

Tự Luyện Thiết Sa Chương

GS Hàng Thanh

Phương Thái Không Đại Sư

Nhà Xuất Bản Võ Thuật

- 1972 -

Lời Tựa

Rừng văn, biển võ... Người có chí đến mấy học hết trăm năm chưa gọi là cùng. Một vị Thiền Sư nói với các môn đệ rằng : « Về võ học, học ít biết ít, học nhiều biết nhiều, vô cùng vô tận ». Xem thế quả kiến văn của ông vượt hẳn nhiều vị võ sư đồng đạo hiện thời.

Xét lại nhân tài đương thời quả khó phân khó định, kẻ cao chiêu này, người giỏi thế nọ, bài bản, môn trường dị biệt. Học trò ai khen thầy nấy là lẽ thường. Nhưng gẫm công phu hàm dưỡng cho có căn bản thì mấy ai được mười phần hiểu biết hay sở luyện đến nơi đến chốn để có thể làm rạng danh môn phái bằng con đường chân chánh.

Sách xưa có dạy luyện quyền đến già đời mà không luyện công phu thì đến cũng coi như chỉ đạt được có mấy thành. Đến nay điều dạy bảo này được chứng nghiệm quá rõ, nhiều vị lão sư thân hữu đã thú nhận rằng mình lão nhược lắm rồi phải chi lúc nhỏ chịu luyện công phu thì lúc già đời cũng còn hữu dụng.

Tình cảnh các võ sư VN cũng trong hoàn cảnh như thế, chẳng mấy người có công phu để mà dưỡng lão. Về phần truyền bá lại càng ít ỏi hơn, trong khoảng 40 đến 50 cuốn sách viết về võ học các môn phái trong đó có Quyền sư Phan Chấn Thanh, Giáo sư Hàng Thanh đã chiếm hơn 30 quyển rồi, các tác giả khác hoặc viết hoặc dịch thuật mỗi người một hai quyển, tất cả đều cũng chỉ chuyên chú trình bày cách thức luyện tập các bài bản Thập bát ban võ nghệ, tuyệt không thấy trình bày một bộ môn luyện tập công phu chân truyền. Ấu đó cũng là một thiếu sót lớn lao cho nền võ học nghệ thuật bản xứ và thế giới nói chung.

Vì nhận thấy chỗ khiếm khuyết có lẽ còn lâu mới có người bổ túc tôi mạo muội đứng ra thu góp trình diện cùng đồng đạo chút tài liệu, ý những mong sự đóng góp này làm được lợi ích phần nào cho chư huynh đệ đồng đạo võ lâm trên đường học luyện võ nghệ thanh thang.

Đó là việc trình bày PHƯƠNG PHÁP LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG, môn công phu rất dễ luyện, hợp với tất cả môn sinh mọi môn phái, mà sự thành công trên phương diện công phu đã thường được coi như hoàn toàn hiệu quả mỹ mãn. Người luyện thành công phu này ắt là không đến nỗi mang tiếng là uống phí cuộc đời luyện tập như những vị võ sư cao niên thường than phiền.

Một điều đáng lưu ý để tránh sự hiểu lầm, cuốn sách này một phần công lao phải kể là của Hồ quyền sư xứ Hương Cảng, thứ đến tôi soạn lại và thêm thắt đôi điều, bớt đi đôi chỗ cho được như ý và tiện việc cùng bổ ích trong lúc nghiên cứu học hành của môn sinh. Tôi nghĩ với

tôn chỉ nhằm giúp đời truyền bá nghệ thuật nên không ngần ngại cho ấn hành trong lúc chưa kịp diện kiến cùng Hồ võ sư để thảo luận. Tôi mong rằng chư huynh đệ và Hồ tiên sinh niệm tình bỏ điều chê trách.

PHƯƠNG THÁI KHÔNG Đại sư

Cẩn bút

MỤC LỤC

- 1.- Nguồn gốc môn Thiết Sa Chương
- 2.- Sự quan hệ giữa luyện quyền và luyện công
- 3.- Sự quan hệ về tuổi tác khi luyện Thiết Sa Chương
- 4.- Cách dùng thuốc khi luyện Công phu
- 5.- Ba yếu tố quan thiết cần biết khi khởi sự luyện công
- 6.- Các trường phái Thiết Sa Chương
- 7.- Chương trình 100 ngày luyện Thiết Sa Chương
 - a. *Phép hành công :*
 - 1) Phách pháp
 - 2) Xuất pháp
 - 3) Thiết pháp
 - 4) Ấn pháp
 - 5) Điểm pháp
 - b. *Phép dùng thuốc :*
 - 1) Kỵ yếu
 - 2) Dư công
 - 3) Thi công
- 8.- Bí quyết và cách sử dụng chương :
 - 1) Phách chương
 - 2) Xuất chương
 - 3) Thiết chương
 - 4) Ấn chương
 - 5) Chỉ, điểm
- 9.-Hỗn nguyên chương pháp

1) Cách luyện Hồn nguyên chương pháp

2) Hành công

10.- Khẩu quyết chương pháp :

1) Khí chí đan điền thổ

2) Toàn lực chú chương tâm

3) Ấn thực thủy đưng lực

4) Thổ kinh tuy khai thanh

5) Thôi nghi triều thượng khởi

6) Khẩn bức đoạn mã đăng

7) Tam tự : triêm, ấn, thổ

8) Đô dụng tiểu thiên tinh

11.- Bí quyết dùng thuốc khi luyện chương :

(Gồm 9 bài thuốc ngâm tẩm)

12.- Cách khám và trị người luyện công bị thương :

1) Nội thương

2) Ngoại thương

13.- Phần thắc mắc quan trọng của môn đồ võ lâm khi luyện thiết sa chương

CHƯƠNG I**NGUỒN GỐC MÔN THIẾT SA CHƯƠNG**

Tính đến nay, nhân tài thành tựu về môn Công phu Thiết Sa Chương có đến như cát sông Hằng Hà bên Ấn Độ hay sông Cửu Long VN, nhưng tuyệt nhiên chưa bao giờ cũng như chưa có ai biết đích xác thời đại và ông tổ sáng lập môn phái. Dù vậy những kết quả chứng nghiệm được đã làm cho môn sinh thành tựu vang danh trong chốn giang hồ đã cho giai cấp võ sĩ hăng say rèn luyện. Trong khi đó nhiều giả thuyết, tích được lưu truyền như nguồn lịch sử của bản môn.

Các võ gia hữu học thường căn cứ vào những tài liệu như bản thảo, sách bí lục Nội Công, Dịch Cân Kinh, vv... của Thiếu Lâm tự : (quyển Chân kinh này khắc trên gỗ vào đời của Gia Khánh nhà Thanh) trong sách có đoạn dạy cách luyện Thủ Công (tức công phu đôi tay) và cũng ghi kỹ lưỡng cách luyện đôi chưởng. Với tài liệu này giới Võ Thuật xem như một khám phá xa xưa nhất về Võ học được viết bằng văn tự nói về cách luyện đôi Chưởng.

Một đoạn trong sách mộc bản ghi... "Sau khi hành công, đến phần luyện tay, phương pháp này thường phải dùng nước đun (nấu) nóng, rồi cho tay vào mà ngâm luyện. Ban đầu nước chỉ hơi ấm ấm, dần dà thời gian sau nước được nóng hơn, đến sau cùng nước nấu sôi vẫn cho tay vào tắm luyện.

Khi rút tay ra khỏi cho nước sôi dùng ngâm luyện thời những giọt nước còn đọng lại trên da không được lau khô đi, cứ để cho nước tự rút khô trên tay. Và khi luyện công thần phải yên tĩnh, ý chí tập trung chuyển ra bàn tay rồi ra các đầu ngón tay. Đó gọi là Pháp môn gây sinh lực cho đôi chưởng.

Ngoài ra còn phương pháp dùng đậu đen và đậu xanh đổ chung vào chảo lớn rồi cũng đun nóng dần như nước, cũng chọc tay vào luyện công cho đôi chưởng.

Phương pháp thứ nhất dùng nước sôi ngâm luyện đôi chưởng được coi như làm điều hoà khí huyết trong châu thân.

Phương pháp thứ nhì với hai thứ đậu, theo lời truyền tụng có tánh chất khử độc hỏa do luyện công mà sinh. Nói chung có hai phương pháp chủ đích vẫn là rèn luyện cho đôi tay trở thành sắt thép.

Cũng theo sách xưa truyền lại thì cả hai phương pháp luyện chưởng trên nếu người năng luyện tập trong thời gian lâu dài thì khí tích sẽ dồn về hai tay, do đó tay sẽ rắn chắc như sắt thép, gân cốt cứng cáp vô cùng. Nhưng, điều cần thiết để công phu không bị suy giảm là phải năng luyện tập và sử dụng.

Khi trui luyện đôi tay đến mức độ tinh vi thì tự nó cứng chắc có thể chọc lủng tường gạch, vách cây, làm tan đá lớn, và trong cuộc giao đấu không thể có nhân sự đón đỡ nổi. Sức mạnh khủng khiếp đó là tự phát sinh trong xương cốt do sự trui luyện có phương cách mà ra ...”

Xem đoạn văn trích từ bản Dịch Cân Kinh ta thấy môn công phu luyện cho tay cứng chắc thường được người đời gọi là Thiết Sa Chương, âu cũng là từ chỗ gốc Thiếu Lâm sinh ra. Tuy nhiên cũng còn những dữ kiện khó mà xác định cho khỏi phần lộn xộn.

Riêng ý kiến của tôi (Phương Thái Không) thì cây có cội nước có nguồn. Võ học cổ cựu khởi sự phát sinh từ Ấn Độ và bành trướng và thăng hoa tại Trung quốc mấy ngàn năm, trong thời gian lịch sử vàng son của nền võ thuật môn Thiếu Lâm do Bồ Đề Đạt ma truyền có nhiều lai lịch. Chính nơi cửa Thiền đã đào tạo cho đời nhiều anh tài kiệt liệt và cũng đã sản xuất nhiều vị Đại Tăng tài trí hơn đời. Có thể chính nơi môn phái có nhiều lai lịch này đã truyền lại cho đời môn công phu hữu dụng này.

Và sau hết có điều tôi muốn mọi người ghi nhận là dù thế nào đi nữa (lịch sử đúng hay sai cũng không quan hệ) thì việc cố công rèn luyện thành công pháp Thiết Sa Chương vẫn là điều cần thiết và hữu ích nhất trong mọi trường hợp và mọi thời đại.

Sở dĩ tôi thêm mấy câu dường như ngoại ý là vì thời đại 1972 tại nước VN chúng ta, trong mọi lãnh vực người ta thường mang một thứ bệnh không chữa được, đó là “Bệnh nói nhiều mà không làm được”. Mà theo như bản ý cũng là lời dạy của Tổ sư thì người luyện võ : “Nói nhiều không bằng luyện nhiều, luyện nhiều không bằng suy nghĩ nhiều”. Nói như thế có nghĩa, trước phải rành lý thuyết, kế tập tinh hoa những gì học được, sau hết quán tưởng những điều đã học để thấu đáo tận gốc, hiểu theo Khổng Khâu tiên sinh là Trí Tri, thế mới gọi là đến nơi đến chốn trong đạo nghề võ mà Tổ sư tâm truyền.

Mong rằng sách này ra đời thì có hậu sinh đọc được và làm được những gì đã nói trên đây và sau đây. Được như thế thì người bỏ công soạn sách và tiền nhân đã vui lắm rồi vậy.

CHƯƠNG II

SỰ QUAN HỆ GIỮA LUYỆN QUYỀN VÀ LUYỆN CÔNG

Ngạn ngữ có câu :

Luyện quyền bất luyện công

Đáo lão nhất trường không

Có nghĩa là luyện quyền chương mà không chú tâm luyện công lực thì dù có tập đến già đời cũng trở thành vô dụng.

Trong võ học, Quyền là kỹ thuật nhằm chú trọng sự khéo léo của tay chân, còn Công lực mới chính là căn cơ để quyết định khi ứng dụng mọi thế võ mọi bài quyền.

Như vậy, nếu có chút kỹ thuật quyền cước thì tất phải có chút ít công lực để hỗ trợ làm tăng hiệu quả công phu võ học, và chính chỗ đó mới mong chế ngự được kẻ đối thủ cường địch.

Cho nên nếu chỉ học quyền thôi, chỉ múa men không có công lực thì cầm bằng hữu danh vô thực, không ích lợi gì trong việc cứu mình giúp đời, suốt đời chỉ biết múa men huê dạng cho người xem chơi.

Vì chỗ tối yếu của Công lực mà từ xưa đến nay các võ gia, danh sư hữu học đều chú trọng cả hai, luyện quyền và luyện cả Công lực, cũng như suốt đời không dám xao lãng.

Vậy Công phu là gì ?

Theo danh từ võ học lược giải của Giáo sư Hàng Thanh thì : Công phu hay Công lực gồm có Nội Công và Ngoại Công hay còn gọi là Nhuyễn Công và Ngạnh Công. Nội Công là phép luyện vô hình dẫn lực, Ngoại Công là phép luyện hữu hình hữu lực...

Nói rõ hơn, Nội Công vô hình lấy việc luyện khí làm cốt yếu, tức luyện dẫn khí trong cơ thể. Ví như môn Tọa thiền của Thiếu Lâm, môn Đạo Dẫn của Võ Đang v.v... Môn võ học cao tuyệt này rất thâm thúy khó học, không có danh sư hướng dẫn khó bề luyện tập thành tựu được. Môn Ngoại Công hay Ngạnh Công là môn võ Hữu hình, lấy việc luyện kinh lực làm chủ đích, tức luyện cho gân cốt bên ngoài cho đặng cứng chắc, đó cũng là môn võ học mang tên Thiết Sa Chương tôi đang trình bày.

Cả hai môn võ học tối thượng này khi luyện thành đến chỗ tinh diệu của nó thì khi vận chuyển hơi khí thì toàn thân sẽ thành cứng rắn như tường đồng vách sắt không hề sợ gươm đao chạm vào da thịt.

Như dẫn giải trên, Nội Ngoại công chia ra làm hai trường phái : Nhuyễn công và Ngạnh công. Đối với việc tập luyện thì Nhuyễn Công khó luyện hơn, lối tập luyện này được coi là luyện Âm Kinh, khi luyện thành lúc đả

thương thì bên ngoài chẳng thấy dấu tích gì nhưng bên trong bị tan nát gân thịt, phế phủ. Đôi khi xuất thủ chưa đụng đến thân mà đối phương đã bị thương trầm trọng hoặc đã tán mạng rồi. Sự lợi hại âm kinh của Nội công hay Nhuyễn công là như thế. Môn võ công này được tiêu biểu trong phép luyện Khinh thân Công pháp, và võ công Chu Sa Chương v.v... rất khó luyện.

Riêng Ngạnh công thì rất dễ luyện, bởi vì loại công phu này thuộc về Dương kinh. So bề lợi hại về sức tàn phá của môn Dương kinh thì không bằng âm kinh, nhưng sự lợi hại về sức tàn phá của Dương kinh cũng rất khủng khiếp.

Một điều đáng mừng cho độc giả (môn sinh không có thầy) là môn Dương kinh rất dễ luyện, dù rằng không có chân sư chỉ dạy mà chỉ cần đọc sách rồi chuyên tâm trì chí luyện tập lâu ngày sẽ thành công. Vì lẽ giản dị dễ học như thế nên môn sinh của học phái Dương kinh rất đông ví như Thiết bích công, Tiên nhơn chương, v.v...

Riêng Thiết Sa Chương là môn Ngạnh công, tuy nhiên trong cách tập công như khi thành tựu, lúc phát kinh Dương lực có mang phần nào tánh Âm kinh thành thử dưới mắt võ lâm cao nhân môn võ học rất được mọi người khen ngợi và cổ súy rèn luyện.

Một câu chuyện được giới võ thuật tại Trung Quốc thường nhắc đến như một giai thoại võ học, chúng tôi xin kể ra đây để độc giả thấy sự lợi hại về công lực của phép luyện Kinh khi đã đến chỗ thành tựu.

Vào năm Dân quốc thứ 17 (1929), một danh sư võ học tên Cổ Mi Chương một hôm dạo chơi xứ Quảng Đông gặp một lực sĩ người Nga to lớn đang bày trò mĩ võ tại đất Quảng mà con ngựa của người Nga là một võ sĩ rất lợi hại. Người Nga đại lực sĩ rất tự đắc dẫn con thần mã giới thiệu với quần chúng, đây là con ngựa thần rất hung dữ, không ai có thể hàng phục nó được mà chỉ có Đại lực sĩ Nga là khống chế nó dễ dàng, ngay trong lúc nó nổi điên. Thật ra thì ngựa nào chủ nấy, hễ đã huấn luyện con ngựa dữ đã thuần theo ý hễ, con ngựa biết tránh né và phản kích với đối thủ của nó, và luôn luôn tỏ ra hung hăng ngoại trừ chủ nó. Cho tới buổi hôm đó tại đất Hồ Quảng đã có nhiều vị võ sư xứ Quảng đã bị ngựa đá trọng thương. Cổ Mi Chương mang mối bất bình, phần động lòng tự ái quê hương. Cổ Mi Chương vào trường đấu với ngựa dữ. Con ngựa quả tinh khôn và kiêu dũng, võ sư Cổ Mi Chương cùng ngựa thần quần thảo đến ba phút, và một thoáng nhanh như điện, vị võ sư đã phát vào lưng ngựa một chương làm ngựa thần hí lên một tiếng khủng khiếp rồi ngã khụy xuống đất, chẳng mấy chốc nó trào bọt mép và chết hằn. Người Nga biết mình không địch lại vị võ sư lỗi lạc này nên nhân lúc bận rộn thu dọn hành trang lẫn đi mất dạng. Người ta xem xét xác ngựa thì bên ngoài chẳng thấy dấu tích chi để khẳng định là ngựa đã thọ thương, người ta mang ngựa xẻ ra mổ hay lá gan ruột con ngựa đã nát bầy vì phát chương của vị võ sư họ Cổ. Bấy giờ người ta mới biết rõ là võ sư họ Cổ đã dùng môn võ học Âm Kinh thượng thừa để giết ngựa, bảo vệ danh dự cho xứ Quảng. Trong trường hợp này nếu dùng Dương Kinh đánh thương ngựa thì bên ngoài tất có dấu vết dập bể,

mà bên trong xương cốt ngựa cũng bể nát. Xem thế mới biết Âm Kinh rất
đổi lợi hại khó dễ đo lường.

CHƯƠNG III

SỰ QUAN HỆ VỀ TUỔI TÁC KHI LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

Thầy dạy võ xưa thường bảo : « Tập luyện võ công cốt ở chỗ trường kỳ cố gắng, lâu ngày ắt được thành công. Bởi thế tuổi tác không phải là hạn chế hay cốt yếu mà điều cần biết được coi là bền chí theo đuổi lâu dài ».

Tuy nhiên trong võ học có vài môn công phu cũng cần một vài điều kiện tiên quyết, như việc luyện tập môn « Tráng khí công ». Muốn luyện môn công phu này phải là một đồng nam, và tuổi không quá 20 thì việc rèn luyện mới thành tựu được.

Lý do chánh yếu cần đến tuổi đồng nam vì trong tuổi đồng nam tâm hồn còn trong sạch không có nhiều tạp niệm, trừ việc ăn ngủ (thanh niên bây giờ, nhất là nơi thành thị và các nước văn minh, thị dục và sinh lý đa số phát triển sớm và được xã hội tệ hại hướng dẫn nên thường hư hỏng ngay từ thuở 14, 15, hạng này không thể luyện được bất kỳ thứ võ công nào) nên dễ luyện Tráng khí công. Hơn nữa với tuổi đồng nam cơ thể con trẻ còn Thuần Dương, tâm trí dễ tập trung vào một nơi khiến cho thần khí sung mãn càng dễ đạt kết quả trong việc tu tập môn võ công này.

Những người thành niên (Âm Dương điều hòa) bởi bị thất tình ngoại cảm, lục dục nung nóng nội tâm khiến cho tạng phủ bị ảnh hưởng không tốt thành dễ vấp phải chứng « ngoại ma, nội tà, tâm hồn không thuần khiết, tất là khó luyện thành môn công phu Tráng khí ». Đây là trường hợp ngoại lệ có giới hạn tuổi tác.

Phép luyện Nội công trước nhất là diệt lòng tà niệm (nghĩ bậy) để tâm hồn trở nên tỉnh táo sáng sủa sau đó mới thi bành những tư thế qui nạp khí lực. Bởi chỗ tâm hồn không mấy trong sạch, trí não bận việc buồn vui nên người thành niên khó bề luyện thành môn Nội công. Nhưng nếu kẻ có chân tu trường kỳ tinh luyện cho tâm hồn trở nên thuần khiết, ý tưởng tập trung, bỏ được tạp niệm thì công việc tu luyện tiếp phần nội công cũng không phải là điều khó. Một ví dụ là Giáo Sư Hàng Thanh, đệ nhị đại đồ đệ của Thiền sư Thiện Tâm, hiện mang đẳng cấp đệ thất đẳng huyền đai, lúc gặp chân sư thì đã gần 30 tuổi, thế mà sau sáu năm tu tập môn Khí công đã chứng nghiệm được kết quả đáng kinh ngạc : cánh tay của GS đưa ra mềm mại không dẫn lực thế mà hơn sáu bảy người có trình độ vẫn không thể làm cho cánh tay gập lại. Chúng tôi đã được GS biểu diễn cho xem trong kỳ đại hội của Tổng Hội Dịch Lý Việt Nam năm 1972. Ngoài việc GS thổ nạp chân khí thiên niên để có sức mạnh vạn năng, nghe đâu GS còn tập được nhiều công phu cao thượng mà đời nay cho đến người tuổi tác vẫn chưa ai đắc ngộ. Đó cũng là một kỳ duyên hạnh ngộ cho Giáo sư. Theo chỗ được biết qua những sư huynh đệ của Giáo Sư thì Giáo sư thường trường trai và tĩnh luyện, đời sống thật là đơn giản.

Thí dụ trên cho chúng ta thấy cuộc đời và thành quả của một cao thủ (GS Hàng Thanh) đã thành tựu môn Nội công lúc tuổi tác trên dưới 40, như

vậy việc tu tập nội công cũng có thể thành tựu được đối với những người lớn tuổi dù rằng hơi khó.

Tuy nhiên, việc tu luyện về công phu thì rất dễ dàng, không đòi hỏi tâm hồn hiệp nhất, việc tập trung tinh khí thần. Người thanh niên lại càng dễ thâm nhập kết quả hơn những người đồng nam hay nữ. Vì, việc tu luyện môn Ngạnh công đòi hỏi thể chất phát triển đúng mức. Và nhờ cơ thể đã phát triển hoàn bị nên dễ chịu đựng được những khổ hạnh trong lúc luyện công mà không hoặc đã có ít ảnh hưởng đến sự phát triển sinh lý có hại cho cơ thể tuổi vị thành niên.

Cổ nhân thường bảo : « Phàm nhân hữu khí tức hữu lực, hữu lực tức năng luyện công giả », nghĩa là phàm con người có hơi thì có sức, mà có sức thì có thể rèn luyện võ công được ».

Đối với những người thường hay đau yếu, cơ thể bẩm sinh suy nhược thì cũng không thể luyện Ngoại công được vì như thế sẽ có điều di hại cho sức khỏe không ít. Như vậy cũng là đáng buồn cho những người bẩm sinh căn cơ không có, nhưng cũng có thể từ từ mà cải biến thể chất bằng cách rèn luyện cơ thể điều dưỡng cho thân thể được tráng kiện bằng thuốc thang hoặc ẩm thực trị liệu, sau đó tập dần dần, dù lâu hơn người bình thường nhưng rồi cũng có ngày đạt được thành quả đáng ngạc nhiên. Nếu không có những trường hợp như thế thì câu « Có chí thì nên » hoặc « Có công mài sắt có ngày nên kim » hóa ra không đúng sao.

Đối với tác giả thì :

Hữu sinh tất hữu diệt

Mà hữu luyện tất hữu thành. Ngẫm nghĩ xưa nay mọi việc đều không ngoài ý ấy. Vậy độc giả đừng lo ngại vì mình yếu ốm quá để bắt đầu luyện tập môn Thiết Sa Chương. Hãy bắt đầu từ từ và trường kỳ luyện tập. Mức thành công chỉ với một tấm tay không có gì là khó.

CHƯƠNG IV

CÁCH DÙNG THUỐC KHI LUYỆN CÔNG PHU

Luyện công tức là làm một môn thức nào đó cho thân thể mỗi ngày tăng thêm phần tráng kiện, cho nên một khi con người đã đủ tráng kiện thì việc luyện công là thừa hay phản lại tự nhiên. Đó là lý luận thông thường, đối với nghề võ có khác, người luyện võ đi tìm những điều mới lạ gần tự nhiên trong những điều mất tự nhiên. Ví như việc tập Thiết Sa Chương, người luyện lấy chỗ mềm yếu của da thịt để thi thố cùng cái dẻo, cứng của sa sắt.

Vì lẽ đó khi hành công luyện pháp không có sự hỗ trợ của thuốc thang thì làm sao tránh khỏi những thương tích làm trở ngại cho việc tu luyện thường xuyên. Nhờ có thuốc thang, máu không bị ứ đọng, nhưng tụ, da thịt không bị sưng bầm đau đớn thái quá. Nếu người tập xuẩn động không chịu biết đến thuốc thang thì máu huyết ngưng tụ nơi tay làm cho hai tay bị thương tổn, dần dà bị hủy hoại hoặc thương tổn đến tạng phủ vì sự chấn động do tập luyện sai sớ.

Để có thể thành tựu môn công phu chân chính Thiết Sa Chương, người luyện phải dùng những dược liệu chân truyền, xoa hoặc ngâm đôi tay theo những giờ khắc nhất định để cho dược chất đủ ngấm vào bên trong da thịt, để có những va chạm mãnh liệt từ bên ngoài tới đôi tay đã được dược liệu hỗ trợ để kháng những tệ hại có thể xảy ra như tay khỏi sưng bầm, tụ máu, rách da, trật xương.

Sau khi luyện công còn phải ngâm tay vào dược chất để cho da thịt xương cốt cứng chắc thêm lên và sự thành công mau đến hơn.

Đối với người luyện Thiết Sa Chương, thuốc là yếu tố tối cần thiết, không thể thiếu trong mỗi buổi luyện công. Trái lại sẽ gặt hái những hậu quả vô cùng tai hại.

Theo võ thư, võ dược chia làm ba loại :

- 1) Dược tửu (thuốc rượu)
- 2) Dược xú (thuốc dấm)
- 3) Dược thang (thuốc thang).

Theo kinh nghiệm của tôi trong nhiều năm dùng thuốc thì loại dấm thuốc tay tốt nhưng vì là loại chua, dễ nhuyển hóa chất vôi nên có hại cho xương. Vì thế trong nhiều trường hợp các võ sĩ vì lạm dụng thuốc dấm khi đấu quyền, công phá đã bị gãy xương tay, hoặc cong.

Và cho đến nay những bài thuốc ngâm rượu vẫn là sở thích của các nhà luyện võ chân chính. Đối với rượu có công dụng chỉ thống nghĩa là làm giảm bớt sự đau nhức, tan máu bầm, không ảnh hưởng làm hư hại chất vôi trong cơ thể.

Thuốc thang thường cũng đánh tan máu bầm, ứ nhưng chỉ thông cấp thời không thể nào sánh được với dược tửu. Do đó bao giờ cũng vậy, rượu thuốc vẫn là món hảo hạng dùng hỗ trợ cho sự luyện công.

Tuy thế không phải nghe thuốc rượu là tốt rồi cứ lạm dụng hoặc đã bẻ thang dược nào cũng mang ngâm rượu mà dùng thì chẳng những không thu nhận được kết quả tốt đẹp nào còn đôi khi bị hại nữa là khác. Vì thế tác giả có lời khuyên độc giả hãy cẩn thận, bằng cách nghiên cứu kỹ sau khi đã biết chắc là thang dược chân truyền mới dùng. Có như thế thì việc dùng thuốc mới không di hại cho bản thân.

CHƯƠNG V

BA YẾU TỐ QUAN THIẾT CẦN BIẾT KHI LUYỆN CÔNG

Hành công luyện chương có ba điều tối cần phải lưu tâm kéo mai hậu có mắc phải những tệ hại nguy hiểm thì khó bề cứu chữa :

- Tuần tự nhi tiến (tiến bộ dần dần, không nên đi mau).
- Hằng tâm (trì chí luyện tập không bỏ dở).
- Giảm tham nhục dục (tiết dục, hạn chế việc động phòng).

Nói chung, những người chưa bao giờ luyện tập võ nghệ thì toàn hệ thống mạch lạc gân cốt trong thân thể nếu không đến nỗi khờ khạo không được linh hoạt thì ít ra cũng không được linh mẫn tinh minh như những người đã có trình độ võ công. Và đối với những người chưa bao giờ luyện võ thì việc khởi sự luyện Thiết Sa Chương không phải là chuyện thành tựu dễ dàng. Nếu như muốn luyện thì phải tuần tự từ dễ đến khó, theo sát từng chi tiết chỉ dẫn, lâu dần gân cốt mạch lạc được linh hoạt thì con đường thành công mới thấy ở đằng xa. Bằng vô tâm liều mạng ý sức tập đại càng ý mong mau thành đạt thì chỉ rước lấy tai hại mà thôi. Trong những trường hợp ấy nếu bị thương nhẹ nơi bên ngoài đôi tay thì chỉ gây cho người tập những tê liệt từng bên hay cả cánh tay, nhược bằng bị thương nặng, máu huyết tích tụ bên trong gây nên những biến chứng bên trong cơ thể gọi là bị nội thương, còn gọi là bị ám thương (những thương tích không lộ ra ngoài). Trong trường hợp cực nặng được mô tả như chấn động đến tạng phủ thì tánh mạng coi như chỉ mảnh treo chuông.

Đời nay không thiếu chi những người trai trẻ khí huyết cường mạnh hàm hồ luyện đại Công phu mà không biết đúng sai để rồi thu được kết quả đáng thương hại là cơ thể bị lao thương, có khi cả đời mang toàn tật bệnh. Trong những trường hợp như thế nhiều người kém hiểu biết bảo là con trẻ tập nhầm môn tà công, võ bất chánh v.v... mà đáng ra chỉ nên trách con trẻ hoặc người luyện tập thiếu thầy hay hoặc thiếu hiểu biết cách thức luyện tập tiệm tiến mới ra nông nỗi.

Thuở nhỏ tác giả luyện công chung với người bạn họ Vương, một hôm người bạn dư sự (dòm lén) luyện chương rồi về nhà bắt chước luyện tập. Sau tôi phát giác là Vương chỉ biết hành công dùng sức mạnh mà chẳng biết phép vận Kinh (sức). Vương chỉ biết gồng cứng tay rồi dang cổ lì đập mạnh vào bao cát, tuyệt nhiên Vương không hiểu là phải làm thông thả từ từ, buông sức và võ nhẹ để từ từ tiến đến thành công. Sau vài tuần Vương đã chật gầy gạch thẻ, y lại càng đặc ý cho là mình tập đúng sách nên càng cố chí hỏa tốc rèn luyện ngày đêm. Sau đó hơn tháng Vương ngã bệnh, phủ tạng bị nội thương, tim bị suy nhược, thầy thuốc khám nghiệm và cho biết như thế. Thế là Vương nghỉ tập, thế mà thời gian khá lâu sau bệnh trạng cũng chỉ thuyên giảm một cách hết sức chậm chạp. Và theo lời y sĩ, Vương sẽ còn phải trải qua nhiều năm tháng mới có thể lấy lại được sức bình thường như hồi chưa khởi sự luyện Công phu. Thế mới biết cái liều mạng trong vấn đề võ học thật chẳng có chi là lợi, tác giả chỉ mong

rằng độc giả đừng bao giờ coi việc tập luyện võ công như một trò chơi giải trí hay một canh bạc. Vì rằng cuộc đời trăm tuổi dù chẳng bao lâu trước tạo hóa vô cùng nhưng với chừng năm tháng ấy mà biết HƯỞNG thì nghĩ rằng cũng thú lắm rồi. Việc tu tập tuần tự trăm năm để thành công cũng không phải là quá lâu đối với con người biết kiên nhẫn.

Cho nên dù đã nắm yếu quyết chân truyền trong tay và biết rõ chìa khóa *Tiệm tiến*, *Hằng tâm* cũng cần phải có chân sư chỉ điểm mới có thể nắm phần chắc trong việc luyện tập mà những trở ngại mới chắc chắn không xảy tới một cách đáng thương tâm.

Đến như trong khi tập, hành công thấy khó mà lùi bước, thấy lạ mà ham mê thái quá, hoặc lấy đầu này ráp đuôi nọ, nửa chừng bỏ dở thì kết quả cũng chỉ như kẻ chưa hề biết đến công phu là gì vậy thôi.

Mỗi khi tôi tiếp xúc với người ngoài để đàm luận về điều này thì nhận thấy mười phần đã hết tám chín thuộc về những hạng người trên. Số người Hằng Tâm để gia công tập luyện cho đến thành công thì thật là hiếm có, trăm người không được một. Đó là tại bởi đâu ? Võ công khó luyện quá mà nên chăng ? Không, đó tại vì kẻ học không hằng tâm mà thôi. Nếu họ có tâm luyện thì họ có học nội hay ngoại công thì cũng « Tam niên tiểu thành, thập niên đại thành » chứ không để họ đi không rồi lại về không bao giờ.

Ngoài việc tiệm tiến và hằng tâm ra còn một điều cũng rất là quan trọng, rất là khó trừ, đó là lòng Dục. Sắc dục là một điều rất có ích cho thân thể, nếu không biết tiết chế thì tai hại không khác chi mãnh thú, bão lụt. Mãnh thú và bão lụt còn có thể tránh được nhưng sắc dục không biết đường mà tránh né, người đời lại còn ham mê theo đuổi nữa. Nhất là những người luyện qua võ nghệ thì tinh khí sung túc lại càng run động trước sắc dục cho nên khó lòng tránh được. Người bình thường còn có thể tiêu tinh huyết bằng cách thanh tâm tiết dục, phân tán thần khí để làm nhược thân thể đi. Còn người tập võ thì Tinh Khí Thần kết tụ nên càng phải tránh điều sắc dục.

Ba điều trên là ba yếu điểm mà người mới hành công cần lưu tâm, nếu đã biết rồi mà không tránh khỏi, không làm được, thì thà rằng đừng tập luyện còn hơn. Chớ có công giây lát cũng không ích được gì cho sự nghiệp lâu dài.

CHƯƠNG VI

CÁC TRƯỜNG PHÁI THIẾT SA CHƯƠNG

Mỗi cơ thể đều có sự giống và khác nhau, do đó sự luyện tập cũng cần có chỗ sai biệt để đạt tới thành công. Sự sai khác đó đã làm nảy sinh nhiều phái biệt Thiết Sa Chương do những kinh nghiệm, chiêm nghiệm các lỗi hành công và thành quả khác nhau.

Cận đại, việc nghiên cứu về Thiết Sa Chương cho thấy rằng các mô thức gia truyền tuy có khác nhau mỗi mỗi, nhưng xét kỹ thì thấy người ta luyện tập theo hai trường phái khác nhau mà thôi.

- Phái thứ nhất chủ việc trực tiếp hành công.
- Phái thứ nhì chủ về gián tiếp hành công.

Người luyện theo phái trực tiếp thì hơi giống phép luyện tay trong Dịch Cân Kinh. Phương pháp này dùng một thùng lớn trong chứa đậu xanh và đậu đen chừng hơn 10 cân. Khi luyện đứng thế Tôn Mã (ngồi chồm hổm) bên thùng đậu, rồi hai bàn tay xòe ra thành thế cương đao đoạn ra sức chuyển gân đâm thẳng vào thùng đậu, nếu có thể đâm đến đáy chậu thì càng tốt. Khi đâm tới đáy thùng thì dùng sức co ngón tay lại móc đậu lên, từ từ buông rơi những hạt đậu trong nắm tay xuống trong lúc vận sức vỗ mạnh xuống. Như thế là hoàn tất một động tác. Người mới tập điều thích nghi nhất là mỗi tay không nên tập quá ba kỷ động tác. Hành công xong nên dùng thuốc ngâm rửa hai bàn tay. Nếu định thời gian tập Sáng, Chiều, Tối thì hơn một năm đậu xanh và đen trong thùng phần nhiều đã nát hết rồi. Và phải đổ ra rồi cho vào một nửa đậu xanh và đậu đen cùng phân nửa thiết sa, tiếp tục luyện công trong một năm nữa thì phân nửa đậu trong thùng cũng nát hết rồi. Thay đi, lần thứ ba này thùng chứa đầy thiết sa. Luyện thêm một năm công lực đã tiểu thành. Nếu muốn luyện thêm phải chuẩn bị số thiết sa có cạnh nhọn, gai mới tốt.

Nếu luyện theo phép trực tiếp này thì khi thành công đầu các ngón tay đều có cục chai nhin vào biết liền là thuộc người luyện Ngạnh công (Ngạnh là cứng).

Phép luyện gián tiếp thì khác xa lỗi trên :

Dùng vải dày may một chiếc túi (hai lớp vải), dài 9 tấc Tây (bằng ba thước Ta), rộng 6 tấc Tây, trong chứa đầy đậu xanh và đậu đen (mỗi thứ một nửa). Khi luyện tập lấy dây treo lên giữa phòng, đứng mã bộ, trước hết dùng lòng bàn tay vỗ vào bao đậu, sau đến mu bàn tay như vậy gọi là một kỷ động tác (đánh lòng bàn tay một cái rồi lật lưng bàn tay một cái). Người mới tập không nên quá 8 kỷ động tác. Tập xong dùng thuốc rửa bàn tay. Nếu định giờ tập là Sáng và Tối thì hơn một năm đậu đã nát, đổ ra lấy thêm đậu mới phân nửa bao là thiết sa, phân nửa là đậu xanh và đậu đen. Tiếp tục tập đến khi đậu nát hết thì lấy ra thay toàn thiết sa. Luyện hơn năm nữa thì chương công đã khá rồi. Phép này nếu luyện tiếp tục lâu thêm lên nữa đến khi thành đạt vẫn không thấy da chai, trông vào

không biết có tập Thiết Sa Chương. Ngoại trừ những cao thủ trong võ lâm thì mới nhận ra sau khi đã để tâm quan sát kỹ. Phép luyện này tuy là Ngoại công Thiết sa nhưng so với phép trực tiếp thì phép này tốt hơn hết.

Độc giả đã lướt qua hai cách luyện Thiết sa chương hẳn có vị đã thấy như không có gì lạ và ghê gớm trong cách luyện tập như nhiều người mô tả. Thật ra là như thế, phép luyện không có gì cầu kỳ hay huyền bí mà chỉ có chừng ấy. Với những cố gắng thường xuyên và tiết chế mọi dục vọng mà tuần tự tiến tới như chương trình thì nhất định thành công không khó chi cả.

Và trong vạn hữu một cá nhân tập luyện không thành thì tại người ấy chưa hiểu được cái lý của phương pháp mà thực hành sai đi mà ra. Còn phương pháp bao giờ cũng đúng.

CHƯƠNG VII

CHƯƠNG TRÌNH 100 NGÀY LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

Hành Công luyện chương phải để tự nhiên làm chủ yếu và mới chóng có kết quả mà không có hại.

Môn võ công này thoát thai từ môn luyện chương gián tiếp và hoàn toàn hơn. Ngoài việc luyện lòng bàn tay (chương) và lưng (mu) bàn tay, còn luyện cạnh bàn tay (chương trác), chương căn (đầu cườm tay), đầu ngón tay, đầu các khớp ngón tay khi co lại.

Kinh lực cũng đề cập đến phách kinh (sức vỗ), ấn kinh (sức nhấn, ấn xuống), suất kinh (sức quật xuống), thiết kinh (sức chặt, chém) điểm kinh (sức điểm, chấm tới) vv... chứ không chỉ riêng tập Phách kinh và Suất kinh không thôi. Nhờ phương pháp tổng hợp có hệ thống hóa nên việc luyện tập 100 ngày chương trình này bằng 2 năm kết quả của lối tập theo lối cũ. Với phương pháp hệ thống hóa khi tập luyện thành công da tay vẫn không bị chai.

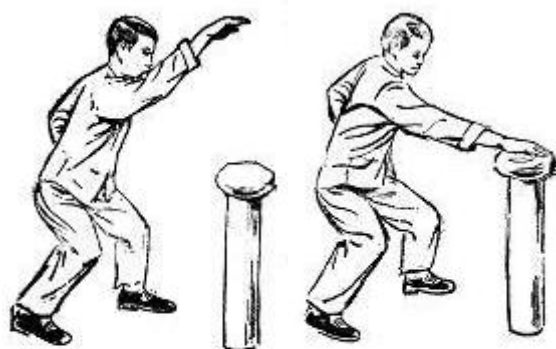
A.- PHÉP HÀNH CÔNG

TRANG BỊ : Dùng loại vải dày khó rách may một túi vải hai lớp (túi vuông) dài 6 tấc Tây, rộng 3 tấc Tây. Trong chứa đầy thiết sa vụn (vụn sắt nhỏ) nếu không có thiết sa dùng một nửa đậu xanh phân nửa đậu đen trộn cũng được. Một ghế bằng gỗ cao ngang rốn (rún), mặt ghế bằng ngang, phẳng, dài và rộng, kích thước phải hơn túi thiết sa. Khi tạo được đủ dụng cụ này và một bình thuốc (xem Chương 11) thì bắt đầu tập Thiết sa chương được rồi.

HÀNH CÔNG : Hành công (luyện) phải lựa chỗ yên tĩnh không quấy phá, ở phòng riêng là hay nhất. Trước tiên bỏ túi thiết sa nằm thẳng thóm trên mặt ghế, lập tấn trang nghiêm đối diện và vừa tầm tay. Tấn kỵ mã (xuống Trung bình tấn) hai nắm tay thu quyền bên hông, thân mình buông lỏng tự nhiên, tâm yên bình, khí trầm đan điền (điều này người mới tập võ hay tập lâu mà không nghiên cứu thì khó hiểu, nhưng cứ tưởng là mọi nguồn hơi thở vừa hít được từ mũi đã tụ lại dưới rún, ban đầu thấy khó sau quen dần) chăm chú nhìn vào bao thiết sa chốc lát hoặc tâm trí đặt chỗ hư không giây lát (quên mọi việc trước cũng như sau và cả hiện tại). Đoạn hành công theo phép sau đây :

1. Phách Pháp : *(phép vỗ bằng lòng bàn tay, chương)*

Đang trụ tấn Kỵ mã, bàn tay nhắc cao ngang mày (mắt) (Hình 1) Cánh tay vô lực để buông rơi chương úp xuống bao thiết sa. Nghĩa là toàn thân mình mềm mại khí huyết lưu thông, cả cánh tay đều để tự nhiên không gồng lấy sức. Bàn tay tự nhiên buông rơi và vỗ lên bao thiết sa như một vật tự nó rơi vào lòng đất bởi trọng lực của tự nó và sức hút của quả địa cầu. (Hình 2)



HÌNH 1

www.tvvn.org

HÌNH 2

www.tvvn.org

2 . Suất Pháp : (phép quật bằng mu bàn tay)

Sau khi bàn tay rơi trọn vẹn trên bao thiết sa, nghĩa là bàn tay đã vỗ trọn vẹn, hoàn tất động tác, thì nhấc bàn tay lên ngang hông mào (vị trí ban đầu). Rồi buông cho bàn tay tự nhiên rơi xuống, nhưng lần này bàn tay xòe và lật ngửa lòng bàn tay lên trời, mu bàn tay đập (quật trên bao thiết sa). Ý buông xả của động tác này cũng giống như cái vỗ trong Phách pháp. (Hình 3)



HÌNH 3

www.tvvn.org

3. Thiết pháp : (phép chặt, chém, bằng cạnh bàn tay)

Suất pháp đã hoàn tất trọn vẹn, nhấc bàn tay lên sao ngang mào như ban đầu, tưởng tượng cạnh bàn tay cứng rắn như đã gồng lên (sự thật thì không gồng), như người đã thành công trong võ học thì hiểu là ý lực đã được dồn tới cạnh bàn tay, mà ý tới tức lực tới rồi. Nghiêng bàn tay cho rơi xuống tự nhiên, cạnh bàn tay chém thẳng xuống bao thiết sa mà toàn cánh tay cũng như toàn thân thể đều đặt trong trạng thái tự nhiên không gò bó hay cố gắng nào. (Hình 4)



HÌNH 4

www.tvvn.org

4. Ấn pháp : (phép nhấn (in) xuống)

Thiết pháp đã hoàn tất, nhắc tay lên ngang mày, rồi buông tay cho rơi xuống, lần này bàn tay hơi dựng đứng lên chỉ để đầu cườm tay chạm xuống bao thiết sa. Ý tưởng cũng như những động tác đã học trên. (Hình 5)



HÌNH 5

www.tvvn.org

5. Điểm pháp : (phép chấm, chia, điểm)

Ấn xong nhắc tay lên, bàn tay cao ngang mày, các ngón tay cong lại như móng chim ưng hay móng mèo xòe ra vỗ mỗi, tưởng tượng sức đã đầy và cứng ở các đầu ngón tay, buông tay cho năm ngón tay rơi xuống điểm trên bao thiết sa. (Hình 6)



HÌNH 4

www.tvvn.org

Năm phép vừa trình bày trên tuân tự kết thành là một Kỷ động tác. Bắt đầu luyện tập nên lượng sức mình. Phải định thời gian nhất định phải tập buổi sáng, chiều và tối, hoặc sáng tối cũng được. Mỗi buổi tập một lần, mỗi lần tập chừng (5) năm kỷ động tác. Luyện xong rồi hành được công (ngâm hoặc thoa rửa tay bằng thuốc rượu) xong rồi mới tiếp tục tập luyện tay kia. Những người tập một tay thì chỉ tắm thuốc tay luyện mà thôi.

Ngày nay, trước trào lưu tân tiến nhiều nhân tài xuất hiện sáng lập nhiều bang phái võ thuật mới rất tiện ích cho thanh niên nhưng không tránh khỏi vài chỗ sai lầm vì thiếu sót một vài chi tiết trong việc chỉ dạy võ sinh. Ấy một phần họ ỷ lại vào sức mạnh tráng niên, cho võ sinh tập quá bạo cho chóng có kết quả để quảng cáo, họ cũng chẳng biết về cơ thể học và y lý nên đã vô tình đưa hàng vạn môn sinh dẫn về chỗ nguy khốn mà không hề hay biết. Nếu những vị ấy chịu khó học hỏi nghiên cứu thêm chút ít về y lý, y dược, thì chắc là hay cho lớp hậu tấn biết mấy.

Tôi có dịp nhìn qua những môn sinh nhỏ tuổi đầy lòng hăng hái, say sưa luyện tập, chân đá tay đâm tận lực vào những trụ tập bao cát v.v... mà đến khi sưng tay trật xương chỉ biết đem đi nhà thương, bệnh nhẹ thì cứ bóp muối. Trong những buổi dạo chơi như thế lòng tôi rất phần khởi vui mừng vì thấy thanh niên ham mê võ thuật, nhưng lại chợt buồn vì thấy người ta hướng dẫn chưa được vẹn toàn để đa số thanh niên đều mang bệnh hậu, và trình độ tiến bộ về công chỉ đạt được có phần sơ đẳng rồi không thể nào vượt được cao hơn. Tôi soạn cuốn sách này là có ý giúp ngầm cho thanh niên võ sinh mọi môn phái đó.

B.- PHÉP DÙNG THUỐC (Dược Công)

Như đã nói ở những chương trước, tập luyện không thuốc thang thì chớ nên tập, vì có thành tựu đôi chút mà thân thể đã hóa ra bệnh hoạn rồi. Mà có thuốc để đó nhưng không biết cách dùng cũng chẳng lợi ích bao nhiêu. Vậy nên trước khi bắt đầu rèn luyện môn Thiết sa chương nên biết rõ ràng cách Hành công, rồi đến cách sử dụng Dược công, có như thế mới mới đạt được kết quả mà vô hại. Sau đây là cách xài thuốc rượu (thuốc ngâm trong rượu) :

Trước mỗi buổi luyện tập (hành công) lấy bình thuốc rượu ra để bên sân phòng tập, cho tay vào bình ngâm cho thấm đều tay rồi lấy tay ra (đặt nắp bình lại cho kín hơi) dùng tay còn lại xoa nắn cho nóng toàn diện bàn tay, xong lại ngâm và xoa bàn tay còn lại. Sau khi đã thi hành được công rồi mới bắt đầu tập Thiết Sa chương.

Sau khi tập đủ 5 kỳ cho một tay thì cũng phải hành được công tay đã tập xong. Kể đến mới bắt đầu tập tay bên, khi xong cũng làm như bàn tay đã tập trước.

(Ngoài cách dùng rượu thuốc còn cách dùng dấm thuốc và thang thuốc, xin xem chương 11).

Ngoài việc dùng thuốc và biết phép hành công cho đúng phương thức, còn cần biết vài điều thiết yếu trong lúc đang tập và sau khi tập xong. Những điều phụ thuộc này cũng cần yếu không thể thiếu được trong mỗi buổi tập, do đó võ sinh chớ chênh mảng xem thường mà đôi khi gặp phải những chuyện không hay.

Ba điều kỵ khi tập Thiết Sa chương :

1) Không được mở miệng trong khi tập, hoặc thở bằng miệng.

Vì lúc tập bụi của thiết sa bay lên, nếu hít vào phổi qua miệng rất nguy hiểm. Nên khi tập Thiết sa chương cần phải có tấm vải sạch trùm mũi và miệng để che những bụi sắt có hại.

Một vài vị võ sư kinh nghiệm cho biết trong thời gian tập Thiết Sa chương thì cách chừng vài ngày nên ăn một lần huyết heo nấu, luộc chín, để tinh khiết dạ dày và ruột. Điều này không bắt buộc vì nếu chúng ta bịt khăn che bụi sắt thì đã che đi phần nguy hại rồi, và người dùng chay thì cũng không thể nào áp dụng nguyên tắc ăn huyết heo được.

2) Kỵ dùng sức nơi cánh tay :

Khi hành công luyện chương không nên dùng sức cả cánh tay mà phải để tự nhiên. Và điều nên nhớ là không bao giờ vận dụng sức mạnh để tập 5 thức Thiết Sa chương : Phách, suất, thiết, ấn, điểm.

3) Kỵ tinh thần bất tập trung :

Luyện chương hành công thần bất tập trung và chú ý thì Tắc ý bất chi (tới nơi), ý bất chi tắc khí bất hành, khí bất hành tắc kinh bất quán (tức không dồn đến được như ý), kinh bất quán tắc chương lực tất lưu chuyển ra ngoài.

Điều phải làm sau buổi tập (Dư Công)

Trong suốt buổi tập xuống tấn kỵ mã nên sau khi tập xong trước khi bước đi nên lấy tay xoa hai đầu gối cho nóng lên rồi định thần lại rồi mới bước đi từ từ vài vòng, đồng thời duỗi, xòe các ngón tay, nhún chân lên xuống

vài lần để làm dẫn các bắp thịt, gân cốt và thông huyết khí tránh những di hại về sau.

Kiểm chứng thành quả (Thứ Công)

Sau 100 ngày luyện Thiết Sa Chương có thể dùng gạch tiểu để đo lường kết quả.

Khởi đầu lấy gạch tiểu vừa dùng cứng lắm, sắp làm ba viên chồng lên nhau ngay ngắn, dùng Ấn chương, trụ tấn Kỵ mã vận sức toàn thân ấn xuống giữa viên gạch. Gạch gãy thì tiếp tục thử Thiết chương, Phách chương, Suất chương. Nếu có ván mỏng 5 phân Tây cũng dùng thử như trên.

Mỗi một tác động đủ làm gạch, gỗ tan vỡ là coi như đã đạt trình độ sơ thành, đủ dùng vào những việc tự vệ thông thường. Muốn đạt trình độ cao hơn phải thêm thời gian và công phu luyện tập. Điều này đã nói ở phần trên cuốn sách.

CHƯƠNG VIII

BÍ QUYẾT VÀ CÁCH SỬ DỤNG CHƯƠNG

Bất luận Nội gia hay Ngoại gia quyền, ai ai cũng đều chú trọng đến chương pháp. Đó cũng chỉ vì sự biến hóa vô cùng của nó. Trong mỗi cái vận chuyển chớp mắt chương có thể biến hóa nhiều lắm rồi, có thể Điểm, Nã, Ấn, làm đối thủ thật khó lòng tìm được cách đón ngăn.

Ngoại gia (người tập về ngoại công) thường đặc ý với đòn "liễu diệt chương". Nội gia (trường phái tập nội công) thì sở trường ngón "ấn chương".

Dù rằng những danh từ và cách ra chiêu thức có na ná khác đi đôi chút đều không ra ngoài môn "Song thủ chương pháp" của Nhạc Võ Mục, Song thủ chương của Võ tiên sinh danh trấn giang hồ nhờ cái lý biến hóa như sau :

- *Khuyên* (chương chuyển động thành vòng tròn)

Khuyên lại phân biệt : Trường (dài), Đoạn (ngắn), Âm, Dương, Trực (thẳng tới), Hoành (ngang), Kỳ (có chính có phụ).

- *Thế* tác thành hồi hoàn hộ loan (quay tròn trở về che chở).

- *Hình* như độc xà triền tuyền (như rắn độc cuốn xoáy).

Hai thứ Thế, Hình tương ứng khó đón khó ngăn (thần kỳ mạn trặc). Còn *Trường khuyên* tốt nhất dùng để triền (vấn quanh) ví như hình loại "Lâu thủ khuyên" trong "Lâu tất ảo bộ" của môn Thái Cực Quyền (*Lâu* là ôm, choàng, dắt, dẫn. *Tất* là đầu gối).

Đoạn khuyên dùng để che đỡ (lan) tốt nhất. Thí dụ như Hình loại "Phiên Cách Khuyên" trong Hoành quyền của môn Hình Ý Quyền.

Trực khuyên, tốt nhất dùng đỡ công (đánh), ví như hình loại "Xung Kích Quyền" trong Băng quyền của môn Hình Ý Quyền.

Hoành quyền, tốt nhất dùng để thủ, ví dụ như hình loại Khuyên trong "Vân Thủ" của môn Thái Cực Quyền.

Các thức trên có thể tìm thấy trong các cuốn quyền phổ phổ thông có bán ngoài hiệu sách. Còn về phần biến hóa thì không thể nói vài lời là có thể thấu hiểu được.

Nếu dùng chương phát lực, thì phát lực từ đan điền quán chú (dồn) vào lòng bàn tay là việc thích đáng nhất. Vì phát lực có ngũ đình (có năm chỗ ngưng) :

1) Lực ngưng ở vai

- 2) Lực ngưng cùi chỏ (chấu)
- 3) Lực ngưng ở uỷển (đầu cổ tay)
- 4) Lực ngưng ở chưởng (lòng bàn tay)
- 5) Lực ngưng ở ngón tay (đầu ngón tay, chỉ)

Phép quán (dồn sức), Kinh.

Một là dùng khí hoặc dùng kinh.

Thiết sa chương chuyên vận kinh quán quán (dồn sức liên tục) nghĩa là vận được sức vừa dồn được sức tới nơi mình muốn.

Có thể, nếu luyện hết chương trình Trăm ngày nếu đúng phép có thể vận Kinh qua ngũ quan. Lúc phát chương công địch có thể tùy ý mà phát kinh, không còn sự ngăn trở nào cả.

Lời dặn khi chiến đấu :

Khi giao chiến không nên dùng chương nắm chặt lấy người hoặc áo quần hay binh khí nào của địch. Vì, bất thật tất hư năng hư bất biến hóa (ý nói chương được rành không bận bịu thì biến hóa linh hoạt tùy ý).

Khi ra tay nên dùng đầu ngón tay do xét hư thật, khi ngón tay biết là thật (chạm địch) thì chương Ấn tới nhả Kinh. Như vậy nhất định trúng không thể sai được.

Về phép đánh thì trên không được cao hơn vai, dưới không thấp quá rốn.

Khi phát tay trái thì tay phải thông thả trợ lực.

Khi phát tay phải thì thân tay trái về để làm tăng kinh lực tay công.

Hai tay như thoi đưa, như xé bông gòn : trên, dưới, trái, phải.

Sự vận dụng được tuyệt diệu là nhờ ở tâm.

Khi lãnh hội được lý thì bất luận song chương đều xuất : độc chương độc tấn, tâm quan sát tình thế, rồi thế mới dùng Kinh. Có như thế thì phần thắng mới có thể về ta được.

Sau đây là cách sử dụng các kinh của Bách nhật chương công :

1. Phép sử dụng phách chương :

Giả như ta đang đối đầu với một đối thủ :

- Địch bước tới tấn công ta bằng quyền phải ngang trung bộ.

- Thừa khi quyền địch đang lao tới, tay phải ta nắm lấy tay áo địch (chỗ phía ngoài cùi chỏ) kéo mạnh cho địch về phía sau ta đồng thời phối hợp chân phải tiến lên phía bên phải địch. Trong lúc địch đang nghiêng người tới ta vận kinh vào lòng bàn tay trái phách đúng huyệt "phượng hoàng động" ở kẻ hai xương bả vai, nếu trúng địch sẽ thổ huyết ngã xuống ngay vì huyệt này nằm ngay đầu lá phổi lại bị ta dùng Thiết Sa chương hạ thủ thì việc xảy ra là tất nhiên.

2. Phép sử dụng suất chương :

Giả như ta đang đấu với địch :

- Địch tiến lên dùng phách chương chém bên phải ta.

- Thừa lúc tay địch đang chém xuống chưa tới, ta dùng hướng thượng xuyên chương để gạt chương địch ra đồng thời tấn bộ gấp tới, tay trái vận kinh ấn vào tim địch.

Giả như tay ta chưa đánh trúng mà địch đã dùng cầm nã thủ tay mặt hấn nắm đúng cùi chỏ trái ta. Ta vận dụng sức ở eo lưng phối hợp với sức ưỡn về sau của eo trái, vận kinh vào mu bàn tay trái đánh một phát suất kinh vào giữa mặt hấn.

3) Thiết chương :

Giả như ta đang đấu với địch :

- Địch tấn bộ dùng quyền phải công ta ngay trung bộ.

- Thừa lúc quyền địch chưa tới, chương trái ta vận đầy kinh đón thế tấn của địch vỗ mạnh vào phía ngoài cùi chỏ tấn công của địch, cánh tay của địch bị đánh trúng bị tê liệt ngay, hoặc trật khớp. Nếu muốn bồi thêm thì né qua trái hấn, chân phải bước tới sau chân phải địch đồng thời vận đầy kinh vào tay chém vào cổ, huyệt Thiên trụ, thế là hết đời.

4) Ấn chương :

Giả thiết ta đang đối đầu một đối thủ :

Ta thấy bên phải địch bị hở, ta lập tức tấn bộ bên phải, xuất quyền bên trái đánh vào huyệt Kỳ môn bên phải địch, nếu quyền ta đánh sắp đến nơi liền bị tay trái địch gạt ra lại dùng tay phải đánh vào huyệt Kỳ môn ta thì...

- Thừa lúc địch chưa kịp đánh tới, ta rút lẹ tay trái về, kể tay trái chuyển ra chụp tay phải địch đồng thời chân trái hoành thoái (lùi ngang) về phía sau, tay phải vận đầy kinh ở chương phối hợp nương theo bước lùi ấn vào huyệt Kỳ môn bên ngực bên trái địch làm địch bị trọng thương. (Huyệt Kỳ môn nằm giữa xương sườn từ 8 và 9, thuộc can kinh nằm dưới huyệt Nhũ căn).

5) Chỉ, điểm :

Giả như ta và địch đang đấu :

- Giả như địch tấn công Thiết chương vào huyết Thiên trụ bên phải ta, ta dùng tay phải để đỡ tay trái địch, đồng thời vận dụng sức nơi eo lưng chặt lại vào huyết Thiên trụ của địch. Lúc này nhứt định địch dùng tay phải để gạt tay trái ta, như thế lúc địch đang chủ ý lo đỡ tay trái ta thì tay phải ta buông xuống, thu về đồng thời tấn bộ sang trái địch lệ làng, tay phải vận kinh nơi hai ngón trỏ và giữa (song chỉ) điểm vào huyết Thiên đột dưới trái cổ địch, làm địch té xỉu, mạnh có thể thiết mạng.

CHƯƠNG IX

HỖN NGUYÊN CHƯƠNG CÔNG

Luyện Thiết Sa Chương 100 ngày xong, tuy công đã thành nhưng bất tiện là không thể rời khỏi bao Thiết sa được vì nếu không luyện tập thường xuyên công lực sẽ mất dần.

Nếu có thể hành công phu Hỗn nguyên chương công thì chẳng những công lực không mất mà còn tăng thêm phần Nhu công rất có lợi.

1.- CÁCH LUYỆN HỖN NGUYÊN CHƯƠNG PHÁP :*a) Dự bị :*

Đứng thẳng, hai bàn chân khít nhau, mắt nhìn thẳng về trước thấy chỗ hư không, mũi hô hấp đều đặn.

b) Thức thứ nhất :

Lòng bàn tay trái hướng lên trời, mũi bàn tay hướng về bên phải trên đỉnh đầu, từ bên trái tay trái nâng lên (thác thiên) nâng trời. Cánh tay phải để xuôi theo thân mình, lòng bàn tay úp xuống đất, mũi bàn tay chỉ về bên phải, tay ấn đại (ấn xuống mặt đất).

Ý câu Thác thiên ấn địa, mang ý nghĩa tay nâng trời, tay đè địa cầu, mà khi tập ý tưởng cũng phải như thế.

Khi làm hết sức, đến cực điểm không còn chỗ để nâng và đè thì thở ra (hít vô gọi là hấp khí, thở ra gọi là hô khí), buông lỏng tất cả châu thân. (Hình 7)



HÌNH 7

www.tvvn.org*c) Thức thứ hai :*

Tiếp thể trên, thân không đổi, tay trái tay phải phối hợp hô hấp án thác 3 lần rồi đổi tay cũng án thác 3 lần phối hợp hô hấp. Xong chuyển sang thức kế tiếp (Hình 8)



HÌNH 8
www.tvvn.org

d) Thức thứ ba :

Tiếp thức trên, tay trái không đổi, tay phải để xuống thể đứng nghiêm rồi phối hợp hấp khí song chương từ hai bên hướng lên trời, có nghĩa là cả hai tay đồng Thác thiên. Khi nâng lên hết tay thì hô khí, buông lơi toàn thân. (Hình 9)



HÌNH 9
www.tvvn.org

Phối hợp hô hấp Song chương Thác thiên ba lần.

e) Thức thứ tư :

Tiếp theo thức thứ ba, thân không đổi hai tay, song chương từ trên Ấn địa. Khi chương ấn hết tay thì hô khí, buông lỏng toàn thân. (Hình 10). Phổi hợp hô hấp Ấn xuống ba lần rồi buông lỏng toàn thân.



HÌNH 10

www.tvvn.org

2.- HÀNH CÔNG :

Sau đây là tám (8) điều trọng yếu cần ghi nhớ khi hành công không được quên hoặc là trái ngược.

Điều thứ nhất :

Khi tay cử động phổi phải phối hợp hô hấp đồng thời lực quán chương tâm.

Điều thứ hai :

Hô hấp vẫn như bình thường, duy chỉ cần trầm mặc, nhu tĩnh và lâu dài, không nên thở hít quá gấp gáp.

Điều thứ ba :

Bất luận ấn xuống hay Thác lên cùi tay đều hướng ngoại, năm ngón tay phải khít nhau và thẳng.

Điều thứ tư :

Khi Ấn và Thác đầu gối phải gối thẳng thì khí mới thúc (làm cho) máu từ đơn điền dồn lên hai bên sườn rồi từ hai bên sườn theo hai động mạch lên đến song chương.

Điều thứ năm :

Khi ấn hay Thác đều gối sức ở hai bàn tay (chương) như vể tay nâng trời đang sập xuống, tay ấn như thể đang đè núi muốn đảo lại (phiên địa).

Điều thứ sáu :

Khi luyện công thần phải ngưng (chăm chú), khí phải tĩnh, ý phải quán.

Điều thứ bảy :

Sau khi luyện công phải hành dư công (tản bộ. v.v...) để khí huyết điều hòa như Thiết Sa chương vậy.

Điều thứ tám :

Pháp này động tác tuy ít, nhưng mỗi ngày sáng tối luyện một lần là đủ
không nên quá nhiều.

CHƯƠNG X

GIẢI THÍCH NGHĨA CỦA TÁM CÂU THIỆU CHƯƠNG PHÁP

(Chương pháp ca quyết thích nghĩa)

Bát Thiềm Đại Sư của Thiệu Lâm rất tinh về chương pháp, người đã khổ luyện 20 năm không ngừng. Vì cần mẫn luyện tập nên Đại Sư ngộ ra được chương pháp ca quyết để truyền đời sau. Nay tác giả mạng phép tiền nhân mang ra giải thích, chú nghĩa những chỗ quan trọng trong ca quyết, ý những mong giúp ích hậu tấn phần nhỏ nào đó thôi.

Bài ca quyết gồm tám câu, ngoài ra không biết còn nữa không nhưng tác giả chỉ thu thập được bấy nhiêu, hiện không nghe ai nói thêm được điều gì mới.

1) CHÍ KHÍ ĐAN ĐIỀN THỔ

Huyệt đan điền vị trí cách dưới rốn 1 tấc rưỡi còn có tên là Khí hải, nằm trên đường Nhâm mạch, theo nhà võ thi Đan điền là trung tâm của thân thể. Khi mà tụ được ở đây thì bộ vững, sức chỉnh, tâm tĩnh, mà ba điều ấy nhà võ Nội Ngoại đều chú trọng. Thổ có nghĩa là phát ra. Toàn câu có nghĩa là : “Khí tụ lại nơi Đan điền, Kinh lực từ Đan điền phát xuất...”

2) TOÀN LỰC CHÚ CHƯƠNG TÂM

Dùng chương có thể tạo nên sức, nhưng dùng chương có thể dồn sức vào chương mới là hay. Quán kinh (dồn sức) nhà võ có hai phép : Nội gia luyện khí để dẫn kinh. Ngoại gia luyện kinh để đạo dẫn kinh. Thiết Sa chương là luyện Kinh quán Kinh.

3) ÁN THỰC THỦY DỤNG LỰC

Bí quyết dùng chương là trước *thử* rồi tới *Án* sau mới *Phát*. Nếu dùng được đầu ngón tay đụng được (Thắm, thử) hư thực của địch thì bèn dùng chương Án lấy để nó không biến hóa rồi mới dùng sức ở chương căn phát ra hạ địch.

4) THỔ KINH TUY KHAI THANH

Khi phát kinh tấn công địch cần phải phối hợp với khí thể. Tiếng hô có hai tiếng : “Hừ” và “Há”. “Hừ” dùng để thu Kinh. “Há” dùng để phát Kinh. Thư (chậm chạp, vừa phải) khí có thể trợ giúp Kinh lực. Như đột nhiên hét lên (hô) và phát Kinh đánh địch có thể làm cho địch bỗng giật mình, phân thần trong giây phút, chút xíu thời gian đó đủ để ta nhà chương lực đánh trúng y rồi.

5) THÔI NGHI TRIỀU THƯỢNG KHỞI

Dùng chưởng đánh địch muốn cho địch bay bổng lên ngã ra sau (ngã ngựa) thì thích nghi nhất là đánh vào khoảng từ tim xuống tới rún.

Trước nhất hãy thám xem thực hư, rồi thu thân hạ thấp tấn bộ, hạ hai cùi tay xuống thấp, song chưởng Ấn thực, vận sức nơi chưởng căn, hô to một tiếng "Há" trợ khí, chưởng căn hướng lên phía trên Thôi (đẩy) lên. Trúng địch thì địch sẽ bay lên ngã về sau. Nhưng nếu muốn địch ngã ngựa thôi thì Thôi từ cổ họng xuống tới tim địch thôi.

6) KHẨN BỨC ĐOẠN MÃ ĐĂNG

Khẩn bức là địch Tấn ta Thối, địch Thoái ta Tấn. Đoạn mã là bộ (bước tấn) áp gần nhau. Khẩn bức thì xuất chưởng có sức, đoạn mã thì có thể tự cố. Đăng là chỉ trong lúc ra chưởng phát sức phối hợp với sức hậu mã bộ, vì tấn này mạnh mẽ.

7) TAM TỰ : TRIÊM, ÁN, THỔ

- Triêm là dùng ngón tay dò thám
- Án là dùng chưởng đè lên chỗ dò thám thấy thực
- Thổ là phát kinh lực ra

8) ĐÔ DỤNG TIỂU THIÊN TINH

Tiểu thiên tinh là chỗ đầu cườm tay còn gọi là chưởng căn, khi dựng đứng bàn tay lên thì đầu các ngón tay là ngọn, thì cuối bàn tay là gốc tức là Tiểu thiên tinh.

Tiểu thiên tinh dùng tấn công tốt nhất vào các huyết :

Cửu vĩ, Kỳ môn v.v... đều dùng Tiểu tinh tức Liễu Diệp chưởng pháp, Ấn chưởng của nội gia là dùng chưởng tâm đánh địch mới là chánh tông.

CHƯƠNG XI

BÍ QUYẾT DỪNG THUỐC KHI LUYỆN CHƯƠNG

Ở chương bảy phần B có dẫn cách dùng thuốc khi luyện chương, ở đây không cần nhắc tới những điều đã bàn rồi mà trực tiếp trình bày những bài thuốc và cách pha chế ngâm tẩm. Còn phần sử dụng thì tùy thích của mỗi người, muốn dùng thang dược nào cũng được, vì thế mới có nhiều toa nhiều thang.

Có điều cần nhắc lại cùng độc giả là bao giờ cũng phải theo đúng nguyên tắc chế luyện và hành dược công phép mới tránh những tai hại và đạt thành kết quả.

Nơi chương này có tổng cộng là 9 bài thuốc, trong đó về thang dược gồm có một bài, thuốc ngâm giấm gồm 5 bài và 3 bài ngâm rượu.

1) BÀI THUỐC THANG :

DƯỢC LIỆU : Địa cốt bì và muối bột (cả thảy 2 vị)

CÁCH CHẾ : Dùng 2 vị trên bằng nhau 10 lượng mỗi thứ, mang nấu chung bằng nồi đất.

CÁCH DÙNG : Trước và sau khi luyện công, nhúng hai bàn tay vào nồi thuốc còn ấm ấm để khí huyết được điều hòa và da thịt được mềm mại. Cứ mỗi lần trước giờ luyện công mang hâm nóng xong mừng ra xài, xài đến khi cạn nước thì đổ thêm. 30 ngày thay thuốc một lần, tức đổ bỏ thuốc trong nồi cho vào thuốc mới bổ.

2) BÀI THUỐC NGÂM GIẤM :

DƯỢC LIỆU : 1. Xuyên ô - 2. Thảo ô - 3. Nam tinh - 4. Xà xà tử - 5. Bán hạ - 6. Bá hộ - 7. Hoa tiêu - 8. Long độc - 9. Thấu cốt thảo - 10. Lê lưu - 11. Long cốt - 12. Mẫu lệ - 13. Địa cốt bì - 14. Tử hoa - 5. Địa đinh - 16. Lưu hoàng - 17. Lưu kỳ nự.

Mỗi vị một lượng.

Muối xanh (muối biển sống) 4 lượng.

CÁCH CHẾ : Tất cả 18 vị trên bỏ vào nồi đất lớn, đổ vào 5 tô giấm thanh, nấu lửa riu riu còn lại 7 chén.

CÁCH DÙNG : Trước khi tập ngâm tay vào thuốc giấm còn ấm ấm, xong lau khô để bắt đầu luyện. Sau buổi tập cũng phải ngâm tay vào thuốc lần nữa. Thời gian luyện là 100 ngày với thang này. Đúng 33 ngày thì thay thang thuốc mới.

3) BÀI THUỐC NGÂM GIẤM LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU: 1. Da voi – 2. Xuyên sơn giáp (sao) - 3. Bán hạ - 4. Xuyên ô – 5. Thảo ô - 6. Toàn dương qui – 7. Tòng bì – 8. Tiêu túc - 9. Hoa tiêu – 10. Bá diệp – 11. Thấu cốt thảo – 12. Tử hoa – 13. Địa đinh - 14. Muối bột.

14 vị trên mỗi vị ba lượng, cộng với một đôi chân quạ.

CÁCH CHẾ : Tất cả các món trên đổ chung vào một chiếc hủ (khạp) đất, sành (đồ gốm), đổ vào 8 lít giấm và 8 lít nước lạnh để ngâm.

CÁCH DÙNG : mỗi lần tập mức ra một lượng (một chén nhỏ cũng được) vừa đủ rửa tay, trước và sau khi tập. Còn thì đổ chung vào nước ấm ấm để ngâm tay sau khi tập cho tay được mềm mại.

4) BÀI THUỐC NGÂM GIẤM LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU: 1. Xuyên ô – 2. Thảo ô – 3. Nam tinh – 4. Xà xàng tử - 5. Bán hạ - 6. Địa cốt bì – 7. Hoa tiêu – 8. Lê lưu – 9. Bá hộ - 10. Phù hải thạch – 11. Lang độc -12. Thấu cốt thảo -13. Sài hồ -14. Long cốt -15. Rễ cao lương (móng rồng) – 16. Mộc thông – 17. Móng cạp (bát sơn hổ) – 18. Địa đinh – 19. Tử quỳến -20. Lưu hoàng -21. Muối xanh.

Tất cả là 21 vị. Mỗi vị một lượng.

CÁCH CHẾ : Tất cả các vị trên cho vào một nồi đất lớn rồi đổ vào 3 lít giấm và 3 lít nước lạnh, nấu lửa than riu riu.

CÁCH DÙNG : Trước và sau buổi luyện công ngâm tay vào thuốc nấu ấm ấm. Dùng càng nhiều càng tốt.

5) BÀI THUỐC NGÂM GIẤM LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU : 1. Xuyên ô – 2. Thảo ô – 3. Nam tinh – 4. Xà xàng tử - 5. Bán hạ - 6. Bá hộ (mỗi thứ trên đều nhau một chỉ) - 7. Hoa tiêu - 8. Lang độc – 9. Thấu cốt thảo – 10. Lê lưu – 11. Long cốt – 12. Hải nha - 13. Địa cốt bì – 14. Tử hoa – 15. Địa đinh (các vị trên mỗi thứ một lượng) - 16. Lưu hoàng (một lượng) – 17. Lưu kỳ nửu (2 lượng) – 18. Muối xanh (4 lượng)

CÁCH CHẾ : Tất cả 18 vị mang ngâm với 4 lít giấm và 4 lít nước, xong mang dùng nồi đất, lửa than sắc còn lại 6 lít thì vừa.

CÁCH DÙNG : Trước và sau giờ luyện tập ngâm tay vào thuốc còn ấm ấm xong lau khô. Những bài thuốc chuyên hâm ấm ấm để dùng thì tốt hơn hết nên dùng nồi đất lớn mà nấu thuốc rồi cứ để nguyên trong nồi đậy kín, cứ mỗi lần mang ra hâm lại mà xài. Cũng có thể cứ nấu xong đổ vào khạp sành, mỗi lần tập thì lấy ra một chén nhỏ đổ vào siêu nấu cho ấm ấm xài cũng được.

6) BÀI THUỐC NGÂM RƯỢU LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU : 1. Đương qui – 2. Hồng hoa – 3. Lưu kỳ nhục – 4. Xuyên tặc đoạn – 5. Chương mộc. (các vị trên mỗi vị hai lượng) – 6. Hương phụ – 7. Nhũ hương – 8. Mộc dược (ba vị này mỗi vị một lượng rưỡi) – 9. Thần căn thảo – 10. Ngũ gia bì – 11. Ngải diệp (mỗi thứ ba lượng) – 12. Quế chi (1 lượng) – 13. Hành sống (1 cây)

CÁCH CHẾ : Mang tất cả 13 vị bỏ vào nồi đất nấu với 6 lít rượu trắng còn lại 5 lít thì được.

CÁCH DÙNG : Thuốc rượu nấu xong vớt xác bỏ rồi đổ vào bình đậy kín, mỗi lần tập luyện rót ra một chén nhỏ (ly uống cà phê xây chừng), nấu cho ấm ấm rồi ngâm tay vào, xong lau khô chờ cho nhiệt độ nguội hẳn rồi mới bắt đầu luyện tập. Sau khi hành công cũng ngâm tay vào thuốc 1 lần. Nếu không làm cách đó thì để nguyên nồi lớn nấu âm ấm ngâm cả hai bàn tay cũng hay nhưng mắc công nấu lâu. Cần nhất là phải đậy kín nồi kẻo bị bay hơi nhiều quá mất kiến hiệu.

7) BÀI THUỐC NGÂM RƯỢU LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU : 1. Qui vĩ – 2. Hồng hoa – 3. Nhũ hương – 4. Mộc dược – 5. Mộc hương – 6. Chỉ xác – 7. Kiết cánh – 8. Xuyên khung – 9. Đơn bì – 10. Kinh giới – 11. Đào nhơn – 12. Chi tử – 13. Xích thước – 14. Huyết kiệt – 15. Hồ cốt – 16. Trầm hương

CÁCH CHẾ : tất cả 16 vị, mỗi vị 3 chỉ, tán nhuyễn thành bột ngâm chung với hai lít rượu trắng, 7 ngày sau dùng được, càng lâu càng tốt.

CÁCH DÙNG : Trước khi luyện rót thuốc ra thoa bóp cho nóng hai bàn tay xong mới luyện, sau khi luyện xong cũng hành được công như thế. Khi nào hết thuốc thì đi bổ thêm thang khác. Luyện công hành được tữ đúng 100 ngày thì thuốc mới thấm vào tới xương làm xương, gân cốt cứng mạnh vô cùng.

8) BÀI THUỐC NGÂM RƯỢU LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU : 1. Hắc chi mẫu – 2. Bạch trư – 3. Bạch tiễn bì – 4. Bắc tế tân – 5. Phòng phong – 6. Kinh giới – 7. Tiểu nha tạo – 8. Bạch thất lệ – 9. Đại qui vĩ – 10. Kim ngân huê (các vị trên mỗi thứ 2 chỉ) – 11. Huyền sâm – 12. Huỳnh bá – 13. Dương khí thạch – 14. Hồng hoa – 15. Tiểu xuyên liên (các vị trên mỗi thứ 1 chỉ) – 16. Ngô công (hai con) – 17. Hồng nường tử – 18. Nao sa (mỗi vị 1 chỉ) – 19. Bạch tín (5 phân) – 20. Ban miêu trùng (3 chỉ) – 21. Trắc bá – 22. Càng lương (mỗi thứ một lượng) – 23. Thiết sa – 24. Chỉ thiên thực (mỗi vị 4 chỉ) – 25. Tả bì trùng – 26. Than đá (mỗi vị 3 lượng) – 27. Huê thủy thảo (8 lượng)

CÁCH CHẾ : Tất cả cộng là 27 vị, riêng than đá và thiết sa bỏ vào chảo sao cho nóng đỏ rồi bỏ chung vào 25 vị kia thêm vào 10 lít rượu trắng, mang nấu còn lại 8 lít thì dùng được.

CÁCH DÙNG : Trước và sau khi tập phải ngâm tay vào thuốc sau đó lau khô. Bình thuốc phải đậy kín hơi. Mỗi lần tập rót ra một chén nấu ấm ấm mà dùng.

9) BÀI THUỐC NGÂM GIẤM LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

DƯỢC LIỆU : 1. Nhũ hương – 2. Thảo xạ hương – 3. Kê ky tử – 4. Đuôi sơn hổ. – 5. Hoài ngư tất – 6. Hổ cốt – 7. Ma hoàng – 8. Ngoả hoa – 9. Hoài hoa – 10. Kim anh tử – 11. Thạch lưu bì – 12. Phi tử – 13. Địa cốt bì – 14. Bì ma tử – 15. Mộc dước – 16. Mã liên thảo – 17. Tự nhiên đồng – 18. Xà xàng tử – 19. Quế chi – 20. Bán hạ – 21. Phúc bồn tử (các vị trên mỗi vị 2 lượng) – 22. Ngũ gia bì – 23. Bì tiêu – 24. Câu đằng – 25. Thảo ô – 26. Xuyên ô – 27. Thủy tiên hoa – 28. Bạch tiễn bì – 29. Hổ cốt thảo – 30. Náo dương hoa – 31. Lạc đặc đà – 32. Đông hoa – 33. Tượng bì – 34. Đại lực căn – 35. Ngũ long thảo – 36. Bát tiên thảo – 37. Ngô đồng hoa (các vị trên mỗi vị 4 lượng) – 38. Tạng hồng hoa (6 lượng) – 39. Muối xanh – 40. Sa cao bì – 41. Tứ hồng thảo (mỗi vị nửa cân) – 42. Nam tinh – 43. Sài hồ – 44. Hoài điều – 45. Xuyên sơn giáp – 46. Sa tiền tử – 57. Qua sơn long – 48. Hoàn qui thảo – 49. Hột đào bì – 50. Huỳnh kỳ (các vị trên mỗi vị 3 lượng) – 51. Một đôi móng quạ – 52. Mộc qua (20 trái) – 53. Bạch phụng tiễn (20 trái) – 54. Một tổ ong – 55. Du tòng tiết (10 cái) – 56. Đại phù bình (24 cái).

CÁCH CHẾ : Tất cả 56 vị trên đổ vào 20 lít giấm, và 20 lít nước rồi cho vào chiếc trà lớn (loại nổi đất lớn dùng để nấu bánh Tét hoặc bánh Chưng (để ăn Tết), xong đem nấu, nước thuốc sắc lại còn chừng 30 lít thì đổ vào trong khạp sành.

CÁCH DÙNG : Trước khi tập luyện nhúng cả hai tay vào khạp thuốc xong lấy ra chà xát cho nóng rồi bắt đầu tập luyện. Sau khi hành công xong cũng ngâm tay vào thuốc.



Trên đây là những bài thuốc hay dùng để luyện tập Thiết Sa chương. Môn sinh thích bài nào thì hãy dùng bài thuốc đó đúng 100 ngày, có như thế thì thuốc mới có đủ thời gian để ngấm vào xương cốt, bằng nay xài toa này, mai kia lại xài thang khác, ấy cũng như luyện võ mà sáng luyện phái này, chiều nọ, chiều lại đổi thức đổi môn, không ngày nào tập giống ngày nào thì có đến mấy đời cũng chưa thành đạt công phu nào. Nhưng về võ bất quá là không thu thái được thì thôi đừng nầy thuốc không thể làm như thế được, vì có khi còn bị tai hại là chẳng khác. Môn sinh cũng nên nhớ là thuốc không phải bài dài mà hay, ngắn ít vị là dở. Mà hay dở là ở chỗ người dùng có đúng hay không mà thôi. Thật ra thì thuốc nào cũng hay, nhưng người luyện lập không biết tập, không biết cái hay của nó để tập cũng như đôi khi người ta dạy mà không biết cách dạy cái hay của võ thuật cho môn sinh thì làm thế nào phân biệt được là hay dở ra làm sao. Rốt cuộc rồi cái hay đâu chẳng thấy mà toàn thấy những thứ dở lan tràn khắp thiên hạ.

Trên đây là bàn về những cái lý thông thường của thuốc và võ, chứ thật ra trên đời từ xưa nay nếu nói đến hay hay dở thì người ta phải hiểu là hay hay dở đối với ai, hay hơn cái nào, và dở hơn cái nào. Người biết được cái đó mới gọi là kẻ trí, như tập võ phải biết suy xét thiệt hơn, biết lai lịch (lịch sử) môn võ của mình và những chuyện hay dở thì có thời gian làm thước đo rồi. Cái gì còn lại sau nhiều thế kỷ ấy là của thật, còn những cái giả tạo, vá víu tạm thời thì trong thoáng giây phút hoặc đã vài năm, vài mươi năm thì bị bỏ quên. Một tư tưởng hay 4.000 năm còn được người nhắc tới, cuốn sách hay càng đọc càng hay, ấy mới gọi là hay.

Một người có tuổi nói : “Cũng thì một cuốn sách mà tuổi ấu thơ đọc thấy thích, mà khi đã trưởng thành đọc thấy có ích và đến tuổi lão nhược đọc lại thì thấy tâm hồn khoan khoái hân hoan thì quả thật là cuốn sách hay thật.”

Hiện nay có những thứ thuốc xài một lần thấy hay xài hoài đâm quen thuộc, dĩ nhiên là hết hay.

Có nhiều môn võ mới nghe qua cũng rất hay, xem kỹ thấy chẳng được hay bao nhiêu, tập lâu không thấy tiến bộ thì còn phê phán vào chỗ nào được nữa. Tác giả không dám lạm bàn việc riêng của từng phái hệ võ lâm nhưng lúc cao hứng có hoa ngôn thì cũng là việc thường của người nhân thế, chính mong độc giả không thấy thế mà đâm ra có điều kỳ thị, võ lâm như cây một cội, như nước một nguồn. Người mà còn phân chia, kỳ thị thì dân tộc đó chưa phải là giống dân văn minh dù rằng dân đó có nền kinh tế quân sự mạnh đến mấy.

Trở lại nguyên đề, thuốc dùng luyện Thiết Sa chương cũng như Phép luyện và Ứng dụng Thiết Sa chương vào đời sống hàng ngày quả có phần cao diệu. Thuốc thì xài hoài càng công hiệu thêm lên, càng thấm sâu vào xương tủy, làm lạnh mạnh thể xác. Còn phép luyện thì càng luyện càng thấy trình độ cao lên vượt bậc, tư tưởng càng buổi càng thêm thuần lý, ý. Thật là không biết đến đâu là cùng là hết. Luyện mãi luyện hoài thì tinh thần càng minh mẫn, đạo đức lên cao. Thảo nào xưa kia các Thiền sư cao tăng đều là những người tài cao học rộng. Ấu là nhờ luyện võ thuật thứ chính tông vậy.

CHƯƠNG XII

CÁCH KHÁM VÀ ĐIỀU TRỊ NGƯỜI LUYỆN CÔNG BỊ THƯƠNG

Chương này chỉ cho ta cách nhận diện được những trường hợp người bị Chưởng thương (luyện chưởng bị thương) có thể trị liệu được mà không cần phải nhờ Y sĩ chuyên môn. Trong trường hợp bị người khác đả thương bằng chưởng pháp cũng cùng một cách khám xét.

Trong trường hợp bị thương được ghi nhận là bị tấn công bằng Chưởng lực có phần trầm trọng hơn cả. Và cứ như thực tế thì hầu hết người bị Chưởng đánh trúng đều bị nội thương ít có trường hợp bị thương bên ngoài.

Vì thế trong phạm vi chương 12 này đặc biệt dành để nghiên cứu về cách điều trị Nội và Ngoại thương do Chưởng Lực đánh trúng cũng như hành công phu sai trật mà bị nội thương.

1. NỘI THƯƠNG

Các triệu chứng :

a) *Trường hợp bị nội thương Gan*: Khi bị đánh một chưởng nơi gan thì, sau khi thân thể ngã xuống, sắc diện đổi khác, mặt tím đi, mắt đỏ ngầu và sau đó thân thể phát nhiệt (nóng).

b) *Trường hợp bị thương nơi Tim*: Bị một chưởng nơi huyết Cữu vĩ (vùng tim) tức là tim bị thương rồi. Trước nhất người bị thương khụy xuống bất tỉnh, mặt xanh, hơi thở yếu, đôi khi không chịu thở là trường hợp nặng lắm. Nếu nạn nhân còn đi được mà thấy hơi đau vùng tim thì là bị thương Tim nhẹ.

c) *Bị thương Dạ dày*: Bị một phát chưởng mà mắt nhắm lại không buồn mở ra, hay chỉ lim dim một nhọc, Môi và Mũi thâm đen lại là đã bị đánh trúng bao tử rồi.

d) *Bị thương Thận*: Bị đánh một chưởng phía sau eo lưng (thận du) mà cả hai lỗ tai nghe lũng lũng không rõ, trán đen (hơi hơi) mặt phù lên màu trắng bạch ấy là đã bị người ta đánh trúng Thận rồi.

e) *Bị thương Ruột già (đại trường)*: Bị đánh vùng bụng, sau đó mặt đỏ hơi hơi, hơi thở yếu, đi cầu phải vội vàng hơn lúc bình thường. Đó là bị đánh trúng ruột già.

g) *Bị thương Ruột non*: Bị đánh bụng mà mặt sưng lên, hơi thở không thông, khô khè như suyễn, người nóng lên, miệng khô, đại tiểu tiện bị nghẹn đau. Tức là đã bị đánh trúng ruột non.

h) *Bị thương vùng Ngực và Lưng*: Võ sinh học võ thường hay giao đấu, khi trúng đòn thường hay ỷ lại sức khỏe nên lơ đi, đến thời gian đôi mươi

ngày, 10 bữa hay một tháng lại tự nhiên thấy ngày càng ốm yếu ra, mặt trắng, người cứ lúc nào cũng hâm hẩm phát nhiệt. Đó là đã bị thương vùng ngực hay lưng rồi. Vì vùng này có nhiều chỗ yếu.

i) Bị thương Ngực: Mặt hơi đen, người nóng, ngực và miệng thấy khó chịu, lá đã bị người ta đánh trúng ngực bằng chương có kinh Thiết Sa chương rồi.

k) Bị đánh nội thương Phổi: Bị đánh một chương nơi vùng ngực mà thấy thở không được điều hòa như bình thường, mặt trắng ra thiếu máu, thở khò khè mà rất đau lúc nằm ngủ như ai lấy dao cắt ngực đau đớn chịu không nổi. Ấy là bị đả thương nơi phổi rồi không có chi là lạ.

Trên đây là những triệu chứng bị nội thương nơi các tạng lớn và hẳn thấy có triệu chứng như thế thì người luyện chương phải quan tâm tìm cách điều trị kéo nguy hại đến tính mạng.

2. NGOẠI THƯƠNG :

Nội thương hơi khó khám nghiệm, ngược lại Ngoại thương thì dễ thấy hơn vì nó thuộc bên ngoài cơ thể.

Trước nhất xem coi bị thương bộ phận nào, và khi biết đích thị mới phân biệt thương tích nặng hay là nhẹ.

a) Đầu là nơi lập trung mọi nguồn quan yếu điều khiển châu thân, khi bị thương trị liệu có phần khó khăn nhất. Khi bị thương nơi đầu phần chết có hơi nhiều so với hy vọng sống lành mạnh.

b) Ngực và Lưng: hai nơi này là phần che chở nội phủ (nôm na gọi là bộ đồ lòng). Nếu bị đánh trúng, phần bên trong có thể bị thương.

c) Eo và Thân: đây là phần mềm dẻo, non yếu hơn nhiều bộ phận khác, cũng dễ nguy hại đến tính mạng khi bị đả thương, cứu chữa cũng không dễ dàng.

d) Chân và Tay: tứ chi là phần bên ngoài cơ thể đã chạy đá cuộc đời, sẵn sỏi vì tập luyện, nên bị thương chẳng đến nỗi chết nhưng thường nếu quá nặng thì đưa đến sự tàn phế tạm thời hay vĩnh viễn. Ấy cũng là việc mà người đời rất ít ai hài lòng.

Tất cả trường hợp nào cũng phải quan sát thật kỹ rồi mới quyết định trị liệu.

Thông thường, lỗi bị thương của người luyện công, nếu bị nhẹ sau khi xoa nắn, ấn định được chỗ bị thương rồi đắp thuốc "CÔN NGUYÊN TÁN" (tên toa thuốc có chỉ dẫn trang kế tiếp) thì lành sau đó đôi hôm. Nếu bị nặng thì trong uống ngoài đắp thuốc CÔN NGUYÊN TÁN (thuốc uống có toa trang sau). Nơi bị thương nhức nhối khó chịu thì uống thêm thuốc chỉ thống "ĐẠI THỐNG TÁN" (có toa trang sau). Nếu thụ thương hôn mê bất tỉnh thì trước hết cạy miệng đổ thuốc "KHAI QUANG TÁN" (có toa ở sau),

thì nạn nhân tỉnh dậy ngay, kể đó mới khám nghiệm và định chỗ để trị liệu. Trước hết xem xương cốt coi có trặc, gãy không, nếu không sao, cấp tốc quan sát nội tạng, nếu không hề gì. Tuy nhiên nếu không phải là Y sĩ chuyên môn, bác sĩ Tây y hoặc võ sư có tài y học có kinh nghiệm trong nghề thì sự định liệu cũng hơi khó. Vậy để tránh sự giao động nạn nhân nên cầm tay xem mạch cho kỹ rồi định liệu.

Ngày xưa, mỗi ông thầy võ chính tông đều kim nghề y sĩ ít ra cũng là y sĩ cho chính ông ta và cho võ sinh của ông ta. Và như thế mỗi khi học trò có ngộ nạn thì ông thầy có đủ cách chữa chạy khỏi phải nhờ người ngoài.

Ngày nay chắc chắn là không được bao nhiêu ông thầy võ trong hoàn cầu biết kha khá về nghề thuốc. Ấu là một thiếu sót lớn cho chính giai cấp luyện tập công phu. Và chính họ đã không thể nào tự tin vào mình để có thể rầy la học trò như những ông thầy ngày xưa.

Chữ Quân, Sư rồi mới Phụ Mẫu, ngày nay chắc là hơi kém phần vững chắc để đám học trò cúi đầu vâng dạ hết lòng, đó cũng không phải là lỗi của đám trẻ thơ. Mà chính là những người lớn đã đánh mất chỗ đứng của họ. Ai còn hiểu biết gì nữa đâu để xứng đáng đứng trên ngai trước để đám mầm non kính ngưỡng cúi đầu. Và ngày nay hay ngày nào đó những người mang danh nghĩa cao quý trên phải tự xét lại mình cũng như những vị Sư Tăng ngày xưa đã kiểm thảo lấy mình trước khi ra khỏi cửa Thiền để vào đời dạy đạo. Ngày nay giáo điều còn đó mà mấy ai đã thực thi cho đúng đường. Xã hội đảo điên không phải tại ai mà lầm lỗi chính là do nơi những danh từ Tôn kính mà tự nó đã làm mất điều đáng tôn kính. Đó là người ta đã quên nhìn mặt mình (bộ mặt thật) sau mỗi lần thức giấc trước buổi bình minh.

Bực Thầy đáng tôn kính của người võ thuật hội đủ : Công phu căn bản, biết tôn kính lịch sử, y lý, toán và lòng rộng thành thang (trước đám môn sinh của võ lâm và con người).

Chương này đặc biệt cống hiến cho đời (đồng đạo võ lâm) ba bài thuốc gia bảo. Bảo rằng quý hơn tính mạng thì không dám nhưng quý thì thật là quý. Giá lâu nay khi chưa ra sách mà con hoặc thân bằng quyến thuộc của một vị đại tài chủ tập công phu thọ thương thập tử nhất sinh vô phương cứu chữa, mà chợt có người giới thiệu tới tôi (soạn giả), với ba bài thuốc này cứu sống mạng đứa con cưng của ông triệu phú thì hiển nhiên là tôi đòi gì được nấy và chắc chắn món tôi đòi là phải quý ghê lắm, ít ra giá trị cũng bằng một mạng người. Tôi đồ độc giả chứ nếu quả có trường hợp ấy thì tôi có được như ý hay không ? Riêng tôi nghĩ chắc chắn được vì bằng không thì đứa nhỏ chết liền. Điều mà tôi quả quyết được đó là tôi đã đòi khỏi tay ông triệu phú Diêm Vương (gia tài Diêm Vương có hàng triệu linh hồn chất trong kho đựng từ vua chúa bất nhân trên trần thế, các hào phú vô lương và lớp người ngu dốt vì thiếu học v.v... ba hạng này chết xuống âm phủ bị Diêm Vương chất chung một như chất gạo, chờ đi học lại một khóa làm người rồi mới cho đầu thai trở lên cõi trần). Chắc độc giả thấy tôi diễn có phần tối ý nên có vị muốn nói trắng ra là tôi nhờ ba bài thuốc hay mà cứu được đứa con ông triệu phú nào đó và chính làm cho đứa nhỏ khỏi lọt vào tay Diêm Vương tức là tôi đã đòi được một vật quý bằng một mạng người.

Quả nhiên quý vị độc giả bội phần cao kiến, tôi đây ngưỡng mộ vô cùng, phải chi có dịp hội kiến mà cùng nhau yếm ẩm vài chén trà sen cho thỏa tình tri kỷ. Mà chữ vị hiểu như thế còn một chút xíu nữa thì tới rồi (giống như phi thuyền thứ mười mấy đó tôi đã quên bắn lên mặt trăng nhưng gần tới nó lại hết sức nên ngưng lại, tức là quay chung quanh quỹ đạo mặt trăng). Số là tôi vốn bản chất thanh tịnh, thường thích bụng trống mà an nhàn, thường nghe lời phải, tiền bạc khó mua, thế nên hễ có người đến hiện là kẻ hiền sĩ. Nay đột nhiên có khách triệu phú mà tôi bước ra cửa chịu cứu trẻ con ấy là điều quý, cái quý có ở đời rất hiếm, thành thử kho của Diêm Vương mới chắt đồng mấy triệu con người. Độc giả đã hiểu hết rồi, khi tôi vừa nói đầu câu chuyện. Vì trên môi ai cũng thoáng một nụ cười. Đời thật là vui, thật là sướng, bạn bè đông đảo, ai cũng thông minh, cùng nhau câu chuyện, dù thấp dù cao, chưa nói hết nửa câu đã lọt hết ý rồi. Nhẹ nhàng làm sao khi có người hỏi, tại làm sao mà được như thế? Thì xin thưa có gì đâu, lòng trống thênh thang. Có người nghe rồi suy nghĩ.

Nhưng mà tôi quên nói rõ ra là ba thang thuốc này của tiên sinh Hồ Hoà Minh cho bạn võ lâm chớ không phải của tôi, thật là thế ấy.

Toa thứ nhất tên là CÔN NGUYÊN TÁN, là thứ thuốc tán, vừa uống được, đập, bóp ngoài vết thương được.

Hay lắm, hay lắm.

Tôi xin chép nguyên văn :

1) CÔN NGUYÊN TÁN

HIỆU NĂNG : Chuyên trị bị đánh gây nên thương tích, làm được bớt đau nhức, bớt sưng và tiêu tan máu bầm.

DƯỢC LIỆU: 1. Qui vĩ – 2. Hồng hoa 3. Nhũ hương – 4. Mộc hương – 5. Trầm hương – 6. Mộc dược – 7. Chỉ xác – 8. Kiết cánh – 9. Xuyên khung – 10. Đơn bì – 11. Kinh giới – 12. Đào nhơn – 13. La chi tử - 14. Xích thước – 15. Huyết kiệt – 16. Hồ cốt (mỗi vị một chỉ).

Tất cả là 16 vị, tán nhuyễn thành bột hòa rượu mà uống khi bị thương.

BỊ THƯƠNG Ở ĐẦU : thêm 2 vị Xuyên khung và Thiên ma (mỗi vị 1 chỉ).

BỊ THƯƠNG Ở TAY : thêm 2 vị Quế chi và Tục đoạn (mỗi vị 1 chỉ rưỡi).

BỊ THƯƠNG Ở CHÂN : thêm 2 vị Ngưu tất và Gia bì (mỗi vị 2 chỉ).

BỊ THƯƠNG Ở LƯNG : thêm 2 vị Cương huyệt và Độc huyệt (mỗi vị 1 chỉ rưỡi).

BỊ THƯƠNG Ở TIM : thêm 3 vị Thần Sa, Hồ phát, Điền thất (mỗi vị 1 chỉ).

BỊ THƯƠNG Ở HÔNG : thêm 3 vị Ngưu tất, Tục đoạn, Đỗ trọng (mỗi vị 1 chỉ rưỡi).

BỊ THƯƠNG Ở 2 BÊN SUỒN : thêm 3 vị Thanh bì, Kinh giới, Phòng phong (mỗi vị 2 chỉ).

CÁCH DÙNG : Các vết thương : lấy ra 2 chỉ hòa chung với rượu để uống.

Bên ngoài : Lấy thuốc tán (nhiều ít tùy thương lớn nhỏ) trộn chung với rượu, đem hấp nóng rồi bó lấy vết thương. Thuốc tán nên làm sẵn trong nhà, cất vào hũ (keo) đậy kín phòng khi gặp nạn có dùng liền. Đi đâu nên mang theo để phòng bất trắc mới gọi là người biết phòng xa.

Đây là thang thuốc cứu mạng cho người luyện tập võ công đó.

2) THANG ĐẠI THỐNG TÁN

Thảng như trị rồi (trong uống ngoài thoa) mà còn thấy trong mình khó chịu (khó ở) đau nhức rai rút, từng hồi hay dây dưa thì hãy dùng thang sau đây là chặn đứng cơn họa hoạn. Nhớ phải tránh gió trong lúc trị thương.

DƯỢC LIỆU : 1. Xuyên khung – 2. Thảo ô – 3. Bán Hạ (mỗi thứ 2 chỉ) – 4. Ma hoàng (1 chỉ) – 5. Xì mứ (5 phân) – 6. Nam tinh (4 chỉ)

Cộng lại là 6 vị tán nhuyễn, bỏ vào bình kín, mỗi lần lấy ra một (1) phân hòa với rượu uống.

3) THANG KHAI QUANG TÁN

HIỆU NĂNG : Trong trường hợp bị đánh bất tỉnh nhân sự, óc mê man, hoặc trúng gió sôi đờm hay các chứng ngẹt thở chết giấc, đều dùng thang dược này trị được lành.

DƯỢC LIỆU : 1. Nha tảo (5 chỉ) – 2. Bạch chỉ – 3. Tế tân – (3 chỉ) – 4. Đại mai phiến – 5. Xạ hương (mỗi thứ 2 chỉ) – 6. Xì mứ (5 phân)

CÁCH CHẾ : Lấy nha tảo để trên miếng ngói mới, nướng thành than, hòa với Tế tân và các vị khác cũng tán nhuyễn, xong bỏ vô chai. Khi hữu sự mang ra dùng.

CÁCH DÙNG : Lấy thuốc bột này thổi vào lỗ mũi nạn nhân thì mọi cơ quan trong cơ thể thức tỉnh và hoạt động trở lại bình thường.

Các thang thuốc trên người luyện võ bao giờ cũng nên làm sẵn mang theo trong mình, hoặc để trong nhà phòng khi hữu sự mà dùng thì chẳng những rất tiện lợi cho mình mà đôi khi dùng để cứu người khác cũng rất là tiện lợi, có thể lấy cảm tình và làm tăng uy tín cho nghề nghiệp của mình.

Trong những trường hợp bị gãy xương, đứt thịt vì binh khí thì tốt nhất nên tìm cách mang nạn nhân đến cơ quan chuyên môn điều trị vì trong thời

buổi tiện nghi chúng ta nên phân công làm việc sẽ đỡ mất nhiều thì giờ. Nếu ở những nơi xa xôi thành phố, xa thầy thuốc chuyên nghiệp thì có thể dùng những thang dược trị liệu về Kim sang vv... Tác giả sẽ trình bày trong một cuốn sách khác chuyên về trị liệu.

CHƯƠNG XIII

NHỮNG THẮC MẮC CỦA MÔN ĐỒ VÕ LÂM KHI LUYỆN THIẾT SA CHƯƠNG

1.- Ông THƯỢNG HÁN TRUNG, Nam Dương

HỎI : Đang học Thái Cực Quyền có thể vừa tập Thiết Sa chương, có hại gì không ?

ĐÁP : Đang học Thái Cực Quyền lại tập Thiết Sa chương thì không được thích lắm vì Thái Cực Quyền là Nội gia quyền còn TSC là Ngoại gia, hai môn cùng tập một lúc đối với người mới luyện khó thấu thái được ý quyền. Do đó mà khó thành công.

HỎI : Dùng Thiết Sa luyện Chương mau thành công hay dùng đậu ?

ĐÁP : Dùng Thiết sa tập mau có kết quả hơn, nhưng không có Thiết Sa tạm dùng đậu cũng thành công như thường.

HỎI : Mỗi ngày tập hai buổi. Sáng và Tối thì tập trong thời gian bao lâu thì có thể chặt hai viên gạch ?

ĐÁP : Cứ y như phép luyện mà hành thì trong vòng 50 ngày có thể phá vỡ hai viên gạch tiểu, lâu hơn thì công phá được nhiều hơn.

HỎI : Chỉ tập một tay thôi có được không ?

ĐÁP : Theo phương pháp xưa người ta chỉ luyện tay trái vì thông thường người ta quen sử dụng tay phải sợ rằng luyện tay phải vì thói quen dễ gây ra tai nạn cho người khác. Nhưng theo phương pháp của tôi thì nên luyện cả hai tay thì sự ích lợi nhiều hơn. Còn việc sợ lỡ tay thì ít khi, vì khi luyện thành Thiết Sa chương thì sức lực tùy ý mà phát ra, nếu ý chẳng muốn phát kình thì tay đâu có lực để đá thương người.

2.- Ông LÂM NHÚT THỐNG, Nam Dương

HỎI : Theo như phương thức luyện Thiết Sa chương khi đã thành công "Sơ thành" muốn luyện thêm lên cao hơn thì có cách nào hay những điều kiện gì đặc biệt không ?

ĐÁP : Đã luyện đến Tiểu thành thì cứ thế mà luyện thêm cho đến Đại thành, không có phương pháp nào khác nữa. Có là chỉ cách sử dụng, đó là phần kỹ thuật không nằm trong phần luyện công.

3.- Ông LÝ NGÔ KIÊM, Nam Dương

HỎI : Nếu mua không được Thiết Sa có thể dùng bi sắt thay thế có được không ?

ĐÁP : Nếu không có Thiết Sa có thể dùng phân nửa đậu xanh, phân nửa đậu đen. Dùng bì sắt cũng được, nhưng mua đắt tiền.

4.- Ông HOÀNG HỚN TRUNG, Nam Dương

HỎI : Luyện Thiết Sa chương tại sao phải mang cái chụp mũi. Và ăn huyết heo có ích lợi gì ?

ĐÁP : Đeo chụp mũi để tránh hít phải những bụi sắt li ti của Thiết Sa bay lên có phương hại đến hệ tuần hoàn. Ăn huyết heo, nếu có thể ăn được, huyết heo có công dụng làm sạch ruột, dạ dày và phổi, mà khi luyện vô ý không tránh khỏi hít phải bụi sắt.

5.- Ông HÀ LÊ DUY, đảo MORRIS

HỎI : Luyện Thiết Sa chương và Phục Hổ Công cùng lúc có được không ?

ĐÁP : Luyện hai môn cùng lúc không phương hại gì cả, nhưng cần nhất là phải chia thời giờ cho hợp lý để tránh sự mệt mỏi tán thần.

HỎI : Tập Thiết Sa chương, trước hay sau bữa ăn chính bao lâu ?

ĐÁP : Phải tập trước bữa hoặc sau bữa ăn chính tối thiểu là một giờ. Điều quan trọng là không khi nào luyện Thiết Sa Chương mà trong bụng không có gì. Tốt nhất là trước khi khởi sự tập nên uống một ly vừa phải chất lỏng bổ dưỡng, như sữa hay mật ong hoặc trái cây xay Nếu không thì ăn một trái chuối cũng được.

6.- Ông TẠ PHỔ NGUYỄN, California Hoa Kỳ

HỎI : Dược liệu dùng luyện Thiết Sa chương có dùng âu dược được không ? Nếu được xin ông cho tôi xin toa.

ĐÁP : Võ Thiết Sa chương và mọi ngành võ thuật cùng tư tưởng đều phát xuất tại Đông Phương, do đó những thuốc men để hỗ trợ cho việc luyện tập võ thuật được cổ nhân nghiên cứu và đã dùng những thứ cây cỏ tại Đông phương. Thuốc luyện Thiết Sa chương dùng dược liệu Trung Quốc. Nhưng nếu khi nào khoa học Tây phương tìm ra những hợp chất so sánh giống dược liệu Trung Quốc thì cũng có thể dùng thế được.

7.- Ông HOÀNG TỰ DIỆN, Nam Dương

HỎI : Tôi luyện Thiết Sa chương đã được một năm rồi sao ứng dụng pháp không nổi ba viên gạch ?

ĐÁP : Theo kinh nghiệm của tôi và nhiều danh sư khác thì muốn công phá ba viên gạch tiểu võ thì chỉ cần khổ luyện Thiết Sa chương trong vòng 100 ngày thôi. Trường hợp của ông có lẽ ông tập không đúng phương pháp rồi. Phải chi ông biên thư hỏi tôi trước hoặc một người nào đã thành công về TSC thì đâu có bị mất thời giờ đến một năm.

8.- Ông LÝ DÂN THẮNG, Nam Dương

HỎI : Tập Thiết Sa chương mà dùng thuốc cở hại gì không ? Sự thành công và hậu quả như thế nào ?

ĐÁP : Tập Thiết Sa chương mà dùng thuốc không đúng đã gặp những điều không hay về Hệ tuần hoàn rồi, nói chi đến tập liều mạng thì hậu quả còn biết nói làm sao. May mà thành được Sơ thành chặt gậy vài viên gạch thì trong mình đã bị nội thương rồi.

HỎI : Có người nói luyện thành công Thiết Sa chương thì hai bàn tay cứng, chai thành cục, mất linh hoạt, viết chữ không được, có đúng thế không ?

ĐÁP : Công chia làm hai loại : Nội tráng và Ngoại tráng, Tháp sa (dùng tay đâm, xía vào cát) cũng có trực tiếp và gián tiếp. Phép luyện ngoại tráng thành công thấy cứng cáp bên ngoài, khi luyện không biết vận sức mà chỉ gồng tay cổ làm cho mạnh, lâu ngày vì sự cọ xát với cát đá mà thành dày da, gân máu co lại quăn queo như con trùng uốn khúc trên da, gân cốt thành cứng đầu có lạ gì. Đây là phương pháp chính yếu luyện trực tiếp.

Nhưng phương pháp gián tiếp luyện Nội tráng không phải như thế, dù cũng dùng tay đâm vào cát nhưng vận sức đúng phương cách lại dùng thuốc đúng phương. Nên khi thành công thì gân xương bên trong cũng cứng cáp mà bên ngoài thì không thô kệch, khi thường thì giống tay người thường, nhưng khi dùng đến thì cứng cáp như đồng sắt, không chỗ nào là không linh hoạt.

Phương pháp Bách Nhật Thiết Sa Chương thoát thai từ phương luyện Nội Tráng mà ra, cho nên khi thành công không có hiện tượng chai da và cứng tay.

9.- Ông LƯƠNG NGUYỄN, Hoa Kỳ

HỎI : Luyện Thiết Sa chương chỉ vỗ nhẹ lại quá mạnh như thế là nghĩa thế nào vậy ? Nhà thể thao cử tạ bốc cả trăm ký lô mà muốn công phá cũng không bằng người luyện Thiết Sa, coi bên ngoài không có gì ghê gớm, tại sao làm có sức mạnh như vậy ?

ĐÁP : Vì là hai trường phái khác biệt, nên khó có thể so sánh : một đàng "lực sĩ" chỉ cốt tập về cơ thể cho nở nang, các bắp thịt phát triển làm thân hình cân đối đẹp đẽ. Tập lâu ngày bắp thịt cuộn cuộn trông rất đẹp mắt, sức mạnh ngày cũng càng tăng, nhưng sức lực ấy bị phân đều trong các bắp thịt, không tự tập trung vào một chỗ nào và cũng không điều khiển được sức lực như ý muốn. Nói tóm lại là người tập tạ có sức nhưng không thể điều khiển sức theo như nhà luyện tập Thiết Sa chương.

Người luyện tập Thiết Sa chương quanh năm chuyên chú tập trung tinh thần gom góp sức lực của thân thể vào một đòn, chiêu. Lâu dần thành tự điều dụng được sức lực của mình và mỗi ngày một tăng thêm, và chỗ chịu

đựng nổi sức lực của toàn thân phát ra được tầm luyện nên càng cứng cáp. Do đó một cú đánh của người luyện Thiết Sa chương có tầm nguy hiểm hơn người tập tạ. Ngược lại, nếu phải gánh vác khiêng vác nặng nề thì người tập tạ làm hay hơn.

10.- Ông DƯƠNG LƯU, Hoa kỳ

HỎI : Dùng được liệu như thế nào khi luyện tập Thiết Sa chương ?

ĐÁP : Trong cuốn sách này có chỉ dẫn cách dùng được chất. Tuy nhiên nếu trong giờ tập rủi bị thương, thấy đau nhức hay nhức mỏi quá, có thể ngưng ngang sự luyện tập để lấy thuốc thoa bóp ngay chỗ đau, không cần phải cố gắng chịu đau đến hết buổi tập.

11.- Ông TRẦN DU KHÁNH, Mã Lai Á

HỎI : Luyện Thiết Sa chương có cần một thân thể cường tráng không ?

ĐÁP : Luyện Thiết Sa chương công không nhất thiết phải có một thân thể cường tráng mà người bình thường ai luyện cũng được. Nhưng nếu là người bẩm sinh quá yếu ớt và hay đau yếu luôn, việc luyện TSC khó thành công. Và người bệnh tim không nên luyện.

HỎI : Luyện theo phương pháp của ông khi thành công thì chương cứng hay đầu ngón tay cứng ?

ĐÁP : Phương pháp Bách Nhật Thiết Sa chương khi luyện thành thì cả 5 nơi, chỉ, chương, uyển, thiết, v.v đều có sức cả.

HỎI : Tôi thấy ông Sơn Đông mãi võ dùng chương đánh gãy một phiến đá nặng khoảng bảy tám mươi ký lô, cái đó có phải do công phu Thiết Sa chương luyện mà thành công ? Theo phương pháp của ông sau có thể làm được công phu đó không ?

ĐÁP : Cũng có thể ông ấy tập Thiết Sa chương, nhưng theo phương pháp Trăm ngày (tiểu thành) thì chưa thực hiện nổi công phu đó, mà có thể tùy người, chặt gãy từ 3 đến 4 viên gạch tiểu.

HỎI : Ông mãi võ chương lực tuy mạnh nhưng thân thể ông gầy nhom, mắt lồi ra ngoài và không có thần. Đó có phải là triệu chứng thành công trong môn TSC, hay là triệu chứng bị thương sau khi tập ?

ĐÁP : Luyện công phu TSC nên không có sách vở chân truyền và thuốc thang đúng cách thì dễ bị nội thương. Nhất là những thanh thiếu niên thân thể chưa nẩy nở đủ sức nếu không có phương pháp đúng để học thì sau lớn lên sẽ có nhiều chỗ sai lệch. Ông mãi võ đó có lẽ lúc thiếu niên luyện về nội tráng TSC nên mới bị ảnh hưởng thân thể thư thể chứ không phải triệu chứng của sự luyện TSC.

HỎI : Theo lời ông mãi võ nói thì ông đạt được thành quả đó sau ba năm lập luyện không ngừng, không biết ông có nói thật không ?

ĐÁP : Nếu với tảng đá to như thế và không có bỏ thuốc chế luyện để làm trò mà đánh gãy thuần bằng sức mạnh do chương lực công khu thì quả phải cần đến thời gian khổ luyện như ông ta nói.

12.- Ông MÃ TIÊN QUAN, Nam Dương

HỎI : Nếu không có Thiết Sa để tập mà tập với đậu thì có cần đến thuốc hay không ?

ĐÁP : Mục đích của dược công không những lưu thông khí huyết, tan máu bầm, còn có thể trợ lực cho chương công nữa. Cho nên bất luận dùng Thiết Sa hay đậu đều phải cần đến dược để hỗ trợ thêm.

13.- Ông BÀNG HƯỜNG, Mã Lai Á

HỎI : Theo phương dược của ông thì ngâm thuốc với rượu nào tốt nhất ?

ĐÁP : Dùng rượu trắng cũ (để lâu), loại rượu nấu bằng nếp tốt nhất, thứ đến là rượu nấu bằng gạo, người bây giờ (dân nhậu) gọi là rượu Công Xi cũng được.

14.- Ông TRẦN QUANG THÀNH, Hong Kong

HỎI : Ông tổ của môn Thiết Sa chương là ai và sáng lập bộ môn này từ bao giờ ?

ĐÁP : Xin xem phần nguồn gốc môn Thiết Sa chương trong cuốn sách này.

HỎI : Luyện Thiết Sa chương thì đôi tay cứng cáp phi thường, nhưng thân mình có lợi gì không ?

ĐÁP : Thiết Sa chương là một ngành trong võ học, chỉ nhằm vào việc luyện cho đôi tay có sức đả thương người, như vậy không chú trọng luyện cả thân người, muốn được toàn diện nên học thêm những công phu khác. Những môn võ bổ túc cho nhau là lẽ tự nhiên.

15.- Ông THÁI TÙNG CẨM, Hong Kong

HỎI : Nếu không mua được Thiết Sa có thể dùng bột sắt có được không ?

ĐÁP : Tốt hơn nên dùng hai loại đậu xanh và đen.

HỎI : Khi dùng rượu thuốc có cần hâm nóng không ?

ĐÁP : Không cần thiết.

16 - Ông TRƯƠNG THANH TUYỀN, Thái Lan

HỎI : Thuốc bột ông gởi cho tôi không biết vì quá lâu hay vì gói không kỹ nên nhận được thấy ướt lên mốc và đóng cục không biết có còn xài được không ?

ĐÁP : Thuốc đó dù đóng cục và lên mốc nhưng dược tính bất biến nên vẫn còn ngâm rượu và dùng được như thường, nhưng khi đã ngâm thành thuốc rượu phải đậy kín ngừa những chất nhẹ hơi như Mộc hương bay đi hết.

17.- Ông NGÔ ÍCH CHI, Hoa Kỳ

HỎI : Nếu bị thương trầy da có thể dùng thuốc ông giới thiệu không ?

ĐÁP : Nếu tay bị thương nên dùng thuốc bó cho lành da rồi hãy tiếp tục tập luyện.

18.- Ông VÔ DANH, Hong Kong

HỎI : Luyện Thiết Sa Chương có khi nào bị nội thương thổ huyết không ?

ĐÁP : Nếu không đọc sách kỹ và tập đúng phương thuốc thì rất tai hại, nếu trong khi tập thấy phản ứng bất lợi về sinh lý thì nên ngừng tập nếu không sẽ bị thương dù nặng, nhẹ vẫn không có trường hợp nào bị thổ huyết. Trừ phi bị người khác dùng Thiết Sa chương đánh trúng.

HỎI : Thiết Sa chương thuộc công phu của Nội gia hay Ngoại gia ?

ĐÁP . Thiết Sa chương thuộc Ngoại gia công phu, nhưng nếu có thể nhu luyện lâu năm thì cũng có thể vượt giới thành Nội gia công phu.

HỎI : Sau khi hành công có thể dùng những thang dược thông thường hay rượu thuốc bán ngoài chợ ngâm tắm có được không ?

ĐÁP : Dùng đinh sét, hay sắt rỉ ngâm giấm để thay thế dược liệu chính thống thì công hiệu đáng nghi ngờ cũng giống như những thứ thuốc không biết ra sao chỉ thấy màu mè rao bán rẻ thì làm sao tin tưởng được. Chắc chắn những thứ vừa kể sẽ không có lợi. Phải chú ý đừng nên dùng dược liệu bầy bạ mà mang hại.

19.- Ông HÀ LÊ DƯ, đảo Morris

HỎI : Nhiều người nói rằng trong trăm ngày hành công Thiết Sa chương không nên giao hoan (làm việc vợ chồng) và cũng không được mộng tinh hay bất cứ lý do nào mà xuất tinh, nếu bị sẽ không thành công, có phải lời ấy đúng không, và có cách nào trừ tiết ?

ĐÁP : Trong chương trình tập luyện 100 ngày tôi không chủ trương cấm ngặt việc giao hoan, tôi thấy hai việc giao hoan và luyện lập không phải là việc trực tiếp. Nhưng nếu giảm tiết thì rất hay. Vì giao hợp nhiều tinh thần kém cỏi và thể xác mệt mỏi, thì việc luyện tập cũng kém phần kết quả. Tôi quan niệm sinh lý là việc tự nhiên của động vật, ngay cả giống người

vẫn thế, phải điều hòa. Nếu tinh tích tự đầy quá không có cơ hội bài tiết thì tự nó cũng có cách chảy thoát ra ngoài bằng những mộng tưởng do ảo giác thần kinh gây nên. Vì thế theo tôi nên điều hòa thân thể, cũng như ăn cơm và ngủ vậy.

20 - Ông LÂM MƯU, Nam Dương

HỎI : Tôi không có căn bản về võ thuật vậy có nên tập luyện Thiết Sa chương được không ?

ĐÁP : Không có căn bản về võ thuật tập TSC vẫn có ích lợi, hoặc đã thành công Thiết Sa chương rồi mới học thêm chút ít võ nghệ phòng thân thì lại càng hay. Trong đời có nhiều người chỉ biết chút ít võ công mà nhờ tay chân cứng cáp cũng nổi danh trên chốn giang hồ xưa nay.

HỎI : Tập xong có thể đi tắm ngay được không ?

ĐÁP : Tập xong phải hành dư công, xoa nắn chân tay xong tản bộ một chút cho khí huyết lưu thông rồi hãy tắm.

21.- Ông HÀ NGHI, Mã Lai Á

HỎI : Theo như phương pháp đánh và võ xuống bao Thiết Sa thì buông sức ở cánh tay, vận sức ở ngón tay và chưởng, nhưng tôi cảm thấy rằng nếu không dùng sức cánh tay thì đánh xuống không nhanh, và va chạm lại yếu. Vậy sau khi luyện thành rồi lúc giao đấu thì cánh tay phải dùng đến sức chứ không phải buông lơi được. Vậy phương pháp tưởng tặn là như thế nào ?

ĐÁP : Khi võ và đánh, cánh tay cũng cần vận sức thì sau này mới hoàn thành động tác được, nhưng phải chú ý là khi võ và đánh có chủ động ở Ngón hoặc Chưởng chứ không phải chọn ở cánh tay là chính. Khi thành công chưởng pháp rồi thì công địch giống như cầm cục đất ném vào địch, giữa cục sắt và người ném có sợi giây còn như gồng cả cánh tay lấy sức thì giống như cầm một cây sắt giáng xuống thì không tạo được điểm lực lớn. Mà điểm lực tập trung trầm mới là sức mạnh chánh yếu mà người tập võ nghệ gia công học tập, để khi dùng nó mới là thượng sách.

(Trên đây Võ sư Hồ Hòa Minh trả lời những môn sinh võ lâm mà ông nhận được thư đầu tiên trong thời kỳ ông chính thức mở trường truyền thụ môn Thiết Sa Chương)

Và dưới đây là phần giải đáp những thắc mắc liên hệ đến môn Thiết Sa Chương do Giáo sư Hàng Thanh đảm trách :

1.- Ông NGUYỄN CÔNG SÁNG, Bình Định

HỎI : Tôi nghe người ta truyền rằng nhiều vị võ sư ngày xưa có thể dùng bàn tay đâm thủng cây chuối hột. Vậy có đúng không, và cách tập nó như thế nào, xin Giáo sư cho biết ?

ĐÁP : Tôi theo thầy tôi học võ đã lâu, sau cộng tác báo VÕ THUẬT nên được biết và nghe nhiều chuyện cũng như học hỏi được nhiều công phu có thể biểu diễn làm vui mắt những người ham mộ như : Hành công chuyển khí làm nhiều người không thể bẻ cong cánh tay, hoặc dùng cẳng bàn tay chặt gãy nhiều viên gạch xây tường, hoặc dùng mũi bàn tay xía bể sáu bảy phân ván có tách chất dòn. Cho đến nay vẫn chưa có tiến bộ hơn trừ mặt quyền và binh khí Thập bát ban. Chuyện ông nghe nói tới thì hầu hết những người biết võ tại nước nhà cũng biết và cũng như tôi nhiều vị võ sư có tên tuổi trên thế giới và VN vẫn không ai thực hiện được. Nhưng theo tôi nghĩ thì cũng có thể tập đến trình độ đó được nếu chịu cố gắng và có phương tiện.

Còn về tập bằng cách nào thì ngay như tôi hay những người hiện đang có trách nhiệm truyền bá võ thuật vẫn khó mà trả lời cho chắc chắn. Có thể người xưa tập theo lối tập Thiết Sa chương trực tiếp đã trình bày trong sách này. Vì rằng hầu hết những vị võ sư tên tuổi tại xứ ta đều học hai thứ võ Việt Nam (Kinh) và võ Thiếu Lâm Vi Đà môn. Đó đó cách luyện Thiết Sa chương của Thiếu Lâm hẳn được truyền bá sang Việt Nam cũng trong cơ hội đó mà thôi.

2.- Cô HUỖNH THỊ CẨM BẢO, Gò Công

HỎI : Tôi nghe đồn có môn võ Đại Hàn đá cây gậy, đâm ngói gạch bể, vậy có thật không, hay họ dùng thuốc gì làm cho cây mục, ngói vỡ trước khi biểu diễn ? Nếu có công phu đó con gái học được không ?

ĐÁP : Võ Thái Cực Đạo Đại Hàn có làm được những việc ấy tùy theo trình độ học lâu mau mà thực hành kết quả lớn hay nhỏ. Trình độ 2 năm tập luyện học có thể chặt gãy 2 viên gạch tiể, 4 hay 5 năm thì có thể chặt gãy 3 viên, nhưng phải là thứ gạch cứng trung bình. Còn về cây thì họ có thể đá bể từ 2 phân đến 4 phân trong 2 đến 4 năm tập luyện.

Công phu ấy là thật, không có chi giả dối. Về cách tập thì rất đơn giản, tập quyền cho sức mạnh rồi tập chặt, đá vào những bao cát hay trụ cây, tập tay chân, sau lâu ngày tay chịu đau quen thì có thể chặt gạch hay đá gỗ được.

Các cô vẫn có thể tập được, nhưng chắc chắn sẽ không bằng nam giới, và điều có thể nói trước mà không trật là nếu các cô tập công phá mà thành thì hai bàn tay trông hết mỹ thuật. Cô muốn luyện thì mua sách về Thái Cực Đạo hoặc đến trường dạy về môn võ này mà học.

3.- Cô TRƯƠNG THÚY LAN, Sài gòn

HỎI : Kính thưa Giáo sư, gần đây phim chương chiếu nhiều tại Saigon, trong một vài phim đặc biệt đề cao môn Thiết Sa chương, vậy môn ấy có những đặc điểm như thế nào. So sự lợi hại của người tập môn đó với môn Thái Cực Đạo thì sao và như phận gái chúng tôi có thể nào học thành như những cô nữ hiệp ở trong phim không ?

ĐÁP : Môn Thiết Sa chương là môn công phu luyện tập cho đôi tay cứng rắn có thể đánh gãy, bể những vật cứng, tùy theo thời gian luyện tập người hành công có thể thực hiện được những kết quả, như có thể chặt gãy một phiến đá lớn, làm tróc vỏ cây, và đối với người thì có thể đánh gãy xương, đập nát một phần nào đó trên châu thân người. Vì bàn tay cứng và biết cách tập trung sức nên rất lợi hại. Có những chuyện đồn đại như sự thật, là người tập Thiết Sa chương có thể dùng chương vỗ chết bò, ngựa, hay trâu v.v...

Còn môn công phá của Thái Cực Đạo cách luyện tập tổng hợp không giống môn Thiết Sa chương, nhưng cũng đạt những kết quả tương đối như cô thấy, nhưng ở trình độ chuyên luyện thì hiện nay người công phá mạnh nhất Đại Hàn có thể chặt gãy được 7 viên gạch cứng vừa phải và đá vỡ tấm gỗ dày 8 phân tây.

Các cô học võ vẫn đạt được trình độ đáng cho người đời nể nang chứ sao không. Ngày xưa nhiều bậc nữ lưu gây dựng cơ nghiệp bằng vốn liếng võ nghệ nay vẫn còn tên trong lịch sử.

Tuồng tích trong Ciné là nhờ kỹ thuật điện ảnh, thật ra thì những tài tử hay minh tinh đó không có trình độ võ công đến như thế. Hiện nay cô đào nào có bằng cấp đại đen của một môn võ là coi như đứng nhất rồi, như vậy thì trình độ của các cô ấy cũng chỉ bằng một số ít môn sinh do tôi hướng dẫn trong tám năm qua mà thôi. Mà con số nữ phái học võ ở trình độ đó ở VN có khoảng gần trăm người. Như thế thì không có điều nào khẳng định là cô không học võ để bằng các diễn viên trên màn ảnh.

Tuy nhiên muốn cho đủ tuồng tích, nào là kiếm, đao, thương, ném ám khí v.v... thì phải tập võ lâm mới có. Còn việc đấu quyền làm hoa mắt khán giả là họ có bài đấu. Những môn võ bành trướng tại nước VN trừ môn võ lâm (18 bài La hán quyền) do Thiền sư Thiện Tâm dạy thì không môn nào có bài đấu bài nữa. Binh khí cũng vậy. Cô muốn học võ để biểu diễn giống như chiếu bóng thì chỉ có tìm các đại đồ đệ của Thiền sư mà thọ giáo là được. Nhưng mà được thọ giáo với những vị ấy hơi khó. Còn Lão sư phụ thì không còn nhận đồ đệ đã lâu rồi.

4.- Ông HUỲNH PHÚ VINH, Chợ lớn

HỎI : Kính thưa Giáo sư, gần đây phim chiếu bóng chiếu mấy tuồng trong đó có đoạn trình bày Vương Vũ tập Thiết Sa chương, tay thọc vô chảo nước sôi trong chứa phân trâu, phân ngựa và nước đá ngựa, như vậy có đúng với cách tập Thiết Sa chương không ?

ĐÁP : Tôi không được hân hạnh xem phim khi chưa cắt xén nên không rõ đoạn ấy như thế nào. Nhưng luyện tập Thiết Sa chương như thế thì không đúng cách. Phân ngựa có nhiều vi trùng phong đòn gánh mà tập Thiết Sa tay bị trầy lại cho vào phân ngựa thì thật là không biết gì về vệ sinh. Tôi nghĩ người ta phiên âm sai hay người viết tuồng không thông võ học vô tình hạ thấp lối hành công hay hành được công.

Có thể như thế này : Người viết chuyện phim muốn trình bày lối luyện Thiết Sa chương theo lối trực tiếp, dùng hai bàn tay xía, vỗ, chặt, v.v... vào thùng Thiết sa, sau đó hành được công bằng cách cho tay vào chảo nấu thuốc ẩm ẩm, đó là loại được công ngâm giấm.

Nhưng Vương Vũ là một tài tử đóng phim, dù có học võ công chỉ để đóng phim, không phải người chuyên nghiệp nên có làm vô ý những việc trên cũng không có điều gì đáng chê trách. Ngoài đời còn nhiều chuyện đáng chê trách hơn nhiều mà mấy ai thấy đâu. Có điều nên lưu ý là đừng khi nào nghe lời hay tin những cái mà không sách vở nào đề cập tới một cách đứng đắn.

5.- Ông TRẦN THÁI BÌNH, Gia Định

HỎI : Ở Saigon có trường nào dạy tập Thiết Sa chương không, tại sao những võ sư VN không luyện tập môn võ công đó để biểu diễn ? Tập nó khó quá phải không ?

ĐÁP : Tôi chưa nghe có vị võ sư nào mở trường dạy môn công phu Thiết Sa chương tại Sài gòn. Còn vấn đề tập hay không là chuyện riêng và ý thích của các vị ấy, tôi thường thì không để tâm và cũng không thích bàn về chuyện của người khác. Môn Thiết Sa chương không khó mà cũng không dễ, chỉ cần tập đúng và liên tục trì chí là thành công. Và như thế ai tập cũng được.

6. - Ông NGUYỄN KHANH và các con, SG

HỎI : Nghe Giáo sư nhận dạy đặc biệt người lớn tuổi. Vậy tôi muốn luyện Nội Công và các con tôi muốn luyện Thiết Sa chương, không biết Giáo sư có dạy cho chúng tôi những môn đó không. Nếu không nhờ Giáo sư chỉ giúp chúng tôi một chỗ để đến xin thọ giáo.

ĐÁP : Tôi có mở lớp nhận dạy tại tư gia mấy lúc gần đây nhằm theo lời yêu cầu của nhiều vị thân hữu lớn tuổi và có chức phận, những người này muốn học chút đỉnh võ công để tự vệ trong những trường hợp nguy biến. Sẵn dịp tôi cũng nhận dạy cho các bà các cô nhà tử tế để phòng thân và vì thế mà phải làm một chương trình huấn luyện. Chương trình đó nhằm huấn luyện cấp tốc cho học viên biết cách phòng bị và phản công tự vệ trong những trường hợp nguy nan. Thường thường trong ba mươi trường hợp bị uy hiếp cướp giật tôi có nghĩ ra 90 cách giải trừ để huấn luyện trọn khóa, và lấy việc luyện quyền và điểm huyết làm chánh yếu. Vì thế nên tôi không chú trọng phần nội công, đành rằng điểm huyết cần phải có nội công mới học được nhưng đối với tôi, những người mới học với tôi cũng có thể học huyết, duy có điều họ không thể điểm chết được đối phương, nhưng chính nhờ biết điểm huyết họ đã đánh ngã bất tỉnh kẻ định hại họ, nếu cùng trong trường hợp ấy sự luyện quyền chưa đủ dùng, luyện nội công lại càng mơ hồ hơn.

Đối với ông đề nghị, xin thưa rằng hiện nay tôi chưa định sẽ mở lớp hướng dẫn về nội công kể cả ngoại công Thiết Sa Chương. Không phải tôi ích kỷ giấu nghề mà thật ra tôi không có thì giờ. Và chính tôi còn cần rất nhiều

giờ để luyện tập công phu cho mỗi ngày một thêm xứng đáng với sự ngưỡng mộ của thanh niên nước nhà.

Đồng thời tôi cũng xin thưa với ông là tôi không thể giới thiệu cùng ông và các cháu một vị võ sư thân hữu để chu toàn nguyện vọng của ông vì hiện nay rất ít người nghĩ đến vấn đề lâu dài đó, tức là luyện nội công.

7.- Ông TRẦN HỒNG KỶ, Cần Đước

HỎI : Xin hỏi Giáo sư, tôi được danh GS từ lâu mà không hân hạnh được gặp để nhờ chỉ dẫn nhiều điều về võ học, nay tôi có đôi điều thắc mắc về một người tại quê nhà, xin GS giải đáp cho tôi thêm rộng đường hiểu biết. Nguyên tại quê tôi Cần Đước nhiều người có đồn đại về một nhân vật võ công cao lắm, một mình đánh năm sáu mươi người, ngón tay của ông có thể bấu tróc văm ván gỗ. Không rõ lời đồn đại ấy có đúng không, nếu quả như thế thì xin Giáo sư cho tôi được biết người ấy học võ gì mà được như vậy và nếu biết tên người ấy xin GS cho tôi biết luôn tôi rất cảm ơn.

ĐÁP : Nghe qua tôi biết ông không phải người thường, thật tình tôi không có điều gì hiểu biết hơn đời để có thể chỉ dạy cho những người hiểu biết, ngoại trừ một vài công phu học hỏi được cũng để chỉ lại môn sinh ham võ mà thôi. Còn về nhân vật nổi tiếng tại đất Cần Đước, nếu tôi là người địa phương thì nhất định cũng hiểu về ông, nhưng tôi là người khác tỉnh thành có nghe cũng chỉ nghe mà chưa có dịp gặp, điều đó nói ra ông đừng cười tôi kém đường giao thiệp. Cách đây năm năm nhân một buổi uống trà ở nhà một võ sư lớn tuổi, vui chuyện ông võ sư có nói về một nhân vật nổi tiếng về võ Tàu tại Cần Đước, tên vị võ sư nổi danh này là ông Bảy Nếp, không rõ tên thật là chi. Ông Bảy Nếp về tài nghệ thì như ông đã kể, còn một đặc tính nữa là ông không treo Việt Gian mà cũng không theo Việt Minh (1945), sau ông bị Việt Minh bắn chết tại Cần Đước, lý do không được nghe tới. Điều nữa được biết là ông bảy Nếp có dựa cá tằm chợ Cầu Ông Lãnh Saigon, thường lên chơi và được tay anh chị chợ Cầu Ông Lãnh và chợ Cầu Muối phục lắm. Nếu điều nghe trên đây của tôi không được đúng với sự thật xin ông cho tôi biết rõ thêm thì tôi cũng cảm ơn ông lắm.

8.- Ông LÊ ĐÌNH TRUNG, Bình Dương

HỎI : Kính thưa Giáo Sư, ở Bình Dương ngày xưa vùng Bà Trà, Tân Khánh có nhiều vị võ sư khét tiếng đánh cọp, thưa Giáo sư võ đánh cọp có khác võ đánh người không, và những miếng võ đó so với các đường quyền của võ ngoại quốc bây giờ thì như thế nào. Tôi cũng nghe Giáo Sư luyện Thiết Sa chương đã lâu, nhờ đứa cháu có duyên được Giáo Sư cho tiếp kiến, xin hỏi là võ Ta tức Bà Trà, Tân Khánh có môn tập Thiết Sa chương không ?

ĐÁP : Thời biến loạn, nước mình tuy đường đất ngắn mà hóa dài, tôi đã có dịp nghe danh các vị võ sư tại Tân Khánh từ lâu, nhưng chưa có dịp ghé thăm thì các vị ấy vì cao niên mà qua đời hết rồi. Nhưng dù các vị ấy đã chết nhưng những tên như ông Năm Dục, ông Tư Vi, ông Cả Đại, v.v... vẫn còn nhiều người biết tới. Và nhiều giai thoại đánh cọp của các vị ấy vẫn còn nhắc nhở luôn làm mọi người đều tỏ lòng ngưỡng mộ. Điều làm

tôi càng thêm kính phục những vị đó là những năm kháng chiến chống Tây các vị ấy đứng ra dạy cho thanh niên những miếng võ GIẾT GIẶC, trong số những môn sinh xuất sắc có hai người là Nguyễn An Ninh, Luật sư, và GS Phan văn Hùm, cả hai người này đều đi vào lịch sử, có tên trên bản đồ đường phố Sài Gòn.

Võ đánh cộc cũng đánh người được, dù cộc dữ nhưng trí hoá kèm, nên dù dữ vẫn bị người hạ. Học võ đánh cộc không cần học nhiều, chỉ cần học 6 thể võ căn bản của môn đánh cộc là được rồi, đồng thời học những thói quen của cộc để khi chiến đấu biết ý nó. Còn võ đánh người mới khó hơn, vì người đánh người khó lắm, ai cũng có trí hoá, ai cũng có lương tâm, Bởi thể đánh cộc chỉ cần vài thể võ của thợ săn là đủ mà người đánh người thì võ không nào dễ biết hơn thua.

Nếu mang võ Bà Trà, Tân Khánh, tức Võ Vườn mà so với võ ngoại quốc thì có chỗ đồng, chỗ dị về kỹ thuật cùng cho đến triết lý Nói nhiều sợ làm mất thời giờ tôi xin tóm lược : Ví như võ Cao Ly thì cũng rất là hay, đánh mạnh, đá cao, học trò võ sau năm ba tháng học thấy hùng dũng lắm, học vài năm thấy có hơn. có giỏi và tự tin, chiến thắng địch thủ. Còn võ Bà Trà hay Võ Vườn tức võ Ta, cũng như võ Kinh, tức võ của quân đội triều đình xưa v.v... Về phần kỹ thuật cũng không thua kém chi võ Cao Ly, nhưng thay vì sử dụng đòn dài thì võ Ta quấn quít, thượng ngăn, hạ chặn, tiền, hậu, tả, hữu, đều yểm, đều xung. Tinh thần thì đầm thắm hướng nội, không như võ Cao Ly vọng ngoại nghĩa là học xong nghĩ là mình thắng người khác. Võ Ta chính tông học xong nghĩ là mình thắng mình. Và nhờ tinh thần đó mà các võ sư hay nhân tài Việt Nam xưa đã cả thắng được hàng vạn, hàng mấy chục vạn quân giặc. Ấy không có gì là lạ, vì mấy ngàn năm trước Triết lý Binh thư đã có nói và dường như Phật Thích Ca cũng có tuyên bố : "Tự thắng mình bằng thắng vạn quân ngoài mặt trận". Quả lời ấy không sai khi mang ra kiểm chứng qua lịch sử, một chứng minh mới nhất là Hòa Thượng Thích Quảng Đức đã chứng minh điều đó lại Ngã Tư Lê văn Duyệt - Phan Đình Phùng. Miếng võ Tự thắng của Hoà Thượng đã thắng được vạn quân của chế độ vị Tổng Thống anh minh Ngô Đình Diệm. Miếng võ hướng nội của Hòa thượng đã làm cho hàng vạn tín hữu Phật giáo và ngoại đạo cúi đầu. Cái khác của miếng võ Việt Nam và Cao Ly hay ngoại quốc là như thế ấy.

Về phần tôi, xin cảm ơn ông đã có lòng nghĩ tới và mến mộ, xưa nay tôi vốn vẫn thích rèn luyện võ công và cho đến nay thì có môn thành tựu và cũng có môn chưa đi đến đâu. Riêng môn Thiết Sa chương thì cũng có luyện đến mức tiểu thành, đồng thời cũng có học mấy miếng võ VN, do đó được biết võ Ta không có môn Thiết Sa chương, nhưng bù lại cũng có những công phu khác để luyện, và đến khi thành công rồi vẫn không thua gì môn Thiết Sa chương. Điều này tưởng ông cũng đã biết rồi.

9.- Cụ HỒ HỮU HUÂN, Cố Đô Huế

HỎI : Hậu sinh khả úy sóng đại dương ngọn sau đê ngọn trước. Giáo sư tuổi chưa lớn lắm mà đã có nhiều điểm hơn đời. Tôi nay lão hủ cũng thường thích võ học, lúc thiếu thời có luyện bài quyền năm ba thế cước và thường nghe các Cụ Cử nói nước ta có trường Anh Danh và Giáo Dưỡng là

hai trường đào tạo lắm nhân tài võ dũng làm quan giúp nước. Các cụ bảo nơi đất thần kinh (tức Huế) là đầm Rừng có nhiều người giỏi võ hay văn, về võ thì luyện đủ Thập bát ban, văn thì hay Thám hoa, Tiến sĩ, v.v... Nay đã mấy mươi năm qua rồi tôi thường để tâm nghe ngóng mà dường như chẳng thấy một ai tài giỏi giống động gì. Hay là võ ta chẳng có gì hay. Tôi muốn nhờ GS giải thích coi võ của Trường Vua hồi xưa và võ của thời nay khác biệt nhau như thế nào v.v... Liệu bây giờ có thể làm gì được cho nền quốc võ được chăng ?

ĐÁP : Thưa Cụ, Cụ quá thương mà có lời khen như thế, thật ra thì tôi tài mạo cũng chẳng đến đâu và chẳng bao giờ dám nghĩ đến "sóng thủy triều ngọn sau đè ngọn trước". Đành rằng tre già thì măng mọc, trắng lặn thì ánh dương lên, nhưng răng chưa mòn quá nửa, xương ống chưa rỗng nửa phần thì đầu dám ngược mắt nhìn cao. Nhưng đối với Cụ một vị Lão thành đáng tôn kính có lời hỏi tới thì tôi không dám không thưa. Vậy có điều chi không phải xin Cụ niệm tình.

Thưa Cụ, quả như tôi có đọc sách thấy trường Anh Danh và Giáo Dưỡng là hai trường dạy võ do triều nhà Nguyễn Gia Long lập nên tại Kinh đô Huế. Chính hai trường này đã đào tạo nhiều vị võ phu giúp ích cho triều đình đắc lực. Và quả nhiên những lời các vị tiền bối ấy không phải không đúng nhưng xét vì thời cuộc biến chuyển bất lợi cho xứ sở gần cả trăm năm nay thì việc nhỏ như mở trường dạy võ, hay chi chi gọi là phục hưng nền học thuật cổ truyền đâu dễ làm. Vì thế dù có nức lòng ngưỡng mộ các vị tiền bối nhưng không dám thưa. Hậu sinh không dám thưa. Hậu sinh không bao giờ dám nghi kỵ tài năng các bậc nhân tài ngày xưa, dù hiện nay những người ấy không làm vì thì cũng đã như có làm rồi và nhờ những khối trầm hương ấy mà quê hương vẫn còn đủ hai miền Nam Bắc, tuổi hậu sinh còn nói tiếng Việt Nam. Đành rằng võ Thập Bát Ban, Thám Hoa, Tiến Sĩ, đều là những gì cao quý nhưng mất đi cũng như cát biển bị nước cuốn mà trôi, cát biển vẫn còn đầy trên bờ biển, những gì của quê hương ngày qua đã mờ đi rồi ngày mai sẽ hiện lên rõ lại bằng hình thức này hoặc dưới hình thức khác. Cụ thật quả là một đấng cha già VN đại diện cho hàng vạn đấng cha già VN, cụ đã thấy hiện nay người trẻ Việt Nam hưởng ứng các phong trào võ nghệ một cách rầm rộ, mà tôi tưởng chừng như lịch sử VN chưa bao giờ rầm rộ đến thế. Ấy chẳng qua là truyền thống VN, và giờ đây là lúc mà truyền thống ấy đã bộc lộ, đã sống lại. Giờ thì chỉ còn chờ một luồng gió tư tưởng thật đứng đắn và thuần túy của các đấng cha già thì các trường phái võ thuật trên quê hương sẽ trở thành trường Anh Danh và Giáo Dưỡng.

Thưa Cụ, tôi có lẽ đã lảm lời và như vậy tất nhiên là không nên trước một người già VN tôn kính. Sau đây tôi xin có ý kiến về câu hỏi chốt của Cụ.

Thật ra thì tôn chỉ của võ trong mọi thời đại có chỗ giống nhau là đào tạo cho con người cường tráng và biết nhân, lễ, nghĩa, trí, tín. Nhưng cũng có chỗ khác biệt vì hoàn cảnh và thời gian, như Cụ tuổi đã 90 thì cuộc đời và quan niệm đã khác lúc đương thời 20, từ đó đến nay biết bao nhiêu biến cố, v.v... Ngày nay riêng Võ Cổ Truyền dù được truyền cũng chỉ chú trọng phần lớn vào Quyền. Về những môn khác như Binh khí, v.v... thì dường như ít thích nghi, vì thế trong sự truyền bá có phần hời hợt.

Về phần kỹ thuật võ xưa và nay, riêng võ xưa như Cự đã biết còn võ nay phần nhiều chú trọng đến tính cách thể thao nên đòn thế ít hiểm (nói chung những môn võ được truyền bá rộng rãi tại VN và thế giới).

Sau hết là việc làm gì thì tôi đâu dám có ý kiến khi đứng trước bậc Trưởng Lão, nhưng với nhiệt tâm tôi chỉ dám thưa, nếu có thể được cụ đứng ra hô hào các bậc bô lão có tinh thần để lập nên một hội lấy tên là gì đó... chẳng hạn như để chấn chỉnh lại nền quốc võ, hầu làm cho tinh thần V.N. cổ truyền sống lại trong lòng mỗi thanh thiếu niên. Nếu được như thế thì cây đuốc dân tộc tính trong mỗi cá nhân của lớp hậu sinh đang cháy âm ỉ sẽ nhờ đó mà vụt bùng lên soi sáng trời Nam. Kính cẩn bái bút.

10.- Số đông Nữ Sinh trường Gia Long và Marie Curie.

HỎI : Chúng con rất ngưỡng mộ Thầy, mong Thầy nhận chúng con làm đệ tử để chúng con được rèn luyện thể chất và tinh thần, hầu lớn lên chúng con có đời sống yêu đời và hạnh phúc. Chúng con nguyện sẽ hết lòng học tập và rèn luyện nhân cách để xứng đáng là học trò của Thầy...

ĐÁP : Các con có tâm chí hướng đến chân thiện mỹ thì thật là hay, ở đời mà mong tìm sự thật thì sự thật sẽ đến. Thầy cũng muốn thu nhận các con và nhiều người nữa nhưng hiện nay thì chưa được, vì Thầy còn nhiều điều phải làm, sợ rằng khi nhận thì dễ mà hướng dẫn cho đến nơi đến chốn sẽ đòi hỏi nhiều thì giờ. Với lại những điều kiện cá nhân của Thầy còn khiếm tốn lắm, chừng nào Thầy có trụ sở lớn hơn, chừng đó Thầy mới định liệu được. Thầy chúc các con sáng suốt bằng cách tự suy nghĩ về mình trước ngày giờ gặp Thầy.

Còn rất nhiều thơ đọc giả viết cho tôi trong thời gian tôi phụ trách trên tờ Võ Thuật, cũng như ngưỡng mộ tôi qua người khác giới thiệu, hoặc đọc sách do tôi soạn thảo. Nhưng tôi không thể trả lời cho hết được, vì làm như thế không tiện. Không một người đứng đắn nào lại lấy sách (địa hạt chuyên môn) làm chỗ trả lời riêng tư. Do đó đành gắt lại đợi dịp khác. Mong đọc giả niệm tình.

HẾT

Cuốn sách này tôi dành tặng cho TheGioiEbook.com