

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 馬拉松 來源 民生報 日期 780222 版面 三版

許績勝 印象記

李綠

心裏的壓力 比什麼都大

三人的談話繼續著。我一直私下留心，希望在他這麼「唯心」的觀點外，找到一些較「實務」的理由來解釋他可驚的「成長率」！訓練菜單怎麼開的？每天訓練哩數近四十公里！注重「中時間耐力」訓練！教練選手一對一！幾乎每週日都有「練習比賽」！輔助訓練？不多！再看看「燃料」——食物：一大碗公的米飯，生蛋打一個，上面撒幾撮罐頭魚肉，就著味噌湯。這是每天的早餐！中餐輕簡，晚餐田徑隊友一起開伙，自己下廚。學生弄的飯菜，能講究到哪裡？

這樣的訓練法和飲食方式，實在看不出有何不同凡響。課業壓力？有！「功課忙起來，只好把訓練暫時撇開。」急歸急，無奈歸無奈，阿勝心裡頭還是知所先後，還是能定奪的。

這次回來，心裡壓力大不大？

「比什麼都大哦！」這回說話的表情倒是有些孩子氣，語氣加重了，好像怕人不信似的！首度回國面對親愛的母親，面對師長朋友，面對國人，小學生繳成績單的心情啊，這顆樸實的心，憑什麼扛起它不得不承受的重負，照常保有它本然的素面？「……比賽的時候，我的視線保持在路面前方十五公尺左右的地方……今天比賽

後，有人問我，『剛才我幫你加油，你聽見了沒有？』我沒有！真的不知道！……」
「……我一向習慣在前半段跑得較保守，後面再加速，這一次，我先是跟住一位外國選手，不久我就發現，這個配速不適當，馬上決定超前……」。

強大的專注 充沛的自信

更強大的專注力！更充沛的自信心！這樣了不起的訓練比賽，卻不像「兩小時十七分十五秒」這個數字可以明明白白寫出來，應刊在公佈欄上給大家知道。
讀書、練跑。單純的意志、單純的生活。也許突飛猛進的關鍵真的是這麼「唯心」的！

我們的話匣子還熱烘烘的，一個面目黧黑的日本中年男子走上前來：許績勝很快起身肅立，凝神諦聽他說話，然後告訴我們，教練希望他結束談話，隨他回返休息。在老師旁邊，許績勝的模樣，十足一個乖學生，一個拿出漂亮的成績單，讓老師非常滿意的好學生！
目送他離去的背影，我想，不知明年此時，這個好學生將再度回國，繳出另一張怎樣漂亮的成績單呢？就如台北馬拉松主題曲的最後那句歌詞：且讓我們屆時「以愛相見」吧！（下）