

顧方蓁射擊生涯的高光時刻

經過檢索挖掘，《女性戶外運動》總編輯米雪·塞林諾 (Michelle Cerino) 發現了若干追蹤與記錄顧方蓁精彩成功射擊生涯的錄影。以下便是她的發現：

你可知道，在顧方蓁從事競技射擊運動與比賽期間，曾經錄製過跟她射擊經歷有關的專業視頻？以下為其中六則選輯，相信讀者定會在其中發現樂趣、心得與啟發。

在出版回憶錄《顧方蓁：巾幗槍神 世界冠軍之路》之前二十二年，方蓁就開始在這個早期視頻 ([in this early video](#)) 中首次講述了她的比賽故事。這要追溯到她參加國際實用射擊協會 (IPSH) 射擊的日子，而我卻從來也不知道方蓁在其中競技。方蓁向她的第一位教練歐陽 (Jim O'Young) 請益，也受教於來自日本的永田一郎，後者向她說明女性射擊選手與男選手同場較量時必須克服的體能障礙。視頻還解釋了比安奇盃的賽事；方蓁的比賽亮點在其中，年輕好手朱莉·戈洛布 (Julie Golob) 與射擊冠軍選手道格·柯寧 (Doug Koenig) 也一同入鏡。

在這段二〇〇三年帶有紀錄片風格的錄影 ([2003 documentary style video](#)) 中觀看方蓁比賽幕後的日常生活：方蓁、她的朋友和家人，包括傳奇的手槍選手米奇·福勒 (Mickey Fowler) 等著名的射擊選手都在其中露面，他們回憶並分享他們所知的「方蓁」故事。觀看她早年在大師靶場上的練習設靶的鏡頭也十分有意思。

透過這段二〇一五年的宣傳片 ([2015 promo video](#))，在比安奇盃女子組及高齡組比賽中，我們可了解方蓁是早年是如何一路走來、達到今天的成就；看到她流露出的自信是如何今昔有別、如何引用勵志名言激勵人心，令人雀躍。我記得比賽期間曾經看到攝影師尾隨在她身後拍攝她從靶場走上山坡的最後一幕。誰會想到方蓁和我日後會成為共事的同儕呢？

這個有中文簡體字幕的幻燈片短視頻 ([short video slide show](#))，也是二〇一五年的製作，內容顯示了比安奇盃射擊比賽的若干特點 (包括比賽時氣溫可能高達攝氏四十度並夾雜著暴雨)，並說明比安奇盃比賽的四大項目。

你知道槍支安全的四大規則嗎？在這段視頻 ([In this video](#)) 中，方蓁使用自己的賽槍，重點說明各項規則，也提醒射擊運動員射擊時應佩戴眼部與雙耳護罩以保護自己。

彷彿是要將上述視頻的所有內容整合成一套漂亮的包裝，方蓁將《巾幗槍神
世界冠軍之路》有聲書預告片也收入她的 YouTube 頻道。即使已經閱讀過此
書，在觀看此視頻 ([watched this video](#)) 後也會想聆聽為快。

新年將至，方蓁未來會推出什麼新的心血，我都想先睹為快。

