



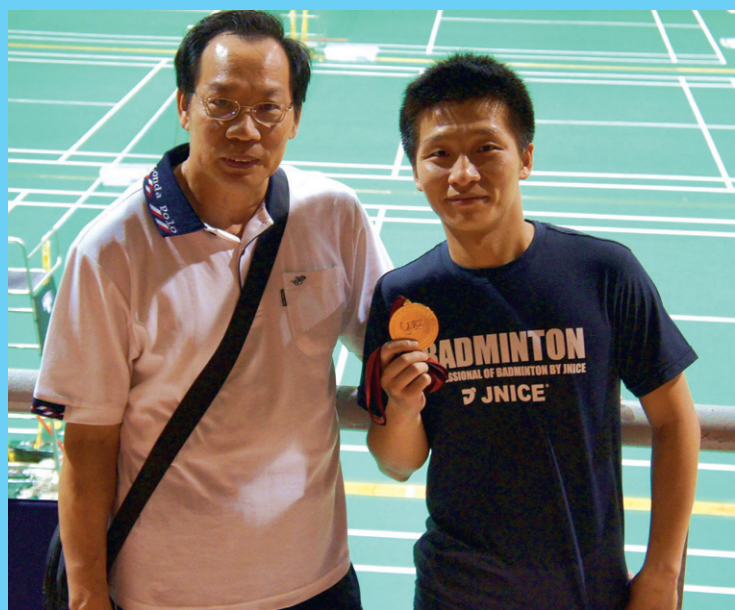
羽球校隊 靈魂人物

張稚鑫

圖、文／張稚鑫

從小就是羽球高手的張稚鑫同學，多年來代表本校羽球隊參加比賽，屢創佳績，最佳紀錄包括：2011 全國大專校院運動會男女混合雙打冠軍、成大公開賽混雙金牌、2014 大師盃混雙金牌、2016 大師盃男雙第二、2017 全國大專校院運動會男雙第二等等。

出於對羽球的愛好，他從不放棄這項運動；不管博士班的課業多繁重，他總是利用週末假日自主練習、加強技巧與體能。超乎一般選手的自主性，不但讓他得以保持頂尖身手，更帶動陽明羽球校隊的風氣，使得整個球隊進步不少，可說是羽球校隊的靈魂人物。



» 2015 久奈司盃羽球錦標賽獲男雙金牌

» 100 年全國大專校院運動會混雙金牌與黃志成老師



今年大專盃在5月的時候結束了，已經有點數不清楚是我第幾次參加了，從大學、碩班念到博班，可以參加的次數的確比一般學生多很多。

想到大一學弟妹對我說：「學長，你打大專盃的時候，我還在念幼稚園耶！」就覺得很好笑，好笑的點在於：為什麼自己要一直參加這個屬於「青春肉體」的年度盛會呢？在比賽會場，總會被對手、裁判甚至是對方的教練調侃，調侃著博士生最禁忌的話題：「都幾年了，甚麼時候才要畢業？」我通常也只能苦笑以對。

回頭想想，自己對羽球的熱血程度，還真的一點都不輸人！加入羽球隊，應該是我在陽明求

學過程中，最值得回憶的一件事。因為實驗室在中研院，絕大部分的時間都不在學校，所以對於學校和系所其實是感到陌生的，只有在球隊時才會重拾熟悉的感覺。特別是黃志成主任，第一次見到黃老師時，就感受到他滿滿的親和力，在他身上可以看到標準體育人的影子，非常鼓勵以及提攜後輩。球隊在老師的帶領下，運作得很順利，也凝聚了一股很強的向心力！

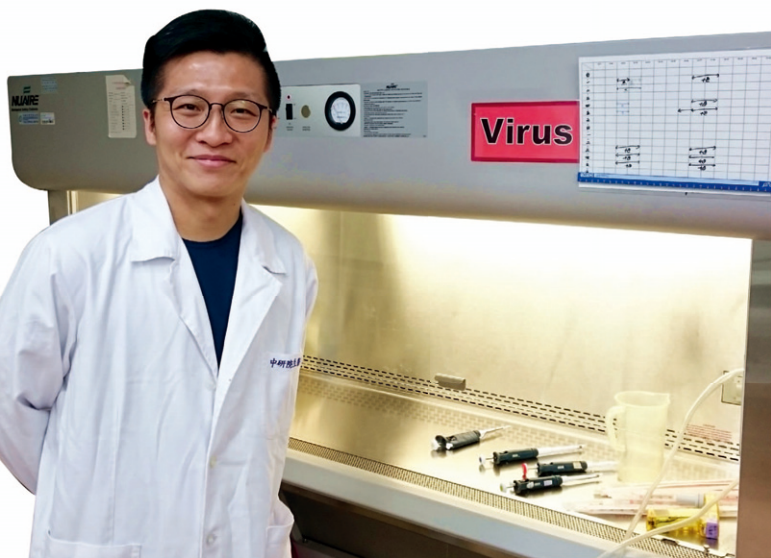
我在小學四年級的時候開始接觸羽球，念的是羽球實驗班，到國一下學期時才轉入普通班級，在那段期間打下了基礎的底子。由於沒有拿比賽成績去申請學校，並不是所謂的體保生，這也讓我占了一點優勢。想當初剛加入陽明校隊時，學弟妹一副看到球隊救星的表情就覺得有趣，有一種受到崇拜的感覺，不過這也代表著別人對你的期待，一股想接受挑戰的壓力就這樣慢慢升起來！

校隊中很多的成員，都是上大學後才開始接

» 106年全國大專校院運動會，混雙第六名與搭檔何巧鈴（左）

» 102年全國大專校院運動會與搭檔張華升（左）





» 在中研院的實驗室

觸羽球，因此自己在球隊中會扮演比較偏向於教練的角色，協助黃老師進行訓練的課程。也由於球隊裡很多學弟妹都是初學者，所以自己的心態也要跟著調整。以前都是競技的比賽，一下場就是要拚輸贏的。現在，有時候團體賽輸球時，會

覺得自己是最失落的那一個，一個人默默地在休息區安靜坐著，難免會有埋怨隊友：「為什麼不再拚一點？」的想法。經過黃老師的細心提醒，自己慢慢了解到：其實大家都已經盡力了，與其用責備的口吻，不如以鼓勵的方式讓大家更加成長，才是更適當的方法。

也因此，在校隊的幾年當中，自己最大的改變並不是球技的增長，而是心態的成熟。在這裡，要好好感謝以前的雙打搭檔們，後來才發覺自己有時候帶給他們的壓力，反而比對手給的還要多。隨著年紀的增長，現在反而會以享受的心態，盡力去打好每一場比賽，不要留下後悔，珍惜以學生身分出賽的每一場球！

念博士班的過程很多時候是很苦悶的，但我並不擔心打羽球會與課業壓力有衝突。相反的，我覺得助益良多。每當實驗上遇到瓶頸，壓力隨

» 106 年全國大專校院運動會，男雙銀牌與搭檔陳季康（右）

» 與歷屆的男雙搭檔，左起：張華升、吳承恩、陳緯綸





之而來的時候，打羽球是我最好的紓壓方式，隨著每一次的擊球、每一步的跑動，心情上的煩躁也慢慢歸於平靜。持續的訓練以及比賽也有助於保持積極的心態，這也是為什麼我一直堅持要參加比賽的原因。

打羽球除了紓解念書、研究上的壓力外，最大的好處是它豐富了我的生活。除了校隊練習時間之外，我平時也會在大台北地區的球館出沒，甚至自己組了一支業餘的社會球隊，固定的成員有 30~40 人，加上流動的球友可以達到百人的規模。球友們的職業包羅萬象，有職業球員、工程師、金融人員、醫師、美髮師、通訊業者、裝潢設計師、食品廠老闆等等各行各業。比較特別的是，還有一位球友是製作小提琴的。在跟他們的交流過程中，會發現實驗室的研究生活相對單純許多，會增長許多見聞，激發出自己不同的想法。

雖然大家來自不同的背景，因為相同的興趣聚在一起，會一起打球、一起全台各地比賽旅遊；印象比較深刻的一次，是大家凌晨四點開車從台北直奔南投竹山，當天來回就為了打一個地區性的小比賽。熱血並不是年輕人專屬的，當天的那群人當中，我是最年輕的，很多人都是 40 幾歲的大叔了。運動真的會讓人看起來年輕許多，將近 60 歲的球友在場上依然生龍活虎，絲毫感受不到一點點老態龍鍾，同時也保持了一顆難得的赤子之心。

跟志同道合的夥伴一起努力，過程中有歡樂、有汗水、有遺憾，每個過程都值得細細品味。在場上，每一球、每一次飛行都扣人心弦。在場下，每次練習、每滴汗水都銘記在心。累積的革命情感是不分年齡、職業和背景，套一句廣告詞來說就是：“That’s Why We Love Sport.”。

» 104 年全國大專校院運動會北區預賽混雙第一名與搭檔吳孟健（右）

» 100 年全國大專校院運動會北區預賽賽後，得獎成員與黃志成老師合照

