

### K 3: D ng tr m



#### **Ch tác tr m thành tác ph m ngh thu t i x ng tr m nhà ông ng Viên - nh: T n T i**

Tr m có tác d ng tuy t h o đ i v i s c kh e con ng i, theo 3 con đ ng: xông, u ng và ăn. Tr m trong thiên nhiên có tác d ng kh đ c không khí, tr lam ch ng, làm trong s ch môi tr ng s ng. Ng i x a bi t rõ đ i u này nên m i t ng k t: “t y vũ tr chi tr c”.

Kh u m t cách tri t đ .

Tính ch t “t y vũ tr chi tr c” có th đ m áp d ng đ kh u . “Kh u m t cách tri t đ , ngoài tr m h ng không th gì gi i quy t đ c”, ông ng Viên kh ng đ nh. Và tôi đ c bi t m t câu chuy n thú v .

Vào năm 2008, m t tàu c a M ch thuê h i s n t i tr ng 1 v n t n, khi c p c ng Nhà Bè (TP.HCM), c ng v phát hi n tàu b ô nhi m n ng (mùi hôi th i quá m c), nên không cho phép xu t c ng vì theo quy đ nh qu c t thì tàu ph i đ c x lý ô nhi m m i đ c r i kh i c ng. K thu t kh u c a ng i M trên tàu không gi i quy t đ c. C ng v ph i m i các chuyên gia c a m t vi n t Hà N i vào x lý cũng không xong.

Ng i ph trách công vi c c ng có quen bi t v i ông ng Viên nên m i ông th x lý giúp. Ông ng Viên đ ng ý, v i m t đ i u ki n: các th y th ph i u ng m t th r u có pha... nguyên li u x lý tàu. Quá khi p v i đ i u ki n này, nh ng th y ng i c ng “g ng m u” u ng tr c, các th y th cũng u ng.

Ch sau 1 ngày 1 đêm, ông ng Viên đã giúp x lý s ch con tàu b ng hai ph ng pháp: n a phun, n a xông. Các th y th vô cùng kinh ngạc v k t qu trên đã gi đ i n cá m n ông r i rít và vui m ng cho bi t sau khi u ng th r u đó sáng ng đ y trong ng i l i kh e ra. R u đó

### Bí n tr m h ng - K 3

T&#225;c Gi&#7843;: Hoàng H i Vân

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2011 06:15

---

chính là r u pha tr m. Còn th n c phun x lý tàu thì v n còn 60 lít h xin đ c mang theo.

K i câu chuy n này v i tôi, ông c i nói: “Tôi cho h mang v 60 lít n c đó, nh ng ch c ch n h không th phân tích đ c nó có nh ng ch t gì”. Ph ng pháp c a ông là di s n gia truy n “Bí m t quân l ng và kh u tàu chi n” c a cung đình nhà Nguy n. Ch t li u căn b n c a nó là tr m h ng và trà.

Tác d ng tuy t h o đ i v i s c kh e.

Tr m có tác d ng tuy t h o đ i v i s c kh e con ng i, theo 3 con đ ng: xông, u ng và ăn. V y lý, h ng tr m xông lên có tác d ng đi u khí, r t t t cho s c kh e. “Xông h ng tr m th ng xuyên không b máu đông đ ng m ch, ph i không b ngh n, xoang không b viêm, không u b u, không li t đ ng li t âm lãnh c m...”, ông ng Viên v a nói v a đ a tôi t i g n bình xông tr m đang ngát h ng. Cái bình xông tr m này do ông cùng 2 k s ng i Nh t và Đài Loan nghiên c u ch t o, nguyên li u đ c l y b ng th cát đ c bi t t i Nha Trang đ sâu 20 mét. Bình xông tr m hi n nay trên th tr ng có th c a Nh t, có th c a Hàn Qu c, có th c a Trung Qu c, Đài Loan, xông b ng nh ng cái bình y có th gi i phóng đ c 50% h ng tr m, còn bình xông c a ông có th gi i phóng đ c 95%.

Ông ng Viên t ra b c xúc v v n n s c kh e do môi tr ng ô nhi m hóa ch t và th c ăn công nghi p hi n nay khi n cho các b nh v hô h p và tiêu hóa gia tăng. Hai ph ng thang: Ôn tì bình v (g m tr m, xuyên b i m u, toàn quy, thăng ma, b ch tru t...) và Ki n tì tiêu th c (g m tr m, xuyên khung, b ch tru t, toàn quy, li u ti u th o...) có th gi i quy t tri t đ các b nh này, không tái phát.

Các thang “Thanh khí ôn ph ”, “Đi u huy t đ ng khí”, “Nh t dâm c u đ ng”, “Ôn đ ng c th n”... nh tên g i c a chúng, ch a nh ng b nh v đ ng hô h p, khí huy t, b đ ng... đ u dùng tr m làm v ch . Ông Viên không coi tr ng nh ng bài thu c “tráng đ ng”. “Tráng đ ng” thì nh t th i. “B đ ng”, “ôn đ ng” m i là s b n v ng, mà chuy n này thì không th gì qua n i tr m.

Vi c đ ng tr m c a ông Viên hình nh đ t đ n đ xu t th n nh p hóa. Nh trên đã nói, trong nh ng gi khác nhau tr m t a ra các mùi h ng khác nhau. Ch riêng vi c l y tr m t cây tr m ra đ ch bi n cũng đ c th c hi n vào nh ng th i kh c thích h p, tùy theo khí h u, lo i b nh

### Bí n tr m h ng - K 3

T&#225;c Gi&#7843;: Hoàng H i Vân

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2011 06:15

---

và đ c tính c a t ng ng i b nh. Ngay c trong chuy n đ n gi n h n nh m th c, ông cũng áp đ ng các nguyên t c này.

Ông nói cũng là th rau húng tr ng trong m t v n rau nh ng có khi ăn th y ngon, có khi ăn không th y ngon. Vì sao v y? Vì rau ăn không ngon là do hái không đúng gi . Rau húng ph i hái vào lúc 5 - 6 gi sáng ho c 5 - 6 gi chi u thì ăn m i ngon, vì nh ng th i đi m đó rau ti t ra nh ng ch t t nh t, còn các gi khác thì rau ti t ra m t s ch t x u.

S tr i nghi m v i tr m c a ông ng Viên còn th hi n l ng tr m mà ông đang có. H n 30 năm nay ông đã dùng h t tài s n và đi vay m n đ tích lũy c m t kho tàng: H n 60 t n tr m và k nam, g m 36 cây tr m l n, bình quân m i cây g n 2 t n, m t đ ăn tr m t 60-80%. Nh ng cây tr m ông gi đ u đ c l y theo đúng nguyên t c: t t c đ u đã ch t r ù ng, v n chuy n v đ u h p pháp, có đ u búa ki m lâm. Ph n l n nh ng cây tr m ông đang có là đ c nh t vô nh , không còn t n t i trong thiên nhiên.

Nhà ông TP.HCM có m t x ng ch tác tr m, có m t “đ i th tr m hoàng t c” - là h u nhân c a các th tr m cung đình khi x a giúp vi c. Ông và nh ng ng i th t c nh ng cây tr m thành các tác ph m ngh thu t đ l u gi l i cho con cháu, ông ch a h bán và s không bán m t kg tr m nào. Ông dùng l p v sát lõi có nhi m tinh đ u tr m và k nam đ làm thu c, đó là ph n làm thu c t nh t. L p ngoài n a, nhi m tinh đ u ít h n, ông dùng làm nguyên li u cho n i xông ch a b nh. L p ngoài cùng dùng làm h ng.

Tôi nhi u l n đ c đ n xem x ng tr m c a ông, nghe ông gi i thi u xu t x c a t ng cây tr m và đ c tính c a t ng lo i tr m. đ đây có đ các lo i tr m, các lo i k nam. Tôi h i ông, ông Lê Quý Đôn nói đ t tr m lên thì khói xoáy r i sau m i tan, còn đ t k nam thì khói lên th ng và dài, nói nh v y có đúng không. Ông c i, b o r ù ng nhà bác h c Lê Quý Đôn r t gi i nh ng ông y không có c h i ti p c n đ y đ v i “hi n v t” nên v a đúng v a sai.

Khói vút lên th ng nh s i dây là đúng, nh ng ch đúng v i k nam h ng thôi, còn các lo i k nam khác thì khói v n xoáy. Ông v a nói v a ch vào m t cái h c c a cây tr m cao to trong x ng đã t c thành t ng, đ đó l ra m t cái lõi to và dài màu vàng s m: “K nam h ng là th này đây, ch này ít nh t cũng vài ch c kg”. K nam h ng giá r h n các lo i k nam khác, kho ng 2 - 3 t đ ng trên th tr ng th gi i, nh ng có giá tr ch a b nh t nh t trong các lo i k nam, tuy kém thua tr m.

### Bí n tr m h ng - K 3

T&#225;c Gi&#7843;: Hoàng H i Vân

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2011 06:15

---

Tr m k t h p v i th t d e - ng c d ng, ngh vàng, ngh đen, măng tre (v t l y n c), n c g o rang ... ăn vào có th làm sáng m t, thính tai, tr ch ng đau nh c.

Tr m k t h p v i chè, có th ng a và tr đ c các “m c m u” p h i, đ ng hô h p, tim m ch, tiêu hóa.

Tr m làm r u, u ng vào sáng m t, tr viêm h ng, đau d dày, ngh n đ ng m ch tim, làm m nh th n kinh c b p.

Tr m k t h p v i v y cá rô đ ng có th tr tri t đ các b nh v tiêu hóa c a tr nh .

Tr m k t h p v i v y cá rô đ ng c ng thêm v i chè có th ch a ki t l , tiêu ch y, th ng hàn.

Tr m k t h p v i trúc nh (d ch măng tre) có th ch a ch ng cành hông, làm tiêu hóa không b xáo tr n.

Tr m k t h p v i ma hoàng tr đ c các b nh ph khoa.

Tr m dùng trong thang “Di c nhan minh m c” (k t h p v i các th o d c khác) làm c th tr l i, m t sáng ra.