回归20周年之：爱中国的100个理由

征战各地赛道　细味厚重文化

马拉松健将沉醉祖国好山河

从事服装出口业务的港人高原，自2001年参加香港马拉松后，便日益喜欢这项运动。多年来他赴厦门、北京、南京和深圳等内地十几个城市参加马拉松比赛，领略各个城市不同特色的人文风貌和美景，他陶醉于厦门美丽的海景和云南洱海成千上万只候鸟的纷飞，更在世界文化遗产的长城和福建南靖土楼参加马拉松比赛，深深地感受中国浓浓和深厚的历史文化。他坦言，经过多年参加内地马拉松比赛，他更加深深地爱上祖国大好河山。

■香港文汇报记者　李昌鸿　深圳报道

■高原元旦时参加了大鹏马拉松，边跑边享受当地美丽的海景。　受访者供图

高原祖籍江苏南京，早在1988年便赴港从事纺织品贸易工作，1995获得香港永久居民身份。本世纪初他自己创业，因业务订单委托给长三角企业加工，因此他有大量时间参加体育和健身活动。在谈到为何爱上马拉松时，他表示，2001年经朋友介绍参加了香港马拉松，刚开始他是跑半程马拉松，慢慢便喜欢上了这项运动。

参赛不重成绩　只为超越自己

于是，除了参加香港和澳门马拉松外，高原在太太的陪同下，更多地赴内地许多城市参加马拉松比赛。在2014年时，57岁的高原仍然报名参加厦门马拉松比赛，看到有七万人庞大队伍参赛，他浑身上下都是使不完的劲，比赛过程中，他感受到厦门市优美的环境、美丽的海滩和清新的空气，觉得十分赏心悦目。他在中山路、思明北路跑步时看到体现中华历史文化名街底蕴和独特闽南骑楼文化。尽管他用了3小时41分才跑完全程，成绩并不起眼，但他看重的不是成绩，而是不断地挑战自我和超越自我。截至2017年，他已连续参加四届厦门马拉松，并深深地热爱上这座城市。

挑战魔鬼台阶　累透仍感值得

为了深深地感受中国古老的文化，2015年高原又报名参加在福建南靖土楼举行的马拉松，该土楼之前获评为世界文化遗产。此次原生态、旅游文化型马拉松吸引了来自30多个国家和地区的400多名选手参加。

高原说：“南靖土楼是目前现存最大、最高、最古老、最完好的土楼，除了赛道沿途可以看到的世界遗产土楼风光，他们还在土楼里面跑，在‘最大土楼’顺裕楼内穿梭，可以零距离深刻地感受客家人的生活风貌。主办方还特别设置了乡村小路、田间路、茶园路、鹅卵石路、古栈道等风光赛道，让我们感受更为自然、美好和淳朴的乡村风光，原生态的赛道设置和赛道两边的客家人文风光，这对我们无疑是十分难得而珍贵的体验。”土楼的马拉松比赛至今让高原记忆犹新，让他更深地了解祖国深厚的文化积淀，也更加热爱祖国的美丽山河和历史古迹。

更让高原感到兴奋的是，去年5月，他又参加了另一个全球闻名的世界遗产长城马拉松比赛。“沿途可以看到绵延的山道，美丽的湖景，怡人的田园风光，尤其是全程沿着13座烽火台奔跑，将马拉松跑与中国悠久灿烂的人文景观和自然风光融入其中，个性独特，我感觉十分具有吸引力。”他表示。黄崖关马拉松是世界上五大极难跑的马拉松之一，他在长城上面要来回跑5千100多个台阶，具有很大的难度和挑战。但是，在世界文化遗产古老的长城上跑马拉松，深深感受中国厚重的历史文化，自然别有一番风味，于是他坚持了下来，花了5小时30分钟才跑完全程，尽管感觉比较累，但却十分值得。

■高原跑毕于天津举行的黄崖关长城马拉松后与工作人员合照。　受访者供图

■高原于参加福建南靖土楼马拉松过程中感受到客家文化之美。图为南靖田螺坑土楼群。　网上图片

组织赛事温馨　效率服务俱佳

通过参加内地和国外许多城市马拉松的对比，高原发现内地许多城市组织效率更高，要明显高于欧美一些城市，而且许多城市的相关服务也更温馨和人性化。

发两层背包　保衣物卫生

高原表示，今年元旦在大鹏举行的马拉松比赛，总体人数控制在3千人左右，从而使得赛事组委会可以更有针对性地作出周到安排，以跑者为中心，关注参赛者体验。

组委会为参赛者准备了充分的补给，全程提供香蕉、小番茄、朱古力、盐丸和降温海绵等；并且从第五公里开始，每2.5公里设一个饮水站，每五公里设一个饮料站；从第7.5公里开始每五公里设置一个降温站。终点休息区还有冰水沐足，使跑者快速排出乳酸、缓解疲劳，恢复体能。组委会给每位跑手发的背包亦十分具有创意和人性化，该背包分两层设计，下面放鞋，上面放衣服和水，互不接触，保持了衣服的卫生和整洁，很好地考虑了跑手的需求。

在谈到内地许多城市马拉松组织效率时，高原和太太纷纷都竖起了大拇指。高原称，内地马拉松组织效率高于欧美，服务更温馨。“我们去了许多国外城市参加马拉松，包括韩国、日本、美国的城市，感觉他们组织并不是很好、效率也不太高，反观北京市，其马拉松组织一流，当天赛事一结束，第二天便看不到留有马拉松比赛的痕迹；上海马拉松组织则更细心，深圳也是一样，深圳组织者很热情，从中可以看出一个城市的风格，现在内地许多城市举办马拉松有组织有秩序，显得越来越成熟。”高太太赞叹地表示。

■高铁使深圳到广州的路程只需约半小时，这变化令高原夫妇赞叹不已。　资料图片

交通网络便捷　文明素质提升

在太太的陪伴下，高原参加内地许多城市的马拉松比赛，他们深刻地感受内地不但交通便捷，而且许多城市的市民素质和文明程度也有了很大提升，自信心也提高了许多。

高原表示，十多年来他一直赴内地许多城市参加马拉松，感觉交通变化特别大，从香港和深圳飞往内地的航线密集了很多，而京深高铁、京沪高铁、厦深高铁等令其往返十分便捷，现在坐高铁从深圳到广州只需约半个小时，而1988年时他们要坐五个小时的火车，其变化之大让人惊叹。令他们印象深刻的是，深圳北站对港澳同胞购票更加人性化。以往他们回乡不能通过网络购票，一定要在车站排队买票，现在已实现网络购买车站取票，这令他们方便了很多。

高太太也表示，陪丈夫参加了许多城市的马拉松比赛，看到内地城市无论是市容环境、市民素质还是文明程度等，都有不少的提升，比如中山市是珠三角一个小城市，但是在当地参加马拉松时看到其街道十分干净、整洁和漂亮。他们也感受到内地民众日益注重健身和全民体育，并且精神状态都积极向上。

神州行走

仁医惠藏民　害草变良药

香港文汇报讯　据新华社报道，在甘肃省甘南藏族自治州的大草原上，生长着一种名叫“独一味”的植物。当地牧民认为，独一味是害草，不但因为它有一定的毒性，家畜不能吃，更因为它的叶子以平铺式的状态生长，导致正常的良草难以生长。但在解放军兰州总医院药剂科主任贾正平看来，独一味“浑身是宝”。将害草开发为良药，为牧民带来效益，为患者送去健康，贾正平和他的团队整整花费了30余年。

藏药是藏民族数千年实践所形成的独特药学体系，对藏药兴趣浓厚的贾正平，一直潜心研究这种害草。通过大量实验，采用现代药理学研究方法，贾正平团队和原兰州医学院的老前辈们共同发现了独一味兼具止血、镇痛和抗炎活性的作用，并深入研究了其作用机制和物质基础。这一创新发现为独一味的现代新药创制奠定了药效学基础，并为将独一味转化成安全有效的特效藏药新药提供了现代科学证据。在完成独一味系列新药临床前研究的基础上，他与兰州大学、甘肃独一味生物制药有限公司共同研制了独一味系列国家级藏药新药，并首次建立了藏药独一味药材及药品的系列国家标准。

多年来，藏药的发展仍停留在作坊式的生产和经验式的使用上，虽有疗效，却难以得到大范围的产业化应用。“开发研究藏药、建立藏药现代化新模式不仅是解决藏药科学发展瓶颈的重要手段，也是带动高原牧民致富的重要举措。”贾正平说。秉持这样的理念，在贾正平团队对独一味系列藏药的研究成果上，甘肃独一味生物制药有限公司按照GMP标准建成了藏药现代化生产线，实现了藏药新药的规范化、大批量生产，示范了藏药现代化大型企业的建设和发展之路。

甘肃省科技厅表示，贾正平和团队研究人员走出了一条藏药现代化研究的道路，将甘南特产藏药独一味从草原害草开发为兼具止血、镇痛、抗炎的国家新药，既造福了高原群众，又推动了藏药产业化。数据显示，作为国家基本药物，独一味系列藏药近五年治疗患者4千余万例，累计产值33亿元（人民币，下同），实现利税5.8亿元，带动甘南等地30万高原牧民精准脱贫。贾正平上月被评为甘肃省科技功臣。“目前，公众对藏药的了解还不多，我希望通过我们的努力，将藏药传播出去，使更多人关注、研究。”贾正平说。

■贾正平将独一味从草原毒草变为抗病良药。　网上图片