

KHÍ

Hàm nghĩa của khí có hai mặt: Một là lưu động của vật chất nhỏ bé khó thấy, như tinh khí của thủy cốc là sự vận hành vật chất dinh dưỡng trong cơ thể; hai là chỉ sức hoạt động của tạng khí trong cơ thể, như khí của ngũ tạng khí của lục phủ, khí của kinh mạch. Nói chung, hàm nghĩa của khí rất rộng rãi, tức là đại biểu cho các loại vật chất nhỏ bé trong cơ thể, đại biểu cho năng lực hoạt động của các bộ phận, các cơ quan trong cơ thể.

Khí của cơ thể, về nguồn gốc mà nói, có phân biệt tiên thiên và hậu thiên. Bẩm thụ ở tiên thiên thì gọi là khí tiên thiên, cũng gọi là "nguyên khí". Khí do thủy cốc hậu tiến hóa sinh và khí tự nhiên hít vào đều gọi là khí hậu thiên.

Do đó, có thể thấy khí là khái niệm rất rộng, trong phạm vi bài này, chúng ta chỉ bàn khái quát về Nguyên khí, Tông khí, Doanh khí, Vệ khí.

Bốn mặt này, tuy cùng có quan hệ với nhau, nhưng lại cũng khác nhau, nay kể riêng ra như sau:

A. Nguyên khí

Nguyên khí bao quát khí nguyên dương và khí nguyên âm. Bẩm thụ tiên thiên, là khí của tiên thiên hóa sinh. Nguyên khí tàng chứa ở thận, nhờ đường tam tiêu mà thông đạt khắp mình, thôi động ngũ tạng, lục phủ, thôi động tất cả mọi cơ quan, mọi tổ chức hoạt động. Nó là đầu nguồn sinh hóa của thân người.

B. Tông khí

Tông khí tích ở khí hải, vị trí của khí hải ở trong ngực là nơi khí quy tá*, cũng là nơi khí toàn thân xuất phát vận động, lưu hành. Khí chu lưu toàn thân phát ra từ khí hải và quay về khí hải, cho nên khí ở trong khí hải gọi là Tông khí.

Nguồn gốc của Tông khí là khí của thủy cốc hóa sinh và khí tự nhiên hít vào cùng hợp mà thành.

Công năng của Tông khí là đi qua đường hô hấp giúp cho hô hấp, xuyên qua tim mạch để hành huyết khí. Phàm thở hít, nói năng, giọng điệu khỏe hay yếu, vận hành khí huyết và sự ấm lạnh cũng như sức hoạt động của tay chân đều có quan hệ với Tông khí.

Tông khí và Nguyên khí, tuy một chứa ở khí hải, một chứa ở thận, một đẳng là khí hậu thiên, một đẳng là khí tiên thiên, nhưng cả hai trong quá trình hoạt động sinh lý lại không tách rời nhau mà cùng gắn liền với nhau.

Tông khí và Nguyên khí giúp đỡ nhau, kết hợp với nhau mới đem lại tác dụng sung dưỡng toàn thân. Kết hợp cả hai cái gọi "Chân khí", vì vậy, thiên "Thúc tiết chân tà luận" sách Tố Vấn nói rằng: "Chân khí thụ ở tiên, cùng với cốc khí gồm lại mà nuôi thân". (Chân khí giả, sở thụ vu tiên, vụ cốc khí tính nhi sung thân gia).

C. Doanh khí

1.Nguồn gốc hóa sinh của doanh khí từ tinh khí (âm khí) trong đồ ăn. Vì thế Doanh khí sinh ở thủy cốc, nguồn ở Tỳ Vị, xuất ở trung tiêu.

* Quy tá: Khí quay về thì ở tạm đó

2. Công dụng của Doanh khí. Công dụng chủ yếu của Doanh khí là hóa sinh huyết dịch, để nuôi dưỡng toàn thân. Doanh khí xuất ở trung tiêu, lên trú ở Phế mạch, biến hóa thành máu đỏ. Chảy về phía trong thì nuôi dưỡng ngũ tạng, lục phủ, tỏa ra phía ngoài thì làm mềm tươi gân, xương, da, lông.

3. Vận hành của Doanh khí. Doanh khí xuất ở trung tiêu chú vào thủ thái âm Phế kinh, theo 14 đường kinh mạch tuần tự chuyển chú của thủ túc âm dương (theo học thuyết kinh lạc), đêm ngày **50 vòng tuần hoàn**.

D. Vệ khí

1. Nguồn gốc hóa sinh của Vệ khí. Vệ khí là hãn khí (dương khí mạnh mẽ) trong đồ ăn uống, nó có tính chất cực kỳ linh hoạt (sống động), trơn tru, nhanh nhạy, lại thẩm thấu, vì thế Vệ khí tuy có nguồn gốc ở Tỳ, Vị mà lại do thượng tiêu tưới rải toàn thân.

2. Công năng của Vệ khí. Vệ khí do thượng tiêu tưới rải, theo ngoài mạch mà đi, ở trong khi hun vào hoang mạc, tản vào ngực bụng để ôn dưỡng ngũ tạng, lục phủ; ở ngoài thì theo phía trong da, giữa khe các bắp thịt để ôn dưỡng cơ bắp, da dẻ mà giúp thêm cho lỗ chân lông giữ kín chắc. Vì vậy, Vệ khí không những ôn dưỡng (nuôi ấm) tất cả các tổ chức, các tạng khí trong ngoài, mà còn có công năng bảo vệ cơ biểu, kháng cự ngoại tà.

3. Vận hành của Vệ khí. Vệ khí đi ở ngoài mạch, tuy dựa theo đường mạch mà đi, nhưng phương hướng vận hành không hoàn toàn giống doanh khí. Đặc điểm chủ yếu trong sự vận hành của vệ khí liên quan với biến hóa ngày đêm. Ban ngày đi ở dương, ban đêm đi ở âm. Đi ở dương là đi ở thủ, túc dương kinh, đi ở âm là đi ở ngũ tạng. Ban ngày đi ở dương, bắt đầu từ mắt, lên đến đầu, đi xuống chân, đi vào kinh ở tay, phần lớn tản ra mà không hoàn lưu lại. Đi ở kinh chân qua lòng bàn chân vào túc thiếu âm kinh. chuyển đi theo kiểu mạch trở về vào mắt, rồi lại từ mắt đi ra, cứ thế tuần hoàn không ngừng.

Ban đêm đi ở âm, tức là túc thiếu âm kinh, trú tại Thận, sau đó đi qua Tâm, Phế, Can, Tỳ mà trở lại Thận. Như thế, ngày thì đi ở thủ túc tam dương, đêm đi ở ngũ tạng trong âm, một ngày một đêm là 50 vòng quanh thân người, chia đều 5 vòng ở dương, 25 vòng ở âm.

4. Quan hệ của Doanh khí với Vệ khí. Vệ khí và Doanh khí là hai loại vật chất về mặt hóa sinh là cùng nguồn gốc, nhưng khác cách đi. Doanh là tinh khí của thủy cốc, tinh khí thuộc âm, tính âm là thu thuận, làm cho Doanh đi trong mạch, Vệ là hãn khí của thủy cốc, hãn khí thuộc dương, dương tính cứng mạnh, làm cho Vệ đi ngoài mạch. Nhưng, âm dương cùng nhau chế ước, cùng nhau chuyển hóa, vì vậy các học giả đời sau có luận điểm "Vệ khí vào mạch tức là Doanh, Doanh khí đi ra ngoài mạch tức là Vệ", để nói rõ hai thứ Doanh và Vệ trong trạng thái sinh lý bình thường thì không ngừng chuyển hóa cho nhau. Nếu như hoạt động tương hỗ chuyển hóa giữa Doanh và Vệ sinh ra trở ngại, sẽ thấy xuất hiện chứng Doanh và Vệ bất hòa. Do đó, Doanh khí và Vệ khí tuy công năng và vận hành khác nhau, nhưng lại quan hệ mật thiết trong chỉnh thể, không thể tách rời.