



手裏繃帶才能發力，曾經「軟綿綿」的雙手，現在卻能代表香港出戰第十二屆殘疾人運動會暨第九屆特殊奧林匹克運動會(以下簡稱「殘特奧會」)最需要手部力量的乒乓球比賽，她是21歲的王愉程。回憶艱苦訓練，她語調平和而成熟：「既然上天給了我這樣的能力，我更加應該去珍惜，不斷去歷練人生，看以後是否會帶來什麼不同。」

●香港文匯報
記者 顏倫樂、
張景光

▶ 王愉程期待在殘特奧會迎來新突破。
香港賽馬會圖片

丘 乒乓球前，王愉程眼神專注，手腕輕巧一轉，銀白色的小球劃出凌厲弧

線。誰能想到這個剛剛奪得亞錦賽冠軍、去年成為香港賽馬會獎學金得主的香港女孩，幼時曾是個「軟綿綿」的嬰兒，連翻身都需要他人幫助。

談及在北京舉行的亞洲殘疾人乒乓球錦標賽女單奪冠，王愉程眼裏閃着光：「這是一個很大的肯定，是對自己訓練成績的肯定。」這場勝利對她來說意義非凡，不僅是她首個大型賽事冠軍，更為她贏得了2026年世錦賽入場券。但最讓她激動的，是終於戰勝了那個曾經多次擊敗她的韓國選手。

她說：「我和她打過很多次了，每一次都打五局，之前可能自己心態擺不平，就一直贏不了，差不多輸了六七次，這次是第一次贏，而且是在先贏兩局被迫平後，再以3：2決勝局取勝，所以那一刻都幾感動、幾激動。」決賽中，她同樣首次戰勝了國乒對手，難怪她形容此次奪冠「很神奇、不可思議」。

多線出擊 爭取贏獎牌

12月，王愉程將代表香港出戰殘特奧會，參與乒乓球女單、女雙、混雙和女團多個項目，她坦言挑戰不小，因為面對的省隊對手未必經常參加比賽，可參考的錄像不多，所以或許要在未掌握對手打法的情況下上場。

過去王愉程亦曾參加過殘特奧會，但成績未如理想。今屆她的實力有所提升，而且剛剛在亞錦賽奪冠，因此對殘特奧會的成績亦有所期盼：「希望今屆全運會有些新突破，爭取到獎牌。」

在世界賽場上逐漸嶄露頭角、收穫掌聲的同時，王愉程亦心懷感恩：「好多謝教練一直好耐心，無論在心理上或者技術上都給予我好多支持。我身邊的朋友、家人都有同我講怎樣在場上平穩點、冷靜點，好多謝他們。」

「讚自己」成最大武器

她又寄語港人，面對低谷時不要放棄：「其實這麼久以來，總有壓力大得想放棄的時候，因為始終要兼顧學業與運動員身份。人總會有低潮，身邊的人對我都好大的幫助，但最後怎樣去調整，其實都是靠自己。」

「不要成日着重於自己失去了什麼，反而要重視自己還擁有什么，這樣在人生路上都會樂觀積極點去面對。」

她謙稱目前雖無巨大成就，但會堅定前行：「其實我都覺得自己好叻了，所以經常都會讚吓自己，令自己在場上的心態和信心增強。」



Years of...
ild. Every Story. Transforming.

The best 10
will receive
SRDC teddy
at the hospital
on 15th Nov

● 王愉程以樂觀心態應戰殘特奧會。

香港文匯報記者張景光 攝

王愉程：上天給我能力 我更應該珍惜

誓憑硬實力爭冠 港乒乓女孩不服「軟」

● 王愉程（左二）兼顧學業與運動，逐步磨煉出樂觀積極的性格。
受訪者供圖



結緣乒乓 毅力改寫命運

香港文匯報訊（記者 顏倫樂、張景光）王愉程出生時患有「先天性結締組織異常」，這是一種遺傳疾病，會導致關節組織異常柔軟、皮膚易受瘀傷，全球每5,000人中至少有一人患有此病。然而，小學六年級時與乒乓球相遇，愉程以堅強毅力與量身訂造的訓練，改寫了疾病的劇本，在球檯上打出自己的強韌人生。

「我還是手抱（嬰兒）的時候，就像軟綿綿一樣，但一直查不出原因，直到五歲才確診。」王愉程平靜地回憶。然而，當年的確診並未帶來根治方案，只能依靠物理治療艱難地強化身體。疾病令她肌肉無力、皮膚極脆，「容易撞瘀，跌一跤可能就要縫針」。因此，她的童年亦與常人不同，去公園玩是奢望，即使在家裏，父母也擔心她會不會碰傷。

「幸好父母一直沒有放棄我，非常積極地尋求各種治療方法，針灸等都試過。」然而，疾病仍導致嚴重的脊柱側彎。「到四五歲時，整個人走路都很歪，擔心影響器官，所以必須動手術。」但傳統手術需每半年開刀一次，她的傷口癒合慢，身體難以承受，更意味着失去正常的童年與學業。

幸運的是，當年香港弱能兒童護助會（SRDC）贊助了一項全新的磁棒醫療介入手術。這項技術無需反覆開刀，只需定期以體外磁力調節體內生長棒。「很感謝張教授團隊願意讓我嘗試，也感謝父母敢讓女兒接受一個無人試過的手術。」王愉程說。這場醫療賭注最終成功了，讓她終於能擁抱一個正常的童年。

小六開始，王愉程便與乒乓球結下不解緣：「細個不是好喜歡靜態運動，喜歡跳跳繩，但奈何我做不到。當我發現自己可以打乒乓球的時候，我覺得既然上天給了我這樣的能力，我不應該去浪費，應該更加珍惜。」

繩帶綁拍 彌補身體缺陷

然而，挑戰才剛開始。因手部力量弱，她必須用特製繩帶將球拍綁在手上才能發力；上肢力量不足，就強化下肢移動以彌補缺陷。上天沒有辜負她的努力，如今，她已經是殘疾乒乓球界的新人，為香港贏得了多項國際榮譽。

王愉程的格言是：「無論有什麼困難，從容地踏出第一步才會見到你未見到的世界。」

港乒乓史上最大規模 目標至少爭五牌

這是今次能夠派出龐大參賽陣容的重要原因。

張佳補充，過去兩年港隊站立組出現不少後起之秀，透過殘特奧會以及洲際比賽獲得充足磨練的機會，未來爭取站上奧運舞台。

至於港隊聽障組，教練黃肇恩指得益于香港特區政府和協會給予的訓練與比賽資源較多，在今次殘特奧會派出八人隊伍，力爭衝擊港隊殘特奧會最好成績。

港隊擁有本屆殘特奧會最大規模的參賽隊伍，而重慶隊則以25名參賽隊員位列第二，兩隊均坐擁多名高水平選手。港隊派出蔡慶

示，隊員將全力爭取獎牌。



港乒乓史上最大規模 目標至少爭五牌

香港文匯報訊（記者 敖敏輝 廣州報道）

殘特奧會乒乓球比賽雲集全國各地殘障群體中最高水平的乒乓健兒，比賽過程激烈，贏得陣陣掌聲。港隊首日在男、女團體項目迎來七場比賽，其中男隊在TT7男子團體小組賽B組中，與重慶隊鏖戰150分鐘惜負，打出當日其中一場最為精彩的一戰。

港隊擁有本屆殘特奧會最大規模的參賽隊伍，而重慶隊則以25名參賽隊員位列第二，兩隊均坐擁多名高水平選手。港隊派出蔡慶

霖、唐志銘與唐志勇出戰，率先出場的蔡慶霖未能及時適應對手廖克力的打法，先輸兩局。

雖然之後以12：10扳回一局，但最終仍以1：3輸掉比賽。

第二場，港隊唐志銘與重慶隊蘇迪展開對攻戰，首兩局蘇迪以11：8、15：13取勝，不過唐志銘逐漸適應對方打法，以11：5、11：7連扳兩局還以顏色。第五局，唐志銘未能處理好關鍵球，以9：11輸掉比賽。當觀眾以為港隊大勢已去，港隊隨後出場的唐志勇展現出高水平競技狀態，以3：0橫掃重慶隊程煊熙。

第四場仍由唐志銘出戰，他與重慶隊廖克力你來我往，難分高低。雙方打到第五局，對手利用發球優勢實現比分逆轉，最終港隊以1：3不敵重慶隊。兩隊累計150多分鐘才分出勝負，令不少觀眾久久駐足。

港隊主教練張佳賽後表示，內地很多省份的殘疾人乒乓球運動已是職業化，港隊雖然也有很大進步，但畢竟人才不如內地代表隊，爭牌難度甚大，每場比賽都要像決賽般去拚。

● 港隊唐志銘（紅衫）與重慶隊選手鬥得燦爛。

香港文匯報記者敖敏輝 攝