

# ***Bàn về Chữ Tâm 2: Tâm Tĩnh, Tâm Tuệ, Tâm Viên Giác và Tâm Việt***

**Chu Tấn**

## ***Bài 2: Tu Tâm Dưỡng Tánh - Thành Công và Thành Nhân***

(Bài thứ 6 trong 20 bài về Văn Hiến Việt Nam)

Trong bài trước bàn về “Chữ Tâm 1” chúng ta đã đi qua vài nét đan thanh kỳ diệu của Tâm. Trong bài này người viết xin đề cập:

- Khái quát phân loại Tâm:
- Học Phật Tu Nhân
- Tu Tâm Dưỡng Tánh-Thành công và Thành Nhân
- Tiến trình Tu Thiền; Tâm Tĩnh, Tâm Tuệ, Tâm Viên Giác, và
- Tâm Việt ...

### **I- KHÁI QUÁT PHÂN LOẠI TÂM:**

Để hiểu rõ về Tâm, người ta thường phân Tâm ra thành 2: CHÂN TÂM và VỌNG TÂM ;

**CHÂN TÂM:** Có đặc tính SOI SÁNG THƯỜNG HẰNG là nguồn sống giúp cho con người An lạc

**VỌNG TÂM:** Gây nên khổ đau, tạo nên tham sân si, có sinh / diệt, có/ không, còn/ mất. tới/ đi .

@ Vọng Tâm luôn phân biệt có tự, có tha, có một, có nhiều, có đi,có đến ...Đây là hậu quả của cái nhìn lầm lạc ích kỷ, tạo nên tranh chấp khổ đau cho loài người và cho chính mình.

@Chân Tâm tạo nên cảnh giới màu nhiệm An lạc: không sinh/ không diệt, không có. Không không, không còn/ không mất, không tới. không đi.....

## II- HỌC PHẬT TU NHÂN

Nhằm phát huy đạo giáo, hợp với căn cơ thời đại, Đức Huỳnh Phú Sổ một vị Bồ Tát đồng thời là một nhà Đại Cách Mạng thế kỷ 20 đã đưa ra pháp môn HỌC PHẬT TU NHÂN có những điểm chính yếu sau:

“ Pháp môn của Phật Giáo Hòa Hảo không ngoài Giáo pháp của Phật (tức khế lý) mà còn phù hợp với căn cơ (tức khế cơ) của chúng sanh trong thời kỳ Hạ ngươn mạt pháp[1]. Và chỉ có giáo pháp đó trong hoàn cảnh Việt Nam lúc bấy giờ mới sớm đưa con người kịp tham dự kỳ Đại Hội Long Hoa để chọn người hiền đức [2].

Trên tiến trình đưa đến cứu cánh, Phật Giáo Hòa Hảo khuyên nhủ tín đồ ở bước khởi hành phải Tu Nhân, biết hành sử đạo nhân, lấy Tứ Ân làm phương châm hành động để cải tạo con người trở thành chí thiện. Sau đó bước cuối cùng dùng con đường học Phật, dùng Tịnh Độ để đưa con người đến chỗ giải thoát thân tâm.

### \* TU NHÂN

Trước khi đi vào ngưỡng cửa Phật Tiên, người Phật tử phải lập công bồi đức, trả nợ đời, ơn ngọn rau tác đất, ơn nghĩa sanh thành dưỡng dục, ơn nghĩa đồng bào, ơn Phật, Pháp, Tăng. Đó là việc đền đáp Tứ Đại Trọng Ân, một phần triết thuyết Hành sử Đạo Nhân của Đức Huỳnh Phú Sổ.

*Tu đền nợ thế cho rồi*

*Thì sau mới được đứng ngôi tòa sen*

### \* HỌC PHẬT

Sau việc sửa mình, phát triển trí tuệ, phẩm hạnh dọn mình để đi gần với Đạo, người tín đồ Phật Giáo Hòa Hảo theo gương đức Phật phải tu Phước và tu Huệ mà kinh điển thường gọi là Phước Huệ song tu:

+ Tu Phước : Tu Phước làm việc phải, việc lành, đem hết khả năng giúp đỡ tha nhân.

+ Tu Huệ : Tu Huệ là trau dồi trí tuệ (hay huệ) cho sáng suốt bởi vì Trí là cơ năng bén nhạy của tâm có thể phá tan màn vô minh che mờ

căn trí. Do đó, trí tuệ phải được trau dồi để tìm lẽ sắc không mà lần về nẻo siêu thăng. Muốn đạt được điều đó, Phật Giáo Hòa Hảo chủ trương phải tu thiền và tu tịnh.

Tu thiền phải tự độ, phải đem sức mình mà độ rồi lấy mình không ý lại vào tha lực, sau đó chư Phật mới gia hộ chúng ta [3]. Thầy Huỳnh Phú Sổ đã khuyên nhủ:

*“Coi rồi phải thân mình tự trị  
Chẳng độ xong Phật khó dắt dìu”.*

Chúng sanh tự định đề lần đến phát huệ và tự dùng trí huệ sáng suốt của mình mà đắc thành Phật quả.

Tu Tịnh là theo pháp môn Tịnh Độ, thành khẩn và kiên trì niệm hồng danh của Đức Phật A Di Đà đến lúc “*vô niệm*”, đến chừng “*nhất tâm bất loạn*” để nhờ oai lực của Đấng Từ Bi mà “*độ chúng sanh*”.

*Môn Tịnh Độ là phương cứu cánh  
Rán phụng hành kéo phụ Phật xưa”.*

và

*“Rán trì tâm tưởng niệm canh thân  
Nằm đi đứng hay ngồi chẳng chấp”.*

Muốn cho sự trì niệm có kết quả phải trừ thập ác, hành thập thiện và nhất là phải hội đủ 3 điều kiện: **tín** (tin mình sẽ được về cõi cực lạc) **nguyện** (phát nguyện) và **hạnh** (trì trí niệm hồng danh Đức Phật A Di Đà).

Như vậy, Phật Giáo Hòa Hảo chọn cả hai phép Thiền, Tịnh để dễ bề hóa độ và một người vừa tự tu tự luyện thân tâm vừa chuyên trì niệm Phật thì việc tu hành kết quả sẽ nhanh chóng.

### \* TỨ ÂN

Trong Đạo Phật có hai hạng người : Hạng xuất gia và hạng tại gia. Cả hai hạng này có cùng mục đích (đi đến con đường giải thoát) nhưng phương tiện khác nhau ... Và Đức Huỳnh Phú Sổ đã chọn cho môn đồ của Ông hạng tại gia cư sĩ.

Theo Giáo Chủ Huỳnh Phú Sổ :”*Thiên kinh vạn điển, hiếu nghĩa vi tiên*” (muôn vạn quyển kinh của Phật Thánh Tiên đều dạy sự hiếu nghĩa làm đầu). Vậy đối với người đã quy y đầu Phật, tu niệm tại gia

phải lo làm tròn câu hiếu nghĩa.

Trước kia Thầy Đoàn Minh Huyền đã khuyến khích môn đệ làm tròn 4 điều ân : *Ân Tổ Tiên Cha Mẹ, Ân Đất Nước, Ân Tam Bảo, Ân Đồng Bào và Nhân Loại.*

Bây giờ, Đức Thầy Huỳnh Phú Sổ cũng đã chọn 4 ân trên làm căn bản cho giáo thuyết “*Học Phật Tu Nhân*”.

**+ Ân Tổ Tiên Cha Mẹ :**

Để đền đáp lại công ơn sanh thành, dưỡng dục vất vả của cha mẹ, tổ tiên, người con không những chỉ làm chữ Hiếu như Tử Lộ mà còn phải có được cái hiếu của Tăng Sâm ... chữ Hiếu là trọng đại, và chỉ có những người có hiếu trong gia đình mới có nhân ngoài xã hội.

**+ Ân Đất Nước :**

Con người lớn lên đều thọ ân đất nước nên tất cả (kể cả các nhà tu) có bổn phận : bảo vệ đất nước thanh bình, bảo tồn quốc gia giàu mạnh, vì “Bờ cõi vững lạng thân ta mới yên, quốc gia giàu mạnh mình ta mới ấm” [4].

Tùy tài, tùy sức hy sinh cho xứ sở, và nếu không đủ tài đủ sức để đảm đương việc lớn thì cũng đừng làm điều gì tiếp tay cho ngoại nhân và tổn hại thanh danh đất nước....

**+ Ân Tam Bảo (tức Phật, Pháp, Tăng) :**

Có Phật mới có Pháp, có Tăng. Nhờ Phật mà chúng sanh mới được chuyển mê thành ngộ, Pháp do Phật truyền dạy. Tăng là đại đệ tử của Phật, là những người giữ Pháp và truyền bá Pháp của Phật.

Con người cần có Phật, Pháp, Tăng để khai mở trí óc. Vì vậy, Phật tử phải biết ơn Phật, Pháp, Tăng bằng cách hành động đúng theo điều Phật dạy và phát triển nền Đạo; đồng thời luôn trao luyện để tiếp tay gieo rải tinh thần từ bi bác ái khắp mọi nơi trong bá tánh.

**+ Ân Đồng bào và Nhân Loại :**

Ngoài ra, con người còn thọ ơn xã hội, đồng bào ... nên phải có bổn phận giúp đỡ họ để đền đáp một phần công ơn mà con người đã thọ nhận :

*“Khắp Bắc Nam Lạc Hồng một giống*

*Tha thứ nhau để sống cùng nhau  
Quý nhau từng giọt máu đào  
Để đem máu ấy tưới vào địch quân”.[5 ]*

### **III- TU TÂM DƯỠNG TÁNH:**

Trên thế giới hiện nay, từ Âu sang Á, có rất nhiều tôn giáo, tín ngưỡng khác nhau..

Nói chung, đối với mỗi tôn giáo đều có hai hạng người: tu sĩ và tín đồ. Trong phạm vi bài này, để cho quảng đại quần chúng cùng theo dõi, chúng ta chỉ nhắc đến Phật giáo. Trong phạm vi đó, chúng ta thử tìm hiểu một vấn đề thường được đề cập đến trong cuộc sống hằng ngày, đó là chữ "tu", nhất là vấn đề tu hành dành cho cả hai giới tín đồ và tu sĩ, hay nói cách khác là Phật Tử tại gia và xuất gia. Về phương diện vật chất, khi thấy có một công trình kiến trúc lâu năm đang xuống cấp, hư hao, người ta đề nghị trùng tu hay tu bổ, nghĩa là sửa chữa công trình đó cho tốt đẹp hơn, Khang trang hơn, vững chắc hơn. Về phương diện tinh thần hay tâm linh, khi gặp một người hiền lành, biết ăn chay, tụng kinh niệm Phật, tánh tình dễ dãi, hiền hòa nhã nhặn với mọi người, người ta thường nói người đó "nhờ biết tu" nên mọi người chung quanh cảm thấy dễ thở, thoải mái. Niềm an lạc và hạnh phúc có ngay từ trong gia đình người đó, ảnh hưởng đến ngoài xóm làng, bạn bè và những người quen biết.

Còn đối với những người không biết tu, bản thân họ không hưởng được an lạc và hạnh phúc, không biết được thế nào là "pháp vị" vi diệu tuyệt vời. Họ thường bị phiền não và khổ đau của cuộc đời chi phối, bức bách, ngày ăn không ngon, đêm ngủ chẳng yên, bởi những chuyện thị phi, hơn thua, tranh chấp liên tục, không bao giờ giải quyết được ổn thỏa. Thêm nữa, gia đình họ khó có được những ngày thực sự êm đềm hạnh phúc, bởi ảnh hưởng những nhiệt não tỏa ra từ con người không biết thế nào là tu đúng theo Chánh Pháp, hoặc chỉ biết tu hình tướng và tin theo những điều mê tín dị đoan.

Những người không biết Chánh Pháp để tu, thường cảm thấy bất mãn, bực dọc, thèm muốn, thích đấu tranh, thích hơn thua, thích tiện nghi, nhàn hạ, chùa to tượng lớn, phô trương, cung kính, ăn trên ngồi trước, nghĩa là họ thích đủ mọi thứ trên trần đời. Họ luôn luôn nhìn thấy cuộc đời đầy phiền não và khổ đau, mọi người trên trần đời là bần tiện xấu xa, con người và cuộc đời đều đáng lánh xa.

Họ không bao giờ nghĩ là họ chưa hoàn toàn, chưa hoàn hảo, họ cũng có một phần lỗi trong các cuộc tranh chấp ở đời. Lúc nào họ cũng thấy là "mình đúng người sai". Cho nên họ chạy đi tìm thần linh, tìm thượng đế để cầu nguyện, khẩn vái, cầu khẩn, van xin, hết điều này đến điều nọ. Nếu mọi chuyện đều được đáp ứng, toại nguyện, tốt đẹp như ý họ mong cầu, họ cho là "trời thương". Bằng như ngược lại, họ phiền trách, cho là "trời không thương", hoặc "trời bất công"!

Những người không hiểu biết Chánh Pháp thường nghĩ rằng, cho rằng đạo Phật chỉ dành cho những người thất tình, bất đắc chí, hay những người già cả không sống được với con cháu trong gia đình nên cạo đầu vào chùa để "tu". Lâu ngày cửa chùa biến thành chỗ trốn nợ đời, hay là viện dưỡng lão, thiền môn biến thành sân khấu cải lương nam bộ của những kẻ sàu đời, chán ngán thế thái như tình!

Bởi vậy cho nên, thiết tưởng chúng ta cũng cần tìm hiểu: "tu" nghĩa là gì, để làm gì, có ích lợi gì? Những ai cần phải tu? Tại sao phải tu? Làm sao tu theo Phật? Muốn tu theo Phật phải làm gì?

Trong mọi giới Phật Tử chúng ta hiện nay, phần đông không hiểu rõ ý nghĩa của chữ "tu", không hiểu rõ tu để làm gì, cho nên ứng dụng một cách đáng thương. Có người cho rằng tu là phải cạo râu tóc, mặc áo nâu sòng, hay áo cà sa, vào ở trong chùa, tức là phải có hình tướng nhà sư, phải là tu sĩ mới gọi là "người tu". Hoặc rộng rãi hơn một chút, có người cho rằng phải biết ăn chay, thường xuyên đi chùa, tụng kinh, niệm Phật, làm công quả, làm Phật sự, làm việc chùa, mới gọi là người tu. Không làm như vậy thì không phải là người tu.

Hiểu như vậy không hoàn toàn sai, nhưng chúng ta chỉ mới chú ý đến phần "sự", tức là phần hình thức, hình tướng bên ngoài của một người tu mà thôi. Hay nói cách khác, những điều đó chỉ là "điều kiện có" của một người tu, dù là xuất gia tu sĩ hay tại gia cư sĩ, chứ chưa phải là "điều kiện đủ" để thành một người tu thực sự theo đạo Phật. Đạo Phật không chú trọng nhiều đến hình thức, hình tướng, nhưng không phải không cần có hình thức, hình tướng bên ngoài. Tuy vẫn cần phải có hình thức, hình tướng bên ngoài, một người tu đồng thời cũng phải có chất lượng, có nội dung bên trong, gọi là phần "lý", cả hai phải được vẹn toàn, phải "*lý sự viên dung*" mới gọi là tu đúng Chánh Pháp.

Trước hết nói về phần sự, tức là phần hình thức, hình tướng bên ngoài, chúng ta thấy đều đồng ý là một người tu cần phải có hình thức trang nghiêm thanh tịnh. Nghĩa là một người tu cần phải ăn mặc tề chỉnh, đi đứng đàng hoàng, thái độ chững chạc, cử chỉ khoan thai, nói năng lễ độ, hòa nhã khiêm tốn. Không ai có thể chấp nhận một người ăn mặc lôi thôi xốc xếch, đi đứng nghiêng ngửa, nói năng hồ đồ, cử chỉ thô

tháo, là một người tu chơn chính, ngoại trừ trường hợp các bậc thánh hơn trong các chuyện cổ tích. Cũng trong phần sự, nói chung người tu là người ăn hiền ở lành, không làm việc gì bất thiện, khổ người hại vật, luôn luôn giúp đỡ bất cứ ai, khi cần đến.

Tuy nhiên, phần quan trọng hơn cả chính là phần "lý", tức là phần nội dung bên trong, phần tâm tánh chủ yếu, phần ý nghĩa của những việc làm bên ngoài trên đây. Nghĩa là một người tu cần phải giữ gìn giới luật, tụng kinh, niệm Phật, thiền quán, tu tập thiền định, phát triển trí tuệ bát nhã, đi chùa, làm tất cả mọi công việc đem lại ích lợi cho mình và cho người, một cách chí công vô tư, không phân biệt, không thành kiến. Phần lý này được tóm gọn trong bốn chữ, đó là TU TÂM DƯỠNG TÁNH vậy.

Nếu một người tu chỉ biết lo phần sự, chỉ biết lo trau chuốt hình tướng bên ngoài, chỉ biết lo làm những việc hình thức, không có phần lý, không thực sự thông hiểu và không thực hành Chánh Pháp, thì đó chỉ là cái thùng rỗng, chỉ có cái vỏ, không có ruột. Một người chỉ biết tu hình thức như vậy, dù có cạo tóc vào ở trong chùa, trong tâm vẫn còn đầy dẫy phiền não, chỉ biết học những nghi lễ cúng kiến mà không hiểu ý nghĩa cao siêu của các nghi lễ đó. Họ không chịu nghiên cứu tìm hiểu Chánh Pháp, ngọn đuốc trí tuệ tắt ngấm, cho nên chư Tổ gọi những người như vậy là "tu mù". Người thế gian thường gặp họ trong các tang lễ, nên gọi họ là "thầy tụng đám ma". Một người chỉ biết tu hình thức như vậy, không có ích lợi gì cho chính bản thân họ, ngoài lợi dưỡng, không có ích lợi gì cho những người chung quanh, và nhứt là không ích lợi gì cho đạo pháp cả.

Khi đến chùa lễ Phật, tụng kinh, cúng kiến hay thọ tam qui ngũ giới, Phật Tử chúng ta thường nghĩ rằng: chắc là từ đây về sau, chư Phật sẽ phù hộ độ trì cho được bình an, mọi mong cầu được vạn sự như ý, và cuối cùng, sau khi lìa bỏ cõi đời này, chúng ta sẽ được chư Phật rước về miền cực lạc. Như vậy chúng ta chưa phải là Phật Tử chơn chánh. Thọ tam qui tức là qui y Tam Bảo, gồm Phật Pháp Tăng, và nguyện giữ năm giới là sát, đạo, dâm, vọng, tửu. Nói cách khác, qui y Tam Bảo rồi, chúng ta không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu.

Thực ra, kể từ ngày đó, việc chúng ta phải làm là cố gắng sửa đổi tâm tánh của chúng ta, phải quyết chí chừa bỏ những thói hư, tật xấu, phải chiến thắng những tâm niệm tham lam, sân hận, si mê, phải từ bỏ những lời nói ác độc, gièm xiểm, ganh tị, đố kỵ, phải từ bỏ những hành động xấu xa, gian ác, bất thiện, sát hơn hại vật, phải từ bỏ những ý nghĩ lợi mình hại người, khen mình khinh người. Kể từ ngày đó, chúng ta phải sống theo hạnh của chư Phật, chư Bồ Tát, làm lành lánh dữ, làm

theo những lời dạy quý báu của chư Phật, chư Bồ Tát, chư vị Tổ sư, giữ gìn tâm ý cho thanh tịnh. Đó chính là tu tâm dưỡng tánh vậy.

Chúng ta thường nghĩ tu là nươg tựa, là cầu xin với chư Phật để thỏa mãn mọi mong cầu và qui y Phật, theo Phật, thờ cúng Phật, lạy Phật, sẽ được bình an suốt đời. Bởi vậy cho nên chúng ta trở thành yếu hèn, ỷ lại, mất hết ý nghĩa cao đẹp của chữ "tu". Do bản chất của con người là tham lam, yếu đuối và sợ hãi, dù là Phật Tử thuần thành, đi chùa lễ Phật, tụng kinh thường xuyên, chúng ta cũng không tránh khỏi những tâm bệnh nói trên, cho nên không tránh khỏi những phiền não và khổ đau của cuộc đời.

Do lòng tham lam sâu đậm từ vô thủy cho đến ngày nay, chúng ta qui y Phật với lòng mong cầu thỏa mãn những ước mơ thầm kín, thường là quá sức để thực hiện. Chúng ta thỉnh thoảng đến chùa, hay thậm chí cạo tóc vào ở luôn trong chùa hàng chục năm dài, nhưng không chú ý đến việc học đạo, không màng đến những giáo pháp cao siêu trong các kinh điển, không học hỏi các bậc thiện tri thức, để tự tu tâm dưỡng tánh theo lời Phật dạy.....

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy:

*Hãy tự thấp đuốc, tự mình bước đi.*

Thấp sáng trí tuệ, ngọn đuốc chánh pháp.

Nghĩa là: Đức Phật dạy chúng ta hãy tự quán chiếu, tự soi sáng trí tuệ của mình bằng cách học hỏi giáo pháp, để tự chuyển hóa ba nghiệp thân khẩu ý của mình cho được thanh tịnh, hay nói cách khác, để tự tu tâm dưỡng tánh.

Theo lịch sử, vào thời đó, lúc Đức Phật còn tại thế, Ngài không thể cứu được các vị đại đệ tử của Ngài, khi nghiệp báo của họ đến. Ngay bản thân của Đức Phật cũng bị những khổ nạn, cũng gặp những khó khăn do ngoại đạo gây nên, thì thử hỏi, chúng ta không chịu tự tu tâm dưỡng tánh, tự thấp đuốc lên mà đi, tự cứu chính mình, mà chỉ một mực cầu nguyện, van xin, khẩn vái đủ điều như trên, liệu có được gì chăng?

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy:

*Dù có lên non, xuống biển vào hang,  
nghiệp báo đã mang, vẫn theo con người  
như hình với bóng, không ai có thể tránh khỏi thoát khỏi.*

Nghĩa là: nếu chúng ta không biết tự tu tâm dưỡng tánh, để chuyển hóa ba nghiệp, thì dù cho có van xin, cầu khẩn đến đâu, hay thay hình đổi dạng, làm vua hay thường dân, làm cư sĩ tại gia hay tu sĩ xuất gia, làm tín đồ hay làm giáo chủ, dù như thế nào đi nữa, chúng ta cũng không tránh khỏi khi nghiệp báo đến. Đó chính là luật nhân quả vậy. Có vị giáo



chủ đương thời khi ra tiếp xúc với công chúng, đứng ở trên xe hơi, trong lồng kính chống đạn, vì sợ bị ám sát. Thượng đế còn không cứu được khi con người đến lúc phải trả nghiệp, huống gì là cái lồng kính! Cũng vậy, tục ngữ có câu: "*Chạy trời không khỏi nắng*", chính là nghĩa đó vậy.

Chắc mọi người ai cũng thừa nhận rằng: tất cả chúng ta đều sẵn có hai thứ tâm địa, đó là tâm hiền lương và tâm bất lương. Tâm hiền lương là cái nhân đem lại cái quả an lạc và hạnh phúc cho mình và cho người, đời này và nhiều đời sau. Tâm bất lương ác độc là nhân đem lại quả phiền não và khổ đau cho mình và cho người, đời này và nhiều đời sau. Tu là dẹp bỏ tâm bất lương ác độc, phát triển tâm hiền lương. Tu là điều kiện tất yếu cho tất cả mọi người muốn hết khổ được vui, không phân biệt bất cứ ai, bất cứ giới nào. Người nào còn chất chứa tâm niệm bất lương ác độc, thì cầu nguyện bình yên chỉ hoài công mà thôi, cũng như người uống nhầm độc dược mà lại chưa muốn chết!

Có nhiều người cầu nguyện van xin Đức Phật không có kết quả, bèn đến các lăng tẩm của những vị tướng quân bị triều đình ngày trước bức hại, nghe đồn hiển thánh thành thần, hoặc đến miếu ông miếu bà cóc cô nào đó, để cầu khẩn khẩn vái, ký gửi con cái bệnh hoạn khó nuôi, xin bùa hộ mạng bình yên, xin phép làm ăn một vốn bốn lời. Thực là đáng thương vô cùng! Tại sao như vậy?

Bởi vì những vị đó lúc đương thời còn giữ không được cái mạng của họ, thì làm sao mà cứu giúp ai ở đời sau được chứ! Còn những ông đồng bà cốt, cô hai cô ba, có khả năng nào giải tai giải nạn cho người khác, trong lúc tự lo thân của họ còn chưa xong, ngày nào không có khách cúng tiền, không biết lấy gì mà ăn?

Cuộc sống của chúng ta đầy dẫy những lo âu, bất trắc. Cho nên chúng ta luôn luôn sống trong sự sợ hãi. Khi gặp hoạn nạn chúng ta thường tìm cách nương tựa vào một đấng thiêng liêng tưởng tượng nào đó, để cầu nguyện, khẩn vái, van xin, mong được an tâm. Bởi vậy cho nên, chúng ta thường nghĩ rằng qui y Phật, đi chùa lễ Phật, tụng kinh niệm Phật, hay hằng ngày ở nhà tụng kinh, thắp hương, cúng Phật, là "tu" và sẽ được chư Phật ban cho mọi sự như ý, mọi thứ an lành, mọi sự sung sướng. Nếu không được toại nguyện, chúng ta sẽ đánh mất niềm tin và lạc vào ngoại đạo một cách dễ dàng.

Ở đây chúng ta cần hiểu rõ ràng rằng:

*"Ngoài tâm cầu đạo tức là ngoại đạo".*

Tại sao vậy? Bởi vì chư Tổ có dạy:

*"Phật tức Tâm, Tâm tức Phật", ngoài tâm không có Phật, Phật ở chính ngay trong tâm của chúng ta.*

Phật không có ở trong chùa, không có ở trên non trên núi, không có ở dưới sông dưới suối, không có ở trong rừng trong hang, không có ở cội cây hòn đá. Phật không có ở trong các pho tượng hay tranh vẽ. Những người tự xưng là Phật sống, là đại diện Phật để dưng sớ cúng sao giải hạn, cầu an cầu siêu, cầu đủ mọi thứ trên trần đời, hoặc thấy cội cây, hòn đá có hình dáng lạ lùng nào đó, liền cho là Phật hiện, đồ xô đến lay lầy lay để, đều không phải Chánh Pháp, đều là mê tín dị đoan cả. Thậm chí có người tu đến khi mãn phần, xác thân tứ đại đem thiêu, thấy có vài chuyện lạ, liền cho là hiển linh, cho là xá lợi, rủ nhau đến chụp hình, lễ lạy cho có phước, để cầu xin, van vái. Thật là đáng thương cho những người gọi là Phật Tử như vậy, dù là tại gia hay xuất gia.

Ngày xưa, Thái Tử Tất Đạt Đa rời bỏ hoàng cung, ra đi tìm đạo giải thoát. Sau một thời gian tu tập thiền định, trí tuệ bát nhã bừng sáng, Ngài giác ngộ được Chân Lý và thành Phật. Sau đó, Đức Phật chỉ dạy rằng:

*"Nhứt thiết chúng sanh giai hữu Phật Tánh".*

Nghĩa là tất cả mọi chúng sanh ai ai cũng có Phật Tánh, còn gọi là tánh giác ngộ, đó là tánh sáng suốt hoàn toàn tuyệt đối. Dù là kẻ ngu hay người trí cũng đều có Phật Tánh như nhau. Chỉ tại sự mê ngộ chướng đồng, cho nên mới có kẻ ngu người trí. Người ngộ được Phật Tánh sẽ thấy cảnh trần càng đẹp càng thuần. Phật Tánh hay tánh giác ngộ chỉ hiện ra khi tâm phiền não không còn, cũng như khi mây đen tan biến hết thì mặt trăng sáng hiện ra vậy. Nói một cách khác, do công phu tu tâm dưỡng tánh, cho nên trong khi vẫn sống ở đời, nhưng không còn bị cảnh trần chi phối, không còn bị cảnh trần gây phiền não, thì vọng tâm lăng xăng lộn xộn trước đây của chúng ta chuyển hóa thành Phật Tánh, trở nên thanh tịnh trong sáng.

Tất cả mọi chúng sanh ai ai cũng sẽ trở thành một vị Phật nếu biết tu tâm dưỡng tánh theo đúng Chánh Pháp, không cần phải qua tận xứ Ấn Độ tìm Phật, không cần phải vào rừng, trèo non lội suối, không cần phải làm những chuyện thay đổi hình tướng, không cần phải làm những chuyện dị hình dị tướng, không cần phải làm những chuyện khác thường khác đời gì cả. Tất cả mọi chúng sanh ai ai cũng có thể tu trong mọi hoàn cảnh, ngay tại thế gian này, ngay trên cõi đời này. Chỉ có điều là chúng ta có phát tâm muốn tu hay không mà thôi.

Chúng ta đã biết là tất cả ai ai cũng đều có những tâm niệm xấu ác cần phải tu, cần phải sửa, cần phải chừa bỏ, như là tâm tham lam, sân hận, si mê, kiêu ngạo, nghi ngờ, đố kỵ, tị hiềm, ganh ghét, hơn thua, cố chấp, che giấu, bòn xén, keo kiệt, ích kỷ, dối gạt, lao xao, lộn xộn, lười biếng, buông

lung, phóng túng. Tại sao vậy? Tại sao chúng ta cần phải dẹp bỏ những tâm niệm trên mới gọi là tu?

Bởi vì, trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Những tâm niệm đó chỉ là **vọng tâm**". Nghĩa là những tâm niệm đó "tùy duyên mà có", hết duyên thì lặng mất, chứ không phải là tâm thực của chúng ta, không phải là "**chơn tâm**". Chẳng hạn, không có ai đến quấy nhiễu, làm phiền, chúng ta sẽ yên lành như bụt vậy. Chỉ khi nào có người đến, nói điều gì khó nghe, khó lọt vào tai, hay làm điều gì bất như ý, đụng chạm quyền lợi, xúc phạm tự ái, chúng ta sẽ nổi tam bành lục tặc ngay tức thì, do nghiệp chướng tích lũy lâu đời nhiều kiếp, trong kinh sách gọi là "tùy duyên" mà tâm tức giận đó nổi lên. Nhẹ thì cãi vã, nặng thì ẩu đả. Kết cuộc, một bên vào nhà thương hay ra nghĩa địa, một bên thì vào nhà tù hay ra tòa án. Bởi vì người đời thường cho là "*nhịn thì nhục*", cho nên hễ ai "*cự thì đục*". Thế là sóng gió, thế là phiền não và khổ đau nối tiếp theo sau đó.

Nếu người nào hiểu được là "*nhịn chẳng có gì nhục, cự chẳng cần phải đục*" thì người đó sống cuộc đời an lạc và hạnh phúc không nghi. Chỉ e sợ rằng chúng ta nhịn không nổi mà thôi, chứ có gì gọi là nhục đâu. Chỉ vì tự ái quá cao, coi mặt mũi quá trọng, nên chúng ta phản ứng mà chẳng kịp suy nghĩ đến hậu quả xảy ra sau đó.

Thí dụ như có người đến mắng chúng ta là đồ "*ngu như bò*", chắc là chúng ta sẽ nổi tức ngay. Như vậy là người đó nói đúng quá rồi, còn gì nữa mà đôi co và cãi vã! Bởi vì nếu chúng ta thực sự không ngu và thực sự không phải là con bò, thì cần gì phải tức giận cho mệt. Lời nói của người đó không có nghĩa lý gì cả, cho nên chúng ta không cần phải chấp làm gì. Được như vậy, chắc chắn chúng ta sẽ sống an lạc và hạnh phúc ngay hiện đời, không nghi. Hơn nữa, lời chửi mắng chỉ là chuyện nhỏ, còn những chuyện lớn hơn, chẳng hạn như bạn bè chơi thân với nhau từ lâu, rồi sang đoạt tài sản, bản quyền sách vở, rồi lại lôi đầu mình ra trước ba tòa quan lớn, thưa kiện cho sạt nghiệp luôn, thì chúng ta mới phải đối phó sao đây, cự xử sao đây, cho gọi là phải đạo?

Trong kinh sách có câu:

*"Bồ Tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả"*.

Nghĩa là người có trí tuệ bát nhã của bậc Bồ Tát, trước khi hành động, nói năng, suy nghĩ, đều cân nhắc đắn đo hậu quả, còn phàm phu tục tử, muốn làm thì làm, muốn nói thì nói, muốn nghĩ thì nghĩ, chẳng cần biết đến hậu quả ra sao. Trong tam tạng kinh điển, Đức Phật có dạy: Tự ái tức là chấp ngã, chấp ngã thì khổ đau. Muốn hết phiền não và khổ đau thì phải đạt được "**trạng thái vô ngã**", đó là mục đích cứu kính

**của đạo Phật.** Muốn đạt được trạng thái vô ngã, chúng ta cần phải tu học và hành trì trong một thời gian không ngắn! Đó chính là tu tâm dưỡng tánh vậy.

Chấp ngã nghĩ là gì? Chấp ngã tức là "*chấp cái ta*" là thiệt, là ngon lành, hễ ai đụng tới là ăn thua đủ ngay tức thì. Chúng ta có biết đâu rằng "cái ta" ngon lành đó, chỉ gồm có cái xác thân hôi hám bằng xương thịt, trong kinh sách gọi là thân tứ đại vì gồm có bốn chất là đất nước gió và lửa, sẽ bị chúng ta bỏ lại trần thế ngay khi lìa đời. Cát bụi sẽ trở về với cát bụi. Vậy cái gì là "ta" thực sự đây? Có phải cái tâm suy nghĩ là "ta" chăng? Cũng không phải! Tại sao vậy? Bởi vì cái tâm suy nghĩ lăng xăng, lộn xộn đó "tùy duyên mà có", hết duyên thì lặng mất, cho nên đó chỉ là "vọng tâm", tức là cái tâm vọng động mà thôi, đâu phải thực là "ta". Nếu đó là "ta", thì chẳng lẽ, "ta" lúc có lúc không, lúc còn lúc mất?

Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy:

*"Sanh diệt ký diệt. Tịch diệt hiện tiền".*

Nghĩa là khi vọng tâm sanh diệt lặng mất rồi, tức là tâm trạng lúc có lúc không lắng hết, thì cảnh giới tịch diệt, tức là chơn tâm hiện tiền. Chơn tâm là một tên gọi khác của Phật Tánh. Chúng ta có thể ví dụ mặt biển lúc yên lặng, bình thản, im sóng lặng gió như là chơn tâm. Lúc có gió thổi đến, gió nhẹ sóng nhỏ, gió lớn sóng to. Ví như vọng tâm điên đảo, nổi sóng tham lam, giận tức, ngu si, khi đáp ứng với những ngọn gió của đời sống, như bị dụ dỗ danh lợi, bị chửi mắng nhục mạ, bị chọc tức trêu gan, bị khen chê phê phán, bị suy sụp cơ nghiệp.

Nói một cách khác, mặt biển tùy gió mà nổi sóng.

Tâm của chúng ta cũng vậy, tùy duyên mà sanh khởi những tạp niệm, sanh khởi những vọng niệm xấu xa ích kỷ, lợi mình hại người. Mặt biển tượng trưng cho tâm thể thanh tịnh của chúng ta, trong kinh sách gọi là Chân Tâm hay Phật Tánh.

*Tu tâm dưỡng tánh nghĩa là làm sao sửa đổi, chừa bỏ những những tâm niệm trên đây, làm sao khi có gió thổi đến, mà mặt biển tâm thanh tịnh của chúng ta không một chút xao động, không một chút gợn sóng, tức là chúng ta đã đạt được mục đích cứu kính của Đạo Phật rồi.* Đó mới thực là một người chơn chính tu theo đạo Phật, mới thực sự là một Phật Tử thuần thành, dù là tại gia cư sĩ hay xuất gia tu sĩ. Ngược lại, đó chỉ là hình tướng bên ngoài không hơn không kém mà thôi.

Tục ngữ Pháp có câu: "*L'habit ne fait pas le moine*", tức là: "*Chiếc áo cà sa không tạo ra người tu sĩ*", chính là nghĩa đó vậy.

Tục ngữ Việt Nam ta có câu:

*Thứ nhứt tu tập tại gia.*

### *Thứ nhì tu chợ, thứ ba tu chùa.*

Nghĩa là tu tập tại gia là việc dễ nhứt, bởi vì trong gia đình toàn là những người thân thương, nên mọi việc đều được cảm thông dễ dàng hơn, dễ tha thứ hơn, dễ bỏ qua những lỗi lầm sai trái. Kế đến, khi ra chợ làm ăn buôn bán, mà muốn tu thực là khó, bởi vì gặp những người ở ngoài chợ, phần đông người lạ, ý kiến tánh tình, mỗi người mỗi khác, biết đâu mà lường, làm dâu trăm họ, làm sao tu được? Vào chùa tu lại càng khó hơn, bởi vì giới luật nhà chùa, khắc khe nghiêm ngặt, thường bị kiểm soát, canh chừng nhắc nhở, mất hết tự do.

Tuy nhiên, có người giải thích khác hơn như sau: Tu tập tại gia là việc khó khăn nhứt, bởi vì người trong gia đình quá quen thuộc, cho nên lờn mặt, khó tu khó sửa, không người nhắc nhở, khuyến khích tu tập, bụt nhà không thiêng. Hơn nữa tại gia, đủ thứ cám dỗ, đủ thứ phiền não, khổ đau cuộc đời, bận rộn suốt ngày, không có thời giờ, làm sao tu được? Tu chợ thì ít khó hơn, bởi vì mỗi ngày chỉ đi chợ vài tiếng đồng hồ là nhiều, có khi mỗi tuần chỉ đi chợ một lần, chuyện gì tu được thì tu, chuyện gì tu không được thì thôi! Tu ở chùa là dễ dàng nhứt, bởi vì không phải lo chuyện sinh nhai, không ai dám xúc phạm, không bận rộn chuyện thế gian, có thầy lành bạn tốt sách tấn đồng tu.

Vậy quan niệm nào mới thực là đúng? Câu trả lời tương đối là: "tùy duyên", tức là tùy người, tùy hoàn cảnh, tùy địa phương, tùy pháp môn, tùy thời đại, tùy giáo phái, tùy nhiều điều kiện, không có gì nhứt định đúng hoàn toàn cả! Bất cứ hoàn cảnh nào, dù dễ hay khó, người nào tu được, người đó an lạc, chung quanh hạnh phúc! Thực là đơn giản!

Tóm lại, muốn "tu tâm", nghĩa là chừa bỏ những tâm niệm xấu ác, bất thiện trên đây, chúng ta cần phải "dưỡng tánh", nghĩa là nuôi dưỡng, phát triển những đức tánh tốt đẹp thay thế, như là tánh từ bi hỷ xả, tánh bình đẳng vô tư, tánh công minh chính trực, tánh nhẫn nhịn nhu hòa, tánh trong sạch hiền lương, tánh siêng năng tinh tấn, tánh kiên trì bền chí. Những đức tánh tốt đẹp này thay thế những tâm niệm bất thiện, lăng xăng lộn xộn, lâu ngày giúp chúng ta giác ngộ, và chuyển hóa vọng tâm thành chơn tâm, tức là chúng ta đã giải thoát khỏi sanh tử luân hồi.

Tất cả mọi người đều cần phải biết tu. Con người có tu mới được an lạc, tự tại và giải thoát. Gia đình có tu mới được hạnh phúc. Nhân loại có tu mới thanh bình. Chúng ta cũng biết cuộc đời khổ đau, bất trắc, hay an vui, sung sướng, là quả báo từ nhiều đời nhiều kiếp trước, do "chính chúng ta đã làm", đúng theo luật nhân quả. Chúng ta đã tạo "nhân" nào trước đây thì nay chúng ta nhận "quả", kết quả hay hậu quả, tương ứng đó vậy. Chúng ta nên nhớ chư Phật và chư vị tu hành đắc đạo cũng

không ra ngoài luật nhân quả. Các Ngài chỉ ra ngoài vòng sanh tử luân hồi nhờ biết tu theo lời chư Phật dạy, đúng Chánh Pháp, nên thoát khỏi mọi khổ đau, mọi ràng buộc của cuộc đời.

Vậy, nếu muốn khỏi khổ đau, muốn được an vui, chúng ta hãy phát tâm "tu" ngay từ giờ phút này. Nếu muốn tu hành đúng Chánh Pháp, chúng ta phải phát tâm cầu học Phật Pháp một cách mãnh liệt. Chỉ có cách đó mới có thể giúp chúng ta giác ngộ và giải thoát mà thôi. Chúng ta hãy tự kiểm điểm, xem mình thuộc hạng nào sau đây: Nếu chúng ta thuộc hạng đến với Phật để mong cầu bình an, van xin điều nọ điều kia, thì hãy nên thức tỉnh, can đảm chuyển hướng tu hành để trở thành người Phật Tử chơn chánh, tuy còn trong vòng sanh tử luân hồi, nhưng cũng sống cuộc đời an lạc và hạnh phúc. Nếu chúng ta thuộc hạng đến với Phật để tu học, để tu tâm dưỡng tánh, thì nên cố gắng, nỗ lực hơn nữa, để mọi sự xấu xa, phiền não đều tan biến, tiến thẳng trên đường giác ngộ và giải thoát, thoát ly khỏi vòng sanh tử luân hồi.

Toàn thể chúng ta đều muốn là người chánh tín, không ai muốn là hạng người mê tín dị đoan, phải biết ứng dụng Chánh Pháp để chuyển hóa cuộc đời mình, bớt khổ thêm vui, thực sự đem ngọn đuốc Chánh Pháp soi sáng đời mình, ra khỏi đêm tối vô minh. Sau hết, chúng ta cần nhớ lại lời chư Tổ đã dạy:

*Tu mà không học, đúng là tu mù.*

*Học mà không tu, đúng là tử sách. [6]*

Thật hạnh phúc thay cho những ai biết "Tu Tâm Dưỡng Tánh"! tinh tấn trên đường Đạo!

Thật hạnh phúc thay cho những ai trót làm việc "xấu ác" mà biết hồi tâm chuyển ý, ăn năn sám hối, biết trở lại con đường thiện lành "Tu Tâm Dưỡng Tánh"!!!

Thật hạnh phúc thay cho tuổi trẻ Việt Nam biết lấy "Tu Tâm Dưỡng Tánh" làm bài học nằm lòng ngay khi còn thanh thiếu niên!

Muốn cho Việt Nam Hùng Mạnh và Vinh Quang mọi người cộng dân Việt Nam đều cần phải "Tu Tâm Dưỡng Tánh" để Thành Công và Thành Nhân!!!

#### **IV- THÀNH CÔNG VÀ THÀNH NHÂN:**

**Muốn thành công trước hết phải thành nhân**

Lợi ích của việc trở thành một nhân viên giỏi không chỉ nằm ở việc được thăng tiến, tăng lương, mà quan trọng hơn là *trở thành phiên bản tốt hơn của chính mình*. Dưới đây là 4 việc một nhân viên giỏi luôn nỗ lực thực hiện.

**Thứ nhất: Hiểu rõ vị trí, vai trò của mình trong tổ chức.** Nhân viên giỏi, dù ở vị trí cao hay thấp, hiểu rõ công ty đang hướng đến đâu (vision) và họ đóng vai trò như thế nào trên con đường đó. Bất luận giữ chức danh gì, nhân viên giỏi nhận thức rõ vị trí mình nắm giữ là quan trọng, không thể thiếu, để 'cỗ máy' công ty có thể hoạt động trơn tru đi đến thành công.

Nhân viên giỏi tự hào về công việc đang làm, luôn tự nhắc nhở bản thân rằng "thiếu ta là không được", từ đó phối hợp nhịp nhàng, ăn ý với các cộng sự của mình. Khi vì lý do cá nhân có thể dẫn tới việc không thể tròn vai, nhân viên giỏi luôn chủ động tìm và đề xuất giải pháp hỗ trợ, thay thế, để đảm bảo mọi việc vẫn diễn ra như bình thường. Nhân viên giỏi là người tự đặt mình vào vị trí của lãnh đạo để nghĩ, hiểu, và hành động.

**Thứ hai: Giữ thái độ tích cực, lạc quan về mọi việc.** Thái độ quan trọng hơn kỹ năng. Nếu có thái độ đúng đắn, sẽ rèn luyện được kỹ năng giỏi. Nhân viên giỏi luôn tươi cười, tiếp cận mọi việc bằng sự hứng khởi, tích cực, bởi họ biết sự tích cực nơi họ sẽ tỏa năng lượng tốt, góp phần tạo bầu không khí dễ chịu nơi làm việc, điều rất cần cho đồng nghiệp và hiệu suất công việc. Thái độ tích cực, suy nghĩ lạc quan giúp nhân viên giỏi chẳng những làm việc hiệu quả, mà còn giúp họ có tâm thế thoải mái trong việc thừa nhận những sai sót mắc phải, từ đó mà vượt qua và vươn lên để ngày một giỏi hơn. Nhân viên giỏi không khoa trương, đồng thời cũng không thẹn thùng khi nói về những thành công trong công việc của họ, bởi họ biết chỉ những người có tinh thần tự tôn và quý trọng giá trị bản thân thì mới có thể đóng góp cho tổ chức.

**Thứ ba: Quý trọng thời gian, nỗ lực hoàn thành đúng/vượt thời hạn.** Nếu như tiền có 'outflow' (dòng chảy ra) và 'inflow' (dòng chảy vào) - nghĩa là mất đi kiếm lại được, thì thời gian chỉ có dòng một chiều là... trôi qua không bao giờ trở lại. Nhân viên giỏi hiểu rằng thời gian là nguồn lực quý và khan hiếm nhất của công ty.

Họ quý trọng thời gian của họ, tìm mọi cách để sử dụng thời gian một cách tối ưu nhất, đồng thời quý trọng thời gian của đồng nghiệp, không bao giờ trở thành một "nút nghẽn cổ chai" làm trì hoãn công việc chung. Nhân viên giỏi giúp công ty có thêm thời gian để vượt qua khó khăn. Nhân viên giỏi một khi đã nhận việc là lãnh đạo có thể tin tưởng việc đó đã hoàn thành.

**Thứ tư: Không bao giờ để cộng sự, lãnh đạo bất ngờ.** Nhân viên giỏi hiểu rằng giúp mọi người xung quanh hiểu mình, hiểu công việc mình đang làm, hiểu khó khăn mình đang gặp sẽ giúp họ nhận được sự hỗ trợ, phối hợp, chia sẻ cần thiết để thành công. Do vậy, nhân viên luôn tìm cách giao tiếp hiệu quả để các vấn đề, các ý tưởng của bản thân được lắng nghe.

Họ chủ động nắm việc, sở hữu việc, tự chịu trách nhiệm với việc nhưng tuyệt đối không bao giờ gây ra sự bất ngờ, đưa người khác vào hoàn cảnh trở tay không kịp. Thà ‘hỏi ngu’ còn hơn tự ý làm sai, nhân viên giỏi trước khi hành động bao giờ cũng đảm bảo chắc chắn rằng mình đã hiểu đúng về công việc được giao.

Trở thành một nhân viên giỏi sẽ giúp bạn hoàn thiện bản thân. Nhân viên giỏi nhất định sẽ được thăng tiến. Nhân viên giỏi nhất định sẽ được tăng lương. Nhưng điều đó không quan trọng bằng việc nỗ lực thành nhân viên giỏi theo cách trên sẽ giúp bạn trở thành một con người tốt đẹp hơn, một phiên bản tốt hơn của chính mình. Thành công không bằng thành nhân chính là như vậy.[7]

## **“Giúp con thành nhân và thành công trong cuộc sống”**



(...) Đó là đề tài mà cô Đàm Lê Đức, hiệu trưởng Trường Bồ tát văn hóa Lý Tự Trọng đặt ra cho mình trong buổi “giao lưu” với hơn 600 vị phụ huynh học sinh tại trường Minh Đức, 75 Nguyễn Thái Học, Quận 1, vào ngày 5.8 vừa qua.





Sau đây là 7 điều góp ý để giúp các em học sinh thành công và thành nhân trong cuộc sống của tác giả Đỗ Hồng Ngọc

1. **Rèn nghị lực/ ý chí và tự tin.** Muốn vậy, trẻ đừng ngồi “nhằm lớp”, nghĩa là đừng chạy theo danh hão, không đủ trình độ mà học lớp cao. Muốn tự tin thì phải học vừa sức. Học mà thấy khoái thấy vui mới đáng học. Học thấy nản cần coi lại. Phụ huynh không nên ép con phải vào được trường này trường nọ để lấy “danh giá” cho gia đình.

2. **Rèn nhân cách:** Đây là điều cốt lõi. Muốn vậy trẻ phải được sống trong một môi trường trung thực, tự trọng, tử trọng gia đình đến nhà trường và cả... xã hội! Bây giờ chuyện này có vẻ khó quá! Chỉ thấy nói một đường làm một nẽo, nói vậy mà không phải vậy. Không qua mắt được trẻ đâu. Nó thấy nó biết hết. Và nó cũng đóng kịch rất giỏi. Cha mẹ làm giàu một cách gian dối thì... trẻ sau này có bốn phận phải phá tan hoang để... trả “nghiệp”! Một nguyên tắc cốt lõi “kỷ sở bất dục vật thi ư nhân” (điều gì mình không muốn thì đừng làm cho người khác) phải được rèn tập từ thuở nhỏ. Đừng đòi làm “hot”. Nghèo mà học giỏi như “Trần Minh khổ chuối” thì cũng đủ “hot” nhất trường!

3. **Rèn luyện thân thể.** Một linh hồn minh mẫn trong một thân thể tráng kiện. Cho nên không thể quên chuyện ăn, chuyện ngủ, chuyện thở, vệ sinh cá nhân, thể dục thể thao... cho trẻ. Nghỉ hè phải ra nghỉ hè. Không nên để trẻ chúi đầu vào TV hay mê chơi game... trái lại càng cho trẻ gần gũi với thiên nhiên càng tốt. Nhiều trẻ đã bị tâm thần, trầm cảm vì bị ép học, bắt học. Hãy để trẻ được là trẻ, hồn nhiên, thành thơi, vui sống...

4. **Ngôn ngữ.** Trẻ phải giỏi tiếng mẹ trước đã. Chuyện có vẻ đương nhiên mà không phải vậy. Bây giờ người ta viết tiếng

Viết trật lắt, ca hát nói năng toàn ngoại ngữ, cho là cao sang. Lỗi viết của teen bây giờ đang là một vấn đề, vì các em đã quen tay, lúc làm bài thi cũng viết như vậy thì rất dễ rớt, dễ bị mất điểm. “Văn là người”, “Đời người qua nét bút” có lẽ vẫn còn đúng. Nên khuyên trẻ viết “nghiêm chỉnh” vì chữ viết nói lên tính cách con người.

5. **Tự học.** Không ai thành công mà không nhờ tự học. Nhà trường thường chỉ cho ta một chiếc chìa khoá, hoặc chỉ ta cách làm chìa khoá, còn ta phải tự mở toang cánh cửa ra thì mới khám phá được kho tàng bên trong. Chỉ ôm chìa khoá ngủ thì chẳng được gì cả. Vậy phải biết tự học, và có phương pháp tự học. Dạy học bây giờ là dạy cách học, để có thể tự học bất cứ lúc nào, ở đâu. Làm sao giúp trẻ biết tự học là việc của phụ huynh chứ không của ai khác. Tự học tốt nhất là đọc sách. Lên mạng cũng phải biết chọn thông tin, nếu không sẽ bị tẩu hỏa nhập ma! Một gia đình có ông bà cha mẹ mê đọc sách thì con cháu mới mê đọc sách. Phải chọn sách mà đọc cũng như chọn bạn mà chơi. Đọc sách thì ta có cái sướng là có nhiều người thầy, người bạn từ... ngàn xưa! Hãy “dụ dỗ” trẻ đọc sách. Bắt đầu bằng những chuyện kể ly kỳ, hấp dẫn, rồi dần dần cho trẻ đọc sách từ dễ đến khó theo lứa tuổi, theo trình độ.

6. **Nâng cao kiến thức:** Đây không chỉ là kiến thức hẹp trong nghề nghiệp để trở thành một người “thợ” giỏi mà là kiến thức rộng, giúp ta “thành nhân”. Có thể gọi đó là văn hoá nền, một thứ văn hóa cần thiết, được vun xới, tưới tẩm, để trên đó gieo trồng các hạt giống tốt, làm cho cuộc sống phong phú hơn và có được hạnh phúc hơn, nghĩa là thành công hơn. Thầy cô giáo ở trường thường không có đủ thời giờ để giảng giải, mở rộng kiến thức cho trẻ thì chính phụ huynh phải dạy dỗ, giải thích, mở rộng thêm kiến thức cho bài học, làm sao để biến một bài học chán ngán ở trường (vì trẻ không hiểu, vì sợ mà học) thành một bài học sinh động, lý thú, để trẻ thấy ham học, thích học. Phụ huynh nào làm được cho trẻ “ham học” thì phụ huynh đó đã... thành công. Cho nên khi phụ huynh quá bận rộn cần phải mời thầy dạy kèm thì nên đặt điều kiện thầy phải làm sao cho trẻ đang ghét học, biếng học thành “mê học”, thay vì dạy tử để lấy điểm cao trong lớp!

**7. Rèn luyện kỹ năng.** Đương nhiên rồi. Phải có kỹ năng mới làm được việc. Ngày nay người ta không chỉ dạy kiến thức. Kiến thức thì vô vàn. Gõ một cái trên bàn phím là vô số kiến thức xuất hiện. Cái cần rèn chính là Thái độ và Kỹ năng. Và người ta đánh giá là đánh giá trên thái độ và trên năng lực thực sự của một con người, chứ không dựa trên học vị, bằng cấp như bây giờ! **“Kỹ năng sống”** không phải là cái gì mới lạ đâu! Các bà mẹ từ xưa vẫn dạy con nấu cơm, rửa chén, quét nhà... đó thôi! Dĩ nhiên cần phải mở rộng rất nhiều như ta biết. Kỹ năng phải được học bằng thực hành chứ không phải bằng lý thuyết.

Nhưng dù thế nào đi nữa thì cũng phải dạy... làm người trước khi dạy làm... nghề. Nếu chỉ giỏi kỹ năng không thôi thì chỉ có thể làm thuê! Còn không có kỹ năng cũng không ai cần. “Những anh mít đặc thôi thời/ Ai còn mua chuộc đón mời làm chi” ?

Để giúp trẻ thành nhân và thành công trong cuộc sống phải bắt nguồn từ trong gia đình. Dành thì giờ cho trẻ, gần gũi hơn với trẻ, lắng nghe và thấu cảm. Mình nhắc đến Quốc văn giáo khoa thư. Lạ lùng, nhiều bà mẹ bây giờ không hề biết và họ thực sự ngạc nhiên, cảm động, khi nghe mình kể vài câu chuyện trong sách như chuyện Quả bứa, chuyện Đường đời, chuyện Anh em nhà họ Điền, Đừng phá tổ chim... Những câu chuyện rất đời thường đó lại đi vào lòng người, bởi nó là chuyện của con người chứ không phải của... siêu nhân![8]

(Hết bài bàn về chữ Tâm 2 - Đón đọc bài: Bàn về chữ Tâm3: CHỮ TÂM TRONG NẾP SỐNG ĐẠO SỐNG VIỆT

## **CHU TẤN**

### **Tái liệu tham khảo:**

[1] Trần Nhật Thăng, luận văn Cao Học Hành Chánh (HVQGHC. 1968).

[2] Vương Kim, Hành Sử Đạo Nhân, trang 10, 11.

[3] Nguyễn Văn Hào – Nhận Thức Phật Giáo Hòa Hảo trang 100. Saigon 1968.

[4] Sấm Giảng Thi Văn toàn bộ, trang 147 – Ban Phổ Thông Giáo Lý Trung Ương.

[5] <https://hoahao.org/p74a4320/hoc-phat-tu-nhan>

[6] Cư Sĩ Chính Trực- <https://thuvienhoasen.org/a12019/13-tu-tam-duong-tanh>

[7] <https://vanhoa.evn.com.vn/d6/news/Muon-thanh-cong-truoc-het-phai-thanh-nhan-0-140-22044.aspx>

[8] <https://www.dohongngoc.com/web/goc-nhin-nhan-dinh/thanh-nhan-va-thanh-cong/>

---

Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:

<http://www.vietnamvanhien.org/ChuTan.html>

[www.vietnamvanhien.net](http://www.vietnamvanhien.net)

