

## 『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声。

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，他在病友康复群中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

“面对无法选择的命运，与其痛苦地煎熬，不如快乐地奔跑”

“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”

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

▲罗书坚推着儿子小柏参加浙江仙居马拉松。

►罗书坚和小柏即将抵达终点。

▼罗书坚在浙江省金华市婺城区罗店镇三甲山村带着儿子小柏出门散步。

新华社发



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面颊。

## 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：“小柏今天能走路！”

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，属于脑损伤的并发症。有时小柏一天摔倒二三十次，全身僵硬。

后脑勺淤青不断，新伤叠着旧疤，罗书坚不知所措，心痛不已。他们给小柏戴上了头盔。

平衡车头盔加上面罩，一面保护小柏的头部，一面保护小柏的自尊。蹒跚着用前脚掌走路的小柏踉踉跄跄，看上去像是一名在太空漫步

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软垫海绵，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去，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，跑过了儿时同学的歧视，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。“虽然最后五公里自行车爆胎，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、一米高的泳池，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歌声，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一次，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。