



大鏢師

鏢師心讀

邵发明 编著

北京体育学院出版社

镖 师 必 读

邵发明 编著

北京体育学院出版社

〔京〕新登字 146 号

责任编辑:李 飞

责任校对:静 明

责任印制:长 立

图书在版编目(CIP)数据

镖师必读/邵发明编著. —北京:北京体育学院出版社
,1993

(大镖师——镖师必读)

ISBN 7-81003-774-9

I. 镖…

I. 邵…

II. 镖师—基本知识

IV. G832.4

镖 师 必 读

邵发明 编著

北京体育学院出版社出版发行
(北京西郊圆明园东路 邮编·100084)

全国各地新华书店经销
3209印刷厂印刷

开本:787×1092毫米 1/32 印张:11.75 定价:7.60元(压膜装)

1993年10月第1版 1993年10月第1次印刷 印数:21000册

ISBN 7-81003-774-9/G·593

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

序

江湖险恶，自古已然。江湖中不乏志士仁人，人民卫士，但也不乏阴险无耻的卑鄙小人。他们或拉帮结派逞强好斗，或敲诈他人勒索钱财，或半路抢劫谋财害命，或用心歹毒挑起事端，或掏人腰包撬门扭锁，或强占地盘霸踞码头，或挖坟掘墓私运文物，或灭尽天良贩人贩毒，或色情引诱拉人下水，或药法邪术欺骗世人……不一而足，言之不尽！笔者生性纯朴，当年行走江湖，曾饱尝教训，吃尽苦头！

随着时代易变，经济发展，中国大地上销声匿迹了近70年的保镖行业又悄然兴起，一大批青年人求师习武后，投身于惊险刺激而又待遇丰厚的保镖行业中。从目前形势看，此行业已被商界、武术界和新闻界所关注，发展前景较为广阔。

但目前保镖虽已成为一业，却如一盘散沙，各自为战，无人管理，且各保镖人员的水平、能力、素质高下不一，来源掺杂。

本书谨为已任保镖和将任保镖的朋友们提供训练范例。其中，“基本格斗训练”、“综合格斗训练”是通用的格斗术，旨在打好基础；“实战格斗训练”是有意识地针对保镖这一行业的格斗特点而设计的；“保镖人员的特殊技能训练”就不局限于格斗了，这种特殊技能更切实际，颇具实用性。第一章的“素

质谈”一方面说明了保镖人员应具备的素质,另一方面从文中所举实例中也可见保镖一行之特色,读者可以从中获得经验,举一反三,并用之于实践之中。

本书书名虽曰“必读”,也难免有不当之处,敬请同行不吝赐教为盼!

目 录

第一章 保镖人员素质谈	(1)
第一节 良好的职业道德.....	(1)
第二节 过硬的身体素质.....	(6)
第三节 超人的无畏气概	(11)
第四节 灵敏的警觉反应	(14)
第五节 老练的经验判断	(17)
第六节 精熟的格斗技能	(19)
第二章 基本格斗训练	(23)
第一节 人体要害部位简述	(23)
第二节 身法、步法及防守法的综合运用.....	(31)
第三节 踢的训练	(49)
第四节 打的训练.....	(123)
第五节 摔的训练.....	(169)
第六节 擒拿的训练.....	(190)

第三章 综合格斗训练	(217)
第一节 主动进攻.....	(217)
第二节 防守反击.....	(234)
第四章 实战格斗训练	(249)
第一节 各种环境中的格斗训练.....	(249)
一、巷道格斗训练	(249)
二、坡地格斗训练	(257)
三、树林格斗训练	(261)
四、泥地格斗训练	(270)
五、桥梁格斗训练	(277)
六、水中格斗训练	(282)
七、车上格斗训练	(286)
八、开门格斗训练	(289)
九、床上格斗训练	(294)
第二节 各种日用器具的格斗训练.....	(297)
一、骑自行车时的格斗训练	(297)
二、雨伞的格斗训练	(302)
三、密码箱格斗训练	(306)
四、衣服格斗训练	(311)
五、皮带格斗训练	(316)

第三节 空手入白刃·····	(319)
一、徒手夺匕首·····	(320)
二、徒手夺其它凶器·····	(330)
第五章 保镖人员的特殊技能训练·····	(337)
一、隐身技能·····	(337)
二、攀登技能·····	(340)
三、搜身技术·····	(347)
四、捆绑技术·····	(350)
五、押解技术·····	(356)

第一章 保镖人员素质谈

第一节 良好的职业道德

良好的职业道德,主要表现在:有正义感,能见义勇为;有责任心,能吃苦耐劳;有法律意识,不为虎作伥;对待主人,忠心耿耿;勇于为保护人民的生命和财产献出自己的生命。

一、有正义感,能见义勇为

私人保镖的保护对象较明确,保护范围比较小,其作用是保护主人或主人一家的生命安全,或保全主人家的财产,或保证主人正当经营的顺利进行或其它特定人物及目标。

但是,具有良好道德的保镖人员,最重要的是要有正义感,在执行任务途中,在保护对象以外的人受到歹徒侵害的时候,也应该挺身而出,仗义相助。

从古至今,武士镖客的“侠义”之风,一直受到人们的赞赏。古士的“侠义”含义,大概是“路见不平,拔刀相助”,并以此

作为衡量一个武士镖客“德”的主要标准。今人的“侠义”含义，应该是“见义勇为”、“扶弱抑强”，并且以此作为衡量一名当代武士的起码的道德标准。

下面，笔者举一个亲眼目睹的见义勇为的事例：

那一年，我与妻子带孩子上城看病，坐的是客车。我们座位的前一排，坐的是两个西装革履的汉子，一个是中年人，一个是青年人。车到A站，上来四个大汉，个个头碰车顶，个子特高，身体健壮，很是吓人。我当时对这四个人的身份表示怀疑，由于孩子生病，也无心过问。车上已经很挤了，车到B站，又上来几个人，车还没有开，我前排座位上的青年人忽然站起来，手指四个大汉中的一人：“住手，三只手（小偷）！”车上人们惊极而静！四大汉一见事情败露，其中两大汉猛喝：“吃柴，找死！”向青年人扑来；另两个大汉则抽出匕首逼售票员开门。由于四个大汉个子高大，样子凶恶，乘客大多不敢作声。青年人大声喝住售票员不准开门，一边挺身而起与两名歹徒搏斗。我见势不妙，也挺身帮助青年人，合力将两歹徒制服（另两名歹徒持刀逼售票员开门后逃走）。

事情处理完毕后，车上乘客纷纷称赞青年人，夸他“好身手”、“好心肠”，当人们问起青年人的身份时，坐在我前排的那位中年人一语惊动四座：“他是我的保镖！”中年人满面春风，一脸得意！不用说，他的私人保镖为他这位主人争了光，添了彩，他也为有这样一位富有正义感的保镖而感到骄傲！

我们反过来想，如果这位保镖面对四位大汉行窃而不闻不问，那么，他的主人会对他产生什么样的看法呢？

二、有责任心，能吃苦耐劳

保镖人员的报酬较高，待遇也是丰厚的，遇到阔气的主人，保镖人员可以住高级套房、吃美味佳肴、穿西装革履，随着主人南来北往。但是，保镖人员无论享受多高的待遇，也不可忘记自己的职责，不可因为享受惯了高枕软垫、醉人美味而懒惰了自己的心性！

举个例子：某一位中学女学生，年纪不大，人却长得窈窕漂亮。一天晚自修下课离校回家，路上碰到五个流氓。那五个流氓见她美色，便提出要与她作朋友、带她“耍耍”。姑娘很机智，笑着说，今天太晚了，爸妈知道要骂，不如明、后天晚上，你们在校门口等我，我一定陪你们耍。流氓们中计而走，约好第二天晚上再来。姑娘回家把事情告诉父母亲，父母亲就请了两个本地著名打斗士充当临时保镖，保护女儿。两名保镖大言不惭，声言要用计擒捉流氓，叫姑娘放心跟着流氓去就是，他们会暗中跟踪，绝不会让姑娘损伤一根毫毛。到第二天晚上，姑娘在校门口徘徊，两名保镖暗中监视，但却不见流氓们到来。第三天，还是不见人来。到第四天，两名保镖已泄了不少劲，暗忖流氓们大概也不会再来。晚饭时喝了不少酒，监视了一个多小时，感觉口渴，于是两人直奔附近小店，买汽水解渴。

事情真是凑巧，恰在这时，五个流氓骑着摩托车迎接姑娘来了，姑娘因有保镖暗嘱，放心地跨上摩托，随众人而去。可是她怎么会想到，她的两名保镖正在附近小店喝汽水呢！结果，她晚上被五名歹徒轮奸……两名保镖因为疏忽了五分钟，而致使一名纯洁的少女身心遭受了严重的创伤。他们的责任心

呢？他们的良心呢？一时的疏忽，后果是无法补救的啊！

三、有法律意识，不为虎作伥

例1，某个体批发商店，主要经营布料生意，布料的质量实在令人不感恭维，但它有较好的外观。前来批货的大多是来自全国各地的生意客，身带不少钞票。一旦不知情走进这所商店，便大倒其霉。生意客看货的习惯（特别是布料），得用手摸一摸，一摸之后，店主便叫客人买货，理由很简单：“你不买货就不会进来看货，你进来看了货就一定要买货，不然，你摸我摸。我这生意怎么做？”店主话说完，立刻从内间走出了三四个彪形大汉来，个个身材高大，肌肉粗壮，散衣袒胸，手持铁棍菜刀，眼盯生意客。这一下，单身在外的生意客便明了，不再辩白，掏钱买货了事。

这三四个彪形大汉，就是该店的保镖，他们就捧恫吓卖货这碗饭。

例2，某村有一无赖，出外混了三年后，更“赖”了。一次与人赌博，一晚上输掉了三千多元钱。次日，他手持短刀，上那些赌棍家里讨钱，那些赌棍多有家室，见刀交钱。后来无赖到一大赌头家里讨钱，大赌头不但把钱还给他，而且还看中了他的“赖性”，请他当私人保镖。于是，这位“私人保镖”常常手持短刀，上各赌棍家逼债要钱。一时间，赌客们东奔西逃，无处匿身。赌客的家人们也战战兢兢，鸡犬不宁。

上述两例“私人保镖”，其实不配称保镖，他们仗势欺人，以强压弱，讲霸道，耍无赖，蛮横无理，用恫吓和无赖手段索求钱财，是极不正当的。他们与“主人”一起，同穿一条裤子，狼狈

为奸，为虎作伥，坑害他人。

更甚者，“保镖”为主人逼婚者有之；为主人打架斗殴者有之；为主人报复杀人者有之；与主人勾结，敲诈他人者有之；拦路抢劫者有之；偷箱盗柜者有之；偷运文物者有之；贩毒者有之；贩人者有之……简直无恶不作，为非作歹！

这些人，名义上是维护他人生命和财产安全的“保镖”，实际上他们已经成了危害他人，扰乱社会治安的歹徒！法律，是不会放过他们的！

四、对待主人，忠心耿耿

主人对他自己保镖注重的是两点，一是保镖的忠心，二是保镖的能力。其中，特别注重的是忠心。

可想而知，如果保镖对主人使坏心眼，敲诈主人，绑主人家的票，或勾引外贼抢劫主人家财，那么主人无疑引狼入室。

笔者问过多个“富翁”，问他们对保镖的要求是什么，他们的回答是一致的：“忠心第一”。

据《中国法制报》载，有一人被聘为私人保镖后，竟对主人的妻子产生占有心。主人多次外出做生意，留下保镖照顾妻子。耐不住寂寞的妻子竟看上了相貌堂堂的保镖，而魁梧有力的保镖也贪恋美色，于是“英雄”“美人”如胶似膝，享受了一段温柔梦。待有一次主人突然回家，才发现肮脏勾当，气得主人进了医院。人们议论纷纷：“化钱请狼”！

也有私人保镖者，抵挡不住金钱的诱惑，竟然暗中反水，身在曹营心在汉，帮起主人生意场上竞争的对手来。主人多次生意失利，不禁心生怀疑，一查，果不其然，大感气愤，恨自己

有眼无珠，化钱请奸细。事情败露后，这私人保镖不但容颜不惭，而且讥讽主人是“铁公鸡”，一拍屁股，扬长而去。

五、敢于为了人民的生命和财产安全而献出自己的生命

保镖业是一门特殊的职业，颇具危险性，而且有时还会威胁到自身的生命安全。这时，作为一名保镖，应时该牢记自己的使命和职责，切不可遇危保命，临阵逃脱。

1990年，从J城到Y城小商品市场的私人客车上，有近20名乘客。车到中途，6名“旅客”站起来，掏出匕首和土制手枪，喝令乘客们把随身带来的钱和贵重首饰交出。歹徒们手握凶器，疯狂叫嚣，而坐在车上的，大多是生意场上的老板，所带钱财自然不少。就在这时，一名私人保镖挺身而出，伸张正义，与歹徒展开殊死搏斗。几个年轻的乘客也豪气大发，上前助战。一时，刀光剑影，拳来脚往，血肉横飞。歹徒抢劫终于未能得逞，而这位青年保镖，却身中十数刀，其中一刀插入大腿动脉，虽经抢救，却因流血过多而牺牲！

同车的乘客们哭了！他们为失去这样一位正义青年而哭；主人嚎啕大哭，为失去这样一位英勇的保镖而哭！……

第二节 过硬的身体素质

保镖职业与一般职业不同，它对身体素质的要求很高，身体能经得起各种恶劣环境的考验。

例 1, A 镇派出所接到报案, B 村当私营厂长的村民付××接到一封恐吓信, 信中言明阴历 1 月 15 日在村头桥下将现款 1 万元放在某桥洞中, 否则将杀害付××五岁的儿子。接案后, 派出所长陈××带领干警于 1 月 15 日晚埋伏在桥的附近, 静待歹徒落网, 时间一分一秒地过去, 从天黑到半夜, 从半夜到深夜, 从深夜到天明, 歹徒始终没有出现。而当时正值寒冬季节, B 村又是山区, 天气特别寒冷, 一夜下来, 一名干警已耐不住严寒病倒。第二天, 付××又接到恐吓信, 信中约好 16 日晚在桥下取款, 陈所长又带领干警, 夜伏桥下, 但一夜过去, 歹徒又未发现。连守两夜, 已有两名干警不支病倒, 陈所长也身体疲乏(作为所长, 晚上伏击, 不能松懈, 白天还得工作, 只能偷闲睡一会儿), 但凭着多年来跑步、站桩、格斗等训练, 身体素质很好, 加之责任心又强, 一到晚上, 便又如猫头鹰般, 精神特别抖擞, 终于在 17 日晚上深夜时, 将前来取款的歹徒抓获。

事后, 干警们都非常佩服陈所长, 说他的身体“棒得不能再棒了”, 他自己也很得意, 说他的身体是“多年训练成的‘革命’的硬骨头”。

例 2, 笔者的一名年轻弟子滕志清, 跟随笔者学习硬气功两个月, 练习了独特的“闭息”、“喷气”及“深调息”等呼吸方法, 强力绷劲、弹劲等劲法以及排打方法后, 身体素质明显增强了。后来, 他入伍了, 新兵训练后, 先后进入“上海反劫机中队”及“上海市防暴中队”, 凭的也是他强悍的身体素质。他的指力腰力特强, 身体各部协调性好, 善于徒手攀登楼房, 被誉为防暴中队的“爬山虎”。记者采访时, 他表演了 25 秒钟爬上五层楼房的优越技术, 在场的观众无不鼓掌欢呼!

他给笔者来信说：“在强手如林的部队里，我如果入伍前没有练过硬气功，我根本进不了防暴队，我是凭着超越他人的身体素质而进入防暴队的。”

例3，私人保镖赵某，一次为主人拎保险箱，被人跟踪，酒足饭饱时，保险箱被人抢走。他迅即跳起追赶，无奈来人简直是个短跑运动员，跑起来象风一样。赵某又值酒足饭饱，渐渐追赶不动，两腿酸麻，转了几条弄堂后，终于不见歹徒踪影，气得主人大骂“饭桶”，将赵某辞退。赵某后被另一主人聘用，他记住前次的教训每日勤练长短跑、变速跑，身体耐力大为增强，一次只身与20余名围攻歹徒搏斗，游击2公里，前后近四十分钟，竟然坚持下来，没有被歹徒打垮。后来，他深有感触地说：“我每天坚持跑步，这次竟救了我一条命。”

以上三例，都说明了过硬的身体素质对于保安、保镖人员的重要性。

所谓身体素质，主要指人体适应各种环境的能力或在运动中所表现出来的力量、速度、耐力、灵敏以及柔韧等机能能力。身体素质越好，人体抵抗各种恶劣环境能力越强，运动能力也越强，可以说，对保镖人员来说，良好的身体素质是实施保镖工作的重要保证。

在第一例中，陈所长身体健壮，能抗住恶劣环境和不良气候侵袭，再加上连续三天极少睡眠，正常的人体生理机能受到影响，但他能经受得住。如果他身体抗病能力差，那么，他即会病倒，使惩恶工作受阻。可见，身体素质是“本钱”。

根据中医观点，人的身体元气充足，营卫调和，血脉畅通，其生理功能得以正常发挥。而人们生病，除了精神因素和生活因素外，还有自然因素和体质因素。自然因素主要指“六淫”。

“六淫”指风邪、寒邪、暑邪、湿邪、燥邪、火邪六种不正常气候的变化。“不正之气谓之邪”，当诸邪作用于机体后，可导致人体生理功能的破坏和代谢的紊乱，使其失去内在环境的平衡，从而引起各种疾病。但是话又说回来，六淫在人体正气充足的条件下，是难以致病的，只有当邪气过于强盛，超过了正气的抵抗力，或在正气较弱的情况下，才会引起疾病。外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用，从病因学的观点来看，体质因素是疾病发生的根据，是内因。

由此可见，保镖人员应在平时坚持身体锻炼，提高素质，增强抗病能力，才不至于在执行任务时由于风寒暑湿燥火引起各种疾病而影响任务的完成。

强健的身体抗住六淫的侵袭，这是对身体素质的起码要求。除此之外，还对人体运动中所表现出来的力量、速度、耐力、灵敏以及柔韧等都有特殊要求，下面简单分述如下：

一、力量素质

所谓力量素质是指肌肉在紧张状态下(长度不变)或收缩状态下(长度缩短)所表现出力效应的能力。力量素质可分为两类：其一、静力性力量，指肌肉收缩时在肌肉长度不变情况下所产生的力量；其二、动力性力量，指肌肉进行缩短性收缩时所产生的力量。动力性力量又可分为重量性力量和速度性力量，重量性力量如举重，速度性力量如爆发力。

决定力量大小的因素，一是肌肉本身的结构和机能上的改善，二是神经系统调节机能的改善。