



## 半調子運動員的傷兵日記

2015-11-29 趙廣黎 文



兩年前的一個寒冷夜晚，我在籃球校隊的訓練中，為了接一顆傳得太高的快攻球而奮力躍起；球接到了，但是在落地瞬間產生的巨大衝擊力，讓我失去了左腳的前十字韌帶。

### 韌帶斷裂 籃球員的惡夢

前十字韌帶是膝蓋內部非常重要的組織，它控制著脛骨的位移，任何加速或變換方向的動作都必須仰賴它，而籃球運動包含了大量的急停、急轉的動作，若少了韌帶的支撐便什麼動作都做不出來。韌帶斷裂後不會自己癒合，只能以開刀的方式治療，手術後的復原期非常的漫長，儘管傷好了再回到球場，運動表現也可能大打折扣。台灣球員陳建州就是因為韌帶的傷勢不得不淡出球場，NBA球員羅斯在韌帶重建手術後身手也不復當年，颯風玫瑰的身影只能從昔日的比賽影片中追憶。

受傷的當下，我的腳痛得失去知覺，但是比痛覺還更深刻的是我的恐懼。我很害怕我會跟黑人和羅斯一樣，因為這個傷而無法繼續打球。自從高中開始打校隊以來，籃球便一直是我生活的重心，當每個人都都在讀同樣的書、寫一樣的作業時，只有籃球能讓我感到與眾不同。隊友之間的革命情感、訓練的辛苦、對勝利的執著，還有在球場上所獲得的掌聲，是我人生所追求的最大意義。我是如此地著迷於籃球所帶給我的一切，但是經過這麼一摔，恐怕這一切都將離我遠去。



前十字韌帶斷裂是許多籃球員的惡夢。

(圖片來源/[sportskneetherapy.com](http://sportskneetherapy.com))

### 受傷 灰暗的低潮期

或許一般人會認為因為受傷休息個一年半載也不是什麼大不了的事，但是對於一個剛進大學校隊，急著想證明自己實力又渴望進步的菜鳥球員來說，這是一個非常嚴重的打擊。受傷以後的日子還是必須到球場報到，只是我無法與隊友一起在場上追逐著那顆球，我只能坐在場邊望著大家，心裡默默想著：「你們練的東西我也會啊，那為什麼我現在只能坐在這裡，什麼都做不了呢……」一回過神，教練把大家集合要講戰術，我只能想盡辦法讓眼淚不要流下來。不展現軟弱的一面，是身為一個運動員的最後一點尊嚴。

我內心其實很矛盾。我深愛我的隊友，但是看到大家一個一個的都在進步，我的心裡只有滿滿的嫉妒。當他們抱怨練球很累時，我聽了只覺得刺耳，他們或許不知道能夠練球對我來說是一件多麼奢侈的事。但是當隊友們努力地試著要關心我的時候，我卻冷冷地把他們推開了，看著那些同情的眼神並不會讓我比較好受。或許這是我與球隊漸行漸遠的開端，我總是覺得他們不可能瞭解我有多難過。

受傷的兩個月後，也就是在我十九歲生日那天，我到醫院回診看檢查報告，檢查的結果是韌帶完全斷裂合併半月軟骨破裂。醫生說我只有兩個選擇：開刀後復健一年，或是放棄運動生涯。為什麼我大學的籃球生涯還沒開始就要被迫停止？為什麼要發生在我最需要證明自己的時候？不能打籃球的我該怎麼辦？我的心裡有太多疑問，卻沒有人可以為我解答。那年的生日，大概是我從出生以來過得最慘的一次。

### 手術後 真正痛苦的開始

媒體歷屆廣告

#### 推薦文章

- 散播快樂 「鄭」面能量
- 桂圓·冰糖·水
- 那些關於廢文的事
- 論電玩遊戲汗名化

#### 總編輯的話 / 孔婉寧



本期為咯報第二百二十八期，共有二十八篇稿件，其中以人物專訪居多。本期側欄廣告以聖嬰現象為題，為近期暖冬現象做出介紹。

#### 本期頭題王 / 薛如真



我是薛如真，粉紅與夢幻狂熱者。生性吵鬧卻又喜歡獨處，好懂又極好相處的一個雙魚座女孩。

#### 本期疾速王 / 吳和謙



我是吳和謙，來自台北。最大的興趣就是唱歌和桌球，因為這也是種展現自我能量與抒發壓力的優質管道。閒暇時喜歡看書或聽音樂，暫時擺脫世俗的紛擾。

#### 本期熱門排行



星光熠熠 電競全明星賽  
林儒均 / 即時新聞



散播快樂 「鄭」面能量  
吳偉立 / 人物



青郊草地音樂季 飄揚樂曲  
王鈞鋒 / 即時新聞



百年傳承 艋舺龍山寺  
李宗諺 / 照片故事



性與不性 妙手回「春」  
薛如真 / 社會議題

因為不動手術就沒辦法打球，我毫不猶豫地選擇開刀。韌帶重建手術耗時很短，不到五個小時就能完成，但是因為傷口很深所以麻醉退了會非常痛。開完刀的那天晚上我打了很多次止痛針，最後是因為哭到累了才睡著的，但至少我終於能夠安心，因為我有一條新的韌帶了，接下來只要持續的復健很快就能再打球了吧！



手術後必須隨時隨地戴著沈重的護具。

(圖片來源／趙廣潔攝)

但是事情並不如想像中的那般容易。在復健開始之前，還有許多生活方面的難題要解決。手術後膝蓋有很長一段時間都是僵直的，而且隨時都要戴著厚重的醫療護具。由於宿舍只有上舖，我只能睡地上；睡覺時為了保護膝蓋只能像死人躺棺材一樣平躺，連睡個覺都那麼不自在；因為腳不能彎曲所以沒辦法騎車，而我也太能行走，趕車的時候又因為跑不動而經常看著車子在我眼前開走。我忽然覺得自己好渺小。我試著從記憶中尋找那個過去在運動場上強大的自己，卻發現那身影竟然是如此的遙遠，遠得像是上輩子的事情。我偶爾會在夢中回到球場，夢裡我穿著許久沒穿的球衣在場上來回奔馳，身上沒有任何護具的束縛，腳下的步伐靈活而輕盈，痛快地進攻、防守、進攻……可是一睜開眼，我依然躺在宿舍冰冷的地板上，僵硬的左腳還在隱隱作痛。



受傷的日子裡，我每分每秒都在想念過去打球的時光。

(圖片來源／趙子晴攝)

## 復健的漫漫長路

韌帶重建手術後的復健是出了名的煎熬。為了讓手術後僵硬的膝蓋能夠恢復正常的彎曲角度，醫生會每個禮拜幫病人「折腳」——讓病人趴在診療檯上，然後將受傷的那隻腳往屁股的方向凹。折腳在運動傷害的復健上是出了名的酷刑，我第一次到復健室報到的時候，還沒開門就被裡面有如屠宰場般的哀號聲給震撼到，隨後我也成為那可怕哀號聲的一部份。如果要形容折腳的痛，大概就像是把整隻腳丟進果汁機裡打碎吧！

某次復健完，我拖著痛到無法走路的腳一瘸一拐地從醫院走到客運站。一路上刮風下雨，而我的眼淚也一直從林口長庚流到新竹交大。我不懂，明明練球的辛苦是大家一同經歷的，輸球的不甘

心也是大家一起承擔的，為何復健的漫漫長路上，卻始終只有我一個人？

我想起《灌籃高手》的三井壽。三井才加入湘北隊沒多久，就因為在練習時求好心切而扭傷膝蓋，被迫中斷自己的籃球生涯。神奈川縣預賽開打時，三井拄著拐杖在觀眾席看著自己的隊友在場上奮戰，身旁充滿了大家對赤木的喝采。他望著本該是屬於自己的舞台，淚水在眼眶裡打轉；即使有再多的不甘心，他也只能默默轉過身、黯然地離開他最愛的球場，後來在人生的道路上走錯了方向。他一看到有新秀加入湘北便想起了當年自己的遺憾，所以才會懷著忌恨的心去體育館鬧事。要是沒有經過這樣一段烏雲密佈的歲月，或許很難理解三井的無理取鬧，但是當自己有了相同的經歷，就會明白他失控的行為背後，其實累積了太多旁人所無法想像的失望與不甘。



三井壽在受傷後黯然離開球隊。(圖片來源/tw.seemh.com)

## 運動員 不堪的那一面

兩年前，我經歷了一個特別寒冷的冬天。那是一個更貼近現實的運動員的故事，沒有熱血的汗水，沒有勝利的喜悅，只有看不見盡頭的復健之路，路上是無止盡的孤獨。或許，就是因為曾經摔過痛過才終於領悟，那些傷痛所教會我的從來就不是要變得多堅強、多勇敢，而是在仍然不甘心的時候，該如何去割捨與放下。

至於我最後有沒有像三井一樣回到球場上，那又是另一段故事了。



### 相遇古城 街頭藝術狂想曲

「街藝狂響」結合街頭藝術與文創市集，讓府城不再只是擁有古都的氣息，更增加現代藝術的輕快脈動。

### 誰換了一個頭貼？



網路使用盛行，頭貼變成網路身分辨識的一個指標，也同時闡述許多關於使用者的事情。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2015 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0