

Tủ sách Y Học Tự Nhiên - Tổng Thể

TÀI LIỆU HỌC TẬP



CHÂM CỨU LỤC KHÍ - TẬP 1

(Lưu hành nội bộ)

Trình bày: BS. Ngô Văn Hiệp

Lời nói đầu

Các bạn thân mến!

Hiện nay, Châm Cứu Lục Khí đã phát triển rộng rãi và nhận được sự ủng hộ nhiệt tình của cộng đồng khi đã chứng minh được hiệu quả trên lâm sàng và sự chặt chẽ trong lý luận. Đây là bộ môn mà tất cả chúng ta đều có thể học và áp dụng dù không phải “dân ngành y” vì lý luận của Lục Khí rất rõ ràng, dễ hiểu và cách áp dụng cũng rất đơn giản khi chỉ cần dùng những miếng salonpas nhỏ dán vào các huyệt. Cùng với đó lý luận của Lục Khí còn nhiều điều mới mẻ và rộng mở để cho các bạn yêu thích tiếp tục tìm hiểu và phát triển.

Đây là cuốn tài liệu cơ bản được tác giả tổng hợp dựa trên các bài giảng của Thầy Đặng Đức Thảo (Thầy trưởng bộ môn) kết hợp với những kinh nghiệm, ý hiểu của tác giả. Châm Cứu Lục Khí có vai trò quan trọng trong mô hình Y Học Tự Nhiên – Tổng Thể (Natural – Holistic Medicine) do tác giả xây dựng. Hy vọng cuốn tài liệu này sẽ giúp các bạn hiểu được rõ vai trò, vị trí của Châm Cứu Lục Khí cũng như phát huy được hết giá trị của bộ môn.

Mọi sự góp ý của các bạn về cuốn tài liệu này xin gửi đến tác giả theo địa chỉ email: Ngovanhiep5694@gmail.com

Trân trọng

Ngô Văn Hiệp

MỤC LỤC

SỰ HÌNH THÀNH LỤC KHÍ.....	3
TƯƠNG SINH – TƯƠNG KHẮC – PHẢN SINH TRONG LỤC KHÍ.....	5
12 TẠNG PHỦ.....	6
CHIỀU VẬN HÀNH KHÍ HUYỆT TRONG 12 ĐƯỜNG KINH.....	10
BỘ MẠCH VÀ BỘ HUYỆT LỤC KHÍ.....	13
CÁCH XÁC ĐỊNH VỊ TRÍ VÀ HÀNH CỦA CÁC HUYỆT TRÊN ĐƯỜNG KINH.....	12
NGUYÊN LÝ CHỮA BỆNH VÀ NGUYÊN TẮC KẾT NỐI TRONG LỤC KHÍ.....	29
CÁCH THÀNH LẬP BỘ HUYỆT LỤC KHÍ.....	32
CÁC BỘ THỦ CHÂM.....	39
CÁC BỘ TÚC CHÂM.....	51
CÁC BỘ ÂM CHÂM.....	64
CÁC BỘ DƯƠNG CHÂM.....	77
CHỨNG MINH TÁC DỤNG CỦA CHÂM CỨU LỤC KHÍ.....	90
HƯỚNG DẪN CÁCH CẮT SALONPAS.....	95
Y HỌC TỰ NHIÊN – TỔNG THỂ VÀ VAI TRÒ CỦA CHÂM CỨU LỤC KHÍ.....	96

SỰ HÌNH THÀNH LỤC KHÍ



Vô cực sinh thái cực

Thái cực sinh lưỡng nghi: dương nghi (nét liền), âm nghi (nét đứt)

Lưỡng nghi sinh tú tượng: thiếu dương, thái dương, thiếu âm, thái âm

Tú tượng sinh bát quái: càn, khảm, cấn, chấn, tốn, ly, khôn, đoài

Từ bát quái, dương sinh lục khí, âm sinh ngũ hành

Lục khí và ngũ hành nuôi dưỡng và tạo ra vạn vật

Lục khí gồm:

1. Hàn khí → Lạnh → hành Thủy → ứng với kinh Thái Dương
2. Táo khí → Khô → hành Kim → ứng với kinh Dương Minh
3. Hỏa khí → Nóng → hành Hỏa → ứng với kinh Thiếu Dương
4. Thủ khí → Âm → hành Thủ → ứng với kinh Thiếu Âm
5. Phong khí → Gió → hành Mộc → ứng với kinh Quyết Âm
6. Thấp khí → Mát → hành Thổ → ứng với kinh Thái Âm

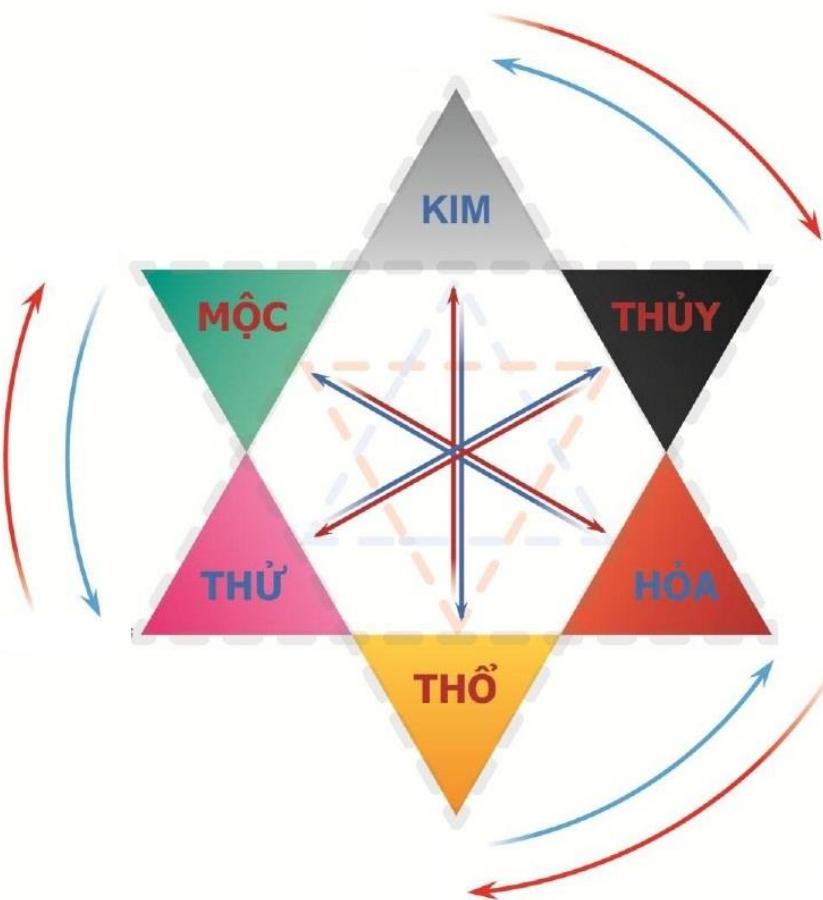
Nội kinh viết: “Trời nuôi người bằng lục khí, đất nuôi người bằng ngũ vị”. Con người là một tiểu vũ trụ, nằm trong thế THIÊN – NHÂN – ĐỊA, hội đủ âm dương của trời đất, được nuôi sống bằng NGUYÊN – KHÍ do khí và vị của trời đất hợp lại. Khí dương của trời được hít vào theo đường hô

hấp để hợp với ngũ vị (ngũ cốc) của đất đưa vào đường tiêu hóa. Nhờ khí hóa chuyển hóa các chất NGỌT, MẶN, CHUA, NHẠT, CAY, ĐÁNG và phân ra theo các tạng phủ để trung hòa, cân bằng âm dương, điều hòa tạng phủ và duy trì sự sống của con người.

Vậy, lục khí là sự khí hóa của trời đất, ảnh hưởng vào lục phủ, lục tạng trong cơ thể con người theo thế THIÊN – NHÂN – ĐỊA. Sự khí hóa này xuất phát bởi các khí của trời (lục khí) hợp cùng các vị của đất, nuôi sống, chuyển hóa và chi phối con người qua hệ kinh mạch và huyệt đạo.

Lưu ý: Trong Châm Cứu Lục Khí, chữ “lục khí” này dùng để chỉ sự khí hóa của tạng phủ chứ không ám chỉ 6 khí trên trời. Đây là 2 từ đồng âm khác nghĩa.

TƯƠNG SINH – TƯƠNG KHẮC – PHẢN SINH TRONG LỤC KHÍ



1. Tương sinh

Thổ sinh Kim, Kim sinh Thủy, Thủy sinh Thủ, Thủ sinh Mộc, Mộc sinh Hỏa, Hỏa sinh Thổ.

2. Phản sinh

Thổ phản sinh Hỏa, Hỏa phản sinh Mộc, Mộc phản sinh Thủ, Thủ phản sinh Thủy, Thủy phản sinh Kim, Kim phản sinh Mộc.

3. Tương khắc

Thủy – Hỏa khắc nhau, Thổ - Thủ khắc nhau, Kim – Mộc khắc nhau

12 TẠNG PHỦ

Cơ thể có 12 tạng phủ, bao gồm:

- 6 tạng; Tâm, Can, Tỳ, Phé, Thận và Tâm Bào Lạc
- 6 phủ: Đởm, Vị, Tiểu Trường, Đại Trường, Tam Tiêu, Bàng Quang

I. Vai trò của các Tạng – Phủ

1. Tạng Tâm

- Tâm chủ huyết mạch: tâm khí thúc đẩy huyết dịch vận hành trong lòng mạch, phát huy tác dụng dinh dưỡng và tư nhuận.
- Đánh giá tâm chủ huyết mạch: Sắc mặt hồng nhuận; màu sắc lưỡi hồng nhạt, sáng bóng; mạch hoà hoãn có lực; cảm giác ở lòng ngực: thư thái
- Tâm tàng thần: chi phối hoạt động sinh lý và hoạt động tinh thần, ý thức, tư duy của cơ thể con người.
- Tâm khai khiếu ra lưỡi.
- Tâm quan hệ với thần chí là vui mừng.
- Tâm chủ mồ hôi.

2. Tạng Can

- Can tàng huyết: điều tiết lượng huyết, phòng ngừa xuất huyết.
- Can chủ sơ tiết: Sơ tức là sơ thông, tiết tức là phát tán, làm cho khí toàn thân thông mà không trệ, tán mà không uất.
- Can chủ cân.
- Can khai khiếu ra mắt.
- Can quan hệ với tình chí là nộ

3. Tạng Tỳ

- Chủ vận hoá: vận là chuyển vận; hoá là tiêu hoá hấp thu. Tỳ biến thức ăn thành các chất tinh vi, hấp thu và chuyển vận khắp toàn thân.
- Chủ thăng thanh: Thanh là chỉ vật chất tinh vi, được vận chuyển lên trên đến đầu mặt, tâm phế, hoá sinh thành khí huyết dinh dưỡng toàn thân.
- Chủ thống huyết: làm cho huyết dịch vận chuyển đúng trong lòng mạch.

- Tỳ chủ cơ nhục: tỳ khí kiện vận, dinh dưỡng của tứ chi sung túc.
- Tỳ khai khiếu ra miệng.

4. Tạng Phế

- Chủ khí, quản hô hấp: trao đổi khí bên trong và bên ngoài cơ thể, hít thanh khí và thải trọc khí, thay cũ đổi mới để duy trì hoạt động sống của cơ thể.
- Thông điều thuỷ đạo: sơ thông, điều tiết vận động tuyên phát-túc giáng của phế đổi với sự vận chuyển, phân bố và bài tiết của tân dịch. Tuyên phát làm cho thuỷ dịch hướng lên trên ra ngoài, phân bố khắp toàn thân, sau khi trao đổi hình thành mồ hôi, bài tiết qua lỗ chân lông ra ngoài. Túc giáng: thuỷ dịch hướng lên trên vào trong mà thành nguồn sinh ra nước tiểu, thông qua khí hoá của thận, sau khi trao đổi thuỷ dịch hoá thành nước tiểu trữ ở bàng quang, sau đó bài tiết ra ngoài.
- Phế chủ bì mao
- Phế khai khiếu ra mũi

5. Tạng Thận

- Thận tàng tinh: bé tàng, trữ tồn tinh khí, ngăn ngừa tinh khí vô có tiêu mất. Tinh tàng trữ ở thận có 2 nguồn gốc: tinh tiên thiên là tinh sinh dục bẩm thụ từ bố mẹ, tinh hậu thiên là vật chất tinh vi của thành phần dinh dưỡng và tạng phủ trao đổi hoá sinh mà thành.
- Thận chủ thuỷ: thận có tác dụng chủ trì và điều tiết tân dịch. Quá trình đó là: vị, tiểu trường, đại trường dưới sự hiệp trợ của tỳ, hấp thu chất tinh vi của thức ăn sinh thành tân dịch; sau đó thông qua tỳ, phế, thận, tam tiêu đưa tân dịch phân bố toàn thân; sau khi trao đổi, hình thành chất cặn bã, thông qua đường tiểu, mồ hôi, hơi thở bài xuất ra ngoài.
- Thận chủ nạp khí: tức là thận giúp phế duy trì độ sâu khi hô hấp, ngăn ngừa hô hấp nhanh nóng.
- Thận sinh tuỷ chủ cốt.
- Thận khai khiếu ra tai.
- Thận chủ nhị tiện.

6. Tạng Tâm Bào Lạc

- Là một màng bao quanh tâm, còn gọi là “Thủ Tâm Chủ”
- Bảo vệ tâm, ngăn không cho tà khí xâm nhập vào tâm

- Các biểu hiện bệnh lý trung đồng tạng Tâm

7. Phủ Đởm

- Trữ tồn dịch mật: do can hoá sinh, hội tập ở đởm, tiết ra ở tiểu trướng, tác dụng tiêu hoá thức ăn, là điều kiện trọng yếu để công năng vận hoá của tỳ vị đạt được bình thường.
- Bài tiết dịch mật: công năng sơ tiết của can trực tiếp không chế và điều tiết quá trình bài tiết dịch mật.
- Chủ quyết đoán: nếu đởm khí hư sẽ mất khả năng quyết đoán.

8. Phủ Vị

- Chủ thu nạp, làm nhù thuỷ cốc: Thức ăn qua miệng và thực quản, nạp ở vị. Thuỷ cốc sau khi được vị làm nhù, chuyển xuống tiểu trướng, chất tinh vi thông qua vận hoá của tỳ mà đi nuôi dưỡng toàn thân.
- Chủ thông giáng: thức ăn nhập vị, chuyển xuống tiểu trướng, hoá thành khí huyết tân dịch.

9. Phủ Tiểu Trường

- Chủ thu đựng và hoá vật: tiểu trướng tiếp thụ và chứa đựng thức ăn sau khi được vị sơ bộ tiêu hoá. Hoá vật tức là thức ăn lưu giữ ở tiểu trướng một thời gian, tiếp tục phân hoá cốc thành chất tinh vi và cặn bã.
- Phân biệt thanh trọc: thanh là chất tinh vi của thuỷ cốc, trọc là chất cặn bã. Tiểu trướng hấp thu các chất thanh, truyền tổng chất trọc xuống đại trướng.

10. Phủ Đại Trường

- Đại trướng tiếp thụ chất cặn bã và thuỷ dịch sau khi tiểu trướng phân biệt thanh trọc, tái hấp thu thuỷ dịch có trong chất cặn bã, hình thành phân truyền tổng xuống đoạn cuối của đại tràng, qua hậu môn bài xuất ra ngoài.
- Ngoài ra tác dụng chuyển đạo của đại trướng có quan hệ với công năng khí hoá của thận. Nếu thận âm bất túc, dịch trướng khô táo sinh ra tiễn bí; thận dương hư có thể gây dương hư tiễn bí hoặc dương hư tiễn tả.

11. Phủ Bàng Quang

- Công năng chủ yếu là trũ niệu và bài niệu. Nước tiểu là do thận khí hoá tân dịch mà thành, được lưu trữ ở bàng quang một thời gian nhất định rồi bài xuất ra ngoài.

12. Phủ Tam Tiêu

- Gồm: thượng – trung – hạ tiêu
 - Công năng chủ yếu của tam tiêu là một trong lục phủ.
 - + Thông hành nguyên khí: là khí cơ bản nhất của cơ thể con người. Nguyên khí gốc ở thận, thông qua tam tiêu vận hành toàn thân..
 - + Vận hành thuỷ dịch: Sự trao đổi thể dịch toàn thân là do phế, tỳ, thận hiệp đồng hoàn thành, nhưng phải cần tam tiêu để thông đạo mới có thể thăng giáng xuất nhập bình thường.
 - Đặc điểm công năng sinh lý với sự phân chia tam tiêu:
 - + Thượng tiêu: bao gồm tâm, phế, đầu mặt. Công năng chủ yếu là chủ sự thăng phát, tuyên phát vệ khí, phân bổ thuỷ cốc tinh vi nuôi dưỡng toàn thân.
 - + Trung tiêu: bao gồm tỳ, vị. Công năng tiêu hoá, hấp thu, đồng thời phân bổ thuỷ cốc tinh vi và hoá sinh huyết dịch.
 - + Hạ tiêu: gồm tiêu trường, đại trường, can, đởm, thận, bàng quang.
- Công năng chủ yếu là bài tiết chất cặn bã, nước tiểu.

II. Hành của các tạng phủ

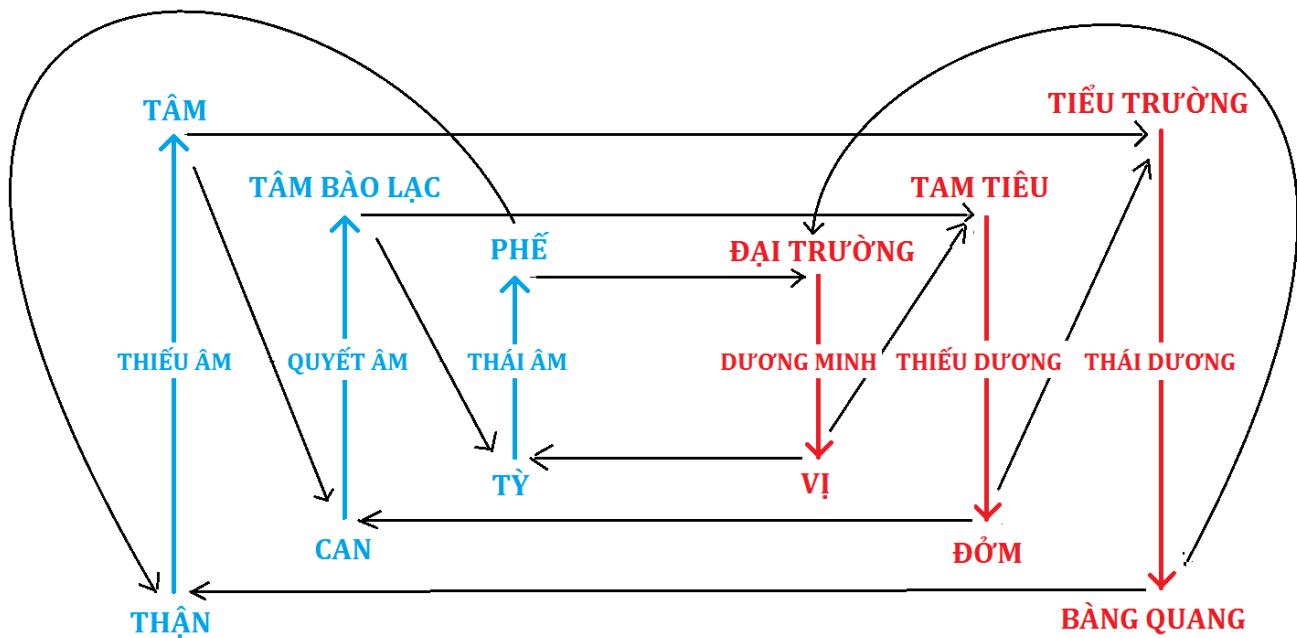
Hành	Thổ	Kim	Thủy	Thử	Mộc	HỎA
Tạng	TỲ	PHẾ	THẬN	TÂM	CAN	TBL
Phủ	VỊ	ĐẠI TRƯỜNG	BÀNG QUANG	TIỂU TRƯỜNG	ĐỞM	TAM TIÊU

CHIỀU VẬN HÀNH KHÍ HUYẾT TRONG 12 ĐƯỜNG KINH

Trong vũ trụ có 6 khí gồm: thiếu âm, quyết âm, thái âm, dương minh, thiếu dương và thái dương. Sáu khí này hiện tượng trong cơ thể là 6 đường kinh: kinh thiếu âm, kinh quyết âm, kinh thái âm, kinh dương minh, kinh thiếu dương và kinh thái dương. Trong đó:

- Kinh thiếu âm: xuất phát từ chân đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi ra ngoài tay (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ chân vào trong cơ thể là Túc Thiếu Âm Thận Kinh, đại diện cho tạng Thận.
 - + Phần đi từ trong cơ thể ra tay là Thủ Thiếu Âm Tâm Kinh, đại diện cho tạng Tâm.
- Kinh quyết âm: xuất phát từ chân đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi ra ngoài tay (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ chân vào trong cơ thể là Túc Quyết Âm Can Kinh, đại diện cho tạng Can.
 - + Phần đi từ trong cơ thể ra tay là Thủ Quyết Âm Tâm Bào Lạc Kinh, đại diện cho tạng Tâm Bào Lạc.
- Kinh thái âm: xuất phát từ chân đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi ra ngoài tay (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ chân vào trong cơ thể là Túc Thái Âm Tỳ Kinh, đại diện cho tạng Tỳ.
 - + Phần đi từ trong cơ thể ra tay là Thủ Thái Âm Phế Kinh, đại diện cho tạng Phế.
- Kinh dương minh: xuất phát từ tay đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi xuống chân (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ tay vào trong cơ thể là Thủ Dương Minh Đại Trường Kinh, đại diện cho phủ Đại Trường.
 - + Phần đi từ trong cơ thể xuống chân là Túc Dương Minh Vị Kinh, đại diện cho phủ Vị.
- Kinh thiếu dương: xuất phát từ tay đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi xuống chân (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ tay vào trong cơ thể là Thủ Thiếu Dương Tam Tiêu Kinh, đại diện cho phủ Tam Tiêu.

- + Phần đi từ trong cơ thể xuống chân là Túc Thiếu Dương Đởm Kinh, đại diện cho phủ Đởm.
- Kinh thái dương: xuất phát từ tay đi vào trong cơ thể (chiều hướng tâm) rồi đi xuống chân (chiều ly tâm).
 - + Phần đi từ tay vào trong cơ thể là Thủ Thái Dương Tiểu Trường Kinh, đại diện cho phủ Tiểu Trường.
 - + Phần đi từ trong cơ thể xuống chân là Túc Thái Dương Bàng Quang Kinh, đại diện cho phủ Bàng Quang.



Sự vận hành của 12 đường kinh:

- Các kinh âm: khí nhiều hơn huyết, vận hành theo chiều tương sinh lục khí: thủy sinh thủ, thủ sinh mộc, mộc sinh hỏa, hỏa sinh thổ, thổ sinh kim, kim sinh thủy (thận → tâm → can → tâm bào lạc → tỳ → phế → thận →...)
- Các kinh dương: huyết nhiều hơn khí, vận hành theo chiều phản sinh lục khí: (kim phản sinh thổ, thổ phản sinh hỏa, hỏa phản sinh mộc, mộc phản sinh thủ, thủ phản sinh thủy, thủy phản sinh kim (đại trường → vị → tam tiêu → đởm → tiểu trường → bàng quang → đại trường →...))

Quan hệ biểu lý:

- Thận – Bàng Quang biểu lý với nhau.
- Tâm – Tiếu Trưởng biểu lý với nhau.
- Can – Đởm biểu lý với nhau.
- Tâm Bào Lạc – Tam Tiêu biểu lý với nhau.
- Tỳ - Vị biểu lý với nhau.
- Phế - Đại Trưởng biểu lý với nhau.

BỘ MẠCH VÀ BỘ HUYỆT LỤC KHÍ

I. Trong châm cứu lục khí có 6 bộ mạch và bộ huyệt, gồm: THỔ, KIM, THỦY, THỦ, MỘC, HỎA, trong đó:

- Bộ thổ gồm: đại trườn thuộc dương (dương thổ) và tỳ thuộc âm (âm thổ).
- Bộ kim gồm: bàng quang thuộc dương (dương kim) và phế thuộc âm (âm kim).
- Bộ thủy gồm: tiểu trườn thuộc dương (dương thủy) và thận thuộc âm (âm thủy).
- Bộ thủ gồm: đởm thuộc dương (dương thủ) và tâm thuộc âm (âm thủ).
- Bộ mộc gồm: tam tiêu thuộc dương (dương mộc) và can thuộc âm (âm mộc).
- Bộ hỏa gồm: vị thuộc dương (dương hỏa) và tâm bào lạc thuộc âm (âm hỏa).

II. Phân biệt HÀNH và BỘ

Hành là bản chất của Tạng – Phủ còn BỘ và vị trí của Tạng – Phủ trong bộ mạch, bộ huyệt. Trong đó:

- Các tạng (kinh âm) có HÀNH và BỘ trùng với nhau, ví dụ: Tỳ mang HÀNH thổ và thuộc BỘ thổ.

Tạng	Tỳ	Phé	Thận	Tâm	Can	TBL
Hành	Thổ	Kim	Thủy	Thủ	Mộc	Hỏa
Bộ	Thổ	Kim	Thủy	Thủ	Mộc	HỎA

- Các phủ (kinh dương) có HÀNH với BỘ khác nhau, ví dụ: đại trườn màng HÀNH kim nhưng thuộc BỘ thổ.

Phủ	Đại Trườn	Bàng Quang	Tiểu Trườn	Đởm	Tam Tiêu	Vị
Hành	Kim	Thủy	Thủy	Mộc	HỎA	Thổ
Bộ	Thổ	Kim	Thủy	Thủ	Mộc	HỎA

Chúng ta hiểu đơn giản về HÀNH và BỘ như sau: anh Nguyễn Văn A là người Việt Nam và đang sống ở Pháp thì anh A sẽ mang HÀNH Việt Nam và thuộc BỘ Pháp (bản chất là người Việt Nam nhưng vị trí là ở Pháp).

CÁCH XÁC ĐỊNH VỊ TRÍ VÀ HÀNH CỦA CÁC HUYỆT TRÊN 12 ĐƯỜNG KINH

Trong phần cơ bản này, chúng ta chỉ bàn đến các huyệt ngũ du trên 12 đường kinh, trong đó:

- Các kinh âm, mỗi kinh có 5 huyệt: 1 - Tĩnh (Tĩnh), 2 - Vinh (Huỳnh), 3 - Du, 4 - Kinh, 5 - Hợp (thứ tự lần lượt theo chiều từ đầu ngón tay (chân) đi vào trong cơ thể).
- Các kinh dương, mỗi kinh có 6 huyệt : 1- Tĩnh (Tĩnh), 2 - Vinh (Huỳnh), 3 - Du, 4 - Nguyên, 5 - Kinh, 6 - Hợp (thứ tự lần lượt theo chiều từ đầu ngón tay (chân) đi vào trong cơ thể).

Lưu ý: điểm khác nhau giữa các kinh âm và kinh dương là trên các kinh dương có thêm thêm huyệt Nguyên ở vị trí số 4, nằm giữa huyệt Du và huyệt Kinh.

Cách xác định hành của huyệt trên các kinh

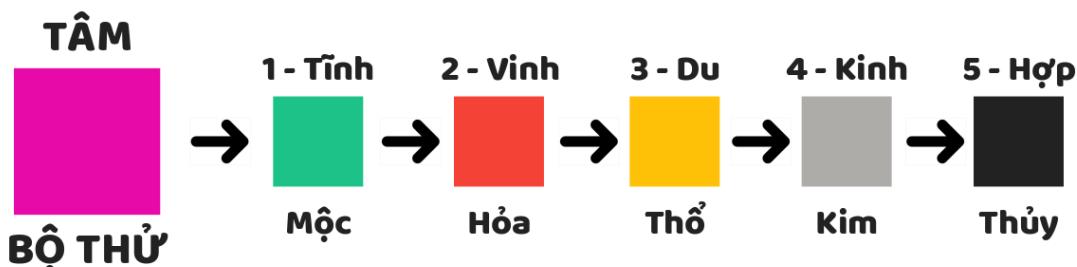
- **Bước 1:** xác định xem kinh đó thuộc BỘ nào.

Ví dụ 1: kinh Tâm thuộc BỘ thủ

Ví dụ 2: kinh Đại Trưởng thuộc BỘ thổ

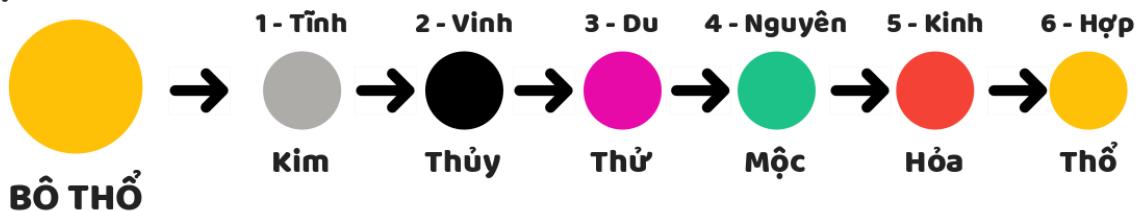
- **Bước 2:** Xác định HÀNH của các huyệt từ Tĩnh đến Hợp theo chiều tương sinh lục khí (thổ → kim → thủy → thủ → mộc → hỏa → thổ). Bắt đầu từ huyệt Tĩnh sẽ mang hành mà Bộ của kinh đó sinh ra.

Ví dụ 1: Trên kinh Tâm (thuộc Bộ thủ) thì huyệt tĩnh sẽ mang hành mộc (do thủ sinh mộc), huyệt vinh mang hành hỏa (do mộc sinh hỏa), huyệt du mang hành thổ (do hỏa sinh thổ), huyệt kinh mang hành kim (do thổ sinh kim), huyệt hợp mang hành thủy (do kim sinh thủy).



Ví dụ 2: Trên kinh Đại Trường (thuộc Bộ thổ) thì huyệt tĩnh sẽ mang hành kim (do thổ sinh kim), huyệt vinh sẽ mang hành thủy (do kim sinh thủy), huyệt du mang hành thủ (do thủy sinh thủ), huyệt nguyên mang hành mộc (do thủ sinh mộc), huyệt kinh mang hành hỏa (do mộc sinh hỏa), huyệt hợp mang hành thổ (do hỏa sinh thổ).

ĐẠI TRƯỜNG

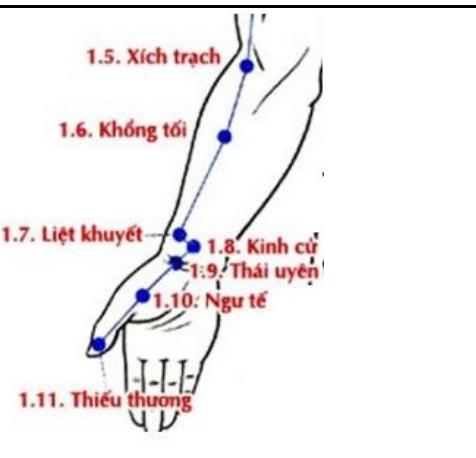
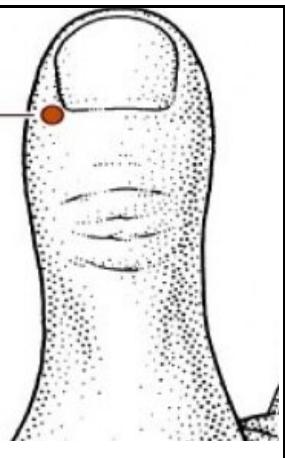
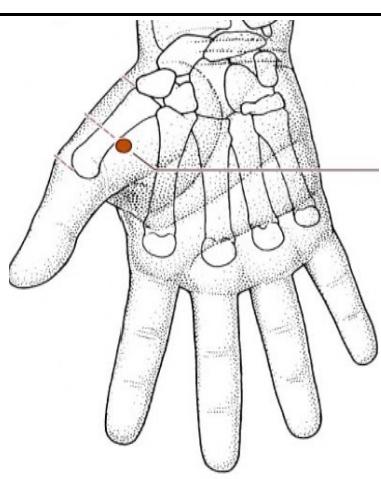
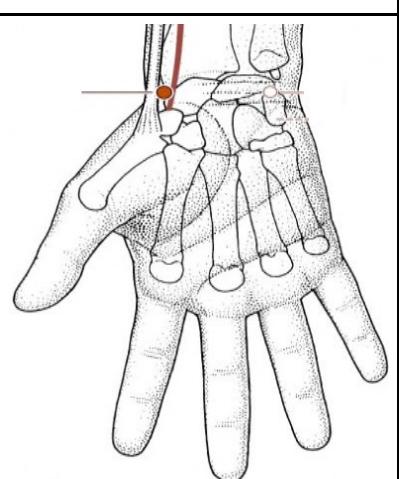
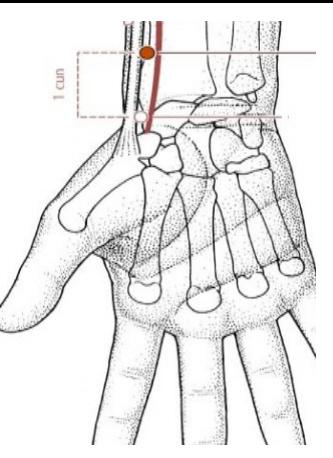
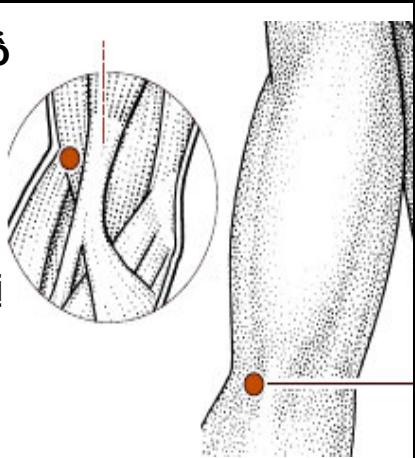


Nhận xét:

- Huyệt du (huyệt số 3) mang hành khắc với bộ của kinh đó.
 - + Ví dụ: Kinh Tâm thuộc bộ THỦ, huyệt du mang hành THỔ, THỔ - THỦ khắc nhau.
- Trên các đường kinh dương, huyệt hợp (huyệt số 6) sẽ mang hành trùng với bộ của kinh đó.
 - + Ví dụ: Kinh Đại Trường thuộc bộ THỔ, huyệt hợp cũng mang hành THỔ.

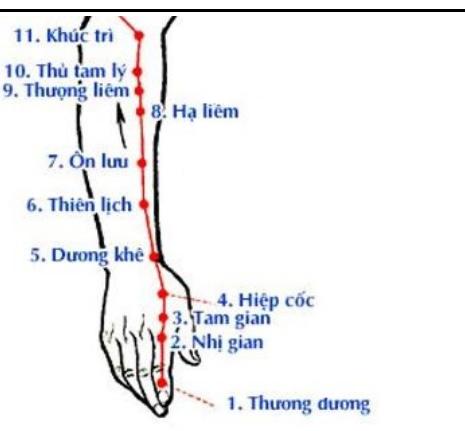
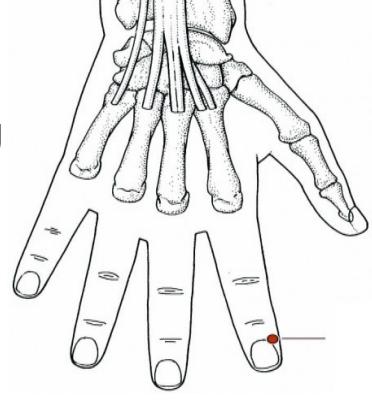
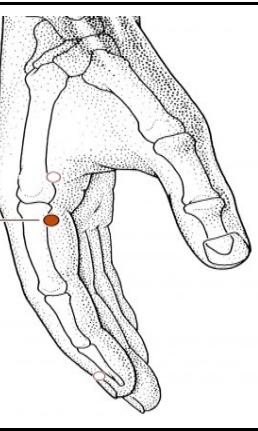
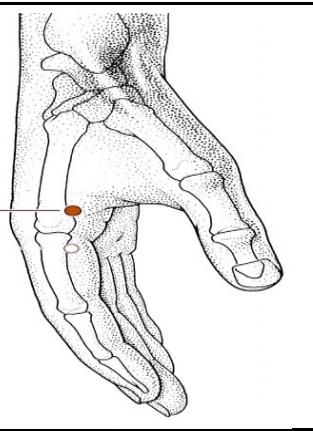
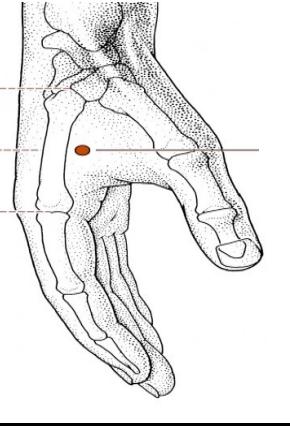
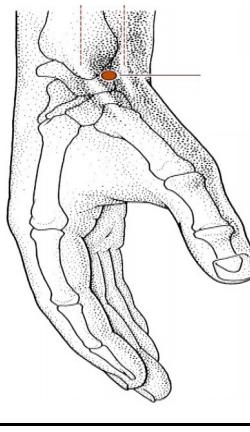
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ THÁI ÂM PHÉ

 <p>1.5. Xích trạch 1.6. Khổng tối 1.7. Liệt khuyệt 1.8. Kinh cù 1.9. Thái uyên 1.10. Ngư tế 1.11. Thiếu thương</p>	<p>Phé - Tĩnh - Thủy Thiếu Thương Cách góc ngón tay cái 0,1 thốn</p> 
<p>Phé - Vinh - Thủ Ngư Tế Điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi tiếp giáp da gan tay và da mu tay</p> 	<p>Phé - Du - Mộc Thái Uyên Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay</p> 
<p>Phé - Kinh - Hỏa Kinh Cù Mặt trong đầu dưới xương quay, nếp gấp cổ tay thẳng lên 1 thốn</p> 	<p>Phé - Hợp - Thổ Xích Trạch Trung điểm nếp gấp khuỷu tay Bờ ngoài cơ nhị đầu cánh tay</p> 

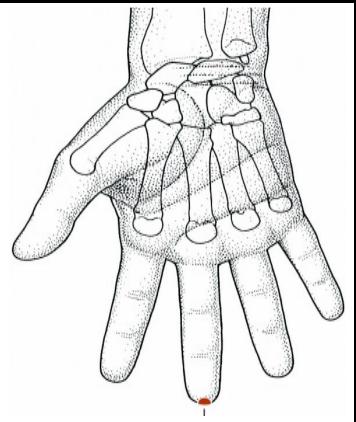
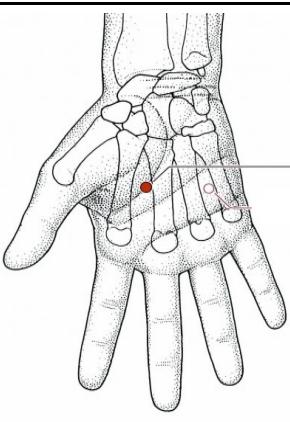
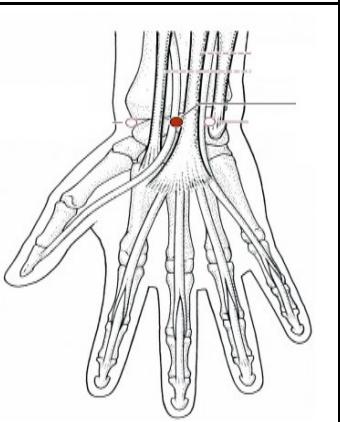
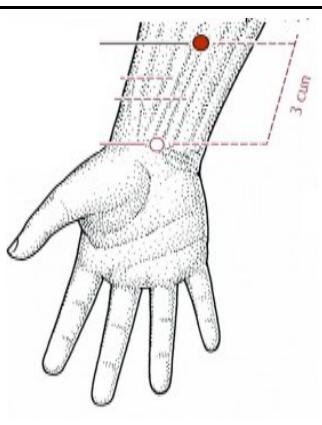
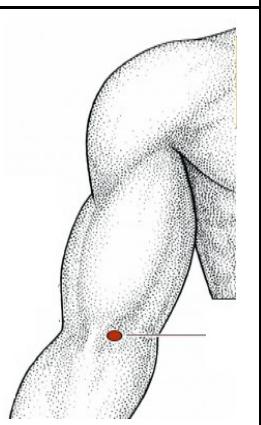
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ DƯƠNG MINH ĐẠI TRƯỜNG

	<p>Đại Trường - Tĩnh - Kim - Thương Dương</p> <p>Cách góc ngoài chân móng ngón tay trỏ 0,1 thốn</p> 
<p>Đại Trường - Vinh - Thủy - Nhị Gian</p> <p>Ở chỗ lõm phía trước và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt</p> 	<p>Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian</p> <p>Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt</p> 
<p>Đại Trường - Nguyên - Mộc - Hợp Cốc</p> <p>Bờ ngoài xương bàn ngón 2, trung điểm đường nối 2 huyệt Tam Gian và Dương Khê</p> 	<p>Đại Trường - Kinh - Hỏa - Dương Khê</p> <p>Chỗ lõm bờ ngoài lắn sau cổ tay, khi cong ngón tay cái lên, huyệt nằm tại điểm lõm giữa cơ duỗi dài và ngắn ngón tay cái. Nằm tại hõm lào giải phẫu</p> 
<p>Đại Trường - Hợp - Thổ - Khúc Trì</p> <p>Co khuỷu tay, huyệt nằm ở trên đầu lắn chỉ nếp gấp khuỷu nơi hõm vào</p> 	

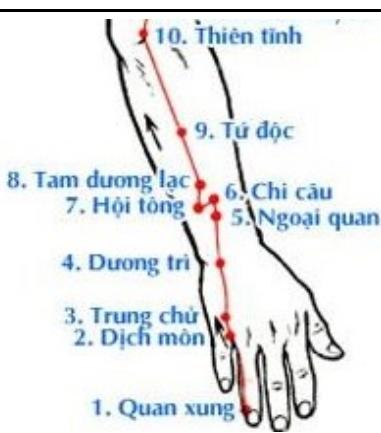
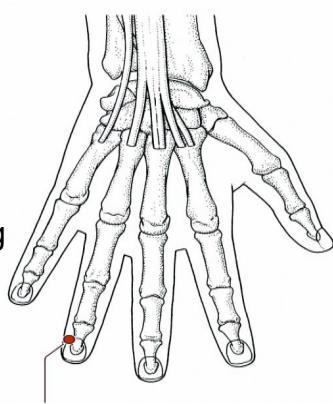
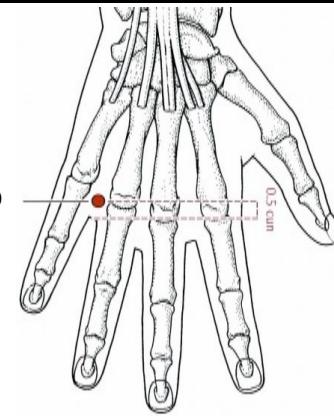
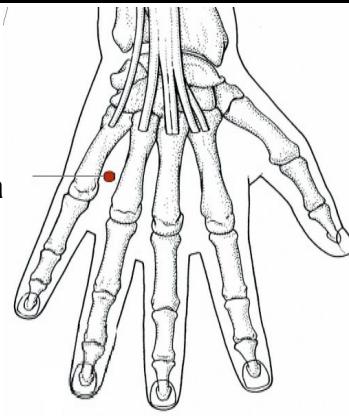
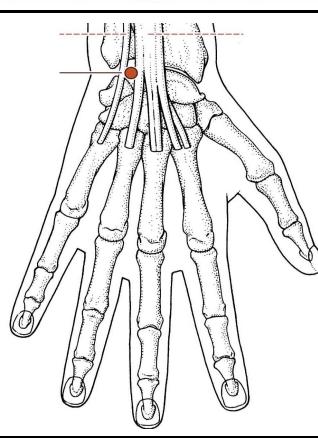
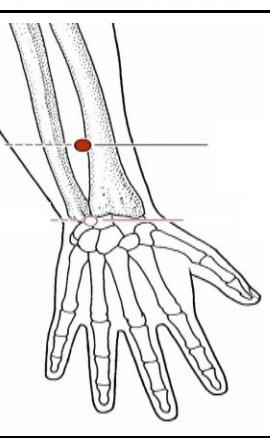
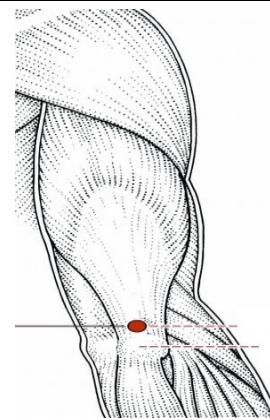
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ QUYẾT ÂM TÂM BÀO

 <p>3. Khúc trạch 4. Khích môn 5. Giản sứ 6. Nội quan 7. Đại lăng 8. Lao cung 9. Trung xung</p>	<p>Tâm Bào - Tĩnh - Thổ - Trung Xung Điểm chính giữa đầu ngón giữa</p> 
<p>Tâm Bào - Vinh - Kim - Lao Cung Huyệt nằm trên gan bàn tay, khi co tay nắm lại, huyệt nằm giữa đầu móng tay ngón 3 và 4 chỉ vào bàn tay</p> 	<p>Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.</p> 
<p>Tâm Bào - Kinh - Thủ - Giản Sứ Nếp gấp cổ tay thẳng lên 3 thốn, giữa khe gân cơ gan tay lớn và bé</p> 	<p>Tâm Bào - Hợp - Mộc - Khúc Trạch Trên bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc</p> 

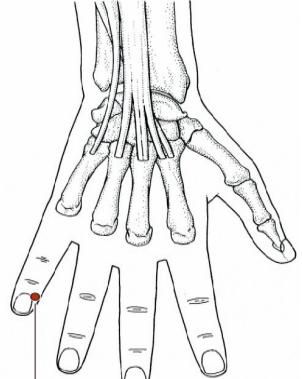
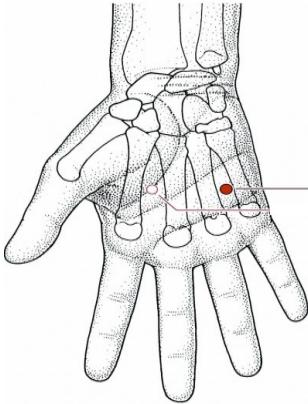
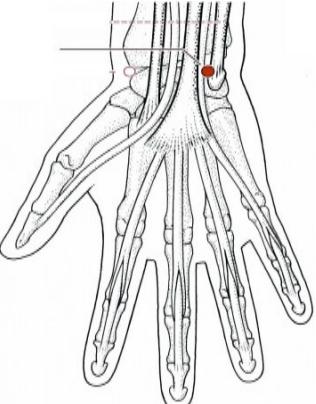
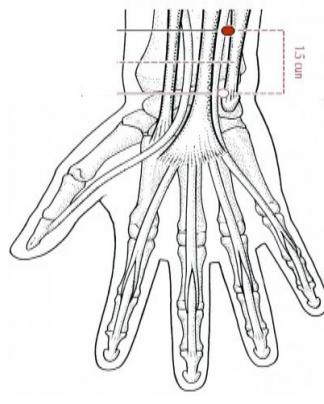
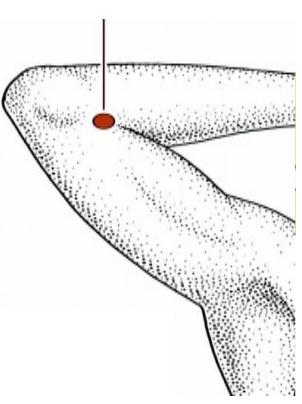
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ THIẾU DƯƠNG TAM TIÊU

 <p>10. Thiên tinh</p> <p>1. Quan xung</p> <p>2. Dịch môn</p> <p>3. Trung chử</p> <p>4. Dương trì</p> <p>5. Ngoại quan</p> <p>6. Chi cầu</p> <p>7. Hội tông</p> <p>8. Tam dương lạc</p> <p>9. Tú độc</p>	<p>Tam Tiêu - Tĩnh - HỎA - Quan Xung</p> <p>Bàn tay ngửa lên, co ngón đeo nhẫn lại, lấy ở cạnh ngoài gốc móng (về phía ngón út) cách 0,1 thốn.</p> 
<p>Tam Tiêu - Vinh - Thở - Dịch Môn</p> <p>Úp bàn tay, lấy ở cuối nếp gấp khe ngón đeo nhẫn và ngón út, bên ngoài khớp ngón và bàn tay.</p> 	<p>Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ</p> <p>Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5</p> 
<p>Tam Tiêu - Nguyên - Thủy - Dương Trì</p> <p>Bàn tay úp, hơi gập cổ tay, lấy ở chỗ lõm cạnh ngoài gân lớn chính giữa cổ tay (Gân cơ duỗi chung) thẳng khe ngón 3 và ngón 4 lên</p> 	<p>Tam Tiêu - Kinh - Thủ - Chi Cầu</p> <p>Bàn tay úp, khuỷu tay hơi co, từ huyệt ngoại quan lên 1 thốn, khe giữa 2 xương</p> 
<p>Tam Tiêu - Hợp - Mộc - Thiên Tinh</p> <p>Ngồi ngay, co khuỷu tay, từ lồi mõm khuỷu tay lên 1 thốn, giữa chỗ lõm là huyệt</p> 	

HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ THIẾU ÂM TÂM

	<p>Tâm - Tĩnh - Mộc - Thiếu Xung</p> <p>Ở ngón út phía xương mác, cách góc móng tay 0,1 thón.</p> 
<p>Tâm - Vinh - Hỏa - Thiếu Phủ</p> <p>Nằm giữa xương bàn tay thứ 4 và 5, khi nắm tay, huyệt ở giữa ngón út và ngón nhẫn hướng vào lòng bàn tay</p> 	<p>Tâm - Du - Thổ - Thần Môn</p> <p>Ở phía xương trụ, trên lằn cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ</p> 
<p>Tâm - Kinh - Kim - Linh Đạo</p> <p>Ở mặt trước trong cẳng tay, cách nếp gấp cổ tay 1,5 thón.</p> 	<p>Tâm - Hợp - Thủy - Thiếu Hải</p> <p>Co tay, huyệt nằm giữa cuối đầu nếp gấp khuỷu tay và móm trên lồi càu</p> 

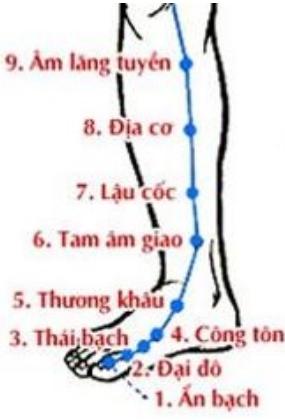
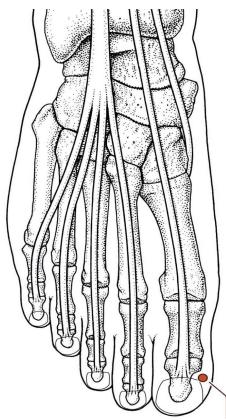
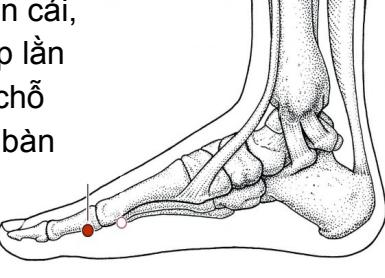
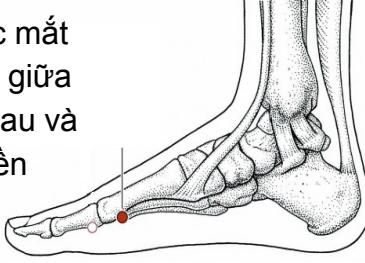
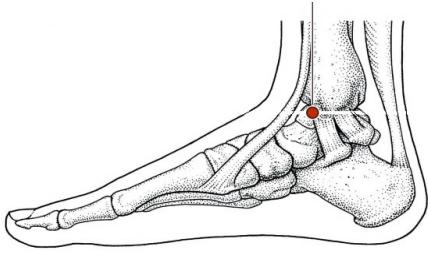
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THỦ THÁI DƯƠNG TIỄU TRƯỜNG

	<p>Tiểu Trường - Tĩnh - Thủ - Thiếu Trạch Góc trong chân móng gón tay út, cách chân móng 0.1 thốn</p>
<p>Tiểu Trường - Vinh - Mộc - Tiền Cốc Chỗ lõm xương ngón tay thứ 5 về hướng xương trụ, nǎm tay lại huyệt ở trước lõm chỉ tay ngón út và bàn nơi tiếp giáp da gan và mu tay</p>	<p>Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê Hơi nǎm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay</p>
<p>Tiểu Trường - Nguyên - Thổ - Uyển Cốt Phía bờ trong bàn tay, chỗ lõm giữa xương mộc và xương bàn tay thứ 5</p>	<p>Tiểu Trường - Kinh - Kim - Dương Cốc Ở bờ trong cổ ngón tay, nơi chỗ lõm giữa xương đậu và mỏm trâm xương trụ</p>
<p>Tiểu Trường - Hợp - Thủy - Tiểu Hải Co khuỷu tay lại, huyệt ở giữa mỏm khuỷu và mỏm trên ròng rọc đầu dưới xương cánh tay, chỗ lõm vào</p>	

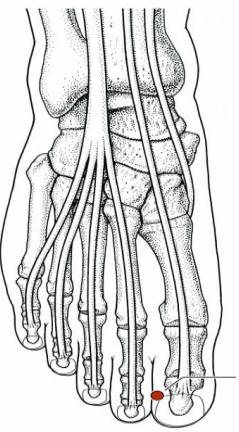
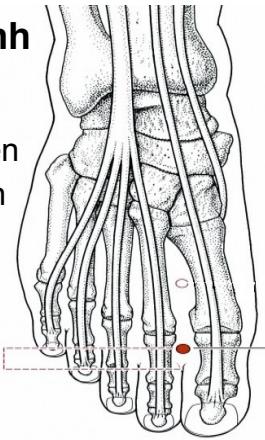
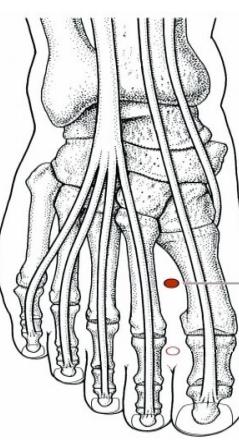
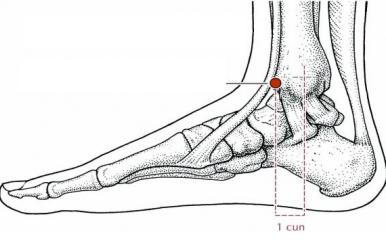
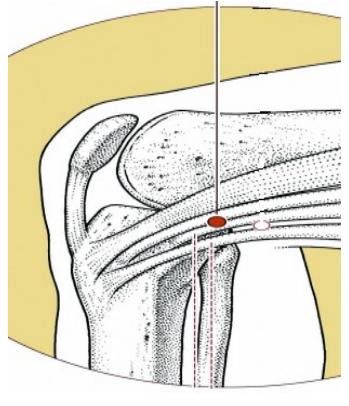
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

TÚC THÁI ÂM TỲ

 <p>9. Âm lăng tuyễn 8. Địa cơ 7. Lậu cốc 6. Tam âm giao 5. Thương khâu 3. Thái bạch 2. Đại đờ 1. Ân bạch</p>	<p>Tỳ - Tĩnh - Kim - Ân Bạch Góc trong ngón chân cái, cách móng chân 0,1 thốn</p> 
<p>Tỳ - Vinh - Thủy - Đại Đô Bờ trong xương ngón cái, trên đường tiếp giáp lằn da gan bàn chân chỗ dưới chỏm xương bàn chân</p> 	<p>Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền</p> 
<p>Tỳ - Kinh - Mộc - Thương Khâu Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền</p> 	<p>Tỳ - Hợp- Hỏa - Âm Lăng Tuyễn Chỗ lõm tạo bởi bờ sau trong đầu trên xương chày với đường ngang qua nơi lồi cao nhất của cơ cẳng chân trước xương chày cách nếp gấp đầu gối 2,5 thốn</p> 

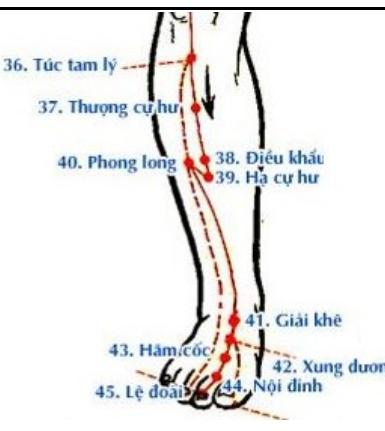
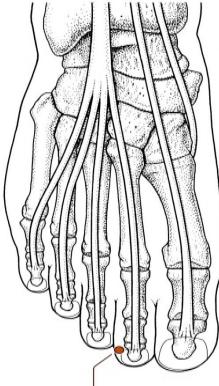
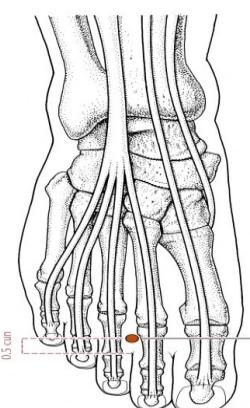
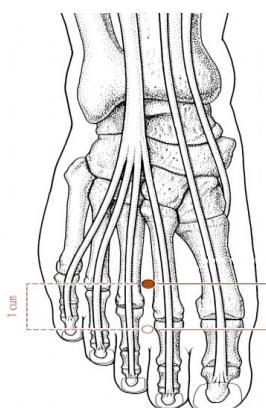
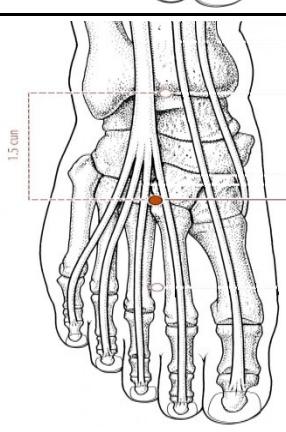
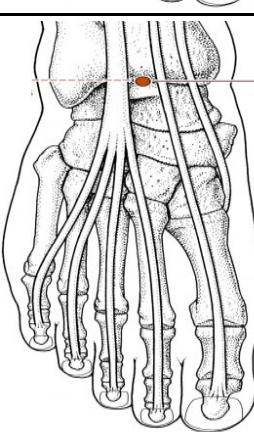
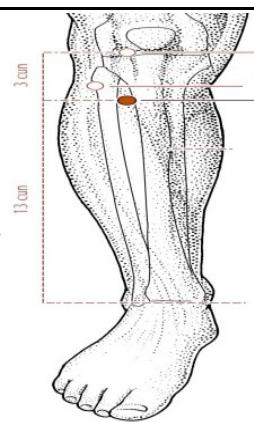
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

TÚC QUYẾT ÂM CAN

 <p>7. Tất quan 6. Trung độ 3. Thái xung 2. Hành gian 1. Đại đòn 4. Trung phong</p>	<p>Can - Tĩnh - HỎA - Đại Ôn</p> <p>Cách bờ ngoài gốc móng chân ngón chân cái 0,1 thốn</p> 
<p>Can - Vinh - Thổ - Hành Gian</p> <p>Kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 0,5 thốn về phía mu chân</p> 	<p>Can - Du - Kim - Thái Xung</p> <p>Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân</p> 
<p>Can - Kinh - Thủy - Trung Phong</p> <p>Bờ dưới mắt cá trong khoảng 1 thốn điếm lõm giữa cơ dài ngón cái và cơ chày trước</p> 	<p>Can - Hợp - Thủ - Khúc Tuyễn</p> <p>Khi gấp chân lại, huyệt nằm trên phía trong xương đùi đầu nếp gấp đầu gối</p> 

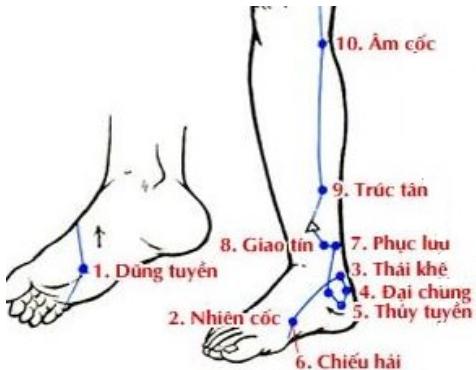
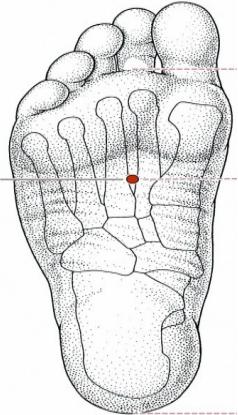
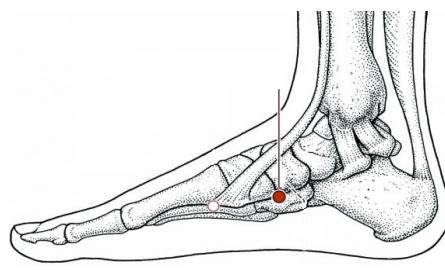
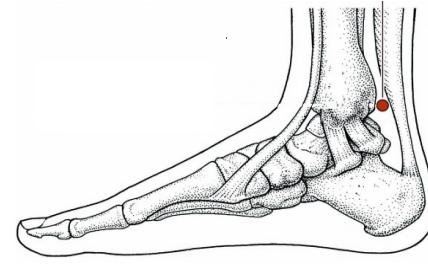
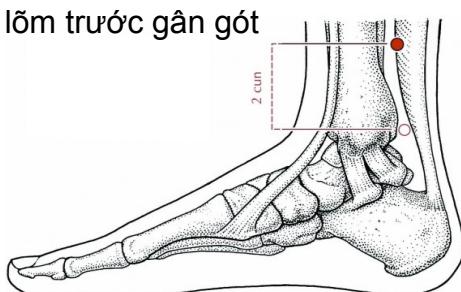
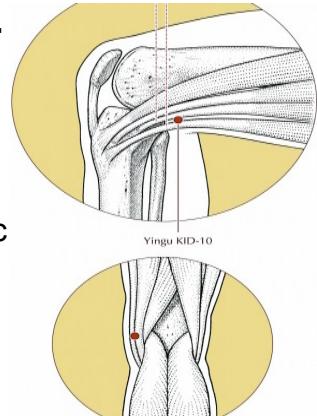
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

DƯƠNG MINH VỊ

 <p>36. Túc tam lý 37. Thượng cự huy 38. Điều khẩu 39. Hả cự huy 40. Phong long 41. Giải khê 42. Xung dương 43. Häm/cốc 44. Nội định 45. Lệ đào</p>	<p>Vị - Tĩnh - Thổ - Lệ Đoài</p> <p>Ngoài ngón chân thứ 2, cách góc móng chân 0,1 thốn</p> 
<p>Vị - Vinh - Kim - Nội Định</p> <p>Giữa kẽ ngón chân 2-3</p> 	<p>Vị - Du - Thủ - Häm Cốc</p> <p>Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân</p> 
<p>Vị - Nguyên - Thủ - Xung Dương</p> <p>Dưới huyệt Giải Khê 1,5 thốn, nơi cao nhất của mu bàn chân chỗ có động mạch đập</p> 	<p>Vị - Kinh - Mộc - Giải Khê</p> <p>Trên nếp gấp cổ chân giữa 2 gân cơ cẳng chân trước và gân cơ duỗi dài ngón cái</p> 
<p>Vị - Hợp - Hỏa - Túc Tam Lý</p> <p>Úp bàn tay lên trên đầu gối, ngón giữa đặt ở trên xương chày, cách 1 khoát ngón tay ngón đeo nhẫn chỉ vào tức huyệt</p> 	

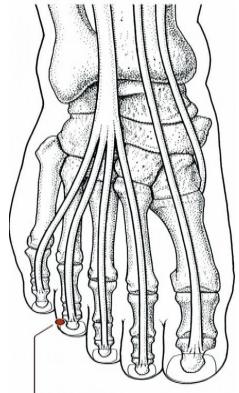
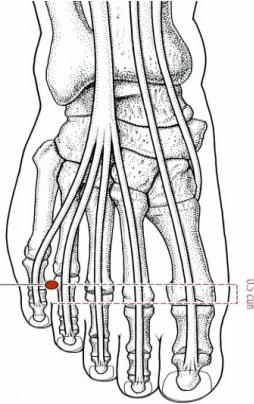
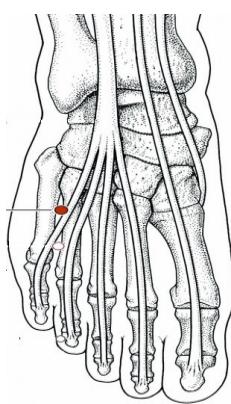
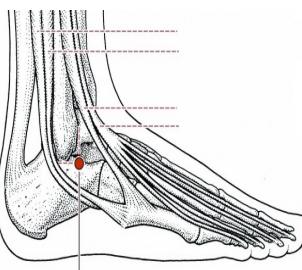
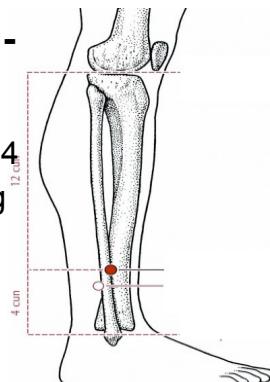
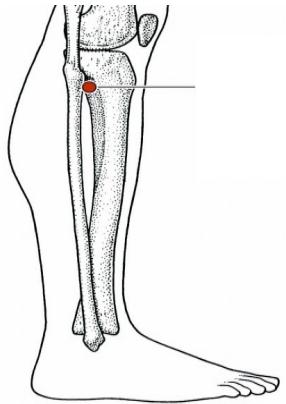
HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THIẾU ÂM THẬN

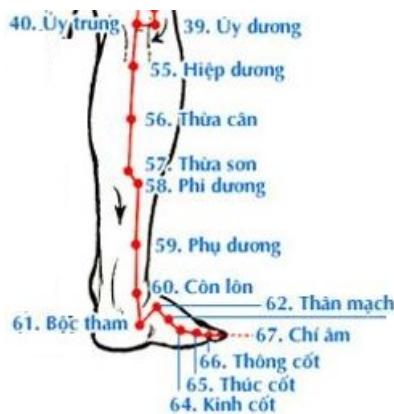
	<p>Thận - Tĩnh - Thủ - Dũng Tuyền</p> <p>Dưới lòng bàn chân, huyệt ở điểm lõm khi co bàn chân, chỗ giữa ngón thứ 2 và thứ 3</p> 
<p>Thận - Vinh - Mộc - Nhiên Cốc</p> <p>Chỗ lõm sát bờ dưới xương trên đùi ở nối da gân chân và mu chân</p> 	<p>Thận - Du - Hỏa - Thái Khê</p> <p>Trung điểm giữa đùi ở nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót</p> 
<p>Thận - Kinh - Thủ - Phục Lưu</p> <p>Từ huyệt Thái Khê đo thẳng lên 2 thốn chỗ lõm trước gân gót</p> 	<p>Thận - Hợp - Kim - Âm Cốc</p> <p>Từ bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc</p> 

HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH

THIẾU DƯƠNG ĐỚM

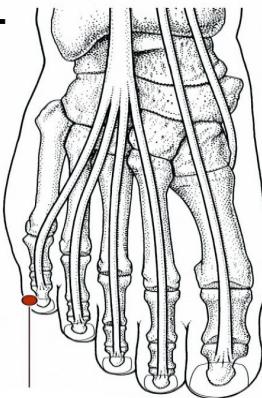
 <p>34. Dương lăng tuyên 35. Dương giao 36. Ngoại khâu 37. Quang minh 38. Dương phụ 39. Huyền chung 40. Khâu khư 41. Túc lâm khớp 42. Địa ngũ hội 43. Hiệp khê 44. Túc khiếu âm</p>	<p>Đớm - Tĩnh - Mộc - Túc Khiếu Âm</p> <p>Bên ngoài ngón chân thứ 4, cách góc móng chân chừng 0,1 thốn. Huyệt trên đường tiếp giáp da gan chân - mu chân</p> 
<p>Đớm - Vinh - Hỏa - Hiệp Khê</p> <p>Khe giữa xương bàn chân ngón thứ 4 và 5, huyệt nằm ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân, phía trên mu chân.</p> 	<p>Đớm - Du - Thổ - Túc Lâm Khắp</p> <p>Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5</p> 
<p>Đớm - Nguyên - Kim - Khâu Khư</p> <p>Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài, nơi chỗ lõm của khe xương cạnh nhóm cơ duỗi dài các ngón, hoặc từ ngón chân thứ 4 kéo thẳng lên mắt cá gấp chỗ lõm hoặc lấy ở chỗ lõm giữa huyệt Thân Mạch và Giải Khê</p> 	<p>Đớm - Kinh - Thủ - Dương Phụ</p> <p>Trên đỉnh mắt cá ngoài 4 thốn, ở bờ dưới xương mác.</p> 
<p>Đớm - Hợp - Thủ - Dương Lăng Tuyền</p> <p>Ở chỗ lõm phía trước và dưới đầu nhỏ của xương mác, nơi thân nối với đầu trên xương mác, khe giữa cơ mác bên dài và cơ duỗi chung các ngón chân</p> 	

HUYỆT LỤC KHÍ TRÊN KINH THÁI DƯƠNG BÀNG QUANG



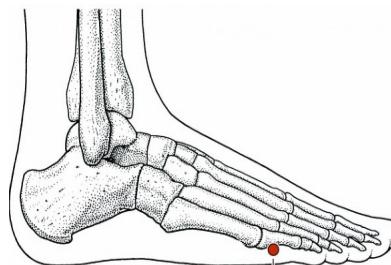
Bàng Quang - Tĩnh - Thủy - Chí Âm

Ở cạnh ngoài gốc móng ngón út, cách gốc móng khoảng hơn 0,1 thốn.



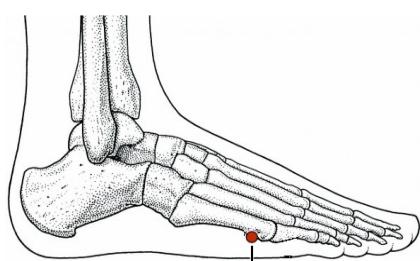
Bàng Quang - Vinh - Thủ - Thông Cốc

Chỗ lõm phía trước khớp bàn và ngón út



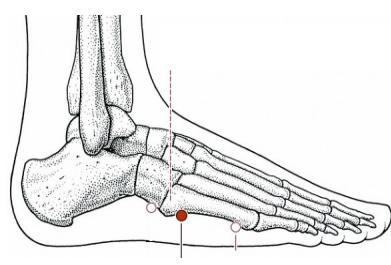
Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5



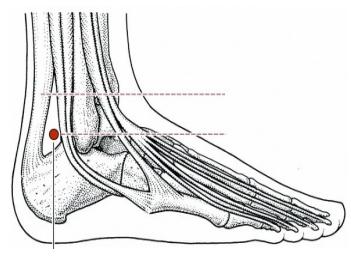
Bàng Quang - Nguyên - Hòa - Kinh Cốt

Ở cạnh ngoài bàn chân, phía dưới đầu mấu xương to (đầu trong xương bàn nón út)



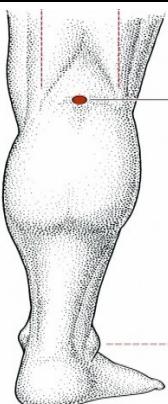
Bàng Quang - Kinh - Thủ - Côn Lôn

Bàn chân để ngang bằng, ở phía sau mắt cá ngoài 0,5 thốn, chỗ giữa mắt cá và gân gót, đối chiếu với Thái Khê ở trong



Bàng Quang - Hợp - Kim - Ủy Trung

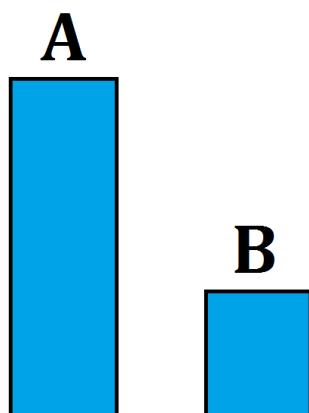
Giữa nếp gấp sau
khủy chân



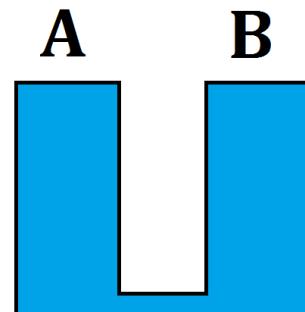
NGUYÊN LÝ CHỮA BỆNH VÀ NGUYÊN TẮC KẾT NỐI TRONG LỤC KHÍ

I. Nguyên lý chữa bệnh của châm cứu lục khí

Châm cứu lục khí chữa bệnh dựa trên nguyên lý “HÒA”, tức là cân bằng năng lượng (khí – huyết) cho các tạng phủ. Như đã biết, phần lớn bệnh tật của chúng ta là do mất cân bằng mà ra, vì vậy khi HÒA được thì các tạng phủ sẽ đạt đến trạng thái cân bằng, giúp cơ thể trở lại trạng thái khỏe mạnh. Để làm được việc đó bộ huyết lục khí cần kết nối các tạng phủ lại với nhau, khi được kết nối các tạng phủ sẽ trao đổi năng lượng với nhau theo nguyên lý “bình thông nhau”.



Trạng thái mất cân bằng (bệnh lý)



Trạng thái cân bằng (mạnh khỏe)

Vậy làm thế nào để kết nối các tạng phủ với nhau?

II. Nguyên tắc kết nối các tạng phủ với nhau

Tất cả vạn vật trong vũ trụ đều được tạo thành và nuôi dưỡng bởi lục khí. Bởi vậy, trong một vật bất kỳ luôn có đủ 6 yếu tố: THỔ - KIM – THỦY – THỦ - MỘC – HỎA, các tạng phủ cũng vậy.

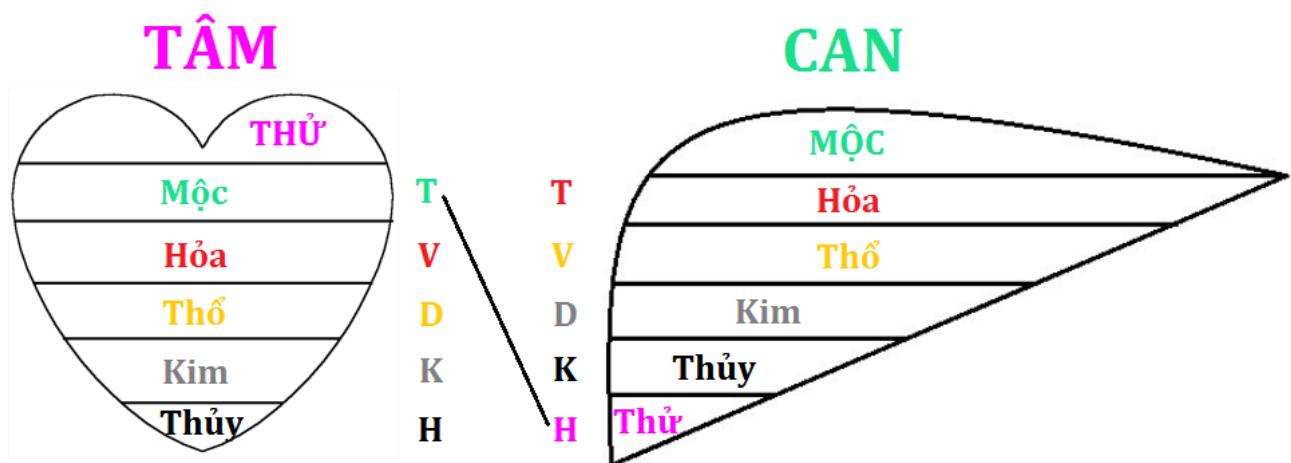
Ví dụ: tạng Tâm, như ta đã biết, Tâm thuộc bộ Thủ nhưng không có nghĩa là tạng Tâm chỉ có yếu tố Thủ và tính chất Thủ mà trong

tạng Tâm vẫn có đủ 6 yếu tố: Thủ - Mộc - Hỏa - Thổ - Kim - Thủy. Trong đó, yếu tố Thủ là nỗi trội nhất, đại diện cho tính chất của tạng Tâm nên ta xếp tạng Tâm vào bộ Thủ. Các yếu tố Mộc - Hỏa - Thổ - Kim - Thủy của tạng Tâm lần lượt được đại diện bởi các huyệt Tĩnh - Vinh - Du - Kinh - Hợp. Các tạng phủ khác cũng tương tự như vậy.

Nguyên tắc kết nối: Các tạng phủ sẽ kết nối với nhau thông qua các huyệt theo nguyên tắc: Huyệt hành a trên kinh B sẽ kết nối với huyệt hành b trên kinh A ($a/B \leftrightarrow b/A$).

Ví dụ: cách kết nối Tâm và Can với nhau.

Tâm thuộc bộ THỦ, Can thuộc bộ MỘC. Để kết nối Tâm và Can với nhau thì trên kinh Tâm ta cần dùng huyệt hành Mộc và trên kinh Can ta cần dùng thuộc hành Thủ. Dựa vào cách xác định hành trên đường kinh ở bài trước ta sẽ có huyệt mang hành Mộc trên kinh Tâm là huyệt Tĩnh, huyệt mang hành Thủ trên kinh Can là huyệt Hợp. Vậy: Huyệt Tĩnh trên kinh Tâm (thuộc THỦ) sẽ kết nối với huyệt Hợp trên kinh Can (thuộc MỘC) \rightarrow mộc/THỦ \leftrightarrow thủ/MỘC. Hay nói cách khác: huyệt Tĩnh trên kinh Tâm và huyệt hợp trên kinh Can giúp kết nối Tâm Can với nhau.



Hiểu đơn giản về cách kết nối này như sau: Ở Việt Nam có đại sứ quán của Pháp, ở Pháp có đại sứ quán của Việt Nam. Việt Nam với Pháp muốn kết nối với nhau thì phải thông qua 2 đại sứ quán này.

Nhận xét:

- Các kinh khắc nhau sẽ được nối với nhau bằng các cặp du huyệt. Ví dụ: kinh đởm (thuộc bộ Thủ) và kinh tỳ (thuộc bộ Thổ) khắc với nhau. Du huyệt trên kinh đởm mang hành thổ, du huyệt trên kinh tỳ mang hành thủ, do đó, 2 du huyệt này sẽ giúp đởm và tỳ kết nối với nhau.
- Tổng quát lên ta sẽ thấy rằng các du huyệt sẽ đi thành từng cặp: KIM – MỘC, THỦY – HỎA, THỔ - THỦ.

Bài tập thực hành:

1. Trong hệ thủ châm (chỉ sử dụng các đường kinh trên tay), huyệt vịnh của kinh đại tràng kết nối với huyệt nào?
2. Trong hệ âm châm (chỉ sử dụng các đường kinh âm), huyệt du của kinh thận kết nối với huyệt nào?
3. Xác định 2 huyệt giúp kết nối tiểu tràng và phế với nhau.
4. Đởm và vị kết nối với nhau qua 2 huyệt nào?

CÁCH THÀNH LẬP BỘ HUYỆT LỤC KHÍ

Châm cứu lục khí có 4 cách châm chính:

- Thủ châm: sử dụng 6 đường kinh trên tay
- Túc châm: sử dụng 6 đường kinh dưới chân
- Âm châm: sử dụng 6 đường kinh âm
- Dương châm: sử dụng 6 đường kinh dương

Trong mỗi cách châm, chúng ta đều có 6 bộ: THỔ - KIM - THỦY - THỦ - MỘC - HỎA. Tổng hợp lại, chúng ta sẽ có 24 bộ huyệt căn bản.

Cách thành lập bộ huyệt:

- Bước 1: Xác định cách châm

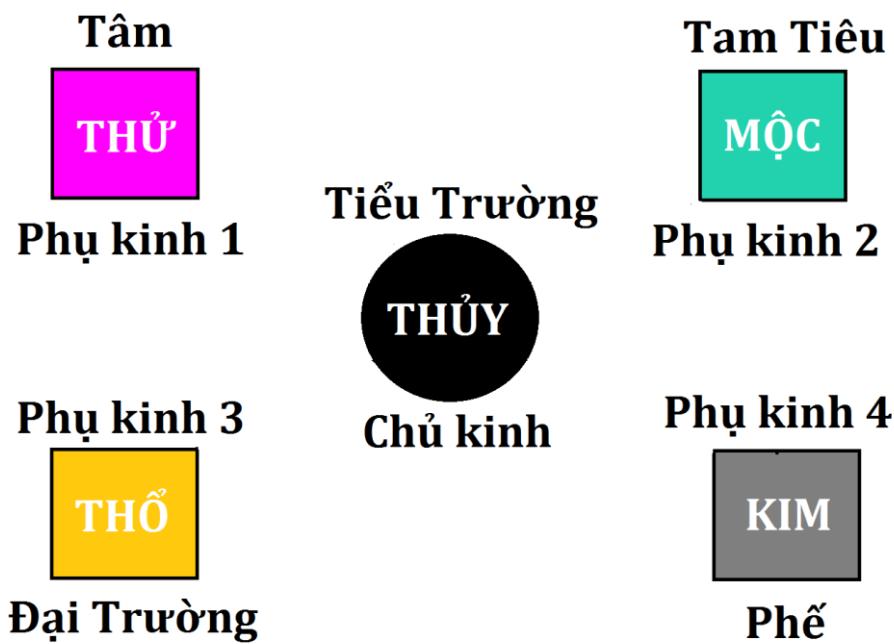
Chọn 1 trong 4 cách: thủ châm, túc châm, âm châm, dương châm

- Bước 2: Chọn chủ kinh – phụ kinh

- + Chủ kinh đại là kinh đại diện cho bộ huyệt
- + Loại bỏ kinh khắc với chủ kinh
- + 4 kinh còn lại là 4 phụ kinh

Ví dụ: bộ thủy thủ châm:

- Chủ kinh là kinh tiểu tr Đường vì tiểu tr Đường thuộc bộ thủy và nằm trên tay.
- Kinh tâm bào lạc thuộc bộ hỏa, khắc với thủy (tiểu tr Đường) nên trong bộ huyệt này chúng ta không sử dụng kinh tâm bào lạc làm phụ kinh.
- 4 kinh còn lại trên tay gồm: phế, đại tr Đường, tam tiêu và tâm là 4 phụ kinh.



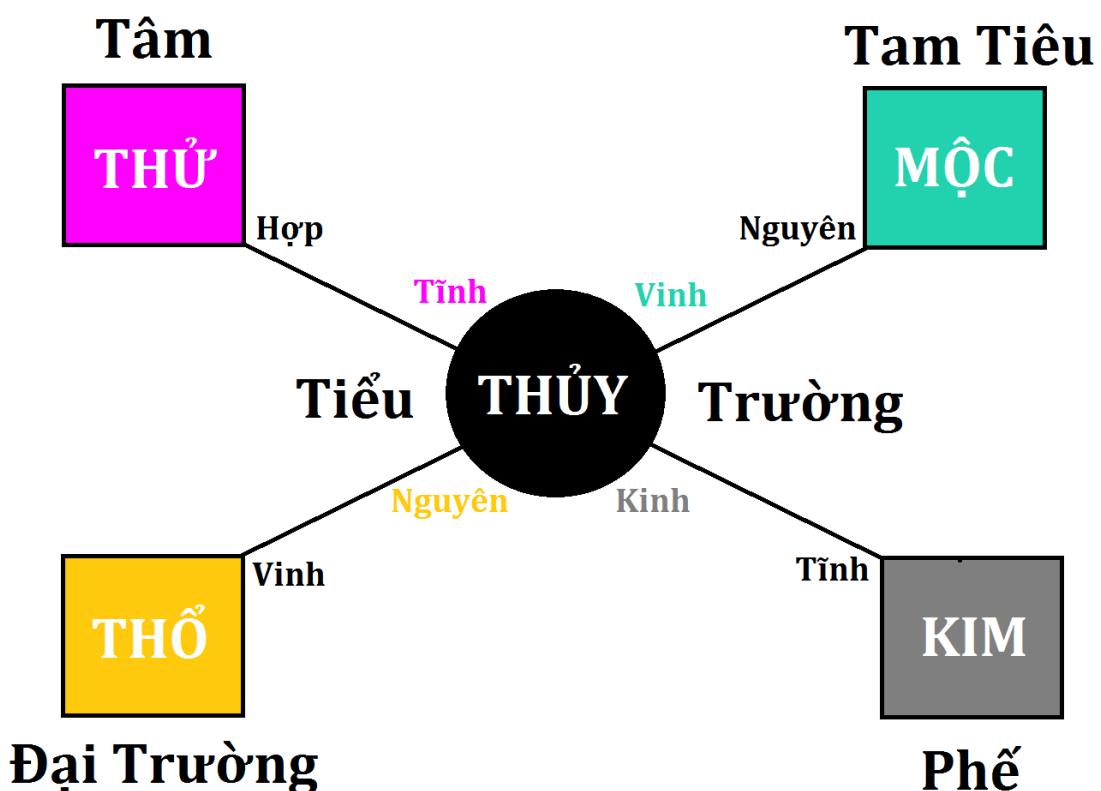
- Bước 3: Dán 4 cặp huyệt giúp nối chủ kinh với 4 phụ kinh

Theo nguyên tắc kết nối các tạng phủ với nhau như đã trình bày bài trước. Nguyên tắc: a/B <-> b/A.

Ví dụ: bộ thủy thủ châm

- Nối tiểu trườn với tâm: tiểu trườn thuộc bộ thủy, tâm thuộc bộ thủ, để nối tiểu trườn với tâm thì trên kinh tiểu trườn ta dùng huyệt hành thủ (huyệt tĩnh – số 1), trên kinh tâm ta dùng huyệt hành thủy (huyệt hợp – số 5). Nhận xét: $1+5=6$
- Nối tiểu trườn với tam tiêu: tiểu trườn thuộc bộ thủy, tam tiêu thuộc bộ mộc, để nối tiểu trườn với tam tiêu thì trên kinh tiểu trườn chúng ta dùng huyệt hành mộc (huyệt vinh – số 2), trên kinh tam tiêu chúng ta dùng huyệt hành thủy (huyệt nguyên – số 4). Nhận xét: $2+4=6$
- Nối tiểu trườn với đại trưởn: tiểu trườn thuộc bộ thủy, đại trưởn thuộc bộ thổ, để nối tiểu trườn với đại trưởn thì trên kinh tiểu trườn ta dùng huyệt hành thổ (huyệt nguyên – số 4), trên kinh đại trưởn chúng ta dùng huyệt hành thủy (huyệt vinh – số 2). Nhận xét: $4+2=6$
- Nối tiểu trướn với phế: tiểu trướn thuộc bộ thủy, phế thuộc bộ kim, để nối tiểu trướn với phế thì trên kinh tiểu trướn ta

dùng huyệt hành kim (huyệt kinh – số 5), trên kinh phế ta dùng huyệt hành thủy (huyệt tĩnh – số 1). Nhận xét: 1+5=6



Nhận xét chung:

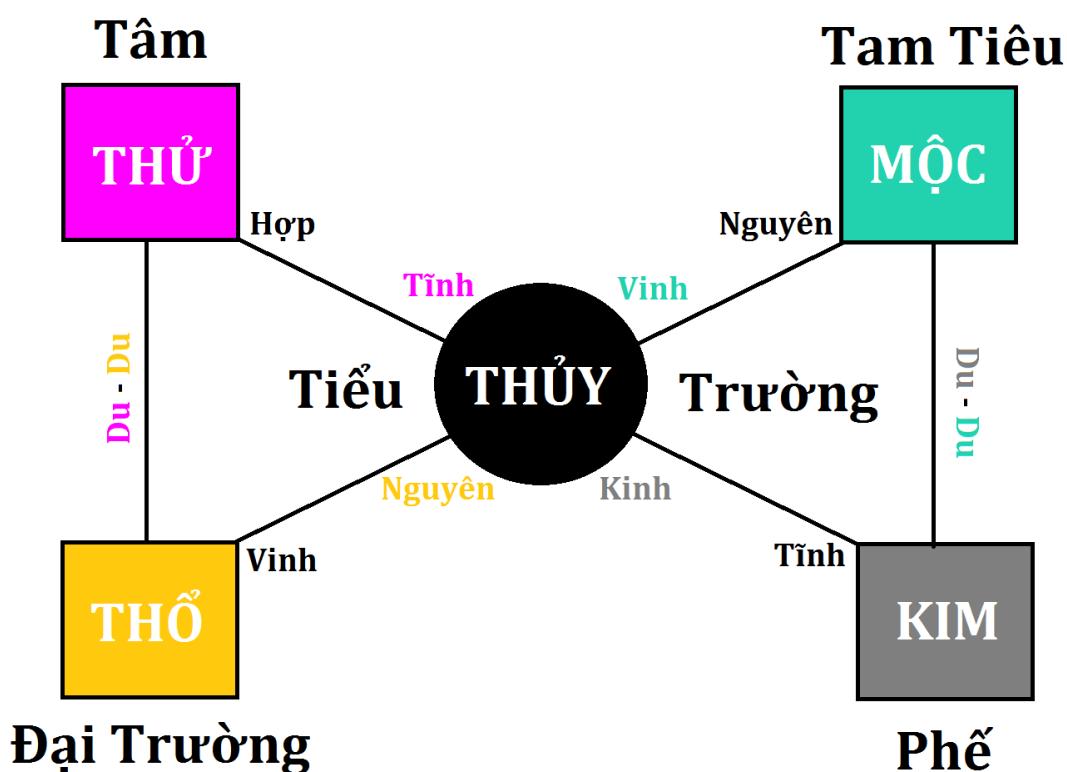
- Chủ kinh sẽ dùng 4 huyệt: 1, 2, 4, 5 (nếu là kinh dương thì là: tĩnh, vinh, nguyên, kinh, nếu là kinh âm thì là: tĩnh, vinh, kinh, hợp).
- Các phụ kinh sẽ dùng huyệt mang hành trùng với bộ của chủ kinh (ví dụ: bộ thủy thủ châm thì các phụ kinh đều dùng huyệt mang hành thủy).
- Bước này chúng ta sử dụng tổng cộng là 8 huyệt.

- Bước 4: Chọn Du huyệt

Như ta đã biết, Du huyệt sẽ đi thành từng cặp: Kim – Mộc, Thủy – Hỏa, Thổ - Thủ. Các cặp du huyệt giúp nối các kinh khắc nhau lại với nhau (theo nguyên tắc a/B <-> b/A). Ví dụ: Tam tiêu thuộc bộ mộc, Phế thuộc bộ kim, du huyệt của tam tiêu mang hành kim, du huyệt của phế

mang hành mộc. Vậy nên, du huyệt của tam tiêu và du huyệt của phế giúp nối tam tiêu và phế với nhau.

Mỗi bộ huyệt chúng ta sẽ chọn 2 trong 3 cặp du huyệt nói trên. Chúng ta có thể chọn bất kỳ 2 cặp du nào. Để phát huy tối đa giá trị của bộ huyệt thì chúng ta sẽ chọn 2 cặp du huyệt dựa vào thời châm. Tuy nhiên, trong phần cơ bản này chúng ta chưa bàn đến thời châm nên việc chọn du huyệt tạm thời quy ước là sẽ chọn 2 cặp du trên 4 phụ kinh. Ví dụ: trong bộ thủy thủ châm, ta sẽ chọn 2 cặp du: Thủ - Thổ (tâm – đại trường) và Mộc – Kim (tam tiêu – phế).

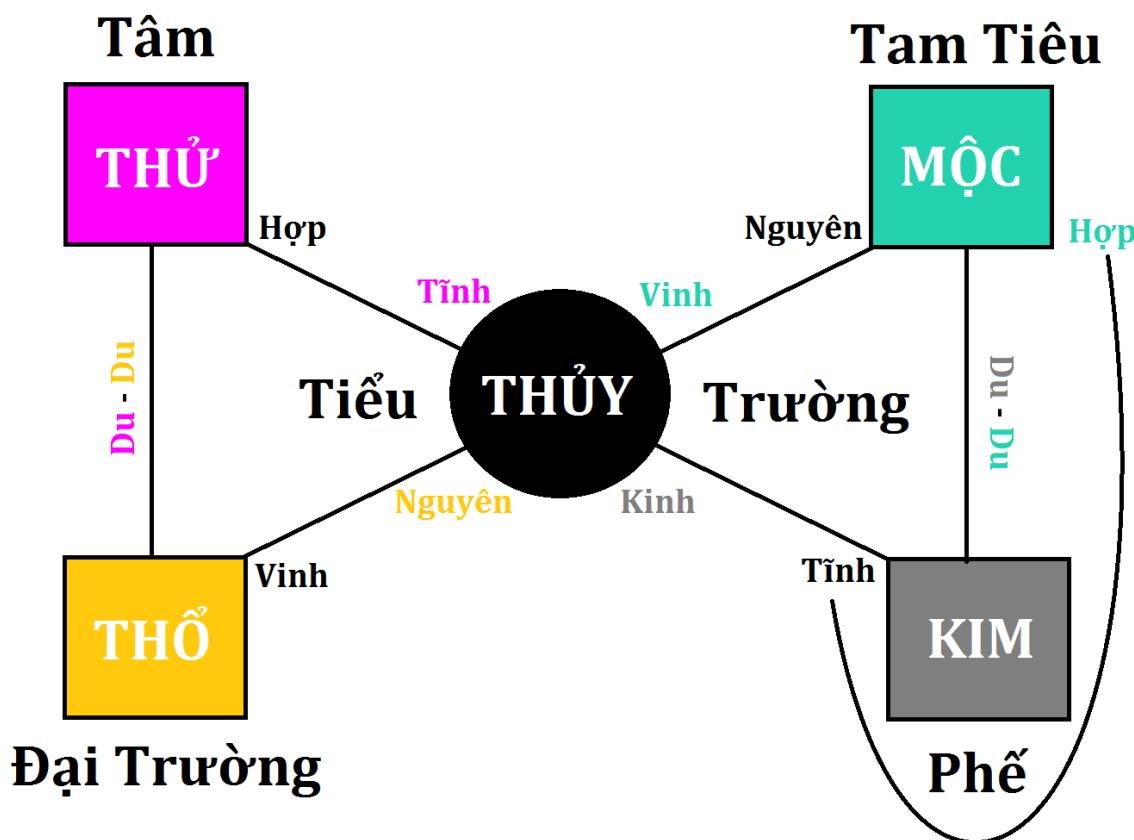


Nhận xét: bước này chúng ta sử dụng thêm 4 huyệt.

- **Bước 5: áp dụng nguyên tắc huyệt tĩnh trên kinh âm nối với huyệt hợp trên kinh dương khắc với kinh âm đó.**

Sau bước 4, chúng ta đã có 12 huyệt. Chúng ta xem trong 12 huyệt đó có xuất hiện huyệt Tĩnh trên kinh âm nào không. Nếu có huyệt tĩnh trên kinh âm thì chúng ta phải sử dụng thêm huyệt hợp trên kinh dương khắc với kinh âm đó.

Ví dụ: bộ thủ thủy thủ châm. Sau khi kết thúc bước 4 ta đã sử dụng 12 huyệt, trong đó có huyệt tĩnh trên kinh phế (kinh âm) nên ta sẽ phải sử dụng thêm huyệt hợp trên kinh tam tiêu vì phế và tam tiêu khắc nhau (kim – mộc khắc nhau).

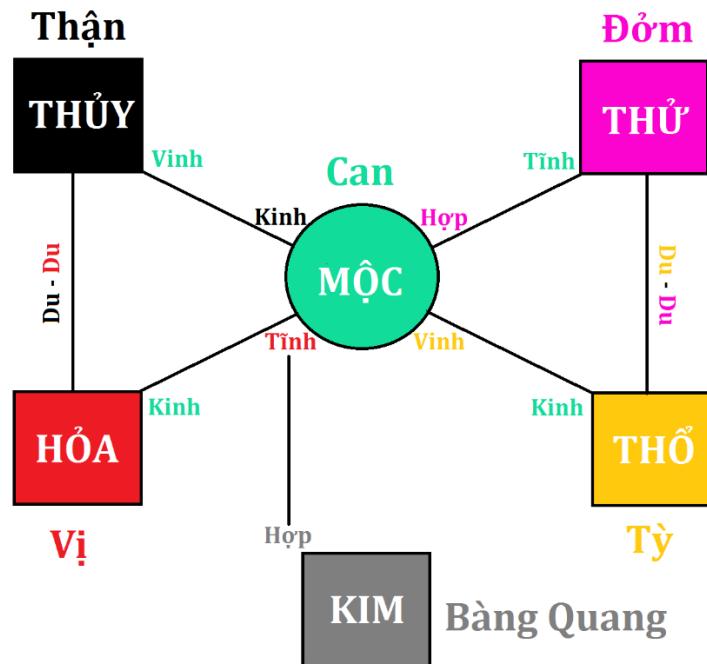


Nhận xét:

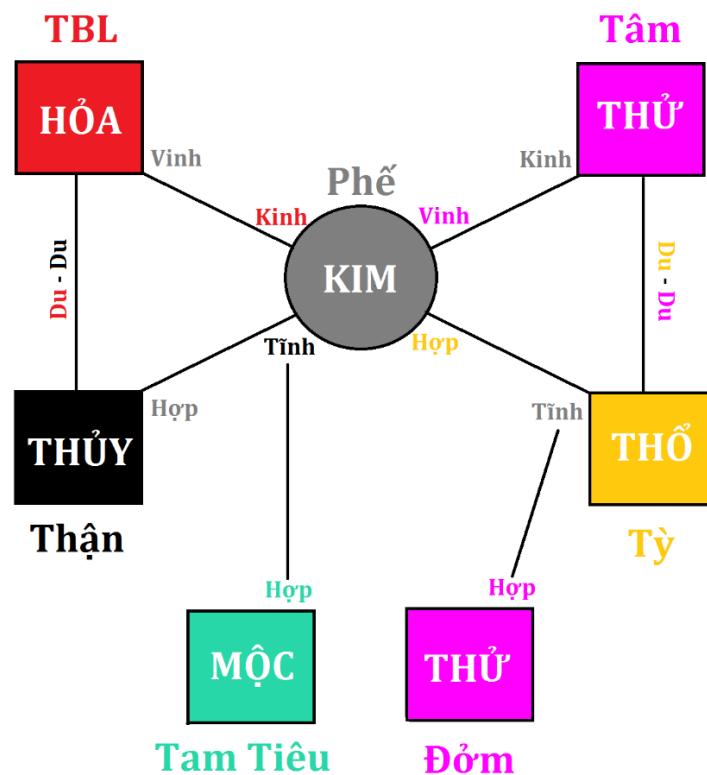
- Trong các bộ thủ châm và túc châm sẽ xuất hiện 1 huyệt tĩnh trên đường kinh âm nên sẽ có thêm 1 huyệt hợp trên đường kinh dương. Do đó, bộ thủ châm và túc châm sẽ có tổng cộng 13 huyệt.
- Bộ âm châm sẽ xuất hiện 2 huyệt tĩnh trên 2 đường kinh âm nên sẽ có thêm 2 huyệt hợp trên 2 đường kinh dương. Do đó, bộ âm châm sẽ có tổng cộng 14 huyệt
- Bộ Dương châm không có huyệt tĩnh kinh âm nên sẽ không có huyệt hợp kinh dương nên bộ dương châm chỉ có 12 huyệt.

Một số ví dụ về các bộ huyệt:

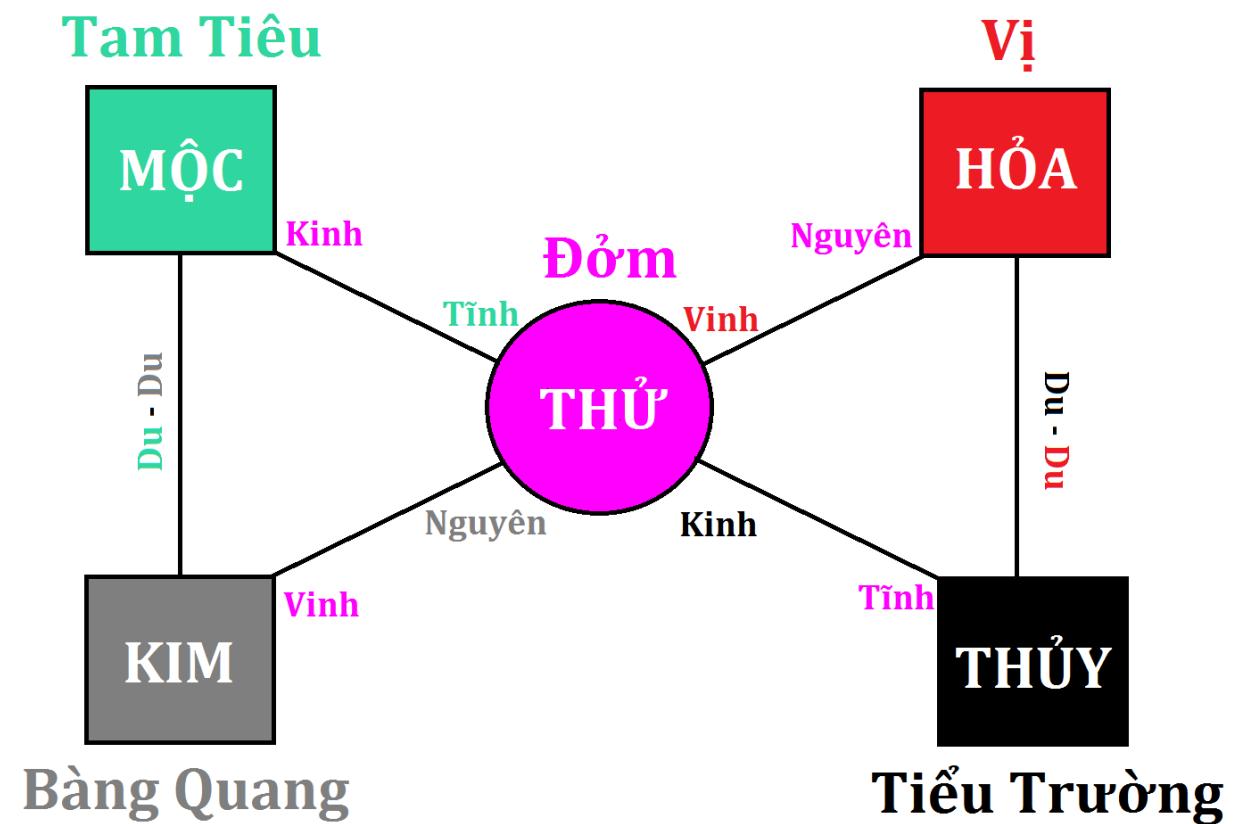
- Bộ Mộc Túc Châm



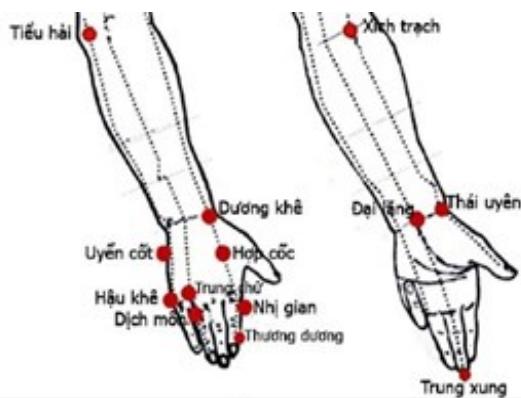
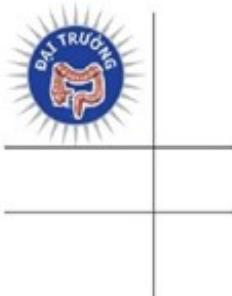
- Bộ Kim Âm Châm



- Bộ Thủ Dương Châm

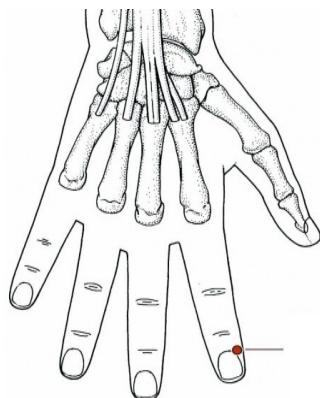


BỘ THỒ THỦ CHÂM



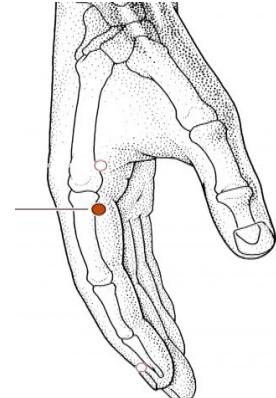
Đại Trường - Tĩnh - Kim - Thương Dương

Cách góc ngoài
chân móng ngón
tay trỏ 0,1 thốn



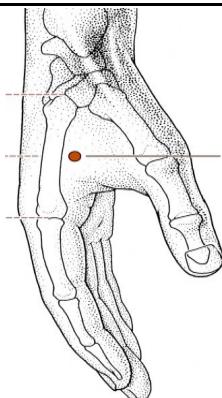
Đại Trường - Vinh - Thủy - Nhị Gian

Ở chỗ lõm phía trước
và ngoài xương bàn tay
và ngón trỏ. Nắm tay
để lấy huyệt



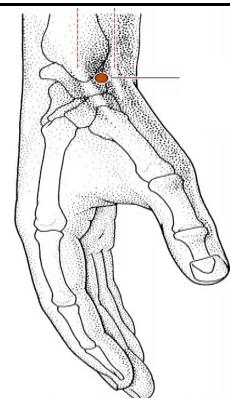
Đại Trường - Nguyên - Mộc - Hợp Cốc

Bờ ngoài xương bàn
ngón 2, trung điểm
đường nối 2 huyệt Tam
Gian và Dương Khê



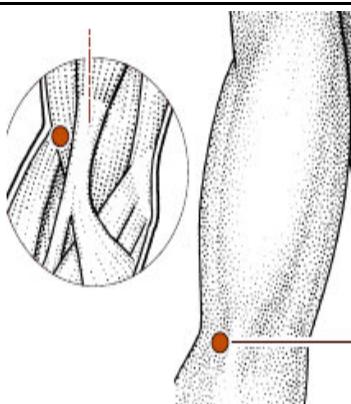
Đại Trường - Kinh - Hỏa - Dương Khê

Chỗ lõm bờ ngoài lắn sau cổ
tay, khi cong ngón tay cái
lên, huyệt nằm tại điểm lõm
giữa cơ duỗi dài và ngắn
ngón tay cái. Nằm tại hõm
lào giải phẫu



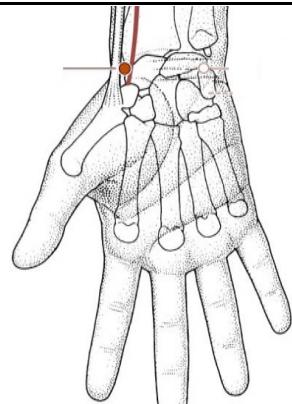
Phé - Hợp - Thổ - Xích Trạch

Trung điểm nếp
gấp khuỷu tay bờ
ngoài cơ nhị đầu
cánh tay

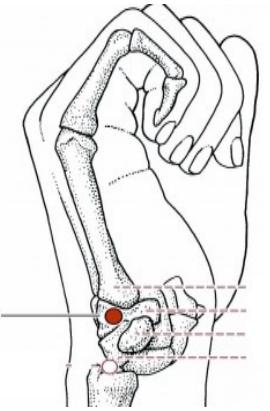
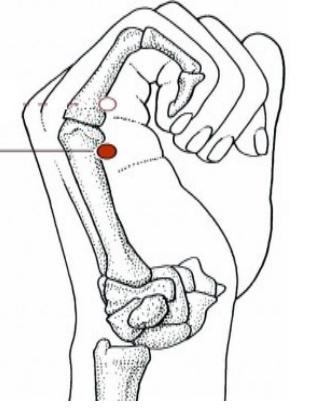
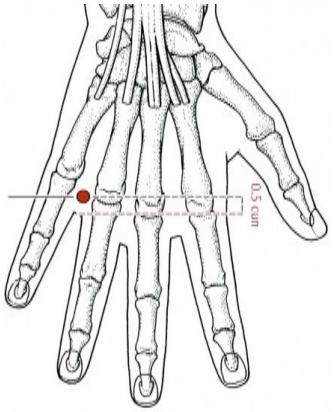
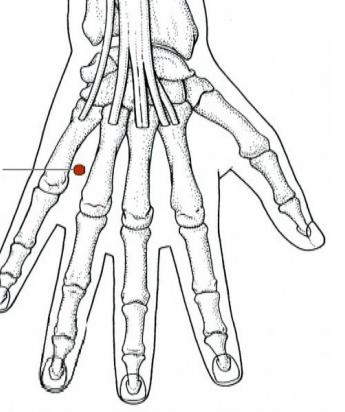
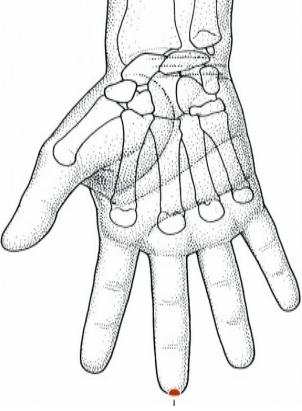
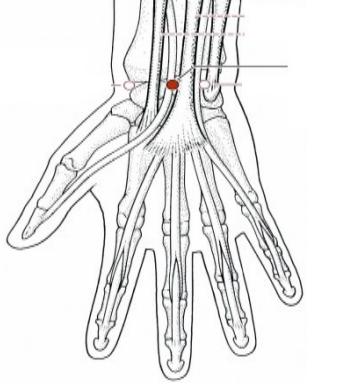
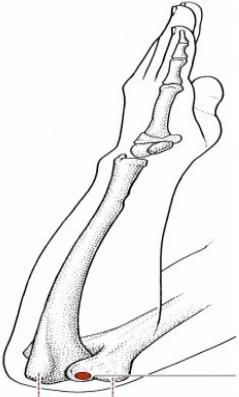


Phé - Du - Mộc - Thái Uyên

Chỗ lõm trên động
mạch quay, trên
lắn chỉ cổ tay



BỘ THỒ THỦ CHÂM

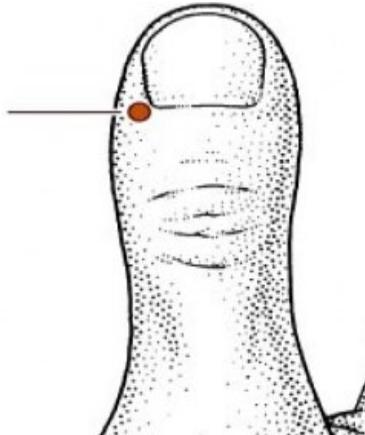
<p>Tiểu Trường - Nguyên - Thổ - Uyển Cốt</p> <p>Phía bờ trong bàn tay, chỗ lõm giữa xương móc và xương bàn tay thứ 5</p> 	<p>Tiểu Trường - Du - HỎA - HẬU KHÊ</p> <p>Hơi nǎm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay</p> 
<p>Tam Tiêu - Vinh - Thổ - Dịch Môn</p> <p>Úp bàn tay, lấy ở cuối nếp gấp khe ngón đeo nhẫn và ngón út, bên ngoài khớp ngón và bàn tay.</p> 	<p>Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ</p> <p>Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5</p> 
<p>Tâm Bào - Tĩnh - Thổ - Trung Xung</p> <p>Điểm chính giữa đầu ngón giữa</p> 	<p>Tâm Bào - Du - Thủ - Đại Lăng</p> <p>Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.</p> 
<p>Tiểu Trường - Hợp - Thủ - Tiểu Hải</p> <p>Co khuỷu tay lại, huyệt ở giữa mõm khuỷu và mõm trên ròng rọc đầu dưới xương cánh tay, chỗ lõm vào</p> 	

BỘ KIM THỦ CHÂM



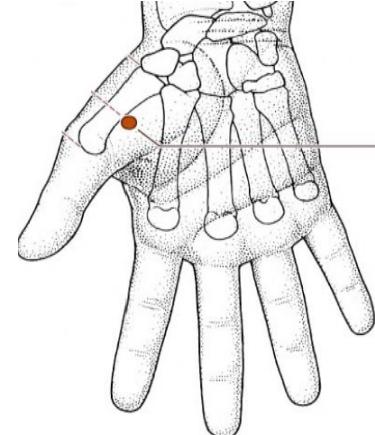
**Phé - Tĩnh -
Thủy
Thiếu Thương**

Cách góc ngón tay cái 0,1 thốn



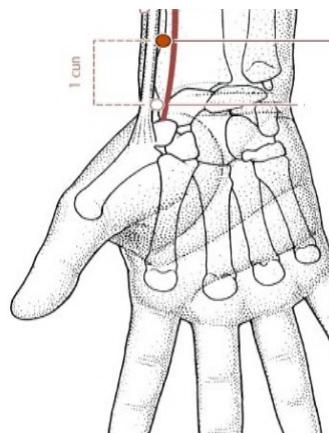
**Phé - Vinh - Mộc
Ngưu Tế**

Điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi tiếp giáp da gan tay và da mu tay



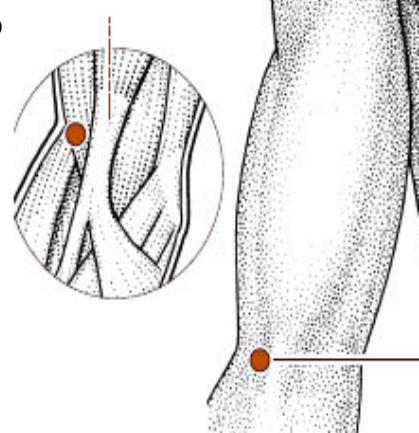
**Phé - Kinh - Hỏa
- Kinh Cử**

Mặt trong đầu dưới xương quay, nếp gấp cổ tay thẳng lên 1 thốn



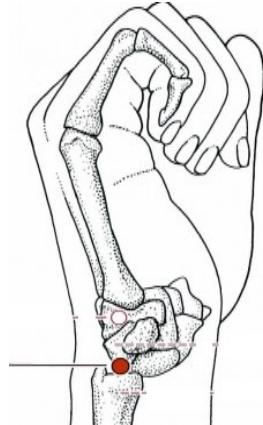
**Phé - Hợp - Thổ
- Xích Trạch**

Trung điểm nếp gấp khuỷu tay
Bờ ngoài cơ nhị đầu cánh tay



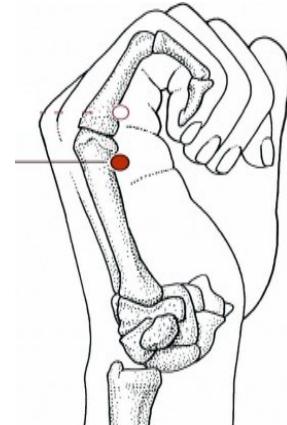
**Tiểu Trường - Kinh
- Kim - Dương Cốc**

Ở bờ trong cổ ngón tay,
nơi chỗ lõm giữa xương
đầu và móm trâm
xương trụ



**Tiểu Trường - Du -
Hỏa - Hậu Khê**

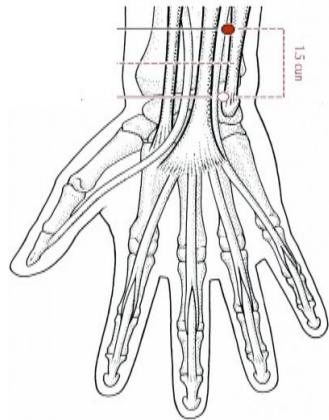
Hơi nắm tay lại (như
trong tay cầm quả
bóng), huyệt nằm ở đầu
trong đường vân tim
của bàn tay



BỘ KIM THỦ CHÂM

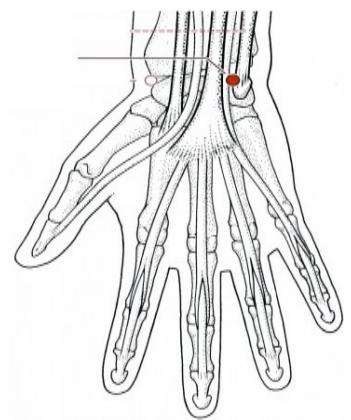
Tâm - Kinh - Kim - Linh Đạo

Ở mặt trước trong cẳng tay, cách nếp gấp cổ tay 1,5 thốn.



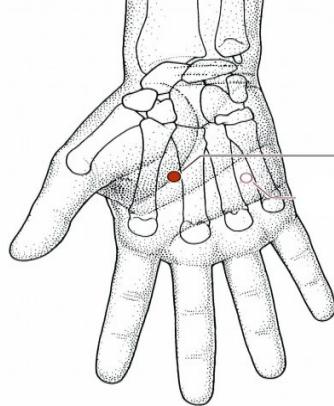
Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lằn cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ



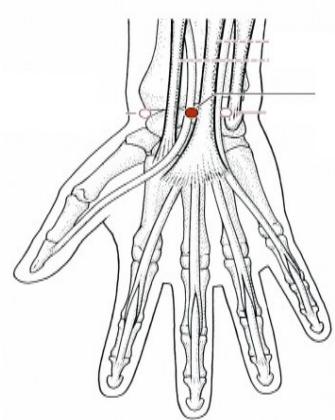
Tâm Bào - Vinh - Kim - Lao Cung

Huyệt nằm trên gan bàn tay, khi co tay nắm lại, huyệt nằm giữa đầu móng tay ngón 3 và 4 chỉ vào bàn tay



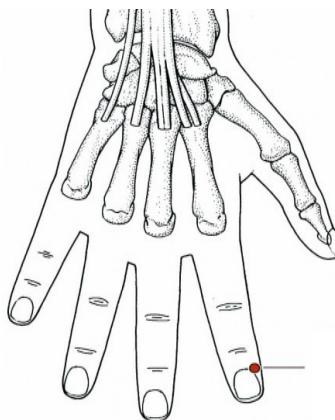
Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng

Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.



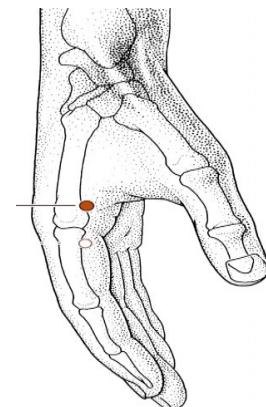
Đại Trưởng - Tĩnh - Kim - Thương Dương

Cách góc ngoài chân móng ngón tay trỏ 0,1 thốn



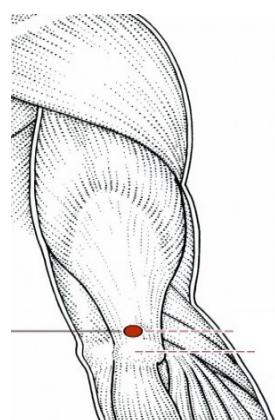
Đại Trưởng - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt

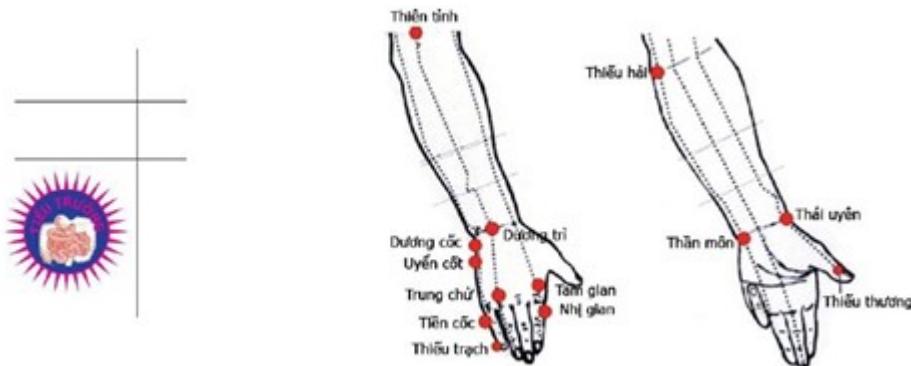


Tam Tiêu - Hợp - Mộc - Thiên Tĩnh

Ngồi ngay, co khuỷu tay, từ lồi mõm khuỷu tay lên 1 thốn, giữa chỗ lõm là huyệt

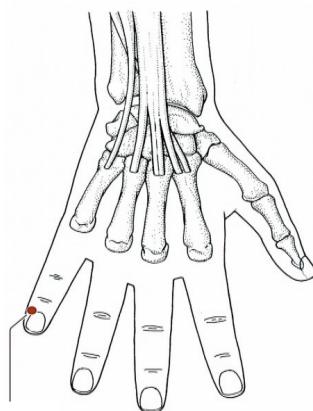


BỘ THỦY THỦ CHÂM



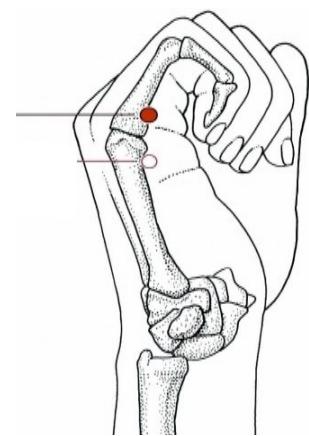
Tiểu Trường - Tĩnh - Thủ - Thiếu Trạch

Góc trong chân móng gón tay út, cách chân móng 0.1 thốn



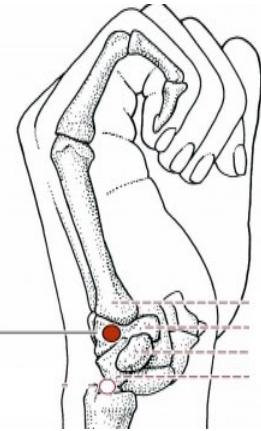
Tiểu Trường - Vinh - Mộc - Tiền Cốc

Chỗ lõm xương ngón tay thứ 5 về hướng xương trụ, nắm tay lại huyệt ở trước lần chỉ tay ngón út và bàn nơi tiếp giáp da gan và mu tay



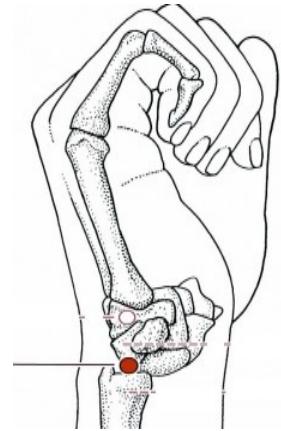
Tiểu Trường - Nguyên - Thổ - Uyển Cốt

Phía bờ trong bàn tay, chỗ lõm giữa xương móc và xương bàn tay thứ 5



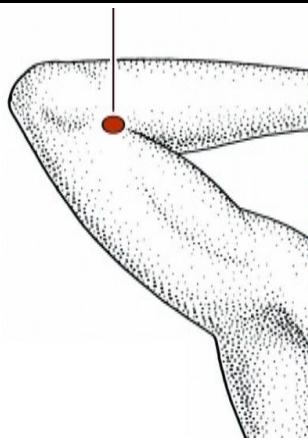
Tiểu Trường - Kinh - Kim - Dương Cốc

Ở bờ trong cổ ngón tay, nơi chỗ lõm giữa xương đậu và móm trâm xương trụ



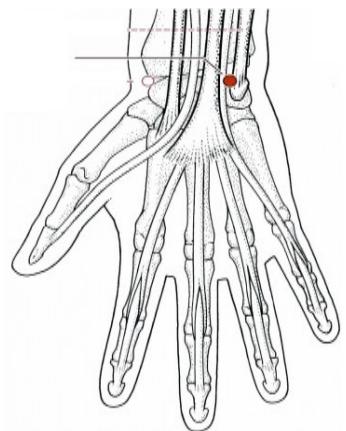
Tâm - Hợp - Thủy - Thiếu Hải

Co tay, huyệt nằm giữa cuối đầu nếp gấp khuỷu tay và móm trên lồi càu



Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

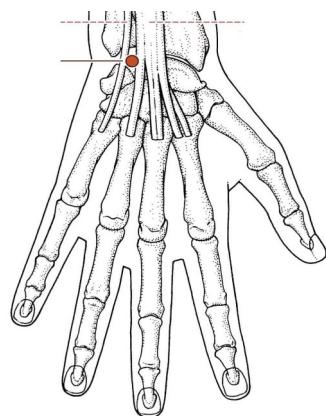
Ở phía xương trụ, trên lần cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ



BỘ THỦY THỦ CHÂM

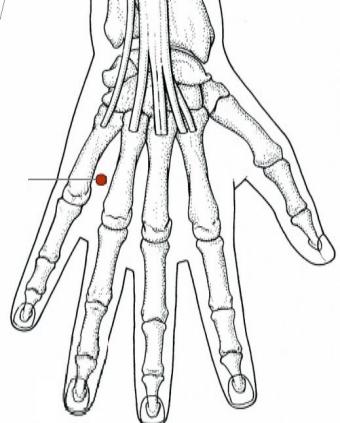
Tam Tiêu - Nguyên - Thủy - Dương Trì

Bàn tay úp, hơi gập cổ tay, lấy ở chỗ lõm cạnh ngoài gân lớn chính giữa cổ tay (Gân cơ duỗi chung) thẳng khe ngón 3 và ngón 4 lên



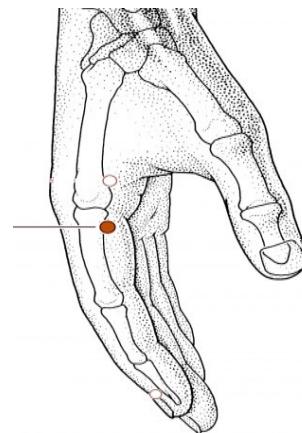
Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ

Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



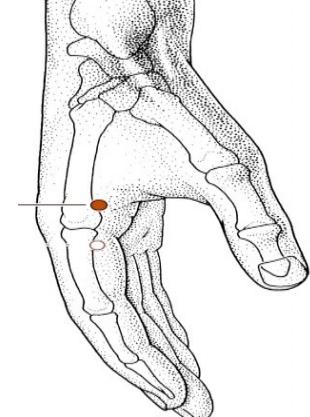
Đại Trường - Vinh - Thủy - Nhị Gian

Ở chỗ lõm phía trước và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyết



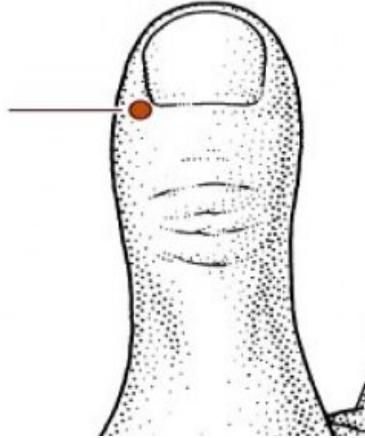
Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyết



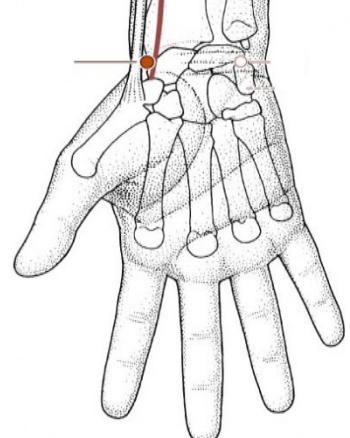
Phé - Tĩnh - Thủy - Thiếu Thương

Cách góc ngón tay cái 0,1 thốn



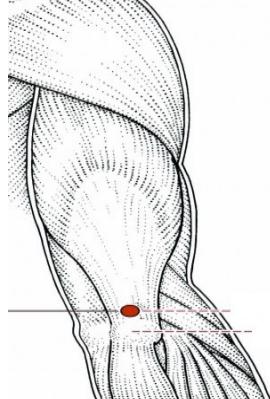
Phé - Du - Mộc - Thái Uyên

Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay

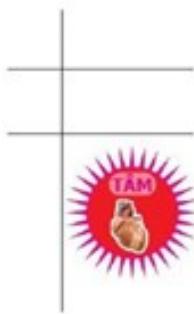


Tam Tiêu - Hợp - Mộc - Thiên Tĩnh

Ngồi ngay, co khuỷu tay, từ lồi mõm khuỷu tay lên 1 thốn, giữa chỗ lõm là huyết

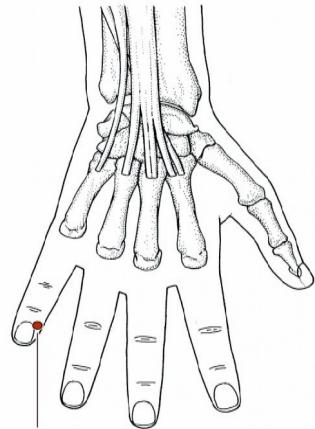


BỘ THỦ THỦ CHÂM



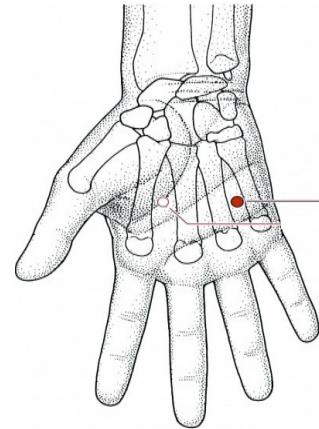
Tâm - Tĩnh - Mộc - Thiếu Xung

Ở ngón út phía xương mác, cách góc móng tay 0,1 thốn.



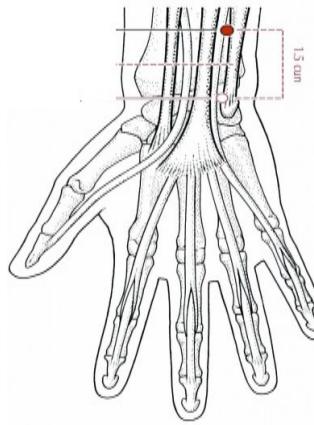
Tâm - Vinh - Hỏa - Thiếu Phủ

Nằm giữa xương bàn tay thứ 4 và 5, khi nắm tay, huyệt ở giữa ngón út và ngón nhẫn hướng vào lòng bàn tay



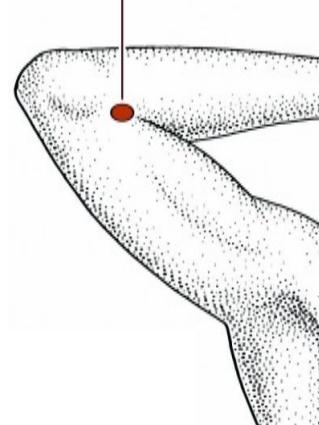
Tâm - Kinh - Kim - Linh Đạo

Ở mặt trước trong cẳng tay, cách nếp gấp cổ tay 1,5 thốn.



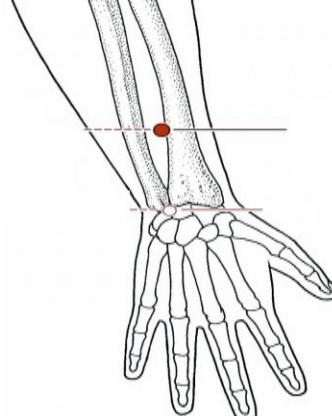
Tâm - Hợp - Thủy - Thiếu Hải

Co tay, huyệt nằm giữa cuối đầu nếp gấp khuỷu tay và mõm trên lồi càu



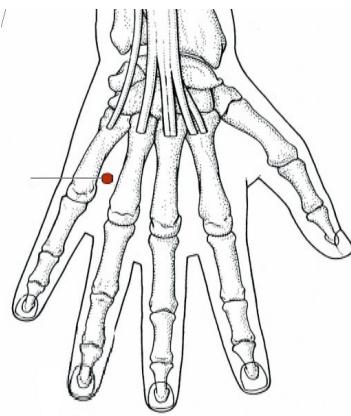
Tam Tiêu - Kinh - Thủy - Chi Cầu

Bàn tay úp, khuỷu tay hơi co, từ huyệt ngoại quan lên 1 thốn, khe giữa 2 xương



Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chửu

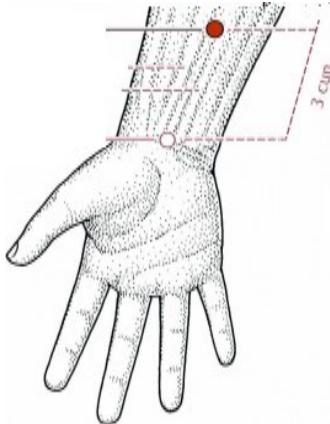
Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



BỘ THỦ THỦ CHÂM

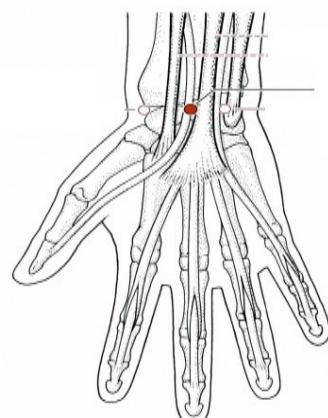
Tâm Bào - Kinh - Thủ - Giản Sứ

Nếp gấp cổ tay thẳng lên 3 thốn, giữa khe gân cơ gan tay lớn và bé



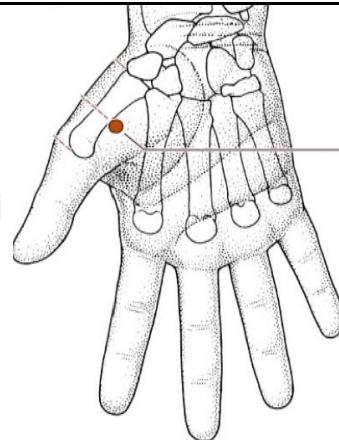
Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng

Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.



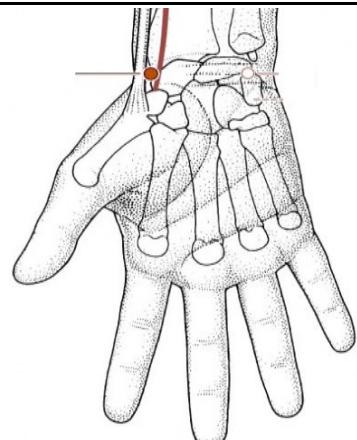
Phé - Vinh - Thủ - Ngưu Tế

Điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi tiếp giáp da gan tay và da mu tay



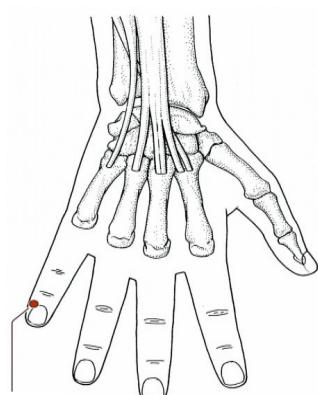
Phé - Du - Mộc - Thái Uyên

Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay



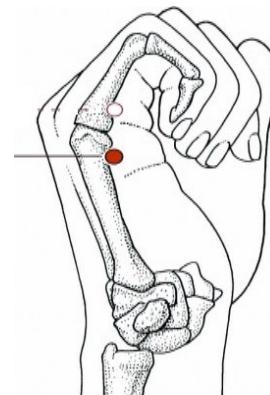
Tiểu Trường - Tĩnh - Thủ - Thiếu Trạch

Góc trong chân móng gón tay út, cách chân móng 0.1 thốn



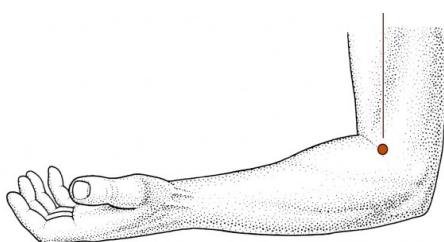
Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

Hơi nấm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay

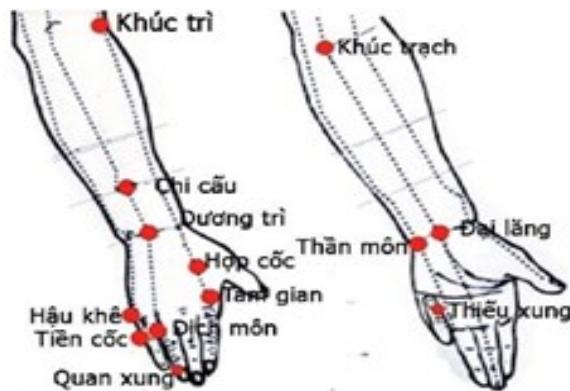


Đại Trưởng - Hợp - Thổ - Khúc Trì

Co khuỷu tay, huyệt nằm ở trên đầu lằn chỉ nếp gấp khuỷu tay nơi hõm vào

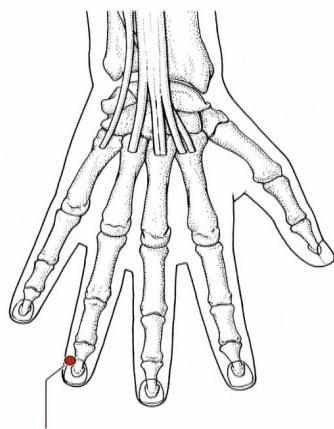


BỘ MỘC THỦ CHÂM



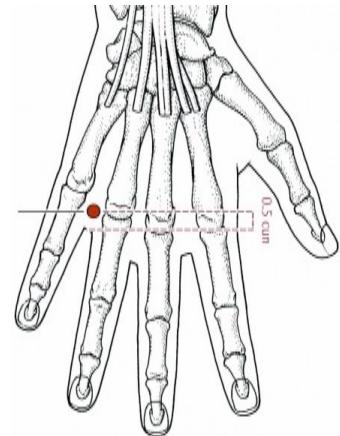
Tam Tiêu - Tĩnh - Hỏa - Quan Xung

Bàn tay ngửa lên, co ngón đeo nhẫn lại, lấy ở cạnh ngoài gốc móng (về phía ngón út) cách 0,1 thốn.



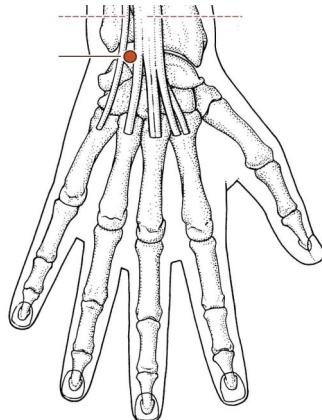
Tam Tiêu - Vinh - Thổ - Dịch Môn

Úp bàn tay, lấy ở cuối nếp gấp khe ngón đeo nhẫn và ngón út, bên ngoài khớp ngón và bàn tay.



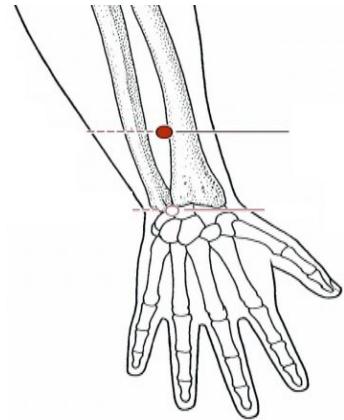
Tam Tiêu - Nguyên - Thủy - Dương Trì

Bàn tay úp, hơi gập cổ tay, lấy ở chỗ lõm cạnh ngoài gân lớn chính giữa cổ tay (Gân cơ duỗi chung) thẳng khe ngón 3 và ngón 4 lên



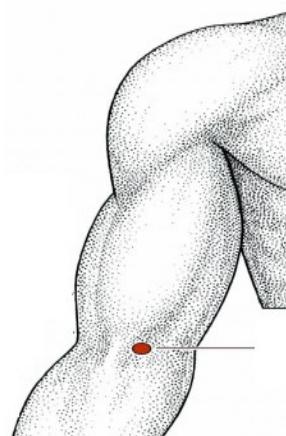
Tam Tiêu - Kinh - Thủ - Chi Cầu

Bàn tay úp, khuỷu tay hơi co, từ huyệt ngoại quan lên 1 thốn, khe giữa 2 xương



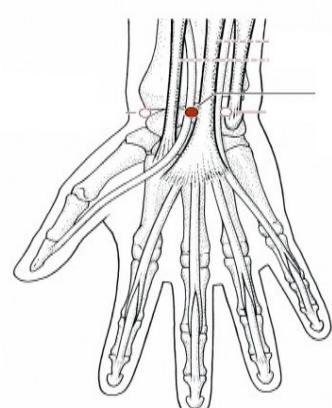
Tâm Bào - Hợp - Mộc - Khúc Trạch

Trên bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng

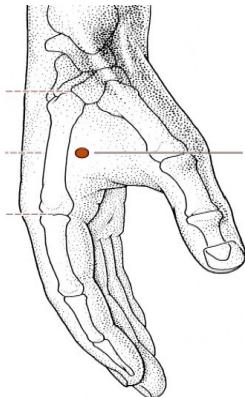
Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.



BỘ MỘC THỦ CHÂM

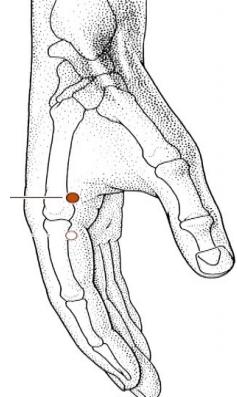
Đại Trường - Nguyên - Mộc - Hợp Cốc

Bờ ngoài xương bàn ngón 2, trung điểm đường nối 2 huyệt Tam Gian và Dương Khê



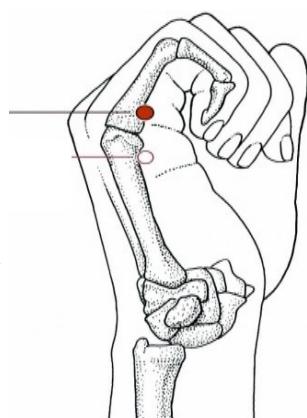
Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



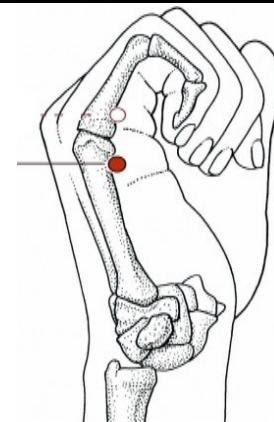
Tiểu Trường - Vinh - Mộc - Tiền Cốc

Chỗ lõm xương ngón tay thứ 5 về hướng xương trụ, nắm tay lại huyệt ở trước lằn chỉ tay ngón út và bàn nơi tiếp giáp da gan và mu tay



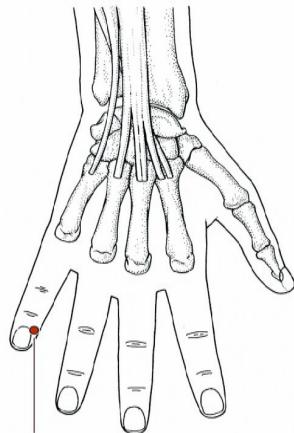
Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

Hơi nắm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay



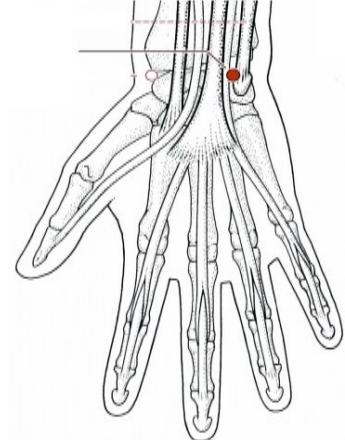
Tâm - Tĩnh - Mộc - Thiếu Xung

Ở ngón út phía xương mác, cách góc móng tay 0,1 thón.



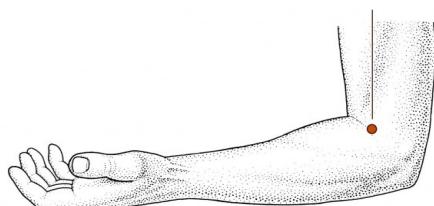
Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lằn cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ

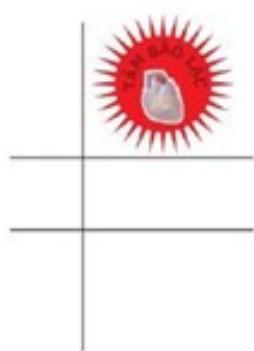


Đại Trường - Hợp - Thổ - Khúc Trì

Co khuỷu tay, huyệt nằm ở trên đầu lằn chỉ nếp gấp khuỷu nơi hõm vào

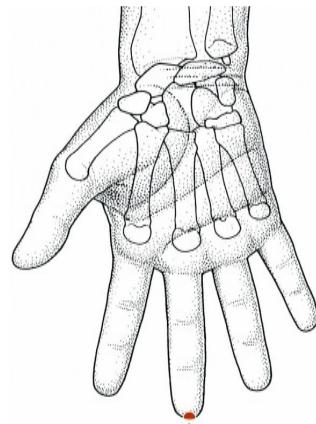


BỘ HỎA THỦ CHÂM



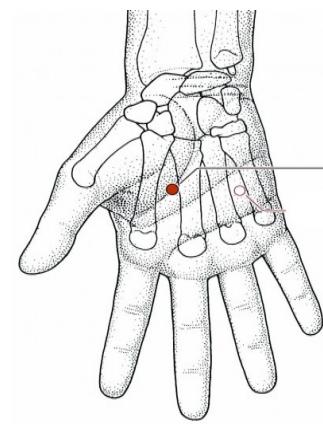
Tâm Bào - Tĩnh - Thổ - Trung Xung

Điểm chính giữa đầu ngón giữa



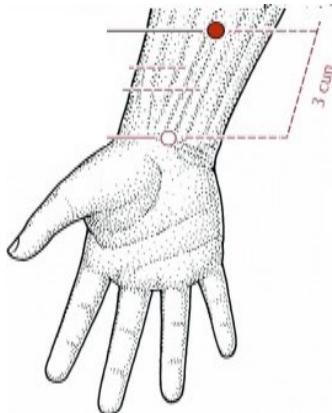
Tâm Bào - Vinh - Kim - Lao Cung

Huyệt nằm trên gan bàn tay, khi co tay nắm lại, huyệt nằm giữa đầu móng tay ngón 3 và 4 chỉ vào bàn tay



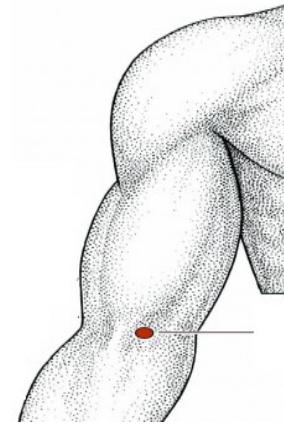
Tâm Bào - Kinh - Thủ - Giản Sứ

Nếp gấp cổ tay thẳng lên 3 thốn, giữa khe gân cơ gan tay lớn và bé



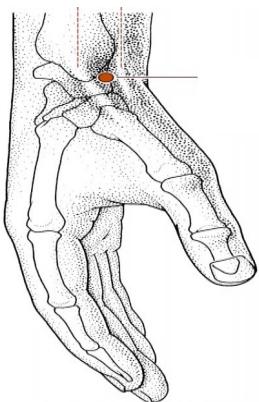
Tâm Bào - Hợp - Mộc - Khúc Trạch

Trên bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



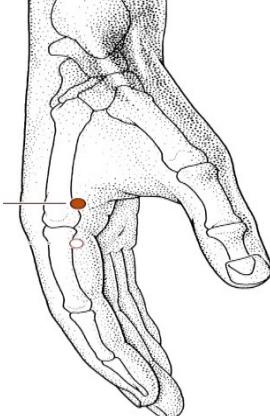
Đại Trường - Kinh - Hỏa - Dương Khê

Chỗ lõm bờ ngoài lần sau cổ tay, khi cong ngón tay cái lên, huyệt nằm tại điểm lõm giữa cơ duỗi dài và ngắn ngón tay cái. Nằm tại hõm lào giải phẫu



Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt

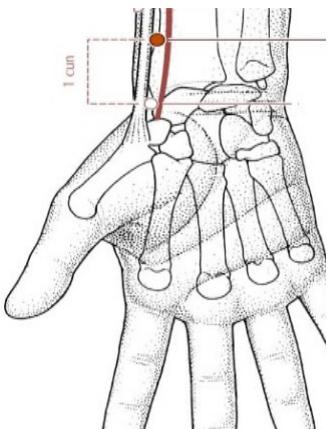


BỘ HỎA THỦ CHÂM

Phé - Kinh - Hỏa

Kinh Cù

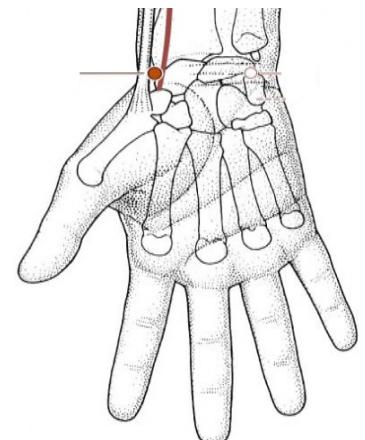
Mặt trong đầu dưới xương quay, nếp gấp cổ tay thẳng lên 1 thốn



Phé - Du - Mộc

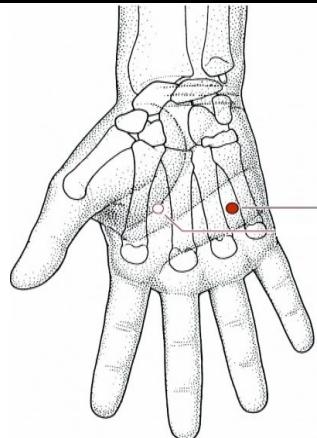
Thái Uyên

Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay



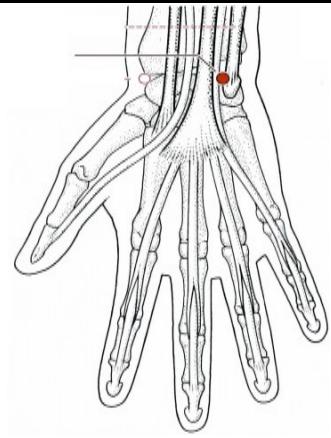
Tâm - Vinh - Hỏa - Thiếu Phú

Nằm giữa xương bàn tay thứ 4 và 5, khi nắm tay, huyệt ở giữa ngón út và ngón nhẫn hướng vào lòng bàn tay



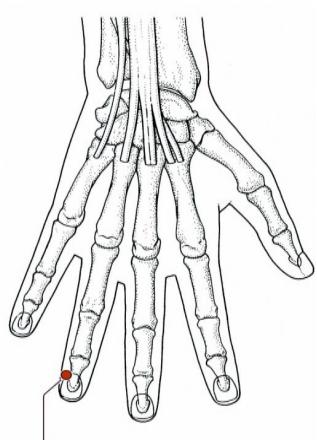
Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lằn cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ



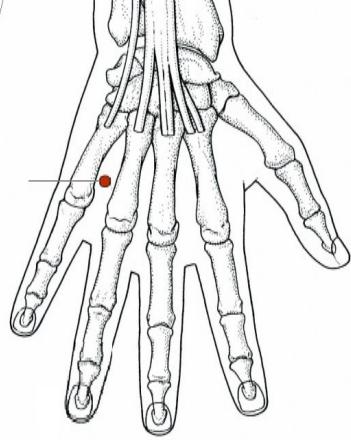
Tam Tiêu - Tĩnh - Hỏa - Quan Xung

Bàn tay ngửa lên, co ngón đeo nhẫn lại, lấy ở cạnh ngoài gốc móng (về phía ngón út) cách 0,1 thốn.



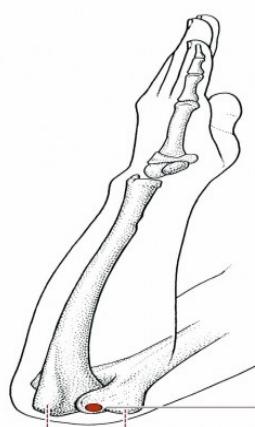
Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ

Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



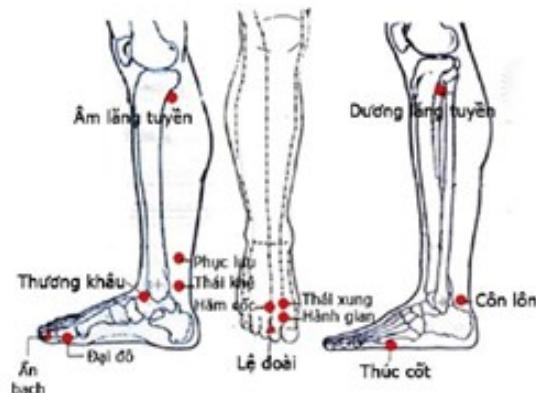
Tiểu Trường - Hợp - Thủy - Tiểu Hải

Co khuỷu tay lại, huyệt ở giữa mõm khuỷu và mõm trên ròng rọc đầu dưới xương cánh tay, chỗ lõm vào



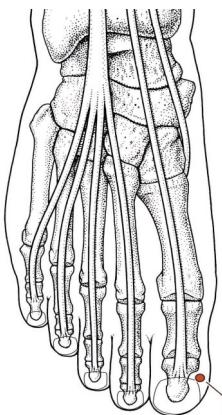
CÁC BỘ TÚC CHÂM

BỘ THỒ TÚC CHÂM



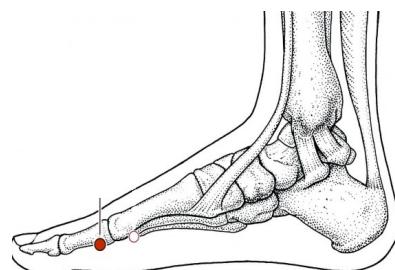
Tỳ - Tĩnh - Kim - Ân Bạch

Góc trong ngón chân cái, cách móng chân 0,1 thốn



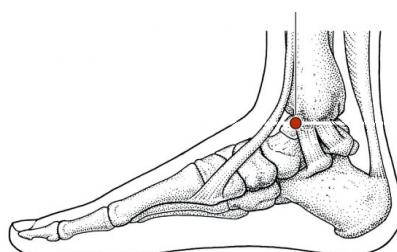
Tỳ - Vinh - Thủy - Đại Đô

Bờ trong xương ngón cái, trên đường tiếp giáp lằn da gan bàn chân chỗ dưới chỏm xương bàn



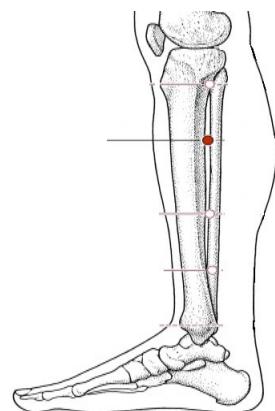
Tỳ - Kinh - Mộc - Thương Khâu

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên-thuỷ



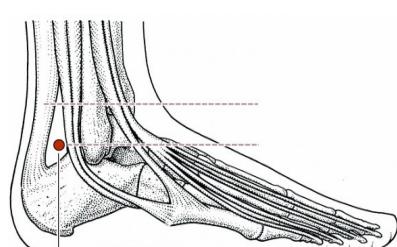
Tỳ - Hợp - Hỏa - Âm Lăng Tuyễn

Chỗ lõm tạo bởi bờ sau trong đầu trên xương chày với đường ngang qua nơi lồi cao nhất của cơ cẳng chân trước xương chày cách nếp gấp đầu gối 2,5 thốn



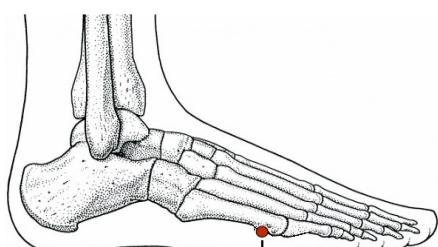
Bàng Quang - Kinh - Thổ - Côn Lôn

Bàn chân để ngang bằng, ở phía sau mắt cá ngoài 0,5 thốn, chỗ giữa mắt cá và gân gót, đối chiếu với Thái Khê ở trong



Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

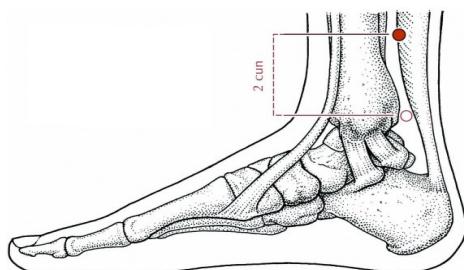
Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5



BỘ THỒ TÚC CHÂM

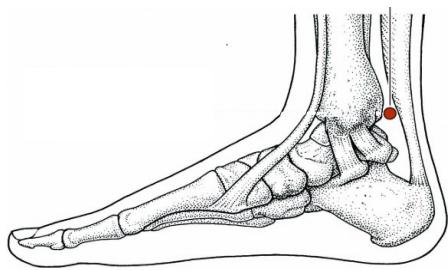
Thận - Kinh - Thổ - Phục Lưu

Từ huyệt Thái Khê đo thẳng lên 2 thốn chỗ lõm trước gân gót



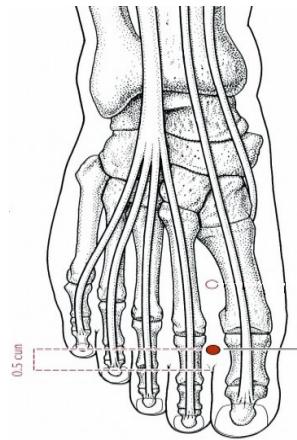
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

Trung điểm giữa đường nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



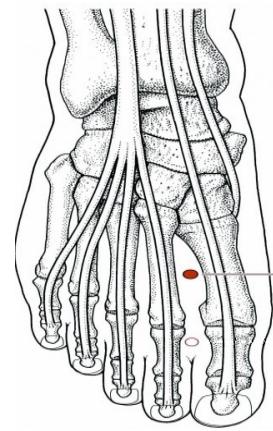
Can - Vinh - Thổ - Hành Gian

Kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



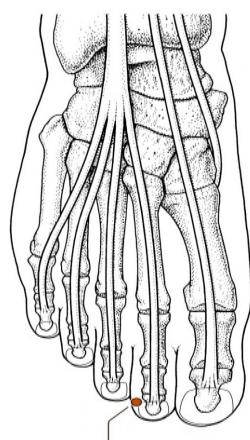
Can - Du - Kim - Thái Xung

Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân



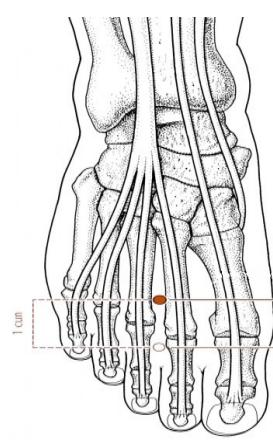
Vị - Tĩnh - Thổ - Lê Đoài

Ngoài ngón chân thứ 2, cách góc móng chân 0,1 thốn



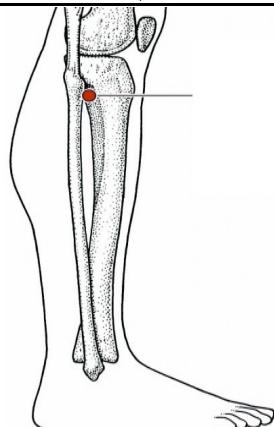
Vị - Du - Thủ - Häm Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân

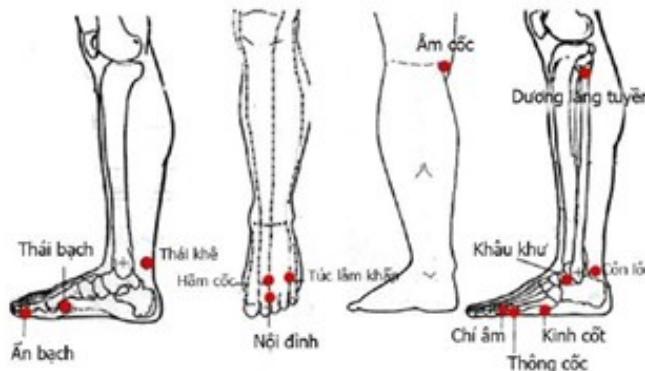
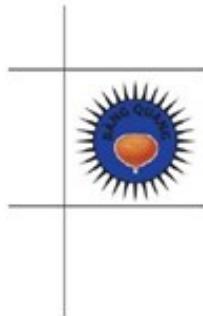


Đởm - Hợp - Thủ - Dương Lăng Tuyền

Ở chỗ lõm phía trước và dưới đầu nhô của xương mác, nơi thân nối với đầu trên xương mác, khe giữa cơ mác bên dài và cơ duỗi chung các ngón chân

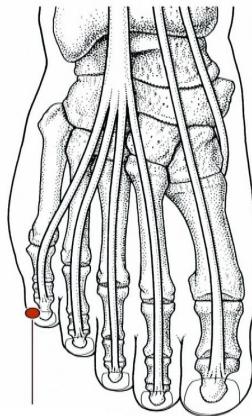


BỘ KIM TÚC CHÂM



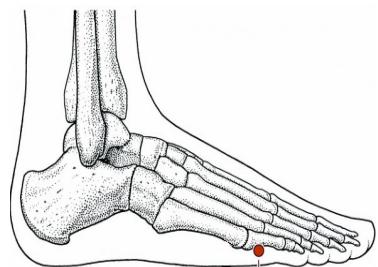
Bàng Quang - Tĩnh - Thủy - Chí Âm

Ở cạnh ngoài gốc móng ngón út, cách gốc móng khoảng hơn 0,1 thốn.



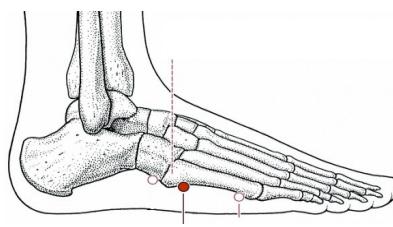
Bàng Quang - Vinh - Thủ - Thông Cốc

Chỗ lõm phía trước khớp bàn và ngón út



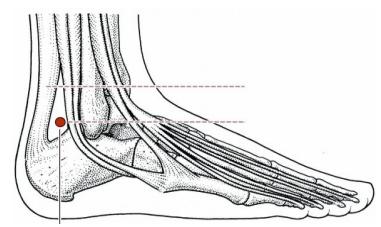
Bàng Quang - Nguyên - Hỏa - Kinh Cốt

Ở cạnh ngoài bàn chân, phía dưới đầu mẩu xương to (đầu trong xương bàn nón út)



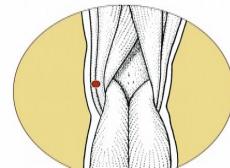
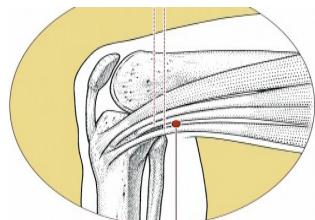
Bàng Quang - Kinh - Thủ - Côn Lôn

Bàn chân để ngang bằng, ở phía sau mắt cá ngoài 0,5 thốn, chỗ giữa mắt cá và gân gót, đối chiếu với Thái Khê ở trong



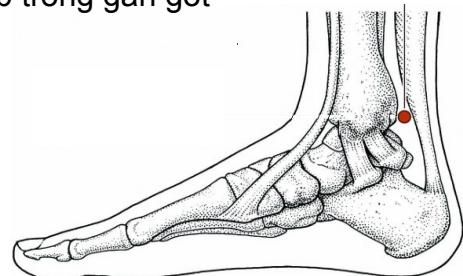
Thận - Hợp - Kim - Âm Cốc

Từ bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

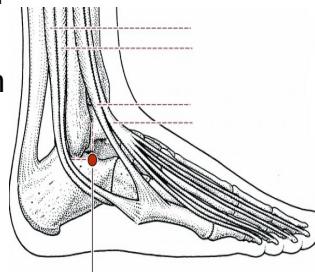
Trung điểm giữa đường nổi bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



BỘ KIM TÚC CHÂM

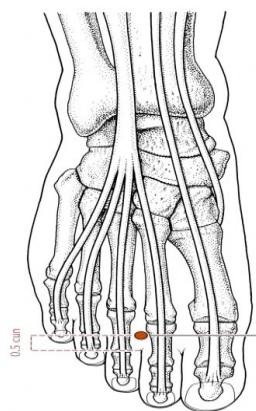
Đởm - Nguyên - Kim - Khâu Khư

Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài, nơi chỗ lõm của khe xương cạnh nhóm cơ duỗi dài các ngón, hoặc từ ngón chân thứ 4 kéo thẳng lên mắt cá gấp chỗ lõm hoặc lấy ở chỗ lõm giữa huyệt Thân Mạch và Giải Khê



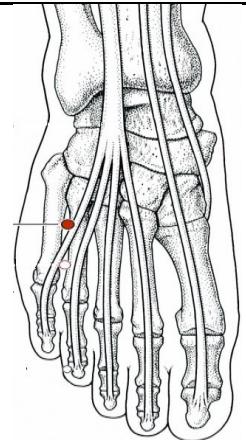
Vị - Vinh - Kim - Nội Định

Giữa kẽ ngón chân 2-3



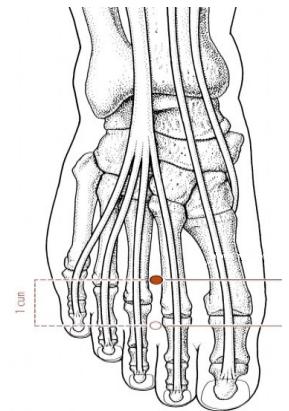
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Kháp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



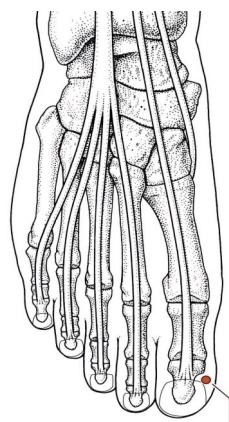
Vị - Du - Thủ - Hăm Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



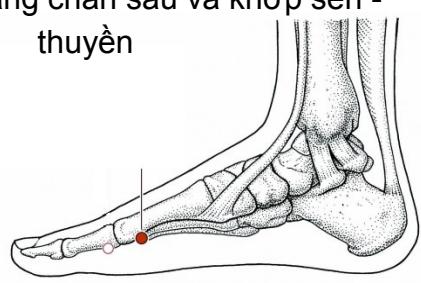
Tỳ - Tĩnh - Kim - Ân Bạch

Góc trong ngón chân cái, cách móng chân 0,1 thốn



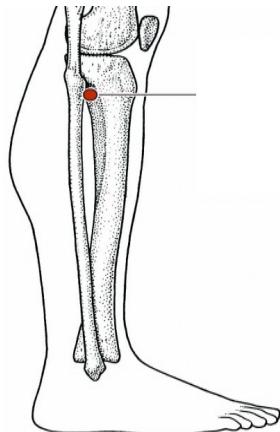
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền

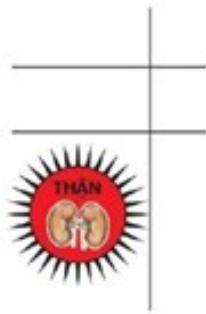


Đởm - Hợp - Thủ - Dương Lăng Tuyễn

Ở chỗ lõm phía trước và dưới đầu nhô của xương mác, nơi thân nối với đầu trên xương mác, khe giữa cơ mác bên dài và cơ duỗi chung các ngón chân

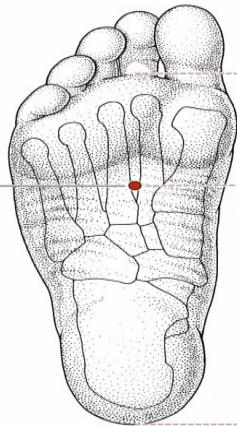


BỘ THỦY TÚC CHÂM



Thận - Tĩnh - Thủ - Dung Tuyền

Dưới lòng bàn chân, huyệt ở điểm lõm khi co bàn chân, chổ giữa ngón thứ 2 và thứ 3



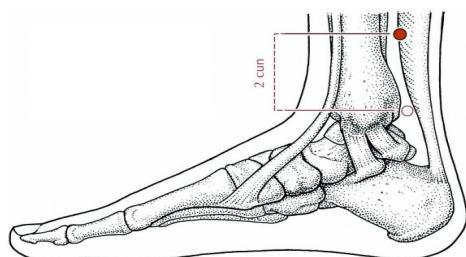
Thận - Vinh - Mộc - Nhiên Cốc

Chỗ lõm sát bờ dưới xương trên đường nối da gân chân và mu chân



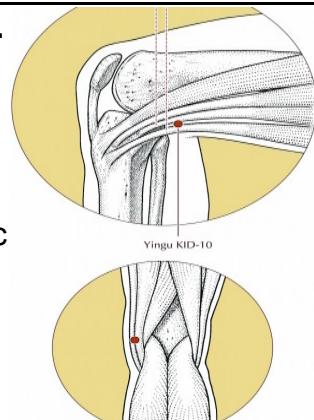
Thận - Kinh - Thủ - Phục Lưu

Từ huyệt Thái Khê đo thẳng lên 2 thốn chổ lõm trước gân gót



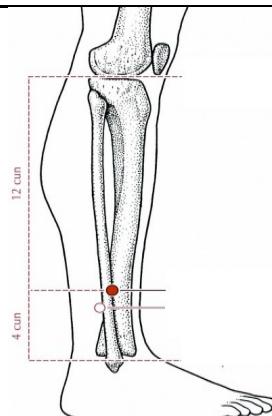
Thận - Hợp - Kim - Âm Cốc

Từ bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



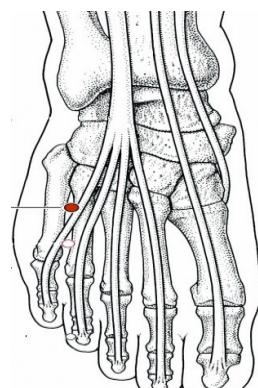
Đởm - Kinh - Thủ - Dương Phụ

Trên đỉnh mắt cá ngoài 4 thốn, ở bờ dưới xương mạc.



Đởm - Du - Thủ - Túc Lâm Khắp

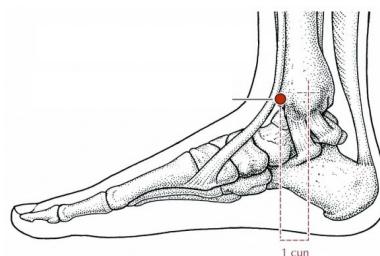
Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



BỘ THỦY TÚC CHÂM

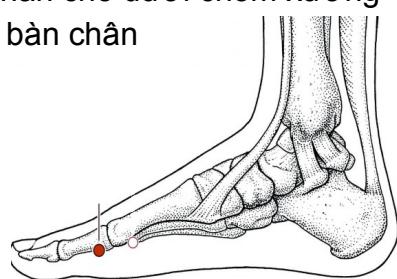
Can - Kinh - Thủy - Trung Phong

Bờ dưới mắt cá trong khoảng 1 thốn điếm lõm giữa cơ dài ngón cái và cơ chày trước



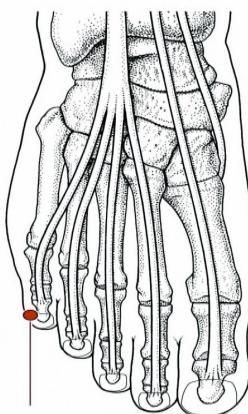
Tỳ - Vinh - Thủy - Đại Đô

Bờ trong xương ngón cái, trên đường tiếp giáp lằn da gan bàn chân chỗ dưới chỏm xương bàn chân



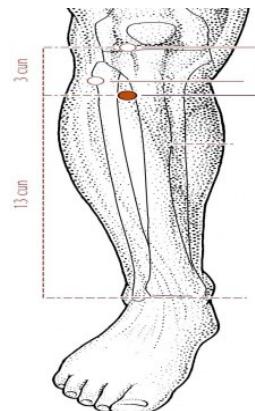
Bàng Quang - Tĩnh - Thủy - Chí Âm

Ở cạnh ngoài gốc móng ngón út, cách gốc móng khoảng hơn 0,1 thốn.



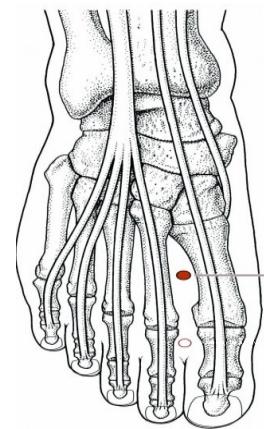
Vị - Hợp - Hỏa - Túc - Tam Lý

Úp bàn tay lên trên đầu gối, ngón giữa đặt ở trên xương chày, cách 1 khoát ngón tay ngón đeo nhẫn chỉ vào tức huyệt



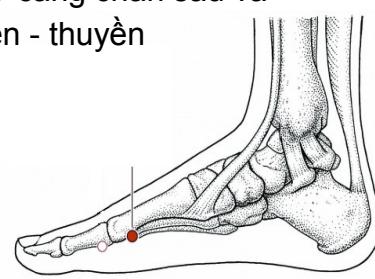
Can - Du - Kim - Thái Xung

Giữa kẽ ngón chân 1 và 2
đo lên 2 thốn về phía mu chân



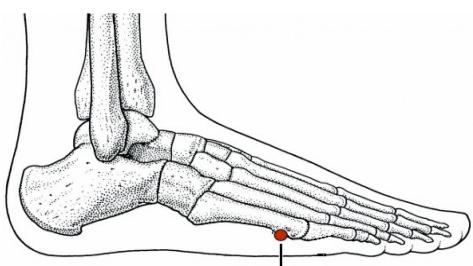
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ căng chân sau và khớp sên - thuyên

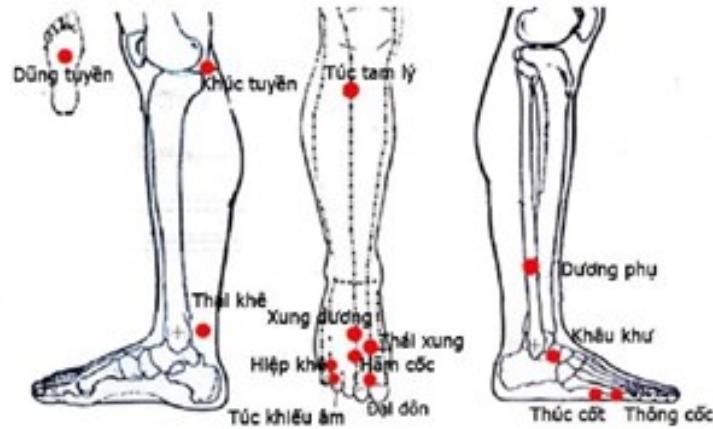
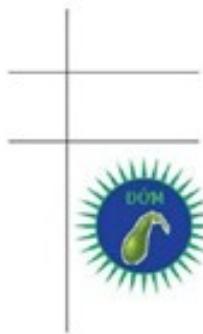


Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5

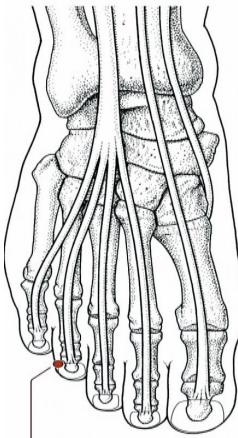


BỘ THỦ TÚC CHÂM



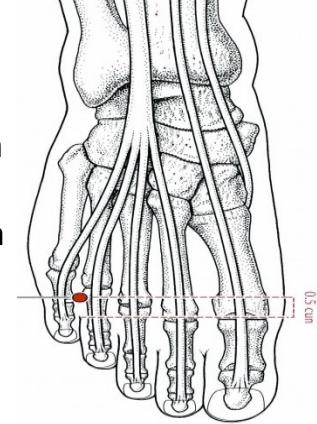
Đởm - Tĩnh - Mộc - Túc Khiếu Âm

Bên ngoài ngón chân thứ 4, cách góc móng chân chừng 0,1 thốn. Huyệt trên đường tiếp giáp da gan chân - mu chân



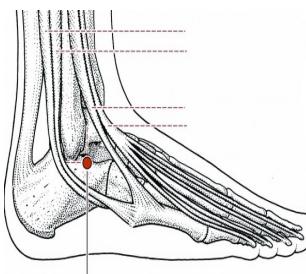
Đởm - Vinh - Hòa - Hiệp Khê

Khe giữa xương bàn chân ngón thứ 4 và 5, huyệt nằm ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân, phía trên mu chân.



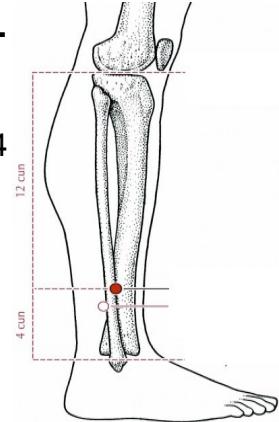
Đởm - Nguyên - Kim - Khâu Khư

Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài, nơi chỗ lõm của khe xương cạnh nhóm cơ duỗi dài các ngón, hoặc từ ngón chân thứ 4 kéo thẳng lên mắt cá gấp chỗ lõm hoặc lấy ở chỗ lõm giữa huyệt Thân Mạch và Giải Khê



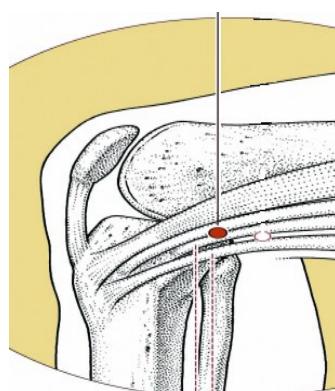
Đởm - Kinh - Thủy - Dương Phụ

Trên đỉnh mắt cá ngoài 4 thốn, ở bờ dưới xương mác.



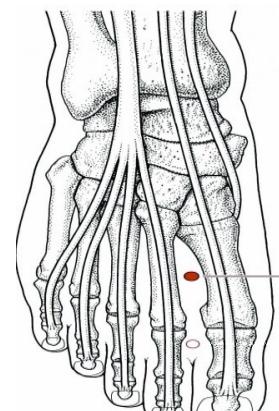
Can - Hợp - Thủ - Khúc Tuyễn

Khi gấp chân lại, huyệt nằm trên phía trong xương đùi đầu nếp gấp đầu gối



Can - Du - Kim - Thái Xung

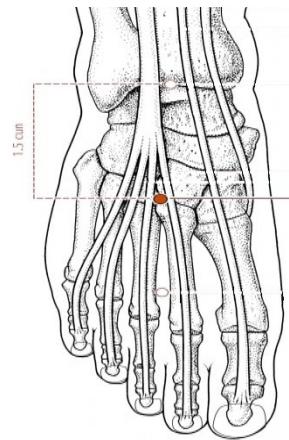
Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân



BỘ THỦ TÚC CHÂM

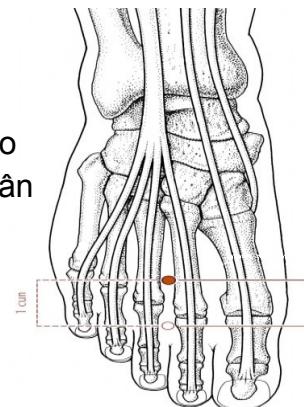
Vị - Nguyên - Thủ - Xung Dương

Dưới huyệt Giải Khê 1,5 thốn, nơi cao nhất của mu bàn chân chỗ có động mạch đập



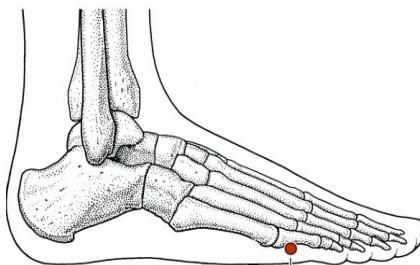
Vị - Du - Thủ - Hỗn Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



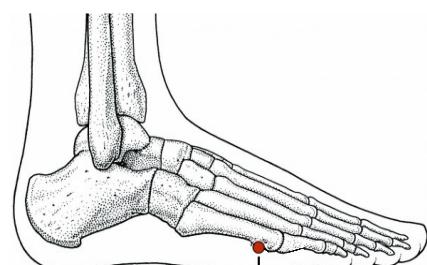
Bàng Quang - Vinh - Thủ - Thông Cốc

Chỗ lõm phía trước khớp bàn và ngón út



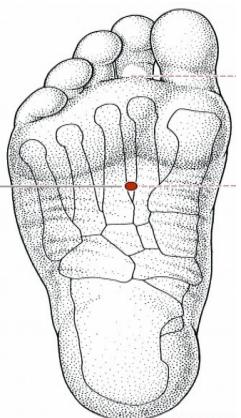
Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5



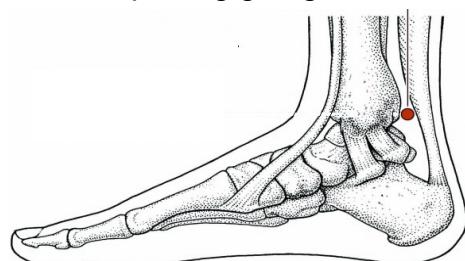
Thận - Tĩnh - Thủ - Dũng Tuyền

Dưới lòng bàn chân, huyệt ở điểm lõm khi co bàn chân, chỗ giữa ngón thứ 2 và thứ 3



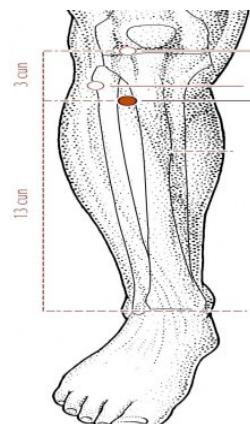
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

Trung điểm giữa đường nổi bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



Vị - Hợp - Hỏa - Túc Tam Lý

Úp bàn tay lên trên đầu gối, ngón giữa đặt ở trên xương chày, cách 1 khoát ngón tay ngón đeo nhẫn chỉ vào tức huyệt



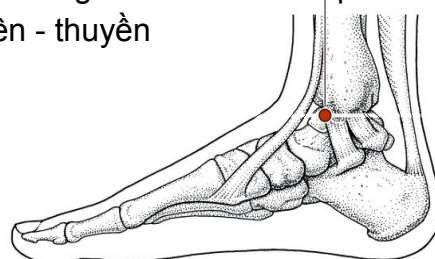
BỘ MỘC TÚC CHÂM

Can - Tĩnh - Hỏa - Đại Ôn Cách bờ ngoài gốc móng chân ngón chân cái 0,1 thôn		Can - Vinh - Thổ - Hành Gian Kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 0,5 thốn về phía mu chân	
Can - Kinh - Thủ - Trung Phong Bờ dưới mắt cá trong khoảng 1 thốn điểm lõm giữa cơ dài ngón cái và cơ chày trước		Can - Hợp - Thủ - Khúc Tuyễn Khi gấp chân lại, huyệt nằm trên phía trong xương đùi đầu nếp gấp đầu gối	
Vị - Kinh - Mộc - Giải Khê Trên nếp gấp cổ chân giữa 2 gân cơ căng chân trước và gân cơ duỗi dài ngón cái		Vị - Du - Thủ - Häm Cốc Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân	

BỘ MỘC TÚC CHÂM

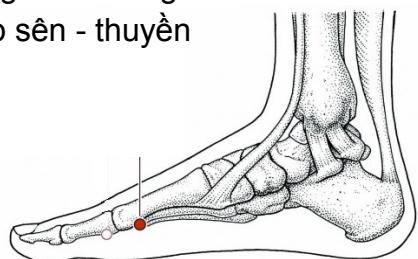
Tỳ - Kinh - Mộc - Thương Khâu

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền



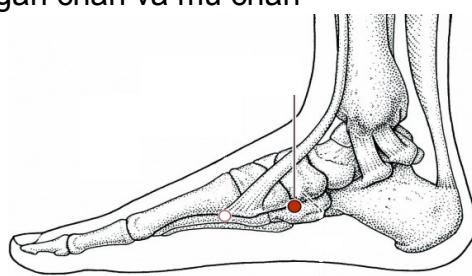
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền



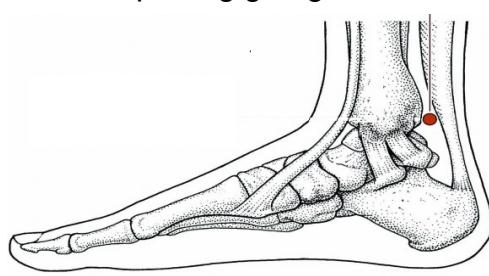
Thận - Vinh - Mộc - Nhiên Cốc

Chỗ lõm sát bờ dưới xương trên đường nối da gân chân và mu chân



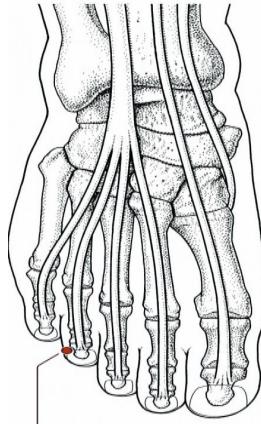
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

Trung điểm giữa đường nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



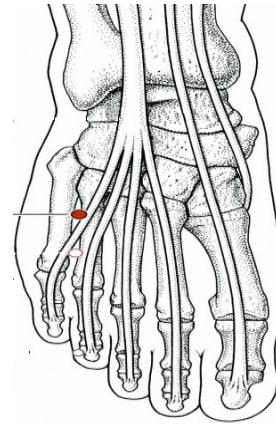
Đởm - Tĩnh - Mộc - Túc Khiếu Âm

Bên ngoài ngón chân thứ 4, cách góc móng chân chừng 0,1 thốn. Huyệt trên đường tiếp giáp da gan chân - mu chân



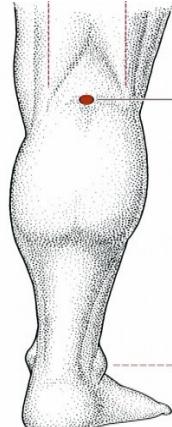
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khắp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5

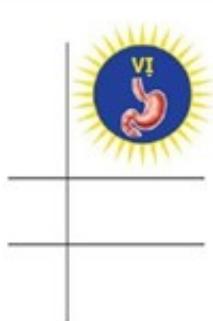


Bàng Quang - Hợp - Kim - Ủy Trung

Giữa nếp gấp sau khuỷu chân

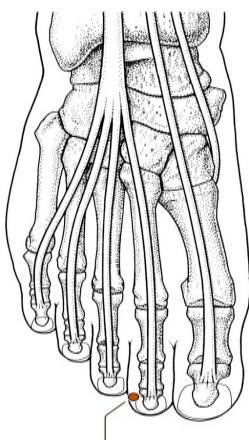


BỘ HỎA TÚC CHÂM



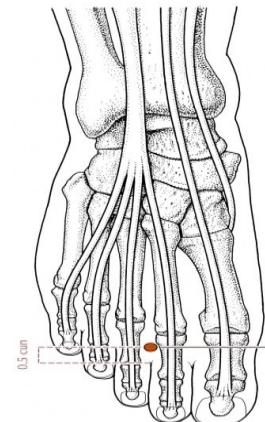
Vị - Tĩnh - Thổ - Lê Đoài

Ngoài ngón chân thứ 2, cách
góc móng chân 0,1 thốn



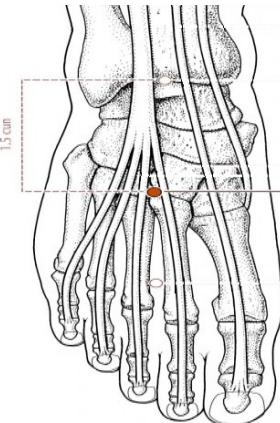
Vị - Vinh - Kim - Nội Đình

Giữa kẽ ngón chân 2-3



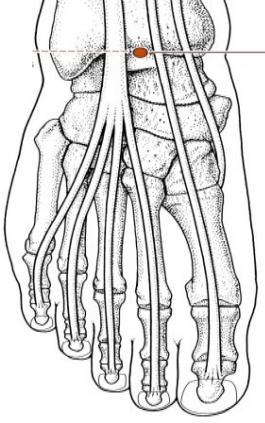
Vị - Nguyên - Thủ - Xung Dương

Dưới huyệt Giải Khê 1,5
thốn, nơi cao nhất của mu
bàn chân chỗ có động
mạch đập



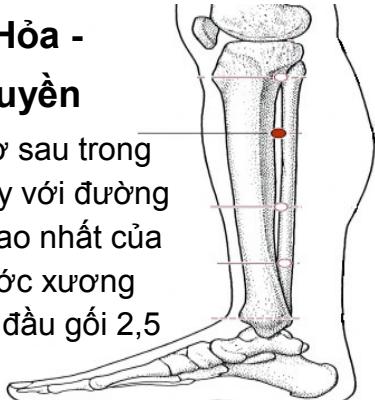
Vị - Kinh - Mộc - Giải Khê

Trên nếp gấp cổ chân
giữa 2 gân cơ cẳng chân
trước và gân cơ duỗi dài
ngón cái



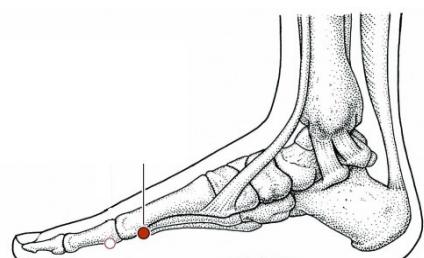
Tỳ - Hợp - Hỏa - Âm Lăng Tuyền

Chỗ lõm tạo bởi bờ sau trong
đầu trên xương chày với đường
ngang qua nơi lồi cao nhất của
cơ cẳng chân trước xương
chày cách nếp gấp đầu gối 2,5
thốn



Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

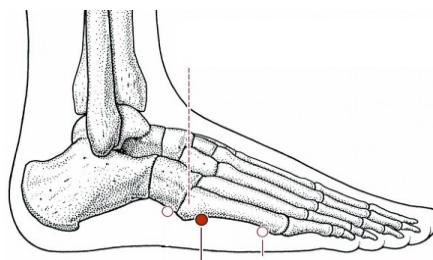
Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa
gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền



BỘ HỎA TÚC CHÂM

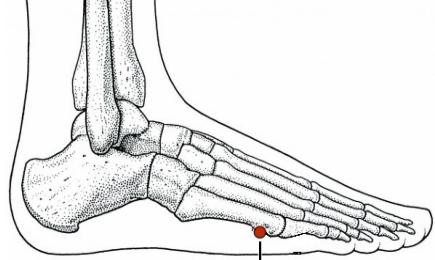
Bàng Quang - Nguyên - Hỏa - Kinh Cốt

Ở cạnh ngoài bàn chân, phía dưới đầu mấu xương to (đầu trong xương bàn nón út)



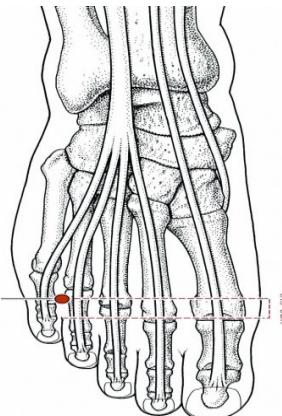
Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5



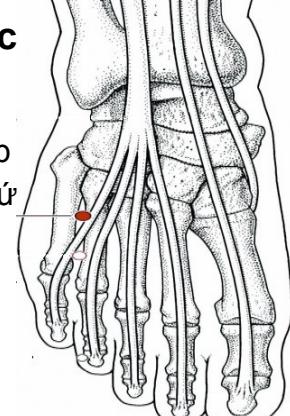
Đởm - Vinh - Hỏa - Hiệp Khê

Khe giữa xương bàn chân ngón thứ 4 và 5, huyệt nằm ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân, phía trên mu chân.



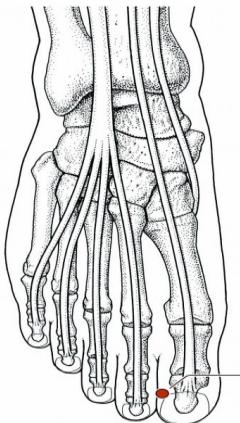
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khấp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



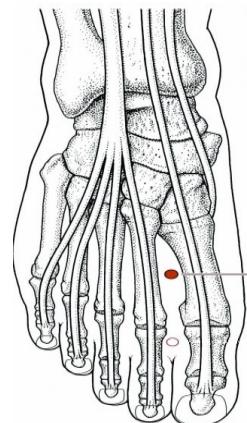
Can - Tĩnh - Hỏa - Đại Ôn

Cách bờ ngoài gốc móng chân ngón chân cái 0,1 thốn



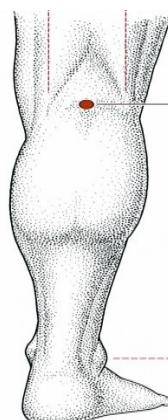
Can - Du - Kim - Thái Xung

Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân



Bàng Quang - Hợp - Kim - Ủy Trung

Giữa nếp gấp sau khủy chân



CÁC BỘ ÂM CHÂM

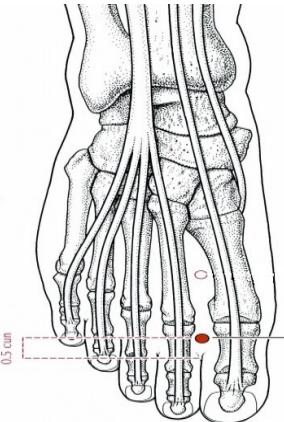
BỘ THỒ ÂM CHÂM

		
Tỳ - Tĩnh - Kim - Ân Bạch Góc trong ngón chân cái, cách móng chân 0,1 thốn		
Tỳ - Vinh - Thủy - Đại Đô Bờ trong xương ngón cái, trên đường tiếp giáp lằn da gan bàn chân chõ dưới chõm xương bàn chân		
Tỳ - Kinh - Mộc - Thương Khâu Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền		
Tỳ - Hợp - Hỏa - Âm Lăng Tuyễn Chỗ lõm tạo bởi bờ sau trong đầu trên xương chày với đường ngang qua nơi lồi cao nhất của cơ cẳng chân trước xương chày cách nếp gấp đầu gối 2,5 thốn		
Thận - Kinh - Thủ - Phục Lưu Từ huyệt Thái Khê đo thẳng lên 2 thốn chỗ lõm trước gân gót		
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê Trung điểm giữa đường nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót		

BỘ THỒ ÂM CHÂM

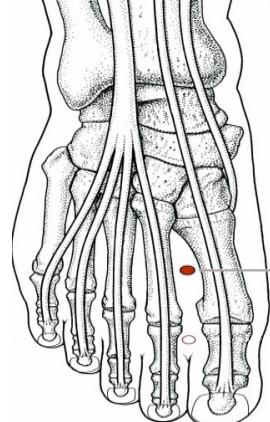
Can - Vinh - Thổ - Hành Gian

Kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



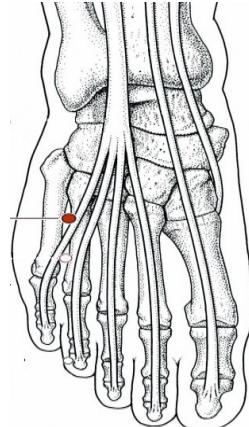
Can - Du - Kim - Thái Xung

Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân



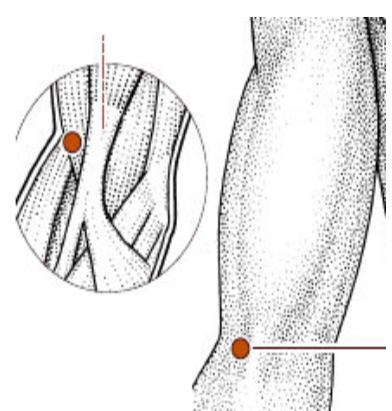
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khắp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



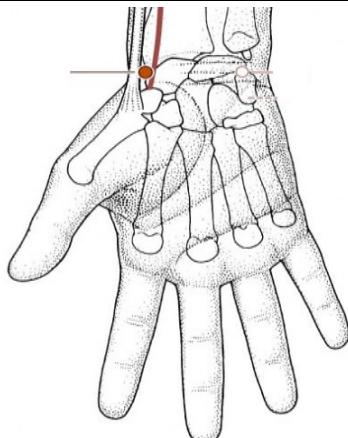
Phé - Hợp - Thổ Xích Trạch

Trung điểm nếp gấp khuỷu tay bờ ngoài cơ nhị đầu cánh tay



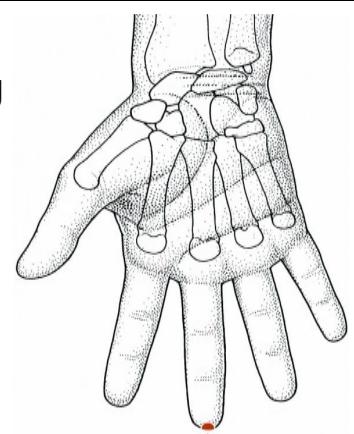
Phé - Du - Mộc - Thái Uyên

Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay



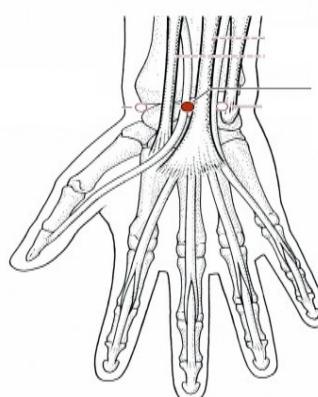
Tâm Bào - Tĩnh - Thổ - Trung Xung

Điểm chính giữa đầu ngón giữa



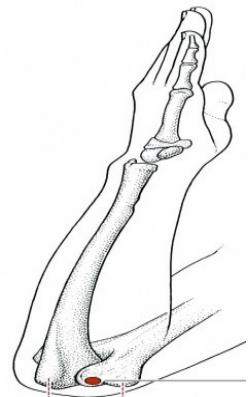
Tâm Bào - Du - Thủ - Đại Lăng

Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.

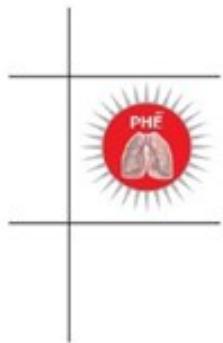
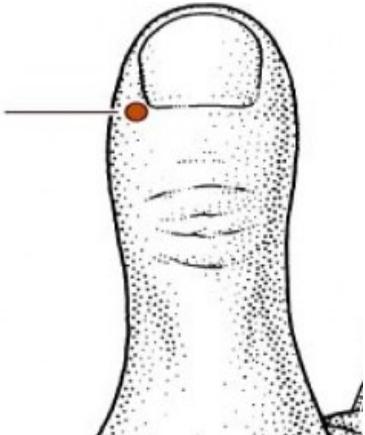
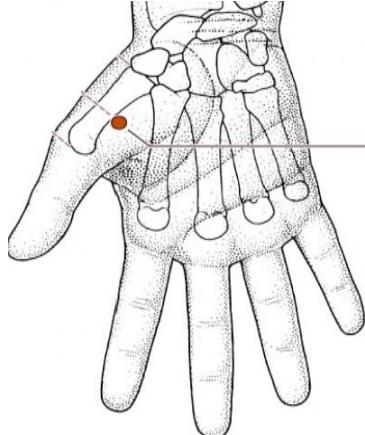
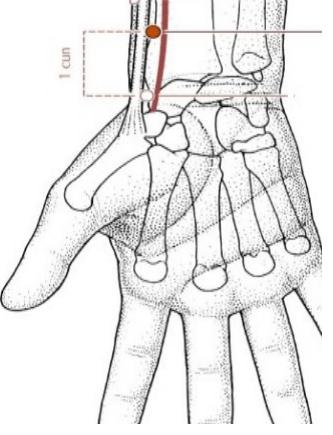
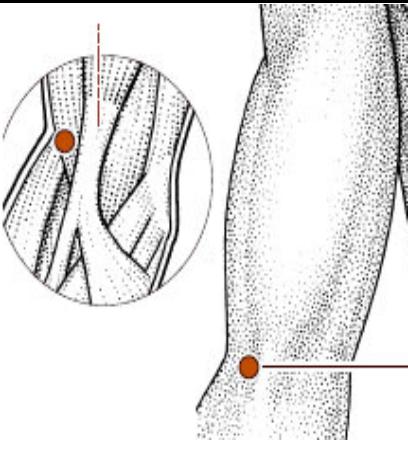
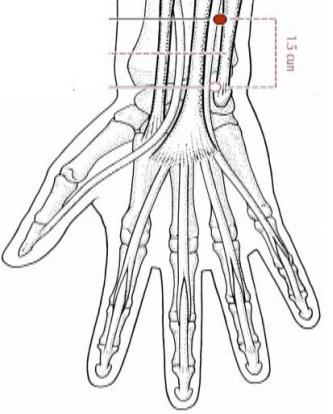
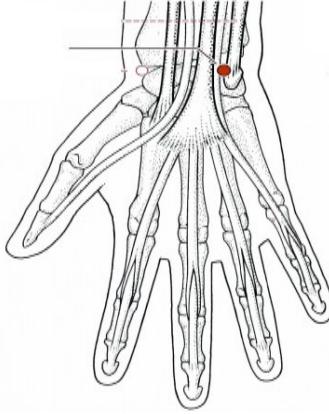


Tiểu Trường - Hợp - Thủ - Tiểu Hải

Co khuỷu tay lại, huyệt ở giữa mõm khuỷu và mõm trên ròng rọc đầu dưới xương cánh tay, chỗ lõm vào



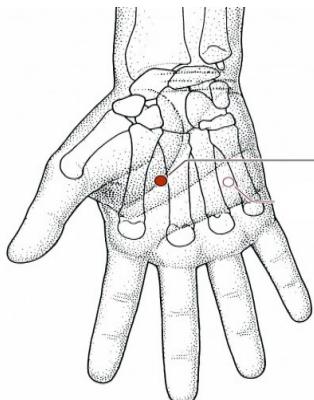
BỘ KIM ÂM CHÂM

	
Thiên tinh Xích trạch Đại lăng Thần môn Lao cung Kinh cử Ngư tể Thiếu thương Dương lăng tuyễn Âm cốc Thái bạch Thái khê Ân bạch	
<p>Phé - Tĩnh - Thủy - Thiếu Thương</p> <p>Cách góc ngón tay cái 0,1 thốn</p> 	<p>Phé - Vinh - Mộc - Ngư Tế</p> <p>Điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi tiếp giáp da gan tay và da mu tay</p> 
<p>Phé - Kinh - Hỏa - Kinh Cử</p> <p>Mặt trong đầu dưới xương quay, nếp gấp cổ tay thẳng lên 1 thốn</p> 	<p>Phé - Hợp - Thổ - Xích Trạch</p> <p>Trung điểm nếp gấp khuỷu tay Bờ ngoài cơ nhị đầu cánh tay</p> 
<p>Tâm - Kinh - Kim - Linh Đạo</p> <p>Ở mặt trước trong cẳng tay, cách nếp gấp cổ tay 1,5 thốn.</p> 	<p>Tâm - Du - Thổ - Thần Môn</p> <p>Ở phía xương trụ, trên lăn cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ</p> 

BỘ KIM ÂM CHÂM

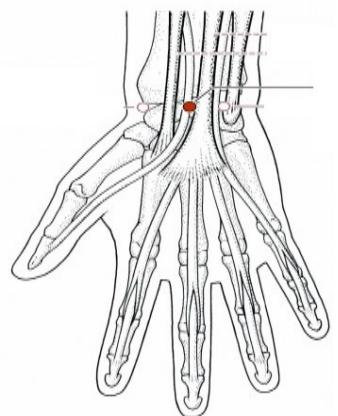
Tâm Bào - Vinh - Kim - Lao Cung

Huyệt nằm trên gan bàn tay, khi co tay nắm lại, huyệt nằm giữa đầu móng tay ngón 3 và 4 chỉ vào bàn tay



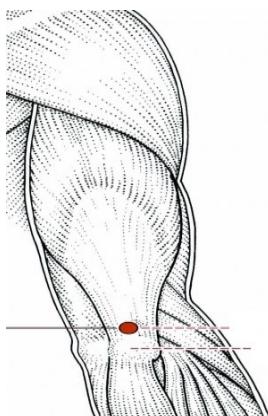
Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng

Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.



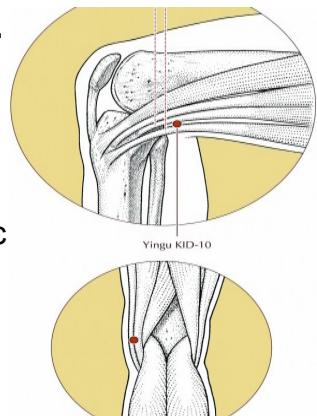
Tam Tiêu - Hợp - Mộc - Thiên Tinh

Ngồi ngay, co khuỷu tay, từ lồi mõm khuỷu tay lên 1 thốn, giữa chỗ lõm là huyệt



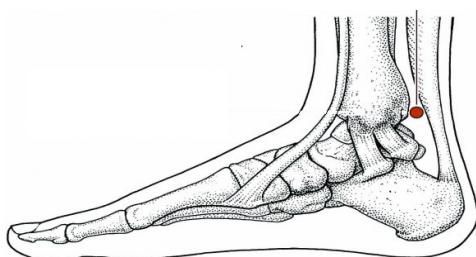
Thận - Hợp - Kim - Âm Cốc

Từ bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



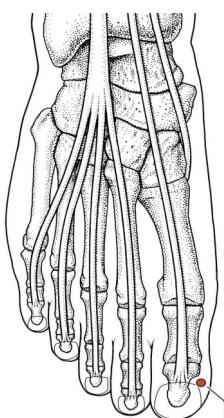
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

Trung điểm giữa đường nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



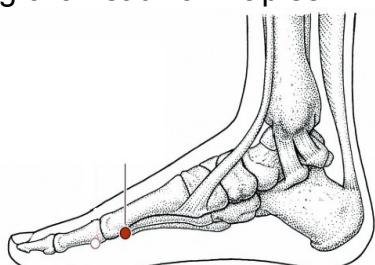
Tỳ - Tĩnh - Kim - Ân Bạch

Góc trong ngón chân cái, cách móng chân 0,1 thốn



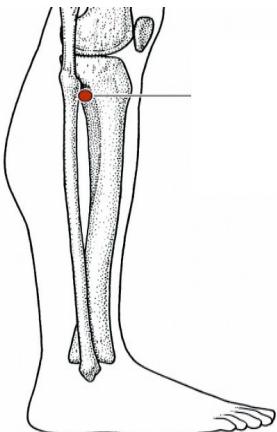
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên -

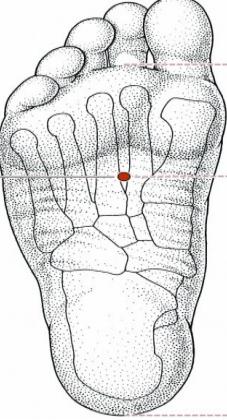
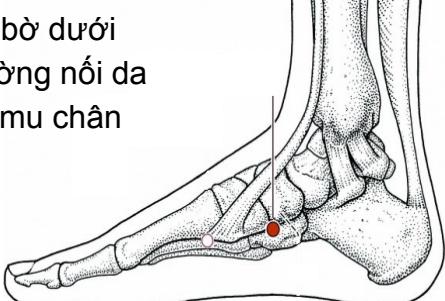
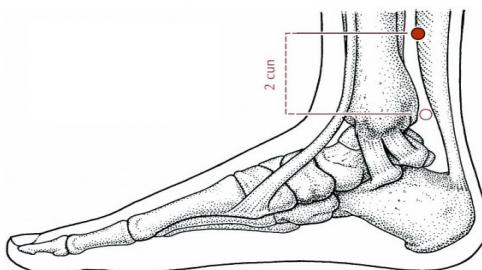
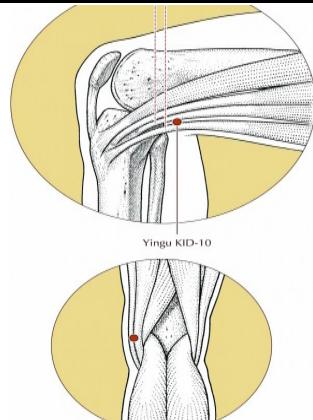
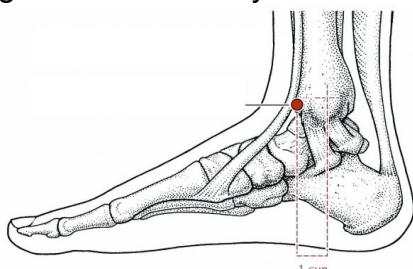
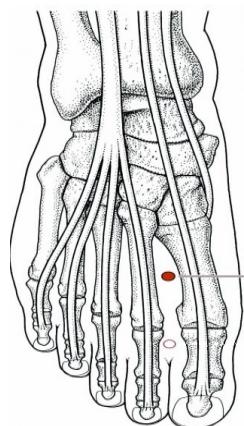


Đởm - Hợp - Thủ - Dương Lăng Tuyền

Ở chỗ lõm phía trước và dưới đầu nhỏ của xương mạc, nơi thân nối với đầu trên xương mạc, khe giữa cơ mạc bên dài và cơ duỗi chung các ngón chân



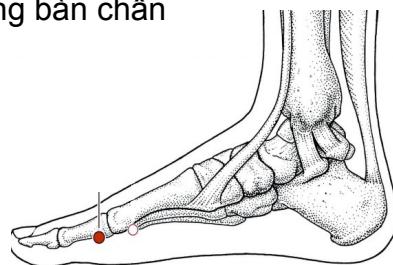
BỘ THỦY ÂM CHÂM

 	
<p>Thận - Tĩnh - Thủ - Dũng Tuyền Dưới lòng bàn chân, huyệt ở điểm lõm khi co bàn chân, chổ giữa ngón thứ 2 và thứ 3</p> 	<p>Thận - Vinh - Mộc - Nhiên Cốc Chỗ lõm sát bờ dưới xương trên đường nối da gân chân và mu chân</p> 
<p>Thận - Kinh - Thủ - Phục Lưu Từ huyệt Thái Khê đo thẳng lên 2 thốn chổ lõm trước gân gót</p> 	<p>Thận - Hợp - Kim - Âm Cốc Từ bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc</p> 
<p>Can - Kinh - Thủ - Trung Phong Bờ dưới mắt cá trong khoảng 1 thốn điểm lõm giữa cơ dài ngón cái và cơ chày trước</p> 	<p>Can - Du - Kim - Thái Xung Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân</p> 

BỘ THỦY ÂM CHÂM

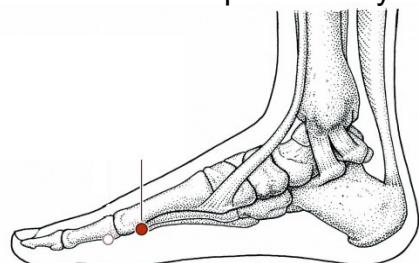
Tỳ - Vinh - Thủy - Đại Đô

Bờ trong xương ngón cái, trên đường tiếp giáp lần da gan bàn chân chỗ dưới chỏm xương bàn chân



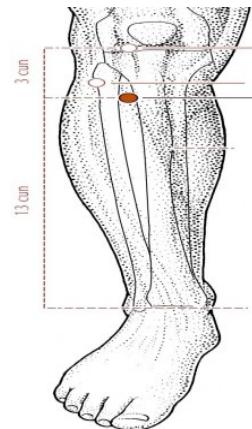
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền



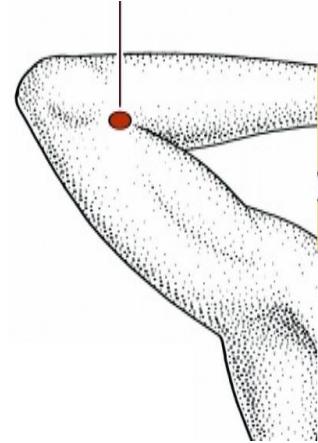
Vị - Hợp - Hỏa - Túc Tam Lý

Úp bàn tay lên đầu gối, ngón giữa đặt ở trên xương chày, cách 1 khoát ngón tay ngón đeo nhẫn chỉ vào tức huyệt



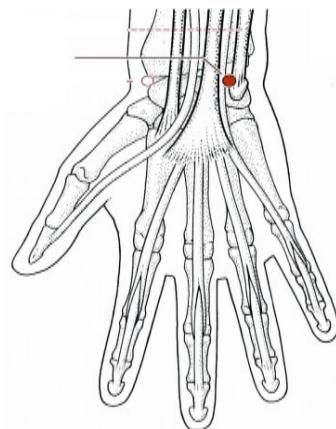
Tâm - Hợp - Thủ - Thiếu Hải

Co tay, huyệt nằm giữa cuối đầu nếp gấp khuỷu tay và móm trên lồi càu



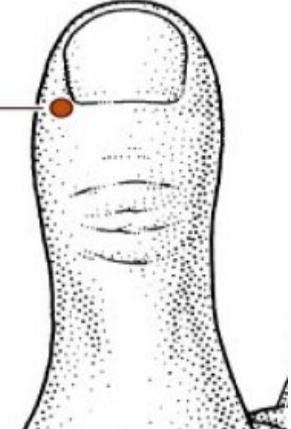
Tâm - Du - Thủ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lần cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ



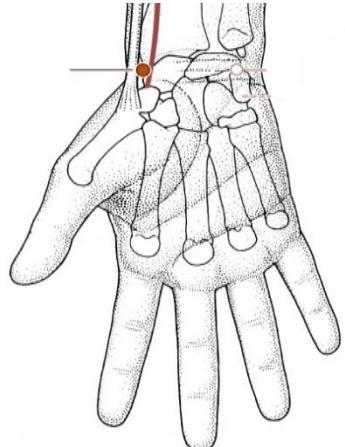
Phế - Tĩnh - Thủ Thiếu Thương

Cách góc ngón tay cái 0,1 thốn



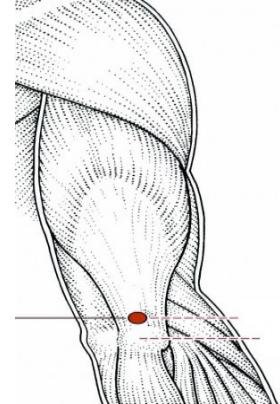
Phế - Du - Mộc Thái Uyên

Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay

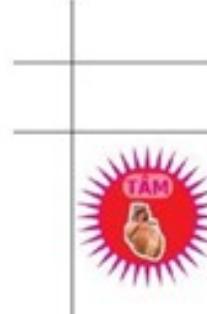
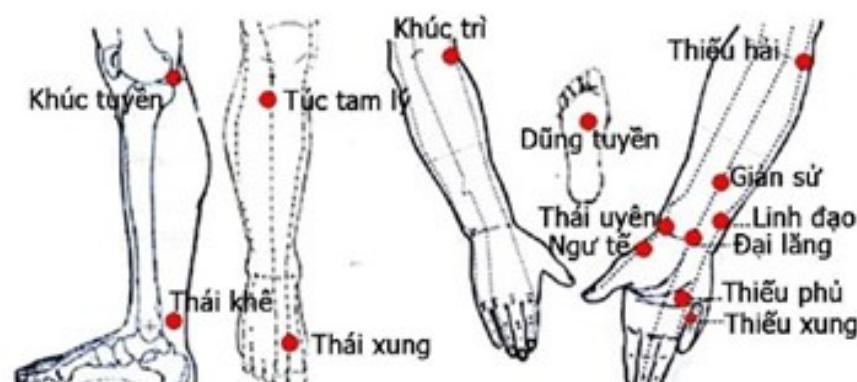
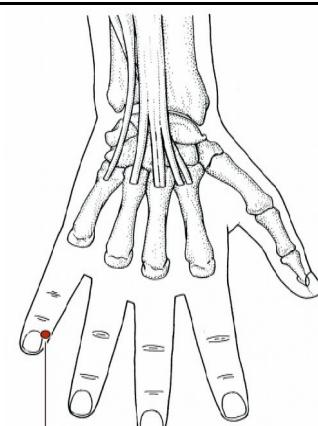
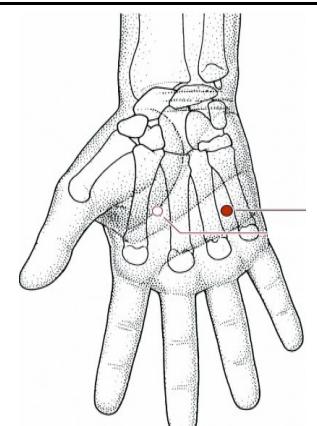
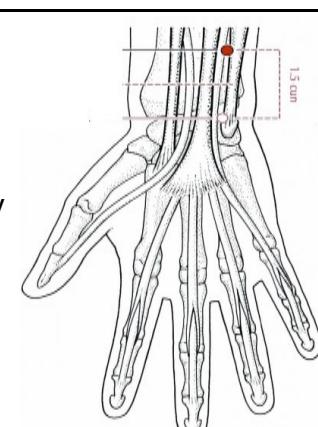
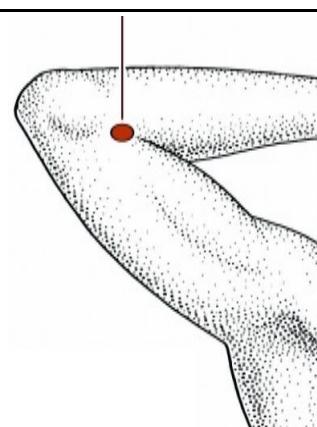
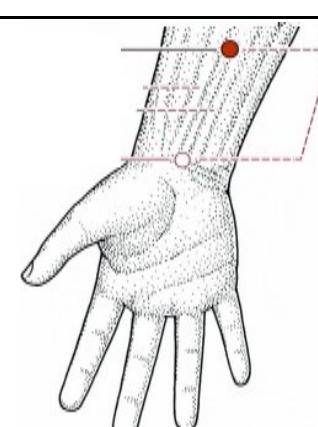
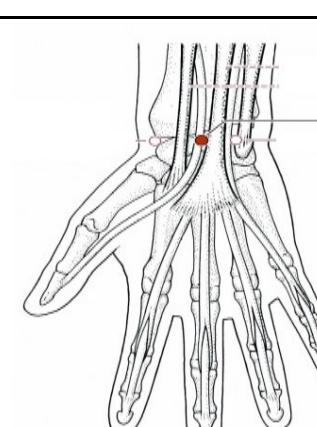


Tam Tiêu - Hợp - Mộc - Thiên Tĩnh

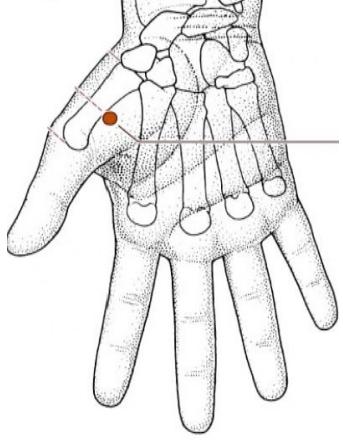
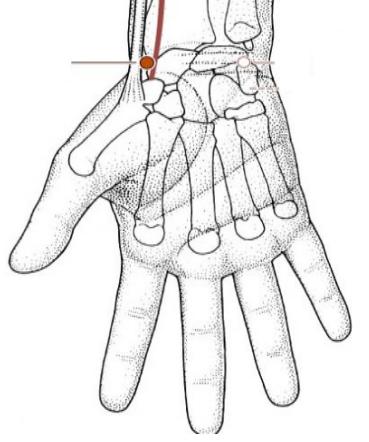
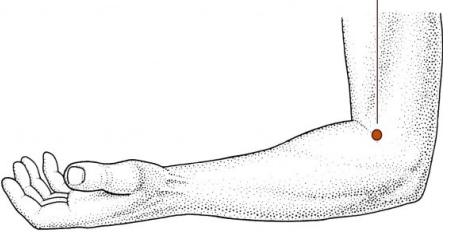
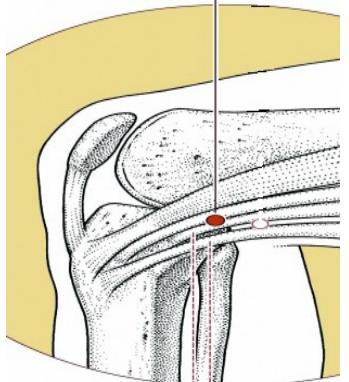
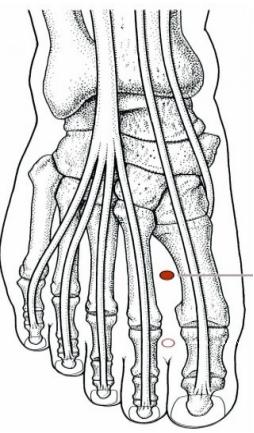
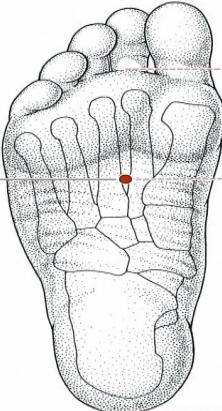
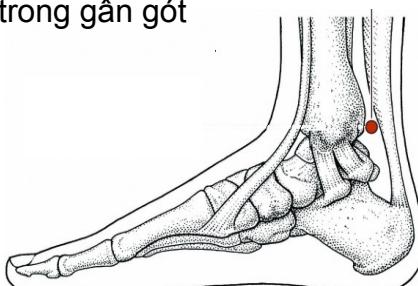
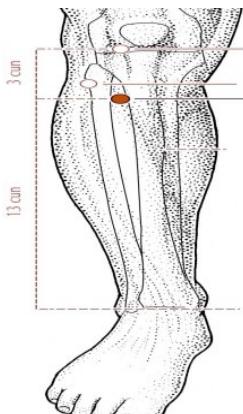
Ngồi ngay, co khuỷu tay, từ lồi móm khuỷu tay lên 1 thốn, giữa chỗ lõm là huyệt



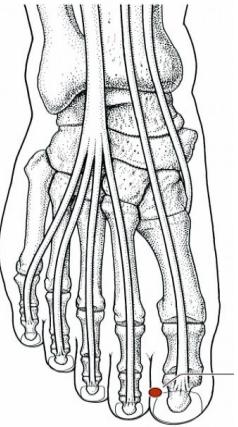
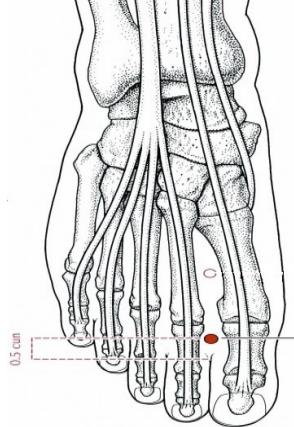
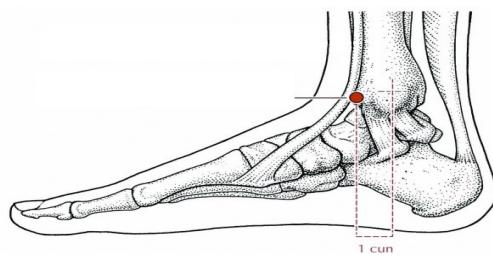
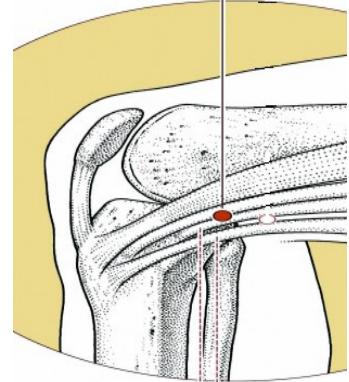
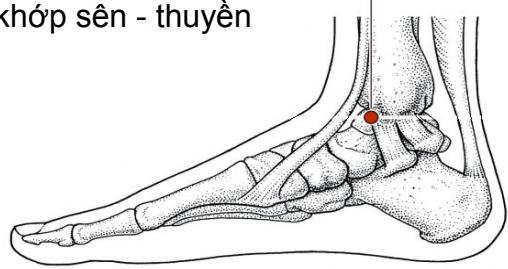
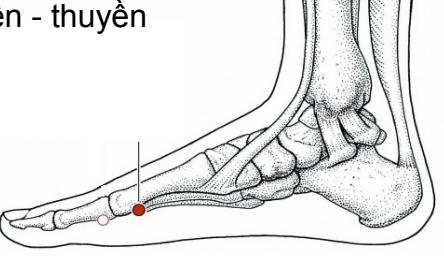
BỘ THỦ ÂM CHÂM

 	
<p>Tâm - Tĩnh - Mộc - Thiếu Xung</p> <p>Ở ngón út phía xương mác, cách góc móng tay 0,1 thốn.</p> 	<p>Tâm - Vinh - Hỏa - Thiếu Phủ</p> <p>Nằm giữa xương bàn tay thứ 4 và 5, khi nắm tay, huyệt ở giữa ngón út và ngón nhẫn hướng vào lòng bàn tay</p> 
<p>Tâm - Kinh - Kim - Linh Đạo</p> <p>Ở mặt trước trong cẳng tay, cách nếp gấp cổ tay 1,5 thốn.</p> 	<p>Tâm - Hợp - Thủy - Thiếu Hải</p> <p>Co tay, huyệt nằm giữa cuối đầu nếp gấp khuỷu tay và móm trên lồi càu</p> 
<p>Tâm Bào - Kinh - Thủ - Gian Sứ</p> <p>Nếp gấp cổ tay thẳng lên 3 thốn, giữa khe gân cơ gan tay lớn và bé</p> 	<p>Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng</p> <p>Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.</p> 

BỘ THỦ ÂM CHÂM

<p>Phé - Vinh - Thủ</p> <p>Ngưu Tê</p> <p>Điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi tiếp giáp da gan tay và da mu tay</p> 	<p>Phé - Du - Mộc</p> <p>Thái Uyên</p> <p>Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay</p> 
<p>Đại Trường - Hợp - Thổ - Khúc Trì</p> <p>Co khuỷu tay, huyệt nằm ở trên đầu lằn chỉ nếp gấp khuỷu nơi hõm vào</p> 	<p>Can - Hợp - Thủ - Khúc Tuyền</p> <p>Khi gấp chân lại, huyệt nằm trên phía trong xương đùi đầu gối</p> 
<p>Can - Du - Kim - Thái Xung</p> <p>Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân</p> 	<p>Thận - Tĩnh - Thủ - Dũng Tuyền</p> <p>Dưới lòng bàn chân, huyệt ở điểm lõm khi co bàn chân, chỗ giữa ngón thứ 2 và thứ 3</p> 
<p>Thận - Du - Hỏa - Thái Khê</p> <p>Trung điểm giữa đường nõi bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót</p> 	<p>Vị - Hợp - Hỏa - Túc Tam Lý</p> <p>Úp bàn tay lên trên đầu gối, ngón giữa đặt ở trên xương chày, cách 1 khoát ngón tay ngón đeo nhẫn chỉ vào tức huyệt</p> 

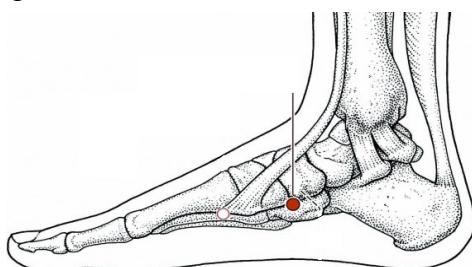
BỘ MỘC ÂM CHÂM

 	
<p>Can - Tĩnh - Hỏa - Đại Ôn</p> <p>Cách bờ ngoài gốc móng chân ngón chân cái 0,1 thốn</p> 	<p>Can - Vinh - Thổ - Hành Gian</p> <p>Kẽ ngón chân 1 và 2 lên 0,5 thốn về phía mu chân</p> 
<p>Can - Kinh - Thủ - Trung Phong</p> <p>Bờ dưới mắt cá trong khoảng 1 thốn điểm lõm giữa cơ dài ngón cái và cơ chày trước</p> 	<p>Can - Hợp - Thủ - Khúc Tuyễn</p> <p>Khi gấp chân lại, huyệt nằm trên phía trong xương đùi đầu gối nếp gấp đầu gối</p> 
<p>Tỳ - Kinh - Mộc - Thương Khâu</p> <p>Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ căng chân sau và khớp sên - thuyền</p> 	<p>Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch</p> <p>Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ căng chân sau và khớp sên - thuyền</p> 

BỘ MỘC ÂM CHÂM

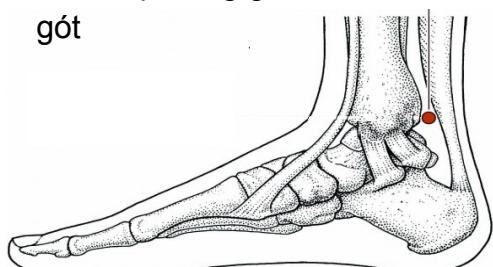
Thận - Vinh - Mộc - Nhiên Cốc

Chỗ lõm sát bờ dưới xương trên đường nối da gân chân và mu chân



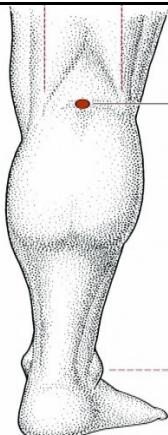
Thận - Du - Hỏa - Thái Khê

Trung điểm giữa đường nối bờ sau mắt cá trong nối và mép trong gân gót



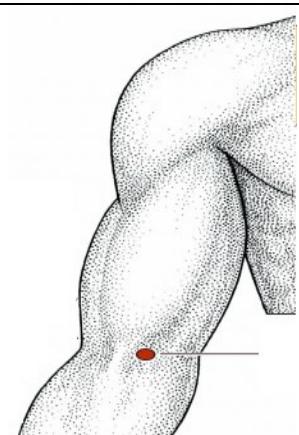
Bàng Quang - Hợp - Kim - Ủy Trung

Giữa nếp gấp sau khủy chân



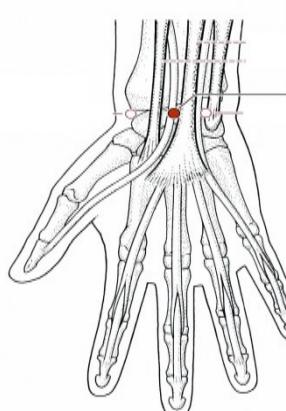
Tâm Bào - Hợp - Mộc - Khúc Trạch

Trên bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc



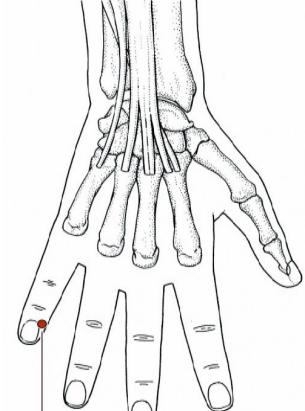
Tâm Bào - Du - Thủy - Đại Lăng

Ở ngay giữa nếp gấp cổ tay, giữa gân cơ tay lớn và tay bé.



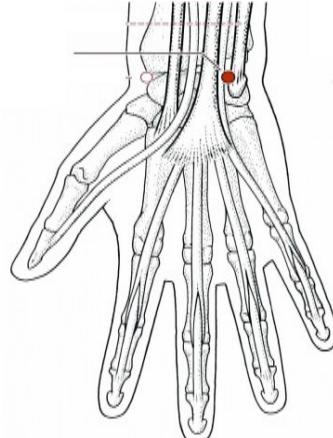
Tâm - Tĩnh - Mộc - Thiếu Xung

Ở ngón út phía xương mác, cách góc móng tay 0,1 thón.



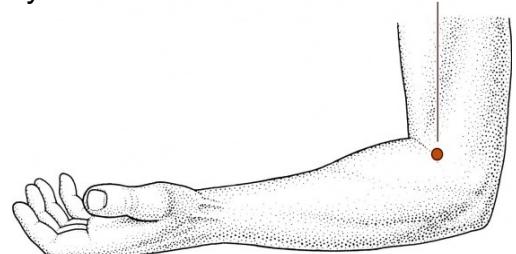
Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lần cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ

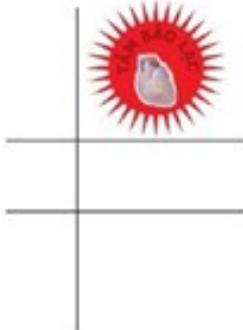
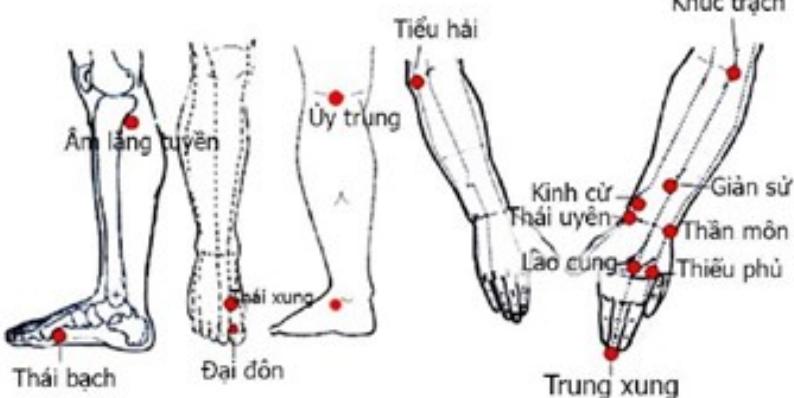
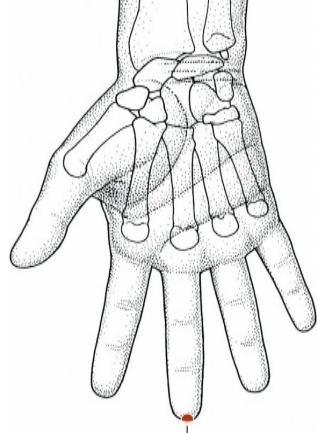
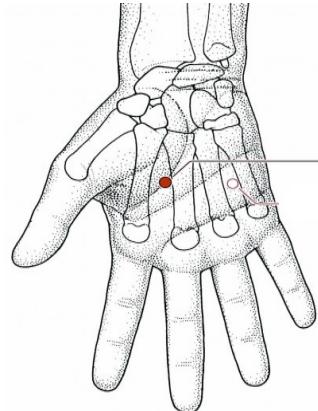
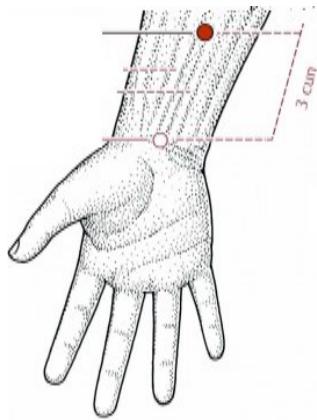
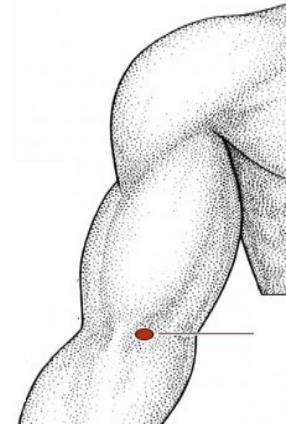
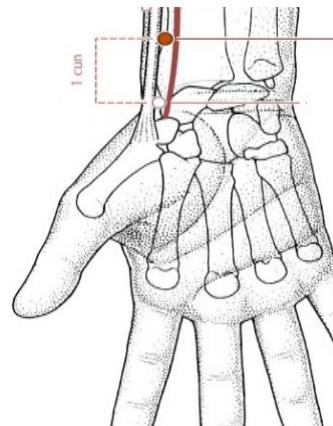
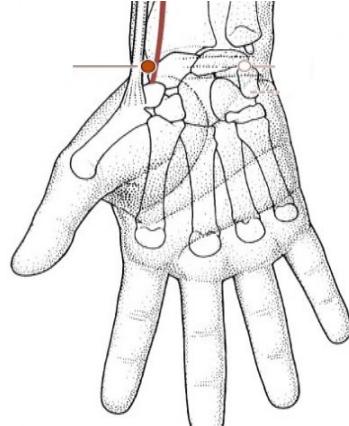


Đại Trưởng - Hợp - Thổ - Khúc Trì

Co khuỷu tay, huyệt nằm ở trên đầu lắn chỉ nếp gấp khuỷu nơi hõm vào



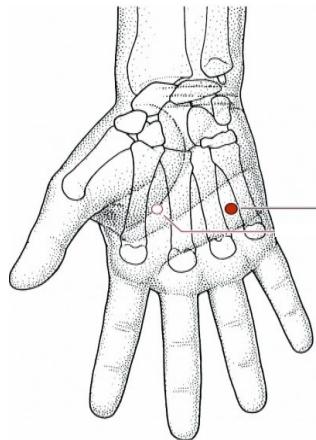
BỘ HỎA ÂM CHÂM

		
<p>Tâm Bào - Tĩnh - Thổ - Trung Xung Điểm chính giữa đầu ngón giữa</p>		
<p>Tâm Bào - Vinh - Kim - Lao Cung Huyệt nằm trên gan bàn tay, khi co tay nắm lại, huyệt nằm giữa đầu móng tay ngón 3 và 4 chỉ vào bàn tay</p>		
<p>Tâm Bào - Kinh - Thủ - Giản Sử Nếp gấp cổ tay thẳng lên 3 thốn, giữa khe gân cơ gan tay lớn và bé</p>		
<p>Tâm Bào - Hợp - Mộc - Khúc Trạch Trên bờ sau nếp gấp gối sau, giữa gân cơ bán gân và gân cơ bán mạc</p>		
<p>Phé - Kinh - Hỏa - Kinh Cử Mặt trong đầu dưới xương quay, nếp gấp cổ tay thẳng lên 1 thốn</p>		
<p>Phé - Du - Mộc - Thái Uyên Chỗ lõm trên động mạch quay, trên lằn chỉ cổ tay</p>		

BỘ HỎA ÂM CHÂM

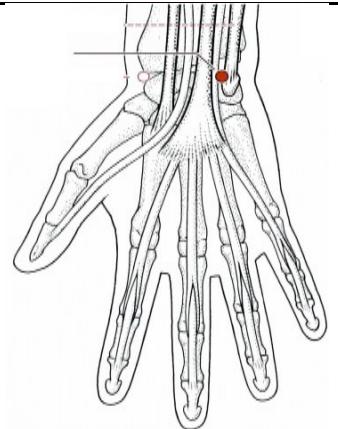
Tâm - Vinh - Hỏa - Thiếu Phủ

Nằm giữa xương bàn tay thứ 4 và 5, khi nắm tay, huyệt ở giữa ngón út và ngón nhẫn hướng vào lòng bàn tay



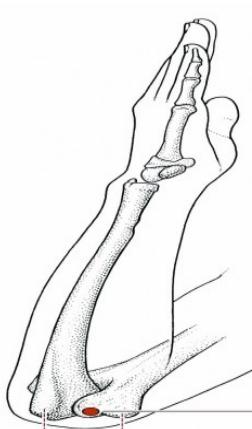
Tâm - Du - Thổ - Thần Môn

Ở phía xương trụ, trên lần cổ tay, sau xương nguyệt, chỗ lõm sát bờ ngoài gân cơ trụ trước và góc ngoài bờ trên xương trụ



Tiểu Trường - Hợp - Thủ - Tiểu Hải

Co khuỷu tay lại, huyệt ở giữa mõm khuỷu và mõm trên ròng rọc đầu dưới xương cánh tay, chỗ lõm vào



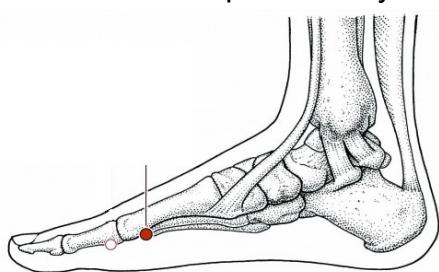
Tỳ - Hợp - Hỏa - Âm Lăng Tuyền

Chỗ lõm tạo bởi bờ sau trong đầu trên xương chày với đường ngang qua nơi lồi cao nhất của cơ cẳng chân trước xương chày cách nếp gấp đầu gối 2,5 thốn



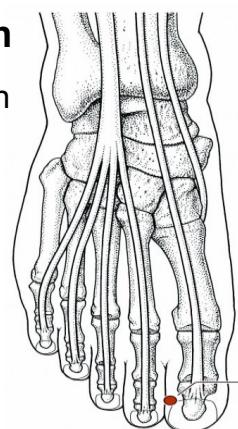
Tỳ - Du - Thủ - Thái Bạch

Chỗ lõm phía trước mắt cá chân trong, nằm giữa gân cơ cẳng chân sau và khớp sên - thuyền



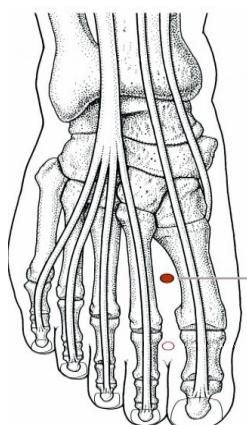
Can - Tĩnh - Hỏa - Đại Ôn

Cách bờ ngoài gốc móng chân ngón chân cái 0,1 thốn



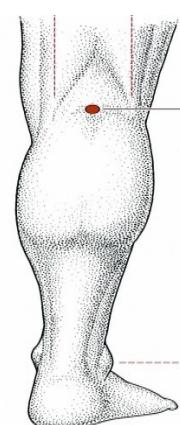
Can - Du - Kim - Thái Xung

Giữa kẽ ngón chân 1 và 2 đo lên 2 thốn về phía mu chân



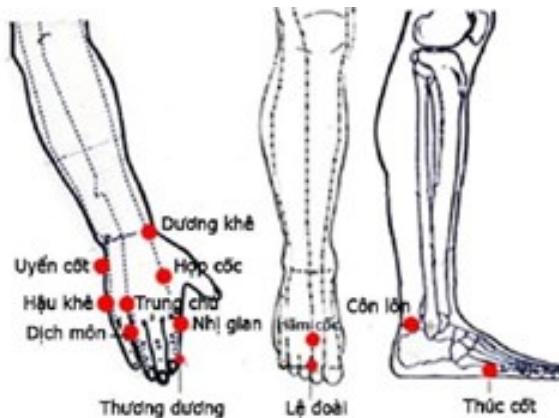
Bàng Quang - Hợp - Kim - Ủy Trung

Giữa nếp gấp sau khủy chân



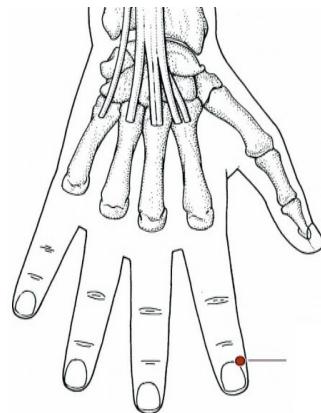
CÁC BỘ DƯƠNG CHÂM

BỘ THỒ DƯƠNG CHÂM



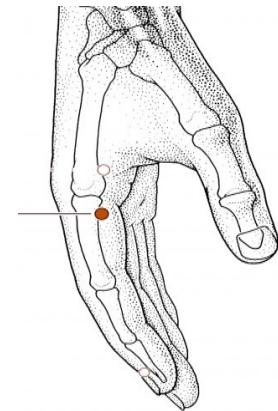
Đại Trường - Tĩnh - Kim - Thương Dương

Cách góc ngoài chân móng ngón tay trỏ 0,1 thốn



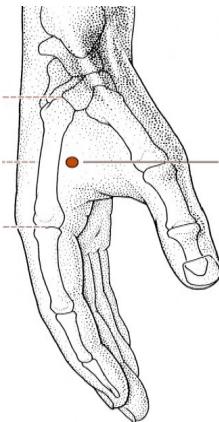
Đại Trường - Vinh - Thủy - Nhị Gian

Ở chỗ lõm phía trước và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



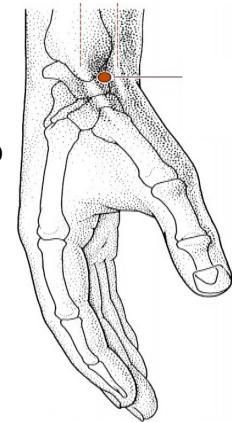
Đại Trường - Nguyên - Mộc - Hợp Cốc

Bờ ngoài xương bàn ngón 2, trung điểm đường nối 2 huyệt Tam Gian và Dương Khê



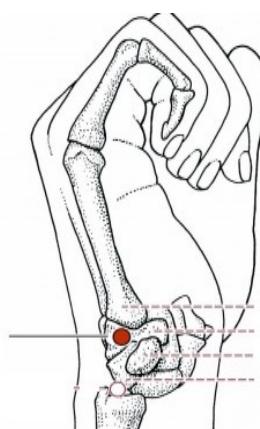
Đại Trường - Kinh - Hỏa - Dương Khê

Chỗ lõm bờ ngoài lắn sau cổ tay, khi cong ngón tay cái lên, huyệt nằm tại điểm lõm giữa cơ duỗi dài và ngắn ngón tay cái. Nằm tại hõm lào giải phẫu



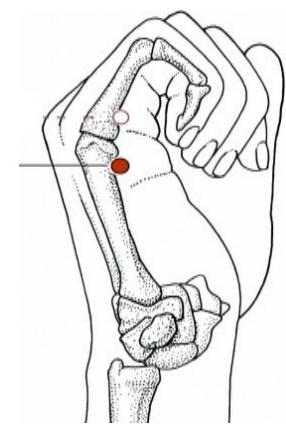
Tiểu Trường - Nguyên - Thổ - Uyển Cốt

Phía bờ trong bàn tay, chỗ lõm giữa xương mộc và xương bàn tay thứ 5



Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

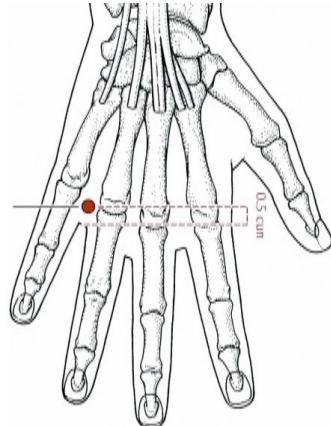
Hơi nắm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay



BỘ THỒ DƯƠNG CHÂM

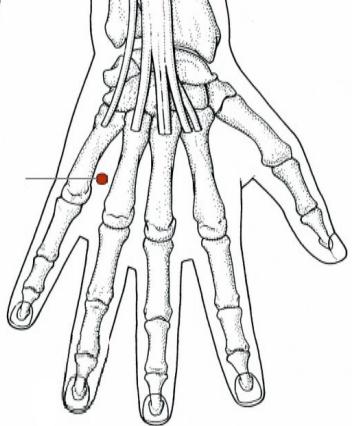
Tam Tiêu - Vinh - Thổ - Dịch Môn

Úp bàn tay, lấy ở cuối nếp gấp khe ngón đeo nhẫn và ngón út, bên ngoài khớp ngón và bàn tay.



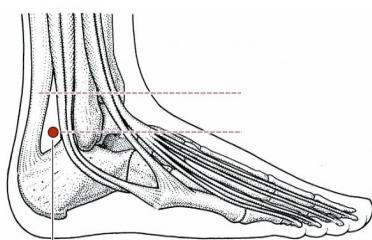
Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ

Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



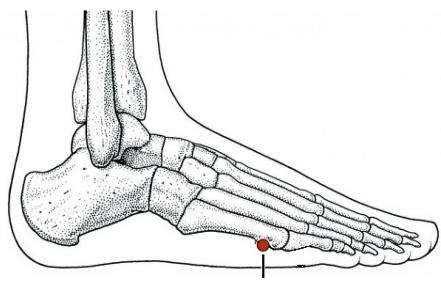
Bàng Quang - Kinh - Thổ - Côn Lôn

Bàn chân để ngang bằng, ở phía sau mắt cá ngoài 0,5 thốn, chỗ giữa mắt cá và gân gót, đối chiếu với Thái Khê ở trong



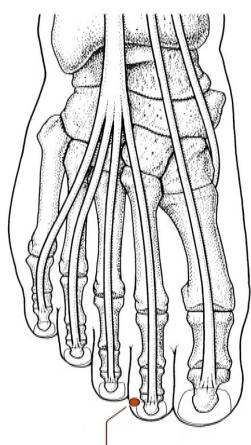
Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5



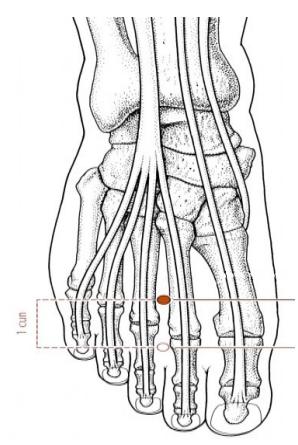
Vị - Tĩnh - Thổ - Lê Đoài

Ngoài ngón chân thứ 2, cách góc móng chân 0,1 thốn

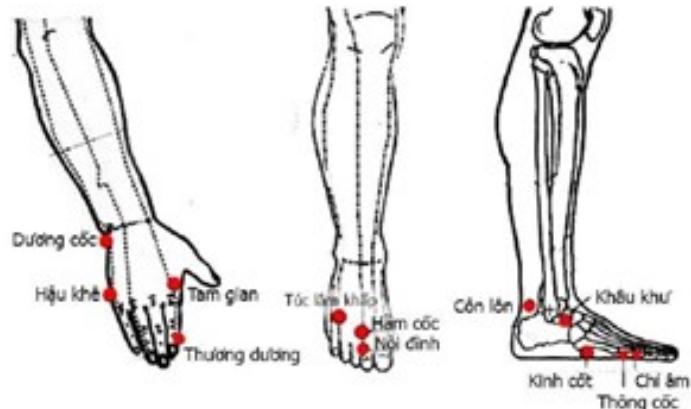
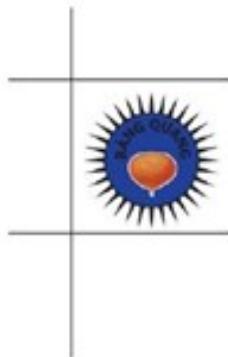


Vị - Du - Thủỷ - Häm Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân

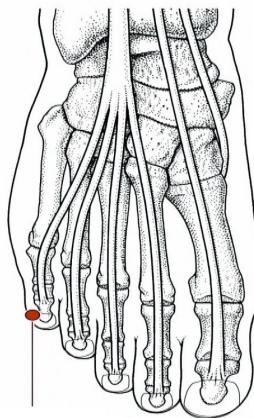


BỘ KIM DƯƠNG CHÂM



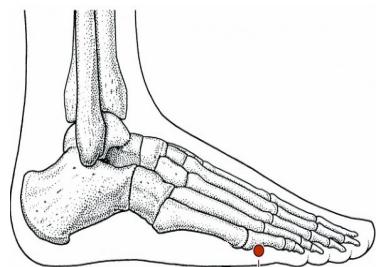
Bàng Quang - Tĩnh - Thủy - Chí Âm

Ở cạnh ngoài gốc móng ngón út, cách gốc móng khoảng hơn 0,1 thốn.



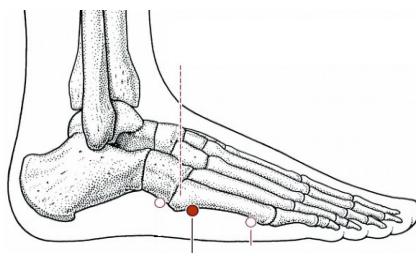
Bàng Quang - Vinh - Thủ - Thông Cốc

Chỗ lõm phía trước khớp bàn và ngón út



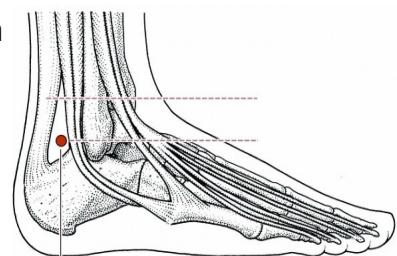
Bàng Quang - Nguyên - Hỏa - Kinh Cốt

Ở cạnh ngoài bàn chân, phía dưới đầu mấu xương to (đầu trong xương bàn nón út)



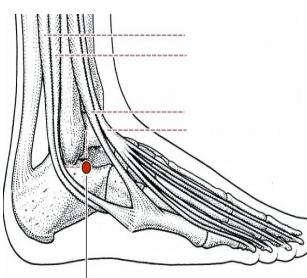
Bàng Quang - Kinh - Thổ - Côn Lôn

Bàn chân để ngang bằng, ở phía sau mắt cá ngoài 0,5 thốn, chỗ giữa mắt cá và gân gót, đối chiếu với Thái Khê ở trong



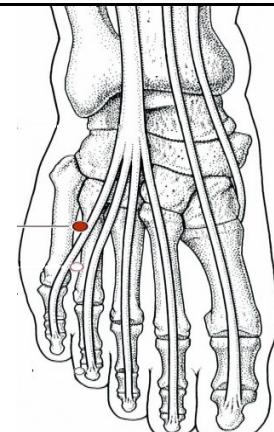
Đởm - Nguyên - Kim - Khâu Khư

Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài, nơi chỗ lõm của khe xương cạnh nhóm cơ duỗi dài các ngón, hoặc từ ngón chân thứ 4 kéo thẳng lên mắt cá gấp chỗ lõm hoặc lấy ở chỗ lõm giữa huyệt Thân Mạch và Giải Khê



Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khắp

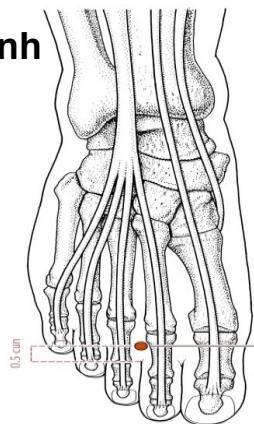
Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



BỘ KIM DƯƠNG CHÂM

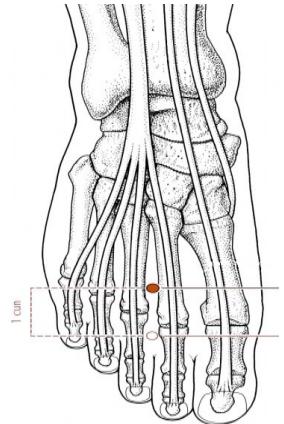
Vị - Vinh - Kim - Nội Đinh

Giữa kẽ ngón chân 2-3



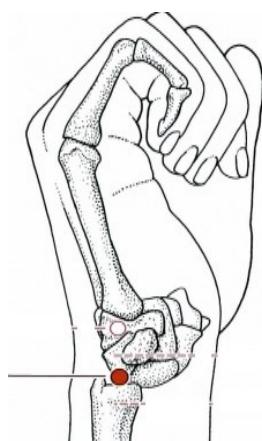
Vị - Du - Thủy - Häm Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



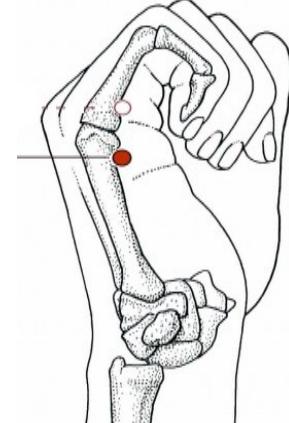
Tiểu Trường - Kinh - Kim - Dương Cốc

Ở bờ trong cổ ngón tay, nơi chỗ lõm giữa xương đậu và mỏm trâm xương trụ



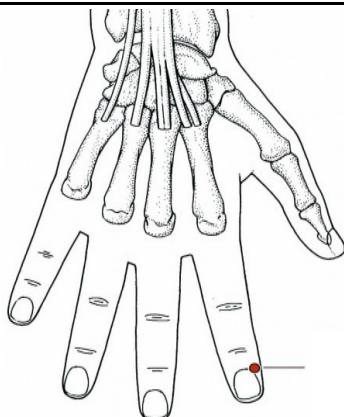
Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

Hơi nắm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay



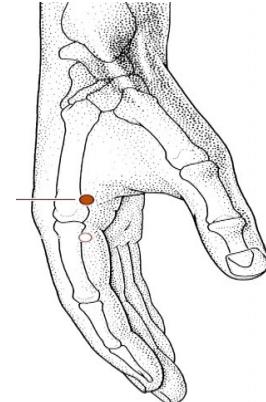
Đại Trường - Tĩnh - Kim - Thương Dương

Cách góc ngoài chân móng ngón tay trỏ 0,1 thốn

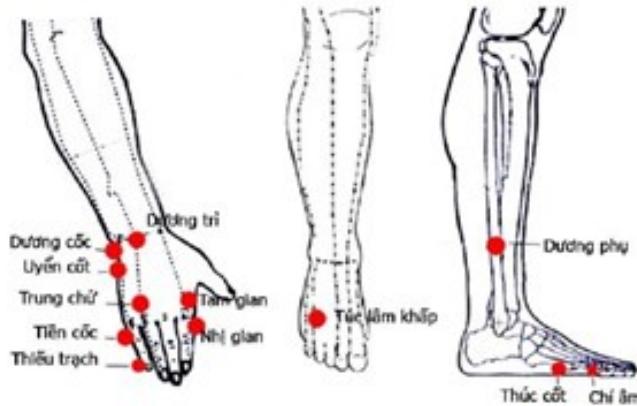
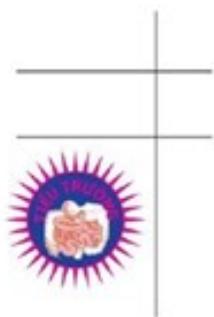


Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt

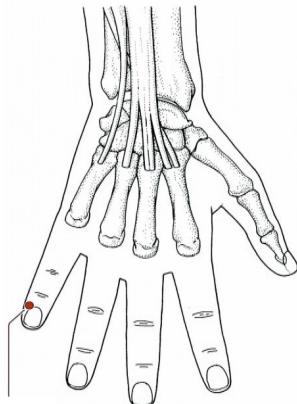


BỘ THỦY DƯƠNG CHÂM



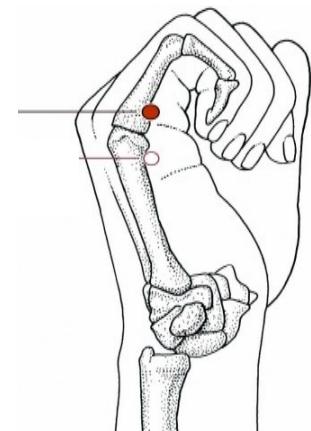
Tiểu Trường - Tĩnh - Thủ - Thiếu Trạch

Góc trong chân móng gón tay út, cách chân móng 0.1 thốn



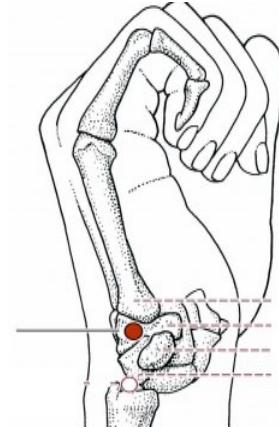
Tiểu Trường - Vinh - Mộc - Tiên Cốc

Chỗ lõm xương ngón tay thứ 5 về hướng xương trụ, nắm tay lại huyệt ở trước lăn chỉ tay ngón út và bàn nơi tiếp giáp da gan và mu tay



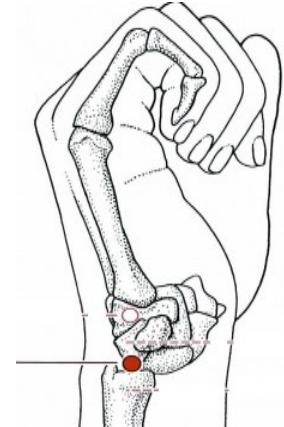
Tiểu Trường - Nguyên - Thổ - Uyển Cốt

Phía bờ trong bàn tay, chỗ lõm giữa xương móc và xương bàn tay thứ 5



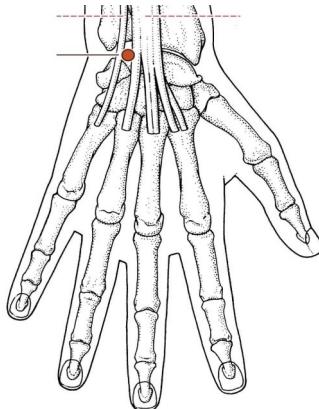
Tiểu Trường - Kinh - Kim - Dương Cốc

Ở bờ trong cổ ngón tay, nơi chỗ lõm giữa xương đậu và mỏm trâm xương trụ



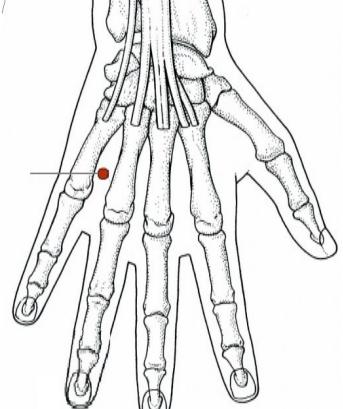
Tam Tiêu - Nguyên - Thủ - Thủy - Dương Trì

Bàn tay úp, hơi gập cổ tay, lấy ở chỗ lõm cạnh ngoài gân lớn chính giữa cổ tay (Gân cơ duỗi chung) thẳng khe ngón 3 và ngón 4 lên



Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ

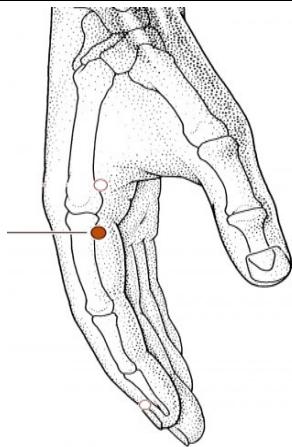
Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



BỘ THỦY DƯƠNG CHÂM

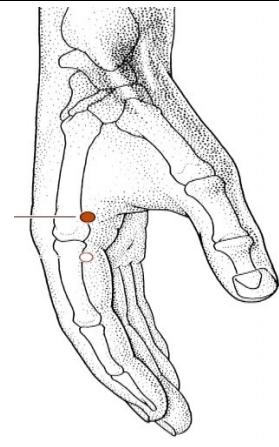
Đại Trường - Vinh - Thủy - Nhị Gian

Ở chỗ lõm phía trước và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



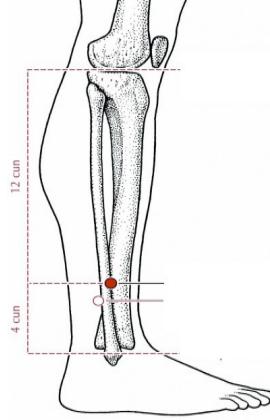
Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



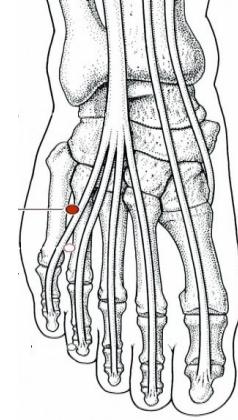
Đởm - Kinh - Thủy - Dương Phụ

Trên đỉnh mắt cá ngoài 4
thốn, ở bờ dưới xương
máy.



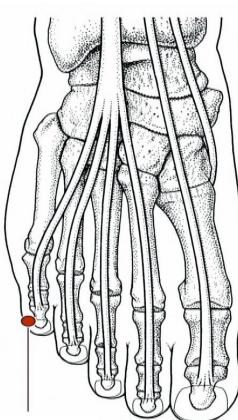
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khắp

Chỗ lõm phía trước khớp
xương bàn ngón chân thứ
4 - 5



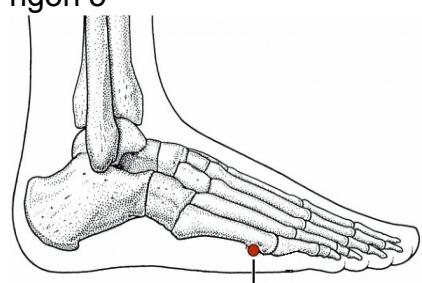
Bàng Quang - Tĩnh - Thủy - Chí Âm

Ở cạnh ngoài gốc móng ngón
út, cách gốc móng khoảng
hơn 0,1 thốn.

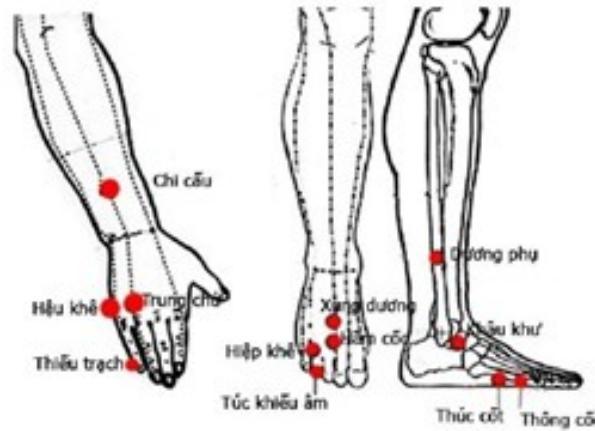
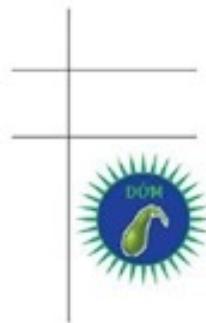


Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương
bàn chân nối với ngón 5

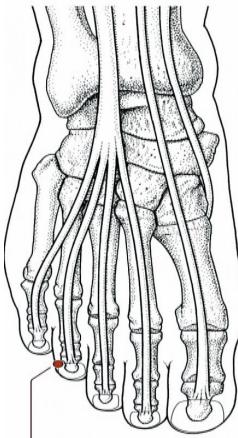


BỘ THỦ DƯƠNG CHÂM



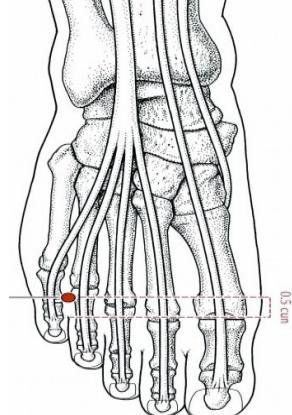
Đởm - Tĩnh - Mộc - Túc Khiếu Âm

Bên ngoài ngón chân thứ 4, cách góc móng chân chừng 0,1 thốn. Huyệt trên đường tiếp giáp da gan chân - mu chân



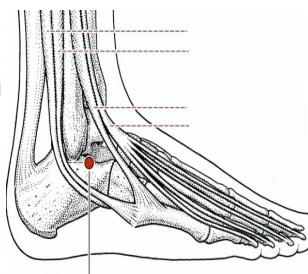
Đởm - Vinh - Hòa - Hiệp Khê

Khe giữa xương bàn chân ngón thứ 4 và 5, huyệt nằm ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân, phía trên mu chân.



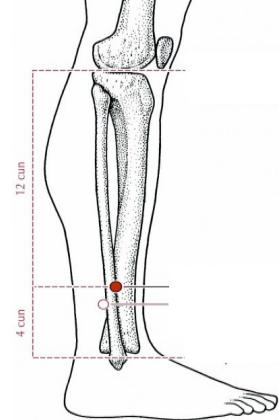
Đởm - Nguyên - Kim - Khâu Khư

Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài, nơi chỗ lõm của khe xương cạnh nhóm cơ duỗi dài các ngón, hoặc từ ngón chân thứ 4 kéo thẳng lên mắt cá gấp chỗ lõm hoặc lấy ở chỗ lõm giữa huyệt Thân Mạch và Giải Khê



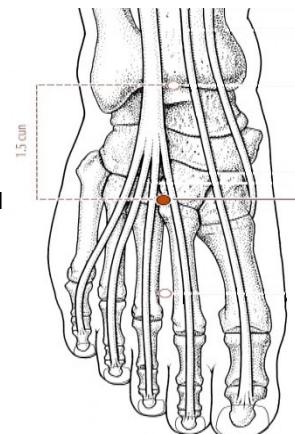
Đởm - Kinh - Thủy - Dương Phụ

Trên đỉnh mắt cá ngoài 4 thốn, ở bờ dưới xương mác.



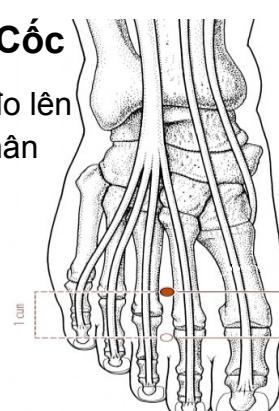
Vị - Nguyên - Thủ - Xung Dương

Dưới huyệt Giải Khê 1,5 thốn, nơi cao nhất của mu bàn chân chỗ có động mạch đập



Vị - Du - Thủy - Häm Cốc

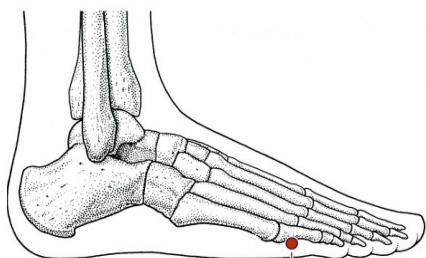
Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



BỘ THỦ DƯƠNG CHÂM

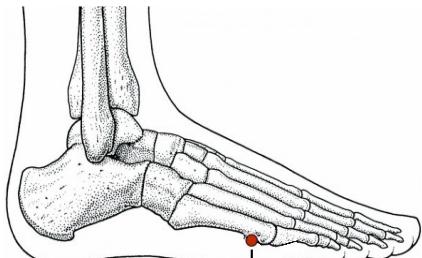
Bàng Quang - Vinh - Thủ - Thông Cốc

Chỗ lõm phía trước khớp bàn và ngón út



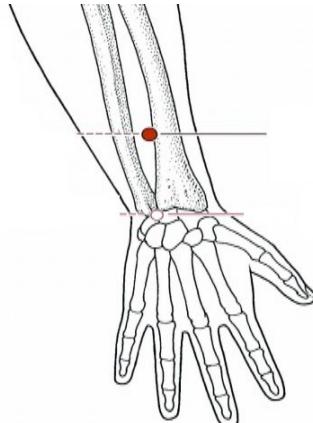
Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt

Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhô xương bàn chân nối với ngón 5



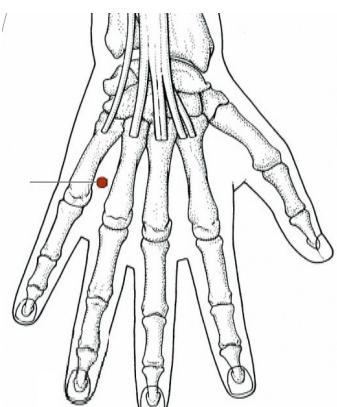
Tam Tiêu - Kinh - Thủ - Chi Cầu

Bàn tay úp, khuỷu tay hơi co, từ huyệt ngoại quan lên 1 thốn, khe giữa 2 xương



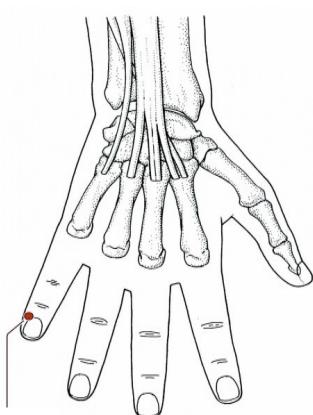
Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chũ

Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



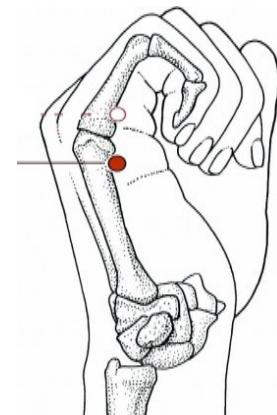
Tiểu Trường - Tĩnh - Thủ - Thiếu Trạch

Góc trong chân móng gón tay út, cách chân móng 0.1 thốn

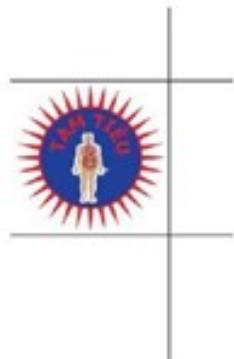


Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

Hơi nǎm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay

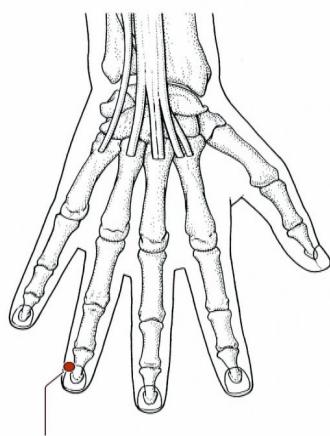


BỘ MỘC DƯƠNG CHÂM



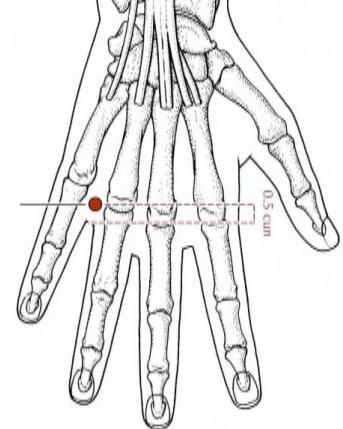
Tam Tiêu - Tĩnh - Hỏa - Quan Xung

Bàn tay ngửa lên, co ngón đeo nhẫn lại, lấy ở cạnh ngoài gốc móng (về phía ngón út) cách 0,1 thốn.



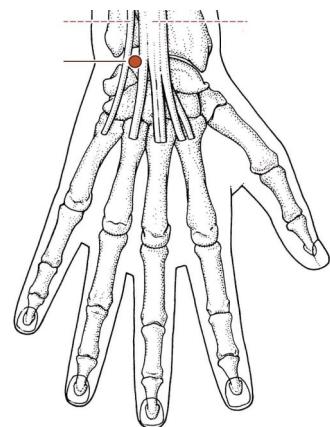
Tam Tiêu - Vinh - Thổ - Dịch Môn

Úp bàn tay, lấy ở cuối nếp gấp khe ngón đeo nhẫn và ngón út, bên ngoài khớp ngón và bàn tay.



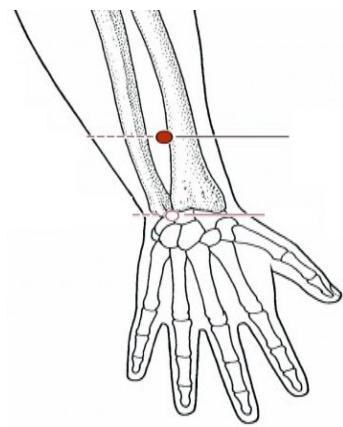
Tam Tiêu - Nguyên - Thủy - Dương Trì

Bàn tay úp, hơi gập cổ tay, lấy ở chỗ lõm cạnh ngoài gân lớn chính giữa cổ tay (Gân cơ duỗi chung) thẳng khe ngón 3 và ngón 4 lên



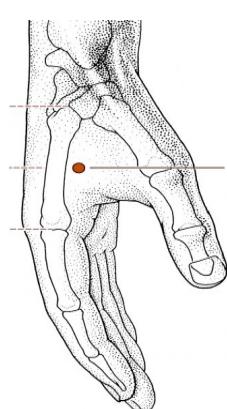
Tam Tiêu - Kinh - Thủ - Chi Cầu

Bàn tay úp, khuỷu tay hơi co, từ huyệt ngoại quan lên 1 thốn, khe giữa 2 xương



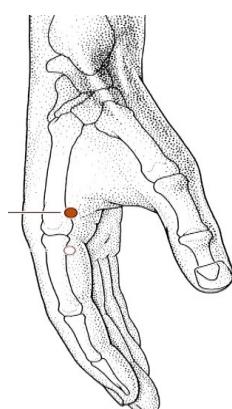
Đại Trường - Nguyên - Mộc - Hợp Cốc

Bờ ngoài xương bàn ngón 2, trung điểm đường nối 2 huyệt Tam Gian và Dương Khê



Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

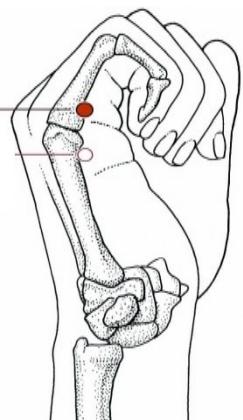
Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



BỘ MỘC DƯƠNG CHÂM

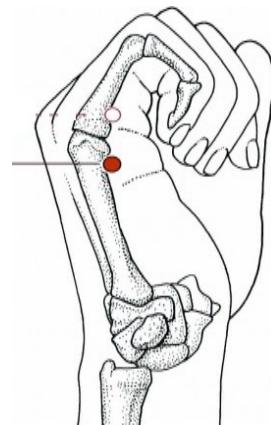
Tiểu Trường - Vinh - Mộc - Tiên Cốc

Chỗ lõm xương ngón tay thứ 5 về hướng xương trụ, nắm tay lại huyệt ở trước lằn chỉ tay ngón út và bàn nơi tiếp giáp da gan và mu tay



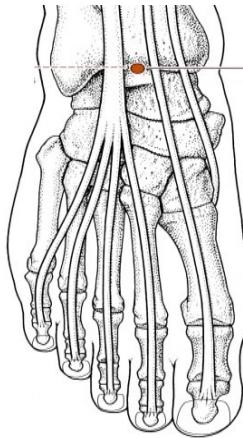
Tiểu Trường - Du - Hỏa - Hậu Khê

Hơi nắm tay lại (như trong tay cầm quả bóng), huyệt nằm ở đầu trong đường vân tim của bàn tay



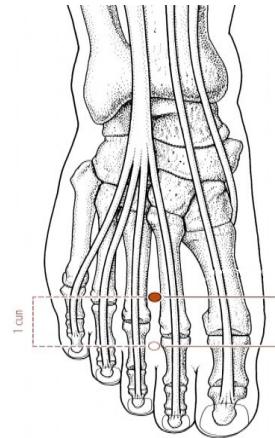
Vị - Kinh - Mộc - Giải Khê

Trên nếp gấp cổ chân giữa 2 gân cơ cẳng chân trước và gân cơ duỗi dài ngón cái



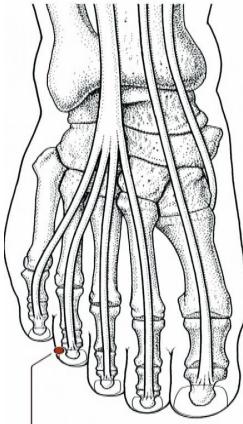
Vị - Du - Thủy - Hăm Cốc

Giữa kẽ ngón chân 2,3, đo lên 0,5 thốn về phía mu chân



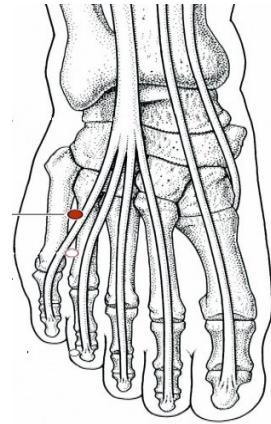
Đởm - Tĩnh - Mộc - Túc Khiếu Âm

Bên ngoài ngón chân thứ 4, cách góc móng chân chừng 0,1 thốn. Huyệt trên đường tiếp giáp da gan chân - mu chân

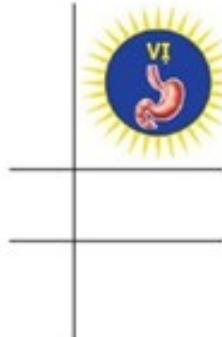


Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khấp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



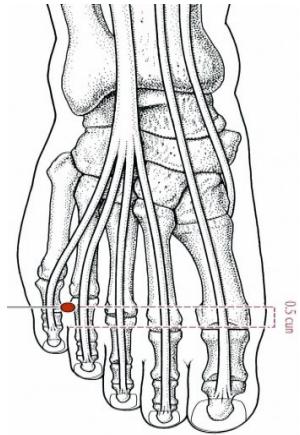
BỘ HỎA DƯƠNG CHÂM

				
Vị - Tĩnh - Thổ - Lê Đoài Ngoài ngón chân thứ 2, cách góc móng chân 0,1 thốn		Vị - Vinh - Kim - Nội Đình Giữa kẽ ngón chân 2-3		
Vị - Nguyên - Thủ - Xung Dương Dưới huyệt Giải Khê 1,5 thốn, nơi cao nhất của mu bàn chân chỗ có động mạch đập		Vị - Kinh - Mộc - Giải Khê Trên nếp gấp cổ chân giữa 2 gân cơ cẳng chân trước và gân cơ duỗi dài ngón cái		
Bàng Quang - Nguyên - Hỏa - Kinh Cốt Ở cạnh ngoài bàn chân, phía dưới đầu mấu xương to (đầu trong xương bàn nón út)		Bàng Quang - Du - Mộc - Thúc Cốt Ở chỗ lõm cạnh ngoài, sau đầu nhỏ xương bàn chân nối với ngón 5		

BỘ HỎA DƯƠNG CHÂM

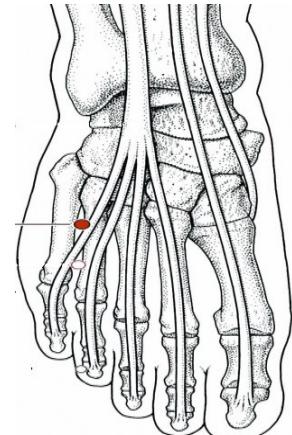
Đởm - Vinh - Hỏa - Hiệp Khê

Khe giữa xương bàn chân ngón thứ 4 và 5, huyệt nằm ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân, phía trên mu chân.



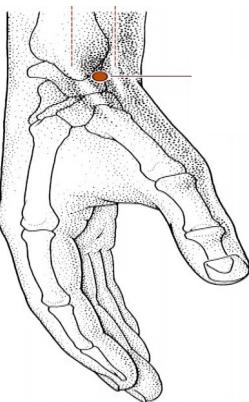
Đởm - Du - Thổ - Túc Lâm Khấp

Chỗ lõm phía trước khớp xương bàn ngón chân thứ 4 - 5



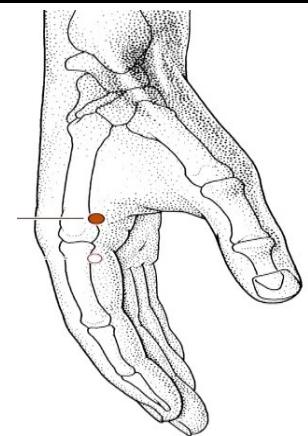
Đại Trường - Kinh - Hỏa - Dương Khê

Chỗ lõm bờ ngoài lằn sau cổ tay, khi cong ngón tay cái lên, huyệt nằm tại điểm lõm giữa cơ duỗi dài và ngắn ngón tay cái. Nằm tại hõm lào giải phẫu



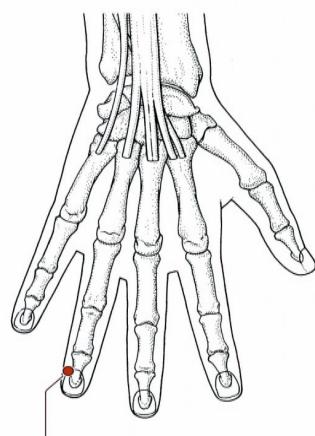
Đại Trường - Du - Thủ - Tam Gian

Ở chỗ lõm phía sau và ngoài xương bàn tay và ngón trỏ. Nắm tay để lấy huyệt



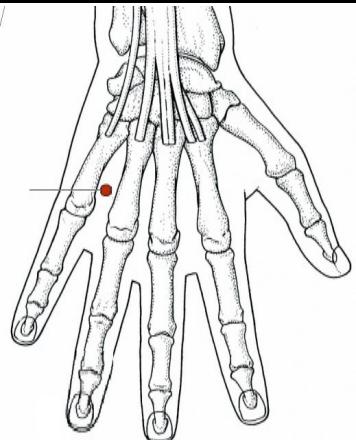
Tam Tiêu - Tĩnh - Hỏa - Quan Xung

Bàn tay ngửa lên, co ngón đeo nhẫn lại, lấy ở cạnh ngoài gốc móng (về phía ngón út) cách 0,1 thốn.



Tam Tiêu - Du - Kim - Trung Chữ

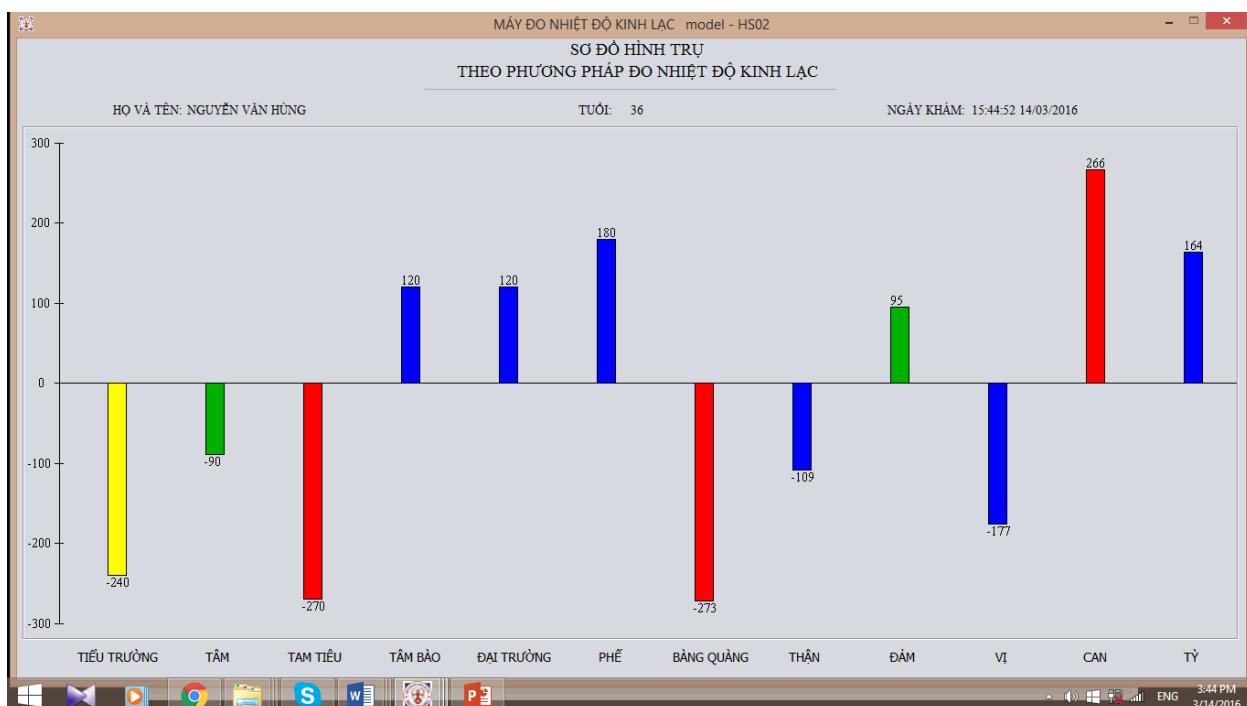
Úp bàn tay, lấy chỗ lõm sau khớp ngón và bàn trong khe xương bàn số 4 và 5



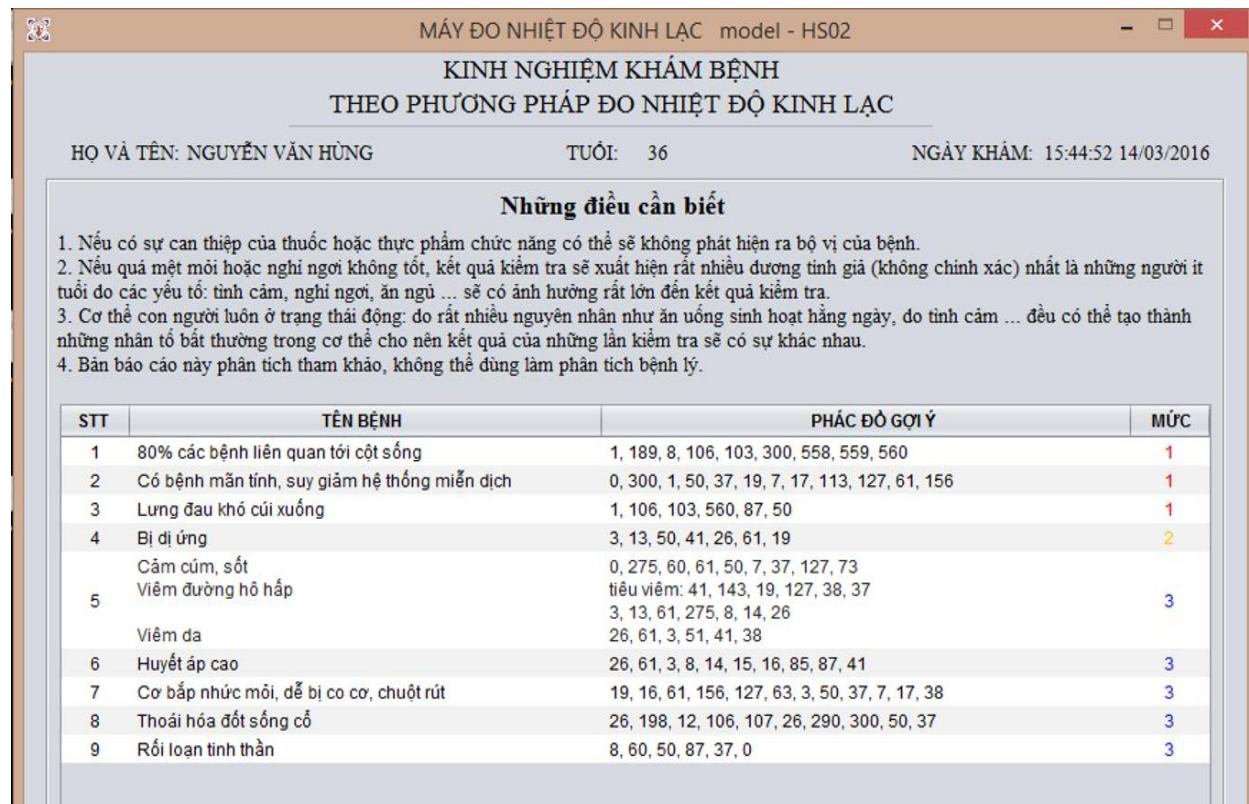
CHỨNG MINH TÁC DỤNG CỦA CHÂM CỨU LỤC KHÍ

Châm cứu lục khí đã đạt được nhiều hiệu quả trên lâm sàng. Và bằng các phương tiện đo đạc (máy kiểm tra sức khỏe kinh mạch và tạng phủ HS) chúng ta có thể thấy rõ ràng hơn giá trị của các bộ huyệt lục khí thông qua những trường hợp cụ thể sau:

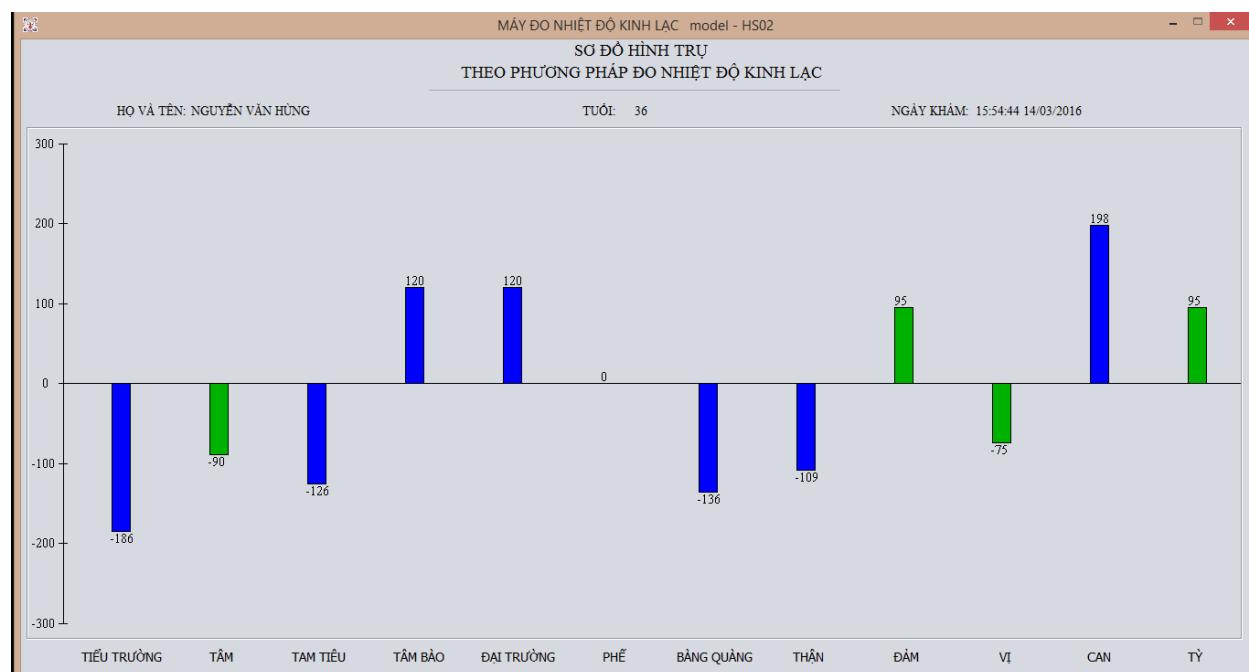
Trường hợp thứ nhất, anh N.V.H, 36 tuổi bị viêm mũi, khám bằng máy kiểm tra sức khỏe kinh mạch và tạng phủ HS được kết quả như hình bên dưới:

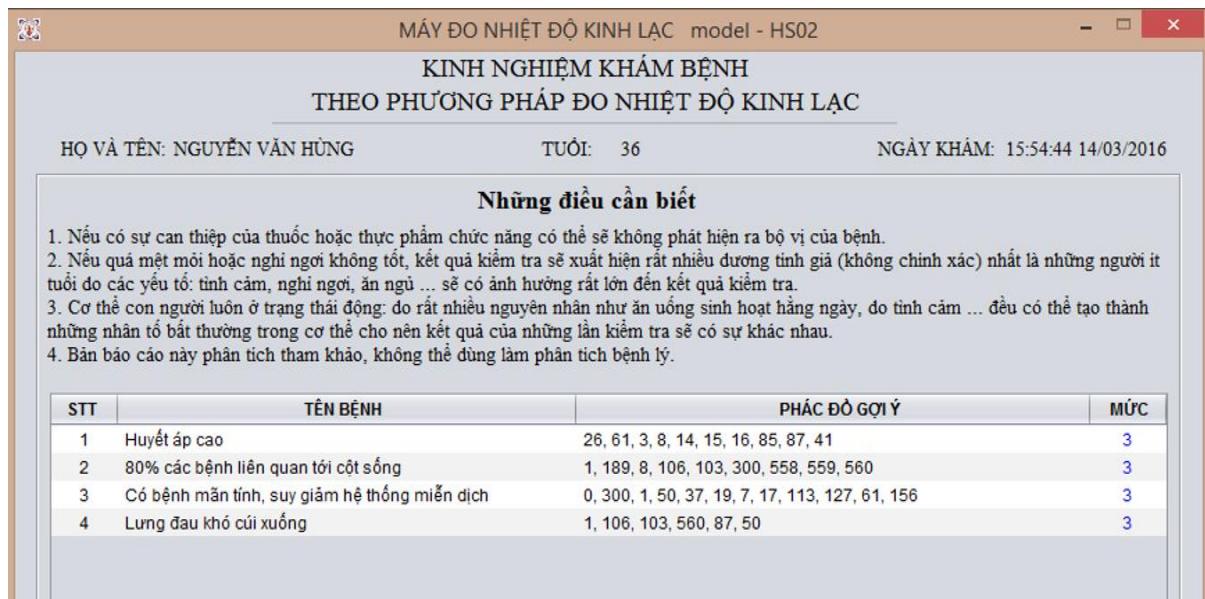


(**Chú thích**: những cột màu xanh lá cây và màu xanh dương là những kinh mạch, tạng phủ khỏe mạnh, cột màu vàng, màu đỏ là những kinh mạch, tạng phủ bị bệnh. Mức độ: xanh lá cây>xanh dương>vàng>đỏ)



Tôi dán cho bệnh nhân *bộ kim túc châm*, bệnh nhân thấy mũi thông thoáng hơn và 10 phút sau đo lại kinh lạc thấy kết quả rất khả quan:

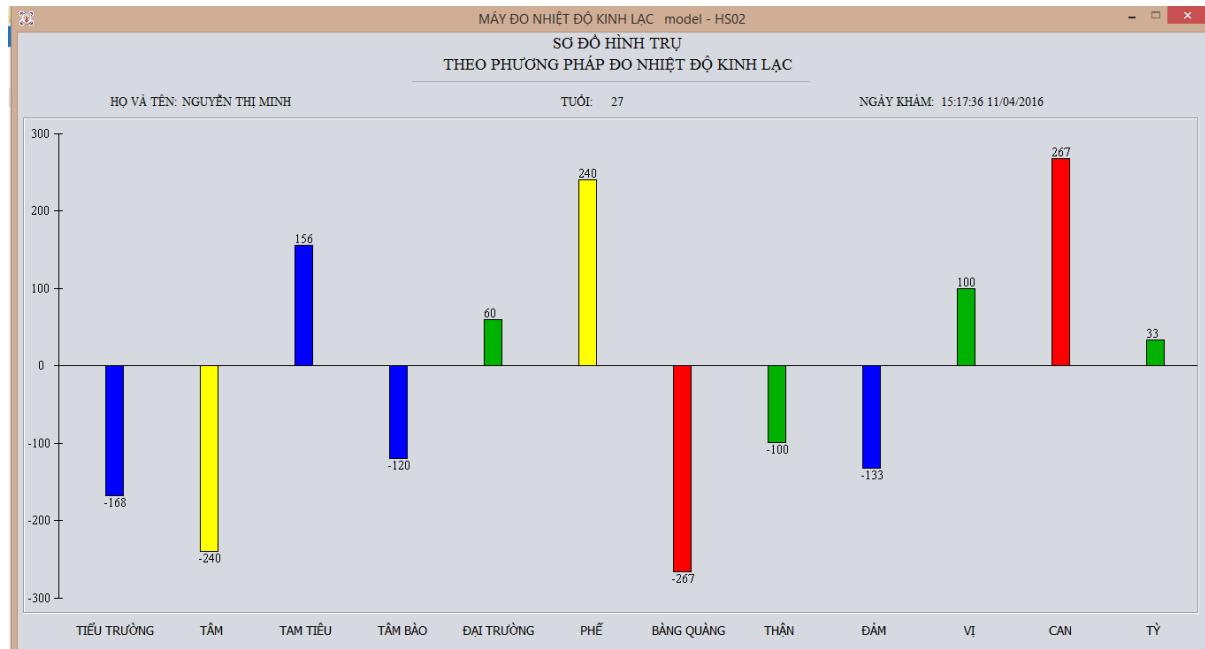


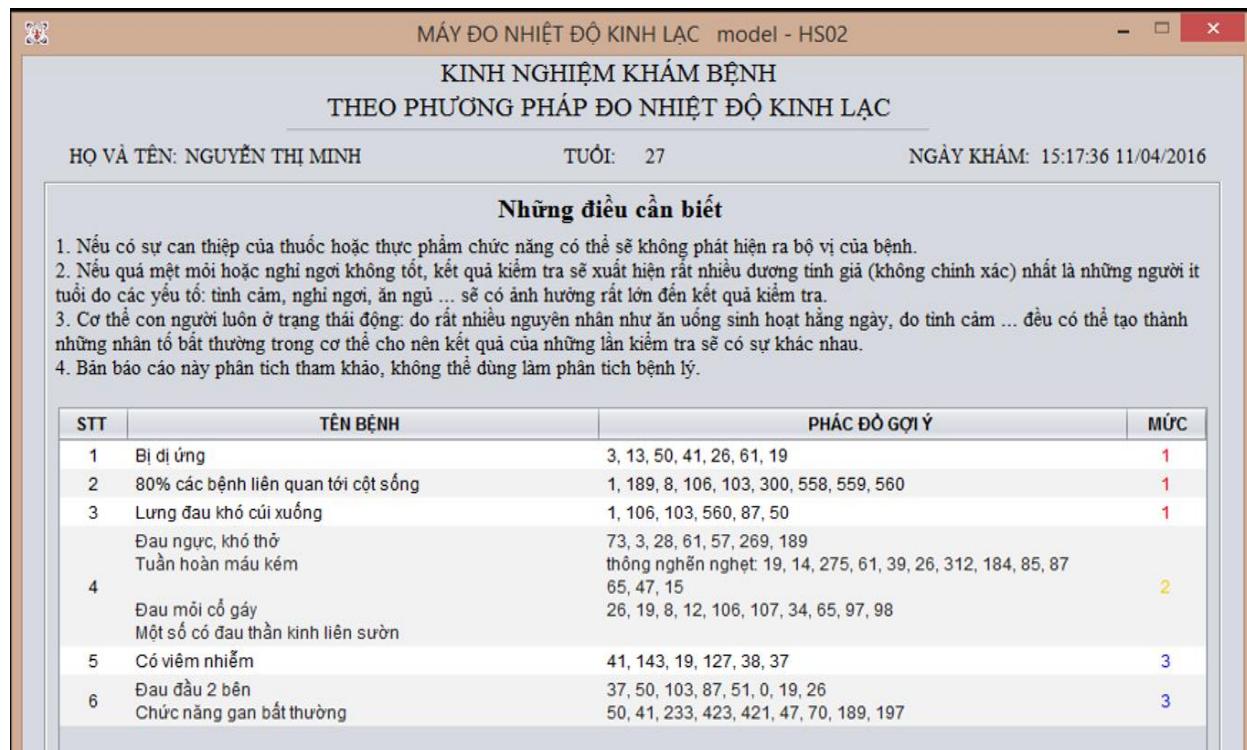


So sánh trước và sau khi dán huyệt chúng ta có thể thấy các kinh mạch bị bệnh (màu vàng, đỏ) đã trở nên mạnh khỏe hơn (màu xanh), khí huyết các tạng phủ cũng đã được quân bình. Số lượng bệnh máy thông báo cũng giảm (trước là 9, sau là 4).

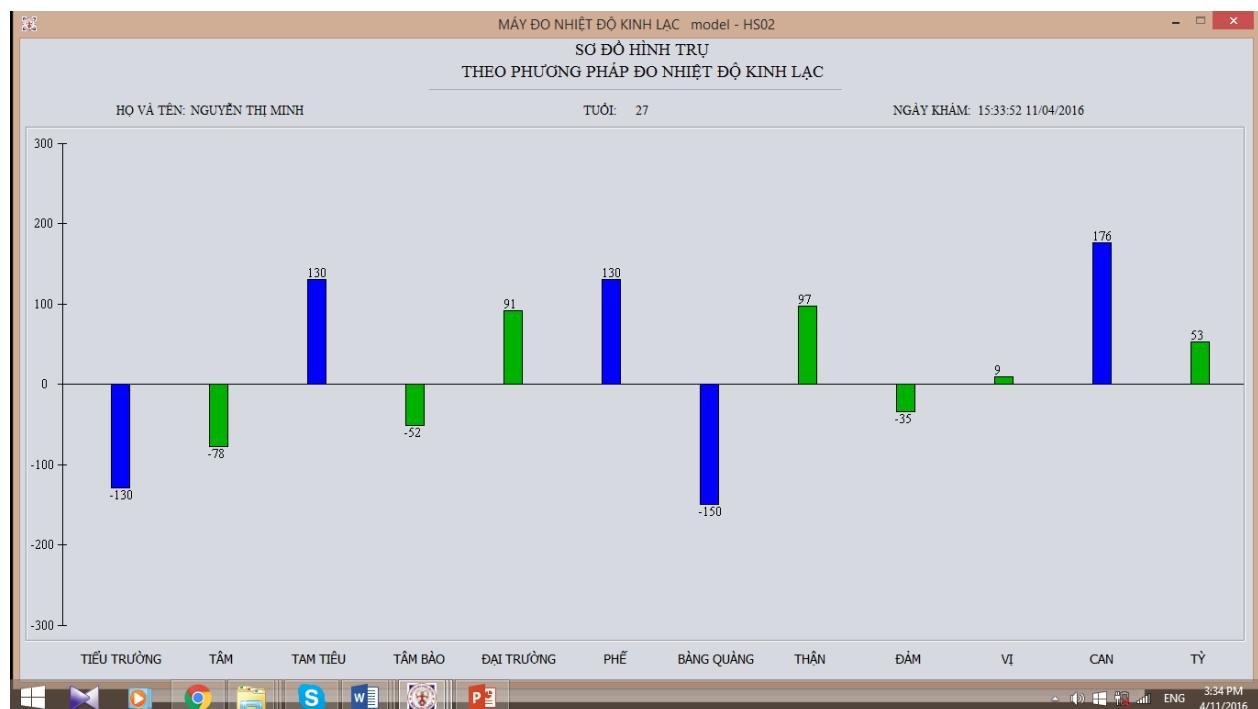
Trường hợp 2: Chị NTM, 27 tuổi, đau mỏi vai gáy và đau đầu

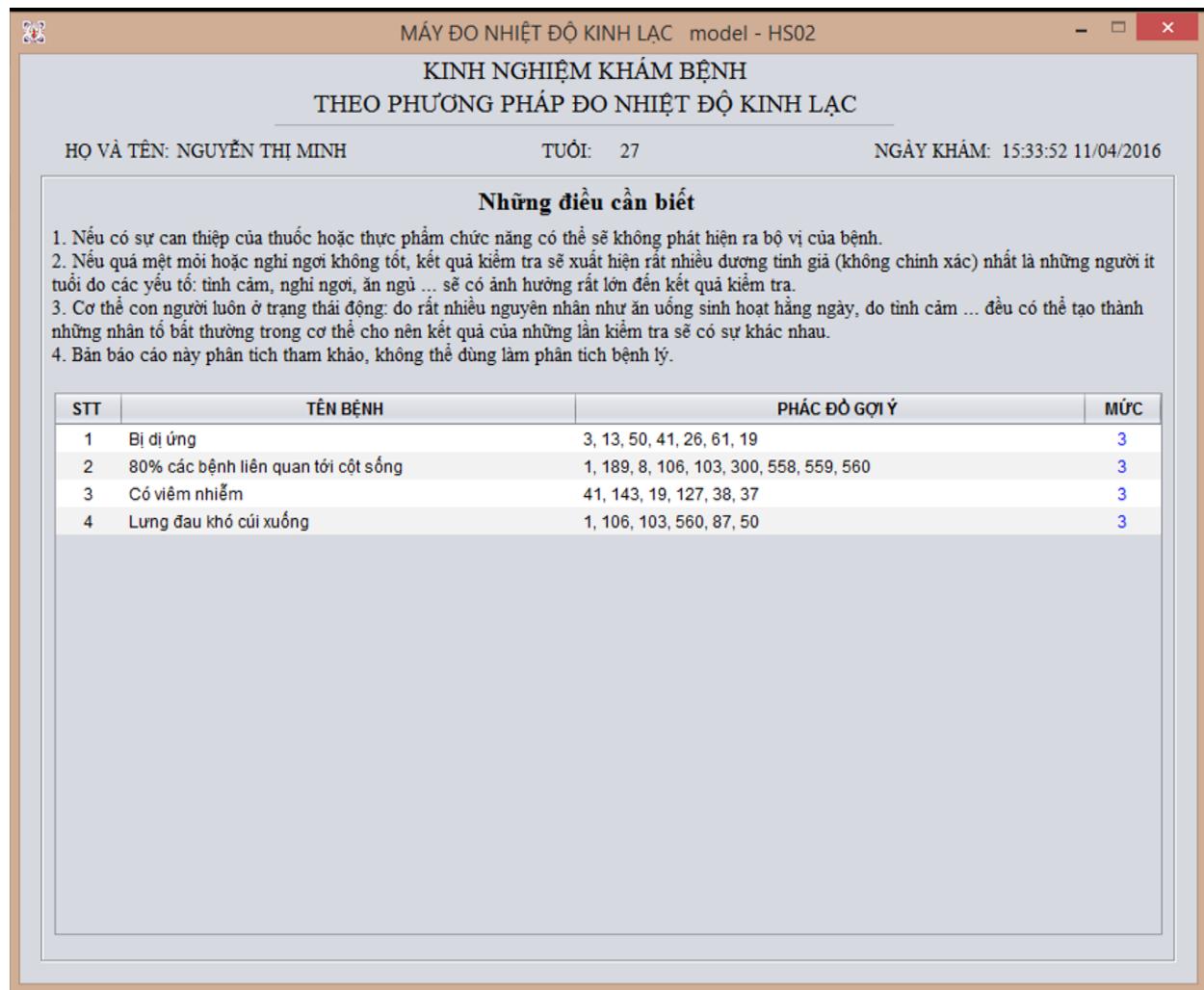
Trước dán huyệt:





Sau khi dán *bộ kim thủ châm* 10 phút, đo lại kết quả như sau:

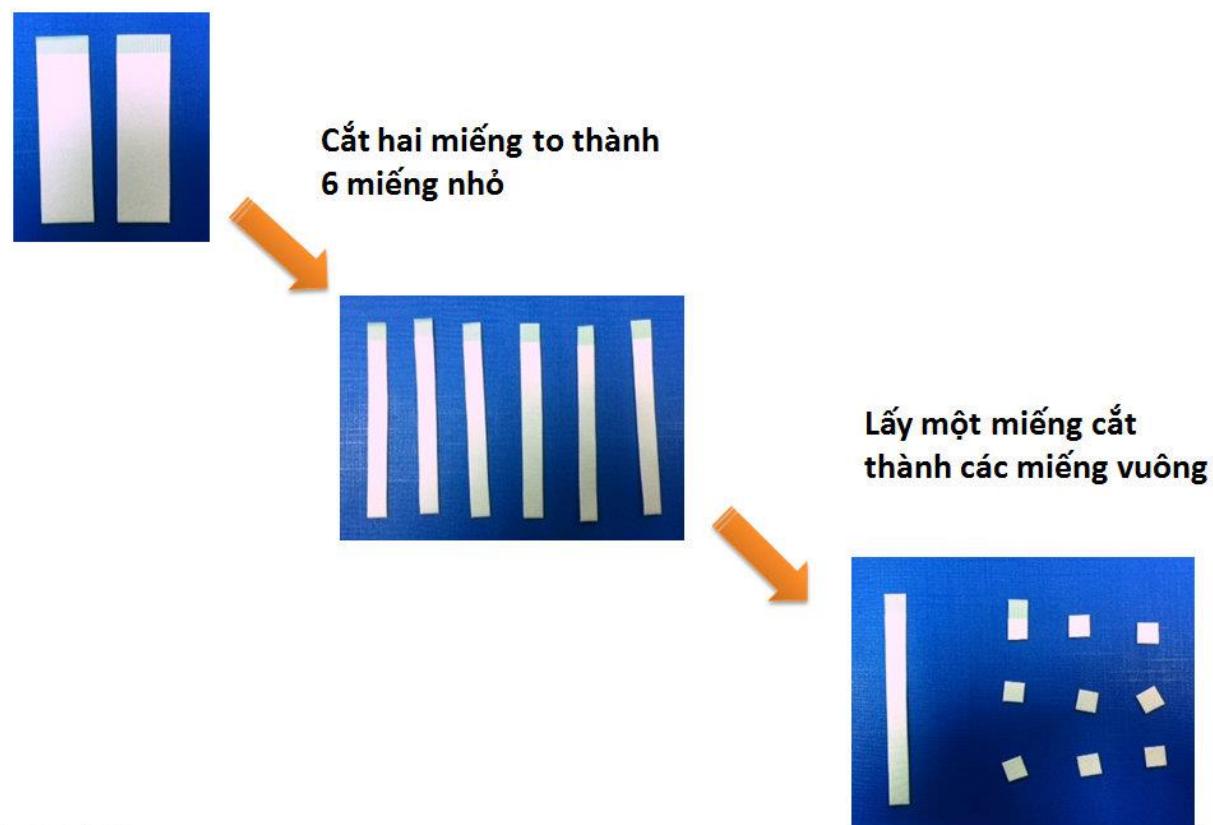




Đây là hai trong số rất nhiều trường hợp tôi đã khám bằng máy kiểm tra sức khỏe kinh mạch và tạng phủ HS và dùng châm cứu lục khí để chữa bệnh. Tất cả đều cho kết quả rất tốt. Qua đây chúng ta có thể hiểu rõ hơn về hiệu quả của Châm cứu lục khí và thêm phần tin tưởng vào phương pháp. Chúc các bạn có những kết quả tốt với Châm cứu lục khí.

HƯỚNG DẪN CÁCH CẮT SALONPAS

- **Bước 1:** Cắt dọc miếng salonpas làm đôi
- **Bước 2:** Cắt dọc mỗi miếng thành 3 miếng nhỏ
- **Bước 3:** Từ mỗi miếng nhỏ cắt thành các miếng hình vuông



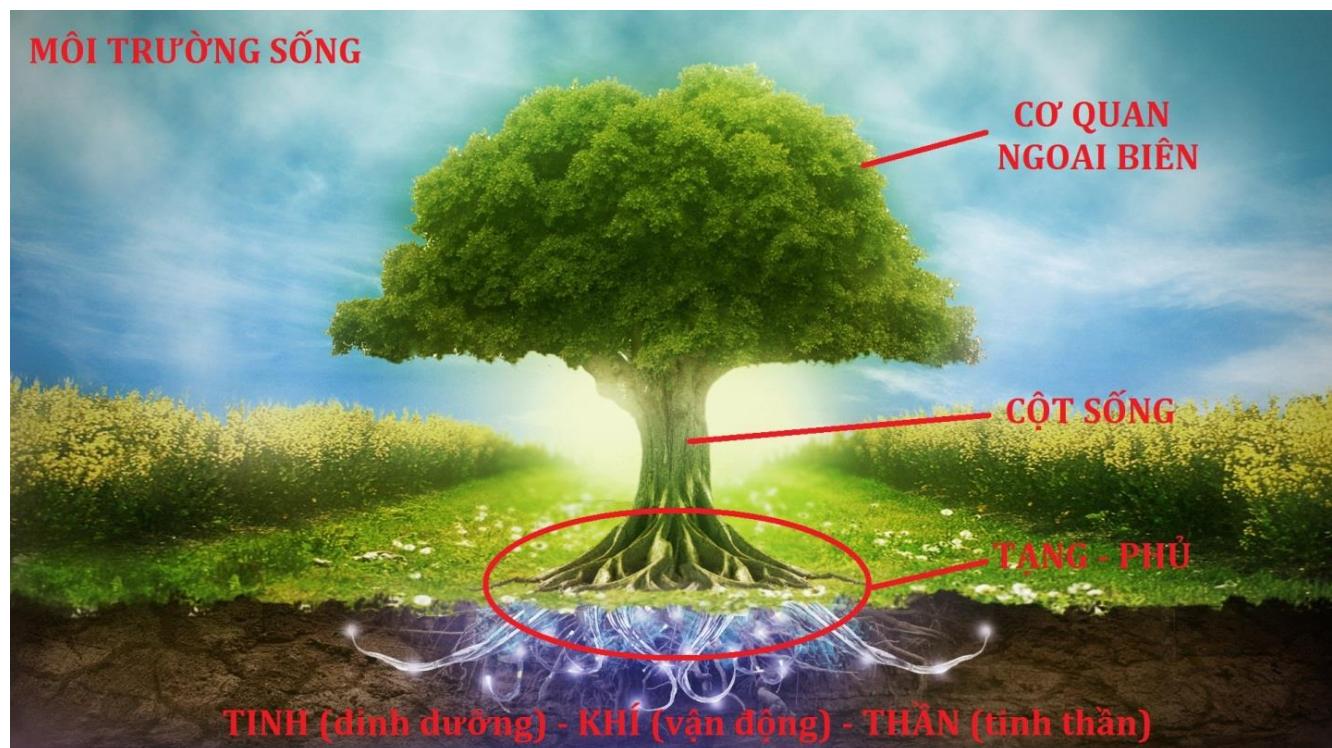
Y HỌC TỰ NHIÊN – TỔNG THỂ (NATURAL – HOLISTIC MEDICINE) VÀ VAI TRÒ CỦA CHÂM CỨU LỤC KHÍ

1. Y Học Tự Nhiên – Tổng Thể (Natural – Holistic Medicine)

a. Định nghĩa

Natural - Holistic Medicine là mô hình chăm sóc sức khỏe **tổng thể**, bao gồm các phương pháp **trị liệu tự nhiên** được sắp xếp, kết hợp với nhau một cách **toàn diện, thống nhất**, từ việc điều chỉnh **lối sống, chế độ ăn uống, tập luyện, tinh thần...** đến việc **trị liệu**, dựa trên cơ chế **tự chữa lành** của cơ thể.

b. Mô hình



Cơ thể chúng ta tương đồng với 1 chiếc cây, gồm:

- Phần ngọn là các cơ quan ngoại biên như: chân, tay, tai, mắt, miệng, tuyến giáp...

- Phần gốc rễ là các tạng phủ (theo góc nhìn của y học cổ truyền): tâm, can, tỳ, phế, thận... Ví dụ: theo y học cổ truyền thì Thận khai khiếu ra tai, hiểu đơn giản là thận là gốc rễ, nuôi dưỡng cho tai ở trên ngọn.

- Phần thân cây là cột sống của chúng ta. Đối với một chiếc cây thì phần gốc rễ là quan trọng nhất, sau đó đến phần thân cây. Thân cây có vai trò nâng đỡ tương ứng với cột sống của chúng ta. CỘT SỐNG là cái CỘT của SỰ SỐNG, vai trò của nó cực kỳ quan trọng với cơ thể chúng ta:

+ Theo góc nhìn tây y: cột sống là nơi bảo vệ tủy sống, từ tủy sống xuất phát ra nhiều dây thần kinh đi chi phối toàn bộ cơ thể.

+ Theo góc nhìn đông y: cột sống là vùng đi qua của mạch nhâm, mạch đốc, kinh bàng bang cùng rất nhiều đại huyệt của cơ thể (mệnh môn, khí hải...).

+ Theo góc nhìn về năng lượng: cột sống là nơi tập trung của các trung tâm năng lượng lớn của cơ thể (các luân xa).

Vậy nên, nếu cột sống không khỏe thì cơ thể sẽ sinh ra nhiều bệnh tật ở nhiều nơi, giống như một chiếc cây có thân bị bệnh thì toàn bộ chiếc cây đó cũng sẽ có vấn đề. Còn nếu cột sống thẳng thắn, mạnh khỏe thì cơ thể cũng sẽ vững chãi và mạnh khỏe

- Đất: là phần nuôi dưỡng cây. Nếu đất tươi tốt thì cây sẽ mạnh khỏe, nếu đất cằn cỗi thì cây sẽ bệnh tật. Đất tương ứng với TINH – KHÍ – THẦN, là 3 nguồn năng lượng chính mà vũ trụ nuôi dưỡng chúng ta. Vậy muốn khỏe mạnh thì 3 nguồn năng lượng này của chúng ta cần màu mỡ, lành sạch.

+ Tinh là chế độ dinh dưỡng (ăn uống).

+ Khí là vận động, trọng tâm là hơi thở, rèn luyện đan điền

+ Thần là tinh thần, cảm xúc, sâu hơn là tâm hồn, tâm thức, tâm linh

- Môi trường sống: là yếu tố ảnh hưởng lớn nhất đến sự sống và sức khỏe của cây. Nếu ban đầu cây có khỏe, đất có tốt mà ta để cây trong môi trường nhân tạo: thiếu ánh nắng mặt trời, thiếu không khí... thì cây cũng sẽ không tồn tại được lâu. Môi trường sống đối với cây chính là LỐI SỐNG đối với chúng ta. Nếu chúng ta qua lạm dụng lối sống công nghiệp, lối sống nhân tạo, rời xa tự nhiên thì cũng giống như cây phải sống trong

môi trường phi tự nhiên vậy, sẽ sớm sinh bệnh. Còn nếu chúng ta sống thuận tự nhiên, gần gũi tự nhiên thì chúng ta sẽ có được sức khỏe viên mãn.

* Hiểu hết về mô hình này chúng ta cũng phần nào hiểu được lời dạy của Lão Tử: “Người thuận theo Đất, Đất thuận theo Trời, Trời thuận theo Đạo, Đạo thuận theo Tự Nhiên”.

* Vậy, để cây được khỏe thì chúng ta cần chăm sóc toàn bộ các phần trong bức tranh như đã phân tích. Và khi cây khỏe thì cũng sẽ góp phần làm cho môi trường sống tốt lên, làm cho những chiếc cây xung quanh cũng mạnh khỏe theo, mở rộng ra chúng ta sẽ có cả một khu rừng mạnh khỏe.

c. Đặc điểm của các phương pháp trong mô hình Y Học Tự Nhiên – Tổng Thể

- Tính an toàn cao
- Chăm sóc sức khỏe tổng thể: THÂN – TÂM - TRÍ
- Kết hợp chặt chẽ phòng bệnh và trị bệnh
- Sử dụng năng lượng tự nhiên
- Dựa trên nền tảng của y học cổ truyền và y học hiện đại

d. Một số phương pháp trong mô hình

- Tác động lên phần ngọn: Diện chẩn, phản xạ bàn chân, các phương pháp phản xạ học khác...
- Phần thân (cột sống nói riêng và hệ vận động nói chung): tác động cột sống, trigger point, chiropractic, kinetic chain...
- Phần gốc rễ: châm cứu lục khí, thuốc y học cổ truyền...
- Phần đất:
 - + Dinh dưỡng: chế độ ăn khoa học – tự nhiên
 - + Vận động: khí công, yoga... (trọng tâm là rèn luyện hơi thở, đan điền)
 - + Thân: tâm lý học, thiền, đạo học đông phương, giáo dục, các liệu pháp về hình ảnh, âm thanh, công trình nghiên cứu về tinh thể nước của TS.Emoto...

- Môi trường sống (lối sống)

- + Nhận diện những thói quen xấu, lạm dụng lối sống công nghiệp, nhân tạo: điều hòa, các thiết bị điện tử, đồ công nghiệp, hóa chất (dầu gội, xà phòng...)
- + Kiến thức về lối sống giản dị, thuận tự nhiên.
- + Bảo vệ môi trường.

d. Phạm vi trị liệu

- Mô hình Natural – Holistic Medicine rất mạnh trong việc điều trị và hỗ trợ phục hồi các dòng bệnh mạn tính thuộc nhiều hệ cơ quan khác nhau:
 - + Cơ xương khớp: thoái hóa cột sống, thoát vị đĩa đệm, vẹo cột sống, viêm quanh khớp vai, thoái hóa khớp gối...
 - + Tiêu hóa: viêm loét dạ dày, viêm đại tràng, trĩ, rối loạn tiêu hóa...
 - + Hô hấp: viêm mũi, viêm xoang, viêm phế quản, ho, viêm họng...
 - + Tim mạch: tăng huyết áp, xơ vữa mạch máu, giãn tĩnh mạch...
 - + Nội tiết: tiểu đường, basedow...

- Hỗ trợ tốt cho các bệnh cấp tính.

(Mời các bạn đón đọc cuốn “Hướng dẫn chăm sóc và hỗ trợ phục hồi chấn thương sọ não, tai biến mạch máu não bằng các phương pháp tự nhiên” của tác giả Ngô Văn Hiệp).

2. Các khóa học, chương trình trong mô hình Y Học Tự Nhiên – Tổng Thể mà chúng tôi xây dựng để chia sẻ tới cộng đồng.

a. Các khóa học:

- Châm cứu lục khí: cơ bản + nâng cao
- Y học cổ truyền cơ bản và y học hiện đại cơ bản
- Phản xạ liệu pháp: cơ bản + nâng cao
- Các phương pháp trị liệu bệnh hệ thống vận động (tác động cột sống, trigger point, chiropractic, kinetic chain...): cơ bản + nâng cao

b. Các chương trình hội thảo

- Chia sẻ về dinh dưỡng – vận động – tinh thần
- Lối sống giản dị, thuận tự nhiên

.....

3. Vai Trò Của Châm Cứu Lục Khí

- Châm Cứu Lục Khí tác động tốt đến phần rễ cây trong mô hình.
- Hỗ trợ tác động đến phần ngọn cây và phần đất.

"Người đến với bộ môn châm cứu lục khí không phải chỉ là để học thêm một phương pháp chữa bệnh hay, khoa học, đơn giản, hiệu quả cao mà kể từ khi họ được tiếp xúc với tinh thần Lục Khí thì không những Y thuật của họ có sự biến chuyển, nâng cao mà ngay cả Y đạo của họ cũng có những biến đổi, sâu sắc tương ứng. Tinh thần Lục Khí lấy chữ Hòa làm gốc, chữ Lê làm nền. Có được chữ Hòa trong Y thuật và Y đạo thì người thầy chữa mới có thể tĩnh tâm mà xem mạch cho người bệnh, sâu lắng để truy tìm cho ra cái gốc bệnh nằm ở chỗ nào, sáng suốt chọn bộ huyết để điều chỉnh sáu thứ khí trong cơ thể người bệnh được cân bằng, hòa đồng với nhau. Có chữ Lê trong Y thuật và Y đạo thì người thầy chữa mới biết người mà mình cần tôn kính là ai."



- Tác giả mô hình Y Học Tự Nhiên - Tổng Thể
- Tốt nghiệp bác sĩ đa khoa đại học Y Hà Nội
- Quản lý tại trung tâm chăm sóc sức khỏe Tự Nhiên Cánh Sen Hồng

BS. Ngô Văn Hiệp