

# 球壇會客室

# 昔日運動白癡

專題報導/記者龍柏安  
圖：記者林正堃、叢昌瑾



# 曾文鼎小檔案

- 生日：1984.7.6
- 身高：202公分
- 體重：90公斤
- 星座：巨蟹座
- 血型：A型
- 球隊：裕隆納智捷
- 月薪：推估12萬
- 感情：有女友穩定交往中
- 嗜好：打電動、潛水
- 本季個人平均數據
- 得分 14.3分 (全隊第1)
- 藍板 10.2個 (全隊第1)
- 抄截 2.1次 (聯盟第2)
- 助攻 4.3次 (聯盟第1)
- 阻攻 2.9個 (聯盟第1)



長髮，是他的註冊商標，從運動白癡，變成國內中鋒代言人，曾文鼎的成功，不是在勵志小品集的「天方夜譚」，堅持、毅力與反省，讓他在接觸籃球兩年內，躍升為台灣國手。

曾文鼎要用自身經驗告訴所有年輕選手、球員不是只要流汗就好，學會用腦袋思考，才會事半功倍，若想像成長進步，不見得一定要打得多多，看得多、想得多、練得多，一定會收到成效。

從高中開始，曾文鼎就是籃壇未來之星，生涯一路平步青雲，看似未曾遭逢重大挫折，但在他心底，傷病一度消磨了他的意志，靠著規律復健，才讓他繼續在球場屹立不搖。

就站在籃壇頂點，曾文鼎清楚明白職業運動的現實與殘酷，只要裕隆沒有冠軍，所有人就否定了他們過去一年來的努力，在風雨飄搖的SBL第七季，他期許汗水不要再白流。

## 國小時 2百公尺跑不完

Q：你有想過有一天自己會成為專業籃球員嗎？

A：從沒想過，以前的我是運動白癡（笑），我印象很深刻，國小時要跑200公尺，我才跑過彎道就沒力了，接下來只能用的，所以自己會變成籃球員，我還滿意外的。

Q：HBL是國內最受矚目的學生運動，你從運動白癡要變成球星，有沒有歷經陣痛期？

A：當然有，我還記得國三畢業前，我去再與練球，光是熱身和腳步練習，我就全身沒力了，更別提接下來的訓練，當時再與每年都招收10名球員，只是經過一段時間訓練，就會有些人莫名其妙消失。

Q：隊友紛紛落跑，你有沒有想過要放棄？

A：現在你的時間都怎麼安排？

A：我去年考上北體運動競技研究所，所以每週的一、二、三我都得上課，還要練球，禮拜五、六、日就得比賽，生活雖然忙碌，卻很充實。

Q：上課和練球時間衝突怎麼辦？

A：我也有自己控制時間去自我訓練，

Q：你從高中開始發光發亮，一直到SBL也是國內頂尖的好手，在生涯當中，有沒有面臨挫折和低潮。

A：也是有，SBL第四年結束後，我的右膝半月骨破裂，復健休養得差不多了，第五年季後賽卻變成左膝出狀況，我以前從來沒受過傷，但雙膝的傷勢，嚴重影響我的運動能力，常有想做動作，腳卻不聽使喚的狀況，那種感覺我很難形容。

Q：為什麼不開刀根治？

A：當時我有很認真考慮，不過既然復健有幫助，就以復健為主，畢竟動刀後，會有6到8週空白，我不想浪費這些時間。

Q：那練球怎麼辦？

A：教練團在這個部分很體貼，基本上我必須維持練二休一的步調，他們能夠接受，至今就一直維持這個模式。

## 考上北體研究所 兩頭忙

Q：現在你的時間都怎麼安排？

A：我去年考上北體運動競技研究所，所以每週的一、二、三我都得上課，還要練球，禮拜五、六、日就得比賽，生活雖然忙碌，卻很充實。

Q：上課和練球時間衝突怎麼辦？

A：我也有自己控制時間去自我訓練，

Q：你從高中開始發光發亮，一直到SBL也是國內頂尖的好手，在生涯當中，有沒有面臨挫折和低潮。

A：也是有，SBL第四年結束後，我的右膝半月骨破裂，復健休養得差不多了，第五年季後賽卻變成左膝出狀況，我以前從來沒受過傷，但雙膝的傷勢，嚴重影響我的運動能力，常有想做動作，腳卻不聽使喚的狀況，那種感覺我很難形容。



因傷和念書問題，阿鼎平時無法按時參加球技訓練，只能自己安排時間做自主訓練。



電動玩具是曾文鼎平時紓壓與消磨時間的好幫手。

## 迷電玩 復健時不無聊

籃球場上，曾文鼎有能力主宰禁區、凌駕對手，到了虛擬運動場，就超過了他控制範圍，他仍樂此不疲，因為在電玩世界裡，是他自我紓壓與消磨時間的方式。

平時自認很「宅」的阿鼎，每天除了練球、上課、復健之外，電玩是最常陪伴他的朋友，在裕隆宿舍裡，有著他心愛的PSS3搭配自購的液晶電視，還有攜帶方便的掌上型電玩。「我的PSS3是限量型機種，整組大約1萬5000元左右，液晶電視大約2萬多，平時如果沒事，我就窩在房間裡玩這些。」曾文鼎笑說。

主機剛買來時，隊友拿著一片NBA和阿鼎下戰帖，連室友周士淵也被拖下水，3人約定好各選一隊，進行5戰3勝循環賽，不過最後比賽沒打完，

阿鼎輸贏各半，沒討到便宜，他說：「反正打電動比的是誰比較帥，大家開心最重要。」

最近阿鼎迷上了射擊遊戲，卻面臨「卡關」瓶頸，上網搜尋攻略又不得其門，讓這台要價上萬的主機多半閒置在地上，只有偶爾想起來，才會拿起來再拚個幾回合，而掌上型電玩，則躍升成為新寵。

由於阿鼎雙膝都有傷勢，幾乎每天都要接受水療，一次療程就要半小時，一個人待在大水缸裡，又沒人可聊天，所幸有了電玩，他一點也不寂寞，「如果沒有電動打，還要一個人泡在大缸這麼久，真的挺無聊，如果遇到塞流，又剛好要泡水池，簡直是要人命。」

(記者龔柏安)

有了掌上型電玩，曾文鼎復健時不再覺得枯燥無聊。

裕隆沒有冠軍，所有人就否定了他們過去一年來的努力，在風雨飄搖的SBL第七季，他期許汗水不要再次白流。

**要酷留長髮 變註冊商標**

Q：很多人好奇，你為什麼要留長髮？

A：當時我覺得綁髮辮「很屌」，所以才開始留長，結果弄了幾次，覺得太麻煩了，才乾脆綁成馬尾，一來好整理，再來長髮已經變成我的註冊商標，才這樣一路留到現在。

Q：你從高中開始就是家喻戶曉的灌籃高手，你是從小就開始接觸籃球嗎？

A：不是，我國中

收10名球員，只是經過一段時間訓練，就會有些人莫名其妙消失。

Q：隊友紛紛落跑，你有沒有也想過放棄？

A：這個念頭從沒浮現過我的腦海，畢竟我家住在淡水，一個人到木柵唸書打球，朋友都知道，也給我祝福，如果臨陣退縮，那超丟臉的吧，所以就算苦，只能咬咬牙忍過去。

Q：所以高中是你生涯的轉捩點嗎？

A：我覺得是，況且高一我就選上亞青，高二就入選台灣隊，我知道這一切都是身高特別高的關係，對球隊不可能會有貢獻，但那段時間卻是我成長、收穫最多的黃金時期。

Q：是因為在球隊被老大哥們震撼教育嗎？

就得比賽，生活雖然忙碌，卻很充實。

Q：上課和練球時間衝突怎麼辦？

A：我會自己找時間去自我訓練，大部分早上都是重量訓練，所以影響不大。

Q：裕隆經過3連霸後，連續3年問鼎金盃失利，加上今年各隊都開放洋將進口，你們的壓力會不會更大？

A：壓力倒是還好，但所有運動員都不希望輸，況且職業舞台上，只有第一才是贏家，沒有冠軍就是失敗，我不覺得洋將真的這麼難付，畢竟國際賽打了這麼多，早就習慣了，只要打出我們應該有的球，比賽沒有絕對。

## 討厭游泳 卻想考潛水執照

湛藍的大海，深藍只是綺麗的外表，在水平面之下，蘊含了更寬廣的生命與美麗，這一切深深吸引著曾文鼎，也激發他一窺究竟的衝動和期待。

若有天曾文鼎不打籃球了，他最想做的，就是考潛水執照，阿鼎透露，幾年前，他就曾報名參加課程，卻礙於上課、練球分身乏術，潛水證照訓練沒有完成，考試當然也沒去考。

「每次到了熱帶國家，很多人喜歡浮潛，我卻想換上潛水衣、背上氧氣筒，跳進大海裡。」話說完，阿鼎臉上表情充滿期待，「因為你不知道下水後，眼前浮現的畫面是什麼，那也是潛水最吸引人的部分。」

**大腳買不到合適膠鞋**

為了參加潛水，阿鼎量身訂做了一

套防寒衣，不過一雙大腳卻買不到適合的膠鞋，他一臉無奈地說：「這件衣服現在還留在店裡，我也沒啥時間和機會去拿回來。」

**不喜歡做太費力的事**

諷刺的是，阿鼎雖嚮往潛水，卻討厭游泳：「我不喜歡做太費力的事，比如

說跑步、游泳，潛水只要進入海底之後，就可悠閒走來走去，和游泳是完全不同的兩件事，不過我可不是旱鴨子。」

討厭跑步，籃球還能打得這麼好，阿鼎搞笑地說：「如果每場比賽都讓你打40分鐘，數據還很難看，那豈不是很丟臉，再怎樣都覺得有些建樹吧。」

(記者龔柏安)



曾文鼎笑說。  
主機剛買來時，隊友拿著一片NBA  
和阿鼎下戰帖，連室友周士淵也被拖  
下水，3人約定好各選一隊，進行5戰  
3勝循環賽，不過最後比賽沒打完，

真，「如果沒有電動打，還要一個人  
泡在大缸這麼久，真的挺無聊，如果  
遇到寒流，又剛好要泡泳池，簡直是  
要人命。」

(記者龍柏安)

有了掌上型電玩，曾  
文鼎復健時不再覺得  
枯燥無聊。



曾文鼎去年如願考上台北體院研究所，現在的他除平時練球比賽，每週還有三天必須回到學校上課。