

NĂNG LƯỢNG TỪ BI TRƯỚC ĐẠI DỊCH COVID-19 TẠI VIỆT NAM



CHUNG SỨC ĐỒNG LÒNG CHỐNG DỊCH COVID - 19



Hoa sen tinh khiết toả ngát giữa chốn bùn nhơ, người có đạo đức luôn vững bước trước những cám dỗ của lợi danh, tiền tài, sắc đẹp,... Nếu vì tham lam ích kỷ, dấy khởi bao ý niệm hận thù, ganh ghét để rồi sát hại lẫn nhau, phải chăng cuộc sống sẽ khô cằn, bệnh tật tang thương và lạnh lẽo biết bao! Nhận thức được những khổ đau đó, đức Phật đã khuyến tấn hàng đệ tử nói riêng và mọi người nói chung hãy thắp lên ngọn lửa tình thương, xoá tan bao hận thù giá lạnh. Năng lượng tâm từ được lan tỏa, đối trị những khủng hoảng về đạo đức, về môi trường, về kinh tế,... trong đó có cả đại dịch Covid-19 ở Việt Nam nói riêng và thế giới nói chung.



1. Khái niệm về tâm từ bi

Từ (Sanskrit: Maitrya; Pāli: Metta), Trung Hoa dịch là *“Từ năng dữ nhất thiết chúng sinh chi lạc”* tức là với tâm yêu thương, hành giả luôn đem niềm vui, sự an lạc đến với tất cả mọi người, không có tâm vị kỷ, không đòi hỏi một điều kiện nào. Tình thương đó là pháp lành không gây tổn hại cho người hay vật; gặp khổ không buồn, gặp vui không mừng. Tâm từ không phải là tình cảm nhục dục, bởi vì: *“tình dục và luyến ái là nguyên nhân của bao nhiêu phiền muộn”*. Đức Phật cũng đã dạy rằng: *“Này các Tỳ kheo, chính là ái này đưa đến tái sinh, cấu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Tức là dục ái, hữu ái, phi hữu ái”*.

Từ chính là phẩm hạnh, là lòng từ ái, thiện tâm, thiện ý, tình thương vô bờ bến của mình đối với tất cả chúng sinh, từ con người cho đến con vật và cây cỏ. Lòng từ chan rải khắp tất cả, ước mong tất cả chúng sinh đều sống thật sự an lành hạnh phúc thì ta sẽ tránh (vô tình) gây đau khổ cho chúng sinh, và đem lại cho chúng sinh cái vui chân thật. Không chúng sinh nào muốn mình bị bất hạnh. Dù lứa tuổi nào, xứ sở nào, con người nào cũng cần có tình thương, cần sự chăm sóc và nâng đỡ. Tình thương đó vượt không gian và thời gian, trải rộng sự yêu thương đến tất cả chúng sinh như mặt trời chiếu khắp vạn vật, như trận mưa thấm nhuần các cây. Chỉ cần một lời chào, một ánh mắt, hay một cái gật đầu bằng tâm từ cũng có thể truyền năng lượng yêu thương đến với nhiều người, từ người thân cho đến những người xa lạ, thậm chí cả những người trái ý nghịch lòng nữa. Hình ảnh Bồ tát Quán Thế Âm trong phẩm Phổ môn của kinh Pháp Hoa:

*“Mắt lành trông chúng sinh
Biển phước lớn khôn lường”.*

Bồ tát Quán Âm thị hiện các hình tướng để hóa độ chúng sinh thoát khỏi khổ đau. Sức mạnh tâm từ đó giống như người mẹ hiền chăm lo cho đứa con của mình, cho nên dân gian thường gọi mẹ hiền Quán Thế Âm. Hàng năm, trong Phật giáo Bắc truyền đều có tổ chức ba ngày lễ vía của Ngài là ngày 19/2 (đản sinh), ngày 19/6 (thành đạo) và ngày 19/9 (xuất gia) bằng việc lễ lạy ngũ bách danh, tụng kinh phổ môn, phát quà từ thiện,... Trong kinh tạng Nam truyền (Pañca Nikāya), tâm từ cũng được ví như tình thương của từ mẫu đối với đứa con của mình: *“Trọn đời lo che chở, con độc nhất mình sinh”*, thật là bao la rộng lớn biết dường nào! Tâm từ luôn đi đôi với tâm bi, vậy tâm bi vô lượng như thế nào?



CHUNG SỨC ĐỒNG LÒNG CHỐNG DỊCH COVID - 19

Tâm bi là khía cạnh thứ hai của tình thương chân thật, là khả năng giảm thiểu và chuyển hoá khổ đau, đúng với tinh thần *“Bi năng bạt chúng sinh chi khổ”*. Hành giả thể hiện lòng trắc ẩn, thương yêu một cách vô bờ bến trước nỗi khổ của người nghèo khó, đói rách, bất hạnh; những người bị bệnh tật, lầm than, tăm tối; những người lầm đường lạc lối; những người bị áp bức bóc lột, bị hành hạ đánh đập,... Không chỉ giới hạn trong loài người, tâm bi đó còn được trải rộng đến những loài chúng sinh khác. Thấy chúng sinh khổ nên chúng ta đau xót, tìm cách giúp họ thoát cảnh khổ. Đức Phật dạy rằng: *“Tỳ kheo tâm đi đôi với từ biến mãn một phương, thành tựu an trú. Cứ như thế, hai phương, ba phương, bốn phương, tứ duy, trên dưới biến khắp tất cả, tâm đi đôi với từ, không thù, không oán, không sân nhuế, không náo hại, vô cùng rộng lớn, vô lượng, khéo tu tập, biến mãn tất cả thời gian, thành tựu an trú. Bi và hỷ cũng vậy...”*.

Đức Phật từng dạy rằng: *“Hạt Bồ đề không thể gieo trên hư không, mà chỉ trồng trên đất chúng sinh mà thôi”*. Khi còn là thái tử Tất Đạt Đa, Ngài đã cứu mạng chú chim bị Đê Bà Đạt Đa bắn. Khi thành đạo, Ngài đã nêu cao tinh thần bình đẳng giai cấp *“không có giai cấp trong dòng máu cùng đỏ, không có hận thù trong giọt nước mắt cùng mặn”*, qua việc Ngài từng tế

độ cho một người phụ nữ lạc bước giang hồ, tên sát nhân Ương Quật Ma La tàn ác hướng về Phật pháp tu học cũng như tế độ cho các giai cấp khác.

Chúng ta không nên nhận định rằng: tâm bi của Phật giáo chỉ là giọt nước mắt nhỏ suông “*thương xót*”. Để có lòng thương xót vô bờ bến đó, hành giả mỗi ngày phải thực tập thiền định, chuyển hóa nội tâm của chính mình; đồng thời trải dần tâm lượng yêu thương đến mọi người và muôn loài chúng sinh. Khi tình thương từ bi chan rải sẽ hướng mọi người hóa giải sân tâm và hận tâm mà đức Phật từng dạy trong kinh Pháp cú, phẩm Song yếu rằng:

*“Với hận diệt hận thù,
Đời này không có được;
Không hận diệt hận thù,
Là định luật ngàn thu”.*

2. Lợi ích thiết thực của tâm từ bi

Về phương diện đạo đức tự thân, đức Phật đã dạy Varana rằng:

*“Ai với tâm từ bi,
Thương tưởng mọi hữu tình,
Một người làm như vậy,
Gặt phước đức thật nhiều”.*

Để thực hiện tình thương bao la đó, thứ nhất, bản thân mình phải dứt trừ chấp ngã, xa lìa mười điều bất thiện, thực hành mười thiện nghiệp là không giết hại chúng sinh, không lấy của không cho, không tà hạnh, không nói dối, không nói lời thêu dệt, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời hung ác, không tham lam, không sân hận và không tà kiến si mê. Thứ hai, thực hành thiền định trải tình thương bao la rộng khắp, đến cùng tận thế giới mà không chút sân giận. Thứ ba, hình ảnh dẫn thân nhập thế bằng việc thực hành tứ nhiếp pháp (bố thí, ái ngữ, lợi hành và đồng sự):

*“Bố thí và ái ngữ,
Lợi hành và đồng sự,
Hồi các vị Tỳ kheo,
Đây là bốn nhiếp pháp”.*

Chính vì thế, người khéo nỗ lực thực hành tâm từ bi sẽ đạt được 11 điều lợi ích: 1/ Ngủ nghỉ được an lạc; 2/ Thức dậy được an vui; 3/ Không gặp các ác mộng; 4/ Được mọi người quý kính; 5/ Được phi nhân tôn kính; 6/ Được chư thiên che chở; 7/ Không bị các nạn lửa, thuốc độc, binh đao tổn hại; 8/ Tâm dễ an định; 9/ Sắc thân tốt đẹp vẹn toàn; 10/ Mạng chung sáng suốt; 11/ Sinh lên cõi trời Phạm thiên. Về đạo đức giải thoát, đức Phật dạy rằng: “*Ta là chủ nhân của nghiệp, là thừa tự của nghiệp, nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa. Phàm nghiệp nào ta sẽ làm, thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy*”. Nếu là kẻ phàm phu thực hành tâm từ sinh về các cõi trời, đến khi hết tuổi thọ ở cõi trời thì bị đọa vào tam đồ ác đạo. Ngược lại, đối với hàng đệ tử của Như Lai tinh tấn hành pháp (thất giác chi, bát chánh đạo, tứ

vô lượng tâm,...) thì khác, khi hết tuổi thọ ở cõi trời đó thì liền nhập vào cảnh giới Niết bàn. Chính bởi vì, đệ tử Phật khéo nương theo lời Phật dạy, an trú phạm hạnh, nhiếp tâm tu tập các thiện pháp để đạt được sự thanh tịnh tối thượng và thực hành rải tâm từ rộng khắp cứu độ nhân sinh và vạn loài ngộ hầu thành tựu đạo đức giải thoát trong tương lai.



Về hiện trạng khủng hoảng hiện nay, ông Karmapa thứ 17 của Ấn Độ từng nhắn gửi thông điệp trong lễ Vesak năm 2014 rằng: *“Trên thực tế, các cuộc khủng hoảng do xung đột hay chiến tranh trên thế giới đều xuất phát từ những suy nghĩ hoặc hành động tiêu cực của con người. Tuy nhiên, những suy nghĩ và hành động như vậy có thể bị xóa bỏ nếu chúng ta thực hành hạnh từ bi và lòng yêu thương”*.

Thế giới hiện nay đang phải đối diện với các cuộc khủng hoảng như đại dịch Covid-19 toàn cầu, khủng hoảng đạo đức học đường và loạn luân gia đình, khủng hoảng về niềm tin tôn giáo, khủng hoảng môi trường, và khủng hoảng kinh tế,... khiến cho người dân khắp nơi chết chóc, đời sống xáo trộn, thiên tai bão lụt, trộm cắp và chiến tranh. Nguyên nhân chính là do *“ái này đưa đến tái sinh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Tức là dục ái, hữu ái, phi hữu ái”*.

Một trong những giải pháp hóa giải khủng hoảng được Tổng thư ký Liên Hiệp Quốc Ban Ki-moon khẳng định trong thông điệp Vesak năm 2009 rằng: *“Tất cả chúng ta có thể học từ tinh thần từ bi của đức Phật. Những lời dạy minh triết vượt thời gian của đức Phật có thể giúp chúng ta giải quyết nhiều vấn đề toàn cầu mà chúng ta đang đối diện ngày nay”*. Và trước hiện trạng đại dịch Covid-19 toàn cầu hiện nay, nhân đại lễ Vesak năm 2021, Tổng thư ký Liên

Hiệp Quốc António Guterres cũng nhấn mạnh rằng “hành động vì tha nhân với lòng từ bi và đoàn kết, và làm mới lời cam kết của chúng ta để xây dựng một thế giới bình an”.

Đối diện trước những khủng hoảng đó, Phật giáo Việt Nam với tinh thần “hộ quốc an dân” đã cùng chung tay với chính quyền địa phương nói riêng và nhà nước nói chung thực hiện chương trình từ thiện (phát cơm, cây gạo ATM,...), hưởng ứng thông điệp của thủ tướng Chính phủ trồng một tỷ cây xanh vì một Việt Nam xanh (Học viện Phật giáo Việt Nam tại Hà Nội phần đầu trồng khoảng 10.000 cây xanh trong khuôn viên Học viện, chùa Đồng ở Thanh Hóa trồng hơn 1.000 cây xanh trong khuôn viên chùa,...), lễ phóng sinh (thả một tấn cá tại hồ Viên Quang nhân ngày vía Bồ tát Quán Thế Âm 19/2 Âm lịch của Học viện Phật giáo Việt Nam tại Hà Nội), vận động tang, ni và phật tử đóng góp mua vaccine phòng chống dịch Covid-19,...



3. Ứng dụng tâm từ bi trước đại dịch Covid-19

Bồ Tát đi vào đời.

Như hoa nở khắp nơi.

Tô điểm màu tươi thắm.

Trang nghiêm nét tuyệt vời

Từ khi bùng phát virus Corona tại thành phố Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc lan rộng khắp toàn cầu; tính đến ngày 27/7/2021, trên thế giới đã có 195.061.471 ca nhiễm Covid-19, trong đó có 4.179.110 người tử vong, điều trị khỏi 176.941.346 người. Ở Việt Nam, số ca nhiễm là

106.347, đã có 524 người tử vong và điều trị khỏi cho 21.344 người. Tính đến ngày 25/7/2021, có 3.694.984.437 liều vaccine phòng dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp Covid-19 đã được tiêm.

Ở Việt Nam, với tinh thần “*chống dịch như chống giặc*”, Nhà nước luôn quan tâm sát sao diễn biến dịch bệnh để có những chỉ thị kịp thời: chỉ thị 10, chỉ thị 15, chỉ thị 16,... Cán bộ chiến sĩ bộ đội, Công an, Dân quân thâm lạng cố gắng hiến, căng mình túc trực, kiểm tra xuyên đêm tại các cửa khẩu, khu vực biên giới, các chốt trạm theo sự điều phối từ các cơ quan có thẩm quyền để phòng chống dịch bệnh Covid-19. Nhiều bác sĩ, y tá,... xung phong lên đường đến những chỗ tâm dịch để chăm sóc bệnh nhân dịch bệnh, lấy mẫu xét nghiệm,...

Về phương diện bố thí, những giọt máu được hiến tặng cứu người trong bối cảnh dịch bệnh, các loại thực phẩm và hàng hóa thiết yếu được vận chuyển đến hỗ trợ vùng tâm dịch, những phần thức ăn từ thiện hỗ trợ người dân ở các khu cách ly,... Bên cạnh đó, theo thông tin từ Cổng thông tin điện tử Bộ Y tế Việt Nam đến ngày 21/7/2021, Việt Nam đã đón nhận sự viện trợ vaccine từ COVAX với khoảng 4,5 triệu liều; Mỹ với 2 triệu liều; Nhật Bản với 3 triệu liều; Nga với 1.000 liều;... Đồng thời, trong thời gian sắp tới, COVAX sẽ phân bổ tiếp hơn 1 triệu liều; Mỹ thêm 3 triệu liều; Úc khoảng 1,5 triệu liều;... Ngoài ra, một số quốc gia như Ấn Độ, Anh, Australia, Cuba, Đức... cũng đã có những cam kết cụ thể về viện trợ, ưu tiên, hợp tác chuyển giao công nghệ với Việt Nam. Về trang thiết bị, vật tư y tế và nguồn lực để phòng chống dịch bệnh, Việt Nam cũng đã nhận được sự hỗ trợ hết sức ý nghĩa từ UNICEF, Nhật Bản, Hàn Quốc, Australia, Lào, Đức, Campuchia, Saudi Arabia. Tính đến hết ngày 20/7/2021, Việt Nam đã tiêm chủng cho hơn 4,3 triệu người; trong đó khoảng 4 triệu người tiêm mũi đầu tiên và hơn 300.000 người tiêm mũi thứ hai.

Về lời nói từ ái, đối với việc chi viện nhân lực, Bộ trưởng Bộ Y tế Nguyễn Thanh Long nói rằng: “*Thành phố Hồ Chí Minh thiếu bao nhiêu nhân lực, Bộ sẽ hỗ trợ bấy nhiêu*”. Trước diễn biến đại dịch đang bùng phát mạnh tại Thành phố Hồ Chí Minh, Thủ tướng Phạm Minh Chính đã nhấn mạnh tinh thần “*tất cả vì Thành phố Hồ Chí Minh*”. Trong chuyến đi thực địa tại Củ Chi (TP.HCM) vào ngày 24/7/2021, Phó thủ tướng Vũ Đức Đam Trưởng ban chỉ đạo quốc gia phòng chống dịch COVID-19 đã nêu rằng: “*Những hướng dẫn của Trung ương, Bộ Y tế, Thành phố dù điều chỉnh liên tục nhưng nếu chưa tối ưu thì những quận, huyện như Củ Chi phải mạnh dạn, linh hoạt, vừa làm, vừa điều chỉnh; đồng thời tổng hợp báo cáo cấp trên để kịp thời tháo gỡ. Cuối cùng, hiệu quả là trên hết*”.

Về lợi hành và đồng sự, Phó Thủ tướng Vũ Đức Đam đã cùng với cơ quan Nhà nước trực tiếp đến thăm, kiểm tra các khu cách ly, phong tỏa ở các tỉnh thành trong cả nước. Chính phủ và Ủy ban các cấp đều thông báo người dân tự ý thức bản thân, thực hiện chỉ thị được quyết định và quy tắc 5K của Bộ Y tế (khẩu trang, khử khuẩn, khoảng cách, không tập trung và khai báo y tế),... Với tinh thần chống dịch của chính quyền các cấp một cách nghiêm ngặt nỗ lực ngăn chặn chuỗi lây nhiễm, bảo vệ sức khỏe người dân trong cả nước. Theo thông tin từ Hòa thượng Bảo Nghiêm cho biết: “*Tới ngày 20/7, có 612 tình nguyện viên Phật giáo gồm 59 tăng, ni và 553 phật tử phát tâm đăng ký chăm sóc bệnh nhân F0 tại bệnh viện dã chiến*”. Bên cạnh đó,

các tôn giáo khác cùng tham gia chống dịch. Riêng Thành phố Hồ Chí Minh có 299 tình nguyện viên các tổ chức tôn giáo tham gia mặt trận chống dịch Covid-19 vào ngày 22/7/2021. Cùng với đó, đúng 6 giờ sáng ngày 27/7/2021, tăng ni các cơ sở tự viện, các trường Phật học ở các tỉnh thành (Học viện Phật giáo, trường Cao trung cấp Phật học,...) cùng với phật tử cả nước thọ trì Kinh Dược Sư để nhất tâm cầu nguyện quốc thái dân an, dịch bệnh Covid-19 sớm được hóa giải đem lại cuộc sống an vui cho nhân loại.

Tóm lại, bằng tình thương vô lượng chan rải rộng khắp, từ các cấp Nhà nước, đội ngũ bác sĩ, y tá, các cơ quan chức năng cùng với tấm lòng hảo tâm của nhiều tổ chức hay các cá nhân nhằm giúp đỡ người dân đang bị cách ly, khu vực phong tỏa,... Một khi tình thương được lan tỏa tạo thành sức mạnh đoàn kết toàn dân vượt qua đại dịch Covid-19 này, mang lại sự sống cho biết bao con người đang trong nguy kịch, hướng đến đời sống gia đình an vui hạnh phúc, thế giới hòa bình và phát triển.

Thích Thiện Mẫn - Học viên Thạc sĩ khóa III, Học viện PGVN tại Tp.HCM

CHÚ THÍCH:

Nārada Mahā Thera (2020), Đức Phật và Phật pháp, Phạm Kim Khánh (dịch), Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.616.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tương Ưng bộ, tập 5, chương Tương ưng sự thật, phẩm Chuyển Pháp luân, kinh Như Lai thuyết, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.783.

Thích Trí Tịnh (dịch) (2017), Kinh Diệu pháp Liên hoa, phẩm Phổ môn, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.550.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tiểu bộ, tập 1, kinh Tập, phẩm Rắn Urugavagga, kinh Từ bi, kệ số 149, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.359.

Kinh Trung A hàm (1992), tập 2, phẩm Trường thọ vương, Kinh Thuyết xứ, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, tr.421.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tiểu bộ, tập 1, kinh Pháp cú, phẩm Song yếu, kệ số 5, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.41-42.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tiểu bộ, tập 2, Trưởng lão tăng kệ, chương 3, kinh Vārana, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.311.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tăng Chi bộ, tập 1, chương Bốn pháp, phẩm Bánh xe, kinh Nhiếp pháp, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.369-370.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tăng Chi bộ, tập 2, chương Mười một pháp, phẩm Tùy niệm, kinh Từ, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.766.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tăng Chi bộ, tập 1, chương 5, phẩm Triền cái, kinh Sự kiện cần phải quan sát, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.672.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tăng Chi bộ, tập 1, chương Bốn pháp, phẩm Sợ hãi, kinh Hạng người sai khác, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.473.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), Kinh Tương Ưng bộ, tập 5, chương 2, phẩm Tổng nhiếp giác

chỉ, kinh Từ, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.537.

Thích Nhật Từ và Thích Đức Thiện (chủ biên) (2014), *Phật giáo và các mục tiêu thiên niên kỷ của Liên Hiệp Quốc*, Thích Minh Châu (dịch), Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.112.

Thích Minh Châu (dịch) (2018), *Kinh Tương Ưng bộ, tập 4, chương 12, phẩm Chuyển pháp luân, kinh Như Lai thuyết (1)*, Nxb Tôn giáo, Hà Nội, tr.783.

Thích Nhật Từ và Thích Đức Thiện (2014), *Sđd.*, tr. 357.

Thích Phước Hạnh (chuyển dịch), “Thông điệp đại lễ Phật đản Vesak Liên Hiệp Quốc 2021”, <https://thuvienhoasen.org>, đăng 25/5/2021, truy cập 25/6/2021. Bản tiếng Anh: “On the Day of Vesak, let us celebrate Lord Buddha’s wisdom by taking action for others with compassion and solidarity, and by renewing our commitment to build a peaceful world” (Nguồn: <https://www.un.org>)

<https://ncov.moh.gov.vn>, truy cập 27/7/2021

<https://covid19.who.int>, truy cập 27/7/2021.

Cổng thông tin điện tử Bộ Y tế, “Việt Nam cảm ơn cộng đồng quốc tế chung tay hỗ trợ phòng, chống Covid-19”, <https://moh.gov.vn>, đăng 21/7/2021, truy cập 26/7/2021.

Báo điện tử Chính phủ nước cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam, “Thủ tướng Phạm Minh Chính: dành tất cả những gì tốt nhất cho TP.HCM chống dịch”, <https://baochinhphu.vn>, đăng 08/7/2021, truy cập 26/7/2021.

Đình Nam, “Mệnh lệnh chống dịch từ thực tiễn”, <https://baochinhphu.vn>, đăng 24/7/2021, truy cập 27/7/2021.

BT (tổng hợp), “Cởi áo tu hành, khoác áo blouse xông pha lên tuyến chống dịch”, <https://baochinhphu.vn>, đăng 25/7/2021, truy cập 27/7/2021.