

20周年 回歸之愛中國的100個理由

征戰各地賽道 細味厚重文化

組織賽事溫馨 效率服務俱佳

通過參加內地和國外許多城市馬拉松的對比，高原發現內地許多城市組織效率更高，要明顯高於歐美一些城市，而且許多城市的相關服務也更溫馨和人性化。

發兩層背包 保衣物衛生

高原表示，今年元旦在大鵬舉行的馬拉松比賽，總體人數控制在3,000人左右，從而使得賽事組委會可以更有針對性地作出周到安排，以跑者為中心，關注參賽者體驗。

組委會為參賽者準備了充分的補給，全程提供香蕉、小番茄、朱古力、鹽丸和降溫海綿等；並且從第五公里開始，每2.5公里設一個飲水站，每五公里設一個飲料站；從第7.5公里開始每五公里設置一個降溫站。終點休息區還有冰冰水沐浴，使跑者快速排出乳酸、緩解疲勞，恢復體能。組委會給每位跑者發的背包亦十分具有創意和人性化，該背包分兩層設計，下面放鞋，上面放衣服和水，互不接觸，保持了衣服的衛生和整潔，很好地考慮了跑者的需求。

在談到內地許多城市馬拉松組織效率時，高原和太太紛紛都豎起了大拇指。高原稱，內地馬拉松組織效率高於歐美，服務更溫馨。「我們去了許多國外城市參加馬拉松，包括韓國、日本、美國的城市，感覺他們組織並不是很好，效率也不太高，反觀北京市，其馬拉松組織一流，當天賽事一結束，第二天便看不到留有馬拉松比賽的痕跡；上海馬拉松組織則更細心，深圳也是一樣，深圳組織者很熱情，從中可以看出一個城市的風格，現在內地許多城市舉辦馬拉松有組織有秩序，顯得越來越成熟。」高太太讚歎地表示。



高鐵路使深圳到廣州的路程只需約半小時，這變化令高原夫婦讚歎不已。資料圖片

交通網絡便捷 文明素質提升

在太太的陪伴下，高原參加內地許多城市的馬拉松比賽，他們深刻地感受內地不但交通便捷，而且許多城市的市民素質和文明程度也有了很大提升，自信心也提高了許多。

高原表示，十多年來他一直赴內地許多城市參加馬拉松，感覺交通變化特別大，從香港和深圳飛往內地的航線密集了很多，而京深高鐵、京滬高鐵、廈深高鐵等令其往返十分便捷，現在坐高鐵從深圳到廣州只需約半個小時，而1988年時他們要坐五個小時的火車，其變化之大讓人驚歎。

令他們印象深刻的是，深圳北站對港澳同胞購票更加人性化。以往他們回鄉不能通過網絡購票，一定要在車站排隊買票，現在已實現網絡購買車站取票，這令他們方便了很多。高太太也表示，她陪丈夫參加了許多城市的馬拉松比賽，看到內地城市無論是市容環境、市民素質還是文明程度等，都有不少的提升，比如中山市是珠三角一個小城市，但是在當地參加馬拉松時看到其街道十分乾淨、整潔和漂亮。他們也感受到內地民眾日益注重健身和全民體育，並且精神狀態都積極向上。

馬拉松健將 沉醉祖國好山河

從事服裝出口業務的港人高原，自2001年參加香港馬拉松後，便日益喜歡這項運動。多年來他赴廈門、北京、南京和深圳等內地十幾個城市參加馬拉松比賽，領略各個城市不同特色的人文風貌和美景，他陶醉於廈門美麗的海景和雲南洱海成千上萬隻候鳥的紛飛，更在世界文化遺產的長城和福建南靖土樓參加馬拉松比賽，深深地感受中國濃濃和深厚的歷史文化。他坦言，經過多年參加內地馬拉松比賽，他更加深深地愛上祖國大好河山。

香港文匯報記者 李昌鴻 深圳報道



高原元旦時參加了大鵬馬拉松，邊跑邊享受當地美麗的海景。受訪者供圖

高原籍江蘇南京，早在1988年便赴港從事紡織品貿易工作，1995獲得香港永久居民身份。本世紀初他自己創業，因業務訂單委託給長三角企業加工，因此他有大量時間參加體育和健身活動。在談到為何愛上馬拉松時，他表示，2001年經朋友介紹參加了香港馬拉松，剛開始他是跑半程馬拉松，慢慢便喜歡上了這項運動。

參賽不重成績 只為超越自己

於是，除了參加香港和澳門馬拉松外，高原在太太的陪同下，更多地赴內地許多城市參加馬拉松比賽。在2014年時，57歲的高原仍然報名參加廈門馬拉松比賽，看到有七萬人龐大隊伍參賽，他渾身上下都是使不完的勁，比賽過程中，他感受到廈門市優美的環境、美麗的海灘和清新的空氣，覺得十分賞心悅目。他在中山路、思明北路跑步時看到體現中華歷史文化名街底蘊和獨特閩南騎樓文化。儘管他用了3小時41分才跑完全程，成績並不起眼，但他看重的不是成績，而是不斷地挑戰自我和超越自我。截至2017年，他已連續參加四屆廈門馬拉松，並深深地熱愛上這座城市。

挑戰魔鬼台階 累透仍感值得

為了深深地感受中國古老的文化，2015年高原又報名參加在福建南靖土樓舉行的馬拉松，該土樓之前獲評為世界文化遺產。此次原生態、旅遊文化型馬拉松吸引了來自30多個國家和地區的400多名選手參加。高原說：「南靖土樓是目前現存最大、最高、最古老、最完好的土樓，除了賽道沿途可以看到的世界遺產土樓風光，他們還在土樓裡面跑，在『最大土樓』順裕樓內穿梭，可以零距離深刻地感受客家人的生活風貌。主辦方還特別設置了鄉村小路、田間路、茶園路、鵝卵石路、古棧道等風光賽道，讓我們感受更為自然、美好和淳樸的鄉村風光，原生態的賽道設置和賽道兩邊的客家人文風光，這對我們無疑是十分難得而珍貴的體驗。」土樓的馬拉松比賽至今讓高原記憶猶新，讓他更地了解祖國

深厚的文化積澱，也更加熱愛祖國的美麗山河和歷史古蹟。更讓高原感到興奮的是，去年5月，他又參加了另一個全球聞名的世界遺產長城馬拉松比賽。「沿途可以看到綿延的山道，美麗的湖景，怡人的田園風光，尤其是全程沿着13座烽火台奔跑，將馬拉松跑與中國悠久燦爛的人文景觀和自然風光融入其中，個性獨特，我感覺十分具有吸引力。」他表示。黃崖關馬拉松是世界上最難跑的馬拉松之一，他在長城上面要來回跑5,100多個台階，具有很大的難度和挑戰。但是，在世界文化遺產古老的長城上跑馬拉松，深深感受中國厚重的歷史文化，自然別有一番風味，於是，他堅持了下來，花了5小時30分鐘才跑完全程，儘管感覺比較累，但卻十分值得。



高原跑畢於天津舉行的黃崖關長城馬拉松後與工作人員合照。受訪者供圖



高原於參加福建南靖土樓馬拉松過程中感受到客家文化之美。圖為南靖田螺坑土樓群。網上圖片

神州行走

仁醫惠藏民 害草變良藥

香港文匯報訊 據新華社報道，在甘肅省甘南藏族自治州的大草原上，生長着一種名叫「獨一味」的植物。當地牧民認為，獨一味是害草，不但因為它有一定的毒性，家畜不能食，更因為它的葉子以平鋪式的狀態生長，導致正常的良草難以生長。但在解放軍蘭州總醫院藥劑科主任賈正平看來，獨一味「渾身是寶」。將害草開發為良藥，為牧民帶來效益，為患者送去健康，賈正平和他的團隊整整花費了30餘年。

藏藥是藏民族數千年實踐所形成的獨特藥學體系，對藏藥興趣濃厚的賈正平，一直潛心研究這種害草。通過大量實驗，採用現代藥理學研究方法，賈正平團隊和原蘭州醫學院的老前輩們共同發現了獨一味兼具止血、鎮痛和抗炎活性的作用，並深入研究了其作用機制和物質基礎。這一創新發現為獨一味轉化為安全有效的特效藏藥新藥提供了現代科學證據。在完成獨一味系列新藥臨床前研究的基礎上，他與蘭州大學、甘肅獨一味生物製藥有限公司共同研製了獨一味系列國家級藏藥新藥，並首次建立了藏藥獨一味藥材及藥品的系列國家標準。

多年來，藏藥的發展仍停留在作坊式的生產和經驗式的使用上，雖有療效，卻難以得到大範圍的產業化應用。「開發研究藏藥，建立藏藥現代化新模式不僅是解決藏藥科學發展瓶頸的重要手段，也是帶動高原牧民致富的重要舉措。」賈正平說。秉持這樣的理念，在賈正平團隊對獨一味系列藏藥的研究成果上，甘肅獨一味生物製藥有限公司按照GMP標準建成了藏藥現代化生產線，實現了藏藥新藥的規範化、大批量生產，示範了藏藥現代化大型企業的建設和發展之路。甘肅省科技廳表示，賈正平和團隊研究人

員走出了一條藏藥現代化研究的道路，將甘南特產藏藥獨一味從草原害草開發為兼具止血、鎮痛、抗炎的國家新藥，既造福了高原群眾，又推動了藏藥產業化。數據顯示，作為國家基本藥物，獨一味系列藏藥近五年治療患者4,000餘萬例，累計產值33億元（人民幣，下同），實現利稅5.8億元，帶動甘南等地30萬高原牧民精準脫貧。賈正平上月被評為甘肅省科技功臣。「目前，公眾對藏藥的了解還不多，我希望通過我們的努力，將藏藥傳播出去，使更多人關注、研究。」賈正平說。



賈正平將獨一味從草原害草變為抗痛良藥。網上圖片