

LỜI GIỚI THIỆU

Khí công là một phương pháp tập luyện cổ truyền phương Đông đã được nhiều người Việt Nam qua các thời kỳ tham gia tập luyện và đã đạt được những hiệu quả nhất định.

Với dự định tổ chức nghiên cứu để giới thiệu một số bài tập khí công có hiệu quả tốt của các môn phái, liên đoàn võ thuật cổ truyền Việt Nam xin giới thiệu với quý bạn đọc cuốn " Đích phái chân truyền Thiếu Lâm nội công bí truyền " do nhà nghiên cứu triết học phương Đông Lê Văn Sửu biên dịch.

Tuy là một cuốn sách do người nước ngoài biên soạn nhưng theo chúng tôi nội dung sách có đầy đủ các mặt lý luận, thực hành và nhất là các nguyên tắc tập luyện khí công, trước mắt đáp ứng phần nào nhu cầu tập luyện của người Việt Nam.

Rất có thể cuốn sách chưa làm quý bạn đọc, nhất là những người nghiên cứu vừa lòng nhưng chúng tôi hy vọng nó sẽ mang đến nhiều điều thú vị để bạn đọc cùng tham khảo và có thể ứng dụng. Rất mong quý bạn đọc góp ý kiến để chúng tôi rút được kinh nghiệm trong những lần xuất bản sau.

Xin chân thành cảm ơn.

TM. THƯỜNG TRỰC LIÊN ĐOÀN

Phó chủ tịch kiêm tổng thư ký LĐVTCTVN

TRƯƠNG QUANG TRUNG