



高中女拳手 打出世界拳王

2014-12-21 記者 許鴻財 報導

拳擊場上，一個回合結束後，放下過去兩分鐘的勝敗、得失、哀樂，當下一回合鈴聲響起時，一切就是新的開始。

陳念琴，臺灣女拳手，十二歲時隻身來臺就讀成德高中，隨後加入學校拳擊隊進行訓練，五年的拳擊生涯，已交出漂亮的成績單。曾在世界青年拳擊錦標賽中，得到女子75公斤級的金牌，也是臺灣在世錦拳擊賽事中的首金，成為體育界熱門的話題。陳念琴說：「希望透過自己的事蹟，激勵更多人，同時讓臺灣的拳擊遍足世界。」從離島馬祖來臺的原住民女孩，用雙拳改變了自己的命運，也想藉由拳擊改變更多原住民小孩的命運。



陳念琴在南京青年奧運中獲得75公斤級的銀牌。（照片來源／中華奧運提供）

千里馬與伯樂 天生拳手

從小跟隨著原住民父母從花蓮移居馬祖，然而父母親在家中卻時常爭執不斷，讓陳念琴隨時都萌生離家的衝動。而當時新竹市成德高中拳擊教練柯文明剛好四處物色身體優異、具潛力的人才，經由住在馬祖的原住民叔叔向教練推薦了陳念琴。柯文明教練說：「念琴在馬祖是當時的角力選手，在場上，有傑出拳手該有的特質：既有爆發力，又很穩定。」

陳念琴遺傳阿美族的體型與布農族的鬥魂，在小學時期就是運動健將，參加過角力、游泳、跳遠、羽球、田徑等各種運動競賽，無論是講求技巧、耐力或爆發力等不同競技項目，都有斐然的成績。除了天生的運動細胞超群外，讓柯文明印象深刻的是陳念琴的心理層面，「她的個性開朗，可以化解運動員常常遇到的挫折和壓力。除此之外，我還發現她有超齡的穩定度，就算在拳擊台上面對外國選手時，總是信心滿滿不怯場，尤其渴望贏得比賽的眼神十分堅定。」



（左）柯文明與（右）陳念琴之間存在著亦師亦父的交情，

教練在幫陳念琴練習出拳的準確性與臨場反應。（照片來源／許鴻財攝）

有開朗的態度、靈光的反應，與堅定的精神力，教練認定陳念琴這個女孩絕對是「天生拳手」。「其實當時我根本不知道拳擊是什麼。」陳念琴笑著說：「心裡想的很簡單，只要能離開馬祖來到臺灣，不管什麼樣都好。」



咪星行為 小百科

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 鄭性澤案 重省司法與死刑
- 克拉拉與她的高額頭
- 星際效應 人性與愛的新義

總編輯的話 / 謝宜寧



本期共有十三篇稿件。頭題為社會議題〈狹窄巷弄 消防隱憂〉，描述淡水的狹窄巷弄引發消防安全疑慮的相關議題，清楚且多面向的寫出各方意見與爭議。

本期頭題王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期疾速王 / 李怡安



158公分的台灣女孩，是個在亞洲可以取得溫馨的身高。然後擁有正常的BMI，很健康，思想也是。八月二十四生，比起禮物更喜歡收到卡片。如果你想給我任何祝福的話可以想辦法跟我聯絡。

本期熱門排行



克拉拉與她的高額頭
陳怡均 / 心情故事



臺上臺下 歌仔戲精彩絕倫
杜以翔 / 照片故事



鄭性澤案 重省司法與死刑
賴坤猷 / 社會議題



室友 我的大學依靠
鄭宇茹 / 心情故事

狹窄巷弄 消防隱憂
吳建勳 / 社會議題



寶島的憧憬 伴隨著寂寞

亦師亦父的教練柯文明，在幾位退休教師與教育基金會的協助下，籌措了陳念琴在臺灣生活的費用，並將她安置於一間離校不遠的修女院中。國二開始，陳念琴將過去的生活歸零，來到臺灣展開拳擊新生活。

一位好的拳擊手，必須融合肌力、耐力、爆發力、速度、柔軟度、敏捷性以及協調性，這「三力二度二性」，必須同時完整訓練。換個說法，就是陳念琴必須接受毫無止盡的高強度訓練，每天早上六點多開始就有跑步、做操、拳擊基本動作等枯燥的體能訓練，這些就要花上大約一個半小時；下課放學之後，在新竹市體育館拳擊區，訓練約三個小時。每週六天的訓練課程，只有禮拜天休息。



爸爸的鼓勵永遠是念琴在台上揮拳的原動力。（照片來源／許鴻財攝）

畢竟只是十四歲的小女生，曾對於獨自一人到臺灣的生活滿是憧憬，然而等待她的卻是嚴格的教練和枯燥的訓練。來臺後第一個月，陳念琴每天打電話回家哭訴：「爸爸我好累喔！我不想要練了，我要回家！」父親都會先鼓勵她說：「我知道你很苦，可是你自己選擇這條路，就應該好好走下去！」有時拗不過女兒的要求，就連哄帶騙地說：「好啊！那你先處理好那邊的事，就回來吧！」

陳念琴笑說：「結果爸爸根本沒讓我回去，那時候我就學會開始去克服困難，如果前面是一座牆，我一定要把它跨過去。」曾經，陳念琴想逃離這個家，但這個家卻也永遠是她最大的依靠，給她最溫暖的鼓勵。

貧血陷低潮 意志力再撐起

陳念琴曾經在一場勢均力敵的比賽中打滿過四個回合，對決到第三回合時眼睛卻出現一片白茫茫的景象，看不到前面的對手，在第四回合時被判技術性擊倒。努力訓練的成果卻無法展現在成績上，而且還在家鄉花蓮敗北，讓她第一次萌生退意。這是陳念琴目前五年的拳擊生涯當中，印象最深刻的一場比賽。回憶起比賽當時，陳念琴帶著激動的語氣說：「明明我能做到一百分，卻只做到了四十分；明明我就很想跟上你們，我也很努力，可是就是跟不上。」在這段時間，讓她撐下來的是一個簡單的正面思考：「教練還沒放棄我之前，我怎能先放棄自己？」

比賽結束後，她回到新竹檢查，發現血紅素過低，一般女性的血紅素正常值在十一到十六，她卻只有四。醫師便馬上叫她住院，並立即輸血治療。康復之後，陳念琴強勢回彈，就像是中國人講的：「打通了任督二脈！」在接下來的比賽中屢獲金牌，陳念琴說：「我終於雪恥了，恢復健康後，我馬上拿了一個冠軍。」



回憶起低潮，讓她撐下來的是正面思考：「教練還沒放棄我之前，怎能先放棄自己？」

（照片來源／黃苡齊提供）

拳手好勝心 前進里約奧運

是臺灣拳擊重點栽培選手的陳念琴，目前最大的目標是兩年後的體壇盛事「里約奧運」，誓言在比賽中為臺灣拿下一面金牌。沒有達到這項拳擊高度之前，她說：「任何成績我都不會滿意！」設立目標、翻越高牆、不斷往前進，也是陳念琴拳擊生涯中最原始的動力。



陳念琴在練習時，對著鏡子在做揮拳的訓練。（照片來源／許鴻財攝）

對陳念琴來說，拳擊是她展現自己與施展才華的舞台，更成為許多原住民同學的榜樣；教練柯文明則是用拳擊隊幫助了一些原住民學生的生活，也讓拳擊運動不斷向下扎根。而在前方等著陳念琴的，將是那些持續被創造出來的勝利，屬於她的傳奇還在上演。



臺上臺下 歌仔戲精彩絕倫

臺灣歌仔戲班劇團與基隆西定國小同學合作，演出【外木山的草鞋】，臺上一分鐘，臺下十年功。

▲TOP