

AI mạnh đến đâu, con người vẫn phải tự tư duy để nuôi trí tuệ

ISSN: 2734-9195 10:05 23/11/2025

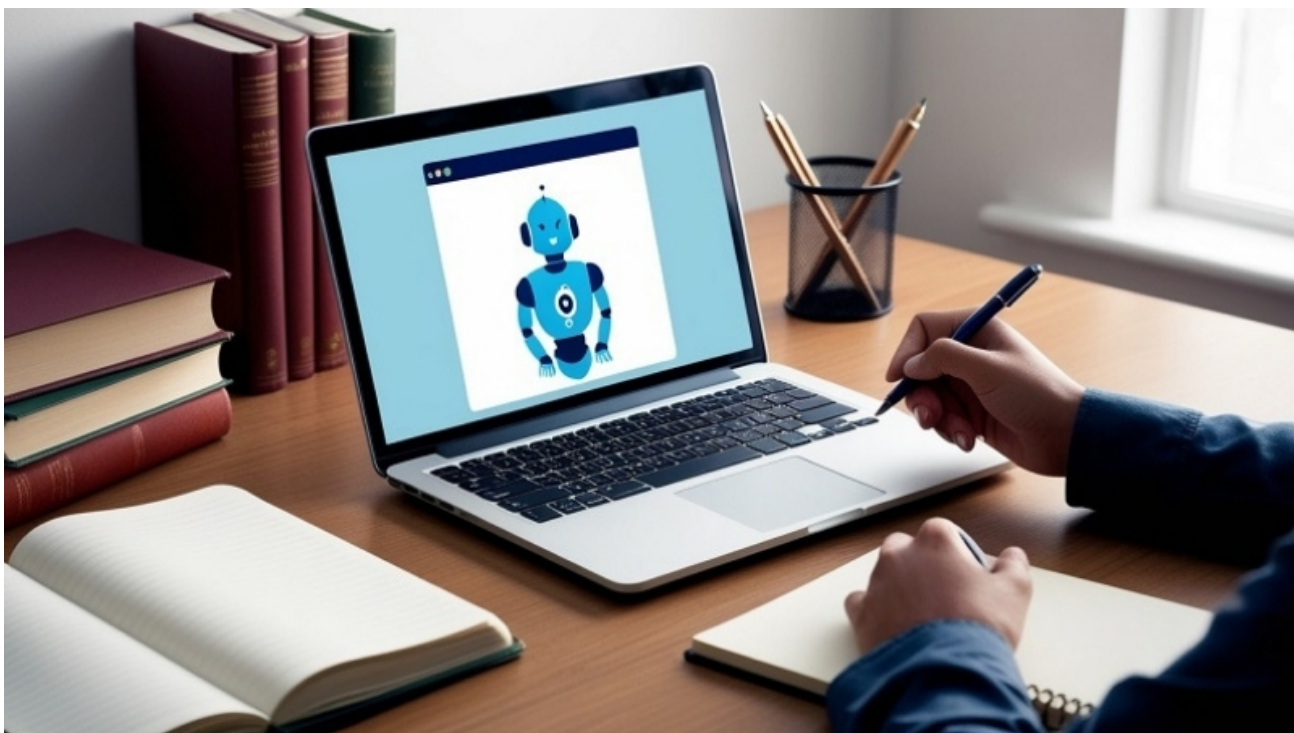
AI là một công cụ mạnh mẽ, đem đến vô vàn tiện lợi cho đời sống hiện đại. Nhưng nếu chúng ta giao phó toàn bộ việc suy tư cho máy móc, năng lực sáng tạo và tư duy độc lập — vốn là cội nguồn của trí tuệ — sẽ dần bị bào mòn.

Trong thời đại AI phát triển như vũ bão, từ các công cụ trả lời tự động đến những phần mềm tạo nội dung thông minh, con người đang đứng trước một thực tại vừa tiện lợi vừa tiềm ẩn nhiều nguy cơ. Khi quá phụ thuộc vào máy móc, khả năng tự suy nghĩ và tự phân tích của chúng ta dần bị thu hẹp; tâm trí trở nên thụ động khi giao phó việc suy tư cho công nghệ thay vì tự mình quan sát và nghiền ngẫm. Bài báo Znews.vn cũng cảnh báo rõ: “Nếu con người quá phụ thuộc AI, sẽ mất khả năng tự tư duy, dẫn đến món nợ tư duy” (TS Hoàng Anh Đức, Znews.vn). Điều đó càng cho thấy rằng, dù AI có mạnh đến đâu, trí tuệ của con người vẫn chỉ được nuôi dưỡng khi chính ta chủ động tư duy và rèn luyện.

Hiện tượng “dễ bỏ” công việc tư duy cho máy móc đang trở nên phổ biến trong học tập và nghiên cứu. Học sinh dùng AI để làm luận văn, sinh viên dựa vào chatbot để trả bài tập, và ngay cả nghiên cứu sinh đôi khi chỉ tham khảo những gợi ý từ AI mà không tự mình phân tích.

Hệ quả là các bước quan trọng trong quá trình hình thành tri thức – quan sát, đánh giá, phản biện và sáng tạo – đều bị bỏ qua.

Theo TS Hoàng Anh Đức cảnh báo rằng sự phụ thuộc này dẫn đến một “món nợ tư duy”: khi não bộ không còn được rèn luyện, nó sẽ dần mất đi khả năng phân tích và sáng tạo. Đây không chỉ là nguy cơ đối với từng cá nhân, mà còn có thể ảnh hưởng đến cả xã hội; bởi nếu một thế hệ đánh mất năng lực tư duy độc lập, mạng lưới tri thức tập thể cũng sẽ suy yếu theo.



Ở mức độ cá nhân, việc giao hết việc suy tư cho máy móc làm giảm khả năng phân biện, phân tích, đánh giá thông tin. Tâm lý trở nên thụ động, dễ bị dẫn dắt bởi những thông tin mà AI cung cấp, kỹ năng giải quyết vấn đề trở nên hạn chế.

Ở mức độ xã hội, nếu việc này diễn ra rộng rãi, sự sáng tạo tập thể và khả năng phát triển tri thức sẽ bị ảnh hưởng nghiêm trọng.

Bài báo Znews.vn dẫn ví dụ từ tác phẩm “Lớp học cuối cùng” – viễn cảnh tương lai khi trẻ em không còn cần đến lớp học, giáo viên, hay sách vở, nhưng rồi mạng lưới tri thức sụp đổ, và họ phải học lại cách đặt câu hỏi, học lại cách suy tư. Đây là một cảnh báo mạnh mẽ về việc con người có thể trở nên thụ động nếu giao tất cả công việc tư duy cho AI.

Nguy cơ trên không đến từ công nghệ AI, mà từ cách con người tiếp cận công nghệ. Ngô Thành Nam – Hiệu trưởng trường B.School – nhấn mạnh rằng giáo viên cần dạy học sinh “tư duy số” và đạo đức để học sinh không bị thông tin AI dẫn dắt. AI nên được sử dụng như một công cụ, không phải thay thế cho tư duy con người.

Các trụ cột giáo dục của UNESCO – học để biết, học để làm, học để tồn tại, học để chung sống – vẫn nguyên giá trị. AI có thể giúp tìm kiếm thông tin nhanh hơn, nhưng không thể thay thế quá trình tự suy nghĩ, tự đặt câu hỏi và tự phân biện – những yếu tố quan trọng để hình thành con người toàn diện.

Trong nghiên cứu Phật học, việc quan sát tâm, tự soi mình, và thực hành chính niệm là nền tảng. Nếu giao hết cho máy móc, người học sẽ mất khả năng “tự

soi tâm” – một phần thiết yếu trong thiền và nghiên cứu kinh điển.

Đức Phật dạy trong Kinh Trường Bộ, trí tuệ (paññā) được hình thành qua tự quan sát, thực hành, và phân tích trải nghiệm, không thể thay thế bằng trí tuệ nhân tạo.

Do đó, việc kết hợp AI cần có chính niệm: sử dụng như trợ lý, nhưng vẫn phải tự đặt câu hỏi, phân tích, tổng hợp và phản biện. AI không thể làm thay bước chân tu học hay tư duy chính niệm.

Để hạn chế nguy cơ phụ thuộc vào AI và bảo vệ năng lực tư duy của mỗi người, trước hết cần xem AI như một trợ lý hỗ trợ, chứ không phải công cụ thay thế hoàn toàn. AI có thể gợi ý, cung cấp thông tin hoặc giúp định hướng vấn đề, nhưng quá trình phân tích, sàng lọc và tổng hợp tri thức vẫn phải do chính con người thực hiện. Chỉ khi giữ được vai trò chủ động này, chúng ta mới không đánh mất khả năng tự suy nghĩ của mình.

Song song đó, việc rèn luyện tư duy độc lập là vô cùng quan trọng. Trước khi sử dụng AI, mỗi người cần tự đặt câu hỏi, xác định mục tiêu nghiên cứu và hiểu rõ mình muốn tìm kiếm điều gì. Sau khi nhận được thông tin từ AI, cần kiểm chứng lại bằng nhiều nguồn khác nhau, rồi tự diễn đạt bằng ngôn từ của chính mình. Đây là cách giúp trí óc không rơi vào trạng thái thụ động và tránh việc sao chép máy móc.

Trong giáo dục cũng như nghiên cứu Phật học, việc ứng dụng AI cần được đặt trong tinh thần tỉnh thức. Học sinh cần được hướng dẫn cách hợp tác với AI mà vẫn giữ được “tư duy chính niệm”, nghĩa là biết quan sát, phân biệt và tự chịu trách nhiệm với kết quả suy nghĩ của mình. Đối với người làm biên tập hay nghiên cứu, việc sử dụng AI càng đòi hỏi sự thận trọng; mọi phân tích và lập luận phải được kiểm chứng và phản biện rõ ràng, không được đơn thuần sao chép thông tin do máy móc cung cấp. Chỉ như vậy, AI mới thật sự trở thành công cụ hỗ trợ, còn trí tuệ vẫn được nuôi dưỡng bằng chính nỗ lực suy tư của con người.

AI là một công cụ mạnh mẽ, đem đến vô vàn tiện lợi cho đời sống hiện đại. Nhưng nếu chúng ta giao phó toàn bộ việc suy tư cho máy móc, năng lực sáng tạo và tư duy độc lập — vốn là cội nguồn của trí tuệ — sẽ dần bị bào mòn. Bài học quan trọng rút ra là: phải biết giữ tâm trong sạch, tư duy trong sáng, và xem AI như trợ thủ đồng hành, chứ không phải người thay chúng ta suy nghĩ.

Trong ánh sáng giáo lý Phật học, học không chỉ để tích lũy tri thức, mà còn để thực hành chính niệm, tự soi lại chính mình và nuôi dưỡng lợi ích cho người

khác. Trí tuệ chỉ phát khởi khi con người tự nỗ lực quán chiếu và nhận ra sự thật bằng trải nghiệm của chính mình.

Vì vậy, khi biết sử dụng AI một cách tỉnh thức, vừa hợp tác, vừa giữ vững khả năng tư duy độc lập, chúng ta không chỉ phát huy sức mạnh của công nghệ, mà còn vun bồi một nền trí tuệ nhân loại nhân bản, sáng suốt và thấm đượm từ bi.

Tác giả: **Nguyễn Thị Loan**