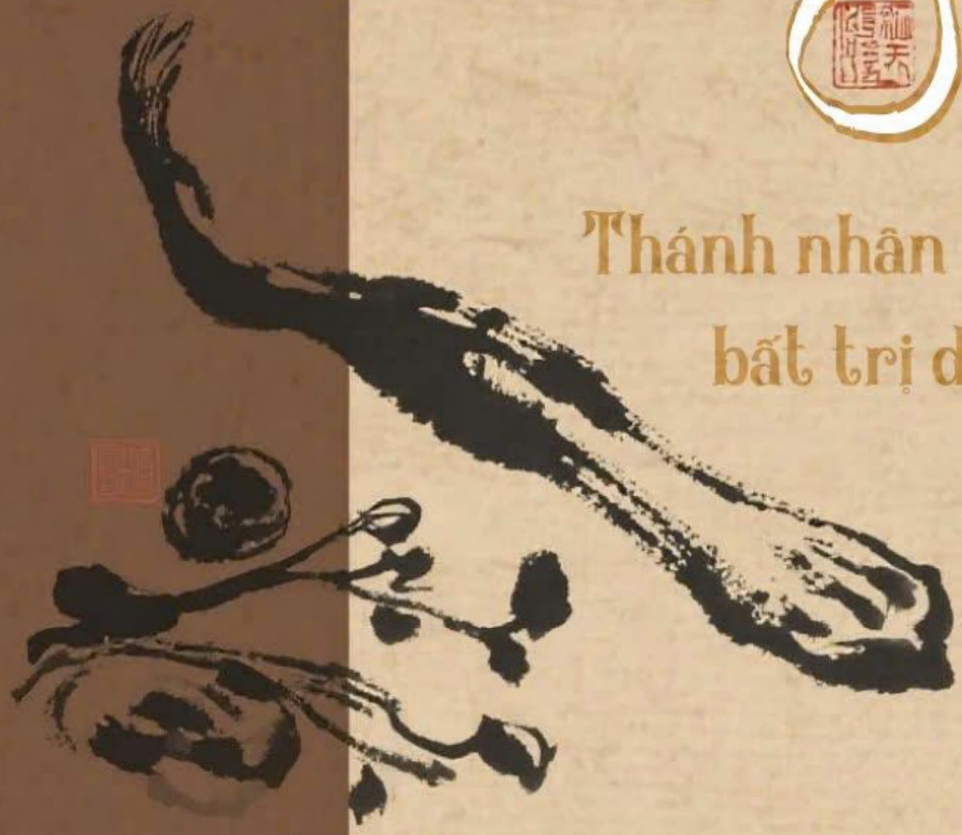
Hoàng Đế Nội Kinh

黃帝內經

Thongdao

Thánh nhân trị vị bệnh
bất trị dĩ bệnh



Tangthucac.Store

MỤC LỤC

- **Thiên 1**: **Thượng Cổ Thiên Chân Luận** – Bàn về lẽ sống tự nhiên thời thượng cổ
- **Thiên 2**: **Tứ Khí Điều Thần Đại Luận** – Điều hòa tinh thần theo bốn mùa
- **Thiên 3**: **Sinh Khí Thông Thiên Luận** – Sinh khí giao cảm với trời
- **Thiên 4**: **Kim Quỹ Chân Ngôn Luận** – Những lời quý giá như vàng
- **Thiên 5**: **Âm Dương Ứng Tượng Đại Luận** – Sự biểu hiện của Âm Dương trong vạn vật
- **Thiên 6**: **Âm Dương Ly Hợp Luận** – Sự tách ra và hợp lại của Âm Dương
- **Thiên 7**: **Âm Dương Biệt Luận** – Phân biệt Âm Dương qua mạch và bệnh
- **Thiên 8**: **Linh Lan Bí Điển Luận** – Chức năng các Tạng Phủ ví như các chức quan trong triều đình
- **Thiên 9**: **Lục Tiết Tạng Tượng Luận** – Hiện tượng Tạng Phủ ứng với sáu tiết khí
- **Thiên 10**: **Ngũ Tạng Sinh Thành Luận** – Sự sinh ra và hình thành của Ngũ Tạng
- **Thiên 11**: **Ngũ Tạng Biệt Luận** – Phân biệt Ngũ Tạng, Lục Phủ và Kỳ Hằng chi phủ
- **Thiên 12**: **Dị Pháp Phương Nghi Luận** – Các phương pháp trị liệu khác nhau tùy theo điều kiện vùng miền
- **Thiên 13**: **Di Tinh Biến Khí Luận** – Di chuyển tinh và biến đổi khí
- **Thiên 14**: **Thang Dịch Lao Lễ Luận** – Các loại thuốc thang, rượu thuốc
- **Thiên 15**: **Ngọc Bản Luận Yếu** – Những điểm cốt yếu trong chẩn đoán và điều trị quý như ngọc
- **Thiên 16**: **Chẩn Yếu Kinh Chung Luận** – Yếu lĩnh chẩn đoán và sự kết thúc của kinh mạch
- **Thiên 17**: **Mạch Yếu Tinh Vi Luận** – Những điểm cốt yếu, tinh tế và sâu sắc của mạch học
- **Thiên 18**: **Bình Nhân Khí Tượng Luận** – Biểu hiện khí huyết của người bình thường (khỏe mạnh)
- **Thiên 19**: **Ngọc Cơ Chân Tạng Luận** – Cơ chế hoạt động quý như ngọc của Chân tạng
- **Thiên 20**: **Tam Bộ Cửu Hầu Luận** – Phương pháp bắt mạch Tam Bộ Cửu Hầu
- **Thiên 21**: **Kinh Mạch Biệt Luận** – Phân tích riêng về Kinh Mạch
- **Thiên 22**: **Tạng Khí Pháp Thời Luận** – Tạng khí tương ứng với thời tiết bốn mùa
- **Thiên 23**: **Tuyên Minh Ngũ Khí Luận** – Làm sáng tỏ về Ngũ khí

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- **Thiên 24**: **Huyết Khí Hình Chí Luận** – Mối quan hệ giữa Khí Huyết, Hình thể và Tinh thần
- **Thiên 25**: **Bảo Mệnh Toàn Hình Luận** – Quý trọng sinh mệnh, bảo toàn hình thể
- **Thiên 26**: **Bát Chính Thần Minh Luận** – Tám loại gió chính và vai trò của Thần Minh
- **Thiên 27**: **Ly Hợp Chân Tà Luận** – Sự tách hợp của Chân khí và Tà khí
- **Thiên 28**: **Thông Bình Hư Thực Luận** – Tổng quan và đánh giá Hư Thực
- **Thiên 29**: **Thái Âm Dương Minh Luận** – Bàn về kinh Thái Âm và Dương Minh
- **Thiên 30**: **Dương Minh Mạch Giải Luận** – Giải thích về mạch kinh Dương Minh
- **Thiên 31**: **Nhiệt Luận** – Bàn về các bệnh nhiệt (sốt)
- **Thiên 32**: **Thích Nhiệt Luận** – Bàn về cách châm cứu chữa bệnh nhiệt
- **Thiên 33**: **Bình Nhiệt Bệnh Luận** – Đánh giá, bàn luận về bệnh nhiệt
- **Thiên 34**: **Nghịch Điều Luận** – Bàn về các chứng bệnh nghịch loạn và cách điều hòa
- **Thiên 35**: **Nhiệt Bệnh Luận** – Bàn về bệnh sốt rét (Ngược tật)
- **Thiên 36**: **Thích Ngược Luận** – Bàn về cách châm cứu chữa bệnh sốt rét
- **Thiên 37**: **Khí Quyết Luận** – Bàn về chứng Khí quyết (khí nghịch lên gây bất tỉnh)
- **Thiên 38**: **Khái Luận** – Bàn về chứng ho (Khái thấu)
- **Thiên 39**: **Cử Thống Luận** – Nêu lên và bàn luận về các chứng đau (Thống)
- **Thiên 40**: **Phúc Trung Luận** – Bàn về các bệnh trong bụng
- **Thiên 41**: **Thích Yêu Thống Luận** – Bàn về cách châm cứu chữa đau lưng (Yêu thống)
- **Thiên 42**: **Phong Luận** – Bàn về các bệnh do Phong (gió)
- **Thiên 43**: **Tý Luận** – Bàn về chứng Tý (đau nhức, tê mỏi do tắc nghẽn)
- **Thiên 44**: **Nuy Luận** – Bàn về chứng Nuy (teo nhẽo, yếu liệt)
- **Thiên 45**: **Quyết Luận** – Bàn về chứng Quyết (khí nghịch, chân tay lạnh giá)
- **Thiên 46**: **Bệnh Năng Luận** – Bàn về khả năng gây bệnh
- **Thiên 47**: **Kỳ Bệnh Luận** – Bàn về các bệnh lạ
- **Thiên 48**: **Đại Kỳ Luận** – Bàn về các bệnh lạ và lớn (nguy hiểm)
- **Thiên 49**: **Mạch Giải Luận** – Giải thích về mạch
- **Thiên 50**: **Thích Yếu Luận** – Bàn về những điểm cốt yếu trong châm cứu
- **Thiên 51**: **Thích Tề Luận** – Bàn về sự đồng đều, chuẩn mực trong châm cứu

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- **Thiên 52**: **Thích Cấm Luận** – Bàn về những điều cấm kỵ khi châm cứu
- **Thiên 53**: **Thích Chí Luận** – Bàn về việc châm cứu liên quan đến ý chí, tinh thần
- **Thiên 54**: **Châm Giải Luận** – Giải thích về kim châm
- **Thiên 55**: **Trường Thích Tiết Luận** – Bàn về các tiết đoạn (quy tắc) khi dùng kim dài
- **Thiên 56**: **Bì Bộ Luận** – Bàn về các vùng da (liên hệ kinh lạc)
- **Thiên 57**: **Kinh Lạc Luận** – Bàn về Kinh Lạc
- **Thiên 58**: **Khí Huyệt Luận** – Bàn về các huyệt khí
- **Thiên 59**: **Khí Phủ Luận** – Bàn về nơi hội tụ của khí
- **Thiên 60**: **Cốt Không Luận** – Bàn về các chỗ lõm trên xương (huyệt)
- **Thiên 61**: **Thủy Nhiệt Huyệt Luận** – Bàn về các huyệt liên quan đến Thủy và Nhiệt
- **Thiên 62**: **Điều Kinh Luận** – Bàn về việc điều hòa kinh mạch
- **Thiên 63**: **Mâu Kích Luận** – Bàn về phép châm Mậu (châm bên đối diện)
- **Thiên 64**: **Tứ Thời Kích Nghịch Từ Luận** – Bàn về phép châm thuận và nghịch theo bốn mùa
- **Thiên 65**: **Tiêu Bản Bệnh Truyền Luận** – Bàn về gốc và ngọn (Tiêu Bản) và sự truyền biến của bệnh
- **Thiên 66**: **Thiên Nguyên Kỷ Đại Luận** – Bàn luận lớn về kỷ cương của Thiên nguyên
- **Thiên 67**: **Ngũ Vận Hành Đại Luận** – Bàn luận lớn về sự vận hành của Ngũ Vận
- **Thiên 68**: **Lục Vi Chỉ Đại Luận** – Bàn luận lớn về ý nghĩa sâu xa của Lục khí
- **Thiên 69**: **Khí Giao Biến Đại Luận** – Bàn luận lớn về sự giao hội và biến đổi của Khí
- **Thiên 70**: **Ngũ Thường Chính Đại Luận** – Bàn luận lớn về quy luật bình thường của Ngũ Vận
- **Thiên 71**: **Lục Nguyên Chính Kỷ Đại Luận** – Bàn luận lớn về kỷ cương chính yếu của Lục Nguyên
- **Thiên 72**: **Thích Pháp Luận** – Bàn về phép châm cứu (thất truyền)
- **Thiên 73**: **Bản Bệnh Luận** – Bàn về căn nguyên bệnh
- **Thiên 74**: **Chí Chân Yếu Đại Luận** – Bàn luận lớn về những điều cốt yếu và chân thực nhất
- **Thiên 75**: **Trước Chí Giáo Luận** – Bàn về những lời dạy tối cao
- **Thiên 76**: **Thị Tùng Dung Luận** – Bàn về thái độ bình tĩnh, ung dung khi chẩn bệnh
- **Thiên 77**: **Sơ Kỳ Quá Luận** – Phân tích về năm lỗi lầm trong chẩn trị
- **Thiên 78**: **Trưng Tứ Thất Luận** – Bàn về việc tìm hiểu bốn sai sót trong chẩn trị

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- **Thiên 79**: **Âm Dương Loại Luận** – Bàn về các loại hình, sự tương đồng của Âm Dương
- **Thiên 80**: **Phương Thịnh Suy Luận** – Bàn về sự thịnh suy của các phương pháp
- **Thiên 81**: **Giải Tinh Vi Luận** – Giải thích những điều tinh tế, sâu sắc

HOÀNG ĐẾ NỘI KINH – LINH KHU

- **Thiên 1**: **Cửu Châm Thập Nhị Nguyên** – Chín loại kim châm và mười hai huyệt nguyên khí
- **Thiên 2**: **Bổn Du** – Gốc rễ và sự lưu thông của khí huyết
- **Thiên 3**: **Tiểu Châm Giải** – Giải thích về phép châm nhỏ
- **Thiên 4**: **Tà Khí Tạng Phủ Bệnh Hình** – Biểu hiện bệnh do tà khí xâm nhập tạng phủ
- **Thiên 5**: **Căn Kết** – Gốc và ngọn của kinh lạc
- **Thiên 6**: **Thọ Yếu Cương Nhu** – Tuổi thọ và tính cách ảnh hưởng sức khỏe
- **Thiên 7**: **Quan Châm** – Các kỹ thuật châm cứu
- **Thiên 8**: **Bổn Thần** – Thần chí và ngũ tạng
- **Thiên 9**: **Chung Thủy** – Quy tắc đầu cuối trong châm cứu
- **Thiên 10**: **Kinh Mạch** – Đường đi của kinh mạch
- **Thiên 11**: **Kinh Biệt** – Kinh biệt và mối liên hệ ngũ tạng
- **Thiên 12**: **Kinh Thủy** – So sánh kinh lạc với sông nước
- **Thiên 13**: **Kinh Cân** – Gân cơ và kinh lạc
- **Thiên 14**: **Cốt Độ** – Đo kích thước xương khớp
- **Thiên 15**: **Ngũ Thập Doanh** – Khí huyết lưu hành trong một ngày đêm
- **Thiên 16**: **Doanh Khí** – Khí dinh dưỡng
- **Thiên 17**: **Mạch Độ** – Độ dài của mạch máu
- **Thiên 18**: **Doanh Vệ Sinh Hội** – Sinh hóa khí huyết
- **Thiên 19**: **Tứ Thời Khí** – Bệnh lý theo bốn mùa
- **Thiên 20**: **Tà Khách** – Tà khí xâm nhập cơ thể
- **Thiên 21**: **Thông Thiên** – Khí huyết giao cảm với trời đất
- **Thiên 22**: **Đại Hoặc Luận** – Những hiểu lầm lớn về bệnh lý
- **Thiên 23**: **Ung Cự** – Bệnh ung thư và áp xe nặng
- **Thiên 24**: **Khí Huyệt Luận** – Các huyệt đạo điều hòa khí huyết
- **Thiên 25**: **Khí Phủ Luận** – Nơi hội tụ của khí
- **Thiên 26**: **Cốt Không Luận** – Các điểm huyệt tại xương
- **Thiên 27**: **Thủy Nhiệt Huyệt Luận** – Huyệt đạo liên quan đến thủy và nhiệt
- **Thiên 28**: **Tiện Sứ Vô Biểu** – Dụng cụ y tế và phương pháp truyền dạy
- **Thiên 29**: **Nghịch Thuận Phì Thỏa** – Điều trị tùy theo thân hình và thể trạng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- **Thiên 30**: **Huyết Lạc Luận** – Hệ thống huyết lạc và vai trò trong điều trị
- **Thiên 31**: **Âm Dương Thanh Trọc** – Phân biệt khí huyết thanh – trọc
- **Thiên 32**: **Âm Dương Hệ Nhật Nguyệt** – Mối liên hệ giữa Âm Dương và thời gian
- **Thiên 33**: **Bệnh Truyền** – Sự truyền biến của bệnh lý
- **Thiên 34**: **Dâm Tà Phát Mộng** – Giấc mơ và ảnh hưởng của tà khí
- **Thiên 35**: **Thuận Khí Nhất Nhật Phân Tứ Thời** – Khí huyết biến đổi theo giờ trong ngày
- **Thiên 36**: **Ngoại Thôi** – Dự đoán nội tạng qua biểu hiện bên ngoài
- **Thiên 37**: **Ngũ Biến** – Năm dạng biến đổi của bệnh lý
- **Thiên 38**: **Bổn Tạng** – Cơ chế sinh lý của ngũ tạng
- **Thiên 39**: **Cấm Phục** – Những điều cấm kỵ khi điều trị
- **Thiên 40**: **Ngũ Sắc** – Năm màu sắc và mối liên hệ với ngũ tạng
- **Thiên 41**: **Luận Dũng** – Dũng cảm và sức khỏe thể chất
- **Thiên 42**: **Bối Du** – Huyệt vị ở lưng liên quan đến ngũ tạng
- **Thiên 43**: **Vệ Khí** – Khí vệ ngoại, bảo vệ cơ thể khỏi tà khí
- **Thiên 44**: **Luận Thống** – Cơ chế đau và phương pháp điều trị
- **Thiên 45**: **Thiên Niên** – Tuổi thọ và yếu tố quyết định
- **Thiên 46**: **Nghịch Thuận** – Chẩn đoán và điều trị thuận nghịch
- **Thiên 47**: **Ngũ Vị Luận** – Mối quan hệ giữa ngũ vị và ngũ tạng
- **Thiên 48**: **Thủy Trướng** – Bệnh phù thũng và rối loạn thủy dịch
- **Thiên 49**: **Tặc Phong** – Gió độc và bệnh lý do phong tà
- **Thiên 50**: **Vệ Khí Thất Thường** – Rối loạn chức năng vệ khí
- **Thiên 51**: **Ngọc Bản** – Những lời quý giá về y lý
- **Thiên 52**: **Ngũ Cấm** – Năm điều cấm kỵ trong châm cứu
- **Thiên 53**: **Động Du** – Lưu thông khí huyết qua động mạch
- **Thiên 54**: **Ngũ Vị Luận** – Tác dụng của ngũ vị đối với ngũ tạng
- **Thiên 55**: **Âm Dương Nhị Thập Ngũ Nhân** – Phân loại người theo âm dương
- **Thiên 56**: **Cửu Cung Bát Phong** – Tám hướng gió và ảnh hưởng đến con người
- **Thiên 57**: **Cửu Châm Luận** – Chín loại kim châm và công dụng
- **Thiên 58**: **Tuế Lộ** – Khí hậu hàng năm và ảnh hưởng đến sức khỏe
- **Thiên 59**: **Đại Hoặc** – Hiểu lầm lớn về bệnh lý và điều trị
- **Thiên 60**: **Bệnh Năng** – Nguyên nhân gây ra bệnh
- **Thiên 61**: **Đại Kỳ** – Bệnh kỳ lạ và tiên lượng tử sinh
- **Thiên 62**: **Luận Tật Chẩn Xích** – Chẩn đoán bệnh qua da thịt và bàn tay
- **Thiên 63**: **Thích Tiết Chân Tà** – Châm cứu đúng lúc và đúng chỗ
- **Thiên 64**: **Vệ Khí Hành** – Sự vận hành của vệ khí trong cơ thể
- **Thiên 65**: **Cửu Cung Bát Phong** – Tám hướng gió và ảnh hưởng đến ngũ tạng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- **Thiên 66**: **Thời Tắc Hữu Phản** – Bệnh phát sinh bất thường theo thời tiết
- **Thiên 67**: **Hành Châm** – Cách tiến hành châm cứu
- **Thiên 68**: **Thượng Các** – Bệnh lý vùng ngực và thượng tiêu
- **Thiên 69**: **Ưu Huệ Vô Ngôn** – Tâm tình ảnh hưởng đến giọng nói
- **Thiên 70**: **Hàn Nhiệt** – Bệnh lý do hàn nhiệt xen kẽ
- **Thiên 71**: **Tà Khách** – Tà khí xâm nhập vào các kinh mạch
- **Thiên 72**: **Thông Thiên** – Giao cảm giữa khí huyết và thiên nhiên
- **Thiên 73**: **Quan Năng** – Năng lực chữa bệnh của thầy thuốc
- **Thiên 74**: **Khách Cảm Yêu Thống** – Đau lưng do cảm nhiễm ngoại tà
- **Thiên 75**: **Xuân Chính Nguyệt** – Bệnh lý và điều trị theo tháng giêng
- **Thiên 76**: **Cấm Phục** – Những điều cấm kỵ trong dùng thuốc
- **Thiên 77**: **Giải Kết** – Giải tỏa u kết khí huyết
- **Thiên 78**: **Chúng Chi Tiên Hậu** – Thứ tự phát bệnh và tiên lượng
- **Thiên 79**: **Kinh Lạc Hư Thực** – Hư thực của kinh lạc và điều trị
- **Thiên 80**: **Cấm Phục** – Những điều cấm kỵ trong điều trị
- **Thiên 81**: **Ngũ Sắc Lệnh Nhất Nhân Giả Vạn Bệnh Nhất Ngôn Nhất Từ Dã** – Một lời giải cho vạn bệnh

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 1: THƯỢNG CỔ THIÊN CHÂN LUẬN

(Bài giảng về lẽ sống tự nhiên thời thượng cổ)

NGỮ CẢNH RA ĐỜI BÀI GIẢNG

Ngày xửa ngày xưa có vị vua tên là Hoàng Đế (Hiên Viên Hoàng Đế - thủy tổ của người Hán), từ nhỏ đã rất thông minh, lớn lên lại hiền hậu chăm chỉ, đến khi trưởng thành thì lên ngôi hoàng đế.

Một hôm, Hoàng Đế hỏi thầy thuốc giỏi nhất triều đình lúc bấy giờ là Kỳ Bá:

"*Tôi nghe nói người xưa đều sống đến trăm tuổi mà vẫn vận động mạnh mẽ, không yếu đuối; nhưng nay người ta chưa tới năm mươi tuổi đã suy nhược cả thân thể. Phải chăng do thời thế khác đi, hay là con người ngày nay đánh mất chân đạo?*"

LÝ DO NGƯỜI XƯA SỐNG LÂU

Kỳ Bá đáp:

"*Người xưa hiểu rõ đạo lý thiên nhiên, họ sống theo quy luật Âm Dương, hòa hợp với thuật số (phép tắc dưỡng sinh), ăn uống điều độ, nghỉ ngơi đúng giờ giấc, không làm việc quá sức, nên hình thể và tinh thần luôn cân bằng. Vì vậy, họ có thể sống trọn vẹn tuổi trời cho, trăm tuổi mới rời đi.*

Nhưng người đời nay lại không như vậy. Họ lấy rượu làm nước uống, coi sự phóng túng là thói quen thường nhật, say xỉn vẫn lao vào chuyện phòng dục, ham muốn khiến tinh khí cạn kiệt, tiêu hao tổn thất nguyên khí quý giá, không biết giữ gìn sự sung mãn, tâm trí bất an, chỉ tìm niềm vui nhất thời, ngược với lẽ sống tự nhiên, nghỉ ngơi sinh hoạt vô kỷ luật. Chính vì vậy mà chưa đến năm mươi tuổi đã suy yếu."

LỜI DẠY CỦA THÁNH NHÂN XƯA

"*Lời dạy của thánh nhân xưa bảo rằng:*

- *Tránh xa gió độc, tà khí xâm nhập một cách có thời tiết hợp lý.*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- *Tâm trí thanh tịnh, ít vọng tưởng, chân khí sẽ tự điều hòa.*
- *Tinh thần vững vàng, bệnh tật từ đâu mà phát sinh?*

Vì vậy, người xưa chí hướng an nhàn, ít dục vọng, tâm an ổn mà không sợ hãi, thân thể vận động mà không mỏi mệt, khí huyết điều hòa thuận lợi, mỗi người tùy theo sở thích mà hành động, đều đạt được điều mong muốn. Họ thấy món ăn nào cũng ngon, mặc gì cũng đẹp, vui với phong tục quê hương, không so bì cao thấp, nên gọi là dân phác hậu.

Ham muốn không làm họ mê hoặc, tà dâm không thể lay động tâm trí. Dù là người ngu hay trí, hiền hay bất hiền, họ đều không bị vật chất chi phối, vì vậy phù hợp với đạo lý.

Đó là lý do tại sao người xưa sống đến trăm tuổi mà vẫn mạnh mẽ — vì họ sống đúng đạo đức thiên nhiên, giữ gìn toàn diện nên không bị tổn hại."

TUỔI GIÀ CÓ CON ĐƯỢC KHÔNG?

Hoàng Đế hỏi:

"*Tại sao người già rồi thì không thể sinh con được nữa? Là do sức lực hết hay là do quy luật tự nhiên?*"

Kỳ Bá giải thích:

"Đối với phụ nữ:

- *7 tuổi : Thận khí bắt đầu dồi dào, thay răng sữa, tóc mọc dài.*
- *14 tuổi : Khí trời (thiên quý) bắt đầu xuất hiện, kinh nguyệt đều đặn, có khả năng sinh con.*
- *21 tuổi : Thận khí đầy đủ, răng hàm cuối cùng mọc xong, cơ thể phát triển đến đỉnh cao.*
- *28 tuổi : Gân xương chắc khỏe, tóc dài nhất, thân thể cường tráng nhất.*
- *35 tuổi : Dương Minh mạch suy giảm → mặt bắt đầu khô héo, tóc rụng dần.*
- *42 tuổi : Ba dương mạch ở đầu mặt suy → mặt tối sạm, tóc bắt đầu bạc.*
- *49 tuổi : Nhâm mạch hư, Thái Xung mạch suy giảm, thiên quý cạn kiệt → kinh nguyệt ngừng → không thể sinh con.*

Đối với nam giới:

- *8 tuổi : Thận khí vững, tóc mọc, răng sữa thay.*
- *16 tuổi : Thận khí dồi dào, thiên quý đến, tinh khí đầy tràn, gặp nữ là có thể sinh con.*

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- *24 tuổi : Thận khí cân bằng, gân xương mạnh mẽ, răng hàm mọc xong, cơ thể phát triển cực hạn.*
- *32 tuổi : Gân xương cường tráng, cơ thịt đầy đặn.*
- *40 tuổi : Thận khí suy, tóc rụng, răng lung lay.*
- *48 tuổi : Dương khí ở đầu mặt suy kiệt → mặt khô héo, tóc hai bên thái dương bạc trắng.*
- *56 tuổi : Can khí suy, gân không vận động linh hoạt, thiên quý cạn kiệt, tinh khí ít, ngũ tạng suy nhược, thân thể kiệt quệ.*
- *64 tuổi : Răng rụng, tóc rụng sạch.*

Thận là cơ quan chủ thủy, tiếp nhận tinh khí của ngũ tạng lục phủ để tích trữ. Vì vậy, khi ngũ tạng sung mãn thì mới có thể bài tiết tinh khí. Nay ngũ tạng đều suy yếu, gân xương lỏng lẻo, thiên quý cạn kiệt, nên tóc bạc, thân thể nặng nề, bước đi xiêu vẹo, không thể sinh con nữa."

Hoàng Đế hỏi:

"*Có những người tuổi đã cao mà vẫn sinh con được, đó là vì sao?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Đây là do thiên phú trường thọ, khí huyết tuần hoàn tốt, thận khí còn dư thừa. Dù có thể sinh con, nhưng nam giới không vượt quá 64 tuổi (bát bát), nữ giới không vượt quá 49 tuổi (thất thất), bởi khi ấy tinh khí trời đất đã cạn kiệt rồi.*"

NGƯỜI TU THEO ĐẠO CÓ THỂ SINH CON KHÔNG?

Hoàng Đế hỏi:

"*Người tu theo đạo, dù trăm tuổi vẫn có thể sinh con được không?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Người tu đạo có thể trì hoãn lão hóa, giữ gìn hình thể toàn vẹn. Dù sống lâu, họ vẫn có thể sinh con được.*"

BA LOẠI NGƯỜI TU THEO ĐẠO

Hoàng Đế nói:

"*Ta nghe nói người xưa có loại gọi là Chân Nhân , nắm giữ trời đất, điều hòa âm dương, thở hấp thu tinh khí, độc lập giữ thần, thân thể như một, nên*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

sống lâu bằng trời đất, không có điểm tận cùng — đây chính là người sinh ra từ đạo."

1. Trung Cổ – Chí Nhân

"*Lúc giữa thời cổ đại có người gọi là Chí Nhân , đức hạnh thuần hậu, sống hòa hợp với thiên nhiên, tích tụ tinh khí, giữ gìn thần chí. Du ngoạn khắp nơi trên trời dưới đất, tai nghe tận tám phương xa, mắt nhìn vượt ngàn dặm. Đây là người kéo dài tuổi thọ và cường tráng, thuộc hàng gần với Chân Nhân.*"

2. Thánh Nhân

"*Tiếp đến là Thánh Nhân , sống hài hòa với trời đất, thuận theo quy luật tám hướng gió, điều chỉnh dục vọng trong xã hội. Không sân si, không rời bỏ thế gian, ăn mặc như người thường, hành vi không khoe khoang, thân không lao lực, tâm không ưu tư. Sống thanh nhàn, vui vẻ, tự tại, thân thể không suy nhược, tinh thần không tán loạn, cũng có thể sống hơn trăm tuổi.*"

3. Hiền Nhân

"*Còn Hiền Nhân thì lấy thiên địa làm khuôn phép, tượng trưng như nhật nguyệt, phân biệt các ngôi sao, thuận theo âm dương, tuân thủ quy luật bốn mùa. Học tập người xưa, sống theo đạo lý, cũng có thể kéo dài tuổi thọ, dù không bằng bậc thánh nhân.*"

KẾT LUẬN

- Người xưa sống lâu nhờ điều hòa Âm Dương , ăn uống có chừng mực , sinh hoạt đúng giờ giấc , giữ tâm thanh tịnh , ít dục vọng .
- Người nay chóng già vì ham muốn vô độ , sống buông thả , tổn thương tinh khí .
- Tuổi tác ảnh hưởng trực tiếp đến khả năng sinh sản , do thiên quý (chất trời ban) dần cạn kiệt.
- Có người già vẫn sinh con được là do thiên phú đặc biệt , nhưng không vượt qua được quy luật tự nhiên.
- Người tu đạo có thể kéo dài tuổi thọ , thậm chí sinh con muộn , nhưng phải tuân thủ nghiêm ngặt quy luật thiên nhiên .

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 2: TỨ KHÍ ĐIỀU THẦN ĐẠI LUẬN

(Luận bàn về điều hòa tinh thần theo bốn mùa)

MÙA XUÂN – PHÁT TRÌNH

Mùa xuân kéo dài ba tháng, gọi là Phát Trần (phát triển và mở rộng), thiên địa cùng sinh sôi, vạn vật bắt đầu nảy mầm, tươi tốt.

Con người nên:

- Ngủ sớm, dậy sớm.
- Đi bộ thư thả ngoài sân.
- Thả tóc, buông lỏng thân thể, giữ tâm chí hướng đến sự phát triển mới.
- Không giết hại, không chiếm đoạt, không trừng phạt — hãy ban phát, khuyến khích, thưởng thức niềm vui.

👉 Đây là cách ứng hợp với xuân khí , là đạo lý dưỡng sinh. Nếu làm ngược lại, sẽ tổn thương can khí (gan), gây ra bệnh thực hàn biến vào mùa hè, và giảm khả năng phát triển cho mùa hạ.

MÙA HÈ – PHIÊN TÚ

Mùa hè kéo dài ba tháng, gọi là Phiên Tú (phồn thịnh và kết quả), thiên địa giao hòa, dương khí thịnh, muôn loài đều rực rỡ hoa trái.

Con người nên:

- Ngủ sớm, dậy sớm.
- Không chán ghét ánh nắng.
- Giữ tâm chí bình ổn, không tức giận.
- Cho phép khí huyết lưu thông, tinh thần hướng ngoại, giống như đang yêu cái đẹp bên ngoài.

👉 Đây là cách ứng hợp với hạ khí , là đạo lý dưỡng trưởng (nuôi dưỡng sự phát triển). Nếu làm ngược lại, sẽ tổn thương tâm khí (tim), dẫn đến bệnh sốt rét vào mùa thu, và mùa đông sẽ mắc bệnh nặng hơn do mất cân bằng nội tại.

MÙA THU – DUNG BÌNH

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mùa thu kéo dài ba tháng, gọi là Dung Bình (ổn định, thu liễm), trời cao gió mát, đất khô ráo, cây cối chuẩn bị tích trữ năng lượng.

Con người nên:

- Ngủ sớm, dậy sớm, thức cùng gà.
- Giữ tâm chí an yên, giảm bớt áp lực.
- Thu liễm tinh thần, bảo vệ khí thuần khiết.
- Tránh suy nghĩ lang thang, giúp phế khí thanh sạch.

👉 Đây là cách ứng hợp với thu khí , là đạo lý dưỡng thu. Nếu làm ngược lại, sẽ tổn thương phế khí (phổi), gây ra bệnh tiêu chảy mãn tính (tẩu tiết) vào mùa đông, và giảm khả năng thu liễm.

MÙA ĐÔNG – TỊCH TẠNG

Mùa đông kéo dài ba tháng, gọi là Tịch Tạng (ẩn nấp, tích trữ), nước đóng băng, mặt đất nứt nẻ, dương khí thu về trong lòng đất.

Con người nên:

- Ngủ sớm, dậy muộn, đợi nắng lên mới ra ngoài.
- Giữ tâm an yên, kín đáo như có điều riêng tư.
- Tránh lạnh, giữ ấm, không để da hở làm mất khí dương.
- Không lao động quá sức, bảo vệ năng lượng nội tại.

👉 Đây là cách ứng hợp với đông khí , là đạo lý dưỡng tàng (tích trữ). Nếu làm ngược lại, sẽ tổn thương thận khí , gây ra bệnh ủy quyết (teo yếu, chân tay lạnh buốt) vào mùa xuân, và giảm khả năng phục hồi sau nghỉ ngơi.

NGUYÊN LÝ CHUNG VỀ ÂM DƯƠNG VÀ BỐN MÙA

Khí trời vốn thanh tịnh, sáng suốt, luôn vận hành mà không ngừng nghỉ. Vì nó không phô trương, nên mãi trường tồn.

Nếu bầu trời u ám, nhật nguyệt mờ tối, tà khí xâm nhập, dương khí tắc nghẽn, âm khí tràn lan → mưa móc không rơi, thiên địa không giao cảm → vạn vật chết héo, cây to cũng không sống nổi.

Người trí tuệ biết sống hài hòa với thiên nhiên mới ít bệnh tật, giữ được sự sống bền lâu.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

GÂY TỔN HẠI BẰNG CÁCH PHẢN TỰ NHIÊN

Làm ngược với khí mùa	Hậu quả
Xuân khí	Thiếu thiếu dương → can khí ứ trệ, sinh bệnh gan
Hạ khí	Thiếu thái dương → tâm khí hư, tim đập nhanh, hồi hộp
Thu khí	Thái âm không thu → phế nhiệt, ngực đầy tức
Đông khí	Thiếu thiếu âm → thận khí suy, đau bụng, tiêu chảy

Tangthucac.store

NGUYÊN LÝ DƯỠNG SINH THEO ÂM DƯƠNG

- Âm Dương và tứ thời là gốc rễ của sự sống và cái chết.
- Người trí tuệ dưỡng dương vào xuân hạ , dưỡng âm vào thu đông — sống đúng quy luật thiên nhiên.
- Ai thuận theo đạo lý này thì khỏe mạnh, ai chống lại thì bệnh tật.
- Thuận theo thì sống, phản lại thì chết.
- Chống đối tự nhiên = cơ thể phản kháng chính mình (nội cách).

PHÒNG BỆNH HƠN CHỮA BỆNH

Thánh nhân không đợi bệnh rồi mới chữa, mà chữa trước khi bệnh xảy ra; không đợi loạn rồi mới trị, mà trị trước khi loạn sinh ra.

Bệnh đã hình thành rồi mới dùng thuốc, loạn sự đã xảy ra rồi mới xử lý, thì giống như khát nước mới đào giếng , đánh nhau mới rèn vũ khí — chẳng phải quá muộn sao?

KẾT LUẬN

1. Mùa nào cũng có quy luật sinh hoạt riêng , nếu làm ngược sẽ tổn thương tạng phủ tương ứng.
2. Điều hòa tinh thần theo mùa là nền tảng của dưỡng sinh.
3. Thuận theo tự nhiên thì khỏe mạnh, phản lại thì bệnh tật .
4. Phòng bệnh từ sớm hơn là chữa bệnh lúc đã nặng .
5. Hiểu rõ mối liên hệ giữa thiên nhiên và cơ thể con người là nắm được đạo lý sống lâu và sống khỏe.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Xuân : Tập thể dục nhẹ nhàng, ăn nhiều rau xanh, giữ tâm trạng lạc quan.
- Hạ : Uống đủ nước, tránh nắng nóng, ngủ đủ giấc, giải tỏa căng thẳng.
- Thu : Ăn đồ nhuận phế, hạn chế đồ cay nóng, giữ ấm cổ họng.
- Đông : Giữ ấm cơ thể, ăn đồ bổ thận, ngủ đủ, tránh vận động mạnh.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 3: SINH KHÍ THÔNG THIÊN LUẬN

(Luận về sự sinh phát khí trời đất và mối liên hệ với con người)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế nói:

"Từ xưa đến nay, con người sống được là nhờ khí trời đất giao cảm. Gốc rễ của sự sống chính là Âm Dương .

Trong không gian giữa trời và đất, trong phạm vi vạn vật, cả chín châu thổ nhưỡng, chín khiếu trên thân thể, năm tạng sáu phủ và mười hai khớp xương , đều thông với khí trời.

Sinh ra từ năm hành (kim, mộc, thủy, hỏa, thổ) , vận hành theo ba loại khí (thượng, trung, hạ tiêu) . Ai làm trái quy luật này sẽ bị tà khí xâm nhập — đó là tổn hại đến nguồn gốc của mạng sống."

TRỜI THANH TỊNH → KHÍ DƯƠNG CỐ BỀN

"Khí trời vốn thanh tịnh, nếu tâm chí an định thì dương khí vững vàng. Khi ấy, dù có gặp phải phong tà cũng không gây hại — vì đã thuận theo quy luật thời tiết .

Người trí tuệ biết bảo tồn tinh thần, hấp thu khí trời để nuôi dưỡng thần minh. Nếu ngược lại, sẽ dẫn đến tình trạng:

- *Chín khiếu bế tắc ở trong*
- *Cơ nhục uất kết ở ngoài*
- *Vệ khí suy yếu, tan rã*

→ Đó gọi là tự tổn thương , khiến khí huyết dần hao mòn ."

DƯƠNG KHÍ NHƯ ÁNH MẶT TRỜI

"Dương khí giống như mặt trời. Nếu mất vị trí cân bằng, con người sẽ giảm thọ hoặc thậm chí chết sớm. Cũng như bầu trời vận hành nhờ ánh sáng mặt trời, thì cơ thể con người cũng cần dương khí để bảo vệ bên ngoài.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Vì vậy, dương khí luôn hướng lên trên, giữ vai trò vệ ngoại , phòng vệ cho toàn thân."

NGUYÊN NHÂN GÂY BỆNH DO NGOẠI CẢM

Loại tà khí	Triệu chứng
Do hàn tà (lạnh)	Tâm thần bất an, làm thần khí bất ổn, dễ bị giật mình, sợ hãi.
Do thử tà (nóng)	Ra nhiều mồ hôi, phiền nhiệt, thở gấp, nói nhiều ngay cả lúc nghỉ ngơi. Thân thể nóng như than cháy đỏ.
Do thấp tà (ẩm ướt)	Đầu nặng như bị quấn khăn, nếu ẩm nhiệt tích tụ lâu ngày, sẽ làm cơ gân ngắn lại hoặc giãn ra: - Co rút → gân co quắp - Giãn lỏng → chi thể yếu liệt
Do khí hư (gió)	• Sưng phù toàn thân, nếu bốn loại tà khí (hàn, thử, thấp, phong - khí hư) luân phiên tác động, thì dương khí dần cạn kiệt .

LAO LỰC QUÁ ĐỘ → TỔN HẠI DƯƠNG KHÍ

"Khi con người lao động quá độ, dường như dồn hết năng lượng vào bề ngoài, khiến âm tinh hao tổn . Tình trạng này kéo dài, đặc biệt vào mùa hè, dễ dẫn đến bệnh "kiên quyết" (phiền nhiệt bốc lên đầu, mắt mờ, tai ù, như nước vỡ đê, không kiểm soát nổi).

Triệu chứng gồm:

- *Mắt mờ, không nhìn rõ*
- *Tai ù, không nghe thấy*
- *Thần kinh hỗn loạn, như thành trì sụp đổ, dòng nước xiết không ngăn nổi*"

GIẬN DỮ → HUYẾT UẤT Ở TRÊN

"*Dương khí nếu bị kích động bởi giận dữ, sẽ khiến hình thể và khí huyết đứt đoạn, máu dồn lên đầu → gọi là bạc quyết (ngất do huyết áp tăng cao). Có thể gây tổn thương gân cơ, khiến chân tay mềm yếu, cử động khó khăn như không còn sức lực.*"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỒ HÔI, ĂN UỐNG → BỆNH PHONG NHIỆT

"Nếu chỉ một bên cơ thể ra mồ hôi → lâu ngày có thê gây liệt nửa người Ra mồ hôi rồi gặp ẩm → sinh phong nhiệt , sau đó thành ác sang (mụn nhọt, mẩn ngứa).

Ăn uống quá độ, ăn đồ dầu mỡ, ngọt béo → chân khí rối loạn, bàn chân dễ sinh đinh độc (áp xe), như cầm nắm cái rỗng không chắc chắn.

Uống rượu quá mức → khí huyết bị nghịch loạn.

Làm việc gắng sức khi đang ra mồ hôi, gặp gió lạnh → sinh nhiệt uất , phát triển thành mụn nhọt ."

DƯƠNG KHÍ: NUÔI THẦN & NUÔI GÂN

"Dương khí tinh túy nuôi thần chí; nhẹ nhàng nuôi gân mạch.

Nếu da thịt đóng mở không điều độ, hàn khí xâm nhập → sinh cửu lậu (bệnh viêm nhiễm mãn tính), khí huyết lưu thông chậm, đau lưng gù vẹo.

Nếu tà khí xâm nhập sâu vào huyệt đạo, truyền biến âm ỉ → gây sợ hãi vô cớ, hoảng hốt , thậm chí kinh động .

Doanh khí (chất dinh dưỡng) nghịch trở lại, lưu trú trong cơ nhục → sinh viêm áp xe, ung nhọt .

Mồ hôi chưa khô, thân thể suy nhược, khí huyết trì trệ, lỗ chân lông đóng chặt → sinh sốt rét ."

PHONG TÀ — GỐC RỄ CỦA BỆNH

"Phong tà là nguyên nhân gốc rễ của trăm bệnh. Nhưng nếu tâm chí an định, sinh hoạt điều độ, thì da thịt kín đáo, phòng vệ tốt — dù có gặp gió độc cũng không sao — vì đã sống đúng quy luật tự nhiên."

"Bệnh kéo dài, tà khí lưu lại trong người, truyền biến từ ngoài vào trong, đến lúc âm dương không còn tương ứng, thì dù thầy thuốc giỏi cũng bó tay."

DƯƠNG KHÍ TÍCH TỤ → TỬ VONG

"Bệnh kéo dài, tà khí lưu lại trong người, truyền biến từ ngoài vào trong, đến lúc âm dương không còn tương ứng , thì dù thầy thuốc giỏi cũng bó tay.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dương khí tích tụ, không thoát ra được → có thể tử vong. Lúc này cần thông tả khẩn cấp. Nếu không chữa đúng cách, để bác sĩ kém cỏi xử lý, sẽ dẫn đến tử vong."

DƯƠNG KHÍ THEO THỜI GIAN TRONG NGÀY

"*Dương khí trong người vận hành theo từng thời điểm trong ngày:*

- *Sáng sớm : bắt đầu sinh phát.*
- *Giữa trưa : dồi dào nhất.*
- *Chiều tà : dần thu liễm.*
- *Tối : đóng kín mồ hôi, bảo vệ nội tạng.*

Vì vậy buổi tối cần nghỉ ngơi, tránh vận động mạnh, tránh tiếp xúc với gió sương. Nếu làm ngược lại → thân thể yếu dần."

ÂM – DƯƠNG CÂN BẰNG → SỨC KHỎE TỐT

Kỳ Bá giảng:

"*Âm là nơi chứa tinh khí, nuôi dưỡng liên tục. Dương là lớp bảo vệ bên ngoài, giữ cho cơ thể kiên cố.*

- *Âm không thắng được dương → khí huyết chạy nhanh, có thể sinh cuồng chứng.*
- *Dương không thắng được âm → ngũ tạng khí loạn, chín khiếu tắc nghẽn.*

Người trí tuệ luôn điều hòa âm dương, khiến gân mạch mềm mại, xương cốt bền chắc, khí huyết lưu thông. Khi đó, cơ thể hài hòa, không bị bệnh, tai sáng mắt tinh, chức năng sinh lý ổn định."

BỆNH DO ĂN UỐNG

"*Ăn uống là nguồn gốc của âm tinh, nhưng nếu ăn uống quá độ, sẽ tổn thương ngũ tạng:*

- *Quá chua → can khí uất, tỳ khí suy (tổn thương can, ảnh hưởng đến tỳ).*
- *Quá mặn → xương lớn tổn thương, cơ teo, tim khí ức chế (tổn thương xương, cơ teo, tim yếu).*
- *Quá ngọt → tim khí đầy trướng, sắc mặt đen, thận khí mất cân bằng.*

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- *Quá đắng → tỳ khí khô, vị khí dày đặc.*
- *Quá cay → gân mạch suy yếu, tinh thần hao tổn.*

Vì vậy, biết điều hòa năm vị → xương cứng, gân mềm, khí huyết lưu thông, da thịt kín đáo. Như thế mới có thể sống lâu, hưởng thiên niên."

BỆNH THEO MÙA

"*Bốn mùa đều có thể gây hại cho ngũ tạng:*

- *Xuân bị phong tà → để lại hậu chứng tiêu chảy mãn tính.*
- *Hạ bị nắng nóng → thu sẽ mắc sốt rét.*
- *Thu bị thấp tà → khí nghịch, ho, sinh bệnh ủy quyết.*
- *Đông bị hàn tà → xuân sẽ mắc bệnh ôn nhiệt.*"

KẾT LUẬN

1. Con người sống nhờ khí trời đất giao cảm , mối liên hệ giữa thiên nhiên và cơ thể rất mật thiết.
2. Dương khí là nền tảng của sức khỏe, nếu bị tổn thương sẽ dẫn đến bệnh lý nghiêm trọng.
3. Ăn uống, sinh hoạt, tâm thần đều ảnh hưởng trực tiếp đến khí huyết và ngũ tạng .
4. Ăn uống điều độ, sinh hoạt hợp lý, giữ gìn tâm thần yên tĩnh là cách tốt nhất để bảo vệ sức khỏe.
5. Phòng bệnh hơn chữa bệnh – hiểu rõ quy luật tự nhiên mới có thể điều trị hiệu quả.

LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Ăn uống điều độ, hạn chế đồ ăn quá mặn, ngọt, cay nóng.
- Không nên làm việc quá sức, đặc biệt vào mùa hè.
- Giữ tâm trạng lạc quan, tránh tức giận kéo dài.
- Mặc ấm vào mùa đông, tránh gió lạnh xâm nhập.
- Biết lắng nghe cơ thể, phát hiện sớm triệu chứng bất thường.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.store

Tangthucac.store

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

THIÊN 4: KIM QUỸ CHÂN NGÔN LUẬN

(Bài giảng chân thật được cất giữ như bảo vật trong rương vàng)

HOÀNG ĐẾ HỎI

"Tôi nghe nói trời có tám hướng gió , kinh lạc có năm loại phong tà , đó là ý gì?"

KỲ BÁ TRẢ LỜI

"Tám hướng gió phát sinh tà khí, xâm nhập vào kinh lạc, gọi là ngũ phong . Những tà khí này chạm đến ngũ tạng, gây ra bệnh lý.

Người xưa nói rằng:

- *Xuân khắc Trường Hạ*
- *Trường Hạ khắc Đông*
- *Đông khắc Hạ*
- *Hạ khắc Thu*
- *Thu khắc Xuân*

☞ *Đó gọi là quy luật thắng chế bốn mùa ."*

MỐI LIÊN HỆ GIỮA GIÓ – TẠNG PHỦ – VỊ TRÍ BỆNH

Hướng gió	Sinh vào mùa	Gây bệnh ở	Vị trí huyệt đạo
Đông phong	Xuân	Can (Gan)	Cổ, gáy
Nam phong	Hạ	Tâm (Tim)	Ngực, sườn

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Hướng gió	Sinh vào mùa	Gây bệnh ở	Vị trí huyệt đạo
Tây phong	Thu	Phế (Phổi)	Vai, lưng
Bắc phong	Đông	Thận	Lưng, đùi
Trung ương	Trường Hạ	Tỳ (Lách)	Cột sống

BỆNH THEO MÙA

Mùa	Dễ mắc bệnh
Xuân	Đau đầu
Hạ	Bệnh nội tạng
Thu	Đau vai lưng
Đông	Bệnh tứ chi

BỆNH PHỔ BIẾN THEO MÙA

Mùa	Bệnh thường gặp
Xuân	Viêm mũi, chảy máu cam
Giữa hạ	Đau ngực, sườn
Trường hạ	Tiêu chảy do lạnh

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mùa	Bệnh thường gặp
Thu	Dễ bị sốt rét do phong hàn
Đông	Thường gặp chứng tê liệt, chân tay lạnh buốt, đau khớp

PHÒNG BỆNH ĐÚNG CÁCH

"Mùa đông không nên massage mạnh hay vận động quá độ, để tránh làm mất dương khí → mùa xuân sẽ không bị viêm mũi hay đau cổ.

Nếu mùa xuân không bị đau cổ → mùa hạ sẽ không bị đau ngực.

Nếu mùa hạ không bị đau ngực → mùa thu sẽ không bị tiêu chảy.

Nếu mùa thu không bị tiêu chảy → mùa đông sẽ không bị tê liệt hoặc đổ mồ hôi nhiều.

→ Như vậy sức khỏe mới ổn định.

Tinh khí là gốc rễ của thân thể. Ai biết giữ gìn tinh khí, mùa xuân sẽ không bị cảm nắng nóng.

Nếu mùa hè không chịu đổ mồ hôi để giải nhiệt, mùa thu sẽ dễ bị sốt rét — đây là quy luật chẩn đoán thông thường."

CHIA GIỜ THEO ÂM DƯƠNG

Thời gian	Đặc điểm
Bình minh đến giữa trưa	Dương trung chi Dương (năng lượng tăng mạnh)
Giữa trưa đến hoàng hôn	Dương trung chi Âm (năng lượng bắt đầu giảm)

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Thời gian	Đặc điểm
Ban đêm đến gà gáy	Âm trung chi Âm (thời điểm nghỉ ngơi sâu)
Gà gáy đến bình minh	Âm trung chi Dương (chuẩn bị thức dậy, năng lượng dần phục hồi)

PHÂN LOẠI ÂM DƯƠNG TRONG CƠ THỂ

"Con người cũng ứng với âm dương thiên nhiên:

- *Ngoại vi cơ thể : thuộc Dương*
- *Nội tạng : thuộc Âm*

Nói về cơ thể người :

- *Lưng : Dương*
- *Bụng : Âm*

Nói về tạng phủ :

- *Tạng (nội tạng) : Âm*
- *Phủ (ống dẫn) : Dương*

Ngũ tạng (can, tâm, tỳ, phế, thận): đều thuộc Âm.

Lục phủ (đởm, vị, đại trường, tiểu trường, bàng quang, tam tiêu): đều thuộc Dương"

ÁP DỤNG ÂM DƯƠNG TRONG CHÂM CỨU

"Muốn hiểu rõ âm trung chi âm, dương trung chi dương, thì phải nắm rõ:

- *Mùa đông bệnh ở Âm*
- *Mùa hạ bệnh ở Dương*
- *Mùa xuân bệnh ở Âm*
- *Mùa thu bệnh ở Dương*

☞ *Biết được vị trí bệnh, mới áp dụng đúng phép tắc châm cứu."*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHÂN CHIA ÂM DƯƠNG CHO TỪNG TẠNG

Vị trí	Tạng phủ	Âm Dương
Lưng	Tim	Dương trung chi Dương
Lưng	Phổi	Dương trung chi Âm
Bụng	Thận	Âm trung chi Âm
Bụng	Gan	Âm trung chi Dương
Bụng	Tỳ	Âm trung chi Chí Âm

"Đây là mối quan hệ biểu lý , trong ngoài , tương ứng giữa các tạng phủ và môi trường tự nhiên."

NGŨ HÀNH – TẠNG PHỦ – MÙA TIẾT

STT	HƯỚNG	NGŨ HÀNH	TẠNG PHỦ	MÀU SẮC	MÙA	CƠ QUAN MỞ	VỊ	GIA CẦM	NGŨ CỐC	SAO TƯƠNG ỨNG	ÂM NHẠC	SỐ	MÙI	BỆNH LÝ
1	Đông	Mộc	Can (Gan)	Xanh	Xuân	Mắt	Chua	Gà	Lúa mì	Tuế Tinh (Sao Mộc)	Giác	8	Tanh	Hay giật mình, co giật
2	Nam	Hỏa	Tâm (Tim)	Đỏ	Hạ	Tai	Đắng	Dê	Kê	Doanh Hoặc Tinh (Sao Hỏa)	Xích	7	Khét	Rối loạn mạch, tim hồi hộp
3	Trung ương	Thổ	Tỳ (Lách)	Vàng	Trường Hạ	Miệng	Ngọt	Trâu	Ngô	Chấn Tinh (Sao Thổ)	Cung	5	Hương	Lưỡi cứng, ăn uống kém
4	Tây	Kim	Phế (Phổi)	Trắng	Thu	Mũi	Cay	Ngựa	Gạo	Thái Bạch Tinh (Sao Kim)	Thương	9	Tanh	Da khô, ho hen
5	Bắc	Thủy	Thận (Thận)	Đen	Đông	Hậu môn	Mặn	Heo	Đậu	Thần Tinh (Sao Thủy)	Vũ	6	Thối	Xương yếu, đau lưng

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

1. Phương Đông – Mộc – Can

- Màu sắc: Xanh
- Mùa: Xuân
- Cơ quan mở: Mắt
- Vị: Chua
- Loài gia cầm: Gà
- Ngũ cốc: Lúa mì
- Sao tương ứng: Tuế Tinh (Sao Mộc)
- Âm nhạc: Giốc (Giác)
- Số: 8
- Mùi: Tanh
- Bệnh lý: Hay giật mình, co giật

2. Phương Nam – Hỏa – Tâm

- Màu sắc: Đỏ
- Mùa: Hạ
- Cơ quan mở: Tai
- Vị: Đắng
- Loài gia cầm: Dê
- Ngũ cốc: Kê
- Sao tương ứng: Doanh Hoặc Tinh (Sao Hỏa)
- Âm nhạc: Xích
- Số: 7
- Mùi: Khét
- Bệnh lý: Rối loạn mạch, tim hồi hộp

3. Trung ương – Thổ – Tỳ

- Màu sắc: Vàng
- Mùa: Trường Hạ
- Cơ quan mở: Miệng
- Vị: Ngọt
- Loài gia cầm: Trâu

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Ngũ cốc: Ngô
- Sao tương ứng: Chấn Tinh (Sao Thổ)
- Âm nhạc: Cung
- Số: 5
- Mùi: Hương
- Bệnh lý: Lưỡi cứng, ăn uống kém

4. Phương Tây – Kim – Phế

- Màu sắc: Trắng
- Mùa: Thu
- Cơ quan mở: Mũi
- Vị: Cay
- Loài gia cầm: Ngựa
- Ngũ cốc: Gạo
- Sao tương ứng: Thái Bạch Tinh (Sao Kim)
- Âm nhạc: Thương
- Số: 9
- Mùi: Tanh
- Bệnh lý: Da khô, ho hen

5. Phương Bắc – Thủy – Thận

- Màu sắc: Đen
- Mùa: Đông
- Cơ quan mở: Hậu môn
- Vị: Mặn
- Loài gia cầm: Heo
- Ngũ cốc: Đậu
- Sao tương ứng: Thần Tinh (Sao Thủy)
- Âm nhạc: Vũ
- Số: 6
- Mùi: Thối
- Bệnh lý: Xương yếu, đau lưng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

KẾT LUẬN

1. Khí trời đất ảnh hưởng trực tiếp đến cơ thể con người , qua năm tạng, sáu phủ và kinh lạc.
2. Tám hướng gió mang theo tám loại tà khí , mỗi loại tác động đến từng tạng phủ khác nhau.
3. Quy luật ngũ hành – âm dương – tứ thời giúp xác định nguyên nhân, vị trí và phương pháp điều trị bệnh.
4. Hiểu rõ mối liên hệ giữa thiên nhiên và cơ thể là nền tảng của y học cổ truyền.
5. Chỉ những ai thấu hiểu bản chất âm dương, ngũ hành, kinh lạc mới có thể thực hành y thuật hiệu quả.

LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Ăn uống hợp theo mùa: mùa đông dưỡng thận, mùa xuân dưỡng gan...
- Giữ gìn vệ sinh mắt – tai – mũi – miệng theo đặc điểm tạng tương ứng.
- Biết cách phòng bệnh theo mùa tiết để tránh mắc bệnh phổ biến như sốt rét, tiêu chảy, viêm mũi...
- Kết hợp châm cứu theo âm dương – kinh lạc khi điều trị bệnh mãn tính.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 5: ÂM DƯƠNG ỨNG TƯỢNG ĐẠI LUẬN

(Luận bàn lớn về sự phản ánh âm dương qua hình tượng vạn vật)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế nói:

"*Âm Dương chính là đạo lý của trời đất, là cương thường của muôn loài, là nguồn gốc sinh hóa, là căn bản của sự sống và cái chết, là nơi phát sinh thần minh (trí tuệ siêu nhiên).*

Vì vậy, chữa bệnh phải tìm đến gốc rễ — đó chính là Âm Dương."

BẢN CHẤT CỦA ÂM DƯƠNG

"*Dương tích tụ thành trời, Âm tích tụ thành đất.*

- *Âm tĩnh lặng, Dương hoạt động.*
- *Dương sinh ra, Âm phát triển.*
- *Dương tiêu diệt, Âm thu liễm.*
- *Dương biến thành khí, Âm tạo nên hình thể.*

Lạnh cực sinh nhiệt, nóng cực sinh lạnh.
Khí lạnh sinh trọc, khí nóng sinh thanh.

Nếu khí thanh ở dưới → gây tiêu chảy;
khí trọc ở trên → gây chướng bụng đầy hơi.

👉 *Đây gọi là âm dương phản tác , là nguyên nhân gây bệnh nghịch loạn.*"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

SỰ GIAO CẢM GIỮA TRỜI ĐẤT VÀ CƠ THỂ NGƯỜI

"Trời có khí thanh, đất có khí trọc.
Khí trời xuống làm mưa, khí đất lên làm mây.
Tương tự:

- *Khí thanh từ phổi lên đầu mặt → ra khỏi các khiếu như mắt, tai, mũi.*
- *Khí trọc từ tỳ vị vận hành xuống hạ tiêu → bài tiết qua hậu môn, niệu đạo.*
- *Thanh khí nuôi gân mạch và tứ chi.*
- *Trọc khí đi vào ngũ tạng.*

Nước thuộc Âm, lửa thuộc Dương.
Dương biểu hiện là khí, Âm biểu hiện là vị."

MỐI LIÊN HỆ GIỮA KHÍ - VỊ - HÌNH – TINH

Thành phần	Tác dụng
Vị	Nuôi dưỡng hình thể
Hình	Chịu ảnh hưởng bởi khí
Khí	Được sinh ra từ tinh
Tinh	Do hóa khí tạo thành
Tinh ăn khí	Tinh khí thịnh
Hình ăn vị	Hình thể mạnh
Hóa sinh tinh	Chuyển hóa tạo ra tinh khí
Khí sinh hình	Khí huyết nuôi dưỡng thân thể

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Nhưng:

- Vị quá độ tổn thương hình thể.
- Khí quá độ tổn thương tinh khí.
- Tinh có thể chuyển hóa thành khí.
- Khí bị tổn hại do vị bất hòa.

PHÂN LOẠI ÂM DƯƠNG QUA VỊ & KHÍ

Loại	Đặc điểm
Vị dày	Âm sâu, gây tả lỵ
Vị nhẹ	Âm trong Dương, giúp thông lợi
Khí đậm đặc	Dương thịnh, gây sốt
Khí nhẹ	Dương trong Âm, giúp phát hãn

"*Lửa mạnh làm hao khí, lửa nhỏ nuôi khí.*
Lửa mạnh giống như hỏa thực, lửa nhỏ như hỏa ôn."

ÂM DƯƠNG TRONG NGŨ VỊ

Vị	Tính chất
Cay, ngọt	Phản tán, thuộc Dương
Chua, đắng	Thông hạ, thuộc Âm

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỐI QUAN HỆ GIỮA ÂM DƯƠNG VÀ BỆNH LÝ

Tình trạng	Hậu quả
Âm thắng	Dương suy, sinh bệnh hàn
Dương thắng	Âm suy, sinh bệnh nhiệt
Hàn quá độ	Sinh nhiệt nội
Nhiệt quá độ	Sinh hàn chứng
Hàn tà	Tổn thương hình thể
Nhiệt tà	Tổn thương khí huyết
Khí thương	Gây đau
Hình thương	Gây sưng
Trước đau sau sưng	Khí thương trước, hình theo sau
Trước sưng sau đau	Hình thương trước, khí theo sau

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

NGŨ TÀ XÂM NHẬP GÂY BỆNH

Tà khí	Triệu chứng
Phong tà	Co giật, run rẩy
Nhiệt tà	Viêm sưng, phù nề
Táo tà	Khô ráp, bón táo
Hàn tà	Phù thũng, lạnh buốt
Thấp tà	Tiêu chảy, phân nát

ÂM DƯƠNG TRONG ĂN UỐNG VÀ SINH KHÍ

"*Trời có bốn mùa và năm hành, sinh ra năm loại khí: hàn, nhiệt, táo, thấp, phong.*
Người có năm tạng, sinh ra năm loại tình chí: hỷ, nộ, bi, ưu, khủng."

"*Vì vậy:*

- *Hỷ nộ tổn thương khí,*
- *Hàn thử tổn thương hình,*
- *Giận dữ hại Can (gan),*
- *Hỷ quá hại Tâm (tim).*"

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỐI LIÊN HỆ GIỮA NGOẠI CẢM VÀ NỘI TẠNG

Mùa	Bệnh phát sinh
Xuân	Thương phong → thu đông mắc ho
Hạ	Thương thử → thu phát sốt rét
Thu	Thương thấp → đông phát ho
Đông	Thương hàn → xuân phát ôn bệnh

CÁCH HIỂU VỀ ÂM DƯƠNG QUA NGŨ HÀNH

Tiêu chí	Phương đông – mộc – can	Phương nam – hỏa – tâm	Trung ương – thổ – tỳ	Phương tây – kim – phế	Phương bắc – thủy – thận
Phương vị	Đông	Nam	Trung ương	Tây	Bắc
Hành	Mộc	Hỏa	Thổ	Kim	Thủy
Tạng phủ	Gan (Can)	Tim (Tâm)	Lách (Tỳ)	Phổi (Phế)	Thận
Màu sắc	Xanh	Đỏ	Vàng	Trắng	Đen
Âm nhạc	Giác / Giốc	Chủy / Xích	Cung	Thương	Vũ
Âm thanh	Gào thét	Cười	Ca hát	Khóc	Rên rỉ
Biến đổi	Cử động	Lo lắng	Nấc cụt	Ho	Run rẩy

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tiêu chí	Phương đông – mộc – can	Phương nam – hỏa – tâm	Trung ương – thổ – tỳ	Phương tây – kim – phế	Phương bắc – thủy – thận
Cơ quan mở	Mắt	Lưỡi	Miệng	Mũi	Tai
Ngũ vị	Chua	Đắng	Ngọt	Cay	Mặn
Tình chí	Giận dữ	Vui mừng	Tư duy	Buồn	Sợ hãi
Tình chí hại tạng	Giận → hại gan	Vui → hại tim	Tư duy → hại tỳ	Buồn → hại phế	Sợ → hại thận
Khắc chế tình chí	Bi thương khắc giận	Sợ khắc vui	Giận khắc tư duy	Vui khắc buồn	Tư duy khắc sợ
Khí gây bệnh	Gió	Nhiệt	Thấp	Nhiệt	Hàn
Khắc khí gây bệnh	Táo khắc gió	Hàn khắc nhiệt	Phong khắc thấp	Hàn khắc nhiệt	Táo khắc hàn
Vị gây bệnh	Chua	Đắng	Ngọt	Cay	Mặn
Khắc vị gây bệnh	Cay khắc chua	Mặn khắc đắng	Chua khắc ngọt	Đắng khắc cay	Ngọt khắc mặn

NGUYÊN LÝ ÂM DƯƠNG TRONG CHẨN ĐOÁN VÀ ĐIỀU TRỊ

"Trời đất là cha mẹ của vạn vật.

Âm Dương là khởi đầu của mọi sự vật.

Vì vậy, Âm ẩn trong mình, giữ Dương bên ngoài;

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dương vận hành bên ngoài, điều khiển Âm bên trong."

Hoàng Đế hỏi:
"*Làm thế nào để áp dụng quy luật Âm Dương?*"

Kỳ Bá đáp:
"*Dương thịnh gây sốt, da đóng kín, thở gấp, không ra mồ hôi, răng khô, bụng chướng → tử vong. Người này chịu được đông, không chịu được hạ.*

Âm thịnh gây rét, ra mồ hôi nhiều, run rẩy, chân tay lạnh, bụng chướng → tử vong. Người này chịu được hạ, không chịu được đông.

Đây là sự xen lẫn thắng bại giữa Âm Dương , dẫn đến các triệu chứng lâm sàng khác nhau."

TUỔI GIÀ VÀ ÂM DƯƠNG SUY THOÁI

Tuổi	Triệu chứng
40 tuổi	Âm khí giảm một nửa, sức khỏe suy dần
50 tuổi	Thân thể nặng nề, tai ù, mắt mờ
60 tuổi	Âm suy, khí hư, chín khiếu tắc, bụng chướng, nước mắt nước mũi tuôn trào

"*Ai biết cách bảo vệ âm dương thì dù già vẫn khỏe. Ai không biết sẽ chóng già.*
Người trí tuệ nhìn thấy cái chung, người ngu dốt chỉ thấy cái riêng.
Biết rõ âm dương là nắm được bí quyết trường sinh."

ÂM DƯƠNG TRONG CƠ THỂ NGƯỜI

"*Trời đất là nền tảng của muôn loài,*
Âm Dương là bản chất của khí huyết và tạng phủ,
Tả hữu là con đường lưu thông của âm dương,
Nước lửa là biểu hiện của âm dương,
Âm Dương là khởi đầu của mọi vật."

"*Âm ở bên trong là nền tảng của Dương,*
Dương ở bên ngoài là biểu hiện của Âm."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ THEO ÂM DƯƠNG

"Kẻ trí tuệ điều trị bằng cách:

- *Từ âm dẫn dương, từ dương dẫn âm,*
- *Dùng bên trái trị bên phải, dùng bên phải trị bên trái,*
- *Quan sát bề ngoài để hiểu bên trong,*
- *Nhìn vào vi tế để phát hiện sai lệch."*

"Bệnh mới phát → châm cứu sớm.
Bệnh đã phát triển → đợi lúc yếu mà trị.
Bệnh nhẹ → khai thông, bệnh nặng → giải trừ, bệnh suy → bổ dưỡng."

NGUYÊN TẮC ĐIỀU TRỊ

Tình trạng	Cách điều trị
Hình thể suy (Hình thể hư)	Ôn bổ khí (Ôn dưỡng bằng khí để bồi bổ hình thể)
Tinh khí suy (Tinh hư)	Bổ dưỡng vị (Bổ dưỡng bằng thức ăn có vị đậm để nuôi dưỡng tinh)
Bệnh ở trên (Thượng tiêu)	Thăng phát (Đưa tà ra ngoài bằng cách phát tán lên phía trên)
Bệnh ở dưới (Hạ tiêu)	Dẫn xuống (Dẫn tà khí hoặc bệnh lý từ trên xuống dưới để giải tỏa)
Bụng chướng (Trung mãn)	Giải trung tiêu (Điều trị phần giữa cơ thể – tỳ vị – để giảm đầy bụng)
Có tà khí	Phát hãn (Làm ra mồ hôi để đẩy tà khí ra ngoài)
Da thịt bệnh	Phát biểu giải độc (Giải biểu, thanh nhiệt, khu độc tại

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tình trạng	Cách điều trị
(Bệnh tại biểu)	da thịt)
Khí cường tráng (Khí thực, tà thịnh)	Áp chế, tả khẩn cấp (Thanh tả khí tà đang thịnh một cách gấp gáp)
Máu hư	Dưỡng huyết (Bổ máu)
Khí hư	Bồi bổ khí (Tăng cường chính khí)

CÔNG THỨC CHẨN ĐOÁN

"Thầy thuốc giỏi chẩn bệnh luôn:

- *Soi sắc diện, bắt mạch → biệt Âm Dương.*
- *Nghe hơi thở, xem lời nói → biết chỗ tổn thương.*
- *Đo cân đối, xem dáng vẻ → xác định nguyên nhân.*
- *Sờ da thịt, bắt mạch → biết bệnh từ đâu mà ra."*

"Bệnh mới phát, châm cứu là hiệu nghiệm.
Bệnh đã nặng, phải chờ thời cơ thuận lợi."

KẾT LUẬN

1. Âm Dương là nguyên lý nền tảng của vũ trụ, thiên nhiên và cơ thể con người.
2. Sự mất cân bằng âm dương là nguyên nhân gây ra mọi bệnh lý.
3. Hiểu rõ mối liên hệ giữa thiên nhiên và cơ thể , ta mới có thể phòng bệnh và chữa bệnh hiệu quả.
4. Ăn uống, sinh hoạt, cảm xúc, môi trường sống đều ảnh hưởng trực tiếp đến âm dương – khí huyết – tạng phủ.
5. Điều trị đúng phép tắc âm dương là phương pháp tối thượng trong Đông y.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Ăn uống điều độ, hạn chế đồ ăn quá mặn, quá cay nóng hoặc lạnh.
- Giữ tâm an yên, tránh tức giận hay lo lắng kéo dài.
- Tập luyện vừa sức theo mùa, tránh vận động quá mức vào ngày nắng nóng.
- Biết lắng nghe cơ thể, điều chỉnh lối sống phù hợp với thiên nhiên.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 6: ÂM DƯƠNG LY HỢP LUẬN

(Luận về sự phân chia và hợp nhất của âm dương)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU CỦA HOÀNG ĐẾ

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi nghe nói trời thuộc Dương, đất thuộc Âm; mặt trời thuộc Dương, mặt trăng thuộc Âm. Một năm có 360 ngày (gồm tháng lớn và tháng nhỏ), con người cũng tương ứng như vậy.*

Nhưng tại sao ba âm và ba dương trong cơ thể lại không hoàn toàn phù hợp với quy luật Âm Dương thông thường? Tại sao lại như vậy?"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"*Âm Dương là phạm trù vô cùng rộng lớn. Nếu mở rộng ra thì có thể đếm đến hàng ngàn, hàng vạn, nhưng dù có bao nhiêu đi nữa, bản chất vẫn chỉ là một — đó là sự đối lập nhưng bổ trợ lẫn nhau.*"

"*Trời che chở, đất nuôi dưỡng → muôn loài sinh sôi.*
Những gì chưa mọc lên khỏi mặt đất gọi là 'Âm trung chi Âm' (Âm trong Âm) — còn nằm dưới lòng đất, chưa tiếp xúc với ánh sáng.

Những gì đã nhú lên khỏi đất gọi là 'Âm trung chi Dương' (Âm trong Dương) — bắt đầu phát triển nhờ ánh sáng mặt trời."

"*Dương là nguồn năng lượng tạo điều kiện phát triển, Âm là chất liệu để hình thành và bảo tồn. Vì vậy:*

- *Sự sống nảy mầm vào mùa xuân*
- *Phát triển mạnh mẽ vào mùa hạ*
- *Thu liễm vào mùa thu*
- *Bảo vệ nội tạng vào mùa đông*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Nếu bốn mùa mất cân bằng → thiên nhiên rối loạn → vạn vật suy tàn. Trong cơ thể người cũng vậy, sự biến hóa của Âm Dương cũng tuân theo quy luật này, và có thể đếm được."

BA DƯƠNG KINH TRONG CƠ THỂ NGƯỜI

Khi đứng hướng Nam:

- Phía trước gọi là Quảng Minh (thuộc Dương)
- Phía sau gọi là Thái Xung (thuộc Âm)

1. Thái Dương kinh (Thái Dương - 足太陽)

- Gốc ở huyệt Chí Âm (đầu ngón chân út)
- Kết thúc ở huyệt Mệnh Môn
- Là Âm trung chi Dương (Dương trong Âm)
- Chủ về bề ngoài, biểu chứng, mở ra

2. Dương Minh kinh (Dương Minh - 足陽明)

- Gốc ở huyệt Lệ Đoài (đầu ngón chân thứ hai)
- Là Âm trung chi Dương
- Chủ về bên trong, tiêu hóa, đóng lại

3. Thiếu Dương kinh (Thiếu Dương - 足少陽)

- Gốc ở huyệt Chước Âm (đầu ngón chân thứ tư)
- Là Âm trung chi Thiếu Dương
- Chủ về chuyển đổi, cửa ngõ

TỔNG KẾT:

- Thái Dương = Khai (mở)
- Dương Minh = Hợp (đóng)
- Thiếu Dương = Xu (cửa ngõ)

👉 Ba kinh Dương không thể rời nhau, nếu giao động mà không ổn định → gọi là nhất Dương .

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BA ÂM KINH TRONG CƠ THỂ NGƯỜI

Tên kinh	Vị trí	Gốc từ huyệt nào
Thái Âm kinh (Tỳ kinh)	Phía trước thân, bụng dưới	Gốc ở huyệtẨn Bạch(đầu ngón chân cái) – gọi làÂm trung chi Âm
Thiếu Âm kinh (Thận kinh)	Phía trong giữa	Gốc ở huyệtDũng Tuyền(lòng bàn chân) – gọi làÂm trung chi Thiếu Âm
Tuyệt Âm kinh (Can kinh)	Phía trước trong, gần háng	Gốc ở huyệtĐại Thuận(đầu ngón chân cái gan chân) – gọi làÂm tuyệt chi Âm

TỔNG KẾT:

- Thái Âm = Khai (mở)
- Tuyệt Âm = Hợp (đóng)
- Thiếu Âm = Xu (cửa ngõ)

👉 Ba kinh Âm không thể rời nhau, nếu giao động mà không ổn định → gọi là nhất Âm .

CÔNG THỨC PHÂN CHIA ÂM DƯƠNG QUA CƠ THỂ NGƯỜI

Hướng	Đặc điểm
Trước thân	Quảng Minh – Dương
Sau lưng	Thái Xung – Âm

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Hướng	Đặc điểm
Trong cơ thể	Âm
Ngoài da thịt	Dương

BA DƯƠNG VÀ BA ÂM KINH LẠC VẬN HÀNH THEO NGUYÊN TẮC:

- Dương chủ ngoại, Âm chủ nội
- Ba Dương truyền biến theo thứ tự : Thái Dương → Thiếu Dương → Dương Minh
- Ba Âm truyền biến theo thứ tự : Thái Âm → Thiếu Âm → Tuyệt Âm

Ý NGHĨA Y HỌC CỦA ÂM DƯƠNG LY HỢP

"Ba Dương và ba Âm không phải là ba phần riêng biệt, mà là một chuỗi liên tục, luân chuyển qua lại, gọi là 'ly hợp' — tức là tách ra rồi lại hợp lại.

Giống như vòng tuần hoàn của trời đất, khí huyết trong cơ thể người cũng có vòng tuần hoàn cố định. Nếu vòng này bị phá vỡ, sẽ dẫn đến bệnh lý nghiêm trọng."

NHỮNG GÌ TA CẦN HIỂU

Khái niệm	Giải thích
Ly	Tách ra, phân tán, hoạt động riêng lẻ
Hợp	Gom lại, hợp nhất, vận hành đồng bộ
Khí huyết	Luân chuyển theo quy luật ly hợp của ba Âm – ba Dương
Kinh lạc	Là kênh dẫn khí huyết, vận hành theo quy luật Âm Dương

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Khái niệm	Giải thích
Mạch khí	Có thể đo đạc được, dựa trên nguyên tắc số học âm dương

KẾT LUẬN

1. Ba Dương và ba Âm không phải là ba loại hoàn toàn tách biệt , mà là một hệ thống liên tục, có thể phân chia và hợp nhất tùy theo trạng thái bệnh lý.
2. Ba Dương gồm Thái Dương, Thiếu Dương, Dương Minh , mỗi kinh đảm nhiệm vai trò khác nhau trong việc bảo vệ cơ thể và điều hòa khí huyết.
3. Ba Âm gồm Thái Âm, Thiếu Âm, Tuyệt Âm , chịu trách nhiệm về nội tạng, nội tiết và tinh thần.
4. Việc phân tích Âm Dương theo mô hình 'ly – hợp' giúp thầy thuốc hiểu rõ hơn về đường đi của kinh lạc và cách điều trị bệnh theo nguyên tắc cổ truyền.
5. Hiểu đúng về Âm Dương giúp chẩn đoán chính xác, chữa bệnh hiệu quả và phòng ngừa bệnh lý từ sớm.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Hiểu rõ mối quan hệ giữa các kinh lạc → châm cứu chính xác.
- Điều chỉnh sinh hoạt theo quy luật Âm Dương → giữ gìn sức khỏe bền vững.
- Học cách nhận biết triệu chứng theo ba Dương – ba Âm → tăng khả năng chẩn đoán bệnh lý mãn tính như đau đầu, mất ngủ, tiêu chảy, táo bón, viêm khớp...

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 7: ÂM DƯƠNG BIỆT LUẬN

(Luận riêng biệt về các khía cạnh âm dương)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Người có bốn kinh và mười hai tòng, gọi là gì? Xin Ngài giảng rõ.*"

Kỳ Bá thưa:

"*Bốn kinh ứng với bốn mùa; mười hai tòng ứng với mười hai tháng trong năm; mười hai tháng lại ứng với mười hai kinh mạch trong cơ thể.*"

ÂM DƯƠNG TRONG MẠCH TƯỢNG

"*Mạch cũng có Âm Dương. Ai biết mạch Dương sẽ hiểu được mạch Âm, ai nắm rõ mạch Âm mới thông suốt mạch Dương.*

Tổng cộng, Dương có năm loại, mỗi loại lại chia thành năm → tạo nên 25 dạng Dương mạch khác nhau ."

MẠCH ÂM LÀ GÌ?

"*Mạch Âm chính là chân tạng mạch — tức là mạch phản ánh tình trạng nội tạng suy kiệt. Nếu xuất hiện chân tạng mạch thì gọi là bại chứng , bệnh này chắc chắn dẫn đến tử vong .*"

MẠCH DƯƠNG LÀ GÌ?

"*Mạch Dương là khí của vị khí — nếu bắt mạch mà thấy rõ sự vận hành của khí ở vùng dạ dày, đó là dấu hiệu sinh tồn tốt.*

- *Phân biệt mạch Dương → biết nơi bệnh phát sinh.*
- *Phân biệt mạch Âm → biết tiên lượng sống chết.*

Tam Dương chủ đầu mặt, Tam Âm chủ tay chân — nhưng cả hai đều liên quan mật thiết đến nhau."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHÂN BIỆT BỆNH THEO ÂM DƯƠNG QUA MẠCH TƯỢNG

Loại mạch	Đặc điểm
Mạch Dương	Chuyển động, nhanh, mạnh, biểu hiện ra ngoài
Mạch Âm	Tĩnh lặng, chậm, sâu, ẩn chứa bên trong

"Ai am tường quy luật Âm Dương trong mạch tượng, sẽ không cần bàn luận nhiều với người khác. Hiểu rõ điều này là nắm được cốt lõi của việc chẩn đoán bệnh lý."

CHÂN TẠNG MẠCH VÀ TIÊN LƯỢNG TỬ VONG

Tạng phủ	Dấu hiệu chân tạng mạch	Tiên lượng tử vong
Can (Gan)	Mạch đập căng gấp, gián đoạn	18 ngày
Tâm (Tim)	Mạch đứt đoạn hoàn toàn	9 ngày
Phế (Phổi)	Mạch đứt quãng, yếu dần	12 ngày
Thận	Mạch nhỏ, gần như không cảm nhận được	7 ngày
Tỳ	Mạch hoàn toàn mất đi	4 ngày

☞ Đây là những triệu chứng báo trước tạng khí sắp tuyệt , không còn khả năng phục hồi.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BỆNH DO TAM DƯƠNG & TAM ÂM

1. Nhị Dương bệnh (Vị + Đại Tràng)

- Bệnh phát từ tâm tỳ, gây ra:
  - Không thể tiết chế dục vọng
  - Nữ giới mất kinh nguyệt
  - Có thể chuyển biến thành phong tiêu (tiêu khát, sụt cân)
  - Hoặc thành ích bôn (đái dắt, tiểu tiện khó khăn)
- Đây là bệnh nặng, khó chữa khỏi.

2. Tam Dương bệnh (Thái Dương + Thiếu Dương + Dương Minh)

- Triệu chứng:
  - Sốt rét xen kẽ
  - Xuất hiện áp xe, viêm mủ
  - Teo yếu chi thể, liệt nửa người
- Biến chứng:
  - Khí huyết khô kiệt (sách trạch)
  - Thận khí hư, đau bụng dưới (nhiếp thống)
    → Nếu truyền biến xấu, bệnh rất nguy hiểm.

3. Nhất Dương bệnh (Thiếu Dương)

- Triệu chứng:
  - Ít hơi thở
  - Hay ho
  - Tiêu chảy kéo dài
- Biến chứng:
  - Tim đau như bị kéo căng (tâm xé)
  - Ăn uống nghẽn lại (cách chứng) → Cần can thiệp sớm để tránh biến chứng nguy hiểm.

BỆNH DO KẾT HỢP ÂM DƯƠNG

1. Nhị Dương một Âm bệnh (Vị + Đại tràng + Tỳ)

- Triệu chứng:
  - Hay giật mình
  - Đau lưng

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Hay ợ hơi
- Hay ngáp dài → Gọi là phong quyết (khí phong làm rối loạn thần chí)

2. Nhị Âm một Dương bệnh (Thận + Tâm + Tam Tiêu)

- Triệu chứng:
  - Bụng chướng
  - Ngực đầy tức
  - Hơi thở gấp gáp → Ảnh hưởng đến tim và phổi.

3. Tam Âm tam Dương bệnh (Sáu kinh cùng bất thường)

- Triệu chứng:
  - Liệt nửa người
  - Yếu liệt tứ chi → Tổn thương toàn thân, tiên lượng xấu.

PHÂN LOẠI MẠCH THEO ÂM DƯƠNG

Loại mạch	Đặc điểm	Ý nghĩa
Câu mạch (鉤)	Nhảy lên rồi hạ xuống nhanh	Dấu hiệu của Dương khí
Mao mạch (毛)	Nhẹ, mềm, chậm	Dấu hiệu của Âm khí
Huyền mạch (弦)	Căng như dây đàn	Dấu hiệu của can tà hoặc hàn tà
Thạch mạch (石)	Rất trầm, cứng, mạnh	Dấu hiệu thận khí hư
Lưu mạch (溜)	Mạch trơn tuột, nhanh	Dấu hiệu khí huyết lưu thông hỗn loạn

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

KHÍ HUYẾT MẤT CÂN BẰNG GÂY BỆNH NGHIÊM TRỌNG

"Khi Âm tranh giành quyền lực trong nội tạng, Dương bị quấy nhiễu bên ngoài → mồ hôi ra không kiểm soát, tứ chi lạnh toát.

Lúc đứng dậy, khí nhiệt thượng nghịch, xông vào phổi → khiến người bệnh khó thở, hen suyễn, giọng khàn ."

ÂM DƯƠNG MẤT HÒA HỢP GÂY TỔN HẠI

"Âm Dương phải hòa hợp, nếu cương gặp cương , Dương khí sẽ phá tán, Âm khí dần tiêu tan.

Nếu mềm – cứng không điều hòa , kinh khí sẽ bị đứt đoạn, dẫn đến tổn thương nghiêm trọng ."

TIÊN LƯỢNG TỬ VONG QUA MẠCH TƯỢNG

Tình trạng mạch	Tiên lượng
Chết Âm thuộc loại nhẹ	Không quá ba ngày
Sinh Dương thuộc loại nặng	Không quá bốn ngày

CÁC DẠNG BỆNH DO ÂM DƯƠNG TRUYỀN BIẾN

Dạng bệnh	Nguyên nhân	Triệu chứng
Sinh Dương	Can truyền sang Tâm	Dương khí tăng, bệnh chưa nguy hiểm
Tử Âm	Tâm truyền sang Phế	Âm khí tổn hại, tiên lượng xấu
Trọng Âm	Phế truyền sang Thận	Âm khí chồng chất, bệnh nặng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dạng bệnh	Nguyên nhân	Triệu chứng
Tỵ Âm	Thận truyền sang Tỳ	Âm tà xâm nhập sâu, không thể cứu chữ

CÁC DẠNG KẾT ÂM DƯƠNG GÂY BỆNH

Dạng kết	Triệu chứng
Kết Dương	Tứ chi phù thũng
Kết Âm	Đi ngoài ra máu: 1 lần = 1 thăng, 2 lần = 2 thăng...
Kết Âm Dương lệch lạc	Nhiều Âm ít Dương → thủy thũng bụng dưới (thạch thủy)
Nhị Dương kết	Tiêu khát, tiểu đường (tiêu chứng)
Tam Dương kết	Ăn uống nghẽn lại, ngực đầy (cách chứng)
Tam Âm kết	Toàn thân phù thũng
Nhất Âm nhất Dương kết	Viêm họng, nghẹt mũi (hầu bế)
Âm Dương hư	Tiêu chảy, tử vong
Dương gia Âm	Ra mồ hôi nhiều
Âm hư Dương bạo động	Phụ nữ băng huyết

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

TIÊN LƯỢNG TỬ VONG QUA MẠCH TƯỢNG

Loại mạch	Tiên lượng tử vong
Tam Âm cùng động	Chết sau 20 ngày (giữa đêm)
Nhị Âm cùng động	Chết sau 13 ngày (chiều tối)
Nhất Âm cùng động	Chết sau 10 ngày
Tam Dương cùng động	Chết sau 3 ngày
Tam Âm tam Dương cùng động	Tim chướng, bụng đầy, đại tiểu tiện tắc nghẽn → chết sau 5 ngày
Nhị Dương cùng động	Bệnh ôn nhiệt, không chữa được, chết trước 10 ngày

NHỮNG DẤU HIỆU ĐẶC BIỆT QUA MẠCH

Mạch tượng	Ý nghĩa
Mạch Âm mạnh hơn Dương	Phụ nữ mang thai
Mạch Âm Dương đều hư kèm ly	Tử vong
Dương vượt trội so với Âm	Ra mồ hôi nhiều
Âm hư, Dương bạo động	Phụ nữ băng huyết

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

KẾT LUẬN

1. Mạch tượng là công cụ chẩn đoán quan trọng , giúp xác định nguyên nhân bệnh lý, tiên lượng tử vong.
2. Âm Dương trong cơ thể không chỉ là lý thuyết , mà là nền tảng thực tiễn trong chẩn đoán và điều trị bệnh lý mãn tính.
3. Tam Âm tam Dương tương tác với nhau theo quy luật ngũ hành , nếu truyền biến sai lệch sẽ gây ra bệnh lý nghiêm trọng.
4. Hiểu rõ các dạng kết hợp giữa Âm Dương giúp thầy thuốc dự đoán biến chứng, đưa ra phương pháp điều trị đúng lúc.
5. Phân biệt rõ ràng giữa mạch Âm và Dương , giữa bệnh sinh Dương và tử Âm , là kỹ năng then chốt trong chẩn mạch học cổ truyền.

LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI:

- Học cách bắt mạch và quan sát sắc diện để phát hiện sớm bệnh lý nội tạng.
- Điều chỉnh ăn uống, sinh hoạt theo nguyên tắc Âm Dương – ngũ hành – kinh lạc.
- Hiểu rõ mối liên hệ giữa ngũ tạng và bệnh lý mãn tính như tiêu khát, uỷ chứng, quyết chứng, tiêu chảy, phù thũng...
- Kết hợp điều trị bằng châm cứu, thảo dược, dưỡng sinh để đạt hiệu quả cao nhất.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 8: LINH LAN BÍ ĐIỂN LUẬN

(Bài giảng bí truyền được ghi chép tại thư viện Linh Lan)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"Tôi muốn nghe Ngài giảng về mối quan hệ giữa mười hai tạng phủ trong cơ thể, ai chủ đạo, ai phục vụ — xin Ngài giải thích rõ."

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Ngài hỏi rất sâu sắc! Xin phép được trình bày như sau:

Mười hai tạng phủ giống như một triều đình, mỗi cơ quan đều có chức trách riêng, nhưng phải phối hợp hài hòa để cơ thể khỏe mạnh và trường thọ."

CHỨC NĂNG CỦA MƯỜI HAI TẠNG PHỦ

Tạng Phủ	Chức năng	Ý nghĩa
Tim (心)	Như vua, chủ trì thần minh, tư duy và ý thức	"*Quân chủ chi quan*" – cơ quan đứng đầu, quyết định mọi việc
Phổi (肺)	Như tể tướng, điều tiết khí huyết, hô hấp, kiểm soát toàn thân	"*Tướng phụ chi quan*" – giúp tim quản lý toàn bộ cơ thể
Can (肝)	Như tướng quân, đảm bảo sức mạnh, đưa ra mưu lược	"*Tướng quân chi quan*" – chịu trách nhiệm hành động và suy

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tạng Phủ	Chức năng	Ý nghĩa
		nghĩ chiến lược
Đảm (胆)	Quyết đoán, dứt khoát, hỗ trợ can lập kế hoạch	"*Trung chính chi quan*" – đưa ra quyết định đúng đắn
Đàn trung (膻中)	Là nơi truyền đạt niềm vui, cảm xúc từ tim đến các cơ quan khác	"*Thần sứ chi quan*" – chuyển tải tình cảm và trạng thái tâm lý
Tỳ & Vị (脾胃)	Nhận thức ăn, tiêu hóa, hấp thu ngũ vị	"*Thực lẫm chi quan*" – cung cấp dinh dưỡng nuôi cơ thể
Đại tràng (大肠)	Chuyển hóa phần thừa thành phân, bài tiết ra ngoài	"*Truyền đạo chi quan*" – xử lý chất thải
Tiểu tràng (小肠)	Phân tách chất dinh dưỡng và chất thải từ dạ dày	"*Thụ thịnh chi quan*" – tiếp nhận và sàng lọc
Thận (肾)	Tích trữ tinh khí, tạo nên sức mạnh và kỹ xảo	"*Tác cường chi quan*" – sinh lực và trí tuệ tiềm ẩn
Tam tiêu (三焦)	Điều tiết đường nước trong cơ thể, kết nối các phủ tạng	"*Quyết độc chi quan*" – thông điều thủy đạo, bài trừ độc tố
Bàng quang (膀胱)	Lưu trữ và bài tiết nước tiểu	"*Châu đô chi quan*" – chứa giữ và thải trừ chất lỏng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỐI LIÊN HỆ GIỮA CÁC TẠNG PHỦ

"Mười hai tạng phủ này không thể rời nhau. Nếu quân chủ sáng suốt (tức là tim khỏe mạnh), thì các quan lại dưới quyền yên ổn → thân thể khỏe mạnh, sống lâu, không gặp tai họa. Dù làm việc lớn hay nhỏ, đều thành công mỹ mãn."

"Ngược lại, nếu quân chủ tối tăm (tim yếu, thần chí rối loạn), thì cả mười hai tạng đều nguy hiểm → kinh lạc bế tắc, khí huyết mất điều hòa → hình thể tổn thương nghiêm trọng. Dù dưỡng sinh cũng vô ích, dù trị quốc cũng sẽ bại vong. Hãy cẩn thận, hãy cảnh giác!"

ĐẠO LÝ ẨN CHỨA TRONG MỖI TẠNG

"Đạo lý cao siêu thường ẩn giấu ở những điều nhỏ bé nhất, biến hóa không cùng tận. Ai có thể biết rõ nguồn gốc của nó?

Có những bệnh lý tưởng nhỏ nhưng phát triển âm ỉ, có những triệu chứng mơ hồ khó xác định, có những con số vi tế xuất phát từ ly, tất cả đều có thể tích tụ thành bệnh nặng nếu không được chăm sóc đúng lúc."

"Sự vận hành của cơ thể bắt đầu từ những điều nhỏ nhất:

- *Sự biến đổi vi tế → tạo ra sự khác biệt lớn.*
- *Từ đơn vị nhỏ nhất → xây dựng quy luật tổng thể.*
- *Từ cân đo tính toán → dẫn đến sự phát triển không giới hạn."*

KẾT LUẬN CỦA HOÀNG ĐẾ

Hoàng Đế nói:

"Hay lắm! Tôi vừa nghe được đạo lý tinh túy và rạng rỡ, là nền tảng cho sự nghiệp lớn của bậc thánh nhân. Nếu không giữ gìn nghiêm túc, chọn ngày lành tháng tốt, thì không thể tiếp nhận được những lời dạy quý giá này."

"Vì vậy, tôi chọn ngày tốt, lưu giữ những lời giảng này trong Linh Lan Chi Thất (灵兰之室) — nơi trang trọng nhất, để truyền lại cho đời sau."

KẾT LUẬN

1. Mười hai tạng phủ hoạt động như một triều đình, mỗi cơ quan đều có vai trò riêng, nhưng phải phối hợp nhuần nhuyễn.
2. Tim là trung tâm — quyết định sự sống còn của toàn bộ cơ thể.
3. Phổi điều tiết khí huyết , phán xét và kiểm soát toàn thân.
4. Can đưa ra chiến lược , quyết định hướng đi của tinh thần và hành vi.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

5. Tỳ và Vị là nền tảng dinh dưỡng, nuôi dưỡng toàn thân.
6. Thận là nguồn gốc tinh khí, quyết định khả năng sinh tồn và trí tuệ.
7. Sự mất cân bằng giữa các tạng phủ gây ra bệnh lý nghiêm trọng.
8. Hiểu rõ mối quan hệ giữa mười hai tạng phủ mới có thể chữa bệnh hiệu quả và dưỡng sinh bền vững.

LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN

- Giữ gìn sức khỏe tim mạch là giữ gìn sức khỏe tổng thể.
- Nuôi dưỡng tinh thần an lạc , tránh lo lắng kéo dài, vì ảnh hưởng trực tiếp đến can khí và thần chí.
- Bồi bổ tỳ vị để tăng cường hấp thụ dinh dưỡng, cải thiện miễn dịch.
- Bảo vệ thận khí để duy trì sinh lực và trí tuệ lâu dài.
- Hiểu rõ cơ chế vận hành của mười hai tạng phủ giúp thầy thuốc chẩn đoán chính xác, điều trị đúng bệnh, phòng bệnh từ sớm.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 9: LỤC TIẾT TẠNG TƯỢNG LUẬN

(Luận về sáu tiết khí và biểu hiện của ngũ tạng)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"Tôi nghe nói trời đất vận hành theo chu kỳ sáu mươi ngày, gọi là lục lục chi tiết . Con người thì tính theo cửu cửu chế hội , lại có ba trăm sáu mươi lăm khớp xương ứng với số ngày trong năm. Điều này đã được truyền từ lâu, nhưng tôi chưa hiểu rõ ý nghĩa thực sự."

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Đây là vấn đề rất sâu sắc, xin được trình bày rõ như sau…

◆ ***Về Lục Lục Chi Tiết :***

- *Là quy luật thiên văn, dùng để xác định độ dài quỹ đạo mặt trời và mặt trăng.*
- *Một ngày, mặt trời di chuyển một độ.*
- *Mặt trăng mỗi ngày di chuyển mười ba độ rưỡi.*
- *Vì vậy, một tháng có 29 hoặc 30 ngày → tạo nên tháng lớn tháng nhỏ.*
- *Một năm có 365 ngày, dư ra một phần nhỏ → gọi là khí dư sinh nhuận .*

☞ *Đây là cách xác định thời gian chính xác trên bầu trời.*

◆ ***Về Cửu Cửu Chế Hội :***

- *Là quy luật tương ứng giữa con người và vũ trụ.*
- *Ba trăm sáu mươi lăm khớp xương, mạch lạc trong cơ thể ứng với ba trăm sáu mươi lăm ngày trong năm.*
- *Mỗi kinh lạc đều có chức năng riêng, phối hợp nhịp nhàng để duy trì sức khỏe."*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỐI LIÊN HỆ GIỮA ÂM DƯƠNG VÀ SINH KHÍ

"Trời thuộc Dương, đất thuộc Âm; mặt trời thuộc Dương, mặt trăng thuộc Âm.
Chúng vận hành có quy tắc, có phân chia rõ ràng.

Sinh khí của con người cũng vậy, bắt nguồn từ âm dương, phát triển theo quy luật:

- *Sinh ra từ năm hành : Kim – Mộc – Thủy – Hỏa – Thổ*
- *Phân thành ba loại khí : Thái Dương – Thiếu Âm – Quyết Âm (ba Dương); Thái Âm – Thiếu Âm – Quyết Âm (ba Âm)*

Ba Dương kết hợp thành Trời
Ba Âm kết hợp thành Đất
Ba Dương + Ba Âm = Sáu Tiết Khí
Sáu tiết khí chia làm chín phương vị → gọi là chín dã
Chín dã ứng với chín tạng phủ trong cơ thể người"

Loại tạng	Số lượng
Hình tạng (thịt, da, gân)	4
Thần tạng (trí tuệ, cảm xúc, nội tạng)	5
Tổng cộng	9 tạng

CHU KỲ KHÍ HUYẾT TRONG CƠ THỂ NGƯỜI

"Khí huyết trong cơ thể vận hành theo từng giai đoạn nhỏ:

- *5 ngày gọi là một hầu (候) — giai đoạn nhỏ nhất của biến hóa khí huyết.*
- *3 hầu gọi là một khí (氣) — tổng cộng 15 ngày, tức nửa tháng.*
- *6 khí gọi là một thời (時) — tổng cộng 90 ngày, tức một mùa.*
- *4 thời gọi là một năm (歲) — tổng cộng 360 ngày, ứng với một chu kỳ thiên nhiên.*

Khí huyết tuần hoàn không ngừng nghỉ, giống như vòng tròn khép kín. Ai không nắm rõ quy luật này sẽ không thể làm thầy thuốc giỏi được."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

QUY LUẬT BIẾN HÓA CỦA KHÍ

"Năm khí luân phiên nhau chủ trị, mỗi khí đều có ưu thế riêng, dẫn đến sự thay đổi của thiên nhiên và cơ thể con người.

Có ba trạng thái chính:

- *Bình thường : khí cân bằng, không quá mức, không thiếu hụt.*
- *Thái quá : khí vượt mức, gây bạo bệnh.*
- *Bất cập : khí yếu, gây hư chứng kéo dài.*

Nếu khí đến đúng lúc gọi là bình khí
Nếu khí đến sớm hơn gọi là thái quá → khắc chế tạng yếu, gây tổn thương.
Nếu khí đến muộn gọi là bất cập → tạng bị hại, bệnh nặng hơn."

ỨNG DỤNG QUA NGŨ HÀNH – TẠNG PHỦ

Mùa	Khí hành	Tạng tương ứng	Tạng bị khắc
Xuân	Mộc	Can (Gan)	Tỳ (Lách)
Hạ	Hỏa	Tâm (Tim)	Phế (Phổi)
Trường Hạ	Thổ	Tỳ (Lách)	Thận (Thận)
Thu	Kim	Phế (Phổi)	Can (Gan)
Đông	Thủy	Thận (Thận)	Tâm (Tim)

"Ai biết rõ khí đến đúng lúc hay sai lệch, mới hiểu được nguyên nhân bệnh lý. Biết rõ năm khí, mới điều trị đúng phép."

NGUỒN GỐC SINH KHÍ CỦA CON NGƯỜI

"Con người sống nhờ hai nguồn chính:

- *Khí trời qua mũi → vào tim phổi → nuôi dưỡng ngũ sắc, thanh âm.*
- *Vị đất qua miệng → vào tỳ vị → chuyển hóa thành dinh dưỡng, nuôi dưỡng khí huyết.*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Sự hòa hợp giữa ngũ khí và ngũ vị tạo nên sức sống, tinh thần và thần trí.”

TƯỢNG CỦA NGŨ TẠNG

1. Tâm (心) – Vua của ngũ tạng

- Là cội nguồn của sự sống
- Chủ trì thần chí
- Biểu hiện ở mặt (sắc diện)
- Dưỡng ở mạch máu
- Thuộc Dương trung chi Dương
- Ứng với mùa hạ

2. Phế (肺) – Tể tướng

- Là gốc của khí
- Chứa phách (trí tuệ vật chất)
- Biểu hiện ở lông tóc
- Dưỡng ở da thịt
- Thuộc Dương trung chi Âm
- Ứng với mùa thu

3. Can (肝) – Tướng quân

- Là nơi sinh huyết khí
- Chứa hồn (ý chí, ước mơ)
- Biểu hiện ở móng tay
- Dưỡng ở gân mạch
- Thuộc Thiếu Dương
- Ứng với mùa xuân

4. Thận (肾) – Cơ sở của sự ẩn nấp và tích trữ

- Chủ tàng tinh
- Chứa chí
- Biểu hiện ở tóc
- Dưỡng ở xương
- Thuộc Âm trung chi Âm

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Ứng với mùa đông

5. Tỳ (脾) – Trung tâm điều hòa

- Là kho dự trữ thức ăn
- Chứa doanh vệ
- Biểu hiện ở môi
- Dưỡng ở cơ thịt
- Thuộc Chí Âm
- Ứng với mùa Trường Hạ

SỰ LIÊN HỆ GIỮA TẠNG PHỦ

Tạng phủ	Vai trò
Tỳ – Vị – Đại trường – Tiểu trường – Tam tiêu – Bàng quang	Gọi là lục phủ, đảm nhiệm vai tròvận hóa thức ăn, bài trừ chất thải
Tâm – Phế – Can – Thận – Tỳ	Gọi là ngũ tạng, đảm nhiệm vai tròsinh huyết, chứa thần chí, giữ gìn tinh khí

"Mười một tạng phụ thuộc vào mật (đảm), vì mật giúp quyết đoán, là đầu mối điều phối các tạng phủ khác."

BỆNH THEO MẠCH TƯỢNG

Đo tại nhân nghinh mạch (cổ):

- Nhất thịnh → bệnh ở Thiếu Dương
- Nhị thịnh → bệnh ở Thái Dương
- Tam thịnh → bệnh ở Dương Minh
- Tứ thịnh trở lên → gọi là các dương , khí dương bế tắc

Đo tại thốn khẩu mạch (tay):

- Nhất thịnh → bệnh ở Quyết Âm
- Nhị thịnh → bệnh ở Thiếu Âm
- Tam thịnh → bệnh ở Thái Âm
- Tứ thịnh trở lên → gọi là quan âm , khí Âm bị bế tắc

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

🔍 **Nếu cả hai mạch đều thịnh trở lên:**

→ Gọi là quan cách → khí huyết mất liên hệ, tiên lượng xấu, dễ tử vong.

KẾT LUẬN

1. *Con người là một phần của vũ trụ , chịu ảnh hưởng trực tiếp bởi quy luật thiên nhiên.*
2. *Khí huyết vận hành theo chu kỳ năm – tháng – ngày – giờ , phản ánh tình trạng sức khỏe thông qua tạng phủ và kinh lạc.*
3. *Hiểu rõ ngũ hành – âm dương – khí hậu – tạng tượng là nền tảng để chẩn đoán và điều trị bệnh hiệu quả.*
4. *Tạng phủ không hoạt động độc lập , mà phải phối hợp nhuần nhuyễn, nếu rối loạn sẽ dẫn đến bệnh lý nghiêm trọng.*
5. *Biết rõ thời điểm khí đến – khí đi , mới nắm được căn nguyên bệnh và đưa ra phương pháp điều trị phù hợp.*

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Hiểu rõ chu kỳ sinh học của cơ thể giúp bạn chọn thời điểm tốt nhất để:
  - Uống thuốc
  - Tập luyện
  - Nghỉ ngơi
- Ăn uống theo mùa giúp điều hòa khí huyết và phòng bệnh hiệu quả :
  - Mùa xuân: dưỡng gan
  - Mùa hạ: dưỡng tim
  - Mùa thu: dưỡng phổi
  - Mùa đông: dưỡng thận
  - Trường hạ: dưỡng tỳ
- Học cách đo mạch cổ và mạch tay để phát hiện sớm những bất thường trong khí huyết.
- Tập dưỡng sinh đúng thời điểm giúp tăng cường sức đề kháng và phòng ngừa bệnh mãn tính.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 10: NGŨ TẠNG SINH THÀNH LUẬN

(Luận về sự hình thành của ngũ tạng)

MỐI LIÊN HỆ GIỮA NGŨ TẠNG, CƠ QUAN BIỂU HIỆN & NGŨ VỊ

Tạng phủ	Liên hệ cơ thể	Biểu hiện ra ngoài	Bị khắc bởi
Tâm (心)	Mạch máu	Sắc diện (mặt)	Thận
Phế (肺)	Da	Lông tóc	Tâm
Can (肝)	Gân	Móng tay	Phế
Tỳ (脾)	Cơ thịt	Môi	Can
Thận (肾)	Xương	Tóc	Tỳ

Mỗi tạng đều có mối quan hệ mật thiết với một tổ chức cơ thể cụ thể và biểu hiện rõ ràng qua các đặc điểm bên ngoài. Nếu ngũ tạng bị tổn thương sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến phần tương ứng trên thân thể.

ẢNH HƯỞNG CỦA NGŨ VỊ ĐẾN NGŨ TẠNG

Ăn nhiều vị...	Dẫn đến...	Triệu chứng
Mặn(咸)	Tổn hại tim mạch	Mạch đập chậm, sắc mặt tối

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Ăn nhiều vị...	Dẫn đến...	Triệu chứng
Đắng(苦)	Tổn hại phổi	Da khô, rụng lông tóc
Cay(辛)	Tổn hại gân mạch	Gân co rút, móng tay khô giòn
Chua(酸)	Tổn hại cơ bắp	Thịt chai sạn, môi nứt nẻ
Ngọt(甘)	Tổn hại xương	Đau xương, rụng tóc

👉 Đây gọi là "*ngũ vị sở thương*" — ăn uống quá độ theo một vị gây tổn hại nghiêm trọng đến tạng tương ứng.

NGŨ TẠNG ƯA NGŨ VỊ

Tạng	Ưa	Ý nghĩa
Tâm	Đắng	Giúp huyết lưu thông, thần chí ổn định
Phế	Cay	Giúp khí vận hành, da dẻ hồng hào
Can	Chua	Giúp can khí điều hòa, gân mạnh mẽ
Tỳ	Ngọt	Giúp tỳ vị tiêu hóa tốt, cơ thịt săn chắc
Thận	Mặn	Giúp thận hoạt động hiệu quả, xương vững chắc

DẤU HIỆU TỬ VONG QUA SẮC MẶT

"*Sắc mặt phản ánh tình trạng sức khỏe ngũ tạng. Nếu xuất hiện năm màu sắc bất thường sau → tiên lượng xấu.*"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Màu sắc	Dấu hiệu tử vong
Xanh như cỏ chết	Can khí suy kiệt
Vàng như cam thảo khô	Tỳ khí bại liệt
Đen như than cháy	Thận khí hoàn toàn mất
Đỏ như máu đông	Tâm khí hư nhược
Trắng như xương khô	Phế khí tuyệt tận

DẤU HIỆU SỐNG SÓT QUA SẮC MẶT

Màu sắc	Dấu hiệu sống sót
Xanh như lông chim én	Can khí còn tồn tại
Đỏ như mào gà trống	Tâm huyết chưa mất
Vàng như bụng con cua	Tỳ khí ổn định
Trắng như mỡ heo	Phế khí chưa tuyệt
Đen như lông quạ	Thận khí vẫn còn

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BIỂU HIỆN CỦA NGŨ TẠNG TRÊN SẮC DIỆN

Tạng	Hình ảnh so sánh
Tâm	Như tấm lụa trắng bọc miếng thuốc đỏ bên trong → mặt ửng hồng, da sáng
Phế	Như lụa trắng bọc vải đỏ nhạt → da hồng nhuận, hơi thở đều
Can	Như lụa trắng bọc vải xanh lá → mắt sáng, móng tay bóng
Tỳ	Như lụa trắng bọc hạt bầu → môi hồng, tiêu hóa tốt
Thận	Như lụa trắng bọc vật màu tím → tóc đen, răng chắc

MỐI LIÊN HỆ GIỮA SẮC – VỊ – TẠNG PHỦ

Màu sắc	Vị	Tạng phủ
Trắng	Cay	Phế
Đỏ	Đắng	Tâm
Xanh	Chua	Can
Vàng	Ngọt	Tỳ
Đen	Mặn	Thận

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

TƯƠNG ỨNG:

- Trắng + Cay = Phế
- Đỏ + Đắng = Tâm
- Xanh + Chua = Can
- Vàng + Ngọt = Tỳ
- Đen + Mặn = Thận

KHÍ HUYẾT VÀ CÁC BỆNH DO MẤT CÂN BẰNG

"Mọi mạch đều thuộc về mắt; mọi tủy đều thuộc về não; mọi gân đều liên quan đến khớp; mọi huyết đều từ tim sinh ra; mọi khí đều do phổi điều tiết. Đây là nguyên lý vận hành của tứ chi và bát khê (365 huyệt đạo).

◆ ***Khi ngủ:***

- *Máu trở về gan → giúp mắt nhìn rõ*
- *Máu đến chân → giúp đi lại linh hoạt*
- *Máu đến tay → giúp cầm nắm dễ dàng*

◆ ***Nếu vừa ngủ dậy đã gặp gió lạnh:***

- *Máu ngưng tụ dưới da → gây phong tê*
- *Máu ngưng trong mạch → gây huyết trì*
- *Máu ngưng ở chân → gây chân tay lạnh buốt, liệt nhẹ*

☞ *Ba trạng thái này gọi là phong tê, huyết trì, thủ túc quyết — đều do máu không lưu thông đúng chỗ."*

CHẨN BỆNH THEO MẠCH TƯỢNG

"Khởi đầu chẩn bệnh, phải lấy ngũ quyết làm gốc . Muốn biết căn nguyên bệnh, trước hết phải xác định mẫu số chung . Ngũ quyết chính là năm loại mạch tượng phản ánh tình trạng ngũ tạng."

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

TRIỆU CHỨNG BỆNH THEO VỊ TRÍ VÀ KINH LẠC

Triệu chứng	Nguyên nhân kinh lạc	Tiên lượng
Đau đầu dữ dội, đỉnh đầu đau, hạ bộ hư, thượng bộ thực	Bệnh ởthiếu âm và thái dương, nặng thì nhập vào thận	Nguy hiểm
Mờ mắt, ú ớ, tai điếc, hạ thực thượng hư	Bệnh ởthiếu dương và tuyệt âm, nặng thì nhập vào can	Cần châm cứu sớm
Bụng chướng đầy, ngực tức, háng đau, chân lạnh, đầu choáng	Bệnh ởthái âm và dương minh	Dễ tiến triển xấu
Ho hen, khó thở, khí nghịch ở ngực	Bệnh ởthủ dương minh và thủ thái âm	Dễ phát biến nội tạng
Tim hồi hộp, đau đầu, bệnh ở vùng hoành cách mô	Bệnh ởthủ thái dương và thủ thiếu âm	Có thể chữa nếu phát hiện kịp thời

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Xích mạch (Mạch đỏ)	Nhảy nhanh, cứng	Tích khí ở tim → gây tim đập mạnh, ngực chướng, gọi làtâm tê. Thường do ngoại cảm, lo nghĩ quá mức.
Bạch mạch (Mạch trắng)	Nhảy nhanh, nổi nhẹ	Tích khí ở phế → sợ hãi, khó thở, sốt rét sau say rượu. Gọi làphế tê.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Thanh mạch (Mạch xanh)	Dài, căng, giật hai bên	Tích khí ở can → đau mạng sườn, lưng đau, đầu choáng. Gọi làcan tê.
Hoàng mạch (Mạch vàng)	Rộng nhưng rỗng	Khí tích tụ ở bụng → bụng chướng, khí nghịch. Gọi làquyết sang.
Hắc mạch (Mạch đen)	Cứng, to ở hạ bộ	Tích khí ở tiểu phúc → tiểu tiện khó, lưng đau. Gọi làthận tê.

MẠCH VÀ BỆNH TỲ-KHÍ-HUYẾT

Mạch tượng	Bệnh lý
Lớn mà hư	Tích khí ở bụng → chứngquyết hãn(khí nghịch gây đau). Phụ nữ cũng mắc phải tình trạng này.
Phù sác	Phế khí suy yếu, khí nghịch ở ngực → bệnhphế tý(ho hen, tức ngực).
Hoạt sác, khí huyết tán loạn	Khí huyết không ổn định → tâm thần bất an, nói sảng lung tung. Cầnthanh hỏa, dưỡng tâm.
Trầm tế, khí huyết trì trệ	Tỳ vị hư nhược → tiêu chảy mãn tính, phù toàn thân.
Vi tế, khí huyết suy	Khí huyết suy kiệt → tạng khí hư tổn, nếu không kịp thời bổ dưỡng thì dễ dẫn đếntử vong sớm.
Phù sác, sốt cao, mồ hôi lạnh	Dương tà thượng nghịch → cầntả hỏa,dưỡng âmđể điều hòa.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mạch tượng	Bệnh lý
Trầm tế, thần sắc tối tăm	Chân khí đang thoát ra ngoài → tiên lượng xấu, nguy hiểm đến tính mạng.
Rời rạc, khí huyết mất điều hòa	Khí huyết hỗn loạn → tạng phủ rối loạn chức năng → có thể dẫn đếntử vong đột ngột.

CHẨN BỆNH QUA MẶT VÀ MẮT

"Ai có sắc mặt vàng, mắt xanh; mặt vàng, mắt đỏ; mặt vàng, mắt trắng; mặt vàng, mắt đen → đều có thể sống được.

Nhưng ai có:

- *Mặt xanh, mắt đỏ*
- *Mặt đỏ, mắt trắng*
- *Mặt xanh, mắt đen*
- *Mặt đen, mắt trắng*
- *Mặt đỏ, mắt xanh*

→ Đây là dấu hiệu ngũ tạng suy kiệt , tiên lượng xấu, thường dẫn đến tử vong ."

KẾT LUẬN

1. Ngũ tạng (tim, phổi, gan, lách, thận) là nền tảng sinh mệnh, mỗi tạng đều có mối liên hệ chặt chẽ với một tổ chức cơ thể cụ thể.
2. Ăn uống quá độ theo một vị nhất định sẽ gây tổn thương lâu dài cho tạng tương ứng.
3. Sắc mặt và mạch tượng là công cụ chẩn đoán chính xác, phản ánh tình trạng khí huyết và ngũ tạng.
4. Hiểu rõ mối quan hệ giữa ngũ hành – ngũ vị – ngũ sắc – ngũ tạng giúp thầy thuốc điều trị đúng phép tắc và dự đoán tiên lượng bệnh nhân.
5. Mạch tượng phản ánh tình trạng khí huyết , nếu khí huyết mất cân bằng → bệnh nặng, tử vong.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Quan sát sắc mặt để phát hiện sớm bệnh lý nội tạng.
- Đo mạch tượng để đánh giá tình trạng khí huyết và tiên lượng.
- Ăn uống cân bằng , tránh thiên lệch theo một vị quá mức.
- Biết điều chỉnh sinh hoạt theo mùa , vì ngũ tạng chịu ảnh hưởng lớn từ môi trường tự nhiên.
- Kết hợp châm cứu, thảo dược, dưỡng sinh để điều trị bệnh mãn tính do ngũ tạng suy nhược.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 11: NGŨ TẠNG BIỆT LUẬN

(Luận riêng biệt về chức năng của ngũ tạng)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"Tôi nghe nói các thầy thuốc cổ xưa có nhiều cách hiểu khác nhau:

- *Có người coi não và tủy là một loại tạng.*
- *Có người gọi ruột và dạ dày là tạng.*
- *Lại có người xếp chúng vào phủ .*

Mỗi ý kiến đều tự xưng là đúng. Tôi muốn biết rốt cuộc ai đúng? Xin Ngài giảng rõ."

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Có sáu cơ quan đặc biệt, gồm:

- *Nao (腦) – Não*
- *Tủy (髓) – Tủy xương*
- *Cốt (骨) – Xương*
- *Mạch (脈) – Mạch máu*
- *Đảm (膽) – Mật*
- *Nữ tử bào (女子胞) – Tử cung ở nữ giới*

Những cơ quan này đều do địa khí sinh ra , chứa đựng mà không bài tiết, giống như đất chứa vạn vật. Vì vậy gọi là "Kỳ Hằng Chi Phủ" — những phủ đặc biệt, không hoàn toàn giống ngũ tạng hay lục phủ thông thường."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHÂN LOẠI CƠ QUAN THEO NGUYÊN LÝ ÂM DƯƠNG – THIÊN ĐỊA

Nhóm	Gồm các cơ quan	Đặc điểm
Kỳ Hằng Chi Phủ (奇恒之府) – phủ kỳ lạ, hằng thường	Não, tủy, xương, mạch, mật, tử cung nữ giới	Chứa mà không tả → tượng địa khí
Truyền Hóa Chi Phủ (传化之府) – phủ chuyển hóa	Dạ dày, ruột non, ruột già, tam tiêu, bàng quang	Bài tiết mà không chứa → tượng thiên khí

CHỨC NĂNG CỦA LỤC PHỦ

"Lục phủ gồm:

- *Vị (胃)*
- *Tiểu tràng (小肠)*
- *Đại tràng (大肠)*
- *Tam tiêu (三焦)*

Bàng quang (膀胱)

Chúng đều do thiên khí sinh ra , vận hành theo nguyên tắc tiêu hóa, dẫn lưu, bài tiết , giống như bầu trời luôn vận động.

Chúng nhận chất từ ngũ tạng đưa xuống, sau đó phân giải và bài xuất ra ngoài, nên gọi là 'truyền hóa chi phủ' — phủ chỉ dùng để chuyển hóa, không giữ lại lâu dài."

SỰ KHÁC BIỆT GIỮA NGŨ TẠNG VÀ LỤC PHỦ

Tiêu chí	Ngũ Tạng (五脏)	Lục Phủ (六腑)
Chức năng chính	Chứa giữ tinh khí	Chuyển hóa và bài tiết

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tiêu chí	Ngũ Tạng (五脏)	Lục Phủ (六腑)
Đặc điểm hoạt động	Chứa mà không tả, luôn đầy đủ	Tả mà không chứa, lúc đầy lúc trống
Quy luật vận hành	Không bao giờ trống rỗng hoàn toàn	Không bao giờ đầy ứ đọng

Ví dụ:

- Khi thức ăn vào miệng → dạ dày đầy, ruột trống.
- Khi thức ăn xuống ruột → dạ dày trống, ruột đầy.

👉 Đây là lý do vì sao nói:

- Phủ : thực mà bất mãn (có thể đầy nhưng không duy trì đầy).
- Tạng : mãn nhi bất thực (luôn đầy đủ nhưng không bị ùn ứ).

VÌ SAO KHÍ KHẨU LẠI LÀ CỬA NGÕ CỦA NGŨ TẠNG?

Hoàng Đế hỏi:

"*Tại sao mạch khí khẩu (ở cổ tay) lại được coi là chủ đạo của ngũ tạng?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Dạ dày là biển của ngũ cốc, nguồn gốc của lục phủ. Năm vị đi vào miệng, được tỳ vị vận hóa thành khí huyết, rồi truyền lên phổi và tim. Khí huyết ấy biểu hiện ở mạch khí khẩu .*

Vì vậy, tình trạng sức khỏe của ngũ tạng lục phủ đều phản ánh qua mạch khí khẩu. Nếu tim hoặc phổi bị bệnh, sẽ ảnh hưởng đến chức năng hô hấp và khứu giác — khiến mũi nghẹt, mất mùi."

BA ĐIỀU KIỆN CẦN THIẾT KHI CHẨN BỆNH

1. Quan sát phần dưới cơ thể :
    - Đại tiện, tiểu tiện, chân tay lạnh/nóng, phù nề, đau bụng...
2. Xét mạch tượng :
    - Hư thực, phù trầm, hoạt sáp... để đánh giá tình trạng khí huyết.
3. Hiểu tâm tính bệnh nhân :
    - Ý chí, cảm xúc, khả năng hợp tác điều trị rất quan trọng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

NHỮNG NGƯỜI KHÔNG THỂ CHỮA ĐƯỢC

"Ai tin vào ma quỷ, mê tín dị đoan → không thể bàn luận về phép tắc dưỡng sinh cao siêu.

Ai sợ châm cứu, ghét điều trị ngoại cảm → không thể giảng dạy kỹ thuật chữa bệnh hiệu quả.

Bệnh nhân nếu không đồng thuận điều trị, dù thầy giỏi mấy cũng không thể cứu được."

KẾT LUẬN

1. Cơ thể con người được chia làm hai nhóm chính :
    - Ngũ tạng : Tâm, can, tỳ, phế, thận — chức năng chính là chứa giữ tinh khí .
    - Lục phủ : Vị, đại tràng, tiểu tràng, tam tiêu, bàng quang — chức năng chính là vận chuyển và bài tiết .
2. Kỳ Hằng Chi Phủ gồm não, tủy, xương, mạch, mật và tử cung nữ giới — là những cơ quan đặc biệt, chứa mà không bài tiết , tượng trưng cho địa khí .
3. Truyền Hóa Chi Phủ gồm dạ dày, ruột, tam tiêu, bàng quang — là những cơ quan liên tục vận chuyển , tượng trưng cho thiên khí .
4. Khí khẩu (脉口) là nơi phản ánh toàn diện tình trạng tỳ vị và ngũ tạng, rất quan trọng trong chẩn đoán Đông y.
5. Tâm tính bệnh nhân ảnh hưởng lớn đến hiệu quả điều trị — phải có niềm tin, hợp tác thì mới mong khỏi bệnh.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Hiểu rõ sự khác biệt giữa tạng và phủ giúp bạn chọn đúng phương pháp điều trị:
    - Tạng hư → bổ ích
    - Phủ thực → thanh nhiệt, hành khí, tả hỏa
- Mạch khí khẩu là công cụ chẩn đoán then chốt — học cách bắt mạch là kỹ năng cần thiết.
- Ăn uống đúng cách giúp tỳ vị khỏe mạnh, ngũ tạng được nuôi dưỡng tốt.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Tâm lý ổn định , niềm tin vững chắc là yếu tố then chốt để phục hồi sức khỏe.
- Tin vào khoa học và lý luận Đông y , tránh mê tín, dựa dẫm vào thần quyền, mới chữa bệnh hiệu quả.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 12: ĐỊ PHÁP PHƯƠNG NGHI LUẬN

(Luận về sự khác biệt phương pháp chữa bệnh theo vùng miền)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi nghe nói cùng một loại bệnh, thầy thuốc dùng nhiều phương pháp điều trị khác nhau, nhưng đều khỏi. Tại sao lại như vậy?*"

Kỳ Bá thưa:

"*Đây là do địa hình, thổ nhưỡng và phong tục mỗi nơi khác nhau, nên sinh ra bệnh lý cũng khác, dẫn đến việc áp dụng các phép trị bệnh phù hợp với từng vùng. Vì thế dù khác phương pháp, nhưng vẫn đạt hiệu quả.*"

SỰ KHÁC BIỆT THEO VÙNG MIỀN

Vùng	Khí hậu – Địa hình	Thức ăn – Sinh hoạt	Bệnh lý phổ biến	Phương pháp điều trị phù hợp
Đông phương	Ven biển, gần nước, có nhiều cá và muối	Ăn nhiều cá, thích vị mặn	Hay bị mụn nhọt, áp xe	Châm đá
Tây phương	Nhiều cát đá, đất cứng, khí khô	Ăn nhiều chất béo, thịt mỡ	Bệnh phát từ bên trong nội tạng	Dùng dược liệu mạnh
Bắc phương	Cao nguyên lạnh giá, gió rét	Ăn sữa, sống ngoài trời	Bị bệnh do hàn tà, đau bụng, đầy hơi	Chườm nóng, cứu ngải

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Vùng	Khí hậu – Địa hình	Thức ăn – Sinh hoạt	Bệnh lý phổ biến	Phương pháp điều trị phù hợp
Nam phương	Nhiệt đới, ẩm thấp, nhiều sương mù	Ăn chua, uống rượu nhẹ	Co rút cơ, tê bại	Châm kim nhỏ, chín loại châm
Trung ương	Đồng bằng, đất phì nhiêu, khí hậu ôn hòa	Ăn tạp, ít vận động	Bệnh uể oải, chân tay lạnh nóng thất thường	Dẫn khí dưỡng sinh, xoa bóp

CHI TIẾT TỪNG VÙNG

VÙNG ĐÔNG PHƯƠNG (PHƯƠNG ĐÔNG)

- Gồm các nơi ven biển, vùng sông nước.
- Người dân ở đây:
  - Ăn nhiều cá, ưa vị mặn.
  - Da đen, da thịt lỏng lẻo.
- Bệnh phổ biến: mụn nhọt, áp xe — do ăn cá gây nhiệt trung tiêu, muối làm tổn thương huyết.

❖ *Phương pháp điều trị:*

Châm đá (砭石) – lấy đá sắc chích để giải độc, tiêu viêm.

"*Phép châm đá bắt nguồn từ phương Đông.*"

VÙNG TÂY PHƯƠNG (PHƯƠNG TÂY)

- Là vùng núi đá, cát bay, khí hậu khô hanh.
- Người dân:
  - Mặc áo dày, ít tắm rửa.
  - Ăn nhiều thịt mỡ, ít rau.
  - Thể chất khỏe mạnh, ít bị cảm nhiễm ngoại tà.
- Bệnh chủ yếu: bệnh nội thương , do tích tụ lâu ngày.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

❖ *Phương pháp điều trị:*

Sử dụng độc dược (毒药) – những vị thuốc mạnh để công tà, trừ độc, phá kết.

"*Độc dược bắt đầu từ phương Tây.*"

🔘 VÙNG BẮC PHƯƠNG (PHƯƠNG BẮC)

- Là vùng cao, lạnh lẽo, băng giá.
- Người dân:
  - Sống ngoài trời, ăn sữa, uống rượu.
  - Dễ bị lạnh vào dạ dày, đầy bụng.
- Bệnh chủ yếu: hàn tà nhập lý , đau bụng, chân tay lạnh toát.

❖ *Phương pháp điều trị:*

Cứu ngải (灸炳) – hơ nóng để tán hàn, thông kinh lạc.

"*Phương pháp cứu bắt nguồn từ phương Bắc.*"

🔘 VÙNG NAM PHƯƠNG (PHƯƠNG NAM)

- Là vùng đất thấp, ẩm ướt, hay có sương mù.
- Người dân:
  - Ăn nhiều đồ chua, thích uống men.
  - Da dẻ săn chắc, mặt đỏ nhuận.
- Bệnh chủ yếu: co rút gân cơ, tê bại — do thấp tà ẩn sâu.

❖ *Phương pháp điều trị:*

Châm kim nhỏ (微针) hoặc chín loại châm (九针) – nhẹ nhàng thông kinh, tả tà.

"*Chín loại châm bắt nguồn từ phương Nam.*"

🔘 VÙNG TRUNG ƯƠNG (TRUNG NGUYÊN)

- Là vùng đồng bằng, đất đai màu mỡ, sản vật phong phú.
- Người dân:
  - Ăn uống đa dạng, ít vận động.
  - Dễ bị suy nhược, khí huyết mất cân bằng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Bệnh chủ yếu: ủy quyết (liệt yếu), hàn nhiệt lẫn lộn .

❖ *Phương pháp điều trị:*

Dẫn khí dưỡng sinh, ám xoa day ấn (导引按蹻) – tập luyện khí công, day huyệt đạo, giúp lưu thông khí huyết.

"*Phương pháp dưỡng sinh và day bấm huyệt bắt nguồn từ Trung Nguyên.*"

NGUYÊN LÝ CHỮA BỆNH LINH HOẠT

"*Thánh nhân biết phối hợp nhiều phương pháp điều trị, tùy theo đặc điểm riêng của từng vùng, từng người, từng bệnh — đó gọi là 'đồng bệnh dị trị' (同病异治) : cùng một bệnh, nhưng điều trị khác nhau mà đều khỏi.*"

"*Hiểu rõ căn nguyên bệnh lý và nắm vững phép tắc điều trị — mới đưa ra được phương pháp phù hợp. Đó chính là đạo lý lớn trong y học.*"

KẾT LUẬN

1. Mỗi vùng miền đều có đặc điểm sinh thái riêng , ảnh hưởng đến sức khỏe con người.
2. Bệnh lý phát sinh không giống nhau , nên phương pháp điều trị phải linh hoạt theo hoàn cảnh cụ thể.
3. Không có một phương pháp duy nhất đúng cho tất cả , mà cần kết hợp nhiều phép tắc : châm, cứu, dược, dẫn khí, dưỡng sinh...
4. Y học phải ứng dụng thiên nhiên , dựa trên quy luật Âm Dương – Ngũ Hành – Tứ Thời để chữa bệnh hiệu quả.
5. Hiểu rõ thổ nhưỡng, thói quen sinh hoạt và bệnh lý địa phương là nền tảng để lập luận điều trị đúng hướng.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Người sống ở thành phố ven biển : chú ý bổ sung rau xanh, hạn chế đồ mặn, đề phòng mụn nhọt, rối loạn tiêu hóa.
- Người sống ở vùng núi, khô nóng : tránh ăn quá nhiều thịt mỡ, chú ý huyết áp, tim mạch, thận.
- Người sống ở vùng lạnh : giữ ấm cơ thể, bổ dương khí, đề phòng đau khớp, liệt chi.
- Người sống ở vùng nhiệt đới, ẩm thấp : chú ý can khí, ngừa co rút, khó thở, viêm xoang.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Người sống ở vùng đồng bằng, đô thị : rèn luyện thân thể, giữ tâm an định, tránh béo phì, tiểu đường, bệnh chuyển hóa.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 13: DỊ TINH BIẾN KHÍ LUẬN

(Luận về việc chuyển hóa tinh khí để chữa bệnh)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"Tôi nghe nói ngày xưa thầy thuốc chữa bệnh chỉ cần điều hòa tinh thần, thay đổi khí huyết và dùng phép 'chúc do' (trừ tà bằng lời khấn) là khỏi. Nhưng ngày nay, dù đã dùng cả thảo dược bên trong và châm cứu bên ngoài, có người khỏi, có người vẫn không khỏi. Tại sao lại như vậy?"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Ngày xưa con người sống gần gũi thiên nhiên:

- *Sống giữa thú dữ nhưng biết vận động tránh rét, nghỉ ngơi né nắng.*
- *Không bị ràng buộc bởi tình cảm quá độ.*
- *Không lo lắng vì danh lợi, kiện tụng.*

Đó là thời đại thanh tịnh, ít vọng tưởng — tà khí không thể xâm nhập sâu vào cơ thể. Vì thế, chỉ cần điều chỉnh tinh thần và tâm chí là khỏi bệnh, không cần dùng đến thuốc men hay kim châm.

Nhưng ngày nay thì khác:

- *Người ta sống trong lo lắng, ưu phiền nội tâm.*
- *Cơ thể lao lực, tổn thương ngoại cảnh.*
- *Sinh hoạt bất thường, trái mùa, nghịch tiết.*
- *Gió độc, tà khí luôn rình rập.*
- *Tà xâm nhập ngũ tạng, xương tủy; hại da thịt, lỗ chân lông.*

Vì vậy, bệnh nhẹ cũng nặng, bệnh nặng dễ tử vong. Lúc này, phép 'chúc do' không còn hiệu quả nữa."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CHẨN BỆNH QUA SẮC DIỆN VÀ MẠCH TƯỢNG

Hoàng Đế hỏi:

"*Vâng, tôi muốn học cách quan sát sắc diện, bắt mạch để phân biệt rõ bệnh lành hay dữ, sống hay chết. Xin Ngài giảng rõ những điều then chốt, giúp tôi nắm được cốt lõi, sáng tỏ như ánh trăng mặt trời.*"

Kỳ Bá đáp:

"*Sắc diện và mạch tượng là hai công cụ quý báu nhất mà trời ban, được các bậc tiền nhân truyền lại. Ai am tường sẽ nắm được căn nguyên bệnh lý.*"

Phương pháp	Vai trò
Sắc diện	Phản ánh tình trạng sức khỏe theo từng giai đoạn bệnh
Mạch tượng	Đo lường khí huyết, hư thực, âm dương

KỲ BÁ GIẢNG THÊM:

"*Sắc diện ứng với mặt trời , phản ánh sự biến hóa của khí huyết .*
Mạch tượng ứng với mặt trăng , biểu hiện sự lưu thông âm dương .

👉 *Muốn hiểu rõ bệnh, phải dựa vào sắc – mạch — đó là quy tắc then chốt.*"

BA THỜI KỲ PHÁT TRIỂN Y HỌC

1. Thượng cổ – Thời kỳ dưỡng sinh thuần túy

- Bệnh nhẹ, mới phát → chỉ cần điều chỉnh tinh thần, khí huyết là khỏi.
- Dùng phép chúc do (giống như thôi miên hoặc cầu an) để trừ tà.
- Tâm trí ổn định, thần khí vững vàng → tự điều hòa thân thể.

2. Trung cổ – Thời kỳ dùng thang dược

- Con người bắt đầu bệnh nhiều hơn.
- Bệnh hình thành rõ ràng → dùng thang dược 10 ngày để trừ tà.
- Nếu chưa khỏi → phối hợp với thảo dược mạnh hơn.
- Thầy thuốc còn hiểu rõ căn nguyên bệnh lý → nên chữa trị hiệu quả.

3. Hạ cổ – Thời kỳ hậu hiện đại (theo góc nhìn cổ đại)

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Thầy thuốc không tuân thủ quy luật tứ thời, ngũ hành, can chi.
- Không hiểu rõ sắc mặt, mạch tượng, không phân biệt thuận nghịch.
- Đến khi bệnh trầm trọng → mới dùng châm cứu và thuốc thang.
- Kết quả: bệnh cũ chưa khỏi, bệnh mới lại phát .

NHỮNG ĐIỀU THEN CHỐT TRONG CHẨN BỆNH

Hoàng Đế hỏi:

"*Xin Ngài dạy tôi đạo lý then chốt trong chữa bệnh.*"

Kỳ Bá đáp:

"*Chẩn bệnh phải lấy sắc diện và mạch tượng làm gốc. Nếu nắm vững được hai điều này, mới không bị mê hoặc, mới đưa ra quyết định điều trị chính xác.*"

"*Nếu bỏ qua sắc và mạch, không phân biệt thuận nghịch, không xử lý đúng tiêu bản (gốc-ngọn), thì mất thần khí, dẫn đến thất bại trong điều trị.*"

"*Biết từ bỏ cái cũ, tiếp nhận cái mới, mới có thể trở thành thầy thuốc chân chính .*"

NGUYÊN LÝ "*THẦN KHÍ*" TRONG CHỮA BỆNH

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi đã hiểu đạo lý sắc – mạch là then chốt, xin Ngài giảng thêm.*"

Kỳ Bá đáp:

"*Quy tắc tối thượng trong y học chỉ quy về một chữ: Thần — tức thần khí trong thân thể con người.*"

"*Muốn hiểu rõ một, phải tìm từ nguyên nhân duy nhất.*"

"*Đóng cửa kín đáo, yên tĩnh hỏi han bệnh nhân, tìm hiểu tâm tình, theo ý chí họ mà điều trị. Người nào giữ được thần khí → khỏe mạnh. Mất thần khí → tử vong.*"

KẾT LUẬN

1. Y học thượng cổ chú trọng vào tinh thần và khí huyết , chữa bệnh trước khi bệnh hình thành rõ ràng.
2. Y học trung cổ bắt đầu sử dụng thang dược, thảo mộc, châm cứu , nhưng vẫn dựa trên nguyên tắc cân bằng Âm Dương – Ngũ Hành.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

3. Y học hạ cổ (hiện đại thời cổ đại) càng ngày càng xa rời bản chất tự nhiên, chữa bệnh sau khi bệnh đã nặng, hiệu quả kém hơn.
4. Sắc diện và mạch tượng là hai phương pháp then chốt trong chẩn đoán và tiên lượng bệnh lý.
5. Thần khí là yếu tố quyết định : thần khí còn → bệnh nhẹ, dễ chữa; thần khí mất → bệnh nặng, khó cứu.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Tâm lý ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe thể chất – hãy giữ tinh thần lạc quan, ít lo âu.
- Hiểu rõ cơ thể mình – học cách quan sát sắc mặt, bắt mạch, ăn uống theo mùa, sống hài hòa với thiên nhiên.
- Phòng bệnh hơn chữa bệnh – đừng đợi bệnh nặng rồi mới tìm cách giải quyết.
- Tìm hiểu nguyên nhân sâu xa của bệnh , chứ không chỉ chữa triệu chứng.
- Lắng nghe bệnh nhân , hiểu tâm tính và hoàn cảnh sống của họ – mới đưa ra được liệu trình phù hợp.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 14: THANG DỊCH LAO LỄ LUẬN

(Luận về cách chế biến thang dược và rượu thuốc)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết cách làm nước sắc ngũ cốc (thang dịch) và rượu gạo lên men (lao lễ) như thế nào mới đúng phép tắc?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Phải dùng gạo lứt , nấu bằng rơm khô của cây lúa . Vì:*

- *Gạo lứt giữ nguyên sinh khí, chưa bị tách rời.*
- *Rơm lúa cháy lâu, nhiệt ổn định → giúp bảo toàn dược tính.*"

GIẢI THÍCH CHI TIẾT

Hoàng Đế hỏi tiếp:

"*Tại sao lại phải dùng gạo và rơm lúa mà không phải loại khác?*"

Kỳ Bá giảng:

"*Vì gạo lứt và rơm lúa đều mang khí hòa hợp của trời đất , sinh ra ở nơi địa thế phù hợp, thu hoạch đúng thời — nên cả hai đều có thể giữ trọn vẹn khí chất thiên nhiên:*

- *Gạo lứt → trọn vẹn về dinh dưỡng*
- *Rơm lúa → bền vững về nhiệt năng*"

VÌ SAO NGƯỜI XƯA LÀM NHƯNG KHÔNG DÙNG?

Hoàng Đế hỏi:

"*Người xưa làm thang dịch và lao lễ nhưng lại không dùng đến, tại sao vậy?*"

Kỳ Bá thưa:

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

"Đời thượng cổ con người sống hài hòa với thiên nhiên, tâm an, thân khỏe, ít bệnh tật. Họ làm thang dịch và lao lễ chỉ để phòng hờ khi cần thiết , chứ không phải để chữa bệnh thường xuyên."

THỜI TRUNG CỔ MỚI DÙNG THUỐC HIỆU QUẢ

Hoàng Đế hỏi:

"Vậy đến đời trung cổ thì sao? Tại sao lúc đó uống thang dịch mới thật sự hiệu nghiệm?"

Kỳ Bá đáp:

"Bởi đạo lý dưỡng sinh ngày càng suy vi, tà khí xâm nhập cơ thể thường xuyên hơn. Con người bắt đầu mắc nhiều bệnh do nội thương ngoại cảm. Vì vậy, uống thang dịch và lao lễ mới thực sự phát huy công dụng chữa trị."

NGÀY NAY PHẢI KẾT HỢP NHIỀU PHÉP MỚI KHỎI BỆNH

Hoàng Đế hỏi:

"Hiện nay, dù đã uống thuốc rồi vẫn không khỏi bệnh. Tại sao vậy?"

Kỳ Bá đáp:

"Bởi vì người đời nay bệnh nặng hơn trước. Phải phối hợp:

- *Dược vật bên trong (độc dược)*
- *Châm cứu, cứu ngải bên ngoài (chữa biểu chứng)*

Nếu không chữa cả trong lẫn ngoài, sẽ khó đạt hiệu quả điều trị."

BỆNH KHÓ CHỮA DO THẦN KHÍ MẤT

Hoàng Đế hỏi:

"Có những người thân thể tiều tụy, huyết khí cạn kiệt, nhưng dù điều trị kỹ càng vẫn không đỡ. Đó là vì sao?"

Kỳ Bá đáp:

"Đây là do thần khí không còn khả năng dẫn dắt chân khí , khiến cơ thể không tự phục hồi được."

Hoàng Đế hỏi tiếp:

"Thế nào gọi là 'thần khí không sử'?"

Kỳ Bá giảng:

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

"'Thần khí' là sức sống nội tại, ý chí và niềm tin của con người. Nếu thần chí rối loạn, tinh thần không yên, ý chí không rõ ràng → dù thầy giỏi, thuốc hay cũng không thể chữa khỏi bệnh."

"Ngày nay, người ta ham muốn vô độ, ưu phiền triền miên, khiến tinh khí hư tổn, doanh vệ mất điều hòa → thần khí tiêu tán, bệnh tình không thể phục hồi."

BỆNH SINH RA TỪ SỰ MẤT CÂN BẰNG

Hoàng Đế nói:

"Bệnh ban đầu rất nhỏ, mới chỉ xâm nhập da thịt. Nhưng các thầy thuốc ngày nay đều bảo là đã thành bệnh, không thể chữa được nữa, gọi là nghịch chứng — châm cứu và thuốc thang đều vô hiệu."

"Trong khi các thầy thuốc đều nắm rõ phép tắc, am tường sắc diện, mạch tượng, thậm chí quan hệ thân thuộc cũng thường xuyên lui tới… vậy mà bệnh vẫn không khỏi. Có lẽ là do muộn màng , không kịp thời chẩn đoán và điều trị?"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Bệnh là gốc, thầy thuốc là ngọn. Gốc không tốt, ngọn không thể độc lập chữa lành. Nếu tinh thần và thần khí bệnh nhân đã mất, dù thầy thuốc giỏi mấy cũng không thể khôi phục.

Đây gọi là "bệnh bản – công tiêu" — tức là bệnh là gốc, thầy thuốc là ngọn . Nếu gốc đã mục, ngọn không thể đứng vững."

BỆNH DO ÂM DƯƠNG MẤT ĐIỀU HÒA

Hoàng Đế hỏi:

"Có những người bệnh không phải do tà khí từ bề ngoài xâm nhập, mà là do năm tạng dương khí cạn kiệt, âm dịch tích tụ đầy ứ, chỉ còn hồn phách đơn độc tồn tại, tinh khí hư bại trong, vệ khí tiêu tan ngoài. Thân hình không mặc vừa áo cũ, tứ chi lạnh toát, nội khí bế tắc — phải chữa như thế nào?"

PHÉP TRỊ LIÊN QUAN ĐẾN ÂM DƯƠNG – DOANH VỆ

Kỳ Bá đáp:

"Muốn điều trị căn bệnh này, phải lấy quy luật cân bằng âm dương làm nền tảng. Hãy làm theo thứ tự sau:"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Bước	Cách điều trị
1	Điều hòa âm dương, cân bằng doanh vệ
2	Loại bỏ ứ trệ, thanh trừ thấp nhiệt
3	Kích hoạt kinh lạc, vận động nhẹ nhàng tứ chi
4	Giữ ấm cơ thể, tránh gió lạnh
5	Châm cứu tại vị trí đau nhức, tắc nghẽn
6	Mở các khiếu đạo (phát hãn), thanh lọc phủ tạng (lợi niệu)
7	Uống thuốc bổ tinh, điều chỉnh đúng thời điểm

"Khi ấy, dương khí năm tạng sẽ dần khôi phục, tinh khí tự sinh, hình thể tự cường, xương thịt vững chắc, khí huyết lưu thông trở lại."

KẾT LUẬN

1. Thang dịch và lao lễ là hai phương pháp cổ truyền trong Đông y, có giá trị lớn trong việc điều hòa tinh khí, can thận ngũ tạng .
2. Người thượng cổ ít bệnh nên ít dùng thuốc; người trung cổ bệnh tăng dần nên thuốc bắt đầu phát huy tác dụng.
3. Người hạ cổ bệnh nặng, thần khí mất → dù có thầy giỏi, thuốc hay cũng khó cứu.
4. Thần khí là yếu tố then chốt : thần khí còn → bệnh nhẹ, dễ chữa; thần khí mất → bệnh nặng, thuốc vô hiệu.
5. Chữa bệnh phải kết hợp nhiều phương pháp : thuốc thang, châm cứu, dưỡng sinh, điều hòa tâm thần.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN DÀNH CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách sống hài hòa với thiên nhiên , ăn uống đúng giờ, nghỉ ngơi đúng lúc, giữ tâm an định.
- Hiểu rằng tâm lý ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe — lo lắng kéo dài gây hại cho tỳ vị, can khí và tim.
- Biết kết hợp nhiều phương pháp chữa bệnh như thảo dược, châm cứu, xoa bóp, khí công…
- Học cách giữ gìn tinh khí qua giấc ngủ, ăn uống, và sinh hoạt điều độ.
- Hiểu rằng phòng bệnh sớm hơn chữa bệnh muộn — đừng đợi bệnh nặng mới tìm cách giải quyết.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 15: NGỌC BẢN LUẬN YẾU

(Bài giảng quan trọng được khắc trên bảng ngọc)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi nghe nói hai thuật ngữ 'Khu Độ' và 'Kỳ Hằng' có ý nghĩa khác nhau. Vậy chúng được áp dụng như thế nào trong thực tiễn chẩn đoán bệnh?*"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"*Vâng, xin phép được giảng rõ:*

- *'Khu Độ' (揆度) là cách đo lường mức độ nặng nhẹ của bệnh lý — xác định bệnh ở sâu hay nông, biểu chứng hay lý chứng.*
- *'Kỳ Hằng' (奇恒) là thuật ngữ chỉ những bệnh lý đặc biệt, không tuân theo quy luật thông thường — gọi là kỳ bệnh (病奇), tức bệnh lạ , khó tiên lượng.*"

"*Muốn nắm vững đạo lý này, phải trở về với một nguyên tắc duy nhất : đó là sự vận hành của thần khí và âm dương ngũ hành.*"

CHUYỂN HÓA KHÍ HUYẾT PHẢI LIÊN TỤC

"*Thần khí vận hành như bánh xe quay không ngừng. Nếu nó bị nghẽn, dừng lại → mất đi cơ hội phục hồi. Vì vậy, nắm bắt đúng thời điểm mấu chốt trong chẩn đoán và điều trị là vô cùng quan trọng.*"

"*Những điều then chốt nhất trong phép chẩn bệnh, dù vi tế đến đâu, cũng cần được ghi chép cẩn trọng. Nay tôi xin trình bày rõ, để khắc vào bản ngọc , gọi là hợp ngọc cơ , lưu truyền hậu thế.*"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

NHÌN SẮC MẶT BIẾT TIÊN LƯỢNG BỆNH

Mức độ sắc mặt	Phương pháp điều trị	Thời gian khỏi
Sắc mặt nông, nhạt	Dùng thang dịch ngũ cốc	10 ngày
Sắc mặt đậm, tối	Kết hợp thuốc thang	21 ngày
Sắc mặt u ám, khô héo	Dùng rượu thuốc (lao lễ)	100 ngày
Sắc mặt tàn tạ, da bọc xương	Không thể chữa được	Chết sau 100 ngày

MẠCH TƯỢNG VÀ TIÊN LƯỢNG TỬ SINH

Loại mạch	Tiên lượng
Mạch đập ngắn, khí tuyệt	Tử vong sớm
Mạch phù sác, sốt kéo dài mà hư	Tử vong do hao tổn chân khí

QUY LUẬT DIỄN BIẾN THEO NGŨ HÀNH – ÂM DƯƠNG

"Sắc diện phản ánh tình trạng sức khỏe:

- *Nhìn thấy màu sắc xuất hiện ở vùng trên mắt → bệnh phát từ dưới lên, gọi là nghịch chứng*
- *Màu sắc xuất hiện ở vùng dưới mắt → bệnh phát từ trên xuống, gọi là thuận chứng*

ĐỐI VỚI PHỤ NỮ :

- *Phải có sắc bất thường → nghịch chứng*
- *Trái có sắc bất thường → thuận chứng*

ĐỐI VỚI NAM GIỚI :

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- *Trái có sắc bất thường → nghịch chứng*
- *Phải có sắc bất thường → thuận chứng*

Nếu cả hai bên đều có sắc thái dương hoặc âm giống nhau → gọi là trọng dương , trọng âm → tiên lượng xấu."

ÂM DƯƠNG PHẢI CÂN BẰNG

"*Khi âm dương chuyển hóa ngược nhau , thì việc điều trị phải dựa vào sự điều chỉnh cân bằng — gọi là quyền hành tương đoạt (cân nhắc giữa bổ và tả).*"

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ

Loại mạch	Đặc điểm	Tiên lượng
Mạch đơn độc	Thiếu khí huyết, chỉ còn một loại mạch tồn tại	Gọi là tiêu khí, tiên lượng xấu
Mạch hư yếu, rỗng tuếch	Khí huyết suy kiệt	Gọi là đoạt huyết, dễ tử vong
Mạch đập mạnh nhưng rời rạc	Khí huyết mất điều hòa	Gọi là can dương thượng nghịch, cần tả hỏa dưỡng âm

QUY LUẬT CHỮA BỆNH QUA ÂM DƯƠNG – NGŨ HÀNH

"*Điều trị bệnh kỳ lạ nên bắt đầu từ thái âm (tỳ kinh), vì tỳ là trung tâm điều hòa ngũ vị, ngũ khí.*

PHÉP TẮC ĐIỀU TRỊ:

- *Theo hướng không thắng nổi mình → gọi là nghịch thắng → tiên lượng xấu*
- *Theo hướng mình thắng được → gọi là thuận thắng → bệnh sẽ lành*"

"*Bệnh sinh ra theo quy luật thiên nhiên, rồi lại tự tiêu tan. Nhưng nếu làm ngược quy luật, bỏ qua thời cơ, thì không thể tính toán lại được nữa. Đó là đạo lý then chốt trong y học cổ truyền.*"

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

KẾT LUẬN

1. Khu Độ và Kỳ Hằng là hai phương pháp chẩn đoán bệnh lý sâu xa, giúp thầy thuốc phân tích chính xác tình trạng bệnh và tiên lượng tử sinh.
2. Sắc diện và mạch tượng là công cụ then chốt trong chẩn đoán Đông y.
3. Hiểu rõ quy luật ngũ hành – âm dương – tứ thời mới đưa ra được tiên lượng chính xác.
4. Bệnh nhẹ điều trị nhanh, bệnh nặng phải dùng dược lực mạnh hơn , và cần kiên trì lâu dài.
5. Nếu thần khí còn, bệnh nhân có hy vọng phục hồi ; nếu thần khí mất, dù thầy giỏi mấy cũng bó tay.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Quan sát sắc mặt kỹ càng trước khi chẩn đoán bệnh lý.
- Bắt mạch vào buổi sáng sớm để có kết quả chính xác nhất.
- Biết điều trị theo mùa tiết , ví dụ:
  - Mùa đông → ôn bổ thận khí
  - Mùa xuân → sơ can giải uất
- Ghi nhớ quy luật ngũ hành , tránh điều trị sai gây biến chứng.
- Giữ gìn tinh thần lạc quan , vì thần khí quyết định khả năng phục hồi.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 16: CHẨN YẾU KINH CHUNG LUẬN

(Luận về những điều thiết yếu khi chẩn đoán và kinh lạc cuối cùng)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết những điều then chốt trong chẩn bệnh. Xin Ngài giảng rõ.*"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ — KHÍ HUYẾT THEO THÁNG VÀ TẠNG PHỦ

Kỳ Bá thưa:

"*Khí trời đất ảnh hưởng trực tiếp đến con người theo từng tháng, từng mùa. Con người sống hòa hợp với quy luật thiên nhiên nên khí huyết vận hành theo từng thời điểm khác nhau.*

Tháng	Thiên khí	Địa khí	Nhân khí
Tháng 1 & 2	Khởi phát	Mới nhen nhóm	Can khí (Gan)
Tháng 3 & 4	Chính phương	Định phát	Tỳ khí (Lách)
Tháng 5 & 6	Thịnh	Cao trào	Đầu khí (Trí não, thần chí)
Tháng 7 & 8	Giảm dần	Suy thoái	Phế khí (Phổi)
Tháng 9 & 10	Lạnh lẽo	Bế tắc	Tâm khí (Tim)
Tháng 11 & 12	Đông giá	Khép kín	Thận khí (Thận)

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Đây là quy luật vận hành của thiên địa nhân tam tài. Ai nắm rõ mới chẩn đoán đúng bệnh lý và điều trị hiệu quả.”

CHIÊU THỨC CHÂM CỨU THEO MÙA

Mùa	Phương pháp châm cứu	Giải thích
Xuân	Châm vào huyệt tán du (tức huyệt ở can kinh), dọc theo kinh mạch → ra máu thì dừng	Dùng để giải biểu tà, sơ phong giải uất
Hạ	Châm vào các huyệt lạc du (thuộc tâm bào kinh), thấy ra máu là ngừng lại	Dùng để tả nhiệt, thông kinh lạc
Thu	Châm vào da thịt, dọc theo gân cốt, làm thay đổi thần khí thì dừng	Dùng để dưỡng phế, nhuận táo
Đông	Châm sâu vào huyệt đạo ở phần lý (khe cơ, gân thịt) → nặng thì đâm thẳng, nhẹ thì rải đều	Dùng để ôn dương, khai bế tắc

CHIÊU THỨC CHÂM CỨU NHẦM GÂY HỌA

Mùa châm sai	Châm vào vị trí sai → hậu quả
Xuân châm hạ(châm vào mùa xuân nhưng theo phép hạ)	Mạch loạn, khí hư, tà xâm nhập xương tủy → mất khẩu vị, mệt mỏi kéo dài
Xuân châm thu(châm theo phép thu)	Co rút gân, khí nghịch, ho hen → bệnh không khỏi, hay giật mình, dễ khóc
Xuân châm đông(châm theo	Tà khí tích tụ nội tạng → bụng chướng,

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mùa châm sai	Châm vào vị trí sai → hậu quả
phép đông)	nói năng lung tung
Hạ châm xuân(châm theo phép xuân)	Bệnh không khỏi, thân thể suy nhược, dễ mệt mỏi
Hạ châm thu(châm theo phép thu)	Tim hồi hộp, sợ hãi như bị bắt → khó ngủ, lo âu
Hạ châm đông(châm theo phép đông)	Khí huyết suy, hay cáu giận, dễ nổi nóng
Thu châm xuân(châm theo phép xuân)	Hay quên, hồi hộp, ý chí bất định → khởi sự rồi bỏ dở
Thu châm hạ(châm theo phép hạ)	Buồn ngủ nhiều, hay nằm, dễ mơ mộng
Thu châm đông(châm theo phép đông)	Rét run, lạnh buốt tứ chi, khó thở
Đông châm xuân(châm theo phép xuân)	Ngủ không yên, hay mộng mị, tỉnh giấc vẫn mệt mỏi
Đông châm hạ(châm theo phép hạ)	Khí thượng nghịch, sinh ra chứng tê bại, đau nhức
Đông châm thu(châm theo phép thu)	Hay khát nước, miệng khô, tiểu tiện thất thường

👉 Những lỗi châm cứu này khiến bệnh không khỏi , hoặc gây biến chứng nghiêm trọng , thậm chí đe dọa tính mạng nếu không kịp thời điều chỉnh.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CHỈ ĐỊNH VÀ CẤM CHỈ ĐỊNH CHÂM CỨU Ở NGỰC – BỤNG

"Châm vào ngực – bụng phải tránh năm tạng chính:

- *Châm trúng tim : tử vong ngay lập tức*
- *Châm trúng tỳ : chết sau 5 ngày*
- *Châm trúng thận : chết sau 7 ngày*
- *Châm trúng phế : chết sau 5 ngày*
- *Châm trúng cách mô : tổn thương trung tiêu → dù có khỏi cũng không quá một năm sẽ chết"*

MUỐN AN TOÀN, THẦY THUỐC PHẢI NẮM RÕ:

- Kinh lạc nào đang thịnh
- Tạng phủ nào đang suy
- Biết đâu là thuận, đâu là nghịch

"Khi châm ngực – bụng, phải dùng khăn che chắn, chỉ châm nơi đã xác định rõ ràng. Nếu châm mà không khỏi, phải châm lại lần nữa, nhưng phải thận trọng hơn."

KỸ THUẬT CHÂM CỨU AN TOÀN

Điều kiện	Quy tắc
Tay châm	Phải giữ vững, không run rẩy
Châm vào chỗ sưng	Được phép xoay kim
Châm vào kinh lạc	Không được lay động kim mạnh
Châm theo phép tắc	Phải nghiêm túc, cẩn trọng, thành kính

DẤU HIỆU CUỐI CÙNG CỦA MƯỜI HAI KINH MẠCH

"Khi mười hai kinh mạch dần tuyệt, sẽ xuất hiện các triệu chứng đặc trưng, báo trước cái chết gần kề."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

1. Thái Dương kinh tuyệt (足太陽經絕)

- Triệu chứng: mắt trợn ngược, co giật, mặt tái, mồ hôi lạnh đột ngột → chết ngay lập tức

2. Thiếu Dương kinh tuyệt (足少陽經絕)

- Triệu chứng: tai điếc, khớp lỏng lẻo, mắt tối, thần sắc xanh trước rồi trắng sau → chết sau 1 ngày rưỡi

3. Dương Minh kinh tuyệt (足陽明經絕)

- Triệu chứng: méo miệng, co giật, nói lung tung, mặt đỏ, tê liệt → tử vong do bế tắc kinh lạc

4. Thiếu Âm kinh tuyệt (足少陰經絕)

- Triệu chứng: mặt đen, răng dài, bụng chướng, đường tiêu hóa – tiết niệu tắc nghẽn → tử vong do bế tắc nội tạng

5. Thái Âm kinh tuyệt (足太陰經絕)

- Triệu chứng: bụng chướng, khó thở, ợ hơi, ói mửa, mặt đỏ rồi chuyển đen, da tóc khô héo → tử vong do phế khí hoàn toàn mất

6. Quyết Âm kinh tuyệt (足厥陰經絕)

- Triệu chứng: nóng trong lòng bàn chân, tiểu tiện bất thường, phiền muộn, nặng thì lưỡi cuộn lên, tinh hoàn co rút → tử vong do hỏa độc thiêu đốt ngũ tạng

TIÊU CHUẨN XÁC ĐỊNH KINH MẠCH TUYỆT KHÍ

Kinh lạc	Triệu chứng cuối cùng
Thái Dương kinh	Mắt trợn trắng, co giật, mặt tái, mồ hôi lạnh đột ngột
Thiếu Dương kinh	Tai điếc, toàn thân mềm nhũn, mắt đờ đẫn, mặt xanh tái
Dương Minh kinh	Méo miệng, sốt cao, nói nhảm, mặt đỏ bừng
Thiếu Âm kinh	Mặt đen, răng dài, bụng chướng, đại tiểu tiện tắc nghẽn

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Kinh lạc	Triệu chứng cuối cùng
Thái Âm kinh	Bụng chướng, khó thở, hay ợ, ói mửa, mặt đen, tóc khô
Quyết Âm kinh	Trong lòng nóng ran, tiểu buốt, tim hồi hộp, nặng thì lưỡi cuộn, tinh hoàn co rút

KẾT LUẬN

1. Khí huyết vận hành theo từng tháng , mỗi tháng tương ứng với một kinh lạc và tạng phủ nhất định.
2. Châm cứu phải tuân thủ nguyên tắc theo mùa , nếu châm sai thời điểm gây ra biến chứng nguy hiểm.
3. Chẩn đoán bệnh phải dựa vào khí huyết, thần sắc, mạch tượng , nếu bỏ qua nguyên tắc âm dương – ngũ hành – kinh lạc → chữa bệnh không hiệu quả.
4. Hiểu rõ sự vận hành của mười hai kinh mạch giúp thầy thuốc nắm bắt tiên lượng tử sinh.
5. Khi kinh mạch tuyệt , cơ thể mất khả năng tự điều hòa, dẫn đến tử vong.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách xác định kinh lạc hoạt động theo từng tháng , từ đó chẩn đoán bệnh lý chính xác hơn.
- Hiểu rõ ảnh hưởng của châm cứu theo mùa , tránh châm sai gây phản tác dụng.
- Biết phân biệt hư thực, biểu lý, thuận nghịch , để đưa ra quyết định điều trị đúng lúc.
- Nhận diện sớm triệu chứng kinh mạch suy kiệt để can thiệp kịp thời.
- Kết hợp châm cứu – thảo dược – dưỡng sinh theo quy luật thiên nhiên để đạt hiệu quả cao nhất.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 17: MẠCH YẾU TINH VI LUẬN

(Luận về những điều tinh vi và then chốt trong bắt mạch)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết phép tắc chẩn bệnh chính xác nhất. Xin Ngài giảng rõ.*"

Kỳ Bá thưa:

"*Muốn chẩn đoán đúng, nên bắt mạch vào buổi sáng sớm:*

- *Âm khí chưa động*
- *Dương khí chưa tán*
- *Chưa ăn uống gì*
- *Kinh mạch chưa hoạt động mạnh*
- *Lạc mạch ổn định*
- *Khí huyết chưa loạn*

Lúc này mới có thể phát hiện ra mạch tượng bất thường ."

BÍ QUYẾT CHẨN BỆNH QUA MẠCH TƯỢNG

"*Bắt mạch phải chú ý đến chuyển động và tĩnh lặng , quan sát thần sắc , phân tích ngũ sắc trên mặt , xem xét sự dư hay thiếu của ngũ tạng, cường độ của lục phủ, tình trạng hình thể — rồi đối chiếu với nhau để đưa ra tiên lượng sống chết.*"

Loại mạch	Ý nghĩa
Mạch trường (长脉)	Khí huyết lưu thông tốt → cơ thể khỏe mạnh
Mạch đoản (短脉)	Khí huyết hư yếu → cơ thể suy nhược

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại mạch	Ý nghĩa
Mạch sác (数脉)	Có nhiệt tà → tim đập nhanh, sốt
Mạch đại (大脉)	Bệnh đang tiến triển
Mạch thượng thịnh (上盛)	Khí nghịch ở ngực → thở gấp
Mạch hạ thịnh (下盛)	Khí tích tụ ở bụng → chướng hơi
Mạch đãi (代脉)	Nguyên khí suy kiệt → tử vong sớm
Mạch tế (细脉)	Chính khí ít, sức đề kháng yếu
Mạch sáp (涩脉)	Máu ít, khí tắc → đau tim

DẤU HIỆU BỆNH NGUY HIỂM QUA MẠCH

Mạch tượng	Triệu chứng	Tiên lượng
Mạch hỗn loạn như nước phun trào	Thần sắc tối tăm, da thịt khô héo	Tử vong do khí huyết mất kiểm soát
Mạch nhỏ dần như dây đàn đứt	Cơ thể lạnh toát, thần chí mờ ám	Tử vong nếu không kịp thời can thiệp

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

SẮC DIỆN PHẢN ÁNH KHÍ HUYẾT

Màu sắc	Phải giống như...	Không được giống như...
Đỏ	Như lớp lụa trắng bọc ngọc đỏ bên trong	Như màu gạch nung
Trắng	Như lông ngỗng mềm mại, tươi nhuận	Như muối khô, tái nhợt
Xanh	Như ngọc biếc bóng mượt	Như lá cây nhuộm xanh đậm, khô ráo
Vàng	Như tấm lụa bọc hoàng kim	Như đất khô vàng úa
Đen	Như lớp sơn mài dày đặc	Như tro tàn, đất khô cằn

Tangthucac.store

☞ Nếu ngũ sắc phản ánh rõ ràng trên mặt, nhưng không còn sinh khí → đó là dấu hiệu khí huyết sắp tuyệt , tiên lượng xấu.

NHÌN SẮC MẶT BIẾT TIÊN LƯỢNG

"*Sắc diện phản ánh thần khí. Ai thấy vật dài mà tưởng ngắn, thấy trắng mà tưởng đen → đó là dấu hiệu tinh khí suy kiệt .*"

NGŨ TẠNG VÀ SỨC KHỎE TOÀN THÂN

Cơ thể	Biểu hiện bệnh lý
Tạng phủ	Là nơi chứa giữ khí huyết, nếu rối loạn sẽ gây bệnh toàn thân
Đầu	Là nơi hội tụ tinh minh → đầu nghiêng, mắt mờ → thần khí

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Cơ thể	Biểu hiện bệnh lý
	sắp mất
Lưng	Là kho chứa của ngực → lưng cong vai rụt → nội tạng tổn thương
Thắt lưng	Là nơi thận chi phối → không xoay trở được → thận hư
Gối chân	Là nơi gân mạch chủ trì → co duỗi khó khăn → can huyết suy
Xương	Là nơi tủy cư trú → không đứng lâu được, đi run rẩy → tủy hao kiệt

MẠCH TƯỢNG VÀ TỬ SINH

"Người nào nắm giữ ngũ tạng, bảo vệ được thần khí thì sống; ai đánh mất ngũ tạng, thần khí tiêu tan thì chết."

MẠCH TƯỢNG THEO BỐN MÙA

Mùa	Mạch tượng
Xuân	Nổi nhẹ, như cá bơi dưới sóng
Hạ	Nổi rõ, như khí dương phát đạt
Thu	Thấp xuống, như côn trùng chuẩn bị ngủ đông
Đông	Ẩn sâu, như côn trùng ẩn nấp kín đáo

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MẠCH VÀ BỆNH LÝ CỦA NGŨ TẠNG

Tạng phủ	Mạch tượng đặc trưng	Triệu chứng bệnh lý
Tâm (心)	Nhảy mạnh, bền, dài	Lưỡi cuộn, nói năng khó khăn
Phế (肺)	Nhảy mạnh, nổi, dài	Ho ra máu, ho nhiều
Can (肝)	Nhảy mạnh, dài, sắc mặt không xanh	Đau mạng sườn, khó thở, uất tích
Tỳ (脾)	Nhảy mạnh, dài, sắc mặt vàng	Thiếu khí, chân phù thũng như nước
Thận (肾)	Nhảy mạnh, dài, sắc mặt vàng đỏ	Đau thắt lưng dữ dội
Vị (胃)	Nhảy mạnh, dài, sắc mặt đỏ	Gãy xương đùi, đau dữ dội
Tiểu trường (小肠)	Nhỏ, rời rạc	Rối loạn tiêu hóa, tiêu chảy mãn tính

NHỮNG DẤU HIỆU BÁO TRƯỚC TỬ VONG

Triệu chứng	Ý nghĩa
Mạch nhỏ, yếu, chậm	Tinh khí suy, tiên lượng xấu
Mạch đập nhanh, rối loạn	Khí huyết mất điều hòa, cần tả hỏa dưỡng âm

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Triệu chứng	Ý nghĩa
Mạch đập mạnh rồi biến mất	Can khí uất, cần giải độc gan
Mạch phù sác mà không lực	Dương tà thượng nghịch, thần chí nhiễu loạn
Mạch trầm tế, lạnh buốt	Hàn tà phạm tỳ, cần ôn bổ trung tiêu
Mạch rời rạc, không đều	Tạng phủ rối loạn, tử vong bất ngờ

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ

Đặc điểm mạch	Bệnh lý tương ứng
Mạch đập mạnh, dài, cứng	Tích khí, huyết ứ, đau tức ngực
Mạch mềm, yếu, rời rạc	Tiêu khát, tiểu đường, khí huyết tán loạn
Mạch phù sác	Nhiệt tà thượng nghịch, sốt cao, tim hồi hộp
Mạch trầm tế	Hàn tà nội thương, chân khí thoát
Mạch hoạt sáp	Khí huyết tán loạn, tiêu chảy, mất cân bằng điện giải
Mạch trì nhu	Hàn tà phạm tỳ, bụng chướng, lạnh tứ chi

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH BIẾN

Loại bệnh	Mạch tượng	Triệu chứng
Phong tà	Mạch phù sác, nhanh	Ra mồ hôi, sợ lạnh, sốt rét xen kẽ
Hàn tà	Mạch trầm tế, chậm	Tay chân lạnh, tiêu chảy, đau bụng
Nhiệt tà	Mạch sác, đại	Sốt cao, miệng khát, môi khô
Thấp tà	Mạch nhu, hoạt	Đầy bụng, tiểu tiện khó
Khí hư	Mạch vi tế, trầm nhược	Mệt mỏi, thở yếu, ra mồ hôi tự phát
Huyết ứ	Mạch sáp, đập không đều	Đau tức ngực, tím tái chân tay

Tangthucac.store

CHẨN BỆNH QUA MẠCH TƯỢNG & TRIỆU CHỨNG

Mạch tượng	Triệu chứng	Bệnh lý
Mạch phù sác, nhanh	Tim hồi hộp, mặt đỏ, sốt	Tâm hỏa vượng, tâm thần bất an
Mạch trầm tế, chậm	Mệt mỏi, chân tay lạnh	Tỳ vị hư, thận dương suy
Mạch hoạt, lớn	Đầy bụng, khó thở	Trung tiêu tích trệ, tỳ khí hư
Mạch sáp, đập yếu	Đau ngực, chóng mặt	Can huyết hư, khí huyết mất điều hòa

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mạch tượng	Triệu chứng	Bệnh lý
Mạch vi tế, khí huyết tán loạn	Mộng mị, tim hồi hộp	Tâm thần bất túc, mất ngủ kéo dài

MẠCH TƯỢNG VÀ MÔI TRƯỜNG TỰ NHIÊN

"Mạch cũng như thiên nhiên, có quy luật lên xuống theo từng mùa:

- *Xuân : mạch phù, nhẹ nhàng như cá bơi trong nước.*
- *Hạ : mạch hoạt động mạnh mẽ, như sinh vật đang phát triển.*
- *Thu : mạch giảm dần, như côn trùng thu mình lại.*
- *Đông : mạch trầm, ẩn sâu như côn trùng ngủ đông."*

CÁCH XÁC ĐỊNH BỆNH THEO MẠCH TƯỢNG

Phương pháp	Giải thích
Bắt mạch từ ngoài vào trong	Nếu đẩy nhẹ mà thấy sâu hơn → có tích khí ở trong
Bắt mạch từ trong ra ngoài	Nếu đẩy sâu mà không cảm nhận được → cơ thể có nhiệt
Bắt mạch từ dưới lên trên	Nếu đẩy lên không thấy gì → đau lưng, chân yếu
Bắt mạch từ trên xuống dưới	Nếu đẩy xuống không thấy gì → đau đầu, cổ cứng
Ấn sâu đến xương	Nếu mạch yếu → đau lưng, tê bại

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BỆNH THEO MÙA – MẠCH TƯỢNG THEO MÙA

Mùa	Mạch tượng	Bệnh lý
Xuân	Mạch phù, như cá bơi trong sóng	Bệnh ở biểu, đau đầu, đau cổ
Hạ	Mạch hoạt động mạnh, ở da thịt	Bệnh sốt, viêm nhiễm, tiêu chảy
Thu	Mạch giảm dần, ở phần giữa	Bệnh ho hen, áp xe, khí nghịch
Đông	Mạch trầm, ẩn sâu trong cơ thể	Bệnh nội tạng, thận hư, đau khớp

NHỮNG ĐIỀU THEN CHỐT KHI BẮT MẠCH

1. Chọn giờ chẩn mạch vào buổi sáng sớm, khi khí huyết chưa biến động.
2. Quan sát thần sắc, cử chỉ, lời nói trước khi bắt mạch.
3. Hiểu rõ mối liên hệ giữa ngũ hành – kinh lạc – tạng phủ – khí huyết .
4. Biết phân biệt hư thực, biểu lý, thuận nghịch qua mạch tượng.
5. Đánh giá tử sinh dựa trên thần sắc – mạch tượng – ngôn ngữ – hành vi .
6. Biết xử lý đúng lúc: bổ hư, tả thực, phát biểu, lợi thủy…

KẾT LUẬN

1. Bắt mạch là một nghệ thuật tinh vi , đòi hỏi thầy thuốc phải am tường cả thần sắc, khí huyết, kinh lạc, ngũ hành, tứ thời .
2. Mạch tượng phản ánh toàn bộ tình trạng sức khỏe , từ khí huyết, tạng phủ đến thần chí.
3. Sắc mặt và giọng nói là công cụ chẩn đoán phụ trợ , giúp xác định mức độ bệnh lý.
4. Hiểu rõ mạch tượng theo mùa tiết giúp thầy thuốc xác định bệnh lý theo quy luật tự nhiên.
5. Mạch tượng bất thường là dấu hiệu cảnh báo tử vong , nếu không kịp thời điều trị.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách bắt mạch đúng giờ, đúng thời điểm .
- Hiểu rõ sự thay đổi của mạch tượng theo mùa .
- Kết hợp bắt mạch + sắc diện + hỏi bệnh sử để chẩn đoán chính xác.
- Biết phân biệt hư chứng và thực chứng qua mạch phù – trầm, hoạt – sáp.
- Giữ tâm trí yên lặng, tinh thần tập trung khi chẩn bệnh – đây là nền tảng của chẩn mạch học cổ truyền.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 18: BÌNH NHÂN KHÍ TƯỢNG LUẬN

(Luận về biểu hiện khí huyết của người khỏe mạnh)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Thế nào gọi là bình nhân — người khỏe mạnh?*"

Kỳ Bá thưa:

"*Người khỏe mạnh có nhịp thở đều đặn:*

- *Một lần hít vào → mạch đập hai lần*
- *Một lần thở ra → mạch đập hai lần*
- *Tổng cộng một hơi thở hoàn chỉnh, mạch đập khoảng năm lần.*
- *Nếu thở dài hơn bình thường → mạch đập nhiều hơn một chút, nhưng vẫn đều đặn.*

Đây là đặc điểm của người khỏe mạnh, khí huyết điều hòa , gọi là bình nhân — người không bệnh lý rõ rệt."

BIỂU HIỆN CỦA NGƯỜI BÌNH THƯỜNG QUA MẠCH TƯỢNG

Đặc điểm	Ý nghĩa
Mạch đi nhẹ nhàng, trở lại dịu dàng	Người khỏe mạnh, khí huyết cân bằng
Mạch đập quá nhanh hoặc quá chậm	Có thể đang âm thịnh dương suy hay ngược lại

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

DẤU HIỆU BỆNH LÝ QUA MẠCH TƯỢNG

Loại mạch	Triệu chứng
Một lần thở chỉ một lần mạch đập	Thiếu khí, cơ thể mệt mỏi
Ba lần mạch đập mỗi hơi thở + sốt ở cổ tay	Bệnh ôn nhiệt
Mạch trơn mà cổ tay không sốt	Phong tà xâm nhập, cần sơ phong giải biểu
Mạch sáp, đập yếu	Máu huyết trì trệ, đau tim
Bốn lần mạch đập mỗi hơi thở hoặc mất mạch	Tiên lượng xấu, nguy hiểm tử vong

Tangthucac.store

VAI TRÒ CỦA VỊ KHÍ TRONG MẠCH TƯỢNG

"Khí của người khỏe mạnh đến từ dạ dày. Ai mất vị khí = mất nguồn sinh lực. Gặp trường hợp này, tiên lượng xấu — gọi là khí nghịch , dẫn đến tử vong."

MẠCH TƯỢNG THEO MÙA & TẠNG PHỦ

1. Xuân – Can

- Mạch phù hợp: mạch huyền (căng như dây đàn)
- Mạch can bệnh: huyền nhiều, vị khí ít
- Mạch báo tử: chỉ thấy huyền, không còn vị khí

Can khí chủ gân, nếu mất vị khí sẽ gây co rút, đau mạng sườn.

2. Trường Hạ – Tỳ

- Mạch phù hợp: nhẹ, mềm, ổn định
- Mạch tỳ bệnh: nhỏ, yếu, rời rạc
- Mạch báo tử: chỉ thấy tế yếu, không còn vị khí

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tỳ chủ cơ thịt, nếu tỳ hư thì bụng chướng, tiêu chảy, chân phù thũng.

3. Hạ – Tâm

- Mạch phù hợp: mạch câu (đi nhanh rồi giảm dần, như cái móc câu)
- Mạch tâm bệnh: câu nhiều, vị khí ít
- Mạch báo tử: chỉ thấy câu, không còn vị khí

Tâm chủ huyết mạch, nếu tâm hỏa vượng sẽ gây khó thở, hồi hộp, nói lung tung.

4. Thu – Phế

- Mạch phù hợp: mạch mao (nhẹ, nổi, như lông chim bay)
- Mạch phế bệnh: mao nhiều, vị khí ít
- Mạch báo tử: chỉ thấy mao, không còn vị khí

Phế chủ da thịt và vệ khí, nếu phế hư sẽ gây ho hen, khó thở, phù toàn thân.

5. Đông – Thận

- Mạch phù hợp: mạch thạch (chìm, khẩn, cứng như đá)
- Mạch thận bệnh: thạch nhiều, vị khí ít
- Mạch báo tử: chỉ thấy thạch, không còn vị khí

Thận chủ xương cốt và tủy, nếu thận hư sẽ gây đau lưng, răng lung lay, tiểu tiện bất thường.

Tangthucac.store

VỊ TRÍ MẠCH VÀ BỆNH LÝ

Mạch tượng	Ý nghĩa
Mạch ngắn	Đầu đau dữ dội
Mạch dài	Chân đau, chuột rút
Mạch đập mạnh lên trên	Đau vai lưng
Mạch trầm kiên cố	Bệnh nội thương

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mạch tượng	Ý nghĩa
Mạch phù cường	Bệnh ngoại cảm
Mạch trầm nhược	Bệnh do hàn tà, kèm theo sốt rét và uất tích
Mạch trầm hoành	Ứ khí ở vùng hạ tiêu → đau bụng, khối tích tụ
Mạch trầm sáp	Sốt rét xen kẽ, khí huyết trì trệ

MẠCH TƯỢNG PHẢN ÁNH BỆNH LÝ

Loại mạch	Tình trạng sức khỏe
Mạch thịnh, hoạt, kiên cố	Bệnh phát bên ngoài, dễ chữa
Mạch nhỏ, thực, kiên cố	Bệnh ẩn sâu trong nội tạng, khó trị
Mạch tế sáp	Bệnh mãn tính, kéo dài
Mạch hoạt phù	Bệnh mới phát, cấp tính
Mạch căng thẳng	Co rút, đau bụng dưới, thoát vị bẹn
Mạch trơn tuột	Phong tà, khí huyết tán loạn
Mạch khô ráp	Hàn tà, tê bại
Mạch nhu hòa, trơn nhuận	Nhiệt tà nội sinh, viêm nhiễm
Mạch lớn, căng	Chướng khí, đầy bụng, đau tức

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

QUAN HỆ GIỮA MẠCH VÀ ÂM DƯƠNG – TỨ THỜI

Mạch tượng	Liên hệ với thời tiết	Tiên lượng
Mạch thuận theo mùa	Bệnh nhẹ, dễ phục hồi	Tốt
Mạch phản mùa (mạch nghịch)	Bệnh nặng, khó điều trị	Xấu

CÁC DẤU HIỆU BÁO TỬ VONG QUA MẠCH

Mạch tượng	Triệu chứng	Tiên lượng
Chỉ thấy huyền, không vị khí	Gan tổn thương nặng	Tử vong do can huyết hư
Chỉ thấy thạch, không vị khí	Thận khí tuyệt	Tử vong do thủy kiệt
Chỉ thấy câu, không vị khí	Tim khí hư	Tử vong do tâm thần nhiễu loạn
Chỉ thấy mao, không vị khí	Phế khí suy	Tử vong do mất vệ khí
Chỉ thấy nhu, không vị khí	Tỳ khí bại	Tử vong do tiêu chảy mãn tính

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ CỤ THỂ

Mạch tượng	Biểu hiện bệnh lý
Mạch phù sác	Nhiệt tà thượng nghịch, sốt cao, mồ hôi lạnh
Mạch trầm tế	Hàn tà nội xâm, tiêu chảy, lạnh tứ chi
Mạch hoạt sác	Phong tà, huyết áp tăng, đau đầu
Mạch sáp	Huyết ứ, tắc nghẽn, đau ngực
Mạch vi tế	Khí huyết suy, mệt mỏi kéo dài
Mạch rời rạc	Thần chí bất ổn, rối loạn tinh thần
Mạch phù hoạt	Dương khí vượng, cần tả hỏa dưỡng âm

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH NGOẠI CẢM – NỘI TẠNG

Mạch tượng	Nguyên nhân	Tiên lượng
Mạch phù sác, khí huyết tán loạn	Dương tà xâm nhập → thần sắc tươi nhuận	Có thể khỏi nếu bắt mạch đúng lúc
Mạch trầm tế, thần sắc tối tăm	Âm huyết suy → chân khí mất	Tử vong sớm nếu không bổ dưỡng
Mạch rời rạc, khí huyết mất điều hòa	Tạng phủ rối loạn → thần chí bất ổn	Tử vong bất ngờ nếu không xử lý kịp

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mạch tượng	Nguyên nhân	Tiên lượng
Mạch phù sác, sốt cao, mồ hôi lạnh	Dương tà thượng nghịch → thần chí nhiễu loạn	Tử vong nếu không tả hỏa dưỡng âm
Mạch phù sác, người sốt nhưng tay chân lạnh	Khí huyết thất điều, tâm thận khí hư	Sống sót nếu gặp xuân thu, tử vong nếu gặp hạ đông
Mạch phù hoạt, sưng phù toàn thân	Khí huyết mất kiểm soát, thủy thấp tích tụ	Cần lợi niệu hành khí

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH THEO VỊ TRÍ CƠ THỂ

Vị trí mạch	Triệu chứng
Tĩnh mạch cổ	Sưng phù do thủy thấp, khó thở, ho hen
Mắt sưng nhẹ như con tằm ngủ dậy	Bệnh thủy thũng (phù nề)
Tiểu tiện vàng đỏ, nằm yên không động	Hoàng đản (vàng da do gan)
Ăn no vẫn thấy đói	Vị đởm có vấn đề, tỳ vị vận hóa kém
Mặt phù	Phong tà xâm nhập
Chân phù	Thủy thấp tích tụ
Mắt vàng	Hoàng đản (suy chức năng gan)

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Vị trí mạch	Triệu chứng
Phụ nữ mạch thiếu âm mạnh mẽ	Mang thai (mạch hoạt sác, số)

MẠCH TƯỢNG VÀ TỬ SINH

"Mạch tượng phải hòa hợp với quy luật tự nhiên. Mạch nghịch với mùa tiết, không còn vị khí → tiên lượng xấu."

Mạch tượng	Tình trạng bệnh
Mạch phù hợp với mùa	Bệnh nhẹ, dễ chữa
Mạch phản mùa (xuân mạch phù, thu mạch huyền...)	Bệnh nặng, khó phục hồi
Phong nhiệt mà mạch tĩnh	Bệnh tiến triển xấu
Tiêu chảy mất máu mà mạch thực	Bệnh nguy hiểm
Bệnh nội thương mà mạch hư	Điều trị khó khăn
Bệnh ngoại cảm mà mạch kiên cố, sáp	Bệnh nan y

MẠCH CỦA NGƯỜI KHỎE MẠNH – MẠCH CỦA NGƯỜI BỆNH – MẠCH CỦA NGƯỜI CHẾT

Mạch người khỏe mạnh :

- Tâm : như hạt châu tròn trịa, liên tục, mượt mà
- Phế : nhẹ nhàng, như lá cây rơi, như lông chim bay
- Can : mềm mại, như nâng cán trúc dài
- Tỳ : nhẹ nhàng, như gà bước đều
- Thận : như cá quẫy nước, như móc câu, vững chắc khi ấn

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

⚠ **Mạch người bệnh :**

- Tâm : đập mạnh, bất ổn, giữa có đoạn cong
- Phế : không lên xuống rõ ràng, như vuốt lông gà
- Can : trơn tuột, như cần câu gỗ tre
- Tỳ : đập mạnh, như móng gà giật lên
- Thận : đập rung rẩy, như kéo dây leo

✕ **Mạch người chết :**

- Tâm : trước cong sau duỗi, như cầm cái dây cong vặn
- Phế : như vật nổi trên mặt nước, như gió thổi qua lông vũ
- Can : như dây cung vừa mới giương
- Tỳ : như mỏ chim, như chân gà đá, như nước rò rỉ mái nhà
- Thận : như sợi dây bị kéo mạnh, như viên đá nảy trên mặt đất

TIÊU CHUẨN XÁC ĐỊNH "*CHÂN TẠNG MẠCH*" – MẠCH BÁO TỬ VONG

Tạng phủ	Mạch bệnh	Mạch tử vong
Tâm	Nhảy nhanh, không ổn định	Cong vòng, như dây cung
Phế	Nhẹ, nổi, rời rạc	Nổi không lực, như vật nổi vô định
Can	Trơn, nhanh, mạnh	Như dây đàn căng đứt
Tỳ	Nặng, rời rạc, đập không đều	Như mỏ chim, như giọt nước rơi
Thận	Nhỏ, khẩn, có lực	Như đá nảy, như dây cung vỡ

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MẠCH VÀ BỆNH LÝ ĐẶC BIỆT

Dạng mạch	Bệnh lý
Mạch phù sác, da ấm nóng	Bệnh nhiệt, phong tà xâm nhập
Mạch phù sác, da lạnh toát	Bệnh nội nhiệt, thần chí hỗn loạn
Mạch phù hoạt, da mềm mại	Phong tà, khí huyết mất điều hòa
Mạch trầm tế, da khô	Hàn tà, khí huyết suy
Mạch hoạt, cổ tay nóng	Dương tà thượng nghịch, cần tả hỏa
Mạch sác, môi khô, mắt mờ	Tỳ vị hư, cần kiện tỳ nhuận táo
Mạch hoạt, da thịt rung	Phong nhiệt, cần thanh nhiệt giải độc

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH THEO NGŨ HÀNH

Mạch tượng	Tạng tương ứng	Dấu hiệu bệnh lý
Huyền (弦)	Can	Co rút, đau đầu, can hỏa vượng
Câu (鉤)	Tâm	Tim hồi hộp, sốt cao, thần chí nhiễu loạn
Mao (毛)	Phế	Ho hen, khó thở, tiêu chảy
Thạch (石)	Thận	Đau lưng, tiểu buốt, phù nề

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mạch tượng	Tạng tương ứng	Dấu hiệu bệnh lý
Nhu (濡) + Hoạt (滑)	Tỳ	Ăn uống kém, bụng chướng, tiêu chảy

KẾT LUẬN

1. Người khỏe mạnh có mạch tượng ổn định , theo quy luật: một hít – hai đập, một thở – hai đập , tổng cộng năm lần mỗi nhịp thở.
2. Vị khí là nền tảng sinh mệnh , nếu mất vị khí dù chưa có triệu chứng rõ → vẫn tiên lượng xấu.
3. Mạch tượng theo ngũ hành – âm dương – tứ thời giúp thầy thuốc xác định:
    - Bệnh phát ở đâu?
    - Bệnh nặng hay nhẹ?
    - Bệnh thuộc biểu hay lý?
    - Tiên lượng sống hay chết?
4. Mạch bệnh lý gồm ba loại chính:
    - Bệnh mới phát : mạch hoạt, phù, sác
    - Bệnh lâu năm : mạch tế, sáp, rời rạc
    - Bệnh nặng : mạch không theo quy luật, không có vị khí
5. Chân tạng mạch (真臟脈) là dấu hiệu cảnh báo tử vong, không thể cứu chữa nếu xuất hiện.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách bắt mạch đúng giờ , tốt nhất vào buổi sáng sớm.
- Hiểu rõ quy luật ngũ hành – âm dương – tứ thời để phân tích bệnh lý.
- Kết hợp bắt mạch – sắc diện – hỏi bệnh sử để chẩn đoán chính xác.
- Giữ gìn vị khí qua ăn uống điều độ, nghỉ ngơi đúng lúc.
- Học cách phân biệt mạch tử sinh , tránh bỏ qua tín hiệu cảnh báo tử vong.
- Biết rằng mạch tượng phản ánh toàn bộ tình trạng cơ thể , từ khí huyết đến thần chí.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 19: NGỌC CƠ CHÂN TẠNG LUẬN

(Luận về cơ chế vận hành thực sự của ngũ tạng)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi nghe nói mùa xuân mạch huyền, nhưng như thế nào mới gọi là huyền?*"

Kỳ Bá thưa:

"*Mạch mùa xuân thuộc can kinh, phương đông, hành mộc — thời điểm muôn loài bắt đầu sinh phát. Vì vậy khí huyết lúc này nhẹ nhàng, mềm mại, lưu thông đều đặn, có tính thẳng dài → gọi là huyền mạch . Nếu mạch tượng khác đi thì bệnh đã hình thành.*"

PHÂN BIỆT MẠCH HUYỀN BÌNH THƯỜNG & BẤT THƯỜNG

Loại mạch	Đặc điểm	Ý nghĩa
Bình thường	Nhẹ, trơn, hơi nổi, dài và mềm mại	Gọi là huyền mạch, phản ánh can khí điều hòa
Bệnh lý	Cứng, mạnh, bất ổn định	Gọi là mạch thái quá, can khí vượng, gây ra bệnh lý ngoại cảm hoặc nội thương

Thái quá (quá mức) → bệnh ở bên ngoài (biểu chứng)
Bất cập (yếu) → bệnh ở bên trong (lý chứng)

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MÙA HÈ – MẠCH CÂU (心 脈)

Hoàng Đế hỏi:

"*Mùa hè mạch câu, thế nào gọi là câu?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Mạch hạ thuộc tâm kinh, phương nam, hành hỏa — thời điểm vạn vật cường thịnh. Khí đến mạnh mẽ rồi yếu dần, giống như cái móc câu cong lại → gọi là câu mạch . Nếu mạch tượng không đúng như vậy, tức là bệnh.*"

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Bình thường	Đến mạnh, đi yếu, nhẹ nhàng, đều đặn	Tâm khí hài hòa, thần chí ổn định
Bệnh lý - Thái quá	Đi và đến đều mạnh → dương tà thượng nghịch	Sốt cao, da đau rát, viêm nhiễm lan rộng
Bệnh lý - Bất cập	Đến yếu, đi mạnh → âm hư hỏa vượng	Tim hồi hộp, ngực chướng, tiểu tiện rối loạn

MÙA THU – MẠCH MAO (肺 脈)

Hoàng Đế hỏi:

"*Mùa thu mạch phù, thế nào mới gọi là phù?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Mạch thu thuộc phế kinh, phương tây, hành kim — thời điểm thu liễm. Khí huyết đến nhẹ nhàng, nhanh, đi tan rã dần → gọi là mao mạch . Đây là dấu hiệu phế khí điều hòa.*"

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Bình thường	Nổi nhẹ, nhanh, rời rạc	Phế khí điều hòa, hô hấp tốt
Bệnh lý - Thái quá	Nổi mạnh giữa, hai bên yếu → phế nhiệt uất	Ho hen, khó thở, áp xe phổi

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Bệnh lý - Bất cập	Nổi yếu, không lực → phế hư	Ho kéo dài, khí nghịch, khạc đờm ra máu

MÙA ĐÔNG – MẠCH DOANH (肾 脉)

Hoàng Đế hỏi:

"*Mùa đông mạch doanh, thế nào gọi là doanh?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Mạch đông thuộc thận kinh, phương bắc, hành thủy — thời điểm vạn vật ẩn nấp. Mạch trầm sâu, kiên cố, đập mạnh khi ấn xuống → gọi là doanh mạch . Nếu mạch tượng bất thường, đó là bệnh lý thận.*"

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Bình thường	Chìm sâu, vững chắc, rõ ràng	Thận khí đầy đủ, xương cốt bền chắc
Bệnh lý - Thái quá	Giống như gõ vào đá, mạnh và dồn dập	Dương tà xâm nhập, chân tay lạnh, tiểu tiện khó
Bệnh lý - Bất cập	Đi như bị đếm từng lần, chậm rãi	Âm huyết suy, tim hồi hộp, bụng dưới chướng

MẠCH TỲ – TẠNG TRUNG ƯƠNG

Hoàng Đế hỏi:

"*Tỳ mạch không theo mùa nhất định, tại sao lại quan trọng như vậy?*"

Kỳ Bá giảng:

"*Tỳ thuộc thổ, là tạng trung tâm, điều hòa khí huyết cho cả bốn phương. Tỳ khí mất cân bằng sẽ ảnh hưởng toàn thân.*"

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại mạch	Đặc điểm	Bệnh lý
Thái quá	Khí đến như nước chảy xiết → tích tụ lâu ngày	Tứ chi yếu liệt, bụng chướng, tiêu chảy kéo dài
Bất cập	Như mỏ chim, đứt đoạn → khí huyết không liên tục	Ăn uống kém, tiêu hóa yếu, khí huyết giảm sút

BỆNH LÝ THEO QUY LUẬT NGŨ HÀNH – TỨ THỜI

"Ngũ tạng nhận khí từ nơi sinh của nó, truyền sang nơi khắc nó. Ai nắm rõ quy luật này mới biết tiên lượng tử sinh."

Tạng phủ	Nhận khí từ	Truyền sang	Khí giữ lại ở	Tử vong khi
Can	Tâm	Tỳ	Thận	Phế
Tâm	Tỳ	Phế	Can	Thận
Tỳ	Phế	Thận	Tâm	Can
Phế	Thận	Can	Tỳ	Tâm
Thận	Can	Tâm	Phế	Tỳ

👉 Đây là quy luật truyền biến bệnh lý theo ngũ hành :

- Bệnh từ tạng này truyền sang tạng khác
- Cuối cùng truyền đến tạng không thể thắng → tử vong

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

DẤU HIỆU BÁO TỬ VONG QUA MẠCH TƯỢNG

Triệu chứng	Ý nghĩa
Xương lớn khô héo, thịt teo lõm, ngực chướng khí, thở gấp, đau lưng	Tử vong sau 6 tháng nếu xuất hiện chân tạng mạch
Cùng triệu chứng trên + sốt, da thịt khô, mắt trũng	Tử vong sau 10 tháng
Xương khô, thịt nhão, khí nghịch, đau vai cổ, sốt cao, da bong tróc	Tử vong sau 1 năm nếu chân tạng mạch xuất hiện
Xương khô, thịt lõm, ngực chướng, bụng đau, tim bứt rứt, sốt, tiêu cơ	Tử vong sau vài tháng nếu chân tạng mạch thấy rõ
Xương khô, thịt nhão, ngực chướng, bụng đau, mắt lõm, không nhìn rõ người	Chết lập tức nếu chân tạng mạch xuất hiện

MẠCH TƯỢNG CỦA CHÂN TẠNG MẠCH – DẤU HIỆU TỬ VONG

Tạng phủ	Mạch tượng đặc trưng	Triệu chứng kèm theo	Tiên lượng
Can	Căng cứng như dao sắc, như dây đàn căng đứt	Mặt xanh trắng, tóc rụng	Chết do gan suy
Tâm	Rắn chắc, đập mạnh như hạt ý dĩ	Sắc mặt đỏ đen, tóc rụng	Chết do tim suy

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tạng phủ	Mạch tượng đặc trưng	Triệu chứng kèm theo	Tiên lượng
Phế	Nổi to mà rỗng tuếch, như gió qua lông vũ	Sắc mặt trắng đỏ, tóc rụng	Chết do phổi hư
Thận	Đập mạnh rồi tắt ngấm, như gõ đá	Sắc mặt đen vàng, tóc rụng	Chết do thận suy
Tỳ	Nhỏ, rời rạc, khí huyết không ổn định	Sắc mặt vàng xanh, tóc rụng	Chết do tỳ hư

Đây là những loại chân tạng mạch , báo hiệu khí huyết cạn kiệt , thần khí tán loạn — dù thầy giỏi cũng không cứu được.

VÌ SAO CHÂN TẠNG MẠCH = TỬ VONG?

Hoàng Đế hỏi:

"*Tại sao thấy chân tạng mạch là chết? Xin Ngài giảng rõ.*"

Kỳ Bá đáp:

"*Vì ngũ tạng đều nhận khí từ vị khí (dạ dày). Dạ dày là gốc của mọi tạng phủ. Nếu vị khí mất, ngũ tạng không còn khả năng vận hành khí huyết.*

Khi chân tạng mạch xuất hiện, tức là vị khí hoàn toàn mất, tạng phủ không còn phối hợp nhịp nhàng. Đó là dấu hiệu bệnh nặng vượt khỏi tầm kiểm soát — gọi là "bệnh thắng tạng" → *tiên lượng xấu.*"

NHỮNG DẤU HIỆU GIÚP CHẨN ĐOÁN TIÊN LƯỢNG

Điều kiện	Tiên lượng
Khí huyết điều hòa, sắc diện nhuận, mạch tượng thuận tứ thời	Dễ chữa, sống lâu
Sắc mặt tươi nhuận, mạch phù hoạt	Bệnh mới phát, dễ phục hồi

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Điều kiện	Tiên lượng
Mạch tượng theo mùa tiết	Có thể trị khỏi
Mạch yếu nhưng trơn nhuận (có vị khí)	Dễ chữa, cần điều trị đúng lúc
Hình thể và khí huyết mất cân bằng	Bệnh nặng, khó phục hồi
Sắc mặt tối tăm, da khô, mạch cứng	Bệnh mãn tính, tiên lượng xấu
Mạch phản mùa (xuân mạch phù, thu mạch huyền...)	Bệnh nan y, khó chữa khỏi
Mạch trái ngược với triệu chứng	Bệnh biến chứng nghiêm trọng

DẤU HIỆU "NGƯỢC TỨ THỜI"

Mùa	Mạch nên có	Mạch xuất hiện → gọi là nghịch
Xuân	Huyền	Phế mạch (phù sác)
Hạ	Câu	Thận mạch (trầm trì)
Thu	Mao	Tâm mạch (sác, mạnh)
Đông	Doanh	Tỳ mạch (nhẹ, nhu)

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BỆNH LÝ DO KHÍ HUYẾT MẤT CÂN BẰNG

Dấu hiệu	Nguyên nhân
Sốt mà mạch tĩnh lặng	Âm dương mất điều hòa, bệnh khó khỏi
Tiêu chảy mà mạch lớn	Khí huyết tán loạn, mất cân bằng điện giải
Ra mồ hôi nhiều mà mạch thực	Dương tà thượng nghịch, thần chí nhiễu loạn
Bệnh nội thương mà mạch thực kiên	Thực tà chiếm lĩnh, cần tả hỏa
Bệnh biểu chứng mà mạch vi tế	Khí huyết suy, cần bổ chính

TIÊN LƯỢNG TỬ SINH QUA "*NGŨ THỰC*" VÀ "*NGŨ HƯ*"

◈ **Ngũ thực (五实) – năm biểu hiện thực chứng → tiên lượng xấu**

1. Mạch đập mạnh
2. Da nóng sốt
3. Bụng chướng đầy
4. Đại tiểu tiện tắc nghẽn
5. Ngực chật, khó thở, mê man

◈ **Ngũ hư (五虚) – năm biểu hiện hư chứng → tiên lượng rất xấu**

1. Mạch nhỏ yếu
2. Da lạnh toát
3. Khí huyết ít
4. Tiêu chảy, đại tiểu tiện thất thường
5. Không ăn uống được

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CÓ HY VỌNG SỐNG SÓT NẾU:

- Uống cháo loãng → dạ dày phục hồi
- Tiêu chảy ngừng → khí huyết ổn định
- Ra mồ hôi → khí huyết lưu thông

KẾT LUẬN

1. Mạch tượng phản ánh tình trạng sức khỏe ngũ tạng , mỗi mùa ứng một loại mạch đặc trưng.
2. Chân tạng mạch là dấu hiệu cảnh báo tử vong, phản ánh sự suy kiệt khí huyết và mất cân bằng ngũ hành.
3. Hiểu rõ quy luật truyền biến của bệnh lý giúp thầy thuốc tiên lượng tử sinh và đưa ra quyết định điều trị đúng lúc.
4. Sự mất cân bằng âm dương – ngũ hành – kinh lạc – khí huyết là nguyên nhân gây ra bệnh lý nghiêm trọng.
5. Mạch tượng phải phản ánh đúng mùa tiết , nếu mạch phản mùa → bệnh nặng, khó chữa.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách bắt mạch đúng giờ , đúng mùa để chẩn đoán chính xác hơn.
- Hiểu rõ mạch bệnh lý so với mạch bình thường , tránh bỏ qua tín hiệu nguy hiểm.
- Kết hợp bắt mạch – sắc diện – hỏi bệnh sử để đánh giá tử sinh sớm.
- Biết phân biệt bệnh thực chứng – hư chứng , từ đó chọn phương pháp điều trị phù hợp.
- Hiểu rằng tinh thần và thần khí ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe tổng thể — giữ gìn tâm an, khí ổn là nền tảng dưỡng sinh.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 20: TAM BỘ CỬU HẦU LUẬN

(Luận về ba bộ mạch và chín lần bắt mạch)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"Tôi nghe Ngài giảng về chín loại kim châm, nội dung rất sâu rộng, khó mà đếm hết. Tôi muốn biết những điều then chốt nhất, để truyền lại cho con cháu đời sau, khắc vào xương tủy, cất giữ như bảo vật, thề không tiết lộ bừa bãi.

Xin Ngài giảng rõ phép tắc ứng hợp với thiên đạo, có đầu có đuôi, vừa ứng với sao trời, lịch pháp, vừa phù hợp với quy luật tứ thời ngũ hành, giúp phân biệt cao thấp, sinh tử, và điều trị bệnh lý theo đúng nguyên tắc."

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"Vấn đề của ngài thật sâu sắc! Đây là đạo lý cao siêu nhất của trời đất, chỉ bậc trí tuệ mới am tường."

KỲ BÁ GIẢNG THÊM:

"Số học của trời đất bắt đầu từ một, phát triển đến chín — gọi là tam tam thành cửu (ba phần, mỗi phần lại chia ba → tổng cộng chín hào).

- *Một = Trời*
- *Hai = Đất*
- *Ba = Người → Ba loại này phối hợp tạo nên tam bộ :*

1. *Thượng bộ (đầu mặt)*
2. *Trung bộ (ngực và tay)*
3. *Hạ bộ (bụng dưới và chân)*

Mỗi bộ lại chia làm ba vị trí bắt mạch, gọi là cửu hầu (chín lần bắt mạch), để đánh giá tình trạng khí huyết và tiên lượng tử sinh."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BA BỘ MẠCH VÀ CHÍN LẦN BẮT MẠCH

Bộ	Vị trí bắt mạch	Ý nghĩa
Thượng bộ (上部)	- Thiên: động mạch thái dương - Địa: động mạch hàm dưới - Nhân: động mạch trước tai	Gọi là thượng bộ tam hào: kiểm tra thần chí, thị lực, thính giác, đau đầu, chóng mặt...
Trung bộ (中部)	- Thiên: động mạch ở cổ tay (phế kinh) - Địa: động mạch ở giữa cẳng tay (đại tràng kinh) - Nhân: động mạch ở tim (tâm bào kinh)	Trung bộ tam hào: kiểm tra phổi, ngực, tim mạch, hô hấp
Hạ bộ (下部)	- Thiên: động mạch ở háng (can kinh) - Địa: động mạch ở mắt cá chân (thận kinh) - Nhân: động mạch ở mắt cá tay (tỳ vị kinh)	Hạ bộ tam hào: kiểm tra gan, thận, tỳ vị, sinh dục

CHỨC NĂNG CỦA TAM BỘ – CỬU HẦU

"Tam bộ chín hào là công cụ chẩn đoán quan trọng nhất trong Đông y cổ truyền. Dùng để:

- *Phân biệt sống chết*
- *Điều trị trăm bệnh*
- *Điều hòa hư thực*
- *Loại bỏ tà khí*

Tam bộ tượng trưng cho trời – đất – người
Chín hào tượng trưng cho chín phương hướng trên cơ thể
Kết hợp lại → phản ánh toàn diện sức khỏe con người."

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CHI TIẾT VỀ TAM BỘ – CỬU HẦU

1. THƯỢNG BỘ TAM HẦU (頭部 ba vị trí bắt mạch):

Hào	Vị trí	Bệnh lý
Thiên	Động mạch thái dương	Khí huyết đầu mặt bất thường
Địa	Mạch ở má (huyệt Đại Doanh)	Miệng – răng – lưỡi – nuốt kém
Nhân	Mạch trước tai (Nhĩ môn)	Thính giác – thị lực suy giảm

2. TRUNG BỘ TAM HẦU (ngực – tay):

Hào	Vị trí	Bệnh lý
Thiên	Mạch thủ thái âm (phế)	Bệnh phổi, khó thở, ho hen
Địa	Mạch thủ dương minh (vị)	Bệnh ngực, tiêu hóa, nghẽn khí
Nhân	Mạch thủ thiếu âm (tim)	Tim hồi hộp, mạch loạn

3. HẠ BỘ TAM HẦU (bụng – chân):

Hào	Vị trí	Bệnh lý
Thiên	Mạch túc quyết âm (can)	Can khí uất, đau mạng sườn
Địa	Mạch túc thiếu âm (thận)	Thận hư, tiểu tiện bất thường
Nhân	Mạch túc thái âm (tỳ vị)	Ăn uống kém, bụng chướng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHÂN TÍCH KHÍ HUYẾT QUA TAM BỘ – CỬU HẦU

Đặc điểm	Ý nghĩa
Hình thể mập, mạch nhỏ, ít hơi thở	Dương khí suy, bệnh nặng
Hình thể gầy, mạch lớn, ngực đầy khí	Âm khí mất, tiên lượng xấu
Khí huyết cân bằng, hình thể khỏe mạnh	Sống lâu, ít bệnh
Tam bộ cửu hầu rối loạn hoàn toàn	Tử vong sớm
Mạch trái phải phản ứng khác nhau	Bệnh nặng, tà khí đã sâu
Mạch không phản ứng khi ấn nắn	Thần khí tán loạn, tử vong gần kề
Mạch đập chậm hơn bình thường	Hàn tà xâm nhập, cần ôn bổ
Mạch đập nhanh, rời rạc	Nhiệt tà nội thương, cần tả hỏa dưỡng âm

NHỮNG DẤU HIỆU BÁO TỬ VONG QUA CỬU HẦU

Triệu chứng	Tiên lượng
Mạch cửu hầu đều mất	Chết bất ngờ, không kịp cứu chữa
Chỉ còn một bộ mạch hoạt động	Bệnh nghiêm trọng, cần can thiệp khẩn cấp

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Triệu chứng	Tiên lượng
Mạch cửu hầu phản ứng yếu hoặc không đều	Cơ thể suy kiệt, tử vong sớm
Mạch cửu hầu hỗn loạn, không liên kết	Thần khí tan rã, tiên lượng xấu
Mạch cửu hầu đều tốt, nhưng da thịt teo khô	Dù mạch ổn định, vẫn tử vong do hình thể suy bại

CÁCH XÁC ĐỊNH BỆNH LÝ QUA MẠCH

Dấu hiệu mạch	Bệnh lý tương ứng
Một hào bất thường	Bệnh nhẹ, chưa lan rộng
Hai hào bất thường	Bệnh tiến triển, trở nặng
Ba hào cùng bất thường	Bệnh nguy hiểm, cần xử lý khẩn cấp
Ba bộ đều rối loạn	Bệnh toàn thân, tiên lượng xấu
Mạch cửu hầu đều hư	Thần khí mất, tử vong không tránh khỏi

PHÂN BIỆT BỆNH THEO MẠCH TƯỢNG

Dạng mạch	Bệnh lý
Mạch nhỏ	Khí huyết suy
Mạch lớn	Tà khí xâm nhập

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dạng mạch	Bệnh lý
Mạch nhanh	Nhiệt tà nội sinh
Mạch chậm	Hàn tà nội thương
Mạch sáp	Máu huyết trì trệ
Mạch hoạt	Phong tà, khí huyết tán loạn
Mạch vi tế	Chân khí hao tổn
Mạch vô lực	Sức đề kháng yếu

QUY LUẬT TỬ SINH QUA MẠCH TƯỢNG

Thời điểm tử vong	Nguyên nhân
Nửa đêm	Âm tà cực độ → bệnh thủy thũng, thận hư
Giữa trưa	Dương tà thượng nghịch → sốt cao, tim suy
Bình minh	Can khí mất → gan hư, áp xe nội tạng
Chiều tà	Phế khí suy → khó thở, viêm nhiễm kéo dài
Theo mùa tiết	- Mùa xuân: can khí mất → tử vong do gan - Mùa hạ: tâm khí hư → tim ngừng đập - Mùa thu: phế khí suy → thở yếu - Mùa đông: thận khí tuyệt → nước tiểu mất kiểm soát

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CÁCH ĐIỀU TRỊ THEO CỬU HẦU

"Muốn điều trị bệnh, phải dựa vào cửu hầu để xác định:

- *Mạch nào hư?*
- *Mạch nào thực?*
- *Mạch nào đang bị tà khí chiếm lĩnh?*

NGUYÊN TẮC ĐIỀU TRỊ:

- *Thực chứng → tả tà khí*
- *Hư chứng → bổ chính khí*
- *Bệnh tích tụ → phá ứ, hành khí*
- *Bệnh biểu chứng → giải biểu, phát hãn*
- *Bệnh lý chứng → thanh nhiệt, nhuận táo*

Không cần quan tâm triệu chứng bề ngoài, chỉ cần điều hòa mạch tượng là đạt hiệu quả điều trị."

PHÂN BIỆT BỆNH QUA SỰ PHẢN ỨNG CỦA DA THỊT

Tình trạng da thịt	Ý nghĩa
Co rút, lạnh toát	Hàn tà xâm nhập sâu, thận khí hư
Da nóng, đỏ, phồng rộp	Nhiệt độc thượng nghịch, cần thanh nhiệt
Ra mồ hôi lạnh, da tái nhợt	Tâm khí suy, thần chí bất ổn
Da cứng, cơ bắp chai sạn	Thấp tà ứ đọng, cần lợi thấp hành khí
Gân co rút, đi không vững	Can huyết hư, cần dưỡng huyết nhuận can
Bụng chướng, ngực đầy, khó thở	Tỳ vị hư, cần kiện tỳ hành khí

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

NHỮNG DẤU HIỆU BÁO TỬ VONG

Biểu hiện	Tiên lượng
Da thịt teo dần, dù cứu hầu ổn định	Tử vong do hình thể suy bại
Mạch cứu hầu biến đổi thất thường, lúc nhanh lúc chậm	Tử vong do thần khí tán loạn
Mạch đập mạnh rồi tắt ngấm	Tử vong do chân khí mất
Mạch không lưu thông, da thịt lạnh toát	Tử vong do khí huyết tắc nghẽn
Mạch cứu hầu rối loạn hoàn toàn	Tử vong không thể tránh khỏi

CÁCH XÁC ĐỊNH VỊ TRÍ BỆNH QUA TAM BỘ – CỬU HẦU

Dạng mạch tại một hào	Bệnh lý tương ứng
Mạch nhỏ	Thiếu khí huyết
Mạch lớn	Tà khí xâm nhập
Mạch nhanh	Nội nhiệt, phiền muộn, mất ngủ
Mạch chậm	Hàn tà, lạnh chi, tiêu chảy
Mạch sáp	Huyết ứ, đau ngực
Mạch hoạt	Phong tà, khí huyết mất kiểm soát

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dạng mạch tại một hào	Bệnh lý tương ứng
Mạch trầm tế	Âm hư, cần bổ dưỡng
Mạch phù sác	Dương tà, cần tả hỏa

NHỮNG ĐIỀU THEN CHỐT KHI CHẨN BỆNH

Yếu tố	Vai trò
Tam bộ cửu hầu	Công cụ chẩn đoán then chốt
Xem sắc mặt, bắt mạch, hỏi bệnh sử	Ba bước nền tảng của chẩn bệnh
Phân biệt hư – thực – biểu – lý	Quy tắc điều trị cơ bản
Hiểu rõ mối liên hệ giữa tam bộ và ngũ hành	Giúp thầy thuốc nắm rõ căn nguyên bệnh lý
Biết rõ thời điểm tử vong theo nhịp sinh học	Giúp tiên lượng chính xác hơn

MẠCH TƯỢNG VÀ THỜI GIAN TỬ VONG

Dạng mạch	Thời điểm tử vong
Mạch cửu hầu đều trầm tế	Nửa đêm
Mạch cửu hầu đều hoạt sác	Giữa trưa

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dạng mạch	Thời điểm tử vong
Mạch cửu hầu đều phù sác	Chiều tà
Mạch cửu hầu đều thạch	Bình minh
Mạch cửu hầu rối loạn hoàn toàn	Tử vong không cố định thời gian

CÁCH ÁP DỤNG TRONG THỰC TIỄN

Tình trạng bệnh	Phương pháp điều trị
Bệnh mới phát, mạch phù sác	Phát hãn, giải biểu
Bệnh mãn tính, mạch tế sáp	Bổ dưỡng, ôn trung
Bệnh tích tụ lâu ngày	Phá ứ, hành khí, lợi thấp
Bệnh do phong tà gây ra	Giải biểu, trừ phong, châm cứu
Bệnh do hàn tà gây ra	Ôn dương, khu hàn, cứu ngải
Bệnh do nhiệt tà gây ra	Thanh nhiệt, tả hỏa, lợi niệu
Bệnh do thấp tà gây ra	Lợi thấp, hành khí, kiện tỳ
Bệnh do khí huyết ứ trệ	Hoạt huyết, hành khí, châm tả

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

BỆNH THEO MÙA VÀ TAM BỘ

Mùa	Mạch tượng	Bệnh lý
Xuân	Mạch huyền, can khí vượng	Gan uất, can hỏa
Hạ	Mạch câu, tâm hỏa thịnh	Tim hồi hộp, sốt cao
Thu	Mạch mao, phế khí suy	Ho hen, khó thở
Đông	Mạch thạch, thận khí hư	Đau lưng, tiểu tiện bất thường
Trường Hạ	Mạch nhu hoạt, tỳ vị khí hư	Tiêu chảy, bụng chướng

KẾT LUẬN

1. Tam bộ cửu hầu là phương pháp chẩn mạch cổ truyền, chia cơ thể thành ba vùng lớn, mỗi vùng bắt mạch ba lần.
2. Mỗi mạch tượng phản ánh một tạng phủ , giúp thầy thuốc xác định chính xác nơi bệnh phát sinh.
3. Dựa vào cửu hầu , có thể tiên lượng tử sinh, chẩn đoán bệnh lý, và đưa ra phép tắc điều trị thích hợp.
4. Mạch tượng là then chốt , nếu mạch ổn định thì bệnh có thể phục hồi; nếu mạch mất điều hòa → tử vong.
5. Tám loại kim châm cũng ứng với tam bộ cửu hầu, giúp điều trị chính xác theo từng lớp mô, từng vùng bệnh lý.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách bắt mạch theo tam bộ cửu hầu , kết hợp cả thần sắc – lời nói – hành vi – mạch tượng để chẩn đoán chính xác hơn.
- Hiểu rõ mối liên hệ giữa tam bộ cửu hầu và ngũ hành – kinh lạc – tạng phủ để điều trị đúng hướng.
- Biết rằng mạch tượng phản ánh toàn bộ tình trạng cơ thể , từ khí huyết đến thần chí.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Học cách phân biệt bệnh lý theo mùa tiết , vì mỗi mùa đều có quy luật vận hành riêng.
- Giữ gìn sức khỏe thần khí , vì thần khí mất → bệnh nặng, tiên lượng xấu.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 24: KINH MẠCH BIỆT LUẬN

(Luận về sự biến hóa của kinh mạch theo trạng thái tinh thần và sinh hoạt)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết, khi con người sống ở nơi khác nhau, hành động có khác nhau hay không — thì kinh mạch và mạch tượng có thay đổi theo không?*"

Kỳ Bá đáp:

"*Vâng, mọi trạng thái như:*

- *Kinh hãi*
- *Sợ hãi*
- *Uất giận*
- *Lao lực*
- *Nghỉ ngơi tĩnh lặng*

👉 *đều làm khí huyết vận hành khác đi, dẫn đến thay đổi mạch tượng.*"

KHÍ HUYẾT VÀO CÁC TẠNG PHỦ THEO TÌNH TRẠNG SINH HOẠT

Hoạt động	Khí huyết phát ra từ
Đi đêm sợ sệt	Thận và phổi bị tổn thương → thở gấp, khí uất
Bị té ngã, hoảng hốt	Can khí động → đau bụng, tỳ hư
Bị giật mình đột ngột	Phế khí tổn hại → khó thở, tim hồi hộp
Lội nước hoặc trượt ngã	Thận khí suy yếu → đau lưng, xương khớp suy

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Người dũng cảm → khí huyết lưu thông, bệnh tự tiêu.
Người nhát gan → khí huyết đình trệ → tà khí bám vào cơ thể gây bệnh.

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ QUA HOẠT ĐỘNG CƠ THỂ

Hoạt động	Mạch tượng xuất hiện ở đâu	Bệnh lý liên quan
Ăn no quá mức	Vị kinh → mồ hôi do vị khí thoát	Tiêu hóa kém, mất cân bằng dinh dưỡng
Kinh hãi đột ngột	Tâm kinh → mồ hôi do tim khí tổn	Tim loạn nhịp, thần chí bất ổn
Xách vật nặng đi xa	Thận kinh → mồ hôi do thận khí thoát	Thận hư, lưng đau, chân yếu
Chạy nhanh, hoảng loạn	Can kinh → mồ hôi do can khí động	Gân co rút, đầu váng mắt hoa
Lao động nhiều, run rẩy toàn thân	Tỳ kinh → mồ hôi do tỳ khí suy	Cơ thịt mềm yếu, ăn uống kém hấp thu

QUY LUẬT VẬN HÀNH CỦA KHÍ HUYẾT QUA NGŨ TẠNG

"Thức ăn vào dạ dày, sau đó:

- *Chuyển hóa thành khí → lên gan → nhuận gân.*
- *Khí thanh → lên phổi → điều hòa da thịt.*
- *Khí trọc → xuống tâm → nuôi dưỡng mạch máu.*
- *Mạch khí → qua kinh lạc → truyền khắp cơ thể.*
- *Kinh khí → về phổi → phổi điều tiết khí huyết, phân phối tinh chất cho da thịt và lục phủ.*
- *Da thịt và mạch → phối hợp đưa khí huyết về ngũ tạng.*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- *Quyền hành âm dương phải điều hòa → khí khẩu mới xác định đúng tử sinh.”*

VỀ ĂN UỐNG VÀ KHÍ HUYẾT

“Nước và thức ăn vào dạ dày, trải qua quá trình chuyển hóa:

- *Khí thanh được tỳ khí tán phát → lên phổi → điều hòa hô hấp, bài tiết thủy đạo.*
- *Khí trọc được phổi điều phối → xuống bàng quang → đào thải ra ngoài.*
- *Tinh khí lan tỏa khắp cơ thể, năm kinh cùng vận hành → hòa hợp với quy luật thiên nhiên.*

Nếu ăn uống điều độ, khí huyết cân bằng → sức khỏe tốt

Nếu ăn uống sai lệch, vận động không đúng lúc → khí huyết rối loạn, sinh bệnh mãn tính”

ÂM DƯƠNG MẤT CÂN BẰNG GÂY BỆNH

◈ Thái Dương độc chí

- Triệu chứng: thở gấp, khí nghịch
- Nguyên nhân: Âm khí thiếu, Dương khí thừa
- Cách trị: cả biểu lẫn lý đều tả → châm cứu tại hạ du huyệt (下俞穴)

◈ Dương Minh độc chí

- Triệu chứng: khí huyết thượng nghịch
- Nguyên nhân: Dương khí tích tụ lâu ngày
- Cách trị: tả Dương bổ Âm → châm tại hạ du huyệt

◈ Thiếu Dương độc chí

- Triệu chứng: khí huyết xung động mạnh
- Nguyên nhân: một phần Dương khí quá độ
- Cách trị: châm tại hạ du huyệt để điều hòa

◈ Thái Âm độc chí

- Triệu chứng: khí huyết rối loạn, mạch nhỏ yếu
- Nguyên nhân: tâm khí hư, ba Âm không điều hòa
- Cách trị: tả âm, bổ dương → châm tại hạ du huyệt

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

◈ Dương khí thượng nghịch

- Triệu chứng: các mạch tranh nhau nổi lên, khí về thận
- Cách trị: điều hòa kinh lạc, tả hỏa dưỡng âm

◈ Quyết Âm độc chí

- Triệu chứng: mồ hôi trắng đột ngột, tim bứt rứt
- Nguyên nhân: khí huyết suy kiệt, thần khí tán loạn
- Cách trị: dùng thuốc điều hòa + châm tại hạ du huyệt

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ QUA NGŨ TẠNG

Tạng phủ	Mạch tượng đặc trưng	Bệnh lý tương ứng
Tâm	Nhỏ, yếu, rời rạc	Thần chí hỗn loạn, tim hồi hộp
Phế	Phù, sác, rời rạc	Ho hen, khó thở, phù nề
Can	Căng, sáp, đập mạnh	Co rút gân cơ, đau mạng sườn
Tỳ	Nhỏ, nhu, không lực	Ăn uống kém, bụng chướng, tiêu chảy
Thận	Trầm tế, lạnh toát	Đau lưng, tiểu tiện bất thường

MẠCH TƯỢNG QUA BA DƯƠNG & TAM ÂM

Loại kinh	Mạch tượng	Ý nghĩa
Thái Dương	Phù mà hoạt động mạnh	Dương khí cường thịnh, cần tả hỏa
Thiếu Dương	Hoạt mà không thực	Khí huyết chưa ổn định, cần dưỡng khí

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại kinh	Mạch tượng	Ý nghĩa
Dương Minh	Phù mà lớn	Dương khí quá độ, cần điều hòa
Thái Âm	Trầm mà đập mạnh	Âm khí đang bị áp đảo
Thiếu Âm	Trầm mà không nổi	Thận khí hư, cần ôn bổ thận dương
Quyết Âm	Lớn, rời rạc, khí huyết tán loạn	Can khí uất, cần sơ can giải uất

NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN MẠCH TƯỢNG

Tình trạng sống	Ảnh hưởng đến mạch
Sống yên tĩnh, ít lo nghĩ	Mạch tượng ổn định, khí huyết hài hòa
Làm việc gắng sức, lao tâm	Mạch tượng biến đổi thất thường
Gặp chuyện kinh hãi, sợ hãi	Mạch nhanh, rối loạn thần chí
Ăn uống vô độ, nghỉ ngơi không đúng giờ	Mạch hư, khí huyết mất kiểm soát
Lạnh đột ngột, tiếp xúc gió độc	Mạch trầm tế, hàn tà xâm nhập
Nhiệt độc nội sinh, phiền muộn kéo dài	Mạch phù sác, nhiệt tà thượng nghịch

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CÔNG THỨC CHẨN BỆNH QUA MẠCH TƯỢNG

"Muốn chẩn đoán chính xác bệnh lý, phải:

- *Xem người đó dũng cảm hay nhút nhát*
- *Quan sát xương cốt, da thịt, cơ nhục*
- *Bắt mạch và phân tích từng loại mạch tượng*

Đây gọi là "chẩn bệnh chi đạo" — phép tắc chẩn bệnh then chốt."

MẠCH TƯỢNG VÀ TIÊN LƯỢNG TỬ SINH

Mạch tượng	Tiên lượng
Mạch phù sác nhưng không lực	Tử vong do khí huyết tán loạn
Mạch trầm tế, khí huyết rời rạc	Tử vong do chân khí hoàn toàn mất
Mạch hoạt số, khí huyết mất điều hòa	Tử vong sớm nếu không kịp thời điều trị
Mạch không phản ứng khi ấn	Tử vong do thần khí hoàn toàn tan rã
Mạch phù hoạt, sắc mặt tươi nhuận	Có thể phục hồi nếu bắt mạch đúng lúc
Mạch vi tế, sắc mặt tối tăm	Tử vong sớm nếu không được bổ dưỡng

MẠCH TƯỢNG VÀ BỆNH LÝ THEO MÙA

Mùa	Mạch tượng bình thường	Mạch tượng bất thường
Xuân	Huyền mạch (căng nhẹ)	Mạch phù sác → can hỏa vượng
Hạ	Câu mạch (đều đặn như móc câu)	Mạch phù sác → tim suy, sốt cao

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mùa	Mạch tượng bình thường	Mạch tượng bất thường
Thu	Mao mạch (nhẹ, nổi)	Mạch phù hoạt → phế khí hư
Đông	Thạch mạch (chìm, cứng)	Mạch vi tế → thận khí mất

KẾT LUẬN

1. Mạch tượng không cố định , mà biến đổi theo hoàn cảnh sống, tâm tình, thói quen sinh hoạt.
2. Mỗi trạng thái tinh thần đều ảnh hưởng đến một tạng phủ nhất định :
    - Sợ hãi → thận
    - Giận dữ → can
    - Kinh hãi → tâm
    - Buồn bực → phế
    - Lo lắng → tỳ
3. Ăn uống, vận động, nghỉ ngơi đều ảnh hưởng trực tiếp đến khí huyết và mạch tượng.
4. Hiểu rõ tam dương – tam âm và kinh lạc giúp thầy thuốc chẩn đoán và điều trị đúng phép tắc.
5. Biết điều chỉnh hư thực, biểu lý, thuận nghịch mới đưa ra tiên lượng chính xác.

LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách bắt mạch theo tam bộ cửu hầu , kết hợp với sắc diện, lời nói, hành vi để chẩn đoán bệnh lý chính xác hơn.
- Hiểu rằng tâm lý ảnh hưởng trực tiếp đến tạng phủ → giữ gìn tâm an, khí ổn là nền tảng phòng bệnh.
- Ăn uống điều độ, nghỉ ngơi đúng lúc, vận động vừa sức → khí huyết điều hòa, bệnh tật ít sinh .
- Châm cứu đúng huyệt đạo và đúng thời điểm sẽ đạt hiệu quả cao, tránh châm sai gây phản tác dụng.
- Học cách phân biệt mạch bình thường và mạch báo tử , để đưa ra quyết định điều trị phù hợp.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 22: TẠNG KHÍ PHÁP THỜI LUẬN

(Luận về phép tắc điều trị theo tạng phủ và bốn mùa)

CÂU HỎI MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết cách chữa bệnh dựa trên nguyên tắc ngũ hành – âm dương – bốn mùa. Xin Ngài giảng rõ:*

- *Thế nào gọi là thuận?*
- *Thế nào gọi là nghịch?*
- *Điều gì dẫn đến thành công hay thất bại trong điều trị?*"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ

Kỳ Bá thưa:

"*Ngũ hành gồm Kim – Mộc – Thủy – Hỏa – Thổ, chúng luân phiên nhau thịnh suy, ảnh hưởng trực tiếp đến năm tạng. Hiểu rõ quy luật này mới nắm được tử sinh, tiên lượng bệnh lý.*"

NGŨ TẠNG ỨNG VỚI NGŨ HÀNH & MÙA TIẾT

Tạng	Mùa chủ quản	Can chi	Bệnh lý phát triển mạnh vào mùa nào	Tiên lượng xấu nếu gặp mùa...
Can (肝)	Xuân	Giáp Ất	Thu	Đông
Tâm (心)	Hạ	Bính Đinh	Đông	Xuân
Tỳ (脾)	Trường Hạ	Mậu Kỷ	Xuân	Hạ

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tạng	Mùa chủ quản	Can chi	Bệnh lý phát triển mạnh vào mùa nào	Tiên lượng xấu nếu gặp mùa...
Phế (肺)	Thu	Canh Tân	Hạ	Thu
Thận (肾)	Đông	Nhâm Quý	Hạ	Trường Hạ

Tangthucac.store

KỲ BÁ GIẢNG THÊM:

"Mỗi tạng đều có thời điểm phục hồi tốt nhất và thời điểm nguy hiểm nhất. Dựa vào đó, thầy thuốc xác định được:

- *Bệnh sẽ khỏi khi gặp mùa tương sinh*
- *Bệnh nặng hơn khi gặp mùa khắc chế*
- *Bệnh trì hoãn khi gặp mùa trung tính*
- *Bệnh tái phát khi trở lại mùa gốc*

👉 Đây là nền tảng của đông y học lâm sàng cổ truyền ."

CHI TIẾT TỪNG TẠNG THEO MÙA

1. CAN (肝) – XUÂN

- Chủ trị : Túc Quyết Âm + Thiếu Dương kinh
- Can khí bị tổn thương → đau mạng sườn lan xuống bụng dưới, hay nổi giận
- Can hư → mắt mờ, tai ù, sợ hãi vô cớ
- Khí can uất → nên ăn vị ngọt để nhuận gân, giải khẩn cấp
- Thức ăn nên dùng : Gạo nếp, thịt bò, táo đỏ, rau cải
- Thức ăn kiêng kỵ : gió lạnh, đồ sống, rượu bia

Can bệnh tự nhiên phục hồi vào mùa hạ
Nếu chưa khỏi vào mùa thu → bệnh nặng hơn
Mùa đông → trì hoãn, ít tiến triển
Mùa xuân sau → bệnh tái phát

2. TÂM (心) – HẠ

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Chủ trị : Thủ Thiếu Âm + Thái Dương kinh
- Tâm hỏa vượng → ngực đau, sườn chướng, lưng và vai đau, tay trong đau
- Tâm hư → ngực phình to, đau vùng sườn và lưng
- Khí tim hỗn loạn → nên ăn vị chua để thu liễm, dưỡng tâm
- Thức ăn nên dùng : đậu đỏ, thịt chó, mơ, hẹ
- Thức ăn kiêng kỵ : ăn uống nóng, mặc nhiều áo ấm gây nhiệt tà thượng nghịch

Tâm bệnh tự nhiên phục hồi vào mùa trường hạ
Nếu chưa khỏi vào mùa đông → bệnh nặng hơn
Mùa xuân → trì hoãn
Mùa hạ sau → bệnh tái phát

3. TỲ (脾) – TRƯỜNG HẠ

- Chủ trị : Túc Thái Âm + Dương Minh kinh
- Tỳ hư → thân thể nặng nề, đói mà vẫn yếu, chân tay khó cử động, co giật, đau chân
- Tỳ thực → bụng đầy, ruột reo, tiêu chảy phân sống
- Khí tỳ bất hòa → nên ăn vị ngọt để kiện tỳ, nhuận thấp
- Thức ăn nên dùng : đậu đen, thịt heo, hạt dẻ, lá cây
- Thức ăn kiêng kỵ : thức ăn quá no, địa phương ẩm ướt, áo ẩm

Tỳ bệnh tự nhiên phục hồi vào mùa thu
Nếu chưa khỏi vào mùa xuân → bệnh nặng hơn
Mùa hạ → trì hoãn
Mùa trường hạ sau → bệnh tái phát

4. PHẾ (肺) – THU

- Chủ trị : Thủ Thái Âm + Dương Minh kinh
- Phế hư → thở gấp, khó thở, mất tiếng, tai điếc
- Phế thực → ho hen, khó thở, ra mồ hôi, đau từ mông xuống đầu gối
- Khí phế nghịch → nên ăn vị đắng để tả phế, nhuận táo
- Thức ăn nên dùng : lúa mạch, thịt dê, hạnh nhân, tỏi
- Thức ăn kiêng kỵ : đồ ăn lạnh, nước đá, thức uống hàn

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Phế bệnh tự nhiên phục hồi vào mùa đông
Nếu chưa khỏi vào mùa hạ → bệnh nặng hơn
Mùa trường hạ → trì hoãn
Mùa thu sau → bệnh tái phát

5. THẬN (肾) – ĐÔNG

- Chủ trị : Túc Thiếu Âm + Thái Dương kinh
- Thận hư → bụng to, phù chân, thở gấp, đổ mồ hôi đêm, sợ gió
- Thận thực → đau ngực, bụng to, tiểu tiện rối loạn, phiền muộn
- Khí thận tổn hại → nên ăn vị cay để nhuận thận, hóa khí
- Thức ăn nên dùng : kê vàng, thịt gà, đào, hành
- Thức ăn kiêng kỵ : ăn uống nóng sốt, mặc quá dày

Thận bệnh tự nhiên phục hồi vào mùa xuân
Nếu chưa khỏi vào mùa trường hạ → bệnh nặng hơn
Mùa thu → trì hoãn
Mùa đông sau → bệnh tái phát

QUY LUẬT TỬ SINH QUA MẠCH TƯỢNG

Loại bệnh	Đặc điểm	Tiên lượng
Thuận ứng ngũ hành	Gặp ngày sinh nó → bệnh nhẹ	Có khả năng khỏi cao
Phản mùa, phản tạng	Gặp ngày khắc nó → bệnh nặng	Tử vong sớm nếu không kịp thời điều trị
Gặp ngày sinh nó	Bệnh trì hoãn, không phát tác	Có cơ hội phục hồi
Gặp ngày khắc nó	Bệnh phát mạnh, biến chứng	Cần điều trị khẩn cấp

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

GIỜ PHÁT BỆNH & GIỜ PHỤC HỒI

Tạng phủ	Giờ tốt nhất	Giờ xấu nhất	Giờ ổn định
Can	Bình minh (giữa đêm và sáng)	Chiều tà (giữa chiều và tối)	Nửa đêm
Tâm	Giữa trưa	Nửa đêm	Bình minh
Tỳ	Giữa buổi chiều	Mặt trời mọc	Giữa trưa
Phế	Buổi chiều	Giữa trưa	Nửa đêm
Thận	Nửa đêm	Bốn mùa đều có thể nặng	Buổi chiều

MỐI LIÊN HỆ GIỮA NGŨ VỊ VÀ TẠNG PHỦ

Vị	Tác dụng	Tạng phủ tương ứng
Cay (辛)	Phát tán, hoạt huyết	Phế – Thận
Chua (酸)	Thu liễm, an thần	Can – Phế
Ngọt (甘)	Hoãn trung, bổ khí	Tỳ – Tâm
Đắng (苦)	Kiện táo, thanh nhiệt	Tâm – Thận
Mặn (咸)	Nhu nhuyễn, tả hỏa	Thận – Tỳ

Kết hợp ngũ vị đúng lúc giúp điều hòa khí huyết và tăng hiệu quả điều trị.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

NGUYÊN TẮC ĂN UỐNG THEO TẠNG PHỦ

Tạng	Vị nên dùng	Vị nên tránh	Thực phẩm ví dụ
Can	Cay	Chua	Hành, tiêu, gừng, cam thảo
Tâm	Chua	Ngọt	Rau má, trà xanh, ô mai
Tỳ	Mặn	Cay	Muối, hải sản, đậu nành
Phế	Đắng	Mặn	Lá hẹ, hạnh nhân, tỏi
Thận	Ngọt	Đắng	Mật ong, đường đỏ, táo tàu

MỐI LIÊN HỆ GIỮA CAN CHI – MÙA – BỆNH LÝ

Can Chi	Mùa	Bệnh lý
Giáp Ất	Xuân	Can khí vượng, đau mạng sườn, tức ngực
Bính Đinh	Hạ	Tâm hỏa vượng, tim hồi hộp, mặt đỏ
Mậu Kỷ	Trường Hạ	Tỳ khí suy, bụng chướng, tiêu chảy
Canh Tân	Thu	Phế khí hư, ho hen, khó thở
Nhâm Quý	Đông	Thận khí suy, đau lưng, tiểu tiện bất thường

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

DẤU HIỆU NHẬN BIẾT BỆNH THEO TẠNG PHỦ

Tạng	Triệu chứng chính	Triệu chứng kèm
Can	Đau mạng sườn, tức ngực	Hay cáu giận, chóng mặt
Tâm	Đau ngực, hồi hộp	Mất ngủ, nói lung tung
Tỳ	Ăn kém, bụng chướng	Đi ngoài phân sống, mệt mỏi
Phế	Ho, khó thở, đau vai	Ra mồ hôi, ngực chướng
Thận	Đau lưng, tiểu tiện rối loạn	Đổ mồ hôi đêm, chân tay lạnh

CÁCH ĐIỀU TRỊ THEO TẠNG PHỦ – NGŨ VỊ – MÙA TIẾT

Tạng phủ	Phép tắc điều trị	Phương pháp
Can	Căng thẳng → nhuận gan bằng vị ngọt	Châm tại can kinh, ăn gạo nếp, mật ong
Tâm	Tim loạn nhịp → chua để thu liễm	Châm tại tâm bào kinh, uống nước chanh, ăn mơ khô
Tỳ	Bụng chướng → ngọt để kiện tỳ	Châm tại tỳ kinh, ăn đậu đen, thịt heo
Phế	Ho hen → đắng để nhuận phế	Châm tại phế kinh, uống nước hẹ, hạnh nhân
Thận	Đau lưng → cay để hóa khí	Châm tại thận kinh, ăn hành, tiêu, uống nước gừng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

PHÉP CHỮA BỆNH THEO NGŨ VỊ

"Vị đắng giúp làm cứng, vị mặn giúp nhu nhuyễn, vị ngọt giúp dịu nhẹ, vị chua giúp thu liễm, vị cay giúp phát tán — gọi là ngũ vị sở lợi ."

NGUYÊN TẮC SỬ DỤNG NGŨ VỊ:

- Vị cay : giúp khí lưu thông, trừ phong tà
- Vị chua : giúp thu liễm, dưỡng can huyết
- Vị ngọt : giúp cân bằng, nhuận gân mạch
- Vị đắng : giúp kiện táo, thanh nhiệt độc
- Vị mặn : giúp mềm mại, tả hỏa, ích thận

ĂN UỐNG THEO TẠNG PHỦ

"Ăn uống phải điều độ, phối hợp ngũ cốc làm chính, ngũ quả làm phụ, ngũ gia cầm làm bổ, ngũ rau làm trợ lực."

Nhóm	Vai trò
Ngũ cốc	Làm nền tảng dinh dưỡng, nuôi dưỡng khí huyết
Ngũ quả	Hỗ trợ tiêu hóa, nhuận táo, giải độc
Ngũ thịt	Tăng cường thể lực, dưỡng ngũ tạng
Ngũ rau	Thông kinh lạc, nhuận trường vị
Ngũ thủy	Hóa giải độc tố, nhuận ngũ tạng

PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ THEO TẠNG PHỦ – NGŨ VỊ – KINH LẠC

Tạng	Vị bổ	Vị tả	Kinh lạc liên quan	Phương pháp điều trị
Can	Cay	Chua	Túc Quyết Âm	Sơ can giải uất, hoạt huyết

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tạng	Vị bổ	Vị tả	Kinh lạc liên quan	Phương pháp điều trị
Tâm	Chua	Ngọt	Thủ Thiếu Âm	An thần, thanh nhiệt
Tỳ	Mặn	Cay	Túc Thái Âm	Kiện tỳ hóa thấp, ích khí
Phế	Đắng	Mặn	Thủ Thái Âm	Tả phế chỉ khái, nhuận táo
Thận	Ngọt	Đắng	Túc Thiếu Âm	Tư âm giáng hỏa, ích thận khí

DỰA VÀO CAN CHI ĐỂ CHẨN BỆNH

Can chi	Bệnh lý
Giáp Ất	Can khí suy, đau đầu, tức ngực
Bính Đinh	Tâm hỏa vượng, tim đập nhanh, mặt đỏ
Mậu Kỷ	Tỳ khí hư, tiêu chảy mãn tính
Canh Tân	Phế khí hư, ho hen, khó thở
Nhâm Quý	Thận khí suy, đau lưng, tiểu tiện thất thường

KẾT LUẬN

1. Tạng phủ vận hành theo quy luật ngũ hành – bốn mùa – can chi , nếu nắm vững quy luật này, thầy thuốc mới đưa ra tiên lượng chính xác.
2. Ăn uống đúng ngũ vị giúp điều hòa khí huyết , nếu ăn sai lệch gây ra bệnh lý nghiêm trọng.
3. Hiểu rõ giờ phát bệnh – giờ thuyên giảm – giờ ổn định giúp thầy thuốc chọn thời điểm điều trị thích hợp.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

4. Biết bổ – tả theo ngũ vị và kinh lạc là bí quyết then chốt trong điều trị Đông y.
5. Tử sinh của bệnh nhân phụ thuộc vào ngũ hành, ngũ tạng, khí huyết và thần chí , chứ không chỉ do thuốc men hay châm cứu.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách ăn uống theo mùa tiết , ví dụ:
  - Mùa xuân: bổ can
  - Mùa hạ: dưỡng tâm
  - Mùa thu: nhuận phế
  - Mùa đông: ôn bổ thận
- Hiểu rõ thức ăn tương ứng với từng tạng phủ , tránh ăn uống thiên lệch gây tổn thương lâu dài.
- Biết phân biệt hư – thực – biểu – lý để đưa ra quyết định điều trị đúng lúc.
- Kết hợp châm cứu – thảo dược – dưỡng sinh theo quy luật ngũ hành để đạt hiệu quả cao nhất.
- Học cách theo dõi đồng hồ sinh học của cơ thể, chẩn đoán bệnh theo giờ phát sinh triệu chứng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 23: TUYÊN MINH NGŨ KHÍ LUẬN

(Luận rõ về năm khí, ngũ vị và ngũ tạng)

"*Ngũ khí*" là một nguyên lý then chốt trong Đông y, bao gồm:

- Khí của ngũ vị
- Khí của ngũ tạng
- Khí của ngũ dịch
- Khí của ngũ lao
- Khí của ngũ bệnh

Chương này giảng về mối quan hệ giữa ngũ vị , khí huyết , tạng phủ , bệnh lý , cảm xúc , dịch thể , kinh lạc , giúp thầy thuốc nắm vững quy luật điều trị theo Âm Dương – Ngũ Hành – Bốn mùa .

I. NGŨ VỊ NHẬP VÀO NGŨ TẠNG

Ngũ vị	Nhập vào tạng nào
Chua (酸)	Can (肝)
Cay (辛)	Phế (肺)
Đắng (苦)	Tâm (心)
Mặn (咸)	Thận (肾)
Ngọt (甘)	Tỳ (脾)

Đây gọi là "*ngũ vị sở nhập*" — mỗi vị có tác dụng chính yếu lên một tạng nhất định.

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

II. NGŨ KHÍ GÂY RA BỆNH LÝ

Tạng phủ	Bệnh lý biểu hiện
Tâm (心)	Ợ hơi, tim hồi hộp
Phế (肺)	Ho hen, khó thở
Can (肝)	Nói nhiều, nói lung tung
Tỳ (脾)	Ợ chua, bụng chướng
Thận (肾)	Ngáp dài, hắt hơi, sợ hãi

Gọi là "*ngũ khí sở bệnh*" — khí bất thường ở từng tạng sẽ sinh ra triệu chứng riêng.

III. NGŨ TINH HỘI TỤ TẠO CẢM XÚC

Tinh khí tập trung tại...	Biểu hiện tâm lý
Tâm	Vui vẻ, an lành
Phế	Buồn bã, suy tư
Can	Lo lắng, u sầu
Tỳ	Sợ hãi, nghi hoặc
Thận	Kinh hoàng, hoảng loạn

Gọi là "*ngũ tinh sở tịnh*" — khi tinh khí dồn vào một tạng thì sẽ sinh ra trạng thái tâm lý đặc trưng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

IV. NGŨ TẠNG ÁC CẢM VỚI NGŨ TÀ

Tạng phủ	Sợ nhất loại tà nào
Tâm	Nhiệt tà → tim đập mạnh, sốt cao
Phế	Hàn tà → ho hen, lạnh buốt
Can	Phong tà → chóng mặt, co giật
Tỳ	Thấp tà → bụng chướng, tiêu chảy
Thận	Táo nhiệt → khô miệng, tiểu ít

Gọi là "*ngũ tạng sở ác*" — mỗi tạng đều có điểm yếu trước các loại ngoại tà.

V. NGŨ DỊCH DO NGŨ TẠNG SINH RA

Tạng phủ	Sinh ra dịch thể nào
Tâm	Mồ hôi (汗)
Phế	Nước mũi (涕)
Can	Nước mắt (泪)
Tỳ	Nước dãi (涎)
Thận	Nước bọt (唾)

Gọi là "*ngũ hóa chi dịch*" — phản ánh tình trạng sức khỏe nội tạng qua các dịch thể bên ngoài.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

VI. NGŨ VỊ CẤM KỴ THEO BỆNH LÝ

Vị	Cấm dùng khi bị bệnh gì	Lý do
Cay (辛)	Khí hư	Làm khí tán, mất kiểm soát
Mặn (咸)	Huyết hư	Làm huyết ngưng trệ
Đắng (苦)	Xương yếu	Làm xương khô, đau nhức
Ngọt (甘)	Cơ thịt suy	Làm cơ nhão, tỳ vận hóa kém
Chua (酸)	Gân mạch yếu	Làm gân co rút, đau nhức

Gọi là "*ngũ vị sở cấm*" — cần kiêng kỵ khi bệnh tương ứng phát sinh.

VII. BỆNH LÝ PHÁT SINH TỪ ÂM DƯƠNG THẤT CÂN BẰNG

Dạng bệnh	Đặc điểm
Âm bệnh	Phát từ xương, nặng hơn vào mùa hạ
Dương bệnh	Phát từ máu, nặng hơn vào mùa đông
Nội thương	Xuất phát từ bên trong cơ thể
Ngoại cảm	Do tà khí xâm nhập từ bề ngoài

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Dạng bệnh	Đặc điểm
Lý chứng	Bệnh sâu trong nội tạng
Biểu chứng	Bệnh nhẹ, mới phát

VIII. NGŨ TÀ TRUYỀN BIẾN GÂY LOẠN KHÍ

Tà khí	Vào...	Gây ra...
Nhiệt tà	Dương phần	Rối loạn thần chí, điên cuồng
Hàn tà	Âm phần	Co thắt, tê bại
Dương tà	Âm phần	Đau đầu dữ dội, méo miệng
Âm tà	Dương phần	Câm lặng, không nói được
Dương nhập âm	Khí huyết mất điều hòa	Bình tĩnh, ổn định
Âm xuất dương	Khí huyết tán loạn	Giận dữ, kích động

Gọi là "*ngũ loạn*" — sự mất cân bằng khí huyết dẫn đến triệu chứng khác nhau.

IX. NGŨ TÀ NGHỊCH MÙA GÂY BỆNH NAN Y

Mùa	Mạch nên có	Nếu gặp phải mạch của mùa sau → gọi là "*ngũ tà*"
Xuân	Mạch huyền (弦)	Mạch thu (毛) → bệnh nặng

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Mùa	Mạch nên có	Nếu gặp phải mạch của mùa sau → gọi là "*ngũ tà*"
Hạ	Mạch câu (钩)	Mạch đông (石) → bệnh nặng
Trường Hạ	Mạch nhu hoạt (濡滑)	Mạch xuân (弦) → bệnh mãn tính
Thu	Mạch phù (浮)	Mạch hạ (钩) → bệnh nan y
Đông	Mạch trầm (沉)	Mạch trường hạ (濡滑) → tiên lượng xấu

Gọi là "*ngũ tà sở kiến*" — nếu gặp mạch và bệnh trái ngược mùa tiết, tiên lượng tử vong rất cao.

X. NGŨ TẠNG CHỦ TRÌ NGŨ THẦN TRÍ

Tạng phủ	Chứa giữ
Tâm	Thần (trí tuệ, ý thức)
Phế	Phách (trí tuệ vật chất)
Can	Hồn (ý chí, mộng tưởng)
Tỳ	Ý (ý thức hành vi)
Thận	Trí (suy nghĩ, khả năng phán đoán)

Gọi là "*ngũ tạng sở tàng*" — ngũ tạng không chỉ chứa tinh khí mà còn ảnh hưởng đến tâm thần.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

XI. NGŨ TẠNG CHỦ TRÌ NGŨ HÌNH THỂ

Tạng phủ	Chủ về
Tâm	Mạch máu (脉)
Phế	Da thịt (皮)
Can	Gân cốt (筋)
Tỳ	Cơ thịt (肉)
Thận	Xương (骨)

Gọi là "*ngũ tạng sở chủ*" — mỗi tạng đều có chức năng sinh lý cụ thể.

XII. NGŨ LAO GÂY TỔN THƯƠNG NGŨ TẠNG

Hoạt động quá độ	Tổn thương
Nhìn lâu	Máu (血) → can huyết hư
Nằm nhiều	Khí (气) → khí huyết đình trệ
Ngồi lâu	Thịt (肉) → cơ nhục mềm yếu
Đứng lâu	Xương (骨) → lưng đau, chân mỏi
Đi nhiều	Gân (筋) → gân co rút, khớp đau

Gọi là "*ngũ lao sở thương*" — lười biếng hay lao lực thái quá đều làm hại ngũ tạng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

XIII. NGŨ MẠCH TƯỢNG PHẢN ÁNH NGŨ TẠNG

Tạng phủ	Mạch tượng đặc trưng
Tâm	Mạch câu (鉤) – nhanh rồi chậm, như cái móc câu
Phế	Mạch phù (毛) – nhẹ, nổi, rời rạc
Can	Mạch huyền (弦) – căng như dây đàn
Tỳ	Mạch đãi (代) – đập ngắn, ngắt quãng
Thận	Mạch thạch (石) – nhỏ, khẩn, cứng

Gọi là "*ngũ tạng chi mạch*" — bắt mạch đúng lúc mới xác định được căn nguyên bệnh lý.

XIV. QUY LUẬT TRUYỀN BIẾN BỆNH LÝ

"*Bệnh phát sinh từ nơi sinh nó, nặng lên ở nơi khắc nó, trì hoãn ở nơi sinh nó, tái phát ở nơi nó thuộc về.*"

Gọi là "*sinh – khắc – vượng – suy*" — quy luật bệnh lý theo ngũ hành.

KẾT LUẬN

1. Ngũ vị ảnh hưởng trực tiếp đến ngũ tạng , ăn uống đúng phép tắc giúp điều hòa khí huyết.
2. Mỗi tạng có bệnh lý đặc trưng , phản ánh qua lời nói, cử chỉ, sắc diện, dịch thể và khí huyết.
3. Hiểu rõ ngũ vị – ngũ tạng – ngũ dịch – ngũ lao giúp thầy thuốc điều trị bệnh lý mãn tính hiệu quả.
4. Sự mất cân bằng khí huyết do ngũ tà xâm nhập, gây ra ngũ loạn — cần xử lý sớm.
5. Mạch tượng phản ánh tình trạng ngũ tạng , bắt mạch đúng giờ, đúng mùa mới chính xác.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

6. Tâm lý ảnh hưởng trực tiếp đến ngũ tạng — giận dữ hại gan, buồn bã hại phổi, lo lắng hại tỳ, sợ hãi hại thận, phiền muộn hại tim.
7. Ăn uống, nghỉ ngơi, vận động đúng cách là nền tảng dưỡng sinh và phòng bệnh.

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN

- Ăn uống theo mùa, theo tạng, tránh thiên lệch vị nào quá mức.
- Hiểu rõ mối liên hệ giữa thần chí – khí huyết – ngũ vị – ngũ tạng để tự điều chỉnh tâm tính.
- Học cách bắt mạch theo mùa , phân biệt mạch bình thường và bệnh lý.
- Điều trị bệnh phải theo quy luật sinh – khắc – bổ – tả , không tùy tiện áp dụng phương pháp.
- Hiểu rằng lao lực, ngồi nhiều, đứng lâu, nằm nhiều, nhìn lâu đều gây hại cho ngũ tạng.
- Kết hợp châm cứu – thảo dược – dưỡng sinh để đạt hiệu quả điều trị tốt nhất.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

THIÊN 24: HUYẾT KHÍ HÌNH CHÍ LUẬN

(Luận về huyết khí, hình thể và tâm chí)

MỞ ĐẦU

Hoàng Đế hỏi:

"*Tôi muốn biết rõ quy luật vận hành của huyết khí theo từng kinh lạc, cũng như ảnh hưởng của hình thể và tâm chí đến sức khỏe. Xin Ngài giảng rõ.*"

TRẢ LỜI CỦA KỲ BÁ – QUY LUẬT HUYẾT KHÍ QUA SÁU KINH

Kỳ Bá thưa:

"*Mỗi kinh đều có sự phân bố huyết và khí khác nhau:*

Kinh lạc	**Đặc điểm**
Thái Dương (足太阳 - Bàng Quang kinh)	Nhiều huyết, ít khí
Thiếu Dương (足少阳 - Đởm kinh)	Ít huyết, nhiều khí
Dương Minh (足阳明 - Vị kinh)	Cả khí và huyết đều dồi dào
Thái Âm (足太阴 - Tỳ kinh)	Nhiều khí, ít huyết
Thiếu Âm (足少阴 - Thận kinh)	Ít huyết, nhiều khí
Quyết Âm (足厥阴 - Can kinh)	Nhiều huyết, ít khí

Đây là quy luật thiên nhiên về sự phân bố huyết và khí trong cơ thể con người."

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

MỐI LIÊN HỆ BIỂU LÝ GIỮA CÁC KINH

"*Sáu kinh chân và sáu kinh tay đều có mối quan hệ biểu lý chặt chẽ với nhau.*"

Kinh Biểu ↔ Lý
Chân Thái Dương(Bàng Quang) ↔Chân Thiếu Âm(Thận)
Chân Thiếu Dương(Đởm) ↔Chân Quyết Âm(Can)
Chân Dương Minh(Vị) ↔Chân Thái Âm(Tỳ)
Tay Thái Dương(Tiểu Trường) ↔Tay Thiếu Âm(Tâm)
Tay Thiếu Dương(Tam Tiêu) ↔Tay Quyết Âm(Tâm Bào)
Tay Dương Minh(Đại Tràng) ↔Tay Thái Âm(Phế)

Tangthucac.store

👉 Gọi là "*thủ túc âm dương tương hợp*" — mỗi kinh đều có một kinh đối ứng, giúp điều hòa khí huyết và chữa bệnh hiệu quả.

PHÉP CHỮA BỆNH THEO NGUYÊN TẮC "*LẤY HUYẾT LÀM GỐC*"

"*Muốn trị bệnh phải bắt đầu từ việc:*

- *Trừ huyết trước , sau đó mới trừ tà khí.*
- *Xác định hư thực , rồi mới ra phép bổ hoặc tả.*

Phải căn cứ vào trạng thái hình thể và tâm chí để đưa ra quyết định điều trị chính xác."

XÁC ĐỊNH HUYỆT ĐẠO DỰA VÀO HÌNH THỂ

"*Để tìm các huyệt bối du (背俞穴), cần làm như sau:*

1. *Đo khoảng cách giữa hai vú*
2. *Gấp đôi đoạn này , lấy làm chuẩn*

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

3. *Chia tiếp thành các phần nhỏ , dùng cỏ hoặc vật mềm để đo*
4. *Đặt khung đo lên lưng , đặt một góc ở vai, hai góc dưới → sẽ xác định được vị trí huyệt đạo.*"

Huyệt đạo	Vị trí
Phế Du (肺俞)	Ngay góc dưới đầu tiên
Tâm Du (心俞)	Tiếp theo phía dưới
Can Du (肝俞)	Bên trái, phía trên
Tỳ Du (脾俞)	Bên phải, phía trên
Thận Du (肾俞)	Ở dưới cùng

Các huyệt đạo này rất quan trọng trong châm cứu và cứu ngải , giúp điều hòa ngũ tạng.

MỐI LIÊN HỆ GIỮA HÌNH THỂ & TÂM CHÍ GÂY BỆNH

"*Tùy theo hình thể sung mãn hay suy yếu, tâm chí vui vẻ hay ưu phiền, mà bệnh phát sinh khác nhau.*"

Hình thể + Tâm chí	Bệnh phát sinh	Phương pháp điều trị
Hình an, tâm khổ	Bệnh ở mạch máu, tim mạch	Châm cứu, cứu ngải
Hình an, tâm an	Bệnh ở da thịt	Kim châm, đá mài (biến thạch)
Hình khổ, tâm an	Bệnh ở gân cốt	Xông hơi, day ấn, dẫn khí
Hình khổ, tâm khổ	Bệnh ở cổ họng, ngực	Thảo dược, thuốc sắc

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Hình thể + Tâm chí	Bệnh phát sinh	Phương pháp điều trị
Hay hoảng sợ, giật mình	Tê bại, mất cảm giác	Xoa bóp, rượu thuốc, giải độc phong tà

Gọi là "*ngũ hình chí sở sinh*" — năm loại bệnh phát sinh do hình thể và tâm chí mất cân bằng.

CHIÊU THỨC CHÂM CỨU THEO HUYẾT KHÍ

"*Châm mỗi kinh đều có nguyên tắc riêng, tùy thuộc vào tình trạng khí huyết của nó.*"

Kinh lạc	Châm để...	Huyết tượng
Dương Minh (Vị kinh)	Xuất huyết và khí	Máu và khí đều mạnh → cần tả hỏa dưỡng âm
Thái Dương (Bàng Quang kinh)	Xuất huyết, bài tiết khí xấu	Máu nhiều, khí ít → nên tả huyết, thông kinh lạc
Thiếu Dương (Đởm kinh)	Xuất khí, khí xấu tiêu tán	Khí nhiều, huyết ít → cần điều hòa can khí
Thái Âm (Tỳ kinh)	Xuất khí, điều hòa khí huyết	Khí nhiều, huyết ít → nên kiện tỳ hoạt huyết
Thiếu Âm (Thận kinh)	Xuất khí, điều hòa nội khí	Khí nhiều, huyết ít → cần tư âm giáng hỏa
Quyết Âm (Can kinh)	Xuất huyết, điều hòa huyết dịch	Huyết nhiều, khí ít → nên nhuận can, dưỡng huyết

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

CÔNG THỨC ĐIỀU TRỊ THEO "*BIỂU – LÝ – HƯ – THỰC*"

"Muốn chữa bệnh hiệu quả, phải nắm vững bốn nguyên tắc:

- *Biểu chứng → giải biểu, phát hãn*
- *Lý chứng → thanh nhiệt, lợi thấp*
- *Hư chứng → bổ ích, dưỡng huyết*
- *Thực chứng → tả hỏa, phá tích"*

KỲ BÁ GIẢNG THÊM:

"Ai nắm rõ được mối quan hệ giữa hình thể và tâm chí, mới hiểu được căn nguyên bệnh lý."

MỐI LIÊN HỆ GIỮA HUYẾT KHÍ VỚI BỆNH LÝ

Mạch tượng	Bệnh lý
Huyết nhiều, khí ít	Can khí uất, đau mạng sườn, chóng mặt
Khí nhiều, huyết ít	Tỳ vị hư, bụng chướng, tiêu chảy
Khí huyết đều thiếu	Thần chí rối loạn, nói năng lung tung
Khí huyết đều dư	Thực tà thượng nghịch, sốt cao, viêm nhiễm
Khí huyết mất điều hòa	Thần khí tán loạn, tử vong bất ngờ

BỆNH DO MẤT CÂN BẰNG HUYẾT KHÍ – HÌNH THỂ – TÂM CHÍ

Tình trạng	Triệu chứng
Hình an, tâm khổ	Tim đập mạnh, khó thở, hồi hộp
Hình an, tâm an	Da thịt khô, lỗ chân lông bế tắc

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Tình trạng	Triệu chứng
Hình khổ, tâm an	Gân co rút, khớp đau, đi lại khó khăn
Hình khổ, tâm khổ	Ăn uống kém, miệng khô, tiểu tiện bất thường
Hình khổ, tâm an	Co giật, thần kinh run rẩy, mắt mờ

Tangthucac.store

CHẨN BỆNH THEO HÌNH THỂ VÀ TÂM TRẠNG

Loại bệnh	Nguyên nhân
Bệnh ở mạch	Do hình thể khỏe nhưng tâm chí ưu phiền
Bệnh ở da thịt	Do hình thể và tâm chí đều bình yên
Bệnh ở gân xương	Do hình thể lao lực nhưng tâm an lạc
Bệnh ở ngực cổ họng	Do hình thể và tâm chí đều tổn thương
Bệnh tê bại	Do hình thể và tâm chí bị kích động mạnh

CÁCH ĐIỀU TRỊ THEO HUYẾT KHÍ – HÌNH THỂ – TÂM TRẠNG

Loại bệnh	Phương pháp điều trị
Bệnh huyết ứ, khí trệ	Châm cứu, hoạt huyết, hành khí
Bệnh can khí uất	Sơ can giải uất, dưỡng huyết nhuận cơ

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Loại bệnh	Phương pháp điều trị
Bệnh tỳ vị hư	Kiện tỳ ích khí, nhuận trung tiêu
Bệnh thận khí hư	Tư âm giáng hỏa, ích thận khí
Bệnh tâm thần nhiễu loạn	An thần dưỡng tâm, thanh nhiệt hóa đàm
Bệnh phế khí hư	Rượu thuốc, châm cứu, dưỡng vệ khí

Tangthucac.store

KẾT LUẬN

1. Huyết khí vận hành theo từng kinh lạc , mỗi kinh có đặc tính riêng:
   - Có kinh nhiều huyết ít khí
   - Có kinh nhiều khí ít huyết
   - Có kinh cả huyết lẫn khí đều đầy đủ
2. Hình thể và tâm chí liên quan mật thiết với bệnh lý:
   - Hình an, tâm khổ → bệnh ở mạch
   - Hình an, tâm an → bệnh ở da thịt
   - Hình khổ, tâm an → bệnh ở gân cốt
   - Hình khổ, tâm khổ → bệnh ở cổ họng và ngực
   - Hay giật mình, lo lắng → bệnh ở thần kinh và khí huyết
3. Hiểu rõ mối quan hệ biểu – lý – hư – thực mới đưa ra phương pháp điều trị phù hợp:
   - Châm cứu đúng lúc
   - Thảo dược đúng phép
   - Dưỡng sinh đúng thời điểm
4. Huyệt đạo và kinh lạc phải xác định chính xác, nếu không sẽ gây phản tác dụng nghiêm trọng.
5. Người thầy thuốc giỏi là người am tường:
   - Huyết khí của từng kinh
   - Tính chất bệnh lý theo hình thể và tâm chí

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

- Phép tắc châm cứu – thảo dược – dưỡng sinh

📌 LỜI KHUYÊN THỰC TIỄN CHO NGƯỜI HIỆN ĐẠI

- Học cách xác định bệnh lý qua hình thể và tâm chí trước khi chẩn mạch.
- Hiểu rằng tâm lý ảnh hưởng trực tiếp đến tạng phủ :
  - Buồn → phế hư
  - Giận → can hỏa vượng
  - Lo lắng → tỳ khí suy
  - Sợ hãi → thận khí thoát
  - Phiền muộn → tâm thần bất ổn
- Kết hợp châm cứu – thảo dược – khí công để đạt hiệu quả cao nhất.
- Ăn uống đúng ngũ vị , điều hòa ngũ hành , giữ gìn thần khí là nền tảng của sức khỏe toàn diện.
- Hiểu rằng huyết khí mất cân bằng là nguyên nhân gây bệnh , chứ không chỉ do vi khuẩn hay virus.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store

Tangthucac.Store

Lời kết tạm thời sau Thiên 24

Đến đây, chúng ta đã cùng nhau khám phá 24 thiên đầu tiên của bộ Hoàng Đế Nội Kinh – Tố Vấn , bao gồm những tri thức nền tảng về Âm Dương, Ngũ Hành, kinh lạc, khí huyết và nguyên lý điều trị trong y học cổ truyền. Phiên bản này được trình bày dưới dạng bảng trích xuất từ nội dung cuộc đối thoại giữa Hoàng Đế và Kỳ Bá, với trọng tâm là phần trả lời của Kỳ Bá để độc giả dễ dàng tiếp cận cốt lõi kiến thức.

Tuy nhiên, nếu quý độc giả muốn tìm hiểu nội dung gốc đầy đủ, tôi khuyến khích tham khảo sách cứng có bán tại các nhà sách hoặc trên các sàn thương mại điện tử. Đây là cách tốt nhất để thưởng thức trọn vẹn ánh sáng trí tuệ của y học cổ xưa.

Ngoài ra, để hỗ trợ việc nghiên cứu chi tiết hơn, tôi xin cung cấp đường link đến công cụ ***[NotebookLM - AI tra cứu tài liệu của Google]*** . Công cụ này sẽ giúp bạn tạo dàn ý, đặt câu hỏi theo ngữ cảnh, ghi chú thông minh và tối ưu hóa quá trình học tập, nghiên cứu cho 24 thiên đầu tiên mà tôi đã chỉnh sửa.

Toàn bộ tác phẩm Hoàng Đế Nội Kinh – Tố Vấn gồm 81 thiên, vì vậy hành trình tìm hiểu vẫn còn rất dài phía trước. Để đảm bảo chất lượng biên dịch và chỉnh lý, tôi quyết định chia sẻ trước 24 thiên này như một phiên bản giới hạn, nhằm phục vụ nhu cầu học tập và nghiên cứu ban đầu của quý độc giả.

Nếu phiên bản này nhận được sự ủng hộ và đánh giá tích cực từ quý vị, tôi sẽ tiếp tục dành thời gian và công sức để hoàn thiện các thiên còn lại. Ngược lại, nếu cần thêm thời gian để hoàn thiện trọn vẹn, tôi sẽ trì hoãn việc dịch tiếp và tập trung vào những dự án khác.

Tôi xin chân thành cảm ơn sự quan tâm và đồng hành của quý độc giả. Mọi ý kiến đóng góp đều quý giá và là động lực để tôi tiếp tục hoàn thiện tác phẩm này.

Trân trọng.

Tangthucac.store

Tangthucac.Store