及普通运动员的教育，‘退役运动员就业难’的社会敏感问题或许就会减少很多。”

在陈中看来，运动员身上有一种肯于吃苦的精神，这恰恰是处于象牙塔里的莘莘学子最缺乏的。增进运动员与大学生之间的交流，不但可以促进运动员对于文化知识的学习，而且也可以让更多的大学生领悟吃苦精神。与当初学习跆拳道一样，重新“上岗”的陈中又将“摸着石头过河”。这一次，相信她一定能走好。毕竟品味过“苦辣酸甜”的她，已经打造过一段精彩人生，经验丰富！

一个终点的结束，也是另一个起点的开始。从扬威跆拳道赛场，到走进北体大校园开始“二次创业”，不经意间，陈中的精彩已经转向另一个舞台继续演绎，这一次为她开启的或许就是另一段更加精彩的人生吧？！

因为时间安排上总是阴差阳错，所以约访陈中一度变得很“困难”。但功夫不负有心人，终于在一个周一的中午，我们见到了这位昔日的奥运冠军。那一天，恰好是陈中走马上任北京体育大学团委副书记的日子。

原来约定好的上午采访，由于陈中忙着开会而临时取消。所以直到中午才忙里偷闲的见面，我们也不忍心过多打扰，打算把采访放在她结束一天的工作后。然而这位耿直的老乡执意不肯，“那怎么行啊，本来就不好意思让你们等了一上午，咋还能让你们再等到下午。”

就这样，我们的采访从午饭的边吃边聊中开始。

老乡见面总有聊不完的话题，从饭店“转战”北体大校园里的咖啡屋，我们与陈中的对话从未间断——从“品味”她运动生涯的各种精彩，到了解她与“爱”的激情碰撞，再到读懂她“二次创业”立下的鸿鹄之志。与陈中面对面的交流，她的言谈举止间始终流露着平易近人的亲和，更坦露出认真对待一切的满腔热忱和执着品质。

平凡之中的伟大追求、平静之中的满腔热血、平常之中的极强责任感。河南人特有的“三平”精神，于沉静中，在陈中身上绽放得那么美丽！

记者手记