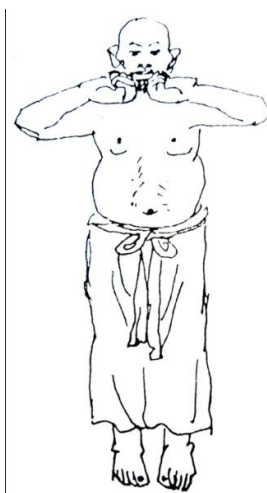


## **Đoạn thứ chín**

Làm xong đoạn công phu thứ tám, nghỉ chốc lát, lại làm nối đoạn thứ chín. Toàn thân đứng thẳng, đầu ngay ngắn, mắt nhìn phía trước, thân trên cần thẳng, miệng ngậm kích động khí như trước. Hai chân chụm khít, đem ngón tay cái gập đặt ở trong lòng bàn tay, lấy bốn ngón còn lại nắm phía ngoài. Nắm quyền rất lỏng. Sau đó đem hai quyền từ phía dưới nâng lên, nhất định cần ở ngay phía trước nâng lên, nâng đến phía trước bụng thì gập hai cẳng tay xoay lên hướng trên, đến đúng mặt làm mức, lòng bàn tay hướng ngoài. Hai mặt quyền thì chéo hướng về hai cạnh chót mũi. Khuỷu cánh tay gập thành hình tam giác. Hai quyền cách nhau chừng hơn ba thốn. Sau đó lại đem quyền từ từ nắm khít để đến cực độ. Đồng thời đem cẳng tay dùng sức xoay chuyển hướng vào, cánh tay trên thì dùng sức ép ra phía trước, khớp khuỷu thì phân dẫn hướng ra mặt sau các vùng, đồng thời vận dụng khí lực. Sau khi hơi dừng việc giữa chừng, lại từ từ thả lỏng hai quyền, thu về khí lực ở các vùng, để trở lại tình trạng cũ. Một khít một lỏng như thế là một lần, từ đầu đến cuối cộng làm bốn mươi chín lần là xong công. Xem hình 39.



*Hình 39*

Theo đúng đoạn này thì xoay cẳng tay hướng lên trên, nên giống như dạng nắm cần câu vật nặng xoay nâng lên hướng trên, tuy trong bàn tay lại chưa có cần câu, trong tâm phải nghĩ làm như là có. Đoạn này bản ở ngoài phổ nhằm lẫn rất

nhiều, đã đem nói lẫn làm một với đoạn thứ sáu để lại cái nhầm cho người đời không biết bao nhiêu mà kể. Cho nên đặc biệt cải chính thêm, và chỉ ra cái nhầm đó để thông báo với người học chỗ không giống với đoạn thứ tám đó. Nhưng cần phải xem thêm hai cái dưới, không khó lãnh ngộ (nhận và hiểu).