

NGUYỄN TRUNG HÒA

GIÁO TRÌNH HIỂU BIẾT TÓM TẮT NỘI KINH

HỘI Y HỌC DÂN TỘC T.P HỒ CHÍ MINH
HỘI Y HỌC DÂN TỘC TỈNH TÂY NINH
HỢP TÁC TÁI BẢN 1988

HỘI Y HỌC THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TỦ SÁCH Y HỌC CỔ TRUYỀN

VỊ PHONG TRÀO HỌC TẬP NÂNG CAO NGHIỆP VỤ
CHO GIỚI Y HỌC CỔ TRUYỀN DÂN TỘC VIỆT NAM

ĐÃ XUẤT BẢN:

- Những bài Thuốc Nam hay *Lương y Nguyễn Trung Hòa*
- Lý luận 32 bệnh án *Lương y Đinh Ninh Lê Đức Thiếp*
- 100 Y án hay chữa bằng Thuốc Nam *Lương y Việt Cúc*
- 40 Bệnh án chữa bằng Thuốc Nam và Châm cứu
Lương y Phạm Tấn Khoa
- Tuệ Tĩnh toàn tập *Nguyễn Bá Tĩnh*
- Hải Thượng Y tông tâm lĩnh toàn bộ I, II, III, IV, V, VI
Lương y Nguyễn Trung Hòa
- Giáo trình Lý luận cơ bản *Lương y Nguyễn Trung Hòa*
- Giáo trình Hiểu biết tóm tắt Nội kinh L.y. *Nguyễn Trung Hòa*
- Giáo trình Thương hàn và Ôn bệnh L.y. *Nguyễn Trung Hòa*
- Giáo trình Phụ khoa Y học cổ truyền L.y. *Nguyễn Trung Hòa*
- Phương pháp Bảo chế Đông dược *Viện Đông y Hà nội*
- Kim quỹ Yếu lược tâm điển *Vưu Tại Kinh*
- Châm cứu Đại thành tập I *Dương Kế Châu*
- Huyết chứng luận *Đường Tôn Hải*
- Giáo trình Hiểu biết tóm tắt Nội kinh (tái bản)
- Hải thượng YTTL/ I, II, VI; (tái bản)

ĐANG IN:

- Hải thượng YTTL tập III, IV, V (tái bản)
- Tuệ Tĩnh toàn tập (tái bản)
- 82 kinh dịch giải *Lương y Đinh Văn Mông*
- Tuyệt Thủy Hỏa *Bác sĩ Lương y Phó Đức Thảo*
- Kinh nghiệm chống dịch và chữa bệnh *Lương y Lê Văn Đức*

Địa chỉ liên lạc: *Lương y Nguyễn Trung Hòa, 14E Đặng Văn Ngữ*
Phú Nhuận, Thành phố Hồ Chí Minh.

1357

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Lương y NGUYỄN TRUNG HÒA

Trình bày bìa:

Họa sĩ DINH CƯỜNG

Địa chỉ liên lạc: Lương y NGUYỄN TRUNG HÒA

14E, Đường Văn Ngữ, Quận Phú Nhuận — Thành phố Hồ Chí Minh
In 2.000 cuốn tại xí nghiệp in Sở Giáo Dục Thành phố Hồ Chí Minh
Giấy phép số 108/XBNT - GP của Sở VH TT Tây Ninh cấp ngày 8-1-88
In xong và nộp lưu chiểu tháng 5/1988

LƯƠNG Y NGUYÊN TRUNG HÒA

GIÁO TRÌNH
HIỂU BIẾT TÓM TẮT
NỘI KINH

ĐÃ THỰC GIẢNG 36 GIỜ

- LỚP BỒ TÚC LƯƠNG Y (33 VI) MIỀN BẮC 1973.
- LỚP TRUNG HỌC Y HỌC DÂN TỘC Y3 1980
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH, 200 NGƯỜI.
- VÀ ĐANG GIẢNG CHO 2 LỚP Y HỌC CỎ
TRUYỀN TẠI GIA 100 NGƯỜI VÀ LỚP LƯƠNG
Y CHUYÊN-SÂU TẠI VIỆN Y, ĐƯỢC HỌC DÂN
TỘC 250 NGƯỜI.

HỘI Y HỌC DÂN TỘC TP, HỒ CHÍ MINH
VÀ HỘI Y HỌC DÂN TỘC TÂY NINH
KẾT HỢP TẠI BẢN 1988

Lời nói đầu

Làm thầy thuốc Y học dân tộc cổ truyền mà không biết Nội Kinh là sách gì, thì làm sao mà lý giải được nó kia, bảo sao người trí thức y học hiện đại không khinh thường coi như sơn đông mai vô? Vậy nội kinh là sách gì?

Hải thượng Lân ông! Nội Kinh yếu chỉ đã phát biểu. Y gia có Nội Kinh như nho gia có Ngũ Kinh, lời nói rộng thêm: đạo Công giáo có Kinh Thánh, đạo Hồi có kinh Cô Răn, đạo Phật có Liên Hoa Kinh v.v...

Nhà y phải học và hiểu biết Nội Kinh vì nó là bộ sách kinh điển của ngành nghề, nó tổng kết được tri thức y học từ đời Xuân thu chiến quốc về trước. Do đó Đông y ở các dân tộc đông văn Trung Quốc, Nhật Bản, Triều Tiên và Việt Nam đều coi nó là di sản quý báu của y học cổ truyền của đông phương. Ngay các nước văn minh Âu Mỹ vẫn có nhiều nhà y học đề tâm nghiên cứu.

Hệ thống tư tưởng của Nội Kinh, chủ yếu lấy quan niệm chính thể thiên nhân tương ứng kết hợp với phương pháp tư tưởng của Âm dương Ngũ Hành quán triết trong lý luận cơ bản, từ đó chỉ đạo thực tiễn trong lâm sàng. Y học nhiều đời sau tuy có phát triển song đều không thoát ly khỏi phạm vi của hệ tư tưởng này. Do đó, thấy được Nội Kinh là nguồn sống tư tưởng của Đông y, là cơ sở lý luận của học thuật; cho nên tất cả mọi người hoạt động Đông y đều nhất thiết phải học.

Chỉ vì nguyên bản Nội Kinh xưa lời văn vẫn rất mà ý nghĩa sâu xa, người mới học không thể nào lãnh hội nổi. Ở Việt Nam ta đã có vài bản dịch ra quốc ngữ, song vẫn chưa đáp ứng mục đích học tập cho lắm. Tuy vẫn có bản của cụ Nguyễn Tử Siêu dịch năm 1954, do nhà in Le Cường xuất bản được coi là khá nhất, song vẫn còn một số sai sót cần

chính lý. Ở Sài Gòn có bản dịch của cụ Nguyễn Đồng Di nhưng không đạt yêu cầu vì thiếu về dịch âm, tiếng Việt không trong sáng, đọc rồi không biết nói gì.

Trong công tác nghiên cứu giảng dạy lâu năm, chúng tôi hân hạnh có hoàn cảnh làm thực tế quản trịet được nhiều nội dung hay ho, lý thú, từng viết giáo trình giảng cho mấy lớp bổ túc cho các Lương y miền Bắc và một số lớp Trung học y được dân tộc miền Nam. Nay đem các phần thu nhập được viết lại tập giáo trình này gọi là Hiền biết Tóm Tắt Nội Kinh ngũ hầu cung ứng cho phong trào học tập nghiên cứu y học cổ truyền ở các tỉnh phía Nam. Toàn tập, chọn xếp các chương như sau:

- 1) Dưỡng sinh
- 2) Âm dương ngũ hành
- 3) Tạng tượng
- 4) Kinh lạc
- 5) Bệnh năng
- 6) Chẩn pháp
- 7) Trị tắc

Về cách biên soạn, trước hết nêu phần khái thuyết, trình bày nội dung, tóm tắt thực chất của vấn đề, sau rồi tiêu kết quy nạp các điểm quan trọng. Mỗi đoạn kinh văn đều dùng Việt ngữ làm căn bản đề cho các bạn trẻ dễ học hiểu. Sau đó chép y nguyên âm kinh văn trong một khung đề cho các bạn thông Hán Nôm tham khảo, có mục giải thích danh từ, có mục nhận xét tóm tắt, cuối bài có mấy câu gọi ý thảo luận để người học nhắm vào trọng tâm hiểu biết tóm tắt. Tất cả đều đi kinh chú kinh, phần nhiều là thừa kế tiếp thu ý cổ nhân qua các Học viện Trung y, người ta đọc và hiểu dễ hơn ta.

Toàn văn bộ giáo trình này, chia làm 3 tập, đã in được tập 1 gồm 3 chương nay in chung làm 1 tập đủ 7 chương đề cống hiến cho bạn đồng nghiệp, cùng thừa kế để phát huy.

Ngày 29 tháng 4 năm 1986
Lương y Nguyễn Trung Hòa

MỤC LỤC

HIỂU BIẾT TÓM TẮT NỘI KINH

Trang

Chương I : DƯỠNG SINH

5

Kinh văn 1 : Phương pháp dưỡng sinh của cô nhân :

- Thích ứng với khí hậu thời tiết
- Luyện tập thân thể trong sinh hoạt
- Máu chốt sinh bệnh là hai cái hư (hư tả và sức khỏe hư), gặp nhau
- 3. Phương pháp phòng bệnh của cô nhân : đặc biệt chú trọng hai tác nhân, gây bệnh : nguyên nhân ngoài và nguyên nhân nhân trong
- 4. Phương pháp dưỡng sinh của 4 bậc dưỡng sinh gia khác nhau : Hoàn cảnh tự nhiên và điều kiện xã hội
- 5. Phương pháp dưỡng sinh theo 4 mùa
- 6. Muốn bảo trì sức khỏe thì trong phương thức sinh hoạt và hoạt động tư duy phải hòa hợp nhịp nhàng với hoàn cảnh ngoài tại
- 7. Cách phòng bệnh hữu hiệu nhất là :
 - Lúc bình thời biết điều dưỡng thân thể
 - Thích ứng được với ngoại giới hoàn cảnh
- 8. Chính khí còn ở trong thì tà khí không thể nào can phạm vào được
- 9. Thuận theo cách sống trong 4 mùa tức là thích ứng được với sự biến hóa của tự nhiên
- 10. Giữ giữ sức khỏe tốt là sinh hoạt phải có quy luật, phải biết điều tiết
- 11. Đồ ăn uống tiếp thu vào là nguồn sức sinh trưởng phát dục, ăn uống mất điều độ sẽ sinh bệnh, ăn uống kiêng khem trong điều trị lâm sàng có quan hệ lớn đối với kết quả điều trị, không được coi thường lời dặn dò của thầy thuốc Đông y chữa bệnh
- 12. Tổng kết ý nghĩa quan trọng của nền y học dự phòng

23

25

301

Chương 11: ÂM DƯƠNG NGŨ HÀNH

30

Khái thuyết...

Kinh văn 1 : Sự biến hóa của vạn vật và việc chẩn trị trong lâm sàng đều phải biến cho được hai mặt âm dương

32

- 2. Vận dụng học thuyết âm dương có tính cơ động, biến chứng, duy vật thô sơ 33
- 3. Quan điểm duy vật biện chứng thô sơ của âm dương 34
- 4. Luận điểm căn bản nghiên cứu học thuyết âm dương 35
- 5. Dem các dấu hiệu thiên nhiên đề so sánh thuyết mình nhiều hiện tượng sinh lý âm dương trong con người 37
- 6. Quan hệ hỗ tương giữa âm dương 38
- 7. Vật cực tắc phản 40
- 8. Phương pháp dùng dấu hiệu đề so sánh 41
- 9. Âm dương hỗ tương 41
- 10. Âm dương thăng bằng 42
- 11. Hàn cực sinh nhiệt và ngược lại 43
- 12. Tính vị, công năng của được vật, lý luận phân loại khí vị của được vật 43
- 13. Vận dụng chứng hậu toàn thể đề phân biệt âm dương 44
- 14. Tư tưởng thiên nhân tương ứng 44
- 15. Dùng lý luận ngũ hành đề chỉ đạo công tác chẩn trị lâm sàng 45
- 16. Dem huyết mạch, bì phu, gân xương, bắp thịt liên hệ với ngũ hành 46
- 17. Mấu chốt chủ yếu của học thuyết ngũ hành 47
- 18. Lý luận chỉ đạo lâm sàng : nguyên nhân và nguyên tắc chữa bệnh 47
- 19. đến 22. Tất thấy sự vật trong vũ trụ đều có quan hệ lẫn nhau, tư tưởng chỉ đạo lấy ngũ hành làm cái lõi 51 — 56
- 23. Tình huống truyền biến của bệnh ngũ tạng 59
- 24. Năm vũ trụ quy luật thiên nhiên có liên hệ đến khi có bệnh và cách chữa 60
- 25. Trong lâm sàng khi xử lý bệnh tật phải biết kết hợp với hoàn cảnh tự nhiên, thể chất con bệnh mới đề xuất được phương pháp chữa tốt 61
- 26. Và phải kết hợp với tứ thời ngũ hành 63
- 27. Yếu lĩnh chẩn đoán chính xác 63

Chương III: TÀNG TƯỢNG

70

Kinh văn 1: Dem cơ cấu bộ máy hành chính của Nhà nước liên hệ so sánh tính thống nhất chính thể của cơ năng nội tạng

72

— 2. Sự mạng đảm trách cụ thể của nội tạng trong sự sống con người

75

— 3. Mối quan hệ hỗ tương giữa nội tạng

77

— 4. Công năng của ngũ tạng lục phủ

78

— 5. Phân biệt công năng ngũ tạng lục phủ, lại nói tới phủ kỳ hăng

79

— 6. Hai mặt tàng nhị bất tả và tả nhị bất tàng của công năng nội tạng

79

— 7. Công năng của thất khiếu đều bẩm thụ bởi khí của ngũ tạng

81

— 8. Các tổ chức của mắt có quan hệ với nội tạng, thuyết này có quan hệ lớn trong chữa bệnh lâm sàng

81

— 9. Về thuyết quy kinh: ngũ vị đều chạy về chỗ chuyên trách của chúng

82

— 10. Quan hệ sinh trưởng phát dục giữa thận khí tiên thiên với cốc khí hậu thiên

83

— 11. Nói rõ về các giai đoạn sinh trưởng, phát dục, tráng thịnh, suy lão, tử vong

34

— 12. — như trên —

86

— 13. — như trên —

88

— 14. Quan hệ giữa tinh, vị, khí và hình, tính hoàn chỉnh của cơ năng nhân thể

90

— 15. Nhấn mạnh rằng: thiếu hỏa sinh khí, tráng hỏa tán khí, chứng minh thêm về luận cứ *bất vọng tác lao và khởi cư hữu tiết* của thiên dưỡng sinh

91

— 16. Ba vấn đề: 1. Tinh ba của cốc khí sau khi biến hóa tinh khí vào can, tỳ, đờm, khí vào tâm 2. Tác dụng ba tạng khí là: can tàng trữ dưỡng liệu, tâm vận chuyển chất dinh dưỡng vào huyết mạch 3. Nội tạng khí được chu cấp chất dinh dưỡng ấy mới phát huy công năng bình thường cũng như biểu hiện trên mạch tượng

91

— 17. Nói rõ tác dụng chủ yếu của tỳ và phế trong quá trình hấp thu chuyển vận và bài tiết đối với đồ uống vào nhân thể

93

— 18. Khái quát sự sinh thành, dưỡng đi, độ số với tình huống hội hợp của dinh vệ

94

- 19. Nói rõ thêm vấn đề trên 95
- 20. Sự sinh thành ra đại khí (khí thở ra hít vào ở lồng ngực) cho ta biết thêm chất tinh vi của cơm nước có thể hóa sinh khí dinh vệ mà còn kết hợp với khí của không gian kết thành đại khí 96
- 21. Nói rõ đường đi của dinh vệ trên nhân thể, quan hệ nó đối với khí huyết, chỉ cho ta thấy bất cứ cơ năng hoạt động nào trong nhân thể đều không thể cô lập mà nó nương tựa nhau hòa hợp nhịp nhàng với nhau một cách hoàn chỉnh 97
- 22. Quán xuyên tinh thần quan niệm chỉnh thể nội bộ cơ thể nội bất nhất là tác dụng của huyết khí tinh thần 98
- 23. Nói về sinh th nh và công dụng của tinh, khí, tân, dịch, huyết, mạch, thất thoát quá nhiều sẽ có bệnh 99
- 24. Quy nạp có hệ thống mạch, tủy, gân, huyết khí, chia, ra các mối liên hệ của chúng 101
- 25. Rành rõ khí huyết nhiều ít tại các kinh mạch để vận dụng châm cứu bổ tả 103
- 26. 4 cái bề chứa khí huyết tinh thần tứ hải đó là dạ dày, mạch xung, dẫn trung và não, khi các nơi đó có bệnh phải xử dụng du huyết 104
- 27. Tim, gan, mật, ba yếu tố quyết định thành dưng sĩ hay khiếp nhược 105

Chương IV : KINH LẠC

- Khái thuyết 111
- 12. Kinh mạch chính 113
1. Thủ thái âm phế 113
 2. Thủ dương minh đại trường 118
 3. Túc dương minh vị 121
 4. Túc thái âm lý 124
 5. Thủ thiếu âm tâm 128
 6. Thủ thái dương tiểu trường 129
 7. Túc thái dương bàng quang 133
 8. Túc thiếu âm thận 136
 9. Thủ quyết âm tam bào 137
 10. Thủ thiếu dương tam tiêu 140
 11. Túc thiếu dương đởm 143
 12. Túc quyết âm can 146
- 8. Mạch kỳ kinh 149
1. Mạch đốc 149

2. Mạch nhâm	151
3. Mạch dương kiều	153
4. Mạch âm kiều	156
5. 6. Mạch dương duy, Âm duy	156
7. Mạch xung	161
8. Mạch đới	161

Chương V : BỆNH NẶNG 164

Kinh văn: 1, 2. Con người sở dĩ phát bệnh là do nguyên nhân trong tà chính là thực, tình mất sẽ hư	165
3. Chính khí, châu khí, tà khí	165
4. Dương khí, tâm huyết, phế khí	167
5. Âm dương biểu hiện hơn kém	169
6. Ngũ khí gây bệnh	170
7. Thất tình biến hóa	170
8. Nói về chứng quyết	172
9. Nói rõ thêm chứng tiêu quyết	172
10. Hôn quyết	174
11. Đại quyết	175
12. Cơ năng về ngoại rất quan trọng	176
13. Quan hệ giữa khí hậu biến hóa với sự phát bệnh	173
14. Về phục khí	177
15. Quan hệ giữa âm dương trong bệnh tật với âm dương của khí hậu	178
16. Tổng cương về bệnh sốt	179
17. Phong là đầu mối các bệnh	181
18. Về chứng Nuy	183
19. Về chứng Tê bại	185
20. Nói thêm về Tê bại	185
21. Di chứng sau trúng phong với một số bệnh ngoại da	186
22. Mấu chốt của bệnh Ho	188
23. Nói thêm về chứng Ho	189
24. Bàn về bệnh Trướng	191
25. Về bệnh Sốt rét	
26. Về bệnh Xuất huyết	194
27. Về lý luận Tỳ chủ tứ chi	195
28. Về lý luận Diêm đàm hư vô	196
29. Nguyên nhân và quá trình bệnh Ung thư	197
30. Ung thư/Ngoại khoa	197
31. Khái niệm ban đầu về bệnh tật lâm sàng	198
32. Ngũ tạng sở ở	199
33. 19 cơ chế căn bản giúp biện chứng cầu nhân.	200
Tiêu kết	205

Chương VI: CHẨN PHÁP

— Vọng, Vãn, Vãn Thiết

Kinh văn 1 : 3 phép Vọng, Vãn, Vãn, Cương lĩnh chẩn đoán

- 2. Phân biệt hư thực, tiên lượng sống chết 213
- 3. Dựa vào trạng thái khác thường của đầu, lưng, eo ếch, đầu gối, xương, não, tim, phổi, thận, gân tủy để chẩn đoán 216
- 4. Ngũ sắc thiên ác là bệnh tật biến hóa 217
- 5. Quan sát sự biến hóa của thị giác để biết Nội tạng thịnh suy 219
- 6. Từ Ngũ quan tìm hiểu Ngũ tạng 219
- 7. Tổng cương mô Vọng sắc 220
- 8. Mục tiêu chẩn đoán sống chết 220
- 9. Dùng lý luận tương khắc (Ngũ hành) để phán đoán chứng chết 221
- 10. Sự phát âm biến đổi nhờ Vãn chẩn phân tích 222
- 11. Tầm quan trọng của Vãn chẩn — Năm cách tư tưởng bệnh nhân 223
- 12. Nguyên nhân sinh bệnh do tình thần uất ức mà rớt cuộc do tình cảm bị hoàn cảnh biểu hiện kịch động 225
- 13. Cường điệu văn đề Vãn chẩn 227
- 14. Chú ý tiên sử bệnh tật 227
- 15. Về thời gian nào chẩn bệnh tốt? Tình thần yên tĩnh 228
- 16. Về tam bộ cửu hầu trong mạch pháp 229
- 17. Từ số lần mạch đến để suy đoán mọi mặt 232
- 18. Chỗ tương ứng của mạch đối với sinh trưởng thu tàng 233
- 19. Mạch bình, mạch bệnh và mạch chết 234
- 20. Nói rõ việc chẩn xét mạch khí khâu để biết nguyên lý bệnh biến của 5 tạng 237
- 21. Quan hệ tâm tạng với sự bất mạch đề chẩn đoán bệnh 238
- 22. Mạch chẩn tạng — Không ury khí 240
- 23. 3 khâu trọng yếu quan sát cơ chuyển bệnh tật :
— Hình vóc có dư hay bất túc
— Chính khí thịnh hay suy
— Tả khí mạnh hay yếu 240
- 24. Sự quyết đoán từ sinh 242
- 25. Cách sờ da tay nơi mạch Xích (Xích phu) 246
- 26. Sự nhảy động ở huyết hư lý đề coi có vị khí hay không đề tiên lượng sống chết 245
- 27. Tiêu chuẩn đoán chứng chết (12 tuyệt chứng) 246

— 28. Chẩn đoán bệnh Kiệt lý	248
— 29. Dân bà có ngứa bị cảm (về cơ chế bệnh lý)	249
— 30. Đặc điểm mạch dân bà có thai	250
— Tiêu kết	252

Chương VII: TRỊ TẮC 255

Kinh văn 1: Làm sao nắm được mấu chốt bệnh tật? 256

— 2. Tất tiên tuế khí, vật phát thiên hòa	257
— 3. Dĩ pháp phương nghị luận	258
— 4. Chữa sớm, chữa kịp thời	263
— 5. Thấy thuốc với bệnh nhân phải hợp tắc	264
— 6. Nhiều phép chữa cụ thể	265
— 7. Tùy chứng dùng được. Thập tề của Từ chi Tài với yêu cầu của nó	267
— 8. Chính trị, phản trị	268
— 9. Hàn nhân nhiệt dung với nhiệt nhân hàn dung	270
— 10. Vây Ngụy đề cứu Triệu	272
— 11. Phép tắc châm thích	273
— 12. Nội nhân ngoại nhân ảnh hưởng lẫn nhau	274
— 13. Tiêu bản hoãn cấp	275
— 14. Giá trị vận dụng tiêu bản	276
— 15. Trị tiêu trị bản	277
— 16. Pháp độ dụng được	281
— 17. Vấn đề dinh dưỡng trong quá trình chữa bệnh	282
— 18. Cách sử dụng thuốc có độc, không độc	283
— 19. Pháp chế phối ngẫu 1 bài thuốc (quan thân tá sứ)	284
— 20. Cách phối ngẫu, cách ứng dụng, cách uống thuốc	285
— 21. Nguyên nhân tác dụng ảnh hưởng của được vật	287
— 22. Chỗ dựa đề phân tích tính vị âm dương	289
— 23. Dùng thuốc chữa bệnh cho dân bà có chứa	290
— 24. Làm thế nào đề chữa được bệnh nuy	291

— Tiêu kết 292

● Tài liệu tham khảo 296

● Giới thiệu tóm tắt những nhà Y học có nêu tên trong sách này 297