

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 桌球

來源 民生報 日期 780104 版面 二版



▲莊則棟反手內拍擊快連續動作

(蘇嘉祥自取與創)

系列報導  
九

莊則棟的  
闖  
起  
落  
創

苦練秘密武器  
近枱兩面攻  
打出美好江山  
效法天蠶變

本報記者 蘇嘉祥

●莊則棟在三十年前靠著一手「近枱直拍兩面攻」，打遍大江南北，又擊潰五大洲，成為史上第一位在世桌賽三連冠的球員。

但是他學這招秘密武器之前，遭受很多奚落、嘲諷，變更球拍及打法的過渡時期也吃了不少苦頭；其過程有如道士煉丹，也直如天竄吐絲，作繭再變！

小莊在十七、八歲時，已經當上「國家」預備隊，而且也有打敗歐洲刀板球員的經驗了，但是苦苦思慮：全世界有十來種打法，不創出自己風格，再怎麼打也是跟在別人後面。

他非常尊敬當時大陸冠軍王傳耀兇狠的左右開弓「兩面快攻法」。教練梁焯輝看出他的心意，說道：「王傳耀的兩面快攻固然好，但是他體型太高，手臂長；你如果也打兩面攻，必須在桌枱內發揮，只能打近枱兩面攻，而且必須加強臂部發力及腰部扭轉力！」

這一席話如醍醐灌頂，矮壯的莊則棟審度再三當下定出一項改變自己未來的決定——苦幹打近枱兩面快攻；兩年內不游泳、不溜冰、不看電影、不交女朋友。

第一個工作是換球拍，原先的厚海棉拿掉，以較薄、彈性小的海棉，增加控制旋轉球的能力。

為了增加腕部的瞬間制動發力，他發瘋一樣苦練啞鈴、俯臥撐（伏地挺身），每天機械式練正反兩面快攻，晚上睡覺時也作同樣動作，還把隊友肚子捶痛了。

當時的國際桌壇歐洲的負手刀板以弧圈、削球為一主流，東方的正手直板有兩大主流，日本主將荻村的正手拍單面攻擊法，和王傳耀的正反手兩面遠枱攻擊是另一流派。

莊則棟以「創」和「闖」的決心和苦幹，終於克服了體型上的先天不足，反而發展成為最積極主動，搶得第一時間的攻擊法。

一九六〇年，他在大陸內部「國家隊」公開賽中，第一次展示「近枱兩面快攻」的威力，戰勝李富榮、徐寅生等人，得到第一次「全國」冠軍。

接下來他又憑這一手舉世無雙的祕密武器擠下日本、瑞典、匈牙利等國成為世界冠軍。這件事應驗了一句話：未經一番寒徹骨，那得寒梅撲鼻香。

