



人生的逐夢成長 玄奘之路戈壁 A+ 挑戰賽

2023 年秋天，中山 EMBA 在疫情延宕 4 年多後亮麗回歸戈壁賽場，榮獲六大獎，創造史上最佳成績，圓滿戈壁美夢。絢爛之後，終要回歸日常，前人行跡歷歷，都是如此安排。在敦煌慶功宴喜悅與榮耀的氛圍中，淑華學姊天外飛來一語：「你們為什麼不繼續挑戰最高階的 A+ 挑戰賽？」，這句話觸動了心弦，的確生命不該用來模仿，要走出自己的路。經過內心交戰、情義感召之下，戈 18A 全員 10 人加上俊欽領隊組成戈 19A+ 隊，共 11 人參賽，那時台灣僅有 2 位台大學長完成 A+ 賽事，我們想要寫歷史，塑造品牌，打造不凡。

玄奘之路戈壁 A+ 挑戰賽，是戈壁賽事中最困難的，需在極端環境下完成 121 公里長距離越野挑戰，22 小時內穿行無人沙漠，從下午 4 點到隔天下午 2 點，整晚不睡，自導航自補給。參賽者需面對長時間的體力消耗與精神壓力，在極端環境中挑戰自我，體驗團隊合作的力量，感悟玄奘精神的堅韌與信念。這不僅是一場體能競技，一次難忘的生命旅程，一種對極限的突破與超越，更是一場精神與毅力的修煉。

初心易得，始終難守。發心之後，我們認真投入訓練，增加跑量、訓練肌力、加長訓練時間、提升坡度變化、嘗試夜間練習、研究裝備補給、團隊磨合、培養強大的韌性心志。在美術館、愛河、澄清湖、蓮池潭、中寮山、無數鄉道…，不分晨昏、假日、莫道夜闌人靜或清晨曙光，都有我們的汗水與身影。在 2024 年 3 月，全數隊員均完成南橫百 K 賽事，取得 A+ 挑戰賽的參賽資格，大家堅持往目標邁進。

2024 年 10 月踏上戈壁征途，體驗玄奘大師八百里流沙艱困之路，行前獲頒「老炮兒獎」肯定中山戈 19A+ 的團隊參與風範。在秋季午後

的戈壁沙漠，鳴槍後出發，一步一腳印相伴前行，一路上有寒冷刺骨，有高溫灼心，有流沙礫石、有駱駝刺山谷，有跌倒受傷、疲累困倦，最終完成了這 121.7 公里的漫漫長路。最後回來的兩位學姊，一位體力耗盡，短暫暈厥後醒來，休息後依然堅持前行到終點；另一位膝蓋受傷，忍住傷痛，顛簸前行，在她們抵達終點前，大家相伴走最後一哩路，通過終點旗門，大家緊緊相擁淚水潤濕了眼眶，感動這份堅持，感激始終惦記著「一定要回到終點」的生死相約。

中山戈 19A+ 全員完賽，為台灣院校中最佳展現，創造了史詩級紀錄。回首 A+ 之路，承受的苦比想像中的多、跑過的路比想像中的遠，但收穫比預期中的多、累積的心智韌性比預期中強大，這一段行越無限、堅持超越的經歷，將會讓我們有著更不一樣的人生體悟。

作者介紹

教學研究部醫學教學科

林清煌 科主任



【現職】

- 高雄榮總教學研究部醫學教學科主任
- 高雄榮總神經內科主任醫師

【學歷】

- 國立陽明大學醫學士
- 國立中山大學生物科學博士
- 國立中山大學高階經營管理碩士

【專長】

腦中風 / 失智症 / 頭暈 / 頭痛 / 老人醫學
高血壓 / 自律神經失調 / 自然醫學 / 經絡養生