例 艾滋病人较去年下降2%

中国艾滋病病毒检测量占全球三分之一

新华社图

■为艾徒步

85后青年“为艾走一月”

史无前例的最长最远“爱滋徒步”彰显防艾决心

今年是1987年出生的上海青艾健康促进中心总干事、上海市青年五四奖章标兵卜佳青的30岁生日，今年9月当他在朋友圈公布了自己想要来一场说走就走的“爱滋徒步”的时候，所有人都觉得不可思议。51天，1100公里。在12月1日一年一度世界艾滋病日前夕，卜佳青用自己的脚丈量了中国的十几座城市，沿途收获了无数人的点赞和大家对防艾工作的认可。 **青年报首席记者 范彦萍**

每走一公里都是突破极限的挑战

经过9年多的坚持，在业内已经小有名气的卜佳青今年参加了一场培训，他曾经问过教募捐课的老师，“怎么才能吸引捐赠对象？”老师的回答是，“有特色。”

坐在北京回上海的高铁上，当广播里传出“本次列车终点：上海”的声音时，一个灵感应运而生，“对，就是它了。”

他要从北京徒步回上海，来一场为期一个多月的“爱滋徒步”。此前，他曾连续两年在世界艾滋病日前夕举行过十几公里的徒步活动，为艾滋病患者筹款，但跨省市长周期的徒步募捐行动，在全国都没有先例。

这是一场说走就走的“旅行”。而且一走就是1100公里。9月24日，从京津冀交界处G2廊坊出口，他开启长达51天的徒步行动。

按照原计划，他每小时要走5公里，第一天的徒步时间为6小时。在国道附近的第一个小卖部买好东西后，前方没有了补给点。在黑漆漆的国道上顶着丝丝凉风艰难前行，他突然意识到自己失算了。“国道上没有路灯，又饿又冷，沿途没有买水和食物的地方。当时的我犯了两个失误，第一我没算休息的时间，以为可以一直不停地走。第二我无法做到全程保持每小时5公里的匀速。”硬着头皮又从晚上7点多走到晚上10点，每走一公里对他而言都是突破极限的挑战。

第二天，浑身酸痛的他继续徒步30公里路，走了近48000步，当地人听说他的徒步经历很是友善，让他和同伴免费用水用电。

行至河北时，他邂逅了一名打赤膊的男子。看着眼前这位拄着拐杖、清清瘦瘦戴眼镜的斯文男生，对方好奇地询问他是干嘛的？来自哪到哪去？此时距离出发点不到200公里。当卜佳青告诉对方自己是从北京过来的，要到上海去时。对方笑话他这个牛皮吹大了。下午时分，他在县城里再次巧遇了这名男子。“咦，怎么又是你？”两人在各奔东西后再次相遇，中间相隔30公里路。唯一不同的是，对方是开车，卜佳青和同伴靠的是两条腿。“你们太伟大了。”男子给卜佳青和同伴拍了一张照，又让自己的老婆孩子一起和他们合影。两人互留了微信。当天，卜佳青在他的朋友圈看到了这样一条更新，“牛人，从北京走到上海。”

在河北，他还遇到一名火锅老板，得知他们的公益行动时，本来想为卜佳青一行免单。但卜佳青执意不肯，后来只肯收成本费。在看了受助者的视频后，他还转发了链接。这让卜佳青异常感动。

在徐州靠近宿州时，他采访了一名镇上的餐馆老板娘，调查她对艾滋病的理解。“艾滋病啊，吃饭不传染的。不过，得病的人生活作风不好。”这样的回答已经出乎卜佳青的意料，“这些年来，艾滋病的普及工作做得很不错，哪怕是村民对艾滋病的知晓度也提高了，虽然仍有一些误解，但我们需要给社会公众一定的时间去适应对这个疾病的认识。”

徒步第40天时，卜佳青一行到达肥东县，拜访了当地的青卫健康服务中心的负责人，也考察了安徽医科大公共卫生系的讲座平台。“其间我们还见了多位艾滋病病毒携带者，他们有的因为看了感染者Ben的视频深受感动，有的是青艾曾经的服务对象。其中一位我印象特别深：当时他求助我们时CD4已为个位数，并且因此失去一只眼睛的视觉功能。可他并没有因此放弃，如今他的生活工作都还算不错。艾滋病没有再给他的生活带来更多的伤害。如果他当时放弃了，可能今天也不会出现在我们面前了。”

卜佳青用自己的脚丈量了中国的十几座城市，沿途收获了无数人的点赞和大家对防艾工作的认可。 受访者供图

51天酸甜苦辣体验浓缩的一生

“全程51天，1100多公里。‘酸甜苦辣’让我们难忘终身。途中有快乐、有郁闷、有寒冷、有温暖。有的人家办婚礼、有的人家办满月酒、有的人家办丧事、有的人家下葬出殡。有路过医院、有看到殡仪馆、有途经小区、有走过墓地。这51天，就是一部完整的人生史。人人都有走完人生的平等机会，只是有的绽放光芒、有的虚度年华。我们依旧没有后悔自己选择的徒步、依旧没有后悔自己选择的事业。人人可公益、人人要防艾将伴随着我们的一生。”11月25日，卜佳青在朋友圈写下这样一段话。

幸运的是，这次并非一个人的独行。从廊坊到山东济南，在青艾实习的华政大学生朱海涛陪他走过了最初的10天，济南到后半段的行程则有艾滋病毒感染者Ben陪伴。行至山东曲阜时，在看到他爱滋徒步的消息后，当地一名昔日的艾滋病救助同行自告奋勇陪着他走了整整一天，用实际行动作为支持。

徒步的过程堪称艰难，尤其是第一周。“那时，我和朱海涛每过五公里就要相互鼓励一次，之后我们每走一公里就要相互加油，再到后来是500米。而且我们只能走不能坐，否则就站不起来了。那时脚都走得麻木了，全是泡，因为水土不服，起初连饭也吃不下。”

为了保障安全，随行的还有一辆直播的保障车，一天，司机兼网络直播员在镜头前说，“今天，我们已经走了200多公里，这在中国的版图上，不是一个点，而是一条短线。这些天的徒步，让我们意识到人是多么的渺小，有时候三天都走不出一个城市，但10天后我们看到了变化，就好比我们做的事一样，积硅步以致千里。”

沿途，他还赴武汉、上海、苏州、南京等高校做防艾宣传，与大学生讲述自己的徒步经历。学生们一开始觉得不可思议。在看到他播放的脚上起泡的照片和沿途拍摄的影像资料时，纷纷询问他为何有这样的毅力。不仅如此，他还尝试建立京沪互动带，走访了从北京到上海的相关机构，与它们互动交流。

卜佳青“为艾走一月”的行动感动了无数人，时不时有人捐钱点赞，借助慈善基金会平台，这次行动陆陆续续募集了近10万元的善款。

11月11日是他徒步的最后一天，他从苏州出发，看到通关口的“上海”两个大字时，几欲流泪，“终于回家了。”他越走越快，迫切地想要回家见见爸妈，抱抱两条爱犬。

11月25日和26日，他又邀请了130多名大学生志愿者和卫生工作者分别从昆山走到了青浦，又从青浦徒步至静安公园。

在谈及徒步的初衷时，卜佳青坦言，今年6月份自己刚过30岁生日，他希望做一件有挑战的事。“明年是上海青艾创办10周年，我希望机构能重新回到起点，不改初心，思考未来，这是我做这件事的目的。”

“其实，第一年当我说要为防艾而战的时候，自己心里也没有底。有的话是道德层面‘强加’给你的，而非由内而外的感悟，这种信念是经过某些事后形成的。就好比同样谈死亡，20岁的人和60岁的人不同一样。”卜佳青说，这次徒步更增强了他从事防艾工作的信念。