

# 鐵爾登網球成功術

陳岳州編譯



商務印書館發行

陳岳州編譯

鐵爾登網球成功術

商務印書館發行



著者 饒爾登 (右)



譯者 陳岳州

## 譯文馬迪夫人序

吾友岳州性嗜網球，嘗於工作之餘，輯世界名人球術以介紹於國人，其留心於體育運動可知矣。今岳州新譯成奧斯汀、鐵爾登、愛加侖三人之球術出示，此三人者，近世卓爾不羣之豪傑也。鐵氏之球術，連年見於美之林山場，技藝之神，令人驚異。堪稱爲世界之冠。而奧斯汀本少年英俊，球術之精，不可一世之概，予素所欽佩。若愛加侖先生，著名專家，其門人多爲當世英豪。今岳州統譯數書，深信必能振起中國青年網球之興趣。

一九三五年，魏爾斯馬迪夫人序於舊金山。

按魏爾斯馬迪夫人，美國西方舊金山人。女子網球革新後，馬夫人爲成功之第一人。夫人自八齡之時，已學執拍，十餘年來，成績之大，至今無有出其右者，誠女中之奇才也。一九三五年夏，成爲第七年之世界女盟主。考女子在世界大會獲冠軍七年者，亦以夫人爲第一人。觀夫人作戰之時，球術之神，目光之敏銳，舉動之迅速，與有生以俱來歟，抑熟極而生巧歟。

For Yochow Chan:

The books translated by  
Yochow Chan for tennis  
players in China are  
very well done, and should  
aid those interested in the  
game to learn the strokes  
and strategy. Austin,  
Tilden and Agutter are all  
famous tennis players, and  
know the game well, and  
what they say can be  
taken as words of authority  
on the subject

I have seen Fildes  
play often at Wimbledon  
and Forest Hills, and  
believe he is the greatest  
genius of the tennis world.

Austin, the English  
player, has beautiful strokes,  
and may be called one  
of the outstanding stylists  
in the game -

Heleneville Moody

## 譯文梁序

時之爲義大矣哉！遇飢則授以食，遇寒則授以衣，此以供應爲適時者也；國奢則示以儉，國儉則示以禮，此以調節爲適時者也；世間萬事如此，遊藝亦然。藝之所包至廣，僅舉遊戲一類言之，西方人士有專著類書，分門別戶，詳晰具陳，涉獵尙難，漫說貫通，且藝貴實習，竭半生精力，能通其一，已足名家，若云衆藝兼長，則無人能之，技貴專而精，不取博而雜，此晚近遊藝中之時義也。

陳子岳州，慕遊藝之風，以爲尤尙於志道、據德、依仁，蓋適間所舉三者皆是無形，而藝則有形者也，且志、據、與、依皆沈着，而遊則浮動，彼就其性之所近，入者主之，亦固其所。岳州之好藝，與交際不同，非驚廣而荒者，文不能操琴瑟，武不能弄刀槍，不彈棋，戲象（此兩者昔人以之屬於雜藝，更勿論喝雉呼盧，所好者獨西人之球術，而蹴球、棒球等亦非所好，抑非所能，只專心致力於網球，十年牆下，可謂勤而專矣，精耶？姑待之，姑待之，彼未嘗充選手，奪錦標，雖有造詣，無得而稱焉；唯力學不倦，長在進步中，是可稱也。



推己之所好，欲同國少年皆好之，謂可以振武強種，興國所志在此，非藝也而進乎道耶？  
 暹譯網球作品以餉國人，再三不倦，近又譯得愛加佗著之網球新法，又鐵爾登及奧斯汀著本，所列用功次序，要術、創解及圖式綦詳，因上舉三人，爲美或英之網球名家，有人彥譯其學說，以餉東土青年，無異將諸大名豪之經驗傾筐授予，不僅暗度金針也，譯者於此，不爲無功。

我國自昔遊戲之術，見於經典者，最早算是投壺；至唐有木射之戲，擊地球以觸筭；此兩者均由射變；投壺尙有矢，木射則以球代矢，以筭代侯，皆合爲小遊戲，而於運動練力裨益甚微。蹋鞠則自胡傳入來，亦是千餘年之古風，近今重演亦無甚別致。然則網球者，殆所以供青年之求，時哉不可失，而民弱則示之以武，又於調節爲宜；岳州譯本，雖小小功作乎，其起於趨時之見，與獲因時之用，豈釋投壺，圖木射者所能比擬？藝非求舊，惟新，又擇其精而取之，以此推而問世，可諒其必有合也。

出雲館主人

丙子仲春在三藩城

## 譯者自序

十五年來論網球之能手，必稱鐵爾登，習網球之術者，亦必師鐵爾登。鐵氏之才既臻極點矣，故其球法傳播人間，可留諸千古。今之所謂美國東方握拍法，而行東方揮拍勢者，鐵氏之發明也。溯六十年前網球運動，發起於英國加喇永高將軍，革新於美國之墨洛鄰輩，集大成於鐵爾登，成大功於梵恩斯，今網球家莫不知有鐵爾登其人者，蓋鐵氏致力於網球三十餘年，今猶不倦，成功之大，無與比肩，其專心於網球術可知矣。今鐵氏將平生所經歷，編成新網球一書，以貢獻諸世界網球界之研究。此書爲近世球術中，最簡而易明瞭之法也。岳州謹將全書之精奧者譯成，俾我國網球界有所參考焉。

陳岳州識於舊金山，一九三六年。

## 原著赫德序

予，忝爲美國台維斯盃隊總指揮多年，得以常觀鐵爾登進步之球術，鐵氏真人傑哉，自任爲美之台維斯盃選手數年以來，皆能保持其盃，而不使落於別國之手，雖英、德、法、意之雄長，猶避軍三舍，非鐵氏之功而誰歟？鐵氏不獨爲天才洋溢之網球家，且爲網球新術之一發明家也。觀其作戰時，能以己之長，攻敵人之短，其球法之神巧，真變化莫測矣。鐵氏於賽球之餘，又專心研究新術，使網球有進於大觀，與少年以成功之捷徑，鐵氏網球之功，偉矣大矣。鐵氏將其平生經歷，及其新法，著之於書，以爲初學者步武。鐵氏爲網球界之泰斗也，誰曰不宜，是爲之序。

一九三五年，赫德。

## 原著列出斯序

世界無論何種事物，皆有基礎，有基礎，然後有進步，網球亦然。從前之網球，無所謂術，經數十年之改良，至今而美備。潮子初習網球之時，得鐵爾登先生之指導，以爲基礎，本此基礎以練習，三年果得全國冠軍，五年而馳騁世界各國，連年奔走，所獲之功，不敢言蓋盡天下，亦足以自豪矣。今先生將其平生成功之法，著爲一書，公之於世，先生有益於網球界大矣。書中之法，皆先生教予成功之途徑，初學者本其法而學之，進步必速，而成功可期也。先生有二十六年之網球經驗，功蓋全國，世界知名，簡便之法門，奇巧之手術，閱者於書中尋之，不用予之喋喋也。

一九三五年，列出斯。

## 原著自序

予不才，亦不能文，當著此書時，實欲留爲自己之研究也。今日球術銳進，羣雄如鯽之時，予實不敢以此書公諸世，乃爲同人所強，逼得編疊成書，以之付梓，與我網球諸君子一研究焉，所謂愚而好自用乎？吾不自知也，惟望識者能諒我耳。

人之生也，實挾動以俱來，當其誕降之初，卽舞動手足，此所以表示天然之動力也，亦動物之所以爲動物也。故動爲人之天性，初民時代，知有動而不知有靜，其思想雖進步稍遲，而其體魄強健，精神粗獷，以禦強暴，蓋以動而生存也。文明漸進，動靜兼用，進步日速，浸假漸由動而習靜，靜多而動少，至使精神日惰，體魄日弱，於是有運動之法，以調和其動靜之常，消長之力。故運動乃隨時代而俱進，時至今日，遂有網球，予一生專於網球，乃請言網球之法。

一九三五年，鐵爾登。

# 目錄

|     |            |    |
|-----|------------|----|
| 第一章 | 網球之樂       | 一  |
| 第二章 | 網球概要       | 二  |
| 第三章 | 網球入手法      | 四  |
| 第四章 | 美國東方式正手掃擊勢 | 六  |
| 第五章 | 反手掃擊勢      | 一九 |
| 第六章 | 供球         | 三〇 |
| 第七章 | 撞擊         | 四一 |
| 第八章 | 高壓撲殺       | 五八 |
| 第九章 | 斬滾高球兜擊斬擊   | 六六 |
| 第十章 | 陣地之研究      | 七二 |

|      |             |    |
|------|-------------|----|
| 第十一章 | 網球戰術·····   | 七六 |
| 第十二章 | 抵抗性·····    | 七七 |
| 第十三章 | 專心一致·····   | 七八 |
| 第十四章 | 網球心理學·····  | 七九 |
| 第十五章 | 今日之網球術····· | 八二 |

# 鐵爾登網球成功術

## 第一章 網球之樂

發明網球者，深知吾人終日勤勞，精神困頓，工作之餘，若無一點舒身心，空萬慮之事，以爲調和，久之必成爲病夫，甚或促其壽命焉。或世有投於不道德之途，誤以爲樂，而淪於萬劫之境者，比比皆是，實不知求真樂也。今日種族文明，孩提之年，應導以體育之事，使之樂而不倦，此爲致強之基也。

網球者，新發明之體育也，發起於英國，盛行於世界，城市鄉村，遍地球場，男女老幼，樂此不憚，一人既可自習，兩人則能操演，男女老幼，一視同仁，士農工商，無分畛域，尊若總統，抗之而不讓，貴爲王侯，戰之而不辭。其強者，居一省之英俊，出席全國冠軍之爭，或爲一國代表，稱雄世界，或顯名於世界十傑之中，或投身於全國十雄之列，其榮耀氣概，雖總統之尊榮，無逾於此。



## 第二章 網球概要

基礎爲成功之母，世界上無論何種事物，不能逃出基礎二字，如商業也，學業也，農業也，工業也，皆有一定基礎，由漸而進也。予二十年來，在網球上，能建功立名者，由於良好基礎練習而成也。予視網球爲予個人之生活，且以網球爲有益人類之體育，故二十年來，所到之地，必極力提倡之，使網球成爲今日科學化，從予所學者千百人，皆能成器，庶不負予數十年之提倡也。

網球既講基礎，尤講天性，上天賦性，多有不同，野蠻時代，人性多質直，其動出於野蠻，文明時代，人性多智能，其動進於文明，蓋野蠻時代之精神在爭鬪，文明時代之精神在競爭，試觀今之體育中人，其性情有野蠻者乎？其品行有惡劣者乎？於此可知也。若論性情，尤以網球界之性情最高尚，品行最端莊。當少壯之時，血氣方剛，性近於勇，勇則動，此自然之理也。就其好勇好動之心，而導以文明之舉動，此何物乎？莫網球若。然網球發起數十年，間有因網球競爭，而失和氣者乎？無有也。網球中而含有欺騙不軌之心乎？無有也。蓋網球爲最公平、最講道德之運動，能使青年心思，化爲純正而良善，又