

Giới thiệu Sáng kiến Phật giáo và AI

ISSN: 2734-9195 08:25 20/12/2025

Tôi nghiên cứu cách giáo lý đạo Phật có thể giúp hình dung ra những tương lai tự do hơn giữa con người và AI, trong đó công nghệ hỗ trợ nhân loại của chúng ta, chứ không phải ngược lại.

Năm 2017 là một năm thức tỉnh đối với tôi. Đó là năm tôi bắt đầu tìm hiểu sâu về **trí tuệ nhân tạo** (AI) và nhận ra rằng nó đang đến nhanh hơn nhiều so với sự chuẩn bị của chúng ta.

Đây cũng là năm tôi bắt đầu ứng dụng thực tiễn triết lý đạo Phật từ bi, trí tuệ, hùng lực, tự do, bình đẳng. Tôi nghĩ có lẽ đây không phải là sự trùng hợp ngẫu nhiên.

Kể từ đó, những câu hỏi của tôi về AI và tương lai chủ yếu là những câu hỏi về tâm linh.

Làm thế nào chúng ta có thể trở nên trí tuệ và từ bi hơn?

Điều gì đặc biệt ở con người, và ý thức có liên quan gì đến điều này?

Làm thế nào chúng ta có thể loại bỏ những hệ thống gây hại?

Cần điều gì để thế giới của chúng ta cùng nhau thức tỉnh và nhận ra rằng chúng ta không khác biệt nhiều, tất cả chúng ta đều sẽ chết, và cuộc sống sẽ tốt đẹp hơn nhiều khi bạn tử tế?

Công nghệ nên đóng vai trò gì trong tất cả những điều này?



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Tôi có phần thiên vị, nhưng tôi tin rằng ánh sáng triết lý đạo Phật, đạo nhiệm mầu và hạnh đức Như Lai mang lại một số hiểu biết sâu sắc nhất về những câu hỏi này và đặc biệt phù hợp với những thách thức do AI đặt ra.

Quan điểm Phật giáo về trí thông minh, ý thức, tư duy hệ thống, cách nhìn nhận và giải quyết vấn đề một cách tổng thể và quan hệ đạo đức, hệ thống những quan hệ xã hội, tác động qua lại giữa người với người, giữa cá nhân và xã hội xét về mặt đạo đức đều là trọng tâm của AI.

Các thực hành Phật giáo đặc biệt phù hợp để giúp các cộng đồng đối mặt với những thách thức của sự chuyển đổi xã hội chưa từng có. Hơn nữa, 2.600 năm nghiên cứu sâu sắc về tâm trí có thể sẽ rất hữu ích nếu chúng ta muốn thử xây dựng trí tuệ nhân tạo.

Đây là lý do tại sao chúng tôi quyết định khởi động “Sáng kiến **Phật giáo và Trí tuệ Nhân tạo**” (Buddhism & AI Initiative), tập hợp các tiếng nói Phật giáo, các nhà công nghệ và các nhà nghiên cứu chiêm nghiệm trên toàn thế giới để định hình một hướng đi khôn ngoan hơn cho trí tuệ nhân tạo.

Hiện tại, chúng tôi đang tập trung xây dựng mạng lưới với những người hiện đang tham gia vào công việc ở giao điểm giữa trí tuệ chiêm nghiệm và trí tuệ nhân tạo. Trong vài tháng tới, chúng tôi sẽ xây dựng lộ trình hỗ trợ các dự án có tác động lớn, có thể bao gồm:

+ *Thúc đẩy đối thoại giữa các tiếng nói Phật giáo và các chuyên gia, nhà hoạch định chính sách về trí tuệ nhân tạo.*

- + Hỗ trợ nghiên cứu về sự phù hợp kỹ thuật dựa trên các nguyên tắc thiền định.
- + Khám phá các chiến lược ứng dụng trí tuệ nhân tạo để nâng cao trí tuệ và lòng từ bi trên toàn cầu.
- + Giúp các cộng đồng thích ứng với những hệ quả về mặt xã hội và tâm linh của việc áp dụng trí tuệ nhân tạo và sự thay đổi nhanh chóng.

Nếu bạn quan tâm đến công việc của chúng tôi, bạn có thể tìm hiểu thêm và giữ liên lạc với chúng tôi thông qua Substack của chúng tôi. Nếu bạn nghĩ rằng có ai đó mà chúng tôi nên liên hệ về dự án này, vui lòng liên hệ với chúng tôi.

“Công nghệ, Tôn giáo, Tương lai”

Tôi đã tham gia một vài lớp học tuyệt vời khi còn học ở trường thần học, nhưng lớp học xuất sắc nhất lại được giảng dạy ngay bên cạnh, tại Đại học Columbia: “Công nghệ Tôn giáo Tương lai” (Technology Religion Future). Tôi đã bị cuốn hút ngay cả trước khi đọc mô tả khóa học. Nếu tôi có thể tự thiết kế tên lớp học trong ước mơ của mình, thì đây chính là nó (“Giáo phái Bánh Quy Lưỡi Mèo” đứng thứ hai). Thêm nữa, bất kỳ giáo sư nào đủ táo bạo để bỏ qua dấu phẩy và liên từ chắc hẳn đều giao những bài đọc hay (xin gửi lời chào đến Giáo sư Kittay).



Buddhism & AI Initiative

Buổi hội thảo đã khám phá mối quan hệ giữa công nghệ và tôn giáo, và tác động mà cả hai có thể gây ra đối với trải nghiệm của con người trong tương lai. Tôi là một trong số ít sinh viên cao học tham gia, cùng với phần lớn là sinh viên năm ba và năm tư của Đại học Columbia và Barnard. Hầu hết là sinh viên chuyên ngành nhân văn (thật đáng quý), một số chuyên ngành khoa học máy tính, một vài chuyên ngành kinh tế/tài chính, và tôi – “anh chàng lớn tuổi” đang theo học tôn giáo một cách nghiêm túc ở tòa nhà bên cạnh trông như thể nên có cầu thang cuốn.

Nội dung bài học *đã được xác nhận* là tuyệt vời (nếu bạn chưa đọc truyện ngắn *“The Machine Stops”* (Cỗ Máy dừng lại) sáng tác năm 1909 của nhà văn người Anh Edward Morgan Forster - hãy đọc đi), nhưng điều thực sự khiến tôi kinh ngạc là các bạn cùng lớp trẻ tuổi hơn. Họ cực kỳ thông minh (kiểu như họ cho bạn trẻ ăn gì vậy?), nhưng cũng chu đáo, nhiệt tình và tò mò hơn tôi rất nhiều ở độ tuổi của họ. Họ nhìn nhận các vấn đề của thế giới rất rõ ràng, và họ quan tâm đến việc giải quyết chúng. Nhưng bạn cũng có thể cảm nhận được sự lo lắng của họ trong lớp học. Và đây là trước khi chúng tôi bắt đầu thảo luận về hướng đi của thế giới với trí tuệ nhân tạo.

Vài tuần sau, tôi nhận ra chúng tôi đã làm rất tốt việc lý giải tất cả những câu hỏi khác nhau về tương lai (tôi hiểu, đó là trường học), nhưng chúng tôi hoàn toàn chưa nói về cảm giác thực sự của tất cả những điều này. Kiểu như, bạn biết đấy, cảm giác trong cơ thể chúng ta ấy.

Vì vậy, để chuẩn bị cho bài thuyết trình trên lớp, tôi đã hướng dẫn mọi người thực hiện một bài thực tập thiền ngắn: tạm gác việc phân tích sang một bên và chỉ cảm nhận những gì xuất hiện khi bạn nghĩ về “công nghệ” và “tương lai”. Tôi yêu cầu mọi người viết ra một vài từ lên thẻ ghi chú, sau đó tôi đọc to lên.

Một vài người bày tỏ cảm giác hy vọng.

Một số ít thì lưỡng lự.

Đại đa số đều cảm thấy lo lắng và bất an.

“Lo lắng. Cảm giác như đang đứng trên bờ vực của một khoảng không vô định”.

“Tôi cảm thấy lo lắng về việc mất đi bản sắc”.

“Tôi cảm thấy sợ hãi. Cảm giác như mọi chuyện đều không thể tránh khỏi. Tôi cảm thấy có chút tội lỗi, vì đây là lĩnh vực tôi muốn làm việc, nhưng liệu tôi có đang đóng góp gì không?”.

“Tôi lo ngại rằng có quá nhiều vấn đề cần quan tâm giữa biến đổi khí hậu và trí tuệ nhân tạo, và điều này sẽ dẫn đến sự thiếu hành động đối với cả hai lĩnh vực.”

“Tôi cảm thấy tuyệt vọng, như thể không còn lựa chọn nào khác ngoài việc từ bỏ toàn bộ hệ thống này”.

“Phòng thủ về tính độc nhất vô nhị của tâm hồn con người”.

“Lo lắng. Kín đáo. Thờ ơ. Tôi muốn thế giới chậm lại”.

“Tôi cảm thấy mình dễ bị thay thế”.



Những sinh viên này đã trải qua thời đại học trong đỉnh điểm của đại dịch Covid-19, đang phải đối mặt với thị trường việc làm khắc nghiệt do trí tuệ nhân tạo gây ra, vậy mà chúng ta lại yêu cầu họ triết lý về tương lai mà không thừa nhận cảm giác đáng sợ thực sự mà họ đang trải qua. Bài học lớn nhất đối với tôi là tầm quan trọng của việc tìm kiếm những không gian để tất cả chúng ta, kể cả giới trẻ, có thể nói chuyện một cách thẳng thắn hơn về cảm xúc của mình trong thời điểm hiện tại. Ẩn sau những câu nói đùa kiểu “Chúng ta tiêu đời rồi haha phải không?” là nỗi sợ hãi có thật.

Việc gọi tên nỗi sợ hãi đó là điều tốt. Làm vậy không có nghĩa là bạn là người bi quan. Nó có nghĩa là bạn là con người và bạn cảm nhận được nhiều điều, những điều mà người khác cũng đang cảm nhận (có lẽ nhiều hơn bạn nghĩ).

Chia sẻ với nhau về những gì là thật đối với chúng ta giúp chúng ta nhớ rằng mình không đơn độc. Một điều tuyệt vời là việc kết nối lại với cơ thể và ngày càng đón nhận những gì đang hiện hữu bằng lòng tốt và sự tò mò thực sự mang lại cảm giác tốt. Khả năng này là một lợi thế mà con người chúng ta sở hữu. Chúng ta nên tận dụng nó.

Các khóa học sắp tới

Nhân tiện, tôi sẽ mở hai khóa học vào mùa Thu này dành cho bất cứ ai quan tâm đến việc trau dồi sự hiện diện và mở lòng mà tôi tin là cần thiết để đối mặt với những thách thức của thời đại này. Bạn có thể tìm hiểu thêm và đăng ký qua các liên kết bên dưới.

Thể hiện nhận thức: Khóa học giới thiệu về **chính niệm** kéo dài 8 tuần (Bắt đầu từ ngày mai - vẫn còn thời gian đăng ký!)

10/9 - 29/10/Thứ Tư hàng tuần, 19:00-20:30 (giờ ET) trên Zoom

Khóa học này dành cho bất kỳ ai mới làm quen với chính niệm hoặc đang gặp khó khăn trong việc duy trì thực hành đều đặn. Chúng ta sẽ cùng nhau làm việc trong một nhóm nhỏ, hỗ trợ lẫn nhau để thiết lập một thói quen thiền định hàng ngày bền vững, giúp làm dịu hệ thần kinh, giảm phản ứng thái quá và giúp bạn đón nhận cuộc sống với niềm vui, sự tò mò và lòng tốt lớn lao hơn. Nhận thức chính niệm tạo ra không gian cho những gì đang diễn ra trong trải nghiệm từng khoảnh khắc của chúng ta mà không có xu hướng kiểm soát, né tránh hoặc xua đuổi như thường lệ. Từ không gian đó, chúng ta có thể chạm đến sự an lành sâu sắc hơn và lấy lại khả năng phản ứng một cách khôn ngoan thay vì phản ứng theo thói quen.

Mở Rộng Tâm Hồn: Con Đường của Lòng Từ Bi

23/9 - 28/10 | Thứ Ba hàng tuần, 20:00 - 21:15 (giờ ET) trên Zoom

Khóa học 6 tuần này sẽ đi sâu vào thực hành lòng từ bi - việc vun đắp lòng tốt và thiện chí vô điều kiện đối với bản thân và người khác. Khi chúng ta củng cố khả năng này, chúng ta bắt đầu phá bỏ những khuôn mẫu tư duy nhị nguyên và hướng tới sự tự chấp nhận và kết nối sâu sắc hơn. Thực hành lòng từ bi là một cánh cửa mạnh mẽ dẫn đến sự chuyển hóa nội tâm thông qua tâm hồn, đặc biệt hữu ích trong thời điểm dễ dàng trở nên chai sạn trước thế giới. (Lưu ý: khóa

học này được thiết kế cho những người đã có kinh nghiệm về chính niệm.)

Chúc bạn một mùa thu an lành.

Thân ái,

Alex Sarkissian

Đôi lời tự sự của tác giả

Bản thân tôi là Cư sĩ Alex Sarkissian, một vị giáo thụ cư sĩ hướng dẫn tu tập thiền định, và tuyên úy Phật giáo, hiện đang sinh sống tại Brooklyn, New York, Hoa Kỳ.



Tôi giúp các nhà lãnh đạo và những người tìm kiếm sự giác ngộ phát triển thành bản thân ý thức và yêu thương nhất, đồng thời sống trong thế giới này với nhận thức, trí tuệ và mục đích sâu sắc hơn. Tôi tin rằng việc hướng vào nội tâm và

đối mặt với những định kiến của chúng ta bằng tư duy phản biện và lòng từ bi là bước đầu tiên hướng tới một thế giới thịnh vượng hơn.

Bản thân tôi bắt đầu hành trình khám phá nội tâm hơn 15 năm trước, khi còn là một thiếu niên, sau khi trải qua khoảnh khắc cận kề với tử thần khiến tôi nhận ra sự kỳ diệu của việc được sống. Tôi trở nên vô cùng thắc mắc về những điều khả thi trong cuộc sống con người này, điều đó đã dẫn tôi đến với việc thực hành thiền định vào năm 2009. Lần đầu tiên hướng sự tập trung quán chiếu nội tâm của chính mình, tôi nhận ra mình không hề biết mình thực sự là ai. Tôi đã dành phần lớn cuộc đời mình hoàn toàn đồng nhất với những suy nghĩ trong đầu, hoàn toàn tách rời khỏi những gì tôi thực sự cảm nhận trong cơ thể. Càng tập trung vào thiền định, tôi càng nhận ra mình còn rất nhiều điều để khám phá.

Sau vài năm thực hành thiền định, tôi bắt đầu thắc mắc về Phật giáo và những gì Phật giáo nói về bản chất của bản ngã và trải nghiệm của con người.

Năm 2017, lần đầu tiên tôi tham gia khóa tu thiền Vipassana im lặng, và khi Phật pháp thấm sâu vào tâm hồn tôi, tôi cảm thấy một cảm giác sâu sắc như được trở về nhà. Tôi yêu thích việc thực hành này, và sau đó toàn bộ cuộc sống của tôi đã thay đổi. Giờ đây, tôi biết chắc chắn điều mà trước đây tôi chỉ hy vọng là đúng: sự chuyển hóa sâu sắc có thể được thực hiện bởi mỗi người trong chúng ta. Kể từ đó, tôi đã thực hành rộng rãi trong các cộng đồng Phật giáo Quán chiếu, Phật giáo Nguyên thủy và Thiền phái Tào Động, và đã dành nhiều tháng tham gia các khóa tu im lặng dưới sự hướng dẫn của Thiền sư Sayadaw U Tejaniya, một tu sĩ Phật giáo Nguyên thủy (Theravada) gốc Hoa nổi tiếng từ Myanmar, Giáo thụ sư Sayadaw U Vivekānanda, hướng dẫn các thiền giả bằng tiếng Anh, tiếng Myanmar, tiếng Đức và tiếng Pháp, thường xuyên tổ chức các khóa tu thiền tại Hà Lan, Ý, Đức, Pháp và Hoa Kỳ, Tsoknyi Rinpoche, vị giảng sư Phật học tác giả Phật giáo Tây Tạng, người sáng lập Tổ chức Pundarika và các vị Phật tử tại gia khác. Hành trình hướng tới sự tự hiểu biết, kết nối và chữa lành sâu sắc hơn của tôi cũng đã dẫn đến việc làm việc sâu sắc với Hệ thống Gia đình Nội tâm, Liệu pháp Gắn bó và Sơ đồ, Trải nghiệm Thể chất, thực hành vận động và các phương pháp trị liệu thể hiện khác.

Cùng năm tôi bắt đầu tu học Phật pháp, tôi nhận ra rằng trí tuệ nhân tạo (AI) mang tính đột phá sẽ đến sớm hơn tôi tưởng, và nền văn hóa tập thể của chúng ta thiếu trí tuệ cần thiết để vượt qua giai đoạn bất ổn và thay đổi sâu sắc này. Chúng ta chưa chuẩn bị sẵn sàng, và tôi xem đây là một thách thức về mặt tinh thần hơn là một thách thức thuần túy về mặt xã hội hay kỹ thuật.

Vì thế, vào năm 2020, tôi rời khỏi công ty khởi nghiệp mà tôi đồng sáng lập và vào tu viện Phật giáo. Tôi nghiên cứu cách giáo lý đạo Phật có thể giúp hình dung ra những tương lai tự do hơn giữa con người và AI, trong đó công nghệ hỗ trợ nhân loại của chúng ta, chứ không phải ngược lại. Tôi cũng được đào tạo để trở thành một người hướng dẫn tâm linh và thiền định, tạo không gian cho người khác khám phá trọn vẹn thực tại tâm linh của con người theo những cách tích cực hơn.

Càng thấy mọi thứ dường như đang sụp đổ, tôi càng nhận ra rằng một thế giới hoàn toàn khác biệt là điều hoàn toàn có thể. Chúng ta có thể cùng nhau kiến tạo một tương lai tươi đẹp và thịnh vượng. Sự chuyển đổi là có thể - nhưng nó bắt đầu từ mỗi chúng ta.

Tác giả: **Alex Sarkissian**/Viết dịch: **Thích Vân Phong**

Nguồn: alexsarkissian.substack.com