

Vera Koo: How to Become a Public Speaker and Influencer

2019, Traditional Chinese

如何做一名公開演說家與有影響力的人

二十多年前，外子家一與我參加了一項自我提升的研討會，當時可能有一百人在場，主事者要我們一一站起來，說出自己心中的懼怕。說來有趣，我的畏懼正是站起來對滿屋子的人說話。

一個接一個的，大家都舉手自我表白了；我觀察每個人輪到他講話時是怎樣應付，我做筆記，把他們的表達方式記下來，也決定要強迫自己站起來說話。

結果呢，還不錯。

我深信一個人做的與說的應該是同一套。我常說，人應該逼自己走出自己的安全舒適區，正視自己的懼怕、勇於迎接挑戰。

近來我常常身體力行的就是這一點。



今年四月，在美國步槍協會（NRA）於印第安納波利斯舉行的年會上，協會執行長皮耶（Wayne LaPierre）要我和一些人上台接受表揚。之後，主辦單位希望我在年會的「寒暄」活動中在「美國步槍協會·女性」（NRA Women）攤位上跟同好交談與互動。六月底，在「美國步槍協會·女性」的《一扣鍾情》（Love at First Shot）電視節目裡，以一位射擊導師的身份接受訪問。這個電視節目的主旨與重點是：介紹射擊休閒運動或職業射擊比賽中的女性新秀，每一集都是特別製作，用以教育女性如何射擊與提倡女子射擊運動。

[Type here]



這些事沒有一樣是我習以為常的。

我一生受個人型運動吸引，是有原因的：個人運動適合我的個性，個人運動所帶給我的內在奮鬥合乎我的口味。

當然，這些年來我也從與其他射擊選手的互動中獲益良多，但是我感到我當學生比當老師自在多了。

我早就清楚自己這一點脾性。

三十多歲時，外子家一與我住在新加坡一段時間，他服務的公司把我們派到那裡。

我希望做些事來做打發時間，因此我在新加坡南洋藝術學院找到一份教職。我在大學主修藝術，新加坡的兩種官方語言英語與中國普通話我都能說，因此學校給了我這份工作，當時我並不知道教書並不適合我。



顧方蕤與兩位射擊高手 Il Ling 與 Michelle Cerino 合影

我教了三個月，對學生是傾囊相授。三個月之後，我感覺氣力用盡，好像只剩下軀殼，我不知怎樣繼續

[Type here]

充電。

試教三個月後，學校的董事會正式聘用我，要我擔任繪畫講師。我婉拒了，我感覺自己裡面空洞無物，沒有可傳授的東西。

然而隨著年齡的增長，我的視野觀點與智慧與日俱增。

現在我既然受邀在射擊圈子裡擔任使節與師長的角色，我就挑戰自己，視此為機會。

我對擔當這個角色仍不全然如魚得水、輕鬆自在，但是在那場與家——同參加的自我提升研討會中我學到：你所害怕的很少真的那麼可怕。

我一定要記得：在步槍協會的活動中要我以導師的身份說話，不見得是為了我的好處，而是因為籌辦單位相信我有一些想法或智慧，可以提供其他射擊者做參考，特別是年輕一代的射手。



顧方蕓與瑞典光學公司 Aimpoint 總裁 Brian Lisankie 攝於 2019 年美國步槍協會年會中

我知道在射擊運動圈子裡，女選手之間彼此奧援、相濡以沫是何等重要；我給其他女射手的哪怕只是一點點小小的正面影響，勇於走出自己的安全舒適區便有意義。

在年會的寒暄活動中，我一旦開口後，不自在的感覺就不翼而飛了；很多女性佇足聽我談心得；從她們的眼神中，我看得出來她們是全神貫注的在聽我講、聽得津津有味，因此我的話匣子就打開了。

我分享的是：若要成功，兩件事非常重要，是錢買不到的。第一，你必須相信危機或障礙必能克服；也許結果不是立竿見影，但抱持正確的思維與志在必得的心理，困難必除。第二，相信自己能便能，人生在世便沒有難成的事；只要立定目標、秉持信心努力，心願必達。

當「美國步槍協會·女性」分會乍要我上《一扣鐘情》節目時，我並不覺得對這個角色自己能夠駕輕就熟。

可是我的觀眾聽的興致高昂，許多年輕的射手要求與我合照。我心中暗想：怎麼會有人要與我合照？但我順從其意。

[Type here]



顧方蕙、Gabby Franco 與一群年輕射擊者合影

我職業生涯中一生何其幸運，有 Jim 歐陽、傅勒與永田等人做我的授業恩師，他們在我在社區大學中兢兢業業的學習如何操作手槍與射擊之後，給我各種啟發。

我是個勤快的人；我傾聽；我做必要的基本功課；我發奮練習。

這些特質都讓我成為一個好學生。

如今風水輪流轉，輪到我被要求做授業導師，而我本以為傳道授業是一種天賦，是自己不具備的。

儘管如此，我希望自己始終是 useful 的人，即使今年已經七十二歲了，也從射擊比賽場上退休了。如今是該我做授業師與大使了，推諉不得。

在壓力和截止日期罩頂之下，我是愈加活力充沛；我需要找事情忙碌、需要保持興趣、需要有努力的方向與目標。

最重要的是，我絕不要做屈服於心中畏懼的人；挺起腰桿面對後，心中是一片悠然自得。