



Suy ngẫm Phật giáo về quyền lực và lòng từ bi trong thời kỳ hỗn loạn

ISSN: 2734-9195 08:05 24/03/2026

Chiến tranh, áp bức, bài xích hay tàn bạo không phải chỉ bắt đầu từ chính sách, từ vũ khí hay từ thiết chế quyền lực mà sâu xa hơn, chúng bắt đầu từ vô minh, từ ngã chấp, từ tham, sân và si được nuôi lớn rồi hợp thức hóa.

Tác giả: Kassidy Evans

Chuyển ngữ: **Vũ Thị Lan Hương**

Nguồn: <https://www.buddhistdoor.net/>

Nếu phải dùng một từ để gọi tên bầu không khí của thời đại này, có lẽ đó là bất an. Bất an trong lòng người, bất an trong xã hội, bất an trong trật tự toàn cầu. Từ những **xung đột chính trị** trong nội bộ một quốc gia cho đến những căng thẳng quân sự lan rộng giữa các vùng địa chính trị, thế giới hôm nay đang cho thấy một gương mặt nhiều rạn nứt: sợ hãi, hoang mang, chia rẽ và thiếu nền tảng đạo đức chung để nương tựa.

Trong bối cảnh như vậy, cảm giác lo lắng, giận dữ, thất vọng hay thậm chí tuyệt vọng nơi con người là điều không khó hiểu. Khi bạo lực được phô bày công khai, khi quyền lực được thực thi bằng ngôn ngữ khinh miệt, khi phẩm giá con người bị đặt dưới lợi ích chính trị, thì nội tâm của cá nhân và tâm thức của cộng đồng đều chịu tổn thương. Tuy nhiên, vấn đề không chỉ nằm ở những gì đang xảy ra ngoài xã hội, mà còn nằm ở câu hỏi sâu hơn: con người sẽ phản ứng như thế nào trước thời cuộc mà không đánh mất phần người, phần đạo đức và phần tỉnh thức trong chính mình?

Dưới ánh sáng Phật học, mọi khủng hoảng bên ngoài nếu truy nguyên đến tận gốc đều không tách rời khủng hoảng của tâm. Một xã hội bị dẫn dắt bởi sợ hãi, hận thù, tham vọng thống trị và ý thức cực đoan rồi cuộc cũng là sự phóng chiếu ở cấp độ tập thể của những độc tố vốn đã có mặt trong từng tâm thức cá nhân. Nói cách khác, **chiến tranh**, áp bức, bài xích hay tàn bạo không phải chỉ bắt đầu từ chính sách, từ vũ khí hay từ thiết chế quyền lực mà sâu xa hơn, chúng bắt đầu từ vô minh, từ ngã chấp, từ tham, sân và si được nuôi lớn rồi hợp

thức hóa.

Phật giáo từ lâu đã chỉ ra những hình thức tổn hại nghiêm trọng nhất không khởi đầu ở bàn tay, mà khởi đầu ở tâm ý. Trước khi có bạo lực của hành động, đã có bạo lực của nhận thức; trước khi có đàn áp bằng cơ chế, đã có sự phi nhân hóa trong cách nhìn; trước khi có hủy hoại bằng lời nói, đã có mầm mống của sân hận, sợ hãi và chia cắt trong nội tâm. Vì vậy, nếu chỉ lên án cái ác bên ngoài mà quên nhìn vào nguồn gốc tâm lý và đạo đức của nó, con người vẫn mới chỉ chạm phần ngọn mà chưa đi đến phần gốc.

Đây cũng là lý do Phật pháp không tiếp cận thời cuộc chỉ như một vấn đề chính trị, mà như một biểu hiện của nghiệp tập thể. Khi một cộng đồng dần xem sự tàn nhẫn là điều bình thường, khi ngôn ngữ xúc phạm và hạ nhục trở thành công cụ tranh đoạt ảnh hưởng, khi sự khinh miệt được đóng gói thành diễn ngôn lãnh đạo, thì điều đang bị bào mòn không chỉ là thể chế dân sự, mà còn là nền tảng đạo đức của toàn xã hội. Sự suy thoái ấy, nhìn từ Phật học, không gì khác hơn là biểu hiện của một tâm thức cộng đồng đang bị che lấp bởi vô minh và bởi sự bám chấp vào cái “ta” và “của ta” ở quy mô lớn.

Trong ý nghĩa này, quyền lực không tự thân là xấu. Nhưng khi quyền lực không còn được hướng dẫn bởi chính kiến và lòng từ, nó rất dễ trở thành phương tiện của tổn hại. Quyền lực bị chi phối bởi sợ hãi sẽ sinh ra kiểm soát. Quyền lực bị chi phối bởi ngã mạn sẽ sinh ra khinh miệt. Quyền lực bị chi phối bởi tham ái sẽ sinh ra bóc lột. Và quyền lực bị chi phối bởi vô minh sẽ không còn thấy con người như những sinh thể có khổ đau, mà chỉ còn nhìn họ như đối tượng phải loại trừ, quản trị, trấn áp hoặc thao túng.



Một người phụ nữ quan sát những cột khói bốc lên từ một kho chứa dầu vào ngày 8 tháng 3 sau các cuộc đình công đêm trước đó ở Tehran. Ảnh của Arash Khamooshi. Từ cnn.com

Ở đây, lời nhắc của Cố Thiền sư **Thích Nhất Hạnh** đặc biệt đáng suy ngẫm. Ngài nhiều lần chỉ ra rằng bạo lực không phải là hiện tượng xuất hiện riêng lẻ, mà là kết quả của một chuỗi tương tác chằng chịt giữa cá nhân, xã hội và lịch sử. Tinh thần tương tức cho thấy không có một hành vi nào hoàn toàn biệt lập. Một lời nói mang tính khinh miệt không chỉ dừng lại ở âm thanh; nó gieo hạt giống sợ hãi, chia cắt và phản ứng dây chuyền trong cộng đồng. Một chính sách thiếu từ tâm không chỉ tác động lên nhóm người trực tiếp bị nhắm đến, nó còn làm biến đổi khí hậu đạo đức của cả xã hội. Một nền văn hóa bình thường hóa sự thô bạo rồi cuộc sẽ đào tạo ra những con người vừa bị thương tổn vừa tiếp tục gây tổn hại.

Bởi vậy, nếu nhìn sâu, có thể thấy xã hội hôm nay đang không chỉ đối diện với khủng hoảng chính trị, mà còn đối diện với khủng hoảng tâm linh. Đó là sự khủng hoảng trong khả năng nhận ra nỗi khổ của nhau; khủng hoảng trong năng lực lắng nghe; khủng hoảng trong chính ngữ; khủng hoảng trong ý thức về tính liên hệ giữa hạnh phúc của mình và sự an ổn của người khác. Khi con người quen với việc dùng ngôn từ như vũ khí, dùng quyền lực như sự đe dọa, dùng khác biệt như cái cớ để loại trừ, thì đó không chỉ là sự xuống cấp của văn hóa công cộng, mà còn là dấu hiệu cho thấy tâm từ đang bị teo lại.

Phật giáo không dạy chúng ta phản ứng trước hỗn loạn bằng sự trốn chạy. Cũng không dạy lấy sân hận để chống sân hận, lấy nhục mạ để đáp trả nhục mạ, lấy phi nhân hóa để đối đầu phi nhân hóa. Điều Phật pháp gợi mở là một con đường khó hơn nhưng sâu hơn: nhìn thẳng vào cái ác mà không để cái ác tái sinh trong tâm mình. Đây chính là điểm phân biệt giữa tỉnh thức và phản ứng bản năng.

Lòng từ bi trong **Phật giáo** chưa bao giờ đồng nghĩa với sự mềm yếu, né tránh hay im lặng trước bất công. Từ bi không phải là nhắm mắt cho qua điều sai trái; trái lại, từ bi đòi hỏi phải thấy rất rõ đâu là nguyên nhân gây khổ và phải có đủ can đảm để ngăn chặn khổ đau tiếp tục lan rộng. Nhưng hành động ấy không xuất phát từ lòng thù ghét, mà từ trí tuệ thấy rằng: nếu mình để cho sân hận dẫn đường, mình sẽ trở thành một mắt xích khác trong chính chuỗi bạo lực mà mình muốn chấm dứt.

Bởi vậy, nói lên sự thật trong tinh thần Phật học không phải là một hành vi của công kích, mà là một hành vi của chính ngữ và chính nghiệp. Chống lại bất công không phải để nuôi lớn bản ngã đạo đức, cũng không phải để thỏa mãn cơn giận tập thể, mà để bảo vệ sự thật, phẩm giá và điều kiện sống của con người. Một lời nói chân thật nhưng thiếu từ tâm có thể trở thành lưỡi dao khác. Ngược lại, lòng thương xót mà thiếu sự thật dễ rơi vào ủy mị, thỏa hiệp và dung dưỡng sai lầm. Vì thế, con đường Phật giáo luôn đòi hỏi hai điều đi cùng nhau: trí tuệ để gọi đúng tên khổ đau và từ bi để không tạo thêm khổ đau khi đối diện với nó.

Phật pháp mời gọi con người thấy rằng cội rễ của sự tổn hại nằm ở tâm muốn thống trị, muốn kiểm soát, muốn bảo vệ bản ngã bằng mọi giá. Từ đó mới sinh ra phân biệt “ta – người”, “phe ta – phe họ”, “xứng đáng – không xứng đáng”, “được bảo vệ – có thể hy sinh”. Một khi cái nhìn nhị nguyên ấy đã bén rễ, người ta rất dễ biện minh cho sự nhấn tâm nhân danh lợi ích lớn hơn. Nhưng chính ở chỗ đó, nhân tính bắt đầu bị xói mòn.

Cái nhìn Phật giáo là cái nhìn thấy được nỗi khổ ở cả hai đầu của bạo lực: nỗi khổ của người bị áp bức và nỗi khổ của kẻ đang tạo nghiệp áp bức. Điều này không có nghĩa đánh đồng đúng sai, mà có nghĩa là không đánh mất cái thấy toàn diện. Người gây tổn hại phải bị ngăn lại, hành vi sai trái phải được chỉ rõ, cơ chế bất công phải bị chất vấn; nhưng đồng thời, người học Phật cũng hiểu rằng hận thù không thể là nền tảng cho chuyển hóa lâu dài. Chỉ có trí tuệ và từ bi mới có thể tháo gỡ tận gốc những kết cấu của khổ đau.



Người biểu tình tuần hành tại Minneapolis, Minnesota vào ngày 1 tháng 2 năm 2026, kêu gọi chấm dứt việc chi tiêu tiền thuế của người dân cho Cơ quan Thực thi Di trú và Hải quan Hoa Kỳ (ICE) và yêu cầu tạm dừng việc trục xuất người thuê nhà. Ảnh của John Moore. Từ cnn.com

Cho nên, sự dẫn thân của người phật tử trong thời hỗn loạn không phải là đứng ngoài cuộc đời, mà là đi vào đời với một nội tâm được huấn luyện. Đó là sự tham gia xã hội mà không bị nuốt chửng bởi tâm lý đám đông; là lên tiếng trước bất công nhưng không đánh mất chính niệm; là bảo vệ nhân quyền, công lý và phẩm giá con người như một phần của thực hành **Bồ tát hạnh** giữa thế gian. Nói cách khác, đây là con đường của Phật giáo dẫn thân: không quay lưng với nỗi khổ của thời đại, nhưng cũng không để mình bị cuốn vào cùng một dòng tâm thức gây ra nỗi khổ ấy.

Trong đời sống cụ thể, điều đó có thể biểu hiện qua những việc rất thực: tham gia các hoạt động cộng đồng với tinh thần phục vụ, hỗ trợ những nhóm yếu thế, bảo vệ sự thật bằng lời nói có trách nhiệm, nuôi dưỡng đối thoại thay vì hủy diệt đối thoại, nâng đỡ các chính sách vì phẩm giá con người, và quan trọng hơn cả là giữ gìn nội tâm không bị đầu độc bởi sự khinh miệt và cay độc đang lan tràn. Mỗi hành động như vậy, nếu được thực hiện với chính niệm, đều là một hình thức tu tập.

Phật giáo không hứa với chúng ta rằng thời đại này sẽ sớm yên ổn. Nhưng Phật giáo chỉ cho ta thấy rằng giữa thời đại hỗn loạn, con người vẫn có thể không đánh mất phương hướng nếu biết quay về chăm sóc tâm mình. Lịch sử nhiều lần chứng minh rằng những xã hội trôi về phía áp bức vẫn có thể quay trở lại với

công lý. Nhưng điểm khởi đầu của sự quay trở lại ấy luôn nằm nơi tâm thức: ở chỗ con người còn đủ sáng để nhận ra điều gì là phi pháp, còn đủ lòng từ để không đồng hóa mình với bạo lực, và còn đủ dũng khí để hành động vì điều đúng.

Sau cùng, câu hỏi lớn không chỉ là thế giới đang trở thành gì, mà là tâm ta đang trở thành gì khi đối diện với thế giới ấy. Ta có đang bình thường hóa sự tàn nhẫn vì nó lặp lại quá nhiều? Ta có đang lấy hận thù để chống lại hận thù? Ta có đang quên mất rằng mọi hành vi, mọi lời nói, mọi thái độ đều đang góp phần tạo ra bầu khí đạo đức chung của xã hội?

Tác giả: Kassidy Evans/Chuyển ngữ: **Vũ Thị Lan Hương**

Nguồn: <https://www.buddhistdoor.net/>