

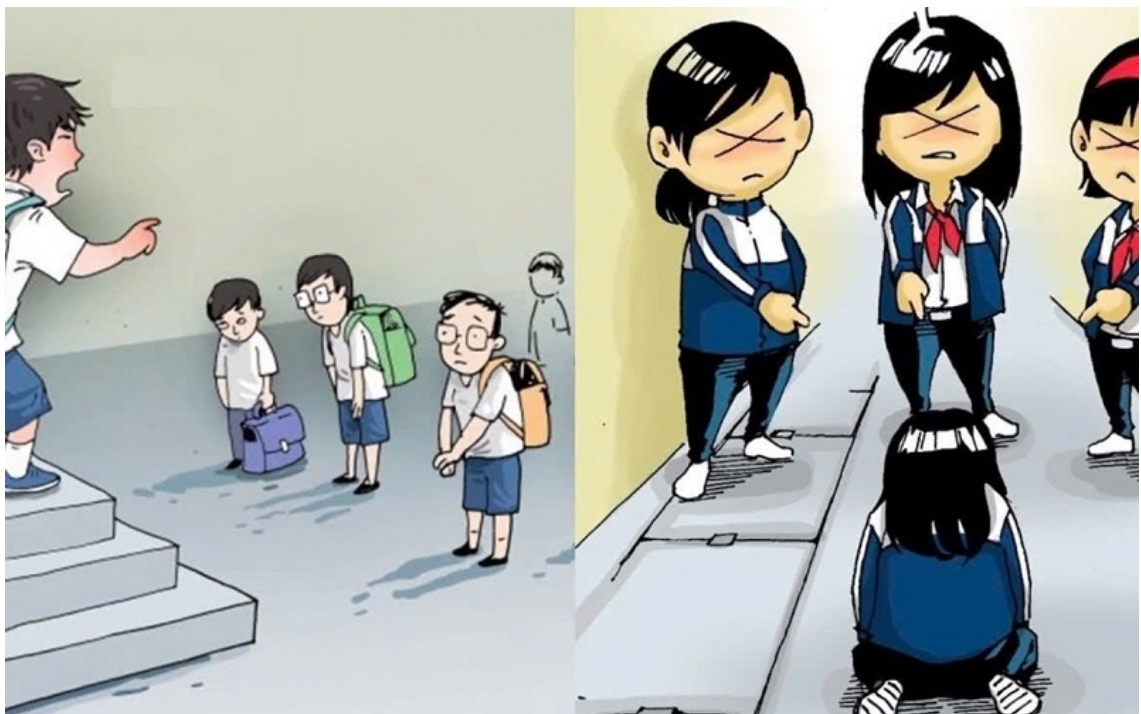
## Hóa giải “bạo lực học đường”?

ISSN: 2734-9195 08:25 04/11/2025

Bên bờ như giọt nước thấm dần vào đất khô cằn, để từ đó, mầm thiện lại nảy nở và tiếng cười trong trẻo của học sinh lại vang lên nơi sân trường, tiếng cười của những tâm hồn được nuôi dưỡng trong ánh sáng hiểu và thương.

Những ngày gần đây, xã hội bàng hoàng trước tin một nam sinh ở Thanh Hóa tử vong sau vụ xô xát bên ngoài trường học. Không chỉ là nỗi đau của một gia đình, đó còn là tiếng chuông cảnh tỉnh về bạo lực học đường không còn là hiện tượng cá biệt.

Giữa nơi vốn được xem là môi trường gieo hạt thiện lành, "tiên học lễ, hậu học văn", nơi học sinh học đạo làm người trước khi học làm nghề, vì sao hận thù, giận dữ và sự tổn thương lại có thể bùng lên dữ dội đến vậy?



(Ảnh: Internet)

Đã đến lúc cần một cái nhìn sâu hơn, không chỉ từ khía cạnh đạo đức và giáo dục, mà còn từ ánh sáng của Phật pháp, nơi con người được soi chiếu vào tận gốc rễ của khổ đau và bạo hành.

# Bạo lực học đường - hệ quả của tâm thức mê lầm

Từ lăng kính giáo lý đạo Phật, bạo lực không bắt đầu từ nắm đấm hay lời sỉ nhục, mà khởi sinh từ tâm sân hận, ganh ghét và vô minh. Khi tâm thiếu chính niệm, con người dễ bị cuốn vào vòng xoáy của cảm xúc, để sự nóng giận điều khiển hành vi mà không kịp nhận ra hậu quả.

Kinh Pháp Cú có dạy:

*Hận thù diệt hận thù*

*Đời này không thể có*

*Từ bi diệt hận thù*

*Là định luật ngàn thu.*

Lời dạy ấy không chỉ là giáo lý cho người tu, mà là bài học cho tất cả những ai đang lớn lên giữa một thế giới đầy va chạm và cạnh tranh. Khi học sinh không được hướng dẫn cách nhận diện, hiểu và chuyển hóa cảm xúc, thì mọi căng thẳng nhỏ cũng có thể biến thành bạo lực.

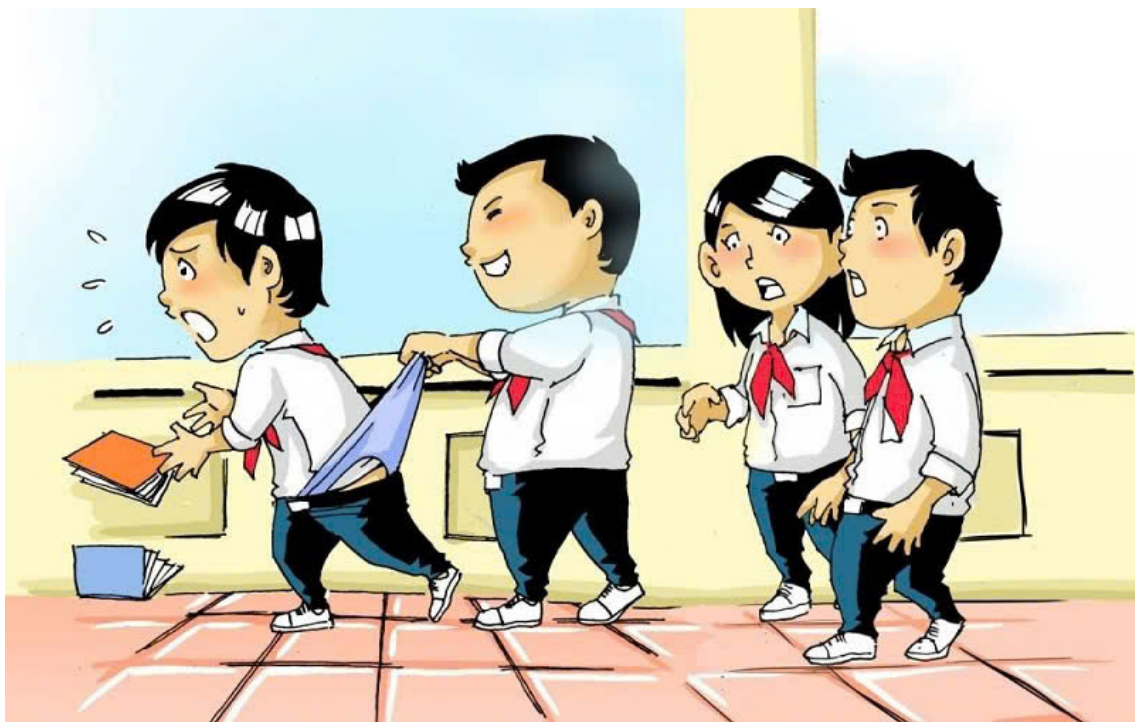
Khi người lớn, thầy cô, cha mẹ, “thiếu, vắng” năng lực lắng nghe, thì sự im lặng của trẻ trở thành tiếng kêu cứu không lời.

Bạo lực học đường, vì thế, không chỉ là vấn đề hành vi, mà là vấn đề của tâm thức. Đó là hệ quả của sự thiếu vắng khả năng lắng nghe, thấu cảm và nuôi dưỡng sự hiểu biết trong đời sống tinh thần.

## Giáo dục thiếu gốc rễ tâm linh và đạo đức cảm xúc

Nhìn sâu hơn, nguyên nhân của bạo lực học đường không chỉ nằm ở cá nhân mà còn ở khoảng trống của giáo dục cảm xúc và tâm linh.

Hệ thống giáo dục ngày nay chú trọng tri thức, kỹ năng và thành tích, nhưng lại thiếu không gian để học sinh được học cách làm người, học cách sống tử tế và hiểu được nỗi khổ của người khác.



(Ảnh: Internet)

Phật giáo chỉ ra rằng từ bi và trí tuệ là hai cánh của cùng một con chim. Trí tuệ giúp ta thấy rõ nguyên nhân của khổ đau, còn từ bi giúp ta ôm ấp và chuyển hóa nó. Khi giáo dục chỉ bay bằng một cánh - tri thức - mà quên mất cánh còn lại - lòng từ, thì môi trường học đường sẽ nghiêng lệch và dễ rơi vào hố sâu vô cảm.

Thực tập chính niệm, thiền tập hay các giờ học đạo đức dựa trên giá trị nhân văn có thể giúp học sinh nhận diện cảm xúc của mình, học cách làm dịu tâm trước khi bộc phát. Một phút ngồi yên, một hơi thở hiền hòa trong tĩnh lặng, hay chỉ là một lời khích lệ chân thành từ thầy cô, đó đều là những hạt giống thiện lành nuôi dưỡng tâm hồn trẻ thơ.

## **“Sức mạnh” thật sự - từ bi và hiểu biết**

Câu hỏi đặt ra: “Sức mạnh nào có thể hóa giải bạo lực học đường?”.

Xã hội thường nghĩ đến sức mạnh của kỷ luật, luật pháp hay sự trừng phạt. Nhưng dưới ánh sáng Phật pháp, sức mạnh chân thật và tối thượng không nằm ở quyền lực, mà ở khả năng hiểu và thương.

Từ bi không phải là yếu mềm, mà là sức mạnh của tâm tĩnh thức, biết dừng lại trước khi phản ứng, biết đặt mình vào vị trí của người.



Hình minh họa tạo bởi AI

Chính vì thiếu hiểu biết mà ta gây tổn thương; vì thiếu lòng thương mà ta không biết cách hàn gắn. Khi một học sinh hiểu được rằng, người bạn đối diện cũng đang khổ đau, thì bạo lực không còn đất sống.

Ở nhiều quốc gia như Bhutan, Nhật Bản hay Singapore, những mô hình giáo dục tích hợp thiền, chính niệm và lòng biết ơn đã giúp giảm đáng kể hành vi bạo lực học đường. Đó là minh chứng rằng, hiểu và thương không phải là khái niệm trừu tượng, mà là phương pháp thực tiễn để chuyển hóa tâm lý và hành vi.

Tinh thần “hóa giải” trong đạo Phật không phải là tránh né hay dung túng, mà là đối diện trong tỉnh thức, dùng năng lượng lành để cảm hóa năng lượng xấu. Không thể dập lửa bằng lửa, chỉ có nước mát từ bi mới làm dịu ngọn lửa sân hận đang chờ “bùng phát”.

## **Khi mỗi sân trường trở thành một đạo tràng nhỏ**

Hóa giải bạo lực học đường không chỉ là trách nhiệm của thầy cô hay nhà trường, mà là sự chung tay của toàn xã hội, từ gia đình, truyền thông đến mỗi cá nhân. Nhưng trên hết, đó bắt đầu từ sự tỉnh thức của từng người.

Nếu mỗi giáo viên biết dạy bằng lòng thương, mỗi phụ huynh biết lắng nghe con bằng sự thấu hiểu và mỗi học sinh được dạy cách quay về với hơi thở, nhận diện cảm xúc, thì sân trường có thể trở thành một đạo tràng nhỏ, nơi gieo hạt của yêu thương và hiểu biết.



Hình minh họa tạo bởi AI

*“Khi một đứa trẻ biết cúi đầu xin lỗi, khi một ánh mắt biết mỉm cười cảm thông, ấy chính là lúc phật pháp đang hiện hữu giữa sân trường”.*

Bạo lực học đường không thể biến mất trong một sớm một chiều, nhưng sức mạnh của từ bi và trí tuệ có thể từng bước chuyển hóa nó. Đó là sức mạnh không ồn ào, không áp đặt, nhưng bền bỉ như giọt nước thấm dần vào đất khô cằn, để từ đó, mầm thiện lại nảy nở và tiếng cười trong trẻo của học sinh lại vang lên nơi sân trường, tiếng cười của những tâm hồn được nuôi dưỡng trong ánh sáng hiểu và thương.

### **Bài học không của riêng ai**

*Mỗi khi một vụ bạo lực học đường xảy ra, xã hội lại dấy lên những cảm xúc đối nghịch: phẫn nộ, thương xót, lên án, rồi tiếc nuối. Nhưng nếu chỉ dừng ở đó, chúng ta mới nhìn thấy phần ngọn của vấn đề. Đằng sau mỗi hành vi bạo lực là một tâm hồn tổn thương, một đứa trẻ chưa được học cách hiểu mình, thương mình và thương người khác. Phẫn nộ có thể khiến ta muốn trừng phạt, nhưng chỉ có hiểu biết mới giúp ta chuyển hóa.*

*Trong ánh nhìn của Phật giáo, không ai sinh ra đã xấu ác, chỉ vì thiếu ánh sáng của chính kiến và từ bi mà con người lạc hướng. Vì thế, thay vì chỉ kết án, cần nuôi dưỡng trách nhiệm trong hiểu biết, để thầy cô dạy bằng lòng thương, cha mẹ giáo dục bằng sự lắng nghe và học sinh học cách tôn trọng, chia sẻ, cảm*

thông.

*“Bạo lực học đường” không chỉ là mầm họa, mà là tấm gương phản chiếu sự khuyết thiếu tình thương của xã hội. Khi mỗi người biết quay về soi sáng chính mình, biết dùng trí tuệ và lòng từ bi để đối diện mọi xung đột, thì khi ấy, học đường mới thật sự trở lại là nơi gieo hạt thiện lành, nơi những trái tim trẻ được lớn lên trong hiểu biết và yêu thương.*

Tác giả: **Thường Nguyên**