

Y HỌC VÀ HÓA DƯỢC TRÊN LỘ TRÌNH CỦA THIÊN

Dr. Châu Nhật Tân

I. SỰ TRỞ NGẠI:

Đối với một Pháp Đạo chân chính, khi người ta hướng đến thì thường gặp nhiều trở ngại. Sự trở ngại nhiều khi mang tính tiêu cực nhưng mặt khác, sự trở ngại cũng có riêng tánh tích cực của nó:

- Tạo cho người dừng chân để suy nghĩ thật kỹ con đường mình đã chọn.
- Thanh lọc người để người đến với Đạo vì sự cầu Đạo chứ không vì sự cầu đời....

Rất nhiều, sự trở ngại diễn ra ở rất nhiều khía cạnh, nhiều mặt và bên cạnh đó sự khuyến khích, hộ trì, giúp đỡ, yểm trợ cho người cầu đạo cũng xuất hiện ở nhiều mặt tương ứng.

Thông thường, sự trở ngại dành cho người tìm đạo, đến với đạo và đang học đạo thường diễn ra ở 2 môi trường chính:

- Môi trường chung quanh
- Ngay tại bản thể của hành giả.

Trở ngại từ bản thể là trở ngại chính yếu nhất để ngăn chặn chính người ấy tìm đến đạo, tu dưỡng bản thân. Sự trở ngại ấy có thể phát xuất từ: Tư tưởng, từ tâm linh vọng động và từ những hạn chế của bản thể hay những tác động ngoại lai vào bản thể.

Trong bài này viết về Y Học, chúng tôi đặt nặng ở phần hạn chế của bản thể tức là những căn bệnh, những giới hạn của bản thể khi hành thiên.

II. CÁC PHƯƠNG THUỐC:

Ghi chú quan trọng: Những bài thuốc dưới đây được viết dưới dạng phổ thông để phát hành trên thế giới. Vì vậy, người sử dụng phải xem kỹ và hỏi ý kiến với các nhà chuyên môn: Bác Sĩ, Dược Sĩ, Đông Y Sĩ,... và cần phải xem các bài thuốc, công thức trên có phù hợp với địa phương cho phép hay không? Ví dụ: Các vị thuốc như: Phòng Phong, Mã Tiền,... được Bộ Y Tế các nước Á Đông chấp nhận nhưng Bộ Y Tế của Hoa Kỳ và Canada không cho phép sử dụng.

Bên cạnh đó, một số hóa chất được cho phép bán phổ thông tại một số quốc gia nhưng đối với một số nước khác phải có giấy phép chuyên ngành mới mua được. Vì vậy, chúng tôi chỉ tập trung những công thức sử dụng ngoài da là chính và không chịu trách nhiệm về các công thức được nêu ra dưới đây.

1. Bài thuốc xoa bóp:

Đây là một bài thuốc nổi tiếng do các đại võ sư trao tặng cho các pháp hữu. Các vị võ sư cao niên này nay là pháp hữu Vô Vi Quy Nguyên và vẫn thường dùng để trợ lực hành thiền.

Công thức 1:

Đương Quy (Angelica Sinensis)	40 grams
Hồng Hoa (Flos Carthami)	40 grams
Bạch Chỉ (Radix Angelicae)	40 grams
Phòng Phong (Rx. Ligusticibrachylobi)	40 grams
Sinh Nam Tinh (hoặc Bán Hạ)	40 grams

Có thể cho thêm: (Nếu có thì tốt, không có cũng không sao).

Thiên Niên Kiện	40 grams
Đại Hồi	10 grams
Huyết Kiệt	4 grams

Điều chế và cách dùng:

Ngâm tất cả với 1 lít alcohol trong một tuần là có thể sử dụng được. Thoa bóp ngoài da, ngày 3, 4 lần.

Không được uống, không nhỏ vào mắt, vào tai. Tránh xa tầm tay với của trẻ em.

Tác dụng:

Dưỡng da, tiêu huyết ứ, hoạt huyết, giúp cho toàn thân vận chuyển mau chóng. Trị các chứng đau nhức do cảm cúm, phong thấp và sưng tấy, tê mỏi.

2. Dầu gió :

Dầu gió (medicated oil), là một loại dầu bôi ngoài, tương tự như dầu thoa bóp nhưng mang nhiều dược tính. Vì vậy, chỉ sử dụng với liều lượng thật nhỏ. Ở các nước phương Đông, dầu gió được cho vào chai nhỏ để mang bên mình, có dung lượng khoảng từ 5 – 10 ml. Đây là một công thức phổ thông có nhiều hiệu quả. Có tác dụng chống nghẹt mũi, chữa các chứng ngoài da, sưng tấy, tê chân tay, đau nhức ngứa ngứa, giảm ho, đau bụng...

Trong việc hành thiền, bên cạnh sự trì chí và quyết tâm mà ai cũng cần phải có, tuy vậy, vẫn còn 1 vài giới hạn cho các đệ tử mới chưa quen, ngồi thiền dễ bị nhức mỏi hoặc bị muỗi cắn làm ngứa ngứa khó chịu... Công thức này giúp cho quý vị tạm lướt qua trong thời gian đầu để dễ thích nghi cho sự hành thiền.

Công thức:

Eucalyptol	35 grams
Menthol	35 grams
Methyl Salicylate	5 grams
Camphor	5 grams
Tá dược	100 ml

Chú thích:

- a. Eucalyptol hay Eucalyptus là tinh dầu của cây Khuynh Diệp (Bạch Đàn), có màu vàng nhạt, lỏng, có mùi thơm. Khi thoa lên người thì cảm thấy mát nhưng một lúc sau thì có hơi nóng. Dầu được bày bán phổ thông ở nhiều nước trên thế giới.
- b. Menthol, tức là dầu bạc hà, được chế biến từ cây Bạc Hà. Menthol được bán ngoài thị trường dưới 2 dạng: Tinh dầu (oil) và tinh thể (crystal) . Dầu bạc hà bốc hơi nhanh, thoa lên da sẽ thấy cảm giác mát (do bốc hơi) và tê, có tác dụng ức chế sự đau dây thần kinh và sát trùng mạnh nên cạnh chức năng trị đau nhức, bạc hà còn có thể dùng trong việc trị các chứng bị ngứa, lở ngoài da. Nhưng cũng vì có tác dụng ức chế nên dầu bạc hà còn có thể gây những đột biến làm ngưng thở và tim ngưng đập nên nhiều nước nhất là tại Hoa Kỳ cần phải có giấy phép chứng nhận là Y Bác Sĩ, hoặc là nhà Hóa Học, nhà sản xuất hóa phẩm, mỹ phẩm,... mới được phép mua tinh dầu bạc hà.

Trong công thức này, chúng tôi đề nghị quý vị nên dùng bạc hà dưới dạng thể lỏng (tinh dầu) sẽ dễ dàng trong việc điều chế, bớt nguy hiểm và rẻ tiền hơn. Tuy có hạn chế là mùi thơm không sánh bằng tinh thể.

- c. Menthyl Salicylate: Là chất làm nóng, còn được gọi là dầu nóng, có thể gây bỏng da nếu thoa trực tiếp lên cơ thể. Chất này không được bán trên thị trường tự do tại Hoa Kỳ. Theo cơ quan FDA (Kiểm nghiệm thuốc và thực phẩm), liều lượng Menthyl Salicylate chỉ được cho phép trong việc dùng ngoài không quá 3%.
- d. Camphor, còn được gọi là Long Não, được chế biến từ cây Long Não, còn có tên là Rã Hương. Là một loại tinh thể màu trắng, có mùi thơm, có tác dụng sát trùng, tiêu viêm, kích thích, làm hồi tỉnh cơ tim, chữa trụỵ tim hay suy nhược và chữa các chứng đau nhức.
- e. Tá dược: Là một chất phụ dùng để tổng hợp các chất trên thành 1 dạng mà ta muốn: Chất lỏng, chất dầu, cao, cream, lotion,... Công thức dầu gió trên, ta có thể điều chế thành 2 dạng: Dầu hoặc cồn.

Tá dược cho dạng dầu có thể dùng là dầu paraffin, là loại dầu sáp, không màu (nếu để lâu thì có màu hơi vàng). Tác dụng của dầu gió dạng dầu là dễ bôi trơn, giữ hơi ấm lâu tuy nhiên thời gian để tạo hơi ấm thì lâu hơn so với dạng cồn.

Tá dược cho dạng cồn có thể dùng Alcohol 95% trở lên (alcohol có chữ rượu thấp thì không thể hòa tan được hết các chất dầu). Dầu gió được điều chế dưới dạng cồn có tác dụng dễ gây nóng, rẻ tiền nhưng dễ bay hơi, dễ dẫn đến những nguy hiểm phụ như là chất dễ dẫn cháy,...

Cách điều chế:

Hòa tan chung các chất lại với nhau, nếu sử dụng dưới dạng cồn, trong trường hợp cồn không thể hòa tan hết dầu thì dung dịch sẽ bị vẩn đục vì lẫn trong hỗn hợp có nhiều tinh thể li ti dầu không hòa tan hết. Có thể thêm cồn hoặc lọc để loại bỏ các tinh thể dầu li ti đó. Có thể thêm màu vào dầu gió cho đẹp mắt rồi chiết vào từng chai nhỏ.

Chú ý: Chỉ dùng ngoài da, không được uống, không cho vào mắt, không thoa vào vết thương. Tránh tầm tay với của trẻ em và không sử dụng đối với trẻ em dưới 3 tuổi. Ngưng sử dụng nếu gặp dị ứng và cần hỏi ý kiến của Y Sĩ trước khi sử dụng.

3. Dầu chống muỗi và côn trùng cắn:

Hành giả sơ cơ thì gặp những trở ngại trong khi hành thiền hoặc tụng niệm tại các xứ nhiệt đới là bị côn trùng cắn, khiến ngứa ngáy, đau nhức, khó chịu... Đây là cách thức giúp cho hành giả trong bước đầu như sau:

- Dọn dẹp sạch nơi hành thiền.
- Xông khói để các loại côn trùng dời đi chỗ khác.
- Dùng hỗn hợp: Tinh dầu essence d'atrounelle và tá dược xịt khắp phòng.
- Tắm rửa cho thật sạch rồi thoa lên người hỗn hợp trên.

Chú ý: Chỉ dùng ngoài da, không được uống, không cho vào mắt, không thoa vào vết thương. Tránh tầm tay với của trẻ em và không sử dụng đối với trẻ em dưới 3 tuổi. Ngưng sử dụng nếu gặp dị ứng và cần hỏi ý kiến của Y Sĩ trước khi sử dụng.

4. Thuốc giảm căng thẳng:

Người mới hành thiền, đầu óc thường liên tưởng đến nhiều sự việc ngoài đời và luôn bị chi phối nhiều nên khó yên lặng lại được. Vận Chuyển Thông Quan là phương pháp tốt nhất để làm giảm căng thẳng, ổn định tinh thần. Tuy nhiên, đối với những người có thể chất kém, những người lớn tuổi, nhưng sơ cơ, mới bước vào đường tu thì có thể trợ giúp bằng các loại thuốc bổ thiên nhiên có tác dụng làm giảm căng thẳng thần kinh, giúp ổn định tinh thần.

Bài thuốc “Thập Toàn Đại Bổ” (Shiquan Dabu) của Đông Y là một bài thuốc được công nhận ở khắp nơi trên thế giới mà lâu nay được xem là một loại thuốc bổ, có tác dụng cường thân, kiện thể. Bên cạnh đó, dùng bài thuốc này để chế thành viên khô còn có thêm tác dụng giảm căng thẳng (stress), trị các chứng hư khí, hư huyết, hơi thở ngắn, tim hồi hộp, chóng mặt, ra mồ hôi trộm, lạnh chân tay hoặc rong kinh hữu hiệu.

Thuốc có thể tìm mua ở các tiệm thuốc Bắc hoặc tự mua nhiên liệu về làm. Các vị thuốc trong bài này đều được bán phổ thông ngoài thị trường.

Công thức:

Đảng Sâm (Radix Codonopsis Pilosulae)	80 grams
Bạch Truật (Rhizoma Atractyloides Macrocephalae)	80 grams
Phục linh (Poria)	80 grams
Cam Thảo (Radix Glycyrrhizae)	40 grams
(Dùng chế Cam Thảo thì tốt hơn)	
Đương Quy (Radix Angelicae Sinensis)	120 grams
(Nếu không có Đương Quy thì có thể dùng Quy Điều)	
Xuyên Khung (Rhizoma Chuanxiong)	40 grams
Bạch Thược (Radix Paeoniae)	80 grams
(Dùng chế Bạch Thược với rượu thì tốt hơn)	
Thục Địa (Radix Rehmanniae)	120 grams
(Sấy khô)	
Hoàng kỳ (Radix Astragali)	80 grams
(Dùng chế Hoàng Kỳ với mật ong thì tốt hơn)	
Nhục Quế (Cortex Cinnamoni)	20 grams

Cách chế:

Tất cả trộn chung, tán thành bột mịn, rây cho thật kỹ. Bột này có thể chế thành 2 dạng thuốc.

- Dạng thuốc capsule (con nhộng): Mỗi viên capsule chứa tối đa khoảng 3 grams bột thuốc.
- Dạng thuốc viên mật: Cứ 100 grams bột thuốc thì thêm khoảng 35 – 50 grams mật ong và 1 lượng nước nhỏ để dễ trộn. Chế thành viên và phơi khô.

Liều dùng:

Mỗi ngày 2 – 3 lần, mỗi lần dùng 6 grams (nếu chế theo capsule thì mỗi lần dùng 2 viên).