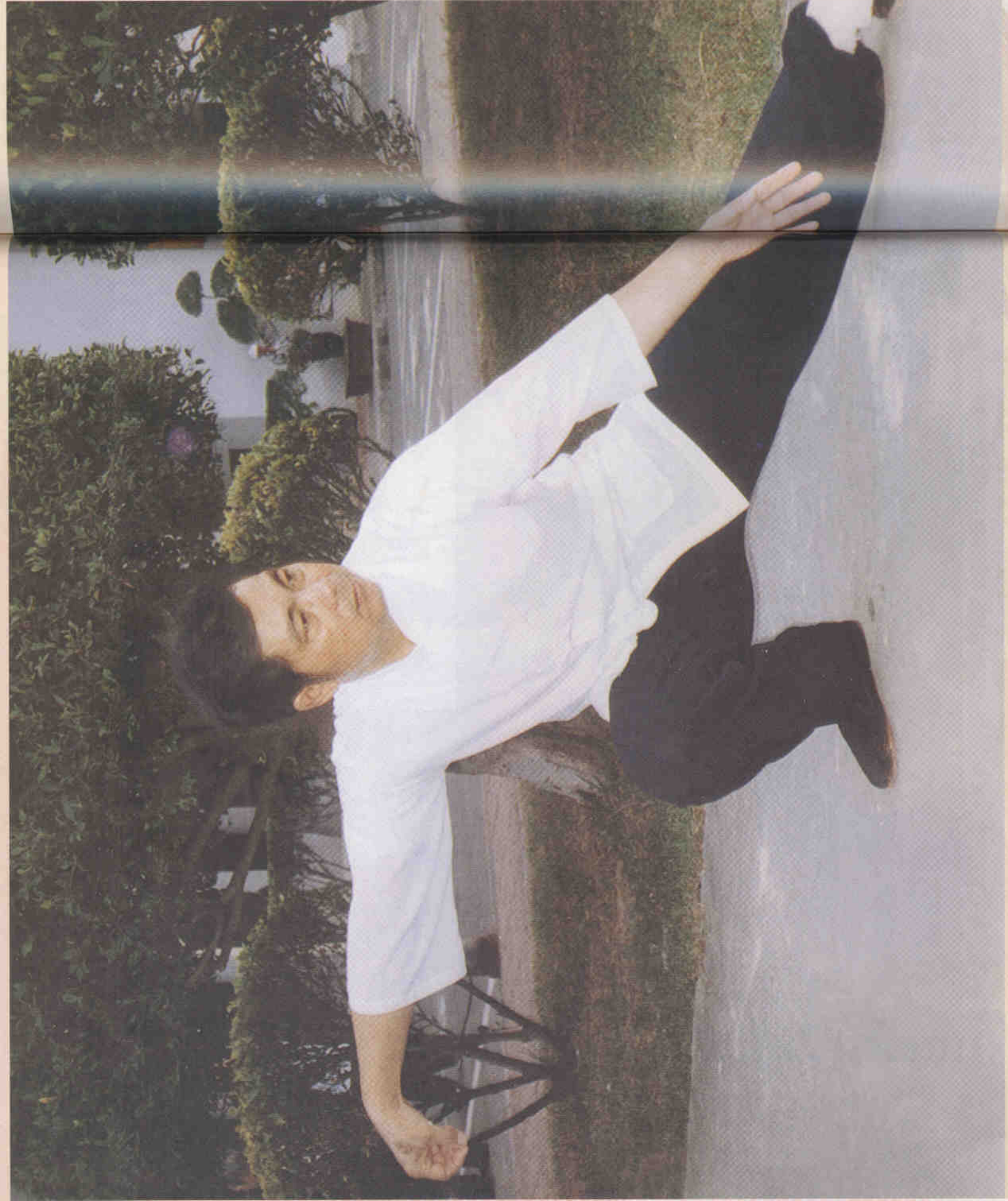


打造太極拳搖籃的推手

■ 撰文者 ■ 許文齡

謝清華



謝清華小檔案

出生地：桃園縣中壢市
學歷：台北高級商業學校
經歷：1993年爭取太極拳正式列入台灣區運動會比賽項目之一、1994年～1998年擔任台灣區運動會太極拳裁判長、1994年擔任廣島亞運武術會議代表、1995年擔任中華台北武術隊參加第三屆世界盃領隊、2002年釜山亞運武術隊總教練

專長：太極拳

指導教練：林宣敬老師

座右銘：「把健康帶給需要健康的人」

現職：中華民國武術聯盟總會常務理事、中華民國太極拳總會理事、太極拳世界聯盟理事、台灣競技武術協會秘書長、桃園縣武術協會總幹事及總教練、桃園縣太極拳協會—總幹事、總教練

歷年成績：

- ◆1995~1997年朱秋美台灣區運動會武術（太極拳）第一名（三連霸）
- ◆1998年楊春香台灣區運動會武術（太極拳）第一名
- ◆1999年田國華全國運動會武術（長拳）第一名
- ◆1999年劉俊偉第五屆世界盃武術（南拳）第二名
- ◆1999年劉俊偉全國運動會武術（南拳）第一名
- ◆2000年朱秋美全民運動會太極拳第一名
- ◆2001年田國華全國運動會武術（長拳）第一名
- ◆2002年詹明樹釜山亞運武術（太極拳）第二名
- ◆2004年范嫚紘第七屆世界盃武術（太極拳）第二名

得獎事蹟

- ◆1989年桃園縣政府推廣體育有功獎
- ◆1992年台灣省政府推廣全民體育有功獎
- ◆2000年體委會二級國光體育獎章
- ◆2001年體委會推廣體育全國「精英獎」
- ◆2001年國武術總會段級鑑定八段
- ◆2004年太極拳總會段級鑑定功夫九段
- ◆2005年帶領得意門生-范嫚紘參加東亞運及世界盃均獲亞軍

前言

謝清華生長在日據時代的農村裡，當時的物資相當缺乏，經濟普遍落後，每天若是能求溫飽，是他最快樂的事。在農村裡長大的小孩，游泳、跑步、摔角及打陀螺都是無師自通的，由於生活在一個無污染，且可以與大自然接觸的環境下，即使三餐沒有大魚大肉，但身體還是健康、體力充沛。在那個年代裡，生活上最大的目標就是求得三餐溫飽，如果想要從事體育運動或是參加體育比賽，肯定會被父母親及家人痛罵一番，不會被大家支持。但謝清華就是在這樣的

環境下長大，憑著自己在體育上的天賦，和一股對體育的熱忱，實現了自己的理想與目標，創造出許多輝煌的成績，也為台灣的體育文化，貢獻無私的心力。

求學過程與經歷

* 推廣太極拳發揚國粹

謝清華在初中的時候開始接觸體育活動，由於他身手靈敏矯健，因此在體育表現方面，不論是籃球、排球、桌球、田徑樣樣都難不倒他，成績更是名列前茅，在初中時曾是桃園



榮獲90年全國菁英獎，全家福合影

初中的籃球代表隊，初中畢業後考上了台北高級商業學校，在台北高級商業學校就讀時，謝清華依舊



展現他在體育方面的專長，加入了學校的排球隊，並代表學校參加全省排球比賽，榮獲全省冠軍，為學校爭光。

謝清華回顧自己年輕時，因為忙於事業，在商場上交際應酬，飲酒過量，導致胃潰瘍嚴重出血，並經常性的手腳冰冷、腰酸背痛，在遍尋名醫均無法治療痊癒下，當時謝清華對於自己身體的病痛，可用苦不堪言來形容，不過在朋友熱心推薦下，太極拳卻改變了謝清華的命運，剛開始謝清華雖然對於打太極拳，可治病的神話半信半疑，但經過了半年太極拳的學習後，困擾他的腰酸背痛及胃潰瘍，竟然不藥而癒，謝清華終於深深體會出，運動強身這句話，從此謝清華與太極拳結下了不解之緣。謝清華深信太極拳不單是能治

運動暨其他成就貢獻



90年榮獲全國菁英獎

謝清華自1976年開始全力推廣太極拳，並訓練出無數的太極拳好手，至今30年來從不間斷。除了推廣及訓練選手外，謝清華更創立桃園縣太極協會、太極拳委員會、武術協會，中華民國競技武術協會等單位，透過協會的組織功能，將太極拳運動推向國際，發揚我國國粹。

民國1993年台灣區運動會由桃園縣主辦，謝清華在區運會議上，大力爭取太極拳列入台灣區運動會正式比賽項目，讓選手有更多發揮的舞台，也因謝清華的爭取，得到區運會大會的同意，這也使得太極拳的運動。

得以蓬勃發展，也為我國造就了無數的國際級選手。

謝清華在三幾年的太極拳生涯裡，為太極拳運動貢獻付出，

在1989年榮獲桃園縣政府推展體育有功獎，

1992年榮獲台灣省政府推展全民體育功績獎，2000年更榮獲體委會第一級國光體育獎章，隔年榮譽體委會推展體育「精英獎」，這一連串的得獎，也見證了謝清華對太極拳付出的點點滴滴。

2005年我國選手，在謝清華教練的嚴格訓練下，參加在越南河內舉行的，第八屆世界盃太極拳比賽，當時



盛況空前，共有68個國家參賽，謝清華認為這次的比賽，可以作為我國選手在2006年卡達亞運的熱身賽，在比賽前謝清華對我國選手奪牌的情況，感到相當樂觀，因此特地買了一

台最新款的數位錄影機，要將整個比賽過程錄製下來，為我國太極拳在國際上，揚眉吐氣做最佳的見證，比賽結果不出所料，我國選手范嫚紘不負眾望，勇奪銀牌。這也讓謝清華的辛苦終於開花結果，謝

清華在回國後，帶著興奮的心情，與家人好友觀賞他所錄製的比賽影帶時，竟然發現，獨漏我國選手出賽時的過程，謝清華想起，可能是因為他在比賽的現場，心情相當緊張，忘記按下錄影鈕的烏龍事件，也因此獨缺我國選手比賽的盛況，雖然缺少我國選手奪取銀牌的畫面過程，但在謝清

華太極拳的生涯裡，這一刻會永遠留記在他的心裡。

期許與感想

引以為傲的成績，傳承太極拳的精神

謝清華認為，體育是一項講求實力且公平的活動，絕對沒有僥倖，一分耕耘一分收穫，只憑運氣不會帶來勝利，要得到好的成績，除了苦練還是苦練，沒有別的捷徑。他說任何的比賽一定有輸贏，要能勝不驕，敗不餒，在心裡方面必須培養抗壓性；在技術方面必須力求突破；在訓練方面必需擬定計畫，按部就班，不達目的絕不罷休。

從接觸太極拳運動開

始，謝清華不服輸的個性，造就了引以為傲的成績，他立志將來要讓國內太極拳運動，在國際上揚眉吐氣，為國爭光，為傳承太極拳的運動精神而努力。



結語

謝清華三十多年來對體育的投入，辛酸苦辣備嘗辛苦，但只要看到許多選手能揚名國際為國爭光，就是最好的安慰，一路走來心甘情願毫無怨言，當個快樂的大傻瓜。最感激的就是家人，因為他們的包容、支持、協助處理家務，經營事業，讓謝清華

能夠全心投入太極拳運動，為自己的興趣做努力，今後他將更加努力，造福更多人羣，擁有健康的生活。



2002釜山亞運載譽歸國