

黎敬東腦力玩劍擊

小時候看古裝武俠片，總會這樣幻想：手執寶劍、鋤強扶弱、浪○天涯.....回到現實生活，當然不會有大俠存在，但看見劍擊小子黎敬東，從劍擊中學習，在劍擊中成長，就算不是大俠，原來也饒有意義哩！

廣告與劍擊



年僅十八歲的黎敬東，現已貴為香港劍擊隊的佩劍代表，但原來他玩劍擊也只不過三年多的時間，而吸引他學劍擊的原因，竟然是一個電視廣告。他說：「大約三年多前，某洗頭水找了香港劍擊隊成員何嘉麗拍廣告，不但拍得劍擊運動很優美、很刺激，連劍擊用的服飾、佩劍也很貴族化，自此便對劍擊產生興趣。適逢學校的劍擊學會招收會員，在幾個同學的慇懃下，便踏上了劍擊之路。」

當初，敬東也只是玩票性質，抱○娛樂的心態去學劍擊，但學了數堂基礎班後，教練覺得他極有潛質，所以推薦他到體育學院接受專門訓練，後來更加入香港代表隊，一玩便玩足三年。

敬東表示，現在玩劍擊的感覺，和初學時大有不同。他說：「以前只懂衝、衝、衝，只懂進攻，其實劍擊是用腦多於用力的運動，要擊倒對手，一定要有周詳的策略、臨場的應變、果斷的反應，還有勇猛的鬥心，才能成為出色的劍手」。

年僅十八歲的黎敬東，現已貴為香港劍擊隊的佩劍代表，但原來他玩劍擊也只不過三年多的時間，而吸引他學劍擊的原因，竟然是一個電視廣告。他說：「大約三年多前，某洗頭水找了香港劍擊隊成員何嘉麗拍廣告，不但拍得劍擊運動很優美、很刺激，連劍擊用的服飾、佩劍也很貴族化，自此便對劍擊產生興趣。適逢學校的劍擊學會招收會員，在幾個同學的慇懃下，便踏上了劍擊之路。」

當初，敬東也只是玩票性質，抱○娛樂的心態去學劍擊，但學了數堂基礎班後，教練覺得他極有潛質，所以推薦他到體育學院接受專門訓練，後來更加入香港代表隊，一玩便玩足三年。

敬東表示，現在玩劍擊的感覺，和初學時大有不同。他說：「以前只懂衝、衝、衝，只懂進攻，其實劍擊是用腦多於用力的運動，要擊倒對手，一定要有周詳的策略、臨場的應變、果斷的反應，還有勇猛的鬥心，才能成為出色的劍手」。

會考與劍擊



暑假是學生的快樂時光，吃、喝、玩、樂，輕鬆寫意，但剛過去的暑假對敬東來說，一點也不輕鬆。剛剛考完會考，便要立刻接受刻苦的集訓，因為要迎戰八月的兩個大賽 — 第六屆亞洲劍擊錦標賽和泰國公開劍擊錦標賽。馬不停蹄的比賽令他連放榜大日子也差點忘記。幸好，敬東的努力並沒有白費，這兩項比賽，敬東代表的男子佩劍團都能奪得一面銅牌和一面銀牌。面對眾多強敵，敬東也很滿意這次的成績。

雖然敬東上半年要應付會考，但屈指一算，他大約有一個月時間不在香港，到了海外參加比賽和集訓。而現在升讀中六的敬東，每天放學也趕到沙田體育院練習，風雨不改，可見他在獎牌背後也付出了不少汗水和心血。

父母與劍擊



敬東上年度是以重讀生身份參加會考，並能取得十六分的成績，在原校升讀預科，實在令他鬆一口氣。原來敬東的父母對他日以繼夜的練習頗有微言，一直希望兒子能以學業為重。敬東說：「還記得前年會考考得不好，父母也叫過自己放棄劍擊，專心讀書，但我卻不肯放棄，並對他們作了一個協議，就是學業不能退步，一定要考好會考，否則便要放棄劍擊。幸好在成功過關，否則便要浪費多年的心血了！」

敬東承認自己已將劍擊放在第一位，練習的時間比溫習時間更多，每日的時間表也填得滿滿的，一分一秒也很重要，他說：「劍擊或者可以令我更成熟，更懂得珍惜時間，以前上課時，短短的十五分鐘的小息根本不會珍惜，任由它談天說地度過，現在方發覺，十五分鐘也可以完成很多東西，預習一下功課，想想比賽的戰略，多多少少也能賺到多點時間哩！」

一劍還有一劍高

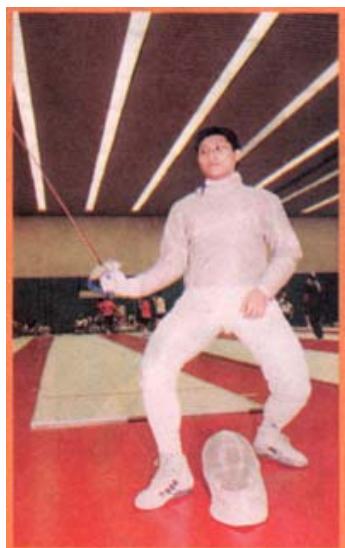


敬東最難忘的比賽是去年十月舉行的世界劍擊錦標賽，難忘的原因不是自己奪得大獎，而是發覺自己的水準竟然是如此低。他說：「那次是自己第一次參加『真正』的大賽，無論裁判、場地，甚至比賽用品也十分認真。歐洲的選手真的非常強，和他們比賽，自己好像小學生一般。這次比賽確實增長了我的見識，更多瞭解世界級水平，更有機會提高我的英語水平哩！」

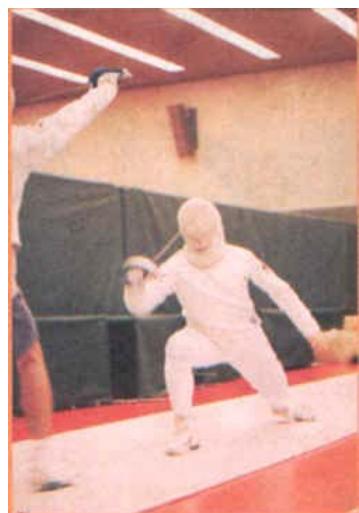
我的目標

年紀輕輕的敬東原來早已定下奮鬥目標，無論在劍擊和學業也有美滿的成果：

- 劍擊 — 我希望能成為亞洲頭三名的選手，繼而進軍世界。
學業 — 我的最大興趣是電腦，所以希望能考入科大電腦工程系。



我的佩劍



劍擊分花劍、重劍和佩劍三種，而敬東則主攻佩劍這一種，敬東表示，佩劍以「劈」為主，有別於以「刺」為主的花劍和重劍，要求選手更主動、更快和更果斷，所以選擇主攻佩劍，加上佩劍的外形頗像大將軍□帶的寶劍，自然吸引力更大哩！

黎敬東檔案



姓名：黎敬東
花名：肥東
出生日期：1982年9月7日
身高：180厘米
體重：81千克
就讀學校：九龍工業學校
個人金句：反省自己

(轉載自《星島日報》S-File青春檔案第13期資訊大本營)