TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Bài thiền ca giữa đời sống hiện đại: "nhiều người ôm giấc mơ"

ISSN: 2734-9195 08:05 20/01/2026

Không thuyết giảng giáo lý, không gọi tên Phật pháp, nhưng từng câu hát đều thấm tinh thần tỉnh thức: nhận ra khổ đau, buông bỏ bản ngã, tìm chốn an trú và mở lòng yêu thương.

Tác giả: **Trần Văn Hiếu** (Thanh Hóa)

Giữa nhịp sống đương đại đầy áp lực, nơi con người liên tục bị kéo về phía những mục tiêu phải đạt, những giá trị phải hơn, phải thắng, âm nhạc của Lê Cát Trọng Lý thường xuất hiện như một khoảng lặng. "*Nhiều người ôm giấc mơ*" không phải là một bài hát tôn giáo, nhưng lại mang tinh thần rất gần với Phật giáo, một hành trình từ nhận diện khổ đau, buông bỏ bản ngã, đến khát vọng an trú và mở lòng từ bi.

Từ "*giấc mơ*" thế tục đến nhu cầu an trú

"*Nhiều người ôm giấc mơ giàu sang*
Vài người ôm giấc mơ bình yên
Em cần an trú.
Em cần yêu thương".

Trong Phật giáo, khổ (dukkha) không chỉ là đau đớn hiển lộ mà còn là sự bất toại nguyện nảy sinh từ các "*giấc mơ*" – tức những đối tượng của ái dục (taṇhā).

Trong những câu mở đầu bài hát, Lê Cát Trọng Lý không phủ định giấc mơ, nhưng đặt chúng trong thế đối sánh: giàu sang – bình yên. Cả hai đều là đối tượng mong cầu, đều có nguy cơ trở thành ràng buộc.

Điều đáng chú ý là nhân vật trữ tình không chọn giấc mơ, mà chọn **an trú**. Trong thiền Phật giáo, an trú là khả năng ở yên trong hiện tại, không chạy theo đối tượng, không đồng nhất mình với mong cầu. "*Em cần an trú*" vì thế là một tuyên ngôn mang tính giải thoát luận, vượt lên trên logic được - mất của đời sống.

Cái "ngã" và sự tan rã của hơn - thua

"*Thời thì ai cũng xem mình hay*
Và thì em cũng xem mình hơn
Khi lòng tan nát, trăm lời vô nghĩa
Ừ xem chúng ta hơn thua được chi".

Đoạn này thể hiện rất rõ tinh thần vô ngã. Phật giáo nhìn bản ngã như một cấu trúc tạm thời, được dựng lên từ so sánh, đánh giá, tự khẳng định. "*Xem mình hay*", "*xem mình hơn*" chính là biểu hiện của mạn (māna) – một trong những phiền não căn bản.

Khoảnh khắc "*lòng tan nát*" là khoảnh khắc ngã chấp sụp đổ. Khi khổ đau xuất hiện, mọi diễn ngôn, mọi lập luận, mọi hơn–thua đều trở nên "*vô nghĩa*". Câu hỏi tu từ "*hơn thua được chi*" không chỉ là lời than, mà là một cái thấy tỉnh thức: khi vô thường hiển lộ, cái tôi không còn chỗ đứng.

"*Chờ đợi và khát vọng quay về*
Chờ mùa xuân đến tô màu môi
Chờ tình yêu giống như còn thơ
Em lòng khao khát nơi về nương náu".

"*Chờ*" trong ca từ của Lê Cát Trọng Lý không mang nghĩa bị động, mà gần với tâm thế **quán chiếu**. Mùa xuân, tình yêu, tuổi thơ đều là biểu tượng của tính nguyên sơ, khi tâm chưa bị phân mảnh bởi toan tính. Tuy nhiên, điều cốt lõi không phải là quay về quá khứ, mà là tìm một nơi nương tựa (nương náu).

Trong Phật giáo, tam quy (Phật – Pháp – Tăng) chính là sự xác lập nơi nương tựa tinh thần. Ở đây, "*nơi về*" không chỉ là không gian, mà là trạng thái tâm: một chỗ đứng không lay động giữa dòng vô thường.

"*Buông kiểm soát, thuận duyên*
Chờ bàn tay đến đưa mình đi
Chờ bàn chân biết đi về đâu
Em chờ cây chín, em ngồi em hát
Lời ca biết vui như khi được yêu".

Hình ảnh "*chờ cây chín*" mang tinh thần rất gần với nhân duyên – quả báo. Không thúc ép, không cưỡng cầu, chỉ *"ngồi"* và *"hát"*. Đây là thái độ thuận duyên, sống hòa hợp với nhịp điệu của đời sống.

Trong thiền học, đây là trạng thái vô tác (asaṅkhata) – không cố làm, không can thiệp quá mức vào dòng chảy tự nhiên. Niềm vui không đến từ chiếm hữu, mà

từ tâm biết đủ và khả năng hiện diện trọn vẹn.



Ảnh minh hoạ

Từ cái tôi sang tha nhân

"*Xin miếng cơm luôn đong đầy*
Tình yêu cũng dâng
Xin áo may đem cho người khắp nơi".

Trong những câu hát cuối cùng, **Lê Cát Trọng Lý** đã mở rộng "*em*" thành chúng sinh. Nhu cầu được sống, được ăn, được yêu thương không còn là mong cầu cá nhân, mà trở thành lời nguyện. Đây chính là sự chuyển hóa từ tự độ sang độ tha, nền tảng của tâm từ bi trong Phật giáo Đại thừa.

Không phải giác ngộ siêu hình, mà là những ước mong rất đời: cơm, áo, tiếng ca. Phật giáo luôn nhấn mạnh: giải thoát không nằm ngoài đời sống, mà hiện diện trong cách ta sống với nhau.

Có thể thấy "n*hiều người ôm giấc mơ*" giống như một bài thiền ca giữa đời sống hiện đại. Không thuyết giảng giáo lý, không gọi tên phật pháp, nhưng từng câu hát đều thấm tinh thần tỉnh thức: nhận ra khổ đau, buông bỏ bản ngã, tìm chốn an trú và mở lòng yêu thương. Âm nhạc của Lê Cát Trọng Lý vì thế không chỉ để nghe, mà để dừng lại, để mỗi người tự hỏi mình đang ôm giấc mơ gì – và liệu đã biết an trú hay chưa.

Tác giả: **Trần Văn Hiếu** (Thanh Hóa)