



“หยางจี” นั้นสำคัญไฉน

แพทย์จีนชั้นยศชก เอื้อธรรมมิตร 杨桂莲

เชื่อว่าหลายๆคนที่เคยรับการรักษาด้วยการแพทย์แผนจีนหรือหมอมะมาแล้ว คงรู้จักกับคำว่า “หยางจี” เป็นอย่างดี บางท่านคงได้ยินคำว่า “หยางจีพร่อง” หรือ “หยางจีไม่พอ” กันอยู่บ่อยๆ แต่รู้กันไหมคะว่า “หยางจี” ที่คุณหมอทางการแพทย์แผนจีนกล่าวถึงที่ว่านั่นคืออะไรและมีความสำคัญกับร่างกายเราอย่างไร

“หยางจี” นั้นเป็นสิ่งที่แพทย์แผนจีนในสมัยก่อนอุปมาขึ้นมา ไม่มีตัวตน สัมผัสไม่ได้ ไม่เคยมีใครเห็นว่า “หยางจี” นั้นมีหน้าตาเป็นอย่างไร เพียงแต่กำหนดขึ้นมาว่า “หยางจี” นั้นเป็นตัวแทนของไฟ ความร้อน พลังงาน ในคัมภีร์โบราณ ฮวงตี้เนยจึงได้กล่าวไว้ว่า “ถ้าคนเราไม่มีหยางจีแล้วนั้นชีวิตก็จะอยู่ไม่ได้” แล้ว “หยางจี” ที่ว่านั่นเกี่ยวข้องกับร่างกายของเราอย่างไร และทำไมแพทย์แผนจีนจึงให้ความสำคัญกับ “หยางจี” “หยางจี” ทำหน้าที่สำคัญด้วยกัน 3 ลักษณะ ดังนี้

ลักษณะแรกคือ “หยางจี” ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายของเรา เปรียบเสมือนกับพระอาทิตย์ ที่เมื่อพระอาทิตย์ขึ้นมาให้ความอบอุ่นกับสรรพชีวิตต่างๆบนโลก พระอาทิตย์ที่ทำหน้าที่ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย จึงสังเกตได้ว่าทำไมคนบางคน หนาวหุมิเดียวกัน ทำไมบางคนรู้สึกหนาว ต้องใส่เสื้อผ้ามากกว่าคนอื่น นั่นเพราะร่างกายขาด “หยางจี” ในการให้ความอบอุ่น(หรือที่ได้ยินกันบ่อยๆว่า หยางจีพร่อง) ในทางกลับกันบางคนเมื่ออยู่ในที่ที่อากาศหนาวกลับรู้สึกว่าอากาศกำลังสบาย ทั้งที่คนอื่นใส่เสื้อผ้ามากขึ้นกัน หรืออากาศร้อนรู้สึกว่าร้อนมากกว่าคนอื่น อย่างนี้ถือว่า “หยางจี” ในร่างกายมากเกินไป หน้าทีของ “หยางจี”

ลักษณะที่สองคือทำหน้าที่ในการขับเคลื่อนและเปลี่ยนแปลง “หยางจี” เป็นพลังในการขับเคลื่อนสรรพสิ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เช่นในธรรมชาติพลังงานแสงอาทิตย์ให้ความร้อนกับพื้นดิน ทำให้น้ำระเหยกลายเป็นไอล้วนตกลงมาเป็นฝน เมื่อเปรียบเทียบกับร่างกายของเรา “หยางจี” ทำหน้าที่ในการช่วยให้เกิดการย่อยอาหารแล้วผลักดันอาหารที่ถูกย่อยแล้วรวมเข้ากับก๊าซออกซิเจนที่ร่างกายหายใจเข้าไปส่งไปเลี้ยงดูร่างกายในส่วนต่างๆและขับของเสียต่างๆออกมา

หน้าที่ลักษณะที่สามของ “หยางซี่” นั้นคือเปรียบเสมือนภูมิคุ้มกันของร่างกาย ในการปกป้องเชื้อโรคต่างๆหรือสภาวะอากาศต่างที่เปลี่ยนแปลงหรือทางแพทย์แผนจีนเรียกว่า เสี่ยงซี่

เห็นไหมคะว่า “หยางซี่” นั้นมีความสำคัญกับร่างกายเราอย่างมากทีเดียว “หยางซี่” นั้นถึงแม้จะเป็นเพียงสิ่งสมมติขึ้นมา แต่หน้าที่ในการดูแล ปกป้องร่างกายเรานั้นสำคัญไม่น้อยเลย แล้วอย่างนี้เราควรจะทำอย่างไรที่จะทำให้เรานั้นมี “หยางซี่” ที่เพียงพอ ไว้ครั้งหน้ามาติดตามกันค่ะ มีเคล็ดลับดีดีที่เราจะทำอย่างไรที่จะได้พลัง “หยางซี่” นี้มา

หมายเหตุ: เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของหัวเฉียว แพทย์จีน

ใช้เผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานความรู้แก่ประชาชน

ห้ามมิให้คัดลอกในเชิงพาณิชย์โดยไม่ได้รับอนุญาตทุกกรณี

注意: 这份文件的版权和知识产权属于华侨中医院，仅对外宣传和传播科普知识所用。禁止擅自用于任何形式的商业谋利。

Attention: The copyright and intellectual assets are belonged to the Hua Chiew (TCM) Hospital for public knowledge only. It is prohibit to copy for commercial purposes in all cases without permission.