

《五轮书》

图书基本信息

书名：《五轮书》

13位ISBN编号：9787543041882

10位ISBN编号：754304188X

出版时间：2009-5

出版社：武汉出版社

作者：宫本武藏

页数：172

译者：一兵

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《五轮书》

内容概要

《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。《五轮书》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，《五轮书》才被重新发掘，为西方管理学家和商业领袖所推崇。

《五轮书》

作者简介

宫本武藏 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，足迹遍历各地；他，曾与66位高手比武皆获全胜，但以打败名剑佐佐木小次郎之“船岛决斗”震烁古今！他，一个如你、如我的生命实践者，一个苦其心志的修行武者，一位17世纪的剑道家，一名400年前的传奇人物。

《五轮书》

书籍目录

自序
第一卷地之卷
论兵法
以木匠之道为喻
本书结构
二刀流
兵法与刀法
兵器的特点
战争的节奏
第二卷水之卷
心态
姿势
眼法 握刀方法
脚法
五段位
用刀法
五刀法
无招之招
一招制胜
二次跃出
无意识劈
流水劈
应机劈
雷火劈
一叶劈
身刀合一
“攻”“击”有别
短臂猿身
贴身战
比身高法
粘刀术
撞击术
躲闪的方法
刺脸法
刺心脏法
呵斥·3·闪击
以一战多
把握时机
一击必杀
人刀合一
结语
第三卷火之卷
位置
三种抢占先机的方法
压
穿越激流
知己知彼

《五轮书》

踏住敌人的剑
对付穷寇
换位思考
转变思路
试探
唬敌术
痹敌术
扰敌术
叱呵术
纠缠术
攻其薄弱
迷惑之术
吼叫之术
“之”字战争
一鼓作气
出乎意外
攻心为上
另辟蹊径
大局为重
置敌于股掌间
无刀之战
身如磐石
结语
第四卷风之卷
使用大太刀之流派
善用蛮力之流派
使用小太刀之流派
强调剑术之流派
强调架势之流派
其他流派的眼法
其他流派的步法
其他流派的速度
本派绝招
结语
第五卷空之卷
附录

《五轮书》

章节摘录

兵法，与其说是一种技能，不如说是武士的艺术。领兵作战的将军要对军队的行动作出决策，须熟知兵法才能获胜。而作为一个好的部将，要听从主将的调遣并领会主将的用兵策略，也需要了解兵法。然而在当今时代，已经没有武士能够真正理解兵法之道了。世间有无数种道，让我们看看道在不同领域的展现。佛教讲究的是救赎之道；儒学讲究的是文化改革之道；医学之道在于治病救人；诗人之道在于教人诗艺，同理，茶有茶道，剑有剑道，技艺手段或有不同，但道义是一致的。只是人们按照各自的喜好发展着各自的特长，很少有人热衷于兵法之道。武士之道，以武为本，兼以修文。身为武士应该在这两方面都颇具心得。即使一个人没有天赋，但只要坚持不懈地在这两方面努力，他也可以成为一名合格的武士。一般认为，武士是不屈不挠，决心向死的。其实不仅仅是武士，僧侣、妇女、农夫或是其他身份更卑微的人也会明白自己的责任，也同样能够做到视死如归，在这方面他们和武士没有区别。武士学习兵法是基于超越人类的极限。从刀剑交错的个人决斗中，或者是大规模的合战中，我们可以获取力量和名望。这就是兵法的奥义所在。兵法之道，即求胜之道。当然，也有人认为，就算是精通兵法，也很难保证它能在现实中发挥实际的用途。世上难免有争斗，就实用而言，大可将兵法之道贯穿于一切争斗中。所以，兵法不仅对武士有用，对其他职业的人，也都有很大用处。

《五轮书》

媒体关注与评论

《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指导自己的经营决策…… ——肯·布兰佳

《五轮书》

编辑推荐

《五轮书》为武汉出版社出版发行。《孙子兵法》注重团队谋略，《五轮书》更突出个人实战经验，书中所提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，世界三大看法书之一，西点军校、哈佛商学院指定必须教材，彩色图文，中英文对照，宫本武藏稀珍原作书画手迹。

《五轮书》

精彩短评

- 1、不明觉厉 ==
- 2、不仅是制胜术，更多的是人与自然、社会的关系与规则，面对危机与逆境的思维策略。
- 3、看了浪客行知道的
- 4、怎样打败敌人，和打败自己是一样的，击败一个人，和击败一千个人也是相似的，其中三昧，不得而知。
- 5、大师的东西，总是简单而具实际，有效。
- 6、没看懂..
- 7、仔细研读后感觉自己刀法很有长进，求切磋
- 8、是一部挺務實的書籍，其中所談到的精神是值得借鑒了，以及所說的這種循序漸進且不斷實踐的方法是其所推崇的，並且可以應用到不同的方面。至於當中說的什麼“最高境界”“真正奧義”和對其他兵法的異議，我覺得有待商榷。並不是特別了解日本的武士道各個門派，但能成為一派一別肯定有他們制勝法寶。
- 9、难得有合口味的鸡汤~
- 10、一口气读完，又酷又实用(_)
- 11、读杂书涨姿势系列。独孤求败的宫本宝藏，哦不，武藏的兵法之书，分为地，水，火，空，风五卷，囊括剑术技巧和谋略。与《孙子兵法》《战争论》并列为三大战争著作。谁说想去体验剑道来着，服用此书就可以开嘴炮了。如果翻译能再雅一点就五星。
- 12、请务必勤加练习...
- 13、所谓道，是指做一切事情的至高无上的方法。。。看不下去 简单翻完 待日后如厕慢慢消化。。。
- 14、看完《五轮书》就像是看完一部动作电影，而武藏就是这部电影里的宗师。他将自己的剑道分五卷，貌似讲‘剑’法，实则在说‘道’。
- 15、绝对的十分
- 16、没读完，战术层面更多，可以举一反三
- 17、本着不好不推荐的原则 强推
- 18、好好学习班的土都江堰的一部分！一样都市生活费就要有点像样子公司
- 19、宫本武藏若活到现在，定是个写畅销书的好手。#看《浪客行》必读#
- 20、反正就没看过翻译好的版本
- 21、细节指导神作 必须再看
- 22、日子鬼子还能写得出这么好的书
- 23、讲打架的。
- 24、保持内心的澄澈和镇定。
- 25、成书虽晚却完全自成一派，从自然中找到通用于一切之道，国人称与孙子兵法战争论齐名实在是辱没它了，日本人用做生意的本事让我们无可辩驳
- 26、看到大家说这本是兵法书，我无意中都看了些什么 _ 我是当古典名著看的好么！这本书就是真·剑禅一如，核心思想应该就是随机应变，具体分析具体分析吧（严肃脸）！最后，看得时候经常脑洞二天一流耍起来的样子，应该帅得不得了，虽然也就是一把长兵器X一把短兵器
- 27、值得花时间的书
- 28、不拘于形，不困于技，无念无想，澄澈空明。
- 29、在那个时代写这样一本讲述单打独斗的书，并且作者又身体力行亲身实践的，应该仅此一家。武藏野望虽大，可惜总是忘不了坐骑这件事
- 30、看专门讲打架的书还满有意思的，但是这本只能作为画相关题材漫画的动作指导。ps：这书副标题太吓人了
- 31、人若知道得更多就会发现自己其实很无知，所谓的道其实是殊途同归，五轮书与其说是武艺书，倒不如说是哲学与心理的书更加合适，术之所以为术，就是道的一种分支，如观云一般，看到的即是心中所反映的，道不变而术常变，变者其实是人心。值得细读的一本兵法书！
- 32、看看

《五轮书》

- 33、我承认，我当时真把它当成二刀流的武功秘籍看的……
- 34、读了几遍 越读越有味
- 35、264
- 36、当你准备出刀时，心里除了如何击倒敌人不应该有任何想法。
- 37、空空空
- 38、看个开头。
- 39、技法的极致训练
- 40、尚可，译文未见其好，大陆的日文译者不及台湾，无它，国文功底不行。
- 41、空之卷——『洞察规律，但不被规律缚住手脚，从而率性而为，从心所欲不逾矩。』
- 42、一周目
- 43、太简短了，只看到术，还是看不出道
- 44、自信（强大气势加主动进攻---->掌控局势）；冷静（判断力加观察力加战术变化---->找准时机）；坚持实践，锻炼心智和意志。兵法之道，即求胜之道。
- 45、励志鸡汤，大碗的。
- 46、野人所著，故弄玄虚之处太多
- 47、毕竟是一个剑客出身的人所写，的确很务实，不过感觉表达能力有限，不过不影响宫本是个有智慧的人这个事实。和孙子兵法的将和国的角度风格迥异。
- 48、： E893.13/1
- 49、#恒阅#
 - 1、诚心为思想之本；
 - 2、悟道之途在于修炼；
 - 3、广涉才艺，戒除修炼的障碍；
 - 4、了解各行各业的职业之道；
 - 5、能够辨别世间的得与失；
 - 6、修炼自己判断和理解事物的能力；
 - 7、要能洞悉一切；
 - 8、留心细节小事；
 - 9、不做无用之事。
- 50、不动之心，如火炬

1、看完《五轮书》就像是看完一部动作电影，而武藏就是这部电影里的宗师。他将自己的剑道分五卷，貌似讲‘剑’法，实则说‘道’。下面是一些书摘：

地之卷 兵法
与其说是一种技能，不如说是武士的艺术。武士之道，以武为本，兼以修文。武士学习兵法是基于超越为人类的极限。兵法之道，即求胜之道。如果你已经精通了剑法的精髓，那么当你能击败一个对手时，你就能击败千万个对手，击败一个对手的技法和击败千万人的技法没什么不同。兵法的精髓在于触类旁通，举一反三。二刀流是指腰间佩戴的两把刀，太刀和刀（胁差，短一些的刀）。“二天一流”一开始是训练掌握双刀：一只手紧握长刀，另一只手紧握短刀。用刀之道不在于挥刀的速度，过分强调大力劈杀也不是用刀的正确方法，用刀要求因地制宜。二天一流之道就是必胜之道，无论用什么武器，也无论武器的长短。

各种兵器的特点 任何一种武器都有它的优缺点，因此在选择时不应差别对待或有所偏好，也不要盲目地模仿别人，要尽量选择适合自己的武器。兵法的节拍 所有的技能和能力都包含着节拍，即使是空也存在节拍。兵法中蕴含的节拍：首先，要懂得敌我平衡的节拍，还要辩明敌我不平衡的节拍；要看清对方的节拍，还要反制对方的节拍。因此要想在战场上获得胜利，就要巧妙地察觉敌人的打算而且隐藏自己的打算，洞悉敌人的节拍而隐藏自己的节拍。二天一流剑法原则：
1. 诚心为思想之本； 2. 悟道之途在于修炼； 3. 广涉才艺，戒除修炼的障碍； 4. 了解各行各业的职业之道； 5. 能够辨别世间的得与失； 6. 修炼自己判断和理解事物的能力； 7. 要能洞悉一切； 8. 留心细节小事； 9. 不做无用之事。 当你的技艺与身体完美地结合时，你用身体的任何部分都能战胜敌人。这是因为你的心智在兵法中得到了锻炼，你在用你的意志战胜敌人。 广义的兵法，是让老百姓安居乐业；是让你善于挑选强兵健卒，精通带兵；是维护国家领土完整；是弘扬正义。如果这些事情始终贯穿着不败的精神去协助自己获得声望，这便是兵法之道。

水之卷 “二天一流”的精神是以水性为基础运用兵法的实践中去的。
兵法的心态 任何时候，人都必须保持平常心。无论是在寻常事物还是在刀光剑影中，心里都不能发生任何起伏。心境始终要开阔直率，处于紧张和懈怠的平衡点，不偏不倚，这样就能以不变应万变。不要让精神为身体所累，也不要让身体被精神影响。要注意力集中于心，而不是集中于身。不要让心觉得有所不足，也不要让身体觉得有所多余。露在外面的心要弱，藏在深处的心要强。不要让别人突破自己的心态。要想时刻使自己的内心世界处理清静开阔和状态，站在一个更高的角度去考虑问题，就需要时时擦拭我们的心智。我们的心智修炼要能够明辨是非善恶，认识事物的本质。兵法的姿势 对决时的姿势与训练时的姿势保持一致。 眼法： 要视远如近，视近如远。不看敌人手中的武器就能感觉到武器的存在。要做到即使眼球不动分毫也能准确察知两边的情况。 太刀握法： 当你拔出剑来时，你的目的只有一个，就是击倒敌人。无论何时，都要以击败对手的心态来握刀。 步法： 阴阳步法，不要只移动一只脚。要忽左忽右，忽前忽后。右脚前进，左脚则随即跟进；右脚后退，左脚则随即收回。 五种体势： 上段，中段，下段，左手位，右手位。目的只有一个，杀死敌人。 太刀刀法： “通晓太刀之道”是运用两指去随心所欲地控制手中之刀。 刀法五技：中段位，上段位，下段位，左侧，右侧。 有势无势原则，核心概念是以挥刀斩敌，无论要运用什么或是如何运用，无论是斩击，躲闪，跳跃或突刺，都要争取机会斩杀敌人。以把握战斗机会为关键。 一击制胜：找到最佳位时机，集中注意力，攻其不备。 第二次跃出：先虚晃一招，然后趁对方紧张后松懈时，冲过去给他致使一击。 无念无相斩：双方都身体都处于进攻状态，精神也处理进攻状态，这时不假思索一劈而下。 一叶斩：将敌人的刀置于你的意志控制之下。当敌人在你面前摆好姿势意图攻击时，你必须用最强的力量和勇气迎击对方的刀。如果你的意在落对方的刀，则他的刀必然被击落。 短臂猿身：手不要伸太远，要求身体动作像猿一样迅速，对方出手前就跃到他的近处。 夺取制高点：从气势上压倒对手。 刺面：要想着刺对方的脸的信念去攻击，对方会急于躲闪，待对方有了逃避退缩的意图后，你在气势上就胜他一筹，从而掌握先机。 刺心脏：如果没有机会攻击脸部时，就改攻击心脏，你的果断进攻会让敌人感受到刀势的凌厉，从而使对方的攻势有所减缓。 喝斥：要也出招用力的节奏完全一致。 击闪：随着对方的节奏躲闪并伺机攻击，叫做“击闪”。重点在于随着节奏去寻找进攻敌人的机会。 以一战多：要注意攻敌的次序

《五轮书》

，攻击第一个敢于进攻的敌人，同时留意整个局势。一边左右挥舞双刀，一边警惕其他敌人发起的进攻。要牢记设法让敌人排成直线，然后用力将其各个击破，不给他们时间和地方重整阵势。以一战多要像对付单个敌人那样掌握他的节奏，找准他的死穴。 把握时机：要仔细观察，逐渐洞悉其中奥妙。

人刀合一：身与心平。

火之卷 要想在战斗中取胜，就必须要有强烈的杀敌动机。 即使单枪匹马对付五个或更多敌人，也必须保证取得胜利。 位置 要站在比敌人高的地方，哪怕只是高一点，这样也可以“俯视”敌人，不管在气势还是视野上都会胜出一筹。尽量把敌人赶到自己的左边，最好让他身后有障碍物。把敌人赶到有障碍物或死角后，要不停地攻击他，不让敌人有观察形势的机会。做到这点，要先观察好地形，而后充分利用地形的便利，抢占先机。

三先 1. 主动进攻以获得先机 2. 当敌人发起进攻，要利用一切可能的条件抢占先机 3. 双方都在进攻时抢占先机 一是，在悬而未发的状态下抢占先机；二是，防守的状态下抢占先机；三是，对抗状态下抢占先机。“先”是一个策略，要做到“先”，需要有睿智的头脑和强大的力量。

压枕 其意是不让敌人有抬头的机会。在战斗中，我们要做的就是阻止对方进攻，格挡对方的兵器，脱离对方的控制，同时想方设法使战斗局势有利于己方。

要让敌人根本没机会对你发起进攻，要在第一时间判断他的动作，从而采取措施，挫败敌人的意图。

了解对手 先要了解对手的实力，然后判断对手的意图，进而分析敌我对方在各方面的力量对比，再确定部署。

踏住敌人的剑 要点是，攻击时要“快”。只要你足够快，无论敌人使用何种武器，都可能被你‘踏’住，动弹不得。要做到这点，必须认清敌人的攻击套路，才可能‘踏’住他的要害。

喘息的机会，要抓紧攻击，直到他完全溃败。 要精确计算和对敌人行动的了解，要有强大的力量和果断的行动去进行猛烈的追击。

变成敌人 把自己放在敌人的位置上，从敌人的角度考虑问题。 转变思路 放弃现有的方法，重新采用别的方法，从而抢占先机，出其不意地扭转战斗局势。

试探 以佯装强攻来察看其反应。 抑影 在敌人发起进攻的刹那果断地遏制他。 感染 如果敌人锐气方盛，就要表现得不急不躁。再暗中做好进攻准备，以迅雷不及掩耳之势发动进攻。

扰敌 出其不意，攻其不备。以敌人的心神不宁作为你夺取主动权的有利条件。 威吓 出其不意的巨响，会让敌人在刹那间惊慌失措，从而分散注意力。不论用什么方法都要起到威吓敌人的作用。

缠战 在双方胜负并不十分明朗而越战斗越激烈时，要紧紧纠缠住敌人，使他无法逃出你的控制去另寻其他有利于他的时机。

攻其薄弱 专门寻找薄弱环节下手，再逐步瓦解。 迷惑 指扰乱敌人的心神，不让他有稳定的心态，分散注意力。

三吼 最初一吼，当中一吼和最后一吼。吼声要充满气势和力量。无论佯攻还是怒吼，都是为了扰乱敌人的心神。 之字战 单枪匹马面对从多敌人时，适宜“之”字路线进攻敌人。先追赶并打败一个敌人，再绕到另一侧攻击，如此反复，坚持“之”字路线在短方阵营里行走。

击溃 先要有必胜的信念，一旦发现敌人的弱势，就加强自己的强势，力争从气势上压倒敌人。 出人意料 不要重复使用同样的方法，同种方法，最多用两次，不允许用第三次。

攻心为上 要打垮敌人的意志 另辟蹊径 彻底抛弃原来的路线，把这场战斗当做一场新的战斗，以全新的精神面貌进入到战争中。

大局为重 要心存全局观 无刀 一是指有刀也无法获胜，另指不用刀也能战胜。 身如磐石 要有不可动摇的坚定意志。 风之卷 简单、直接、快速取胜，是“二天一流”的优势所在。 要了解武士之道的真义，要求勤勉和实践。

我的兵法没有什么绝招秘技的，也没有初高级之分，我所强调的是你对兵法精髓的细心体会。 空之卷 “二天一流”的最高境界是，无知无觉空无一物的境界。

这里的空，既是知“无”，又是知“有”。 当扫除一切困惑，达到心中清澈明澈的境界，你的毅力和心智都会得到极大的锻炼，你会变得目光如炬，洞悉一切事物的本质。从此你心中不再会有任何的困惑和黑暗，从而进入正直的“空的境界”。

真正的道，就是直道而行，也就是保持一颗率真的心，这样的心就可以扫除无数的阴影，帮助你看清天地间万物——这才是“空”的境界。

在空明的状态中，善的力量会驱除一切恶行恶念，智慧、真理、道，这三朵奇葩从此在空无一物的清澈大地中盛开。 空，有善无恶 智者有也 理者有也 道者有也 心者空也

2、第一次看兵法类的书，只能羞愧的说，看不懂。全书很短，一个多小时就能看完，但确实看懂的

很少。想要重头再看一遍，却也明白这不是一时半会儿能看懂的事儿——需要时间，需要历练。《五轮书》是日本战无不胜的兵法大家宫本武藏的呕心沥血之作，晚年写于一个山洞中，写完之后一代武神就去世了。书中是讲克敌制胜的，但却不仅如此，世间的道都是相通的，作者也一再强调，所以纵然看不懂兵法，其中的一两点道理还是让人不明觉厉。作者强调的重点似乎有三个：目标，苦练和简单。武士的目标就是战胜杀死对手，所以练习之时不要对某种武器有偏爱，不要注重各种繁杂的技巧，争斗之时要心无杂念，只为胜敌。苦练：一个人，即使并不具备成为“武士”的天赋，只要不断努力，加强自己的文化修养和兵法修养，仍能成为一个合格的武士。简单：身形、心态的简单。摘出来几条有感触的句子。“速度并非真正的兵法战略。提到速度，我们所关心的问题应该是物体移动的快慢能否预期固有的节拍相协调。”速度是用来服务的，是一个工具，有速度只是为了更好的克敌。如果过于追求速度就会舍本逐末，欲速则不达。从今年的健身经验和一些朋友的失败经验中，深刻体会到了“慢就是快”的道理。出发前，想想为什么。“不懂兵法原则，只想依靠刀长的优势，从远距离来战胜敌人，是内心虚弱的人才做的事”。说来好笑，看到这句我第一反应是想到自己每次出门都会乱七八糟带一堆东西，还依旧担心有什么没带。也许吧，内心不够强大，怕东怕西。“你必须具有不可动摇之伟大心魄”。还是说内心的强大。”一旦陷入细节的纠缠，应迅速将其转换到大局上”。“我就是喜欢陷入细节中的人，这句话可以当做警醒。“如果你时常和群敌对战，并学会了怎样把他们逼入绝境，那么，无论是面对一个、十个甚或是二十个敌人，你都能以宁静之心平常待之”。瞬间想到了我最害怕的“多对一”面试，仿佛就是众人围攻的场景。以前想想都怕，现在终于敢面对了，而且也梗着脖子面了那么多次，尽管效果还是不好，但至少有了和群敌对战的经验了，至于怎么成功，又怎么有后来的平常心，只有到那时才知道了。”以今日之我胜昨日之我，明日之我才可胜众人”。进步着就是幸福着。最喜欢的是《兵法之心态》那一章，因为这是我一直在追寻却不得的东西。总是遇事着急，紧张，想要完美，却又达不到。往往在慌乱中，就先输了。所幸现在有了一些勇气，不再逃避了，剩下的伟大心魄就在时间中历练吧。“即使在决斗时也应保持平常练习时的心态，不要有任何改变起伏。心境要保持开阔率直，既不紧张也不懈怠，不要偏向任何一边；心态要平和，舒缓而动。”“露在面上的心要弱，藏在深处的心要强，不要让别人窥破自己的心态”。“要保持内心世界的清纯开朗，站在一个更高的角度去思考问题：就必须时时勤拭心智。只有当你把心智锤炼到能够明辨是非、善恶的时候；只有当你广通诸艺，能不受世人所骗的时候，你才能参透兵法的奥义，成为顶尖剑士。”书中最玄妙的地方应该是关于“道”和“空”，这个是真看不懂。只能凭感觉记一些话了。当你悟得了某个到底，又能不被这个道理所束缚，这就是“空”。所谓道，是指做一切事情的至高无上的方法。诸道都是相通的，拥有广博的知识，就能更好地体悟本门之道。最大的道，就是直道而行。也就是保持一颗率真的童心，这样的心可以扫除无数阴翳，助你看清天地间万事万物——这就是“空”的境界。《五轮书》值得各个职业的人读，果然不错。

3、看完《五轮书》就像是看完一部动作电影，而武藏就是这部电影里的宗师。他将自己的剑道分五卷，貌似讲‘剑’法，实则是在说‘道’。下面是一些书摘：地之卷兵法，与其说是一种技能，不如说是武士的艺术。武士之道，以武为本，兼以修文。武士学习兵法是基于超越为人类的极限。兵法之道，即求胜之道。如果你已经精通了剑法的精髓，那么当你能击败一个对手时，你就能击败千万个对手，击败一个对手的技法和击败千万人的技法没什么不同。兵法的精髓在于触类旁通，举一反三。二刀流是指腰间佩戴的两把刀，太刀和刀(胁差，短一些的刀)。“二天一流”一开始是训练掌握双刀：一只手紧握长刀，另一只手紧握短刀。用刀之道不在于挥刀的速度，过分强调大力劈杀也不是用刀的正确方法，用刀要求因地制宜。二天一流之道就是必胜之道，无论用什么武器，也无论武器的长短。各种兵器的特点任何一种武器都有它的优缺点，因此在选择时不应差别对待或有所偏好，也不要盲目地模仿别人，要尽量选择适合自己的武器。兵法的节拍所有的技能和能力都包含着节拍，即使是空也存在节拍。兵法中蕴含的节拍：首先，要懂得敌我平衡的节拍，还要辩明敌我不平衡的节拍；要看清对方的节拍，还要反制对方的节拍。因此要想在战场上获得胜利，就要巧妙地察觉敌人的打算而且隐藏自己的打算，洞悉敌人的节拍而隐藏自己的节拍。二天一流剑法原则：1. 诚心为思想之本；2. 悟道之途在于修炼；3. 广涉才艺，戒除修炼的障碍；4. 了解各行各业的职业之道；5. 能够辨别世间的得与失；6. 修炼自己判断和理解事物的能力；7. 要能洞悉一切；8. 留心细节小事；9. 不做无用之事。当你的技艺与身体完美地结合时，你用身体的任何部分都能战胜敌人。这是因为你的心智在兵法中得到了锻炼，你在用你的意志战胜敌人。广义的兵法，是让老百姓安居乐业；是让你善于挑选强兵健卒，精通带兵；是维护国家领土完整；是弘扬正义。如果这些事情始终贯穿着不败的精神去协助自己获得

声望，这便是兵法之道。水之卷“二天一流”的精神是以水性为基础运用兵法的实践中去的。兵法的心态任何时候，人都必须保持平常心。无论是在寻常事物还是在刀光剑影中，心里都不能发生任何起伏。心境始终要开阔直率，处于紧张和懈怠的平衡点，不偏不倚，这样就能以不变应万变。不要让精神为身体所累，也不要让身体被精神影响。要注意力集中于心，而不是集中于身。不要让心觉得有所不足，也不要让身体觉得有所多余。露在外面的心要弱，藏在深处的心要强。不要让别人突破自己的心态。要想时刻使自己的内心世界处理清静开阔和状态，站在一个更高的角度去考虑问题，就需要时时擦拭我们的心智。我们的心智修炼要能够明辨是非善恶，认识事物的本质。兵法的姿势对决时的姿势与训练时的姿势保持一致。眼法：要视远如近，视近如远。不看敌人手中的武器就能感觉到武器的存在。要做到即使眼球不动分毫也能准确察知两边的情况。太刀握法：当你拔出剑来时，你的目的只有一个，就是击倒敌人。无论何时，都要以击败对手的心态来握刀。步法：阴阳步法，不要只移动一只脚。要忽左忽右，忽前忽后。右脚前进，左脚则随即跟进；右脚后退，左脚则随即收回。五种体势：上段，中段，下段，左手位，右手位。目的只有一个，杀死敌人。太刀刀法：“通晓太刀之道”是运用两指去随心所欲地控制手中之刀。刀法五技：中段位，上段位，下段位，左侧，右侧。有势无势原则，核心概念是以挥刀斩敌，无论要运用什么或是如何运用，无论是斩击，躲闪，跳跃或突刺，都要争取机会斩杀敌人。以把握战斗机会为关键。一击制胜：找到最佳位时机，集中注意力，攻其不备。第二次跃出：先虚晃一招，然后趁对方紧张后松懈时，冲过去给他致使一击。无念无相斩：双方都身体都处于进攻状态，精神也处理进攻状态，这时不假思索一劈而下。一叶斩：将敌人的刀置于你的意志控制之下。当敌人在你面前摆好姿势意图攻击时，你必须用最强的力量和勇气迎击对方的刀。如果你的意在落对方的刀，则他的刀必然被击落。短臂猿身：手不要伸太远，要求身体动作像猿一样迅速，对方出手前就跃到他的近处。夺取制高点：从气势上压倒对手。刺面：要想着刺对方的脸的信念去攻击，对方会急于躲闪，待对方有了逃避退缩的意图后，你在气势上就胜他一筹，从而掌握先机。刺心脏：如果没有机会攻击脸部时，就改攻击心脏，你的果断进攻会让敌人感受到刀势的凌厉，从而使对方的攻势有所减缓。喝斥：要也出招用力的节奏完全一致。击闪：随着对方的节奏躲闪并伺机攻击，叫做“击闪”。重点在于随着节奏去寻找进攻敌人的机会。以一战多：要注意攻敌的次序，攻击第一个敢于进攻的敌人，同时留意整个局势。一边左右挥舞双刀，一边警惕其他敌人发起的进攻。要牢记设法让敌人排成直线，然后用力将其各个击破，不给他们时间和地方重整阵势。以一战多要像对付单个敌人那样掌握他的节奏，找准他的死穴。把握时机：要仔细观察，逐渐洞悉其中奥妙。人刀合一：身与心平。火之卷要想在战斗中取胜，就必须要有强烈的杀敌动机。即使单枪匹马对付五个或更多敌人，也必须保证取得胜利。位置要站在比敌人高的地方，哪怕只是高一点，这样也可以“俯视”敌人，不管在气势还是视野上都会胜出一筹。尽量把敌人赶到自己的左边，最好让他身后有障碍物。把敌人赶到有障碍物或死角后，要不停地攻击他，不让敌人有观察形势的机会。做到这点，要先观察好地形，而后充分利用地形的便利，抢占先机。三先1. 主动进攻以获得先机2. 当敌人发起进攻，要利用一切可能的条件抢占先机3. 双方都在进攻时抢占先机一是，在悬而未发的状态下抢占先机；二是，防守的状态下抢占先机；三是，对抗状态下抢占先机。“先”是一个策略，要做到“先”，需要有睿智的头脑和强大的力量。压枕其意是不让敌人有抬头的机会。在战斗中，我们要做的就是阻止对方进攻，格挡对方的兵器，脱离对方的控制，同时想方设法使战斗局势有利于己方。要让敌人根本没机会对你发起进攻，要在第一时间判断他的动作，从而采取措施，挫败敌人的意图。穿越激流要认清局势，知己知彼。要保持内心的宁静。了解对手先要了解对手的实力，然后判断对手的意图，进而分析敌我对方在各方面的力量对比，再确定部署。踏住敌人的剑要点是，攻击时要“快”。只要你足够快，无论敌人使用何种武器，都可能被你‘踏’住，动弹不得。要做到这点，必须认清敌人的攻击套路，才可能‘踏’住他的要害。乘胜追击在敌人节奏错乱，行将溃败时，别给他喘息的机会，要抓紧攻击，直到他完全溃败。要精确计算和对敌人行动的了解，要有强大的力量和果断的行动去进行猛烈的追击。变成敌人把自己放在敌人的位置上，从敌人的角度考虑问题。转变思路放弃现有的方法，重新采用别的方法，从而抢占先机，出其不意地扭转战斗局势。试探以佯装强攻来察看其反应。抑影在敌人发起进攻的刹那果断地遏制他。感染如果敌人锐气方盛，就要表现得不急不躁。再暗中做好进攻准备，以迅雷不及掩耳之势发动进攻。扰敌出其不意，攻其不备。以敌人的心神不宁作为你夺取主动权的有利条件。威吓出其不意的巨响，会让敌人在刹那间惊慌失措，从而分散注意力。不论用什么方法都要起到威吓敌人的作用。缠战在双方胜负并不十分明朗而越战斗越激烈时，要紧紧纠缠住敌人，使他无法逃出你的控制去另寻其他有利于他的时机。攻其薄弱专门寻找薄弱环节下手，再逐步瓦解。迷惑

指扰乱敌人的心神，不让他有稳定的心态，分散注意力。三吼最初一吼，当中一吼和最后一吼。吼声要充满气势和力量。无论佯攻还是怒吼，都是为了扰乱敌人的心神。之字战单枪匹马面对从多敌人时，适宜“之”字路线进攻敌人。先追赶并打败一个敌人，再绕到另一侧攻击，如此反复，坚持“之”字路线在短方阵营里行走。击溃先要有必胜的信念，一旦发现敌人的弱势，就加强自己的强势，力争从气势上压倒敌人。出人意料不要重复使用同样的方法，同种方法，最多用两次，不允许用第三次。攻心为上要打垮敌人的意志另辟蹊径彻底抛弃原来的路线，把这场战斗当做一场新的战斗，以全新的精神面貌进入到战争中。大局为重要心存全局观无刀一是指有刀也无法获胜，另指不用刀也能战胜。身如磐石要有不可动摇的坚定意志。风之卷简单、直接、快速取胜，是“二天一流”的优势所在。要了解武士之道的真义，要求勤勉和实践。我的兵法没有什么绝招秘技的，也没有初高级之分，我所强调的是你对兵法精髓的细心体会。空之卷“二天一流”的最高境界是，无知无觉空无一物的境界。这里的空，既是知“无”，又是知“有”。当扫除一切困惑，达到心中清澄明澈的境界，你的毅力和心智都会得到极大的锻炼，你会变得目光如炬，洞悉一切事物的本质。从此你心中不再会有任何的困惑和黑暗，从而进入正直的“空的境界”。真正的道，就是直道而行，也就是保持一颗率真的心，这样的心就可以扫除无数的阴影，帮助你看清天地间万物——这才是“空”的境界。在空明的状态中，善的力量会驱除一切恶行恶念，智慧、真理、道，这三朵奇葩从此在空无一物的清澈大地中盛开。空，有善无恶智者有也理者有也道者有也心者空也

4、转述自P105，“Kendo and Zen”一节禅没有任何修饰，直击事物的本质。没有仪式，也无教义，禅修的收获是非常个人化的。顿悟并不意味着行为上的变化，而是对平凡生活本质的理解。终点亦是起点，最终的奥秘就是最初的简致……最初课亦是最终课，大师与学徒在行为上并无二致。真理周而复始，乃是一个循环……剑道学徒不知疲倦地练习，昼夜挥砍，学习着恶战中的各种技艺，直到最终“有剑”变为“无剑”，“有念”变为“无念”，所剩的仅是各种情形下自然而然反应（终成剑道大师）。最初的教诲成为了最终的真理，而此时（新晋）的剑道大师仍然继续着这最开始的练习，日复一日。我想，宫本武藏最值得称道学习的，应该就是他的“敬”与“笃”了。

5、本书简明、易懂，系《五轮书》的译本，该书为中英两部分，中文部分（加图）共98页，语言翻译不错，有益于快速了解宫本武藏的《五轮书》原著精神。如果在此基础上需要详加了解，可参阅《图解五轮书》。因此，我在阅读完本书后，制作了一个简单的豆列，来表明这个顺序。我自己，是先看《图解五轮书》，总觉得有点不明所以，尤其是对于空之卷，所以，又借到一兵译的这个版本来看，终于明白空之卷原本简单，但是简单的文字值得再三玩味：“空”的本意是没有，它是无始无终，无内无外，无处不在的。青出于蓝而胜于蓝，当你悟得了某个道理，又能不被这个道理所束缚，这就是“空”。因为兵法之道就是自然之道，把身体融于自然，你就会体察到大自然的韵律和不可思议的力量。达到这个境界，你就可以不拘泥于兵法又能随心所欲地发挥兵法的作用，抓住时机，一招制敌。前四卷是教会你兵法，而这一卷是叫你忘记兵法，前四卷教的是“有法”，这一卷教的是“无法”。武士对兵法的理解应该相当准确，然后勤加练习，直到扫除一切困惑，达到心中清澄明澈的境界。此时，你的毅力和心智都会得到极大的锻炼，你会变得目光如炬，洞悉一切事物的本质。从此你的心中不再会有任何的困惑和黑暗，从而进入真正的“空”的境界。真正的道，就是直道而行，也就是保持一颗率真的心，这样的心就可以扫除无数的阴影，帮助你看清天地间万物——这才是“空”的境界。这令我想起冯仑的一句话：不知道事物的规律和逻辑时就不会从容。另外也记录下了二天一流剑法的9个原则：1、诚心为思想之本；2、悟道之途在于修炼；3、广涉才艺，戒除修炼的障碍；4、了解各行各业的职业之道；5、能够辨别世间的得与失；6、修炼自己判断和理解事物的能力；7、要能洞悉一切；8、留心细节小事；9、不做无用之事。我在阅读完本书后，又翻阅了一下《图解五轮书》，感觉两书搭配起来看非常好。因为《五轮书》是宫本武藏原著，所以首先，最好是看原文，了解大意是什么，如果再有不明白之处，可以看辅助的参考书籍，比如图解。在本书中，98页后是英文部分，我的确不明白这部分有什么作用，因为如果是面向英语系读者，单出一本书就好了。不过这部分的插图也不错，所以我就当绘本看了。

6、孙子兵法重防守，五轮书重进攻。孙子兵法重战略，五轮书重战术。孙子兵法重整体，五轮书重个体。孙子兵法重外在，五轮书重内心。孙子兵法重知，五轮书重行。孙子兵法用来布局系统，五轮书用来管理心态。相得益彰，好书力荐。

章节试读

1、《五轮书》的笔记-第1页

笔记如下：

2、《五轮书》的笔记-全书摘录

1. 在宫本武藏的兵法哲学中，没有饿虎扑羊，只有伺机而动。
2. 战前，决战地点的地理形势、气候、光线动向乃至一草一木，他必一一细查，审慎考量。
3. 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。
4. 以剑道通天人之道。
5. 碧潭沉宝镜的剑道之心。
6. 空之道，即空明之道。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。
7. 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，而能面对一切本来面目便是“空”的意思。
8. 人生在世，最怕自以为知。
9. 倘若误以为自己的影子就是对手，只会像狗追自己的尾巴一样打转。
10. 看清事物，看清敌我，看清一切。
11. 一颗平常心
12. 宫本武藏注重“等待”的学习，久等而不躁。
13. 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。
14. 以平常心面对万物之人，没有等与不等之分，当然也没有等待或失望之苦。
15. 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，更准确的说，没有了主被动之分，只是自然反应而已。
16. 二天一流中所谓的“二天”就是指“二天晒日”，指的是太阳和月亮，即阴阳。
17. 未参禅前，见山是山，见水是水；及至后来亲见知识，有个入处，见山不是山，见水不是水；而今得个休歇处，见山只是山，见水只是水。
18. 兵法，与其说是一种技能，不如说是武士的艺术。
19. 世间有无数种道，不同领域的道技术手段或有不同，但道义是一致的。只是人们按照各自的喜好发展着各自的特长。
20. 喜好花哨的技巧或片面地讲求利益是兵法的大忌。
21. 青出于蓝而胜于蓝，当你悟到了某个道理，又能不被这个道理所束缚，这就是“空”。
22. 兵法之道就是自然之道，把身体融于自然，你就会体察到大自然的韵律和不可思议的力量。
23. 学习兵法是为了忘记兵法。
24. “二刀”是学习单手操刀的方法，其目的是让人们在任何一只手挥刀的情况下就能制服敌人。
25. 唯有拥有广博的知识，才能更好地体味本门之道。
26. 所有的技艺和能力都有节奏，即便是空也是有节奏的。
27. 悲剧的发生正是因为某种固有节奏的紊乱。
28. 静时心不静，急时心不急。既不要让精神为身体所累，也不要让身体被精神影响。
29. 应把自己的心态从主观偏见中解脱出来，不要被其固有的反应所误导。
30. 要想时刻使自己的内心世界处于清净开阔的状态，站在一个更高的角度去考虑问题，就需要我们时时擦拭我们的心智。当我们的心智修炼到能够明辨是非的时候，就能掀开罩在一切事物上的面纱，认识事物的本质，这时我们才能明白兵法的真谛。
31. 视远如近，视近如远
32. 挥刀过于迅猛势必造成挥刀困难，要想灵活自如地控制手中的刀，就必须以冷静平缓之势将其挥出。

33. 人刀合一，身与心平
34. 不可动摇，是一切中的最伟大者。
35. 如果你用力过大，就会震脱自己手中的刀，这时你想要再抓稳它，就会使行动变得迟缓。所以在决斗中追求“强有力的打击”是非常不可取的。
36. 猛烈的攻势必然遇到猛烈的抵抗，只有正确的策略才是取胜的根本。
37. 长短本身就是相对的概念。刀的长短没有一定的规定，每个人的力量和自身情况也各有不同。
38. 从根本上说，世上并没有太多杀人的刀法。一个精通兵法的人杀死对手，同一个妇女或孩童所用的姿势不会有太大的区别。
39. 在我的兵法中，讲究简单直接的心态和进攻方式。
40. 开阔视野是至关重要的，如果把目光只局限于一点，势必会被细小的变化扰乱心智，从而失去获胜的机会。
41. 快未必是最好的，最可取的速度是与事物固有规律合拍的速度。真正精通兵法的人是不会盲目求快的。
42. 我们都知道欲速则不达的道理，所以兵法高手并不急于求胜，而是按照兵法的要求从容布局，让一切无懈可击。
43. 如果敌人表现得过于急躁，你要做的正好与之相反。
44. 无论是修炼佛法，还是经历世事，在没有到达终点之前，每个人都觉得自己的体验是最好最正确的。但是一旦以平常心去观察，以天地之理去审视他们的灵魂，我们就会发现其中有诸多执迷的想法其实早已偏离了真正的道。
45. 真正的道就是直道而行，也就是保持一颗率真的心。

3、《五轮书》的笔记-第1页

看完《五轮书》就像是看完一部动作电影，而武藏就是这部电影里的宗师。他将自己的剑道分五卷，貌似讲‘剑’法，实则再说‘道’。

下面是一些书摘：

地之卷

兵法，与其说是一种技能，不如说是武士的艺术。

武士之道，以武为本，兼以修文。

武士学习兵法是基于超越为人类的极限。

兵法之道，即求胜之道。

如果你已经精通了剑法的精髓，那么当你能击败一个对手时，你就能击败千万个对手，击败一个对手的技巧和击败千万人的技法没什么不同。

兵法的精髓在于触类旁通，举一反三。

二刀流

是指腰间佩戴的两把刀，太刀和刀(胁差，短一些的刀)。

“二天一流”一开始是训练掌握双刀：一只手紧握长刀，另一只手紧握短刀。

用刀之道不在于挥刀的速度，过分强调大力劈杀也不是用刀的正确方法，用刀要求因地制宜。

二天一流之道就是必胜之道，无论用什么武器，也无论武器的长短。

各种兵器的特点

任何一种武器都有它的优缺点，因此在选择时不应差别对待或有所偏好，也不要盲目地模仿别人，要尽量选择适合自己的武器。

兵法的节拍

所有的技能和能力都包含着节拍，即使是空也存在节拍。

兵法中蕴含的节拍：首先，要懂得敌我平衡的节拍，还要辩明敌我不平衡的节拍；要看清对方的节拍，还要反制对方的节拍。因此要想在战场上获得胜利，就要巧妙地察觉敌人的打算而且隐藏自己的打算，洞悉敌人的节拍而隐藏自己的节拍。

二天一流剑法原则：

1. 诚心为思想之本；
2. 悟道之途在于修炼；
3. 广涉才艺，戒除修炼的障碍；
4. 了解各行各业的职业之道；
5. 能够辨别世间的得与失；
6. 修炼自己判断和理解事物的能力；
7. 要能洞悉一切；
8. 留心细节小事；
9. 不做无用之事。

当你的技艺与身体完美地结合时，你用身体的任何部分都能战胜敌人。这是因为你的心智在兵法中得到了锻炼，你在用你的意志战胜敌人。

广义的兵法，是让老百姓安居乐业；是让你善于挑选强兵健卒，精通带兵；是维护国家领土完整；是弘扬正义。如果这些事情始终贯穿着不败的精神去协助自己获得声望，这便是兵法之道。

水之卷

“二天一流”的精神是以水性为基础运用兵法的实践中去的。

兵法的心态

任何时候，人都必须保持平常心。无论是在寻常事物还是在刀光剑影中，心里都不能发生任何起伏。心境始终要开阔直率，处于紧张和懈怠的平衡点，不偏不倚，这样就能以不变应万变。

不要让精神为身体所累，也不要让身体被精神影响。要注意力集中于心，而不是集中于身。不要让心觉得有所不足，也不要让身体觉得有所多余。露在外面的心要弱，藏在深处的心要强。不要让别人突破自己的心态。

要想时刻使自己的内心世界处理清静开阔和状态，站在一个更高的角度去考虑问题，就需要时时擦拭我们的心智。我们的心智修炼要能够明辨是非善恶，认识事物的本质。

兵法的姿势

对决时的姿势与训练时的姿势保持一致。

眼法：

要视远如近，视近如远。

不看敌人手中的武器就能感觉到武器的存在。

要做到即使眼球不动分毫也能准确察知两边的情况。

《五轮书》

太刀握法：

当你拔出剑来时，你的目的只有一个，就是击倒敌人。无论何时，都要以击败对手的心态来握刀。

步法：

阴阳步法，不要只移动一只脚。要忽左忽右，忽前忽后。右脚前进，左脚则随即跟进；右脚后退，左脚则随即收回。

五种体势：

上段，中段，下段，左手位，右手位。目的只有一个，杀死敌人。

太刀刀法：

“通晓太刀之道”是运用两指去随心所欲地控制手中之刀。

刀法五技：中段位，上段位，下段位，左侧，右侧。

有势无势原则，核心概念是以挥刀斩敌，无论要运用什么或是如何运用，无论是斩击，躲闪，跳跃或突刺，都要争取机会斩杀敌人。以把握战斗机会为关键。

一击制胜：找到最佳位时机，集中注意力，攻其不备。

第二次跃出：先虚晃一招，然后趁对方紧张后松懈时，冲过去给他致使一击。

无念无相斩：双方都身体都处于进攻状态，精神也处理进攻状态，这时不假思索一劈而下。

一叶斩：将敌人的刀置于你的意志控制之下。当敌人在你面前摆好姿势意图攻击时，你必须用最强的力量和勇气迎击对方的刀。如果你的意在落对方的刀，则他的刀必然被击落。

短臂猿身：手不要伸太远，要求身体动作像猿一样迅速，对方出手前就跃到他的近处。

夺取制高点：从气势上压倒对手。

刺面：要想着刺对方的脸的信念去攻击，对方会急于躲闪，待对方有了逃避退缩的意图后，你在气势上就胜他一筹，从而掌握先机。

刺心脏：如果没有机会攻击脸部时，就改攻击心脏，你的果断进攻会让敌人感受到刀势的凌厉，从而使对方的攻势有所减缓。

喝斥：要也出招用力的节奏完全一致。

击闪：随着对方的节奏躲闪并伺机攻击，叫做“击闪”。重点在于随着节奏去寻找进攻敌人的机会。

以一战多：要注意攻敌的次序，攻击第一个敢于进攻的敌人，同时留意整个局势。一边左右挥舞双刀，一边警惕其他敌人发起的进攻。要牢记设法让敌人排成直线，然后用力将其各个击破，不给他们时间和地方重整阵势。以一战多要像对付单个敌人那样掌握他的节奏，找准他的死穴。

把握时机：要仔细观察，逐渐洞悉其中奥妙。

人刀合一：身与心平。

火之卷

要想在战斗中取胜，就必须要有强烈的杀敌动机。
即使单枪匹马对付五个或更多敌人，也必须保证取得胜利。

位置

要站在比敌人高的地方，哪怕只是高一点，这样也可以“俯视”敌人，不管在气势还是视野上都会胜出一筹。尽量把敌人赶到自己的左边，最好让他身后有障碍物。把敌人赶到有障碍物或死角后，要不停地攻击他，不让敌人有观察形势的机会。做到这点，要先观察好地形，而后充分利用地形的便利，抢占先机。

三先

1. 主动进攻以获得先机
2. 当敌人发起进攻，要利用一切可能的条件抢占先机
3. 双方都在进攻时抢占先机

一是，在悬而未发的状态下抢占先机；二是，防守的状态下抢占先机；三是，对抗状态下抢占先机。“先”是一个策略，要做到“先”，需要有睿智的头脑和强大的力量。

压枕

其意是不让敌人有抬头的机会。在战斗中，我们要做的就是阻止对方进攻，格挡对方的兵器，脱离对方的控制，同时想方设法使战斗局势有利于己方。

要让敌人根本没机会对你发起进攻，要在第一时间判断他的动作，从而采取措施，挫败敌人的意图。

穿越激流

要认清局势，知己知彼。要保持内心的宁静。

了解对手

先要了解对手的实力，然后判断对手的意图，进而分析敌我对方在各方面的力量对比，再确定部署。

踏住敌人的剑

要点是，攻击时要“快”。只要你足够快，无论敌人使用何种武器，都可能被你‘踏’住，动弹不得。要做到这点，必须认清敌人的攻击套路，才可能‘踏’住他的要害。

乘胜追击

在敌人节奏错乱，行将溃败时，别给他喘息的机会，要抓紧攻击，直到他完全溃败。要精确计算和对敌人行动的了解，要有强大的力量和果断的行动去进行猛烈的追击。

变成敌人

《五轮书》

把自己放在敌人的位置上，从敌人的角度考虑问题。

转变思路

放弃现有的方法，重新采用别的方法，从而抢占先机，出其不意地扭转战斗局势。

试探

以佯装强攻来察看其反应。

抑影

在敌人发起进攻的刹那果断地遏制他。

感染

如果敌人锐气方盛，就要表现得不急不躁。再暗中做好进攻准备，以迅雷不及掩耳之势发动进攻。

扰敌

出其不意，攻其不备。以敌人的心神不宁作为你夺取主动权的有利条件。

威吓

出其不意的巨响，会让敌人在刹那间惊慌失措，从而分散注意力。不论用什么方法都要起到威吓敌人的作用。

缠战

在双方胜负并不十分明朗而越战斗越激烈时，要紧紧纠缠住敌人，使他无法逃出你的控制去另寻其他有利于他的时机。

攻其薄弱

专门寻找薄弱环节下手，再逐步瓦解。

迷惑

指扰乱敌人的心神，不让他有稳定的心态，分散注意力。

三吼

最初一吼，当中一吼和最后一吼。吼声要充满气势和力量。无论佯攻还是怒吼，都是为了扰乱敌人的心神。

之字战

单枪匹马面对多敌人时，适宜“之”字路线进攻敌人。先追赶并打败一个敌人，再绕到另一侧攻击，如此反复，坚持“之”字路线在短方阵营里行走。

击溃

先要有必胜的信念，一旦发现敌人的弱势，就加强自己的强势，力争从气势上压倒敌人。

出人意料

不要重复使用同样的方法，同种方法，最多用两次，不允许用第三次。

攻心为上

要打垮敌人的意志

另辟蹊径

《五轮书》

彻底抛弃原来的路线，把这场战斗当做一场新的战斗，以全新的精神面貌进入到战争中。

大局为重
要心存全局观

无刀
一是指有刀也无法获胜，另指不用刀也能战胜。

身如磐石
要有不可动摇的坚定意志。

风之卷

简单、直接、快速取胜，是“二天一流”的优势所在。
要了解武士之道的真义，要求勤勉和实践。
我的兵法没有什么绝招秘技的，也没有初高级之分，我所强调的是你对兵法精髓的细心体会。

空之卷

“二天一流”的最高境界是，无知无觉空无一物的境界。
这里的空，既是知“无”，又是知“有”。

当扫除一切困惑，达到心中清澄明澈的境界，你的毅力和心智都会得到极大的锻炼，你会变得目光如炬，洞悉一切事物的本质。从此你心中不再会有任何的困惑和黑暗，从而进入正直的“空的境界”。

真正的道，就是直道而行，也就是保持一颗率真的心，这样的心就可以扫除无数的阴影，帮助你看清天地间万物——这才是“空”的境界。

在空明的状态中，善的力量会驱除一切恶行恶念，智慧、真理、道，这三朵奇葩从此在空无一物的清澈大地中盛开。

空，有善无恶
智者有也

理者有也
道者有也
心者空也

《五轮书》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com