

擁抱失敗 輸得起才贏得起

# 金句啟發人生

## 港乒主帥李靜

■港乒總教練李靜接受本報訪問。 葉詩敏攝



■李皓晴全力以赴。 麥鈞傑攝

■杜凱琰（左起）、朱成竹與李皓晴的組合未能突破16強。 麥鈞傑攝

■杜凱琰落力爭勝。 麥鈞傑攝

■坐在觀眾席上睇波的李靜（欄杆後中）一樣激動。 麥鈞傑攝

3年前東京奧運因為一句「X你企中間」，以至賽後說「最緊要多謝我自己」，令當時擔任香港乒乓球女隊主教練李靜極速走紅。3年後女乒在團體賽16強出局，這位已經升任總教練的「金句王」賽後不忘送我們一句「輸得起才贏得起」；李靜的金句，既適用於乒乓球上，也是給大家啟發人生。

記者 葉詩敏 巴黎直擊

### 李靜 17歲以全國賽男單亞軍身份躋身國家隊，2000年來港後為港隊以不同身份征戰奧運，五環對「靜哥」的意義，始終如一：「競技體育不是贏就輸，有打和，奧運就係咁殘忍。」49歲大男人一向直接，眼見去屆奧運奪銅的香港乒乓球女團日前在16強止步，在觀眾席上嗌得聲嘶力竭的「靜哥」，未有怪責球員，唯一只嫌球手未夠放盡：「整場我覺得要一點氣勢，有氣勢之後就有運勢，不能太斯文，在這種生死戰一場過，怎都要有點殺氣。」

雖然港乒在今屆奧運與獎牌絕緣，但李靜對隊員演出仍是有讚有彈：「混雙今屆有突破（4強），女團打得好精彩，這次的表現其實都說明我們球員很努力，沒有遇到困難就放棄。」面對輸贏，心態從來都是最大課題，李靜認為：「贏一兩場波，心態很容易膨脹，但輸一輪又好容易頹，所以要給他們時間去領悟。輸得起就會贏，好緊要，不只是我們香港球員，也是所有在奧運落敗的運動員都要面對。」

雖然港乒在今屆奧運與獎牌絕緣，但李靜對隊員演出仍是有讚有彈：「混雙今屆有突破（4強），女團打得好精彩，這次的表現其實都說明我們球員很努力，沒有遇到困難就放棄。」面對輸贏，心態從來都是最大課題，李靜認為：「贏一兩場波，心態很容易膨脹，但輸一輪又好容易頹，所以要給他們時間去領悟。輸得起就會贏，好緊要，不只是我們香港球員，也是所有在奧運落敗的運動員都要面對。」

### 用打機心態打乒乓球

他與高禮澤奪得雅典奧運男雙銀牌，還有獎牌表上的一行行亞運會、世錦賽和亞錦賽榮耀，香港男乒沒一場不是從「逆境波」搏過來的。落入下風，李靜直言最重要是鬥心，也是源於對乒乓球的熱愛：「我就係鍾意玩呢項運動，我相信跟打機一樣，小朋友打機輸一盤又一盤繼續打，因為他有鬥心，反過來想，你用打機嘅心態去打波係咪會好啲呢？」

李靜的不服輸精神，在2013年正式退役接掌香港女乒時，也帶到隊中：「其實無關成績好與壞，因為我打的是自己開心與否。第二是我打有沒有得着，你看我以前的風格不是最好的選手，但經常以弱勝強，甚至在逆境中取得勝利，我覺得我們球員現在要學的就是這一點。」

### 「騎師狂抽鞭 馬主都收貨」

李靜認為女團16強鬥瑞典，雖然落敗但留下精彩一戰，他也深信香港市民看到直播應該都接受的：「跑馬也是，騎師盡晒力去衝，車輪鞭係咁抽，馬主都收貨，你唔係抽隻馬向後走就得啦。」李靜會擁抱失敗，皆因這是奧運也是競技體育的真義。

## 港將盧蔚豐 今戰奧運跆拳道創歷史

中國香港奧運代表團今日再有選手登場，22歲的盧蔚豐將在跆拳道男子68公斤以下級別資格賽出戰難民隊代表艾高達尼。自跆拳道在2000年成為奧運項目以來，盧蔚豐是首位參戰的港隊代表，他聲言是背負着本港10萬名跆拳道愛好者的期望出賽，並會將壓力化成動力，爭取佳績。

盧蔚豐今日會在下午3時出戰世界排名較他高8位的艾高達尼。盧蔚豐相信一眾香港的跆拳道愛好者都會支持他：「無論他們是在現場或是在電視機前面觀看我比賽，都很感謝他們，因為他們的支持就是最大動力。」

盧蔚豐上周末到達巴黎後已開始適應時差，並且進行強度訓練。另外巴黎大皇宮從劍擊比賽場地改作跆拳道場館，盧蔚豐表示：「對有機會在世上最大的舞台比賽而與

奮，同時為第一次出戰這麼大型的比賽而緊張，有很多觀眾，不過我會將壓力轉為動力。」跆拳道68公斤以下級別所有賽事會在今日內完成，盧蔚豐如在資格賽晉級，將在16強挑戰一號種子、烏茲別克拉舒杜夫，後者正是上屆此項目金牌得主。



■盧蔚豐（左）抵達巴黎後積極備戰。

### 記者手記

葉詩敏

### 期待中國女排強勢回歸

趁着港隊賽期的空檔去了看中國女排賽事，最終中國力戰下不敵土耳其八強出局，看着滿身纏着繃帶膠布的中國女排球員賽後相擁而泣，隔着百米距離的看台也能感受到她們的失望和不甘。

中國女排和港人總是有種特殊連繫，更是每一名本港體育記者的「必修課」，由以前的世界女排大獎賽到現在的國家女排聯賽，每次中國女排訪港，各大媒體均是嚴陣以待。中國女排之所以能夠凝聚人心，不僅是因為輝煌的戰績，而

是她們擁有從谷底反彈的韌力，中國女排或許會輸，但只要在上場總會奮鬥至最後一刻。

今年已是第三次採訪中國女排，看着她們由澳門站的步履維艱，到香港站時開始重拾勁旅風範，而來到巴黎奧運賽場力退美國、僅負「世一」土耳其，小記知道她們每步走得有多不易，不屈不撓的精神仍然叫人動容。



■中國女排賽後向球迷鞠躬答謝支持。

以獎牌來量化運動員的成就很容易，但卻不能反映他們啟迪人心的作用，惡評再多亦不能抹殺她們的犧牲和血汗，我們期待她們在四年後強勢回歸。