

September 20, 2016  
2016/09

A Peek Into the Life of Vera Koo and the Book She is Writing  
(traditional Chinese, English original with photos appeared in Won)

一窺顧方箴女士的人生、她正在著手的著作

我是在幾年前認識顧方箴女士，此後就對她好奇不已，深感她是一位生活精彩絕倫的人。我最近讀了她最近一篇專欄後，對她更是尊敬有加。顧方箴女士讓我們走入她的人生、一窺她的私人生活；她在新書裏談了些什麼，也讓我們先知為快。~MC

**Main text**

我在中國文化背景中長大，我們受的教導告訴我們家醜不可外揚；遇到不如意事，也要強顏振作，不能到處去訴苦。我的文化背景叫我們不要隨便與人吐苦水、道委屈。



但我決定要放下我的文化教養，在我即將出版的書裏頭剖白心聲。這本書有如我的回憶錄，點到我一生中幾個最重要的幾個關鍵時刻。這本書進行了數年，現在終於接近尾聲。

我非生來就有寫作天賦，但是過去二十年來一直有人告訴我我有一個值得訴說的人生故事。

二十多年前我經歷我個人人生中一場極大的風暴、幾乎把我的核心價值觀震得粉碎。之後我花了兩年看心理醫師，在看診那段期間中，醫生不斷鼓勵我寫作，也一再告訴我我的故事應該說給其他人聽，而這段時間裏認為我應該拾筆寫作的不僅是她一人而已。

當時，寫書對我並沒有吸引力；我是藝術家、是商人、是華裔美國人、是母親、是祖母，這些我都是，但我不是作家。我沒有真正的寫作經驗，科技對我來說也是個難以參透的奧秘，我甚至連讀書的時間都沒有。我腦子裏壓根兒不會排進寫書這一件事。



然而，我的確有一個需要訴說的故事。隨著歲月的荏苒，我漸漸感覺自己可以試試把它說出來。

我對學習新東西自有一套心得。我認為要領悟一件事要花五年的時間；要掌握竅門、得心應手需要十年；而要專精過人、成為大師，需要二十年。這就是我的五--十--二十原則。

既然有此覺悟，這本書讓我忙碌了好幾年，也是意料中事。

我是在二〇〇三年開始撰寫此書，但是過程中我並不帶勁，書也進行的不順利。這時候，我的射擊成績也走下坡，因此我擱置了寫書的計劃。一直延宕到二〇一三年，我才又重燒冷竈。知道自己沒有任何寫作背景，年來我一直跟兩位寫手合作。

光陰如飛似箭，如今我已逼近七十，我常問自己：射擊生涯結束後，我會做什麼？我是那種會專心一意做某件事、會為某項個誘因全力以赴的人。我尚未從射擊的崗位上退休，同時又著手於寫作，令我非常忙碌。書完成後，我又會忙演講和為書宣傳。這一切都有益於我保持頭腦敏銳、不讓身體閑散。

然而寫書會讓我忙碌並不是我要寫書的原因，而是我感覺自己的人生故事可以幫助別人，因此，應該告訴給大家。

我的自傳當然會碰觸我的射擊生涯；射擊運動過去二十五年來是我人生很大的一部分，但我的重點不在將我的射擊事業拿來炒冷飯，而是在告訴你人生撲天倒海向你而來、打擊你的時候，有一個方法讓你越挫越勇。

人生帶給我很多挑戰。我移民到美國時一句英文都不會說；我和我先生的事業一度瀕臨破產、失敗邊緣；我們遭到喪子之痛，接著又在二十多年前，經歷了一場個人的悲劇，叫我全人幾乎崩塌。這些細節我會在我的書中細述，我會告訴你這項悲劇是怎樣震撼我的人生，我又是如何重新站起來。

我的書也會提到神的愛。我學到雖然神會在逆境中測試你，但是祂量給你的不會過於你所能受。我從個人危難中復原之際，射擊運動成了我的避難所，在這裏我可以躲避人生的風暴。只是盡管射擊是一個很好的出口管道，但拯救我的並不是射擊，而是我對神的信心。

這本書的成書過程真是刻骨銘心，需要做很多的反省。我二〇一三年開始重新寫作時，它療癒了我。看見我的故事在我眼前從白紙變為黑字，也令我不斷成熟長大。我先生對我說，恐懼感已經不能再影響我、在我腦子裏沒有地位。多年來不斷像毒素一樣侵蝕我和我周邊的人的個人悲劇，漸漸退去，現在它只是我人生故事裏的一小部分而已。



我希望人讀了我的傳記後體會到他們面對人生的考驗時並不孤單。我們身邊有許多人，他們向外面的世界表現的堅強無比，我們並不知道他們的內心是如何的傷痛，飽受折磨。我知道，是因為我是過來人。我希望自己希望在別人眼裏有如頂天立地的柱子，把人生中的各種不如意隱藏起來。

然而我學到談自己如何克服問題，並不是什麼可恥之事。我希望我個人的故事有助於治療和啟發他人。

我知道人生有時可能就像雲霄飛車，但每當悲劇發生時，總有一場勝利在另一頭等著你，如果你願意去取得的話。