

GIỚI THIỆU DANH NHÂN TRIẾT HỌC

LÊ HỮU TRÁC - NHÀ TƯ TƯỞNG THỜI HẬU LÊ

NGUYỄN THỊ HỒNG MAI (*)

Lê Hữu Trác (1720 – 1791) là danh y, nhà văn, nhà tư tưởng thời Hậu Lê. Ông nguyên quán ở thôn Văn Xá, huyện Đường Hào, phủ Thượng Hồng, biệt hiệu là Hải Thượng Lãn Ông. Biệt hiệu này phản ánh triết lý sống của người làm nên công nghiệp cho đất nước. Hải Thượng Lãn Ông do ghép từ chữ “Hải” là tên tỉnh Hải Dương và “Thượng” là tên phủ Thượng Hồng. “Lãn” có nghĩa là lười, người lười biếng với việc công danh. Ông xuất thân trong một gia đình khoa bảng, ông nội là Lê Hữu Danh đậu đệ nhị giáp tiến sĩ, cha là Lê Hữu Mưu đậu đệ tam giáp tiến sĩ, anh là Lê Hữu Kiển đậu đệ tam giáp tiến sĩ. Ông đỗ cử nhân triều Nguyễn, giỏi cả văn lẫn võ. Năm 1740, ông tham gia vào quân đội của Chúa Trịnh. Ông thường nói: “Gươm giáo đang ngập trời, không phải là lúc kẻ làm trai nhốt mình vào phòng sách”. Do tình hình chính trị đất nước lúc bấy giờ rối loạn, phân tranh, cả nước chia ra làm hai đảng, họ Trịnh xưng Chúa miền Bắc, họ Nguyễn xưng Chúa miền Nam, nên chưa có một minh quân danh chủ đất nước. Đó cũng là điều lo lắng chung của các nhà Nho. Lê Hữu Trác nhận thấy chốn quan trường trong thời đại phân tranh không có gì tốt cho đất nước, cho bản thân. Ông quyết định tìm một ẩn sĩ để học binh thư, binh pháp. Cuối cùng, do một cơn bạo

bệnh, ông đã trở thành một danh y và thành công trên đường sự nghiệp.

Ông tham bác, khảo luận cổ thư, đúc kết kinh nghiệm bản thân, trứ tác các tác phẩm: *Vệ sinh yếu quyết*; *Nữ công thắng lâm*; *Bảo thai thần hiệu*; *Toàn thư giải âm*; *Y huấn cách ngôn*; *Y nghiệp thần chương*; *Y lý thấu nhân lái ngôn phụ chí*; *Nội kinh yếu chỉ*; *Vận khí bí điển*; *Y gia quan niệm*; *Y hải cầu nguyên*; *Châu ngọc cách ngôn*; *Huyền tân pháp vi*; *Khôn hóa thái chân*; *Đạo lưu dư vận*; *Trung y quan niệm*; *Bách bệnh cơ yếu*; *Ngoại cảm thông trị*; *Ma chẩn chuẩn thẳng*; *Mộng trung giác đậu*; *Phụ đạo xán nhiên*; *Tọa thảo lương mô*; *Bảo thai chủng tử*; *Quốc âm toàn yếu*; *Ấu ấu tu tri*; *Y dương án*; *Y âm án*; *Tâm đắc thần phương*; *Hiệu phỏng tân phương*; *Hành giản trân nhu*; *Hành giản trân nhu bổ di*; *Bách gia trân tàng*; *Linh Nam bản thảo*; *Thượng kinh ký sự*. Tất cả được kết tập lại dưới nhan đề chung là *Hải Thượng y tông tâm lĩnh*. *Hải Thượng y tông tâm lĩnh* gồm 28 bộ, 66 quyển; trong đó, nổi bật là các tác phẩm *Nội kinh yếu chỉ*, *Vệ sinh yếu quyết*, *Vận khí bí điển*, *Y hải cầu nguyên*, *Châu ngọc cách ngôn*, *Huyền tân pháp vi*, *Khôn hóa thái chân*, *Đạo lưu dư vận* bàn đầy đủ các vấn đề y học và quan điểm triết

(*) Thạc sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn Tp. Hồ Chí Minh.

học của ông. Bộ sách là tác phẩm toàn thư về y học truyền thống của Việt Nam vào thế kỷ XVIII. Lê Hữu Trác được nhân dân suy tôn là Y tổ Việt Nam.

Về *phương diện y đức*, ông đã tổng kết thành tám điều các thầy thuốc nên làm và tám tội nên tránh. Tám điều nên làm là nhân (lòng thương người), minh (sáng suốt), đức (đức độ), trí (tri thức, thông minh), lượng (tấm lòng rộng mở), thành (thành thật), khiêm (khiêm tốn), cần (chăm chỉ). Tám điều phải tránh của người thầy thuốc là: lười (lười biếng, không tham cứu học hỏi), keo (người bệnh cần uống thuốc này lại sợ người bệnh không đủ tiền trả mà cho vị thuốc rẻ tiền hơn), tham (tham lam, bóc lột người bệnh), dốt (ít hiểu biết), ác (không hiểu nhiều mà chữa bệnh đại), hẹp (không thông cảm, hẹp hòi), thất đức (không đầy đủ tâm hạnh).

Về *phương diện y thuật*, Lê Hữu Trác soạn bộ *Hải Thượng y tông tâm lĩnh*, ông muốn “đúc pho sách làm thành một”. Ông đã tóm thâu y thuật thời trước và kinh nghiệm thực tiễn của mình viết thành tác phẩm bách khoa toàn thư về y học cổ truyền của Việt Nam. Ông chủ trương trị bệnh theo đường lối “vương đạo” và chú trọng “thuyết thủy hỏa”. “Thuyết thủy hỏa” là đường lối y thuật chánh tông của Lê Hữu Trác được thể hiện trong toàn bộ tác phẩm. Chủ trương của ông đã được nhiều danh y noi theo, vận dụng vào thực tiễn lâm sàng và đã đạt được nhiều kết quả tốt đẹp. Có thể nói, y thuật của Lê Hữu Trác là đại biểu cho trường phái thủy hỏa.

Về *phương diện văn học*, Lê Hữu Trác là nhà thơ, nhà văn. Lời lẽ vừa ý nhị, vừa thâm sâu về y học đã làm sáng tỏ cả quan điểm triết học và y học của ông. Ông viết tập thơ *Y lý thâu nhàn lái ngôn*, gồm 25

bài, trong đó nhiều bài thể hiện tấm lòng yêu thương con người, nhất là người bệnh tật. Quyển *Y gia quan niệm* gồm nhiều bài thơ giải thích về y học. Ông còn là một ẩn sĩ, thích sống nơi thiên nhiên, an nhàn tự tại.

Tư tưởng triết học của Lê Hữu Trác được đặt nền móng trên quan niệm toàn diện, khái quát từ vũ trụ đến con người. Tư tưởng triết học của ông hình thành và phát triển gắn liền với thời đại lịch sử triết học của Trung Hoa, đồng thời phản ánh tư tưởng của lịch sử xã hội Việt Nam thế kỷ XVIII, có kế thừa những quan điểm của Chu Dịch và những phạm trù triết học của Nho – Thích – Lão. Tiền đề cho toàn bộ tư tưởng triết học của Lê Hữu Trác là quan điểm “thiên địa vạn vật đồng nhất thể”. Tư tưởng triết học của ông được thể hiện trên ba phương diện là bản thể luận, nhận thức luận và triết lý nhân sinh với những tư duy độc đáo.

Về *phương diện bản thể luận*, trước hết, Lê Hữu Trác cho rằng, bản thể vũ trụ là lý, khí. Lý là lý thái hư ở giai đoạn vô cực, cái vô hình nhưng có lý, bản thể vô cực này là tuyệt đối, viên mãn, trạng thái tịnh là nguồn gốc đầu tiên của vạn vật. Bản thể vô cực vốn là không nên nó siêu xuất mọi hình tướng, vượt ngoài từ ngữ, ý niệm, hình tượng. Ông viết: “Từ vô cực thành ra thái cực. Vô cực là bầu thái cực chưa chia ra” (*Huyền tân pháp vi*, tr.417). Vô cực là thuật ngữ chung của Nho – Lão, để chỉ cái hư không, cái lý ở trong khí hỗn độn nguyên thủy đầu tiên có trước trời đất.

Bản thể vũ trụ còn là khí thái hư ở giai đoạn thái cực. Thái cực là khí hỗn độn nguyên thủy sinh ra vạn vật, là khí nhất nguyên hay khí ở trong lý vô cực, là gốc

của muôn vật. Như vậy, khi chưa có vũ trụ, chỉ có bản thể vô cực – thái cực hoàn hảo, tĩnh tại, chưa hiển dương, gọi là giai đoạn tiên thiên. Đến khi thái cực động thì sinh ra âm dương, âm dương giao cảm thành thiên địa, vạn tượng là giai đoạn phân hóa, thái cực hiển dương, gọi là giai đoạn hậu thiên.

Trong quan niệm về bản thể vũ trụ, phạm trù “khí” là ý niệm đặc biệt trong triết học và y học cổ truyền phương Đông được Lê Hữu Trác phát huy rõ ràng. Theo ông, lý là quy luật tự nhiên có trước trời đất, quyết định mọi lý tự nhiên của vạn vật. Khí là bản nguyên của vạn vật trong vũ trụ. Lý, khí có trước trời đất, nhưng lý xuất phát từ khí, khí là chỗ nương tựa của lý. Cho nên, lý và khí là một, không tách rời, là cái cần có trong vạn vật. Trong *Đông y sách Y Tông Kim Giám* diễn tả quá trình hình thành lý và khí của vô cực và thái cực như sau:

“Vô cực Thái hư khí trung lý
Thái cực Thái hư lý trung khí
Thừa khí động tĩnh sinh âm dương
Âm dương chi phân vi thiên địa”

Còn trong *Huyền tân pháp vi*, Lê Hữu Trác viết: “Nói vô cực tức là bầu thái cực chưa bị phân chia, bầu thái cực là bầu khí âm khí dương đã phân hóa rồi”. Khi thái cực động thì sinh ra âm dương, âm dương giao cảm thành thiên địa, đó là lúc khí sinh ra hình, lúc đã có thiên địa là lúc hình ngụ trong khí. Cho nên, vạn vật bắt thụ khí của trời và hình thành ở đất, trời đất vạn vật đều có hình, có khí. Khí là sự sống, là nguồn năng lực chủ yếu cho mọi hoạt động của vũ trụ vạn vật.

Bản thể thái cực có hai bản chất là “bất dịch và biến dịch”. Vạn hữu biến thiên bên ngoài là hình thái biến dịch của bản thể,

bao trùm khắp nẻo, xa thì ra ngoài muôn cõi, gần thì ở tận trong tâm. Bản thể bất dịch tồn tại trong mọi vạn vật chúng sanh mà Phật gọi là Vô thượng bồ đề, là Chánh pháp nhãn tạng của Thiên tông, là Thiên lý của Nho gia, là Cốc thần, Huyền quang khiêu, Kim đơn của Đạo gia, là Chân dương, Mệnh môn của y học.

Lê Hữu Trác quan niệm vạn vật và ta là một. Ông nói: “Thân thể con người là một vũ trụ thu nhỏ” (*Đạo lưu dư vận*, tr.537). Như vậy, thế giới vạn vật là một chỉnh thể duy nhất, tự nhiên, xuyên suốt từ cảnh giới ngoại tại đến tâm giới nội tại của vạn vật. Chúng vận động theo quy luật quân bình và luật phản phục. Luật quân bình chính là thể cân bằng của vũ trụ vạn vật. Vũ trụ vận động biến hóa trong trạng thái cân bằng theo một trật tự biến hóa tự nhiên. Luật quân bình là nền tảng, luôn giữ cho vận động được cân bằng, không thái quá, không thiên lệch, không đầy quá, không vơi quá, tất cả đều theo một quy luật mà Lão Tử gọi là “Đạo Trời bớt chỗ dư, bù chỗ thiếu” (*Đạo đức kinh*, chương 77). Sự tương tác sanh hóa của bản thể thái cực còn theo một quy trình nhất tán vạn, vạn quy nhất, hay gọi là quy luật phản phục, nguyên thủy phản chung (theo Lão Tử). Từ bản thể phân thành âm dương đầu mối của mọi quá trình sanh, trưởng, thâu, tàng. Và, vòng tuần hoàn xuân, hạ, thu, đông của vạn vật, từ âm dương đến âm dương thái thiếu thuộc tứ tượng, quá trình sinh, khắc của ngũ hành, sự chông chéo của bát quái, tiếp tục sinh hóa vô cùng, đi hết một vòng rồi trở lại tâm điểm thái cực. Cơ thể con người cũng vậy, vòng tuần hoàn của kinh mạch luân chuyển theo quy luật quân bình và phản phục, cứ thế mà con người tồn tại.

Trong quan niệm về bản thể, Lê Hữu Trác chấp nhận sự hiện hữu của Đấng tạo hóa. Ông quan niệm trời vốn vô tình, vì mọi sự vật, hiện tượng đều diễn ra theo quy luật tự nhiên như thuyết duyên khởi của nhà Phật. Do có cái này nên có cái kia, do cái này sinh, diệt mà cái kia cũng sinh, diệt. Tuy nhiên, ông cho rằng, tạo hóa vốn hữu tình vì mỗi vật đều có tính phận riêng của nó, như do một bàn tay sắp đặt an bày, dưỡng nuôi bảo tồn. Do cái tình này mà hết nắng hạ đến mưa thu trăm hoa đua nở, do có cái tình mà muôn vật luôn kết hợp lại với nhau. Cho nên, muôn vật đều có tình, có ý, có tình ý mới hóa sanh. Ông viết: “Con người khôn hơn muôn vật đều bẩm thọ tư chất của tạo hóa, chung một khối với trời đất. Hãy ngắm xem khi Bá Nha gảy đàn mà cá lắng nghe. Khi thời tiết tới đúng kỳ thì con chim mùa xuân, côn trùng mùa thu cũng ngân nga âm điệu vui hay góp phần điểm tô trời đất. Muôn vật cũng có tình ý chẳng hay ngẫu cảm vậy thôi. Chính từ vô tình mà dẫn tới hữu tình” (Bài tựa tập Tâm lĩnh của Lãn Ông tự đề, tr.20).

Như vậy, có thể nói, bản thể luận trong tư tưởng của Lê Hữu Trác không chỉ thể hiện quan điểm của y học truyền thống phương Đông, mà thể hiện cả Chu Dịch, Đạo học nữa. Điều đó cho thấy rằng, tư tưởng của ông mang tính khái quát, dung chứa tư tưởng về bản thể vũ trụ và quy luật khách quan của nó. Theo Lê Hữu Trác, cái bao trùm vạn vật chính là cái không, là vô cực, cái không này cũng là hữu, là thái cực. Cái không này có nhiều tên gọi khác nhau, như vô cực, thái cực, lý, khí hay đạo. Từ cái bao trùm, cái chung nhất trong bản thể luận, Lê Hữu Trác đi đến lý giải những vấn đề cụ thể về con

người, giải thích những quan điểm, những quy luật khách quan trong y học.

Về nhận thức luận, Lê Hữu Trác cho rằng, cái cần nhận thức ở đây chính là khí, bản chất của khí vốn là hư không, có nhận thức được khí mới thấu hiểu sự vận động của nó trong vũ trụ và trong con người, từ đó đưa đến nhận thức những quan điểm của y học một cách đúng đắn. Ông cho rằng, nhận thức khí phải thấu đáo tận nguồn bên trong của sự vật, hiện tượng. Do vậy, chủ thể phải có nhãn quan toàn diện. Lê Hữu Trác nhận định: “không hiểu trời, đất, người không thể nói đến chuyện Nho; không thông hiểu về trời, đất, người không thể nói chuyện làm thuốc” (Đạo lưu dư vận, tr.537).

Khi tìm hiểu nguồn gốc sự vận động, biến hóa của sự vật, hiện tượng trong thế giới khách quan, Lê Hữu Trác cũng như các nhà triết học đều thừa nhận khởi nguồn của thế giới vạn vật bắt đầu từ không, không chính là điểm xuất phát của vạn vật. Không cũng là khí thái cực. Trong vũ trụ, chủ thể tối cao của vạn vật là một khối khí, khí tức là lý, lý là cái tự nhiên của khí, cả hai đều cùng một thể mà khác dụng. Do vậy, đối tượng nhận thức của Lê Hữu Trác là hướng vào nhận thức khí, có nhận thức khí mới thấy được sự sinh thành và phát triển của sự vật. Khí tràn đầy trong vạn vật, bản tính của nó xuất, nhập, tán, tụ, phù, trầm, thăng, giáng, động, tĩnh đều thể hiện trong vạn vật. Vì vậy, các bậc trí giả thời xưa lấy tĩnh tình làm căn bản, hành theo đạo lúc nào cũng giữ mình khiến cho khí dương, khí âm, khí cương, khí nhu giao hòa với nhau, vị trí nào cũng được yên ổn. Sự xuất nhập, tán tụ, thăng giáng của khí bên ngoài thế giới và bên trong của sự vật

là cái mà con người cần nhận thức. Khí cũng là Đạo, là con đường vận hành của vũ trụ, con người phải sống theo Đạo, Đạo chính là sự sống, mà khí cũng là sự sống. Từ một cái gốc khí đi, lại, động, tĩnh, ngàn điều vạn mối, rối rắm đan chéo nhau, cuối cùng cũng được điều hòa ngăn nắp đó là do cái lý của tự nhiên. Cho nên, nhận thức khí cũng là nhận thức lý của sự vật. Công dụng của khí thì bất cùng, khí tụ nơi chim thì chim bay lên, nơi thú thì thú chạy nhảy, nơi hoa thì hoa nở, nơi cỏ cây thì cỏ cây tươi tốt, nơi người thì người sống được.

Hiểu được khí sẽ giúp cho con người được thấu suốt bên ngoài vũ trụ và bên trong con người, giữ bình thường tâm thì khí thuận theo, khí tồn tại sung mãn trong thân thì mới giữ được sanh mạng. Hiểu được khí giúp cho con người đạt đến năng lực bản thân và hạnh phúc kỳ diệu. Nói theo quan điểm của Đông y là dẫn dắt con người đi đến cuộc sống hạnh phúc từ thể xác đến tinh thần. Âm dương, khí huyết, tâm thận trong thân người được sung mãn và điều hòa dẫn đến tinh thần sáng suốt, minh mẫn. Cho nên, mục đích nhận thức trong triết học của Lê Hữu Trác là hướng đến đời sống thực tại của con người, là tâm được bình an, tự tại và thân được trường thọ, khỏe mạnh. Các bậc cao minh thời xưa thường rèn luyện thân thể trường thọ và tinh thần thanh cao, siêu việt bằng cách chế ngự mọi điều thái quá, bất cập của thân và tâm. Đối với Lê Hữu Trác, sự điều hòa thân tâm, điều hòa khí huyết, điều hòa tính tình, điều hòa cuộc sống là vấn đề quan trọng trong mọi lãnh vực của cuộc sống. Ông không chú tâm đến khái niệm “dập tắt” hay “dứt bỏ”, mà quan tâm đến “quân

bình tâm vật”.

Vì coi lý, khí là đối tượng nhận thức quan trọng để con người đạt đến sự quân bình chân khí bên trong nội thân, cho nên đặc điểm nhận thức trong triết học của Lê Hữu Trác là nhận thức toàn diện. Nhận thức toàn diện đòi hỏi phải có tư duy toàn diện, nhìn thấy các mặt của vấn đề về thế giới và con người bằng cả lý trí và trực giác thì mới nhận ra được trọn vẹn bản chất của sự vật.

Lê Hữu Trác cho rằng, nhận thức chỉ được toàn diện khi con người có nhãn quan toàn diện, tức là nhận thức sự vật từ tất cả các góc độ sinh thành, phát triển, suy tàn của nó. Theo ông, để đạt được nhận thức toàn diện nhằm đạt mục tiêu nắm bắt sự vật một cách khái quát, hoàn thiện, thì cần phải có phương pháp nhận thức. Tư duy toàn diện là khả năng nắm bắt đối tượng ở nhiều phương diện, bao gồm trực giác và lý trí. Tuy nhiên, toàn diện ở đây mang tính tương đối, vì trực giác và lý trí của con người cũng tương đối, không thể nhận biết được hết thế giới vạn vật. Trực giác là nhận thức sự vật, hiện tượng một cách toàn vẹn, không thông qua kinh nghiệm, phân tích, lý trí. Lý trí là tri thức có được phải thông qua quá trình trải nghiệm và học tập, đây cũng chính là kết quả của việc đưa nhận thức vào kiểm nghiệm trong thực tiễn. Trong nhận thức, ông nhấn mạnh việc phải nắm bắt cái “một” rồi từ đó suy ra vô cùng. Ông viết: “Thầy thuốc không hiểu chân tướng của thái cực, không nghiên cứu sự diệu dụng của thủy hỏa vô hình, mà không trọng dụng hai bài Lục vị và Bát vị thì nghề y còn thiếu hơn một nửa” (*Huyền tân pháp vi*, tr.430). Theo ông, nắm bắt được “một” thì suy ra muôn

trùng: “đem phép chữa một bệnh suy rộng ra có thể chữa được trăm bệnh, phép chữa trăm bệnh rút cục cũng chữa như một bệnh. Vì nét mặt của muôn người tuy khác nhau mà tạng phủ âm dương thì y như một, danh mục của trăm bệnh tuy có khác, nhưng không vượt ra ngoài khí huyết, hư thực” (*Huyền tân pháp vi*, tr.430). Ông cho rằng, phải suy nghĩ thì mới thật là biết, tập luyện thuần thực mới tới chỗ kỳ diệu, cho nên nhận thức của con người phải rộng ngoài mà tinh ở trong.

Từ nhận thức về thế giới và con người, Lê Hữu Trác đã đúc kết nên quan điểm về con đường đem lại cuộc sống tốt đẹp cho con người ở cả hai mặt tinh thần lẫn vật chất. Điều mà Lê Hữu Trác quan tâm là con người phải đạt được quân bình giữa thế giới bên ngoài và nội giới bên trong con người, quân bình giữa thân và tâm. Theo ông, trong cuộc sống, con người phải “linh” theo vũ trụ, nghĩa là cơ thể con người phải xoay chuyển thuận nghịch kịp thời, kịp lúc với sự tuần hoàn của âm dương, bốn mùa, tám tiết trong vũ trụ, nếu trong cơ thể bị mất quân bình, không theo kịp với nhịp điệu của vũ trụ thì sẽ xảy ra bệnh tật. Cho nên, bốn mùa thuận theo thứ tự của nó, ngũ tạng phải đúng thiên chức của nó. Quân bình giữa thân và tâm cũng tức là đạt đến trạng thái “trung” trong Nho giáo, đạt đến “tĩnh lặng tâm” của nhà Phật. Tâm không cảm nhiễm tình thức bên ngoài mà loạn động bên trong thì sẽ không tạo bệnh tật nơi thân và ngược lại, thân bệnh sẽ làm mất quân bình nơi tâm. Đó là cái vòng luẩn quẩn con người không thoát ra được, vì thế mà đau khổ.

Lê Hữu Trác đã dành nhiều tâm huyết cho việc tìm con đường hạnh phúc về cả thân lẫn tâm cho con người. Ông nhìn

thấy con người vốn mang nhiều nỗi khổ về tinh thần lẫn vật chất. Trong tinh thần, con người khổ vì bị cuốn theo làn sóng của danh lợi tình tiền, của yêu ghét vui giận, của tham sân si, nên tinh thần chao đảo, ít khi giữ được quân bình, thanh thản. Còn thân xác con người vốn là vô thường, chịu sự chi phối của quy luật sinh, trưởng, thâu, tàng, sinh, lão, bệnh, tử, nên khổ. Bởi vậy, ông rất trọng tâm vào dưỡng sinh, còn gọi là tu dưỡng thân tâm. “Dưỡng sinh” giúp con người rèn luyện tinh thần trong sáng, ung dung, tự tại, thể xác lành mạnh, biết “linh” theo sự vận hành của trời đất. Ông viết: “Thoát ly với đạo lý dưỡng sinh thì không thể hưởng vẹn tuổi thọ” (*Nội kinh yếu chỉ*, tr.138). Dưỡng sinh khởi nguyên từ tư tưởng của Đạo gia, được các y gia tiếp thu và trở thành phạm trù quan trọng bậc nhất trong Đông y về “phòng bệnh”. Dưỡng sinh là con đường được nhiều tầng lớp trong xã hội Trung Quốc, kể từ vua chúa, quan lại, kẻ sĩ cho đến cả thứ dân đều đặc biệt quan tâm. Vấn đề dưỡng sinh, trường thọ, sống khỏe là vấn đề thiết yếu của con người. Lê Hữu Trác cho rằng, đời người có hạn mà tri thức thì vô cùng đem cái có hạn mà theo đuổi cái vô cùng thật uổng phí, chi bằng tu dưỡng thân tâm để được sống hạnh phúc trong cái có hạn, cái vô thường của thể xác.

Lê Hữu Trác rất quý trọng mạng sống và sức khỏe của con người, nên ông đã dành cả một đời đi tìm trăm phương, ngàn thuốc để trị bệnh thân và bệnh tâm cho con người. Ông cũng thường trần trố với việc con người tự mình làm đoản mệnh, chết yểu, không hưởng hết cái số vốn có ở mình, ngày ngày chạy theo thú vui phù phiếm, dục lạc để hao tinh, tổn

khí, đưa đến tinh thần mệt mỏi, kiệt sức, sớm vong mạng. Theo ông, muốn trường thọ thì con người phải biết giữ mình bằng cách giữ tâm bình thường, lặng lẽ, thanh tĩnh. Theo ông, đó là phải giữ đúng đường lối của Lão Tử và cũng là ý chỉ của y gia: “bổ bất túc, tổn hữu dư”. Năm vị, ngọt, chua, đắng, cay, mặn, mà tràn đầy hay ít quá đều làm hại thân. Năm tình, mừng, giận, lo, sợ, buồn, đều làm hại đến tâm người. Lục khí, phong, hàn, thử, thấp, táo, hỏa, thái quá, bất cập cũng làm tổn tinh khí. Năm vị, năm màu, năm khiêu, năm thanh nếu thái quá, bất cập thì đều làm tổn thương đến thân tâm. Danh lợi, tình tiền, thanh sắc, mùi vị là những thứ con người khó dứt bỏ. Cho nên, ông khuyên con người hãy cố gắng bình tâm để chú tâm vào “hơi thở”, “quán niệm hơi thở”, sống trọn vẹn cái hiện tại của mình, quá khứ không còn, hiện tại không cầu, tương lai không nghĩ đến. Hãy tinh tấn ngay trong hiện tại của mình, mỗi ngày, mỗi giờ, mỗi phút quán niệm hơi thở, đưa khí trời đất vào hợp nhất nơi người để đạt đến sức mạnh của thân xác. Tâm đã bình thì mọi sự vật có gì để phải dập tắt hay dứt bỏ. Tất cả vốn chẳng thánh, chẳng phàm, chẳng tốt, chẳng xấu, đạt đến trạng thái ngưng mọi giải thích, lý luận, tìm kiếm, chỉ quán niệm hơi thở để đạt trạng thái chánh niệm, điềm đạm, hư vô, thanh nhàn, tự tại.

Như vậy, triết lý nhân sinh của Lê Hữu Trác, tất cả đều nằm trong mục tiêu tái lập quân bình giữa con người và thế giới vũ trụ, quân bình giữa thân và tâm, tất cả đều nương theo phương pháp rèn luyện của người xưa, như thiền, công phu luyện đan, khí công, võ thuật để tự mình làm cho yên ổn tinh thần, điều hòa hơi

thở, đưa thân tâm con người đến trạng thái ổn định, thăng bằng, khang kiện.

Do khuynh hướng tổng hợp toàn diện, nên trong quan điểm triết học của Lê Hữu Trác thể hiện rõ tính chất duy vật và tư tưởng biện chứng sơ khai. Ông nhìn thấy giữa con người và vũ trụ có mối quan hệ và tác động qua lại lẫn nhau. Các cơ quan trong cơ thể con người luôn chẳng chịt tương thông qua lại lẫn nhau. Ông không hướng con người thoát ly thế tục, mà chủ yếu hướng con người đến đời sống hiện tại, một hiện tại hạnh phúc thật sự do không ngừng tu dưỡng và giúp đời, bằng con đường kết hợp giữa triết học, đạo học và y học. Đối với Lê Hữu Trác, khí chính là sự sống, không còn khí thì chết. Con đường ông theo đuổi chính là đi tìm, lý giải, giải quyết “khí”. Để giải quyết vấn đề này, ông đã vận dụng đường lối tu dưỡng, bất nhiễm, tâm bình của nhà Phật để thần khí không bị loạn. Ông chấp nhận và đề cao con đường tu luyện nội đan của Đạo gia và đem khí trời tụ tại đan điền để trường sinh, khỏe mạnh. Cuộc đời một kẻ sĩ dãi mài kinh sử, hành hiệp giúp đời, thao luyện võ nghệ để thần khí sung mãn là ý chỉ của Nho gia. Là một ẩn sĩ, trong cuộc đời của Lê Hữu Trác, ngoài việc cứu người, ông luôn tìm đến sự thanh nhàn, an tĩnh, gần gũi với thiên nhiên, hình ảnh thiên nhiên mây trôi trên rừng núi, ánh trăng giữa dòng nước, tất cả đều được ông cảm thụ trọn vẹn. Có thể nói, tư tưởng triết học của Lê Hữu Trác là sự hài hòa giữa các quan điểm Nho – Phật – Lão với truyền thống tư tưởng triết lý, đạo đức dân tộc để tạo nên một hệ thống lý luận mang khuynh hướng duy vật và tư tưởng biện chứng trong lĩnh vực triết học và y học. □