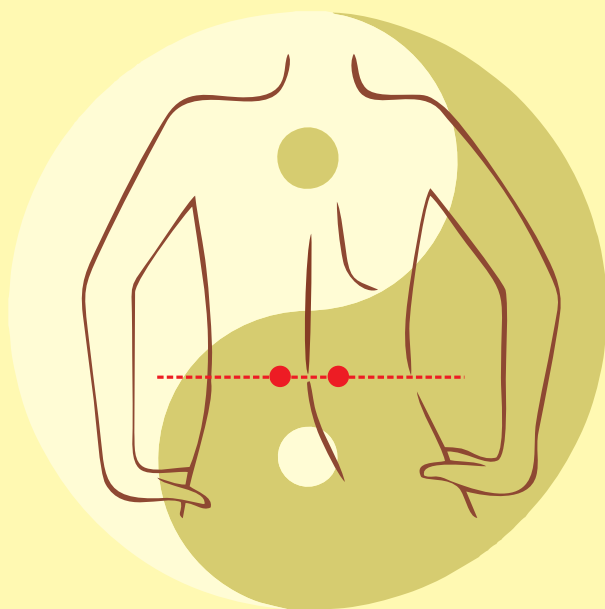


**PHÙNG VĂN CHIẾN (Biên soạn)**  
*<https://www.facebook.com/hanoi2004>*

# **CẨM NANG CHÂM CỨU KỶ HIỆU**

*(Tài liệu tham khảo cá nhân)*



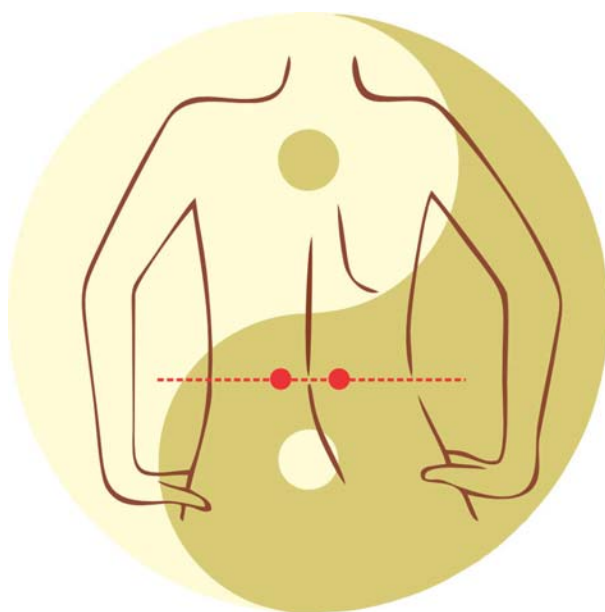
**Hà Nội 07-2024**

**PHÙNG VĂN CHIẾN (biên soạn)**  
*<https://www.facebook.com/hanoi2004>*

# **CẨM NANG**

# **CHÂM CỨU KỶ HIỆU**

*(Tài liệu tham khảo cá nhân)*



**Hà Nội 07-2024**



*Hễ kiếm được mồi  
Kiến tha về tổ  
Xếp cùng một chỗ  
Làm của cái chung  
Đến khi đói lòng*

*Cùng ăn vui sướng  
Từ quân chí tướng  
Một dạ như nhau  
Chẳng thấy ở đâu  
Kiến sống riêng lẻ.*

*(Tập đọc lớp 1 cũ)*



<https://www.facebook.com/hanoi2004>





*Cuốn “Cẩm nang châm cứu kỳ hiệu” này được soạn từ nguồn sau:*

*- Bài giảng Châm Cứu Cực Dịch của thầy Dennis Quach - Long Life Health Clinic, Melbourne, Australia;*

*- Bộ sách Âm Dương Cứu Châm của thầy Dư Hạo, bản dịch tiếng Việt của dịch giả Trần Hồ Thanh Phú: (1) “Nhậm chỉ đường Âm dương cứu châm”, (2) “Âm dương cứu châm lâm sàng tinh tuyển”, (3) “Âm dương cứu châm châm pháp yếu quyết”). Một vài bài về Âm Dương Cứu Châm tôi sưu tầm từ các trang của Trung Quốc;*

*- Tóm tắt một số nội dung Y dịch lục khí trong châm cứu từ các tài liệu của thầy Phan Văn sỹ;*

*- “Tìm hiểu và ứng dụng Bình hoành thiên ứng” của các tác giả Đỗ Mạnh Cường, Minh Hải, Vĩnh Minh và Lê Quý Ngưu;*

*- Một vài tài liệu tham khảo thêm khác...*

*Đây là tài liệu tóm tắt, soạn dùng cho cá nhân, không phải là giáo trình; nếu ai vô tình có tài liệu, thấy khó hiểu xin liên hệ với các tác giả nêu trên để mua tài liệu hoặc theo học các lớp đào tạo trực tiếp.*

*Mọi sai sót (nếu có) là do lỗi của người biên soạn, chế bản, xin được lượng thứ.*

*Xin được Tri ân và Trân trọng cảm ơn các tác giả!*

*Phùng Văn Chiến.*

# PHẦN A. CHÂM CỨU CỰC DỊCH

## CHƯƠNG I. TỔNG QUAN VỀ CHÂM CỨU CỰC DỊCH

### I. GIỚI THIỆU

Châm cứu Cực Dịch (极易针灸) được phát triển bởi thầy Lưu Triều Long (Liu Zhaolong 刘朝龙). Đưa vào giảng dạy từ năm 2018. Hiện tại chỉ khoảng 30-40% nội dung được công khai.

#### 1. Thầy LƯU TRIỀU LONG

- Một vị bác sĩ bình dân, làm việc ở một bệnh viện tương đối nhỏ, là môi trường tốt để thử nghiệm và ứng dụng Cực Dịch.

- Đội ngũ trợ giúp với hơn 10 người thầy, ứng dụng liệu pháp này cho nhiều người bệnh, nên tính ứng dụng rất cao.

- Trong quá trình lâm sàng không ngừng nâng cấp bộ huyết sao cho hiệu quả cao nhất.

- “KHÔNG CÓ TỐT NHẤT, CHỈ CÓ TỐT HƠN” (没有最好，只有更好).

- Thầy cũng là người học và nghiên cứu rất nhiều liệu pháp, cả Đông và Tây y, giải phẫu học, vận động học, Dịch Kinh...

Phương pháp này cung cấp một góc nhìn mới về y học cổ truyền cũng như châm cứu. Châm cứu Cực Dịch không tập trung vào tên bệnh và triệu chứng, mà trực tiếp dựa vào kết quả vọng chẩn để phân định điều chỉnh khí huyết, Âm dương, và sự thăng giáng, thừa thiếu của khí huyết, từ đây điều trị bệnh. Điều này đã tạo nên một cuộc cách mạng trong châm cứu, trở thành công cụ mạnh mẽ trong điều trị chứng đau, các bệnh lý cơ xương khớp, nội khoa, phụ khoa, nhi khoa, bệnh ngũ quan... và đóng góp đáng kể cho sự phát triển của y học cổ truyền.

#### Đặc điểm của châm cứu Cực Dịch:

- Phương pháp sử dụng đơn giản, xác định huyết đạo qua vọng chẩn;
- Tiêu chuẩn về bổ tả được lượng hóa, chọn huyết một bên cơ thể;
- Đối với các bệnh thường gặp, mỗi lần chỉ cần châm từ 1-6 kim;
- Thời gian điều trị ngắn, mỗi lần chỉ cần vài phút;
- Dụng cụ châm nhỏ và an toàn, đau nhẹ, dễ được bệnh nhân chấp nhận;
- Phạm vi điều trị rộng, Tỷ lệ chữa khỏi cao, hiệu quả điều trị rõ rệt;
- Dùng ít huyết đạo, dễ học, dễ hiểu, dễ thực hành;
- Có thể hướng dẫn từ xa qua ảnh của bệnh nhân.

#### 2. Bác sĩ DENNIS QUACH

- Người truyền dạy Châm Cứu Cực Dịch về Việt Nam, đến từ Long Life Health Clinic, Melbourne, Australia.

• Sinh ra trong gia đình truyền thống 3 đời về y học cổ truyền, tốt nghiệp Đại học Trung y dược Thượng Hải; Endeavour College of Nature Health.

• Được truyền thụ nhiều trường phái châm cứu đặc biệt từ các danh y nổi tiếng trên thế giới.

• Với hơn 13 năm lâm sàng có nhiều kinh nghiệm trong phối hợp các liệu pháp châm cứu như Bình hoành châm, Châm linh, Đông thị kỳ huyết, Tề châm, Chu thị đầu châm, Châm cứu Cục Dịch... điều trị hiệu quả các chứng đau, bệnh cơ xương khớp, bệnh phụ khoa, vô sinh hiếm muộn, tiêu hóa, cải thiện sức đề kháng...

## II. NGUYÊN LÝ

Nguyên tắc cân bằng của cái cân, bên nào nhiều thì sẽ di dời bớt qua bên ít để trở về trạng thái cân bằng. Bên nào thịnh thì chúng ta sẽ tả để cho nó di dời qua bên yếu, bên hư để cho nó về trạng thái cân bằng.

## III. CƠ CHẾ BỆNH LÝ:

Bệnh sinh ra là do sự mất cân bằng (太过与不及) của:

- Âm - Dương;
- Thăng - Giáng;
- Hàn - Nhiệt,
- Xuất - Nhập;
- Biểu-Lý...

➔ Tả bên khí huyết nhiều để cơ thể trở lại cân bằng.



## IV. KIM - ĐỘ SÂU - LƯỢNG KÍCH THÍCH

- Kích thước 0.20 x 40mm hoặc 0.22 x 40mm.
- Sâu 1/2 thốn đến 1 thốn.
- Đề sấp nhiều lần hoặc Đảo mã châm.

Đề sấp độ sâu rất quan trọng. Chỗ cần sâu, chỗ cần cạn (nông), chỗ cần xéo, do huyết nằm phía trên, huyết nằm phía dưới, huyết nằm phía mé, mé ngoài, mé chỗ nách hay là háng... thì phải biết cách châm thế nào để đạt hiệu quả cao nhất.

## V. PHÂN THEO LỚP

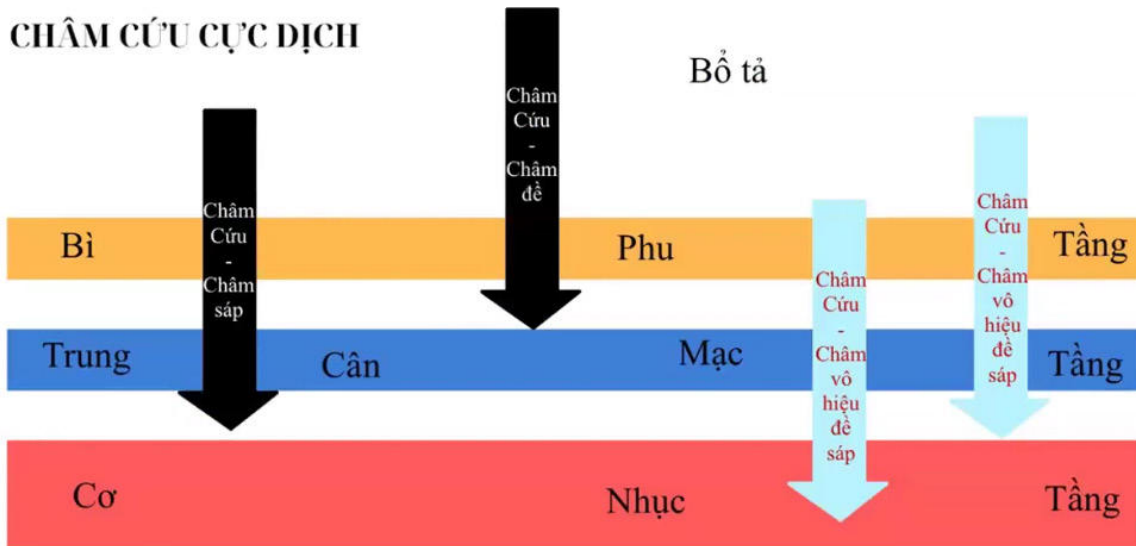
Thiên Địa Nhân		
Bì	Thiên bộ	Phu
Cân mạc tầng nông	Thiên bộ	
Cân mạc tầng trung	Nhân bộ	
Cân mạc tầng sâu		
Cốt	Địa bộ	

## VI. CHÂM HIỆU QUẢ TRONG CỰC DỊCH

- Châm độ sâu phù hợp để có hiệu quả (cho đa số huyết)
- Châm vào màng cơ, hoặc có những huyết sâu nằm dưới nhiều lớp cơ thì châm xuyên qua hoặc châm xéo để né.

Đa số là mình châm vào màng cơ, có nghĩa là sao? Nghĩa là châm xuyên qua da, xuyên qua mỡ thì khi mình đã châm xuống cơ rồi mình sẽ thấy cứng. Khi đó mình sẽ ngừng lại thì nó ngay màng cơ; đó là độ sâu tối đa, sau đó sáp thì kéo lên kéo xuống, trong cái phần huyết sẽ giải thích kỹ về huyết, là có huyết nào châm như thế nào xéo hay là như thế nào .

Phân theo lớp Thiên Nhân Địa; Thiên bộ, Nhân bộ, Địa bộ đó và phía cùng là cốt nghĩa là xương. Không châm trúng xương, trúng xương là sai.



《Nội kinh. Thích tề luận》 Hoàng đế vấn rằng: Nguyên văn thứ thiên thâm chi phân. Kỳ bá đối rằng: Thứ cốt giả vô thương cân, thứ cân giả vô thương nhục, thứ nhục giả vô thương mạch, thứ mạch giả vô thương bì, thứ bì giả vô thương nhục, thứ nhục giả vô thương cân, thứ cân giả vô thương cốt.

Độ sâu đề sáp để hiệu quả như hình vẽ thì mũi tên xống màu đen là châm có hiệu quả; khi mình châm xuống xuyên qua bì, xuyên qua da xuống phần mỡ, tới phần cơ,



trên màng cơ. Còn mũi tên xuống màu xanh lợt là châm không có hiệu quả (Xuyên vào phần cơ).

## VII. THỦ PHÁP

### 1. Thủ pháp phổ thông (普通手法)

Châm bình thường và lưu kim, kim mỏng 0.16, không đau, hiệu quả chậm, thích hợp cho người sợ đau.

Phương pháp phổ thông thì châm thẳng xuống, châm kim mỏng 0,16 hoặc là 0,18. Ưu điểm của châm phổ thông là không đau, nên thích hợp cho những người nào sợ đau. Bệnh nhân cũng có người này sợ đau, người kia không sợ đau, tùy theo người bệnh để sử dụng thủ pháp khác nhau để hiệu quả. Người sợ đau mình cứ đề sáp nhiều lần hay là kim dày họ chịu không được, họ sẽ không cho mình trị bệnh. Mục đích cuối cùng của mình là phải giúp cho họ, chứ không phải cứ châm theo đề sáp như trên thì không được. Thủ pháp phổ thông để châm xuống.

### 2. Châm thái cực (thủ pháp điều hình) 太极刺(调形手法)

Thái cực kích (kích thích) điều chỉnh hình thái, hơi đau, dễ thực hành, hiệu quả tương đối. Châm Thái Cực là châm nhiều hướng thái cực, 8 hướng, 10 hướng xung quanh; nhiều hướng thì nó là phủ pháp điều hình. Thủ pháp điều hình Thái cực kích sẽ hơi đau, cũng dễ thực hành, hiệu quả thì tương đối. Dùng cái này thì những người chịu đau hay không chịu đau thì cũng có thể chấp nhận được, nó hơi đau nhưng hiệu quả chỉ là tương đối, có hiệu quả nhưng nó sẽ không bằng châm dịch khí.

### 3. Châm dịch khí (易炁刺) (Thủ pháp điều khí 调气手法).

Dịch kỳ (khí) kích (易炁刺) điều chỉnh khí, có thể đau nhiều hơn, khó thực hành, hiệu quả cao.

Châm dịch khí tiếng Hoa gọi là Dịch khí thích (易炁刺) cái thứ ba này trong dịch khí là cái rất đặc biệt trong cực dịch, khi mà bạn châm xuống bạn thấy cơ nó nhảy, giống như là khi mà chúng ta kéo lưới bắt cá, kéo lên bờ thì cá sẽ nhảy, khi bạn châm bạn thấy cơ co thắt, châm đúng cách thì sẽ thấy. Khi cái này xuất hiện thì hiệu quả rất cao, làm cho mềm cơ thì rất hiệu quả.

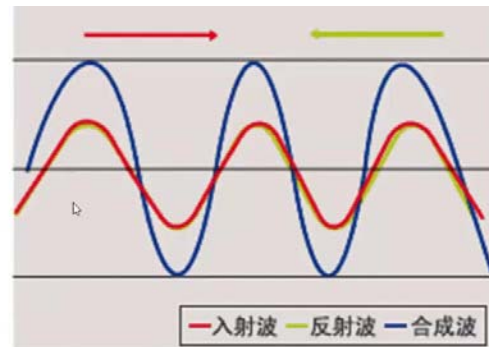
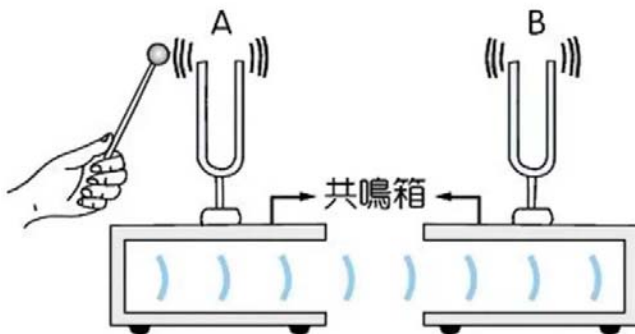
Nói về vật lý là tại sao mà châm thì tay phải ấn xuống rồi châm nhiều hướng: Các bạn biết Muay Thái là một môn võ rất là nổi tiếng trên thế giới, những võ sĩ tay của họ được quấn những vòng tròn chặt vào cái phần tay trên. Khi mà quấn chặt vậy sức mạnh của họ sẽ tăng được đáng kể, đấm rất là mạnh. Giống như khi mình châm cũng vậy, hai tay mình nhấn xuống điểm đó, châm thì hiệu quả kích thích nó tăng gấp nhiều lần, đề sáp rất là quan trọng.





## VIII. HIỆU ỨNG “CỘNG HƯỞNG” 共振

Hiệu ứng cộng hưởng ví dụ hình bên trái này khi mình phát âm thanh thì cái chuông bên B nó cũng sẽ lắc, sẽ reo giống như là cái bên A, khi mình đánh bên A bên B nó cũng sẽ lắc là do cộng hưởng âm thanh truyền qua. Hình bên phải hình sóng màu đỏ này là cái sóng phát ra, nó sẽ có sóng phát lại màu xanh, màu vàng. Khi hai cái sóng này nhập lại thì nó sẽ là sóng lớn có nghĩa là khi mà hiệu ứng cộng hưởng xảy ra thì lực rất là mạnh nó sẽ mạnh gấp hai, gấp ba lần so với bình thường, giống như động đất mà chúng ta thấy lắc lư nhà cửa. Nếu trường hợp mà gặp cộng hưởng xảy ra thì nhà sập chứ không chỉ lắc không. Khi mà chúng ta châm nhún hai tay xuống thì là mình đã khóa chặt cái phần đó, rồi châm xuống, khi mình châm đề sấp thì sẽ tạo ra giống như sóng lên xuống, lên xuống, lên xuống qua lại, qua lại lên xuống thì nó sẽ xảy ra cái hiệu ứng cộng hưởng, thì nó sẽ nhảy.



入射波与反射波的波峰与波峰、波谷与波谷重叠时就产生很大的合成波，合成波成为驻波后，产生共振。

## IX. ĐIỆN CHÂM

- Tả : Tần số (1), Sóng liên tục
- Bỏ: Tần số (3), sóng thưa.

Điện châm có thể dùng được nếu trường hợp mình không muốn đề sấp.

Bỏ thì là tần số ba (3) sóng thưa, tả là tần số một (1) sóng liên tục và cái quan trọng là độ mạnh độ nhẹ, phải tùy theo bệnh nhân có chịu đựng được hay không chứ đừng có ai cũng mạnh ai cũng nhẹ thì không được.

Phần trị bệnh thì cái phần bỏ này hiện tại mình chỉ dùng cho những người bị thần kinh số 7 và tả này mình chỉ dùng điện này cho những người mà bị tay cò súng; những người khác chỉ dùng thủ pháp cực dịch rồi lưu kim.

## X. NGŨ VẬN LỤC KHÍ - 五运六气

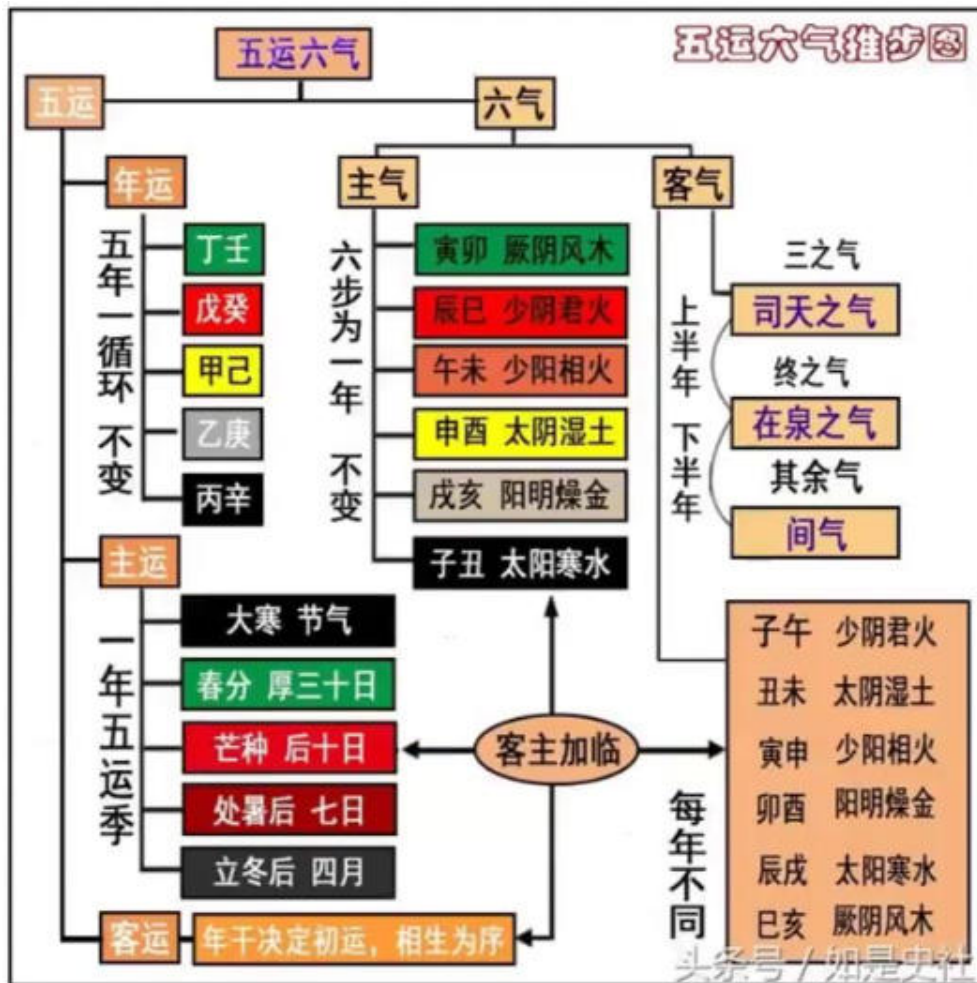
### Ngũ vận Lục khí:

- Ngũ vận là sự vận hành của 5 loại khí: mộc, hỏa, thổ, kim, thủy; đó là những nhân tố chủ yếu, ảnh hưởng tới sự biến động của khí hậu trên mặt đất.
- Lục khí là sự biến hóa của 6 loại khí: phong, hàn, thử, thấp, táo, hỏa. Đó là những nhân tố chủ yếu, ảnh hưởng tới sự biến động của khí hậu trong không trung.

Khi các loại khí nói trên vận động và biến hóa một cách bình thường, gọi là “chính hóa” thì nói chung sẽ không gây nên bệnh, vì cơ thể con người đã quen thích nghi. Nhưng khi các loại khí nói trên biến động một cách dị thường, gọi là “tà hóa” vượt quá ngưỡng chịu đựng của cơ thể con người và biến thành tác nhân gây bệnh gọi là "tà khí". Chức năng chủ yếu của Ngũ vận lục khí là tính toán, dự báo những biến động dị thường của thời tiết khí hậu, để có thể tiến hành dưỡng sinh, chuẩn bị trước các biện pháp phòng trị thích hợp.

**XI. Vận dụng Ngũ vận Lục khí Trong Cự Dịch**

- Tính theo “Tiên thiên”: Tính vận khí Ngày - Tháng - Năm sinh của người bệnh → ngũ hành nào thái quá hay bất cập, sau đó bổ hay tả.
- Tính theo “Hậu thiên”: Năm nay lục khí ra sao để phòng bệnh.
- Tính toán Ngũ vận lục khí của người bệnh để chẩn đoán Âm Dương.



Cái khí này ta phải xem người bệnh họ sinh vào ngày nào, biết ngũ hành của họ là là bất cập hay là thái quá, thì ta áp dụng vào cự dịch, cự dịch phân hỏa, kim, mộc, thổ, thủy và áp dụng vào đó. Ta phải biết tính theo ngày tháng năm sinh của họ, người bệnh, ngũ hành nào, thái quá hay bất cập, bổ hay tả. Đó là cái tiên thiên, vì họ sinh ra năm đó rồi thì không thể nào thay đổi được, ví dụ năm đó cơ thể họ là hàn, hay là năm

đó là cơ thể họ là tảo, thì mình biết được; nhưng cái này phải phối hợp hậu thiên thì nó mới hiệu quả, mới đúng. Chỉ nói về tiên thiên thôi thì không đúng lắm. Hậu thiên nghĩa là năm nay khí ra sao đó, hoặc là họ đến khám bệnh, họ bị bệnh gì, thí dụ họ hay bị đau vai hay bao tử kém chẳng hạn, ta xem cái cô này, cô sinh vào năm hàn có nghĩa là có thể người này bị hàn nữa, hỏi ra cô này có phải là như thế, cô hay ăn rau, ăn chay, ăn đồ mát nhiều quá, dương khí không đủ. Ngoài trị bệnh ra, ta cũng phải nói về vấn đề ăn uống, ta đưa ra thuốc hoặc là châm cứu để trị bệnh đó, tính toán lục khí của người bệnh để chẩn đoán âm dương. Cái này là đều có thể tính được, tính toán người này là sinh ra năm nào, biết được họ là họ có nguy cơ mắc bệnh gì, họ phải phòng tránh, chứ không là sẽ nặng hơn. Ví dụ năm nay là như thế nào, vận khí như thế nào, thì có thể đối với họ có thể sẽ nặng hơn, thì phải nói trước phòng ngừa, uống thuốc gì phòng ngừa hay là châm cứu phòng ngừa.

### THỂ CHẤT CỦA 12 CON GIÁP

十二生肖对应体质是：

子鼠--热（少阴君火），丑牛--湿（太阴湿土）。

寅虎--火（少阳相火），卯兔--燥（阳明燥金）。

辰龙--寒（太阴寒水），巳蛇--风（厥阴风木）。

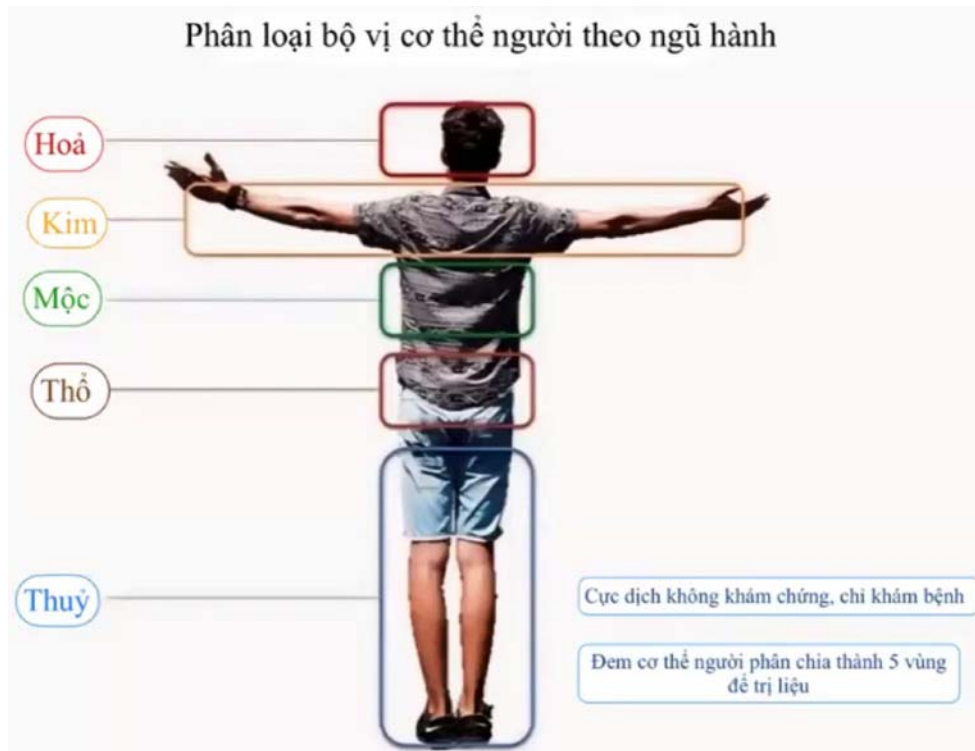
午马--热（少阴君火），未羊--湿（太阴湿土）。

申猴--火（少阳相火），酉鸡--燥（阳明燥金）。

戌狗--寒（无阴寒水），亥猪--风（厥阴风木）。

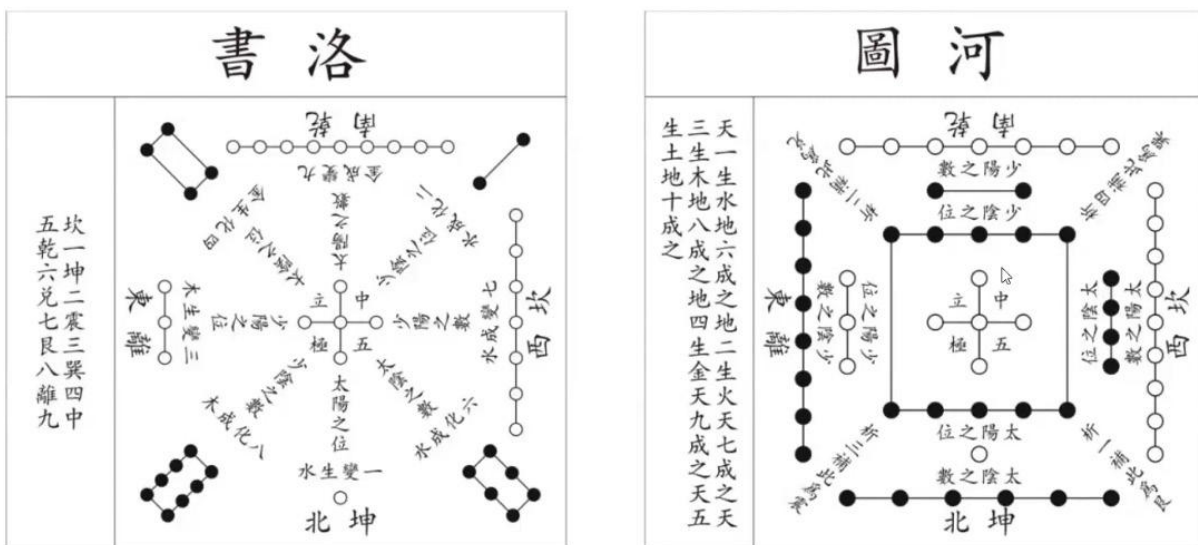
- Tý, Ngọ - Nhiệt (Thiếu Âm Quân Hỏa)
- Sửu, Mùi - Thấp (Thái Âm Thấp Thổ)
- Dần, Thân - Hỏa (Thiếu Dương Tướng Hỏa)
- Mẹo, Dậu - Táo (Dương Minh Táo Kim)
- Thìn, Tuất - Hàn (Thái Dương Hàn Thủy)
- Tị, Hợi - Phong (Quyết Âm Phong Mộc)

## XII. KẾT CẤU BỘ VỊ PHÂN THEO NGŨ HÀNH - NGŨ VĨ (五纬)



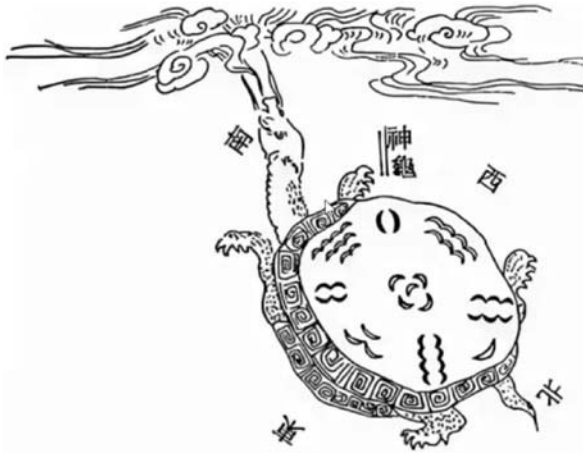
Phần kết cấu bộ vị phân theo ngũ hành Ngũ vĩ (五纬) cực dịch này hơi khác với châm cứu mà chúng ta học. Nó có Ngũ Vĩ, giống như vĩ độ. Nó đi vòng tròn, nghĩa là trên đó vòng tròn Kim, vòng tròn Mộc, vòng tròn Hoả... chứ nó không phải là đi lên xuống giống như là đường kinh.

## XIII. LẠC THƯ - HÀ ĐỒ

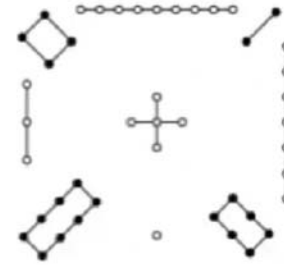


Lạc thư Hà đồ hai hình này là do người xưa để lại cho chúng ta rất là thần bí, từ hình này mà họ suy ra rất nhiều, như bát quái, Phong Thủy,... Nay mình chỉ nói về cái Lạc thư (Lạc thư bên trái).

THẦN QUY - CỬU CUNG - LẠC THƯ

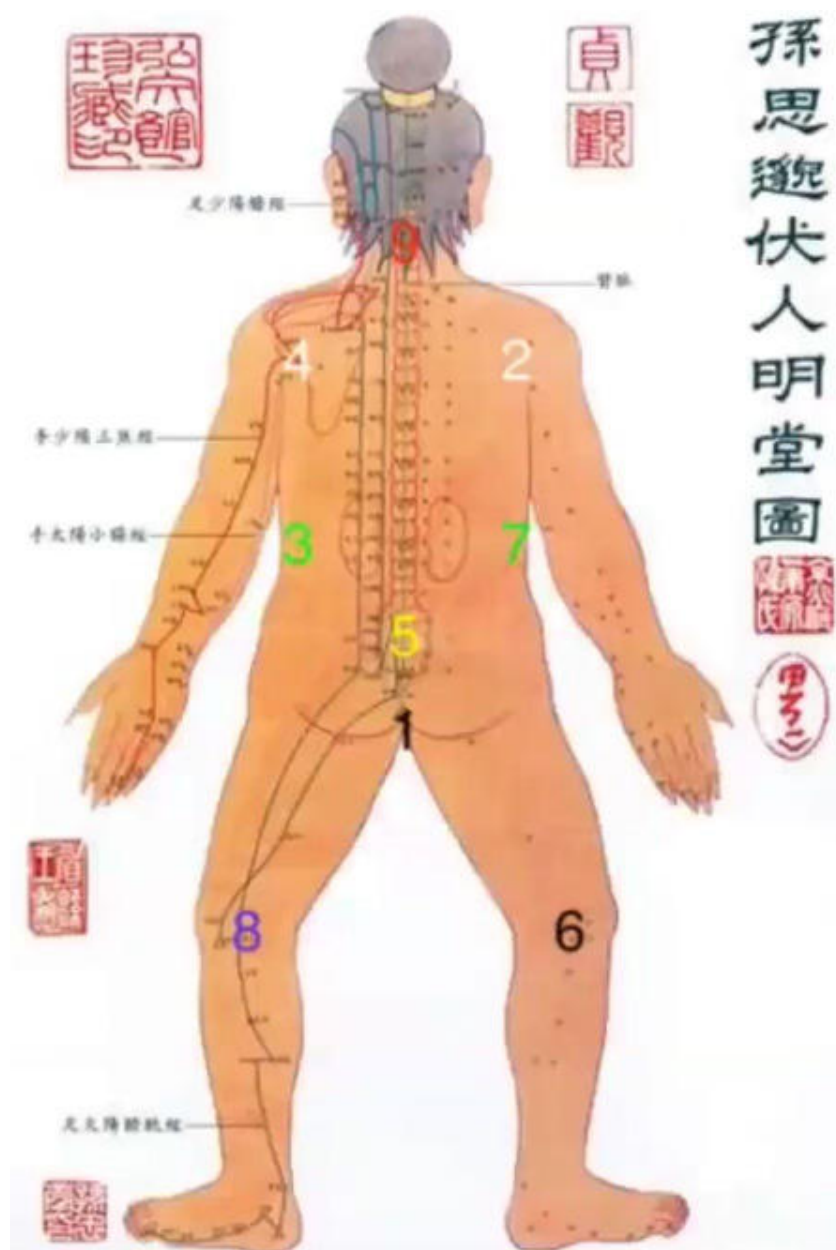


4	9	2
3	5	7
8	1	6



Phải theo số này thì có thể dùng trong ví dụ như thuốc chẳng hạn mình có thể dùng theo lượng đó còn còn châm cứu thì theo đề sắp bao nhiêu lần đó đều được. Thần quy trong Lạc Thư ở phần vai cổ: cổ là 9 bên trái là 4 bên phải là 2 ở giữa là 5.

492 357 816 gọi là Cửu cung. Hình phía sau đây 492 375 816 thì huyết của cực dịch nó sẽ phân bố ở: cổ vai gáy, hai bên nách, bên hông, lưng, phần lưng xuống và hai đầu gối.



#### XIV. HUYỆT PHÂN BỐ THEO BÁT HƯ - TÁM KHỚP

。"八虚"是人体的八个大关节，即两肘、两腋、两髀、两脬。

“Bát hư” Tám khớp lớn của cơ thể: Hai khuỷu, hai nách, hai háng, hai khoeo chân.

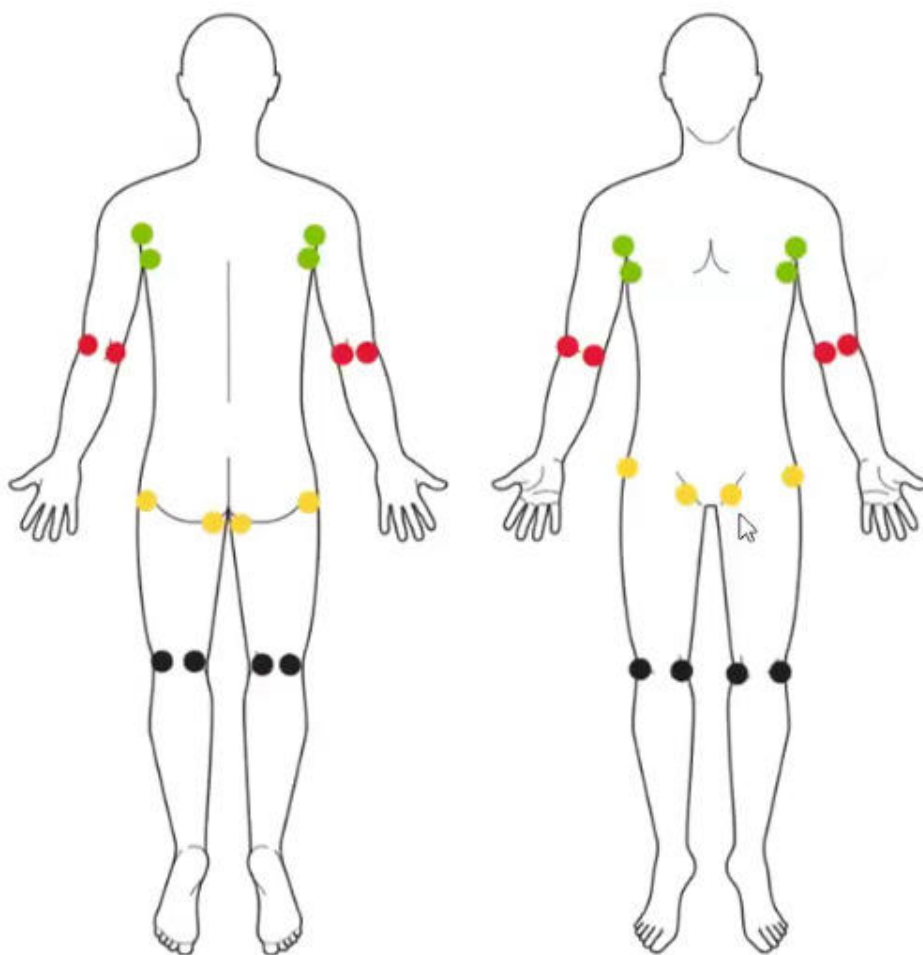
。《黄帝内经》曰：“人有八虚，肺心有邪，其气留于两肘；肝有邪，其气流于两腋；脾有邪，其气留于两髀；肾有邪，其气留于两脬。”外感邪气日久停留于体内阻碍经络运行，易在人体两侧的肘部、腋部、髀及脬部停留，即五脏藏邪于这“八虚”之中。

Người có bát hư, Phế tâm có tà, khí lưu ở hai khuỷu tay; Can có tà, Khí lưu ở hai nách; Tỳ có tà khí lưu ở hai háng; Thận có tà, khí lưu ở hai khoeo chân.

Những huyết mà chúng ta sẽ được chia sẻ thì đều phân bố hết tất cả những khớp này, tám khớp có hình vẽ này: bát hư Phế Tâm là màu đỏ, Can xanh, Tỳ vàng, Tỳ là



chỗ cơ lực rất là quan trọng và Thận đen xung quanh khớp gối có huyết.



## CHƯƠNG II. PHƯƠNG PHÁP CHẨN ĐOÁN ĐẶC BIỆT TRONG CHÂM CỨU CỰC DỊCH

### I. “NHẤT KHÍ CHU LƯU” HOÀNG NGUYÊN NGỰ

Ý nghĩa lý thuyết của “Nhất khí chu lưu” (một Khí lưu chuyển) trong sách Tứ Thánh Tâm Nguyên của Hoàng Nguyên Ngự

- Sự thăng giáng của âm dương hình thành ra Tứ Tượng (四象) là Kim Mộc Thủy Hỏa cộng với Thổ là trục giữa.

- Mộc Hoả thăng lên từ bên trái, Kim Thủy giáng xuống bên phải, Thổ quay trục chính giữa.

- Bốn bánh xe và một động cơ, nếu 1 trong bốn bánh xe hoặc động cơ xảy ra vấn đề thì xe không thể hoạt động trơn chu.

- Bất cứ bệnh nào cũng phải xem trung khí vận hành “nhất khí chu lưu” (phải xem chẩn đoán âm dương thăng giáng)

“Nhất khí chu lưu” 一气周流

Có nghĩa là khi mình khám bệnh, trước khi mình châm cứu phải xem người bệnh