

武术

入门

文: 罗·西
图: 特里·威尔逊

王亦蜜译

東方出版社

武术

入门



武 術

入

門



责任编辑:何 焯

A Writers and Readers Documentary Comic Book

Writers and Readers Publishing, Inc.

Copyright © 1995 Ron Sieh

Illustrations Copyright © 1995 Terry Wilson

Cover Design © 1995 Terrie Dunkelberger

Book Designed by Paul Gordon

©1998 全球中文版专有出版权属东方出版社

图书在版编目(CIP)数据

武术入门/(美)罗·西 文; (美)特里·威尔逊 图; 王亦蛮 译
- 北京:东方出版社,1998.9

(西方文化漫画集成)

ISBN 7-5060-1011-9

I. 武…

II. ①罗… ②特… ③王…

III. 武术-基本知识-图解

VI. G85-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 27783 号

武术入门

WUSHU RUMEN

文 罗·西 图 特里·威尔逊 王亦蛮 译

东方出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街 166 号)

北京新华印刷厂印刷 新华书店经销

1998 年 9 月第 1 版 1998 年 9 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:5.5

ISBN 7-5060-1011-9/Z·41 定价:13.30 元

出版说明

这是一套在国外畅销多年而不衰的漫画系列丛书，由作者与读者出版公司出版，其原名为“文献幽默入门者丛书”。这套丛书经过出版社二十多年的精心策划和制作，终成今日的规模：有近百本图书，内容涉及哲学、宗教、历史、政治、社会学、艺术、文学、音乐等学科，还涉及了自然科学的一些学科。我们之所以将这套漫画定名为“西方文化漫画集成”，也正是因为它在内容上涵盖了西方文化的许多重要方面。其中个别图书虽然是以东方文化或东西方文化共通的内容为主题，但由于它们也是以西方人的眼光、视域和思想进行的观察，故而具有浓厚的西方文化色彩。所以，“西方文化漫画集成”这一名称在某种程度上正好反映了这套书最主要的内容。

这套丛书采用漫画形式，把丰富的知识和严肃的主题融入轻松诙谐的文字和图画中，图文并茂，风格独特。以漫画的形式详尽介绍西方文化的方方面面，这在我国尚属首次。正如当初蔡志忠先生以漫画形式介绍中国文化一样。但蔡志忠先生的漫画反映的毕竟只是华夏子孙一脉相传的传统文化之精华，而这套漫画集成既有西方人眼中的西方文化，也有西方人眼中的东方文化，视野宽广独特。

这套丛书多由专业人士撰写和绘制，其中许多作者都是该专业领域的专家或资深人士（例如，《联合国入门》就是由前联合国记者协会主席伊恩·威廉姆斯撰写的）。因此，这套丛书具有较强的权威性和学术价值。这大概也是它在国外多年畅销不衰的原因之一。

需要特别说明的是,这套漫画集成的内容在很大程度上反映了西方人的生活观、价值观、道德观和政治观。为了使读者能够通过这套丛书看到一个真实的西方世界和西方人的精神境界,我们在翻译和编辑过程中尽可能地保留了原书的风貌,相信广大读者在阅读时会进行正确的比较和鉴别,从中吸收有益的东西,分析和认识那些不同的东西,甚至是我们不赞赏的东西,以丰富自己的知识,开阔自己的视野,增强自己的分析和辨别能力。:

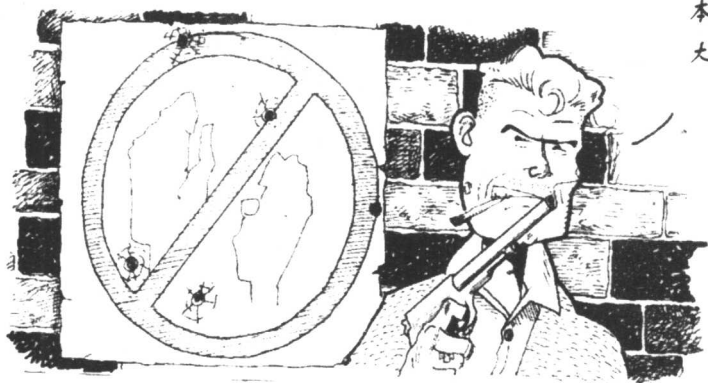
经作者与读者出版公司授权,东方出版社享有本套丛书的唯一合法全球中文版版权。



《深入龙腹》影片中李小龙对雇他追捕坏蛋的人说的第一句话就是：“干嘛不毙了他？”据说就连笨蛋都会扣扳机，许多笨蛋也确实这样做了。有时胸怀坦荡的武术大师反而屈居第二。显然有了枪就能轻而易举获胜。那么为何学习武术？

问得不错。首先，我们来回顾一下历史。

本市枪是老大，懂吗？



火器发明以前，武术是个人防身术。无论远游还是居家，个人搏击术相当于现代人选择一件武器。火器的产生使不谙武者第一次能够击败武林高手。

如果一个指头就能扣动致命的扳机，剑术就不那么重要了。武装改变了美洲印第安人数世纪以来稳定的部落关系。战术急剧变化。（配有长矛和盾牌的古代罗马楔形武装曾叱咤风云，但在现代长枪前也只得束手就擒。）



我有罗马铠甲武装。我有强弓与利剑。我的功夫天下无敌。



我有枪。



那有啥用？
能伤人吗？！

哈哈哈哈哈……！！

轰！

看你们还敢笑我！



……明天也得弄
支枪。



我也是！



19、20 世纪间中国多次反对外国侵略军的运动宣布了中国无火器武术战年代的结束。冲绳、日本、菲律宾、缅甸和中国的习武者曾凭借武功驰骋沙场，现在却一蹶不振。

武术已由搏击术转变为一种体育或精神修炼。武迷们可能认为能脱险就行，并不一定非要一支枪或高超的射术，但枪确是一大优势……除非对手也有枪。那么大幅度空中跳踢意义何在？短兵相接而敌人的枪中无弹或未及拔枪时，武术师可能占上

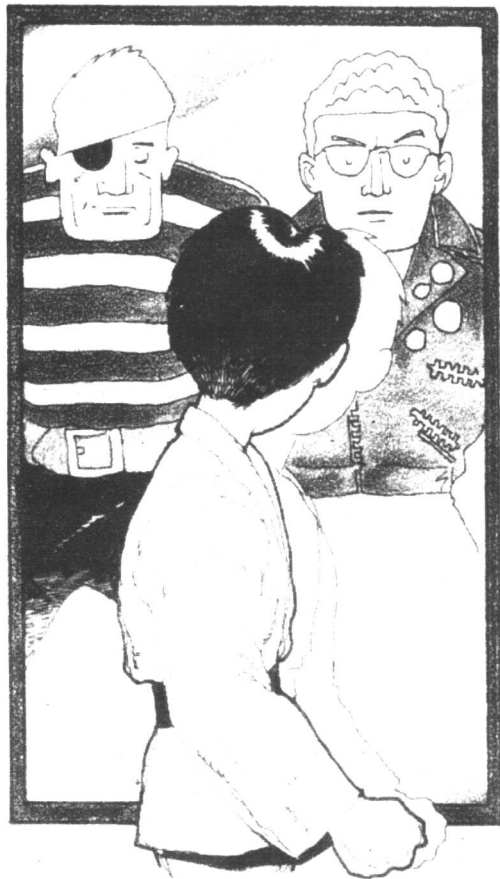
风，但任何时候子弹都胜过一切。于是我们回到开始的问题：为何学习武术？



虎、鹰、狐，猴、蛇、豹，学习武术 21 年，我已经……

我都知道！来吧！





为了学会搏击，我很久以前就开始习武。我不想打人，相反总是被其他孩子欺负，因此能够自卫，并且有意志有信心地自卫，对我吸引力极大。苦练数年后，我真的有了信心和一种能引以为荣的本事。这深刻地改变了我对自己以及对自己与他人关系的看法。

我再也不怕挨揍。获得自信与能够自卫成了我习武的两大原因。

而且，这种练习与自豪感对年轻人的成长很重要。这不是外部权威强加于你的训练，而是自我修炼，即疲惫时选择不懈怠，受挫时选择不报复，等等，并且能适时决定结束某项训练或与某所学校、某位老师的关系。

武术学习中有一种步入成年感，这在我们的文化中缺失了。男孩成年只是非常模糊地隐含在大学或高中毕业中，或加入小团体，但在军队中最为明显。女孩成年的标志呢？同时，打破分数牌和赢得一种新的腰带颜色也带来一种巨大的

成就感和成熟感。这是得到朋友和家人认可的仪式。你受到老师的评判。较年长者和你握手并尊重你。我曾就读的学校多为男生，少数几个女生也很快辍学了。但这是几年前的情况。不知现在学武的女孩步入成年是怎样的情况。



习武不仅使我获得力量和技巧,而且使我能够应付紧张。面临“对手”,以拳防卫或学以致用、或只是从失败中学习都带来巨大的满足感。拳打脚踢、挨打、感到恐惧与疼痛,你或平静或不平静……但最好是平静,所有习武者经过或长或短的训练都能学会。习武较安全,但也不失紧张,其危险感与



娱乐性使习武者获得技巧、健康、自信、成就感以及一种观察自己精神生活的空间!并且耗资不多!

所有习武者的基本功即专注。

专注就是不论思考还是在经历某种感觉或关系时都全神贯注。很明显,如果你开小差(做白日梦)就很难躲过对方出击或腾跃踢腿后安全着地。



他那一脚惊醒了
我,比闹钟还厉害!

如果我们一会儿想入非非,一会儿正视“对手”,那么对手如果更专注,就能在我们进入空幻状态时痛击我们。

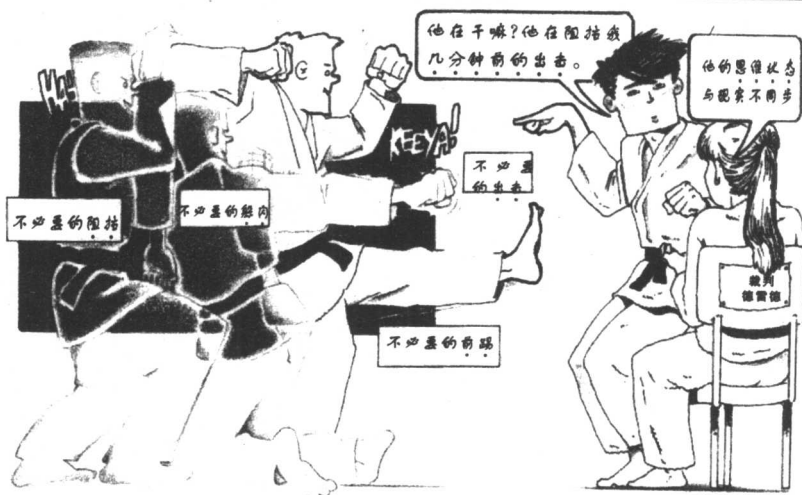
我们应区别直接感性经历和意念或思考。前者较客观(如:我们能看着一棵树并看见它,“客观上”是同一棵树)。意念或思考时,我们看着一棵树,并加上实际没有的细节,如记忆中下游河边的一个吊绳秋千。这种主观观照中,我们看到的不是同一棵树。

一方面是感性式观照(视、听、尝、嗅);另一方面是抽象式思维。我们总是在这两种状态中更换。我们要占优势就要意识到何时在幻想,何时很警觉,这样才能选择。如果一根棍子飞向我,我应全身心处于戒备状态,没有任何



杂念。对,确实有一种不存杂念的智识。人们经常混淆意念与“现实”,有人就生活于这种混乱中。一种根本性混乱。没关系,这是我们要从(或没从)生活中获得的一种主要经验。

武术中,尤其是与另一人做“对手”的关系中,我们应关注事实,而不添油加醋地猜想。



搏击渐趋紧张后,很容易混淆可能性与可能性所代表的,这时就可能阻挡实际没有的出击而忽略实际发生的出击。思维清晰状态可能产生,也可能不产生。



听,正如关注,是一种比武术更广的技巧。习武非此不能快速进步。

听

抓住了！

武士#1他的浅呼吸说明
他害怕首先出击。胸冷！
身体重量在后脚上。

武士#2磨着牙
齿，深呼吸，放松，
体重在右脚上。