



## 黃曉筠 舞武生風

2010-12-28 記者 陳文玲 報導

[8+1](#) [推文](#) [印](#)



前跆拳道國手——黃曉筠，由於習武和學舞的關係身材曲線優美，亮麗的外型讓人難以聯想到她曾是跆拳道國手。  
。（照片提供／黃曉筠）

「楊淑君是我師妹！」黃曉筠此話一出，流行舞蹈課的同學們無不屏氣凝神將注意力放在她身上，大家知道黃老師又要分享跆拳道界不為人知的小趣聞。

黃曉筠綁著一頭簡單俐落的馬尾，有著白皙的皮膚，立體的五官，因為學舞的關係，身材曲線優美，看到她的第一眼，讓人眼睛為之一亮。在她亮麗外型的背後還隱藏著一個身分——跆拳道國手。目前是黑帶五段，武齡長達十五年。曾多次代表台灣出國比賽，並拿下傲人的成績：西班牙世界跆拳道錦標賽銀牌和美國、墨西哥公開賽金牌等。知名的跆拳道選手陳詩欣跟她同年，而楊淑君還得叫她師姐。

上過黃曉筠舞蹈課的同學黃瀟竹說：「老師很漂亮，可是說話語氣蠻 man 的！她常提到以前練跆拳道的趣事。」卸下國手身分後，黃曉筠轉任教職，目前在外面開設跆拳道道館。而舞蹈這專長是因學校需要舞蹈老師才去學舞，學舞的過程讓她體驗到不同的運動型態，中東、爵士、流行等舞風和有氧是她的強項。現在的她，是舞蹈老師也是跆拳道老師。

媒體歷屆廣告

### 推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶
- 關余膚色 我想說的事

### 總編輯的話／郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

### 本期頭題王／洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

### 本期疾速王／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。

### 本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡  
洪詩宸／人物



橙色的季節 唯美「柿」界  
陳思寧／照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方  
許翔／人物



追本溯源 探究大地之聲  
劉雨婕／人物



變化自如 幕後的聲音演員  
張婷芳／人物



上過黃曉筠流行舞蹈課的同學都知道，老師另一個身分是前跆拳道國手，亦舞亦武的反差令人吃驚。（攝影／陳文玲）

### 頭腦不簡單 就愛跆拳道

回憶起當初學跆拳道的原因，黃曉筠爽朗地笑著說：「因為大弟弟氣喘的關係，爸爸就把大弟弟送去學跆拳道，二弟弟也一起去練，想說可以練身體，結果家裡只剩我一個，後來就順便也去練，最後只有我變國手！」從小學五年級開始練跆拳道，起初的心態只是好玩，從沒想過要把這當成職業，但卻因為一場比賽，改變了她的人生。

「就忽然有一天，教練就叫我去比賽！」第一場比賽贏了之後，黃曉筠在跆拳道界開始嶄露頭角，日後越打越順，並愛上站在比賽舞台上的感覺。短短三十秒的登台比賽，成了她日後認真練習的動力。她打趣得說：「人家台上十分鐘，台下十年功，跆拳道在台上連十分鐘都沒有，才三十秒咧！」

課業和訓練的取捨是運動選手們都必須面臨的抉擇。黃曉筠從小課業表現不錯，國中在樂隊班擔任薩克斯風手。回憶起樂隊班的時光，她不改爽朗的個性，半開玩笑地說：「因為我很大一隻！老師就叫我吹薩克斯風。」當初，班導反對她練跆拳道，認為練跆拳道的人都「頭腦簡單，四肢發達」。但也因為導師的那句話，讓她在課業上更認真，不僅上課專心聽講，回家後也立刻把功課做完，以正面積極的態度面對課業和訓練的雙重壓力。黃曉筠語氣堅定的說：「功課好的人來練跆拳道不一定練的好！跆拳道是需要反應力的運動，我不相信反應好的學生，腦袋會不好。」

「就熱愛啊！」一提到跆拳道，黃曉筠是滿腔的熱血。為了在跆拳道能有更進一步的發展，高中時她選擇進入泰山高中的跆拳道體育班，開始每天沒日沒夜的練習。那時候她常常哭，看著別人開開心心地回家，身為校隊的她必須待在宿舍，隨時待命，接受訓練，過年只放三天假，還得飲食控制，她直言：「我不是乖乖牌的學生，我點子超多，超愛玩！」為了練習，玩樂這件事情她得放棄。跟現在轉任教職相比，她眼睛一亮，開心地笑說：「當老師才有人生第一個暑假，我那時閒得發慌耶！」



鬼靈精怪的黃曉筠，怪點子超多！平常喜歡拍一些搞怪的照片。（照片提供／黃曉筠）

### 出國走走 離開選手生涯

由於表現亮眼，黃曉筠進入了國家代表隊。訓練地在高雄左營，選手們五點就得起床練習，那時壓力很大，身為選手的任務只有一個——得牌。大學四年級是她待在國家代表隊的最後一年，年輕一輩來了，而她算是老一輩，面對此事，她感嘆地說：「選手生涯很短，二十五歲就差不多要退休。」面臨大四是否要繼續念研究所跟繼續當選手之間，她明白自己只能選一個。2004 年奧運代表她沒選上，要拼亞運代表名額，但，當時她毅然決然選擇另一條路——出國念書，面對此事她難過地說：「不知道為什麼我出國比賽都會第一名，可是在國內怎麼打都是第二，與其這樣子，我不如出國念書吧！」

黃曉筠出國留學後，才知道自己要的是什麼，以前每天都被跆拳道給塞滿，從沒思考過未來，也就沒辦法改變自己，但出國讓她接觸到新的環境，認識更多人，也拓寬她的視野。她笑說：「以前團康就是跑山、跑步，多無聊！現在就很多社交活動。」

「她自從回國之後就變了，現在很好講話」目前跟黃曉筠在同道館共事的高一民覺得從美國留學回來的學姊黃曉筠變很多。高一民跟黃曉筠是國小舊識，兩人兒時在同一間道館學習跆拳道，而黃曉筠一直以來都是他學習的對象。高一民笑著說：「她以前就像個大姊頭啊！是非分明，敢愛敢恨。現在人變得比較柔和。」不怒而威是眾人一開始對她的感覺。高一民直言：「不知道為什麼，大家看到她第一眼都會很怕她。」

跆拳道是個講究輩分制的武術，學弟妹尊敬學長姐是件很自然的事情，但高一民也舉出一些反例：「某學長可能就很愛欺負人，大家表面上都會敬他三分，私底下其實都覺得他沒什麼了不起，但是對她（黃曉筠）就不一樣，大家尊敬她是因為她是位值得尊敬的人。」

留學歸國後，黃曉筠將所學的運動經營管理和自身擅長的跆拳道、舞蹈等運動結合，開設一間運動中心，希望能將運動這好習慣帶給所有人，同時，對於跆拳道帶有暴力的形象，她也期盼能夠予以「正名」。團隊精神、服從、耐力和毅力是跆拳道的中心思想，她希望能傳遞正確的武術精神給大眾。服從不是服從壞的指令，而是忍讓，可以融入環境，黃曉筠語重心長地說：「現在很多小朋友不知道什麼是毅力，什麼是耐力，什麼是撐下去，草莓族一大堆！而跆拳道精神就是毅力和耐力。」

來道館的小朋友在她的教導下學習自律，因為要練跆拳道，所以功課要先寫好，要早起準備。而且學跆拳道絕不是為了打架，是為了讓身體變強壯和防身。小不點（匿名）童言童語地說：「我想跟老師一樣厲害，但是學跆拳道，我不會跟人打架！」



黃曉筠教學活潑，和學生打成一片，跟同學們感情都很好。（攝影／陳文玲）

### 政府不援助 國手路難走

黃曉筠表示自己適合面對學生，她喜歡把人教會的成就感，看到小朋友讓她忘記什麼是累，她覺得上課是件有趣的事情，她的教學方式活潑，跟學生打成一片，所有的學生一談到黃曉筠都面露微笑地說：「老師人很好！」方姓兄弟覲聽地說：「老師人很好，也很親切，很少會兇我們。」

退出國家代表隊之後，黃曉筠專心在教學上，經歷過多次國際賽事，也從中體會過許多不為人知的辛酸。對於懷有選手夢的小朋友，她一改平時玩笑的語氣，口氣嚴肅地說：「他們的父母同意，我才會帶國手。」因為自己曾是國手，所以明白這條路很難走，她大嘆：「在台灣，跆拳道選手沒有未來！」

黃曉筠親眼見識過，台灣跆拳道的困境，政府沒有很重視這一塊，再加上台灣國際地位薄弱，不久前發生過的楊淑君事件，在 1996 年西班牙舉行的世界跆拳道錦標賽也發生過類似的案件，應該有算分的攻擊，但在韓籍裁判主觀的判決下，都不算分，讓本來很有希望能拿到金牌的黃曉筠，最後只拿到銀牌。跟楊淑君相比，她的處境更令人心寒，當時沒有轉播，大家也不可能知道這件事情，她一臉無奈的說：「真的只能忍！不然能怎樣？」



黃曉筠曾多次參與國際賽事，並拿下傲人的成績，身為過來人的她，比誰都了解運動選手華麗的外表和背後心酸的一面。（照片提供／黃曉筠）

### 「就熱愛啊！」 堅持的武德精神

即使國際賽事吃悶虧也不影響黃曉筠對跆拳道的熱愛。從懂事以來就開始接觸跆拳道，她深知武德精神才是跆拳道的中心思想，並非只是拳打腳踢、充斥暴力的不良運動，此外習武又能增加體能，她直說：「這麼好的運動為什麼不推廣？」

從她對跆拳道的態度和多次大喊：「就熱愛啊！」讓人看到黃曉筠對跆拳道的堅持與熱愛，用堅忍和樂觀「武」出屬於她生命故事，即使國際賽事少了她的身影，但屬於她的舞台絕不只有短短的三十秒發光發亮。



如今黃曉筠已卸下跆拳道國手身分，對跆拳道滿腔的熱情轉換成教學的熱忱，學生們是她目前的生活重心，只要看到小朋友疲勞頓時消失。（攝影／陳文玲）



象牙塔外 明星高中存廢戰

針對十二年國教實行的現況、明星高中備受爭議的現勢以及大眾紛歧的觀點作探討，歸納出可行的未來發展。

橫著走出一條路 現實搖滾



日本搖滾樂團RADWIMPS，以獨具的世界觀和特殊省思角度，溫柔但尖銳的唱出此生的生命態度。

▲TOP

