●攝於2003年全國總統杯拳擊錦標賽會場。



風靡"拳"世界的二林子弟

許詠淞

■許詠淞（龍平）小檔案

撰　文：陳祥麟

生　日：1971年8月2日
出生地：彰化縣二林鎮
學　歷：美國MADONNA大學碩士
經　歷：1994年臺北市立明德國中體育教師
1995年臺北市立天母國中體育教師
1998年~2001年新竹市私立磐石中學體育教師
中華民國拳擊協會國家級教練
中華民國拳擊協會B級裁判
2004年亞洲國際拳擊裁判
現　職：國立二林工商拳擊教練
專　長：拳擊、游泳、棒球、籃球



運動成就：1987年、1989年、1991年、榮獲第三屆十大傑出體育青年獎
1988年、1992年二屆榮獲臺灣區運動會拳擊錦標賽銀牌
1989年世界青年杯拳擊錦標賽國手
1991年世界杯拳擊錦標賽國手

1992年亞洲杯拳擊錦標賽國手
1993年-1995年榮獲臺灣區運動會拳擊錦標賽六屆金牌及三連霸
1994年亞洲杯拳擊錦標賽國手
2004年榮獲亞洲國際拳擊裁判證書

一、前言

望著正在努力練習拳擊的學生，教練的眉宇之間透露著一股英氣，一雙炯炯有神的鷹眼搭配著宏亮的口令聲，他－正是在拳壇赫赫有名的教練許詠淞(龍平)－自1993年起，破臺灣拳壇史上“五連霸”紀錄的超級拳王!

二、求學過程及運動經歷

洪欽懋祖師爺的精髓傳承

彰化縣二林鎮－臺灣拳擊的發源地，也是誕生出好幾位拳王的地方。

自拳擊祖師爺洪欽懋到日本習拳回國之後，帶著一身好本領到此地生根發芽，拳擊在此發跡。洪師祖的徒弟非常爭氣，「二林拳擊」在臺創造二十連霸全紀錄，在拳壇掀起一股旋風熱潮。

一兼二顧，摸蛤仔兼洗褲

二林鎮靠海，大部分都是漁民子弟，地勢環境造成孩子豪放不拘的性格，也有很多好勇鬥狠、愛打架不愛讀書正值叛逆青春年華的少年。許詠淞說：「當時的教練看準了這些“有潛力”的孩子，把他們一個一個抓來練拳，一方面訓練出禮貌，一方面教授這些學生做人處世的道理。練拳是相當辛苦而且很耗費體力的事情，每當練習完畢，孩子們的精力也用盡了，沒想到就這樣，我們二林鎮，國手一個接著一個就這麼練出來了。」

雙眸期盼，我也要上臺領獎

時間過的很快，許詠淞進入了以拳擊聞名的二林國中。

從小耳濡目染，對拳擊也很有興趣的他，每到學校頒獎典禮時，都會眼巴巴的看著司令臺上的受獎者，得獎的學長們各個英姿煥發、得意洋洋，真是好不威風啊!他心裡想：「如果有一天，站在司令臺接受頒獎的人是我的話，那該有多好呢？」當時僅僅30多公斤的他，心頭有個小小渴望，就是能加入學校的拳擊隊。

說時遲那時快，從小就是行動派的許詠淞果真一股腦兒跑去找教練報名。

餓到睡不著的苦滋味

進入拳擊隊後的訓練著實嚴格，國一加入拳擊隊的孩子原本有一百多人，但由於每天晨跑至少四千公尺，讀完書上完正課後繼續要練拳，能夠留在隊上的人數，從一百多人變成八十幾個，從八十幾個變成六十多個，從六十多個銳減成不到一半，最後能撐下來的僅僅只有十幾個人，這才是精英中的精英!

「當時我們二林國中代表隊出去比賽，拳擊賽十二個量級裡面就拿了九面金牌，拿到金牌是應該的，可想而知代表隊肩上的壓力有多大。」眾望所歸的許詠淞，在國三那年第一次出征，就拿到了37公斤組的冠軍，得獎的選手整批保送到二林工商繼續培訓。

回憶起集訓的日子，許詠淞絲毫不覺得疲憊，他從來沒有想要放棄過拳擊的念頭，但是最難的莫過於“降體重”這回事兒啦!「以前教練沒有教我們降體重是需要技巧的，只有在比賽之前，指定好我們個人參加的量級，所以在訓練中不知道要急速降體重是這麼樣的困難，吃東西不知道節制，等到要比賽了才開始餓肚子，當時餓到好幾個晚上睡不著，真是難忘啊!到現在仍記憶猶新。」現在擔任教練的他知道該如何教好學生作體重控制：「體重控制不能求快，要平穩的降下來，日常生活中就要注意飲食了!」

為了降體重，穿著一層又一層衣服在大街上練跑是拳擊隊的家常便飯，有時候夏天真是熱的受不了，穿著大風衣、頂著大太陽在路上跑，還發生機車騎士騎到他旁邊問：「少年耶!你頭殼是不是燒壞啦？」這樣的趣事，令人莞爾。

恩威並重，師恩難忘

對許詠淞來說，他的生命充滿了貴人，他也充滿了感恩!

「我人生中該感謝的人太多了，但有兩位恩師，對我來說意義特別重大：一位是洪仲達教練，另一位是邱新河教練。」許詠淞的眼神飄向遠處，緩緩道來：「洪仲達老師是我的啓蒙教練，他當時是二林國中的衛生組長，每天下班已經四、五點了，不論多麼累多麼辛苦，他都會留下來指導我們練拳，一直到晚上七點，日復一日，我非常的欽佩他。洪老師對我期望很深，在第一次上場比賽時，我雖然贏了，但那一場表現很差，洪教練就在擂臺下罵我，我一邊比賽他一邊罵，當時心裡很難過。」許詠淞知道自己太緊張了，明明可以在第一回合之內就把對手擊倒，不需要等到第三回合才贏得比賽，他回家後好好反省了大半天。

另一位邱新河老師是在許詠淞保送進入二林工商就讀後的指導教練。邱教練當時並不是學校老師而是一位公務員，每天上班前的清晨，騎著摩托車陪伴孩子跑步；下班後又陪著孩子練習拳擊，風雨無阻。他如同伯樂識良駒一般，早看出許詠淞的潛力，對輕量級的他有著更高深的期望，更用心的對待。

「他們兩位都是洪師祖的學生，也確確實實的承傳了洪師祖的教學精神，施行嚴格的日式風格、生活禮儀上的管理。雖然嚴格，但是他們所付出的，早已遠遠超出他們所該做的。一日為師，終生為父，如果沒有他們，就沒有今日的許詠淞!」許教練喃喃的說著。

三、運動成就

"拳"力出擊，拳王爭霸

拳擊的世界裡－沒有任何一場練習不辛苦；也沒有任何一場比賽不血腥。

國三時的許詠淞在人生第一次比賽就拿下冠軍金牌。他母親雖擁有一個“一戰成名天下知”的兒子，卻還是對“殘忍”的拳擊運動反對不已。

許詠淞指著眉角說：「這個地方縫過八針，比賽時碰撞難免，但那次一撞，立刻血流滿面，裁判立刻叫停。還有一次印象也很深刻，那是1994年臺灣區運動會，才預賽剛開始沒多久，我的右手打到對方的牙齒，雖贏了預賽，但一下場之後，整顆拳頭立刻腫得跟麵包一樣大，接下來還有複賽和決賽要打，所以我只好用繃帶纏緊整顆拳頭，咬緊牙根撐到最後一場。我告訴自己：『一定要贏!否則這個傷就不值得了!』」

皇天不負苦心人，儘管在這條路上碰撞連連，牙齒斷過、鼻樑撞歪過、熱血痛快地流…，從1993年



●許詠淞獲選1989年馬尼拉國際拳賽國家代表隊。



起，許詠淞就從來沒有再嚥敗仗，穩穩坐當五連霸的拳王之位。



●許詠淞勇奪1991年臺灣區運動會拳擊賽冠軍。

擁有強烈的企圖心是致勝關鍵

之後的比賽，許詠淞強調應該要以平常心上戰場，這樣才能發揮平常練習的實力。如果真的不幸敗北，許詠淞是如何調適心態？

「這一生中，我只有三次比賽沒有奪冠。高一那一年，碰到一位高三的強手張佑誌；高二也曾輸過一次，一位新竹跟我同年紀的原住民選手。」許詠淞的神色不但不顯沮喪，反而流露出自信的光芒神采：「我的人生哲學是：『這一次輸了，下一次我一定會贏回來！』輸完回去以後我就以對方為目標埋頭苦練，在瞬間燃起熊熊鬥志，直到下一次可以擊倒對方為止！」

果然，同樣的對手如他預期般又在全國拳擊錦標賽上碰頭，這一次的許詠淞已有所準備、像頭猛虎般蓄勢待發，勢如破竹的把金牌贏回來。

「『君子報仇，三年不晚』，輸掉只是暫時沒有贏而已！」許詠淞堅定的說。而第三個對手劉欣宏國手，是唯一沒有被許詠淞“報仇”的人物，因為分到不同量級的關係，許教練始終沒有再跟他較量過了。有趣的是，直到現在他們私底下還是很要好的朋友。

與學生亦師亦友，教學相長

現任二林工商拳擊教練的許詠淞，常常用自己的親身經驗來勉勵他的學生：「真正的英雄絕對不會輕易打架鬧事，當你打贏時人家會說你就是練過拳擊啊！沒什麼好得意的；當你打輸的時候會被別人嘲笑，練拳的還打輸多沒面子？」

許詠淞帶出來的學生又有禮又自律，均獲得全校一致的肯定。「其實沒有什麼，我只是願意當他們的朋友！」以身作則又謙虛的許詠淞，不急不徐的說著。

四、運動對人生的影響

超重的臺灣

許詠淞認為：現代人吃得太好又都不運動，全臺灣有三分之一以上的人口體重都是過重的。物質生活愈來愈富裕的結果，照道理來說現在的運動選手成績應該愈來愈好，但孩子們反倒像是溫室的花朵，抵抗力越來越弱。

「運動絕對是需要持續的！我很喜歡運動，這就像是我每天的功課一樣，好處說也說不盡，第一個是健康，除了增加毅力和耐力之外，還可以訓練我的挫折容忍度，就算是失敗，也可以站起來。」許教練說：「其實做任何事情都一樣，人生總會遇到許多瓶頸和困難，運動經驗的累積，讓我體會到的不只是輸贏和競賽，而是遇到挫敗時，如何用意志力戰勝所有恐懼。」

拳擊是全身性的運動

許詠淞從國中開始進攻“拳”世界，他打趣的形容：「我是習武之人，你看我的肩膀很寬，連脖子也很粗就知道了，尤其拳擊是全身性的運動，像是田徑選手要練的腿力、舉重選手要練的臂力、需要打五回合比賽的持續體力．．．等等，拳擊選手的練習都一舉囊括在內。」

「我現在雖然在教書，平常也戴眼鏡出門，樣子很斯文，但是人家一聽到我是老師的第一個反應一定說：『你是體育老師吧！』果然八九不離十。」

凡事冷靜，都能好好解決問題

真正的拳擊比賽時講求冷靜，許教練強調：「雖然自己攻擊和防守的技巧練得很好，但如果一被對方打到，可能就立刻會亂了方寸，如果對方拳很重的話，自亂陣腳的結果很有可能就輸掉了一場重要比賽！」

許詠淞語重心長地敘述，很多人以為拳擊是一種只靠蠻力的比賽，這完全是錯誤的觀念。在拳擊場上，比賽是要用「智取」而不是「力敵」，光有蠻力而沒有冷靜的頭腦和靈活的腳步，就準備成為別人的手下敗將吧！

從此之後，許詠淞在面對很多緊急時刻及生活中的突發狀況，為何都能從容應對、臨危不亂？從小訓練有素的他，自然能不慌不忙的解決問題。

五、自我期許及建議

目標明確，樂觀積極

許詠淞從小就知道自己要什麼，他不是光說不練之人，在他的字典裡面似乎沒有「放棄」二字，只知道不斷的努力自我實現。從練拳、出國進修到就任二林工商教職，他一向都明瞭人生標的在哪？該如何去追尋？他，用自己的速度和步伐，平穩踏實的走下去。

用拳擊讓臺灣享譽國際

如果要問知足常樂的許詠淞對國家有何建議，他客觀的說：「其實拳擊在國際上是一種很公平的競賽，因為跟跆拳道、舉重等項目皆是用體重來分級的，如果長官們能夠更重視拳擊項目，多用些心力來培訓這方面的選手，也許我們臺灣就可以用拳擊來揚名國際！」

六、結語

許詠淞的父親真是以兒子為榮，儘管家境普通，他把兩個兒子送出國培養，讓孩子在國外自立自強，學習獨立，現在許詠淞很爭氣，成了全國皆知、家喻戶曉的拳王兼教練，許爸爸開心得不得了！連開車在路上被警察攔檢，都會對警察說：「我兒子在二林工商教書啦！我不會做壞事的！」那種為人父母的成就感可想而知。



●許詠淞（左二）於2004年光榮取得亞洲國際裁判證書。