

動與生活

賀三 A 巫季庭

體育館的位置，一直以來總是令人感到訝異，隱身在六大樓三樓的盡頭，推開門，陽光不經意的從窗縫溜進，佔據了一塊塊木板讓揚起的塵粒漫舞在它的光線裡，而熱血的氣息被吸進鼻腔，抽動每一根渴望刺激的神經、鼓動每一條極欲伸展的肌肉，這樣的氛圍底下，羽球單打技術在此拉開序幕。

羽球賽是場紳士的競爭，球場上能徹底的解放，也無需擔心自己奔放的動作會傷到他人，課程中在黃老師幽默風趣不失專業的帶領下，從基礎的發球到平球，進階的長球到切球，有時候會覺得自己不只是在學如何打羽球，黃老師曾說：「希望這堂課能讓大家學到技巧，或是平時願意去打羽球，不然，也能藉由這堂課學會欣賞羽球。」當下我也體悟到這確實是大學體育的目的，學的東西能輕輕鬆鬆就放入生活中，要不，也能學到如何去看比賽，享受其中的高潮迭起。

我與對手爭鬥的號角響起，羽毛球在對方左手的輕拋下，向上卻又禁不起地心引力的誘惑而向下，在球拍的指引下，沒有落地的選擇，開戰的第一球必須落在方框內，這是發球的規定，我一個反拍擊回，展開了平球的競速，下一球揮拍不及，只好將球一挑到遠方，完美的挑球使球不偏不倚跌落在白線上，記分板上二十比十八，一切再從發球開始，這一次，又深又遠的挑球以不足為奇，腳步一二三四五，在所能觸及的最高點，拍面擊出，劃出一道又深又遠的弧線，近乎完美的長球，突然對方輕拍，球緩緩落在網邊不遠處，無懈可擊的切球，記分板上二十比十九，「最後一次機會。」這麼告訴自己，對方擊出了高球，我縱身一躍，心中盤算著揮拍的時刻，致命的後場殺球，比賽結束。

但這一場比賽，帶給我的不僅僅是羽球，每場比賽，都像是生活的小小縮影，有時，球會掛網，此時需要向前跨一大步，重拾跌落信心，再次出發，或者，力量用錯地方球出了界，那就收回過多的氣力，發揮在其他地方，又或，措手不及的小球，也要懂得即時調整步伐，最後，找到機會，做出一個充滿信心的反擊，順利收回勝利。

運動在大學生活佔有十分重要的一席之地，是舒緩壓力以及拓展人際的方法之一，而大學比起高中、國中，多了些專業技巧，也讓運動變得吸引人、更具競爭力以及影響力，讓大學生活更加完備，同時也是人生中邁向健康與快樂之路程所不可或缺的，不論何時，不管任何人，都可以輕易的發現，

球一拋起，奮力一擊，所有事情都解開了。