

Muội-Chời tự vệ



LẠC-HÃ

PHAN-CHÂN-THANH

Phong Hiền - SG 2/2022 - <https://www.facebook.com/groups/chiasesachvothuat/>

LẠC HÀ và
PHAN CHẤN THANH

NỮ GIỚI TỰ VỆ

SÓNG MƠI XUẤT BẢN
1969

PhongHiền - kho sách võ thuật phi lợi nhuận

SÁCH CỦA
Lạc-Hà - Phan-Chấn-Thanh
trong tủ sách **VÕ THUẬT**

ĐÃ XUẤT BẢN :

- 1.— **THÁI CỰC ĐẠO CĂN BẢN**
(KHAI TRÍ In lần thứ hai)
- 2.— **NHỮNG BÍ THUẬT LÀM HỒI SINH**
(In lần thứ hai)
(cứu người bất tỉnh vì trúng đòn, luyện tiếng hét)
- 3.— **KỸ THUẬT THÁI CỰC ĐẠO**
- 4.— **NỘI CÔNG**
- 5.— **THÁI CỰC ĐẠO CHIẾN ĐẤU**
- 6.— **THIỆU LÂM CĂN BẢN**
- 7.— **NỮ GIỚI TỰ VỆ (SÓNG MỚI xuất bản)**

SẴN XUẤT BẢN :

- 8.— **TỰ LUYỆN THÁI CỰC ĐẠO**
- 9.— **NHỮNG MÔN VÕ BÍ TRUYỀN TRÊN THẾ GIỚI**
- 10.— **BÀI QUYỀN THÁI CỰC ĐẠO (từ 0 cấp đến đệ III đẳng)**
- 11.— **ATÊ-MI VÀ NHU THUẬT**
- 12.— **HIỆP KHÍ ĐẠO CĂN BẢN**
(do Giáo sư Koichi Tohei, đệ thập đẳng biên soạn
và Giáo sư Đặng Thông Phong, Chủ tịch Tổng
cục Hiệp Khí Đạo Việt Nam đề tựa)

SẼ XUẤT BẢN :

- 13.— **DANH TỪ VÕ THUẬT LƯỢC GIẢI**
- 14.— **TRIẾT LÝ VÕ ĐẠO**

TỰA

Nước nhà đang lâm cảnh chiến tranh, loạn lạc. Những vụ bắt cóc, hãm hiếp, cướp giết, hành hung... xảy ra hàng ngày. Trước tình thế đen tối ấy, nữ giới không biết cách gì để tự vệ, để giữ lấy danh giá, tính mạng, tiết hạnh của mình. Bởi vậy, các bạn đành cam chịu để mặc cho số mệnh đầy đọa. Hôm nay nạn nhân là bằng hữu của các bạn, là thân nhân của các bạn. Ngày mai, ngày kia, biết đâu tai họa sẽ không giáng xuống tấm thân mỹ miều nhưng mảnh mai, yếu đuối của chính bạn ?

Cuốn **NỮ GIỚI TỰ VỆ** ra đời với hai mục đích :

1.— Chỉ dẫn các bạn gái những phương pháp tránh sự tấn công của bọn bất lương.

2.— Chỉ dẫn các bạn gái làm thế nào để thoát thân nếu bọn bất lương đã tấn công các bạn mặc dầu các bạn đã cẩn thận đề phòng.

Các bạn phải thoát thân, phải sống còn với bất cứ giá nào. Để sống còn, các bạn phải cương quyết thay đổi cái thái độ các bạn thường nghĩ về việc tránh sự tấn công của bọn bất lương cũng như tự bảo vệ lấy mạng sống của mình khi bị tấn công. Bạn phải học cách cư xử theo một cách thể hoàn toàn xa lạ đối với một người phụ nữ văn minh và dễ xúc cảm. Việc sống còn chẳng có chút gì là « đàn bà » trong ấy cả.

Bạn bắt lương sở dĩ thành công là vì chúng biết chắc rằng những nạn nhân đàn bà thường « hành động như đàn bà ». Để cho bạn bắt lương hưởng cái lợi thế to tát ấy tức là khuyến khích chúng làm vậy, tức là đáng cả danh giá, tiết hạnh, và sanh mạng cho chúng,

Đọc kỹ cuốn sách này, bạn sẽ học được cách chuẩn bị về tâm lý cũng như sinh lý để chống trả bất kỳ sự xâm phạm nào. Trong nhiều trường hợp, sự chuẩn bị về tâm lý là khía cạnh quan trọng nhất của thuật tự vệ. Nó đánh tan lòng khiếp hãi và tăng cường trí xét đoán cần thiết cho việc phát họa cách tự vệ của mình, và sau đó mang ra dùng khi bị tấn công. Tóm tắt, nó thay thế sự sợ hãi và lòng khiếp nhược, ý tưởng đầu hàng bằng sự hành động chính xác và quyết liệt.

Bạn cũng sẽ học những kỹ thuật giữ mình cho an toàn. Những kỹ thuật này thường rất quen thuộc đối với các nhân viên thi hành luật pháp, nhưng lại tương đối xa lạ đối với một người đàn bà trung bình. Hầu hết những kỹ thuật này thực sự là một vấn đề của lương tri và thận trọng.

Mặc dầu đàn ông thường coi phụ nữ là hạng người đáng trí và khinh xuất, bạn cũng biết rất rõ rằng đàn bà có khả năng tổ chức và hoạch định. Điều ấy đã được chứng tỏ trong việc cai quản nhà cửa, săn sóc chồng con. Nếu không có cái khả năng đó, sao họ lại được gọi là « nội tướng » ? Bạn có thể đưa cái khả năng đó vào việc đề phòng sự tấn công của bạn bắt lương và chống trả khi gặp chuyện. Chương II sẽ mách bạn những cách đề phòng căn bản, thận trọng khi ở nhà cũng như khi ra ngoài.

Nếu, mặc dù đã đề phòng cẩn thận, bạn vẫn bị tấn công, cuốn *NỮ GIỚI TỰ VỆ* sẽ chỉ dẫn bạn cách dùng những món khí giới mà bạn không bao giờ ngờ tới, dù bạn đã luôn luôn mang theo trong người. Những món khí giới này được nghiên

cứu đầy đủ, chi tiết trong những chương kế tiếp, đề cập đến tất cả, từ cây dù cho đến những vật dụng nhỏ nhoi đựng trong chiếc ví tay của bạn. Khi được sử dụng một cách hợp lý, những vật dụng quen thuộc này sẽ trở nên những món khi giới giết người dùng để tự vệ một cách hợp pháp.

Cuối cùng, bởi vì có nhiều khi các bà, các cô không có một vật gì trên tay hoặc không sử dụng được món khi giới nào (chẳng hạn đang khi tắm, thay quần áo, nằm trên giường, hay bị một tên bất lương thành linh đứng phía sau ôm chặt), bạn cũng sẽ học cách tự vệ bằng tay và chân không cộng thêm đức bình tĩnh và lòng quả quyết.

Một số phụ nữ có thì giờ rỗi rảnh hoặc ham thích võ nghệ thường đi học Nhu đạo, Thái cực đạo, Hiệp khí đạo... Nhưng dù sao đi nữa họ cũng mất một số thì giờ đáng lẽ phải dành để lo săn sóc chồng con, cai quản nhà cửa. Bởi vậy, trong chương VII chúng tôi trình bày một số đòn căn bản để các bà, các cô có thể thoát thân, dù bị tấn công từ sau lưng, bên hông hay trước mặt.

Tất cả những đòn kể trên đều rất dễ học, và nhất là dễ nhớ. Tuy rất giản dị, nhưng chúng đã được lựa chọn với chủ đích gây thương tích tối đa cho bọn bất lương. Nếu những đòn này được tung ra chính xác, bạn sẽ vượt khỏi bàn tay dơ bẩn của bọn bất lương và chạy đi một cách dễ dàng để giữ lấy sự yên ổn cho thân mình. Các bạn sẽ ngạc nhiên mà hỏi : « Chạy sao ? » — Vâng, nếu được, bạn hãy chạy đi, tránh xa bọn bất lương đi. Các bạn hãy nhớ điều trước đây chúng tôi đã nói : phải sống còn với bất cứ giá nào ; và nếu chạy để giữ lấy sinh mạng là cách chắc chắn và ít nguy hiểm nhất để sống còn thì bạn không nên ngại gì mà chẳng vọt giò lên cõ.

Thuật tự vệ chỉ được đem ra dùng khi nào cần thiết. Nhiều người đàn bà bị bọn côn đồ đánh trọng thương hoặc giết chết

chỉ vì đã khư khư giữ lấy ví tiền của mình, ngay khi chúng chỉ muốn có bấy nhiêu đó mà thôi.

Không có gì bạn mang theo trong người có giá trị bằng sự sống và tiết hạnh của bạn. Nếu tên bắt lương chỉ muốn có túi tiền của bạn, hãy quăng tiền xuống đất và chạy đi, nhất là khi hắn có vũ khí. Thường thường, không bao giờ hắn đuổi theo bạn mà phải tìm cách chạy trốn. Nếu quả thật hắn còn muốn làm hại bạn đi nữa, thì khoảng thời gian hắn cúi xuống nhặt ví tiền cũng đủ cho bạn thoát thân. Nếu bạn còn chần chờ đường đó, hắn sẽ bạo dạn hơn vì sự thành công dễ dàng vừa rồi sẽ sanh chứng « được voi đòi tiền ». Hoặc hắn sẽ đánh đập bạn để dần mất bạn, làm cho bạn hoảng sợ chẳng dám ra làm chứng chống lại hắn nếu sau này hắn bị bắt giữ.

Rất có thể hắn sẽ bị bắt sau này ; bởi vậy, hãy cố gắng nhớ hình dạng của hắn, quần áo, những điểm đặc biệt, đồ trang sức... Những chi tiết ấy sẽ giúp cảnh sát nhận ra hắn sau này. Nếu có hai tên, bạn hãy tập trung chú ý vào một tên mà thôi — như vậy bạn sẽ dễ nhớ hơn. Nếu chúng dùng xe, hãy nhớ xem coi màu như thế nào, kiểu, số, nếu có và hướng xe chạy lúc đó.

Nhưng nếu tiền không chưa đủ, tên bắt lương rõ ràng còn muốn hơn thế nữa, bạn sẽ không chớ hấn gì cả. Hãy la hét, vùng vẫy, chống trả với tất cả sức lực và cương quyết của bạn, phá vòng vây, chạy đi để giữ lấy tính mạng, danh giá và tiết hạnh của bạn.

TÂM LÝ TỰ VỆ



CHƯƠNG I

Chuẩn bị về tâm lý có nghĩa là trí óc đã ở vào trạng thái có thể nhận thấy rõ mức độ nguy hiểm thật sự của cuộc chạm trán và biết đích xác phải đối phó như thế nào. Như chúng tôi đã nói ở trên, đối với người phụ nữ, sự chuẩn bị về tâm lý khó khăn hơn sự chuẩn bị về sinh lý.

Giá trị cốt yếu của sự chuẩn bị về tâm lý là nó tiêu diệt hẳn sự khiếp đảm vô lý, nguyên nhân chính của trạng thái bất động của thể xác và bất định của tâm trí. Để cho một tên bất lương khởi đầu cuộc tấn công của hắn một cách trôi chảy như vậy, bạn sẽ không bao giờ còn mong trấn áp hắn được nữa.

Sự chuẩn bị về tâm lý, trái lại, tăng cường lòng tự tin; tự tin sẽ làm làm cho trí phán đoán lạnh lẽ, sáng suốt và khiến cho lòng quả quyết của bạn thêm sắt đá. Nó cũng sẽ biến một phụ nữ xưa nay vốn bản tánh nhu mì trở nên một người biết vứt bỏ lòng thương hại vô lối. Điều ấy khiến cho người phụ nữ chống trả quyết liệt, có thể đánh tên bất lương đến tàn phế hoặc giết hẳn nếu thấy cần. Bởi vậy, điều quan trọng là phải nhận thấy sự hiểm nghèo của

tình thế và phải biết cách hành động như thế nào : trong khi
đụng độ, một là bạn chết, hai là tên bắt lương phải chết.
Nếu bạn cảm thấy hoàn toàn rằng sự sống và con người
của bạn có giá trị hơn — đối với chính bạn, với gia đình bạn,
với bằng hữu của bạn, với xã hội — sự sống của tên bắt lương,
bạn sẽ có ý tưởng đầu hàng hoặc buông thả cho hắn giết chết.

Bạn phải sống còn, dù cho bạn phải hạ tên bắt lương
mức nào đi nữa cũng được. Không bao giờ bạn nên quên rằng
chính bạn là nạn nhân của vụ hành hung, là nạn nhân của
hắn. Hành động một cách nhân đạo, rút ròi trong những trường
hợp như thế này là phi lý.

Sự chuẩn bị về tâm lý kích thích óc sắp đặt và tiên liệu.
Nếu bạn cảm thấy vững dạ, bạn có thể tránh được bao nhiêu
lầm lỗi khi phải đương đầu với bọn bắt lương. Để tránh những
điều sai lầm ; bạn phải luôn luôn tự nhủ rằng bạn có thể bị
đánh trọng thương hoặc bị hắn giết chết.

Nói tóm lại, khi bạn cảm thấy vững dạ, bạn có thể nghĩ
ra mọi cách để tránh vụ hành hung của bọn bắt lương và một
khi đã không tránh khỏi, sự hiểu biết rành mạch về những
đòn tự vệ sẽ giúp bạn thoát thân một cách dễ dàng.

Muốn cho mình được vững dạ, bạn phải tập luyện mới
được. Chúng tôi đề nghị bạn hãy thường tưởng tượng bạn sẽ
làm gì nếu bạn bị một tên bắt lương tấn công. Bạn có thể lấy
đó làm một trò chơi trong khi đi phố, khi bước vào thang máy,
hoặc khi nằm trong phòng kín ban đêm. Hãy tự hỏi mình những
câu như thế này khi bạn đi phố mua hàng : Mình sẽ làm gì
nếu có một tên bắt lương từ trong lối đi trước mặt kia nhảy
ra vỗ mình ? Mình sẽ tự vệ cách nào nếu có hai tên tấn công
một lúc ? Trái với điều giới phụ nữ thường nghĩ, trong một
tình thế như vậy luôn luôn có những qui tắc phải theo.

Nên nhớ rằng sự thành công của một cuộc tấn công do hai tên (thường rất vụng về và không ăn nhịp bởi vì bọn này phần đông chỉ là phường liều lĩnh chứ không phải là bọn đấm đá chuyên nghiệp) tùy thuộc vào khả năng của *cả hai*. Bởi vậy bạn nên dồn hết sức lực để đánh cho trọng thương một tên, tên kia một là sẽ chạy trốn, hai là đến cứu giúp tên nọ trước khi chú ý đến bạn. Dĩ nhiên đó là khoảng thời gian bạn phải lợi dụng để tẩu thoát.

TRONG HAI TÊN, BẠN SẼ ĐÁNH TÊN NÀO ?

Luôn luôn chọn tên *hánh hung* bạn, chứ không phải tên nắm giữ bạn. Tên nắm giữ bạn tức là tên đang sau nắm áo bạn, giữ vai bạn, nắm tay bạn chẳng hạn, sẽ được «*tính*» sau.

Và sau khi đọc những dòng này, bạn phải nhớ nắm lòng rằng có thể bạn sẽ dùng một vài đòn tâm lý để trấn áp bọn bắt lương hoặc làm cho chúng lơ đãng trong chốc lát :

1.— *La hét* : đàn ông đấu võ với nhau, các chiến sĩ đánh kiếm với nhau họ đều hét lên những tiếng rùng rợn, vang dội để làm cho địch thủ bối rối. Khi tập những động tác tự vệ, dù là với kni giới hay với tay không, bạn cũng nên hét lên một tiếng khi đánh. Tiếng hét không những làm cho tên bắt lương lơ đãng và sợ hãi mà còn thắt chặt các bắp thịt bụng của bạn và tăng thêm sức lực cho những đòn bạn tung ra.

2.— *Quăng ném đồ vật* : ngoài đường, bạn có thể quăng vào mặt tên bắt lương một nắm sỏi, một viên đá, nắp thùng rác, hay bất cứ món gì trong tầm tay bạn. Khoảng thời gian bạn chiếm được nhờ mảnh lời này có thể đủ để bạn chạy thoát thân hoặc làm cho tên bắt lương sơ hở do đó bạn có thể tung ra một đòn chính xác và quyết liệt. Ở trong nhà, có biết bao nhiêu đồ vật bạn ném vào đầu hắn.

3.— *Đòn nhử* : khi tập tự vệ ở nhà, bạn nên chú trọng đến kỹ thuật dùng đòn nhử. Giản dị nhất, bạn có thể đưa tay trái ra trong khi định đánh bằng tay phải, hay ngược lại. Lần đầu tiên ăn đòn vì bị bạn lừa, tên bất lương sẽ bị bối rối và không dám coi thường bạn. Khi thấy bạn đủ sức lừa hấn một võ dau như vậy, hấn sẽ ngần ngại trong việc tiếp tục tấn công bạn.

Tóm tắt chương này, chúng tôi đưa ra đây ba định luật bạn cần phải nhớ thật kỹ :

1.— *Bạn có thể bị tấn công bất cứ lúc nào, bởi vậy phải đề ý coi chừng và phải biết trước những động tác nào sẽ đem ra đối phó trong lúc hiểm nghèo.* Nói thế không có nghĩa là bạn đi phố trong một tình trạng lơ âu thường trực, thấy bóng ai cũng tưởng là một tên bất lương lấp ló, mà có nghĩa là bạn phải cao cảnh giác như sự thật. Mấy năm gần đây, ở ngoại ô cũng như trong thành phố, bao nhiêu vụ cướp bóc, hăm hiếp, bắt cóc, hành hung đã xảy ra. Bởi vậy đừng nên lơ là đối với những dấu hiệu của sự nguy hiểm. Có thể một sự hành hung dữ tợn tiếp theo đó. Đừng phó mặc cho may rủi. Phần nguy cao hơn phần an quá nhiều.

2) *Mọi sự tấn công vào thân thể bạn đều phải được xem là có mục đích giết bạn.* Trong một cuộc hành hung, không thể nào đo lường được mức độ mà tên bất lương muốn làm hại bạn. Bởi không có cách nào biết rõ, nên thái độ thận trọng hơn cả là xem mọi sự xúc phạm như là xúc phạm đến tánh mạng của bạn. Nhiều khi tên bất lương rất cần tiền hay đồ đạc, và hấn sẽ làm đủ mọi cách để lấy cho kỳ được.

Sự kiện hấn dám liều lĩnh làm một chuyện phi pháp như vậy đủ chứng tỏ rằng hấn ham muốn tiền bạc đến mức nào !

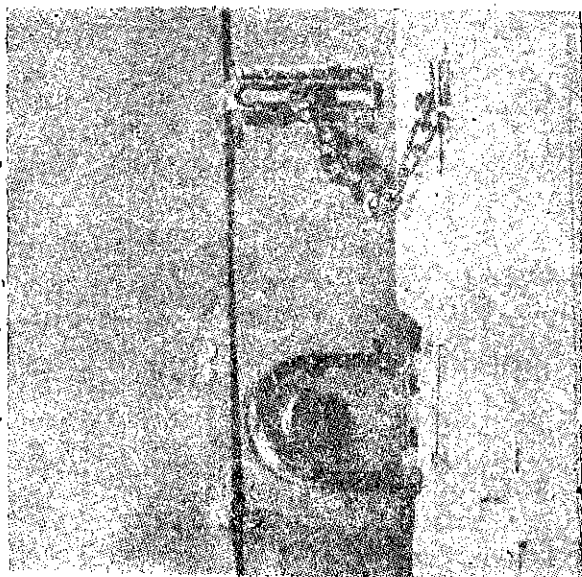
Bởi vậy, nếu bạn chống trả mãnh liệt, không có gì bảo đảm rằng sự việc sẽ không kết thúc bằng cái chết của bạn.

3) Bởi vì đòn đầu tiên tung ra trong một cuộc hành hung thật sự là đòn quan trọng nhất, nên bạn phải đánh trước. Nếu một vụ hành hung đã xảy ra và bạn đã đánh trọng thương tên bất lương khi hắn chưa làm được gì, hắn sẽ mất đi lòng hăng hái lúc đầu. Không những bạn đã làm cho hắn mất hết can đảm, bạn còn tỏ cho hắn thấy rằng bạn cương quyết đến mức nào. Bởi vậy, bạn hãy xóa tan cái thành kiến sai lầm là mình không bao giờ nên đánh trước. Việc sống còn của bạn quan trọng đến nỗi nó không dính líu gì đến những thứ sáo ngữ, đến tính quân tử Tàu ấy cả. Dĩ nhiên, trường hợp những người giỏi võ và biết chắc rằng tên gây sự với mình không đáng vào đầu thì, lại khác.

Hãy ráng đánh cú đầu cho trúng đích và đánh mạnh hết sức bạn. Đừng nản chí nếu cú đánh đầu không tỏ ra có hiệu quả ngay. Đánh lại lần nữa. Trong nhiều trường hợp, hiệu quả của các đòn tung ra không kịp xuất hiện trong vài giây đồng hồ sau đó.

Tuy nhiên, nếu cú đánh có hiệu quả, bạn hãy đi ngay về nhà, hoặc tránh xa càng lẹ càng tốt nơi đã xảy ra cuộc hành hung. Rất có thể tên bất lương sẽ tỉnh dậy; bạn chỉ được bình yên sau khi đã bước vào nhà, khóa chặt cửa.

**NHỮNG PHƯƠNG PHÁP THÔNG THƯỜNG
ĐỂ NGĂN NGỪA BỌN BẤT LƯƠNG**



CHƯƠNG II

Những vụ hành hung, hãm hiếp, giết chóc... thường chỉ dùng một số phương pháp đề phòng cũng đủ ngăn ngừa được. Nhiều người đàn bà đã bị cướp giết, bị đánh trọng thương, bị giết chết vì không biết đến những phương pháp ấy, hoặc vì bất cẩn. Các bạn, nếu muốn được an lành, không thể không lưu tâm đặc biệt đến những cách đề phòng sau đây. Hãy đọc những dòng này với tất cả chú ý của bạn.

1.— Báo ngay với cảnh sát nếu thấy có kẻ khả nghi rình rập quanh nhà bạn.

2.— Nếu nhà có điện thoại, hãy ghi số điện thoại của cảnh sát cấp cứu vào một mảnh giấy nhỏ và buộc vào máy.

3.— Ban đêm, khi đi một mình, luôn luôn đi đứng ở vùng có ánh sáng, tránh những lối đi tắt.

4.— Làm quen với những nhà láng giềng trong khu bạn ở và nếu được, cả trong khu bạn thường đi qua. Phải biết trong vùng bạn ở, những tiệm nào còn mở cửa ban đêm, và cho đến mấy giờ. Điều này giúp bạn có thể dự tính sẽ về đường nào an ninh nhất khi trời tối.

5.— Nếu bạn sống với đức lang quân, anh em trai, hay thân phụ, hãy cho họ biết bạn sẽ về nhà vào lúc mấy giờ để họ đón bạn ở trạm xe buýt.

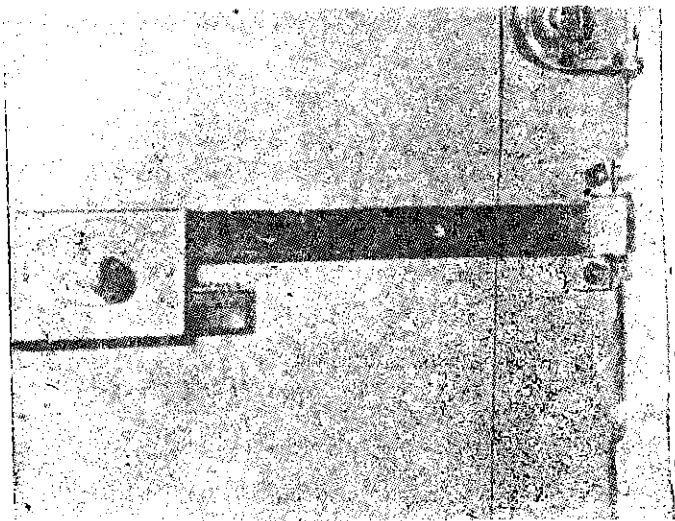
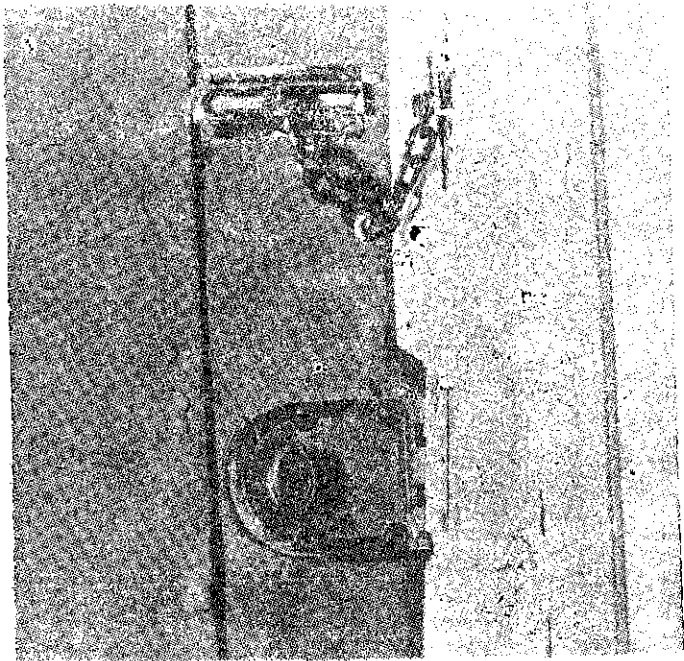
Nếu bạn sống trên lầu, trong một bing ding, đi lên bằng thang máy, hãy nhờ người nào đón bạn ở dưới đường để đưa bạn lên lầu.

6.— Không bao giờ, bất cứ vào trường hợp nào, mở cửa cho một người lạ vào phòng nếu bạn đang ở nhà một mình.

7.— Nên có một lỗ nhỏ nơi cửa, sắp đặt thế nào để bạn có thể thấy được người đứng ngoài cửa.

8.— Phải chắc chắn rằng ổ khóa nơi cửa nhà bạn do thợ chuyên môn ráp.

9.— Khóa phải thật mạnh, chắc; tránh dùng những ổ khóa có mã đẹp nhưng nhỏ và yếu hoặc dễ gãy.



Ban đêm, nếu dùng một ổ khóa có dây xích như trong hình 3 thì tốt lắm. Dây xích vừa đủ dài để bạn có thể hé ra nhìn bên ngoài nhưng không đủ chỗ cho người bên ngoài nhét vật gì vào nhà hoặc lách người vào nhà được.

10.— Cửa sổ cũng phải có ống khóa hoặc chốt sắt thật chắc nếu bạn nhận thấy kẻ gian phi có thể leo vào bằng dây thừng, bằng thang...

Mặc dù cẩn thận là tốt, nhưng cũng đừng quên chữa lối thoát khi bị hỏa hoạn. Những lối thoát này phải được gài bằng những cây chốt hoặc ổ khóa rất dễ mở. Đề phòng trường hợp đánh mất chìa khóa trong đêm tối, hoặc quên không biết mình để nơi đâu. Chìa khóa phải có chỗ để nhất định, dễ lấy.

11.— Khi đi vắng, không bao giờ nên để chìa khóa dưới tấm thảm lau chân, trong thùng thư hoặc những chỗ gần cửa. Đó là những nơi bọn gian phi hay lục lọi để kiếm chìa khóa của bạn.

12.— Nếu bạn sống trong một khu phố chật hẹp, đông đúc, và ở nhà một mình, luôn luôn bạn nên đóng cửa. Dù bạn có ra đằng sau một lát để đổ rác, hoặc qua nhà hàng xóm xin tép tỏi, bạn cũng khóa cửa lại cái đã. Kẻ gian phi sẽ rình bạn bước đi là lén vào nhà.

13.— Chỉ nên dùng người làm quen biết, hoặc do những người đáng hoàng giới thiệu.

14.— Đừng khoe tiền giữa những nơi công cộng. Nếu bạn đi mua sắm một món đắt tiền, hãy đếm trước ở nhà, xếp lại, sẵn sàng để mở ví ra là lấy giao cho người bán ngay.

Cũng đừng nên mang nữ trang đắt giá trừ khi có đàn ông đi theo hay có xe đưa đi, rước về.

15.— Khi đi xe buýt, ở nhà hàng, tiệm nước, hoặc đi coi hát, luôn luôn để ví tay trong lòng, đừng để nơi chỗ ngồi bên cạnh.

16.— Ăn mặc thật đoan trang khi đi ra ngoài một mình. Những bộ quần áo hở hang, hoặc bó sát quá nên dành khi nào đến gặp... « hoang tử » của lòng bạn hãy mặc. Quần áo chật chằng những « mồi » người ta làm chuyện bất lương mà còn làm cản trở bạn trong khi tự vệ hoặc chạy thoát thân.

Không bao giờ nên mang vào cổ dây chuyền hoặc bất cứ thứ dây gì quá chắc; bạn sẽ bị thắt cổ vì chúng.

17.— Ban đêm, hãy bỏ mảnh mảnh xuống, và đừng nhỡn nhìn nơi cửa sổ nếu ăn mặc qua hở hang, kêu gọi.

KHI ĐI RA NGOÀI

1.— Đi bộ : ngoài việc phải đi đứng nơi có ánh sáng đầy đủ, bạn còn phải đi sát lề đường (nghĩa là càng gần mặt lộ chừng nào càng tốt), để tránh bọn bất lương thỉnh lình ở trong hành lang hay bóng tối các gian hàng đóng cửa nhảy ra vồ lấy bạn. Bạn có thể đi ngay giữa lộ nếu vắng xe.

Nếu bạn thấy có người đáng khả nghi rình rập đằng trước, và đường phố lúc bấy giờ quá vắng vẻ, hãy quay lại, đi trở về. Sau đó, bạn có thể trở lại hoặc thuê xe mà đi. Nếu bạn nghĩ rằng bạn bị một người đi theo bạn, hãy chạy ! Bước khởi đầu ấy có thể cứu thoát bạn. Nếu không ai đuổi theo, càng hay.

Nếu có người đi theo bạn trong một đám đông, bạn hãy vào một cửa tiệm, nói với người bán hàng. Nếu có thể, gọi cảnh sát. Đừng xấu hổ vì mình lăm. Cảnh sát họ còn lăm gấp nghìn, gấp vạn lần như thế nữa !

Giày, guốc cao gót thường làm cho bạn khó chạy. Ban đêm bạn nên mang dép mỏng gót. Nếu không thể mang như vậy được vì bạn phải đi đến nơi hẹn, hoặc đi làm về, hãy mua một đôi dép mỏng, bỏ vào xách. Khi phải đi qua một vùng không được sáng sủa lắm, hãy mang dép vào. Bỏ một chiếc guốc hoặc dây cao gót vào xách, cầm chiếc kia trên tay. Đó là một món khí giới lợi hại, như các bạn sẽ thấy lợi hại sau này.

2.— *Xe buýt* : nói chung, xe buýt là một phương tiện di chuyển kể vào loại an lành nhất. Nguy hiểm chỉ xảy ra khi bạn đứng chờ xe, nơi những trạm đèn đỏ không được sáng sủa lắm mà thôi. Để tránh điều đó, bạn hãy gắng làm sao chờ xe càng ít càng tốt.

3.— *Xe nhà* : khi lái xe một mình, bạn phải khóa tất cả cửa xe và quay kính lên chỉ còn chừa độ một tấc tây.

Nếu xe bạn bị banh, mở ca-bô lên làm dấu hiệu bạn đang ở vào một tình thế túng cùng, rồi trở vào ngồi trong xe, khóa cửa, quay kính như đã nói trên. Đừng để đèn, bình ắc-qui sẽ cạn đó. Khi có một chiếc xe chạy qua, bạn hãy rọi đèn hoặc nhận còi. Nên tìm xe cam nhông hoặc xe hàng mà làm hiệu để họ ngừng lại giúp bạn. Đừng nên thay bánh trên đường vắng. Và nên nhớ rằng những điều này phải được áp dụng ban đêm cũng như ban ngày.

Trước khi ra đi một chuyến xa, phải xem lại xăng nhớt, nước. Kỳ hơn nữa, nên mang theo một cây can ngắn, hoặc một cây dù dấu trên xe, bên cạnh bạn. Như bạn sẽ thấy những thứ này là những món khí giới rất lợi hại.

Khi đậu xe, phải khóa tất cả các cửa. Cố gắng đậu chỗ nào sáng sủa và gần nhà bạn hay nơi bạn đến nhất. Hãy nhớ rằng chỗ bạn đậu xe ban ngày sẽ khác hẳn lúc đêm xuống.

4.— *Tắc xi* : tài xế tắc xi thường có giấy tờ đường hoàng, nên có thể tin tưởng ở phương tiện di chuyển này. Trong những thành phố có tắc xi có giấy phép, hãy tránh xa những chiếc không giấy phép.

Nhiều người dân bà thường dặn tài xế đứng đợi cho đến khi họ vào nhà yên ổn rồi mới chạy. Nếu bạn sống trên lầu trong một bing dinh, bạn có thể nhờ tài xế « hộ tổng » bạn đến tận cửa, hoặc chỗ có thang máy. Nhớ chi tiền cho bác ta khá và vui vẻ một chút nhé !

KHI Ở NHÀ

1.— *Khóa, chia khóa* : thêm vào những lời dặn về vấn đề ống khóa trước đây, là những điều sau đây : nếu bạn đánh mất chìa khóa, hãy thay ổ khóa khác ; bạn hãy nhắc nhở người bạn cùng phòng hoặc người nhà bạn thường khóa cửa như bạn ; bản lề cửa phải ở bên trong nhà.

Nếu nhà bạn có cửa kính dẫn ra sân thượng hoặc vườn hoa, phải làm thêm một tấm cửa bằng gỗ hoặc sắt cho chắc chắn phía bên ngoài và đóng kỹ khi đêm tối hoặc khi bạn không có ở nhà.

2.— *Thang máy* : như chúng tôi đã nói ở trên, nên nhờ một người nào đón bạn ở dưới đường nếu bạn phải dùng thang máy, lại về trễ trong lúc đêm hôm.

3.— *Khi bạn sắp đi xa* : dặn người ta ngưng gọi sữa và báo ngay hôm bạn lên đường. Dặn trước, hoặc gọi thư, gọi điện thoại, đừng viết một miếng giấy gài lên cửa ; bọn gian phi nhờ đó mà biết bạn vắng nhà. Dặn nhà bưu điện giữ thư của bạn lại hoặc gọi theo địa chỉ mới cho bạn. Một thùng thư

đây ấp là dấu hiệu tỏ cho bọn gian phi biết bạn đang vắng nhà. Đừng buông hết mảnh mảnh xuống. Nhờ các nhà láng giềng thỉnh thoảng trông nhà hộ.

4.— *Khi bạn đi vắng bạn tối* : để một ngọn đèn cháy. Đừng mở radio hoặc TV rồi bỏ đấy. Khi hết chương trình mà TV còn mở thì có khác gì bạn tố cáo cho bọn gian phi biết bạn gạt chúng đó, chứ bạn không có ở nhà ! Cũng đừng viết giấy gài lên cửa cho bất cứ ai.

5.— *Khi trộm đã vào phòng* : nếu tình cờ bạn tỉnh giấc, thấy có một tên gian phi trong phòng, và hẳn không biết bạn đã thấy hắn, hãy nằm im cho đến khi nào bạn chắc chắn rằng hắn chỉ muốn trộm đồ đạc, tiền của mà thôi.

KHI Ở NGOÀI PHỐ

Tránh xa mấy cái ba, quán rượu ; đừng làm quen với người lạ, đừng nhận lời cho người ta chở về hộ.

Nếu bạn đi xi nê hoặc xem hát một mình, cố tìm một chỗ ngồi gần lối đi, cạnh một gia đình càng tốt. Đừng ngồi trong góc tối với tụi nhóc vị thành niên. Nếu có kẻ bậy bạ, hãy la lên, đổi chỗ ngồi cho xa.

NHỮNG MÓN KHÍ GIỚI TÙY THÂN

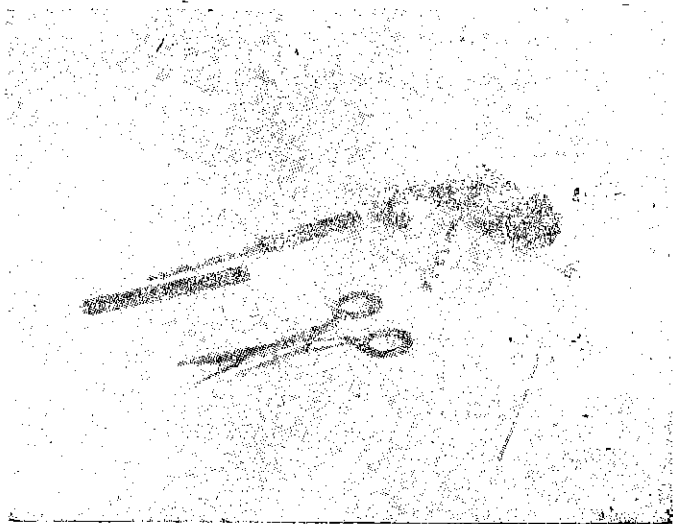


CHƯƠNG III

Một sự kiện không ai chối cãi được là các bà, các cô mang trên người và trong chiếc ví của mình cả một... kho vũ khí ! Trong số những món dùng có hiệu quả nhất, ta có thể kể : cây dù, chiếc trâm cài đầu, bút nguyên tử, cái mở nút chai, tờ báo cuốn chặt, sách bìa cứng, cây cần...

Tất cả những vật dụng trên đây, khi hữu sự, sẽ trở thành những món binh khí vô cùng lợi hại trong tay các bạn gái. Bởi tầm quan trọng của chúng, ta sẽ dành mấy chương sau để nghiên cứu kỹ từng món một.

Ở đây, chúng ta sẽ phân tách những món khác ít hiệu quả hơn. Những món này, trong nhiều trường hợp, không thể làm cho kẻ hành hung bạn bị thương hoặc tàn tật được ; nhưng nếu dùng đúng cách sẽ làm cho hắn đau đớn dữ dội và bạn có thể thừa dịp ấy mà thoát thân.



Một vài món vũ khí tày thần

1.— *Lược kim khí* : trong khi tên bắt lương đến gần sát bạn, hoặc đã ôm bạn, vật dụng này sẽ trở thành một món binh khí rất có hiệu quả.

Cách dùng : cầm thật chặt, đưa phía có răng cào một cú cho đích đáng vào mặt hắn.

2.— *Điều thuốc đang hút dở* : di dầu lửa vào mắt, vào mặt, vào tay hắn, hoặc bất cứ chỗ nào không có áo quần trên người hắn.



Điều thuốc dùng như một món binh khí

3.— *Vi tay* : dễ có thể đạt đến mức hiệu quả cao nhất, bạn nhớ đừng bao giờ quơ vi đập ngang như khi cầm một cây gậy. Cũng đừng nên giáng xuống đầu hấn, vì như vậy không làm cho hấn đau đớn bao nhiêu.

Trái lại, hãy thúc mạnh vi vào mặt, vào bụng hay vào hạ tên bất lương. Cầm chiếc vi thật chặt bằng cả hai tay.



Thúc chiếc vi vào mặt tên bất lương



Bạn cũng có thể thúc chiếc ví vào bụng tên bất lương

4.— *Giỏ, túi xách tay* (dùng khi đi chợ, đi phố...) :

Hai tay nắm quai giỏ, quất mạnh vào người hấn. Nếu đồ đạc ở trong vung vãi ra ngoài càng hay. Những rau cải, hàng hóa... tung tóe ra đất sẽ làm cho hấn đứng trí.

Nếu tên bắt lương dùng dao, chiếc túi này có thể dùng để đỡ, như một cái mộc.

5.— *Chìa khóa* : những chiếc chìa khóa dài (như chìa khóa cửa) có thể dùng để đâm vào mắt hoặc cào thật mạnh vào mặt hấn.

6.— *Kéo* : một thứ khi giới giết người nếu nhắm vào mặt hoặc cổ họng tên bắt lương.

7.— *Nhẫn và đồ trang sức* : những miếng ngọc hay kim cương nạm vào chiếc nhẫn của bạn cứng và bền vô cùng. Bởi vậy, mang nhẫn đánh xước qua mặt tên bắt lương sẽ làm cho hấn đau đớn vô cùng, có khi làm đổ máu. Tuy nhiên, đòn tự vệ đó không làm cho hấn bị tàn phế ; nó chỉ cảnh cáo cho hấn thấy rằng bạn cương quyết chống trả, và do đó, hấn bị mất tinh thần.

Các bạn hãy quan sát kỹ những món trang sức của mình như trâm cài đầu, hoa tai ; tất cả có thể dùng làm khi giới tự vệ luôn luôn sẵn có bên mình,

8.— *Dao rọc giấy* : đây là một lưỡi dao bào gắn vào một cái cán bằng thiếc mỏng, dùng để rọc sách, báo. Loại dao này có thể làm cho tên bắt lương bị thương, bị đổ máu, nhưng cơn đau không đủ sức khiến cho hấn để bạn yên thân. Nếu trong túi có sẵn một con, bạn cứ lấy ra dùng trong khi nguy khốn, nhưng phải nhắm cho đúng mắt hoặc cổ họng tên bắt lương. Nhớ đừng bao giờ dùng một lưỡi dao lam trần trụi (không

cán) đẩy nhé ! Các bạn có thể đứt tay vì nó nhất là khi phải dẫn co với tên bất lương.

9.— *Kính soi mặt* : khung kính có thể dùng như một lưỡi dao bén. Miếng kính dùng để đập vào mặt tên bất lương, cắt đứt mặt này. Nhưng kính quá dễ vỡ. *Kết luận* : một món khí giới có thể đem ra dùng nhưng không nên đặt hết tin tưởng vào nó.

10.— *Cái khui nắp chai* : món khí giới này có thể cho tên bất lương một vết nên thân. Tuy nhiên, cái nhược điểm của nó là khó cầm chắc, và có thể bị tên bất lương giăng lấy. Cái mở nút chai không có nhược điểm này nên có hiệu quả hơn nhiều.

11.— *Guốc, giày cao gót* : đây là một thứ khí giới tuyệt hảo và thuần túy nữ giới ! Chỗ nguy hiểm nhất trong món khí



Sử dụng guốc cao gót khi bị tấn công từ đằng sau

giới này là cái gót nhọn. Hãy nhắm vào mặt tên bắt lương. Đòn ấy rất có hiệu quả. Dù bắn tấn công từ bên hông, từ đằng trước từ đằng sau, bạn đều có thể sử dụng chiếc guốc yêu quý của bạn được, miễn là các bạn đã thủ sẵn nơi tay.

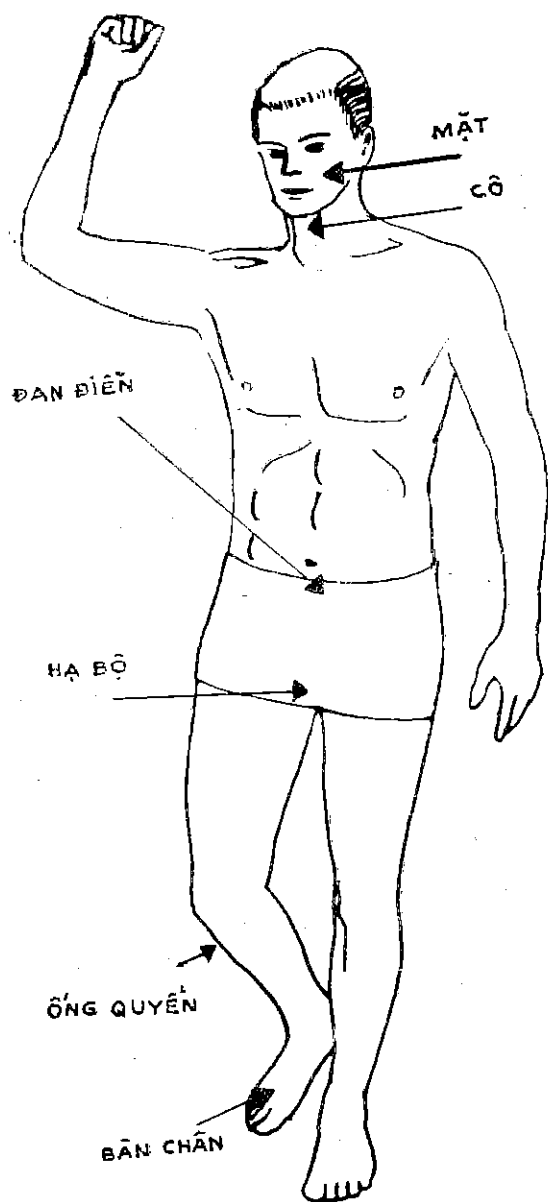
12.— *Khóa dây nịt (thắt lưng)* : nếu dây nịt nặng và chiếc khóa to bản, hãy dùng nó quất vào mặt tên bắt lương. Đây là món « binh khí » quen thuộc của giới thanh niên du đảng. Tuy nhiên, nó có nhược điểm là nếu không quen đánh, đòn sẽ ít chính xác, và nếu đánh vào thân người, với sức lực của nữ giới, thì tên bắt lương chỉ bị đau nhẹ mà thôi.

13.— *Cái dũa móng tay* : món khí giới này cũng có nhược điểm như cái mở nắp chai : khó cầm chắc. Hơn nữa, nó rất mỏng mảnh, và chỉ có hiệu quả khi đâm hoặc cào cào vào những chỗ mềm trên mặt. Đừng bao giờ nên dùng cái dũa móng tay đâm vào ngực tên bắt lương, vì không dễ gì nó có thể xuyên qua lớp vải áo được.

14.— *Vì nhỏ, thỏi son, nắm bạc cắc* : bất cứ món gì nặng cũng có thể dùng sức cho cú đánh. Nhưng thường thường quả dấm của một người đàn bà trung bình chỉ gây cho tên bắt lương đau đòn nhẹ.

Tóm lại, những thứ khí giới bén nhọn (cắt đứt, đâm thủng) có hiệu quả và có thể làm chết người hơn là những thứ dùng để đánh, đập (trừ chiếc giày cao gót). Các bạn hãy chọn một hay hai món trong các thứ kể trên và tập luyện cho thuần thục bằng cách đánh vào một tên bắt lương tưởng tượng lúc nào cũng di động, tránh né. Nếu có thể, mỗi lần đánh, bạn nên hét lên một tiếng.

NHỮNG CHỖ NHƯỢC TRONG CƠ THỂ



CHƯƠNG IV

Bản lược đồ ở chương này chỉ dẫn cho các bạn gái những vùng dễ gây thương tích nhất trong cơ thể con người. Khi tập luyện, cũng như khi phải đối đầu với bọn bất lương, bạn phải luôn luôn ghi nhớ năm lòng những chỗ nhược ấy.

Không giống những sách võ võ thuật chuyên về kỹ thuật và huyết đạo của chúng tôi đã xuất bản (như những cuốn *Tae kwon do*, *Kỹ thuật Thái cực đạo*, *Thái cực đạo chiến đấu*, *Nội công*, *Thiếu lâm căn bản*, *Những bí thuật làm hồi sinh*,...) và sẽ xuất bản sau này, chúng tôi chỉ đưa ra những chỗ nhược phía trước mặt trong thân thể người ta. Nếu tên bất lương quay lưng lại phía bạn, thì tốt hơn bạn nên tránh, chạy đi, để giữ lấy an toàn cho tính mạng. Hơn nữa, bản lược đồ này không có tính cách chuyên môn; nó chỉ trưng ra cho các bạn một cách sơ lược những vùng mà các bạn đánh trúng điểm nào cũng gây ra những hiệu quả vừa đủ để các bạn thoát thân.

1.— *Vùng mặt*: quan trọng nhất trong vùng là mắt và mũi. Người ta đã thí nghiệm thấy rằng đánh vào mắt và mũi không gây nên đau đớn dữ dội lắm, nhưng về mặt tâm lý, người chịu đòn bị một thiệt hại đáng kể. Một người không thấy đường đi bị đánh trúng mắt đã đánh nhưng những đòn đánh trúng

mũi cũng có ảnh hưởng đến nhãn lực) không còn thích tiếp tục tấn công nữa,

2.— *Vùng cổ* : vì vùng này có rất nhiều dây thần kinh, một đòn chặt vào sau hay một bèn cổ gây ra hiệu quả tức tốc. Tuy nhiên, đòn phải được tung ra chính xác và bàn tay của người tự vệ phải được tập luyện trước cho cứng rắn. Quyền sách này không nhằm dạy bạn một môn võ, mà chỉ là một cách tự vệ, nên dĩ nhiên các bạn gái không có bàn tay sắt thép ấy. Bởi vậy, khi dùng những món khí giới mà chúng tôi đã kể trong chương trước và các chương sau này, bạn phải nhớ đánh cho thật đúng vào chỗ nhược nhất ở vùng cổ : đó là nguyên cả mặt trước của cổ (mặt có trái táo A-dam).

3.— *Dan điền* ; dan điền là một huyệt nơi bụng dưới, dưới rốn khoảng bốn phân. Dùng khí giới đánh vào bất cứ nơi nào trong vùng này sẽ làm cho tên bất lương tức thở. Nếu bạn bị một tên bất lương ôm từ đằng sau, hãy thúc cùi chỏ thật mạnh nơi bụng dưới của hắn.

4.— *Hạ bộ* : vùng yếu nhất trong cơ thể đàn ông là hạ bộ. Một cú đá, thúc đầu gối, hoặc dùng bất cứ loại khí giới nào đánh vào đây sẽ loại ngay tên bất lương ra ngoài vòng cáiăn.

5.— *Xương ống quyển* : xương ống quyển không có đủ thịt bao bọc bên ngoài, giầy, guốc của các bạn thi cứng. Bởi vậy đá vào xương ống quyển sẽ làm cho tên bất lương buông ngay bạn ra. Khi hắn nắm cả hai tay bạn và đứng xa quá bạn không thể nào thúc đầu gối vào hạ bộ hắn được, hãy dùng guốc đá vào xương ống quyển hắn một cú nên thân.

6.— *Bàn chân*: xương bàn chân cũng không có thịt hay mỡ che chở, bởi vậy đó là vùng mềm yếu nhất trong cơ thể. Đó là một lợi điểm cho bạn. Hãy dậm mạnh gót giày hoặc guốc lên bàn chân tên bắt lương. Nếu gót giày dậm đúng vào cổ chân, xương sẽ gãy, và tên bắt lương hết đường đuổi theo bạn.

CÂY DÙ VÀ CÂY CẠN



CHƯƠNG V

Khi dùng cây dù làm một món khí giới, bạn nhớ hai điều quan trọng sau đây :

1.— Cầm dù nơi cán ma đánh, nó trở thành một cây gậy vô cùng lợi hại.

2.— Cầm dù bằng cả hai tay như người lính cầm lưỡi lê, và đâm mũi dùi ra trước, nó trở thành một món khí giới giết người.

Đĩ nhiên chúng tôi đồng ý rằng bạn không thể luôn luôn mang dù theo bên mình. Nhưng vẫn có nhiều khi bạn mang nó theo, và vào những lần ấy, bạn hãy đem dù ra mà dùng khi hữu sự. Lần sau, khi đi mua cây dù mới, bạn hãy xét nó trên tiêu chuẩn một món khí giới. Hãy xem coi cán dù có chắc không, và có miếng kim loại bịt nơi mũi dù không. Nếu bạn muốn cây dù của bạn trở nên thập phần nguy hiểm, bạn hãy nhớ thợ mài dao mài nhọn mũi dù của bạn.

Trong khi dùng cây dù như một chiếc lưỡi lê, điều quan trọng là thăng bằng của các bạn. Bởi vậy, các bạn phải đứng chân trước chân sau, và cầm cây dù hơi xiêng lên, nhắm đúng vào tên bất lương. Xoay người đi một chút, đừng đưa nguyên cả phía trước thân mình về phía hắn.



*Luôn luôn cầm cây dù hơi chếch lên, mũi dù
hướng về phía lên bất lương*



Đấm mũi dù vào mặt tên bất lương

Khi tập đứng thế thủ này, bạn luôn luôn nên xoay người, di chuyển qua bên này, qua bên kia, như thế để tránh tên bắt lương đang vỗ lấy bạn, và nhân đấy, đâm hẳn một mũi dùi đích đáng. Không bao giờ được bước chân sau lên làm chân trước, hoặc ngược lại. Khi tiến : lướt chân trước lên và kéo chân sau theo. Khi lùi : lướt chân sau về phía sau và kéo chân trước theo. Nên tập cách lao về phía trước để đâm, nhưng không để mất thăng bằng. Điều quan trọng nên nhớ là phải đâm liên tiếp, mạnh, và nhắm đúng vào những chỗ nhược trong cơ thể của tên bắt lương tưởng tượng trong óc bạn.

Khi tên bắt lương đứng đối diện trước mặt bạn, hẳn sẽ để hở một số nhược điểm quan trọng :

1.— Bạn có thể đâm vào mặt hắn. Nhưng phải khéo léo, vì cái mặt là một khoảng nhỏ, di động, đâm khó trúng.



Đâm vào cổ họng tên bắt lương.

2.— Bạn có thể đâm vào cổ họng. Đòn này, nếu tung ra chính xác, sẽ loại tên bất lương ra ngoài vòng chiến trong mấy giây đồng hồ.

3.— Bạn có thể đâm vào đan điền (bụng dưới). Đâm thật mạnh, tên bất lương sẽ choáng váng và bạn sẽ thừa dịp đó mà thoát thân. Bụng dưới là chỗ nhược to nhất mà bạn nên nhắm vào, vì rất khó đâm trật. Hơn nữa, vùng bụng thường bị đề hử, khó đỡ.



Bụng dưới là một mục tiêu thật tốt.

4.— Đâm vào hạ bộ : đây là đòn dễ giết người nhất nếu đâm chính xác. Đôi khi, mục tiêu này khó bị đâm trúng vì tên bất lương có thể đứng chân trước chân sau. Tuy nhiên, nếu hắn đứng dang hai chân trước mặt bạn, thì đó là một cơ hội bằng vàng !

Nếu bất ngờ bạn bị chụp từ đằng trước và không kịp cầm cây dù theo thể thủ trên đây, bạn vẫn có thể dùng một số đòn mạnh và hiệu quả không kém :

1.— Đâm ngược lên vùng dưới cằm của tên bất lương.

2.— Nếu bạn không kịp trở đầu nhọn cây dù lên mặt tên bất lương, bạn có thể hai tay cầm dù vọt ngược lên một cú. Trong trường hợp này, móc dù sẽ tán vào cằm tên bất lương một cú nên thân.

3.— Để tăng thêm phần hiệu quả cho cú đánh vào cằm bạn nên đồng thời (với cú đánh) thúc đầu gối vào hạ bộ tên bất lương.



Đâm mũi dù vào dưới cằm tên bất lương.



Cào cây dù vào mặt tên bắt lương.

4. — Cào cây dù vào mặt tên bắt lương. Dồn này tiếp theo hai dòn trước. Sau khi voi ngược cào dù lên cằm hăn, bạn hãy cào cây dù qua mặt hăn. Nên nhắm vào sống mũi tên (bắt lương).

Nếu bạn bị chụp từ một bên hông thì cách tự vệ có khó hơn đôi chút. Một mặt, tên bắt lương đã chụp bạn trong khi bạn chưa kịp ở vào thế sẵn sàng chống trả. Một mặt, sức tung đòn của bạn bị suy giảm rất nhiều.

Tuy nhiên, bạn vẫn có thể dùng những đòn sau đây để tự vệ có hiệu quả :

1.— Nếu tên bắt lương chưa chụp hẳn được bạn, bạn có thể quất ngược mũi dùi lên cằm, bụng, tung thái dương, hoặc hạ bộ. Khi sử dụng cây dùi trong thế này, động tác của bạn giống như động tác của người bơi một chiếc ca-nô. Hãy nhắm vào dưới cằm, bụng hoặc hạ bộ.



Khi bị chụp từ đằng sau, hãy nhắm vào cổ họng.



Khi bị chụp từ đằng sau, đâm dùi vào bụng dưới tên bất lương.

2.— Trong trường hợp này, đòn tổng hợp cũng giống như ở trường hợp tên bất lương đứng trước mặt bạn (bạn còn nhớ không nào? — đâm vào dưới cằm và đá vào hạ bộ). Như vậy, bạn hãy nhắc chân lên đá vào hạ bộ hắn, *đồng thời* đâm ngược cây dùi lên. Tuy nhiên, bạn phải nhớ rằng đòn tổng hợp này đòi hỏi người sử dụng một thể thăng bằng vững chắc. Có thể bạn sẽ cho rằng mình chỉ nên đâm cây dùi mà thôi, bởi vì bạn có thể nắm vững đòn đó. Nếu thế, hãy tập trung tất cả sức lực và chú ý vào cú đâm, và hạ tên bất lương ngay khi hắn chưa kịp chụp áo bạn.



Tự vệ khi bị ôm từ bên hông.

Một lần nữa, các bạn nên tập dượt những động tác này ở nhà, tưởng tượng như mình đang chống trả một tên bất lương. Nếu có thể, mời người bạn ở chung với bạn, phu quân của bạn, hoặc những người trong nhà cùng tập luyện với bạn. Nhưng trước hết phải nhớ bịt kỹ đầu nhọn cây dù bằng vải, và trong khi tập, phải hết sức cẩn thận mới được.

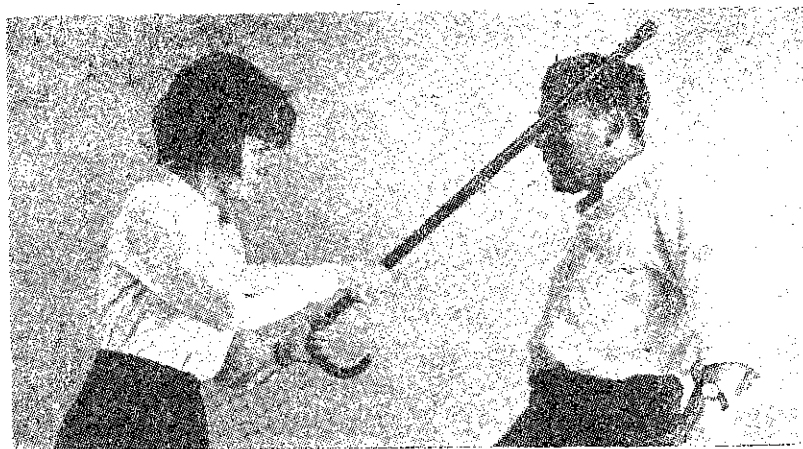
3.— Nếu tên bất lương từ đằng sau đã ôm được bạn thật chặt, và bạn không thể nào dám dù lên mặt hắn được, bạn có thể dám qua vai mình, nhắm nơi mặt hoặc dưới cằm hắn.

Cây can : Mặc dầu cây can thường không được coi là món khí giới tùy thân, chúng tôi cũng nghiên cứu đến trong cuốn sách này bởi vì nhiều thiếu phụ, nhất là những người đã có tuổi, nhiều khi vì sự yếu đuối của mình rất khó thoát thân.

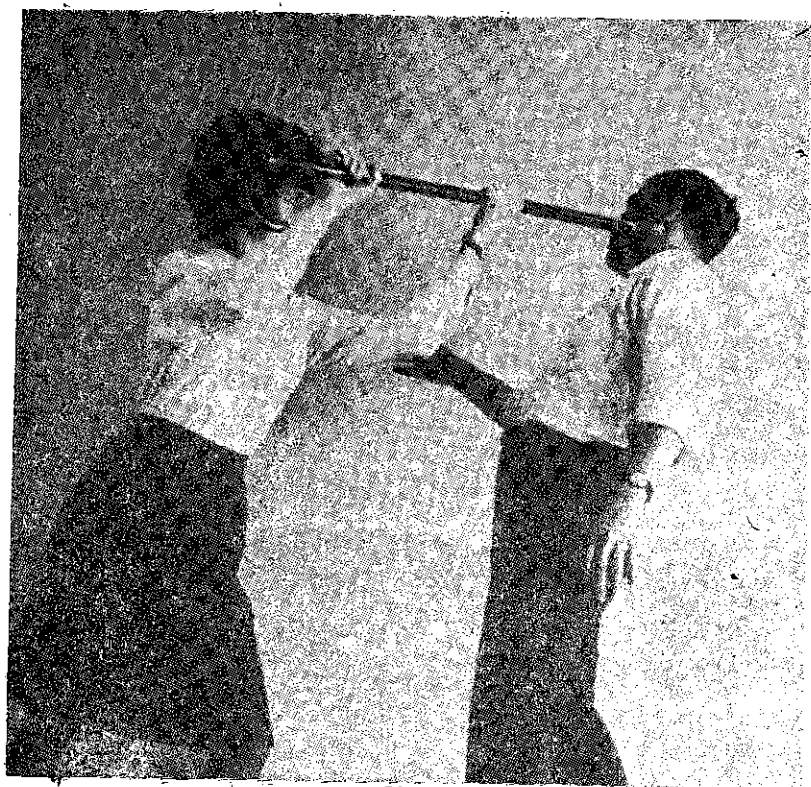
Dù sao, cây cần cũng là một thứ vũ khí tự vệ và tấn công rất hữu hiệu của nữ giới. Nhưng bạn phải chọn mua một cây cho thật tốt, cứng cáp và nặng. Nếu muốn, bạn có thể bóc bỏ miếng cao su ở đầu cần, tuy việc ấy không phải là tuyệt đối cần thiết.

Cây cần của bạn trong hầu hết trường hợp được sử dụng gần giống như cây dù. Bạn chỉ việc học kỹ những đòn nói ở trước đây và quan sát kỹ những hình ảnh trong chương này. Cây cần chỉ khác cây dù ở điểm khi dùng để đánh thì cây cần nguy hiểm hơn gấp bội.

Nếu bạn dùng cây cần để đánh, bạn hãy đánh thật mạnh vào đầu hoặc vào mặt tên bất lương. Không nên vung cần ra lầy dả quá dài, vì vòng cung càng to, sự chính xác càng giảm.

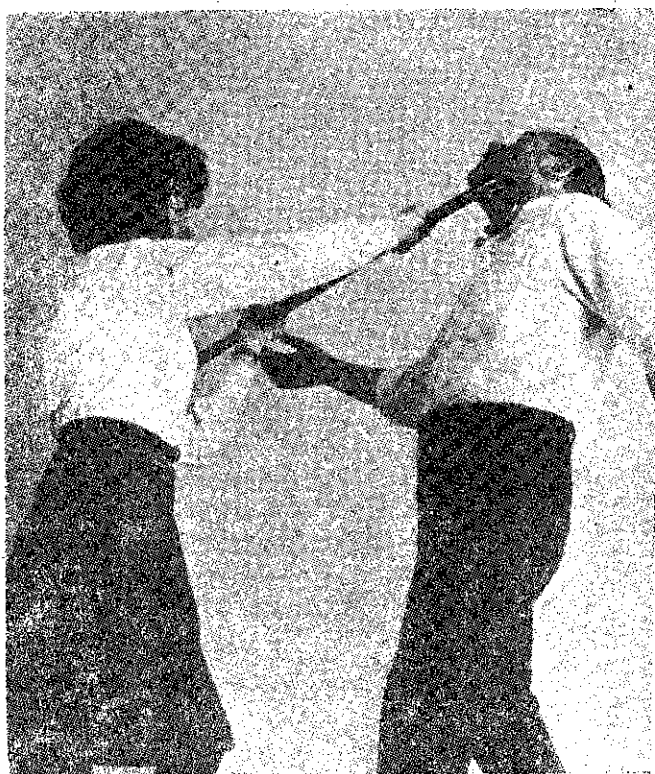


Đánh vào đầu tên bất lương.



Đâm vào mặt tên bất lương.

Để tăng thêm hiệu quả, bạn hãy tập đánh ngược đầu can có móc vào mặt tên bất lương liền theo sau cú đâm bằng đầu kia. Dòn liền hoàn này giống như dòn đâm bằng lưỡi lê gắn trên đầu súng của các quân nhân. Dùng hai dòn một lượt như thế này có cái lợi là tên bất lương chắc chắn sẽ bị thương nặng hơn, và do đó, bạn có thể thoát thân một cách dễ dàng



*Tiếp theo đánh ngược đầu can có móc vào
mặt tên bắt lương.*

hơn. Lại nữa, nếu bạn đâm trật, thì cú đánh thứ hai đó sẽ bù lại. Bạn phải nhớ rằng hai đòn đó phải được coi là một.

Khi tên bắt lương dùng dao hoặc gậy ngắn, bạn hãy quật một cú thật mạnh vào cườm tay hắn. Con dao sẽ văng ra ngoài. Lúc này cũng nhớ đừng lấy đà quá dài.



Quất mạnh vào tay cầm dao của tên bất lương.

Cuối cùng bạn có thể dùng cây cán để tự vệ bằng cách nắm mỗi tay một đầu cán, gạt lên khỏi đầu bạn để đỡ cây gậy của tên bất lương giáng xuống.

TRÂM CÀI ĐẦU, CÂY BÚT VÀ CÁI MỞ NÚT CHAI



CHƯƠNG VI

Trâm cái đầu, cây bút, và cái mở nút chai là những món khi giới vô cùng lợi hại lúc nào cũng có sẵn nơi tay bạn.

Cây trâm : để lúc nào cần là có ngay, bạn nên ghim một cây nơi mé ngoài ví tay của bạn. Nếu bạn cất bên trong, bạn sẽ phải mất nhiều thì giờ quý báu để lấy ra và sẵn sàng chống trả. Cũng giống như bất cứ những món khi giới dùng để đâm đã kể trước đây, cây trâm có thể dùng để đâm vào mặt, cổ họng, dạ dày, tay, hạ bộ.



Đâm cây trâm vào cổ họng tên bất lương.



Đâm cây trâm vào cánh tay tên bất lương.



Đám cày trảm vào hợ bộ tên bất lương.

Tuy nhiên, cần phải nhớ rằng cây trâm là một thứ khi giới mỏng manh và có thể gãy bất thần. Bởi vậy, rón nhăm vào những vùng không có áo quần che chở trên cơ thể của tên bất lương.

Cây bút : cây bút nguyên tử thường dùng bằng ngày là một món khí giới rất đặc dụng bởi vì nó cứng cáp, khó gãy. Nhưng nó lại có những nhược điểm sau đây : khó cầm chắc, không được nhọn như cây trâm. Do đó, bạn phải nhắm đúng vào mặt, cổ họng và nhất là vào hai mắt tên bất lương.



Đâm bút nguyên tử vào dưới cằm tên bất lương.



Đám bút nguyên tử vào mắt tên bất lương.

Cái mở nút chai: để tránh việc khi giới của bạn bị tên bắt lương giăng lấy khỏi tay bạn và dùng để chống lại bạn, chúng tôi đề nghị bạn nên tìm mua một cái mở nút chai. Đây là loại khi giới dùng để rạch, bởi vậy nên rạch ngay mũi nhọn qua mặt hay cổ họng tên bắt lương, rạch tới, rạch ngược trở lại.

Trong trường hợp không thể nhắm vào những vùng này (mặt, cổ...) được, bạn nên tung một đòn vào phía dưới cằm hắn. Đừng tìm cách dùng cái mở nút chai đâm hoặc rạch vào những vùng có quần áo trên người hắn, mà phải nhắm vào những vùng dễ trần.



Đâm cái mở nút chai vào mặt tên bắt lương.



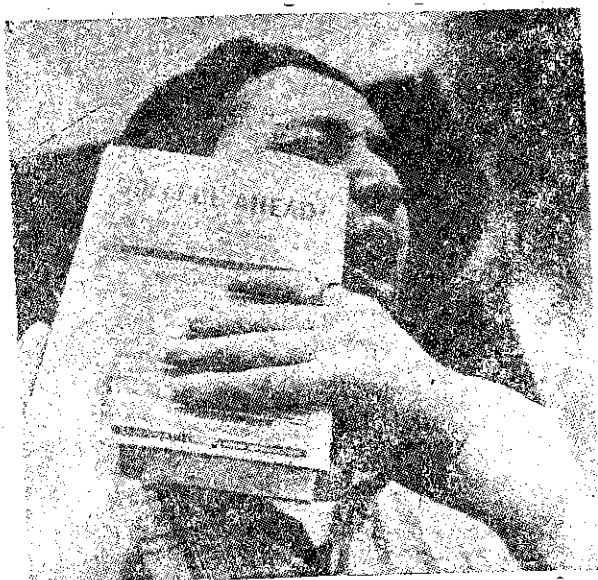
Đâm các mở nút chai vào cổ họng lên bắt trong.

Muốn cho đòn sử dụng cây trâm của bạn thêm phần hiệu quả, bạn hãy đồng thời đánh chiếc vi vào mặt tên bất lương



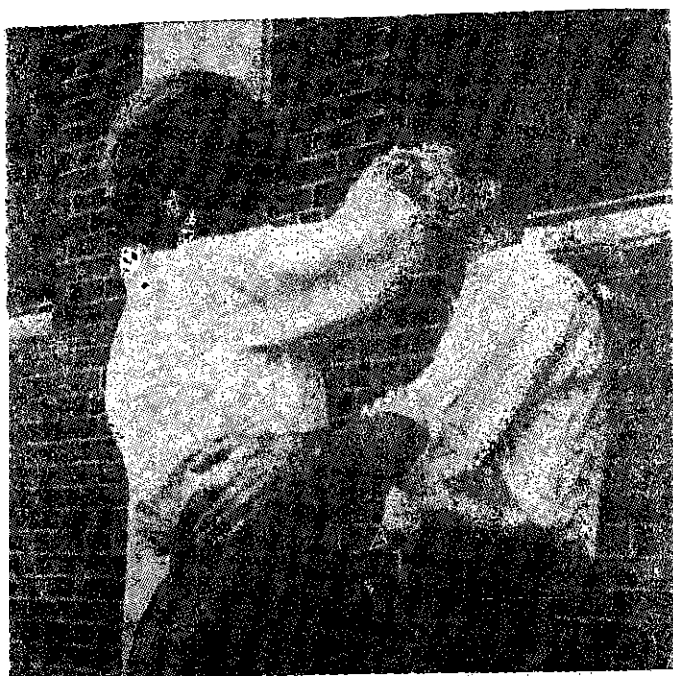
Đòn tổng hợp : đâm cây trâm vào bụng và đánh vi tay vào mặt tên bất lương.

TẬP BÁO CUỘN CHẶT VÀ SÁCH BIA CỨNG



CHƯƠNG VII

Trong khi sử dụng một tập báo cuốn thật chặt, bạn phải nhớ nằm lòng rằng nếu dùng cuốn giấy báo ấy đánh như một cây gậy thì chẳng có hiệu quả gì cả. Nó là một thứ vũ khí chỉ dùng để đâm. Cầm thật chặt, đâm vào mặt, mắt, dưới cằm, đan điền và hạ bộ.



Đam tập báo cuốn chặt vào mặt tên bất lương.



Đám tập báo cuốn chặt vào bụng dưới tên bất lương.



*Đòn tổng hợp : xỉa ngón tay vào mắt và đâm
tập búa vào hạ bộ tên bất lương.*

Nếu tên bắt lương từ phía sau tới ôm bạn, bạn có thể chột ngược cuốn báo ra sau, như khi sử dụng cây dù, vào mặt, cổ họng, đan điền và hạ bộ của hắn. Nhớ đánh thật mạnh và liên tiếp nhiều cú.



*Khi bị ôm từ phía sau, chột ngược tập báo
lên mặt tên bắt lương.*



Đám tập báo cuốn chặt vào hạ bộ tên bất lương.



*Khi bị tấn công từ phía sau, đâm tập báo vào
bụng dưới tên bất lương.*



Đâm vào cổ họng tên bất lương.

Sách bìa cứng : Đây là một món khí giới tùy thân tuyệt hảo. Trước hết : nó rất cứng. Thứ hai : nó thường được cầm nơi tay, bởi vậy, khi hữu sự là có ngay.

Sách bìa cứng có thể cầm một tay để đánh cũng được, song tốt hơn bạn nên cầm cả hai tay. Bạn có thể đánh vào cổ họng, vào mặt tên bất lương. Quyền sách là một vật mà ai mới ngó lường không đáng vào đầu, nhưng ai đã từng bị sách rơi trúng vào mặt mới biết là đau đớn đến bậc nào ! Tên bất lương sẽ buông bạn ra ngay tức khắc.

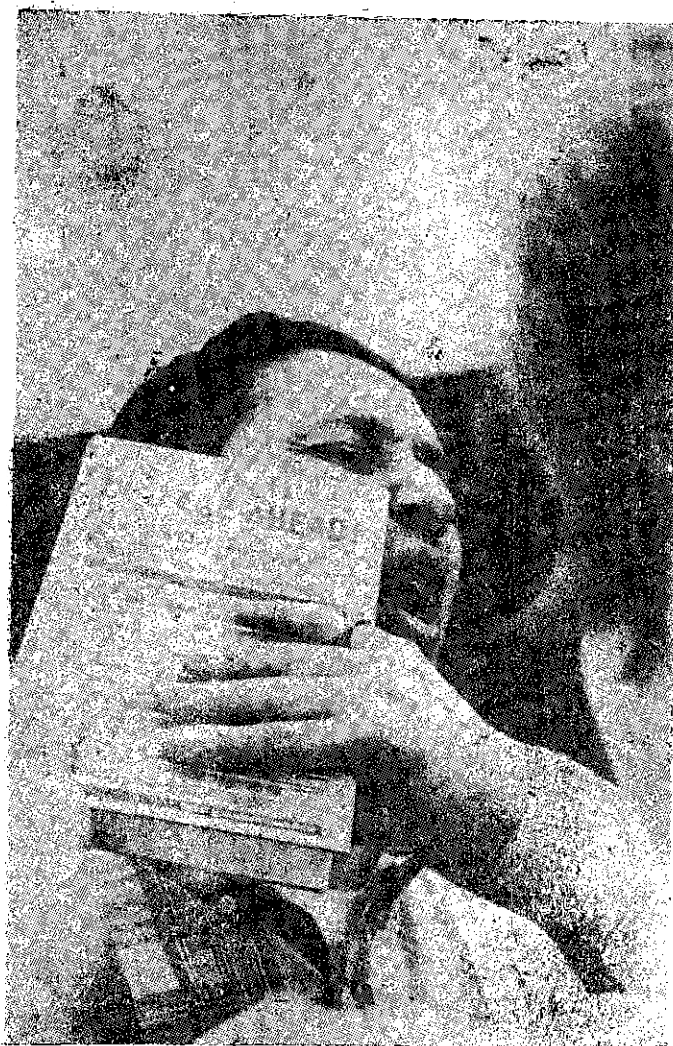
Bạn hãy để ý : Trong hình số 46, (trang 88) người phụ nữ tự vệ đã xoay cuốn sách để đánh góc nhọn bìa sách vào mắt tên bất lương.



Đánh sách bìa cứng vào mắt tên bất lương.



Xấn cuốn sách bìa cứng vào cổ họng tên bất lương.



Đâm góc bìa sách vào mắt tên bất lương.

TỰ VỆ TAY KHÔNG



CHƯƠNG VIII

Phụ nữ thường không có sức mạnh hoặc thời giờ để học nhiều về môn tự vệ tay không. Bởi vậy, trong chương này, chúng tôi chỉ giới thiệu một số đòn căn bản. Mục đích của những đòn này không phải là để đàn áp hay đánh cho tàn phế một tên bất lương đã tấn công bạn, nhưng là để buộc hắn phải buông bạn ra hay rút lui một khoảng xa đủ cho bạn thoát thân.

Nói thế không có nghĩa là những đòn ấy không lợi hại mà chỉ có ý nói một người không tập luyện võ nghệ không thể tung đòn hiệu quả như khi dùng những món vũ khí tùy thân mà chúng tôi đã kể ở những chương trước.

Những đòn dưới đây rất dễ tập. Bạn có thể tập một mình, tưởng tượng như đang đánh vào những tên bất lương luôn luôn di động và đầy mãnh khỏe, hoặc tập chung với một người bạn, người ở cùng phòng, người nhà, hoặc với đức lang quân của bạn.

Nếu bạn thấy một đòn nào đó đối với bạn rất có hiệu quả, và bạn thấy dễ sử dụng nhất, bạn có thể chuyên luyện đòn ấy thôi cũng được.

1.— *Đâm ngón tay vào mắt* : đòn tấn công này chẳng có gì khó khăn cả. Điều quan trọng là phải gồng cứng các ngón tay. Tuy vậy, với mục tiêu di động, đôi khi cũng gặp ít nhiều khó khăn mới đâm trúng đích xác được. Dùng cả hai tay dễ trúng hơn. Mục đích của đòn này là tạm thời làm cho tên bắt lương bị tóa hỏa, không thấy đường đâu mà tấn công nữa.



Xiả ngón tay vào mắt tên bắt lương.

Một biến thể của đòn này là dùng cả mười ngón và móng tay cào vào mắt tên bất lương. Sự đau đòn sẽ tăng thêm rất nhiều và bạn cũng không sợ trật. Hơn nữa, dùng đòn này, bạn có thể làm cho tên bất lương đổ máu và không dám tiếp tục quấy rầy bạn nữa dù bạn chưa đâm mù mắt hắn cũng thế. Phải nhớ cào hết sức của bạn.



Đánh vào hai tai tên bất lương.



Chặt vào cổ họng tên bất lương.

2.— *Đánh vào hai tai* : nếu đầu tên bất lương cúi thấp và bạn không thể xia vào mắt hắn được, hãy gồng cứng hai bàn tay, dùng hai ức bàn tay (chưởng) đánh mạnh vào hai tai của hắn. Đòn này có thể làm hư lá nhĩ.

3.— *Chặt vào cổ họng* : nếu dùng hết sức khi tung đòn, thể chặt vào cổ họng sẽ đem lại kết quả trông thấy. Để tăng

thêm hiệu quả, bạn có thể đá vào hạ bộ hắn đồng thời hoặc tiếp theo cú chặt. Chặt vào cổ phía trước thường có hiệu quả hơn là chặt hai bên cổ



Đâm ngón tay vào cổ họng tên bất lương.

Trong trường hợp bạn thấy đòn này quá khó, hãy gồng cứng các ngón tay và đâm vào trước cổ tên bất lương. Hiệu quả gây ra cũng tương tự như đòn trên.

4.— *Thúc cùi chỏ* : chụp cổ tay tên bất lương và thúc cùi chỏ vào mặt hắn. Hoặc hạ cùi chỏ xuống thúc vào thân, bụng dưới của hắn. Đánh thật mạnh, chỉ một đòn này thôi cũng đủ làm cho hắn choáng váng và tạo cơ hội cho bạn thoát thân.



Thúc cùi chỏ vào bụng dưới tên bất lương.

5. — *Gỡ đòn bóp cổ* : nếu tên bắt lương dùng hai tay bóp cổ bạn, bạn hãy đan các ngón tay vào nhau, đánh mạnh từ dưới lên trên giữa hai cánh tay hắn để gỡ đòn bóp cổ. Sau đó, gồng cứng các ngón tay, giáng vào mũi hắn một cú thật mạnh.



Gỡ đòn bóp cổ.

6.— *Thúc đầu gối vào hạ bộ* : đây là đòn cổ điển, và hiệu quả nhất trong tất cả các đòn. Bạn hãy thúc thật mạnh và nhanh đầu gối vào hạ bộ tên bất lương. Nếu hắn vẫn còn ôm bạn, hãy tiếp tục cho đến khi hắn buông bạn ra. Vì hắn đang ôm bạn, cho nên bạn khỏi sợ mất thăng bằng hoặc ngã. Quần áo hoặc váy chật, như trước kia chúng tôi đã đề cập đến, thường làm mất sức cú đánh. Thúc đầu gối vào hạ bộ đem tổng hợp vào những đòn bạn đã học trước đây sẽ mang lại sự hiệu quả đặc biệt.



Thúc đầu gối vào hạ bộ tên bất lương.



*Đòn tổng hợp : xỉa vào mắt và thúc đầu gối
vào hạ bộ tên bắt lương.*



Bá vào xương ống quyền tên bất lương.

7.— *Đá vào xương ống quyển hoặc vào cổ chân* : hiệu quả của đòn này tùy thuộc vào sức mạnh bạn dùng để đâm mạnh gót giày hoặc đá. Khi bạn bị ôm từ phía sau, thì đòn đâm mạnh gót giày vào cổ chân tên bất lương dễ hơn là đá ngược ra phía sau. Lại nữa, bạn dễ giữ thăng bằng hơn.

Nếu bạn bị ôm từ đằng trước, cú đá vào ống quyển và đâm mạnh gót giày vào cổ chân tên bất lương hiệu quả gần tương đương.



Dậm mạnh gót giày vào cổ chân tên bất lương.

8.— *Gỡ đòn nắm nơi cổ tay :* một trong những cách gỡ đòn nắm nơi cổ tay hay cánh tay bạn hữu hiệu nhất là **bấm**

vào mặt trong cổ tay tên bất lương. Bạn cũng có thể co các ngón tay lại, gồng cứng bàn tay ; ấn mạnh các khớp xương vào mặt trong cổ tay tên bất lương. Muốn có hiệu quả hơn, đá vào hạ bộ hoặc vào ống quyển của hắn.

Bạn cũng có thể gỡ đòn này theo cách sau đây : nếu hai tay bạn đều bị tên bất lương nắm chặt, theo thể hai ngón tay cái của hắn ở phía trên cổ tay bạn, hãy đưa ngược hai tay lên trời thật mạnh. Nếu hai ngón tay cái của hắn ở phía trong cổ tay bạn, gặt mạnh hai tay xuống đất. Tất cả sức lực của bạn trong khi gỡ đòn nắm tay phải nhắm vào nơi ngón tay cái của tên bất lương.

9.— *Đánh chưởng vào mũi* : một trong những đòn ác độc nhất bạn có thể dùng để hạ tên bất lương là gồng cứng bàn tay, đánh mạnh ức bàn tay vào dưới mũi hắn. Nếu tung ra đúng cách (trúng đích, mạnh) đòn này có thể đẩy xương mũi lên phía não, gây ra những hậu quả khốc liệt. Bởi tính cách ác độc ấy, bạn chỉ nên dùng đòn này trong khi tính mệnh bị lâm nguy mà thôi.

MỤC LỤC

Tựa	7
Chương I.— Tâm lý Tự vệ	13
Chương II.— Những phương pháp thông thường để ngăn ngừa bọn bất lương	19
Chương III.— Những món khi giới tùy thân	29
Chương IV.— Những chỗ nhược trong cơ thể	41
Chương V.— Cây dù và Cây cần	49
Chương VI.— Trám cái đầu, Cây bút và Cái mở nút chai	67
Chương VII.— Tập báo cuốn chặt và sách bìa cứng	79
Chương VIII.— Tự vệ tay không	93

SINH VIÊN KINH TẾ NHỚ ĐỌC QUYỀN
GIÁO KHOA KINH TẾ RẤT QUAN TRỌNG

KINH TẾ VI TIÊU

SẢN XUẤT — GIÁ CẢ
ĐỘC QUYỀN và CẠNH TRANH
THĂNG BẰNG

DỊCH GIẢ
NGUYỄN BÁ LONG D.E.S.

Tủ Sách KINH TẾ xuất bản

Phát hành : Tháng 5 năm 1969

TỔNG PHÁT HÀNH
NỮ GIỚI TỰ VỆ

Nhà Sách SỐNG MỚI

30B Phạm ngũ Lão
SAIGON

Giá : 125đ