

In Search of the Perfect Athlete, a Dressage Horse

By Vera Koo, Women's Outdoor News, Published October 21, 2019 Simplified Chinese

寻觅完美运动员——一匹盛装舞步马

他想找到一名能够展现专注力的完美运动员——知道保护体能、避免伤害；能够应付数千小时的练习、能够在压力下竞技，而且越挫越勇。

家一前往丹麦物色一匹盛装舞步马；在思索优异舞步马应具有的各种特质时，他发现马身上的这些特质与《比安奇盃》一流选手的特质居然如出一辙。他从丹麦的蓝马马场觅马回来后，有感而发的说：「他们彷彿在那裡

训练《比安奇盃》选手一样。」

其实岂止于《比安奇盃》？家一要在马身上找寻的特质，也可在各类运动的顶尖选手身上看见。



家一十二岁左右开始骑马。当时他跟母亲一起住在巴西，他们养了一匹马，他每天都骑。夏天的时候，他几乎一整天都在马上，天天如此。他在史丹福大学做研究生时，我们住在校园公寓，都选修了马术课程，当然家一上的课程度比我高太多了。

我一直都没有追上他的水平。我在新加坡扶轮社骑马曾经不慎从马上摔下来，摔伤了腰椎，家一事问我：「你怎麼没有一个鹞子翻身下马？」这当然是玩笑话，我哪儿会。

家一过了七十岁后，再度勤练马术。我出外受训比赛时，家一就忙着骑马。他的马术风格原属英式骑跳，但他最近选了盛装舞步马术，过去三年半裡一直跟着教练学习使用马缰。

盛装舞步马术是一种骑马方式，马和桌上的骑师表演一系列规定好的动作，人与马的动作有高度的默契，非常优雅，几乎就像一种艺术。

[Type here]

当家一的马术教练提到要回她老家丹麦为另外一名客户买马时，我鼓励家一同去，看看是不是能买到一匹他也中意的马；就算空手而归，能去也是一个很好的学习机会。



家一和他的教练一共参访了七处马场，最后决定在蓝马马场买马。蓝马马场只培育盛装舞步赛马，大约一共饲养了三百五十匹。

在马出生后的头几年，牠们只在场上驰骋；大约四岁，就会交给一位驯马师。所有驯马师均为一流的奖牌得主；一人负责一个马厩，一个马厩大约有十匹马。每名驯马师手下也有两名刷马助手。

马匹每天受训两、三小时，一周受训六天。其中的首选都是潜在的奥运冠军马。

驯马师找的是展现出有受训意愿的马匹，愿意练习、喜欢被骑，机警镇定而喜欢表演。一流的出色马匹必须愿意全神贯注的反覆练习。

蓝马马场就像马儿的五星旅馆，牠们也有专用的走路机。

盛装舞步马的腿很瘦，很容易受伤，因此必须加以细心照料。牠们定期洗澡，也洗冰水澡，以利康复和保持乾淨。马厩的打扫工把马匹的家整理的非常好，员工对待马匹也像对王室人员。

虽然任何类型的一流运动员，包括马匹，都必须具备一定的特质，但运动员的长技并非「众生平等」；美式足球的四分卫不能靠他们依恃抱回《超级盃》的技巧来逐鹿《比安奇盃》，驰骋球场的篮球明星亦然。我们适不适合某一类运动，以及擅长这项运动的部分能力，最终也要归结于生理遗传；即使在射击领域，选手要在不同的射击项目出人头地就需要在不同的技术项目上有过人之处。

生涯早期，我在《钢盘挑战盃》与「国际实用射击协会」(美国实用射击协会)的比赛项目中竞技，但我发现自己并不具备这些领域比赛项目所需要的速度与体能，无法有一流选手的表现。因此我把目标转移到《比安奇盃》，这个项目可以让我好好发挥我的准确度；我知道自己有吃苦耐劳的心理准备，也有长期抗战的练习动力；可以把准头磨练到登峰造极。

[Type here]



家一买了一匹六岁的马，叫「印象纹素」。这匹马展现的特质，就是驯马师希望在优异盛装舞步马身上看到的。牠友善、机灵、听话，愿意接受训练和练习。不过因为生理血统的关係，牠无法成为金牌赛马，因为牠没办法长到够高。不过倒也因此非常适合家一骑乘；印象纹素的体态与家一身高切合的好；找到牠，家一非常幸运。

娜娜·马若德是位女驯马师，在家一买下牠以前训练印象纹素已经两年。这位驯马师在比赛中得奖无数，家一得此良驹后，她特地到美国来协助安顿训练的事。

家一打算先骑乘印象纹素几年之后让牠参赛。如此，家一可以纵情马上，而且是一匹上驷，具备任何一类一流运动选手身上都看得到的最佳特质。