



盛名東瀛的高爾夫名將 謝敏男

顏伽如、徐元民

顏伽如，國立體育大學體育研究所博士。E-mail: chiajuyen@gmail.com
徐元民，開南大學休閒事業管理學系教授。E-mail: mac.giver@msa.hinet.net



圖1 1964年艾森豪盃冠軍（照片來源：謝敏男提供）

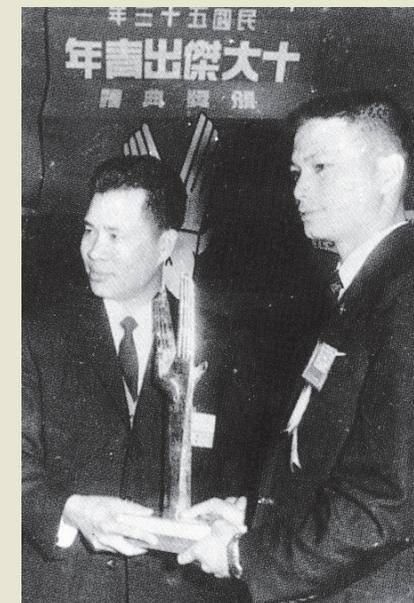


圖2 1964年獲第二屆十大傑出青年頒獎
（照片來源：謝敏男提供）

壹、前言

臺灣的老淡水高爾夫球場，因其地理位置挾著淡水河口出海之要害，從清末即是練兵的要塞，日治時期也是駐軍要地。雖曾劃出一小部分為高爾夫球場，但隨著戰事吃緊，又被挖出多道的戰車壕。太平洋戰爭爆發之際，軍防要塞的球場再受到美軍猛烈空襲而滿目瘡痍。隨著國民政府播遷來臺，球場又被劃為軍事防衛區，直至1952年「美軍援華顧問團」來臺，為提供美國軍官們休閒及社交的場所，才逐漸修復球場原貌。這座老淡水球場隨著時代的轉變，而有不同的功能與風貌。雖披戴著近世紀的滄桑，竟也默默地成為臺灣高爾夫運動的搖籃，在風雨飄搖艱困的年代，孕育出多位揚名國際的高爾夫明星為國爭光，謝敏男即是當中相當耀眼的一位！住在球場第13洞後方的謝敏男从小就打著赤腳踩踏過球場去上學，從12歲就在淡水球場當桿弟，靠著自我的不斷精進磨練

和貴人的扶持，在1965年就奪得世界業餘的艾森豪盃冠軍，1972年獲得世界盃冠軍，是世上唯一與傑克尼克勞斯（Jack Nicklaus）一樣，同時擁有世界盃職業與業餘冠軍之人。在他領悟體能訓練的重要性並身體力行之後，在42歲之際創下「312奇蹟」，在三場比賽中，連續12回合都保持領先，至今無人能破其記錄。謝敏男常說：「作選手就要有餓肚子的感覺，永遠沒有最後一場！」在2000年，謝敏男以花甲之年返回故里，貢獻他球場上的經驗以「公雞帶小雞」的精神為臺灣的高球界扶植幼苗，希望能再度看到1970年代，他年輕時期臺灣高球的盛況，能在世界高爾夫場上再執牛耳。本文採深度訪談佐以文獻分析的研究方法，以撰述謝敏男如何從赤腳走過爛泥地，邁步揮桿至世界果嶺，揚名國際為國爭光以及他對高爾夫的獨到見解、提携後人及晚年的人生哲學等等以作為各界學習及參考的典範。



圖3 1972年謝敏男獲得日本總武公開賽冠軍
(照片來源：謝敏男提供)



圖4 謝敏男(右)奪得1972年澳洲墨爾本世界盃個人冠軍，
同時與呂良煥共得團體冠軍(照片來源：謝敏男提供)

貳、生平事蹟

謝敏男出生於臺灣日治時期，在艱困的時代及農家背景下因著住家與老球場地近之利而接觸到高爾夫。老淡水球場，這一片綠地，對還是小學生時的他是阻隔上學的障礙，那知日後竟是造就他揮桿世界揚名國際的搖籃！

一、放牛吃草意在揮桿

在日治時期，西元1940（民國29）年8月9日，謝敏男出生於淡水沙崙里大庄的一戶農家。在艱困的年代，臺灣的農家卻總是生養眾多，為的是多些能幫忙農事的人力。他說：

我是淡水出生的，父親是農夫，那時不太注重教育。我有一個哥哥，一個弟弟，四個妹妹。我排行老二，以前的人生7、8個沒什麼稀奇，多生幾個來做事的！我是讀淡水國民學校。在我們那個時代，如果讀到初中就不得了！我們那個庄——大庄，只有一個讀到高中，很稀奇喔！好像高中狀元一樣！（TM1-1-01）（註1）

謝敏男在家中排行老二，上有哥哥，下有1個弟弟和4個妹妹。一家有7個孩子的農家，其食指浩繁可以想見，所以家長對農務的關心多於孩子們的教育。因此，孩子們常為幫忙農事而耽誤了學業。謝敏男住在淡水高爾夫球場的附近，在沒有鞋穿的年代，謝敏男都得打著赤腳從家裡穿過球場的幾個球洞，走了40多分鐘才能走到淡水國小上課。尤其在濕冷酷寒的天氣裡，上學更是一件苦

差事。再加上又得幫忙農務，能花在課業上的時間與精力非常有限，僅有較為優秀的算術成績難以支撐他繼續求學的動力，因此謝敏男只完成小學教育。

除了幫忙家裡的農務，謝敏男就像其他住在淡水球場周邊的農家小孩一樣，一到假日就到球場當桿弟賺錢貼補家用。有時候拿到工錢，還可跟玩伴到淡水街上享受一段開心的時光，謝敏男說：

那時沒穿鞋，打赤腳！班上只有幾個同學住在淡水街上，經濟條件比較好的同學有穿鞋。那時就好像二級國民！我當桿弟時，淡水球場只有9個洞。（當桿弟）一場球可以賺10元到15元。客人會打二次，就18個洞。10元可以讓4個小孩玩一個晚上囉！看電影1元，吃一碗麵也1元，現在就是1000元都不夠花！（TM1-1-03）

謝敏男當桿弟賺錢，除了可以貼補家用，偶爾犒賞自己之外，更讓他有機會接觸到這在當時只有超級權貴才能享有的休閒運動，號稱貴族的運動——高爾夫。揹著球袋的他看著客人揮桿的模樣，就跟一群桿弟想辦法利用竹子當球桿，用硬芭樂代替球，在清晨或藉著月光和下雨天練習，月黑風高天氣惡劣的日子，避過管理者的眼目，偷偷地在球場學著客人有模有樣地打起「高爾夫」。他們有時在OB區（界外區）撿到高爾夫球，有如獲至寶一樣珍惜，雖然球已被打得面目全非，卻捨不得丟，上上油漆後，再更小心的使用。有一天一群桿弟撿到一隻斑駁

黑舊的5號球桿。對他們而言，這簡直是老天爺送給大家的禮物，每個孩子都很寶貝地輪流使用。據謝敏男表示，當時一顆高爾夫球，值臺幣20元是桿弟一個月的薪水。在當時，如果能有一套球桿就像擁有一部高級轎車一樣地不容易！（註2）13歲開始偷偷練球，他為了練習準確的果嶺推桿，將棉被舖在地上充當草地練習推桿。就這樣以「一桿到底」及「棉被果嶺」的方式自我苦練。

在貧困缺乏娛樂的年代，玩這種「替代式的高爾夫」可以說是這群孩子僅有的樂趣。謝敏男自己也常常一個人在放牛的時刻，自顧自地玩起高爾夫。卻也常因太專注練習而疏於牛隻的照顧，這樣的疏忽不免遭到父親的責罵，認為他貪玩沒有把工作做好。謝敏男坦言自己對農事並不感到興趣，但偌大的球場僅在周末假日，才看到一、二十個客人來打球，在他幼小的眼光僅看到眼前的淡水球場，看不見高爾夫的世界跟它的未來性！謝敏男擔心若繼續待在球場未來恐怕難有發展，15歲的他因此就離開高爾夫球場！

那時候對高爾夫，覺得沒什麼前途，禮拜天只有20幾個人打，覺得看不到未來，因為那時候在臺灣看不到世界的高爾夫，所以就離開就去做別的事。（TM1-2-02）

註1 本文訪談謝敏男老師共兩次，分別為2014年2月23日及9月7日，地點都在老淡水球場。訪談逐字稿的編撰方式TM1-1為第一次訪談，TM1-2為第二次訪談，之後數字為其回答之序號。

註2 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，臺北：行政院體育委員會，2011，26-29。

隔年，淡水球場舉辦桿弟盃的比賽，他心裡那一份對高爾夫的眷戀再加上贏得球賽的人可以獲得最期待的獎品——球桿，於是他又再回淡水球場參加比賽。他不僅贏得比賽，也從此與高爾夫結下不解之緣。當時，球場正準備栽培一批選手參加艾森豪盃的比賽，謝敏男這個桿弟冠軍使他也贏得主辦單位的青睞，入選為栽培的選手。當時在淡水球場的場地委員會裏負責桿弟管理的辜濂松，將謝敏男升職為管理，讓他有穩定的收入，而且在週一打球客人較少的時候可以在球場練球。就這樣天時、地利再加上人和，謝敏男的高爾夫技術默默地與日增進，這顆臺灣高爾夫耀眼的新星慢慢地升起。

在謝敏男之前的父執輩可以說是世代務農，卻因為剛好住在臺灣最早的高爾夫球場附近，意外地成就家族輝煌的高爾夫事業。當他父親謝金木老先生以90歲高齡辭世之時，他的3個兒子當中謝敏男及謝永裕是職業高手，孫子謝玉樹及謝錦昇，女婿郭吉雄也是一等一高手，郭吉雄的兒子郭志淇是知名的高爾夫球評、外孫陳志嘉及外孫婿蔡啟煌等皆是新生代的高爾夫好手。（註3）謝敏男家族可以說是近代臺灣高爾夫歷史的一個縮影。

二、貴人提攜前途綿長

謝敏男當兵前，受到當時也是熱愛高爾夫在球場擔任經理乙職的前中國信託公司董事長辜濂松的照顧，讓謝敏男可以有多些機

會練球。謝敏男和郭吉雄同時入伍，雖然服役的軍種是空軍，但球場卻是他們最重要的訓練場和戰場。衣復恩將軍將謝敏男調至松山機場服役，而南機場球場（現今的青年公園）就是他的練習場。謝敏男回憶當時的情景說：

1962去當兵，我當空軍當三年，才認識衣復恩將軍。那時候有一點成績，我只到虎尾新兵團訓練2個月。後來去屏東機場，衣復恩把我調到松山機場。我就到現在水源路就是南機場去練習，每天從松山搭18號車到水源路（哈哈！記得這麼清楚），我每天去，去了2年多！（TM1-16）

上午練球，下午學英文和國際禮儀，有時衣復恩將軍還親自教他們英文。謝敏男和郭吉雄不僅有專屬的練習球場，同時還享有飛行員的伙食，這讓本來只有過年過節才有雞肉吃的謝敏男，感覺好像每天都是大節日，又有農家所不吃的牛肉麵。謝敏男談起這段往事，好像面前就有滿桌美食一樣的開心，他說：

對呀！那時每天都在吃拜拜！早餐什麼都有：牛奶、蛋、麵包、牛肉麵！中午在球場吃。晚上吃牛肉、雞肉，我家裡拜拜都沒吃那麼好！哈哈！（TM1-1-20）

謝敏男服役期間，在1962年參加國慶盃賽獲亞軍，得到衣復恩將軍贈送一套MAC-GREGOR球桿，這是他畢生所擁有第一套完整的球桿，這讓他感受到極大的鼓勵。（註4）那時還發生一件事情。衣將軍為了讓他們增

加臨場經驗，安排他們出國參加比賽，謝敏男說：

那時候國民不能隨便出國，是有去辦（簽證），但辦不出來。那時候有人出國就不回來了！那時衣復恩很有power，就叫我們先將衣服跟球具準備好，有人帶。那時候20幾歲還傻傻的，不像現在的孩子3、5歲就非常聰明。等待交班的時候，我們就去搭載貨機，很舊很舊的飛機，一路上有人安排飛到琉球，我們只負責打球而已！我們得獎，臺北就打電話說要我們拿一份報紙回來。回到機場，很多人要來抓我們，警備總部啦，結果大隊長說我們兩個人的事情交代他就好，要我們直接從機場到衣將軍家。我們兩個感覺沒什麼事，但是聽說事情不小的樣子！那時代是很大的事情！衣復恩是很有guts的人！這事算是他擔當了！（秘書說：當初如果直接回部隊，搞不好就被槍斃！）（TM1-1-23）

在戒嚴時期，軍職在身的謝敏男與郭吉雄為了比賽，沒有出國簽證就貿然飛出國境，這算是非法出境，但因有衣復恩將軍的支持，兩人平安過關。滿腦子高爾夫的謝敏男，著實不了解自己的行為是相當危險的，差一點高爾夫尖兵變成觸犯軍法的逃兵。這場飛往琉球的比賽，謝敏男與郭吉雄果然也不負所望地捧回第二名及第三名獎盃為國增光。

周至柔將軍及衣復恩將軍對高爾夫桿弟的栽培不僅在技術上給與時間與空間，還有

身體所需的營養，對他們的英語及國際禮儀的學習也非常重視。謝敏男在服役三年所受的訓練，奠定他日後參加國際比賽的能力。媒體稱衣復恩將軍為高爾夫的大家長，謝敏男說：「衣將軍的幫助人，不是給錢，而是著重教育，他對臺灣高爾夫貢獻太大了！」，呂良煥也說：「沒有衣先生，就沒有我們！」如此可見其與這些高爾夫出身球員感情之深厚。（註5）因此，即便這些選手羽翼豐滿之後轉戰國際，只要一回國就會拜訪周至柔將軍及衣復恩將軍。在衣將軍過世後，他以母親之名所創立的「立青基金會」，每年亦舉辦友誼賽，這些當年受衣將軍栽培的球員也會聚首參與盛會以緬懷當年衣將軍的再造之恩。

軍中3年的訓練，謝敏男果然在日後漸漸展現。從1962年到日本參加第三屆艾森豪盃比賽得第六名開始，直到1964年，共奪得8項國際賽個人冠軍、兩項亞軍。業餘時期最輝煌的紀錄是1964年參加羅馬男子國際高爾夫艾森豪比賽。謝敏男擊敗了來自全世界的高手，獲得冠軍。全隊在團體賽中亦名列第六。退伍後，還得到當時亞洲水泥公司每個月新臺幣4000元經費贊助，（註6）這讓他更無後顧之憂，專心練球。

註3 王麗珠，〈謝家七高手送阿公最後一程〉，《民生報》，1998.05.26，2版。

註4 楊雅雲，〈高球界的寵兒——謝敏男〉，《高爾夫年鑑》，4（臺北，1978.07）：39-41。

註5 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，33-35。

註6 那時每個人有一個公司，我是亞洲水泥栽培！我一個月（新臺幣）4000元，球場的Pro是（新臺幣650），櫃台小姐只有（新臺幣）500元。（TM1-1-09）

有些男性認為服兵役會使得自己的學習生涯或者職涯受到影響，但對謝敏男等球員而言，這三年的兵役不僅沒浪費時間，反而是機會難得的大充電，從身體到技術都像脫胎換骨式地改造一番。

三、臺灣第一位冠軍選手

謝敏男1964年在羅馬的男子國際高爾夫艾森豪盃擊敗了來自全世界的高手，獲得冠軍，這是華人社會高爾夫史上第一座冠軍，也是唯一的一座世界業餘個人冠軍。當時回國的盛況，謝敏男還印象深刻，周至柔將軍親自到機場迎接這一支凱旋的隊伍。在自己的家鄉淡水，淡水鎮長安排這些選手遊街兩次，沿路鞭炮聲不斷。謝敏男說：

我贏了世界盃，那時候從淡水火車站走到……。淡水街上走了兩次，沿街放鞭炮，鎮長安排的。只是那時候可能沒有記錄，很可惜！（TM1-25）（註7）

同年謝敏男也獲得第二屆國家十大傑出青年，因而有機會蒙總統召見，和先總統蔣中正合影，這在當時是很不得了的事，謝敏男的父親將這一張合照高掛在客廳的正中央，讓一進謝家門的親朋好友都能分享這份榮譽。（註8）也因著這一次比賽的冠軍讓謝敏男更有信心，於隔年轉入職業高爾夫選手。

參、重要成就與貢獻

一、前進東瀛揮桿世界

（一）前進東瀛

1964年謝敏男在羅馬獲得世界盃業餘高球賽的個人冠軍後，羽翼豐滿遂於隔年轉為職業球員。1965年，謝敏男25歲開始他職業選手的生涯。成為一名職業球員，邁向國際是必然之事。因著飲食習慣、文化背景及地緣關係，謝敏男選擇轉戰東瀛。在1967年9月，謝敏男27歲，獲得同是高爾夫選手的小阪女士賞識及陳清波的支持，受聘於日本靜岡縣新沼津球場擔任球師。一句日語也不會說的他，僅帶著一只皮箱、一套球桿和美金500元便赴日開展他成為職業高爾夫球員的新階段。他說：

1965退伍以後，贏了世界業餘盃，隔年我就轉職業選手。有人建議去美國，有人建議去日本。但我覺得日本比較近，又是同樣吃米飯的，生活習慣也相近。美國吃麵包可能習慣不同！選日本我發覺沒有錯，一待就是30幾年！（TM1-27）

會去日本是一位Kosaka小阪女士，是我參加羅馬世界盃業餘賽時，她代表日本去比賽。她跟陳清波很熟，問我要不要去日本發展，她跟臺灣的選手陳清波很好。因此，我去日本發展，從1967去，我去靜岡縣新沼津球場當PRO。（TM1-28）

去日本的時候，帶一個皮箱，一套球

桿跟500元的美金。住在大約6個榻榻米大的小套房。（TM1-31）

這語言喔！自然就會啦，我只有一個臺灣人，不得不講，我只有讀一個禮拜。語言比較沒關係，我們去只是要打球，不用講話！我都在屋裡看電視。（TM1-32）

謝敏男抱著一顆破釜沉舟的心，帶著所有的財產到日本發展。剛到日本的日子，除了球場，就是窩在6坪大的套房看電視學日語。語言的隔閡，再加上離鄉背井的孤單，這想起來應該是頗為苦悶的日子，但他似乎一點都不以為苦，一心一意全神貫注在高爾夫上。

1968年，到日本發展的隔年的7月，謝敏男拿下了日本賽事當中最大比賽——日本關東公開賽的冠軍。這一戰成名，在日本高球界造成極大的轟動，打響“Tony Hsieh”的名號。隨著日本的經濟起飛，每一年的高球賽的場次也不斷增加，謝敏男曾有一年參加40幾場賽事的記錄。1969年，謝敏男更拿下西日本巡迴賽冠軍。（註9）謝敏男除了是球場上的常勝軍之外，亦深受日本的華僑界的矚目，1969年與旅日紅星翁倩玉同得第廿六屆日華傑出青年獎。

1972年，謝敏男已經在日本發展有5年之久，在新沼津高爾夫俱樂部擔任教練的他，每日窩居在6坪大的斗室，除了打球，生活是單純且單調的。他自己也謙虛地說：

我26歲去日本，31歲才結婚（註10），算是晚的！我們那時候比較古意（老實害羞），不會交小姐，連牽手都不敢！我們那個時代跟這個時代差很多！（TM1-29）

謝敏男在日本的事業如日逐步登天，月老也不敢閒著悄悄地幫他牽起紅線。他的認真與樸實早已看在諸多前輩的眼裡。經由旅日職業高爾夫名將陳清波幫他作媒，與高爾夫前輩陳清水的女兒陳靜枝於1971年12月25日訂婚，隔年元月12日在東京結婚。他們的婚禮在當時日本華僑界是一大盛事，由當時中華民國大使彭孟緝與旅日華僑協會會長林以文共同主持的。新娘陳靜枝雖然在日本出生生長，但她的父親陳清水其實也是淡水人跟謝敏男的父親謝金木還是小學同學，住在淡水球場附近的水碓里，離沙崙里謝家不到五公里的路。陳清水算是淡水球場第一位高爾夫教練，比陳金獅資格還要深，他在1930年代即遷居至日本發展。當時淡水球場經理表示，陳靜枝的外表給人印象良好，他相信謝敏男在這位賢內助的鼓勵下，將來球藝會有更進一步的表現。（註11）

註7 謝敏男當年淡水遊街的盛況歷歷在目，卻可惜沒有留下任何記錄。筆者想這也是撰寫百年體育人物誌的目的，將體育界耆老們在運動場上走過痕跡，逐項的記錄下來，供後人參閱。

註8 聯合報訊，〈謝敏男將回國渡蜜月高球界準備盛大歡迎〉，《聯合報》，1972.01.15，3版。

註9 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，40-43。

註10 謝敏男老師在訪談時所說26歲及31歲等，是以農曆年歲計算，所以較一般國曆年歲少一歲。

註11 聯合報訊，〈謝敏男將回國渡蜜月高球界準備盛大歡迎〉，《聯合報》，1972.01.15，3版。

婚後的謝敏男，生活有了妻子的協助，更加快速地融入日本社會，在球場上的成績如虎添翼。1972年謝敏男以亞洲總亞軍與獲得英國皇家賽亞軍的呂良煥雙雙獲選代表國家參加在澳洲舉辦的第20屆世界盃職業高爾夫球錦標賽，兩人在天候極度不佳，下大風颳大雨，人都很難站立得穩的情況下，奪得個人的冠軍和團體的冠軍。或許這就是來自於少年時擔任桿弟的歲月中，只能在下雨的日子才能偷偷練習時所磨練出來的潛力，讓他們可以在43個國家選手中獨佔鰲頭。謝敏男短距離鐵桿與推桿的功力令其他選手自嘆不如，恭稱謝敏男為「中國鐵桿第一」。（註12）這一個冠軍讓謝敏男不僅為臺灣，也為亞洲掙來面子，讓他的名聲震驚國際。同時，也因為當年我國退出聯合國，國際地位深受影響，贏得球賽就如同戰場上的勝利一般，用高爾夫為國家建立優質的外交關係，這讓謝敏男有報效國家的興奮感。當他們返國之際，中華高爾夫委員會主委周至柔將軍及中華體協理事長楊森將軍等親自到機場迎接。再一次回到淡水家鄉遊街受到鄉親熱烈的歡迎。當時臺灣能在國際上比賽的選手僅有11人，所以謝敏男與呂良煥也決定將所獲得的獎金捐給高爾夫界作為培植新人之用。（註13）

謝敏男包辦這一場在澳洲墨爾本舉辦的World Cup（世界盃）個人及團體（和呂良煥）的冠軍，加上1964年在義大利羅馬所拿下的業餘的艾森豪盃（Eisenhower Trophy）的個人冠軍，讓他得以和美國傳奇名將「金

熊」傑克·尼克勞斯（Jack Nicklaus）齊名，他們是世界上唯二同時擁有職業及業餘世界盃冠軍的選手。但謝敏男說在一連串國際大賽中，最大的收穫不在獎金，而是當主辦單位升起國旗的感動，有時都會看到在場觀賽的華僑落淚。再者，能與世界高手較量更可以增強他的信心。（註14）

（二）締造「312」奇蹟

獲得業餘與職業雙料冠軍後，謝敏男繼續在日本高爾夫場上發威。但在1980年間謝敏男因著運動傷害，有長達半年的時間沒辦法比賽。在接受復健治療的同時，不禁也思考自己也年近40歲，深感體力開始走下坡。對於運動選手而言，因歲月而造成體能下降應當是無法躲避殘酷的現實。謝敏男說：

說到臺灣高爾夫體能訓練的觀念，可以說是我領先帶進來的！1980年我40歲，閩南語有一句俗話說：「上卅就未攝」（註15），我當時就覺得自己要訓練體能。那時候體能訓練的內容很多，比如跑步、單桿等，只是強度並不是很高，但經過半年的體能訓練，感覺真的不一樣！因為有做體能訓練，我的球技也跟著進步……（TM1-39）

謝敏男因自己身體的狀況改變產生危機意識而勤練體能，體能增強也提升他的球技，這在球場上的表現是不爭的事實。1982年，謝敏男42歲，他也自認為已不算年輕，因著持續的體能訓練卻還能締造「312奇蹟」

。所謂「312」，就是三項比賽連續12天，三個冠軍，這是被列入金氏世界紀錄。這三場比賽：第一場是10月7日至10日的日本東海公開賽中，以274桿成績贏得冠軍；接著在10月15日至18日的高爾夫文摘公開賽以低於標準桿14桿的274桿贏得冠軍，險勝日本名將矢郡昭一桿而已。10月22日至25日石橋公開賽中，本來謝敏男一路領先，但卻被日本強手——新井規矩追成平手，最後幸好在延長賽中擊敗新井規矩贏得冠軍。這讓成績沉寂逾半年之久的謝敏男的總比賽獎金從排名十多名外，疾速晉升至第七名。這一驚人的成績撼動日本，連美國名將尼克勞斯獲悉此事還特地寫信向他道賀。（註16）謝敏男眼睛發亮興奮地述說著這三場比賽，他說：

……因為有做體能訓練，我的球技也跟著進步，那時在日本比賽，每天領先。3個禮拜12天比賽，我現在的紀錄還是世界紀錄。整個日本震動，每天新聞都有報導，這讓我愈來愈緊張！本來第一個禮拜還不會那麼緊張，完成312奇蹟，所以我的電話跟車牌都是312，這是我的幸運數字！（TM1-39）

謝敏男在39歲到40歲之間接受日本田中教授的高爾夫體能訓練，發球可以比以往多20多碼，本來要拿5號桿，變成拿7、8號桿。謝敏男這奇蹟式「312」記錄更讓他堅信體能訓練之重要性，雖已年屆40，締造「312」奇蹟後，尚能在日本連續三年排行於前7名，之後仍然佳績不斷，可見得高爾夫除了球技，體力與耐力也是相對的重要。謝敏男提到日

本名將對體能訓練之注重，首推有「大力水手」之稱的倉本昌弘，他的身高僅有165公分，但肢體卻非常粗壯，每次開球都可以開很遠，還有當時日本的後起之秀藤木三郎也以體能訓練維持體重與保持體力。（註17）

- 註12 孫鍵政，〈墨爾本群英競技謝敏男一枝獨秀〉，《聯合報》，1972.11.13，3版。
- 註13 聯合報訊，〈揚威國際大賽雙雄奏凱 呂良煥謝敏男載譽歸來〉，《聯合報》，1972.11.13，3版。
- 註14 楊武勳，〈謝敏男不斷自我磨練〉，《聯合報》，1977.11.5，第8版。
- 註15 閩南語：「上卅就未攝」意思是說人生過了四十歲，體能跟精神都變差了。資料來源：諺語教學，<http://163.17.61.21/taiwanese/lesson1.html>，2014年8月12日檢索。
- 註16 楊武勳，〈連續十二天三項比賽三個冠軍 高球名將謝敏男輝煌戰績〉，《民生報》，1982.12.08，2版。
- 註17 蔡美瓏譯，〈高爾夫與體能訓練有關〉，《高爾夫年鑑》，8（臺北，1982.8），129-133。

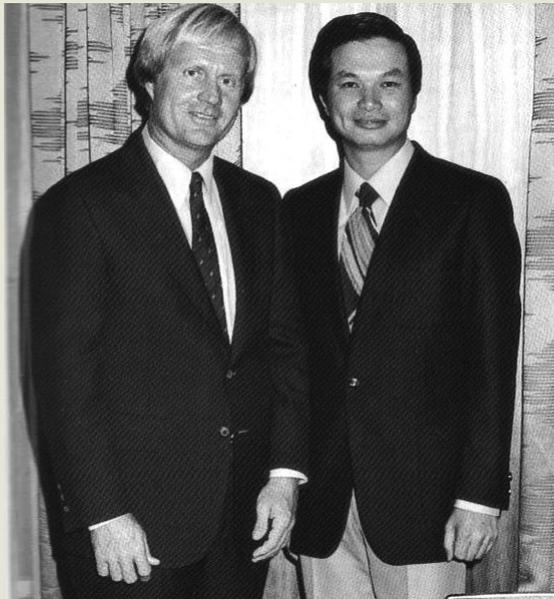


圖5 謝敏男與世紀天王尼克勞斯同為同時擁有業餘及職業冠軍（照片來源：謝敏男提供）



圖6 1982世界紀錄 三一二 之一BRIDGESTONE盃
（照片來源：謝敏男提供）

謝敏男在1982年獲得「312」的成績之後，深深感受體能訓練對技術提升的重要。再者，也看到體能訓練的風氣已漸漸在日本高爾夫界盛行。所以，他願意自1983年起將自己的獎金抽出2%聘請日本教授到臺灣指導球員作體能訓練。這心意也獲得高爾夫協會名譽理事長周至柔將軍等人的讚許。（註18）但因打高爾夫從表面上看來僅是慢慢走路，之後站穩揮桿，不似其他運動必須跑得氣喘吁吁，所以很多人都誤認高爾夫運動與體能訓練並沒有多大關係，倒不如將時間用來多揮幾桿的練習來得實際。雖然謝敏男願意多次自掏腰包，苦口婆心地勸選手們來跟田中教授學體能訓練，而且親自作示範，但

總感覺孤掌難鳴的謝敏男無奈地說：

那時請田中先生（註19）來幫臺灣的選手訓練體能，他的飛機票、住宿費都是我出的，我好像阿斗一樣！請他吃飯、喝酒啦、還有打球。不用花錢學的，國內卻沒有人要來！我還要一一打電話叫他們來練！體能訓練比練習還重要，可惜當初沒有人有這種觀念！雖然當時國內沒有人重視，但我認為對的，我就會堅持！我知道將來會成功！現在年輕的選手都會作體能訓練！體能沒有訓練，技術很難進步！體能很重要，以後要在國際上競爭很重要。精神體力不好，球一打歪，滾到樹下去，以後就很難打！體能不好技術很難突破，所以體能第

一！體能比練習還重要！我很喜歡一首歌「愛拼才會贏」，打球沒有天才啦！以前我爸爸常常罵我說：「你如果不努力，有金條從天上掉下來，也會被別人先撿走的！」（TM1-1-40）

謝敏男帶著堅毅眼神說出這段話：「但我認為對的，我就會堅持！我知道將來會成功！」可惜，他的遠見在當時並不被重視，甚至被認為是浪費時間和力氣，但他自己仍堅持每天作體能訓練。現已高齡75歲的謝敏男，除了家中設有簡單的體能訓練輔助器，一邊看電視，一邊以站立跑步擺動雙手的方式舉啞鈴。在球場打球時，不僅用走的，還有時以小跑步跑到下一洞。當他帶著筆者參觀在老淡水球場新成立體能訓練室時，認真地操持各項訓練機器。他邊說還把練習體能設備的重量加重：「看到這些設備，沒練很可惜！」。身旁年輕的陳秘書還說：

老師他在辦公室也一直走來走去，很少坐下來休息。他生活很正常，三餐很正常！我們住得很近，他有時在晚飯後會邀我去附近學校的操場走一走，我都走輸他，他體力一直都很好！（SE1-02）

老師有在講選手是有生涯的！選手年紀大了，從第一線退到第二線、第三線，退到最後沒有線。老師已經75歲了，是屬於長春。以他現在的體力打不贏40幾歲的選手，但以他目前的成績，他還可以贏60幾歲的選手。所以練體適能有它的好處，他還說他要去學瑜珈，我要幫他找老師，但

他這麼忙，我不知道如何安排時間？
（SE1-09）

謝敏男接受日本式的體能訓練後，不僅讓他在日本創下3場比賽，12回合中全部保持領先的「312」高爾夫球界奇蹟之外，日後也比同輩的球員有較佳的體能，甚至贏過年輕一輩的球員。謝敏男在日本比賽自1967年至1988年5月，因其獎金累積達到三億日圓，獲得了日本高爾夫界頒贈的10年參賽資格的榮耀。當時獲得這項榮譽在亞洲地區只有9人，而謝敏男是我國第一位獲得此項榮耀之人。（註20）在1982年，謝敏男在日本比賽所獲得的獎金，曾高達4561萬日元，僅次於日本名將中島與青木功之後，是當年在日本贏得最多獎金的外國選手。（註21）謝敏男對體能訓練的重視讓他能維持體力，雖然難逆時光巨輪的推進，但仍然可以馳騁於球場。陳秘書說：

他是那種很想贏的人，對獎金倒不是那麼在乎！……他覺得贏的感覺很好！（SE1-08）

註18 民生報訊，〈指導高球設基金 謝敏男率先響應〉，《民生報》，1982.12.22，2版。

註19 田中誠一教授為日本東海大學體育教授，亦曾擔任日本參加東京奧運田徑代表隊及加拿大奧運排球代表隊的體能訓練教練，高爾夫球技術有「差點十六」的成績，他所研究「高爾夫體能訓練」在日本很受重視。謝敏男因受他的指導，不僅體能增進，技術也跟著提升，所以進一步邀請他來臺灣指導臺灣的選手作體能訓練。資料來源：仲容，〈高爾夫選手應重視體能訓練〉，《高爾夫年鑑》，7（臺北，1980.07）：72。

註20 許金德，〈前言〉，《高爾夫年鑑》，7（臺北，1980.7）：72。

註21 楊武勳，〈大量獎金流入外國人手裏 日本高球界很失面子〉，《民生報》，1982.12.30，2版。



圖7 1988謝敏男旅日獲頒高爾夫獎金累積超過三億日圓獎（照片來源：謝敏男提供）



圖8 1994謝敏男擔任總教練與廣島亞運金牌選手黃玉珍合影（照片來源：謝敏男提供）



圖9 2004年謝敏男榮獲史上第二位淡水榮譽鎮民獎（照片來源：謝敏男提供）



圖10 謝敏男擔任2005年朝王杯亞洲隊長，亞洲隊連贏兩屆與隊員歡喜合照（照片來源：謝敏男提供）

對謝敏男而言，拿到冠軍才是真正的贏家，從職業選手轉為長青選手，他的技術還可能優於「少年仔（剛滿50歲）」的長春選手，甚至開球距離和成績不輸給年輕的職業選手。自1965年25歲轉入職業選手至2013年已奪得68座勝冠，50歲後轉入長青組也獲得34座冠軍。這種退而不休，想贏的感覺讓他隨時充滿活力地準備下一場球賽。年紀對他而言，就像高爾夫球飛的方向一樣，雖飛離遠去，但早已在他的掌控之下！

二、長春不老餘暉陽暖

自26歲前往日本發展，逐步地建造屬於自己的高爾夫王國。雖然人在日本，但仍心繫國內竭力在臺灣高爾夫界貢獻己長。除了不定期捐獻比賽獲勝的獎金之外，在1983年起多年更自費邀請田中教授指導國內選手體能訓練之外，主辦賽事，擔任PGA的理事長及擔任亞運的總教練等等，努力於各項推展高爾夫運動的活動，詳述如下：

（一）國際高爾夫交流

雖然謝敏男主要比賽場地在日本，但他不忘耕耘臺灣的高壇。比如在1983年起連續6年自費創辦馬哥利盃業餘高爾夫賽以回饋社會，倡導國內高爾夫風氣。同時，也藉著他的名氣邀請國際名將到臺灣比賽以提高臺灣高壇的知名度。

謝敏男領隊參加1996年在桃園龜山鄉長

庚高爾夫球場舉辦的第一屆海峽兩岸職業高爾夫賽，連續七次參加該賽場場告捷，也間接促進大陸高爾夫運動的發展。另外仿效美歐間的萊德盃（註22）對抗賽的「朝王盃」比賽，由亞洲職業高爾夫球協會和日本高爾夫巡迴賽組織（JGT0）聯合主辦，是亞洲最高級別的職業高爾夫球對抗賽。謝敏男擔任2003年第一屆及2005年第二屆的領隊，連續兩屆都贏得比賽冠軍。（註23）謝敏男看著當時被隊員抬起，笑著高舉獎盃的照片說：

第一屆贏日本，或許因為日本輕敵，但第二屆又贏他們，那代表我們真的有實力。那時日本是青木功領隊喔，真不好意思，贏了前輩！

臺灣高爾夫的實力曾經雄霸亞洲，但漸漸被後起之秀如：大陸、南韓等國直趕追上，甚至超越。臺灣高爾夫選手漸出現斷層，這也是讓謝敏男積極想改善臺灣高爾夫環境及栽培新秀的原因。

註22 萊德盃（Ryder Cup，全名是萊德盃高爾夫球對抗賽）是一項高爾夫球頂級賽事，以森姆萊德命名，每兩年舉行一次，由美國隊與歐洲隊對賽，1927年正式舉行第一屆賽事。資料來源：維基百科，萊德盃，<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%90%8A%E5%BE%B7%E7%9B%83>。檢索日期：2014年8月30日。

註23 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，85-87。

（二）擔任PGA理事長

謝敏男也極力於提升臺灣的高球環境，在1993年至1996年間擔任中華職業高爾夫協會理事長。剛開始PGA只是中華民國高爾夫協會裡的委員會之一，但他認為PGA應該要獨立出來。雖然剛開始理事長陳重光並不同意這樣的理念，但謝敏男毫不放棄，並要求PGA引進許多國際球賽的新觀念，活潑整個高球的比賽模式，例如：現場轉播大型比賽，讓更多的人可以盡情的觀賞。他提到：

以前有球賽要拜託電視臺轉播，一場要付電視臺60萬，現在不要花錢還可以一年賺到一千萬，會務推展可以更順利了！（註24）

1993-1996年就任臺灣職業高爾夫協會理事長期間更締造臺巡賽最高場次和獎金紀錄，可說是歷年來最有效率的理事長。

（三）擔任亞運總教練

高爾夫在1990年列入亞洲運動會的比賽項目。曾經是高爾夫王國的臺灣居然在北京的亞運會上幾乎敬陪末座。高爾夫在臺灣已發展30幾年，卻慘敗給中國大陸剛成軍2、3年的球隊。臺灣高爾夫協會決定邀請謝敏男擔任1994年亞運團長及總教練。接到這個訊息的謝敏男認為自己能有今日的成就是當年周至柔將軍及衣復恩將軍等所栽培的，當國家有需要他的時候便不計酬勞，全心全力投入職務，臺灣日本兩地奔波，希望能貢獻個

人的所學及經驗以重振臺灣在國際高球地位。

謝敏男在擔任總教練期間，也是秉持對的事就要去做的原則，積極提出各項建言。為了讓選手能適應各種天候，他建議將訓練地點從左訓中心改到多雨的淡水球場；樽節經費不聘跟選手有語言隔閡且體型與打法不同的外籍教練。（註25）果真，這些小將們在廣島亞運，由黃玉珍等人拿回二金一銀一銅成績，創下臺灣參加亞運以來最好的成績；4年後，1998年曼谷亞運，呂曉娟等人也贏回二金一銀。（註26）

謝敏男擔任總教練的期間，比賽的成績是歷年來亞運最佳的成績。但他的貢獻不只是成績，他還很有遠見地將選手的技術分為三級以方便規劃長遠的訓練。他還將亞運隊總教練時所收到的薪資全數捐給年輕的選手當成獎金。擔任亞運總教練的期間，1991年謝敏男參加第六屆三商名人賽，而且是該賽有史以來，第一位從第一天就以最高齡最低桿的成績打敗了青壯組拿下冠軍（註27），滿足一下自己「想贏的感覺」！

（四）舉辦長青高爾夫賽

在謝敏男拿下生涯第五十座冠軍時，富邦金控董事長蔡明忠原想辦宴席幫他慶祝，但謝敏男認為把錢拿來辦比賽更有意義，於是催生了「富邦長春公開賽」。日後，蔡明忠開玩笑著說：「後來，早知道辦桌就好

了，辦比賽更花錢。」（註28）「富邦歐巡長春公開賽」謝敏男不僅一手催生「台灣長春職業高爾夫協會」，並把富邦長春賽推向世界舞臺。自2011年開始，富邦歐巡長春賽首度在臺舉行，是歐巡長春賽在亞洲的唯一一站，也是臺灣史上最高獎金之長春高爾夫賽，冠軍球員可贏得獎金8萬1千元美元。高額獎金吸引各國好手來臺比賽，如泰國高球之父藍吉、日本倉本昌弘等人與國內高手切磋球技。而且運動彩券也對這個比賽開放「快智彩」的玩法，以增加民眾對高爾夫參與熱度。

在舉辦長春公開賽時，謝敏男的觀念為「不僅長春，更在傳承」。所以賽會參與者不僅是50歲以上Pro級的各國選手，還會邀請國內3名青年好手參與比賽，讓他們有機會在球場上跟前輩學習，增加他們的比賽經驗。

（五）成立基金會

1990年謝敏男邀請250位同好舉辦慈善賽以慶祝他25年職業高球生涯，他將所有報名費、熱心的贊助經費都捐給慈善機構。他當時也表示一個職業選手的成就固然跟個人努力有關，更重要的原因是整個社會都在進步，成為選手強而有力的後盾。在他服役空軍期間及之後亞洲水泥公司的贊助，讓他可以成功地步上國際高壇。他最大的心願是貢獻自己的高爾夫的知識與技術，同時結合企



圖11 2014年第十屆復恩之友盃高爾夫球賽後合影，從左至右為郭吉雄、呂良煥和謝敏男（照片來源：財團法人立青文化基金會，<http://www.liching.org/gallery-info.php?id=535>）

註24 王麗珠，〈高球賽將可全程轉播 謝敏男揮桿心情樂透〉，《民生報》，1985.07.20，2版。

註25 許瑞瑜，〈亞運高球培訓 揮桿前談不攏〉，《民生報》，1981.12.27，2版。

註26 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，54-55。

註27 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，57-58。

註28 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，74-75。

業的力量，栽培臺灣高爾夫的後進。（註29）15年前所說的話，他逐步地實踐。他在1999年成立「財團法人謝敏男高爾夫運動發展基金會」為臺灣的高爾夫進行紮根的工作。高爾夫選手的栽培就像培植樹苗一樣，要從小做起。自1999年開始與美麗華球場合作，致力於推展青少年培訓計畫。球后曾雅妮在她11歲到14歲的時候就受到謝敏男用心的指導與栽培。謝敏男說：

基金會的目的就是培養青少年，以前在美麗華，免費提供球場跟教練，我大概每周會去1到2次。像曾雅妮她11-14歲就在我的基金會學習。我找財團支持，財團看我的面子，因為財團也不認識小孩子，每個月給2至3萬讓他們買球具或打高爾夫的必備用品。錢的多寡要看他的成績，每個人的狀況不一，如果出國比賽經費的需要又更多！所以我們每年辦一次青少年的比賽。（TM1-2-06）

謝敏男認為高爾夫要打得好，選手的抗壓能力要高，不能緊張。如何穩住情緒揮出正確的一桿是致勝的關鍵。這當然要靠平常的練習和累積比賽的經驗以培養抗壓能力。有一次在基金會的會議上談及這項觀點，獲得與會人士的贊同，而有了「公雞帶小雞」的比賽發展，希望磨練青少年選手能有一顆強而有力可以抗壓的心臟。所以謝敏男基金會與大屯高爾夫球場合作舉辦「公雞帶小雞」老少混合式的比賽。謝敏男解釋著說：

關於「公雞帶小雞」的由來，是有一

次開會時，有一個董事說用「公雞帶小雞」這個名稱，我覺得這個名稱很好。比賽的方式是senior（長春選手）60名，青少年60名。每隊是2名前輩與兩名青少年一起比賽但成績分開計算！就是讓青少年跟PRO一起比賽，訓練他們的心臟！利用PRO培養青少年。青少年當然會緊張，但緊張也是一種訓練，這種方式在世界上並不多，在臺灣我是第一個這樣做的！（TM1-2-07）

謝敏男首創這樣將資深的Pro選手跟青年選手合在一起的比賽方式。這曾經在富邦長春賽出現過，但每一次比賽僅選三名青年選手參與，謝敏男認為其效果並不大，所以自2011年起，每年7月舉辦「公雞帶小雞」比賽，至今已舉辦第三屆，邀請國內、外Pro級的好手一起比賽，並以國際規格辦理比賽，讓青年選手見識國際級的職業老手的不凡身手，對他們而言也是一種鼓舞。成立於1999年的謝敏男高爾夫基金會舉辦這項比賽是為了持續培育新秀，藉由實力堅強的長春職業選手，透過賽事的舉辦，邀請專業級長春職業選手與業餘青少年同組揮桿競技，藉此機會讓青少年球員向資深選手學習，使青少年選手有更多締造佳績的舞臺，磨練比賽經驗與膽識，以達成臺灣高爾夫傳承任務，提升臺灣高爾夫運動水準。謝敏男提及這活動獲得肯定，贊助單位持續增加，像曾雅妮、姚宣榆、謝瑀玲及程思嘉都是基金會以往及現在的贊助選手，希望未來能贊助更多選手，為臺灣的高壇培育更多青少年選手。



圖12 2014第三屆公雞帶小雞邀請賽 謝敏男頒發冠軍獎盃及支票給盧建順（照片來源：謝敏男提供）

（六）國民外交

在1970年代，臺灣面臨退出聯合國和中美斷交的外交困境。我國參與國際活動時，升國旗和唱國歌總是遭到阻擾，但像謝敏男之屬頂尖的選手得以憑藉著優異的球技在國際比賽爭取掛國旗，也有機會跟政治或社會高層有更密切的接觸。謝敏男曾在公開場合表示願意義務教馬英九總統打球。他認為當政者有必要了解高爾夫運動對國家有多大的幫助。他說：「總統不打高爾夫，只懂跑步和游泳，他無法體會這不僅是一項運動，更可幫助國家走出去，如果馬總統想學的話，我願意義務教他打球，全部免費！」但要學到什麼程度呢？謝敏男認真地說：「還是要從基礎的握桿、站姿教起，主政者不必練到PRO的程度，基本功夫練好，出國去就有話題可以跟其他國家領袖聊！」（註30）在訪談時，他也再度重申這個觀點，他說：

游泳、跑步是比較一般的運動。江澤民去澳洲開會，有一天休息的時候，大家都去打球，晚上大家都在講高爾夫，但他都不會，曾經表示要學高爾夫。我曾經開玩笑的說，如果他要學我也可以免費教他。這高爾夫很重要，像李登輝總統也會打球。打一次球比開三天的會效果還大！打一場球五個小時，吃個東西一、兩個小時。開會坐在那邊，很嚴肅，頭腦要一直想。但打球很輕鬆，可以邊談邊打！真的打一次球比開三天的會效果還大！（TM1-2-20）

註29 王麗珠，〈謝敏男 謝意滿懷 慶祝25年職業高球生涯 今與250位同好辦慈善賽〉，《民生報》，1990.08.16，2版。

註30 趙新天，〈籲重視高球 謝敏男：我免費教總統〉，《自由時報》，2012.02.04，<http://m.ltn.com.tw/news/sports/paper/558010>，檢索日期：2014年8月5日。

在商場打高爾夫很重要，日本很多生意都是在球場談成的，我常常有這種場面，打球講話很輕鬆，但開會，隨便的話一句都不能講！所以馬英九要學高爾夫的話，我願意教他！（TM1-2-21）

對小白球跟權貴有掛勾之嫌的看法，他很不以為然地說：

很多人沒打球但也是貪污，貪得一塌糊塗！人家看得到的地方不會做壞事，看不到的地方才會做壞事情！（TM1-2-23）

在陽光、綠地打球所營造輕鬆的氛圍可以舒緩政治或商場上的壓力，謝敏男深信打一次球比開三天的會效果還大！高爾夫是很適合進行體育外交的運動。而且自1981年9月3日我國行政院已通過法案，明定高爾夫球場是體育活動場所，（註31）早就應該去除「高而富」的刻板印象，還給它陽光健康的本貌。

三、頂尖好手經驗分享

謝敏男是國內公認最幸運的球員，因為他贏得最多的榮譽，而且心願也能一一達成。但這人前風光的背後是有何底層的孕育？這可以分為球場訓練及生活修練兩方面來說：

（一）球場訓練

要成為一個頂尖的“Pro”不僅要有過人的球技之外，就如先前所說還必須要勤練體

能。謝敏男說打球不能光靠頭腦思考，還要用身體肌肉去記憶揮桿動作才是最重要的。除了技術層面的訓練，另外在心理素質上該如何自我砥礪？他說要有：

1. 餓肚子的精神

這就是日本人說的「餓肚子的精神」就是「ハングリー精神（日文）」，就是要保持肚子餓的精神，如果選手的心態輕鬆那就敗了！有些選手出了名，身邊就會有很多誘惑，酒和色就會漸漸靠過來，10個有8個都這樣，甚至是9個，人不知不覺就會驕傲起來，球技就會漸漸退步！（TM1-38）

簡單的說就是要有堅強的意志，對於球技提升的追求要永遠有不足的感覺。他在自我訓練的時候，規定自己每天要練打1000顆以上的球。打球要能練到球還沒出去就可以看到球飛去的方向，他在接受主持人採訪時說：

練球要練到，還沒有打以前，有看到球在飛啦！還沒有打以前，就看到你的球在飛。……如果這顆球的fair-way比較大，我往右邊打過去，或是某一個洞的果嶺，左邊有一個沙坑，我打一個hook從右邊過去，再讓球跳回來，如果沒有跳回來，還是在右邊，不會差太多。你如果說旗子在右邊，右邊有一個沙坑，你左邊打一個fade，fade如果打得好，當然是很近，如果打不好，還在green上，所以球還沒有打出去，你要看得到才可以……要練到這樣的境界才可以。（註32）

謝敏男向來自我嚴格要求，專心一意地打好每一場球賽，要練到身體跟桿子合一的完美境界，還要有預視球飛行方向的能力。

2. 不怕打柏忌（Bogey）

在一次電視的訪談中，謝敏男談到如果在球場上，手氣沒有想像中的順時，他說：

打Boegy的時候不要怕，連續打Boegy的時候你也不用怕。等待機會，因為別人也會打Boegy來跟你平手。打Boegy的時候會害怕，因為我們先打嘛！先打而已，別人也會輪到，不要想我們打Boegy就輸掉了，他們也會打到，我們先打而已！因為打4天時間很長，如果你打了一個Boegy，情緒受影響，這樣就輸下來了，別人也會，我們先打。……打球的時候，打好的時候誰都會，比如說不是par，就是birdie，大家很輕鬆就可以打。打壞的時候，你可以控制你的心，這才是一流的。……運氣是來一段的，運氣好時，大家都會打，不可能4天都是這樣，壞運的時候，要控制。（註33）

謝敏男這一套「不怕打Boegy」的是很多職業高爾夫選手內心所奉行的哲學，如何在逆境中站穩腳步再出發是球賽致勝的重要關鍵。

3. 做好時間管理

當一名選手隨時要保有警覺性，謝敏男提到出外參加比賽時，為免於閃失，他每次

都用3種鬧鐘，他說：

對！像我出去比賽，我都要3個鬧鐘，請飯店morning call，房間內的鬧鐘也會設定，自己還有帶一個鬧鐘。因為morning call 是飯店服務人員設定的，可能會miss掉，準備3個，自己才可以安心睡覺。（TM1-1-42）

我退休之後就比較沒有用鬧鐘！我40年都用鬧鐘！我起床的時間不一定，我一定要用鬧鐘，像今天跟妳約9點，我就7點起床！有時人家請客，我都比主人早到，這是我的習慣，對時間的態度！（TM1-1-43）

對時間的掌握，在與謝敏男共食時就深切感受到，筆者一碗飯尚未吃一半，他已吃完準備起身去球場了，他說：

我吃飯很快，不快不好吃，以前吃飯都要算時間的，到球場吃飯的時間、換裝及練習的時間，我都預先算好估計好。一個小時半到球場，半小時吃飯換裝換鞋子、一個小時練習。我吃飯都吃很快！（TM1-1-46）

註31 宋永祥，〈高爾夫獲正名認定體育項目〉，《高爾夫年鑑》，8（臺北，1982.07）：13。

註32 瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，52-53。

註33 曾情會客室，〈高球國寶謝敏男專訪〉，《HOPE高球週報》，<https://www.youtube.com/watch?v=6OnnZoYcSG4>，檢索日期：2014.08.25。所謂打柏忌（Bogey）就是進洞的桿數比標準桿多一桿。雙柏忌（Bogey）就是多兩桿，依此類推。



圖13 謝敏男作體能練習 (照片來源：顏伽如拍攝)



圖14 謝敏男在淡水球場他所規劃的體能訓練室 (照片來源：顏伽如拍攝)

連身邊的秘書，都忍不住補充說明他對時間的態度，陳秘書說：

跟他出去比賽，我也都很緊張沒辦法睡好，早上3、4點就醒了！他都是按表操課的人，他的生活過得很緊張。(謝：習慣就好!)他可能覺得這樣比較有戰鬥力，這樣很好！(SE1-03)

4. 尊重倫理

一位成功的選手，在面對前輩時仍要敬重的態度。謝敏男說道：

日本有團隊，倫理的精神，品格教育，該有的禮貌。(TM1-2-12)

就像在日本，如果看到前輩進來，不管在做什麼要趕快站起來去幫

前輩拿東西或球袋。韓國也是一樣，倫理非常的清楚！日本跟韓國的選手自我的規範較好，比較有禮貌。(SE1-2-04)

我覺得這是教育的關係，比如說，在大學，一、二年級的學生一起去打球，一年級要背二年級學長的球袋，一個人要背兩個人的球袋。二、三年級的學生一起去打球，二年級要背三年級學長的球袋。(TM1-2-13)

應有的禮貌是尊重倫理最基本的要求，或許如學弟幫學長揹球袋，在今日的教育觀點看來，有些許霸凌的味道。但在臺灣卻因經濟環境的改善，或許是人們恃才而驕，卻漸漸忘了基本的做人原則。從謝敏男這一生的職涯發展看來，這球場外的個人修為也正

是維繫他盛名不墜的重要因素之一。

(二) 生活修練

當選手打出成績，逐漸名利雙收，生活上的誘惑都會不知不覺地靠近。謝敏男是如何面對這些不住招手的誘惑呢？

有些朋友吃飯，日本人喜歡飯後再續攤，再去Club喝一杯！但作一名運動員，生活就必須要正常，所以我都藉口說我想回家睡覺了，一次，兩次，人家就不會再邀你了！(TM1-44)

很多事情都是學來的，看到別人的樣子就知道什麼事該做，什麼事不要做！(TM1-45)

謝敏男覺得要當一名頂尖，而且能持續頂尖的選手，首先要管好自己的私生活，他說：

我覺得現在的環境比以前好得多，但成績卻比不上以前，差很多！我覺得這是個人的問題！球場已經很多，很多人(企業)出來贊助，我以前都沒有！我以前去日本奮鬥，一套球桿，500元美金，我所有的財產，就這樣出國奮鬥！我辦「公雞帶小雞」是希望有一個比賽的環境，給青少年有一個榜樣看！如果有需要贊助，我們可以幫忙！再來，他們能如何發展就要靠自己！像籃球是一個team，有人在管，但高爾夫只有一年一次的世界盃打team而已，沒有人管，如果自己

管不好自己，那是不會成功的！一個運動員，私生活要管好，如果私生活不注意，運動員的生涯就走下坡！年輕人稍一出名，什麼名堂都有！如果一個選手成績要能維持，就必須作好自己的生活管理！(TM1-2-09)

在跟謝敏男的秘書的談話中，更再度確定謝敏男自我管理嚴謹的態度，陳秘書提到謝敏男的子女都非常崇拜他們的父親，她說：

像我們跟著謝老師，生活就比較有規律，我們要跟他們一樣，有些配合的廠商就要一直追。像富邦的蔡明忠董事長曾經這樣講，我聽他的秘書說，他也慢跑、游泳，他也希望到謝老師這樣年紀時能如此健康，也希望看到謝老師到80歲揮桿的樣子！謝老師他永遠都這樣，年輕時候的褲子現在還能穿！(SE1-1-11)

這一句——「謝老師他永遠都這樣，年輕時候的褲子現在還能穿！」道盡了謝敏男一生始終如一的堅持。因此，在商場上叱咤風雲的商業鉅子不僅願意花大錢贊助他舉辦的比賽，還以謝敏男為師，學習追他求身體健康的榜樣。

肆、結語

高爾夫在臺灣自1965年就發展為職業運動，是臺灣最早的職業運動，在我國政治外交艱困的年代，轉以體育推展外交立下汗馬功勞。（註34）謝敏男表示，那時候全球各界透過高爾夫，才開始認識臺灣。那時很多外國人常常搞錯，不曉得中國是指哪一邊的中國？（註35）謝敏男在高爾夫的成就及對臺灣高爾夫界的奉獻，在他66歲那年獲頒終身成就獎。當年的典禮的訴求為「追求卓越、超越巔峰」可說是他在高壇上最佳寫照。因為這是第一次高爾夫選手獲得終身成就獎，謝敏男個人感到非常榮幸。他在得獎的典禮上說，臺灣高爾夫在1970和90年代稱霸東南亞，全世界都排名在前五名內，希望未來在老淡水球場能成立一個高爾夫博物館，紀念當時的高爾夫王國。謝敏男向來認為對的事情，他都會堅持地做，而且每天都在做。因為他期待能看到他年輕時代臺灣高爾夫的榮景再現！

註34 林永森，〈臺灣職業高爾夫產業發展初探——以1996大衛杜夫PGA巡迴賽為例〉，《國立體育學院論叢》，8.2（臺北，1998.04）：171-187。

註35 行政院體育委員會競技運動處，〈走出臺灣的——高爾夫〉，更新日期：2009/12/04 <http://www.sac.gov.tw/WebData/WebData.aspx?WDID=2353球場wmid=147>，2012年7月7日檢索。

參考文獻

王麗珠，〈高球賽將可全程轉播 謝敏男揮桿心情樂透〉，《民生報》，1985.07.20，第2版。

王麗珠，〈謝敏男 謝意滿懷 慶祝25年職業高球生涯 今與250位同好辦慈善賽〉，《民生報》，1990.08.16，2版。

王麗珠，〈謝家七高手送阿公最後一程〉，《民生報》，1998.05.26，2版。

民生報訊，〈指導高球設基金 謝敏男率先響應〉，《民生報》，1982.12.22，2版。

仲容，〈高爾夫選手應重視體能訓練〉，《高爾夫年鑑》，7（臺北，1980.07）：72。

宋永祥，〈高爾夫獲正名認定體育項目〉，《高爾夫年鑑》，8（臺北，1982.07）：13。

林永森，〈臺灣職業高爾夫產業發展初探——以1996大衛杜夫PGA巡迴賽為例〉，《國立體育學院論叢》，8.2（臺北，1998.04）：171-187。

孫鍵政，〈墨爾本群英競技謝敏男一枝獨秀〉，《聯合報》，1972.11.13，3版。

許金德，〈前言〉，《高爾夫年鑑》，7（臺北，1980.7）：72。

許瑞瑜，〈亞運高球培訓 揮桿前談不攏〉，《民生報》，1981.12.27，2版。

曾情會客室，〈高球國寶謝敏男專訪〉，《HOPE高球週報》，<https://www.youtube.com/watch?v=6OnnZoYcSG4>，檢索日期：2014.08.25。

楊武勳，〈大量獎金流入外國人手裏 日本高球界很失面子〉，《民生報》，1982.12.30，2版。

楊武勳，〈謝敏男不斷自我磨練〉，《聯合報》，1977.11.05，8版。

楊武勳，〈連續十二天三項比賽三個冠軍 高球名將謝敏男輝煌戰績〉，《民生報》，1982.12.8，第2版。

瑪佳有限公司編輯，《創造312奇蹟的高球名將：謝敏男》，臺北：行政院體育委員會，2011。

維基百科，萊德盃，<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%90%8A%E5%BE%B7%E7%9B%83>。檢索日期：2014年8月30日。

趙新天，〈籲重視高球 謝敏男：我免費教總統〉，《自由時報》，2012-02-04，<http://m.ltn.com.tw/news/sports/paper/558010>，檢索日期：2014年8月5日。

蔡美瓏譯，〈高爾夫與體能訓練有關〉，《高爾夫年鑑》，8（臺北，1982.07）：129-133。

諺語教學，<http://163.17.61.21/taiwanese/lesson1.html>，2014年8月12日檢索。

聯合報訊，〈謝敏男將回國渡蜜月高球界準備盛大歡迎〉，《聯合報》，1972.01.15，第3版。

聯合報訊，〈揚威國際大賽雙雄奏凱 呂良煥謝敏男載譽歸來〉，《聯合報》，1972.11.13，3版。

行政院體育委員會競技運動處，〈走出臺灣的——高爾夫〉，更新日期：2009/12/04 <http://www.sac.gov.tw/WebData/WebData.aspx?WDID=2353球場wmid=147>，2012年7月7日檢索。



圖15 謝敏男與體能訓練專家田中教授（照片來源：謝敏男提供，載於《高爾夫年鑑》，8（臺北市，1982.07），133）

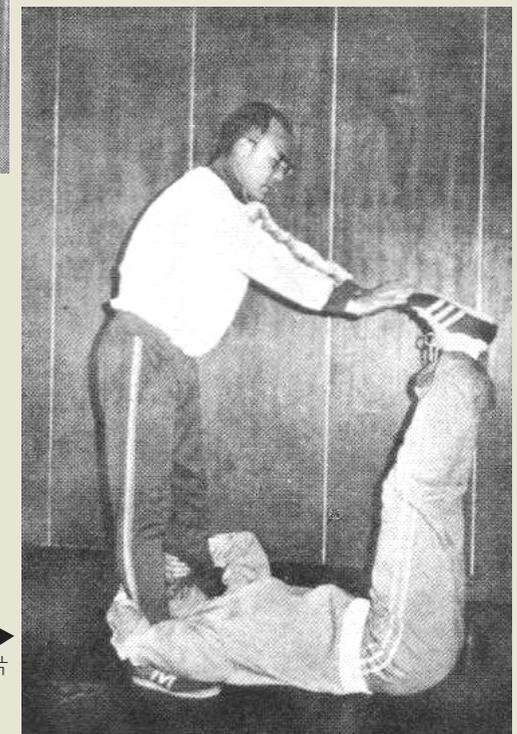
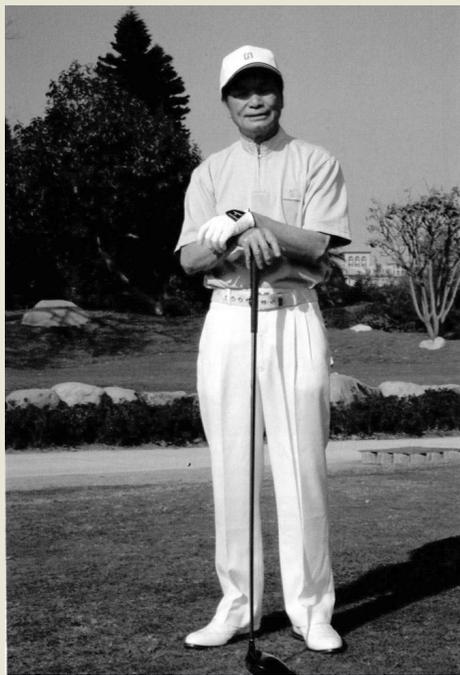


圖16 謝敏男在田中教授指導下親自示範體適能動作（照片來源：謝敏男提供，載於《高爾夫年鑑》，8（臺北市，1982.07），133）



◀圖17 謝敏男在高爾夫球場運動（照片來源：瑪佳有限公司提供）



▶圖18 謝敏男獲頒精英獎終身成就獎（照片來源：王麗珠提供）

▲2006年謝敏男獲頒體育終身成就獎。（攝影/李天助）



◀圖19 謝敏男專注揮桿照（照片來源：謝敏男提供）

附錄

謝敏男大事記

年代(年)	年紀	重要事蹟
1940	民國29(昭和15)	8月9日出生於臺灣淡水沙崙里，位於淡水球場第13洞果嶺的後方。
1952	民國41	12 進淡水球場當桿弟。
1956	民國45	16 獲得淡水球場桿弟盃冠軍。
1962	民國51	22 與郭吉雄同時奉召入伍當了3年空軍。 參與業餘國慶盃亞軍，獲得人生第一套球桿。 參加日本艾森豪盃得第六名。
1964	民國53	24 10月參加在羅馬舉行的第三屆世界業餘艾森豪盃錦標賽，謝敏男獲得個人冠軍，團體獲第六名。當時參加的選手還有張東燦、陳健振及郭吉雄等人。 獲得第二屆十大傑出青年。
1965	民國54	25 從業餘的選手轉入職業選手。
1966	民國55	26 獨自前往日本發展。
1968	民國57	28 獲得日本關東公開賽冠軍，震驚日本。
1969	民國58	29 獲西日本巡迴賽冠軍。 與翁倩玉同時獲得第廿六屆日華傑出青年獎。
1972	民國61	32 1月12日與高爾夫陳清水前輩的二女兒陳靜枝女士在東京結婚。 同時獲得世界盃個人及團體冠軍。
1976	民國65	36 長子出生。
1977	民國66	37 次子出生。
1980	民國69	40 邀請田中先生到臺灣指導選手體能訓練。 女兒出生。
1982	民國71	42 創下「312」的世界紀錄，獲教育部及體育協會頒獎。
1983	民國72	43 自費首創馬哥利盃比賽。
1988	民國77	48 在日本參加巡迴賽比賽成績優異，獲頒「總獎金超過3億日圓」獎，享有日本高爾夫界10年參賽資格。
1990	民國79	50 催生長春業餘高爾夫比賽。
1993	民國82	53 自1993-1996擔任PGA理事長。
1994	民國83	54 擔任廣島亞運高球的總教練，帶領選手贏得女子團體及個人雙料冠軍，男子團體亞軍及個人季軍等我國亞運最好的成績。
1998	民國87	58 擔任曼谷亞運高球的總教練。
1999	民國88	59 致力於推展青少年選手培訓，和美麗華球場共同成立「謝敏男基金會」。
2000	民國89	60 決定返回臺灣。
2002	民國91	62 擔任釜山亞運高球的總教練。
2006	民國95	66 精英獎終身成就獎。
2012	民國101	72 舉辦「公雞帶小雞」長春球員與青少年一起比賽。

謝敏男優勝紀錄1

特別傑出優勝			
業餘			
1964年	53年	24歲	世界盃業餘高球賽（艾森豪盃）個人冠軍（羅馬）
職業			
1972年	61年	32歲	世界盃個人冠軍（澳洲）
1972	61年	32歲	世界盃團體冠軍（澳洲）（謝敏男、呂良煥） （目前唯有Jack Nicklaus 與謝敏男同時擁有世界盃個人及世界盃業餘高球賽，雙料冠軍）
世界紀錄「312」			
1982年	71年	42歲	日本東海菁英賽、高爾夫文摘盃、石橋公開賽於1982年日本巡迴賽中不僅連贏三場（一場4回合），更在12回合中皆保持領先，此乃世界高壇第一位創造「312」奇蹟選手。

謝敏男優勝紀錄2

序次	西元	西元	西元	冠軍場次名稱
1	1963	52	23	菲律賓業餘公開賽冠軍
2				香港公開賽最佳業餘選手冠軍
3	1964	53	24	菲律賓公開賽最佳業餘選手冠軍
4				馬來西亞公開賽最佳業餘選手冠軍
5				香港公開賽最佳業餘選手冠軍
6				世界盃業餘高球賽（艾森豪盃）個人冠軍（羅馬）
7				義大利業餘錦標賽冠軍
	1965	54	25	轉入職業
1	1968	57	28	日本關東公開賽冠軍
2	1969	58	29	日本九州巡迴賽BS賽冠軍
3	1971	60	31	亞洲巡迴賽總冠軍
4	1972	61	32	泰國公開賽冠軍
5				日本總武國際公開賽冠軍
6				日本石橋公開賽冠軍
7				世界盃個人冠軍（澳洲）
8				世界盃團體冠軍（澳洲）
9	1973	62	33	臺灣PGA冠軍
10	1974	63	34	日本沖繩公開賽冠軍
11				淡水公開賽冠軍
12	1975	64	35	亞洲巡迴賽冠軍
13				日本關東職業錦標賽冠軍
14	1976	65	36	日本枋木縣公開賽冠軍
15	1977	66	37	香港公開賽冠軍
16				中華民國公開賽冠軍
17				亞洲巡迴賽總冠軍
18	1978	67	38	日本靜岡公開賽冠軍
19				日本北陸國際職業賽冠軍
20	1979	68	39	日本樟葉國際公開賽冠軍
21				日本職業錦標賽冠軍
22	1980	69	40	菲律賓名人賽冠軍
23				日本札幌東急公開賽冠軍
24	1981	70	41	日本KBC冠軍
25	1982	71	42	菲律賓公開賽冠軍
26				日本東海菁英賽冠軍
27				日本高爾夫文摘盃冠軍
28				日本石橋公開賽冠軍
29	1983	72	43	中華職業高爾夫錦標賽及高雄公開賽冠軍
30	1984	73	44	日本鳳凰職業賽冠軍
31	1985	74	45	日本石橋阿蘇公開賽冠軍
32				日本NST新瀉公開賽冠軍

序次	西元	西元	西元	冠軍場次名稱
33	1986	75	46	日本威登職業賽冠軍
34	1988	77	48	淡水公開賽冠軍
35	1990	79	50	日本愛鷹長春公開賽冠軍
36	1991	80	51	日本Maruman公開賽冠軍
37	1992	81	52	日本鳳凰盃長春公開賽
38				日本三商人賽冠軍
39	1993	82	53	日本東急長春公開賽冠軍
40				日本綠營長春公開賽冠軍
41				日本第一生命長春公開賽冠軍
42	1994	83	54	日本綠營長春公開賽冠軍
43				臺灣高雄公開賽冠軍
44	1995	84	55	日本北海道H. T. B長春公開賽冠軍
45				臺灣長春公開賽冠軍
46	1996	85	56	臺灣長春公開賽冠軍
47	1998	87	58	日本北海道H. T. B長春公開賽冠軍
48	1999	88	59	臺灣國華長春公開賽冠軍
49	2002	91	62	日本長春公開賽冠軍
50	2003	92	63	日本關東長春公開賽冠軍
51	2004	93	64	日本北海道長春公開賽冠軍
52	2005	94	65	泰國長春公開賽冠軍
53				泰國長春公開賽冠軍
54	2006	95	66	臺灣PGA霧峰長春公開賽冠軍
55	2008	97	68	日本關東長春錦標賽冠軍
56				日本關東職業超級長春錦標賽冠軍
57				臺灣PGA超級長春公開賽冠軍
58	2009	98	69	日本超級長春公開賽冠軍
59				日本超級長春公開賽冠軍
60				日本關東超級長春公開賽冠軍
61	2010	99	70	臺灣PGA超級長春公開賽冠軍
62				臺灣長春公開賽冠軍
63				臺灣PGA超級長春公開賽冠軍
64				日本關東超級長春公開賽冠軍
65	2011	100	71	Stars Super Senior 冠軍（日本）
66	2012	101	72	2012南寶APCT亞太超級長春公開賽冠軍
67	2013	103	73	2013霧峰APCT亞太超級長春公開賽冠軍
68				2013中區超級長春熱血傳承公開賽冠軍

資料來源：參考「財團法人謝敏男高爾夫運動發展基金會」提供資料編輯