

球員打完球後常說「我已經盡力了」這是不夠的

# 洪一中：打好奧運台灣棒壇才有希望



記者藍祖蔚／專訪

一九八八年，洪一中以捕手球員身分代表台灣參加第十四屆漢城奧運棒球賽，可惜兵敗漢城，沒有奪牌；二〇〇八年，他在外界一片看衰聲中，於奧運資格賽中演出驚奇之旅，搶下北京奧運門票，再次進軍奧運殿堂。從球員到總教練，身繫球迷的厚望和期待，他要如何帶領台灣棒球隊再攀巔峰呢？昨天在澄清湖球場的休息室內，洪一中說明他的治軍帶共理念。

記者問：你怎麼看今年的奧運棒球賽？  
洪一中答：能夠參加奧運是每個運動員的夢想與最高榮譽，尤其今年的選制改變，各區只取一名，除了地主保障之外，再從世界列強中取出三隊晉級，八強都是貨真價實的強隊，原則上，古巴、美國和日本絕對是一流勁旅，南韓、荷蘭和加拿大算是第二級強隊，但是差距不大，中國有地主優勢，加上台灣又有輸不得的壓力，也不好打，競爭比以往奧運更加激烈。

能夠參賽，就意味著大家都是一流好手，不但我們如此，其他七支參賽球隊亦然，我相信大家都會全力以赴。當然，今年在北京比賽，意義更不一樣，多年來兩岸一直在各方面競賽，能夠在對方地盤創造佳績，當然格外重要。

問：今年的奧運棒球資格賽之前，台灣隊在世界盃和亞洲盃的作戰結果不盡如人意，各界都不看好台灣隊八強三的獲勝機率，但是你辦到了，事後回想，你如何完成這場不可能的任務？

答：關鍵在於年輕球員適時發揮出實力，賽前我一再提醒大家今年有很多好手因故不能參加國家隊，大家要珍惜難得的機會，全力打出身價，這一點確實激勵了許多年輕選手的精彩表現。

## 保信心 拒與他隊熱身賽

其次，八強三是在台灣舉行，有地利也有人，棒協和體委會給了充足時間來集訓，但是集訓期的兩個決定很重要。首先，我們拒絕和南韓打熱身友誼賽，南韓還因此埋怨前任總教練都答應的事，後來為何會變卦，我的理由很簡單，熱身賽雙方雖然都可更知己知彼，但是強隊獲益會更多，弱隊可能信心全失，韓國實力和我們接近，接受挑戰，承擔的士氣風險太高，不如加強自我操練，訴諸臨場一搏，畢竟實力在伯仲之間的球隊打這種場是關鍵的錦標賽制，球員的臨場表現最為重要。

第二，不跟南韓打，但是我找了台灣職棒隊打了十場熱身賽，因為通常要八場左右才可以準確觀察及調整球員近況，再加上我對台灣職棒隊有一定了解，比較容易幫助球員在比賽中建立信心，培養士氣。

問：所以奧運之前，你也不想和其他參賽隊伍打熱身賽？

答：對，全部都拒絕了，日本邀我們到日本打，然後一起飛北京；南韓則說到台灣或南韓打都行；連古巴也來邀了，我都不肯，兩軍對戰，實力和士氣都很重要，實力相當也就罷了，一旦差距懸殊洩了氣丟了信心，就很難再彌補，所以我還是找台灣職棒隊來五天打五場，這回集訓時間短，中華職棒八月四日才暫停，十三日就要打奧運了，我們只能這樣來調整。

## 求紀律 大家一定吃早餐

問：奧運資格賽打出不錯成績，各界高度肯定你帶兵的紀律，你到底做了什麼要求？

答：說來好笑，我的紀律要求就是大家一定要吃早餐。主要是賽程顯示有多場比賽都在白天舉行，選手養成早睡早起習慣是必要的體力



即將帶領台灣棒球隊征戰北京奧運的La new 熊隊總教練洪一中(左)，昨天接受本報生活新聞中心主任藍祖蔚(記者黃志源攝)專訪。

培養，我們每天早上九點從飯店出發到球場練球，球員要吃早餐，就得七點多起床，八點用餐，然後大家進到餐廳就一定會看見我在那裡默默陪大家用餐，誰吃了沒？吃了多少？我最清楚，養成好習慣，體能狀況就能調整得好。

問：你的管理哲學簡單而言就是以身作則，說到做到？

答：對，對球員的所有要求，我自己一定率先做到，打好奧運八強三，就是那段時間唯一讓我關心的事，每天的活動路線就是從飯店到球場再回飯店，沒有其他選項，也沒有其他活動安排，整個人就是為比賽而忙。而且我的房間就在電梯口，選手進出我都能看到，我不會干預球員的行動自由，但是教練有在看的「心理」，發揮了一定效應。休假日，如果有球員適時返營，我一定去找他們來問話，不是問他去了那裡？而是要告訴他們，這種不在乎小節的態度，往往就會影響臨場比賽的表現。

## 打棒球 須當成事業來拚

問：台灣國家隊的六十人名單已經出爐，你最後選擇二十四位參賽球員的標準是什麼？

答：只有一個標準：狀況好的就進來。所謂的狀況有三個考量，一是攻守數據

，二是以往國際賽的表現狀況；最後

則是目前狀況。最後

的二十四

四人名單，我

會先就守備位

置確定

人數，再

按比例，從

中挑選最合適

的選手上陣。

問：最後集訓期間你會如何要求球員？

答：我最強調精神態度。很多球員打完球之後常說：「我已經盡力了。」但這是不夠的，我要問的是你有沒有盡心？球場上也許很認真，但是前一晚熬夜，沒睡好，就會影響表現，這就是臨場盡了力，事前卻沒有盡心。棒球的致勝關鍵往往就在千分之一秒的擊球點上，一定要心力齊備，全神貫注才行。

其次，球員不能視打球為職業來拚，格局才會不一樣。這打出好成績，不只是球員風采，重要的是會帶給成千上萬的年輕人，現在的學生球員都把一生耗費在球場上，求的是將來能職棒，奧運打得好，職棒就有才，大家用拚事業的心，會不同。

第三，光是認真還不夠，認真是球員本分，但是如果你才不會念茲在茲，平常思考掛念，才會用心觀察自己和別人。

如果因為技不如人，輸了，因為球員不用心，或是生活紀律在這樣的起點上，坦白說，以我會要求大家盡心盡力，從贏得對手和觀眾的尊敬。

問：最後集訓時，你和教練隊？

答：坦白說，大家打棒球都技術已經定型，教練很難再教，培養團隊默契之外，最重要的，強化信心。例如我就不願事，對我而言，那都是多出來，當然好，可以改善生活，可是是最根本的態度，百分百拚戰，別人也才會心甘情願給獎金，才是美麗境界，絕對不能選好的人，包括台灣和旅外的選好的人才加入，奪標當然重要，程更重要。

## 拚奧運 投手苦

問：台灣隊最需要加強改進

答：投手。雖然最後人選要，但是投手的臨場表現起伏不的工作是將強投的潛力調整到是多找球路犀利的新手來搭配難說，以前人們總嫌羅國輝在教練團的激勵和調整建議下都看到了，這種短期賽事，唯會遇上好球員的低潮期，所以要。

問：台灣球迷的熱情加油聲鼓舞還是壓力？

答：兩者都有，有的球員人聲就愈來愈勁，覺得自己像明星，有的人卻會被聲浪嚇到，反應不出平常實力，台灣球員其的熱情，但是更重要的是即使跟，我們也一定會拚戰到底，的目標，拚戰的過程更是我們手和球迷的態度。



打球為工作，而要當成事一樣。這次如果能在奧運球員風光，身價不凡，最上萬的年輕選手光明希望把一生最關鍵的青春時光是將來能順利升學或晉級職棒就有起色，台灣棒壇事業的心去打球，結果才不夠，要找到樂趣與熱情但是你一定要深愛棒球，思考掛念的都是棒球事務和別人的優缺點。

，輸了我沒話講，如果是生活紀律不佳而落敗，坦白說，我不甘願，所盡力，從拚戰的過程中，敬。

你和教練團的重點是什麼

打棒球都是從小打到大，很難再教什麼奇招，除了最重要的就是培養心理素质我就不願多談奧運獎金的是多出來的東西，有獎金活，可是為了榮譽拚戰才分百拚戰，才能讓人感動願給獎金或其他肯定，那不能還沒打就要先做要求的唯一要求就是：給我最佳旅外的選手，全力爭取最當然重要，但是拚鬥的過

## 投手實力要加強

加強改進的地方是什麼？

後人選要到七月才能確定現起伏不大，教練團首要力調整到極大值，其次則手來搭配；打擊方面就很羅國輝打不好變化球，但整建議下，他的表現大家賽事，唯一擔心的是難免期，所以心理素質就更重

情加油聲浪，會帶給你們

的球員人來瘋，加油愈大

已像明星，表現也像明星

嚇到，反而畏手縮腳，表

灣球員其實都已習慣球迷

的是即使現場只有兩位觀

戰到底，奧運奪牌是我們

更是我們希望能夠感動對

