

# NHỮNG ĐÓNG GÓP CỦA PHẬT GIÁO ĐỂ CẢI THIỆN CÁC MỐI QUAN HỆ

---

Hoàng Minh Phú<sup>(\*)</sup>

---

## TÓM TẮT

Những lời răn dạy của Phật giáo đã đóng góp ý nghĩa to lớn cho xã hội. Bài viết này giới thiệu một nghiên cứu khoa học về những đóng góp của Phật giáo để cải thiện các mối quan hệ giữa các cá nhân, đặc biệt là mối quan hệ của giới trẻ với cha mẹ, giáo viên, bạn bè và với những người đã làm tổn thương họ. Phần đầu tiên của bài viết này giới thiệu về các khái niệm cơ bản liên quan đến mối quan hệ giữa các cá nhân và các phương pháp sử dụng trong nghiên cứu này. Phần thứ hai ghi lại kết quả của nghiên cứu. Từ những phát hiện của nghiên cứu này, nó chỉ ra rằng các bạn trẻ theo Phật giáo có mức độ hiểu biết và sâu sắc hơn với những người không làm theo. Hơn nữa nó giúp cải thiện tốt hơn trong việc phát triển và duy trì mối quan hệ giữa các cá nhân, đặc biệt là mối quan hệ của họ với cha mẹ, giáo viên, bạn bè và với những người đã làm tổn thương họ.

## 1. GIỚI THIỆU

Đối với tất cả chúng ta, các mối quan hệ cá nhân luôn là vấn đề đóng góp quan trọng cuộc sống. Chúng ta dành cả đời để đối phó với người khác. Trong khi mọi người dành thời gian cho nhau, họ xây dựng các mối quan hệ và hạn chế các khả năng tự nhiên không tốt xảy ra trong tương lai. Tất cả các hoạt động diễn ra trong các mối quan hệ đều đã hình thành trong suốt cuộc đời của chúng ta. Không

---

\*. Giảng viên, Học viện Giáo dục và Quản lý, Tp. Hồ Chí Minh, Việt Nam.

để để chúng ta sống thiếu nhau. Chúng ta luôn giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc sống và chúng ta không thể tồn tại một mình trong thế giới này. Đường như con người có nhu cầu thuộc về, để kết nối, được gắn kết trong một mạng lưới quan hệ phong phú.

Theo triết lý Phật giáo, cuộc sống là một quá trình cho và nhận. Chúng sinh được tái sinh để thực hiện nghiệp lực của mình, để nhận được sự giúp đỡ từ người khác và đồng thời giúp đỡ người khác. Do đó, cuộc sống là một quá trình cho và nhận về thể chất, tinh thần và cảm xúc.

Mối quan hệ giữa các cá nhân có một tầm quan trọng lớn trong cuộc sống, nó giúp chúng ta phải thiết lập, phát triển và duy trì chúng, đặc biệt là các mối quan hệ giữa các cá nhân tích cực. Thiết lập được mối quan hệ tốt hơn, chúng ta càng hạnh phúc và ngược lại.

Theo Hewstone và Geoffrey (1996), thuật ngữ mối quan hệ đề cập đến mối quan hệ bền vững giữa hai người, đề cập đến những gì diễn ra giữa hai cá nhân. Các tính năng đặc biệt của mối quan hệ là:

- Mối quan hệ tồn tại trong khuôn khổ thời gian, bao gồm cả lịch sử quá khứ và tương lai tưởng tượng. Các sự kiện trong quá khứ có thể ảnh hưởng đến hành vi hiện tại bằng cách thúc đẩy kỳ vọng và bối cảnh trong đó các kinh nghiệm hiện tại được đánh giá. Tương tự như vậy, kỳ vọng, mục tiêu và tưởng tượng về tương lai thường ảnh hưởng đến hành vi của các đối tác đối với nhau. Nói chung, hai đối tác càng thân thiết và cam kết của họ đối với mối quan hệ càng lớn thì sự ảnh hưởng sẽ càng mạnh.

- Các mối quan hệ đặc biệt luôn có liên quan ảnh hưởng lẫn nhau. Bản chất của mối quan hệ này được xem là chìa khóa để hiểu các thuộc tính đặc biệt của các mối quan hệ khác. Ảnh hưởng lẫn nhau rất phức tạp và có thể không rõ ràng trong một tập tương tác duy nhất.

- Mối quan hệ có các đặc điểm nguyên mẫu lâu dài về việc đối tác phát triển nhận thức về mối quan hệ, chẳng hạn như tập hợp các hiểu biết về bản chất của mối quan hệ và những gì mỗi đối tác có thể mong đợi từ đối tác khác. Những niềm tin này có thể có ý thức và đồng thuận, hoặc chúng có thể tiềm ẩn và bình dị.

- Mối quan hệ cá nhân cũng có ảnh hưởng lớn trên mạng xã hội. Do đó, các đối tác phải cân bằng nhu cầu của một mối quan hệ với các mối quan hệ khác. Ngoài ra, mọi người thường tham gia vào các mạng xã hội như là thành viên của một mối quan hệ. Đặc biệt mối quan hệ Dyadic cũng có thể ảnh hưởng đến cách thức và mức độ mà các đối tác giao tiếp với các thành viên mạng khác.

- Mối quan hệ khác nhau ở mức độ mà chúng là một hoặc nhiều mặt. Một số mối quan hệ được giới hạn trong một lĩnh vực hoạt động, trong khi đó, có một số mối quan hệ khác đa dạng hơn. Nói chung, mối quan hệ càng nhiều mặt thì càng khó để đặc trưng hóa mối quan hệ từ các quan sát đơn lẻ hoặc với các nguyên tắc đơn chiều.

Bởi vì mối quan hệ giữa các cá nhân có vai trò quan trọng trong cuộc sống của chúng ta, nên Đức Phật đã dạy nhiều giáo lý liên quan đến vấn đề này. Trong phạm vi của bài nghiên cứu này, tác giả tập trung vào những lời dạy của Đức Phật về bốn mối quan hệ giữa các cá nhân như sau:

- Mối quan hệ giữa con cái và cha mẹ:

Đức Phật nói rằng: *“Cha và mẹ là hai vị Phật trong gia đình”*. Trong Kinh điển hiếu thảo, Đức Phật đã nêu ra mười loại lòng tốt mà người mẹ ban cho đứa trẻ: *thứ nhất là lòng tốt của sự bảo vệ và chăm sóc khi đứa trẻ còn trong bụng mẹ, thứ hai là lòng tốt chịu đựng khi sinh con, thứ ba là lòng tốt quên đi tất cả nỗi đau khi đứa trẻ được sinh ra, thứ tư là sự tử tế khi tự mình ăn đắng và tiết kiệm ngọt ngào cho đứa con của mình, thứ năm là sự tử tế khi đưa đứa trẻ đến một nơi khô ráo và tự làm ướt mình, thứ sáu là lòng tốt khi cho con bú và nuôi dưỡng đứa trẻ, thứ bảy là lòng tốt rửa sạch ô uế, thứ tám là lòng tốt luôn nghĩ về đứa trẻ khi nó đi xa, thứ chín là lòng tốt của sự chăm sóc sâu sắc và tận tụy, thứ mười là lòng tốt của sự thương con vô cùng”* (Đức Phật).

Có thể nói rằng công đức của cha mẹ chúng ta, lòng tốt là vô hạn và mãi mãi. Ngay cả khi một người mẹ sống cả trăm năm, thế nhưng không ngừng lo lắng về đứa con tám mươi tuổi của mình. Vì điều này, những đứa trẻ nên biết ơn cha mẹ của mình, tôn trọng, và hiếu thảo. Thật khó khăn để trả ơn tình yêu thương con vô tận đó!

Một lần nữa trong Kinh điển Đức Phật đã dạy: *“Nếu bạn muốn trả ơn cha mẹ của bạn, hãy viết ra bản kinh này thay cho họ. Hãy đọc kinh này*

*thay mặt họ. Thay mặt họ ăn năn tội lỗi và phạm tội. Vì lợi ích của cha mẹ, hãy cúng dường Tam Bảo. Vì lợi ích của cha mẹ bạn, giới luật của việc ăn uống tinh khiết. Vì lợi ích của cha mẹ hãy tu luyện phước lành. Nếu bạn có thể làm những điều này, bạn đang là một đứa trẻ hiếu thảo. Nếu bạn không làm những điều này, bạn là một người được định sẵn vào tầng địa ngục”* (Đức Phật).

Cha mẹ đã hy sinh tất cả những gì tốt nhất cho chúng ta, vì vậy khi còn nhỏ, chúng ta phải hiếu thảo. Tội bất hiếu là tội lỗi nặng nề nhất của một con người. Nếu chúng ta không tôn trọng họ và cư xử với họ như những người xa lạ, chúng ta không xứng đáng là một con người. Là một con người, điều đầu tiên người ta phải tra dồi là trở thành một đứa trẻ hiếu thảo.

- Mối quan hệ giữa học sinh và giáo viên:

Giáo viên đóng một vai trò quan trọng trong cuộc sống của chúng ta. Họ là người cung cấp cho chúng ta kiến thức và kinh nghiệm, giúp chúng ta hiểu những thứ xung quanh, quan niệm về cuộc sống thực, biết cách xử lý các vấn đề gặp phải trong cuộc sống và cách chuẩn bị cho các kế hoạch tương lai của chúng ta.

Đức Phật đã dạy những cách mà thanh niên nên học hỏi thầy cô. Trong Kinh Giáo thọ Thi-ca-la-việt (Sigālaka) (lời khuyên cho cư sĩ) Đức Phật nói rằng: *“Ở đó có năm cách mà thanh niên nên làm: bằng cách cố gắng vươn lên, kiên trì bằng cách chăm chú, lắng nghe, tôn trọng họ, và làm chủ những kỹ năng mà họ đã dạy”* (Đức Phật, 1995, trang 46).

Với những lời dạy này, Đức Phật khuyên các bạn trẻ nên tôn trọng giáo viên, tuân theo lời dạy của họ và nghĩ đến việc đền đáp công ơn của thầy cô. Tuy nhiên, một trong những cách trả ơn có ý nghĩa là nắm vững giáo viên giảng dạy, cố gắng trở thành một con người tốt và cố gắng áp dụng kiến thức đã học vào công việc cũng như vào cuộc sống hàng ngày để giúp cho xã hội phát triển.

- Mối quan hệ giữa thanh niên và bạn bè

Tình bạn là một mối quan hệ cá nhân có tính riêng biệt, tùy theo mức độ thân thiết và lợi ích họ đem lại. Trong Kinh Giáo thọ Thi-ca-la-việt (Sigālaka), Đức Phật đã dạy rằng: *“có năm cách mà một người nên truyền đạt cho bạn bè và bạn đồng hành của mình: bằng sự rộng lượng và lòng nhân từ, bằng những lời nói tử tế, bằng cách đối xử với họ như đối xử*

với chính mình, bằng cách chăm sóc phúc lợi cho họ, trở nên tốt đẹp hơn” (Đức Phật, 1995, tr. 46-468).

Để duy trì và phát triển một người bạn đồng hành tốt, mọi người phải tôn trọng và mang lại lợi ích cho bạn bè cũng như nói những lời nói chân thật và chia sẻ hạnh phúc và nỗi buồn với bạn bè.

- Mối quan hệ giữa thanh niên và những người đã làm tổn thương họ

Thông thường, khi ai đó làm tổn thương chúng ta, chúng ta dễ dàng tức giận hoặc ghét họ, và không muốn thân thiện với họ nữa. Và đôi khi chúng ta muốn trả đũa họ. Những thái độ này gây hại cho bản thân chúng ta trước và chúng có thể ảnh hưởng đến những người khác. Trong Kinh Pháp Cú (Dhammapada) Đức Phật đã nói: *“Bất cứ ai mà gây hại cho kẻ thù của mình, hay ghét một kẻ đáng ghét, thì một tâm trí xấu sẽ gây ra cho chính mình và xảy ra một tác hại lớn”* (Đức Phật, 1985, trang 22).

Theo Đức Phật, nếu chúng ta áp dụng các phương pháp mạnh mẽ và bạo lực để giải quyết vấn đề của mình, chúng ta không thể tìm ra giải pháp thực sự để khắc phục chúng. Nếu chúng ta hành động theo cách bạo lực, chúng ta không bao giờ có thể tìm thấy hòa bình lâu dài. Đây là lý do tại sao Đức Phật từng nói trong Kinh Pháp cú (Dhammapada): *“Hận thù không bao giờ được xoa dịu bởi hận thù trong thế giới này. Đây là một đạo luật vĩnh cửu”* (Đức Phật, 1985, trang 18). Để thoát khỏi sự thù hận và giận dữ của chúng ta và suy nghĩ của chúng ta về sự trả thù, chúng ta cần có lòng trắc ẩn, lòng nhân ái, sự kiên nhẫn và tha thứ. Những phẩm chất này phụ thuộc lẫn nhau và hỗ trợ lẫn nhau. Khi chúng ta tu luyện lòng từ bi yêu thương, sự kiên nhẫn và tha thứ cũng tăng lên trong tâm trí của chúng ta và tương tự, khi chúng ta thực hành từ bi, những phẩm chất khác cũng lớn lên trong tâm trí ta. Một khi chúng ta có những phẩm chất này trong tâm trí, sự tức giận và thù hận và ý nghĩ trả thù sẽ giảm đi và chúng ta có thể chịu đựng những người đã làm tổn thương chúng ta dễ dàng hơn.

## 2. PHƯƠNG PHÁP

### 2.1. Người tham gia

Một bộ mẫu gồm 90 người trẻ ở thành phố Hồ Chí Minh đã tham gia vào nghiên cứu này. Bộ mẫu bao gồm 45 thanh niên Phật

giáo và 45 thanh niên không theo đạo Phật. Trong số họ có 45 nam và 45 nữ. Họ ở trong độ tuổi từ 22 đến 34 tuổi. Đặc biệt, để tiếp cận giới trẻ Phật giáo, chúng tôi đã đến thăm một số chùa ở thành phố Hồ Chí Minh và gặp gỡ các thanh niên Phật giáo sau thời gian cầu nguyện của chùa và mời họ tham gia vào nghiên cứu này. Về thanh niên không theo đạo Phật, chúng tôi đã mời sinh viên tốt nghiệp và sau đại học tại một số trường đại học ở Hồ Chí Minh tham gia nghiên cứu của chúng tôi.

## 2.2. Tiêu chuẩn đánh giá

Để thu thập dữ liệu cho nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng bảng câu hỏi định hướng quan hệ. Một bảng câu hỏi bao gồm 23 đề mục trắc nghiệm đã được chuẩn bị. Mỗi mục có 4 lựa chọn thay thế. Việc tạo lập phương pháp này dựa trên tư tưởng của Phật giáo cũng như mô hình hành vi thường được thể hiện trong các mối quan hệ giữa các cá nhân. Nội dung câu hỏi tập trung vào năm vấn đề: Niềm tin và hiểu biết về Phật giáo, Mối quan hệ của thanh niên với cha mẹ, Mối quan hệ của thanh niên với giáo viên, Mối quan hệ của thanh niên với bạn bè và Mối quan hệ của thanh niên với những người đã làm tổn thương họ.

## 2.3. Quy trình thực hiện

Nghiên cứu này được thực hiện từ ngày 08/2016 đến 07/2017. Để thực hiện nghiên cứu này, bảng câu hỏi định hướng quan hệ được chuẩn bị đã được trao cho hai nhóm thanh niên như đã đề cập trước đó. Những người tham gia được hướng dẫn cách trả lời bảng câu hỏi. Ý tưởng không có câu trả lời đúng hay sai trong các câu hỏi đối với người tham gia. Khi những người tham gia hiểu rõ cách trả lời, bảng câu hỏi chuẩn bị được đưa ra.

Khi việc thu thập dữ liệu được hoàn thành phù hợp, việc chấm điểm các bài kiểm tra đã được bắt đầu. Dữ liệu thô thu được đã được chuyển đổi thành biểu đồ chính và ghi nhớ các giả thuyết được đưa ra, các kỹ thuật thống kê được áp dụng đã được quyết định đưa ra.

Sau khi hoàn thành điều chỉnh thống kê, các giả thuyết đã được chấp nhận hoặc từ chối, nghiên cứu liên quan đến công việc thăm dò và mối quan hệ khác nhau đã được khám phá.

### 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

#### 3.1. Niềm tin và sự giác ngộ của giới trẻ về Phật giáo

Nghiên cứu hiện tại được thực hiện để khảo sát sự ảnh hưởng của Phật giáo đối với mối quan hệ giữa các cá nhân trong giới trẻ. Tuy nhiên, niềm tin và sự giác ngộ của mỗi cá nhân đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng thái độ, tư tưởng, hành vi của mỗi một con người, những điều này có ảnh hưởng rất lớn đến cách cư xử giữa con người với con người. Do đó, trước hết nghiên cứu này nghiên cứu về niềm tin và sự giác ngộ của giới trẻ về Phật giáo. Từ dữ liệu thu thập được, chúng tôi thấy rằng có sự khác biệt đáng kể về niềm tin và sự giác ngộ giữa thanh niên giác ngộ Phật giáo và thanh niên chưa giác ngộ ( $p = 0.000; < 0.1$ ). Bên cạnh đó, theo như kết quả khảo sát, điểm trung bình của thanh niên giác ngộ Phật giáo về niềm tin và sự hiểu biết của họ ( $M = 19.15$ ) cao hơn giá trị trung bình của thanh niên chưa giác ngộ ( $M = 14.88$ ). Từ những dữ liệu này, chúng ta có thể kết luận rằng thanh niên giác ngộ về Phật giáo có sự hiểu biết sâu sắc hơn và niềm tin vững chắc hợp lý hơn vào giáo lý Phật pháp so với những người trẻ chưa giác ngộ về giáo lý Phật pháp. Cụ thể, họ nghĩ rằng thành công và thất bại trong cuộc sống bị ảnh hưởng bởi luật nhân quả, không phải do cơ hội hay số phận; họ nghĩ rằng sự khác biệt giữa các chúng sinh là do nghiệp lực chứ không phải do Đấng tạo hóa; và họ biết rằng cái chết không phải là kết thúc, thay vào đó, họ nghĩ rằng chúng sinh sẽ tái sinh vào một nơi nào đó ứng với nghiệp lực của người đó đã làm. Hầu hết thanh niên giác ngộ giáo lý Phật pháp, họ hiểu rằng Đức Phật Thích Ca Mâu Ni là một con người và nhờ tu luyện nghiêm túc, Ngài đã trở thành Đấng giác ngộ. Ngài không phải là Đấng toàn năng, Ngài không có quyền giáng họa cho ai và cũng không tự đứng ban phước cho ai, và họ nghĩ rằng giáo lý Phật pháp là một cách tiếp cận trí tuệ đối với thực tế, Phật pháp không phải là một tôn giáo mà Phật pháp là một trường học. Đây là một chân lý mãi mãi trường tồn. Là một Phật tử, đương nhiên người đó sẽ nghiên cứu giáo lý của Đức Phật để có sự hiểu biết sâu sắc hơn so với những người chưa phải là Phật tử. Kết quả là, với sự hiểu biết của mình về giáo lý của Đức Phật, người đó có niềm tin sâu sắc hơn về Phật giáo.

Xét về khía cạnh giới tính, kết quả của ANOVA (Phân tích phương sai) không thể hiện sự khác biệt đáng kể giữa nam và nữ. Tuy nhiên, từ kết quả của giá trị trung bình, khi so sánh giữa nam và nữ, điểm trung bình của nữ về niềm tin và sự hiểu biết của họ về Phật giáo ( $M = 17,28$ ) cao hơn giá trị trung bình của nam ( $M = 16,75$ ). Mặc dù sự khác biệt này không đủ lớn để tạo ra sự khác biệt đáng kể trong phân tích phương sai, nhưng ít nhiều cũng đã thể hiện sự khác biệt về niềm tin và sự hiểu biết về Phật giáo giữa nam và nữ. Dựa trên điều này, chúng ta có thể nói rằng phụ nữ có niềm tin và giác ngộ sâu sắc hơn về Phật giáo so với nam giới. Phát hiện này phù hợp với khẳng định chung cũng như kết quả nghiên cứu của không ít nhà nghiên cứu cho rằng phụ nữ có tín ngưỡng cao hơn nam giới. Walter và Davie (1998) tuyên bố rằng phụ nữ có tín ngưỡng cao hơn đàn ông về mọi phương tiện tôn giáo. Stark (2002) đã kết luận rằng, phụ nữ có tín ngưỡng nhiều hơn nam giới đến nỗi mọi nghiên cứu định lượng có thẩm quyền về tôn giáo thường bao gồm tình dục như một biến đổi chứng. Theo Sullins (2006), trong thập kỷ vừa qua, người ta đã phát triển mối quan tâm mới trong việc giải thích sự khác biệt giới tính hiển nhiên này. Vào những năm 1960, dường như việc phụ nữ sùng đạo cao hơn đã phản ánh qua sự tự do của họ khỏi những ràng buộc của lao động tiền lương và vai trò được nuôi dưỡng của họ trong gia đình, đó là vị trí cấu trúc khác nhau của phụ nữ so với nam giới trong phân công lao động xã hội giới. Theo Luckmann (1967), cam kết của nam giới đối với lực lượng lao động cung cấp một nguồn giá trị thay thế và ý nghĩa khiến tôn giáo trở nên ít cần thiết hơn.



**Bảng 1:** Tóm tắt về thiết kế giai thừa ANOVA hai chiều, tôn giáo x giới tính, trong các khía cạnh của mối quan hệ

Phạm vi khảo sát	Tôn giáo			Giới tính			Tôn giáo x Giới tính		
	MS	F	p	MS	F	p	MS	F	p
1. Niềm tin và sự giác ngộ đối với Phật giáo	407.52	66.32	0.000	4.32	0.704	0.404	3.58	0.583	0.447
2. Mối quan hệ với cha mẹ	12.85	2.761	0.100	21.74	4.67	0.033	2.73	0.588	0.445
3. Mối quan hệ với giáo viên	36.76	10.36	0.002	6.54	1.84	0.178	0.727	0.205	0.652
4. Mối quan hệ với bạn bè	5.315	1.44	0.232	0.338	0.092	0.762	7.18	1.95	0.165
5. Mối quan hệ với những người đã làm họ tổn thương	7.03	2.85	0.095	0.635	0.258	0.613	9.62	3.90	0.051

**Bảng 2:** Điểm trung bình của phạm vi các mối quan hệ như một chức năng có tác động về giới tính

Phạm vi khảo sát	Nữ		Nam	
	Điểm trung bình	SD	Điểm trung bình	SD
1. Niềm tin và sự giác ngộ đối với Phật giáo	17.28	3.12	16.75	3.40
2. Mối quan hệ với cha mẹ	18.15	1.50	17.15	2.67
3. Mối quan hệ với giáo viên	16.28	1.94	16.8	1.99
4. Mối quan hệ với bạn bè	17.35	2.04	17.22	1.80
5. Mối quan hệ với những người đã làm họ tổn thương	9.71	1.67	9.86	1.54

### 3.2. Mối quan hệ của thanh niên đối với cha mẹ

Với khía cạnh mối quan hệ với cha mẹ, kết quả trong Bảng 1 cho thấy rằng có sự khác biệt đáng kể giữa nữ và nam trong mối quan hệ của họ đối với cha mẹ ( $p = 0,033; <0,1$ ). Thêm vào đó, giá trị trung bình của nữ trong chiều này như được hiển thị trong Bảng 2 ( $M = 18,15$ ) cao hơn giá trị trung bình của nam ( $M = 17,15$ ). Đối với người theo đạo Phật và người chưa theo đạo Phật, mặc dù không có sự khác biệt đáng kể về kết quả của ANOVA, nhưng giá trị trung bình của thanh niên đã theo đạo Phật ( $M = 18,04$ ) lớn hơn giá trị trung bình của thanh niên chưa theo đạo Phật ( $M = 17,26$ ). Kết quả này cho thấy thanh niên đã theo Phật giáo cư xử với cha mẹ của họ hiếu đạo hơn so với thanh niên không theo đạo Phật. Theo bảng thống kê, sự khác biệt về chất lượng mối quan hệ với cha mẹ giữa thanh niên Phật giáo và thanh niên không theo đạo Phật là không nhiều. Kết quả này là hợp lý. Trong mọi truyền thống văn hóa, tình cảm giữa con cái và cha mẹ thường được đề cao. Đây là một tiêu chuẩn quan trọng trong tính cách con người và nó cũng là một nghĩa vụ và nguồn hạnh phúc cho con cái. Có thể nói rằng yêu thương cha mẹ của chúng ta không phải là vấn đề về đạo đức hay đức hạnh, đó là hạnh phúc. Đặc biệt, ở Việt Nam, lòng hiếu thảo là một giá trị đạo đức cực kỳ quan trọng. Vì quan điểm này, hầu hết người Việt Nam rất tôn kính cha mẹ của họ, bất kể anh ta có phải là người theo tôn giáo hay không, và đây là một trong những lý do có thể giải thích tại sao sự khác biệt giữa thanh niên đã theo đạo Phật và không theo đạo Phật trong mối quan hệ với cha mẹ của họ không nhiều lắm.

### 3.3. Mối quan hệ của học sinh đối với giáo viên

Trong mối quan hệ với giáo viên, kết quả ANOVA được thể hiện trong Bảng 1 cho thấy sự khác biệt đáng kể giữa thanh niên giác ngộ Phật giáo và thanh niên chưa giác ngộ trong mối quan hệ với giáo viên của họ ( $p = 0,002; <0,1$ ). Hơn nữa, giá trị trung bình của thanh niên Phật giáo trong mối quan hệ với giáo viên của họ ( $M = 17,17$ ) cao hơn giá trị trung bình của thanh niên chưa theo đạo Phật ( $M = 15,91$ ). Những chỉ số này cho thấy mối quan hệ của thanh niên Phật giáo với giáo viên của họ tốt hơn so với thanh niên chưa theo đạo Phật. Đặc biệt, thanh niên Phật giáo thường đợi giáo viên khi thầy/

cô đến lớp muộn, hoặc khi giáo viên dạy một chủ đề trừu tượng, họ thường chú ý đến đến bài giảng chứ không làm việc riêng, nếu giáo viên nói điều gì đó mâu thuẫn với sự hiểu biết của họ, thanh niên Phật giáo thường lắng nghe cho đến khi giáo viên trình bày xong và sau đó mới bày tỏ suy nghĩ của mình, nếu giáo viên cũ của họ rơi vào hoàn cảnh khó khăn, hầu hết thanh niên Phật giáo thường đến thăm và giúp đỡ họ hết mình.

### 3.4. Mối quan hệ của thanh niên đối với bạn bè

Đối với mối quan hệ với bạn bè, không có sự khác biệt đáng kể về kết quả ANOVA giữa thanh niên theo đạo Phật và thanh niên chưa giác ngộ, và giữa nam và nữ, cũng như không có sự khác biệt đáng kể về hiệu ứng tương tác giữa tôn giáo và giới tính trong mối quan hệ này. Tuy nhiên, khi xem xét các giá trị trung bình, chúng tôi nhận thấy giá trị trung bình của thanh niên giác ngộ Phật giáo ( $M = 17,53$ ) và của nữ ( $M = 17,35$ ) trong mối quan hệ của họ với bạn bè của họ cao hơn một chút so với giá trị trung bình của thanh niên chưa theo đạo Phật ( $M = 17,04$ ) và của nam ( $M = 17,22$ ). Những chỉ số này cho thấy không có nhiều sự khác biệt giữa thanh niên giác ngộ Phật giáo và thanh niên chưa theo đạo Phật cũng như giữa nữ và nam trong mối quan hệ của họ với bạn bè.

### 3.5. Mối quan hệ với những người đã làm họ tổn thương

Đối với mối quan hệ với những người đã làm tổn thương họ, theo kết quả trong Bảng 1, chúng tôi thấy rằng có sự khác biệt đáng kể giữa thanh niên Phật giáo và người chưa theo đạo Phật ( $p = .095$ ;  $<0.1$ ); và có hiệu ứng tương tác đáng kể giữa tôn giáo và giới tính ( $p = .051$ ;  $<0.1$ ). Ngoài ra, giá trị trung bình của thanh niên theo đạo Phật ( $M = 10,06$ ) lớn hơn giá trị trung bình của thanh niên chưa theo đạo Phật ( $M = 9,51$ ) trong mối quan hệ của họ với những người đã làm họ tổn thương. Những dữ liệu này cho thấy mối quan hệ của thanh niên Phật giáo với những người đã làm tổn thương họ tốt hơn so với những người trẻ chưa theo đạo Phật. Nói cách khác, thanh niên Phật giáo có thái độ và hành vi đối với những người đã làm tổn thương họ tốt hơn những thanh niên chưa theo đạo Phật. Đó là, thanh niên Phật giáo thường thực tập từ bi và nhân ái với những người làm họ tổn thương, đồng cảm với những người đó và cố gắng chuyển đổi mối quan hệ đó thành một mối quan hệ hài hòa và thân thiện hơn.

Thông qua bốn phạm vi trong các mối quan hệ cá nhân của giới trẻ, chúng ta có thể tự tin kết luận rằng có sự khác biệt đáng kể giữa thanh niên theo đạo Phật và thanh niên chưa giác ngộ trong mối quan hệ của họ với cha mẹ, giáo viên, bạn bè và với những người đã làm họ tổn thương. Hơn nữa, theo kết quả trong Bảng 3, tổng giá trị trung bình của cả 5 phạm vi đối với thanh niên Phật giáo ( $M = 81,97$ ) trong nghiên cứu này lớn hơn tổng giá trị trung bình của thanh niên chưa theo đạo Phật ( $M = 74,62$ ); tổng giá trị trung bình của cả 5 phạm vi đối với nữ ( $M = 78,8$ ) cũng cao hơn tổng giá trị trung bình của thanh niên chưa giác ngộ Phật pháp ( $M = 77,8$ ).

Vì thế, có thể kết luận rằng thanh niên theo đạo Phật biết cách phát triển và duy trì mối quan hệ giữa các cá nhân tốt hơn so với thanh niên chưa giác ngộ Phật pháp. Và nữ giới có thể tốt hơn một chút trong việc phát triển và duy trì mối quan hệ giữa các cá nhân so với nam giới.

**Bảng 3:** Tổng số điểm trung bình về phương diện tôn giáo và giới tính

Phạm vi		Trung bình	SD
Tôn giáo	Phật tử (n=45)	81.97	5.30
	Chưa phải Phật tử (n=45)	74.62	6.55
Giới tính	Nữ (n=45)	78.8	5.31
	Nam (n=45)	77.8	6.55

Từ những kết luận này, chúng ta có thể tin rằng những lời dạy của Đức Phật thực sự có giá trị và mang lại lợi ích cho những người thực hành giáo lý của Ngài. Bằng cách thực hành giáo lý của Đức Phật, mọi người đều có thể trở nên tốt hơn, hữu ích và có thể giúp ích cho đời. Không cần phải đợi đến sau này, mọi người đều có thể có cuộc sống hạnh phúc hơn bằng cách thực hành và luyện tập những lời dạy của Đức Phật tại đây và ngay bây giờ, tại thời điểm thực hành Pháp trong cuộc sống hàng ngày của chính mình.

#### 4. KẾT LUẬN

Những giáo lý của Đức Phật rất thực tế, hợp lý và chứa đựng một cái nhìn thực tế về cuộc sống. Phật giáo không lôi kéo con người sống trong thiên đường hư ảo, không làm cho con người sợ hãi, hay làm khổ người ta với tất cả các loại nỗi sợ ảo tưởng và những cảm giác tội lỗi. Giáo lý Phật pháp tạo ra cảm giác tự lực bằng cách răn dạy rằng toàn bộ số phận của nhân loại nằm trong tay của chính họ, và chính họ sở hữu trường phát triển năng lượng và sự sáng suốt của chính mình để đạt được mục tiêu cao nhất.

Hơn nữa, Phật giáo bồi dưỡng sự thăng tiến tâm linh bằng cách kêu gọi sức mạnh tư duy của con người. Đồng thời, thúc đẩy ý thức của sự khoan dung bằng cách vượt ra khỏi sự bó buộc về tôn giáo, quốc gia và chủ nghĩa cuồng tín. Phật giáo đã mang đến thái độ cơ bản tốt đẹp và đạo đức cho những người tiếp nhận giáo lý dưới hình thức này hay hình thức khác.

Nói một cách chính xác và khách quan, Phật pháp cho chúng ta biết chúng ta là ai, thế giới xung quanh chúng ta là gì, và chỉ cho chúng ta cách để thực hiện tự do, hòa bình, tĩnh lặng và hạnh phúc.

Giáo lý Phật pháp có khả năng thúc đẩy tiềm năng của cá nhân và tất cả các tiềm lực hay vị thế đã bị lu mờ trước những đóng góp của Phật giáo đối với triết học, nghệ thuật và văn học. Một khía cạnh của Phật giáo có tầm quan trọng tối cao trong suốt chiều dài lịch sử là chủ nghĩa duy lý trọn vẹn. Lý trí, mặc dù thường bị chế ngự bởi sự hối tiếc của con người, là thứ thuộc về loài người, để khai sáng cho họ, dù bị che khuất bởi một trong những bản năng của con người là cảm xúc. Phật giáo sẽ tiếp tục khuyến khích con người trở thành một thực thể lý trí, được dẫn dắt bởi ý chí, nhưng cũng không thiếu yếu tố tình cảm.

Ngày nay, Phật giáo tiếp tục góp phần xây dựng cho các ngành khoa học, trong đó tâm lý học là một trong những ngành có liên quan gần nhất đến giáo lý của Đức Phật và có thể được thúc đẩy bằng cách áp dụng các giáo lý của Ngài vào học thuật và các lĩnh vực thực hành, đặc biệt là tâm lý trị liệu.

Trong nghiên cứu này, chúng tôi thấy rằng Phật giáo có những đóng góp đáng kể để phát triển và duy trì mối quan hệ giữa các cá nhân của giới trẻ. Đặc biệt, thanh niên giác ngộ Phật giáo có thể duy trì và phát

triển tốt hơn mối quan hệ của họ với cha mẹ, giáo viên, bạn bè và có thể ứng xử hợp lý với những người đã làm họ tổn thương hơn những thanh niên chưa theo đạo Phật. Nói cách khác, thái độ, hành vi và tình cảm của thanh niên Phật giáo đối với cha mẹ, thầy cô, bạn bè và những người đã làm tổn thương họ tốt hơn những thanh niên chưa giác ngộ đạo Phật.

Phật giáo có những đóng góp quý giá cho xã hội đương đại, vì thế những giáo lý của Đức Phật nên được truyền bá cho tất cả mọi người, đặc biệt là thế hệ trẻ. Để tránh sự thiên vị của sự phân biệt tôn giáo và vượt qua những thách thức trong việc hướng dẫn giáo lý, giảng sư và người hướng dẫn nên khéo léo trong quá trình này, không cần phải nhấn mạnh vào các nghi lễ tôn giáo, mà nên hướng tới những nguyên tắc đạo đức, phương pháp rèn luyện tâm trí và những nhân cách được Đức Phật đề cao.

Ngoài ra, chúng tôi phải thừa nhận rằng nghiên cứu này chưa phải là một nghiên cứu hoàn chỉnh. Mặc dù chúng tôi đã phân tích nghiêm ngặt và kỹ lưỡng những dữ liệu thu thập được, nhưng kết quả chúng tôi trình bày ở trên chỉ mang tính tương đối. Điều này xuất phát từ cả yếu tố khách quan lẫn yếu tố chủ quan. Mặt khác, bảng câu hỏi chúng tôi xây dựng có thể chưa hoàn hảo để truyền tải được tất cả các vấn đề cần giải quyết, hay không thể thu thập được thông tin quan trọng giúp ích cho nghiên cứu này. Mặt khác, có những người tham gia đã không thực hiện câu hỏi một cách nghiêm túc và trung thực, do đó câu trả lời của họ có thể đã không phản ánh chính xác các vấn đề được đề cập trong bảng câu hỏi.

Vì thế, để phát triển đề tài này, tôi đề xuất cần thực hiện các nghiên cứu chuyên sâu hơn để thu hút sự chú ý của cộng đồng đối với Phật giáo, đặc biệt là các nguyên tắc đạo đức và phương pháp khoa học trong việc tra dồi nhân cách. Các nghiên cứu nên được thực hiện theo xu hướng định tính và định lượng, hoặc kết hợp cả hai. Bởi vì với các nghiên cứu định tính, nhà nghiên cứu có thể xem xét các vấn đề dưới nhiều khía cạnh, từ đó có thể khám phá ra những điều quan trọng mà nghiên cứu định lượng không thể đạt được.