

宫本武藏



五
轮
书

一兵
译

《孙子兵法》注重团队谋略，
《五轮书》更突出个人一招制胜的实战经验。
书中所道出的生存战术旨在指导我们应对各种危机。

日本第一谋略书·世界三大兵书之一
西点军校、哈佛商学院指定必修教材
彩色图文中英文对照·宫本武藏稀珍原作书画手迹

日本管理思想之源 商场与人际交往必胜之书

《五轮书》是世界军事理论中的一部伟大著作，其中所涉及的战术原则，对于企业和个人谋求成功之法，都有极高的借鉴意义。通用电器的每个高层管理者都应当深入挖掘此书的价值……

——杰克·韦尔奇

一个企业或者一个人，要想在激烈的竞争中获得成功，光有雄心和豪情是不行的，一定要有切实可行的战术和手段来实现它，在这方面，《五轮书》可以提供一切致胜方法。

——松下幸之助

我想，哈佛商学院将《五轮书》列为学生的必读书之一并非一时冲动，这部关于制胜之道的书如同中国的《孙子兵法》，具有非常大的实际指导作用，我们看到今天仍有如此多的日本经理人采用其中的学说来指导自己的经营决策……

——肯·布兰佳



上架建议：社科、军事

ISBN 978-7-5430-4188-2



9 787543 041882 >

定价：19.80元

五輪書

官本武藏 著
一兵 译

E893-1
G371

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

五轮书 / [日] 宫本武藏原著; 一兵编译. —武汉: 武汉出版社, 2009.4

ISBN 978-7-5430-4188-2

I.五… II.①宫… ②一… III.兵法—日本—古代
IV.E893.13

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第052827号

书 名: 五轮书

著 译: [日] 宫本武藏 原著 一兵 编译

责任编辑: 肖德才

封面设计: 晨旭光华

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华下路103号 邮 编: 430015

电 话: (027)85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail: wuhanpress@126.com

印 刷: 北京东海印刷有限公司 经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1000mm 1/16

印 张: 11

版 次: 2009年5月第1版 2009年5月第1次印刷

定 价: 19.80元

版权所有 侵权必究

如有质量问题, 由承印厂负责调换。

作者简介

他，不是德川家康，也不是丰臣秀吉；
不是叱咤风云的政客，只是一位名闻遐迩的剑客。

他，17岁前恶贯乡里，不知生之意义；
17岁后远赴关原之战，死里逃生；

他，被泽庵和尚捆绑于千年杉上、囚于天守阁中，而后重获生命，茅塞顿开；

他，以艰难当饼、以困苦当水，足迹遍历日本；

他，曾与66位高手比武，皆获全胜，
并以打败著名剑客佐佐木小次郎之“船岛决斗”震烁古今！

他就是宫本武藏，一个生命的实践者，一个苦其心志的修行武者，一位剑道家，一位传奇人物，有着“不可战胜的武士”之美称。

作品简介

《五轮书》是日本兵法大家宫本武藏的毕生之作，全书分为地之卷、水之卷、火之卷、风之卷、空之卷五部分。书中阐述了剑道与兵法的原则、思想、策略，简单又实际，不仅适于武士，也适合各种形式的竞争，是危机处理、策略训练的经典之作。

本书从幕府时代以来，对日本的武士文化的形成及武士道精神的传播有着深刻而巨大的影响。二战后，又为日本企业在激烈的竞争环境中获得成功提供了思想源泉。20世纪90年代，西方学界注意到，正是武士的忠诚、道德和荣誉感，赋予了日本企业的竞争优势，带动了日本经济的飞速发展，本书才被重新发掘，为西方管理学家和商业领袖所推崇。

责任编辑：肖德才

封面设计：晨旭光华



目录

导读一 / 1

导读二 / 4

导读三 / 8

导读四 / 10

地之卷 / 15

兵法之道 / 以木匠之道阐释兵法之道 / “五轮书”的结构 / “二刀流”的来历 / 了解“兵法”两字的内涵 / 各种兵器的特点 / 兵法的节拍 / 结语

水之卷 / 33

序 / 兵法的心态 / 兵法的姿势 / 眼法 / 太刀握法 / 步法 / 五种体势 / 太刀刀法 / 刀法五技 / 有势无势 / 一击制胜 / 第二次跃出 / 无念无相斩 / 流水斩 / 应击斩 / 霹雳斩 / 一叶斩 / 身刀合一 / 区别“攻”与“击” / 短臂猿身 / 贴身战术 / 争夺制高点 / 粘刀术 / 肩冲 / 躲闪 / 刺面 / 刺心脏 / 喝斥 / 击闪 / 以一战多 / 把握时机 / 一击必杀 / 人刀合一 / 结语

火之卷 / 57

序 / 位置 / 三先 / 压枕 / 穿越激流 / 了解对手 /
踏住敌人的剑 / 乘胜追击 / 变成敌人 / 转变思路 / 试探 /
抑影 / 感染 / 扰敌 / 威吓 / 缠战 / 攻其薄弱 / 迷惑 /
三吼 / 之字战 / 击溃 / 出人意料 / 攻心为上 / 另辟蹊径
/ 大局为重 / 操纵敌人于股掌 / 无刀 / 身如磐石 / 结语

风之卷 / 81

序 / 用大太刀的流派 / 用蛮力的流派 / 用短刀的流派
/ 强调招数的流派 / 强调架势的流派 / 其他流派的眼法 /
其他流派的步法 / 其他流派的速度 / 本派兵法的绝招 / 结语

空之卷 / 95

附 录 / 99

A Book Of Five Rings

Japan during Musashi' s lifetime / 100

Kendo / 104

Kendo and Zen / 105

Concerning the life of Miyamoto Musashi / 106

The Ground Book / 115

The Water Book / 128

The Fire Book / 145

The Wind Book / 160

The Book of the Void / 169

导读一

关于宫本武藏

兵法家宫本武藏在日本有“不可战胜的武士”之称，他在三十岁之前就曾与人决斗过60余次，从来没有失败过，最后退隐到一个山洞里，将其一生对兵法的钻研心得整理成这部经典著作《五轮书》。

这部著作视兵法为实践事业，分别从兵法总论、剑法奥秘、战略战术及其他流派与自然之道等方面详述兵法要义，注重战斗中心理动向与身体动作的研究。在宫本武藏的兵法哲学中，没有饿虎扑羊，只有伺机而动。战前，决战地点的地理形势、气候、光线动向乃至一草一木，他必一一细察，审慎考量。

宫本武藏以切身经验告诉人们：不论做什么事情，都一定要超过别人；兵法最重要的原则是，即使在极度混乱中，也要保持内心的镇定与冷静。

《五轮书》在日本的地位，就像《孙子兵法》在中国，至今日本企业界经理人仍多采用其中的说法作为经营决策的指导。同样，《五轮书》与



在日本剑客史上，没有一个人像宫本武藏那么富于传奇性。他平生事迹大抵凝聚于《五轮书》中，除此之外，要了解宫本武藏的历史只好依凭各地的传说。由于这些传说加上武藏超乎世人的卓杰剑艺，武藏一生遂包围在若隐若现的迷雾中，由此不但增加了一份神秘感，也更激发起大家对他探究的兴趣。

《孙子兵法》在西方也大行其道，甚至美国的哈佛商学院也将它们列为学生必读书。它们比一些艰深的学术文章更加好读易懂，兵法里的杀人或被杀更能唤起公司高层领导人男子汉大丈夫的气概。《五轮书》与《孙子兵法》在东西方被人们贴上摧毁竞争对手使其万劫不复的标签，而事实也是如此。与众多管理理论相比较，《五轮书》有一股无法抵挡的优势，它胜在简单和实际，以击败对手为终极目的。

宫本武藏 1584 年出生于日本冈山县英田郡大原町宫本，死于 1645 年。宫本武藏(在兵法二天一流中正式称为新免武藏玄信)小时候跟父亲新免无二之助一提真学习当理流兵法，十三岁开始到二十九岁这一段时间跟其他流派比武六十多次，从来没有失败过。除了剑术以外他还是手里剑和徒手武术等多种武术的高手，二十来岁已经开创“圆明一流(圆明流)”；庆长十年(1605)写下剑术书《兵道镜》。宽永年间(1624~1644)



《五轮书》在日本的地位，就像《孙子兵法》在中国。

完成二刀的兵法，号称“二刀一流”。武藏五十七岁时也就是宽永十七年(1640)，得到熊本藩主细川越中守忠利邀请在当地正式教授兵法，同时开始写兵法理论著作“二天一流”，这些是在武藏进入熊本以后的事情。

宽永二十年(1643)十月，武藏隐居灵岩洞开始执笔写《五轮书》。正保二年，将《五轮书》传给寺尾孙之丞胜信，《五方之太刀道序》、《兵法三十五条》传给寺尾求马



位于灵岩洞的宫本武藏的雕像

助信行以后就离开这个世界，时年六十二岁（另一个说法是六十四岁）。

宫本武藏是日本战国末期与德川幕府前期的一位剑术家，他在日本的影响相当大，以致有“真田（幸村）的枪、宫本的刀”的说法。他自称：“余自幼钻研剑法，遍游各地，遇各派剑客，比试六十余次，不曾失利。”

日本是一个崇尚武力、崇尚刀剑的民族，中国明朝时期尽管与日本朝野都发生过摩擦，但还是从日本大量地进口刀剑。从商业角度上说，日本的刀剑相当于中国鸦片战争前的丝绸、茶叶，在对外贸易中占有相当大的比重。保存在日本的草剃剑至今仍被日本人尊为国宝，此类的国宝在日本还有很多，它们不但有文物价值，而且被当成神物或圣物来供奉，《日本书纪》里还记载了草剃剑显灵的故事。日本历代天皇即位时作为信物（相当于玉玺）的三件宝物中，也有草剃剑——当然，正如《菊与刀》作者鲁恩·本尼迪克特所说，草剃剑已经在一次动乱中沉到了海底，现在王室所用的只是仿制品。直到明治时期，刀剑还被认为是武士身体的一部分，新渡户稻造《武士道》一书中说，即使无意间跨过对方的刀，也被视作是对主人的极大不敬与侮辱。电视剧《利家与松》中，织田信长无意中将佐佐成政献的宝刀转赠给了他人，佐佐成政就相当地失意与惊慌。

战国末期是一个剑客辈出的时代，当时有名的剑客有佐佐木小次郎、柳生宗严、丸目长惠、伊藤一刀斋、东乡重位等。甚至连室町幕府的将军足利义辉，也是有名的“剑豪将军”。宫本武藏就生活在这样一个环境中。



灵岩洞，宫本武藏写出传世名作《五轮书》的地方。

导读二

宫本武藏的技击思想

1. 时代背景

宫本武藏的一生处于丰臣秀吉统一天下到德川封建制度的成熟时期。这段时间是日本从战乱进入和平的时期，也是从剑客纷起逐渐进入寻主求仕的时期。战乱时期，武藏所表现的是武士们自我体现的成长过程，而德川和平时期则是武藏后半生出仕为官，但又不愿放弃自我的矛盾时期。所以武藏的一生不只是他个人的一生，也是时代的象征性过程。

日本自丰臣秀吉到德川初期（1626年岛原之乱以前），是时代气氛最活跃的时期。自岛原之役以后，日本由战乱进入和平，也由风姿绰约进入沉静稳重，时代的色样大为褪色，给人的印象似乎不如以前波涛万丈般艳丽。而武藏的一生也正符合时代的变迁。

2. 技击思想

武士的剑是他们的灵魂，而剑中称圣的宫本武藏的灵魂又是怎样的



宫本武藏二天一流演示图

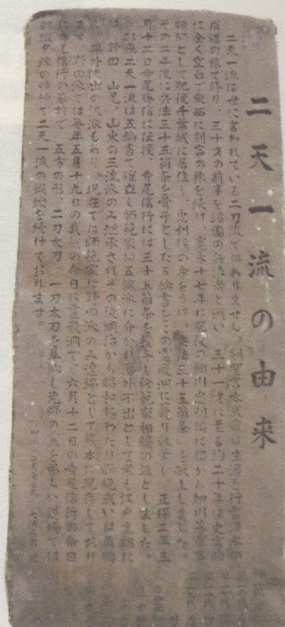
呢？宫本武藏不但以剑名传后世，其著作《五轮书》及《三十五条》，也反映其思虑之深，境界之富，学识之广。但是，宫本武藏却没有从师学习，剑道是他无师自通，

经过实际磨炼加上慎思观察所作出的演绎归纳。宫本武藏的确不愧大师之名，以剑道通天人之道，其文章及思想，包含了不少人生处事智慧。宫本武藏曾这样形容其剑道之心：碧潭沉宝镜。这个意境与柳宗元的独钓寒江雪似是异曲同工，其精神皆在一个“空”的境界。宫本武藏《五轮书》的最后一卷便是“空之卷”，武藏认为空之剑便是最终的一剑，便是剑道之本。

宫本武藏的空之道，并非龚空之道，而是空明之道。这个空明，是经过定下心来，日夜勤练，不断打磨心性与头脑。当你的精神一尘不染，当困惑的云雾一扫而空之际，便是真正的空明了。剑道的空，是一种自由无碍，清澈明澄的心境。临敌之际，不为环境所蔽，不为对方行动所蔽，不为自己情感所蔽，不为自己思考所蔽，而能面对一切的本来面目便是空的意思。

人生在世，最怕自以为知。将影子作实物去回应，必碰壁无疑。空的意思，也可视为心境空明之意。空明的心境，能够如实地反映事物，直截了当地做出回应。泰戈尔的一首小诗这样写道“人把灯放在头上，在面前看到的，只是自己的影子。”只看到自己影子的人，真是身处险境而不知险，倘若误以自己的影子就是对手，只会像狗追自己的尾巴似的打转。

宫本武藏的空，便是看清事物，看清敌我，看清一切。然而，这种看透万物之根而直达其本的心境并非一蹴而就。根据小山胜清的描述，宫本武藏于三十岁左右，亲身体会丸目藏人佐的众生之剑的境界后，便一直锲而不舍地以剑道探索生命之道，希望接通生命之源。小山胜清这样写宫本武藏五十岁时的自述“从这以后，我便以彻斋的这一境地作为自己的修行目标。终于，我得到



所谓二天一流，并非是大众所说的二刀流。宫本武藏长年旅行，后被细川忠利侯招揽进入肥后千叶城居住。他献上了《兵法三十五条》。两年后，他在灵岩洞内书写了《五轮书》。



灵岩洞口的石碑静静地屹立在那儿，昭示着一代宗师
宫本武藏的风雨之路。



此碑位于灵岩洞，昭和19年建立，宫本曾在这里修炼剑术。



日本太刀的摆放

剑技绝妙的称誉，自以为天下无敌，心自然而然就提高了，只是怎么也打不开最后的铁门。”我这几年来的苦闷，便是为此。深夜里，我曾想到自杀，我学画，研读汉文和各种书籍，也为了想借助这些力量，打开这扇铁门。”

武藏的剑是探索生命之剑，而万法之本在“岩盘之身”，也就是不动心的体现。如何才能不动如山呢？还是一颗平常心，与合气道宗师植芝盛平教导王贞治一样，宫本武藏注重“等待”的学习。久等而不躁，并非容易事。两人握刀对峙，胜负生死决于一线，双方皆在等候最佳时机，一旦对方稍有松懈的一刻，便是全力出手之时，若没有一颗平常心，是很难掌握这稍纵即逝的电光。平常心不但视等待为时机，更让我们在一刹那中发出全力攻击。以平常心面对万物的人，是没有等与不等之分的，当然也没有等待或失望之苦。等待者本处于被动地位，处境不佳；但善守者，又或平常心应对者，便能转被动为主动，更准确地说，没有了主被动之分，只是自然反应而已。

3. 兵法二天一流

二天一流中所谓“二天”就是指“二天晒日”，指的是太阳和月亮，即阴与阳，也就是象征对立的事物。世界一切都是由相对事物组成，由这些相对事物相互浸透而使所有事物发展统一，生成新的事物。二刀的技法简单地讲就是统一左右两手的大小二刀的动作，由此达到战胜对手的目的。由对立的两极升华统一而发展这个事实，不仅是剑术，甚至包括“世界之理”（武藏书状），因此命名为“兵法二天一流”。

导读三

剑 道

日本是一个讲究“技艺”的民族，剑术实际上就是一种技艺。北纬岛国那种追求精致的文化生态孕育了一种支撑“技艺”的东西，它就是所谓的“道”。因此，作为剑圣，宫本武藏以传授剑术的形式阐述着一个更高层次的剑道。国内曾经出版了本尼迪克特所写的日本文化研究专著《菊与刀》，但其中谈论的内容却很少涉及菊花和武士之刀，距离花道和剑道的真谛更是相距甚远。

在日本，剑并非就是一般人们认为的那种钢制的快刀，而是一种用木头制成的长刀和短匕。因此，战争之刀与比武之刀不仅存在着质地的

区别，更有那“夺人处境”与“夺人心境”的天壤之别。纵观日本的茶道、花道、棋道、书道、剑道甚至武士道和神道，唯有棋道和剑道是在对抗之中论艺求道。剑道因为是在动态之中追求幽静，所以它对修心的要求则大大高于棋道。

剑道是指用剑作为武器进行格斗的技法。剑术在日本发展的历史



日本武士装束

非常久远，相关记载可以追溯到公元八世纪的标良时代。平安时代，剑道被称之为“打太刀”，而江户时代被定名为“兵法”。在日本，兵法一词专指技击，这与中国读者所认知的“兵法”略有出入。因此，日本将中国的《孙子兵法》称为“大兵法”，剑道称为“小兵法”。

剑道真正发展是在平安时代，武士阶层的兴起对剑道的发展起到了推动作用。在此时期出现了各种流派，其中“神道流”、“影流”、“中条流”被后人视为日本剑道三大流派。

至江户时代，出现了两位兵法大家，一位是广为人知的宫本武藏，一位是柳生宗矩。他们分属“二天一流”与“新阴流”。两位兵法大家均有著作传于后世，且影响深远。其中宫本的作品至今仍受到重视。英译本还是哈佛商学院的必读书。

明治维新后，“武士带刀”制度废除，剑道逐渐衰落。然而在后来的战争中，日本人重新认识到剑道的作用，使之重新振兴。二战时，剑道再次盛行。

二战后，剑道又走入低谷，直到1952年前后，才有复苏迹象。之后的几十年，作为一项体育运动，剑道第三次得到发扬。



宫本武藏使用过的木剑



关于如何使用木剑的文字说明