

## 肯尼亞傳來的「腳趾鞋」照片

強身健體、挑戰極限、雙眼暫時離開電郵Facebook……以上均是孖九跑步的原因，但直至上星期收到Shoe4Africa創辦人Toby由肯尼亞傳來的照片，孖九才發現跑步三年來的最大得著：訓練耐性。

去年2月，以生產「腳趾鞋」著名的Vibram贊助5名跑手參加香港100公里越野賽。可能是為了襯托其他精英，只有龜速的孖九誤打誤撞下竟然也成為了其中一分子，並因此而認識了Vibram中國區市場推廣部的Yuliana。孖九有為慈善組織Shoe4Africa收集舊跑鞋，然後寄給肯尼亞兒童的習慣。鞋公司捐鞋總比孖九逐雙回收更符合經濟效益，於是向Yuliana提議，將Vibram在中國生產的樣本和舊款跑鞋送至肯尼亞。Yuliana當時一口答應。

中國是肯尼亞主要的貿易夥伴，但原來由內地送鞋至這個東非最大的經濟體卻難關重重：如何在中國拿到出口批文呢？運至肯尼亞後，怎樣辦理清關手續呢？怎樣避免當地海關把免費派發的跑鞋當作入口商品而徵收關稅呢？難題多多，換著以前急性子的孖九一定半途而廢，但今次孖九嘗試像長跑時一樣，說服自己保持耐性：跑馬拉松時，25

公里左右開始「撞牆」，每次也是靠忍著肌肉痠痛完成後半程；後來開始跑50至100公里等長距離越野賽，身體和精神狀況跟著山脈有起有落，耐性就顯得更加重要。只要繼續慢慢前進，體力在跨過下一個山頭後總能恢復過來。



過去一年，孖九去過肯尼亞駐北京大使館，問過多家貨運公司，寫過無數封電郵；今年初，超過300雙跑鞋終於抵達肯尼亞首都Nairobi，陸續在Shoe4Africa贊助的學校派發。上星期，正在肯尼亞Nandi區的Toby發來了一批令孖九會心微笑的照片，相中圍坐在草地上的學生全部穿上「腳趾鞋」。

Nandi是盛產跑步名將的地區之一，他日這班小孩成為世界田徑冠軍也說不定呢。多謝Vibram的捐贈，也多謝跑步令孖九體會到耐心前進，一步一步地達到目標的喜悅。（順帶一提，孖九在香港100公里賽果然

「不負眾望」，成績是23小時35

分，五人中包尾。當日Yuliana

等了大半天也未見孖九到

終點，先行

回酒店休息

了。👊



孖九

繞著世界跑