

## 第壹章 緒論

柔道運動在世界上已經是家喻戶曉的運動，關於柔道運動的歷史眾說紛紜，在「古事記」中建御雷神與建御名方神的決鬥（註1），「日本書紀」中記載日本垂仁天皇時期野見宿彌與当麻蹶速在神前利用關節技與投摔技巧的格鬥比賽（註2），而流傳演變成日本柔術與相撲的起源，其中柔術更演化成今日的柔道運動。另外也有人說是中國明朝末年陳元贊授命至日本借兵以反清復明，因借兵不成，陳元贊留在日本傳授中國傳統武術，其中擒拿術與捕人術的中國武術（註3），在日本人的研究發揚之下，成為今日傳遍世界各國的柔道。

雖然有關於柔道運動的起源說法意見分歧，但是在所有的文獻記載中，現代柔道運動能夠有今日的發展，其中最重要的功臣就是嘉納治五郎，嘉納治五郎因幼時身體孱弱，常受同伴欺侮，為鍛鍊身體因而立志學習柔術（註4）健身強體，後來因覺得柔術技巧中有太多傷害性的技術，並不適合廣泛大眾學習，因此嘉納治五郎融合各流派柔術的精華奧秘，去除危險性動作，並制訂規則，再加入「勝負、體育、修心」練習的三個目的（註5），嘉納治五郎先生曾以「柔道是心身的力最有效的利用」，而後更以「精力善用、自他共榮」8個字定義為柔道的精神（註6），創出今日家喻戶曉的柔道運動。

## 第一節 研究的動機與目的

### 一、研究的動機

筆者在四、五年前曾經帶著富春國小幾位學生參加日本東京地區邀請比賽，在這次的比賽中，富春國小的選手獲得不錯的成績，這讓筆者想到，為何台灣的所有運動，包含棒球、網球、柔道等選手在青少年時期的運動水準表現，會優於鄰近幾個體育大國，如：日本、韓國、大陸等幾個國家的同年紀的選手，賽後，筆者透過同行的東京教育大學博士周禪鴻的嚮導，參觀日本講道館道場，在這個柔道發祥的殿堂，筆者自認為找到我要的答案，因為在講道館中，除了可以參觀日本柔道場的宏偉規模之外，還可以看到日本許多關於柔道的書籍雜誌，在眾多書籍雜誌中，筆者看到許多有關於柔道的書籍，除了柔道運動的技術動作、訓練方法等書籍，筆者還看到許多有關柔道歷史、哲學、藝術等方面的書籍，而且數量還不少，這或許就是日本柔道之所以強盛的原因吧？因為筆者感覺到在日本，柔道不只是一項運動，更是一項學問，因此除了技術動作、訓練方法等書籍之外，還有如此多的柔道相關書籍的呈現。

反觀台灣，柔道運動就只是柔道運動，除了動作技巧、運動訓練、成績表現的關係之外，就與其他歷史、哲學、藝術、教育等學科不相關，因而無法讓柔道運動成為一門學問，進而去研究柔道運動的精髓，

發掘柔道運動的好處，使柔道運動更深入台灣人的生活中。

在現今台灣柔道運動的發展中，通常看到都是上級長官要求在國際正式比賽賽事中拿到成績，因而導致國內研究柔道運動的書籍都是以動作技術、訓練方法為主，鮮少看到有關柔道歷史、哲學、教育、藝術等的書籍問世，造成台灣許多人對柔道運動的一知半解，筆者在帶隊的經驗中，許多學生家長都認為柔道運動只是一種摔來摔去的運動，沒有讀書來的重要，因此反對學生參與柔道運動的練習，所以筆者體認到要在台灣推展柔道運動，必須將柔道運動當作一門學問深入探討研究，才能了解柔道運動的真正意義，進而深入國人生活中。

另外在台灣所接觸到的柔道文獻，都是以講解柔道技術與規則的書籍居多，鮮少有相關台灣或各縣市柔道運動發展的相關資料書籍，又因為筆者在台中縣自小就開始接觸柔道運動，對此感到相當可惜，故對此一研究的興趣非常濃厚，期望藉此研究能夠讓更多人了解台中縣柔道運動發展的過程與辛苦的一面，讓更多人支持與幫助台中縣柔道運動的發展。

## 二、研究的目的

筆者從事柔道運動多年，自從小學時代開始就接受台中縣柔道前輩的指導，今日擔任台中縣柔道運動教練一職，深感教練工作的辛苦與無奈，覺得必須讓所有台中縣柔道運動參與者知道以往柔道前輩們

的辛勞努力與奉獻，根據以上的研究動機，蒐集有關的文獻資料，並加以閱讀後，歸納出本研究的目的如下：

- (一)、瞭解柔道運動的起源。
- (二)、瞭解台中縣柔道運動的發展經過。
- (三)、瞭解台中縣柔道運動成績興衰的過程與原因。
- (四)、提供台中縣柔道運動未來發展的參考。

## 第二節 研究的重要性

歷史是以往過去發生過的事件或活動，足以作為後人的警惕或參考，筆者身為台中縣柔道運動教練，這幾年帶隊的的經驗告訴我，運動訓練的工作只有一群有恆心、有毅力，能夠完全奉獻自己的人才能成功，就像台中縣柔道運動的發展，國小、國中、高中一連貫的升學管道，讓選手在求學的問題上無憂無慮，可以專心參與柔道運動，能夠有今日亮眼的表現，這都是以往台中縣柔道運動前輩、老師的恆心、毅力以及無私的犧牲奉獻，才有今日的台中縣柔道運動發展。

而且記得唐太宗在〈貞觀政要〉中說過一句話：「以銅為鏡，可以正衣冠；以人為鏡，可以明得失；以古為鏡，可以知興替。」這句話說的是以銅片當作鏡子，可以整理自己的衣物，以別人的行為當作自己的鏡子，可以明白自己的過失在何處，以古代歷史做為鏡子，可以知道興盛衰敗的原因。就像現在台中縣柔道運動的發展過程，也曾

經在過內國中、小拿過十幾連霸的優異成績，但是在近幾年的表現卻無法與以往相比，筆者身為台中縣柔道運動教練，自認在動作技術、訓練方法、知識與對柔道運動得熱誠都不比台中縣的前輩老師差，為何會有如此的結果，期望能藉由此研究的過程中找到的這個問題的答案。

另外，最近幾年台中縣柔道選手的外流問題受到台中縣政府教育局長官的關切，筆者所知道的是外縣市學校利用優渥的條件吸引台中縣優秀的柔道選手，造成選手外流的結果。這樣的結果不能怪任何人或是開出此優渥條件的學校，因為就筆者所知，台中縣許多柔道選手都來自於單親家庭，家庭經濟不是很富裕，所以做出這樣的決定是為家庭減輕經濟負擔的考量，不能去責備選擇外縣市就讀的選手，可是台中縣柔道老師的付出，也是必須肯定的，所以希望藉此研究的結果讓所有參與台中縣柔道運動發展的長官、老師、選手知道台中縣柔道運動發展的辛苦過程，教育局長官能夠不要再苛責選手外流的問題，選手能夠體諒老師、教練發展台中縣柔道的苦心，能夠在家庭能夠負擔的情況下，留在台中縣的學校繼續發展台中縣柔道，更希望台中縣柔道老師、教練能夠不要因一時的挫折就放棄發展台中縣柔道運動，讓大家再次為台中縣柔道運動的蓬勃發展共同努力。

### 第三節 研究的意義

#### 一、本研究的意義

透過歷史的研究意義在於透過研究的過程探討發掘事實的真相與前人辛苦努力無私無我犧牲奉獻的精神，並藉由了解歷史的發展與過程，作為後人警惕效法的依據，筆者研究台中縣柔道史的想法也是，希望藉由相關文獻探討與實地訪問的過程，找出對台中縣柔道發展有幫助的人、事、物，並藉由了解台中縣柔道發展過程的辛苦，勉勵自己與未來從事台中縣柔道運動的人士，不要忘記前人辛苦的耕耘，才有今日台中縣柔道運動的蓬勃發展。

筆者在經過相關文獻的探討與實地採訪過程中，認為研究台中縣柔道歷史的意義有以下兩個。

(一)、目前台灣柔道運動的研究與歷史相關的文獻甚少，所涉及的柔道運動研究，都是以技術教學、訓練過程為主，有關歷史發展的研究都是內容極為簡化，甚至出現意見相左之結論，因此筆者以台中縣柔道歷史為主題，並且藉由探討過程深入研究，期望能找出台中縣柔道發展的真相與無私無我奉獻的柔道前輩，對於台中縣柔道的發展有其意義與必要性。

(二)、目前台中縣柔道運動正處於發展的高峰期，其中一些好的選手受到鄰近縣市挖角，造成選手外流，使得台中縣柔道運動發生斷層

現象，雖然這是運動的現實面，選手也可能因為家庭環境等因素而選擇至外縣市就讀，可是筆者身為一個台中縣柔道運動基層教練，有責任與義務告訴選手「飲水思源」的道理，並了解台中縣柔道運動發展的辛苦過程，以提供選手做為參考，選擇是否接受外縣市重金挖角，而遺忘台中縣柔道前輩栽培的無私付出。

#### 第四節 名詞解釋與規定用語

##### 一、名詞解釋

##### (一)、柔術 (Jujitsu)

柔術為日本傳統武術之一，在日本「古事記」建御雷神建御名方神的競力比賽（註7）與「日本書記」中記載野見宿彌與当麻蹶速的神前對決，相傳為日本柔術與相撲的起源（註8）。在文獻的記載中，最早的柔術流派為天文年（1532年）中作州津山波賀村人竹內久盛所創的竹內流柔術，稱為小具足、捕手（註9），後來在明朝末年陳元贊傳入擒拿術、捕人術等中國武術（註10），造就柔術另一番盛況，才有後來柔道運動的誕生。

##### (二)、柔道 (Judo)

柔道國際聯盟總會規章第一條說明：「國際柔道聯盟承認，柔道為嘉納治五郎所創之柔道」（註11），柔道運動是一種利用平衡、槓

桿原理、以及時機掌握摔倒對手的運動，透過大肌肉的力量對抗，來達到健身與防衛的功能，並透過艱辛的鍛練過程學習培養刻苦堅忍的堅強意志力，是兼具身心健康的良好運動（註 12）。

嘉納治五郎以「精力善用，自他共榮」與「柔能制剛」為柔道宗旨，其中「柔」是指「柔能制剛、以柔克剛」之柔，且順應對手的力量與技術來求取制服對手的意思（註 13）。而「道」指的是一種形式上的原理，是一種規律、一種理則、指標或典範（註 14），嘉納先生並希望藉由柔道運動來達到強身健體與自我防衛的功能，並透過艱難辛苦的訓練過程，培養學習者刻苦耐勞、堅強勤奮的決心與意志力，柔道運動是兼具了訓練與促進身心健康的良好運動（註 15）

## 二、規定用語

（一）、用語：本研究中所使用的用語是根據當時所使用的語言為主，並在其後加註現代用語，以讓閱讀者能更清楚了解本文的內容與柔道運動的意義。

（二）、年代：本研究中提及有關柔道運動的起源歷史年代，均是以原著作中所使用之年代為主，並在其後加註西元年或者是台灣所用之民國年，期望讓讀者能夠更清楚有關柔道運動的發生歷史時間並與其年代作比對，更清楚西曆、民國與日本年代的時間點。



## 本章註釋

註1：(1) 竹内善徳 (1976)。圖解柔道の教室。東京：圖鑑の北隆館，212 頁。

(2) 竹内善徳 (1979)。柔道。東京：不昧堂，10 頁。

註2：(1) 磯貝一 (1920)。柔道手引草。中研院台史所總督府圖書：10-11 頁。

(2) 大沢慶己 (1984)。柔道入門。東京：秋田書店，12 頁。

註3：(1) 井口義為 (1912)。亂捕活法-柔術教科書。東京：魁真書樓，1-2 頁。

(2) 松岡辰三郎 (1920)。學校柔道。東京：大阪屋號，2-3 頁。

(3) 黃武雄 (1978)。柔道之學理研究。台北市：健行文化出版社，1-2 頁。

註4：同註3 (2)，2-3 頁。

註5：(1) 吳青華 (1980)。柔道理論與實際。台中：霧峯出版社，2 頁。

(2) 佐藤宣踐、橋本敏明 (1985)。柔道。東京：ベースボール・マガジン社，10 頁。

註6：(1) 小谷澄之 (1972)。圖解コーチ柔道。東京：成美堂出版

社，9 頁。

(2) 小谷澄之 (1980)。柔道五教。東京：成美堂出版社，  
10-11 頁。

註 7：(1) 同註 2 (2)，12-13 頁。

(2) 程建國 (2007)。柔道の技。大連：大連音像出版社，  
3 頁。

(3) 華博 (2007)。中國世界武術文化。北京：時事出版社，  
290 頁。

註 8：同註 3 (1)，1 頁。

註 9：沈榮柳 (1983)。柔道運動之研究。台北市：學海出版社，  
3 頁。

註 10：(1) 同註 3 (3)，1 頁。

(2) 張聲同 (2001)。柔道。台北市：台灣警察專科學校，  
4 頁。

註 11：呂耀宗 (2001)。台灣柔道史 (1952-1970)。台中：國立台灣  
體育學院體育研究所論文 (未發表)，17 頁。

註 12：(1) 同註 10 (2)，4 頁。

(2) 同註 11，28 頁。

註 13：同註 12 (2)，28。



註 14:(1) 鄭麗霞(2004)。柔道運動理論與哲學內涵之探究。台南：

漢家出版社，20-21 頁。

(2) 同註 11，29 頁。

註 15：同註 14 (1)，20-21 頁。

