

# 平民英雄、金牌教練~郭昇傳奇

謝淑惠 / 金融聯合徵信中心 管理部

一個夏日的早晨，郭太太跟著兩個兒子一邊吃著早餐，一邊計畫暑假的家庭旅遊，小兒子貼心的說，爸爸喜歡運動，所以度假的飯店要有游泳池、健身房，或者周圍要有能夠騎車的地方；大兒子忍不住提醒他這樣的飯店很貴…；突然郭太太的手機響了，來電顯示一個陌生的電話號碼，接通後聽見對方沉重的說，郭昇出事了，他在武嶺被車撞了昏迷不醒…。掛完電話郭太太強忍著不安的情緒、慌亂抓起了必要證件物品，連忙趕往台中，當她一眼看見躺在急診室的郭昇，就再也忍不住淚眼潰堤了！

這起不幸發生在2018年7月16日，景美女中拔河隊教練郭昇，一如平常找空檔訓練鐵人三項（即游泳、騎車、跑步），儘管郭昇為人謙虛低調，但他在拔河界的傳奇以及鐵人三項的成績表現，都無法讓人不認識他。2015年他創下鐵人三項10.5小時的完賽成績（即接連游泳3.8公里+騎車180公里+馬拉松42.2公里，合計10.5小時完賽）；但事實上，馬拉松更是郭昇的強項，2017年台北國際馬拉松全馬（42.195公里），他以2小時48分破個人紀錄。對於馬拉松選手而言，能跑進3小時以內都是遙不可及的成績，2017年台北國際馬拉松全馬

組（42.195公里）的參賽人數逾7000人，僅有1.6%的選手完賽時間落在3小時以內。郭昇藉由鐵人三項持續自我鍛鍊，維持最佳體能狀態，同時也是以身作則，帶領景美女中拔河隊選手，不斷挑戰自我，創造巔峰。

事件的肇事者一早帶著濃濃的宿醉，酒駕、超速，轉彎處追撞郭昇，被撞飛的郭昇連人帶車摔入山溝，緊急開刀後雖然醫師從鬼門關前把他搶救回來，但卻是全身癱瘓，僅有眼珠能動！經過度日如年艱辛的治療與復健，憑藉著驚人的意志力、景美女中校長、師生的集氣、親朋好友、體育界各方人士的祝福鼓勵，而今郭昇能坐、能走，能重返景美女中訓練選手了，儘管目前在生活上他還未能全然自理，但他堅信只要不放棄，一切都會變得更好。

## 吃下敗仗，開啟了贏的戰蹟

郭昇與拔河結下不解之緣，要追溯自一場敗仗，那是一場區域性的賽事，對手是來自桃園的福特六和隊，選手年齡約50-60歲，當時郭昇是就讀台灣師範大學體育系的四年級學生，正值年輕力壯，但這場看似壯欺老、不公平的賽事，輸的竟然是年輕人，郭昇百思不解，為了探就箇中原因，於是一頭栽進拔河這

項讓他原本覺得無聊、一條繩子扯來扯去的運動中。一晃20年過去，郭昇自然是找到當年吃敗仗的答案，更重要的是他率領的子弟兵，征戰全球屢獲冠軍，因此被譽為國際拔河的「金牌教練」。

許多人很好奇金牌教練是如何訓練出金牌選手的？都想一窺郭昇的葵花寶典，然而，郭昇說訓練沒有捷徑，基本功最重要，拔河跟其他運動最大不同是不能有個人英雄主義，一切都是團隊至上，選手除了強化自己，更重要是協助隊友，因此，拔河絕對不是力量大就會贏，憑藉的是努力、互助以及堅持不懈的精神。

## 金牌教練身兼嚴師、慈父

郭昇是體壇出了名的嚴格教練，他以治軍精神帶領景美女中拔河隊，即便是一群正值荳蔻年華的選手，在鋼鐵般的紀律要求下，選手們不存在願不願意服從的問題，更沒有討價還價的空間，所以如果不能100%照表操課，即使是第一把手也只有退訓一途；郭昇的信念是「拔河是一個不需要靠天分的運動，完全靠苦練！」

2013年12月號，《遠見雜誌》選出的百大平民英雄中，郭昇是其中一位，當期的文章這樣形容他：「他用最嚴格的態度訓練隊員，有隊員不照方法做，他直接請學生離開。很少人知道，每次比賽郭昇都會拍片記錄，並花時間剪接，讓隊員可觀察自己的缺點，嚴肅外表下，他也有顆溫柔的心，許多隊員來自弱勢家庭，他會關心她們課業與生活。」。郭昇說：「因為拔河隊成員們有許多來自弱勢家庭，須要靠一些補助才能生活，選手們如果能在比賽中取得好成績，就有機會保送大學相關體育科

系，將來畢業之後也有機會擔任教職，翻轉人生，整個生涯就更有保障。」，郭昇潛意識裡所扮演的慈父角色溢於言表。

景美女中拔河隊的故事充滿激勵人心的力量，在2013年被拍成電影，於各大院線播映，之後更廣被各級學校引用作為課外教材，劇中由莊凱勛飾演治軍嚴謹的郭昇教練，演活了拔河隊奪得世界冠軍的歷程，有哭有笑，賺人熱淚。

## 榮獲體育運動精英獎之「特別獎」

2018年9月，在南非舉辦的拔河世錦賽，郭昇因車禍養傷無法帶團出征，第一次失去教練隨行的選手們，下定決心要拔出最佳成績，贈送給她們心中的教練父親，果然一口氣奪下500kg組5連霸。儘管郭昇無法到場，但他特別錄製影片表達：「南非世錦賽不能帶著她們（拔河隊）出賽，我會努力復健，等我站起來的那天，回到我熱愛的運動場上奉獻專業，帶領團隊再次獲得冠軍，讓世界看見台灣。」

同年郭昇獲頒教育部體育署主辦的「體育運動精英獎--特別獎」殊榮，肯定郭昇教練自2003年起帶領景美女中拔河隊征戰國際，屢創佳績、為國爭光的英雄事蹟。

## 再次現身 詮釋金牌之外的生命意義

2020世界盃室內拔河錦標賽，於台灣時間2月20日至23日舉行，距離武嶺車禍大約一年半，郭昇在景美女中校長黃贊瑾及前校長林麗華的巧心安排下，實現了他的夢想：「站起來、回到他熱愛的運動場上、奉獻專業，帶領團隊再次獲得冠軍。」，看在別人眼裡不可能的任務，在郭昇強大的意志力之下辦到了。

世界盃室內拔河錦標賽是拔河世界中，競爭最為激烈的國際賽事，2020年更是強敵環伺，每支勁旅都有備而來，志在必得；郭昇在輪椅上沉著指揮，他知道，臨場最重要的就是「不畏懼」，「信心」絕對是神兵利器，一旦選手的自信從心底湧現，平日苦練的成果自然能充分發揮出來，便能勢如破竹。兩軍對峙，裁判開賽手勢揮下之前的恐怖寧靜，郭昇篤定的眼神，看在選手眼中，清楚意識到教練充分相信她們會拔出冠軍，這個定心丸，果真激發出高水準表現，中華台北-景美師大聯隊不負眾望，在女子500kg錦標賽從預賽到決賽的6場比賽中，以未失一局的完全優勢勇奪金牌。

一路走來，屢獲世界拔河隊冠軍的金牌教練郭昇從不居功，總是把榮耀歸於身邊所有人，郭昇說：「得之於人的地方，太多了；我們之所以能有好成績，是聚集一切善因、善緣，以及選手們認真苦練所共同呈現的成果。」心中的感恩之情不言可喻。

亞聖孟子有云：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，增益其所不能。」，雖然是人總會想盡辦法趨吉避凶，特別是在追求小確幸的社會氛圍下，先聖哲人之言，惟恐被



景美女中拔河隊教練郭昇。(攝影：景美女中學務處主任江信良)

人譏為不切實際；然而，古今中外，不也有諸多歷史人物，遭逢巨變後人生打掉重練，最終用他們的生命故事，詮釋了孟子的真知灼見。郭昇在歷經重創後，從全身癱瘓到重返世界盃僅短短一年多時間，再次立下個人一頁傳奇，金牌教練因而成為激勵人心的生命鬥士；展望未來，郭昇懷著無比感恩的心，以積極、樂觀的態度面對當下的新生。



郭昇在 2020 世界盃室內拔河錦標賽中臨場指導選手。(攝影：景美女中學務處主任江信良)