

重回玄奘八百里流沙記行

文・圖／陳良基



跑就對了！臺大連續6年組隊挑戰戈壁路跑。

「**踐**流沙之浩浩、陡雪嶺之巍巍、鐵門巉嶮之塗、熱海波濤之路」，這是唐代玄奘法師在歷經九死一生，赴西方取經講道16年後，口述呈唐太宗的巨著《大唐西域記》所記載的戈壁沙漠八百里流沙。這段路程後來更從歷史中醒來，躍上文學舞台成為中外馳名《西遊記》的主旋律。就是這樣一篇扣人心弦、古今中外千萬人傳頌的歷史詩篇，10年來吸引了上萬名EMBA企業高階菁英，商學院師生前仆後繼，走上“玄奘之路”！

起心動念籌備“玄奘之路”商學院戈壁112公里挑戰賽的是當時正在拍攝玄奘紀錄片的央視記者，曲向東先生。他在經歷拍攝過程的艱辛，遙想玄奘之偉大，深刻體會玄奘法師「理想、行動、堅持、超越」之不易，比諸當今各類複雜企業商場之經營管理一點也不遜色。從而發想起廣邀商學院高階主管師生一同從挑戰橫渡沙漠，由身體的煎熬，親身

體驗中激發身心靈的昇華。第一次的戈壁挑戰賽從2005年開始，當時只有6所學校參加。臺大是於2010年的“戈五”（戈壁挑戰賽第5屆）開始組隊參賽，那時是由EMBA學生自行號召10名同學參加，並一舉跑進第3名，也因在比賽過程中帶進臺灣社會已十分普及的禮儀、友善、真誠、關懷等風範，大會特地頒發首次“大會最佳風範獎”，直至今日，臺大都是戈壁賽事中的典範！

今年正好是戈壁挑戰賽10周年，大會規模再創新高，共有30所學校參賽，另有12所中外隊伍觀摩，參賽人數近2千人。臺大是第6度組隊，有意願參加的EMBA學員（含校友），早在去年8、9月即展開集訓、選拔、團練等準備工作。歷經多次淘汰，經3月底萬金石馬拉松的最後一次考驗後，入選隊員名單正式敲定，計選出A隊隊員10位，B隊隊員18位，C隊隊員19位。幕前幕後運籌帷幄的是管理學院郭瑞祥院長（大漠花名：小飛俠）及戈十挑戰隊執行長張守燕（大漠花名：小燕子）。他們依據隊伍需要，另邀請戈五隊長黃智成學長（大漠花名：刺客）擔任領隊，體育室國家教練簡坤鐘教授擔任隨隊教練，加上隨隊醫生、隨隊攝影，以及本人擔任校級領導，全團54人組成臺大的戈十挑戰隊。

正式比賽在5月底，所以臺大戈十成軍後，隨即展開密集練習，每周二、四、日都可在校園角落，看到苦練中的隊員，連我這校領導，也得陪著東奔西跑練體能，因為迎接我們的將是4天3夜，日奔跑夜紮營的“奔日子”過程，夜間是沙

漠的寒氣，白天是高達40度的酷熱，地表溫度甚至逼近60度，對坐慣冷氣辦公室的企業學員，勢必是極其嚴酷的考驗，而戈壁挑戰賽的規則也因應企業分工型態有特殊之設計。賽跑的計分只記錄實力最強的A隊隊員，且以第6名成績為全隊成績。B隊隊員則以全體是否能在規定時間內完賽為目標，達標團隊可獲頒“沙克爾頓獎”。C隊雖以沙漠體驗為主，只走第一天，但ABC全員表現作為大會風範獎的評量指標。所以各有所本，個人依專長發揮，但又必須團隊合作才能有好成績，真的很像一個大企業的組織經營之道。

臺大挑戰隊於5月19日出征，大清早全隊在管院整軍，大家穿上專為戈十挑戰隊設計的橘色T恤、外套，顏色鮮明活潑有勁。歷屆戈友們（包括戈五、戈六、戈七、戈八、戈九）紛紛趕來祝福打氣，不少家屬也到場送行，場面盛大感人，巴士啟動時，還真有種勇士就要出征的悸動。一行人就這樣浩浩蕩蕩從臺北直飛第一站，西安。

西安古稱長安，是當年玄奘西方取經的出發地，作為中國歷史上最古老的古城，是周秦漢唐的國都。至今仍記錄著歷史發展的遺跡，故有句名言：「行周禮、感漢制、觀秦風、賞唐韻」，分別敘說著歷代建置對中華文化的重大影響，例如：中國的禮儀之邦，遠溯自周朝，真是源遠流長，而唐宋的詩詞等優美韻味更是影響世人至今。不過挑戰隊的首要目的是瞻仰大雁塔寺，這是大唐專為存放玄奘法師所取回657部經藏佛典，而特別興蓋的佛寺。玄奘生前在此完成他的佛典

翻譯，對戈壁挑戰隊意義重大。大雁塔寺前，玄奘高大的銅像穩穩肅立。玄奘俗姓陳，家居潁川，與我祖籍同源。遙想他當年居處當時繁華似錦的世界第一大城，卻願意為當時佛法紛歧、眾生苦悶，發下「求正法以利群生」之宏願，放棄榮華舒適，邁向禍福難測的西域行，站在這樣算來是我遠親的歷史偉人銅像前，胸中崇敬之心更盛。我們大隊人馬投宿在西安古城牆旁，一早陪著A隊隊友，繞著4、5層樓高的城牆慢跑，一邊適應當地的氣候環境，一邊宣示我們要隨玄奘西行了。

5月20日上午搭機至目的地—敦煌，這是以古窟壁畫馳名中外的城市，也是唐朝一般居民最西邊的住所，出了玉門關，就是茫茫大漠。所有參賽隊伍，都需先在此參加兩項重要活動，沙漠安全講習和點將台。前者是再次強調大漠的困難及團隊、個人必須留意事項，包括競賽規定。後者當然就是所有參賽隊伍互相鼓舞打氣、交流互動的場合，各校並製作精美小禮物互贈順利平安，場面溫馨熱鬧。前幾年連續獲頒5次大會最佳風範獎的臺大隊，在會中人氣超旺，今年製作Q版臺大戈十公仔娃娃（戈十大大），一下子就被要光，大出風頭。現場巧遇中山大學楊弘敦校長、新加坡大學副校長、香港大學副校長等人，臺灣的世界麵包冠軍吳寶春也在新加坡大學的出賽隊伍中。點將台就在著名的鳴沙山、月牙泉勝地，所以我們B、C隊員開放半天，讓大家嘗嘗騎駱駝、上沙山、下牙泉的尋幽之旅。大隊人馬（應該說大隊人駝）一字排開邁向高聳沙山的盛況，還有點風蕭蕭兮的古意！不過，在下了駝峰後，用力攀爬沙山才能踏上陵線，已可感受到那種陷入沙中，舉步維艱的吃力感，大家對明天開跑的體驗日真是又期待、又緊張！

5月21日是大會體驗日，直線距離28公里。一大早6點不到，不少隊友已全副裝備上身，所有不須帶進沙漠的細軟都寄存在旅館，我們就要告別文明生活，告別那溫軟舒適的床墊、浴室，接下來將是帳棚過夜、沒有床鋪、無法洗澡的西行僧侶，現代的戈壁挑戰隊。起跑點在戈壁的阿育王寺，這是當年邊疆的城鎮，玄奘曾在此講道多日，目前只剩遺跡。3、40支隊伍齊聚一地，各校大旗飛揚，全場充滿緊張興奮的氛圍，對我們這批第一次踏上戈壁的現代人，更是熱情爆點，望向起跑架上的大字「你的能量超越你的想像」以及起跑線外風沙滾滾的大漠，全身像繃緊的弦，大家都恨不得像箭般衝刺，衝向大漠！在所有隊員大聲朗誦參賽聲明：「為真正的強者喝采、四海之內皆兄弟」後，槍聲響起，我們終於衝進戈壁沙漠了！

體驗日的設計是讓選手先親身體驗戈壁沙漠的地形和路線，這天的路線主要橫跨6公

里的風化式雅丹地形、10幾公里的黑戈壁灘、面對著地平線上的綠洲前進，左邊是冰雪白頂的祁連山脈，綠洲之後就屬白戈壁，就是所謂的鹽鹼地地形，土質鬆軟容易起沙。所有隊員一同出發，數千人加上數十面領頭大旗，匯為大漠中壯觀的熱鬧場面。在這裡，就可以溫暖感受到學長留下的遺風。幾乎所有隊伍看到臺大都對我們的過往事跡稱頌不已，也讓所有隊員榮譽感油然而生，起跑後不久，大夥心中都漸漸清楚，我們是為追尋玄奘、挑戰自我而來，但也為臺大榮譽而跑。這種共同為一崇高目標而奮鬥的團隊向心力，真是深具感染力和能量激發。

我們依原訂規畫，過了4公里的第一個打卡點後，就讓A隊隊友加速起跑，以早點到營地休息準備明日比賽，B隊也加快速度通過雅丹地。C隊則發揮愛心，帶領來自北京的樂憨兒一惠惠父子，一同緩慢前進。B、C隊沿路呼號打氣，隨著天氣變熱，慢慢形成一股自我提振的默契，有人

喊累時，大家就會喊喊我們挑戰隊的口號，漸漸的「臺大戈十，跑就對了」、「只要出發、就會到達」成了戈壁灘上熱情的呼喚，也同時激勵了其他隊伍。到後來各種口號信手拈來，連「只要駱駝，不要麋鹿（迷路）」都出現，表現出臺大團隊在緊張中，幽默熱情的一面。體驗日當天風和日麗，午後陽光雖將溫度拉升至3、40度，但沿途都有還算涼爽的風，也許是戈壁沙漠的迎賓吧！所以隊伍士氣一直維持高檔，唱歌、拍照、答數等都熱情有勁，我們花了6、7小時抵達終點，A隊隊友早已在今晚的營地等候我們。做完收操和用過晚餐不久，C隊也抵達終點，並旋即搭車回敦煌去了。這時終於可輕鬆卸甲，並用擦澡巾勉強清淨身體，才發現被小腿套包覆超過15小時的雙腿，整片紅腫不堪，難怪那麼不舒服，趕緊上藥並服用抗過敏藥。其他隊員也有類似情形，更有不少人腳底長出水泡，痛苦不堪，大帳裏大夥排隊等賈蔚隊長兼隊醫，幫大家一一包



連獲6屆大會最佳風範獎，史無前例。

紮，苦日子現在才要開始！

5月22日是正式比賽第一天，5點多就趕緊起床，氣溫大約只有5度，但仍須快速換裝，拆帳篷，打包所有行頭進駝袋。各校A隊依去年成績排名，從7點起，每隔一分鐘起跑一隊。臺大去年第14名，故排在7點13分出發。這時真是又緊張、又興奮，大家擠在起跑點等著計數。長江商學院和中歐國際工商學院這兩支歷史強隊，分居第9屆一、二名，準時於7時零分、1分起跑，各隊依序出發。霎時，戈壁灘上戰鼓齊鳴，戰旗飄揚，加油聲中，各隊勇士消失在塵土飛揚的戈壁沙霧裏，計時正式開始！

各校B隊則在9點一齊出發，依自行標定的GPS座標，整軍向前。今天天氣就不像第一天那麼美妙了，不僅溫度快速上升，逼近40度，而且寂靜無風，地面溫度應該破60了。今天距離約35公里，一開始是戈壁灘約10公里，然後面臨艱難難行的鹽鹼地，高低不平連走都很困難，何況是跑步，兩旁駱駝刺叢叢分立，大家戰戰兢兢地，都累斃了！彼得潘隊長察覺到這種現象，就翻出這幾天在休息時常用的「謝謝一萬次…一萬次…一萬次」的鼓舞招式，給隊友打氣，也沿路鼓勵友隊及志工們。據說這是戈八寒天學長所創，沒想到很管用，大家一喊出來就士氣大振，後來整個戈壁沙漠，只要臺大隊伍經過，就會留下一陣陣「一萬次」的回響遠遠飄揚。過了打卡點之後是沙漠丘陵的截山廟，幾乎只能沿著峽谷地形一條線的走，遇到高低落差時，要互相扶持才能順利向前。沿途看到不少畫個四方的小平地，中間一小個突出石塊，原來那是當地先人安眠之處。小心翼翼從旁跨過這些區域後，出來就碰到一小段高速公路，終於遇到“馬路”，大家都極為高興，暢快的小跑一段，並順著連接閘道的漂亮曲線，大家停下來照了不少美美照。終點前最後2公里為牛奶地，超細質的牛奶沙，一腳踩下去，塵沙飛颺。今天的入場儀式，已在中途依設計總監巴斯之規劃，排練改編自〈造飛機〉的“戈壁之舞”，由機長（本人）率領入場，全隊舞姿曼妙，活潑有勁，博得滿場掌聲！全程花了將近9小時，真是漫長的旅途！回到大帳，才發現數位隊友有輕微中暑現象，而阿達隊長的感冒，差點讓他跑不回來，A隊隊友風子水土不服及水量補給不及等等，都靠著隊友拼命拉推才得以回到終點。而中歐隊的女隊員更因補水不足在終點前休克，仍在搶救中（當日半夜才安全甦醒）。抽筋狀況也相當多，起水泡似乎成了最微不足道的小傷。還好，A隊有專屬隊醫陳君豪醫師（香吉士）及簡坤鐘教練（教頭）全天候悉心照顧，入夜後狀況慢慢恢復，因此，在晚上A隊會議結束時，我特別提醒隊友，固然希望挑戰自我突破，也為臺大爭光，但一定要跑得健康安全！雖六工



2015臺大戈十為歷年總成績最優，成功突破自我。

城遺址在夕陽中綻放出遺跡的美，當晚卻是懷著略為不安的心入眠，心裡默默祈求玄奘大師保佑所有人平安。

5月23日比賽第2天，起跑順序以前一天之名次排序，臺大A隊今年實力超強，雖然昨天有些狀況，但仍跑進第12名，所以7點11分就出發，成績比歷年進步許多，大家都非常興奮。我們一樣在5點半起床，快速整裝，並照例完成暖身操後，按時出發。今天又是艱困的一天，全程約35公里，一大早溫度就很高，幸好一直都有風。很不幸，我們一出發就錯過前晚隊友多力為我們經心規劃的轉折點。多力是我們這次跑步的幕後功臣之一，每晚都工作到很晚，依路況幫我們設好隔天的最佳路線存到GPS中，讓我們快走慢跑皆無迷路之憂。但錯過轉折點後，GPS一直在尋找該點的指示中打轉，看路的愛馬士和賈蔚，只

好一邊設法修改GPS，一邊帶著我們跟著其他隊伍前進。走起來東轉西拐的，隊伍中已漸有不耐之聲，幸好折騰一番後，GPS終於修正回多力的路，又可加快速度衝刺了！今天的前段路況不錯，我們經過田埂路，可欣賞兩旁農作，也經過柏油路掠過村莊邊沿，村裏鄉親小孩出來幫我們加油。小朋友眼睛好大，很漂亮，我們忍不住停下來邀他們進來隊伍合照，並送給他們臺大戈十的能量螢光手環。接著一片礫石路後是一段曲折的牛奶路，這時多力的功力發揮神效。當時面對一個三叉路口，前面的隊伍有些選右邊馬路，也有一些選左邊石子路。偏偏多力的指示是走向看來難走的田中路，愛馬士依指示，帶著大家往田裡衝，結果沒想到，左右兩邊的各路人馬，紛紛調轉隊旗回頭，跟上我們的路線。真不知他們是佩服臺大的能力，還是要靠近一點，感受臺大隊

伍歡樂有勁的能場！過了打卡點後，就是傳聞中的疏勒河。在沙漠中看到、並摸到冰冷的河水，真是無限暢快，大家都恨不得直接跳下水去。

在疏勒河大玩一陣後，轉進一片無邊無際的鹽鹼地，這一段完全無風，再加上遠遠看得到風車，但就是走不到，真是叫苦連天。出了鹽鹼地後，踏上黑戈壁的黑礫石，以為就到風車陣，沒想到無線電傳來，「阿湯哥報告，距離風車陣還有4.5公里」，大家一陣慘叫，難怪這段路會被稱為是絕望風車路。還好，這時領隊刺客突然從前方冒出，給每位隊員擊掌加持，原來他迎接A隊抵達後，不放心我們，逆向來接我們回程。經休息補充能量後，最後10公里，大家加速前進，最終以9個多小時完成今天的35公里！今天入場改以「一步一腳印、臺大最帶勁，一步又一步、征服玄奘路」的正步隊伍進場，臺大又帶給戈壁挑戰賽一個非常壯觀有力的終點表演。不過，回營驗傷，今天傷兵又增多了，有些隊友的腳底水泡已是一個手掌數不完，辛苦的賈蔚，白天是隊長，晚上變成隊醫，水泡看診從8點到12點關燈前才休息。好消息是A隊全員狀況恢復良好，仍跑在第12名，但成績相當有進步，看來今年要衝進破“10”的歷史紀錄，很有機會。不意，入夜後開始颳起強風，越夜風勢越強，感覺上大風幾乎可將帳篷吹走，細沙粒更穿透帳篷，直接打到臉上，一夜根本無法入眠，撐到3點半只好起床。想說最後一天只有“22”公里，撐也要撐到終點。

5月24日比賽第3天，依慣例，最後一天由B隊先起跑，6點前大家就集合在起跑線上，風勢依然非常強勁，氣溫很低，可能只有10度上下。起跑後，隊伍就被風吹得東倒西歪，並且全身冰冷，隊長決定臨時變陣，改以3人一組互相勾手扶持前進，才得以舒緩，其他隊伍都很羨慕臺大的團隊合作。A隊隊員起跑後，不久即追上我們，無線電中，也不時傳來「風好～大」的呼叫聲。今天前半段都在黑戈壁的黑礫石上，風車陣如陰魂不散的一直跟在左邊。大家是又疲憊、又興奮，畢竟連續4天高溫中的體能消耗，但又有快結束的期待。大家在風中安靜的前行，突然有隊友嘆氣說，不想這樣就回去了，真想再多走幾天，惹來一陣驚呼！沿途看到不少A隊隊員快速超車，但也看到有些A隊選手看似力氣放盡的慘狀，100多公里的沙漠路，終究是嚴苛的體能、意志考驗。這時，無線電傳來教頭的聲音，臺大A隊已以第9名之姿衝進終點，並與C隊會合，在終點等候大家。我們高聲歡呼士氣大振，面對後段難跑的沙漠丘陵地也不看在眼裡，全隊快速整軍，軍容壯盛的邁向終點，越接近終點，“近鄉情怯”之心益增，全是笑臉中含著眼淚，以臺大獨創戈壁之舞衝進終點線。4天3夜120公里戈壁沙漠，我們全員完賽了！

當天下午立即在沙漠中舉行閉幕典禮並公布獎項，我們在競賽組總成績為第12名，3天成績分別為：4:17:23；3:59:10；2:47:20，總成績為11小時3分58秒，已是歷年最佳成績，臺大曾於第5、7屆分別勇奪第3名，但當時總成績為13小時41分8秒及11小時20分25秒，自我突破進步成果亮眼，仍維持在A級隊伍。今年無庸置疑，臺大更是大會所有團隊的標竿，是沙漠中最耀眼、也最有活力的一群，獲得史無前例連6屆的大會最佳風範獎。許多隊伍都說，他們是來向臺大學習觀摩的。我還記得已連續第4次踏上戈壁的郭瑞祥院長，在送我們去機場的路上發出一份期許寫著：我們之所以是臺大，是因為我們有我們的定位，全員參與，互相幫助，展現風範，樹立典範：A隊，全力以赴，爭取佳績；B隊，挑戰自我，成就風範；C隊，享受大漠，樂情加油。我們都是臺大人，我們做到了！衷心感謝所有戈十夥伴，有大家的相持，讓我完成傳承玄奘精神的美夢！

回程的路上，大家很興奮地交換走上戈壁的心得。經歷生活極度簡樸匱乏，極度缺水，連4天

無法洗澡，40度高溫、酷曬，高強度、長時間、長距離變化多端地形的煎熬，加上對團隊及隊友的承諾，只能前進，無法退出，種種環境對身心造成的挑戰實在極為巨大。也難怪只有經歷過職場、營運或創業煎熬的EMBA高階主管們，才能體會那種面對困境時，必要之堅持與毅力。更能理解玄奘在抗拒高昌王留任國師時，堅持西行之意念：「玄奘來者為乎大法，今逢為障，只可骨被王留，識神未必由也。」因此，我以為忠實記錄過程事實，讀者更能神遊體會，個人心得就留待時間的寫憶。

後記：毫髮無傷的完成戈壁挑戰，身心靈完全放鬆，很慶幸自己安全經歷過這史詩般嚴苛的考驗。沒想到一個鬆懈，在返校隔天參加EMBA校友會長交接典禮時，經歷沙漠中嘶喊煎熬的聲帶，與紅白酒一交會，立時崩潰，當場失聲。原來，玄奘之路不只是在戈壁，她已在每位跑過戈壁的戈友心中，留下身心上的各項刻痕、印記，時時刻刻提醒我們玄奘的精神——「理想、行動、堅持、超越」！



陳良基小檔案

陳良基教授，現任國立臺灣大學學術副校長、臺大電機工程學系特聘教授及臺大講座教授。國立成功大學電機博士。曾任工研院電子所所長、國研院院長、臺大電資學院副院長、臺大副研發長，並為國際電機電子工程學會會士（IEEE Fellow）。擁有超過550篇學術著作和22項美國專利，並協助近百件技術移轉及二家新創公司上市，被業界譽為「技轉王」。曾兩度榮獲教育部「國家講座」肯定。

近年來，陳副校長致力於推動校園創新與創業，是少數橫跨學術界、產業界的傑出教育家，所帶領的學生團隊更囊括國內外重要優勝首獎，作品成功結合學術專業與經濟產業的創新精神。在優秀人才培育方面貢獻良多。

2007年在臺大設立創意創業學程並擔任主任，該學程是最受臺大學生歡迎的學程之一。陳副校長不僅是傑出教育家，亦是國內創新創業的重要推手。