

Phật giáo với an sinh tinh thần người lao động di cư ở Việt Nam

ISSN: 2734-9195 14:30 12/02/2026

Trong bối cảnh di cư nội địa và công nghiệp hóa tăng tốc, người lao động di cư là một trong những nhóm dễ tổn thương nhất về an sinh tinh thần.

Tác giả: **Trần Lê Đình Hiếu**

NCS TS Khoá 3 Học viện PGVN tại TP.HCM

Quá trình công nghiệp hóa, **đô thị hóa** mạnh mẽ trong vài thập niên gần đây đã tạo ra một làn sóng di cư nội địa quy mô lớn từ nông thôn ra đô thị và các khu công nghiệp tại Việt Nam. Nhiều nghiên cứu chỉ ra người lao động di cư thường đối diện điều kiện sống, làm việc bất bênh, ít được bảo vệ về an sinh xã hội và chất lượng sức khỏe, nhất là sức khỏe tinh thần, thấp hơn nhóm lao động địa phương.

Trong bối cảnh đó, Phật giáo với tư cách một tôn giáo có ảnh hưởng sâu rộng đang tham gia vào đời sống người lao động di cư qua các hoạt động từ thiện, tu học, tư vấn tinh thần và xây dựng cộng đồng. Bài viết tập trung làm rõ khung tiếp cận “*an sinh tinh thần*” dưới góc nhìn Phật giáo, mô tả một số dạng thức tham gia hiện nay của Phật giáo vào việc nâng đỡ đời sống tinh thần người lao động di cư, đồng thời gợi mở khả năng định vị Phật giáo như một đối tác trong hệ sinh thái an sinh tinh thần, bên cạnh nhà nước, doanh nghiệp và các thiết chế xã hội khác.

Qua đó, bài viết góp phần bổ sung một góc nhìn về Phật giáo nhập thế trong bối cảnh công nghiệp hóa – đô thị hóa, và đặt nền cho các nghiên cứu tiếp theo mang tính định lượng, so sánh tôn giáo hoặc đánh giá chính sách cụ thể.

1. Khung tiếp cận

Từ những năm 1990 đến nay, di cư nội địa, đặc biệt là di cư nông thôn, đô thị gắn với các khu công nghiệp, khu chế xuất đã trở thành một đặc trưng nổi bật của xã hội Việt Nam. Các khảo sát của UNFPA và nhiều nghiên cứu trong nước

đều cho thấy tỉ lệ dân số di cư nội địa tăng đều, tập trung ở các cực tăng trưởng như Hà Nội, TP. Hồ Chí Minh, Đồng Nai, Bình Dương, Bắc Ninh, Hải Phòng... Lực lượng này chủ yếu là lao động trẻ, ít vốn, chủ yếu làm việc trong các ngành thâm dụng lao động.

Bên cạnh những cơ hội về việc làm và thu nhập, người lao động di cư phải đối diện nhiều bất lợi: điều kiện làm việc căng thẳng, thời gian tăng ca kéo dài, thu nhập bấp bênh, chi phí sinh hoạt cao, nhà ở chật chội, thiếu thiết chế văn hóa, phúc lợi, cùng với những rào cản hành chính như tạm trú tạm vắng, tiếp cận dịch vụ y tế, giáo dục cho con... Nghiên cứu về công nhân tại một số khu công nghiệp cho thấy người lao động di cư có chất lượng sức khỏe và số lượng vấn đề sức khỏe cao hơn nhóm lao động địa phương; điểm số chất lượng sống liên quan sức khỏe (EQ-5D) của họ thấp hơn một cách đáng kể. Các khảo sát của ILO và WHO cũng cho thấy khoảng 42% người lao động Việt Nam thường xuyên cảm thấy căng thẳng trong công việc.

Các yếu tố trên khiến nhóm lao động di cư trở thành nhóm dễ tổn thương về an sinh tinh thần: họ phải thích nghi với môi trường sống xa lạ, thiếu mạng lưới hỗ trợ truyền thống từ gia đình, làng xóm, chịu áp lực tài chính, áp lực thành đạt, trong khi ít được tiếp cận các dịch vụ tư vấn tâm lý chuyên nghiệp. Ở nhiều khu nhà trọ, công nhân thường tìm đến những hình thức “*giải tỏa*” mang tính đối phó (rượu bia, cờ bạc, quan hệ tình dục không an toàn, tiêu dùng bốc đồng...), càng làm gia tăng nguy cơ rối loạn tinh thần và xung đột gia đình.

Trong bối cảnh đó, **an sinh tinh thần** không thể được hiểu một cách giản lược như “*không mắc bệnh tâm thần*”, mà là trạng thái tương đối ổn định về cảm xúc, khả năng đối diện và chuyển hóa stress, giữ được cảm giác ý nghĩa sống, được gắn kết trong một cộng đồng nâng đỡ. Chính trên nền ấy, vai trò của tôn giáo – trong đó có Phật giáo, trở nên đáng chú ý, vì tôn giáo cung cấp không chỉ hệ thống niềm tin và thực hành, mà còn cả các mạng lưới xã hội và ngôn ngữ diễn giải khổ đau cho nhóm di cư.

Trong Phật giáo, vấn đề khổ đau và hạnh phúc của con người được tiếp cận một cách hệ thống qua Tứ diệu đế: Khổ – Tập – Diệt – Đạo. Khổ không chỉ là những đau đớn thể xác mà còn là bất an, lo lắng, sợ hãi, thất vọng, bất mãn... vốn là những trải nghiệm quen thuộc của người lao động di cư khi đối diện với áp lực công việc, thu nhập, nợ nần, cô đơn nơi đất khách.

Việc thừa nhận “*Khổ*” như một sự thật đầu tiên không nhằm bi quan hóa, mà để tạo tiền đề cho việc nhận diện nguyên nhân (Tập) và khả năng chấm dứt khổ (Diệt) bằng con đường tu tập (Đạo).

Từ góc độ đó, an sinh tinh thần của một cá nhân không chỉ là việc được đáp ứng nhu cầu giải trí, xả stress, mà còn là khả năng hiểu và **chuyển hóa** những nguyên nhân sâu xa của khổ: vô minh, tham ái, chấp thủ, các tập khí bất thiện.

Các phương pháp căn bản như chính niệm, thiền định, trì giới, niệm Phật, tụng kinh... nếu được hướng dẫn phù hợp với trình độ và hoàn cảnh của người lao động, có thể giúp họ:

- Nhận diện cảm xúc và suy nghĩ tiêu cực.
- Phát triển năng lực dừng lại, quan sát, lựa chọn cách ứng xử ít gây hại hơn.
- Nuôi dưỡng phẩm chất từ bi với chính mình và người xung quanh.
- Tái cấu trúc nhận thức về hoàn cảnh (nhìn sự kiện dưới lăng kính vô thường, nhân quả, duyên sinh), từ đó giảm bớt cảm giác bất công tuyệt đối và tuyệt vọng.

Bên cạnh chiều kích cá nhân, Phật giáo nhấn mạnh đến “*Tăng đoàn*” và “*cộng đồng Phật tử*”, nơi mỗi cá nhân nương tựa và học hỏi lẫn nhau. Đối với người lao động di cư, việc được tham gia các đạo tràng, câu lạc bộ Phật tử, hay đơn giản là thường xuyên lui tới một ngôi chùa gần khu nhà trọ, có thể tạo ra cảm giác “có nơi để về”, phần nào thay thế khoảng trống của gia đình, làng xóm truyền thống.

Như vậy, nhìn từ Phật giáo, an sinh tinh thần người lao động di cư bao gồm ít nhất ba tầng: (1) tầng nhận thức (cách họ hiểu khổ – nguyên nhân – con đường chuyển hóa), (2) tầng thực hành cá nhân (thiền, tụng niệm, giữ giới, ứng xử đạo đức), và (3) tầng cộng đồng – thiết chế (chùa, đạo tràng, nhóm Phật tử, mạng lưới nâng đỡ).

Trong hệ sinh thái an sinh dành cho người lao động di cư, có thể phân biệt tương đối ba khối chủ thể chính:

- Nhà nước và chính quyền địa phương: xây dựng, thực thi chính sách lao động, nhà ở, bảo hiểm, phúc lợi, dịch vụ xã hội;
- Doanh nghiệp, công đoàn, các tổ chức nghề nghiệp: trực tiếp tạo điều kiện làm việc, thu nhập, phúc lợi nơi công sở, thương lượng lương – thưởng, giờ làm, bảo hộ lao động;
- Các thiết chế xã hội – cộng đồng, trong đó có tổ chức tôn giáo (Phật giáo, Công giáo, Tin Lành, v.v.): tạo ra mạng lưới nâng đỡ tinh thần, không gian sinh hoạt văn hóa, đạo đức, hỗ trợ tinh thần trong và ngoài giờ làm việc.

Nếu nhà nước và doanh nghiệp mang tính “*thể chế*” và “*hợp đồng*” rõ rệt, thì Phật giáo thường xuất hiện như một “*nguồn lực mềm*”, khó đo đếm nhưng rất quan trọng trong việc:

- Cung cấp hệ thống giáo lý ý nghĩa cho đời sống như nhân quả, vô thường, từ bi
- Tạo lập cộng đồng và mạng lưới xã hội: chùa, đạo tràng, nhóm thiện nguyện...
- Định hướng giá trị và hành vi: các giáo lý về hiếu đạo, trách nhiệm, trung thực, không trộm cắp, không bạo lực, không nghiện ngập...

Tuy nhiên, vai trò này chỉ phát huy đầy đủ khi Phật giáo được đặt đúng vị trí trong hệ sinh thái an sinh: không bị giản lược thành “*nguồn từ thiện vật chất*” thuần túy, cũng không bị kỳ vọng thay thế chức năng của nhà nước hay doanh nghiệp. Thay vào đó, Phật giáo cần được nhìn nhận như đối tác đồng hành trong lĩnh vực an sinh tinh thần, với những đóng góp đặc thù về niềm tin, thực hành tâm linh và xây dựng cộng đồng.



Ảnh sưu tầm

2. Thực tiễn tham gia an sinh tinh thần người lao động di cư của Phật giáo hiện nay

Nếu nhìn từ báo cáo Phật sự và báo chí Phật giáo vài thập niên gần đây, có thể thấy sự tham gia của Phật giáo vào an sinh xã hội nói chung và an sinh tinh thần người lao động di cư nói riêng diễn ra trên nhiều tầng nấc khác nhau. Đối

với nhóm công nhân khu công nghiệp, người lao động di cư nội địa, có thể phân biệt một số nhóm hoạt động tiêu biểu như sau:

- Thứ nhất, các chương trình hỗ trợ vật chất gắn với nâng đỡ tinh thần

Đây là dạng hoạt động dễ nhận thấy nhất: các chùa, Ban Trị sự địa phương hoặc Hội từ thiện trực thuộc Giáo hội Phật giáo Việt Nam (GHPGVN) phối hợp với Liên đoàn lao động, công đoàn, hội bảo trợ bệnh nhân nghèo... tổ chức tặng quà, khám chữa bệnh, cấp phát thuốc miễn phí cho công nhân các khu công nghiệp.

Chẳng hạn, năm 2021, trong bối cảnh dịch COVID-19, Phật giáo quận 8 (TP.HCM) đã phối hợp tổ chức chương trình trao 500 phần quà cho công nhân Khu công nghiệp Lê Minh Xuân (huyện Bình Chánh). Năm 2023, Hội Từ thiện chùa Tường Nguyên (quận 4, TP.HCM) kết hợp Liên đoàn Lao động TP.HCM và Hội Bảo trợ bệnh nhân nghèo thành phố tổ chức chương trình trao quà, khám bệnh, phát thuốc cho hơn 1.700 công nhân Khu công nghiệp Linh Trung (TP. Thủ Đức). Những hoạt động như *“Phiên chợ từ tâm”* dành cho khoảng 500 công nhân tại Bến Tre kết hợp lễ Tắm Phật, giao lưu văn nghệ, phát quà, tạo không gian sinh hoạt cộng đồng.

Dù trọng tâm bề nổi là hỗ trợ vật chất, nhưng các chương trình này vẫn thường được tổ chức tại chùa hoặc không gian gắn với nghi lễ Phật giáo, điều này phần nào biến hoạt động *“từ thiện xã hội”* thành dịp tiếp xúc với nguồn an ủi tinh thần đối với người lao động di cư.

- Thứ hai, các chương trình tu học, sinh hoạt tâm linh dành cho công nhân và gia đình

Bên cạnh cứu trợ ngắn hạn, nhiều chùa và Ban Trị sự địa phương đã tổ chức các khóa tu, sinh hoạt định kỳ cho thanh niên, sinh viên, công nhân. Một số bài viết trên Tạp chí Nghiên cứu Phật học và các kỷ yếu hội thảo về *“Đạo Phật với công tác xã hội”* ghi nhận xu hướng xây dựng mô hình *“dịch vụ công tác xã hội dựa trên Phật giáo”*.

Các chương trình này thường mang các tên gọi như *“Ngày an lạc cuối tuần”*, *“Khóa tu một ngày cho thanh niên công nhân”*, *“Vu Lan cùng công nhân xa quê”*, với nội dung kết hợp: tụng kinh, nghe pháp thoại, chia sẻ trải nghiệm đời sống, hướng dẫn thiền, sinh hoạt văn nghệ, trò chơi, đôi khi kèm những lớp ngắn về kỹ năng quản lý cảm xúc, giáo dục con cái, giữ gìn hạnh phúc gia đình. Tuy chưa được chuẩn hóa ở tầm quốc gia, nhưng đây là dạng hình mẫu cho những can thiệp an sinh tinh thần dựa trên Phật giáo tại cộng đồng công nhân.

- Thứ ba, xây dựng chùa/đạo tràng như *“không gian an sinh tinh thần”* cho người xa quê

Một số nghiên cứu về *“Đạo Phật với công tác xã hội”* nhấn mạnh chức năng của chùa như một *“thiết chế xã hội truyền thống”*, nơi diễn ra không chỉ hoạt động nghi lễ mà còn là nơi trao đổi thông tin, tương trợ, giáo dục và hòa giải xung đột. Đối với người lao động di cư, đặc biệt là những người từ nông thôn lên thành thị, việc tìm được một ngôi chùa *“quen”* gần khu nhà trọ hoặc khu công nghiệp có thể tạo nên một cảm giác *“có nơi nương tựa tinh thần”*, tương tự hình ảnh chùa làng ở quê nhà. Đặc biệt sinh hoạt dân di cư xa quê của Thiền viện Chơn Không dưới sự hướng dẫn của Đại đức Thích Tuệ Hải.

Trong thực tế, nhiều ngôi chùa ở vùng ven đô tổ chức các đạo tràng Phật tử theo nhóm tuổi hoặc ngành nghề; mở cửa chùa như một không gian tự học, đọc sách, sinh hoạt thanh niên vào buổi tối; tổ chức các hoạt động văn nghệ, thể thao, lớp học ngoại khóa cho trẻ em là con công nhân.

Trong các bản tin Phật sự, hoạt động này ít khi được gọi thẳng là *“an sinh tinh thần cho người lao động di cư”*, nhưng xét về chức năng xã hội, nó đang đáp ứng chính xác nhu cầu đó.

- Thứ tư, tiếng nói trên báo chí – truyền thông Phật giáo về đời sống công nhân

Các báo và tạp chí Phật giáo như Giác Ngộ, Văn Hóa Phật Giáo, Nghiên cứu Phật học, Phật học Từ Quang ngày càng dành nhiều hơn các bài viết, phóng sự, tản văn về người nghèo đô thị, công nhân, người lao động xa quê, góp phần:

Gọi tên những hoàn cảnh khó khăn cụ thể của công nhân.

Đề cao những giá trị đạo đức.

Giới thiệu các mô hình Phật sự gắn với công nhân, tạo hiệu ứng lan tỏa và truyền cảm hứng giữa các chùa, Ban Trị sự.

Một bài viết gần đây trên trang Phật tử Việt Nam đã gọi việc *“hoằng pháp cho công nhân và gia đình tại các khu công nghiệp lớn”* là *“một sứ mệnh cấp thiết và chiến lược”* của Phật giáo hiện nay, đồng thời liệt kê rõ đặc điểm của công nhân khu công nghiệp, từ đó gợi ý những phương thức hoằng pháp phù hợp.

3. Tác động đối với an sinh tinh thần người lao động di cư

Các hoạt động trên, dù đa dạng và phân tán, có thể được xem xét trên hai cấp độ: cá nhân và cộng đồng.

- Ở cấp độ cá nhân, tác động rõ rệt nhất là giúp người lao động di cư:

Cảm nhận được sự quan tâm và được tôn trọng: Khi một công nhân xa quê được mời tham dự lễ Tắm tượng Phật, *“Phiên chợ từ tâm”* hay nhận phần quà Vu Lan tại chính nơi mình làm việc, họ không chỉ nhận được giá trị vật chất mà còn nhận tín hiệu rằng *“mình được nhìn thấy”* và *“mình xứng đáng được chăm sóc”*. Có những phóng sự Phật sự Online ghi nhận niềm vui và sự xúc động của công nhân khi được tặng, ni tặn tay trao quà, thăm hỏi sức khỏe, lắng nghe chia sẻ.

Giảm bớt cô đơn và bi quan: Những buổi sinh hoạt tập thể cho công nhân tạo cơ hội để họ gặp gỡ những người cùng cảnh ngộ. Đồng thời, các thông điệp Phật học có thể giúp họ tái cấu trúc nhận thức về những khó khăn đang đối diện và cố gắng chuyển hóa.

Phát triển một số kỹ năng và thói quen lành mạnh: Nhiều chương trình kết hợp việc hướng dẫn thiền ngắn, thực hành chính niệm, tập hít thở, lắng nghe thân tâm, khuyến khích từ bỏ những hành vi gây hại, giữ giới, giúp giảm nguy cơ rối loạn cảm xúc và hành vi trong môi trường lao động nhiều áp lực.

- Ở cấp độ cộng đồng, các hoạt động của Phật giáo góp phần:

Xây dựng mạng lưới hỗ trợ xã hội không chính thức: Các đạo tràng Phật tử công nhân, nhóm thiện nguyện tại chùa, hội đồng hương Phật tử... có thể trở thành mạng lưới tương trợ giúp nhau trong đời sống. Các nghiên cứu quốc tế về di dân cho thấy sự hiện diện của các cộng đồng tôn giáo thường gắn với mức độ hài lòng cuộc sống và sức khỏe tâm thần cao hơn ở người di cư.

Giảm căng thẳng xã hội giữa người nhập cư và cư dân địa phương: Khi chùa là nơi tiếp đón cả công nhân lẫn cư dân sở tại trong các hoạt động lễ hội, từ thiện, sinh hoạt văn hóa, các ranh giới *“dân nhập cư – dân bản địa”* có thể phần nào được làm mềm đi.

Cung cấp cho các tác nhân chính sách một đối tác sẵn sàng: Kinh nghiệm tổ chức các chương trình xã hội quy mô lớn (cứu trợ bão lũ, hỗ trợ người nghèo, phòng dịch COVID-19...) cho thấy GHPGVN có khả năng huy động nguồn lực đáng kể và triển khai nhanh các hoạt động an sinh. Điều này gợi ý rằng, nếu được định hướng đúng và phối hợp chặt chẽ, Phật giáo có thể trở thành một đối tác quan trọng trong các chương trình chăm sóc an sinh tinh thần cho người lao động di cư mà nhà nước và doanh nghiệp đang tìm kiếm.

Các nghiên cứu về di cư và sức khỏe tinh thần tại Việt Nam hiện mới dừng ở việc mô tả tỷ lệ trầm cảm, bất bình đẳng sức khỏe giữa công nhân di cư và không di cư, chưa đi sâu vào vai trò của tôn giáo, cần có những nghiên cứu cụ thể hơn nữa như phỏng vấn sâu công nhân tham gia các chương trình Phật giáo, đo lường thay đổi về mức độ stress, trầm cảm,... trước - sau can thiệp.

4. Những giới hạn và thách thức trong thực tiễn hiện nay

Dù có nhiều tiềm năng, tính thực tiễn, nhưng quá trình tham gia an sinh tinh thần cho người lao động di cư của Phật giáo vẫn đối diện nhiều giới hạn và thách thức.

- Thứ nhất, hoạt động còn phân tán, thiên về *“từ thiện mùa vụ”*

Như các ví dụ nêu trên cho thấy, phần lớn chương trình cho công nhân hiện nay gắn với dịp lễ, Tết, Vu Lan, Phật đản, mùa dịch bệnh... tức là những thời điểm *“cao trào”*, trong khi đời sống tinh thần của người lao động di cư là nhu cầu thường xuyên, quanh năm. Các hoạt động an sinh tinh thần chưa được thiết kế như những chương trình dài hạn, có mục tiêu, nội dung và tiêu chí đánh giá rõ ràng; phần lớn phụ thuộc vào tâm huyết cá nhân của một vài Tăng Ni hay Phật tử nòng cốt tại một ngôi chùa cụ thể.

- Thứ hai, thiếu nguồn nhân lực chuyên môn về tâm lý, công tác xã hội

Nhiều bài nghiên cứu đã đề xuất kết nối đạo Phật với công tác xã hội, xây dựng mô hình dịch vụ công tác xã hội dựa trên chùa, nhưng trên thực tế, đội ngũ tăng, ni, cư sĩ được đào tạo bài bản về tâm lý học, công tác xã hội, tư vấn vẫn còn rất mỏng. Điều này khiến các hoạt động hỗ trợ tinh thần thường dừng ở mức *“an ủi đạo đức”*, thiếu các kỹ năng chuyên nghiệp để xử lý những trường hợp phức tạp như trầm cảm, bạo lực gia đình, nghiện chất kích thích, khủng hoảng hôn nhân... trong giới công nhân.

- Thứ ba, cơ chế phối hợp giữa chùa - doanh nghiệp - công đoàn - chính quyền chưa rõ ràng

Một số chương trình như tặng quà, khám bệnh cho công nhân KCN Linh Trung cho thấy mô hình phối hợp khá tốt giữa chùa, Liên đoàn Lao động và Hội Bảo trợ bệnh nhân nghèo. Tuy nhiên, đây vẫn là những trường hợp đơn lẻ; chưa có khung pháp lý hoặc hướng dẫn chính sách cụ thể khuyến khích, chuẩn hóa và nhân rộng mô hình *“đối tác tôn giáo”* trong chăm sóc an sinh tinh thần cho công nhân.

Ở nhiều nơi, doanh nghiệp còn e ngại việc tôn giáo “*can thiệp*” vào không gian nhà máy; trong khi phía tôn giáo lại thiếu thông tin về nhu cầu cụ thể và lịch trình làm việc của công nhân để thiết kế chương trình phù hợp. Thiếu một kênh đối thoại chính thức giữa GHPGVN và các cơ quan lao động – công đoàn – chủ đầu tư KCN khiến tiềm năng hợp tác bị hạn chế.

- Thứ tư, nội dung hoằng pháp cho công nhân chưa thật sự “*trúng vấn đề*”

Phần lớn các bài giảng cho công nhân vẫn dựa trên những chủ đề truyền thống (nhân quả, nghiệp báo, hiếu đạo, sống lành mạnh...) mà ít gắn trực tiếp với ngữ cảnh đời sống công nghiệp: áp lực KPI, làm ca kíp, mâu thuẫn với quản lý, bị nợ lương, bị sa thải, nuôi con xa quê, v.v. Một số ý kiến trong nội bộ Phật giáo đã lưu ý rằng nếu không nghiên cứu kỹ hoàn cảnh sống và ngôn ngữ của công nhân, nội dung hoằng pháp dễ trở thành “*khuyên chịu đựng, nhẫn nhục*”, vô tình hợp thức hóa những bất công.

Để tránh điều này, hoạt động hoằng pháp và hỗ trợ tinh thần cần kết hợp giữa từ bi (đồng cảm, chia sẻ, nâng đỡ) và trí tuệ (nhìn rõ nguyên nhân xã hội – kinh tế, khuyến khích đấu tranh chính đáng cho quyền lợi trong khuôn khổ pháp luật), đồng thời biết cách giới thiệu các kênh hỗ trợ khác (công đoàn, tư vấn pháp lý, dịch vụ công tác xã hội...).

- Thứ năm, thiếu nghiên cứu đánh giá tác động và bằng chứng khoa học

Cho đến nay, phần lớn bài viết về “*Phật giáo với an sinh xã hội*” mới dừng ở mô tả, thống kê kinh phí, số người được hỗ trợ, hoặc phân tích trên nền tảng lý luận tôn giáo, đạo đức. Hầu như chưa có nghiên cứu định lượng về mức độ cải thiện sức khỏe tinh thần của công nhân tham gia các chương trình Phật giáo so với nhóm không tham gia. Điều này khiến tiếng nói của Phật giáo khi bước vào bàn tròn chính sách với nhà nước, doanh nghiệp và tổ chức quốc tế khó có sức nặng tương xứng với tiềm năng.

Tóm lại, thực tiễn tham gia an sinh tinh thần người lao động di cư của Phật giáo Việt Nam hiện nay đã có những nền tảng quan trọng: các chương trình từ thiện gắn với hoằng pháp, các khóa tu và sinh hoạt cộng đồng cho công nhân, sự hiện diện của chùa như không gian an sinh tinh thần, và tiếng nói trên báo chí Phật giáo. Tuy nhiên, để chuyển từ những nỗ lực phân tán, mang tính “*thiện chí*” sang những mô hình can thiệp có hệ thống, cần giải quyết một loạt thách thức về tổ chức, nhân sự, phối hợp chính sách và nghiên cứu đánh giá tác động.

5. Gợi mở chính sách và mô hình tăng cường vai trò Phật giáo trong an sinh tinh thần người lao động di cư

Để phát huy đầy đủ tiềm năng Phật giáo, điều quan trọng trước hết là thay đổi cách nhìn: từ chỗ xem Phật giáo chỉ như một lực lượng làm từ thiện tự phát, chuyển sang định vị Phật giáo như một *“đối tác an sinh tinh thần”* trong hệ sinh thái chính sách. Nói cách khác, Phật giáo cần bước ra khỏi vị thế *“người tốt việc thiện”* đơn lẻ để trở thành đối tác có trách nhiệm về lộ trình kế hoạch, có cam kết dài hạn, đồng thời hệ thống chính sách nhà nước cần tạo ra những *“cửa vào”* rõ ràng cho đối tác này.

Từ thực tiễn đã có, có thể gợi ý ba nhóm mô hình tiêu biểu, có khả năng triển khai theo hướng thí điểm – đánh giá – nhân rộng:

- Mô hình *“Trung tâm hỗ trợ tinh thần Phật giáo cho công nhân khu công nghiệp”*

- Mô hình này có thể đặt tại chùa gần khu công nghiệp hoặc một *“nhà văn hóa cộng đồng”* liên kết giữa GHPGVN – Liên đoàn Lao động – chính quyền địa phương.

- Chức năng cơ bản:

Tư vấn tinh thần và tâm lý cơ bản: do tăng, ni, cư sĩ được đào tạo về tham vấn, phối hợp với chuyên gia tâm lý, luật sư, bác sĩ khi cần. Trọng tâm là lắng nghe, hỗ trợ xử lý vấn đề khiến stress

Tổ chức lớp kỹ năng sống theo tinh thần Phật giáo gắn với giáo lý nhân quả, từ bi, chính niệm,... các giáo lý đơn thuần nhưng phù hợp với hoàn cảnh.

Không gian sinh hoạt văn hóa tinh thần: thiền, tụng kinh, sinh hoạt đạo tràng, hoạt động nghệ thuật, thể thao đơn giản, góc đọc sách,... phục vụ ngoài giờ làm việc.

Để tránh *“nhà chùa hóa”* hoàn toàn, trung tâm nên hoạt động theo nguyên tắc mở và tự nguyện: công nhân thuộc bất cứ tôn giáo nào cũng có thể tham gia các hoạt động kỹ năng, tư vấn; những hoạt động nghi lễ Phật giáo được thông báo rõ và không áp đặt. Mô hình này nếu được thiết kế tốt sẽ tạo nên *“không gian trị liệu xã hội – tâm linh”* cho công nhân, mà không xung đột với khung pháp lý về tự do tín ngưỡng.

6. Mô hình “Đạo tràng Phật tử công nhân” và mạng lưới liên vùng

Hiện nay, nhiều đạo tràng Phật tử đã hình thành tự phát trong giới công nhân, nhưng hoạt động thiếu ổn định, dễ tan rã khi một vài nhân tố nòng cốt chuyển việc. Có thể xây dựng mô hình Đạo tràng Phật tử công nhân với các đặc trưng:

Tổ chức theo ca làm việc: buổi tối, cuối tuần, hoặc theo chu kỳ linh hoạt (2 tuần/lần), tránh trùng với thời điểm tăng ca.

Nội dung sinh hoạt ngắn, nhẹ, thiết thực: tụng một thời kinh ngắn, 10-15 phút thiền tọa hoặc thiền đi, nghe pháp thoại ngắn, chia sẻ kinh nghiệm sống, trò chuyện nhóm.

Kèm theo các hoạt động liên kết thực dụng: chia sẻ thông tin việc làm, nhà trọ, hỗ trợ nhau trông con, chia sẻ kinh nghiệm tiếp cận dịch vụ y tế, pháp lý.

Nếu GHPGVN cấp tỉnh/thành có thể đứng ra kết nối các đạo tràng này thành mạng lưới liên vùng, người lao động di cư khi chuyển nơi làm việc (từ Bình Dương sang Đồng Nai, từ Bắc Ninh vào TP.HCM...) vẫn tìm được nơi sinh hoạt thân quen, giảm cảm giác lạc lõng. Về lâu dài, mạng lưới này có thể trở thành kênh phản hồi từ cơ sở cho Giáo hội và các cơ quan quản lý trong việc nắm bắt nhu cầu tinh thần của công nhân.

7. Mô hình “truyền thông số Phật giáo dành cho công nhân - người lao động di cư”

Với thói quen sử dụng điện thoại thông minh, mạng xã hội và ứng dụng nhắn tin của công nhân hiện nay, Phật giáo có thể phát huy mạnh mẽ kênh truyền thông số:

Xây dựng các chuyên mục cố định trên báo - tạp chí Phật giáo, websites, fanpage, YouTube, podcast... với nội dung hướng cụ thể tới người lao động: “Sống an lạc nơi xóm trọ”, “Thiền 5 phút sau ca làm”,...

Thiết kế nội dung ngắn, dễ hiểu, giàu tình huống thực tế, có thể nghe/xem trong giờ nghỉ trưa, hoặc trước giờ ngủ.

Kết hợp tư vấn trực tuyến (Q&A, livestream, hộp thư tư vấn ẩn danh) với việc giới thiệu các điểm sinh hoạt trực tiếp (chùa, trung tâm hỗ trợ tinh thần, đạo tràng).

Mô hình này đặc biệt hữu ích với những công nhân không thể tham gia sinh hoạt trực tiếp do giờ giấc, khoảng cách hoặc rào cản tâm lý. Thông qua truyền thông số, họ vẫn có thể tiếp cận các nguồn lực Phật giáo cho an sinh tinh thần một cách chủ động và linh hoạt.

Để các mô hình trên đi vào đời sống chứ không chỉ dừng lại ở gợi ý lý thuyết, cần một cơ chế phối hợp nhiều bên:

- Giáo hội Phật giáo Việt Nam:

Xác định rõ “*người lao động di cư – công nhân khu công nghiệp*” như một nhóm đối tượng phục vụ trong các chương trình Phật sự;

Tổ chức tập huấn cho tăng, ni, cư sĩ về kỹ năng tham vấn, công tác xã hội, làm việc với công nhân;

Ban hành các văn bản hướng dẫn, khuyến khích thành lập đạo tràng công nhân, trung tâm hỗ trợ tinh thần thí điểm tại những tỉnh có nhiều KCN.

- Cơ quan nhà nước, công đoàn, doanh nghiệp:

Lồng ghép nội dung hợp tác với tôn giáo trong an sinh tinh thần vào các chương trình về nhà ở, đời sống văn hóa cho công nhân;

Tạo điều kiện về không gian, thời gian và thông tin để chùa, đạo tràng hay trung tâm hỗ trợ tinh thần tiếp cận công nhân;

Bảo đảm các nguyên tắc tự nguyện, tôn trọng đa dạng tôn giáo, tránh biến hoạt động hỗ trợ tinh thần thành hình thức ép buộc truyền đạo.

- Giới nghiên cứu, trường đại học, tổ chức quốc tế:

Thực hiện các nghiên cứu đánh giá tác động đối với các mô hình thí điểm, cung cấp bằng chứng khoa học về hiệu quả đối với sức khỏe tinh thần, mức độ hài lòng cuộc sống, khả năng gắn kết cộng đồng;

Hỗ trợ xây dựng bộ công cụ đo lường, tài liệu hướng dẫn chuẩn, chương trình đào tạo cho “*tình nguyện viên Phật giáo*” trong công tác an sinh tinh thần;

Góp phần đem kinh nghiệm Việt Nam đối thoại với các mô hình quốc tế về tôn giáo và an sinh người di cư.

Trong bối cảnh di cư nội địa và công nghiệp hóa tăng tốc, người lao động di cư là một trong những nhóm dễ tổn thương nhất về an sinh tinh thần. Dựa trên khung Tứ diệu đế và thực hành Phật giáo, bài viết khẳng định an sinh tinh thần

không chỉ là tình trạng “*không bệnh*”, mà là năng lực hiểu và chuyển hóa khổ đau trên ba tầng: nhận thức, thực hành cá nhân và gắn kết cộng đồng.

Khảo sát thực tiễn cho thấy Phật giáo Việt Nam đã hiện diện rõ nét trong đời sống người lao động di cư thông qua các hoạt động từ thiện gắn với hoằng pháp, các khóa tu, sinh hoạt dành cho công nhân, việc kiến tạo chùa/đạo tràng như “*không gian an sinh tinh thần*” và tiếng nói trên báo chí Phật giáo về vấn đề công nhân. Tuy vậy, những nỗ lực này vẫn phân tán, mang tính mùa vụ, thiếu nhân lực chuyên môn và thiếu cơ chế phối hợp bền vững với doanh nghiệp, công đoàn và nhà nước.

Bài viết đề xuất cần định vị lại Phật giáo như một đối tác an sinh tinh thần trong hệ sinh thái chính sách, đồng thời gợi mở ba nhóm mô hình: (i) trung tâm hỗ trợ tinh thần Phật giáo cho công nhân; (ii) đạo tràng Phật tử công nhân và mạng lưới liên vùng; (iii) truyền thông số dành riêng cho người lao động di cư. Thành công của những mô hình này đòi hỏi sự phối hợp giữa Giáo hội, nhà nước, doanh nghiệp và giới nghiên cứu, trên nền tảng tôn trọng tự do tín ngưỡng và hướng tới mục tiêu chung: một đời sống lao động không chỉ đủ ăn, đủ mặc, mà còn có chỗ cho bình an, hy vọng và ý nghĩa.

Tài liệu tham khảo:

1. Tổng cục Thống kê, & Quỹ Dân số Liên Hợp Quốc tại Việt Nam. (2016). Điều tra quốc gia về di cư nội địa năm 2015: Những phát hiện chủ yếu. Hà Nội: Tổng cục Thống kê & UNFPA.
2. Tổng cục Thống kê, & Quỹ Dân số Liên Hợp Quốc tại Việt Nam. (2020). Migration and urbanization in Viet Nam: Situation, trend and differences [Di cư và đô thị hóa ở Việt Nam: Thực trạng, xu hướng và khác biệt]. Hà Nội: GSO & UNFPA.
3. Dương Quang Điện (chủ biên). (2020). Tôn giáo với vấn đề an sinh xã hội. Hà Nội: Nhà xuất bản Chính trị Quốc gia Sự thật
4. Nguyễn Ngọc Hường. (2012). Kết nối đạo Phật với công tác xã hội: Đề xuất một mô hình cung cấp dịch vụ công tác xã hội tại Việt Nam. Tạp chí Xã hội học, 1(117), 23-35.
5. Nguyễn Văn Thành. (2020). Giáo hội Phật giáo Việt Nam với chính sách an sinh xã hội. Tạp chí Khoa học Xã hội Việt Nam, (7), 30-39
6. Đặng Thị Đông (Thích nữ Viên Giác), & Lê Quang Hoài (Thích Chân Niệm). (2022). Những hoạt động an sinh xã hội của hệ phái Phật giáo Liên Tông Tịnh

7. Nguyễn Hữu Nhượng. (2024, 21/10). Phật giáo Việt Nam với công tác an sinh xã hội hiện nay. Tạp chí Nghiên cứu Phật học (bản điện tử).

8. Kaji, A., Bùi Thu Hiền, Hirano, K., Phạm Diệu Liên, & Dickson, B. (2020). Situation Analysis of Migrant Health in Viet Nam. Hà Nội: International Organization for Migration (IOM) & Bộ Y tế/WHO.

9. Pham, K. T. H., Nguyen, L. H., Vuong, Q.-H., Ho, M.-T., Vuong, T.-T., Nguyen, H. K. T., ... Latkin, C. A. (2019). Health inequality between migrant and non-migrant workers in an industrial zone of Vietnam. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(9), 1502. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091502>

10. Tran, B. X., Vuong, Q.-H., Nguyen, L. H., Nguyen, C. T., Le, Q. N. H., Latkin, C. A., & Ho, R. C. M. (2019). Depressive symptoms among industrial workers in Vietnam and associated factors: A multi-site survey. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(9), 1642. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091642>

11. World Health Organization. (2022). Promoting the health of refugees and migrants: Experiences from around the world. Geneva: WHO.

Tác giả: **Trần Lê Đình Hiếu** - NCS TS Khóa 3 - Học viện PGVN tại TP.HCM