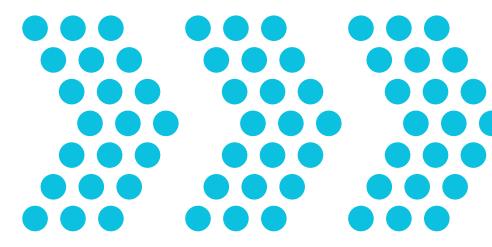


校友專訪 張曉諾

(2019年畢業生)



迦密聖道中學

2024年10月

從大埔太和路10號到杭州亞運體育館內的9x18長方格中 仍然搏盡每一球的聖道精神

2018 -- 排球之路的里程碑

提起張曉諾校友，相信大家必會立即想起讓人津津樂道的2018年 -- 在曉諾的帶領下，聖道女排突破重重障壘，擊敗多支傳統勁旅，一舉獲得全港學界精英賽的桂冠。但也許對曉諾來說，2018年只是她排球之路的起點。升讀大專院校後，曉諾繼續在大專排球隊及香港女子排球代表隊訓練。隊友實力更高，訓練更刻苦，競爭也更激烈。「自從加入少年隊後，是一個又長又遠的目標。」曉諾自加入香港女子排球少年代表隊後，需要一路征戰，才能順利慢慢升上青年隊、成年隊。期間她需要不停與全中國的學生比賽，見識到香港以外的世界更廣闊，也為自己努力過後，能得到晉身更高層級的比賽的榮譽而感到滿足。



2023 -- 從未放棄夙願的「自由人」

成為亞運代表，一直是曉諾自16歲加入少年代表隊的夙願。然而，成為亞運代表絕不容易。排球有細分主攻手、副攻手、二傳手等不同位置。而亞運正選只有14名及自由人2名 -- 身為自由人的曉諾，需要與30多人競爭2個自由人的名額。在曉諾不懈努力下，終能脫穎而出，成為2023杭州亞運女子排球代表隊自由人。自曉諾16歲加入少年隊，爾來六年，從未鬆懈，亦從未放棄，始能爭取這個位置，達成她自16歲加入少年隊的心願。「當天與我一起出賽的少年隊隊友，到了現在只剩下2個隊友繼續與我一同打排球。」可見曉諾的努力與堅持是何等寶貴。



2024 -- 回母校傳承「聖道」精神

而曉諾卸下亞洲戰袍後，更有機會執起教鞭。2024年曉諾有機會回到母校 -- 迦密聖道中學實習。聖道排球隊衣上燙印了「傳承」二字，而曉諾亦將昔日恩師所教授的，傳承給自己的師弟師妹。「楊穎怡老師貼身關心我們的心靈需要；她以身教，以她的良善作我們的好榜樣。」曉諾憶述當時楊穎怡老師會耐心與她傾談，讓她逐步找到自己的目標。這種言傳身教，正是曉諾希望傳承下去的美德。談及聖道的學生，曉諾非常欣賞聖道的同學很投入運動。在體育課、班際比賽、社際比賽中，曉諾都能感受到同學竭盡所能，全程投入。而對師弟妹有什麼寄語，曉諾則說：「學習壓力只是人生中一小部分，同學找到自己喜歡的事，並投入其中就已足夠。」

「不讓球落地」的意義

曉諾曾說過：「一路勝不了，也不會放棄排球。」征戰多年的曉諾，驀然回首，對排球的愛依舊熾熱。「最不可或缺的東西，是打排球帶來的樂趣。打排球打得愈久，就會發現，其實輸的場數絕對會比勝場多。但你仍然要在勝不了的球賽中，享受球賽的過程。」也許就是這種堅忍不拔、鍥而不捨的態度，才能帶領曉諾達到今天的高度。從大埔太和路10號，到杭州亞運體育館，再回到大埔太和路10號9x18的長方格中，曉諾仍在傳承「不讓球落地」的意志。

