

Khảo sát nhận thức về "Thiền Phật giáo" trong giới trẻ tại Huế

ISSN: 2734-9195 13:46 14/10/2025

Những thay đổi này thể hiện ở sự đa dạng hóa hình thức thực hành, nội dung của thiền tập, xu hướng cá nhân hóa trải nghiệm tâm linh và sự chuyển dịch về ý nghĩa tinh thần mà giới trẻ tìm kiếm từ Phật giáo.

Tác giả: **Tỳ khiêu Thích Hương Yên**

Phó Viện trưởng Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

1. Dẫn nhập

Huế từ lâu đã được biết đến như một trung tâm tôn giáo lớn của Việt Nam, là thủ phủ của Phật giáo, giáo lý từ bi trí tuệ của Phật giáo đã góp phần định hình nên bản sắc văn hóa tinh thần của cộng đồng cư dân địa phương.

Tuy nhiên, trong bối cảnh toàn cầu hóa diễn ra mạnh mẽ và sự bùng nổ của truyền thông số, nhận thức thiền Phật giáo của giới trẻ tại thành phố Huế đang đối diện với những biến đổi đáng kể cả về hình thức lẫn nội dung.

Toàn cầu hóa không chỉ mang đến sự giao lưu văn hóa đa chiều mà còn thúc đẩy quá trình tiếp nhận các giá trị mới, dẫn tới sự thay đổi trong nhận thức và hành vi tôn giáo của thanh niên. Truyền thông số, đặc biệt là mạng xã hội và các nền tảng kỹ thuật số, đã tạo ra không gian mới cho các hoạt động tôn giáo, đồng thời làm thay đổi cách thức giới trẻ tiếp cận, thực hành và diễn giải niềm tin tôn giáo.

Thực hành, nhận thức thiền ngày càng linh hoạt, cá nhân hóa và mang tính chọn lọc, khác biệt rõ rệt so với các thế hệ trước.



Hình minh họa (tác giả cung cấp)

Hiện nay, giới trẻ tại Huế có nhận thức rất mơ hồ, sai lệch về thiền Phật giáo và không lý giải tại sao thiền là con đường độc nhất để đưa con người ra khỏi khổ đau, triền phược. Trong bối cảnh đó, việc nghiên cứu những nhận thức về thiền định của giới trẻ tại thành phố Huế dưới tác động của truyền thông số và toàn cầu hóa là cần thiết nhằm nhận diện xu hướng vận động của đời sống tôn giáo đương đại. Đồng thời, nghiên cứu này góp phần cung cấp những cơ sở lý luận và thực tiễn quan trọng cho các tự viện, cơ sở giáo dục đào tạo, các nhà lãnh đạo Phật định hướng lối sống tinh thần cho thanh niên trong thời kỳ hội nhập quốc tế sâu rộng.

2. Phương pháp, đối tượng nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Phỏng vấn: Tiến hành phỏng vấn bán cấu trúc với các nhóm đối tượng là giới trẻ trong độ tuổi từ 18 đến 30, thuộc nhiều tôn giáo khác nhau tại thành phố Huế, đặc biệt các khoá sinh tham dự các khoá thiền để thu thập dữ liệu nhận thức về thiền định trước và sau khi chịu ảnh hưởng của truyền thông số và toàn cầu hóa.

Quan sát tham dự: Tham gia các hoạt động tôn giáo, lễ hội, sự kiện tôn giáo trực tiếp hoặc được tổ chức trực tuyến để quan sát sự tham gia của giới trẻ.

Điều tra xã hội học bằng bảng hỏi: Phát phiếu khảo sát cho 215 bạn trẻ tại các trường đại học, trung tâm thanh thiếu niên, các nhóm tôn giáo tại Huế nhằm đo lường mức độ tham gia, thay đổi thái độ, hành vi thực hành tôn giáo.

Phân tích tài liệu: Nghiên cứu các tài liệu lý luận, báo cáo nghiên cứu trước đây về thiền Phật giáo, về ảnh hưởng truyền thông số đến giới trẻ ở Việt Nam.

2.2. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu trực tiếp: Giới trẻ trong độ tuổi 18-30 tại thành phố Huế, thuộc nhiều tôn giáo khác nhau.

Đối tượng tác động: Các yếu tố truyền thông số (mạng xã hội, nền tảng trực tuyến, internet) và toàn cầu hóa (giao lưu văn hóa quốc tế, phong cách sống toàn cầu).

3. Thực trạng nhận thức về thiền của giới trẻ tại thành phố Huế trước tác động của truyền thông số và toàn cầu hóa

Trước làn sóng toàn cầu hóa và công nghệ truyền thông số, giới trẻ Huế có đời sống tôn giáo gắn bó với gia đình và cộng đồng truyền thống, tham gia các nghi lễ tập thể như lễ Phật đản, lễ Vu lan, lễ hội Quán Thế Âm. Ngoài ra việc thực hành thiền mang tính trực tiếp, trải nghiệm cộng đồng mạnh mẽ, và chịu sự chi phối bởi quy tắc thiền gia, chuẩn mực xã hội truyền thống. Tuy nhiên, từ cuối những năm 2015 trở lại đây, các yếu tố như Facebook, YouTube, TikTok, cùng với văn hóa tiêu dùng phương Tây, đã tác động sâu sắc đến cách giới trẻ tiếp cận, hiểu và nhận thức về thiền, đặc biệt việc thực hành đã có xu hướng khác đi

TT	Nội dung	Mức độ lựa chọn										ĐTB
		Không bao giờ		Hiếm khi		Thỉnh thoảng		Thường xuyên		Rất thường xuyên		
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	
1	Từng tham gia khoá thiền, dành ít thời gian thực tập thiền	26	12.1	29	13.5	58	27.0	45	20.9	57	26.5	3.36
2	Tham gia nhóm thiền trực tuyến	22	10.2	31	14.4	63	29.3	48	22.3	51	23.7	3.35
3	Tìm kiếm thông tin Thiền qua mạng xã hội, internet	18	8.4	28	13.0	67	31.2	50	23.3	52	24.2	3.42
4	Thực hành, đọc sách thiền tại nhà	20	9.3	26	12.1	58	27.0	44	20.5	67	31.2	3.52
5	Tham gia thảo luận, chia sẻ trải nghiệm thiền trên mạng xã hội	32	14.9	33	15.3	30	14.0	38	17.7	82	38.1	3.49

Bảng 1. Thực trạng nhận thức về thiền. (Nguồn: tác giả, số liệu điều tra năm 2025)

Qua bảng 1 cho thấy, nhận thức và thực hành thiền của giới trẻ tại thành phố Huế đang diễn ra với nhiều hình thức đa dạng và có sự thay đổi rõ rệt dưới tác động của truyền thông số và toàn cầu hóa. Tất cả các nội dung khảo sát đều đạt mức trung bình từ 3,35 trở lên trên thang điểm 5, cho thấy giới trẻ vẫn duy trì một mức độ yêu thích và quan tâm đến Thiền nhất định, dù hình thức thực hành đã có nhiều biến đổi so với truyền thống.

Việc tham từng tham gia khoá thiền, dành ít thời gian thực tập thiền đạt điểm trung bình 3,36. Tỷ lệ tham gia thường xuyên và rất thường xuyên chiếm 47,4%, trong khi tỷ lệ không bao giờ hoặc hiếm khi chỉ chiếm 25,6%, phản ánh rằng, mặc dù truyền thống tôn giáo vẫn còn giữ vai trò quan trọng đối với giới trẻ Huế, nhưng mức độ gắn kết trực tiếp đã có dấu hiệu giảm nhiều so với thế hệ trước. Đa số thanh niên đã lựa chọn tôn giáo như một phần phụ trợ của đời sống, thay vì đặt nó ở trung tâm đời sống như trước đây. Đáng chú ý, tham gia nhóm thiền trực tuyến ghi nhận điểm trung bình 3,35, rất gần với tham gia trực tiếp. Có 46% giới trẻ tham gia thường xuyên hoặc rất thường xuyên vào các hoạt động này, cho thấy sự dịch chuyển từ không gian thờ tự truyền thống sang không gian số là một xu thế rõ rệt. Truyền thông số đã tạo điều kiện cho giới trẻ tiếp cận các hoạt động về thiền một cách dễ dàng, thuận tiện hơn, vượt qua những rào cản về thời gian, địa điểm và thậm chí cả sự gò bó truyền thống.

Việc tìm kiếm thông tin Thiền qua mạng xã hội, internet đạt điểm trung bình cao nhất trong bảng, 3,42, với 47,5% số người khảo sát thường xuyên hoặc rất thường xuyên thực hiện hành vi này chứng tỏ mạng xã hội không chỉ là công cụ giải trí mà còn trở thành kênh quan trọng để giới trẻ cập nhật, học hỏi và thậm chí là tự kiến tạo kiến thức về thiền cho riêng mình. Sự chủ động tìm hiểu thông tin này cho thấy tính cá nhân hóa trong tiếp cận tôn giáo ngày càng rõ nét, đồng thời cũng phản ánh tác động của toàn cầu hóa khi giới trẻ dễ dàng tiếp cận nhiều nguồn thông tin tôn giáo khác nhau. Về thực hành, đọc sách thiền tại nhà, điểm trung bình đạt 3,52 – cao nhất trong các nội dung khảo sát. Có đến 51,7% giới trẻ thường xuyên hoặc rất thường xuyên đọc sách Thiền, Yoga tại nhà. Đây là tín hiệu tích cực, cho thấy trong bối cảnh thay đổi, giới trẻ vẫn duy trì đời sống tâm linh cá nhân khá mạnh mẽ, dù không hoàn toàn lệ thuộc vào các nghi thức cộng đồng truyền thống. Cuối cùng, tham gia thảo luận, chia sẻ trải nghiệm về Thiền trên mạng xã hội cũng đạt điểm cao với mức trung bình 3,49. 55,8% giới trẻ thừa nhận họ thường xuyên hoặc rất thường xuyên chia sẻ, bình luận, hoặc tham gia các nhóm thảo luận tôn giáo trực tuyến, cho thấy sự mở rộng không gian tôn giáo ra khỏi các thiết chế tôn giáo truyền thống, tiến

tới hình thành cộng đồng tôn giáo ảo, nơi giới trẻ trao đổi niềm tin, kinh nghiệm và quan điểm tôn giáo trong môi trường kỹ thuật số.

Từ những phân tích trên có thể khẳng định rằng, thực trạng nhận thức về thiền của giới trẻ Huế đang diễn ra theo hướng đa dạng hóa hình thức, cá nhân hóa trải nghiệm, và tăng cường tính kết nối qua truyền thông số. Dù chịu tác động mạnh mẽ của toàn cầu hóa và công nghệ thông tin, nhu cầu tìm kiếm, thực hành và duy trì đời sống tâm linh vẫn tồn tại bền vững trong giới trẻ, chỉ khác về cách thức biểu hiện so với truyền thống.

4. Biến đổi trong nhận thức thiền của giới trẻ tại thành phố Huế



Hình minh họa (tác giả cung cấp)

4.1. Biến đổi về hình thức thực hành thiền

Dưới tác động của truyền thông số, cách thực tập thiền của giới trẻ tại thành phố Huế đã có nhiều thay đổi đáng kể. Thay vì phải tham gia trực tiếp tại các cơ sở tôn giáo, ngày càng nhiều bạn trẻ lựa chọn tham gia các hoạt động trực tuyến, workshop ngoài trời, chuyển dần nhận thức từ thực sống, trải nghiệm tâm linh sang tìm hiểu về khái niệm và kiến thức. Đối với các khảo sát, việc thực hành thiền không chỉ đơn thuần phải thuần túy cơ sở tôn giáo mà còn mong muốn các lớp thiền cần tiện lợi, dễ tiếp cận hơn, đồng thời cũng linh hoạt trong cách thức tham gia.

TT	Nội dung	Mức độ lựa chọn										ĐTB
		Không bao giờ		Hiếm khi		Thỉnh thoảng		Thường xuyên		Rất thường xuyên		
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	
1	Tham gia các lớp thiền livestream, Zoom, Facebook Live...	20	9.3	29	13.5	35	16.3	57	26.5	74	34.4	3.63
2	Nghe giảng về thiền qua kênh youtube	19	8.8	26	12.1	27	12.6	52	24.2	91	42.3	3.79
3	Tham gia nhóm chia sẻ thông tin về thiền và sức khỏe	25	11.6	15	7.0	45	20.9	46	21.4	84	39.1	3.69

Bảng 2. Biến đổi về hình thức thực hành tôn giáo của giới trẻ tại Huế.
(Nguồn: tác giả, số liệu điều tra năm 2025)

Qua bảng số liệu về biến đổi nhận thức về thiền Phật giáo của giới trẻ tại thành phố Huế, có thể thấy rõ ảnh hưởng mạnh mẽ của truyền thông số đến thói quen thực hành tôn giáo. Hoạt động tham gia các lớp thiền livestream, Zoom, Facebook Live... được đánh giá khá cao, với tỷ lệ lựa chọn “thường xuyên” và “rất thường xuyên” lần lượt là 26,5% và 34,4%, dẫn đến điểm trung bình (ĐTB) đạt 3,63. Đặc biệt, việc nghe giảng về thiền, xem youtube của các thiền sư truy cập website tôn giáo được giới trẻ đón nhận tích cực hơn cả, thể hiện ở ĐTB cao nhất 3,79. Tỷ lệ lựa chọn “rất thường xuyên” chiếm tới 42,3%, phản ánh xu thế tận dụng công nghệ để duy trì đời sống tín ngưỡng. Bên cạnh đó, tham gia nhóm chia sẻ thông tin về thiền và sức khỏe trực tuyến cũng được đánh giá cao với ĐTB 3,69, trong đó tỷ lệ lựa chọn “rất thường xuyên” đạt 39,1%.

Các kết quả trên cho thấy, giới trẻ Huế tìm hiểu về thiền và vấn đề sức khỏe đang dần dịch chuyển từ không gian truyền thống sang không gian mạng, với sự linh hoạt, tiện lợi và phù hợp với lối sống hiện đại của giới trẻ, phản ánh sự thích ứng nhanh nhạy của giới trẻ Huế trước sự bùng nổ của truyền thông số và toàn cầu hóa, đồng thời cũng đặt ra thách thức về việc duy trì chiều sâu, tính thiêng liêng trong thực hành tôn giáo giữa thời đại công nghệ.

4.2. Biến đổi về nội dung thực hành Thiền Phật giáo

Nội dung thực hành Thiền Phật giáo trong giới trẻ cũng cho thấy sự chuyển dịch rõ rệt. Các nghi lễ truyền thống được giản lược, yếu tố trải nghiệm cá nhân và cảm xúc cá nhân ngày càng được giới trẻ chú trọng. Sự tuân thủ nghiêm ngặt các quy tắc, lễ nghi cổ truyền không còn là tiêu chí bắt buộc đối với nhiều bạn trẻ như trước.

TT	Nội dung	Mức độ lựa chọn										ĐTB
		Rất không đồng ý		Không đồng ý		Phân vân		Đồng ý		Rất đồng ý		
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	
1	Thực hành thiền nhấn mạnh trải nghiệm cá nhân thay vì tuân thủ nghi lễ truyền thống	25	11.6	26	12.1	27	12.6	55	25.6	82	38.1	3.67
2	Lược giản các nghi lễ truyền thống trong khoá tu thiền	30	14.0	25	11.6	34	15.8	46	21.4	80	37.2	3.56
3	Thực hành thiền cần chú trọng cảm xúc tức thời nhiều hơn	18	8.4	31	14.4	39	18.1	52	24.2	75	34.9	3.63

Bảng 3. Biến đổi về nội dung nhận thức thiền Phật giáo của giới trẻ tại Huế. (Nguồn: tác giả, số liệu điều tra năm 2025)

Bảng số liệu phản ánh sự thay đổi nội dung trong nhận thức về thiền Phật giáo của giới trẻ Huế dưới tác động của bối cảnh hiện đại. Nội dung thực hành thiền nhấn mạnh trải nghiệm cá nhân thay vì tuân thủ nghi lễ truyền thống có điểm trung bình cao nhất (ĐTB 3,67), với 63,7% số người được hỏi đồng ý và rất đồng ý, cho thấy sự dịch chuyển trọng tâm từ cộng đồng sang cá nhân trong thực tập thiền. Việc lược giản các nghi lễ truyền thống trong khoá tu thiền cũng được đồng thuận tương đối cao với ĐTB 3,56, tỷ lệ đồng ý và rất đồng ý đạt 58,6%.

Xu hướng thực hành thiền cần chú trọng cảm xúc tức thời có tỷ lệ đồng thuận ở mức 59,1%, phản ánh tâm lý đề cao sự thoải mái, nhẹ nhàng trong trải nghiệm tâm linh. Các kết quả cho thấy nội dung nhận thức về thiền Phật giáo đang trở nên mềm dẻo, cá nhân hóa và gần gũi hơn với nhịp sống hiện đại của giới trẻ. Tuy vậy, sự giản lược và cảm tính này cũng khiến cho tính truyền thống và sự thiêng liêng vốn có của thiền tại các tự viện, thiền viện dần bị mờ nhạt, đặt ra vấn đề cần cân bằng giữa đổi mới và bảo tồn giá trị tâm linh nguyên bản.

4.3. Biến đổi về ý nghĩa tinh thần trong thực hành thiền Phật giáo

Ý nghĩa tinh thần mà giới trẻ tìm kiếm trong thực hành thiền, cũng như tìm kiếm thông tin liên quan cũng đã thay đổi rõ nét. Từ việc coi trọng niềm tin tập thể, cộng đồng, giới trẻ ngày nay chuyển dần sang việc tìm kiếm sự chữa lành cá nhân, ổn định tâm lý và cân bằng tinh thần trong cuộc sống hiện đại đầy áp lực.

TT	Nội dung	Mức độ lựa chọn										ĐTB
		Rất không đồng ý		Không đồng ý		Phân vân		Đồng ý		Rất đồng ý		
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	
1	Thực hành thiền nhằm tìm kiếm sự chữa lành tâm lý cá nhân	31	14.4	27	12.6	36	16.7	51	23.7	70	32.6	3.47
2	Xem Thiền như phương tiện giải tỏa áp lực, lo âu trong cuộc sống hiện đại	26	12.1	22	10.2	40	18.6	46	21.4	81	37.7	3.62
3	Chú trọng ý nghĩa cá nhân nhiều hơn ý nghĩa cộng đồng trong thực hành thiền	28	13.0	31	14.4	41	19.1	57	26.5	58	27.0	3.40

Bảng 4. Biến đổi về ý nghĩa thực hành thiền của giới trẻ tại thành phố Huế. (Nguồn: tác giả, số liệu điều tra năm 2025)

Bảng khảo sát cho thấy rõ sự thay đổi về mặt ý nghĩa tinh thần mà giới trẻ tìm kiếm trong thực hành thiền và mong muốn Phật giáo đóng góp cho đời sống hiện tại. Nội dung xem việc thực hành thiền nhằm tìm kiếm sự chữa lành tâm lý cá nhân, tỏa áp lực, lo âu trong cuộc sống hiện đại đạt ĐTB cao nhất (3,62), với 59,1% số người đồng ý và rất đồng ý, phản ánh giới trẻ rất trông chờ giải pháp về tinh thần từ Phật giáo và thấy rõ rằng Phật giáo đang ngày càng trở thành công cụ hỗ trợ tinh thần trước những áp lực xã hội. Nội dung thực hành thiền nhằm tìm kiếm sự chữa lành tâm lý cá nhân cũng nhận được sự đồng thuận lớn với ĐTB 3,47, tỷ lệ đồng ý và rất đồng ý đạt 56,3%. Bên cạnh đó, xu hướng chú trọng ý nghĩa cá nhân nhiều hơn ý nghĩa cộng đồng trong thực hành thiền tuy có ĐTB thấp hơn (3,40) nhưng vẫn thể hiện sự chuyển dịch từ cái chung sang cái riêng trong nhu cầu tâm linh của giới trẻ. Các kết quả trên cho thấy, ý nghĩa tìm hiểu về Thiền đang thay đổi từ việc gắn kết cộng đồng sang việc chăm sóc, chữa lành và cân bằng nội tâm cá nhân. Xu hướng này phù hợp với bối cảnh hiện đại hóa và cá nhân hóa đời sống xã hội, đồng thời cũng đặt ra yêu cầu đối với các tổ chức tôn giáo trong việc đổi mới cách thức hỗ trợ đời sống tinh thần cho thế hệ trẻ ngày nay.

5. Nguyên nhân của sự biến đổi

Nhận thức và thực hành thiền Phật giáo của giới trẻ tại thành phố Huế trong những năm gần đây đã thay đổi rõ rệt so với trước đây, bắt nguồn từ nhiều nguyên nhân mang tính thực tế, gắn với đời sống hàng ngày của thanh niên hiện đại.

Ảnh hưởng của truyền thông số

Sự phát triển mạnh mẽ của internet, điện thoại thông minh và mạng xã hội đã làm thay đổi hoàn toàn cách giới trẻ tiếp cận các nội dung tôn giáo, trong đó có vấn đề cốt lõi là thiền định. Nếu như trước kia, các hoạt động tìm hiểu giáo lý, tham gia lễ hội, học giáo lý đều thông qua các lớp giáo lý dành riêng cho các cấp của Phật tử tại các chùa, hoặc cộng đồng tôn giáo địa phương, thì nay chỉ cần vài thao tác đơn giản trên điện thoại, giới trẻ có thể tiếp cận hàng nghìn bài giảng, bài tụng kinh, video hướng dẫn các nghi lễ. Sự dễ dàng này vừa tạo điều kiện cho họ tiếp cận tôn giáo, vừa hình thành một không gian tín ngưỡng ảo, nơi việc thực hành tôn giáo không còn cần thiết phải đến chùa, thiền viện mà có thể thực hiện ngay tại nhà hoặc ở bất cứ đâu. Tuy nhiên, chính sự “ảo hóa” này cũng làm giảm tính trang trọng, sự gắn kết tinh thần cộng đồng vốn là nền tảng của các truyền thống tôn giáo lâu đời tại Huế.

Tác động của toàn cầu hóa

Sự giao lưu văn hóa ngày càng mạnh mẽ khiến giới trẻ tiếp xúc với nhiều hệ giá trị tôn giáo khác nhau ngoài truyền thống địa phương. Từ việc học yoga, thiền định, tìm hiểu Phật giáo Tây Tạng cho đến việc đọc sách của các nhà thần học phương Tây, giới trẻ Huế không còn giới hạn niềm tin trong một khuôn khổ nhất định. Sự đa dạng về lựa chọn tín ngưỡng và tự do cá nhân trong lựa chọn đức tin khiến niềm tin tôn giáo không còn mang tính cộng đồng như trước. Thay vào đó, nhiều bạn trẻ chọn xây dựng cho mình một hệ thống niềm tin cá nhân pha trộn giữa truyền thống và hiện đại, và cả những trào lưu tâm linh đương đại như chữa lành, thiền chánh niệm, năng lượng tích cực.

Thay đổi lối sống của giới trẻ

Trong môi trường sống ngày càng bận rộn, nhịp sống nhanh, gắn liền với áp lực học tập, công việc và giải trí hiện đại, giới trẻ có xu hướng tìm kiếm những hình thức thực hành thiền đơn giản, thuận tiện, dễ tiếp cận. Thay vì dành thời gian dài cho những khóa lễ kéo dài hàng giờ đồng hồ, họ chọn những cách thực hành ngắn gọn hơn như nghe bài giảng trực tuyến khi đi đường, nghe pháp thoại trong lúc nghỉ giải lao, hoặc thực hiện những nghi thức tâm linh ngay trên các ứng dụng di động. Nhu cầu sống nhanh, tiện lợi, cá nhân hóa khiến thực hành tôn giáo cũng trở nên linh hoạt, linh động hơn, bớt gắn bó với các khuôn mẫu nghiêm ngặt của truyền thống.

Sự suy giảm ảnh hưởng của gia đình và cộng đồng tôn giáo truyền thống

Nếu trước đây, các hoạt động tôn giáo được tổ chức theo đơn vị gia đình, dòng họ hoặc làng xã, với sự hướng dẫn của các bậc cha mẹ, ông bà, thì ngày nay,

mô hình gia đình nhỏ, sự tách rời thế hệ và khoảng cách thế hệ trong đời sống tinh thần khiến sự truyền thụ tôn giáo truyền thống bị gián đoạn. Không ít bạn trẻ lớn lên trong môi trường ít tham gia vào các sinh hoạt tôn giáo chung, thiếu những trải nghiệm thực hành tôn giáo cùng gia đình, từ đó dẫn đến tâm lý coi tôn giáo như một phần tùy chọn trong đời sống cá nhân, không còn là nghĩa vụ hay lối sống đương nhiên như trước. Thêm vào đó, ở nhiều khu vực đô thị mới tại Huế, sự di cư và đô thị hóa cũng làm suy yếu các thiết chế tôn giáo cộng đồng như hội đoàn, nhóm sinh hoạt tôn giáo, góp phần làm giảm vai trò kết nối tôn giáo tập thể trong đời sống giới trẻ.

Các yếu tố trên cho thấy rằng sự biến đổi trong nhận thức về thiền Phật giáo của giới trẻ tại thành phố Huế không chỉ là kết quả tất yếu của tiến trình hiện đại hóa và hội nhập quốc tế, mà còn phản ánh nhu cầu thích ứng linh hoạt với điều kiện sống mới, tâm lý cá nhân hóa mạnh mẽ và sự thay đổi cấu trúc gia đình, cộng đồng trong xã hội đương đại.

6. Một số hệ quả xã hội và dự báo xu hướng

Sự biến đổi trong nhận thức về một trong những yếu tố nền tảng của Phật giáo là thiền của giới trẻ tại thành phố Huế dưới tác động của truyền thông số và toàn cầu hóa đã mang lại nhiều hệ quả xã hội quan trọng, bao gồm cả những tác động tích cực và tiêu cực. Về mặt tích cực, sự đa dạng hóa các hình thức thực hành thiền đã được thúc đẩy, nhân rộng mạnh mẽ. Giới trẻ không chỉ gắn bó với những hình thức truyền thống mà còn linh hoạt tham gia các hoạt động trực tuyến góp phần gia tăng vai trò của cá nhân trong đời sống tâm linh, khi mỗi người trẻ có thể tự do lựa chọn, sáng tạo cách thực hành niềm tin phù hợp với nhu cầu và lối sống riêng của mình. Đồng thời, không gian tiếp cận thiền được mở rộng vượt ra ngoài ranh giới địa lý truyền thống, giúp giới trẻ dễ dàng tìm hiểu và thực hành thiền thông qua internet, mạng xã hội và các nền tảng kỹ thuật số, tạo nên một môi trường tâm linh phong phú và linh hoạt hơn bao giờ hết.

Tuy nhiên, bên cạnh những kết quả tích cực, cũng xuất hiện những hệ quả tiêu cực đáng lưu ý. Một trong những thách thức lớn là nguy cơ thương mại hóa tôn giáo, khi các hoạt động tín ngưỡng có thể bị biến tướng thành các sản phẩm dịch vụ nhằm thu lợi kinh tế. Việc thực hành thiền mang tính bề nổi, nặng hình thức nhưng thiếu chiều sâu tâm linh trở nên phổ biến, làm suy giảm ý nghĩa thiêng liêng vốn của Phật giáo. Đồng thời, quá trình cá nhân hóa thực hành thiền và nhận thức đúng về thiền cũng dẫn tới sự rạn nứt trong tính cộng đồng của các tổ chức tôn giáo truyền thống, khi mỗi cá nhân tự chọn cách thực hành riêng thay vì tham gia gắn kết tập thể như trước kia.

Dự báo trong tương lai, việc tham gia các lớp thiền của giới trẻ tại Huế sẽ tiếp tục phát triển theo hướng đa dạng và linh hoạt hơn nữa. Sẽ ngày càng phổ biến các mô hình kết hợp giữa yếu tố truyền thống và hiện đại, giữa hoạt động trực tiếp tại cơ sở tôn giáo và trải nghiệm trực tuyến trên nền tảng số. Đặc biệt, các hình thức “tôn giáo cá nhân hóa” - nơi mỗi người trẻ kiến tạo cho mình một hệ thống niềm tin riêng biệt, vừa kế thừa truyền thống vừa tiếp nhận tinh thần toàn cầu hóa - sẽ trở thành xu hướng nổi bật trong đời sống tôn giáo đương đại.

7. Kết luận

Bài nghiên cứu cho thấy nhận thức về thiền Phật giáo của giới trẻ tại thành phố Huế đang trải qua những biến đổi sâu sắc dưới tác động của truyền thông số và toàn cầu hóa. Những thay đổi này thể hiện ở sự đa dạng hóa hình thức thực hành, nội dung của thiền tập, xu hướng cá nhân hóa trải nghiệm tâm linh và sự chuyển dịch về ý nghĩa tinh thần mà giới trẻ tìm kiếm từ Phật giáo. Thay vì chỉ gắn bó với những khoá tu thiền từ các tự viện, thiền viện nhiều bạn trẻ đã linh hoạt tiếp cận các sinh hoạt thiền trực tuyến, tham gia nhóm mạng không gian ảo, hoặc tìm hiểu thiền tại nhà, công sở thông qua các ứng dụng số. Điều này cho thấy nhu cầu duy trì đời sống tâm linh vẫn rất bền vững, nhưng đã được biểu hiện theo những cách thức mới phù hợp hơn với nhịp sống hiện đại, rất linh hoạt.

Bên cạnh những chuyển biến tích cực như mở rộng không gian tiếp cận tôn giáo, gia tăng vai trò của cá nhân trong đời sống tâm linh, cũng nảy sinh không ít thách thức. Sự thương mại hóa tôn giáo, việc thực hành tín ngưỡng thiếu chiều sâu và nguy cơ rạn nứt tính cộng đồng trong các tổ chức tôn giáo truyền thống là những vấn đề cần được quan tâm. Vấn đề còn lại vai trò của các tự viện và cơ sở giáo dục, các nhà lãnh đạo tinh thần phải bắt tay để định hình lối sống cho giới trẻ, nhất là phải có nhận thức đúng và đủ về Thiền Phật giáo để lan tỏa giá trị giải thoát, vượt ra khỏi các khổ đau mà chỉ duy nhất thiền Phật giáo mới mang lại được.

Tác giả: Tỳ khiêu Thích Hương Yên - Phó Viện trưởng Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

Tài liệu tham khảo:

- 1] HT.Thích Minh Châu, *Hành Thiền*, NXB Tp. Hồ Chí Minh, 2020.
- 2] HT.Thích Chơn Thiện dịch, *Trái Tim Thiền Định của Phật giáo*, NXB Thuận Hoá 2006.

- 3] HT.Thích Chơn Thiện, *Tìm Vào Thực Tại*, NXB Tôn Giáo 2019.
- 4] Bùi Thị Thủy, Các xu hướng biến đổi của tôn giáo hiện nay, *Tạp chí Khoa học xã hội Việt Nam*, số 9 – 2017.
- 5] C.Brinton, *Con Người và Tư Tưởng phương Tây*, Nxb Từ điển Bách khoa, Hà Nội, 2007.
- 6] D.Lehmann, *“Religion and Globalization”*, Religions in the Modern World, Routledge, New York, 2002.
- 7] Đặng Nghiêm Vạn , *Lý Luận về Tôn Giáo và Tình Hình Tôn Giáo ở Việt Nam*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội, 2008).
- 8] Đỗ Quang Hưng, *Sự Kiện Tôn Giáo*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội, 2016.
- 9] Dương Ngọc Dũng, *Tôn Giáo Nhìn Từ Viễn Cảnh Xã Hội Học*, Nxb Hồng Đức, Hà Nội, 2016.
- 10] Samuel P.Huntington, *Sự Va Chạm của Các Nền Văn Minh*, Nxb Hồng Đức, Hà Nội, 2016.
- 11] Minh An, So sánh Thiền Phật giáo và thiền MBI trong điều trị bệnh tâm thần, *Tạp chí Nghiên Cứu Phật học* số tháng 1 năm 2025.
- 12] Nguyễn Thị Minh Ngọc, *Dịch Vụ Phật Giáo ở Việt Nam Hiện Nay*, Viện Xã hội học, Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam, 2017.