

●許芷菱(左)在1998年曼谷亞運比賽的情況。



奮戰不懈的跆拳道高手 許芷菱

■許芷菱小檔案

撰文：雷鳴

生日：1975年9月1日

出生地：臺北縣新莊市

學歷：國立體育學院運動技術系

現職：國立體育學院教練研究所碩士班就讀中

國立基隆高中體育教師兼教練

專長：跆拳道



運動成就：1995年菲律賓世界跆拳道錦標賽女子中

乙級亞軍

1996年俄羅斯世界大學跆拳道錦標賽女

子中乙級冠軍

1997年韓國釜山東亞運女子中乙級冠軍

1998年曼谷亞運會女子輕量級冠軍

2000年代表我國參加雪梨奧運

一、前言

許芷菱現任國立基隆高中體育教師兼跆拳道教練，新莊國小、新泰國中、基隆女中、國立體育學院運動技術系畢業，目前攻讀國立體育學院教練研究所碩士班；她的跆拳道之路，有許多值得學習之處，現在，就讓我們一起進入許芷菱選手的跆拳道世界。

二、求學過程及運動經歷

誤打誤撞

許芷菱身高177公分，從小就是高挑型身材，在家中排行老大，下面還有一個弟弟、二個妹妹，她就讀新莊國小五年級時，身高就160幾公分，在班上鶴立雞群，由於表兄弟們去臺北市林森道館練習跆拳道，看到表兄弟們踢來打去，架勢十足、虎虎生風，就覺得很有意思，於是跟父親說也想學打跆拳道。

父親許照源認為既然女兒有興趣，而且練習跆拳道可鍛鍊身體兼防身，欣然同意，許芷菱就與弟弟一起去學跆拳道，初次接觸跆拳道感覺就滿好的，那時啟蒙教練是新道館的羅新明、王溪河教練。

愈挫愈勇，三折肱而成良醫

許芷菱從小就是父母眼中的乖女兒，父母雖鼓勵她練習跆拳道，但看到女兒返家身上瘀青，十分心疼，常常帶她去中醫。許芷菱說她與一般小女生一樣，挨打都怕痛，但當時道館內女生很少，教練看她跟大人一樣高，而且手腳長適合練習跆拳道，就叫她跟著社會組學員一起練，剛開始常被打到很痛，不過教練說不痛就不會有進步，不服輸的她只好忍痛繼續練習。

許芷菱國小六年級時，參加新莊市主席杯跆拳道賽，就榮獲國小女子組第二名，不過在國中一年級時，因成績落後，忙著惡補功課，國二才回道館報

到，國二參加中等學校運動會，獲得國女組跆拳道季軍。許芷菱高中時考上基隆女中，基女跆拳道隊是出名的強隊，在教練簡育南細心栽培調教下，許芷菱憑著黑帶實力，成為基女的強悍隊員。

三、運動成就

努力有成，睥睨群英

1991年許芷菱高一時，就當選世界跆拳道錦標賽國手選拔賽重量級第一名，是她第一次當選國手，首戰就赴希臘雅典參加國際比賽，可惜因缺乏經驗未得名次。高一、高二參加中等學校運動會，都榮獲高女組羽量級冠軍，高三參加全中運會，在輕量級得季軍。

1993年基女畢業，許芷菱未考上大學，暫時到加油站打工，教練王溪河心疼一手調教出的高材生，詢問她未來是想繼續讀書，還是打跆拳道？許芷菱毫不考慮就選擇跆拳道，又開始苦練跆拳道。

1994年許芷菱再度當選國家代表隊，那次她在教練王溪河要求下，增加8公斤重量升到中乙級，王溪河認為許芷菱如果參加第四、五量級比賽，遇到的對手是劉昭晴、董雅琳、陳怡安，獲勝機會將減低。王溪河教練採戰略性的叫許芷菱增重，看準她占了身高手長的優勢，果然許芷菱在中乙級比賽中，以準確的腳背旋踢，擊敗亞洲賽二連霸的師大名將潘麗琪，並且獲選國家代表隊，隨後赴英屬開曼群島參加世界杯跆拳道比賽，因經驗不足未獲獎牌，與世界杯獎牌擦肩而過，讓她痛定思痛，更認真加強體能訓練。

1994年10月許芷菱考上國立體育學院運動技術系，國立體育學院有運動傷害防護中心，對選手身體幫助很大，當時跆拳道手蔡佩珊、張淑媛、蘇麗雯，

都是許芷菱同期的競爭對手。

1995年許芷菱參加世界跆拳道錦標賽，在女子組中乙級以四勝一敗獲得亞軍，是她首次在國際比賽中得獎。那次比賽她在前四役共拿下22分，表現之精彩震驚全場，金牌戰是中韓之戰，許芷菱對上韓國的趙香美，趙香美攻勢凌厲以5:1獲得冠軍，許芷菱屈居亞軍。

1996年許芷菱赴俄羅斯參加世界大學跆拳道錦標賽，獲得中乙級冠軍，並榮獲女子選手「美技獎」，同年參加亞洲杯跆拳道錦標賽，在中乙級獲得季軍。

許芷菱俄羅斯之戰返國後，才發現自己得了缺鐵性貧血，在左訓中心做的生化檢測，她的血紅素指數只有七，不到正常人的一半，當時醫生說「輸血」是最快的治療方式，但她母親認為輸血危險性高，堅持只讓女兒定期注射營養針，並且採中西醫並進的治療方式。

幕後的獎牌推手許媽媽

許芷菱感恩說，感謝謝媽媽每天無怨言的為她熬煮中藥，媽媽還煮中藥湯讓她泡澡，泡澡藥湯需使用公費局的紅標米酒當藥引，一次約需30瓶紅標米酒，那時市面上紅標米酒缺貨，媽媽為買不到紅標米酒而萬分著急，媽媽愛女心切，一切都是為了她好。

後來每次參加比賽，媽媽最擔心的都是許芷菱身體能否負荷激烈比賽，許芷菱說如果沒有家人的支持，她不會有日後的成就。

1997年許芷菱參加埃及世界杯比賽，因比賽時身體狀況很差，沒有得到名次。許芷菱經過一段休養調理後，1997年參加韓國釜山東亞運，這一次大放異彩，在中乙組榮獲金牌，許芷菱勇奪的金牌，也是我國跆拳道隊唯一的一面金牌，並突破上屆的南韓隊包辦了其他七面金牌。

釜山的東亞運，第一天開始南韓隊在奧會主席金

雲龍任意調整賽程下，使中華隊感覺到裁判明顯偏袒南韓隊，第一天賽程我國選手黃志雄應該該取勝，卻莫名其妙被判落敗，第二天賽程由許芷菱對上南韓隊金慧善，許芷菱發揮凌厲攻勢，把對手踢得毫無退路，而以6:2懸殊比數獲勝。

第二場許芷菱的對手是大陸選手陳中，兩人的身材相似，許芷菱充分發揮經驗和技巧，以6:2懸殊比數打敗陳中，終於在南韓地盤上替我國贏得首面金牌，替中華隊出了口氣，也打破了南韓隊想包辦八面金牌的美夢，大會特別安排我國奧會主席張豐緒頒獎，當我國的國旗在會場奏起，許多加油的僑胞紅了眼眶。

專程趕到釜山替女兒加油打氣的許媽媽，熱淚盈眶地替女兒拿到金牌感到驕傲，趕緊打電話回臺灣向親友報喜訊；許芷菱說那次奪金，要感謝教練劉文慶與教練團的指導，及中華隊友支持，讓她戰志高昂，直到拿下金牌，才化解了緊繃的壓力。

三溫暖的心情

1998年許芷菱從國立體院畢業，在新莊市頭前國中擔任實習教師，參加曼谷亞洲運動會，在輕量級榮獲金牌，這場比賽讓她終身難忘。許芷菱在曼谷亞運會一路過關斬將，大會原本用電腦計分，結果電腦當



●許芷菱(中)於1998年曼谷亞運勇奪金牌。



TAEKWONDO

機，改用手記，最後決戰許正菱的對手是韓國隊李仙熙，比賽時間到了兩人分數是3:3，最後主審裁判以「優勢裁定」，裁判許正菱獲勝摘得金牌。

未料卻引發韓國隊抗議，南韓隊職員與民眾向中華隊做出不禮貌、挑釁的舉動，由於南韓不斷阻撓大會頒發金牌，亞洲跆拳道委員會關起門來密商，頒獎典禮被迫延遲，當時中華奧會主席黃大洲、行政院體委會主委趙麗雲、全國體總秘書長廖裕輝率領的加油團，在場進行金牌保衛戰，不斷呼籲南韓不要輸不起。

南韓隊人馬與中華隊在場圍持對峙，一直到隔天的凌晨零時，因館內停電，我方先退出場館，才和平結束這場風波，當天比賽結束，許正菱並未領到金牌。

遲來的金牌

那一晚原本是許正菱的摘金夜，卻因南韓隊無端抗議，讓她心情忐忑過了一夜，擔心金牌被南韓「A掉」，一夜都沒睡好，直到隔天早上獲知大會公布「維持原判」，才讓許正菱喜極而泣露出笑容，頒獎時忍不住親吻遲來的金牌。

許正菱登領領取金牌時，我國加油民眾與高爾們三百多人，高唱青天白日滿地紅國旗歌，看著中華奧會旗冉冉升起，場面感人。



1998年6月

許正菱從國立體育學院畢業，其實她已經算是從比賽場上退休了，但就像每位選手一樣，受不

了奧運的誘惑，1999年許正菱抱著姑且一試的心情，未料居然擊敗外界看好呼聲最高的學姊陳怡安，1999年7月許正菱赴克羅埃西亞參加奧運資格賽，榮獲季軍，順利取得2000年雪梨奧運參賽權。

許正菱興奮地說，1991年她第一次當選國手參加世界錦標賽，就是到奧運發源地希臘雅典參賽，沒想到八年過去了，她能真的代表國家參加雪梨奧運，參加奧運是體育選手的最高榮譽，也是她生涯最重要的一戰。

離開舞臺，培育幼苗

許正菱在雪梨奧運中被國人寄予厚望，認為她是具有實力奪得奧運金牌選手之一，教練團比較擔心的還是許正菱曾罹患缺血性貧血，怕影響到比賽體力。

雪梨奧運第一場比賽，許正菱碰到的對手是地主隊澳洲選手卡美蓉，結果她輕鬆以6:0獲勝，第二場對陣土耳其選手，曾獲世界錦標賽冠軍的土耳其選手畢可辛，畢的速度快、爆發力、殺傷力強，許正菱打到最後體力不濟，門戶大開，被畢可辛近身攻擊一連得4分，最後許正菱以3:6落入敗部。

畢可辛隨後又以2:3輸給南韓選手鄭在恩，導致許正菱連在敗部尋求復活的資格都被排擠掉，爭奪銅牌機會夢碎，許正菱未能在全球矚目的奧運奪下獎牌為國爭光，讓她十分自責傷心。

雪梨奧運這一戰，讓許正菱看開了，她認為多年來參加跆拳道比賽，覺得跆拳道是很主觀的項目，輸贏常受操控，她看過太多該贏卻被判輸的比賽，比賽安排場次不公平、不正，害她辜負了家長、教練、國人的期待，許正菱感慨良多，以她的年齡已沒有再參加奧運的機會了，她決定退休專心當體育老師，培育下一代的優秀選手。

●1999年體育節青英獎暨推展體育績優學校頒獎典禮，許正菱榮獲傑出運動員與獲得傑出教練的啟蒙教練羅新明（右）合影。

四、運動對人生的影響

身、心、技、體平衡發展

許正菱除了喜歡跆拳道，嗜好還有聽音樂、看電影，一個人安靜的看海，由於動、靜的興趣都有，不僅平衡身心發展，也讓她的人生更加豐富多姿。

許正菱說，跆拳道是一種很好的運動，練習跆拳道因為有碰撞性，容易受傷，學習過程雖然很辛苦，卻是訓練一個人毅力、耐力、抗壓性的最好經驗。

許正菱表示學練跆拳道一定要能吃苦耐勞，接受嚴格的訓練與磨練，女生練跆拳道精華時間，大約是高一到大學畢業，大學畢業後幾乎都退休不再參賽，或為了生計轉行，體育這條路真的不好走，不過她也因為在體育專長表現，順利擔任高中體育教師。

許正菱就讀國體時，返家仍到道館練跆拳道，她到基隆高中任教時，還有學生是和她一起在新明道館打跆拳的夥伴，結果一個是老師、一個是學生，人生還頗有趣的。

五、自我期許及建議

勵宏志而奮鬥，堅忍以求成

許正菱認為目前各級學校給學生的體育訓練環境、教學資源，都滿不錯的，不過比較起來，現在學生接受體育專業訓練時較不能吃苦，外間的誘惑也多，學生無法專心，訓練時常找藉口摸魚，不像她們那時期的選手自動自發，再苦再累也要咬牙撐過去。

許正菱說，接受體育競技訓練的選手，要能忍別人不能忍之苦，別人休息時，自己仍要練習，而且選手要盡量爭取國內外的比賽機會。

她認為實戰經驗對於選手成長十分重要，藉由比

賽訓練膽量、吸取經驗，如果輸了檢討自己缺點在哪裏，對手優點在哪裏，針對弱點項目加強訓練。

許正菱表示參加國際性比賽，出賽時心理壓力往往繃緊到臨界點，只有藉由平常豐富的比賽經驗，才不會臨陣失常，在比賽中沈著應戰，發揮出最佳實力。

作育英才

許正菱希望以自己的專長，培育出下一代更優秀的跆拳道選手，在國際體壇上為國爭光，如果她用心教導出的學生，能在比賽中有成績，她就很開心了，2002年她教出的基隆高中畢業學生曾敬翔，在世界大學錦標賽中獲季軍，就讓她感受到得英才而教之的快樂。

許正菱一路走來忍不住替體育界人士發聲，她認為政府對於傑出運動員的出路，並未做好完整的配套規劃，體育國手常有未來前途茫茫的感受。

許正菱說，運動員的比賽生命有限，選手必須為自己未來的飯碗打算，很多有潛能的優秀選手為了生活而中斷體育專長訓練，許多國手也為了生計而轉行，無法把專業經驗傳授下去，真的很可惜。

六、結語

許正菱語重心長地表示：像她能擔任高中體育教師算是幸運的，同期一些跆拳道好手或轉行、或在民間跆拳道館當教練，一旦年齡大了無法當教練時，生活就沒有保障，國家如果重視體育，就應規劃好配套措施，讓傑出選手繼續留在體壇，貢獻專業技能。



●許正菱（右一）和家人攝於桃園中正國際機場。