

應用力學·四兩撥千金·一根指頭·簡單又易學

制暴防身 絕招



- 只用一隻手指就能使大漢即刻投降
- 對付暴徒的最佳秘術
- 女性必得學習的必勝防衛術
- 遭遇突發的事故與災難時依此法可保住身體



不要靠近大

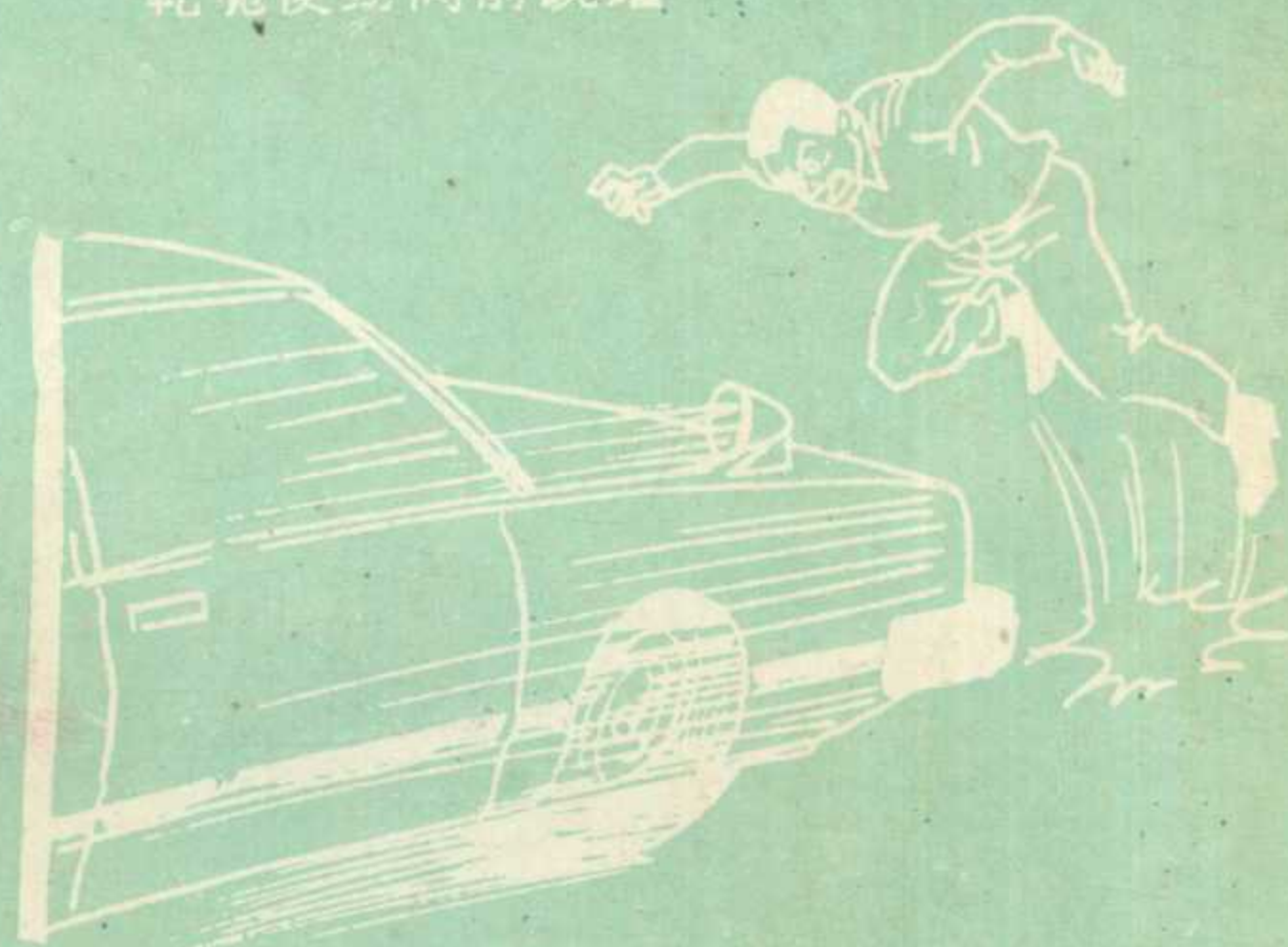
門板能夠保護您

當您遭遇突如其來的暴力，意想不到的變故時，只要妥為應用本書的技巧，無論是女性或小孩，都可使暴徒發出痛苦的悲鳴，使您轉危為安，倖免於難。而且書中附有圖解，簡單易學。



仰著身子躲進桌下

乾脆使勁向前跳躍



靠近柱子旁邊去



如果從肩膀著地，
傷勢能減輕而
過關

G 28/14 制暴防身絕招
(中 6 - 10/4)

D 0 0 2 5 0

技藝叢書

招絕身防暴制

高陽堂

編譯

文國書局

粹 G
21

1343002

技藝叢書

招絕身防暴制



文國書局

貴陽學院圖書館



GYXY1343002

書業藝文

時時良內暴味



售價：新台幣捌拾元

出版者：文 國 書 局

發行人：沈 英 士

登記證：局版台業字第二一三四號

地址：台南市崇德三街62巷8號

電話：(〇六)二六七六一五五五

劃 撥：三〇六三五六號沈英士帳戶

印刷者：新奇星印刷局

經銷處：全國各大書局

一九八四年八月初版

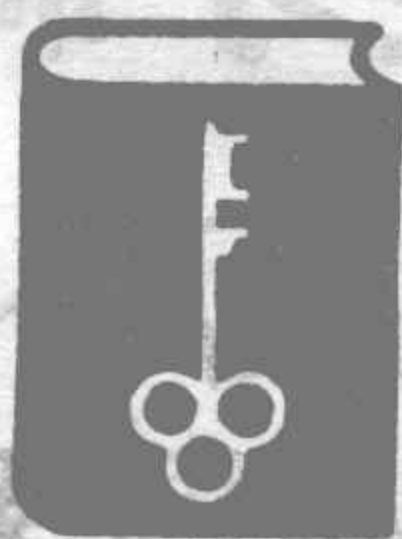
版權所有，請勿翻印

※缺頁或裝訂錯誤可寄回更換※

1343005

書畫藝苑

時勢易內暴時



售價：新台幣捌拾元

出版者：文 國 書 局

發行人：沈 英 士

登記證：局版台業字第二一三四號

地址：台南市崇德三街62巷8號

電話：(〇六)二六七六一五五五

劃撥：三〇六三五六號沈英士帳戶

印刷者：新奇星印刷局

經銷處：全國各大書局

一九八四年八月初版

版權所有，請勿翻印

※缺頁或裝訂錯誤可寄回更換※

敬告讀者諸君

本書所介紹的自我防衛術，乃是以自古流傳於歐亞大陸的世界最強格鬥術——「參保」爲基本，其簡單濃縮、可輕易挫敗對方的技術公諸於世，應用範圍相當廣泛，而其效果之大，也沒有任何格鬥法或秘術可相與比擬。

其格鬥術的簡單幾乎令人不敢相信，所有的練習式訓練一概不需要，只要略知力學的應用技術，不論是女性或小孩，都有能使大漢發出痛苦哀號的可怕效力。

這本書無毋贅言地，當你突遇暴力、意料外的事故、日常生活中的不安或千鈞一髮之際，都能保護你，使你化困境爲安全。它是這樣強力的武器，但也因此存在著些危險，所以請讀者對於其使用法要特別細心注意。

除非遭遇危及生命的威脅，否則絕對禁止使用這種格鬥術。

敬告讀者諸君

本書所介紹的自我防衛術，乃是以自古流傳於歐亞大陸的世界最強格鬥術——「參保」爲基本，其簡單濃縮、可輕易挫敗對方的技術公諸於世，應用範圍相當廣泛，而其效果之大，也沒有任何格鬥法或秘術可相與比擬。

其格鬥術的簡單幾乎令人不敢相信，所有的練習式訓練一概不需要，只要略知力學的應用技術，不論是女性或小孩，都有能使大漢發出痛苦哀號的可怕效力。

這本書無毋贅言地，當你突遇暴力、意料外的事故、日常生活中的不安或千鈞一髮之際，都能保護你，使你化困境爲安全。它是這樣強力的武器，但也因此存在著些危險，所以請讀者對於其使用法要特別細心注意。

除非遭遇危及生命的威脅，否則絕對禁止使用這種格鬥術。

創非虛假武俠生命之機會，否則國權禁上對甲敵敵門地。
而以諸君之其對甲去要非眼臨上注意。

文測，諸君之其對甲去要非眼臨上注意。

秘密的自我防衛術

——只用一隻手指就能打倒對方的力學應用術——

果之大，出於今日之

一為基本，其簡單易識，

本書簡介諸君之其對甲去要非眼臨上注意。

序論 只用一隻手指就能使大漢即刻投降

——沒有臂力也能輕易打倒對方的力學應用術

這些是常常會發生的事——。

在送女朋友回家的車上，一個醉漢過來糾纏，周圍的人裝作沒看見。而雖然自己不願裝作沒看見，但又無可奈何，因為自己是既沒有臂力也沒有功夫。不得不俯下頭，暗暗祈願那個男子，趕快下車。女朋友向你投來視線，明顯地表示輕蔑。「這個畜生！」心裏這樣罵著，但毫無辦法可施。

在通學途中的公車裏，一個女生覺得腰邊什麼東西有在蠕動著。一看，竟然是一個中年男子好像沒事般地撫摸著自己的屁股。想叫實在叫不出來，想移動位置，也因車上擠滿了人而不能如願。這個女生經過了這種討厭的經驗後，因害怕再遇到那個男子，而對於坐公車產生了恐懼感。

又，攤閱最近的報紙可知，也許是因迷幻藥的影響，家庭主婦或薪水階級者，突然

序論 只用一隻手指就能使大漢即刻投降

——沒有臂力也能輕易打倒對方的力學應用術

這些是常常會發生的事——。

在送女朋友回家的車上，一個醉漢過來糾纏，周圍的人裝作沒看見。而雖然自己不願裝作沒看見，但又無可奈何，因為自己是既沒有臂力也沒有功夫。不得不俯下頭，暗祈願那個男子，趕快下車。女朋友向你投來視線，明顯地表示輕蔑。「這個畜生！」心裏這樣罵著，但毫無辦法可施。

在通學途中的公車裏，一個女生覺得腰邊什麼東西有在蠕動著。一看，竟然是一個中年男子好像沒事般地撫摸著自己的屁股。想叫實在叫不出來，想移動位置，也因車上擠滿了人而不能如願。這個女生經過了這種討厭的經驗後，因害怕再遇到那個男子，而對於坐公車產生了恐懼感。

又，攤閱最近的報紙可知，也許是因迷幻藥的影響，家庭主婦或薪水階級者，突然

毫無理由地受到利刃的攻擊，或蒙受暴行的例子很多。我們每一個人都不知何時會遭遇這種事件。處於這個時代，赤手空拳根本不能防衛自己。但是，又沒有時間和機會去學習柔道或空手道。況且，要學習上述技藝，還需具備某種程度的體力。

那麼，我們要怎樣防衛自己？有什麼方法來制止醉漢？又有甚麼辦法來教訓色狼呢？

當然有這種方法！而且做起來幾乎不能相信地簡單，同時又不需在事前有嚴格的訓練。只要知道力學的原理和攻擊的部位，誰都能做的好。

對於過去因沒有臂力失去自信、因身材矮小瘦削，或因沒有膽量、意志薄弱，而時常感到自卑感，處處受人輕視、低評自己身價的人們，保證此法可成爲你尋回尊嚴的強而有力的武器。

讀過這本書的女性，也許會懷疑沒有這麼簡單的格鬥法，但實際上，在大學經過女生的實驗有許多技巧被確認頗富效果。女性遭遇危險的機會比較多，所以請女性多多學習這個防衛術。不懂柔道或空手道並沒有關係，也不要說沒有做過像樣的運動而退縮。

例如，由伏地挺身的次數來說，一般認爲女性的臂力只有男性的一半。但是體力較

毫無理由地受到利刃的攻擊，或蒙受暴行的例子很多。我們每一個人都不知何時會遭遇這種事件。處於這個時代，赤手空拳根本不能防衛自己。但是，又沒有時間和機會去學習柔道或空手道。況且，要學習上述技藝，還需具備某種程度的體力。

那麼，我們要怎樣防衛自己？有什麼方法來制止醉漢？又有甚麼辦法來教訓色狼呢？

當然有這種方法！而且做起來幾乎不能相信地簡單，同時又不需在事前有嚴格的訓練。只要知道力學的原理和攻擊的部位，誰都能做的好。

對於過去因沒有臂力失去自信、因身材矮小瘦削，或因沒有膽量、意志薄弱，而時常感到自卑感，處處受人輕視、低評自己身價的人們，保證此法可成爲你尋回尊嚴的強而有力的武器。

讀過這本書的女性，也許會懷疑沒有這麼簡單的格鬥法，但實際上，在大學經過女生的實驗有許多技巧被確認頗富效果。女性遭遇危險的機會比較多，所以請女性多多學習這個防衛術。不懂柔道或空手道並沒有關係，也不要說沒有做過像樣的運動而退縮。

例如，由伏地挺身的次數來說，一般認爲女性的臂力只有男性的一半。但是體力較

差的女性也一樣可藉此防衛術挫敗對方。假設自己坐著而對方站立時，以自己的脚跟擋住對方的脚跟，並試圖用另一隻脚（用手也可以）推對方的膝蓋，對方必即刻失去平衡。如果使盡力量推，對方一定會倒下。

以脚跟做槓桿的支點、膝蓋做力點一推，很輕易的就可教暴徒摔跌於地。唯一的關鍵，是把膝向和平常彎曲的相反方向推。向膝蓋彎曲的相反方向推，乃是人體極端脆弱的要害之一，而且關節是不能鍛練的。任何大漢或空手道的上段者，其關節的強弱並無二致。在柔道比賽中，基於公平的原則，除了肘關節外，其他關節一律禁止攻擊。而且關節的攻擊法一旦準確，是任何大漢或對於功夫有自信的上段者職業摔角家都承受不了的，因此在自我防衛上而言，它是一種必勝的技巧。

關節散佈於人體各個角落，像手指、手腕、肘、肩、頸、頸、腰、膝蓋、足踝、脚趾等，只要取其中任何一個，向平常彎曲的相反方向推就可以。如果應用槓桿的原理去做，只消使用一隻手指就能使對方倒下。在本書所介紹的技巧，即是應用槓桿原理攻擊誰都不能鍛練的關節這個部位的東西。

在這裏期冀於讀者的是，除非遭遇危機、關乎自己的安全，否則絕不要使用這些技

差的女性也一樣可藉此防衛術挫敗對方。假設自己坐著而對方站立時，以自己的脚跟擋住對方的脚跟，並試圖用另一隻脚（用手也可以）推對方的膝蓋，對方必即刻失去平衡。如果使盡力量推，對方一定會倒下。

以脚跟做槓桿的支點、膝蓋做力點一推，很輕易的就可教暴徒摔跌於地。唯一的關鍵，是把膝向和平常彎曲的相反方向推。向膝蓋彎曲的相反方向推，乃是人體極端脆弱的要害之一，而且關節是不能鍛練的。任何大漢或空手道的上段者，其關節的強弱並無二致。在柔道比賽中，基於公平的原則，除了肘關節外，其他關節一律禁止攻擊。而且關節的攻擊法一旦準確，是任何大漢或對於功夫有自信的上段者職業摔角家都承受不了的，因此在自我防衛上而言，它是一種必勝的技巧。

關節散佈於人體各個角落，像手指、手腕、肘、肩、頸、頸、腰、膝蓋、足踝、脚趾等，只要取其中任何一個，向平常彎曲的相反方向推就可以。如果應用槓桿的原理去做，只消使用一隻手指就能使對方倒下。在本書所介紹的技巧，即是應用槓桿原理攻擊誰都不能鍛練的關節這個部位的東西。

在這裏期冀於讀者的是，除非遭遇危機、關乎自己的安全，否則絕不要使用這些技

法。因為這些是連柔道也禁止的技法，如果隨便使用，易令對方的韌帶斷裂或使脫臼，就會因防衛過當而吃上攻擊的官司。「傳家的寶刀」就是極少亮相才有其為寶刀的價值。

本書介紹了很多種技法，只要學好其中的一種，就不會再遭遇不愉快的場合。那麼，您就能挺起胸膛闊步在街上了。