

Nuôi con bằng tình thương, dạy con bằng nhân quả

ISSN: 2734-9195

14:30 01/09/2025

Tình thương là vòng tay chở che, còn nhân quả là con đường vững chắc để con bước đi xa, không lạc lối giữa dòng đời.

Tác giả: **Vũ Nguyễn Khôi**

Trong nhịp đời hối hả ngày nay, trẻ em được cha mẹ lo lắng cho đủ đầy về vật chất, nhưng đôi khi lại thiếu đi hành trang quan trọng nhất đó là tình thương, **lòng biết ơn** và đạo hiếu. Ngày nay, cha mẹ có thể dành tất cả cho con: tiền bạc, thời gian, luôn hy sinh thầm lặng. Nhưng nếu chỉ chăm lo cho tri thức mà quên vun bồi đạo đức, thì con trẻ dễ trở thành người giỏi giang ngoài xã hội nhưng thờ ơ ngay trong gia đình.

Có những em nhỏ nổi trội về học lực, liên tiếp đạt thành tích cao, song lại lơ là trước bữa cơm mẹ nấu, hay buông lời thờ ơ khi cha gọi về. Sự thành công về tri thức chưa bao giờ đồng nghĩa với thành đạt trong nhân cách. Trái lại, một người con biết hiếu nghĩa, biết tri ân và báo ân, chính là phước báu lớn nhất không chỉ cho gia đình mà còn cho xã hội.

Có câu: *“Thành nhân trước khi thành danh.”* Tài năng nếu thiếu nền tảng đức hạnh sẽ dễ trở thành mầm họa. Chủ tịch Hồ Chí Minh từng căn dặn: *“Có tài mà không có đức là người vô dụng, có đức mà không có tài thì làm việc gì cũng khó.”* Trong tinh thần Phật học, sự tu dưỡng nhân cách phải đi đôi với trí tuệ, bởi chỉ khi hạt giống từ bi và nhân quả được gieo vào tâm thức từ thuở nhỏ, con người mới trưởng thành toàn diện. Khi ấy, tương lai của một đứa trẻ không chỉ sáng rõ cho riêng mình, mà còn góp phần làm đẹp cho đời.

1. Dạy con biết ơn

Trong Phật giáo, biết ơn (kataññutā) được xem là một phẩm hạnh căn bản, là bước đầu của đạo làm người. Kinh Tăng Chi Bộ có dạy: *“Có hai hạng người khó tìm ở đời: một là người làm ơn, hai là người biết ơn.”*

Người không biết ơn được xem như đã đánh mất gốc rễ đạo đức, vì không thấy mối liên hệ nhân duyên giữa bản thân và tha nhân. Ngược lại, một đứa trẻ biết cúi đầu cảm tạ cha mẹ, ông bà; biết trân trọng từng hạt cơm, giọt nước; biết rung động trước nỗi khổ của tha nhân... thì đứa trẻ ấy đã mang trong tâm mầm thiện, và hạt giống này chính là nền tảng cho một đời sống an lạc.

Ở góc nhìn tâm lý học hiện đại, *“gratitude”* – lòng biết ơn – được nghiên cứu như một trong những yếu tố cốt lõi nuôi dưỡng sức khỏe tinh thần. Nhà tâm lý học Robert Emmons (Đại học California, Davis) khẳng định rằng việc thực hành biết ơn giúp giảm stress, tăng khả năng phục hồi tâm lý, và nâng cao chất lượng các mối quan hệ.

Khi trẻ được hướng dẫn nói lời *“cảm ơn”*, ghi nhận điều tốt đẹp từ người khác, hoặc thực hành viết *“nhật ký biết ơn”*, não bộ sẽ hình thành thói quen tích cực, khiến trẻ dễ dàng nhìn đời bằng con mắt lạc quan và giàu cảm thông.

Tôi nhớ, thuở nhỏ theo mẹ đi chợ, mỗi lần gặp người bán hàng nghèo khó, mẹ thường mua thêm bó rau hay con cá nhỏ, rồi ân cần dặn: *“Ăn một bữa thôi con, nhưng để lại cho người khác một nụ cười.”* Lời dặn ấy, tưởng chừng giản dị, nhưng thực ra đã gieo cho tôi hạt giống biết ơn, đồng thời cho tôi cơ hội thực tập một dạng *“mindfulness of gratitude”* – chính niệm về lòng biết ơn.

Như vậy, từ Phật học đến khoa học tâm lý, lòng biết ơn đều được khẳng định là chìa khóa hình thành nhân cách. Nếu cha mẹ gieo cho con hạt giống ấy ngay từ tấm bé, thì mai này, khi con trưởng thành, hạt giống ấy sẽ nở thành hoa trái của một nhân cách an hòa, biết trân trọng cuộc sống, và lan tỏa hạnh phúc đến cộng đồng.

2. Dạy con tự lập

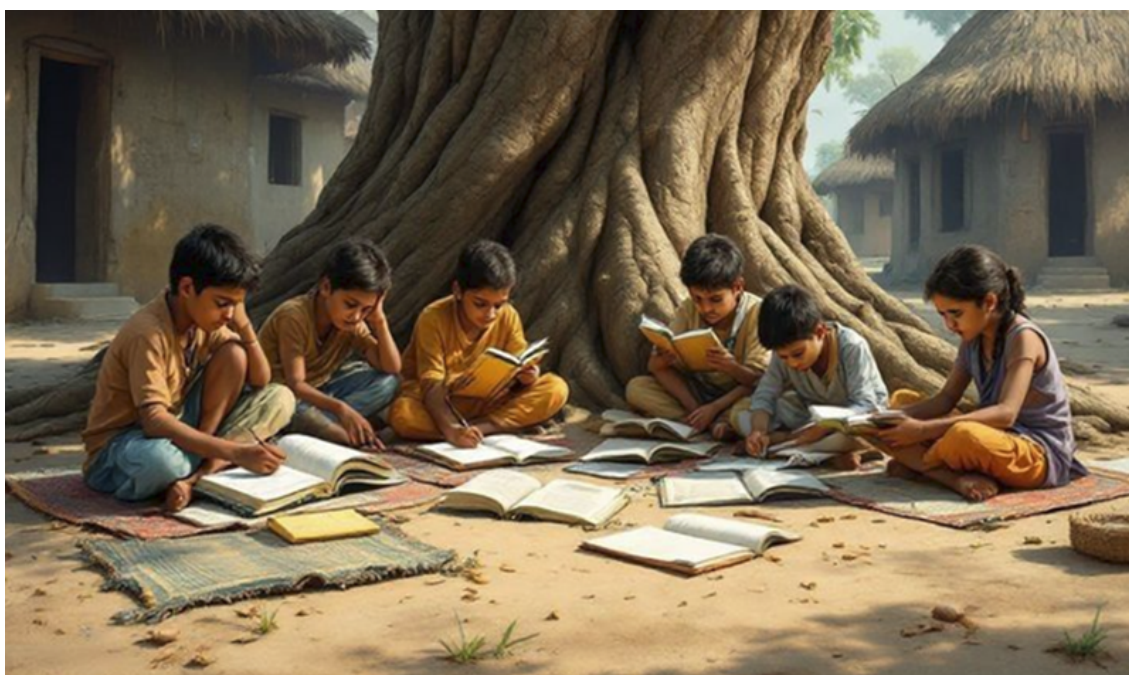
Trong giáo lý nhà Phật, tinh thần tự lập được xem như một yếu tố cần thiết của đời sống tỉnh thức. Trong Kinh Pháp Cú (kệ 165) dạy: *“Tự mình làm điều ác, tự mình làm nhiễm ô. Tự mình tránh điều ác, tự mình làm thanh tịnh. Thanh tịnh hay nhiễm ô là do tự mình, không ai có thể thanh tịnh cho ai.”* Đây không chỉ là lời cảnh tỉnh về trách nhiệm cá nhân, mà còn là kim chỉ nam để nuôi dưỡng phẩm chất tự lập trong hành trình trưởng thành. Cha mẹ có thể trao cho con tình thương và định hướng, nhưng không thể sống thay con. Cuối cùng, chính đứa trẻ phải bước đi bằng đôi chân của mình.

Ở góc nhìn tâm lý học hiện đại, năng lực tự lập gắn liền với khái niệm *“self-efficacy”* (niềm tin vào khả năng tự giải quyết vấn đề) do Albert Bandura đề xuất. Trẻ em được rèn luyện tính tự lập từ sớm, như tự chuẩn bị quần áo, nấu

một bữa cơm giản dị, biết làm việc nhà – thường phát triển sự tự tin, khả năng đối diện và thích ứng khi gặp khó khăn. Các nghiên cứu cũng chỉ ra rằng kỹ năng sống thực tiễn là yếu tố bảo vệ quan trọng giúp trẻ chống lại cảm giác bất lực và lệ thuộc khi trưởng thành.

Tôi từng chứng kiến nhiều phụ huynh vì thương con mà làm thay tất cả: từ buộc dây giày, dọn bàn học, đến giải quyết mọi xung đột bạn bè. Nhưng chính sự bao bọc thái quá ấy khiến con trẻ khó hình thành sức mạnh nội tâm. Ngược lại, khi tập cho con tự nấu một bữa ăn đơn sơ, hay để con tự xoay xở với những thử thách nhỏ, ta đang gieo cho con nhân duyên của sự trưởng thành.

Trong tinh thần Phật học, tự lập không có nghĩa là cô độc, mà là biết đứng vững trong sự tương tức. Trẻ tự lập sẽ hiểu công sức của cha mẹ, biết trân trọng sự hỗ trợ của thầy cô, bạn bè, và từ đó biết sống biết ơn, biết chia sẻ. Một đứa trẻ như thế không chỉ mạnh mẽ trên hành trình riêng, mà còn trở thành điểm tựa cho người khác.



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

3. Dạy con khiêm tốn và kỷ luật

Trong đời sống, người có tài nhưng kiêu ngạo thì dễ vấp phải ganh ghét và cô lập, còn người biết khiêm tốn thì luôn rộng mở cánh cửa học hỏi. Phật giáo xem khiêm hạ như một biểu hiện của trí tuệ.

Kinh Pháp Cú (kệ 94) dạy: *“Nhu đất, không chống cự ai, bậc Thánh không kiêu mạn, lời nói của ngài thâm trầm, ngọt ngào.”* Khiêm tốn, do đó, không phải là tự hạ thấp mình, mà là biết nhìn đúng vị trí của bản thân trong mối liên hệ nhân

duyên rộng lớn, để giữ tâm an hòa, không tự mãn.

Song song với khiêm tốn, kỷ luật là gốc rễ giữ cho con người không ngã nghiêng trước phong ba. Trong đạo Phật, giới luật chính là hình thức kỷ luật cao nhất – giữ giới để tự bảo hộ mình. Đứa trẻ biết tuân thủ kỷ luật từ nhỏ – học đúng giờ, giữ lời hứa, hoàn thành trách nhiệm – chính là đang thực tập một dạng “giới” giản dị, gieo hạt giống ổn định cho tương lai.

Ở góc nhìn tâm lý học hiện đại, kỷ luật tự giác liên hệ chặt chẽ với khái niệm “*self-regulation*” (tự điều chỉnh). Các nghiên cứu cho thấy trẻ em được rèn luyện khả năng trì hoãn sự thỏa mãn (delayed gratification) và giữ kỷ luật có xu hướng thành công bền vững hơn trong học tập, công việc và các mối quan hệ. Đồng thời, khiêm tốn cũng được xem là một yếu tố quan trọng trong trí tuệ cảm xúc (emotional intelligence), giúp con người dễ dàng hợp tác, tránh xung đột và phát triển năng lực lãnh đạo.

Tôi từng gặp một cậu bé học trò nhỏ, không hề nổi bật về điểm số, nhưng mỗi khi thầy cô giảng bài, em luôn chăm chú lắng nghe, ghi chép cẩn thận và lễ phép cúi đầu cảm ơn. Lâu dần, chính sự khiêm tốn ấy đã khiến em tiến bộ vượt bậc, được bạn bè quý mến, thầy cô tin tưởng. Đó là minh chứng rõ ràng rằng: khiêm tốn và kỷ luật không chỉ rèn trí tuệ, mà còn nuôi dưỡng nhân cách bền vững.

Một đứa trẻ được trui rèn như vậy sẽ trưởng thành kiên định, như cây tùng vững chãi giữa bão tố. Và khiêm tốn, biết lắng nghe, sẽ giúp con không ngừng mở rộng trí tuệ, bước đi xa nhưng vẫn giữ được tâm an.

4. Dạy con về nhân quả

Trong giáo lý nhà Phật, nhân quả là nguyên lý nền tảng, chi phối mọi hiện hữu. Kinh Tương Ưng Bộ (SN 12.1 – Nidāna Saṃyutta) khẳng định: “*Do cái này có mặt nên cái kia có mặt; do cái này diệt nên cái kia diệt.*” Nhân quả không phải là học thuyết siêu hình xa vời, mà là quy luật vận hành ngay trong từng ý nghĩ, lời nói, hành động thường nhật. Khi gieo nhân lành, quả ngọt sẽ đến; ngược lại, gieo nhân bất thiện, sớm muộn cũng gặp quả khổ.

Một đứa trẻ biết thương cha, kính mẹ, biết sẻ chia và yêu thương người, thì chính tình thương ấy sẽ trở lại nuôi dưỡng cuộc đời con. Bởi nhân quả trong đạo Phật không chỉ mang tính báo ứng, mà còn là sự vận hành của mối liên hệ tương tức: gieo một nụ cười, sẽ nhận lại niềm vui; gieo lòng từ, sẽ nhận lại sự chở che.

Ở góc độ tâm lý học hiện đại, nhân quả có thể được lý giải qua nguyên lý “*reciprocity*” (tính có đi có lại) và “*prosocial behavior*” (hành vi vị tha). Trẻ em được nuôi dưỡng trong môi trường đề cao lòng nhân ái và trách nhiệm cá nhân thường hình thành thói quen hành xử tích cực, và chính những hành vi đó sẽ đem lại cho các em sự tin cậy, tình thương và hợp tác từ cộng đồng. Nghiên cứu tâm lý xã hội cho thấy: những ai thực hành lòng từ và hành động thiện nguyện có mức độ hạnh phúc cao hơn, bởi nhân quả thiện lành không chỉ hiển hiện ở tương lai, mà còn được cảm nhận ngay trong hiện tại.

Tôi vẫn nhớ một kỷ niệm giản dị. Một lần, tôi đưa con đến trại trẻ mồ côi. Khi tận mắt nhìn thấy những em nhỏ thiếu cha, vắng mẹ, con tôi đã lặng người, rồi thì thầm: “*Con may mắn quá, vì còn có cha mẹ bên cạnh.*” Khoảnh khắc ấy, tôi hiểu rằng một hạt giống nhân quả – hạt giống của lòng biết ơn và sự trân quý – đã kịp nảy mầm trong tâm con.

Nuôi con trong tinh thần nhân quả, cha mẹ không áp đặt con bằng hình phạt, mà gieo cho con nhận thức về hậu quả tự nhiên của từng hành vi. Đó là cách dạy con đi trên con đường chính hạnh: vừa biết yêu thương, vừa biết chịu trách nhiệm cho chính mình. Và cũng chính là chuẩn bị cho con một hành trang bền vững: hành trang của từ bi và trí tuệ, sẽ đi cùng con suốt cả cuộc đời.

5. Lời kết

Kinh tạng Chi Bộ dạy: “*Của cải cha mẹ để lại chỉ che chở được một đời, nhưng công đức và trí tuệ sẽ theo con trên mọi nẻo đường.*” Lời dạy ấy như ngọn đèn chỉ đường cho các bậc cha mẹ trong việc dưỡng dục con cái: của cải vật chất chỉ bảo bọc tạm thời, nhưng nếu trao truyền cho con hạt giống của đạo đức, của nhân quả, thì đó chính là tài sản bất diệt.

Nuôi con bằng tình thương là nền tảng, nhưng dạy con bằng nhân quả mới là định hướng. Tình thương cho con sức mạnh để trưởng thành, còn nhân quả giúp con biết sống đúng, sống thiện. Tình thương là vòng tay chở che, còn nhân quả là con đường vững chắc để con bước đi xa, không lạc lối giữa dòng đời.

Trong phút lắng lòng viết những dòng này, tôi chợt thấy rõ: nếu hôm nay mỗi cha mẹ đều gieo vào con hạt giống biết ơn, tự lập, khiêm tốn và nhân quả, thì mai sau, xã hội sẽ gặt hái những mùa hoa hiếu hạnh, từ bi và trí tuệ. Khi đó, con cái không chỉ là niềm hạnh phúc riêng của gia đình, mà còn là phước báu chung cho cộng đồng và quốc gia.

Tác giả: **Vũ Nguyễn Khôi**