

爸
爸
快
跑

这位父亲，推着儿子跑过五十八个马拉松



本报记者郑梦雨

早上8时许，发令枪响，罗书坚推着婴儿车，与万余名跑者一同从体育场奔泻而出。车里坐着的是他14岁的儿子小柏。1小时43分钟后，父子二人共同完成了约21公里的跑程。

这是他们跑过的第58场马拉松。今年是他们共同“奔跑”的第八年，一个无助的爸爸，面对生活重压，凭借直觉奔跑；罹患脑瘫的小柏，坐在婴儿车里，感受风的拥抱。

罗书坚这样诠释幸福——“就是一个笨蛋爸爸，遇到一个傻瓜儿子”。他跑坏了好几双跑鞋，但换回了儿子数不尽的笑容。

这对父子的“人生马拉松”远比一场全马赛程漫长。奔跑的人群中，身型瘦小的罗书坚双手扶着推车，身体向前倾。某种意义上，他和这辆推车互为支撑。

他说：“人生最重要的不是赢，而是爱。我将双脚借给了小柏，小柏将信念赋予了我。”

把风撞开

罗书坚决心起跑前，在心里酝酿了5年。

2010年，他在病友康复群里看到一部介绍美国迪克父子的纪录片。迪克·霍伊特推着他脑瘫的儿子里克·霍伊特，参加了一千多场马拉松、铁人三项赛。在他们之前，波士顿马拉松作为全世界最古老的马拉松赛事，不允许跑者以组合推跑形式参赛。迪克父子打破了这个限制，并持续奔跑32年。

迪克父子的传奇故事成为埋在罗书坚心里的种子，又随着康复训练中小柏不断取得的进步逐渐被淡忘。

直到小柏癫痫发作。罗书坚在日记里写下：“看着他一次次发笑，我却感觉不到任何开心，为什么这个类型的病那么难控制！”

小柏发病对罗书坚的打击曾让他一度消沉，也曾想过逃避，“我必须做些什么，再这样下去我就要烂掉了。”罗书坚回忆道。

他又想起迪克父子的故事。2015年，小柏的癫痫得到控制，罗书坚决定“选择一条艰难的路”。这份“艰难”，除了“两个人”共同跑步对体力的考验，还包括外界未知的评价和眼光。

2015年5月，在位于浙江省金华市婺城区罗店镇的三甲山村，罗书坚开启了训练。每天四点半起床，五点上山晨跑，沿路跑到山脚再折返。一天的工作结束后，为维持体能，家里布置了骑行台和自行车，晚上小柏睡着后，他再做核心训练，夏天就去附近的水库游泳。最初他只能跑三四公里，逐渐地，跑程达到15至20公里，相当于绕山一整圈。

2015年11月1日，父子俩的第一跑还算不上顺利。杭州迷你马拉松赛场上，天下着小雨，推着孩子的罗书坚跑起来还不适应，7公里的赛程跑了一个多小时。

雨水穿过推车打在小柏的脸上，罗书坚看到，6岁的小柏在推车里呼叫、拍手，口水从上扬的嘴角流出来。他感受到，小柏享受在人群里飞快穿梭的感觉。

自此，罗书坚将跑马拉松视为工作之余的头等大事。查资料自学、保持规律训练，他一心想要跑得更快更远。从迷你马拉松，到半程马拉松、全程马拉松，罗书坚带着小柏循序渐进，最好的全马成绩是3小时28分钟。

为了更好控制方向，四轮推车被改装成三轮，左手边是抓在手上防止溜车的防滑带，右手边是刹车。小柏系着安全带，坐在车里很安全。

罗书坚形容奔跑的感觉是“把风撞开”，他也在单纯享受着跑步带来的多巴胺。推车前插着一面小红旗，只要罗书坚跑起来，红旗就会随风起舞，小柏就会高兴地拍手。

有时，爱人张艳君和女儿露露会在终点线处等着他们。在冲线人群中，她们总能最快找到



这对父子。

因为马拉松，一家人一起去过国内许多城市，张艳君还记得去兰州时坐了好久的火车，“第一次看见沙尘暴，天一下子黑起来……”

他们一起在兰州吃拉面，在黄河边散步，在厦门看海，在成都看大熊猫，在泰山脚下仰望山巅……张艳君看了看盯着电视机屏幕的小柏，“只要他开心，一家人在一起就是幸福的。”说罢，她转头摸了摸罗书坚黝黑的脸。

戴头盔的男孩

小柏的身型远小于常人。14岁的他体重仅30多斤，仍然能坐进婴儿车里。大多数时间，小柏单薄又安静，样子和刚出生时一样，没发出哭声。

出生后，小柏在重症监护室住了30天，接回家后哭闹不停，送到杭州检查，被告知大脑损伤程度很深，“用钱治不好”。

罗书坚将希望寄托在康复训练上。遵照医嘱，小柏每天要完成单膝跪立、蹲位、双腿跪立、站立各5分钟，弯腰拾物、下蹲30下，腹爬300下，有些动作需要三个人辅助才能完成。

在上海一家康复机构训练半年后，一岁的小柏开始出现微小的进步，对自己的名字有反应，会用手拿东西、用勺子吃饭。出生后的第818天，小柏学会了走路。

那是2012年4月22日，夫妻俩相拥而泣。罗书坚在自己的QQ空间激动地记下：“小柏今天能走啦！”

生活却总在曙光乍现时给你一记重击。没过多久，小柏经常突然大哭，走路时会突然后仰摔倒，一摔倒就笑。康复师说这是癫痫的前兆，跑遍了全美国，最终跑到了他的人生高点。

生活中，罗书坚也始终在为自己的家庭奔跑着。

小柏每年的用药支出在三万元左右，加上女儿上学的费用，一家人的生计要靠夫妻俩每月打工的收入维系。

每次“出征”前，罗书坚会备好小柏的尿不湿、药品，带上他们的“战马”——那辆“双

的宇航员。

小柏被确诊为“兰诺克斯综合征”，是儿童癫痫中最难控制的一种，需要终身护理。康复训练不得不停止，这意味着小柏的发育水平就此定型，甚至会有所倒退。

治疗癫痫期间，小柏又忘记了如何吃饭，智力停滞在10个月的水平。罗书坚不再期待小柏能进步，不再带他做康复训练，“不想再折磨他了”，只期望小柏能尽可能开心。

走过一条狭长的村道，罗书坚的家就在道路尽头，家中陈设简单而整洁，一间十平方米左右的小屋是小柏白天的活动空间。小屋的墙上贴着海底世界的墙纸，屋里放着一台电视机、一张蹦床、一只充气皮球、一些毛绒玩具。家里的护栏被包上了一层柔软海绵，为小柏围出了一片柔软天地。

小柏穿着没有拉链的棕色背带裤，这样不容易被自己在无意识中扯开；外面穿着一件“包包衣”，是家里人自己做的；头上罩着的头盔被摔裂了几个，那天戴的是金黑色的。

电视机里循环播放着动画片《爱冒险的朵拉》，小柏只是单纯被画面上亮丽的色彩吸引，能盯着屏幕看一整天。

这间屋子的门平时锁着，因为担心小柏会自己走丢。而这扇门里，是父亲为小柏一手打造的、无忧无虑又色彩缤纷的“海底世界”。

成为“阿甘”

电影《阿甘正传》中，主人公阿甘凭着直觉在路上不停地跑，跑过了几时同学的歧视，跑遍了全美国，最终跑到了他的人生高点。

生活中，罗书坚也始终在为自己的家庭奔跑着。

小柏每年的用药支出在三万元左右，加上女儿上学的费用，一家人的生计要靠夫妻俩每月打工的收入维系。

每次“出征”前，罗书坚会备好小柏的尿不湿、药品，带上他们的“战马”——那辆“双



十一”花了8000元从网上买回来的推车。

不跑马拉松的日子里，46岁的罗书坚是金华市一个工业小镇里的快递员。十多年来，他每天早上7点出门，开着面包车去15公里外的仓库装货，再去工业区送货，在50多个楼宇间穿梭派件、揽件，每天工作12个小时。为了能多送几件快递，罗书坚甚至不等电梯，在楼梯间奔跑着送货。

快递员工作每周只休息一天，为了参加马拉松赛，罗书坚常常需要跟同事调班。

2019年，他带小柏参加铁人三项，距离终点还有最后五公里时，自行车爆胎了，他推着车和小柏走完了全程。“虽然五公里自行车爆胎，赤脚跑出了血泡，尽管阳光热烈，但我们父子依然坚强完赛。爱你我的小柏！”罗书坚记录着。

照顾一位有缺陷的孩子，和跑完一场马拉松，都需要强大的意志。跑者在赛事后半程通常会遇到“撞墙期”，小柏的状态也一样，有刚出发的兴奋期，也有精力消耗很大的瓶颈期。

“如果跑得太慢，小柏体能耗尽，情绪就会变差，所以我必须尽快到达终点……”罗书坚说，小柏是他加速的理由。

“推着车子和小柏，双手不能摆臂，会影响跑步的节奏和平衡，跑起来会很费力，但我也会尽力尝试从人群中穿插。”他感到小柏有追逐上去的欲望。

他注意到，每次跑步结束回到家，小柏的心情和状态都会更好，见到人会笑。与此同时，自己的身体状态也变得更好，这样就能带小柏跑更多场马拉松。

罗书坚热爱跑步本身的乐趣：为了抵达终点，只需不停迈步，它让人专注当下，忘记烦恼；运动很公平，付出一分努力就有一分收获，挥洒过的汗水都转化成了身体上的肌肉；在奔跑的路程中，没有歧视，人人平等。他坚信，生命的奖赏永远在终点附近。

在罗书坚家屋顶的阁楼，房梁上挂满他们参赛的号码牌——那是父子二人共同赢得的勋章。2022年建德马拉松，组委会特意给罗书坚父子印制了专属号码牌“B0017”，谐音“一起”，用以奖赏一位父亲的爱与坚持。

在女儿露露上学的罗店镇中心小学，有一棵罗汉松柏树和一座心形石碑。碑上刻着“为爱奔跑”四个字，旁边印着小柏父子的两个脚印，用以勉励所有知道他们故事的人。

一次演讲中，露露向台下观众大声诉说：“爸爸说，坚持一件事不是因为这样做会有效果，而是他坚信，这样做是对的。”

以奔跑的姿态

“我微笑着走向生活/无论生活以什么方式回敬我。报我以平坦吗？我是一条欢乐奔流的小河……什么也改变不了我对生活的热爱/我微笑着走向火热的生活！”

——这是罗书坚最喜欢的一首诗。

和罗书坚相识6年的好友吴书羽说，罗书坚是个急性子，也是家庭观念很重、生命能量很强、心很热的人。

在当地，罗书坚每年都会多次组织脑瘫患儿家庭参加公益跑、游园会，原本寡言的他，逐渐成为大家的主心骨。

中国现有脑瘫患者600余万人，其中0至6岁的脑瘫儿童将近200万人，每年新增脑瘫儿童4至5万人。

罗书坚发现，这些有相似问题的孩子每当聚在一起，依靠肢体语言和眼神就能彼此相处融洽，更重要的是，在那里他们可以和外面的世界产生联系。

吴书羽有一位患孤独症的孩子。闲暇时间，罗书坚会邀请他和孩子到家中聚会，夏天时，罗书坚会在小院里放一个两米宽、四米长、一米高的冰池，让孩子们在其中玩耍。

本该感到疲惫的中年人，选择脚踏实地，接受生活的考验，将生命力延伸，在琐碎中捕捉幸福。

“人人都说我是好爸爸，可不会说话的小柏也是好儿子，没有他每天给我的吻，我怎么可能坚持得下来。”2021年，罗书坚在一一封给儿子的信中这样写道。

“虽然推车奔跑时肩膀和手臂会很酸，但感觉很累的时候也有车在帮我撑着。虽然是我推着小柏在奔跑，但我感到我们是同一个人。”罗书坚说。

迄今为止，罗书坚从来没有独自参加过比赛。陪小柏玩的时候，他总是和儿子发出同样的哼哼声，小柏也能跟着爸爸的频率一起拍手。

里克·霍伊特可以通过打字把想对父亲说的话表达出来——

“爸爸是我的双腿两臂，是我的脚下徐风，是我滑翔的翅膀。我希望他可以坐下来，而这一次由我推着他，我想带着他游过海峡，背着他翻越山峰，推着他横跨大陆，我愿意为爸爸做任何事，如同他为我做的一样。”

罗书坚想对小柏说的话，小柏听不懂也看不懂，但他还是念给他听——

“在和你一起跑马拉松的日子里，爸爸更懂得了‘责任’二字真正的含义。面对无法选择的命运，与其痛苦地煎熬，不如快乐地奔跑。爸爸想对你说一声谢谢，感谢你让我在命运的暴击中选择了勇敢，更感谢你让我懂得了什么是爱。只要我还跑得动，我一定会推着你跑下去，一直跑到生命的终点。”

罗书坚仍然记得他推着小柏第一次参加比赛时的样子。那时的小柏看起来多么高兴啊，笑得口水都流出来了，还不时挥舞着小手臂……

当他们终于抵达终点，罗书坚用力亲吻了小柏。那是父子俩共同完成的一项壮举。