



## 裘錦秋中學（葵涌）

（畢業生）

## 郭柏雅

香港七人欖球代表郭柏雅（Eric）在裘錦秋中學（葵涌）就讀的時候，其實是籃球校隊成員。身為葵青區學界籃球班霸的一份子，他坦言自己籃球技術並不精湛。當時的他更沒有想過，有天自己竟會穿上欖球港隊球衣。「中四時，欖球總會學校推廣非撞式欖球（Touch Rugby，簡稱Touch），就同朋友一齊去玩，後來教練問我哋想唔想繼續學，繼續玩，我哋成班『圍威喂』噉去咗去Dolphin<sup>1</sup>球會度打。如果總會無學校做推廣，我都無機會接觸呢樣運動。」近年來，欖球總會在香港大力推動欖球發展，推廣、宣傳等活動舉辦得聲聲有色，加上媒體着力報道，一年一度的香港國際七人欖球賽（Rugby 7s）成為了街知巷聞的體壇盛事，香港人接觸到欖球的機會也比從前多。

1. Dophlin是The Hong Kong Cricket Club (HKCC)（現名：HKU Sandy Bay Rugby Football Union，簡稱Sandy Bay）屬下的球隊。

「打Touch係一個過渡，我好快轉咗去打撞式欖球（Tackle Rugby，簡稱Tackle），就好似學過一種新嘅運動嘍。」籃球訓練為Eric鞏固了正面轉化，球技、球感、手腳協調、跳躍能力等基礎，令他更容易掌握Tackle。Eric回想小時候未有深入了解規矩，經常犯規，除了要注意比賽事項以外，也需要學習不同的打法。「欖球好多規矩，何謂合法碰撞，何謂犯規？欖球用手又用腳，踢波又有規矩，咁多樣嘢加埋一齊，多多少少感覺有啲複雜。」

現時，Eric的目標很簡單：再贏一次亞運金牌，希望能夠參加Rugby 7s和奧運。然而，受傷病困擾，Eric在香港做完第一次手術後，又去英國進行第二次手術，前後花費三十萬。肩膊脫位的問題一直未能完全解決，亦因而拉遠了他和夢想的距離。「奧運嘅距離，真係『這麼近又那麼遠』。佢哋打緊資格賽時，我整親無機會選拔，受傷咗有成年半，都仲未完全康復返去練波。就算好返都好，進度上，我就係落後人哋一年半。要比人付出更加多嘅努力，令到教練睇到自己原來仲fit過以前，揀我打無問題，只要我做到呢一樣嘢嘅時候，夢想嘅距離就不遠了。」他心裏很明白，沒有練習的一年半，隊友同樣在進步，所以他不斷提醒自己，一定要比其他入更加努力。

康復期間，他很感恩物理治療師貼身、盡責的照顧與幫助。「佢真係好照顧我，睇住我每個階段要做乜嘢，有啲咩唔可以做，安排訓練計劃，希望我盡快可以返去比賽。」

### 一、無視家人反對聲音 暗下決心幹一番成就

相信跟大部分年輕男生一樣，「型」這個字很重要，16歲的Eric也不例外：「點解鍾意玩欖球？嗰陣覺得好玩，成個運動好型咯！有得撞人，有得拎住個波跑，好玩過籃球入籃。我enjoy嗰種激情嘅感覺。」在偶然的機會下，Eric「試吓選青年軍」，經歷數次落選後，17歲的他終於正式入選青年軍<sup>2</sup>。「嗰陣覺得自己可以打到香港隊，好好玩，好似好威嘍，有得四周去比賽，就畀呢一樣嘢吸引咗，就同自己講『要努力啲！要打香港隊！』」

很多人覺得欖球是「暴力運動」，Eric的家人亦不支持他玩欖球：「欖球係外國傳入嘅運動，普遍係香港嚟講，外國人接受程度比較高，佢哋從小接觸，唔會覺得好暴力，反而香港人會有呢種心態，唔想畀自己仔女打，所以參與人數都比較少。我屋企人唔支持我打波，由細到大都係。阿媽會比較擔心我嘅身體狀況，因為始終做運動員之



後，都經歷過大大小小嘅受傷。阿爸又會想我正正經經搵份工，我都明佢哋都係擔心我將來。」不理家人反對的聲音，Eric早已暗下決心，要做出成績證明給家人看。「佢哋好得意嘅，雖然唔鍾意我去打波，話我『拎個身體去賣命』，但當我出去參加比賽，例如去亞運，佢哋就會好高興，話睇電視見到我好開心。」

Eric在19歲成為欖球全職運動員，受薪於體院。「始終係全職，所以生活會規律啲。無論係教練定係隊友，都會比到一種警惕你，裏面競爭好大，自己做得唔好就會被人比下去，一比下去，變相無機會再打波。」在競爭性激烈的環境當中，無論在生活或是心態上Eric都有重大改變，想盡辦法令自己進步：「當你係一個運動員，你會想每一個比賽都有得打。」

從前在籃球場上競爭，對手全是和自己有共同語言的本地學生；而現在，Eric則想以華人身份在欖球場上脫穎而出。他相信，就算輸蝕在起跑線上，只要刻苦的訓練，必能慢慢拉近和外國人之間的先天差距，甚至有所超越：「只要做得好，教練自然就會賞識你！自己缺乏嘅嘢，就係無鬼佬咁早接觸欖球，所以經驗同埋技術較少，呢樣追得比較吃力。但身體狀況可以練返嚟，唔一定外國人就大隻，大力啲。我都認識有香港嘅球員比起外國人更加大隻，更加快，更加勁。佢哋一定有優勝嘅地方，但係華人都有我哋優勝之處，例如我哋比較敏捷，頭腦更加鬼鼠，大家可以應用喺唔同位置，互有好處。」

## 二、回望往昔「有機會再嚟過，我會畀心機啲讀書」

Eric笑說，自己的英文水平不是通過校內課程提高，而是通過在欖球隊內與隊友的交流而提升的。「以前都唔識講英文，但因為由青年軍開始就要同外國人相處，我英文好咗好多。佢哋全部都講英文，教練又講英文，好彩隊入邊有一、兩個華人，識講兩種語言，靠佢哋做翻譯，解釋我聽要點做。我一開始入去嘅時候傻更更，聽唔明佢哋講咩，要係嘍問『點解？即係點？佢哋講咩？』好彩自己唔怕羞，就算講得唔啱，講得唔好都願意去講。久而久之，接觸得多咗，就會訓練到啲英文。」

Eric直言自己不喜歡讀書：「中學呀，嗰時覺得讀到合格就OK噃啦！」他當初也沒有多想大學該修讀什麼科目，打算一邊裝備自己，一邊「見步行步」：「香港社會好現實，有張沙紙係基本入場券。規劃唔係無，但係好多時會覺得計劃會變，好難講定10年之後想做咩，但我會抱住一個心態，無論計劃點變，起碼而家有一啲嘢喺褲袋，第時出嚟社會做嘢無咁騰雞。」Eric曾修讀教大的應用科學副學士課程（主修運動教練及管理學），他認為：「大學校園生活比較多得着，又打咗2年USFHK<sup>3</sup>。我而家都喺教大度讀緊健康教育學士課程，仲有考健身教練牌，呢啲經驗同資歷對將來都有用。」

對比中學和大學的老師，Eric表示迥然不同。「中學時期，尤其一啲文科老師，可能未必明白到學生運動員想要嘅嘢，或者喺佢哋眼中我哋只係去玩。有啲老師甚至會話『如果你唔做好啲咩，我就唔畀你去練波』，某程度上佢哋會覺得我哋只不過係打波，唔及學業重要，呢啲情況都會發生。但係當然，教體育嘅老師本身都係運動人，佢哋就會比較了解同埋支持我哋去玩運動。入到大學，嗰種老師對學生嘅約束感會無咁犀利，大學老師或者校隊負責老師，反而會希望你可以幫到佢哋建立球隊，可以對學校有貢獻，幫助一啲新接觸欖球嘅人，佢哋對學生運動員嘅理解或者支持，就會大啲。」

今時今日，Eric意識到讀書的重要性，作為一個運動員，他很堅持「唔好畀讀書令你放棄你嘅夢想，或者一啲你好想得到嘅嘢」。堅持夢想的同時用心讀書，是他對後輩苦口婆心的勸導：「真心，如果畀返次機會我，我真係會畀多啲心機讀書，因為着到嘅係自己。即使你嘅夢想係成為一個運動員，你好努力都好，每個人嘅能力都唔一樣，（每年競爭對手唔同，）噉你入唔到（港隊）就入唔到。如果你無嘢喺褲袋，挫敗感會更加大。盡量去兼顧呢兩樣野啦！無論喺運動場內外學到嘅，都可以係成長嘅經歷，嗰種精神，唔只可以用喺欖球場上，都可以運用喺生活上。」

3. 香港大專體育協會（The University Sports Federation of Hong Kong, China）籌辦的大專體育比賽。

Eric打了7年欖球便贏得人生當中第一面亞運金牌，他認為，說到不懈努力的重要性，自己便是一個活生生的例子：「我絕對唔係打天才波嘅人，我大部份隊友細細個5、6歲就開始打，我知道自己就係爭呢啲，所以就要比佢哋付出更加多嘅努力，要諗吓點樣追趕佢哋，用努力去彌補不足。如果你係好鍾意打欖球，覺得呢一樣野係你嘅夢想，就要畀心機繼續打落去，唔好咁易放棄，但要比其他人付出更加多努力，先有機會達到你嘅夢想。」





■ 香港教育大學校長張仁良教授於2018年向六名獎牌運動員頒發嘉許狀，以表彰他們於亞運中的超卓表現。他們分別為金牌得主歐鎮銘（壁球）、郭柏雅（欖球）及石偉雄（體操）；銅牌得主周義評（賽艇）、蔡韻瑜（空手道）及李清韻（乒乓球）。（圖：香港教育大學）

