

體檢

南方壺

這次學校運動會，我得了兩面銀牌，一面是教職員工男子組 400 公尺，一面是教職員工組 400 公尺接力。

400 公尺只有兩人報名，另一位小我 14 歲。女子組僅 1 人報名，是位 6 年級生。由於報名人數較少，3 人將一起跑。賽前我跟千惠說，我只要贏那女孩子就好了。千惠說，不一定喔，她是原住民，應會跑很快。我想也是。唉！將會很不體面，可能會讓那女孩說，跑這麼慢還來跑。

去年我亦報名 400，從寒假起，就開始試跑。因不知這把年紀，會跑出什麼結果來，第一次還找女兒陪跑，她喜歡運動，小學時還是田徑校隊。雖跑輸女兒，我謝謝她讓我知知道可以跑完。後來陸續跑了幾次，發現並無法再快，便不再練了，跑得完就好。只是賽前數日閃到腰，遂放棄個人的 400，至於 400 接力則不聽親朋好友勸阻，硬是參加。只有 3 隊，穩獲獎牌，每人又只要跑 100，不可輕易退出。天助人助，我們這隊跑第一，獲得一面金牌。那是我生平第一面運動的獎牌。

應是民國 80 年吧，那時我當然比現在年輕很多，雖不是才俊，的確是青年，我參加中山大學的校運 1500 公尺。有 20 人左右報名，我跑了最後一名，連 50 歲以上的長青組

心在南方

也都跑不過。隔年，在美國任教的大學同班同學陳宏來客座。我勸他報名，他不疑有它。結果那年我進步了，成為倒數第 2。於是我體會到，在運動場上，對我而言，求己不如求人。

今年我未到田徑場試跑。這半年，我每天走路上下班。運動會前數日，在回家途中，黑暗裡見四下無人，我心血來潮，在校園人行步道跑起來。在心中默數 500 下。應有 400 公尺。順利跑完，感覺很好。兩天後，又如法泡製。然後便不跑了，要養精蓄銳。

運動會當天，先跑個人 400。不錯耶！一下子便超越那小女孩，心中的大石放下。雖落後前面那位一大截，我仍按自己步調，早就不是血氣方剛的年齡，不會好強爭勝。結果成績居然比去年試跑快了約 13 秒，真不可思議，而且跑完也不累。50 分鐘後是 400 公尺接力，共有 5 隊，比去年多了兩隊。我被安排在最後一棒。事先就跟瑞彬說，我們可以跑最後，但不可跌倒。他一向求勝心切，去年跌了兩跤，還上救護車，他們那隊當然是得到最後一名。不幸中的大幸是我沒與同隊。今年我們被分在同一隊，不得不提醒他。如果實力不如人，最後並無妨，但不可冤枉的最後。何況他也年紀漸長，這不過是個遊戲(game)，要留住青山，不要太拼命。

第一棒儀庭很努力地跑，瑞彬第二棒，跑得飛快，趕過不少。第三棒錦輝也不錯。他近來略發胖，否則可更快。我最後一棒，沒有落後，結果我們贏了三隊，得了銀牌。內人還津津樂道我趕過一位。

心在南方

看來每天走 7.8 公里，似乎讓體力變好了。明年我要報名 800 公尺。如果跑得完，我便要跟體育室建議增設 1500 公尺的項目，目前最多只有 800 公尺。

最近千惠每天也都健行幾公里。我跟她說，她的目標可設為明年跑 400 接力。運動名次雖難以光靠自己，但健康肯定是求人不如求己，就藉每年的運動會，對自己體能，做一次檢驗。

那一金二銀的獎牌，吊在我書櫃的鑰匙上對我微笑。我從未想到有這麼一天。(96.03.29)