

## 鈴木一郎：別想適不適合，找到熱情所在，愈早愈好

作者：施逸筠

資料來源：

親子天下 <https://www.parenting.com.tw/article/5079100-/?page=1&c=26>



照片：美聯社

鈴木一郎曾被認為不適合走向職業運動。從小被認為身材條件不具優勢，「我絕不能說比別人更努力。最多只是用自己的尺度來衡量極限所在，然後重複的，一點一點去超越自己的極限.....某天發現我成了現在這樣的我。」

最近日本的熱門新聞，除了各地櫻花的開花報告，就是日本旅美職棒選手鈴木一郎正式宣佈引退的消息。

3月21日，美國職棒大聯盟日本海外開幕賽，在東京巨蛋球場進行第二場賽事，鈴木一郎在此打完長達28年職棒生涯的最後一個打席。

比賽結束後，數萬觀眾不顧錯過最後一班電車，在看台上大聲呼喊「ICHIRO（一郎）！謝謝你！」，「辛苦了！」。隨後的引退記者會，儘

管已經接近午夜 12 點，仍有大批媒體湧至，更有無數觀眾漏夜守著電視，含淚觀看長達 85 分鐘的記者會直播。

棒球場上最受矚目的選手，往往是投手丘上霸氣十足的強投，或是接連轟出全壘打的強打。鈴木一郎從來就不是重砲型的打者，卻被視為「難以被超越的偉大選手」。他總是緊盯刁鑽球路，適時擊出安打；靠著快腳智取強奪攻上壘包。守備時像是有輕功般，可以貼上全壘打牆，硬是接殺沒收了即將形成的全壘打，或是雷射肩漂亮長傳，讓跑者扼腕出局。就算不是死忠球迷，只要看過網路瘋傳的鈴木一郎精彩美技，很難不為他的表現驚嘆萬分，熱血澎湃。

### 「其實我很不喜歡成功這個字」

在美國職棒以單季 262 支安打，刷新美國大聯盟紀錄，並保有世界職棒球員安打數最多紀錄，被視為「紀錄製造機」的「平成時代傳奇」鈴木一郎，為何能如此成功？

「其實我很不喜歡成功這個字眼！」在滿場閃光燈幾乎不曾停過的引退記者會上，鈴木一郎說，絕不要用「會不會成功」，來做為是否要行動的判斷準則，因為「那一定會讓你後悔」。他不只一次強調，「真心想做，就放手去挑戰！這樣不管結果如何，自己都不會後悔」。

他說，儘管去年 5 月之後，他已經不再有上場機會，但他仍堅持和球隊一起練習，最終也才有機會重新參加今年球季賽事，到東京巨蛋球場出賽，再次接受日本球迷的熱情支持，「今晚球迷為我留到最後的這一幕，我真的體會了人家說『死而無憾』的心情。」

早從小學 3 年級起，就將大部分時間專注在棒球練習上。他曾在小學畢業的作文中，寫下「我的夢想是成為一位一流的職棒選手」的志願，立下國中、高中，都要打進全國大賽的階段目標，最終要讓自己成為「簽約金達到一億日圓的職棒選手」。

為了實現夢想，他在一年 365 天中，練球的日子多達 360 天，每星期能和朋友玩耍的時間只有 5 到 6 個小時。

### 找到自己真心喜愛的事，愈早愈好

「發現自己的熱情所在，愈早愈好！」身為許多小球迷的超級偶

像，鈴木一郎在記者會中，建議孩子們可以有各式各樣的嘗試，但一旦找到熱衷著迷的事，就要好好投入。「與其用自己適不適合，來判斷要不要做，我更希望孩子們是找到自己真心喜愛的事。」他認為，正因為是自己的熱情所在，遇到高牆也會勇敢面對，而不會輕言放棄。

事實上，鈴木一郎也曾被認為「不適合」走向職業運動之路。從小被認為身材條件不具優勢，高中時雖已被球探發掘，但仍被認為體型不佳，並沒有如願進入自己支持的職棒球隊。儘管在日本職棒 9 年，已經是實至名歸的職棒巨星，決定轉戰美國職棒大聯盟時，仍免不了被酸言：「絕對後悔！」、「滾回日本吧！」

面對種種挑戰及不被看好，鈴木一郎卻「堅持所愛」，用自己的方式累積實力，不斷挑戰突破，這股堅強的毅力，正是他鼓舞無數球迷的魔力。

「我絕不能說我比別人更努力。最多也只是用自己的尺度來衡量極限所在，然後重複的，一點一點去超越自己的極限，經歷這段過程後，某天發現我成了現在這樣的我。」雖然常被封為「智慧型打者」、「打擊之神」，鈴木一郎卻說，一直以來，自己只能走老老實實，點滴累積的路。「一下子想要挑戰很高的境界，這和自己的現狀落差太大，是無法持續挑戰下去的！」。儘管一路孜孜矻矻，鈴木一郎不諱言，也有些「只會一直倒退」的撞牆期，也有可能走錯了路。「但若不是這樣繞遠路，我可能無法和真正的自己相遇！」

## 謝謝太太準備 2800 個飯糰

支持著鈴木一郎，一路嚴格自制的鍛鍊自己，持續超越進化的，是他最親密的家人：年長 8 歲的太太弓子，以及以夫妻名字命名的柴犬「一弓」。太太弓子原為日本的電視台主播，婚後 20 年來一直在背後默默支持，為原本不愛蔬食的鈴木一郎，精心調配營養均衡的飲食。有多年時間，鈴木一郎每天早午餐只吃太太料理的咖哩飯，味道和飯的軟硬度始終如一。鈴木一郎也在記者會上說，他在美國職棒 19 年，擊出 3089 支安打，這段期間太太在賽前為他準備的飯糰，高達 2800 個，「她真的是非常辛苦」。

鈴木一郎每個早晨起床第一件事，是陪愛犬「一弓」玩耍。從鈴木一郎轉戰美國職棒第 2 年起，成為家中成員的「一弓」，如今已高齡

18歲，仍帶給鈴木一郎莫大的力量。「牠已經是個老公公，每天走路搖搖晃晃的，但牠還很努力的活著。看到牠這麼努力，我也覺得我非努力不可。」一向率性直言，偶爾也會修理記者的鈴木一郎，在記者會上提起愛犬，卻充滿感性。「我根本沒想到，牠會陪著我一路到最後，直到我引退的這一刻，『一弓』的身影，讓我感觸良多。」。對於太太和愛犬「一弓」，「我能有的除了感謝還是感謝。」

回想當年在作文中發下豪語的小學生，鈴木一郎挖苦自己：「結果你才沒拿到一億日圓的簽約金呢，還差得很遠！」而嚴格說來，這也算是一個人生挫敗。就像他曾立下目標，希望能以職棒球員身份打到50歲，但最終還是挑戰失敗，成了「言而無信的人」。

「但若是我沒講出這種話，可能連現在這一步都做不到。」鈴木一郎說，激勵自己的方法就是，「把你的目標，具體的講出來，你就有機會更接近目標！」。

回想職棒生涯，尤其是旅美近20年間，「覺得孤獨、艱苦的經驗非常多。但對未來的自己來說，這些體驗是非常大的支持。」鈴木一郎提醒，「人會想要逃開辛苦吃力的事，是很理所當然的，但趁著你有能量時，去面對那些困難，我覺得身而為人，這是一件非常重要的事。」