



Suy tư về quyền lực và lòng từ trong thời đại bất an

ISSN: 2734-9195

14:45 20/03/2026

Và có lẽ, giữa một thế giới đầy chia rẽ, hành động bằng tình thương trước hận thù chính là lựa chọn mạnh mẽ và cấp tiến nhất mà chúng ta còn có thể thực hiện.

Lời tòa soạn

Trong bối cảnh thế giới nhiều biến động, nơi xung đột, chia rẽ và bất ổn dường như lan rộng từ phạm vi quốc gia đến toàn cầu, bài viết gợi mở hướng tiếp cận từ trí tuệ Phật giáo: nhìn sâu vào cội nguồn của khổ đau không chỉ trong cấu trúc chính trị - xã hội, mà ngay trong tâm thức con người.

Qua việc đối chiếu các suy tư đương đại với tư tưởng của Thích Nhất Hạnh và nhà văn James Baldwin, tác giả khơi dậy cách tiếp cận đầy tỉnh thức: hành động vì công lý nhưng không đánh mất lòng từ bi, nói lên sự thật nhưng không nuôi dưỡng hận thù.

Khi bất ổn không chỉ là vấn đề chính trị

Nếu phải dùng một từ để mô tả bối cảnh địa chính trị hiện nay, có lẽ đó là “bất ổn”. Trên bình diện quốc tế, nổi lo lắng, hoang mang và chia rẽ lan rộng; trong khi đó, những bất ổn nội tại của một quốc gia có thể tạo ra hiệu ứng lan tỏa vượt xa những “ranh giới đường biên”.



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

Tại Mỹ, làn sóng biểu tình quy mô lớn đã nổ ra sau những chính sách thực thi nhập cư bị cho là bất công và các vụ nổ súng gây chết người bởi lực lượng liên bang. Song song với đó, quyền lợi và sự bảo vệ dành cho công dân cũng dần bị thu hẹp. Một chính phủ vốn cam kết bảo vệ người dân lại nhiều lần đặt chính họ vào tình thế nguy hiểm. Trong khi ấy, các hoạt động quân sự tại Iran tiếp tục đặt ra câu hỏi về tính ổn định của trật tự toàn cầu và tính chính danh đạo đức của quyền lực Mỹ.

Trước thực trạng ấy, cảm giác tuyệt vọng, phẫn nộ, thậm chí phủ nhận là điều dễ hiểu. Tuy nhiên, câu hỏi quan trọng hơn, ta nên phản ứng như thế nào từ góc độ tâm linh khi môi trường chính trị trở nên bất định và rối loạn về đạo đức?

Cội nguồn của bạo lực: Từ tâm thức đến xã hội

Các quốc gia, cũng như mỗi cá nhân, có thể bị cuốn vào vòng xoáy của sợ hãi, chấp thủ và vô minh. Nhưng Phật giáo nhắc nhở rằng: những hình thức bạo lực sâu xa nhất đều khởi nguồn từ tâm.

Trí tuệ Phật giáo mở ra khả năng “thấy rõ mà không thù hận”, một dạng tỉnh thức mà thời đại này đang khẩn thiết cần đến.



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](https://www.cnn.com)

Nhìn lại lịch sử, đây không phải lần đầu thế giới đối diện với khủng hoảng. Nhà văn James Baldwin, người từng lên tiếng mạnh mẽ về nạn phân biệt chủng tộc trong phong trào dân quyền tại Mỹ, đã nhấn mạnh rằng: *“sự thật cần được nói ra, ngay cả khi điều đó gây khó chịu sâu sắc”*.

Ông cho rằng việc né tránh bất công không chỉ gây tổn hại cho nạn nhân, mà còn làm suy thoái đạo đức của cả xã hội dung dưỡng nó. Tuy nhiên, Baldwin cũng khẳng định: nói lên sự thật phải đi cùng với tình thương và sự kiên quyết không từ bỏ tính nhân bản chung của con người.

Ở đây, hành động vì công lý không đồng nghĩa với giận dữ, mà là biểu hiện của trách nhiệm đạo đức.

Tỉnh thức dẫn thân: Con đường của từ bi và can đảm

Để hiểu sâu hơn chiều kích tâm linh của những bất ổn chính trị, ta có thể tìm về giáo lý của Thích Nhất Hạnh. Ngài nhấn mạnh thực tập chính niệm giữa bạo lực và xung đột, không quay lưng trước khổ đau, mà nhìn thẳng vào đó với ý thức rõ ràng.

Nguyên lý “tương tức” (interbeing) mà Ngài giảng dạy cho thấy: mọi sự đều liên hệ chặt chẽ với nhau. Bạo lực không bao giờ là hiện tượng đơn lẻ, mà lan truyền qua cá nhân, cộng đồng và toàn xã hội.

Ngài cũng chỉ ra rằng bạo lực tồn tại ở nhiều cấp độ:

+ Hành động

+ Ngôn ngữ

+ Tâm ý.

Trước khi biểu hiện thành hành vi cụ thể, bạo lực thường đã hình thành trong cách ta suy nghĩ và lời ta nói. Những diễn ngôn đầy tính phi nhân hóa, xúc phạm và công kích trên mạng xã hội hay trong chính trị, chính là biểu hiện của “bạo lực nơi tâm”.

Trong bối cảnh hiện nay, khi những kiểu diễn ngôn thiếu thiện chí dần trở thành “giải trí”, **khủng hoảng** không chỉ còn là chính trị, mà còn là khủng hoảng tâm linh.

Phật giáo không yêu cầu ta làm ngơ trước cái sai. Ngược lại, lòng từ bi đòi hỏi ta thấy rõ nhưng không lặp lại những mô thức bạo lực trong chính mình.

Ngày nay, khi những người nắm quyền lực đôi khi lại thể hiện sự khinh miệt và thiếu tôn trọng đối với chính người dân, phản ứng tự nhiên là giận dữ. Nhưng nếu ta đáp lại bằng cùng một kiểu ngôn ngữ và thái độ, ta vô tình tiếp nhận chính phương thức của áp bức.

Phật giáo đặt ra một **thách thức** sâu sắc:

+ Nhận diện các động lực như sợ hãi, chấp ngã và khát khao kiểm soát.

+ Nhưng không để chúng bén rễ trong tâm mình.

Sự can đảm từ bi không chỉ nằm ở suy nghĩ hay lời nói, mà còn thể hiện qua hành động: từ việc tham gia cộng đồng, hỗ trợ các sáng kiến công bằng xã hội, đến việc bảo vệ nhân quyền và đối thoại trong khác biệt.

Im lặng trước khổ đau, theo lời Phật dạy, là một dạng vô minh. Ngược lại, nói lên sự thật và hành động vì lợi ích chung chính là một pháp tu.

Điểm cốt lõi ở đây là: đấu tranh chống bất công không cần đến giận dữ, mà cần sự sáng suốt.

Phật giáo mời gọi chúng ta cùng lúc giữ hai cam kết:

+ Từ bi với tất cả chúng sinh.

+ Can đảm gọi tên cái sai.

Không phi nhân hóa con người khi phản đối cái ác, không nuôi dưỡng hận thù khi nói lên sự thật: đó chính là con đường trung đạo trong hành động xã hội.

Như Thích Nhất Hạnh từng nhấn mạnh: *“Hãy là bình an khi hành động cho hòa bình”*.

Thay lời kết

Lịch sử cho thấy: khi xã hội trượt về phía áp bức, cũng chính từ đó có thể khởi sinh một chuyển động trở lại với công lý. Điểm khởi đầu của mọi chuyển hóa vẫn luôn là **tâm**.

Nếu ta không chấp nhận bạo lực trong suy nghĩ, không nuôi dưỡng thói quen khinh miệt hay phi nhân hóa, ta đã từ chối hạt giống làm nảy sinh những tổn hại lớn hơn.

Pháp học không chỉ là nhận thức, mà là lựa chọn sống: giữ tâm sáng giữa nhiễu loạn, giữ lòng từ giữa xung đột và giữ dũng khí giữa bất công.

Rốt cuộc, lịch sử sẽ không chỉ ghi lại những gì ta đã làm, mà còn phản chiếu ta đã nuôi dưỡng tâm thức nào trong những thời khắc khó khăn nhất.

Và có lẽ, giữa một thế giới đầy chia rẽ, hành động bằng tình thương trước hận thù chính là lựa chọn mạnh mẽ và cấp tiến nhất mà chúng ta còn có thể thực hiện.

Tác giả: **Kassidy Evans**/Chuyển ngữ và biên tập: **Thường Nguyên**

Nguồn: buddhistdoor.net