

2017/02

Applying the philosophy of Sun Tzu to my life (Traditional Chinese)

## 我的人生運用孫子哲學

知己知彼百戰不殆—孫子

身手不凡的運動員都是完美主義者；我們有強烈的工作紀律、韌性強，不輕言退，始終如一。我們有決心，是一群計劃周密、重視自律、秉持天賦不斷鍛煉的人，體力與心理一樣強悍。

要求我們的無論是大是小，我們無不全力以赴，只求把工作做好。這就是偉大運動員的性格。

引述孫子名言是不是太刻板了？但你若是讀過孫子《兵法》，或許就知中國文化的幾項特質。對最近沒念過歷史書或是沒吃過籤語餅的人，我願在這裡補充一句：孫子是中國周朝的一位兵家、謀略家和哲

學家；他生活與寫作的時代是西元前五百年，至今他的《兵法》仍為世所著稱，政治家、企業家都從中汲取社會經營與外交策劃的靈感。

「保持友遠敵近」這句俗諺，西方人認為就是出自孫子《兵法》。

他的「不戰而屈人之兵」、「能而示之不能」，也常被西方人奉為主臬。

無論這些話是顛撲不破的真理或是只合在壓扁的餅干中使用，兩千多年來，孫子每一句名言在在強調著縝密精準的計劃是成功的第一步。



中國傳統認為成功有兩個層面：一是個人層面、一是較高的精神層面。例如，成功之人應飽讀詩書、身心健全、家世、工作良好，進而能貢獻社會、國家與世界—亦即齊家、治國、平天下。成功的傳統中國婦

女應擅長各方面家務事，嫁入書香門第。在傳統中國教條裡，為人之妻要能傳宗接代，子嗣要比父親更能光耀門楣。

不過現代中國家庭逐漸與全球價值觀趨於一致，無論男女均追求在教育、職業、地位、權勢與財富上能有過人成就。

我們在根深蒂固的畏懼失敗和讓家人失望的文化中找尋平衡，榮譽、權力與財富不辱親人便成為最高的成功定義。

無論一個人的文化指涉是否是穿越數代的故事——是一位女戰士或是指導如何將全世界納於股掌之間的中國古籍，恐懼未知、期待完美不分疆界、地域與年代。

多年來我一直在分析我是何時表現出自己的極致。我發現自己表現最佳時，我是百分之百的專注。我：

- 對人，一概無視，
- 對親友，一概不視

- 對人言如東風之過馬耳
- 視而不見、聽而不聞，一切無動於衷
- 無動于衷、物我兩忘，我便能夠完全掌控極其狹窄的隧道視線。

這種絕對的隧道視線通常會在我最脆弱、最可能面對失敗時出現。

雖然有這些情況，事先若有計劃便照樣感到成竹在胸，對自己的能力滿懷信心。

每當我在新環境中，行程中每一方面我都先行計劃，包括靶場和旅館之間的通勤時間、規劃如何停車、何處準備、坐在何處、食在何處等等。我知道自己必須在扣扳機之前不多不少一小時整進餐、知道自己在向比賽崗站報到前必須讓自己有多少時間做好心理準備、熱身和做好最後的器械檢查。



在絕對的壓力下、預期自己會徹底崩潰時，我常常能有最好的表現；我之所以能在壓力下成功，是因為我準備無「微」不至，最小的細節也不放過。

你是哪一種人--事到臨頭最後一分鐘才諸事具備？還是早就計劃周延？

你在沒有必要的壓力下表現最好？還是你在風險籌碼最高時因勢崛起？

如何在比賽中成功：

- 將一己的極限推向比自己所認為所能的更遠，

- 回到原點略為小憩，繼續前衝，
- 回到安適處片刻後撲向更遠，
- 能撲向多遠會自己也會吃驚；我們認為自己有限，

但我們其實沒有。