

Tìm hiểu về:

VIỆT Y TÔ HẢI THƯỢNG LÃN ÔNG VÀ Y HỌC DÂN TỘC¹

BS. Nguyễn Khắc Minh

Thân Thế:

Hải Thượng Lãn Ông tên là Lê Hữu Trác, sinh năm 1720 tại quê cha là Làng Lưu Xá, phủ Thượng Hồng, tỉnh Hải Dương (nay là thôn Lưu Xá, huyện Yên Mỹ, tỉnh Hưng Yên), mất năm 1791 tại quê mẹ ở xã Bầu Thượng, huyện Hương Sơn tỉnh Hà Tĩnh.

Lãn Ông thuộc dòng dõi khoa bảng, chú và cha đều là Tiến Sĩ của thời Hậu Lê. Sống với cha ở Thăng Long theo học về khoa cử, nổi tiếng là thông minh, học giỏi. Năm 19 tuổi, thân phụ mất, có duyên gặp một cao nhân họ Vũ ở Hà Đông, trao cho một cuốn binh thư dạy về cách bày binh bố trận, và cả phương pháp bấm độn của đời xưa. Lãn Ông dành ra một thời gian nghiên cứu, rồi bỏ nho học theo binh nghiệp, gia nhập quân đội nhà Trịnh, thắng được nhiều trận và giữ chức quân sư. Nhưng Lãn Ông sớm nhận ra cảnh nổi da sáo thịt thời Trịnh Nguyễn phân tranh, nên không màng danh tiếng và chức tước. Nhân dịp người anh ở Hương Sơn mất sớm để lại 3 con nhỏ, Lãn Ông xin ra khỏi quân ngũ, để về đó thay anh săn sóc báo hiếu mẹ và nuôi cháu.

Hương sơn là nơi nhiều lam sơn chướng khí, cuộc sống lại nghèo khó vất vả, nên Lãn Ông bị bệnh nặng, phải được cáng đến điều trị tại nhà lương y Trần Độc ở Nghệ An hơn 1 năm trời. Tại đây, Lãn Ông mượn đọc các y thư, có năng khiếu hiểu sâu và rộng hơn ai hết, nên lương y ngạc nhiên, quý mến và hướng dẫn thêm.

Về lại Hương Sơn, Lê Hữu Trác lấy biệt hiệu là Lãn Ông, hay ông già lười biếng, nhưng lại dày công nghiên cứu, tìm tòi, học hỏi, trở thành một danh y. Lãn Ông mở trường dạy học, và năm 1770 cho ra đời bộ sách Lãn Ông Tâm Lĩnh, sau 10 năm biên soạn và 40 năm kinh nghiệm. Đây là một bộ y thư đồ sộ và toàn diện, nền móng của Y Học Dân Tộc Việt Nam từ thế kỷ 18.

Có thể nói cuộc đời Lãn Ông có ba cơ duyên lớn:

- duyên bỏ nho học theo binh nghiệp
- duyên xa binh nghiệp dù có nhiều tài thao lược và chiến công
- duyên gặp y học và chuyển sang y nghiệp để có một sự nghiệp lớn lao cho mình và tuyệt vời cho dân tộc.

Sự Nghiệp

Sự nghiệp của một danh nhân là do hoài bão và công trình mang lại.

Hoài bão đã được Lãn Ông nói lên trong Lãn Ông Tâm Lĩnh, qua những vần thơ sau:

1- Bỏ Nho học theo Y học:

*Phải đâu vất vả mong hơn huệ
Trong đáy lòng ta cốt cứu người.*

¹ Đã được thuyết trình tại Viện Việt Học ở Westminster California, ngày 3 tháng 4, 2011.

2- Học hỏi và quán triệt y học cổ điển và dân gian

Có câu dùng thuốc tựa dùng binh

Quan trọng vô cùng việc tử sinh

Đến bậc Thái Y còn thiếu sót

Hướng mình non kém lý chưa tinh

3- Hướng dẫn đời sau

Chỉ muốn người đời không có bệnh

Lãn Ông bỏ cả Nho học và binh nghiệp để theo Y, không phải vì “không làm lương tướng thì làm lương y”, mà nhìn rõ sự vô nghĩa của can qua. Binh bị và chữa bệnh đều liên quan đến tử sinh, hay nói cho chính xác hơn là dẫn đến cửa sống là y nghiệp, và đẩy vào cửa chết là binh nghiệp, hai mục tiêu ngược hẳn nhau. Lãn Ông nhận ra là những y sư của vua chúa cũng chưa thiết biết về chuyên môn, nên quyết tâm học hỏi rất nhiều. Và còn đi xa hơn, là mong người đời không có bệnh - nghe có vẻ không thuận - nhưng chính đây là y khoa phòng ngừa, một nền y học thượng thừa.

Như vậy phải làm sao, thì Lãn Ông đã tự thuật như sau:

- *“Tôi bỏ Nho học thuốc trên 20 năm, nằm gai nếm mật, đóng cửa đọc sách, bắt đầu bằng bộ Hoàng Đế Nội Kinh, ngày đêm nghiên cứu, mắt xem miệng đọc, đi thì mang theo, gối thì suy nghĩ, tự hỏi tự trả lời. Sách thuốc của đời xưa, không bộ nào là không xem đến. Sách thuốc càng ra nhiều, người đọc như mông mênh qua bể tìm bến.”*

- *“Đọc sách xưa biết được ý nghĩa đã là khó, biết được ý ngoài lời càng khó hơn. Học một suy ra đến muôn, khó mà lường được.”*

Đây đúng là phá núi đào sông, mở đường khai lối, để kiến tạo một tòa lâu đài Y Học Việt Nam, cho thế hệ đương thời và mai sau.

Hoàng Đế Nội Kinh là y thư đầu tiên của Trung Hoa và nhân loại, chép lại những lời đàm đạo giữa Hoàng Đế và y sư Kỳ Bá, tạm cho là có từ 4 ngàn năm nay. Sách có hai phần: Linh Khu nói về châm cứu, và Tố Vấn dẫn giải về những liên quan trọng yếu của năng lực giữa vũ trụ và con người, qua những lý luận sâu sắc vi diệu về cuộc sống, sức khỏe và bệnh tật.

Với sách của phương Tây, có đọc là có hiểu, sau vài ba lần hay cả chục lần đọc khi cần. Cổ thư của Á Đông thì khác hẳn, nếu không phải là người đức độ, có chánh tâm thành ý, kiên trì học hỏi, thì như chỉ đứng ngoài cửa, không tài nào vào được trong nhà để hiểu biết thêm. Trong Tố Vấn có câu: “thử vi thiên địa chi bí”, ý nói đây là bí mật của Trời Đất... Vì vậy những lời tự thuật trên là những sự thật nói lên giá trị của nền Y Học Dân Tộc của ta, cũng như công lao to lớn của Lãn Ông

Với tư tưởng chỉ đạo trên, Lãn Ông đã:

- nghiên cứu tất cả các y thư của Trung Y và của các danh y Việt Nam, về y cũng như về dược.
- tự học tự hỏi, suy tư đến cùng để tìm ra được những chân lý ẩn trong những câu văn mung lung mơ hồ. Đồng thời loại ra những lời dạy chủ quan, cảm tính, không có cơ sở vững vàng, thường có nhiều ở Trung y và cứ truyền đi đời nọ sang đời kia. Đây là một tinh thần tự chủ và sáng suốt, nhất là vào thời xưa, không theo lẽ lối tri hô giả đã.
- rồi mang lý luận vào thực tiễn, tri hành phải hợp nhất, y lý phải giản đơn và rõ ràng, dược liệu phải chính xác và công hiệu.

- tìm hiểu những kinh nghiệm và phương thức trị bệnh của dân tộc, về lý và dược, tự mình tìm tòi và phát hiện thêm.
- ghi chép chu đáo hồ sơ bệnh nhân, để làm tài liệu hướng dẫn các môn sinh.

Lãn Ông còn vươn lên cả trong không gian và thời gian, nên tận lực soạn ra bộ y thư cho thế hệ đương thời và mai sau, vì:

- *"Nếu không mở một lối đi thì lấy gì mà làm thêm cho người đời sau". Tôi vâng lời trên của người anh, chú thích những câu của tiên hiền làm khuôn phép giúp cho đời sau tìm đến được bến bờ của y dược.*
- *Sao bằng ghi chép lại (kinh nghiệm, tìm tòi, khám phá), khiến sau trăm đời, người đọc hiểu được những lời mà đời trước chưa hoàn bị, để điều dắt các thầy thuốc sau này, há chẳng nên sao.*

Lãn Ông Tâm Lĩnh

1- Sau 10 năm biên soạn, Lãn Ông hoàn thành vào năm 1770 một bộ y thư lấy tên là Lãn Ông Tâm Lĩnh, còn được gọi là Y Tông Tâm Lĩnh hay Hải Thượng Y Tông Tâm Lĩnh. Đây là một bộ sách đồ sộ, gồm 28 tập, 66 quyển, phân ra nhiều mục

- Y Lý
- Bệnh Lý: Nội, Ngoại, Phụ, Sản, Nhi
- Trị Liệu Học
- Dược Học
- Bệnh Án
- Dưỡng Sinh
- Y Huân

Với những chi tiết sau:

Về Y Lý	Về Bệnh Lý
<ul style="list-style-type: none"> - Nội Kinh Yếu Chỉ (lời dạy cốt yếu trong Nội Kinh) - Y Gia Quan Miện (kiến thức cơ bản) - Y Hải Cầu Nguyên (lời dạy quan yếu của tiên hiền) - Huyền Tẩn Phát vi (bàn về tiên thiên thủy hỏa) - Khôn Hóa Thái Chân (bàn về hậu thiên khí huyết) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ngoại cảm Thông Trị (bệnh ngoại cảm) - Bách Bệnh Cơ Yếu (nguyên nhân cơ bản của bệnh tật) - Y Trung Quan Kiện (nguyên tắc về điều trị) - Phụ Đạo Xán Nhiên (Phụ Khoa) - Ấu ấu tu tri (Nhi Khoa)

Về Trị Liệu Học (Phương Tễ Học)

- Tâm Đắc Thần Phương: 70 phương thuốc hiệu nghiệm trong Phùng Thị Cẩm Nang.
- Y Phương Hải Hội: 234 phương thuốc cổ truyền.

- Bách Gia Chân Tàng: 600 phương đơn giản của tiên y và trong dân gian cho nội, nhi, chấn thương, cấp cứu.
- Hiệu Phòng Tân Phương: 29 phương sáng chế và hiệu nghiệm cho các trường hợp khó khăn.

Về Dược Học

- Dược Phẩm Bị Yếu (150 vị thuốc chính và thường dùng)
 - Lĩnh Nam Bản Thảo
 - 496 vị trong Nam Dược Thần Hiệu của Tuệ Tĩnh
 - 305 vị được Lãn Ông tìm tòi và phát hiện thêm

Nếu Trung Quốc có câu “An Nam chết trên đồng thuốc”, thì đời Trần đã có Tuệ Tĩnh Thiền Sư tìm tòi những cây cỏ, những dược phẩm chung quanh ta, để chữa trị cho dân mình, và để lại cho đời sau những bộ sách quý: Nam Dược Thần Hiệu, và Hồng Nghĩa Giác Tư Y Thư.

Hơn 4 thế kỷ sau, Lãn Ông hoàn thiện công trình này, và nhấn nhủ hậu thế qua những vần thơ nhẹ nhàng và thắm thía trong Lĩnh Nam Bản Thảo:

Thuốc thang sẵn có khắp nơi,
 Trong vườn, ngoài ruộng, trên đồi, dưới sông.
 Hàng ngàn thảo, mộc, thú, trùng,
 Thiêu gì thuốc bổ thuốc công quanh mình

Lãn Ông chứng minh những nhu yếu dược của ta, như quế Thanh Hóa, sâm Quảng Nam rất tốt và hợp với dân mình hơn là đến từ phương Bắc ; và cho hay gừng là 1 dược liệu quý báu từ thời vua Hùng, rất hữu hiệu để chống nhiễm trùng thương tích và che trở khỏi lam sơn chướng khí.

Về Bệnh Án

Những lời tâm tình của Lãn Ông

- *“Trong việc chữa bệnh, tôi từng ứng biến để đối phó với bệnh tình, chuyển nặng ra nhẹ, cứu chết lấy sống được bao nhiêu trường hợp mà vẫn có những chứng phải bó tay đợi chết cũng không phải là ít”.*

- *“Tôi không tự thẹn với trình độ thấp kém trong việc cứu người cho nên ngoài những “Dương án” lại chép thêm một tập kể lại những lời khó nói ra được, gọi là “Âm án”.*

- *“Mong những bậc trí thức có chí làm thuốc sau này, khi thấy những chỗ hay của tôi chưa đáng bắt chước, nhưng thấy chỗ dở của tôi cần phải lấy làm gương, không nên quá yêu tôi mà bảo: chỉ chữa được bệnh mà không chữa được mệnh. Thì đó mới là cái may cho đạo y”.*

Mục bệnh án gồm có:

- Y dương án ghi lại hồ sơ bệnh án của những bệnh nhân nặng nhưng qua khỏi
- Y âm án ghi những trường hợp thất bại trong điều trị, bệnh nhân tử vong.
- Thượng Kinh Ký Sự: y án khi được triệu vào Thăng Long để chữa bệnh cho thế tử Trịnh Cán, và thân phụ Trịnh Sâm.

Về Dưỡng Sinh

- Vệ Sinh Yếu Quyết Diển Ca, với những đề mục:

Thiên thất tình Thiên khởi cư
Thiên nước uống Thiên ăn uống
Thiên tránh tai nạn Thiên dưỡng nhi
Thiên phụ nữ

- Nữ Công Thắng Lãm: dạy về nữ công, gia chánh.

Y Huấn:

Tại Hương Sơn, Lãn Ông mở lớp đào tạo, với những lời tâm huyết được học trò ghi chép lại như sau:

- *“Phàm học thuốc, phải luôn luôn trau dồi nghiệp vụ: khi có chút thời giờ nhàn rỗi, nên luôn luôn nghiên cứu sách thuốc xưa nay, luôn luôn phát huy biến hóa thâm nhập được vào tâm, thấy rõ được ở mắt, thì tự nhiên ứng được vào việc làm mà không phạm sai lầm“.*
- *“Đã là thầy thuốc thì nên nghĩ đến việc giúp người, không nên vắng nhà lâu để tìm vui thú riêng như đi chơi ngắm cảnh, mang rượu lên núi uống chơi, vì nhớ có bệnh cấp cứu, người ta tìm thầy không gặp kịp, hại đến tính mạng con người“.*
- *“Chữa bệnh phải toàn diện. Khi đến xem bệnh ở những nhà nghèo túng hay những người mồ côi góa bụa hiếm hoi lại càng nên chăm sóc đặc biệt, vì những người giàu sang không lo không có người chữa, còn những người nghèo khó thì không đủ sức đón thầy giỏi, vậy ta nên để tâm một chút, họ sẽ được sống một đời... Những người con thảo, vợ hiền, nghèo mà mắc bệnh, ngoài việc cho thuốc, lại tùy sức mình mà chu cấp cho họ nữa, vì có thuốc mà không có ăn, thì cũng vẫn đi đến chỗ chết. Cần phải cho họ được sống toàn diện, thì mới đúng là nhân thuật“.*

Và được đúc kết trong y huấn:

- Cứu bệnh như cứu hỏa
- Luôn luôn học hỏi để làm tròn bổn phận
- Hết lòng lo cho bệnh nhân, nhất là người nghèo, cô nhi, quả phụ.
- Không cầu mong danh lợi
- Không phân biệt giàu nghèo
- Kính trọng bệnh nhân, nhất là phụ nữ.

Lãn Ông có một tinh thần phục vụ cao độ: sự tận tụy hết lòng cho bệnh nhân được mô tả qua những vần thơ:

*Quên mình cứu chữa người ta,
Ngoài ra tất cả đều là phù vân.*

Và qua những y án được ghi chép lại, ta thấy Lãn Ông nói sao làm vậy: không nghĩ đến đi chơi xa để người nhà bệnh nhơn lúc nào cũng tìm được mình; nán ở lại với bệnh nhân, có khi cả ngày, cho tới lúc thấy bệnh có thuyên giảm; tự bỏ tiền ra mua cho người nghèo những thuốc quý, đắt, nhưng rất cần.

Lãn Ông còn tuyệt vời nữa:

- không chấp nhận hai chữ số mạng, coi tử vong là một đau thương chung cho mọi người liên hệ đến bệnh nhơn. Đây là tiếng chuông cảnh tỉnh cho y sỹ thời đó và ngay cả bây giờ, vì Á Đông thường dùng hai chữ số mạng để an ủi người và ta. Lời dạy này phải là một động lực đòi hỏi người thầy thuốc tích cực suy tư, khi thất bại thì phải phân tách tìm hiểu nguyên nhân, nhận

ra những sơ xuất hay yếu kém, để trau dồi khả năng phục vụ của mình. Có như vậy thì y học mới vươn lên đến những tầng cao mới.

Vì vậy, Lãn Ông Tâm Lĩnh là 1 bộ y thư toàn diện, về cả điều trị và phòng ngừa:

1- Y học điều trị với những hiểu biết sâu sắc về y lý, bệnh lý và phương dược. Đi song song là dược phẩm phong phú, có sẵn quanh lương y, tương xứng với câu của ta là Trời sinh voi, trời sinh cỏ, hay rõ hơn: người mang bệnh thì Trời cho thuốc gần xa.

Tập Thượng kinh ký sự ngoài bệnh án, còn là một áng văn tuyệt tác tả người tả cảnh chốn kinh kỳ, có giá trị lịch sử. Năm 1782, được triệu vào Thăng Long chữa bệnh, Lãn Ông còn muốn học hỏi thêm và tìm cơ hội in ra bộ Y Tông Tâm Lĩnh cho y giới. Tuy thất vọng cả hai, nhưng lại thấy các lương y đã tự học hỏi, truyền tay nhau chép tay các bài dạy của mình, chữa bệnh rất thành công, nên nhiều người lập bàn thờ để thờ sống mà ghi ơn mình.

Sự việc này nói lên hai điều:

- luân lý tuyệt vời của dân tộc: biết ơn thầy dạy dù chỉ được học qua sách vở.
- Lãn Ông Tâm Lĩnh không phải là mớ lý thuyết suông, mà có tri hành hợp nhất, đã được thực tiễn chứng minh lý luận. Đây chính là tính cách khoa học, chứng nghiệm của nền Y Học Dân Tộc Việt Nam.

2- Y Khoa Phòng ngừa

Nhưng Lãn Ông còn đi xa hơn, hướng về Dưỡng Sinh và Phòng Bệnh, qua tập Vệ Sinh Yêu Quyết Diển Ca và Nữ Công Thắng Lãm.

Vệ Sinh là bảo vệ năng lực sống. Yêu quyết là những điều cốt cán để thực hành. Chữ diển ca ở đây là một viên kiến sâu sắc của Lãn Ông, của Việt Nam và cho đồng bào mình. Ngôn ngữ Việt là 1 bản nhạc với ngũ cung 5 dấu sắc huyền hồi ngã nặng, ca dao là những lời nói vừa có âm điệu vừa có vần để dễ đi vào lòng người. Dưỡng sinh là những kiến thức phải được dễ hiểu để nhớ để áp dụng thường xuyên vào cuộc sống, nên cần đi đôi với phương tiện truyền đạt của diển ca.

Vệ Sinh Yêu Quyết dạy ta gìn giữ sức khỏe trên mọi khía cạnh: lành mạnh sạch sẽ cho tâm hồn và thể xác, về nơi ở, về nước dùng. Dưỡng sinh không bắt đầu từ lúc đã khôn lớn, mà từ trước khi được sanh ra, nên Lãn Ông nhấn mạnh vào vai trò rất quan trọng của phụ nữ, của người mẹ, và có những lời dạy tránh tảo hôn, ứng xử lúc có kinh, khi mang thai, và phương pháp nuôi nấng săn sóc trẻ em. Lãn Ông rất chú trọng về ăn uống, vì đây chính là năng lực sống mà đất Mẹ mang lại, nên soạn ra tập Nữ Công Thắng Lãm, dạy cho cách chế biến các món ăn với phương pháp đặc biệt vừa có tác dụng bồi dưỡng vừa có tác dụng phòng chống bệnh tật. Phụ nữ cần tuân thủ những lời dạy trên, để tiên thiên của đứa con được mạnh mẽ, và hậu thiên được sung mãn, và tránh được lời thơ tha thiết của Lãn Ông: “*con bầy ốm yếu, giống nòi mạnh sao.*”

Y học phòng ngừa là một y học thượng thừa. Nội Kinh đã nói rõ cả ngàn năm trước:

Thánh nhân (cân hiểu là người nhìn xa trông rộng) không trị khi bệnh đã có rồi, mà trị khi bệnh chưa phát ra ; không trị khi đã loạn mà ra tay khi loạn sắp xảy ra. Nếu chờ bệnh tới rồi mới cho uống thuốc, hay loạn đã xảy ra rồi thì mới ra tay, thì cũng giống như chờ khi khát nước mới đi đào giếng, hay đợi lúc sắp giao tranh mới rèn đúc vũ khí. Như vậy phải chăng là đã muộn rồi ?.

Vì vậy hoài bão của Lãn Ông: “*chỉ muốn người đời không có bệnh*”, đã được thể hiện qua Vệ Sinh Yêu Quyết, Nữ Công Thắng Lãm, cho đồng bào đương thời và các thế hệ mai sau. Có thể nói Lãn Ông Tâm Lĩnh là Y thư toàn diện về Dưỡng Sinh, một nền y học thượng thừa trong thế kỷ 18 và ngay cả cho thời nay.

Y Tổ của nền Y Học Dân Tộc Việt Nam

Với công lao mở đường khai lối, và công trình soạn ra Y Tông Tâm Lĩnh để truyền lại cho người đi sau, Hải Thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác xứng đáng là Y Tổ của nền Y Học Dân Tộc.

Nước ta đã có nhiều đại danh y, như Minh Không Thiên Sư hay Lý Quốc Sư đời Lý, Tuệ Tĩnh Thiên Sư đời Trần, Hoàng Đôn Hòa đời Lê... nhưng phải đợi đến thế kỷ thứ 18 mới có một đại danh y là Hải Thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác, với bộ y thư bách khoa đầu tiên và duy nhất của Việt Nam, một lâu đài y học đồ sộ vững chắc và toàn diện.

So sánh với Tây Y

Để được rõ hơn về Y Tổ và Y học Dân Tộc, ta hãy nhìn về phương Tây và tìm hiểu thêm

Y Tổ của Tây Y

Là Hippocrates, sống cách đây 25 thế kỷ (460 – 377 BC)

Trước Hippocrates, Hy Lạp có đền thờ Aesclepedius, bệnh nhân được mang đến đó để xin thần chữa bệnh cho.

Hippocrates không chấp nhận như vậy, tách y khoa ra khỏi tôn giáo, nhấn mạnh bệnh tật phải được điều trị bởi y sỹ, không bởi thần linh.

Hippocrates mở trường dạy học trò quan sát bệnh nhân, ghi chép đầy đủ, và săn sóc ân cần (tender loving care). Y sỹ được tuyên thệ khi tốt nghiệp

Những tác phẩm của Hippocrates	Lãn Ông Tâm Lĩnh
<ul style="list-style-type: none">■ Oath (lời thề của y sỹ khi tốt nghiệp)■ Ancient medicine (cổ y)■ Air, waters, and places (không khí, nước, nơi sống)■ Prognostics (tiên lượng bệnh)■ Epidemics (bệnh dịch)■ Head injury – surgery (chấn thương đầu - phẫu thuật (lấy máu tụ)■ Fractures – articulations (gãy xương - trật khớp)■ Fistulae – hemorrhoids (lỗ dò – trĩ)■ Sacred disease (bệnh do mê tín cho là đến từ cõi linh thiêng, như kinh giật...)	<ul style="list-style-type: none">■ Y huấn■ Y lý■ Bệnh lý■ Trị liệu■ Dược học■ Dưỡng sinh■ Y dương án■ Y âm án■ Dưỡng sinh phòng bệnh

Tuy tác phẩm của hai vị y tổ có nhiều khác biệt, vì sống xa nhau trên hai chục thế kỷ, nhưng Hippocrates và Lãn Ông có nhiều điểm tương đồng:

- Hippocrates: *“Bản năng của người bệnh là y sỹ giỏi nhất của họ. Người y sỹ giỏi là người biết phát huy bản năng này của bệnh nhân”*. Đây là homeostasis của y học hiện đại.

Lãn Ông: *‘Cần duy trì và bồi bổ chánh khí, vì đó là sức chống trả bệnh tật của bệnh nhân.’*

- Hippocrates: Ánh nắng mặt trời, không khí, nước và sự vận động là nguồn gốc của sự sống và của sức khỏe

Trong Vệ Sinh yếu quyết, Lãn Ông có những lời dạy về sinh hoạt, sạch sẽ, vận động.

- Hippocrates: “*Hãy dùng thức ăn làm thuốc (let's food be thy medicine)*”

Vệ sinh yếu quyết: có thiên dạy về ăn uống. Lãn Ông: “*có thuốc mà không có ăn uống thì cũng đi đến chỗ chết.*”

- Y huấn của Lãn Ông cũng giống lời thề trước Hippocrates. Trong lời thề còn có câu:

- coi thầy dạy như thân phụ, và sẽ hết lòng truyền lại nghề y cho con thầy.

- sẽ sống và hành nghề y với tâm hồn thanh khiết và thánh thiện (With Purity and with Holiness, I will pass my life and practice my Art). Lời thề tuyệt diệu và gốc gác này không hiểu vì sao ngày nay lại không được các Bác Sĩ Tây Y tuyên thệ khi ra trường.

Tây Y ở thế kỷ 18:

1- Đại danh y Lãn Ông mất năm 1791, thì 8 năm sau ở Hoa Kỳ một đại danh nhân là Tổng Thống đầu tiên George Washington cũng từ già cõi đời. Những ngày cuối cùng của Tổng Thống Washington được ghi chép lại rất trung thực và đầy đủ, chi tiết như sau:

- ngày 12 tháng 12 năm 1799 trời khá lạnh vì đã vào Đông, Tổng Thống Washington đi thăm trang trại của mình cả buổi sáng và gặp trận mưa. Xế trưa mới về nhà, thấy ớn lạnh, hơi đau cổ. Phu nhân Martha khuyên uống thuốc, nhưng Washington bảo “không cần, vì cảm đến thì sẽ đi” (let the cold go as it comes), rồi đi nằm nghỉ.

- 3 giờ sáng hôm sau ngày 13, cổ họng đau nhiều hơn, sốt và khó thở, và được chữa trị bởi 3 bác sĩ: Craig, Brown, Dick. Nhưng không hiệu nghiệm và bệnh càng ngày càng nặng.

- 22 giờ ngày 14: Tổng Thống Washington kiệt sức và nói “xin để cho tôi đi” (please let me go), rồi mất 10 phút sau đó,

Chữa trị như thế nào:

- cắt tĩnh mạch ở tay để xuất huyết. Đây là 1 phương pháp từ thời Trung Cổ bên Âu, vì tin rằng khi bị sốt là có tà ma (evil spirit) trong máu, phải cho xuất huyết để đuổi chúng ra ngoài cơ thể. Tổng Thống Washington tin ở chuyện này, thường dùng để điều trị cho nô lệ của trang trại.

Trong khi chờ BS Craig, y sỹ gia đình tới, ông đã ra lệnh cho người quản gia, ông Rawlins, giúp cắt tĩnh mạch ở cánh tay. Dr. Craig sau đó xuất huyết thêm 3 lần nữa vì thấy không bớt, rồi Dr. Dick làm cho 1 lần chót. Tổng Thống Washington càng yếu mệt vì đã mất hơn nửa lượng máu của mình.

- cho uống hỗn hợp mật mía (molasse), dấm chua, bơ... cốt làm cho ói mửa nhưng khiến bệnh nhân ho sặc và ngộp thở.

- làm phòng phòng da ở cổ bằng bột sác con bọ cantharide (ban miêu ?) để trị đau họng.

- cho vào hậu môn dung dịch khinh phần (calomel), bã rượu (tartar) để rửa ruột, cốt cho độc tố chạy ra ngoài.

- tất cả đều không hiệu nghiệm, TT Washington càng giờ càng khó thở, sốt cao, yếu mệt.

- cuối cùng Dr. Brown dự tính chờ cho bệnh nhân mê đi, dùng dao mở thanh quản, và truyền máu cừ, nhưng không thực hiện.

BS Brown tốt nghiệp ở đại học bên Anh, Craig và Dick ở đại học Philadelphia, và là những BS đầu ngành như ngự y bên trời Đông.

2- Tây Phương mãi tới năm 1865 mới có Pasteur của Pháp khám phá ra sự hiện hữu của vi trùng, năm 1855 Snow của Anh nhận ra sự lan truyền của dịch tả qua nước uống, Koch của Đức tìm thấy vi trùng bệnh lao năm 1882 và bệnh dịch tả năm 1883. Nhưng Lãn Ông Tâm Lĩnh, từ năm 1770 đã dạy như sau:

- về nước uống thì “*nước sông nước suối cũng chưa an toàn, cần được sát trùng*” (bằng canh châu, quán chúng, hùng hoàng, nghệ rậm).

- dùng vôi bột rắc vào phân và đăm của người bị bệnh lao
- nấu chín đồ ăn thức uống, tránh xa nơi có bệnh để đề phòng dịch tả
- và sau khi thăm bệnh nhân bị bệnh đậu mùa, Lãn Ông thay hết quần áo, đun sôi, trước khi ăn.

Qua những dữ kiện trên, ta có thể nói Lãn Ông Tâm Lĩnh hay Y Học Dân Tộc Việt Nam là một **nền y khoa tiên tiến của cả thế giới vào thế kỷ 18.**

Và ngay bây giờ, Tây Y vẫn chưa thấu triệt được bệnh ngoại cảm, bàng bạc khắp nơi do thời tiết khí hậu, do nóng lạnh gió mưa, chỉ biết đổ lỗi cho vi trùng rồi siêu vi. Và Tây Y còn lâu mới có những suy tư sâu sắc như Lãn Ông đã hết lòng soạn ra tập Vận Khí Bí Điện, từ những chương thâm sâu kỳ bí của Nội kinh, như: Thiên Nguyên Kỳ Đại Luận nói về nguồn gốc của vũ trụ. Và Ngũ Vận hành Đại Luận, Lục Vi Chi Đại Luận, Chí Chân Yếu Đại Luận, dẫn đến những hiểu biết về ảnh hưởng của Trời Đất đi vào con người để sanh ra bệnh tật. Lãn Ông Tâm Lĩnh quả là một **kho tàng y học vượt thời gian và không gian.**

Tóm lại:

- Trong thế kỷ 18, Việt Nam có một đại danh y là Hải Thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác, một ngôi sao sáng ngời trên nền trời y học, và là niềm tự hào của tất cả chúng ta.
- Lãn Ông là Y Tổ của Y Học Việt Nam, vì đã dày công soạn ra bộ Lãn Ông Tâm Lĩnh, nền tảng của Y Học Dân Tộc, một y học chính thống, toàn diện, khoa học và đại chúng. Đây cũng là một bách khoa y thư, tiên tiến thời đó, của Việt Nam và cho toàn thế giới.
- Chúng ta - trong và ngoài y giới - cần học hỏi Lãn Ông Tâm Lĩnh, để phòng bệnh, chứng nghiệm và phát huy thêm. Không nên phân biệt Tây, Đông hay Nam Bắc Y, vì chỉ có một nền y học, y học của nhân loại; và y học này phải hiệu nghiệm, trong tầm tay và không tốn kém cho gia đình bệnh nhân.
- Ngoài những kiến thức về y, chúng ta còn học hỏi được về tâm tư và con người của Lãn Ông. Những lời tự thuật ở trên, những lời dạy chí tình... quả là tấm gương để chúng ta tự soi lại lòng mình, dù ở trong bất cứ ngành nghề nào.

Kết luận:

Kết luận gì đây, sau khi đã tóm tắt như trên.

Tiêu đề có 4 chữ Hải Thượng Lãn Ông thì xin đúc kết bằng cách tìm hiểu thêm về danh xưng qua tiếng Hán Nôm này. Âm điệu nghe có vẻ tên của một danh y Bắc phương, như Hoa Đà Biền Thước ; nhưng ngược lại và cho chúng ta cả một kho tàng ý nghĩa.

Hải Thượng thì dễ hiểu, vì lấy từ sinh quán là phủ Thượng Hồng của tỉnh Hải Dương. Phải chăng Lê Hữu Trác tha thiết với quê cha đất tổ và muốn hai địa danh này luôn luôn đi theo và nhắc nhở mình.

Còn Lãn Ông hay ông lười biếng ? Yveline Féray - một nữ văn sĩ Pháp đã xuất bản năm 2000 cuốn sách về Lãn Ông - Monsieur Le Paresseux - sau 10 năm tìm hiểu, đã kể lại là thế tử Trịnh Cán có hỏi Lãn Ông về biệt hiệu này. Lãn Ông thưa rằng muốn lười vì không còn phải chữa bệnh nữa. Đây cũng là nguyện ước “mong người đời không có bệnh” ở trên, một y khoa phòng ngừa hay y học thượng thừa.

Ngoài ra còn có một chi tiết khác đáng chú ý. Sau khi qua khỏi bệnh nặng ở Nghệ An, và quyết tâm theo về y, thì Lê Hữu Trác được Hải tướng quân nhà Trịnh cho sứ giả đến Hương Sơn Hà Tĩnh mời trở lại quân ngũ, vì cần đến tài điều binh khiển tướng của mình. Nhưng người từ

chối, lấy biệt hiệu là Lãn Ông, làm nhà ở ven rừng để hết sức hết lòng cho y nghiệp. Danh xưng lười biếng ở đây cũng có thể là đối với binh nghiệp, vì không muốn làm danh tướng chút nào.

Phải chăng Lê Hữu Trác chọn danh hiệu Hải Thượng Lãn Ông là để nói lên lòng yêu nước và yêu đồng bào, hai tình cảm quan yếu trong đời. Và chính hai tình cảm này là nguyên động lực mãnh liệt để Lãn Ông mở đường khai lối, cho ra đời bộ y thư Tâm Lĩnh - một lâu đài Y học đồ sộ sáng ngời của Việt Nam - để gìn giữ sức khoẻ của đồng bào và đẩy lui binh tật, cho thế hệ đương thời và mai hậu.

Tham khảo:

- Hải Thượng Y Tôn Tâm Lĩnh. Khai Trí xuất bản, 1972
- Thân Thế và Sự Nghiệp Y Học của Hải Thượng Lãn Ông. Nhà Xuất Bản Thể Dục và Thể Thao 1970
- Hoàng Đế Nội Kinh. Hành Giả Minh Thiên phiên dịch và dẫn giải.
- Hippocrates. Wikipedia
- The Death of George Washington, 1799," EyeWitness to History, www.eyewitnessstohistory.com (2001).

Ở quốc nội, Hải Thượng Lãn Ông được thờ ở hai nơi, ngày giỗ là 15 tháng giêng:

Tại quê cha, ở Yên Mỹ, Hưng Yên



Tại quê mẹ, ở Hương Sơn, Hà Tĩnh:



