

在内蒙古土默特左旗,郑国花和爸爸郑龙的“跑步梦”感动了很多,被称为中国版《摔跤吧,爸爸》。父亲用捡来的废旧材料为女儿在家门口搭建健身房。一年四季,每天凌晨,父亲骑着摩托车陪伴女儿跑步,用背后这一束光照亮她脚下的路。这样的坚持,已有6年。如今,国花成功拿下国家二级运动员证书,也受到了专业指导。国花一路奔跑,向着心中的梦想大步迈进。



3月17日,郑国花在父亲郑龙的指导下进行体能训练。

3月16日,刚经历沙尘暴过境的内蒙古呼和浩特和土默特左旗,天空还是土黄色。凌晨5时不到,马路上的灯还没熄灭,郑国花和父亲郑龙已经走出家门开始一天的训练。距家不足200米的一条柏油路就是父女俩的训练场。因为起得早,怕影响到邻居休息,父女俩推着摩托车走向柏油路。

凌晨的马路,空旷而寂静,沙尘暴过后的土腥味依稀能闻到。国花先跟着父亲的摩托车跑一个3000米,接下来是一系列的高抬腿、交叉跑……这样日复一日的训练,他们已经坚持了6个年头。

国花和父亲住在位于土默特左旗的一个棚户区,80岁的爷爷与他们相依为伴。身为单亲父亲,郑龙也有一个望女成凤的心。然而,小学快毕业时,国花的学习成绩始终不上不下,“以后想用文化课考一个好大学很难”。偶然的机,为了让瘦弱的女儿多吃饭,便让她多锻炼,在这过程中,郑龙发现了女儿跑步的天赋。这也重新点燃了郑龙心中的梦想。他想着,通过自己的不懈坚持,可以让女儿通过跑步拿到国家二级运动员的资格证,这样考大学就有希望。而父女俩也从那时起,选择了奔跑。

有了这个目标,父女俩每天坚持4时起床,早晨、下午、晚上都要训练,无论酷暑、严寒,他们从不间断。为了保证女儿的训练,收入不高的郑龙决定自建健身器械。他用捡来的砖头、木桩、轮胎、塑料管等,给国花在家周围建了一个包含杠铃、跨栏、拉力等训练器材在内的露天“健身房”。

郑龙说,国花很懂事,从训练开始那天,喊一声就起床,从不赖床。而国花自己说,小时候也想赖床,但是想到有更高的目标和爸爸的付出,她就改掉了这个毛病。

“以前负重拉三轮,后来买了摩托车,让她负重拉摩托。”2018年,就在国花初二那年,郑龙买了现在这辆摩托车,负责陪女儿跑步、训练、接送她上下学。14000公里,是摩托车买来仅第一年跑的里程,郑龙为了纪念这个数字,他把里程表停了,每次低头看到仪表盘上14000这个数字,便会给了父女俩坚持下来的决心。

然而,为了女儿的成长,父亲也放弃了许多。作为家里劳动力,郑龙从2015年开始没有给家里赚过一分钱。全身心陪女儿一天三次训练、接送上下学、做饭……这让他无法抽身出去工作。“很多战友、朋友都不理解我,我正是出去打工赚钱的年纪,堂堂男子汉一年赚不了一分钱。”说到这里,郑龙摇摇头。比体力付出更难的是巨大的心理压力,好在国花的爷爷支持他,一个月4000多元的退休金可以资助他们父女生活。身为退休教师,爷爷深知教育对孩子的重要性,毫无保留地相信他们。有了国花爷爷的支持,郑龙也更坚定了自己的想法,他说:“我就用青春赌明天,我相信我的选择是对的。”

2020年的暑假,父女俩的坚持终于迎来了曙光。内蒙古田径运动管理中心专门邀请国花去专业队训练,一个月后,她的400米取得了1分02秒71的成绩,拿到了国家二级运动员证书。然而,欣喜之余,让郑龙怎么也没想到的是,在赛前的体检中,国花被检测出严重的缺铁性贫血,需要放弃体能消耗大的比赛项目。这也给国花爸爸“当头一棒”,“我当时腿都软了,我知道我的训练方法可能不专业,但是身体上的这个问题我真的从来没想到过。”如今,国花有了更多专业教练的指导,国花爸爸也了解了更科学的训练方法。

现在,已经高二的国花也是亭亭玉立的大姑娘了。面对越来越多人的关注和期盼,她坦言也有了更多压力,“让自己没有杂念,继续坚持跑步的初心,好好把大学考上。”说到这里国花的眼神里充满坚定。国花说,她好像从小就有股体育人的精神——淡定、坚持、有毅力。而说起对大学生活的期待,国花也流露出了少见的细腻和青春的懵懂。“现在训练和生活比较单调,朋友少,也没有时间去发现除了跑步之外的爱好,我想去尝试和了解更多好玩的事。”



3月18日,土默特左旗体育馆内,郑国花正在进行下午的训练。为了给国花更好的训练场所,当地政府特地送给了国花一张健身卡。

# 奔跑吧,国花!

本报记者 刘金梦 本报实习生 胡漪 摄影报道



郑国花家的墙上张贴着她参加田径比赛以来获得的部分奖状。



→1月18日,郑国花的爷爷坐在一旁陪着父女俩进行训练。



→3月16日晚,郑国花正在洗漱准备睡觉,父亲拿出去年的日历,上面记录着郑国花比赛、训练等重要的日子。



↑3月17日傍晚,内蒙古呼和浩特市土默特左旗,郑国花在家门口用父亲做的杠铃做蹲起训练。这些训练器械都是父亲用废旧材料改装的。



←3月17日傍晚,父亲郑龙在厨房为家人做饭。



←3月17日上午课间,郑国花(右一)与同学们一起课外活动。

←3月17日,凌晨5时,郑国花在空中无人的街道上进行长跑训练,父亲郑龙骑摩托车陪同。这项发展开始的长跑训练,父女二人已经坚持了6年。

