May 31, 2016

Climbing Your Personal ‘Mt. Everest’ Traditonal Chinese

攀登個人的聖母峰

人常常會疑問我為什麼還在參加射擊運動？今年底我就要七十歲了，近年來的比賽表現也只能說是差強人意而已。

然而我還不準備掉頭而去；我還在朝我心目中的人生最高巔峰攀爬，一心一意要登頂為止。

我的血液裡面流著冒險精神；我喜歡在嘗試到達新高峰之際把把自己撲向極限。

我一直都對研究運動健將有興趣。我遍覽跟成功運動員有關的書籍、看他們的電影，想知道叫他們孜孜不懈的是什麼。與足球或棒球等團體運動不一樣的是，射擊運動是單獨的運動行為，因此我通常會把注意焦點放在活躍於個別運動競賽場上或個人運動有成的運動員身上，而攀上聖母峰的登山專家，他們的故事或電影特別吸引我。

多年前，我讀了魏斯圖（Ed Viesturs）寫的《登頂無捷徑》（No Shortcuts to the Top）。魏斯圖是唯一登上全球第十四高峰的美國人。全球十四大高峰的高度全都超過八千公尺，位於尼泊爾和中國之間的世界屋脊聖母峰，當然是世界的最高點，達八千八百四十八公尺（二萬九千 0 九十二英尺）

我將我的射擊事業看做攀爬聖母峰。沒錯，我從事的射擊運動不像攀登聖母峰有著喪命的風險，但是這兩項運動有著共同的特點，在個人層面上都代表著極大的奮鬥，於身於心皆然。

攀向我個人的聖母峰的確沒有捷徑。

我的「聖母峰」

我希望看見我努力多年的心血有一天能在《比安奇盃》水到渠成。我在《比安奇盃》比賽了二十年，贏過女子組冠軍八次，也在「比安奇盃」嚐到慘敗的滋味，自二 0 一 0 年的《比安奇盃》之後我就在走下坡。那一年的比賽我的成績非常差，有些人甚至心想我大該就從此收山。我沒有；次年我又回到那裡，有些人見到我大為吃驚。

即使是我稱后的那些年，我也從未感覺各方面都按我心頭願望一一到位。《比安

奇盃》共有四階段比賽：練習賽項目、障礙賽項目、翻板汽手槍項目，以及移動靶比賽項目。有時四項當中有兩項我得來不費功夫，有時是四項中有三項我手到擒來。我希望在哪一年的《比安奇盃》大賽中四戰勝，項項盡都告捷。

多年前在富勒靶場（Mickey Fowler）受訓時與長谷川朝君一席談之後，射擊運動就成為我一生要攀登的聖母峰。長谷談到動機、他如何挑戰自己往目標邁進--他總是先設定一座高峰，然後就設法心無旁顧的向高峰挺進；一旦到達高峰，他就放眼另一座更高的山峰。穿山越嶺之際，他一次又一次增加攀爬的高度，要向最高的尖頂聖母峰挺進。

生涯高峰人人不同

你的人生高峰不見得要從運動員的挑戰出發；也許在你的事業道路上你有一個職業的高峰；也許在你的個人生活中有一個聖母峰等待你去征服，達到那裡之後你才最心滿意足。

追求人生中的聖母峰, 秘訣在於享受過程中出現的每一挑戰與奮鬥；過程中的享受有多大，到達高峰的快感就有多大。

這並不表示所有付出的努力和路上的艱辛盡都是樂趣。為射擊這樣運動所受的訓練通常都很煎熬，但知道一切的練習和準備有助於我更上層樓，心中的歡喜感便油然而生。這種知道心血不會白費的獎賞感，完全是個人的感受，無人可以從你手中奪走。

我很早以前就知道自己在過程中會如同登頂一樣陶陶自得。二十三歲嫁給卡洛斯前，我花了六個月的時間準備婚禮；我計劃買什麼小禮物酬賓、花了五十美金買衣料、自己親手縫製禮服；不但縫製了婚紗禮服，還做了一件婚宴禮服。

婚禮只是一天，而且過的很快，但六個月準備結婚過程的分分秒秒我都快樂無比。摸索射擊生涯的過程中，一路走來我也是這樣滋味無窮。

長谷的登上頂峰前先著眼於小丘的一席談，至少在我去年比賽《比安奇盃》時發揮了作用。

二０一五年與家人滑雪時我左膝前十字韌帶斷裂。雖然受傷，我還是決定要參加五個月後的《比安奇盃》比賽。我傾全人之力復健、養精蓄銳，結果我也達到了參加二０一五年《比安奇盃》比賽的目標。我在兩個項目中表現很好，但是在翻板項目中射的走樣，十碼外射擊失誤三次。活動靶項目我也失去準頭。不過，我達到了攀登母峰進程中的一個山頭，因為我迅速復原、參加了我最喜歡的比賽項目，我盡其在我，射擊出自己當時能射出的最好成績。

很多人或許將我追尋人生巔峰與稱霸《比安奇盃》混為一談。但這並不是我的目標。許多年前，在射擊生涯中，我是有一度這樣志在必得，但我並不喜歡它對我的影響，自此以後，我也再未懷著這樣的心態去比賽。

我的聖母峰是內心的爭戰；輸贏無關緊要，要緊的是我十分能夠達到自我要求。等我到達巔峰時，我知道它會帶給我無比的成就感和快樂，但是我要自己切記：在攀登巔峰冒險過程中，跨出的每一步都怡然自得。