

DEAL THE FIRST
DEADLY BLOW

一招制敌



邓杰红 编著

世界特战军警机构技能

训练通关项目及必备技能

融汇世界武术精华，不设规则，
直击要害。以实战制胜为终极目
标，动用一切可以动用的手段



BOOK + DVD

迅猛简练、抗暴克敌的超级“武器”
基础&核心技巧 专业教练全程执教

成都时代出版社

DEAL THE FIRST DEADLY BLOW

一招制敌

邓杰江 编著

成都时代出版社

图书在版编目(CIP)数据

一招制敌 / 邓杰红编著. —成都: 成都时代出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5464-0243-7

I. ①一… II. ①邓… III. ①擒拿方法(体育)
IV. ①G852.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 176409 号

一招制敌

YIZHAO ZHIDI

邓杰红 编著

出 品 人	段后雷
责 任 编 辑	蒯 芸
责 任 校 对	魏 巍
装 帧 设 计	中映·良品 (0755) 26740502
责 任 印 制	莫晓涛
出 版 发 行	成都传媒集团·成都时代出版社
电 话	(028) 86619530 (编辑部) (028) 86615250 (发行部)
网 址	www.chengdusd.com
印 刷	深圳市华信图文印务有限公司
规 格	787mm×1092mm 1/16
印 张	8
字 数	160千
版 次	2010年9月第1版
印 次	2010年9月第1次印刷
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-5464-0243-7
定 价	28.00元

著作权所有·违者必究。举报电话: (028)86697083

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话: (0755)29550097

[序言]



强悍实用 克敌制胜

顾名思义，无限格斗是一种不设规则、追求实用的格斗术，它以御敌制胜为终极目标。这使得它区别于拳击、摔跤等具有明晰赛制和运动规则的竞技体育运动，不以观赏和表演为目的，是以现实工作生活中防身制暴为常见情景，是一项超级实用的技能。

一招制敌，迅猛强悍，攻防兼备，巧于变化，无限格斗术强调每一个技术动作的目的和作用，简练干脆，直击要害，克敌取胜。

本书编者以20余年专业格斗教官的经验，结合各类环境实战技术的要点，完整详尽解析了无限格斗术的核心与适用范围。全书以攻防技术重点为主线，细致讲解各项步骤及要领，例如身体要害部位的攻防措施、时机选择、反制技术等。同时对实际应用中常遇复杂情境进行模拟示范，例如持械格斗、多人格斗、以弱克强、以少胜多等实用技巧。全书各项战术动作分解辅以数百张高清真人图片，清晰详尽，战术要领的提点更是简洁通俗，既适用于初学者按图习练，也适用于有基础者提高强化。

无限格斗的技巧，其实也就是一种生存的技巧，学习和掌握它，既可强身健体，更可起到防身护体、制伏邪恶的作用，受到诸多人士的喜爱，更被全世界很多国家的军警机构作为技战术训练的基础，成为陆战队员、特警、护卫等特勤人员的必备技能！



[目录]



无限限制格斗术概述

Summarize Pride Fighting Championship

1

- 一、起源与发展 2
- 二、借鉴的拳种 2
- 三、基本原则 9
- 四、实用性 11



主动攻击技巧—— 出其不意，攻其不备

12

Initiative Attack Technique When the Enemy is Unprepared

- 一、攻击原则 13
- 二、攻击要领 14
- 三、无限限制格斗备战势 17
 - 1. 无限限制徒手格斗势
 - 2. 无限限制器械格斗势
- 四、徒手攻击，直击要害 20
 - (一) 直接攻击头部
 - (二) 直接打击喉部
 - (三) 直接打击胸部
 - (四) 直接打击肋部
 - (五) 直接攻击腹部
 - (六) 直接打击裆部
 - (七) 打击和控制关节
- 五、器械攻击，威力无比 61
 - 1. 短棍进攻
 - 2. 短刀进攻



PART 3 防守反击技巧 —— 防守反击，后发制胜

67

Defence and Counterattack Skill to Win the Game

一、防守要领	68
1. 先学格挡后学搏斗	2. 眼观六路，耳听八方
二、防守反击，一招制敌	69
1. 被打击面部的防守反击	2. 被打击后脑的防守反击
3. 被打击气管及颈动脉的防守反击	4. 被打击左胸（心脏）的防守反击
5. 被打击右肋的防守反击	6. 被打击腹部的防守反击
7. 被打击裆部的防守反击	8. 被打击关节的防守反击
三、空手夺刃，反戈一击	85
（一）躲刀制敌技巧	（二）防枪制敌技巧
（三）防棍制敌技巧	



PART 4 特殊局面制敌技巧

106

Tactics Used when Facing Special Condition

一、一对多格斗技巧	107		
1. 左移动战术	2. 右移动战术		
3. 轮番移动战术	4. 背对背战术		
5. 人字队列战术			
二、地面缠斗技巧	111		
1. 缠法	2. 抱法	3. 控法	4. 绞法
附录 全球三大著名无限制格斗比赛	118		
1. K-1	2. 自尊格斗锦标赛 - Pride		
3. UFC			

第一章



无限制 格斗术 概述

Summarize Pride
fighting Championship



无限制格斗是指徒手或者用各种器械对对手进行打击,以达到击败对手的目的。无限制格斗没有任何规则的限制,打击的方法也没有任何限制。其强调的是个人的武力修为,强调实战中以奇袭发敌制胜的能力。击打手段包括一些极端的手法,例如戳眼、踢裆等等,从而制伏敌人。

无限制格斗融合了世界各种格斗技巧,形成了综合的模式。一般是由打击技跟缠斗技组成,比如拳击+摔跤、踢拳+柔道、泰拳+巴西柔术、散打+桑搏等等。要求在防守自己的前提下,主动攻击对方,目的是在极短的时间里,迅速地战胜对手,达到一招制敌的目的。

一、起源与发展

Origin and Development

无限制格斗并非一种体育活动，它的起源可以追溯到远古时期，那时人们的生产能力低下，主要依靠简单的工具猎取食物为生。在长期与野兽进行搏斗的狩猎实践当中，人们的攻击、格斗的能力得到不断增强；同时，获得食物、生产资料后，如何妥善保管食物和财产不被掠夺侵害，又如何抢夺、占有其他部族更多的资源和食物等，都造就了人类不断追求自身攻击能力、打斗能力的提升。在战争与冲突中，胜利者可以获得大量的生产资料、生活资料，而失败者则成为奴隶，甚至被杀死。在残酷的战斗中，人们使用各种有效手段来保护自己，消灭敌人，无限制格斗因此产生。

这种格斗术并不限于某个地域，实际上世界各地在同一历史阶段，都有自己独特的格斗术。像古罗马的角斗、中国的手搏、古印度的搏击术等，而随着火器的诞生，格斗术退为次要的位置，甚至逐渐被人遗忘。

二战后，自卫术逐渐复苏，一些革新的武术家不满足于传统武术的局限，提出了“真对抗、简化规则限制”的主张，各种街头打斗术越来越引起人们的注意，由于存在着东西方世界的冷战对立，军事冲突频繁发生，战争需要士兵不仅能掌握先进的杀人武器，而且还应具有徒手格斗的能力。军方的需求，大大刺激了真正无限制格斗的复苏。

二、借鉴的拳种

What it Uses for Reference

综合格斗术，之所以称为“综合”，就是因为它借鉴了几乎全球雄霸一方的各类格斗、技击、角逐大法，取各类拳法、脚法、关节技之中最直接、最凶狠的招式组合而成。因此，在学习无限制格斗术之前，有必要对流行于全球各个角落的各种比赛或街头打斗的击打技，做一个较为全面的回顾和了解。例如角斗、柔道、跆拳道、中国散打、中国传统武术、截拳道、空手道、法式踢打术、以色列近战术、法国萨瓦特、拳击、摔跤、自由搏击，甚至军队格斗术等。

俄罗斯桑搏：俄国人的“格斗宝典”

俄罗斯桑搏是一种现代武术，它形成于前苏联时代。“桑搏”一词是俄语中“无武器自卫”的首字母缩写。自1938年起，桑搏就被苏联承认为正式的体育项目。

桑搏是一种吸收了其他技术的综合性武术。目前桑搏共可分为4种。第一种是体育桑搏，体育桑搏有点像业余摔跤和柔道，但体育桑搏在规则上与柔道不同，例如桑搏

允许使用各类锁腿动作，但禁止使用锁喉动作。

第二种桑搏叫自卫式桑搏，这种桑搏强调的是对他人攻击的防御术，其风格类似日本的合气道。

第三种是战斗式桑搏，它的技巧特色在于专门解除对手的武装，而且它还十分注重“击”和“抓”，战斗式桑搏也有自己的比赛。

第四种是特殊桑搏，特殊桑搏是专供特种部队使用的。各特种部队往往会根据任务需要，制订出不同的特殊桑搏训练方式。

泰拳：高手被召入王宫做保镖

泰拳是一种凶狠实用的泰国格斗术，在泰国拥有悠久的历史，是一项国家级的体育项目。选手可以使用手、肘、膝部以及膝盖来攻击对手，所以泰拳选手可运用的攻击方法比西式拳击更多。泰国军队也在使用改进版的泰拳进行训练。泰拳中的侧摆踢、膝盖攻击都是泰拳中极具杀伤力的腿技之一，膝盖攻击也是近距离搏斗的“锐利武器”。

泰拳的起源可追溯至它的“祖先”——暹罗拳（也称为古典泰拳），暹罗拳是一种徒手搏击术，在古代被暹罗士兵广泛使用。

随着泰拳的流行，它也逐渐成为泰国节日上的一项表演赛事，不少人将观赏泰拳作为娱乐。由于泰拳也拥有实战性，所以在泰国历史上的“大城时期”，不少泰拳高手被召入王宫，充当泰国国王的私人保镖。



法国萨瓦特：原本是“街头格斗术”

萨瓦特格斗术又被称为法国拳击或法国跆拳道，它是一种拳脚并用的武术，将西方优美的出拳技术和脚部攻击完美地结合在一起。与东方泰拳不同的是，萨瓦特格斗术只能用脚攻击对手，而泰拳则可以用膝盖来击打对手。

同时，在各类跆拳道中，唯有萨瓦特格斗术选手穿着鞋比赛（事实上，“萨瓦特”在法语中是一种“旧鞋子”的同义词）。在萨瓦特格斗术中，男性习练者被称为“萨瓦特尔”，而女性习练者则被称为“萨瓦特斯”。

现代萨瓦特格斗术起源于19世纪，在当时，萨瓦特格斗术还只是流传于巴黎和法国北部的一种街头格斗术。同时，在法国南方的马赛港，当地的一些水手创建了一种用高抬腿攻击对手的武术。

1825年，一个名叫麦克·卡素尔的法国药剂师给萨瓦特格斗术与“香桑”踢腿术制定了一套规则，例如不能用头撞人、戳眼以及抓人等，但那时萨瓦特格斗术依然摆脱不了“街头格斗术”的名声，然而麦克·卡素尔的学生——查尔斯·雷科尔改变了这一切。查尔斯·雷科尔曾在一场英式拳击比赛中输给一个名叫欧文·斯维福特的英国拳手。为了弥补自己在英式拳击中的劣势，1832年，雷科尔将“街头版”的萨瓦特格斗术与“香桑”踢腿术结合在一起，创建了现代版的萨瓦特格斗术，从此萨瓦特格斗术也被称为法国拳击，后来萨瓦特格斗术正式获得了法国国家拳击协会的认可。

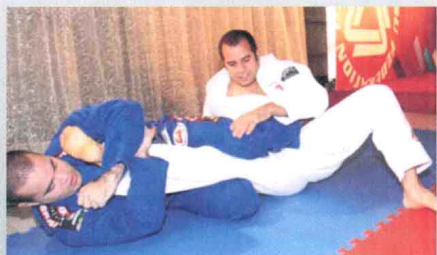
巴西柔术：源于日本柔术

巴西柔术起初是一种扭斗的武术，柔术练习者擅长将对手拖向地面，然后在地面上获得控制的姿势。一旦形成控制姿势，柔术练习者可以使用关节技、绞技或击打技术等多种攻击手段，将对手制伏。

巴西柔术源于日本柔术，柔术拥有大量格斗技术，包括打、投、关节技及绞杀技。“Jujutsu”柔术的意思为“柔的法则”，它适用于所有日本武术体系，“柔”即利用灵活性。柔术特点在于充分利用杠杆，而非与对手抗力、比力。柔术练习者选择使用技术，让对手屈服或耗尽其体力，最终将其制伏。日本柔术形成多种打斗体系，各自体现一部分最原始的技术及策略。柔道，侧重于摔；而空手道则注重踢、打。

巴西柔术史最负盛名的是格雷西家族，他们家族中两兄弟卡洛斯·格雷西和艾里奥·格雷西创立了著名的“格雷西格斗体系”，完成了从“日本柔术”至“巴西柔术”的演化。格雷西格斗体系最伟大的创新，在于它发展出最接近真实打斗的策略，即将打斗在地面上进行。他们发现，多数打斗最后在地面结束。特别是在对付肌肉比你发达、体重超出你很多对手时，格雷西发现如果你将对手拉到地上，他的击打和踢击会大大地被削弱。这种先进的打斗策略让巴西柔术斗士在众多无限格斗赛中取得胜利，使其格斗系统被世界接受。

如果一种技术在真打实斗中不实用，它就会被修改，甚至放弃。实用性为格雷西柔术的核心。每种技术都在真实打斗中得以验证。



以色列近战术：抵御纳粹势力的侵扰

以色列近战术在希伯莱文中被称为“接触搏斗”，它是一种集自卫和军事徒手格斗于一体的武术。目前以色列的许多安全部队都在练习以色列近战术，除以色列外，世界上其他国家的不少平民自卫培训班也在教授以色列近战术。但平民所学习的都是经修改的以色列近战术，其原来包含的“杀招”都被删掉了。因为以色列近战术中能致人于死地的招数是专供军方使用的，法律不允许平民掌握这些威胁性动作。

以色列近战术的宗旨是在受敌人致命威胁时，攻击敌人的要害部位，例如腹沟、眼睛等处，同时也要尽量保证自身的安全。

以色列近战术由伊姆·利希登斐特创建于20世纪30年代。他的目的是帮助犹太人抵御纳粹势力的侵扰。由于以色列近战术的实战性非常强，从1985年开始，美国的一些执法部门也开始学习以色列近战术。

截拳道：提倡搏击高度的自由

20世纪70年代，李小龙在美国创立了“振藩格斗体系”，后演化成截拳道，它的武学思想深深影响着后人。目前，在中国也有许多无限制格斗的推广者，他们门派不同，技术体系各有特色，但宗旨却不尽相同：“使用最有效的方法，以最快的速度消灭敌人保存自己。”

中国散打：中国传统武术的擂台形式

散打也叫散手，古时称之为相搏、手搏、技击等，是中华武术的精华。它从先辈的生产劳动、生存斗争缘起，形成了不同的近战动作及方法，如拳打、脚踢、抱摔等简单的散打技术，并学会了一些野兽猎取食物的本领，如猫扑、狗闪、虎跳、鹰翻等。

现在的散打是两人按照一定的规则，运用武术中的踢、打、摔和防守等方法，进行徒手对抗的现代体育竞技项目，简单而言就是两人徒手面对面地打斗。它是中国武术的重要组成部分，同时也是国际武术的一个主要表现形式，是中国传统武术的擂台形式。



中国武术：中国国粹

中国武术被视为中国文化之精粹，故又称国粹。广东、广西人称为“功夫”，民国初期简称为国术。由于历史发展和地域分布关系，衍生出不同门派。中国武术主要内容包括搏击技巧、格斗手法、攻防策略和武器使用等技术。当中又分为理论和实践两个范畴。实践中衍生了有关体育、健身和中国武术独有之气功、养生等重要功能；理论中总结荟萃了不少前人之经验和拳谱记录。因此，它体现中华民族对攻防打击及策略上的理解。加上练习套路时显示出身体动作之优美姿态，中国武术往往带有思想文化特征及人文哲学的特色、意义，对现今中国的大众文化有着深远影响。



中国武术门派之多，在世界武术中也是非常少见的。据统计，中国目前有“历史清楚，脉络有序，风格独特，自成体系”的拳种约300多个。郭希汾的《中国体育史》中提到门派众多是由于南北地理、气候、人的不同而造成的，有“南拳北腿”之说。

中国武术的流派繁多，却没有统一的命名方法。有些按地区命名（如河南派心意拳）；一些按山脉、河流（如武当派）命名；有以宗师姓氏命名（如陈式太极拳）……以往，这些流派会以主修内功、外功来粗略划分，成为内家拳和外家拳两大类。

改革开放后，中国武术一般按其内容分为套路和搏击格斗两个类别。

日本柔道：日本国术

柔道，可谓日本的国术，是一种以摔为主的格斗术。日本素有“柔道之国”的称号。柔道是由柔术演变发展而来的。它具有悠久的历史，从日本战国时期到德川时代（公元15世纪到16世纪），一直把柔道称为柔术或体术。现在所用的柔道这一名词，是由“日本传讲道馆柔道”简化而来的。



柔道的攻防技术分为投技(站立技术)、寝技(倒在地上的翻滚角斗技术)以及防身自卫击打对方的当身技。现在柔道比赛中已不准使用当身技。

投技分为立技(站立不倒的投技)和舍身技(主动倒地的)。立技又分为:①手技,主要用手臂的技术,如“浮落”,即用两手把对方拉倒;②腰技,主要用腰背把对方摔倒,如“大腰”,就是抱住对方躯干,把对方背到背上摔下去;③足技,主要是用腿脚把对方摔倒,如“内谷”,就是用腿把对方挑起来摔下去,再如“送足扫”,就是用脚把对方踢倒。舍身技分真舍身技和横舍身技。真舍身技是施技者主动先倒下,背部着地,然后再制伏对方。如“巴投”就是施技者先向后倒,两手拉着对方,用脚蹬对方的腹部,使受技者从施技者身上翻滚过去,倒在垫上。横舍身技是施技者身体先侧倒,再把对方摔倒,如“浮落”。

寝技分为固技、绞技、关节技。固技是把对方的背部按压在垫子上,使之不能逃脱,而施技者保有行动自由。如果施技者的腿被对方的腿夹住,则不算使用固技成功。如“横四方固”就是施技者跪在仰卧的受技者体侧,抱压住对方。绞技是两人倒在垫子上,用手臂或柔道服勒绞对方的颈部使之窒息而认输(以拍击垫子动作示意)。关节技是倒在垫子上,逼迫对方的肘关节,使之疼痛而认输。关节技只许应用肘关节。

拳击: 两只拳头的对抗

拳击,是戴上拳击手套进行格斗的运动项目。它既有业余的(也称奥运拳击),也有职业的商业比赛。以双方谁获得更多的分数而获胜或者将对方打倒(KO)而结束比赛。与此同时,比赛者要力图避开对方的打击。拳击被称为“勇敢者的运动”。早在古希腊和罗马时代就有许多有关拳击的生动记载。

拳击是运动员双方通过两只拳头的对抗,进行体能、技术和心理的较量。拳击竞技的具体表现形式,是两人在正方形的绳围比赛场地中,戴着特制的柔软手套,按一定的规则和技术要求,进行攻防对抗。攻防的武器只能是戴上特制手套的两只拳头,攻防的目标只限于对方腰髋以上的身体部位。拳击被人们称作是“艺术化的搏斗”。

拳击运动的技术包括攻击、躲闪、上下移动、扭斗技术和善于反击。攻击技术包括左直拳、左刺拳、左钩拳、右上钩拳和右交叉拳,还有组合拳,如连击组合拳套路。



摔跤：世界上最早的竞技体育运动

摔跤是重竞技运动项目之一，指两人徒手相搏，按一定的规则，以各种技术、技巧和方法摔倒对手。摔跤被公认为是世界上最早的竞技体育运动。

摔跤比赛程序

称量体重：各级别比赛前一天称量体重，时间持续30分钟。

抽签：运动员称量体重，离开磅秤时自己抽签号，并依此为基础编排配对。

最初的排列顺序：如果有一名或数名运动员未参加称量体重或者超重，称量体重结束后，依据从小号到大号的原则重新排列运动员的序号。

编排：依据运动员所抽的签号进行分组配对。按抽签的顺序进行排列，如：1对2，3对4，5对6，依次进行配对。

比赛的淘汰：比赛按参赛的人数分两大组进行淘汰赛，直到各组产生最后一名获胜者，他们将进行冠亚军的决赛。除在比赛中负于2名进入决赛运动员而参加争夺3~8名复活赛（Repechage）的运动员外，其他比赛中的负方将被淘汰，其最终名次将根据所获名次排列。

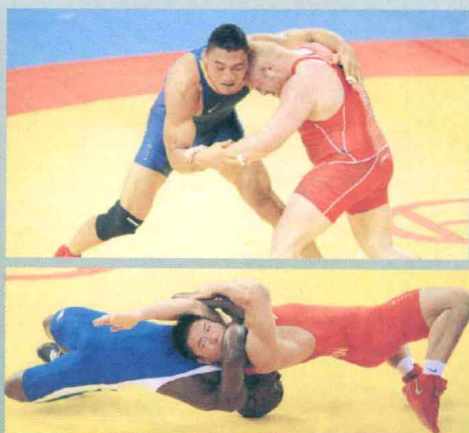
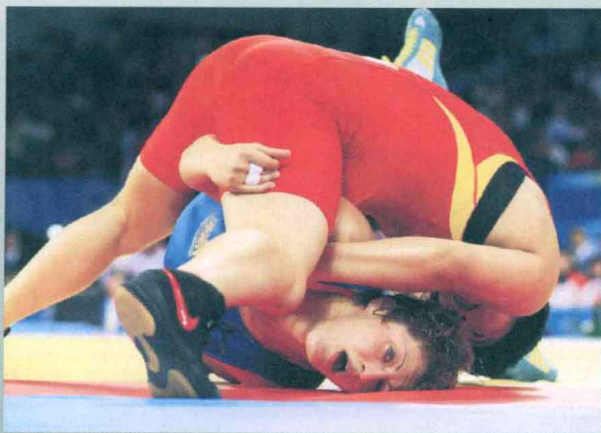
摔跤的分类

摔跤分为古典式摔跤和自由式摔跤两类，两者的区别在于：

古典式摔跤：禁止抱握对手腰以下部位、做绊腿动作以及主动用腿使用动作。

自由式摔跤：允许抱握对手的腿、做绊腿动作，允许积极地用腿使用动作。双腋下握颈动作禁止在女子摔跤中使用。

以上列举的全球各类格斗类项目及比赛，其中大多数为纯粹竞技比赛的运动项目，侧重于强身健体、培养运动能力、注重观众的娱乐性及观赏性需求，与本书所叙述的无限限制格斗，有着本质的区别。真正的无限限制格斗，是实用性第一、战斗性第一、制伏取胜性第一的实战自卫术，其重要目的在于一招制敌，以暴制暴，打击犯罪。



三、基本原则

Basic Rules

无限制格斗在抗击暴力和防身自卫的过程中，逐渐形成了自身的特点，如动作简练，朴实无华；击打要害，一招制胜；反拿关节，易于擒获；攻防兼备，巧于变化等。学习和掌握这种技术，可起到预防不测、制伏邪恶，制止暴力犯罪行为，擒获暴徒等作用。

无限制格斗一招一式非打即拿，除攻即防，拳出则着，抬脚则中。其技术动作的每一个招式都有一定的目的和作用，而且动作都非常简练。它不追求所谓的动作舒展大方，潇洒飘逸，而讲究的是虚实分明，敏捷灵活。

学习无限制格斗术有以下原则：

动用一切可以动用的手段

1. 充分利用周围现场的物品充当工具。

因为我们在徒手与敌人进行格斗时，生命随时受到威胁。因此，要充分利用现场环境当中可以利用的一切元素，如沙土、长柄类工具、砖石、皮带等物品，来助自己一臂之力，增加格斗的胜算。我们可趁其不备，朝敌人脸上撒沙土，用钢盔或皮带或其他工具打击对手。如无任何器具可以使用的话，则可以佯装投掷东西，使敌人躲避或遮护要害部位，如敌人上当，则可趁此对其发起猛烈攻击，并将其制伏。

2. 如无任何东西可充当武器，则应运用你自身的武器。

(1) 手掌外侧

手指并拢，手掌伸直，将力量集中于手掌外侧，使其变得坚硬；拇指紧贴食指。以此种手掌大力击敌，做出砍或削的动作，可使其伤残。



(2) 小拳

握拳，拇指紧扣食指将手绷紧，腕关节挺直。手指第二关节及其周围就构成了打击接触面约为13厘米的小拳（普通拳头的打击面约为52平方厘米）。用这样的小拳打击敌人，其着力面小，打击力更大。



(3) 拳尖

握拳，中指凸出，拇指末端紧扣中指指甲，并使腕关节保持挺直。以凸出的中指关节打击敌



人全身要害部位。

(4) 实拳

握拳，用拳头的小指外侧击打敌人，犹如炮锤砸冰一般重压敌人要害部位。以此方法打击敌人的太阳穴，可使其毙命。

(5) 掌后部

五指微屈，手掌后仰，将力量集中于掌后部，使其变得坚硬。以掌后部重力打击敌人要害部位，攻击力大；另外弯曲的手指可挖、戳敌人的眼睛，或攻击敌人脸上的其他部位。

(6) 用脚踹

一般脚上的鞋子会是格斗时另一有力的武器，以靴子为例，靴子的内、外侧皆是蹬踹的有效部位，且比靴尖的接触面大而更利于攻击。经靴子攻击对方手部较小和突出外露的骨骼最为适宜。

(7) 其他

此外，还可运用肘、膝、肩、头及牙齿等作为武器，攻击敌人要害部位，将敌制伏。



实拳



掌后部



用脚踹

以最大的力量攻击敌人最薄弱的部位

无论在何种情况下与敌人进行搏斗，对方总有容易受到攻击的易伤部位，也就是我们所说的要害部位、薄弱部位。我们以最大的力量积极进攻敌人这些最薄弱的部位能迅速掌握格斗局面，一招制敌，将敌人打倒或毙命，获速战速胜之效。

保持身体平衡

保持自身的平衡，而使敌人失去平衡，是格斗中克敌制胜的一个重要法宝。防守姿势是与敌人展开搏斗前最好的平衡姿势。

冲力

在与敌人进行徒手格斗时，我们要学会善于借用敌人的冲力。比如，当敌人冲过来时，我们则可迅速闪过他的打击，让其扑空，或向一侧跨步并将其绊倒。无论