

## Bạo lực học đường - tiếng chuông cảnh tỉnh cho người lớn

ISSN: 2734-9195

15:15 07/11/2025

Giáo dục, suy cho cùng, không chỉ là truyền đạt tri thức, mà là nuôi dưỡng con người có tâm lành và trí sáng. Khi lòng từ được khơi dậy, khi chính niệm được thực hành, những hạt giống bạo lực sẽ dần được hóa giải...

Thời gian gần đây, dư luận không khỏi bàng hoàng trước nhiều vụ việc bạo lực học đường đáng tiếc. Ở Thanh Hóa, vụ nam sinh lớp 11 dùng dao đâm bạn lớp 12 gây thương tích nghiêm trọng khiến xã hội rúng động. Tại nhiều địa phương khác, những vụ học sinh đánh nhau, quay clip rồi chia sẻ lên mạng xã hội đã để lại những dư luận bàng hoàng. Mới đây nhất, vụ việc nam sinh lớp 8 ở Lào Cai hành hung và đẩy bạn học xuống hồ một lần nữa gióng lên hồi chuông cảnh tỉnh về sự khủng hoảng trong đời sống tâm lý - cảm xúc của tuổi vị thành niên.

Những hiện tượng ấy không chỉ là những hành vi sai phạm đơn lẻ, mà phản ánh sự rối loạn trong cấu trúc đạo đức - tâm lý - xã hội của thế hệ trẻ. Từ góc nhìn Phật học, kết hợp với khoa học tâm lý và giáo dục hiện đại, có thể thấy gốc rễ của vấn đề không chỉ nằm ở môi trường học đường hay gia đình, mà còn ở tâm lý vô minh và thiếu tuệ giác - khi con người hành động mà không thấy rõ hậu quả của hành động.

Ánh sáng của giáo pháp giúp ta soi chiếu sâu hơn vào những nguyên nhân nội tâm ấy, để từ đó mở ra hướng chuyển hóa phù hợp với thực tế giáo dục hôm nay.

### Nhân duyên khởi và vòng xoáy của khổ

Theo tinh thần Tứ Diệu Đế, mọi hiện tượng đều do nhân duyên mà thành. Trong những vụ việc bạo lực, “khổ” không chỉ là thương tổn thể xác của người bị hại, mà còn là nỗi đau tinh thần của người gây ra, của cha mẹ, thầy cô, và của cả cộng đồng.

Nguyên nhân của khổ – tức Tập đế – phát sinh từ sân hận (dosa) và si mê (moha), được nuôi dưỡng bởi vô minh (avijjā). Ở đây, vô minh không chỉ là thiếu tri thức, mà là thiếu tuệ giác để thấy rõ hậu quả và mối liên hệ nhân quả trong từng hành động. Khi không nhận ra điều đó, con người dễ sa vào vòng xoáy của giận dữ và bạo lực.

Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Cú:

*“Nó mắng tôi, đánh tôi, thắng tôi, cướp tôi –  
Ai ôm niệm ấy, hận thù không thể dừng.  
Ai bỏ niệm ấy, hận thù được dừng.”* (Pháp Cú, kệ 3-4)

Cội nguồn của bi kịch vì thế không nằm ở xung đột bên ngoài, mà ở sự thiếu vắng chính niệm và lòng từ. Hận thù sinh ra từ tâm bất an, và chỉ khi con người nhận diện được cơn giận trong chính mình, vòng xoáy khổ đau mới có thể dừng lại.



Trong Kinh Giáo giới La-hầu-la (MN 61), đức Phật khuyên con trai mình:

*“Trước khi làm một việc, con hãy quán xét:  
Việc này có đưa đến khổ cho mình hay cho người không?  
Nếu có, thì chớ làm”.*

Đây là nguyên tắc đạo đức phổ quát, không chỉ thuộc riêng Phật giáo, mà còn phù hợp với tinh thần của giáo dục cảm xúc và đạo đức học đường ngày nay: dạy trẻ biết dừng lại, tự soi xét và cân nhắc hậu quả trước khi hành động.

Tâm lý học hiện đại gọi đó là năng lực tự điều chỉnh cảm xúc (emotional regulation), Phật học gọi là chính niệm (sati). Hai cách gọi khác nhau, nhưng cùng hướng đến một mục tiêu: giúp con người làm chủ bản thân để không gây hại cho mình và người khác.

Bên cạnh đó, Kinh Tăng Chi Bộ chỉ rõ ba nguyên nhân khiến sân hận khởi lên: tham ái, sân hận và si mê. Do vậy, giáo dục học đường cần vượt ra khỏi khuôn khổ kiến thức, để hướng đến giáo dục nội tâm – nuôi dưỡng khả năng nhận biết và chuyển hóa cảm xúc. Những thực tập như thiền chính niệm, ái ngữ, lắng nghe sâu không chỉ là phương pháp tôn giáo, mà còn là kỹ năng sống giúp học sinh ổn định cảm xúc và phát triển lòng trắc ẩn.

## **Không phán xét – mà chuyển hóa**

Phật giáo không xem con người là “tội nhân”, mà là chúng sinh đang khổ và cần được khai mở tuệ giác. Người làm tổn thương người khác, thực ra cũng đang tổn thương chính mình. Trong Tăng Chi Bộ (AN 4.125), Đức Phật dạy:

*“Người hại mình, hại người là kẻ thấp hèn nhất;  
Người không hại mình, không hại người là tối thắng”.*

Do đó, thay vì chỉ trừng phạt, giáo dục cần hướng đến chuyển hóa và tái thiết nội tâm. Học sinh phạm lỗi nên được giúp hiểu hậu quả, nhận trách nhiệm và học cách làm mới chính mình – qua các chương trình tư vấn tâm lý, học kỹ năng sống, hoặc những buổi thực tập tĩnh thức.

Người bị hại và tập thể lớp cũng cần được hỗ trợ để không nuôi oán hận, bởi chỉ khi cả hai bên cùng được trị liệu, xã hội mới thật sự an ổn.

Hai nguyên tắc đạo đức trong Phật học Nguyên thủy có thể áp dụng trực tiếp vào môi trường giáo dục hiện đại:

*Xây dựng văn hóa ái ngữ: Nói lời đúng sự thật, đúng thời, mang lợi ích và được thoát ra với tâm từ – như lời dạy trong Kinh Lời nói chân thật.*

*Đưa chính niệm vào đời sống học đường: Có thể bắt đầu bằng những thực tập đơn giản – vài phút thở chính niệm trước giờ học, hay hướng dẫn học sinh dừng lại một nhịp trước khi phản ứng.*

Thực tế, nhiều trường học trên thế giới đã áp dụng chương trình “Mindfulness in Education” (Chính niệm trong giáo dục), cho thấy hiệu quả rõ rệt trong việc giảm căng thẳng, tăng khả năng tập trung và lòng trắc ẩn. Đây là những giá trị mang tính phổ quát, phi tôn giáo, hoàn toàn có thể thích ứng với văn hóa Việt Nam.

Khi gia đình, nhà trường và xã hội cùng chung tay nuôi dưỡng tinh thần này, học đường sẽ dần trở thành nơi nuôi lớn nhân cách, giúp học sinh học cách hiểu mình – hiểu người – và hành xử bằng lòng từ.

## Kết bài

Những vụ việc đau lòng giữa học sinh với nhau, xét đến cùng, là tấm gương phản chiếu tình trạng khủng hoảng cảm xúc và thiếu tuệ giác trong xã hội hiện đại. Nhìn qua ánh sáng Phật pháp, đó không chỉ là bi kịch, mà cũng là cơ hội để xã hội nhìn lại chính mình.

*“Hận thù không thể dập tắt bằng hận thù,  
Chỉ có tình thương mới dập tắt được hận thù.” (Pháp Cú, kệ 5)*

Giáo dục, suy cho cùng, không chỉ là truyền đạt tri thức, mà là nuôi dưỡng con người có tâm lành và trí sáng. Khi lòng từ được khơi dậy, khi chính niệm được thực hành, những hạt giống bạo lực sẽ dần được hóa giải, và học đường sẽ trở lại là nơi gieo mầm hiểu biết và tình người.

Và có lẽ, mỗi người trong chúng ta – thầy cô, cha mẹ, học sinh – đều có thể bắt đầu từ điều rất nhỏ: một hơi thở dừng lại trước cơn giận, một lời nói nhẹ nhàng thay cho lời tổn thương, hay một ánh nhìn cảm thông thay cho phán xét.

Chính những điều bình dị ấy, khi được thực hành hằng ngày, sẽ làm cho ánh sáng từ bi lan tỏa, để học đường – và cả xã hội – trở nên an lành hơn.

Tác giả: **Nguyễn Thị Lý** - Sóc Sơn, Hà Nội