

PHÉP CẦM NÃ
VÕ THUẬT

Chiêu Lãm



NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO

**PHÉP CẦM NẤ
VÔ THUẬT THIẾU LÂM**

Dịch từ bản tiếng Trung Quốc:

" Thiếu Lâm cầm nã pháp " (bản đã sửa chữa)

Nhà xuất bản Khoa học và Kỹ thuật tỉnh Hà Nam

Tái bản lần thứ năm, tháng 1 năm 1988.

TỔ HỈ - VĨNH TƯỜNG
truyền dạy
ĐỨC KIỀN - ĐỨC VIÊN - ĐỨC HIỂN
chỉnh lý

**PHÉP CẦM NÃ VÕ THUẬT
THIỆU LÂM**

KIM DAO dịch

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO
HÀ NỘI - 1993

Lời giới thiệu

Võ thuật Thiếu Lâm là võ thuật của một môn phái ưu tú có lịch sử lâu đời mười lăm thế kỷ ở Trung Quốc. Cùng với các môn quyền, kiếm, binh khí..., phép cầm nã (bất bẻ) cũng là một bộ phận trọng yếu, tập hợp thành võ thuật Thiếu Lâm nổi tiếng thế giới.

Cầm nã là môn võ cận chiến, đứng đầu kỹ thuật giao đấu, lấy đầu óc làm chủ soái, lấy mắt làm trình sát, lấy tay chân làm quân tướng chiến đấu. Khi thi triển phép cầm nã thì mắt phải hợp với đầu, tâm hợp với ý, khí hợp với lực, không khur khur dùng các thế cố định và kỹ thuật chiến đấu cứng nhắc mà hàng ngày rèn luyện thân thể với tâm thần, tập nhuần nhuyễn phép biến hóa các chiêu thức cầm nã để khi gặp nguy có thể hạ đối phương trong chớp mắt.

Căn cứ vào sự truyền dạy của đại pháp sư Thích Tổ Hí (hiện là trưởng() môn phương trượng chùa Thiếu Lâm) cùng pháp sư Vĩnh Tường về phép cầm nã, đối chiếu với bản chép tay bí truyền "Quyển phổ Thiếu Lâm", các cao tăng Đức Kiền, Đức Viên, Đức Hiến chỉnh lý tư liệu viết thành sách đây "Phép cầm nã Thiếu Lâm" cho in tháng 10 - 1983, lần đầu tiên phổ biến ra*

(*) Đây là chức vụ đứng đầu chấp chương các công việc trong chùa Thiếu Lâm (chương đây là chấp chương công việc) - ND.

ngoài xã hội. Căn cứ vào các thư góp ý, đề nghị, yêu cầu... từ khắp nơi gửi tới, các tác giả sửa chữa thành bản sách này. Được sự giúp đỡ của nhà xuất bản Khoa học và Kỹ thuật tỉnh Hà Nam (tỉnh được coi là cái nôi của lịch sử Trung Quốc và tỉnh có chùa Thiếu Lâm nổi tiếng) sách "Phép cầm nã Thiếu Lâm" (bản đã sửa chữa) được tái bản lần thứ 2 tháng giêng năm 1985 và đến tháng giêng 1988 đã tái bản lần thứ năm với số in 600.000 bản, chưa kể từ bấy tới nay.

Luyện võ và giao đấu rất dễ bị thương, vì vậy sách giới thiệu thêm một số bài thuốc chữa thương tích rất hay của nhiều đời cao tăng được coi là của báu bí truyền trong môn phái Thiếu Lâm, như bài "Hành quân tán" có từ đời Minh Gia Tĩnh (1522), "Cao Quan Âm" của cố đại sư Trinh Tuấn, "Bát tiên tán", "Cao Hồi xuân", "Cao Thiên chùy" vốn chỉ mật truyền cho đại pháp sư Đức Thiên (nguyên chương môn phương trượng chùa Thiếu Lâm, vốn là một danh y nay đã nghỉ hưu vì quá già), do phong trào mở cửa đổi mới, phái Thiếu lâm cho phổ biến để phục vụ nhân dân rộng rãi.

Năm 1992, nhân chuyển công tác qua chùa Thiếu Lâm, thấy cuốn sách hay, có tác dụng tốt cho việc rèn luyện thân thể chống lại những bất trắc ngoài đời, chúng tôi trích dịch ra tiếng Việt để bạn yêu võ Thiếu Lâm ở Việt Nam có thêm tài liệu nghiên cứu, rèn luyện thân thể và chữa một số thương tổn nội - ngoại khoa khi cần thiết.

Người dịch
KIM DAO

CHƯƠNG I

BÀN KHÁI QUÁT VỀ PHÉP CẦM NÃ

Quyển phổ (sách dạy về quyền) viết rằng: "Phép cầm nã Thiếu Lâm là môn thần diệu đề bắt địch bẻ địch, đoán binh (đánh giáp lá cà) tiếp nhau, đối mặt đánh nhau, hễ tóm là được, hễ bắt là thắng".

Phép cầm nã đứng đầu kỹ thuật giao đấu. Trong phép này, đầu tiên lấy mắt đề xem phía địch, tóm cũng được, bắt cũng được, quyết không dùng các thế cố định hay các phương pháp chết (cứng) mà phải tùy cơ ứng biến, linh hoạt cơ động, phần lớn đánh chính diện lấy xung dương tóm ở trên, ở dưới đá bằng đi lấy phi âm phía dưới, phép lao, phép tránh, phép thụp, tiến hung giết mạnh hồi mã thương, phép thúc, phép nắn, dùng thế hư dụ đối thủ xông mạnh, mượn sức đối thủ, sức khóc lên, sao không thắng?

Phép cầm nã lấy óc làm chủ soái, lấy mắt làm trinh sát, tùy sự chỉ huy mà biến hóa, óc và mắt hợp, rõ ràng hiểu mục tiêu, tấn công đường nào, óc và tâm hợp tính diệu kế, nảy ra kế sách, lực và khí hợp, phát ra kinh, thờ ra theo thế, xuất đòn thật nhanh, thu thật lẹ, lực mà lớn, tiếng hét như sấm nổ, chặt như cương đao, cầm nã biến đổi, "ngựa đến thành công".

Phép cầm nã, một có thể khống chế đối thủ mất sức chiến đấu, hai có thể khiến đối thủ mê ngã, ba có thể khiến đối thủ tàn phế, bốn có thể khiến đối thủ chết ngay tại chỗ. Lệnh cũ Thiếu Thất (tên núi có chùa Thiếu Lâm - ND), cao tăng dạy võ không thể không cẩn thận khi truyền dạy. Ví gặp người học trò đạo đức cao có thể truyền dạy một vài, tuyệt đối không dạy kẻ hung bạo hay không có đạo đức. Vi phạm điều cấm của chùa sẽ bị hình phạt, thậm chí bị đuổi.

Phép cầm nã Thiếu Lâm có uy lực bắt đối thủ làm nổi danh lệnh cũ nhưng không được đòi thay. Nếu không có ý chí kiên trì dùi nùi lấp biển, nếu không có dũng cảm hàng long phục hổ, không có công mài sắt thành kim, không có tấm lòng chịu khổ như ngậm trăm đầu hoàng liên thì không thể nào thành tài được.

CHƯƠNG II

CA QUYẾT CẦM NÃ

Thiếu Lâm cầm nã công chí
thị ý tổng ca

Dịch âm

*Thiếu Lâm cầm nã nguyên
thiên thu*

*Bổng thiên Đạt Ma công thủy
nhu.*

*Tiết khai Thiếu Lâm m.
quyền phổ:*

Vũ công thủy vu thập bát thủ,

Tam thập lục hợp thập bát chùy

Thập nhị đàn thoái hồ bào tẩu,

*Long phi phụng vũ đằng không
vân.*

*Cánh hữu thất thập nhị nghệ
tuyệt*

Bài ca tổng quát nói về ý chí
luyện công phu cầm nã TL

Dịch nghĩa

*Cầm nã Thiếu Lâm nguồn có
từ ngàn năm*

*Công phu thiên Đạt Ma cuối có
bổng bắt đầu từ nhu.*

*Mở cuốn sách dạy quyền bí
mật của phái Thiếu Lâm:*

*Võ công bắt đầu từ thập bát
thủ (1)*

*Ba mươi hai hiệp thập bát
chùy (2)*

*Thập nhị đàn thoái (3) hồ bào
chạy,*

*Rồng bay phượng múa bay lên
trời mây.*

*Có thêm bảy mươi hai môn võ
nghệ tuyệt diệu*

Tam thập lục công viết tường
đầu,
Tùng pháp phi thượng tầng
Tích Phong,
Thập bát binh khí chấn vũ trụ.

Hạ luyện chưởng lung mạo hóa
tinh,
Đông luyện băng sương ngưng
mì đầu,
Lập hạ tuệ khả đoạn tỷ hằng.

Thệ tập đàm tông tỷ huyền từ

Kỷ tập nguyệt không chiến
quan dũng.

Chiêm bảng tiêu tam huân công
tự

Hoàng chí tất sinh cầm hồ lực
Khô hằng hồng quả loan chi
đầu,

Chân công bất phụ hữu chí
nhân

Bạch lam thanh hồng ánh xuân
thu.

Anh kiệt khả chú Thiếu Lâm
sử,

Ấc đạo tàn thi ôi dã cầu

Tức tri Thiếu Lâm công phu
quyết

Lập chí chịu khổ luyện tam
thập thu

Ba mươi sáu công phu vượt
trên đầu tường,
Theo (đúng) phép bay lên tận
nóc Tích Phong,

Mười tám cách đánh binh khí
chấn động vũ trụ

Mùa hạ luyện trong lồng hấp
bốc sao lửa

Mùa đông luyện băng sương
 đọng đầu mí,

Tập đến lúc hiểu thấu có thể
gãy tay là thường.

Thề tập trong mây dày tay đan
tay

Khéo tập trong trăng đánh
nhau dựng mãnh hàng đầu

Xem bảng nhớ ba công lao
thành tự

Có chí lớn tất sinh ra mãnh hồ
Khô thường quả (chín) đỏ trĩu
đầu cành

Công phu chân chính không
phụ người có chí

Trắng lam xanh đỏ lấp lánh
năm tháng.

Anh hùng hào kiệt có thể ghi
vào sử Thiếu Lâm,

Xác bọn cướp ác nuôi chó rừng
Tức là biết rõ công phu Thiếu
Lâm

Lập chí chịu khổ luyện tập ba
mươi năm

Cầm nã, diềm huyết, xá cốt tất

*Cầm nã, diềm huyết, bẻ xương
đã học xong*

*Hiển cấp hậu sinh luyện võ
nghệ.*

*Hiển cho người sinh sau luyện
võ nghệ.*

Ghi chú của người dịch:

1. La hán quyền là môn quyền riêng của chùa Thiếu Lâm, mỗi đời chỉ truyền cho một vài người có căn cốt, không truyền ra ngoài. La hán quyền xuất xứ từ Đạt Ma sư tổ và được các đời sau bổ sung thêm vào mười tám lộ đường la hán quyền mỗi lộ có ba tiết, tổng cộng năm tư tiết. Mười tám lộ la hán quyền lại có đặc điểm riêng như la hán gấp, la hán chậm, la hán vui, la hán buồn, la hán tỉnh, la hán say, v.v. do đó đường quyền cũng thay đổi theo, rất là biến hóa.

2. Thập bát chùy là môn luyện quyền riêng của phái Thiếu Lâm cùng với đàm thoái, Trang Công, Điệp khốc, Bài đá là các công phu cơ bản của phái Thiếu Lâm. Bát chùy có mười bài chính, luyện theo tâm ý lục hợp nên còn gọi loại quyền này là lục hợp tâm ý bát hay tâm ý quyền.

3. Đàn thoái là công phu của phái Thiếu Lâm có từ rất lâu đời. Ý nghĩa bắt đầu từ chữ đàn là đàn hồi, có sức bật. Từ trong sáo lộ bài bản tập về công phu chân luyện tập đá bật các kiểu gọi là đàn thoái. Có khi còn gọi là đàm thoái vì ban đầu xuất hiện ở chùa Long Đàm là một viện nhỏ thuộc chùa Thiếu Lâm. Tuy gọi khác nhau nhưng nghĩa vẫn là một.

Bài ca cầm nã hai mươi bốn huyết vị

Dịch âm

Nhị thập tứ huyết pháp
Điều tại nã yếu bá
Nhất pháp dã tTái dương
Quyền trúng đảo địa hạ
Nhị thông Thiên đột huyết
Tỏa hầu chí hôn á
Tam kích Thiên trụ xú
Thất khiếu thiên huyết hoa
Tứ dã Liêm tuyền huyết
Tuyệt khí nhất mệnh hưu
Ngũ pháp dã Kiên tình
Thề thân khả hóa linh
Lục pháp nã Tỷ nhu
Xả giáp thề thân đảo
Thất pháp thích Tam lý
Cánh cốt lưỡng tiết đoạn
Bát pháp nã Khúc trì
Thoát triều thất khiêm liêm
Cửu pháp nã Khúc trạch
Cách bác lưỡng tiết đoạn
Thập pháp nã Thiếu hải
Thượng chi đoàn khả tàn,
Thập nhất nã Dương trì
Ngũ chi tận đoạn nhiên
Thập nhị nã Dương cốc
Thủ chương thấp hiệp diệu
Thập tam phá Kỳ môn
Trùng phiên lậu loại tiện

Dịch nghĩa

Phép đánh hai mươi bốn huyết
Linh diệu ở chỗ bắt chỗ yếu hại
Phép thứ nhất đánh Thái dương
Quyền trúng ngã xuống đất
Hai đánh huyết Thiên đột
Nghen họng đến mê man cầm tiếng
Ba đánh chỗ Thiên trụ
Bảy khiếu máu phun ra
Bốn đánh huyết Liêm tuyền
Khí đứt một đời tàn
Năm đánh vào Kiên tình
Thân xác có thể hóa linh (chết)
Thứ sáu bắt Tỷ nhu
Vỡ vai thân tê dại (ngã)
Bảy đánh huyết (tác) Tam lý
Xương ống hai khúc gãy
Thứ tám bắt Khúc trì
Gãy khuỷu tay hết nối liền
Thứ chín bắt Khúc trạch
Cánh tay như gãy đôi
Thứ mười bắt Thiếu hải
Tay trên hết làm ăn,
Mười một tóm Dương trì
Năm ngón hết tự nhiên
Mười hai bắt Dương cốc
Tay chương hết hợp diệu
Mười ba phá Kỳ môn
Lộn ruột đến sồn phân

Thập tứ kích Chương môn
 Liệt can huyết sâm nhiễm
 Thập ngũ dân Huyết hải
 Bao khách diện triều thiên
 Thập lục nã Trúc tân
 Cảnh cốt tam tiết đạm
 Thập thất nã Công tôn
 Dải đồ thất căn nguyên
 Thập thất nã Uy trung
 Dịch nhân quy hạ hàn
 Thập cửu dân Dũng tuyến
 Tống tha tam trượng viễn
 Nhị thập lâm mạch Uyển
 Nã cầm năng dịch tàn
 Nhị thập nhất Phong đề
 Kích trúng khiêu tân nhiên
 Nhị thập nhị Cự cốt
 Năng cầm anh hùng hán
 Nhị thập tam Phụng vĩ
 Năng khai thiết môn thuyền
 Nhị thập tứ Tinh xúc
 Hồ tương diệp bế nhân.

Mười bốn đánh Chương môn
 Nát gan huyết ứ chảy
 Mười lăm đá Huyết hải
 Quân hung ngựa mặt châu trời
 Mười sáu bắt Trúc tân
 Xương chân thành ba khúc
 Mười bảy tóm Công tôn
 Trò xấu hết nguồn gốc
 Mười tám tóm Uy trung
 Kẻ dịch quy kêu rên
 Mười chín đá Dũng tuyến
 Đầy dịch xa ba trượng
 Hai mươi tìm Uyển mạch
 Bắt được tay dịch tàn
 Hai một huyết Phong đề
 Đánh trúng là xong rồi
 Hai hai tóm Cự cốt
 Bắt được cả anh hùng
 Hai mươi ba Phụng vĩ
 Mở được then cửa sắt
 Hai mươi bốn Tinh xúc
 Tương hồ cũng nhắm mắt.

Chú thích vị trí hai mươi bốn huyết

Thái dương : đuôi lông mày kéo ra một tấc, chỗ lõm xuống
 Thiên đột : đầu xương mỏ ác bờ trên, chính chỗ lõm xuống
 Thiên trụ : sau cổ phía trên nơi giáp rãnh nửa tấc, xê sang bên cạnh
 1 tấc ba phân
 Liêm tuyến : chỗ cao nhất của yết hầu dưới ven xương hàm dưới, ở
 chính giữa lần nổi

* tấc đây đo bằng đốt giữa ngón tay trở gập lại, tùy theo người.

Kiên tinh : ở giữa xương bả vai và xương đòn trước xương ngực to
1 tấc rưỡi huyết đại chùy

Tý nhu : gập cánh tay, huyết ở điểm trước đầu cơ tam giác

Túc tam lý : dưới xương bánh chè ba tấc giữa hai gân chân (người
dịch thêm chữ túc vì còn thủ tam lý ở tay)

Khúc trì : gập khuỷu tay 90°, đầu ngoài nếp gập khuỷu tay

Khúc trạch : Chỗ lõm chính giữa nếp gập khuỷu tay, sát mép trong
gân cơ lớn cơ hai đầu

Thiếu hải : đầu trong nếp gập khuỷu tay

Dương trì : ở chính giữa lằn ngang cổ tay phía trên mu tay

Dương cốc : bên ngoài cùng lằn ngang khớp cổ tay

Kỳ môn : trên rốn 6 tấc xê sang ngang 3 tấc rưỡi, mé trong xương
sườn số 6

Chương môn : ở trên đường chạy giữa nách xuống sườn, đầu
xương sườn số 11, gập khuỷu tay kẹp tay vào
nách, huyết ở điểm tận cùng của sườn đầu khuỷu tay.

Huyết hải : gập gối chỗ nổi của cơ trong gối lên 2 tấc

Trúc tân : từ huyết thái khê lên 5 tấc, mé trong và sau xương ống
chân độ 2 tấc

Công tôn : mé trong bàn chân, bờ dưới xương đốt bàn chân số 1 sau
khớp gối ngón cái 1 tấc rưỡi giữa lằn hai lằn da đen
trắng da mu chân và da lòng bàn chân

Ủy trung : ở chính giữa lằn sau khớp gối chỗ lõm.

Dũng tuyền : ở trong lòng bàn chân ở điểm chia lòng bàn chân 3
phần trên 1 dưới 2 phía gót

Phóng đề : chính giữa điểm cuối xương mu ở hạ bộ

Uyên mạch : Phía trên huyết liệt khuyết 5 phân kể vào trong ba
phân

Cự cốt : chỗ lõm tiếp giáp xương bả vai và xương đòn vai

Phụng vĩ : mé trên sì cốt huyết phong đề năm phân

Tinh xúc : bên cạnh huyết mệnh môn 3 tắc ba phân

Bài ca về bộ vị 24 huyết cảm nã yếu hại

Dịch âm

*Dodn dá lâm tiền trận
Cầm nã ác dãi nhân,
Nã nhân tiên hạ thủ
Trì mạn tất tạo tồn.
Thiếu Lâm nhị thập pháp
Xuất thủ biến long vân:
Tả thủ nã Nhĩ căn
Hữu thủ hộ đầu thân,
Thác thân nã Thái dương
Nghiêm phòng phúc trắc môn,
Thiểm thận thủ tiền cảnh
Thiết quyền dương mâu kim,
Nhược thủ hậu cảnh bộ
Tiền bộ hồi mã thương,
Thuận thủ nã tiền kiên
Tu phòng hạ âm trang,
Thiểm thân thủ hậu kiên
Tầu mã chiến Dương dương,
Tà thân nã ngoại kiên
Ngoại tất như tước lương,
Ngân đao xá đại tỷ
Kim đao thủ môn bàng ,
Song thủ thủ triều tiết
Thượng hạ nanh phân hướng,
Nhuệ đao đoạn tiểu tỷ*

Dịch nghĩa

*Giáp đánh vào trước trận
Tóm bắt kẻ gian ác,
Bắt người ra tay trước
Chậm chạp sẽ thua thiệt.
Hai mươi phép Thiếu Lâm
Ra tay đổi gió mây:
Tay trái tóm Nhĩ căn (1)
Tay phải che đầu thân,
Lăm mình đánh Thái dương (2)
Nghiêm phòng bên cạnh sườn,
Né mình giữ trước cổ (3)
Quyền sắt chống mâu vàng,
Nếu giữ đằng sau cổ (4)
Phóng bước hồi mã thương,
Thuận tay tóm trước vai (5)
Phải phòng tấn phía dưới,
Lách mình chộp sau vai (6)
Ruổi ngựa đánh Dương dương,
Xiên mình tóm ngoài vai (7)
Bỏ ngoài như rời cầu,
Dao bạc chặt cánh tay (8)
Dao vàng giữ bên cạnh,
Hai tay giữ khớp khuỷu (9)
Trên dưới bẻ ngược hướng,
Dao sắc chặt cẳng tay (10)*

Tu bà tiền hung phòng,
 Phán nghịch thủ thủ uyển
 Thành hạ phòng ám thương,
 Hư thế dẫn địch nhân
 Thúc thân thủ yêu thương,
 Phi túc dân phong thị
 Thoái cốt đoạn dương trường,
 Tiễn thích phá tiễn cánh
 Lưỡng quyền vệ phúc đường,
 Mã đạp tất cái toái
 Bất kiến túc ánh hoàng,
 Yếu thủ Quốc oa huyết
 thiềm pháp hậu truy thương,
 Du bộ hoán phong lôi
 Ngoại bãi tất căn trang,
 Tha thi liệu âm cước
 Ngã túc toái cước tiềm,
 Tha nhược thi phi cước
 Lưu tình phóng dương trường,
 Tha thi phốc hồ thế
 Thúc thân phi lôi thương,
 Tống tha tam trượng viễn
 Tàn than khiêu dương trường.

Lo trước ngực dễ phòng,
 Phán nghịch giữ cổ tay (11)
 Dưới thành phòng giáo ngầm,
 Thế hư dụ kẻ địch
 Bó mình giữ lấy hông, (12)
 Bay chân đá phong thị (huyết)
 Xương chân gãy tại trường, (13)
 Đá lao phá xương ống (chân) (14)
 Hai quyền che trước bụng,
 Ngựa dẫm bánh chè vỡ (15)
 Hết thấy bóng chân bay,
 Phải giữ huyết Quốc oa (16)
 Phép tránh sau phóng thương,
 Dời bước gọi sấm gió
 Ngoài bỏ thế tấn gốc,
 Nó mà hạ âm cước (17)
 Ta bèn chọc mũi chân,
 Nó mà tung chân đá
 Sao băng phóng tại trường, (18)
 Nó dùng thế bắt hồ
 Thúc mình bay sấm vang, (19)
 Đẩy nó văng ba trượng
 Tê đại kêu om xòm. (20)

Tên gọi các bộ vị yếu hại ở trong bài

(1) Nhĩ căn, (2) Huyết Thái dương, (3) Trước cổ, (4) Sau cổ,
 (5) Trước vai, (6) Sau vai, (7) Ngoài vai, (8) Cánh tay, (9) Khuỷu
 tay, (10) Cẳng tay, (11) Cổ tay, (12) Eo lưng hông, (13) Khớp
 chân, (14) Cẳng chân, (15) Đầu gối bánh chè, (16) Khoeo gối,
 (17) Mắt cá, (18) Mu bàn chân, (19) Lòng bàn chân, (20) Đùi.

Bài ca về thủ pháp cầm nã

Dịch âm

Cầm nã bán thị vũ trung tình
Thiếu Lâm nghệ trung xưng
thần linh,
Đỉnh chuẩn dịch nhân yếu quan
tiết

Chí tha cốt chiết thất đề năng.

Thừa cơ lâm thế thi túc quyền

Cánh hữu ưng trào tiếp tốc
phong,

Công tại khắc khổ thiên bách
luyện

Tất giải thủ ý định thành công.

Dịch nghĩa

Cầm nã chính là tinh hoa của võ
Tài nghệ Thiếu Lâm xưng tụng
như thần linh,

Nhìn chính xác chỗ yếu của kẻ
dịch

Làm cho nó gãy xương mất
năng lực chống đỡ.

Thừa cơ tìm thế ra quyền, cước
(dấm, đá)

Lại còn có ưng trào công mau lẹ
như gió lốc,

Công phu cũng ở chỗ khắc khổ
muôn ngàn rèn luyện

Hiểu được ý đó nhất định sẽ
thành công.

CHƯƠNG III

MƯỜI TÁM PHÉP CẦM NÃ

A. Những điều cốt yếu của mười tám phép cầm nã

Dịch âm

Dịch nghĩa

*Doán binh tương tiếp xá giới
giáp*

Hồ hấp chi khí sát gian sai,

*Chiêu thể ứng biến cánh tậ
thông*

*Thiết nhân đồng cốt khả phần
hóa.*

*Sinh cầm nã cuồng chứng bạo
khách*

*Bất xuất Thiếu Lâm thập bát
pháp:*

*Tỏa, khấu, thiết, áp, nanh,
bâu, nhiều,*

*Điêm, nã, triển, sát, bạo, quỳ,
cáp,*

*Cánh sử thích, khát, sủy, chàng
thế,*

*Dánh giáp lá cà bỏ binh khí áo
giáp*

Khí mà hít thở rất là nhanh,

*Chiêu thể ứng biến càng cấp
tốc*

*Xương đồng thân sắt cũng thiêu
xong.*

*Bất sống kẻ hung bạo điên
cuồng*

*Đã chẳng thoát mười tám phép
của Thiếu Lâm:*

*Khóa, bắt, thút, đè, vắn, ấn,
vây,*

*Điêm, bắt, vắn, đập, buộc, quỳ,
bấm,*

*Lại dùng thế đá, dựa, quăng,
đâm,*

<i>Hồn thân giai thoa câu hồng hoa, duy hữu phồ chiếu đa nhất chiêu Ngọc lưu băng phá kim thạch thấp.</i>	<i>Toàn thân đều là thoa móc hoa hồng, Duy chỉ nhiều hơn một chiếu phồ chiếu (1) Sợ ngọc chạm nát tháp đá vàng. (2)</i>
---	---

Giải thích: Thuật cầm nã Thiếu Lâm là thuật binh lính, tay không giáp lá cà với nhau mà có, nói mười tám phép, có thuyết nói mười chín, không thống nhất. Thuật cầm nã khác hẳn với các phép đánh quyền và binh khí nói chung, nó tùy thuộc vào kỹ thuật đặc biệt trong các phép của võ học dùng lực và xảo sức và khéo, hợp với nhau để chế ngự kẻ khác. Luyện công phu này không dễ mà đạt, phải trải qua nghiên cứu luyện tập lâu dài mới được, bằng không, chẳng những đã chẳng thành tài mà ngược lại tức là giúp sức cho người tự hại thân mình.

(1) Tức là chiếu Phật quang phồ chiếu của cửa thiền (ND).

(2) Tức là chiếu đầu quyền (húc bằng đầu) rất nổi tiếng của phái Thiếu Lâm (ND).

B. Mười tám phép cầm nã

1. Tòa pháp (khóa): tức là dùng thủ pháp tay ngăn hay đè, khống chế đối phương không thể phản công được. Phép khóa có khóa trái, khóa phải, khóa trên, khóa dưới, khóa toàn bộ thân. Khóa trái thì tay phải đánh đối phương, tay trái khóa giữ đối phương, ngăn cản sự phản đòn. Khóa phải thì tay trái đánh đối phương, tay phải khóa giữ đối phương, ngăn cản sự phản đòn. Khóa dưới thì dùng chân đá vào nơi yếu hại của đối phương còn tay thì khóa giữ đối phương cũng để ngăn cản phản đòn. Khóa trên tức là dùng hai tay ra đòn đánh đối phương còn hai chân đá khóa chặt đối phương phản kích thủ âm giành phần dưới. Khóa dưới tức là dùng chân đá vào nơi yếu hại

của đối phương và dùng tay khóa chặt lấy đối phương ngăn sự trả đòn. Khóa toàn bộ là khi đối phương bị ta công liên tiếp, ta đã mệt mỏi, cốt để tranh thủ thời gian nghỉ ngơi. Hai chân đứng mã bộ tứ ngọ, hai tay dùng thế kim giao tiến (kéo vàng cất), mắt nhìn đối phương chằm chằm, toàn thân giới bị, khóa chặt đối phương không còn thế nào mà phản công, muôn vạn không được đề sơ sẩy.

2. Khấu pháp (giữ): tức là giữ mà đánh, đánh từ trên xuống dưới, phần lớn dùng khi cùng đối thủ giao đấu, giữ trên đánh dưới; hoặc dùng chân phá kinh (lực) tranh âm... thì mau lẹ ra tay giữ, đánh theo phép này.

3. Thiết pháp (cắt): tức là cắt tay, còn gọi là "tung thiết" (thất độc), phần lớn dùng cắt tay đối phương ở cổ tay, khuỷu tay, vai. Có khi dùng "hoành thiết" (cắt ngang). Lối cắt ngang phần lớn dùng né mình tránh bị cắt như nghiêng bụng, nghiêng cổ, vai ngoài, v.v.. Có khi phải dùng cách "đảo thiết" (cắt ngược).

4. Áp pháp (đè): còn gọi là "khái pháp", dùng nhiều quyền chưởng, cẳng tay hay thân thể đè ép chặt lấy đối phương làm họ mất hết năng lực phản kháng; như chưởng đè chưởng, chưởng đè cổ tay, thân thể đè thân thể, v.v..

5. Nanh pháp (phép vụn): tức là phép vụn tay. Nếu đối phương ra đòn "xung thiên pháo" (pháo thăng thiên, tên một chiêu quyền) hay "hắc hồ đầu tâm" (hồ đen lấy tim), ta mau chóng cùng lúc ra cả hai tay, một tay túm khuỷu, một tay túm cổ tay đối phương, hướng ra phía ngoài dùng sức vụn mạnh có thể vụn sai khớp cánh tay. Có thể vụn chân nữa.

6. Quả pháp (phép bọc): còn gọi là phép ngăn trong. Phần nhiều dùng tay khi đánh thật nhanh từ ngoài trở vào trong có thể nắm tay đối phương, mượn sức của đối phương đang áp vào để đánh vào mặt và bên hông đối phương.

7. Nhiêu pháp (phép quán): còn gọi là quai pháp, có hai kiểu. Một là khi cầm nã bị đối phương ngáng trở thì mau chóng hướng sang bên cạnh đánh mạnh vào nơi yếu hại của đối phương, hai là né mình cản đường hoặc né tránh đòn của đối phương.

8. Diêm pháp (phép diêm): Diêm đây là thủ pháp diêm vào nơi yếu hại của đối phương, khi đánh nhau lâu, sức tàn hơi kiệt, dùng cách này: mau lẹ tìm cách diêm trúng nơi yếu hại đối phương, nếu diêm trúng sẽ khiến đối phương bại ngay.

9. Nã pháp (bắt): tức là bắt vào khớp yếu hại của đối phương. Nếu đối phương tung quyền đánh tới thì ra tay tóm lấy cổ tay, giả sử đối phương dùng chiêu "Điều tử toàn lâm" (Điều hâu rúc rừng) thì bắt khuỷu tay hoặc đốt ngón, nếu đối phương đá hất lên thì tóm cổ chân hay ống chân.

10. Triển pháp (phép thất buộc): còn gọi là giáo lan pháp, dùng khuỷu tay thúc ra ghì mạnh mà đánh, hoặc ghì cổ, ghì đầu mà ép xuống hay ghì hông vào trong mà đánh.

11. Sái pháp (đạp): tức là dùng chân dậm, dè khiến đối phương mất hết năng lực phản kháng như đạp tay, đạp ngực, đạp lưng đạp lên cổ đối phương.

12. Bạt pháp (ràng buộc): Đây là một loại của phép đánh bằng chân hay dùng luôn. Khi hai bên đánh giáp lá cà, vờ đánh trên nhưng thực lại đánh dưới, xọc chân vào giữa hai chân đối phương chặn sau gót, đá dùng chiêu này thì không được di động mình rồi tóm lấy thân trên đối phương hoặc dè hoặc đẩy ngược lại dè vật ngã.

13. Quý pháp (quỳ): Đây là một phép đánh bằng chân, trước phải xọc chân theo "bạt pháp" vào phía trong và sau chân đối phương rồi quỳ gối xuống, tỳ xương bánh chè vào khớp gối của đối phương.

14. Cáp pháp (bấm, cấu): Dùng thủ pháp bấm hay túm giữ bộ vị yếu hại của đối phương như bấm yết hầu, bấm mắt,... khiến cho đối phương nghẹn thở, không nhìn được, mất sức chiến đấu.

15. Thích pháp (đá): Đây là phép sử dụng chân của Thiếu Lâm, đồng thời là một phương pháp trọng yếu của kỹ thuật giao đấu; như đá âm bộ (phía dưới), đá cẳng chân... Quyền phổ dạy: "Dưới đoạt âm bộ một mạng tiêu, đá bật ống cẳng chân gãy lia".

16. Kháo pháp (dựa): Đây là phép phá vây, hướng về phía sau mà đánh lại. Khi bị đối phương phía sau chồm tới ôm chặt thì dùng lưng, hai khuỷu hay hông, dựa thế mà đánh đối phương.

17. Súly pháp (vật): Đây là một thủ pháp tay có hai cách là vật đánh hay vật bắt. Vật (hất) bắt là khi giao đấu với đối phương sau khi túm được cổ tay đối phương thì lợi dụng thời cơ và địa hình có lợi, mau chóng hất ra bên ngoài và đối phương chẳng bại tay cũng gãy răng, vật đánh là khi giao đấu dùng cách tránh né quay mình đánh vào phía sau đối phương.

18. Chàng pháp (đâm): Dùng sức toàn thân thúc vào chỗ yếu hại của đối phương làm đối phương mất sức chống cự.

CHƯƠNG IV

PHÉP MẬT TRUYỀN VỀ THÁO XƯƠNG

A. Sơ lược về phép tháo xương

Ca quyết:

Dịch âm

Dịch nghĩa

Suy nhu niết xá pháp tinh kỳ

*Phép dây, uốn, vận, tháo thật
tinh kỳ*

*Nhất niết nhất xá lạc tại địa,
Phù cứu niết cốt xuất dịch giả
Tán dần tốt dần thác cốt diệt,*

*Một vận một tháo rơi tại chỗ,
Đẩy hàm, vận xương để rời rưng
Tự sức đánh đúng lúc xương
rời ngã,*

*Tả hữu phùng nguyên thực
nặng xáo,
Thuận thủ cầm nã tùy ngã ý.
Xuất vu tả giả tùy chi tả,
Hữu phương lai thời trắc thân
khu,
Thoát cứu diệt cách cốt oai tả,*

*Trái phải cùng nguồn, thuộc
thành khéo,
Thuận tay cầm nã tùy ý ta.
Ra đòn bên trái tùy thể trái,
Bên phải tới, thời nghiêng thân
mình,
Thoát hàm ngã lộn xương cong
vẹo,*

Lân thời thành cầm bá dịch tời,

*Đúng lúc thành cầm tóm bẻ gãy
xương dịch,*

Hoạt pháp chính chỉ thi vị quý

*Phép linh hoạt chính là quý ở
chỗ thực hiện*

*Phương thành toàn năng hảo vô
nghệ.*

*Mới thành người giỏi vô toàn
năng.*

Phép tháo xương có từ sư chùa Thiếu Lâm. Phương pháp này có các phép niết xả, suy, nhu, v.v..

1. Niết pháp (vặn, bóp): Dùng ngón cái và ngón trỏ bóp vặn chỗ khớp đối phương đang bị túm, dùng kinh lực khéo léo làm cho chỗ khớp đó bị lệch vị trí hay bong gân, mất công dụng vốn có.

2. Xả pháp (tháo): Dùng chưởng (hàn tay) hay chỉ (ngón) dùi đánh vào xương hay vào chỗ hai xương nối nhau làm cho khớp xương đó bị cong, xiêu lệch chỗ, mất công dụng chống đỡ.

3. Suy pháp (đẩy): tức là cách sửa lại vị trí của khớp xương. Phải xem kỹ hình dáng của khớp bị tổn thương, một tay đỡ, tay kia đóng đúng hướng của khớp và dùng sức đẩy mạnh khiến cho khớp xương lệch trở lại vị trí cũ. Đây là phép nắn sửa (xương). Mặt khác của suy pháp là đẩy lệch xương, tức là sau khi túm chuẩn xác bộ vị rồi, dùng kinh lực đẩy mạnh khớp xương đó ra phía ngoài hay theo hướng ngược lại làm cho lệch vị trí của khớp xương đó đi, mất năng lực hoạt động.

4. Nhu pháp (uốn): Phàm người bị "tháo" khớp thì khớp bị thương, xương có thể bị gãy, có khi tổn thương cả phần cơ bắp. Có thể căn cứ vào thực tế bị xưng đau mà dùng nhu thuật để uốn, nắn lại chỗ đau, từ từ xoa, nắn có thể khiến máu đọng tại chỗ tan đi, nơi sưng xẹp xuống. Nếu khớp bị lệch vị trí thì dùng cách "đẩy - nắn" đẩy trở về nguyên chỗ.

Nắn khớp, nắn xương là một khoa học, người học tập trước hết phải học hiểu giải phẫu sinh lý cơ thể con người, phải nhận biết 206 xương của cơ thể người, học phép nắn bóp, tháo khớp xương, lại còn

phải luyện cả cách nhìn, ánh mắt cho chuẩn xác trong khi nhận định vị trí khớp xương và cả thời cơ lúc giao đấu. Thường ngày phải tập phép phát kinh (lực) ở ngón tay, học các môn chọc, gõ, cầm tay trong cát... để luyện ngành công thì mới có tác dụng.

B. Phép tháo nắn các khớp xương

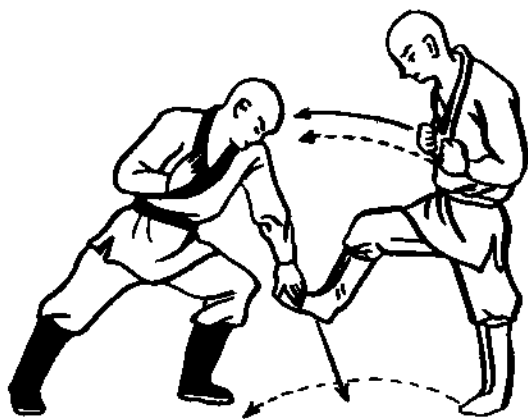
- 1. Nắn xuống dưới cõ:** Khi cùng người giao đấu, dùng cách né tránh vòng qua cạnh mình đối phương, dùng dương quyền giờ cao giáng xuống chỗ dưới cõ tức là dưới huyết nhĩ cần sẽ khiến cõ bị lệch.
- 2. Nắn vai:** Khi giao đấu vờ đánh dưới để đánh trên, một tay túm chắc trên cánh tay, dùng kinh kéo vào, một tay bắt trước vai đẩy mạnh trở ra là đã làm lệch khớp vai.
- 3. Nắn cõ tay:** Thừa cơ đối phương giờ tay tấn công, nắm lấy cõ tay họ, mượn sức của họ vận đẩy ngược hướng có thể làm cõ tay bị gãy.
- 4. Vận gối:** Cùng đối phương giao đấu không sao vào được gần thì phải thọc chân nghiêng vào giữa hai chân họ, chặn cứng trước chân lại và thừa lúc họ không ngờ đẩy mạnh phần đùi trên của họ, dùng kinh lực đẩy ngược chiều có thể làm cho khớp gối của họ lệch chỗ. Cũng có thể dùng cách quỳ gối để làm đau gối họ bị thương.
- 5. Nắn khuỷu tay:** Dùng tay phải túm lấy cõ tay trái đối phương, tay trái túm lấy đầu khớp khuỷu tay họ, tay trái bẻ trở ra, tay phải gấp trở vào có thể làm lệch khớp khuỷu họ.
- 6. Nắn đùi:** Khi họ dùng chân đá âm bộ ta, vùng hai tay túm cõ chân họ vận mạnh ra phía ngoài, khi họ quay lưng về phía ta, lập tức đá nhanh vào khớp xương hông họ, đùi họ sẽ bị trật khớp ngay.
- 7. Nắn chân:** Thừa lúc đối phương cất chân đá, hai tay túm ngay bàn chân hất mạnh ra phía ngoài, hoặc dùng cạnh tay chém vào mắt cá sẽ làm chân họ hỏng ngay.

CHƯƠNG V

HÌNH THUYẾT MINH CÁC THỂ CỦA PHÉP CẦM NẮ

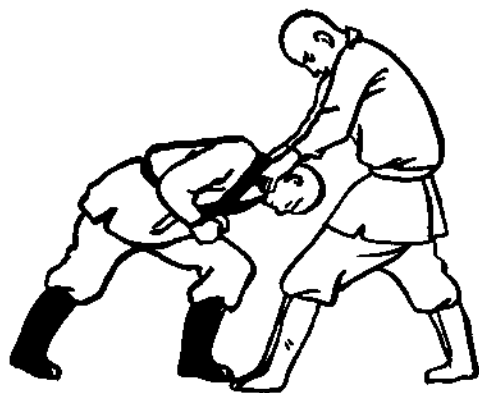
1. Khéo túm sau cổ:

A áo trắng vờ dùng cước đá vào chân B áo cò đen, giả sử B dùng tay hất chân phải A ra (hình 1).



Hình 1

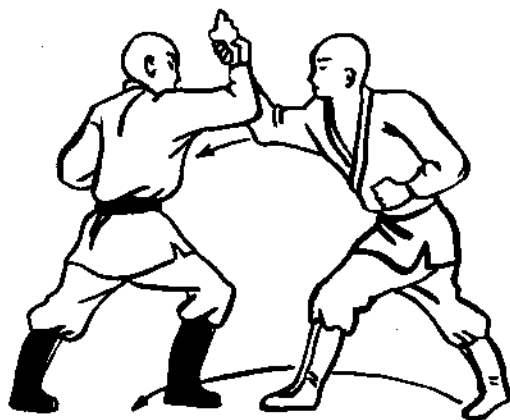
A thừa cơ thân trước B theo chân phải chúi xuống, dẫn chân trái lên một bước mau chóng vùng cả hai tay nắm lấy sau cổ B ấn mạnh xuống (hình 2).



Hình 2

2. Kim trù phá tâm (khuỷu vàng phá tim):

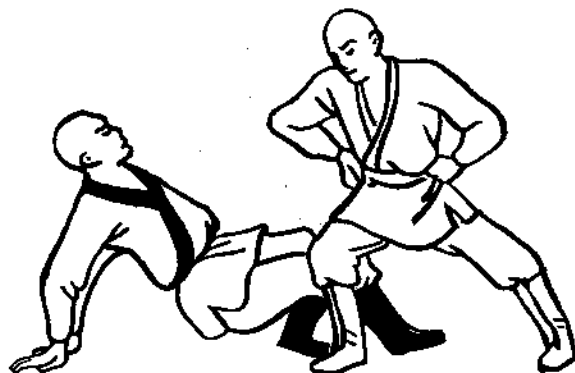
Chân phải B bước về trước một bước đồng thời tung quyền đâm vào đầu A chân trái A cũng bước lên trước một bước, vùng tay phải túm lấy cổ tay phải B (hình 3).



Hình 3

A đột ngột buông tay phải, chân trái tiến một bước, dùng

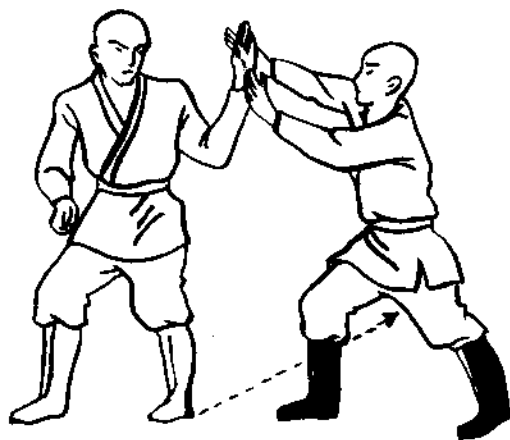
khủy tay thúc mạnh vào tâm oa (vùng tim) của B khiến B phải ngã ngay (hình 4).



Hình 4

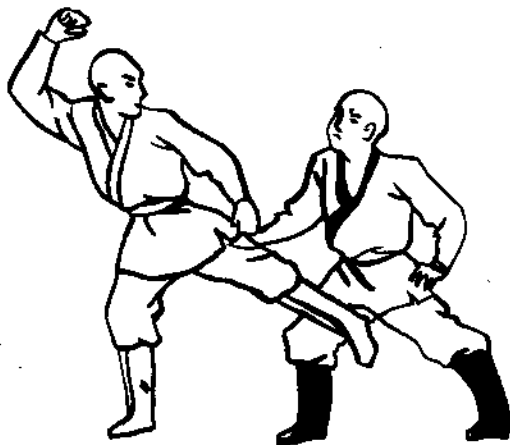
3. Không thành-phóng tiễn (thành không bắn tên):

Chân phải B bước lên một bước, hai tay vỗ vào A. A vỗ giờ tay trái ngăn đỡ (hình 5).



Hình 5

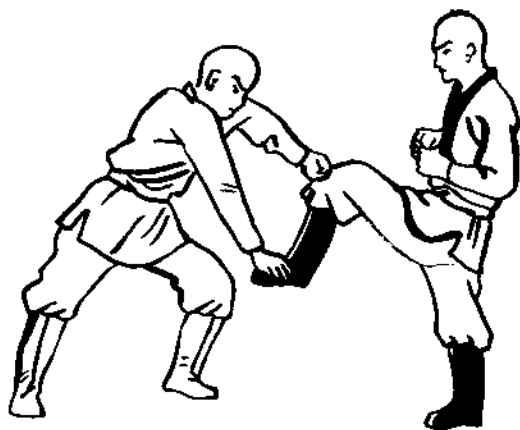
Thừa lúc B không ngờ, A tung chân đá ngược vào hạ bộ B (hình 6).



Hình 6

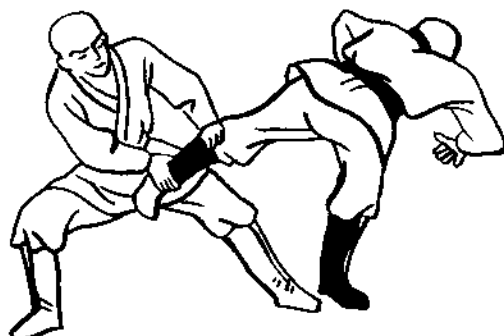
4. Túm vịn đùi:

B tung chân đá vào gối A. A dùng tay bắt cổ chân B và dùng quyền trái đập mạnh xuống gối B (hình 7).



Hình 7

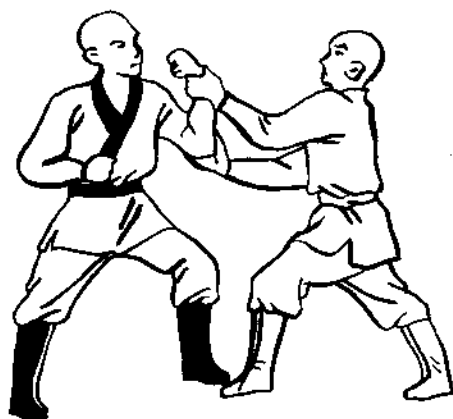
Phần trên vẫn động không ngừng, A biến tay quyền trái thành ra chưởng, hai tay đồng thời vận mạnh sang trái khiến B phải ngã (hình 8).



Hình 8

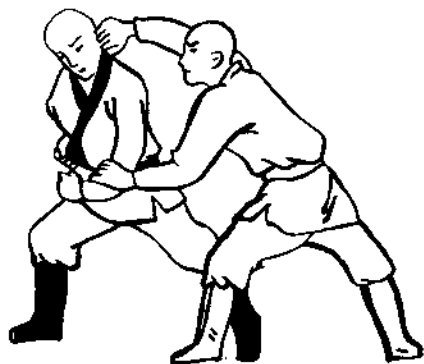
5. Đoạt tỳ nã nhĩ (cướp tay tóm tai):

B dẫn chân trái một bước, vùng quyền trái đánh vào đầu A. A vùng tay trái vỗ lấy cổ tay B, còn tay phải tóm lấy khuỷu (hình 9).



Hình 9

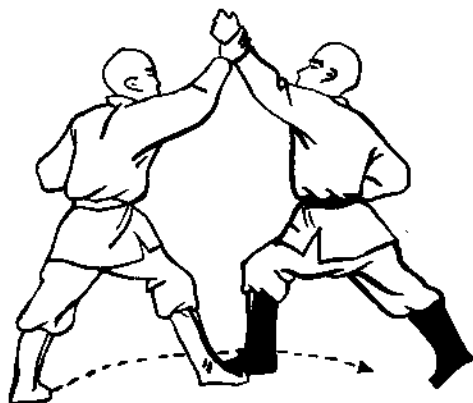
A vận kinh vận tay B trở xuống và dùng tay trái đè chặt vào cánh tay B đồng thời vùng tay phải túm lấy gốc tai B (hình 10).



Hình 10

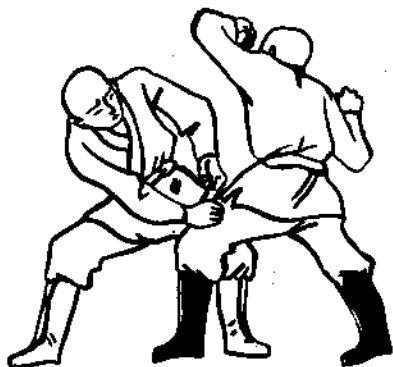
6. Khéo đánh xương hông:

Chân B tiến một bước vùng quỳen trái đánh A. A tiến chân phải một bước vùng tay phải nắm lấy cổ tay trái B (hình 11).



Hình 11

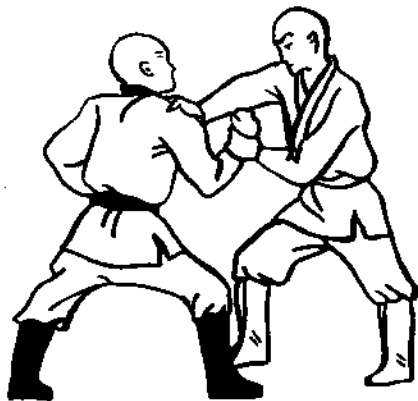
Phần thân trên A vẫn động không dừng, A dùng kinh hất tay trái B sang bên trái mình thật mạnh rồi buông tay, đồng thời nghiêng mình bước chân trái lên chặn cứng chân trái B và vùng cả hai quyền đánh vào hông B (hình 12).



Hình 12

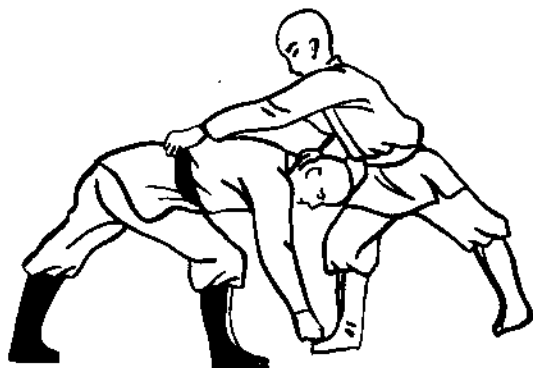
7. Văn vương la tiêm (vua Văn kéo thùng):

Chân B tiến một bước dùng quyền phải dấm ra. A cấp tốc vùng tay trái nắm cổ tay B, tay phải nắm lấy vai trái B (hình 13).



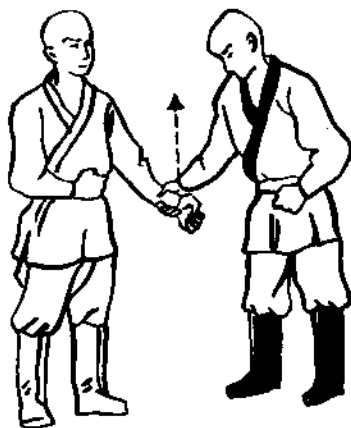
Hình 13

Thân trên A vẫn cử động không ngừng mau lẹ kéo giật B xuống khiến B phải cúi mình, A lập tức dùng tay trái nắm chắc phía sau lưng B còn tay quyền phải đè mạnh xuống đầu B (hình 14).



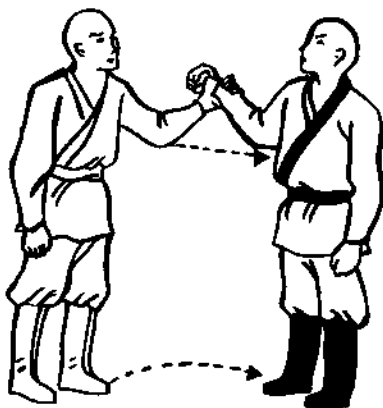
Hình 14

8. Thượng thác uyển (từ trên nắm cổ tay):
B dùng tay phải nắm cổ tay trái A (hình 15).



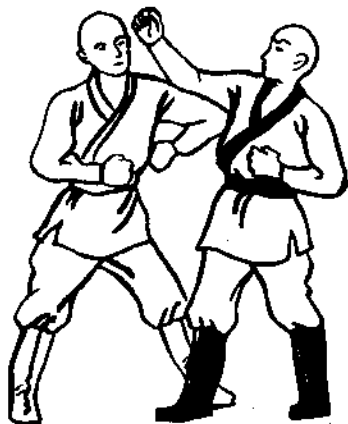
Hình 15

Tay trái A mau lẹ biến thành chưởng chữ bát hướng lên trên giật bung ra, đồng thời gấp khuỷu tay trái lại bắt ngược vào cổ tay trái B (hình 16).



Hình 16

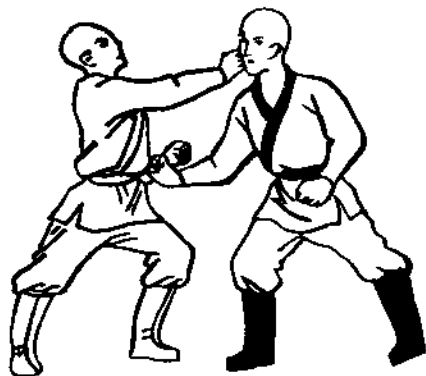
A dẫn chân trái lên một bước chặn vào sau chân phải B, khuỷu tay trái A gấp lại dùng mũi khuỷu tay thúc vào ngực B (hình 17).



Hình 17

9. Vặn tay tung quyền:

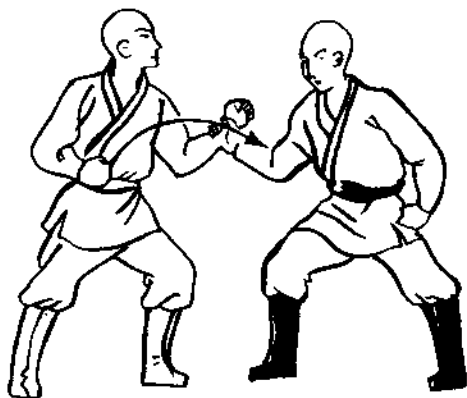
B ra tay tóm cổ tay A bên trái, A biến tay trái thành chưởng lập tức rút mạnh trở về, đồng thời vùng tay phải đánh vào mặt B (hình 18).



Hình 18

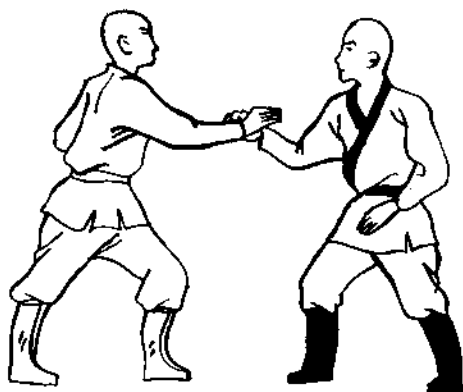
10. Bắt cẳng tay:

A dùng quyền trái đánh B bị B dùng tay phải bắt được cổ tay (hình 19).



Hình 19

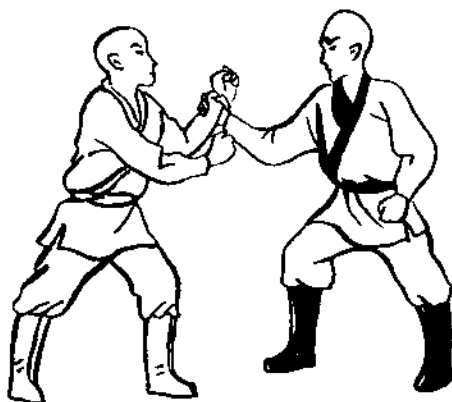
A dùng ngay quyền phải từ trên giáng xuống cổ tay phải B, đồng thời thu tay trái về là thoát (hình 20).



Hình 20

11. Bắt gánh tay:

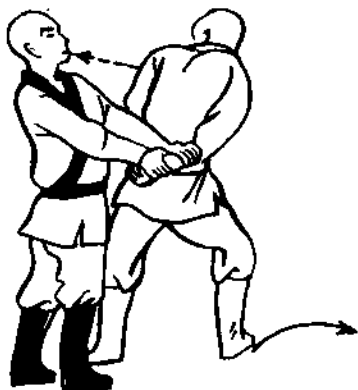
A vùng tay trái ra bị tay phải B túm được, A dùng ngay tay phải từ dưới đưa lên gánh đỡ cổ tay trái B ở phía dưới, đồng thời vật tay trái từ trên xuống là thoát (hình 21).



Hình 21

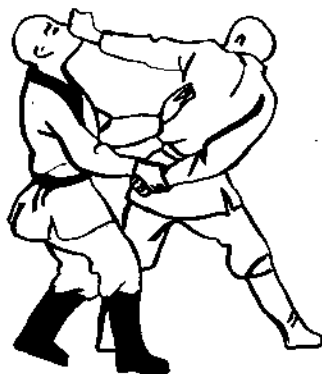
12. Chuyển mình vắng quyền:

Tay phải A bị hai tay B tóm được và B vận tay A ra sau lưng (hình 22).



Hình 22

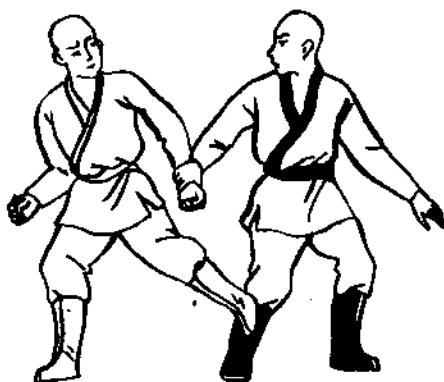
A khi bị vận người như vậy thì chân phải nên bước một bước dài về phía trước, B bị A kéo về phía trước, A phải lập tức mau chóng vùng quyền trái quật trở lại vào mặt B (hình 23).



Hình 23

13. Đê xuyên cước (chân đạp thấp):

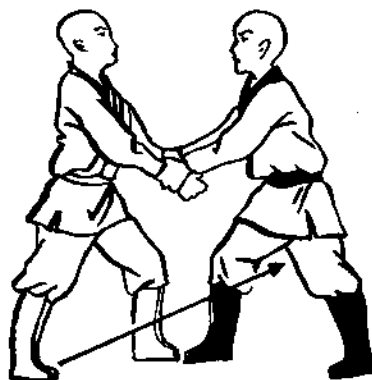
Túm cổ tay trái A, A đột nhiên dùng chân đạp vào khớp gối phải B hay đạp vào khoeo gối phải B (huyệt quốc oa - ND) (hình 24).



Hình 24

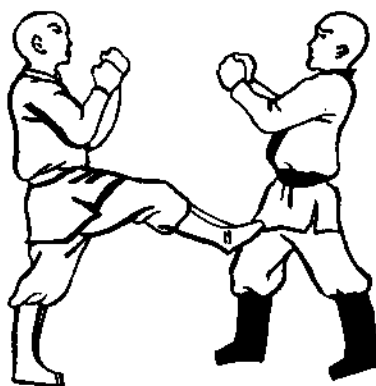
14. Chống bị túm, đá hạ bộ:

B dùng hai tay túm cả hai tay A (hình 25).



Hình 25

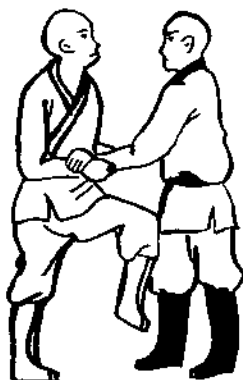
Thừa lúc B không đề phòng phía dưới, A tức tốc đập mạnh vào hạ bộ, nhất định B phải buông tay (hình 26).



Hình 26

15. Gập khuỷu thúc gối:

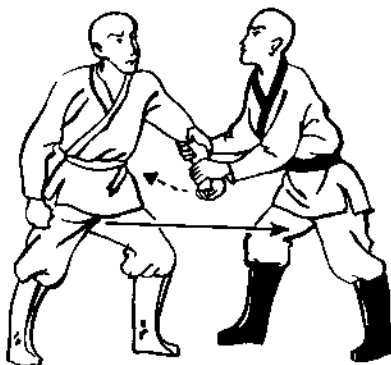
Hai tay A bị B túm chặt, A gập hai cánh tay lại kéo trở về, đồng thời thúc gối lên hạ bộ (hình 27).



Hình 27

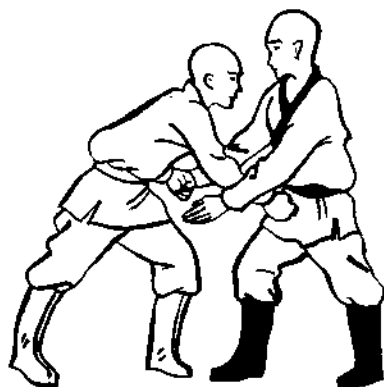
16. Gập khuỷu thúc hạ bộ:

Hai tay B túm chặt (hình 28).



Hình 28

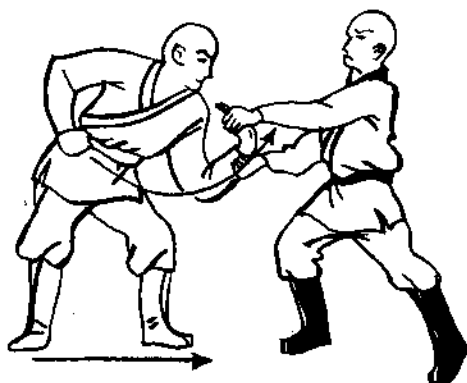
Tay trái A nắm lại quyền, gập khuỷu tay lại, dùng sức thúc vào giữa khoảng hai tay B, tay phải thuận thể cứ vậy (hoặc nắm lại thành quyền) chọc mạnh vào hạ bộ B (hình 29).



Hình 29

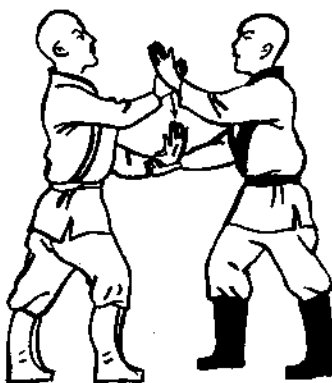
17. Gánh lên tay xuống:

Tay phải B túm cổ tay trái A còn tay trái túm lấy ngón tay trái A (hình 30).



Hình 30

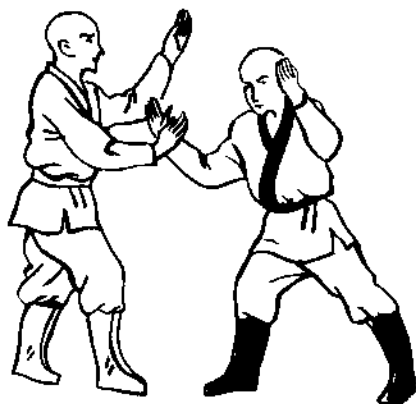
A dẫn chân phải lên một bước, tay phải từ dưới hất lên gạt băng cổ tay trái B ra (hình 31).



Hình 31

Tay phải gạt hất lên dừng có quá cao, hất lên rồi lập tức hạ xuống chặt mạnh vào cổ tay phải B, đồng thời A phối hợp tay trái

gập khuỷu hướng ngược lên là có thể thoát thân (hình 32).



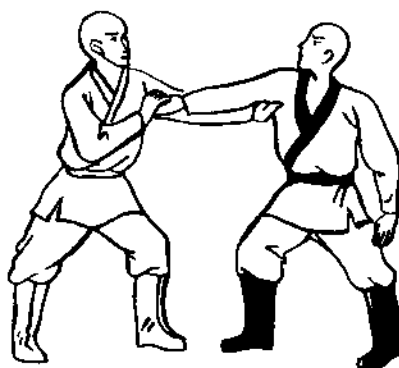
Hình 32

18. Tay xuống gánh lên:

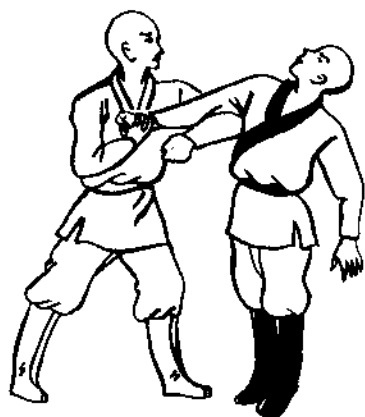
Tay trái B bắt cổ tay trái A, tay phải cũng tóm lấy bốn ngón tay trái A. Cách giải thoát cũng giống như "gánh lên tay xuống" ở trên, chỉ có trước tiên hạ tay xuống (cánh tay cổ tay trái) sau gánh lên (gánh cổ tay phải) tay trái phối hợp hướng về phía sau hạ xuống rồi trở về là được.

19. Tay thọc nách:

Tay phải A giữ chắc tay phải B, thân thể quay chuyển sang phải, tay trái thừa cơ thọc mạnh vào nách B (hình 33).



Hình 33



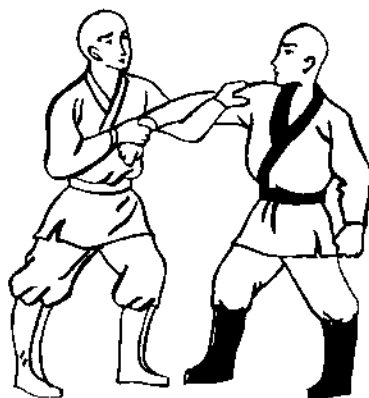
Hình 34

20. Bước lên đánh khuỷu:

B ra quyền phải đâm ngực A. A ra chưởng phải túm cổ tay B, thuận thế lùi về phía sau, đồng thời chân phải nâng lên dùng mũi khuỷu tay trái đánh vào mé bên ngực phải B (hình 34).

21. Vác bẻ khuỷu tay:

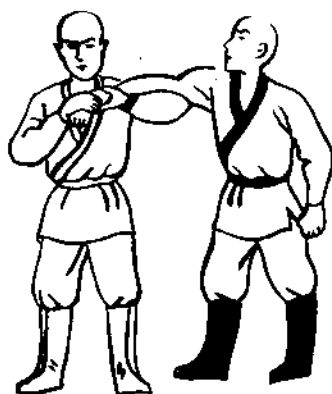
B ra quyền đâm vào ngực A, tay phải A túm lấy cổ tay phải B còn tay trái từ dưới tay phải B đánh hất lên để bẻ khuỷu tay B (hình 35).



Hình 35

22. Vai gánh tay:

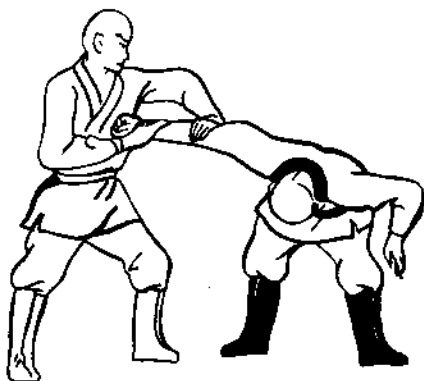
A dùng hai tay đồng thời túm lấy tay phải B, thân thể quay chuyển sang phải, dùng vai trái và cánh tay trên gánh khuỷu tay B lên cao (hình 36).



Hình 36

23. Tay đè khuỷu:

Quyền phải B đâm tới, A dùng tay phải túm chắc cổ tay phải B rồi dùng tay trái đè mạnh lên khớp khuỷu tay phải B (hình 37).



Hình 37

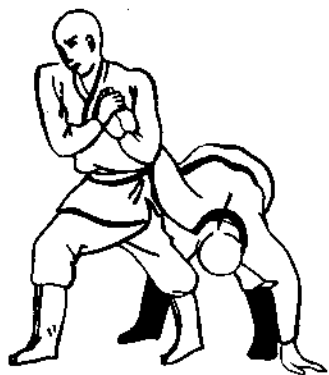
24. Nách đè khuỷu tay:

Tay phải B đâm vào bụng A. A giơ tay phải bắt cổ tay phải B, tay trái túm lấy cẳng tay phải B, chân trái bước lên về phía phải

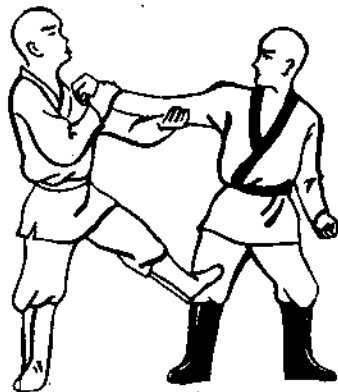
dùng nách trái và cánh tay trên kẹp chặt cẳng tay phải của B mà đè xuống (hình 38).

25. Bẻ khuỷu đá hạ bộ:

Tay phải B đánh vào ngực A. A dùng tay phải nắm chặt tay B ghì chặt vào ngực không thả, còn tay trái từ dưới đánh hất lên ở khớp khuỷu tay B đồng thời dùng chân trái đá vào hạ bộ B (hình 39).



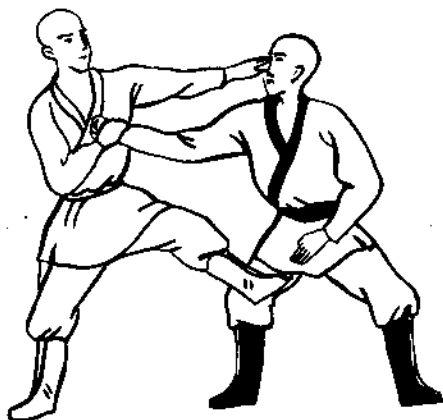
Hình 38



Hình 39

26. Chọc mắt đá hạ bộ:

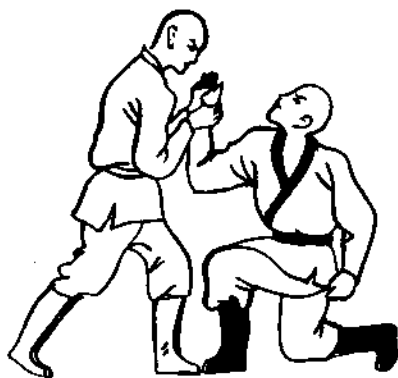
Tay phải A giữ chắc tay phải B ở trước ngực không buông và mau lẹ vung tay trái ra trước mặt xia vào mắt đối phương, đồng thời cất chân trái đá mạnh vào hạ bộ B (hình 40).



Hình 40

**27. Hai tay bẻ
ngón:**

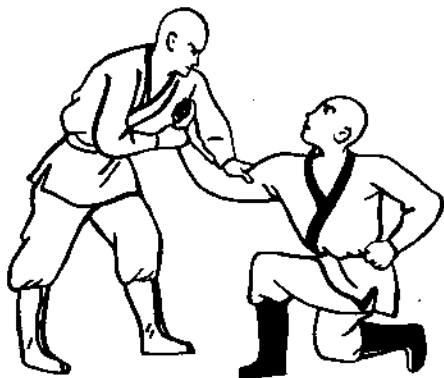
Tay phải B
đẩy tới ngực A. A
dùng cả hai tay
túm lấy ngón tay
phải B vận sức
đẩy về phía trước
bẻ dẽ ngón tay B
xuống, thân trên
A cũng phải phối
hợp ngả về phía
trước khiến B
phải quỳ xuống vì
đau (hình 41).



Hình 41

28. Dẽ khuỷu thoát ngực:

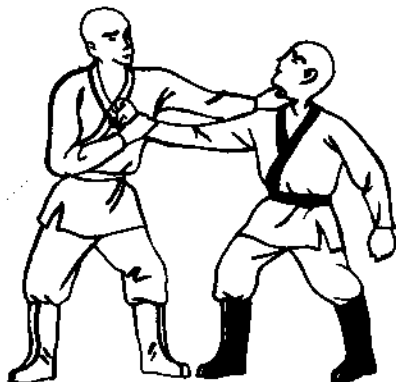
Tay phải A giữ chặt lấy tay phải B đang tóm trước ngực mình
rồi dùng tay trái dẽ chặt lên khoeo tay B chỗ khớp khuỷu và gấp
khuỷu tay lại dẽ mạnh xuống khiến B phải quỳ gối (hình 42).



Hình 42

29. Chọc họng thoát ngực:

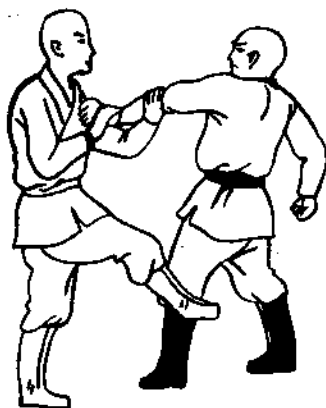
B đâm vào ngực bằng tay phải A túm giữ lấy tay B và mau chóng dùng tay trái còn lại từ cánh tay B đang bị giữ chọc thẳng vào yết hầu B (hình 43).



Hình 43

30. Ngoài treo đá gối:

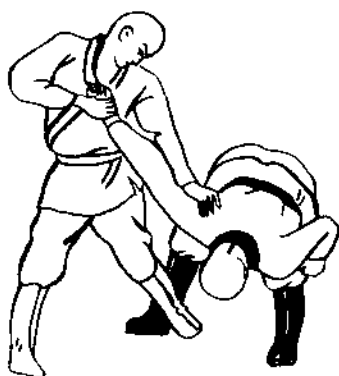
B thò tay trái chộp ngực A. A vội ra tay phải đè chặt tay trái B và dùng tay trái luồn qua tay trái B ở phía dưới và dùng tay hay khuỷu vòng trở vào giữ chắc cẳng tay B đẩy treo lên bên trái, đồng thời co chân phải đá vào đầu gối B (hình 44).



Hình 44

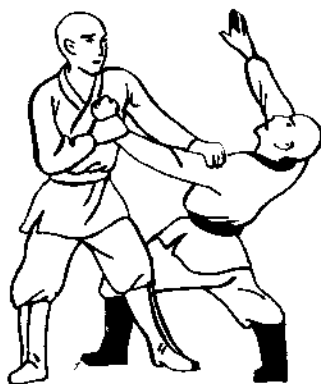
31. Quét chân đè vai:

a. tay phải B túm ngực A. A mau lẹ dùng tay phải bắt lấy tay phải B, tay trái đè lên sau vai B còn chân trái chặn trước chân phải B, tiếp đó dùng ngay chân trái đá quét mạnh về phía sau (hình 45).



Hình 45

b. Vẫn tay trái B túm ngực A. A nhanh chóng dùng tay phải túm tay trái B, còn tay trái đè lên vai trái B, chân trái chặn phía sau chân trái B, tiếp đó đá tạt chân trái ra phía sau (hình 46).

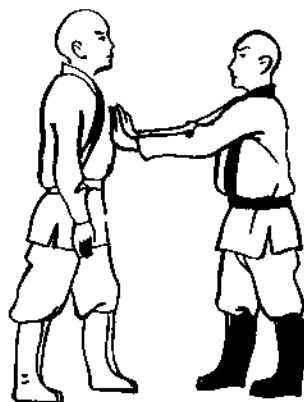


Hình 46

32. Chuyển mình vận tay:

Hai tay B chộp lấy ngực A (hình 47).

A mau lẹ vung cả hai tay tóm lấy tay trái B, đồng thời vươn chân trái chặn cứng chân trái B rồi vận lực vào hai tay vận hất tay B ra phía ngoài (hình 48).



Hình 47

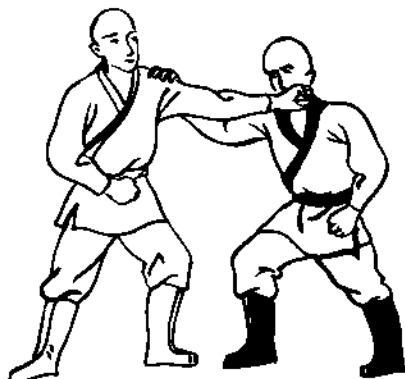


Hình 48

33. Cách giải thoát vai trái khi bị cầm nắm:

B đứng sau A dùng tay phải túm trên vai trái A.

a. A quay mình phía trái, đồng thời chân trái tạt lại đằng sau và chân trái quạt ngang vào đầu, cổ B (hình 49).



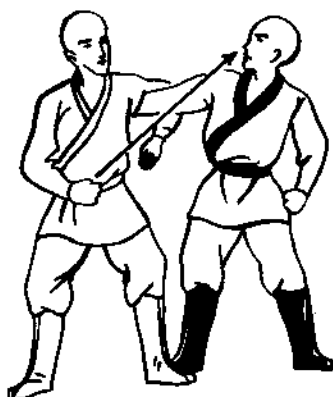
Hình 49

b. A quay mình sang trái, chân trái thọc vào sau chân phải B ngáng chặt, đồng thời tay trái gấp khuỷu thúc mạnh vào ngực B (hoặc vùng sườn) (hình 50).

c. A cấp tốc quay thân mình sang trái đồng thời dùng chưởng tạt ngang chặt vào cổ B. B uốn người tránh đòn thì tay chưởng trái A vượt quá sau cổ B, đột nhiên A gấp tay lại khuỷu tay chúc xuống dưới lướt qua cánh tay phải của B phía đằng sau rồi lại hướng trở lên đánh vào khuỷu tay phải B (hình 51).



Hình 50



Hình 51

Cánh tay trái A giữ chặt khuỷu tay phải B, còn tay phải thì chia hai ngón chọc thẳng vào mắt B (hình 52).

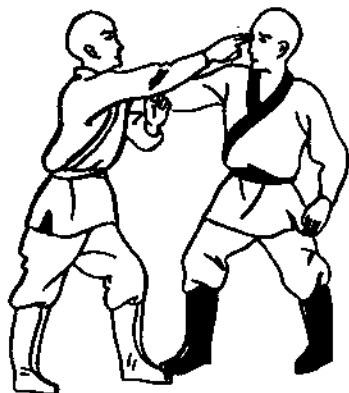
d. Tay trái A lập tức nắm lấy tay phải B, chân phải tạt về đằng sau, thân mình quay chuyển sang bên phải, tay phải gấp lại dùng khuỷu thúc đánh vào ngực, sườn hay dưới nách B (hình 53).

34. Cách hóa giải tay phải bị cầm nắm:

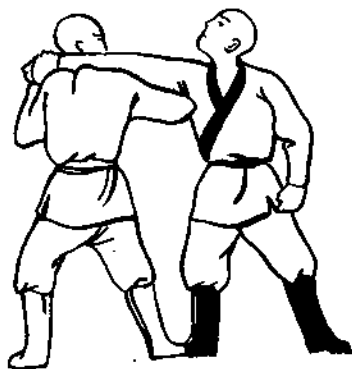
B đứng sau lưng A, dùng tay phải túm vai A.

a. A phải lập tức dùng tay phải nắm lấy tay phải B, thân mình quay sang trái, dùng tay trái hất ngược lên để làm trật khớp khuỷu tay phải B (hình 54).

b. A mau chóng dùng tay phải tóm cổ tay B, tay trái vòng ra sau lưng B tóm lấy thắt lưng và A hơi sụp xuống thấp một chút, sau đó hai chân đột ngột bật thẳng dậy, lấy xương hông làm điểm tựa, tay trái giơ lên cao, tay phải kéo xuống thấp, dùng lực mạnh nhấc bổng B lên vật về phía trước (hình 55).



Hình 52



Hình 53



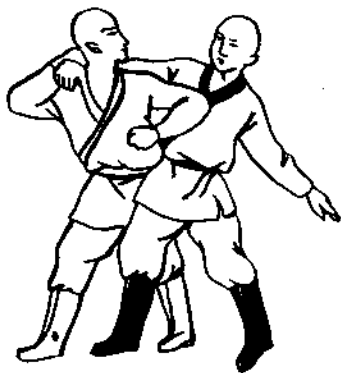
Hình 54



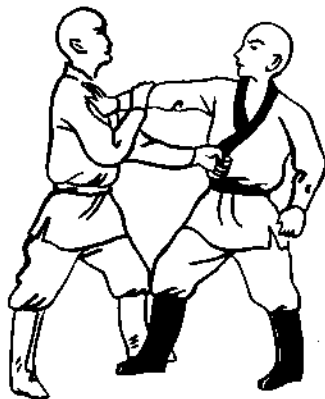
Hình 55

c. Tay phải A nắm chắc cổ tay phải B không buông, mình quay sang trái, chân trái chặn phía sau chân phải B, mũi khuỷu tay dùng lực thúc vào tâm oa (vùng tim) hay sườn B (hình 56).

d. B đứng trước mặt A, tay phải túm vai phải A. A lập tức nhanh nhẹn dùng tay phải nắm ngay lấy cẳng tay phải của B, đồng thời chân trái dẫn bước tới sau chân phải B, dùng quyền trái đánh vào bụng B (hình 57).



Hình 56



Hình 57

35. Hóa giải hai vai bị cầm nã:

Mặt đối mặt, B dùng hai tay túm hai vai A. A dùng hai tay xuyên qua giữa hai tay B vươn lên túm hai tai giật mạnh xuống đồng thời dùng gối thúc lên mặt B (hình 58).

36. Hóa giải ngực bị túm:

B ở đằng sau lưng A dùng tay phải vươn qua vai A để túm ngực A đằng trước (hình 59).

a. Hai tay A túm lấy tay phải B vận trái ra ngoài, đồng thời chân trái bước sang bên phải, chân phải chặn vào chân phải B, thân trên chuyển sang trái (hình 60).

b. Tay phải A nắm tay phải B, thân mình chuyển sang trái, chân trái chọc ra phía sau chân phải B, tay trái từ bên sườn phải

B túm chặt lấy hông (hình 61).



Hình 58



Hình 59



Hình 60

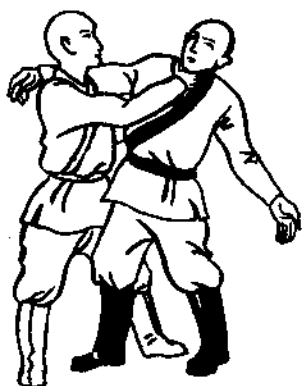


Hình 61

Tay phải A buông lỏng thành chường chữ bát thọc vào yết hầu B buộc B phải ngã ra sau (hình 62).

37. Khi đối mặt, thân trên bị cầm nã:

B đứng đối diện hai tay ôm chặt lấy thân trên của A nhưng lại ôm bên trong, hai tay A vẫn hoạt động được (hình 63).



Hình 62



Hình 63

a. Tay trái A dùng sức đẩy mạnh trán B ra sau, tay phải bóp vào yết hầu B, thế là thoát (hình 64).

b. Tay trái A túm sau hậu não B, ra sức kéo mạnh về phía mình, tay phải túm lấy mặt B dùng lòng bàn tay (chưởng tâm) bịt mũi miệng B đẩy mạnh về phía trước, đồng thời cả hai tay vận sức vận mạnh (hình 65).



Hình 64



Hình 65

c. B vận kinh lực ôm chặt A, A phải mau dùng cả hai tay bóp cổ B, hai ngón cái tỳ mạnh vào yết hầu còn các ngón khác bóp vào gáy (hình 66).

d. B đứng đối diện ôm chặt cả người A cả thân lẫn tay. A phải dùng hai tay ép chặt vào hông B, lấy đầu húc đè mạnh vào mặt B đồng thời chân phải ngáng sau chân trái B và đè mạnh thân trên lên người B (hình 67).



Hình 66



Hình 67

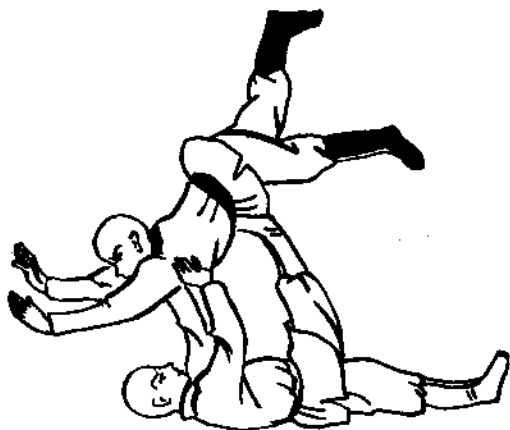
d. Nếu A bị B đẩy về phía sau ngã xuống đất, thì A phải mau chống dùng hai tay thọc vào nách B đẩy ngược lên, đồng thời đá thốc chân trái vào bụng đối phương (hình 68).

38. Cách ôm phía sau:

B ở đằng sau dùng hai tay ôm chặt lấy hông A nhưng hai tay A vẫn tự do.

a. Hai tay A quặt ra sau ôm chặt lấy cổ B đằng sau gáy rồi chúi thân mình về phía trước vận sức hất B ngã ra đằng trước (hình 69).

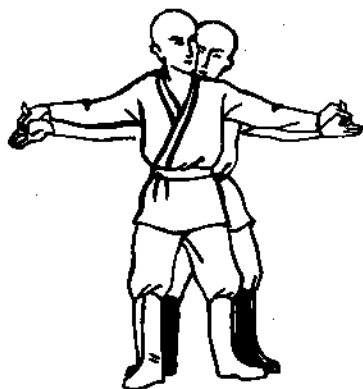
b. A dùng tay trái túm lấy ngón cái trái của B, tay phải túm lấy ngón cái phải của B, vận lực cả hai tay giang rộng ra là thoát (hình 70).



Hình 68



Hình 69



Hình 70

c. B từ phía sau dùng hai tay ôm cả vai lẫn thân trên của A. A dùng gót chân trái đập vào mông chân B, khi tay gấp lại dùng khuỷu thúc ngược lên là thoát (hình 71).

d. B vẫn đứng đằng sau dùng hai tay ôm cả hai tay lẫn thân thể A. A dùng sức đập sau đầu vào mặt B là có thể thoát (hình 72).

39. Giải đòn chọc yết hầu:

B dùng tay phải chọc yết hầu A, tay trái A gấp khuỷu lại thúc vào sườn phải B đồng thời ưỡn thân trên ra sau, nếu có thể dùng chân phải đá tạt vào hạ bộ B càng tốt (hình 73).



Hình 71



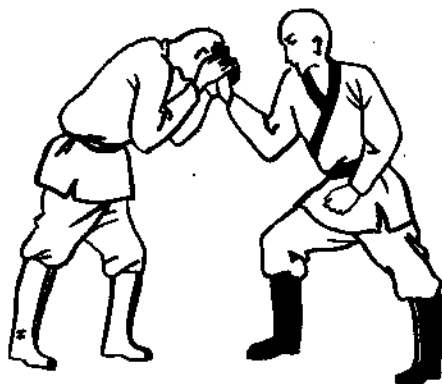
Hình 72



Hình 73

40. Ép hai tay:

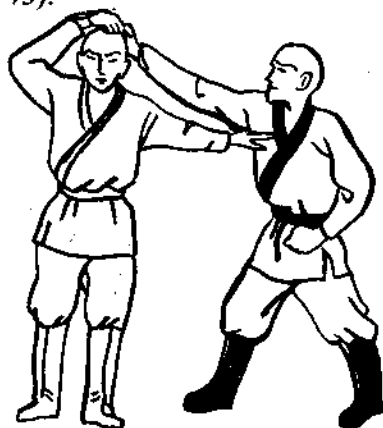
B dùng tay phải tóm đầu A, A lập tức dùng cả hai tay ghì chặt tay phải B ở đầu mình, đồng thời cúi khom mình và gục đầu về phía trước khiến B đau quá đành phải buông ra (hình 74).



Hình 74

41. Tay chọc nách:

B dùng tay phải tóm đầu A. A vùng tay phải tóm chặt tay phải B không buông, mình quay sang trái, dùng tay trái chọc chương vào nách B (hình 75).

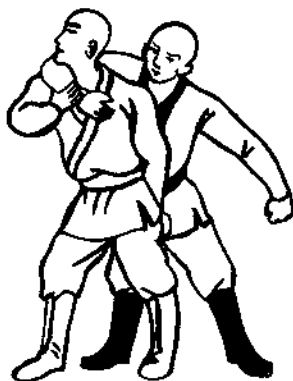


Hình 75

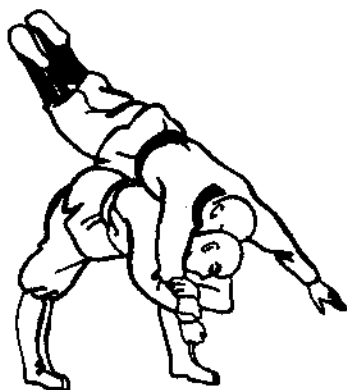
42. Cách giải thoát cổ khi bị cầm nã:

a. B đứng đằng sau dùng tay phải khóa chặt cổ và bóp hầu A. A phải quay đầu sang phải và quay yết hầu sang phía khuỷu tay của B chỗ cong bờ trong khỏi bị nghẹt thở rồi đưa tay phải lên túm cổ tay phải của B đồng thời tay trái mau lẹ đưa ra sau bóp vào hạ bộ của B (hình 76).

b. A lập tức dùng đầu quay sang phải và quay yết hầu sang chỗ lõm khuỷu tay B rồi đột ngột dùng cả hai tay túm lấy cánh tay phải B vận kinh kéo xuống đồng thời hất mông lên, mình chúc về phía trước tức thì B sẽ bị ngã vật qua đầu (hình 77).



Hình 76



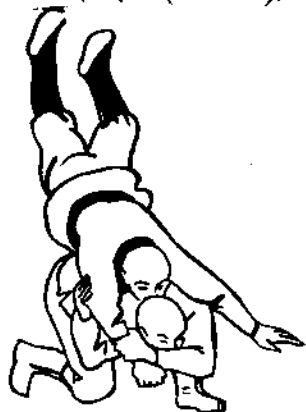
Hình 77

c. A phải cấp tốc quỳ gối phải xuống, mình cúi về đằng trước, hai tay túm chắc cánh tay B kéo mạnh về đằng trước và vít xuống cũng sẽ vật B ngã qua đầu (hình 78).

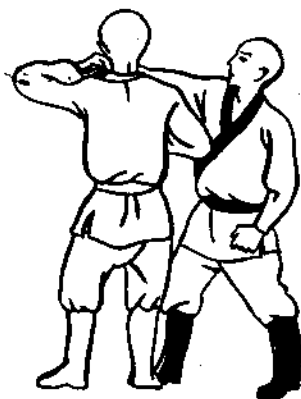
d. A quay đầu sang phải để có thể hít thở được rồi dùng tay trái túm tay phải B, mình quay sang phải và dùng khuỷu tay phải thúc vào sườn B (hình 79).

Phần thân trên khi bị khóa phải cử động không ngừng, A dùng chân đạp mạnh vào mu chân B tay phải xóc chữ bát thúc trả lại vào yết hầu B (hình 80).

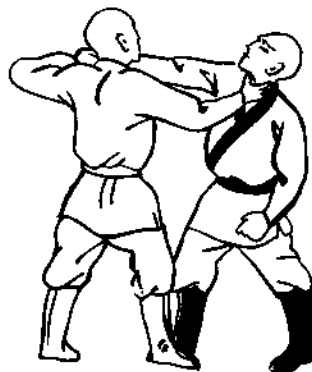
đ. Yết hầu A bị B bóp cứng, A lập tức phải dùng chân trái hất gót đá vào hạ bộ B (hình 81).



Hình 78



Hình 79



Hình 80



Hình 81

43. Phép hóa giải hai tay kẹp cổ:

B đứng phía sau dùng hai tay xuyên qua nách A vòng lên trên đan tay ghi cổ A, dùng sức đè chặt lấy cổ buộc A phải cúi đầu (hình 82).

A giờ thẳng hai tay ngược lên, lưng ép chặt vào ngực B là đầu có thể ngửa được lên (hình 83).

A gập cả hai khuỷu tay lại đánh trở xuống hai tay B, sẽ buộc B phải buông tay (hình 84).



Hình 82



Hình 83

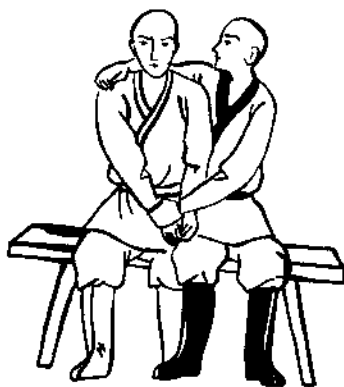


Hình 84

44. Trên gánh tung quyền:

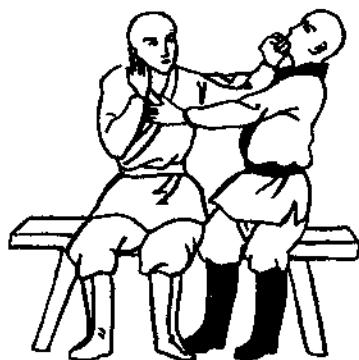
Đang ngồi trên ghế, B dùng tay phải quàng qua vai A phía trên còn tay trái túm tay phải A (hình 85).

A dùng tay phải gập khuỷu lại gánh ngược lên, tay trái nắm



Hình 85

thành quyền đánh thốc vào mặt B (hình 86).



Hình 86

45. Thúc khuỷu quét sau:

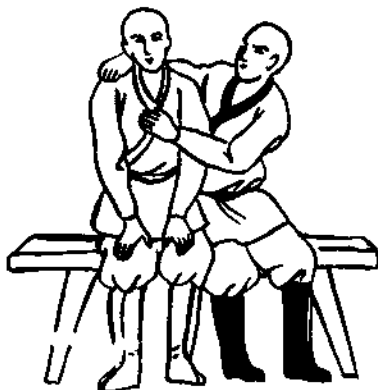
Cùng ngồi trên ghế, tay phải B túm quần trên vai phải A định đẩy A ngã, A lập tức dùng tay phải giữ chắc tay phải B đồng thời gấp khuỷu tay trái thúc vào vùng tim tâm oa của B khiến B phải ngã ra sau (hình 87).



Hình 87

46. Vận cổ tay đập xuống ngực:

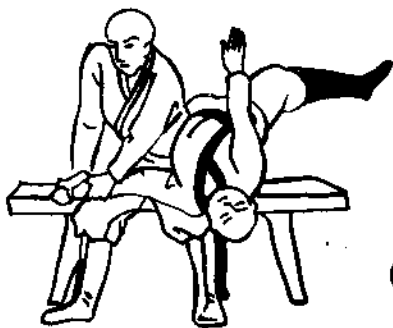
Ngồi trên ghế, B dùng tay phải túm trên vai A còn tay trái túm trước ngực A (hình 88).



Hình 88

Nhè lúc B không ngờ, A bất ngờ dùng cả hai tay túm chắc hai bên cạnh tay trái B dùng hết sức vận cổ tay khiến B uốn theo mà ngã (hình 89).

A vận cổ tay trái B kéo ngược lên đồng thời dùng chân trái đập vào xương mấu ác B (hình 90).



Hình 89



Hình 90

CHƯƠNG VI

CÁC BÀI THUỐC KINH NGHIỆM CHỮA THƯƠNG TÍCH

Chùa Thiếu Lâm từ khi nhà Đường lập nước, số lính là sư ngày càng lớn mạnh, lúc thịnh nhất có hơn hai ngàn người. Để chữa chạy các tổn thương khi luyện võ và để chữa bệnh tật cho sư ốm, trong chùa đã phát sinh ra các sư thầy thuốc chuyên về ngoại khoa và khoa chấn thương, tích lũy kinh nghiệm vô cùng phong phú. Chính sách này lấy từ bản sao chép tay bí truyền qua các đời của chùa Thiếu Lâm: "Thiếu Lâm tự diệt dả tổn thương mật phương" (Các bài thuốc bí mật chữa thương tổn vì đòn đánh của chùa Thiếu Lâm), chọn lọc ra một phần cách chữa trị có hiệu quả đáng tin cậy, nguồn thuốc phong phú, cất thuốc tiện lợi, thích dụng cho ngày nay, gồm 115 bài đề các bạn yêu thích võ học dùng trong thực tế và kiểm chứng xem sao.

Các bài thuốc này do các vị sư thầy thuốc qua các đời chép tay để lại, qua tay nhiều người và trước giải phóng (1949 - ND) đã từng xuất bản cuốn "Thiếu Lâm diệt dả tổn thương mật phương". Còn chính sách này chọn lọc các bài thuốc dùng, nói chung vẫn giữ nguyên bộ mặt cũ của bài bản trừ một số chỗ lược bỏ và sửa chữa vì mang màu sắc phong kiến mê tín dị đoan.

A. CÁC BÀI THUỐC CẤP CỨU TỒN THƯƠNG

1. Cấp cứu mũi chảy máu vì bị trúng quỳền

Lấy một số lá tiêu kế tươi (có lẽ là lá diếp cá - ND) vò nát nhét vào mũi là cầm máu.

Bài khác: Lấy một nắm tóc người đốt thành than nhét vào mũi máu sẽ cầm.

2. Bài thuốc cấp cứu bị trúng đòn thổ huyết (hộc máu)

Sinh bạch thực - 30g, Tam thất - 0,6g, Huyết dư thán - 9 g, Chi tử thán (cây dành) - 15g, Đại hoàng thán - 9g, Sao bạch thực - 9g, Mã đẳng thảo (cỏ bắc đèn) - 30g. Tán bột tất cả uống mỗi lần 9 g.

3. Bị trúng đòn vào huyết Bách hội mê man bất tỉnh

Phụ tử - 9g, Nhân sâm - 30g, Bạch truật - 12g, Hoàng thị nường - 30g, Thạch xương bồ - 9g, Tô hợp hương - 0,9g, Can khương: 3 lát. Đổ nước sắc lấy một bát, uống vào hiệu nghiệm ngay.

4. Bị đòn trúng bụng đau quặn, đi tiêu ra máu

Tiêu kê thán - 30g, Bạch mao căn - 30g, Tam thất - 0,9g, Cù mạch - 30g, Đông thái tử - 15g, Huyết dư thán - 9g, Cam thảo tươi - 6g. Thêm nước dãi trẻ em một chén, sắc lên uống.

5. Sau khi bị thương ra máu, mê man

Nhân sâm - 30g, Phụ tử - 9g. Sắc với nước, đồ cho uống.

6. Bài "Phi long đoạt mạng đơn"

Bằng sa - 24g, Địa mẫn trùng - 24g, Tự nhiên đồng (sao dấm 7 lần) - 24g, Huyết kiệt - 24g, Mộc hương - 18g, Đương quy - 15g, Đào nhân - 15g, Bông nga truật - 15g, Ngũ gia bì (sao rượu) - 15g, Xương khí chế - 15g, Nguyên hồ (sao dấm) - 12g, Tam lăng (sao dấm) - 12g, Tô mộc - 12g, Ngũ linh chi (sao dấm) - 9g, Xích thực - 9g, Cửu thái tử - 9g, Sinh bồ hoàng - 9g, Sinh, thực địa đều - 9g, Phá cổ chi (sao nước muối) - 9g, Cát căn (sao) - 9g, Tang ký sinh - 9g, Nhục quế - 6g, Ô dược - 6g, Khương hoạt - 6g, Xạ hương - 6g, Đỗ trọng (sao nước muối) - 6g, Tần cửu (sao) - 6g, Tiền hồ (sao) - 6g, Lô cốt (con dế) - 6g, Thanh bì - 6g.

Tất cả tán bột. Người bị trọng thương mỗi lần uống 9g, bị thương nhẹ uống 4, 5g chiều bằng rượu lâu năm.

7. Bị cầm nã thành thương tích

Kinh giới - 6g, Phòng phong - 6g, Thấu cốt thảo - 6g, Khương hoạt - 3g, Độc hoạt - 7,5g, Cát cánh - 6g, Phi ngải - 6g, Xuyên tiêu - 6g, Xích thực - 15g, Thi thảo (cỏ thi) - 15g. Dùng nước sắc lên rửa lúc nóng, ngày bóp ba lần.

Chuyên trị thương tích bị cầm nã, bị đòn, ngã đến da thịt sưng tấy đỏ, ngâm ngâm đau. Nếu da thịt bị nứt, chảy máu, cầm dùng thuốc này.

8. Đoạt mệnh đơn Thiếu Lâm

Đương quy, Thảo ô (chế), Nhũ hương (chế), Một dược (rán dầu) Huyết kiệt, đều - 4,5g, Tự nhiên đồng (sao dấm 7 lần) - 4,5g. Tán bột, ngày uống 0,9g, chiều bằng rượu vàng (tức là rượu ngô khoai sắn cao lương v.v... có độ rượu thấp).

9. Bài cấp cứu bị đứt cổ, đứt họng

Bị đứt cổ, đứt họng phải cấp cứu ngay, trễ chậm sẽ bị tuyệt

khí, chết người. Khi mới bị thương thì để nằm, đầu dốc cao để vết chém liền vào và máu khỏi chảy. Bắt con gà trống lớn vật lông sống và lột ngay da sống đang còn nóng hổi dán vào vết thương. Trong cho uống bài "Ngọc chân tán". Khi khỏi da gà tự rơi.

10. Ngực bụng bị thương động huyết (ứ) sinh đau đớn

Nguyên hồ - 12g, Ngũ linh chi - 9g, Một dược - 9g, Thảo quả nhân - 6g, Sinh bồ hoàng - 9g, Trầm hương - 3g. Sắc nước uống, chuyên trị các thương tích đau đớn vì bị đòn quyền hay binh khí đánh thành thương tích.

11. Bị quyền đánh đỉnh đầu ngã hôn mê

Tô hợp hương - 0,6g, Bạc hà băng - 0,06g. Tán nhỏ uống với rượu vàng

12. Bị côn gậy đánh trúng ngã chết giấc (đột tử)

Xạ hương - 0,06g, Tê giác phấn - 0,6g. Dùng rượu vàng đồ cho uống.

13. Đột mệnh tán

Xạ hương - 0,3g, Băng phiến - 0,15g, Sinh bán hạ - 3g. Tán bột cực mịn cho vào ống trúc nhỏ dây kín. Gặp người bị đòn hay ngã ngựa... bất tỉnh nhân sự thì lấy ra một ít thổi vào mũi là tỉnh.

14. Thiếu Thất phục sinh tán

Xạ hương - 0,3g, Địa miết trùng - 7,5g, Ba đậu tương - 3g, Tô hợp hương - 9g, Tự nhiên đồng (tôi dấm) - 24g, Nhũ hương (chế dấm) - 3g, Một dược (chế dấm) - 3g, Châu sa - 3g, Mộc hương - 3g, Huyết kiệt - 3g. Cả 10 vị tán nhỏ bỏ vào bình kín cất kỹ. Dùng khi bị đòn đánh ngã bất tỉnh.

15. Ty nục tán (đồ máu mũi)

Sinh chi tử (hột dành dành) - 9g, Tam thất Vân Nam - 30g (nghiên nhỏ). Lấy hột dành dành sao thành than tán bột (lọc qua rây) rồi trộn với tam thất tán bột quấy đều, bỏ vào bình kín để dùng dần. Nếu đồ máu mũi nhiều, lấy ra một ít bột này nhét vào mũi và lấy bông thấm nước bọt lại là được.

16. Thiếu Lâm hành quân tán (dùng mùa hè)

Bạc hà băng - 0,3g, Thị sương - 0,9g, Chi xác - 30g, Hoắc hương - 30g, Bàng đại hải - 30g, An tức hương - 1,5 g, Xạ hương - 0,9g, Sơn trai - 30g, Sinh cam thảo - 15g, Ngưu hoàng - 0,9g, Cát cánh - 30g, Quảng mộc hương - 15g, Can khương - 6g, Bán hạ chế - 9g, Thần khúc - 30g.

Trước đem tán nhỏ các vị thuốc thảo mộc rây kỹ rồi mới đưa xạ hương, ngưu hoàng, bạc hà băng, an tức hương tán riêng sau trộn đều, bỏ bình kín cất kỹ để dành. Người lớn mỗi lần uống 0,3g đến 0,45g với rượu vàng hay nước lã mát.

Thuốc này có tác dụng thanh nhiệt giải thử, sinh tân chỉ khát, ăn uống tiêu, tinh thần sáng khoái đỡ mệt mỏi. Còn dùng trị các chứng mồm miệng khô khát, sưng miệng, yết hầu sưng đau khó nuốt, đầy hơi ợ ngược, mắt hoa ngả ngất bất tỉnh nhân sự răng hàm cắn chặt.

Theo lời thầy cũ là Trình Tuấn đại sư khi còn sống đã nói:

"Đây là bài thuốc kinh nghiệm rất hay trải qua nhiều đời của các vị sư vâng lệnh vua hành quân và tác chiến hay luyện võ. Trong một bản chép tay cổ truyền lại là năm Gia Tĩnh, quân Nhật xâm chiếm vùng duyên hải đông nam đất nước, nhà vua giáng chỉ đến chùa Thiếu Lâm, hòa thượng Nguyệt Không lập tức dẫn đồ đệ xuống phía Nam đánh giặc. Lĩnh sư vốn người phương Bắc, đột nhiên chuyển xuống phương Nam khí hậu

nóng nực, không quen thủy thổ, lại thêm rong ruổi đường xa mấy ngàn dặm nên các sư đồ bệnh ngã vô số, có cơ nguy đến tính mạng. Chính lúc cần cấp đó các sư do hòa thượng Nguyệt Không đứng đầu đã chế thành công bài thuốc hay này lưu truyền cho đến giờ".

17. Giải độc rượu mê man bất tỉnh

Sư chùa Thiếu Lâm được vua Đường Thái Tôn Lý Thế Dân cho uống rượu, có người quá chén say rượu li bì hay trúng độc rượu mê man bất tỉnh nhân sự, có người mê man không dậy được nữa. Dùng Cát hoa - 30g, Liêu ngũ vị tử - 9g, nấu lấy 1 bát nước, thêm 1 chén nước tro rau ăn làm vị dẫn đồ cho uống, chỉ lát sau là có thể tỉnh lại.

18. Bài cấp cứu ngã ngựa tuyết khí

Xạ hương - 0,03g, Ngưu hoàng - 1,5g, Quảng mộc hương - 15g, Tô hợp hương - 15g, Băng phiến - 0,3g, Chương não - 0,3g, Châu sa - 3g. Tán thật nhỏ mịn bỏ lọ nút thật kín để dành. Mỗi lần dùng 1,5g uống với rượu vàng. Thuốc có tác dụng thông khiếu, tỉnh thần.

B. CÁC BÀI THUỐC CHỮA NỘI THƯƠNG

1. Bị đòn vào bụng đau đớn chịu không nổi

Đương quy - 15g, Nguyên Hồ - 9g, Xuyên khung - 9g, Hương phụ - 9g, Mộc hương - 4,5g, Xích thực - 9g, Đào nhân - 6g, Đan sâm - 30g, Ngũ linh chi - 6g, Sinh bồ hoàng - 4,5g. Sắc nước uống.

2. Bị đòn ở bụng đi đồng ra máu

Sinh địa du - 30g, Đại sinh địa - 30g, Xuyên hoàng liên - 9g, Cát căn - 30g, Liên xí - 1 nắm, Cam thảo - 6g, Hộc hoa thân - 15g. Sắc uống.

3. Bị quyền đánh, sườn phải đau rức

Nhũ hương - 4,5g, Mộc dược - 4,5g, Đương quy - 15g, Tự nhiên đồng (tôi dấm 7 lần) - 1,5g, Hồng hoa - 9g, Mộc hương - 4,5g, Úc kim - 6g, Xích thực - 9g, Cam thảo - 4,5g, Huyết kiệt - 1,5g, Tô mộc - 9g. Lấy nước sôi 2 lít, sắc còn 500 ml, thêm vào một chén nhỏ nước dãi trẻ con uống.

Bài thuốc dùng ngoài:

Xạ hương 0,9g, Long não 1,2g, Chương não 0,6g, Kinh phấn 15g. Tán thành bột mịn trộn mỡ lợn bôi vào chỗ đau.

4. Đại lực hoàn

Tật lê (ngâm nước muối, sao), Ngưu giao (sao với cáp phấn), Toàn đương quy (sao rượu), Sinh địa (ngâm rượu, chưng ba lần), tất cả đều 500g. Tán nhỏ trộn đều, nhào với mật viên to bằng hạt ngô đồng. Mỗi ngày uống 9g, nấu nước long nhãn làm thang uống cùng.

5. Anh hùng hoàn

Sa uyển tật lê - 250g, Gân trâu 3 tấc, Diêm qua tử, Hồ kinh cốt, Quy bản, Bạch phục linh, Dương quy, đều - 60g, Đỗ trọng - 90g, Phá cố chi - 60g, Tự nhiên đồng - 15g, Địa miết trùng - 10 con, Châu sa - 21g, Địa long - 30g. Tất cả tán nhỏ trộn mật viên lại. Mỗi ngày uống 10g. Nửa tháng đầu uống với nước muối, nửa cuối tháng uống với hoàng tửu (rượu nhẹ).

6. Bị đòn thành thương ở phổi thổ huyết không thôi

Đương quy - 18g, Sinh xích thực - 15g, A giao - 12g, Bạch cập 9g, Hồng hoa - 3g, Cát cánh 8g. Sao chỉ xác - 12g, Diên tam thất - 3g (Diên là tỉnh Vân Nam), Sinh địa - 15g, Hắc kinh giới - 12g, Bách thảo sương (Nhọ nồi) - 9g. Đường đỏ đề dẫn. Sắc uống.

7. Bị quyền vào bụng dưới đau âm ỉ

Đương quy - 15g, Hồng hoa - 9g, Manh trùng (ruồi trâu, bỏ cánh bỏ chân) - 1,5g, Sinh bồ hoàng - 15g, Ngũ linh chi (chế dấm) - 6g. Sắc uống.

8. Người bị ứ huyết, tích ngấm bên trong

Đương quy - 15g, Xuyên khung - 9g, Hồng hoa - 9g, Trần bì - 6g, Mộc hương - 1,5g, Chi xác - 6g, Đào nhân - 9g, Mộc thông - 6g, Nhũ hương - 1,5g, Một dược - 3g, Cam thảo - 6g. Sắc uống.

9. Bị quyền vào ngực, ứ huyết, đau âm ỉ

Manh trùng (con nhặng) - 5 con, Đơn bì - 30g, Hồng hoa - 15g, Xích thực tươi - 15g. Sắc lấy 1 bát nước, thêm 1 chén nước dãi trẻ em. Uống hai lần sẽ đỡ.

10. Chữa các chứng nội thương

Đào nhân - 9g, Hồng hoa - 9g, Xích thực - 12g, Cam thảo -

6g, Chi xác - 6g, Mộc hương - 4,5g, Lưu kỳ nô - 9g, Úc kim - 9g. Sắc nước uống thêm cùng 1 chén nước đá trẻ em. Rất công hiệu. Bài này chủ trị làm hoạt huyết, tan ứ, lý khí, thông phổi, trừ ứ sinh tân (dịch mới), tiêu tích trệ, đỡ đau.

11. Thiếu lâm hoạt huyết đơn

Hồng hoa - 30g, Đào nhân - 21g, Nhũ hương (chế dấm) - 15g, Một dược (chế dấm) - 15g, Huyết kiệt - 15g, Tô mộc - 15g, Nhân trà - 30g, Đương quy vi - 30g, Xích thực - 60g, Nguyên hồ - 30g, Xạ hương - 30g, Mai phiến - 6g, Châu sa - 30g, Băng phiến tán riêng, tất cả các vị khác tán riêng thành bột mịn, rây kỹ, rồi trộn ba vị còn lại vào khuấy đều, lấy bột gạo vàng 75g, nấu thành hồ trộn đều viên lại thành hoàn to bằng hạt uyển đậu, sấy khô cất dùng dần. Người lớn mỗi lần uống 3 đến 5 viên, chiêu bằng rượu vàng, ngày uống hai lượt. Khi chưa chế thành thuốc, hoàn xong có thể lấy một ít bột thuốc cất đi để dành, dùng dầu vừng sống trộn thuốc bôi vào chỗ bị đau cũng tốt.

Thuốc này chữa các vết thương đòn do quyền, chưởng, côn, chùy, bổng (gậy) gây nên sưng đỏ, đau nhức, chảy máu chảy nước vàng, đau lưng vì rã khí, huyết ứ sinh đau.

12. Thiếu Lâm triển cân đan (chữa gân)

Đương quy - 60g, Xuyên khung - 60g, Hồng hoa - 75g, Đào nhân - 45g, Tự nhiên đồng (luyện tới bằng dấm chua 7 lần) - 60g, Địa mẫn trùng - 60g, Mã tiền tử (chế) - 30g, Huyết kiệt - 60g, Khương hoàng - 60g, Bạch chỉ - 90g, Mộc hương - 30g, Trần bì - 30g, Trầm hương - 15g, Tiều hồi hương - 15g, Tam thất sâm - 60g, Nhũ hương - 90g, Một dược - 90g, Xích thực - 90g, Hương phụ - 90g, Nhân trà - 90g, Kê huyết đằng - 120g, Xuyên ô (chế) - 30g, Phụng tiên hoa - 60g, Ma hoàng - 60g, Châu sa - 9g, Băng phiến - 3g, Xạ hương - 30g. Trước tán nhỏ

24 vị trên, rây kỹ rồi mới trộn 3 vị châu sa, băng phiến xạ hương riêng vào bát sữa rồi mới đổ vào khuấy đều. Lại lấy nước suối đun sôi, dùng cam thảo sống đem lấy nước trộn rồi viên như hạt ngô đồng, phơi sấy khô dùng dần. Người lớn uống mỗi lần 3 đến 4,5g bằng rượu vàng. Phụ nữ có thai cấm dùng.

Thuốc chữa các tổn thương do đòn đánh, ứ huyết thành đau, bong gân, động xương, chân tay co quắp khó cử động.

13. Thuận khí tán (thuốc bột chữa cho khí thuận)

Từ hử - 12g, Quảng mộc hương - 3g, Sao chỉ xác - 1,5g, Trần bì - 6g, Thanh bì - 6g, Đàn hương - 1,5g, Đương quy - 6g, Xích thực - 9g, Hương phụ - 1,5g, Xuyên luyện tử - 9g, Nguyên hồ - 4,5g. Tất cả đem tán bột cất kỹ. Mỗi khi bị quyền cước binh khí gây thương dẫn đến khí nghịch, khí trệ (tắc), khí ải (nắc), khí tuyệt (đứt) thì uống từ 4,5g đến 9g với rượu vàng sẽ thấy kiến hiệu.

14. Thiếu lâm bảo tướng tửu

Đương quy - 60g, Xuyên khung - 24g, Hồng hoa - 30g, Tô mộc - 24g, Nhũ hương - 15g, Một dược - 15g, Bạch chỉ - 15g, Quế chi - 9g, Mộc qua - 24g, Hoàng thị - 30g, Xuyên đoạn - 15g, Tang ký sinh - 30g, Bồ cốt chi - 15g, Tang chi - 24g, Thục địa - 30g, Xuyên úc kim - 9g, Đào nhân - 30g, Xích thực - 30g, Tấu cốt thảo - 30g, Lộc giác - 24g, Bạch truật - 30g, Thái tử sâm - 15g, Mộc hương - 9g. Giã thô các vị thuốc trên cho vào bình, đổ vào 8 cân 8 lạng (mỗi cân ta bằng 600g, và có 16 lạng ta - ND) rượu trắng cực tốt để ngâm và gấn thật chặt miệng bình, gấn xi kín càng tốt. Để bình rượu ở nơi thoáng gió, khô ráo nhưng tránh ánh sáng rọi vào. Mỗi ngày lắc đều một lần, sau 35 ngày thì chất rượu cốt ra và đổ bã rượu vào khăn vải trắng sạch vắt cho kiệt nước rượu. Bỏ bã và lấy rượu vắt trộn với rượu cốt lúc

dầu rồi đổ vào bình nút kín để dùng dần.

Ngày ba lần, mỗi lần uống một chén nhỏ rượu thuốc. Uống xong rượu lập tức uống ngay một chén nước đun sôi còn ấm và đi nghỉ. Uống một ngày sau đã thấy khoẻ.

Rượu dùng để chữa đòn, ngã bị thương. Nếu có chỗ bị phá thương có thể dùng ít thuốc đắp vào chỗ đau. Nếu có thể gia thêm nửa chén nước giải trẻ em nam càng tốt.

15. Tráng gân nối xương đan

Đương quy - 60g, Xuyên khung - 30g, Bạch thược - 30g, Thục địa - 120g, Đỗ trọng - 30g, Xuyên đoạn - 60g (Xuyên tên tất tỉnh Tứ Xuyên, đây là vị tục đoạn đất Xuyên - ND), Ngũ gia bì - 60g, Cốt toái bồ - 90g, Quế chi - 30g, Tam thất - 30g, Hoàng thi - 30g, Hồ cốt - 30g, Phá cố chi - 60g, Thỏ ty tử - 60g, Đảng sâm - 60g, Mộc qua - 30g, Lưu kỳ nhô - 60g, Địa biết trùng - 90g.

Các vị tán nhỏ, lấy đường cát thắng lên để nhào làm viên. Mỗi ngày uống 12g, dẫn bằng rượu vàng. Phàm những người bị thương ở gân cốt do cầm nã, kẻ cướp, nếu không bóp bằng rượu thuốc riêng, uống loại đan này cũng kiến hiệu.

Thuốc này làm tan chỗ ứ huyết sinh tân dịch, tiêu chỗ sưng tấy đỡ đau, dân gân hoạt lạc, nối gân xương. Dùng để trị thương tích do quyền chưởng binh khí đánh phải hoặc bị vật, vấp ngã ứ huyết bầm tím đau nhức khó chịu nổi, hoặc đau hông đau chân đi lại khó khăn, uống loại đan này rất tốt.

16. Luyện công thư cân đan (viên thuốc dân gân khi luyện công)

Đương quy - 90g, Hồng hoa - 90g, Kích thược - 90g, Mộc hương - 30g, Phòng phong - 30g, Thư cân thảo - 90g, Mộc qua - 90g, Xuyên ngư tất - 90g, Tỳ hưu hửu hương - 15g, Bạch chi - 60g, Trần bì - 30g. Các vị đem tán nhỏ dùng bột gạo vàng quấy hồ (nếp) để luyện thành viên bằng hạt ngô đồng, phơi khô. Người

lớn uống ngày 9g với rượu vàng, phụ nữ có thai cấm dùng. Thuốc dùng cho những người luyện võ đau chân đùi, rức hông, chân tay tê mỏi, toàn thân uể oải.

17. Hoạt huyết tán ứ thang (bài hoạt huyết tan máu đọng)

Xích thực - 9g, Đào nhân - 9g, Nhũ hương - (chế dấm) - 9g, Một dược (chế dấm) - 9g, Tô mộc 9g, - Trạch lan 9g, Nguyên hồ - 9g, Bạch chỉ - 9g, Thất tiểu tán - 4,5g, Sinh cam thảo - 6g. Mỗi lần uống 6g đến 9g với rượu vàng, ngày 2 lần. Chuyên trị các vết thương vì đòn đánh (có thể chưa phá miệng hoặc phá rồi cũng được) sưng đỏ đau nhức.

18. Thiếu Lâm cứu hồ đan

Nhũ hương (nướng dấm) - 90g, Một dược (chế dấm) - 90g, Dương quy - 150g, Phòng phong - 90g, Sinh cam thảo - 60g, Đằm nam tinh - 90g, Xuyên khung - 90g, Hồng hoa - 90g, Bạch chỉ - 90g. Chín vị trên đem tán nhỏ, rây qua, dùng bột nếp quấy hồ luyện thành hoàn bằng hạt uyên đậu (đậu ván) phơi chỗ râm thoáng gió cho tới khô. Người lớn uống 9g với rượu vàng ngày 2 lần. Không ăn thịt dê và tỏi, phụ nữ có thai cấm dùng. Có thể dùng bôi đắp bên ngoài cũng rất tốt.

Chuyên trị bị đòn thành thương, bong gân động xương, ứ huyết sinh đau rức, sưng đỏ không tan, lưng đau vì rệp khí, tay chân co quắp tê dại.

19. Thiếu Lâm bình phong đan

Liêu tể tân - 18g, Sinh bạch phụ tử - 21g, Toàn hất (sâu cây) - 18g, Thiên ma - 18g, Bạch chỉ - 18g, Sinh nam tinh - 18g, Khương hoạt - 18g, Phòng phong - 21g, Trần châu - (đậu hủ chế) - 0,6g, Sinh cam thảo - 30g. Các vị tán bột (riêng trần châu tán riêng) rồi trộn đều. Lấy một nửa thuốc trộn nước lạnh viên thành viên như hạt đậu xanh, mỗi lần uống 5 - 7 viên. Còn nửa

thuốc cho vào lọ nút kín, khi cần dùng lấy ra một ít dùng rượu trắng nhào đắp vào chỗ bị thương, trong ngoài đều dùng rất kiến hiệu. Chuyên trị kim thương, đòn võ đánh, ngã đến bị tổn thương trở thành "phá thương phong" (uốn ván) thân hình cong uôn, run giật co quắp, hàm răng nghiến chặt, thậm trí mê loạn, dùng trong - ngoài sẽ kiến hiệu.

20. Thiếu lâm Bát tiên tán

Mã đàng thảo (có bắc đèn) - 15g, Mã tiền tử (nướng dầu) - 60g, Nhũ hương (chế dấm) - 90g, Một dược (chế dấm) - 60g, Địa biết trùng - 30g, Thủy chắt (con đĩa) - 30g, Ma hoàng - 45g, Mai phấn - 3g. Tán mai phấn gói riêng, còn 7 vị kia tán nhỏ qua rây rồi mới trộn đều mai phấn vào và cho vào lọ nút kín. Uống 3g với rượu vàng, ngày 2 lần. Có thể lấy rượu trắng tốt hòa với thuốc thành hồ bôi vào vết thương. Thuốc dùng được cả trong ngoài càng tốt. Chuyên trị tổn thương do đòn đánh, ngã sưng đau, máu đọng tím bầm, bong gân, động xương.

Bài thuốc này là của đại hòa thượng Tổ Quảng truyền riêng cho sư thầy thuốc Đức Thiền lúc sắp lìa đời. Sư Đức Thiền đã dùng thuốc tán này chữa các vết thương do đòn ngã, trẹo hông rã khí, sưng đỏ, đau đớn cho hàng trăm lượt người thấy rất hiệu quả (Đức Thiền hòa thượng là phương trượng cũ của chùa Thiếu Lâm. Đã nghỉ vì quá già - ND).

21. Bài thuốc chủ chữa vết thương nhẹ do đòn đánh

Tam lăng - 15g, Nga truật - 3g, Xích thực - 4,5g, Huyết kiệt - 3g, Đương quy - 3g, Mộc hương - 3g, Ô dược - 3g,

Thanh bì - 2g, Đào nhân - 3g, Nguyên hồ - 3g, Hồng hoa - 3g, Cốt toái bồ - 4,5g. Sắc 1 cốc lên uống. Đây là bài chủ, còn gia giảm thêm:

- Bị thương ở bụng: thêm ngưu tất, mộc qua, tam thất.

- Bị thương ở đầu: thêm khương hoạt, bạch chỉ, phòng phong.
- Bị thương ở ngực: thêm chỉ xác, phục linh, chỉ thực.
- Bị thương ở dạ dày: thêm cát cánh, hậu phác, xương bồ.
- Bị thương ở sườn: thêm long đởm thảo, tử hồ, tử kinh bì.
- Bị thương ở lưng: thêm ô dước, ngũ linh chi, uy linh tiên.
- Bị thương ở tay: thêm tục đoạn, ngũ gia bì, quế chi.
- Bị thương ở hông: thêm đại hồi hương, phá cố chi, đỗ trọng.

22. Tam tiên tán

Sinh cam thảo (bỏ vỏ thô ở ngoài) - 10g, Xuyên hoàng liên - 6g Bã phiến một ít. Các vị tán bột để dành. Khi dùng bôi vào chỗ đau. Chủ trị thương tích do đòn đánh sưng vù đỏ ửng, miệng vết thương loét hay không loét.

23. Tráng đàm tán (bài kinh nghiệm của pháp sư Đức Thiễn)

Đương quy, Bạch truật, Sinh địa, Bạch thược, đều - 30g, Sao tảo nhân, Sao bá tử nhân, đều - 15g, Thần khúc, Sơn tra, đều - 18g, Ích trí nhân, Phục thần, Thiên đông, đều - 12g, Châu sa - 3g. Tán nhỏ mỗi lần uống 4,5g. Chủ trị bổ huyết, ích khí, an thần định trí. Dùng để trị các trứng vàng da, cơ nhéo, khí đoản hơi thở ngắn, tâm hoảng loạn, chán ăn, chân tay không sức, đau đầu hoa mắt, thần trí hoang mang.

24. Bài thuốc chữa quyền đánh vào ngực sườn làm đau âm ỉ

Đào nhân - 6g, Hồng hoa - 9g, Xuyên úc kim - 3g, Mộc hương - 4,5g, Tô mộc - 9g, Địa biết trùng - 3g, Tự nhiên đồng - 1,5g, Đương quy - 15g, Xuyên khung - 9g, Xích thược - 9g, Bạch thược - 9g. Đổ vào 3 lít nước sả còn 1 lít, thêm một chén nước đại tré uống lúc đang ấm.

25. Ngực ứ huyết đau đớn

Thất tiến tán - 6g, nước đại trê con một chén thêm rượu vàng vừa dùng mà uống.

26. Bài thuốc chữa thổ huyết vì trúng quyền vào bụng

Ngưu giác (thieu tồn tính) - 9g uống với nước mát.

27. Bị đá trúng bụng, tiểu tiện ra máu

Tiên bạch mao căn 1 bó lớn sắc lấy một bát nước, để nguội lạnh uống một lần.

28. Bị thương ở bụng, tiểu tiện đau

Hoàng bá 250g, sắc lấy nước thêm 1 chén nước tiểu trẻ em uống 1 lần hết.

29. Thiếu Lâm hành quân tán (dùng mùa đông)

Kinh giới - 30g, Phòng phong - 30g, Bạch chỉ - 30g, Ma hoàng - 30g, Quế chi - 21g, Khương hoạt - 15g, Độc hoạt - 15g, Đương quy - 30g, Xuyên khung - 30g, Nhũ hương - 30g, Một dược - 15g, Xuyên tiêu - 4,5g, Can khương - 3g, Cam thảo nướng - 9g.

Sắc thành cao lỏng rồi lại sấy trong bình cho đến khô tán thành bột mịn, đóng bao 1,5g, để dùng. Ngày 2 lượt, mỗi lượt 1 bao uống với nước đường hay nước gừng. Công hiệu: Tán hàn trừ gió, thư dân gân hoàn lạc, thông lợi trăm tiết.

Dùng thuốc chữa cảm mạo phong hàn ác hàn phát nhiệt, đau đầu tác mũi, toàn thân ê ẩm, tứ chi co quắp, lưng đùi tê mỏi.

30. Thiếu lâm giải độc trà (còn gọi là giải độc)

Kim ngân hoa - 30g, Miêu nhân khô (còn mới) - 30g, Phiên

bạch thảo 1 gốc, Sinh cam thảo 2 tấc (ta), Đường trắng - 90g.

Đồ thuốc vào bát, đổ nước sôi, đậy vung om 30 phút rồi đem ra uống từ từ như trà, không kể số lần. Công dụng: Thanh nhiệt giải độc, trừ sưng giảm đau.

31. Thiếu Lâm tiêu độc âm (nước tiêu độc)

Kim ngân hoa - 15g, Liên kiều - 15g, Bồ công anh - 30g, Tử hoa địa đinh - 15g, Tiên lộ căn - 3 thước (ta), Xích thực - 9g, Bạch chỉ - 9g, Thiên hoa phấn - 30g, Đan bì - 9g, Long sái - 9g, Sinh địa - 30g, Sinh cam thảo - 6g, Trần bì - 6g. Đổ 3 lít nước sắc lấy một ít. Ngày uống 2 lần, mỗi lần uống cùng rượu vàng 30g, chỉ 2 ngày là đỡ. Kiên trì tỏi, thịt dê.

32. Trục độc thang phương (thang thuốc đuổi độc)

Nhũ hương - 1,5g, Mộc dược - 1,5g, Xuyên sơn giáp - 9g, Bồ công anh - 30g, Kim ngân hoa - 15g, Hoàng bá - 9g, Đơn bì - 12g, Huyền sâm - 9g, Liên kiều - 15g, Dã cúc hoa - 30g, Xích thực - 15g, Tào giác thích - 9g, Sinh cam thảo - 6g. Sắc uống với rượu vàng, 3 - 5 ngày là khỏi.

C. CÁC BÀI THUỐC KINH NGHIỆM CHỮA NGOẠI THƯƠNG

1. Bị thương bằng kim loại thành loét lở

Khinh phấn - 12g, Nhân trà - 12g, Nhũ hương - 15g, Một dược - 15g, Diên tam thất - 3g, Xạ hương - 1,5g, Bạch chỉ - 15g, Mai phôi - 1,5g, Cáp mô mặc - 15g. Các vị trên tán riêng rồi mới trộn đều. Lấy dầu vừng sống hòa thuốc mà bôi. Trị vết thương kim loại đã loét.

Toàn hất, Cáp giới các vị bằng nhau, tán bột. Gia thêm Hồng hoa - 15g, Dã cúc hoa - 30g. Sắc lấy nước, thêm nước đá trẻ em một chén nhỏ và rượu vàng vừa đủ được uống rất hiệu nghiệm.

Nếu vết thương độc vào xương thì phải cạo bỏ chỗ xương độc mới mong cứu, cứ để xương độc sẽ chết. Xưa Hoa Đà phần lớn dùng thang ma phế uống rồi cạo xương chữa rất hiệu nghiệm.

2. Bị tên bắn lâu không khỏi

Hồng phấn - 6g, Khinh phấn - 1,5g, Đẳng hoàng - 9g, Hoàng bá - 1,5g, Thiêm tô bì thán - 1,5g, Bạch cơ - 6g, Lô cam thạch - 3g, Mai phôi - 1,5g. Các vị tán nhỏ rắc vào vết thương đã loét ít lâu sẽ khỏi. Nếu còn lở loét bầm tím thì dùng nước muối rửa sạch trước rồi mới dùng bạch cơ, cam thảo phấn thêm vào các vị trên mà rắc vào vết thương.

Bài khác: Đương quy - 2 g, Xuyên khung - 6g, Nhũ hương - 9g, Một dược - 9g, Tạo giá thích - 9g, Xuyên sơn giáp - 3g, Trạch lan - 9g, Lưu ký nô - 9g, Bạch vi - 9g, Hồng hoa - 9g, Đào nhân - 6g, Cam thảo - 6g.

Sắc uống với hoàng tửu.

Nếu đại tiện bí táo thì thêm đại hoàng - 9g, Mang tiêu - 9g.

3. Bài thuốc chữa tổn thương do đòn đánh

Người mới bị lập tức cho uống thất ly tán (bài thuốc riêng của Thiếu Lâm - ND) và lấy một ít bôi ngoài nơi đau. Nếu bị thương 7 ngày không đỡ có thể dùng thuốc "hành ứ hoạt huyết", nếu xương bị gãy, rạn có thể dùng "thuốc nối xương Thiếu lâm" mà chữa, (tức là bài số 18 và 16 đã ghi ở trên - ND).

4. Cầm máu ngoại thương

Mã bột - 30g, Hoàng bá - 30g, Tam thất - 9g. Tán bột. Người bị đau thương chảy máu dùng rất kiến hiệu.

5. Bị côn đánh ở chân

Mang trùng - 5 con, Đại biết trùng - 2 con, Qua ngư (con sên) - 2 con, Đào nhân - 9g, Nhũ hương - 4,5g, Một dược - 1,5g. Tất cả giã nhỏ, cho mật ong vào thêm, bôi vào nơi bị thương.

6. Bài khác:

Đương quy - 24g, Xuyên khung - 9g, Hồng hoa - 9g, Đào nhân - 9g, Tô mộc - 9g, Sinh cam thảo - 9g, Xích thực - 15g. Lấy 3 lít nước sôi sắc còn lấy một lít, pha thêm 1 bát nước tiểu trẻ con, uống. Thuốc này chữa chân bị côn bồng đánh phải sưng đỏ đau nhức. Nếu vết thương phá thì thêm Bột tam thất - 6g, Bột bạch chỉ - 6g, Đại hoàng tán (than) - 6g, trộn đều rắc vào vết thương.

7. Thiếu lâm kim thương tán

Một dược - 15g, Nhũ hương - 15g, Huyết kiệt - 9g, Tô mộc - 9g, Đương quy - 24g, Long cốt - 15g. Cho tất cả thuốc vào hũ, lấy đất sét bọc kín, bên ngoài đốt lửa nhỏ cháy tàn 5 nén hương

thì thôi. Dội nguội lạnh đập lấy thuốc ra tán nhỏ rây mịn. Thêm vào 30g bột tam thất, trộn đều dùng. Có tác dụng cầm máu giảm đau chuyên trị các vết thương bằng kim loại, chảy máu.

8. Suất thương phương (thuốc chữa ngã vật)

Đương quy - 15g, Xuyên khung - 9g, Hồng hoa - 9g, Đào nhân - 9g, Tam thất - 3g, Xích thực - 1,5g, Sinh địa - 6g, Sinh cam thảo - 6g, Mộc hương - 1,5g. Sắc uống. Tam thất tán nhỏ hòa vào uống.

9. Thất vị đứ thương phương (bài bảy vị khỏi đau)

Thủy chí - 9g, Nhũ hương - 9g, Một dược - 9g, Mộc hương - 4,5g, Cam thảo - 6g, Nguyên hồ - 12g, Mộc thông - 9g. Sắc uống.

10. Tử la na côn thương cân cốt phương (bài chữa thương gân cốt vì bị côn)

Xạ hương - 1,5g, Mã tiền tử (rang dầu, bỏ lông) - 120g, Hồng hoa - 120g, Đào nhân - 120g, Một dược (chế dấm, bỏ dầu) - 120g, Nhũ hương (chế dấm, bỏ dầu) - 120g, địa biết trùng - 60g, Ma hoàng - 90g, Bạch giới tử - 60g, Đương quy - 90g, Xuyên khung - 90g, Tự nhiên đồng (chế dấm) - 90g, Sinh cam thảo - 60g, Huyết kiệt - 30g. Lấy xạ hương tán nhỏ hơn, tán các vị khác thành bột rồi cho vào trộn đều. Lấy mật ong 1300g (1 lít) đem ra quấy cho đến sủi bọt vàng lên, lọc xong đổ vào thuốc bột, viên thành viên to (khoảng 4,5g / 1 viên), lấy sáp ong bao bên ngoài (hoặc giấy nặn), bỏ lọ nút kín để ở chỗ râm mát, khô ráo. Người lớn uống 1 viên, ngày 2 lần uống với rượu vàng. Dùng để chữa thương, đau gân, động xương, côn gây đánh phải mà da sưng đỏ, đau đớn. Chấn tay đau đớn không dùng. Phụ nữ có thai cấm dùng.

11. Bài chữa thương do thương của họ Dương (Dương gia thương thương)

Xạ hương - 3g, Nhân trà - 60g, Một dược (chế dấm) - 30g, Châu sa - 30g, Nhũ hương (chế dấm) - 15g, Mã đẳng thảo - 30g, Bạch cập - 30g, Huyết kiệt - 240g, Đào nhân - 30g, Xích thực - 30g, Sinh đại hoàng - 30g.

Tán các vị nhỏ mịn (xạ hương tán riêng), trộn đều gói thành gói 1,5g, cất kín để dành. Người lớn mỗi ngày hai lần, mỗi lần một gói uống với 90g rượu vàng. Trẻ nhỏ tùy tuổi giảm. Bên ngoài dùng thuốc này rắc vào chỗ đau, có thể dùng rượu trắng hòa thuốc sền sệt bôi vào rất hiệu quả. Dùng chữa vết thương do thương kiếm, đao, kích, xoa.

12. Thuốc cầm máu Thiếu Lâm

Tam thất - 9g, Huyết dư thán - 9g, Bạch cập - 15g, Mã đẳng thảo - 24g, tất cả tán mịn, thêm một ít mai phiến trộn đều bỏ lọ dùng dần. Bị đao thương lấy thuốc rắc vào băng lại sẽ ngừng chảy máu ngay. Bên trong thì uống, 3 - 5 tế là khỏi. Cấm ăn tỏi, thịt dê khi dùng thuốc.

13. Bài chữa bị côn vọt vào đầu

Đào nhân - 9g, Hồng hoa - 9g, Nhũ hương - 4,5g, Một dược - 4,5g, Huyết kiệt - 4,5g, Đương quy vĩ - 15g, Địa biết trùng - 9g, Tự nhiên đồng (tôi dấm 7 lần) - 9g, Bạch hồ tiêu - 1,8g. Các vị tán nhỏ, lấy Bạch hồ tiêu sắc với 3000 ml nước còn 500 ml thì đổ vào thuốc ngào lên viên thành viên bằng hạt đậu xanh. Người lớn uống 4,5g với rượu.

Chuyên chữa đòn do côn bồng đập vào. Nếu vết thương phá ra thì bóp thuốc bột rắc vào, nếu vết thương chưa vỡ thì hòa với rượu trắng thành hồ sền sệt mà đổ vào (bôi). Có thể trong uống ngoài bôi. Phụ nữ có thai cấm dùng.

Bài thuốc này do chi Từ na la vương (Sidana) mật truyền lại.

14. Đan chữa kim thương

Đương quy - 15g, Xuyên khung - 9g, Tự nhiên đồng (tôi dấm) - 15g, Một dược (chế dấm) - 6g, Nhũ hương (chế dấm) - 9g, Báo cốt - 6g, Tô mộc - 9g, Địa biết trùng - 9g, Xuyên sơn giáp - 6g, Cam thảo - 6g, Mang trùng - 4,5g, Thất tiêu tán - 15g.

Các vị thuốc đem tán nhỏ, lấy mật non 30g với nước vo gạo sạch vừa đủ để cho mát, lấy gạo đem đồ nửa chín là được để chế với thuốc thành viên bằng hạt đậu ván. Phơi chỗ mát cho khô kiệt bỏ lọ dùng dần. Mỗi lần uống 7 viên với 60g rượu vàng chiêu thuốc.

15. Phép chữa kim thương của phái Thiếu Lâm

Dùng tay nặn độc, đốt giác đề hút nước độc, lại dùng nước muối đặc, cam thảo rửa, rắc thuốc vào chỗ đau và dùng băng vải trắng băng lại là được. Thuốc rắc là "Dũ tương tán".

16. Dũ tương tán

Xạ hương - 0,3g, Khinh phấn - 0,6g, Khô phàn - 6g, Hoàng đan - 6g, Tùng hương - 6g, Hoàng cầm - 6g, Mai phiến - 0,6g. Tất cả tán bột bỏ lọ dùng dần. Khi bị kim thương thì rửa bằng nước muối đặc, cam thảo rồi rắc thuốc này vào lấy băng băng lại. Ngày hôm sau dùng "đề độc cao" dán vào.

17. Chữa vết thương bị phá ra

Tam thất - 6g, Huyết dư thán - 1,5g, Xạ hương - 0,3g, Bạch chỉ - 1,5g, Hoa phấn - 1,5g. Tất cả tán mịn trộn đều rắc vào vết thương sẽ cầm máu.

Bài khác: Đương quy - 15g, Xuyên khung - 6g, Nhũ hương - 4,5g, Một dược - 4,5g, Bạch chỉ - 9g, Nguyên hồ - 12g, Cam thảo - 6g, Xích thực - 9g, Kim ngân hoa - 9g, Liên kiều - 15g. Sắc

uống với rượu sẽ kiến hiệu. Dùng cả cho vết thương lâu ngày vẫn bị phá ra.

18. Bị đòn đau đớn không nguôi

Thiên ma - 9g, Bạch chỉ - 9g, Bạch phụ tử - 9g, Sinh nam tinh - 9g, Phòng phong - 9g. Tất cả đem tán nhỏ, thêm Thất tiểu tán - 30g, và trộn đều. Mỗi lần uống 9g, uống với 1 chén nhỏ rượu mạnh hâm nóng. Lại lấy bột thuốc hòa với rượu mạnh thành hồ bôi chỗ đau; 1,2 ngày là đỡ.

19. Bị quuyền, ngã đau gân

Qua ngư (ốc sên) 2 con, đầu ba ba một cái. Giã nhuyễn, thêm lòng trắng trứng gà vào trộn đều đắp chỗ đau. Chỉ ba ngày là đỡ.

20. Quyền đánh trúng mặt xương đỏ

Đương quy - 30g, Xuyên khung - 9g, Bạch chỉ - 9g, Sơn dương giác (cạo ra uống) - 9g, Tế tân - 3g, Hồng hoa - 15g, Đào nhân - 9g, Cam thảo - 6g. Sắc uống.

21. Thiếu Lâm thất ly tán

Địa biết trùng (bỏ đầu, chân) - 24g, Bằng xa - 24g, Bồng nga truật (sao dấm) - 15g, Ngũ gia bì (sao rượu) - 15g, Thỏ ty tử - 15g, Mộc hương - 15g, Ngũ linh chi (sao dấm) - 15g, Quảng trần bì - 15g, Sinh đại hoàng - 18g, Lâu cô (con dê) - 18g, Châu sa - 12g, Hàu cốt - 12g, Ba đậu tương - 6g, Ba lăng - 9g, Thanh bì - 9g, Xích thực (sao dấm) - 6g, Ô dược - 6g, Sao chỉ xác - 6g, Đương quy (sao) - 15g, Bồ hoàng, Sinh địa, Thục địa, đều - 6g, Xạ hương - 1,5g. Tán bột tất cả. Bị thương nhẹ uống mỗi lần 0,21g. Bị thương nặng uống 0,41g. Cực nặng thì uống 0,6g với rượu nặng. Người bị ứ huyết công tâm, uống vào là tỉnh.

22. Bị côn đánh vào hông, cõ

- Bị côn đánh ở hông: Đương quy - 30g, Hồng hoa - 15g, Xuyên khung - 9g, Tự nhiên đồng (tỏi dấm) - 6g, Xuyên ngư tất - 15g, Kê huyết đằng - 30g, Tô mộc - 9g, Đại hoàng - 9g. Sắc uống.

- Bị côn ở cõ: Hạnh nhân - 5 hạt, Đào nhân - 5 hạt, Xuyên hoàng liên - 15g, Huyết kiệt - 1,5g, Hoa tiêu - 0,9g. Giã nhuyễn như bùn, đắp vào chỗ đau là bớt đau ngay.

23. Bị roi vào vai sưng đau

Đương quy - 15g, Xuyên khung - 9g, Sinh bồ hoàng - 3g, Xuyên tiêu - 0,6g, Trạch lan - 6g, Hồng hoa - 9g, Đào nhân - 9g. Sắc lên uống với 30g hoàng tửu.

24. Bị quyền, binh khí đánh làm cả người sưng đau

Bạch thực - 9g, Hoàng bá - 9g, Đan sâm - 30g, Lưu kỳ nô - 9g, Tần cứu - 9g, Kê huyết đằng - 15g, Tùng tiết - 15g, Mộc qua - 9g, Mộc thông - 6g, Phục linh - 9g, Hồng hoa - 9g, Xuyên đoạn - 9g, Xuyên ngư tất - 15g, Sinh hoàng thi - 15g, Cam thảo - 6g.

Lấy nửa nước nửa rượu sắc còn 1 bát thêm vào một chén nước dãi trẻ. Ngày uống 2 lần, 3 ngày là đỡ.

25. Vật bị thương tích

Huyết kiệt - 3g, Nhân trà - 3g, Hồng hoa - 9g, Đương quy - 15g, Xích thực - 6g, Lòng não - 3g, Châu sa - 1,5g, Quế tâm - 1,5g, Phụ tử - 1,5g. Tán bột uống với 30g rượu trắng.

26. Thiếu Lâm được nắm (thuốc về Thiếu Lâm)

Tử hoa địa đinh căn, Hoàng hoa thái căn đều - 30g, Kim ngân hoa - 24g, Nhũ hương, ột dược đều - 9g, Nhân trà - 12g, Hồng phấn - 15g, Khinh phấn - 18g, Huyết kiệt - 24g, Mai phiến - 4g, Xạ hương - 0,3g.

Trước tiên mang vị đầu tán nhỏ, 8 vị sau tán nhỏ riêng rồi mới đem trộn đều cùng 3 vị trước rồi đem xoe thành những thỏi dài 5 phân, 7 phân và 2 tấc dài ngắn khác nhau, có đường kính bằng hạt đậu xanh rồi cất vào bình kín. Khi dùng thì trước tiên lau hết máu mù chỗ đau, lấy nước muối lạnh rửa sạch chỗ đau, sau đó tùy thực tế vết thương mà đặt vào từ 1 đến 3 thỏi thuốc vào tận đáy chỗ bị đau. Ba ngày thay thuốc một lần. Phần lớn chỉ 3 lần thay thuốc là hết chảy nước vàng, 5 lần lên da non, 7 lần là liền sẹo.

Chủ trị trừ thối nát, giải độc, sinh cơ, chữa các chứng bị kim thương chảy máu mù nước vàng, miệng vết thương xanh tím lại, lâu ngày không khỏi. Pháp sư Đức Thiện nói : " thuốc này có thể thanh nhiệt tẩy hỏa, chống dịch, thứ hai có thể trừ độc, trị lở loét. Đồng thời đối với các bệnh viêm tai, má, họng, đậu đều có tác dụng chữa tốt ".

27. Thiếu Lâm ngũ hương tửu (rượu năm mùi)

Đinh hương, Mộc hương, Nhũ hương, Đàn hương, Tiêu hồi hương đều - 9g, Đương quy - 30g, Xuyên khung - 24g, Hồng hoa - 15g, Tô mộc - 24g, Hoài ngư tất - 24g. Rượu trắng cực tốt 1 cân.

Thái các vị trên thành miếng, cho vào bình rồi đổ rượu trắng vào nút kín, gấn chặt, mỗi ngày lắc đều 3 lần. Sau 10 ngày chôn xuống đất sâu 3 thước (độ 1 mét - ND) lấy đúng đất đào lên lấp lại. Hai mươi ngày sau lấy lên, lọc bỏ bã vắt khô bằng kiệt, đổ lẫn rượu đầu. Mỗi lần uống 1 chén con. Khi bị đau có thể bôi rượu này vào chỗ đau, trong uống ngoài bôi rất tốt. Công dụng hoạt huyết tan ứ tiêu sưng tấy giảm đau. Chuyên trị các bệnh bị quyền, binh khí đánh thành thương, sưng đau tại chỗ nóng đỏ đau đớn, bong gân lộn khớp, làm da ngoài sưng phồng xanh tím, vẹo lưng khí rẽ đau mới.

28. Chỉ huyết vạn ứng tán cao (thuốc cao cầm máu vạn ứng tán)

Sâm tam thất - 9g, Bạch cập - 9g, Mã bột - 9g. Tất cả đem tán bột cho vào ống trúc. Khi bị thương lấy thuốc rắc vào chỗ đau sẽ công hiệu.

29. Cao giải độc

Sinh lực đậu phẩn - 30g, Kim ngân hoa - 30g, Liên kiều - 24g, Sinh cam thảo - 9g, Hoàng hoa thái căn - 15g. Tán nhỏ thành bột cho vào ống trúc. Người bị trúng độc thức ăn, uống 9 - 12g với nước ấm, uống 3 lần thì đỡ.

30. Cao sinh cơ

Nhũ hương (chế dấm) - 9g, Một dược (chế dấm) - 9g, Bạch chỉ - 9g, Hoàng thị - 15g, Tự nhiên đồng (tôi dấm 7 lần) - 4,5g, Trần châu (chế đậu hủ) - 0,6g, Xích thực - 9g, Hồng hoa - 9g, Huyết kiệt - 4,5g, Xạ hương - 0,3g, Nhân trung hoàng - 1,5g, Băng phiến - 0,6g.

Tán xạ hương, Băng phiến riêng. Các vị khác tán bột rồi trộn đều lấy bột một nửa nhồi vào ống trúc nút kín để dành khi bị thương từng chỗ phá ra có thể lấy số thuốc cần dùng rắc vào chỗ đau. Nếu dùng thuốc cao bảo vệ da của phái Thiếu Lâm, mỗi ngày thay thuốc một lần có thể cầm máu bớt sưng, đỡ đau. Nếu thành sẹo có thể dùng dầu sinh hương hòa bột thuốc thành cao trực tiếp đắp vào chỗ đau, chỉ từ 1 đến 3 ngày là đỡ hẳn.

31. Cao chống loét

Bạch chỉ, Kim ngân hoa đều - 9g, Liên kiều - 6g, Tử hoa địa đĩnh - 9g, Huyết kiệt - 15g, Hồng phẩn - 6g, Khinh phẩn - 6g, Một dược (chế dấm) - 9g, Nhũ hương (chế dấm) - 9g, Xuyên hoàng liên - 6g, Sinh cam thảo - 6g, Xạ hương - 0,6g, Băng phiến - 0,6g, Đại hoàng - 9g, Hoàng bá - 9g, Thiên hoa phẩn - 15g. Xạ hương,

băng phiến, khinh phấn, hồng phấn giã riêng thật nhỏ mịn còn các vị khác tán nhỏ riêng. Trộn các thứ vào đảo đều nhồi vào ống trúc bịt thật kín để dùng. Để bị thương vì thương, dao, kiếm, kích v.v... mà lâu ngày thành loét không khỏi mà chảy máu mù có thể rắc thuốc bột này, bên ngoài dán "Cao giữ da Thiểu Lâm". Nếu vết thương chưa bị phá loét hoặc chỉ bị sưng tấy bầm đỏ hay đã thành sẹo đều có thể dùng: Lấy dầu thơm sống thêm một ít mật ong vừa đủ quấy với bột thuốc thành hồ nhão đắp vào vết thương. Mỗi ngày 1 lần bôi thuốc, chỉ đắp ba ngày là đỡ.

32. Thuốc nối xương tiếp gân

Đỗ trọng (sao muối) - 9g, Tục đoạn - 9g, Xuyên ngư tấu - 9g, Phá cố chỉ - 6g, Tam thất - 9g, kê huyết đằng - 9g, đào nhân - 9g, Thục căn thảo - 4,5g, Thấu cốt thảo - 9g, Dương quy - 9g, xích thược - 9g, Nhũ hương (sao dấm) - 4,5g, Một dược (sao dấm) - 4,5g, Hoàng thị - 6g, Sinh địa - 9g, Bạch chỉ - 9g, Huyết kiệt - 6g, Tự nhiên đồng (tôi dấm 7 lần) - 6g, Trứng gà tươi ba quả.

Các vị thuốc trên tán nhỏ, nhồi vào ống trúc. Khi gãy xương, trước hết phải đưa xương về đúng vị trí cũ sau mới dùng 9g thuốc uống với 30g Hoàng tửu (rượu vàng). Lấy 2, 3 quả trứng gà tươi đập lấy lòng trắng quấy với thuốc đắp vào chỗ đau rồi lấy ván gỗ mỏng mỏng buộc cố định lại và cuốn bằng vải cứ tàn một nén hương lại cởi ra một lần, nằm yên trên giường để dưỡng thương. Uống bổ sung thang "tứ vật" gia vị đào hồng, khoảng 15 đến 30 ngày là khỏi.

33. Cao thông mật (hành và mật)

Thông bạch (hành củ) Hương thân, Bạch mật, các vị bằng nhau quấy đều, hơi nóng lên mà đắp. Cao này dùng để trị các chứng bị đòn đánh đến bị xưng đau chịu không nổi.

34. Bài chữa đòn ngoại thương không khép miệng

Nhân chỉ giáp - 15g (móng tay người), lấy táo đỏ bỏ hạt bao lấy móng tay đó, dùng tóc dài xâu que xiên qua buộc táo lại cùng 15g tượng bì bỏ vào bình đốt lửa nướng cho co lại thành một cục tẩm tẩm. Cho thêm Xạ hương - 2,1g, Băng phiến - 0,9g nghiền thành bột mịn cho thêm hương thần cất đi để dùng dần. Khi dùng, lấy bột thuốc rắc vào vết thương rất kiến hiệu.

35. Bài chữa đau đớn do đòn đánh hay cảm mạo thương phong

Kinh giới, Hoàng lap, Ngưu biều (bong bóng cá) sao vàng, đều 15g, Ngải diệp - 3 lá, rượu trắng 1 bát. Đem sắc lên chấy tằm một nén hương uống đang nóng, mồ hôi ra là khỏi. Nhớ là trong ngày uống thuốc này phải kiêng thịt gà.

36. Bài chữa bị đòn đánh, tích huyết, đại tiểu tiện không thông

Đương quy vĩ - 6g, Sinh địa, Xuyên khung, Đào nhân, Đại hoàng, Hồng hoa đều - 3g. Rượu và nước bằng nhau sắc lên uống. Người không uống được rượu thì sắc nước lã lên uống cũng được.

37. Bị kim thương lâu ngày vàng vọt không khỏi

Triết bối mẫu - 30g, Hoa phấn - 30g, Bạch chỉ - 15g, Xuyên hoàng liên - 15g, Hoàng bá - 12g, Sinh cam thảo - 6g. Tất cả tán nhỏ rắc vào vết thương.

38. Bài chữa các loại sang độc (mụn nhọt độc)

Kim ngân hoa - 12g, Tử hoa địa đinh - 15g, Liên kiều - 9g, Sinh địa - 15g, Bạch chỉ - 9g, Bồ công anh - 30g, Sinh cam thảo - 6g, Rượu vàng - 30g (để dẫn thuốc). Sắc lên đồ rượu uống một ngày hai lần.

39. Trần trâu tán

Minh thiên ma, Khương hoạt, Phòng phong, Sinh nam tính (sao nước gừng), Bạch chỉ đều - 15g, Bạch phụ tử - 30g. Tất cả các vị đều tán cực nhỏ mịn cho vào cái lọ nhỏ miệng dùng sáp ong gắn lại không để dò hơi. khi dùng lấy thuốc trộn với sinh hương du thành cao mà bôi chỗ đau. Thuốc này chữa vết đòn bị thương tổn đã phá miệng. Dù vết thương miệng to nhỏ thế nào, hay vết thương miệng có loét hay không thậm chí mồm miệng méo xệch co rút, chỉ cần tìm chưa ngừng đập là vẫn có thể dùng thuốc này bôi vào vết thương. Lại dùng thêm 9g rượu nóng để uống dẫn, người không biết uống rượu có thể dùng nước đun sôi mà uống. Thuốc này có tính chất chữa vết thương chết thành sống được, duy người bị nôn mửa thì khó chữa.

40. Nhọt độc không khỏi

Qua ngư, Thiềm tô mặc, Hoàng bá, Triết bối mẫu, Sinh cam thảo lượng bằng nhau, Băng phiến ít hơn. Tất cả tán nhỏ. Người bị chảy nước lấy thuốc rắc vào vết thương, nếu chưa bị chảy nước vàng thì lấy rượu trắng tốt hòa thuốc thành hồ đặc đắp vào vết thương sẽ kiên hiệu. Có thể phối hợp uống trong bằng thang "Thiếu Lâm tiêu độc" với 30g rượu vàng để dẫn thuốc.

41. Vết thương lâu ngày chảy nước vàng mù xanh

Kim ngân hoa - 30g, Liên kiều - 30g, Bạch chỉ - 9g, Một dược - 6g, Nhũ hương - 6g, Hoàng thi - 30g, Phòng phong - 9g, Cam thảo - 6g. Sắc lấy nước uống. Sau khi uống xong thuốc thì uống thêm một chén con rượu trắng tốt. Hai ba ngày sau là nước mù máu bớt chảy, sắc diện đang tái hồng dần lên. Tiếp tục uống thêm vài ba lần nữa là khỏi.

42. "Thiếu Lâm tiêu độc thang" (thang tiêu độc Thiếu Lâm)

Bồ công anh - 30g, Tiên sinh địa - 30g, Tử hoa địa đinh căn - 30g, Miêu nhĩ nhân - 1 con, Sinh cam thảo - 6g. Sắc lấy một bát, thêm - 30g đường trắng, để nguội uống một lần. Uống liền hai lần. Công dụng làm tiêu hóa độc, thấp độc, sang độc, dịch độc.

43. Thuốc tán vụn ứng chữa thương Thiếu Lâm

Sinh cam thảo, Triết bối mẫu, Thiên hoa phấn, Hoạt thạch phấn, Hoàng bá thán, Xích thạch chi, đều lượng bằng nhau. Đem tán bột. Khi dùng thuốc thì trước tiên dùng nước muối loãng rửa sạch vết thương hết các chỗ mụn nát sau đó mới rắc thuốc bột vào. Lại dùng Thiếu Lâm "Thiên chùy cao" dán lên càng kiến hiệu ngay.

Thuốc này trị các vết thương quyền chưởng, binh khí đánh vào lâu ngày lở loét, lâu không thu miệng kéo dài hàng năm không khỏi.

D. THUỐC CAO CỦA CHÙA THIẾU LÂM

1. Cao trị độc vết thương

Kim ngân hoa - 15g, Xạ hương - 0,3g, Khinh phấn - 6g, Tùng hương - 6g, Hồng phấn - 15g, Nhũ hương - 4,5g, Mộc dược - 4,5g, Tự nhiên đồng (luyện dấm 7 lần) - 6g, Hùng hoàng - 4,5g, Mai phiến - 0,9g.

Các vị xạ hương, hồng phấn, khinh phấn tán riêng, các vị khác tán bột rồi mới cho ba vị trên vào trộn thật đều. Dùng Hương du (dầu thơm) trộn với thuốc bột thành hồ bôi vào chỗ đau rồi lấy vải trắng băng lại.

2. Cao "hồi xuân" Thiếu Lâm

Nhũ hương - 30g, Mộc dược - 30g, Ngô công(con rết) - 30g, Kim ngân hoa - 150g, Liên kiều - 150g, Tử hoa địa đỉnh - 150g, Hoàng bá - 150g, Bạch chỉ - 150g, Xuyên sơn giáp - 150g, Nhân trà - 30g, Xuyên hoàng liên - 150g, Sinh chi tử - 150g, Xích thực - 150g, Trư linh - 150g, Dương quy vĩ - 150g, Xuyên khung - 90g, Sinh hoàng thị - 150g, Sinh cam thảo - 60g, Bạch liễm - 150g, Chương não - 30g, Khinh phấn - 30g, Hồng phấn - 30g, Duyên đan - 90g, Mai phiến - 9g, Huyết kiệt - 30g.

Tám vị nhũ hương, mộc dược, khinh phấn, hồng phấn, huyết kiệt, chương não, mai phiến, nhân trà tán nhỏ riêng.

Các vị khác tán thô. Dùng ma du (dầu gai) 25 cân đổ vào chảo đun và đổ các vị thuốc thô vào sào trong dầu khi các vị thuốc đã tóp hết thì vớt bã ra, lấy dầu thuốc lọc kỹ và lại đổ vào chảo đun liu riu cho đến khi thành "châu" (tức là khi dầu thuốc chuyển khỏi xanh trên mặt chảo thành khói đen đặc rồi sang khói trắng) hoa dầu từ vách chảo rơi vào giữa chảo thì rút lửa

hạ đơn (chế đơn) cứ 300g dầu thuốc thì hạ đơn 110g. khi hạ đơn thì vừa hạ vừa khuấy đều phòng đơn chìm xuống đáy chảo hay nổi lên trào ra ngoài. Hạ đơn xong (tức là cho châu sa bột vào dầu thuốc để chế đơn, vì châu sa màu đỏ nên gọi là đơn - ND) lập tức cho nước lạnh phun vào dầu cao, đợi trong chảo tỏa khói đen hạ nhiệt độ xuống xong lấy dầu cao chia thành từng khối nhỏ bỏ vào ngâm nước lạnh trong 10 đến 15 ngày, mỗi ngày thay nước hai lần để trừ hỏa độc. Khi trừ hết hỏa độc rồi mới lấy nhũ hương, một dược... tám vị kê trên cho vào dầu cao. (Tức là cho dầu cao vào trong chảo, tăng dần độ nóng lên cho dầu cao chảy mềm ra để rắc các thuốc bột vào mà khuấy đều) sau này dần cao ra mà dùng bên ngoài.

Cao này dùng để chữa trị các thương tích do kim loại gây nên vết thương chảy máu mủ, nước vàng lâu ngày không khỏi, lúc tê lúc đau nhức, hoặc vết thương trúng độc vô danh (không biết tên chất độc), các chứng mụn nhọt độc âm dương v.v...

Nhà sư thầy thuốc Đức Thiền dùng loại cao này chữa các chứng kể trên có hơn ngàn người, phần lớn chỉ một hai lần dán cao là khỏi, bị nặng thì dán 3 đến 5 lần cũng khỏi. Dán cao rồi chỗ đau phát ngứa ngáy cũng không nên bóc vứt đi mà phải để nguyên để chữa bệnh.

3. Cao thiên chùy Thiếu Lâm

Hạnh nhân - 40 hạt, đào nhân - 40 hạt, Sinh ba đậu - 7 hạt, Trần đồng lục (ri đồng xanh lâu ngày) - 9g, Bãg phiến - 6g, Hương du - 150g.

Đem ba loại hạt trên bóc vỏ bỏ vào cối giã nhuyễn như bùn rồi đem ra dùng chày vừa giã vừa cho đồng lục, bãg phiến vào giã đều và cho thêm hương du dần để cao mềm mà giã kỹ. Phải giã cả ngàn cái nên tên cổ mới gọi là cao "thiên chùy" (ngàn chày đập) khi được bỏ vào bình, nút kín dùng dần. Khi dùng lấy

cao phết vào chỗ đau. Chuyên trị thương tích sưng to tấy đỏ, trúng độc vô danh, nhọt độc mới phát sưng đỏ đau đớn.

Đức Thiên hòa thượng dùng cao này chữa cho hàng trăm người bệnh, phần lớn chỉ một lần dán là khỏi. Thấy tôi là pháp sư Tố Quảng trước khi mất không lâu đã ghé tai dặn dò hòa thượng Đức Thiên rằng: "Đây là bài thuốc hay như thần, chớ nên để dài truyền cho kẻ không có đức."

4. Cao "Ngũ tiên" Thiếu Lâm

Sinh cam thảo (Bỏ vỏ) - 60g, Xạ hương - 0,6g, Duyên đơn - 9g, Mai phiến - 0,6g, Hoàng liên - 30g. Đầu tiên đem hoàng liên, cam thảo ra giã thành bột, sau đó cho các vị vào trộn thật đều, vừa trộn vừa cho dần hương du vào để cao dẻo như hồ dán rồi bỏ lọ nút kín. Khi dùng lấy cao bôi vào chỗ đau.

Chuyên trị ung nhọt, sang độc, sưng tấy, đau nhức.

5. Thiếu Lâm "Quan Âm cao"

Quế chi - 60g, Tang chi - 30g, Hồng hoa - 30g, Đào nhân - 90g, Nhũ hương (chế dấm, bỏ dầu) - 60g, Một dược (chế dấm, bỏ dầu) - 60g, Thiên hoa phấn - 60g, Bạch chỉ - 60g, Đại hoàng chế rượu - 60g, Xích thực - 60g, Mộc qua - 60g, Tô mộc - 30g, Ngưu tất - 60g, Tự nhiên đồng - 30g, Thục căn thảo - 30g, Đơn bì - 30g, Lưu kỳ nô - 60g, Mộc thông - 30g, Kê huyệt đẳng - 60g, Nguyên hồ chế dấm - 60g, Nhân trà - 60g, Đường quy - 60g, Xuyên khung - 45g, Quảng mộc hương - 30g, Hồng phấn - 30g, Khinh phấn - 30g, Xạ hương - 30g, Sinh cam thảo - 30g, Duyên đơn - 300g, Băng phiến - 15g.

Tổng cộng 30 vị thuốc. Trước tiên lấy tám vị nhũ hương, một dược, tự nhiên đồng, nhân trà, hồng phấn, băng phiến, xạ hương, duyên đơn, bỏ vào bao riêng tán nhỏ mịn. Còn 22 vị quế chi, tang chi... giã thô và đem sào với 6 cân hương du đến khô

xác thì vớt bỏ bã, lọc dầu rồi lại bỏ vào chảo đun lom dom cho đến khi khói trên mặt chảo dầu từ xanh chuyển thành đen rồi từ đen chuyển thành trắng, hoa dầu từ vách chảo chuyển vào giữa chảo thì đem dầu thuốc ra thử. Nếu nhỏ giọt dầu thành "châu" không chảy tan ra là được, rút bỏ lửa để hạ đơn. Cứ 300g dầu thì hạ đơn 105g. Khi hạ đơn cũng phải vừa hạ vừa khuấy luôn tay, sau đó dùng nước lạnh phun vào chảo dầu đợi đến khi nhiệt độ hạ xuống không còn bỏng tay nữa thì chia dầu cao thành khối nhỏ bỏ vào nước lạnh cho sạch. Mỗi ngày thay nước hai lần. Ngâm 15 ngày cho nước ngấm trừ hết hỏa độc. Sau cùng đưa dầu cao vào chảo cho nóng chảy ra và đổ 8 vị thuốc còn lại vào khuấy thật đều là xong.

Dùng cao này để chữa các vết thương quyền chướng, binh khí, bong gân gãy xương, sưng tấy đau đớn, hoặc các vết thương lâu ngày thành ung độc, dù có chảy máu mủ hay không, bị co gân khó duỗi, hoạt động khó khăn, đau hông rức chân tay...

Sư tổ của hòa thượng Đức Thiện là pháp sư Trình Tuấn dùng thứ cao Quan Âm này chữa cho cả ngàn người bị các chứng bệnh kể trên từ các huyện Yên Sư, Củng huyện, Đăng Phong, Lâm Nhữ v.v... ai ai cũng khen là "Cao thần Thiệu Lâm". Hòa thượng Đức Thiện dùng cao này chữa khỏi các chứng đau gân động xương, bị thương tích vì đòn đánh, đau lưng nhức chân chịu không nổi v.v... đến hơn 500 người đều khỏi, hiệu quả đúng là "hiệu nghiệm như thần" thật.

6. Cao "Bạch y Bồ tát" Thiệu Lâm

Đương quy - 30g, Xích thực, Bạch thực đầu - 30g, Hồng hoa - 30g, Hắc đơn bì - 30g, Nhũ hương (chế dấm) - 45g, Một dược (chế dấm) - 45g, Xuyên sơn giáp - 45g, Sinh mẫu lệ - 45g, Nhân trà - 45g, Quảng mộc hương - 15g, Nam đinh hương - 6g,

Sinh cam thảo - 21g, Kinh phấn - 30g, Hồng phấn - 30g, Đào thụ chi - 60g, Mai phiến - 9g, Quế chi - 30g, Duyên đan - 300g, Xạ hương - 30g.

Chế cao đúng theo cách thức đã kể ở trên.

Chủ trị các thương tích do đòn đánh bị thương, bị ngã làm tổn thương gân cốt, xương gãy trật khớp lệch hông vẹo lưng, huyết ứ sưng tấy.

Hòa thượng Đức Thiện đã dùng cao này chữa các chứng bị thương vì đòn đánh, hông lệch vẹo phân rẽ khí, vấp ngã, tổn thương gân cốt... hơn 600 lượt người bệnh đều đạt hiệu quả tốt. Đặc biệt đối với các chứng tổn thương gân cốt, ứ huyết sưng tấy đau do đòn đánh... có tác dụng hết đau ngay.

7. Cao "bát tiên" Thiếu Lâm

Sinh hoàng linh - 30g, Sinh nam tinh - 30g, Sinh thảo ô - 24g, Sinh cam thảo - 15g, Bối mẫu - 24g, Xuyên hoàng liên - 15g, Trư nha tạo - 9g, Mai phiến - 2,8g, Sinh hương du - 225g. Nghiền nhỏ bày vị sinh hoàng linh v.v... riêng, mai phiến riêng rồi mới trộn đều với nhau và sinh hương du để thành cao cho vào bình đậy kín.

Khi dùng thì trước hết phải làm sạch vết thương khỏi mủ máu và thịt thối nát, sau đó dùng nước muối rửa đi rửa lại ba lần cho thật sạch rồi mới đắp cao vào và băng lại bằng vải sạch. Hằng ngày rửa thay cao khác, mười ngày sẽ khỏi.

Cao chuyên trị vết thương do đòn, binh khí đánh phải thành lở loét lâu ngày không khỏi.

Hòa thượng Đức Thiện dùng cao này đã chữa khỏi cho gần 500 người bị các loại lở loét ung nhọt lâu ngày, hiệu quả rất cao.

MỤC LỤC

	Trang
Lời nói đầu	5
Chương I. Bàn khái quát về phép cầm nã	7
Chương II. Ca quyết cầm nã	9
Chương III. Mười tám phép cầm nã	18
A. Những điều cốt yếu của mười tám phép cầm nã	18
B. Mười tám phép cầm nã	19
Chương IV. Phép mật truyền về tháo xương	23
A. Sơ lược về phép tháo xương	23
B. Phép tháo nắn các khớp xương	25
Chương V. Hình thuyết minh các thể của phép cầm nã	26
Chương VI. Các bài thuốc kinh nghiệm chữa thương tích của Thiếu Lâm	64
A. Các Bài thuốc cấp cứu tổn thương	65
B. Các bài thuốc chữa nội thương	70
C. Các bài thuốc kinh nghiệm chữa ngoại thương	80
D. Thuốc cao của chùa Thiếu Lâm	93

PHÉP CẦM NÃ VÓ THUẬT THIẾU LÂM

NHÀ XUẤT BẢN THỀ DỤC THỀ THAO

7 Trịnh Hoài Đức Hà Nội - Điện thoại : 256155

**Chi nhánh : 48 Nguyễn Đình Chiểu, Quận I,
TP. Hồ Chí Minh - Điện thoại : 298378**

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Nguyễn Văn Hiếu

Biên tập: Đỗ Ngọc Mạch

Sửa bản in: Kim Dao

Trình bày bìa: Trần Việt Sơn

Sắp chữ điện tử tại Trung tâm Xuất bản - Viện Khoa học Việt Nam.

In 1200 bản, tại Xưởng in Nông Nghiệp.

Số đăng ký xuất bản: 27KH/TDĐT-CXB/12-1-1993.

In xong và nộp lưu chiểu tháng 5 năm 1993.

PHÉP CẦM NÃ VÕ THUẬT THIẾU LÂM

... Phép cầm nã Thiếu Lâm là môn thần diệu đề bắt địch, bẻ địch, giáp lá cà đối mặt đánh nhau hễ tóm là được, hễ bắt là thắng.

Phép cầm nã đứng đầu kỹ thuật chiến đấu. Một có thể khống chế đối thủ mất sức chiến đấu, hai có thể khiến đối thủ mê ngã, ba có thể khiến đối thủ tàn phế, bốn có thể khiến đối thủ gục ngay tại chỗ.

Lệnh cũ núi Thiếu Thất: cao tăng dạy võ ví gặp học trò đạo đức cao có thể truyền dạy một vài, tuyệt đối không dạy kẻ hung bạo hay không có đạo đức...

Cuốn sách rất bổ ích và cần thiết cho những người nghiên cứu võ thuật, các võ sư, võ sinh và những người yêu thích luyện tập võ.