

超越奪牌關注！ 追求運動競賽的核心價值

文・姜義村

二〇〇四年雅典奧林匹克運動會，我國運動健兒一舉實現四十年來的夢想，終於在跆拳道競技場中奪得二面金牌的場景仍歷歷在目，轉眼間，四年一度的奧運會又即將來臨。不論是來自運動選手本身或教練、運動相關的產官學界、新聞媒體至一般熱衷運動的民眾，均逐漸將關心的重點聚焦於明年我國可以在奧運奪下多少面金牌，或者給予目前可能的熱門奪金單項運動及選手許多關愛的眼神壓力。然而，除了「奪牌」關注此類看熱鬧的熱潮外，近來運動競賽的核心價值似乎鮮少被提及，但隨著全民對於運動競賽的參與度逐漸提高的過程中，這種「外行的看熱鬧」的情況亟需進行質變為「看門道」，以提升全民對運動競賽的認知學習與深度體

驗。因此，筆者特以此機會，與全民共同分享運動競賽的核心價值，以昇華運動的熱情為永續高貴的運動情操。



▲跆拳道是我國2008北京奧運奪金的熱門運動項目之一。(攝影/李天助)

為什麼需要追求「核心價值」？

所謂的核心價值（Core Values）是指個人成長或團體社會形成的過程中，為了能有長期穩定發展的目標，逐漸形成的中心方向，並以此作為成長進步的動力，換句話說，以核心價值形成共識基礎與行為準則，導引個人或社會團體發展願景，舉例來說，企業在經營的過程中，企業的核心價值將指引企業成長的方向與提供進步的動力，也就是瞭解「為何而戰」。如果失去了核心價值，這個企業將失去最重要的企業精神，諸如文化、倫理道德與整體共識。由於失去的這些企業精神，企業高層主管可能做出錯誤的決策或經營方向，中階主管也將欺上瞞下，而基層員工也將因此無法全力為企業付出。對於運動競賽也是一樣，核心價值是舉辦運動競賽的精神支柱，清楚指出運動競賽的本質，指引參與者努力的方向與發展方向。「運動家精神」應該是所有運動競賽的核心價值，而目前最受矚目的奧林匹克運動會本身除了運動家精神外，「奧林匹克精神」更是其主要的核心價值。是故，本文將針對這兩核心價值進行介紹。

運動家精神

相信國人對「運動家精神」一詞應該不陌生，因為該詞是出現在國文課本中羅家倫先生於「新人生觀」所撰寫「運動家的風度」一文中，值得一提的是，「新人生觀」一書於民國三十一年我國政府對日抗戰最艱苦的時間在重慶出版，也就是與本刊創刊後第二年在同樣的時空背景中出書，該書常在出刊兩三星期後即售罄，三年就已發行了二十七版，打破了當時許多書籍銷售的記錄。但或許是因為國人閱讀該文的時候通常只是應付升學考試的心態，相對上比較少有機會深刻了解與體會該文「字裡行間」的精髓，但由於該文清楚地勾勒出運動家精神的主軸，在此再度利用該文闡述運動家精神。在「運動家的風度」一文中，首先提到：

「提倡運動的人，以為運動可以增加個人民族體力的健康。是的，健康的體力，是一生努力成功的基礎；大家體力不發展，民族的生命力也就衰落下去。古代希臘人以為『健全的心靈，寓於健全的身體。』這也是深刻的理論。身體不健康，心靈容易生病態，歷史上、傳記裡和心理學中的例證太多了…」

該文首先以運動的基本好處出發，強調運動核心價值首重強健體魄與心靈，目前歷經時空的變遷，反倒是許多以運動進行健康促進的實證研究都在在呼應這個觀念，換句話說，該文強調的是，運動核心的價值本身就有推廣國人健康的益處，這是毋庸置疑的。因此，在觀賞競技運動的參與過程中，國人應該思考自己本身對於運動的參與是否能夠提高，政府與民間相關單位也應利用這股風氣，推展運動風氣，以促進國人健康。

接續著基本價值，羅家倫先生接著提到：

「…但是運動的精義，還不只此。它更有道德的意義，這意義就是在運動場上養成人生的正大態度、政治的光明修養，以陶鑄優良的民族性。這就是我所謂『運動家的風度』…」。

在運動家的風度中，首先提及的是「君子之爭」，強調運動競賽中的公平性與風度，文中也利用論語中之「君子無所爭，必也射乎。揖讓而升，下而飲，其爭也君子」強調古人之運動家優雅的風範。環顧目前的各項競技運動中，不也都是竭盡所能以維持競賽的公平性，希望能以公平的運動競賽規程為準則，並在裁判與觀眾眾目睽睽之下追求最佳表現，其中運動競賽過程中的「禁藥管制」就是最實際的表現。1967年，國際奧委會成立禁藥管制委員會，1999年，運動界與各國政府共同成立「世界反使用禁藥組織」（World Anti-Doping Agency, WADA），投入無以計數的經費，大舉進行禁藥的分析、使用方法的研究與開發等等。近年來，除了奧運之外，世界各地無數的運動會，也都投下大筆經費用

於運動禁藥的預防，也同時發現少數傑出運動選手使用違規禁藥，並加以公開處罰，此舉之目的不但維持了舉辦單位的公正性，更是教育了民眾「君子之爭」這個核心價值的重要性。

該文接著提到了「服輸的精神」，強調這運動的核心價值不應只停留於運動場上，更應該擴及其他生活面。該文舉了羅斯福與威爾基競選的故事，並讚許威爾基的服輸精神，就像網球運動般，雙方比賽之後隔網握手的精神一樣，真正做到「君子不怨天，不尤人」的示範。更進一步的是「超越勝敗的心胸」，提到：

「…競爭當然要求勝利，來比賽當然想創紀錄。但是有修養的運動家，必定要達到得失無動於衷的境地。運動所重，乃在運動的精神。『勝固欣然，敗亦可喜。』正是重要的運動精神之一；否則就要變成『悻悻然』的小人了…」

最後，羅先生提到了「言必信，行必果」、「任重而道遠」和「貫徹始終」的運動家精神，一旦宣誓參加運動競賽，絕不會有臨陣脫逃或半途而廢的表現！這個運動的核心價值目前也是相當值得重視的，因為在現今對於許多有「草莓族」之稱的新世代年輕族群，當遭遇挫折或困難，常常選擇以消極的方式逃避或不願面對，甚至以「自殺」這種最不具建設性的方式解決。因此，當國人在觀賞運動競賽的過程中，除了為奪牌者歡呼，也別忘了為堅持到最後終點的選手加油，不論有無希望得獎，都應該努力到最終點，此點應該是相當具有教育意義的運動核心價值，值得一再被提醒的！

回顧該文不難發現，運動家的精神並不會侷限在於運動成績的格局，而是對於人生態度的培養、政治修為與民族性的陶冶。因此，在運動競賽的過程中，不論是選手、教練或觀眾，都應該做到羅家倫先生所提的：

「運動家的風度表現在人生上，是一個莊嚴公正、協調進取的人生。有運動家風度的人，寧可有光明的失

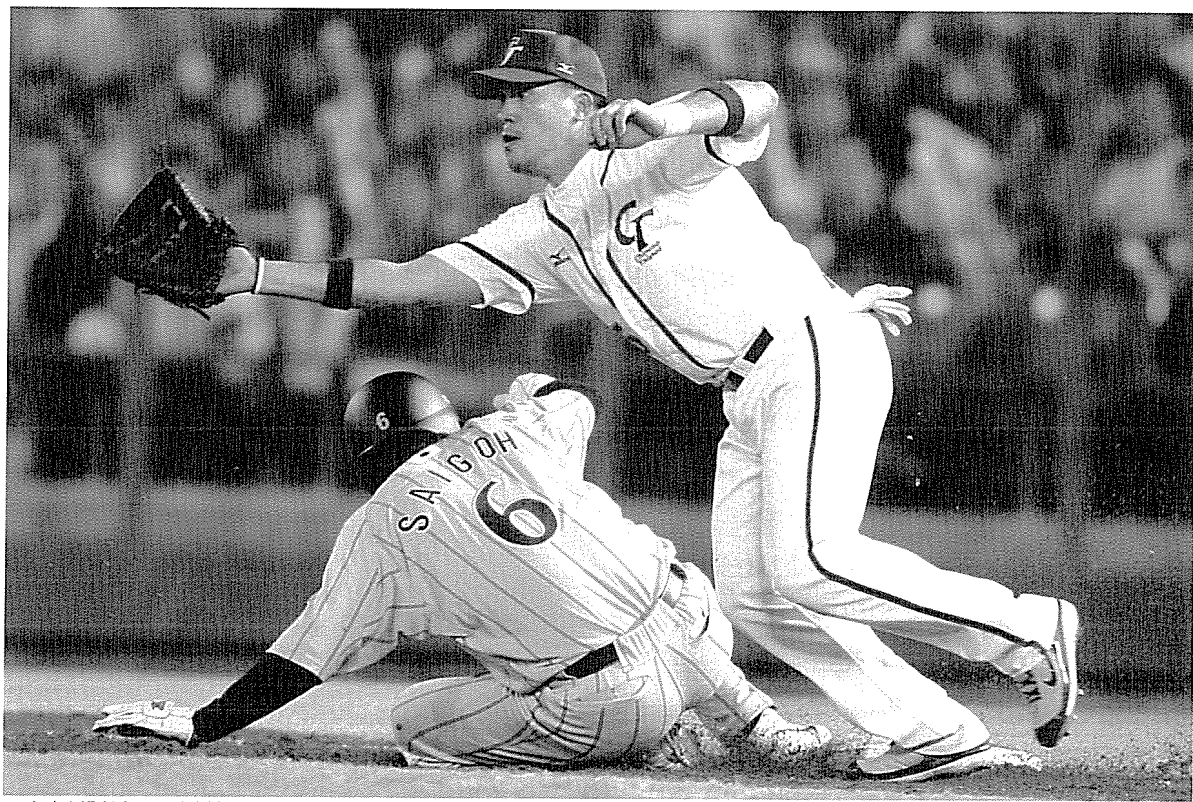


▲「勝不驕敗不餒」展現選手的運動風範。(攝影/丁文心)

敗，決不要不榮譽的成功！」

奧林匹克精神

除了運動家精神可作為運動競賽的核心價值外，奧林匹克精神也是在觀看奧運過程中，需要了解的核心價值。奧林匹克精神是古柏坦爵士所提出，透過鑽研同時代的不同教育體系和古希臘的歷史，發展出新的教育體系，即在加強道德修養和增強信心的同時，鍛鍊身體，培養勇敢精神和堅強的個性。通過對古代奧運會的研究，古柏坦爵士發現古希臘人組織競賽活動，不僅為了鍛鍊體格和顯示一種壯觀場面，而且能教育人們的意志與培養個性。因此，他建議恢復奧運會的舉辦，但同時加入新的成份，如國際化、多樣化與業餘精神，希望



▲ 在比賽過程中，不論奪牌與否，觀眾都應共同為選手加油打氣。(攝影/吳心平)

能推展人民之間的友好合作，鞏固世界和平，並廢除種族歧視，也就這樣開始了奧林匹克精神。

本文將根據奧林匹克憲章所指出的奧林匹克精神進行闡述，奧林匹克精神（Olympic spirit）就是相互了解、友誼、團結和公平競爭的精神。其中由於公平競爭的部分在前面已經提過，在此就以「相互了解」、「友誼」、和「團結」進行闡述。首先，奧林匹克精神在「相互了解」的精神中強調對文化差異的容忍和理解。透過奧林匹克運動這種國際性的運動，在競賽過程中會讓具有不同膚色、文化、語言、宗教、經濟能力、政治體制以及各種不同背景的運動員、教練、官員與觀眾齊聚一堂，透過這個機會，提供了一個「相互了解」的平臺與機會，能夠相互交流與認識，過程中可能出現衝突或矛盾，但卻能讓彼此打破自我封閉的藩籬，開始了解到自我以外的世界，並學習尊敬他人，且吸收其他文化的優點與長處，豐富自

我。因此，所有參與觀賞奧運競賽的國人們，不應只是將注目的焦點局限於奪牌的國家或選手，而是注意這過程中參與國家的文化與特色，並學習其他文化中令我國學習的部分。例如以國人熟悉的日本而言，他們相當注重所有參賽選手的訓練過程，也都透過電視媒體真實呈現他們在訓練過程中的酸甜苦辣，在比賽轉播之前，也都能教育觀看轉播的觀眾了解甚至「感同身受」運動訓練的過程，所以在比賽的過程，不論奪牌與否，觀眾都能共同為選手加油，一旦奪牌失利，雖然難過，但也能以「已經很努力了，下次再來！」的正向態度面對，這就是我國國人應該學習的態度。

其次，「友誼」也就以上述「相互了解」的精神為基礎，透過彼此相互的了解，體會到共同努力的目標，進而互相學習與激勵，逐漸形成友誼的建立。其中不單單是選手之間的友誼，還有裁判、教練、相關專業、工

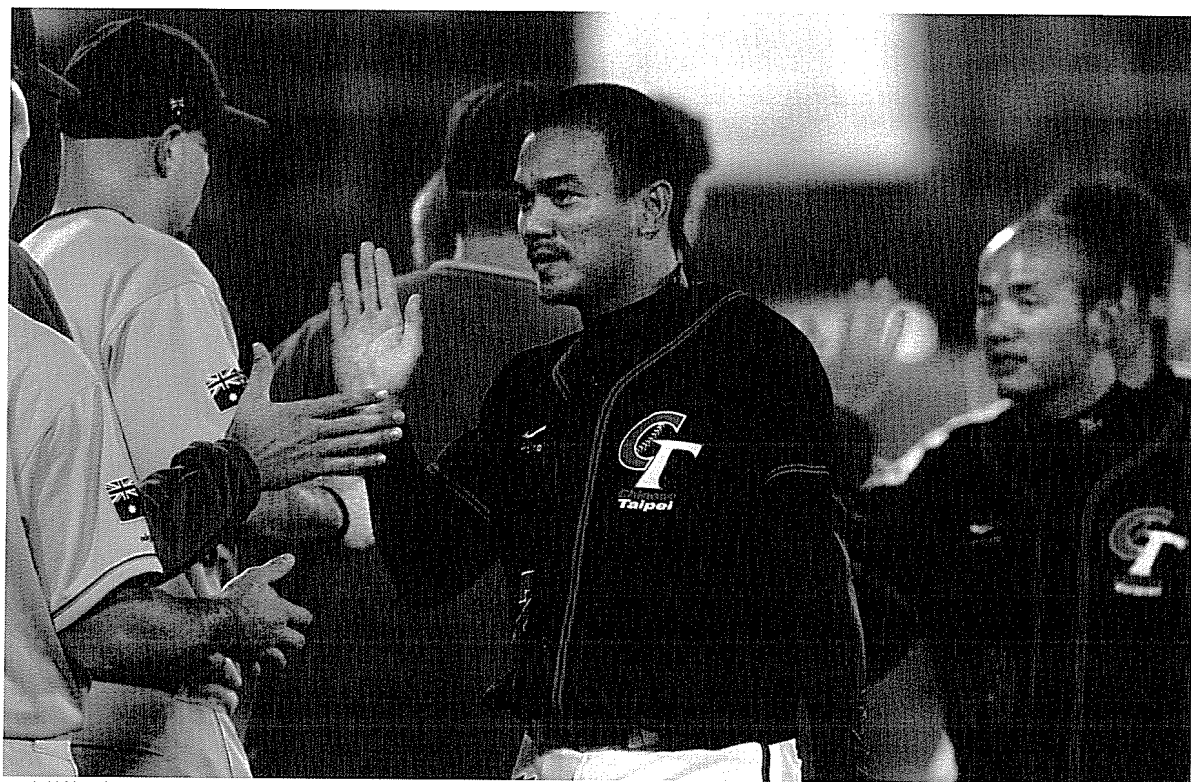
作人員以及參與觀眾，都在四年一度的盛會中相互認識或重逢，開啟了心房的大門，建立了友誼的橋樑。對於許多參與過奧運會的朋友一定可以體會，每次的奧運會就可以交到許多各國的朋友或重新認識身旁的夥伴，豐富了生命色彩，而對於無法親自參加奧運會的朋友們，也可以透過參與運動的過程，結交朋友，也是對於奧林匹克精神的發揚。筆者曾擔任領隊參加國際性的身心障礙者的運動競賽，就深受到比賽中友誼的感動。由於許多國家的選手在自己所屬的國家之中可能沒有專門特別訓練障礙者的教練或隊友，許多身心障礙選手便常常將國際性的競賽當作是「特訓」，在比賽前後的練習時間常常可以看到各國的教練相互討論，甚至互相教導對方國家的選手，絲毫不會因為受到比賽結果所影響，各國之間也都在比賽過程當中，互相為對手加油打氣，將

友誼的精神發揮到極致！

最後介紹的是「團結」，由於參賽各國間在政治體制、經濟制度和意識形態等方面均不相同，誠如上述所言，為了使世界和平的理想能夠達到，團結便成為最重要的運動核心價值，其中奧運五環就是團結概念的象徵。在古希臘時代，每當奧運會舉行之際，為了保障各國往來的旅客與參賽運動員的安全，各國彼此間都遵守「奧林匹克停戰協定」的默契，所有正在交戰的城邦，均會停戰16天，以對於代表著和平、團結、健康的奧運會表示尊重。現今，由希臘外交部長Mr. George A. Papandreou在聯合國第58屆年會中提出，並於2003年11月4日獲得無異議的通過奧林匹克停戰協定（The Olympic Truce），將這個擁有一千兩百年歷史的停戰協議，再度搬上國際舞臺，因此所有奧運參賽國都必須遵



▲ 身心障礙者在競技場上的表現，國人應給予更多的支持與鼓勵。(攝影/李天助)



▲ 在競技場上，兩隊雖有競爭，但賽後仍相互加油、打氣。(攝影/陳俊合)

守停戰的協議。此一協議，再度強調了奧林匹克精神中對「團結」的重視，我國目前因意識形態掛帥，被撕裂後民眾或族群充滿對立與仇恨，而這個核心價值對於參與或關心奧運會的國人們不也有相當好的提醒作用？

結語

回顧以上所述的運動核心價值，讀者不難發現，超越奪牌的關注的確是運動的核心價值，不論是「運動家精神」或是「奧林匹克精神」，都在在呼籲參與運動者應該注重參與運動的目的與態度，而不是運動比賽的結

果。本文也在這期待讀者能夠將這些價值內化為自我中心思想，培養公正比賽的風度，以遵守紀律的方式奮鬥到底，有著勝不驕敗不餒的態度，並養成服輸的精神與欣賞勝利者的雅量，且能將運動場上君子之爭的運動家風度應用於生活之中；同時，也勉勵在不斷追求古希臘文中「Citius、Altius、Fortius」更快、更高、更強的境界時，能將相互了解、友誼、團結和公平競爭的奧林匹克精神實踐，以共同創造更美好的未來！（作者為臺北市立體育學院身心障礙者轉銜及休閒教育研究所所長）

。 。 。 。 。 參。考。文。獻。 。 。 。 。

- 》1. 羅家倫（1992）：新人生觀。臺北：臺灣商務印書館。
- 》2. 陳國儀（2006）：奧林匹克研討會報告書。臺北：中華奧林匹克委員會。
- 》3. 錢穆（2004）：論語新解。臺北：東大。