

## 第四章 運動的審美經驗

長期以來，有關審美的論述呈現出不同的主張。早期，有人認為，藝術作品具有客觀的審美標準（如：黃金比例、和諧原則），此意謂藝術作品的美是來自作品本身，只要符合美的客觀標準，即可以使欣賞者得到美的感受。例如德皮爾在《藝術家的對照表》一書中，以很嚴肅的態度，計算出每個偉大的畫家所擁有的色彩、明暗與素描等份量，並給予評價的分數。在最高分為二十分的情況下，文藝復興時期的畫家拉斐爾的素描得了十八分，米開朗基羅則得了十九分。因此，一個畫家如果在色彩、明暗與素描三方面皆能得二十分，則是最偉大的畫家，而他的作品也一定是眾人都認為非常完美的作品（平野 譯，2001，頁 24）。若一個畫家在色彩方面的得分不高，他可向色彩得分高的畫家學習，可得到完善的作品與成就。

後來，有人則認為，審美乃是建立在欣賞者欣賞「藝術作品本身」時，所獲得愉快、舒服、驚喜等美的心理感受（美感）上，藝術品是否美，乃決定於欣賞者當下對藝術作品直接的感覺，例如觀眾欣賞已故的水墨畫大師黃君璧山水畫中的瀑布作品時，自然的風景與瀑布的律動令人感舒服、愉快，即覺得此作品很美。此感受瀑布的「層次與律動之美」，即為一種審美意識。

事實上，無論審美是來自藝術作品本身的客觀標準，或者是欣賞者面對藝術作品的主觀感受（純粹審美），皆顯示審美意識將藝術作品從它所處的世界中，抽離且獨立出來，亦即作品與它所處的世界無關。

然而，高達美以為，審美經驗無法從審美對象所處的世界中獨立出來，也無法與審美對象的歷史性分離，參與者在藝術作品時間與空間相互

貫穿的情境下，形成一個整體的審美經驗。例如觀眾欣賞黃君璧畫中有瀑布的山水作品時，所經驗到的是包含：瀑布之層次與律動的美；整個畫面的自然與張力；黃君璧七十幾歲至美國大峽谷寫生的毅力之啓發；以及觀眾本身在此之前所欣賞水墨畫的經驗（包含有關黃君璧與其他名家的山水題材的水墨作品）...等經驗的整體，即為審美經驗。

同樣地，在運動世界中，也有審美意識與審美經驗的區別。例如在欣賞運動競賽時，運動的美經常來自運動者的動作是否標準、流暢，是否表現高難度的技術，以及運動者與場地器材共同形構出來的漂亮畫面，這些即為審美意識將運動者或運動競賽的美從它所處的世界中抽離出來。然而，以審美經驗的概念來看，運動的審美經驗與運動情境相關的世界（例如此場運動競賽的背景、相關的措施、運動者的運動經驗；觀眾對該運動競賽的前見解，如：相關認知、實際體驗、與運動者的關係等）息息相關，亦無法分離。因此，以觀眾的運動審美經驗而言，它是「觀眾的前見解」、「運動競賽本身」與「運動所處的世界」等三者形構出整體的經驗。

本章主要描述運動者與觀眾的審美經驗，在描述之前，先就運動審美意識的內涵加以探討，以期澄清出運動審美經驗的義涵。

## 第一節 運動的審美意識

運動的審美意識受到運動意識的影響頗深，所謂運動意識乃意指，以科學的思維理解運動世界的內涵，此理解可稱為運動意識運作的過程。由於運動意識將運動帶入科學化、標準化，強調運動的客觀性，所以在運動的發展中，並不強調具有主體性、獨特性之運動審美的經驗。即使提及運動的美，亦大多以運動的審美意識加以理解，並認為運動的美是具有其共

同的原理原則，例如運動者的肢體比例與線條呈現優美的伸展，以及以最省力的動作產生最大的效果皆為美，無論誰執行這個動作皆然。由於運動審美意識無可避免地受到運動意識的影響，因此，以下先概述運動意識，再描述運動的審美意識。

## 一、運動意識的概述

在運動世界中，有許多人用科學的意識理解運動，此將運動與其存在的世界相區隔開來。此意識即是運用智性的思考去理解運動的種種，其中包含運動的認知、運動訓練、運動表現（含成績）與運動的研究等，皆為運動意識的具體呈現。

### （一）運動的認知

運動在原初之際是自然孕育而生，成為生活世界的現象之一。然而，後來體育人用了很多運動意識的內涵（例如目的、分類、優缺點...等）詮釋運動。因此，出現運動的目的、運動的分類以及運動的優缺點等常見的運動認知。

#### 1.運動的目的

長期以來，運動被附與不同的功能與目的。不同的運動者因應不同的需要，讓運動具有健身減重、人際交往、自我實現、樂在其中等目的。研究運動義涵的學者亦提出各種目的，例如徐元民（2006）則提出運動的目的有：養生保健、運動技能、追求酬償、行為規範、道德涵養、豐實內在等。此觀點乃建立在運動是達到上述目的的手段之基礎上。

## 2.運動的分類

面對眾多的運動項目，無論是為時已久或新興的運動，為了能瞭解各種運動屬性，於是從不同的面向加以分類。例如林清和（1996）從技能的角度分爲：開放式的運動、閉鎖式的運動；徐元民（2006）依運動型態將運動分爲：球類、搏擊、養功、山野、水域、空域、機械、舞蹈、體操、動物等運動；從心理的觀點將它分爲：冒險性、娛樂性、創造性等運動；亦從社會的觀點分爲：觸身性、競爭性、政策性、酬償性等運動。

## 3.運動的優缺點

一般而言，運動的優點很多，包含：運動可以促進健康，例如增進體適能、減重、增強免疫力，協助身體復健；運動後，令人感覺身心愉悅；運動時，可增加與人互動的機會，以聯絡感情。

然而，運動亦具有某些缺點，例如沒有運動則不會因運動而受傷，只要運動則有發生運動傷害（包含扭傷、拉傷、擦傷、挫傷、裂傷、脫臼、肌痙攣、肌腱炎等）的機會。如果運動前不做準備活動，或者不正確的、過度的運動，則更容易造成身體的傷害。此外，有時因著迷於運動而花費太多的時間與金錢，也是讓一些人覺得爲難之處；有時運動者會因太在乎結果的輸贏而影響情緒，或在運動中勉強做出超乎自己能力（體能、肢體的伸展）的動作，而導致受傷與倦累。

### （二）運動訓練

除了黃芳進（1995）所提及運動訓練的時間與空間意識外，在運動訓練的內容與方式經常受到運動意識的影響。一般而言，運動訓練是以有效

的訓練內容與訓練方式實施，主要的目的是得到最佳的運動成績。此內容與方式是否有效，除了經驗傳承外，大部分用科學意識加以研究與分析後所認定。

有關運動訓練的內容可分為：技能訓練、體能訓練與心理訓練。而技能訓練的內容又分為技術與戰術戰略；體能訓練的內容分為肌力、速度、耐力與動力（中華民國體育協進會編譯組，1988）；心理訓練的內容可分為心智練習與心象練習。在訓練方式方面，例如技能訓練可分為綜合方式與分段方式，或者分為整體方式與部分方式；體能訓練則有重量訓練、間歇訓練、循環訓練、增強式訓練等（林正常，1990）。

此外，技術訓練為了要求精緻性，將身體的動作分成若干細部。例如訓練網球發球時，可區分為非慣用手的拋球動作、持拍與揮擊的動作、腰部的動作、膝蓋與腳掌起蹬的動作等，有時甚至要求更細部化，試圖以科學、系統與精確的方式提升訓練成效。

### （三）運動表現

當我們在表達與瞭解運動表現時，經常以結果（例如輸贏）衡量運動表現，而常用之呈現結果的方式如得分、秒數、公尺...等，這些亦為一種客觀的衡量標準。

在團體性的運動項目中，除了整體的運動表現外，尚有以不同的方式，計算運動者個人在該項的各方面的表現。例如棒球比賽除了兩隊的得分外，尚有個人表現的指標，如投手的防禦率、三振數，打者的打擊率、全壘打數、打點、上壘率、成功盜壘數等；籃球比賽的選手每場得分、助攻次數、抄劫次數、罰球命中率、抓下防守與進攻籃板球數等。此即區分者以運動意識將該項運動區分為他所認同的各種表現，而且亦認為區分得

愈細部，愈能客觀的顯示運動者的表現。當然，一個運動者若能在該項目的每方面皆表現很好，則代表他是優秀的運動者。事實上，能具備這樣的能力是非常困難的，所以運動者可能在某些方面具有相當突出的表現，在其他方面可能表現平庸，甚至不理想。

#### （四）運動的研究

體育人爲了使運動的研究更爲專業化，致力於運動研究的科學化與標準化，並將它分成運動生理學、運動力學、運動心理學、運動教育學、運動管理學、運動社會學、運動哲學、運動史學...等領域。這些即爲用科學的意識介入運動研究的典型，該研究者的基本認定，乃是運動的內涵可「區分」成這些方面加以研究。

其中以運動生理學、運動心理學、運動力學等領域的研究，最能顯現出它們試圖以客觀態度進行研究的科學意識，此三個領域之一項重要的目標乃在於提升運動者的運動成績，而且它們的前提是運動者可被分成生理、心理與技術等三方面。在進行研究時，研究者經常將運動者從運動的情境抽離出來（沒有觀眾、競爭對手、裁判），甚至將他移至與運動場地以外的實驗室。事實上，在實驗室裡並不考慮運動者的歷史性，只強調客觀的數據所呈現的意義，而且研究者亦認定研究出來的結果，若可推論或運用到其他運動者，則更具其研究的價值。

## 二、運動的審美意識

在追求運動科學化與標準化的情況下，運動意識已具有某種程度的意義，而遍佈運動的各個內涵中，其中運動的審美觀亦受其影響。運動的審

美意識主要指觀眾與運動者以審美意識理解運動，雖然運動者本身不是純粹的欣賞者，但是他們在參與運動後，有時也會帶著審美意識理解他的經驗與表現，只是此部分的內容較為少見。

### （一）運動者的審美意識

運動者經常把運動過程中的瞬間體驗視為審美經驗，此瞬間體驗可謂是審美意識將美的感受從運動過程中獨立出來。例如運動者在從事運動競賽的過程，當展現良好的技術的瞬間（如擊出一計好球、成功的運球過人），就感受到振奮與快感，此即為瞬間的體驗。

該理解乃是運動者置身在運動競賽中，瞬間感覺的審美性質，亦即它排除運動者從事運動競賽前之有關運動競賽的經驗。具體而言，若運動者在參與足球比賽時，排除足球比賽的目的與作用，以及自身對有關足球的內容意義之理解，只從動作展現那一剎那，感覺足球比賽的審美性質，此即為運動者的審美意識。審美意識最終認為審美特性可以從審美對象（如足球比賽）所處的脈絡中，單獨地切割出來。

有時，運動者除了在執行運動競賽時出現審美意識外，主要在於運動競賽後，運動者以審美意識將過程中的審美特性單獨描述出來，使其成為一個具有客觀事實的性質。此外，有時運動者在競賽前就已呈現審美意識，例如在面對花式溜冰演出之際，因應規則的要求，已意識到其表現分為技術與藝術二方面，也將根據此二方面去努力執行。上述主要說明，若運動者把過程中的某一審美性質從其所處的世界分割出來，即為運動者的審美意識。以下則再舉兩項加以說明：

### 1.瞬間的快感

運動者經常描述在運動競賽的某些時刻，所感受到之瞬間的快感（高興），例如籃球比賽時，當球入籃的「刷」一聲；當運球擺脫對手的瞬間；當結實地賞了對方大火鍋之際；當來個石破天驚的灌籃；當來個絕妙的助攻等，能讓運動者感覺一陣快感。

此外，有些運動者無論比賽過程的表現如何，或者是否執行得比過去好，皆視為其次。當結束的哨音一吹，或致勝的一球落地，或出現再見安打等而確定獲勝的剎那，就覺得很棒、很興奮。

### 2.創意的喜悅

有時，由於運動項目的屬性，容易讓運動者以審美意識面對運動，例如花式溜冰與體操選手對於自己展現一套自選動作的作品時，除了技術難度的要求外，還重視動作的編排效果。尤其花式溜冰還區分為技術與藝術二方面，運動者在藝術方面，莫不煞費苦心地要求動作編排、服裝選擇、音樂選用等方面展現自我擅長的特色與創意，當完成他的創意時，即感覺到喜悅。

再者，運動者在開放性質的運動項目中展現自我時，有時神來一筆。例如當以從未做過的動作，救回一顆難以應付的來球，頓時，令運動者自身感受到創意的喜悅—竟然這樣也能回擊過去喔！

### （二）觀眾的審美意識

觀看波士頓馬拉松賽起跑時，成千上萬的運動者，將道路擠得水洩不通，當描述或感受出來的美只是「數大的美」、「萬頭鑽動的美」，則為審美意識理解這場馬拉松賽事的例子之一。再者，觀眾欣賞韻律體操時經常

脫口而出：「身材漂亮！動作好美！柔軟度好好喔！彩帶舞動得精彩極了！竟然這樣的動作還可以接住！」此亦為審美意識下的產物。

該理解乃是觀眾視覺直接感覺的審美性質，亦即觀眾的審美意識抽離運動競賽之非審美的要素，而且排除觀眾在觀賞前之運動競賽的經驗。具體而言，若觀眾在欣賞韻律體操時，排除韻律體操的競賽目的與作用，以及觀眾對有關韻律體操的內容意義之理解，只從韻律體操選手的外顯動作與表現，感覺韻律體操的審美性質，即為以審美意識欣賞韻律體操的事例。審美意識最終認為它的經驗是「體驗而非連續性」，也就是其審美特性可以從審美對象（如韻律體操）所處的脈絡中，單獨地切割出來。

在審美意識的驅動下，觀眾對於運動的美通常可區分為身體美、動作美、流動美、情境美、獲勝之美與驚奇之美等。

### 1. 身體美

身體的展現不但是運動的媒介，也是運動的目的。身體的柔軟、伸展、肌肉所展現出來的線條，經常令人覺得美。例如一般人在欣賞韻律體操時，會注意到運動者身體的比例、胖瘦是否勻稱？柔軟度好不好？腿伸直時腳尖有沒有下壓？若身體勻稱、嬌媚、柔軟度好、腳尖下壓、面帶微笑等，則會覺得美。此外，運動者如健美、短跑與器械體操選手等，所展現凹凸有致的肌肉，經常被觀眾視為美的地方。審美意識以為只要符合此美的要求，即可經驗到美的呈現，或者觀眾觀看時，直覺身體是美的。

### 2. 動作美

有些觀眾在欣賞足球賽或籃球時，將注意力集中在射門或投籃得分的剎那，並欣賞運動者在那時刻精彩的動作展現。雖然那些動作在運動競賽

中經常出現，但動作所呈現出來的美，仍令觀眾百看不厭。所以電視經常特別播出 NBA 的十大好球，以及足球精彩的射門畫面，深受觀眾的喜愛。某些觀眾在足球賽遲遲無法進球時，就覺得索然無味，若出現漂亮的射門，就如同大家熟悉的播報詞：「那真是精彩的一記射門！」尤其是一記倒掛金勾式的入門，更令人振奮。

此外，動作美在許多運動項目中經常被發現，例如欣賞雅典奧運一百一十公尺高欄的冠軍選手劉翔的跨欄動作，包含腳的起蹬、前伸與身體下壓地跨過欄架的動作；排球的飛身扣殺所展現「弓身彈腰」與「快速揮動手臂」的動作；花式溜冰的三圈跳等。這些動作能讓觀眾感受到美，主要來自當下動作的快速以及高難度技巧的運作，那是一種舒服與贊歎的感覺。

### 3. 流動美

當觀眾看見運動者與球在運動場上不停的移動，經常產生流動之美。例如打羽球時，忽前忽後、時左時右、斜前斜後的跑動，羽球則不停地飛動著，有時高有時低、有時短有時長、有時直線有時對角、有時快有時慢，而場外專注的眼睛跟著球不斷地流動著。有時，欣賞高競技的運動時，還能體驗到「移形換影」的境界，例如桌球的雙打選手每打完一球，必須快速地騰出空間讓隊友打下一球，如果移動到達飛快與複雜的程度，則令人感受到虛幻莫測、出神入化。

### 4. 情境美

運動競賽場區內，經由器材設備的安置（例如桌球賽，經常將桌球桌的桌腳以布包裝起來，有時則特別設計成不同的造型），再加上色彩、燈

光、周邊的造型，以及選手的服裝而形成一座美的表演舞台（情境）。例如偌大的體育館單獨進行一場羽球賽時，場地佈置得雅致，燈光只投射在羽球場上，使得觀眾的目光能更清楚的集中在場中，猶如欣賞一場表演（如音樂、戲劇、舞蹈）盛會。

### 5. 獲勝之美

一般的觀眾欣賞自己支持的運動者參與比賽時，無論比賽過程的表現如何？是否執行得比過去好？皆淡然處之，只要該運動者或該隊獲勝，就會認為這是一場很棒的運動競賽，令他們很感覺很美好、很興奮。在獲勝的一瞬間，只有喜悅的感覺，其他的過程幾乎拋在腦後，似乎此一瞬間與整場競賽過程毫無關聯。

### 6. 驚奇之美

當觀眾看見運動者做出奇特的動作時，會感覺很特別、很有創意、很驚訝，此為驚奇之美。例如在器械體操的單槓項目，運動者第一次完成雙手離槓屈體空翻自轉一百八十度正手接槓，有些觀眾來不及看動作如何完成，就已目瞪口呆地又驚又疑，眼睛為之一亮。此外，在網球單打比賽時，第一次看到運動者被高吊球逼到底線後方，以胯下擊球的方式打出一記穿越球，令人嘖嘖稱奇、拍案叫絕。

有關運動者與觀眾的審美意識，有時在參與運動競賽之瞬間與當下所顯現出來；有時則出現在參與競賽的前、後，運動者與觀眾以智性（意識）分析出運動競賽的審美性質。然而，我們從上述亦不難發現，運動者與觀眾的審美意識所產生的運動競賽之美，從經驗本身而言，實際上是帶著前

見解所產生，而且無法從其所處的世界脫離出來，並非如直覺或經驗後之理性分析的那麼純粹性。亦即觀眾與運動者乃帶著過去的經驗參與運動競賽，而這些參與經驗影響其有關美的經驗之產生，例如創意與獲勝之美，當感受到創意或驚奇之美，乃是從過去的經驗中很少出現，甚至未曾出現的經驗，才會出現此種感受。若沒有以前種種經驗的對照，則不會產生此種美的感受。再者，當感到獲勝之美時，並非每一場獲勝的喜悅皆一樣，如果從以前到現在獲勝的次數不在少數，喜悅之情如以前一般；如果最近的競賽一勝難求，或者是此場比賽的對手超強，則此場的獲勝，足以讓運動者與觀眾喜極而泣。

上述意謂運動者與觀眾經驗到運動競賽的美，是與運動者、觀眾的前見解，以及運動競賽所處的世界息息相關、無法割離。

## 第二節 運動者的審美經驗之內涵

運動者之所以真正愛上運動的緣由，經常不是我們所認為之「理所當然」的理由，例如：運動可以強身；運動能舒緩工作壓力；運動可以排悶解憂；運動可以促進人際互動等。這些經常是受世俗教化與陶冶的運動推行者，所提倡的說法。雖然我們無法否認此說詞具有某種程度的效果，但熱愛運動的動力，主要是他在運動的情境中，經驗到審美經驗。或許有時他們剛開始接觸運動的誘因，如推行者所提倡的，然而，長期參與運動之後，運動的審美經驗縈繞於身，令他們愛不釋手。

雖然高達美的審美經驗論述主要集中於欣賞者（觀眾），較少提及作者的審美經驗。但是研究者以為，他亦沒否認創作者具有審美經驗。在運動競賽的動態中，運動者（包含教練與選手）即為運動競賽的創作者，

其審美經驗豐富而深刻，且帶來不同以往且呈現出全面的理解。

運動者的審美經驗蘊含著整體性、連續性與開放性（具有很大的想像空間），是一種結合過去、現在與未來的整體經驗，亦是不斷地經過理智、實踐與情感等融合的經驗，更是一種複雜、雋永與混沌矇矓的經驗。本節爲了清楚與如實的描述，遂以分項的安排，以能顯示整體、連續與開放等特性的詞彙爲標題，並例舉運動審美經驗的實例加以闡述，以期使理解者能清楚的理解。然而，此非意謂每項所描述的審美經驗之間可截然的劃分，因爲它們之間仍有許多重疊與糾纏之處，而分項只是將較明顯的經驗在該項中描述出來，這種情形在觀眾審美經驗的描述上亦爲如此。

### 一、無不相容的審美經驗

台灣師大網球隊教練提及，在獲得二十七屆大專運動會的網球賽冠軍的剎那，直覺到自己的激動，不如預期的強烈，原因是在比賽前、中、後之一連串的過程中，即經常感受到運動之無不相容的審美經驗，所以獲勝的漣漪顯得渺小。教練這樣描述他所經驗到的審美經驗：

「這次的經驗，過程上雖然不見得最愉悅，卻最令我感到刻骨銘心，不可思議。因爲其間在能力與挑戰、手段與目標、計畫與實踐、過程與結果、策略與機運、老師與學生、小我與大我、小眾與大眾、以及人與人之間，隨著時間的逼近，搭配上顯得實在天之無縫，令人嘆為觀止。似乎團體凝聚審美經驗的深處是無物不容、無事不容、無人不容，且均容在最恰當之處、適當之時（劉一民，2005，頁 169）。」

教練可謂是參與運動的一份子，他帶著過去的訓練與比賽等經驗面對此次的網球賽，在一連串的過程中（尤其是競賽中），感受選手們和教練

同舟共濟，球隊與各方面相知相惜的經驗，似乎濃烈到前所未有的程度。

## 二、無止息的超越自我經驗

知名的音樂家柴可夫斯基曾描述到：在那創作的兩個星期裡，我毫不費力就擬出我的〈暴風雨〉作品，似乎有一種超自然的力量在引導著我（余琪，1994，頁 49）。從以前經驗的理解，可發現他已超越了他自身之前的創作歷程。此後，他在作曲的過程中，亦經驗到超越的審美經驗，尤其是他滿懷創作的熱情，以三個星期完成《尤金·奧尼金》歌劇的創作（余琪，1994），是一個具有代表性的實例。

運動者在運動競賽中，不斷地尋求超越自我，所以常獲得超越自我的審美經驗。一個體操運動者如此的描述：觀眾是如此的安靜，我的手在桿子上滑動的聲音，似乎是場內唯一的聲音。...一種超越體能的力量如泉湧般的向我襲來，不害怕也沒有疑惑，全心全意與滿懷決心地，我跳向桿子。我發現自己做了一個在以前競賽中從未做過的動作。到了落地時刻，我做了個迴轉，脫離了桿子，在空中翻滾著，看著天花板、地板、天花板...。所有的一切就看著地的動作了，我的身體完全伸展，降落在墊子上。我知道我做到了，雖然我並沒有做什麼，但感覺上事情就這麼發生了，一個比我，比任何事還偉大的一刻。我不再一樣了（鍾佳宜 譯，2002，頁 229）。

此體操運動者所經驗到的審美經驗，來自整個操作過程；自身以前的經驗；以及整個比賽情境等。

此外，一位巴塞隆納奧運銀牌的棒球投手，在經過幾次國際比賽後，卻因傷害陷入無底深淵，並一直懷疑自己。當他歷經了六年的努力，才再次站上睽違已久的投手丘，並且完投九局，拿下勝投。他這樣描述著：

「本以為去過最高殿堂（奧運會），從此天下唯我獨尊，亦以為「努力」一詞，是呈相對論學說，但卻歷經長達五年的琢磨與歷練，越磨越利，越磨越韌，在五年前的我，自怨自艾，感嘆命運如此捉弄人（與別人比起我幸運多了），一波未平一波又起，如此的反反覆覆，幾番想要放棄，卻還默默的走下去，原動力在於不甘心：不甘心燦爛輝煌的日子如此短暫；不甘心耳言耳語圍繞在四周；不甘心今日的成就是外在造就的。所有的不甘心皆為原動力，促使我向前沒有回頭路，雖然幾番在轉折點面臨徬徨，但最終原則只想為了告知世人我做到了。

當我在一九九九年五月二十日大專杯的球賽中面對台灣體院，再次擔任先發投手，在球賽中我方一直保持贏球的優勢，但最大的問題在於我的生理狀態，六年未站上投手板上的人，體能是最大的考驗，在第五局後，就告訴自己這是最後一局了，每一局再次上場，同樣的叮嚀自己最後一局了，加油！簡直不敢相信已經接近第九局了，當解決最後一名打者後，我崩潰了……我跪在投手丘上仰天長嘆，眼淚禁不住潰決……過往的畫面一一浮現，欣慰的是堅持了六年，我並未放棄，我並未退縮，六年對一名投手而言，好久，好久……難掩興奮喜悅的心情（鍾宇政，2001）。」

曾經從高處跌到谷底的自我，是他一直要超越的目標，幾度在超越自我中掙扎，終於在這場比賽的過程實現了。對他而言，每一局皆試圖與達到超越自我，累積到最後，已再次經驗到超越自我的審美經驗。

### 三、風起雲湧百激盪、驚心動魄難意表

研究者投入足球運動以來，歷經許多大小的比賽（其中包括兩次台灣區運會）。在這些歷程中，以一九八六年參加大專盃足球賽時，對抗嘉南

藥專(以下簡稱嘉藥)的激戰中，最能強烈地感受到驚心動魄的神妙經驗。

賽前，眾人看好嘉藥是該組的強隊，理由為：它是去年的冠軍隊，而且去年的好手尚在球隊。反觀，我隊去年只拿到第三名，而且幾個優秀的隊員已畢業，所以不敢寄望贏得這場競賽，只有放手一搏。

比賽開始之際，嘉藥氣勢不凡、攻勢連連，我們則陷入苦戰，對方屢屢逼近我方城池，在驚險中，竟一一被我們化解，由於我是俗稱的「掃把腳」(四名後衛中的最後面一人)，所肩負的責任很大，而且對方的「箭頭」(三名前鋒中的中間一人)一直緊貼著我，我時而擺脫他拉到後面，時而前進製造越位陷阱，同時又要抓住飛球的落點，有時兩側的後衛也會出現失誤。在面臨種種不利的狀況下，我方竟然先進一球，真是令人又驚又喜。不久，我們在離對方球門三十碼左右的地方，獲得一記自由球的機會，教練高喊著一位三年級的學弟主罰，他踢了一記高遠球落在對方球門區附近的人群中，球竟然進球門了，它不是被我方踢進或頂進的，而是對方腳一伸而彈進的，這下更令人吃驚了，因為我們竟以二比〇領先。到了下半場，對方更加積極搶攻，我方後防受到更大的挑戰。此時，當一個低彈跳球在我方球門正前方約十八碼的位置，我和另一名後衛各站左右兩邊，竟然都沒將球處理掉，而眼睜睜地看著對手從我倆之間將球進球門，一陣驚愕使我久久未能自己(甚至到今日還深刻的銘記著、回味著)。整場比賽下來，雖然以二比一獲勝，但是其過程的驚心動魄在比賽結束後仍持續著。

此經歷是以前的經驗未及，如今遇上且面臨不確定之際，身體也顫抖，如同以吹氣方式之琉璃創作般的刺激。驚心動魄在賽後轉為心有餘悸，而且繼續彈奏下去。

#### 四、清澈沈靜的審美經驗

研究者在一個偶然的機會上，與一位致力藝術創作者相遇，他是一位有游泳習慣的人，是個不折不扣的運動愛好者。七年前，他愛上了長跑，幾乎每天在嘉義仁義潭至少跑個十五公里。他不僅經常參加長跑競賽，而且近年來以參加鐵人三項運動競賽為樂。他暢談自己的長跑競賽經驗如下：

「長跑就是一種藝術，在過程中很專注地完成它。在跑的過程中，我感受到平和，也感受到苦楚、掙扎，克服之後所經驗到的是自己和外界融為一體，我並沒有提醒自己加緊腳步，只是感覺到雙腳自身卻一直前進著，似乎腳不是長在自己身上，而我一點也不費力。」

在一段艱辛之後，進入了沈靜通明的境界，它是累積無數次長跑的經驗，也是克服苦楚、掙扎而昇華的經驗，並非在過程中之獨立事件所能造成的。此經驗是一種忘我，清澈沈靜的經驗。一般而言，運動者能進入此種境界，乃在於他能盡力與專注於過程中的每個當下，且進入無所求與放空的方寸間。

#### 五、風吹草動的細膩性

運動者在一場競賽過程，能覺察到場內的風吹草動，例如對手可能如何反擊；我應如何處理此種情況；同伴現在處於什麼位置；同伴準備做什麼等。這些是運動者長期置身在運動競賽，所累積的經驗。當他置身於運動場域中，一舉一動、一個眼神、細膩的動作與觀察，形構一種共同之身體的審美經驗，感受到細膩與敏銳的審美經驗。此經驗甚至會到達一切都是那麼地通明的境界。例如前美式足球四分衛約翰·布洛迪，曾描述他的

運動經驗：

「球員不能擔心著過去、未來、觀眾與某些額外的事，他必須能在此時、此地集中反應（專注）。...在比賽激烈時，有許多次我經驗到通明的情境，好像時間變慢了，每個人置身在慢動作中，似乎我有充足的時間，去凝觀接球員跑的路線，也清楚知道前鋒快迎向我（劉一民，1991，頁 248）。」

風吹草動的細膩性並非僅意指運動競賽中產生通明境界的部分，因通明境界只是整體內涵之一。況且，運動者細膩性的審美經驗，乃是在於整個競賽過程裡，他經驗到自身能夠很清楚的知道場內發生的各種狀況，且可以很自然的處理這些遭遇，有時不一定會經驗到布洛迪所謂的通明的經驗。然而，可確知的是，一名優秀的運動者較能獲得此審美經驗。

## 六、捨生忘死的審美經驗

馬拉松——一個並不陌生的名詞，沒有跑過長跑的運動者，對它有種莫名的敬畏，連身經百戰的長跑運動者要參加馬拉松時也誠惶誠恐的。跑完馬拉松，就像完成一部挑戰自我的藝術作品，是一件不容易的事。在這樣的過程中，經常讓運動者經驗到難以忘懷的審美經驗，例如長跑運動者希恩就深刻地描述一場馬拉松的親身體驗：

「當起跑令下達時，我用不到七分鐘就跑完第一英哩，但成百上千的參賽者仍遠遠的跑在我前面。當我把步伐降到計畫中的速度時，這些人卻加快了速度。...跑到了十七英哩時，我超過了一位疲憊的參賽者，但我也像別人一樣開始減慢速度。我的腿已抬不到先前那麼高，每一步的距離已開始縮短。我已開始意識到小腿與大腿，意識到肩膀與兩臂，很快地，此意識就轉變成疼痛。參賽者在飲水站前停留時間變長了，但他們還是繼續的

跑，他們的身體開始搖晃，但他們的意志並未動搖。我們心中唯一的動力是英雄主義的激情，它使我們能夠繼續跑下去，我們不知不覺地將它帶入這場拼搏中，這場拼搏確實使人變得捨生忘死。...當回到終點時，我們也從自己身上發現前所未有的勇氣、決心與競爭精神（蘇丁 譯，1991，頁104-106）。」

運動者帶著前見解專注地投入運動競賽中，產生審美經驗。在這樣的過程裡，運動者玩遊戲，而遊戲也玩運動者，沒有運動者與運動競賽二分的情形。因此，形成運動者的審美經驗之整體性。

### 第三節 觀眾的審美經驗之內涵

觀眾觀看運動競賽時，會帶著不同的經驗去欣賞，也會有不同的預期去面對它，例如花式溜冰的流動美是理所當然；籃球競賽的粗獷美亦為理所當然；賽車展現高速之美亦為理所當然等審美意識，此屬於當下瞬間的直覺。

審美經驗並非審美區分下的美，審美經驗是種種的經驗相融而產生，並非表面視為理所當然的美。例如欣賞波士頓馬拉松賽時，帶著以前觀看馬拉松以及其它長、短跑比賽的經驗，去經驗萬頭鑽動的場面、歷史悠久的意義、邁向目標的奮鬥等經驗的整體，則為運動觀眾的審美經驗。猶如觀眾在欣賞《天鵝舞曲》演奏的經驗為：音樂流暢動人，優雅中帶有哀怨味道，給人一種絕美的聽覺享受，令人忍不住要陶醉在纏綿哀豔的故事中（余琪，1994，頁54）。此並非只是經驗到演奏技巧好，或音色悅耳，或感覺很震撼，或畫面很美。而是帶著前見解融入整個音樂情境與故事當

中，而產生整體性的經驗，此即為審美經驗。

此外，當觀眾欣賞一場比賽時，兩隊過去的歷史；比賽時的得分差距；球員的技術表現；場地燈光的視覺效果；觀眾本身對此運動的理解...等，皆緊緊的扣住觀眾的經驗中，並帶給觀眾喜怒哀樂等多元的感動。這些為觀眾在欣賞運動競賽時，經常可經驗到的審美經驗，以下則分別描述之。

### 一、超越過去與他人的審美經驗

在一九八四年洛杉磯奧運的田徑場上，首次看見一位體格瘦高且勻稱的黑人選手，站在跳遠的助跑起點，目光炯炯有神，專注凝視著前方，令人眼睛為之一亮，他就是美國前跳遠名將—劉易士。這次他的目標是四面金牌，以目前的實力是有機會實現他小時候的夢想。事實上，在十二歲的一次跳遠比賽時，受到歐文斯（一九三六年柏林奧運會獲得田徑一百公尺、二百公尺、跳遠與四百公尺接力等四面金牌的美國選手）的鼓勵，就已把歐文斯當作崇拜的偶像，並決心要成為歐文斯一樣偉大的人物（綜合十三狼，2004）。

研究者帶著與他有關（包含對田徑運動的認識）的前見解，經常欣賞他在各項比賽的展現，也時常驚喜他一直超越過去。在一九八八年漢城奧運會時，觀眾已在期待他是否能超越奧運會跳遠二連霸的紀錄，因為，在此之前尚未有人連獲二屆奧運的跳遠金牌。接著於一九九二年巴塞隆納奧運時，竟締造高難度的奧運跳遠三連霸。當得知一九九六年亞特蘭大奧運的跳遠名單中竟出現劉易士的名字，真是令人震驚，因為這位年過三十五歲的田徑長者，竟然還可以挑戰一項不可能的任務—奧運跳遠的四連冠。

跳遠比賽於七月二十九日進行，劉易士的主要對手是古巴名將佩德羅

索和自己的隊友鮑威爾（保有八公尺九十五公分的世界紀錄）。在與世界一流高手爭雄的比賽中，劉易士似乎得到幸運之神的愛憐，佩德羅索狀態並非特別的好，鮑威爾則在比賽中拉傷了肌肉。劉易士充滿信心的一跳讓自己落到八公尺五〇公分的地方，讓自己得到了第九枚奧運金牌，為奧運會的歷史增添光彩奪目的一筆。這場比賽中，觀眾經驗到的不只是他踏上冠軍那一跳的瞬間演出（助跑、起跳、擺臂、挺腰、空中走步、著地等身體的展現），而是在成千上萬觀眾面前的一跳；面對競爭對手的一跳；年過三十五歲之運動者的一跳（竟然三十五歲的高齡還可以如此騰躍）；帶著一屆奧運田徑四金的一跳；超越他人過去奧運跳遠二連霸的一跳；超越自我奧運跳遠三連霸的一跳；也是完成奧運跳遠四連冠的一跳。這一跳為八公尺五〇公分，雖然沒有破世界紀錄、大會紀錄，也沒有創下自己最佳的成績，卻不折不扣地締造出前所未有，以及未來難以超越的成就。

再從歷史的角度來看，劉易士成為一九六八年墨西哥奧運會美國鐵餅選手歐特后，時隔了二十八年在同一項上，第二位奧會史上四連冠的運動者。而且從跳遠的難度來看，連續獲得四屆奧運跳遠冠軍的成績，應該不亞於奧運鐵餅四連冠的成就。離開賽場時，留下的是一座後人難以逾越的高峰。

同樣為田徑項目的跳高比賽，亦有觀眾感受此審美經驗，那是發生在西元一九八九年七月二十九日加勒比海區田徑錦標賽，跳高場上僅剩的一位運動者名為索托馬耶（一位古巴的跳高選手）。有位觀眾是這樣描述的：「當時的高度已超過八呎，也只剩索托馬耶一人有機會嘗試，第一次試跳沒能如願，第二次準備再跳時，體育場的巨型看板閃出觀眾肅靜的字樣，頓時，全場鴉雀無聲。大家正屏氣凝神，不願意錯過為史上第一次突破八呎的一幕作見證，因他是極有可能超越的運動者。在此之前，離八呎最近

的跳高成績七呎十一吋半，正他在去年九月所創下的紀錄。

在如此沈寂與緊繃的氣氛中，被他的一位隊友緩慢且有節奏的拍手聲打破，很快地，全場的觀眾也加入掌聲，現場瀰漫著期盼的氛圍。在準備時，他正在乾草地上踮著步伐，然後轉身面向竿子，開始他個人的儀式—拍打大腿、手臂與臉。他從右邊彈跳進來，到了起跳位置立刻拔地而起，修長的身軀幾乎不能察覺的輕觸了竿子一下，竿子顫抖著，但依然留在原處。如雷的喝采哄然響起，他在墊子上興奮地向後翻跳，古巴選手紛紛上前擁抱。許多觀眾亦擁上前去，嚇壞了工作人員，因為高度必須再丈量一次方能成為世界紀錄，所幸人牆勉強被擋了下來。結果一量為二公尺四十四公分，精確的說是比八呎還高了一點點。

一位也在場觀看的波多黎各十項運動選手說：『說不定八呎已是最後極限了！我免不了覺得，今晚所經驗到的會不會不只一項紀錄，而且也是一個終結』（志宏，1989，頁74）。』

在這樣的過程中，觀眾經驗到索托馬耶超越了過去、他人與自我的審美經驗。

此外，在網球運動的歷史中，瑞典網球名將柏格在溫布頓的五連霸，雖然當時的網球競爭不如現今的激烈，但是在柏格之前亦無運動者達到如此境界，當他在第五次奪冠的那一役，觀眾注視著每一次的來回球，經驗每個超越過去、超越他人的過程，也經驗新歷史的出現。

## 二、靜如鐘、動如不倒翁之「穩」的審美經驗

運動本身是動態的，但是運動者穩健的表現與風格，能令觀眾經驗到靜如鐘、動如不倒翁之「穩」的審美經驗，此經驗並不只是他們連勝的歷

史記錄，還包含他們在比賽的過程中，展現穩健的技術、沈穩的專注力、穩定的體能、堅強的信心、和諧的節奏與絕佳的默契等，例如觀看中共前羽球女子雙打好手葛菲、顧俊的比賽，比賽開始之際，堅強的信心、氣勢與沈靜的神情已令觀眾很篤定，在快速的來回球當中，很少出現失誤的情況。他們進攻兇猛、防守穩健，葛菲主打前場，顧俊著重後場進攻，兩人合作無間、相互補位。到了比賽後段，堅強的戰鬥力依舊不減，控球依然犀利，整體穩定如鐘，亦猶如擊不倒的不倒翁。

此外，觀眾欣賞中共前桌球好手鄧亞萍的單打比賽，也經常令觀眾產生此經驗。無論參加多大型、多重要的比賽，他始終告訴自己這與一般的比賽一樣地平常。在比賽時，他冷靜且不帶喜怒哀樂的表情，始終如一。雙腳不斷地跳動著，並且展現敏捷的移位，快、狠、準的擊球，結合極有信心的氣勢，著實與眾不同。在每次發球之間，或是偶爾失誤或劣勢的情況下，總是不慌不忙，整場比賽經常令人感受到穩定，而且穩定中帶有令人敬畏的氣勢。

此「穩」的審美經驗並非來自於運動過程中某個片斷的穩定擊球，亦不代表整個過程中都沒有失誤，而是一個包含過去的整體經驗。由於桌球單打與羽球雙打是來回相當快速的運動競賽，然而，觀眾在這種前見解下，更能深刻經驗到「穩」的審美經驗。

### 三、悲劇性的審美經驗

西元一九八四年，洛杉磯奧運一場精彩可期的女子三千公尺大賽即將上演，同時也是一場悲劇的產生。賽前，許多資料與報導頻頻出現最被看好的美國選手德克兒的消息，包含他的各種傑出的長跑成就，可謂目前最

優秀的好手之一。然而，奧運金牌並非一定非他莫屬，因為實力不容忽視的南非裔的英國選手—芭德（別號赤腳天使）亦虎視眈眈。他很早即具長跑天份，由於當時南非被禁於奧運門外，苦無一展長才的機會，而引起國際上的注意，後來，幾經波折才取得英國國籍，並可以參加此屆奧運盛會，於是兩人成爲這場盛會的奪標大熱門。

研究者帶著這些經驗，進入這場比賽中，每位選手正在起點不停地抖動身體、一吸一呼的等待出發，無不試圖讓身體進入最佳狀態。我也目不轉睛的注視著精彩的對決，終於槍聲一響，大家紛紛向前奔跑，不但要掌握速度，而且也要爭取有利的位置，彼此互不相讓，眾人形成一個集團，頓時跑道顯得擁擠不堪。就在三百公尺進入直線道不久，德克兒的腳竟碰到芭德後，倒地痛哭，芭德的身體則搖晃一下繼續向前奔跑，但他似乎知道出事了，心情大受影響，不安的神情在臉上表露無遺，漸漸地失去領先的地位，後來則由羅馬尼亞選手普伊克奪得冠軍。觀看這場戲劇化的比賽，德克兒與芭德是劇中的悲劇人物，事實上，芭德也沒有蓄意絆倒德克兒，但兩人皆因爲這個事件而與冠軍無緣，整個過程猶如悲劇般的上演，觀眾在賽後仍然不停的問：怎麼會這樣呢？

兩位最有希望奪金的運動者，竟然在如此戲劇化的情況下未獲金牌，讓觀眾感到戰慄與哀傷。此悲劇性的審美經驗，著實令人難以忘懷，也使觀眾更期待「未來」能看見他們二人再度出現田徑場上。此印證高達美（1994a）對於悲劇的說法：許多的悲劇「結局」乃爲悲劇性的本質特徵之所在，悲劇性就是一種基本的審美現象。

此外，西元一九七〇年曼谷亞運的女子田徑賽中，台灣的運動者紀政參加多項賽事，賽前已有某些項目的成績，是當時世界運動者無法與他抗衡的，其中四百公尺乃於賽前即被認爲可輕鬆奪金的項目。出發時，展現

銳不可當的氣勢，跑完三百公尺已遙遙領先，然而，剛從彎道進入直線道不遠因大腿拉傷，痛苦的倒下，不僅即將到手的金牌飛了，而且造成運動生命的中止。觀眾無法置信，且感受到苦雨淒風之情，溢於言表。

#### 四、命運與共的糾纏

當支持的選手或團隊出場比賽前，滿懷期待之情無法言表，在過程中，則與他休戚與共，並經驗到命運與共的審美經驗。

東方人看張德培（前華裔網球名將）的網球大戰，猶如西班牙人看畢卡索一系列有關西班牙內戰的畫作，有一種命運共同體的情懷，就好像他們是心目中的英雄一般。當張德培一出賽，黃色臉孔的欣賞者命運與共的悸動都跟著他的表現而起舞，當他陷入苦戰而不氣餒時，我們繃緊神經為他加油打氣；當他來回不斷地奔跑將一個看似對手的致勝球而反敗為勝時，我們高舉雙手為他喝采；當他被對手掌控而無法施展時，我們變得沮喪。就在這場賽中，悲喜與亢奮交織成命運與共的悸動，擲入觀眾的內心深處。整個過程讓支持者產生命運與共的審美經驗。

此外，死忠的球迷觀看支持的球隊的比賽時，也具有同樣的審美經驗，例如國內觀眾在欣賞西元二〇〇四年亞洲盃棒球錦標賽的中、韓之戰，這也是能否進軍雅典奧運最關鍵的一役。從開賽時一壘手漏接的失誤，感到驚訝與可惜，一路上跌跌撞撞，令人忐忑不安，當追上比數時，又令人振奮，到最後再見安打的歡欣鼓舞。

在此運動情境下，無論結果為何（即使是失敗）？命運與共的審美經驗依然深刻地存在球迷的經驗中。

## 五、憐惜且讚嘆的審美經驗

在西元一九六〇年羅馬奧運田徑賽的女子一百公尺決賽中，播報員一一介紹每位出賽者，其中一位是美國優秀的女子短跑選手威瑪·魯道夫。他小時罹患肺炎、小兒麻痺，需要借助鐵架矯正，八歲才開始正常的走路，後來竟成爲一位出色的短跑選手（華路遠，2005，頁 59）。一位看過此場比賽的觀眾，接受訪問時談到：當我們欣賞這場一百公尺的競技時，帶著憐惜他以前弱勢的處境與奮鬥背景，眼看從起跑出發的強力優勢，跨著穩定與優雅的步伐，讓人很難聯想到他過去的處境。他不但率先衝過終點，而且遙遙領先對手，實在令人瞠目結舌、大為讚嘆。

在一百公尺競賽奪金之後，魯道夫又獲得二百公尺與四百公尺接力等兩面金牌，著實不易。

## 六、蕩氣迴腸的審美經驗

西元二〇〇六年第一屆世界棒球經典賽準決賽日、韓大戰，兩支亞洲的棒球強隊，南韓以六連勝闖進四強，日本在墨西哥擊敗棒球強國美國隊後，驚險又驚奇地以三勝三敗的戰績，搖搖晃晃且九死一生地進入四強賽，又在準決賽中再度遭遇南韓隊。在此之前，兩國二度相遇，南韓隊已連贏二場。日本隊誓言一雪前恥，南韓隊爲了闖進決賽，渴望再次瓦解日本。兩隊第三戰不僅是兩隊的殊死戰，更是眾多棒球觀眾矚目的焦點。

開賽時，雙方勢均力敵，日本隊以堅固的防守壓制南韓隊的攻勢，南韓隊亦同樣地還以顏色，雙方投手有效地壓制對方的打擊，防守可說是滴水不漏，一直以零比零僵持到六局結束。七局上半，日本隊第一位打者在兩好球之後，擊出二壘安打，南韓隊立刻更換投手，果然奏效，第二位打

者被三振。日本教練見狀馬上以代打上陣，竟然轟出全壘打，拿下二分。投手似乎有所動搖，投出一個似報復性的觸身球（甚為離譜地直接擊中打者身上），且被裁判嚴重地警告，緊接著投出暴投，後來又被連續擊出三支打。此局，在日本隊的蠶食鯨吞下，南韓隊共丟了五分，迫使南韓頻頻更換投手。雖然日本隊領先五分，但比賽的氣氛仍然緊繃，南韓隊仍試圖全力反攻。第七局下半，日本隊的先發投手依然讓比數停留在五比零，而隊友在八局上半又轟出一支全壘打，將比數推到六比零，且一直維持到九局下半結束。雖然終場日本隊以六比零完封南韓隊，但其過程所經驗到的是不到比賽結束，仍無法得知誰是贏家。雙方從開始到結束，皆全力投入整場球賽，永不放棄的精神感人至深，令觀眾感受到蕩氣迴腸的審美經驗。

## 七、剽悍相持與刺激美妙的審美經驗

西元一九九〇年世界杯足球賽的季軍頭銜是由義大利與英格蘭兩隊爭奪。在這場比賽前的一連串賽事裡（包含分組預賽，以及十六強與八強賽），義大利未輸一場比賽，只有在準決賽時與阿根廷打平罰十二碼球的情況下，才以三比四落敗，因此實力倍受肯定。而英格蘭是現代足球的起源地，亦為足球運動的傳統勁旅，準決賽時，也是在罰十二碼球的情況下，才以三比四輸給德國，實力亦不容忽視。

比賽甫開始之際，兩隊無論進攻或防守即展現剽悍的球風，快節奏的來回交鋒，屢屢創造出美好的進攻機會，對方經常以精彩的防守一一化解危機。當防守者阻斷對方的進攻時，常常快速反擊，無論長傳急攻或短傳推進，每每強力威脅到對手，雙方在技術、體能、意志上相互較勁，似乎一刻不停歇。全場令觀眾經驗到剽悍、刺激之典型歐洲球風，以及蘊含某

些南美風格（輕巧又美妙）的足球賽事，最終比數為二比一，無論那一隊獲勝，皆為一場精彩無比的運動競賽。

## 八、東風無力百花殘至柳暗花明又一村

一九七六年 NBA 總冠軍賽—波士頓塞爾蒂克隊與鳳凰城太陽隊的第五戰，曲自立（1995）欣賞之後，形容此役充滿了懸疑、怪誕與令人不敢置信的變化；有化險為夷的投籃、也有追平比數的得分；有預期、也有太多的不可能。在詭譎多變的情勢下，進入三次的延長賽，雙方的球員所剩無幾，氣力似乎已放盡，直到最後，觀眾目睹東風無力百花殘之後，經驗到柳暗花明又一村。其過程如下：

「鳳凰城太陽隊在不被看好的情況下，一路過關斬將、殺出重圍，進入總冠軍賽。反觀，波士頓被視為實力較強的隊伍，雖然前四戰是以二比二收場，但球迷仍相信第五戰，波士頓在自己的主場必勝無疑。第一節打完，似乎如大家所預期的，鳳凰城以十八比三十六遠遠落後；上半場結束（賽完二節），鳳凰城仍落後十六分，也就是第二節才趕上二分。下半場一開始情勢大變，鳳凰城快刀斬亂麻得到十七分，波士頓只得九分，一下子只剩四分的差距。雖然此時球迷不敢相信，但是，他們並不慌，因為他們的救星（哈維切克）仍在場上，果然在終場前三分四十九秒時，以九十四比八十五領先。然而好景不常，鳳凰城的後衛威斯特佛連投帶切外加罰球，一下子回敬九分追平，時間只剩三十九秒，這下全場呆住了，似乎每個人皆自問『為什麼會這樣？』，終場十七秒，鳳凰城又罰進一球，在此劣勢下，哈維切克誘敵犯規為波士頓拿下追平分，將賽事推到延長賽。延長賽終場前一分五十八秒時，波士頓領先四分，但接下來竟失誤連連，且被連

得四分，遂進入第二次延長賽。這次，雙方步步為營力求穩紮穩打，波士頓於終場前十九秒領先三分，鳳凰城的後衛突然放一枝冷箭，這也是他這場球賽唯一投進的一球，並造成剩七秒且僅一分的差距。此時，波士頓馬上叫暫停準備從中場發球，無奈將球發進時被抄截反攻得手，鳳凰城反倒領先一分，而且時間僅剩五秒。接著波士頓又叫暫停，且從中場快速反攻打板而超前一分，正當眾人（包含波士頓的球員）皆以為比賽時間到了，裁判卻堅持還有兩秒而震驚全場，在一陣混亂之後，雙方球員回到場上，此時，鳳凰城球員在該隊已用完暫停次數的情況下，故意向裁判作暫停手勢，而被判技術犯規，波士頓罰進一球後，鳳凰城從中場發動進攻，在約二十呎的地方跳投進籃，雙方再度平手且進入第三度延長賽。由於雙方主將不是體力不勝負荷，就是因犯規已滿而無法上場，只好由替補球員上場，作最後的努力，雙方似乎搖搖欲墜。在僅剩十二秒時，波士頓領先二分又擁有控球權，大局才逐漸明朗，最後以一百二十八比一百二十六分出勝負。」

雙方各有建樹，形成拉鋸戰，互有領先，呈現膠著的情況，繃緊神經不能放鬆，欲爭脫對方，拉大差距。一陣激戰之後，雙方可說是精疲力竭，猶如無力的東風吹不起巨浪，只見搖搖欲墜的景況。其中亦蘊含著糾纏交戰、剪不斷理還亂的經驗，猶如沉浸在小說情節中，感受到情節的高低起伏、曲折迴旋之經驗。到了最後一段，狀況逐漸明朗，對觀眾而言，可說是感受到柳暗花明又一村。

## 九、如癡如醉的審美經驗

欣賞運動者的演出（如韻律體操、花式溜冰、器械體操、競技啦啦隊

等)時,其呈現出肢體線條、動作難度、流暢性、創意性等之總合,令人沉浸在興奮、驚喜、陶醉、滿足、難忘與美妙等多重經驗中。有一位器械體操迷曾向研究者描述他欣賞單槓展現的經驗:

「在觀看前,我已知道該名運動者並非泛泛之輩,的確很值得期待。當教練員將他高高舉起握槓之際,他的力量及注意力已灌注在槓上,似乎一切就盡其在我了。一開始,身體擺動上槓,一切來得很平穩,接著開始沿著槓繞圈,順暢的轉動,任意的變換身體的方向,讓人感覺他的手掌好像沒有接觸到槓上,突然!身體離開槓並騰空轉了一圈(此刻讓我一悸)再抓住槓,真是無懈可擊!展現依然繼續下去。接著,連續表現兩次分腿騰空接槓,亦令人目瞪口呆。準備下槓之際,身體高高地拋向空中,猶如衝向屋頂一般,在團身後空翻二周轉體兩圈後,如釘子釘住一般的著地,一動也不動。此讓我看得如癡如醉。」

此外,在花式溜冰比賽中,也常出現如癡如醉、扣人心弦的審美經驗。運動者傑出與動人的表現,在冰場、燈光與音樂的搭配下,形構一個特殊的整體氣氛,觀眾置身在此情境當中,經常經驗到此回味無窮的經驗。

## 十、極致合作之審美經驗

許多團體性的運動項目經常出現合作無間的執行,其中以美式足球龐大陣容、分工細緻的情況(包括多位教練組成作戰指導;運動者分為進攻組、防守組與特別組,每組的運動者亦需扮演不同的角色),更能在運動場上顯現出極致合作的特色。比賽時,各個教練與運動者各司其職,每個教練分工合作(包含攝影與分析戰況...等),再由總教練負統籌。當教練將訊息提供至場內,運動者依此決定進攻、防守或罰踢的執行,戰術一下

達，每位運動者貫徹實施，包含四分衛如何處理球，跑衛如何接球，大家彼此合作、相互信任。觀眾所經驗到球場上的較量，呈現亂中有序，序中亦能隨時調整的精彩過程，以及其他方面的支援皆融為一體，即感受到雙方團隊在場內與場外，所展現之合作極致的審美經驗。

觀眾帶著前見解欣賞運動競賽，猶如玩一場遊戲，沒有觀眾即沒有此場遊戲。當觀眾專注地投入遊戲中，一方面他玩遊戲，同時遊戲也玩他。此時，他與運動競賽結為一體，不分彼此，於是產生審美經驗。

#### 第四節 運動審美經驗的註解

在描述運動審美經驗的內涵後，進一步提出其所蘊含的特性作為註解，以下則從運動者與觀眾兩方面分別說明。

##### 一、運動者審美經驗的註解

研究者以為，運動審美經驗是一種運動場上的真實經驗，一種回到人類原初的經驗，此經驗的特性可註解如下。

###### (一) 由主體意識回至主客互融的經驗

當運動者置身在運動當中，原以為可以主宰運動競賽（無論輸贏），因為，包含是否參與運動競賽？參與何種運動競賽？以什麼戰術面對對手？何時換人？皆可以由運動者自身決定。甚至運動者的審美經驗，亦為運動者之主體意識的產物。

事實上，運動者置身在運動競賽中，審美經驗乃是他主動執行與被動

承受運動情境之交互作用的結果。亦即運動者帶著前見解（如運動技能、經驗、想法等）參與運動（主動），面對變動不居的運動情境，產生種種的回應（被動），且不斷地循環下去。至於此執行是主動？還是受到情境而被動使然？已無法區分。因此，在此過程所形構出的審美經驗，為一種無分主客（運動者與運動競賽情境共融）的整體經驗。

### （二）由瞬間的體驗回至時間性的經驗

運動者累積許多過去的經驗參與運動競賽，經驗到蘊含悲、苦、喜、樂、哀...等激情，這些經驗觸發了運動者的審美經驗。換言之，它不是瞬間的體驗，而是包含現在情境的經驗，也滲入過去的經驗，以及預期未來的經驗。亦即運動者的審美經驗是一種時間性的經驗，它是具有連續性。例如運動者在籃球場上，若經常展現出助攻，他所經驗到助攻的審美經驗並非只是某一次的助攻瞬間，而是還包含以前的助攻經驗；本場競賽之前幾次的助攻經驗；以及在助攻與助攻之間的其他經驗等，而且也期待下一次的助攻。因此，整場比賽的經驗是在此連續的時間性中所形成，並孕育出審美經驗。

### （三）從抽象的意識回至具體的經驗

運動者的身體執行即為具體的經驗，它把理性的抽象意識結合前見解由身體化為具體的實踐。因此，他的審美經驗是身體直接參與運動競賽所形構出的具體經驗，而不是以科學意識從旁去分析所得到的抽象經驗。身體與運動情境交互作用，經由跑、跳、跨、揮、擊、投、打、傳、接、扣殺...等表達，此表達過程產生具體、獨特與深刻的經驗，形成運動者的審美經驗。由於抽象的意識乃在具體經驗（亦即具體經驗優先於抽象的意識）

之後，再經由智性思維所產生的，所以審美經驗是從抽象的意識返回到具體經驗之處，此具體經驗也是一種融合認知、實踐與情感的經驗。

#### （四）從客觀的標準回至開放性的經驗

運動者在學習運動技能以及戰術的認知，大部分以客觀的標準為遵循的依據，似乎這個標準已限制運動者，此客觀的標準在於透過智性思維所產生，並非原初的經驗。然而，由於運動者的審美經驗乃為身體直接參與運動競賽所獲得的經驗，身體本身具有開放性（創造性），而且身體必須開放自身方能融入該遊戲中，因此，它是具有開放性的經驗。此開放性即為審美經驗所呈現出混沌、矇矓與交錯，以及可接納新的經驗的特性，無法用客觀的標準加以衡量。所以，運動者的審美經驗是一種放下客觀標準的束縛，並回到開放之境的經驗。

## 二、觀眾審美經驗的註解

觀眾的審美經驗，是置身在運動競賽情境的直接經驗，它是由多樣經驗所形構而成，至於其特性可註解如下：

#### （一）由主體意識回至主客互融的經驗

當觀眾將自身視為審美的主體，並以直覺獲得運動競賽的審美性質，此為審美意識。然而，觀眾的審美經驗，乃是觀眾在欣賞的過程裡，自己向運動競賽開放，運動競賽在欣賞者面前展現自己，並非是觀眾主動地（主體）去欣賞與把握一個對象（客體【運動競賽】）。觀眾不可能沒有運動競賽而單獨存在，運動競賽之所以被視為一部作品，則它無法脫離觀眾而單

獨存在，而且也無法脫離其存在的世界。當觀眾玩一場欣賞運動競賽的遊戲時，一方面他玩遊戲，另一方面遊戲玩他，在此往返的過程中所產生的審美經驗，是一個主客互融的整體經驗。

## （二）由瞬間的體驗回至時間性的經驗

觀眾在欣賞運動競賽時，會經歷到許多瞬間的體驗。然而，觀眾的審美經驗並非只是瞬間的體驗，它是累積許多過去的經驗，並在參與的過程中，形成同時性的經驗，此乃是結合過去、現在與未來而成，且為具有連續性的時間性經驗。這些經驗觸發欣賞此場運動競賽的審美經驗，例如欣賞美國職棒大聯盟水手隊的日籍運動者鈴木一朗的比賽時，當他擊出一支安打時，觀眾所經驗到的不只是擊出的那一瞬間，而是帶著以前欣賞他參與比賽的經驗，以及該場比賽過程的其他經驗的連結。當他擊出的是追平一球季的安打紀錄的安打，或是締造紀錄的安打，或者是無關紀錄的安打；再加上該安打又是球隊在該場比賽一直無法擊出安打的情況下所擊出，或是一支再見安打，或者是眾多安打的其中一支，則觀眾將經驗到不同的審美經驗。此亦可說明觀眾的審美經驗，是一種具有時間性的經驗，亦即一種與過程連續、與過去經驗連續的經驗。

## （三）從抽象的意識回至具體的經驗

當觀眾未融入運動競賽時，有時以審美意識理解運動的審美性質，此屬於一種抽象的意識。以抽象的意識理解運動競賽，對親身參與的觀眾而言，是一種間接的理解運動競賽。然而，對觀眾融入運動競賽中，乃以具有思考性、記憶性、創造性的身體獲得具體經驗（此經驗發生在抽象意識前，所以優先於抽象意識），並形構出審美經驗。觀眾的審美經驗乃是從

抽象意識返回到一種直接、具體的經驗，一種令觀眾深刻、回味的經驗，也是一種融合認知、實踐與情感的經驗。

#### （四）從客觀的標準回至開放性的經驗

在審美意識中，認為審美是具有客觀標準，審美對象可以獨立於其存在世界之外。事實上，審美對象無法脫離其存在的世界，而且觀眾與審美對象及其世界彼此開放自身、交互作用，產生混沌矇矓的經驗，此經驗即具有開放性，無法用客觀標準加以衡量。由於客觀標準乃是人在直接經驗之後，使用理性思維進行理解，再與眾人形成共識，並制訂一個共同遵循的標準，所以它與直接經驗相距甚遠，而且限制了直接經驗表達的空間。觀眾的審美經驗則是擱置此思維，回到一個直接且具開放性（亦指接納新的經驗）的經驗之展現。

### 第五節 本章結語

經過運動意識與運動審美意識的澄清後發現，運動世界中充滿著此二者。有關運動意識下的產物包含運動的認知、運動訓練、運動表現與運動研究等，其主要以科學的意識瞭解運動的意義，運動表現的優缺，運動研究是否專業、有價值，以及如何促進運動成績。有時，由於運動意識的影響，讓我們不知不覺地以審美意識去欣賞與面對運動競賽。此運動審美意識在運動者與觀眾方面皆發生作用，產生運動審美區分下的美，包含瞬間的快感、創意的喜悅，以及身體美、動作美、流動美、情境美、獲勝之美與驚奇之美等，這些美不僅是個體直覺的判斷，而且將審美對象（運動競賽）從其存在的世界中切割出來，有時還將運動者從運動競賽中獨立出來

(如身體美)。

然而，運動的審美經驗並非只是審美意識的理解，它是運動參與者帶著前見解置身在運動中，與審美對象真正玩一場遊戲所產生的經驗。此為包含參與者的前見解，以及運動競賽本身與其存在世界的整體性的經驗，亦即此經驗具有歷史性（包含運動者、觀眾與運動競賽的歷史性）與統一性。而本章提出運動審美經驗的內涵包含在運動者方面有：無不相容的審美經驗；無止息的超越自我經驗；風起雲湧百激盪、驚心動魄難意表；清澈沈靜的審美經驗；風吹草動的細膩性；以及捨生忘死的審美經驗等。在觀眾方面的審美經驗則包含：超越過去與他人的審美經驗；靜如鐘、動如不倒翁之「穩」的審美經驗；悲劇性的審美經驗；命運與共的糾纏；憐惜且讚嘆的審美經驗；蕩氣迴腸的審美經驗；剽悍相持與刺激美妙的審美經驗；東風無力百花殘至柳暗花明又一村；如癡如醉的審美經驗；以及極致合作之審美經驗等。

本章將運動審美經驗提出並分項說明，並非意指這些內涵已涉及所有運動的審美經驗，亦非意謂審美經驗本身所具重疊與糾纏、含糊未明的特性「可以」如此劃分。而主要在於研究者在理解（包含親身的經驗）的過程中，就自身能夠掌握到的內涵，分項加以描述，以期讀者（理解者）能夠清楚地瞭解。

經由運動審美意識的澄清，以及運動審美經驗內涵的揭露後，研究者試圖凝聚其所彰顯出來的特性，為運動審美經驗立下註解。雖然其分為運動者與觀眾二方面說明，然而，它們所獲之審美經驗的特性，在分析之後皆為：由主體意識回至主客互融的整體經驗；由瞬間的體驗回至時間性的經驗；從抽象的意識回至具體的經驗；以及從客觀的標準回至開放性的經驗等。此特性皆在於從審美意識返回運動參與者親身經驗的審美經驗，亦

即一種兼具連續性、開放性與整體性的具體經驗。

上述亦說明，欲得運動審美經驗並非透過語言與文字的轉述，而是親身參與於運動競賽之中。惟有如此，才能產生從運動者或觀眾身體的全部希望、記憶與感覺中所爆發出來，且具有目的、功用、實踐、理性、情感等相融的整體經驗。猶如希恩提及，在跑步的過程中經驗如同藝術家的經驗，是從身體的全部希望、記憶與感覺中，所噴射出來的清泉（蘇丁 譯，1991，頁 109）。

