

# THỰC HÀNH TÍN NGƯỠNG THỜ MẪU THÔNG QUA HÌNH THỨC LÊN ĐỒNG DƯỚI GÓC ĐỘ TÂM LÝ HỌC TRỊ LIỆU

Đỗ Duy Hưng

Trần Anh Châu

*Viện Nghiên cứu Tôn giáo.*

## TÓM TẮT

*Thực hành Tín ngưỡng thờ Mẫu Tam phủ của người Việt trở thành di sản văn hóa phi vật thể đại diện của nhân loại được UNESCO ghi danh vào tháng 12/2016. Trong các nghi lễ thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu, nghi lễ lên đồng (hầu đồng) là một hình thức thực hành cơ bản, chủ yếu do các thanh đồng thực hiện. Trên cơ sở các dữ liệu được thu thập bởi phương pháp phỏng vấn sâu đối với 19 thanh đồng, đồng thầy đang thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu tại Nam Định, Thái Bình và Hà Nội và phương pháp quan sát tham dự, nhóm tác giả đã phân tích những tác động của nghi lễ thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu đến tâm lý của tín đồ ở ba khía cạnh: hóa giải các rối nhiễu tâm lý; giải tỏa những căng thẳng trong áp lực cuộc sống và thỏa mãn cái tôi của những thanh đồng khi họ thực hành nghi lễ lên đồng.*

**Từ khóa:** *Tín đồ; Tín ngưỡng; Thực hành thờ Mẫu; Lên đồng; Tâm lý trị liệu.*

*Ngày nhận bài: 14/9/2020; Ngày duyệt đăng bài: 25/10/2021.*

## 1. Mở đầu

Tín ngưỡng thờ Mẫu hay tín ngưỡng thờ Mẫu Tam phủ là một tín ngưỡng có từ lâu đời ở Việt Nam. Tín ngưỡng thờ Mẫu Tam phủ là một hình thức thờ cúng người Mẹ hóa thân ở các miền trời, sông nước, rừng núi, được hình thành trên nền tảng của tín ngưỡng thờ Nữ thần (Ngô Đức Thịnh, 1996). Trải qua thời gian, tín ngưỡng này đã du nhập vào các điện thờ các thần, các thánh, các quan, các hàng cô, cậu và được dân gian thờ cúng. Hơn nữa, hình thức thực hành tín ngưỡng này là lên đồng, mang tính chất Shaman giáo, là hình thức xuất nhập thần nhiều lần của ông đồng, bà đồng (Eliade, 2004). Đây là một hiện tượng thực hành tín ngưỡng, tôn giáo khá phổ biến trong các tộc người ở Việt Nam và trên thế giới.

Có nhiều nghiên cứu ở nước ngoài về tác dụng của tâm lý, vai trò trị liệu của các sinh hoạt văn hóa tâm linh nhưng vấn đề này còn chưa được chú ý và

ngiên cứu nhiều ở Việt Nam. Trong các nghi lễ thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu, nghi lễ lên đồng (hầu đồng) là một hình thức thực hành cơ bản, chủ yếu do các thanh đồng thực hiện. Nghiên cứu của M. Durand (1959) về lên đồng ở miền Bắc Việt Nam cho rằng “lúc đầu lên đồng chỉ để thiết lập mối quan hệ giữa linh hồn người quá cố - nguồn gốc của mọi cái tốt - xấu với con người vốn hay bị ám ảnh bởi cái chết”. Còn theo nhà nhân học Milton Singer thì “lên đồng” hay “hầu bóng” là một hình thức biểu diễn đa dạng, nó kết hợp giữa nghi lễ và sân khấu, âm nhạc, lời hát, trang phục, phong tục nhảy múa và nhập thân. Hiểu một cách khái quát, như nhà nhân học Milton Singer đã nói thì nó là một dạng đặc biệt của “biểu diễn văn hóa” (Singer, 1972, tr. 71). Nghiên cứu của Viện Nghiên cứu Tôn giáo trong giai đoạn từ 1995 - 1998 chỉ ra rằng lên đồng đang từng bước được thừa nhận như một hoạt động sinh hoạt văn hóa tín ngưỡng truyền thống và những ý nghĩa tích cực của nó cũng một phần nào được công nhận trong xã hội” (Điều tra của Viện Nghiên cứu Tôn giáo, năm 1995 - 1998)<sup>(1)</sup>. Nghiên cứu của các tác giả Nguyễn Kim Hiền (2004), Trần Mạnh Cường (1999), Nguyễn Thị Hiền (2010) cho rằng nghi lễ lên đồng là một “phương thuốc” có tác dụng trị liệu tâm sinh lý, nó có tác dụng trị liệu và chữa bệnh (những “bệnh âm” và những bệnh về rối loạn tâm sinh lý).

Thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu đã được nghiên cứu ở nhiều lĩnh vực khác nhau như: Tôn giáo học; Xã hội học; Dân tộc học; Tâm lý học; Y học... Trong bài viết này, nhóm tác giả tiếp cận từ góc độ tâm lý học trị liệu để làm rõ những tác động của nghi lễ thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu đến tâm lý của tín đồ.

## **2. Khách thể và phương pháp nghiên cứu**

Bài viết này trình bày kết quả phân tích các dữ liệu được thu thập bởi phương pháp phỏng vấn sâu và quan sát tham dự. Nghiên cứu tiến hành phỏng vấn sâu 19 thanh đồng/đồng thầy đang thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu tại Nam Định, Thái Bình và Hà Nội. Việc thực hành nghi lễ được thực hiện trong các điện công mà chủ yếu là ở Nam Định. Cụ thể là: 3 người ở Hà Nội (gồm 1 nam giới; 1 nữ giới và 1 giới tính khác); 1 người ở Thái Bình (1 nam) và 15 người ở Nam Định (gồm 5 nam; 10 nữ; độ tuổi từ 23 đến 52; trong đó có 1 đồng thầy; 5 người làm nhiệm vụ chấp tác trong bản hội; 5 người thuộc nhóm đệ tử; 4 người thuộc nhóm cung văn và hầu dâng, tất cả những người này đều đã được thực hành nghi lễ từ ba năm trở lên). Nam Định, Thái Bình, Hà Nội có thể xem là vùng tập trung nhiều các hoạt động thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu. Những người chấp tác, đệ tử, cung văn, hầu dâng là nhóm đối tượng phỏng vấn rất quan trọng. Việc phỏng vấn họ giúp chúng ta hiểu được nhiều vấn đề: nguyên nhân, mục đích và cách thức họ tham gia vào việc thực hành nghi lễ ở đây; vì sao họ gia nhập vào sinh hoạt tín ngưỡng ở Phủ này mà lại không phải Phủ

khác; cách họ thiết lập và duy trì quan hệ với đồng thầy và những người khác trong Phủ; họ đã gây dựng niềm tin, sự tương hỗ như thế nào; họ đã sử dụng và khai thác các mối quan hệ như thế nào trong thực hành nghi lễ cũng như trong cuộc sống đời thường... Để đảm bảo đạo đức nghiên cứu, danh tính của những “thông tin viên”, tên của những người tham gia phỏng vấn sâu không ghi cụ thể trong bài viết.

Ngoài ra, nghiên cứu còn dùng phương pháp quan sát tham dự. Đây là phương pháp quan trọng của ngành dân tộc học/nhân học. Sử dụng phương pháp này giúp nhà nghiên cứu thâm nhập sâu vào thế giới của các tín đồ thực hành thờ Mẫu, vào các mối quan hệ giữa các thành viên trong một bản hội, hiểu sâu hơn bản chất của nó và tiệm cận đến việc “diễn giải văn hóa tâm linh như người trong cuộc”, tôn trọng tiếng nói của người trong cuộc. Tác giả bài viết đã tham dự và quan sát một số hoạt động của bản hội trong những ngày sóc, vọng<sup>(2)</sup> hàng tháng; tham gia “sinh hoạt” và quan sát một số nghi lễ như giải hạn đầu năm, làm lễ “đôi tiền âm lấy tiền dương” để bán nhà; tham dự và quan sát mối quan hệ của các thành viên trong nghi lễ lên đồng; quan sát tham dự các hoạt động mang tính chất cố định một năm 4 kỳ của bản hội, đó là lễ thượng nguyên, lễ vào hạ, lễ tán hạ, lễ cuối năm; tham dự và quan sát các cuộc họp đầu năm và cuối năm của bản hội; tham gia và quan sát hoạt động đi lễ của bản hội...

### **3. Kết quả nghiên cứu**

Qua quan sát tham dự và phỏng vấn sâu, chúng tôi nhận thấy việc thực hành nghi lễ lên đồng (hầu đồng, hầu bóng) có một số tác động đến tâm lý của người thực hiện nghi lễ này.

#### **3.1. Hóa giải các rối nhiễu tâm lý**

Thông thường quá trình trở thành thanh đồng, đồng thầy hoàn toàn không đơn giản. Đó là một quá trình phức tạp, trong đó có sự đấu tranh, giằng xé nội tâm giữa tin hay không tin vào sự tồn tại và quyền năng của thần thánh. Vì vậy, muốn đến với Thánh Mẫu, những người có “căn”, có “số” sẽ phải trải qua những giai đoạn sau:

Giai đoạn 1: Khi nhân cách hành vi hoặc tâm trạng của một cá nhân có những biểu hiện bất thường kéo dài sẽ xin được “đội bát nhang”, tức là tự nguyện xin làm “con tôi nhà Thánh”, vì những người này chưa phải “căn cao số nặng” mà họ có niềm tin, tình cảm với Thánh Mẫu nên họ xin ra “đội bát nhang” để mong được Thánh Mẫu để ý đến và phù hộ cho mình được khỏe mạnh, làm ăn phát tài. Nếu sau khi “đội bát nhang” mà tinh thần vẫn bất ổn kéo dài thì sẽ phải làm lễ “tiễn căn”. Do quan niệm của một số đồng thầy, “lễ tiễn căn” được hiểu theo những quan điểm sau: *Thứ nhất*: khi những người

“đội bát nhang” có “căn”, có “số” hoặc không đủ điều kiện kinh tế để mở phủ trình đồng, hoặc do tuổi cao sức yếu thì họ sẽ được làm lễ để khất việc ra trình đồng mở phủ không phải hầu Thánh. *Thứ hai*: Những thanh đồng, đồng thầy đã lên đồng, hầu Thánh lâu năm, nay do tuổi cao sức yếu, ốm đau bệnh tật sẽ được làm lễ xin khất hầu có thể xin Thánh Mẫu lúc nào khỏe thì lên đồng hoặc xin khất vĩnh viễn.

Giai đoạn 2: Nếu quá trình trên không hiệu quả (sau một thời gian sức khỏe, trạng thái tâm lý, các biểu hiện hành vi không trở lại bình thường) thì cá nhân đó sẽ được đưa đến Đền hoặc Phủ, “đền cửa Thánh”. Nếu được gia đình và người bệnh đồng ý sẽ được làm lễ “trình đồng, mở phủ”. Việc này do thầy đồng thực hiện (những thầy đồng đã được cấp sắc mới được làm nghi lễ này). Cũng có nhiều người không trải qua giai đoạn 1 mà được trình đồng mở phủ luôn. Những người “có căn” hoặc “có đồng”, sau khi trình đồng mở phủ một thời gian thì những hiện tượng rối nhiễu hành vi, rối nhiễu tâm lý hoặc những trạng thái bất ổn trong đời sống thường nhật dần dần được giải quyết ổn thỏa, có thể trở lại sinh hoạt bình thường.

“Câu chuyện của những ông đồng, bà đồng bị “kết tóc”, bị “ôm”, bị “hành” là rất phổ biến. Theo lời của họ thì họ coi là bị “bắt sát”, bị mắc một bệnh “tâm linh”, đôi khi họ gọi là “bệnh âm”. Những bệnh này được nhìn nhận như là triệu chứng của “căn cao, số dầy” hay nói cách khác là họ có căn đồng. Có những người mơ gặp Thánh, mơ thấy rắn, thấy đĩa hay mơ bay bổng đến một thế giới vô hình khác. Họ có thể bị kết tóc (tức là tóc của họ bị tết, và bết lại mà không rõ lý do, không thể chải duỗi ra được, một số trường hợp khác lại có biểu hiện tâm lý không được bình thường, không kiểm soát được hành vi, lời nói như: nói năng không đầu không cuối, không có chủ ngữ, vị ngữ, hay đi lang thang...” (dẫn theo tác giả Ngô Đức Thịnh, 2010, tr. 168). Qua khảo sát của tác giả, có đến 98% số người được hỏi đều cho biết mình bị “bệnh âm” hay còn được gọi là “châm đồng”, “bắt đồng”. Đa số thanh đồng đều cho biết trước khi “trình đồng mở phủ”, họ từng có biểu hiện mệt mỏi, khó chịu chỉ muốn nằm, ngủ li bì liên tục từ 3 đến 4 ngày, thậm chí đi khám không phát hiện ra bệnh cụ thể, đặc biệt có một số người khi được đến đền nghe hát văn, xem hầu lại khỏi.

Việc tham gia lên đồng không có tính chất bắt buộc một chiều. Hiện nay có những người bị rối nhiễu tinh thần, được khuyên là phải “ra trình đồng”, họ thường hay lo lắng, đôi khi được chỉ dẫn về việc có thể “tiễn căn” hay xin hoãn “trình đồng”; hoặc thậm chí là trình đồng rồi sau đó xin khất (tạm hoãn). Với bản thân họ, việc xin hoãn, khất tham gia lên đồng là cách né tránh áp lực tinh thần. Như vậy, có thể thấy rằng không phải bất cứ ai cũng dễ dàng chọn lên đồng làm phương thức giải quyết vấn đề tinh thần bất ổn của bản thân, ngay cả

những người thường xuyên tiếp xúc với môi trường này, vì việc lựa chọn này mang tính cá nhân nên chưa thể kết luận được “lên đồng” là hình thức có tính chất quyết định trong quá trình trị liệu. Ngược lại, với một hay nhiều cá nhân, việc lên đồng lại thể hiện hiệu quả rõ nét trong phương diện điều chỉnh những vấn đề liên quan đến sức khỏe tinh thần của họ.

Từ những trường hợp cụ thể trong cuộc sống, câu hỏi được đặt ra: Đồng thầy với những biện pháp trị liệu đặc biệt gì mà có thể chữa khỏi bệnh được cho những bệnh nhân này? Thực tế cho thấy các đồng thầy chỉ có thể chữa cho những người bệnh mới chớm, tức là bệnh mới ở giai đoạn đầu của thời kỳ khủng hoảng tâm lý, họ vẫn có ý thức và thời gian tỉnh táo, cân bằng nhiều hơn thời gian bị loạn trí. Qua quá trình trò chuyện, chúng tôi cũng thấy rằng hầu hết các đồng thầy ít nhiều đều có vốn tri thức y học dân gian, trước khi chữa bệnh đều hỏi nguồn cơn người bệnh rất kỹ (nguyên nhân gây bệnh).

Một số nghiên cứu đã chỉ ra rằng: nhiều người thừa nhận thực tế là hầu hết những người lên đồng đã có trải qua những biến cố bất thường về tinh thần, đã đi đến một số trạng thái khủng hoảng và bế tắc, một số đi đến không còn muốn tiếp tục cuộc sống của mình. Điều đó, dẫn họ tới gia nhập vào tín ngưỡng sinh hoạt khá phức tạp này (Nguyễn Kim Hiền, 2004).

Không giống như các cách chữa bệnh của Shaman giáo, lên đồng hiện nay ở vùng châu thổ Bắc Bộ với mục đích sử dụng nghi lễ vào chức năng chữa bệnh chiếm một tỷ lệ không nhiều và không phổ biến, nhưng điều đó cũng không có nghĩa là nó tồn tại chức năng chữa bệnh. Thông qua các tài liệu của tác giả Nguyễn Thị Hiền cho thấy, hầu hết các bệnh được chữa bằng nghi lễ lên đồng đều là những bệnh có nguồn gốc hoặc liên quan đến thần kinh con người. Nếu chia theo bộ môn nghiên cứu, nó thuộc về tâm lý học thần kinh và tâm thần học (Nguyễn Thị Hiền 2004, tr. 295). Qua câu chuyện của các bệnh nhân với những biểu hiện như bết tóc, hay ngất xỉu, thường xuyên đau đầu không rõ nguyên nhân, nặng đầu, ốm vặt, hành vi bất thường mà khi đi khám thì không phát hiện ra bệnh gì... thực chất những bệnh này vẫn là một dạng phát sinh do tâm lý, tinh thần bị khủng hoảng (y học gọi là bệnh tâm căn).

Từ góc độ tiếp cận tâm thần học, với thực nghiệm khảo sát điều tra trên mười căn đồng, Trần Mạnh Cường đã rút ra kết luận về bản chất của lên đồng khu vực Phủ Dầy (Nam Định) là “trạng thái biến đổi ý thức do nhân tố ám thị và tự ám thị gây ra”. Tác giả cũng cho rằng nhân tố ám thị mạnh nhất đó là niềm tin về sự tiếp xúc giữa người với thần linh và sự hỗ trợ của các yếu tố âm nhạc, màu sắc, chất kích thích. Nhận định của Nguyễn Kim Hiền (2004) trong một bài viết về “Lên đồng ở Việt Nam, một sinh hoạt tâm linh mang tính trị liệu” lại cho rằng “chức năng trị liệu lên đồng chính là nằm ở việc điều chỉnh hệ

thống tâm sinh lý của âm nhạc, châu văn” nó khiến cho các “năng lượng tiềm ẩn ở người tham gia đi vào vận động làm tăng thêm sức sống”. Các nghiên cứu này dù chưa lý giải thấu đáo về cơ chế chữa trị, phương thức tiến hành, xác suất hay tỷ lệ thành công, nhưng điều quan trọng hơn cả là các tác giả này đã cung cấp cho chúng ta những kiến giải khoa học và là những gợi ý hết sức quan trọng trong quá trình nghiên cứu giá trị này của nghi lễ với nhóm xã hội đặc thù.

Từ nghiên cứu mang tính chuyên ngành tâm thần học của Trần Mạnh Cường (1999), kết hợp bảng phân loại DSM-IV<sup>(3)</sup> cung cấp cái nhìn y học đối với trạng thái biến đổi ý thức khi lên đồng có ý nghĩa hết sức quan trọng khi khẳng định lên đồng không phải là trạng thái bệnh lý mà chỉ là trạng thái tâm sinh lý, trạng thái ý thức đặc biệt của các ông đồng, bà đồng chủ động tự đưa mình vào. Điểm thống nhất trong hầu hết các nghiên cứu về lên đồng là việc thừa nhận nó là một *trạng thái biến đổi ý thức đặc biệt* (ASC - Altered States of Consiousness)<sup>(4)</sup> có thể giả định là chứa đựng tiềm năng trị liệu. Bằng việc đưa ra những căn cứ về nhân học, y học và bằng những kết quả nghiên cứu, phân loại bệnh tật và phương thức chữa bệnh với không gian phù hợp này, Nguyễn Kim Hiền (2004) đã có những lập luận xác đáng về việc lên đồng với vai trò tạo lập môi trường thích hợp để chữa các căn bệnh có tính chất văn hóa, xã hội; “bệnh tương” (bệnh theo chủ quan cảm nhận của người bệnh) để đi đến kết luận: “Hiệu quả trị liệu nổi bật của lên đồng có thể nói là dựa trên sự kết hợp gắn bó giữa các phương tiện trị liệu mang tính tâm thể”.

Dù chưa đầy đủ và chưa làm sáng tỏ được cách thức hay phương thức, thậm chí là kỹ thuật, bí quyết chữa bệnh của các đồng thầy, nhưng những kiến giải này lại cho thấy: “*trên phương diện trị liệu tâm lý, lên đồng thực sự là một hình thức diễn xướng tâm linh có giá trị về mặt trị liệu trong y học*” (Nguyễn Ngọc Mai, 2017, tr. 349). Tuy nhiên, trên thực tế không phải đồng thầy nào cũng có khả năng chữa bệnh và không phải bệnh nào cũng có thể chữa bằng thực hành nghi lễ lên đồng, chỉ có căn bệnh liên quan đến sự ức chế thần kinh mới có thể dùng liệu pháp trên. Lên đồng không phải là cách trị liệu hướng đến sự hoàn thiện tuyệt đối, song có thể nói đó cũng là một “phương cách nhận thức lại về tọa độ văn hóa - lịch sử xã hội của một cộng đồng và những cá nhân thông qua những biểu tượng tâm linh có điều kiện xác nhận lại vai trò xã hội của mình” (Nguyễn Ngọc Mai, 2017, tr. 356), nó có tác dụng làm cho các cá nhân thức tỉnh và cảm thấy ở mình có một năng lực sống mới mạnh mẽ và ý nghĩa hơn trong một cộng đồng ít nhiều chia sẻ những cảnh ngộ.

Từ những nghiên cứu và phỏng vấn sâu các thanh đồng/đồng thầy, phải chăng nghi lễ lên đồng ngày nay vẫn còn có tác dụng nào đó đối với cơ chế thần kinh của con người mà người ngoài cuộc chưa thể cảm nhận hết được. Và

qua một số trường hợp nghiên cứu cho thấy lên đồng còn có tác dụng khá tốt với cơ chế điều chỉnh tâm thần ở một số người, ở đây có thể đặt ra câu hỏi là liệu lên đồng có chứa đựng những tác dụng trị liệu nhất định mà khoa học hiện đại chưa làm sáng tỏ. Một trong những lý do đầu tiên khiến một người tham gia thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu bằng hình thức lên đồng là để chữa một loại bệnh về tâm sinh lý thần kinh (“bệnh âm” như dân gian thường gọi). Theo đánh giá của các thanh đồng, nhờ việc tham gia lên đồng, bệnh của họ hầu như đã khỏi. Nói cách khác, “tục lên đồng tham gia vào việc điều chỉnh những bất ổn tâm thần của một số người theo cách riêng của mình, tái hòa nhập những người có độ rối nhiễu cao vào các sinh hoạt tập thể mang tính tín ngưỡng tôn giáo nhằm mang lại ý nghĩa cơ bản cho cuộc sống của họ” (theo Nguyễn Kim Hiền, 2004).

Như vậy, trong phần lớn trường hợp, những người có căn đồng bị cơ đầy (điên loạn, ốm đau, làm ăn thất bát...) thì phải làm lễ trình đồng mở phủ và sau đó là lập điện thờ Mẫu trong nhà hoặc đi lễ Mẫu ở những đền phủ khác, thì đa số những người có căn đồng đều được giải tỏa, khỏi bệnh, cuộc sống trở lại bình thường, tái hòa nhập với cộng đồng.

### **3.2. Giải tỏa căng thẳng, áp lực trong cuộc sống**

Trong xã hội hiện đại, cuộc sống diễn ra nhanh chóng và đòi hỏi sự hoàn hảo, như công việc phải được tiến hành nhanh và hiệu quả, gia đình phải hạnh phúc, con cái phải được học hành... Tất cả những áp lực đó nếu như không được giải tỏa kịp thời sẽ làm cho con người cảm thấy căng thẳng hay còn gọi là stress (stress là trạng thái của con người xuất hiện do phản ứng với những tác động đa dạng từ bên ngoài, phát sinh từ những trải nghiệm, những điều kiện sống khó khăn gây nên tác động tâm lý). Biểu hiện của áp lực tâm lý là thường dễ nổi nóng, cảm giác buồn chán, không cảm thấy hạnh phúc, vui vẻ trong cuộc sống, thậm chí nhiều người muốn tìm đến cái chết để giải thoát cuộc sống khổ đau.

Để giải tỏa áp lực tâm lý, con người đang sử dụng nhiều phương pháp điều trị, có thể đi du lịch hoặc tìm gặp chuyên gia tâm lý để chữa trị..., trong đó, tìm đến hoạt động trong tín ngưỡng, tôn giáo là một phương pháp người Việt Nam sử dụng phổ biến. Khi gặp biến cố trong cuộc sống, áp lực công việc, tín đồ Công giáo tìm đến nhà thờ để nghe Kinh thánh, các Phật tử tìm đến cửa Phật (chùa) để nghe Pháp, những tín đồ thực hành tín ngưỡng thờ Mẫu thường tìm về với Mẫu để tìm được sự che chở và bình an trong cuộc sống.

Thanh đồng H.T.Đ., 45 tuổi tại Hà Đông, Hà Nội cho biết: “*công việc của tôi tại công ty nước ngoài rất áp lực, số lượng công việc phải thực hiện rất nhiều nhưng thời hạn hoàn thành thì rất ngắn nên tôi thường xuyên bị áp lực,*

*cảm thấy căng thẳng, lúc nào cũng muốn nghỉ ngơi. Sau một thời gian tìm đến với đạo Mẫu, thực hiện nghi lễ hầu đồng, tôi cảm thấy thanh thản nhẹ nhõm, không còn căng thẳng, không hay cái gì”.*

Trong quá trình thực hành nghi lễ lên đồng, thanh đồng cần những người trợ giúp cho người thực hành nghi lễ này, bao gồm: pháp sư, cung văn, những người hầu dâng (tay quỳnh, tay quế). Họ được kết nối, giao tiếp với nhau bằng cử chỉ phi ngôn ngữ, để giúp cho thanh đồng có được buổi thực hành nghi lễ được trọn vẹn mà các thanh đồng thường gọi là: buổi lên đồng này thực sự tố hảo.

Nếu trong các tín ngưỡng, tôn giáo khác, chỉ cần một vài người, thậm chí chỉ cần một chức sắc là có thể hoàn thành một nghi lễ nhưng riêng đối với tín ngưỡng thực hành thờ Mẫu cần nhiều người giúp việc trong buổi hầu đồng. Theo một thanh đồng tại Phủ Bồng (Nam Định) nói rằng: “*Pháp sư, cung văn, hầu dâng giữ vai trò rất quan trọng, không thể thiếu bất kỳ ai. Bởi vì, họ là người chuẩn bị đồ dùng, vật dụng cho chúng tôi nhưng đồng thời cũng là người kết hợp với thanh đồng để mời các thánh về giá. Cung văn có nhiệm vụ đàn, hát ca ngợi công lao của các vị thánh, làn điệu châu văn lúc trầm, lúc bổng kết hợp với mùi thơm của hương, hoa và ánh sáng của đăng (đèn) sẽ giúp các Thánh dễ dàng nhập giá. Hầu dâng là người chuẩn bị trang phục cho các thanh đồng ở mỗi giá hầu. Thiếu họ, không có một thanh đồng nào có thể hoàn thành giá hầu”* (tư liệu PVS của tác giả 2018 - 2020).

Lên đồng là một hình thức có thể giúp cho các chủ thể diễn tả lại cảm xúc nội tâm khi họ thực hành nghi lễ hầu Thánh Mẫu, từ đó lý giải được góc độ tương tác “*năng lượng sinh học*” giữa các thành viên trong cộng đồng nghi lễ này. Khi lên đồng, thanh đồng cũng là nghệ sỹ. Họ kết nối mọi người xung quanh bằng ánh mắt, nụ cười, các động tác nhảy múa thuần thực (múa đao, múa kiếm, múa hèo (gậy)...) và bằng những lời phán truyền đầy uy linh, bằng việc tung tiền phát lộc tới những con nhang, đệ tử hoặc những người tham dự tạo một bầu không khí vừa trang nghiêm vừa vui vẻ. Xung quanh họ là những tiếng vỗ tay, reo hò hưởng ứng của người dự hầu, rồi tiếng hát ngân nga lúc trầm lúc bổng của cung văn hòa quyện với tiếng đàn sáo, trống phách... Tất cả đều rơi vào *vùng cảm xúc cộng hưởng*, sự hưng phấn. Lúc này, thanh đồng hoàn toàn gắn kết và tương tác với mọi người xung quanh.

Ngoài ra, khi quan sát các thành viên tham dự buổi hầu, chúng tôi còn thấy có sự đồng điệu giữa họ. Một nhóm người đồng điệu nghĩa là có nhiều điểm chung và có xu hướng gắn kết với nhau để chăm sóc, quan tâm và bảo vệ lẫn nhau. Thường những người này gắn bó chặt chẽ với nhau trong cùng “*bản hội*”. Theo tác giả Nguyễn Ngọc Mai (2017, tr. 327): “*Sự thay đổi trong đời*



sống xã hội ở các con nhang, đệ tử thể hiện rõ nhất ở các quan hệ xã hội. Gia đồng, trình đồng, bắt lính, bắt đầu từ đây họ trở thành thành viên của một tổ chức xã hội, tổ chức này được gọi là bản hội”. Quan sát một cách thoáng qua thì thấy bản hội của những căn đồng chỉ là một nhóm xã hội gồm những cá nhân có chung một mục đích là phụng sự thờ tự thần linh mà họ tin thờ. Nhưng càng đi sâu tìm hiểu thì bản hội không đơn thuần chỉ là một nhóm cá thể tụ tập theo cảm tính đám đông mà là một dạng tổ chức xã hội có quy củ và những quy tắc nhất định, mặc dù không có văn bản ràng buộc nào, họ tìm đến nhau là tự nguyện, nhưng sự gắn kết giữa các thành viên khá bền chắc và linh hoạt.

Như vậy, thực hành nghi lễ trong tín ngưỡng thờ Mẫu giúp con người có cảm giác cuộc sống thanh thản và bình yên hơn. Họ giải tỏa áp lực tâm lý thông qua các nghi lễ lên đồng, việc lên đồng thực chất là niềm hy vọng “giải thoát” của những người bị áp lực tâm lý. Thực hiện các giá hầu là một biểu hiện của quá trình dứt bỏ thế giới khổ đau của thực tại để thoát tục, tìm đến thế giới tâm linh, một thế giới không tồn tại nên không có áp lực và chỉ trong không gian đó họ mới tìm được là chính mình, được thanh thản, vui vẻ, được sống, được cười, khóc, hò, hét thoải mái... Các trạng thái cảm xúc của bản thân được thăng hoa vì cảm xúc bị o bế, không được giải tỏa, phải thông qua giao tiếp của cá nhân, con người mới có thể bộc lộ cảm xúc ra bên ngoài, có thể thoải mái giao tiếp với những người xung quanh, không cần phải giữ gìn và e dè nữa.

### ***3.3. Thỏa mãn cái tôi, khẳng định giá trị của bản thân***

Ngày nay, xã hội có một số người thường có ước muốn trở thành người quan trọng nhất, có ảnh hưởng đến các cá thể khác trong xã hội. Đây là dạng tâm lý cá nhân sâu sắc, nó mang dấu ấn tư tưởng của chế độ phong kiến. Trong một xã hội hiện đại luôn đề cao giá trị bản thân (sức cạnh tranh), con người luôn mong muốn chứng minh giá trị bản thân, tâm lý được là “*trung tâm*” đang phát triển trở lại. Đối với những người có tâm lý “*mình là trung tâm*”, họ thường mong muốn bản thân trở thành người quan trọng nhất, giỏi nhất, trung tâm quy tụ, có siêu quyền lực có thể chi phối, tác động đến cuộc sống của những người xung quanh mình. Tuy nhiên, trong thực tế sinh hoạt hàng ngày, mong muốn của họ không được đáp ứng. Sau khi thực hành thờ Mẫu, làm lễ hầu đồng, họ có những giây phút thăng hoa, nhập vai những ông hoàng, bà chúa, có quyền năng ban phát tài lộc cho muôn người. Điều này được thể hiện qua việc: tại mỗi giá hầu, các đồng cô, đồng cậu được mọi người tham dự cung phụng tận tụy, quý lạ cúng vái, thậm chí có quyền ban phát bổng lộc cho mọi người. Điều đó có tác dụng giảm bớt suy nghĩ tiêu cực, hình thành tâm lý tích cực, giúp họ giải thoát được cuộc sống bế tắc, không còn chán ghét bản thân,

nhận ra được những giá trị của bản thân. Họ tiếp tục thực hành để khẳng định bản thân, thỏa mãn cái tôi của mình.

Thanh đồng tên T., 30 tuổi ở Hà Nội cho biết: *“Tôi vốn dĩ là người thuộc cộng đồng LGBT, thích cả nam lẫn nữ nên bản tính thường nhút nhát, rụt rè không quyết đoán trong cuộc sống gia đình, cơ quan nên thường bị bắt nạt. Trong cuộc sống gia đình, người chủ động mọi thứ là vợ tôi. Tôi thường làm theo những chỉ đạo của vợ. Nhiều lúc vợ hay càu nhàu vì tính nhu nhược, yếu đuối có phần nữ, thậm chí đôi lúc vợ có ý còn xúc phạm bảo lấy tôi cũng bằng thừa. Ở nhà thì vậy, nhưng đến cơ quan cũng không khác là mấy. Tôi thường hay bị cấp trên và đồng nghiệp bắt nạt, sai tôi làm những công việc không thuộc chức năng, nhiệm vụ nhưng tôi thường không dám phản kháng. Những lúc bị bắt nạt, chế giễu, tôi thường ước giá như mình là thần tiên có quyền ban phát và trừng phạt cho mọi người thì tốt biết mấy. Sau nhiều lần theo bạn đến dự các buổi hầu đồng, hầu bóng tôi rất thích, vì chỉ có ở đó tôi mới là chính mình, mới có quyền ban phát, sai khiến người khác”*.

Trong những lần điền dã tại Phủ Bóng, tác giả đã chứng kiến khá nhiều “cô”, “cậu” về lên đồng tại Phủ, họ thường đi từ 3 đến 5 người và họ là đối tượng rất dễ nhận ra bởi phong cách ăn mặc khác với những người khác, lời nói chuyện hơi là lợi, tuy nhiên khi thực hành nghi lễ lên đồng họ biểu diễn khá đẹp. Lý giải điều này trong thực hành nghi lễ lên đồng, Ngô Đức Thịnh (2010) cho rằng những “những người có mối quan hệ nào đó với việc nhạy cảm thần kinh khiến họ dễ rơi vào trạng thái biến đổi ý thức theo kiểu tự kỷ ám thị về sự tồn tại của thần linh”. Hơn nữa, trong lên đồng có sự “xuất hiện của nhiều vị thần” có vị là nam, có vị là nữ, khiến cho người lên đồng phải luôn thay đổi trạng thái tâm lý, giọng nói, tính cách phù hợp với giới tính. Vì vậy, “điều này phù hợp với đặc điểm nhân cách của những người đồng tính, ái nam, ái nữ” (theo Nguyễn Ngọc Mai, 2017).

Mặt khác, lên đồng với cách thể hiện đặc biệt của nghi lễ lên đồng: *“có môi trường diễn xướng, ở đó chủ thể được tự do phô diễn tài nghệ của cá nhân; có môi trường xã hội cho các chủ thể bộc lộ địa vị, đẳng cấp; có không gian tín ngưỡng và lễ thức cho các tín chủ bộc lộ tâm linh”*... (Nguyễn Ngọc Mai, 2017). Tất cả đem lại hiệu quả thăng hoa về cảm xúc, kiêu hãnh, tự hào về địa vị của mình; thỏa mãn, an toàn về tâm linh, giải quyết được nhu cầu, nguyện vọng của đời thường của các thanh đồng.

#### **4. Tạm kết**

Đến với tín ngưỡng thực hành thờ Mẫu, tham gia vào thực hành nghi lễ lên đồng, các tín đồ vừa cảm nhận được sự giải thoát khỏi thực tại, vừa thâm nhập vào môi trường xã hội với những thiết chế tự do mới, tự do tâm thể để bước vào một trạng thái xúc cảm mới, khoáng đạt, rộng mở và cũng hết sức

linh thiêng, một trạng thái mà từ xưa con người ta vẫn hằng mong muốn vươn tới, chế ngự và chiếm lĩnh.

Hiện nay trong xã hội đang tồn tại những hiện tượng chữa bệnh thông qua hình thức lên đồng, trong đó, có cả giá trị tích cực cũng như hạn chế, tiêu cực của hình thức này. Hiệu quả trị liệu nổi bật của lên đồng có thể nói là dựa trên sự kết hợp gắn bó giữa các phương tiện trị liệu mang tính tâm thể. Âm nhạc, trang phục, nến, hoa, rượu trong nghi lễ lên đồng là một nhân tố cực kỳ quan trọng đối với các thanh đồng, nó giúp cho thanh đồng thăng hoa hơn.

Lên đồng tuy không phải là một phương pháp trị liệu có hiệu quả hoàn toàn, nhưng có thể nói đó là một cách thức giúp nhận thức về quá trình lịch sử, xã hội và văn hóa của một cá nhân và cộng đồng và từ đó cá nhân thông qua biểu tượng tâm linh, xác định được vai trò xã hội của chính mình, làm thức tỉnh các giá trị, có những năng lực sống mới, mạnh mẽ và có ý nghĩa hơn trong một cộng đồng được chia sẻ bởi những người cùng hoàn cảnh với bản thân mình. Việc lên đồng cũng làm toát lên giá trị nhân văn giữa người với người, giữa con người với sự gìn giữ văn hóa tâm linh (ở đây là tín ngưỡng thờ Mẫu); thông qua việc thực hành nghi lễ lên đồng của từng chủ thể để hóa giải những rối nhiễu tâm căn của những người vốn bị coi là “bệnh âm”, những người có “căn” với Thánh Mẫu.

### **Chú thích:**

1. Các cuộc điều tra xã hội học tôn giáo của Viện Nghiên cứu Tôn giáo trong giai đoạn 1995 - 1998 được trích dẫn trong bài viết này tiến hành trên cả nước tập trung chủ yếu vào 3 thành phố lớn: thủ đô Hà Nội, thành phố Hồ Chí Minh và thành phố Huế. Ở mỗi địa bàn lại chọn ba điểm điều tra: nội thành, ngoại thành và ven đô. Ngoài ra, còn có các địa bàn phụ ở tỉnh Vĩnh Phúc và Bến Tre. Với số lượng 3.600 phiếu được hỏi tập trung vào các đối tượng sinh sống tại các trung tâm đô thị, nơi có không gian xã hội dân trí phát triển và đời sống tôn giáo tín ngưỡng sôi động. Bên cạnh đó, một bộ phận nhỏ (khoảng 600 phiếu) được tiến hành đối với các đối tượng sinh sống tại các địa bàn của tỉnh Vĩnh Phúc và Bến Tre nhằm so sánh thực trạng sinh hoạt tôn giáo tín ngưỡng của họ, nhưng bước đầu mới nêu những nét chính đời sống tâm linh tôn giáo nói chung, chưa thể phản ánh hết một cách chính xác thực tại xã hội thời điểm đó.
2. Lễ sóc, vọng: ngày mừng một (ngày sóc) và hôm rằm (ngày vọng) hàng tháng (theo Phan Kế Bính, 2016, tr. 63).
3. Bảng phân loại các bệnh tâm thần của tổ chức Y tế thế giới DSM-IV.
4. ASC được xác định là một sự biến đổi về chất lượng của ý thức thông thường, của việc cảm thụ không gian, của hình ảnh về cơ thể và của tính cách cá nhân. Biến đổi này tạo nên một sự đứt gãy, được tạo ra bởi sự cảm ứng, kết quả là chủ thể đi vào một

trạng thái thứ hai (Laplassade, 1990, 5) (dẫn theo Nguyễn Kim Hiền, 2004 và trích theo Nguyễn Ngọc Mai, 2017).

5. Thanh đồng: là người đã ra trình đồng đội khăn phủ diện đỏ lên đầu và được nhà Thánh chấp nhận làm con tôi của Thánh, “làm lính có công, làm đồng có phép”. “Phép” ở đây có thể hiểu là phép tắc ở trong mối quan hệ giữa các thanh đồng với nhau và trong cư xử với thần thánh (dẫn theo Mai Thị Hạnh, 2018, Tr. 66).

6. Đồng thầy: là người làm lễ trình đồng mở phủ cho thanh đồng. Để thanh đồng trở thành đồng thầy, thanh đồng cần phải “cắt tóc làm con tôi ông Thánh” được cấp sắc. Khi đó thanh đồng trở thành “đồng con”, người làm lễ trình đồng mở phủ cho “đồng con” gọi là “đồng thầy” (dẫn theo Mai Thị Hạnh, 2018, Tr. 66).

## Tài liệu tham khảo

### *Tài liệu tiếng Việt*

1. Phan Kế Bính (2016). *Việt Nam phong tục*. Công ty Văn hóa & Truyền thông Nhã Nam. Tr. 63.
2. Trần Mạnh Cường (1999). *Nhận xét đặc điểm biến đổi ý thức của trạng thái lên đồng ở các lễ hội vùng Nam Định*. Luận văn thạc sỹ chuyên ngành Tâm thần học. Trường Đại học Y Hà Nội.
3. Nguyễn Văn Đồng (Chủ biên, 2009). *Tâm lý học giao tiếp*. NXB Chính trị - Hành chính. Hà Nội.
4. Nguyễn Kim Hiền (2004). *Lên đồng ở Việt Nam - một sinh hoạt văn hóa tâm linh mang tính trị liệu*. In trong Đạo Mẫu và các hình thức Shaman trong các tộc người ở Việt Nam và châu Á. Tr. 350 - 380. NXB Khoa học xã hội. Hà Nội.
5. Nguyễn Thị Hiền (2004). *Ông đồng, bà đồng, họ là ai*. In trong Đạo Mẫu và các hình thức Shaman trong các tộc người ở Việt Nam và châu Á. Tr. 295 - 308. NXB Khoa học xã hội. Hà Nội.
6. Nguyễn Thị Hiền (2010). *Bệnh ám: chẩn đoán và chữa bệnh trong lên đồng của người Việt*. In trong Hiện đại và động thái của truyền thống ở Việt Nam: Những cách tiếp cận nhân học. Quyển 2. Tr. 37 - 51. NXB Đại học Quốc gia thành phố Hồ Chí Minh.
7. Mai Thị Hạnh (2018). *Bàn hội trong Đạo Mẫu Tạo lập vốn xã hội trong bối cảnh chuyển đổi*. NXB Văn hóa dân tộc. Hà Nội.
8. Nguyễn Ngọc Mai (Chủ biên, 2017). *Nghi lễ lên đồng, lịch sử và giá trị*. NXB Hà Nội.
9. Nguyễn Thị Hồng Nga (2018). *Khả năng đặc biệt của thanh đồng Đạo Mẫu và tác động tới cộng đồng*. In trong 20 năm hoạt động khoa học và triển khai ứng dụng của Trung tâm Nghiên cứu Tiềm năng con người. Tr. 411 - 412. NXB Tri thức. Hà Nội.

10. Ngô Đức Thịnh (Chủ biên, 2004). *Đạo Mẫu và các hình thức Shaman trong các tộc người ở Việt Nam và châu Á*. NXB Khoa học xã hội. Hà Nội.

11. Ngô Đức Thịnh (2010). *Lên đồng hành trình của thần linh và thân phận*. Tr. 168. NXB Thế giới.

12. Ngô Đức Thịnh (Chủ biên, 2012). *Đạo thờ Mẫu ở Việt Nam*. NXB Thời đại. Hà Nội.

### ***Tài liệu tiếng Pháp***

13. M. Durand (1959). *Technique et panthéon des médiums Vietnamiens (Đông)*. NXB École française d'Extrême-Orient (nguyên bản từ Đại học Michigan).

14. Geoges Laplassde (1990). *La transe (lên đồng)*. PUF. Paris.