

## 高空彈跳 幫你趕跑憂鬱症！

學生新聞

【記者林筱庭報導】慶祝55校慶，樸毅志工社於8日下午2時至7時在書卷廣場，舉辦「活的精采·跳出未來」高空彈跳活動，共50位同學報名，勇氣可嘉。電機博二許欽淳說，首次嘗試高空彈跳，只覺得在半空中失重的感覺很舒服，並打趣地說：「爸媽，你們的兒子還在。」

這次活動由臺灣高空彈跳俱樂部承辦，用少見的45噸吊車吊起再彈跳，總高度有45公尺（約15層樓高），活動中並有教練花式高空彈跳表演，引得現場師生驚叫連連。圍觀的同學紛紛表示，光抬頭看吊車的高度就不禁腳軟。

首位彈跳的是學務處課外組江夙冠，一鼓作氣地坐上吊車升到半空便奮力往下一跳，江夙冠著地後開心地表示，心情超興奮只想和大家說一句：「我愛大家。」

這次的彈跳活動同學幾乎都是第一次嘗試，所以採用綁腰背向式，彈跳教練李昭明說：「彈跳的瞬間，雙手大張，什麼都不用去想，只要好好享受失控的快感，盡情放聲大叫吧！」

樸毅志工社這次舉辦高空彈跳的主題是「珍愛生命」，並致贈一本諮商輔導組「心內限時批」小手冊和原文證書給參加活動的同學，希望同學能藉由高空彈跳活動，了解自高空墜下的感覺，進而體驗生命珍貴，活出生命的色彩。目前仍就讀世新大學四年級的學生，彈跳教練許婉真說：「這是一種很適合身心發展的活動，能紓解壓力趕跑憂鬱症。」臺灣高空彈跳俱樂部網址：<http://www.bungy.com.tw/>

