TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Phật tử với vấn đề chính ngữ trên mạng xã hội

ISSN: 2734-9195 14:35 12/01/2026

Điều còn lại và có lẽ quan trọng hơn, là cách chúng ta đã đối xử với nhau trong quá trình ấy. Trong một xã hội đa dạng quan điểm, giữ được lời nói có trách nhiệm chính là giữ gìn nền tảng văn hóa chung.

Trong thời gian gần đây, trên mạng xã hội xuất hiện nhiều thảo/tranh luận xoay quanh vấn đề nội dung sách giáo khoa hay một tác phẩm văn học được đề xuất vinh danh. Ở góc độ xã hội, đây là tín hiệu cho thấy công chúng vẫn dành sự quan tâm nghiêm túc cho giáo dục và các giá trị văn hóa. Tranh luận, nếu diễn ra trên nền tảng lý lẽ và tinh thần đối thoại, là điều cần thiết cho sự phát triển của đời sống tri thức. Tuy nhiên, điều đáng suy ngẫm là không ít cuộc trao đổi đã trượt khỏi quỹ đạo học thuật, nhường chỗ cho những lời lẽ thóa mạ, xúc phạm cá nhân và tổ chức, khiến vấn đề cần bàn luận bị che khuất bởi cảm xúc cực đoan.

(Ảnh: Internet)

Từ góc nhìn **văn hóa**, cách con người tranh luận phản ánh trình độ ứng xử của cộng đồng. Từ góc nhìn Phật học, thái độ và ngôn từ trong tranh luận phản chiếu trực tiếp trạng thái tâm của người nói. Bởi vậy, khi tham gia vào các vấn đề đang gây nhiều ý kiến trái chiều, người phật tử cần tự đặt cho mình một chuẩn mực rõ ràng: ***hiểu đúng trước khi phán xét và viết/nói năng trong tỉnh thức***.

Chính ngữ là một trong tám yếu tố của Bát chính đạo bao gồm: *Chính kiến* (P: *sammādiṭṭhi*, C: □□), *Chính tư duy* (P: *sammāsaṅkappa*, C: □□□), *Chính ngữ* (P: *sammāvācā*, C: □□), *Chính nghiệp* (P: *sammākammanta*, C: □□), *Chính mạng* (P: *sammāājīva*, C: □□), *Chính tinh tấn* (P: *sammāvāyāmo*, C:□□□), *Chính niệm* (P: *sammasati*, C: □□), *Chính định* (P: *samāsamādhi*, C: □□). Tám yếu tố với mục đích là phát triển và kiện toàn ba khía cạnh cốt yếu trong sự tu tập gồm: Giới-định-tuệ, trong đó Chính ngữ là một trong ba chi phần (Chính ngữ, Chính nghiệp, Chính mạng) thuộc về giới.

Chính ngữ được hiểu là lời nói chân chính. *Đức Phật đã coi việc rèn luyện chính ngữ rất quan trọng đến sự phát triển cá tính và tâm linh. Ngài dạy, chính ngữ có bốn đặc tính: chúng là những lời nói chân thật; chúng khiến người ta phấn khởi; chúng nhẹ nhàng, không thô lỗ hay cộc cằn; chúng khiêm cung, không vô ích hay vô nghĩa* [1]. Chính ngữ trong Tứ diệu đế giống với điều đạo đức thứ tư trong năm điều đạo đức (ngũ giới) gồm có bốn phương diện: *Lời nói đúng với sự thật; lời nói xây dựng và đoàn kết; lời nói có văn hóa; lời nói có giá trị và mang lại lợi ích.* Như vậy, giới thứ tư này không chỉ không được nói dối mà còn có ba phương diện được xem là rất quan trọng trong truyền thông.

Trong giáo lý nhà Phật, lời nói không chỉ là phương tiện giao tiếp mà còn là một dạng hành vi tạo nghiệp. Một lời nói dù xuất phát từ nhận thức đúng, nhưng nếu được thốt ra bằng tâm sân hận, nhằm hạ thấp hay xúc phạm người khác, thì vẫn không phải là lời nói thiện lành. Trên không gian mạng, nơi khoảng cách và tính ẩn danh dễ làm con người buông lỏng tự chế, nguyên tắc này lại càng cần được nhắc lại một cách tỉnh táo.

(Ảnh: Internet)

Như vậy, theo lời dạy của đức Phật, đạo đức trong lời nói, tức chính ngữ, không nằm ở sự im lặng hay ở việc nói nhiều, mà ở khả năng **tỉnh thức khi phát ngôn**. Mỗi lời nói được thốt ra cần được nhìn nhận qua nhiều tầng cân nhắc: *Đúng thời hay phi thời, chơn thực hay không chơn thực, nhu nhuyến hay thô bạo, có lợi ích hay không lợi ích, với từ tâm hay với sân tâm* [2]. Việc thực hành chính ngữ như vậy không chỉ góp phần hoàn thiện nhân cách cá nhân, mà còn là một con đường thiết thực nhằm hạn chế và tiến tới chấm dứt bạo hành bằng lời nói, một vấn nạn ngày càng rõ nét trong đời sống xã hội đương đại.

Bên cạnh chính ngữ, chính kiến giữ vai trò nền tảng. Chính kiến không đồng nghĩa với việc bảo vệ quan điểm của mình đến cùng, mà là khả năng nhìn nhận vấn đề trong bối cảnh cụ thể của nó như lịch sử hình thành, tiêu chí học thuật, mục tiêu giáo dục và những giới hạn không tránh khỏi của con người. Khi thiếu chính kiến, người ta dễ đánh đồng phê bình một hiện tượng với việc công kích một cá nhân; dễ biến phản biện học thuật thành sự kết án đạo đức.

Đức Phật từng cảnh báo rằng chấp kiến là một trong những nguyên nhân sâu xa dẫn đến xung đột, bởi nó làm con người mất khả năng lắng nghe và đối thoại.

Trong ***Kinh Pháp Cú*** có dạy:

Chớ buông lời cay nghiệt,
Nhiếc người, người nhiếc ta,
Khổ thay lời hiềm hận,

Xung đột mãi lại qua.[3]

Như vậy, lời nói ác trước hết làm tổn hại chính người nói, trong khi lời nói hiền hòa có khả năng che chở cả hai phía. Điều này đặc biệt đáng suy ngẫm trong bối cảnh mạng xã hội hiện nay, khi một câu bình luận vội vàng có thể lan truyền nhanh chóng, tạo ra những tổn thương vượt ngoài dự liệu ban đầu. Người phật tử, nếu không cẩn trọng, cũng rất dễ bị cuốn theo tâm lý đám đông và cảm xúc nhất thời, để rồi nói những lời mà sau đó chính mình cũng khó an trú.

(Ảnh: Internet)

Một yếu tố khác cần được nhấn mạnh là sự tỉnh táo trước thông tin. Không ít tranh luận khởi đi từ những trích dẫn rời rạc, thông tin chưa được kiểm chứng hoặc cách diễn giải thiên lệch. Trong truyền thống Phật giáo, tinh thần học hỏi không cho phép sự hấp tấp. Đức Phật từng khuyên không nên tin chỉ vì điều đó được nhiều người lặp lại, mà cần quan sát, suy xét và tự mình kiểm nghiệm. Chính niệm, trong trường hợp này, chính là khả năng dừng lại trước khi chia sẻ hay bình luận, nhận diện rõ cảm xúc của mình và tự hỏi liệu lời nói sắp thốt ra có thực sự góp phần làm sáng tỏ vấn đề hay không.

Phật giáo không cổ xúy cho sự im lặng thụ động trước các vấn đề xã hội, người phật tử không bị buộc phải đứng ngoài những tranh luận liên quan đến giáo dục, văn hóa hay các giá trị chung. Trái lại, lên tiếng một cách có trách nhiệm là điều cần thiết. Nhưng sự lên tiếng ấy, nếu đặt trên nền tảng Phật học, phải hướng đến việc làm rõ vấn đề, mở ra đối thoại và góp phần xây dựng nhận thức chung, chứ không nhằm triệt hạ hay bôi nhọ con người cụ thể. Nói trong tỉnh thức là nói để cùng nhau hiểu hơn, không phải để đẩy nhau vào thế đối kháng.

Những tranh luận cụ thể rồi sẽ lắng xuống theo thời gian. Điều còn lại và có lẽ quan trọng hơn, là cách chúng ta đã đối xử với nhau trong quá trình ấy. Trong một xã hội đa dạng quan điểm, giữ được lời nói có trách nhiệm chính là giữ gìn nền tảng văn hóa chung. Đối với người Phật tử, mỗi lần tham gia không gian mạng là một cơ hội thực tập: ***thực tập chính kiến để không rơi vào cực đoan, thực tập chính ngữ để không gieo thêm tổn thương, và thực tập chính niệm để không bị cảm xúc dẫn dắt.*** Đó không chỉ là con đường tu tập cá nhân, mà còn là đóng góp thiết thực cho sự lành mạnh của đời sống xã hội hôm nay.

Tác giả: **Ngộ Minh Chương**

Chú thích:

[1] Henepola Gunaratana (2009), *Bát chính đạo con đường đến hạnh phúc*, Diệu Liên Lý Thu Linh (dịch), Nxb Phương Đông, tr. 151.

[2] *Kinh Trung Bộ*, tập I, Thích Minh Châu dịch, (2017): tr. 167.

[3] Pháp cú 133