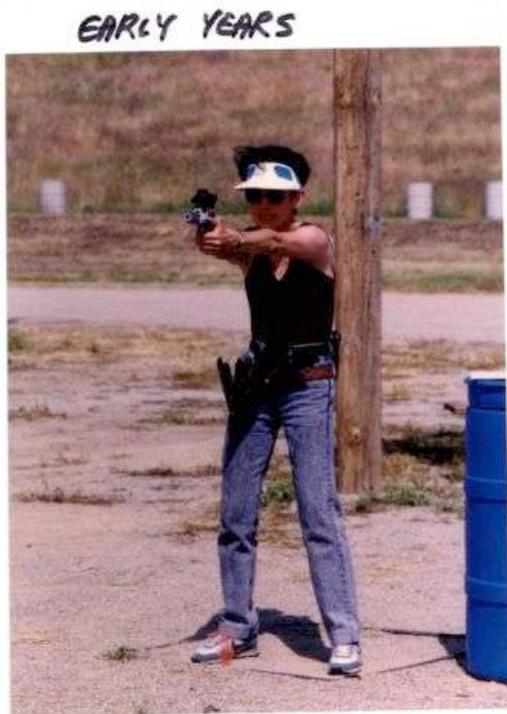


顧方綦：射擊生涯已近尾聲？

我熱愛射擊運動的朋友中，有些人總喜歡提醒我：我說「過兩年」就退休，說了二十年。

沒錯，長久以來，若有人問我：覺得自己還會比賽多久？我會回答：「兩年。」最近，這個「兩年」的時間表聽起來比以往更加真確了。

我必須面對現實，二〇一六年十二月，我將年屆七十。



衰老沒有人躲得過；儘管我內心仍熱情如火，身體卻漸不配合。



大約十八個月前，我注意到我的兩臂在萎縮，肌肉塊漸漸鬆弛。最明顯的是前臂，但上臂也在萎縮中。我不是因為不努力運動而致此；我的健康飲食照舊、運動如常，而且也小心翼翼的不要做過頭。

我的記憶力不復以往那樣敏銳，視力也是如此。練習時間我必須妥善運用，因為體力不允許我像以往一樣練習那麼多鐘點。以前，我一天可射擊一千發子彈、一周練七天；手若是腫了，晚上我會把手泡在冰塊中消腫。而現在，射擊了八百五十發子彈我就停下來，休息的天數也比以前多。



這些徵象都告訴我：我從射擊運動退下來的日子近了；也許我會在二〇一六年世界錦標賽後退休；也許還有個幾年。

身體是我們度過今生的行動工具，而我的里程跑得非常高。不過，就在退休日的現實日漸逼近時，我內心毫不傷感；當我揮別這項運動時，我一無遺憾。我知道我盡了自己最大的努力在我最可能的高水平上競賽。在我整個射擊和比賽的生涯中我毫不鬆懈的鞭策自己，無怨無悔，身心皆然。

雖然我對退休日的來到一無所懼，我也不會設法催它早日來臨。我深愛這項運動；新鮮刺激與這項比賽可堪比擬之事，此生恐難再覓。這項運動叫我非認真不可、遇到機會便精益求精、更上層樓，而且在過程中樂此不疲。

由於我是天生的工作狂，射擊對我再合適不過。我認真磨練我的技巧時，我是全神貫注；若是順著己性，我會變得懶散。



我不想變成那個樣子，這是我尚未離開這個運動的一個原因，雖然放棄的念頭也曾閃過腦際。

年來不斷有朋友問我什麼時候才會停下射擊，好像我做的是什麼不對的事。如果我競賽的項目是像高爾夫之類的運動，我懷疑他們是不是會問我何時不再比賽？但是他們不停的問，我在二〇〇三年時考慮過急流勇退。

我偶然闖入這項運動，因緣際會讓我留了下來。我原以為等我射擊的胃口滿足了、玩夠了，我會再去嘗試不同的事情。

多年來，我先生一直是我最好的顧問，他不懂我為何言退。那時我的成績在一個極高的水平上，如日中天，我先生提醒我，我一路走來是花了很大的努力和代價。他問我：「你為什麼想放棄自己變得這麼擅長的事？」



我了解到沒有理由那麼做。我喜歡壓力，它有助於我專注。射擊也讓我身心健康；積極、熱衷的從事我所擅長的運動，讓我想要去鍛煉、讓身體能過去所不能；策劃如何賽前訓練和正式比賽，也可刺激我的頭腦。

先生的朋友中有些已經退休了，他們口中的退休生活不是那麼令人嚮往。退休前的工作若是叫你忙得不可開交，一旦退休便會感覺好像無事可做，手上有的是時間。聽了他們的故事，我知道只要身體還許可比賽，退休對我而言並非好的選擇。



當然，最終我還是要從射擊事業上退下來，那天來到時，我一定要有把握我會有足夠的活動填滿我的時間。我目前正在撰寫一本書，而且志在必成。書出版時，我也要有精力與力氣去告訴世人我的書問世了；我若在未來幾年退休，我仍老當益壯，可以去宣傳我的著作。



我大學裡主修藝術，也打算重新發揮我對藝術的愛好；若能成立一個自己的平面設計公司，應該會樂在其中；我不靠它來發財，而是要自得其樂，讓自己一直積極活躍。

許多有高成就、高水平的運動員一旦從他們專精的運動項目上退下來，以往好強爭競的習性留下空洞便難以填補。但我不會如此。我比賽從來就不是為了擊敗他人成績，我有今天，是因為我想發揮到自己的所有的潛力。

我知道退休逐漸迫近，大概旋踵即至，即使我仍一心想往前、如常為這項運動忙碌，但能這樣做的日子已經不多，至少不是在我想要的水平上。我對那一天的來到毫無所懼，坦然面對。只要身體允許，我仍要享受這項運動能帶給我的樂趣，一點一滴都不放過。

