

CƠ SỞ TRIẾT HỌC PHƯƠNG ĐÔNG TRONG LÝ LUẬN Y HỌC CỔ TRUYỀN PHƯƠNG ĐÔNG VỀ SỨC KHOẺ VÀ BỆNH TẬT

PHẠM CÔNG NHẤT (*)

Dựa trên cơ sở của triết học phương Đông, đặc biệt là triết học Trung Quốc cổ đại, người phương Đông cổ xưa quan niệm về sức khỏe và bệnh tật tương đối toàn diện. Họ coi sức khỏe của con người không chỉ đơn thuần là sự cường tráng về thể chất mà còn là sự thoải mái cả về đời sống tinh thần. Từ việc chỉ ra các yếu tố ảnh hưởng tới sức khỏe và bệnh tật của con người như di truyền, môi trường tự nhiên, xã hội, các nhà lý luận y học cổ truyền phương Đông đã đưa ra những phương pháp chẩn đoán, điều trị, dự phòng bệnh tật và nâng cao sức khỏe cho con người hết sức độc đáo và hữu hiệu mà cho đến nay vẫn còn giá trị. Vì vậy, việc nghiên cứu và kế thừa các tinh hoa của y học cổ truyền phương Đông trong quá trình phát triển nền y học nước nhà hiện nay là điều cần thiết.

Những năm gần đây, dưới ánh sáng của tri thức khoa học hiện đại, quan niệm của chúng ta về sức khỏe và bệnh tật ngày càng được mở rộng, các phương pháp phòng và điều trị bệnh tật cũng trở nên phong phú, đa dạng hơn. Tuy nhiên, cũng từ đó lại xuất hiện ý kiến cho rằng, thật ra, những quan niệm được gọi là mới của chúng ta ngày nay về sức khỏe và bệnh tật của con người có lẽ cũng không hoàn toàn mới hơn quan niệm của cha ông ta xưa, đặc biệt là quan niệm trong y học phương Đông; từ đó đã tạo ra những cuộc tranh luận khá sôi nổi về vấn đề này. Vậy thực chất quan niệm của người phương Đông cổ xưa về sức khỏe và bệnh tật là gì? Bài viết của chúng tôi nhằm góp phần làm sáng tỏ vấn đề đặt ra ở trên.

1. Quan niệm chung của người phương Đông cổ xưa về sức khỏe

Theo quan niệm thông thường, người có sức khỏe tốt là người ít ốm đau bệnh tật. Nhưng sức khỏe là gì, bệnh tật là gì thì nhân loại từng có một thời gian dài chưa thống nhất quan niệm. Mãi tới năm 1978,

tại Alma - Ata (thủ đô nước Cộng hoà Kazakstan thuộc Liên Xô trước đây), đại diện những người làm công tác y học trên toàn thế giới (Tổ chức y tế thế giới, gọi tắt là WHO) mới đi đến một quan niệm thống nhất; theo đó, "sức khỏe" được hiểu là "tình trạng thoải mái cả về thể chất, tinh thần và xã hội (tức về quan hệ xã hội), chứ không phải là tình trạng không có bệnh tật, hoặc không bị chấn thương"(1).

Thực ra, quan niệm coi sức khỏe con người là sự thoải mái về thể chất, tâm thần xã hội không phải lúc bấy giờ mới xuất hiện, mà có từ rất sớm trong triết học phương Đông, đặc biệt là trong triết học Trung Quốc cổ đại. Người Trung Quốc thời tiền cổ cho rằng, con người là loài tối linh trong vạn vật, sự tồn tại "đời sống hiện thực" của con người không chỉ phụ thuộc vào thể xác mà còn phụ thuộc vào tình

(*) Tiến sĩ, Trung tâm Đào tạo và Bồi dưỡng giảng viên lý luận chính trị, Đại học Quốc gia Hà Nội.

(1) Dẫn theo: GS. Đỗ Nguyên Phương. *Một số vấn đề xây dựng nền ngành y tế phát triển ở Việt Nam*. Nxb Y học, Hà Nội, 1998, tr.11.

thân. Sức khoẻ và bệnh tật của con người có liên quan tới các yếu tố: sự cường tráng, sự thoải mái, hay sự tổn thương, rối loạn về thể xác hay tinh thần của mỗi người. Từ đó, họ cho rằng, muốn nâng cao sức khoẻ hay chữa trị bệnh tật cần phải chú ý tới các yếu tố kể trên. Sách *Tả truyện* (thế kỷ V TCN) chép rằng, một lần vua nước Trịnh bị bệnh, quan Ngự y khi khám bệnh cho nhà vua đã chẩn đoán rằng: ốm đau là tình trạng linh hồn của nhà vua đang chết dần (quan điểm duy tâm tôn giáo về bệnh tật và sức khoẻ). Nhưng khi hỏi tới Tử Sản - một tướng quốc của nước Trịnh, đồng thời là một nhà cải cách theo khuynh hướng duy vật thời đó về sức khoẻ và bệnh tật thì Tử Sản giải thích: với lối sống và cách ăn uống điều độ, mừng giận, lo nghĩ vừa phải thì không bệnh tật nào có thể đến với ta được(2). Triết gia Tuân Tử (298 - 238 TCN), trong một số tác phẩm của mình cũng thường bàn về mối quan hệ giữa sức khoẻ và bệnh tật. Ông nói: "Khi hình thể có đủ thì tinh thần sinh ra, yêu ghét, mừng giận, buồn vui đều ẩn giấu ở trong" (*Tuân Tử, Thiên Luận*)(3).

Đặc biệt, triết học Trung Quốc thời kỳ cổ đại có phái *Âm dương gia* với các thuyết "Âm dương ngũ hành" và "Thiên nhân hợp nhất" không chỉ thể hiện một thế giới quan duy vật chất phác và phép biện chứng ngây thơ của người phương Đông cổ xưa về con người và thế giới, mà còn là cơ sở triết học trực tiếp cho việc hình thành và phát triển lý luận y học cổ truyền phương Đông trong quan niệm về sức khoẻ và bệnh tật của con người. Theo các tác giả của *Hoàng Đế nội kinh*, một tác phẩm lý luận y học được coi là kinh điển bậc nhất trong nền y học Trung Quốc cổ đại(4), thì sức khoẻ của con

người không chỉ là sự cường tráng về thể chất mà còn là sự thoải mái cả về đời sống tinh thần của chính họ. Cơ sở để tạo ra sức khoẻ là sự thống nhất, cân bằng của các yếu tố âm dương, ngũ hành, tương ứng với từng bộ phận, từng quá trình vận động sống của mỗi người. Cũng theo các tác giả của *Hoàng Đế nội kinh*, trong cơ thể con người, nếu một khi các yếu tố âm dương trở nên thiên lệch (thiên thắng hay thiên suy)(5), ngũ hành (kim, mộc, thủy, hỏa, thổ) trở nên thái quá hoặc bất cập, từ đó làm cho cơ thể bị tổn thương, tinh thần không ổn định, thì bệnh tật nhất định sẽ nảy sinh, sức khoẻ của con người, do đó, mà suy giảm. *Hoàng Đế nội kinh, thiên Âm dương ứng tượng đại luận*, sách *Tổ vấn* viết: "Người biết cách xa lánh hư tà, tặc phong (khí độc, gió độc), trong lòng điềm đạm, chân khí thuận theo, tinh thần bền vững, bệnh tật còn do đâu mà sinh ra được. Chính vì vậy, chí nhân mà ít dục, tâm yên mà không sợ, hình mệt mà không quá, chân khí điều hoà, mọi việc vì vậy được mãn nguyện", "Hai khí âm dương mà nó vốn là trước sau của muôn vật, nó là gốc rễ của sự sống chết. Trái với nó thì tai họa sẽ

(2) Trần Thuý (chủ biên). *Lịch sử các y gia, y học cổ truyền Việt Nam và phương Đông*. Nxb Y học, Hà Nội, 1996, tr. 42.

(3) Nguyên văn: "Hình cụ nhi thần sinh, hiếu ố, hỉ nộ, ai lạc tông yên" (GS.TS Nguyễn Tài Thư - Viện Khoa học xã hội Việt Nam dịch).

(4) Xem: Trần Thị Huyền. *Học thuyết Âm dương ngũ hành qua các tác phẩm Hoàng Đế nội kinh và Hải Thượng y tông tâm lĩnh*. Luận án tiến sĩ triết học. Trung tâm Khoa học Xã hội và Nhân văn Quốc gia, Viện Triết học, Hà Nội, 2002.

(5) "Âm dương thiên thắng thiên suy" - thuật ngữ được dùng trong lý luận của y học cổ truyền phương Đông: âm hoặc dương phát triển quá mức dẫn tới nguy cơ phá vỡ thế cân bằng vốn có của âm dương trong cơ thể.

sinh ra, thuận theo nó thì bệnh tật không mắc phải”(6).

Qua đây, có thể thấy, người phương Đông cổ xưa quan niệm về sức khoẻ và bệnh tật tương đối toàn diện. Sức khoẻ của con người không chỉ đơn thuần là sự cường tráng về thể chất mà còn là sự thoải mái cả về đời sống tinh thần. Thiếu một trong các yếu tố trên cũng đồng nghĩa với việc bệnh tật có thể xuất hiện bất cứ lúc nào đối với con người. Do vậy, giữa sức khoẻ và bệnh tật thường được quan niệm gắn liền với nhau. Đây chính là tính biện chứng trong tư duy y học của họ.

2. Các yếu tố tác động tới sức khoẻ và bệnh tật

Dựa vào quan niệm chỉnh thể trong các học thuyết triết học *Âm dương ngũ hành* và *Thiên nhân hợp nhất*, y học phương Đông cổ đại cho rằng, sức khoẻ và bệnh tật của con người thường xuyên chịu sự tác động của nhiều yếu tố; trong đó, mỗi yếu tố đều có các vai trò quan trọng khác nhau đối với sức khoẻ và bệnh tật của con người.

Trước hết, sức khoẻ và bệnh tật của con người chịu sự quy định và do đó, bị ảnh hưởng bởi các yếu tố di truyền của thế hệ trước, cái mà các nhà tư tưởng gọi là “bẩm khí tiên thiên”. Theo Đại danh y Việt Nam thế kỷ XVIII Lê Hữu Trác - Hải Thượng Lãn Ông thì các yếu tố thủy hỏa “tiên thiên” là nguồn gốc sinh ra con người. Từ nam giới (dương) và nữ giới (âm) có giao hợp mới sinh được con cái. Âm dương có giao nhau thì thủy hỏa mới tụ lại. Bốn thứ khí ấy (âm, dương, thủy, hỏa) hợp lại được gọi là “khí giao”, đó là thứ khí ban đầu được gọi là nguyên khí, cũng còn được gọi là bẩm khí tiên thiên. Bẩm khí tiên thiên phát triển thành hình thể (thể xác) và thần

khí (sắc thái, tinh thần) của con người. Chính có âm dương, thủy hỏa giao hoà lẫn nhau mà thể ôn của người ta mới luôn luôn giữ được ở một chỉ số nhất định (37°C – TG.). Một khi âm dương, thủy hỏa mất cân bằng thì thể ôn của con người sẽ thay đổi và khi không còn thể ôn nữa, con người sẽ chết. Cũng theo Hải Thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác, người ta nhờ có chân thủy, chân hỏa, các yếu tố quan trọng để tạo ra bẩm khí tiên thiên nên cơ thể mới được ôn dưỡng và nhu dưỡng. Nếu âm dương bất túc, thủy hỏa không cân bằng thì người ta dù có sống trong nhung lụa, cũng không tránh được khỏi phạm chết yếu(7).

Thứ hai, sức khoẻ và bệnh tật của con người còn chịu sự tác động của môi trường tự nhiên. Quan điểm này của các nhà lý luận y học phương Đông xuất phát từ một tư tưởng có tính nguyên tắc trong *Kinh Dịch* là: “Trời lấy dương sinh vạn vật, lấy âm thành vạn vật. Sinh là Nhân, thành là Nghĩa. Cho nên, Thánh nhân ở bên trên dùng nhân để dục vạn vật, dùng nghĩa để chính vạn vật” (*Kinh Dịch*, Hệ từ thượng truyện)(8). Từ đó, khi vận dụng vào y học, họ cho rằng, muốn giữ gìn được sức khoẻ, phòng tránh bệnh tật, con người cần phải thực hiện lối sống phù hợp với sự biến hoá của âm dương, tuân theo các quy luật khách quan vốn có của tự nhiên. *Hoàng Đế nội kinh*, thiên *Thượng cổ thiên chân luận*, sách *Tổ vấn* viết: “Thời thượng cổ, những người biết theo đạo (tức phương pháp tự

(6) *Hoàng Đế nội kinh Tổ vấn* (Lương y Nguyễn Tử Siêu dịch và chú giải). Nxb Văn hoá - Thông tin, Hà Nội, 2001, tr. 9 -10.

(7) Xem: Lê Hữu Trác. *Hải Thượng y tông tâm lĩnh* (Tác phẩm gồm 4 tập), t.IV. Nxb Y học, Hà Nội, 1997, tr. 564.

(8) *Kinh Dịch (trọn bộ)* (Ngô Tất Tố dịch và chú giải). Nxb TP. Hồ Chí Minh, 1991, tr. 63 - 64.

điều dưỡng tinh thần, khí huyết) bất chước âm dương. Họ điều hoà với thuật luyện tinh khí, ăn uống điều độ, thức ngủ theo lẽ thường, không làm quá sức nên giữ cả được hình thái và tinh thần sống trọn số trời trăm tuổi mới chết”(9).

Quan điểm về ảnh hưởng của môi trường tự nhiên tới sức khoẻ và bệnh tật của con người còn được thể hiện trong *Thuyết vận khí*. Đây là phương pháp của người xưa dùng để giải thích và suy xét sự biến hoá của địa hình, khí hậu, thời tiết. Song, theo họ, từ việc tìm hiểu thiên nhiên, đúc kết được các quy luật của nó mà con người biết được nhịp tuần hoàn của cuộc sống của giới hữu sinh, trong đó có chính bản thân con người. Vận dụng thuyết vận khí vào trong y học, người phương Đông cổ xưa khẳng định ảnh hưởng của khí hậu, của môi trường tự nhiên đối với cơ thể con người. Trong đó, họ chủ yếu chỉ ra các nhân tố gây bệnh của lục dâm, căn cứ vào tính chất khác nhau của nguyên nhân gây bệnh, rồi vận dụng thuyết Âm dương ngũ hành để giải thích sự phát sinh bệnh tật trong cơ thể, giúp cho việc chẩn đoán thuận lợi và dễ dàng xác định được nguyên tắc chữa bệnh. Theo đó, vì tính chất, nguyên nhân bệnh tật không giống nhau, cũng như thể chất của mỗi người khác nhau, nên tạng phủ và kinh lạc bị bệnh cũng hiện ra các chứng trạng khác nhau. Ví dụ: năm đinh, năm nhâm đều thuộc mộc vận. Nhâm là mộc vận thái quá, đinh là mộc vận bất cập. Nếu mộc bất cập thì táo khí hữu hành (vượng thịnh). Mộc thái quá thì phong khí hữu hành; vì vậy, khi ảnh hưởng đến cơ thể con người thì tất sẽ hiện ra các chứng trạng bệnh tật khác nhau. *Hoàng Đế nội kinh*, thiên *Khí giao biến luận*, sách *Tổ vấn* viết:

“Năm mộc khí bất cập thì táo khí sẽ thịnh vượng... người ta phần nhiều bị các chứng thuộc hư hàn, sườn cụt đau nhức, bụng dưới đau, bụng sôi, đại tiện nhão sệt... nóng, rét ... ho và tịt mũi”(10).

Như vậy, từ kinh nghiệm thực tiễn của mình, người xưa đã khái quát thành lý luận y học hết sức độc đáo để chỉ ra sự tương quan hữu cơ giữa sức khoẻ và bệnh tật của con người với môi trường bên ngoài. Điều này cũng có ý nghĩa đặc biệt quan trọng trong công tác chẩn đoán và điều trị của Đông y.

Thứ ba, ảnh hưởng của môi trường xã hội đối với sức khoẻ và bệnh tật. Đây cũng là một vấn đề mà các nhà y học cổ truyền phương Đông đề cập từ rất sớm. Sự tác động của môi trường xã hội đối với sức khoẻ và bệnh tật của con người được hiểu trên nhiều phương diện, như lối sống (thói quen sinh hoạt, ăn uống), quan hệ giao tiếp, đặc biệt là quan hệ xã hội - giai cấp giữa các nhóm người và các tầng lớp người trong xã hội có giai cấp. Theo họ, tầng lớp quan lại hay dân nghèo thường mắc những bệnh đặc trưng cho lối sống của mình, hoặc trong thời kỳ chiến tranh loạn lạc, người ta thường mắc một số bệnh nào đó, v.v.. Qua đó, có thể thấy, người xưa ngay từ rất sớm đã đặc biệt chú ý tới yếu tố xã hội trong việc đánh giá sức khoẻ và bệnh tật của con người.

3. Về phương pháp điều trị bệnh tật, giữ gìn và nâng cao sức khoẻ

Dựa trên cơ sở triết học phương Đông, lý luận Đông y cho rằng, cơ thể con người là một thể thống nhất, cơ năng sinh lý của

(9) *Hoàng Đế nội kinh Tố vấn* (Lương y Nguyễn Tử Siêu dịch và chú giải). Sđd., tr.9-10.

(10) *Hoàng Đế nội kinh Tố vấn* (Lương y Nguyễn Tử Siêu dịch và chú giải). Sđd., tr. 440.

con người có khả năng thích ứng với môi trường xung quanh. Quan điểm đó đã tạo ra nguyên tắc “toàn diện”, một nguyên tắc cơ bản trong chẩn đoán và điều trị của Đông y.

- Về chẩn đoán, Đông y với cách nhìn “chỉnh thể”, vận dụng lý luận cùng với phương pháp biện chứng (thông qua “tứ chẩn” - vọng, văn, vấn, thiết và “bát cương” - biểu lý, hàn nhiệt, hư thực, âm dương) để phân tích và suy đoán bệnh tật, làm căn cứ cho việc phòng và điều trị bệnh tật.

- Về điều trị, Đông y cho rằng, bệnh tật nảy sinh chẳng qua chỉ là sự “thiên thắng” hay “thiên suy” của âm dương, sự thái quá hay “bất cập” của ngũ hành. Do đó, nguyên tắc trị bệnh là điều chỉnh cân bằng sự thiên lệch của hai mặt âm dương, điều chỉnh sự thái quá hay bất cập của ngũ hành, tương ứng với từng bộ phận, chức năng hay quá trình vận động sống của cơ thể để đưa cơ thể con người từ chỗ thiên lệch, mất cân bằng trở về trạng thái tâm - sinh - lý bình thường; nghĩa là chữa vào gốc bệnh (trị bệnh tất cầu kỳ bản). Đây là phương pháp chữa bệnh khá độc đáo của Đông y so với các nền y học khác.

- Về dự phòng bệnh tật và nâng cao sức khỏe, dựa trên cơ sở triết học phương Đông, Đông y cho rằng, cơ thể con người là một vũ trụ thu nhỏ (Thân nhân tiểu thiên địa) nên về nguyên tắc, trời đất có âm dương thì cơ thể con người cũng có âm dương (“Thiên - Địa - Nhân âm dương tương ứng”), sức khỏe con người có được là nhờ sự cân bằng của các yếu tố âm dương. Do vậy, thuận theo âm dương thì sống, trái với âm dương thì loạn.

Từ lý luận này, Đông y đã đề ra phương pháp dưỡng sinh nhằm mục đích duy trì và nâng cao sức khỏe con người. Theo phương pháp này, để nâng cao sức khỏe và ngăn ngừa bệnh tật, mọi người cần phải ăn uống sinh hoạt đúng phép vệ sinh, dùng thực phẩm đầy đủ dinh dưỡng, năng hoạt động thể dục, thể thao.

Đứng trên quan điểm của y học hiện đại, có thể coi phương pháp dưỡng sinh trong y học cổ truyền phương Đông là một phương pháp dự phòng và chữa bệnh tích cực (ngăn ngừa và điều trị bệnh tật khi chưa xuất hiện). Có thể coi đây là phương pháp chữa bệnh khá độc đáo ít thấy trong các nền y học truyền thống khác trước đây.

Như vậy, có thể thấy, dựa trên cơ sở của triết học phương Đông, đặc biệt là triết học Trung Hoa cổ đại, mà vấn đề sức khỏe và bệnh tật đã được y học phương Đông cổ xưa đề cập khá toàn diện, từ nội dung phản ánh, các yếu tố ảnh hưởng, cho đến việc xây dựng các phương pháp phòng chống bệnh tật, giữ gìn, nâng cao sức khỏe. Điều đáng chú ý là, mặc dù được đề cập từ khá sớm song nhiều quan niệm đó cho đến nay, về cơ bản, vẫn còn khá phù hợp với quan niệm về sức khỏe và bệnh tật của y học hiện đại. Không những thế, các quan niệm này còn chứa đựng nhiều điểm độc đáo, như là một trong những đặc điểm vốn có của y học cổ truyền phương Đông (Đông y), một nền y học mà theo chúng tôi, cần được quan tâm hơn nữa trong việc nghiên cứu và kế thừa các tinh hoa của nó trong quá trình phát triển nền y học nước nhà hiện nay. □