

Đóng góp của Phật giáo cho nền y học chữa lành Thân và Tâm

ISSN: 2734-9195 14:05 05/03/2026

Phật pháp không chữa bệnh nhất thời, mà hướng tới sức khỏe lâu dài của tâm thức.

Trên đời này hiếm có điều gì là tuyệt đối. Sạch – bẩn, cao – thấp, đúng – sai... nằm ở góc nhìn, vị trí và tâm thế của mỗi người. Cùng một hiện tượng, nhưng cảm nhận có thể hoàn toàn trái ngược.

Bạn ăn lòng lợn ngon lành dù biết rõ nó từng là nơi chứa chất thải, nhưng một cái bát từng đựng chất bẩn, dù đã rửa sạch, vẫn khiến bạn e ngại. Nước rửa chân của chính mình không ai dùng để rửa mặt, nhưng nước hồ bơi ngâm hàng nghìn bàn chân xa lạ, ta vẫn thản nhiên bơi lội. Sự vật không đổi, chỉ có tâm người nhìn là đã gán nhãn khác đi.

Những điều tương tự vậy trong cuộc sống diễn ra khá nhiều, và nó đang thể hiện rõ ràng trong cách xã hội nhìn nhận tôn giáo, đặc biệt là Phật giáo qua nhiều sự việc gần đây.

Chỉ cần một hình ảnh, một clip vài giây, một hành vi bị tách khỏi bối cảnh, ngay lập tức xuất hiện những kết luận nặng nề khi chưa hiểu rõ đầu đuôi sự việc: “*sư làm kinh tế*”, “*Phật giáo biến tướng*”, “*tu mà thế này thì còn gì đạo hạnh?*”.

Vấn đề cốt lõi không nằm ở hiện tượng, mà nằm ở câu hỏi: chúng ta đang đứng ở góc nhìn nào?

Khi bạn đứng ở tầng 1, một lời chê cũng đủ khiến bạn nổi giận, tổn thương và tự ti. Nhưng khi bạn đứng ở tầng 100, tầm nhìn mở ra cả một thành phố, bạn không còn nghe được tiếng nói từ tầng 1 nữa. Cùng một lời nói, cùng một hành vi, nhưng cảm nhận thay đổi theo vị trí người nhìn.

Phật giáo, nếu chỉ được quan sát ở “*tầng 1*” của hình thức, rất dễ trở thành đối tượng của những quy chụp vội vàng: chùa lớn thì bị cho là phô trương, làm từ thiện nhiều thì bị nghi ngờ “*đánh bóng hình ảnh*”, tổ chức các khóa tu đông

người thì bị gán mác “*kinh doanh tâm linh*”,...

Trước khi vội vàng đưa ra một nhận định về điều mình đang nghe, đang thấy, có lẽ điều cần thiết hơn cả là nhìn lại chính tâm thế tiếp nhận thông tin của mỗi người. Ta đang tiếp nhận sự việc bằng sự bình tĩnh, tỉnh táo hay bằng định kiến sẵn có? Ta đang quan sát hiện tượng để hiểu, hay chỉ để củng cố một phán đoán đã hình thành từ trước?

Phật giáo gọi cách điều chỉnh ấy là Trung đạo và Chính kiến – một cái thấy không bị cuốn theo cảm xúc nhất thời, cũng không trượt sang những phán xét cực đoan.

Trong Kinh Trung Bộ từng nhấn mạnh: “*Tránh xa hai cực đoan, Như Lai thuyết giảng con đường Trung đạo*” (MN 56). Đó là con đường không nghiêng hẳn về khen hay chê, không thần thánh hóa cũng không phủ nhận.

Muốn đi vào Trung đạo, cần có Chính kiến. Trong Bát Chính Đạo, Chính kiến được đặt ở vị trí đầu tiên, bởi nếu cái thấy sai lệch, mọi phán đoán phía sau đều dễ trượt sang cực đoan.

Nhưng Chính kiến và Trung đạo trong Phật giáo không dừng lại ở một thái độ quan sát hay một cách nghĩ đúng đắn. Nếu chỉ dừng ở việc “*nhìn cho đúng*” mà không đi đến “*làm cho bớt khổ*”, thì Chính kiến ấy vẫn còn đứng ngoài đời sống. Trong truyền thống Phật giáo, cái thấy đúng luôn đi liền với hành động đúng, trí tuệ không tách rời từ bi, và hiểu biết chỉ thực sự có giá trị khi được chuyển hóa thành sự phụng sự cụ thể cho con người.

Chính từ nền tảng ấy, Phật giáo không chỉ giúp con người điều chỉnh nhận thức, tháo gỡ những định kiến và cực đoan trong tâm thức, mà còn từng bước đi vào việc chuyển hoá những khổ đau rất thật của thân thể và tâm lý con người. Khi cái thấy được đặt trên nền **Trung đạo** và **Chính kiến**, Phật giáo hiện ra không chỉ như một con đường tâm linh, mà như một nền y học nhân văn, âm thầm đồng hành cùng con người trong việc phòng bệnh thân, chuyển hoá tâm và giảm khổ đời sống thường nhật.

Tại nền y học này, đức Phật được tôn xưng là Đại Y Vương, không phải vì Ngài chữa bệnh bằng dao mổ, mà vì Ngài chỉ ra căn bệnh gốc của con người là vô minh, tham ái và chấp thủ.

“Này các Tỳ-kheo, thế nào là gánh nặng?”

Chính là năm thủ uẩn.

Thế nào là người mang gánh nặng?

Chính là người chấp thủ.

Thế nào là mang gánh nặng?

Chính là khổ.

Thế nào là đặt gánh nặng xuống?

Chính là đoạn tận tham ái.” (Kinh Tương Ưng Bộ SN 22.22)

Trong lịch sử Phật giáo Việt Nam, nhiều thiền sư và tu sĩ Phật giáo không chỉ nổi tiếng về đạo hạnh và hoàng pháp mà còn có đóng góp lớn trong y học cổ truyền, chữa bệnh cho dân chúng. Điều này thể hiện việc tu hành đi đôi với cứu người, đúng với hình ảnh Đức Phật là Đại Y Vương.

Thiền sư Tuệ Tĩnh (1330 – khoảng thế kỷ XIV). Tên thật là Nguyễn Bá Tĩnh, xuất gia từ nhỏ tại chùa. Là thiền sư – danh y lớn của Việt Nam, được tôn là ông tổ của nền y học cổ truyền Việt Nam. Chủ trương nổi tiếng của ông là “*Nam dược trị Nam nhân*” (thuốc Nam chữa người Nam). Ông đã có những tác phẩm tiêu biểu đóng góp cho nền y học như “*Nam dược thần hiệu*”, “*Hồng Nghĩa giác tư y thư*”. Ông đã hệ thống hóa hơn 600 vị thuốc Nam và hàng nghìn phương thuốc dân gian. Tuệ Tĩnh là hình ảnh tiêu biểu cho thiền sư – thầy thuốc, xem việc chữa bệnh cứu người như một hình thức thực hành từ bi của Phật giáo.

Thiền sư Minh Không - Lý Quốc Sư (1066 – 1141). Tên thật là Nguyễn Chí Thành, thiền sư nổi tiếng thời Lý. Ông nổi tiếng với tài chữa bệnh bằng y thuật và thiền thuật, từng chữa khỏi bệnh cho vua Lý Thần Tông. Đồng thời là người truyền nghề đúc đồng và có ảnh hưởng lớn trong đời sống văn hóa – tôn giáo. Trong dân gian, Thiền sư Minh Không được tôn là thánh chữa bệnh, thể hiện sự kết hợp giữa y học, tâm linh và Phật giáo.

Thiền sư Pháp Không (thế kỷ XI – XII) Là thiền sư thuộc dòng Thiền phái Tỳ-ni-đa-lưu-chi. Nổi tiếng trong dân gian với khả năng chữa bệnh và cứu giúp người nghèo. Được xem là một trong những thiền sư có truyền thống kết hợp tu tập và chữa bệnh cho dân chúng.

Hải Thượng Lãn Ông - Lê Hữu Trác (1724 – 1791). Ông không phải tu sĩ, nhưng chịu ảnh hưởng sâu sắc của tư tưởng Phật giáo và Nho – Lão. Ông là đại danh y của Việt Nam, tác giả bộ y thư nổi tiếng “*Hải Thượng y tông tâm lĩnh*” (66 quyển). Ông nhấn mạnh đạo đức của người thầy thuốc, coi việc chữa bệnh là hành thiện cứu người. Tư tưởng của ông có nhiều điểm tương đồng với tinh thần từ bi cứu khổ của Phật giáo.

Như vậy, truyền thống thiền sư – danh y cho thấy từ rất sớm, Phật giáo Việt Nam đã gắn bó với đời sống xã hội, xem việc chữa bệnh, cứu người, chăm sóc cộng đồng là một phần của con đường tu tập.

Phật pháp không chữa bệnh nhất thời, mà hướng tới sức khỏe lâu dài của **tâm thức**, giúp con người nhận diện cảm xúc trước khi nó bùng phát thành sân hận, giới luật giúp điều chỉnh hành vi trước khi tạo nhân, trí tuệ giúp con người hiểu khổ để không tiếp tục tự làm mình và người khổ. Đó là một nền y học không cần dao mổ, nhưng đòi hỏi sự tỉnh giác từ chính người bệnh.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa (sưu tầm).

Tinh thần ấy không dừng ở những vị thiền sư, danh y thời xưa mà được tiếp nối đến ngày nay, được thể hiện rõ trong thực tiễn phụng sự xã hội của Phật giáo Việt Nam nhiều thập niên qua.

Mỗi năm, Giáo hội Phật giáo Việt Nam, các tự viện trên cả nước tổ chức hàng nghìn đợt hiến máu nhân đạo, đóng góp hàng trăm nghìn đơn vị máu cho ngành y tế. Hàng triệu lượt người nghèo, người già, người yếu thế đã được khám chữa bệnh miễn phí, cấp thuốc, hỗ trợ viện phí thông qua các phòng khám từ thiện, đoàn y bác sĩ Phật giáo và các chương trình thiện nguyện y tế.

Theo báo cáo tổng kết hoạt động từ thiện - xã hội của Giáo hội Phật giáo Việt Nam (Vietnam Buddhist Sangha), trong năm 2025, Giáo hội đã triển khai một hệ thống hoạt động từ thiện rộng khắp trên toàn quốc, với tổng kinh phí thực hiện các chương trình này hơn 2.161 nghìn tỷ đồng (khoảng 82,27 triệu USD). Trong đó bao gồm khám bệnh miễn phí, cấp thuốc cho người nghèo, phẫu thuật đục thủy tinh thể, hỗ trợ chi phí mổ tim - mắt và quỹ chăm sóc người cao tuổi, đối tượng yếu thế. Đây là minh chứng rõ ràng cho việc từ thiện y tế là một công tác trọng tâm của Giáo hội, không chỉ diễn ra rời rạc mà có quy mô lớn, lan tỏa sâu rộng. (vietnamplus.vn)

Tại chùa Khai Nguyên (Hà Nội), mỗi năm nhà chùa tổ chức nhiều hoạt động phật sự quy mô lớn như pháp hội cầu an, khóa tu Địa Tạng, khóa tu mùa hè dành cho hàng nghìn thanh thiếu niên và các chương trình thiện nguyện xã hội. Riêng khóa tu mùa hè năm 2025 đón hơn 3.000 khóa sinh, trở thành mô hình giáo dục đạo đức và kỹ năng sống cho giới trẻ được địa phương đánh giá cao.

Chùa Khai Nguyên cũng tích cực tham gia các chương trình hiến máu nhân đạo, vận động phật tử và người dân địa phương cùng tham gia hiến máu cứu người. Các hoạt động này thường được phối hợp với chính quyền địa phương và ngành y tế, hàng trăm người tham gia và tiếp nhận khoảng 250 đơn vị máu trong một ngày hiến máu, bổ sung nguồn máu cho các bệnh viện phục vụ cấp cứu và điều trị. Bên cạnh đó, các khóa tu và chương trình tu học tại chùa cũng thường gắn với hoạt động thiện nguyện, góp phần lan tỏa tinh thần từ bi và trách nhiệm xã hội trong cộng đồng.

Tại chùa Giác Ngộ (TP.HCM), chương trình *“Hiến máu nhân đạo – Một giọt máu cho đi, một cuộc đời ở lại”* từng thu hút hơn 230 tình nguyện viên và thu về 209 túi máu trong một đợt hiến. Từ khi phát động vào năm 2015 đến nay, ước tính đã có hơn 33.000 lượt tăng ni, Phật tử tham gia hiến máu cứu người trên tinh thần Hành Bồ-tát đạo – tức tinh thần bố thí nội tài cứu người. (**phatgiaio.org.vn**)

Các hoạt động tương tự cũng diễn ra tại nhiều tự viện khác như chùa Vĩnh Nghiêm (TP.HCM), nơi chư tăng và Phật tử tổ chức hiến máu lưu động hàng năm (nhiều chương trình quy tụ hơn 132 người tham gia hiến máu 350ml/người), cùng phối hợp với Hội Chữ thập đỏ và Trung tâm Hiến máu Nhân đạo địa phương thực hiện việc tiếp nhận và chuyển máu vào ngân hàng máu quốc gia. (**giacngo.vn**)

Ngày 25/6/2024, tại chùa Quán Sứ (Hà Nội), Giáo hội Phật giáo Việt Nam phối hợp với Hội Vận động hiến mô, bộ phận cơ thể người Việt Nam tổ chức lễ phát động và đăng ký hiến mô, tạng với thông điệp *“Cho đi là còn mãi”*. Ngay trong buổi khởi động, 365 tăng ni, Phật tử và người dân đã trực tiếp đăng ký hiến mô, tạng, thể hiện tinh thần từ bi và trách nhiệm xã hội của Phật giáo. Sự kiện cho thấy Phật giáo không chỉ chăm lo đời sống tâm linh, mà còn đồng hành sâu sắc với y học hiện đại trong việc cứu người và giảm khổ đau một cách thiết thực.

Tại Hà Nội, chùa Liên Phái là một ví dụ tiêu biểu. Nhiều năm qua, ngôi chùa này duy trì phòng khám y học cổ truyền từ thiện, khám và bốc thuốc miễn phí cho người nghèo, người cao tuổi, người có hoàn cảnh khó khăn. Không bằng hiệu quảng bá, không truyền thông ồn ào, chỉ có những thầy thuốc tận tâm, những vị tăng âm thầm hỗ trợ, và những bệnh nhân ra về với túi thuốc trên tay cùng cảm

giác được lắng nghe, được tôn trọng. Ở đó, Phật giáo không giảng đạo bằng lời, mà giảng đạo bằng hành động.

Nếu nhìn ở “tầng 1”, có thể người ta sẽ đặt câu hỏi: “Chùa thì lo tu, sao lại mở phòng khám?”

Nhưng nếu đứng ở “tầng 100” hay nói cách khác là “tầng Chính kiến”, ta sẽ thấy: chữa lành thân thể cũng là một cách gieo duyên cho Tâm, giảm khổ thể chất của Thân để con người có cơ hội an ổn nội tâm. Đó chính là tinh thần nhập thế của Phật giáo Việt Nam: “Phụng sự chúng sinh là cúng dường chư Phật.”

Những số liệu thống kê giúp minh chứng rằng các hoạt động hiến máu và chăm sóc sức khỏe không chỉ là hành động thiện nguyện rời rạc, mà là một chiến lược từ thiện xã hội mang tính hệ thống của Phật giáo Việt Nam, góp phần hỗ trợ các quỹ máu quốc gia, giảm bớt gánh nặng cho hệ thống y tế, và thể hiện thực tế lời dạy “cứu một mạng người, phúc đặng hà sa” mà Phật giáo luôn nhấn mạnh trong giáo lý.

Tác giả: **Nguyễn Khôi**