

跑步经济：消费新台阶，精神高境界(下) ◆ 茧子

国内以小米手环为代表的可穿戴设备,质优价廉,不仅迅速成长为世界销量第三的手环产品,还与李宁公司合作开发智能跑鞋,成为国内可穿戴设备的领军企业。

世界体育用品联合会亚洲区理事海伦·福特认为,从世界发展趋势看,可穿戴设备的销售将迎来爆发式增长,其中腕带去年的销量是1770万个,而今年将增加到4470万个,到2019年预计会超过1亿个。

业内人士预测,2016年智能硬件产品会有约500亿美元的市场,而2017年全球体育用品市场的交易额可达2660亿美元。

更令人意想不到的,是互联网时代的跑步运动还带动了传统的保险行业。小米手环与国内首家互联网保险公司众安保险开发出一项可穿戴设备与运动大数据结合的健康管理计划——“步步保”,将用户运动量作为重大疾病保险的定价依据,用户可用每日的运动量抵扣保费,来换取专属于自己的保额高达20万的健康保险保障。

该产品上线仅一周时间就吸引了5万用户注册,让保险公司跌破眼镜,因为,这个数字在互联网公司看来不觉得巨大,但是在保险行业这是个天文数字。

除此之外,跑步还开拓出“马拉松旅游”,辗转于国内外各个城市跑个马拉松成为新的时尚。去哪儿网专门定制一条马拉松自由行打包线路,其相关负责人透露:“没想到马拉松竟能这么火,活动上线3小时即收到数百专业跑者报名邮件,300多位用户下单。”携程网相关人员也表示,此前台北马拉松就曾让厦门赴台自由行掀起小高潮,一些跑友

圈都是“成团”报名,也曾一度令台北酒店价格折扣上浮。

如今由路跑带动的境外旅游已经成为不少旅行社的业务之一。以悉尼马拉松赛为例,报名费1000元出头,在当地待上三四天的整个费用约在2万元。希腊雅典是马拉松的发源地,有旅行社推出雅典马拉松7天旅行团,团费在13000元左右。

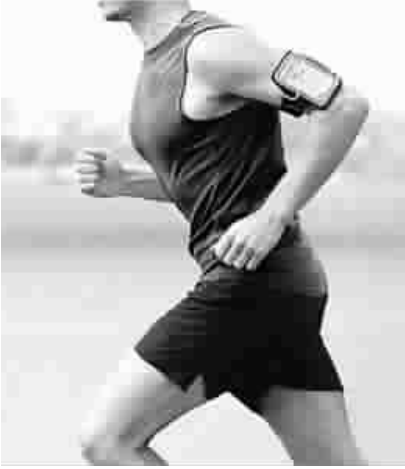
马拉松的诱惑

马拉松是跑步者的终极梦想,举办马拉松赛事,是城市的梦想。能否为赛事提供完善的服务,是城市举办者的另一场战争。

举办一场马拉松,参与者众多,报名费、赞助费都很可观。更重要的是,比赛带动了城市的酒店、餐饮、交通与其他旅游收入。有人估算过杭州马拉松比赛,举办成本约1200万元,毛收入达2000余万元。这还不到一万人比赛,而在国际一线城市举办的赛事,人数都在两万以上,收入更加丰厚。

一场成功举办而不被参与者“吐槽”的马拉松,城市除了要准备好一条既安全又能展示城市风采的路线之外,还要准备好沿途的厕所、饮料和食品、医疗服务,以及奖励物品等。

纽约2013年马拉松赛事公布的数据为:在比赛起点准备了30144根跑步能量棒、93600瓶饮用水、1800加仑佳得乐运动饮料,55000杯咖啡;赛道沿线设置了2374个流动式厕所、2271个固定公厕和95个残疾人无障碍厕所;提供62370加仑饮用水、32040加仑佳得乐运动饮料、2300000个纸杯;60000根能量条;比赛终点为选手



准备了55000块奖牌和56000套饮料和点心。医疗援助方面准备了38个医疗急救站,包括30个心脏电击除颤器、12530磅冰块、14000卷绷带、53800瓶盐分补充剂、220桶凡士林、311只温度计、20450个压舌板、52000片对乙酰氨基酚和475个帆布床。

东京马拉松赛事作为国际田联“大满贯”后起之秀,短短两年就被评为金标赛事。2013年组织者对外公布的数据包括:起点处设置了618个厕所,沿途396个厕所,终点8台足部温泉,可供128人使用;警备人员5200人、13000件可回收工作服和39000个行李袋;交通规则传单305万张和海报3万张;沿途15个补给站,提供404000杯水,准备了电解质饮料447000杯和纸杯947000个;50000份营养食品;带馅小面包15000个、巧克力小面包约13000个、梅干24000个、巧克力40000粒、葡萄糖糖31000粒、盐糖

22000粒,香蕉96000个、西红柿36000个、蜜柑37000个。

发达城市不仅仅用数据说话,在各种贴心服务方面也是一个比一个用心。柏林马拉松上,组织者会特别安排骑自行车专员穿梭在跑者中,运动员甚至不用专程赶往补给站,他们会恰到好处地朝你递上饮料和能量棒;巴黎和芝加哥的马拉松,组织者每年都聘请超过100人的“马拉松速配员”,帮助选手在目标时间内抵达终点,速配员们绑着有色气球奔跑在赛道上,总共六种颜色的气球代表六个不同的参考时间,跑者可根据自身情况选择跟随哪一种速度。伦敦马拉松注重低碳和环保,“保证所有盛放排泄物的容器都是当地生产;厕所内使用的材料确保不含甲醛,厕所内的卫生纸是再生纸。”

再看看国内很多跑者对组织者抱怨“厕所不够”、“受伤了让我们自己去医院”、“奖牌没有了”……方兴未艾的国内马拉松,离真正的金标赛事还有相当长的路要走。

精神与信仰的力量

跑者毛大庆说,如果你没有信仰,请把跑步当作信仰;跑者魏江雷说,我们有一种奔跑的人生态度;跑者陈明说,石闲生苔,人闲生病。多虐虐自己,一切就好了。

与其说跑步是一种生理学意义上的运动状态,不如说它是一种精神追求。跑步的人快乐、有精气神儿、积极向上。一个精神上有着追求、行动上积极的人,在实践与工作中似乎更有力量,更有号召力,更容易成功。

希望在自己墓志铭上写“作家

(兼跑者)”的村上春树,在其著作《当我谈跑步时我谈些什么》中,用细腻准确的文字记录着他自己跑步的状态和跑时的思维活动:

跑步便成为我日常生活的一根支柱。我跑得相当认真。非要举出具体的数字加以说明,便意味着每星期跑六十公里,亦即说每周跑六天,每天跑四十公里。由于二十多年从不间断地跑步,我的躯体和精神大致朝着良好的方向得到了强化。

我从一九八二年的秋天开始跑步,持续跑了将近二十三年,几乎每天都坚持慢跑,每年至少跑一次全程马拉松——算起来,迄今共跑了二十三次。

……写小说很像跑全程马拉松,对于创作者而言,其动机安安静静、确确实实地存在于自身内部,不应向外部去寻求形式与标准。

……超级马拉松带给我的种种东西之中,意义最重要的,却不在肉体上,而是在精神上。它带给我的,是某种精神上的虚脱之感。等我觉察到时,一种似乎称为“跑者蓝调”的东西,仿佛薄膜一般将我缠裹起来。

……在肉体上是痛苦的,在精神上,令人沮丧的局面有时也会出现。不过“痛苦”对于这一运动,乃是前提条件般的东西。正因为痛苦,正因为刻意经历这痛苦,我才从这个过程中发现自己活着的感觉,至少是发现一部分。

……我跑故我在。发现自己活着的感觉。

——这也许是跑步最朴素的理论,也许是跑步者追求的最高精神境界。

摘自《小康》九月刊下(财智版)

沈寂口述历史

沈寂口述 葛昆元 撰稿



党委书记说:“承蒙你看得起,但是你要请他到上海去写剧本,他的教学就不能完成了,希望你能够体谅我们。”我觉得党委书记说得也对,就和童恩正商量,在成都写也行。谁知,他又说:“我已经接到党委通知了,我的主要工作是教学,不要花精力写剧本,写小说。”我一听,僵掉了。上海他不能去,四川也不能写,那怎么办呢?

我急了,就和他商量,这件事怎么办?他说:“老沈你是编剧嘛,你就化个名,改一改好了。我挂个名。”我说不行,我编制只是个编辑,我们可以帮助作者写,但不能自己写。那怎么办呢?我想了一个办法,就是我先搞出一个提纲,你看看,如果同意,算你搞的。他同意了。

于是,我就在当时成都最好的宾馆里,天天开夜车写提纲。在宾馆吃饭,天天吃辣,舌头都麻了,没办法,只能到外面去吃。谁知外面的菜也是辣的。实在不行,我就去糕饼店买甜的糕饼吃,一天三餐吃糕饼,吃厌了就又改吃菜馒头。就这样弄了三天两夜,一个完全电影化的提纲赶出来了,实际上就是初稿。我拿给童恩正看了。他看了说好,写得比小说还要好。

他的父亲和哥哥都是科学家,这个时候已经在研究电脑了。我说给你哥哥看。他说我哥哥看过了,觉得很好。他还说:“他哥哥说:‘激光发展下去就是死光。’因此剧名也没错。”童恩正是研究考古的。

这样,我把这个剧本提纲带回上海,再加工成为剧本给石方禹看。他看了后问:“是谁写的?”我说:“是童恩正写的。”他又说:“剧本语句好像有点像你的。”我说:“你不要管,我是稍微加了点工,整理整理的。”两天后,石方禹对我说,剧本厂里通过了,可以拍了,我立刻打电话给童恩正。一般厂文学部通过了,厂长就通过了。徐厂长问:“科幻的镜头,我们的机器怎么拍呢?”我说:“可以请大家想办法。”

这时,童恩正倒顶真起来。他说:“这个剧本是你写的,虽然我是原著,但你是编剧。”我说不行。童恩正说:“这个剧本通过,我已经很感激你了。如果我自己写,写不到这样。”后来,剧本印出来,童恩正编剧。

39.不敢跟家里人说实话

本来看见刘雯雯我第一反应就是转身走,可是因为她身边坐的是李强,所以我稍稍迟疑了一下。就这么一会儿,我发现了刘雯雯在害怕。她不是自己想坐在那的,是被李强按在那的。刘雯雯也看到了我,可能人在危急的时候会抛弃一切恩怨尊严,本能地求求助,我从没见过她用那么无辜的眼神看我,记忆中的她总是那么高高在上,似乎每一次和她的对视,她都用向下的目光注视我,而这回,她黑黑的瞳仁里不再有一丝骄傲,那里面满是恐惧和哀求。

我还是转过了身。刘雯雯是最讨厌的人,同时刘雯雯也最讨厌我。我上初中这三年百分之九十的不愉快都是因为刘雯雯。要是没有刘雯雯,我这三年的人生会过得大不一样。自从认识了刘雯雯,我就在倒霉、在狼狈、在失去、在经历各种坏事,而没有一件好事。

就像要点分析一样,我心里一条一条过了我不帮刘雯雯的一万条理由,每一点都够我大步流星走一万次,但是我最终还是停在了门口。因为我想到了秦川,而偏巧不巧,刘雯雯是他喜欢的人。

我想到秦川对刘雯雯所有的好,为了她打架,为了她买早点,为了她听张信哲的歌,为了她去北海去游乐园,为了她和我彻底闹掰。一股脑想到这么多秦川为了刘雯雯做的事,我还是特别难过。尤其想到在我与她之间,秦川那么毅然决然地扔下了我,我就恨不得一走了之。但是我也想到了,如果他为之做了这么多的刘雯雯被伤害,他将会多么难过。所以我还是停了下来。

往李强和刘雯雯那边走去的时候,我一路骂着自己傻,大概我这样的蠢人要是不倒霉老天都看不过去吧。刘雯雯看到我眼睛就亮了起来,李强则有点慌张,他还是有些忌惮秦川,但很快他就发现我没跟秦川在一起,我因为害怕而一直在紧张地发抖。

“刘雯雯,走吧!”我壮着胆子说。刘雯雯忙起身,但马上就被李强拉了回去。“我跟她有话要说,你别多管闲事!”李强恶狠狠的,一点不把我放在眼里。“我也跟她有话要说,

你松开她。”我气势落了一半,但仍不肯屈服。“你再废话我打你信不信。”李强推了我一把,我一趔趄,顺势揪住了他袖子。“你干吗?放手!”李强甩了一下,没甩开,恼怒地大喊。

他和我纠缠的工夫,总算是放开了刘雯雯,她倒是机灵,连忙逃开了他身边。李强着了急,要抓她回来,却被我死死抱住了胳膊。

“快跑!”我大声朝刘雯雯喊,李强一脚朝我踹了过来。不用说,我都能想到当时我有多狼狈。

李强破口大骂连打带踹,可我死活拖着她,直到看着刘雯雯彻底跑出了我们的视线,我才松开了手。李强无奈地又骂了我几句,愤愤地走了。我拍拍身上的土,费劲地爬起来,想去揉揉被误伤的鼻子时,我突然发现了一件怪事。我左边的颈窝鼓起了一个包,而我的左手怎么抬,也够不到鼻子了。

中考前五天,我锁骨骨折,左臂脱臼。

我不敢跟家里人说实话,只能说是从小心从台阶上滚下来了,结果从我奶奶开始全家人劈头盖脸骂了我一顿。刘雯雯丝毫不辜负我的救命相救,消失得干干净净,那天之后连个慰问电话都没给我打过。而秦川,我真想一边冷笑一边抽自己耳光。我因为担心他难受而出头,但显然,他根本不管我难不难受。

我胆子小,不勇敢,更不是伟大的人。在我心底里,那天之所以会冲上去,并不是想高风亮节地等刘雯雯来跟我说句谢谢,我只期待秦川能像以往一样,揽住我说一句:乔乔,真够哥们儿!

可我什么都没等来,中考前一天,来的是我的小船哥,他从遥远的通县倒了三趟车来看我,给我买了冰淇淋,还告诉我他又考了第一,而我也一定会考第一,会和他考到同一所中学。

这让我更后悔了,我居然为了秦川弄伤了自己,左胳膊只能像个茶壶一样架着,恐怕考试的时候连试卷都按不住,这样的我要是辜负了和小船哥的约定,我肯定会抱憾终身。



九夜茴