

“刀锋战士”欲千里走单骑

滨州激情诗人、运动狂人李辉将单车骑行从滨州到青海湖,行程2000多公里

本报记者 张凯

他曾三次与死神擦肩而过,如今心脏里还有三个支架;他坚持工作并在业余时间坚持每天50公里骑行;他是诗人,浪漫且富有创造力,已出版3部诗集;他还是个运动狂人,踢足球付出了四次骨折的代价……他就是滨州的“刀锋战士”、44岁激情诗人和运动狂人李辉。5月11日起,他将用14天时间从滨州出发一路向西,横跨山东、河南、陕西、甘肃、宁夏、青海六省区,单车骑行2000多公里,最终完成从渤海之滨到青海湖的千里单骑旅程。



李辉骑行时的照片。(资料图)

刀锋战士,挑战自我

5日,诗人李辉千里单骑启动新闻发布会在滨州召开。记者眼前的李辉,高高瘦瘦,短发干练清爽,年轻富有活力,如果他不很难想到他已经44岁。李辉酷爱运动,踢过29年足球,下过28年围棋。说起自己的运动之路,李辉调侃自己是个运动狂人,“9岁那年,差点被一堵墙要了小命;10岁,在黄河游泳又险些在母亲河里淹死;目前身上有五次骨折,缝过13针”。特别是2009年,因为身体原因,李辉不得不做了心脏支架手术。目前,他的心脏里有三个支架。

手术过后,李辉一度抑郁。生活中没有了运动,李辉成了他人眼中的“病人”,康复过程中他开始尝试着单车骑行,一点点恢复自身运动。从每天20公里,到现在的每天50公里,李辉在工作之余将全部的精力献给了他曾经最热爱的一项运动。在朋友圈,大家都敬佩地称李辉为“刀锋战士”。

“为检验身体的恢复情况,我开始尝试一天时间内骑单车走滨州济南。”来回300多公里,李辉咬着牙坚持了下来。2012年,李辉萌发了再次挑战自我的想法——从滨州到青海湖的骑行。

多次修改往返路线,谨慎缜密地安排出行事项,李辉计划用车轮向世人传递中华民族自强不息、个体生命坚忍不拔的拼搏精神。“我这次挑战,就是要发出一个声音:支架,没啥可怕的;疾病,没啥可怕的;困难,没啥可怕的;生活,是美好的。”李辉告诉记者。

千里之行,志在必得

为完成这次千里骑行,李辉做了认真充分的准备:2012年4月3日,李辉主动做了阑尾手术,拆除了体内的“定时炸弹”;2012年9月24日,李辉赴解放军总医院做了第三次心脏造影检查,情况良好;2013年正月初六开始,李辉开始在冰天雪地里展开训练;工作日基本每天晚上骑行50

公里以上,休息日则进行长拉伸。

当然,李辉深知此行充满了未知和风险。历时十几天,穿越六省,平均每天骑行超过160公里,平原上每天超过200公里。如此长距离、高强度的连续骑行,对身体无疑是极大的考验。其次是海拔,从东往西,本身就是一个爬坡的过程,尤其到了陕西、甘肃、宁夏之后,海拔上升很快。一方面,爬坡要消耗大量体力,影响骑行速度;另一方面,在海拔地区骑行,将会面临更为复杂严峻的考验。有些人仅是在3000米以上地区停留,就会出现高原反应,何况是高强度连续骑行,更何况李辉的心脏里有三枚支架。再就是交通安全,在交通量很大的国、省道上骑行,再好的单车,再优秀的骑手,也都是弱势群体。

为顺利完成骑行,李辉除身体意志方面做好准备外,他还对骑行路线反复研究,对每天的骑行距离、宿营点、沿途海拔、路况作了认真分析比选。最终出行时间定在5月11日,这时气温明显上升但不至于酷热,风力减弱,白昼增长,雨季尚未来临,正是最佳时机。

尽管前途艰辛,但李辉决意完成这次骑行。因为他深知,这次千里单骑绝非仅仅为自己而骑。当年为李辉手术的解放军总医院心血管内科主任、国际著名心血管专家陈韵岱和郭军说,如果李辉完成这次骑行,那将是一个创举,因为他填补了心脏支架手术后运动强度的一项空白。

一路骑行,一路豪歌

青海是诗与歌的摇篮。在那里,天地时空的博大带来悠远的思绪,雪山草原的壮丽增添豪迈的情怀,江河大湖的奔放激发无限的灵感,古刹梵钟的庄严赋予深沉的超越,田园牧歌的静美升华身心的和谐;在那里,有著名诗人吉狄马加创办,亚洲唯一、世界七大诗歌节中规模最大的“青海湖国际诗歌节”,已成功举办过三届,李辉也曾参加过第二、第三届。

说起骑行青海的原因,李辉

眼里充满了光,“青海是黄河之源,被誉为“江河源头”、“中华水塔”,而滨州位于黄河三角洲腹地,我的故乡离黄河只有二百米。从滨州到青海湖,超过2000公里,途经山东、河南、陕西、宁夏、甘肃、青海六省,从零海拔到青藏高原,沿线历史文化底蕴丰厚。”

昔日的激情诗人、运动狂人、工作狂人成功回归自我。按照计划,李辉将利用带薪休假的时间,挑战极限,完成“用时十几天,长途奔袭2000多公里,从零海拔的黄河入海口到3300米的青海湖”的千里单骑,并以此为主线写一部散文集《千里单骑》,将难忘的人生亲历和深刻体验一一呈现。

说起散文集的创作,李辉说他要用母语“锋利的手术刀”,深度剖析自己,向世人展露身心曾经的创痛,真实再现三劫不死特别是心脏支架手术后险些“坠入在黑暗的深渊”以及如何冲破阴霾、重塑人生、挑战极限的人生故事。

这次骑行,李辉不仅要赢得抗争和决斗,而且要用散文的形式完整地再现撼人心魄的决斗过程,让世人看到一个真正的角斗士,曾经的脆弱和贵张的血性。

据了解,李辉的散文集《千里单骑》全书约39章12万字,目前已完成前半部分,6万余字,大约7月出版。



李辉在千里单骑启动新闻发布会讲话。本报记者 王晓霜 摄

李辉简介 >>

李辉,男,1969年10月生于山东滨州。作为激情诗人、运动狂人、工作狂人,19岁,李辉就在《百花》发表中篇小说,先后在《诗刊》、《人民文学》、《十月》、《中国作家》、《星星》、《光明日报》等几十种报刊发表诗歌作品600余首,入选《诗刊》“每月之星”和多种版本、年选,出版诗集3部。李辉酷爱运动,踢过29年足球,下过28年围棋,但“9岁那年,他差点被一堵墙要了小命;10岁,险些在母亲河

里淹死;五次骨折;身上缝过13针”,特别是2009年,他不得不接受心脏支架手术,并一度抑郁。

李辉身高1米72,体重曾高达100公斤,血压血脂严重异常,多次受伤,做过心脏支架手术,三次与死神擦肩而过,但他依然坚持每天忘我工作,并在业余时间坚持每天单车骑行50公里,认识他的人都充满敬意地叫他“刀锋战士”。

诚招县域版记者

根据事业发展需要,齐鲁晚报·新闻邹平诚招县域版记者3名。

要求:全日制本科及以上学历,25周岁以下(含应届毕业生);男性优先。

咨询电话:0543-3262626

地址:黄河十路渤海九路锦城大厦八楼广告部

