



Dạy trẻ sống lương thiện từ những điều nhỏ bé

ISSN: 2734-9195

09:05 19/09/2025

Giáo dục lòng tốt không phải bằng khẩu hiệu, mà bằng thực hành sống động trong từng sự việc của đời sống.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CDSP Trung ương

Nhật Bản – một đất nước nổi tiếng với sự kỷ luật và nhân văn, từ lâu đã xây dựng nền tảng giáo dục dựa trên sự lương thiện và lòng trắc ẩn. Điều đặc biệt là, những giá trị ấy không chỉ được dạy bằng lý thuyết, mà được gieo trồng từ đời sống hàng ngày, từ những sinh hoạt nhỏ nhất, như cách một đứa trẻ đối xử với một chú mèo con, hay cách người trẻ đưa tay đỡ một cụ già qua đường.

Điều này rất tương đồng với lòng từ bi: Mỗi hành động thiện lành, nếu được gieo trồng từ nhỏ, sẽ là nhân duyên dẫn đến tâm thức an ổn, và một xã hội hài hòa.

1. Giáo dục lòng lương thiện từ những sinh linh nhỏ bé

Ở Nhật Bản, lòng nhân ái không được giảng bằng lời khuyên khô cứng, mà được nuôi dưỡng bằng những trải nghiệm mềm mại từ thuở thiếu thời. Ngay từ khi còn rất nhỏ, những đứa trẻ đã được cha mẹ cho tiếp xúc và học cách chăm sóc những sinh linh bé nhỏ như chó con, mèo con, thỏ, chim sẻ hay cá vàng.

Không ít gia đình coi việc nuôi thú cưng là một phần thiết yếu trong quá trình nuôi dạy con, không phải để giải trí, mà để dạy trẻ biết nâng niu sự sống, dẫu đó là sự sống mong manh, nhỏ nhoi đến mấy.

Tại các trường mẫu giáo và tiểu học, trẻ em được luân phiên phụ trách chăm sóc những con vật nuôi của lớp. Các em tự tay cho ăn, thay nước, dọn dẹp chuồng, thậm chí còn lập sổ theo dõi sức khỏe và nhật ký trưởng thành của từng “*bạn nhỏ*” bốn chân hay hai cánh. Những công việc ấy, tưởng như đơn giản, lại là bài học đầu đời về lòng từ bi và trách nhiệm.

Khi một bé gái tiểu học vẽ bức tranh chú thỏ bị gãy chân mà em từng chăm sóc, hay khi một cậu bé đứng giữa sân trường kể câu chuyện về chú chim sẻ bị

thương được em che mưa suốt một buổi trưa, ấy là lúc tâm từ trong trẻ đang dần nảy mầm.

Không dừng lại ở đó, nhiều trường còn khuyến khích trẻ dùng tiền tiết kiệm mua thức ăn cho động vật bị bỏ rơi hoặc nhận nuôi những sinh linh kém may mắn. Có em đã dành phần quà sinh nhật để quyên góp cho trại bảo tồn động vật hoang dã; có em lặn lội viết thư xin phép cha mẹ nhận nuôi một chú mèo bị cụt chân ngoài đường. Những hành động nhỏ, nhưng chất chứa tình thương thuần khiết, không điều kiện – điều mà Phật giáo gọi là từ tâm vô lượng (mettā).



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

2. Khơi dậy tinh thần vị tha và nâng đỡ những người yếu thế

Trong nền giáo dục Nhật Bản, một trong những giá trị đạo đức cốt lõi không chỉ là lễ phép, kỷ luật hay chăm chỉ – mà còn là tinh thần vị tha, sự chủ động đứng về phía những người yếu thế trong xã hội. Đối với trẻ em Nhật, việc nhường chỗ cho người già trên xe buýt, xách đồ giúp một cụ bà trên đường, hay nhẹ nhàng dắt tay một người khiếm thị qua ngã tư không phải là những hành vi được khen thưởng, mà là hành vi tự nhiên của một con người đã biết nghĩ cho người khác.

Ở nhiều trường tiểu học, giáo viên kể cho học sinh nghe những câu chuyện nhỏ: về một em bé cúi xuống buộc lại dây giày cho cụ già ngã khụy ở công viên; hay một học sinh lớp ba âm thầm để lại hộp sữa và tờ giấy ghi “*Cháu tặng bác!*”

trên ghế chờ xe buýt khi thấy một người vô gia cư đang run rẩy giữa mùa đông. Những hành động âm thầm nhưng đầy ấm áp ấy chính là biểu hiện sống động của tinh thần "*omoiyari*" – một từ khó dịch nhưng đầy thiêng liêng trong tiếng Nhật, mang nghĩa "*biết nghĩ cho người khác bằng trái tim thấu cảm*".

Câu nói mà nhiều bậc cha mẹ Nhật thường nhắc lại cho con: "*Ngưỡng mộ kẻ mạnh là điều dễ hiểu, nhưng đứng về phía kẻ yếu mới thể hiện một tâm hồn đẹp*".

Trong ánh sáng Phật học, đó là biểu hiện của tâm bi mẫn (*karuṇā*) – lòng từ bi được khơi lên khi con người đối diện với khổ đau và mong muốn xoa dịu khổ đau đó. Không phải từ lòng thương hại, mà từ sự đồng cảm được nuôi dưỡng bởi chính niệm, nhìn thấy thật rõ người khác đang đau, ý thức rằng mình cũng từng – hoặc có thể – sẽ ở trong vị trí ấy.

Phật giáo gọi đó là đặt mình vào vị trí của chúng sinh, là khởi tâm "*từ – bi – hỷ – xả*" một cách không phân biệt. Điều này cũng được phản ánh trong nguyên lý chính ngữ và chính nghiệp của Bát Chính Đạo – khi ta hành xử trong đời sống không chỉ đúng, mà còn cần hiền lành, mềm mỏng và đầy thiện ý.

Giáo dục Nhật không dạy trẻ trở thành "*người hùng*", mà dạy trẻ trở thành người đồng hành lặng lẽ với người khác. Ở đó, sức mạnh không nằm ở quyền lực, mà nằm trong khả năng cúi xuống với lòng kính trọng, nâng người khác lên mà không làm họ thấy nhỏ bé.

Tâm lý học hiện đại gọi đây là hành vi hướng đến người khác (*prosocial behavior*) – một chỉ số quan trọng trong việc đánh giá sự trưởng thành về mặt cảm xúc và xã hội của trẻ. Trẻ có khả năng giúp đỡ người khác mà không đòi hỏi phần thưởng là những người có nội lực nhân cách vững vàng, dễ phát triển thành người sống tử tế và có trách nhiệm cộng đồng.

Trong một xã hội lý tưởng, trẻ không chỉ cần biết phân biệt đúng sai, mà cần biết thấu hiểu khi thấy ai đó đang mỗi mệt. Đó là cách mà Nhật Bản đã gieo trồng hạt giống từ bi – lặng lẽ nhưng sâu xa – trên những bước chân đầu đời của trẻ thơ.

3. Nuôi dưỡng tinh thần hòa bình và ngăn chặn mầm mống bạo lực

Dù là quốc gia từng có truyền thống võ sĩ đạo và nổi tiếng với kiếm thuật, người Nhật lại có một lập trường rất nghiêm khắc với đồ chơi bạo lực. Súng, pháo, xe tăng, robot đánh nhau... hiếm khi được cha mẹ Nhật cho phép con chơi. Các

nhà khoa học và nhà giáo dục Nhật Bản từ lâu đã chỉ ra: những trò chơi mang tính bạo lực, nếu tiếp xúc thường xuyên, sẽ ảnh hưởng tiêu cực đến hệ thần kinh non nớt của trẻ, làm gia tăng xu hướng bốc đồng, phản ứng bằng vũ lực thay vì đối thoại.

Trong nhà trường Nhật, bạo lực học đường gần như là điều cấm kỵ tuyệt đối. Các chương trình phòng chống bạo lực, giáo dục cảm xúc, học cách đối thoại, xử lý xung đột bằng hòa bình luôn được lồng ghép vào các hoạt động ngoại khóa. Trẻ được dạy cách kiểm chế cảm xúc, không áp chế người khác bằng quyền lực, mà tìm hiểu cội nguồn vấn đề và cùng nhau tháo gỡ.

Triết lý này giống với tinh thần Phật giáo về vô sân, vô hại và chính niệm trong hành vi – tức thân, khẩu, ý đều phải điều phục. Phật giáo không chỉ dạy tránh gây hại mà còn nhấn mạnh phát triển tâm từ để nuôi dưỡng nền hòa bình nội tại – tiền đề của một xã hội an lành.

Người Nhật không giáo dục lòng tốt bằng khẩu hiệu, mà bằng thực hành sống động trong từng sự việc của đời sống: từ cách trẻ cầm bát cơm hai tay, cách chào hỏi người lớn, đến cách vuốt ve con mèo bị thương ngoài đường.

Những điều tưởng như nhỏ bé ấy, theo quan điểm Phật học, chính là hạt giống của “*thiện căn*” – gốc rễ của đạo đức, của nhân tính và sự tỉnh thức. Một khi được gieo đúng lúc, nuôi dưỡng đúng cách, chúng sẽ nở hoa trong trái tim một con người và lan toả ra cộng đồng như một dòng suối mát lành.

Giáo dục lòng lương thiện không nhằm tạo ra những đứa trẻ ngoan theo khuôn mẫu hình thức, cũng không để tìm kiếm sự tán dương. Mục đích sâu xa là gieo vào đời những con người biết yêu thương trong im lặng, biết suy nghĩ bằng tâm cảm thông và sống bằng cả trái tim tỉnh thức.

Trong hành trình âm thầm ấy, người Nhật đã kiên nhẫn vun bồi từng hạt giống thiện lành qua từng hành vi nhỏ nhất: Một cử chỉ chăm sóc sinh linh bé nhỏ, một ánh mắt nâng đỡ người yếu thế, một lựa chọn không sống cùng bạo lực. Đó không chỉ là lối sống, mà là minh chứng cho một nền văn hóa giàu nội lực và thấm đẫm tinh thần từ bi.

Ở nơi đó, giáo dục không chỉ là truyền dạy kiến thức, mà là một hình thức hành trì, nơi đạo làm người và đạo Phật giao nhau trong lặng lẽ và bền bỉ.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CĐSP Trung ương