

挑战魔鬼沙漠马拉松

文 / 亚德哈罗南德·芬恩

疯狂的地方——就能碰到疯狂的人。始终面带笑容的意大利人迪诺·博内利 (Dino Bonelli) 说。他是我的帐篷宿友与长跑搭档。他指的“疯子”是我与他以及其他约 75 名参赛者，所说的“疯狂地方”就是位于阿曼沙漠腹地。从 Bidiyah 村到阿拉伯海 (Arabian Sea) 总共 6 天、全程为 165 公里 (约 102 英里) 的赛程，我们已跑完了一半，而且是在背负所有个人物资、在近 40 摄氏度的高温下穿越松软的沙漠。不能否认，这实属疯狂。

第三届阿曼沙漠马拉松赛 (The third Oman Desert Marathon) 于 11 月初拉开帷幕，Bidiyah 村村民身穿白色长袍、腰里别着剑与 iPhones，为我们表演了象征开赛的舞蹈。我们随后开跑，背着行囊沿公路跑了大约 100 米就进入了沙漠地带。10 分钟后，就彻底离开 Bidiyah 村地界，向沙漠深处跑去，接下来的 6 天完全与尘世隔离。

最初的 10 公里我跑得还算稳定。我的背囊很沉，但它们设计得颇为精巧，所以几乎不影响行进。我努力跑到第一个服务点，在这儿给水壶补充饮水。

我也希望自己完成极限赛事后，能面目一新，对自己有更深了解。但我距离这个目标仍任重而道远。

我不断在想硬质沙地很快就会出现，但翻过一座座起伏的沙丘，却发现沙质越发松软。第一天 21 公里的赛段临近终点时，我差不多是以走代跑，但即便如此也异常艰辛。尽管这样，没人在这期间追上我，因此我认定其他选手也是以走代跑。

抵达终点后，露营地已搭建完毕：柏柏人 (Berber) 的大帐篷一面大开着。我们每天的宿友是固定的，在一周时间里，彼此也就慢慢建立了友情。对于很多人来说，这也是这些赛事的魅力所在。我发现多数室友是意大利人，除此之外，我的宿友还包括一位英超球员的母亲、一位比利时生物工程师、一位性格开朗的南非人以及一位英国军人。我在帐篷阴凉处倒地而睡，深为自己完成

首个赛段高兴，并寄希望于明天能是硬质沙地。

但接下来的两天，沙路毫无改观，第三天仍是依然如故。事实上每一天的赛段都是起伏的松软沙丘。旗帜标示着方向，但有时彼此之间距离间隔太远，自己似乎感觉永远无法企及。待跑到插在沙丘顶的标识旗杆时，却突然发现远处的下一竿标旗，于是继续费劲挪动步子，在能跑的地方跑，跑不了的地方则步行。最糟糕的是沙子看似坚硬，自己开跑，却踩到松软沙子，此时的大腿却不听使唤了。这类情况接二连三发生。

渐渐地，我学会了如何辨别沙质，哪些为硬质沙粒堆。内含碎石表明沙地更为坚硬，骆驼脚印也是很好的标识物。骆驼似乎清楚如何以最佳路线穿越沙丘地带。

我们每天不断消耗随身携带的冻干食物与蛋白块，身上的背囊也就变得越来越轻。尽管在狭小的背囊内尽可能多装高热量食品是诀窍，但也就难以再兼顾食品种类与口味了。

跑完第四天，我似乎适应了这一切。赛程最长的一段，长达 26 英里 385 码 (约 42.2 公里)，完全等同于马拉松赛。比赛前，我们在帐篷里围站成一圈，组织方念了截止目前为止前 20 名选手的名字。这些选手将晚出发两小时，我也名列其中。

坐在优秀选手阵营等待时，深感自豪。我们挥手送别其他选手后，回到帐篷做最后的准备工作：给水壶灌满水、补充电解质、处理脚上起的水泡、涂抹防晒霜以及缠好护腿 (防止鞋子进沙子)。空气里弥漫着紧张气氛，真正的较量开始了。领跑的男选手是摩洛哥人与约旦人，他们从小就适应沙漠环境，尽管领跑的女选手是瑞典人伊丽莎白·巴恩斯 (Elisabet Barnes，她也是今年的摩洛哥撒哈拉沙漠地狱马拉松赛冠军)。我问她成功秘诀时，她笑着回答道：“在沙地跑步有技巧。”但此时临时抱佛脚显然已无济于事。第五天的比赛开始了！

身居快组也有不利因素。我很快就掉队，形单影只；

这又是夜跑赛段，由于我落到了最后，因此警察开着警车在后面一路护卫。

这就是自己想象中图画书中的沙漠世界：蝎子、蛇与骆驼、大风吹就的沙丘以及扑面而来的阵阵热浪。但唯一的“幻景”就是组织方每天给我们灌的迷魂汤：后续赛段会更容易跑；而事实上艰难程度日甚一日。

但要完成赛段，我就得给自己打气。我不断自言自语，鼓励自己跑下去，但却无济于事。我思想上已打了退堂鼓，已经无心恋战。

然而，这正是极限挑战的意义所在——也就是我们参加这项赛事的原因所在。我停下来，仰望繁星满天的夜空，再次提振精神，凝听自己的呼吸声。

我只有现在坚持，把时间、名次甚至终点都抛至九霄云外，才能一步一个脚印继续前行。豁然开朗后，我又开始踏上征程，心无旁骛地专注于头灯照在地上、上下摆动的小光圈，水壶里晃动的水则犹如节奏的战鼓激励着我。功夫不负有心人，我终于成功抵达了终点。

我们参加极限赛事图什么呢？在 6 天的赛程中，这个问题不断萦绕在我的脑海中。多次参加极限马拉松的老手尼克·米德 (Nick Mead) 曾说自己之所以参加，是因为现代生活太过舒适与安逸，他渴望更大的人生挑战。

“我一旦在 3 小时内跑完马拉松，”他说，“我就需要新的挑战。我在意的似乎并不是跑得更快。极限赛跑更像是一场历险，孤身一人在黑夜中奔跑，它最为惊险刺激。”

事实上，我问的每个人内心都有着相同的理由：需要超越日常生活的领域，直入内心世界以及接受挑战。

阿曼马拉松赛的终点设在海滩。经过在沙漠的 6 天艰难跋涉，扔掉背囊、一头扎进大海的温柔乡尽情随波逐流，知道此等赛事此生再也与自己无缘了……直到有朝一日，自己再次萌生参赛的疯狂念头。

——转自英国《金融时报》