

# ĂN CHAY TẠI VÙNG HY MÃ LẠP SƠN

Ban báo chí Florida, Hoa Kỳ, ghi chép (Nguyễn văn tiếng Anh)

---o0o---

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 08-08-2009*

*Người thực hiện :*

*Nam Thiên - [namthien@gmail.com](mailto:namthien@gmail.com)*

*[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)*

## Mục Lục

Đức Đạt Lai Lạt Ma

Một tiên phong ăn chay Tây Tạng khác

Thế hệ trẻ khuyến ăn chay bên Tây Tạng

Đạo sĩ không giày

Milarepa của thời nay

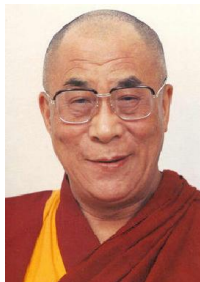
Kết luận

---o0o---

*Trong những năm gần đây, nhiều người Tây Tạng có thể lực đã trở thành trường chay và khuyến khích người khác cũng ăn chay. Sau đây là đại cương về sinh hoạt của các nhân vật này.*

---o0o---

## Đức Đạt Lai Lạt Ma



Ngày nay, tuy nhiên, các bác sĩ Tây Tạng càng lúc càng nhận thấy lợi điểm của việc ăn chay, kể cả Bác sĩ Tenzin Tsephal, giám đốc Y khoa Tây Tạng tại khu vực di dân chính của người Tây Tạng, ông nói: “[Đức Lạt Lai Lạt Ma] không cần phải ăn thịt. Không bao giờ tôi khuyên người nào đang ăn chay trở lại ăn thịt. Bác sĩ Tây Tạng nào làm như vậy là hơi cổ hủ, không ý thức hoặc không cởi mở trước sự chọn lựa ngoài thịt này. Tôi nghĩ tất cả dân chúng Tây Tạng đều có thể và nên ngưng ăn thịt”!

Năm 2004, công ty chuyên bán thịt gà chiên, Kentucky Fried Chicken (KFC), thông báo là họ sẽ mở các tiệm bán thịt gà chiên bên Tây Tạng. Trước sự kiện đó, Đức Đạt Lai Lạt Ma đã đưa ra lời thỉnh cầu trước dân chúng như sau: “Thay mặt cho những bạn hữu thuộc hội PETA (hội bảo vệ thú vật), tôi xin được viết vài dòng yêu cầu KFC hãy hủy bỏ dự án mở tiệm bên Tây Tạng, vì công ty của quý vị ủng hộ việc đối đãi dã man và giết gia súc tập thể. Như vậy là xúc phạm tiêu chuẩn đạo đức của người dân Tây Tạng”. Sau đó ban quản lý của KFC hủy bỏ dự án của họ.

Trước khi xảy ra sự kiện này, Đức Đạt Lai Lạt Ma đã thực hiện nhiều cuộc vận động ăn chay khác. Ví dụ như năm 1993, ông xin các tiệm ăn ở Dharamsala, Ấn Độ, nơi định cư của cộng đồng người Tây Tạng lưu vong lớn nhất thế giới, hãy bán đồ chay để dân Tây Tạng được thưởng thức những món chay ngon miệng và tập ngưng ăn thịt. Kết quả đã có nhiều cư dân địa phương trở thành trường chay, và nhờ những tiệm chay này mà thực phẩm chay như đậu hũ đã được dân Tây Tạng biết đến.

---o0o---

### **Một tiên phong ăn chay Tây Tạng khác**

Một anh hùng thật sự khác từ Tây Tạng cũng ăn chay là tu sĩ Geshe Thupten Phelgye. Sau khi bế quan tu hành nhiều năm, ông sáng lập phong trào Universal Compassion Movement (Phong trào Bác ái Đại đồng) vào năm 1998 ([www.universalcompassion.org](http://www.universalcompassion.org)). Phong trào cổ động ăn chay và từ bi đối đãi với tất cả chúng sanh, thực hiện qua nhiều cách khác nhau, kể cả việc phát giấy khuyến ăn chay quanh vùng Dharamsala.

Năm 1999, sư Phelgye được bầu làm chủ tịch Hội Quốc tế Gelug, là hội tiêu biểu cho đại tăng thống bên Tây Tạng, và ông đã thành công trong việc đưa qua một nghị quyết là tất cả những thường trú của các tu viện Gelug nam cũng như nữ đều chuyển sang ăn chay. Năm sau, các tăng chúng ở Gelug bầu ông lên làm người đại diện cho họ trong Quốc hội Tây Tạng Lưu vong

tại Dharamsala, nơi đây ông đã đưa ra một điều luật vang danh lịch sử, tuyên bố năm 2004 là năm ăn chay của người Tây Tạng, và trong thời gian này toàn dân Tây Tạng được yêu cầu phải ăn chay. Quốc hội về sau đã thông qua đạo luật này, việc ăn chay không bị ép buộc mà chỉ khuyến khích thôi, do đó ăn chay đã được mang lên hàng đầu trong lòng dân Tây Tạng. Luật này được coi như vĩ đại nhất trong số những luật tương tự kể từ khi có sắc lệnh Ashokan vào năm 200 B.C., đã thành lập nền ăn chay bên Ấn Độ.

---o0o---

## **Thế hệ trẻ khuyến ăn chay bên Tây Tạng**



Trong mục xã luận của tờ Times of Tibet, ông Bhuching K. Tsering, giám đốc Chiến dịch Quốc tế cho Tây Tạng tại thủ đô Hoa Thịnh Đốn, đã bàn về khuynh hướng ăn chay mới của người Tây Tạng như sau:

Đề tài ăn thịt trong thời gian gần đây đã được bàn luận nhiều trong cộng đồng người Tây Tạng. Đầu óc dân Tây Tạng đã bắt đầu có sự thay đổi chút ít khi giới trẻ Tây Tạng ngày nay đang chọn đường hướng ăn chay. Ngay cả trong số những người thuộc thế hệ lớn hơn cũng có sự cố gắng biến cải lối ăn thịt cổ xưa của họ.

Một trong những người Tây Tạng trẻ tuổi hăng hái nhất trong việc cổ động ăn chay là anh Rapsel Tsariwa, sáng lập gia Hội thiện nguyện viên Tây Tạng giúp thú vật (Tibetan Volunteers for Animals). Đầu năm 2005, với sự giúp đỡ của hai người bạn và tài trợ của Đức Đạt Lai Lạt Ma, Rapsel Tsariwa đã khởi hành một chuyến đi phổ biến về ăn chay bên Ấn Độ, du hành qua những cộng đồng Tây Tạng sống hẻo lánh trên khắp Ấn Độ, thuyết trình và chiếu phim tài liệu về ăn chay. Trong chuyến đi của anh, nhiều người Tây Tạng và Phật tử Tây phương đã chuyên sang ăn chay ngay tại chỗ, với 700 người ký giấy quyết định ăn chay. Ngoài ra, anh Tsariwa còn sáng lập tờ báo Semchen, đặc san ăn chay đầu tiên chính thức ra đời bằng hai thứ tiếng Anh

và Tây Tạng. Khi có người đề nghị nghỉ xả hơi, anh đáp: “Thời giờ sắp hết, chúng ta cần phải cứu súc vật bây giờ”.



Một người Tây Tạng trẻ tuổi nữa cũng rất tận tình tên Tenzin Kunga Luding, ăn chay từ năm lên 10 sau khi anh nghe nói về sự đau khổ của những con bò bị giết làm thịt. Với sự giúp đỡ của cha, anh đã sáng lập Hội người Tây Tạng ủng hộ một xã hội ăn chay ([T4VS](#)). Tenzin đã bỏ ra nhiều thời giờ đi cứu thú vật hoang vô chủ, và hy vọng mua được đất ở Delhi làm trung tâm cứu giúp và phục hồi sức khỏe cho thú vật.

Sứ mệnh chính của hội T4VS là truyền bá ăn chay “bằng mọi cách”. Tenzin nghĩ ra nhiều phương thức đặc thù để đem thông điệp này đến với nhiều người, như dùng những bản giấy in xếp nhỏ bằng bàn tay, giấy dán tường, bích chương, viết báo và làm đĩa VCD. Hội T4VS hiện đang thiết lập một địa điểm trong Mạng Lưới truyền thông: [www.t4vs.com](http://www.t4vs.com) và đang phát hành một đĩa VCD mới, chiếu những đoạn phim của các vị Lạt Ma cao đẳng đáng kính nói về ăn chay. Tất cả Tenzin đã dùng tiền túi của anh và một số tiền nhỏ do văn phòng tư của Đức Đạt Lai Lạt Ma gửi tặng. Hỏi về số tiền Đức Đạt Lai Lạt Ma đóng góp, Tenzin nói: ***“Ngài là vị Đạt Lai Lạt Ma đầu tiên làm trưởng hội ăn chay đầu tiên của người Tây Tạng. Đây là dấu tích quan trọng trong lịch sử Tây Tạng”.***

Hơn nữa, để đánh dấu Năm Ăn Chay ở Tây Tạng, Hội T4VS gần đây mới tổ chức một chuyến đi trình diễn nhạc kịch động, theo lời Tenzin là “nhằm mục đích truyền bá tình thương và lòng từ bi đối với muôn loài, kể cả những người ăn thịt. Ăn chay, ăn mặn, Phật tử hay không Phật tử? ai cũng có thể gia nhập và ủng hộ chúng tôi”. Với thái độ lạc quan thể hiện trong suốt chuyến đi của Hội T4VS, anh đã thu hút được nhiều người từng ăn mặn. Giờ đây Tenzin hồ hởi mong tới ngày làm việc chung với những đoàn thể khác hầu cổ động một lối sống ăn chay.

---o0o---

## **Đạo sĩ không giầy**

Một đạo sĩ Yogi tên Chatral Rinpoche, 93 tuổi, thiền sư của trường Nyingma có truyền thống cổ điển nhất trong Phật giáo Tây Tạng, đã bỏ ra một quãng đời dài của ông sống một mình trong hang động, đi chân đất lang thang vùng Hy Mã. Bàn về việc ăn chay trong số các bạn của ông, Chatral cho biết: “Theo kinh nghiệm thì tôi đã gặp nhiều vị Lạt Ma ở Kham, Amdo ? khắp miền của Tây Tạng ? họ không ăn thịt”. Để phổ biến đời sống ăn chay, vị lạt-ma này đã viết bài tựa đề là “On Flesh Eating” (Ăn thịt), ghi rằng: “Biết được sự sai quấy của việc ăn thịt và rượu nên tôi đã quyết định bỏ thịt và rượu. Tôi cũng tuyên bố lẽ phải này cho tất cả những tu viê驛 của tôi. Cho nên người nào nghe lời tôi thì yêu cầu đừng vi phạm đạo đức này”.

Về huyền thoại cho rằng người Phật giáo Tây Tạng có thể biến miếng thịt con thú họ ăn thành năng lực độ cho con vật đó, cho nó lên đẳng cấp, thì ông nói rằng:

Với thần thông có được sau khi tu một pháp môn nào đó thì cũng đúng là có những người có thể làm những con thú sống lại và giúp nó đạt được sự tái sinh cao đẳng hay nâng cao đẳng cấp khai ngộ của nó bằng cách tiêu thụ một chút ít thịt của nó. Nhưng làm vậy không phải để có đồ ăn mà chỉ vì muốn giúp cho con vật đó. Riêng cá nhân tôi không có lực lượng đó và vì thế tôi không bao giờ ăn thịt. Vì tôi sẽ phạm tội và bị nghiệp báo không tốt. Tôi không giả bộ có thần thông gì đó để mà ăn thịt. Tôi tránh hết tất cả.

---o0o---

## **Milarepa của thời nay**

Drubwang Rinpoche, một thiền sư thuộc dòng dõi Milarepa cũng đã bế quan nhiều năm và hiện nay đang dạy người khác về đời sống ăn chay tinh khiết và quán tưởng các Thánh danh. Tại một cuộc bế quan do Lạt Ma Drubwang đứng ra thực hiện, có 70 người hứa trường chay, và sau khi ông đến viếng vài làng mạc ở Ladakh, cư dân tại đây hứa đóng cửa các chợ bán thịt mỗi tuần một ngày. Bàn về điều căn bản để trở thành trường chay, Drubwang nói: “Nếu đủ nghị lực kiên cường, con người sẽ tránh làm việc ác bằng mọi giá, trong bất kỳ hoàn cảnh nào. Ăn chay hoàn toàn chắc chắn là

gặp khó khăn. Tuy nhiên, mỗi lần có trở ngại, chúng ta nên nhớ rằng mỗi chúng sanh đã một lần nào đó làm cha mẹ chúng ta”.

<http://www.drikung.org/dkrs/mvdr.html>

---o0o---

## **Kết luận**

Trường hợp của những người Tây Tạng ăn chay có tâm hồn cao thượng kể trên cho ta thấy tâm thức con người thật sự đã được nâng cao. Những người chính trực này đang biến cải truyền thống của hàng ngàn năm trước, biểu thị rằng một kỷ nguyên ăn chay sẽ phải đến.

Muốn xem thêm chi tiết về Phật giáo Tây Tạng và việc ăn chay, xin viếng trang mạng: [www.shabkar.org](http://www.shabkar.org)  
[www.veggiedharma.org](http://www.veggiedharma.org)

---o0o---

**Hết**