QUAY VỀ

(Mindfulness Moment - 2:00 AM, November 1st, 2026)



"Dẫu đã đi qua gần trọn một kiếp nhân sinh, dẫu đã bốn lần đặt chân lên mảnh đất và hòa mình vào dòng chảy con người Bhutan, ấy vậy mà tại lần thứ năm[1] trở lại nơi đây vào tuổi thất thập, mình vẫn thấy nhân cách mình còn quá nhiều khiếm khuyết.

Trong những dòng chiêm nghiệm của buổi chiều tà cuộc đời, mình khắc ghi lại lời thệ nguyện năm xưa được đúc kết từ trường đời: 'Học bao nhiêu cũng thiếu, dạy đời nửa chữ cũng thừa'. Vọng về trong tâm thức lúc này là lời răn thủ thỉ của Cha thuở nào: 'Tình bao nhiêu cũng thiếu, tiền một chút cũng thừa'.

Với mình, mỗi lần trở lại với Bhutan là một lần tự soi chiếu và sám hối."

Trần Thị Lành

Bhutan, Novem 5th, 2026.

[1] Chuyến Quay vềlần thứ năm này được thực hiện theo lời mời trân trọng của Hoàng gia Bhutan để tham dự Đại lễ Khai quang 108 Bảo tháp linh thiêng bên bờ sông Mao Chhu, đánh dấu sự khai mở tâm linh của Thành phố Chánh niệm ở miền Nam Bhutan.

Lời tựa

Đại khủng hoảng Nhân cách

Với cái thấy được đúc kết từ chặng đường gần bốn thập kỷ, lời sám hối ở tuổi thất thập dẫu muộn còn hơn không! Trong chuyến viếng thăm Vương quốc Bhutan lần thứ năm này, khi chứng kiến Đại lễ khai quang 108 Bảo tháp dọc dòng sông Mao Chu ở miền Nam Bhutan, mình đã tự khắc ghi sâu vào ký ức và thân tâm một lời sám hối thay cho nền văn minh hiện đại*: nhân loại đang sống bằng những khoản vay "tín chấp vũ trụ" từ một hành tinh không hẹn ngày hoàn nợ.*

Hãy cùng nhau ngược dòng thời gian, dò theo sợi chỉ đỏ của tâm thức loài người - đi từ những nút thắt cổ chai thời tiền sử và tín ngưỡng Vật linh thời Đồ đá cũ, đến tánh *'Không'* tuyệt đối của Phật giáo nguyên thủy cùng quy luật nương tựa của Đạo giáo: *"Nhân pháp Địa, Địa pháp Thiên, Thiên pháp Đạo, Đạo pháp Tự nhiên"*- để cùng nhau nhớ lại *chốn ta bắt đầu*.

Dưới lăng kính nghiêm ngặt của kinh tế chính trị học Marxist, qua những dòng chiêm nghiệm lúc hoàng hôn của cuộc đời, chúng ta cần tự nhắc mình tháo dỡ hệ tư duy ngạo mạn của Adam Smith - thứ tư duy đã hạ thấp Mẹ Thiên nhiên thành một món hàng hóa vô tri đang đeo bám lấy ta. Hãy can đảm bóc trần tàn dư bạo lực giấu mình sau cuộc Cách mạng Xanh giữa thế kỷ 20, cùng các làn sóng phong tỏa toàn cầu - hệ quả từ cơn nghiện săn mồi của giới tinh hoa và các tập đoàn tư bản vốn đã đẩy Mẹ Cha vào cảnh chia lìa trong một thảm kịch đồng sàng dị mộng.

Mình thấy gì ở đất nước và con người Bhutan?

Vượt lên trên những phản biện thuần túy, những dòng chiêm nghiệm này là lời bộc bạch từ tận đáy lòng về một thực tại hiện hữu: **'***Hệ tư duy Bhutanist' đang định hình như một giải pháp thực tiễn, giúp con người quay về và an trú trong chính mình.*

Lý và Nghĩa của bài viết đi sâu phân tích cốt lõi của chỉ số Tổng Hạnh phúc Quốc gia (GNH) tại Bhutan - một quốc gia trỗi dậy từ sự kháng cự lại lối sống thực dụng đang dùng tham, sân, si để bào mòn nhân cách con người, từ chủ nghĩa đế quốc xưa kia đến chủ nghĩa Tân tự do ngày nay. Đó là một đất nước mà non sông gấm vóc được phụng dưỡng bởi bóng mát của '*Cây Giác ngộ từ Vua Cha'*, trong sự hòa hợp mộc mạc, chân thật giữa Con người - Đất - Trời - Đạo và Thiên nhiên.

Bước ngoặt từ Hiến pháp Bhutan năm 2008 - khi Vương quốc chuyển mình từ nền quân chủ chuyên chế sang dân chủ lập hiến - đã gióng lên hồi chuông thức tỉnh: *'Ngôi nhà Sinh thái Bhutan chính là nền tảng nuôi dưỡng GNH, nơi hạnh phúc được chan hòa dưới mái nhà che chở cho muôn loài'* (*với cam kết duy trì tối thiểu 60% diện tích rừng che phủ toàn quốc*). Nhìn vào sinh kế nơi đây, ta thấy rõ một sợi dây tâm thức bền chặt: mỗi người dân là một Phật tử, mỗi Phật tử là một người con hiếu thảo của Đức Phật, và tinh thần Phật pháp luôn hiện hữu trong tâm thức của Vua Cha, các thế hệ nối tiếp nhau.

Vương quốc Bhutan đã chứng minh rằng: từ thuở sơ khai đến hiện tại, *Đạo phụng dưỡng Thiên nhiên vẫn vẹn nguyên giá trị*. Sự ra đời của Thành phố Chánh niệm Gelephu buộc những nền kinh tế khai thác và tước đoạt tài nguyên phải ngoái đầu nhìn lại trong sự tự vấn sâu sắc, để lắng nghe một lời cảnh tỉnh xuyên không gian và vượt thời gian: *'Đừng quên chốn bắt đầu!'*

Đạo của Đất Trời và Con Người

Từ Ngai vàng Bhutan đến Hơi thở Bản làng Lhamoi Lum

Chỉ khi được sống trọn vẹn cùng những gia đình Bhutan - từ những cánh rừng nguyên sinh cho tới thủ đô Thimphu, từ tầm nhìn của Ngai vàng đến hơi thở bình dị nơi bản làng Lhamoi Lum - ta mới thấu cảm sâu sắc rằng: nhân loại cần một cuộc '*giải phẫu'* cho căn bệnh vô cảm trước *sự tha hóa của chính mình* dưới gót giày của chủ nghĩa *tiền tệ và sự tự do cá nhân quá đà*. Cuộc giải phẫu tâm thức ấy không cần đến bác sĩ hay dao kéo; bởi lẽ, chính thực tại Bhutan đã là câu trả lời sống động nhất, khẳng định rằng con người hoàn toàn có thể lựa chọn một lối đi khác.

Người ta thường đọc về Bhutan qua các báo cáo học thuật khô khan. Nhưng chỉ khi trực tiếp đặt chân xuống sân bay Paro, men theo những cung đường đèo miền Trung - Nam để tìm về những nếp nhà gia giáo cổ xưa thấm đẫm Tâm Phật giữa đại ngàn, nơi buôn làng xa xôi như Lhamoi Lum; khi ăn cùng mâm, ngủ cùng mái nhà với người bản địa và lặng lẽ quan sát từng ánh mắt, nụ cười - từ cách đi đứng, ngồi thưa trong một gia đình tứ đại đồng đường, đến những ngón tay lần tràng hạt niệm châu của một cụ già, hay dáng vẻ thanh thản của một thanh niên trên con đường thị trấn nhỏ - ta mới thực sự bị thu phục. *Ở nơi đó, triết học không nằm trong sách vở. Đức Phật không chỉ trú ngụ ở Nepal*. Với mỗi người dân Bhutan, Đức Phật an vị ngay

trong trái tim và dõi theo ta trong từng bước đi, hơi thở. Triết học hiện hữu trong cái cúi đầu chào tĩnh tại, trong sự thong dong của những con người không bị đồng tiền rượt đuổi.

Sự bình yên kỳ lạ ấy không tự nhiên sinh ra. Nó là kết tinh của một cuộc cách mạng tư tưởng xuyên thế hệ từ ngai vàng Vương quốc Bhutan, được bảo vệ bởi một hàng rào pháp lý đầy bản lĩnh, và bén rễ sâu bền ngay trong từng tấc đất bản làng.

I. Hai thế hệ Quân vương: Hạt giống GNH[2] (1972) và Cái cây Gelephu[3] (2023)

Trong khi thế giới hiện đại lấy chủ nghĩa cá nhân cực đoan và tích lũy tiền tệ làm thước đo văn minh, hai vị Quốc vương của Bhutan - Vua Cha Jigme Singye Wangchuck và Vua Con Jigme Khesar Namgyel Wangchuck - đã dũng cảm đi ngược dòng tham, sân, si để bảo vệ nhân cách con người và sự toàn vẹn của Mẹ Thiên nhiên.

- **Vua Cha và cuộc cách mạng năm 1972:** Ngay từ năm 1972, khi mới bước lên ngai vàng ở tuổi thanh niên, Quốc vương thứ 4 đã khai sinh ra khái niệm Tổng Hạnh phúc Quốc gia. Ngài nhìn thấu bản chất hủy diệt của sự tăng trưởng GDP thuần túy: nếu thả lỏng lòng tham và sự tự do tiêu thụ không giới hạn, con người sẽ tàn phá tự nhiên và tự biến mình thành nô lệ của vật chất. GNH ra đời như một '*Hạt giống Triết lý'*, đặt sự cân bằng tâm linh, bảo tồn môi trường và văn hóa bản địa lên trên mọi con số lợi nhuận.
- **Vua Con và cột mốc ngày 17/12/2023:** Hơn nửa thế kỷ sau, nhân dịp Quốc khánh lần thứ 116 (ngày 17/12/2023), Quốc vương thứ 5 công bố *tầm nhìn kiến tạo Thành phố Chánh niệm Gelephu.* Nếu Vua Cha gieo hạt giống tư tưởng, thì Vua Con đang ươm mầm '*Cái cây Hiện thực*'. Ngài chứng minh rằng một quốc gia hoàn toàn có thể bước vào kỷ nguyên hiện đại, kết nối với thế giới nhưng vẫn giữ nguyên đạo lý phụng dưỡng Đất Trời, không đánh đổi linh hồn lấy sự phồn hoa giả tạo.

II. Phí Phát triển Bền vững 100 USD: Tấm khiên bảo vệ Đạo Phật và Nhân cách

Nhiều người bên ngoài từng thắc mắc vì sao Bhutan áp đặt mức Phí Phát triển Bền vững 100 USD cho mỗi đêm lưu trú đối với du khách quốc tế. Dưới lăng kính kinh tế thị trường, đó bị coi là một rào cản. Nhưng nhìn từ thực tiễn nơi buôn làng Bhutan, đó chính là một bộ lọc đạo đức thiên tài nhằm giữ trọn vẹn Đạo Phật và cốt cách con người.

- **Định nghĩa lại 'Trách nhiệm Ngắm nhìn':** Khoản phí 100 USD/ngày biến hành vi '*tận hưởng' thành 'trách nhiệm'*. Khi đặt chân đến đất nước này, du khách phải trả phí cho đặc quyền được

[2] Gross National Happiness – Tổng hạnh Phúc Quốc gia
[3] Mindfulness City – Thành phố Chánh niệm

hít thở bầu không khí tinh khiết, được chiêm ngưỡng một nền văn hóa nguyên bản và bù đắp dấu chân sinh thái của chính mình.

- **Ngăn chặn sự xâm lăng của 'Tham, Sân, Si' vào buôn làng:** Du lịch đại chúng giá rẻ luôn mang theo cơn lốc thương mại hóa, biến nụ cười hiếu khách thành dịch vụ tính tiền. Nhờ tấm khiên SDF, những ngôi làng tại Bhutan không bị bê tông hóa thành các khu nghỉ dưỡng vô hồn. Người dân bản địa khi đón khách vào nhà lưu trú vẫn giữ nguyên được sự chân chất, ấm áp của tình người.
- **Dòng tiền nuôi dưỡng 'Thiểu dục tri túc':** Toàn bộ nguồn thu từ mức phí này được đưa thẳng vào ngân khố để duy trì 100% y tế và giáo dục miễn phí cho người dân, đồng thời bảo vệ trên 70% độ che phủ rừng (*giúp Bhutan trở thành quốc gia âm carbon duy nhất trên thế giới*). Khi không phải lo âu về viện phí hay học phí cho con trẻ, người dân không bị ném vào cuộc đua tranh giành vật chất, tạo mảnh đất màu mỡ để Đạo Phật bén rễ sâu trong đời sống thường nhật.

III. Lhamoi Lum (Dunglagang): Bản giao hưởng sống động của Chủ quyền Sinh kế

Nếu Gelephu là tầm nhìn tương lai của quốc gia, thì Lhamoi Lum (cụm làng Dingrigang - Lhamoi-Loongm, tên cổ là Gopini) thuộc xã Dunglagang, quận Tsirang chính là hình hài hoàn mỹ nhất của 10 Định chuẩn Chủ quyền Sinh kế trong đời sống thường nhật.

Trải rộng trên diện tích tự nhiên 4.602 hecta (46,02 km²) của xã Dunglagang với quy mô dân số khiêm nhường chỉ 1.546 nhân khẩu (khoảng 350 - 400 hộ gia đình toàn xã, riêng cụm làng Lhamoi Lum có hơn 100 hộ), vùng đất này là một "thung lũng bát úp" trù phú nằm ở vùng chuyển tiếp cận nhiệt đới dãy Himalaya. Ngay tại Lhamoi Lum không có những pháo đài (Dzong) đồ sộ - người dân chỉ cần đi chừng 7 đến 9 km về phía thị trấn thủ phủ Damphu là chạm tới Tsirang Dzong uy nghi trên sống núi. Ở Lhamoi Lum, pháo đài kiên cố nhất không xây bằng đá vôi, mà được dựng nên từ gần 78% diện tích rừng nguyên sinh che phủ và hệ thống suối nguồn tinh khiết đổ ra dòng sông lớn Punatsang Chhu (sông Sankosh).

- **Nông nghiệp dưới tán rừng và 'Hệ sinh thái tự nhiên' không hóa chất:** Người dân Lhamoi Lum không chặt rừng để làm kinh tế. Họ trồng sa nhân tím (*Cardamom*) dưới tán cây cổ thụ và canh tác những vườn cam quýt, kiwi hữu cơ trên các sườn đồi bậc thang thoai thoải. Vào mùa thu hoạch, hương thơm nồng ấm của sa nhân tím quyện cùng sắc vàng của cam chín dưới làn sương sớm tạo nên một bức tranh sinh thái tuyệt mỹ. Vốn đã thuận theo tự nhiên, vùng đất này lại được Nhà Vua và Chính phủ quy hoạch vĩnh viễn thành một thực thể sinh thái kiểu mẫu gắn liền với bản sắc đồng quản trị rừng cộng đồng. Ở đó, mỗi cánh rừng, mỗi loài chim, mỗi dòng

suối đều có tên, có tuổi và có một vị trí thiêng liêng trên bàn thờ tâm thức của mỗi người con, người cháu xứ sở Quốc Phật - hiện thực hóa trọn vẹn nguyên tắc bảo vệ "tài sản chung tự nhiên" và quyền tự quyết sinh kế.

- **Sự hòa hợp của đa dạng văn hóa:** Không giống các vùng thuần nhất văn hóa Tây Tạng ở phía Bắc, Lhamoi Lum và xã Dunglagang là nơi chung sống hòa bình giữa cộng đồng người Ngalop (theo Phật giáo Kim Cương Thừa) và người Lhotshampa (gốc Nepal). Sự giao thoa này tạo nên những nếp nhà kiến trúc độc đáo, những thửa ruộng bậc thang mềm mại và một tinh thần cộng đồng gắn kết, nơi con người nương tựa vào nhau và nương tựa vào Đất Mẹ.

IV. Cái nhìn từ thị trấn nhỏ: Lời giải cho 'Đại khủng hoảng Nhân cách'

Rời Lhamoi Lum, trở lại với khoảnh khắc bắt gặp ánh mắt bình thản của một cụ già bên đường hay dáng vẻ tự tin, điềm đạm của thanh niên Bhutan nơi thị trấn nhỏ Damphu, ta chợt nhận ra điều mà cả thế giới phương Tây đang đánh mất.

Ở các đô thị hiện đại, tự do cá nhân thường đi kèm với sự cô độc, lo âu và bản ngã phình to. Ngược lại, từ những người nông dân trồng sa nhân tím ở Lhamoi Lum cho đến thanh niên và người già trên phố, *tất cả đều mang trong mình sự tự do của những người biết đủ*. Họ không bị đứt gãy với cội nguồn, không bị tách rời khỏi Đất Mẹ, và không bị tha hóa bởi những nhu cầu tiêu dùng chỉ vì *sỹ diện hảo nhưng phũ phàng với tự trọng chính mình* trong Đạo phụng dưỡng Thiên nhiên.

Thực tiễn tại Bhutan - từ ngai vàng của hai vị Quốc vương, chính sách phí phát triển bền vững 100 USD cho đến hơi thở thanh bình của hơn 100 hộ dân làng Lhamoi Lum - đã khép lại vòng tròn lập luận của *quay về*: Chủ nghĩa tiền tệ không phải là định mệnh bất khả kháng của nhân loại. Chỉ cần có những người dẫn đường mang trí tuệ Bát Nhã và những cộng đồng kiên định giữ vững 10 Định chuẩn của Chủ quyền Sinh kế, nhân loại hoàn toàn có thể chữa lành vết thương sinh thái và *tìm lại bản thể nguyên sơ, nhân bản của chính mình.*

Nhân duyên giữa 10 Định chuẩn Sinh kế và 9 Nhịp cầu Gelephu

Nếu *NGOẢNH LẠI*là một cuộc hành trình xuyên suốt chiều dài lịch sử tâm thức để truy tìm căn nguyên của *'Đại khủng hoảng Nhân cách'*, thì điểm dừng chân cuối cùng của tác phẩm lại mở ra một chân trời thực tiễn đầy kiêu hãnh. Đó là sự hội ngộ kỳ diệu giữa hai hệ tọa độ tưởng chừng cách biệt về địa lý nhưng lại đồng nhất về bản thể: *10 Định chuẩn của Chủ quyền Sinh kế* từ Lý thuyết Sinh thái Nhân văn Sinh học (BHE) và *quy hoạch kiến trúc*

9 Nhịp cầu Chánh niệm tại Thành phố Gelephu của Vương quốc Bhutan. Cả hai không chỉ là những mô hình phát triển thay thế, mà chính là những thước đo của Phật giáo ứng dụng, đồng thời là bản cáo trạng đanh thép xác nhận tờ '*giấy báo tử'* của chủ nghĩa Tư bản mà Karl Marx đã tiên tri từ thế kỷ 19. Sự giao duyên giữa 10 Định chuẩn của Chủ quyền Sinh kế và 9 Nhịp cầu Chánh niệm Gelephu chính là khúc tráng ca hậu tư bản, đánh dấu sự phục sinh của nhân cách làm người.

Sự đồng quy của hai hành trình: Khi Đạo lý nương tựa vào Thiên nhiên

Trong nhãn quan nhân học thực chứng của Lý thuyết Sinh thái Nhân văn Sinh học, 10 Định chuẩn của Chủ quyền Sinh kế tựa như những chiếc 'Định' chốt vững chắc neo giữ nền tảng đạo đức của nhân loại, ngăn không cho cỗ máy thị trường cắt đứt sợi dây rốn thiêng liêng giữa con người và Đất Mẹ. Vượt qua dãy Himalaya hùng vĩ, tư tưởng ấy tìm thấy hình hài vật chất sống động tại Thành phố Chánh niệm Gelephu (Bhutan), nơi 9 nhịp cầu biểu tượng bắc qua 35 dòng sông suối - hiện thực hóa 9 trụ cột giá trị và 33 chỉ số của Tổng Hạnh phúc Quốc gia (GNH).

Phi hàng hóa hóa Mẹ Thiên nhiên: Cả hai đều từ chối hạ thấp đất đai và rừng núi thành bất động sản hay tư liệu sản xuất vô tri. Tại Gelephu, các nhịp cầu nhường không gian mặt đất cho hành lang đa dạng sinh học và ruộng bậc thang chống lũ, hiện thực hóa trọn vẹn nguyên tắc gìn giữ '*tài sản chung tự nhiên'* của Chủ quyền Sinh kế.

Tính tự chủ và Tuần hoàn khép kín: 10 Định chuẩn trao trả quyền làm chủ chuỗi sinh kế về tay cộng đồng, thoát khỏi sự thao túng của các tập đoàn độc quyền. Tương tự, các nhịp cầu Gelephu tích hợp sản xuất nông nghiệp, năng lượng tái tạo và thủ công mỹ nghệ ngay trong lòng đô thị, kiến tạo một hệ sinh thái tự cung tự cấp và không phát thải carbon.

Hợp nhất Vật chất và Tâm linh: Nếu chủ nghĩa Tư bản tách rời nhà máy khỏi đền đình, miếu mạo, thì Gelephu đặt đạo tràng và tu viện ngay trên các công trình hạ tầng kỹ thuật - minh chứng rằng mọi sinh kế bền vững đều phải khởi nguồn từ *'Đạo phụng dưỡng Thiên nhiên'*.

Tri thức Bản địa làm bệ phóng Tương lai: Cả hai đều bác bỏ tư duy *'xóa bỏ quá khứ để hiện đại hóa*', lấy ký ức cộng đồng, tri thức địa phương và hương ước lệ làng làm nền tảng cho mọi khởi đầu, biến chúng thành lá chắn bảo vệ bản sắc con người và nhân phẩm liên thế hệ.

Chỉ số của Giác ngộ Phật giáo

Dưới lăng kính Phật học, 10 Định chuẩn và 9 Nhịp cầu Gelephu chính là sự vận hành của trí tuệ Bát Nhã vào nghệ thuật đồng quản trị xã hội, đánh dấu bước chuyển mình từ nền văn minh của dục vọng sang nền văn minh của sự tỉnh thức.

Cả hai hành trình tư duy đều được kiến tạo trên nền tảng của *Lý Duyên Khởi* (*sự tương giao vạn vật*), đập tan ảo tưởng ngạo mạn của nền văn minh phương Tây vốn tự phong con người làm *'chúa tể'* đứng ngoài tự nhiên. Quan trọng hơn, mô hình này là liều thuốc giải độc trực diện cho *Tam độc (Tham - Sân - Si)* đang thống trị kinh tế học GDP, chuyển hóa kinh tế học thành con đường tu tập *Thiểu dục tri túc* (*biết đủ*), đưa nhân loại quay về và an trú trong chính mình.

***'Giấy báo tử'* của Chủ nghĩa Tư bản qua lời tiên tri của Karl Marx**

Hơn một thế kỷ rưỡi trước, trong bộ *Tư bản* và *Bản thảo Kinh tế - Triết học 1844,* Karl Marx đã giải phẫu những mâu thuẫn nội tại không thể dung hòa của phương thức sản xuất tư bản chủ nghĩa. Sự xuất hiện của học thuyết Chủ quyền Sinh kế và Thành phố Chánh niệm Gelephu hôm nay chính là bằng chứng lịch sử xác nhận tính chính xác tuyệt đối trong những dự báo của Marx:

Hàn gắn '*Sự đứt gãy Trao đổi chất*' (*Metabolic Rift*): Khâu lại vết thương lịch sử giữa con người và Đất đai, trả lại tư liệu sản xuất cho cộng đồng, đồng thời phục hồi sinh khí cho Đất (Mẹ) và thần khí cho Người lao động (Cha).

Chấm dứt sự Tha hóa (*Alienation*): Lao động gắn liền với sáng tạo văn hóa, nông nghiệp nương tựa vào tự nhiên và tu tập nội tâm trở thành hoạt động tự do nhằm phục sinh và nuôi dưỡng nhân cách.

Điểm tới hạn của Khủng hoảng Sinh thái: Sự ra đời của đô thị phát thải carbon âm Gelephu cùng làn sóng bảo vệ Chủ quyền Sinh kế là lời tuyên cáo rằng chủ nghĩa Tư bản và biến thể Tân tự do đã chạm đến giới hạn cuối cùng.

NGOẢNH LẠI khép lại với niềm tin vững chắc vào một trật tự kinh tế - xã hội hậu tư bản: nơi giá trị sử dụng và sự cân bằng sinh thái thay thế cho giá trị thặng dư bóc lột; nơi trí tuệ soi đường cho khoa học và công nghệ; và nơi con người cuối cùng cũng trả xong món nợ '*tín chấp vũ trụ'*, hiên ngang sải bước tiến về phía trước với tư thế của những chủ thể giác ngộ./.

Tài liệu tham khảo

Triết học Phương Đông & Phật giáo Nguyên thủy

Bodhi, Tỳ-kheo (Dịch giả). (2000). *Tương ưng Bộ kinh* (*Saṃyutta Nikāya*). Wisdom Publications. *(Bản dịch tiếng Việt tham khảo: Thích Minh Châu dịch, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam).*

Lão Tử. (2006). *Đạo Đức Kinh* (Nguyễn Hiến Lê, Dịch giả). NXB Văn hóa Thông tin. (Tác phẩm gốc xuất bản khoảng thế kỷ IV TCN)

Nyanatiloka. (1980). *Từ điển Phật học: Cẩm nang thuật ngữ và giáo lý Phật giáo* (Tái bản lần 4). Buddhist Publication Society.

Kinh tế Chính trị học Mác-xít & Phê phán Chủ nghĩa Tân tự do

Harvey, D. (2005). *Lịch sử vắn tắt về chủ nghĩa tân tự do*. Oxford University Press.

Marx, K. (1976). *Tư bản: Phê phán khoa kinh tế chính trị* (Quyển 1). NXB Sự thật / NXB Chính trị Quốc gia. (Tác phẩm gốc xuất bản năm 1867)

Marx, K. (1988). *Bản thảo kinh tế - triết học năm 1844*. NXB Sự thật / NXB Chính trị Quốc gia. (Tác phẩm gốc xuất bản năm 1932)

Polanyi, K. (2001). *Sự chuyển biến vĩ đại: Nguồn gốc chính trị và kinh tế của thời đại chúng ta* (Tái bản lần 2). Beacon Press. (Tác phẩm gốc xuất bản năm 1944)

Smith, A. (1976). *Của cải của các quốc gia* (NXB Giáo dục, Dịch giả). Oxford University Press. (Tác phẩm gốc xuất bản năm 1776)

Lịch sử Tiến hóa & Nhân học Tôn giáo

Harari, Y. N. (2015). *Sapiens: Lược sử loài người* (Nguyễn Thủy Chung, Dịch giả). NXB Tri thức.

Tylor, E. B. (2010). *Văn hóa nguyên thủy* (Tập 1–2, Huyền Giang, Dịch giả). Tạp chí Văn hóa Nghệ thuật. (Tác phẩm gốc xuất bản năm 1871)

Văn kiện Chính thức & Chính sách của Vương quốc Bhutan

Bộ Du lịch, Chính phủ Hoàng gia Bhutan. (2023). *Hướng dẫn chính sách Phí Phát triển Bền vững (SDF) và quy định du lịch*.

Chính phủ Hoàng gia Bhutan. (2008). *Hiến pháp Vương quốc Bhutan* (Điều 5: Môi trường). Hội đồng Quốc gia Bhutan.

Cơ quan Quản lý Thành phố Chánh niệm Gelephu. (2023). *Tầm nhìn Hoàng gia về Thành phố Chánh niệm Gelephu: Thông điệp Quốc khánh lần thứ 116 của Quốc vương Jigme Khesar Namgyel Wangchuck.*

Ura, K., Alkire, S., Zangmo, T., & Wangdi, K. (2012). *Phân tích toàn diện về Chỉ số Tổng Hạnh phúc Quốc gia (GNH)*. Trung tâm Nghiên cứu Bhutan.

Sinh thái học Chính trị & Phê phán Cách mạng Xanh

Daly, H. E. (1996). *Vượt lên tăng trưởng: Kinh tế học của sự phát triển bền vững* [Beyond Growth: The Economics of Sustainable Development]. Boston, MA: Beacon Press.

Raworth, K**.** (2017). *Kinh tế học Bánh rán: Bảy cách tư duy như một nhà kinh tế học thế kỷ 21* [Doughnut Economics: Seven Ways to Think Like a 21st-Century Economist]. White River Junction, VT: Chelsea Green Publishing.

Shiva, V. (1991). *Bạo lực của Cách mạng Xanh: Nông nghiệp, sinh thái và chính trị Thế giới Thứ ba* [The Violence of the Green Revolution: Third World Agriculture, Ecology, and Politics]. London: Zed Books.

Shiva, V. (2005). *Dân chủ Trái Đất: Công lý, bền vững và hòa bình* [Earth Democracy: Justice, Sustainability, and Peace]. Cambridge, MA: South End Press.

Trần Thị Lành & Liên minh Chủ quyền Sinh kế (LISO). (2014). *Sự tương giao giữa Chủ quyền Lương thực, Chủ nghĩa Sinh thái và Sinh thái Nhân văn Sinh học*. Hà Nội: Livelihood Sovereignty Alliance (LISO).

Trần Thị Lành. (2024). *Bài phát biểu dẫn đề về Chủ quyền Sinh kế Bản địa và Quyền sở hữu đất đai cộng đồng dựa trên Luật tục*. Hội nghị Trägertagung, Engagement Global / BENGO.

Viện Nghiên cứu Chính sách Xã hội và Sinh thái (SPERI). (2005). *Một tiếp cận từ Lý thuyết Sinh thái Nhân văn Sinh học*. Hà Nội: SPERI. *(Nội dung cốt lõi: Ghi chép hành trình thực địa của Trần Thị Lành và tổ chức TEW/CHESH/SPERI cùng các cộng đồng dân tộc thiểu số lưu vực sông Mekong, đúc kết triết lý Thiên nhiên là Mẹ của muôn loài và rừng thiêng là bàn thờ tâm thức của cộng đồng).*

Viện Nghiên cứu Chính sách Xã hội và Sinh thái (SPERI). (Không ghi năm xuất bản). *Hồ sơ nghiên cứu Đồng quản trị rừng cộng đồng, Luật tục và Tín ngưỡng Phụng dưỡng Thiên nhiên*. Hà Nội: Cổng thông tin điện tử SPERI.

Viện Nghiên cứu Chính sách Xã hội và Sinh thái (SPERI), & Liên minh Chủ quyền Sinh kế (LISO). (Không ghi năm xuất bản). *Chủ quyền Sinh kế liên thế hệ (Livelihood Identity) và "tài sản chung tự nhiên"*. Hà Nội: SPERI & LISO.