



项建华：一直在奔跑的路上

本报记者 余敏刚 文/摄

他是杭州首届职工马拉松比赛冠军,出生于上世纪60年代;他曾在火海中连救6人,自己却全身90%烧伤;他将自己的跑马公益金全部捐赠——50多年来他只坚持了一件事:跑步。这项与生俱来的天赋逐渐让他走出人生困境,找回了自信。他在杭州跑步圈,是个传奇,大家他为“跑神”、“魔鬼”、“跑魔”——他叫项建华。

初见项建华,黝黑的皮肤、良好的体型给人一种阳光和健康的感觉。“运动让我拥有健康的身体,也能让我保持对生活的激情与豁达。”

跑马天赋与生俱来

项建华住在西湖断桥对面宝石山下的老房子,房子建造于上世纪50年代。打开房门,过道只能一人通行,在狭小的空间除了一些生活物品外,摆放最多的便是他的“宝贝”——鞋子。虽然一双双跑鞋已经被岁月“摧残”得面目全非,但在项建华眼里,这是他人生中每一段最珍贵的美好回忆。

“我6岁时被送到老家安徽黄山,一直都在山路上奔跑。之后回到杭州长征中学后,在一次跑步比赛中,我被体育老师一眼相中进入了校田径队。”项建华一边打开珍藏

一场大火涅槃重生

毕业后,项建华成为了一名电信职工。直到1983年3月6日,项建华代表单位参加了杭州市首届职工马拉松比赛,以2小时59分2秒拿下第一名,这个成绩达到了国家二级运动员的水平。那以后,项建华名声鹊起,被跑界称为“魔鬼”、“跑魔”。

一路顺遂的跑步生涯在2010年戛然而止。在广州做服装生意的项建华经历了一场煤气爆炸引发的火灾,他奋不顾身地从火堆里救出6个人,自己却全身烧伤面积达到90%,医院一度下达了病危通知书。

“那时候别说跑步了,最初皮肤恢复的时候,汗排不出去,就像有无数只蚂蚁在血液里爬一样,奇痒无比。”刚出院时,项建华身上都是植

公益事业子承父业

二十余年时间里,项建华父亲项连根牵线联系杭州爱心企业,资助了安徽歙县老家203个贫困生,累计40多万元。项连根去世后,项建华主动接力,他和杭州多个跑团组织者联系,得到了为他们定制团服的机会。虽然这笔收入尚且单薄,但可以支撑自己生活并资助别人。

今年杭马赛事的取消也曾令项建华有些迷茫,经历了好几个不眠夜——服装全部作废、公益事业停

已久的校田径记录手册,一边笑着说,“当时体育老师还带我去马路上追汽车练习跑步,追不上都不能回家吃饭。”高强度的训练自然会有回报,他在长征中学1500米和3000米的校纪录,至今无人能破。而他的3000米杭州市中学生纪录也保持了20多年。

1980年,项建华前往当时在南京的八一田径队试训。说起这段经历,项建华坦言,如果当时再努力一点,再拼搏一点,也许那时他还有机会代表八一队、甚至中国田径队出战。

皮后留下的疤痕,走路只能呈45度弯曲的状态。怕自己的样子被别人笑话,想以跑步帮助恢复的他,只能晚上偷偷地去西湖边练跑。但即便如此,黑暗中他略微弯曲的身影依然吸引了不少人的目光。

2014年,55岁的项建华重返跑坛,在百人百里公益赛里以100天2709.4公里的跑步里程,甩开第二名一千多公里,从6000人里脱颖而出成为了首位公益助跑的“长腿叔叔”。

在采访拍摄中,记者一直无法跟上项建华跑步的步伐。项建华告诉记者,如今的他依旧能保持4分以内配速,这离不开他一直坚持锻炼,不过他更希望有更多人能参与到这项运动中来,跑过昨天的自己,遇见更美好的风景。

下脚步。终于又是在一次跑步过程中,项建华找到了新的解决办法。他开起网约车,除了用赚来的钱维持生计,又继续爱心助学结对。“等今年疫情好转时,我要去看看他们。”

那个曾经的“跑神”,在一点点回归。就像他微信名“悬崖”一样,他的一生都在悬崖边上徘徊,甚至在底层挣扎,但是返璞归真,跑马所带给他的那份精神,支撑着自己,就算低到尘埃里,最终还能站起来。

杭州市中学生田径各项最高纪录					
项目	成绩	运动员	单位	运动会名称	日期
100米	11"8	张 涛	雷机中学	杭州市第十五届中学生田径运动会	1978.5
200米	25"2	陈联信	杭州四中	杭州市第十五届中学生田径运动会	1978.5
400米	51"6	徐 峰	杭州中学	杭州市第十五届中学生田径运动会	1978.10
800米	2'4"5	孙德福	杭州中学	杭州市第十五届中学生田径运动会	1977.6
1500米	4'11"	杨 毅	杭州八中	杭州市第十五届中学生田径运动会	1973.11
3000米	9'30"	项建华	长征中学	杭州市第十五届中学生田径运动会	1979.5



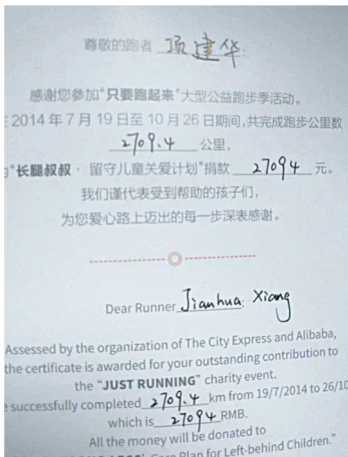
▲项建华3000米杭州市中学生纪录保持了20多年。

▲1980年,项建华在八一田径队试训时照片。



▲项建华近几年所获得的杭马奖牌。

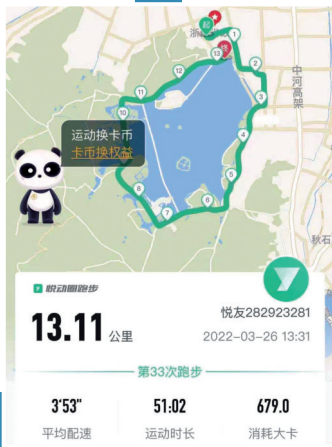
►项建华的“宝贝”整齐地摆放在狭小的台阶上,每一双跑鞋都有一段自己的跑马故事。



◀这么多年跑马旅程,项建华将所有的公益跑基金全部捐赠。



▲如今,项建华成为了一名网约车司机,继续坚持公益事业。



▲3月26日,项建华以3分57秒的配速完成环西湖跑。

