



Unlearning：學習放棄

● 王萬清*

當紅的韓星金秀賢為了進韓國中央大學戲劇電影系就讀，高三念 1 年后，再重讀了 3 年，終於在 2009 年才考上。網路上流傳著一篇「金秀賢重考時所寫的文章」，其中有一段內容這樣寫著，我最近深受失眠所苦，經常在公車和地鐵上睡著，最近正忙於準備，希望將最好的一面展示出來。可見當時所承受的壓力有多大。

假如金秀賢在面對困難時決定放棄？假如他沒有堅持自己的理想？今天會如何？勵志的故事教導我們要堅持，不可放棄。我們自然而然認為放棄是懦夫的行為，放棄代表自己是失敗者。於是，我們變得不懂得放棄，我們相信「鍥而不捨」「百折不撓」「再接再厲」的力量，卻忘了有些事情不能這樣做。

人是習慣的奴隸，習慣了某一種思維、某一些行為、某一些食物、某一些觀念之後就不容易改變，稍有更動就會覺得不適應。甚至會像非洲的狒狒一樣，偶然發現一個來路不明的木盒裡面有堅果，忍不住把手伸進木盒上的小口，一把抓住自己愛吃的堅果後，握住堅果的手再也抽不出來。狒狒習慣不放下已經到手的東西，死命抓住堅果不放手，終於被獵人逮個正著。

Unlearning 在英漢字典上的定義是：拋棄，拋棄的不是有形的東西，而是丟棄所學的知識，拋棄舊的習慣。

網路可以搜尋資料、傳遞訊息、幫助研究，但是過度使用網路成為一種習慣「網路成癮」卻讓人意志消沈、身心受創，這些習慣能夠不放棄嗎？

* 王萬清，南台科技大學通識教育中心人文藝術組教授。



「喝水太少」造成體內水分失衡，「熬夜」造成睡眠不足，「缺少體育和體力活動」造成身體健康的問題，「上班族，側著頭夾著話統講電話」造成頸椎發炎或骨質增生這些習慣能夠不放棄嗎？

「你不可能擦亮一雙舊球鞋」再怎麼努力都無法完成，你得放棄。

對你好的人會被你視為好人，但是「對你好卻對服務生無禮的人不是好人」你不能不放棄自己的成見。

你若習慣以為自己什麼都該知道，總有一天會被人發現真面目。你需要學習說：「我不知道。」放棄莫名的虛榮。

你若習慣沒有人批評才算是成功的觀念，自然無法聽到不同的聲音，因此，你要學習建立「如果沒有人批評我，就代表我做得不夠多」的想法，找出別人沒有發現的事實。

1980年代，雷神正在研發愛國者飛彈防禦系統，當時雷達系統出了問題，開了無數次的會議、寫了不知多少份的報告，問題還是沒有解決。最後，執行長史瓦森索性跑去製造廠，直接和負責焊接鋼鐵與電路的員工討論，有效縮短了產品測試的時間。

史瓦森「放棄所學的知識，拋棄舊的習慣」，專心聆聽問題，終於找到問題與解決方法之間最短的直線距離。

「堅持到底，永不放棄」，是我們從小到大學習的道理。我們總是認為放棄是氣餒、沒志氣的行徑、負面的心態，卻不知道「放棄比堅持還要擁有更大的決心，更大的勇氣。」

「Unlearning」是拋棄所學的過程，在為他人服務時，讓自己成為甚麼都不懂的人，同時提醒自己：我最重要的工作，不是我想做甚麼，更不是告訴別人我懂些甚麼，而是把自己當作一張白紙，甚麼都可以重新開始，鼓勵他人拿起筆在上面做畫，而我只是專心傾聽他人的聲音，再將這些聲音變成他人最需要的資源，我能給得不能比需要的多，也不能比需要的少，但必須是他人想要卻無法自行得到的，這樣就足夠了。

