

挨打的鍛鍊

Get Hit but Don't Get Knocked Down

文·圖 | 林育德



林育德於拳擊賽留影。

該怎麼形容拳擊這項運動？作為一個接觸拳擊不深的，普通中的普通拳擊愛好者，我總會想起啟蒙教練說的，拳擊是一項想辦法打到人、並且不要被打中的運動（Hit and don't get hit.）。

開始接觸拳擊後，除了上拳館練拳，參與過館內的條件對打（一回合內只防守或只進攻）、模擬對打外，無業休息的那一年，還報名參加了可稱為「菜雞互啄」的大型比賽——當然是參加專屬新手的組別。為了迎戰比賽，遵循教練指示，和同伴一起備賽、飲食控制、強化體能，歷經多次腎上腺素湧發又退去，全身肌肉乳酸堆積不知凡幾，還得兼顧幾處陳年舊疾的調理情況，現在想來，仍是很快樂且珍貴的經驗。

拳擊在臺灣是冷門的，可以想像主因乃是訓練刻苦，而且挫敗感不只來自分數造成的心理壓力，這項運動，可是要挨打的，會受傷、會破相的。但實際上破相倒不常見，畢竟訓練時會收力、佩戴頭套等，反倒是手腕與指骨扭傷等關節疼痛扭挫，才是常見。許多同館拳友，平常生活並無交集，交流最熱烈的，除了身為冷門運動愛好者又發現了什麼不錯的比賽影像、教學頻道或網頁文章，就是鄰近有哪些厲害的復健診所、中醫針灸、國術館等等，都是我接觸拳擊前，沒想過會得知的資訊領域。有時在上述場景遇見同館拳友，彼此互道「才剛上完體育課，現在來健康中心報到了，真巧」，也可算是三十代後貧瘠的日常生活裡，些許逸出常軌的小小樂趣了。

後來，隨著接觸拳擊的資訊與知識緩速增加，我才知道，啟蒙教練形容拳擊「想辦法打到人、並且不要被打中」的說法，其實早已是人類發展拳擊數千年來，某種金科玉律般的說法了。但這道理中卻隱含著悖論般的實踐法則，當對手也奉行「Hit and don't get hit.」，終究要有人被擊中，而要如何不被打中？最快的方式則是真的被打中幾回。也難怪拳擊愛好者的圈子裡，總熱烈討論著如何提升抗擊打能



「想辦法打到人、並且不要被打中」是拳擊賽場的金科玉律。

力？如何練出強壯的脖子？形容強悍的選手則會以「鋼鐵下巴」稱呼——無不揭示著基於事實的拳擊真理——既然「不被打中」是不可能的，那麼就努力鍛鍊身心成為能接下更多拳的人吧。

2024年巴黎奧運後，拳擊似乎迎來一波熱潮，來自新北鶯歌的林郁婷，在女子57公斤級過關斬將，成為臺灣史上首位獲得奧運金牌的拳擊運動員。我國拳擊代表隊中還有許多選手，也都取得佳績，吳詩儀奪得女子60公斤級銅牌，陳念琴則摘下女子66公斤級銅牌，一金二銅，締造臺灣拳擊代表隊史上最優成績。

這枚金牌很重，很多時候甚至超過拳擊運動本身，那個因為眾多歷史因素而必須彆扭成為我們代表隊名稱的稱呼，「史上首次」永遠是糅合國族認同（甚至是個名不正言不順的名稱）、凝聚想像共同體的最強呼召，若干年後，這項獎牌紀錄，或許只會成為奧運長河中的一個年份與名字。但全程收看的我們，永遠都會立刻想起，金牌拳手不只在場上腳步俐落閃躲、迅猛出拳，最終摘下很重也很重要的「史上首金」。



我們更會想起，那些來自比賽播臺外、比賽場館外，那些圍繞性別的爭議與惡意，是如何從所有角度打來，沒有裁判制止犯規，沒有回合時間限制，甚至無法看清對手的面目，而且是人數沒有限制的車輪戰。既然不被打中是不可能的，接下最多有形和無形拳頭的，我們的選手，最終得到了美好結局的獎勵。

該怎麼形容拳擊這項運動？2024年的臺灣人，會有很熱也很痛的答案。

林育德

1988年生於花蓮。畢業於花蓮高中、東華大學華文所創作組。著有摔角小說《擂台旁邊》（2016，麥田）、日文版『リングサイド』（2021，小学館）。將出版地方政治小說《縣長旁邊》。