

MRЯM

www.mrrm.com.hk

NOT FOR SALE

隨一一年十一月號 MRЯM 附送

ISSUE 45 NOVEMBER/11

ON THE COVER
吳蔚

困難，為突破而來

TAKING ON A NEW CHALLENGE

TRIAL SUUNTO 最佳的野外腕錶
DREAM 進發 · 追尋插畫夢

all in 55 DSL, with
DIESEL watch
&
SOUL headphone

PHOTO · Hung Ng
TEXT · Catan
STYLING · Martin Tse
HAIR · Steven @ Toni & Guy
MAKEUP · Chi Chi @ MOD
WARDROBE · 55 DSL
WATCH · DIESEL
HEADPHONE · SOUL

TAKING ON A NEW CHALLENGE

困難，為突破而來

all in 55 DSL, with
DIESEL watch
&
SOUL headphone

除了喜歡打羽毛球的朋友外，相信不少人對吳蔚這個名字覺得頗陌生。大家試試回想在 2008 年北京奧運會，代表香港與那時世界排名第一的男單羽毛球手林丹比賽過的運動員，腦海中自會閃出一些印象。那個選手就是吳蔚，香港羽毛球界中的名將。

儘管這次拍攝有不少意料之外的事情發生，但我仍然充滿期待。吳蔚是一個極佳的模範，絕對能夠給予大家純度高的正能量。更重要的是他由香港訓練出來，正好用行動把香港精神全情表現。運動員的生涯雖然告一段落，但他與羽毛球的關係並沒有斷裂，反之讓他走進到新的層次。

J • MRJR W • 吳蔚

J • 剛完成了拍攝，有甚麼感覺？以前有過類似的拍攝經驗嗎？

W • 曾經有過，但應該是一段時間之前了。以前大家都會在我打羽毛球的時候拍攝，我不需要刻意做一些形體動作。現在覺得很特別，因為平時沒有機會拍這種照片。

J • 以前練習和比賽時，會遇到甚麼問題？你怎樣解決它們？

W • 在這 23 年打羽毛球的時間裡，困難及問題真的很多！最大的是在 2005 年，計分制由 15 分轉到 21 分。而我的風格比較屬防守性，15 分對我來說是有利。21 分則對進攻型球員有利。當時我自己想：「我不能不改變、不突破！別說 2008 年的奧運，可能連 2006 年的多哈亞運會也不能參加。」跟著，除了一般 6 或 8 小時的訓練外，每一晚我會「拉筋」、寫訓練日記、揮板、抽一個多小時看每一個 80、90 年代的世界級球手的比賽錄影片段。

未轉計分制之前，我的排名是世界 10 名之內，轉制之後，便往下跌到 30 位。經過努力，我終於鑽研出最新的羽毛球技術、步法、戰術和心理調整，我的排名回到十多位。

J • 哪一次比賽最令你難忘？

W • 其實有很多場的比賽也是極難忘，最難忘的應該是 2008 年的北京奧運。我記得當時電視台晚上 8 點會作直播，觀眾一定是數以百萬計！所以若狀態良好，當然是最理想。相反，假如我的表現不堪入目，觀眾便會認為香港排名第一的羽毛球手竟是如此不濟，會看不起香港羽毛球的水平。所以，我當時的確是背負著沉重的壓力。

加上，這些年來，我已經和林丹交手超過 10 次，每一次的得分皆在 10 分之內。幸好，心理導師教了我很多方法。最後，那一場比賽是我和他 10 多次比賽以來，打得最好的一場。還有，在整個北京奧運男子單打羽毛球賽事中，我是在林丹身上拿到最多分數的人。這樣計算的話，我是奧運銀牌！

J • 有沒有一位或幾位運動員給你很大的影響？

W • 當運動員時，我只需好好照顧自己、專心練習和比賽便足夠。現在，我是一個教練及羽毛球會的負責人，必須安排教練們的時間

表、訓練班的編排、因應不同學生的水準，再編入不同程度的訓練班，以及考量用甚麼方法去教導，有頗大的分別。

J • 現在退役了，會不會有不同的感受？

W • 對我來說，是 2009 年於塞爾維亞貝爾格萊德舉行的世界大學生運動會。我進入 200 米個人混合泳準決賽，亦是我第一次參與的大運會比賽、第一次於歐洲比賽、以及第一次進入大型賽事的準決賽。

J • 現在是教練和羽毛球球會負責人，覺得辛苦嗎？

W • 我覺得做運動員時才算是辛苦，差異太大了。現在會有時間是不夠用的感覺，依然會疲累，不過很充實。有了 23 年當運動員的經驗，即使遇上不同的困難及問題，我有信心找到方法解決。

J • 對於培育新一代的羽毛球員，心態有甚麼轉變？

W • 以前我是站在個人的角度去思考，現在卻是完完全全地站在球員的角度去想。不單教會他們羽毛球技術、戰術、體能，更需要和他們聊天，輔導他們。因每一個學生遇到的問題都不盡相同，所以我需要不斷轉變和思考。勝利當然是最好，不過輸了的話，怎樣令他盡快重拾信心，傳達「勝不驕，敗不餒」的精神，才是最重要。

J • 羽毛球之外，你有甚麼興趣？

W • 閱讀關於禪的書籍及養蘭花。因為多數運動員是比較急躁，靜態活動可以令自己慢下來，把比賽時的節奏暫時放下，易於調整心態。

J • 你有甚麼夢想？正在向自己的夢想出發嗎？

W • 希望自己能夠培養出超越自己的球員，將我那 23 年的羽毛球知識及經驗，貢獻給下一代，愈多人接受得到愈好。因為這 15 年間的香港，和我一樣水準、擁有豐富羽毛球知識的男子單打羽毛球手，可說寥寥可數，或者只有我一個。

我是香港運動員，自然希望將學到的東西教給本地青少年，令到他們十多歲的時候，便能嘗試與體驗我於 27、28 歲時所領悟到的知識和經驗。如果他們有天份又勤力，自會早一點得到好成績，有更大的機會超越我。■

姓名：吳蔚

年齡：30

職業：前香港羽毛球隊代表
羽毛球球會創辦人

all in 55 DSL, with
DIESEL watch

「我不能不改變、不突破！」

all in 55 DSL, with
DIESEL watch
&
SOUL headphone

你就是下一位主角！

立即成為 MRJR. 封面的主角，將
個人相片（正面及全身照各一張）
連同姓名、年齡、身高、職業及
聯絡電話至 jr@mrrm.com.hk，
被選中的讀者將由我們的專業造
型師為你打造全新形象。

