



## 鬥志、堅持 釀造出奧運金牌

2008-04-06 記者 郭品君 報導



第二十九屆奧運會即將於今年八月八日在北京隆重登場，而備受矚目的聖火傳遞儀式，昨日已結束在俄羅斯第二大城——聖彼得堡——的傳遞行程。今日則轉往英國，於當地時間上午10點30分，由第一位火炬手——奧運划艇五冠王史蒂夫·雷德格雷夫——開始起跑。大家莫不關注與期待這四年一次的運動盛會，而字河文化也順應此一潮流，於今年4月2日出版了「奧運金牌的故事」一書，記錄了許多奧運金牌好手們的輝煌事蹟與心路歷程。



沒有做不到的事，只有不肯做的事，相信這就是奧運金牌的故事。（圖片來源：博客來網路書店）

此書一開始，先概要的介紹了奧運會的由來與發展，隨後的主要內容，則將三十三名金牌選手的故事分成五個篇章，分別是「自強不息，堅持下來就能贏」、「克服困難，走出逆境」、「信念不敗，堅持創造未來」、「有做法，還要有想法」以及「偉大精神的閃耀」。每一章節介紹五到八位金牌得主的個人資料與特殊經歷外，故事後面還有「心靈思考」的專欄，闡述故事內容中的涵意，以及值得讀者學習、效法的行為態度。除此之外，每篇文章最後都有一段「奧運小知識」，描述各運動項目在奧運大賽中的發展，或呈現與奧運會相關的各式資料。

此書的內容相當豐富，對於許多選手努力不懈的精神與挑戰挫敗的勇氣，都有相當深刻的描寫，有如翻閱一本本傳記，了解這些曾在奧運賽場上發光發熱的選手們，是如何千辛萬苦地獲取最高榮譽，又如何挑戰極限才能留名史冊。用字淺白，文句流暢，讀來相當舒服，更能輕易讓讀者投入他們的故事中，深受感動。除此之外，在「心靈思考」的專欄中，作者對於故事內容的主要精神再次提醒，能讓讀者更切實地抓中要點，引發深刻地省思，使每個人打從心底好好地檢視自己，進而有所啟發。除有提綱挈領之效，更能發揮其勵志、勸善的最初立意。

但這本書卻有兩個缺點：第一，封面與內文的排版、印刷與設計，缺乏質感。內頁全以半透明的土耳其藍作底，刻上黑字，搭配同樣土耳其藍的單色相片，像極了幾十年前的印刷作品。但事實上，每篇文章中，都附有選手參賽時的畫面，每張照片都非常具有動感與與情緒，但整體書頁營造的老舊氣息，卻掩蓋了這些動人圖像的光采。排版也相當傳統，一板一眼，缺乏創意，更談不上美感與設計，無法襯托內文具有張力的情感與故事，甚至降低了閱讀的動力，十分可惜。

第二，每個章節的標題過於冗長，且意義不夠清晰明瞭。每章的標題應簡潔有力，且讓人在瀏覽後便能了解其中脈絡。但這本書的分章標題卻相當模糊，尤其是前三章，無法讓人立刻了解其內容差異為何，似乎同樣都在討論堅持不懈的精神，讓人摸不著頭緒。如此一來，讀者更不易看出其欲傳達的主要概念，整體結構因此顯得鬆散，分章的意義似乎變的牽強，也失去了效用。

雖然如此，若仔細的閱讀這本書，卻能獲益良多。它一再提醒讀者，沒有人是輕易成功的，每個令人稱羨的頭銜、令人讚嘆的榮譽，是用多少血汗與淚水積累而成，無人知曉。卡洛斯·洛佩斯不畏年歲的侵擾；蓋爾·戴維絲擊退病魔的纏困；威瑪·魯道夫克服身心的障礙；帕里·奧布萊恩締造創新的智慧；穆罕默德·阿里則受盡歧視的屈辱，這些享有榮耀的運動選手，是煎熬、奮鬥了多少個年頭，才能有如此成就。想想他們在接受訓練中，當耗盡體力、身心俱疲的時候，是怎麼樣的意志力才能促使他們支撐下去，逼迫自己挑戰極限。那每一分鬥志與堅持，就是鞭策他們不斷前進的動力。

羅素說：「幸福只在辛勤的勞動和晶瑩的汗水裡。」唯有在挫敗中，才能鍛鍊出一個偉大的運動家，這些偉大的運動家就是人類的榜樣，他們的精神與態度正是大家應該學習、培養的。這本書提供許多不同的思考角度，激勵人們勇敢向前，切勿為自己的停滯、怠惰尋找藉口。而它最終所要傳達的核心理念，其實就是「運動家精神」：不畏傷痛、克服挫敗、堅持信念、善用智慧與挑戰極限。沒有做不到的事，只有不肯做的事，相信這就是奧運金牌的故事。



### 橙色的季節 唯美「柿」界

新竹九降風吹起陣陣柿香，一片澄黃映入眼簾，那既是辛苦的結晶，也既是甜美的滋味。

### 媒體歷屆廣告

#### 推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余膚色 我想說的事

#### 總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

#### 本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

#### 本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

#### 本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡  
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界  
陳思享 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方  
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲  
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員  
張婷芳 / 人物

