



《耕雲的筆》

生時麗似夏花

死時美如秋葉

文/文學三胡倩姿

只因宿命的嗜美而發抒於文字，當作解渴的漿汁罷。

我的心，請靜靜聽世界的低語，那是他在對你說愛呵。

詩中將自然的美擬化成一個情人，而萬籟正是他的滴滴細語，若是一顆跳盪不安的心是無法傾聽的，這說明一般哲思的獲得在於細心與真心的諦聽。

而生命呢？

生命因世界的需要而發見它的財富，因愛的需要而發見它的價值。

任何抽象或孤獨的個體，若沒有其他個體的陪襯是烘托不出它本身的豐富和價值的。就像你的美要從愛中去發見它，因它原本就具有的。

啊！美呵，你要從愛它中去發見自己，不要向你那鏡子的阿諛中去追求。

而關於歲月的痕跡呢？夏天的漂鳥，到我窗前來唱歌，又飛去了；秋天的黃葉，沒有歌唱，只嘆息一聲，飄落在那裏。

如何留下歲月在時間上的憂喜呢？各個生命體都有其最美、最執著的方式。唱歌或者嘆息都好。而人類的漂泊呵！就留在筆耕者的字句裏吧，泰翁也說：

世界上渺小的漂泊者之群啊，留下你們的足印在我的字句裏吧。而渺小的漂泊者，你儘管漂泊，也該贊同：生命投與我們，但我們須付出生命才能得到生命。

就讓我——生時麗似夏花，死時美如秋葉。（詩採自泰戈爾·漂鳥集/康文開譯）

華岡詩社提供

青年獎章

即起接受推薦

（本報訊）八十二年青年獎章候選自即日起，至十二月五日止，接受各界推薦，歡迎各機關、團體、學校與個人踴躍向各地救國團團委會索取推薦書。

救國團表示，凡13至35歲的青年，具忠勇、孝友、仁愛、信義、和平、禮節、勤儉等事蹟，足為青年楷模者，評定的得獎人，將於明年全國各界慶祝青年節大會中，接受頒獎表揚。

隨著新學年的開始，又到了各社團招收新生的時候。基於國劇社一年來對我的提攜與照顧，實在有義務站出來為「母社」做一番真實的經驗之談。

記得去年此時（十月份）我在一個很突然的情況下加入大夏國劇社。當時既沒考慮有沒有嗓子，也沒想過要學什麼行當，只認為多看看一些特殊的事物是很有趣的事。一時抱著隨興的心理，沒料到自此每週六及週日下午便成了我非赴不可的約會時間。

剛進社團只是靜靜地觀望而已。老師教戲時我也跟在旁邊隨意比畫兩下，吊嗓時就混在中間拉開喉嚨喊，學姊發現我的身段有點模樣，

國劇與我

（篇驗經）

夜間部新聞三梁月盈撰文 大夏國劇社提供

嗓子也有，便要我加入公演的演出，戲碼是「貴妃醉酒」，角色是楊玉環。

雖然以前曾在電視上看過片段的徐露所演的貴妃，一身華麗的鳳冠霞披在台上表演下腰、臥魚，卻從來沒樣到自己也要打扮成這個模樣。當時真是惶恐之至，但在社長與學姊們的鼓勵之下，終於答應一試（前貴妃）。

那時還有一個困擾，就是剛接觸國劇的我，對於相關的資料實在懂得很少，副社長莊細真特別為我找了一些有關「醉酒」的評論文章。我後來兼小青的角色時，她更不厭其煩地陪我練身段、對台詞（她飾白蛇）。

除了社長與副社長之外，時常在旁協助指導的張憶顏學姊與周姊（淑芬）也給我相當大的安定力量。她們有豐富的舞台經驗，是我們的百寶箱，要什麼，有什麼，許多都可從這兩位前輩那兒得到解答，有時還兼任我們的公關，替我們打點一些麻煩事。

由於在上述幾位與社團幹部的熱情激勵下，連我這麼懶的人都揚起精神參加社團所舉辦的每個活動。上學年的活動有化妝教學、化妝包頭穿戴示範與年度公演，大家忙得不亦樂乎，學年結束時，大夏國劇社還榮獲優等獎。我相信這是應得的，因為我們付出了極大的努力，在後戲社耕耘。想想社長為各項活動與進度不知度過了少個失眠夜晚，總務如何為龐大的公演費用到處想辦法申請經費，公關如何地打點文書及衣箱師傅，還有我如何在大夏館極有限的空間裏排大戲。雖然環境不是理想，可是持著一顆熱烈的

武術週專文

臨淵羨魚若不若退而結網 輕柔生姿談體操

體操社提供

今天呈現在我們眼前多采多姿的體操競技，早在一八九六年第一屆奧林匹克運動大會中，即已列入奧運的正式項目之一，揭開了男子競技會的序幕；而女子方面直到一九三六年柏林奧運時，才正式開始。

基本上，體操競技與其他運動比較，最顯著的差異是在於單獨一人以器械為對象，進行各項技巧的競賽。無論進行踢起或空翻動作，皆由本身自行創造動作實行的時機；絲毫不能借助他人之手以完成其動作，且技巧多由自己體會、感覺。因為在空中一瞬間的翻滾動作，須要高度的決斷力及身體的整體協調性方能實施，這期間須耗時去感覺、實施，不似一般體能活動，只要熟練就可以有模有樣。但體操也不若各位想像中困難，只要從基本開始，對器械充分了解及分析技巧構造，研究各種替代方法以代替直接實施，必能達到事半功倍之效。

體操可分為男子和女子二項部份，其中包括男子的吊環、單槓、雙槓等，女子的平衡木、高低槓等及男女都有的地板跳箱。但不論男子、女子部份都以地板動作為基本，而其他都以地板的技巧為主而變化。其中技巧包括迴轉系列：前翻

出迴轉，以及空翻等，特技系列：平衡單立中的單腳平衡立、或各種倒立支撐技巧中的腳上舉、支撐、柔軟技巧之站的全分腿坐姿或進而做出前屈等；而在女子方面則增加了許多舞蹈、音樂或產生所謂的韻律體操。另外值得一提的是人類為求長時間停留在空中，以便做出更多的動作，而有彈翻床的產生。通常選手需彈至距地面七公尺之高，才開始實施不同系列的空翻轉體動作，體操常以彈翻床為空翻轉體技巧動作的輔助器材，一般人更可藉彈翻床彈跳，以達到暫時脫離地心引力飛翔與騰躍的滿足感。

究竟學體操有什麼好處？因為體操中許多動作皆須靠瞬間的翻滾、空翻來完成，因此能訓練一個人的反射動作及身體平衡的協調性。舉一個簡單的例子來說，當你因外在因素而使身體拋向空中，例如車禍發生時一般人可能手足無措，哇哇大叫而後落地，「掛一與一不掛」在其次，但換做一個學過體操的人，在空中極短時間內，會習慣性將下顎內縮，身體縮成一團做出平穩而安全的翻滾，將往前衝的力量消弭於無形。另外在許多武術、戲劇、舞蹈、特技表演中，也都以體操的動作為基本「功」。

相信各位同學都有身輕如燕，在空中飛騰翻滾的夢想，加入體操社，在平實而基礎的訓練之下，循序而進，必能達成各位夢想，「距離羨魚不若退而結網」，體操社將隨時竭誠歡迎你們的加入。

活動時間：每週一、三、五下午五時卅分至七時卅分，地點在大夏健身房，現場亦受理招新報名。



