

Giữ tâm giữa bão mạng

ISSN: 2734-9195 09:30 27/02/2026

Nếu mỗi chúng ta không tự giữ được chính niệm giữa dòng thông tin cuộn xoáy, thì ai sẽ giữ cho niềm tin tôn giáo không bị biến thành công cụ của cảm xúc và lợi ích của những kẻ mang tâm chống phá?

Chưa bao giờ **cảm xúc** con người lại dễ bị khuấy động như thời đại mạng xã hội. Chỉ hình ảnh thoáng qua, một vị tu sĩ bước xuống từ ô tô cũng đủ tạo nên một “phiên tòa cảm xúc” được tổ chức online trên mạng xã hội.

Xe thường hay xe sang không còn quan trọng. Quan trọng là cảm giác bị kích thích. Và khi cảm xúc bị kích thích, lý trí thường lùi lại phía sau.



Hình minh họa. Nguồn: Facebook

Điều đáng nói không phải ở chiếc xe, mà ở phản ứng gần như mặc định: nghi ngờ, đả kích, thậm chí thóa mạ. Lên bàn phím phán xét trước khi tìm hiểu. Cảm xúc đi trước sự thật.



Hình minh họa. Nguồn: Facebook

Mạng xã hội, vô tình hay hữu ý, trở thành môi trường lý tưởng cho tâm sân và tâm nghi phát triển.

Trong **Phật học**, mọi hành vi đều bắt đầu từ tâm. Khi tâm bị dẫn dắt bởi định kiến, ta nhìn đâu cũng thấy sai. Khi tâm đã muốn buộc tội, mọi chi tiết đều trở thành bằng chứng. Nhưng nếu tâm đủ tĩnh, ta sẽ đặt câu hỏi khác: *mình đang phản ứng vì sự thật, hay vì một hình ảnh chạm vào quan niệm sẵn có trong đầu?*

Không chỉ dừng ở việc kích động cảm xúc, mạng xã hội còn có thể trở thành công cụ cho những toan tính thiếu minh bạch. Việc sử dụng hình ảnh chức sắc - người tu, lấy uy tín của tôn giáo để kêu gọi từ thiện qua tài khoản cá nhân, đánh vào niềm tin của số đông, đó không đơn thuần là hành vi sai phạm hành chính. Đó là sự tổn thương niềm tin.



Tự lập Facebook cá nhân và nhóm, lấy hình ảnh Đức Pháp chủ Giáo hội Phật giáo Việt Nam để tạo niềm tin nhằm trục lợi. (Ảnh chụp màn hình)

Niềm tin tôn giáo vốn được xây dựng bằng đạo hạnh, bằng sự hy sinh thầm lặng và bằng thời gian rất dài. Nhưng niềm tin đó có thể bị xói mòn chỉ bởi vài cú nhấp chuột. Khi lòng tin bị lợi dụng, người tổn thương không chỉ là người đóng góp tiền tài, vật lực, mà còn là hình ảnh chung của Tăng đoàn, của Phật giáo trong xã hội.



Hình minh họa tạo bởi AI

Về mặt tâm lý học xã hội học và Phật học đều không phủ nhận cảm xúc của số đông, nhưng Phật học nhấn mạnh trí tuệ đi cùng **niềm tin và sự phán xét**. Từ bi không tách rời chính kiến. Khi thiếu chính kiến, lòng thương dễ bị dẫn dắt. Khi thiếu tỉnh thức, sự ủng hộ hoặc lên án thiếu chính kiến dễ trở thành tiếp tay cho những âm mưu không trong sáng giật dây và điều khiển theo mục đích thao túng tâm lý đám đông.

Thời bão mạng, điều khó giữ nhất không phải là hình ảnh nào xấu hay tốt, tích cực hay tiêu cực trên mạng, mà là tâm mình nhận thức đã tri kiến chưa?

Một cú nhấn “chia sẻ”, một lời bình luận nóng nảy, có thể góp phần tạo nên một làn sóng. Sóng ấy có thể cuốn đi danh dự của người khác. Cũng có thể cuốn đi sự bình an của chính ta.

Người học Phật không đứng ngoài xã hội. Nhưng người học Phật cần học cách đứng vững giữa xã hội để bình tâm đánh giá khách quan, nhìn đúng - hiểu đúng

và tư duy đúng sự thật vốn như nó là. Thấy mà không vội phán xét. Nghe mà không vội kết luận. Thương mà không để bị dẫn dắt.

Nhận thức đúng trong sự tỉnh táo, đặc biệt là trong thời đại tin giả tràn làn, tin tung ra để gây bão, để tạo hiệu ứng câu view, nuôi like, tin để chia rẽ và kích hoạt các hiệu ứng xã hội, đặc biệt là trong lĩnh vực chính trị và tôn giáo.

Nếu mỗi chúng ta không tự giữ được chính niệm giữa dòng thông tin cuộn xoáy, thì ai sẽ giữ cho niềm tin tôn giáo không bị biến thành công cụ của cảm xúc và lợi ích của những kẻ mang tâm chống phá?

Khi đối diện với một hình ảnh gây tranh cãi trên mạng, ta tự hỏi: mình đang bảo vệ chính pháp, hay chỉ đang nuôi lớn cảm xúc tiêu cực trong tri kiến riêng của mình, chỉ chờ cơ hội là bùng nổ, chưa cần tìm hiểu kỹ sâu về sự thật sau những khoảnh khắc, những bức ảnh, những đoạn video được lái theo định hướng xấu?

Tác giả: **Thường Nguyên**