



Đường lên đỉnh Olympia đặt câu hỏi về Kinh Pháp Cú

ISSN: 2734-9195

14:16 10/07/2025

Câu hỏi Phật pháp trong Đường lên đỉnh Olympia là một điểm sáng đáng trân trọng, không chỉ vì gợi lại tinh thần Kinh Pháp Cú, mà còn vì đã khéo léo kết nối giáo lý từ bi của Phật giáo với đời sống học sinh hôm nay.

Trong chương trình Đường lên đỉnh Olympia phát sóng ngày 06/07/2025 trên VTV3, phần thi “Về Đích” đã đưa ra một câu hỏi mang đậm tinh thần Phật giáo: “Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật khuyên dạy chúng sinh hãy chăm tu tập ‘Tứ Vô Lượng Tâm’ (bốn món tâm rộng lớn không lường được), đó là gì?”.

Câu trả lời: Từ - Bi - Hỷ - Xả.



(Ảnh: Internet)

Câu hỏi ngắn gọn, nhưng chứa đựng một hệ giá trị sâu sắc. Đây là lần hiếm hoi một chương trình truyền hình trí tuệ lớn dành cho học sinh trung học phổ thông đề cập trực tiếp đến giáo lý nhà Phật.

Tứ Vô Lượng Tâm: Cội nguồn của yêu, thương, bình an

Trong giáo lý Phật giáo, “Tứ Vô Lượng Tâm” (Pāli: Brahmavihāra) là bốn phẩm chất tâm linh rộng lớn, không thể đo lường, không bị giới hạn bởi biên giới chủng tộc, tôn giáo hay địa vị. Gồm có:

- + *Từ (Mettā)*: Lòng yêu thương mong tất cả chúng sinh được an vui.
- + *Bi (Karunā)*: Lòng trắc ẩn trước nỗi khổ của người khác, mong muốn giúp họ thoát khổ.
- + *Hỷ (Muditā)*: Niềm vui chân thật trước thành công và hạnh phúc của người khác.
- + *Xả (Upekkhā)*: Sự quân bình tâm thức, không thiên vị, không dính mắc.

Tứ Vô Lượng Tâm không chỉ là lý tưởng thiền định của hành giả Phật giáo, mà còn là nền tảng đạo đức có thể áp dụng vào đời sống cá nhân, học đường và xã hội. Nếu nuôi dưỡng được bốn tâm này, người trẻ sẽ có được nội lực vững vàng, đối diện đời sống với tâm bình an, bao dung và tỉnh thức.

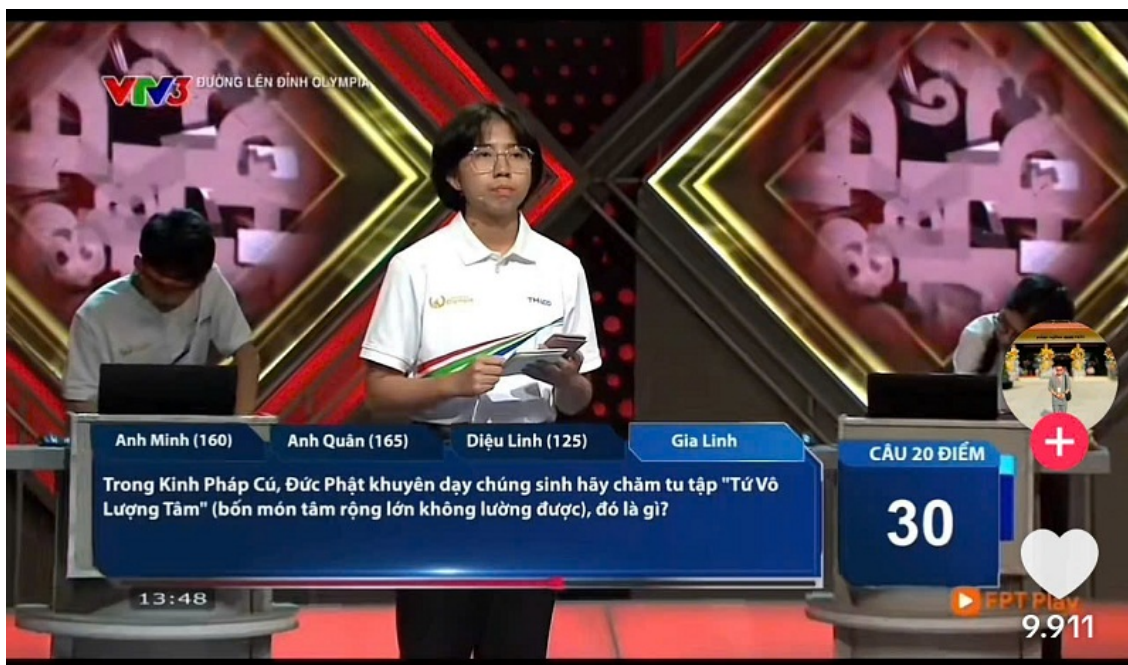
Thách thức của tuổi trẻ trong môi trường học đường hiện đại

Ngày nay, học sinh, sinh viên phải đối diện với nhiều áp lực: từ thành tích học tập, kỳ vọng của cha mẹ, cạnh tranh học bổng, cho đến ảnh hưởng của mạng xã hội, trào lưu tiêu dùng và định kiến ngoại hình. Trong môi trường ấy:

- + Tâm Từ dễ bị thay thế bởi sự ganh đua và vô cảm.
- + Tâm Bi có thể bị tổn hại bởi thái độ trêu chọc, bạo lực học đường hoặc phân biệt đối xử.
- + Tâm Hỷ khó duy trì khi văn hóa “so sánh” khiến niềm vui của người khác trở thành mối ganh tị.
- + Tâm Xả gần như vắng bóng khi học sinh bị cuốn vào kỳ vọng và thất vọng liên tục.

Không ít bạn trẻ dù học giỏi, năng động nhưng luôn sống trong lo âu, trầm cảm hoặc khủng hoảng giá trị. Trong bối cảnh đó, Phật pháp, với Tứ Vô Lượng Tâm, chính là một cánh cửa mở ra lối sống nhân văn và quân bình.

Từ lớp học đến đời sống: Tu tập Tứ Vô Lượng Tâm như thế nào?



(Ảnh: Internet)

Tứ Vô Lượng Tâm không chỉ là triết lý, mà là pháp tu cụ thể, khả thi trong học đường:

- + *Từ*: Nở nụ cười thân thiện, hỗ trợ bạn cùng lớp, không kỳ thị hay bêu riếu người khác.
- + *Bi*: Đồng cảm khi bạn học gặp khó khăn, không phán xét người kém hơn mình.
- + *Hỷ*: Vui với thành công của người khác thay vì đố kỵ, học cách chúc mừng chân thành.
- + *Xả*: Không chấp vào điểm số, biết buông bỏ thất bại, không tự cao khi được khen.

Giáo viên cũng có thể lồng ghép Tứ Vô Lượng Tâm vào các tiết đạo đức, hoạt động ngoại khóa, thiền chính niệm hoặc giáo dục cảm xúc, kỹ năng sống. Trường học không chỉ là nơi đào tạo trí tuệ, mà cần là nơi khơi dậy tình người và năng lượng tích cực từ trái tim.

Hướng về nội tâm - đường lên đỉnh cao của trí tuệ và từ bi

Câu hỏi Phật pháp trong Đường lên đỉnh Olympia là một điểm sáng đáng trân trọng, không chỉ vì gợi lại tinh thần Kinh Pháp Cú, mà còn vì đã khéo léo kết nối giáo lý từ bi của Phật giáo với đời sống học sinh hôm nay.

Trong thế giới đầy biến động, điều người trẻ cần không chỉ là kiến thức để thi đua, mà còn là tâm hồn biết yêu thương, biết vui với người và biết buông xả đúng lúc. Và chính Tứ Vô Lượng Tâm là chiếc chìa khóa giúp mở ra cánh cửa ấy, dẫn đường cho hành trình sống đẹp, học giỏi và lớn lên trong an vui.

Tác giả: **Thường Nguyên**

** Bài viết thể hiện góc nhìn riêng của tác giả.*

Tài liệu tham khảo:

- + Kinh Pháp Cú (Dhammapada) - nhóm kệ 223-234
- + Tăng Chi Bộ Kinh - Phẩm Tứ Vô Lượng Tâm
- + Samye Institute (2019), Hilary Herdman: *Mudita and Modern Triggers of Envy*
- + Chương trình Đường lên đỉnh Olympia, VTV3 - phát sóng ngày 06/07/2025