

ĐÁNH THỨC TIỀM NĂNG DU LỊCH CHÙA HUẾ: ẨM THỰC GIÀ LAM

Tôn Nữ Khánh Trang*

1. Chùa Huế với sinh hoạt ẩm thực

Cuộc sống đạm bạc của những người xuất gia vốn xem ẩm thực chỉ là phương tiện để duy trì phần sống sinh vật, nhằm có điều kiện thực hiện cứu cánh tu học trên con đường tiến tới sự giải thoát, cho nên, trong sinh cảnh và thảm thực vật phong phú của vùng bán sơn địa ở Huế, vô hình trung đã tạo nên mối quan hệ, nó được thể hiện trong việc thực hành bữa ăn của nhà chùa. Đó là sự xuất hiện của nhiều món ăn được chế biến từ nguồn nguyên liệu vùng gò đồi, bên cạnh sự hiếm hoi của sản vật đồng bằng và núi cao. Đây chính là điểm khác biệt, đặc trưng của ẩm thực già lam Huế.**

1.1. Nguồn nguyên liệu thực vật xung quanh chùa

Chùa Huế đa phần tọa lạc trên khu vực gò đồi. Sự phân bố có tính đặc trưng này, phải chăng ngoài việc có được khuôn viên xanh, không gian thanh tịnh, nhà chùa còn có được một nguồn nguyên liệu đa dạng về chủng loại cho sinh hoạt thường nhật.

Có thể thấy rằng, do những biến động lịch sử và tác động theo hướng ngày càng mạnh mẽ, khắc nghiệt của con người, vùng gò đồi phía tây Thừa Thiên Huế đã chịu những ảnh hưởng đáng kể, dẫn tới sự biến dạng nhanh chóng; những cánh rừng xanh tốt dần trở nên hiếm hoi, thay vào đó là những dải đất đồi trọc bạc màu, hay những khu rừng tái sinh là kết quả của phương thức trồng rừng phổ biến. Thảm thực vật ở đây cho đến nay, đa phần là hệ cây chịu hạn, có thể tồn tại trên các loại đất nghèo chất dinh dưỡng, điều kiện sống khắc nghiệt. Nhưng dù sao, vùng sinh cảnh này cũng đã đem lại cho con người “kho thực phẩm” dồi dào từ việc thu nhặt hay sản xuất nhiều loại nguyên liệu khác nhau trong khu cư trú của mình, từ hệ cây dại, cây bán thuần dưỡng và cả hệ cây trồng.

Chỉ riêng với hệ cây dại đã cho chúng ta thấy sự đa dạng về mặt chủng loại, từ nhóm cây bò dưới mặt đất, cây thân thảo, cho đến nhiều loại nấm khác nhau - “kho nguyên liệu” thiết thực cho nhu cầu sinh hoạt ẩm thực của nhà chùa.

Ngoài “vườn rau” phong phú như vừa nêu, vùng gò đồi với những lối mòn thoai thoải còn là không gian tản bộ của chúng điệu. Chúng ta có thể nghe nói đến nhiều thế hệ tăng chúng từng quen thuộc với sinh hoạt dạo bộ thường ngày trên những lối mòn của vùng gò đồi gần chùa để hái hoa dại hay những trái chín đem về, cắt tỉa từng cọng lá, rửa sạch để dâng cúng Phật.

* Phân viện Văn hóa Nghệ thuật Việt Nam tại Huế.

** Già lam 迦藍 : cảnh sân và vườn của tăng chúng, trú trì, nghĩa rộng chỉ ngôi chùa. BBT.



Vườn rau trong khuôn viên vườn chùa.

Công việc ấy vừa tiết kiệm được một khoản chi phí sinh hoạt nhà chùa và còn là một phẩm vật cúng dường, đánh lễ Phật đầy ý nghĩa.

Rừng trái dại với nhiều chủng loại khác nhau, còn là thức ăn đậm, ăn giải trí đầy áp trong ký ức của những người một thời xuất gia từ thuở làm điệu ở chùa. Từ những loại cây trái “cao cấp” như bứa, chay, bồ quân, móc, sim, muông... với hương vị thơm ngọt, đến những trái cơm nguội, những nải bò

bò chín vàng rực, vừa chát, nhưng cũng có pha lẫn vị béo, bùi.

Cùng với hệ cây dại, sự phong phú các loại cây bán thuần dưỡng: mít, chuối, bùi, vả, sakê, đu đủ..., đã trở thành nguồn thực phẩm chính trong thực đơn thường nhật của nhà chùa Huế.

Khi nói đến nguồn thực vật đa dạng xung quanh nhà chùa, chúng ta không thể không kể đến vườn rau/vườn thực phẩm. Ở đây có đủ các loại cây, trái như bầu, bí, mướp; cây cho củ như bình tinh, sắn, khoai...; các loại rau: muống, khoai lang, cải... và cũng phải kể đến hệ cây gia vị: thơm, mùi, sả, ớt, kiệu... Tất cả đều được nhà chùa quan tâm chăm bón qua công việc thường nhật của chúng điệu. Họ chăm bón vườn chùa, vừa thu hoạch đại trà để bảo quản sử dụng trong những tháng mưa gió, vừa để giải quyết bữa cơm hàng ngày.⁽¹⁾

1.2. Ẩm thực già lam: Những nét đặc trưng

1.2.1. Đơn giản và hợp lý

Như đã trình bày, sinh hoạt ẩm thực thường nhật của các vị thiền sư chịu sự chi phối của triết lý dinh dưỡng Phật giáo, cho nên, món ăn già lam vì thế mà đơn giản từ nguyên liệu đến kỹ thuật chế biến. Bản thân sự giản đơn của món ăn, lại chính là cách thực hành hạnh “*thiểu dục tri túc*”, hay nguyên tắc “*tam thường bất túc*” của Phật giáo.

Trong quan niệm của Phật giáo, ăn quá giờ Ngọ - “*phi thời bất thực*”, sẽ không thông minh, nên, ăn trưa là buổi chính của nhà chùa, buổi tối có thể ăn nhẹ hoặc không ăn. Vì nếu ăn nhiều bữa, cơ thể sẽ đầy đủ, dẫn đến chỗ thích ăn ngon, muốn hưởng thụ.

Theo cách giải thích của khoa học hiện đại, buổi ăn trưa cung cấp nguồn năng lượng (calorie) đủ cho hoạt động trong ngày của người tu hành, và cơ thể dễ dàng hấp thu những thức ăn đơn giản. Lúc đó, con người sẽ cảm thấy thoải mái, nhẹ nhàng, và như vậy, thân tâm được thanh tịnh, trí tuệ minh mẫn, thuận tiện cho việc tu chứng.

Sự giản dị trong cái ăn nhà chùa, ngoài việc xuất phát từ quan niệm về triết lý dinh dưỡng của Phật giáo, còn phù hợp với điều kiện thực tế. Bởi, sinh hoạt ẩm thực thường nhật của chùa Huế xưa, chủ yếu bằng nguồn sản phẩm thu hoạch từ hoạt động trồng trọt của tăng chúng.⁽²⁾

Thử phân tích thành phần trong món rau lộn (rau sống), món ăn hiện diện thường xuyên trong bữa cơm của nhà chùa, không khỏi khiến chúng ta ngạc nhiên. Sở dĩ gọi là rau lộn vì nó gồm nhiều loại rau, cỏ dại như rau rìu, éo, má, sam, mặt trăng, càng cua, mã đề, thơm, mùi tàu..., cho đến đọt non của các loài cây vả, xoài, móc, bùi... Để tăng thêm hương vị, người ta còn cho thêm một ít măng vôi. Nước chấm là hỗn hợp của chao và nước tương đánh tan đều.

Sự giản dị trong cái ăn già lam còn thể hiện qua những món ăn được chế biến từ việc tận dụng các loại hoa cúng.⁽³⁾ Quan niệm kham khổ trong trường hợp này có thể hiểu là phương pháp giáo dục huấn nhục của Phật giáo, phải chịu cái khổ của cảnh giới mà mình đang tồn tại, xem điều đó là bình thường, và cảnh giới này chỉ là những thử thách mà mình phải bước qua, để nhân duyên kiếp sau được tồn tại ở cảnh giới khác.

Chúng ta thấy cái ăn giản đơn nhà chùa không chỉ thể hiện ở nguyên vật liệu, mà nguồn đạm chủ đạo trong chế biến cũng khai thác từ trái dầu lai - loại tinh dầu thường được dùng để thắp sáng.⁽⁴⁾

1.2.2. Đạm bạc nhưng đa dạng

Cái ăn nhà chùa mặc dù đạm bạc, nhưng với thực tế quy mô về số lượng tăng chúng tương đối lớn, trong mối tương quan với điều kiện kinh tế có hạn, thì việc đảm bảo cho nhu cầu “sống” của tăng chúng là điều không phải dễ.

Trước tình huống khó khăn đặt ra, dì Vãi - người đầu bếp nhà chùa, bằng những kinh nghiệm tích lũy, biết được ưu, khuyết điểm của mỗi loại, đã dễ dàng xoay sở bằng cách tận dụng những nguyên liệu có thể ăn được bằng nhiều cách chế biến khác nhau, để tạo nên những món ăn hợp khẩu vị. Bởi, có những lúc, khoản “tài chính” mà dì Vãi nhận từ Tri sự khó không đủ chi dùng cho quãng thời gian quy định của nhà chùa.⁽⁵⁾

Suy cho cùng, tính sáng tạo nói chung là đức tính vốn có của người phụ nữ phương Đông, và tính chất ấy của Huế trong ẩm thực được hình thành từ những đặc thù của môi trường thiên nhiên và lịch sử vùng đất.

Tài vén khéo thể hiện trong bếp ăn già lam như chúng tôi trình bày cũng không khiến chúng ta ngạc nhiên, bởi, xuất thân của họ vốn là người phụ nữ Huế, có khi còn là từ những gia đình trâm anh thế phiệt.

Thử nhìn cách chế biến mít và chuối - hai loại cây phổ biến và gần gũi với chúng ta, tùy theo từng bộ phận: hoa, thân, trái, xơ, múi, cùi, hạt... cho đến tình trạng của chúng như non, chồi, hươm, chín, nhà chùa đều có những cách sử dụng khác nhau: ăn sống, nấu canh, hấp, trộn, kho, làm chả, luộc, xào, chiên, làm dưa... Tất cả đã tạo nên những món ăn đa dạng, từ thành phần nguyên liệu đến kỹ thuật chế biến, đáp ứng đủ cho nhu cầu sinh hoạt

thường nhật của tăng chúng, và luôn tạo cho người thưởng thức có cảm giác được ăn món mới.

Ở đây, chúng ta cũng không thể bỏ qua những ghè tương, hũ chao - nguồn đạm bổ sung quan trọng, ngày xưa thường không đủ dùng cho sinh hoạt thường xuyên của số đông, có chăng chỉ dành cho người ốm đau, các bậc trí tuệ, trưởng lão.⁽⁶⁾

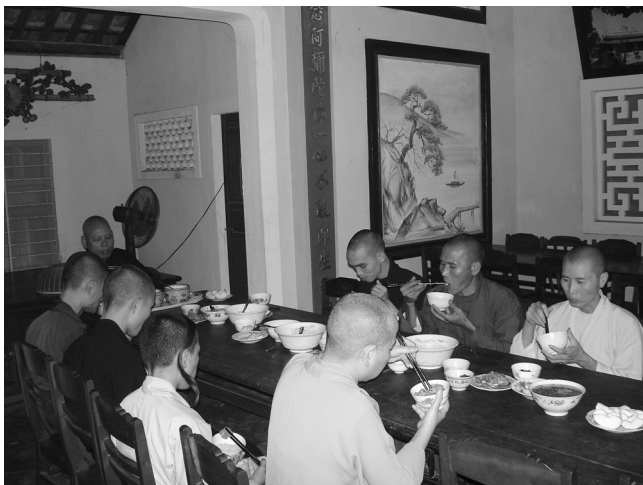
Huế với khí hậu khắc nghiệt và thất thường, mùa thu-đông, thì: *“...thường khi mưa dầm liên miên, mây mù tứ phía, các khe nước đầy rẫy, đường vắng người đi. Những lúc ấy, thứ gì cũng lên giá, một bó củi giá 10 đồng tiền, nấu chẳng chín nồi cơm. Bởi thế, người ở đây đều lo dự phòng mọi thứ”* (Thích Đại Sán, *Hải ngoại ký sự*), đã chi phối đến việc hình thành nên tính cách của con người Huế: tính dự phòng, “tích cốc phòng cơ, tích y phòng hàn”. Trong ẩm thực, nó trở thành nét văn hóa đặc trưng, đó là việc thường xuyên tạo nguồn thức ăn dự trữ.

Từ các loại cây trái bán thuần dưỡng, đến rau, củ, hoa dại..., hay những thứ lẽ ra đã bỏ đi, nhà chùa bằng nhiều cách thức khác nhau, vừa phơi khô, ướp muối làm dưa, làm mắm với tương đậu nành, tạo nên nguồn thực phẩm dự trữ phong phú. Và thậm chí, có những món chúng ta không thấy phổ biến trong dân gian, chẳng hạn như rau muống khô, cải khô, mắm đào, dưa khế, mắm vả, dưa lan..., đó là nguồn thức ăn chủ đạo của nhà chùa trong những tháng ngày mưa bão.

1.2.3. Bình dị nhưng tinh tế

Triết lý dinh dưỡng trong Phật giáo chỉ ra rằng, cái ăn đối với chúng tăng chỉ là phương tiện, nhằm duy trì sinh mạng, để có điều kiện hành đạo. Do vậy, sự giản đơn, đạm bạc trong món ăn thường nhật già lam Huế cũng được hiểu trong tinh thần tương tự.

Nhưng thực tế ở trai đường, chúng ta vẫn bắt gặp không ít món ăn được chế biến rất tinh tế dành cho các vị cao tăng, người lớn tuổi, ốm đau.⁽⁷⁾ Tất



Sinh hoạt trai thực trong nhà chùa

nhiên, trong mỗi trường hợp, chúng được thể hiện một cách khác nhau: có thể là nguyên liệu, cách trình bày, kỹ thuật nấu... và không hoàn toàn ở khía cạnh quý hiếm hay giá trị kinh tế của chất liệu làm nên sản phẩm, mà phổ biến đều từ những loại bình dị, dễ kiếm, thậm chí là các loại cây trái của thiên nhiên hoang dã.

Thử phân tích món mít hấp mật chẳng hạn, chúng ta thấy chỉ với múi mít, dì Vải đã tạo nên một món ăn mà tập

hợp trong đó nhiều mùi vị khác nhau: vị béo của nhân, dẻo, ngọt của mít và mật, mùi thơm của muối mè.

Nét tinh tế trong món ăn già lam như vừa nêu, thực ra là cách chế biến khéo léo để những vật phẩm giản đơn, không ngờ biến thành những món ăn đặc sắc, ngon miệng, đầy ấn tượng trong cái nhìn của người đời.

Dĩ nhiên, đó chỉ là một khía cạnh của vấn đề, thực tế trong bữa cơm trai tịnh của quý thầy, không phải không có những món ăn được làm nên từ nguyên liệu có giá trị như “đặc sản” bổ dưỡng theo cách hiểu của nhà chùa.⁽⁸⁾

1.2.4. Người đầu bếp đặc biệt chốn già lam: dì Vãi



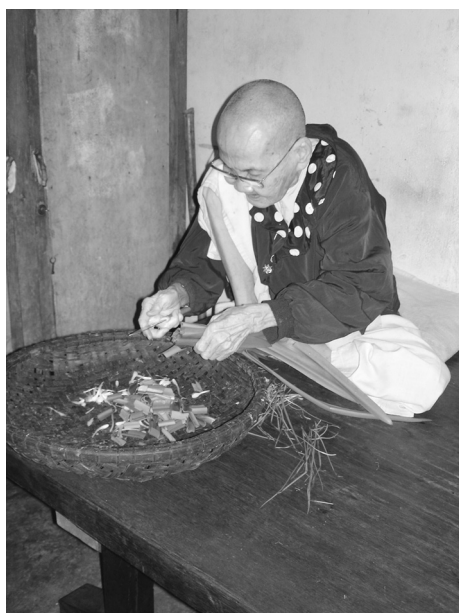
Dì Vãi - người đầu bếp đặc biệt chốn già lam

Có thể nói, tài khéo trong chuyện bếp núc của người phụ nữ Huế nói chung, là khả năng xử lý trong những tình huống mà thực phẩm không sẵn có, hoặc từ những loại tưởng như không còn chức năng sử dụng, nhưng vẻ tinh tế thể hiện trong khâu chế biến còn bởi cách sử dụng phụ gia đi kèm. Cho nên, trong thực đơn của sư tăng, thường xuyên được bổ sung những hương vị mới.

Có không ít những dì Vãi, vốn xuất thân trong những gia đình có nền nếp, am hiểu, biết lo toan công việc bếp núc, nhưng bởi nhiều lý do, đã khiến họ từ bỏ chốn trần huyên náo để tìm đến với không gian tĩnh lặng của tâm linh. Có thể, đó là từ mối quan hệ thân thuộc với người tu hành; cuộc sống đơn chiếc vì hoàn cảnh gia đình sa sút, ly tán, hay cá nhân gặp chuyện uất ức, bị kịch trong cuộc sống... Ngôi chùa từ đó trở thành chốn nương thân bình yên, là

mái ấm thứ hai của những phần số bất hạnh. Họ gắn bó cuộc đời với tiếng chuông khuya sớm cùng những lời kinh tụng niệm. Cõ lẽ vì thế, công việc bếp núc được họ lo toan không trên tinh thần của người làm công, mà ở đó ẩn chứa sự ngưỡng mộ, trọng vọng các vị cao tăng đạo hạnh của người học trò Phật tử, và với tình thương của người thân trong gia đình. Sự quan tâm đó được thể hiện trong những đồ ăn thức uống hàng ngày, bằng việc luôn sáng tạo, khéo xử lý kỹ thuật để tạo nên những món ăn ngon, hợp khẩu vị, và còn rất tinh tế. Bữa cơm trai giới cũng vì thế, đã vượt khỏi quan niệm là “phương tiện dinh dưỡng”, chúng đã góp phần làm nên cái riêng của ẩm thực nhà chùa xứ Huế.

Tuy thức ăn - cái ăn trong quan niệm của Phật giáo là loại “dược phẩm” chữa bệnh đói, nhưng ngoài việc cần có thức ăn để nuôi sống cơ thể, nhằm thực hiện ý tưởng cao cả, thì với khí hậu khắc nghiệt của vùng đất này, việc phòng bệnh cũng phải được chú trọng. Bằng kinh nghiệm tích



Dì Vải đang làm món dưa lan

chữa trị các bệnh thường gặp.⁽¹¹⁾

Có thể nói, trong không gian tuồng chùng như cứng nhắc bởi quan niệm “*lợi hòa đồng quân*” của Phật giáo, cùng với cuộc sống kham khổ đạm bạc của nhà chùa, mối quan hệ giữa các thành viên trong cùng chốn tu học lại rất gần gũi và luôn có sự quan tâm lẫn nhau. Tất cả được thể hiện trong bữa cơm già lam. Những thức ăn nhà bếp dâng lên các bậc cao tăng, trưởng bối, thường khi, họ không thụ hưởng hết tấm lòng ưu ái đó, mà chỉ tiếp nhận một phần, còn lại cho vào nồi canh, cháo để tất cả chúng đệ tử cùng chia sẻ. Tinh thần này chúng ta còn thấy thể hiện ở không gian bữa ăn, bởi với quan niệm chấp tác của nhà chùa thì khi thọ trai ở trai đường, chỗ ngồi được xếp theo thứ bậc từ cao đến thấp (người có vị trí cao nhất ngồi đầu bàn), nhưng ở đây vẫn có sự ưu ái, trường hợp người ốm đau, lớn tuổi có thể ăn ngay tại chỗ nghỉ, hoặc vì lòng kính trọng của các đệ tử, các thầy cũng dùng bữa ngay tại thư phòng.

Ấm thực già lam thường nhật là vậy, nhưng nhà chùa trong ngày giỗ tổ, hay những dịp lễ trọng là nơi trình diễn nghệ thuật chế biến. Tuy nhiên, tùy theo điều kiện, khẩu vị cũng như tài khéo léo, mỗi người đầu bếp đều có những thủ thuật riêng của mình, tạo nên thực đơn đặc thù.

Thực ra, về cơ bản, chúng không quá cách biệt với món ăn thường nhật, khác chăng ở đây chính là sự phong phú bởi nguồn thực phẩm dự trữ, và từ lòng thành cúng dường của Phật tử.⁽¹²⁾

Góp phần làm phong phú, đa dạng, cầu kỳ hóa mâm cơm cúng lễ trong những dịp này, chúng ta cũng phải kể đến bàn tay của những người đầu bếp là những Phật tử, bởi ở đây, nhà chùa không chỉ là không gian của chốn thanh tịnh, mà còn là dịp hội tụ những “nghệ sĩ” tài hoa trong lĩnh vực bếp núc, đến

lũy, dì Vải đã khéo chọn, và biết cách pha chế để có sự cân bằng theo nguyên lý âm dương, ngũ hành.⁽⁹⁾

Thậm chí cả trong những món ăn từ việc tận dụng các loại hoa cúng, những tưởng đó chỉ là thức ăn để đưa cơm, nhưng thực ra, chúng còn cung cấp các loại khoáng chất cần thiết cho cơ thể, chẳng hạn ở lớp giữa của vỏ chuối thường có nhiều loại vitamin, hay mỗi một loại hoa đều có tác dụng trong việc chữa bệnh.⁽¹⁰⁾

Người xuất gia thường quan niệm rằng, “*Họa tùng khẩu xuất, bệnh tùng khẩu nhập*”, nên khi có bệnh, họ thường điều trị bằng cách chấp tác, nhịn ăn, chủ yếu là giữ cho tinh thần không bị xáo động. Nói như vậy không có nghĩa ở nhà chùa không có những bài thuốc đặc trị, nhất là trong việc

từ bên ngoài. Và trong đó, không thể không nhắc đến những thành ý vốn xuất phát từ tấm lòng của gia đình người cư sĩ, dành dâng cúng Phật.

Vườn chùa Huế phổ biến với nhiều loại hoa như soái, tường vi, lài, quỳnh... không chỉ để thưởng thức hương hoa mà còn cung cấp hương liệu cho việc uống trà của nhà chùa.⁽¹³⁾

Tuy nhiên, thức uống phổ biến và cũng là vị thuốc Nam của nhà chùa Huế nói riêng là chè xanh, có tác dụng giải nhiệt và chữa trị bệnh thận rất tốt. Ngoài ra, rễ cây mai, hay vỏ cây sứ sắc nước uống, có tác dụng chữa trị nhiều chứng bệnh phổ biến theo quan niệm của y học phương Đông.

2. Ẩm thực già lam - sản phẩm văn hóa trong phát triển du lịch

Ẩm thực già lam trong dòng chảy văn hóa Huế, do sự chi phối của các điều kiện địa-sinh thái, lịch sử-xã hội, đã hình thành nên nhiều nét đặc trưng. Những điều trình bày trên đây cũng nhằm khẳng định tầm ảnh hưởng sâu đậm và phổ biến của Phật giáo đối với văn hóa Huế nói riêng.

Dấu ấn Phật giáo không chỉ thể hiện rõ nét trong chốn thiền môn, mà còn rất phổ biến trong không gian gia đình Phật tử, cụ thể là việc ăn chay theo nhị trai, tứ trai, lục trai, thập trai, ăn chay ba tháng, hay ăn trường trai của nhiều Phật tử thuần thành. Thậm chí, điều đó cũng được thể hiện rất đậm nét trong cả không gian chung rộng lớn của thành phố Huế, việc xuất hiện nhiều quầy hàng ăn chay thường xuyên, hay đặc biệt trong những ngày sóc vọng; rồi đến những tập tục phổ biến chốn dân gian như kiêng ăn cá tràu, cá chép, thịt chó... của người Huế.

Trong xu thế hội nhập hiện nay, người tu hành tham gia ngày càng nhiều khóa học tại trường, bận rộn hơn trong việc truyền bá giáo pháp và không còn bị ràng buộc nhiều vào quan niệm “*bất tác bất thực*” của đạo Phật. Bên cạnh đó, sự phát triển về quy mô kiến trúc nhà chùa, đồng thời là quá trình thu hẹp dần khuôn viên sinh hoạt, cho nên, những hình ảnh trong quá khứ dần mất đi không gian tồn tại. Ẩm thực già lam Huế trong bối cảnh đó cũng không tránh khỏi sự thay đổi tất yếu. Các nguyên liệu cần thiết cho việc chế biến các món ăn khai thác từ vùng gò đồi trước đây, dần được thay thế bằng các sản phẩm của nhiều địa phương khác hoặc các sản phẩm nhập khẩu, được mua từ phố chợ, trung tâm buôn bán như phù chúc, nấm..., kể cả thức ăn sẵn. Thậm chí, khẩu vị món ăn cũng đã thay đổi do việc dùng nhiều loại dầu ăn, gia vị hiện có trên thị trường, và việc sử dụng vị ngọt của mì chính. Cái ăn già lam Huế từ đó, đã dần mất đi chất riêng vốn có, khác chảng với hàng quán ở phố chợ là không gian thọ trai.

Theo chúng tôi, ẩm thực già lam có thể xem là một di sản văn hóa có giá trị không chỉ về mặt tâm linh, mà còn là một bộ phận quan trọng của văn hóa ẩm thực Huế. Thiết nghĩ, với vị trí thuận lợi của Huế: thành phố của những ngôi chùa, trung tâm Festival của Việt Nam, chúng ta cần khai thác ẩm thực già lam như một sản phẩm du lịch trong hoạt động du lịch văn hóa tâm linh, bởi các tour hiện nay cũng chỉ mới dừng lại trong chừng mực khiêm tốn.

Xã hội ngày nay đứng trước những đe dọa của sự ô nhiễm môi sinh, cho nên, thức ăn sạch, nguồn nguyên liệu tự nhiên trở thành của hiếm, của quý đối với quan niệm dinh dưỡng của con người hiện đại. Chúng tôi thiết nghĩ, ẩm thực già lam lúc này sẽ trở thành một sản phẩm du lịch độc đáo và ý nghĩa đối với không ít du khách, nhất là du khách nước ngoài bởi họ được trở về với những món ăn dung dị, thân thiện và gần gũi với thiên nhiên, được sống trong không gian thiên vị và an lạc trong quan niệm của Phật giáo. Vấn đề còn lại là làm sao để tìm và được sự đồng ý của nhà chùa và những dì Vải hay người đầu bếp còn nóng hổi những ký ức của một thời đã qua để khôi phục một dạng ẩm thực đã gói trọn trong ấy một triết lý sống và những nét đẹp văn hóa của một vùng đất.

T N K T

CHÚ THÍCH

- (1) Vườn chùa Huế còn trồng các loại hoa huệ, cúc, hàm tiếu, tiểu mai, hoa chuối, bưởi... và không ngoại trừ cả những cây cho hương liệu: soái, tường vi, lài, ngâu, tử muội, mộc... cho thói quen thưởng thức trà sớm của nhà chùa.
- (2) Nguyên liệu chế biến các món ăn thường nhật chốn già lam:
 - Cây dại: Rau sam (nấu canh, xào), rau má (nấu canh, ăn sống), chua lè (ăn sống), tàu bay (luộc), rau rìu, rau éo (ăn sống, nấu canh), bông ngọt (nấu canh), rau dền, rau trai, mã đề (luộc, nấu canh), rau súng, rau sâm (nấu canh), mồng tơi (nấu canh, xào), bát bát (nấu canh), còng cua (ăn sống, luộc, trộn), cỏ hôi (ăn sống, luộc), lan dại (muối dưa, kho), mắm nêm (luộc), me đất (nấu canh), xương sông (làm chả), lá lốt (nấu canh, làm chả), măng (kho, nấu canh, trộn), nấm mối (nấu canh, xào, nướng), nấm tre, nấm mèo gà, nấm thông, nấm tràm (xào)...
 - Cây tự nhiên: Chay, bứa (lá nấu canh, ăn sống), móc (lá ăn sống).
 - Cây trồng: Mít (nấu canh, trộn, luộc, kho, chả, hấp, hon), chuối (ăn sống, nấu canh, trộn, kho, làm dưa), bùi (kho, ăn sống, dầm muối), đu đủ (nấu canh, trộn, kho, làm dưa), sa kê (kho, luộc), chàm chàm (nấu canh, xào), vả (nấu canh, kho, trộn, muối dưa), khế (ăn sống, nấu canh, kho, xào, muối dưa), quả hường (ăn sống, nấu canh, kho, muối dưa)...
 - Các loại rau, củ, quả khác: Môn (ăn sống, nấu canh, muối dưa), bầu (nấu canh, muối dưa), cải (nấu canh, luộc, xào), bí đao, bí đỏ (nấu canh, xào), rau muống (nấu canh, luộc, xào, muối dưa), cà tím (ăn sống, luộc, nướng, kho)...
- (3) Món ăn từ các loại hoa: Hoa sen (cánh hoa, gương sen): ăn sống, nấu chè, xào. Hoa huệ (cánh hoa): xào. Hoa cúc: xào. Hoa quỳnh: luộc. Hoa cau: xào, nấu chè...
- (4) Người ta nhặt lấy quả, gõ nhẹ cho nứt đôi, vớt bỏ vỏ bên ngoài (hoặc sau khi rụng một thời gian, chúng sẽ tự bóc ra), lấy hạt cứng có màu xám tro bên trong (mỗi quả có từ 2 - 3 hạt), đập vỡ, dùng mũi dao nhọn gõ lấy nhân màu trắng, giã nhỏ cùng củ kiệu (có thể để sống hoặc sao vàng trước khi giã). Sau đó, người ta cho vào chảo đã đun nóng, chảy đều cho đến khi chúng tới mịn và có mùi thơm, xong cho nguyên liệu vào xào hoặc kho. Tuy nhiên, phải nấu thật kỹ, nếu không ăn sẽ bị đau bụng.
- (5) Đối với nhà chùa, tất cả, từ việc tổ chức sinh hoạt hay đời sống của chúng tăng đều thuộc quyền quản lý của Ban Tri sự, còn vị trú trì thường không nắm giữ tài chính. Ban này gồm Tri sự viên - người lo về vườn tược ở chùa; Tri sự chúng - người chăm lo cho tăng chúng và Tri sự khố, người coi sóc kho lương của chùa. Tùy theo mỗi chùa, có thể là hàng ngày, tuần hay hàng tháng (gọi là trực nhật, trực tuần, trực nguyệt), Ban Tri sự mà cụ thể là Tri sự khố sẽ phân bổ "tài chính" cho dì Vải, để lo đời sống cho nhà chùa trong khoảng thời gian theo quy định của từng chùa (thường được tính là tháng).
- (6) Những ghè tương sau khi đã vơi đi một phần, nhà chùa lại nấu nước muối cho vào để dùng đủ cho cả năm, vì thế tương ngày càng mặn hơn. Để khắc phục nhược điểm này, người đầu bếp cho thêm vào bát nước tương một ít bột bánh in - loại bánh đặc trưng của Huế để dâng

cúng Phật, vừa tăng vị ngọt, đồng thời tạo nên một loại nước chấm riêng có trong thực đơn của già lam xứ Huế.

(7) Một số món ăn phổ biến dành cho quý thầy:

- Rau khoai luộc: Rau phải là những đợt non, đem rửa sạch, để ráo, xếp ra đĩa. Cơm gắp chín tới, cho rau vào hấp để vị ngọt của rau vẫn được giữ nguyên.
- Canh rau khoai: Canh phải còn giữ được màu xanh của rau. Nhà bếp sau khi chuẩn bị xong mọi thứ, đến giờ thọ trai của quý thầy, mới đun nước canh thật sôi, cho rau vào, đảo đều và đổ ra tô.
- Canh riêu: Khuôn đậu nghiền mịn, nêm gia vị rồi trộn đều. Dầu phi xong, cho khuôn đậu vào đảo đều làm riêu. Canh đun sôi, thả lá sống đời (lá bông) vào để lấy mùi chua. Nhưng để có được vị chua, người ta phải hái lá từ rất sớm, lúc sương vẫn còn chưa tan. Bởi, đặc điểm của loại lá này là vị của nó thay đổi theo thời tiết trong ngày: buổi sáng sớm có vị chua thanh, càng về trưa vị chất càng đậm dần, và đến tối thì chuyển sang vị bùi.
- Muối nướng: Muối hạt trộn với dầu đã phi thơm, kiệu, ba rô, cho vào lá chuối non gói lại, bên ngoài bọc thêm nhiều lớp lá. Sau đó, đặt trên bếp than cho đến khi lớp lá cuối cùng cháy vàng, lúc này, các thứ gia vị thấm vào muối, làm cho muối có vị béo và thơm, đồng thời làm giảm độ mặn chất.
- Muối kho: Muối hạt trộn với ớt, dăm nhỏ, cho dầu, gia vị vào và kho trên lửa liu riu để vị cay của ớt và vị béo của dầu thấm vào muối.
- Bù kho: Bù sau khi ngâm nước tro, chọn quả thắm mềm, bóc bỏ vỏ lụa, bỏ hạt (hoặc để nguyên trái đều được) sau đó trộn với chao cùng các thứ gia vị. Để tăng thêm mùi thơm thì cho thêm củ kiệu đã phi dầu, xong ướp một lúc cho thấm. Khi kho, phần cơm của trái bù nát ra, trộn lẫn vào với chao, tạo nên mùi vị rất đặc biệt.
- Xôi nắm: Nắm sau khi ướp gia vị thấm, đảo qua, xôi đã hồng chín, khô, cho nắm vào trộn đều.
- Sa kê trộn: Bỏ quả thành từng phần, gọt sạch vỏ, đem luộc chín, thái nhỏ, cho gia vị vào trộn đều. Khi ăn, cho thêm vừng hoặc lạc và một ít rau răm để lấy mùi thơm.
- Sa kê kho: Sake có thể luộc qua hoặc để sống, thái lát, ram qua, cho xì dầu, muối, chao và kho nhừ. Để ngon hơn, người ta cho thêm sốt cà chua.
- Mít hấp mật: Chọn trái vừa chín (bắt đầu có mùi thơm), chọn múi nguyên, bỏ hạt. Hạt luộc chín, giã nhỏ, cho muối, tiêu vào trộn đều, xong vo thành từng nắm vừa đủ cho vào múi mít. Lá chuối tước sợi nhỏ, buột ngang nhẹ, để tránh cho nhân không bị rơi ra ngoài, xong cho vào nồi hấp cách thủy. Khi mít vừa mềm, dùng mật ong phết đều rồi hấp lại, khi đó, mật chảy ra làm cho múi mít vàng và thơm. Khi ăn chấm với muối mè.

(8) Một số món ăn bổ dưỡng của nhà chùa

- Khuôn đậu nướng lá chanh: Khuôn đậu rán vàng, thái miếng vuông nhỏ. Nắm thái nhỏ, cho ba rô, mè vào trộn đều. Khuôn đậu được xếp đôi theo bề dày và khoảng phần nửa của bề rộng, xong cho nhân vào, lấy lá chanh bọc lại và nướng vàng.
- Chao kho cà chua: Chao chín (chao nát), trộn với cà chua đã băm nhỏ, cùng ba rô thái mỏng, sau đó đun trên lửa thật nhỏ, cho đến khi nào đặc quánh lại mới được.
- Chao kho: Chao nát (chao chín) sau khi đã hòa tan trong nước, cho vào một tý dầu, để vừa có vị béo, và để không bị dính khi nấu. Xong cho vào cái xanh nhỏ và kho trên lửa liu riu cho đến khi cháy xém. Món này rất ngon với sự kết hợp vị béo của chao, dầu và mùi thơm từ việc làm cháy.

(9) Chẳng hạn, trong món rau luộc, họ thường cho vài lát gừng, để phòng ngừa bệnh đường ruột.

(10) Sen có tác dụng giải cảm; cúc trừ phong nhiệt, điều hòa tình trạng nóng lạnh ở ruột; hoa cau có vị mát...

(11) Với bệnh cảm cúm thì người ta dùng lá rau tòn, diếp cá ăn sống hoặc nấu cháo ăn để hạ sốt. Một trong những bài thuốc chữa bệnh cảm sốt hiệu quả là từ cây cải trời (hạ khô thảo). Người ta nhặt lá, rửa sạch xong ngâm nát, vắt lấy nước uống, hoặc lá phơi khô, sắc lấy nước. Chữa đau bụng, họ dùng cây thuốc cứu, hay mơ lông sắc uống; chữa ho, dùng cây me đất trộn với đường phèn, chưng cách thủy, để ăn sương một đêm, sau đó chắt lấy nước uống, thay vì dùng hẹ và ném như thường thấy trong dân gian. Để giải nhiệt trong những ngày hè

khí trời nóng bức, thì dùng cây long tu (nha đam), tước bỏ vỏ xanh, ngâm muối cho ra hết chất nhờn (mủ), rửa sạch, nấu chè hoặc uống bằng cách chung cách thủy. Bẹ thơm (dứa) cũng là một trong những bài thuốc giải nhiệt rất hữu hiệu. Người ta thường chọn những bẹ non, gọt bỏ lớp vỏ bên ngoài, thái nhỏ, bóp muối cho ra hết chất nhờn, xong cho các thứ gia vị cùng dấm (hoặc chanh) trộn chua.

(12) Một số món ăn trong ngày lễ trọng ở nhà chùa:

- Chả đậu xanh: Đậu xanh cà nát, bỏ vỏ, nấu chín, đánh nhuyễn, trộn thấm gia vị, viên thành miếng cho vào dầu ram vàng.
- Mướp đắng kho: Mướp đắng thái từng khúc dày khoảng vài phân. Khuôn đậu tươi sau khi đã để ráo nước, bóp mịn toi, cho barô, muối, tiêu, mì chính vào trộn đều, xong cho vào bên trong mướp đắng làm nhân, đem ram vàng, sau đó cho thêm đường, các thứ gia vị và kho trên lửa nhỏ cho đến khi mướp thấm đều và chín mềm.
- Chả khuôn đậu: Người ta dùng khăn mỏng thấm hết nước trong đậu, bóp mịn, nêm các thứ phụ gia vào và trộn đều. Sau đó làm tương tự như đồ chả trứng.
- Bình tinh rán sốt tương: Bình tinh rửa sạch, bóc vỏ, đập dập, rán vàng giòn đều. Sau đó cho nước tương với đầy đủ gia vị vào và sốt cho sền sệt. Món này ăn giòn và thơm.

(13) Trà hoa soái, không chỉ để lấy mùi thơm mà quan trọng hơn là có tác dụng chữa ho, sáng mắt, và tiêu đàm. Trước khi uống, người ta búng chén trà đưa lên mắt xông để khỏi buồn ngủ và sáng mắt. Ngoài hoa soái, hoa quỳnh cũng thường được dùng để ướp trà. Hoa vừa hé nở, người ta cho trà vào giữa, đến lúc hoa úp lại, hái đem vào và lấy trà trong hoa pha uống.

TÓM TẮT

Theo dòng lịch sử, Huế trong quá trình định hình bản sắc mang nhiều dấu ấn văn hóa Phật giáo. Hệ thống chùa chiền ở đây vừa phong phú về mặt số lượng, vừa đa dạng trong nhiều nét sinh hoạt. Ẩm thực già lam trong dòng chảy văn hóa Huế, do sự chi phối của các điều kiện địa-sinh thái, văn hóa-lịch sử đã hình thành nên nhiều nét đặc trưng. Ẩm thực già lam Huế đơn giản, đạm bạc nhưng đa dạng và tinh tế, là một khía cạnh phản ánh khá rõ nét chân dung ngôi chùa Huế thuở sơ khai. Chúng tôi cho rằng, đó là một sản phẩm văn hóa đầy hấp lực trong sự khám phá của khách hành hương.

Nét ấn tượng của ẩm thực già lam Huế chủ yếu là những món ăn đạm bạc, đơn giản, song nhờ tài khéo trong chế biến mà trở thành những món ăn dễ nhìn, hợp khẩu vị. Đâu đó, trong các buổi vía, ky, chúng ta có thể nhìn thấy những món chay giả mặn khá cầu kỳ trong cách chế biến và bày biện ở nhà chùa. Từ đó cũng không phải không có những lời ra tiếng vào, nhưng thật ra tất cả không ngoài mục đích phô bày sự khéo léo của bàn tay đời thường, chứ hoàn toàn không phải là sự vọng tưởng của người xuất gia như nhiều người dễ có sự ngộ nhận.

ABSTRACT

HOW TO BRING TO LIFE THE TOURIST POTENTIAL IN HUẾ PAGODAS: THE BUDDHIST CULINARY ART

The history of Huế bears deep influence of the Buddhist culture. Therefore, the system of Buddhist pagodas here are abundant, with their diversified activities. The Buddhist culinary art, in the life of the culture of Huế, under the impact of the local geo-ecology, historical-cultural conditions, attains numerous typical traits. The Buddhist culinary art of Huế is plain and simple, but diversified and subtle. One can say they reflect the image of the local simple Buddhist pagodas on the first days of the land. We believe Huế culinary art is an attractive cultural product that deserves tourists' attention and discovery.

What impresses us is plain dishes that become, with clever preparation, pleasant to the eyes and satisfies guests' tastes. Here and there, in the celebrations dedicated to the Buddhas or the pagodas' founders, we find vegetarian foods deftly prepared in the form of foods made from animals that demonstrate high ability in skills of preparation and presentation. There has been criticism as to this kind of dishes, but in fact the cooks, in this case, only want to show their deftness. It definitely does not indicate any wrong desire for the foods made from animals.