

Ảnh hưởng của học thuyết Âm Dương trong tác phẩm *Kinh Dịch* đối với y học cổ truyền Việt Nam

Phạm Ngọc Khôi^{1,2}, Nguyễn Lê Đức Duy^{3,4}

¹ Bộ môn Mô Phôi - Di truyền, Khoa Khoa học cơ bản - Y học cơ sở, Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, Thành phố Hồ Chí Minh

² Văn phòng Khoa, Khoa Khoa học cơ bản - Y học cơ sở, Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, Thành phố Hồ Chí Minh

³ Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh

⁴ Văn phòng Khoa, Khoa Y, Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt

Học thuyết Âm Dương, hình thành từ vũ trụ quan cổ đại phương Đông, đặc biệt được khái quát trong *Kinh Dịch*, đã trở thành nền tảng triết lý không chỉ của triết học mà còn của y học cổ truyền. Nghiên cứu này trình bày sự phát triển của học thuyết Âm Dương trong *Kinh Dịch* và phân tích ảnh hưởng của nguyên lý âm dương đối với quá trình hình thành lý luận, phương pháp chẩn trị, dưỡng sinh và phòng bệnh trong y học cổ truyền Việt Nam. Thông qua việc đối chiếu hai tư liệu kinh điển của y học cổ truyền là *Kinh Dịch* và *Hoàng Đế Nội Kinh Tố Vấn*, cùng với quan điểm của hai danh y tiêu biểu là Tuệ Tĩnh và Hải Thượng Lãn Ông, bài viết chỉ ra sự tiếp nhận và nội địa hóa học thuyết này trong bối cảnh y học Việt Nam.

Từ khóa: học thuyết Âm Dương; *Kinh Dịch*; y học cổ truyền Việt Nam.

Abstract

The influence of the Yin-Yang doctrine in the *I Ching* on traditional Vietnamese medicine

The Yin-Yang doctrine, formed from the ancient Eastern cosmology, especially summarized in the *I Ching* (Book of Changes), has become a foundational philosophy not only of philosophy but also of traditional medicine. This study presents the development of the Yin-Yang doctrine in the *I Ching* and analyzes the influence of the yin-yang principle on the formation of theory, diagnostic and treatment methods, health preservation practices and disease prevention in Vietnamese traditional medicine. Through the comparison of two classic texts of traditional medicine, the *I Ching* and the *Huangdi Neijing Suwen*, along with the viewpoints of two typical famous physicians, Tue Tinh and Hai Thuong Lan Ong, the article points out the reception and localization of this doctrine within the context of Vietnamese medicine.

Keyword: Yin-Yang doctrine; *I Ching*; traditional Vietnamese medicine.

Ngày nhận bài:

31/10/2025

Ngày phản biện:

25/11/2025

Ngày đăng bài:

20/01/2026

Tác giả liên hệ:

Nguyễn Lê Đức Duy

Email: duynd@pnt.edu.vn

ĐT: 0564866829

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Học thuyết Âm Dương xuất hiện sớm trong lịch sử tư tưởng phương Đông, đặc biệt là ở Trung Hoa cổ đại. Những khái niệm sơ khai về âm và dương đã được hình thành từ trong quá trình quan sát tự nhiên của con người, khi họ nhận thấy vạn vật trong trời đất đều tồn tại trong hai mặt đối lập mà thống nhất, như ngày

- đêm, sáng - tối, nóng - lạnh, nam - nữ, sống - chết. Theo tác giả Lê Văn Sửu, thuyết âm dương được ghi nhận xuất hiện trong tác phẩm *Kinh Dịch* vào khoảng thời Tây Chu (thế kỷ XI - IX trước Công nguyên). Ban đầu, khái niệm âm dương chỉ dùng để biểu trưng cho hai trạng thái vận động đối lập trong tự nhiên. Về sau, các học giả như Phục Hy, Hạ Vũ, Văn Vương,

Chu Công và Khổng Tử tiếp tục phát triển nội dung này, biến nó thành một hệ thống triết học hoàn chỉnh lý giải sự vận động và biến hóa của vũ trụ [1]. Học thuyết Âm Dương phản ánh quan niệm biện chứng sơ khai của con người về thế giới tự nhiên và đời sống con người thông qua các quẻ dịch, quy luật biến dịch và phép biện chứng đối đãi như “âm cực sinh dương, dương cực sinh âm”, “đạo tức là cái lẽ của âm dương”. Thái cực “tĩnh” mà sinh âm, “động” mà sinh dương. Trời sinh ra bởi động, đất sinh ra bởi tĩnh, nên gọi âm dương là đạo của trời đất [2].

Đến thời Chiến Quốc, tư tưởng âm dương được học phái Âm Dương gia (với đại diện là Trâu Diễn) nâng lên tầm lý luận, gắn kết với ngũ hành để hình thành nên học thuyết Âm Dương Ngũ Hành, một nền tảng vũ trụ luận quan trọng trong triết học phương Đông. Trên nền tảng triết học đó, đến thời Tây Hán, học thuyết Âm Dương được kế thừa và phát triển trong *Hoàng Đế Nội Kinh* khoảng thế kỷ III - II trước Công nguyên, được xem như là bộ y điển kinh điển của Đông y. Nếu *Kinh Dịch* đặt nền móng lý luận cho học thuyết Âm Dương ở tầm triết học vũ trụ quan, thì *Hoàng Đế Nội Kinh* lại cụ thể hóa nó để dẫn giải mối quan hệ giữa thiên nhiên với vạn vật và con người, cho tới phòng bệnh, chữa bệnh [1].

Tại Việt Nam, sự tiếp thu học thuyết Âm Dương trong y học cổ truyền diễn ra song song với quá trình tiếp nhận tư tưởng văn hóa phương Bắc, nhưng cũng có quá trình bản địa hóa phù hợp với môi trường, thể chất và thực hành y học của người Việt. Danh y Hải Thượng Lãn Ông (Lê Hữu Trác), trong bộ sách *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh*, đã phát triển lý luận âm dương một cách sâu sắc, nhấn mạnh vào mối liên hệ giữa “thiên - địa - nhân”, coi con người là một vũ trụ thu nhỏ và khẳng định rằng người sinh ra không ngoài khí âm dương của trời đất. Tuy nhiên, trong bối cảnh hội nhập và phát triển, nhiều giá trị y học cổ truyền đang có nguy cơ bị giản lược, lược bỏ tính triết lý nền tảng. Do đó, việc nghiên cứu lại vai trò của học thuyết Âm Dương, đặc biệt là trong *Kinh Dịch*, nguồn gốc hình thành lý luận và ảnh hưởng của nó đến y học cổ truyền Việt Nam là rất cần thiết. Vì thế, nghiên cứu này hướng đến việc

làm rõ mối liên hệ lý luận đó, từ đó góp phần bảo tồn và phát triển nền y học cổ truyền một cách hệ thống và biện chứng.

2. CƠ SỞ TRIẾT HỌC CỦA HỌC THUYẾT ÂM DƯƠNG TRONG KINH DỊCH

Kinh là quyền sách, *Dịch* là sự biến đổi, như vậy *Kinh Dịch* là quyền sách nghiên cứu về sự biến đổi, sự dịch chuyển của mọi sự vật và hiện tượng trong vũ trụ bao la. Mặt khác, phần *Kinh* là phần ghi chép các lời trong *Kinh Dịch*, gồm Thoán từ và Hào từ. Còn phần *Truyện* của Khổng Tử, Trình Di, Chu Hy là phần giải thích và luận giải những lời kinh đó. Năm người đầu tiên góp công xây dựng và hoàn thiện *Kinh Dịch* gồm: Phục Hy, Hạ Vũ, Văn Vương, Chu Công và cuối cùng là Khổng Tử, người viết *Thập Dục*, mười thiên truyện nhằm giải thích và luận bàn về *Kinh Dịch*. *Kinh Dịch* có 3 phần: phần cơ sở gồm có Hà đồ, Lạc thư, Tứ tượng và sự tạo thành Bát quái, Tiên thiên bát quái, Hậu thiên bát quái, Lục thập tứ quái; phần 2 là Chu Dịch thượng kinh nghiên cứu về lý lẽ của trời đất từ quẻ Càn Khôn tới quẻ Bát Thuần Ly, đó chính là nguyên thể; phần 3 là Chu Dịch hạ kinh nghiên cứu về công việc của con người từ quẻ Hàm tới quẻ Vị Tế, đó chính là công dụng.

Đây là một trong ngũ kinh của Nho gia, được hình thành và phát triển qua nhiều thời kỳ, khởi đầu từ văn hóa Chu Dịch và sau này được Hán Nho phát triển thành hệ thống triết học toàn diện. Trong *Kinh Dịch*, âm dương không chỉ là phạm trù phản ánh hai thuộc tính đối lập cơ bản của vũ trụ, mà còn là nguyên lý vận hành phổ quát của toàn bộ thế giới hiện tượng. “Đầy khoảng trời đất, không cái gì không phải là lẽ một âm một dương” [3].

Theo tư tưởng *Kinh Dịch*, âm dương là hai thể lực cơ bản chi phối sự hình thành, tồn tại và biến đổi của vạn vật. “Nhờ âm dương tính khí vận hành nên mới thi triển được cái công năng sinh, trưởng, thụ tàng để hóa sinh muôn vật” [2], câu nói khẳng định rằng mọi hiện tượng trong tự nhiên đều do sự tương tác, chuyển hóa không ngừng giữa âm và dương mà thành. Dương tượng trưng cho động, sáng, nóng, hướng lên. Âm biểu trưng cho tĩnh, tối, lạnh, hướng xuống. Do đó, âm và dương có thể được

dùng làm tiêu chuẩn để phân loại và lý giải các hiện tượng trong tự nhiên [4]. Dương sinh ra ở phương Bắc, bên trái chủ dương và được biểu hiện bằng 1 vạch liền (—). Âm sinh ra ở phương Nam, bên phải chủ âm và được biểu hiện bằng một vạch đứt (---) [3].

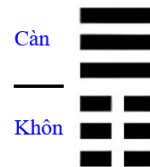
Học thuyết Âm Dương nghiên cứu về bản chất và mối quan hệ giữa hai phạm trù này. Từ xa xưa, cách đây hàng ngàn năm, cổ nhân đã nhận thấy các sự vật và hiện tượng trong thiên nhiên luôn luôn đối lập với nhau đồng thời lại thông nhất, hỗ căn nhau, các sự vật và hiện tượng ấy không ngừng vận động và biến hóa, để các sự vật và hiện tượng mới ra đời, lớn lên và cuối cùng tiêu vong, nhường bước cho một chu trình mới tiếp theo. Học thuyết Âm Dương được áp dụng trong tất cả mọi lĩnh vực khoa học tự nhiên và xã hội, đặc biệt trong y học, nó được quán triệt từ đầu tới cuối trong biện chứng luận trị và đối pháp lập phương.

Tính “biện chứng cổ điển” trong học thuyết Âm Dương được thể hiện rõ rệt trong *Kinh Dịch* qua các nguyên lý sau:

Âm dương đối lập: quy luật này được khái quát từ sự đối lập phổ biến trong tự nhiên và cơ thể con người, thể hiện qua các cặp phạm trù như ngày và đêm, sáng và tối, động và tĩnh, khí và huyết, trời và đất, nam và nữ, hưng phấn và ức chế, hay giữa bản thể và công năng. Mọi sự vật đều chứa đựng hai mặt trái ngược - không có hiện tượng thuần âm hay thuần dương.

Âm dương hỗ căn: là nguyên lý thể hiện sự nương tựa và tương hỗ giữa hai mặt đối lập. Hỗ nghĩa là giúp đỡ, còn Căn là gốc rễ, vì vậy, âm và dương tuy trái ngược nhưng lại dựa vào nhau để cùng tồn tại và phát triển. Trong tự nhiên, mọi vật đều mang trong mình phần còn thiếu mà chỉ đối cực của nó mới có thể bù đắp như ngày cần đêm, sáng cần tối hay sự sống không thể tách rời cái chết. Ngay trong con người, sự tồn tại cũng là kết quả của sự hòa hợp giữa hai nửa: bố và mẹ, dương và âm. Mọi sự vật trong vũ trụ đều tồn tại dưới dạng những cặp yếu tố vừa đối lập vừa gắn bó chặt chẽ với nhau. Âm và dương cũng vậy: tuy khác nhau nhưng luôn cần đến nhau, không thể tách rời. Khi sự hòa hợp giữa âm và dương bị phá vỡ, vạn vật sẽ rơi vào tình trạng bế tắc và suy vong, giống như ý nghĩa của quẻ Bĩ trong *Kinh Dịch*.

Trong cơ thể con người, phần chức năng hoạt động thuộc về dương, còn cơ sở vật chất thuộc về âm. Hai yếu tố này tồn tại trong mối quan hệ hỗ tương: hoạt động chức năng của cơ thể chỉ diễn ra khi có nền tảng vật chất và vật chất được duy trì, tái tạo nhờ hoạt động của tạng phủ. Vì vậy, âm và dương trong cơ thể đều là hai mặt vận động tích cực, không thể tách rời trong quá trình tồn tại và phát triển. Tương tự, trong đời sống xã hội, vật chất giữ vai trò quyết định đối với tinh thần, song tinh thần tích cực lại có thể thúc đẩy sản xuất và sáng tạo vật chất. Khi con người được đáp ứng đầy đủ về điều kiện vật chất, tinh thần hừng khởi sẽ giúp năng suất và chất lượng công việc tăng lên. Do đó, sự hài hòa giữa vật chất và tinh thần, giữa âm và dương, là cơ sở thiết yếu để duy trì trạng thái cân bằng và phát triển bền vững.



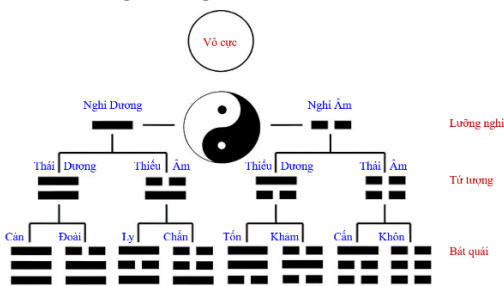
Hình 1. Quẻ Thiên Địa Bĩ trong Kinh Dịch

Âm dương tiêu trưởng: trong học thuyết Âm Dương, Tiêu sẽ biểu thị sự giảm sút, mất đi, còn Trưởng là tăng lên, phát triển. Quy luật này phản ánh nguyên lý vận động phổ quát của tự nhiên và xã hội, rằng không có gì tự nhiên sinh ra hay mất đi, mà chỉ chuyển hóa từ trạng thái này sang trạng thái khác. Các định luật bảo toàn trong khoa học hiện đại như năng lượng và khối lượng cũng khẳng định điều đó. Trong tự nhiên, sự vận hành của bốn mùa thể hiện rõ quy luật này: mùa hè dương khí thịnh, đến thu và đông thì dương tiêu, âm trưởng, khi xuân về thì âm khí giảm dần để dương khí phục hồi. Dương tiêu thì âm trưởng, âm tiêu thì dương trưởng, đó là nhịp điệu vĩnh hằng của vũ trụ. Quy luật này cũng chi phối đời sống con người: khi một yếu tố phát triển đến cực điểm, nó sẽ tạo điều kiện cho mặt đối lập xuất hiện - ngày luân chuyển với đêm, sinh dẫn đến tử rồi lại mở đường cho sự sống mới. Trong quá trình sinh bệnh, hiện tượng dương thịnh như sốt cao làm tổn thương phần âm (mất nước, hao tân dịch), nếu không điều chỉnh kịp thời, âm hư lại ảnh hưởng ngược đến dương, gây thoát dương, suy kiệt. Như vậy, tiêu - trưởng không phải là mất

và được tuyệt đối, mà là sự vận động chuyển hóa liên tục giữa hai mặt âm - dương, thể hiện quy luật “vật cùng tác biến, biến tác thông, thông tác cửu”, khi sự vật đạt đến cực điểm, nó tất yếu biến đổi để duy trì trạng thái cân bằng mới.

Âm dương bình hành: âm và dương tuy đối lập nhưng luôn vận động hướng tới trạng thái cân bằng. Trong tự nhiên, sự mất điều hòa giữa hai yếu tố này có thể dẫn đến rối loạn, khi thì hạn hán, khi thì lũ lụt, khi thì hỏa hoạn hoặc thiên tai, khiến vạn vật không thể sinh trưởng. Trong cơ thể con người, mất cân bằng âm dương chính là căn nguyên của bệnh tật: âm thịnh thì dương suy, dương thịnh thì âm hao. Vì vậy, trong y học cổ truyền, nguyên tắc trị liệu căn bản là điều hòa âm dương, khôi phục thể quân bình tự nhiên của cơ thể. *Kinh Dịch* cho rằng, sự cân bằng là gốc của vạn vật, bởi toàn bộ vũ trụ tồn tại trong quá trình đối lập và thống nhất, vận động và biến hóa, tương sinh và chế ước lẫn nhau. Âm dương chính là biểu hiện của quy luật khách quan ấy, quy luật chi phối sự hình thành, phát triển và tiêu vong của mọi sự vật trong thế giới vật chất.

Kinh Dịch sử dụng hệ thống 64 quẻ, mỗi quẻ gồm 6 hào, được hình thành từ hai loại vạch: nghi âm (--) và nghi dương (—) [3]. Các quẻ này không chỉ biểu trưng cho hiện tượng tự nhiên mà còn phản ánh các trạng thái sinh lý, tâm lý, xã hội của con người, từ đó tạo nên một hệ hình lý luận thống nhất giữa “thiên - địa - nhân”.



Hình 2. Sơ đồ từ Vô cực đến Bát quái trong học thuyết Âm Dương của *Kinh Dịch*

Đáng chú ý, trong Tượng truyện và Thoán truyện của *Kinh Dịch*, các khái niệm như “trời đất tương giao”, “âm dương điều hòa”, “trời là dương, đất là âm, người là trung hòa của âm dương”. “Trong khoảng trời đất còn có cái gì? Chỉ là hai chữ âm dương mà thôi. Bất kỳ việc gì đều không thể lìa nó” được lặp lại như nguyên lý nền tảng [3]. Đây chính là tiền đề để

các học phái y học cổ truyền sau này kế thừa và phát triển học thuyết Âm Dương vào thực hành chẩn trị bệnh tật. Trong nền y học cổ truyền, *Kinh Dịch* được xem như “nguyên kinh”, tức gốc rễ triết học cho các y thư sau này như *Hoàng Đế Nội Kinh*, *Thương Hàn Luận*, *Nạn Kinh*. Danh y Lê Hữu Trác cũng từng viết: “nghề làm thuốc đâu có thể vượt ra ngoài nguyên lý âm dương mà cứu chữa được những bệnh tật nguy nan” [5]. Điều này cho thấy rằng, trong truyền thống phương Đông, học thuyết Âm Dương từ *Kinh Dịch* không chỉ là một công cụ tư duy triết học, mà còn là nền móng để thiết lập hệ thống lý luận y học.

3. VAI TRÒ CỦA CÁC DANH Y VIỆT NAM TRONG TIẾP THU VÀ VIỆT HÓA HỌC THUYẾT ÂM DƯƠNG

Y học cổ truyền Việt Nam ra đời rất sớm, gắn liền với quá trình dựng nước và bảo vệ sức khỏe cộng đồng qua nhiều thế kỷ. Tuy cùng dựa trên nền tảng triết học chung của phương Đông, đặc biệt là thuyết Âm Dương du nhập từ Trung Hoa, nhưng việc vận dụng hệ tư tưởng này trong bối cảnh Việt Nam không diễn ra một cách rập khuôn. Nhiều thế hệ thầy thuốc đã tiếp thu có chọn lọc, điều chỉnh và biến đổi để phù hợp với thể trạng người Việt, khí hậu nóng ẩm đặc trưng, cũng như môi trường văn hóa, xã hội bản địa. Tuy nhiên, phần lớn sự vận dụng thời kỳ sớm chỉ mang tính kinh nghiệm, thiếu hệ thống hoặc có trước tác nhưng đã thất truyền [6]. Chính vì vậy, hai mốc quan trọng và tiêu biểu trong lịch sử tư tưởng y học Việt Nam mà chúng ta có thể dựa vào là Tuệ Tĩnh và Hải Thượng Lãn Ông.

Thứ nhất, Tuệ Tĩnh là người đặt nền móng cho việc bản địa hóa học thuyết Âm Dương trong y học với quan điểm nổi tiếng: “Thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt” [8]. Ông không chỉ tiếp thu tư tưởng âm dương - ngũ hành mà còn chuyển hóa thành hệ thống dùng được liệu bản địa, phù hợp khí hậu nóng ẩm, đặt nền tảng cho một nền y học đặc thù Việt Nam. Các tác phẩm như *Nam Dược Thần Hiệu* và *Hồng Nghĩa Giác Tư Y Thư* cho thấy ông đã sử dụng học thuyết Âm Dương như nguyên tắc lý luận nhưng được Việt hóa bằng kinh nghiệm dân gian và thực tiễn chữa bệnh của người Việt.

Ở giai đoạn mà nhiều trước tác y học đã thất lạc hoặc rời rạc, Tuệ Tĩnh là người để lại được một hệ thống tương đối hoàn chỉnh, phản ánh dấu ấn Việt hóa.

Thứ hai, Hải Thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác đánh dấu giai đoạn phát triển cao của học thuyết Âm Dương trong y học Việt Nam với bộ *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh*, tác phẩm đầu tiên trong lịch sử y học nước ta trình bày một cách “sâu sắc, toàn diện để xem xét mọi vấn đề của y học đương thời với tư cách là một cơ sở triết học quan trọng của y học” [6]. Nếu như Tuệ Tĩnh khởi đầu việc bản địa hóa bằng thực hành lâm sàng và lựa chọn dược liệu Việt Nam, thì Hải Thượng Lãn Ông là người hệ thống hóa, lý luận hóa và nâng tầm học thuyết Âm Dương thành nền tảng nhận thức, kết nối y học với thế giới quan và phương pháp luận triết học. Ông là người làm cho học thuyết này trở thành một hệ tư duy khoa học chặt chẽ, phù hợp điều kiện khí hậu, bệnh tật và thể chất người Việt.

3.1. Tuệ Tĩnh (1330 - 1400)

Danh y Thiền sư Tuệ Tĩnh, được tôn vinh là “Thánh thuốc Nam” [7], người đặt nền móng cho y học cổ truyền dân tộc với tư tưởng vĩ đại: “Thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt” [8]. Tư tưởng này không chỉ mang ý nghĩa y học mà còn chứa đựng chiều sâu triết lý dân tộc học và tinh thần độc lập quốc gia. Trong bối cảnh thế kỷ XIV, khi đa phần các nước Đông Nam Á chịu ảnh hưởng mạnh mẽ của nền y học cổ truyền Trung Hoa thì Tuệ Tĩnh đã chủ trương xây dựng nền y học bản địa dựa trên dược liệu trong nước, cơ địa người Việt, khí hậu nhiệt đới gió mùa và thói quen ăn uống sinh hoạt riêng. Điều này cho thấy ý thức khoa học rất tiến bộ về mối quan hệ giữa người - thuốc - môi trường mà đến nay vẫn còn nguyên giá trị. Tuệ Tĩnh là người xuất thân từ tầng lớp dân thường, sống gần gũi nhân dân, nên có điều kiện quan sát thực tiễn chữa bệnh dân gian. Ông “nghiên cứu rộng về học thuyết Âm Dương, tìm kiếm sâu về bí truyền Kỳ Biền” [7]. Từ đó, hệ thống hóa tri thức y học dân tộc thành những nguyên tắc lý luận và phương pháp điều trị cụ thể. Hai tác phẩm nổi tiếng của ông là *Nam Dược Thần Hiệu*, gồm hơn 630 vị thuốc Nam, mô tả tỉ mỉ dược tính, công dụng, cách bào chế, phối hợp; *Hồng Nghĩa Giác Tư Y Thư*, trình bày kinh

nghiệm điều trị các bệnh phổ biến, với hơn 13 đơn thuốc chữa tạp bệnh và 37 đơn thuốc chữa bệnh thương hàn [7].

Điều đáng chú ý là, trong *Nam Dược Thần Hiệu*, Tuệ Tĩnh không chỉ ghi chép công thức thuốc mà còn phân loại theo học thuyết Âm Dương - Ngũ Hành, tức là đã đưa triết học tự nhiên vào y học. Ông vận dụng lý luận “âm dương hòa hợp, ngũ hành tương sinh tương khắc” để lý giải bệnh tật và định hướng điều trị, tạo ra sự kết hợp giữa y học và triết học phương Đông nhưng vẫn mang dấu ấn riêng của người Việt. Câu nói “Thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt” hay “Thiên thư riêng định cõi nam, Thổ sản khác nhiều xứ Bắc” [7] có thể coi như bản tuyên ngôn về thuốc Việt nước ta. Ở bình diện khoa học, nó thể hiện quan điểm sinh thái y học học như con người và môi trường có mối quan hệ tương thích, dược liệu bản địa là thích hợp nhất với cơ địa người bản địa. Ở bình diện dân tộc học, đó là tinh thần tự tôn dân tộc và tự chủ văn hóa, khẳng định rằng Việt Nam có thể xây dựng nền y học riêng biệt mà không phụ thuộc hoàn toàn vào y học Trung Hoa.

Vì vậy, nói đến Tuệ Tĩnh không chỉ là nói đến người mở đường cho thuốc Nam, mà còn là nói đến người sáng lập đạo lý nghề y Việt Nam, nền tảng tinh thần cho sự phát triển của y học cổ truyền suốt các thế kỷ sau. Như E. Gaspardone, nhà thư mục nổi tiếng người Pháp đã viết trong sách *Thư Mục Việt Nam (Bibliographie annamite)* - Tạp chí của Trường Viễn đông bác cổ, 1934 về Tuệ Tĩnh như sau: “Có thể nói không quá đáng rằng Tuệ Tĩnh là người sáng lập thật sự ra nghề thuốc Việt Nam, về sau Hải Thượng Lãn Ông là người tuyên truyền rất có hiệu quả cho nghề này” [7].

3.2. Hải Thượng Lãn Ông (1720 - 1791)

Danh y Lê Hữu Trác quê tại thôn Văn Xá, hương Liêu Xá, huyện Đường Hào, phủ Thượng Hồng, trấn Hải Dương (nay là xã Nguyễn Văn Linh, tỉnh Hưng Yên) [7], trong một gia đình Nho học. Sau khi chứng kiến nhiều người dân chết vì bệnh dịch, ông quyết tâm theo nghề y với tôn chỉ: “Hành y phải lấy nhân nghĩa làm đầu, lấy cứu người làm gốc.” Hiệu “Hải Thượng” của ông ghép từ chữ “Hải” của tên trấn Hải Dương và chữ “Thượng” của tên phủ Thượng Hồng, Lãn Ông có nghĩa là

ông lười, không ham danh lợi [9], thể hiện phong thái ẩn dật, thanh cao, coi trọng đạo hơn lợi. Cả cuộc đời ông gắn bó với y học, nghiên cứu, chữa bệnh cho dân nghèo, đồng thời truyền dạy cho hậu thế những giá trị y đức bền vững.

Công trình đồ sộ nhất của ông là *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh*, gồm 28 tập, 66 quyển, được coi là bách khoa toàn thư của y học cổ truyền Việt Nam. Bộ sách không chỉ tổng hợp các kiến thức lý luận, chẩn đoán, bào chế, mà còn phát triển lý thuyết y học lên tầm triết học nhân sinh. Một điểm đặc sắc đầu tiên nổi bật của bộ sách *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh* là Hải Thượng Lãn Ông đã “tiếp thu có phê phán, chọn lọc rồi vận dụng những kiến thức cơ bản vào điều kiện cụ thể về khí hậu, về con người và về cả cách suy nghĩ của con người Việt Nam” [7]. Học thuyết Âm Dương được ông “vận dụng hết sức nhuần nhuyễn trong các tác phẩm của mình” [9] trong các nội dung từ chẩn đoán đến điều trị. Tác phẩm *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh* trình bày rõ quan điểm về mối quan hệ giữa cơ thể con người và tự nhiên, “nhân thân tiểu vũ trụ, thiên địa đại vũ trụ”. Bệnh tật là sự mất cân bằng của âm dương, ngũ hành, khí huyết. Do đó, chữa bệnh phải điều hòa khí huyết, thuận theo tự nhiên, không trái quy luật sinh hóa. Tư tưởng này thể hiện tính biện chứng và duy vật sơ khai của y học cổ truyền Việt Nam, con người là sản phẩm của tự nhiên, sức khỏe là kết quả của sự hài hòa nội - ngoại giới. Ngoài ra, ông đã vận dụng âm dương để lý giải tác dụng của thảo dược, phân loại dược liệu theo tính (hàn - nhiệt), vị (tân, khô, cam), quy kinh và phối hợp thuốc theo nguyên tắc âm dương hỗ căn [10].

Ngoài Tâm Lĩnh, ông còn để lại *Vệ Sinh Yếu Quyết*, cẩm nang hướng dẫn cách giữ gìn vệ sinh thân thể, phòng bệnh hơn chữa bệnh, và Y huấn cách ngôn, một áng văn bất hủ về đạo đức nghề y, ông nêu ra 8 chữ mà người thầy thuốc chân chính cần phải có “nhân, minh, đức, trí, lượng, thành, khiêm, cần”, biết quan tâm đến người khác, sáng suốt, đức độ, thông minh, rộng lượng, thành thật, khiêm tốn, chăm chỉ, chịu khó. Đồng thời cũng cần tránh mắc tám tội “lười, keo, tham, dối, dốt, ác, hẹp hòi, thất đức” [9]. Đây là tuyên ngôn y đức, đặt nền cho quy phạm hành nghề y hiện đại.

Ông là người tiên phong trong việc đề cao vai trò phòng bệnh, giữ gìn vệ sinh, dưỡng sinh, tức là hướng y học đến mục tiêu toàn diện là phòng bệnh, chữa bệnh, phục hồi và duy trì sức khỏe. Ở góc độ triết học, ông đã sớm nhận ra tính quy luật khách quan của sự sinh diệt, biến hóa trong cơ thể, từ đó khẳng định sức khỏe là trạng thái cân bằng động giữa con người và môi trường.

3.3. Sự bản địa hóa học thuyết Âm Dương

Học thuyết Âm Dương có nguồn gốc từ Trung Hoa, nhưng khi du nhập vào Việt Nam đã được bản địa hóa cho phù hợp với môi trường, khí hậu và thể tạng người Việt. Như Tuệ Tĩnh từng nhấn mạnh “Thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt” hay “Thiên thư riêng định cõi nam, Thổ sản khác nhiều xứ Bắc” [7]. Câu nói này thể hiện quan điểm tiếp thu âm dương nhưng phải điều chỉnh theo thực tiễn Việt Nam.

Thứ nhất, khí hậu nóng ẩm đặc trưng của Việt Nam làm cho thấp nhiệt dễ thịnh. Vì vậy, học thuyết Âm Dương được vận dụng gắn với các phép tảo thấp - hóa đàm, thanh nhiệt - giải độc, kiện tỳ để cân bằng khí hóa bản địa. Hải Thượng Lãn Ông cũng đúc kết trong *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh* xứ nóng ẩm thì bệnh phần nhiều thuộc thấp nhiệt, phép trị tất phải dùng các vị tảo thấp, tiêu thực, kiện tỳ mà điều lý. Điều này cho thấy cách Hải Thượng Lãn Ông ứng dụng âm dương theo hướng thực tiễn, không rập khuôn mô hình Trung Hoa.

Thứ hai, thể tạng người Việt thường nhỏ, nhẹ, âm hư - tỳ hư, nên các bài thuốc được gia giảm theo hướng dùng dược liệu lành tính, ít công phá, bổ âm - kiện tỳ nhiều hơn. Trong phần “Dương trung cầu âm” của *Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh*, Hải Thượng Lãn Ông chỉ rõ người phương Nam phần nhiều âm huyết bất túc, cho nên khi dùng thuốc bổ dương phải kiêm dưỡng âm thì mới điều hòa được. Những bài như Lục vị, Bát trân khi vào Việt Nam đều được điều chỉnh theo khí hậu nóng ẩm và thể tạng âm hư phổ biến này chứ không áp dụng cứng nhắc theo bản gốc Trung Hoa.

Thứ ba, y học cổ truyền Việt Nam đặc biệt xem trọng ăn uống, dưỡng sinh, điều khí, coi đó là phương thức giữ cân bằng âm dương trong đời sống hàng ngày, phù hợp xã hội

nông nghiệp. Điều này được Tuệ Tĩnh nhấn mạnh dưỡng sinh quý ở điều hòa khí huyết, thuận theo âm dương bốn mùa. Cách tiếp cận này thực tế, gần gũi dân sinh hơn so với hệ thống lý luận mang tính kinh viện của Đông y Trung Hoa.

Nhờ những điều chỉnh đó, học thuyết Âm Dương tại Việt Nam trở thành một hệ thực hành có bản sắc riêng, kế thừa tinh hoa chung nhưng phản ánh sâu sắc kinh nghiệm dân gian Việt Nam. Chính điều này làm cho âm dương trở nên sống động, dễ ứng dụng và hiệu quả trong chẩn trị, phòng bệnh, dưỡng sinh của người Việt suốt nhiều thế kỷ.

4. ỨNG DỤNG HỌC THUYẾT ÂM DƯƠNG TRONG Y HỌC CỔ TRUYỀN VIỆT NAM

Y học cổ truyền Việt Nam là một hệ thống tri thức y học dân tộc được hình thành và phát triển qua hàng nghìn năm lịch sử. Trong quá trình hình thành đó, học thuyết Âm Dương với vai trò là hệ thống triết lý trung tâm đã được vận dụng sâu rộng trong mọi lĩnh vực của y học từ nguyên nhân gây bệnh, đến chẩn đoán, điều trị và dưỡng sinh phòng bệnh. Sự kế thừa từ y học Trung Hoa cổ đại kết hợp với điều kiện thực tiễn của người Việt Nam đã tạo nên bản sắc riêng cho y học cổ truyền nước ta.

4.1. Trong nguyên nhân gây bệnh

Theo quan niệm cổ truyền, cơ thể con người là một tiểu vũ trụ, phản ánh sự vận hành của đại vũ trụ, chịu tác động và điều phối của các yếu tố âm dương. Sự thịnh hay suy, mất cân bằng giữa âm và dương chính là nguyên nhân sâu xa của bệnh tật. “Dương trệ ở âm, âm trệ ở dương, bách bệnh giai sinh yên”, nghĩa là “dương bị ứ trệ trong âm, âm bị ứ trệ trong dương, trăm bệnh đều sinh ra từ đó” [5].

Cụ thể: dương thịnh gây nên các chứng nhiệt (sốt cao, môi khô, miệng đắng, táo bón, tiểu tiện đỏ, mạch sắc); âm thịnh gây nên các chứng hàn (sợ lạnh, chân tay lạnh, tiêu chảy, tiểu trong, mạch trì) [2]; âm hư: người nóng nhưng không sốt cao, mồ hôi trộm, miệng khô, lưỡi đỏ, mạch tế sắc; dương hư: sợ lạnh, mặt nhợt, mệt mỏi, tự ra mồ hôi, tay chân lạnh, mạch trầm trì.

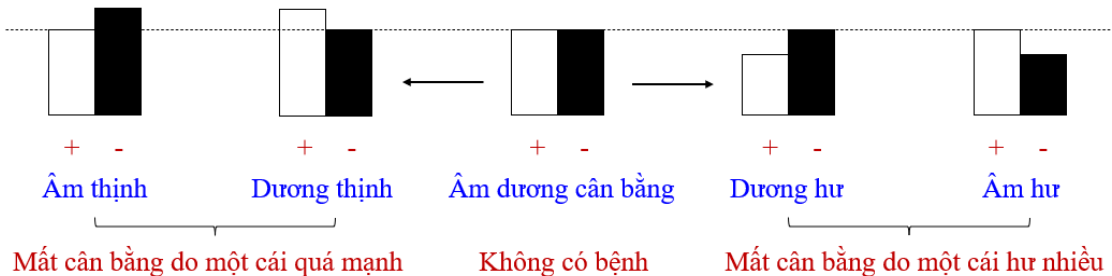
Như vậy, toàn bộ hoạt động của tạng phủ, kinh lạc, khí huyết đều vận hành theo quy luật âm dương. Âm chủ về chất (huyết, tinh, tạng), dương chủ về năng lượng (khí, động, phủ). Như tác phẩm *Hoàng Đế Nội Kinh Tố Vấn* có viết: “tạng, phủ, khí huyết, biểu, lý, thượng, hạ ở trong tám thân con người, đều gốc ở âm dương” [2].

4.2. Trong chẩn đoán

Phương pháp chẩn đoán trong y học cổ truyền, đặc biệt là tứ chẩn (vọng, văn, vấn, thiết) đều nhằm mục đích phân biệt âm dương [11]. Ứng dụng trong chẩn đoán như vọng chẩn như quan sát sắc mặt, thần khí, hình thể để phân biệt dương hư (sắc trắng, phù), âm hư (sắc đỏ bầm, gầy gò); văn chẩn: nghe tiếng nói, hơi thở - âm hư thường thở nhanh yếu, dương hư nói nhỏ, không có lực; vấn chẩn: hỏi các biểu hiện như sợ lạnh (hàn), khát nước (nhiệt), đau tăng khi lạnh (hàn), đau giảm khi chườm nóng (hàn chứng); thiết chẩn: bắt mạch để nhận biết hư - thực, hàn - nhiệt, âm - dương thông qua tốc độ, cường độ, sâu - nông của mạch. Mỗi phương pháp đều hướng đến việc nhận diện sự mất cân bằng âm dương - từ đó làm cơ sở lập phương pháp điều trị [2].

4.3. Trong điều trị

Nguyên tắc điều trị trung tâm là “quân bình âm dương”, tức là: âm hư bổ âm; dương hư bổ dương; âm thịnh tả âm; dương thịnh tả dương.



Hình 3. Biểu đồ thể hiện quy luật thịnh - suy và trạng thái cân bằng của âm dương.

Tùy theo mức độ và bản chất của sự mất cân bằng âm dương, người thầy thuốc sẽ lựa chọn phép trị phù hợp, có thể là công (tả), bổ (bổ sung), ôn (làm ấm), lương (làm mát), thăng (nâng lên), giáng (hạ xuống), thu (thu lại) hoặc phát (đẩy ra ngoài).

Cụ thể trong điều trị, người thầy thuốc trước hết phải xác định phép trị phù hợp nếu người bệnh bị sốt cao do dương thịnh, nghĩa là phần dương quá mạnh làm mất cân bằng, thì cần dùng thuốc có tác dụng thanh nhiệt, tả hỏa, tức là thuộc tính âm để làm mát, hạ nhiệt và điều hòa lại âm - dương. Ngược lại, nếu người bệnh bị suy nhược, sợ lạnh do dương hư, tức là phần dương bị suy yếu, cơ thể lạnh, khí huyết kém lưu thông, thì phải dùng thuốc ôn bổ dương như quế hoặc phụ tử nhằm làm ấm cơ thể và phục hồi dương khí. Trong trường hợp người bệnh mất ngủ do âm hư hỏa vượng, tức là phần âm không đủ để chế ngự dương, khiến hỏa bốc lên làm tinh thần bất an, khó ngủ, thì nên dùng thuốc bổ âm, giáng hỏa như mạch môn hoặc thực địa để bổ sung âm dịch và làm dịu hỏa khí.

Những ví dụ này thể hiện rõ nguyên lý vận dụng học thuyết Âm Dương trong y học cổ truyền, không chỉ ở việc lựa chọn phép điều trị và dược liệu, mà còn được áp dụng trong châm cứu qua nguyên tắc “tả thực, bổ hư”, không chỉ giới hạn khi dương thịnh hoặc âm hư mà còn tùy thuộc từng thể bệnh cụ thể nhằm khôi phục lại thể cân bằng tự nhiên của cơ thể.

4.4. Trong dưỡng sinh và phòng bệnh

Không dừng lại ở điều trị bệnh, học thuyết Âm Dương còn được ứng dụng vào dưỡng sinh, một phương pháp giữ gìn sức khỏe quan trọng trong y học cổ truyền. Các nguyên tắc như ăn uống điều độ, ngủ nghỉ đúng giờ, sống hòa hợp với thiên nhiên đều nhằm giúp âm dương trong cơ thể được ổn định và điều hòa. “Biết điều hòa cái khí âm dương ở trong thân mình thì tà không thể xâm phạm gây nên bệnh tật” [2].

Trong quan niệm dưỡng sinh và phòng bệnh theo học thuyết Âm Dương, việc sử dụng thức ăn và điều chỉnh lối sống cần phù hợp với trạng thái cơ thể và điều kiện môi trường. “Về tính chất nhiệt (tính ôn - hàn), các loại thảo dược và thực phẩm “nóng” như hồ tiêu, ớt và tỏi có tác dụng làm ấm và sinh nhiệt cho cơ thể, giúp tăng dương khí, thúc đẩy khí huyết lưu thông nhanh

hơn, kích hoạt, phát tán, đưa khí đi lên và ra ngoài, làm ấm tạng phủ, xua tan hàn khí bên ngoài và bên trong, đồng thời huy động vệ khí (chính khí) để bảo vệ cơ thể. Ngược lại, các thực phẩm “lạnh” như cà chua và chuối có tác dụng làm mát cơ thể, giảm nội nhiệt, và an định tinh thần” [12].

Sự thích ứng cũng được thể hiện theo mùa: mùa hè là thời điểm dương khí thịnh, con người nên mặc trang phục thoáng mát, ở nơi thông gió, bổ sung nước và thực phẩm mát để cân bằng nhiệt năng; đồng thời tránh lao lực quá mức nhằm dưỡng âm. Trong khi đó, mùa đông thuộc âm thịnh, cần mặc ấm, giữ cơ thể tránh lạnh và sử dụng những món ăn có tính ôn nhiệt nhằm tăng cường dương khí để chống lại thời tiết giá buốt.

Về mặt tâm lý, học thuyết Âm Dương cho rằng trạng thái cảm xúc cũng có tính hai mặt. Những bộc phát giận dữ, nóng nảy thuộc về dương, dễ kéo theo căng thẳng tiếp diễn, do đó cần được điều hòa bằng các yếu tố mang tính âm như suy nghĩ tích cực, thư giãn, đối thoại nhẹ nhàng hoặc lui tới không gian yên tĩnh. Trái lại, cảm xúc buồn chán, u uất nghiêng về âm, nếu kéo dài sẽ càng làm âm khí suy trệ; vì vậy nên chuyển hóa bằng hoạt động vui tươi, chủ động giao tiếp và tăng cường sinh hoạt mang tính dương để khơi dậy sinh khí.

Do đó, con người muốn sống khỏe mạnh, sống có ích cần phải biết tự điều chỉnh mình sao cho cân bằng trong tất cả các hoạt động sống từ: ăn uống, lao động, nghỉ ngơi, suy nghĩ, nói năng. Bởi vì cái gì thái quá cũng bất cập. Ngoài ra con người phải biết bảo vệ, cải tạo, sống hài hòa với thế giới tự nhiên xung quanh chúng ta. Tóm lại, từ nguyên nhân gây bệnh đến chẩn đoán, điều trị và dưỡng sinh, học thuyết Âm Dương không chỉ là lý luận trừu tượng mà đã trở thành kim chỉ nam cụ thể, vận hành toàn diện trong thực hành y học cổ truyền Việt Nam. Sự hài hòa giữa yếu tố kế thừa từ Trung Hoa với kinh nghiệm bản địa đã làm cho hệ thống lý luận âm dương trong y học Việt trở nên sinh động, gần gũi và hiệu quả.

5. KẾT LUẬN

Học thuyết Âm Dương, với tư cách là một hệ thống triết học cổ đại được khái quát trong

Kinh Dịch, đã và đang giữ vai trò nền tảng trong toàn bộ lý luận y học cổ truyền phương Đông nói chung và y học cổ truyền Việt Nam nói riêng. Từ nguyên lý vận động của vũ trụ, âm dương được chuyển hóa thành công cụ nhận thức, mô tả và lý giải bệnh lý, chẩn đoán và điều trị bệnh trong thực hành lâm sàng. Tại Việt Nam, quá trình tiếp thu học thuyết Âm Dương không phải là sao chép toàn bộ từ Trung Hoa mà là một quá trình bản địa hóa sáng tạo và có chọn lọc. Thông qua các danh y như Tuệ Tĩnh, Hải Thượng Lãn Ông, học thuyết này đã được Việt hóa phù hợp với điều kiện khí hậu, thể chất và văn hóa người Việt. Sự kết hợp giữa lý luận kinh điển và thực tiễn dân tộc đã tạo ra hệ thống y học cổ truyền có bản sắc riêng, vừa kế thừa tinh hoa phương Đông, vừa đậm đà tính nhân văn, linh hoạt và sát thực tiễn. Trong bối cảnh hiện nay, khi y học hiện đại đang có xu hướng tích hợp các yếu tố “tâm - thể - xã hội”, học thuyết Âm Dương có thể đóng vai trò như một hệ hình bổ sung, mang lại góc nhìn toàn diện hơn về sức khỏe và bệnh tật. Tuy nhiên, việc vận dụng lý luận này trong nghiên cứu và thực hành hiện đại đòi hỏi phải được lượng hóa, kiểm chứng và điều chỉnh phù hợp với ngôn ngữ khoa học đương đại.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Văn Sửu. Học thuyết Âm Dương - Ngũ Hành. Nhà xuất bản Văn hoá Thông tin. 1998: 7-9.
2. Nguyễn Tử Siêu. Hoàng Đế Nội Kinh Tổ Văn. Nhà xuất bản Lao động. 2009: 51, 59, 73, 75, 78.
3. Ngô Tất Tố (dịch và chú giải). Kinh Dịch. Nhà xuất bản Văn học. 2024: 30, 51, 53, 131.
4. Tao H, Yu M. C, Yang H. Y, Qu R. M, Yang C, Zhou X, Bai Y, Wu J. P, Wang J, Sha O, Yuan L. Correlations between fasciology and Yin-Yang doctrine. *Innovations in Acupuncture and Medicine*. 2011; 4: 141-146.
5. Lê Hữu Trác. Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh, Tập 1, Tập 2. Nhà xuất bản Y học. 2005: 5, 10, 18, 217.
6. Trần Thị Huyền. Học thuyết Âm Dương - Ngũ Hành trong “Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh” của Lê Hữu Trác. *Tạp chí Triết học*. 2002: 6, 34-37.
7. Đỗ Tất Lợi. Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam. Nhà xuất bản Y học. 2004: 1052, 1054, 1055, 1062, 1064.
8. Tuệ Tĩnh. Hồng Nghĩa Giác Tư Y Thư (Nguyễn Sỹ Lâm hiệu đính và chú giải). Nhà xuất bản Y học. 1978: 5.
9. Trần Thị Huyền. Học thuyết Âm Dương - Ngũ Hành qua các tác phẩm Hoàng Đế Nội Kinh và Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh. Trong: *Luận án Tiến sĩ Triết học*. Viện Triết học, Viện Khoa học Xã hội và Nhân văn Quốc gia. 2002: 5.
10. Trần Thúy (chủ biên). Lịch sử các y gia, y học cổ truyền Việt Nam và phương Đông. Nhà xuất bản Y học. 1996: 186.
11. Phạm Công Nhất. Cơ sở triết học phương Đông trong lý luận y học cổ truyền phương Đông về sức khỏe và bệnh tật. *Tạp chí Triết học*. 2006: 7, 44-48, 182.
12. Matos L. C, Machado J. P, Monteiro F. J, Greten H. J. Understanding traditional Chinese medicine therapeutics: an overview of the basics and clinical applications. *Healthcare*. 2021; 9(3): 257.