

纵 横 神 州

二万五千里长跑

纪 实

弓峰著



解放军出版社

纵贯神州万里

纵 横 神 州
二万五千里长跑
纪 实

弓 峰 著

解放军出版社
一九九六年三月 北京

京新登字 117 号

书 名： 纵横神州二万五千里长跑纪实

著 者： 弓 峰

出版者： 解放军出版社

[北京地安门西大街 40 号/邮政编码 100035]

排版者：

印刷者：

发行者： 解放军出版社发行部

经销者： 新华书店

开 本： 787×1092 1/32

印 张： 11

字 数： 227 千字

版 次： 1996 年 3 月第 1 版

印 次： 1996 年 3 月(无锡)第 1 次印刷

印 数： 1——5000 本

书 号： ISBN 7-5065-3034-1/I·346

定 价： 12.50 元



一九九五年八月十日摄于
阿拉山口边防连了望哨。
背后即哈萨克斯坦。



一九九二年四月廿九日在北京接受中央
电视台孙正平同志采访。



一九九二年五月二日在天安门前与北京长
征长跑队合影。



一九九五年十月廿九日与浙江临安长跑队欢迎者合影。



骑车陪同横穿大陆
从太原到延安的老
伴陈全珍。



一九九四年元月十六日摄于山东荣成龙顶岛
“天尽头”。在起跑仪式上接受电视台记者采
访。



一九九二年七月十七日万里长跑抵达终点漠河时与
解放军边防连全体官兵合影。



一九九二年六月十六日在
哈尔滨。中坐者为黑龙江
省军区司令员唐作厚将军。



胜利在望。一九九五年八月十日即将抵达阿拉山口时。



一九九五年八月二日在新疆奎屯。中间题词者为中央电视台的节目主持人沈力。



一九九二年元月一日在海南天涯海角起跑线上。



一九九五年八月十日长跑到达终点阿拉山口后与边防部队官兵合影。



一九九二年四月廿七日摄于北京芦沟桥。



95.6.28 摄于嘉峪关城墙上。



一九九二年七月十七日摄于漠河黑龙江畔
(河对岸是俄罗斯)。

一九九二年七月十五日长跑在大
兴安岭原始森林中。



一九九五年六月十八日在海拔3800米的青海达坂山
上。

王峰同志留念

跑遍祖国大地
推动全民健身

王峰祖

一九九三年
十二月

雪峰同志纵横神州的
长跑壮举，体现了老同志热爱
祖国，老当益壮，倡导健身奉
献社会主义现代化建设的可
贵精神。

王秉毅

一九九五年十二月十八日

情系大地
献身长跑

王中



花甲之勇
继横神州

赠弓峰同志峭岩



纵横神州 25000 里长跑路线图



谨向与我风雨同舟,甘苦与共,纵横万里神州的跑友们致以崇高的敬意和衷心的感谢!

(以参加先后为序)

庄虔义(男)	65岁	主跑	济南	纵贯神州全程)
钱才伦(男)	60岁	主跑	无锡	纵贯神州全程)
李立成(男)	80岁	陪行	无锡	天涯海角—湛江)
郭玉伦(男)	63岁	陪行	济南	纵贯神州全程)
傅辉祖(男)	67岁	陪行	南京	天尽头—济南)
陈全珍(女)	55岁	陪行	无锡	太原—延安)
范玉清(男)	62岁	陪行	南京	西安—阿拉山口)
袁士华(男)	50岁	陪行	临安	乌鲁木齐—阿拉山口)
汤仁林(男)	43岁	陪行	临安	乌鲁木齐—阿拉山口)

纵横神州万里跑领队兼主跑

弓 峰 敬礼

一九九六年五月一日

序

甘洒热血写春秋

高瑞南

用“甘洒热血写春秋”来概括弓峰“纵贯”和“横穿”大陆万里跑的壮举是最恰当不过了。日前，他来我寒舍向我绘声绘色地讲述了他“踩着太阳的足迹”去攀摘“八千里路云和月”的坎坷征程，并取出凝聚他一腔热血铸就的《纵横神州二万五千里长跑纪实》的打印稿让我作序，真叫我既高兴又作难。

认识弓峰是在十几年前。那时，我在无锡市总工会当宣传部副部长，负责全市职工文体工作。弓峰在锡棉二厂职工子弟学校任教并在业余组建了后来闻名全国的太湖长跑队。十多年来，他数十次率队赴全国各地参加国际、国内登山、长跑比赛并取得累累硕果，在社会上产生了一定的影响，特别是，他前后组织过多次大型的超长跑活动，使我深为敬佩，无形中受到了感染，也曾多次活跃在他们的长跑队伍中，为他们呐喊助威，鸣锣开道，于是我们便从相交到相知。

而今，弓峰老师已离休三载，但他不甘寂寞，雄心依在，

为了把离休后的生活安排得更充实，他以三年的时间酝酿并实践了纵横神州大地万里长跑的计划。这在有些人看来很难理解，但弓峰在有关单位的支持下，义无反顾，周密准备，怀着不达目的誓不罢休的壮志，坚定地朝着他预定的目标一步一个脚印地闯关夺隘，并能在极其艰苦的环境和条件下，在体能和体力极度疲惫的困境中，不折不扣奋然前行，历时年余，胜利地完成了纵横万里神州的壮举。不仅如此，他还洋洋洒洒挥就了二十余万字的纪实文稿，怎不令人叹为观止！

我怀着惊讶和钦佩之情拜读了弓峰老师的《纪实》，眼前不时跳动着 he 干练的身影：头顶烈日骄阳，脚踏风雨雷电，以其超常人的“探险家”的胆略，先是从海南的天涯海角征战至白山黑水的漠河，一路为北京申办 2000 年奥运会声援呐喊；去年和今年他又先后在傅辉祖教授、老伴陈金珍和范玉清、袁士华、汤仁林陪同下，为宣传“希望工程”和全民健身又从山东黄海之滨的“天尽头”出发，过齐鲁、跨燕赵、越太行、翻吕梁、过黄河，攀登巍巍秦岭和长年积雪的祁连山，跋涉于“天空无飞鸟，地上不长草，百里无人烟，风吹石头跑”的茫茫戈壁，历时五个月，长跑六千公里终于如愿以偿抵达新疆博尔塔拉州的阿拉山口，这一壮举是何等的震撼人心！

弓峰老师的这种无私和无畏的献身精神，是他几十年风雨征程艰苦磨砺的“必然”；是他热爱生活、热爱大自然、热爱神州大地壮丽山河的真实写照；是他对大地母亲一种特殊感情的回报。不仅如此，弓峰老师还在筹划更为宏伟的计划——争取早日踏上祖国的宝岛台湾，作一次“环岛长跑”。我想海峡两岸同胞、骨肉同心，定会拥戴弓峰老师完成

这一夙愿的。

弓峰老师的这本《纪实》即将问世了,我认为,从某种意义上说,广大读者,特别是青少年,可以从中学到不少东西,可以增强爱国热情和学习作者的艰苦奋斗、顽强拼搏、朝着既定目标奋勇前进的精神。

“雄关漫道真如铁,而今迈步从头越”。生命不息,长跑不止,愿弓峰老师心想事成,再创辉煌!

一九九五年十一月二日

于江苏工人太湖疗养院

第一部

从南疆到北国