

要在烈日當空、廣袤無垠的沙漠中完成總長約250公里的比賽，期間還要背起重約十公斤的背囊，光聽就已經感到相當艱苦！張展霖（05 新亞經濟）就是在這樣的情況下完成撒哈拉沙漠馬拉松（Marathon des Sables）。

# 張

# 展霖

# 撒哈拉跑出啟發



皮膚黝黑、精神飽滿的張展霖，驟眼看，會以為他已擁有多多年越野賽及馬拉松的經驗，但原來他是在前年才首次參加類似活動：「我是在2011年第一次參加毅行者活動，由於沒有經驗，加上天氣惡劣，食物及身體又出現問題，最終未能完成賽事。」

這次的挫折對張展霖來說非常深刻，但他並未有放棄跑步，反而成為一種推動力，激發他不斷堅持練跑，並且參加多項馬拉松及越野

賽跑比賽，例如今年2月參加渣打馬拉松的半馬比賽，又在10月完成了雷利衛徑長征越野跑步比賽，更為人樂道的是，他完成了4月的撒哈拉沙漠馬拉松。

### 沙漠露營初體驗

撒哈拉沙漠馬拉松始於1986年，參賽者除了要面對沙漠的極端環境，亦要在沙漠露宿6晚，食物等日常用品更要由參賽者自備，因此被外國傳媒稱為「地球上最艱苦

在沙漠底長滿水泡，並且要在比賽期間繼續跑，是最痛苦的一件事。這是張展霖的一件





的賽跑比賽」(The toughest foot race on Earth)。無論有多充足的準備與練習，首次到沙漠的張展霖仍然面對種種困難：「自己並沒有露營經驗，而且晚上的沙漠寒冷，風又大，因此第一晚並不適應。」而且每日都要背着日常生活用品和食物的背囊，令雙肩到現在仍隱隱作痛；腳底的水泡和小腿的傷患更是辛苦。

### 營地聊天樂趣多

有苦自然有樂，張展霖十分享受在沙漠中，由高處衝落山的刺激感，也很享受每天的新風景和認識新朋友的過程，比賽期間，與隊友及其他參賽者返璞歸真的情懷，也使他印象十分深刻：比賽期間雖然不是與世隔絕，但每人每日只可使用大會的電腦去收發一封電郵，但在沒有電話網絡的沙漠世界，與隊友及其他參

賽者暢談就成了娛樂活動之一。他憶述，這種全心全意的談天說地，就像回到兒時的時光。

### 難忘傷健參賽者

除了返璞歸真的情懷令張展霖難以忘懷，比賽期間更有不少畫面使他仍然歷歷在目：「參賽者之中，我曾看見有兩位是失明人士，

“我在比賽途中完全沒有想過放棄，因為曾在毅行者放棄之後，自己不想再經歷這樣的挫敗感。”

亦看見只有一隻腳的傷健人士，更難忘的是看見一班來自法國的消防員，為求籌款，前後拉着一輛車，車上坐着一位殘疾的小孩，當你看見這些景象時，你就更加不可能放棄！」

### 越野賽腳踏實地

他坦言，自從愛上越野賽跑之後，對自己的人生觀有很大的改變。「以往自己處事已很獨立，但參加過越野賽跑之後，就明白紀律和合作的重要性。」他續指，越野賽跑就如人生一樣，如果每每都走捷徑，損失便可能會更大：「曾經試過在西貢練跑時，因想省時及發掘新風景，便選擇走捷徑，最後卻發現遺失了一副昂貴的太陽眼鏡。」越野賽跑令他明白到，凡事應要腳踏實地，走捷徑雖可節省時間，但最終可能得不償失。

唸大學時，除了籃球隊要求每星期由新亞跑落山之外，張展霖很少跑步。他說，現在參加比賽是希望日後有一些特別的事情可以讓兒女知道，從而影響他們。他笑說，希望將來兒女會知道爸爸參加過這個比賽，會覺得爸爸好厲害。



撒哈拉沙漠馬拉松吸引世界各地不同的參賽者。張展霖說，其實每年的賽事都有不少香港人參賽。



張展霖(右1)在比賽期間認識了很多不同國籍的參賽者，圖中為來自英國及保加利亞的參賽者。



張展霖憶述，當地的青少年可在沒有帶備食水的情況下，在沙漠裏神出鬼沒。

## 後記

主辦單位容許參賽者利用大會電腦收發電郵，與親友保持聯繫。張展霖說，最「失望」的一次是只收到太太的一句「Add Oil」，而且，很多時太太只是稍為慰問他一下，表現冷淡，反而更關心他的隊友。不過驚喜的是，當他回到家，太太便送上比賽期間的一疊親筆信，使他十分感動。在沙漠中「熬」了數日數夜，回家便得到太太的這份心意，相信多辛苦，也是值得的。



寸草不生的沙漠，對每位參加者都是一種挑戰。