

墨子精神典範人物－台灣之光王建民

翁小芬

這篇故事以王建民的故事為例，作為「勤奮耐勞」之現代墨翟精神的形象指標，以形塑身心健全、穩重執著的勇健墨翟精神。

王建民的棒球路

王建民（1980年3月31日－）是台南縣關廟鄉新埔人，就讀台南市崇學國學小期間，開起了他棒球啓蒙之路。1989年秋季，他自願進入崇學國學小棒球校隊，四年級的他，身高已達148公分，雖然身長高人一等，卻相當文靜內向，缺乏那股運動員的霸氣，令教練產生質疑，但劉永松與洪文德教練發現他的手掌和手指比一般孩子修長，遂鼓勵他往投手之路發展。

集訓期間，球員爲了訓練體能、耐力與意志力，每天需跑數圈操場和爬兩百個階梯，導致瘦弱的王建民，在操練之後時常臉色發白、氣喘吁吁，令其母心疼不已。母親屢次勸王建民放棄打球，還曾私下找教練商談，但這些並沒有動搖王建民打球的決心。王建民還在日後一次受訪時說：「洪文德教練真的很兇，但是卻培養出我打球的決心。」

幼時的王建民非常熱愛棒球，常在操場上練習揮棒、跑壘和傳球，在進行分組模擬時更是專注投入，爲了求勝，總能和隊友們培養出良好的團隊默契，因此配合度極高，即使遇到挫折，也會努力克服，獲得球隊的信任。正因爲他配合度高，具有全力以赴的精神和態度，小學就能沉穩地擔當大任，五年級已成爲球隊的主力投手。

小學畢業時，王建民歷經過多次國內與國際賽事的洗禮，於1991年，獲頒世界軟式少棒錦標賽「最佳投手獎」。然而，他此時的棒球之路並非一帆風順，因爲纖瘦，缺乏強壯的肌力協調，導致力量的發揮無法臻至成熟狀態，加上此刻初接觸硬式棒球，對硬式棒球還不熟悉，故無法達到教練對球的變化和速度的要求，對此，還一度被迫退出校隊，令他懊惱與傷心不已，幸而經過劉教練的爭取，才得以再回球場打球。

國中時，王建民進入擁有棒球強隊的台南建興國中就讀，改打硬式棒球的他，在短短國中三年，身高已由一百六十幾公分增高至一百八十幾公分，但因體重不足七十公斤，纖細的身軀導致投球缺乏爆發力，球速不足，因此這三年，他的投球表現並不顯眼，即便如此，他並不氣餒，仍熱愛棒球，默默努力練習著。

畢業後，王建民離鄉背井進入中華中學延續棒球理想，十五歲的他身材仍舊高瘦，體能與球速皆不佳，但經過蕭文勝教練一連串的惡補與體訓後，高二時，體重已增至95公斤，身高也達191公分，快速球更提升至近一百四十公里，球速隨著體能的調整，有了前所未見的突破。期間，他仍秉著沉穩、不辱使命的精神去面對各項球賽，繼國小的佳績之後再度嶄露頭角，於1997年入選IBA青棒代表隊代表國家出賽。1998年，又獲選爲亞洲青棒代表隊的成員。

高中畢業後，他進入台北體育學院就讀，遇見在台灣最後一任的教練高英傑，兩人情感甚篤，猶如父子。大學期間，他曾因球賽導致舊傷復發，但經過高英傑教練專業的肌力訓練與內力訓練後，球速從一百四十公里增至一百四十七公里，投球的種類也更多元，已能投滑球與指叉球。

王建民沉穩的性格，除了與生俱來和大小球賽的磨練之外，母親於1995年帶他到佛寺皈依，對其心念沉靜亦有極大的影響，大學時的他，還常獨自騎著腳踏車到山上尋找「靜」的感覺。而這樣沉著與冷靜的特質，在2000年3月6日的賽事中表露無遺，這場是大揚盃四國五強成棒邀請賽，聚集了各國球探到此挖掘新銳球員，王建民在這場賽事中擔當先發投手，還飆出了150、151公里的佳績，吸引各國球探爭相討論這位沉靜穩重的「斯文殺手」，還有一家報紙以「十年投手無人問，一球『超速』天下知」爲標題來形容他，也因此，他得以交換學生的身分加入美國洋基隊。

初來到美國，王建民住在球隊宿舍，由於英文不流利，使原本文靜的他變得更爲安靜了。

練球之餘，他總是留在房間，或看電視、或打電話回台灣報平安，生活過得極為簡單，不似其他隊友常作城市觀光。在洋基小聯盟的日子極為辛苦，球季期間，幾乎每天都有球賽，爲了打一場球賽，有時得搭上十幾個小時的車程。期間，他還發生肩膀受傷開刀之事，令他擔憂不已，但他仍勇敢面對，完全聽從教練的指示，等待時機到來，在等了足足一年多後，才又重回球場。

肩膀復原後，他仍努力練球，球技與球速也更爲進步，除了原本學會的直球、滑球、指叉球、變速球之外，還學會一種令打擊者不易掌握球心，往往打成滾地球而形成出局的新球路—「伸卡球」，並於 2002 年底，獲選爲洋基隊的「五大新秀」。

2005 年，正當洋基隊戰績不佳時，他臨危受命，終於登上夢寐以求的美國職棒大聯盟，爲洋基隊注入新的活力，也圓了他一直以來的棒球夢。在大聯盟，他創造許多佳績，拿下大聯盟生涯首度完投完封勝、以 19 勝獲亞洲投手單季最多勝投、與桑塔那並列 2006 年大聯盟勝投王、是第一位在大聯盟季後賽獲得勝投的亞洲投手、榮獲 2007 年及 2008 年時代雜誌票選全球最具影響力的百大人物，以及亞洲最快拿到五十場勝投的投手，造就台灣棒球界的榮耀。

綜觀王建民的棒球之路，他歷經無數挫折與困難，但面對這些折磨與挑戰時，他能秉著吃苦、耐心、冷靜、熱情和執著之心勇敢面對，穩住步伐不逃避，終能達到理想與目標，成爲「台灣之光」，而這樣奮戰不懈的精神，正猶如墨子苦幹耐勞的生活態度，是莘莘學子學習的典範。

資料來源：

李崇建：《台灣之光—王建民的故事》（台北：文經社，2008 年 6 月），第一版。

問題反思：

- 1、當你面臨瓶頸與困境時，你如何面對？這樣的經驗對你有何啓示與幫助？
- 2、你的夢想是甚麼？你會如何實現？