

hoasentrenda.com

Long Hồ

VÕ CÔNG



# LONG HỒ VÕ CÔNG

## **Nguồn Cội Tổ Phái:**

Tìm hiểu cội nguồn Tổ phái tức là Đi tìm sự sinh hóa của Việt Nam qua truyền tích và lịch sử - Cây có cội nước có nguồn, cội nguồn võ công VN được manh nha từ những người đầu tiên lập làng, lập nước của dân Giao Chỉ và theo sự biến dịch của thời gian qua đã phát triển thêm vững chắc có thực chất Đa diện, đa kiện – Sự nhuần sắc đến nay của Võ Công đã trải qua 4 thời kỳ kéo dài suốt 4859 năm (Từ 2897 trước kỷ nguyên đến năm 1962 sau Tây lịch) và cho đến nay (1983) đã có 4880 tuổi võ.

Bốn thời kỳ đó là:

Thời kỳ Hồng Hoang khai sinh tên võ.

Thời Văn Lang Dị Sử thánh Tổ khai sáng Phù Đổng Thần Công.

Thời Long Mạch Hoa Lư – Vạn Thắng Vương phát triển “Long Hồ Võ Công”.

Thời kỳ Long Mạch Thăng Long – Tu chính thể “Long Cuộn Hồ Ngòi và Hiệp Long”.

## **THỜI KỲ I: HỒNG HOANG**

Hồng hoang là thời kỳ khai sinh tên tuổi của Long Hồ Võ Công được thừa nhận do truyền tích Sơn Tinh Thủy Tinh.

Theo truyền thuyết dân gian, lúc Quốc gia trong dạng mới thành lập Tổ phái đã trải qua cuộc Long Hồ Tranh Hùng hay Sơn Tinh Thủy Tinh giao chiến.

Buổi chớm bình minh của Vũ Trụ, trời sinh nước trước, nước và đất tranh chấp để dành vị trí thích hợp. Sự cách biệt giữa Long là Sông và Hồ là Núi chưa rõ rệt. Long Hồ không kết tụ trên mặt đất là cội chết như hậu quả tranh chấp của Sơn Tinh và Thủy Tinh – Khi Long hồ phân ngòi, có mạng

mạch, có ích lợi lẫn nhau thì mặt đất có sinh khí, có mầm móng, huyền thoại trên đã khẳng định:

- Vùng đất chết là vùng đất Sơn Thủy Long Hồ mạch chưa kết tụ ổn định.
- Giang sơn được gấm vóc là do kết quả của Long Hồ mạch hay là:
- Sự suy thịnh của Đất nước phải gắn liền với sự Hưng vong của Long Hồ mạch

Chính vì sự quan trọng của địa lý Long Hồ cho nên tiên nhân đã không dùng chữ lãnh thổ mà dùng chữ Sơn hà, Giang sơn, Sơn thủy, Tổ quốc, Quốc gia....

Mạch sống đất nước là Long Hồ. Mạch sống của cơ thể cũng là Long Hồ. Đường Long và Đường Hồ trong cơ thể là 2 mạch Nhâm Đốc – Trên phương diện Địa lý, mở mang long hồ là làm cho đất nước thêm giàu mạnh văn minh – Trên phương diện tu thân, đã thông Nhâm Đốc là biết thấu Tử Sanh.

Người dân là một thành viên trong một nước, tất nhiên phải vinh hạnh chấp nhận mạch sống của mình và của Đất nước là Một Dòng Luân Lưu Gắn Bó. Như vậy môn võ tu thân của dân tộc được gọi là Long Hồ Võ Công nhằm nhắc nhở Tổ Quốc và Ta là mối tương quan không thể tách rời. Đó là danh xưng võ phái hàm súc ý nghĩa cao cả là vậy.

## **THỜI KỲ II – VĂN LANG DỊ SỬ.**

Thời dị sử 2897 năm trước kỷ nguyên có 3 truyền tích về Long Hồ Võ Công:

Truyền tích Trầu Cau – Truyền tích Thánh Gióng – Truyền tích Thạch Sanh

### **A. Truyền tích Trầu Cau**

Dân tộc Lạc Việt định cư theo sơn thủy của quê hương được tạo hóa ban phát, sống quần hợp, hài hòa như chung một giòng huyết sử theo sự

tích trầu cau. Tích này nêu tính hòa hợp thành một mớ của người v.v. Xuất phát từ đó Long hổ võ công mang tính thượng võ là phải hòa hợp thành mối duy nhất như giòng máu Trầu cau.

Vì vậy Long Hổ võ công chỉ có **nhất thể** và chú trọng đến sự tuần hoàn huyết dịch – dù trải qua bao thế kỷ, hình dạng mới của Long Hổ Võ công mãi mãi cũng chỉ gồm **một thể** có tác dụng làm cho máu lưu thông hoàn hảo.

Dòng máu duy nhất này là thiên thời của VN. Đã phù hợp thiên thời thì không nên làm mất – Hòa thành một là lẽ sống – Võ công muốn sống còn phải Quy Về Một (1) Thế Giản Dị nhất và phải chọn sự lưu thông huyết khí hoàn chỉnh làm gốc thiên thời.

Phù hợp thiên thời bởi vì: Vũ trụ lấy càn và khôn làm gốc, cung càn có ba (3) khí chơn dương. Vào buổi tiên thiên Càn Khôn phân định hay lúc bào thai còn trong bụng mẹ cũng thế, khi thai quay đầu xuống, đứt rún lia khỏi tiên thiên. Tứ tượng nhĩn, nhi, tỉ, thiệt mở ra, rớt xuống bốn (4) biển khổ ải của Hậu thiên – khóc khổ A một tiếng thì càn khôn nghiêng ngửa – lúc này cung càn mất một khí dương ở giữa: huyết được sinh ra thành cung Ly, (càn thành ra ly) cung Ly lia khỏi Tiên thiên gồm: Một khí Chân Âm của cung Khôn xen vào giữa khí chơn Dương của Càn như một nữ xen giữa 2 nam – huyết được sinh ra thành cung Ly là dòng máu nhiệt tình của sự tích Trầu Cau.

Trở về 1 dòng máu là trở về cung càn (Ly trở về Càn) quay lại cội nguồn tiên thiên hay Phản Bản Hoàn Nguyên. Trong Long Hổ Võ Công đó là trình độ Phi Lâu Diệu Thủ, Võ Tay Thoát Khỏi Hồng Trần hay Phù Đồng Thần Công. Sự tích Trầu Cau xác định tính hướng thượng cấp cao của trình tự dân tộc VN là hãy trở về dòng sinh hóa duy nhất.

Trầu, Cau, Đá, Vôi là những cơn xoáy nhỏ, dù tồn tại lâu dài hay ngắn ngủi rồi sau cùng cũng sẽ tan ra và chuyển hóa thành một dòng máu.

Các võ phái, các quyền thức trong dân gian cũng là những xoáy nước nhỏ có cơn xoáy lâu dài, cũng có những xoáy nước thời gian xuất hiện ngắn ngủi nhưng chung cuộc tất cả cũng biến mình vào một dòng sông sinh hóa rất mệnh mông của cội nguồn dân tộc.

Trở về một dòng hay nhất thế là mừng vì đã đẩy lùi tất cả sự phát triển hỗn tạp của tri thức - quay về nguồn, về tâm thể thuần nhất là đi vào Quang Minh Đại Lộ và hào quang võ học của dân tộc VN chỉ rực sáng trong một Dòng Sông Sinh Hóa duy nhất mà thôi.

Nếu tìm hiểu để thấy thì tâm linh con người mãi mãi sẽ đắm chìm trong Vũ trụ sai biệt, trong khi con người siêu thoát là phải vượt qua những sai biệt khôn cùng đó để trở về cội nguồn tuyệt đối.

Tóm lại truyền tích Trầu Cau đã xác minh:

Long Hồ Võ Công gồm một thể Duy Nhất nhằm chú trọng: sự vận chuyển huyết dịch hay là Dịch Cân.

Yếu tố này là Thiên Thời nên trở thành Bất Di Bất Dịch là khuôn vàng thước ngọc.

## **B – Truyền Tích Thánh Gióng.**

Thánh Gióng tức Phù Đổng Thiên Vương quê ở Hà Bắc là Thánh Tổ Long Hồ Võ Công.

I – Bảo vệ long hồ: giặc Ân xâm chiếm nước ta, Đức Phù Đổng Thiên Vương đã bảo vệ hữu hiệu giang sơn gấm vóc bằng cách hiển công thần uy Long Hồ Võ Công, thần uy này thế hệ sau gọi là Phù Đổng Thần Công.

II - Nằm trên chông Đá: đây là nguồn phát sinh tư thể duy nhất của Long Hồ Võ Công trong cơ thân hay là cái gốc nhân hòa của võ học, đề cập khía cạnh cơ thân là phải lưu ý hội đủ 3 yếu tố Thiên - Địa - Nhân hòa hợp mới cô động thành tư thể duy nhất toàn diện của Long hồ võ công. Cơ thân

vừa là một phần chiết mẽ... vì nó chưa phải là tương quan tồn tại (Độc lập tồn tại là NGÃ, tương quan tồn tại là VÔ NGÃ).

- 1- Nằm là giai đoạn im ngủ cần thiết trước khi tỉnh để hành động, tiếp theo nằm là giai đoạn Đi (từ hiện tại đã dự đoán được cái chưa có là đặc điểm Tiên Tri của Long hổ võ công).
- 2- Muốn hành động phải vùng dậy bước đi.
- 3- Hai tay không luyện tập, trẻ thơ cũng biết sử dụng, nhưng nếu không tập đi thì không biết đi, loài người có đặc điểm trong sinh hoạt là phải tập đi từ lúc nhỏ khoảng 1 tuổi - Sống với loài thú thì trẻ thơ sẽ bò, nhưng sống với loài người thì phải biết đi, sự khác biệt này sẽ nâng loài người lên tầm cao.
- 4- Giữa tay và chân, chân cần được uốn nắn hơn tay.
- 5- Trong bụng mẹ, bào thai vào tháng 4 thì tứ chi đã định, trước sinh chân sau sinh tay.
- 6- Trong Hà Đồ số Âm chỉ chân nhiều hơn số dương chỉ tay là 5 số, vậy chân chiếm phần quan trọng hơn tay.
- 7- Trong dịch học, khi luận về sự ích lợi phải: Bớt trên thêm dưới – Dưới dày trên yên – Dưới là hào Sơ chỉ dân chúng làm gốc với cơ thân là chân – chân vững thì toàn thân an bình.
- 8- Đối với người tàn phế 1 chân phải dùng nạn để đi, tuy 2 tay còn nguyên nhưng phải lo cầm chắc 2 cây nạn nên tuy có tay mà như bị bó tay. Mất một chân thì ảnh hưởng luôn 2 tay bị khiếm dụng, nếu tàn phế 1 cánh tay 2 chân vẫn hữu dụng, tay còn lại không bị ảnh hưởng, do đó chân cần thiết hơn tay.
- 9- Tánh mạng được ví như đất, nhờ đất mới có cây, đất chỉ chân nên võ công lấy bộ đi làm gốc để dưỡng sinh tính mạng “đi cho chân cứng đá mềm” khởi thủy và chung cuộc Long hổ võ công có một thể đó là:

- . Bước đi của bàn chân giao chỉ.
- . Hòa nhập vào địa khí của lũy tre quê hương.
- . Tạo thành một động tác có khả năng kích thích tuyệt hảo sự tuần hoàn huyết dịch, như vậy bước đi là nhân hòa, cây tre là địa lợi, tuần hoàn huyết dịch thiên thời, cả 3 Đã Quy Về Một Thế.

Thế này đặc dụng trên không (dưỡng sinh bảo vệ tính mạng) và hữu dụng dưới nước (đó là thế bơi ếch, bơi sải để cứu mạng).

Dụng cho tay không và dụng cho tay có vũ khí đều Đắc ý (đây là đặc điểm của Long hổ võ công là không cần học sử dụng vũ khí – chỉ cần học sử dụng tay chân – nhưng khi có vũ khí trong tay thì vẫn thi thố đúng cách.

### III – Con Ngựa Sắt hay Hổ Bộ Long hành.

Không ai ra trận mà “cởi rông cởi cạp” để điều hành binh tướng, xong pha trận mạc phải ngồi trên chiến mã nhưng con ngựa không đủ diễn tả kích thước ngang dọc của bước chân giao chỉ kể trên đó là bước dài và đi không động thân. Gặp việc thì mãnh hổ xông xáo rừng sâu, khi đứng ngang nhiên như núi cao riêng biệt – khi ngồi không chuyển như “chông đá” gọi tắt là Hổ Bộ Long Hành. Cho nên ngựa sắt thần kỳ được dùng để mô tả: Hổ Bộ Long Hành Tiến Thoái Vô Cương, Đức Thánh Gióng đã “luyện thành đồng sắt” mấy xuân thu. Đã trở thành một Kim cương THẮNG NHẤT cho nên dùng hình ảnh “ngựa sắt há miệng, phun lửa (chân hỏa) là hàm ý “cởi rông cởi cạp ra trận” - Bộ Mã không hoàn toàn chỉ bộ chân mà phải biết kết hợp với cơ thể để trở thành Di Thân. Di thân tuyệt hảo là Hổ Bộ Long Hành thân và cước thành “mình đồng chân sắt” gân cốt như kim thạch – Hơi thở tựa sấm sét, tung hoành ngang dọc KIM siêu bản mã huyết cần nên được ví là “ngựa sắt” – Hổ bộ long hành gồm 5 bước đi của loài người

trên địa cầu nhưng theo những quy luật và phương của Vũ trụ ghi trong Hà Đồ.

#### IV – Chẳng nói chẳng cười hay hơi thở của Long Hồ Võ Công.

1. Ý nghĩa đích thực của tụ khí và tán khí “chẳng nói chẳng cười” là Bất Ngữ chớ không phải tịnh khẩu. Bất ngữ = Không niệm = Mật niệm. “Không niệm mà tự chuyển mới là chân truyền” hay không cần sự cố gắng của ý thức mà vẫn “tự chuyển” mới không sợ hậu họa – Long hồ võ công có chân truyền một phương pháp chuyển dịch khí lực do tự nhiên mà chuyển chớ chẳng phải do mở miệng niệm mà ra tiếng hay do sự cố gắng của ý thức. Mở miệng mà không chuyển dịch được khí lực thì uổng công phu, làm cho hao tổn hiện hữu của thần khí ngày càng hao tán. Không niệm mà tự chuyển thì dù có thở Vang Động thì cũng không hề hấn gì bởi lẽ: “luyện được khí công ví như bên mình có nhiều của báu dùng không hết – ăn cơm thánh, mặc áo hiền – không sợ nóng – khoá lạc trường XUỐNG lại còn: tu hành đến bậc thượng thừa thì mật niệm kinh vô tự - chẳng nên mở miệng hơi ra thì thần khí tán “không chữ lấy gì mà niệm” Bậc thượng thừa học chân truyền “không niệm mà tự chuyển” khi trình độ tu chứng đạt được tần cao thì mật niệm và không bao giờ trở lại trình độ sơ cả, mở miệng hơi ra hao tổn mà không hiểu Khí Vận là gì” như vậy lần phân định 2 điều:

. Chữ không niệm hay mật niệm là không cần sự cố gắng của ý thức mà vẫn tự chuyển khí lực được. Âm thanh lớn nhỏ do sự phóng khí không tổn hại gì đến công phu tự CHUYỂN.

. Người không được chân truyền tưởng rằng mở miệng ra tiếng thì **luôn** được “tự chuyển” nhưng thực tế là chuyển thính âm bên ngoài chứ không phải bên trong cho nên kết quả sẽ hao tổn.



2. Hơi thở sấm sét: Vũ trụ có sấm sét, con người có hơi thở, hơi thở của Long hổ võ công là hơi thở của vũ trụ cho nên phải Vang Động như sấm sét.

a. Sự chứa: khi đi bộ, 2 tay sẽ đánh nhịp đặng xa, Bàn Tay Xòe Ra trong dạng tự nhiên thoải mái mềm dịu, Bàn Tay Của Long Hồ Võ Công là bàn tay Trống Không. Bàn tay của cây tre Ngoài Đạc Trong Rỗng hàm súc đặc tính. Nắm chắc lại là gom về mình là vị kỷ là sợ hãi, là phòng giữ, là thường tục, xòe ra là phóng rọi, ban phát hết, là vì mọi người, là không có gì để sợ, không có gì để giữ, không có gì để mất, là rộng mở là Hư Không. Bàn tay của người tu hành là Tay Không Bụng Trống: Trống thì còn chỗ chứa, Đầy thì không nhận được gì nữa.

Với tinh thần đó Long Hồ Võ Công chọn sự phóng khí ra làm nhịp cần thiết. Phóng xuất của kho vộ tận, làm cho lòng mình trống rỗng là lẽ trung chính. Bụng Trống thì chứa được hơi thở khác, hơi thở mới. Bụng càng trống thì dung lượng hô hấp càng được chứa lớn, càng phóng khí ra thì càng nhận nhiều hơi hít vào, ở trong khoảng không thì chọn sự thở làm chính, ở dưới nước hay cơ thể được bao bọc bởi nước thì bế khí không hại.

b. Sự tồn: nếu chọn sự chứa làm chính thì khí hít vào bụng đã đầy làm sao chứa được cái khác. Từ đó số lần hô hấp bị giảm xuống (mỗi ngày có 1440 phút nhưng thở không đủ 15.840 lần) Do tình trạng bế khí hiện tượng oxid hóa biến máu đen thành đỏ ít hoạt động hơn và Sự tuần hoàn huyết dịch là yếu tố căn bản của dưỡng sinh sẽ giảm hiệu lực lâu ngày sẽ tiến đến thảm trạng hao tổn.

c. Ích Lợi: Muốn tránh Tồn thì phải Ích. Phong Lôi Ích hóa giải được sự Tồn: Phong: là gió, gió giữ thì sấm mạnh. Lôi: là Sấm, sấm động thì gió nổi. Mũi là cửa đón nhận gió vào. Miệng là cửa phóng khí ra

như Sấm sét của hai ích lợi lẫn nhau Hít và Thở phải vang động như sấm sét mới là Kỳ Ích Vô Phương (Ích lớn không có phương vị hạn chế).

Hô Hấp Giao Thông Trong 1 Khiếu  
Ra Vào Hai Cửa Tận Huyền Ranh.

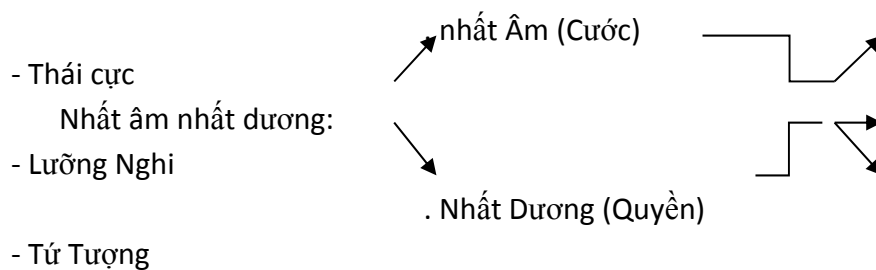
Bậc hành giả lấy đó mà cầu Ích, mình thịnh thì “Tiểu nhân phải suy”. Vượt qua trình độ “thăng bằng thể chất” cách thở của Long hổ võ công sẽ là: không cần vận dụng của ý thức để phóng khí ra. Cách thở này để luyện thăng bằng về tinh thần.

V - Bảy Nong Cơm, Ba Nong Cá hay Tuyệt Kỹ Võ Công:

- . Ở trình độ thăng bằng thể chất hay là: Nhất Âm Nhất Dương Thế.
- . Ở trình độ thăng bằng tinh thần hay là thế: Âm Dương Hiệp Nhất.

1. Nhất Âm Nhất Dương:

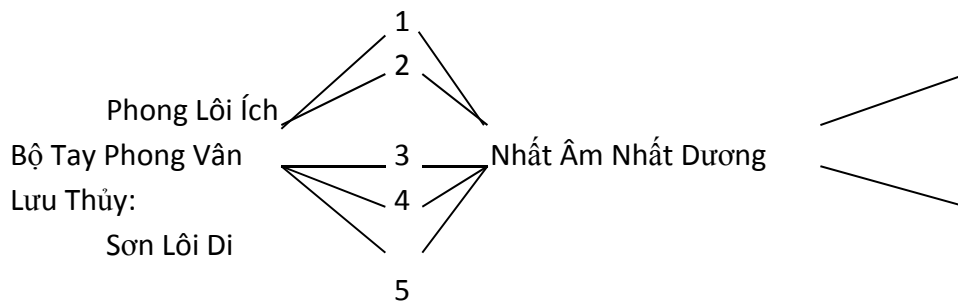
Võ công của Long Hổ chỉ có duy nhất một đòn tên là Nhất âm nhất dương, phân tích ra gồm có:



Nhất dương (đòn tay) căn cứ theo tượng Phong Lôi Ích. Nhất Âm (đòn chân) căn cứ theo tượng Sơn Lôi Di. Tỷ lệ sử dụng và tỷ lệ tập luyện là:

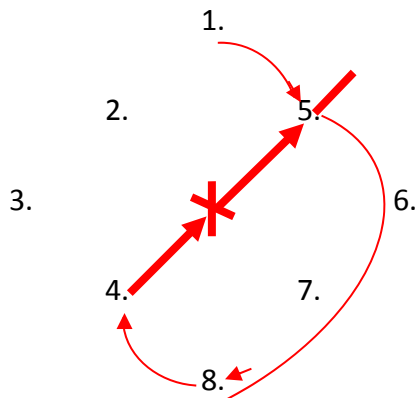
Thượng tam, hạ thất hay tay 3, chân 7 (bảy nong cá, ba nong com) , tỷ lệ này tiên khởi xuất phát từ Thánh Gióng, đây là số của trời đất tức là Thượng thanh Hạ trược, “nhưng đủ hòa nhập tự nhiên vào sắc thái dân tộc, làm nổi bật được bề sâu tâm lý của hành động, có nghĩa là: Động mà Nhún (phong lồi) và trên tịnh dưới động (sơn lồi).Tinh thần đó là: lời độc thoại nội tâm của con người VN đối diện với chính mình, bộc bạch những suy nghĩ về cuộc sống về tình yêu mà cái gốc là nhóm TỒN và từ TỒN là nhu như thể câu ca dao “anh về học lấy chữ NHU” nhất âm nhất dương là giai điệu trường tồn, đạt được sự nhất quán không có sự chiết mề từng phần luôn hiện ở dạng toàn diện.Tuyệt Nhu nhưng là phải cúi mềm dịu của Cây tre sắc thái vậy đủ “dệt” đậm đà vào bức tranh Sơn Thủy Việt Nam Cẩm Tú.

- a. Đưa thì sức mũi, sức tai hay là Đòn Tay Phong Lồi Ích.  
Trong bộ tay. Phong Vân Lưu Thủy của thể Nhất Âm Nhất Dương.



Đây là bộ võ công của nhân loại, là nền giản dị của tạo hóa. Bộ tay của Long hổ võ công được gọi là Phong Vân Lưu Thủy căn cứ vào số của Lạc

Thư: tay biến động theo ngũ hành và theo qui tắc “Thượng thanh hay Thượng tam” nên bộ tay cần mềm dịu nhẹ nhàng như mây bay nước chảy. ngoài ra còn qui tắc tròn là hình động, vuông là hình tĩnh “khi động thì tâm pháp bắt đầu từ giữa, vạn vật muôn hòa đều tự trong đó trôi ra – nắm dạng tay cô động thành một bí quyết nhất dương, tức là theo tinh thần và phương vị của Phong Lô Ích như:

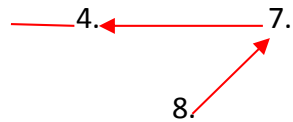


- Động Mà Nhún:
- Phương vị: Từ Càn (1) xuống Khôn (8) nhưng phải qua Tốn (5) cho nên hướng đi 1-5-8 – qua Tốn (5) phải tạo cho gió đủ để tới Chấn (4) thì có sấm mạnh (1,5,8,4) và khi sấm động thì cuồng phong (5) sẽ nổi lên làm cho những đũa thì sức mũi, sức tai – Sức mũi là cuồng phong đủ đánh sập trung ương, sức tai là cuồng phong đủ sô nát Đông Tây Kim Mộc. Thế nhất âm nhất dương được kết thúc bằng sự bùng nổ của Sấm sét (Lôi). Đó là lấy động làm tan công dụng – cho nên động mà không động – tĩnh mà không tĩnh, hay chính là Động Mà Nhún – Khí chưa động thể đứng của long hổ võ công thoát ra 1 sự Im Lặng rất rộng, rất tĩnh như thân tre mà bên trong rất rộng, như bàn tay mở rộng, như Đạo Tính Hư Không – Sự

im lặng đó không báo trước rằng bão tố sẽ đến – nhưng khi bão tố đến dù có đánh sập xô nát cũng không vì ĐẶC và mạnh mẽ hơn Sự Im Lặng Vô Ngã – Bão tố phóng xuất như một năng lượng nổ bùng thoái mái để thích ứng 2 trường hợp Động và Tĩnh chứ không quan tâm về chiêu thức. Thực chất uy lực cơn bão là không đánh sập, xô nát hiệu điểm (mục tiêu) mà quyết định ở điểm chưa có – Quyết định trước cái hiện tại. Trong những điều kiện và hoàn cảnh cụ thể của trận thế, bậc hành giả sẽ nhận thấy trước được hướng đi tới của thế trận, đó là Vạn thắng ở Vô cực điểm và ở Siêu thời gian. Với phương thức chiến đấu tiên tri này, đối tượng sẽ được diu vô trung tâm cơn lốc. Sự chuyển động của nhất dương là vòng quay Phong vân Lưu thủy. Đó là cuộc vận hành 1 năm 365 ngày quanh mặt trời làm cho trẻ em 1 tuổi biết đi hay 129.600 năm của cổ kim chỉ là cái vòng ấy mà nhỏ lại là 12 giờ trong 1 ngày. Lớn thì Thiên địa bao hàm, biển dâu xưa và nay, nhỏ là lẽ tử sinh của người của vật. Tất cả đều không ra vòng ấy đó là Vòng Âm Dương Khép Mở. Một khép một mở gọi là biến, khi biến thì lành dữ đã được quyết định, bậc hành giả Quán Không để được thích Ứng., “Ích lợi” là cái người người đều muốn, chuyên cầu ích lợi cho mình thì hại lớn lắm, mọi người càng ghét mà còn có kẻ đánh nữa. Đinh Tiên Hoàng bị đầu độc vì cầu ích cùng cực (Hòa Thượng) vì đã siết chặt bàn tay lại. Đó là đạo phái nên mau mau đổi đi. Long Hồ Võ Công là môn võ Cầu ích cho nhân loại không tranh danh đạt lợi, phù hợp với tâm người có tâm đạo vì người tu hành là người tay không bụng trống, chính vì thế mà Đức Phù đồng sau khi hoàn thành thiên tước đã biến dạng vào Miền Hư Không Vĩnh Cửu.

b. Đứa thì Chết chóc vì gai Tre ngà.

Câu này chỉ đòn chân Sơn Lô Di của thể nhất âm là cô động duy nhất về bước chân Long Hồ Bộ ứng dụng trong mọi trường hợp động tĩnh Công thủ Phản Kích cách vận dụng đòn chân căn cứ theo tinh thần và phương vị của tượng Sơn Lô Di nghĩa là Sơn hạ hữu lô, dưới núi có Sấm hay trên Tĩnh dưới động, dưới động thì trên đều rung chuyển, phương vị sẽ tọa địa từ Cấn (7) qua Chấn (4) tức là Sơn Lô.



Vũ khí là chân cứng như gốc cây tre ngà có gai. Đặc điểm của đòn này là dùng Chân gốc tre vững chắc, quét như sấm sét búng gốc hát bông đối tượng lia khỏi sức hút của quả đất, còn phần rơi xuống thì tỉ lệ thuận với trọng lượng và tốc lực rơi. Đây là đòn Tấn Công Bằng Thăng Bằng, đòn đốn gốc trong lịch sử là đòn nung nấu trong lòng khí quật cường của dân tộc chống giặc Ân. Khi đối tượng đã bị tách rời khỏi lực hút của quả đất thì kẻ như đã phân thắng bại. (Đòn quét chân, để đốn giò đó mà!) Đòn đó tuy độc đáo nhưng các bậc hành giả của Long Hồ Võ Công đều sử dụng được thoải mái mà không cần Sự cố gắng của ý thức – DI chỉ cái miệng là đạo nuôi sống, dưỡng sinh – miệng gồm có hàm trên cứng chắc hay tĩnh, hàm dưới chuyển động hay Động, hợp lại là DI – 4 hào ở giữa là Âm (rỗng), 2 hào trên dưới là dương (Đặc). Đó là ngoài đặc trong rỗng, hình ảnh tre ngà hay tâm lòng của bậc hành giả.

Thể Sơn Lô phải là thể Chủ Động Điền Đảo Cầu Sinh, bậc đại thần cầu sinh người hiền là cái gốc tre cứng chắc ở dưới – Dưới cùng là dân chúng, là anh hùng ẩn trong dân gian như cậu bé làng Gióng, trong võ học phần dưới cứng là chân. Nét phù hợp của Sơn lô là dùng vũ khí dưới thấp và sử dụng ở tầm thấp nhất nhưng đạt kết quả cao nhất – Dùng miệng để

ăn uống chỉ sự sống, dùng miệng để thở cũng chỉ sự sống, dùng miệng để khẩu xỉ, yết tân, giác khẩu là luyện dưỡng sinh. Trong võ công muốn bảo vệ sự sống cũng phải sử dụng đến cây tre Sơn Lô Di. Tiến trình của Sơn Lô Di là Đại Súc – Di – Đại Quá, muốn cho Di hữu thực thì trước hết phải có Đại Súc là có sự tích lũy công lực lớn – Sau Di là Đại Quá: Ta thịnh – tiểu nhân suy.

2. Âm dương hiệp nhất là Phù Động Thần Công (xem phần Phi Lô Diệu Thủ, Võ tay thoát khỏi hồng trần).

#### VI – Cây tre hay Võ Công Sơ Khoáng và Thủy Trị Liệu Dưỡng Sinh.

Long hổ sơn thủy tinh sinh ra làng mạc thôn xóm, làng mạc Việt Nam luôn luôn có ao hồ và lũy tre. Cây tre ngoài đặc trong rừng thuộc Nhu. Sức lợi thể của cây tre là Sức bật hay sức Quật. Sức quật thì rất mạnh, đó là chí quật cường của dân tộc là võ khí gốc của dân tộc.

Roi sắt là võ khí không phù hợp với Thánh Gióng, roi sắt bị gãy ám chỉ cứng thì gãy, xử lý cương thì bất lợi, võ công cương mãnh sẽ thất bại ở tầm vóc chiến thuật, chiến lược. Trí lược, tinh thần nếu dùng cương thì lưỡng cương tương dịch. Danh lợi là cương, tranh danh đoạt lợi là thế không trường tồn – Thánh gióng đã chọn vũ khí là cây tre mọc lên từ lòng đất và tâm tình dân tộc. Tre tượng trưng cho người quân tử và tượng trưng cái gốc địa lợi của võ công. Cây tre trên vật, Vật thì quật, quật thì phải cường, gốc và rễ sẽ rất cứng chắc. Đó là hình ảnh “thượng thiên hạ địa”, “thượng thanh hạ trực”, “thượng tam hạ thất”. Long hổ võ công lấy đặc tính và hình tượng của cây tre để phổ vào võ công làm thế DI, thế sinh tồn, thế võ duy nhất và chung cuộc của VN. Truyền thuyết dân gian đã ghi lại phương thức tập luyện như sau: “Cậu bé làng Gióng ăn một hơi hết 7 nong cơm, 3 nong cá – uống một hơi nước cạn đìa khúc sông. Uống ở đây tức là tưới mát bên trong lẫn bên ngoài là phương pháp thủy trị liệu dưỡng sinh

của Long Hồ Võ Công làm cho nước lửa điều hòa (kỷ tế) trong ngoài thân thể nhẹ dưỡng phao “cạn đà khúc sông” có nghĩa là phải luôn luôn áp dụng Thủy trị liệu ví như tưới đến mức độ phải cạn nước một khúc sông.


#### Phù Đổng Thần Công.

Bậc hành giả đạt được trình độ thăng bằng thể chất là trình độ không bị đánh ngã, sau cùng là trình độ tinh thần là bên trong đạt được sự trầm tĩnh, tinh thần không bị giao động, không bị đánh ngã, tâm phẳng lặng.

. Ở mức thăng bằng Thể Chất, tuyệt kỹ võ công là thể nhất âm nhất dương và hơi thở sấm sét của khí công.

. Ở mức cân bằng Tinh Thần, tuyệt kỹ võ công là Âm Dương hợp nhất và không cần vận dụng sự cố gắng của ý thức để phóng khí ra.

. Phương pháp thanh luyện là: Phi Lau Diệu Thủ / Vô Tay Thoát Khỏi Hồng Trần. Đó chính là: Hoán Thai Đoạt Cốt / Phi Thăng Lạc Cảnh / Phù Đổng Thần Công – Công phu này vượt qua Long Hồ - rời khỏi trú xứ Vạn Thắng để phi thăng lạc cảnh, Trình độ thể chất là luyện Long Hồ Khí Công, Trình độ tinh thần là luyện Kim Đơn thành Thần Công. Thần công là cảnh giới:

Trở về: 

- . Thường thanh, thường tịnh.
- . Quy luật kỹ cương.
- . Lễ chân, giả, biết, thấu tử sanh, rửa sạch lòng trần.

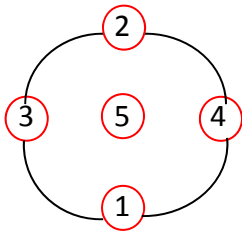
Trở về nơi cùng cốc thâm sơn tiện cho luyện đường cốc là luyện Tinh. Luyện Dưỡng sinh Hàng Long Phục Hồ - Thánh nhân ngày xưa ngụ trong cái cốc là ý nói Luyện Cốc Đạo hàng long phục hồ. “Ba cái trở về này đã vượt khỏi chủ “Duy Nhất” của Long Hồ. Trình Độ Long hồ khí công là trình độ tu chứng Hòa Thủy Vị Tế thành Thủy Hỏa Ký tế. Trình độ thần công là đưa hỏa thủy vị tế của hậu thiên trở lại tiên thiên là càn khôn (Thượng thiên Hạ Địa) bằng cách đem khí chơn dương bị hãm nơi đan điền trở lên



cung ly và đem chân âm từ cung ly trở xuống cung khảm, quay về cuối nguồn tức Phản Bồn Hoàn Nguyên là “buông ra thân lại trở về nguyên”. Pho tượng Đức Thế Tôn trong tuổi thơ Ấu 1 tay chỉ Trời (thượng thiên) một tay chỉ Đất (hạ địa) cũng nhằm nhắc nhở bậc hành giả tu luyện đến mức thượng thừa thì phải tỉnh ngộ, quay về nguồn gốc ban đầu tu tập sao cho: Hỏa Thủy vị tế của Hậu thiên phải Phản bồn hoàn nguyên trở lại Tiên thiên thành Thượng Thiên Hạ Địa là trở về tuổi thơ trong bụng Mẹ là trở về với mùa xuân Trường Cửu của Vũ Trụ Bất Sinh Bất Diệt.

Tu Tỉnh hay Tỉnh Ngộ là Bỏ Đục Lấy Trong:

Đục là lục hay 6 (do 2+4), Trong là cửu hay 9 (1+3+5) người được điểm đạo là được điểm 1-3-5 (cộng là 9). Số 1-2-3-4-5 (cộng lại là 15=4+9) là số sinh của tiên thiên.



Vũ trụ ban đầu là	1 khối
Sau sinh ra	2 Nghi
Sinh ra	3 (tam) tai
Sinh ra	4 Tượng
Và Sinh ra	5 Hành

Số lẻ là dương: 1-3-5 tượng Trời: Trong – nhẹ - nổi lên.

Số chẵn là Âm: 2-4 Tượng Đất: Đục, nặng, chìm xuống.

Ý nghĩa của lấy Trong

**NHẤT:** trong Hà Đồ, Đạo trời (Thiên nhất sinh thủy) [ đó là Long hổ tranh hùng sơn tinh thủy tinh] nước thuộc cung khảm (tý – Hướng Bắc) 1 khí chơn dương bị hãm vào giữa hậu thiên nơi đan điền. Làm cho nước lên trên tức là đốt nóng bằng cách điều tức để cho Nước lạnh bốc ra hay là làm cho Tuyết đổ ngang lưng và hòa xuống tích tụ ở Đan điền, nước lửa đều hòa nguyên khí được gom thành một tính. Hai hướng được phát sinh thành Nam Bắc, hai giờ được thấy rõ Tý Ngọ. Khi sanh thì ở Nam cực đến – còn khi chết đi về hướng Bắc, do đó Nam Bắc là phương hướng Tử Sanh. Các bậc hành giả khi tu tập thường luyện vào giờ Tý Ngọ và đứng theo hướng Nam Bắc hoặc là chỉ ăn vô giờ Ngọ và công phu vào giờ Tý, điều quan trọng là phải học được công phu chơn truyền để tự chuyển, giờ giấc và phương hướng kể trên chỉ là nhằm gợi ý nhắc nhở mà thôi, ngoài ra không có đóng góp công phu gì cả. Người không có phương pháp làm cho Tuyết đổ ngang lưng, dù án theo phương vị Nam Bắc và tụng niệm vào giờ Tý, ngọ hay ăn ngọ... cũng không đạt được thành quả cấp cao.

**TAM:** đạo trời, thiên tam sinh mộc thuộc cung Chấn (đông) [Khí Đẩu ở dưới] Dương thuộc kim hay Động, Âm thuộc Mộc hay Tĩnh, là cho Đông Tây (Mão Dậu), Dương hội nghĩa là Kim Mộc hiệp thì 3 bấu Tinh Khí Thần sẽ về 1 tính như Rồng mây giao hiệp. Các bậc hành giả cũng thường tu tập hôm sớm tức vào giờ Mão và giờ Dậu, nhưng cũng phải có chơn truyền để hiệp được 3 bấu vào giờ thượng sinh khí và giờ hạ sinh khí thì mới tốt. Nếu không được chơn truyền thì có luyện theo hướng Đông Tây và giờ Mão – Dậu chẳng qua chỉ là hình tướng bên ngoài mà thôi.

**NGŨ:** Đạo trời, thiên ngũ sinh Thổ là trung ương Mậu Kỷ. Nếu điều vận hô hấp đem cung Mậu Kỷ họp lại thì Tinh hoa ngũ tạng sẽ về 1 tính.

Ý nghĩa Bỏ Đục

NHỊ: là Tâm Ý.

Tứ: là 4 tướng Nhân – Nhi - Tỷ - Thiệt, 2 và 4 cộng lại là 6 là lục căn sinh ra lục Tặc rồi hóa ra Trần gian. Đó là thuộc tên ăn trộm, người tu hành phải dứt tuyệt 6 tên ăn trộm này kéo nó lên vào nhà ăn trộm ở rương báu. Đoạn được lục tặc thì tâm bình, lúc đó bụng vận chơn sinh – Tuệ Kiếm Chiếu Sáng – Tỉnh ngộ - Vô tay thoát khỏi hồng trần, tiến đến lạc cảnh hay trở lại nguồn xưa hay Phản bản hoàn nguyên.

“Đạo cao Long Hồ phục  
Đức trọng Quỷ Thần Khâm.”

Vượt qua tranh chấp triền miên, vượt qua Long hổ, rời trú xứ Vạn thắng để tới lạc cảnh

Nơi không tới được	Bỉ bất năng thích
Ai được tới nơi	Nhân sở bất chi
Chỉ người tu luyện	Duy tự điều giả
Là tới đó thôi	Năng Đáo điều phương

Ngoài Phù đồng thiên vương đã tới, trong lịch sử nhân loại chúng ta cũng đã kính phục Đức Đạt Ma cũng đã tới nơi.

“Tự cổ người trần ai giám tới  
Một mình Đạt Ma đập lau qua”.

#### VIII – Vụt lớn lên như thổi hay thời gian tu luyện.

Phù đồng thiên vương và Đạt Ma tổ sư đều đánh thối lui Ma vương trận. Thời gian thành tựu giữa 2 bên có lẽ không có sự khác biệt. Có thể Đức Đạt Ma đã thành tựu rất sớm nhưng khi ngài vân du Hồ hải thì đã là trung niên hám tử, ở VN Đức Phù Đồng được gọi là cậu bé làng Gióng, Đinh Bộ Lĩnh được gọi là Chú Bé Mực Đòng Cờ Lau tập trận, như vậy đặc điểm của Long hổ võ công là: lúc chưa phát hiện hết toàn bộ tri thức và thời gian thành tựu cũng vẫn còn trong giai đoạn trẻ thơ. Nếu không cần sự cố gắng

của ý thức mà vẫn thành tựu được chứng tỏ Long hổ võ công là phương pháp không niệm mà chuyển.

“Chín Năm Diện Bích – Nhất Kỳ Phi Thăng” của Đạt ma tổ sư có ý nghĩa: Chín Năm không hoàn toàn ám chỉ thời gian mà chính là khẳng định bỏ đục lấy trong tức là tu luyện số 1-3-5 cộng lại là 9.

Diện Bích: là nhìn vào vách đá. Đúc Phù đồng cũng nằm trên chông đá ám chỉ dốc lòng theo kỷ luật tu tập không xao lãng. Tu tập theo lối không niệm bất ngữ chớ không phải tịnh khẩu tham thiền bất động nhìn vào vách đá. Đối diện vách đá là vật vô tri vô giác có nghĩa thường thanh thường tịnh không nghe không thấy không nói không cười. Vách đá là gương soi để chính mình đối diện trung thực với chính mình là nhìn lại bản lai diện mục. “Ba năm nằm trên chông đá”

Ba năm: đây cũng hoàn toàn không ám chỉ thời gian mà hàm ý thường thanh thường tịnh luyện 3 báu Tinh Khí Thần và luyện 3 cái trở về chốn cũ. Chông đá: cũng cùng ý nghĩa như Diện Bích – Truyền tích có nói: Vụt lớn lên như thổi như vậy Long hổ võ công đã tận hiến một kết quả mau lẹ nhất. Trong gian lao cần phải trưởng thành nhanh chóng để thích ứng với hiện thực đòi hỏi cấp bách. Tóm lại Long hổ võ công là môn võ của Trẻ thơ VN và **thời gian đạt cao điểm thành tựu cũng vẫn nằm trong quãng đường tuổi thơ.**

#### VIII – Âm vang chẻ tre hay “tiến quát” Bùng Nổ Năng Lực Sấm sét.

Võ công trung hoa có môn Sư Tử hồng được liệt vào tuyệt kỹ võ công, đó là tiếng hét vang dội, tần số run động đột ngột của nó có khả năng chặn đứng hay làm rối loạn nhịp tim đập của đối phương.

Võ công của Nhật bản có tiếng hét “KIAI” là tiếng hét hiệp khí có khả năng đả tử (Âm trầm) và có khả năng cứu tử (Âm Cao) đó là võ công thượng thừa.

Ở VN hơi thở của Vạn thắng là hơi thở sấm sét, phóng xuất tiếng nổ sấm sét ở tầm tối cao vi diệu chính là Sư tử hồng hay Khai.

“Tiếng nổ” của VN mang rất nhiều sắc thái dân tộc quật cường.

- Tiếng la hét thông thường xuất phát do Sợ hãi
- Tiếng thét thông thường xuất phát do Giận dữ

Đạo Tính Trong Võ Học ở mức thăng bằng tinh thần phải luyện Đức Tự Chủ nên Long hổ võ công không dùng tiếng thét hay tiếng hét là tiếng xuất phát do bị sai khiến, là tiếng thét sau đui sự việc để đối phó sau, là tiếng thét thụ động – Do đó tình trạng mất tính đối lập phóng khoáng của Tự Chủ.

Long hổ võ công dùng tiếng “Quát”

Tiếng quát ám chỉ sự chủ động quyền uy hay Đức Tự Chủ.

Người Trung hoa hét bằng âm	“ÂY”
Nhật	“A” “YA”
Đại Hàn	“I” “U” “IA”

Những âm đó có âm hưởng trầm – Long hổ Khí công khi nói có âm trầm, âm, gọn và nhấn mạnh nhưng khi quát thì có Âm hưởng BỔNG.

Tiếng quát là tiếng chủ động xuất phát của Âm lực để thể hiện Sinh lực nội tại. Tiếng nổ sấm sét đó mang đặc tính của tre ngà, tính ưu việt đó là OẶT hay sức quật (quật cường) – Người VN dùng chữ “Quát tháo” có nghĩa là Quát lên một tiếng nhằm cho đối tượng kinh sợ phải Tháo lui. Quát là âm đọc trại đi của âm OẶT hay QUẶT - Trong long hổ võ công, tiếng nổ sấm sét nơi âm QUẶT và được xuất phát từ trung tâm năng lực là Đan Điền.

Quát là âm thanh của rựa, búa chẻ tre.

Tiếng Quát được tổng xuất đột ngột cực ngắn gọn và sắc – cường độ âm thanh có tần số chấn động cao.

Thời điểm sử dụng tiếng Quát là:

- Khi đối phương chuyển từ thế Tĩnh sang Động tức là lúc đối phương xé bỏ hàng rào phòng thủ của mình

- Nếu đối phương ở thế Tĩnh thì ta tấn công khi đối phương vừa chấm dứt 1 hơi thở - hay lúc con người ngáy mắt nở lớn.
- Khoảng cách tối đa 150 cm.

Tiếng nổ sấm sét làm cho đối phương rối loạn sinh lý với những hậu quả nặng nề do khí công xuất phát của Bậc hành giả. Thông thường có 2 Hậu quả: Bất tỉnh và bị đưa vào cảm giác ngầy ngật của người mất sự tỉnh.

#### IX- Cây tre hay dưỡng sinh:

Sự sống phải lấy tánh mạng làm gốc – muốn giữ tánh mạng phải có cái cội cái nguồn của sự sống là Dưỡng sinh. Hình ảnh cây tre là hình ảnh dưỡng sinh – cây tre ngoài đặc trong rỗng là tượng Sơn Lô Di, Di là miệng nên dưỡng sinh là : ăn uống thực phẩm đúng cách, thở hít không khí đúng cách (Khí công), chuyển động Sơn Lô, đi đứng đúng cách (Võ công) gom lại căn bản là:

1. Tuần hoàn huyết dịch tối hảo: máu được đổi mới luôn và vận chuyển đạt yêu cầu đến tận các nơi đầu mút xa xôi nhất gọi là Dịch Cân. 30 giọt máu sẽ sinh được 1 giọt tinh. Tinh nhiều thì thành Tủy, Tủy được lưu vào xương. Tủy sống và ở Não là phần tôn quý nhất, phần ở trên cao nhất của con người. Tủy nhiều thì tủy cũ được tẩy tủy và gọi là Tẩy Tủy. Cái gốc Dưỡng Sinh Dịch Cân Tẩy Tủy là vậy. Nếu không có tinh thì không có vốn tích lũy để sinh Khí, nếu không có khí thì lấy uy lực gì mà sinh thần. Vậy trong dưỡng sinh điều kiện tiên quyết là Sanh tinh. Có sanh thì có diệt, người thường tục thì sẽ bị diệt, người tu luyện khác người thường là lưu được tinh đó vô xương sống - Tủy sống - Não bằng 2 phương pháp Cùng cốc thâm sơn Hàng Long Phục Hồ + Thủy Trị Liệu, muốn có tinh thì phải tìm một phương pháp làm cho huyết dịch được tuần hoàn tuyệt hảo, đó là phương pháp gốc là chìa khóa năng lực để từ đó thăng hoa nhiều mặt khác. Chìa khóa năng lực này cần phải giản dị cô đọng và hợp lý, có kết quả nhanh chóng và tự nhiên thành. Tự nó phải không có mâu thuẫn – tự nó

phải gần đủ và tự nó phải có tính Độc lập. Những yếu tố đó đã quy về đầy đủ trong Long hổ võ công đó là:

- Thế tre ngà (thời tiền sử) chuyển hóa thành thế Cờ Lau (thế kỷ thứ 9) chuyển hóa thành Phi Lau (thế kỷ 20) Long hổ võ công chính là Long hổ dưỡng sinh gia cường sức khỏe, khai mở trí tuệ.

#### X – Giao cảm.

Cây tre ngoài đặc trong rỗng là tâm lòng giao cảm giữa Võ sĩ đạo và bậc thiên sư. Các vị tu sĩ chọn đạo sáng làm gốc, trên đường luyện sự tĩnh ngộ và trí tuệ cần phải giữ nguồn gốc là tánh mạng nên phải luyện Dưỡng sinh tức là luyện thêm Võ công – võ công trở thành 1 cứu cánh mật thiết không thể tách rời của Đạo để gia cường sức khỏe và khai mở trí tuệ.

Người võ sĩ Đạo chọn đức tự chủ làm gốc trên đường luyện võ cần phải gia tăng sức khỏe và đạt thăng bằng Trí Não nên phải trọng dưỡng sinh, luyện Dưỡng sinh và Bồ đực – lấy trong. Nhờ vậy Đạo tính thể hiện trong Võ - Võ và đạo hợp nhất gọi là Võ Đạo. Sau cùng 2 giới đã đồng quy trong 1 tương quan giao cảm ở tầm cao của nhân loại. Tương tự một người trí thức chất xám tốt, hoặc một người bình dân luyện Dưỡng sinh tìm Hạnh phúc đều chung 1 giòng giao cảm là trở về nguồn. Như vậy tầm ứng dụng của Long hổ Dưỡng sinh vô cùng rộng lớn. Chính vì tầm cao này mà Long Hổ hổ võ công không dùng các hình ảnh thú vật là phản ảnh gương soi cho con người. Loài người ở tầm cao, không thể chọn sự thanh luyện có Đạo tính mà phải trở xuống các loài thú. Tỷ như gọi một thế võ là Mảnh Hổ Ly Sơn mượn hình ảnh chúa Sơn Lâm dững mảnh rời núi để ám chỉ một dạng tấn công, học như vậy là bất chước Loài Thú, Long hổ võ công mang đầy đạo tính và chủ trương thăng hoa con người nên không chấp nhận sự cải thiện Giật lùi là bất chước loài thú. Long Hổ võ công mượn Thiên nhiên tạo vật làm ấn chứng, giáo dục, uốn nắn nhưng thực tế là phổ cập Địa lý Sơn thủy

vào võ học gồm các quy luật biến dịch không trở xuống loài thú mà phi thăng theo quy luật Vũ trụ ghi trong Hà Lạc. Từ đó kiên định lập trường là:

- Long hổ võ công là môn võ của Sơn thủy VN căn cứ theo long hổ mạng mạch chứ không phải tượng con rồng con cọp.
- Hổ Bộ Long Hành là bước đi chân cứng đá mềm của dân Giao chỉ trên tiến trình chuyển dịch theo tinh hoa Địa lý.
- Long hổ khí công là khí lực của hai đường kinh nhâm đốc
- Hàng long phục hổ là Tiêu trừ lục tặc.

Người Á đông có tuổi mang hình ảnh 12 con thú nhằm nhắc nhở cái thú tính luôn luôn tìm phục trong ta.

Nếu tâm ta nhược thì thú tính sẽ cường.

Nếu tâm ta thịnh thì thú tính sẽ Suy.

Biết thế thì loài người phải Tu tập để thăng hoa đẩy lùi Thú tính bỏ cái Ma kiếp để Phi thăng lạc cảnh.

### **C. Truyền tích thạch sanh.**

Thạch sanh là đứa con đầu lòng của núi song long hổ. Thạch sanh đã từ trong núi Kim thạch chui ra chào đời. Đó là vị anh hùng Vạn thắng đầu tiên vô địch Hải lục không quân: Thắng chằng tinh dưới nước, thắng khùng long dưới nước, thắng chim dữ trên không, Thạch sanh là anh hùng của tuổi thơ xuất phát từ trong hàng ngũ dân gian. Thắng cả bên ngoài và thắng cả bên trong. Tấm lòng Thạch sanh là tấm lòng hồn nhiên bất vụ lợi, tấm lòng hư không của Tre già. Thạch sanh là tấm gương sáng của Vạn thắng, trong lịch sử dân tộc hình ảnh Thạch sanh được nhìn thấy 1 lần nữa nơi vị anh hùng tuổi thơ Trần quốc Toản, Truyền tích trẻ em VN không bao giờ quên là Trần Quốc Toản đã bị cho là con nít nên không được tham gia Hội Nghị Diên Hồng. Chí quật cường của cậu con nít sôi sục đến độ bàn tay siết chặt làm nát quả cam lúc nào không hay. Đó là sức quật cường tương lai của cây tre.



### **THỜI III - LONG MẠCH HOA LƯ.**

Đây là thời kỳ thống nhất đầu tiên của Dân tộc vào TK thứ 9 thuộc nhà Đinh hay Vạn Thắng Vương Đinh Tiên Hoàng Đế kế tục sự nghiệp vạn thắng của tiền nhân. Nước ta lập quốc vào năm 2897 trước Kỷ nguyên, tức năm 968 sau tây lịch, Vạn thắng Vương lên ngôi hoàng đế Long hổ võ công được 3865 tuổi võ.

- A. Võ công cò lau: từ tre ngà chuyển sang cò lau là vì: lúc tiên khởi lập quốc, dân giao chỉ sống tập trung theo làng mạc thì lũy tre là hình ảnh gắn bó nhất. Dần dà xã hội lớn được thành hình, được tổ chức quy củ nơi phồn thịnh là do Long hổ mạch tụ hội linh khí nên được chọn làm kinh đô long mạch đầu tiên là Hoa Lư đời nhà Đinh. Hoa Lư là vùng núi non hiểm trở, thuận tiện cho việc binh bị ở miền cao hùng vĩ nên hình ảnh Tre làng, bờ ao phải nhường chỗ cho thiên nhiên hoang dã đầy Lau Sậy, Lau sậy cũng có đặc tính như cây tre nhưng khiêm tốn hơn, Lau sậy và con người đều nhỏ nhoi, mềm yếu trước vũ trụ hùng tráng – Long mạch Hoa lư với núi non hùng vĩ đã chuyển hóa võ công cây tre thành võ công cò lau. Sử sách đã ghi lại truyền tích cò lau tập trận của Đinh Bộ Lĩnh (sinh năm 924 âm thân tại Ninh Bình) lúc ngài còn trong tuổi thơ ấu. Võ công cò lau đã thích ứng được với vóc dáng nhỏ bé của mục đồng VN, so với thời của thánh tổ thì tư thế Cò lau được phổ cập rộng rãi hơn trong lứa tuổi trẻ thơ. Số lượng mục đồng được đủ để tạo thành một cuộc tập trận chứng tỏ là khá đông đúc.
- B. Hàng long phục hổ: gọi là thời kỳ thống nhất đầu tiên vì xã hội nước ta lúc đó có 12 sứ quân phân chia lãnh thổ hùng cứ. Vạn thắng vương đã hàng long phục hổ, dẹp tan 12 sứ quân thống nhất bờ cõi – Hàng long phục hổ được van danh thời này, đó là phép Thánh tầy

(cạn đà khúc sông) để đạt thường thanh thường tịnh – Sanh tinh – cô tinh – và lưu tinh. Tự thắng bên trong mới thấy bên ngoài. Đó là trình độ tiêu trừ lục tặc “trong ngoài thân thể nhẹ đường phao”.

C. Long hồ khí công: lưu tinh đầy đủ sẽ sinh ra khí, luyện võ công cờ lau là luyện tinh lực nhưng nếu được hàng long phục hồ phụ trợ thì tinh lực sẽ dồi dào. Võ công cờ lau gồm có:

- Hồ bộ long hành
- Phong vân lưu thủy
- Nhất âm nhất dương
- Tiếng nổ sấm sét

Tất cả phải phối hợp với hàng long phục hồ sẽ đạt thành tựu Long hồ khí công tuệ kiếm.

#### **THỜI IV - LONG MẠCH HOA LƯU (THĂNG LONG)**

Long mạch hoa lưu của nhà Đinh do khuôn việt đại sư làm quốc sư đã chấm dứt vào cuối thời Tiền Lê – Năm 1010 Long mạch đã chuyển dịch đến Thăng long tức Hà nội ngày nay do Lý Thái Tổ dời đô, Quốc sư lúc đó là Sư Vạn Hạnh. Long mạch đã đổi ngôi theo thế Long cuộn hồ ngòi, nhưng dư vang khí công Vạn thắng vẫn tồn tại không thay đổi theo Long Mạch mà còn kéo dài suốt 10 thế kỷ, từ thế kỷ thứ 10 đến thế kỷ 20 qua các đời Lý, Trần, Hậu Lê Trịnh Nguyễn và cho đến nay. Đời Trịnh Nguyễn phân tranh, nhà tiên tri Bách Vân cư sĩ đã dành cho đất nước VN thêm một địa khí mới, đầy đủ lúa gạo, kể từ khi nhà Nguyễn vượt dãy Hoàng Sơn Nam tiến. Từ đó có thêm đô ở Phú Xuân, và sau này có thêm Sài gòn, nhưng hiện nay Hà Nội vẫn là thủ đô chính thức. Như vậy dù có trải qua biến động thế “long cuộn hồ ngòi” vẫn còn tụ khí tinh anh xây dựng được sự nghiệp cho con cháu muôn đời.

Vùng đất tiên tri của Bạch Vân cư sĩ có Cát Khí nhưng mạng mạch long hổ hội tụ chưa đủ tinh anh thành thế Hiệp long cho nên Phú xuân một thời gian ngắn ngủi được gọi là Đế đô đã phải tàn lụi. Thiên thời và địa lợi đã định cho nên sự trường tồn của long cuộn hổ ngồi kéo dài suốt 10 thế kỷ và mãi mãi đến mùa đông thế kỷ 20 mới được hòa nhập vào Long hổ võ công.

A. Mùa đông thế kỷ 20 Long hổ võ công là môn võ của tuổi thơ để tự vệ hiệu quả đa diện hay đó là những giọt nước mắt cần thiết về nước mắt cũng là 1 phản ứng tự vệ hữu hiệu.

Tuổi thơ nào mà không nhiều nước mắt

Con người có tiếng khóc trước tiên – khi rời bụng mẹ bèn khóc khỏ A một tiếng ra nước mắt, nước mắt là đặc điểm của loài người. Đó là phản ứng tự nhiên là cách bộc lộ tình cảm đặc biệt. Nếu không biết khóc có lẽ loài người đã bị hủy diệt từ lâu – con có khóc mẹ mới cho bú, con nít khóc sẽ kháng được bệnh do mũi ướt, nước mắt có 1 chất kháng trùng là Lyzozime bảo vệ mắt mũi. Cứ 20 phút cơ thể tiết ra 1 giọt nước mắt, nếu không khóc hay khóc không bộc lộ, đè nén hay thỏn thức ở nội tâm thì chất Lyzozime ứ đọng sẽ sinh ra chất độc làm nổi mề đay, sinh ra ngứa ngáy dưới da, làm hại bao tử, suyễn ... Nói tóm lại tuổi ấu thơ là tuổi nước mắt. Long hổ võ công đã truyền cho cậu bé Thánh Gióng, cho chú bé mục đồng Đinh Bộ Lĩnh, là 2 thời kỳ võ công được bùng sáng trong lịch sử. Khi Đinh Bộ Lĩnh bị đầu độc năm Đinh mảo 979 cho đến năm 1945 là 966 năm sau, môn Long Hổ võ công được trao lại cho thằng bé 5 tuổi tại cao nguyên Lâm viên thuộc vùng đất tiên tri.

Thằng bé đã không có những giọt nước mắt kể trên để tự vệ, nghĩa là có rất nhiều bệnh trầm kha và từ lúc 5 tuổi (Ất Dậu) năm 1945 đã bị xô vào hoàn cảnh bất trắc phải tự túc lo sinh kế trong lúc bệnh ngặt nghèo ở

một vùng cao Lam sơn chướng khí lạnh lẽo đầy lau sậy, không cha mẹ thân thuộc, hàng xóm.

Thằng bé đánh mất vàng trắng tuổi thơ và bị cướp cạn dòng nước mắt nên mãi mãi ưu tư một ước mơ trong trắng của vàng trắng tuổi ngọc quê hương với lũy tre làng và bờ Lau Sậy của cao nguyên hùng vĩ.

Do những cơ duyên thực tại, thằng bé sau 6 tháng đã dần ổn định và đẩy lùi bệnh tật nhanh chóng. Từ đó võ công cờ lau đã được chuyển hóa thành Vạn thắng phi lau xuất thủ để rút ngắn hơn nữa thời gian thành tựu nhanh chóng, và cũng từ đó hiện thực đã trở thành dấu ấn trường tồn sâu lắng trong tâm não đậm đà màu sắc dân tộc – Cây Phi lau đã được trồng vững chắc, lung linh màu sắc huyền ảo dưới bầu trời rực rỡ trong buổi chớm đông của thế kỷ 20. Từ thế cờ lau, năm 1787 trước kỷ nguyên Đinh Bộ Lĩnh đã chuyển hóa dần thành thế phi lau vào năm 966 Bính thìn và đến 1962 Nhâm Dần sau 966 năm nghiền ngẫm biện chứng thế cờ lau được chuyển hóa lần 2 thành thế Vạn Thắng Phi Lau Xuất Thủ.

Long Cuộn Hồ Ngòi đã hòa nhập vào Long Hồ Võ Công là thu cả bầu trời võ học vào một giọt nước mắt cho tuổi trẻ. Vì ở đó những người có trách nhiệm không còn làm khổ những ước mơ của trẻ con nữa.

“Dệt” thế Long Cuộn Hồ Ngòi vào bức tranh phi lau nhằm mục đích:

- . Phù hợp với sự chuyển dịch của sơn thủy long mạch Thăng Long
- . Nhằm chấp cánh cho thành quả nhanh hơn để thích ứng với thời gian và không gian mới.

Với thế Vạn Thắng Phi Lau Xuất Thủ “Bộ tay: Phong Vân Lưu Thủy, Bộ chân: Hồ Bộ Long Hành được nhấn mạnh hơn. Ngoài ra còn gia cường cho thanh tuệ kiếm được thêm vững chắc ở chỗ “bản lề” (huyệt mệnh môn) để dễ tiến tới trình độ “Phi Túc” là trong ngoài thân thể nhẹ đường phao. Phi Lau Xuất Thủ có hiệu quả tối đa và nhanh chóng về:

- Dưỡng sinh trị liệu

- Long hổ khí công
- Võ công nhất âm nhất dương
- Tiếng nổ sấm sét

Riêng với Phù Đồng Thần Công thì Phi Lau Xuất Thủ chỉ là bước đầu đóng góp 7 phần 10 uy lực làm đòn bẩy có sức bật thần kỳ mà thôi Phi Lau Xuất Thủ là thế gốc như “7 nong com”

#### B – Mùa xuân thế kỷ 21

Năm 1984 là năm đầu tiên của hạ ngưng, hạ ngưng sẽ chấm dứt vào năm 2043 – hạ ngưng kéo dài được 17 năm thì bắt đầu bước vào mùa xuân thế kỷ 21 – Thực tế chuẩn bị cho những bước đi mới trong mùa xuân của thế kỷ 21 đã được manh nha, đã được chọn đường trước 39 năm tức là năm 1962. Đó là thế chuẩn bị cho mạng mạch Hiệp Long cho thời kỳ hòa hợp vào thành một dòng sinh hóa duy nhất. Long Hổ Võ Công đã dự bị trở thành: Âm Dương Hiệp Nhất – Buông ra thân lại trở về nguyên. Tuổi trẻ luôn luôn mong muốn vươn tới tốt đẹp nét đẹp tuyệt mỹ cao thượng nhất, cho nên đã sẵn sàng tiến công thổi thế Vạn Thắng Phi Lau Xuất Thủ để bóc hơi đổi dạng thành thế Phi Lau Diệu Thủ, Vô Tay Thoát Khỏi Hồng Trần. Đó là trở về với Phù đồng thần công của tiên đế hay đó là bước đi trong mùa xuân thế kỷ 21, ở trình độ thần công có 3 sự chuyển hóa.

- Không cần vận dụng sự cố gắng của ý thức trước khi phóng khí ra
- Xuất thủ thành diệu thủ là làm cho: Âm dương hiệp nhất, buông ra thân lại trở về nguyên

Trở về nguyên thủy hòa nhịp cùng tiến xào xạc của bụi phi lau hay tiếng kéo kẹt của tre ngà. Thoảng trong gió thụ mùa xuân của quê nhà là mùa xuân trường cửu của vũ trụ

- Dệt ca quyết vào bức tranh phi lau diệu thủ thành 1 giấc mơ vàng trong vũ trụ

- Tuổi trẻ luôn luôn là mùa xuân của xã hội. Trong siêu thời gian cuộc sống với muôn vàn hạnh phúc cũng như không thiếu những khổ đau, tuổi trẻ tiếp nối vẫn mãi mãi trung thành với chỗ đứng phía sau “cái trống không” để tìm hiểu những điều ở phía trước và sau cùng để trao tặng môn Long Hồ Võ Công này cho các vị:

Đạo cao long hổ phục  
Đức trọng quý thần khâm.

Xuân Quý hợi  
1983.