

Nghệ thuật nói trước công chúng

Phước Thanh

Ngày xưa, khi chúng tôi còn nhỏ độ mười tám tuổi, chúng tôi có tham gia đóng vai chánh của vở kịch Quách Thị Trang do Liên Đoàn Học Sinh Phật Tử Thủ Đô tổ chức diễn tại rạp Đại Nam Sài Gòn. Đạo diễn của chúng tôi là Thầy Đinh Xuân Hòa, Thầy là đạo diễn kịch nghệ của Trường Quốc Gia Âm Nhạc. Thầy có nhiều cảm tình với Phật giáo, do đó đã nhận lời giúp dạy cho chúng tôi dàn dựng vở kịch trên. Chúng tôi là học sinh, hoàn toàn chưa biết gì về kịch nghệ, do đó việc dạy dỗ đối với Thầy thật là vất vả. Chúng tôi nhớ lại khi Thầy chọn chúng tôi đóng vai chánh của vở kịch – vai Liên Đoàn Trưởng Liên Đoàn Học Sinh Phật Tử – chúng tôi phải giả trai và đoạn cuối phải khóc thật sự, khóc ra nước mắt, trước sự hy sinh anh dũng của Anh Liên Đoàn Phó. Chúng tôi sợ quá, từ chối năm ba phen, nhưng Thầy cứ nhất định bắt chúng tôi đóng sau khi thử giọng của chúng tôi. Thầy hết lời động viên khuyến khích chúng tôi và cuối cùng trong đêm diễn chánh thức, chúng tôi đã thành công mỹ mãn, chúng tôi đã ôm xác anh Liên Đoàn Phó và khóc mùi mẫn đến nỗi khán giả ngồi dưới đều khóc theo. Buổi diễn gặt hái được rất nhiều thành công, và kết quả cuối cùng là Sở Công An Thành Phố cấm không cho chúng tôi tiếp tục trình diễn ở hai đêm sau. Lý

do là vì lúc đó Sài Gòn đang xảy ra cuộc tranh đấu Phật giáo và lòng người Phật tử còn đang sôi sục căm hờn đối với chánh quyền thời đó, do đó vở kịch của chúng tôi không có lợi cho chính quyền.

Hồi tưởng lại những kỷ niệm xưa, chúng tôi cố gắng nhớ lại những lời khuyên dạy của Thầy đạo diễn và lập lại thành một hệ thống lời khuyên sau đây. Chúng tôi cũng xin nói thêm rằng, đó chỉ là mới bước đầu chúng tôi phải xuất hiện trước công chúng. Sau này, chúng tôi còn nhiều cơ hội nữa; chẳng hạn hằng năm chúng tôi phải thuyết trình bảng kế hoạch thu chi tài chánh trọn năm và báo cáo quyết toán cuối năm trước toàn thể Ban Giám Đốc và các trưởng phó phòng ban; phải phát biểu cảm tưởng trong những buổi họp v.v.. Mãi đến khi chúng tôi qua Úc và được tham dự khóa học Phật pháp ở Viện Phật Học A Dục, chúng tôi được quý Thầy chỉ bảo thêm về nghệ thuật thuyết giảng, đồng thời chúng tôi cũng thực tập một vài lần. Sau đó, chúng tôi lên chùa Phước Huệ tham dự lớp học đào tạo trụ trì và giảng viên trong 4 năm. Chúng tôi được nhiều giảng sư đầu dất hướng dẫn, chẳng hạn Đại Đức Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Hoàng Pháp Thích Phước Hựu, Luật sư Lưu Tường Quang, Thầy Chúc Thanh,

Thầy Lâm Như Tạng và chúng tôi được phân công lần lượt thuyết giảng cho đại chúng và Đạo tràng bát quan trai nghe. Nhờ vậy, chúng tôi lần lần trở nên dạn dĩ hơn trước đây. Tuy nhiên, chúng tôi cũng còn rất non kém và cần cầu học hỏi thêm thật nhiều nơi quý Thầy giảng sư.

Câu hỏi đặt ra là: một giảng viên, khi giảng trước chỗ đông người, thường hay phập phồng lo sợ, làm thế nào để trấn an được nội tâm?

Trước hết, chúng tôi xin nêu những lý do vì sao phập phồng lo sợ.

Lý do chánh yếu của sự phập phồng lo sợ là vì chúng tôi *thiếu tự tin*. Thật vậy, có rất nhiều lý do để đưa đến sự thiếu tự tin:

1. *Sự tự ti mặc cảm.*

Chúng tôi là những kẻ hậu học, lại được đào tạo trên xứ Úc, chúng tôi luôn luôn mặc cảm chúng tôi không bằng ai hết và nhất là không thể nào bì nổi với những vị được đào tạo chánh quy ở Việt Nam. Một người được đào tạo ở một trường Phật Học Sơ Cấp ở Việt Nam cũng được huấn luyện theo một chương trình toàn thời, đừng nói chi đến các Trường Vĩnh Nghiêm và Viện Đại Học Vạn Hạnh. Còn chúng tôi chỉ được dạy mỗi tuần một buổi (2 tiếng), rãnh thì học, bận Phật sự thì nghỉ, bài cho

làm thì kẻ làm người không, nói chung không có một kỷ luật chắc chắn. Từ chỗ đó, chúng tôi luôn luôn có mặc cảm tự ti không bằng người.

Khi chúng tôi lên đến Phước Huệ, chương trình học được nhiều hơn, tuy nhiên mỗi năm cũng chỉ học được có ba tháng hạ và một tháng khóa tu ngắn hạn. Trong hai năm đầu cũng ít có thực tập diễn giảng, chỉ có hai năm sau này (*năm thứ 3 và năm thứ tư*) là thực tập nhiều. Trong giờ Thầy Chúc Thanh, Thầy Lưu Tường Quang cũng có thực tập, đặc biệt giờ Thầy Lưu Tường Quang, những người biết tiếng Anh còn phải giảng bằng hai ngôn ngữ. Ngoài ra chấp hành chỉ thị của Đại Đức Trưởng Ban Hoàng Pháp, khóa sinh chúng tôi đều phải chọn mỗi người một đề tài và lần lượt thuyết giảng vào mỗi tối thứ bảy cho đại chúng và Đạo tràng bát quan trai nghe. Các vị trong Đạo tràng bát quan trai Chùa Phước Huệ rất dễ thương. Chúng tôi nói hay nói dở gì các vị cũng chịu khó ngồi nghe cho đến hết và thỉnh thoảng vỗ tay cổ vũ. Nhờ thế chúng tôi được tăng thêm phần nào sự tự tin. Thầy Lưu Tường Quang còn tổ chức một cuộc đối thoại qua lại với đề tài “*Đạo Phật có phải là một tôn giáo không?*”. Kẻ bảo phải, người bảo không, và bên nào cũng bắt buộc phải nêu ra lý lẽ. Sinh khí lớp học thật là hào hứng vui nhộn. Đại Đức Thích Không Thể, một khóa sinh, đã thuyết trình bằng tiếng Anh đề tài nói trên, và sau đó nói lại bằng tiếng Việt. Tham gia cuộc đối thoại này còn có các Phật tử dự thỉnh, các vị ấy nói rất hăng say, hùng hồn, làm cho hàng tu sĩ chúng tôi cũng phải thầm khen ngợi.

2. Lý do thứ hai khiến chúng tôi thiếu tự tin là do *chưa soạn bài kỹ*.

Thật vậy, chúng tôi đã có gặp trường hợp đó ở giờ Thầy Lâm Như Tạng. Cách đây hai năm về trước, buổi đó

Thầy Lâm Như Tạng phân công chúng tôi nói về Duy Thức Tam Thập Tụng. Chúng tôi phải trình bày về phần Mạt Na Thức. Do thiếu chuẩn bị bài vở nên chúng tôi rất là lúng túng. Rút kinh nghiệm từ lần đó, những lần giảng nói sau chúng tôi đều soạn bài cẩn thận, do đó sự thiếu tự tin cũng giảm đi rất nhiều.

3. Lý do thứ ba do *chưa luyện tập kỹ*.

Điều này rất rõ ràng. Chúng tôi để ý quan sát các huynh đệ trong khóa học, hồi lúc mới bắt đầu thực tập thuyết giảng, các vị rất là lúng túng, vụng về, vấp vấp, thiếu tự tin. Chính bản thân chúng tôi cũng thế, hồi mới lên giảng rất run. Càng về sau, chúng tôi càng vững vàng. Trên Phước Huệ Tông Lâm còn có thêm bốn cơ hội để tập luyện:

- a- Giảng ở chùa Phước Huệ Wollongong.
- b- Dạy giáo lý cho Gia Đình Phật Tử.
- c- Dạy giáo lý cho các em học sinh Việt Nam ở các trường Tiểu học.
- d- Nói chuyện với Đạo tràng bát quan trai.

Sở dĩ chúng tôi dùng hai chữ “nói chuyện” mà không dám dùng hai chữ “thuyết giảng” là vì chúng tôi đang còn là học tăng, học ni, chúng tôi được Hòa Thượng Bổn Sư và Đại Đức Trưởng Ban Hoàng Pháp cho đi thực tập để tăng thêm phần dạn dĩ

và nhuần nhuyễn chứ thật sự chúng tôi không dám nói đi thuyết giảng chỉ cả.

4. Lý do thứ tư là *chưa quen tiếp xúc với đám đông*.

Thực vậy, hồi lúc chúng tôi diễn kịch trên sân khấu (*lúc diễn phúc khảo*), nhìn xuống khán giả tự nhiên chúng tôi bị khớp, quai hàm hầu như cứng lại, giọng nói run run, điệu bộ lúng túng, người nhấc tuồng đứng trong cánh gà nhấc lớn mà vẫn không nghe, chúng tôi những tưởng bỏ cuộc rồi. Lúc đó Thầy đạo diễn phải động viên, an ủi, khích lệ chúng tôi đỡ lảm, chúng tôi mới dám tiếp tục. Chúng tôi còn nhớ một câu này của Thầy đạo diễn: “Cháu đừng sợ gì cả, cháu nhìn xuống thấy đầu khán giả đen thui cứ tưởng tượng đó là hột đậu đen đi. Mà hột đậu đen thì có gì đáng sợ đâu?”. Thế là chúng tôi nghe lời, tưởng tượng đầu khán giả là hột đậu đen và không thêm sợ hãi nữa. Khi đã trấn áp được nỗi sợ hãi rồi, chúng tôi đóng nhập vai trọn vẹn và đã thực sự khóc mũi mẫn khi ôm trong tay xác chết của anh Liên đoàn phó.

Trên đây là bốn lý do chính khiến cho chúng ta thiếu sự tự tin, ngoài ra còn có những lý do phụ khác.

Chúng ta không có lòng hăng hái. Điều này cũng là một kinh nghiệm của chính bản thân chúng tôi. Hồi lúc chúng tôi mới xuất gia, vì chưa ý



thức được nhiệm vụ cao cả thiêng liêng của một sứ giả Như Lai là hoàng truyền chánh pháp, nên chúng tôi hoàn toàn không có ý định trở thành nhà truyền giáo. Chúng tôi nhớ có lần Đại Đức Trưởng Ban Hoàng Pháp bảo chúng tôi cố gắng học giáo lý để sau này ra hoàng pháp, chúng tôi đã lắc đầu nguây nguây nhất định không chịu, lại còn lý luận như sau: “Thôi con sợ 500 kiếp chồn lấm. Thà để con lật rau, bửa củi, làm gì cũng được chứ đừng bắt con đi hoàng pháp. Hơn nữa, ni không có hoàng pháp, ở Việt Nam đâu có ni hoàng pháp trừ Sư Cô Như Thủy. Nhưng sự nghiệp hoàng pháp của Sư Cô kéo dài cũng chẳng được bao lâu”. Thế là chúng tôi cứ khư khư ôm giữ ý đó. Khi được Thầy Thiện Đại khuyên nhủ, chúng tôi cũng trả lời y như vậy.

Trải qua một thời gian tu hành, được ở gần Hòa Thượng, ngày một ngày hai được nghe Hòa Thượng khuyên nhủ, dạy dỗ, chúng tôi đã hoàn toàn gạt rữa được tư tưởng nhút nhát, cầu an trên. Chúng tôi nỗ lực học giáo lý, soạn bài, thực tập thuyết giảng rất hăng say. Và chính nhờ sự hăng say đó đã giúp chúng tôi trấn áp được nỗi lo sợ phập phồng khi ra thuyết giảng.

Bây giờ thì chúng tôi đã ý thức rất rõ ràng câu: “*Tác Như Lai sứ, hành Như Lai sứ, thượng hoàng Phật đạo, hạ hóa chúng sanh*”. Chúng tôi không còn dám trốn tránh trách nhiệm thiêng liêng cao cả của một sứ giả Như Lai mà đức Phật đã ân cần đặt lên hai vai của chúng tôi. Con cũng xin thành tâm sám hối cùng Đại Đức Trưởng Ban Hoàng Pháp và Thầy Thiện Đại về sự ngu si vụng dại của con ở thuở ban đầu tu học.

Cuối cùng còn một lý do nữa khiến

chúng ta nhút nhát rụt rè trước công chúng, đó là vì *chúng ta quá coi trọng dư luận*. Chúng ta cứ sợ bị chê bai, nhạo báng. Đó là vì cái ngã của chúng ta vẫn còn quá lớn. Chúng ta mang tâm trạng sợ khán thính giả cật vấn chúng ta, rồi chúng ta không biết trả lời, chúng ta bị “quê”. Vậy để có thể trấn an nội tâm, ta tập xem khán thính giả là những người tầm thường, kém hơn ta. Họ đến nghe ta nói pháp chứ không phải đến để vắn nạn chúng ta. Dù ngoài đời họ có học rộng, biết nhiều, nhưng những điều họ biết chẳng qua cũng chỉ là thế gian pháp, chưa chắc gì Phật pháp họ giỏi hơn ta. Ta hãy tập xem họ là “những hạt đậu đen” giống như đạo diễn Đinh Xuân Hòa đã nói. Chúng tôi nói như vậy có lẽ cũng hơi quá đáng, nhưng nếu không nghĩ vậy thì chúng tôi sẽ bị khớp và mất tự tin khi nói chuyện.

Vả lại, chúng ta cũng phải tập quan niệm rằng “*Thất bại là mẹ thành công*”. Giả sử nếu chúng ta có lỡ bị thất bại, bị chê bai, bị chỉ trích, thì chúng ta cũng đừng lấy đó làm buồn và thối chí. Chúng ta phải bình tâm xem lý do vì sao ta thất bại. Nếu nguyên do là vì ta soạn bài không kỹ nên khi nói bị lúng túng, thì lần sau ta sẽ soạn bài thật kỹ. Nếu chúng ta thất bại vì bản tính nhút nhát, lời ăn tiếng nói không thông suốt, khi nói không tạo được sức thuyết phục cho khán thính giả thì chúng ta phải về tập luyện lại, mỗi lần nói chuyện phải thu băng, về mở ra nghe lại để tự mình tìm ra nhược điểm của mình và tự khắc phục, phải tập đứng trước gương mà nói v.v.. Nói tóm lại, chúng ta không nên xem khán thính giả là những người đến vắn nạn, chúng ta không nên tự ti mặc cảm, tự mình đánh giá mình quá thấp, chúng ta không nên coi trọng việc khen chê và cuối cùng chúng ta không

nên đánh giá quá cao khán thính giả.

Qua kinh nghiệm bản thân và qua những gì chúng tôi đã học được nơi các bậc Thầy khả kính, chúng tôi đem ra áp dụng và gặt hái được nhiều thành công. Điều an ủi nhất đối với chúng tôi là sau khi nói chuyện xong, các đạo hữu trong đạo tràng bắt quan trai đến chúc mừng và xin băng về cho gia đình và bè bạn cùng nghe. Chúng tôi rất cảm động và trả lời rằng: Như vậy là chúng tôi đã báo đáp được một phần rất nhỏ công ơn của đức Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, công ơn của Hòa Thượng Bổn Sư, công ơn của quý Thầy giảng sư trong ban giảng huấn và công ơn của đàn ni tín thí. Chúng tôi nguyện sẽ đem hết sức mình học hỏi thêm giáo lý, tập luyện thêm về nghệ thuật thuyết giảng và hoàn thiện dần dần kỹ thuật trình bày. Chúng tôi, nhờ được sự dạy dỗ của Hòa Thượng Bổn Sư và quý Thầy trong Ban giảng huấn, nay đã ý thức được rõ ràng trách nhiệm thiêng liêng cao cả của một người tu sĩ, do đó xin lấy *Tứ Hoàng Thệ Nguyên* của Bồ Tát Phổ Hiền làm phương châm sống và tu tập:

*Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ,
Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn,
Pháp môn vô lượng thệ nguyện học,
Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành.*

Phước Thanh

