

閱讀 理解

JOURNAL OF PISA READING LITERACY LEARNING

PISA 閱讀素養評量學習誌

2 0 2 4 V O L . 4 3

03 編者的話

06-11 自己的村莊自己救！

以噴灑農藥來防止作物遭受蟲害真的有效嗎？為了維護本村的永續發展，我們決定組成調查團隊，展開長期的實地觀察。

12-17 高敏感是一種超能力？

高敏感族群對外在事物容易感到過度刺激，也容易被影響心情。不過，高敏感族群也擁有像是「讀心術」般的超能力！

18-25 冰淇淋蓬鬆滑順的秘訣

一起來探究可口的夏日冰品是如何製作而成的！

26-31 光譜兩端的左派與右派

政治光譜的左派、右派指的是什麼？這樣的分類能涵蓋所有人的立場嗎？

32-37 字字泣血的傳世行書之最—— 〈祭姪文稿〉

顏真卿的楷書是許多人學習書法時使用的字帖，然而，傳世第一的行書作品也是出自於顏真卿之手，究竟〈祭姪文稿〉有什麼獨特之處？

38-43 文具的前世今生

東西方文明在文具的並行與交會，展現人類不斷改良器物的智慧。

44-51 共享經濟

從共享腳踏車、循環杯、共享行動電源、共享運具來探究共享經濟的運作和問題。

52-57 小鹿殭屍病

近期北美洲傳出發現「殭屍鹿」的蹤影，牠們走路顛跛、體型消瘦乾癟，像殭屍一般雙眼無神流著口水，使得人心惶惶！

58-67 騙術和良心

安迪為了把錢騙到手，詭計百出。有一天他突然說：「我打算去狩獵，不需要打獵工具的狩獵，獵捕那些百萬富翁。」

70-73 從前從前的奧林匹克運動會

古希臘人認為在祭壇前將堅強的意志、健美的軀體、超群的技藝獻給諸神，才能獲得保佑，這種活動逐漸發展成盛大的競賽。

74-79 奧運聖火、海報、火炬設計， 運動美學設計有何特別之處？

奧運已經跳脫了運動競技的框架，成為一種融合美學、建築、科技和表演藝術的全新展現。

80-85 運動員承認心理壓力辜負了誰嗎？

運動員也是人，並不是完美無瑕的神，或許適時的放棄、承認脆弱，更能幫助他們走完人生。

86-93 耐挫力 | 走進人生的搖滾區

在一次又一次的挫敗中，像鍛鍊肌肉一樣培養耐挫力，這些逆境就會成為前進的養分。

94-99 超越勝負的人生賽局

只有綜觀全局，跳脫一次性輸贏的框架，才能理解賽場上每一個決策與影響，這才是賽局。

100-114 趨勢文學劇場 **如夢令**

難道人性所專注的東西，能夠超越生死而念念不忘嗎？或者天意認為我資質菲薄，不足以享有這些珍奇寶物嗎？

學習 進度表

- 精選文本
- 評量提問
- 教學解析
- 問思詳解

《閱讀理解》季刊中的閱讀文本與評量依照主題、寫作架構與難度均勻分配組合，以群組循環的方式漸進地導引學生進入閱讀理解，也能從學生在每一群組的表現看出學習進步的歷程。本期共有 14 篇文本，每 4 篇為一組，進行 3 次循環。加上 2 篇額外文本。

建議教師每週可帶領學生實行一次文本閱讀與評量撰寫，如有額外的時間，可利用一節課進行相關議題的討論活動，或請學生按照《閱讀理解》季刊內「延伸思考」與「延伸閱讀關鍵搜尋」，自行查找資料，再至課堂中共同討論。

| 週次 | 日期 | 閱讀內容 | 完成欄 | 閱讀內容 | 完成欄 |
|----|--------------------------|---------------------------------------|-----|------------------------------------|-----|
| 1 | 06/16-06/22 | 自己的村莊自己救！ 非連續文本 | | 自己的村莊自己救！ 延伸閱讀 | |
| 2 | 06/23-06/29 | 高敏感是一種超能力？ 連續文本 | | 高敏感是一種超能力？ 延伸閱讀 | |
| 3 | 06/30-07/06 | 冰淇淋蓬鬆滑順的秘訣 連續+圖表文本 | | 冰淇淋蓬鬆滑順的秘訣 延伸閱讀 | |
| 4 | 07/07-07/13 | 光譜兩端的左派與右派 連續+圖表文本 | | 光譜兩端的左派與右派 延伸閱讀 | |
| 5 | 07/14-07/20 | 字字泣血的傳世行書之最—— 〈祭姪文稿〉 連續+圖表文本 | | 字字泣血的傳世行書之最—— 〈祭姪文稿〉 延伸閱讀 | |
| 6 | 07/21-07/27 | 文具的前世今生 連續文本 | | 文具的前世今生 延伸閱讀 | |
| 7 | 07/28-08/03 | 共享經濟 連續+圖表文本 | | 共享經濟 延伸閱讀 | |
| 8 | 08/04-08/10 | 小鹿殭屍病 連續+圖表文本 | | 小鹿殭屍病 延伸閱讀 | |
| 9 | 08/11-08/17 | 騙術和良心 連續文本 | | 騙術和良心 延伸閱讀 | |
| 10 | 08/18-08/24 | 從前從前的奧林匹克運動會 連續文本 | | 從前從前的奧林匹克運動會 延伸閱讀 | |
| 11 | 08/25-08/31 | 奧運聖火、海報、火炬設計，運動美學設計有何特別之處？ 連續+圖表文本 | | 奧運聖火、海報、火炬設計，運動美學設計有何特別之處？ 延伸閱讀 | |
| 12 | 09/01-09/07 | 運動員承認心理壓力辜負了誰嗎？ 連續文本 | | 運動員承認心理壓力辜負了誰嗎？ 延伸思考 | |
| 13 | 09/08-09/14 | 耐挫力 走進人生的搖滾區 連續文本 | | 耐挫力 走進人生的搖滾區 延伸閱讀 | |
| 14 | 09/15-09/21 09/17 中秋節 | 超越勝負的人生賽局 連續文本 | | 超越勝負的人生賽局 延伸閱讀 | |
| 15 | 09/22-09/28 | 《閱讀理解》季刊 2024 年第 44 期上市 | | | |

編者的話

今年會考的成績單近日寄發到每位參與考試的同學手上，會考本身雖然是同學個人3年學習的總結性評量，但是由於其成績與爭取就讀學校的名額有關，形成無可避免的競爭。在這競爭的情境下，必然有成績如意與不理想之別。對於可以就讀心中預期學校的同學，我們為您恭喜！對於成績不如意的同學，我們寄予祝福與鼓勵，期許同學不要輕言放棄，因為這次結果不代表真正的失敗，而是還沒成功的過程。我相信讀者在這期由曾荃鈺老師策畫的主題閱讀中，可以明白我這樣說的道理，也可以為自己找到持續下去的高貴力量。

一如往年，這次會考的試題引發廣泛的討論，尤其是國文科的試題沒有一題出自於課本，作文題目再一次不是標題式寫作，而是情境條件的問題探究與觀點反思。文章的題目是對內容理解後自主形成的。這讓部分同學與家長陷入困惑而提出質疑。

事實上，這樣的題目並沒有違背課程目標與課綱規範，反而是這樣的評量試題設計，才能反映學生的能力與素養，因為被說明與解釋過的內容以知識的形式記憶在頭腦裡，若作答只需要在腦中提取已經有的知識點，無須對內容進行閱讀帶動的探究、統整、建構與理解，也就等於沒能呈現學生的學習表現，作為給予成績的依據，所以才說這樣的試題調整是合於新課綱的需要。

如果你關心會考的新聞，應該會注意到「閱讀」、「理解」與「長文」相關字詞不斷在不同科目的試題討論中出現。既然「閱讀」這個關鍵詞重複出現，我們就進一步說明它在當前的學習中為何如此重要，尤其是國文科。

在語文學習的過程中，閱讀一直被視為核心活動。這不僅僅是因為閱讀能夠幫助學生擴展詞彙量，了解不同的語法結構，更重要的是，通過廣泛的閱讀，學生可以接觸到各種不同類型的字詞與文本形式，進而在多樣的語境中理解和運用語言。閱讀所帶來的這些豐富經驗，對於學生全面掌握語文技能具有不可替代的作用。

學習語文的最終目的是為理解文本的內涵，而不僅僅是掌握表層的語言知識。文本的內涵往往隱藏在表層文字之下，需要通過深入探究和思考才能發現。這種探究過程不僅僅是對文字表面的理解，更涉及到對文本主題、作者意圖、文化背景、語言風格等多方面的分析和思考。只有透過這樣的深入閱讀，學生才能真正理解文本的內涵，把握作者想要傳達的重要概念。例如，當我們閱讀一篇關於戰爭的小說時，表面上我們看到的是戰爭的場景和情節，但透過深入分析，我們可能會發現作者在探討人性的複雜性、戰爭的殘酷以及和平的重要性。這些深層次的理解，只有通過細讀和思考才能夠達到。

這種探究和思考的過程，正是當前素養導向教學所強調的重點。在語文科目的評量和考試中，越來越多的題目不僅僅考察學生對基本語言知識的掌握，更注重對學生閱讀理解能力的評估。這些題目往往要求學生在閱讀一段文本後，能夠分析文本中的關鍵訊息，理解作者的意圖，並能夠結合自身經驗進行評價和反思。例如，在一篇關於環境保護的文章中，考試可能會要求學生說明作者如何透過具體例子來強調環保的重要性，並要求學生結合自己的生活經驗，談談自己對環保的看法。這種評量方式，不僅考察學生的閱讀能力，更培養他們的批判思維和綜合分析能力。

此外，閱讀不僅僅是獲取文字資訊，更是一種與作者進行心靈對話的過程。每一篇文本都是作者思想的載體，透過閱讀，我們可以了解作者的思想，感受他們的情感，進而產生共鳴。例如，閱讀余光中的詩歌〈鄉愁〉，我們可以感受到詩人對故鄉的深切思念，這種思念之情不只是個人的情感，更是許多漂泊在外的游子的共同心聲。這種情感的共鳴，讓我們在閱讀中不僅僅是理解了詩歌的表層意思，更是深刻體會到了詩人內心的情感世界。

閱讀是語文學習的核心，而語文學習的核心不是字詞解釋，或語文本身的知識系統，而是透過語文為我們創造的價值，而最重要的價值是學習的能力。因為學習，我們才能擴展語文的知識，進而在多樣的語境中理解和運用語言，理解文本的內涵，而這些內涵往往隱藏在表層文字之下，需要經過深入探究和思考才能發現。這種探究和思考的過程，是當前素養導向教學所強調的重點，也是語文科目評量和考試的關鍵。

因為閱讀，我們可以與作者進行心靈的對話，豐富我們的內心世界，提升我們的語文素養和文化修養。希望每一位同學都能夠在閱讀中，跨越學習的挑戰，穿越對考試試題的思維迷霧，在競爭的博弈中努力不懈，勇往直前。

總編輯



閱讀理解

VOL.43 (2024.06)

編 著 品學堂文化股份有限公司
公司地址：台北市敦化南路二段 200 巷 16 號 7 樓
公司電話：(02) 2377-8228
電子信箱：services@wisdomhall.com.tw

總 編 輯 黃國珍
責任編輯 劉瑤君、袁瑞伶
編 輯 陳怡儒、林子媛、王廷宇、羅珮玲、羅萱憶、
陳星儒、陳秧年、陳瀚、花曉桐、魏琪芳、
林書緋、陳苡佳、吳祈攸、張祐禎
美術編輯 陳瑞君、林恩如、蘇仲彥

發行代理：聯豐書報社有限公司 (02)2556-9711
文淵書局 (04)2202-7800
天才書局 (07)222-0680



著作權所有，複製必究

本刊使用說明

每一篇評量，就是一次完整的閱讀理解練習。

每天只需要二十分鐘，有效培養閱讀理解力。

品學堂《閱讀理解》的編輯目的，是為了協助使用者在有限的學習時間裡，有效的提升閱讀理解能力，培養紮實的閱讀素養。另外也讓老師無需增加負擔，就能為學生提供具專業素質的閱讀理解課程，並且透過有效的設計提問，掌握學生閱讀的學習成果，實現十二年國教的核心目標，培養學生擁有「主動學、主動問、主動找答案」的能力。

本刊編輯特色

- 符合教育趨勢
- 教師立即上手
- 學生有效學習
- 提升閱讀素養

實用單元規劃

- 多元生活文本
- 問思評量提問
- 深度關鍵解析
- 閱讀策略提醒
- 詳盡實測解答

PU21009410 連續文本 文學

悲慘世界

※本篇可搭配國中歷史第5冊「近代民主的革命浪潮」單元使用

《悲慘世界》(Les Misérables)，又名《孤星淚》，是法國浪漫主義大師雨果(Victor-Marie Hugo)，於1862年所發表的一部長篇小說。故事以1815年第2次波旁復辟¹，到1832年的六月暴動²為主要的時代背景。此部世界文學巨著，曾多次被改編成音樂劇登上國際舞臺，更被英國BBC電臺的聽眾選為英國最不可或缺的音樂劇。2012年改編成電影進軍大銀幕，除了全球熱映、得獎連連，也成為臺灣影史上最票房最為亮眼的音樂劇類型電影。

故事的開始講述了1796年主角尚萬強(Jean Valjean)，為飢寒交迫的外甥偷了一條麵包後，被判刑5年，囚犯編號為24601。由於不滿法律的判決，尚萬強屢次越獄而延長期刑，消耗19年光陰於獄中從事艱苦的勞役。監禁期間，經過督政府、執政府與拿破崙帝國等政權交替，等到尚萬強假釋³出獄後，因黃色身分證⁴而受盡社會歧視，為了生存只能不擇手段進行偷竊，又不幸被警官看見。但在尚萬強偷走一只教堂銀器後，主教不但為其開脫罪責，更將另一只與之成對的銀器贈與他。經過主教無私的教誨，尚萬強真心懺悔並立志成為一位光榮、有尊嚴的人。之後，他改名換姓試圖擺脫罪人身份，努力誠實的生活，最終成為成功的商人和善心的市長，幫助許多需要的人。在身為通緝犯的情況下，他堅持收養芳婷(Fantine)的女兒珂賽特(Cosette)，也參與革命黨馬留斯(Marius Pontmercy)逃出起義學生的據點，直到臨終前才對養女吐露自己隱匿已久真正的身分。縱使尚萬強是應受法律制裁的罪犯，他卻做出一般人也無法做到的善舉。

賈維(Javert)是故事中一位盡忠職守、有能力的警察，在主角服刑時就對他施以力氣印象深刻，而尚萬強不懼強權、拒不服從的個性，使他無法理解而視其為眼中釘。故事中細膩描繪了尚萬強四處躲避賈維追捕的場景，表達出雙方立場的不同和心坎上的角力。作者透過賈維與尚萬強雙方的關係，巧妙呈現法律與情感之間的對立，賈維只看到尚萬強曾經犯法的一面，對他洗心革面的改變視而不見，但主角的行為又不斷的提醒罪犯也可能是善人。可以說尚萬強和賈維都在追求各自所認為的正義，只不過一個是依循人性，另一個則是理性，兩人終其一生中相互對立、你追我逃，執著於實現自己的信念。

讀過歷史的我們，對於「法國大革命摧毀了封建制度，底層人民的聲音被聽見」這樣的知識不會陌生。但如果沒有尚萬強的故事，並未經歷底層人民生活的讀者是沒有辦法理解、同情，他們經歷著什麼樣的生活？為何不惜犯罪？為什麼一名罪犯的罪值得被理解？《悲慘世界》之所以歷久彌新，或許正是因為雨果的故事，放在各個時代都能讓人產生共感，引起反思。若你讀完了這篇文章，電視正播出一則新聞，新聞裡頭

道：「街友睡在公園，引發附近居民對於社區治安的疑慮……」，你會怎麼看這則新聞呢？

注釋：

- 1.波旁復辟(Bourbon Restoration)，是指在1814~1830年的七月革命期間，波旁王室在法國復辟，重建統治的時期。
- 2.1832年巴黎共和黨人起義，又稱六月暴動，是法國七月王朝期間一次失敗的反君主制起義。起義主要由巴黎支持共和制的貴族青年學生領導，最終在政府軍的鎮壓下失敗，估計超過8千人被殺。法國作家維克多·雨果在《悲慘世界》中對起義的始末深刻描繪，使這次起義廣為人知。
- 3.假釋為犯人在未服滿刑期前，因具備一定的條件，而被准予提前出獄，但仍需處於某種監督之下，於監獄外服滿刑期。但若假釋過程中故意犯罪，或未按規定定期向執行保護管束機關報到，則會被撤銷假釋，再度入監服刑。
- 4.在《悲慘世界》中，持有黃色身分證即指具前科、案底及假釋證明的囚犯。

閱讀小提醒

《悲慘世界》為一連續文本，介紹法國大文豪維克多·雨果最廣為人知的著作，亦從法國當時的社會背景呈現故事的精彩情節。作答時應注意尚萬強和賈維的人物特質，也不要忽略作者強調兩位角色的用意。

悲慘世界

符合PISA形態的多元生活文本規劃：

以PISA國際閱讀評量的形式，廣泛從生活中選擇主題，涵蓋各學科的知識領域，透過富生活情境的文本，提供符合閱讀歷程與理解層次的連續文本與非連續文本。可應用於晨讀時間、學習共同體，幫助老師引導和討論，培養學生擷取、分析、比較、統整、思考、提問等多元綜合的理解能力，有助於學習閱讀理解。以提升學生整體閱讀素養，符合十二年國教的新趨勢。

閱讀策略提醒：

可做為教學者帶領學生在閱讀文本時的提示，有助於教師引導學生進入文本情境，掌握文本的重點。

本文內容均經品學堂品學堂文化股份有限公司授權，任何單位及個人未經許可，不得擅自轉載或翻印。

15

請依據前述文章回答下列問題。

問題一：[統整解釋]

() 根據本文,《悲慘世界》為何可以持續被改編並受到讀者喜愛?

- (1) 具備豐沛史料幫助人們回溯當時的真實歷史
- (2) 作者對人性與正義的描述獲得跨時代的共鳴
- (3) 華麗詞藻和誇張敘事手法值得後世作家效仿
- (4) 藝文領域上長期以音樂劇作為流行創作指標

問題二：[擷取訊息]

() 根據《悲慘世界》的故事內容,下列何者是觸發尚萬強洗心革面的契機?

- (1) 多年來受到警察賈維的追捕,對亡命天涯感到後悔
- (2) 由於罪刑的處罰痛定思痛,進而相信法律奉公守法
- (3) 主教對他盡棄前嫌的救助,決定反省自我重新做人
- (4) 感受到芳婷與珂賽特的愛,因此立志成為光榮的人

問題三：[統整解釋]

尚萬強假釋出獄後的哪些行為,使賈維不斷追捕他?

請作答：

悲慘世界

Q1: 統整解釋☆☆

(2) 根據本文,《悲慘世界》為何可以持續被改編並受到讀者喜愛?

- (1) 具備豐沛史料幫助人們回溯當時的真實歷史
- (2) 作者對人性與正義的描述獲得跨時代的共鳴
- (3) 華麗詞藻和誇張敘事手法值得後世作家效仿
- (4) 藝文領域上長期以音樂劇作為流行創作指標

說明 >>

文中第1段提及《悲慘世界》「曾多次被改編成音樂劇」,之後也被「改編成電影進軍大銀幕」。作者於文章末段提出,故事不論是角色行為或心境表現,都呈現了底層人民的生活樣態,也讓讀者有機會去理解他們的生存動機及存在意義,這也是雨果的《悲慘世界》「在每個時代都能讓世人產生共感,引起反思」的原因之一。因此選項(2)為最適切之答案。選項(1):《悲慘世界》僅以真實歷史作為故事背景之設定,但本身內容及角色皆為虛構。選項(3)、(4):文中未提及後世作家的效仿行為,以及為音樂劇進行指標一事。

Q2: 擷取訊息☆

(3) 根據《悲慘世界》的故事內容,下列何者是觸發尚萬強洗心革面的契機?

- (1) 多年來受到警察賈維的追捕,對亡命天涯感到後悔
- (2) 由於罪刑的處罰痛定思痛,進而相信法律奉公守法
- (3) 主教對他盡棄前嫌的救助,決定反省自我重新做人
- (4) 感受到芳婷與珂賽特的愛,因此立志成為光榮的人

說明 >>

根據文章第1段提到:「在尚萬強偷走一只教堂銀器後,主教不但為其開脫罪責,更將另一只與之成對的銀器贈與他。經過主教的無私教誨,尚萬強真心懺悔並立志成為一位光榮、有尊嚴的人。」得知主教的救助成為主角大徹大悟、走向正途的轉捩點。故正確答案選(3)。

Q3: 統整解釋☆☆

尚萬強假釋出獄後的哪些行為,使賈維不斷追捕他?

說明 >>

尚萬強出獄後,因犯有前科而受到社會歧視,為了生存只能以偷竊維生。後來,「他改名換姓試圖擺脫罪犯身分」。因此,再度偷竊及躲開假釋的查緝,是尚萬強再度被捕的原因,也是警官賈維追捕他的理由。



答案:

正確且完整:正確且依序答出(1)至(2)兩項答案:

- (1) 與「偷竊」相關答案:
- 偷東西
 - 當小偷
 - 再度行竊
- 尚萬強假釋出獄後,為了生存只能不擇手段進行偷竊,又不幸被警官看見
- 賈維只看到尚萬強曾經犯法的一面,對他洗心革面的改變視而不見

具理解層次與鑑別度的評量設計:

品學堂《閱讀理解》提供以「閱讀素養」為養成目標的評量提問設計。每道題目均有清楚具體的評量目標,並且合理安排評量提問中擷取、統整、省思層次的題目比例,觸發學生運用不同的理解層次,並將原本難以呈現的理解能力,具體化為可以度量的指標,有助於教師和學生雙方,共同掌握閱讀學習的成果。

深度文本分析:以解構的方式重新分析文本,可作為教師向學生詮釋文本,進行理解思考的依據。

文本分析

維克多·雨果耗費14年光陰,傾其精力所撰寫的《悲慘世界》,無論是小說、改編成的音樂劇還是電影,皆獲得極高的評價。究竟《悲慘世界》的故事內容有什麼樣的魅力,即使經多次改編後,仍如此深植人心呢?相信本文可以讓讀者更加認識《悲慘世界》。

作者於第1段簡述《悲慘世界》的故事背景,及對現代的影響與發展。從此段我們可以發現,《悲慘世界》至今仍深受大眾喜愛,然而其深受好評的原因何在?作者選擇從《悲慘世界》的角色形象、故事內容開始說起。

首先是故事第1男主角——尚萬強的登場介紹。作者從尚萬強的角色生平,凸顯其人格特質:「縱使是應受法律制裁的罪犯,其道德上的成長卻是人們的最佳示範。」我們可思索一下這句話的涵義,罪犯與道德看似極端的性質,為何可同存於尚萬強的角色設定上?而又是什麼樣的原因,使尚萬強有如此多重的內心涵涵呢?或許從本身故事的脈絡中,能略知一二。

接著,作者於第3段提及《悲慘世界》故事中另一個重要人物——賈維,介紹了賈維的身分與心理衝突。或許讀到這裡,讀者已經發現賈維的情節發展,基本上圍繞著尚萬強的故事軸在行動。誠如作者所說,在《悲慘世界》中兩個角色分別代表了在道德信念上理性及人性的堅持,因此兩者交織出的心境上的衝突、對比與差異,正是《悲慘世界》之所以精彩、引人入勝的原因之一。

文章末段,作者提出反思,認為《悲慘世界》使許多人了解底層人民的生活與心境,但其真這樣的情節也不斷在真實社會中上演。綜觀全文,不免發現作者花了將近一半的篇幅,在介紹尚萬強及賈維,除了凸顯其在故事中的重要性,讀者也可以思考作者是否有其他用意?而從《悲慘世界》到今日,社會對道德及人性的堅持為何?是否有所改變?我們身處在複雜的社會環境中,面對許多的未知情況,自身的信念為何?是否也能如尚萬強克服萬難般,持續堅守?或許這些問題,都值得令我們每隔一段時間,就從心裡拿出來思索與詢問。

延伸思考

1. 為什麼歐洲物質文明的發展,並未幫助改善法國當代低下階層人民的生活呢?
2. 尚萬強的良心與賈維所遵守的律法應如何取得平衡呢?

經過實測的詳盡解答:

每一題都有精心撰寫的試題分析與理解說明,協助老師解釋提問的理解層次,更可讓老師掌握日後出題的關鍵思考。在解答部分,依循PISA的規範,提供正確答案和不正確答案的範例,可當作教師評分的參考依據,並且協助學生從答案中釐清理解上的錯誤,深理解的學習。



客座總編輯

曾荃鈺

現職：中華奧會教育委員會委員、中華民國運動員生涯規劃發展協會理事長、中區50嵐集團企業關係部副執行長、Podcast 節目「空中荃運會」主持人、業餘鐵人3項選手。

文章散見天下雜誌獨立評論、親子天下翻轉教育、運動視界、換日線等專欄平臺，是臺體大兼任講師、兩屆金鐘獎入圍「空中荃運會」體育節目主持人，13年奧林匹克研討會經歷，曾在奧運發源地希臘奧林匹亞撰寫體育研究，受邀捷克布爾諾談「奧林匹克教育」，訪談超過150位頂尖運動員寫成報導故事，注意到所有選手都曾有過生涯規劃問題，因此成立「中華民國運動員生涯規劃發展協會」，陪伴運動員跨越困境、探索生涯、連結資源並面對真實的未來。著有《場外人生：運動員送給迷惘的我們20種力量》、《隱形賽局：揭開運動產業議題的真相》（健行出版）。

主題
閱讀

清醒吧！
世界就是個競技場

賽局

為什麼要參加比賽？比賽一定有勝有負，而且勝利的榮耀就屬於少數，若非表現卓越有機會贏得最高榮譽，參加比賽必然與榮耀無緣，既然已經知道這樣的結局，為什麼還要參加競賽？

現代奧運之父古柏坦爵士（Pierre de Frédy, Baron de Coubertin）在奧林匹克憲章中有段話是這麼說的：「奧林匹克運動會最重要之事項在於參加而非獲勝；正如人生之要務，並非爭勝，而在進取；故根本的道理，不在征服他人，而在奮鬥有方。」這也就是為何在運動中有尊重、友誼、追求卓越的核心價值，也只有這看似抽象的核心價值，可以超越運動本身，連結到我們每一個人的人生。

在奧運中獲得最多面金牌的美國游泳選手「飛魚」邁克爾·菲爾普斯（Michael Fred Phelps），公開戰勝憂鬱症、酒精成癮等生涯中多次的挫折，展現出超越金牌的真實勇氣與韌性。生活從不只是關於勝利，更多的是關於我們如何面對挑戰、如何與人相處，以及如何不斷超越昨天的自己。

知名的創作歌手李宗盛有一首歌，歌名叫〈和自己賽跑的人〉，歌詞中開頭和結尾是這樣寫的：

親愛的藍迪我的弟弟 你很少贏過別人 但是這一次你超越自己
雖然在你離開學校的時候 所有的人都認為你不會有出息
你卻沒有因此怨天尤人自暴自棄

在那時候我們身邊都有一卡車的難題
不知道成功的意義就在超越自己
我們都是和自己賽跑的人 為了更好的未來拚命努力
爭取一種意義非凡的勝利
我們都是和自己賽跑的人 為了更好的明天拚命努力
前方沒有終點奮鬥永不停息

為什麼我們要參加比賽？事實上，不管我們是否願意，我們都處於博弈與競賽之中。參加比賽是一種刻意的練習形式，出於自願嘗試去克服障礙，追求卓越。固然輸贏總會伴隨競賽而產生，但它是運動的附屬品，不是追尋的終極目標。運動中真正高貴與超越輸贏的價值，是在運動中展現的各種高貴德行。由此看來，破紀錄或贏得金牌是一份榮耀，但是背後那努力不懈，追求卓越並帶給世人振奮的熱情，讓人們在精神層面躍升，才是意義非凡的勝利。



從前從前的奧林匹克運動會

古希臘人崇敬諸神，他們認為將堅強的意志、健美的軀體、超群的技藝、良善的德性獻予奧林帕斯神山（Olympus）的諸神，才能獲得神明的喜愛，這種在祭壇前的奉獻活動，逐漸形成具有規則的競賽活動。

研究家推測奧林匹克競技會的歷史比文字紀錄還要久，而文獻中第1次記載奧林匹克競技會是在公元前776年的夏季舉辦。最初為奧林匹亞周邊地區參與1天的活動，發展到全希臘及殖民地參與的5天會期。古代奧林匹克競技會是歷史上舉辦最長、最盛大、最有聲量的競賽活動，甚至被當作計算時間的單位，稱為奧林匹德（Olympiad）。每隔4年，各城邦的代表選手會聚集在奧林匹亞（Olympia），點燃火炬敬神，向宙斯神像¹立誓公平競賽。

在大會開始前幾個月，宙斯神廟會舉辦儀式，並派遣特使到各城邦傳遞舉辦消息，同時宣告「神聖休戰」（The Pax Olympica）的開始。期間，希臘境內各城邦不得發動戰爭，交戰者須停戰，並保障選手在往返中不受侵擾，且任何進入奧林匹亞者，不得攜帶武器。在古希臘人的社會中，美和善的概念是一體的，古希臘人認為精神的美會展現在軀體身上，並以和諧的比例呈現在運動之中。為了展現軀體的健美和力量，選手需要裸體、在身上塗抹橄欖油進行競賽，故而禁止女性觀看。競技會不只有祭神儀式和競技比賽，藝文活動同樣是重要的祭祀內容，例如音樂比賽、戲劇比賽、頌詩，然而奧林匹克在文獻上多著重描寫運動賽事，鮮少看到藝文活動的具體描寫。

古希臘的戰爭不斷，各城邦都致力於培養身強體壯的戰士，體育運動便逐漸發展起來。在文獻紀錄之前的奧林匹克只有200公尺短跑，隨著名聲傳播，加入鐵餅、標槍、摔角、拳擊、賽戰車、賽馬，由於這些比賽項目都有軍事價值，因此奧林匹克被稱為競技賽。在波希戰爭²期間，希臘城邦團結一致，成功抵禦共同的敵人。戰爭之後，奧林匹克發展到最鼎盛的時期，古希臘人將聚集力展現在競技賽上。各項競賽的優勝者會頭戴橄欖枝編成的頭冠、手拿棕櫚葉。獲勝者被視為神的化身，榮耀澤被家鄉和城邦，享有許多特權和獎賞，並以英雄身分成為藝術家創作的題材。

隨著獎金增加，漸漸出現以獲得獎賞維生的職業運動員，原先被視為城邦強盛代表和榮耀諸神的超凡軀體，逐漸物化成與金錢等價。羅馬人統治希臘後，奧林匹

克競技會成為貴族欣賞奴隸、角鬥士比賽的娛樂場，在文化差異和宗教衝突下，羅馬帝國皇帝狄奧多西一世在西元393年以「異教徒的活動」為由，下令廢止奧林匹克競技會。

經過14~18世紀的文藝復興、宗教改革和啟蒙運動，重新喚醒人們對奧林匹克精神的嚮往。在考古學家的努力之下，奧林匹亞的競技會遺址和文物重見天日，引起轟動。1896年，結合現代體育的第1屆現代奧林匹克運動會終於在於雅典開幕。此後，奧林匹克運動會每4年舉辦1次，其中第6屆（1916年）、第12屆（1940年）、第13屆（1944年）受到戰爭影響而未舉行。

如今成為世界最大運動祭典的奧林匹克運動會，之所以能在現代復甦，是因為其背後政治、商業價值和民族意識的影響力。雖然從神聖慶典轉變成運動賽事，但是全人類共同參與、享受活動、公平競爭的核心精神仍傳承下來。

表1

| 屆數 | 年分 | 奧林匹克運動會重大變革 |
|------|-------|--|
| 第2屆 | 1900年 | 首次有女性選手參賽。 |
| 第3屆 | 1904年 | 開始授獎金牌。 |
| 第5屆 | 1912年 | 首次為獲獎運動員設置高低不同的頒獎臺。 確定現今奧運會的開閉幕儀式。 |
| 第7屆 | 1920年 | 為了懲戒德國發動戰爭而拒絕德國及其同盟國參賽。 首次出現五環旗和運動員宣誓，並規定只能由國際奧林匹克委員會的會員國運動員參與。 |
| 第9屆 | 1928年 | 首次在奧運會期間點燃奧運聖火。 |
| 第23屆 | 1984年 | 利用商業手法成為首次賺錢的奧運會。 |
| 第26屆 | 1996年 | 首次197個會員國全數參與。 |
| 第32屆 | 2020年 | 因全球新冠肺炎疫情，延期至2021年夏季。 |

注釋：

- 宙斯神像：古代7大奇蹟之一，位於奧林匹亞的聖地阿爾蒂斯（Altis），由古希臘雕刻家菲迪亞斯於公元前5世紀所建。宙斯神像以象牙製成身體、黃金製成服飾、寶石製成眼睛，坐在由黑檀木、象牙、黃金、寶石打造的寶座上。高度約12公尺，佔據神廟一半的空間。最終在公元5世紀失蹤。
- 波希戰爭：西元前499至前449年間，波斯帝國與希臘城邦間的軍事衝突，發生了著名的馬拉松戰役和溫泉關戰役。為了紀念馬拉松戰役帶來的和平傳說，現代奧運會增設馬拉松比賽，並將男子馬拉松的頒獎儀式放在閉幕式時舉行。2020年因提倡性別平等，增加女子馬拉松的頒獎。

■ 請依據前述文章回答下列問題。

問題一：[擷取訊息]

請問古代奧林匹克競技賽可以達成哪些目的？

- 進行宗教祭祀 促進外交關係 培養作戰能力
 促進公民討論 提升藝文交流

問題二：[擷取訊息]

() 古代奧林匹克競技會為何含有和平的精神？

- (1) 希臘文化追求男女平等、階級平權的理想
 (2) 眾神之主宙斯是維持和平的神祇受到愛戴
 (3) 古希臘人重視藝文涵養和體育競爭的平衡
 (4) 奧林匹克競技會期間城邦不得有武力衝突

問題三：[統整解釋]

() 請問在古代奧林匹克競技賽舉辦期間，可能會看到下列哪個現象？

- (1) 選手為了贏得豐厚獎金而展開爭奪
 (2) 選手穿著繪有家紋的服飾參加競賽
 (3) 邀請外國公主觀賞以展示城邦實力
 (4) 馬拉松長跑的優勝者受到全城歡迎

問題四：[省思評鑑]

() 羅馬皇帝以「異教徒」稱呼希臘人，最後禁止奧林匹克競技賽的舉辦。請問他們之間的宗教衝突指的是哪兩種宗教？

- (1) 天主教、多神教
 (2) 基督教、多神教
 (3) 猶太教、宙斯神教
 (4) 基督教、宙斯神教

問題五：[統整解釋]

請問現代奧林匹克運動會的哪些元素，是仿效自古代奧林匹克競技賽？

- 五環旗 聖火傳遞
 運動員宣誓 階梯頒獎臺

問題六：[擷取訊息]

請問奧林匹克運動會為何會在現代復甦？

請作答：

■ 延伸思考

1. 夏季奧運和冬季奧運有哪些不同？
2. 奧運新增比賽項目有什麼考量？

■ 延伸閱讀關鍵搜尋

| | |
|-----|---|
| 文 章 | 曾荃鈺〈用5W2H看古代奧林匹克運動歷史〉 中央通訊社〈【奧運歷史】奧林匹克運動會的起源〉 凱斯·休斯頓 (Keith Houston) 著，吳煒聲譯〈小小村民跑贏馬拉松？！7件關於奧運的有趣冷知識：贏家沒金牌拿、零經驗新手太強嚇壞希臘人〉 BU〈奧運冷知識TOP10！奧運起源、logo五環的意義、永遠第一個進場、舉辦最多次的城市、首次女選手出戰的奧運大公開〉 曾荃鈺〈運動的定義與價值到底是什麼？電競、象棋算不算是運動？〉 |
| 影 片 | TED 「奧林匹克運動會的起源」 |
| 關鍵字 | 奧林匹亞、夏季奧運、冬季奧運、奧林匹克精神、帕拉林匹克運動會 |