

重拾球拍

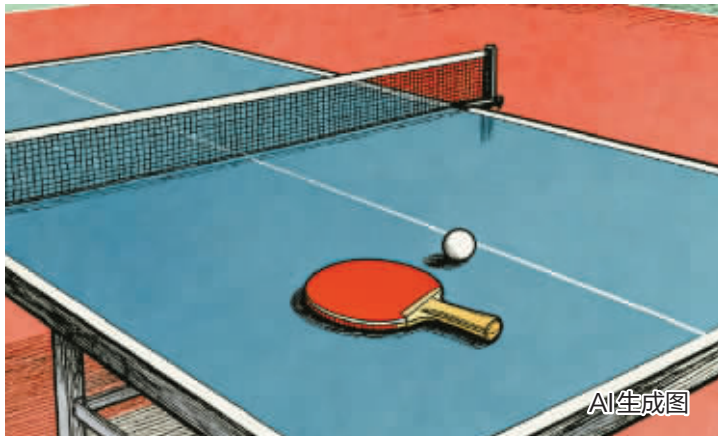
□李浙闽

日常竞技

进到里面打球,既有不计分数的相互切磋,也有三局二胜或五局三胜的友谊比赛。训练和比赛还是两码事情,有些球友练球时动作潇洒,指哪打哪,十分过瘾。但一旦进入到比赛环节,往往失误频频,大失水准,败下阵来。因为比赛中出现的各种情况比单纯训练复杂多了。于是他们自嘲:训练时是国家队,比赛时成了生产队。

尽管总体水平绝对是业余级别,但也有几位业余中的高手,有的少时进过业余体校,“童子功”犹在,有的经常参加市、区、街道、社区的一些乒乓球赛事,攻防技术相对全面。有几位手头握有一两招绝技,常能打出一些颇具威胁的“杀手锏”。如颇具技术含量的直拍反手拧拉,让人猝不及防;有的一接发就是不讲道理的提拉抽杀,令发球方徒呼奈何;有的中远台弧圈拉得又急又转,颇具观赏性和威胁性;有的防守十分严密,号称“打不死”,被对方几轮猛攻之后气力不支;有的发球如同使劲“擦火柴”,虽然动作夸张,但发出来的球的确旋转极强,我就吃过他不少“擦火柴球”。业余级别的比赛,有时也能打出一些令人不可思议的超水平发挥的球,号称“神仙球”,令人大呼过瘾,常常赢得满堂喝彩,小小的乒乓球室瞬间气氛爆燃,球友们的情感得以充分释放。

这里单打、双打都有,但以双打居多,因为双打的趣味性更强。由于大家的水平参差不齐,为了防止比赛结果一边倒,所以双打时,合理的组合很重要,双方水平接近,来回球就多,精彩程度就高。一般都是强弱搭配,我们俗称“抱大腿”。我作为弱势的一方,就经常需要抱抱大腿。大腿的作用不是自己猛杀猛打,直接得分,要是这样的话,水平较低的那位只能袖手旁观了,这就有悖于组合的初衷。所以,水平高的那位,要多为合作伙伴提供得分的机会。比如,他打过去的球,要使对方难受,让对方不好接,但又要把把握好分寸,让对方不至于失误,使回过来的球质量不太高,同伴就可以一拍打死。我就通



AI生成图

过抱大腿的机会学到了不少球技,于是大家就鼓励我,说我进步很快。我就回答道:“进步有眼眼,问题木佬佬。”我这样说,倒不完全是一种谦辞,我确是觉得,怎么问题越打越多了呢?有位长者就安慰我说,那是你的自我要求和标准提高了。听听似乎也有道理。这就像读书一样,书读得越多,往往觉得未知的领域反而越来越多,那是因为你的学习半径扩大了。

温情趣事

时间一长,大家互相之间就没有距离感了,开开心心是常有的事。有位球友中午喜欢小酌几杯,一般是三两左右,大家戏称他“329国道”。他来打球时,无论打球水平超常发挥,还是有失水准,球友们都会戏问他:今天中午是加油过量了还是加油不足呀?他笑答:喝酒是常量,状态有好坏,嘿嘿,正常,正常。

经常打球的人,如果一下子不能打了,是件挺难受的事。有位球友,已在这里打球多年,算是高手。一次不慎右手受伤,一时半会儿还好了,这下难受了。难受的不是受伤的手,而是被迫中断的打球之瘾。哪怕不能打球了,他也经常过来看看,过过瘾瘾,但过瘾哪有手瘾来得过瘾呐。于是,他下决心做起了左撇子,一来二去,左手功夫竟也日渐见长,也能够参与比赛了。我们就调侃他说,希望他的右手康复速度不要太快,这样他的左手功夫会提得更高。

打球既讲究动作优美,更追求得分效率,这两者对于高手来说,往往是一致的,成正比关系。但对很多业余选手来说,就不一定了。一些球友看起来姿势十分优美,有白鹤亮翅式的,有海底捞月式的,有猛虎扑食式的,有大尺度弧圈式的,但却常常失误,导致不能得分,还是基本功不够扎实。有几位老手就不一样了,他们动作简练不花哨,举重若轻使巧

力。看来,管用是真家伙,得分是硬道理。

众多球友中,打球风格也是各不相同。有进攻型的,有防守派的,有快节奏的,有慢热类的,有对比赛结果分分必较的,有赢了球总说自己运气好的,有输了球反而哈哈大笑的,有比赛时大喊大叫的,有逮着机会戏说一下,曝出几句趣话妙语来的。有一次,一方是男女混合搭配,女的发球过去,被对方一下抽死。于是,男的就提醒道,不要再发老位置了。女的可能不在意,也可能不服输,第二次、第三次照样发到老位置,照样被对方一下抽死。于是,男的就发话了:我已经说过前面是男厕所,不要去,你不听,还是照样过去,这下尴尬了吧。大家一听这话,捧腹大笑不已。

大家在打球间隙,也经常发表一些对社会现象的看法,回望一下过往工作的情景,交流探讨各自养生的经验。互相之间也经常记挂着,谁有段时间没有来打球了,就会主动询问关心。这里除了健身,还成为了一个以球会友的温馨大家庭。

收获满满

每次打球以后,留下的是汗水,带走的是开心。仅就健身功能来说,我曾总结出长期健身带来的“十不”好处,就是:不硬、不软、不粗、不细、不僵、不笨、不挺、不高、不郁、不困。不硬:关节不硬;不软:肌肉不软;不粗:腰围不粗;不细:手臂不细;不僵:韧带不僵;不笨:动作不笨;不挺:肚子不挺;不高:体检指标不高;不郁:心情不郁;不困:精神不困。以上经常健身带来的十个“不”,无需刻意追求,日积月累地坚持,自然而然地生成,潜移默化地就来了。久而久之,你会发现,一个人不但身体素质好了,精神状态也提升了,风度形象也改善了,朋友圈也不断扩大了,生活质量也提高了。

让更多的人参与到全民健身的大家庭中来吧!



AI生成图