

第十五屆全國運動會



中國·廣東·香港·澳門 2025 China Guangdong Hong Kong Macao

找房傑鋒為全運會專題做訪問，其時男子七人欖球港隊仍未正式公布入選名單，須知代表隊名單一向「浮動」，特別是華人球員要佔一席位，競爭激烈。「如果今次落選我會問教練點解。」房傑鋒半開玩笑說。猶記得港隊兩年前在杭州亞運備戰時公開操練，決選名單同樣仍未落實，當時傳媒爭相訪問這張華人「新面孔」，入選次數寥寥可數的房傑鋒坦承「囉囉嚶、好緊張」，與這天信心堅定出戰全運的他判若兩人。

房傑鋒自2017年轉任全職運動員以來踏實累積，小時候因校隊成員身形矮小，被對手戲稱「BB戰隊」，長大後加入高大洋將主導的香港隊，從小已習慣在輪蝕條件下競爭。他深信「比人更努力」、「做好自己」，是證明華將價值的不二法門。

●香港文匯報記者 葉詩敏

輸在身形 贏在堅持

房傑鋒蛻變港欖華人代表新面孔

對房傑鋒的印象是「內向」，記得兩年前的訪問，不太習慣成為焦點的他羞怯地問：「可不可以去個角落位？」這天對話，28歲的他比以前坦率和健談，由逃避現實入港隊到受動漫激勵，娓娓道出那些年蛻變成長的欖球歷程。

「房傑」在升上中學後，因朋友游說下接觸欖球，笑言大概是因為在陸運會一百米短跑比賽贏得獎牌，跑得快而被看中。當初他也喜歡與朋友一起打欖球「圍威喂」，惟欖球運動講求強壯的體力、耐力和爆發力，曾因練習辛苦而不時萌生放棄念頭，「但當跟一群朋友去贏比賽時，那個成就感真的很開心。」他回想有一年對名校球隊，已隊球員包括他自己因身形矮小而被戲稱「BB戰隊」，最終卻憑團隊合作和戰術贏得比賽，「很興奮，證明其實欖球不一定是高大健碩的人玩。」

問他會不會當時已把這個想法植入腦海：華人身形輪蝕也不一定是劣勢。「房傑」連忙否認並笑說：「我也覺得是有一點輪蝕的，但是我們就是要比其他人努力。」輪在起跑線不必自視過低死裏藏金，他深信只要比人更努力，就能變得強大。

實力回應洋將質疑 U20爆發成轉捩點

「房傑」在18歲時加入了華人球隊「Warriors」，那是香港欖球總會在約十年前成立的全華班代表隊，旨在培訓本地球員，為港欖打造新勢力。他一直與華人一起訓練，直到兩年後加入體院，隨港隊U20跟操，才第一次與洋人隊友相處，「那時候完全是我個人英文差，我又不是很喜歡說話，

又被動，每次練球都好像不知道自己在做什麼，就像是學不到東西似的。」

除了「英文差」成融入的最大障礙，他不諱言當時感到洋人在欖球隊中也表現出優越感，「他們可能小學開始從小打到大，經驗一定比你多，基本功一定比你好，所以對欖球認識也一定比你多，就會覺得你經常失誤又不懂欖球，為什麼你會在這裡呢？」他笑言當時年輕隊友不如現在大隊洋人球員般想法成熟，或多或少有隔閡。

後來，他勤力加操，以實力回應質疑，才被隊友慢慢接納，「慢慢一步一步、小小、小小地進步，其實跟操時不知道自己進步得很大，直到真的入選U20出外比賽，才發現自己突然間飆升了。對閱讀比賽、欖球的知識多了，知道怎麼防守，對戰術的認識也好多了。」就是那次U20亞洲系列賽，出任翼鋒的「房傑」展現高速連陣得分，助港隊贏得冠軍，更獲七欖華人名將姚錦成點名為其接班人。

由逃避社會變熱愛 欖球成生命一部分

可是這名「姚錦成接班人」，升上大隊後第一年便受傷影響狀態，隨後近五年全職生涯浮浮沉沉，直到去年才首踏大球場亮相香港七欖而走入大眾視線，然而今年又再度落選。那些年出戰大賽的願望一次又一次落空，他曾經萌生退意，「但一來覺得逃避，二來好像都開始了，我都已在這個位置，機會不是每個人都有，那為什麼我不繼續下去，便試試看會否有一番作為。」

當那個力邀他打欖球的中學隊友已再沒有打欖球，同期的華人球員也一個又一個離

場，只餘他仍留守欖球場。坦率直白的「房傑」說，堅持的原因其實毫不偉大，就如當初代表港隊只因球衣有型一樣，「現實一點，就是我讀書不好，我沒有學歷，出來找不到工作，有一點逃避這個社會。」

「還有我試過放假兩三天不打欖球，個人好像不知道自己在做什麼，在屋企覺得自己好廢，就覺得我真的要打欖球，可能就是這樣堅持着。欖球已是我生命的一部分，不能沒有了它。」這不叫逃避，世俗稱這為投入或是熱愛。

他感嘆每想到身邊不少人，因為現實或某些原因放棄欖球時，便會提醒自己正延續別人的夢想：「他們沒得選擇，但我可以選擇，當然選擇走下去。」在「房傑」逃避社會的不知不覺中，欖球已佔據他生活大多時間，其實若非真正熱愛這項又衝又撞的劇烈運動，又怎能多年來堅持名副其實「跑到嘔」的艱辛訓練？

從競爭如此激烈的環境一路走來，由翼鋒到轉換位置打前鋒，他坦承打港隊是辛苦的，「一來是體能方面真的很累，二來是比賽的壓力，要背負住香港隊，心想如果輸了好大鑊，壓力都幾大。但又想一想，因為都做足準備，就不需要再擔心什麼，做好自己，要對自己有信心。練了這麼多年，教練選你是有原因，即是你有能力去代表香港隊爭勝。」這份淡定和自信，是兩年前難以在他身上看到的。



房傑鋒堅持欖球夢，延續華將未竟之路。九龍欖球總會圖片



●房傑鋒（前排左）去年首於香港七欖亮相，難忘告別香港大球場。資料圖片



●「房傑」（左四）在U20港隊中展現速度與實力，一戰成名。房傑鋒lg圖片



●房傑鋒（中）最想擁有Quicksilver的速度，在欖球場上飛奔過人。房傑鋒lg圖片

獲委港隊新角色 任年輕球員榜樣

房傑鋒的努力和堅持終被看見，今年更獲港隊教練選為隊中新角色「Connector」，多番強調自己英文差的他也質疑起來：「有班新球員入隊，教練想我做一個Connector，我跟他說我英文不好，他就說我不需要你跟他們說些什麼，不用像隊長那種好鼓勵的說話。其實就是做一個榜樣，例如做Gym不會偷懶，年輕球員見我這樣做，有進步、有實力，我這樣訓練會升到上一隊時，也就自然會跟。」

「做自己」連結新生代

他直言沒有刻意要做好榜樣，「只是做返自己」，「多年來都是做好自己就得，教練都說沒有壓力，不用刻意改變自己，他就是想要現在的你，而非刻意去為這個角色去改變。」說得淡然，其實「做自己」就是教練給予他的最大認同吧。

「房傑」在上月結束的亞洲系列賽兩站賽事發揮出色，在港隊贏得整個系列賽的冠軍功不可沒，他歸功於今季加強體能後發揮穩定，也讓他有信心打入全運名單，「我覺得全運有份，因為剛剛兩站打得不錯，覺得自己第一次是有信心的，第一次覺得自己真的可以『界貨』」，也保持得到。看到自己是少了失誤，表現更穩定。」

港隊近年越戰越勇，除了在亞運會達成連霸，也曾在系列賽擊敗過往宿敵日本。「房傑」坦言除了球隊實力提升，關鍵在於團隊合作的力量，「我們整個Team更鞏固了，整個關係再連結了多一點，大家目標都很清晰，都是為了香港。目前除了全運會、明年亞運會，最重要是打入下屆奧運。」



●房傑鋒希望透過以身作則的方式，為年輕球員樹立榜樣。房傑鋒lg圖片



●房傑鋒今年落選香港七人欖球賽，期待於全運時首踏啟德。香港文匯報記者葉詩敏 攝

受熱血動漫激勵 逆境中保持團火

欖球填滿房傑鋒的生活，他自言自小興趣不多，除了被哥哥熏陶的日本動漫。可是，他談動漫還是會牽連着欖球。

訪問中我們聊到關於足球、排球主題等動漫，但他最喜歡的卻是英雄主題：「有一套動漫，每個人一出生都有特殊能力，但主角偏偏一種能力都沒有，但他得到最厲害的英雄傳授了能力，一開始不可以用得很厲害，要慢慢鍛煉和與力量磨合。」也許天生平凡的主角就如自己，在洋人主導的欖球世界稍微輪蝕，但無懼從逆境中奮戰，才是最引人

入勝的熱血戲碼。

想變身 Marvel 中的 Quicksilver

他說故事中有許多各種各樣奇怪能力的人，天生隱形、汗水爆破等等，問他假如可以擁有一種超能力會想得到什麼，他想了想後回答：「像Marvel中Quicksilver那樣，可以超音速奔跑，但看東西和敵人卻是很慢，這樣打球就『正』了。」說罷他又自嘲笑道：「連想要特殊能力都關於打波。」

「房傑」閒時愛看動漫，不諱言常從中被

激勵，他忘了是哪一套動漫主題曲，卻深深記住了歌詞的意思：「我在一首動漫主題曲學到一樣東西，就是你團火不需要燒得很大，但是你要保持團火；你不一定要像別人飛得那麼高，但是你要持續地飛。你有自己的節奏，你不一定要跟別人的節奏去走。」

從2017年轉任全職一路走來，淬煉出高度的堅忍和專注，那不是多少個港隊「Cap」能定義「房傑」的努力和本質。喜見眼前的「房傑」找到隊中定位，散發自信，保持團火，才能飛得更遠。

「姚錦成接班人」延續使命 為華將價值而戰

「做自己」的房傑鋒說起其欖球故事，沒多加華麗修飾，也不以熱血修辭描繪如何苦苦堅持，平淡樸實的「貼地」反而更觸動人心。因逃避社會、波衫有型而加入港隊，記者在訪問尾聲忍不住提問：「過了這麼多年，代表香港這回事會不會有較多感情了？」

肩負「姚錦成接班人」之名的房傑鋒

答道，「會！一來是想讓人知道，香港隊其實還有華將，二來就是想為身邊很多因各種原因沒再打欖球的朋友，走完那條路。然後我好好想想，欖球好像足球一樣那麼多人看，有更多人喜歡欖球。」

為華人價值而戰，是七欖港隊華將專屬的使命。



●房傑鋒（右一）首次亮相香港七欖，正值姚錦成（中）告別戰，象徵世代交替。房傑鋒lg圖片