

Ứng dụng Giáo lý Duyên khởi - Nghiệp quả trong giáo dục lối sống trách nhiệm cho học sinh THPT ở Hà Nội

ISSN: 2734-9195 11:11 22/07/2026

Đó là con đường vững chãi nhất để bồi đắp một nhân cách cao đẹp, kiến tạo một môi trường học đường lành mạnh, hạnh phúc và định hình nên một ý thức trách nhiệm công dân kiên cường trước mọi biến động của cuộc đời.

Đặt vấn đề

Chưa bao giờ thế hệ học sinh trung học phổ thông (THPT) lại phải đối mặt với một thế giới đầy biến động, bất định và phức tạp như hiện tại. Sống trong lòng một đô thị lớn đang chuyển mình mạnh mẽ như thủ đô Hà Nội, các em không chỉ thụ hưởng những thành tựu của công nghệ và sự phát triển, mà còn phải gánh chịu những hệ lụy vô hình từ dòng chảy thông tin đa chiều, hỗn loạn trên các nền tảng **mạng xã hội**. Lối sống nhanh, áp lực đồng lứa (peer pressure), sự cô đơn trong thế giới số, cùng áp lực thành tích từ sự kỳ vọng của gia đình và nhà trường đang dẫn dắt một bộ phận người trẻ vào trạng thái bất an, dễ rơi vào lối sống vô cảm, vị kỷ hoặc hưởng thụ thụ động.

Khi sợi dây liên kết giữa cá nhân học sinh với gia đình, nhà trường và xã hội bị lỏng lẻo hoặc đứt gãy, nhận thức và hành vi ứng xử của các em cũng bị lệch lạc.

Giáo dục tinh thần trách nhiệm trong lối sống của học sinh lúc này không còn là một khẩu hiệu giáo điều, mà đã trở thành nhiệm vụ mang tính chiến lược, cấp bách, đòi hỏi sự chung tay của cả hệ thống sinh thái giáo dục.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Nếu nhà trường chỉ tập trung nhồi nhét kiến thức hàn lâm nhằm đạt được những điểm số vô hồn mà bỏ quên việc định hình một hệ giá trị cốt lõi soi đường, chúng ta sẽ chỉ tạo ra những “cỗ máy biết thi cử” - rỗng tuếch về cảm xúc, mong manh trước nghịch cảnh và dễ sa ngã khi bước vào môi trường cạnh tranh khốc liệt.

Giáo dục lối sống trách nhiệm chính là chiếc neo định vị, là phần “gốc rễ” tâm hồn của người trẻ. Gốc có vững, cây mới không bị quật ngã trước giông bão cuộc đời. Nội lực có mạnh, các em mới có thể làm chủ bản thân, thích nghi chủ động và hướng thượng.

Để khơi dậy nguồn nội lực tự thân, quay về những giá trị minh triết mang tính nhân văn sâu sắc của nhân loại là một hướng tiếp cận cần thiết. Trong đó, tư tưởng Phật giáo về Duyên khởi và Nghiệp quả - khi được tiếp cận dưới lăng kính giáo dục học hiện đại và tinh thần “làm mới” của Phật giáo dân thân - chính là một gợi ý đầy giá trị.

Duyên khởi, hay bản chất của sự “tương tức - interbeing”, kết nối, giúp học sinh nhận thức sâu sắc rằng, không một cá nhân nào tồn tại biệt lập. Mỗi người trẻ đều là một mắt xích trong mạng lưới quan hệ chằng chịt, nương tựa vào nhau với gia đình, bè bạn, thầy cô, cộng đồng và môi trường tự nhiên. Tổn thương của một người cũng là nỗi đau của tập thể, và hạnh phúc của cộng đồng chính là sự an yên của cá nhân. Song hành với đó, nghiệp quả không phải là sự định mệnh, trừng phạt mang màu sắc thần bí, mà là tiếng chuông thức tỉnh về “trách

nhiệm giải trình cá nhân”. Mỗi suy nghĩ, lời nói, mỗi dòng trạng thái hay bình luận trên mạng xã hội, mỗi hành vi ứng xử trong đời thực của các em hôm nay đều là một “hạt giống” (nhân) sẽ để lại hệ quả (quả) cho chính mình và người xung quanh ở tương lai.

Nhận thức được mối liên hệ hữu cơ và trách nhiệm hành vi ấy sẽ giúp học sinh tự điều chỉnh bản thân trong từng khoảnh khắc sống của hiện tại để hướng thiện.

Trên cơ sở tiếp cận liên ngành giữa Phật học, đạo đức học và giáo dục học, bài viết này tập trung phân tích giá trị nhân văn của tư tưởng Duyên khởi - Nghiệp quả, từ đó đề xuất các định hướng vận dụng cụ thể vào không gian học đường THPT tại Hà Nội hiện nay (thông qua hoạt động trải nghiệm, tư vấn tâm lý, lồng ghép môn học và xây dựng môi trường nêu gương).

Mục tiêu cao nhất là góp phần nuôi dưỡng một thế hệ chủ nhân tương lai biết sống chủ động, tỉnh thức, biết thấu cảm và chịu trách nhiệm với chính mình, với gia đình và xã hội.

Từ khóa: Duyên khởi; Nghiệp quả; Phật giáo dẫn thân; lối sống trách nhiệm; học sinh trung học phổ thông.

Abstract: Never before have high school students been as profoundly impacted by today's volatile, uncertain, complex, and ambiguous society. Specifically, they are exposed to social media platforms flooded with intricate information flows, a fast-paced and indifferent lifestyle, a mindset of ingratitude and hedonism, and academic pressure stemming from the high expectations of parents and teachers. It is precisely the relationships among family members, the school environment, and the social environment that deeply alter students' perceptions and contribute significantly to shaping a responsible lifestyle for each individual. Therefore, educating high school students on a responsible lifestyle has become a strategic task that requires the active involvement of the entire system, including family, school, and society. If we merely cram knowledge into their heads without cultivating a core value system to guide them, they will be nothing more than programmed robots apathetic and empty, easily breaking down and falling astray in a competitive environment. Cultivating a responsible lifestyle must be prioritized within the core value system as the very root; only when the root is firm can the tree withstand fierce storms without swaying or falling, and only then can students adapt and not be left behind amidst life's vicissitudes. The internal driving force, serving as a powerful inner strength that compels individuals to live responsibly, comes from

a deep understanding of the laws governing the Buddhist doctrines of Dependent Origination (*Pratītyasamutpāda*) and Karma (*Karmaphala*). This paper analyzes the foundational moral philosophies and humanistic educational values of the Buddhist doctrines of Dependent Origination and Karma for high school students in Hanoi today. Dependent Origination, the law of interconnectedness, helps students realize that no individual exists in isolation but always within a complex web of relationships with family, friends, school, community, the natural environment, and society. Karma helps students understand that every thought, word, and action bears consequences, thereby fostering a sense of personal responsibility and encouraging them to constantly self-regulate toward higher values and wholesome deeds in every single moment to transform their consciousness. On this basis, the paper proposes orientations for applying the Buddhist moral values of the Twelve Links of Dependent Origination and Karma to life skills education, experiential activities, homeroom periods, and school counseling, aiming to contribute to cultivating a proactive, mindful, compassionate, and responsible lifestyle in students.

Keywords: Dependent Origination; Karma; Buddhism; Responsible lifestyle; High school students.

1. Phương pháp nghiên cứu

Để giải quyết một đề tài mang tính giao thoa giữa triết lý cổ xưa và thực tiễn giáo dục hiện đại, bài viết kết hợp đồng bộ các phương pháp nghiên cứu hệ thống, phân tích tư tưởng và đặc biệt là cách tiếp cận liên ngành (Interdisciplinary approach) giữa Phật học, đạo đức học và giáo dục học. Sự liên ngành này cho phép tác giả không nhìn nhận các khái niệm một cách biệt lập, mà đặt chúng trong một chỉnh thể tương hỗ: Phật học cung cấp nền tảng thế giới quan và nhân sinh quan sâu sắc; Đạo đức học đóng vai trò làm màng lọc các giá trị phổ quát; và Giáo dục học đóng vai trò chuyển hóa các giá trị đó thành phương pháp luận, kỹ năng sống cụ thể cho học sinh.

Trước hết, phương pháp nghiên cứu tài liệu và phân tích - tổng hợp được sử dụng để làm rõ nội hàm cốt lõi của hai khái niệm “Duyên khởi” và “Nghiệp quả” thông qua hệ thống kinh điển và các công trình nghiên cứu về Phật giáo dẫn thân. Từ đó, bài viết gạn lọc, xác định những hạt nhân hợp lý, những giá trị đạo đức tiến bộ để chuyển dịch thành ngôn ngữ giáo dục học hiện đại. Tiếp theo, phương pháp diễn giải và logic - lịch sử được vận dụng nhằm lý giải một cách khoa học ý nghĩa giáo dục của các phạm trù Phật học này. Nó giúp trả lời câu hỏi: Làm thế nào để một tư tưởng có tuổi đời hàng ngàn năm vẫn có thể soi sáng, đồng hành và giải quyết được những khủng hoảng tâm lý, nhận thức của

thế hệ trẻ trong bối cảnh đời sống học đường năng động, đa chiều ngày nay?

Bài viết đặc biệt chú trọng phương pháp liên hệ thực tiễn và quan sát trải nghiệm. Phương pháp này được dùng để soi chiếu, phân tích thực trạng lối sống của học sinh THPT, đặc biệt là tại một đô thị lớn như Hà Nội. Tác giả tập trung mổ xẻ vấn đề “trách nhiệm” của người trẻ trên nhiều lát cắt, từ trách nhiệm với bản thân (trong suy nghĩ, hành động, lời nói) cho đến trách nhiệm với cộng đồng (cách ứng xử văn minh trên mạng xã hội, mối quan hệ tương tác với gia đình, bạn bè, thầy cô và ý thức bảo vệ môi trường sống).

Cần khẳng định rằng, cách tiếp cận xuyên suốt của bài viết tuyệt đối không nhằm mục đích truyền bá giáo lý hay thực nghiệm các nghi thức tôn giáo vào không gian học đường công lập. Ngược lại, bài viết hướng đến việc khai thác các giá trị đạo đức nhân bản, phổ quát của triết lý Phật giáo dưới góc độ khoa học giáo dục. Tư tưởng “Duyên khởi và Nghiệp quả” ở đây được xem xét như một chất liệu văn hóa giàu tính nhân văn, một công cụ tư duy giúp phát triển lối sống tỉnh thức, rèn luyện nhân cách và khơi dậy tinh thần trách nhiệm xã hội ở mỗi học sinh THPT hiện nay.

2. Nội dung cơ bản của tư tưởng “Duyên khởi - Nghiệp quả” trong Phật giáo

2.1 Tư tưởng Duyên khởi dưới lăng kính “tương tức” và tính kết nối hệ thống

Duyên khởi (Pratītyasamutpāda) là một trong những hòn đá tảng của triết học Phật giáo, phản ánh quy luật vận hành của vũ trụ và nhân sinh. Theo tinh thần cốt lõi của giáo lý này, mọi sự vật, hiện tượng trong vũ trụ đều không thể tự mình tồn tại độc lập, cố định hay tự đủ, mà luôn do vô số các điều kiện (duyên) nương tựa vào nhau, kết hợp cấu thành. Khi các điều kiện ấy thay đổi, bản chất và hình thái của sự vật, hiện tượng cũng biến đổi theo.

Sinh thời, Thiền sư Thích Nhất Hạnh đã “làm mới” khái niệm này bằng thuật ngữ vô cùng sâu sắc là “tương tức” (Interbeing) - nghĩa là “tương thuộc lẫn nhau cùng tồn tại”, trong cái “tôi” luôn chứa đựng cái “chúng ta”, cái này có vì cái kia có, cái này sinh vì cái kia sinh. Con người cũng không nằm ngoài quy luật ấy. Mỗi cá nhân học sinh THPT không phải là một ốc đảo cô độc, mà là một thực thể được nuôi dưỡng, định hình trong một mạng lưới quan hệ chằng chịt, từ huyết thống gia đình, môi trường sư phạm nhà trường, bạn bè đồng lứa, cho đến các yếu tố vĩ mô như nền tảng văn hóa, lịch sử và môi trường sinh thái xã hội.

Nhận thức sâu sắc về Duyên khởi giúp học sinh vượt qua lối tư duy nhị nguyên (**lối suy nghĩ chỉ có hai thái cực trắng - đen, đúng - sai, tốt - xấu...**), cô lập, ích kỷ và cực đoan - những căn bệnh tâm lý dễ nảy sinh ở lứa tuổi dậy thì khi cái “tôi” cá nhân bắt đầu lớn mạnh nhưng chưa định hình chín chắn. Từ góc độ giáo dục, Duyên khởi mang một giá trị thức tỉnh đặc biệt. Nó giúp người trẻ hiểu rằng một hành vi nhỏ nhất của các em cũng có khả năng tạo ra hiệu ứng gợn sóng (ripple effect) tác động đến toàn bộ hệ thống xung quanh.

Trong bối cảnh thế giới số hiện nay, một lời nói thiếu kiểm soát, một bình luận ác ý hay một nút “Like” vô tâm trên mạng xã hội có thể đẩy một người bạn vào cuộc khủng hoảng tâm lý trầm trọng (bạo lực mạng); ngược lại, một lời động viên kịp thời, một cái ôm đồng cảm, hay một thói quen nhặt rác bảo vệ khuôn viên trường học đều là những “thiện duyên” gieo vào cuộc sống, thắp lên niềm tin và năng lượng tích cực cho tập thể. Nhìn từ Duyên khởi, giáo dục không dừng lại ở việc đóng khung học sinh trong việc “không làm điều xấu”, mà chuyển hướng sang năng lực chủ động, giúp các em thấy mình có sức mạnh và trách nhiệm kiến tạo nên những điều kiện tốt đẹp cho bản thân và cộng đồng.

2.2 Tư tưởng Nghiệp quả và tiếng chuông thức tỉnh trách nhiệm hành vi tự thân

Song hành và bổ sung hoàn hảo cho Duyên khởi là tư tưởng Nghiệp quả (Karma). Trong dòng chảy tâm thức dân gian, “Nghiệp” thường bị hiểu sai lệch, nhuộm màu sắc tiêu cực thành số phận định mệnh an bài hay sự trừng phạt siêu nhiên. Tuy nhiên, dưới lăng kính khoa học giáo dục và tinh thần Phật giáo dẫn thân, Nghiệp trước hết là hành động có chủ ý (tác ý) của con người, được biểu hiện sống động qua ba kênh: tư duy (ý nghiệp), ngôn ngữ (khẩu nghiệp) và hành vi thực tế (thân nghiệp). “Quả” chính là hệ quả tất yếu, là sự phản hồi của cuộc sống đối với những hành động ấy trong những điều kiện môi trường nhất định.

Triết lý Nghiệp quả không hề hướng con người đến sự cam chịu, thụ động, mà ngược lại, trả lại quyền năng tối cao cho chủ thể, nhấn mạnh năng lực tự chủ, quyền lựa chọn và trách nhiệm đạo đức tối thượng của mỗi cá nhân trước cuộc đời mình.

Đối với học sinh THPT - lứa tuổi đang đứng trước ngưỡng cửa trưởng thành với những quyết định bước ngoặt, tư tưởng Nghiệp quả chuyển dịch thành một bài học tâm lý học hành vi vô cùng thực tế và gần gũi. Mỗi suy nghĩ của các em hôm nay sẽ định hình nên thái độ sống ngày mai. Mỗi lời nói có thể là liều thuốc chữa lành hoặc là vũ khí gây tổn thương, mỗi hành động lặp đi lặp lại sẽ đúc

khuôn thành thói quen, và thói quen lâu ngày chính là chất liệu cấu thành nên nhân cách, quyết định số phận của một con người. Một học sinh thường xuyên chọn cách trì hoãn, lười biếng sẽ tự gieo cho mình cái “nghiệp” thiếu kỷ luật, dẫn đến kết quả học tập sút kém và sự mất phương hướng.

Khi học sinh chọn lối sống trung thực, biết kiên trì vượt khó, biết nói lời ái ngữ và sống bao dung sẽ tự khắc gieo những hạt giống uy tín, xây dựng được nội lực bản lĩnh vững vàng và khẳng định được giá trị đích thực của bản thân.

2.3 Sự giao thoa biện chứng giữa “Duyên khởi và Nghiệp quả” trong định hình năng lực cốt lõi

Điểm kết tinh sâu sắc nhất của hai tư tưởng này chính là mối quan hệ bổ sung, tương hỗ không thể tách rời: Duyên khởi nhấn mạnh tính liên hệ, còn Nghiệp quả khẳng định tính trách nhiệm. Nếu Duyên khởi mở rộng biên độ nhận thức của học sinh, giúp các em nhìn ra thế giới rộng lớn để thấy mình “có liên quan - inter” và chịu ơn cuộc đời thì Nghiệp quả kéo nhận thức ấy về lại bên trong, giúp các em hiểu rằng mình phải “tự chịu trách nhiệm” một cách tuyệt đối về những gì mình gieo vào không gian sống đó.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Khi chuyển dịch mối quan hệ biện chứng này sang ngôn ngữ của chương trình giáo dục phổ thông hiện đại, đây chính là bệ đỡ vững chắc để hình thành và phát triển các năng lực cốt lõi cho học sinh, năng lực tự nhận thức và tự điều chỉnh (hiểu mình, làm chủ hành vi), năng lực giao tiếp và hợp tác (thấu hiểu mối

liên kết với người khác), năng lực giải quyết vấn đề và đặc biệt là ý thức trách nhiệm công dân. Triết lý này giúp người trẻ hiểu rằng, muốn thay đổi thế giới (quả), trước hết phải thay đổi chính tư duy và hành động của bản thân trong từng phút giây hiện tại (nhân).

3. Giá trị giáo dục lối sống trách nhiệm cho học sinh trung học phổ thông

3.1 Giáo dục trách nhiệm trong suy nghĩ - Nuôi dưỡng hạt giống “Chính tư duy”

Ở lứa tuổi THPT, nhận thức và thế giới cảm xúc của học sinh đang trong giai đoạn định hình nên rất nhạy cảm và dễ dao động. Nhiều hành vi lệch chuẩn, bốc đồng ở học đường thường bắt nguồn từ những suy nghĩ sai lệch hoặc những cơn bão cảm xúc chưa được nhận diện và chuyển hóa. Khi người trẻ bị cuốn theo tâm lý đám đông hoặc giữ lối suy nghĩ vị kỷ như: “mình thích thì mình làm”, “chỉ một lần chắc không sao”, hoặc xem nhẹ những sai lầm nhỏ, các em dễ vô tình dung túng cho những hạt giống tiêu cực phát triển.

Tư tưởng Nghiệp quả nhắc nhở học sinh rằng, tư duy chính là điểm khởi phát của mọi dòng chảy hành vi (ý nghiệp). Một ý nghĩ ích kỷ, đố kỵ, hoặc xem thường người khác nếu không được nhận diện kịp thời bằng sự tỉnh thức sẽ tích tụ thành năng lượng tiêu cực, thúc đẩy những lời nói và hành động gây tổn thương cho xung quanh. Ngược lại, việc giáo dục tư tưởng “Duyên khởi - Nghiệp” quả giúp học sinh biết quay về quan sát tâm thức, nuôi dưỡng những suy nghĩ tích cực, thấu cảm và biết đặt mình vào vị trí của người khác. Khi biết bao dung và tư duy đa chiều, các em sẽ tự định hình cho mình một lối ứng xử văn minh, nhân văn và trách nhiệm ngay từ trong ý nghĩ.

3.2 Giáo dục trách nhiệm trong lời nói - Thực hành “ái ngữ” trong thế giới phẳng

Trong môi trường học đường hiện đại và đặc biệt là trên không gian mạng, lời nói có sức mạnh vạn năng. Nó có thể là liều thuốc chữa lành nhưng cũng có thể là vũ khí sát thương tàn nhẫn. Những câu nói miệt thị ngoại hình (body-shaming), những lời đồn thổi chưa kiểm chứng, hay những bình luận công kích mang danh nghĩa “nói đùa” có thể đẩy một người bạn vào vũng lầy của sự trầm cảm, cô độc.

Tiếp cận dưới lăng kính Duyên khởi, học sinh sẽ nhận ra lời nói sau khi phát ra hoặc đăng tải trên Internet không hề biến mất vào hư vô. Chúng là những thực thể năng lượng liên tục lan truyền, kết nối và để lại hệ quả sâu sắc trong các mối quan hệ xã hội. Dưới góc nhìn Nghiệp quả, lời nói (khẩu nghiệp) chính là một dạng biểu hiện đạo đức sống động nhất. Giáo dục trách nhiệm trong lời nói chính là hướng dẫn học sinh thực hành “ái ngữ” - nói những lời chân thật, có tính xây dựng, biết lắng nghe sâu và chịu trách nhiệm với từng dòng trạng thái, từng câu chữ mình viết ra trên không gian mạng, từ đó góp phần kiến tạo một môi trường học đường an toàn, tin cậy.

3.3 Giáo dục trách nhiệm trong hành động - Kiến tạo “Chính nghiệp” từ những việc làm nhỏ nhất

Mỗi hành động, dù là nhỏ nhất của học sinh, đều có tính lan tỏa, góp phần xây dựng hoặc làm tổn hại đến sinh thái học đường. Những việc làm như đi học đúng giờ, trung thực trong thi cử, giữ gìn vệ sinh chung, tôn trọng thầy cô hay chủ động giúp đỡ bạn bè chính là sự biểu hiện cụ thể của một lối sống có trách nhiệm, biết hướng thiện. Ngược lại, hành vi bạo lực, gian lận, phá hoại tài sản chung hay thái độ thờ ơ, vô cảm trước cái xấu là biểu hiện của sự đứt gãy ý thức trách nhiệm cá nhân.

Tư tưởng Nghiệp quả giúp học sinh thấu hiểu sâu sắc rằng, thành tích học tập chân chính, uy tín cá nhân và một nhân cách cao đẹp không bao giờ là sản phẩm của sự may rủi hay định mệnh an bài. Đó là kết quả tất yếu của một quá trình bền bỉ gieo trồng và chăm sóc những hành động tích cực mỗi ngày. Khi hiểu được điều này, học sinh sẽ từ bỏ tâm lý trông chờ vào sự may rủi, chủ động rèn luyện tính kỷ luật tự giác và sống có trách nhiệm trong từng hành vi cụ thể.

3.4 Giáo dục trách nhiệm với cộng đồng và môi trường - Tinh thần “tương tức” với thiên nhiên

Sống trong một đô thị lớn đang đối mặt với những thách thức về ô nhiễm môi trường, áp lực rác thải và biến đổi khí hậu như Hà Nội, việc giáo dục lối sống xanh cho thế hệ trẻ là vô cùng cấp bách. Giáo lý Duyên khởi chỉ ra mối liên hệ hữu cơ, không thể tách rời giữa con người và tự nhiên. Không khí chúng ta hít thở, nguồn nước chúng ta uống, hàng cây xanh trên đường tới trường... tất cả đều đang nương tựa vào nhau để tồn tại.

Khi học sinh thấm nhuần tinh thần “tương tức” này, các em sẽ tự khắc hình thành ý thức trách nhiệm sinh thái sâu sắc. Lối sống trách nhiệm với môi trường

lúc này không còn là những bài học lý thuyết khô khan, mà chuyển hóa thành hành động tự nguyện, như: tiết kiệm năng lượng, giảm thiểu rác thải nhựa, bảo vệ cây xanh và lan tỏa thông điệp sống xanh đến cộng đồng. Các em hiểu rằng bảo vệ môi trường cũng chính là bảo vệ nguồn sống và tương lai của chính mình.

3.5 Giáo dục năng lực tự chuyển hóa - Mở ra nẻo về của lòng vị tha và sự hoàn thiện

Một trong những giá trị nhân văn và bao dung nhất của triết lý Duyên khởi - Nghiệp quả là tính mở, không bao giờ tuyệt đối hóa lỗi lầm, cũng không đóng khung con người vào những vấp ngã trong quá khứ. Nghiệp không phải là một bản án chung thân cố định. Nếu nghiệp được tạo ra bằng những hành động có ý thức trong quá khứ, thì con người hoàn toàn có quyền năng thay đổi, viết lại tương lai bằng những nhận thức và hành vi tích cực trong hiện tại.

Ý nghĩa giáo dục của giá trị này vô cùng lớn lao đối với học sinh THPT - lứa tuổi rất dễ mắc sai lầm do sự bốc đồng. Đối với những học sinh từng có hành vi lệch chuẩn, giáo dục không nên đi theo lối mòn của sự định kiến, khiển trách hay trừng phạt nặng nề khiến các em nảy sinh tâm lý bất mãn, buông xuôi. Ngược lại, nhà trường và thầy cô cần thấu cảm, giúp các em nhận diện rõ “nhân - duyên” của sai lầm, thấy được hệ quả của nó để khơi dậy động lực tự chuyển hóa bên trong. Khi người trẻ hiểu rằng mình luôn có cơ hội để sửa sai, có khả năng “làm mới” bản thân thông qua những lựa chọn tốt đẹp hơn, các em sẽ chủ động bước ra khỏi mặc cảm, tự tin trên hành trình tự hoàn thiện nhân cách.

4. Định hướng vận dụng vào giáo dục kỹ năng sống trong nhà trường hiện nay

Để đưa triết lý Duyên khởi - Nghiệp quả vào không gian học đường THPT một cách hiệu quả, nhà giáo dục cần quán triệt một nguyên tắc bất di bất dịch, đó là không “tôn giáo hóa” trường học, không truyền bá giáo lý một cách cực đoan. Thay vào đó, cần khéo léo “chuyển dịch ngôn ngữ”, gạn lọc và khai thác các giá trị đạo đức tiến bộ, phổ quát của tư tưởng này để tích hợp vào chương trình giáo dục nhân cách hiện đại.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Những phạm trù như lòng nhân ái, tính tự chủ, tinh thần trách nhiệm giải trình, ý thức bảo vệ môi trường hoàn toàn tương thích với mục tiêu phát triển toàn diện phẩm chất và năng lực của người học theo Chương trình Giáo dục phổ thông mới. Dưới đây là các định hướng hành động cụ thể:

4.1 Tích hợp vào chương trình giáo dục kỹ năng sống qua các chủ đề đương đại

Nhà trường có thể chủ động thiết kế các chuyên đề giáo dục kỹ năng sống bám sát vào những vấn đề thực tế mà học sinh đang đối mặt hàng ngày. Chẳng hạn, với chủ đề “Trách nhiệm trên không gian số”, giáo viên tổ chức cho học sinh thảo luận, phân tích các case-study (tình huống thực tế) về hệ lụy của nạn bạo lực mạng (cyberbullying), vấn đề chia sẻ tin giả (fake news) hay những bình luận toxic. Qua đó, học sinh tự đúc rút bài học, rằng một cái click chuột hay một lời nói ẩn danh trên mạng xã hội đều là một “nhân” để lại “quả” vô cùng nặng nề trong đời thực.

Với chủ đề “Hiệu ứng cánh bướm - Một hành động nhỏ, một thay đổi lớn”, giáo viên hướng dẫn học sinh nhận thức về mối liên hệ hệ thống (Duyên khởi) giữa những thói quen thường nhật như tiết kiệm điện, phân loại rác thải tại nguồn, nói lời tử tế với bạn bè... trong việc kiến tạo nên một bầu không khí học đường tích cực, an lành.

4.2 Chuyển hóa tư tưởng thành hành động qua hoạt động trải nghiệm và sinh hoạt lớp

Giáo dục trách nhiệm sẽ trở nên xơ cứng nếu chỉ dừng lại ở những bài giảng lý thuyết một chiều trên bục giảng. Do đó, việc ứng dụng Mô hình học tập qua trải nghiệm (Experiential Learning) thông qua các giờ sinh hoạt lớp, sinh hoạt dưới lá cờ đỏ sao vàng là vô cùng cần thiết. Giáo viên chủ nhiệm có thể phát động và đồng hành cùng học sinh trong các dự án nhỏ mang tính bền vững như: “Nhật ký gieo duyên lành”, “Thử thách 7 ngày nói lời ái ngữ”, “Lớp học xanh - giảm nhựa”, hay “Một ngày không phán xét”...

Việc khuyến khích học sinh ghi chép lại những cảm xúc tích cực khi giúp đỡ một người bạn, hoặc khi nhận được một lời cảm ơn sẽ giúp các em tự mình chiêm nghiệm quy luật Nhân quả một cách tự nhiên nhất. Nghiệp quả lúc này không còn là một khái niệm trừu tượng trong kinh điển, mà là niềm vui gieo mầm hạnh phúc được cảm nhận ngay trong từng khoảnh khắc của đời sống học đường.

4.3 Ứng dụng trong công tác tư vấn học đường và giáo dục cảm xúc (SEL)

Học sinh THPT hiện nay đang phải gánh chịu những áp lực tâm lý vô cùng lớn từ kỳ vọng của gia đình, áp lực thi cử và những xung đột trong các mối quan hệ đồng lứa. Trong bối cảnh đó, tư tưởng “Duyên khởi - Nghiệp quả” có thể được vận dụng như một liệu pháp tâm lý giáo dục tích cực thông qua phòng tư vấn học đường và các tiết học Giáo dục cảm xúc và xã hội (Social and Emotional Learning - SEL).

Triết lý Duyên khởi giúp học sinh học cách nhìn nhận một thất bại, một tổn thương hay một mâu thuẫn dưới góc nhìn đa chiều, hệ thống, rằng mọi việc xảy ra đều do sự hội tụ của nhiều nguyên nhân (khách quan lẫn chủ quan), từ đó giúp các em rèn luyện tư duy cởi mở, không rơi vào trạng thái oán trách cực đoan, đổ lỗi cho hoàn cảnh hay tự hủy hoại lòng tự trọng của bản thân. Đồng thời, tư tưởng Nghiệp quả mang đến một thông điệp tràn đầy hy vọng và năng lượng tự chủ, như: hiện tại có thể nhiều thử thách, nhưng tương lai hoàn toàn có thể xoay chuyển nếu các em biết làm chủ cảm xúc, chủ động thay đổi hành vi và gieo những nỗ lực mới ngay từ bây giờ.

4.4 Lồng ghép liên môn và phát huy thế mạnh giáo dục ngôn ngữ

Việc lồng ghép triết lý sống trách nhiệm cần được triển khai đồng bộ ở nhiều bộ môn khoa học xã hội và hoạt động giáo dục:

* Môn Ngữ văn: Hướng dẫn học sinh phân tích các tác phẩm văn học dưới góc nhìn nhân quả, sự tỉnh thức và trách nhiệm đạo đức của nhân vật trước những quyết định bước ngoặt của cuộc đời.

* Môn Giáo dục kinh tế và pháp luật: Kết nối nhuần nhuyễn giữa trách nhiệm đạo đức tự giác (Nghịệp quả) với trách nhiệm xã hội và ý thức thượng tôn pháp luật của một công dân tương lai.

* Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp: Giúp học sinh định hình thế giới quan nghề nghiệp vị nhân sinh - lựa chọn nghề nghiệp không chỉ là công cụ mưu sinh cá nhân, mà còn là phương thức gieo giá trị, phụng sự và đóng góp thiện lành cho xã hội.

Đặc biệt, đối với bộ môn tiếng Anh: Giáo viên có thể áp dụng phương pháp Học tích hợp nội dung và ngôn ngữ (Content and Language Integrated Learning - CLIL). Các chủ đề cốt lõi trong sách giáo khoa hệ THPT như Environment (Môi trường), Kindness (Sự tử tế), Cyberbullying (Bạo lực mạng), Mental health (Sức khỏe tinh thần) hay Community service (Phục vụ cộng đồng) chính là mảnh đất màu mỡ. Qua các hoạt động thuyết trình, tranh biện (debate) hoặc viết luận bằng tiếng Anh về các chủ đề này, học sinh vừa được nâng cao năng lực ngôn ngữ toàn diện, vừa được thấm thấu một cách tự nhiên tinh thần trách nhiệm, lòng thấu cảm và tư duy hệ thống toàn cầu.

4.5 Kiến tạo hệ sinh thái nhà trường dựa trên sự nêu gương (Modeling)

Phương pháp giáo dục tối ưu nhất chính là sự thân giáo - giáo dục bằng hành động thực tế và sự nêu gương. Để học sinh thấu hiểu sâu sắc tư tưởng “Duyên khởi - Nghiệp quả”, bản thân Ban Giám hiệu, thầy cô giáo và các bậc phụ huynh phải là những người tiên phong thực hành lối sống tỉnh thức và trách nhiệm.

Một môi trường sư phạm mà ở đó thầy cô luôn ứng xuất phát từ lòng tôn trọng, giữ lời hứa, công bằng, biết lắng nghe sâu và dũng cảm nhận lỗi, sửa sai trước học sinh... chính là một “thiện duyên” lớn nhất nuôi dưỡng nhân cách các em. Khi nhà trường tổ chức các chiến dịch thiện nguyện, bảo vệ môi trường hay phòng chống bạo lực học đường một cách thực chất, không hình thức, học sinh sẽ cảm nhận được sức mạnh của tình thầy trò, tình đồng loại. Đó chính là không gian lý tưởng để tinh thần hòa hợp, tương tức đi vào đời sống, biến ngôi trường

thành một “trường học hạnh phúc” đúng nghĩa.

5. Kết luận

Tựu trung lại, tư tưởng “Duyên khởi - Nghiệp quả” của triết học Phật giáo mang một giá trị sâu sắc và là mảnh đất màu mỡ cho việc giáo dục lối sống trách nhiệm cho thế hệ học sinh trung học phổ thông hiện nay. Thông qua lăng kính Duyên khởi, học sinh được đánh thức để nhận ra rằng mình không bao giờ là một thực thể tồn tại biệt lập, vị kỷ, mà luôn hiện hữu trong mối tương giao, nương tựa khăng khít với gia đình, bạn bè, nhà trường, cộng đồng và môi trường sinh thái xã hội. Song hành với đó, tư tưởng Nghiệp quả đóng vai trò như một chiếc kim chỉ nam đạo đức, giúp người trẻ thấu hiểu sâu sắc rằng mỗi suy nghĩ âm thầm, mỗi lời nói phát ra hay mỗi hành động cụ thể đều mang theo những hệ quả tất yếu đối với cuộc đời mình và những người xung quanh. Từ nhận thức tỉnh thức ấy, các em sẽ tự biết cách làm chủ bản thân, biết lắng lại để điều chỉnh hành vi và sống một cuộc đời có ý thức, có trách nhiệm hơn.

Cần tái khẳng định rằng, giá trị giáo dục cốt lõi của “Duyên khởi - Nghiệp quả” không nằm ở khía cạnh tôn giáo hay tín ngưỡng, mà nằm ở khả năng chuyển hóa linh hoạt các phạm trù Phật học này thành những bài học đạo đức phổ quát, tương thích hoàn toàn với mục tiêu giáo dục con người toàn diện trong kỷ nguyên hiện đại. Khi được vận dụng bằng một phương pháp luận khoa học, mềm mại và ngôn từ giáo dục vị nhân sinh, các tư tưởng này sẽ khơi dậy nguồn nội lực tự thân, giúp học sinh biết sống chủ động bắt đầu từ những việc làm nhỏ bé nhất, như: biết nuôi dưỡng những tư duy hướng thiện, biết nói những lời ái ngữ tử tế, biết hành động có trách nhiệm, biết thấu cảm với nỗi đau của người khác và chủ động kiến tạo những điều kiện tốt đẹp cho không gian sống xung quanh.

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay, hành trình hình thành lối sống trách nhiệm cho thế hệ trẻ là một chiến lược dài hạn, đòi hỏi sự phối hợp nhịp nhàng, chặt chẽ trong một “hệ sinh thái giáo dục” toàn diện, bao gồm: gia đình, nhà trường và xã hội. Trong hệ sinh thái ấy, triết lý Phật giáo gắn liền với tinh thần từ bi, trí tuệ, thông qua quy luật “Duyên khởi và Nghiệp quả”, có thể đóng góp một nguồn lực đạo đức và văn hóa vô cùng quý giá. Đối với các em học sinh THPT - những chủ nhân tương lai đang chuẩn bị bước vào ngưỡng cửa trưởng thành, việc hiểu đúng và thực hành tinh thần “Duyên khởi - Nghiệp quả” chính là học cách gieo những hạt giống lành (thiện nhân) trong từng phút giây của đời sống thường nhật. Đó là con đường vững chãi nhất để bồi đắp một nhân cách cao đẹp, kiến tạo một môi trường học đường lành mạnh, hạnh phúc và định hình nên một ý thức trách nhiệm công dân kiên cường trước mọi biến động của

cuộc đời.

Tác giả: **Ths Vũ Thị Nga** - Trường THPT Trung Văn

Tài liệu tham khảo:

- 1] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Chương trình giáo dục phổ thông tổng thể*. Hà Nội.
- 2] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Chương trình giáo dục phổ thông môn Giáo dục công dân*. Hà Nội.
- 3] Buddhaghosa (2011), *Thanh tịnh đạo luận*. Nxb. Tôn giáo.
- 4] Đức Phật (2017), *Kinh Tương Ưng Bộ (Thích Minh Châu dịch)*. Nxb. Tôn giáo.
- 5] Đức Phật (2017), *Kinh Tăng Chi Bộ (Thích Minh Châu dịch)*. Nxb. Tôn giáo.
- 6] Nguyễn Lang (2000), *Việt Nam Phật giáo sử luận*. Nxb. Văn học.
- 7] Thích Chơn Thiện (1999), *Phật học khái luận*. Nxb. Thành phố Hồ Chí Minh.
- 8] Thích Minh Châu (1991), *Đạo đức Phật giáo và hạnh phúc con người*. Thành hội Phật giáo Thành phố Hồ Chí Minh.
- 9] Thích Nhất Hạnh (2008), *Đạo Phật đi vào cuộc đời*. Nxb. Tôn giáo.
- 10] Thích Nhất Hạnh (2016), *Tâm tình với tuổi trẻ/ Nói với tuổi 20*. Nxb. Hội Nhà Văn.
- 11] Thích Nhất Hạnh (2018), *Quyền lực đích thực*. Nxb. Hồng Đức.
- 12] Thích Nhất Hạnh (2019), *Giận*. Nxb. Hồng Đức.
- 13] Thích Nhất Hạnh (2020), *Tình thương đích thực*. Nxb. Hồng Đức.
- 14] Thích Nhất Hạnh (2021), *Muốn an được an*. Nxb. Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh.
- 15] Walpola Rahula (2011), *Tư tưởng Phật học*. Nxb. Phương Đông.