

# “Lễ hội cái chết” ở Thái Lan: Khi quán niệm vô thường trở thành nghệ thuật sống tỉnh thức

ISSN: 2734-9195 15:49 19/03/2026

Như tinh thần của lễ hội đã gợi mở: quán niệm cái chết không phải để kết thúc, mà để bắt đầu một cách sống sâu sắc và tỉnh thức hơn.

## Lời toà soạn

Trong bối cảnh xã hội hiện đại thường né tránh những cuộc đối thoại về cái chết, một lễ hội đặc biệt tại Thái Lan đang mở ra cách tiếp cận khác: nhìn thẳng vào vô thường để hiểu sâu hơn về sự sống. Không chỉ dừng lại ở trải nghiệm tâm linh, sự kiện còn kết hợp giáo dục, chăm sóc cuối đời và những giải pháp thực tiễn phản ánh một xu hướng mới - “*sống tỉnh thức từ chính ý niệm về cái chết*”.

## Gợi mở từ vô thường giữa đời sống hiện đại

Một sự kiện kéo dài ba ngày gần Bangkok đã thu hút sự quan tâm rộng rãi khi chạm đến một trong những giáo lý cốt lõi của Phật giáo: tính tất yếu của cái chết. “Death Fest” (Lễ hội Cái chết), nay bước sang năm thứ hai, chính thức khai mạc ngày 13/03 tại tỉnh Nonthaburi, mời gọi công chúng đối diện với sinh tử thông qua sự kết hợp giữa quán niệm tâm linh, chương trình giáo dục và các dịch vụ liên quan đến chăm sóc cuối đời.



Ảnh: apnews.com

Lễ hội quy tụ nhiều tổ chức và chuyên gia từ các lĩnh vực như y tế, chăm sóc giảm nhẹ, tài chính, dịch vụ tang lễ và lưu giữ ký ức số.

Theo ban tổ chức, mục tiêu không chỉ là bình thường hóa việc nói về cái chết, mà còn khơi dậy ý thức sống trọn vẹn trong hiện tại.

## **Khi trải nghiệm cá nhân trở thành nhận thức sâu sắc**

Một trong những người tham dự, bà Sangduan Ngamvinijaroon, đã đến lễ hội cùng mẹ. Trải qua hơn hai thập kỷ chăm sóc người thân bệnh nặng, từ chồng bị đột quỵ đến người nhà mắc ung thư, bà chia sẻ rằng góc nhìn về cái chết của mình đã thay đổi đáng kể: *“Không chỉ là chết như thế nào cho tốt. Điều quan trọng hơn là sống trong hiện tại và chăm sóc tốt cho cuộc đời khi ta còn ở đây”*.

Câu chuyện của bà phản ánh một thực tế: khi con người đối diện lâu dài với bệnh tật và mất mát, nỗi sợ dần chuyển hóa thành sự chấp nhận và hiểu biết.

Với nhiều người, lễ hội trở thành không gian hiếm hoi để công khai bàn luận về cái chết, điều vốn bị xem là nhạy cảm trong đời sống thường nhật.



(Ảnh: Internet)

Ông Zcongklod Bangyikhan, Tổng biên tập **tap chí** The Cloud và là một trong những người tổ chức chính, nhấn mạnh: *“Cái chết liên quan đến tất cả mọi người. Không chỉ là câu chuyện của riêng bạn. Thay vì bản khoản cái chết sẽ ra sao, có lẽ ta nên nghĩ cách làm mọi thứ nhẹ nhàng hơn cho những người còn ở lại”*.

Một trong những trải nghiệm gây chú ý nhất là khu trưng bày mang tên “Test Die” (tạm dịch: thử nghiệm chết), nơi người tham gia nằm trong quan tài và nhìn chính mình qua gương phía trên. Không nhằm gây sợ hãi, trải nghiệm này hướng đến sự chiêm nghiệm.

Một nhân viên văn phòng, cô Phinutda Seehad, chia sẻ: *“Tôi không nghĩ mình sợ cái chết. Tôi cũng không muốn chết, nhưng khi thời điểm đến, có lẽ nó không đáng sợ như mình tưởng”*.

## **Từ tang lễ xanh đến ký ức số hóa**

Bên cạnh các trải nghiệm mang tính chiêm nghiệm, lễ hội còn giới thiệu những xu hướng mới trong văn hóa tang lễ. Một doanh nghiệp đã trình làng mẫu quan tài làm từ sợi nấm (mycelium), giải pháp thân thiện môi trường, thay thế các hình thức mai táng truyền thống.



Ảnh: apnews.com

Không gian tưởng niệm **kỹ thuật số** cũng là điểm nhấn đáng chú ý. Nền tảng trực tuyến Sharesouls cho phép người dùng lưu giữ ký ức về người thân qua hình ảnh và câu chuyện cá nhân. Đáng nói, nhiều người còn lập trang tưởng niệm cho thú cưng.

Nhà sáng lập Noppasaward Panyajaray chia sẻ: *“Ngày nay, chúng ta gần như không có nơi để lưu giữ những câu chuyện về thú cưng. Nhưng với nhiều người, chúng cũng quan trọng như một thành viên trong gia đình”*.

Dù có những yếu tố mới lạ như trải nghiệm quan tài hay trưng bày tương tác, thông điệp cốt lõi của lễ hội vẫn gắn chặt với giáo lý Phật giáo về vô thường. Việc kết hợp giữa chiêm nghiệm tâm linh và chuẩn bị thực tế cho cái chết đang góp phần tạo nên một chuyển biến văn hóa tại Thái Lan: thay thế nỗi sợ và sự né tránh bằng sự cởi mở, chấp nhận và chăm sóc.

Trong một xã hội mà hơn 90% dân số theo Phật giáo, quán niệm về *sinh - lão - bệnh - tử* từ lâu đã là một phần của đời sống tâm linh. Giáo lý truyền thống khuyến khích con người nhận thức rõ tính tất yếu của đời sống, từ đó nuôi dưỡng trí tuệ và lòng từ bi.

Như tinh thần của lễ hội đã gợi mở: quán niệm cái chết không phải để kết thúc, mà để bắt đầu một cách sống sâu sắc và tinh thức hơn.

Tác giả: **Justin Whitaker**/Chuyển ngữ và biên tập: **Thường Nguyên**

Nguồn: buddhistdoor.net