**Dalai Lama, Tenzin Gyatso**

THIỀN ĐỊNH PHẬT GIÁO và KHOA HỌC HIỆN ĐẠI

Chào mừng các bạn đón đọc đầu sách từ dự án sách cho thiết bị di động

*Nguồn:* [*http://vnthuquan.net/*](http://vnthuquan.net/)
Tạo ebook: Nguyễn Kim Vỹ.

**MỤC LỤC**

[THIỀN ĐỊNH PHẬT GIÁO và KHOA HỌC HIỆN ĐẠI](%22%20%5Cl%20%22bm2)

**Dalai Lama, Tenzin Gyatso**

THIỀN ĐỊNH PHẬT GIÁO và KHOA HỌC HIỆN ĐẠI

Dịch giả: Trần Như Mai

SCIENCE AT THE CROSSROADS

Nguyên tác : Tenzin Gyatso

Bài báo này dựa vào bài nói chuyện của Đức Đạt Lai Lạt Ma tại phiên họp thường niên của Hội Khoa Học Thần Kinh ngày 12- 11- 2005  ở Washington D.C.
 Trong một vài thập niên vừa qua, chúng ta đã chứng kiến nhiều tiến bộ lớn lao trong việc tìm hiểu một cách khoa học về não bộ và cơ thể con người nói chung. Hơn nữa, với sự xuất hiện của ngành di truyền học hiện đại, kiến thức của khoa thần kinh học về hoạt động của những cơ cấu sinh học giờ đây đã đạt đến mức độ vi tế nhất của các di truyền tử riêng biệt. Điều này đã mang lại kết quả trong những khả năng kỹ thuật chưa từng thấy dùng để vận dụng những mã số của sự sống, từ đó phát sinh tiềm năng sáng tạo ra những thực thể hoàn toàn mới mẻ cho nhân loại nói chung. Ngày nay, vấn đề tương giao giữa khoa học với toàn thể nhân loại không còn là chuyện được giới hàn lâm chú ý mà thôi, vấn đề phải được coi là khẩn cấp đối với những ai quan tâm đến số phận của hiện hữu con người. Vì thế tôi cảm thấy một cuộc đối thoại giữa khoa thần kinh học và xã hội có thể mang lại những lợi ích sâu xa ở chỗ nó có thể giúp chúng ta đào sâu những hiểu biết cơ bản về ý nghĩa của hiện hữu con người và trách nhiệm của chúng ta đối với thế giới tự nhiên mà chúng ta chia sẻ với những loài hữu tình khác.  Như một phần của mối tương giao rộng lớn này, tôi rất vui mừng ghi nhận rằng hiện nay các nhà thần kinh học ngày càng quan tâm đến việc tham gia đối thoại sâu sắc hơn với ngành Thiền học của Phật giáo.
 Mặc dù sở thích về khoa học của tôi bắt đầu bằng tính tò mò của một cậu bé hiếu động lớn lên từ Tây Tạng, dần dần tôi đã nhận ra tầm quan trọng lớn lao của khoa học và kỹ thuật trong việc tìm hiểu thế giới hiện đại. Không những tôi tìm cách nắm được những tư tưởng khoa học đặc biệt mà tôi còn cố gắng khám phá ra những hàm ý rộng lớn hơn của những tiến bộ mới trong kiến thức nhân loại và sức mạnh của kỹ thuật do khoa học đem lại. Những lãnh vực khoa học đặc biệt mà tôi đã tìm hiểu nhiều nhất trong những năm qua là ngành vật lý hạ-nguyên-tử, vũ trụ học, sinh học và tâm lý học. Đối với những hiểu biết giới hạn của tôi về những lãnh vực đó, tôi rất biết ơn các nhà khoa học Carl Von Weizacker và cố giáo sư David Bolm đã dành thời giờ quý báu để chia sẻ với tôi, tôi xem hai vị này là bậc thầy cuả tôi về ngành cơ học lượng tử; và trong lãnh vực sinh học, nhất là khoa thần kinh học thì có cố giáo sư Robert Livingstone và Francis Varela. Tôi cũng rất biết ơn nhiều nhà khoa học xuất chúng mà tôi có được đặc ân tham gia những cuộc đối thoại với họ dưới sự bảo trợ của Viện Nghiên Cứu Tâm Thức và Đời Sống, nơi đã khởi xướng các cuộc hội nghị về Tâm Thức và Đời Sống bắt đầu từ năm 1987 tại trú xứ của tôi tại Dharamsala ở Ấn Độ. Những cuộc đối thoại này vẫn còn tiếp diễn trong nhiều năm, và thật ra cuộc đối thoại mới nhất của Viện Nghiên Cứu Tâm Thức và Đời Sống vừa mới kết thúc tại đây ở Washington ngay trong tuần này.
 Có lẽ một số người tự hỏi “ Nhà sư Phật giáo này làm gì mà lại quan tâm đến khoa học như thế ? Có thể có liên hệ nào giữa Phật giáo, một truyền thống tâm linh và triết lý của  Ấn độ cổ đại, với khoa học hiện đại ? Có thể có lợi ích gì cho một ngành khoa học như là khoa  thần kinh học trong việc tham gia đối thoại với Phật giáo ?”
Mặc dù truyền thống Thiền định Phật giáo và khoa học hiện đại đã xuất phát từ nhiều nguồn gốc văn hóa, nhận thức và lịch sử khác nhau, tôi tin rằng trong cốt lõi, cả hai đều chia sẻ những điểm giống nhau đáng kể, nhất là trong quan điểm triết học cơ bản và phương pháp học. Về phương diện triết học, cả Phật giáo lẫn khoa học hiện đại đều chia sẻ mối nghi ngờ sâu xa đối với bất cứ một ý niệm nào về sự tuyệt đối, dù được khái niệm hóa như một thực thể siêu nhiên, một nguyên lý bất biến vĩnh cửu như linh hồn, hoặc như một nền tảng cơ bản của thực tại. Cả Phật giáo lẫn khoa học đều muốn giải thích sự tiến hóa và xuất hiện của vũ trụ và đời sống theo mối tương quan phức tạp của các định luật nhân quả tự nhiên. Từ góc độ phương pháp nghiên cứu, cả hai truyền thống đều nhấn mạnh đến vai trò của chủ nghĩa thực nghiệm. Ví dụ, trong truyền thống nghiên cứu của Phật giáo, giữa ba nguồn kiến thức được công nhận - kinh nghiệm, lý luận và bằng chứng - thì kinh nghiệm thực tại đứng hàng đầu, kế đến là lý luận và cuối cùng là bằng chứng. Điều này có nghĩa là trong cuộc khảo cứu thực tại của Phật giáo, ít nhất là trên nguyên tắc, kinh nghiệm thực tại phải vượt trên lý thuyết kinh điển, cho dù kinh điển được sùng kính đến đâu đi nữa. Ngay cả trong trường hợp kiến thức xuất phát từ lý luận hay suy diễn, cuối cùng giá trị của nó phải được rút ra từ những thực chứng kinh nghiệm đã được quan sát. Vì lập trường phương pháp nghiên cứu này, tôi thường lưu ý các đồng nghiệp Phật giáo của tôi rằng những  kiến thức đã được minh chứng trong thực tế về vũ trụ học và thiên văn học hiện đại bắt buộc chúng ta bây giờ phải điều chỉnh, hoặc trong môt vài trường hợp, phải bác bỏ nhiều phương diện của khoa vũ trụ học như đã được tìm thấy trong văn bản kinh điển Phật giáo.
 Bởi vì động lực trước tiên thúc đẩy việc khảo sát thực tại của Phật giáo là cuộc tìm kiếm cơ bản để vượt thoát khổ đau và toàn thiện điều kiện sống của con người, cho nên định hướng sơ khởi của truyền thống nghiên cứu Phật giáo là  hướng đến sự hiểu biết về tâm thức con người và các chức năng của nó. Ở đây, chúng tôi nhận định rằng, bằng cách đạt được những hiểu biết sâu sắc về tâm lý con người, chúng ta có thể tìm ra những phương cách để chuyển hóa tư tưởng, tình cảm và những khuynh hướng tiềm ẩn để có thể tìm ra một lối sống toàn thiện và trọn vẹn hơn. Chính trong bối cảnh này mà truyền thống Phật giáo đã đặt ra một bảng phân loại phong phú về các trạng thái tinh thần cũng như các kỹ thuật Thiền định để rèn luyện những phẩm chất tinh thần đặc biệt. Vì thế một cuộc trao đổi đích thực những kiến thức và kinh nghiệm đã được tích lũy giữa Phật giáo và khoa học hiện đại về một số vấn đề rộng lớn liên hệ đến tâm thức con người, từ tri thức và tình cảm đến sự hiểu biết khả năng chuyển hóa bẩm sinh nơi não bộ con người, sẽ vô cùng hấp dẫn và có tiềm năng mang lại nhiều lợi ích lớn lao. Theo kinh nghiệm của riêng tôi, tôi cảm thấy kiến thức mình phong phú hơn rất nhiều nhờ những cuộc đàm thoại với các nhà thần kinh học và tâm lý học về một số vấn đề như là bản chất và vai trò của những tình cảm tích cực và tiêu cực, sự chú ý, khả năng tượng hình, cũng như tính nhu nhuyến của não bộ. Bằng chứng có sức thuyết phục cao từ khoa thần kinh học và y khoa về vai trò then chốt của sự xúc chạm thể chất đơn giản đối với việc phát triển sinh lý của não bộ thai nhi trong vài tuần đầu tiên đã minh chứng hùng hồn cho sự liên quan mật thiết giữa lòng từ bi và hạnh phúc con người.
 Từ lâu Phật giáo đã tranh luận về tiềm năng chuyển hóa lớn lao hiện hữu tự nhiên nơi tâm thức con người. Với cứu cánh này, truyền thống Phật giáo đã phát triển một loạt những kỹ thuật hành thiền, hay Thiền tập, đặc biệt nhắm đến hai mục tiêu – nuôi duỡng lòng từ bi và tu tập khả năng quán chiếu sâu xa vào bản chất của thực tại, thường được đề cập đến như là sự kết hợp của từ bi và trí tuệ. Trọng tâm của các phương pháp thiền tập có hai kỹ thuật chính yếu, một mặt là tinh luyện sức chú ý và duy trì nó trong một thời gian dài, mặt khác là việc điều hành và chuyển hóa tình cảm. Trong cả hai trường hợp, tôi cảm thấy có thể có tiềm năng lớn lao để hợp tác nghiên cứu giữa truyền thống Thiền định Phật giáo và khoa thần kinh học. Ví dụ, khoa thần kinh học hiện đại đã phát triển sự hiểu biết phong phú về cơ cấu não bộ liên kết với sự chú ý và tình cảm. Mặt khác, nếu xét đến lịch sử lâu dài chú trọng đến việc rèn luyện tâm linh thì truyền thống Thiền định Phật giáo cung cấp những kỹ thuật thực tiển để tinh luyện sự chú ý và điều hành và chuyển hóa tình cảm. Vì vậy, cuộc gặp gỡ của khoa thần kinh học và ngành Thiền học Phật giáo có thể đưa đến khả năng nghiên cứu tác động của các sinh hoạt tinh thần có chủ đích trên các kinh mạch của não bộ vốn đã được nhận diện là rất thiết yếu cho các tiến trình hoạt động tinh thần đặc biệt. Ít nhất thì cuộc gặp gỡ liên ngành như vậy có thể giúp nêu lên những vấn đề quan trọng trong nhiều lãnh vực chủ yếu. Ví dụ, có phải mỗi cá nhân có khả năng cố định để điều hành tình cảm và sự chú ý, hoặc, như truyền thống Phật giáo tranh luận, khả năng điều hành những tiến trình tinh thần đó có thể dễ dàng thay đổi, như vậy sẽ đưa đến gợi ý là có thể có một mức độ thay đổi tương tự trong hệ thống não bộ và cách ứng xử liên kết với các chức năng đó ? Một lãnh vực mà truyền thống Thiền định Phật giáo có thể có sự đóng góp quan trọng là những kỹ thuật thực tiển mà họ đã phát triển để rèn luyện lòng từ bi. Đối với việc rèn luyện tâm thức và điều hành sự chú ý và tình cảm, tôi thấy cũng rất quan trọng khi đặt vấn đề không biết có những kỹ thuật đặc biệt nào mà hiệu năng của nó mang tính nhạy cảm với thời gian, để người ta có thể thiết kế những phương pháp điều chỉnh thích hợp với nhu cầu tuổi tác, sức khỏe, và các yếu tố đổi thay khác.
 Tuy nhiên, có một điều cần phải lưu ý. Khi hai truyền thống nghiên cứu cực kỳ khác nhau như Phật giáo và khoa thần kinh học ngồi lại với nhau trong một cuộc đối thoại liên ngành, điều này sẽ liên hệ đến những vấn đề thường hay gặp phải do việc trao đổi xuyên biên giới văn hóa và chuyên ngành. Ví dụ, khi chúng ta nói về “ khoa học Thiền định” chúng ta cần phải nhạy cảm đối với ý nghĩa đích thực của từ ngữ này. Về phía các nhà khoa học, tôi cảm thấy cần phải nhạy cảm trước những ý nghĩa khác nhau của một từ quan trọng như là “ Thiền định” trong bối cảnh truyền thống của nó.
Ví dụ, trong bối cảnh truyền thống, thì từ ‘Thiền’ theo tiếng Phạn (Sancrit) là ‘bhavana’ hoặc là  ‘gom’ theo tiếng Tây tạng. Tiếng Phạn mang ý nghĩa về sự tu tập, như là tu tập một thói quen hay một cách thế hiện hữu đặc biệt nào đó, trong lúc từ ‘gom’ của Tây tạng mang ý nghĩa tu tập sự quen thuộc với một đối tượng. Vì vậy, nói một cách ngắn gọn, trong bối cảnh truyền thống của Phật giáo, Thiền định có nghĩa là một hoạt động tinh thần có chủ đích, liên quan đến việc tu tập sự quen thuộc với một đối tượng, dù đó là một đối tượng được lựa chọn, một sự kiện, một chủ đề, một thói quen, một quan điểm hay một cách thế hiện hữu. Nói rộng ra, có hai kiểu Thiền tập - một kiểu tập trung vào việc làm tỉnh lặng tâm, và kiểu kia tập trung vào các phương pháp quán chiếu để hiểu biết sâu xa về một đối tượng. Cả hai được đề cập đến như là (i) thiền chỉ và (ìi) thiền quán. Trong cả hai trường hợp, thiền tập có thể có nhiều hình thái khác nhau. Ví dụ, Thiền có thể mang hình thái là dùng một cái gì đó như là một đối tượng để hành giả quán chiếu, như là thiền về tính hay thay đổi của chính mình. Hay Thiền có thể mang hình thái tu tập một trạng thái tinh thần đặc biệt, như là lòng từ bi, bằng cách làm phát triển lòng vị tha, thành tâm ước mong loại trừ khổ đau cho kẻ khác. Hoặc, thiền có thể mang hình thái tưởng tượng, để khám phá tiềm năng con người trong việc làm phát sinh những ảnh tượng tinh thần có thể được dùng bằng nhiều cách khác nhau để nuôi dưỡng niềm an lạc tinh thần. Vì vậy, tôi thấy rất cần biết rõ những hình thái Thiền định đặc biệt nào mà con người có thể khảo sát khi tham gia vào việc hợp tác nghiên cứu, để cho các hình thái Thiền tập phức tạp được sử dụng trong nghiên cứu phù hợp với tính chất tinh tế của công trình nghiên cứu khoa học.
 Một lãnh vực khác đòi hỏi các nhà khoa học phải nhìn vấn đề từ một góc độ rất quan trọng, đó là khả năng phân biệt những khía cạnh thực nghiệm của của tư tưởng Phật giáo và Thiền tập và những nhận định siêu hình và triết lý liên kết với những phương pháp Thiền tập đó. Nói cách khác, trong phương pháp khoa học, chúng ta phải phân biệt giữa những giả định lý thuyết, những quan sát thực tại dựa trên thí nghiệm và các diễn giải sau đó; cũng quan trọng như vậy trong việc phân biệt những nhận định lý thuyết, những biểu hiện của trạng thái tinh thần có thể xác minh bằng thực nghiệm, và những diễn dịch mang tính triết lý trong Phật giáo. Bằng cách này, cả hai phía trong cuộc đối thoại có thể tìm thấy điểm chung đối với các sự kiện về tâm thức con người có thể quan sát thực nghiệm, mà không bị lôi cuốn vào việc rút gọn khuôn khổ của ngành này vào ngành kia. Mặc dù có thể có sự khác nhau giữa hai truyền thống nghiên cứu về những tiền đề triết lý và cách diễn dịch những khái niệm ấy, đối với vấn đề liên quan đến sự kiện thực tại, thì thực tại  bao giờ cũng là  thực tại, cho dù người ta có chọn chúng để mô tả bằng cách nào đi nữa. Cho dù sự thật về bản chất chung cuộc của ý thức là gì đi nữa – cho dù cuối cùng bản chất ấy có thể được giảm thiểu thành những tiến trình vật lý hay không – tôi tin rằng có thể chia sẻ những hiểu biết về thực tại kinh nghiệm đối với nhiều khía cạnh khác nhau của tri giác, tư tưởng và tình cảm của chúng ta.
 Với những suy xét thận trọng này, tôi tin rằng một sự hợp tác chặt chẽ giữa hai truyền thống nghiên cứu có thể thực sự đóng góp vào việc mở rộng hiểu biết của con người về thế giới phức tạp của kinh nghiệm chủ quan nội tại mà chúng ta gọi là tâm thức. Những lợi ích của sự hợp tác như vậy đang bắt đầu được thể hiện. Theo các phúc trình sơ khởi, kết quả của việc rèn luyện tâm thức, như là việc thực tập đều đặn phép tỉnh thức đơn giản, hay là việc cố gắng tu tập lòng từ bi như đã được triển khai trong Phật giáo, đang đem lại những thay đổi có thể quan sát được trên não bộ con người, tương ứng với những trạng thái tinh thần tích cực có thể đo lường được. Những khám phá gần đây của khoa thần kinh học đã chứng tỏ tính nhu nhuyến bẩm sinh của não bộ, gồm cả việc nối kết giữa các tế bào thần kinh lẫn việc sản sinh những tế bào thần kinh mới, như là kết quả của sự tiếp nhận những kích thích bên ngoài, chẳng hạn tự nguyện luyện tập thể dục và được sống trong một môi trường  phong phú hơn. Truyền thống Thiền định Phật giáo có thể giúp mở rộng lãnh vực nghiên cứu khoa học này bằng cách đề nghị những kiểu rèn luyện tâm thức có thể liên hệ đến tính nhu nhuyến của não bộ. Như truyền thống Phật giáo đã gợi ý rằng việc rèn luyện tinh thần ảnh hưởng đến những đổi thay của tế bào thần kinh có thể quan sát được ở não bộ, điều này có thể mang nhiều hàm ý rộng lớn. Kết quả của những công trình nghiên cứu ấy sẽ không chỉ giới hạn vào việc mở rộng hiểu biết của chúng ta về tâm thức con người,  mà có lẽ quan trọng hơn là chúng có thể mang ý nghĩa lớn lao đối với hiểu biết của chúng ta về vấn đề giáo dục và sức khỏe tinh thần.  Cũng vậy, như truyền thống Phật giáo đã tuyên bố, nếu việc tu tập lòng từ bi có thể dẫn đến sự thay đổi lớn lao trong quan điểm của mỗi người, đưa đến việc mở rộng lòng xót thương đồng cảm đối với người khác, thì điều này có ý nghĩa rộng lớn đối với xã hội nói chung.
 Cuối cùng, tôi tin rằng sự hợp tác giữa khoa thần kinh học và truyền thống Thiền định Phật giáo có thể làm sáng tỏ vấn đề rất quan trọng về mối tương giao giữa đạo đức và khoa thần kinh học. Không kể đến bất cứ khái niệm nào con người có thể có về mối quan hệ giữa đạo đức và khoa học, trong thực tế, trước tiên khoa học đã phát triển như một ngành học thực nghiệm với lập trường trung lập, không chịu ảnh hưởng của các giá trị đạo đức. Bản chất của khoa học đã được xem như là một phương pháp tìm tòi nghiên cứu để đạt được những hiểu biết chi tiết về thế giới thực tại và những định luật cơ bản của thiên nhiên. Trên quan điểm khoa học thuần túy, việc phát minh vũ khí nguyên tử là một thành quả đáng kinh ngạc. Tuy nhiên, vì việc phát minh này có tiềm năng tạo nên nhiều khổ đau với sự chết chóc và tàn phá không thể tưởng tượng được, chúng tôi xem đó là thứ vũ khí huỷ diệt. Chính sự đánh giá về đạo đức sẽ quyết định cái gì là tích cực và cái gì là tiêu cực. Mãi cho đến gần đây, phương pháp tách rời đạo đức và khoa học hình như đã thành công khi cho rằng khả năng con người suy nghĩ về đạo đức phát triển song song với kiến thức của nhân loại.
 Ngày nay, tôi tin rằng nhân loại đang đứng trước một khúc quanh quan trọng. Những tiến bộ lớn lao trong khoa thần kinh học và đặc biệt là ngành di truyền học vào cuối thế kỷ thứ 20 đã dẫn đến một kỷ nguyên mới trong lịch sử nhân loại. Kiến thức của chúng ta về não bộ và cơ thể con người xét ở mức độ tế bào và di truyền tử, cùng với việc cung cấp những khả năng kỹ thuật tương ứng để vận dụng các tế bào, đã đạt đến một giai đoạn làm nẩy sinh những thách thức đạo đức nghiêm trọng đối với những tiến bộ khoa học ấy. Rõ ràng là những suy nghĩ về đạo đức của chúng ta không thể nào bắt kịp với những tiến bộ nhanh chóng trong việc tiếp thu kiến thức và sức mạnh kỹ thuật. Tuy nhiên hậu quả của những khám phá mới và việc áp dụng chúng đã quá rộng lớn đến nỗi chúng liên hệ đến chính cái khái niệm về bản chất con người và việc bảo tồn chủng loại con người. Vì thế, chúng ta thấy không còn thích hợp khi chấp nhận quan điểm cho rằng trách nhiệm của chúng ta như một xã hội chỉ là cứ tiến xa hơn trong lãnh vực kiến thức khoa học và nâng cao sức mạnh của kỹ thuật, còn việc lựa chọn phải làm gì với kiến thức và sức mạnh này nên đặt vào tay của từng cá nhân. Chúng ta phải tìm ra một phương cách để đưa những suy xét cơ bản về đạo đức và nhân đạo vào hướng phát triển khoa học, nhất là trong các ngành khoa học về đời sống. Bằng cách viện dẫn những nguyên tắc đạo đức cơ bản, tôi không cổ xúy cho việc sáp nhập đạo đức tôn giáo vào việc nghiên cứu khoa học. Đúng hơn là tôi đang nói về cái mà tôi gọi là “ “đạo đức thế gian”, bao gồm những nguyên tắc đạo đức cơ bản, như là lòng từ bi và bao dung, một thái độ ân cần, biết quan tâm đến kẻ khác, và việc sử dụng kiến thức và sức mạnh với tinh thần trách nhiệm - những nguyên tắc vượt qua ranh giới của những người có đức tin và những người không có đức tin, tín đồ của tôn giáo này hay tôn giáo khác. Riêng cá nhân tôi, tôi thích tưởng tượng tất cả sinh hoạt của con người, kể cả khoa học, giống như những ngón tay của cả bàn tay. Bao lâu mà mỗi ngón tay vẫn còn được nối kết với lòng bàn tay của vị tha và bác ái căn bản của con người, chúng sẽ tiếp tục phục vụ cho lợi ích của nhân loại. Thật sự chúng ta đang sống trong cùng một thế giới. Kinh tế, truyền thông điện tử, du lịch quốc tế, cũng như những vấn đề môi sinh hiện đại, tất cả nhắc nhở chúng ta hằng ngày rằng thế giới ngày nay đã tương quan mật thiết với nhau như thế nào. Các cộng đồng khoa học đóng một vai trò quan trọng trong thế giới tương quan này. Cho dù vì bất cứ  lý do lịch sử nào đi nữa, ngày nay các khoa học gia được hưởng sự kính trọng và tín nhiệm lớn lao trong xã hội, lớn hơn nhiều so với ngành triết lý và tôn giáo của chúng tôi. Tôi kêu gọi các khoa học gia đưa vào công tác chuyên môn của họ những mệnh lệnh của các nguyên tắc đạo đức cơ bản mà  tất cả mọi người chúng ta đều cùng nhau chia sẻ.
Source : Society for Neuroscience 35th Annual Meeting, Nov. 12. 2005 – Mind & Life Institute USA.

Lời cuối: Cám ơn bạn đã theo dõi hết cuốn truyện.
Nguồn: http://vnthuquan.net
Phát hành: Nguyễn Kim Vỹ.

Nguồn: Quảng Đức
Được bạn: Thành viên VNTQ. Net đưa lên
vào ngày: 15 tháng 1 năm 2008