

从北京跑步去武汉

37天1300公里 河北小伙的“疯狂”之旅

朱荣琛

“人生没有标准答案，自己开心就好。我就是为了去寻找属于我自己的那个答案。”4月30日下午，正在武汉街头寻找酒店的贾宁这样说。来自河北衡水的贾宁是一名马拉松爱好者，曾三十多次参加马拉松比赛，今年3月23日，他从北京出发，一路跑步前往武汉，4月28日他进入武汉境内，行程1300公里。此前，他已经从北京跑步去过石家庄、济南、郑州等6个城市。

每天一个半马
最多一天跑了45公里

贾宁来自河北衡水，今年39岁，十年前跟随父母来到北京工作。他与跑步的缘分始于2017年。那时快30岁的他为了锻炼身体开始加入跑步队伍。“我尝试过骑车、打球，都觉得不适合我。跑步挺好，有腿就行，有鞋就行，也不用找伴，也不用找场地。”他对跑步的热爱一发不可收拾，先后参加了国内30多次马拉松比赛，家乡的衡水湖马拉松赛更是多次参与。

2025年4月19日，全球首个人形

机器人半程马拉松在北京举行，机器人“天工Ultra”以2小时40分42秒的成绩夺得冠军，贾宁正是“天工Ultra”的领航员。这一年开始，他萌生了一个有些“疯狂”的想法：从北京跑步去到全国的城市。

“我是从去年六月份正式开始，石家庄是第一站，后来去了济南还有上海，这次的武汉已经是第7站。”他说，3月23日，自己从北京出发，一路匀速前行，在4月28日进入武汉境内，一共用了37天。一般情况下，他每天早上八九点出发，给自己规定是跑30公里，“如果跑到30公里处有住的地方，那我就一步也不往前跑了，但基本都是会超几公里才能找到住处。”最远的一次，贾宁跑了45公里才找到住处。每天跑步加上休息的时间，他说大概需要五六个小时。

据贾宁介绍，在他跑步途中，有一位伙伴骑着自行车帮他带着行李，其他的补给全靠沿途就地解决。“渴了我就买一瓶水，旁边有吃的就直接买个饼、吃碗面、吃个快餐。”在三十多天的行程中，他只休息了两天：一次是因为下雨跑了15公里后怕感冒第二天不敢再跑，另外一次是因为前一天跑了

45公里。

被质疑“假跑”博流量
贾宁觉得不必回应

贾宁在短视频平台有一个账号，叫“贾宁爱跑步”，有1.2万粉丝。每天跑步开始前，他都会发一条视频，记录跑步时间和地点。不过，这些视频也引来了不少质疑的声音。很多人认为他根本没有跑，是在“假跑”，靠此博取流量，有人还声称“在火车上看到了他”。

对于这些质疑，贾宁表示自己没有精力去解释，也感觉没必要。“我跑我的，我不太会拍视频，没有团队，只是单纯记录而已。”在他看来，这些质疑的声音能够理解，毕竟每个人的想法、思维都不一样。“有流量我也跑，没流量我还是会接着跑。”

对于大多数人而言，跨越上千公里的旅程，高铁和飞机是理所当然地选择。为什么贾宁却选择了一种近乎“苦行僧”式的方式。贾宁表示，他就是喜欢跑步，觉得人总是需要出去走一走、看一看，“我没有读万卷书，那就行万里路。”为了这个跑步计划，他甚

至辞去了在北京的工作。“等手里的积蓄花完了，我再回去挣吧，现在就先干这个事。”被问及家人的态度时，他说，因为之前有过好几次成功跑步到另一个城市的经历，现在家人很支持。

有人专门来“打假”
看到真跑后竖起大拇指

三十多天的路途，给贾宁留下了不少温暖的记忆。路上他曾遇到一位喜欢跑马拉松的外卖小哥，得知他从北京跑步去武汉，专门给他买了水。聊天时外卖小哥激动地说贾宁做了自己想做不敢做的事。还有人专门根据他的行程来现场“打假”，见到他后说：“哎，你还真跑呀？”贾宁回答：“我当然真跑了。”对方随即竖起大拇指：“要真跑，给你点赞。”

抵达武汉境内那一刻，贾宁一开始格外激动，瞬间之后他内心就平静下来，“过程其实最重要，到了也就到了。”接下来，他打算在武汉玩两天，然后回家休息一段时间，之后还会继续出发。

“人生本来就是经历，大胆一点。”贾宁说。

“新交警”上岗

今年“五一”假期，沧州市首台体验式智慧交管机器人在吴桥投入使用。该机器人集指挥、劝导、宣教于一身，可24小时自动化指挥交通，精准识别未戴头盔、越线停车等行为并进行语音劝导，还能开展反诈及交通安全宣传，有效缓解一线警力紧张，助力智慧交通管理。

孔大龙 摄



雨夜救助

刘家宁

5月2日晚，高速交警鹰手营子大队通过视频开展日常路面巡检时，发现辖区深圳方向840公里慢车道内停放一辆货运车辆，车身有冒烟现象，因为下雨路面湿滑，通行安全隐患极大。

指挥中心迅速指派警力赶往现场处置，到达现场后，执勤民警第一时间布设安全警戒区域，规范摆放警示标志，分流过往车辆避让，严防次生事故。民警现场了解得知，该车行驶过程中左后轮胎高温冒烟，驾驶员在处置过程中被轮胎灼伤，情况危急，急需救助。询问过程中民警发现驾驶员全身被雨淋湿，加上受伤在驾驶室瑟瑟发抖，随即将自身雨衣脱下给司机御寒保暖，同时指挥中心得知情况后迅速与承德市第六医院对接，民警将伤者带至鹰手营子站口与第六医院急救部门完成救援交接。

现场处置完毕后民警来到医院查看伤者情况，得知伤者无生命危险后才放心。

在定州贡院沉浸式体验考科举

边义婷

“状元就是考试第一名，我也想当状元！”5月2日，来自北京的9岁小朋友吴翊尘和家人在定州贡院，观看了一场清朝科举考试。

定州贡院是全国重点文物保护单位，始建于清，是中国北方唯一一座保存较为完整的科举考场，是古代科举考试的见证者。“五一”假期，定州贡院推出沉浸式“科举考试场景再现”体验活动，以实景演出、互动体验的形式，让游客穿越时空，身临其境感受科举的艰辛与中举的快乐。

随着一声铜锣敲响，定州贡院的大门徐徐打开，“学政”庄严宣布，“定州院士考试，现在开始。诸生安静，点名入场。”紧接着，身穿古装的“考生”被点名后，经历搜身环节再有序

进场，完整复刻了考生入场、考官宣规、考场执纪、放榜簪花、巡游拜谒等经典场景，情节紧凑，仪式感十足。

“吉时已到，开始放榜。”高潮环节，放榜仪式隆重举行。“学政”高声宣读榜单，状元、榜眼、探花依次登台，簪花披红，发表感言。随后，全体人员列队敲锣打鼓，绕场巡游，前往文庙拜谒孔子，现场掌声、欢呼声不断。

“以前只在电视里看过别人参加科举考试，这次近距离感受到了古人金榜题名时的快乐，很有趣。”邢台游客李梦特意用手机记录下了放榜仪式。

演出结束后，贡院内参观的游客依然络绎不绝。在贡院的东侧，武举考场的呼喊声此起彼伏。这里还原了古代武举考试的步射、掇石等项目，让游客上手体验当时武者“力能

扛鼎”的气魄。

“希望通过这样的形式，让大家加深对科举制度的了解，感受中国传统文化。”定州贡院运营经理程泽民说，5月2日当天游客数达到6500人，除河北地区外，还有不少游客来自北京、天津，甚至南京和辽宁等地。

“五一”假期期间，定州市推出了一系列主题鲜明、形式多样的文旅活动，覆盖国学礼仪、科举文化、国风游园、非遗展演、惠民演出等多个领域。此次科举情景再现活动，是定州深入推进文旅融合、活化利用历史文化资源的重要举措。活动依托贡院真实历史场景，用艺术化手段让静态文物“活起来”，让传统科举文化可看、可感、可体验，既丰富了“五一”假期文旅供给，也为游客带来别具一格的文化体验。



乐享假期

5月4日，游客在唐山市丰南区街头老街景区观光游览（无人机照片）。近年来，河北省各地文旅产业持续向新而行，满足不同消费群体的需求，激发文旅新活力。

新华社记者 杨世尧 摄