

張樹槐

人生 馬拉松

44歲才開始跑第一個全馬，12年間征戰六大洲，於20個地點完成45次全馬賽事，加上半馬與十公里賽，總數超越50次。看來絕不似「鐵人」的張樹槐（79 新亞新聞及傳播），以雙腳丈量了近2,600公里，足以由香港跑到日本。

張樹槐的跑步緣，最早要追溯到中大一年級。那時每逢統計學測驗後，他都要到崇基運動場跑幾個圈減壓。時光荏苒，待重拾跑步，已是不惑之年。不過，他卻享受遲來的跑步成果：「只要努力，你會發現可成就的比自己或別人想像都更多。」

熱愛跑步做「特務」

最狂熱的時候，張樹槐會在周末「付出」14個小時練跑，最高紀錄是一星期練跑150公里，但亦因此多次受傷。除日常工作外，當別人仍在睡覺的清早六時或午夜十二時，他都在跑步，甚至前一晚跑完悉尼馬拉松，這位金牌傳訊達人會連夜乘坐飛機，趕及翌日清晨五時抵港，八時如常上班，難怪同事都笑他有如特務007。



2012年，張樹槐挑戰珠穆朗瑪峰馬拉松，幾經艱辛，終能成為首位完成這項全球海拔最高馬拉松的香港人。

2012年，張樹槐挑戰體能和心理的極限，目標是海拔與難度均極高的珠穆朗瑪峰馬拉松。在尼泊爾步行七天共80公里，才到達海拔18,000呎的基地營準備出發。高原比賽，挑戰極大，當時的艱辛至今仍歷歷在目：

「高原反應很嚴重，頭痛、作悶、十隻手指麻痺，坐着不動也異常疲累。」比賽路上，張樹槐經歷過迷路、筋疲力盡等磨難，全靠堅定的意志和信仰給他無限的心靈補給與力量，終能成為首位完成這項全球海拔最高馬拉松的香港人。

基督徒不同體驗

已信耶穌三十年的張樹槐把跑步和工作的成就歸於上帝，以三等榮譽畢業的他說：「我相信勤能補拙，一步一腳印，事業發展還算不錯，但那不純粹是個人的努力，而是上司給我的機會和上帝的恩典。」他認為，基督徒與非基督徒在不同的生活領域及精神層面上，就像馬拉松跑手與非跑手般，對自身的經歷和感受會有不同的體驗和詮釋。



張樹槐小檔案

| | |
|-----------|------------------|
| 1979 | 香港中文大學新亞書院社會科學學士 |
| 2005-2010 | 中大新聞與傳播學院校友會主席 |

曾在六大洲20個地方完成45次全馬，又參加過毅行者、國金慈善跑等其他特色賽事。最新完成的挑戰為：攀上海拔6,300米高的阿根廷Aconcagua山。最佳跑績：3小時47分鐘完成42.195公里馬拉松賽事