

เรียนรู้อแพทย์แผนจีน

พจ.โสรัจ พิโรธสมาบัติ

คณะการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

สรรมาติชีวิตของมนุษย์ ก็เหมือนดอกไม้ ที่มีช่วงบานสะพรั่ง และร่วงโรย ตามคัมภีร์โบราณของการแพทย์แผนจีน “หวางตี้เนยจิง” ได้บันทึกกฎเกณฑ์ธรรมชาติของเพศหญิงและเพศชายไว้อย่างละเอียด โดยมีการแบ่งช่วงอายุไว้ดังนี้

เพศหญิงจะใช้ เจ็ด เป็นตัวแบ่งช่วงอายุ เมื่อผู้หญิงอายุ 7 ปี พลังลมปราณ(ชี่)ของไตแกร่ง ฟันแท้เริ่มขึ้น เส้นผมขึ้น อายุ 14 ปี พลังลมปราณแห่งการเจริญพันธุ์สมบูรณ์ เส้นลมปราณเย็บเปิด เส้นลมปราณขงแข็งแรง ทำให้มีประจำเดือน มีบุตรได้ อายุ 21 ปี ชีของไตคงที่ ฟันคุดขึ้น อายุ 28 ปี กระดูกและเส้นเอ็นแข็งแรง เส้นผมขึ้นเต็มที่ ร่างกายแข็งแรงที่สุด อายุ 35 ปี เส้นลมปราณหยางหมิงเริ่มเสื่อมถอย ใบหน้าเริ่มมีริ้วรอย เส้นผมเริ่มหลุดร่วง อายุ 42 ปี เส้นลมปราณหยางทั้งสามที่ไหลเวียนผ่านใบหน้าเสื่อม มีริ้วรอยเต็มใบหน้า เส้นผมเริ่มขาว อายุ 49 ปี เส้นลมปราณเย็บพร้อม เส้นลมปราณขงอ่อนแอ พลังลมปราณแห่งการเจริญพันธุ์สูญสิ้น หมดประจำเดือน ไม่สามารถมีบุตรได้

เพศชายจะใช้แปด เป็นตัวแบ่งช่วงอายุ เมื่อผู้ชายอายุ 8 ปี ชีของไตแกร่ง เส้นผมและฟันแท้ขึ้น อายุ 16 ปี ชีของไตเต็มเปี่ยม พลังลมปราณแห่งการเจริญพันธุ์สมบูรณ์ สามารถผลิตน้ำเชื้อ มีบุตรได้ อายุ 24 ปี ชีของไตคงที่ กระดูกและเส้นเอ็นแข็งแรง ฟันคุดขึ้น ร่างกายเติบโตเต็มที่ อายุ 32 ปี กระดูกเส้นเอ็น และกล้ามเนื้อแน่นแข็งแรงสมบูรณ์ที่สุด อายุ 40 ปี ชีของไตเริ่มอ่อนแอ เส้นผมและฟันเริ่ม

กับ ม.หัวเฉียวฯ

หญิงเจ็ดชายแปด กฎเกณฑ์ชีวิตของแพทย์แผนจีน



หลุดร่วง อายุ 48 ปี พลังหยางอ่อนแอ ใบหน้าเริ่มมีริ้วรอย เส้นผมและขนาดเตตราเริ่มขาว อายุ 56 ปี ชีของตับพร้อม เส้นเอ็นเริ่มไม่แข็งแรง พลังลมปราณแห่งการเจริญพันธุ์สูญสิ้น น้ำเชื้อเหลือน้อย ชีของไตพร้อมสภาพร่างกายเริ่มร่วงโรย อายุ 64 ปี เส้นผมและฟันหลุดร่วง ไม่มีบุตร

จากกฎเกณฑ์ชีวิตข้างต้น สังเกตได้ว่า ผู้หญิงเมื่อมีอายุ 14 ปี แม้จะมีบุตรได้ แต่ร่างกายก็ยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่ ตามธรรมชาติเงินโบราณ มีการปลูกฝังให้ตั้ง

มติชน

Matchon
Circulation: 830,000
Ad Rate: 1,550

Section: Hospital Healthcare/-

วันที่: จันทร์ 30 พฤษภาคม 2554

ปีที่: 5

ฉบับที่: 44

หน้า: 24(บน)

Col.Inch: 63.36

Ad Value: 98,208

PRValue (x3): 294,624

คลิป: สีสี่

คอลัมน์: เรียนรู้แพทย์แผนจีน>กับ ม.หัวเฉียวฯ: หญิงเจ็ดชายแปดกฎเกณฑ์ชีวิตของแพทย์แผนจีน

ครรภ์อย่างมีคุณภาพ จึงแนะนำให้ผู้หญิงแต่งงานเมื่อมีอายุครบ 20 ปี เพราะช่วงอายุ 21- 28 ปี ชีวของโตเต็มที่ ร่างกายแข็งแรงที่สุด เป็นช่วงเวลาแต่งงานมีบุตรที่เหมาะสมที่สุด บุตรที่คลอดในช่วงนี้ จะมีความเฉลียวฉลาด แต่หากแต่งงานมีบุตรเร็วเกินไป จะกระทบต่อระบบเลือด เป็นผลเสียต่อสุขภาพของผู้หญิง และการพัฒนาทางสมองของบุตร ช่วงอายุก่อน 20 ปี ผู้หญิงจีนจึงเป็นช่วงเรียนรู้การทำงานบ้าน งานเย็บปักถักร้อยต่างๆ

สำหรับผู้ชาย ชาวจีนแนะนำให้แต่งงานหลังอายุ 30 ปี เพราะช่วงอายุ 32-40 ปี ผู้ชายมีร่างกายที่แข็งแรงและสมบูรณ์ที่สุด การพัฒนาด้านอารมณ์และจิตใจ มีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น เมื่อแต่งงานมีบุตร บุตรจะได้รับการพัฒนาด้านสภาพจิตใจ ในด้านความมุ่งมั่น ฝ่าฟัน มีจิตใจที่เด็ดเดี่ยวแน่วแน่ ส่วนในช่วงเด็กและวัยรุ่นชาย ควรจะศึกษาเล่าเรียน ถ้าหมกมุ่นกับเรื่องเพศสัมพันธ์ จะทำให้สูญเสียพลังไต เสื่อมสุขภาพ ทำให้ความจำและสมาธิในการเรียนถดถอย

จากกฎเกณฑ์ชีวิตที่กล่าวมา ยังบอกให้เราเห็นว่า ผู้หญิงหลังอายุ 28 ปี สภาพร่างกายเริ่มถดถอย โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่อายุ 35 ปี ริ้วรอยเริ่มปรากฏให้เห็น ดังนั้น หากผู้หญิงคนใดยังไม่ใส่ใจกับสุขภาพตัวเอง เมื่ออายุย่างเข้าสู่ 28 ปี ก็ควรเริ่มดูแลและบำรุงสุขภาพได้แล้ว สำหรับผู้ชายก็เช่นเดียวกัน เมื่ออายุเข้า 40 ปี ก็ควรใส่ใจดูแลสุขภาพให้มากขึ้น ซึ่งการดูแลสุขภาพทางการแพทย์แผนจีนจะเน้นบำรุงเลือดให้กับผู้หญิง และบำรุงไตเสริมพลังหยางให้กับผู้ชาย

ชีวิตมักวุ่นวายไปตามกฎแห่งธรรมชาติ หากแต่เราสามารถชะลอไว้ได้ ถ้าเราได้ดูแลสุขภาพกันตั้งแต่วันนี้ ส่วนวิธีการดูแลและบำรุงสุขภาพ ดิฉันจะแนะนำให้ท่านอ่านกันในฉบับหน้าค่ะ