

## Squaw Valley Spartan Beast a Beauty of a Fait Accompli

2018-01-17 · Regular Chinese

### 加州太浩湖斯闊谷《斯巴達錦標賽》

加州斯闊谷滑雪勝地，在我女兒顧麟與顧麒的心目中佔有特殊的一席之地，自小每逢冬天來臨她們就會那裡滑雪，我們也喜歡在那裡舉行家族聚會。

然而一七年秋天他們到斯闊谷卻不是為滑雪，而是另有目的。麟兒、麒兒與麒兒的男友、男友的連襟合組了一個四人小組，報名參加在加州太浩湖附近的斯闊谷《斯巴達世界錦標賽》，在《斯巴達野獸分組賽》(Spartan Beast) 中考驗自己。

《斯巴達野獸賽》是一種特殊的障礙賽，規定的賽程達十六點八英里，過程中有近四十道關卡障礙。女兒那一隊在十個半小時內完成比賽，她們估計自己走了近二十英里。

顧麒與顧麟以前都沒有參加過《斯巴達野獸賽》。這之前顧麟曾經嘗試過《嚴苛泥濘障礙賽》(Tough Mudder)，但是後者的距離短，考驗也不似前者那麼激烈。顧麒參加過並賽完《斯巴達短程賽》(Spartan Sprint)，但是《斯巴達野獸賽》挑戰程度更高。兩人這次參賽是考驗自己能不能更上層樓。

顧麒招兵買馬，把顧麟找來助陣。比賽日剛好是麒兒過生日那個週末。



等顧麟更清楚比賽內容、發現《斯巴達野獸賽》的挑戰比《嚴苛泥濘賽》更艱鉅時，她不禁自問自己栽進的不知是什麼火坑，不過她絕不會在妹妹生日這天對自己的妹妹打退堂鼓。

顧麟事後說：「我不想棄自己的妹妹於不顧。她這天過生日，我知道我不參加她會失望。我堅持到底的主要原因在此。」

她補充說：「我不怕自己無法賽完，我只是不要讓妹妹失望。」

對顧麒來說，自己的姐姐若加入，比賽會更好玩。

顧麟說：「我總是想跟她一起活動。我這個姐姐最酷了；我喜歡跟她在一起混。我想這是因為我是家中的老二，但跟她在一起也真是有趣味；她有責任感、風趣、聰明、有效率，總是興致勃勃的，這種興致具有感染力。我很喜歡跟我的姐姐一起做這事。」

顧麟喜歡從《嚴苛泥濘賽》中得到的經驗。它對她有一點挑戰性，但是比賽過程充滿趣味，都是在她能力範圍之內。她擔心《斯巴達野獸賽》講究的不是個人的成就，而是團隊團結，但一旦進入競賽，她發現自己是多慮了。

顧麟說：「我到達賽場時發現真是太好了，氣氛比我期待的更親和。大家有志一同都是去比賽的，因此周遭都是更志在必得的運動選手。但是即使是那種時刻，大家也不是什麼都要爭個你死我活的樣子。我真是沒料到這一點。我也沒想到有很多像我這樣的人去比賽；他們不是體能超好，但也絕非『沙發馬鈴薯型』。」

賽程中的諸多障礙體陣是比賽的重點，選手也因此有機會在輪到自己嘗試之前稍事歇息。

若有障礙無法克服，就要受罰作出「蹦比」( burpee ) 的動作——迅速趴地、伏地挺身、胸膛觸地，然後雙臂上伸跳躍。

若干有競爭力的強隊選手會分頭應戰，但是顧麟與顧麒他們那一隊始終團在一起跑完障礙賽，隊裡一人被罰做「蹦比」，另一人會立即補上去彼此幫忙。

顧麒說：「我想團在一起是建立團隊精神的最好方式。」

有些障礙關卡鼓勵大家發揮合作精神，顧麒與顧麟兩人就利用一條繩索一起搬開一個沙袋。

顧麟說：「實在是太好的經驗了。我們合作的實在是好。」

雖然《斯巴達野獸賽》有那樣令人難忘的時刻，但這並不是說我的兩個女兒和同隊戰友選手一直在歡呼的狀態，她們體能隨時隨地都在受挑戰，要把她們推到極限，兩人都曾有手腳抽筋的現象。

攀上紅狗嶺 ( Red Dog ) 關卡那最後幾英里更是個大考驗。

顧麟在這裡運用了一個我用過的策略。她把大任務——完成競賽——分成幾個小段，告訴自己一次只要走五十步；每走了五十步，她就停下來喘口氣，然後把精神集中在下一個五十步上。



顧麒、顧麟與她們的隊友一同完成了比賽。

賽完全程，帶給你一種成就感。

顧麒說：「看自己能不能把自己推向一般人心目中的臨界點，有無窮的趣味，你會一直嘗試下去。只要一腳能放在另一腳前頭，能走到地方比自己所想的多多了。」

這場比賽加強了顧麟希望可以灌輸給她女兒的一種信念：動了念頭想做什麼事，便沒有不去嘗試的理由；可能會失敗，但這並不表示你不應嘗試。

而真的去嘗試，成就可能連自己都會感到驚訝。

或者就像顧麟事後說的：「有信者事竟成。」