

# Thơ về Ngũ Du Huyết - Lục Phủ Lục Tạng

## TỠ THỔ

Ân Bạch, tỳ mộc ở đầu  
Huyết nằm ở cạnh gần đầu ngón chân  
Đại Đò, tỳ hoả phân vân  
Huyết nằm lui lại một phần lên trên  
Thái Bạch, tỳ thổ nằm bên  
Thương Khâu, là huyết tỳ kim xa dần  
Huyết nằm phía trước cổ chân  
Âm Lăng Tuyên, tỳ thủy có phần cách xa  
Huyết nằm dưới gò của ta  
Tỳ Thổ, ngũ huyết đúng là chẳng sai.

## VỊ THỔ

Lệ Đoài vị kim của ai  
Huyết nằm cạnh sát phía ngoài ngón chân  
Nội Đình vị thủy ở phần  
Kê chân của bạn ở gần nơi nao  
Hâm Cốc vị mộc chỗ nào  
Huyết nằm trên chỗ mu cao chân mình  
Túc Tam lý vị thổ mình  
Cổ chân bên phải thực tình đúng nơi  
Giải Khê vị hoả đứng chơi  
Cổ chân phía trước đúng nơi huyết mình  
Ngũ huyết vị thổ trường trình  
Xin bạn hiểu rõ tận tình chẳng sai

## PHẾ KIM

Thiếu thương phế mộc vắng lai  
Cạnh đầu ngón cái thật tài khơi đi  
Ngư Tế phế hoả một khi  
Năm trong ngón cái gần thì cổ tay  
Thái Uyên phế thổ rất hay  
Huyết nằm ở tại cổ tay chỗ lằn  
Kinh Cừ phế kim lẩn lẩn  
Tiền lên 3 thốn tôi nằm đây chơi  
Xích Trạch phế thủy tách rời  
Năm tại tay khuỷu đúng rồi phía trong  
Đó là ngũ huyết thông dong  
Của phế kim huyết ta mong thuộc đường

## ĐẠI TRƯỜNG KIM

Đại trường kim khí Thương Dương  
Năm đầu ngón trở tình thương dạt dào  
Nhị Gian đại trường thủy nào  
Huyết nằm ở cạnh đốt nào lóng 3  
Tam Gian đại trường mộc là  
Cạnh huyết Hợp Cốc thật là chẳng sai  
Gian Khê đại trường hoả ơi  
ở cạnh tay cổ đúng nơi đây mà  
Khúc Trì đại trường thổ ta  
ở tại tay khuỷu nằm ra phía ngoài  
Đó là ngũ huyết chẳng hoài  
Đại trường kim huyết chẳng sai chút nào

## TÂM HỎA

Thiếu Xung tâm mộc đứng bên  
Cạnh đầu móng út tiến lên dần dần  
Thiếu Phủ tâm hoả phân trần  
Rằng tôi đứng ở cạnh gần Lao Cung  
Thần Môn tâm thổ ung dung  
Tôi nằm ở chỗ cạnh vùng cổ tay  
Linh Đạo tâm kim rất hay  
Năm trên một chút cổ tay đó mà  
Thiếu Hải tâm thủy đứng là  
Tại nơi tay gấp nằm đà phía trong  
Ngũ huyết ta nhớ trong lòng  
Của tâm hoả khí ta mong thuộc bài

## TIỂU TRƯỜNG HỎA

Thiếu Trạch tiểu trường kim ơi  
Cạnh đầu móng út nằm chơi phía ngoài  
Tiền Cốc tiểu trường thủy lai  
Lóng 3 ngón út chẳng sai phía ngoài  
Hậu Khê tiểu trường mộc lai  
ở cạnh Tiền Cốc xin ngài đứng im  
Dương Cốc tiểu trường hoả, tìm  
Tại khớp tay cổ nằm im đúng rồi  
Tiểu Hải tiểu trường thổ ơi  
Bạn nằm ở chỗ đúng rồi khuỷu tay  
Ngũ huyết tiểu trường hoả này  
Ta phải học thuộc đợi ngày khả thi

## TAM TIÊU HỎA

Quan Xung tam tiêu kim, gi  
Cạnh đầu áp út tức thì đúng chưa  
Dịch Môn tam tiêu thủy, thưa  
Tôi ở tại chỗ khe vừa thốn tay  
Trung Chử tam tiêu mộc hay  
Huyết nằm tại chỗ trên tay mu bàn  
Chi Câu tam tiêu hoả rằng:  
Cách cổ tay 3 ngón tôi nằm phía trên  
Thiên Tĩnh tam tiêu thổ, bền  
Huyết nằm phía dưới chỗ liền khuỷu tay  
Ngũ huyết tam tiêu hoả, này  
Ta nên học thuộc đợi ngày hành chuyên

## TÂM BÀO HỎA

Trung Xung tâm bào mộc khí truyền  
Tại đầu ngón giữa nằm yên đúng rồi  
Lao Cung tâm bào hoả ơi  
Bàn tay âm cúng là nơi huyết nằm  
Tâm bào thổ huyết Đại Lăng  
Huyết nằm đúng giữa chỗ lằn cổ tay  
Gian Sử tâm bào kim, hay  
Cổ tay 4 thốn, giữa tay của mình  
Khúc Trạch tâm bào thủy, trình  
Huyết nằm trên khuỷu tay mình phía trong  
Ngũ huyết tâm bào học xong  
Ta phải ghi nhớ để mong có ngày

## **CAN MỘC**

Đại Đôn can mộc đứng chào  
Tại nơi móng cái phần nào phía trong  
Hành Gian can hoả đang mong  
Xin bạn tìm đến kẻ lòng ngón tay  
Thái Xung can thổ khí, này  
Trên mu chân đó chỗ này đứng không  
Trung Phong can kim đứng trông  
Huyết nằm ở chỗ cổ chân đứng phần  
Khúc Tuyền can thủy tần ngần  
Huyết nằm tại chỗ kheo chân đó mà  
Ngũ huyết can mộc của ta  
Xin bạn nhớ lấy đề mà hành chuyên

## **ĐỜM MỘC**

Khiếu Âm đờm kim đã truyền  
ở đầu ngón luyên thuyên làm gì  
Hiệp Khê đờm thủy một khi  
Tiến lên một chút gân thì kẻ chân  
Túc Lâm Khớp đờm mộc, gân  
Chỉ cách 3 thốn tần ngần làm chi  
Dương Phụ đờm hoả nói gì?  
Rằng tôi ở tại trên thì cổ chân  
Dương Lăng Tuyền đờm thổ gân  
Dưới gối một chút phần chân phía ngoài  
Ngũ huyết đờm mộc chẳng sai  
Xin bạn nhớ lấy miệt mài sớm hôm

## **THẬN THỦY**

Dũng Tuyền thận mộc rất hay  
Huyết nằm ở tận dưới ngay chân bàn  
Nhiên Cốc thận hoả cạnh bên  
Dưới mắt cá xuống vững bền đứng không  
Thái Khê thận thổ đứng trông  
Ngang mắt cá bạn phía trong chân mình  
Phục Lưu thận kim huyết, trình  
Thái Khê ở dưới cách chừng vài phân  
Âm Cốc thận thủy phân vân  
Huyết nằm dưới khớp gối chân của mình  
Ngũ huyết thận thủy thành hình  
Ta nên nắm trắc để hành về sau

## **BÀNG QUANG THỦY**

Chí Âm bàng quang kim, đầu  
Huyết nằm ở cạnh út đầu ngón chân  
Thông Cốc bàng quang thủy, gân  
Phía ngoài ngón út tần ngần đứng chưa  
Thúc Cốt bàng quang mộc thưa  
Tôi cách Thông Cốc cũng vừa thốn tay  
Côn Lôn bàng quang hoả, này  
Nằm ngang mắt cá, thốn tay phía ngoài  
Ủy Trung bàng quang thổ, ai  
Huyết nằm đúng giữa, khoeo ngoài phía sau  
Ngũ huyết bàng quang thủy, đầu  
Ta phải học thuộc đề sau làm đà

\* \* \*

Lục phủ ngũ tạng đúng là  
Ta phải học thuộc đề mà hiểu sâu  
Để mà chữa bệnh cho mau  
Cho thân khoẻ mạnh đón đau hết liền.

## **Dương Văn Tính**

Học viên - Lớp Cầm xạ C sáng tác