

# **BUỔI HỌP ĐẦU TIÊN CỦA CÂU LẠC BỘ: *THIÊN, THƠ, DƯỠNG SINH***

Cuộc hội thảo khai mạc đúng 2 giờ chiều ngày 24 -5-2009

Tại : Trụ sở Cộng Đồng Việt Nam Nam Cali, trên lầu nhà hàng  
Đông Khánh, 10451 Bolsa Avenue, suite#269 CA 92683.

Điều khiển chương trình: Ông Nguyễn tấn Lạc, chủ tịch CĐN Cali.

Thuyết trình viên: Nhà thơ Dương thanh Phong

Thành Phần tham dự : những nhà thơ, những người thích thiên tập  
và dưỡng sinh để sống thỏa mái, tự tại trong lúc tuổi già bóng xế

Đề cuộc thảo luận được cởi mở, thân mật, không gò bó theo đúng  
tinh thần của thiên thơ, ông Nguyễn tấn Lạc đề nghị anh em ngồi  
theo vòng tròn cánh cung và phần giới thiệu nên đứng lên tự giới  
thiệu mình, nếu có chỗ thiếu sót nào mong nhà thơ Dương thanh  
Phong bỏ khuyết vì ở đây toàn là bạn của nhà thơ Dương thanh  
Phong cả.

Toàn thể hội đều vỗ tay hoan hô, tán thành

1-**Trước tiên nhà thơ Dương thanh Phong** giới thiệu mình như  
sau:

Tôi sinh trưởng ở Ninh Bình, bắc Việt Nam, di cư vào Nam tránh  
nạn cộng sản năm 1954. Trước năm 1975 tháng 4 ngày 30, tôi  
không hề biết làm thơ, nhưng khi vào trại tù cải tạo cộng sản vì là  
sĩ quan trong QLVNCH và cũng là con địa chủ, nạn nhân trực tiếp  
của **Đấu Tố Ruộng Đất** năm 1950 mà Hồ chí Minh phát động giết  
hàng hai ba trăm ngàn gia đình địa chủ vô tội trong đó có anh em  
bà con họ hàng thân thích của tôi đã bị sát hại rất tàn nhẫn ở đình  
làng hay trong trại tù Lý bá Sơ và trại Cải Tạo Ninh Bình ở huyện  
Thạch Thành thanh Hoá.

Có lẽ vì bao nhiêu kinh nghiệm sống với cộng sản từ buổi thiếu  
thời ở miền Bắc cũng như trong chiến tranh huynh đệ tương tàn ở  
miền Nam từ 1954 -1975 do quân cộng sản Bắc Việt khởi xướng  
và xâm lăng. Cuối cùng chúng thắng trận ngày 30-4-1975 với mưu  
mô sảo trá lừa bịp cả thế giới loài người, kết quả hàng nửa triệu  
người phải vào tù, hàng 6 triệu người vượt biên nhưng chỉ vào

khoảng 3 triệu người đến được bến bờ tự do còn thì đều bị làm môi cho sóng to biển lớn, hải tặc với đói khát.

Tất cả như một cuốn phim cứ quay đi quay lại trong đầu óc tôi trong những đêm khuya thanh vắng khiến tôi hun đúc thành được một hoài bão là làm được một cái gì để lại cho con cháu mai sau. Và sau đó hai tập thơ được thành hình trong tâm tư, không bút giấy mực, nó chỉ xuất hiện khi đọc cho anh em chiến hữu nghe trong lúc đêm khuya thanh vắng và nó lại trở về trong tâm tư vô tâm vô tích. Hai tập thơ này đều đã xuất bản năm 2003 và 2006, có lẽ các bạn ở đây không ai là không đọc qua:

*a- Tình Người Hoả Ngục, thơ đấu tranh với những bài thơ ngắn.*

*b- Chuyện Tình Phạm Lãi Tây Thi dài 3478 câu lục bát, mục đích là khuyến khích anh em hun đúc hờn căm để lấy lại nước Việt trong tay bọn bạo tàn cộng sản Việt giống như Phạm Lãi đã lấy lại nước Việt trong tay Ngô Phù Sai trong Đông Chu Liệt Quốc.*

Tôi nghĩ mình vốn là kẻ đần ngu nơi thôn dã, ít học kém tài, không thể nào làm nổi một công việc văn chương ký thú như vậy. Âu cũng là cha ông dun dùi, tam bảo hộ trì cho kẻ đần ngu cũng có lúc trí sáng mà trong lúc bình thường không làm được, chỉ có lúc tù tội, đói rét, khổ sở cùng cực, tính mệnh như chỉ mảnh treo chuông mới xuất hiện được **kỳ tích** chẳng ?!

Hay cũng chính là nhờ tôi thiền tập theo lối thiền của Lục Tổ Huệ Năng mỗi buổi sáng 15 phút trước khi có tiếng keng báo thức của nhà tù phát sinh được **tuệ giác, tạo thành tác phẩm chẳng?!**

## **2-Đến phần thuyết trình về Thiền, Thơ và Dưỡng Sinh, ông Phong nói:**

Nói về Thiền thì có nhiều môn phái lắm, mỗi môn mỗi vẻ, như thiền của Nhị thừa, Thiền Vô Vi, người ta thường gọi là “Thiền ông Tám, của ông Lương sĩ Hằng thờ thượng Đế.... Ở đây tôi xin

trình bày khái quát về Thiên Tới Thượng Thừa của Lục Tổ Huệ Năng.

Ngài chủ chương “*Vô niệm, vô trụ và vô tướng*” nghĩa là làm sao mà sua đuôi hết tạp niệm khiến cho lòng trở nên *thanh tịnh vô vi thì là đạt đến độ có tuệ giác*, nếu làm thơ thì gặt hái được thần thơ thần bút, nếu bình thường thì sáng suốt trong mọi tình huống đối sử với đời, về thể lực thì giữ được trạng thái bình ổn, lục phủ ngũ tạng tự điều chỉnh, tránh được dùng thuốc quá độ khiến thành thói quen mà gây độc hại cho cơ thể con người.

Gần đây tôi có phát minh ra mấy thể tập dưỡng sinh rút ra từ những động tác cây cuốc của người nông phu Việt Nam, tôi đã thực tập sáu tháng thấy sức khỏe dồi dào, kết quả đáng khích lệ. Tôi tạm đặt tên là **Dưỡng Sinh Nông Tác Vũ**” thuần túy Việt Nam, vì tôi nghĩ rằng ông cha chúng ta giữ nước được độc lập không bị anh láng giềng phương Bắc đồng hóa cho đến ngày nay, thì tất phải có “bí quyết” văn hoá giữ nước, nhưng chúng ta con cháu thờ ơ không cố gắng tìm tòi nghiên cứu mà phát triển. Chúng ta lệ thuộc vào văn hoá Tàu quá nhiều như tập dưỡng sinh theo Pháp luân Công, theo Võ Đang...

Vì những lý lẽ trên, tôi xin thử phổ biến lối *tập dưỡng sinh thuần túy Việt Nam*, may ra có thể giúp ích lợi gì cho sức khoẻ các bạn tuổi già bóng xế để làm khởi điểm cho những *ý niệm văn hóa về nguồn* của dân tộc ta.

Sau đây chúng tôi xin trình bày từng thể một trong *Dưỡng Sinh Nông Tác Vũ* cũng như phương pháp *ngôi Thiên Tới Thượng Thừa của Lục Tổ Huệ Năng*.

**Phân thảo luận** Sau khi thảo luận sôi nổi, hội nghị đồng thuận với ý kiến: thành lập “*Câu Lạc Bộ Thiên, Thơ, Dưỡng Sinh* và đề cử nhà thơ Dương thanh Phong điều hành Câu Lạc Bộ.

Cuộc họp giải tán đúng 4 giờ chiều ngày 24-5-2009.

*Bản tường trình của đặc phái viên báo Điện Tử  
“phamlaitaythi.com”*