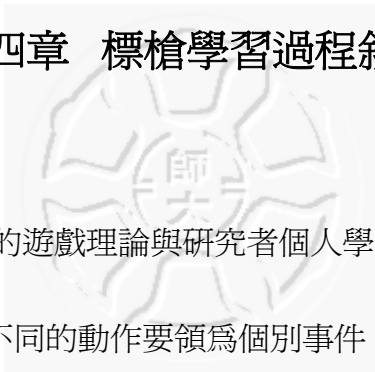


第四章 標槍學習過程敘說



本章旨在結合高達美的遊戲理論與研究者個人學習標槍的經驗，內容主要可分為三個部分：其一，以不同的動作要領為個別事件、以時間順序與因果關係為依歸，將學習過程中的經歷敘說成一個完整的故事。其二，從高達美的遊戲理論出發，重新詮釋上述學習過程，釐清各理解階段中，主觀因素與理解對象的關係，並現標槍技術理解遊戲的樣貌。其三，針對上述敘說、詮釋的內容與所依據的遊戲理論做反省，說明研究者的立場。

以下分別於一、二、三節中詳述之：

第一節 動作要領的學習過程

就我目前已接觸或習得的部分而言，父親的技術主要包括了「卡住」、「彈」、「蹬」、「收回到一點」、「甩」等五大要領，茲依其因果關係與我接觸它們的時間順序分述如下：

一、 卡住：避免受傷

打從我第一次拿起標槍時，父親便告訴我，標槍是羽球拍的十倍重，所以投擲時千萬不能像羽球的扣殺動作那樣用甩的，而是要「卡住，然後用身體的力量去丟。」這個原則看似簡單易懂，我也在第一時間點頭表示同意，然而事實上，一直到今天，我始終未能完全把握這個原則的豐富意涵，而仍然持續在與它周旋當中。

當時，父親除了口頭上告訴我這樣一個抽象的原則之外，也親自示範了他所謂的「卡住，用身體的力量」是怎麼一回事，並且還敘說了大學時代因為過度甩動而差點折斷肘關節的故事，可以說是表達得相當清楚了。然而我畢竟對標槍這玩意兒一點兒也不熟悉，因此不論父親再怎麼講解、示範，我始終只得到一個模糊的印象：「標槍重，所以不能用、要卡住。」但，所謂的「重」到底是多重呢？

「800 公克」、「10 倍」這些看似客觀而具體的「量」，但對我而言卻是一點意義也沒有，理由很簡單，因為我的身體從來沒有過投擲這種重量的物品的經歷，對

我而言，它們都是抽象而無法理解的。另外，我的手又該「卡」得多緊呢？這個問題就讓我更摸不著頭緒了，對熟悉羽球的我而言，「甩」便是一切力量的來源，現在卻叫我不能放鬆甩動，而是要讓手臂卡住、固定在軀幹上，這樣的做法簡直令我難以致信。

然而，標槍比羽球拍重是很明顯的事實，而手持重物迅速甩動很容易受傷，這也是很簡單的道理。有了這樣的基本認識，在投擲前，我墊了墊標槍的重量，並且模仿羽球的扣殺動作在空中比劃了幾下：「嗯...的確是重了點，手肘的確有些吃力，我得再卡緊一點...再緊一點...嗯！這樣應該可以了！」這裡，我個人先備的羽球經驗與父親提示的標槍原則進行了一場「理解的遊戲」，而我在兩者之間進行中介、協調，最後終於「達成一致」，得出一個兩全其美的結果。

我用「我所理解的標槍動作」在原地輕輕試擲了幾次，感覺還蠻駕輕就熟的，畢竟和羽球的動作相去不遠，然而在一旁觀看的父親卻仍不斷的糾正我：「甩太多了，會受傷喔！」對於這樣的評語，當時的我實在難以接受，我總覺得自己真的已經卡得很緊了，投擲時的感覺也的確很紮實，要是讓手臂更加緊繃的話，甩動幅度勢必更加縮減，如此一來，恐怕將無法獲得足夠的力量。

就這樣，我仍然堅持自己的理解，並且反覆的練習，力道也愈加愈大。結果，就在幾次約莫八成力的投擲之後，我突然感到手肘內側隱隱作痛，當下心裡一驚：「不妙！受傷了...」我立刻停止練習，心存僥倖的希望那痛覺只是暫時的，不料身體一冷卻下來，痛得卻更厲害，這才相信父親的叮嚀——原來真的不能用

這麼多...

休養了將近半年，肘傷終於逐漸復原了。這段期間，我涉獵了許多解剖學與運動傷害防護的書籍，對於自己身體的構造以及傷勢都有更進一步的認識，也因此，對於標槍投擲的動作又有了不同於以往的理解。我們知道，肘關節只有一個活動方向，倘若在投擲動作中，肘關節受到太多其他方向的作用力時，便可能導致兩側副韌帶拉傷，諸如網球肘、少棒肘等運動傷害，就是這樣產生的（黃啓煌、王百川、林晉利、朱彥穎，2003：260-261）。有了這樣的認識，再加上肘傷的親身體驗，我終於相信，手肘是真的必須卡緊到幾乎完全沒有甩動空間的地步。

二、 彈：體內的函數

雖然受傷的經驗告訴我，肘關節是甩不得的，但羽球的背景卻依然令我深信，唯有甩才能在投擲的瞬間產生足夠的爆發力，因此，我不禁思索，除了肘關節之外，是否還有其他部位可以甩呢？甩手腕？或是甩肩膀？它們與肘關節有何異同？是否真能避免受傷？有一段時間，我不斷的用自己的身體做各種嘗試，但卻總是得到和肘傷類似的結果，對標槍技術的理解也因此陷入困境。

直到有一次，和父親一起練習的時候，我向他問起關於甩的概念。父親告訴我，像標槍這麼重的東西，無論如何是不能甩的，不管哪個關節都一樣。他說，在整個投擲過程中，爆發力的來源不是甩，而是「彈」，也就是說，讓身體像一支有高度彈性的纖維竿一樣，在受力彎曲後往反方向彈射出去。而想要達成這樣

的效果，其先決條件就是，身上每個受力的關節都必須「卡住」，如此才能在彎曲的狀態下儲存能量。反之，若是關節過度放鬆，因為標槍的重量實在太重（相對於羽球拍而言），非但無法像羽球那樣甩動，還可能因為過度伸展而導致肌腱或韌帶的撕裂傷。

由此觀之，父親所謂的「卡住」並不是完全僵直，而是保留了某種程度的彈性。在投擲動作中，各個關節還是會因為受力而呈現拉弓狀態，隨後迅速反彈，進而產生類似於「甩」的爆發力。我很快就被這個說法給說服了，然而當我拿起標槍實地演練時，卻再度遭遇困境。

或許是因為身體已經習慣於「甩」的感覺了吧，在練習時，雖然我不斷告誡自己：「要卡住、用彈的、不能用甩的...」但實際上做出來的動作卻與之前相去不遠，手肘與肩膀也隱隱作痛。父親看我掌握不到要領，便叫我把姿勢擺好（出手前那一瞬間的姿勢，右手持槍高舉），並且確定每個關節——肩、肘、腕——都確實卡緊到幾乎不能動的地步。「都卡住了沒？架好了沒？」「好了...」我話才剛說完，父親便從後方往我的右肩推了一把，說時遲，那時快，我原本卡緊的每個關節，都在瞬間感受到強烈的張力，並因此而導致些微的伸展，整支右臂彷彿一支被壓彎的纖維竿，隨即將標槍往前彈射出去。

這種感覺真是太神奇了！一開始我所做的，只不過是把每個關節卡緊罷了，然而父親這一推，卻讓我的整支手臂宛如函數 $f(x)$ 的 x 突然被給定了一樣，所有接下來的動作，都依事先寫好的程式如期演出，不需要我去留意任何關於時間

點的掌握，或是任何一個關節的用力或放鬆...

一切就這麼自然而然的發生了！

我想，這個潛藏在我身體裡的 $f(x)$ ，或許就是肌梭（muscle spindle）所產生的反射作用吧！我們知道，肌梭的功能是監控骨骼肌的快速伸展並使之趨於緩和，即產生所謂的伸張反射（stretch reflex），當肌肉因受外力作用而瞬間增長時，肌梭便會將這樣的訊息傳遞到中樞神經系統，並因此而產生反射動作，招募更多的運動單位來抵抗外力，使該條肌肉回復到原先的長度。（林正常、林貴福、徐台閣、吳慧君，2002：152）

有了前述被父親這一推的經驗，以及關於肌梭的生理學知識，我想，我對父親所謂的「卡住、拉弓、彈射」又有更進一步的瞭解與體會了。不過，眼前卻出現了一個關鍵性的問題，畢竟老爸不可能每次都從後面幫我推，那麼，我要如何靠自己獲得那個使函數得以運作的「 x 」呢？

在父親的整套動作中，有一個關鍵的動作，那就是「蹬」。

三、 蹬：力量的來源

「蹬」和「卡住」一樣，是父親自己體悟出來的獨門絕技，它的概念有點類似於拳擊。以慣用右手者的右拳為例，出拳的力量是來自於左腳的回頂與右腳的後蹬，造成腰部的旋轉後，才將右肩、右臂向前推出。就標槍而言，老爸認為，能夠造成前述的拉弓狀態，並且刺激肌梭、啟動伸張反射的，便是在出手前的瞬

間，左右腳分別往前往後蹬地的這個動作所產生的反作用力。換句話說，他的步伐比別人多了一步。

一般（慣用右手的）標槍選手的最後一步往往是落在左腳，隨後擲出標槍，右腳則隨著重心轉移到左腳而呈現懸空的狀態；然而父親卻在左腳著地後、標槍出手前的那一瞬間，讓右腳再加上往後蹬的一步。這一蹬的作用，除了使出手時的重心更加穩固之外，更重要的，就是要藉由往後蹬的反作用力，使右腰更迅速的往前挺出去，進而使的右半邊的軀幹以及持槍的右臂能夠形成前面所說如纖維竿般的狀態。

原地練習時，要在出手前的瞬間往後踏出這一步，其實並不困難，說穿了，只要想像自己是在打拳就行了。唯一不同的只是，從下盤傳遞到右肩上的力量並未將右臂水平往前擠出，而是將固定在右肩上方的右臂在瞬間拉彎成弓形，隨即迅速彈出。然而若是在投擲前，左腳加上一個跨步（也就是說，在有一點速度的情況下），這個動作可就沒這麼簡單了。畢竟身體的重心不是固定的，當右腳試圖往後蹬時，常常無法確實的頂到重心，彷彿踩空了似的，最後就變得像其他的選手一樣，飄在空中，被身體帶著走。

經過幾次練習後，我發現，若要確實頂到重心，就不能讓右腳在原地（一般選手倒數第二步所踏的位置）往後蹬，而是必須在左腳著地之後，隨著身體的重心一起往前滑行，然後再蹬。也就是說，等到出手前的那一瞬間，右腳往後蹬地的位置，已經不是倒數第三步時右腳所踏的位置了。

然而當我對右腳後蹬的動作做出上述的修正之後，在一旁的父親也很敏銳的察覺到我右腳的變化，他質疑：「最後那一步應該要很紮實的往後蹬，因此落點也應該比前一步更後面才對啊，怎麼反而往前跑了呢？」我回答道：「我是想要用力往後蹬沒錯啊，但是隨著身體繼續前進，右腳在蹬之前自然就會先被拖過來嘛！」父親不認同我的說法，我們也因而起了一番小爭執，最後，他決定親自示範一次「正確的」動作給我看。然而就在這時，有趣的現象發生了，父親所示範的動作——出乎他自己所預料的——竟然和我剛剛所做的動作一模一樣！

發現自己心裡所想的和實際做出來的竟然存在這麼大的差異，父親隨即陷入沉思。反覆比劃幾次之後，他猛然驚覺，自己之所以認為最後一步右腳是原地往後踏的，是因為在他的意識中，倒數第三步（即右腳的倒數第二步）是有所保留而略呈彎曲狀態的，直到右腳下一次著地，也就是最後一步時，才真正將前面所保留的部分完整做完。就此而言，感覺上似乎最後一步的方向與倒數第三步的動作方向是一致的，而且動作還更大（感覺起來像是往更後面蹬）。然而，父親的意識似乎忽略了，這個動作是在前進的狀態下完成的，也就是說，在最後這兩次往後蹬的動作之間，他的右腳其實是在不知不覺的情況下隨著身體往前走的。

不過，父親的反省卻也突顯出我們的動作之間存在著些微的不同。畢竟在意識中，他知道自己倒數第三步是有所保留的，在最後的「蹬」之前，他的右腳始終保持在控制中、蓄勢待發的狀態。然而我卻沒有這個意圖，因此，表面上看起來相當類似動作，實際上發揮的效果卻完全不同。怪不得我之前總是很難在最

後一步確實蹬到地，經過父親的說明之後，我似乎又更能掌握「蹬」的訣竅了！

四、 收回到一點

到目前為止，我已經知道怎麼卡住、怎麼彈、怎麼蹬了，但，要將三者融貫為一體，一口氣做出來，卻是相當困難。什麼叫作融貫？可不是同時做出來就算了，父親的祕笈上寫著：

動作，集中到一點；力量，集中到一點；

方向，集中到一點；意念，集中到一點。

也就是說，所有這些動作所產生的能量，在傳遞的過程中不能有脫節、在作用的方向上也不能被分散，要能連貫的、集中的「灌」進槍身、作用到目標方向上。

然而事實上，我的動作卻往往是脫節的、分散的。

最糟糕的情況是，我只能做到其中一、兩項，其餘的卻無能為力。有時候，腳確實蹬到地了，力量也已經傳遞到軀幹了，但卻沒能繼續傳到手臂、標槍上，感覺起來，標槍好像是在莫名其妙的情況下被拋出去的。又有時候，雖然手臂確實卡住了、準備好要彈了，但腳卻踩空了，手臂遲遲等不到來自下半身的力量，只好靠自己硬揮。其結果，雖然出手的瞬間感覺很紮實，力量也確實有灌到槍身裡去，但是這股力量實在太小，而相對的，手臂的負擔卻很大。

如果情況好一點，我或許可以同時做到這三者，但彼此間卻不見得連貫。簡

單的說，就是右腳雖然確實蹬到地了，而手臂也確實卡住並且將標槍彈出了，但是蹬腳後身體的動向卻與標槍出手的方向不一致。換句話說，作用在槍身上的，仍舊只是上半身與手臂的力量，根本不是因為右腳蹬力而獲得的反作用力。

經過不斷的嘗試與練習，我發現，如果要將三者連貫起來，則它們似乎都不應該繼續保持我原先所理解的那個樣子，而是必須配合其他兩者不斷的做調整。例如：所謂的「卡住」，其實應該比當初父親推我右肩時還要再卡得更緊些，否則無法在瞬間將蹬地的反作用力傳遞到槍身上；而所謂的「彈」，其實也不應該只是讓卡住了的手臂完全被動的承受來自下半身的力量，而是要視助跑的速度以及自己的肌力，調整出適當的展開幅度；至於所謂的「蹬」，更應該隨著助跑速度的加快，在前一步保留更多空間，並且隨著身體的移動做適當距離的拖行。

更進一步說，不論卡住、彈、或是蹬，其實都不應該被侷限在身體的某個部位，而是要用全身來思考。換句話說，全身的每個關節都應該適度的卡住，力量來時，不只是手臂，而是整個身體就應該像一支纖維杆一樣彎曲、緊繃，然後彈出；至於右腳的那一蹬，真要的重點不是蹬到地而已，而是要將身體的重心推向前，讓這支被壓彎的纖維杆將標槍彈向預定的方向。

不過，想是這樣想，實際上做起來卻總是顧此失彼，始終沒能連貫。看來，想得透徹是一回事，但做得順暢與否又是另一回事，想像和實做之間總是存在著一條難以跨越的鴻溝，直到現在，我仍然沒能克服它。

五、 未完成的遊戲

其實，除了卡住、彈、與蹬之外，父親的祕笈上還記載了許多我未能把握的要領，其中最令我難以致信的，就是我好不容易才克服的「甩」。

「甩手腕、甩小臂、甩肩膀、甩上半身...」這些祕笈上的文字，在我之前的想像中是理所當然的，但對現在的我而言，卻好像是天方夜譚。看到這些文字，我的腦中立即浮現許多過去因為「甩」而受傷的經驗，以及「甩」這個動作與其他要領的種種不協調。怎麼可能可以甩呢？如果父親真的是用甩的，為什麼一開始又要阻止我用呢？

對此，父親做了這樣的解釋。事實上，「甩」並不一定是不好的，只有在造成身體太大的負擔時，它才是必須被避免的。換句話說，在整套動作當中，如果我能在高速助跑的情況下，確實做到「卡住」和「蹬」的動作，並且已經準備好要將標槍給「彈」出去了，在最後標槍要出手的那一瞬間，才加上這一些甩的動作，其實並不會帶給手臂太大的負擔，相反的，還能收到相當大的加乘效果呢！

父親的這番話，聽來似乎相當有道理，但畢竟現在的我連卡住、彈、蹬都沒辦法融貫了，更別說要在最後加上一個「甩」了。再說，之前因為甩而造成的傷勢都還沒痊癒呢！看來，我只好暫時忽略它，等到我的功力更上一層樓時，再來嘗試看看吧！

第二節 學習過程的詮釋

高達美認為，理解是前見與文本不斷遊戲、融合的過程，本節的工作，就是從高達美的遊戲理論出發，對前一節的敘說內容做進一步的分析與詮釋。全節將分成兩個階段進行論述。

首先我將指出，整個理解標槍技術的過程，其實正如高達美所說，是一連串反覆不斷進行的——前理解與理解對象之間的——遊戲，隨著新理解對象的不斷出現與前理解的不斷變化，我對父親標槍技術的理解也愈來愈深入。

其次，在分析整個學習過程之後，我將進一步指出，上述遊戲是在四個層面上進行的，並且詳細說明其中的前理解與理解對象，以及兩者交互作用的過程。

一、 反覆進行的遊戲過程

首先，為了顯示出遊戲的樣貌，我試圖將前一節的故事中，每一次產生理解的經過結構化，形成由前理解、理解對象、我的理解、與無法理解等四個要素所組成的遊戲進行式。如表 1：

表 1：不斷循環的遊戲進行式

遊戲	前理解	理解對象	我的理解	無法理解
1	羽球的甩	父親的卡住	我的卡住 1	父親：還是甩太多
2	我所理解的卡住 1	我的肘傷	我的卡住 2 (原來真的不能用)	但力量怎麼來呢？
3	我所理解的卡住 2	父親的彈	我的彈 1 (像纖維竿一樣)	父親：還是甩太多 而且手還是會痛
4	我所理解的彈 1	父親在我 肩上一推	我的彈 2 (好流暢的經驗！)	是怎麼產生的？
5	我所理解的彈 2	運動生理學 (伸張反射)	我的彈 3 (啟動相 關肌群的伸張反射)	如何靠自己辦到？
6	我所理解的彈 3	拳擊的蹬	我的蹬 1	行進間做得到嗎？
7	我所理解的蹬 1	加上跨步	我的蹬 2 (右腳 必須跟過來再蹬)	父親：右腳怎麼 會是拖過來的？
8	我所理解的蹬 2	父親示範蹬 (同我的蹬 2)	我的蹬 2 (未曾修改)	父親怎麼會 誤解自己？
9	我所理解的蹬 2	父親的反省 (與前一步比較)	我的蹬 3 (前一步 要有所保留)	這麼多要領， 好難整合…
10	我所理解的卡住 2、 蹬 3、彈 3	父親： 收回到一點	我的卡住+蹬+彈	理智想得通， 但身體做不來
11	我的卡住+蹬+彈	父親祕笈上的甩	等確實做到「卡住 +蹬+彈」之後再說	

從上表中我們可以發現，不論是卡住、彈、蹬或是收回到一點等要領，都不是我在第一次接觸的時候就可以直接理解的，隨著相關的理解對象不斷出現，我才有機會逐步修正我對它們的前理解，並不斷形成更合適的理解。而這樣一種不斷循環的理解過程，恰好與高達美的遊戲理論不謀而合！

然而有趣的是，這些所謂「新的」對象，有時候卻不見得是「全新的」。事實上，在過去的遊戲中，我可能早已察覺它的存在，只不過當時我的前理解根本無法接受它，因而將其理解為「錯誤的」並加以否決（例如：遊戲 1 中老爸的提示）；或者，當時的它並未挑戰到我的前理解，因而被我視為理所當然而未曾與之遊戲（例如：第一次我看見父親祕笈中的「甩」）。直到我的視域與前理解因為融合了整套動作的其他部分而有所改變時，我才有可能在這些其實早已交往過的對象身上找到一些「新的」意義，並重新與它遊戲、融合，進而形成對整套技術更進一步的理解。這也再次證明了施萊爾馬赫的詮釋學循環：同樣的部分放在不同的整體中，將呈現出不同的意義。

簡而言之，每一次新理解的形成有賴於新理解對象的加入，然而理解對象能否加入遊戲卻又取決於前理解的接受程度。理解就是在不斷變化的前理解與理解對象之間，不斷循環的遊戲，也因此，理解永遠擺脫不了理解者的主觀因素，也永遠沒有客觀而固定的標準。

二、 標槍理解遊戲的四個面向

在釐清標槍技術理解遊戲的進行式之後，更令我好奇的是，這些遊戲是在哪些層面上進行的？面對文字性的文本，施萊爾馬赫認為，理解就是在「語法的」與「心理的」兩個層面上，進行部分與整體間的詮釋學循環。那麼，在理解標槍技術的過程中，我又經歷過哪些層面的遊戲與循環呢？

重新分析自己的標槍技術學習過程之後，我發現，其實這些反覆進行的、錯綜複雜的遊戲可以約略歸納為下列四種不同的層面，分別是：(一)不同運動項目間的遊戲、(二)認知與體知間的遊戲、(三)標槍技術中部分與整體的遊戲、以及(四)學習者與教導者間的遊戲。茲分述如下：

(一)、 不同運動項目間的遊戲

一開始，我對標槍相當陌生，因而只能從其他類似的技術或是概念出發去詮釋它。例如：將羽球的「甩」作為前理解，去與父親口中的「卡住」遊戲；或是將纖維杆的原理作為前理解，去與所謂的「彈」遊戲；還有，將拳擊出拳的動力來源作為前理解，去與父親所說的「蹬」遊戲。

然而，在我對標槍的理解愈來愈深入（也就是說，融合了更多相關的對象）之後，從這樣一種更豐富的前理解出發，回過頭去理解當初作為前理解的那些屬於其他運動項目的概念，我似乎又能在它們身上看到不同於當初的意義，並且重新予以定位。

舉例來說，在我掌握住標槍「卡住」的要領之後，有一次，我再度回到羽球場上，拿起約莫 80 公克「輕」的球拍（標槍的十分之一），並像過去那樣將手肘與手腕放鬆，盡情的甩動擊球。一時之間，我還真難適應那種感覺，整隻手臂輕飄飄的，彷彿一條黏在軀幹上的皮鞭一樣，一點也不踏實。再加上，之前練標槍時拉傷的肘內側副韌帶又有些隱隱作痛，我不禁懷疑，過去我對羽球

的理解、那種奉「甩」為圭臬的觀念，是否也有待商榷？是否不應該用這麼多，而是要像擲標槍那樣，卡緊一些、用彈的？

由此觀之，不同的運動項目之間是會相互影響的。表面上是在學習某項特定運動的技術，實際上卻是許多不同項目的技術或觀念之間，互為前理解、也互為理解的對象，並且不斷遊戲的過程。透過遊戲中的融合與辯證，我們將愈來愈清楚這些不同的運動技術之間的異同點，也因此能夠給予它們各自更明確的定位。

(二)、 標槍技術中部分與整體的遊戲

其實，打從一開始接觸標槍，我就拜讀過父親祕笈上關於「收回到一點」的要領了，只不過從當時的視域來看，總覺得這是一句平淡無奇的「廢話」——就像在打羽球或投棒球一樣，當然是要把動作、力量、方向、意念都集中到一點，然後才能把球往先前設定的方向擊（投）出去啊！直到後來，自己陸續接觸到卡住、彈、蹬等要領之後，我才知道，原來父親所謂的收回到一點，完全不是我當初所想像的那一回事。

然而另一方面，當我分別接觸到卡住、彈、蹬這些要領並且理解它們的時候，我也以為它們就是我所理解的那樣。直到其他相關的要領不斷加入、並因而使整體更加豐富之後，從新的整體出發重新定位之前已理解的要領，我才知道，它們其實也不該是我當初所想的那樣。尤其是「甩」的概念，在整個學習

的過程中，我對它的理解從一開始的「理所當然」到受傷後的「敬謝不敏」，再到父親解說後的「高深莫測」，可謂最具戲劇性的轉變。

由此可知，不論部分或整體，都是無法直接被理解的。標槍技術的理解過程中，存在著這樣一種在部分與整體間的循環遊戲，整體是由部分所組成，而部分又必須擺在整體中來理解。隨著新的理解對象不斷出現，原先對整體以及其所屬的各個部分的理解，也將不斷被更新、重組。

(三)、 認知與體知間的遊戲

相較於對其他的文本，運動技術最特別的地方就在於，它終究必須靠身體來展現，因此，唯有當認知與體知對某個要領的理解達成一致時，我們才能夠宣稱，自己真正理解了它。原本，父親原本對「蹬」的理解是一回事，但實際上做出來的卻是另一回事。直到後來他發現這兩者間的差異，並且讓它們充分融合並達成一致時，對於「蹬」的理解才算完成。

另外一種情形是，有時候我們單憑認知推理，實在難以理解、甚至無法想像某個要領，但是藉由身體所獲得的經驗，我們卻能夠迅速掌握它。在我遲遲無法理解所謂的「彈」時，父親在我肩上那一推，讓我豁然開朗，便是最好的例子。諸如此類的現象，都顯示出認知與體知之間的落差，而之後所達成的理解，其實正是作為前理解的認知與作為理解對象的體知進行遊戲，融合而得的結果。

當然，我也曾經從身體的感覺出發，去理解某些相關的概念或要領。例如在手肘受傷後，原本對我來說是理所當然的「甩」，這時卻被我重新理解為不敢嘗試的危險動作。即使有時候，父親說我的肘關節卡太緊了、動作僵硬到連拉弓的感覺都沒有了，但我仍然不願意再拿自己的身體開玩笑。這就是由作為前理解的體知出發，與作為理解對象的認知融合的結果。

總而言之，在學習標槍技術的過程中，我的認知與體知之間不斷的在進行遊戲，兩者交替擔任前理解的角色，與作為理解對象的對方融合。也唯有在兩者達成一致時，我才算是理解了該要領。

(四)、 我與父親之間的遊戲

原本，在父親自己對「蹬」這個要領的想像中，最後一步的落點是比倒數第三步還要更後面的，然而後來，當他發現我的動作並非如此，並打算要糾正我時，才猛然驚覺自己的實作情形也和我一樣，並因此而重新反省自己對「蹬」的想像，形成更週延的理解。

相對的，在我原本的想像中，在最後的「蹬」之前，右腳只是隨著身體的移動而被拖過來的，直到父親做出上述的反省之後，我才知道，原來倒數第三步是有所保留的，而最後一步也因此而得以「蹬」得更紮實。

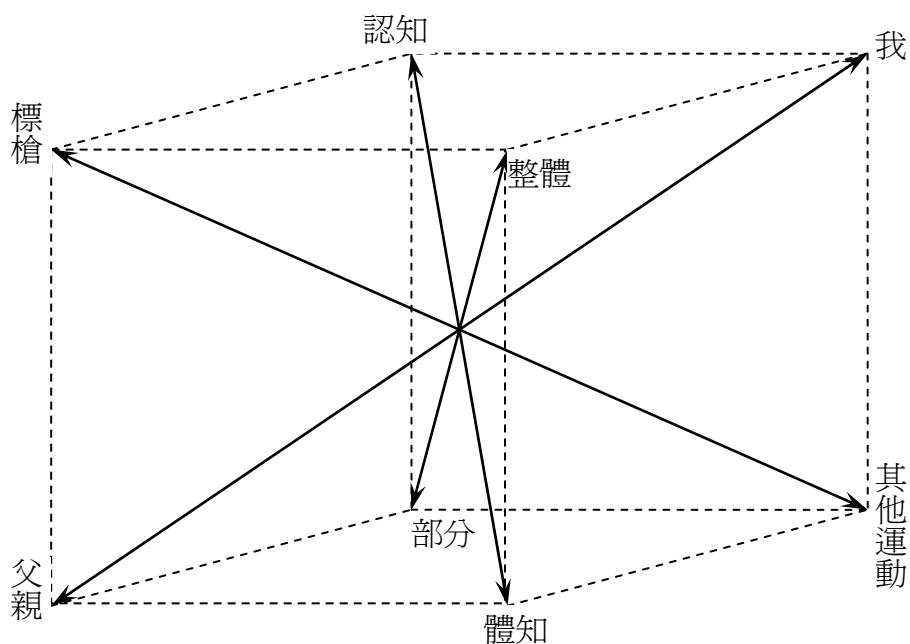
由此觀之，對「蹬」這個要領的體會，其實是父親與我在遊戲中相互關照並自我修正的過程。父親以我的動作為理解對象，與自己的前理解融合出一個

更周延的「蹬」的概念；而我又在這個遊戲過程中找到新的理解對象，並與我的前理解進行遊戲，最後也得出一個不同於以往的「蹬」的概念。像這樣，我和父親都從自己的前理解出發，不斷與對方身上尋尚未理解的對象進行遊戲。直到再也找不到遊戲對象時，亦即我和父親對「蹬」的理解趨於一致時，遊戲才得以告一段落。

(五)、 遊戲間的遊戲

以上四個層面的遊戲，表面上是四個獨立的體系，各自在直線的兩端間循環進行，事實上卻是相互交融、難以分割，在四度空間中進行循環的整體。

如圖 12 所示：每當我接觸到一個新的理解對象時，往往是同時開啓了這四個層面的遊戲，唯有當新加入的部分在四個層面上都完成了遊戲，亦即在四個層面上與既有的整體融合、達成一致後，我才能真正宣稱，自己已經理解了它。



以「卡住」這個要領為例，一開始我拿它和羽球的「甩」比較，進行不同運動項目間的遊戲；接著又因為手肘的傷勢而對它做了調整，亦即進行了認知與體知的遊戲；後來又將它放到整套動作中，和其他動作要領相互配合調整，進行部分與整體間的遊戲；最後，我可能還得再次向父親確認，這是否就是它所說的「卡住」？也就是說，必須再與父親進行一次遊戲。只有在這四個層面都與既有的整體達成一致後，我才算是真正理解了它。

第三節 敘說立場的反省

回顧後兩節的研究成果，在「看似」連貫的標槍學習經驗敘說、以及其與高達美遊戲理論的完美結合之後，我想，有必要針對這樣的「連貫」與「結合」做一番反省與澄清。

一、 對故事的反省

在撰寫研究文本時，所能參考的資料，就僅僅是當初雜亂的練習扎記與訪談記錄。在這些現場文本中，別說是各個要領之間妥善的連結了，就連各別的要領本身都還不見得有一個明確的、完整的輪廓，之所以最後能夠呈現出這麼融貫的序列，其實多半是來自研究者的詮釋。例如「彈」這個概念，是我在撰寫研究文本的時候，爲了將「卡住」與「蹬」連繫起來，才突然領悟到、並予以命名的。事實上，雖然當初的確經歷過表 1 中，關於彈 1、彈 2、彈 3 的遊戲，但在父親的說明以及我和他的討論中，卻從未出現過「彈」這個字。

此外，爲了使故事呈現爲一個連貫的整體，我其實也在敘說的過程中省略了一個要領，那就是：爲了使槍身的方向保持一致，在整套動作中，手腕必須不斷變換角度，而上半身也必須向左傾斜，才能讓持槍的右臂從重心的上方揮過。事實上，這是相當重要的觀念，但因爲和其他要領之間並沒有明確的因果關係，很難安插到既有的序列中，所以在故事中省略不提。或許，在不久的將來，待我釐

清它和其他要領間的關係，並能將它們全部納入一個連貫的情節中時，該要領就可以出現在我的故事中了。

由此觀之，在撰文的過程中，其實經歷過無數次對經驗的取舍與重組、無數次經驗與理論的辯證，最後才建構出這樣一個故事，也因此，我必須承認，真正的經歷並不是我所敘說的那樣連貫、那樣結構化，甚至可能有很大的出入。說到底，這只是我以遊戲理論為依歸，所鋪陳出來的佈局。

二、對遊戲理論的反省

然而，高達美的遊戲理論真的是像我所理解的那樣嗎？這個作為敘說活動之依歸的理論，難道不需要被檢驗嗎？

表面上，撰文的經過，是先確定了理解之為不斷循環的遊戲，再以此作為主軸來敘說整個標槍技術的學習過程，然而事實上，這個主軸本身也是透過我對學習過程的分析與反省，才逐漸被我理解的。正如高達美所說：「應用不是理解現象的一個隨後的和偶然的成份，而是從一開始就整個地規定了理解的活動。所以應用在這裡不是某個預先給出的普遍東西對某個特殊情況的關係。研討某個傳承物的解釋者就是試圖把這種傳承物應用於自身。」（洪漢鼎，2007a：441）也因此，在呈現出成果的此刻，理論與實務，誰是因？誰是果？雞生蛋還是蛋生雞？實在已經無法分辨。

此外，我們也從敘說文獻的探討中發現到，敘說的形成往往不是對事件內容

的真實呈現，而是在敘事者與聽敘者的共敘中被建構而成的。因此，我對高達美與施萊爾馬赫之思想的申論，以及由此而產生的循環遊戲，或許也只是與父親、老師、同學們共敘的結果。至於究竟是否為真，當下似乎也無從驗證。

然而，正如我在理解標槍技術的過程中所曾努力的那樣，對於這個尚未成熟的遊戲理論，我也必須持續不斷的將它放到各種理解的實務中、以及高達美與施萊爾馬赫的理論中去遊戲、去驗證。希望透過這樣一種不斷融合的過程，能夠讓它的獲得更高的適應性與普遍性。