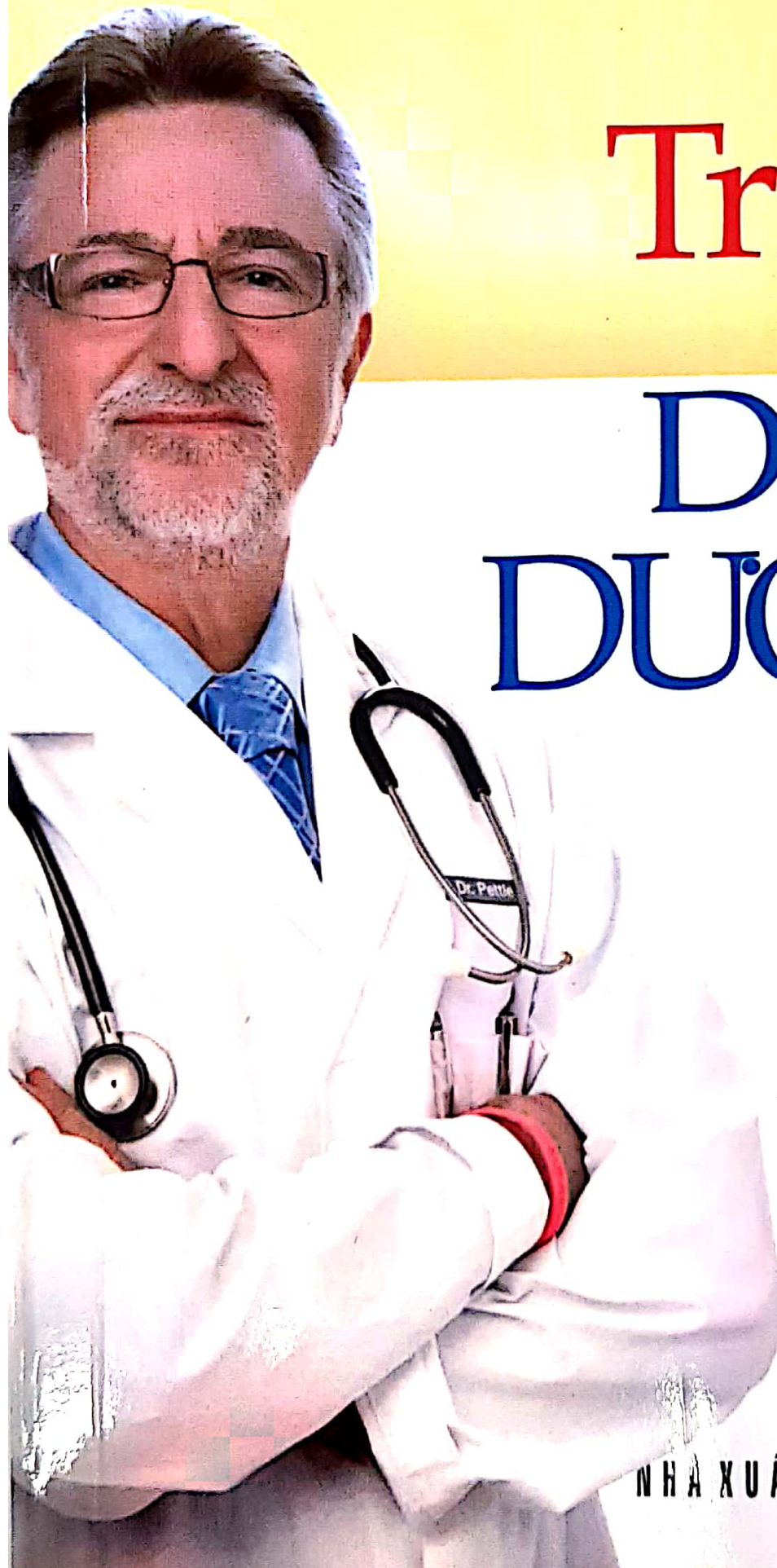


BS. NGUYỄN VĂN THỤY



# Triệu BẰNG DINH DƯỠNG



NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

## LỜI NHÀ XUẤT BẢN

Trong đặc san *SỐNG VUI* số 44 của Nhóm Gạo Lứt Huế (dời vào Đà Nẵng sau tết Mậu Thân) đã cho độc giả thấy một việc mới lạ nhất trong Y giới V.N, là ngày 6-8-72 vị Doctor trẻ tuổi Nguyễn Văn Thụy đã trình tại Hội Đồng Giám khảo Huế một luận án chưa từng có : **“TRỊ LIỆU BẰNG DINH DƯỠNG”**! Một luận án lấy sự chữa bệnh bằng phương pháp Ohsawa, không đề cập tới thuốc men, nhờ thế vị Doctor ấy đã chữa lành được bệnh mà Y học Thái Tây đã bỏ rơi.

Luận án này chúng tôi nhận là một luận án mở ra một kỷ nguyên mới trong y giới V.N chưa nói cả thế giới, vậy xuất bản để ghi một dấu lớn trong trang lịch sử nước nhà. Con tầm ăn dâu rồi nhả ra tơ, Doctor Nguyễn Văn Thụy mò lặn trong biển học Thái Tây lại có biệt nhãn nhận thấu chỗ vô tiền khoáng hậu của phương pháp Ohsawa, tìm ra được chân lý trong

việc thực sự cứu người, có một giá trị đặc biệt, chẳng phải ôm ấp cái học "tìm bánh mì" (Pan wo eru hōhō to shite yatte iru hito) như Ohsawa tiên sinh thường chỉ vào hàng "học máy nói" (phonographe). Nhưng dám chắc Doctor Thụy sẽ được nhiều người biết đến, vì rằng "cái lộc nằm trong sự học" (học giả lộc tại kỳ trung).

Quyển sách này, quyển sách thứ II chúng tôi được hân hạnh xuất bản. Một điều hẳn độc giả lưu ý là quyển luận án này chúng tôi chỉ in phân lý thuyết, không in phân hiến từ (dédicaces) ở trước và phân chứng minh cụ thể các chứng bệnh như bệnh Leucémie của Mousa chẳng hạn và phân lâm sàng ở sau gần 50 trang.

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

## TRỊ LIỆU BẰNG DINH DƯỠNG

Nói đến thuyết Âm Dương, chúng ta không thể không đề cập đến Vũ Trụ luận của triết học Trung Hoa. Đại để có 3 thuyết luận về căn nguyên của Vũ Trụ : một thuyết lấy Đạo làm căn nguyên gọi là Duy Lý. Phái khác lấy Thái cực làm căn nguyên gọi là phái Duy Khí, còn phái thứ ba lấy Tâm làm căn nguyên của Vũ Trụ gọi là phái Duy Tâm. Mặc dầu những dị biệt giữa những học phái, điều thống nhất giữa các Vũ Trụ luận là một nhất nguyên luận tuyệt đối. Vũ trụ được điều hành bởi một nguyên lý tuyệt đối mà ta có thể gọi là Thái Cực, Đạo hay Tâm cũng được vì với Tuyệt đối thì mọi ngôn ngữ đều dứt bặt, các ý nghĩ đều không thể nào đạt tới được.

Giáo sư Ohsawa (1893 - 1956) đã tập đại thành tất cả những vũ trụ luận trên vào một nguyên lý duy nhất gọi là "Vô song nguyên lý". Theo truyền thống Đông phương mọi nhận thức được truyền thụ bằng trực giác chứ không bằng đường lối lý trí, phân tích như Tây phương.

Với lý trí ta có thể giải thích, hệ thống hóa và phổ biến được, nhưng chỉ có lối nhận thức bằng trực giác mới có thể thấu triệt được đến vị trí của sự vật trong vũ trụ.

Nhưng nếu cái tuyệt đối đó là trên tất cả ngôn ngữ và tư tưởng thì cái biểu hiệu của nó giữa vạn vật trong vũ trụ chúng ta lại có thể hiểu thấu được vì nó tuân theo những qui luật nhất định. Cái tuyệt đối đó là tuyệt đối linh động, luôn luôn biến hóa. Qui luật của sự biến hóa này được tượng trưng bằng những biểu tượng chép trong Kinh Dịch. Chúng ta có thể nói rằng Kinh Dịch là nguồn gốc của tất cả các khoa học Đông Phương nhất là y học. Mở đầu các sách thuốc, các y sư thường nói : "Không học Dịch không thể nói đến thuốc" (bất học Dịch bất khả dĩ ngôn y). Vậy Dịch là gì? Dịch không phải là một số ngôn từ hay quái hào, mà Dịch chính là những biến thiên từ nhân thân đến vũ trụ, từ các cực nhỏ đến cực lớn. Muốn hiểu Dịch phải hòa động với Tạo vật, bỏ đi những tư dục, những thiên kiến. Kinh Dịch viết "Dịch có Thái Cực sinh lưỡng nghi, Lưỡng nghi sinh Tứ tượng, Tứ tượng sinh Bát quái". Vậy Dịch tức là đại lịch trình biến hóa trong

vũ trụ mà khởi điểm là Thái cực tức là cái Tuyệt đối và từ đó sinh ra lưỡng Nghi tức là hai khí Âm Dương. Âm và Dương là hai yếu tố ngược nhau về tính chất tiềm phục trong Dịch. Không có một sự biến hóa nào trong vũ trụ mà không có Âm Dương, từ nhân sự cho đến sự vận hành của mặt trời, mặt trăng. G.S Ohsawa sau khi tự chữa cho mình lành bệnh mà bệnh viện bó tay, nhờ cách ăn uống phải phép, từ đó ông hy sinh cả cuộc đời để chuyên tâm nghiên cứu Dịch lý và Đông y. Theo ông thì nguyên lý Âm Dương có thể áp dụng vào các ngành sinh vật học, sinh lý học, y học, nông nghiệp, vật lý hạch tâm, hóa học v.v... Làm sao mọi thứ đều thống hợp nhau thay vì chia biệt ra hay tổ chức thành từng môn khoa học chuyên môn. Trải qua 48 năm thuyết giảng khắp thế giới về con đường Trung đạo để đưa đến sự tự do vô biên, công bình tuyệt đối, và hạnh phúc vĩnh cửu, nhờ đó mà hàng vạn người đã chữa khỏi những căn bệnh gọi là nan y bằng cách áp dụng Vô song nguyên lý vào công việc ăn uống hàng ngày của bệnh nhân.

Tháng 5 năm 1965 G.S Ohsawa đã bắt thân đến V.N lần đầu tiên tại Huế và cũng trong

dịp này chúng tôi mới biết đến phương pháp trị liệu bằng dinh dưỡng. Sau khi thực nghiệm trên chính bản thân mình, tháng 10/1971 chúng tôi đem áp dụng phương pháp trên vào một bệnh nhân bị "Leucémie myéloïde chronique" sau khi xuất viện vì không có thuốc Busulfan và đề tài này đã được Giáo Sư Bùi Duy Tâm bảo trợ trong chiều hướng tổng hợp Đông và Tây y tại trường Y Khoa Đại Học Huế.

## 1- NGUYÊN LÝ ÂM DƯƠNG

### \* Nguyên lý âm dương

Nguyên lý Thái Cực chia vạn vật ra làm hai nguyên tính tương phản : Âm và Dương. Đó là hai yếu tố căn bản tương phản để sáng tạo, kích động, phá hoại và tái sinh vạn vật trong vũ trụ. Yếu tố nếu có Âm lực nhiều hơn Dương lực thì gọi là Âm và trái lại thì gọi là Dương. Âm Dương luôn luôn tương đối. A có thể Âm đối với P, nhưng có thể Dương đối với C. Tất cả sự vật ở vũ trụ này đều tùy thuộc vào tỷ lệ và phương thức phối hợp hai yếu tố Âm và Dương đều là sản phẩm của hai năng lực tương phản căn bản trên.

Nói một cách khác, tất cả những hiện tượng và tất cả những đặc tính của mọi vật đều là biểu hiện do hai năng lực căn bản ảnh hưởng : Dương lực hướng tâm và Âm lực ly tâm.

Năng lực hướng tâm Dương phát sinh những hiện tượng sau : nhiệt (cho nên có hoạt động những thành phần phân tử), sự co rút, trọng lượng (cho nên có khuynh hướng hạ xuống), hình dáng dẹp, thấp, nằm ngang.

Năng lực ly tâm Âm : lạnh (làm chậm lại sự chuyển động các thành phần phân tử), sự dãn ra, sự bành trướng (cho nên có khuynh hướng tăng lên), nhẹ (lên cao trong một chỗ nào đó) hình dáng rộng lớn, cao trong, chiều thẳng đứng.

## HÌNH THỂ

Mọi vật trong vũ trụ đều có một hình thể, một màu sắc và một trọng lượng đặc biệt.

Hình thể dài theo chiều thẳng đứng thì Âm và chịu ảnh hưởng của ly tâm lực Âm, cùng hình thể ấy mà đặt nằm ngang thì Dương và chịu ảnh hưởng của hướng tâm lực Dương.



A,B,C,D, là những hình thể thẳng đứng, nghĩa là ly tâm lực có ưu thế.

E,F,G,H đều nằm ngang tức là hướng tâm lực có ưu thế.

Từng cặp một, những hình thể ấy tuy diện tích đồng nhau nhưng lại tương phản cái này thì Dương mà cái kia lại Âm.

## TRỌNG LƯỢNG

Cái gì càng nặng thì càng chịu ảnh hưởng của hướng tâm lực Dương, cái gì nhẹ thì ly tâm lực Âm chiếm địa vị ưu thế. Một vật càng nhẹ thì càng Âm và càng nặng thì càng Dương.

## MÀU SẮC

Trước một màu sắc mà ta thấy nóng hơn cả và trước một màu sắc mà ta cảm thấy lạnh hơn cả, đó là hai cực đoan của Dương và Âm. Còn những màu sắc đỏ, da cam, vàng, lục, xanh, chàm, tím thì nằm giữa hai cực đoan đó.

Ngoài ra ta cũng có thể phân loại ánh sáng và các tia bức xạ tùy theo độ dài sóng. Độ dài

sóng càng dài càng Dương (đỏ, tia hồng ngoại) và càng ngắn càng Âm (tím, tia tử ngoại).

Ta cũng có thể phân định Âm Dương các sự vật theo tỷ lệ K/Na. Tỷ lệ tốt nhất K/Na là 5. Những thực phẩm mà K/Na lớn hơn 5 đều Âm và những thực phẩm nào có tỷ lệ số dưới 5 thì Dương (Gạo; 4,5, khoai tây, 512, chuối : 840, cam 570, thanh trà, bưởi 390,6). Nhưng làm sao có thể phân định K là Âm và Na là Dương? G.S. Ohsawa đã xác định được về lượng cũng như về phẩm nhờ phương pháp thực nghiệm về canh nông, sinh vật học, vật lý, và nhất là nhờ phép phân quang. Na coi như biểu thị cho nhóm Dương và K cho những nguyên tố Âm. Tác dụng K/Na rất thực dụng, vì K và Na được tìm thấy trong hầu hết tất cả các hóa hợp.

## NƯỚC

Nếu tất cả các thành phần khác đều bằng nhau, vật nào chứa nhiều nước thì Âm hơn vật chứa ít nước. Nước bốc hơi không ngừng vì nó bị ly tâm lực chi phối tức Âm. Cái gì chứa càng

nhiều nước càng mềm, như vậy nghĩa là kém hướng tâm lực và nhiều ly tâm lực.

## SỰ PHÂN PHỐI ĐỊA LÝ

Những gì ở các miền lạnh, những sinh vật, thảo mộc, dễ sinh sản và dễ mọc trong những xứ lạnh thì Dương, so với những sinh vật, thảo mộc thích hợp với xứ nóng hơn. Bệnh thổ tả thường có nhiều ở xứ nóng hơn các xứ lạnh, như vậy xứ nóng có nhiều sản vật Âm hơn nơi các xứ lạnh; bệnh thổ tả do sự lớn to bất thường của ruột (sự nở to, bành trướng luôn luôn là Âm) gây ra do các yếu tố Âm (về vật lý, hóa học, sinh lý, vi trùng) mà yếu tố chính là thực phẩm.

Những dân tộc miền Bắc thường có một sức chịu đựng về thân thể dẻo dai hơn dân tộc miền Nam, vì họ được ăn uống nhiều thức ăn Dương là những thứ sinh sản dễ dàng hơn ở một khí hậu Âm hơn là những thực phẩm Âm. Vậy chúng ta có thể hiểu tại sao 5 “Đại trường thành” đều được xây cất do những dân tộc miền Nam để kháng cự lại những quân man rợ, vũ

phu (Dương) từ miền Bắc xuống (trong đó có chiến lũy Maginot và Vạn lý Trường Thành). Âm sinh ra Dương và Dương sinh ra Âm là nhiệm mầu của tạo hóa. Cho nên đàn bà là Âm lại có noãn tử Dương (noãn tử tròn đi xuống, đi chậm), và đàn ông Dương lại có tinh trùng Âm (tinh trùng hình thể dài, đi lên, đi nhanh). Người ta cũng nhận thấy gần biển (nhiều Na Dương) thì đàn bà nhiều hơn đàn ông mà ở núi thì đàn ông nhiều hơn đàn bà. Cho nên chúng ta có thể hiểu dễ dàng vì sao ở Tây Tạng lại có phong tục đa phu.

## MÙI VỊ

Chúng ta có thể phân biệt được Âm Dương qua mùi vị. Theo thứ tự từ Âm đến Dương : nóng hay cay (quả ớt đỏ gây ra cảm giác nóng làm dẫn các mao quản và tăng sự tuần hoàn của máu) chua ngọt dịu, mặn, đắng.

Tóm lại chúng ta có thể phân biệt được Âm Dương trong các thức ăn cũng như trong tất cả các sinh vật, hiện tượng tùy theo màu sắc, hình dáng, trọng lượng, sức chứa nhiều ít nước,

sự phân phối địa lý, mùi vị. Ngoài ra chúng ta cũng có thể xác định giá trị của chúng nhờ xét các tỷ số K/Na.

Sau đây chúng tôi xin nêu ra một ít so sánh tương đối về Âm Dương và những định luật về Âm Dương của G.S.OHSAWA.

Khuyh hướng	Sự bành trướng ra	Sự co rút lại
Vị trí	Ở ngoài	Ở trong
Cấu tạo	Không gian	Thời gian
Chiều hướng	Hướng lên cao	Hướng xuống thấp
Hình thể	Dọc	Ngang
Màu sắc	Tím	Đỏ
Nhiệt độ	Lạnh	Nóng
Trọng lượng	Nhẹ	Nặng
Yếu tố	Nước	Lửa
Nguyên tử	Âm điện tử	Dương điện tử
Nguyên tố hóa học		
K	Na	
K	K	
Na5	Na 5	