



庄则栋 钮 琛 著

創興陶

中國廣播出版社

闯 与 创

庄 则 栋 著
钮 琛

中国展望出版社

一九八五年·北京

此书选用的照片是我提供的，不少照片保存了20多年，已不很清晰，为了尊重历史还是翻印出来，请广大读者谅解。

庄 则 栋

一九八三年十一月一日

阅 与 创

庄则栋 钮琰 著

中国展望出版社与日本荻村合作出版

(北京西城区太平桥大街4号)

天津武清印刷厂印刷

北京市新华书店发行

开本 787 × 1092 毫米 1/32 16.25 印张

26 插页 352 千字 1985 年 7 月 北京第 1 版

1985 年 7 月 第 1 次印刷 1—50,000 册

统一书号：7271·031 定价：3.65 元

版权所有 不得翻印 翻印必究



作者合照
庄则栋与钮琰



从鸿伯先生赠画

庄则栋书法

江山相雄不相让
形胜争夸天下壮

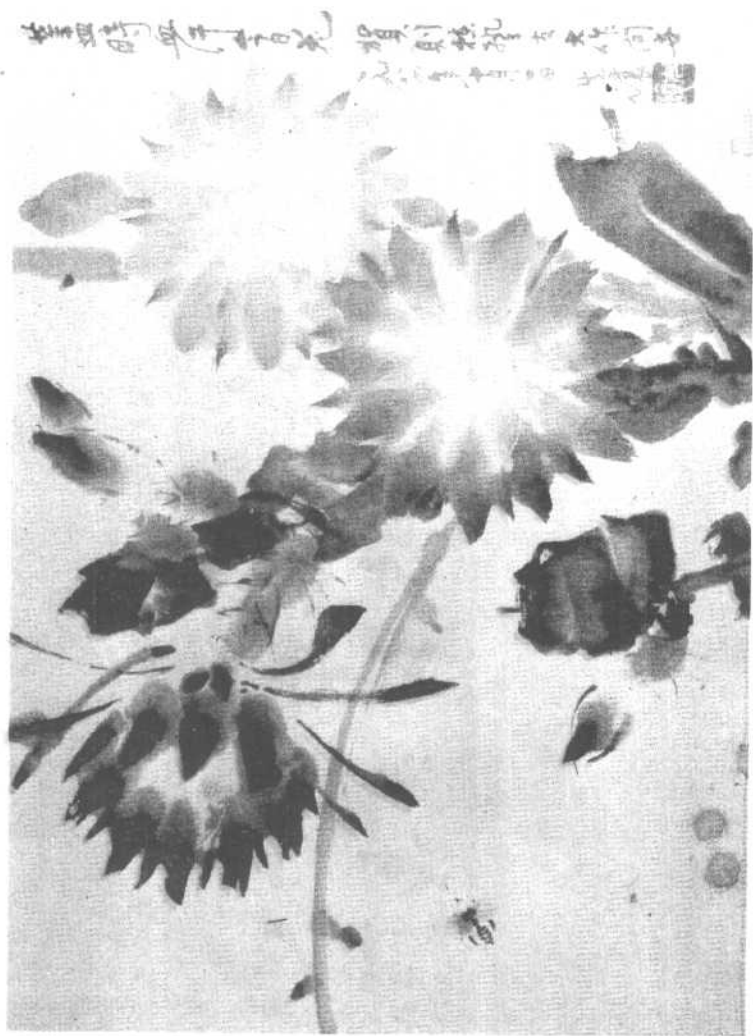
江山相雄不相让
让形胜夸天下壮

以书名于世者
外林古於东华

大馬路
 老道邊
 求·寸
 光陰不
 可待也
 實地錄
 喜峰山
 故家語
 家已姓
 聲

宋王義之書
 甲子年中秋
 明 健仁寺
 楊向陽

云南省书法家杨向阳同志题词



杨先让先生赠画



青年画家许化夷赠画

劍為國之魂
膽為人之魂

劍為國之魂

克毅

山西省书法家黄克毅同志题词



甲子初秋
刘勃舒
画



中央美术学院副院长刘勃舒同志画马赠则栋

管梓同志为庄则栋画竹





齐白石的高徒一大画家许麟庐老先生为庄则栋赠画。

解原圖

此乃先生
所畫之鷹
也

此乃先生所畫之鷹也
乃先生所畫之鷹也
乃先生所畫之鷹也



郑乃珖先生赠画



序 言

敦煌出自中国，然而对它艺术的研究却在日本、欧洲，不禁使人怅然。直板两面攻，是祖国培植的，而对它的研究与发展却又在日本。日本选手河野满曾拜我为师，继我之后一举夺得了三十四届男子单打冠军。这种国宝外流，墙里开花墙外香的情形，激荡了我的私念。我持这种打法曾三冠世界之鼎，此刻从战绩和感觉上并非兵老师疲，而是一种方兴未艾、巅峰状态之感，不幸的是“文化大革命”开始了。我认为：直板两面攻是祖国独特的传统打法，是党和人民血汗与智慧的结晶，它有着旺盛的生命力和潜在的威力。我是祖国的儿子，三届世界冠军只是我少壮年华的旅足，如今虽球坛在旁已力逊于心，但这些年来令我耿耿于怀的，是我应该将这一粒种子还给母亲，不应随我入了坟墓。

我希望这本书能起到抛砖引玉的作用，让我们中华民族的精神和知识发扬光大。

乒乓人才的训练，是机能、技能、知识、智能等方面的综合建设，不是一种纯体力的活动。为此，应当讲究建筑的方法、学问、艺术。再引申一步讲，要想成为一个出类拔萃的乒乓球运动员，要从两个大的方面着手。人们赞叹世界冠军的球威和球艺，但这只是有形的，而更为至关重要的，却是一种无形的内涵素养，如果说，把技术比做人的肢体，那么内涵素养就犹如灵魂。肉体与灵魂既是对立着的两个方面，

又是不可分割、互为依存的。我认为，灵魂往往是主宰肢体的关键。

在党的哺育下，我国的乒乓事业誉冠全球，有不少宝贵的经验与创新成果，我们应该很好地总结与继承。培养乒乓人才在技术上要由浅入深、由根及枝，是有一个成长顺序和过程的，这是一种技术状态的变迁。世间，成一番事业往往要几十个条件，而中伤一个事业，仅一条就已经足够了。所以，我们觉得在训练的方法、手段上应该象读书一样，小学、中学、大学，分年级拾级而上，“打好根基。而从全局着想则应致力于选材、育材、气质与心理的培育、知识的素养、自制力的陶冶、技术训练、身体素质训练、战术训练、技术风格的凝聚等方面的研究与提高，这些方面的素养又是互为联系、互为渗透、互为作用、互为因果。所以这些主要内容犹如支撑这座玲珑宝塔的八条支柱，缺一不可，牵一发而倾全局。概括起来看，可谓纵观八条柱，横分八级练，贯顶之柱条条能析，贯彻始终，一炉共治；分级之练层层要扎实，接力训练，合理严密。

我在1971年三十一届世界乒乓球锦标赛后，曾萌闪念头，想将我这种打法的体会和经验写出来，但那时条件不允许。1980年10月我来到山西工作后，非常幸运，党和人民关怀我，鼓励我，恰好我少年时代的球伴钮琛同志专程从临汾到太原来看我。他是我“得意”之年远遁的朋友，如今却执烛照我。他鼓励我挺起腰杆，淡泊明志，在事业上从头开始，使我惶惶之心知所新宿。他也是打直拍两面攻的选手，我们是五十年代中期在北京少年宫一起训练和比赛的同师之徒。一九五八年他到山西乒乓球队，后又到晋南地区搞乒乓教练工作，训练卓有成效，现被评为一级教练员，并被推选为山西省乒

协副主席。他对两面攻法实践和训练二十多年，有不少精辟之见和研究，先后在《中国体育科技》等几家刊物上发表了关于快攻和两面攻的论文，同时多年来积累了许多资料和数据，准备在终老林下之日写一本两面攻的书。经我们在技术上的多次地深谈，他很赞赏我的观点，为此我们欣然合著这本书。这本书我们俩都觉得是你中有我，我中有你，血乳交融不可分割。

我们的写作室不过是在他一间九平方米面积的斗室里进行的。书架和桌子上以及床头上都堆满着书，手稿堆得高高的，然而却井然而序，壁上挂着几幅书法，临窗放着一张高木柜权当写字台。这个简陋的斗室却是我们这本书的摇篮。

很难避免的是，我们的一些体会和见解未必完全成熟和正确，但我们考虑之后仍决定把它端出来，请大家研究指正。如果我们能够起到抛砖引玉的作用就感到很欣慰了。

二十多年来我是戎马倥偬战斗，钮琛是训练、观战、思索。我来山西后，由于要帮助山西队训练，只能提供一些观点和素材，然后我们共同研究审定。全文则是由钮琛同志执笔撰写成的。

这本书是我在山西工作三年之间写成的。在写作过程中，国家体委、山西省体委、临汾地区体委的领导和同志们以及一些朋友都给予了很大的支持和帮助，在此致以衷心的感谢。

庄则栋

一九八三年十一月一日