

IV. BIẾN ĐỔI ÂM DƯƠNG TRONG THIÊN NHIÊN, TRONG VẠN VẬT LÀ BIẾN ĐỔI CHẤT TRONG SỰ SỐNG CỦA VẠN VẬT

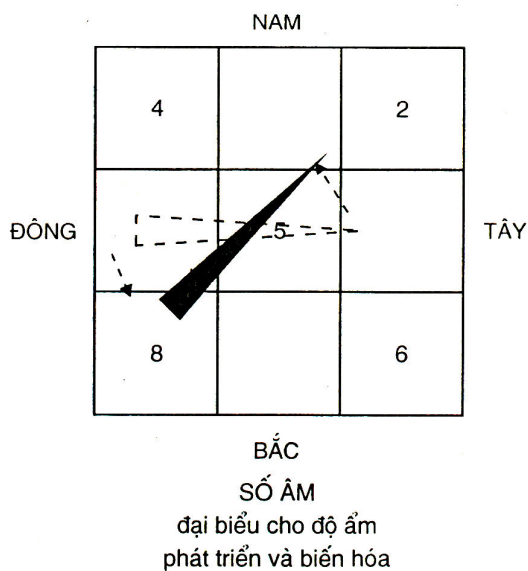
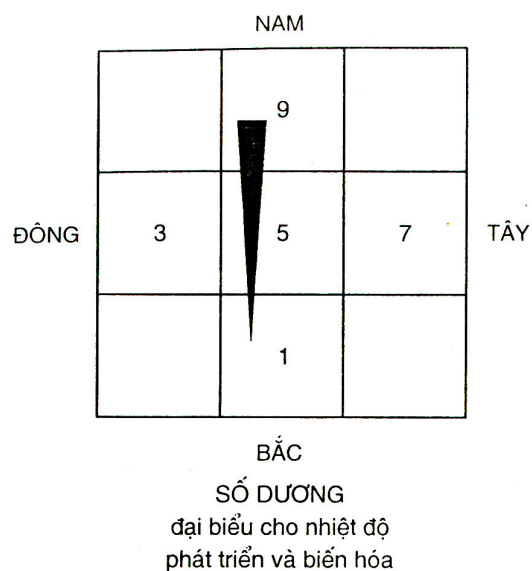
A. Trong sự sống loài cây: Lấy loài cây để là dẫn chứng khi âm dương trong khí hậu theo mùa thay đổi thì loài cây thay đổi sự sống tương ứng như sau:

- Mùa xuân, độ ẩm cao, nhiệt độ vừa phải, loài cây nảy sinh và phát triển rất mạnh. Người xưa nói *xuân sinh* là như thế.

- Mùa hạ, nhiệt độ cao, độ ẩm vừa phải, loài cây trưởng thành khai hoa kết trái. Người xưa nói *hạ trưởng* là như thế.

- Mùa thu, nhiệt độ vừa phải, độ ẩm thấp, nhựa gom về thân không nuôi cành lá nên lá rụng. Người xưa nói *thu thu* là như thế.

- Mùa đông, nhiệt độ thấp, độ ẩm vừa phải, khí trời lạnh giá, nước đóng băng, nhựa gom về gốc rễ để như nhờ đất ủ ấm mà giữ gìn sự sống. Người xưa nói *đông tàng* như thế.

**Hình 2-21**

- Cuối hạ đầu thu, khí hậu nóng cao, mưa nhiều, độ ẩm cao, vạn vật dễ hư hỏng thối nát. Người xưa nói trường hạ hoá là như thế.

"Xuân Sinh, Hạ Trưởng, Trưởng Hạ Hoá, Thu Thâu, Đông Tàng" là nội dung khí hoá của một vòng khí hậu cả năm.

B. Trong sự sống con người: Y học đã chứng minh được rằng khi âm dương trong nội môi hay ngoại môi thay đổi đều ảnh hưởng đến sự sống con người.

1. Trong nội môi: Dương là nhiệt độ trong người (thân nhiệt), mức trung bình là 37 độ C, lên trên 38 độ C là sốt nóng, trên 39 độ C là sốt cao, dễ sinh co giật (nhiệt cực sinh phong), xuống dưới 36 độ C là hạ nhiệt độ, dễ trụy tim mạch (chứng vong dương rất nguy hiểm). âm là độ nước trong người, mức nước vừa phải thì người khoẻ mạnh, thừa nước sinh ra phù thũng, thiếu nước sinh ra chứng mất nước rối loạn điện giải rất nguy hiểm (chứng vong âm).

2. Ở ngoại môi: Dương là nhiệt độ không khí, mức độ nhiệt của không khí từ 18 đến 32 độ C là thuận lợi cho sự sống, trên 32 độ C gọi là nóng nực, trên 37 độ C là viêm nhiệt, dễ sinh chứng say nóng (thương thử) và các bệnh tim mạch như choáng ngất. Nóng kéo dài gây mệt mỏi vì chất đạm trong người bị tiêu huỷ nhanh, men tiêu hoá hỏng, thức ăn khó biến thành chất bổ nuôi dưỡng và bù đắp cho những hao tổn mất mát. Mức nhiệt độ của không khí xuống quá thấp gây ra co thắt các mạch máu, trở ngại tuần hoàn sinh ra tê buốt đau đớn, làm giảm khả năng vận động của cơ thể, lạnh quá gây nhiễm lạnh vào cơ thể làm sinh phổi hoặc rối loạn tiêu hoá (hàn tà phạm phế, hoặc hàn thương trường vị). Thậm chí gây ra chứng thương hàn, trúng hàn là những chứng nguy hiểm cho tính mạng con người. âm là độ ẩm không khí, độ ẩm trong không khí vừa phải cơ thể thoải mái, độ ẩm ít, không khí khô gây ra chứng da dễ khô nứt, mũi thở khó, họng khô, rát, ho hen, gọi là táo khí tượng kim. Độ ẩm không khí cao gây ra áp lực không khí mạnh, trở ngại cho tuần hoàn cũng gây ra nhức mỏi đau đớn gọi là thấp tà, có khi nhiễm sâu gây ra hại tỳ vị, trở ngại tiêu hoá, gây ra chứng vừa thổ vừa tả cũng rất nguy hiểm, và khi thành dịch thời khí sẽ gây chết người không ít trong một thời gian không dài và ở một vùng không hẹp.