TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Theo điều thiện như nước chảy…

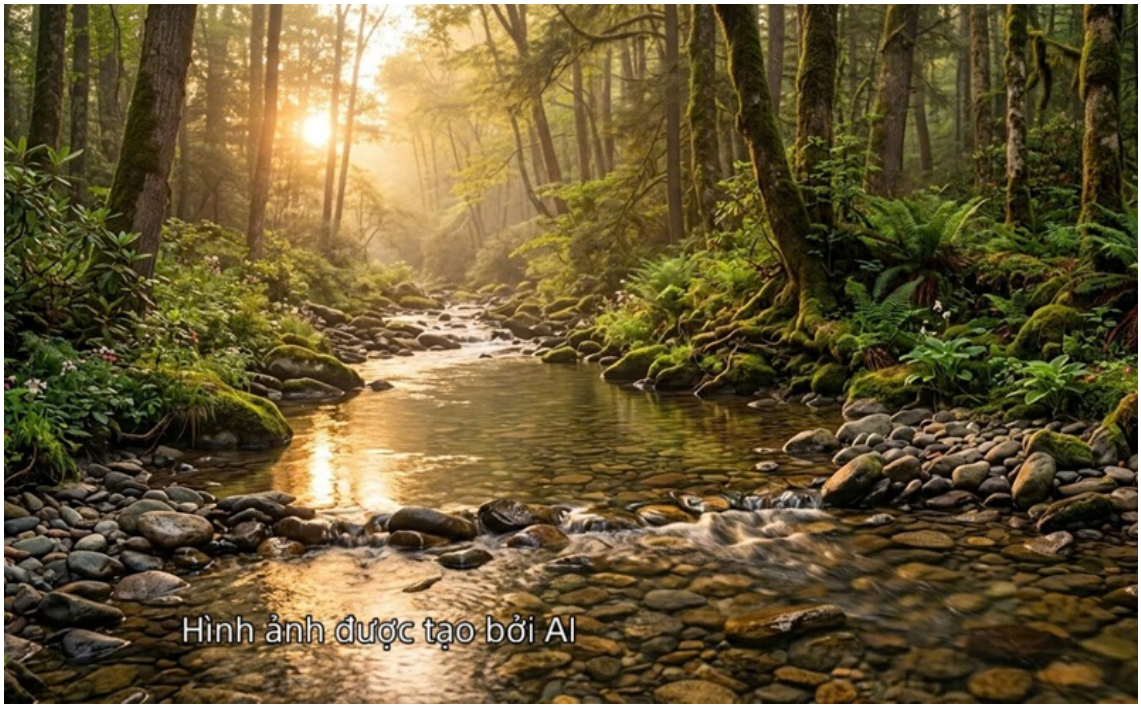
ISSN: 2734-9195 11:38 10/03/2026

Và khi mỗi người biết trở về với bản tâm trong sáng của mình, phải chăng điều thiện sẽ lan tỏa một cách tự nhiên, nhẹ nhàng mà bền bỉ, như dòng nước nuôi dưỡng cả một cánh đồng rộng lớn?

Trong đời sống hằng ngày, ta thường nói đến việc “làm điều thiện” như một hành động đáng quý. Nhưng trong ánh sáng phật pháp, điều thiện không chỉ là một hành động có chủ ý, mà còn là biểu hiện tự nhiên của tâm hồn đã được nuôi dưỡng bằng hiểu biết và lòng từ. Khi tâm trở nên trong sáng, thiện ý có thể sinh khởi một cách tự nhiên, nhẹ nhàng như dòng nước chảy, lặng lẽ mà bền bỉ nuôi dưỡng sự sống.

Tính thiện - hạt giống sẵn có trong mỗi người

Theo giáo lý của Gautama Buddha, mỗi người luôn mang trong mình những hạt giống thiện. Những hạt giống ấy có thể bị che lấp bởi tham, sân, si, nhưng không vì thế mà biến mất.



Giống như ánh sáng của mặt trời đôi khi bị núi cao che khuất, hay ánh trăng có lúc ẩn sau tầng mây, bản tính thiện nơi mỗi người vẫn tồn tại, chờ được khơi dậy. Khi những lớp bụi của vô minh dần được gột rửa, ánh sáng ấy sẽ tự nhiên tỏa ra.

Trong đời sống tâm linh, điều quan trọng không phải là cố gắng phô bày thiện lành trước người khác, mà là nuôi dưỡng nội tâm chân thật, như nhiên. Khi tâm thiện được nuôi dưỡng, hành động thiện sẽ tự nhiên biểu lộ, giống như viên minh châu dù đặt ở nơi nào cũng không thể mất đi ánh sáng của mình.

Điều thiện - không đến từ sự gượng ép

Nhiều người nghĩ rằng làm việc thiện cần phải có điều kiện: phải có thời gian, có khả năng hoặc phải chờ hoàn cảnh thích hợp. Nhưng trong góc nhìn của Phật giáo, việc thiện không phải là điều gì quá xa vời.

Một nụ cười chân thành, một lời nói tử tế, hay thiện ý từ sâu thẳm trong lòng cũng đã là những biểu hiện của tâm thiện. Khi tâm đã hướng về điều tốt đẹp, những hành động ấy sẽ trở thành phản xạ tự nhiên của đời sống.

Kinh Pháp Cú, kệ 183 có lời dạy:

“Chớ làm các điều ác

Hãy làm các việc lành

Giữ tâm ý trong sạch

Ấy lời chư Phật dạy”.

Câu kệ giản dị nhưng hàm chứa chân lý sâu sắc: điều thiện không nằm ở sự phô trương, mà nằm ở sự trong sáng của tâm ý.

Nước - ẩn dụ của ý thiện niệm lành

Trong nhiều lời dạy, Gautama Buddha từng dùng hình ảnh nước như một ẩn dụ cho sự thanh tịnh và bao dung của tâm. Nước có khả năng gột rửa bụi bẩn, nuôi dưỡng sự sống và chảy đến những nơi thấp nhất mà không hề phân biệt.



Dòng nước không cần ai thúc đẩy để chảy, mà vận hành theo quy luật tự nhiên của vũ trụ. Chính sự tự nhiên ấy khiến nước trở thành biểu tượng của sự khiêm nhường và bền bỉ.

Tâm thiện của con người cũng vậy. Khi được khơi dậy, tâm thiện ấu không cần sự ép buộc hay tô vẽ. Từ những suy nghĩ thiện, lời nói thiện nhu và hành động thiện sẽ tự nhiên xuất hiện, giống như dòng nước từ cao chảy xuống thấp.

Trong dòng chảy ấy, điều thiện lan tỏa một cách âm thầm nhưng mạnh mẽ, giống như nguồn nước nuôi dưỡng cánh đồng mà không cần ai ca ngợi.

Khi tâm thiện được đánh thức

Trong cuộc sống, có những khoảnh khắc mà một hành động thiện có thể làm thay đổi tâm trạng của nhiều người. Một cử chỉ nhỏ đôi khi đủ để khơi dậy lòng trắc ẩn và sự cảm thông.

Có người từng nói rằng khi lòng thiện được khơi dậy, “người điếc cũng có thể nghe, người mù cũng có thể thấy”. Đó không phải là phép màu theo nghĩa vật lý, mà là sự chuyển hóa trong tâm thức. Khi con người chạm đến lòng thiện của mình, thế giới xung quanh dường như cũng trở nên sáng rõ hơn.

Điều thiện vì thế không chỉ mang lại lợi ích cho người khác, mà còn giúp người thực hành cảm nhận được sự bình an trong nội tâm.

Trở về với bản tâm trong sáng

Nhìn rộng hơn, vũ trụ luôn vận hành theo những quy luật hài hòa. Mặt trời vẫn tỏa sáng, mặt trăng vẫn tròn khuyết, trái đất vẫn quay và muôn vì sao vẫn lấp

lánh trong bầu trời đêm.

Giữa sự vận hành ấy, con người cũng mang trong mình khả năng sống thuận theo những giá trị thiện lành. Khi quay về với bản tâm trong sáng, điều thiện sẽ không còn là điều gì xa lạ hay khó khăn.

Đó trở thành một phần tự nhiên của đời sống, giống như nước chảy, như ánh sáng lan tỏa, như hơi thở của sự sống.

Làm điều thiện không phải là một gánh nặng, cũng không phải là một nghĩa vụ phải gượng ép thực hiện. Khi tâm được nuôi dưỡng bằng hiểu biết và lòng từ, thiện ý sẽ tự nhiên sinh khởi.

Có lẽ điều quan trọng nhất không phải là chúng ta đã làm bao nhiêu việc lớn lao, mà là liệu trong từng suy nghĩ, lời nói và hành động hằng ngày, dòng nước thiện lành ấy có đang âm thầm chảy trong đời sống của mình hay không.

Và khi mỗi người biết trở về với bản tâm trong sáng của mình, phải chăng điều thiện sẽ lan tỏa một cách tự nhiên, nhẹ nhàng mà bền bỉ, như dòng nước nuôi dưỡng cả một cánh đồng rộng lớn?

Tác giả: **Ngọc Linh**

Nội dung gốc tham khảo:

Theo điều thiện như nước

Làm điều thiện

nên là một phản xạ tự nhiên,

thuận theo phật tính

vốn có trong mỗi con người.

Như viên minh châu

dù đặt ở nơi nào

cũng tự nhiên tỏa sáng.

Mặt trời có lúc bị núi che khuất,

mặt trăng có khi ẩn sau tầng mây,

nhưng ánh sáng

chưa từng mất đi.

Tính thiện của con người

cũng như vậy,

âm thầm lan tỏa

như một nguồn năng lượng sống.

Người điếc có thể nghe,

người mù có thể thấy

khi lòng thiện được khơi dậy.

Chỉ mong rằng chúng ta

làm việc thiện,

nói lời thiện,

nghĩ điều thiện

một cách tự nhiên

như nước chảy từ cao xuống thấp.

Không cần gượng ép,

không cần ai thúc đẩy,

cũng không cần tốn thêm

một chút thời gian hay sức lực.

Thuận theo tự nhiên.

Tính thiện của con người

cũng như dòng chảy của vũ trụ:

mặt trời vẫn sáng,

mặt trăng vẫn tròn,

trái đất vẫn quay,

muôn vì sao vẫn lấp lánh.

Chỉ cần ta trở về

với bản tâm trong sáng,

điều thiện

sẽ tự nhiên sinh khởi.

Vạn Lợi Quán Như