

挫折感受度要低

南方壺

十餘年前，曾參與某單位之所長遴選工作。遴選過程中，在與該單位之人員座談，以了解他們對新所長人選的想法時，有人提出條件說。認為擔任所長者，宜具備“挫折感受度要低，忍受度要高”的特質。

人非草木，難免對挫折感到不快甚至沮喪。但若旁人看你好好的，自己卻常覺諸事不順遂，抱怨連連，可能便沒那麼適合擔任領導人了。要知人生少有一帆風順，的確屢有大大小小的不如意。但感受度要低，不須每一芝麻般的小不順，都視為倒霉或挫敗。甚至略有不趁心，便覺得奇恥大辱，或覺得已落入萬劫不復的困境。即使真遇到挫折，處理起來有些棘手，也得忍一忍，不必太大驚小怪。就如同對肚子餓，天氣的冷熱，環境的吵雜等，也常得忍耐，不要輕易便已覺忍無可忍了。在“論語”雍也篇裡，孔子誇獎顏回“一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。”顏回對惡劣的生活品質，不但忍受度蠻高，還能自得其樂。

其實“挫折感受度要低，忍受度要高”，豈只是擔任領導人該有的特質，一般人也該多少具備。或者說，自小起便要逐漸地培養出，能儘早跳開挫折感的本事。如果別人都已往前走得老遠了，自己卻仍鑽牛角尖，持續沉浸在挫折的不快中，那真不太健康。只是對挫折的感受度，有些人卻其高

心在南方

無比。

5月26日“又”一個建國中學的學生自殺。高三快畢業了，已甄試上台灣大學某學系。傍晚與女友及其家人，至婦產科，檢查之下，證實女友有孕，因而被女友父親念了幾句。女友也是來自正常家庭，其父親不滿女兒中學便懷孕，是可以理解的。結果當天深夜，這位準大學生，便選擇走上絕路，從所住十九層大廈的頂樓，躍下而亡。說“又”，是因今年4月3日，才有一位建中高二生，在汐止火車站的月台，當著親人面前，跳軌而被火車撞上慘死。有家媒體還整理出“建中生近年自殺一覽表”，自2001年3月以來，共有8件。死亡方式有上吊、跳樓、燒炭，及跳軌等。會結束生命之原因，則有課業壓力、適應不良，及女友懷孕等。女友懷孕，固然有些後續事宜要處理，但因男女雙方年紀都尚小，大人會協助，實非天要塌下來了。就算始料未及，原設想的人生旅程中，沒有這個插曲，以致一時驚慌失措，也不該連家人以及女友等，都毫不留戀了。懷孕這件事，只算是意外，甚至連挫折都算不上呢！

張潮(1650-1707)在其所著“幽夢影”中，寫有“胸中小不平，可以酒消之；世間大不平，非劍不能消也”。劍出鞘，意味著死亡。但凡夫俗子，豈那麼輕易會遇到世間大不平？不平大到須付出生命？

剛與妻子葛拉芙(Steffi Graf, 1969-)來台灣參加“2012傳奇再現夢幻球星邀請賽”，深受球迷所喜愛的前美國職業網球員阿格西(Andre Agassi, 1970-)，可說是位傳奇人物。

1986 年，阿格進入職網生涯。1992 年，在溫布頓錦標賽，拿下生涯第一座大滿貫賽冠軍。1994 年，於美國公開賽，拿下第二座大滿貫冠軍。1995 年，是阿格西極風光的一年，不但拿下澳洲公開賽冠軍，全年累積 72 勝 10 敗，使他第一次登上世界球王寶座。這股旺盛的氣勢，一直延續到 1996 年夏天，阿格西代表美國，獲得在亞特蘭大(Atlanta)舉行的奧運網球金牌。但 1997 年，是阿格西夢魘的一年。他在這年春天，跟童星出身的布魯克雪德絲(Brooke Shields, 1965-)結婚。新婚並沒帶給阿格西好運，他在比賽中一再失利，世界排名也從第一滑跌到 141。大家都以為阿格西將從此一蹶不振了。阿格西卻無視眾球評的看衰，神奇地在一年內，世界排名回升到第 6。創下職業男子球員，一年內世界排名躍升最多的紀錄。阿格西讓世人理解到，他不是位普通球王。

從谷底翻身後，使阿格西變得更謙遜隨和。1999 年 4 月，在與布魯克雪德絲離婚後不到一個月，便拿下法國公開賽冠軍，完成個人職業生涯大滿貫。那年底，阿格西重回世界排名第一。好運還沒完，眾裡尋他千百度，這年阿格西與網球天后葛拉芙爆出愛的火花，並於交往兩年後結婚。邁入 30 歲後，當與阿格西同期的山普拉斯(Pete Sampras, 1971-)等網球天王，相繼在 21 世紀初引退，阿格西以他堅強的毅力，面對越來越年輕的長江後浪，仍勇奪三次澳洲公開賽冠軍，並在 2003 年，再度登上世界排名第一，成為網球史上最年長的球王。

阿格西是男子單打網球員中，第一位完成金滿貫的選手

心在南方

(即獲四大賽冠軍與奧運金牌)。但他之所以擁有這麼多球迷，倒並不只是因他歷來的輝煌戰果，而是他能屢從谷底躍起。他對網球的熱情，與不屈不撓的精神，一再感動球迷。

2006年9月3日，已36歲“高齡”的阿格西，在美國網球公開賽第三輪，經過四盤的比賽後落敗。他含著淚發表謝幕詞：

計分板上顯示我今天輸了這場比賽，但它並沒有告訴你們，我在這裡得到些什麼。過去21年來，不論在球場，或在人生旅途上，你們對我始終如一的情意相挺。即使在我最低潮的時候，你們仍激勵著我去追求成功。是你們毫不吝惜的支持，才使我能追尋我的夢想。沒有你們，我的夢想將永無實現之日。這21年來，我從你們身上得到許多。你們帶給我的美好回憶，將伴隨我度過餘生。感謝你們！

語畢，全場觀眾起立鼓掌長達5分鐘而不歇。阿格西的職業網球生涯，也在球迷的依依不捨中，落下帷幕。

雖說被球迷激勵，阿格西也激勵著球迷。運動之所以吸引人，球迷之所以對心儀的運動員不離不棄，不就是被他們奮戰不懈，永不放棄的精神所感動嗎？沒有一帆風順的人生，只能設法逢凶化吉。千萬不要只看到輸了什麼，要更在乎得到些什麼。阿格西那股不向挫折低頭的毅力，使他能為球迷所愛，歷久不衰。(101.5.29)

註. 阿格西的謝幕詞原文如下：

The scoreboard said I lost today.
But what the scoreboard doesn't say is what it is
I have found.
Over the last 21 years, I've found loyalty.
You've pulled for me on the court and also in
life.
I've found inspiration.
You have willed me to succeed. Sometimes even
in my lowest moment.
I've found generosity.
You've given me your shoulders to stand on...to
reach for my dreams. Dreams I could never reached
without you.
Over the last 21 years,
I've found you.
And I will take you and the memory of you with
me...for the rest of my life.
Thank you.