



# 體育是體能的藝術

何志平



▲第十五屆全國運動會場地自行車女子團體追逐賽日前在香港舉行。圖為雲南隊選手在比賽中。  
新華社

第十五屆全國運動會正在粵港澳三地如火似荼地進行，各大體育場館各運動項目連日火熱開賽，場上運動員激情四射，場下觀眾呼聲震天。這時不管你是專業體育迷還是普通看客，是否熱愛各類運動，抑或擅長與否，只要進了場，都會嘆為觀止、熱血沸騰，被競技體育所蘊含的那種突破自我、迎接挑戰、不斷超越的精神及魅力所深深吸引，並為之傾倒。

我幼時身體孱弱，還是扁平足，跑不動也跑不快。雖然從六歲多時練習洪拳功夫，在上中學前每日下午堅持不間斷，但在走、跑、跳、投、舞蹈等其他球類、田徑、游泳等體育運動方面，總是落後小夥伴們一步。小我兩歲的弟弟，恰好相反。他是無論大球小球，都能「精打細算、精準解球」。那時每逢體育課，一聽到哨聲響起，我便心中苦惱不已。跑步測試、籃球的傳球投籃等對我來說，無疑一場噩夢。眼看着同學們一個個反應極快地衝向前方，我只能拖着疲憊的身體慢慢移動。

我沒有球感，卻無比沉迷觀看這些項目比賽。如同很多人不會演奏樂器，但喜歡欣賞音樂一樣。還有一些年輕人，明明高價辦了健身卡，待至過期都沒去過幾次，一談起運動直犯懶。可一旦遇到體育比賽，盡數全情投入，彷彿置身另一世界，時間與現實都被暫且遺忘。為何我們不擅長運動，但仍對體育競技情有獨鍾？

體育是一種複雜的社會文化現象，在中西方文明史上都有悠久歷史。中國古代體育其始源可追溯至舊石器時代晚期，涵蓋多樣化傳統體育活動。例如西周時期通過「六藝」（禮樂、射御書數）將射箭、御車等軍事技能納入教育

體系；漢代發展出角抵（摔跤）、蹴鞠等項目，其中蹴鞠被國際足聯認定為足球起源；唐代馬球運動融合尚武精神與貴族娛樂，宋代捶丸（類似高爾夫）形成完整規則；冰嬉在清代被確立為「國俗」，兼有軍事訓練與表演競技功能。

現代體育是十九世紀以來以西方為主導的工業文明的產物，當代國際體育框架和秩序也是在過去一百多年中逐漸形成，日益成為連接不同國家地域、不同種族宗教、不同文化語言，交融社會、文化、經濟、政治的全球性領域，是衡量一個國家與社會發展進步的重要標誌之一。中國在1979年恢復國際奧委會合法席位，於1984年以嶄新面貌重返奧運會賽場，到2024年巴黎奧運會，中國體育代表團收穫金牌數已與美國持平，走出一條極具特色的體育強國之路，正是中華民族實現從站起來、富起來到強起來的偉大飛躍之生動縮影。

香港在上世紀五十年代成立業餘體育協會暨奧林匹克委員會，開始參與國際體育事務，並在乒乓球、自行車、羽毛球等項目逐漸展露頭角，取得顯著成績。尤其回歸後，香港在「一國兩制」獨特優勢下享有文化體育經濟等領域對外交往權，與世界各國家、各地區及國際組織保持和發展關係，在相關國際賽事都擁有獨立參賽權。香港民政事務局也於2002年提出體育事業發展「精英化、普及化和盛事化」，調動市場力量、社會力量、家庭力量，將資源有效集中在運動選手的競技優勢訓練培育中，在全港十八區弘揚及豐富基礎配套設施，成立體育委員會，着重同內地體育交流，舉辦全港運動會，申請承辦2009年東亞運動

會、協辦2008年北京奧運馬術比賽等。

我以為，體育是體能的藝術。觀賞體育賽事，一切毋須「懂」，每個人都會因激烈的比賽場面衝突而感官被充分調動，或情感被強烈喚起，自然而然出現身臨其境的感覺，並被帶入某種氣氛之中，陷入集體澎湃。自己永遠無法做到及實現的狀態，此刻都在運動員永無止境、持續刷新紀錄的奮鬥拚搏裏，得到完全釋放，情緒在體育和音樂世界中自由翱翔。

我們對體育的理解，不單止於生理學或心理學的解釋，還體現為由科學訓練提升身體素質，將力量、速度、耐力等體能要素轉化為競技表現與藝術美感的結合。而觀賞、表演、欣賞、藝術性等因素，都可用來解釋體育就是藝術的概念。運動員以平衡、柔韌、速度、力量、耐力、協調、靈敏等核心體能要素，在競技中顯露精湛技巧、矯健身姿和天賦異稟的創意。那些優美動作、順暢的肢體協調、卓越的執行能力，無異於藝術表演，並在成績、榮

譽、期待和強大壓力之下，給予運動具體的內涵及精神。

因而，從來不是競技盛事讓人喜愛上運動，而是無數熱愛運動之人，讓體育賽事具象化，令平常也不多參與的大眾見到人類脊背裏的勇敢，血液裏的堅韌和靈魂裏的和平。當本國、本地選手身穿國家及自身城市隊服，全民都在為比賽隊員加油吶喊時，除了輸贏所帶來的腎上腺素爆發，更多是集體情緒的融入感、歸屬感，所有人一瞬間不分彼此、同悲同喜。

我將此歸之於六根、六塵、六時於人身之共情共鳴共振。六根「眼耳鼻舌身意」是神經官能，六塵「色聲香味觸法」為外境。六根長於身，六塵存在外，六根與六塵合而產生「見聞嗅嘗感知」的判別力和記憶力。我們在賽場六根互用、六塵皆新、六識齊動，由一種感官觸發聯覺，激發聯想，刺激思考，令人感同身受，一切全都是，亦復如是，恰是體育藝術之美的永恆價值和巨大魅力所在。

所以，體育何須擅長？不懂，不會，更能純粹觀賞。點點滴滴，汗淚交加，我們與運動員於血脉相融之深處共探生命之光、共享信仰之火。歷史成為傳說，傳說成為神話，我們只要來過，看過，聽過，經歷過的都是人生。

助香港出版及印刷業「走出去」展現文創實力

## 「騰飛創意」亮相2025上海國際童書展



2025中國上海國際童書展（上海國際童書展）昨日開幕。為推動香港優秀及具創意的出版物及印刷品「走出去」，展現香港的文化創意實力，由香港出版總會和香港印刷業商會主辦，並獲香港特區政府文化體育及旅遊局轉下文創產業發展處（下稱文創處）指導與資助的「騰飛創意——線上線下香港館」項目，邀香港業界共赴上海國際童書展，通過深度參與年度大型國際童書展盛事，向內地及其他國家與地區的同業展示香港在童書出版及印刷業獨有的優勢。

【大公報訊】今屆「騰飛創意——線上線下香港館」項目（下稱「騰飛創意」項目）重臨設於上海世博展覽館的上海國際童書展，並設立「香港館」。昨日，項目為「香港館」舉行了開幕禮，並在開幕禮中為「香港繪本出版支援計劃」和第三屆「想創你未來——初創作家出版資助計劃」的獲獎作品舉行上海首發儀式。

為延續香港與上海的文化交流，項目更安排將「香港館」內的部分展品，於書展結束後贈予上海兒童圖書館。「香港館」的開幕禮上舉行了贈書儀式。

「香港館」開幕禮邀請到上海市新聞出版局出版發行處處長曾原、香港特區政府文創產業專員黎細明、香港特區政府駐上海經濟貿易辦事處經貿關係總監馬明亮、2025博洛尼亞兒童書展「香港館」主席任德聰、2025中國上海國際童書展「香港館」副主席鄭國俠、博洛尼亞童書展會總監Ms.Elena Pasoli（埃琳娜·帕索利）等眾多業界嘉賓出席主禮。

### 特設「創意角」寓教於樂

黎細明致辭表示，自從2011年起，香港文創處通過在內地和海外大型國際書展設立香港館，推廣優秀的香港圖書及印刷品。近年來，文創處加大了對繪本的支援，由文創處資助的「香港繪本出版支援計劃」將首次展出全部16本獲資助出版的無字書和有字繪本。同樣由文創處資助的「想創你未來——初創作家出版資助計劃」也帶來繪本組的作品，其中兩本於今年8月南國書香節上成功授權廣東省的出版社，在內地出版簡體中文版。此次香港館的另一個亮點是以尋寶為主題的「創意角」，以全新的



▲主禮嘉賓出席「騰飛創意——線上線下香港館」開幕儀式。



▲第三屆「想創你未來——初創作家出版資助計劃」上海首發儀式合影。



▲70多家香港出版社和印刷商的逾330件圖書、印刷品和文創產品於香港館展出。

方式重點介紹香港的珍稀動物，將香港的大自然搬到香港館，通過展品結合遊戲及寓教於樂，感受香港綠色自然，同時推廣香港旅遊。

鄭國俠致辭表示，本屆「香港

館」以「小讀者大世界」的主題，匯聚了香港多家優秀出版社和印刷商的精選作品，展出300多種涵蓋繪本、科普、文學等各類型的童書和印刷品；此外更帶來了「香港繪本出版支援計劃」的無字繪本，以及第三屆「想創你未來——初創作家出版資助計劃」的獲獎作品，希望通過「香港館」的平台，讓更多的兒童、家長和教育工作者接觸到優質的童書資源，深化滬港兩地在童書出版領域的合作情誼。

### 虛擬「香港館」同步上線

今年上海國際童書展「香港館」圍繞「小讀者大世界」的主題，以「細閱香港 閱見流行」設立了「綜合展區」「得獎作品專區」「企業業務洽談區」，以及「出版3.0+專區」，並特設「創意角」，共結集70多家香港出版社和印刷商的逾330多項極具創意的展品，展示香港豐富的兒童書及親子題材讀物，和多元的香港文創及出版、印刷作品，推廣香港成為「中外文化藝術交流中心」，進一步協助業界，拓寬兒童及青少年書籍版權貿易及印刷服務的商機，探索及擴闊與各地出版機構的合作空間。

今年「騰飛創意」項目繼續結合實體和虛擬展館的形式，線上線下同步展出上海國際童書展「香港館」內多個展區的展品。線上虛擬版本為各展品配以繁、簡體中文及英文的文字介紹，讓參觀者可以隨時隨地線上參觀，欣賞各展區每件獨特展品的特色，藉以認識香港故事。虛擬「香港館」展期和實體館於11月14日同步上線至2026年11月。

黎細明致辭表示，自從2011年起，香港文創處通過在內地和海外大型國際書展設立香港館，推廣優秀的香港圖書及印刷品。近年來，文創處加大了對繪本的支援，由文創處資助的「香港繪本出版支援計劃」將首次展出全部16本獲資助出版的無字書和有字繪本。同樣由文創處資助的「想創你未來——初創作家出版資助計劃」也帶來繪本組的作品，其中兩本於今年8月南國書香節上成功授權廣東省的出版社，在內地出版簡體中文版。此次香港館的另一個亮點是以尋寶為主題的「創意角」，以全新的



▲《SING聲賞識》明年1月一連四個星期三舉辦。

**SING聲賞識  
明年初開講**

【大公報訊】康樂及文化事務署將於明年1月一連四個星期三舉辦聲樂講座系列《SING聲賞識》，由聲樂教育家陳少君策劃及主講。四場講座分別以西方古典音樂的四個主要聲部（男低音、女低音、女高音和男高音）為主題，配以精選的西洋歌劇選段，講解不同聲部所演繹的角色，另會介紹相關具代表性的歌唱家及其歌唱特色，引領觀眾認識和欣賞各聲部的獨特魅力。

四場講座以聲部為核心主題，層層遞進，解析歌劇聲樂的精髓。首場於1月7日的男低音專場，在人聲偏低的聲部中，除了男低音，還有男中音。講者會透過多位著名歌唱家如男中音Dmitri Hvorostovsky和男低音Boris Christoff等的演繹，分析這兩個聲部在歌劇中當主角的時刻。1月14日的女低音專場，講者將分析在歌劇世界中女中音和女低音大多擔演母親、女僕人和女奸角等配角的原因，以及這兩個聲部能在歌劇中擔演主角的時刻；另將介紹屬於音樂史上黑暗一頁的「閨人歌手」，以及假聲男高音。

1月21日的女高音講座，將圍繞「為何歌劇女主角多由女高音擔任」展開，結合Maria Callas、Joan Sutherland等歌劇天后的珍貴片段，闡釋作曲家對女主角的聲樂要求。1月28日的男高音專場則聚焦浪漫時期歌劇，以Nicolai Gedda及「高音C之王」巴伐洛提的演出片段為引，探討男高音聲音的獨特魅力所在。

陳少君是香港著名聲樂家和合唱專家，現分別於香港中文大學和香港浸會大學音樂系教授聲樂，亦為香港兒童合唱團的駐團聲樂顧問。她經常主持聲樂大師班，以及為歌唱家和合唱指揮舉辦聲樂指導班，並擔任歌唱比賽的評判。

各場講座均以粵語主講，於晚上7時30分在香港太空館演講廳舉行，每場時長約1個半小時。門票定價80元，不設劃位，現已通過城市售票網（www.urbtix.hk）發售。