

Hãy **dừng** thêu dệt

CHUNG HỮU THANH

Đoạn phim video dài ba phút có tựa đề *Nước mắt bào thai* (The tears of the foetus) do ba học sinh Trường Trung học phổ thông Nguyễn Huệ, thành phố Huế thực hiện đã thu hút được sự chú ý của công chúng ngay sau khi công bố kết quả cuộc Liên hoan Phim toàn quốc dành cho học sinh Việt Nam lần thứ ba.

Cuộc liên hoan phim này là kết quả của một hoạt động đã trở thành thường xuyên được tổ chức bởi Trung tâm Phát triển Hợp tác quốc tế thanh niên trực thuộc Trung ương Đoàn Thanh niên có sự hợp tác của Đại sứ quán Nhật Bản tại Việt Nam, Bộ Giáo dục và Đào tạo, và Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch, dựa trên một ý tưởng của vị Đại sứ thiện chí Việt-Nhật Sugi Ryotaro rằng *"Thả một chiếc máy quay vào bụng các em, để thấy được các em nghĩ gì, thích gì, mong muốn gì"*.

Mặc dù chỉ đoạt giải nhì của cuộc liên hoan phim nhưng đoạn phim video *"Nước mắt bào thai"* đã trở thành thời sự ở chỗ đoạn phim ấy gây nên một xúc động lớn về mặt tâm lý. Tuy nhiên, sau khi bài viết *"Sự thật về Nước mắt bào thai"* trình bày cuộc điều tra đầy tinh thần trách nhiệm của phóng viên Minh Thông được đăng tải trên báo *Thanh Niên* số 5080 ra ngày thứ năm 19.11.2009, người ta thấy có nhiều vấn đề cần phải nhìn nhận lại về sự thêu dệt.

Trước hết, chúng ta cần trở lại với nội dung của đoạn phim video ấy và những tác động của nó. Trường đoạn đầu tiên của đoạn phim thể

hiện hình ảnh một con trâu mang thai đang bình yên gặm cỏ trên một cánh đồng, có lúc nó cọ cái bụng nặng nề vào bờ đất nối tiếp những hình ảnh bình yên của một em bé chần trâu trên lưng trâu. Trường đoạn tiếp theo có một con trâu khác nữa bị một trẻ chăn trâu lôi kéo quanh một sợi dây đang cột chặt vào một cái cọc. Sau đó, người ta chứng kiến một đoạn phim tựa như thể hiện những hồi tưởng của con trâu về cuộc đời bình yên của nó trước lúc nó bị giết trong lò mổ và tiếp nối là cảnh tượng người đồ tể dùng búa bổ vào đầu một con trâu khiến con trâu này gục xuống để người ta mổ ra lấy trong bụng nó một bào thai song sinh. Đoạn phim kế tiếp thể hiện một người phụ nữ nấu nướng cái gì đó trong bếp, mang ra ăn, bên cạnh có một người đàn ông xoa tay vào cái bụng đang mang thai của bà ta. Có một trường đoạn không rõ ràng thể hiện một cây cầu. Đoạn phim cuối cùng trở lại với những hình ảnh cách điệu về một cuộc sống an bình. Những thông điệp bằng ngôn ngữ viết trong phim đặt vấn đề nếu có người phụ nữ nào đó bị mổ bụng lấy thai ra thì con người nghĩ gì và cho rằng ăn một bào thai là một hành vi tội lỗi.

Thật ra, nếu không có những thông điệp bằng ngôn ngữ viết, kỹ thuật hình ảnh của đoạn phim chưa thể khiến người xem liên tưởng ngay tức khắc đến việc giết trâu mẹ đang mang thai lấy bào thai trâu để bồi bổ cho bào thai

người. Có thể nói chính những thông điệp bằng ngôn ngữ viết trong phim và những bàn luận sau khi đoạn phim được giải thưởng mới tạo nên tính thời sự cho đoạn phim.

Việc phóng viên Minh Hương báo *Thanh Niên* lặn lội tìm hiểu sự thật về những hình ảnh trong đoạn phim video của ba em học sinh trường Nguyễn Huệ ở Huế cho phép công chúng



hiểu rằng các em học sinh ấy đã trộn lẫn phim tư liệu với phim dàn dựng thể hiện ý tưởng để tạo nên một hiệu ứng tâm lý định sẵn.

Ở đây, chúng ta thấy các em không có lỗi, vì ý tưởng của các em hoàn toàn trong sáng. Các em chỉ muốn nêu lên một thông điệp, rằng con người không thể vì quyền lợi ích kỷ của giống loài mình mà xâm hại đến sự sống của các giống loài khác. Vì thế, phải chăng người ta có thể nghĩ rằng chính những bàn luận sau khi đoạn phim được giải thưởng đã khiến các em phải cường điệu trong việc giải thích ý tưởng làm phim của các em hình thành khi các em chứng kiến cảnh mua bán tấp nập các loại bào thai động vật, một hiện tượng mà có thể chỉ cần chứng kiến một lần đã đủ làm các em bị xúc động mạnh và thật ra là một hiện tượng bị cường điệu. Người ta thấy trường đoạn có cây cầu trong đoạn phim rất mờ nhạt, không thể hiện sự mua bán tấp nập, nếu không muốn nói rằng chẳng thể hiện một điều gì rõ rệt. Về mặt thực tế, người ta cũng có thể thấy, nếu một bào thai động vật chỉ được bán cho người tiêu thụ với giá khoảng 200.000 đồng một bộ thì trong bối cảnh hoạt động kinh tế của thành phố Huế, việc mua bán bào thai động vật khó mà hình thành một thị trường tấp nập ở một nơi thưa dân và có truyền thống Phật giáo lâu đời.

Việc nhận định rằng phụ nữ mang thai đều mong muốn con mình sinh ra được khỏe mạnh rồi cho rằng họ rất muốn ăn bào thai động vật với mục đích bồi bổ cho bào thai của mình để đưa ra một lời kết tội, *"Tất cả đều là mẹ, tại sao lại tước đoạt quyền lợi của nhau?"* có tính cách của một sự suy diễn chủ quan quá đáng, lẽ ra cần được giải thích để các em nhận thức sự việc trong phạm vi hợp lý, thì lại được đẩy lên thành tư tưởng chủ đạo thích đáng cho việc dàn dựng của đoạn phim. Mặc dù ba em học sinh Trường Nguyễn Huệ có sử dụng một số hình ảnh hư cấu trên tinh thần bóp méo một số sự việc để thể hiện ý tưởng của mình, nhưng trong một chừng mức nào đó, chúng ta có thể thấy, nếu không có những sự thổi phồng quá đáng về ý tưởng của các em khi xây dựng đoạn phim thì đoạn phim nói trên chưa trở thành sự bội lụy đối với một số người, cụ thể là những thai phụ ở Huế và những người làm công tác giết mổ động vật. Tất nhiên, chúng ta không bao giờ bênh vực việc giết mổ động vật, nhưng trong một xã hội mà việc ăn thịt động vật còn phổ biến như hiện nay, chúng ta không được phép xem những người làm công việc giết mổ động vật để phục vụ cho xã hội là tàn nhẫn hay dã man; vì họ cũng chỉ như mọi người khác, phải làm đúng những việc được xã hội phân công theo đúng nghiệp lực của họ. Vấn đề của chúng ta là phải khuyến cáo để mọi người dần dần từ bỏ thói quen ăn thịt động vật. Chúng ta cũng không bênh vực những ai có ý muốn sử dụng nội tạng động vật để bồi bổ cho nội tạng của mình, nhưng chúng ta cũng không được phép khái quát quá mức để kết tội tất cả mọi người sử dụng nội tạng động vật khi chưa biết cụ thể, có phải vì ý muốn sử dụng nội tạng động vật của người đó khiến người khác phải tìm kiếm nội tạng động vật để cung cấp hay không.

Qua dư luận về đoạn phim video của ba em học sinh Trường Trung học Nguyễn Huệ ở Huế, chúng ta thấy xã hội cần phải quan tâm hơn đến việc trình bày đúng sự thật. Giới luật nhà Phật xác định một người có ý thức không được nói sai sự thật. Về nói sai sự thật, nhà Phật nêu lên bốn trường hợp. Thứ nhất là nói dối hay nói láo, nghĩa là chuyện không có mà nói rằng có và chuyện có lại nói rằng không có. Thứ hai là nói lời thổi phồng, nghĩa là nói thêm bớt so với sự thật, sử dụng lẫn lộn việc tường thuật với bình phẩm để người nghe mất định hướng, nói những điều không nghĩ chỉ để làm vui lòng người khác vì điều đó có lợi cho người nói. Thứ ba là nói lời hai chiều, ở với người này thì nói theo người này, ở với người khác thì nói theo người khác, chống trái nhau. Và thứ tư là nói lời hung ác, sử dụng những lời lẽ thô tục, cộc cằn hoặc đe dọa gây hoang mang lo sợ cho người nghe.

Có thể thấy chúng ta đang sống trong một môi trường vàng thau lẫn lộn, không biết đâu là thật đâu là giả. Cứ nghe những lời quảng cáo về hàng hóa và dịch vụ trên các phương tiện truyền thông đại chúng chẳng hạn, người tiêu dùng không thể phân định được đâu là đúng đâu là sai. Có vô số trường hợp những tổ chức kinh doanh đưa ra những lời khẳng định chắc nịch về phẩm chất của hàng hóa hay dịch vụ của mình nhưng rồi lại lạnh lùng từ chối hoặc đùn đẩy trách nhiệm khi hàng hóa hay dịch vụ của họ không đáp ứng chính những tiêu chuẩn mà họ đã khẳng định với khách hàng. Tệ hại hơn, đã có cả những giải thích, những lập luận có sự lẫn lộn giữa tường thuật và bình phẩm về một người, một nhóm người, một hoạt động công cộng như các cuộc thi có trao giải thưởng, các vận động bình chọn của công chúng... khiến người dân bình thường không thể biết được đâu là sự kiện đâu là ý tưởng để có thể đóng góp ý kiến một cách nghiêm túc. Tình trạng thiếu trung thực của xã hội khiến cho người người nhìn nhau bằng cặp mắt nghi ngờ, là một trong những yếu tố bất ổn tiềm tàng. Qua sự việc về đoạn phim *Nước mắt bào thai*, có thể thấy căn bệnh thiếu trung thực đã tác động đến ngay những người trẻ. Điều nghiêm trọng nằm ở chỗ chính các em không hề ý thức rằng các em đã vướng phải lỗi không trung thực. Vì, chẳng những ý tưởng của các em hoàn toàn trong sáng như đã nói ở trên, các em lại còn được cả xã hội cổ vũ phải có những biện pháp sáng tạo, độc đáo trong khi các em chưa phân biệt được sự kiện với ý tưởng vì các em vẫn sống trong một môi trường lẫn lộn giữa sự kiện với ý tưởng. Cho nên, việc các em đưa ra những hình ảnh không trung thực chỉ được các em suy nghĩ đơn giản rằng đó là bộ phận hư cấu cần thiết của đoạn phim.

Có lẽ hơn lúc nào hết, xã hội chúng ta cần có những thảo luận rõ ràng về tính trung thực trong cuộc sống, việc áp dụng sự trung thực trong cuộc sống, và làm thế nào để những người trung thực không bị thiệt thòi. Nếu không, những thế hệ đang chuẩn bị tiếp nhận trọng trách xã hội cũng sẽ tiếp tục ngây thơ nghĩ rằng mình trung thực ngay trong lúc họ đưa ra những lập luận đối trá tệ hại nhất. Khi đó, xã hội không biết lấy chuẩn mực nào để tồn tại. ■

Thiền viện Thường Chiếu

Một số nét đặc thù trong văn hóa Phật giáo Nam bộ

PHẠM HOÀI PHONG



Một tôn giáo bất kỳ khi du nhập và tồn tại ở một vùng đất mới, một dân tộc mới thường hình thành những biến thể nhất định, tạo nên các trường phái, các tông phái hay giáo phái, tổ chức... mang sắc thái, đặc trưng của dân tộc đó. Trường hợp Phật giáo cũng thế. Khi du nhập vào Việt Nam, Phật giáo hòa nhập vào văn hóa dân tộc, từng bước tạo nên các biến thể. Tại đây, Thiền tông nổi lên như một tông phái nổi bật và có sức ảnh hưởng sâu rộng trong mọi hoạt động của Phật giáo Việt Nam. Và khi nói tới Thiền tông chúng ta không thể không nói tới thiền phái Trúc Lâm Yên Tử thời Trần, bởi đây là tinh hoa, là linh hồn của Phật giáo dân tộc. Tinh hoa đó không chỉ mang sắc thái đặc thù của Phật giáo Đại Việt mà còn cắm rễ vào mảnh đất Phật giáo Việt Nam đương đại mà kết quả của nó là một hệ thống thiền viện Trúc Lâm ra đời. Trong đó thiền viện Thường Chiếu được xem là một trong những ngôi thiền viện đầu tiên thuộc hệ thống thiền viện Trúc Lâm thể hiện tính đặc thù của mình trong văn hóa Phật giáo Nam Bộ.

Một khi nói đến văn hóa Phật giáo Việt Nam thì không phải nói đến các giá trị chung của cộng đồng người Việt mà nói đến các giá trị đã định hình và có tính bền vững được

thừa nhận phần lớn bởi cộng đồng Phật giáo và những người có tình cảm với đạo Phật. Những giá trị đó có thể được biểu hiện dưới nhiều hình thức, nhiều sắc thái khác nhau từ văn học, nghệ thuật, kiến trúc, âm nhạc cho đến tổ chức đời sống sinh hoạt, tu học v.v. Nhưng dù biểu hiện dưới hình thức nào văn hóa Phật giáo cũng phải hướng con người đến đời sống tịnh lạc. Bởi vì *"bản chất của văn hóa Phật là sự sống an hòa, tịnh lạc. Do đó, hình thái của văn hóa Phật giáo phải phản chiếu được nếp sống an hòa tịnh lạc đó"*. Chính vì thế, đi tìm nét văn hóa đặc thù của thiền viện Thường Chiếu tức là đi tìm các giá trị đặc trưng, cốt lõi nhất mà nó đã thể hiện với tư cách là thành tố của văn hóa Phật giáo Nam Bộ. Hiểu được điều này sẽ giúp chúng ta nhận diện được giá trị văn hóa Phật giáo trong nhiều giá trị văn hóa khác tồn tại trong đời sống xã hội.

Như đã nói, thiền viện Thường Chiếu (xã Phước Thái, huyện Long Thành, tỉnh Đồng Nai) là một trong những thiền viện đầu tiên thuộc hệ thống thiền viện Trúc Lâm do HT.Thích Thanh Từ sáng lập. Sự ra đời của cơ sở này là một bước ngoặt mới trong lịch sử phát triển của Thiền tông Việt Nam. Nó không những thể hiện bản sắc văn hóa Phật giáo Việt Nam mà còn là cơ sở để khẳng định Phật giáo Nam Bộ là một thể thống nhất trong đa thù.

Nét đặc thù đó thể hiện trước hết ở kiến trúc của thiền viện Thường Chiếu. Đó là một tổng thể các công trình gồm nhiều hạng mục như: chánh điện, tổ đường, thiền đường, tăng đường, trai đường, nhà khách, thư viện, La hán đường v.v...

Đặc điểm dễ thấy nhất của kiến trúc thiền viện là việc dùng chất liệu hiện đại xi măng cốt thép. Đó là sản phẩm của công nghệ hiện đại nhưng các công trình được thiết kế gắn gũi với kiến trúc truyền thống cho nên chúng ta cảm thấy rất nhẹ nhàng, thanh thoát. Đặc biệt là La hán đường - nơi thờ 18 vị La hán được những nhà chuyên môn đánh giá là một trong những công trình lớn nhất ở miền Nam thể hiện rõ nhất kiến trúc truyền thống Phật giáo Nam Bộ. Công trình này làm từ gỗ quý, được dựng lên trên motif kiến trúc nhà ba gian truyền thống. Bên trong thờ

18 vị La hán với những tư thế khác nhau, tạo nên một vẻ đẹp hết sức độc đáo.

Cũng như phần lớn các kiến trúc chùa truyền thống, mái thiền viện được lợp bằng ngói đỏ, độ dốc thoải, thoải, đầu mái là những nét cong hình mũi thuyền, gợi nhớ đời sống sông nước của người Nam Bộ. Những nét cong đó chỉ vừa phải, nhẹ nhàng, thanh thoát chứ không cong vút và nặng trĩu như những ngôi chùa truyền thống ở Bắc bộ. Đường nét hoa văn giản dị, gần gũi, không cầu kỳ như chùa miền Bắc, cũng không tinh tế, đường nét như chùa miền Trung². Ở đây, hoa văn chỉ được điểm nhẹ tạo nên vẻ đẹp giản dị, gần gũi với đời sống, tính cách của người Nam Bộ. Tất cả hòa quyện vào thiên nhiên theo triết lý sống hài hòa với thiên nhiên, nương nhờ và thuận theo thiên nhiên của người Việt Nam.

Tổng thể công trình thiền viện Thường Chiếu thể hiện rất rõ tính chất mở, đại chúng của kiến trúc chùa Nam Bộ. Tính chất mở đại chúng đó thể hiện qua đặc điểm, bố cục của các công trình: hành lang lớn, sân rộng thoáng tạo thành một không gian rộng mở như mời gọi con người. Thực ra, tính chất mở, đại chúng là một đặc điểm phổ biến trong các chùa Việt Nam truyền thống³. Tuy nhiên, về mức độ thì tính chất mở, đại chúng của thiền viện tỏ ra hơn hẳn kiểu kiến trúc chùa cổ Việt Nam. Nó không chỉ mở rộng theo chiều ngang⁴, chiều dài mà còn vươn lên ở chiều cao. Chính vì thế, mặc dù ẩn mình trong một không gian rộng lớn, xung quanh đầy cây xanh nhưng thiền viện vẫn thể hiện cái thế trung tâm của mình.

Trong quần thể kiến trúc ấy, người ta dành riêng một khoảng không gian lớn để xây dựng một khu nội viện. Khu nội viện nằm cách biệt với khu ngoại viện bởi một cổng lớn và hàng rào chung quanh. Bên trong là thiền đường, nhà tăng, thư viện... Phía sau có khu thất dành cho các vị tu sĩ nhập thất. Đây là một sinh hoạt tinh thần rất

đặc trưng thường thấy trong hệ thống nhà thiền. Những người vào đây, tách biệt với thế giới bên ngoài, thường là từ bảy ngày trở lên để nghiền ngẫm, quán chiếu, thanh lọc thân tâm nhằm hướng đến một đời sống tĩnh lạc, an lành. Các hoạt động của các vị tu sĩ này, vì thế gần như khép kín, tách biệt với thế giới bên ngoài. Tính khép kín này một mặt giúp cho các tu sĩ của thiền viện có điều kiện trau dồi, thúc liễm thân tâm; nhưng mặt khác khiến cho họ mất cơ hội tiếp thu những cái mới của xã hội bên ngoài, trong đó có các giá trị phong phú của các truyền thống Phật giáo khác.

Sự tách biệt khu nội viện thành một khu tu học riêng là một ý tưởng hay thể hiện tính đặc thù của thiền viện mà chúng ta rất ít gặp ở các tự viện khác ở Nam Bộ. Có người cho rằng tính đặc thù này có được là do không gian lớn của thiền viện mang lại. Nhưng thực tế không phải như vậy. Những ngôi chùa lớn khác ở Nam Bộ cũng có không gian rất lớn nhưng người ta hoàn toàn không thiết kế theo mô hình này.

Đặc thù thứ hai thể hiện trong cách thờ tự của thiền viện. Trong chánh điện, nơi thờ Phật được trang trí rất thoáng và đẹp mắt theo mô hình tứ trụ của kiểu kiến trúc truyền thống chùa Nam Bộ⁵. Ở giữa thờ duy nhất một tượng Phật Thích Ca. Đây là cách thờ tự mang tính biểu trưng thể hiện rõ nét đặc thù của thiền viện. Ở miền Bắc, Phật giáo còn mang nặng tín ngưỡng dân gian. Chùa vào làng trở thành chùa làng, *"chùa làng là chùa của làng không phải là chùa của sư, tuy rằng vẫn có sư trụ trì"*⁶. Do đó hình thức thờ tự ở đó phải thể hiện đặc trưng tín ngưỡng của làng xã. Biểu hiện của nó là "sự xuất hiện trên ban thờ và trong khuôn viên chùa nhiều tượng thờ mới là những nhân vật hóa thành Phật hoặc được các Phật tử người Việt suy tôn là Phật"⁷. Đó là lý do vì sao chúng ta thấy trên bàn thờ ở các chùa miền Bắc thờ rất nhiều Phật



và các vị thần trong tín ngưỡng dân gian. Còn ở các chùa Nam Bộ, mặc dù tín ngưỡng dân gian trong việc thờ tự có khuynh hướng nhẹ nhàng hơn, song vẫn duy trì hình thức thờ Phật theo mô hình Tam tôn, nhiều bậc. Trong đó dễ thấy nhất là mô hình Phật Thích Ca ở giữa, hai bên là Văn Thù, Phổ Hiền, hoặc ở giữa là Phật Di Đà, hai bên là Quán Thế Âm và Đại Thế Chí. Thành thạo chúng ta vẫn bắt gặp các chùa Nam Bộ thờ rất nhiều tượng Phật, Bồ tát... Nhưng những tượng thờ đó chủ yếu có nguồn gốc từ giáo lý nhà Phật chứ không phải từ tín ngưỡng dân gian truyền thống. Một số các thiền viện tiêu biểu khác ở Nam Bộ như Vạn Hạnh, Quảng Đức vẫn duy trì cách thờ tự theo mô hình này. Thậm chí ở các thiền viện thuộc hệ thống thiền viện Trúc Lâm, người ta đã thấy khuynh hướng khắc chạm, đắp nổi thêm hai vị Bồ tát Văn Thù và Phổ Hiền hai bên tượng Phật Thích Ca.

Sự tách biệt tín ngưỡng dân gian ra khỏi thiền viện Thường Chiếu và cách thờ một tượng Phật Thích Ca ở chánh điện là một nét đặc thù trong Phật giáo Nam Bộ. Nó góp phần rất lớn vào việc định hướng văn hóa và điều chỉnh hành vi con người trong cộng đồng xã hội nói chung và Phật giáo nói riêng. Nhất là góp phần xóa bỏ các hủ tục, tệ nạn mê tín dị đoan đã và đang tồn tại trong lòng xã hội Việt Nam đương đại, đồng thời góp phần định hướng chung cho tất cả các tôn giáo khi mà thành tựu khoa học công nghệ đã tác động mạnh mẽ làm thay đổi tư duy con người về thế giới tâm linh, huyền bí.

Đặc thù thứ ba được thể hiện trong việc *tổ chức nhân sự* của thiền viện. Thiền viện Thường Chiếu là một tổ chức mang *tính hệ thống*. Trong đó, trụ trì, phó trụ trì, tri sự là những người lãnh đạo chung của thiền viện, bên dưới chia thành nhiều ban, mỗi ban phụ trách các công việc chuyên môn dưới sự chỉ đạo của trưởng ban. Sự phân cấp này, một mặt dựa trên nguyên tắc thứ bậc; mặt khác dựa vào năng lực chuyên môn và nguyện vọng cống hiến của mỗi thành viên.

Mặc dù phân cấp, tôn ti như thế, nhưng mối liên hệ giữa các thành viên với nhau thể hiện rất rõ *tính bình đẳng*, trên cơ sở tư tưởng nền tảng lục hòa cộng trụ. Mỗi thành viên dù mới xuất gia hay đã xuất gia lâu năm đều có nghĩa vụ và quyền lợi như nhau trong sinh hoạt tu tập. Mỗi người đều phải tuân thủ thời khóa tu tập không phân biệt tỳ kheo hay sa di. Không có đặc hủ cho một cá nhân nào. Mọi người đều không giữ tiền riêng, không xài riêng các phương tiện hiện đại như xe cộ, điện thoại v.v. Tài sản trong thiền viện là của chung đặt dưới sự quản lý của ban chuyên trách. Việc sử dụng các phương tiện đó phải thông qua ban chức sự của thiền viện. Các vật phẩm tứ sự cũng dường được chia đều cho mỗi người v.v. Điều này làm cho *tính cộng đồng* của thiền viện được thắt chặt hơn trong đời sống sinh hoạt của người tu sĩ. Thực ra, đây không chỉ là truyền thống của Phật giáo Nam Bộ mà còn của các vùng miền khác. Tuy nhiên, truyền thống này dường như ít được duy trì phổ biến trong bối cảnh xã hội hiện nay, khi mà Phật giáo ngày một tiến

sâu hơn vào đời sống xã hội. Do đó, việc giữ gìn những giá trị truyền thống như thế ở thiền viện là một điểm tích cực trong đời sống văn hóa nói chung và Phật giáo nói riêng. Dĩ nhiên, vấn đề nào cũng có hai mặt của nó. Chẳng hạn như việc chia đều tứ sự, xài chung tài sản dễ dẫn đến thói cào bằng, tâm lý "*nhieu sãi không ai đóng cửa chùa*", "*cha chung không ai khóc*" v.v.

Nét đặc thù thứ tư thể hiện qua việc tổ chức đời sống tu tập nội viện. Về *tổ chức đời sống tu tập*, có thể chia thành hai hình thức lớn: *Tổ chức tu tập cho tu sĩ* và *tổ chức tu tập cho cư sĩ* (bao gồm cả những người không phải là Phật tử.)

Việc *tổ chức tu tập cho tu sĩ* ở thiền viện rất quy củ theo một thời khóa cụ thể được quy định trong *Thời khóa tu tập* của thiền viện. Trong đó tham thiền là điểm chính yếu và cũng là nét riêng của thiền viện Thường Chiếu so với các cơ sở tự viện khác ở Nam Bộ. Trong các chùa Bắc tông truyền thống ở Nam Bộ, tính tổng hợp trong tiếp biến văn hóa đã quy định phương pháp tu tập chủ yếu của chùa. Phương pháp tu tập chủ yếu của các cơ sở tự viện này là tụng kinh, niệm Phật, trì chú, hay kết hợp các phương pháp đó với nhau. Thiền quán chỉ được đưa vào thời khóa tu tập như một phương pháp hỗ trợ không chính thức. Điều này thể hiện rõ qua cách thiết kế thời gian tọa thiền. Ở thiền viện Thường Chiếu, thời gian tọa thiền ở mỗi thời là 90 phút, trong khi các tự viện Bắc tông khác giờ tọa thiền thường chỉ từ 30 đến 45 phút. Thậm chí rất nhiều chùa không tổ chức thời khóa tọa thiền, hoặc chỉ tọa thiền vào các tháng an cư kiết hạ. Ở thiền viện, người ta không có thời công phu khuya, cúng Ngọ như các chùa khác mà thay vào đó là thời ngồi thiền, cúng quá đường. Có thể nói thiền là một nét văn hóa bao trùm đời sống, sinh hoạt của thiền viện.

Đặc biệt, trong sinh hoạt tu tập của thiền viện, người ta còn duy trì được lễ thỉnh nguyện truyền thống. Đây là một nét sinh hoạt rất riêng nhằm hạn chế những lỗi lầm và rèn luyện tính tự giác của người tu sĩ. Ngoài ra nó còn có tác dụng thanh lọc, tạo nên một sức mạnh tâm linh mạnh mẽ cho cả một cộng đồng Tăng sĩ.

Trong tổ chức tu tập cho người tu sĩ ở thiền viện, người ta rất chú trọng đến việc *giáo dục nội viện*. Giáo dục tại thiền viện Thường Chiếu có những nét đặc trưng riêng so với giáo dục ở các tự viện khác. Điều này bắt nguồn từ chủ trương riêng của thiền viện. Nếu như tại các cơ sở tự viện khác, phần lớn Tăng sĩ được đào tạo tại theo một hệ thống nhất định từ thấp lên cao do Giáo hội Phật giáo Việt Nam tổ chức thì tại thiền viện, các tu sĩ phải học theo mô hình giáo dục nội viện. Nội dung giáo dục mang tính chuyên biệt và khép kín hơn so với nội dung giáo dục chính thống. Tính khép kín và chuyên biệt này giúp cho thiền viện tạo được một sắc thái riêng của mình. Chẳng hạn như người ta chủ yếu học phương pháp thiền quán và các sách, kinh điển liên quan trực tiếp tới thiền tông như *Bát nhả tâm kinh*, *Chứng đạo ca*, *Pháp bảo đàn*, *Thiền Trung Hoa*... Mô hình giáo dục nội viện rất có ý nghĩa trong sinh hoạt tu tập của những tu sĩ - những người hướng đến đời sống an

lạc, thanh tịnh. Tuy nhiên, tính chuyên biệt, khép kín đó làm cho cơ hội tiếp nhận các giá trị văn hóa Phật giáo và các giá trị văn hóa khác bị thủ tiêu. Nếu như những người lãnh đạo thiền viện thay đổi cách nhìn, hay chỉ cần nhìn rộng ra thế giới hoặc chỉ cần học tập mô hình giáo dục nội viện của Phật giáo Đài Loan thì chắc chắn thiền viện Thường Chiếu sẽ có những đóng góp to lớn hơn cho xã hội nói chung và Phật giáo Việt Nam nói riêng. Dĩ nhiên với nền tảng của xã hội Việt Nam hiện nay, không chỉ thiền viện Thường Chiếu mà ngay cả hệ thống giáo dục Phật giáo Việt Nam, trong một thời gian ngắn cũng khó lòng theo kịp hệ thống giáo dục của Phật giáo Đài Loan. Ở đây, chúng ta không kết luận mà cũng không cần kết luận hệ thống giáo dục nào tốt hơn hệ thống giáo dục nào, bởi vì nó không quan trọng trong việc tìm hiểu sự đóng góp của thiền viện Thường Chiếu về mặt văn hóa. Chúng ta chỉ có thể khẳng định, phương thức giáo dục nội viện dù sao cũng đã tạo nên một sắc thái riêng góp phần làm phong phú nền văn hóa Phật giáo Việt Nam nói chung và giáo dục Phật giáo nói riêng.

Việc tổ chức tu tập cư sĩ (bao gồm cả những người không phải là Phật tử) thì tương đối đơn giản hơn. Những khóa tu thiền kết hợp với giảng pháp được mở hàng tuần vào các ngày Chủ nhật. Mỗi tháng định kỳ, các Phật tử các thiền viện khác trong hệ thống thiền viện Trúc Lâm đến Thường Chiếu để nghe pháp và tu thiền. Buổi tối hằng ngày, người ta tổ chức các khóa lễ ngắn cho những người đến chùa có nhu cầu tụng kinh, bái sám nhằm thúc liễm thân tâm hay thỏa mãn nhu cầu tâm linh nào đó. Khóa lễ tụng kinh ở đây khác hoàn toàn với các lễ tụng kinh ở các tự viện khác. Vì sao? Bởi vì, nếu như trong các chùa thuộc truyền thống Phật giáo Đại thừa (Mahayana) ở Việt Nam, các khóa lễ thường sử dụng kinh điển phiên âm chữ Hán của người Trung Quốc biên soạn hoặc bản dịch các văn bản kinh văn đó bằng tiếng Việt, thì kinh điển tri tụng trong các khóa lễ tại thiền viện Thường Chiếu mang sắc thái riêng của truyền thống Phật giáo Việt Nam. Tất cả được viết bằng chữ Quốc ngữ, được biên tập gọn nhẹ, rất dễ đọc, dễ hiểu. Đây là một nét đặc thù của thiền viện thể hiện ý thức văn hóa của người Việt Nam trước những hiện tượng xâm thực của văn hóa nước ngoài. Do đó, đến với thiền viện, thực tập ngồi thiền, tụng kinh, con người như tìm lại được sự yên tĩnh của tâm hồn sau biết bao biến động và áp lực của cuộc sống. Bởi vì, trong môi trường văn hóa Phật giáo, con người có thể tự thanh khiết hóa tâm hồn trên căn bản của tinh thần tự chiến thắng mình trước những cám dỗ của cuộc đời.

Điểm đáng chú ý trong sinh hoạt tín ngưỡng của thiền viện là sự vắng bóng hay hạn chế tối đa các nghi lễ thường thấy trong các tự viện khác như: cầu an, cầu siêu, cúng vong, lễ tang, cúng thất, trai đàn chẩn tế... Điều này tạo thêm một nét riêng mới trong sinh hoạt tín ngưỡng của thiền viện.

Nhìn chung, chúng ta còn có thể tìm thấy ở thiền viện Thường Chiếu những các nét đặc thù khác, chẳng hạn

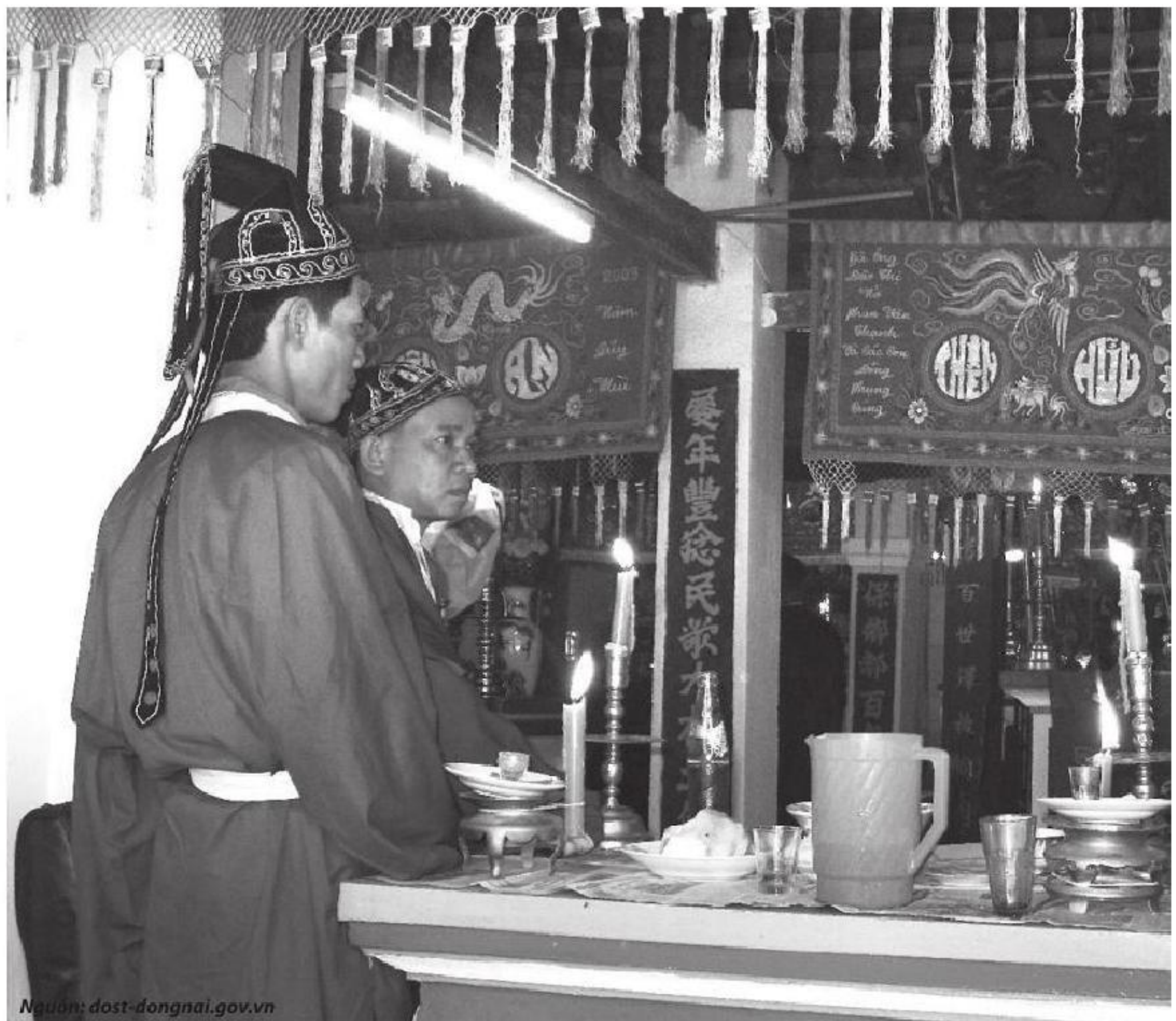
như về cách tiếp nhận người xuất gia, cách sử dụng y phục, v.v. Những nét đặc thù này đã góp phần khẳng định tính bền vững của những giá trị văn hóa Phật giáo dân tộc trước những biến thiên của những giá trị thời đại, tạo nên một dấu ấn đặc thù trong văn hóa Phật giáo Nam Bộ. Nó không những góp phần nâng cao đời sống tinh thần xã hội mà còn góp phần xóa bỏ các hủ tục, mê tín vốn là một trong nhiều yếu tố kìm hãm sự phát triển toàn diện của toàn xã hội. Mặc dù có thể còn một số vấn đề tồn đọng chủ yếu từ mô hình giáo dục nội viện mang tính khép kín nhưng nhìn chung trong bối cảnh toàn cầu hóa của xã hội, việc đề xướng và thực hiện chủ trương bảo tồn và phát huy giá trị văn hóa Phật giáo dân tộc mà nền tảng của nó là Phật giáo Lý-Trần của thiền viện Thường Chiếu là một động thái tích cực góp phần phát huy nền tảng bản sắc văn hóa Việt Nam nói chung và Phật giáo Việt Nam nói riêng. ■

Chú thích:

1. Trần Thạc Đức, *Phật giáo Việt Nam và hướng đi nhân bản đích thực*. Nguồn: <http://www.thuvienhoasen.org>
2. Nguyễn Hữu Thái, *Nếp chùa Việt - không gian tâm linh đặc thù*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
3. Nguyễn Hữu Thái, *Nếp chùa Việt - không gian tâm linh đặc thù*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
4. Nguyễn Huy Phách, *Tìm về kiến trúc cội nguồn*. Nguồn: <http://toquoc.gov.vn>
5. Huỳnh Ngọc Trảng, *Đặc trưng kiến trúc truyền thống chùa Nam Bộ*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
6. Minh Chí, *Về sự hội nhập của Phật giáo vào nền văn hóa Việt Nam*, Tham luận tại cuộc Hội thảo Khoa học về đề tài: "Phật giáo và thời đại", tổ chức tại thiền viện Trúc Lâm Paris, Pháp, ngày 10/09/1995, tr 6.
7. Nguyễn Minh San, *Tượng thờ trong chùa chiền và dấu ấn văn hóa Việt*. Nguồn: <http://www.giacngo.vn>

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đinh Thị Dung, *Hệ giá trị Nam Bộ từ góc nhìn lịch sử*. Nguồn: <http://vanhoahoc.edu.vn>.
2. Đặng Văn Bài, *Phật giáo Việt Nam từ góc nhìn di sản văn hóa*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
3. Huỳnh Ngọc Trảng, *Đặc trưng kiến trúc truyền thống chùa Nam Bộ*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
4. Minh Chí, *Về sự hội nhập của Phật giáo vào nền văn hóa Việt Nam*, Tham luận tại cuộc Hội thảo Khoa học về đề tài: "Phật giáo và thời đại", tổ chức tại thiền viện Trúc Lâm Paris, Pháp, ngày 10/09/1995.
5. Nguyễn Huy Phách, *Tìm về kiến trúc cội nguồn*. Nguồn: <http://toquoc.gov.vn>
6. Nguyễn Hữu Thái, *Nếp chùa Việt - không gian tâm linh đặc thù*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org>
7. Nguyễn Hữu Thái, *Nếp chùa Việt - không gian tâm linh đặc thù*. Nguồn: <http://daitangkinhvietnam.org/nguyen-cuu-phat-hoc/phat-giao-dan-toc/74-np-chua-vit-khong-gian-tam-linh-c-thu.html>.
8. Nguyễn Minh San, *Tượng thờ trong chùa chiền và dấu ấn văn hóa Việt*. Nguồn: <http://www.giacngo.vn/nghehthuat/dieukhac/2009/05/24/72D440/>
9. Trần Ngọc Thêm, *Tìm về bản sắc văn hóa Việt Nam*, NXB Tổng hợp TP.HCM, 2006.
10. Trần Thạc Đức, *Phật giáo Việt Nam và hướng đi nhân bản đích thực*. Nguồn: <http://www.thuvienhoasen.org/u-nhan-ban03.htm>.
11. Thích Tâm Thiện, *Một số đặc thù của Phật giáo Nam Bộ*. Nguồn: <http://daitangkinh.org>



Nguồn: dost-dongnai.gov.vn

Vài nét về thể loại **Văn tế**

... "Lòng nào lòng chẳng thiết tha
Cỏi dương còn thể nữa là cỏi âm"

Văn tế thập loại chúng sinh - Nguyễn Du

Từ lâu, việc cúng tế thường được xem là một biện pháp tạo sự cảm ứng giữa thế giới hữu hình với thế giới vô hình, cụ thể là giữa thế giới của loài người với thế giới của thần linh, âm hồn. Vì để chiêu cảm nên sự cúng tế sử dụng đến những phương tiện như âm thanh (gồm cả tiếng nói), ánh sáng, hương thơm... Trong số những phương tiện ấy thì ngôn từ luôn chiếm một địa vị quan trọng. Ngôn ngữ sử dụng trong cúng tế có một bộ phận quan trọng là văn tế. Người Việt chịu ảnh hưởng văn minh Trung Quốc và Ấn Độ nên sự cúng tế cũng có những dấu ấn nhất định của các nền văn minh ấy. Từ thời kỳ độc lập, người Việt đã có

một khoa nghi riêng, thể hiện rõ nét tính sáng tạo và tính dân tộc, cụ thể là trong ngôn ngữ cúng tế hay các hình thức văn tế mà ngày nay chúng ta còn lưu giữ được. Việc sưu khảo văn tế cho thấy tính chất phong phú về thể loại, đa dạng về đối tượng, tinh tế về cách thức bày tỏ lòng ngưỡng vọng của người dân thể hiện qua từng dịp lễ tiết, niên vận và thời kỳ lịch sử của nước nhà.

Chỉ với phạm vi nguồn tư liệu văn tế đã thu thập được, chúng ta có thể thấy mỗi bài văn tế chứa đựng một bối cảnh địa lý, chủng tộc và tín ngưỡng riêng, tuy nhiên, tất cả đều có mẫu số chung là mang đậm tính Việt Nam đối với người còn, kẻ mất. Qua mỗi bài văn tế, chúng ta có thể tìm hiểu về ngày tháng xảy ra buổi lễ, đối tượng cúng tế và sở cầu của chủ lễ đại diện cho một nhóm người. Đây là một dòng văn học đặc thù của Việt Nam có lúc dần chìm



VUONG MONG-GIAC

vào quên lãng nhưng đã có một quá trình hình thành vững chắc và đầy thiện ý bao gồm cả văn chương bác học – văn tế trong chốn triều đình, và văn chương bình dân – văn tế thần linh và tổ tiên trong dân gian. Như vậy, chúng ta có cả một di sản đồ sộ những bản văn tế viết bằng chữ Nho và bằng chữ Nôm.

Di sản văn tế ấy trải ra từ những khoa nghi cúng tế trong cung điện, hương đình với những lời xướng, những bài tụng, v.v. ... được cất lên vào đúng thời điểm và đi theo từng động tác của người chủ tế, cho đến những bản văn mang đậm màu sắc văn học được truyền tụng, lưu trữ do các bậc đại bút cảm khái viết ra hoặc sáng tác theo yêu cầu của các vị có trách nhiệm. Hơn nữa, chúng ta còn có thể sưu tập được những bản văn hoặc mộc mạc hoặc hoa mỹ nhưng chân thành được các gia chủ xướng lên trong những dịp cúng giỗ tổ tiên. Nói đến dòng văn tế, chúng ta không thể không nhắc đến những tuyệt tác văn chương như *Văn tế Cá sấu* của Nguyễn Thuyên, *Văn tế Nguyễn Biểu* của vua Trần Trùng Quang, *Văn tế vua Quang Trung* và *Ai tư văn* của Hoàng hậu Ngọc Hân, *Văn tế Thập loại chúng sinh* của thi hào Nguyễn Du, *Văn tế Chiến sĩ trận vong* của Tiến quân Nguyễn Văn Thành, *Văn tế Trương Định* và *Văn tế Nghĩa sĩ Cần Giuộc* của Nguyễn Đình Chiểu, *Văn tế Phan Chu Trinh* của Phan Bội Châu...

Giá trị văn hóa của một thực thể nằm ở tư tưởng hướng thiện mà thực thể đó bao hàm và thể hiện dưới một hình thức nhất định. Đối với văn hóa Việt Nam, dòng văn tế có một địa vị xứng đáng như tên gọi của nó: văn chương và tế độ. Một số lợi ích của dòng thực thể văn hóa này là như sau:

- Về mặt văn học: dòng văn tế có những cách hành văn, từ ngữ, và thuật ngữ đặc thù mà người đời sau cần lĩnh hội ý nghĩa chiều cảm của nó.

- Về mặt lịch sử: văn tế là một nguồn tư liệu về biến cố và nhân vật lịch sử. Qua những bài văn tế, người ta thấy được hành trạng của các vị anh hùng dân tộc, những người có công với đất nước, và cảm nhận được tấm lòng tri ân của đời sau đối với đời trước. Người dân tin rằng những kẻ khi sống có khí phách thì khi thác ắt không mê muội và tinh anh còn tồn tại trong trời đất, phù hộ cho dân tộc, cho con cháu. Đọc các bài văn tế, kẻ hậu sinh hiểu được tâm ý của tiền nhân và cảm nhận được phần nào công lao của tổ tiên trong việc xây dựng, phát triển và bảo vệ đất nước, qua đó thấy được trách nhiệm của người sau đối với người trước. Tấm lòng tri ân và tinh thần trách nhiệm là những bài học căn bản mà bất kỳ người dân lương hảo nào cũng phải học, nhất là qua lịch sử.

- Về mặt địa lý: văn tế cho phép nhà khảo cứu tìm hiểu địa hình và phong thổ nơi xảy ra cuộc tế lễ, góp phần vào việc nghiên cứu những vấn đề liên quan.

- Về mặt chủng tộc và phong tục: người ta có thể thấy rằng những sắc dân khác nhau có những tập tục khác nhau trong việc thờ phượng và cúng tế.

- Về mặt tín ngưỡng: dòng văn tế cho phép nhà khảo cứu tìm hiểu tính chất của niềm tin vào sự anh linh, hồn dân tộc, và các thành phần tôn giáo thể hiện qua những giai đoạn của lịch sử.

- Giá trị về mặt tâm linh và tế độ người chết: đại thi hào Nguyễn Du đã viết “Thác là thể phách, còn là tinh anh”, phương Tây cũng có câu “Người chết thống trị kẻ sống”. Chết không phải là mất đi mà là một sự chuyển trạng thái. Âm Dương không cách biệt mà trái lại, tương tác và để lại những dấu ấn trên bình diện sinh hoạt của con người. Vì lẽ đó, linh hồn của các anh hùng, chiến sĩ trận vong cũng như oan hồn uổng tử, hữu vị vô danh và hữu danh vô vị đều cần được tưởng nhớ hay siêu độ. Đem thành ý lập đàn siêu độ, lấy tế văn gọi lại hồn xưa. Những bài văn tế như là tiếng kêu sâu thẳm vào trong thế giới vô hình để chia sẻ nỗi bi tráng hay hoạn tử không được tỏ tường, và giải thoát âm khí đè nặng trên thế giới hữu hình.

- Giá trị về mặt luân lý xã hội và tế độ kẻ sống: “Hiện tại chứa đầy quá khứ và nặng gánh tương lai” (Le présent est plein du passé et gros de l’avenir. - Leibnitz). Quá khứ có những sự kiện và thành tích hào hùng cần được ghi nhớ và phát huy nhưng cũng có những bài học đau thương mà người đời sau cần tỏ ngộ và tránh tái diễn. Sự chiều cảm của văn tế có tác dụng khơi dậy đốm lửa nhân bản trong đám tro tàn của thế thái nhân tình. Và để xây dựng tương lai, con người không thể không có hy vọng. Nguồn

CÁC ĐƠN VỊ, CÁ NHÂN TẶNG BÁO VHPG NĂM 2009

Ban Biên tập *Văn Hóa Phật Giáo* đã nhận được một số thư đề nghị tặng báo, Tòa soạn đã chuyển đề nghị trên đến các đơn vị, các doanh nhân Phật tử và thân hữu; năm mới 2009, các cá nhân, đơn vị hưởng ứng tặng báo *Văn Hóa Phật Giáo* đến các chùa, trường Phật học, trung tâm xã hội trọn năm với danh sách như sau:

Một độc giả	: 81 cuốn/kỳ
Ô. Lâm Hoàng Lộc	
Nhà sách Trí Tuệ	: 50 cuốn/kỳ
Bà Lưu	: 30 cuốn/kỳ
Ô. Vũ Châm, Vina Giấy	: 33 cuốn/kỳ
Nhà hàng Tib, Hai Bà Trưng	: 25 cuốn/kỳ
Ô. Phạm Văn Nga	: 16 cuốn/kỳ
Ô. Lương Trung Hiếu, Q.1	: 15 cuốn/kỳ
Bà Phùng Kim Vy	: 10 cuốn/kỳ
Bà Tôn Nữ Từ Uyên	: 10 cuốn/kỳ
Ô. Lê Chí Vũ	: 10 cuốn/kỳ
Bà Lê Kiều Diễm	: 10 cuốn/kỳ
Cô Cẩm Hà (USA)	: 10 cuốn/kỳ
Hồng Phúc-Xuân An, Q. BT	: 6 cuốn/kỳ
Ô. Phạm Văn Trắc	: 5 cuốn/kỳ
Bà Tôn Nữ Thị Mai	
89 Nguyễn Thượng Hiền, BT	: 4 cuốn/kỳ
Cô Phan Thị Nguyên Thảo	
Cty Unilever	: 4 cuốn/kỳ
Chị Thanh	
298 Lạc Long Quân, P.8, TB	: 4 cuốn/kỳ
Cô Tú Oanh	: 4 cuốn/kỳ
Chị Liên Hoàng, Q. BT	: 2 cuốn/kỳ
Bà Kim Anh, Q. 2	: 2 cuốn/kỳ
Cô Minh Hương, Q. PN	: 2 cuốn/kỳ
Cô Lý Lạc Bích Ngọc, Q.12	: 1 cuốn/kỳ
Ô. Võ Ngọc Toàn, Q. 7	: 1 cuốn/kỳ

Tổng số báo tặng kỳ này : 335 cuốn

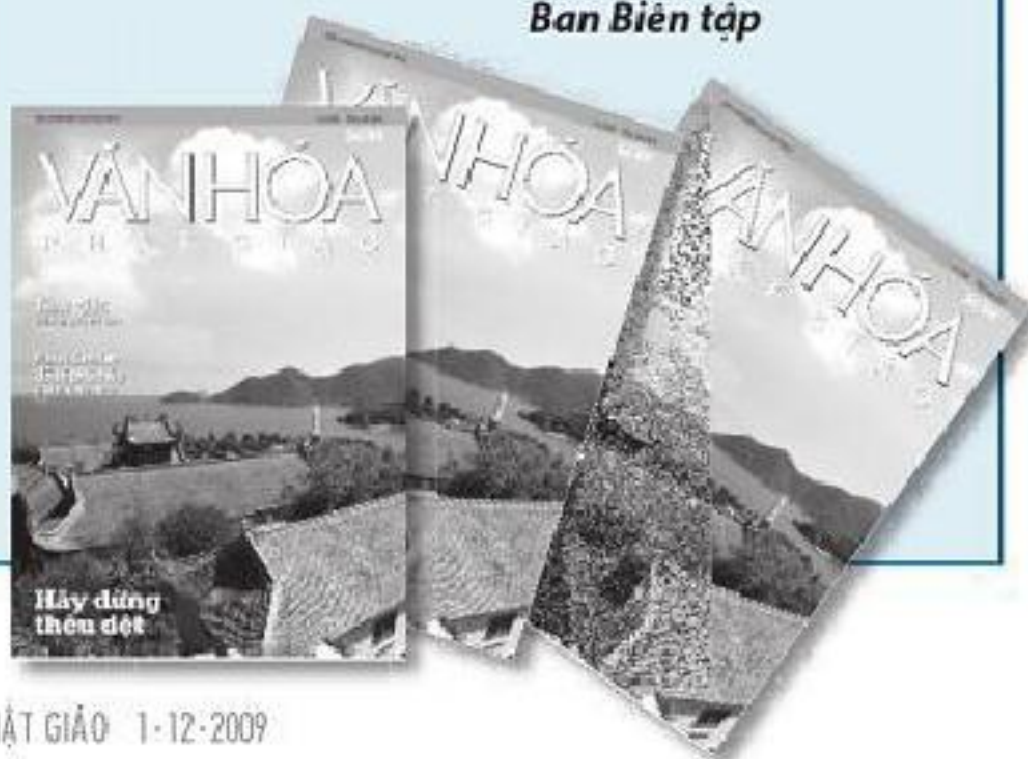
Mọi thông tin về chương trình tặng báo đến các chùa, trường, thư viện, trung tâm xã hội..., xin liên lạc:

Tòa soạn, Phòng Phát hành VHPG:

(08) 3 8484 335

Email: vanhoaphatgiao@vnn.vn

Ban Biên tập



tư liệu văn tế ánh lên tia hy vọng vào khả năng hướng thượng của con người, nhất là trong xã hội hiện nay tiện nghi vật chất ngày càng dồi dào và tân kỳ nhưng giá trị tinh thần ngày càng nghèo nàn và đơn bạc.

Những giá trị mà dòng văn tế góp vào nền văn hóa nước nhà khẳng định việc cần duy trì và phát triển dòng văn học này. Để thực hiện điều đó, chúng tôi thiết nghĩ có một vài phương cách sau đây.

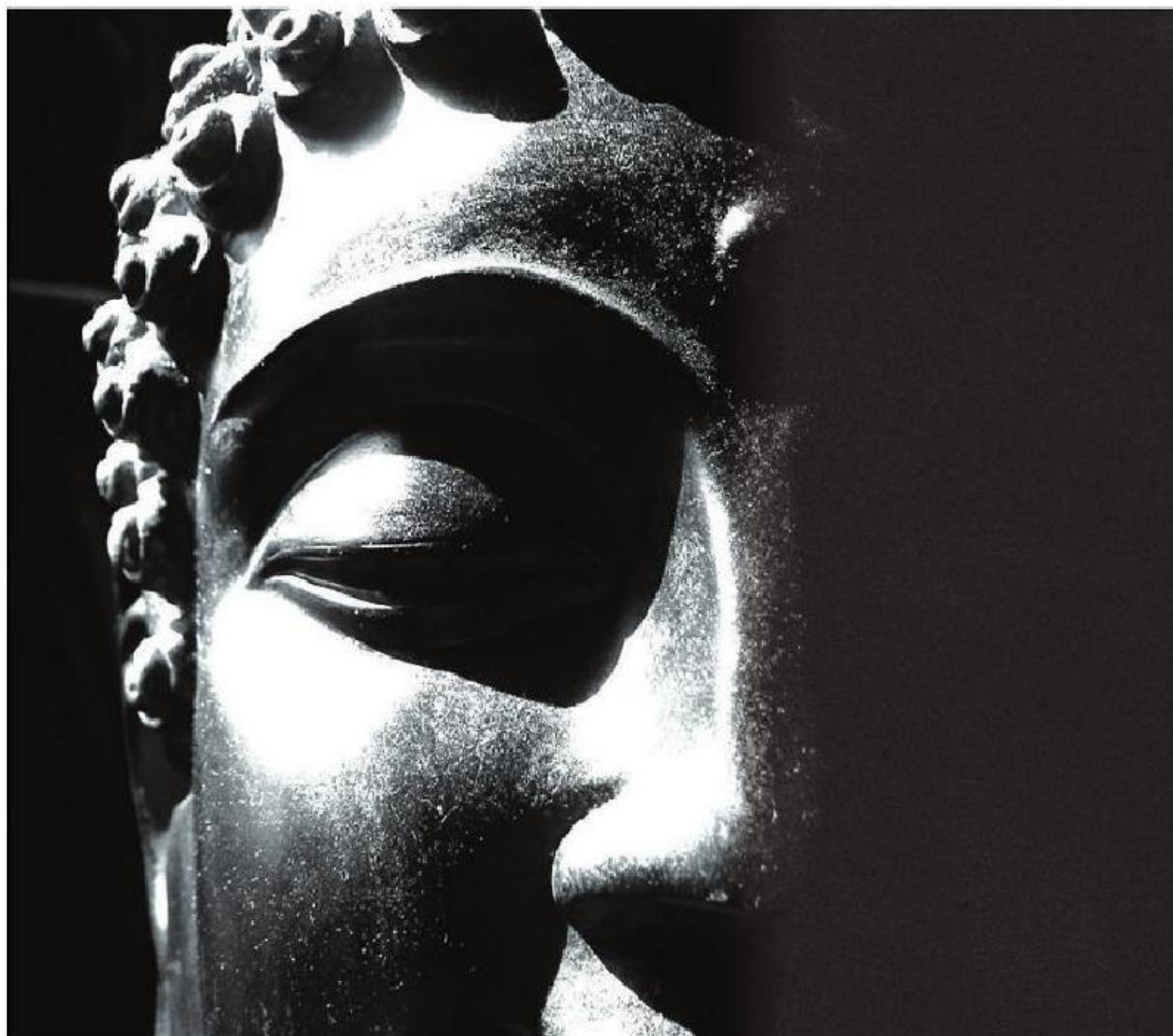
- Hệ thống hóa và nghiên cứu tư liệu

- Sưu tầm các bản văn tế hiện còn thất lạc hoặc lưu trữ trong dân gian chưa được phát hiện và đưa vào lưu trữ tại thư viện để tiện cho công việc nghiên cứu và truy cập sau này.

- Lập ban nghiên cứu dòng văn học này để liệt kê, phân loại, xác định tác dụng và lãnh vực của từng loại thực thể văn tế để áp dụng vào trong công tác nghiên cứu, giảng dạy và tế lễ.

- Áp dụng vào thực tế

Trong những năm gần đây, với ý niệm tìm về cội nguồn bản sắc dân tộc, chúng ta đã thấy các lễ cúng hương đình trở lại. Văn tế là một nét văn hóa truyền thống của Việt Nam và không thể thiếu được trong các tế lễ do đó cần được áp dụng một cách thích hợp và phổ biến. Văn tế đọc lên vào các ngày giỗ hay kỷ niệm các vị anh hùng dân tộc, các vị đã có công với đất nước và những nhân vật được người dân tôn làm thần với ý nghĩa tích cực, văn tế vào những đại lễ kỳ yên, văn tế khi cúng giỗ gia tiên, mỗi mỗi đều có nét đặc trưng riêng.



SUY XÉT QUẢ BÁO TỘI KHỔ để tránh lỗi lầm

QUANG AN

Đức Phật chỉ dạy cho các học trò mình hiểu rõ về hai loại tội – tội có kết quả ngay trong hiện tại và tội có kết quả trong đời sau – với mục đích giúp cho họ thực hiện nếp sống đạo đức chơn chánh, tránh xa các sai trái lỗi lầm, nhờ đó mà có được hạnh phúc an lạc trong cuộc sống hiện tại và tương lai. Ngài nêu trường hợp một người làm ác nghiệp trộm cắp bị phát hiện phải chịu hình phạt tù đầy, bị tra tấn khổ sở bởi luật pháp nhà nước và sự

kiện một người làm ác nghiệp về thân, về lời, về ý, sau khi chết phải chịu bất hạnh khổ đau trong các cảnh giới kém may mắn để lưu ý các học trò mình phải biết sợ hãi đối với các ác nghiệp, thấy sự nguy hiểm của các hành vi tội lỗi và tránh xa chúng. Bản kinh *Hai loại tội, Tăng Chi Bộ*, ghi lời Đức Phật dạy các Tỷ-kheo:

“Có hai loại tội này, này các Tỷ-kheo. Thế nào là hai? Tội có kết quả ngay trong hiện tại, và tội có kết quả trong đời sau.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là tội có kết quả ngay trong hiện tại?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người thấy vua chúa bắt được người ăn trộm, kẻ vô loại, liền áp dụng nhiều hình phạt sai khác. Họ đánh bằng roi, họ đánh bằng gậy, họ đánh bằng còng, họ chặt tay, họ chặt chân, họ chặt tay chân, họ xẻo tai, họ cắt mũi, họ xẻo tai cắt mũi. Họ dùng hình phạt vạc đầu, họ dùng hình phạt bôi đầu hình (xẻo đỉnh đầu thành hình con sò), họ dùng hình phạt La-hầu khẩu hình... hòa man hình (lấy lửa đốt thành vòng hoa)... đốt tay... khu hành hình (lấy rơm bên lại rồi siết chặt)... bì y hình (lấy vỏ cây làm áo)... linh dương hình (hình phạt con dê núi)... câu nhục hình (lấy câu móc vào thịt)... tiền hình (cắt thịt thành đồng tiền)... khối chấp hình... chuyển hình... cao đập đài... Họ tưới bằng dầu sôi, họ cho chó ăn, họ đóng cọc những người sống, họ lấy gươm chặt đầu.

Người thấy vậy suy nghĩ như sau: "Do nhân các ác nghiệp như vậy, vua chúa bắt được kẻ ăn trộm, kẻ vô loại, áp dụng nhiều hình phạt sai khác. Họ đánh bằng roi... họ lấy gươm chặt đầu. Nếu ta làm các ác nghiệp như vậy, vua chúa sẽ bắt ta và áp dụng các hình phạt như vậy". Người ấy sợ hãi tội phạm ngay trong hiện tại, không có cướp phá tài sản của những người khác. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tội có kết quả ngay trong hiện tại.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là tội có kết quả trong đời sau?

Ở đây, có người suy xét như sau: "Quả dị thực của thân làm ác trong đời sau là ác và khổ. Quả dị thực của miệng nói ác trong đời sau là ác và khổ. Quả dị thực của ý nghĩ ác trong đời sau là ác và khổ. Nếu thân ta làm ác, nói lời ác, nghĩ việc

ác, sao ta lại không có thể, sau khi thân hoại mạng chung, phải sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục". Người ấy sợ hãi tội có kết quả trong đời sau, từ bỏ thân làm ác, tu tập thân làm thiện, từ bỏ miệng nói ác, tu tập miệng nói thiện, từ bỏ ý nghĩ ác, tu tập ý nghĩ thiện, và cư xử tự ngã hoàn toàn thanh tịnh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tội có kết quả trong đời sau.

Này các Tỷ-kheo, trên đây là hai loại tội. Do vậy, này các Tỷ-kheo, cần phải học tập như sau: "Chúng ta phải sợ hãi đối với tội có kết quả trong hiện tại. Chúng ta phải sợ hãi đối với tội có kết quả trong đời sau. Chúng ta phải tránh xa các tội. Chúng ta phải thấy rõ sự nguy hiểm các tội". Như vậy, này các Tỷ-kheo, các thầy cần phải học tập. Đối với ai tránh xa các tội, này các Tỷ-kheo, đối với ai thấy rõ sự nguy hiểm các tội, thời được chờ đợi rằng người ấy sẽ được giải thoát tất cả tội".

Nhìn chung, Đức Phật mong muốn mọi người sống một đời sống hiền thiện hạnh phúc nên lưu ý chúng ta cần phải biết sợ hãi đối với các việc xấu ác, thấy rõ sự nguy hiểm của các hành vi ác, bất thiện để tránh xa chúng. Con người là sinh vật hoạt động mạnh về tri giác, có khả năng phân biệt cái thiện cái ác và điều chỉnh các hành vi của mình theo chiều hướng tốt đẹp. Chính nhờ biết suy xét đúng đắn về kết quả khổ đau của các việc xấu ác, thấy rõ sự nguy hiểm của các hành vi ác, bất thiện mà con người ta không rơi vào các việc làm sai trái lỗi lầm, không tạo ác nghiệp về thân, về lời, về ý, luôn luôn sống với thân làm thiện, miệng nói thiện, ý nghĩ thiện. Kết quả là người ấy được tự do, thoát khỏi mọi lo âu, phiền não, khổ đau, sống thực nghiệm hạnh phúc an lạc đời này và hạnh phúc an lạc đời sau. ■



HÀNH TRÌNH CHUYỂN HÓA NỘI TÂM

THÍCH PHƯỚC ĐẠT

Có lúc nào bạn tự nghĩ mình cần phải làm gì để đạt được chân giá trị hạnh phúc thật sự chưa? Chắc hẳn mỗi người đều có câu trả lời cho chính mình ngay trong đời sống thực tiễn, trong sách vở từ chương giữa một cuộc sống luôn biến động của nền kinh tế thị trường. Nhưng những ai là Phật tử, từng được đọc lời hay ý đẹp của Đức Phật và các vị Thánh đệ tử của Ngài, hay từng được nghe trực tiếp những lời giảng thuyết của các vị thầy minh triết và có giới đức, chắc hẳn cũng có cùng câu trả lời như của tôi, ấy là làm thế nào để những giáo nghĩa uyên thâm ẩn chứa nhiều giá trị đích thực của chân lý được vận dụng vào đời

sống thường nhật thì con người sẽ có hạnh phúc thật sự. Nếu không như thế, thì tự thân mỗi người không bao giờ và không thể nào thực thi quá trình chuyển hóa nội tâm từ một kẻ phàm phu trở thành bậc giác ngộ ở đời. Phải chăng đây chính là mục đích và lý tưởng sống mà mỗi người Phật tử cần hướng đến trong cuộc hành trình trở về thế giới Phật quốc?

Thực tế, cuộc sống vốn diễn ra rất nhem mầu mà chúng ta cần phải có niềm tin vào chính mình để thực thi tiến trình chuyển hóa nội tâm. Vấn đề đầu tiên là không để tâm rong ruổi, lang thang và hòa điệu vào những biến hóa sắc màu của trần thế. Cho nên, Đức Khổng Tử, nhà

Chỉ thanh đạm thế...

TÂM HÍ



Chùa Phước Long,
thị xã Cam Ranh
đang xây cất



Chùa Báo Ân

Một số danh lam đã bị phá hủy

Vua Tự Đức bước lên ngai vàng đúng vào lúc nước Việt đối đầu với âm mưu xâm lăng của thực dân Pháp...

Năm 1858, liên quân Pháp – Tây Ban Nha chính thức tấn công Đà Nẵng, sau đó rút vào đánh chiếm miền Nam. Ngày 6-3-1859, giặc đốt phá thành Gia Định rồi cưỡng chiếm các chùa chiền lớn như Từ Ân – Khải Tường – Kim Chương – Kiểng Phước – Phụng Sơn... thiết lập phòng tuyến quân sự. Từ đây theo gót giày thực dân từ Nam ra Bắc, nước mất chùa tan...

I. QUỐC TỰ KHẢI TƯỜNG – GIA ĐỊNH

Năm 1832, vua Minh Mạng ra lệnh Bộ Công thiết kế bản vẽ xây dựng chùa Khải Tường tại thôn Tân Lộc, bên phải thành Gia Định để kỷ niệm nơi vua được sinh ra. Đây là quốc tự lớn nhất ở miền Nam, tại chính điện tôn trí một pho tượng Phật bằng gỗ sơn son thếp vàng, cao khoảng 2m, do thợ tại kinh đô Huế điêu khắc. Triều đình công cử các vị Tăng cang, trú trì cùng 20 Tăng sĩ thường trú để

hoàng dương Phật pháp, nắm giữ giếng mối đạo Phật. Kể từ khi bị giặc Pháp cưỡng chiếm (1859), chùa dần dần đổ nát, hoang phế. Cử nhân Phan Văn Trị, một nhà Nho yêu nước đương thời cảm tác trước cảnh chùa:

*"Nam mô hai chữ biết về đâu
Cám nỗi chùa hư Phật phải rầu
Nắng rọi mồ chuông khô nứt mặt
Mưa sa kinh kệ ướt mem đầu
Rằm ngươn vắng kẻ dâng vùa nếp
Hôm sớm không ai cúng phụng đầu
Đức cả từ bi xin sớm liệu
Ngồi chờ Lương Võ thế còn lâu".*

Năm 1880, thực dân Pháp cho triệt hạ chùa Khải Tường để xây công trình mới, đem pho tượng Phật lớn về cất giữ ở trong kho Phủ Toàn quyền.

Năm chục năm sau, ngày 1/1/1929 thành lập Viện Bảo tàng Blanchard de la Brosse (tên của viên Thống đốc Nam Kỳ đương thời) để trưng bày cổ vật bản xứ. Theo lời đề nghị của một số nhân sĩ Việt - Pháp, pho tượng Phật chùa



Tượng Phật chùa Khai Tường



Giếng đá chùa Khai Thiên

dưới thời Pháp thuộc

Bài và ảnh tư liệu TRẦN ĐÌNH SƠN

Khải Tường được chuyển đến đặt tại trung tâm Viện Bảo tàng để quần chúng quan chiêm. Hiện nay, pho tượng mang dấu ấn quan trọng của mỹ thuật VN thời Nguyễn đã bị chuyển đến phòng trưng bày phía sau, chung cùng với các cổ vật tầm thường khác. Điều này làm mất đi sự tôn nghiêm của pho tượng Phật quý hiếm, làm chứng tích của giai đoạn đầu tiên đất nước bị xâm lăng.

II. QUỐC TỰ BẢO THIÊN - HÀ NỘI

Được kiến tạo dưới triều vua Lý Thánh Tông (1054-1071), đặt tên là "Sùng Khánh Báo Thiên Tự", ngoài vườn chùa có "Đại Thắng Tư Thiên Bảo Tháp", cao 12 tầng (khoảng 60m), chóp tháp đúc bằng đồng, các tầng xây bằng gạch ghi niên đại "Lý gia đệ tam đế, Long Thụy Thái bình tứ niên tạo". (1057). Bảo tháp này là một trong 4 công trình được mệnh danh "An Nam Tứ Đại Khí" thời Lý Trần. Danh nho Phạm Sư Mạnh đã cảm xúc ca ngợi:

Đế Báo Thiên Tháp

Trấn áp đông tây cùng đế kỳ

Khuy nhiên nhất tháp độc nguy nguy
Sơn hà bất động kinh thiên trụ
Kim cổ nan ma lập địa chùy
Phong bão chung linh thời ứng đáp
Tinh di đăng chúc dạ quang huy
Ngã lai dục thử để danh bút
Quản lĩnh xuân giang tác nghiễn trì.
Dịch thơ:

Trấn áp đông tây giữ đế đô
Hiên ngang ngọn tháp đứng trơ trơ
Non sông vững chãi tay trời chống
Kim cổ khôn mòn đỉnh tháp nhô
Thình thoảng gió lay chuông ứng đáp
Đêm đêm sao xế đuốc khôn mờ
Tới đây những muốn dăm ngòi bút
Chiếm cả dòng sông mài mực thơ.
(Đào Thái Tôn dịch)

Thời quân Minh xâm lăng nước ta, năm 1426 tướng giặc Vương Thông cần lấy đồng đúc khí giới chống lại

nghĩa quân Lam Sơn nên đã cho phá hủy nóc tháp cùng với các bảo vật bằng đồng khác như chuông Quy Điền, vạc Phổ Minh, tượng Quỳnh Lâm.

Sau khi đuổi được giặc Minh, đến thời vua Lê Thái Tông (1434-1442), triều đình đã trùng tu tôn tạo lại chùa Báo Thiên. Cuối thế kỷ XVIII, vì nạn nội chiến ngoại xâm chùa lại đổ nát. Thời Nguyễn Thiệu Trị, Tổng đốc Hà Ninh Tôn Thất Bật noi theo dấu cũ tôn tạo trở lại thành ngôi danh lam, thành Hòa thượng Phúc Điền trụ trì, là một trung tâm in ấn kinh sách, giáo dục Tăng đồ lớn của đất Bắc.

Năm 1883, thành Hà Nội thất thủ, tiếp đến toàn miền Bắc bị Pháp cưỡng chiếm. Do có công trạng to lớn trong việc dẫn dắt, tham mưu cho giặc Pháp, Giám mục Puginier cấu kết với bọn xâm lược, âm mưu cướp đoạt chùa Báo Thiên để xây dựng nhà thờ Lớn Hà Nội vào năm 1884.

Hiện nay chỉ còn sót lại 1 giếng đá cổ chạm khắc hoa sen rất đẹp. Sau khi chúng tôi công bố các bài báo giới thiệu giếng cổ, nhà thờ đã cho di chuyển giếng vào trước hang đá Đức Mẹ vào năm 2005.

IV. CHÙA BÁO ÂN - HÀ NỘI

Chùa do Tổng đốc Nguyễn Đăng Giai tổ chức xây dựng dưới thời vua Thiệu Trị (1841 – 1847) trên nền cũ lầu Ngũ Long của chúa Trịnh, thuộc thôn Cựu Lâu – huyện Thọ Xương cạnh hồ Hoàn Kiếm.

Chùa có tên chính là “BÁO ÂN TỰ”, nhưng dân gian còn gọi là chùa LIÊN TRÌ hoặc chùa QUAN THƯỢNG. Căn cứ theo hình ảnh còn lưu lại, chúng ta thấy chùa có kiểu thức rất độc đáo, công trình kiến trúc nguy nga nhất ở trung tâm Hà Nội vào thời Nguyễn.

Từ con đường ven hồ phía Đông dẫn vào có tháp Hòa Phong rồi đến cổng chùa. Vượt qua chiếc cầu đúc lát gạch đến lầu Hộ Pháp (tam quan) cao hai tầng. Hai bên dựng 4 bảo tháp đối xứng cao 3 tầng. Bên trong là điện Đại Hùng, tôn trí rất nhiều pho tượng Phật, Bồ-tát chạm khắc bằng gỗ sơn son thếp vàng tuyệt đẹp. Tiếp đến là điện Thánh, Tăng xá, trai đường... Bao quanh có tường lang bố trí cảnh “Thập Điện Minh Vương”, mô tả cảnh khổ báo trong 10 địa ngục rất sinh động. Tổng thể chùa có 36 mái, 150 gian nhà, chung quanh xây tường lục giác bao bọc, bên ngoài đào hào trồng hoa sen. BÁO ÂN thời đó trở thành đại danh lam của cố đô Thăng Long, được ca ngợi:

*“Phong quang cảnh trí trăm đường,
Trong xây chín giếng, ngoài tường lục lăng
Rõ mười cửa động từng bùng
Đến vàng tòa ngọc chất từng như ném...”*

Quân Pháp đánh chiếm thành Hà Nội lần đầu năm 1873, năm 1876 ông Trương Vĩnh Ký theo lệnh của Đô đốc Dupré ra Bắc Kỳ tìm hiểu tình hình, ông có đến viếng chùa BÁO ÂN và mô tả trong sách “Chuyến đi Bắc Kỳ năm Ất Hợi – 1876” – (Sàigòn, Guillard et Martion, 1881 – tr.5).

Sau khi đất nước bị mất chủ quyền hoàn toàn, kể từ 1/10/1888, Hà Nội là nhượng địa của Pháp. Trong quá trình cải tạo cái nôi văn hóa truyền thống Việt Nam họ bắt

tay ngay vào việc triệt phá các ngôi chùa to lớn, có ảnh hưởng nhất của người Việt.

Trước tiên là quốc tự BÁO THIÊN, tồn tại suốt gần 1.000 năm đã bị Giám mục Puginier cùng với Công sứ Bonnal và Nguyễn Hữu Độ làm phép lạ để biến thành: nhà thờ chính tòa Hà Nội (xây dựng từ năm 1883 và khánh thành ngày 23/12/1887).

Kế tiếp, chùa BÁO ÂN nằm trong tầm ngắm của giặc bị phá hủy hoàn toàn để xóa bỏ dấu ấn của triều Nguyễn tại cố đô Thăng Long. Các pho tượng Phật đẹp nhất bị Bonnal cướp đoạt đem về Pháp.

Hiện nay, chỉ còn sót lại 1 ngôi tháp Hòa Phong trơ trọi bên hồ Gươm làm chứng tích cho lời tuyên bố quả quyết của Giám mục Puginier: “Tôi xác định rằng khi mà Bắc Kỳ trở thành Gia Tô giáo thì nó cũng trở thành nước Pháp nhỏ của Viễn Đông, y hệt như quần đảo Phi Luật Tân đã là một Tây Ban Nha nhỏ...” (Giáo sĩ thừa sai và chính sách thuộc địa của Pháp tại Việt Nam (1857-1914). Cao Huy Thuấn – NXB Tôn Giáo, 2003-tr.437).

IV. QUỐC TỰ GIÁC HOÀNG – KINH ĐÔ HUẾ

Do ý chỉ của vua Minh Mạng (1820-1840) muốn xây dựng một ngôi chùa thờ Phật trên vùng đất phủ cũ của mình để tụ linh khí, cầu phước cho hoàng gia. Năm 1839, Bộ Công thiết kế bản vẽ, Bộ Binh tuyển chọn 500 lính thợ đảm trách xây dựng chùa. Theo bản vẽ hiện còn: chùa tọa lạc

*Rạng ngời tướng tốt thường chiêm ngưỡng
Mẫu nhiệm kinh vàng ý tưởng chuyên
Tâm, Phật miễn bàn người đắc đạo
Sắc, không dùng nghĩ lý đương nhiên
Tình thương rưới khắp sinh linh khổ
Trí tuệ sâu xa chiếu mọi miền.*

Biển cổ thất thủ kinh đô (23/5/Ất Dậu - 5/7/1885) quốc tự Giác Hoàng bị quân Pháp chiếm làm doanh trại. Đến năm 1902, chùa bị triệt hạ hoàn toàn để xây dựng "Cơ mật tân viện", làm nơi hội họp giữa Nam triều với Chính phủ Bảo hộ Pháp.

Chế độ quân chủ chấm dứt năm 1945, công trình này được sử dụng làm tòa án. Từ 1975 về sau, đây là trụ sở của Ủy ban Quân quản Bình Trị Thiên, tiếp theo là văn phòng Tỉnh ủy Tỉnh Thừa Thiên Huế (1989 – 2000). Hiện nay là cơ quan: Trung tâm Bảo tồn di tích Cố đô Huế. Tuy nhiên trong tâm thức quần chúng vẫn tồn tại mãi "Giác Hoàng phạm ngữ", qua 4 câu thơ:

*Cỏ hoa đổi mới tam tòa
Thành xưa còn đó đâu là chùa xưa
Cuộc đời dù nắng dù mưa
Mùi hương chính pháp gió đưa dịu dàng.*

V. CHÙA LINH HỮU - KINH ĐÔ HUẾ

Tháng 6 năm Kỷ Sửu (1829), vua Minh Mạng cho xây dựng quán Linh Hữu tại phường Ân Thịnh, bên trong kinh thành Huế.

Công trình này gồm điện Trùng Tiêu quay về hướng Nam. Hai bên xây tường lang nối liền với gác Từ Vãn ở phía Đông và gác Tường quang phía Tây. Trước điện dựng tam quan hai tầng, xây la thành bao bọc chung quanh, Có đường dẫn ra phường môn sát bên Ngự hà. Đây là nơi thờ phụng tiêu biểu cho Lão giáo.

Tuy nhiên do không tuyển được đạo sĩ đủ tài đức đảm trách nên từ đầu vua đã cho phép Bộ Lễ hội họp với sơn môn cung thỉnh các vị cao tăng giữ chức trú trì và Tăng cang tại quán này. Người đầu tiên là Hòa thượng Tánh Thiên Nhất Định. Do đó quán trở thành chùa Phật, làm nơi lễ bái của hoàng gia. Vua Thiệu Trị xếp hạng Linh Hữu đứng thứ 12 trong 20 thắng cảnh nổi tiếng của kinh đô.

Biển cổ thất thủ kinh đô thời vua Hàm Nghi (5/7/1885), quân Pháp chiếm đóng chùa Linh Hữu. Tình trạng này kéo dài đến triều vua Thành Thái. Sau khi chùa Giác Hoàng bị triệt hạ để xây dựng Tàu cơ mật viện (1902), Thị vệ đại thần Ngô Đình Khả (NĐK) tâu xin vua ban cấp khu đất Linh Hữu cho mình làm từ đường gia tộc. Nhưng NĐK không làm từ đường mà chuyển sang kiến tạo nhà thờ Thiên Chúa. Triều đình phát hiện việc làm trái với pháp luật và Hòa ước nên tháng 11 năm 1905 họp lại kiến nghị phạt NĐK 80 trường, giáng 3 cấp, cách chức (theo điều: phạm bất ưng vi nhi vi, trọng giả trường bát thập). Ra lệnh triệt hạ giáo đường, cho tùy ý chọn địa điểm xây cất bên ngoài kinh thành.

Ông NĐK trình xin chuyển nhượng công trình đã lỡ làm, sửa chữa thành chùa để bảo tồn di tích Linh Hữu. Xin

triều đình trợ cấp 300 đồng bạc để mua sắm vật liệu làm giáo đường mới trên nền kho cũ ở xã Tiên Nộn.

Chưa giải quyết xong sự việc thì tháng 7 năm 1907 vua Thành Thái bị Pháp truất phế đưa vào an trí ở Vũng Tàu. Ông NĐK cáo bệnh thay đổi ý kiến không chịu nhận tiền bồi thường nữa.

Đến thời vua Duy Tân (1907 – 1916), NĐK bị quyết định cho rời chức vụ về hưu trí. Số tiền 300 đồng sung công, Bộ Lễ triệt hạ giáo đường dùng vật liệu làm việc khác.

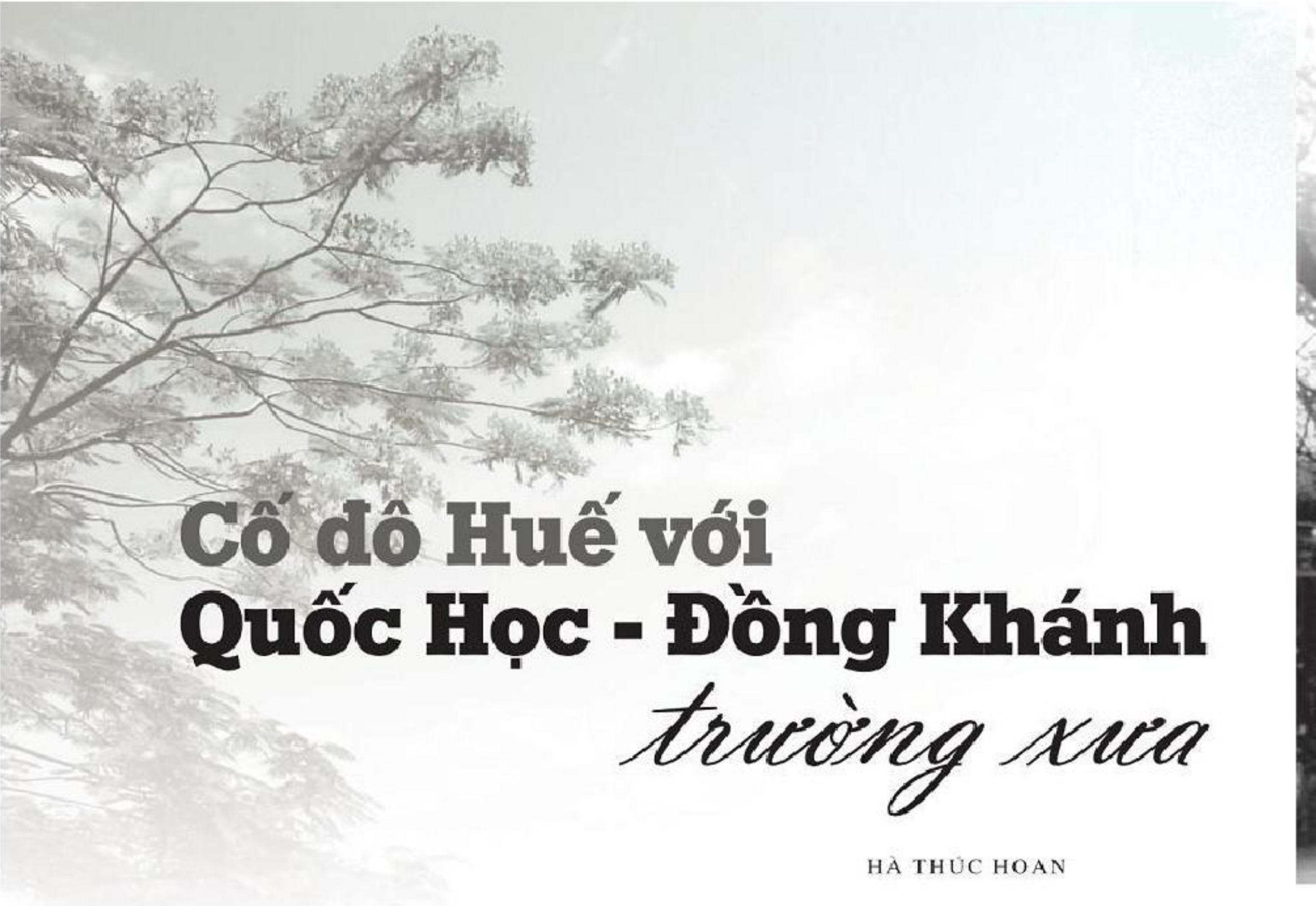
Mãi đến thời Ngô Đình Diệm, năm 1962 Tổng Giám mục Ngô Đình Thục mới thực hiện được ý nguyện của cha là lấy đất di tích Linh Hữu để xây dựng ngôi giáo đường Tây Linh nguy nga đồ sộ như chúng ta thấy hiện nay.

Ở Huế thời đó có truyền tụng mấy câu thơ châm biếm:

*Khi xưa một cục cũng rằng không!
Bây giờ xây dựng cả một vùng
Đẹp mặt chúa cha trên thượng giới
Đau lòng con cháu với non sông!*

VI. CHÙA BA LÀNG (LÁ VẮNG) - QUẢNG TRỊ

Theo tài liệu xưa còn lưu lại cho biết vào thời Minh Mạng (1820-1840) nhân dân 3 làng Thạch Hãn – Cổ Thành và Ba Trữ có chung nhau xây dựng một ngôi chùa khá lớn, thờ tự tượng pháp đầy đủ trang nghiêm tại vùng đất Lá vằng (có nhiều cây lá vằng mọc hoang, người dân thường lấy lá phơi khô làm thuốc Nam), cách tỉnh thành Quảng Trị khoảng 6km.



Cố đô Huế với Quốc Học - Đồng Khánh *trường xưa*

HÀ THỨC HOAN

Vào những ngày đầu năm hoặc trong những lần họp mặt đồng vui, chúng ta thường nhận được nhiều lời chúc hạnh phúc. Có phải vì chúng ta không biết nhận diện hạnh phúc nên lời chúc phúc thì nhiều mà hạnh phúc chẳng được bao nhiêu? Nếu thực hành nhận diện hạnh phúc bằng cách lấy giấy bút viết ra những gì gọi là may mắn, tốt đẹp của một đời người, chúng tôi sẽ mở đầu bản liệt kê hạnh phúc của đời mình bằng ba điều đáng hân hoan và trân trọng. Đó là sinh trưởng ở thành phố Huế, học tập ở trường Quốc Học, giảng dạy ở trường Đồng Khánh.

Người Huế nào cũng tự hào với vẻ đẹp của thành phố quê hương. Nét đẹp đặc trưng của Huế là sự cân đối, hài hòa giữa cuộc sống con người và cảnh quan của tạo vật. Chọn đất Phú Xuân để dựng kinh đô, các vua nhà Nguyễn đã khôn ngoan sử dụng sông núi có sẵn của thiên nhiên để xây hoàng thành và cung điện. Lấy núi Ngự làm bình phong ở bờ Nam, xây dựng kinh thành Huế ở bờ Bắc, mở thêm hai con sông đào dẫn nước sông Hương tưới mát phố phường ở hai bên tả hữu Thành Nội, như chạm khắc, như thêu ren, các vị vua đầu nhà Nguyễn đã viết nên giữa trời xanh một bài thơ về kiến trúc đô thị¹. Sông Hương và núi Ngự của trời đất, nhưng với nghệ thuật kiến trúc thân thiện môi sinh như thế, các bậc tiền bối đã tạo cho du khách cái cảm tưởng hình như

con người đã tạo lập cả núi sông ấy để xây đắp kinh đô cho đất nước mình! Vào cuối thế kỷ XX và đầu thế kỷ XXI này, khi bảo vệ thiên nhiên trở thành vấn đề sinh tử của nhân loại, vẻ đẹp của kiến trúc cố đô Huế thể hiện bài học có giá trị về môi trường sống.

Với nét đặc trưng ấy, Huế được gọi tên là thành phố bên dòng sông. Nhưng Huế còn là thành phố của những lăng tẩm và chùa chiền. Cố đô có cả chục lăng tẩm và hàng trăm ngôi chùa. Đó là một nét đẹp có tính đặc trưng khác của Huế. Có người đã nói đến Huế mà chưa đi xem lăng là chưa đến Huế. Chúng tôi muốn nói thêm rằng đến Huế mà chưa vãng cảnh chùa là chưa biết Huế một cách đầy đủ. Trong những kỳ nghỉ hè, lăng vua và chùa Phật được xem là những địa điểm tham quan đầy thú vị và gần như bắt tận của những học sinh Quốc Học và Đồng Khánh. Cách đây chừng nửa thế kỷ, đi lăng, đi chùa vào những ngày nghỉ học là một cách giải trí lành mạnh, hữu ích và không kém phần thơ mộng của thế hệ thanh niên chúng tôi. Qua những lần du ngoạn ấy, mùa hè của tuổi học trò trở nên đáng nhớ, đáng yêu và đầy kỷ niệm. Đó cũng là cơ hội để những người con xứ Huế sống giao hòa mật thiết với cảnh đẹp thiên nhiên không phải nơi nào cũng có được.

Một cảnh đẹp tiêu biểu, độc đáo của Huế là cầu Trường Tiền. Tất cả những chiếc cầu trên đất nước ta đều là cầu để người và xe cộ đi qua. Riêng cầu Trường Tiền còn có

về quê nhà sau nhiều năm xa cách, đứng nhìn trường cũ, nhớ thấy cô và bè bạn ngày xưa, rồi đặt nhẹ bàn tay lên cái cổng trường mà bồi hồi cảm xúc đến rơi nước mắt, vì có cảm tưởng như được nắm lấy bàn tay ấm nóng tình cảm của cố nhân...

Như cảm thông với khát vọng vươn lên bằng đường học vấn của con em Thừa Thiên và các tỉnh miền Trung, nhà hữu trách thời Pháp thuộc đã dành hai khu đất "vàng" ở kinh đô để xây dựng hai ngôi trường trung học thuộc loại lớn nhất Việt Nam. Về đại thể, hai trường Đồng Khánh, Quốc Học đều có những điểm giống nhau. Cả hai đều có khuôn viên rộng lớn, cùng tọa lạc trên đường Lê Lợi, cùng có mặt tiền hướng ra dòng sông Hương. Từ hai cổng trường nhìn vào, người ta đều thấy một sân trường dài rộng với cột cờ ở giữa, hai bên tả hữu là hai dãy lầu khang trang có hành lang dài và những phòng học thoáng mát. Ở cuối sân trường có một nhà chơi rộng lớn nối liền hai dãy nhà lầu. Các lễ phát phần thưởng và những buổi diễn văn nghệ toàn trường được tổ chức ở đây. Ở phía sau nhà chơi còn có một khu đất rộng. Tuy một vài dãy nhà trệt đã được xây dựng ở đó để mở thêm phòng học, nhưng phần đất trống còn lại đủ để nam sinh Quốc Học tổ chức những trận đấu bóng đá giao hữu và nữ sinh Đồng Khánh dùng làm đất cắm trại trong ngày lễ Trưng Vương. Sống với nghề dạy học hơn bốn mươi năm, được vào ra nhiều trường trung học và đại học trong nước, chúng tôi chưa thấy có ngôi trường nào rộng lớn, bề thế, uy nghi mà vẫn có nét thơ mộng như Đồng Khánh và Quốc Học.

Thật vậy, những ai đã từng ngắm nhìn hình ảnh hai ngôi trường này chắc sẽ đồng thuận với chúng tôi mà nói rằng: Nếu những bức tường thẳng đứng cao và dày che khuất cả mái nhà và hành lang đã tạo cho Quốc Học hình dáng hiên ngang, mạnh mẽ đầy nam tính của Từ Hải thì các mái ngói lớn đồ dốc, nhiều mái ngói phụ nhỏ nhỏ nghiêng nghiêng nhô ra che chắn mưa nắng ở hành lang, ở các cửa lớn và cửa sổ, đã tạo cho Đồng Khánh dáng vẻ khép nép, mềm mại đầy nữ tính của Thúy Kiều. Khác một điều là nếu Thúy Kiều và Từ Hải sau năm năm chung sống hạnh phúc đã phải chịu cảnh tử biệt nhiều khổ đau thì trường anh Quốc Học và trường em Đồng Khánh đã gần bó thùy chung gần một thế kỷ. Đã có biết bao nhiêu nước chảy dưới cầu Trường Tiền, nhưng có xa cách đi nữa thì Quốc Học và Đồng Khánh cũng chỉ cách xa một con đường nhỏ, để mãi mãi đứng song đôi mà soi bóng bên dòng Hương giang, để mãi hoài cùng hát lên khúc tình ca giữa lòng thành phố đẹp như một bài thơ về kiến trúc đô thị: "Luôn luôn một và luôn luôn hai, ấy là khúc ca của tình yêu"⁵.

Hãy nhớ lại những buổi sáng mùa hạ lãng đãng sương mù ở Huế cách đây chừng bốn mươi năm. Sáng tinh sương, khi các nẻo đường trong thành phố còn thưa vắng người thì nhiều màu áo trắng của học sinh Quốc Học và Đồng Khánh đã xuất hiện. Màu trắng học trò từ Thành

Nội qua, từ Nam Giao xuống, từ Vỹ Dạ lên, màu trắng của những tâm hồn còn trẻ từ Kim Long, Gia Hội, An Cựu, Nguyệt Biều đổ về, tất cả cùng hội tụ trên con đường rợp bóng cây xanh Lê Lợi rồi lan tỏa vào bên trong hai ngôi trường có những dãy tường hồng và nhiều hoa phượng đỏ... Thế rồi tiếng chuông của Quốc Học tha thiết ngân vang: "Bi li... Bi li... Bi li..." Chẳng bao lâu, tiếng trống của Đồng Khánh nồng nhiệt đáp lại: "Bùng... Bùng... Bùng..."⁶. Sáu ngày trong một tuần, vào hai buổi sáng chiều, khi các đứa con thân yêu quây quần đông vui, Quốc Học và Đồng Khánh đã râm ran chuyện trò với nhau bằng âm thanh quen thuộc ấy. Vào những đêm thanh, khi thành phố đã yên giấc và trăng nước đã tương giao, ai dám chắc Đồng Khánh và Quốc Học không trao đổi tâm tình với nhau bằng ngôn ngữ "vô thanh thắng hữu thanh" trong *Tỳ bà hành* của Bạch Cư Dị?

Khi còn học trường Quốc Học, chúng tôi và những người bạn cùng trang lứa đã học thuộc lòng bốn câu thơ viết về Huế không biết rõ tác giả là ai:

"Đây xứ Huế đất hiền nước ngọt.

Gái nhu mì ẩn nét đằm thanh.

Trai nơi đây nhút nhát đa tình,

Yêu tất cả trái lòng vạn nẻo".

Những buổi sáng mùa thu, vào giờ nghỉ, nhiều cô gái Huế "nhu mì ẩn nét đằm thanh" thơ thần dạo chơi trong sân trường Đồng Khánh và ngoài vườn hoa phía bên kia đường Lê Lợi, dọc theo bờ Nam sông Hương. Trời đã trở lạnh, các cô Đồng Khánh bắt đầu mặc áo ấm. Màu hồng phấn, màu tím than, màu xanh da trời, màu vàng hoa cúc, màu đỏ hoa hồng... màu nào cũng đẹp, cũng tươi trên cái nền chung là màu áo dài trắng nữ sinh. Theo đường Lê Lợi để đến trường Quốc Học, đi ngang qua trường Đồng Khánh vào thời điểm ấy, chàng trai Huế "nhút nhát đa tình" là chúng tôi ngày ấy đã có cảm giác lâng lâng như hai chàng Lưu Nguyễn lạc bước vào thiên thai. Trong năm năm, từ năm 1965 đến năm 1970, khi còn là một thầy giáo trẻ chưa ngoài ba mươi, chúng tôi đã có cái hạnh phúc được vào cõi thiên thai ấy để "đàm đạo" văn chương với những nàng tiên Đồng

*Trong đời chỉ đẹp và thơ,
Yêu đời dù đến ngán ngơ cũng đành.
Mắt say hấp mảnh trời xanh,
Miệng say uống ngập gió lành muôn phương”.*

Giọng ngâm thơ của anh Liễu khá đặc biệt, nó có pha âm hưởng của dân ca đất Quảng, nó vang lên từ tấm lòng của một nhà giáo giàu cảm xúc và đam mê, nó lay động tâm hồn của người bạn đồng nghiệp mà cũng là đồng điệu là chúng tôi ngày ấy. Đều là thầy giáo dạy Việt văn với tất cả say mê cho những nữ sinh Đồng Khánh xinh đẹp, hiếu học và lễ độ, chúng tôi đã dừng ở chỗ đáng dừng, biết giữ một khoảng cách cần thiết để tình thấy trò mãi mãi được trong sáng, nhờ vậy mà có được một phần nổi tự hào của Hồ Thấu để ngâm câu “*Ái ân chưa bận tắc lòng*”. Nghề dạy học lúc ấy có thể giúp chúng tôi sống được, nhưng không ai chọn nghề dạy học để thỏa mộng làm giàu. Như phần đông bạn đồng nghiệp thuở ấy, cả hai chúng tôi đều không để cho đồng tiền làm “*bẩn*” lương tâm của nhà giáo. Yêu “*thơ*”, quý trọng cái “*đẹp*”, cùng ngắm “*trời xanh*” và đón “*gió lành*” của đất Thừa Thiên, cả hai chúng tôi đều cảm thấy yêu nghề, yêu người, “*yêu đời*” dù chưa đến “*ngán ngơ*”. Qua giọng ngâm của anh Phạm Liễu, mấy câu thơ có lời hay ý đẹp của Hồ Thấu đã đi theo chúng tôi suốt đời, nuôi dưỡng tình yêu cuộc sống và nhắc nhở chúng tôi sống tử tế, sống lương thiện với mơ ước “*đời ta*” được “*trong trắng như hoa giữa đồng*”.

Chúng tôi đã rời xa Đồng Khánh với một kỷ niệm đẹp như chuyện cổ tích. Mùa hè năm 1970, được sự khuyến khích của chị Thanh Tâm và sự giúp đỡ vô tư của anh Đoàn Khoách, chúng tôi quyết định làm đơn xin chuyển chuyển về Đại học Sư phạm Huế. Trước khi viết đơn, chúng tôi trình bày nguyện vọng với hiệu trưởng lúc ấy là chị Lê Thị Tường Loan, mới nói mấy câu chưa trọn ý thì chị đã sốt sắng tiếp lời. Chị nói đại ý đây là cơ hội thăng tiến nghề nghiệp nên vui lòng cho chúng tôi chuyển nhiệm sở. Thế rồi, một thời gian sau, tại tư thất, bà hiệu trưởng Đồng Khánh đã mở một bữa tiệc để tiễn đưa và chúc mừng một giáo chức Đồng Khánh được “*thăng quan tiến chức*”! Trong buổi tiệc hy hữu ấy, anh Thái Quang Toàn đã thay mặt nhà trường tặng chúng tôi một bộ đồ trà làm quà lưu niệm, còn anh Dung, phu quân của chị Tường Loan, đã ân cần trò chuyện và cho chúng tôi một bài học rất hay về từ ngữ¹⁰.

Người già hay nhắc lại chuyện cũ vì nhớ tiếc quá khứ. Nhưng tác giả bài này nhắc chuyện cũ còn vì hiện tại và cho tương lai. Hôm nay và mai sau, dù tuổi cao sức yếu, dù cái xấu và cái ác vẫn còn chỗ dung thân ở nhiều nơi trên trái đất, những người con của Huế, của Quốc Học và Đồng Khánh trường xưa vẫn kiên trì gìn giữ những nét đẹp đã trở thành truyền thống của quê hương. Chúng ta hẹn ước sống gần bó, thủy chung với cái truyền thống tốt đẹp đó cho đến những giây phút cuối của cuộc đời, như con tằm mùa xuân đến chết mới ngừng nhả tơ, như

cây đèn sáp đến khi cái tim thành tro bụi mới thôi chảy nước mắt:

*“Xuân tàn đào tử ti phương tận,
Lạp cự thành hồi lệ thủy can”¹¹. ■*

Chú thích:

(1) “Huế là một bài thơ đô thị tuyệt tác” (Amadou Mahtar M’Bow, nguyên Tổng Giám đốc UNESCO)

(2) Tháng 2 năm 1956, đến cố đô tham dự hai trận đấu bóng đá giao hữu (trận đầu với liên quân Huế, trận sau với liên quân Huế có một số danh thủ ở Sài Gòn tăng cường) các cầu thủ nước Áo có cơ hội ngắm nhìn vẻ đẹp của sông Hương và đã có nhận xét như thế. (Nguyễn Hữu Thử, *Một thời Quốc Học*, Tgxb, Toronto, 2002, tr.262)

(3) Hàn Mặc Tử, *Đầy thôn Vỹ*.

(4) Hoàng Phủ Ngọc Tường, *Nhàn đàm*, Nxb Trẻ, TP. HCM, 1997, tr. 77.

(5) “Toujours un et toujours deux, c’est le chant de l’amour.” (Tagore)

(6) Theo Cao Huy Thuấn, “Bi li” là “Ứng chi”, “Bùng” là “Chống”. Quốc Học hỏi: “Ứng chi?” Đồng Khánh trả lời: “Chống!” Cách giải thích có vẻ “trọng nam khinh nữ” này khó tránh khỏi sự phản bác của những người nặng tình với Đồng Khánh như chúng tôi. Tiếng chuông ngân nga không thể là ngữ điệu của câu nghi vấn mà phải là giọng điệu của kẻ van xin. Còn “Bùng” nên hiểu là “Khùng” thì chính xác hơn “Chống”. Quốc Học n

Đi nghe buổi thuyết trình về ăn chay
của bác sĩ Jérôme Bernard-Pellet

lại nhớ đến... Văn hào Lamartine!

HOANG PHONG

Jérôme Bernard-Pellet là một bác sĩ người Pháp được một hội tâm linh Ấn Độ mời thuyết trình về chủ đề ăn chay tại Hội trường số 104 đường Vaugirard - Paris, ngày 2 tháng 10 năm 2009. Là một bác sĩ và đồng thời cũng là một khoa học gia nghiên cứu về ăn chay, ông được nhiều người biết đến vì nhiệt tâm của ông trong các buổi thuyết trình được tổ chức khắp nơi. Ông sẵn sàng đi thuyết giảng bất cứ nơi đâu nếu có một tổ chức nào mời.

Mục đích của người viết khi đi nghe là cố gắng ước đoán xem động cơ nào đã thúc đẩy bác sĩ J. Bernard-Pellet khuyến khích việc ăn chay, đồng thời để tìm hiểu xem cử tọa đến nghe thuộc tầng lớp nào trong xã hội và họ mong đợi những gì ở buổi thuyết trình?

Trước hết người viết xin tóm lược một vài nét chính trong nội dung của bài thuyết trình và sau đó sẽ tường thuật sơ lược diễn tiến của buổi nói chuyện.

1. Sơ lược nội dung buổi thuyết trình

Định nghĩa về ăn chay

Bác sĩ J. Bernard-Pellet bắt đầu buổi nói chuyện bằng cách định nghĩa thế nào là ăn chay. Theo ông thì ẩm thực của con người gồm có ba loại:

- *Ăn tạp* (omnivore, omnivorous): ăn thức ăn có nguồn gốc thực vật và động vật.
- *Ăn chay* (végétarien, végétarisme, vegetarian,

vegetarianism): không ăn «thịt» của bất cứ một động vật nào (bất kể là heo, bò, gà, cá, sò ốc, rắn rết, côn trùng...).

- *Ăn toàn chay* (végétalien, végétalisme, vegan, veganism): ăn toàn thực vật, chẳng những không ăn «thịt» của bất cứ động vật nào mà còn tránh hết các thực phẩm có nguồn gốc động vật như sữa, trứng, chất keo gelatin (trong bánh, kẹo...).

Động cơ thúc đẩy việc ăn chay

Bác sĩ J. Bernard-Pellet liệt kê các động cơ thúc đẩy việc ăn chay như sau:

- *Ăn chay vì sự sống của sinh vật*: Mỗi năm có khoảng 55 tỉ sinh vật sống trên trái đất bị giết hại để ăn thịt. Cá trong ao hồ, sông ngòi và đại dương bị giết khoảng 1.000 tỉ con vừa lớn vừa nhỏ mỗi năm (Có lẽ cũng cần nhắc thêm là dân số địa cầu gồm khoảng 6 tỉ người).

- *Ăn chay vì môi sinh*: Chăn nuôi là một trong những nguyên nhân hàng đầu làm ô nhiễm địa cầu. Một phần tư tổng số khí CO² thải ra trong bầu khí quyển là do gia súc chăn nuôi. Các chất phóng uế của súc vật trên đất và trong nước làm cho địa cầu trở nên ô nhiễm. Chẳng hạn như chất nitrat từ phân của súc vật và cá thải ra từ các nơi chăn nuôi kỹ nghệ đang làm cho các quốc gia Tây phương điêu đứng vì không tìm được giải pháp nào hữu hiệu và quy mô để trừ khử.

- *Ăn chay để chống lại nạn đói*: Ăn thịt là một sự phí phạm lớn lao vì phải cần đến 10 gam chất đạm thực vật

mới tạo được 1 gam chất đạm trong thịt cá.

- *Ăn chay vì kinh tế và ăn chay trong mục đích tu tập tinh thần*: Bác sĩ J. Bernard-Pellet nêu lên hai lý do này nhưng không giải thích. Ông cho biết là vấn đề kinh tế không thuộc lãnh vực hiểu biết của ông, còn vấn đề tâm linh thì mang tính cách cá nhân.

Lợi ích của việc ăn chay

Có lẽ cũng không cần phải dài dòng về mục này vì phần đông ai cũng biết và hơn nữa đã có nhiều sách vở quảng bá những lợi ích thiết thực của việc ăn chay. Sau đây là một vài lợi ích của ăn chay liên quan đến sức khỏe do bác sĩ J. Bernard-Pellet nêu lên:

- Ăn chay làm giảm *tỷ lệ tử vong* (mortalité) và *tỷ lệ mắc bệnh* (morbidité) một cách rõ rệt. Tỷ lệ tử vong và mắc bệnh giảm xuống từ 10% đến 15% đối với người ăn chay.

- Cải thiện sự thoải mái và mang lại cảm giác khoan khoái cho người ăn chay.

- Làm chậm lại hiện tượng lão hóa của các tế bào cơ thể.

- Làm giảm xuống từ 20% đến 50% các chứng bệnh sau đây: phì nộn, các bệnh tim-mạch (chứng nhồi tim, nhồi máu cơ tim), huyết áp cao, tiểu đường, ung thư, các bệnh về thận, sa sút trí nhớ và giảm trí thông minh (démence), sạn thận, viêm khớp vì phong thấp, bệnh trĩ, ruột thừa... (maladies diverticulaires), bệnh thoát vị của một số cơ quan (hernie)...

Nên ăn chay như thế nào?

Bác sĩ J. Bernard-Pellet khẳng định là cách ăn chay tốt nhất và lý tưởng nhất là *cách ăn toàn chay*. Ông nêu lên nhiều kết quả không chối cãi được do các khảo cứu khoa học mang lại liên quan đến sức khỏe và sự ngăn ngừa, chữa trị đối với nhiều loại bệnh tật. Một số các kết quả ấy có thể liệt kê ra như sau:

- Tăng cường sự miễn dịch (immunité) của cơ thể và nhất là làm gia tăng sự hoạt động hữu hiệu của tuyến tụy hay tụy trạng (còn gọi là lá lách). Các khoa học gia theo dõi một số mẫu người bị bệnh tiểu đường loại 2, tức loại tiểu đường thông thường nhất nơi những người lớn tuổi, số người này chỉ cần ăn toàn chay trong một thời gian ngắn thì tình trạng bệnh lý sẽ được cải thiện một cách nhanh chóng, mặc dù phần lớn bệnh tiểu đường mang tính cách di truyền.

- Các khoa học gia còn quan sát, phân loại và so sánh ảnh hưởng của việc ăn chay tùy theo các nhóm người được đem ra thử nghiệm: nhóm không ăn chay, nhóm ăn chay, nhóm ăn toàn chay..., các nhóm người này còn được phân chia theo tuổi tác, nghề nghiệp, địa lý, chủng tộc,

môi trường (sống ở thành thị hay thôn quê)... Thí dụ như ở Mỹ, trẻ con mới tám tuổi đã bị bệnh tiểu đường loại 2 vì ăn quá nhiều bánh mì và thịt bò xay (hamburger), bánh ngọt (trứng, đường, bơ) và uống quá nhiều coca-cola (đường). Các kết quả nghiên cứu đều cho thấy các mẫu người thuộc nhóm ăn toàn chay có sức khỏe tốt hơn hết, trong số những người này nếu có ai mang sẵn các chứng bệnh như tiểu đường, áp huyết cao... thì bệnh tình của họ cũng thuyên giảm một cách rõ rệt.



Bác sĩ Jérôme Bernard-Pellet

Các thức ăn chay có thiếu chất đạm (protein) và chất sắt hay không?

Theo bác sĩ J. Bernard-Pellet thì người ăn chay ăn nhiều chất đạm (protein) hơn sự cần thiết của cơ thể rất nhiều. Ngay cả súc vật chăn nuôi nói chung cũng hấp thụ chất đạm ba lần nhiều hơn nhu cầu cần thiết. Chất đạm là các phân tử amino axit kết hợp lại và tạo ra cấu trúc của các tế bào. Thông thường có khoảng 20 loại protein khác nhau trong thực phẩm, nhưng thật sự cơ thể chỉ cần đến 8 loại protein

chính. Một phụ nữ cân nặng 50kg chỉ cần hấp thụ mỗi ngày 40 gam protein là đủ. Các loại protein có thể tìm thấy trong rau đậu và ngũ cốc.

Bác sĩ J. Bernard-Pellet không tiếc lời tán dương phẩm tính của đậu nành. Theo ông thì đậu nành là một thứ thực phẩm rất giàu các loại protein và có khả năng chống lại các độc tố histamin. Đậu nành hàm chứa tất cả tám thứ protein cần thiết và được xếp vào loại thực phẩm lý tưởng nhất cho người ăn chay, nhất là ăn toàn chay vì đậu nành có thể thay thế sữa và các thực phẩm biến chế từ sữa. Đậu nành ngăn ngừa rất hiệu quả nhiều chứng bệnh mãn tính chẳng hạn như các bệnh ung bướu, nhất là ung thư vú, ung thư tuyến tiền liệt... Đậu nành còn làm chắc xương và tránh được bệnh xốp xương của phụ nữ khi mãn kinh...

Ngoài các đặc tính ngừa bệnh trên đây nhờ vào các chất protein (36%), glucit (30%) và lipit (18%) trong hạt đậu khô, thì đậu nành còn chứa nhiều loại hormon có cấu trúc rất gần với hormon oestrogen, tức là loại hormon gây động dục nơi con người. Các nguyên tố này gọi là isoflavin, chúng tác động giống như hormon oestrogen trong việc ngăn ngừa và chữa trị ung thư vú, tử cung, tiền liệt tuyến và đại tràng.

Đối với chất sắt thì bác sĩ J. Bernard-Pellet cho biết là các loại đậu khô và đậu nành, hạnh nhân... đều chứa chất sắt, các loại rau như cải bắp, rau dền, cải hoa

có trở ngại hay khó khăn gì cả vì ăn chay đơn giản hơn lối ăn tạp rất nhiều. Không cần phải là chuyên gia về ăn chay mới biết cách ăn chay. Tuy nhiên trong phần này, bác sĩ J. Bernard-Pellet cũng nêu lên tất cả các loại thuốc cần thiết bổ khuyết thêm cho người ăn chay cũng như người ăn tạp, chẳng hạn như các loại vitamin B12, vitamin D, omega-3... Ông cũng nêu lên các tên thuốc liên quan đến các loại vitamin ấy và cho biết cả phân lượng cần thiết, cách dùng v.v. Ông còn cho biết thêm có hai loại thuốc omega-3 khác nhau, một thứ được bào chế hoàn toàn từ dầu thực vật, một thứ khác lấy từ dầu cá.

Các vấn đề khó khăn liên hệ đến việc ăn chay:

Các khó khăn chính trong việc ăn chay:

- *Thay đổi thói quen của chính mình khi phải chuyển từ lối ăn tạp sang lối ăn chay*

- *Giải thích với những người chung quanh tại sao mình lại quyết định ăn chay*

- *Tìm thức ăn chay khi ra khỏi nhà hoặc khi đi xa.*

Bác sĩ J. Bernard-Pellet còn cho biết qua kinh nghiệm của ông thì số bác sĩ hiểu biết tường tận về ăn chay và ăn toàn chay rất hiếm. Một số lớn các bác sĩ vì không nắm vững về vấn đề ăn chay nên thường hay khuyên mọi người không nên chọn lối ẩm thực này. Bất cứ vấn đề gì không hiểu biết tường tận thì thường làm cho người ta sợ hãi. Y khoa là một ngành học mệnh mông vì thế không phải bất cứ vị bác sĩ nào cũng đủ sức hiểu biết tất cả. Các công cuộc khảo cứu y khoa quốc tế đều công nhận những lợi điểm về ăn chay, và sau đây là câu tuyên bố chung của các hiệp hội Hoa Kỳ, Gia Nã Đại và Pháp (APSARES) về dinh dưỡng:

"Các lối ăn chay (kể cả ăn toàn chay) nếu được thực hiện đúng đắn sẽ rất tốt cho sức khỏe, thích hợp trên phương diện dinh dưỡng và hiệu quả trên phương diện phòng ngừa và trị liệu một số bệnh tật" (Les régimes végétariens (y compris le végétalisme) menés de façon appropriée sont bons pour la santé, adéquats sur le plan nutritionnel et bénéfiques pour la prévention et le traitement de certaines maladies).

Bác sĩ J. Bernard-Pellet còn cho biết thêm một số các trang trên mạng Internet chỉ dẫn về việc ăn chay, cách nấu ăn các món chay và cách chọn lựa các thực phẩm chay.

Tóm lược phần kết luận của bác sĩ J. Bernard-Pellet:

Các dữ kiện và những điều khẳng định do ông nêu lên trong buổi thuyết trình đều được căn cứ vào các tài liệu y khoa quốc tế. Riêng ông thì ngoài các công cuộc khảo cứu, ông còn mở xê hơn 2.000 tài liệu khoa học liên quan đến vấn đề ăn chay và một số lớn các tài liệu này được lưu trữ trong Thư viện Quốc gia Hoa Kỳ về y khoa, bất cứ ai cũng có thể tìm thấy các tài liệu ấy trên mạng Internet <http://www.pubmed.org> của thư viện khổng lồ này. Vì thế, nếu có ai muốn kiểm chứng những điều ông nói hoặc muốn tìm hiểu thêm về ăn chay thì có thể truy lùng các nguồn tư liệu trên đây.

Tóm lại theo ông thì quan điểm của Hiệp hội Dinh dưỡng Hoa Kỳ về ăn chay là quan điểm có giá trị toàn cầu mà chúng ta có thể tin tưởng được. Công việc nghiên cứu của hiệp hội này rất khoa học và các kết quả mang lại có thể sử dụng như những tài liệu dẫn chứng đúng đắn và hùng hồn nhất.

2. Một vài cảm nghĩ sau khi tham dự buổi thuyết trình

Diễn tiến của buổi thuyết trình:

Buổi thuyết trình khởi sự lúc 14 giờ 15 phút, cử tọa khoảng 40 người. Con số cử tọa như thế cũng tương đối khá đông so với chủ đề thuyết trình và nhất là buổi nói chuyện do một hội tâm linh ít người biết đến đứng ra tổ chức. Phần lớn người đến nghe thuộc vào lứa tuổi khoảng từ 40 đến 60 và hầu hết là phụ nữ, chiếm khoảng ba phần tư cử tọa. Những người đến nghe tỏ ra là những người thuộc tầng lớp trung lưu và có trình độ kiến thức khá cao.

Buổi thuyết trình được diễn ra gần như dưới hình thức bàn tròn vì người tham dự đặt nhiều câu hỏi và nêu lên những thắc mắc của mình trong khi bác sĩ Bernard-Pellet đang thuyết trình. Bầu không khí rất cởi mở, bác sĩ J. Bernard-Pellet tỏ ra rất kiên nhẫn, từ tốn và trả lời tất cả các câu hỏi mặc dù có nhiều câu khá lạc đề.

Bác sĩ J. Bernard-Pellet chấm dứt phần diễn thuyết vào lúc 15 giờ 45 phút và sau đó thì cử tọa tranh nhau nêu lên đủ mọi thứ câu hỏi. Buổi thuyết trình chấm dứt vào lúc 18 giờ. Bác sĩ J. Bernard-Pellet lúc nào cũng tỏ ra điềm đạm và không nóng nảy, mặc dù buổi thuyết trình kéo dài gần 4 giờ liên tiếp.

Các chủ đề không được khai triển:

Trong số các lý do thúc đẩy việc ăn chay thì bác sĩ J. Bernard-Pellet có nêu lên hai lý do khá quan trọng nhưng ông lại không khai triển, lý do thứ nhất là ăn chay vì kinh tế và lý do thứ hai là ăn chay vì tu tập tâm linh. Quả thật đây là hai lý do rất tế nhị.

Tại sao kinh tế lại là một lý do liên hệ đến việc ăn chay? Chúng ta đều hiểu rằng một phần kinh tế của các nước tân tiến ngày nay dựa vào việc kỹ nghệ chăn nuôi và sản xuất thực phẩm biến chế từ gia súc. Hình ảnh người nông dân chăn nuôi với tính cách gia đình trong nông trại của mình là một hình ảnh lỗi thời đối với các nước

nành được xếp vào loại rau đậu (légumineux) hay ngũ cốc (céréale)...

Tóm lại tất cả các câu hỏi của cử tọa đều hướng vào sự duy trì và cải thiện sức khỏe của cá nhân mình. Tuy thế, bác sĩ J. Bernard-Pellet vẫn trả lời tất cả các câu hỏi ấy một cách rất vui vẻ, tôi hết sức khâm phục sự kiên nhẫn của ông.

Trong khi đó có những thắc mắc trong lòng tôi và biết đâu có thể đấy cũng là những những thắc mắc trong lòng ông nữa, nhưng kể cả ông và tôi không có ai có thể trình bày ra được, vì lý do là những thắc mắc đó rất sâu xa, vượt lên trên cả cái sức khỏe và sự an lành của cá nhân mỗi người. Tôi mạn phép được ước đoán những thắc mắc trên đây trong lòng của bác sĩ J. Bernard-Pellet dựa vào vào những hoạt động hăng say của ông trong công tác quảng bá việc ăn chay.

Một câu hỏi thích đáng:

Gần sáu giờ chiều, bỗng có một bà khá lớn tuổi nêu lên câu hỏi như sau: «Ông là một bác sĩ, vậy vì lý do gì mà ông ăn chay?». Câu hỏi không được rõ ràng lắm, theo tôi hiểu có lẽ bà ấy muốn nói: «Ngoài lý do sức khỏe như ông vừa trình bày thì còn có lý do nào khác thúc đẩy ông ăn chay?». Dù sao thì sau khi nghe câu hỏi ấy, những nét vui vẻ hiện lên trên nét mặt của ông. Hai mắt ông sáng hẳn lên và ông đã trả lời một cách thật trịnh trọng như sau:

- Bà có biết không, gia đình cha mẹ tôi làm nghề chăn nuôi súc vật để giết thịt. Tôi đã thấy quá nhiều máu chảy và sự đau đớn. Tôi không còn ăn thịt được nữa».

Lúc đó tôi mới đưa tay và xin phát biểu như sau:

- Thưa bác sĩ và tất cả quý vị, có ai trong số quý vị biết Lamartine là người ăn chay hay không?

Tất cả mọi người đều ngạc nhiên trước câu hỏi khá bất ngờ của tôi, họ giữ yên lặng và có vẻ chờ đợi. Bỗng bác sĩ J. Bernard-Pellet cất lời hỏi tôi:

- Có phải ông muốn nói đến thi sĩ Lamartine hay không?

- Đúng như thế, đó là văn sĩ và thi hào Lamartine thuộc cuối thế kỷ XVIII và đầu thế kỷ XIX. Có một lần khi ông còn bé, mẹ ông đã dắt ông ra phố và khi hai mẹ con đi ngang một lò sát sinh, ông thấy những người đồ tể hai tay đẩy máu đang giết những con vật trong nhà, máu me chảy ra lênh láng tận ngoài sân. Hình ảnh đó đã làm cho ông khiếp sợ vô cùng».

Bác sĩ J. Bernard-Pellet tỏ vẻ chú tâm đặc biệt vào câu chuyện tôi vừa kể, và ông đã nói với tôi như sau:

- Cám ơn ông thật nhiều, tôi không hề được biết về câu chuyện này.

Hóa ra động cơ thúc đẩy việc ăn chay của bác sĩ J. Bernard-Pellet cũng khá giống với trường hợp của thi hào Lamartine.

Lời kết:

Thật sự thì cũng ít có ai biết câu chuyện trên đây. Sở dĩ tôi biết được chuyện ăn chay của thi hào Lamartine là vì tình cờ mua được một quyển sách khá xưa trong một dịp hội chợ bán đồ cũ tổ chức trong vùng tôi cư trú. Tựa

quyển sách là «Những bà mẹ của các danh nhân» (Les mères des Grands hommes), tác giả là Maurice Bloch, do Nhà xuất bản Ch. Delagrave Paris phát hành năm 1885.

Trong quyển sách ấy có kể chuyện về cậu bé Lamartine và mẹ của cậu. Tôi xin dịch và tóm lược ra đây vài đoạn thuộc các trang 158 và 159 như sau:

(...) Bà (tức là mẹ của Lamartine) nuôi con bằng lóe ăn chay cho đến khi ông lên 12 tuổi, bà chỉ cho ông ăn bánh mì, sữa, rau và hoa quả. Tuyệt đối không một miếng thịt nào.

.....

Và tiếp theo đây là lời kể chuyện của cậu bé Lamartine:

Một hôm mẹ tôi tình cờ dẫn tôi đi ngang một lò sát sinh. Tôi trông thấy những người đồ tể hai cánh tay để trần nhuộm đầy máu đang đập chết một con bò, các người khác thì đang giết bê và cừu. Những suối máu bốc khói lênh láng khắp nơi. Tôi kéo tay mẹ tôi đi cho nhanh để tránh xa nơi này.

Tác giả quyển sách còn cho biết là sau đó thì cậu hết sức sợ hãi và ghê tởm mỗi khi trông thấy thịt nấu chín.

.....

Ít lâu sau thì gia đình cậu gởi cậu vào trường nội trú, cậu hết sức khổ sở vì phải ăn những thức ăn giống như các đứa trẻ khác dưới sự canh chừng của các thầy giáo mà cậu gọi họ là những tên cai ngục. Cũng cần nói thêm là vào thời bấy giờ trường học và việc giáo dục rất nghiêm khắc vì được đặt dưới sự quản lý của những người tu hành.

Một hôm cậu bỏ trốn. Sau khi phát giác ra sự vắng mặt của cậu thì nhà trường sai người đi tìm. Người ta tìm được cậu đang đói lả và đang

Truyền thống tâm linh phổ quát vì hòa bình

S.N. GOENKA



Lời giới thiệu:

Ngài Satya Narayan Goenka, năm nay đã 85 tuổi, là một vị giảng sư cư sĩ chuyên về thiền Vipassana (thường được biết dưới tên thiền Minh Sát Tuệ). Mặc dù là người Ấn Độ, ngài sinh trưởng ở Burma (nay là Myanmar) và ngay sau Thế chiến thứ hai, ở độ tuổi chưa tới ba mươi, ngài đã là một nhà hoạt động kỹ nghệ hàng đầu lãnh đạo cộng đồng người Miến gốc Ấn. Sau khi tích cực áp dụng thiền định để trị chứng bệnh đau nửa đầu (migraine), ngài tìm đến để nghiên cứu sâu về phương pháp thiền Vipassana với ngài Sayagyi U Ba Khin, một vị cư sĩ khác đang là công chức cao cấp của chính quyền Miến Điện thời bấy giờ. Được coi là một trong những người học trò xuất sắc nhất của ngài U Ba Khin, vào năm 1969, ngài Goenka được ngài U Ba Khin cử đến Ấn Độ để trao truyền kỹ thuật thiền Vipassana ngược trở lại nơi xuất phát của kỹ thuật thiền định này. Sau khi thành công ở Ấn Độ, ngài Goenka đã nỗ lực phổ biến phương pháp thiền Vipassana trên khắp thế giới, trong đó có Việt Nam.

Ngày 29 tháng Tám năm 2000, ngài Goenka đã được mời phát biểu trước một cử tọa gồm các vị lãnh đạo tôn giáo và tinh thần khắp thế giới đang có mặt tại Trụ sở Liên Hiệp Quốc tại New York để tham dự cuộc Hội nghị Thượng đỉnh về Hòa bình Thế giới cho Thiên niên kỷ mới (Millennium World Peace Summit) lần đầu tiên được Liên Hiệp Quốc tổ chức.

Bản văn dưới đây được dịch từ bài nói chuyện của ngài Goenka có tựa đề tiếng Anh là Universal Spirituality for Peace đã phát biểu trong cuộc hội nghị thượng đỉnh ấy.

CÂU CHUYỆN NHỎ [?] của tôi

TU OANH

LTS: VHPG số 91 có đưa tin về hai khóa tu thiền Vipassana được tổ chức tại tịnh xá Ngọc Thành, quận Thủ Đức, TP.HCM trong tháng 11-2009. Một bạn trẻ có tham dự khóa tu đầu tiên từ ngày 4-11 đến ngày 15-11-2009 đã gửi bài về chia sẻ kinh nghiệm tu tập.



Tôi vừa trở về từ khóa Thiền Vipassana tại tịnh xá Ngọc Thành, Thủ Đức; khóa thiền được các vị phụ tá của ngài S.N. Goenka hướng dẫn tu tập theo đúng truyền thống của vị đại sư người Miến Điện Saygyi U Ba Khin. Ngay từ khi đăng ký, những người tham gia khóa tu như tôi, đã được yêu cầu phải quán triệt điều lệ khắt khe của Khóa Tu Thiền 10 ngày này. Bạn không được nói chuyện trong suốt thời gian 10 ngày và phải hành thiền hầu như suốt từ 4h30 sáng cho tới 9h đêm. Dĩ nhiên có những khoảng nghỉ ở giữa nhưng bạn sẽ thấy rất bận rộn với Thiền. Bạn cũng không được phép ăn tối, và chẳng thể ra ngoài hay liên lạc điện thoại trong suốt thời gian đó. Trong vòng 10 ngày bạn chỉ có mỗi nhiệm vụ là thiền và thiền. Trong 3 ngày đầu bạn sẽ thực hành anapana - thực tập quan sát hơi thở đều đặn, điều này sẽ làm gia tăng sự chú tâm, khiến hơi thở nhẹ nhàng và điều hòa, giúp tâm trí yên bình, không còn dao động. Sau đó là 7 ngày dành cho Vipassana. Quả là một trải nghiệm thú vị nhưng cũng đầy khó khăn và nhiều bất ngờ với một kẻ như tôi.

Tôi có rất nhiều kỷ niệm sống động với khóa thiền. Sáng đầu tiên vào lúc 4h30, tôi hăm hở cùng những thiền sinh khác lên thiền đường và bắt đầu tu tập. Chỉ chưa đầy 30 phút sau, tôi đã cảm thấy buồn ngủ quá sức đến nỗi phải chạy luôn lên phòng làm một giấc. Khi tỉnh dậy tôi chẳng thấy ai cả; chạy ra hành lang nhìn quanh tịnh xá cũng không một bóng người. Phòng bên cạnh cũng không có ai. Mọi người đều đang thực hành thiền anapana, còn mình thì đang ở đây để... thiền ngủ.

Ngày hôm sau tôi có khá hơn, thay vì chạy về phòng ngủ một giấc tới sáng thì tôi quyết chí là mình sẽ ngồi như mọi người, nhưng chỉ được một lúc tôi lại ngủ gục. Thấy dạo là nếu buồn ngủ quá thì nên đi dạo, nên tôi nhẹ nhàng ra ngoài và đi vài vòng, rồi đến vòi nước xả nước lạnh vào mặt để tỉnh ngủ. Thế

Ảnh chỉ có tính minh họa

VẮNG & MẮT

VĨNH HIỀN

Tôi vốc một nắm đất, rải từ từ xuống huyết, lên nắp quan tài của em tôi, khẩn thắm, “Về với đất nhé, Thành!”.

Về với đất. Bao nhiêu người thân trong đời ta đã ra đi, đã đi xa, đã về với đất, về chốn vĩnh hằng, về nơi an nghỉ ngàn thu. Đất, nước, gió, lửa – địa, phong, thủy, hòa bốn chất cấu tạo nên hình hài thể xác con người đang tan rã trong giây phút lâm chung, mà bây giờ có lẽ chỉ còn lại đất lưu giữ cho hồn phách nơi trú ngụ cuối cùng chăng? Nỗi nhói đau trong lòng ta khi đứng bên huyết mộ của người thân, lặng nhìn những nhát xẻng vô tình của các phu đào huyết xúc đất đổ xuống, lấp dần dần chiếc quan tài kia, nơi mà thi hài của người thân ta vừa mới còn nhìn thấy lần cuối cùng trong giờ phút tận liệm, nỗi nhói đau ấy cứ quặn theo với từng hồi ức nóng hổi còn lưu lại với con người ấy, mới vừa sống bên ta, vừa ăn, uống, nói, cười, vui, buồn, khổ, sướng bên ta, nhưng giờ đã xuôi tay nhắm mắt, đã đi mất hút vào trong một thế giới bất khả tri nhận của yên lặng và vô hình. Em tôi vừa mới cười giòn với tôi mới ngày hôm qua đây thôi, vừa mới nói đến những dự tính và ôm ấp của mình, và vừa mới khoe với tôi bài thơ được đăng báo, vừa mới mua quà và chọc ghẹo con gái tôi, vừa mới bàn về chương trình thức đêm coi bóng đá. Vậy mà bây giờ em đã đi xa.

Lão Tử viết: “Đạo viết thệ, thệ viết viễn, viễn viết phản” (Đạo là đi, đi là xa, xa là về). Nhưng em trở về đâu? Như sách nói “sinh ký tử quy” ư? Sống giữa thế gian như trong

quán trọ để rồi lại làm một kẻ lữ khách ra đi, đi xa và xa là về? Người thân vừa chết đi có nhiều điều khiến ta không muốn tin vào cái chết ấy. Nỗi khát khao còn có được người thân bên cuộc đời mình lại như một nỗi ân hận dày vò mình vì ta đã không còn được gần gũi kề cận, được chia sẻ, được tâm sự, được la rầy trách móc, được thương yêu đùm bọc. Ôi! Giá như ta đã không có những lúc vô tình với chú ấy, giá như ta đã có nhiều thời giờ hơn để thân mật với chú ấy... Sự thiếu vắng giọng cười, tiếng nói của chú, mặt mũi, cử chỉ, thái độ của chú trong cuộc sống thường ngày của ta là sự thiếu vắng quả khó chịu đựng nổi. Vắng thật rồi sự hiện diện quen thuộc – nhiều khi đến bức mình – của chú trong gia đình, trong bạn bè thân hữu. Rồi khi ta nhận ra sự vắng chú chính là sự mất chú. Không phải chú chỉ vắng mặt trong cuộc sống thường nhật của ta trong một thời gian nào đó để rồi sẽ quay trở lại, mà thật ra chú đã mất hẳn thật rồi, mất đi vĩnh viễn trong cuộc sống của con người xương thịt. Vắng đây là mất. Em tôi đã mất tích luôn giữa trần gian náo động, và lưu lại trong lòng những người ở lại như tôi lời nhắn xa xôi mơ hồ trong gió...

Đi là xa, xa là về... ■

Nơi tận cùng

LÊ HUỖNH LÂM

Hãy đi đến tận cùng nỗi đau
Nơi có loài hoa Ưu đàm nở vào lúc nửa đêm
Phía ngoài kia là khoảng trống
Khu vườn tràn ngập yêu thương

Hãy đi đến tận cùng chân trời suy tưởng
Bức tường lặng câm
Chỉ còn tiếng thét triệu năm vọng lại
Hóa lời ru trên đôi môi mẹ hiền

Hãy đi đến tận cùng nỗi nhớ
Hư vô chảy trên mười ngón gầy
Nụ cười xưa tan vào mây trắng
Mất lá chiều nhẹ bay

Hãy đi đến tận cùng cơn say
Quảng nền văn minh phi nhân vào ngục tối
Hãy đi đến tận cùng...
Nghe nhạc lòng reo vui.

Hãy đi đến tận cùng con đường
Nhà ga đang chờ bước chân mới
Hãy đi đến tận cùng...
Biên giới cuộc đời những dấu vôi phai.

Bài thơ trong gió

PHAN TRUNG THÀNH

Một đạo đám mây vàng ươm
im lặng nhìn cây sim già
chờ em trên lối cát còn ủ kín
trái măng cầu bỏ quên
đâu đó thổi về mùi nước hoa lẫn vùng cỏ dại
cây sim già suốt mùa nhớ hoa.

Miền Trung của tôi
sợi cước giặt mình con cá
nước trong nếp mình trong vây
mùa gió ngang tàng
gã hình rơm xé xác hù chim
chiếc nón úp tả tơi ngày thơ ấu
ngọn nắng không biết điều im lặng
bọc lưới cày xới vãi cơn mưa
ôi miền của tôi...

Nắng thật nắng mà mưa thật mưa
chẳng dối lòng mình rau đắng
cây cầu đợi mưa đã mấy đợt oằn lên
đón bão xa lụt gần
mái nhà mưa phủ bao năm
mà bước chân em nhẹ như bước lá
trái măng cầu em để quên đâu đó
cho ta tìm đọc tuổi thơ

Làm sao nhớ hết bóng em trong cánh đồng kỷ ước?
Chùm hạt măng cầu lấp ló vờ trong đêm...

Chiều trên Bạch Vân tự

NGUYỄN QUÂN

Treo ngang vách núi
tiếng chuông
chùa sau mây trắng bước xuống ta về
chiều tâm kinh vọng bốn bề
tượng người dưới cội bồ đề hiển linh

ngàn con mắt lá hữu tình
từ bi ngó xuống nhân sinh
chợt buồn
giọt sương neo lững đầu nguồn
ngửa bàn tay
hứng chút hương cam lồ
hồi sinh từng chiếc lá khô
chỉ còn ta giữa mơ hồ
thực – hư

mấy mươi bậc đá chân như
ta leo chậm
cũng mỗi như bước chân
trước hiên chùa lay pháp thân
Chợt nhiên mà ngộ
phù vân kiếp người...

Phiên bản

LÊ VINH THÁI

Tiếng khóc của phiên bản mới chào đời
ném tôi vào xa lắc
nhiều ngày, tháng, năm
đầy như nỗi nhớ
của con thiêu thân lao đầu vào lửa
tìm ảo ảnh hào quang của một thời quên lãng
chân lý ẩm mốc trắng mờ tổ cũng là trắng...
nhiều khi chân đạp lên chân
buộc tên mình ném vào tháng ngày cũ rích
giếng sâu không vang tiếng dội
tôi chẳng thấy tôi...
nhiều đêm,
trước gương
soi chiếc mặt rách in đầy hèn nhát
câu nói ngông cuồng chờ chực, rượu vào mà chẳng
thể thốt ra
những đồng vỏ chai chất đầy hơn tuổi
lớp lớp chen nhau dày đặc hơn tên
ngước mặt nhìn lên,
ba mấy tuổi thấy trời còn xanh lắm
nhiều khi về chùa ngồi dưới chân tượng Phật
một chớp hào quang vạc qua
thăng trầm vang như gió bão
thấy trượt tay mình một chiếc lá xanh...

