

走出憂鬱 王信淵不做舉重逃兵

4年前挫折 讓他萌生退意 第四度向奧運挑戰 褪去以往個性 謙虛迎戰

【記者李一中／台北—海南島電話採訪】4年前雅典奧運的重創，讓滿懷金牌夢的舉重「小巨人」王信淵從雲端跌入谷底，隨後並一度陷入憂鬱與自閉症，自我封閉近半年後，才逐漸又重回舉重場，如今是第四度向奧運挑戰。

雅典奧運後的王信淵，每天把自己鎖在家裡，不想再談論任何有關舉重的事，甚至萌生退意的念頭，幸而在也是舉重選手出身的老婆陳美娟苦心勸說下，才逐漸走出陰霾；王信淵說：「那段時間大多在家陪小孩，鮮少人知

道我內心的苦。」王信淵是台灣舉重界的奇才，他在1996年亞特蘭大奧運獲得第九，接著在2000年雪梨奧運躍升到第四名，並在世錦賽、亞運、東亞運、亞錦賽等國際大賽穿金戴銀，奠定台灣舉壇「一哥」不可撼動的地位。

2004年雅典奧運，王信淵背負著國人奪牌甚至摘金的期望，不料卻因賽前體重下降太快，導致比賽時發生左小腿抽筋的現象，3次抓舉試舉125公斤都失敗，最後只好黯然地被放棄。

王信淵回憶當時一跛一跛地站起來。」

隊友攙扶進休息室內，淚水隨即從眼角流下來，腦海中不斷地閃著每天苦練的景象，以及國人對他的殷切期望，「我的思緒一片混亂，嘴也不自主地說著：『4年來的努力都白廢了！』」這是他舉生生涯最痛苦的回憶。

重新出發的王信淵在去年12月隨奧運舉重培訓隊赴大陸海南島移地集訓，一待就是7個多月，過著和外界隔絕的日子。信淵笑說：「這很可能是我舉生生涯的最後一戰，我一直謹記著老婆的教誨，不要做舉重界逃兵，從那裡跌倒就從那裡站起來。」

被問及北京奧運的目標，王信淵態度謹慎地表示，4年前他就是給自己和國人的期待太高，才會捧的這麼重，「這次我不會再給自己定下任何目標，但這不代表我不努力，我只希望把平常練習的實力都發揮出來，否則說再多也沒用。」

王信淵不諱言4年前的打擊，至今仍是難以承受的痛，不過往好的地方去想，他已褪去以往自得意氣的個性，並以謙虛務實的態度迎接北京奧運，「從前的我太過自我，喪失採納雅言、修正缺失的機會，今年我會以謙卑的心迎接挑戰」。



重新出發

走出陰霾的舉重國手王信淵（右）今年第四度挑戰奧運，家人是他最佳支柱。
本報資料照片／趙文彬攝影

閉關7個月 9成功力回復

【記者李一中／台北—海南島電話採訪】第四度挑戰奧運的「小巨人」王信淵能否一圓奪牌夢？舉重培訓隊教練林敬能表示，經過7個月的閉關苦練，信淵已調整到巔峰時的9成功力，若是再把握最後的衝刺階段，絕對有力拚獎牌的實力。

為了讓選手心無旁騖專注集訓，舉重培訓隊從去年底就赴大陸海南島移地訓練，並聘請大陸知名教練張嘉民擔任客座教練。林敬能表示，獲得奧運參賽資格的3名男選手和兩名女選手，在這段移訓期間進食神速，培訓隊預定21日返台最後衝刺。

培訓隊中仍以32歲老将王信淵最受關注，他雖然在雅典奧運結束後一度中斷練習，但經過7個多月的海南島集訓後，已逐漸調整回昔日的巔峰狀態。據林敬能轉述張嘉民的評估說：「信淵只要發揮最佳實力，絕對有本錢力拚獎牌。」

張嘉民在大陸曾培育出許多世界級選手，他在7年前受邀擔任泰國舉重隊總教練，不到3年時間，就率領實力平平的泰國隊在雅典奧運奪下兩面女子金牌。他在這7個多月的培訓期間對王信淵很賞識，也為信淵至今仍沒有在奧運奪牌抱屈。

「他在雅典奧運的減重策略錯誤，否則早該有獎牌入袋。」張嘉民對王信淵在4年前奧運發生左小腿抽筋感到惋惜，身經百戰的他表示，選手在比賽前降到參賽級別重量，是司空見慣的事，但信淵在短時間內下降的重量超過負荷，才會出現抽筋的現象。

張嘉民說，其實以王信淵在雅典奧運的實力，只要穩穩發揮應有的水準，奪牌絕不成問題，但他就是求好心切，加上身邊教練也沒提醒他，才會發生難以補救的錯誤。他還強調說：「像信淵資質這麼好的選手，在大陸早就大紅大紫了！」

強敵退賽 56公斤有機會

【記者李一中／綜合報導】土耳其舉重「神童」穆特魯退出北京奧運，讓男子56公斤級形成群雄並起的局面，我國「小巨人」王信淵若能舉出超水準的290公斤，絕對有奪牌甚至爭金的可能。

穆特魯從1996年起連續拿下3屆奧運金牌，並締造總和305公斤的世界紀錄，但他在2005年歐錦賽藥檢被查出使用類固醇禁賽兩年後，今年4月解禁參加歐錦賽只舉出269公斤，再經過3個月訓練後仍沒有起色，本月初正式宣布退出北京奧運。

少了強敵穆特魯後，目前以中國大陸李爭和龍清泉在今年4月奧運選拔賽舉出的292公斤最突出，另據悉2006年多哈亞運銀牌的越南選手黃英俊，以及2007年世錦賽金牌的北韓選手車今哲，最近練習時也都有290公斤的實力。

王信淵在2000年日本大阪亞錦賽舉出285公斤的全國紀錄，接著在2004年雅典奧運前的一次非正式練習賽也曾舉過290公斤，但若是這次北京奧運找回昔日巔峰，仍有一拚的機會。