

第四章 走入故事

在本章裡，研究者所要寫出的，是研究者自己以及紀教練彼此與桌球的生命故事，目的是要為接下來研究者與教練的生命互動故事做出情節線的鋪陳，因為敘說探究的起點，就是必須要從研究個體的敘事史開始。此外，在敘說個體生命史的過程中，還要包含對相關主題的背景描繪，並將研究者自身及被研究者個別的經驗歷程以故事的形式建構在研究文本當中。這樣的過程，不只能讓讀者有更加清晰的思考脈絡，也能讓研究者在檢視與解讀彼此的經驗故事的同時，更加清楚認識自己以及對方的角色定位，同時也更容易走入彼此經驗故事的核心。

第一節 「我」與桌球的故事

一直以為，過去的記憶已經隨著時間被慢慢淡忘，直到說出的那一刻才發現，原來，那段回憶一直埋藏在自己心中，且不斷地影響著我到現在！

（慶宏個人日誌，2006/12/11）

如果說，每個人的生命故事都必須要有一個確切的主題作為貫穿全場的故事背景，那「桌球」就是我生命故事中的重要主題。從最初一直到現在，「它」幾乎佔據了我三分之二的人生，雖然，我的生命故事並不算精采，也不算特別，不過因為「它」的出現與存在，為我原本平淡的生命故事增添了許多色彩與光亮，讓我能夠在說出故事的此刻，依舊為此感到無比光榮與驕傲。

時間回推至十五年前，故事的起點要從我開始接觸桌球運動說起。已經忘記當時是為什麼會被選入桌球隊，在模糊的記憶中，隱約記得會接觸運動的原因與自己小時候身體虛弱有關，由於父母親的支持讓我開始了桌球生涯。不過，過去的我並不了解父母親的用心，對於桌球，只是很單純地覺得很好玩、很快樂。記得剛開始，學校球隊的練習並不是十分專業，只是利用每天早自習的半個小時及放學後的一個小時留下全隊做簡單的練習，學校聘請的教練也只是不定時的到校內來做指導工作，或許是因為年紀太小，對於當時訓練的安排並沒有太多概念，

只知道教練像是過客一樣，來匆匆、去匆匆，很少能夠看到教練會準時到球場，也很少能夠看到教練會在球場指導到時間結束，而每一次練習的內容都是教練前次指導所遺留指派的練習內容，要學到新的技術內容就要等到教練下一次的到來，而這樣的情況足足維持了一年半。怎樣，聽起來很可笑吧，不過，這可是千真萬確的喔！

不專業的訓練、不專業的選手、不專業的教練，可想而知，結果當然就是慘不忍睹的成績，還記得第一次代表學校出去比賽，比賽的過程就像是給對手當練習用的拳靶一樣，拳拳到肉、任人宰割，過程可說是集血腥、殘酷於一身，真不了解為什麼當時還會有心情持續打下去，而且結束後還能夠如此開心繼續參與練習，或許就是因為那股對於桌球的熱愛，那股簡單、純粹地喜歡，讓我能夠持續下去，沒有因為挫折而打退堂鼓，因為我知道我是真的很喜歡桌球。不過，當時的教練卻給了我很不好的印象，遲到早退的習慣，以及那沒有愛心與動不動就是打罵伺候的指導方式，讓當時所有的球員都對他厭惡至極，如果硬要在我的生命故事中給他冠上角色名稱的話，那時的教練充其量只能算是將我與桌球串起關係的臨時演員，一個喊不出名字的路人甲。

到了國小六年級，原本以為我的桌球路就要走到盡頭，就要成為一段過去時，我遇到了一位影響我桌球生涯最深的教練－紀金水¹。紀教練是當時在國內桌壇數一數二的好手，也是引領我正式踏入桌球專業領域最關鍵的人物，因為他的出現，讓我看見自己最想走的路，最想追尋的目標－我要當國手。紀教練的成績是無話可說的，但從他身上所看到的除了那近乎出神入化的技術外，最重要的是他那質樸到有點憨厚的個性，簡直就像是一個在鄉村長大的大孩子，從他的身上看不到一點職業運動員的驕氣，也看不到職業運動員所獨有的霸氣，那對於一個歷經過奧運、亞運等許多世界級大賽洗禮的運動員而言，是十分稀奇的，雖然有時候在練習時會因為教練的不擅言詞而無法抓到訓練的訣竅，不過這些都無損

¹ 紀金水曾於 1981、1982 年獲得全國男子桌球單打冠軍，自 1981 年至 2001 年連續當選 21 次中華民國國手，最好的世界排名為 82 名。

我對紀教練的崇拜與信任，而紀教練認真指導、真心對待球員的方式，更是當時的我用來持續投入桌球運動的動力。

升上國中後，對於桌球的熱情以及對勝利的渴望越來越大、越來越強烈，每天不間斷地努力練習，為的是能夠早日實現自己的夢想，當時的我不會對練習過程的好壞或比賽的勝負操心，因為我知道自己的技術一直在進步中，只要有紀教練繼續指導我、督促我，我相信完成夢想只是時間的問題而已。到了國二，自己技術的成長進入了我自己認為是我桌球生涯中最大的瓶頸時期，那段時間很長，從國二開始一直持續到高一，為了突破當時的窘境，自己每天不斷地接受長時間且嚴苛的訓練，也曾經為了改變現況而到中國大陸作過短暫的移地訓練，但是始終無法在成績與技術上作出突破，紀教練為了我的問題一直不斷地加重我訓練的時間與份量，在他的觀念裡只有透過不斷的練習才能改變現在的狀況，但是他卻無法對我清楚說出我的問題在哪裡，而我的狀況就這樣每況愈下、越來越糟糕。

在那段時間裡，我看盡了運動世界的現實與無情，我從隊上一個重點栽培的選手變成了一個可有可無的板凳球員，那時的我對自己的表現除了懊惱還是懊惱，沮喪、挫敗、落寞所有可用來形容負面情緒的字眼都可以用在當時我的身上，我甚至發現我已經看不見當初的夢想與目標。雖然，當時的我對於低潮所帶來的失落感到十分沮喪，不過我卻從來沒有懷疑過紀教練為我所做的安排及訓練，因為我相信問題是出我身上而不是教練，這樣的想法一直持續到有一天，紀教練在練習的時候把我拉到一邊跟我說：「慶宏，你想要打出成績是不可能了！趁你在課業成績上表現得還不錯的時候趕快回去唸書，相信你還是可以找到不同的發展方向。」當時的我聽完這句話後，內心的思緒糾結一團，腦中一片空白，整個人像是魂魄被瞬間抽乾似的，我完全聽不見別人說話的聲音，也看不到週遭隊友的身影，整個球場彷彿只剩下我獨自一人站在場中，那種感覺好空虛、好失落、好無助……。

人類是一種內心相當脆弱的情感動物，很容易因為外在環境的刺激而影響自

己對於事件本身的看法，尤其是當內心情感受到劇烈波動時，那種負面的想法更會在自我內心中無限擴張。或許，紀教練當時對我說的話是出自好意，但當時的情境、當時的狀態，讓我完全無法做出理性的判斷與思考，那些話對於一個在當時只有 15 歲，且對於桌球還懷抱夢想的小子來說，真的是太直接也太沉重了，那種的感覺就像是被親人「遺棄」的感覺，一種被「背叛」的感覺。

運動圈的現實與殘酷是圈外人無法體會與想像的，大環境的競爭與刺激可以讓人快速成長也可讓人瞬間崩潰，就像是一把雙刃劍，不是傷己就是傷人！幸好，當時挫敗並沒有讓自己崩潰，執著的性格讓我選擇繼續打下去，不過也正因為如此，自己對於紀教練的信任也不再像過去一般，甚至開始會去懷疑、去衝撞紀教練的指導方式。或許，人性就是這樣，當生命遭受困頓、挫敗時，生命本身就會去尋找出路，當時的我爲了讓自己能夠重新振作，不讓別人看到我的無助與徬徨，我選擇以「拼命練」作爲遮掩我無助神情的外衣，對於外界看待我的眼神，我都是以不理會的態度去應對，透過不斷地自我對話，重新建立自我的信心，我相信「生命會尋找出路」，自己的身體一定會尋找出解決問題的方法。

在升上高二的那年暑假，我決定再到大陸湖北作第二次的移地訓練，接近三個月的時間自己在一個陌生的環境下接受訓練，在那段日子裡，湖北的教練對我的態度就像是對外人一般，只有在集體練習時會給我一些動作上的建議，其餘的時間幾乎從未指導過我，當時的我很不服，我知道湖北的教練看不起我，他始終認爲我不行，我不想、也不願意就這樣默許外界對我的看法，幸好，過去從失敗中所堆砌而成的自信心，讓我不再害怕外界的批評，能夠更加勇敢地面對外界的眼光，同時，自己的球技也因爲外在訓練環境的高強度刺激而獲得了重大的突破，當時訓練的苦以及寂寞的苦將自己的內心鍛鍊得更加獨立、堅毅，讓自己又隱約可以看見當初自己所懷抱的桌球夢－我要當上國手。

回國之後，在大陸苦練所獲得的回報成爲了自己更加努力練習的動力，再

上當時隊上第一主力－正高學長²的支持與鼓勵，讓自己不只能夠延續在大陸訓練時的好狀態，並且在極短的時間內在自己的技術上做出了第二次的突破。還記得那段日子裡，沒有其他的隊友願意陪我一起加班練球，只有正高學長願意犧牲自己的時間，跟我這個「黃毛小子」一起加班訓練，而且常常一練就是到深夜，好幾次還差點因此而趕不上回家的公車。兩個月之後，奇蹟真的在我身上發生了，在比賽前，我是完全不被所有人看好，甚至只是被人認為去觀摩比賽的角色，在最後一次的單淘汰賽，我竟然跌破眾家教練選手的眼鏡從淘汰賽中脫穎而出，首次獲選為桌球國手，當時的心情除了獲勝後的激動以及肯定自己的努力有了回報外，更多更多的想法是我終於向紀教練證明自己是有能力的，向其他認為我不行的人證明自己是可以的。

如同灰姑娘般的際遇，讓我重新去看待教練功能的定位，過去「教練永遠是正確」的教條，因為自己的成功而產生了極大的轉變，取而代之的是一個更加強大的信念－「沒有教練，沒有教練我也一定會成功」。我相信教練的好壞並不是決定選手成功的唯一因素，很多時候，選手的決心與毅力，以及刻苦訓練時努力不懈的鬥志與積極求知的精神，才是決定勝負的關鍵因素。雖然，在此之後還是有經歷幾次的小低潮，不過從過去逆境中所磨練出來的信心，讓我能夠更加坦然從容的去面對困難、克服困難，憑藉這股堅定不移的信心，讓我在往後的桌球路走的一帆風順，讓自己不再像過去那樣脆弱、無助。

出色的運動成績，不只讓我在運動領域上獲得尊重，同時也讓我順利地進入大學就讀。升上大學後，我所面對的是一個全新的訓練環境，沒有長時間訓練的要求，也沒有令人無法喘息的成績壓力，隊上所瀰漫的是一種過去從所未見的輕鬆氣氛，至少表面上是。輕鬆！？其實是大家已經失去過去力爭好表現、好成績的鬥心，來練球就像是例行公事，感覺只是像在盡個人的義務罷了，剛開始自己真的很不能適應這樣的訓練環境，練習時間少，團隊氣氛懶散，大家好像一直在

² 陳正高，國內最高排名第 4，青少年時期為國內排名第 1，連續當選 5 次中華民國國手，最佳成績為 2001 年世界大學桌球錦標賽男子團體冠軍、2002 年亞洲運動會男子桌球團體季軍。

用眼神告訴我：「學弟，不用這麼拚啦，趕快練完就趕快休息啊！」我不甘心，我不願意像大家一樣，升上大學就讓自己過去引以為傲的成就隨風而逝，因為我還想再繼續追求我的理想，我想拼！！

有人說：「大學是優秀運動員的墳墓。」或許，我並不算是一個優秀的運動員，不過我實在無法輕易讓自己過去所做的努力就這樣走入大家所說的「墳墓」，因為我實在是太熱愛桌球了。為了能夠改變當時的情況，為了不讓自己再繼續向下沉淪，我決定採用自己的方式去安排訓練內容。起初，我會害怕因為自己個人的想法與做法，破壞了球隊建立多年的制度與和諧，但是越是妥協，自己的狀況就越是糟糕，過去失落、沮喪、焦躁的負面情緒又再次湧上心頭，所以我決定堅持自己的想法與做法，因為我相信唯有自己才會最了解自己的需要，只有這樣才可以挽救我的運動生命。

或許，當時自己內心的思考方法還夾帶著過去與紀教練互動所受的影響，我開始會在練習前先擬出訓練課表以及對自我的要求，對球隊教練－靜萍老師³所規定的內容我則是採取選擇性的接受，有時候甚至會對球隊老師提出自己的看法與意見，記得曾經很大膽地對老師說過：「老師，妳可以不要限制我好嗎？我需要的是自主的時間與空間，而不是妳的意見。」真不知道當時自己是跟誰借了膽，竟然敢跟大學教授「嗆聲」，幸好，老師過去也是桌球選手出身，所以能夠理解、尊重我的想法，讓我在訓練時能夠用自己的方式去調整狀態，讓我擁有更多的自主空間，讓我又重新找回一種既陌生又熟悉的感覺－與教練互動的感覺。

在大學四年裡，自己的技術水準還算是維持的相當平穩，雖然比賽成績並不如高中時突出亮眼，但是也有過不少次的高潮。大學畢業後，為了追求自己在個人事業上的目標，我選擇了繼續升學，而正當要猶豫是否要繼續打下去時，林老師對我提出了接掌球隊教練的要求，老師希望我能夠將自己過去所學的知識以及長年累積的專業經驗應用在實務上，同時也希望我能為球隊注入新血，改正過去

³林靜萍老師，國立台灣師範大學體育系副教授，專長為運動教育學、桌球。

球隊消極懶散的陋習，起初，自己是有些許的猶豫與躊躇，因為自己的體能、參與的時間已經不可能再像以往一樣，但是我實在太愛桌球了，實在無法割捨自己與桌球所維繫多年的情感，於是，我答應了老師，答應接掌桌球隊的訓練工作，而我的運動教練之路就在老師的支持下正式開啓。

第一次正式擔任的球隊教練，也是自己人生第一次扮演選手兼教練的角色，還記得，初次帶隊到外地比賽，除了自己要下場比賽外，還要同時做隊員比賽的場邊指導，過程中整整有 12 個小時沒有進食，那次的比賽還搞到我胃痛發作，那次的過程，讓初次登板擔任教練工作的我深深地體會到作為教練的辛苦，那種深刻、直接又有如煎熬般的感受一直到現在我還是忘不了。剛開始接管訓練工作的時候，遭遇了許多矛盾與衝突，球員的意見、球員的出席率、練習的態度等，這些在執教路上所面臨到問題與挑戰，都不斷地衝擊著我過去對於教練的看法、教練工作的觀念等，當時的我很希望能夠掌控大局，很希望能夠 everything under my control，但是冷靜想想，過去的我不正是最希望跳脫出教練掌控的一名球員嗎？為什麼成為教練後，卻又像過去教練如此那般呢？或許，我錯了，我並不是單靠一個人的努力就完成了現在的成就；我所指導的選手們，也不會因為受到我一個人的指導而揚起成功之帆，所有的一切，都夾雜著一種模糊又神秘的力量，牽引著彼此走向不同的道路，所以我必須在過去與現在中找到一個可以互通有無的連接點，一個可以解釋當前現象的關鍵點。

這樣矛盾對立的想法常常讓自己陷入「管」與「不管」的兩難之中，但是球隊的訓練工作還是必須持續進行著，為了能夠提升球隊訓練的效能，最後，我還是選擇採行自己最熟悉的方式，給大家自主獨立的訓練空間，我相信一個大專選手一定會有自己的想法與做法，他們需要的是精神的支持與鼓勵，當他們真正需要並要求協助的時候我才會介入，我希望可以從執行教練的職務中印證自己的想法，雖然現在剛開始要讓所有人都能達到我所冀望的程度非常困難，不過我還是會以自己所一貫秉持的態度堅持下去，希望能夠透過真實的實踐，從中找尋出「教練的核心價值」，同時也希望能夠為自己心中的困惑找到最適切的答案。

第二節 「他」與桌球的故事

一個故事的產生，是由許多大小不同的情節所交織而成，而一個故事的出現，必定牽扯了其它故事的出現，就好像是在平靜的湖面上丟下一個石頭所產生的連鎖效應，石頭雖然不顯眼，但是，平靜的湖面卻因為它的出現而打破了原有的寧靜，因為它的衝擊而激起美妙的水花以及無數的漣漪。生命的故事也是如此，一句話、一個人、一件事都可能會是激起故事水花與漣漪的關鍵，如果說，「桌球」是貫穿我生命故事的「重要主題」，那麼「他」就是影響我生命故事發展的「關鍵角色」，也是激起我故事內容無數漣漪的「關鍵石頭」。

或許你會問，為什麼我要特別提到他？為什麼我在敘說完自身的經驗故事後，還必須要寫出他的故事？理由很簡單，因為沒有他，我的故事裡就不會有「衝突」出現；沒有他，我就不會有寫下故事的「衝動」。沒有他，這段生命歷程就不會對我的未來造成如此大的「衝擊」。而他就是我的教練，影響我運動生涯最深的桌球教練－紀金水。

紀金水，民國 54 年 4 月 2 日出生，苗栗縣後龍人，一個幾乎可以與桌球劃上等號的名字，一個叱吒國內桌壇將近 20 年的男人，從國小四年級開始接觸桌球，16 歲初次奪得全國大賽冠軍後，就一直是我國桌壇的核心人物，他的傳奇並不只是因為他拿過多次的全國冠軍，也不單單只是他代表過國家出征亞、奧運等大小無數的比賽，而是他征戰沙場的運動年齡長到令人咋舌，此外，他對桌球運動的執著與堅持，更是令所有人難以望其項背。

紀教練從小就是一個活潑好動的孩子，在尚未接觸桌球運動前，躲避球是他最愛的運動，幾乎只要有時間，紀教練都會在學校裡與同學打躲避球，直到一次偶然的機會下，因為學校要籌組桌球校隊而在校內舉行選拔活動，紀教練因為對運動的熱愛再加上當時老師的鼓勵，參與了桌球校隊的選拔，紀教練優異出色的運動能力讓他順利地被選入校隊，然而，這一次的入選不僅將紀教練帶入了競技運動的世界，更開啓了他長達 30 年桌球生涯的序幕。

10 歲，小學四年級，對一個有心踏入專業桌球運動領域的孩子來說，這樣起步的年齡算是相當晚，與現在相比，優秀的桌球運動員幾乎都是從 6 歲左右就開始投入專業練習，更別說是 10 歲才開始，或許是有老天爺的眷顧，紀教練天生的運動能力讓他彌補了起步較晚以及其他後天的劣勢，再加上當時球隊老師對於訓練工作的投入，讓紀教練能夠在全國小學的比賽中獲得不錯的成績。

那時候的教練是由學校老師擔任，老師過去也是運動選手出身，桌球的技術還算不錯，不過更重要的是老師對我們比對自己的孩子還好，除了日常的練習外，一到假日就帶我們到處打比賽，新竹、苗栗、台中的球館幾乎都打遍了，老師犧牲自己的時間就是為了讓我們的球技能有所提升。

（訪談記錄－紀教練，2007/01/03）

升上國中後，由於出色過人的成績，讓紀教練與他的雙胞胎哥哥⁴被當時擁有全國國中組冠軍頭銜的高雄市三民國中桌球隊所網羅，在當時，三民國中的球員幾乎都是全國國中組前八強的選手，當中更包含了台灣首位全國錦標賽三冠王一許榮展⁵，雖然日後因為一些個人的因素，紀教練在讀完一學期後就返回苗栗就讀，但是在三民國中那種高質量、高競爭的訓練環境刺激下，讓紀教練對桌球的技術與觀念有了超越過往的長足進步，更為其日後的發展打下厚實的基礎。

在那個時候，每天都是和那些實力比自己好的學長練球，每天不斷地訓練、不斷地向學長請教，雖然只有短短的一學期，卻幫助我打開了自己的視野，那接近半年的時間是讓我在由國小升上國中後，技術增長的最關鍵時刻。

（訪談記錄－紀教練，2007/01/03）

⁴ 紀金龍：紀金水的雙胞胎哥哥，同時也是與其齊名的桌球好手

⁵ 當時全國桌球錦標賽是國內層級最高的錦標賽，競賽項目包含男單、女單、男雙、女雙、混雙，許榮展是國內首位同時囊括三項錦標的選手（男單、男雙、混雙）當時也是紀教練的國中學長。

在國中三年級的時候，紀教練憑藉著全國國中組前三名的佳績，被推薦至左營國訓中心參加為時兩個月的集訓，當時集訓的對象是由全國中等學校所有競賽成績優異以及富有潛力的年輕選手所組成，也因為那次的集訓，紀教練的實力與天份獲得當時許多桌球代表隊的公司青睞，紛紛邀請紀教練加盟，就在與父親討論以及聽取師長的建議後，幾經考量之下，紀教練選擇了訓練制度較完善的味全桌球隊作為他踏入職業運動生涯的第一個職業代表隊。國中畢業後，紀教練為了能配合味全桌球隊的訓練事務，與哥哥一同由苗栗來到台北的開南商工就讀，在當時，一碗陽春麵也不過 10 塊錢，而紀教練每個月收到球隊所支付的營養費就高達 2500 元，這些錢對於一個國中剛畢業的學生來說可以說是相當多，不過，這也可以看出當時味全桌球隊對紀教練的運動才華是多麼地重視。

加入職業桌球隊，在表面上，是比其他一般的學生運動員多了物質上的補助與享受，但是相對地，在訓練時所要負荷的質量與強度以及競賽成績的績效壓力，就不是一般學生運動員能夠輕易體會到的。初次參與球隊所舉辦的集中訓練，紀教練就經歷到前所未有的震撼教育，球隊練習的要求以及練習的份量是過去在校隊訓練裡從未體驗過的，每天早上 6 點開始晨間體能操練，早餐時間過後，緊接著就是專項的基本技術的練習，到了下午依舊是專項的基本技術練習，下午練習結束後又是一小時的體能操練，到了晚上還要做針對性的技術補強訓練，千萬不要以為晚上的訓練就這樣結束囉！晚上針對性訓練結束後又是最讓人厭煩的長跑耐力訓練，既辛苦又冗長的訓練，就這樣維持了一整個暑假。

如果說，那段近乎地獄般的訓練過程從未讓紀教練興起偷懶的念頭，我相信那一定是騙人的，不過當紀教練在回憶與陳述這段往事的時候，所表達的口氣與眼神淨是滿滿的自豪與驕傲，我想或許正是因為紀教練走過段艱辛刻苦的過去，所以才能磨練出日後面對挑戰的無比信心。

（慶宏訪談雜記，2007/01/03）

就像是紀教練最常對我們這些徒弟們說的那句話：「人在做、天在看，天公總是疼憨人。」三個月之後，刻苦訓練的成果很快就在紀教練身上顯露出來，在一年一度國內最重要的桌球錦標賽上，紀教練一路過關斬將，打敗了眾家好手奪得男子單打的桂冠，最讓人津津樂道的是紀教練在決賽中，從 0 比 2 的絕對劣勢下，一分一分打、一分一分扳回，最終以 3 比 2 的比數逆轉當時國內排名第一的許榮展而獲得冠軍，我不知道到底是不是有神明在保佑紀教練，不過紀教練的成功驗證了他在桌球運動上出類拔萃的能力，同時也確立他日後面對人生的態度，雖然直接、簡單，卻也是最難做到的。

我不是常跟你說嘛！「人在做、天在看」，只要肯下苦心，天公伯仔一定會保佑我們的。

（訪談記錄－紀教練，2007/01/03）

如果說，一個人的成功除了自身的天份及努力外，更多時候是需要機會與運氣，回過頭來想想紀教練所說的：「人在做、天在看，天公總是疼憨人。」或許，正是因為有如此的經歷、如此的巧合，才使得紀教練會從過往的經驗中萃取出如此的人生觀，才會把一切的一切歸功於上天的眷顧、保佑。

紀教練的崛起，恰巧正值台灣體育運動的新舊時代交替，在紀教練尚未成名之前，當時的台灣正逢中美斷交的時期，所有與國際相關的體育競賽都因為兩岸政局的不穩定而受到牽連，在那個時候，就算有再多的資金、再好的實力，都無法代表國家出國比賽，就在紀教練奪下第一次全國單打冠軍之後，我國獲得了重新進入國際奧會的機會，而相關運動代表隊也取得了出國參賽的權利，紀教練也因為優異的成績與實力，成為國家當時極力栽培的四位年輕好手之一⁶。

有了國家的支持作為後盾，紀教練比同時期的好手有了更多出國磨練的機

⁶ 當時四位年輕好手除紀金水外，還有紀金龍、吳文嘉、黃慧傑。

會，雖然當時紀教練全國單打冠軍的頭銜很快就被來自台南的「桌球小霸王」吳文嘉取代，不過這也無損他國家代表隊主力選手的地位，依舊是國家重點栽培的年輕好手。不過，在國外比賽與在國內比賽是截然不同的情況，當時國內的打法清一色是傳統的直拍左推右攻式的打法，放眼國際桌壇，各國選手的打法五花八門，有直拍也有橫拍，有攻擊型也有防守型，這對於過去只知道土法煉鋼、閉門造車的國內選手來說，要在短時間內適應是更不可能的事，這也是與紀教練同批的年輕選手在剛踏上國際舞台時，競賽成績一直無法突破的主要原因。

在紀教練高中與大學的這段時間裡，換過四間不同的公司球隊，包含味全、十信、中泰以及榮工，雖然代表的球隊不同，但紀教練的實力始終排在國內前三名，同時也一直是國家代表隊的主力核心選手，隨著國際大賽的經驗累積再加上技術不斷地修正與精進，紀教練的實力與名聲也漸漸地受到國際桌壇的注目，雖然未曾在國際賽場上奪得錦標過，但是也曾經在各大比賽中戰勝過世界排名名列前茅的世界級選手，世界錦標賽單打 32 強、世界團體前 8 強、亞洲 16 強等都曾經有過紀教練的身影在其中，而他反手推擋的功夫更被當時球界公認為「亞洲第一推擋」。不過，在眾多光榮事蹟的背後，最讓紀教練難忘的就要屬 1992 年的比賽了，首先，紀教練在那年三月的奧運會亞洲區選拔賽上，戰勝了當時排名世界第 18 名的中國好手，一舉奪得了男子單打第 5 名以及奧運參賽資格；緊接著同年六月，又在國內所舉辦的愛普生杯世界桌球菁英賽中，戰勝了當時世界排名 15 的克羅埃西亞選手以及世界排名 30 的德國選手，一舉獲得男子單打第四名，這兩次的比賽的佳績讓紀教練在國內的聲望又更上了一層樓，同時也讓國內桌球的運動風氣，掀起了另一波的熱潮。

其實，那年的紀教練已經 29 歲了，在需要耗費大量體力、精力以及心力的運動世界裡已經算是相當「高齡」的選手，然而，紀教練的在賽場上的表現非但沒有受到年齡以及其他客觀生理因素的影響，反之，展現出來的技術，卻是比過去更加精鍊與成熟，這樣的表現，讓許多同是在競技運動領域中拼戰奮鬥的眾家好手無不為之佩服、讚嘆。在那一年裡，紀教練的桌球生涯有了相當大的轉變，

除了他創造出自我事業的第二高峰外，同時也正式踏入專業教練的領域，開始嘗試運動訓練與技術教學的工作，而那一年，就是我與紀教練相遇的那年，兩條生命線交錯的那一年。或許是名聲太過響亮，全心投入教練工作的紀教練並未被外界遺忘，他的實力依舊是被觀眾、球界以及企業球隊所肯定，就在我投入紀教練門下一年後，第一銀行桌球隊正式成立，而紀教練就是當時一銀桌球隊成立後所網羅的第一位球員，此外，一銀桌球隊爲了能夠迅速提升球隊的整體實力以及知名度，所以希望借重紀教練過去豐富的比賽經驗來提攜年輕球員，特別聘請紀教練作爲球隊的主管教練，這是紀教練第一次同時以教練與球員雙重身份加入球隊，也是我親身感受紀教練「傳奇」的開始。

在一銀桌球隊草創初期，隊中的成員幾乎都是年輕待培養的球員，所以在整體實力以及比賽成績來說並不如其它已經經營多年的企業球隊（合作金庫、宏碁電腦、中國石油、中泰賓館等）而球隊對外的主要成績，還是要靠紀教練以及他的雙胞胎哥哥（紀金龍）在支撐整個球隊。其實，在那個時候，紀教練就因爲身兼教練與球員雙重身份，很少有時間能夠下場練球，最多也只是爲了訓練球員而下場餵球、擋球，多數的時間都只是站在場邊觀看、指導，而當時的我也還是持續跟著紀教練學球。就這樣，紀教練白天在正規訓練時間是當球隊的教練，到了晚上，球隊訓練以外的時間就是我的個人教練，幾乎沒有什麼多餘的時間讓紀教練可以做自我技術的訓練，但是只要是代表球隊的對外比賽，紀教練依舊是球隊第一主力的不二人選。紀教練的好手感以及那幾乎成「精」的技戰術表現，讓紀教練在擔任教練工作之後，仍然可以每年選上國手，仍然可以每年打進全國前八，這樣的表現一直維持到紀教練結婚生子，一直維持到作爲學生的我都已經高中畢業、考上大學，紀教練仍舊在賽場上馳騁，仍舊是桌球場上的一尾活龍。

然而，故事還沒結束，紀教練的傳奇也還沒有落幕，38歲的那年，他甚至以國手第5名的資格選上世錦賽代表隊，在當時，台灣桌球運動的競技實力在世界桌壇上算是相當頂尖的國家，而國內更是不乏許多能夠角逐國際桌壇的一流好手，紀教練可以在如此激烈的競爭環境下，在生理狀況相較弱勢的條件下，擊敗

其他選手獲得代表國家出賽的資格，要有這樣出眾的表現，光是要克服年齡上的限制，就已經是相當困難，更何況還要保持如此巔峰的競技狀態，這些傲人的成果都再再顯露出紀教練在桌球生涯中的「不凡」，同時，更將他在賽場上的「傳奇」點綴的更加光亮、燦爛。時至今日，一銀桌球隊已經正式解散，而紀教練也已經完全退居幕後，不再參加大型的重要賽會，但是紀教練過去對於桌球運動的堅持、決心與毅力，為我們這些仍在打拼的年輕後輩豎立了一個值得仿效的良好典範，而他在賽場上所留下的「傳奇」成就，更是為台灣桌球運動史寫下光輝、燦爛且無法取代的一頁。

第三節 「我」與「他」的生命碰觸

還記得，曾經在研究所開設的課堂中聽到一位老師這樣說過：「戲劇之所以好看，是因為劇情當中充斥著矛盾、對立以及衝突的內容，而人生的精彩也正是如此。」在當時，老師的這段話並沒有帶給我太多的感觸與衝擊，自己心中有的只是對老師所說、所講的內容單純地表示相信與贊同罷了。直到現在，研究者期望藉由敘說自我生命經驗的過程，對自我生命經驗的內容做深度檢視的同時，驟然發現，原來自己的人生就像老師所說的一樣，充滿著矛盾、對立、以及衝突的內容。每一段的過往、每一段的經歷，都像是被炙熱的火焰所灼燒過的紅鐵，在我的記憶中烙下難以忘卻的深刻印記。然而，在這些充滿歡笑、淚水、愉悅、悲傷種種情境的回憶裡，衝擊我、震撼我人生最深、最重，讓我至今仍舊無法忘懷的，就是我與紀教練那段「生命互動的故事」那段在我歷時 15 載的運動生命中最經典的「故事」。

已經忘記是什麼時候開始會有這樣的感覺，心中盡是對紀教練處理事務的態度感到不滿、怨忿，或許是我太幼稚，就像是一個爭著要糖吃的小孩在大聲哭鬧，

不過對教練直接而赤裸行爲，對當時只是國中生的我來說，就像是拿著一把利刀在我身軀不停地割割，傷口雖然不深，但是卻始終無法止住向下滴流的鮮血，看著自己的傷口，看著那個拿刀傷害我的人，那種感覺好痛、好痛……。

開始跟紀教練學球，是從小五升上小六的那年暑假開始，一起跟紀教練學球的除了我，還有另外兩個同伴，而其中一個同伴就是將我與紀教練兩條不同生命線串聯起來的「重要關係人」—小潘。小潘的年紀小我一歲，但是就輩份上他算是我的師兄，因為在我投入紀教練門下之前，他已經跟著紀教練學球有一年的時間，可想而知，他的技巧與實力當然不是我這種只知道桌球爲何物的門外漢所能比較的，而我們三個人也因為這層師兄弟的關係，每天一起學習、一起訓練、一起成長。

小潘優異的成績大家看在眼裡，我相信紀教練也知道我們之間的差異有多大，所以在平時的訓練的過程中，小潘一直是紀教練拿來做爲我們另外兩個人學習仿效的對象，紀教練對小潘的關注與重視也比我們兩人來的多。在訓練的時間裡，小潘一直是紀教練重點訓練的主要對象，也是對外比賽的不二主力，在訓練時間以外，紀教練給予小潘的物質獎勵也遠比我們這種門外漢來得多，衣服、褲子、襪子、毛巾，這些動輒數千元的原裝衣物在我們這些小朋友的眼裡，就像是過新年才會有的禮物，可是不對等的比例分配，讓當時還是小孩子的我傷心難過了好幾天。事後回想起來，真的覺得當時自己的舉動十分可笑，不過只是衣服、褲子罷了，不過當時的那種情況，對還是小孩子的我而言，只能用「毀滅」二字來形容那時的心情，我所計較不單單只是「物質」上的公平，更重要的是「對待」上的公平，一種同儕之間競爭的公平。在此之後，同樣的事情雖然時常發生，自己也常因爲如此而感到沮喪與低落，但是事實確實是「小潘打的比我好」，而自己的年紀也實在是小到無法對教練做出衝撞，再加上自己心中對紀教練桌球成就上的崇拜，所以也就沒有爲自己所認爲的「不公平」做出太大的辯駁，不過自己還是時常陷入那種患得患失的情緒拉扯之中，默默地、靜靜地。

升上國中之後，自己在桌球上的技術因爲紀教練每天密集又高要求的指導而

有了長足的進步，我與小潘也因為在紀教練光環的籠罩下，一起進入了一銀桌球隊。或許是自己的技術增長了，連帶著自己看待自己的信心也相對地成長，而過去與教練生活時所產生的種種不滿很快就從我的記憶中被抹去，自己也開始學會淡忘掉那些不愉快的經歷，在每一次與紀教練的訓練裡也能更加地專注、專心，並且也因為技術上獲得的提升，讓我對紀教練的指導方式更加信任，同時也對紀教練更加崇拜不已。不過好景不常，國二上學期一開始，自己技術的成長就進入了我自己認為是我桌球生涯中最大的瓶頸時期，那段時間相當長，從國二開始一直持續到升上高中，當時的心情除了因為努力卻無法解決困境而感到失落、沮喪外，打擊我最深的是來自於紀教練給予我的回應，那種有如背叛般的回應。

低潮的那段期間，自己並沒有對教練處置的方式產生太多的質疑，畢竟我本來就不是一個對運動有極佳天賦的孩子，甚至是一個已經習慣被眾人冷落、瑟縮在角落的孩子，但是我還是希望自己的表現與努力能夠被其他人看見、肯定，尤其是我最崇拜的紀教練。為了能改變現況，在那段掙扎的日子裡我更加致力於日常的訓練，每一次練習時我都是用盡全力去完成教練的要求以及自己對自己的要求，希望透過自己加倍的努力可以讓所有的一切都好轉起來。不過，稱心的人生實在是太少了，當你越希望人生能有所改變時，現實的情形卻總是事與願違，我的狀況並沒有因為加倍的努力而帶來好的回應，反而讓自己陷入了另一種疑惑當中。

我相信，每一個從小投入專業運動訓練的人一定曾經經歷過這樣的時期，我將它稱之為技術動作的修正期或固定期，那種對正確動作的要求無關乎效果、無關乎實用，只是一種純然的自我安慰，一種能夠將自己與偉大球員身影重疊，並且從中獲得精神的鼓勵以及自我信心的加持，那種感覺，就像是每個打籃球的人都曾經幻想過自己可以像麥克·喬丹一樣在空中拉竿上籃，在面對貼身防守時可以神態自若的來個後仰跳投，只要一球在手，馬上就彷彿喬丹上身，喬丹在每個籃球人的心中就像是「神」一般，一個可以與上帝劃上等號的「籃球之神」而我們這些凡人模仿喬丹打球的動作，拷貝喬丹吐舌頭的表情，為的是讓自己的球

技可以與「神」接近，希望自己能夠在「神」的庇祐下提升自己原本平凡的能力，至少，在精神上可以與心目中的「神」靠攏，而當時的我就是一個這樣的孩子，一個將紀教練視作為「神」的孩子。

紀教練是一個對技術動作相當要求的人，每一次的揮拍、每一次的擊球都務必像機器一樣地精準，也因為教練的影響，過去的我總是將「輸」的原因歸結在動作不夠正確上，所以在每一次的練習裡我都特別要求動作的正確性、協調性，還記得當時甚至連對握拍的方式、手臂各關節角度的調整都像中邪般的瘋狂強調，務必要像紀教練所示範的動作一模一樣，可是實際的情況就如同自己所說的：我並不是一個擁有極佳運動天賦的人，對於身體的協調性以及動作學習的敏銳度都不是十分的好，只要有關於技術動作的學習及領會，我都比小潘來得慢、來得差，紀教練為了解決我的問題不斷地示範動作給我看，希望我可以透過模倣而學習到他的動作，不過紀教練並不是一個善於言表的人，對於我的問題他沒有辦法說出當中的癥結點，更別說是以我當時可以理解的語言說出動作的要點，就是這樣啊！」、手這樣揮才對！」、打進就好啦！」在紀教練的指導方式裡，並沒有太多有意義的話語存在，有的就只是「做」與「看」兩種方法而已，在他的觀念裡，認為正確的基本動作才是一切技術的根本，而所有的答案都是在他示範的動作中，他不會「說」、不會「講」、唯有「看」才是找尋答案的唯一途徑。因為一再地修正、更改動作，自己反而遺忘了過去苦練多時的感覺，就這樣，原先的問題沒有解決，隨之又陷入了另一個迷障，這樣的惡性循環是當時的我不斷重複的狀況，一直做、一直錯，直到迷失方向也迷失自己。

光鮮亮麗的運動世界，背後所隱藏的是既殘酷又血腥的寫實人生，當你失去與大環境抗衡的競爭力，漸漸地，你就會被大環境給吞噬、毀滅掉，有太多、太多的運動人在競技這條道路上被淘汰、被犧牲，無關乎努力、無關乎運氣，唯有過人的實力才會被這個世界所肯定。

看著紀教練，看著小潘，自己也十分懊惱為什麼自己做不到，為什麼那麼笨，自己明明很努力在練習，但是卻始終做不好，為了桌球，為了扭轉現況，自己甚

至獨自一人到大陸接受訓練，我不想當扯後腿的角色，更不想被我所愛的桌球運動淘汰，我用盡心力去想、去做，可是現實的狀況卻絲毫沒有起色。或許是因為自己的問題拖了太久，久到我發現紀教練對我的態度不再像過去一樣，我隱約可以感覺到一種逐漸疏離的氣味，很冷淡的氣味，難道我被紀教練放棄了嗎？我不想、也不願意去思考這樣假設性的問題，因為我相信紀教練不是這樣的人，雖然他對小潘的關懷比我多，不過我還是認為他是在意我的，他也是希望我可以越來越好，我相信……。

就在自己的心中對桌球還抱有一絲希望，對紀教練的指導還抱持著感恩、信任、崇敬的態度時，紀教練在集中練習的時候，把我拉到一旁對我說了一句話，一句我改變了我與教練關係最關鍵的話，我永遠忘不了那一天的情景、那一天的震撼以及那一天的心情。他說：「慶宏，你想要打出成績是不可能了！趁你在課業成績上表現得還不錯的時候，趕快回去唸書，相信你還是可以找到不同的發展方向。」聽完這句話後，我完全沒有反應，因為太突然、太直接了，雖然我能理解自己的情況，但自己完全沒有預料過會有這麼一天，尤其是從我最信任的教練口中說出。悶熱的七月天午後，週遭的一切彷彿被突如其來的冷風凝結，時間、動作甚至空氣，我，沒有反駁、沒有回應，有的只是矗立在球場上但靈魂卻不知飛往何處的軀體，而防護自己信心與自尊的最後一道矮牆，最終也宣告徹底的瓦解了。

物極必反，當物體被壓縮至一個限度時，勢必會產生一定程度的反撲，而生命也是如此。當我聽到那句話的當下，心中過去所有與教練互動時的壓抑、不滿都在一瞬間從內心深處傾瀉而出，我強忍著憤怒與淚水，害怕別人同情的眼光會投射在我身上，我試著武裝自己的外在，卻始終隱藏不住自己的軟弱，最後我選擇以近乎冷漠的表情作為我對教練的回應，為的是替我心中所感受到的委屈做出最後一絲的反抗，這也是當時的我所能做出最大的情緒宣洩。事隔多年後的此刻，回想起當時的心境，或許，當年反撲的因子早已在我心中種下（過去對隊友的妒忌、被教練冷落的不滿等等），而教練的這句話只是壓死駱駝的最後一根稻

草，一根迫使我加速改變人生的「稻草」。

回首過去，我發現自己人生的際遇與轉變，就像是電影「阿甘正傳」(Forrest Gump) 中男主角佛瑞斯·甘用巧克力的滋味所比喻的人生一樣：「生命就像是一盒巧克力，你永遠不知道你下一個拿到的是什麼。」⁷只有在真正吃過巧克力之後才能了解箇中的滋味，人生就是如此，再多的計畫也始終無法追趕上現實的變化，唯有在走過、經歷過之後才能瞭解生命存在的真正意義。

⁷「阿甘正傳」是 1994 年由派拉蒙電影公司 (Paramount Pictures Corporation) 出品，湯姆·漢克斯主演，電影中男主角喜歡以自己母親常說的一句話來比喻人生：Life is just like a box of chocolate, you'll never know what you're gonna get.