

堅持 **玩美** 成就人生

陳冠伶 NancyChen 著



堅持玩美成就人生

陳冠伶 NancyChen 著

臺灣商務印書館

堅持玩美 成就人生

著者◆陳冠伶

發行人◆王學哲

總編輯◆方鵬程

主編◆葉圃英

編輯◆陳雅韻 陳薇韻 楊佑萱

美編設計◆余政道

出版發行：臺灣商務印書館股份有限公司

台北市重慶南路一段三十七號

電話：(02)2371-3712

讀者服務專線：0800056196

郵撥：0000165-1

網路書店：www.cptw.com.tw

E-mail：ecptw@cptw.com.tw

網址：www.cptw.com.tw

局版北市業字第 993 號

初版一刷：2010 年 2 月

定價：新台幣 300 元



ISBN 978-957-05-2449-9 (平裝)

版權所有 翻印必究



作者序

有一個女孩，她從小就安靜、害羞、不多話，在老師的眼中，她總是會第一個被遺忘。但你(妳)絕對不會相信，一個容易讓人遺忘的孩子，用她的努力、用她的認真、用她的堅持，在別人還沉溺於玩樂之中時，默默的在經營；她雖然安靜，可是就這樣悄悄的活出自己的人生，像是努力往上爬的蝸牛一般，不論有多辛苦、有多累，只為認定的目標而努力。

「天將降大任於斯人也，必先苦其心智、勞其筋骨。」果然，她的考驗不僅只如此而已。你(妳)怎麼也不會想到，看來弱小的身軀，怎能夠承受如此接二連三病痛的折磨！即便是在生命垂危的時候，她依舊在臉上寫著笑容，用她的愛去感染身邊的所有人，天馬行空的將藥鉢的敲打聲，聽成一首首愛的樂章。你(妳)又怎麼能夠想像，笑容的背後，有多大的痛苦跟煎熬？

沒錯，那個女孩，就是在下我。經歷了學習路上的跌跌撞撞，就在我以為一切就此一帆風順的時候，命運總是那麼愛對我開玩笑，幾次的病危通知、病魔的殘忍折磨，一切是來的這麼又急又快。雖然如此，我還是喜歡用努力和歡笑來面對這一切的不順心，人們都說天公疼憨人，但我喜歡在祂疼我之前，把所有的艱辛都當作是吃補。

在我的人生中，或許我曾經換過許多次跑道，但不論我做了什麼樣的工作、決定了什麼樣的決定，我始終跑在美髮的操場上，因為我堅持玩美，所以我一定能夠漂亮的抵達終點！

最甜美的果實，總是會在你嚐過最苦、最酸的滋味之後，才能感受它是多麼的

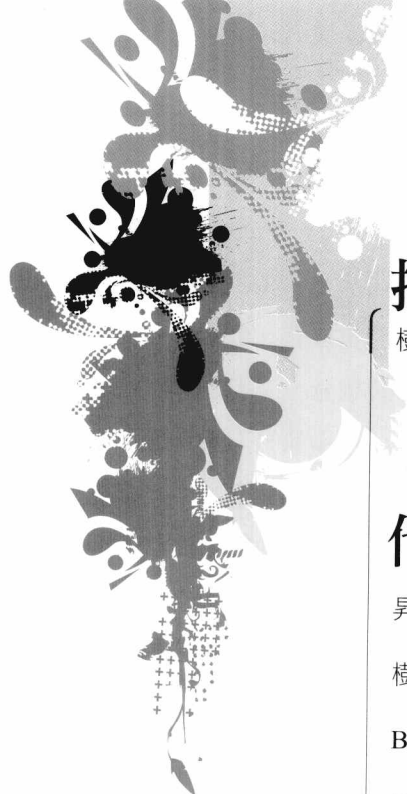
美好。而那最鮮美的味道，原來取決於——『態度』。

沒有人是可以永遠過得順利、沒有受挫的，有些人兵敗如山倒，有些人卻可以讓失敗成為成功之母。我不敢說我的際遇是成功的典範，但最辛苦的日子我確實是這樣挺了過來。

想知道什麼樣的一個戲劇人生，才造就了今天的『玩美態度』，那就跟著我的步伐，往下走吧！

陳冠伶 Nancy
2009.08





推薦序 _

樹德科技大學助理教授——王崇禮先生

他們眼中的作者 _

昇宏集團總經理——蔡秋月女士

樹德科技大學助理校長——陳碧雲女士

Boris HC美髮教育學院負責人——Boris老師

HAPPY HAIR髮型沙龍資深設計師——娃娃老師

資深女兒——大女兒

磨娘精的告白——小女兒





樹德科技大學助理教授 —— 王崇禮先生

在這一個競爭非常激烈的時代裡，無論是在生活上，或是在心理上，都會出現讓人難以調適的壓力。尤其是現在的年輕人，特別是被冠上草莓族、水蜜桃族口號的新鮮人，一遇到壓力來臨時，大部分人總是選擇逃避，而不敢面對。這個時候，就需要有一本書，沐浴這些急需被勵志的年輕人，鼓勵他們，教導他們，帶領著他們克服萬難，達到成功的境界。而冠伶老師的這本書，『堅持玩美，成就人生』裡的『劇變』之章節，我深深地覺得，它做到了。它不僅做到對年輕人有著勵志的功用，也做到這個社會上所有父母親的內心世界裡，最希望自己孩子也能夠如此的期待。我很慶幸能夠讀到這本『堅持玩美，成就人生』，更高興這本書的誕生。

『創新』，我覺得也是對這本書最好的詮釋。能夠不墨守、不執著在自己的專業裡面，反而時時求變、求新，為自己也為別人帶來驚奇與驚艷。在『天外飛來神刀手』章節裡，看到的是一個時時刻刻都在保持著自我充實的冠伶老師。為了使自己的專業能夠更上一層樓，為了能夠帶給大家新的技術，不在乎把自己的手弄得傷痕累累，也要完成自己的理想。這樣對創新的堅持，是要對美學有強烈的信念才能做到。最後證明，冠伶老師也做到了。

這本書不僅對年輕人有著勵志的功用，甚至對女性讀者也會產生一種勉勵作用。勉勵著那些正在為自己事業努力的女性朋友，告訴她們：事業與家庭其實是可以同時兼顧的。只要對自己有信心，愛自己，愛家人，我可以做到，當然妳們也可以做到。

這本書的誕生，我相信將能夠幫助到很多對自己的人生沒有目標的人。也相信這本書的讀者，在讀完這本書之後，將對自己的人生有不同的看法；讓自己變得更

成熟、自信、堅強、茁壯。親愛的讀者們，請好好地，用心地，品味這本書吧，會讓人醍醐灌頂，回味無窮……………。

王孝禮
2009/08/14





昇宏集團總經理 —— 蔡秋月女士

~ 生命 - 愛 - 歡笑 ~

「序言」- 這個既熟悉又陌生的代名詞，讓我充滿了驚喜，惶恐以及滿心的期待！

因為未曾有過撰寫「序言」的經驗，雖然有著豐富的書籍（序）閱讀經驗，但畢竟是someone for someone …而我既非學界名人亦非業界奇人，所以當Nancy老師向我提出幫忙寫這本書的序時，著時帶給我或多或少的壓力，深怕著筆不當會承擔不起如此的重責大任，人性使然加上以忙碌的工作當藉口遲遲未下筆，一直到最後截稿時刻來臨時，才真心面對自己，選擇去接受，面對與承擔…Just do it, you can make it.

接到Nancy老師的邀稿時，正值我在美國出差，期間，我捨棄閱讀這份手稿的優先權，選擇與自我的內心對話，我深信唯有如此，才能真真切切單純的去看待，真心的去推薦，這一切的一切，都是因為這位不平凡的女子- Nancy老師。

多年以前，當時的我還是一位剛從台北遠嫁到高雄定居的新移民，在一次偶然的因緣下，我在靠近住家的一個臥虎藏龍的小段路上，初識了Nancy老師與她的髮廊。印象中，常常會看到有一位外表非常幹練，開著一部跑車不定時的來店視察，因為她光鮮亮麗的外表，加上乾淨，整潔與有深度的談話，這些與眾不同的氣質，著實讓當時的我對她驚嘆不已。

但是歲月總是這樣令人來不及細數，便一晃眼的從指縫中流逝，就在我全心投入事業的這數年間，Nancy老師彷彿人間蒸發似的從我眼前消失不見，雖然地球不會因此而停止轉動，一切的一切都還是按照正軌在運行著。後來當我再次看到她

時，我驚覺著眼前這位不再光鮮亮麗，取而代之的是她削瘦的臉龐，瘦弱纖細的身形，往日的神采飛揚早已不復見。『她是幾年前我見到那位嗎？』『是同一個人嗎？』我在心中驚呼著，不敢相信的，是什麼改變了她，她遭遇到了什麼困境？後來透由彼此的深談之後，才了解到原來她從鬼門關走了一遭…。

生命是如此的無常，但我相信這是她生命中一個非常重要的轉捩點。每一次的事件發生，背後一定都有它發生的原因與道理。所以我們都需要時時刻刻與生命做對話，為生命去做祈禱…與Nancy老師從相識最初一直到現在，說長不長說短不短，10幾個年頭過去，我倆之間的交情很難以一個「序言」道盡我對她的了解，支持，疼愛與賞識。Nancy老師最令我折服的是那份發自於她內心的慈悲心，同理心與時時提攜後輩的包容心。當人生一再的給予你殘酷的考驗，將你推入陰暗的谷底，又讓你的內心陷入無名的衝突與悲傷時，Nancy老師覺知的親身力行，對自我的生命不斷努力，不放棄自我以及勇於自我挑戰的那份勇氣，著實令我佩服與不捨。

人生中有許許多多大大小小的挑戰，端看您如何將它轉化為機會。如何讓我們的生活變得更豐盈，更輕易，更自在，那您一定不要錯過這本難得的好書。

祝福大家，時時與愛同在！

蔡秋 A.



樹德科技大學助理校長 —— 陳碧雲女士

一個把每個人都當成寶貝的寶貝

很難的功課

寫序這件事，對我這個搞笑一族、然後處理標點符號又有一點困難的我來說，要寫個正經八百、文詞並茂的序，實在是件不容易的差事。自從接到這個任務開始，過去這幾個星期，心裡像是有顆大石頭壓著，不知道這個序該怎麼寫才可以搞得定啊？

是河內這個週末的秋雨吧！把我這個像在蒸籠裡的包子拯救出來（河內的夏天高溫度、高溼度，常覺得自己像是在蒸籠裡的包子一樣！）；一下子，想法跑出來了，字好像也一個個浮現腦中。感謝天降甘霖。

緣起

去年校長領軍，校內主管同仁組成的探親團，除了到越南視察境外工作，也給獨自在異鄉打拼的我帶來了很多家鄉的溫暖與鼓勵。設計學院翁院長跟我是同鄉，對我總是特別關照，看到我在這個燠熱的國度，一頭亂髮，建議我返校時，找時間好好整理一下「門面」。於是，故事就從修理頭髮這件事開始了。

納ㄟ阿ㄋㄟ

與冠伶第一次接觸，我這個國台語都很輪轉，長得像校長助理的越南助理校長，讓她的臉上似乎出現了幾個大字：納ㄟ阿ㄋㄟ？不知道是人跟人之間真有磁場互動這回事，還是我們兩個跟病痛共存的生命經歷，相知相契的感覺趕去了所有可能的陌生與距離。

修理頭髮的過程，我不停聽到她喊大大小小都是寶貝（我本以為他跟我一樣，記不得每個學生的名字，所以統稱弟弟妹妹是最安全的方法！），我心想，納ㄟ阿ㄋㄟ？都是寶貝喔？！

過去這幾個月，每次返校述職，抽空給冠伶修理頭髮，總是會搭配很多的零食和笑聲，整理門面的過程成了我返鄉加油充電的重要方式之一。很多的分享，有苦有笑，越多的了解後，對於這個總是笑臉迎人、溫柔待人、弱小多病的女子，一次次我只能無言的寫下無數個驚嘆號，還是想問：納～阿ㄋ～？

生命的訊息

很多年來，我跟冠伶一樣，把醫院的病歷一個不小心寫的跟博士論文一樣厚。從年少時的不能釋懷，到現在的與病痛和平共處，逐漸相信上帝不會沒有理由的讓一個人受苦；所有的一切背後一定有訊息的，我真的這樣堅信。

從冠伶身上，我看到驗證：一個在鬼門關走過多次，如此嬌小柔弱的女子，怎會有如此堅毅的力量，卻同時帶著一顆無比柔軟的心和像是永遠用不完的耐心？

我看到的是，原來病痛讓這些曾經受苦的靈魂更懂得愛、懂得付出、懂得珍惜生命；而上帝確實是公平的，他用心靈的豐足與喜樂，填補了這些因病痛造成的生命缺口。

傳愛天使

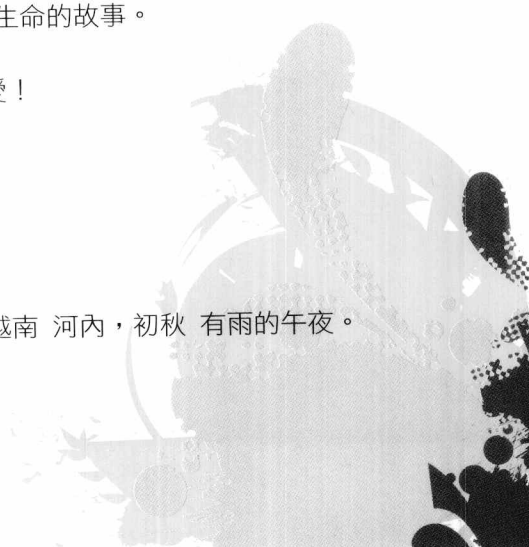
就是冠伶，這個把每個人都看成寶貝的寶貝，用著她生命的故事在傳遞著愛，《堅持玩美 成就人生》記載著一個用態度逆轉生命的故事。

在這裡，您將見證生命的力量、潛力、與愛！



Hanoi, Vietnam 2009

寫於越南 河內，初秋 有雨的午夜。



Boris HC美髮教育學院負責人 —— Boris老師

剛為雪梨 Hair-Expo 09之新生代創意髮型師發表秀當主秀表現嘉賓，也算是自己目前個人最大的髮型秀（1500名觀眾），下飛機時心裡雀躍但體力有點疲憊的我，習慣性先打開手機，期待第一通的電話是小孩純真問候，但卻是Nancy陳冠伶老師傳的短訊，希望能為她的新書寫一段序，我馬上回覆自己超榮幸為她服務；其實我和Nancy第一次見面是十二年前夏天，在新營西苓的教育中心，她剛好是接我的時段，我發覺她的特質與我相似，很理想化又帶點固執，在台上永遠都是神采飛揚的樣子，我們這種個性遇到的挫折會特別多，後來與Nancy有較多的舞台合作後，有時候都互相勉勵。

當然，我們往後的發展方向都不同，老師轉向培育美髮界的幼苗來發展，真的是很對的方向，因為想要讓美髮業進步，第一步就是需改變髮型師的陋習，因為我們本業的髮型師專業度真的還有很大的調整空間，我本身就在為市場上的連鎖體系做改造，調整髮型師之根源教育是很重要的，Nancy真的很偉大，深深佩服。

Nancy你真的是一位有內涵又有堅持的美髮教育者，你的完美不只是髮型上，更重要的你能注入在人生的旅途上。

向Nancy老師致上真誠的致敬與祝福，謝謝你為美髮界的默默付出。



2009/06/22

HAPPY HAIR髮型沙龍資深設計師 —— 娃娃老師

Nancy外型纖細，內心卻深藏著不可思議巨大能量的專業造型顧問，從事造型師20多年了，相識的經營者和講師、現場工作者不計其數，而Nancy卻是最充滿專業素養，公關能力，教學熱忱，一路與Nancy合作秀場雙人飛剪表演，甚至遠渡海峽對岸，屢屢創下佳績。但這不是最終的終點，從Nancy的人生規畫中，每每令我驚呼，太優秀了吧！學習力的追求，專業能力的提昇，自我多方位的能量培養，而至大學任教，創造一番對美髮從業人員不可能的任務。而Nancy卻一一將這些愛和理想給實現了。

Nancy的出書，我深信絕對令在這充斥著金融風暴，人心不安的動盪年代中，帶給專業人士不同的思維，更會為所有看到她的書的人一股深深的感動，帶來更美好的未來，我深信的。

娃娃





資深女兒——大女兒

自己推薦自己家的書好像有點「老王賣瓜」之嫌。但還是要講一下：「它很讚！」

認識作者大人也將近十八個年頭了，書中的故事有的聽過不下百次，有些卻是在校稿時才恍然得知的祕密。從小，我想要學什麼才藝，媽媽幾乎都會滿足我的欲望，這不是一味的寵溺孩子，而是她希望在一次次不同領域的探索中，我能知道「我是誰？」；我能了解「我真正要的是什麼？」；甚至，我能發掘「自己的價值」。

一次，有幸能聽到《魔戒三部曲》的譯者——朱學恆的演講，他問了我們一個值得深思的問題：「除了歐美等世界強國之外，在新興國家（像是中國大陸及印度）那麼多廉價又優質的人才當中，你，憑什麼一個企業要聘用你，憑什麼一個企業要花比他們多三倍甚至更多的錢來僱請你？」我想，這正是目前台灣的社會新鮮人所面對的最大問題。那麼，我們該如何「經營自己」？把自己當品牌，在我們想要創造更高的位銜、更優渥的薪資時，我們應該先創造比前一刻更有價值的自己！作者大人的例子是在不斷堆疊自己的主要價值之外，也不忘在路途中「順手牽羊」一些附加價值。而到底該如何做到這些？看完這本書，你將會體悟到這箇中的奧妙。

許多中外名人都說過，閱讀是以最快的速度過一段不一樣的人生。從中，我們吸取經驗；從中，我們累積自己；從中，我們將會找到一條康莊大道。

一個不會讀書的孩子，是如何在這個以學歷文憑為首要的社會中脫穎而出？她

到底是誰？她怎麼辦到的？她施了什麼樣的魔法讓一切好似都是她安排好的？這一切的謎底，全部都毫無保留的記錄在書中。

或許你在閱讀這本書的同時，你會想：「這是幸運吧！」或是「如果我也有這樣好的機運的話，我也可以……。」但這同時也該想想：「為什麼這種好康的事都找上她，而非我？」當你的人生遇上岔路或是瓶頸時，為什麼有些人在總是可以選到較好、較寬闊的那條？在這本書中，你會知道這不是因為那些人幸運、那些人比他人更有遠見及洞察力，而是因為固然他們選到了一條如羊腸般的荆棘道路，也會用「堅忍不拔」、「堅持到底」的精神，披荆斬棘然後拓寬自己的路途。這就是作者要分享給大家的——「堅持完美・成就人生的態度」！

Yun