



李皓晴

杜凱琰

蘇慧音

# Table for 3

一張乒乓波枱，盛載她們仨，千斤重的過去和光年般浩瀚的未來。

李皓晴、杜凱琰、蘇慧音，三個性格迥異的個體，因為乒乓而走在一起，交織段段集體回憶——夢想、笑臉、掌聲，還有淚水，甚至傷痕，外人看見的外人看不見的，她們心中有數。

「打第一場（奧運）緊張到整個人都在震……」四個月前的東京奧運會，不僅是對蘇慧音，對她們三人，記憶都是一生一世。天賦潛質，三人一早把握，心無旁騖的全情投入，通過刻苦的訓練、

守紀律的生活態度，不斷奮進；練兵廿年，一個大爆發，三女將混和汗水與淚水忘情擁抱的勝利時刻，比賽場上的嘶叫聲、波枱上的「滴滴」聲，在很多觀眾的腦袋內，頃刻無聲。

一枚奧運獎牌的意義，既深且遠。她們希望化身大使，將乒乓運動推廣至社區，讓更多人愛上體育。一二三，加起來變得無限大。敢於去追、不怕失敗、永遠堅持，讓潛能爆發，天生我才，人人都是三甲運動員。

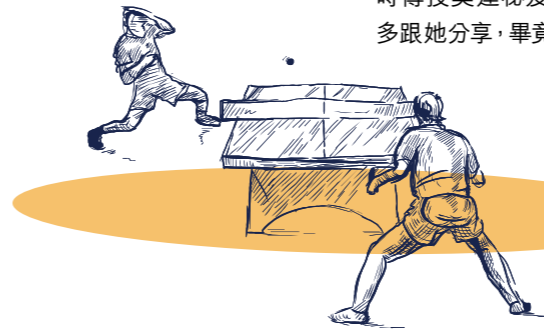
## 東京·攻略

訪問當天，李皓晴、杜凱琰和蘇慧音帶了奧運銅牌來拍照。單是看，已感覺「重量」十足。《駿步人生》客席主持、馬會公司事務執行總監譚志源問起今年那個仲夏的比賽，彷彿歷史重現。

第一次出戰奧運的蘇慧音直言：「平時比賽都會緊張，奧運更是一百倍緊張。因為疫情，一年半沒比賽，一來就是奧運，打第一場比賽時，我整個人都在震……」

第二次亮相奧運的杜凱琰，也有不一樣的經歷。「進駐奧運村後，以前通常都會跟其他選手交換襟針，但今次我一個都沒有換，緊張得不想有比賽以外的娛樂。」

還好有「大師姐」李皓晴坐陣。奧運前兩個月，港隊北上與國家隊集訓，隊友朝夕相對，三戰奧運的皓晴不時傳授奧運秘笈，「特別是蘇慧音首次打奧運，我會多跟她分享，畢竟奧運跟普通比賽大有分別。」然而，



相片來源 國際乒乓球聯合會 (ITTF)



1 銅牌戰勝利一刻，真摯的擁抱成為她們最珍貴的奧運回憶。

## 薪火·相傳

香港運動員在東京奧運能力大爆發，除了自身努力不懈，也有賴最後強盾的支持。馬會歷年撥款超過7億港元予香港體育學院，支持包括體育基建、教練培訓以至運動員退役後生涯規劃等不同項目。東奧之後，馬會宣布撥款1億5000萬港元，以對等配對形式，與港府共同成立總額3億港元的「能力提升基金」，於未來三年促進精英體育的科研工作，提升香港運動員的能力及競爭力。

奧運仲夏夢落幕，三名女將重新出發，獎牌為她們在

乒乓路上增添一份使命感。蘇慧音勉勵所有小將：「大家有不同的目標，但說到底都是想打好波。很多人質疑，多少人能贏奧運獎牌和世界冠軍？但只要在自己有熱誠的事情上用功，效果一定不會太差，事後回想也是很好的人生經歷。」

杜凱琰說自己不時返回小學母校分享經歷，希望可以經常與基層小孩打波。「我有一個夢想，就是作為橋樑，將乒乓球帶到社區，令這個運動更普及。」

# 半夢半醒之間



相片來源 李皓晴、杜凱綦、蘇慧音社交平台



李皓晴

阿杜和阿蘇不約而同以「軍師」形容皓晴。阿杜說得具體：「晴姐很聰明，負責出謀獻策，她像打太極般，以柔制剛。」這個大師姐今年 28 歲，三戰奧運，在球隊中資歷最深，更是香港首個 15 歲就轉打全職的香港乒乓球運動員，開了香港乒壇先例。然而，這個乒乓夢為李皓晴和李媽媽帶來不少掙扎，夢想與現實之間，她們有一個「三年之約」。

問皓晴何時開始打乒乓球，她幽幽的說：「聽說是小時候在家中餐桌和走廊打『滴滴仔』開始」事實是，她受年長六歲的哥哥影響而接觸乒乓球，後來哥哥帶她參加比賽，贏了冠軍，於是報名參加青苗計劃，開始接受香港乒乓總會的正規梯隊訓練。小小人兒學過彈琴、跳舞，全是三分鐘熱度，唯獨乒乓一試愛上，沒想過就此注定人生路。

### 與母訂「三年之約」

2008 年，李皓晴成為香港首個 15 歲就轉打全職的乒乓球運動員。當時她正就讀拔萃女書院，要中途退學不是容易的決定。「我說要全職打乒乓球，家人也不太支持，始終擔心我放棄學業，萬一運動員這條路行不通，之後就沒有其他選擇」。經過多番掙扎，皓晴最終與媽媽訂立「三年之約」，如果三年沒打出成績，就乖乖重回校園，而且這三年即使沒有上學，也必須自學並完成中五會考。最終她考獲 12 分，中、英、數全科及格。



三年之約最終變成三屆奧運，由昔日「沒想過打奧運，只想代表香港比賽」，一躍而成奧運獎牌運動員。她至今也沒有放棄學業，與杜凱綦一起正攻讀香港教育大學的健康教育榮譽學士課程，希望在獎牌以外，也用一紙大學畢業證書，報答家人的信任和支持。



杜凱綦

一頭短髮的杜凱綦看起來酷酷的，卻是典型外冷內熱的人，她會因為自覺訓練達不到要求而哭着離場，令隊友摸不着頭腦，但在她們仨之中，她最愛哭也最高心，蘇慧音透露一件小事：「比賽前一晚，阿杜一定給我們發短訊，主動關心我們有什麼想法。」雖然阿杜笑言，相比於阿蘇的 256GB 大腦，自己只是 64GB 手機，但當她手執球拍上陣殺敵，狠勁與球速絕對是世界級，難怪在東京奧運成為隊中兼戰三個項目的主將。

與李皓晴一樣，剛踏入 25 歲的阿杜小時候上過不少興趣班，柔道、游泳、鋼琴、跳舞，最終鍾情乒乓，而且她從未猶豫，自小已認清目標，一擊即中。「小學畢業禮上台演講，我記得我說要參加 2016 年奧運，五年前我就達到目標。我自小就知道，奧運是最重要的比賽，就像電影界的奧斯卡一樣。」

### 遇困難 「乒乓把我拉回來」

當她 15 歲完成在協恩中學的中三課程後，決定輟學轉打全職，她的決心和勇氣，贏得父母百分百支持。然而，追尋夢想的道路從來都是荊棘滿途。阿杜曾經因為 2014 年世青賽團體 4 強的單打戰落敗，一怒之下衝出球場，跳進水池大哭；今次奧運混雙 8 強出局，她一哭就是兩、三小時，但在失望頂透之際，她與那個小小圓球，誰也沒有放棄誰。「我自小選擇了乒乓，不知怎的，就是有一種吸引力；有時遇到困難，真的想放棄，但最終乒乓總把我拉回來。」



奧運之後，阿杜曾與媽媽一起出席公開活動，杜媽媽一句「做父母點解唔支持自己小朋友圓夢？」那是作為女兒最強大的動力。其實杜媽媽也有一個夢想，就是見證女兒大學畢業的一天，所以即使練習再辛苦，阿杜也咬緊牙關兼讀教大學位課程，而且只要身在香港，一定不會偷懶走堂。



蘇慧音

23 歲的蘇慧音是「獎牌陣容」中最年輕的，其甜美笑容和開朗個性，足以融化身邊人。她擁有杜凱綦口中的「256GB 大腦」，兩個隊友都說她是才女，很有主見，而且意志力驚人。

她的堅毅，香港人早從那場奧運銅牌戰中感受得到。打球時，她的眼神有一團火，一板抽擊就是不贏球不罷休；即使隊友上陣，她坐在場邊打氣，一聲聲「加油」、「好波」，總是活力四射。

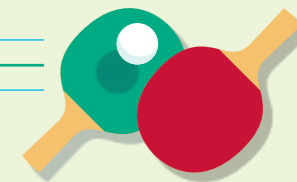
阿蘇這種「乒乓魂」，好比與生俱來，來自乒乓世家的她直言：「我沒有自己不懂打乒乓球的記憶。我 3 歲半就開始打球，3 歲前的事，我想大家也沒有記憶吧。」由於爸爸蘇俊華是乒乓教練，所以蘇慧音自小就在爸爸教導下，從矮小的兒童球檯開始打球。小時候爸爸問她可有什麼目標，她人小志氣高：「我大個要做世界冠軍！」

### 「用你 1/40 的生命去試」

蘇慧音還是小學生時，已經常在父母陪伴下代表香港出外比賽，例如小三已到大阪角逐東亞兒童盃，當時杜凱綦也是陣中一員；最遠的更至瑞典作賽。轉當全職運動員，對阿蘇而言似是順理成章，然而掙扎的反而是小妮子本人，她最不捨是拔萃女書院的校園生活：「中三時我已選好科目，所以考慮良久，我捨不得一班朋友，捨不得校園生活……」眼見女兒在乒乓與學業之間猶豫不決，蘇爸爸和蘇媽媽果斷出手，蘇慧音說：「他們給我不少意見，說不是所有人都能以運動作為職業，兩年吧，就用你 1/40 的生命去試試，要是想讀書，50 歲再讀都可以。」



15 歲讀畢中三就告別校園，她對於學業仍有自身追求，堅持有朝一日必要在大學修讀心儀的學科。



# 除咗打波 仲有……



一塊球拍、一個小圓球，佔據了李皓晴、杜凱琹和蘇慧音的大部份時間，若非疫情，每年更有超出一半時間出外集訓和比賽。難得遇上假期，三名女將在乒乓以外，自有樂天世界。

蘇慧音是愛書之人，喜歡到 cafe 捧住書本享受咖啡時光，「閱讀就像『煲劇』，給了我運動以外的另一個世界。」最近她在追看心理書籍《The Courage to Be Disliked》，這也是她征戰奧運的心靈雞湯，「這本書說的是做人要認清自己，我就是我，不要因為別人的評價而影響本質。」

杜凱琹是「唱得之人」，但首首「飲歌」比剛踏入 25 歲的她還要「年長」，例如《怪你過份美麗》、《Monica》、《風繼續吹》，張國榮、陳百強、梅艷芳都是她的至愛。她甚至自學彈琴，不時把自彈自唱的片段上載到社交網站。雖然她無論開心不開心，都愛以音樂抒發內心，但斷然不會向演藝圈進發：「因為我顏值唔得。」

李皓晴不像兩名師妹「百足咁多爪」，每次從外地返港，都會把握時間「宅」在家，隊友都說她是「愛回家」，她則答得坦白：「我真的沒什麼嗜好，最愛躲在家中，始終經常不在香港，想多點時間陪伴家人，特別想念家中的貴婦狗，牠已經 13 歲，想趁牠還有活動能力時，多與牠玩玩。」

- 2 她們仨之間，默契相通。
- 3 三名女將克服了無數心理關口，才能奪得奧運獎牌。

## 後記

# 煎釀三寶 + 燒賣

都說運動具有融和作用，可以求同存異。三個女孩，三種性格，卻出奇地合拍，不時靈犀一點通，就如她們曾經自比「煎釀三寶」，配搭「啱啱好」。

三人的默契不止是「球場限定」，「一打三」接受譚志源訪問，既沒搶答也不會 dead air，走位配合恰到好處。樂天開朗的蘇慧音最健談，答問題大都一馬當先；杜凱琹和李皓晴負責殿後補充，外冷內熱的阿杜有時更忍不住偷笑，皓晴見狀瞪她一眼，似叫師妹「認真吧，訪問進行中呢」，此時阿杜唯有盡全力把「笑料」吞回肚中，可一會兒，笑點又升上來了……

後來阿杜提到皓晴很聰明，同時補充「聰明人都愛偷懶」這個特點時，見慣大場面的大師姐不愠不火，冷靜反攻一板：「唔怪得你咁勤力啦！」小妮子們平日大抵「訓練」有素。

訪問尾聲，三名女將與譚生切磋球技，更表演幾招招牌絕技，讓攝影師拍攝一些花絮鏡頭。職業女對業餘男，她們最難是忍手。都說運動無分水平、年齡，煎釀三寶加燒賣，合不合味？



- 4 回想奧運銅牌戰，譚志源笑言緊張得不敢看直播。
- 5 阿杜教譚生打波，使出不少絕技。
- 6 譚生與皓晴合作雙打，有板有眼，賽後不禁擊掌打氣。

瀏覽  
訪問短片

