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

AI là công nghệ dẫn đường, cốt lõi là "ý thức"

ISSN: 2734-9195 13:00 17/10/2026

Vấn đề không nhất thiết nằm ở việc nên chấp nhận hay từ chối công nghệ. Điều quan trọng là nhận ra công nghệ đang hỗ trợ điều gì, tác động đến sự chú ý ra sao và có làm thay đổi mục đích ban đầu của chuyến đi hay không.

Trí tuệ nhân tạo (AI) *đang mở ra những cách thức mới để có những chuyến hành hương khám phá lịch sử, văn hóa và không gian tâm linh. Tuy nhiên, cũng như sách in, tàu hơi nước hay Internet từng làm thay đổi những chuyến đi thiêng liêng, công nghệ mới đặt ra câu hỏi: làm thế nào để sự tiện lợi không lấn át chiều sâu trải nghiệm của con người?*

Năm 2025, hai học giả nghiên cứu tôn giáo, Wayne E. Arnold và John A. Shultz, đã thực hiện chuyến hành hương kéo dài nhiều ngày trên tuyến đường Kumano Kodō cổ xưa của Nhật Bản. Tuyến đường này kết nối các đền thờ Thần đạo với những ngôi chùa Phật giáo, đưa người hành hương đi qua cảnh quan núi rừng giàu giá trị lịch sử và tâm linh. Điều đặc biệt là trong chuyến đi, hai học giả có một người bạn đồng hành không phải con người: trợ lý AI.

Tuyến đường hành hương Kumano Kodō tại tỉnh Wakayama, Nhật Bản. Ảnh: tororo/Stone via Getty Images.

Họ thiết lập một trợ lý AI trên điện thoại thông minh, điều chỉnh để phù hợp với nhu cầu di chuyển, trong đó có việc dịch thuật. Nhưng mục đích của chuyến đi không chỉ dừng ở sự thuận tiện. Hai học giả còn muốn tìm hiểu xem AI sẽ tác động như thế nào đến trải nghiệm hành hương vốn gắn liền với sự chiêm nghiệm, khám phá và kết nối với không gian thiêng.

Sau chuyến đi, họ viết trên *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage* (Tạp chí Quốc tế về Du lịch Tôn giáo và Hành hương): *"Chuyến đi bộ của chúng tôi trở thành một trường hợp thử nghiệm về cách hành hương có thể phát triển trong thời đại số: không bị AI làm suy giảm, mà được hình dung lại thông qua công nghệ này".*

Câu chuyện ấy phản ánh một xu hướng đang diễn ra: AI ngày càng hiện diện trong đời sống tôn giáo, kể cả những hành trình hành hương. Với những người nghiên cứu các tuyến đường hành hương cổ và hiện đại, từng thực hiện những chuyến đi bộ dài ngày ở Trung Đông, vấn đề đặt ra không chỉ là công nghệ có thể giúp con người đi xa hơn, nhanh hơn hay an toàn hơn hay không. Câu hỏi quan trọng hơn là: điều gì xảy ra khi hành trình trải nghiệm giàu ý nghĩa, thường bắt nguồn từ kinh điển và truyền thống tín ngưỡng, bắt đầu được định hình bởi sự tương tác với máy móc, công nghệ mới?

Nhìn từ lịch sử, AI đang làm thay đổi hành hương theo cách gợi nhớ đến những bước ngoặt công nghệ trước đây, từ máy in đến tàu hơi nước. Mỗi đổi mới đều mở ra những khả năng mới, đồng thời làm thay đổi cách con người chuẩn bị, thực hiện và cảm nhận hành trình của mình.

Hành hương: Thực hành luôn vận động cùng lịch sử

Hành hương không phải là thực hành bất biến. Tùy theo truyền thống tôn giáo, bối cảnh lịch sử và điều kiện xã hội, hình thức hành hương đã thay đổi qua nhiều thời kỳ.

Trong Kinh Thánh Hebrew, những chỉ dẫn về hành hương được trình bày qua các quy định căn bản: tín đồ đến Jerusalem ba lần mỗi năm, gắn với những lễ hội nông nghiệp và các nghi thức hiến tế tại Đền thờ Do Thái. Trong Tân Ước, Chúa Jesus cùng các môn đệ cũng tham gia những chuyến hành hương như vậy. Về sau, sau khi Đền thờ Do Thái bị phá hủy, những người theo Kitô giáo trong thời kỳ bị chính quyền La Mã đàn áp vẫn âm thầm thực hiện các hành trình tâm linh đến những địa điểm được nhắc đến trong các sách Phúc âm.

Đến thời Trung đại, Kitô giáo đã trở thành tôn giáo chiếm ưu thế tại châu Âu. Tuy nhiên, việc di chuyển đường dài khi ấy vô cùng gian nan. Một chuyến hành hương đến Jerusalem có thể đồng nghĩa với việc phải đối mặt với bệnh tật, hiểm nguy và thậm chí cả cái chết.

Trong khi đó, sau sự ra đời của Hồi giáo vào thế kỷ VII, tín đồ bắt đầu thực hiện cuộc hành hương Hajj thường niên đến Mecca. Những hành trình này góp phần hình thành mạng lưới tuyến đường hành hương và thương mại rộng lớn, trải

khắp Bắc Phi và Tây Nam Á.

Sự phát triển của các phương tiện giao thông hiện đại đã làm thay đổi sâu sắc những chuyến đi ấy. Trong thế kỷ XIX, tàu hơi nước giúp việc di chuyển đường biển trở nên thuận tiện hơn; đến thế kỷ XX, hàng không tiếp tục rút ngắn khoảng cách địa lý. Những tuyến đường bộ Hajj truyền thống dần mất đi vai trò vốn có, trong khi chuyến đi đến Mecca trở nên ngắn hơn đáng kể. Trọng tâm của hành trình cũng chuyển dịch: thay vì dành phần lớn thời gian cho việc vượt qua những chặng đường dài, người hành hương có nhiều điều kiện hơn để tập trung vào các địa điểm và thánh tích trọng yếu.

Lịch sử cho thấy công nghệ không nhất thiết xóa bỏ ý nghĩa tôn giáo của hành hương, nhưng có thể thay đổi cách ý nghĩa ấy được trải nghiệm.

Từ sách in đến Internet: Công nghệ mở rộng cánh cửa đến không gian thiêng

Trước khi các phương tiện giao thông hiện đại rút ngắn hành trình, những công nghệ truyền tải thông tin đã giúp người hành hương xác định điểm đến, tìm hiểu các địa danh và giảm thiểu rủi ro trên đường đi.

Đối với Kitô giáo, việc sử dụng các bản chỉ dẫn hành trình xuất hiện từ khá sớm. Những văn bản đầu tiên mô tả tuyến đường và các địa điểm linh thiêng được ghi chép không lâu sau khi Kitô giáo được hợp pháp hóa tại Đế quốc La Mã vào thế kỷ IV.

Các ghi chép của nữ hành hương Egeria và một lữ khách khuyết danh thường được gọi là “Người hành hương Bordeaux” đã trở thành nguồn hướng dẫn cho những người muốn đến Thánh Địa. Những tài liệu này góp phần đưa hành hương Kitô giáo từ một thực hành tương đối tự phát trở thành hoạt động có tổ chức và được Giáo hội công nhận rộng rãi hơn.

Helena, mẹ của Hoàng đế Constantine, cũng góp phần thúc đẩy quá trình này thông qua việc bảo trợ xây dựng các công trình thờ tự, trong đó có Nhà thờ Mộ Thánh tại Jerusalem. Đây là địa điểm mà các tín đồ Kitô giáo đến tưởng niệm những sự kiện quan trọng trong cuộc đời và sứ vụ của Chúa Jesus.

De Abbasinis siue Indianis et eorum cerimonijs

IErosolimis quoq; hysce tpibus habitāt viri nō pauci· q̄ Abbasini· alio vero nomine Indiani ab india ꝓuincia vocātur· de dominio et subditione potentissimi regis· quē p̄sbiterū Johānē appellant· q̄ quidē maxim⁹ atz serenissim⁹ rex cū omni populo suo se xp̄ianū profitetur· Hij ꝑ beatū Thomā apostolū ad xp̄i fidē ab inicio legūtur cōuersi· Ipe quoq; modernus rex· currēte dn̄ice incarnationis Anno· M·cccc·lxxxij· ꝑ ambasiatā suā romano pontifici Sixto q̄rto obedientiā fecit· et nostris moribus atz statutis hūiliter petijt informari· Isti abbasini siue indiani oēs sunt nigri instar ethiopū et multū zelosi ferūētesq; ad visitandū loca sancta· Deuote et prolixe orāt· officia diuina more suo ꝑficiūt reuerēter· Amāt pauꝑtatē· in multa inopia et rerū penuria vitā agentes· etiā si multū habundent· lineis et coloratis vtūtur indumētis· circūligātes capita sua tā viri q̄ mulieres lineis pepulis blauij coloris· Nudisq; pedibus discalciati incedūt ⁊c̄· Et q̄q̄ ista faciāt et obseruēt· tamen prochdolor a certis prauis erroribus non sunt alieni neq; immunes· Nā circūcisionē carnalē seruāt more sarracenoꝝ et jacobitarū ꝑuulos suos circūcidentes· nō attendētes miseri qd̄ apostolus minat̄· Si circūcidimini inquiēs· xp̄s vobis nichil proderit Adūrūt quoq; infantes suos in frōtib⁹ ferreo calamo· in modū crucis Alij in genis· alij sup nasum· pleriq; in omnibus hijs locis· credentes eos ꝑ hm̄oi adustionem ab originali peccato mūdari· Cūq; ego miseris cōpatiens q̄ alias satis boni homines videntur· ꝑ interp̄tem inquirerē· cur hec facerēt q̄ omino romane ecclesie essent aduersa· cui se nup· missa obedientia sua subiecissent· Responderūt (vt verū fatear) se circūcisionem accipe nō q̄si sacramentū necessitatis· ß ob reuerentiā xp̄i q̄ et ipse fuit circūcisus· Adustionē vero obseruare pro eo q̄ scriptū esset et dictū ꝑ johannē baptistā de xp̄o Ipe vos baptisabit in spū scō et igne· Sed informati a nobis· dicebāt de cetero se velle his p̄termissis baptismū in aqua suscipe scd̄m ecclesie romane morē· Sed nō solū in isto ß ⁊ in alijs multis aberrāt· Nā in fermēto cōficiūt instar grecoꝝ· sub vtraq; specie sacramentū cōferūt paruulis et adultis· et illos ꝑ simplices sacerdotes faciūt cōfirmari adhuc infantes· In officio misse· ritus quosdā habent singulares· Studiose ad missam cōueniūt laici eoꝝ· p̄sertim in solennitatibus· et tūc oēs vtriusq; sexus incipiūt altis vocibus cōcrepātes in-

AI là công nghệ dẫn đường, cốt lõi là "ý thức"
https://phathoc.vn/ai-la-cong-nghe-dan-duong-cot-loi-la-y-thuc.html

Tác phẩm Peregrinatio in Terram Sanctam của Bernhard von Breydenbach, xuất bản năm 1486.
Ảnh: The Metropolitan Museum of Art, New York.

Đến năm 1486, chỉ vài thập niên sau khi kỹ thuật in được phát minh ở châu Âu, Bernhard von Breydenbach xuất bản tác phẩm *Peregrinatio in Terram Sanctam*, có thể dịch là *Hành hương đến Thánh Địa*. Với bản đồ và hình minh họa khắc gỗ, cuốn sách trở thành một trong những cẩm nang hành hương đến Thánh Địa được phổ biến rộng rãi đầu tiên. Tác phẩm nhanh chóng được dịch sang tiếng Đức, Pháp, Hà Lan và Tây Ban Nha.

Nhờ cuốn sách, những người dự định hành hương có thể hình dung và tham khảo lộ trình đến Jerusalem, Bethlehem và núi Sinai. Nhưng tác động của sách in không chỉ giới hạn ở những người trực tiếp lên đường. Thông qua hình ảnh và lời mô tả, cuốn sách đưa không gian Thánh Địa đến với đông đảo độc giả Kitô giáo châu Âu, kể cả những người không đủ điều kiện thực hiện chuyến đi. Đến năm 1500, tác phẩm đã được tái bản ít nhất mười hai lần.

Sự phát triển của ngành in cũng khiến hành hương trở thành đề tài thu hút sự quan tâm của công chúng theo những cách mới. Tuyến hành hương đến Santiago de Compostela ở Tây Ban Nha đã nổi tiếng từ khoảng thế kỷ IX. Sang thế kỷ XV, việc *The Canterbury Tales* (*Truyện kể Canterbury*) của Geoffrey Chaucer được in đã cho thấy hành hương không chỉ là chủ đề tôn giáo mà còn là chất liệu văn chương hấp dẫn.

Trong tác phẩm này, những người hành hương không được khắc họa như các nhân vật thánh thiện tuyệt đối. Họ là những con người bình thường, với tính cách, ham muốn và cả những hành vi rất đời thường trên đường đến một địa điểm linh thiêng ở nước Anh.

Thậm chí, trong thời kỳ Cải cách Tin Lành, Martin Luther từng công khai phản đối hoạt động hành hương. Năm 1520, ông cho rằng mọi cuộc hành hương nên bị bãi bỏ, vì theo ông, chúng không mang lại lợi ích thực sự, không xuất phát từ một điều răn của Thiên Chúa và có thể dẫn đến nhiều nguyên nhân gây tội lỗi, cũng như sự xem nhẹ các điều răn.

Những tranh luận ấy cho thấy hành hương chưa bao giờ nằm ngoài những biến động của đời sống tôn giáo và xã hội. Công nghệ truyền thông không chỉ giúp lan truyền thông tin về các địa điểm linh thiêng, mà còn góp phần định hình cách con người hiểu, đánh giá và tham gia vào thực hành này.

Khi công nghệ giúp hành trình an toàn và thuận tiện hơn

Hành hương không biến mất trước những thay đổi của lịch sử; tương tự, lượng thông tin xoay quanh các chuyến đi cũng không ngừng gia tăng. Từ nhiếp ảnh, điện ảnh đến Internet, mỗi công nghệ mới đều làm thay đổi cách người hành hương trải nghiệm và chia sẻ hành trình.

Những công cụ này giúp việc chuẩn bị trở nên đơn giản hơn, giới thiệu các tuyến đường phổ biến, giảm bớt những điều chưa chắc chắn và trong nhiều trường hợp, nâng cao mức độ an toàn. Nếu các cẩm nang thời kỳ đầu chủ yếu cung cấp thông tin mô tả địa điểm, thì người đi ngày nay có thể xem trước hình ảnh, liên hệ hướng dẫn viên, đặt chỗ lưu trú và trao đổi kinh nghiệm trên các diễn đàn trực tuyến.

Công nghệ đang góp phần thay đổi cách tín đồ Hồi giáo thực hiện cuộc hành hương Hajj. Ảnh: Ahmad Gharabli/AFP via Getty Images.

Nói cách khác, hành trình hành hương ngày càng có thể được dự liệu trước, với ít bất ngờ hơn so với những chuyến đi của các thế hệ trước.

Hiện nay, nhiều ứng dụng điện thoại được thiết kế riêng cho các tuyến hành hương lớn. Chúng hỗ trợ người đi liên lạc với những người cùng hành trình, tiếp cận thông tin về địa điểm và đôi khi bổ sung các lớp thông tin thực tế tăng cường (AR) vào trải nghiệm tại chỗ.

Trên các kho ứng dụng trực tuyến, có thể tìm thấy những ứng dụng phục vụ Hajj, cho phép người dùng hướng camera điện thoại vào không gian xung quanh Mecca để xem thông tin hiện lên trên màn hình. Một số nền tảng trực tuyến dành cho du khách Do Thái và Kitô giáo đến Israel còn sử dụng AI để xây dựng lịch trình cá nhân hóa cho những người có ý định hành hương.

Công nghệ vì thế không chỉ giúp con người tìm đường, mà còn tham gia vào việc lựa chọn điểm đến, tổ chức thời gian, cung cấp diễn giải và định hướng sự chú ý của người hành hương.

Đi bộ cùng người bạn đồng hành AI

Trở lại tuyến đường Kumano Kodō ở Nhật Bản, có thể thấy rõ hơn cách AI tham gia vào một hành trình vốn coi trọng sự tĩnh lặng và chiêm nghiệm.

Khác với những tuyến hành hương đông đúc, đi qua các đô thị ở châu Âu hoặc những đoàn người tập trung với số lượng lớn trong dịp Hajj, phần lớn tuyến đường cổ Kumano Kodō đi qua những cánh rừng yên tĩnh. Cảnh quan ấy tạo điều kiện cho người đi chậm lại, quan sát và suy ngẫm.

Theo Arnold và Shultz, việc mang theo một trợ lý AI không phá vỡ bầu không khí của chuyến đi như họ từng lo ngại. Hai học giả viết: *“Thay vì thay thế sự chiêm nghiệm, AI thường khơi gợi, biến những khoảnh khắc nghỉ ngơi, tò mò hoặc chưa chắc chắn thành cơ hội để gắn kết sâu sắc hơn với cảnh quan”.*

Khi đặt câu hỏi dọc đường, họ nhận được sự hỗ trợ dịch thuật các biển chỉ dẫn và thông tin lịch sử về những địa điểm đi qua. Nhờ vậy, những dấu tích mà trước đây họ có thể chỉ lướt qua đã trở thành cơ hội để hiểu thêm về vùng đất mình đang đặt chân đến.

Hai tác giả chia sẻ rằng, khác với nhiều chuyến đi bộ trước đây, khi họ thường bỏ qua các bảng thông tin lịch sử, lần này họ hiểu rõ hơn những câu chuyện, sự kiện và truyền thuyết gắn với cảnh quan. Họ cảm nhận mình đang đi giữa một không gian giàu chất thơ, được bồi đắp qua nhiều thế kỷ, đồng thời hiểu sâu hơn ý nghĩa của không gian ấy trong văn hóa Nhật Bản.

Trong phần tổng kết, Arnold và Shultz nhận xét rằng khi được thiết lập với những chỉ dẫn phù hợp về tính cách và khả năng thích ứng, AI có thể đảm nhận một vai trò gần gũi với con người hơn dự kiến: giúp giảm cảm giác mệt mỏi, nâng cao tinh thần và tạo ra những khoảnh khắc vui vẻ trong hành trình.

Theo họ, AI không đơn thuần là công cụ hay phương tiện dịch thuật, mà còn trở thành một đối tác đối thoại, khiến những chặng đường dài vốn cô quạnh trở nên

bớt đơn độc.

Tuy nhiên, điều đáng chú ý trong nhận định ấy chính là điều kiện đi kèm: AI chỉ phát huy vai trò tích cực khi được sử dụng với những chỉ dẫn thích hợp, có khả năng điều chỉnh và thích ứng với hoàn cảnh.

Đây không phải là chi tiết nhỏ. Đó nhắc nhở rằng công nghệ phục vụ việc di chuyển hay khám phá chỉ thực sự hữu ích khi con người biết mình cần gì, sử dụng nó vào mục đích nào và giới hạn sự phụ thuộc ở đâu.

Công nghệ có thể dẫn đường, nhưng không thể đi thay hành trình nội tâm

Trong quá khứ, người đi bộ đường dài từng được khuyên không nên quá phụ thuộc vào sách hướng dẫn, bởi việc liên tục tra cứu có thể khiến họ đánh mất sự chú tâm vào con đường đang đi. Người lái xe ngày nay cũng đã học cách thận trọng trước những chỉ dẫn của các ứng dụng bản đồ, nhất là khi thông tin không phù hợp với tình hình thực tế.

Với AI, câu hỏi ấy càng trở nên đáng suy ngẫm khi công nghệ ngày càng phổ biến, nhỏ gọn và có khả năng tương tác tự nhiên hơn. Người hành hương cần tự quyết định mức độ để công nghệ tham gia vào trải nghiệm của mình.

Một trợ lý AI có thể dịch một tấm biển, kể lại lịch sử của một ngôi đền, giải thích một truyền thuyết hay gợi ý một lối đi. Nhưng việc hiểu một địa điểm có ý nghĩa như thế nào đối với đời sống tinh thần của bản thân vẫn là quá trình mà mỗi người phải tự trải nghiệm. Thông tin có thể được cung cấp tức thời; sự lắng đọng, cảm nhận và chuyển hóa nội tâm thì không thể chỉ hình thành bằng cách tiếp nhận câu trả lời từ máy móc.

Nhìn rộng hơn, lịch sử hành hương cho thấy con người chưa bao giờ đứng ngoài những biến đổi của công nghệ. Sách in từng mở rộng khả năng tiếp cận Thánh Địa; tàu hơi nước và máy bay làm thay đổi khoảng cách; internet giúp người đi chuẩn bị hành trình thuận tiện hơn. Giờ đây, AI tiếp tục tạo ra một bước chuyển mới, không chỉ hỗ trợ con người di chuyển mà còn tham gia vào quá trình diễn giải những gì họ nhìn thấy và trải nghiệm.

Vấn đề không nhất thiết nằm ở việc nên chấp nhận hay từ chối công nghệ. Điều quan trọng là nhận ra công nghệ đang hỗ trợ điều gì, tác động đến sự chú ý ra sao và có làm thay đổi mục đích ban đầu của chuyến đi hay không.

Một hành trình hành hương có thể được hỗ trợ bởi bản đồ số, thông tin lịch sử và những cuộc đối thoại với AI. Nhưng giá trị của hành trình không chỉ nằm ở số lượng địa điểm đã ghé thăm hay kiến thức thu nhận được. Đó còn nằm trong cách con người hiện diện trên từng bước chân, tiếp xúc với không gian xung quanh và tự nhìn lại chính mình.

AI có thể làm cho con đường trở nên dễ hiểu hơn, nhưng hiểu biết không đồng nghĩa với chuyển hóa. Công nghệ có thể giúp người đi bớt lạc lối giữa núi rừng, nhưng không vì thế mà thay thế được sự tỉnh thức trong từng bước chân.

Khi công nghệ ngày càng có khả năng đồng hành cùng con người, thách thức không chỉ là làm sao để những chuyến hành hương thuận tiện hơn, mà còn là làm sao gìn giữ được chiều sâu tinh thần của hành trình. Có lẽ, đó cũng là câu hỏi vượt ra ngoài phạm vi tôn giáo: giữa thế giới ngày càng được kết nối và tự động hóa, con người có còn đủ khả năng dừng lại, quan sát, chiêm nghiệm và tự tìm thấy ý nghĩa trong những gì mình đang trải qua hay không?

Công nghệ là phương tiện, tỉnh thức mới là cốt lõi

Từ góc nhìn Phật giáo, câu chuyện AI đồng hành cùng người hành hương gợi mở vấn đề đáng suy ngẫm: phương tiện có thể hỗ trợ con người trên đường đi, nhưng điều quyết định chiều sâu của hành trình vẫn là trạng thái tâm và cách mỗi người tiếp xúc với những gì đang diễn ra.

Trong Phật giáo, con đường tu tập không chỉ được hiểu qua việc đi đến một địa điểm linh thiêng, thực hiện nghi lễ hay tiếp cận những tri thức bên ngoài. Giá trị của sự thực hành còn nằm ở khả năng nhận diện thân và tâm, quan sát những biến chuyển trong đời sống, từng bước chuyển hóa tham ái, sân hận và si mê. Một chuyến hành hương vì thế có thể trở thành cơ hội nuôi dưỡng sự tĩnh lặng, lòng từ bi và hiểu biết; song những giá trị ấy không tự nhiên xuất hiện chỉ vì con người đã đặt chân đến một nơi được tôn kính.

Tinh thần ấy có thể được soi sáng qua pháp thực hành chính niệm trong Phật giáo. Khi bước đi với sự tỉnh thức, người hành giả không chỉ chú ý đến đích đến mà còn nhận biết từng bước chân, hơi thở, cảnh vật và những trạng thái đang sinh khởi trong tâm. Rừng cây, núi non, tiếng gió hay một con đường vắng không đơn thuần là cảnh quan để ngắm nhìn, mà còn có thể trở thành điều kiện giúp ta quay về nhận biết chính mình.

Trong bối cảnh hiện đại, AI có thể hỗ trợ dịch thuật, cung cấp thông tin lịch sử, giải thích biểu tượng văn hóa hoặc giúp người đi hiểu thêm về nơi mình đang

hiện diện. Nếu được sử dụng đúng mức, công nghệ có thể mở rộng khả năng tiếp cận tri thức, giúp người hành hương hiểu sâu hơn về bối cảnh văn hóa và tôn giáo của chuyến đi. Tuy nhiên, thông tin mà AI cung cấp cần được kiểm chứng, sự tiện lợi của công nghệ cũng không nên khiến con người liên tục hướng sự chú ý vào màn hình mà quên mất trải nghiệm trực tiếp.

Cần phân biệt giữa biết thêm thông tin và thực sự chuyển hóa nhận thức. Một người có thể đọc được nhiều lời giải thích về lòng từ bi nhưng điều đó chưa đồng nghĩa với việc đã biết sống bao dung hơn. Tương tự, việc sử dụng một ứng dụng để tìm hiểu về chính niệm không thể thay thế quá trình thực hành và tự quan sát thân tâm. Tri thức có thể mở ra cánh cửa, nhưng sự chuyển hóa đòi hỏi mỗi người phải tự mình bước qua cánh cửa ấy bằng trải nghiệm và nỗ lực thực hành.

Điều này cũng gợi nhắc tinh thần phương tiện thiện xảo trong Phật giáo: phương tiện có giá trị khi hỗ trợ con người hướng đến mục đích đúng đắn, chứ không trở thành đối tượng lệ thuộc hay làm lu mờ mục đích ban đầu. Có thể vận dụng tinh thần ấy để nhìn nhận AI như công cụ hỗ trợ học hỏi, khám phá và tổ chức hành trình, đồng thời giữ sự chủ động trong việc lựa chọn, kiểm chứng và tiếp nhận thông tin.

Trong thế giới mà công nghệ ngày càng có khả năng trả lời nhanh chóng và mô phỏng những cuộc đối thoại gần gũi, con người càng cần nuôi dưỡng năng lực tự quán xét. Không phải mọi điều thuận tiện đều nhất thiết đem lại chiều sâu, không phải mọi câu trả lời đều thay thế được quá trình tự mình tìm hiểu. Sự tỉnh thức còn thể hiện ở khả năng nhận biết khi nào công nghệ đang giúp ích và khi nào cần đặt thiết bị xuống để trở về với cảnh vật, con người và chính mình.

Nhìn từ tinh thần Phật giáo, giá trị của một hành trình không chỉ nằm ở quãng đường đã đi, những địa danh đã đến hay lượng kiến thức đã thu nhận. Điều đáng kể hơn là sau hành trình ấy, ta có hiểu biết hơn về bản thân, biết trân trọng sự sống, có thêm lòng từ bi và ứng xử với thế giới bằng tâm thế sáng suốt hơn hay không.

AI có thể đồng hành trên đường hành hương, nhưng không thể tu tập thay con người. Công nghệ có thể giúp con đường trở nên dễ hiểu hơn, song việc nuôi dưỡng chính niệm, chuyển hóa nội tâm và sống có trách nhiệm vẫn là công việc của mỗi cá nhân. Khi biết sử dụng công nghệ như một phương tiện mà không đánh mất sự tỉnh thức, con người có thể tiếp nhận những thành tựu mới của thời đại mà vẫn gìn giữ được chiều sâu tinh thần của hành trình.

Tác giả: **Jo Adetunji**

Biên tập viên, The Conversation UK

Chuyển ngữ: **Thường Nguyên**

Tiêu đề bài nguyên bản *“AI is changing pilgrims’ journeys, but sacred journeys have always adapted to new technology”.*

Đường link: https://theconversation.com/ai-is-changing-pilgrims-journeys-but-sacred-journeys-have-always-adapted-to-new-technology-290216