

亚洲第一人！打破欧洲选手垄断！ 外卖员跑出越野赛世界冠军

9月16日，意大利库马约尔，阿尔卑斯山的寒风裹挟着积雪掠过终点线的拱门。一个瘦小的身影，在头灯的微光中跌跌撞撞地冲了过来。65小时55分22秒，赵家驹，这个从小山村跑出来的外卖小哥，拿下了“巨人之旅”330公里越野赛的冠军。他将原纪录缩短了13分钟，彻底粉碎了欧洲选手长达16年的冠军垄断，成为该赛事史上首位跑进66小时的亚洲人。

本版撰稿 本报记者 张立

跑步送单训练耐力 好友遇难警醒自己

消息传回国内，人民日报第一时间发文道贺。整个越野跑圈沸腾了。可鲜少有人知道，这66小时背后，是怎样的血肉相搏。

“比赛第一天晚上我异常兴奋，一点都感觉不到冷，当时穿的是短袖。104公里出站的时候，浑身热气腾腾，我感觉像热血燃烧过一样。”赵家驹回忆，但到了后面100公里，身体已经逼近极限，“那时候脑子里已经什么都不敢想，只能使劲晃悠自己的身体，感觉眼前都是模糊的。只要不专心、不专注，眼睛慢慢就会模糊起来，感觉整个人要倒下来。”他说，“我就使劲咬自己的舌头、咬紧牙关，有时候实在不行了，就用手抽自己几巴掌，让自己保持专注。”冲过终点后，他对着镜头说了一句话，眼皮还在打架，“生不如死，最后一次跑超长距离。几天几夜不睡觉，特别困的时候使劲打自己几巴掌，靠意志熬过来。不要尝试太长距离。”这块金牌，是拿命熬出来的。

然而，荣耀的光环尚未散尽，舆论的风向却悄然偏转。赵家驹送外卖、洗盘子的底层过往被扒了个底朝天。他的妻子、母亲，乃至已故跑者梁晶，都被卷入了这场没有边界的人肉审视。

一个出身平凡的长跑爱好者，靠两条腿翻山越岭，站上了全球超长距离越野跑的最高领奖台。这本该是一个关于坚持与热爱故事，却被硬生生异化成了一场没完没了的隐私围观。

很多人压根没真正理解“巨人之旅”有多残酷，这正是舆论走偏的根源。这条赛道纵贯意大利、法国、瑞士三国，全程3361公里，累计爬升超过两万四千米。翻越25座海拔超过2000米的山隘，完赛率常年不足六成。选手们要在阿尔卑斯山的崇山峻岭间，经历昼夜温差、高海拔缺氧、体能枯竭的重重考验。能站上这条赛道，已是万里挑一；能跑完，已是英雄；能夺冠，是传奇。

赵家驹的传奇，不是从阿尔卑斯山开始的。他的起点，在乡间小路上，在外卖箱的颠簸里，在洗碗池的泡沫中。“我没有别的路可选。”赵家驹直言，跑步不需要花钱请教练，不需要复杂的条件，“是性价比最高的投入，也是我离冠军最近的渠道。”

19岁那年，他来到杭州做外卖员。同行骑手都骑电动车送餐，唯独赵家驹跑步送单。背着外卖箱、手提餐盒穿梭于街道天桥，他把每一趟送餐都当作耐力训练。酷暑暴雨，长途重货订单他都主动承接，日复一日锤炼心肺与腿部力量。他说这叫“带薪长距离训练”。妻子亚薇后来回忆，那段时间赵家驹兜里常常不足250元，收入仅够吃住，几乎没有结余。

2017年，他辞去外卖工作，成为全职越野跑运动员。那一年，他22岁。从外卖箱到越野赛道，从城市街头到阿尔卑斯山巅，这条路他跑得并不轻松，但真正让他背负前行的，远不止生活的重量。赵家驹的过往，远比人们想象的沉重。梁晶，那位在甘肃白银越野赛中不幸遇难的挚友，是他心中永远的痛。

2023年，赵家驹征战日本富士山超级马拉松并夺冠。赛后采访他说得很直白：“这次来富士山就是奔着冠军来的，为的就是弥补好兄弟梁晶2019年没有夺冠的遗憾。”还有一句更短、更重的话：“我这次夺冠也就意味着他夺冠。”

梁晶比赵家驹大五岁，是他亦师亦友的兄长。2018年，梁晶向品牌推荐赵家驹去参加八百流沙极限赛——那是赵家驹第一次跑400公里。比赛跑完，他的体重从114斤掉到98斤。但这场比赛改变了他的命运，有品牌看到他在400公里里的表现，给了他人生第一份越野跑签约合同。

2020年崇礼168公里比赛，两人彻夜交替领跑，距离终点仅剩500米，梁晶主动减速，让赵家驹冲刺夺冠——因为他深知这个冠军对年轻的赵家驹意义重大。

2021年5月22日，梁晶在黄河石林山地马拉松中遇难。赵家驹赶去当地处理后事，后来，他在自传《往前跑》里写下一句话：“我总让他少跑一点，但他并不听，或许他就是为跑而生的吧，也或许这就是‘中国超马之王’的宿命吧……”

吸取了好兄弟遇难的教训，赵家驹对自己的要求更加严格。“强制装备我们都要带，细节上也更加注意，一旦遇到突发情况，该退赛就退赛，我经常告诉自己不要太拼了，不能因为一场比赛断送了以后的生活。”在自传的最后一章，他用30多页的篇幅给越野跑爱好者提供详细的跑步注意事项，最后告诉大家：“每个人都有许许多多的选择，旅途终点都是一样的，你不一定非要跑着去！”



别人背后是团队，他只有妻子

赵家驹能拿世界冠军，背后离不开妻子亚薇的硬核兜底。在“巨人之旅”的极限赛场上，亚薇不仅是他的精神支柱，更是他的后勤指挥官。赵家驹没有专业后勤团队，所有后勤保障全部由妻子一人包揽。她专程飞赴意大利，全程驻守在各个补给站。别人背后是团队，他背后只有一个人。

“欧洲赛场大多只提供冷能量胶，她特意备了温热汤水。赵家驹冲进补给点的那几分钟，她要完成按摩双腿、更换湿透衣物、裹羽绒服、递热食这一整套流程。”六十多个小时里，她跟着辗转各个补给站，几乎没有合眼。赛后，当所有人围着他庆祝胜利时，赵家驹最先想到的是亚薇：“她

太辛苦了。”

这份爱情，没有惊天动地的誓言，只有日复一日的托举。两人谈恋爱时，赵家驹住在杭州的出租屋里，一无所有，还欠着十几万的外债。周围亲友劝亚薇别嫁，理由很直接：这个男人终日进山跑越野，伤病风险高，收入起伏不定。她没听。那时候亚薇做模特，就住在他隔壁。

2025年，赵家驹第一次参加巨人之旅，跑到203公里时因身体状态不佳遗憾退赛。亚薇背着补给包，上山接应疲惫退赛的丈夫。一个人在你低谷落败时愿意奔赴山路、全力奔赴向你，这件事的分量，不比夺冠时站在终点小。

辟谣背包里背着“裹尸布”

如今，当聚光灯打在他身上，人们却更热衷于翻找他的过去，而不是理解他的现在。送外卖、洗盘子，这些不是需要被“扒”出来的“历史”，而是一个普通人逆天改命的勋章。

赵家驹夺冠后，有传言说他背包里背着“裹尸布”。他予以否认，解释这应该是家人之前看到“八百流沙”赛事手册上关于意外运尸费的规定后产生的误解。2018年，他参加八百流沙时只有23岁，成为该赛事史上最年轻完赛者，报名费包含遗体从戈壁事故地点转运到城镇的费用。一个23岁的年轻人，站在戈壁滩上，平静地签下那份包含运尸条款的报名表时，他在想什么？

跑完330公里后，赵家驹脱水了十几斤。这几天，他上半身恢复得不错，但腿部依然酸痛，脚

肿得变大了一码，预计完全恢复到比赛状态还需要两个月。他说，真正的考验是在这场比赛中，他几乎没有真正睡过觉，“在极度疲惫的状态下坚持跑到终点是最难受的部分。”

阿尔卑斯山的雪，终年不化。赵家驹从山巅跑下来，回到人间烟火里，依然是那个沉默寡言、埋头奔跑的少年。他跑过的每一步，都踩在实实在在的生活之上。当赵家驹站在“巨人之旅”的领奖台上，那些曾经的标签——外卖员、保安、搬运工——不是需要被抹去的过去，而是这条冠军之路最坚实的“路基”。赵家驹感慨：“要打败的那个人就是你自己，痛苦就是使我更强大。”

英雄不问出处，但英雄的出处，恰恰是这个时代最动人的注脚。