

TRẢI NGHIỆM PHẬT GIÁO VÀ CÔNG NGHỆ, TIẾP CẬN ĐẠO ĐỨC TRUYỀN THÔNG XÃ HỘI



Phật giáo đề cao đạo đức siêu việt cá nhân, dựa trên sự phân đôi giữa vạn vật và hư vô. Điều này có nghĩa là Phật giáo có một hình học chính xác về sự tồn tại, kết nối trải nghiệm sâu sắc về không gian địa phương với sự vô tận của vũ trụ: Trong bản thể các bạn, các bạn là tất cả mọi thứ theo ý nghĩa của sự tồn tại, nhưng không là gì đối với toàn bộ vũ trụ.

Tác giả: **Tiến sỹ Dario A. Perfigli**

Việt dịch: **Thích Vân Phong**

Nguồn: [Ethics in Science and New Technologies \(EGE\)](#)

Suy cho cùng mới thấy điều này rằng: Các bạn đang lướt qua nguồn cấp dữ liệu mạng xã hội, bạn bè của các bạn có thể là Instagram (một ứng dụng chia sẻ ảnh và video miễn phí trên Apple iOS, Android và Windows Phone), dường như đang đơn giản nghĩ cuộc sống của họ hoàn hảo nhất, trong khi các bạn cảm thấy như mình đang bị hội chứng sợ bỏ lỡ.

Nếu kịch bản này nghe quá quen thuộc thì các bạn không có cảm giác cô đơn. Tôi gọi đây là cảm giác hội chứng sợ bỏ lỡ có liên quan đến sự phá hủy này, nó xảy ra khi những thực tế cá nhân khác nhau va chạm vào nhau, tạo ra cảm giác rằng cuộc sống của người khác phong phú hơn cuộc sống của các bạn.

Những cảm giác như thế có thể làm giảm sự hạnh phúc của con người và phát triển chứng nghiện mạng xã hội (tình trạng một người dành quá nhiều thời gian cho các mạng xã hội trực tuyến, gây ảnh hưởng tiêu cực đến các hoạt động quan trọng khác trong cuộc sống như công việc, sức khỏe), do nhu cầu xem người khác đang làm gì bằng cách liên tục so sánh cuộc sống của các bạn với cuộc sống của họ. Do việc sử dụng công nghệ ngày càng tăng trong xã hội ngày nay, liên quan đến sự phá hủy tâm hồn ngày càng tăng cao.

Nói chung, việc sử dụng công nghệ có thể được quan sát ở một số lĩnh vực và quy mô, từ khía cạnh vĩ mô của cơ sở hạ tầng quan trọng đến cấp độ vi mô, định hình hoạt động hàng ngày của cá nhân, cá nhân sử dụng công nghệ như điện thoại thông minh, máy tính và các thiết bị điện tử khác. Việc xã hội ngày càng sử dụng công nghệ, đã làm dấy lên mối lo ngại về những ảnh hưởng của nó đối với cuộc sống của chúng ta. Đây là một thực tế khá mang tính cách mạng.

Cách tiếp cận cổ điển coi công nghệ là một đối tượng trung lập hoặc áp dụng lý thuyết tất định (quan điểm rằng tất cả sự việc đều có một nguyên nhân nào đó và tất cả mọi thứ trong vũ trụ đều hoàn toàn phụ thuộc vào và tuân theo luật nhân quả), trong đó về hiệu quả tiến bộ công nghệ phụ thuộc vào logic học (điều kiện tất yếu đạt tới chân lý trong quá trình lập luận).

Ngược lại, các cách tiếp cận hiện đại thừa nhận rằng “*công cụ*” có một số loại tác nhân. Sự thay đổi cách tiếp cận này rất có ý nghĩa, bởi nó thừa nhận vai trò của công nghệ, trong việc hình thành mối quan hệ của chúng ta với người khác và ý thức về nhân cách của chúng ta.

Tuy nhiên, vẫn chưa đủ để thừa nhận rằng, công nghệ và trong trường hợp này là những thứ liên quan đến truyền thông xã hội, chẳng hạn như màn hình và thuật toán, ảnh hưởng tích cực đến cách chúng ta nhìn nhận thế giới và cách nó định hình danh tính của chúng ta. Nhằm thúc đẩy mối quan hệ đạo đức, dựa trên quá trình tự làm chủ, chúng ta cần phát triển một cách tiếp cận khả thi.

Trong phần tiếp theo, tôi sẽ tập trung vào cách chúng ta có mối quan hệ lành mạnh hơn đối với mạng truyền thông xã hội. Tôi sẽ làm điều này bằng cách lấy cảm hứng từ triết lý đạo Phật và phát họa một khuôn khổ xem xét các nguyên tắc như “*Vô sở trụ*” (non-attachment - không gian và thời gian vô sở trụ, không có thật).

Không gian và thời gian cũng chỉ là tâm niệm chứ không có thực thể), “*Từ bi tâm*” và “*Trí tuệ*”.

Cách tiếp cận như thế với nhận thức tốt có thể giúp chúng ta điều hướng kỷ nguyên số (thời kỳ mà công nghệ thông tin và mạng internet đóng vai trò trung tâm trong mọi hoạt động xã hội và kinh doanh).



Liên quan đến sự phá hủy: Thế giới Sụp đổ (Relative destruction: The smashing of worlds)

Phương tiện truyền thông xã hội là nơi tuyệt vời để xây dựng bản sắc riêng cá nhân của mỗi người và quyết định nội dung nào nên chia sẻ và nội dung nào không nên chia sẻ. Điều này khá thú vị nếu các bạn không cần chia sẻ cuộc sống thực sự của mình mà thay vào đó, các bạn có thể lựa chọn cẩn thận những gì sẽ đăng theo hệ thống giá trị cộng đồng mà các bạn là thành viên được coi trọng nhất.

Quang phổ rộng. Có thể chúng ta tìm thấy những người dùng phổ thông, chẳng hạn như những người có ảnh hưởng lớn, xây dựng danh tính dựa trên các giá trị hiện trạng chủ nghĩa tư bản, nơi chia sẻ sự hùng cường trù phú, biểu tượng của các thứ vật chất như ô tô đắt tiền, quần áo, và các ngày lễ.

Chúng tôi cũng có thể tìm thấy những người dùng chia sẻ lối sống thay thế, tập trung vào thể hình và vẻ đẹp thân thể, những vật xung quanh, đối lập không theo lễ thói, hoạt động chính trị và những “*người anh em tiền điện tử có một bộ sưu tập nghệ thuật kỹ thuật số*”. Mục đích của việc này là bất kể lối sống, giá trị hay niềm tin nào, người dùng vẫn trong khung khổ các vòng kết nối này, nơi họ cẩn thận những gì chia sẻ và những gì không nên chia sẻ, với mục đích xây dựng một bản sắc cụ thể của họ đối với những người khác.

Hiện tại, điều tôi muốn thảo luận không phải là ảnh hưởng của vòng lặp hiển thị này đối với người đang chia sẻ mà đối với người đang xem. Nó thường diễn ra như thế này: các bạn đang nghỉ ngơi và lướt điện thoại, và cuộc sống của những người khác dường như viên mãn hơn bạn nhiều. Phản ứng này là do cuộc sống được xây dựng từ người khác chỉ hiển thị trên mạng xã hội đã tiếp xúc với các bạn.

Thế giới của người khác có tác dụng xua tan những cảm giác thỏa mãn này, do tính tương đối cuộc sống của người kia có vẻ hoàn hảo hơn. Như được trích dẫn trong một bộ anime nổi tiếng: “*Sự thật trên thế giới nhiều vô số người sống thực tế*”, nhưng có thể xảy ra sự thật trường hợp mạng truyền thông xã hội đã làm tăng số lượng. Không chỉ có cái nhìn chủ quan của chúng ta mà còn có sự thật được xây dựng về thực tế của người khác hình thành sâu sắc cảm giác tồn tại của chúng ta.

Liên quan đến sự phá hủy bao hàm một ý tưởng như thế, và có thể nó được định nghĩa là cảm giác được trung gian bởi những gì mạng truyền thông xã hội thể hiện, cho phép chúng ta thấy cuộc sống của người khác viên mãn hơn, thịnh vượng hơn và nói chung là hoàn hảo hơn cuộc sống của chúng ta.

Phương tiện truyền thông xã hội có thể ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe tâm lý của chúng ta thông qua liên quan đến sự phá hủy do cảm giác liên tục bị hội chứng sợ bỏ lỡ. Sự an lạc hạnh phúc là một vấn đề thảo luận sâu sắc. Về vấn đề này rất quan trọng bởi vì, trong một thời gian dài nói chung là sự hạnh phúc có thể được xem là cuộc sống của chúng ta đang diễn ra như thế nào.

Rõ ràng là cảm giác không hài lòng do liên quan đến sự phá hủy gây ra sẽ ảnh hưởng đến sự an lạc hạnh phúc của mỗi cá nhân. Sự hệ lụy tình cảm tạo ra cảm giác lo lắng và đau khổ. Liên quan đến sự phá hủy dẫn đến mối quan hệ độc hại với mạng truyền thông xã hội và chuyển sự chú ý của chúng ta sang những gì chúng ta không có hơn là đánh giá cao những gì chúng ta có, tại đây và bây giờ.

Với hiện tượng này, làm thế nào chúng ta có thể tạo ra mối quan hệ đạo đức với mạng truyền thông xã hội mà không cho phép thực tế của người khác phá hủy cảm giác thỏa mãn của chúng ta?



Đạo Phật như một giải pháp khả thi? (Buddhism as a possible solution?)

Lịch sử Phật giáo xuyên suốt thời gian dài. Trường phái tư tưởng phát minh tạo thành, ra đời ở Ấn Độ vào thế kỷ thứ 6 trước kỷ nguyên Tây lịch. Kể từ đó, đạo nhiệm mầu và hạnh đức Như Lai, ánh sáng từ bi, trí tuệ, hùng lực, tự do, bình đẳng lan rộng, thấm sâu vào nền văn hóa châu Á và là một trong những tôn giáo phổ biến sâu rộng nhất thế giới, với hơn 600 triệu tín đồ Phật tử. Nó bất chấp sự phổ biến, trong xã hội phương Tây Phật giáo vẫn luôn khá bí ẩn.

Có thể cho rằng, lý do là bản chất của Phật giáo; là một triết lý tập trung vào việc hoàn toàn làm chủ cảm xúc và trạng thái nội tâm của mỗi con người. Điều thú vị, sự mặc định tạo thành như nhau là đằng sau Phật giáo liên quan đến sự hủy diệt. Đạo Phật tin tưởng rằng cuộc sống hệ trọng tình trạng bị đau khổ.

Ở đây, đau khổ không ám chỉ nỗi đau thể cơ thể như bệnh tật mà là cảm giác bất mãn liên tục, không ngừng sự bất lực để thực sự hoàn thành cuộc sống. Điều này tương tự như cảm giác bị hội chứng sợ bỏ lỡ, phương tiện truyền thông xã hội nào có thể nâng cao.

Trong triết học Phật giáo, ý tưởng coi cuộc sống là đau khổ bắt nguồn từ khái niệm dukkha (một khái niệm quan trọng của Phật giáo, là cơ sở của Tứ diệu đế), có nghĩa là sự không thỏa mãn, để khắc phục tình trạng này là cùng nhau cam kết thông qua đạo đức Phật giáo.

Nếu điều này hiện thực, con người có thể đạt đến Niết bàn, giác ngộ thông qua việc hiểu rõ Chân như (chân thật đúng như bản thể tự tính) và pháp thân (bản thể của tự tính cùng khắp không gian thời gian, nó vô hình vô thanh, mà hay hiện hình hiện thanh, như như bất động mà

cùng tốt biến hóa, tất cả năng lực đều sẵn đầy đủ) vốn sẵn có nơi mỗi cá nhân chúng ta.

Để thực nghiệm như thế, Phật giáo đề cao đạo đức siêu việt cá nhân, dựa trên sự phân đôi giữa vạn vật và hư vô. Điều này có nghĩa là Phật giáo có một hình học chính xác về sự tồn tại, kết nối trải nghiệm sâu sắc về không gian địa phương với sự vô tận của vũ trụ: trong bản thể các bạn, các bạn là tất cả mọi thứ theo ý nghĩa của sự tồn tại, nhưng không là gì đối với toàn bộ vũ trụ.

Theo Phật giáo, những điều kiện như thế, phải được chấp nhận và chấp nhận nó để khắc phục. Cách để làm được điều này là thông qua trí tuệ có được nhờ sự tự chủ, nhờ đó có thể đạt đến Niết bàn. Điều này "*Lấy tâm truyền tâm*", một cách diễn bày của Thiên tông, chỉ sự truyền giao Phật pháp thâm thúy từ thầy sang trò trong hệ thống truyền thừa, nhưng điều quan trọng là khuôn khổ mà đạo đức Phật giáo cho phép.

Phật giáo thanh thoát; khuôn vàng thước ngọc đạo đức cao khiết, cho thấy sự đối xứng thường không có trong đạo đức cổ điển phương Tây, được đóng khung tư duy nhưng không có chiều sâu. Trên thực tế Phật giáo thuận theo Pháp (Dharma - chỉ cho trật tự vũ trụ, luật tự nhiên, hay nguyên lý mà toàn thể thế giới vận hành theo chu trình của nó), trật tự vũ trụ này được vận hành theo luật duyên khởi ('*pratītya-samutpāda*').

Luật tự nhiên này, mà nó kiểm soát chuỗi sự kiện và hành động của chúng sinh, không có khởi thủy hay người sáng tạo nên. Bản thân của Pháp (Dharma) tự bộc lộ dưới ngữ cảnh hóa; do đó, con người trải nghiệm khác biệt với thực thể sống. Tuy nhiên, điều cốt yếu của Pháp (Dharma) không chỉ vận hành các quy luật cơ bản của triết học mà còn gắn kết với các giá trị đạo đức Phật giáo. Thực tế bắt nguồn với một trạng thái đau khổ, Phật giáo gọi là ba cội rễ của ác nghiệp, đó là tam độc: tham lam, sân hận và si mê.

Trong cuộc sống, những gốc rễ độc hại này nuôi dưỡng sự không thỏa mãn. Ngược lại, quá trình tự chủ hướng tới trí tuệ, đòi hỏi ba đức tính của Phật giáo: như "*Vô sở trụ*" (non-attachment - không gian và thời gian vô sở trụ, không có thật. Không gian và thời gian cũng chỉ là tâm niệm chứ không có thực thể), "*Từ bi tâm*" và "*Trí tuệ*". Đầu tiên đề cập đến sự vắng mặt của sự ham muốn ích kỷ, thứ hai là thái độ thiện chí đối với người khác và thứ ba là sự hiểu biết sâu sắc về những nỗi khổ niềm đau của chính mình.

Phật giáo và mạng truyền thông xã hội (Buddhism and social media)

Bằng cách áp dụng giáo lý đạo Phật vào bo mạch chủ (main - bộ phận quan trọng giúp gắn kết các linh kiện, phụ kiện và thiết bị với nhau thành khối thống nhất và đi vào hoạt động) của chính chúng ta trên mạng xã hội, có thể xây dựng một khuôn khổ cho các mối quan hệ đạo đức với công nghệ.

Người ta có thể cho rằng, nội dung ảnh hưởng đến cuộc sống của người khác trên mạng xã hội, liên quan đến sự phá hủy, tương xứng với ba cội rễ của ác nghiệp, đó là tam độc: tham lam, sân hận và si mê, mà đạo Phật cho biết là nguyên nhân của sự không thỏa mãn với sự tồn tại. Trong tác động của liên quan đến sự phá hủy do mạng xã hội gây ra, chúng ta thấy

tam độc: tham lam, sân hận và si mê trở dậy bên trong người xem khi lướt qua điện thoại của họ.

Lòng tham lam được coi là cảm giác nội tại mong muốn nhiều hơn so với thời điểm hiện tại của mỗi người. Sân hận là một tình cảm đối với bản thân vì không hài lòng với cuộc sống của mình, và nảy sinh cảm giác bất công khi thấy người khác tận hưởng cuộc sống hoàn hảo hơn họ. Để kết luận, ảo tưởng là cảm giác bên trong bản thân, từ việc nhận thức rằng cuộc sống của người khác thú vị và thỏa mãn hơn cuộc sống của chính mình.

Thứ hai là từ bi tâm; điều này ngụ ý rằng khi đăng bài bản thân phải vì lợi ích chung cho tất cả mọi người, muốn truyền đạt một khoảnh khắc vui, buồn, đẹp đẽ hay bất đồng quan điểm mà không có động cơ so sánh với người khác. Vì thế, theo Phật giáo, người chia sẻ nên với mục đích chân chính là muốn thể hiện cuộc sống cho chính bản thân, cân nhắc và thừa nhận rằng điều đó có thể tác động tiêu cực đến người khác.

Đức tính thứ ba là trí tuệ, chẳng hạn như thể hiện cảm giác thanh thản hồn nhiên không vướng mắc, ám chỉ trạng thái sâu sắc rằng không có gì là thường hằng và mọi thứ đều thay đổi bởi thời gian, không gian chi phối, số lượng hạn chế. Việc mỗi người chia sẻ nội dung làm cho chúng ta có cảm giác bất hạnh hay hạnh phúc, đặt câu hỏi về danh tính của chúng ta, sẽ không được coi trọng theo nghĩa tiêu cực.

Rõ ràng trong một bối cảnh nhất định, nội dung và biểu cảm của nó bị giới hạn trong không gian-thời gian. Nó không phổ quát; nó mang tính cục bộ và giới hạn, do đó mất đi như một chiếc lá vàng úa trên dòng sông, thế là bản thân nó nhất định thất bại như chiếc lá úa vàng trôi nổi phấp phieu trên dòng sông. Điều này không có nghĩa là nó không quan trọng. Đúng như thế, nhưng nó chỉ mang tính nhất thời và do đó có rất ít ảnh hưởng đến việc các bạn là ai (và bản thân các bạn cảm thấy thế nào?)



Kết luận (Conclusion)

Vào thời đại truyền thông xã hội (social media), nơi cuộc sống của chúng ta thường được lọc qua màn hình và lạc vào thế giới thuật toán, chúng ta rất dễ rơi vào cái bẫy liên quan đến sự phá hủy. Phật giáo đưa ra một quan điểm về nghệ thuật vẽ phối cảnh có thể so sánh với thế giới phong phú.

Bằng cách thực hành “Vô sở trụ” (trống rỗng vô sở hữu chẳng có chỗ để trụ, vì trống rỗng vô trụ thì chẳng thể trói buộc nên gọi là Giải thoát), tiếp cận với từ bi tâm và hiểu được tính chất vô thường của các câu chuyện về kỹ thuật số, có thể tạo ra mối quan hệ đạo đức với khoa học công nghệ, thay vì làm giảm giá trị của nó, giúp chúng ta nâng cao sức khỏe thể chất và tinh thần. Cuối cùng, vấn đề không phải là thoát khỏi dòng sông kỹ thuật số mà là học cách điều khiển dòng chảy của nó một cách linh hoạt và trí tuệ.

Đôi nét về Tác giả (About the author)

Tiến sĩ Dario A. Perfigli là Nghiên cứu sinh trong nhóm nghiên cứu Đạo đức và Triết học Công nghệ (một lĩnh vực triết học nghiên cứu bản chất của công nghệ và các hệ quả xã hội của nó) tại Đại học công nghệ Delft (TU), trường đại học kỹ thuật lớn nhất và nổi tiếng nhất ở Hà Lan, một trong những trường đại học kỹ thuật danh tiếng hàng đầu châu Âu.

Ông có kiến thức nền tảng liên ngành, kết hợp nghiên cứu truyền thông, địa lý con người, để khám phá và đặt câu hỏi về mối quan hệ giữa khoa học, công nghệ và xã

hội (STS - lĩnh vực nghiên cứu về tương tác qua lại giữa văn hóa, xã hội, chính trị với nghiên cứu khoa học và đổi mới công nghệ)

Tác giả: **Tiến sỹ Dario A. Perfigli**

Viết dịch: **Thích Vân Phong**

Nguồn: [Ethics in Science and New Technologies \(EGE\)](#)