

痛與破之轉折：一位空手道選手之自我敘說

劉亞力 高麗娟 謝富秀

臺北市立體育學院

摘 要

本文為一位臺灣參與 2006 年杜哈亞運空手道比賽女性選手的自我敘說，敘說研究立基於對經驗的尊重，敘說是一種瞭解經驗的方式。因為人唯有在敘說生命的故事時，生命裡的事件和行動才會變得有意義，而運動員藉著說自己的運動經驗故事，讓經驗再呈現。說「自己的故事」的人是在做一種創造自我的工作，以「我」來說故事，Ely 認為至少有兩個基本意義，一是「尊重」研究對象；二是「權力」的賦予。本文以敘說方法說出一個運動員負傷出賽的故事，主要的目的是提供讀者一位競技運動員如何體驗運動生命的一種意義呈現的方式，企圖邀請讀者來思考敘說者的負傷出賽的過程與意義，而非意圖告訴讀者應該怎麼去想才是正確的。本文共包括三大部分：「敘說之前」、「記憶猶新」以及「敘說之後」。「敘說之前」說明自我敘說的理論基礎；「記憶猶新」是故事本體，從運動員在左營訓練中心的訓練生活開始，以七個段落來佈局：暴風雨前的寧靜、天馬行空、白袍宣告、披戰袍上戰場、驚險之役、大意失荊州和激戰巴西制。「敘說之後」說明敘說研究的語言與判準，且包含該運動員之反思，認為在敘說中更能增加對經驗的理解，也重新體驗了空手道這個項目的意義。

關鍵詞：第一人稱故事、運動質性研究、運動經驗、運動傷害、運動意義

壹、敘說之前

劉一民教授（2005）曾呼籲運動研究應還給運動經驗尊嚴，如何給予運動經驗尊嚴？我們認為首先運動員要勇於敘說自己的運動經驗。敘說是探究運動員運動生命的方式（陳美華，2006），因為人唯有在敘說生命的故事時，生命裡的事件和行動才會變得有意義（王勇智、鄧明宇，2003），而運動員也可以藉著說自己的運動經驗故事，讓經驗再呈現，運動

員為自己發聲 (giving voice)，也為自己運動生命中的事件與行動找到意義與價值，提供一個閱聽者可以了解運動員的「認識 (knowing) 平台」(高麗娟，2007)，運動質性研究方法相關書籍，例如 Markula 和 Denison (2005)，及 Sparkes (2002)，對運動員生命故事的書寫也多所著墨，二處都肯定質性運動生命故事書寫在研究方法上的重要性，因為這種方式的寫作由敘說者的生命經驗中萃取故事，可以顯示出敘說者「生命是如何活過的，正是從人的內部做全面式的理解」(Markula & Denison, 2005)。本文旨在敘說一位臺灣參與杜哈亞運空手道選手帶傷比賽的故事，在說這樣一個以「我」—第一人稱敘說的故事(I-Story) (Ely, 2007) 之前，本段先說明二個與這個故事敘說相關的方法與概念：

一、自我敘說

「自我敘說」(self-narrative)是指「個人『自我產出』(self-make)與『自我有關』(self-relevant or self-regarded) 的自傳式故事」(Kao, 2008)，Brunner (2002) 在他的書《Making Stories: Law, Literature, Life》中提出自傳式故事的觀點，他認為人們在產出自傳式的資料中會學習到自己是誰，也能夠覺察到自己能夠變成怎麼樣的人；他認為說「自己的故事」的人是在做一種創造自我的工作，這種工作包含「外向內」(outside-in) 以及「內向外」(Inside-out) 的滲透，也就是個人竭力保持自主（對自己）與承諾（對別人）之間的平衡，誠如人在每天社會世界的生活中也正是這樣在過日子以及如何和和其他週遭的人互動，所以，人們在做自我敘說時，就是在故事中去聽見或讀到「我」如何在建構一個掙扎於自主與承諾之間自我，這個自我就是每天在人間生活的那個「我」的一種反映。

有關「自我敘說」，除了 Brunner 還有兩位學者的看法常被引用，一位是敘說理論重要的心理學家 Sarbin (1986)，另一位是輔導學家 Polkinghorne (1988)。Sarbin 認為一個人在說自己的故事時，他（她）是在建立自我認同，但是自我敘說隱含著一種風險，因為在自我故事的發展中，敘說者需不斷地挑戰自己的故事中的那個「我」，然後去生成一個自我的故事。在自我故事的建構中，敘說者得以發現自我，這個自我是從過去被重新追憶出來的，基於對自我過去的整合，敘說者才能在故事中構築自己的未來，以延續那個未來的「我」。

Polkinghorne (1988) 提出「自我一如故事」(“Self as narrative”)，他對自我敘說的想法是：

「我們經由使用故事的結構來實現我們的自我認同與自我概念，在這種單一表露和發展的故事中，我們促使自我的存在整合為一個整體，而且我們也在敘說的當下理解了這一件事情。」(p.150)

因此，自我敘說是一種自己產出的自傳式生命故事，敘說歷程中，敘說者去追憶自己過去所經歷的事件，故事中包含「我」另有一些重要他人，故事反映出實際生活中的那個人對自我的理解與認識，因此敘說中敘說者得以建構出自我認同與對自我的概念。

二、第一人稱的故事

Ely (2007) 為質性研究書寫提出若干例證與說明，包括「第一人稱的故事」(I-story)、詩作、劇本、精華小品 (vignette) 或軼事 (anecdote)。本文採用「第一人稱」：「我」來敘

說一個運動員負傷出賽的故事。將研究對象以「我」來說故事，Ely 認為至少有兩個基本意義，一是「尊重」研究對象；二是「權力」的賦予。「尊重」的作法有別於實證論(positivism)觀點將研究對象視為「受試者」，研究報告的展現以研究者為中心；但是，若將研究對象以「我」出現在研究報告當中，是將研究對象擺在研究的中心點。這種作法使得「『我』的故事」產生力量。除此之外，以「我」書寫，在敘說性研究的表達上將更流暢，而且讓故事呈現研究對象的聲音 (voice)。本文以敘說方法說出一個運動員負傷出賽的故事，主要的目的是提供讀者一位競技運動員如何體驗運動生命的一種意義呈現的方式，我們企圖作的是：邀請你（妳）來思考敘說者的負傷出賽的意義，而非意圖告訴你（妳），應該怎麼去想才對 (Ely, 2007)。

這是「一種『流動的』研究，一種挑戰既定與表徵認定的研究」(蔡敏玲、余曉雯，2003)，因此我們對於研究可信任性 (trustworthiness) 的第一步要求是以一年的長時間去關注這一份經驗，並且「保持醒覺、經常思慮」；另外則是在文本中強調故事現場可辨識的「顯明性」(apparency) 和「逼真性」(verisimilitude)，另外則是以「解釋」、「邀請」的態度去描述這一份經驗以達到「真實性」(authenticity)、「適切性」(adequacy) 和「可能性」(plausibility)。

於是，我們要開始以「我」來說這個競技運動員的一段參與亞運的比賽經驗，這位運動員先談自己進入空手道的緣起與說故事的背景，隨即進入故事的主體－「記憶猶新」：

我是一名空手道的選手，雖然我從 13 歲、國中一年級的時候才開始接觸空手道這個運動項目，相較現役的空手道國手，這個起步似乎有點晚。我當時參加的是國中的社團活動，由於國小和國中都是學校毬球校隊隊員，所以下午練完球回教室後，熱門社團都已然無缺，那個年紀誰不想要參加籃球社阿？但是很現實的狀況發生了，學校中就只剩下拼圖社和空手道社尚未額滿，以我好動的個性，去做拼圖，我一定是坐不住的阿！坐我隔壁的一個男同學就說：「我們去空手道社玩玩好了。」，就這樣，我們兩個人就加入了空手道社，和空手道邂逅，也因此踏上了這一條「不歸路」。

在國三要考高中的時候，那時候曾考慮往國外發展，接受不同國家的文化洗禮，基於多層因素考量，我還是報考了小時候夢寐以求的體專五專部獨立招生入學考試，也在 1997 年順利的進入體專就讀。在五專就讀期間，可能是因為國中才剛畢業，稚氣未脫，專長課中嚴苛的「魔鬼訓練」，並不是馬上就能接受，加上訓練時間是在早上七時三十分，甚至晚上還要留在學校繼續練習。由於從未承受過這種專業訓練環境，以致於產生不適應的情況。當時臺灣北部的冬天濕冷氣候，清早時分讓人極度不想離開暖暖的被窩，因此常怠忽訓練的時程，期末專長訓練課程無法獲得及格分數，也就造成慘遭延畢的下場，以至於五專階段讀了六年。之後，又因為畢業時當時學校的二年制僅存在職專班學制，我在選擇他校二年制還是重新推甄同校四年制的徬徨中，決定從大學一年級再度開始讀起！就在那時，情同親姊妹的學姊對我說：「我建議妳讀四年制會比讀二年制來得好，如果妳往後要申請國外的學校，學歷會比較好申請，或是以後找工作，在履歷上也會有些許優勢。」就這樣我接受了她的建言，以推甄方式進入體院，從大一開始讀起，也因曾就讀五專的原因，我得以抵免了 50 個學分。

大學順利畢業後，到了思考要不要報考研究所的階段，當時對就讀研究所沒有任何懂

憬，但是我仍想保有繼續比賽的機會，我覺得我的選手生涯中國際賽的成績並不完整，學姊又再次對我建言：「妳的年紀，妳要不要考慮出社會工作了？一直當選手也不是辦法！」我認真考慮過她的建言，但現實層面的考量，使我還是決定以推甄方式第三度進入體院就讀研究所，再給自己多一些時間繼續鍛鍊空手道技術。

接著就順利進入了研究所，這一系列訓練直到現在，已邁入我的空手道生命的第十五個年頭。光陰匆匆飛逝，其間參加過為數眾多大大小小的空手道比賽，使我從初生之犢，轉化成為空手道國家隊運動員。我身經百戰的運動生命故事隨著自己身體、心理、精神各方面的成長，當遇到「敘說探究」（蔡敏玲、余曉雯，2003）的方法時，頓時造就我撰寫這段亞運「痛與破之轉折」故事的緣起，我的身體、心理與靈魂一直對這一段比賽經驗有一種獨特的連結，揮之不去；然而，實證論或實證色彩較濃厚的其他質性研究方法並無法提供任何取徑，使我可以去「深化」這一份經驗達到我「運動生命的成長」，或是讓我也因此能以這份「參與」增長我去「反省體貼運動生命的靈性」（劉一民，2005）。以下即為我以自我敘說方法所回溯的「痛與破之轉折」之故事：

貳、記憶猶新

2006 年漫漫一整年，這幾百個日子、幾千個小時都在高雄左營國訓中心渡過，期間除了待在中心過著類似集中營的規律生活外，還會有出國移地訓練和比賽的機會，這些為的就是參加 2006 年杜哈亞運空手道比賽，並且期許能在比賽中奪得好成績。我們空手道項目的出發時間是在 2006 年 12 月 8 日，我們是最後一批出發的選手，賽程是在一個星期後，最後一批出發的選手似乎都背負著龐大無形的壓力出征。

我該從哪兒說起？著實不容易。而文字也無法喚回逝去的時間與經驗，還有那些面孔、笑容及傷口，但是這一份經驗如哽在喉，我還是得盡量說出來。記得出發至卡達杜哈亞運的前兩天，不幸的事情就這樣發生了，在下午練習正要結束前的幾分鐘，我的右腳大拇指竟然意外受傷。事情發生的來龍去脈，這輩子我大概不會忘記也無法忘記，以下就是包括受傷到比賽前整個的經過及亞運會時上場比賽的情景。我用了七的副題來敘說這一個故事：一、暴風雨前的寧靜，二、天馬行空，三、白袍宣告，四、披戰袍上戰場，五、驚險之役，六、大意失荊州，七、銅牌之爭。

一、暴風雨前的寧靜

故事的開始是十二月，這個時候應該算是冬天吧！但是南臺灣的太陽卻發狠似地無情肆虐在我們這些集訓運動員身上，體育館的空調正吃力地從出風口中吐出若有似無的冷風，本意是希望這陣陣的冷風能夠在這棟建築物裡到處遊蕩，帶給我們清爽的感覺；令人感嘆的是，這棟建築物裡正在接受訓練的人們，似乎沒有一個人注意到正四處晃動的風，這風也無法帶給我們一絲絲的涼意。

在練習結束前，日本教練要我們來個小小的模擬比賽，只要先從對方身上得到一分就算贏，但是先決條件是，要得分才能結束，否則就要一直在場上拚個你死我活，直到有人

先得分才能換組。看似簡單，實際上要執行還是有它一定的難度存在。比賽由日本教練當主審，所以是否得分必須經由他的認定才算得分。日本人的打法，很強調在得分的強度上，所以難度更是難上加難了，我突然有一種打不完的感覺直竄過我腦袋。

就在最後一場，我的對手是學弟，他是全隊柔軟度最差，但是最認真的隊員，平時我們都說他是全隊骨頭最硬的「硬邦邦幫主」，因為我們和他練習時互撞，他都不會覺得怎樣，但是我們身上都會黑一塊、紫一塊的。¹在我和學弟一陣你來我往的攻擊過程中，我覺得體力已耗竭，也顧不得打了多久，感覺上分分秒秒的時間都過得很苦很漫長。每一波的攻擊完後，我們兩人的眼神同時投向日本教練身上，冀望著會看到他做出得分的手勢，但是他的黯然回應一次又一次帶給我們失落。就在最後，我感覺時機到了，感到學弟有想就要衝進來攻擊的衝動，我腦海頓時閃過一個念頭，他衝進來時，我就用我的得意技—前踢，來和他搶時間²。所以，當時不論怎樣看來都覺得我比較佔優勢。念頭才剛閃過，大概可以用光速的速度來計算吧！而那麼巧，戲就這樣上演，猶如我是導演一樣在主導，學弟衝進來攻擊，我在他正移動的瞬間，我的右腳完全不經大腦思考就瞬間反射做出了前踢的動作來和他搶時間，我感覺到我踢中了他，我們兩個同時有了反應，他跪在地上揉著膝蓋，我則坐在地上，無法動彈，時間頓時凝結。

突然有個感覺纏住了我——一陣痙攣從右腳大拇指間爬上來直竄到我的後腦勺，然後蔓延到全身，那是甚至是每個毛細孔都能夠感受得到的疼痛。我眼角不由自主地泛起微小淚光來，我眨了眨眼睛，用道服的左邊袖子把眼角極小滴的淚水擦拭去，而右手則緊緊握住右腳大拇指，想用壓迫的方式來分散疼痛感，意識稍微回過神後，接著我抬起頭來環視四周，我看見學弟拿著一包冰塊衝過來站在場邊，眼神轉向日本教練，他比著要我們站起來繼續比賽的手勢。我很痛，但是日本教練一直堅持要我們站起來繼續比賽，於是我嘗試著站起來，我要趕快把這場比賽結束掉，就可以快去防護室做治療，然而，我一站起來就又立刻坐下，日本教練在一邊還是持續比著要我們繼續比賽的手勢，口中並說著「繼續」的日文。這時我開始心裡對話：「我已經痛到站不起來了，你還要我繼續，會不會太殘忍阿？！」緊接著浮現另外一個念頭：「好！我現在不能動，那我就站在原地不動等你攻擊。」於是我就採用這種打法，大概學弟也想趕快結束比賽，他就真的照我所想的先攻擊，我就反射的直接出拳搶他時間，然後日本教練終於判分了，最終我也忘記是誰得分了。

結束後，我頓時感到身體鬆軟無力，整個人全身都在冒冷汗，雙腳也已支撐不住我的身體，便直接坐了下來，場邊的學弟立刻衝進來拿冰塊給我冰敷。我看了我的右腳大拇指，它因腫漲變形，看起來很奇怪，我想應該是挫傷之類的吧！

二、天馬行空

夜開始得極不順利，醒來時，天色還沒亮，每天固定時間會響的鬧鈴也還沒響。我躺著，眼睛看著從縫隙透進來一閃一閃的光，最終慢慢明亮整個房間，一陣一陣的刺痛感從

¹ 空手道比賽的規則中，男生比賽是三分鐘，女生比賽是兩分鐘。

² 空手道的規則中，用腳的技巧攻擊身體的部份，是兩分，而手部的技巧得分，是一分。

腳趾透過神經傳達到全身，我開始煩躁了起來，又不想吵到同寢室友，開始思索一些事情，想分散注意力，今早防護員大姊要帶我去左營海總看醫生，察看傷勢的程度如何？會不會影響到一個星期後的比賽？還是，我甚至根本無法參加比賽！越想心情越糟，似乎都是往壞的方面去想，不如不要想了。

房間內很熱，空調出風口只微微送來點點冷氣。我討厭夏天的理由只有一個，就是天氣太熱了……身體不舒服。要不是為了要參加亞運，我早就扔下一切，跑到阿拉斯加費爾班克斯欣賞北極光或是整天待在夏威夷海邊度假了。對！就是夏威夷，不是其他東南亞的島嶼，因為我喜歡美國勝過於東南亞，因為我喜歡身處在有海的環境，我喜歡被海包圍的感覺……在去夏威夷前，先去欣賞變幻莫測的北極光好了。當然，這些都只是愚蠢的想法及夢想而已。對我而言，拋下這一切跑去度假一事還嫌太早，起碼還不夠資格。

電話響起一陣急促又討人厭的鈴聲，彷彿正特意命令我甦醒一般。我摸索到手機，把鬧鐘給關掉，跟著翻身起床，依慣例到浴室，只是今早是單腳跳躍代替正常走路的步態。我往牙刷上擠了牙膏後，嚴格又仔細的刷起牙來。然後，又跳躍式的到衣櫃前，褪去睡衣，換了件平常的運動服，隨手拿了手機，還有健保卡和皮夾一同收進口袋。還有一樣不能忘——隨身聽。我其實根本不需要聲音，但就怕無聊，也可以分散我在等候看醫生的緊張感——這可是個無從捉摸的隨身配備阿！

三、白袍宣告

我吃力地以跳躍方式跳到樓梯口，緩慢的下樓梯，再吃力地跳到宿舍後的防護室去。防護室大姊早已準備好車載我到醫院去。到了醫院先辦理掛號手續，因為我們是左訓選手，所以醫生會幫我們先看診。因為是看骨科，所以先去照 X 光，看骨頭是否有異樣？結果，它變形成我都不認得我的大拇指了，骨頭一定有異樣阿！照了內側、外側的片子後，再回到門診外等候被叫進診間內接受事實。

我閉著眼睛坐著，聽著最近常聽的音樂，隨身聽裡的音樂根本毫無章法，因為是我自己所燒錄的音樂選集，所以扣人心弦的靈魂樂可以隨機與搖滾樂團「The Smashing Pumpkins」和「My Chemical Romance」樂團穿插著播放。對我而言，什麼樣的音樂就會與什麼樣的事件湊巧相逢。而今天，這樣的機遇正巧落在 My Chemical Romance 的主唱，那充滿著爆發力的英式龐克搖滾嗓音上。

突然，診間的門開了，診間內的護士走出來，我聽見從她口中發出的聲音，她在叫我進去看診，我半跳躍式的以跳代走進入診間，坐在病人看診的位置上，我用尋常的目光注視著幫我看診的醫生，我感到很緊張，我可以感受到喉嚨間的乾澀、牙齦間的麻痺感，加上猛烈的心跳以及不斷擴張的緊張感。所有的徵兆都是間接的，但同時又如此清晰，以致於無法忽視。醫生將我的 X 光片顯現在電腦上，醫生邊看我的片子邊左右搖頭，我感到大事不妙，醫生終於開口了，他低沈的問我：

「妳確定妳還要比賽嗎？」我愣了一下，

「要阿！」我回答。

醫生再次問我，大概是想確定我的答案，我再次給他我肯定的答案！接著醫生說：

「妳的大拇趾是粉碎性骨折，妳看片子，它已經碎成三塊了，旁邊還有屑屑，現在正處於非常不穩定的狀態，萬一有個不小心的碰撞，它即有可能成為開放性骨折，照常理來說，現在應該馬上打鋼釘固定，但是妳堅持比賽，我先建議妳帶護木固定住，就像妳說的，一個禮拜後比賽，那現在先帶護木固定，然後妳必須要拿拐杖，來減輕左腳肌肉的壓力，才不會對左腳也造成傷害，對右腳傷也比較好。」

離開醫院回到訓練場的途中，我向防護員大姊說，先不要告訴教練實情，我想要比賽，大姊後來告訴教練說是挫傷，目前需要休息。就這樣，我就開始拿拐杖，然後乖乖的到防護室報到，乖乖的做治療，而目前所能做的也只有冰敷，不停的冰敷，不斷的冰敷，來減少腫脹，降低疼痛。

四、披戰袍上戰場

終於到了出國當天，我杵著拐杖去坐飛機，用拐杖行走真是令我感到非常高難度。最痛苦的莫過於趕轉機，一切都是那麼不方便、不靈活。用拐杖很吃力，我可以感到我的雙臂開始僵硬、發軟、無力，儘管機場有冷氣，我卻感到大汗淋漓。

晚上很晚才抵達杜哈亞運的選手村，選手村周圍一片荒涼，幾幢不起眼的商店卻是美式餐廳和大型賣場。但是離選手村有段距離，我杵著拐杖更別想去晃了。要進入選手村須要辦很多繁雜手續，還要經過層層安檢。過了很久，我們坐著高爾夫球車到我們中華台北所安排住宿的房間，我們空手道選手住在同一個空間裡，只是不同房間，三個人一間，所以，空間真的算很大。

隔天，我們去了選手村的餐廳用餐，接下來這整個星期都會在這裡用餐。白天看選手村，才知道有多寬廣。選手村的選手餐廳寬敞到超乎我的想像，餐廳內有供應五大洲的食物，所以不用怕食物不合胃口，還有供應冷食及熟食等等，只要是想得到的，選手村餐廳都有供應，而且還是 24 小時開放。

距離比賽還有三天的時間，我們可以至熱身場地練習，第一天，我先去防護室做治療，防護員和醫生問我傷勢如何？然後，說要看我的片子，於是，我將 X 光片交到他們手上，同時心想，他們可以認同我想上場比賽的心情，並且支持我。在大家一陣傳閱後，給我的回應都是：「妳不能比賽了啦！妳的這個傷勢很不樂觀。」我所接收到的訊息幾乎都是負面的回應，除了我們的防護員大姊之外，還有另外一位防護員姊姊以及隨隊的醫生支持我，就足夠讓我感到很欣慰，至少我不是一個人，不是孤單的。

下午，我們去了練習場練習，但是我還是無法參與練習，我坐在一旁看著防護員幫我貼紮，她試著幫我貼紮，好讓我可以上場比賽。我們試了很多種貼紮的方法，想把疼痛降到最低，可以固定，又可以讓我做動作。就這樣貼了又拆，拆了又重貼，不斷的試踩、試跳、試著移動，看哪一個方式是最好的，結果，今天的練習就這樣渡過。第二天，還是一樣到練習場去練習，我還是一樣在一旁嘗試各種貼紮的方式，不過，今天有好一點，貼起來的感覺還不錯，貼紮後，我可以移動、可以跳躍，還可以攻擊和踢。原本「盪」到谷底的信心，稍微回復一點了。原本想著只要能讓我出國就好的心態，轉變為現在可以上場比賽的感覺更往前一步了。不過，我還是很擔心貼紮後，我流汗，我的腳會在貼布裡

產生滑動的狀態，於是，防護員幫我和手球隊借了她們的球膠，讓我塗在腳底，防止產生滑動的情形。下午教練終於開始產生懷疑，他懷疑我為何都不跟著練習，總是在一旁貼紮，最後防護員大姊和醫生告訴他詳情，他遇到我後，他說：「這麼嚴重怎麼都不講？妳想要比賽，妳自己把切結書寫一寫，晚上拿給我。」就這樣冷淡，反正我也不期望他會說什麼，不要說反而對我是最好的。

最後一天的練習，防護員大姊再幫我貼紮成可以上場比賽的方式，然後我試做了一些動作，感覺不錯，對於明天即將到來的比賽，我的信心大增，只希望不要出狀況就好，我可不想被抬下場。晚上做完治療後，早早就上床準備迎接明天的比賽，也是為了不要多想，明天比賽狀況會如何。

終於到了比賽當天，我訓練了那麼久，就是等這一天的到來，雖然這次狀況不佳，但是我還是很期望能夠呈現有水準的表現。我一拐一拐的走進熱身場，每個人都很好奇我的腳怎麼了，和我同量級的選手，似乎張大了眼，我猜他們應該心想，「受傷還打什麼！」他們一定正抱著輕敵的態度打量我。越快接近我要比賽了，防護員大姊開始幫我貼紮。之後，我開始熱身，我感到旁人不時對我投以好奇的眼光，剛剛不是一拐一拐的嗎？怎麼現在可以熱身了？我想解答他們心中的疑惑，這就是貼紮厲害之處阿！賽程似乎拖延了許久，我也不知道熱身了幾次？道服溼了幾次又乾了幾次？就這漫無目的的等下去，都不知到確切的時間，我記得到我上場比賽的時候，已經是臺灣時間凌晨兩點多了。這時候根本就是熬夜比賽阿！

五、驚險之役

我從選手準備區走進比賽場地的門口，時間就這樣漫長等待著，等待著等一下叫我們這個量級進場。我第一場對手是敘利亞的選手，她看起來很厲害，因為她的熱身看起來就是一副要拿金牌的模樣。但是，對我起不了作用，因為我豁出去了，我要盡力去打好比賽。終於，我們進場了，我站在比賽場地上，比賽場地有特別架高，我們要從樓梯走上比賽場地，如果比賽時踩到場外，應該會摔下去吧！主審比了比選手進場的手勢，我看著我面前的對手，我感到異常興奮，我可以感受到我的腎上腺素正在急速分泌，我很想趕快開始比賽，我要贏她！裁判開始的手勢一落下，她就迫不及待的對我發動攻擊，但是，我也沒那麼笨，她一衝進來，我就把手伸出去搶她的時間差，就這樣一陣妳來我往，相同的動作，相同的招式，她也就這樣笨笨的衝進來讓我得分，後來比賽時間到的鈴聲響起，我和她平手，要進入延長賽³，於是，她沈不住氣，就先對我發動功勢，於是，我那一百零壹招的保守搶時間打法，就這樣搶到了她的時間差，最終比數是九比八，就這樣結束了我第一場的勝利。

六、大意失荊州

第一場的勝利並沒有使我立刻得意忘形，我反而對下一場更加謹慎。因為對手是烏茲

³ 延長賽是一分鐘，誰先得分就結束比賽。

別克的選手，我和她交手過兩三次，但都沒贏過她，她是一位很厲害的選手，也很聰明，她是亞洲盃金牌。所以我對於下一場的比賽，開始緊張起來，但是我還是不能輕言放棄，要盡力，也希望可以打贏她。比賽就在兩分鐘後開始，我蓄勢待發的站上比賽場地，我注視著她的兇狠眼神，我可以感受到她帶給我的殺氣。裁判一喊開始，兩人開始空手道步伐前後移動著，兩人都很謹慎保守地移動著，為的是不讓對手發現破綻。後來，她先發動攻擊了，我順勢不經大腦的反射先馳得點，我先得了一分，我心想：「很好，我先得分了，至少我現在贏她一分，如果我後面保持這樣子，我就贏了。」說時遲那時快，她又攻擊了，我不經大腦思考的反射動作，竟然慢了那千分之一秒，被她得分了，我應該採取防守的，我幹嘛出手搶她時間呢？就這樣平手了。我深吸了一口氣，忘卻剛才的失誤，再重新來過。後來，在她第二波攻擊的同時，我出左手身體切下去往她的肚子出拳，裁判喊停了，她判我得分。現在比數是二比一，我再保持這就好了，再撐一下就結束比賽了，我就可以打冠亞軍了。結果在她第三波的功勢下，我在混亂中，竟然因大意被她踢中腰側的部位⁴，比數演變為三比二，時間剩不到二十秒，後來我的攻擊都被她防守掉，大意失荊州，是這樣說吧！我就輪到去爭第三名了，對手是澳門...

七、銅牌之爭

這是最後一場了，這場贏了我就第三名，可是我卻感到有一點不那麼在意名次的感覺。我只想要盡全力表現出來，名次和輸贏反而比較沒有前兩場那麼在乎了。我就定比賽位置，抬頭往上看見大螢幕中的自己，心中一種激動感覺油然而生，我感謝所有幫助我的人，讓我能夠站在這裡比賽，甚至奮鬥到第三場。我只是想挑戰自己的極限到哪裡？肯定自己的技術，是否真的那麼不堪一擊？經由三場比賽的奮戰，我知道自己的實力到哪裡了，但是仍不夠好。

第三場就在我就定位後，閃過那麼一絲絲感覺後，開始了。這個選手，我們第一次交手，但是我和她認識有好幾年了，說熟也不算熟，說不熟也說不上來。她之前都是打輕一個量級，這次不知道為什麼會來打六十公斤上的量級？比賽一開始，她很積極的移動，做很多的牽制動作，但是她似乎不太敢先主動攻擊，而我也在等她的主動攻擊，我就可以施展搶時間的招式。看著時間一分一秒的流逝，最後三十秒，她攻擊了，我的拳往她的臉上送去，我記得我沒有很重的出拳，但是她卻一副看起來很痛的表情，我看她看著天花板，開始急促的呼吸起來，然後我看見她竟然哭了，會不會太誇張了啊！我心想大概是因為她的哭，裁判竟然判我犯規，我有點不大高興了。她再攻擊時，我的拳又往她臉上送，裁判又判我犯規了，但這次我沒有故意，我有把自己的情緒壓下來，我沈住氣，但是就只能說「衰」吧！比數目前二比零，眼看時間結束的鈴響漸漸逼近，我積極攻擊，但是都無效，最後倒數兩秒，我站在準備位置等待裁判開始的手勢落下，我心想，落後兩分，只好用踢了，用踢的最少兩分，最多三分，我開始思考我要使用哪一種踢法來取得分數，於是決定踢前踢，這是我的得意攻擊招式，我很自豪，但是得分不易，因為常把對手踢出場。我

⁴ 空手道規則中，踢中軀幹是兩分。

不管那麼多了，有得分最好，沒得分踢痛她我也高興。裁判手勢一落下，我就往前跨了一步，我竟然用我受傷的右腳踢前踢，我完全不管我的腳是否有受傷，結果她不是往前，而是後退，於是我「踢」的動作起不了作用，結束鈴響起了，比賽就這樣結束了，以二比零結束了我的這次亞運空手道賽事。

參、代結語：敘說之後

這篇故事寫完後，我們讓它大約沉澱了半年的時間，期間經過同儕檢核，並多次修改力求顯明性 (apparency)、逼真性 (verisimilitude)、真實性 (authenticity)、適切性 (adequacy) 和可能性 (plausibility) 以達到敘說探究的語言與判準 (蔡敏玲、余曉雯，2003)。然後，我們才再度讓這一位競技運動員重新閱讀，寫下「敘說之後」的省思，這是一個年輕運動員對其運動生命素質的省思。我們看待「記憶猶新」的故事是「人」、「地點」與「事情」的一個過程；「運動員」(人)、「左營國家訓練中心」和「杜哈亞運空手道比賽場」(地點) 以及「負傷比賽」(事情) 成為敘說過程，而不是現存的狀況，這是為了書寫而必須讓故事「定置」於此；然而，這個「定置」之處，正是 Clandinin 與 Connelly 所說的也是「處於一種成為的狀態」(蔡敏玲、余曉雯，2003)，是在時間的變遷中所做的經驗理解與學習，以下是敘說者，即這位運動員對這段敘說的反思：

今天打開檔案再重新審視一番，沒想到我可以用文字敘說的方式，將此次我運動生命中最為深刻的比賽經驗描述出來。可能和我是 A B 血型有關係吧，我有時候會跳出原本受侷限的框框，用別的角度來審視自己，就像是旁人看我的那種感覺，我可以跳脫自己，看我當下正在做的事情。練習時，我會用別的角度來看我的動作是否有異常，或是在我比完賽後，我會回過來想剛才比賽的情景，我不只以一個上場比賽的選手的角度來看，也以站在場邊的觀眾來看自己 (何粵東，2005)。也因此，我才能將這篇故事敘說的如此詳細。

我記得當初剛進入北體就讀時，專長老師曾經說過這麼一段話，今天不管你的身體狀況如何，身體不舒服，不想練習等等情緒反應或是生理反應，只要穿上了這套道服，不論練習或是比賽都要全力以赴、盡你所能，也不要將女生嬌柔的那面表現出來，穿上道服，你就要堅強、就要勇敢。老師的這番話就這樣深植在我腦海裡，至今還是會不時在專長訓練時聽到。而也因為這番話，我才能這麼毅然決然的堅定自己想要上場比賽的那種渴望。

這次的亞運比賽，我根本不顧我的傷勢有多嚴重，一心只想要上場比賽，想試驗自己的最大限度可以發揮到哪裡！畢竟集訓所花費的時間那麼久，忍氣吞聲的就是等這一天能夠上場試驗自己。不過現在回想起來，當初的那股執著、那份堅持從何而來？這真的是很危險，萬一有個意外那該怎麼辦？雖然成績不如所願有開花結果，不是前三名，但是，這真的是一個很大的突破，對我來說。我也從這次的比賽中重新體認了空手道這個項目，這真的是我的項目，我要的比賽，我以生命力的付出來增進對空手道這項運動的理解和實踐。

從這次亞運結束後到現在這段時間我所參加的比賽，我發現我更可以掌握比賽的場控、節奏，在比賽中的情緒反應也有能力處理得更細微，即便在比賽中被對方得分，比數些許落後時，我得以更從容面對。在得分上，更可以得心應手，這次比賽，對於我個人而言真的是一個很寶貴、很難能可貴的經驗，也誠如劉一民教授所言，運動員終其一生期待

去尋求與展示一種「最優經驗」(劉一民, 2005), 本文並不去界定這篇「杜哈亞運痛與破的轉折」是不是我運動生涯中的「最優運動經驗」, 但是它是我自 2006 年亞運結束至今一直要去完成的一個運動經驗書寫的工作, 這是我一個空手道選手的經驗故事, 願以此與「運動一族」共同歸屬於人類運動經驗的洪流之中, 彼此相棲以共, 生生不息」(劉一民, 2005, 頁 146)。

參考文獻

- 王勇智、鄧明宇(譯)(2003)。敘說分析。臺北市：心理。(Riessman, C. K., 1993)。
- 何粵東(2005)。敘說研究方法論初探。《應用心理研究》, 25(1), 55-72。
- 高麗娟(2007)。回首來時路：運動員生命敘說之詩意結構。《國民體育季刊》, 36(4), 7-14。
- 陳美華(2006)。運動員的生命敘說。收於石明宗、呂潔如主編, 《運動書寫》(頁 177-203)。臺北市：師大書苑。
- 劉一民(2005)。《運動哲學新論》。臺北市：師大。
- 蔡敏玲、余曉雯(譯)(2003)。敘說探究：質性研究中的經驗與故事。臺北市：心理。(Clandinin, D. J. & Connelly, F. M., 2000)。
- Brunner, J. (2002). *Making stories: Law, literature*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ely, M. (2007). In-forming re-presentation. In D. J. Clandinin (Ed.), *Handbook of narrative inquiry: Mapping a methodology* (pp. 567-598). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kao, L. (2008). "The book enters the core of my life": *Artifact as story-telling medium for meaning construction*. Paper presented in the 9th Advances in Qualitative Method Conference. Banff, Alberta, Canada.
- Markula, P., & Denison, J. (2005). Sport and the personal narrative. In D. L. Andrews, D. S. Mason, & M. L. Silk (Eds.), *Qualitative methods in sports studies* (pp. 165-184). New York; NY: Berg.
- Polkinghorne, D. E. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Sarbin, T. R. (Ed.) (1986). *Narrative psychology: The storied nature of human conduct*. New York: Praeger.
- Sparkes, A. C. (2002). *Telling tales in sport and physical activity: A qualitative journey*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Transition in Pain and Defeat : A Self-Narrative by a Karate Athlete

Ya-Li Liu, Li-Chuan Kao, & Fu-Hsiu Hsieh

Taipei Physical Education College

Abstract

Based on the respect of sport experience, this paper presented a self-narrative from a Taiwan's karate player participating in the 2006 Asian Games held in Doha. Story-telling is a way of understanding experience because when telling one's own stories, he (she) makes sense of the events and actions in his (her) life. By way of the narration of sport stories, an athlete re-presents his (her) experience in sports. Telling one's own life stories involves the creation of self. By using first person point of view, Ely argued that there are at least two major meanings. One is respect; another is power. This paper covered an athlete's experience with injury at the games. It aimed to provide readers with a way to understand how an athlete understood her life in sport, and to think about the course and meanings of fighting with injury. However, there was no any intention to provide readers with a right way to think about it. The paper consisted of three major parts: "Before the narrative," "The vivid memories," and "After the narrative." The first part described the fundamental basis of theories for self-narrative. The second was the main body of the narrative including seven sessions. The last one, "After the narrative," argued the language and standard of narrative inquiry. Besides, it presented the athlete's reflection as well. She stated that the self-narrative advanced her understanding in experience and meaning of karate.

Keywords: I-story, qualitative research in sport, sport experience, sport injury, sport meanings