

Khám phá văn hóa dân tộc qua thơ Thiền thời Trần

ISSN: 2734-9195 10:30 30/09/2025

Thơ thiền Việt Nam với vai trò hộ quốc an dân trong lịch sử. Quan niệm sống của thời kỳ nhà Trần đã chi phối đến suy nghĩ và hành động của con người trong thời kỳ này.

Tác giả: **NCS Thích nữ Huệ Nhật**
Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.HCM

1. Mở đầu

Từ xa xưa, thơ ca luôn luôn là phương tiện hữu hiệu trong việc phản ánh tư tưởng, phong tục và khát vọng của mỗi quốc gia trên thế giới. Nền văn học Việt Nam qua từng thời kỳ đã góp phần phản ánh sự phát triển của xã hội, tư tưởng và những biến đổi lịch sử của dân tộc. Mỗi giai đoạn đều để lại những dấu ấn riêng, góp phần làm phong phú và đa dạng thêm kho tàng văn học, trong đó không thể nhắc đến thơ Thiền thời Trần - một trường phái thơ đặc biệt vừa mang đậm ảnh hưởng của Phật giáo, vừa nêu bật rõ nét những nét đặc trưng văn hóa Việt.

Thơ thiền thể hiện tâm hồn, trí tuệ của các tác giả nhằm chuyển tải những quan niệm về vũ trụ, về cuộc đời và về mối quan hệ giữa con người lẫn thiên nhiên. Với sự hòa hợp tinh tế giữa hình thức và nội dung, giữa ngôn từ và tư tưởng, thơ Thiền đã trở thành một phần không thể thiếu trong di sản văn hóa thi ca Việt Nam. Văn học, đặc biệt thơ Thiền gần như đóng vai trò trụ cột của nền văn hóa, văn học Phật giáo lại chính là linh hồn của văn hóa Phật giáo.

Tìm hiểu và “*Khám phá văn hóa dân tộc Việt Nam qua thơ Thiền thời Trần*” chính là làm sáng tỏ những giá trị cốt lõi của văn hóa Việt, tô bồi thêm sự phong phú bức tranh tinh thần dân tộc qua những vần thơ trữ tình chứa đựng những triết lý sống sâu sắc.

2. Khái luận văn hóa và văn hóa Việt Nam

Từ những buổi đầu hình thành xã hội loài người, con người đã bắt đầu tạo ra những sản phẩm văn hóa. Văn hóa là một khái niệm rộng lớn và đa dạng, luôn thu hút sự quan tâm và nghiên cứu của nhiều quốc gia trên thế giới - một chủ đề không ngừng được tranh luận dẫn đến hàng loạt các định nghĩa phức tạp được đưa ra. Quan niệm về văn hóa rất phong phú, có thể thay đổi theo thời gian nhằm phản ánh những cách nhìn nhận khác nhau của mỗi cá nhân và cộng đồng.

Ở phương Tây, văn hóa được dùng để chỉ đối tượng nghiên cứu. Theo E.B. Taylor[1], văn hóa là một tổng thể phức tạp bao gồm nhận thức, tín ngưỡng, phong tục, đạo đức, nghệ thuật và nhiều lĩnh vực khác ở con người có được khi là một thành viên trong xã hội. Trong khi đó, F. Boas đã điều chỉnh khái niệm này vào thế kỷ XX, nhấn mạnh rằng văn hóa không được xem xét qua các cấp độ khác nhau mà nên được hiểu từ những góc độ khác biệt. A.L. Kroeber và C.L. Kluckhohn lại cho rằng[2] văn hóa là hành vi rõ ràng được hình thành và truyền đạt qua các biểu tượng, tạo nên những sản phẩm độc đáo của nhân loại, khác biệt so với các hình thức khác bao gồm những đồ tạo tác do con người tạo ra.

Phương Đông sử dụng thuật ngữ văn hóa từ rất sớm trong phương diện ngôn ngữ. Văn hóa được xem là quá trình rèn giũa và giáo dục con người thông qua cái đẹp nhằm giúp mỗi cá nhân hoàn thiện hơn. Trong thời Tây Hán, văn hóa được hiểu theo nghĩa “*văn trị giáo hóa*”, thể hiện phương thức giáo dục con người thông qua văn hóa, trái ngược với việc dùng vũ lực. Lưu Hưởng có thể coi là người tiên phong trong việc lý giải khái niệm văn hóa. Trong bộ Thuyết Uyển của ông, quyển 15, Chỉ Vũ, có đoạn viết rằng: “*Phàm vũ chi hưng, vị bất phục dã. Văn hóa bất cải, nhiên hậu gia tru*” (Phàm là dùng đến vũ lực thì đều là vì có người không chịu quy phục. Khi mà văn trị giáo hóa không thay đổi được họ thì mới tiến hành trừng phạt). Định nghĩa về văn hóa của phương Đông cũng có nhiều điểm tương đồng với khái niệm văn hóa (Culture) ở phương Tây.

Các nhà nghiên cứu Khoa học xã hội Việt Nam đã đưa ra nhiều nhận định sâu sắc về văn hóa. GS Đào Duy Anh định nghĩa văn hóa là tất cả các phương diện sinh hoạt của loài người[3], tức là tổng hợp những kiến thức cần thiết cho sự sinh tồn của xã hội và nhấn mạnh rằng văn hóa là nền tảng cho sự phát triển, tồn tại của một cộng đồng. Trần Ngọc Thêm phân tích văn hóa là một hệ thống hữu cơ bao gồm các giá trị vật chất và tinh thần mà con người sáng tạo và tích lũy thông qua hoạt động thực tiễn, trong sự tương tác với môi trường tự nhiên và xã hội[4]. Ông nhấn mạnh văn hóa là sản phẩm tinh thần của xã hội loài người, đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành con người nhằm duy trì sự bền vững và phát triển của xã hội.

Văn hóa là tổng thể các giá trị vật chất và tinh thần do con người sáng tạo ra, nó giống như chiếc chìa khóa mở ra cánh cửa đến cội nguồn phát triển xã hội, góp phần làm cho cuộc sống con người trở nên phong phú và ý nghĩa hơn. Trong bối cảnh hội nhập kinh tế thế giới, văn hóa càng đóng vai trò trực tiếp bao quát và đảm bảo tính vững bền không bị pha trộn giữa nền văn hóa các nước. Nền khoa học kỹ thuật quốc tế càng phát triển mạnh thì văn hóa càng được gìn giữ khu biệt vì chính nó là nhân tố tích lũy phù sa nhiều đời, gạn lọc tinh túy, tiếp biến và hòa nhập nhưng không để hòa tan vào nền văn hóa nhân loại.

Những sản phẩm đáp ứng nhu cầu đời sống tinh thần và vật chất của người Việt được coi là văn hóa Việt Nam. Chủ nhân, hay chủ thể của văn hóa Việt Nam, chính là 54 dân tộc đang cùng sinh sống và cư trú trong một không gian văn hóa chung. Sự đa dạng này không chỉ tạo nên nét đặc trưng của văn hóa Việt mà còn làm phong phú thêm di sản văn hóa của đất nước. Trong đó, *“tộc người Việt chiếm đại đa số dân cư và có trình độ phát triển kinh tế - xã hội cao, tộc Việt là chủ thể văn hóa chính của toàn bộ không gian văn hóa Việt Nam”*[5]. Sự hình thành các tộc người trong một đất nước như Việt Nam là kết quả của một quá trình lâu dài, bền bỉ và phức tạp. Quá trình này bao gồm sự phân hóa, hỗn chủng và thiên di diễn ra trong suốt hàng thế kỷ[6]. Những yếu tố như điều kiện địa lý, khí hậu, môi trường sống, cũng như các yếu tố lịch sử, xã hội đã góp phần định hình nên sự đa dạng về dân tộc.

Văn hóa Việt Nam được hiểu là toàn bộ các giá trị văn hóa của dân tộc, bao gồm lịch sử và văn minh của một cộng đồng có chủ quyền gắn bó chặt chẽ với nhau. Dưới góc nhìn này, văn hóa Việt Nam thể hiện sự thống nhất trong sự đa dạng của các tộc người với những đặc trưng phong phú và đa dạng trong nhiều lĩnh vực. Người Việt cùng với các dân tộc anh em sống trên cùng một lãnh thổ đã gìn giữ và phát huy những phong tục, tập quán, truyền thống tốt đẹp, đồng thời dung hòa các tín ngưỡng, tôn giáo, văn học và nghệ thuật.

Dù trải qua hơn 1000 năm bị đô hộ và Bắc thuộc, Việt Nam vẫn kiên trì bảo tồn và phát triển văn hóa theo cách độc lập của mình. Văn học, kiến trúc, điêu khắc và các loại hình nghệ thuật khác đều đã phát triển một cách phong phú và đa dạng. Điều này được ghi nhận khi UNESCO công nhận 11 di sản văn hóa vật thể và phi vật thể của Việt Nam là di sản thế giới, khẳng định giá trị và tầm quan trọng của văn hóa Việt Nam trên trường quốc tế.

3. Văn hóa Phật giáo

Phật giáo là một trong những tôn giáo lớn của thế giới, có nguồn gốc lâu đời và đã sớm phát triển mạnh mẽ, trở thành một phần thiết yếu trong hệ tư tưởng văn minh Châu Á. Phật giáo là một hiện tượng xã hội, hình thức sinh hoạt tín ngưỡng tâm linh và còn là một bộ phận quan trọng của văn hóa toàn nhân loại, tác động sâu sắc đến các quốc gia và cộng đồng. Các giá trị vật chất và tinh thần của Phật giáo hằng được gìn giữ, phát triển và áp dụng trong đời sống tu tập của chư tăng, ni và tín đồ Phật tử qua từng thời kỳ. Trong suốt các giai đoạn lịch sử, Phật giáo đã hình thành và thích nghi với từng quốc gia, từ đó tạo nên những nét đặc trưng riêng biệt mang lại lợi ích thiết thực cho cộng đồng.

Phật giáo đã du nhập vào Việt Nam qua con đường giao lưu văn hóa giữa Việt Nam và Ấn Độ. Thời kỳ đầu, người dân Việt chưa quen thuộc với ngôn ngữ của các nhà sư Ấn Độ, nhưng dần dần những câu thần chú và giáo lý của Phật giáo đã trở nên huyền thoại tạo nên sự tò mò và hấp dẫn. Các vị Tổ sư đã khéo léo điều chỉnh cách truyền đạt giáo lý sao cho phù hợp với tâm tư, thói quen của người dân, nhờ đó đạo Phật thấm nhuần vào đời sống của cư dân như sữa hòa với nước.

Sự hòa quyện khéo léo giúp Phật giáo tồn tại, phát triển, góp phần làm phong phú thêm nền văn hóa Việt Nam *“Văn hóa Phật giáo Việt Nam và văn hóa Việt Nam như là một thực thể tinh thần khó có thể tách rời ra được, nên sẽ không tránh khỏi khiếm khuyết, nếu nghiên cứu văn hóa dân tộc Việt Nam mà bỏ qua văn hóa Phật giáo và ngược lại”*[7]. Phật giáo đã để lại dấu ấn sâu đậm trong cách nhìn nhận, tư duy và lối sống của người Việt, góp phần hình thành nên bản sắc văn hóa đặc trưng của đất nước.

Cư sĩ trí thức Chánh Trí Mai Thọ Truyền từng nhận xét: *“Đạo Phật hiện nay đã trở thành một nhu cầu tối yếu cho người dân Việt. Trước kia là một đạo của xứ ngoài, Phật giáo nay là một đạo của dân tộc”*[8]. Người Việt thường đi lễ chùa, ăn chay vào những ngày rằm hoặc mừng một hàng tháng, thực hiện các nghi lễ cầu bình an cho người thân và cầu siêu cho những người đã khuất được sinh về cõi lành. Những câu ca dao, tục ngữ các tiết mục chèo, tuồng, múa rối cũng lồng vào hình ảnh về đạo từ bi, về cuộc đời đức Phật vĩ đại và hạnh nhẫn nhục của mẹ hiền Quan Âm Thị Kính.

Vào thời Trần, Phật giáo bước vào thời kỳ phát triển rực rỡ với những đóng góp quan trọng, gắn liền với những thăng trầm của đất nước và dân tộc. Giáo sư Minh Chi nhận định: *“Hai triều đại Lý Trần đánh dấu đỉnh cao của sự hội nhập của Phật giáo vào nền văn hóa Việt Nam nói riêng, vào đất nước và xã hội Việt Nam nói chung”*[9]. Văn hóa Phật giáo Việt Nam được thể hiện phong phú qua cả hai lĩnh vực vật thể và phi vật thể, tạo nên một hệ thống giá trị sâu sắc và đa

dạng. Nhiều công trình kiến trúc như chùa, đình, miếu là nơi thờ tự, trung tâm hội tụ các giá trị tâm linh và văn hóa dân tộc. Những kiến trúc thường mang đậm dấu ấn văn hóa địa phương, thể hiện sự giao thoa hài hòa giữa Phật giáo với các tín ngưỡng truyền thống tạo nên một bản sắc văn hóa độc đáo.

Văn hóa Phật giáo Việt Nam thời Trần đã được hình thành và phát triển ngay trên lãnh thổ quê hương, gắn liền với con người và xã hội Việt Nam. Qua hàng nghìn năm văn hiến, Phật giáo đã để lại kho tàng quý giá trong lịch sử và văn hóa dân tộc. Nhờ vào sự du nhập và hòa quyện cùng nền văn minh nông nghiệp lúa nước, Phật giáo làm phong phú thêm bản sắc văn hóa Việt và ảnh hưởng sâu rộng đến cộng đồng, thể hiện sự hòa quyện giữa tâm linh và đời sống, giữa truyền thống và hiện đại.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa (sưu tầm).

4. Thơ thiền thời Trần

4.1. Khái niệm thơ thiền

Tại Trung Quốc, nguyên lý cổ xưa về “thơ” được hình thành từ thời vua Thuấn (2255 – 2208 TCN) trong Kinh Thư với khái niệm “*Thi ngôn chí*” (Thơ là lời bày tỏ chí). Bài tựa đầu của Mao Thi cũng nêu rõ: “*Thi giả, chí chi sở chi dã. Tại tâm vi chí, phát ngôn vi thi*” (Thơ là phương tiện để bày tỏ chí. Chí ở trong lòng, lời phát ra thành thơ). Sách Lễ Ký cũng chép rằng: “*Thi ngôn kỳ chí dã*” (Thơ là lời bày tỏ chí của người viết).

Từ “*Thiền*” (Phạn: Dhyāna; Pàli: Jhāna), phiên âm là Thiền na, có nghĩa là tĩnh lự, yên lặng, suy tư, trạng thái đình chỉ mọi tư tưởng hoặc cột tâm ý vào một đối tượng chính pháp duy nhất. Pháp môn tu tập của phái “*Du già*” (Yoga) của Ấn Độ cổ là phương pháp thiền định nhằm giúp cho người tu tập tập trung tư tưởng, các đạo sĩ sẽ thường ngồi thiền định nghiêm trang dưới những gốc cây. Đức Thích Ca Mâu Ni đã cải biến lối tu tập này thành “*Thiền na*”, kết hợp giữa trí tuệ và thiền định nhằm đạt được sự giác ngộ toàn diện. Thực hành Thiền là pháp tu giúp mỗi hành giả tập trung sâu sắc vào đối tượng thiền định, qua đó đạt được sự tĩnh lặng và sự nhận thức sâu sắc hơn về bản chất của tâm thức.

Thơ Thiền là một thể loại thơ trong tổng thể thơ ca nhưng vẫn duy trì các nguyên lý cơ bản của thi ca. Cả thiền và thơ đều có sự tương đồng trong cách thức tiếp cận và trải nghiệm. Thơ chính là nghệ thuật sử dụng ngôn từ nhằm thể hiện cảm xúc, suy tư về bản thân và thế giới xung quanh. Qua thơ, những cảm xúc sâu thẳm và ảnh hưởng từ môi trường sống được chuyển tải, tạo nên sự kết nối tinh tế giữa người sáng tác và người tiếp nhận mà đôi khi không cần biểu hiện bằng lời nói hay hành động. Thơ được xem là tấm gương phản chiếu hiện thực, phương tiện bày tỏ tâm hồn, tình cảm, lý tưởng, nơi mà nghệ thuật và cuộc sống hòa hợp. Chính vì thế, Thiền và thơ có thể gặp nhau ở điểm chung này.

Theo quan điểm của các nhà nghiên cứu, Nguyễn Duy Hình chia thơ Thiền thành ba loại chính: Thứ nhất là các thể loại kệ tụng cổ, chủ yếu bàn về giáo lý và tu hành của Phật giáo, hoàn toàn thuần túy với mục đích truyền đạt những triết lý Phật học. Thứ hai là những áng văn chương chịu ảnh hưởng sâu sắc của Phật giáo, có sự kết hợp giữa thơ ca và kệ, mang trong mình những rung động thơ nhưng vẫn đứng giữa hai thể loại thơ và kệ. Thứ ba là những tác phẩm có sử dụng từ ngữ Phật giáo, nhưng không hoàn toàn mang nội dung hay thông điệp Phật giáo, đôi khi chỉ là sự mượn ý niệm Phật học để diễn đạt các vấn đề về cuộc sống hay tâm hồn con người.

Nguyễn Phạm Hùng cho rằng: “*Thơ Thiền là các bài kệ là thơ bao gồm cả kệ và thơ, nêu lên một triết lý, một quan niệm thiền hay một bài học thiền nào đó hoặc vừa ảnh hưởng thiền vừa mang rung động thi ca có tính trần thế. Thơ Thiền là thơ của các nhà sư và của cả những người không tu hành nhưng am hiểu, yêu thích triết lý Phật giáo, bày tỏ trực tiếp hoặc gián tiếp triết lý, cảm xúc hay tâm lý Thiền*”[10]. Ngôn ngữ thông thường khó lòng diễn tả hết sự thường trong biến, sự hư trong thực của vạn pháp.

Do đó, thơ Thiền trở thành phương tiện nhằm biểu đạt những tầng ý nghĩa sâu sắc, đạt đến sự hàm súc và tinh gọn tuyệt đối. Trong không gian thi ca huyền

bí, thơ Thiền đã làm cho vườn thơ thêm phần phong phú và lôi cuốn. Đó là một hiện tượng văn học đặc sắc, như một đóa hoa đẹp mê hoặc mang trong mình tinh thần Thiền tông Phật giáo và vẻ đẹp của mỹ học Thiền.

“Thơ Thiền là tiếng nói của tâm thiền về hiện thực, nhưng không tham đắm, không mong cầu cũng không ghét bỏ...khiến người đọc có một trạng thái an nhiên, bình lặng, thanh thoát, hoặc khơi gợi ở người đọc hiểu biết thực tại mà không tỏ thái độ tham vầu, luyến ái, si mê hay bức bối...”[11]. Thơ Thiền là một thể loại thơ đặc biệt được sáng tác bởi những người tu hành trong quá trình giác ngộ về giáo lý Phật giáo nhằm tạo ra những tác phẩm có chất thiền. Người muốn viết được thơ Thiền cần đáp ứng một số tiêu chí nhất định: Người viết phải là người tu hành Phật giáo hoặc có hiểu biết sâu sắc về Phật pháp, chỉ những ai có tâm hồn thanh tịnh và đạt tới trạng thái thiền định mới có thể sáng tác những vần thơ mang đậm bản chất thiền, hơn nữa là người có kiến thức vững vàng về các thể thơ cổ, đặc biệt là Đường thi.

Cho đến nay khái niệm thơ Thiền đã được nhiều học giả sử dụng rộng rãi, tuy nhiên nội hàm của nó vẫn chưa đạt được sự đồng thuận tuyệt đối. Dù vậy có thể khẳng định rằng, thơ Thiền chính là tinh hoa của văn hóa Phật giáo Việt Nam, đồng hành cùng lịch sử dân tộc suốt hơn một nghìn năm, đóng góp quan trọng vào việc làm phong phú thêm nền văn hóa dân tộc, trở thành một phần không thể thiếu trong mạch sống của nhân dân. Vì vậy, thơ Thiền - đặc biệt là Thiền tông Việt Nam, có tiềm năng trở thành cầu nối văn hóa giữa Việt Nam và thế giới trong bối cảnh toàn cầu hóa - hiện đại hóa như hiện nay. Thơ Thiền thời Trần ảnh hưởng từ thiền phái Trúc Lâm Yên Tử là kết quả của sự tiếp biến văn hóa Phật giáo, mang trong mình những đặc trưng độc đáo và quý giá với tư tưởng: Vô ngã vị tha, nhập thế, dung hợp và hoà quang đồng trần qua bao thăng trầm lịch sử.

4.2. Sơ lược về thơ Thiền thời Trần

Mặc dù thoát nhìn, thơ và Thiền có vẻ không liên quan gì đến nhau, nhưng nếu tìm hiểu kỹ thì chúng lại có một sự kết nối tinh tế. Thiền là phương pháp tu hành giúp rèn luyện tâm trí đem lại sự thanh tịnh, tập trung và khai mở trí tuệ trong Phật giáo. Ngược lại, thơ là một hình thức nghệ thuật biểu đạt cảm xúc, tâm trạng, những suy nghĩ và cảm nhận cá nhân về cuộc sống, phản ánh những chiều sâu nội tâm qua từng câu chữ.

Giai đoạn cực thịnh của thơ Thiền là thời Trần, một thời kỳ đặc biệt nhất trong lịch sử Việt Nam - thời đại của những con người vô cùng tự tin, kiên cường và phóng khoáng. *“Ở Việt Nam, vào đời Trần, Thiền được chọn là tông pháp có thể*

đáp ứng một nhu cầu đời sống tâm linh của con người, cho nên dùng tiểu loại phổ thuyết là cách tốt nhất để có thể thuyết pháp rộng rãi, phổ cập cho các đối tượng khác nhau để quần chúng hiểu rõ áo nghĩa giáo lý Thiền”[12]. Ngoài những vị thiền sư sáng tác thơ Thiền, những vị hoàng đế và quan lại cũng tham gia sáng tác. Họ là người cai trị mang trong mình nhiều phẩm chất nhân cách khác biệt: vừa là những nhà lãnh đạo vĩ đại, anh hùng dân tộc, lại vừa là triết gia, thiền sư và thi sĩ. Sự kết hợp này tạo nên một thời đại đầy tính đa dạng và sâu sắc, góp phần thúc đẩy sự phát triển mạnh mẽ của cả văn hóa và tinh thần dân tộc.

Trong văn học thời Trần, số lượng các tác phẩm thơ Thiền xuất hiện với tần suất cao hơn so với thời Lý. Điều này phản ánh sự phát triển mạnh mẽ của Phật giáo (đặc biệt là Thiền tông) trong đời sống xã hội và văn hóa của thời kỳ này *“Có thể nói, văn học Phật giáo Lý-Trần là một tiếng nói rất riêng ‘một đi không trở lại’. Tiếng nói ấy chính là tinh hoa của thời đại Phật giáo cực thịnh, là tinh hoa của văn học Phật giáo Việt Nam, góp phần làm cho nội dung văn học Việt Nam thêm đa dạng và phong phú”[13].* Các thiền sư và các tác gia sáng tác những bài kệ tụng mang tính giáo lý nhằm tạo ra những tác phẩm thơ có sức ảnh hưởng sâu sắc, chạm đến cảm xúc và tư tưởng của người đọc, góp phần làm phong phú thêm di sản văn hóa và tinh thần của thời đại.

Những bài kệ trong thơ Thiền thời Trần như: Thiều Uyển Tập Anh, Khóa Hư Lục, Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục và nhiều tác phẩm khác, tất cả đều thể hiện những triết lý sâu sắc của Phật giáo cùng giá trị văn học vượt thời gian. Thơ Thiền chính là phương tiện truyền đạt giáo lý về Vô ngã, Vô thường, giác ngộ, phản ánh một cách sống động, tinh tế mối quan hệ giữa con người và thế giới *“Thiền như cơn gió nhẹ thổi vào vườn hoa thơ, làm cho những cánh hoa thơ ánh lên muôn hồng nghìn tía”[14].* Với sự kết hợp giữa lý thuyết và thực hành, các tác phẩm này chính là những bài học tu tập, những tác phẩm văn học đặc sắc, thể hiện sự hòa quyện giữa tư tưởng Thiền tông kết hợp nghệ thuật ngôn từ, làm phong phú thêm diện mạo văn học Việt Nam thời kỳ này.

Thơ Thiền thời Trần là một thể loại văn học đa dạng, phản ánh sự giao thoa sâu sắc tuyệt hảo giữa triết lý Phật giáo và nghệ thuật thơ ca. Theo các nhà nghiên cứu như Nguyễn Duy Hình và Nguyễn Phạm Hùng, thơ Thiền là sự lý giải các khái niệm Phật giáo, phương tiện biểu đạt cảm xúc và tâm trạng của con người trong quá trình tìm kiếm sự giác ngộ. Dù có sự ảnh hưởng mạnh mẽ từ Phật giáo hay không, những tác phẩm thơ Thiền vẫn đóng vai trò quan trọng trong việc làm phong phú thêm đời sống tinh thần và văn hóa Việt Nam, mang đến những giá trị sâu sắc về cả mặt tư tưởng lẫn nghệ thuật.

Thơ Thiền thời Trần là một phần không thể thiếu trong nền văn học Việt Nam, đánh dấu bước ngoặt quan trọng trong sự hình thành của văn học viết. Với phong cách độc đáo, thơ Thiền thời kỳ này dễ dàng phân biệt với các giai đoạn thơ ca khác nhờ vào sự kết hợp giữa triết lý Thiền tông và cảm hứng thi ca sâu sắc. Những tác phẩm thơ Thiền đã phản ánh được các quan điểm triết học của Thiền tông, khắc họa hình ảnh con người, đặc biệt là con người với bản thể siêu việt. Qua đó, các Thiền gia - thi sĩ thời Trần thể hiện những quan niệm sâu sắc về cuộc sống, sự giác ngộ và mối quan hệ giữa con người với vũ trụ.

5. Đặc trưng và đóng góp của thơ thiền thời Trần trong văn hóa Việt Nam

5.1. Đặc trưng của thơ thiền thời Trần

Những đặc trưng của thơ thiền thời Trần thể hiện sự ảnh hưởng sâu sắc của Phật giáo Thiền tông đối với tư tưởng và văn hóa dân tộc.

- Sử dụng ngôn ngữ nghệ thuật hàm súc: Thơ Thiền thời Trần nổi bật với một phong cách giản dị, tinh tế nhưng lại chứa đựng những tầng ý nghĩa sâu xa, phản ánh triết lý của Phật giáo Thiền tông. Ngôn ngữ trong thơ Thiền không chỉ đơn thuần là lời nói mà còn là phương tiện chuyển tải những cảm nhận sâu sắc, những chân lý mà ngôn từ bình thường khó có thể diễn đạt trọn vẹn. Những bài thơ Thiền không chú trọng đến sự cầu kỳ trong hình thức hay cấu trúc, thay vào đó tập trung vào việc khơi gợi, truyền tải những giá trị nội tại về sự giác ngộ, vô thường và sự tĩnh lặng trong cuộc sống. Những điển tích, điển cố xuất hiện khá nhiều *“Thiếu Thất, Tào Khê, mộng Hồ Điệp, mộng Nam Kha,...”* nhằm thể hiện sự giao hòa đồng điệu với quan niệm nhân sinh Đạo học và Nho học trong quá trình tìm về bản thể.

Ngôn ngữ thơ Thiền đạt đến sự tinh túy trong sự cô đúc, hàm súc, thể hiện qua cách mà tâm hồn người viết và người đọc hòa vào nhau, cùng *“hội tâm”* trong mỗi câu chữ. Cái đẹp trong thơ Thiền không đến từ sự phô trương, mà là sự thanh thoát tự nhiên, thoát ra từ sự tĩnh lặng sâu sắc của từng lời thơ. Giọng điệu thơ chuyển tải tinh thần giác ngộ như Trần Thái Tông viết: *“Phong đả tùng quan, nguyệt chiếu đình. Tâm kỳ phong cảnh cộng thể thanh. Cá trung tư vị vô nhân thức. phó dữ sơn tăng lạc đáo minh”*[15]. (Gió đập vào cánh cửa thông, trăng chiếu rọi trên sân. Lòng hện với phong cảnh cùng nhau mát mẻ trong treo. Ở trong đó có ý vị riêng mà không ai biết được. Mặc cho nhà sư ở trong núi vui đến sáng).

Chất thiền hiện lên qua những ý vị tinh tế, sâu sắc mà khó ai có thể nhận ra, đó là khoảnh khắc hòa điệu giữa con người và thiên nhiên, giữa ta và vật, không còn sự phân biệt tạo thành một sự an lạc vô biên mà lời lẽ khó có thể diễn đạt được. Trong khoảng lặng ấy, các thiền gia gửi gắm những chiêm nghiệm sâu sắc về đời người, về lẽ vô thường của vũ trụ và thiên nhiên - nơi mọi sự vật đều biến đổi theo thời gian. Chính trong cái vô thường ấy, những cung bậc cảm xúc đa dạng, phong phú của con người được thể hiện, hòa quyện vào cái tĩnh lặng của vạn vật, tạo nên một cảm giác hòa hợp, thấu suốt, vượt lên trên sự tầm thường của thế giới bên ngoài.

- Sử dụng hình ảnh thiên nhiên: Những hình ảnh thiên nhiên thường xuyên xuất hiện trong thơ Thiền thời Trần như núi non, sông nước, hoa cỏ, giúp khơi gợi một cảm giác hòa hợp giữa con người và vũ trụ. Cảnh vật thiên nhiên trong thơ Thiền mô tả ngoại cảnh, đóng vai trò làm phương tiện thể hiện triết lý vô ngã, nơi con người không còn phân biệt giữa cái ta và khác.

Chẳng hạn thế giới Phật trong thơ của Huyền Quang qua bài Vịnh Vân Yên tự phú chính là cảnh sắc thiên nhiên hữu tình được mô tả dưới bầu trời xanh, rộng lớn như ba mươi sáu tầng trời thiền, đất như vàng ròng và cảnh vật như ngọc, tất cả đều thể hiện sự tinh khiết, tĩnh lặng, sự kết nối sâu sắc với vũ trụ, nơi mọi thứ hòa quyện thành một thể thống nhất đã thể hiện sự vô ngã trong triết lý thiền. *“Chim thụy dõi tiếng ca chim thụy; gió tiên đưa đôi bước thần tiên. Bầu đủng đỉnh giang hòa thế giới; hải thông thả dạo khắp sơn xuyên. Đất phúc địa nhận xem luống kể, kể bao nhiêu dư trăm phúc địa; Trời thiên nhiên thập thu thừa là, lạ hơn ba mươi sáu thiên thiên”*[16]. Bậc tu chứng đạt được nội tâm tự tại nhờ tư tưởng thoát tục, hòa quang đồng trần mang âm hưởng thi ca đầy thiền vị trong đời sống đạo. Ngài thi hóa cảnh trần gian không khác gì cảnh giới cao sâu huyền nhiệm chốn Phật Đà.

- Khám phá nội tâm, tìm về bản thể: Thơ thiền thời Trần miêu tả cảnh vật đi sâu vào nội tâm con người, hướng đến sự tự nhận thức và giác ngộ. Những bài thơ này thể hiện một khát vọng về sự giải thoát, vượt qua mọi vướng mắc trong thế gian để đạt được sự an tĩnh trong tâm hồn. Khi bàn đến việc sinh tử, các Ngài nhấn mạnh hai việc này là việc lớn của đời người nên tuyệt đối không thể xem thường, phải chuyên tâm tu tập mới có thể vượt thoát nó. Cần thấu suốt bản tính để nhận ra thân mạng mong manh như ngọn đèn trước gió, như hơi thở ra vô sinh diệt trong từng sát na, thở ra không thở vào cũng đồng nghĩa sự sống không còn.

Quan niệm vô thường của Trần Nhân Tông có những nét đặc sắc riêng, khi ông coi cuộc đời con người chỉ là một hơi thở. Quan điểm này phản ánh sự ngắn

ngủi, phù du của kiếp nhân sinh, từ đó nhắc nhở con người về sự vô thường của tất cả mọi vật. Chính vì vậy ông khuyên người đời cần sống tỉnh thức, buông bỏ tham sân si, hướng tới sự giác ngộ và an nhiên trong cuộc sống: *“Thân như hô hấp ty trung khí, Thế tự phong hành lĩnh ngoại vân. Đổ quyền đề đoạn nguyệt như trú, Bất thị tâm thường không quá xuân”*[17]. (Thân như hơi thở qua buồng phổi, Kiếp tựa mây luôn đỉnh núi xa. Chim khuyên kêu rã bao ngày tháng, Đâu phải mùa xuân dễ luống qua). Những đám mây bay trôi vô định trên bầu trời tan biến vào hư vô cũng giống như tấm thân tứ đại vô thường này. Khi một trong bốn đại suy yếu, các đại kia cũng bị ảnh hưởng dẫn đến sức khỏe giảm sút và cánh cửa tử sinh mở ra. Tuy nhiên, đối với người đã vượt qua khái niệm nhân sinh tử, không còn lo sợ về quả tử sinh thì tâm tư đã định tĩnh, họ sống cuộc đời tùy duyên, nhập thế nhằm phụng sự đạo pháp và không còn bị chi phối bởi sự biến đổi của thân xác hay cuộc sống tạm bợ.

- Tính thiền quán: Một đặc điểm không thể thiếu của thơ thiền thời Trần là việc thể hiện quá trình thiền quán (quan sát và chiêm nghiệm) trong chính bài thơ. Những vần thơ không chỉ là sự diễn đạt của ý tưởng mà còn là cách thức thực hành thiền qua ngôn từ. Các bài thơ này khuyến khích người đọc tìm về sự tĩnh lặng trong tâm hồn, vượt qua sự bận rộn của cuộc sống vật chất, cần quán chiếu và định tâm như Huyền Quang chột thốt *“Vũ quá Khê sơn tịnh, Phong lâm nhất mộng lương. Phản quang trần thế giới, Khai nhãn túy mang mang”*[18]. (Mưa tạnh, núi khe sạch, Rừng phong một giấc mơ. Ngoảnh nhìn đời bụi bặm, Mở mắt đường say sưa). Câu thơ nghe chừng giản đơn nhưng đã thể hiện một khung cảnh thiên nhiên tĩnh lặng và thanh bình sau cơn mưa, đồng thời cũng phản ánh sự thiền quán sâu sắc trong thơ Thiền. Đây chính là một cảnh giới thiền quán, nơi thiên nhiên không chỉ là một khung cảnh vật lý mà còn là biểu hiện của sự tĩnh lặng nội tâm, sự kết hợp giữa ngoại cảnh và nội tâm trong quá trình tìm kiếm sự an lạc và giác ngộ vô cùng tuyệt hảo.

- Nêu cao tinh thần vô ngã và giải thoát: Thơ Thiền thường thể hiện tinh thần tự tại, giải thoát khỏi những ràng buộc của thế gian. Các thiền sư thể hiện quan niệm về cuộc sống như một dòng chảy tự nhiên, khuyên con người buông bỏ tham sân si để đạt được sự an lạc trong tâm hồn. Tuệ Trung Thượng Sĩ khuyến khích mọi người nên tìm Phật ngay cõi thiên nhiên thực tại đang sống, đừng tìm cầu Phật ở đâu xa *“Thu quang hắc bạch tùy duyên sắc, Liên nhị hồng hương bất trước nề”*[19] (Thu trong, biếc hắt tùy duyên sắc, sen ngát, hồng đâu bởi nước đâu).

Phong cảnh hữu tình với non sông, nước biếc trong thơ văn Phật giáo thời Trần được mô tả như thiên nhiên cõi Phật sống động, tự thân chứng ngộ thì không đâu là không tĩnh lặng, đẹp đẽ. Hay như tư tưởng thiền của Trần Thánh Tông “

Cá trung vô khiếm diệt vô dư, Phật giả vô hề nhân giả vô. Thu cảnh viễn lai thiên ngoại viễn, Thanh sơn vân tỏa chủy Đô-lô”[20]. (Không thiếu không dư ở cõi lòng, Phật không, người cũng vẫn là không. Cảnh thu xa vắng, trời xa vắng, Mây khóa non xanh, mặt ruộng rộng).

Người đã thể hiện một quan niệm sâu sắc về tinh thần Phật giáo và mối quan hệ giữa Phật - chúng sinh, nhấn mạnh rằng bản chất của vạn vật trong thế gian đều đồng nhất, không có sự phân biệt giữa Phật và chúng sinh. Cả hai đều là một thể, không có sự khác biệt lớn lao. Những từ “*không có*” hay “*không phải*” ở đây không phải là sự phủ nhận, mà là lời nhắc nhở về sự giải thoát khỏi những khái niệm phân biệt, khuyến khích con người sống trong sự tự nhiên, không bị cuốn vào những ràng buộc của những gì có hay không có. Mỗi người hãy sống một lối sống thực tế và bình dị, không cầu kỳ, không chấp vào những khái niệm cao siêu mà chỉ cần sống trọn vẹn với cuộc sống hiện tại. Các thiền gia an trú trong thế giới qua cái nhìn đầy tuệ giác, tùy duyên với đạo và đời, cảm nhận cảnh sắc qua góc nhìn mênh mông vô hạn sâu thẳm tầng không.

- Sử dụng hình ảnh con người siêu việt: Trong thơ Thiền thời Trần, con người không chỉ là trung tâm của thế giới mà còn là hình ảnh của sự giác ngộ, vượt qua mọi phiền não và sự dung hòa giữa lý trí và cảm xúc. Con người vừa là đối tượng vừa là cứu cánh của văn học, là yếu tố trung tâm của thế giới nghệ thuật, góp phần bộc lộ quan niệm nghệ thuật về con người và thế giới của tác giả.

Con người trong thơ thiền thời Trần được thể hiện thông qua cảm quan thiền, đó là vô vị chân nhân hay còn có nghĩa là con người thật không địa vị của Trần Thái Tông, con người trí tuệ của Tuệ Trung, con người bản lai nhân của Trần Minh Tông, con người tự tại của Trần Nhân Tông, con người tự do của Huyền Quang... “*Con người tự tại*” chính là sống tự nhiên theo những điều thực tế của con người, đói thì phải ăn, mệt thì nên nghỉ ngơi, chính là lối sống tự tại không còn vướng mắc hay cũng chính là sống thật với chính bản tâm mình, tùy duyên hóa độ với tâm vô cầu. “*Cư trần lạc đạo thả tùy duyên. Cơ tắc san hề, khổn tắc miên. Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch. Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền*”[21]. (Cõi trần vui đạo, hãy tùy duyên, Đối cứ ăn no, mệt ngủ yên. Bảo sẵn trong nhà, thôi khỏi kiếm, Vô tâm trước cảnh, hỏi gì thiền).

Tư tưởng trong bài kệ trên của vị Phật Hoàng Việt Nam cũng chính là mục thước tiêu chuẩn cho đạo Phật Việt Nam. Ở đó cần có sự kết hợp giữa đạo pháp và dân tộc tạo thành sức mạnh đại đoàn kết, không một thế lực nào có thể phá vỡ nó đi. Ngài nhấn mạnh vấn đề tu dưỡng thân tâm của mỗi cá nhân, trong tâm mỗi người đều có Phật tính nên không cần tìm Phật đâu xa. Mỗi người thường nên tham thiền nhập định tu dưỡng thân tâm, hài hòa giữa nội tâm và ngoại

cảnh, không mâu thuẫn hay cực đoan giữa người với người, giữa thế giới chủ quan hay khách quan.

Mặc dù thơ Thiền thời Trần mang tính triết lý cao nhưng cũng không thiếu yếu tố cảm xúc. Thơ Thiền truyền đạt lý thuyết về sự giác ngộ, thể hiện những cảm nhận tinh tế về vẻ đẹp của thiên nhiên, những nỗi niềm sâu sắc của con người trong cuộc sống. Điều này tạo ra một sự kết hợp giữa lý trí và cảm xúc, làm cho thơ Thiền vừa có chiều sâu triết lý vừa có sức hấp dẫn về mặt thẩm mỹ đạt đến sự thanh tịnh trong tâm hồn.

5.2. Đóng góp của thơ Thiền thời Trần

- Thơ thiền Việt Nam với vai trò hộ quốc an dân trong lịch sử. Quan niệm sống của thời kỳ nhà Trần đã chi phối đến suy nghĩ và hành động của con người trong thời kỳ này. Hình tượng nghệ thuật là phương tiện hữu hiệu chuyên chở cảm xúc thiền và thể hiện thiền ý của các tác giả. Dưới ánh sáng lý luận thi pháp học, thơ Thiền chứa đựng trong đó 1 thế giới nghệ thuật hài hòa, bóng bẩy như các bộ phận văn học khác. Nhận thức được cái cốt lõi làm nên sức sống của những bài thơ thiền chính là những vẻ đẹp tâm hồn, tình cảm, những quan niệm sống lạc quan, tích cực của con người một thời.

Quan điểm Phật tại tâm của thiền tông với tinh thần tự quay về thắp lên ngọn đuốc tỏ rạng của chính mình, không cầu tìm bên ngoài đã tôi luyện nên một bản lĩnh đặc biệt của con người thời Trần trước thế giặc xâm lăng. Trong bài ca Tâm và Phật, Tuệ Trung viết: *“Hành diệc thiền, Tọa diệc thiền. Nhất đóa hồng lô hỏa lí liên”*[22] (Đi cũng thiền! Ngồi cũng thiền! Trong lò lửa đỏ một bông sen). Cái lò lửa là hình ảnh ẩn dụ cho cái lò tạo hóa, nơi nhào nặn và thử thách vạn vật. Đóa hoa sen là sự hiện thân cho một cái gì đó bất diệt, hằng thường vượt lên trên quy luật sinh diệt của cõi trần. Cái tâm của người đạt đạo được ví như đóa sen trong lò lửa, bởi vì nó hư không, tĩnh lặng nên không mấy may vướng bụi, cũng không ngọn lửa nào thiêu đốt được. Nó hòa đồng cùng bản thể vũ trụ không sinh diệt nên người đạt đạo có thể an nhiên, tự tại trong bất cứ hoàn cảnh nào. Chính nhờ tinh thần thép của những con người kiên cường ấy đã giành được độc lập, để lại dấu ấn rực rỡ nhất trong lịch sử các triều đại phong kiến Việt Nam.

- Góp phần phát triển văn hóa tâm linh Phật giáo: Thơ Thiền thời Trần không chỉ là một phần của di sản văn hóa tâm linh mà còn đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển và phổ biến tư tưởng Phật giáo, đặc biệt là Phật giáo Thiền tông. Những bài thơ này đã giúp truyền tải những giáo lý sâu sắc về vô ngã, vô thường và con đường giải thoát, đồng thời làm phong phú thêm đời sống tinh

thần của người dân Việt Nam. Sống trong thời đại này, chất thiền không thể không ngấm trong Văn Huệ Vương Trần Quang Triều *“Tâm khô oa giác mộng, Bộ lý đáo thiền đường. Xuân vãn hoa dung bạc, Lâm u thiền vận trường. Vũ thu thiên nhất bích, Trì tịnh nguyệt phân lương. Khách khứ tăng vô ngữ, Tùng hoa mẫn địa hương”*[23] (Ngươi ngắt lòng danh lợi, Am thiền rảo gót qua. Xuân chầy hoa mộng mảnh, Rừng thắm ve ngân nga. Mưa tạnh da trời biếc, Ao trong ánh trăng ngà. Khách về sư biếng nói, Thông rụng nước mùi hoa).

Thơ Thiền đã thấm nhuần vào văn hóa dân tộc, tạo thành một phần không thể thiếu trong đời sống tâm linh của người Việt. Chính vì thế, phần lớn mỗi nhà Nho Việt Nam thời trung đại đã mang theo trong mình *“hạt giống không tịch”* – một sự tỉnh thức, nhận thức về sự vô ngã và tịnh hóa tâm hồn. Họ không chỉ tập trung vào việc bảo vệ và phát triển đất nước mà còn gắn kết sâu sắc với lý tưởng hộ quốc an dân, thực hành lộ trình tịnh hành tinh tấn, nhằm tạo dựng một xã hội an lạc, trong sáng và hạnh phúc cho muôn người. Tư tưởng đạo học và tinh thần Phật giáo đã kết nối sâu sắc với đời sống tinh thần của dân tộc, trở thành một phần không thể tách rời trong mạch chảy lịch sử, văn hóa và lòng yêu nước của người Việt.

- Thể hiện sự kết hợp giữa văn hóa dân tộc và Phật giáo: Thơ thiền thời Trần phản ánh sâu sắc ảnh hưởng của Phật giáo đã minh chứng cho sự giao thoa văn hóa độc đáo giữa Phật giáo và nền văn hóa dân tộc. Cái đẹp trong thơ thiền là vẻ đẹp trừu tượng của các khái niệm tâm linh, vẻ đẹp gần gũi, hiện thực trong cuộc sống hàng ngày của người Việt. Tinh thần yêu nước trong thơ thiền thời Trần dễ dàng hòa nhập với các yếu tố văn hóa khác mà vẫn giữ vững những giá trị cốt lõi, giúp dân tộc Việt thấm nhuần tư tưởng Phật giáo, đổi mới nhận thức theo hướng tích cực. *“Sạch giới lòng, dồi giới tướng, nội ngoại nên Bồ tát trang nghiêm. Ngay thờ chúa, thảo thờ cha, đi đố mới trượng phu trung hiếu”*[24].

Chính triết lý sống giản dị và không mang tính giáo điều đã giúp hình thành một thể hệ Phật tử tinh tế, biết cách ứng dụng đạo vào cuộc sống thực tiễn. Hầu hết các gương mặt tiêu biểu của Phật tử, thiền gia, thiền sư trong giai đoạn này đều tham gia tích cực vào các hoạt động xã hội mà không đặt lợi ích cá nhân lên hàng đầu. Điều này đã góp phần nuôi dưỡng một khí phách mạnh mẽ, tinh thần đoàn kết và khát khao chiến đấu đầy nhiệt huyết, đùm bọc của dân tộc Việt. Kết hợp với tinh thần từ bi, bình đẳng của Phật giáo đã hòa quyện và tạo nên một lối sống nhân sinh cao đẹp ngay trong lòng đất nước, dân tộc Việt Nam. Sự giao thoa này là yếu tố văn hóa nền tảng vững chắc, giúp người Việt duy trì những giá trị nhân văn, khẳng định tinh thần đoàn kết và chia sẻ yêu thương trong mọi hoàn cảnh, từ đó xây dựng một xã hội gắn bó và nhân ái.

- Khai sáng tư tưởng nhân sinh quan sâu sắc: Thơ thiền thời Trần giúp con người trải nghiệm thú vị về tự nhiên, con người và xã hội cùng thế giới nội tâm của bậc giác ngộ. Mỗi cá nhân có thể khai sáng được nhân sinh quan, mở rộng tầm nhìn về sự sống và cái chết, về ý nghĩa của cuộc sống và sự tồn tại đời người trong một thế giới vô thường, suy ngẫm về bản chất cuộc sống, tìm kiếm sự bình an trong tâm hồn và học cách sống an nhiên, tự tại giữa những biến động thời cuộc. Thơ thiền nêu rõ muôn nghìn thế giới của biện chứng giải thoát, người dụng công tu tập và hành trì pháp tu miên mật sẽ đạt đến cảnh giới tương xứng. Hành giả sẽ không còn bị giới hạn bởi hai việc lớn của đời người là sinh và tử, thông dong qua lại giữa các cảnh giới tùy theo hạnh nguyện độ sinh của mỗi người. Thời gian chính là dòng chảy không cùng không tận, không gian lại chính là vô cùng theo dòng mắt xích mười hai nhân duyên.

Tận sâu trong tâm khảm mỗi người, ai cũng mong muốn vượt thoát thế giới nhỏ bé này mà vươn đến không gian rộng lớn hơn, không còn bị phụ thuộc hay giới hạn bởi nhiều yếu tố, vượt ra khỏi sự đối đãi tầm thường, chỉ còn hương vị sen thơm đượm mùi giải thoát tung bay giữa bầu trời tịnh thanh vô nhiễm; *“Thanh sơn đê xứ kiến thiên khoát, Hồng ngẫu khai thời văn thủy hương”*[25]. (Núi xanh chỗ thấp trông trời rộng, Sen đỏ nở thời thấy nước thơm). Vua Trần Thái Tông đã diễn tả đầy đủ một thế giới thanh tịnh, không còn bị chướng ngại bởi một niệm cấu uế nào, cho chúng ta thấy rõ chỉ có bậc thực tu thực chứng như người mới viết lên được sự trải nghiệm cảnh giới tâm thức Niết bàn rõ ràng như vậy.

Tâm thức thanh tịnh sẽ đưa đến một thế giới thanh tịnh, ra vào tự do mọi cảnh giới mà không bị ngăn ngại bởi bất kỳ lý do nào. Người chứng ngộ đến đâu sẽ có không gian vũ trụ định hình đến đó, không gian hiện thực chẳng khác nào không gian tâm cảnh Niết bàn[26]. Chỉ có những người nội tâm còn cấu uế mới chắp vào đời sống thực tại, dính mắc bởi sự đối đãi phân biệt giữa ta và người, chìm đắm trong phiền não mà không cách nào thoát ra được.

- Phản ánh mối quan hệ giữa con người và thiên nhiên: Những bài thơ Thiền không chỉ giúp con người thấu hiểu bản thân mà còn dạy họ cách sống hòa hợp với thiên nhiên, không tách rời giữa con người và vũ trụ. Điều này thể hiện sự gắn bó sâu sắc giữa con người Việt Nam với thiên nhiên, một giá trị đặc biệt trong nền văn hóa truyền thống. *“Bạch ngọc nguyên lai một phủ ngân, Hà tu trùy trác khổ cầu tân. Đồ trình bất thiệp gia hương áo, Phó dữ huyền nhai tán thủ nhân”*[27]. (Ngọc trắng nguyên xưa không vết búa, cần gì gia công mài với dũa. Đường đi không bước vẫn về nhà, Mặc kệ trèo non, vách dựng ngựa).

Bản tính chúng sinh xưa nay vẫn sáng suốt đồng như chư Phật nhưng vì vô minh che lấp, chạy theo ngoại cảnh mà quên đi bản tính chân thật vốn có của

chính mình. Chân tâm đó giống như viên ngọc vốn trong sáng quý giá, không cần phải làm sáng hay mới lên thêm vì có muốn lau chùi cũng chỉ là hình thức bên ngoài. Cái quan trọng ở chỗ tạo nghiệp của chúng từ bao đời kiếp, đến hôm nay vẫn không nhận chân ra được, bỏ quên đi ngôi nhà tự tính của chính mình mà quên cả lối về. Cũng như người tìm đạo lại không biết đạo, muốn tìm đường về nhà thì cần phải tỉnh táo nhớ về cội nguồn, nhận rõ đâu chính là nhà của mình. Thật ra đạo chẳng ở đâu xa mà ngay trước mắt chúng ta, trong mọi hành vi cử chỉ, thân đâu tâm đó, tâm luôn nghĩ đến lợi ích cho mọi người, nên nói *“Bình thường tâm là đạo vậy”*. Tâm thanh tịnh thì không gian hiện thực không khác gì không gian tâm cảnh Niết bàn, có thể chuyển hóa tâm thức ô nhiễm trở thành tâm thức thanh tịnh, thể nhập vào vũ trụ bao la không còn chịu bất kỳ sự ràng buộc nào.

- Định hình phong cách thơ Việt Nam: Phong cách thơ Việt Nam đã có những bước chuyển mình quan trọng trong quá trình phát triển, và một trong những đóng góp không thể thiếu là ảnh hưởng mạnh mẽ của thơ thiền thời Trần. Các thiền sư thời kỳ này đã sáng tạo ra một thể loại thơ độc đáo, không chỉ mang đậm bản sắc văn hóa Phật giáo mà còn phản ánh tinh thần và thế giới quan của thời đại.

Thơ thiền thời Trần đặc biệt ở chỗ hòa quyện giữa sự tĩnh lặng, thanh thoát với chiều sâu nội tâm, những suy tư về con người và vũ trụ, tạo thành một dòng chảy văn học riêng biệt và độc đáo trong kho tàng văn học Việt Nam. Các thủ pháp nghệ thuật như so sánh, ẩn dụ, đối lập, hay sự kết hợp giữa hình ảnh thiên nhiên và những tư tưởng triết lý Phật giáo, đã tạo nên những vần thơ vừa mềm mại, vừa đầy sức gợi. *“Thân như băng kiến hiện, Mệnh tựa chúc dương phong. Mạc tác trường niên khách, Chung quy tảo chiếu công”*[28]. (Thân như băng gặp nắng trời, Mệnh tựa ngọn đèn trước gió. Chớ làm người khách trọ mãi mãi, Cuối cùng hãy quay về với công soi dọi sớm). Thơ thiền thời Trần đã có ảnh hưởng sâu rộng, không chỉ đối với văn học Phật giáo mà còn là nguồn cảm hứng lớn cho những tác phẩm văn học dân gian và văn học cổ điển Việt Nam sau này.

Làm giàu thêm kho tàng văn học dân tộc: Thơ Thiền thời Trần đã góp phần làm giàu kho tàng văn học dân tộc, tạo nên một phong cách thơ đặc sắc, kết hợp giữa Phật giáo, văn học dân gian và ảnh hưởng văn hóa Trung Quốc. Mặc dù chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ Thiền tông Trung Quốc, nhưng thơ Thiền Trần đã được Việt hóa sâu sắc, tạo nên một diện mạo riêng biệt cho văn học Việt Nam. Tư tưởng thiền trong thơ ca vốn có nguồn gốc từ thời kỳ Đường – Tống, đã ảnh hưởng lớn đến các tác phẩm văn học, giúp thơ ca thời này đạt đến đỉnh cao. Chính cảm thức thiền trong thơ đã tạo nên một thời kỳ thi ca huy hoàng, mở ra một phương thức sáng tạo nghệ thuật độc đáo[29].

Thơ Thiền thời Trần không chỉ phản ánh sự giao thoa văn hóa mà còn làm phong phú thêm nền văn học dân tộc, góp phần định hình và phát triển phong cách thơ ca Việt Nam. Thơ Thiền thời Trần không chỉ ảnh hưởng đến văn học mà còn góp phần vào sự phát triển của các hình thức nghệ thuật khác như thư pháp, tranh vẽ, điêu khắc, âm nhạc,... Những giá trị này đã được duy trì và phát triển qua nhiều thế kỷ, tiếp tục là nguồn cảm hứng cho các nghệ sĩ và trí thức Việt Nam trong các giai đoạn sau.

Góp phần định hình tư duy trí thức và đạo đức xã hội: Thơ Thiền thời Trần không chỉ là một di sản văn hóa mà còn là công cụ giáo dục đạo đức cho cộng đồng. Các tác phẩm thơ Thiền thường chứa đựng những triết lý sống giản dị, thanh tịnh và hòa bình, qua đó giúp con người nhận thức rõ về quy luật của cuộc sống và cách ứng xử phù hợp trong xã hội. Tư tưởng dân chủ, nhân đạo truyền thống của dân tộc đã hòa quyện với tinh thần bác ái, phản ánh cái nhìn bình đẳng, vô sai biệt đối với mọi hiện hữu, cùng với lý tưởng vô ngã của Phật giáo. Chính nhờ sự quên đi bản ngã, các vị lãnh đạo thời Trần mới có thể *“lấy ý muốn của thiên hạ làm ý muốn của mình”*, luôn đặt lợi ích của dân tộc lên trên. Trong bối cảnh đất nước vừa giành được độc lập tự chủ, Tư tưởng thiền trong các tác phẩm được áp dụng vào cuộc sống, đã trở thành đỉnh cao của nền Phật giáo thế sự, đánh dấu một thời kỳ rực rỡ hiếm có trong lịch sử dân tộc, trở thành biểu tượng lý tưởng sống được gìn giữ và phát huy qua các thời kỳ sau.

Thơ Thiền thời Trần đã giúp đưa tư tưởng Thiền vào trong đời sống văn hóa của dân tộc. Nó không chỉ phản ánh tinh thần Phật giáo mà còn ảnh hưởng đến cách nhìn nhận thế giới, cách đối diện với cuộc sống và cái chết của con người Việt Nam. Qua đó, thơ Thiền góp phần tạo nên một tầng lớp văn hóa tâm linh, nhấn mạnh sự quan trọng của việc tu dưỡng bản thân, giữ tâm thanh tịnh.

6. Thay lời kết

Thời kỳ nhà Trần, đất nước đang trong giai đoạn hưng thịnh về chính trị, xã hội, và đặc biệt là tinh thần dân tộc khi đối mặt với những thử thách, những cuộc kháng chiến chống giặc ngoại xâm. Trong bối cảnh ấy, các Thiền sư là những người tu hành, vừa là những vị trí thức uyên thâm đóng vai những người thầy dẫn dắt tinh thần dân tộc. Chính trong những câu thơ ấy, nền văn hóa dân tộc Việt Nam với những giá trị nhân văn, sự tôn trọng thiên nhiên và quan điểm sống hòa hợp với vạn vật đã được thể hiện một cách tinh tế, gần gũi và đầy trí tuệ. Thơ Thiền thời Trần chính là mạch thơ dân tộc Việt, vừa trữ tình vừa chuyển tải đạo lý, chuyển tải những tư tưởng nhân văn mang có giá trị vượt thời gian và vượt qua giới hạn của một dân tộc, một quốc gia để góp vào những giá trị chung của văn hóa.

Việc bảo tồn và giữ gìn thơ Thiền nói riêng, văn hóa Việt Nam nói chung không chỉ là trách nhiệm của mỗi cá nhân mà còn là nhiệm vụ của toàn xã hội. Đây chính là nền tảng để xây dựng bản sắc dân tộc, gìn giữ những giá trị văn hóa quý báu cho thế hệ mai sau, đồng thời góp phần khẳng định vị thế của Việt Nam trong bối cảnh toàn cầu hóa hiện nay.

Tác giả: **NCS Thích nữ Huệ Nhật**

Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.HCM

Chú thích:

[1] Nguyễn Xuân Kính (2015), Lịch sử văn hóa Việt Nam, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 23.

[2] Trần Quốc Vượng chủ biên (2020), Cơ sở văn hóa Việt Nam, Nxb. Giáo dục Việt Nam, tr. 17.

[3] Đào Duy Anh (2010), Việt Nam văn hóa sử cương, Nxb. Văn học, tr. 9.

[4] Trần Ngọc Thêm (1996), Tìm về bản sắc văn hóa Việt Nam, Nxb. TP. Hồ Chí Minh, tr. 27.

[5] Lý Tùng Hiếu (2019), Văn hóa Việt Nam tiếp cận hệ thống - liên ngành, Nxb. Văn hóa - Văn nghệ, tr. 131.

[6] Nguyễn Xuân Kính (2015), Lịch sử văn hóa Việt Nam, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 46.

[7] Mai Thị Thơm (2021), Văn hóa tư tưởng Phật giáo qua tư liệu văn bia Lý - Trần, Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội, tr. 305.

[8] Chánh Trí Mai Thọ Truyền (2007), Phật giáo Việt Nam, Nxb. Tôn giáo, tr. 43.

[9] Minh Chi (2003), Truyền thống văn hóa và Phật giáo Việt Nam, Nxb. Tôn giáo, tr. 111.

[10] Nguyễn Phạm Hùng, “Vận dụng quan điểm thể loại vào việc nghiên cứu văn học Việt Nam thời Lý Trần”, Luận án PTS Khoa học Ngữ văn, Viện Văn học, tháng 7.1995.

[11] Thích Thanh Điện, Phạm Thị Thanh Hương (2015), Thơ thiền Việt Nam luận giải, Nxb. Tôn giáo, Tr. 42.

- [12] Thích Phước Đạt, (2023), “Sự tiếp biến thể loại văn học Phật giáo trong tác phẩm Thiền phái Trúc Lâm”, [trực tuyến], <http://nguvan.hnue.edu.vn/Nghien-cuu/Van-hoc-Viet-Nam-trung-dai/p/2155>, truy cập ngày 11/7/2025.
- [13] Nguyễn Công Lý (2003), Văn học Phật giáo Lý-Trần diện mạo và đặc điểm, Nxb. Đại học Quốc gia TP. HCM, tr. 18.
- [14] Thích Hạnh Tuệ, (2014), “Thi pháp thơ Thiền”, [trực tuyến], Tạp chí Nghiên cứu Phật học, <https://vanvn.vn/thi-phap-tho-thien-tieu-luan-cua-thich-hanh-tue/>, truy cập ngày 11/7/2025.
- [15] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 710.
- [16] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý -Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 710.
- [17] Nguyễn Lang (1994), Việt Nam Phật giáo sử luận, Tập 1, Nxb. Văn học Hà Nội, tr. 374.
- [18] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý -Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 682.
- [19] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 21.
- [20] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 407-408.
- [21] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 510.
- [22] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 273-275.
- [23] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 615.
- [24] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 507.
- [25] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 63-65.

[26] Thích Phước Đạt (2019), Trần Thái Tông và Khóa hư lục nhìn từ góc độ văn học, Nxb. Hồng Đức, tr. 239.

[27] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 127-142.

[28] Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 2, Nxb. Khoa học Xã hội, tr. 172-173.

[29] Thích Hạnh Tuệ, (2014), “Thi pháp thơ Thiền”, [trực tuyến], Tạp chí Nghiên cứu Phật học, <https://vanvn.vn/thi-phap-tho-thien-tieu-luan-cua-thich-hanh-tue/>, truy cập ngày 11/7/ 2025.

Tài liệu tham khảo:

1. Đào Duy Anh (2010), Việt Nam văn hóa sử cương, Nxb. Văn học.
2. Minh Chi (2003), Truyền thống văn hóa và Phật giáo Việt Nam, Nxb. Tôn giáo.
3. Thích Phước Đạt (2019), Trần Thái Tông và Khóa hư lục nhìn từ góc độ văn học, Nxb. Hồng Đức.
4. Thích Phước Đạt (2023), “Sự tiếp biến thể loại văn học Phật giáo trong tác phẩm Thiền phái Trúc Lâm”, [trực tuyến], <http://nguvan.hnue.edu.vn/Nghien-cuu/Van-hoc->
5. Việt-Nam-trung-đại/p/2155, truy cập ngày 11 tháng 7 năm 2025.
6. Thích Thanh Điện, Phạm Thị Thanh Hương (2015), Thơ thiền Việt Nam luận giải, Nxb. Tôn giáo, 2015.
7. Lý Tùng Hiếu (2019), Văn hóa Việt Nam tiếp cận hệ thống - liên ngành, Nxb. Văn hóa - Văn nghệ.
8. Nguyễn Phạm Hùng, “Vận dụng quan điểm thể loại vào việc nghiên cứu văn học Việt Nam thời Lý Trần”, Luận án PTS Khoa học Ngữ văn, Viện Văn học, tháng 7.1995.
9. Viện Văn học (1977), Thơ văn Lý - Trần, Tập 1-2, Nxb. Khoa học Xã hội.
10. Nguyễn Xuân Kính (2015), Lịch sử văn hóa Việt Nam, Nxb. Khoa học Xã hội.
11. Nguyễn Lang (1994), Việt Nam Phật giáo sử luận, Tập 1, Nxb. Văn học Hà Nội.

12. Nguyễn Công Lý (2003), Văn học Phật giáo Lý-Trần diện mạo và đặc điểm, Nxb. Đại học Quốc gia TP. HCM.
13. Trần Ngọc Thêm (1996), Tìm về bản sắc văn hóa Việt Nam, Nxb. TP. Hồ Chí Minh.
14. Mai Thị Thơm (2021), Văn hóa tư tưởng Phật giáo qua tư liệu văn bia Lý - Trần, Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội.
15. Chánh Trí Mai Thọ Truyền (2007), Phật giáo Việt Nam, Nxb. Tôn giáo.
16. Thích Hạnh Tuệ (2014), “Thi pháp thơ Thiền”, [trực tuyến], Tạp chí Nghiên cứu Phật học, <https://vanvn.vn/thi-phap-tho-thien-tieu-luan-cua-thich-hanh-tue/>, truy cập ngày 11 tháng 7 năm 2025.
17. Trần Quốc Vượng chủ biên (2020), Cơ sở văn hóa Việt Nam, Nxb. Giáo dục Việt Nam.