

Thế là Già!

Shambhala Publications, Inc.

ISBN 978-1-59030-776-2

@2010 by Susan Moon

Copyright © 2010 Susan Moon

Copyright arranged with: Shambhala Publications, Inc.

300 Massachusetts Avenue, Boston, MA 02115

Through Tuttle-Mori Agency Co., Ltd.

*Sách được chuyển ngữ theo hợp đồng bản quyền với NXB Shambhala (thông qua công ty TNHH Turtle Mori). Muốn sử dụng bản dịch dưới hình thức nào, xin vui lòng liên hệ Cô Diệu Liên Lý Thu Linh qua email: ltl3107@yahoo.com
Xin cảm ơn.*

Susan Moon

Thế là Già!

Thiền Quán Về Tuổi Già Với Chút Tự Trào Và Tự Hào

This Is Getting Old

Zen Thoughts on Aging with Humor and Dignity

Chuyển Ngữ:

Diệu Liên Lý Thu Linh

Diệu Ngộ Mỹ Thanh

Giác Nghiêm Nguyễn Tấn Nam

*Để tưởng niệm đến Alice, mẹ tôi
Và Paloma, cháu gái tôi
Tôi chẳng biết gì về Alice, khi người còn trẻ
Và sẽ chẳng bao giờ biết Paloma ra sao ở tuổi già
Nhưng cả hai đều đã để lại dấu ấn trong tôi
về sự nhiệt tình mà họ đã dành cho cuộc sống.*

Susan Moon

Xin tặng tất cả các anh chị em tôi và những người trên 50.

Diệu Liên Lý Thu Linh

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC - 2012

MỤC LỤC

Lời giới thiệu	7
Lời người dịch	15

Phần I: **Những Vết Rạn Trên Thân Tâm**

<i>Chương 1:</i> Tôi để bình bát ở đâu?.....	21
<i>Chương 2:</i> Vết Nơ Trên Bầu Trời.....	31
<i>Chương 3:</i> Rời khỏi vị thế Hoa Sen	45
<i>Chương 4:</i> Ông Thờ	53
<i>Chương 5:</i> Xương Già.....	73
<i>Chương 6:</i> Tất Cả Đều Sụp Đổ	87
<i>Chương 7:</i> Giây Phút Lão Hóa, Giây Phút Tuyệt Vời	95

Phần II: **Những Thay Đổi Trong Các Mối Liên Hệ**

<i>Chương 8:</i> Dưới Bóng Mát Cây Đồi.....	101
<i>Chương 9:</i> Hoán Đổi Giữa Ta và Người.....	115
<i>Chương 10:</i> Ngôi Nhà Chung.....	129
<i>Chương 11:</i> An Nhiên Tự Tại	137
<i>Chương 12:</i> Tâm Lão Bà.....	149

<i>Chương 13:</i> Vô Ái Dục	159
<i>Chương 14:</i> Vô Hình, Vô Tướng	165
<i>Chương 15:</i> Cô Bé Tinh Nghịch Trở Về	173

Phần III: **Trong Cõi Tâm Linh**

<i>Chương 16:</i> Uống Trà Với Thượng Đế	187
<i>Chương 17:</i> Tôi Chẳng Là Tôi Nữa.....	193
<i>Chương 18:</i> Không Thở Mang Theo.....	209
<i>Chương 19:</i> Chốn Bí Mật	217
<i>Chương 20:</i> Trò Chuyện Với Người Mẹ Đã Khuất Của Tôi	227
<i>Chương 21:</i> Hiện Tại	241
<i>Chương 22:</i> Cô Đơn Giữa Mọi Người	251
<i>Chương 23:</i> Bao La Cõi Đời	263
Tri Ân	269

Lời giới thiệu

Sáu mươi và vẫn còn khỏe mạnh, tôi chỉ mới chập chững bước vào tuổi già. Nên giờ đúng là thời điểm tôi cần tham khảo về vấn đề này để phát triển sự can đảm, vì tuổi già là điều khó chấp nhận. Tuổi già thật đáng sợ.

Tôi chưa bao giờ chuẩn bị cho tuổi già. Tôi vẫn hy vọng mình còn có thể sống qua nhiều lần sinh nhật nữa, nhưng lại không chuẩn bị cho sự hao mòn trong quá trình đó. Vừa qua tuổi sáu mươi không lâu, các khớp xương của tôi đã cứng, tóc tai biến mất ở chỗ này lại mọc ra chỗ khác, tên tuổi của người khác tôi không còn nhớ rõ, thì tôi phải chấp nhận những gì đang xảy ra cho tôi.

Quá trình tu tập theo Phật giáo giúp tôi không lẩn tránh những gì khó khăn. Khó khăn đôi khi cũng ẩn chứa những tín hiệu tốt lành, ngay chính trong mớ bòng bong đó. Cũng như với tư cách là một nhà văn, việc quán sát, tìm hiểu những điều khổ đau là cái tôi quan tâm nhất. Vì thế tôi bắt đầu viết về tuổi già. Tôi muốn nhìn tận mặt sự lão hóa. Đó là cái gì?

Đầu tiên, tôi liệt kê những điều khó khăn mà bản thân tôi trải nghiệm, như là lẩn trí, đau gối, và sợ cô đơn, rồi tôi quyết viết một bài văn về mỗi thứ này. Tôi muốn tập cho mình biết làm thế nào để chấp nhận tuổi già mà không cảm thấy ngao ngán, chua cay. Sau đó, khi tôi ngày càng già hơn, thì nhiều thứ khác cũng xuất hiện, vừa tuyệt vời vừa đau đớn. Tôi lên chức bà, mẹ tôi qua đời và tôi vẫn còn tiếp tục viết. Tôi không chỉ viết về những điều đang xảy ra cho thân tâm mà tôi không thích, mà tôi còn viết về những đổi thay trong các mối liên hệ do tuổi già. Trong lúc viết, tôi ghi nhận những đổi thay huyền bí, cũng như những khai thông mới trong tâm linh, những cách sống mới mà tuổi già mang đến cho tôi.

Quyển sách có vẻ là chuyện riêng tư, nhưng tôi hy vọng là những quan tâm của tôi cũng liên quan đến những vấn đề của bạn. Tôi cũng hàm ân những vị đã viết về các vấn đề kinh tế ở tuổi già, những quan tâm về sự chăm sóc sức khỏe, nhà ở, mà nhiều người già phải đối mặt.

Montaigne, ở thế kỷ thứ mười sáu, đã sốc thế giới văn chương khi mang kinh nghiệm cá nhân của mình vào những trang viết về triết học và tư duy. Ông đã tuyên bố, “Bản thân tôi là chủ đề của sách tôi”. Ông gọi các bài viết của mình là “bài văn tập”, ngụ ý là những *thử nghiệm* (*attempts*). Tôi hàm ân ông vì đã mở lối đi này từ rất lâu. Còn đây là sự thử sức của tôi.

Ngoài ra, quyển sách này cũng là một phần của một cuộc đối thoại lớn hơn. Tôi thuộc về thế hệ những người có

thói quen luôn trao đổi với nhau về những gì mà mình đang trải qua, nên chúng tôi đã cùng nhau thực hiện việc này. Không chỉ mình tôi già đi, đầu tôi sống trong nhà một mình.

Tôi thuộc về một nhóm năm người, tất cả đều là phụ nữ trên sáu mươi. Chúng tôi thường tụ họp lại để chia sẻ những kinh nghiệm của tuổi già, về những gì đang xảy ra cho xương cốt của chúng tôi, cho cuộc sống gia đình của chúng tôi. Chúng tôi tự gọi mình là “*crones*” (những lão bà). Tự điển định nghĩa *crone* là “bà lão già héo”. Vài người trong Crone Group (Nhóm Lão Bà) héo hắt hơn những người còn lại, nhưng tất cả chúng tôi sẽ còn phải héo hắt thêm nữa trước khi ra đi vĩnh viễn.

Điều này khiến tôi nhớ lại một tổ chức phụ nữ khác mà tôi cũng là thành viên trong thập niên 70 - nhóm ‘đánh-thức-lương-tri’. Lúc đó chúng tôi tụ họp lại để lột mặt sự kỳ thị giới tính mà chúng tôi đã quá quen thuộc và để giúp nhau chống lại những gì mà chúng tôi không thể nào chấp nhận được nữa. Trong Nhóm Lão Bà, chúng tôi cũng hỗ trợ lẫn nhau, nhưng giờ thì không phải là để đối kháng mà là để chấp nhận. Tôi không nói đến sự buông xuôi, nhưng: *Đây là sự thật. Đây là những gì đang xảy ra. Chúng ta phải đối mặt với chúng như thế nào?* Trong quá trình đó, đôi khi chúng tôi thấy hình như mình đang tung hô tuổi già.

Tôi rất bực khi nghe ai đó nói, “Đầu bạn có già, bạn vẫn có thể trẻ trong tim!” để an ủi người già. Ấn sau câu nói đầy thiện ý đó là một giả định văn hóa sâu xa rằng già là xấu, trẻ thì tốt. Tôi thật muốn biết, già trong tim thì đã

sao? “Già trong tim”- điều đó nghe không hay lắm sao? Bạn không muốn được yêu thương bởi những người mà trái tim họ đã quen yêu thương qua nhiều năm tháng sao?

Trong văn phòng chật chội của nhóm Gray Panthers (Những Con Báo Xám), treo đầy trên tường là những áp-phích hình ảnh của nhiều khuôn mặt già trẻ, tuổi tác khác nhau, và dưới mỗi bức hình là những dòng chữ, “Tuổi đẹp nhất là tuổi bạn đang mang”.

Tuổi già là một phần của cuộc sống. Vào thế kỷ thứ mười ba ở Nhật Bản, đại lão thiền sư Dogen đã viết, “Đừng nghĩ rằng lửa có trước, tro tàn có sau. Lửa tự nó là một giai đoạn và tro tàn tự nó cũng là một giai đoạn”. Chúng ta đang ở giai đoạn của chính mình; đừng nghĩ về lúc chúng ta đã từng là người trẻ, hay nghĩ đến lúc chúng ta sắp là người chết.

Nhưng ngay chính thiền sư Robert Aitken, trong một cuộc phỏng vấn về tuổi già - lúc đó ông đã tám mươi - cũng đã phải thú nhận với tiếng cười, “Tôi thường cảm thấy mình giống như một người trẻ tuổi nhưng có điều gì đó trực trặc với tôi”.

Phải cần thời gian để hình ảnh tự - ngã trong tâm bắt kịp với thân. Thoáng nhìn hình ảnh mình phản chiếu qua cửa kính tiệm bán đồ, lúc đầu tôi không nghĩ đó là tôi, mà một người nào đó già hơn tôi. Khi tôi đến dự buổi họp mặt các bạn cũ lần thứ năm mươi, tôi nghĩ mình đã vào lộn

phòng: Mấy cụ già lấm cộm này là ai vậy? Và rồi sự nhận nhìn kỳ thú: trên gương mặt của người đàn ông già tóc bạc kia, là cậu bé thường hay kéo tóc tôi những lúc ra chơi.

Mẹ tôi, Alice Hayes, một nhà thơ nghiêm túc nhưng rất thích hài hước, đã viết như sau¹:

*Trong tuổi già, một Cô (Ms.) còi cọc
Bắt đầu học về tính hiện tại (isness) của hiện tại (is)
Nhưng không ai làm việc đó,
Nên cô chỉ đã là (WAS) và đã là (WAS)...
Giờ thì cô đã ra đi để Có Mặt (BE) ở Cadiz.*

Đúng vậy, thưa mẹ. Một vị thầy Phật giáo Wes Nisker cũng đã nhắc nhở rằng, chúng ta được gọi là ‘human being’ (con người), không phải là ‘human doings’ (làm người). Lão Tử cũng đã nói thế, từ rất lâu rồi: “Đạo để thực hiện là có mặt”. Chúng ta, những người già, bắt buộc phải chậm lại trong lãnh vực *làm*, nhưng được ở tay trên trong lãnh vực *có mặt*. Mẹ tôi là một trong hai người khiến tôi ngạc nhiên vì đã xuất hiện một cách thiếu cân đối trong quyển sách này. Bà mất khoảng thời gian tôi bắt đầu viết về tuổi già, nhưng điều đó không hề cản trở việc bà có mặt đều khắp trong tất cả các bài viết của tôi. Lý ra tôi không nên ngạc nhiên, vì bà là người già mà tôi biết rõ nhất. Một

¹ ND: Bài thơ dưới đây chỉ là tạm dịch, không thể nói lên ý nghĩa thực sự của nó vì đây là cách chơi chữ về văn phạm trong tiếng Anh, về các *thì* của động từ *To Be*, không có phần tương ứng trong tiếng Việt, hoặc ít nhất là trong khả năng tôi không thấy có.

điều gì đó đã gây xúc động trong tôi khi tôi chứng kiến bà chuyển đổi từ hơi già đến già thật già.

Một thành viên khác trong gia đình cũng luôn có mặt trong sách là cháu gái tôi, Paloma, được sinh ra trước khi mẹ tôi qua đời. Cháu giúp tôi hiểu về tuổi già bằng cách cho tôi thấy cái trẻ của cháu. Tôi thấy chúng tôi rất khác nhau: tôi không thể treo đầu gối trên các xà trong phòng thể dục, còn cháu không thể kể chuyện về cuộc đời thuộc thế kỷ thứ 20 xa xưa rồi. Tôi cũng nhận thấy rằng, những năm tháng phân cách giữa chúng tôi không phải là một chướng ngại mà là một thứ để làm phong phú thêm niềm vui được sống bên nhau.

“*Wabi-sabi*” là một thuật ngữ Nhật dùng để diễn tả cái đẹp của vô thường, cái không toàn hảo của những thứ đã cũ mòn, nứt bể qua sử dụng. Những thứ đơn giản, cũ kỹ giống như một chén trà bằng đất cũ, và những thứ biểu hiện tuổi và sự sử dụng của chúng, giống như một cầu thang gỗ cũ bóng loáng bởi nhiều bàn tay chạm vào, đều tuyệt đẹp.

Tôi thường vá nhiều mảnh vải trên quần áo và dán keo những chiếc đĩa bể lại với nhau. Tôi thích mạn vá nhiều món đồ. Tôi thích chụp hình những thứ cũ kỹ: những vết nứt hình lưới nhện trên mặt kính xe tải, mảng rêu sáng trên tường của một trạm tàu hỏa bỏ hoang. Các cô cậu trẻ tuổi bây giờ phải trả nhiều tiền để đi tắt đến *wabi-sabi* khi họ mua những chiếc quần jean kiểu mẫu đã được làm phai màu trước, được làm nhăn nhó trước, làm rách trước khi

sử dụng, nhưng cái nét mộc của *wabi-sabi* không thể sản xuất ra trong nhà máy. Điều đó phụ thuộc vào thời gian.

Trong *ikebana* - nghệ thuật cắm hoa của Nhật Bản - những loại hoa chóng héo tàn lại đặc biệt được coi trọng vì chúng hiển lộ vẻ đẹp của vô thường. Chính vì chúng chóng héo tàn nên chúng được quý trọng.

Tôi cũng đang trở nên một *wabi-sabi*. Tôi quán sát bề mặt bàn tay của mình với sự thích thú: các đốm nâu đang mọc từ lum, những đám gân xanh đang nổi cộm hẳn lên. Tôi có thể dùng bàn tay kia để kéo đám da lỏng lẻo trên bàn tay khẳng khiu. Điều đó có gì xấu không?

Càng già, tôi càng trở nên hướng nội, chỉ dựa vào bản thân mình. Công việc làm không còn, con cái đã lớn, sống rất xa, cha mẹ đã qua đời. Không còn có thể đeo ba-lô đi bụi, không còn nhảy được hip-hop. *Thực ra*, tôi là ai? Giờ, đó là việc tôi phải tự khám phá.

SUSAN MOON

Lời người dịch

Ai cũng phải chết nên chết là điều đáng sợ. Tuy nhiên không phải ai cũng *được* trải qua tuổi già, nên dầu tuổi già còn đáng sợ hơn cái chết, người ta vẫn chúc tụng nhau sống lâu trăm tuổi, đầu bạc răng long. Vì không phải ai cũng thấy được những cái khổ của tuổi già.

Susan Moon là một Phật tử. Bà đã có nhiều năm hành thiền, nên bà cảm nhận được cái khổ của tuổi già. Trong quyển tùy bút này, Susan đã nói lên những ảnh hưởng của tuổi già trên thân, trên tâm của bà. Rồi những ảnh hưởng đó cũng khiến cho các mối liên hệ của bà đối với bản thân, với bạn bè, người thân, với xã hội phải thay đổi.

Qua quyển sách mỏng này, Susan đã chia sẻ rất chân thật các tâm trạng mà bà phải trải qua trong tuổi già, trong thân phận một người nữ. Cảm giác cô đơn, sợ hãi, trầm uất, sân hận, nghi ngờ... Tất cả đều có mặt, thật ra không chỉ ở tuổi già mà ở trong mọi chúng sanh tầm thường, ở mọi lứa tuổi. Chỉ có điều khi trẻ, chúng ta sẽ khó nhận

diện chúng vì chúng ta còn có bao niềm vui khác để khóa lấp, chôn vùi. Vì thế dầu tác giả có sợ rằng những điều mình viết là những tâm tư của riêng mình, cũng khó có người đọc nào không thấy trong đó hình bóng của người thân, hay của chính bản thân mình trong đó. Tôi cũng thường bắt gặp mình đi từ trên gác xuống bếp, rồi ngo ngẩn ở nhà bếp không biết mình xuống đó để làm gì. Phải mất ít phút giây đứng lạng, hồi tưởng. Đôi khi nhớ lại được, đôi khi phải trở lại lên gác, ngồi xuống ghế, thì lại chợt nhớ ra lý do mình đã xuống dưới nhà. Rồi mới đây thôi, chuyện anh Hai tôi đi lòng vòng trong bãi đậu xe của một khu mua sắm ở xứ người gần cả tiếng, cũng không tìm ra được nơi mình đã đậu xe, được chị em tôi kể cho nhau nghe mà cười thương hại. Đâu biết rằng những điều đó đang chờ mình ở phía trước. Vì chuyện đó cũng đã xảy ra cho Susan Moon, và có thể cũng đã xảy ra cho bao nhiêu người cao niên khác nữa.

Tuy nhiên dầu tuổi già có tạo ra những “vết nơ trên bầu trời”, tác giả với lối hành văn hóm hĩnh, với những hiểu biết về Phật giáo đã không mang đến cho người đọc cảm giác bi quan, yếu xìu. Trái lại, tôi đoán chắc rằng khi gặp quyển sách lại, bạn sẽ thấy như một người sắp lên đường, sắp bắt đầu một cuộc hành trình cam go nào đó, mà bỗng nhiên có người đến nói cho bạn biết tất cả những gì bạn phải chờ đón ở phía trước, thì còn có gì phải sợ hãi chứ. Nếu luôn quán tưởng về cái chết, như đức Phật đã dạy, có thể giúp ta chờ đón, chuẩn bị cho cái chết tốt hơn, thì những người *may mắn* như chúng ta, những người đã

được bước vào tuổi già cũng có thể làm như thế đối với tuổi già.

Hơn thế nữa, tôi cũng đoán chắc rằng những nhận xét ý nhị, tinh tế, mà khôi hài của Susan Moon cũng sẽ khiến bạn không thể không cười. Cũng sẽ khiến bạn thấy tuổi già cũng không hoàn toàn bất lợi. Và đó là sự thành công của tác giả.

Xin cảm ơn các bạn đồng dịch giả đã giúp quyển sách được tới tay độc giả Việt Nam. Dầu đã hết sức cố gắng, chúng tôi cũng khó tránh khỏi nhiều thiếu sót, mong quý độc giả vui lòng lượng thứ và chỉ giáo cho. Xin cảm ơn những tấm lòng luôn hoan hỷ hỗ trợ để một số sách được đến tay người đọc hoàn toàn miễn phí.

Xin hồi hướng công đức này đến khắp tất cả, đệ tử và chúng sanh, đều trọn thành Phật đạo.

Diệu Liên Lý Thu Linh

ltl3107@yahoo.com

Phần I

Những Vết Rạn Trên Thân Tâm

Chương 1

Tôi Để Bình Bát Ở Đâu?

Ngày nọ, tôi đang điền giấy tờ, nhưng không thể nhớ nổi số an sinh xã hội của mình. Tôi nhẩm lại mấy lần, nhưng cũng không thể đi xa hơn ba số đầu tiên. Cuối cùng tôi phải tìm chúng trên giấy khai thuế năm rồi. Để tự trấn an, tôi đọc một lèo *Kinh Cựu Ước* theo đúng thứ tự, mà không một lần dừng lại. Năm tôi mười tuổi, bà cô tôi đã trả cho tôi hai đô-la để học thuộc lòng chúng và chúng vẫn ở nguyên trong đầu tôi hơn năm mươi năm nay. Bà nói rằng học thuộc lòng chúng có thể giúp ích cho tôi khi cần, và thật đúng vậy, nhưng không phải như cách bà mong đợi.

Dĩ nhiên, lẫn trí cũng là việc bình thường trong tuổi già. Tôi đoán, không biết trong những năm cuối đời, có lúc nào đức Phật quên không biết Ngài đã để bình bát của mình ở đâu. Nhưng đầu chuyện lẫn lộn có bình thường hay không, nó cũng là điều phiền toái, nếu không muốn nói là làm ta như què quặt. Thật đau lòng khi quên những điều

mình thường nhớ đến. Không ít lần tôi đã phải nhờ bạn đi rào quanh đường, tìm xem tôi đã đậu xe chỗ nào. Tâm tôi, cũng giống như quả thận của tôi, đã teo tóp lại với tuổi tác nên dung tích của nó không còn chứa được nhiều như xưa.

Giờ tôi liệt kê tên bạn bè trong sổ danh bạ dưới tên gọi (first name), vì tôi sợ mình sẽ không nhớ nổi tên họ (last name) của họ nữa. (Nhưng điều này chỉ ích lợi nếu như tôi còn nhớ thứ tự các chữ cái). Tật lú lẫn thường làm tôi quên phần cuối của cái tên, nên đôi khi tôi thấy mình bám vào chữ đầu tiên của tên gọi giống như người đang trôi giữa biển bám vào mảnh gỗ của cột buồm.

Tuần rồi tôi gặp một người quen trong một tiệm tạp hóa, tên người đó, tôi chắc là, bắt đầu bằng chữ P., nhưng là Peter hay Paul? Mẹ tôi có cách đối phó trong trường hợp đó. “Xin chào! Tôi còn nhớ tên *của tôi* đó! Còn bạn, có biết tên *của bạn* là gì không?” Nhưng tôi thích sự chân thật, nên chúng tôi trao đổi chuyện nên gói hàng hóa bằng giấy hay túi ni-lông, và rồi khi đẩy xe ra khỏi quầy tính tiền, tôi nghe mình nói, “Rất vui gặp Phil nhé”. Đó đúng là vấn đề của việc hồi tưởng. Đôi khi, nếu tôi không lo lắng thái quá về điều đó, thì cái tên tự nhiên sẽ xuất hiện khỏi cái góc tối của đầu óc tôi. Cái tên sẽ nói, “Làm gì vội vã thế? Từ từ tôi sẽ đến thôi”. Mẹ tôi còn trải qua giai đoạn mà khi nói bà còn không thể nhớ những từ thông thường. Bà bắt đầu viết chúng xuống - sau khi bà *đã* nhớ lại chúng - trong một cuốn sổ tay nhỏ mà bà luôn mang theo mình. *Danh mục. Mạch máu. Phấn hoa.* Bà nghĩ rằng bà có thể tra tìm chúng khi cần thiết. Giờ điều đó cũng xảy ra cho

tôi: tôi biết có một từ ngữ thích hợp cho điều tôi muốn nói, nhưng không thể nhớ đó là gì. Nếu người khác nói đến từ đó, thì tôi sẽ hiểu ý nghĩa của nó, nhưng dường như tôi không thể nắm bắt lấy nó, cuộn nó lại, để bỏ vào trong... À, bạn gọi mấy cái giỏ gai mà các ngư dân dùng là gì nhỉ?

Mà cũng không chỉ có từ ngữ, cả đồ vật nữa. Đi qua cửa an ninh phi trường, tôi đã bị giữ lại vì mấy cái dao nhỏ (để xấn bơ) trong túi xách. (Tôi thường không đi du lịch mà mang theo dao nhỏ, nhưng tôi mang chúng từ nhà người thân này qua nhà người khác). Khi viên chức an ninh cho phép tôi được mang chúng theo, tôi thở phào nhẹ nhõm, bước đi ra cổng máy bay, để quên lại máy tính xách tay của tôi trong cái khay nhựa xám. Tôi không ý thức được điều đó cho đến sáng hôm sau, khi ngồi xuống bàn để soạn mấy lá thư, tôi mới sực nhớ lại. Sau mấy ngày gọi điện thoại như khủng điên, tôi được người ta gửi trả lại cái máy. Giờ tôi ghi tên, thông tin liên lạc trên giấy, rồi dán bên ngoài máy tính.

Năm ngoái, khi tôi bị vấn đề về trí nhớ rất tệ, tôi thật sự lo sợ. Có mấy tuần, dường như ngày nào tôi cũng quên cái gì đó rất quan trọng, giống như tôi quên bóp để trong xe đẩy ở chỗ đậu xe của tiệm bách hóa. (Một tiếng sau khi tôi quay trở lại tiệm, cái xe đẩy vẫn còn nguyên nơi tôi để nó trước đó, với cái bóp của tôi cũng còn đó). Tôi cũng quên những thứ không đáng kể nữa. Tôi bỏ cái lược trà vào tách, rồi chế nước sôi vào, nhưng trước đó tôi quên bỏ lá trà vào cái lược trà.

Tôi đi bác sĩ tâm lý để xét về các hoạt động tâm thức của mình. Chính ông bác sĩ cũng đã hơn sáu mươi, nên đầu tiên chúng tôi cùng nhau hồi tưởng lại những năm sáu mươi - thập niên sáu mươi, không phải tuổi sáu mươi của chúng tôi - điều đó khiến tôi cảm thấy dễ chịu, thoải mái hơn. Sau đó ông bảo tôi lặp lại một dãy con số và chữ, rồi ông cho tôi xem một danh sách các từ ngữ được in bằng những màu mực khác nhau, bảo tôi phải nói tên các màu sắc càng nhanh càng tốt. Ông nói tôi thực hiện các việc này rất tốt, “ở tuổi của tôi”. Tôi thấy được trấn an, đầu câu nói ở tuổi của bà không giấu được nét buồn trong đó, giống như câu nói “Đối với một phụ nữ ở tuổi đó, trông bà cũng được”.

Ông khuyên tôi nên quên những thứ không quan trọng chỉ làm rối không gian quý báu trong đầu tôi. Và ông nói, “Điều tốt nhất chúng ta có thể làm cho đầu óc của mình ở tuổi này là nghỉ ngơi khoảng nửa tiếng mỗi trưa”. Ý kiến hay; một ngày nào đó tôi sẽ biến điều này thành một thói quen.

Việc khám nghiệm đó giúp tôi chấp nhận rằng trí nhớ suy giảm cũng là chuyện bình thường. Đó là điều phải xảy ra. Tôi thường nghĩ mình khá thông minh, nhưng giờ tôi được có cơ hội để buông bỏ ngộ nhận đó. Giờ tôi đã có một bộ óc khác, nên nếu tôi cứ bám víu vào cái đầu của hai mươi năm trước, thì tôi sẽ khổ thôi.

Rồi đến việc nghĩ nhớ nữa. Tôi có thể không nhớ tên họ của nhiều người quen, nhưng tôi lại nhớ hình ảnh lúc

cha tôi đứng ở ngưỡng cửa phòng trọ của chúng tôi ở Chicago. Ông nhìn giống như một người xa lạ trong bộ quân phục màu nâu, đầu đội nón, mà ngọn đèn ngoài kia hắt bóng xuống. Lúc đó tôi khoảng hai tuổi rưỡi, và ông đã tham gia cuộc chiến ở Đông Dương.

Bạn càng già, cuộc sống của bạn càng ở trong quá khứ. Quá khứ càng xa, ký ức của bạn càng mang nhiều dấu ấn của lịch sử. Công việc của người già là kể chuyện về những thời đã qua - thí dụ như chuyện về người cha biến mất trong chiến tranh như thế nào. Hay về việc bước xuống bến xe buýt Greyhound ở Biloxi, bang Mississippi, bốn mươi lăm năm về trước, để làm việc ghi danh cho người ta đi bầu cử, và được ngài quận trưởng cảnh sát đón tiếp bằng câu, “Này, cô gái trẻ, đừng có mà gây chuyện trong thành phố chúng tôi nhé”. Lịch sử không phải là những điều thực sự đã xảy ra - không có chuyện đó đâu. Nó là những gì mà người ta nhớ lại và kể với nhau. Miễn là đừng dông dài quá đáng.

Một trong những người hùng của tôi là Studs Terkel, một nhà sử gia truyền khẩu vĩ đại. Đối với ông, việc người ta kể lại chuyện của họ là rất quan trọng, vì như ông nói, “Chúng ta sống trong Liên Bang của Alzheimer (bệnh lãng trí). Người ta đã quên chính lịch sử của họ”.

Đôi khi tôi kể một câu chuyện đến mấy lần, quên rằng tôi đã kể rồi trước đó, nhất là khi chuyện trò với con cái. Tôi cố gắng nhớ để dặn chúng, “Nếu mẹ đã kể chuyện này rồi, thì chận mẹ lại nhé”, vì tôi biết từ kinh nghiệm với mẹ

tôi là phải ngồi nghe lại một câu chuyện đã biết, rồi lại phải tỏ vẻ ngạc nhiên ở những đoạn hào hứng, là rất phiền toái. Ừ, thì điều đó thực sự phiền toái nếu bạn đã nhớ câu chuyện, và đó là một trong những lý do tại sao những người già nên chỉ đàn đúm với nhau. Khi tôi kể cho Bill, một người bạn cũ, một câu chuyện đến lần thứ hai, cũng không hề hấn gì, vì ông ta đã hoàn toàn quên nó rồi. Đây có thể nên gọi là “tâm khai thị”.

Không cần phải nói, tôi cũng nhớ lại những điều kinh khủng, những lỗi lầm tôi đã tạo ra trong quá khứ. Tôi nhớ đã quăng một khúc củi ngang phòng khách, vào người đàn ông tôi đã từng yêu (may mắn, mà không trúng). Tôi nhớ mình đã cuộn người trong tủ áo kín cửa, sau mấy cái áo bành tô, để các con không thể nghe tôi khóc. Ký ức giống như là nhựa. Những gì tôi nhớ có thể không phải là điều thực sự đã xảy ra, và cách tôi nhớ nó cũng thay đổi, tùy thuộc vào sự thay đổi trọng tâm câu chuyện.

Những ký ức về thân, giống như cách bạn gài nút áo, dường như là điều cuối cùng ra đi. Một đạo hữu thân quen đã bị bệnh lãng trí (Alzheimer) nặng, bà không còn đến thiên đường để thực hành được nữa. Nhưng cuối cùng bà cũng đến, một thời gian rất lâu sau khi bà đã quên sắp xếp cuộc sống như thế nào. Một người trong tầng đoàn đến nhà rước bà đến dự thời khóa thiên buổi sáng. Bà không biết mình đi đâu, và tại sao, hay ai đang giúp đỡ bà. Người ta phải đỡ bà từ xe vào trong thiên đường, và giúp bà mặc áo tràng. Nhưng một khi bà đã vào trong thiên

đường, cung cách, tư thế của ba mươi lăm năm tu tập vẫn hiển hiện nơi thân bà. Tôi thật cảm động khi nhìn thấy, suốt thời khóa, bà đã không sai sót như thế nào, vẫn biểu lộ sự nghiêm trang, tận tụy. Bà tụng *Tâm Kinh* thuộc lòng như mọi người khác, đánh lễ khi cần đánh lễ, và khi đến lượt bà bước ra khỏi thiền đường, bà chấp tay đến vái chào vị trụ trì để ra về. Ra khỏi thiền đường, bà lại không biết mình phải làm gì.

Thật bực mình. Đôi khi, đang lái xe một mình qua những con đường quen thuộc, bỗng nhiên tôi không thể nhớ mình định đi đâu. Lúc đó, tôi như đang ở trong bóng tối, ngay giữa ban ngày. Tôi vẫn tiếp tục lái xe, nhưng chậm lại, với hy vọng có thể nhớ lại nơi tôi muốn đến trước khi đến đó. May mà, cho đến bây giờ, tôi vẫn còn nhớ ra được.

Thiền sư Dogen, vị thiền sư mà tôi mến mộ, đã viết, “Học theo Phật là học về cái ngã. Muốn học về cái ngã thì phải quên cái ngã đi. Muốn quên cái ngã thì phải được hiện thực hóa bởi vô số điều”. Ý ông là gì khi nói phải quên cái ngã? Có phải quên số an sinh xã hội hay nơi mình đã đậu xe, là những bước đi theo hướng đó?

Có lần, hai mươi năm về trước, trước khi tôi “già” đi, tôi có một trải nghiệm rất lạ. Tôi thức giấc giữa đêm và không thể nhớ mình đang ở đâu. Điều đó không có gì lạ - thi thoảng vẫn có thể xảy ra cho tất cả chúng ta, nhất là với những người thường di chuyển như trường hợp của tôi. Nhưng lúc đó, tôi cũng không thể nhớ mình là ai. Tiếng

rạn nứt lớn đánh thức tôi dậy vẫn còn vang lên mồn một bên tai; có thể đó là tiếng cửa do gió đóng mạnh, hay một chiếc tô bể trong giấc mơ của tôi, nhưng đầu đó là gì, tôi đã rơi xuống vết nứt vào không gian đen tối của vô thức. Tôi đã tự hỏi, “Tôi đang ở đâu?”, và rồi kinh hoàng hơn, “Tôi là ai?” Tôi nằm trong giường, chờ đợi. Trong khoảng khắc đáng sợ đó, tôi không biết gì về việc tôi là ai. Tôi không thể nhớ tên mình. Sau đó mắt tôi quen dần với bóng tối, tôi nhìn ra tấm màn cửa sổ. À, tôi nhận ra căn phòng này rồi, trong một ngôi nhà của gia đình bên bờ biển, và rồi tất cả mọi thứ, cả cuộc đời vô thường của tôi lại trở về. Tôi không biết cái khoảng khắc trước khi nhớ lại có giống như một chứng lãng trí nặng. Hay đó là những điều thiền sư Dogen muốn nói đến?

Nếu đánh mất trí nhớ, tôi có còn là tôi nữa không, hay còn có một cái tôi nữa bên dưới trí nhớ? Ánh mắt nhìn của tôi có còn đó không, đầu tôi có quên đến độ nào? Vấn đề là, hiện tại tôi không bị chứng lãng trí, nên việc tôi lo lắng về điều đó làm tôi phân tâm không có mặt trong cuộc sống của mình, không chăm sóc bản thân, và không chú tâm đến những vấn đề quan trọng.

Tôi nghĩ là thiền sư Dogen muốn nói đến việc quên đi những gì liên quan đến cái ngã, và khi tôi già hơn, tôi thấy thật tuyệt vời khi thực tập loại quên lãng này. Tất cả có nghĩa là buông xả. Tôi có thể quên đi việc phải hoàn thành mọi tham vọng của mình - đã trễ rồi cho điều đó. Tôi có thể quên “việc phải biến mình thành cái gì đó”, một cách

nói ẩn tượng. Đôi khi, trong một khoảng khắc nào đó, tôi cảm nhận được sự nhẹ nhõm của việc để cái ngã này nhẹ nhàng chuyển sang cái ngã kế tiếp, từng chút từng chút, giống như trứng hòa dần vào trong bột đánh.

Đây là lúc phải quên vài điều gì đó và nhớ những thứ khác. Đúng ra, thế giới này cần tất cả nhân loại nhớ về lịch sử của họ, và cũng nhớ đến sự đóng góp của từng người trong đó. Lịch sử là một quá trình mà chúng ta tiếp tục xây dựng bằng những câu chuyện chúng ta kể cho nhau nghe về quá khứ.

Trước khi có chữ viết hay trước khi phần lớn các dân tộc có chữ viết, họ phải dùng chính cái đầu của mình để chứa kiến thức, nên họ phải tùy thuộc nhiều vào trí nhớ của họ hơn là chúng ta ngày nay, và điều đó khiến cho ký ức của họ hoạt động mạnh hơn. Thí dụ, ngài Ananda, đệ tử của đức Phật, có một trí nhớ đặc biệt phi thường, ngài có thể nhớ lại tất cả những gì ngài đã nghe đức Phật dạy. Sau khi đức Phật nhập diệt, ngài truyền lại những lời đức Phật dạy, và hàng thế kỷ sau, các vị tăng ni trong các tăng đoàn tụng đọc các kinh điển cho nhau nghe cho đến khi cuối cùng họ có thể viết chúng xuống.

Việc in ấn khiến những ký ức được chia sẻ cho nhiều người hơn, và Internet càng dân chủ hóa ký ức văn hóa của chúng ta xa hơn. Nếu bạn quên các sách Kinh Cựu Ước, bạn có thể tìm chúng trên Internet. Nhưng vẫn có những điều Internet không thể nhớ giùm bạn, thí dụ như bạn đã đậu xe ở đâu. Và những câu chuyện đời bạn - chúng cũng

không có trên Internet. Thí dụ, bạn đã cảm giác thế nào khi đang nằm trên giường cho con bú thì được nghe tin tức trên truyền hình thông báo rằng Martin Luther King Jr.² đã bị ám sát.

À, quên nữa, mấy cái giỏ gai đựng cá được gọi là *creel*.

* * *

² Một vị lãnh đạo phong trào chống kỳ thị với người da đen ở Mỹ những năm 1950.

Chương 2

Vết Nho Trên Bầu Trời

Năm cha tôi sáu mươi tuổi, võng mạc của ông bị bong khỏi dây chằng. Ông nói với tôi rằng ông thường mơ về một thế giới đầy màu sắc. Trong bóng đêm, khi ngủ, ông vẫn có thể thấy được màu xanh của nước trong hồ Menemsha và những cánh buồm trắng trên chiếc thuyền của ông. Nhưng buổi sáng khi thức dậy, mở mắt ra, ông không thấy gì. Ông nói rằng khi tỉnh thức những điều này làm ông đau đớn, nhưng cuộc đời sẽ còn tệ hại hơn nữa nếu ông không thể thấy trong những giấc mơ của mình. Ông đã đánh mất thế giới hình ảnh - nên ông không muốn đánh mất luôn ký ức về thế giới đó.

Đánh mất thị giác là một trong nhiều điều tôi cố gắng không nghĩ tới trong tuổi già. Có yếu tố di truyền trong vấn đề võng mạc bị bong. Nó liên quan đến bệnh cận thị, và tôi cũng bị cận thị, dầu không nặng như cha tôi. Tôi bắt đầu phải mang kiếng từ năm mười hai tuổi, và tôi nhớ

mình đã thật sốc khi giống cây du ngoài cửa sổ phòng tôi thực ra là cây Ansel Adams chứ không phải cây Monet. Tôi không bao giờ nghĩ người ta có thể nhìn thấy rõ như thế, nên lúc đầu tôi không thích điều đó lắm. Mọi thứ đều tràn trệ. Tôi có thể thấy cả những đốm ó bệnh trên lá cây và một quả bóng nhỏ mắc kẹt trên các cành cây.

Vì sĩ diện, nên tôi chỉ mang kiếng trong lớp học và rạp chiếu phim. Mãi sau này, sau khi đã lập gia đình, tôi mới luôn mang kiếng. Rồi sau khi ly dị, tôi đeo kính sát trùng. Máy người tình khen mắt tôi xanh trong, nhưng đeo kính sát trùng rất phiền toái. Chúng không êm ái, mà thỉnh thoảng còn vướng víu mí mắt tôi. Mỗi ngày tôi phải chăm sóc chúng giống như chăm sóc thú cưng - như một con hoàng yến hay chuột hamster - mà chúng đâu có mang lại cho tôi chút an ủi nào. Vì thế tôi trở lại với cặp kiếng bình thường. Nhưng kính sát trùng cũng hữu ích khi tôi tập tu gieo duyên ba tháng ở một thiền viện ở bang California. Giống như các vị tu sĩ khác, tôi phải luân phiên tham gia vào bộ phận phục vụ các buổi thọ thực trong bầu không khí im lặng và trang nghiêm. Bữa điểm tâm, trong cái lạnh của buổi sáng sớm, tôi phải đứng trước các vị sư đang an tọa, với một nồi cháo yến mạch khổng lồ, đang bốc hơi nghi ngút, và cẩn thận múc cháo vào bình bát của họ. Người đầu tiên được phục vụ là vị trụ trì, người luôn hành trì chánh niệm nghiêm ngặt, không một phút giây lơ đãng. Buổi sáng đầu tiên khi tôi làm nhiệm vụ, tôi mang kiếng, và chúng lập tức bị hơi nóng làm mờ đến độ tôi không trông thấy gì cả. Thay vì bình bát của sư, tôi lại đổ cháo

xuống mâm ăn trước mặt sư. Sau vụ đó, tôi luôn dậy sớm hơn mười phút vào những ngày phải làm nhiệm vụ để mang kính sát trùng.

Sau khi cha tôi bị mù, các chị em tôi - bốn người con lớn của ông - đều được khuyên nên đi xét nghiệm võng mạc thường xuyên. Tôi đến viếng một bác sĩ nhãn khoa. Ông này chiếu một ngọn đèn sáng quắc vào mắt tôi. Tôi không thể chớp mắt vì mi mắt đã bị kẹt cứng. Không đau lắm theo nghĩa bình thường của cái đau, tuy nhiên nó *vẫn* đau, khi tôi phải ngồi với cằm tựa lên một thứ giống như cái ly kim loại, và không thể né tránh ánh sáng chói lòa, không thể dừng nghĩ đến người cha vừa bị mù của mình.

Võng mạc của tôi bình thường. Vị bác sĩ nhãn khoa dặn dò nếu tôi cảm nhận có bất cứ triệu chứng bất thường nào, giống như là những bóng mờ trong khi nhìn thì tôi phải báo ngay cho ông biết.

Một ngày kia, lúc tôi đang xem bảng thực đơn trong một tiệm ăn, bỗng nhiên tôi không thấy gì cả. Có mấy lỗ hồng màu trắng ở phần Món Đặc Biệt, và những dãy ánh sáng, giống như bắc cực quang, nhảy nhót ở mép bảng thực đơn. Lo lắng, tôi gọi ngay cho bác sĩ, và diễn tả lại các triệu chứng. Ông nói đó có thể là triệu chứng gây ra do chứng đau tiền đình, vì cả hai mắt đều giống như thế. Nếu các triệu chứng vẫn kéo dài trong nửa tiếng nữa, thì gọi lại ông. Các triệu chứng biến mất.

Từ đó, tôi luôn bị chứng đau tiền đình ảnh hưởng đến mắt như thế, nhưng tôi đã quen chịu đựng chúng, vì không

bị chứng nhức đầu đi kèm theo. Điều tôi thích là vào buổi chiều tôi khi những chùm ánh sáng đủ màu nhảy múa trong tầm nhìn của tôi, tô màu trên khuôn mặt và thân áo đen của vị giảng sư Thiên, đang giảng pháp trong thiền đường với ánh sáng mờ nhạt.

Lúc tôi vào khoảng sáu mươi, trong một khóa tu thiền ở một ngôi làng hẻo lánh thuộc Mỹ Tây Cơ, tôi có những triệu chứng mới và đáng sợ về thị lực: Tôi cứ thấy các đàn chim không có thực bay qua biển. Một bóng ma đen đúa chờ vờn giữa mắt phải của tôi, và một tia sáng lóe lên ở đáy mắt khi tôi chuyển hướng nhìn chỗ khác. Vị quản lý của trung tâm thiền hẹn cho tôi gặp bác sĩ mắt ở một thành phố cách trung tâm khoảng hai tiếng lái xe. Bà còn mượn một tài xế trong làng, và nhờ một người vô gia cư đến từ bang California, rành tiếng Mỹ, đi theo tôi làm thông dịch. Tôi cảm thấy áy náy vì sự phiền rộn quá mức này, nhưng áy náy còn hơn là trở về nhà ở California với mắt phải bị mù. Vậy là ba người chúng tôi nhắm hướng đến thành phố Tepic.

Vị bác sĩ mắt là người tử tế, ông nói, qua thông dịch, là ông rất thích thiền, và muốn tìm hiểu về thiền. Trong một tòa nhà cổ xưa, văn phòng tôi tắm với trần cao, vị bác sĩ hỏi tôi về vấn đề thị lực, rồi đánh máy các câu trả lời của tôi trên một bàn máy đánh chữ bằng tay màu đỏ. Sau đó ông khám mắt phải của tôi, và trấn an tôi rằng võng mạc của tôi không bị rách hay sa - không cần cấp cứu. Ông nói rằng ông có thể thấy một vết đen ở đáy võng mạc mà ông nghĩ có thể là một loại ký sinh từ súc vật lây sang, là

chuyện thường xảy ra ở Mỹ - nhưng tôi không có nuôi thú trong nhà. Ông khuyên tôi khi trở về nhà phải đi xét lại thị lực. Ông không chịu nhận thù lao - ông làm việc này là do bạn ông, vị quản lý ở trung tâm thien, nhờ - vì thế sau này tôi gửi biếu ông một quyển sách về Thiên bằng tiếng Tây Ban Nha.

Tất cả các triệu chứng đều tự biến mất trừ cái bóng mờ, mà vị bác sĩ nhãn khoa ở California bảo tôi đó chỉ là một kẻ “thời vụ” - một nhóm tế bào nhỏ, vô hại trong dịch thủy tinh, giống mảng ghèn trong phủ mờ mắt. Sau đó không lâu, ông bảo rằng, não bộ của tôi sẽ chỉnh sửa vấn đề đó, và tôi sẽ không còn phải thấy nó nữa. Nhưng nó không biến mất - thực ra nó còn trở nên to hơn - nhưng tôi đã tập nhìn xuyên qua nó, hay chung quanh nó. Tôi thường nghĩ là do kiếng mình bị dơ, mà thường là đúng thế, nhưng sau khi lau sạch kiếng, đốm xám mờ đó vẫn còn đó. Tôi thấy cái vết đó khi tôi nhìn vào nơi có màu sắc liên tục, giống như bầu trời chằng hạn. Dầu vậy, cái vết lấm trên bầu trời đó không chỉ là một tí vết trong thị lực của tôi; nó còn là cái gì đó ở trước mặt tôi, một điều nhắc nhở để tôi hàm ân rằng tôi còn có thể nhìn thấy rõ trong khả năng của mình.

Trong những năm gần đây, tôi đam thích chụp ảnh. Bất cứ thứ gì mà mặt trời chiếu tới, là tôi nhắc máy ảnh lên mắt, đóng khung tất cả những gì trao tặng cho tôi. Mới đây nhất, tôi còn chụp ảnh màn hình, mạng che, màn cửa - những thứ dường như cản trở cái nhìn. Nhưng khi tôi nhắm máy ảnh vào mạng che, thì nó trở thành là chủ đề.

Cái tưởng là vật che chắn, không che chắn chút nào.

Cha tôi bị mù từng con mắt một. Sau khi võng mạc đầu tiên bị sa, ông vẫn tiếp tục các sinh hoạt bình thường, dầu ông không đeo kính hai tròng. Năm năm sau, võng mạc thứ hai bị tổn thương, và ông phải trải qua một số cuộc giải phẫu - tổng cộng là năm - trong cố gắng để cứu vãn phần nào thị lực của ông. Vị bác sĩ giải phẫu là bác sĩ hàng đầu trong việc khai phá giải phẫu võng mạc. Ông rất quan tâm đến võng mạc của bệnh nhân, nhưng không quan tâm đến người cũng rất yêu quý võng mạc. Sau lần giải phẫu đầu tiên, cha tôi phải ngồi trong giường suốt một tuần, với con mắt băng kín. Ông chỉ được phép tựa cằm vào một miếng ván, và chỉ có thể. Ông chỉ muốn nằm xuống. Từ đó ông phát triển bệnh đau đầu khủng khiếp đến độ ông tưởng rằng mình bị tổn thương não bộ. Sau đủ loại cực hình, khi tháo băng ra, ông cũng vẫn không nhìn thấy.

Vào khoảng thời gian đó tôi có một số giấc mơ qua đó tôi thấy máy ảnh của mình bị bể: tôi làm rớt máy, kiếng bể; màn ảnh bị dính cứng, không mở ra được; cát lọt vào khung hình, và tôi không thể lên phim.

Cuối cùng cha tôi cũng đầu hàng, nên quyết đổi mặt với vấn đề phải bị mù. Ông đi dự khóa huấn luyện tại gia cho người lớn mới bị mù, ở đó ông được dạy cách sử dụng gậy để dò đường và làm sao đọc được chữ Braille.

Sau khi bị mù, cha tôi còn có thêm hai đứa con nữa với người vợ thứ trẻ trung - những đứa con ông không bao giờ có thể thấy. Ông trở thành một hình ảnh quen thuộc trong

khu phố, đưa con đi nhà trẻ với chiếc gậy trắng trong một tay, tay kia nắm tay đứa trẻ lớn, còn đứa bé thì cõng trên lưng. Hoặc ông đi bộ với chú chó Alfie ồn ào, loại chó kéo xe tuyết ở Siberi, nhưng thường bị tưởng là chó dẫn đường cho người mù, nhưng thực ra là ngược lại. Alfie sẽ kéo mạnh dây khi cha tôi đứng ở lề đường, dùng tai để xét xem băng qua đường lúc đó có an toàn không.

Năm tôi sáu mươi lăm, tôi lại đụng trận với việc thấy ánh sáng không có thật lóe lên và những đàn chim tưởng tượng, giống như đã xảy ra ở Mỹ, nhưng lần này bên mắt trái. Lúc đó tôi đang ở nhà ở California, nên lập tức đi khám bác sĩ nhãn khoa. Vị này bảo là võng mạc của tôi bị mỏng đi, nhưng không vấn đề. Ông bảo rồi các triệu chứng đó sẽ qua đi, nếu không, hoặc nếu có gì khác thì báo cho ông ngay, còn hiện tại thì cứ trở về nhà. Nếu mạch máu có bị vỡ chút ít, ông sẽ có thể đem võng mạc trở lại vị trí cũ bằng tia laser.

Ngày hôm sau, hình ảnh mấy con chim và ánh sáng lóe biến mất, nhưng hôm sau nữa, tôi lại thấy một vết đen ngang qua góc dưới phía mắt trái. Lần này cái vết đó không trôi ngang qua mắt giống như trái nõi. Mà nó giống như cái bóng ở góc của bức ảnh nếu như bạn để ngón tay che khuất cạnh của ống kính. Vì nó chỉ che một phần nhỏ thị lực, nó không ảnh hưởng nhiều đến việc nhìn thấy của tôi.

Tôi để ý đến nó nơi thân hơn là tâm. Tôi lái xe đến một quán ăn Nhật để dùng bữa trưa với một người quen, và trong suốt bữa ăn, tôi quan sát cái bóng trong mắt bay lên, chuyển động giống như một bức màn cửa trước cơn

gió nhẹ. Tôi không nói gì với người bạn, nhưng khi đang ăn sushi, tôi thấy rõ ràng hiện tượng này là khác, và tôi biết việc kế tiếp tôi phải làm là trở lại gặp bác sĩ. Tôi có cảm tưởng như đang nhìn qua kính viễn vọng nhưng ở đầu ngược lại, mọi vật đều nhỏ và thật xa, và tôi đang ăn một khúc sushi khổng lồ. Tôi vừa bình tĩnh vừa sợ hãi.

Sau buổi trưa, cháu tôi thời may cũng có mặt ở đó, đã đưa tôi đến phòng mạch bác sĩ, rồi đi đậu xe.

“Bà bị bong võng mạc”, bác sĩ nói.

“Thưa bác sĩ có vá nó lại được như bác sĩ đã nói không?”

“Vết bong quá lớn”, ông nói “tôi không làm được trong trường hợp này. Bà phải phẫu thuật ngay. May mà Bác sĩ Jones rất giỏi, vẫn còn ở đây. Bà ấy có thể khám cho bà ngay”.

Tôi gọi di động cháu tôi để báo tin, nhưng không thấy hẳn trả lời, tôi đành để lại lời nhắn, “Cô bị bong võng mạc, phải phẫu thuật gấp”. Hẳn là tôi đang bị sốc, vì tôi còn nhắn thêm như không có gì quan trọng, “Cháu không cần đợi. Về đi, cô sẽ gọi lại khi cần cháu đến đón về”.

Bác sĩ phẫu thuật là một phụ nữ đẹp, tóc bạch kim, mặc áo blouse, jupe rất thời trang và đi giày cao gót. Phòng làm việc của bà ở cuối hành lang. Lúc đó đã cuối ngày, và bà bác sĩ đang chuẩn bị ra về, nên đã cởi bỏ chiếc áo trắng. Bà trông rất thời trang, không giống một bác sĩ phẫu thuật mắt. Không còn ai trong phòng khám nhãn khoa, ngoại trừ hai chúng tôi. Khi tôi vừa ngồi xuống ghế

thì có tiếng đập cửa, và tiếng cháu tôi gọi, “Sue, cô có trong đó không?” Bà bác sĩ mở cửa cho cháu tôi vào. Hần nói, “Cháu không đi về! Nếu cô bị bong võng mạc, cháu phải ở đây với cô chứ”. Nói rồi cháu lại ngồi trên một chiếc ghế đầu, im lặng đợi chờ. Bà bác sĩ giải thích rằng đầu tôi thấy cái bóng ở góc dưới mắt trái, nhưng nó thực sự ở phía trên, bên phải, khoảng vị trí của kim đồng hồ ở số mười, vì não bộ lật ngược tất cả những gì ta nhìn thấy. (Thực sự ra chúng ta đang đứng chổng ngược đầu trên mặt đất. Cũng may mà lực hút của trái đất khá mạnh để giữ chúng ta không bị rơi vào bầu trời!). Bà bác sĩ giải thích rằng giống như có mảnh giấy dán tường bị bong, rớt khỏi tường, rồi bị nước thấm vào. Bà sẽ chích bong bóng gas vào mắt tôi để nó nổi lên phía trên, đẩy võng mạc bị rách trở lại phía sau tròng mắt như cũ. Ngày hôm sau tôi mới phải trở lại để giải phẫu bằng tia laser.

Khi bà bác sĩ đâm kim vào mi mắt dưới để làm tê tròng mắt, tôi rất mừng là Max có mặt ở đó. Không phải cái đau nơi thân khi bị chích gây khó dễ cho tôi, mà chính là cái ý nghĩ có một cây kim dài đâm vào mắt, làm tôi khiếp sợ. Tôi bầu chặt vào thành ghế cho đến khi bà bác sĩ rút kim ra khỏi mắt. Vài phút sau, thuốc tê ngấm, nên tôi không cảm thấy gì khi bà bác sĩ chích bong bóng gas vào mắt, nhưng tôi thấy ngay - không phải một cái to, mà vài cái bong bóng cỡ trung màu bạc và rất nhiều cái nhỏ, đung đẫy vào nhau giống như những trái banh thủy ngân. Rồi bà bác sĩ băng mắt tôi lại, dặn tôi hôm sau phải trở lại để làm phẫu thuật bằng tia laser.

Trong khi chờ bong bóng gas tiêu tan, độ khoảng một tuần, tôi phải ngھnh đầu sang một bên, để cái kim đồng hồ mười giờ ở phía trên, và tôi không được nằm xuống. Đêm đó tôi ngủ, hay cố gắng ngủ trong một chiếc ghế bành, đầu kê trên mấy cái gối. Hôm sau Max chở tôi trở lại bệnh viện để làm phẫu thuật laser. “Bà có muốn cháu vào phòng với bà không?”, bà bác sĩ hỏi.

“Dạ, có ạ”, tôi đáp.

Lần này thì không có thuốc tê, vì người ta không thể làm tê ánh sáng. Mỗi mũi kim từ cây súng laser bắn vào khiến ánh sáng bùng nổ, và một cái đau nhói trong mắt. Ánh sáng laser đốt tế bào của võng mạc bằng sức nóng, và chính vết sẹo sẽ kết võng mạc dính trở lại thành mắt. Thật lạ là mắt, bộ phận của ánh sáng, lại được chữa bằng tia sáng.

Bà bác sĩ rất nhân hậu, bà luôn miệng khen tôi chịu đựng giỏi. Có lúc tôi xin bà được nghỉ chốc lát, và bà đã dừng lại giữa những mũi kim. Cả quá trình chỉ mất khoảng mười phút, nhưng mười phút với ánh sáng đủ cho cả một thập niên. Tôi không cần đeo vải che mắt nữa. Tôi có thể thấy chút ít bằng mắt trái, quanh các bong bóng gas, và nhìn rõ với mắt phải, nhưng tôi vẫn bầu vào cánh tay Max khi đi ra xe. May mắn mà tôi được cháu giúp đỡ. Nếu cháu không có ở đây, chắc tôi đã phải nhờ đến bạn bè, mà nếu không được thì đành phải tự đi taxi thôi. Nhưng ngày càng lớn tuổi, bạn càng phải đi bác sĩ thường hơn, và bạn càng muốn có người thân đi với mình hơn.

Đêm đó, tôi ngồi dựng trong ghế bành, nghiêng đầu qua một bên. Sáng ra, tôi đi khắp nơi với cái đầu nghễnh qua một bên, hoặc ngồi ở bàn làm việc đầu tựa vào cánh tay. Tôi quán sát mấy cái bong bóng gas nhập thành một cái lớn với rất nhiều mấy cái nhỏ li ti bọc quanh nó, giống như mấy viên đá quý trên một chiếc nhẫn. Khi tôi quay đầu, chúng lăn lóc ở đáy thị lực của tôi, giống như mấy viên đá cuội trong một cái tô, nhưng dĩ nhiên thực sự ra chúng đang lăn tròn ở phía trên. Mỗi ngày, tôi mừng khi thấy chúng dần nhỏ lại; khi tất cả tan biến đi, tôi đã có thể thổi đầu trở lại, và ban đêm có thể nằm xuống ngủ.

Tôi không ngừng nghĩ đến cha tôi. Có nhiều ngày tôi bị cứng cổ, và cũng không thể ngủ yên trong ghế bành, nhưng những điều đó không thể so sánh với những gì mà cha tôi phải trải qua - mà cuối cùng rồi ông cũng phải bị mù. Tôi cảm thấy như ông đã cố vũ tôi, thúc giục tôi nghễnh đầu qua một bên, mặc cho cổ tôi tê cứng, đỡ dành tôi ban đêm khi ngủ không được nằm xuống, dù tôi có mệt mỏi đến mấy, thúc giục tôi làm tất cả để giữ được thị lực của mình. Tôi biết cha không muốn tôi bị mù. Đôi khi, nghĩ đến ông, tôi thử làm như mù, mò mẫm đi quanh nhà với đôi mắt nhắm. Nhưng hầu hết những hoạt động bình thường cũng vượt quá sức của tôi, như khi pha một tách trà, hay mang đôi vớ tiếp màu, hay bỏ kem đánh răng lên bàn chải răng - tất cả những thứ ông phải học làm lại từ đầu khi ông bị mù ở tuổi sáu mươi. Sự can đảm chấp nhận tình trạng mù lòa của ông bộc lộ một cách mới mẻ đối với tôi.

Mỗi ngày những bong bóng gas nhỏ lại, và tôi có thể nhìn rõ hơn những gì còn lại trên thế giới quanh chúng, rồi đến ngày thứ sáu, chúng biến mất hết. Tôi tự lái xe đến gặp bác sĩ, bà nói giờ tôi có thể sửa thẳng cổ lại. Tất cả đều tốt đẹp, võng mạc của tôi đã được chữa lành. Từ đó tôi có thể nhìn bình thường, dĩ nhiên, ngoại trừ trong bóng đêm.

Mấy tháng sau khi bị bong võng mạc, tôi gia nhập một nhóm các văn nghệ sĩ dự khóa thiền một tháng dài ở Adirondacks, thuộc miền Bắc bang New York. Vào một đêm trong tháng mười một, một trận bão tuyết thành linh tấn công chúng tôi, đi kèm theo với sấm sét, và cuồng phong. “Còn mấy con gà thì sao?”, một nhà văn lên tiếng. “Chúng chết cóng mất!” Vài người tóm lấy đèn pin, chạy ra ngoài bão, và tôi cũng chạy theo. Chúng tôi đi khoảng vài trăm thước dọc theo lối vào vườn rau, để bắt gà và bỏ chúng vào chuồng tối nay, nếu không chúng sẽ bị tuyết bắt ngờ chôn sống thôi. Người thì rọi đèn pin vào đàn gà, kẻ thì trườn trên bụng dưới tầng nhà vườn để bắt mấy chú gà đang sợ điếng. Còn tôi không có đèn pin, mà đầu gối cũng không cho phép tôi cúi mình trên tuyết, cảm thấy mình không ích lợi gì, nên tôi quay trở lại nhà.

Chân tôi có thể cảm nhận được sự trơn láng của mặt đường, và tôi có thể nhìn thấy ánh đèn trong nhà qua những rặng cây. Thỉnh thoảng có sấm và sét. Nhưng sau khi đi một hồi, tôi cảm thấy ánh đèn trong nhà không trở nên gần hơn, và tôi nhận ra rằng chân tôi đã dò ra được con đường, nhưng là con đường khác, dẫn ra sân chơi tennis. Tôi biết

hướng đi đúng cách đây không xa, ở phía bên kia của một cái dốc nhỏ, nên tôi đi về phía rặng cây, nhắm hướng ánh đèn trong nhà. Không thể xa hơn một trăm thước. Tuyết dày đặc, giầy và quần của tôi ngay lập tức thấm ướt. Rồi bỗng nhiên ánh đèn trong nhà vụt tắt. Điện cúp do bão táp. Không còn gì để nhắm tới, mà cũng không còn lối đi dưới chân tôi. Gió thổi mạnh, tuyết rơi dày. Tôi hét lớn hết sức. “Có ai nghe thấy không? Cứu! Cứu tôi với!” nhưng giọng tôi lạc đi trong gió. Tôi đi chậm rãi về phía mà tôi nghĩ là hướng về nhà, đưa hai tay về phía trước để tránh đụng phải cây cối. Có khác gì người mù đâu.

Rồi bỗng nhiên mặt đất sụp xuống phía trước, tôi trượt xuống dưới hố tuyết, đầu gối va vào đá. Tôi ngồi yên, xem xét tình thế. Tôi không bị gì. Tôi có thể đứng dậy đi tiếp, nhưng về hướng nào? Tôi thật là ngốc khi muốn chạy theo xem bắt gà, giờ thì lạnh làm sao. Không nón, không bao tay, và tồi tệ nhất là không đèn pin. Tôi tưởng tượng mình sẽ đi vòng vòng trong bóng đêm, mất phương hướng vì gió bão, rồi té ngã. Sẽ không có ai biết tôi ở đâu mà đi tìm, vì mọi người tưởng tôi đã về phòng, đang ngủ trong giường. Giờ hẳn là mấy con gà đã có thể được vào chuồng an toàn. Còn tôi thì chết cồng trong đêm, như một hòn đá bị liệng ra khỏi nhà.

Tôi cố gắng đứng dậy, vừa lúc có tiếng sấm. Một tia sét theo sau đã giúp tôi thấy, chỉ trong tích tắc, ngôi nhà, cách đây khoảng năm mươi thước. Cũng may là lúc đó mặt tôi quay đúng hướng mới thấy được nhà. Rồi mọi thứ

lại biến mất trong bóng đêm. Tôi đi theo hướng đó, lội trong tuyết dày, dò từng bước trước khi đặt chân xuống, và khi tiến gần đến nhà hơn, tôi thấy ánh đèn cầy lung lay qua cửa sổ. Đúng là nhờ võng mạc đã được chữa mà tôi về được lại nhà. Tôi nghĩ đến cha tôi, và tôi cảm thấy hàm ân về những tiến bộ trong ngành nhãn khoa đã có mặt quá trễ đối với cha tôi, nhưng đúng lúc cho tôi.

Tôi nhớ lần đầu gặp lại lúc cha đã bị mù. Ông đứng ở băng chuyền lấy hành lý tại phi trường Logan của Boston. Tôi đã bay từ California đến thăm ông. Ông đứng quay lưng về phía tôi. Ông đang đứng bên vợ, một cánh tay móc vào cánh tay bà, tay kia cầm gậy trắng. Điều làm tôi xúc động là cách ông ngễnh đầu, nghe ngóng. Dáng dấp của người mù, và tôi đã khóc khi tiến đến phía sau ông. Tôi chưa bao giờ nhìn thấy người cha đầy mạnh mẽ, lịch lãm đứng như thế trước đây, ngóng đợi, trong ngóng đợi.

Trong thời gian tôi thăm viếng, ông thường khắc khoải hỏi về giờ giấc như thế để định hướng cho bản thân vì giờ đối với ông ngày qua đi mà không có sự thay đổi trong bóng thời gian. Tôi đến Hội Người Mù ở Boston để mua cho ông một đồng hồ bỏ túi khắc số Braille - ông vẫn thường sử dụng một đồng hồ bỏ túi, thắt gút vào dây lưng quần. Ông đã khóc khi tôi trao nó cho ông, và đã giữ nó bên mình suốt quãng đời còn lại của mình. Sau khi ông mất, người vợ đã gửi nó về lại cho tôi. Lớp men trắng trên mặt đồng hồ đã bị bong tróc vì ngón tay ông rờ rẫm.

* * *

Chương 3

Rời Khỏi Vị Thế Hoa Sen

Tôi ngồi trên ghế. Vâng, dĩ nhiên rồi, nhưng ý tôi muốn nói là tôi ngồi thiền trên ghế. *Zazen* là hành thiền, và trong tiếng Anh chúng tôi gọi đó là *sitting* (ngồi), chỉ ngồi. Tọa thiền trên ghế là một phát triển mới đây thôi cho tôi, chắc chắn là phát khởi từ mạng lưới của nghiệp nhân quả, nhưng nhân chính là bệnh viêm khớp gối mãn tính của tôi.

Ai cũng biết là thiền sinh thật sự phải dốc tâm ngồi bắt chéo chân (kiết già) trên sàn. Đức Phật đã ngồi trong tư thế kiết già khi Ngài giác ngộ dưới cây bồ đề hai ngàn năm trăm năm trước, và đã có hàng triệu tượng Phật cho ta thấy rõ điều đó - ngồi kiết già trên các điện thờ hay trên các kệ sách ở khắp nơi trên thế giới. Trong nhà tôi cũng có vài tượng Phật như thế.

Hình ảnh đức Phật ngồi tọa thiền là biểu tượng chủ

yếu của Phật giáo. Và tám trăm năm trước, Thiền sư Dogen, vị sáng lập ra Thiền Tào Động (*Soto*) ở Nhật Bản, đã dạy đệ tử phải “ngồi trong tư thế kiết già (hoa sen) hay bán già (nửa hoa sen)”. Đó là những tư thế yoga cổ xưa, những tư thế linh thiêng (*asanas*) - có sự hậu thuẫn, đảm bảo đằng sau đó. Khi chân tay tôi còn dẻo dai, tôi đã tin rằng nếu tôi ngồi đủ lâu trong tư thế bán già trên chiếc tọa cụ đen (*zafu*), tôi sẽ chứng đắc. Giờ tôi mới thấy điều đó không hợp lý như thế nào nếu chỉ có những người ngồi theo các tư thế đó mới vượt qua được bờ bên kia.

Những ngày này ngồi chéo chân làm tôi đau hơn cái đau người ta thường diễn tả. Ai cũng biết rằng không chạy trốn cái đau là điều trọng yếu khi hành thiền, kể cả cái đau ở đầu gối. *Sesshins* (những khóa tu thiền dài ngày) là một cơ hội để ngồi qua cơn đau. Khi đau ở gối, nếu tôi có thể coi đó không là gì hơn là cái đau ở gối, thì tôi sẽ là người hạnh phúc với cái đau ở gối. Đó là những điều tôi đã được dạy, trong suốt hơn ba mươi năm hành thiền.

Vài năm về trước, khi tôi vẫn còn ngồi được trên sàn, một bạn đồng tu đã phải dời sang ngồi ghế sau phẫu thuật ở gối. (Chúng cứ có tính cách giai thoại của tôi là số đông những người hành thiền phải phẫu thuật đầu gối). Tôi hỏi anh có thích như thế không, và anh trả lời là anh nhớ những cơn đau vì bây giờ anh ‘khó tập trung’ trong khi hành thiền. Câu trả lời làm tôi bối rối. Tôi cũng nhận thấy rằng cái đau khiến tâm tập trung, nhưng nó tập trung tâm vào cái gì? Cái đau! Điều đó có ích lợi sao?

Một người bạn khác của tôi được chứng thiền. Anh bị đau, nhưng tự nguyện sẽ ngồi yên cho đến khi hết thời khóa, dầu cho bất cứ chuyện gì xảy ra. Cái đau càng lúc càng khủng khiếp, nhưng anh vẫn ngồi yên, mắt dán vào bức tường trước mặt, và chỉ vài phút trước khi thời thiền chấm dứt, cả vũ trụ mở ra và anh nhìn thấy vạn pháp là vạn pháp. “Không chịu khổ, không thể đạt được gì”, anh giải thích, khi anh mô tả lại cho tôi nghe về trải nghiệm của mình sau đó. Tuy nhiên, điều đó chẳng bao giờ xảy đến cho tôi.

Một vị thầy cũng từng nói với tôi, “Nếu cô trốn tránh cái đau ngay trước mắt, thì sau này khi cô già, cô bệnh, và phải chịu đựng những cơn đau không thể tránh, thì cô xoay trở làm sao? Không lẽ cô không muốn tập sống với cái đau?” Tôi quyết định không chấp nhận điều đó khi nó xảy ra cho tôi. Tôi lý luận rằng đời tôi đã có quá nhiều nỗi đau, tại sao tôi phải gánh thêm nỗi đau này?

Tôi học được đôi điều về cái đau khi tọa thiền. Nếu tôi thay đổi thể ngồi quá sớm, cái đau dường như đuổi theo tôi mọi lúc mọi nơi, nhưng nếu tôi cứ ngồi yên lúc cái đau khởi lên, thì cái đau thường tự nó qua đi, hay lắng xuống. Loại đau này giống như một đứa trẻ muốn được chú ý, nuông chiều, nhưng nếu ta cứ phớt lờ đi thì nó cũng bỏ cuộc. Sự huân tập để không ngộ nguây, cử động này cũng có nhiều ứng dụng trong đời sống thế tục bên ngoài thiền đường, thí dụ ở chỗ hòa nhạc thính phòng, trong các buổi họp hành nơi cơ quan, hay khi nằm chụp MRI (Magnetic

Resonance Imaging)³.

Trong quá trình hành thiền, tôi cũng biết có những thời điểm khi cái đau đến đỉnh và sẽ *không* lắng xuống - nó chỉ càng tệ hơn thôi, cho đến khi tôi nổi cơn thịnh nộ với nó, và với cách tu tập khiến tôi phải đau thế này. Suy cho cùng, cái đau là một hệ thống biển báo sinh học được hình thành để giúp ta ngăn ngừa việc tự làm tổn thương bản thân. Tại sao ta thấy đau khi chạm vào bếp nóng là để ta không làm phỏng tay mình.

Cái đau cũng là một yếu tố quan trọng trong nghi lễ của một số truyền thống tôn giáo: những kẻ sám hối đánh lưng họ đến rướm máu trong lễ Holy Week; một số người hành hương leo lên các bậc thang đá bằng đầu gối để đến các điện thờ linh hiển; những người Mỹ Da Đỏ trong cuộc truy tìm trí tuệ, sẽ khóa thân đứng yên dưới sức nóng cháy bỏng của mặt trời. Nhưng đây là những nghi lễ ở một thời điểm nào đó, không phải là việc thực tập hằng ngày.

Tôi đang ở giai đoạn thối chuyển trong việc hành thiền trong tư thế ngồi tréo chân. Tôi bắt đầu hành thiền năm tôi ba mươi hai, theo tư thế bán già với những cái đau vừa phải, có thể chịu đựng được. Trong các khóa tu dài ngày, chân tôi bị đau, nhưng tôi biết đó là cái giá phải trả. Giờ ở tuổi sáu mươi, tôi bị đau khớp gối. Tôi có thể ngồi tréo chân một chút, nếu tôi kê thêm gối để giúp tôi ngồi

³ Theo Wikipedia, MRI: một loại xét nghiệm sử dụng từ trường và sóng vô tuyến để chụp ảnh các bộ phận trong cơ thể.

thẳng, nhưng chỉ sau khoảng mười lăm phút là cái đau bắt đầu tấn công. Năm ngoái khi tôi đến nhờ bác sĩ khoa chỉnh hình tư vấn về vấn đề của đầu gối, tôi có nói đến việc hành thiền, và ông rầy vì thế ngồi bán già của tôi. Giờ bác sĩ ra lệnh tôi phải ngồi trên ghế. Lý ra tôi phải nhờ ông viết giấy cho sư phụ của tôi, nhưng không cần thiết phải làm vậy, vì may mắn thay, hiện nay tất cả các thiền sư mà tôi biết đều chấp nhận việc cho thiền sinh ngồi ghế. Được phép, chứ không phải là bị bắt buộc. Chính là ông thầy ở bên trong tôi mới làm khó tôi.

Nên đây là bước ngoặt của tôi, khi tôi phải dẹp tự ái để lần đầu tiên ngồi hành thiền trên ghế trong một khóa tu dài ngày. Có một số thiền sinh khác cũng ngồi ghế, nên tôi không cảm thấy lẻ loi trong khóa tu chuyên sâu hơn này, không cảm thấy chỉ có cái đầu của tôi nhô lên ở trên mây giống như một ngón tay đau. Trời ạ, đây là lần đầu tiên trong bao năm tháng, tôi không tự dày vò mình trong một khóa tu dài ngày bằng cách tự vấn - *tại sao tôi lại làm việc này?* Tôi trầm lắng xuống. Đây là khóa thiền đầu tiên trong đó tôi chưa một lần cầu mong cho keng chuông mau đổ để chấm dứt thời khóa. Tôi đã có thể có mặt ngay trong giờ phút hiện tại - hay đúng hơn, lúc viết lại điều này, phải nói là giây phút đó. Tôi tán thán cái ghế là một dụng cụ tâm linh. Ghế là dụng cụ để ngồi, một món quà được phát minh và chế tạo bởi con người dành cho con người. Thân này biết làm thế nào để ngồi trong ghế. Có một sự cân bằng hình học trong tư thế ngồi ghế của con người, với

chân, bàn tọa và lưng song song với chân, chỗ ngồi, và lưng ghế, trong một hình chữ chi ghép, biểu hiện sự trùng khớp của các góc cạnh.

Đôi khi tôi cũng thêm được ngồi xuống sàn - cảm giác tự tại được an vị, *được ngồi xuống*. Vì thế tôi phải tự nhắc nhở mình: tôi đang ngồi trên ghế, và ghế đang nằm trên sàn, như thế cũng là tôi đang ngồi trên sàn. Ngoài ra, việc có thể đứng dậy lại sau keng chuông cũng là điều quan trọng. Có hai phần trong việc hành thiền: ngồi xuống và đứng dậy, và đối với tôi, việc đứng lên khỏi sàn nhà làm mất quá nhiều thì giờ của hoạt động kế tiếp. Tôi không muốn để lỡ cơ hội có thể sử dụng nhà vệ sinh trước khi thời khóa thiền khác bắt đầu.

Trong một khóa tu thiền dài ngày gần đây ở một trung tâm thiền truyền thống, lần thứ hai tôi ngồi ghế, và tôi là người duy nhất ngồi ghế, đầu tôi không phải là người lớn tuổi nhất. Điều này khiến tôi khựng lại. Tôi là người duy nhất vì tôi là người trong đầu gối có ít sụn nhất, hay vì tôi là người yếu đuối nhất, hay là người chẳng quan tâm đến người khác nói gì? Tôi nhận thấy, trong lúc ngồi trên ghế, rằng không có gì đáng quan tâm. Câu hỏi thật sự duy nhất tôi cần hỏi, và luôn luôn hỏi là: tôi đã cố gắng hết sức mình chưa? Nếu ngồi trên ghế mà tôi đã cố gắng hết sức mình, thì là tôi đã tọa thiền một cách hoàn hảo.

Ngồi thiền trên ghế cũng có bao khó khăn, nên đừng lo ngại rằng vậy là quá dễ - bạn vẫn có thể cảm thấy khó

chịu, khổ đau. Năm chướng ngại của tham, sân, trạo cử, hôn trầm thụy miên, và nghi vẫn tấn công tôi dễ dàng khi tôi ngồi trên ghế cũng như khi tôi tọa sàn. Tỉnh thoảng vẫn có những cơn đau nhói buốt, nóng rát giữa hai bả vai, nhưng tôi biết cái đau đó không thể làm tổn thương tôi, nên rồi nó qua đi.

Ngồi thiền trên ghế, tôi cảm thấy hàm ân phương cách hành thiền này. Tôi tận hưởng cảm giác được ngồi thẳng lưng. Tôi tận hưởng hơi thở ra vào của mình. Tôi không phải canh chừng cái đau, và không phải tranh đấu với bản thân vì là người yếu đuối. Tôi không phải luôn ngã giá với bản thân, như là: *mười hơi thở nữa, rồi tôi sẽ cho phép mình được đổi tư thế*. Tôi quán sát tư thế của mình: tôi cảm thấy chân tôi đặt vững chãi trên mặt sàn nhà, tôi cảm nhận được sống lưng thẳng đứng, tôi cảm nhận được xương chậu chạm trên mặt ghế ngồi. Tôi gần gũi với các thiền sinh khác trong phòng; đầu họ ngồi trên mặt sàn nhà hay trên ghế, chúng tôi đang hành thiền cùng với nhau, gắn bó với nhau bằng chính sự lặng thinh.

Tiếp đến là gì? Có lẽ tôi sẽ hành thiền trên võng nằm chăng, hay ngồi thiền trong những chiếc ghế trải dài, bên cạnh hồ bơi. Tôi sẽ báo cho bạn biết cảm giác thế nào khi tôi đến độ đó.

* * *

Chương 4

Ông Thở

Vào một buổi chiều Chủ nhật, cuối tháng Chín, Alice, bà mẹ tám-mươi-tư tuổi của tôi, đi chơi với một người bạn già, mà bà thường gọi đùa là 'bạn trai', người thường đưa bà đi đây đi đó, sau khi bà không còn tự lái xe được nữa. Đi về hướng bắc phía ngoại thành của Chicago, xe họ lên dốc, dừng vào một chiếc xe chết máy đang đậu giữa đường.

Tuần Thứ Nhất

Khi tôi cúi xuống hôn mẹ ở bệnh viện, tôi thấy hai bàn tay bà sưng to để xuôi theo hai bên hông. Hơi thở bà hôi hám. Nhưng điều tệ hại nhất là một ống thở được thọc sâu trong cổ bà, là điều tôi biết bà không bao giờ thích. Cái ống thở màu xanh, bằng plastic, nhìn thật to rỗng rần từ máy thở, vào trong cái miệng bị buộc phải luôn mở. Vì cái ống đó, bà không thể nói được, nhưng bà nhìn tôi với một bên mắt mở, nhấp nháy như chào. Mắt còn lại, với mí mắt

rũ xuống, giờ không hiểu tại sao, hoàn toàn không mở lên được. Chiếc áo ngủ xanh trắng của bệnh viện trễ xuống một bên vai, làm lộ một phần ngực, như thể là bà đã bỏ chạy và người đuổi theo đã nắm áo kéo lại. Tôi kéo áo lại cho mẹ, vén quanh vai bà.

Ở bên ngoài hành lang của phòng chăm sóc đặc biệt, Bác sĩ M. trao đổi với các chị em tôi - tất cả chúng tôi đều từ xa bay về. Bác sĩ M. khoảng tuổi bốn mươi, tóc đỏ, giọng ông ôn tồn dường như để mang lại sự bình lặng cho một hoàn cảnh không bình lặng chút nào. Chính ông là người đã lấy ra những mảnh xương gãy cho mẹ tôi khi bà được xe cứu cấp chở đến. Bác sĩ kể rằng khi vào phòng cấp cứu, mẹ tôi không những vẫn còn tỉnh mà còn tỏ ra rất khó chịu, và chúng tôi coi đó là một dấu hiệu tốt. Vị bác sĩ giải thích rằng mẹ tôi bị gãy mấy xương sườn, nứt xương đòn, xương cổ và một bên phổi bị dập nặng. Ông bảo nếu mẹ tôi còn trẻ và có sức khỏe thì bà có thể lành bệnh dễ dàng, nhưng vì tuổi tác và thêm nữa là phổi bà trước đó đã tổn thương, nên trước mắt bà phải gặp nhiều khó khăn.

Người lái xe, bạn mẹ tôi, khá khủng hoảng nhưng không bị thương nặng, ông đã được bệnh viện cho về, với cái nẹp cổ. Bác sĩ M. nói, “Chúng tôi cũng định tháo ống thở cho bà sớm khi có thể, nhưng phải để lá phổi bị dập lành trước đã”.

Chúng tôi thấy rõ là mẹ rất muốn được tháo ống thở ra. Hai cổ tay bà bị buộc vào thanh giường để bà khỏi rút ống thở ra, nhưng bà cứ đưa một ngón tay về hướng miệng một

cách giận dữ. Một cái chụp bằng plastic được quấn quanh mặt để giữ cho ông thở không tụt ra. Miếng plastic được buộc chặt qua môi trên, dưới mũi, làm phần thịt đỏ của môi bà sưng lên bên dưới đó giống như một cái bong bóng.

Dầu thức hay ngủ, mẹ tôi cũng chỉ có một mắt mở, một mắt nhắm, như thể để cùng lúc nhìn ngắm thế giới mộng mơ và thế giới của ICU (Intense Care Unit-Phòng Chăm Sóc Đặc biệt). Bà bị mê nhiều, nhưng khi cô y tá bảo bà cọ quậy mấy ngón chân, thì bà cọ quậy chúng. Chúng tôi đứng quanh giường và hát, sợ phải dừng lại. Chúng tôi không biết phải làm gì nếu không hát. Chúng tôi hát những bài hát mà cha tôi vẫn thường hát khi chúng tôi còn nhỏ. Dường như bài hát nào cũng về cái chết, nhưng mẹ tôi đâu có để ý đến lời bài hát. Dường như nhịp tim bà chậm lại khi chúng tôi hát: “Người đã ra đi mãi mãi, thật rất đau lòng, Clementine ơi!”

Khi bài hát chấm dứt, tôi hỏi: “Mẹ có muốn con bóp chân không?”. Mẹ gật đầu. Hai tay tôi cầm chân bà, vuốt ve làn da mịn màng ở phía trên, lướt trên những đốt xương đến mấy ngón chân. Tôi có thể đoán qua sức nặng chân bà tỳ lên tôi là bà rất thích động tác đó. Dĩ nhiên tôi biết chân mẹ tôi thon đẹp thế nào, nhưng chưa bao giờ tôi nghĩ trong đầu: *Mẹ tôi có đôi chân tuyệt đẹp*. Mà tôi cũng chưa bao giờ bóp chân cho bà. Phải đợi đến khi bà vào ICU, tôi mới gần gũi với bà như bà vẫn hằng mong đợi. Mẹ tôi đã viết di chúc lúc sống, khẳng định rằng bà không muốn được hỗ trợ máy thở để sống nếu bà bị rơi vào tình trạng hôn mê, và bà

đã gửi di chúc này đến chúng tôi nhiều năm trước đó. Vài ngày sau khi tai nạn xảy ra, chúng tôi lại tìm thấy một chứng từ khác trong căn hộ của bà - tờ giấy không đề ngày tháng, nhưng đúng là chữ viết của mẹ tôi, “Đừng có bỏ ống thở vào cổ tôi để giúp tôi thở”. Nét bút đề mạnh như thể ra lệnh; tôi như nghe được giọng nói của mẹ tôi. Quá bức xúc, tôi đưa mảnh giấy cho bác sĩ M. xem. Ông nói, “Nhưng trường hợp này khác. Bà bị tai nạn xe - đâu phải là chúng ta giữ bà sống khi bà trong tình trạng thực vật. Tôi biết sự lo lắng của bà, nhưng mẹ bà đang hồi phục!”

“Thường bệnh nhân phải sử dụng ống thở trong bao lâu,” chúng tôi hỏi. “Không lâu hơn hai tuần,” bác sĩ trả lời. “Lúc đó, nếu bệnh nhân vẫn chưa tự thở được, chúng tôi sẽ yêu cầu mô khí quản. Nhưng điều đó khó xảy ra trong trường hợp của mẹ bà. Tôi hy vọng sẽ tháo ống thở cho bà ấy trong vài ngày tới”.

Được, chúng tôi có thể đợi “trong vài ngày tới”.

Chúng tôi ngủ, hay cố gắng để ngủ, trong căn hộ của mẹ tôi ở đầu kia của thành phố, và ở cả ngày dài trong bệnh viện. Chúng tôi thay phiên ở bên mẹ, canh chừng máy động đờ, gọi y tá nâng hay hạ giường xuống, hoặc rơ miệng bà bằng miếng băng gạc ướt, hết mình chăm sóc bà với một sự buông xả chưa từng có. Căn phòng ngổn ngang những máy móc, dụng cụ y khoa lại có thể quét sạch một cách diệu kỳ tất cả những chướng ngại thường cản trở chúng tôi bày tỏ tình thương yêu; thí dụ, tôi không quan tâm đến việc mẹ sẽ nghĩ thế nào về tóc tai của tôi.

“Cái chụp đó quá chặt ở môi”, tôi nói với cô y tá.

“Phải chặt vậy mẹ cô mới không rút nó ra”, cô y tá trả lời.

Mẹ tôi dường như muốn nói điều gì: bà lúc lắc cánh tay, bà chồm tới trước, lắc đầu trong tuyệt vọng, rồi ngã trở xuống gối, mệt mỏi. Cô y tá mang cây bút lông và một bảng trắng đến. Chúng tôi buộc cây bút quanh mấy ngón tay bà, nhưng nét viết quá nghếch ngoặc đến nỗi chúng tôi không thể đoán ra điều gì, và rồi cây bút rơi khỏi tay bà. Kế tiếp chúng tôi đưa cho bà một bảng chữ cái, để bà lướt tay trên mặt bảng trắng li giống như mũi tên chỉ trên bảng Ouija, nhưng thật khó biết là bà chỉ chữ nào, hay bà đang trên đà đi tiếp tới chữ sau. Chúng tôi cứ đoán trật các chữ, cho đến khi bà đẩy tấm bảng đi với một cái nhún vai chán nản.

Chúng tôi đoán là bà đang cố gắng nói điều gì đó về cái ống thở. “Mẹ, tụi con biết là mẹ không thích để ống thở, nhưng tụi con hứa là sẽ lấy nó ra, lúc đó mẹ có thể nói bất cứ điều gì mẹ muốn!”

Vài ngày nữa lại trôi qua - đã một tuần rồi - nhưng chúng tôi được báo là mẹ bị viêm phổi, có lẽ vì bà phải thở ống thở và phải uống quá nhiều thuốc kháng sinh. Đúng là một chương ngại lớn trên đường đi. Họ sẽ khó thể bỏ ống thở ra cho đến khi bệnh viêm phổi của bà thuyên giảm.

Tuần Thứ Hai

Mỗi ngày một chuyên viên về hô hấp lại đến để hút đàm dãi cho mẹ tôi - một quy trình đáng sợ. Anh ta đẩy một cái ống kích cỡ như cái ống hút chúng ta thường dùng

vào trong ống thở rộng hơn, thọc sâu từng chút một, vào phổi của mẹ tôi, lúc đó mắt trái của bà mở càng lúc càng to trong cảnh giác, ngay cả mắt phải với mi mắt nặng nề cũng hé đủ cho ta thấy tròng mắt. Tôi đưa tay cho mẹ, và bà nắm chặt lấy nó. Tiếp đến còn tệ hơn nữa, khi người chuyên viên kéo cái ống trở ra, tạo một sức hút. Có âm thanh rột rạc trong đôi giây phút, giống như âm thanh ống hút tạo ra khi ta uống đến cạn ly sữa sinh tố, mẹ tôi run người, khi chúng tôi nhìn thấy những dây đờm vàng được kéo lên qua cái ống plastic trong veo.

“Cảm ơn, Alice”, người chuyên viên nói một cách vui vẻ. Mẹ tôi vươn những ngón tay khẳng khiu lên, kéo theo sợi dây kim loại gắn chặt vào ngón tay trở của bà, và bàn tay của bà chỉ cách ống thở trong gang tấc trước khi nó bị sợi dây cột ở cổ tay trì lại.

Em trai và tôi bỏ xuống căn-tin bệnh viện một lát. Nhưng không có cách gì thoát khỏi hoàn cảnh này - đâu tôi đi đâu nó vẫn theo tôi. Dầu vậy, chúng tôi cũng thấy nhẹ đôi chút khi ngồi trong quán cà-phê, khi quanh tôi xôn xao giọng nói của những người xa lạ, và tiếng mâm đĩa đồ ăn chạm nhau. “Chị có cảm giác như mình đã sống trong bệnh viện này cả đời rồi”, tôi nói.

“Đúng vậy, dường như thời gian đã dừng lại”, em tôi đáp. Da trên khuôn mặt mệt mỏi của nó giống như miếng vải mềm.

“Thì một là mẹ bớt hơn, hai là tệ hơn”, tôi nói. Một ý nghĩ an ủi dị thường.

Một sáng kia khi chúng tôi bước vào phòng, cái ống thở được dán băng keo dính vào cằm của mẹ, còn môi trên bà dán băng. Cô y tá nói, “Tin xấu rồi - cái chụp thở làm rách da môi bà. Tôi rất xin lỗi. Tôi đã gọi xuống phòng giải phẫu - họ sẽ cho người đến khám vết thương - tôi không nghĩ nó sẽ ảnh hưởng nặng đến làm biến dạng môi đâu”. Cô ta dỡ cái băng lên để cho chúng tôi thấy một vết thương cỡ bằng đồng tiền trên môi mẹ tôi - giống như một cửa sổ với khung bằng máu, qua đó tôi có thể nhìn thấy nướu và răng của mẹ. Cô y tá nói thêm, “Bà đang bị mê nhiều, nên chắc không đến nỗi đau như ta nghĩ”.

Đến buổi sáng thứ chín, một ngày thứ Ba, mẹ tôi trông xanh hơn và xa vắng hơn bao giờ hết. Quá thất vọng, chúng tôi báo với bác sĩ M. rằng không biết chúng tôi còn có thể để mẹ chịu đựng trong bao lâu nữa. “Chúng tôi đang định nhờ bác sĩ tháo ống thở ra, dầu tình trạng mẹ tôi có như thế nào”.

Ông bác sĩ biết là chúng tôi đã quyết tâm. “Tôi hiểu là ông bà rất muốn thuận theo ý mẹ, và tôi tôn trọng điều đó. Tôi không cản trở dầu ông bà có quyết định thế nào. Nhưng tôi nghĩ là bà nhà vẫn còn có cơ hội”. Ông bác sĩ sửa thế ngồi thẳng lại và nói với vẻ tràn đầy năng lực. “Hãy cho tôi đến thứ sáu này! Tôi quyết sẽ tháo ống thở ra cho bà thứ sáu này”. Sự quyết liệt trong lời hứa hẹn mới của ông bác sĩ khiến chúng tôi an tâm hơn, nên chúng tôi bằng lòng chờ đợi thêm ba ngày nữa.

Đồng thời với sự hỗ trợ của bác sĩ M., chúng tôi cũng

gặp bác sĩ Z. ở phòng chăm sóc giảm đau để được tư vấn, trong trường hợp chúng tôi quyết định ngưng máy trợ thở cho mẹ. Ôm và cao lều khều, ông bác sĩ trong màu áo trắng, trông giống như một thiên thần của cõi chết. Để trả lời những câu hỏi của chúng tôi, ông vạch ra một số trường hợp có thể xảy ra, nhưng thật khó để thấu nhận các thông tin này - vì tất cả chỉ là giả định. “Gọi cho tôi bất cứ khi nào quý vị cần”, ông nói khi bắt tay tất cả mọi người đứng quanh. “Bổn phận của tôi là giúp đỡ quý vị tùy theo quyết định của quý vị, chứ không phải để thuyết phục quý vị nên làm theo cách này hay cách khác”.

Tinh thần của mẹ tôi lúc trời, lúc sụt, và chúng tôi cũng thế. Tất cả đều là người trưởng thành ở lứa tuổi 50, 60 cả rồi, bản thân ai cũng đều đã làm cha, làm mẹ, vậy mà tinh thần, tâm trạng của chúng tôi tùy thuộc vào việc mẹ có chớp mắt nhìn khi chúng tôi nói chuyện với bà. Tôi mang theo máy tính cá nhân vào bệnh viện, cố gắng giải quyết một số công việc, nhưng tôi không thể chú tâm vào bất cứ thứ gì ở thế giới giả tạm bên ngoài bệnh viện. Vì thế tôi ngồi móc một chiếc khăn choàng cho mẹ - những sọc xanh biển và xanh cây dọc ngang, là những màu sắc mẹ tôi rất thích.

Đến thứ sáu, ống thở vẫn còn đút sâu trong cổ mẹ. Bà mở mắt nhìn trần không chớp khi tôi bước vào phòng, và bà cũng không co duỗi các ngón chân khi cô y tá bảo bà làm thế. Bà vẫn còn bị viêm phổi, và các con số trên màn hình không cho thấy một sự tiến triển nào. Cả buổi sáng đó

chúng tôi không gặp được bác sĩ M.. Rõ ràng đây không phải là ngày mẹ tôi được giải thoát khỏi cái ống thở.

Bốn chị em chúng tôi hẹn nhau trong một căn phòng nhỏ, không có cửa sổ, ở cuối hành lang, được gọi là Phòng Hẹp Mặt Gia đình. “Chắc chắn đây không phải là điều mẹ muốn xảy ra,” em gái tôi nói.

“Bác sĩ cứ bảo chờ thêm vài ngày nữa,” một cô em khác nói, “rồi vài ngày nữa qua đi, mẹ chỉ nặng thêm, nhưng thế nào rồi ông cũng bảo cho ông thêm vài ngày nữa”.

Em trai tôi nói, “Mẹ bị *trói* trên giường - mấy người có hiểu tôi nói gì không?” Giọng em lạc đi. “Chúng ta là con của mẹ, vậy mà chúng ta *quyết định* để mẹ phải chịu đựng cảnh này sao?”.

Tụ họp nhau lại trong căn phòng ngột thở này, với tâm trạng mệt mỏi hết sức chịu đựng, tất cả chúng tôi đều đồng ý đã đến lúc phải để mẹ ra đi. Chúng tôi để tin nhắn lại cho bác sĩ M.. Chúng tôi điện thoại cho các con - các cháu của mẹ. “Chúng ta phải để bà ra đi”, chúng tôi hát, giống như những thủy thủ đang tháo dây buộc thuyền để thả nó xuống dòng nước mặn.

Con trai lớn của tôi, cháu đầu của bà, đang ở tận bang Texas, nói, “Con tưởng bà đã khỏe hơn. Hôm qua mẹ nói bà đã đỡ hơn rồi mà”. Tôi cuộn người trên sàn nhà dưới cái điện thoại công cộng trong phòng đợi.

“Mọi người đều tưởng như thế”, tôi nói, “nhưng hôm

nay bà trở nặng hơn. Nếu con mà nhìn thấy bà, người đầy các ống, tay bị trói chặt, chỉ trôn một mắt nhìn... Bà đã yêu cầu chúng ta đừng gắn ống thở vào cổ bà. Bà đã tin tưởng chúng ta”.

“Nhưng có thể các thuốc kháng sinh cần thời gian để chữa lành bệnh viêm phổi”, nó nói.

“Mẹ sẽ hỏi bác sĩ về điều đó”, tôi hứa hẹn. Cuối cùng bác sĩ M. cũng xuất hiện. Chúng tôi bước ra hành lang để trao đổi. Khi chúng tôi báo cho ông biết rằng đã đến lúc để mẹ tôi ra đi, ông có vẻ ngạc nhiên. “Tại sao lại là hôm nay?” ông hỏi.

“Thì hôm nay là thứ sáu rồi”, tôi nói. “Ông đã hứa sẽ tháo ống thở ra cho mẹ tôi thứ sáu này”.

“Nhưng bà đang ổn định mà”, ông nói. “Tôi cũng muốn hạ mức hỗ trợ khí cho bà xuống khoảng bốn mươi phần trăm, nhưng tình trạng phổi của bà khiến chúng tôi phải chậm lại tiến trình”.

“Tới hôm nay, thuốc kháng sinh cũng chưa trị dứt được bệnh viêm phổi sao?” em trai tôi hỏi.

“Tôi muốn để thêm vài ngày nữa cho thuốc có hiệu lực. Tôi biết quý vị lo lắng vì bà phải mang máy trợ thở, tôi thông cảm điều đó. Nhưng như tôi đã thông báo, tôi sẽ không để tình trạng này kéo dài hơn hai tuần, nhưng đến thứ hai này mới được hai tuần”.

Chúng tôi lại phải đồng ý cho gia hạn lần thứ ba.

Khi chúng tôi trở về phòng, mẹ tôi ngồi dậy trong giường, và đây là lần đầu tiên sau tai nạn, bà giãn miệng ra như một nụ cười quanh cái ống tuýp màu xanh. Chúng tôi nhìn nhau kinh ngạc. Lẽ nào bà đã đoán được điều chúng tôi bàn thảo ngoài hành lang?

Chúng tôi gọi lại các cháu. Chúng tôi không thể tin chỉ vài giờ trước đây, chúng tôi đã quyết định hôm nay sẽ là ngày cuối cùng mẹ còn ở trên thế gian.

Tuần Thứ Ba

Chúng tôi muốn giúp bà tới thứ hai này là hồi phục lại sức khỏe. Tôi gọi con trai, Noah, từ Texas về để cho bà vui, và ngay sáng hôm sau, nó đã bước vào phòng bệnh viện. Bà tươi tỉnh ngay và rướn hai bàn tay bị cột chặt về hướng nó. Noah là một thanh niên cao ráo, nên nó phải cúi xuống thật sâu để bà có thể đặt tay lên vai nó, và bà kéo nó xuống các mớ ống tuýp để tặng cho nó một cái hôn vụng về của chú ngựa bị buộc dây cương. Nó đưa ra trước con mắt mở của bà hình đứa con gái hai tháng tuổi của nó, đứa chắt đầu tiên của bà, và bà nhìn tấm ảnh thật lâu.

Thứ hai, sau một vòng khám buổi sáng, bác sĩ M. gọi chúng tôi ra hành lang bên ngoài phòng của mẹ. “Có lẽ hôm nay là ngày tốt để tháo ống thở cho bà!” ông nói.

Có khá đông các thành viên trong gia đình và nhân viên y tế tụ lại trong phòng để chứng kiến sự kiện trọng đại này, kể cả bác sĩ Z., người thường giúp các bệnh nhân ra đi; sự có mặt của ông khiến tôi lo lắng.

“Chào bà Alice”, bác sĩ M. nói, “Chắc bà vui lắm vì hôm nay chúng tôi sẽ tháo máy trợ thở ra. Bà có sẵn sàng chưa nào?” Mẹ tôi sốt sắng gật đầu.

Hóa ra việc đó quá dễ làm. Cô chuyên viên khoa hô hấp kéo cái ống ra dễ như nhổ cỏ có rễ dài, và mẹ tôi tự thở. Cô lại mang cho bà một mặt nạ oxy để giúp bà chút đỉnh trong quá trình chuyển biến. Mặt nạ được quấn quanh đầu bằng một sợi dây thun, giống như mặt nạ Halloween. Cuối cùng họ tháo dây buộc cổ tay bà ra.

Bác sĩ M. cảnh báo có thể bà không nói chuyện được ngay vì dây thanh âm bị viêm, nhưng bà đã dỡ mặt nạ ra và nhấp nháy đôi môi, cố tìm lại tiếng nói sau mấy tuần dài câm lặng. Bà giống như một cô diva, và chúng tôi, những khán giả trung thành, đang ngóng cổ lên nghe. Âm thanh bật ra từ tiếng một, khàn và bực bội: “Chùi cằm cho mẹ!”

Bác sĩ M. rất hài lòng về mẹ, ông dẫn một số bác sĩ tập sự vào phòng để khoe về bà. Ai cũng vui vẻ, hồ hởi.

“Alice, bà biết đang ở đâu không?” bác sĩ M. hỏi.

“Tôi không chắc lắm,” bà trả lời. “Tôi đang ở trong nhà bếp phải không?” Ông bác sĩ nói bà đang ở bệnh viện. “Bà có bao nhiêu cháu rồi?”

“Chín”, bà nói một cách hãnh diện. “Tôi có chín đứa cháu”.

Bác sĩ M. nhìn tôi. “Đúng vậy,” tôi nói.

“Bà có nhớ”, Noah hỏi bà, “bà đã có chắt gái rồi không?”

“Có chứ”, bà nói một cách hãnh diện. “Chắc chắn là bà nhớ *điều đó* rồi!”

Noah thấy bà mình đã hồi phục, nên anh nói lời chia tay. “Ngoại ơi, bà đã khỏe rồi! Đến mùa xuân, con sẽ về lại Chicago, và con sẽ mang chắt gái của bà về thăm bà!”

“Bà sẽ đợi”, mẹ tôi nói. “Lúc đó sẽ hạnh phúc lắm”.

Một ngày sau khi ông thờ được tháo ra, ngày thứ ba, mẹ tôi bảo cô y tá giúp bà nằm nghiêng, nên cô y tá làm như thế.

“Để chuẩn bị cho em bé đó mà”, mẹ giải thích.

“Mẹ, mẹ đâu có em bé”, tôi nói.

“Mẹ biết *điều đó* mà!” mẹ tôi nói, về bực bội vì sự chậm hiểu của tôi. “Mẹ phải chuẩn bị cho cháu chắt của mẹ. Mẹ phải xếp đặt chỗ cho nó”. Bà cuộn người lại, và xếp một cái ổ hình bán nguyệt trong giường để dành chỗ cho cháu chắt được nằm kế bên bà. Bà ve vuốt chỗ nằm đó.

“Còn mấy tháng nữa mẹ mới gặp nó mà”, tôi nói.

Bác sĩ M. bảo chúng tôi đừng lo lắng về việc mẹ tôi đôi khi có lẫn lộn. Ông bảo điều đó bình thường đối với bệnh nhân phải nằm phòng chăm sóc đặc biệt một thời gian. Rồi nó sẽ qua đi, ông nói.

Sáng hôm sau, mẹ tôi ở trong trạng thái thật hưng

phấn. Tôi đang ngồi đan móc ở một góc phòng khi bà vẫy tay về mảng trần phía trên giường nằm. “Mẹ cho con cái đó làm quà”, bà nói với em gái tôi.

“Miếng gạch lát đó hả mẹ?” em gái tôi hỏi, chỉ tay vào một trong những tấm gạch lát cách âm vuông có cạnh sáu tấc, phía trên đầu mẹ. Tôi thật ngạc nhiên khi em gái tôi hiểu mẹ muốn nói gì ngay.

“Đúng rồi”, mẹ tôi nói, và rồi quay qua tôi, bà tiếp tục, “còn miếng đó cho con, và miếng kia...” Bà cho từng đứa con của mình món quà gạch lát. Bà không có gì khác để cho.

Ngày thứ tư, ba ngày sau khi tháo ông thờ, mẹ tôi có vẻ yếu đi. “Chuyện gì xảy ra, thưa bác sĩ?” chúng tôi hỏi bác sĩ M. “Tôi không biết”, ông nói. “Chúng tôi truyền tôi đa khí oxy cho bà qua mặt nạ, mà bà chỉ nắm níu”. Ông dừng lại, như để trấn an bản thân, rồi nói, “Quý vị cần nghĩ đến việc phải làm gì khi bà không thể trụ được nếu không có sự giúp đỡ của máy móc. Quý vị có muốn chúng tôi phẫu thuật khí quản cho bà?”

Một khi đã tháo ông thờ ra, chúng tôi không nỡ đặt nó lại, hơn nữa đã có lời dặn của mẹ tôi. Tuy nhiên, ai cũng có thể đổi ý, hơn nữa giờ mẹ đã có thể nói chuyện, nên chúng tôi quyết định hỏi ý bà.

Chúng tôi chờ đợi một trong những giây phút ngắn ngủi lúc bà tỉnh táo. Bác sĩ Z., vị bác sĩ chuyên lo cho người chết, bước vào phòng để hỗ trợ chúng tôi. Ông kéo

ghế ngồi cạnh giường, để mắt ông ngang tầm nhìn của mẹ. Còn chúng tôi thì đứng quanh giường, và em gái tôi hỏi đi hỏi lại câu hỏi đáng sợ đó: “Mẹ có muốn chúng con đặt lại máy thở cho mẹ, nếu mẹ không đủ sức thở một mình?” Cô hỏi bằng nhiều cách khác nhau, và mẹ tôi không nói gì. Chúng tôi ngỡ là bà không hiểu. Lúc đó bác sĩ Z. xen vào để giúp chúng tôi. “Alice, bà có phản đối việc chúng tôi đặt lại máy trợ thở cho bà không?”

“Có, tôi sẽ phản đối”, bà nói nhỏ nhẹ.

“Bà nghe cho kỹ nhé. Nếu bà cần máy giúp thở để sống mà chúng tôi không đặt máy trở lại thì bà có thể chết. Nếu vậy, chúng tôi sẽ giúp bà ra đi nhẹ nhàng. Bà cảm thấy thế nào về việc đó?”

Đột nhiên mẹ tôi ngồi bật dậy, la lên, “Trời ơi! Có điên không mà hỏi như thế lúc này!” Rồi như để giải thích cho thiếu kiểm chế của mình, bà nói thêm giọng nhẹ nhàng hơn, “Tôi đã bàn việc này với các con tôi rồi”.

Sáng thứ năm mẹ khỏe lên chút đỉnh - mẹ còn có thể khá hơn thế nữa mà. Một đứa cháu gái, trên đường đi học về ghé thăm, mang cả đàn violin vào phòng. “Bà có muốn con dạo cho bà nghe một bản nhạc không?”, nó hỏi.

“Ừ, dạo bản nào vui vui đó”, mẹ tôi nói.

Vậy là cháu gái tôi dạo một bản nhạc Tô Cách Lan có tên “Thuyền đang ra khơi”, và mẹ tôi gõ gõ những ngón tay trên giường theo điệu nhạc, để biểu lộ sự thích thú.

Nhưng chiều hôm đó bà trở nên bồn chồn, bức bối, lắc

vai, vẫy tay, co qua duỗi lại đôi chân. Hơi thở của bà trở nên nhanh hơn và cạn hơn. “Thở chậm và nhẹ thôi mẹ, chậm và nhẹ”, tôi nói, và đầu những lời nói của tôi không thể bơm thêm oxy vào phổi bà, chúng khiến cho cả hai chúng tôi bình tĩnh hơn trong giây phút đó.

Bác sĩ M. đã chuyển mẹ qua làm bệnh nhân của bác sĩ Z., người đã cho truyền morphine để làm giảm cảm giác thiếu oxy của bà. Bác sĩ Z. nói mẹ tôi sẽ cảm thấy thoải mái hơn trong khu chăm sóc giảm đau, mà các chị em chúng tôi cũng đã sẵn sàng chấp nhận sự chuyển đổi này. “Nhưng không có nghĩa là mẹ tôi đã hết hy vọng?” tôi hỏi.

Bác sĩ Z. nói rằng họ sẽ làm tất cả để giúp mẹ sống, họ có thể làm tất cả những gì ở phân khoa trên đã làm cho mẹ, nhưng ở đây bà sẽ cảm thấy thoải mái hơn. Vì thế tôi đồng ý, tự nhủ rằng cũng chưa hoàn toàn hết hy vọng là bà sẽ khỏe hơn.

Hôm sau, ngày thứ sáu, đã có một chiếc giường trống trong khu chăm sóc giảm đau - tôi đoán điều đó có nghĩa là, ai đó đã ra đi - và chiều hôm đó mẹ tôi được chuyển vào một phòng giống như phòng khách sạn trên tầng thứ mười sáu, phòng tận cùng của bệnh viện, gần với thiên đàng nhất, với màn cửa bằng vải, và những chiếc ghế có tay bọc nệm. Mẹ tôi vẫn trân trọng những gì tốt đẹp trong cuộc đời, nên dù chất morphine đã chìm bà vào giấc ngủ, và dường như bà không thấy gì qua con mắt còn mở, chúng tôi vẫn xoay giường để bà có thể hướng mặt về khung cửa sổ hướng đông, ngó ra những tháp đá và những mái nhà

thiệt của Chicago đến tận khoảng không gian đen tối mênh mông của Hồ Michigan.

Bác sĩ Z. bảo rằng bà có thể ra đi trong vài giờ hay vài ngày nữa. Thật là nhẹ nhõm khi đem được mẹ ra khỏi những đồng dây nhợ máy móc của phòng chăm sóc đặc biệt, dầu cái máy đo máu vẫn còn gắn chặt theo bà, và tôi vẫn còn theo dõi nó, như thể nó vẫn còn có một ý nghĩa gì đó.

Bước ra hành lang, tôi nói với bác sĩ Z., “Mức đo oxy của bà đã xuống đến tám mươi”.

Ông đặt tay lên cánh tay tôi. “Mẹ sắp ra đi”, ông nói với tôi bằng giọng của một thầy giáo trường mầm non. “Giờ là lúc chúng ta phải làm cho bà được thoải mái”. Tôi biết ông đang cố gắng tử tế, nhưng tôi quay lưng và đi thẳng về phòng - bà đâu phải là mẹ của ông. Nhưng điều khiến tôi bực bội không phải là vì ông dùng tiếng Mẹ; mà chính là những lời còn lại.

Trong phòng có sáu thành viên trong gia đình - con và cháu - khi cô y tá phòng chăm sóc giảm đau tháo mặt nạ dưỡng khí ra thay bằng cái ống thông dò ở mũi, cô nói: “Để bà được thoải mái hơn”. Tôi nhìn qua lại từ mặt mẹ đến cái máy biểu đồ, và tôi thấy những con số rớt xuống như thang máy - rớt xuống bảy mươi, sáu mươi, năm mươi. Sandy, con trai tôi, đang ngồi trên chiếc ghế bành giữa phòng. “Bà đang ra đi”, tôi nghe mình nói, và nó nhảy lên đến đứng bên giường với chúng tôi. Tuyệt vọng, chúng tôi đứng nhìn ức bà nhô lên và xẹp xuống giống

như mũi thuyền trong cơn bão biển; tuyệt vọng, chúng tôi đứng nhìn gương mặt bà đôi trắng khi máu đỏ cạn chảy ra khỏi mao quản.

Chưa đầy hai phút sau bà ngưng thở. Chúng tôi đứng đó, chờ đợi một điều gì đó xảy ra, chờ đợi mẹ sẽ bảo chúng tôi làm gì tiếp theo. Nhưng bà đã ra khỏi phòng. Tôi không biết mẹ làm sao thực hiện việc biến mất đó - tôi không thấy mẹ ngồi dậy và đi, tôi luôn ở bên cạnh bà. Sau phút ngưng đọng, tất cả sáu người chúng tôi òa khóc. Lúc đó là mười giờ tối thứ sáu.

Khi chúng tôi khóc, cô y tá bước ra ngoài, và sau khoảng mười phút vắng mặt vì lịch sự, cô trở lại với những giấy tờ để chúng tôi ký tên. “Quý vị có thể ở đây với bà khoảng hai tiếng”, cô nói. “Sau đó chúng tôi phải mang xác đi”. Thời gian quay vòng, đánh vụt vào tường. Làm sao mà bỗng nhiên bệnh nhân của cô giờ thành xác chết. Giờ khi mà mẹ tôi thật sự thoải mái, thì công việc của cô y tá cũng hoàn thành.

Chúng tôi tháo cái băng cổ cho mẹ - có một vết đỏ bầm bên dưới, chỗ cái băng cọ sát với xương cổ của bà. Chúng tôi hát bài “Dona Nobis Pacem” và “Row Row Row Your Boat”. Tôi tụng một bài kinh Phật giáo dành cho người chết, và những âm thanh xưa cũ mà chúng tôi không hiểu dường như mang chúng tôi lại gần nhau hơn: *nen nen fu ri shin*. Các em gái và tôi lấy quần áo bà ra khỏi cái bao plastic, những quần áo bà mặc khi xảy ra tai nạn. Cũng hơi lạ, nhưng thật nhẹ nhõm, là không có vết

máu nào trên quần áo đó. Chúng tôi cùng nhau cởi bộ quần áo ngủ của bệnh viện ra cho bà, và kéo chiếc quần jean đen bạc màu lên khỏi hai bên hông lạnh của bà, mặc cho bà chiếc áo giã chemise màu xanh, và để chân trần cho bà. Hình như gương mặt bà bỗng thóp lại, da mặt chảy xệ xuống gối. Chúng tôi cố khép miệng bà lại, nhưng nó không ở yên một chỗ. Bên con mắt mở của bà cũng thế. Chúng tôi xếp hai tay bà trên ngực, và tôi phủ tấm khăn choàng mới xong phân nửa với những sọc xanh biển và xanh dương ngang dọc lên chân của bà.

* * *

Chương 5

Xương Già

Tôi dẫn đứa cháu nội gần ba tuổi ra chơi công viên, và cô bé bò lên cầu trượt trên hai tay và đầu gối.

“Giờ Nội làm đi, Nội”, nó nói.

“Nội không làm được”, tôi nói với cô bé. “Đầu gối Nội già rồi, không trèo lên cầu trượt được”.

“Cố lên Nội! Nội làm thử đi mà!”

Nhưng tôi không thử. “Nội xin lỗi Paloma, nhưng gối Nội yếu lắm”.

Ngày hôm sau tôi dẫn Paloma lên lầu để tắm. “Bồng con đi, Nội, được không?” cô bé nài nỉ.

Tôi không thấy khỏe. “Con đi được mà”, tôi nói. “Nội sẽ nắm tay con”.

“Con không đi được”, nó nói. “Chân con già rồi!”

Càng lớn tuổi, xương cốt tôi cũng già đi, yếu đi. Tôi bị loãng xương ở phía dưới lưng. Chứng bệnh đó di truyền trong gia đình tôi. Mẹ tôi bị lùn đi khoảng năm tấc vì bệnh

đó, và tôi đã bị mất gần hai tấc, nhưng tôi không bị đau đớn gì, nên nếu không đi làm xét nghiệm xương thì tôi không thể biết về điều đó.

Bệnh khớp ở gối và hai ngón tay cái thì gây khó chịu hơn. Ít nhất là tôi không thể mở các chai lọ dễ dàng nữa vì bị đau khớp các ngón tay. Và điều này có thể gây trở ngại khi tôi chỉ có một mình với hũ mứt dâu đã được hút chân không chặt kín. Một người bạn đã tặng tôi một thứ rất diệu kỳ mà tôi không biết gọi là gì, giống như cái đồ đựng nôi, một bên cạnh bọc cao su, rất có công hiệu trong việc mở các chai lọ, nhưng đôi khi nó cũng thất bại, mà nếu lúc đó không có ai khác ở nhà, thì tôi đành ăn sáng mà không có mứt dâu. Còn đầu gối tôi thì chúng không thích đi lên hay xuống dốc, chúng không thích tôi tập yoga trong tư thế của một chiến binh (warrior pose), và tôi không còn có thể ngồi chồm hồm nữa, khiến cho đôi khi cần, tôi không thể ngồi xuống tiểu trong rừng cây. Còn nhảy lò cò thì không cần phải nói nữa rồi.

Cũng có thể nói, cuộc sống dường như thú vị hơn khi có những vấn đề nhỏ như thế này để quan tâm. Việc chăm sóc bản thân trở nên là một công việc phức tạp hơn, nên nó giúp ta mài dũa các khả năng giải quyết vấn đề. Hai đầu gối lên tiếng là tôi phải đáp ứng ngay. Mấy lóng xương già dường như mang lại cho tôi chút tình cảm thân thuộc. Không phải là tôi cần những thứ như tay nắm, hay những cột vịn đi bộ, mà là hai đầu gối của tôi; tôi phải lo cho chúng, vì chúng tôi là người trong gia đình mà.

Suốt đời chưa bao giờ tìm hiểu về xương trên mạng, nên giờ tôi phải cố gắng tập làm cách nào để chăm sóc nó. Nhiều năm nay, tôi uống thuốc để giúp xương phát triển. Nhưng hơn một năm nay tôi đã thôi dùng thuốc, vì có những ảnh hưởng phụ nguy hiểm, và tôi đã tự hứa là sẽ chăm sóc xương tốt nhất bằng cách uống calci, vitamin D, và mỗi ngày, hay gần như mỗi ngày, tập thể lực - trong trường hợp của tôi, đó là đi bộ hay tập thể dục ở trung tâm Y. Sau một năm theo chương trình này, tôi đi xét nghiệm xương lại. Tôi rất hài lòng về mình khi kết quả xét nghiệm cho thấy tình trạng loãng xương của tôi không phát triển xấu thêm. Tôi là chương trình thử nghiệm của chính mình.

Trước đây tôi xem thường xương cốt mình, nhưng giờ tôi quan tâm đến chúng hơn. Tôi thấy chúng đúng là một sáng tạo tuyệt vời. Thí dụ, khi xương những người trẻ đang tăng trưởng, các tế bào bồi đắp bên ngoài dọc theo các lóng xương, trong khi đó các tế bào bên trong bị loại trừ bớt, để mở rộng ống xương chứa tủy, theo một hoạch đồ thiết kế phức tạp. Năm tôi khoảng mười hai tuổi, xương chân tôi tăng trưởng quá nhanh đến độ tôi đau chân kinh khủng. Mẹ tôi gọi chúng là “những nổi đau để lớn”. Cả hai con trai của tôi đều bị đau chân trong thời kỳ phát triển tuổi thiếu niên.

Nhưng giờ tôi co rút lại. Dưới lớp thịt nhão, xương cốt tôi co ngắn hơn, nhẹ hơn, nhiều lỗ hổng hơn trước đây, với những sự tăng trưởng ở chỗ này, chỗ kia, không theo đúng hoạch đồ đầu tiên. Nhưng dầu gì chúng cũng là xương chắc, tốt - những khớp và hóc, hóc mắt và dây chằng. Tôi

thích những tên gọi khoa học của chúng: *humerus* (xương tay), *tibia* (xương chân), *scapula* (xương bả vai), *fibula* (xương mác).

Có lần khi Sandy, con trai tôi, đang ở tuổi thiếu niên, nó và tôi cùng đi dọc theo những con đường sắt hoang phế ở vùng quê và chúng tôi thấy ít xương khô - các đốt sống rời rạc của một động vật lớn nào đó. Có thể là nai - nằm giữa những thanh sắt. Chúng tôi lượm hết bỏ vào túi và mang về ca-bin nơi chúng tôi đang ở cuối tuần. Chúng tôi trải chúng ra trên bàn giống như những mảnh của trò chơi ghép hình. Các mảnh xương rỗng tròn có những nhánh chân nhỏ và những cánh vươn ra, và chúng kết nối lại với nhau một cách toàn hảo, giống như những chiếc ghế xếp chồng lên nhau. Chúng tôi thật thán phục kiểu mẫu, hình dáng thanh thoát của chúng, và chúng tôi có thể phân biệt được các phần khác nhau của xương sống nhờ vào kích thước của các cánh, và vào việc chúng có các vây lưng hay không. Thiếu một số xương. Chúng tôi lấy dây nhợ, kéo và biến những đốt xương này thành một chuỗi xương sống năng động, hài hòa trên một cây đinh sắt rỉ của đường ray xe lửa. Chúng tôi treo nó trong ca-bin của người bạn, sung sướng nhìn các đốt xương già lắc lư dưới ánh mặt trời. Bộ xương người trong phòng tập yoga chỗ tôi học thì không thiếu sót mảnh xương nào. Nó hoàn hảo đến độ giống như nó được làm từ một bộ dụng cụ học tập để giúp cho phương tiện nghe nhìn ở một lớp yoga, đến nỗi thật khó nhớ là nó đã từng đi đứng ở bên trong một con người nào đó. Tôi không biết là ai.

Trên bằng lái xe, dầu bạn có gạch chữ hiển xác, thì cũng không có nghĩa là bạn muốn hiến xương cốt mình cho một phòng tập yoga. Lúc đó đúng là bạn trần trụi giữa đám đông. Tuy nhiên, không ai biết đó là bạn trừ khi có tấm bằng bằng đồng nhỏ dán trên xương chậu có ghi tên bạn. Không ai có thể nhận ra bộ xương của bạn, dầu đó có là người bạn thân thiết nhất, dầu đó có là người tình suốt bao nhiêu năm tháng của bạn.

Cũng lạ là bộ xương và đầu lâu là tượng trưng của thần chết, nhưng người sống cũng mang bộ xương đó trong người, và nó giúp chúng ta đứng vững suốt cuộc sống dài. Không có nó, chúng ta chỉ là một vũng nước trên sàn nhà. Tôi đoán bộ xương có nghĩa là chết vì ta không thể *nhìn thấy* bộ xương cho đến khi người ta chết, và da thịt đã rã tan.

Vào ngày lễ dành cho người chết ở Oaxaca, tôi nhìn thấy những bộ xương nhảy múa, những bộ xương bên bàn máy may, máy đánh chữ, những bộ xương cắt tóc các bộ xương khác trong một tiệm hớt tóc. Tôi mang về nhà hình ảnh một bộ xương bác sĩ đang hộ sinh một em bé, bộ xương từ người mẹ, bộ xương trong khi một bộ xương y tá đứng cạnh sẵn sàng giúp đỡ.

Bạn biết mình sẽ chết, nhưng không biết điều gì sẽ xảy ra cho bạn sau đó. Bạn cũng không biết điều gì sẽ xảy ra cho mình trước đó, ở tuổi già, và bạn cũng không thể kiểm soát điều đó. Một người bạn trẻ của tôi trong ngành y được dạy rằng tuổi sáu mươi là một bước ngoặt, và rằng cơ thể

con người bình thường ở tuổi đó đang bước qua một lần ranh, để bắt đầu thực sự hư hoại. Dĩ nhiên là các bác sĩ không nói điều này với bệnh nhân của họ, và dĩ nhiên ở mỗi cá nhân một khác, nhưng *nói chung*, tuổi sáu mươi có nhiều biến đổi quan trọng.

Hai con trai của tôi đã hứa đưa tôi đi dã ngoại ở Sierra như món quà cho sinh nhật tuổi sáu mươi của tôi. Khi hai đứa còn nhỏ, tôi thường đưa chúng đi cắm trại và dã ngoại, lần này thì chúng là người chu cấp và hướng dẫn của tôi. Chỉ lời hứa thôi cũng là một trong những món quà tốt đẹp nhất mà tôi từng nhận lãnh, nói chi đến chuyến đi thực sự. Mấy tháng trước khi đi, tôi tập luyện thêm thật nhiều ở phòng tập thể dục. Tôi sắp đặt một số buổi tập với huấn luyện viên cá nhân, người bắt tôi tập leo những bước thang trời sục theo từng bước chân một cách không thương xót, rồi bước lên bước xuống những chiếc thùng plastic màu tím để giúp bấp chân tôi cứng chắc mà trèo núi.

Hai cậu con trai của tôi đã vẽ đường đi, xin giấy phép, mượn lều, dự tính thực đơn và mua thức ăn. Đến ngày đã hẹn, Sandy và tôi cùng lái xe từ vùng Bay Area⁴, còn Noah thì lái từ Los Angeles⁵ để gặp nhau tại điểm hẹn trong thị trấn Bishop, phía đông của Sierra. Tôi rất phấn khởi khi quẹo xe vào chỗ đậu của hạt kiểm lâm và thấy chiếc Toyota màu xanh của Noah lung linh dưới sức nóng của

⁴ Bay Area: thuộc bắc tiểu bang California.

⁵ Los Angeles: thành phố thuộc nam California.

tháng Tám. Chúng tôi gặp Noah ở bên trong, cậu ta cũng vừa đến khoảng mười lăm phút trước, và đang xem những quyển sách về hoa. Chúng tôi lấy giấy phép đốt lửa trại và mượn những ống xi-lanh đựng đồ ăn chống gấu, và ở giây phút cuối cùng đó, trước khi dần bước theo những lối mòn nhỏ, tôi nghe theo lời gợi ý của Sandy nên mua một cặp gậy leo núi. Tôi cũng mua, một cách bốc đồng, một cuốn sách nhỏ về Hiến Pháp của Mỹ được xếp đặt một cách đập mắt ngay cạnh quầy tính tiền. Khoảng thời gian này thuộc thời tổng thống George W. Bush, khi Hiến pháp đang được sửa chữa, nên tôi nghĩ biết đâu nó sẽ có ích sau này, nếu không phải bây giờ ở High Sierra đây.

Lúc ban đầu chân tôi rất khỏe. Chúng tôi trèo dốc cao và mỗi ngày đều chuyển lên đi một chỗ khác. Tôi bước chậm và tự tạo ra những khúc quanh ngắn khi đường khá dốc. Đôi khi sau một lúc trèo dốc, các cơ bắp tôi như nhũn ra, nhưng tôi cũng bám trụ được. Hai đứa con trai cao lớn của tôi đeo các túi nặng và tử tế đi chậm bước chờ tôi, nói rằng chúng cũng muốn đi như thế. Dọc đường, chúng tôi bơi lội trong những hồ nước nhỏ, thưởng thức hoa cỏ, và ngắm những đám mây lướt nhanh qua các ngọn núi. Chúng tôi hầu như không thấy ai khác; hầu hết thời gian con đường như chỉ dành cho ba chúng tôi. Mà không chỉ có con đường. Chúng tôi còn có cả vũ trụ, mệnh mệnh ngút mắt nhìn, thật bát ngát, và giờ này tôi không còn muốn có ai bên cạnh.

Các cơ bắp đã được nắn gân đưa tôi với ba-lô lên cao

tận đèo Paiute, ở độ cao hơn ba ngàn sáu trăm mét so với mực nước biển. Vào ngày thứ ba chúng tôi tìm được một cánh đồng đầy cây núi nhỏ giả, được che chắn khỏi gió bởi những phiến đá gra-nít, cạnh hạ nguồn hồ Desolation. Sau khi căng lều, Noah và Sandy đi khám phá phía thượng nguồn của hồ Desolation, còn tôi ở lại, ngã lưng trên cỏ, bao quanh là những cây hoa kim sa vàng rực, để cho ánh nắng mặt trời buổi chiều thấm vào hai đầu gối đau buốt của tôi. Tiếng kêu kỳ lạ của con mam-muốt (mammot) dội vào vách núi ở phía trên. Cả ngày nay tôi đã vận dụng xương cốt chống lại trọng lực, giờ chúng được nằm dài trên núi; những lóng xương dài thẳng đứng giờ nằm ngang, và trọng lực dễ dàng đón nhận chúng. Tôi ngủ một giấc ngắn.

Hôm sau đó chúng tôi quay về lại đèo Paiute. Chúng tôi dừng chân để ngoái nhìn lại mặt hồ, màu xám thiếc dưới bầu trời đe dọa một cơn mưa, tôi tranh thủ đặt máy hình ngay ngắn trên một phiến đá để chụp cả ba chúng tôi, tươi cười, bá vai nhau, choáng váng trong không gian bao la đó. Trước khi chúng tôi quay về, tôi nhìn thật kỹ cái chỗ trũng rộng lớn mà các ngọn núi tạo thành, ghi hình ảnh đó vào trong tâm, thứ hình ảnh mà bạn không thể ghi lại bằng máy ảnh, thứ hình ảnh có mùi của gió trong đó, và sự nhẹ nhõm của đôi vai khi bạn giải thoát chúng khỏi gánh nặng của túi đeo. Tôi biết là có thể tôi chẳng bao giờ được nhìn lại cảnh này nữa.

Tôi rất biết ơn hai cây gậy chống - hai đầu gối tôi cần

tất cả mọi sự trợ giúp mà chúng có thể có vì giờ là lúc chúng tôi bắt đầu xuống dốc. Noah và Sandy đã lấy bớt từ túi đeo của tôi những thứ đồ linh tinh mà tôi vẫn còn mang theo, cùng với máy ảnh, thuốc chống nắng và pin dự trữ của đèn bấm. Ba-lô của tên nào cũng nặng gấp đôi của tôi.

Xế chiều, khi chúng tôi vẫn còn đi xuống con dốc đá sâu thẳm, tuyết bắt đầu rơi. Không có chỗ nào bằng phẳng để dựng lều, nên chúng tôi phải tiếp tục đi xuống, trong khi tuyết lạnh vẫn rơi, và bầu trời trở nên tối đen. Chúng tôi vội vã một cách chậm chạp - những bước chân của tôi cũng ngừng lại vì hai đầu gối tôi đau hơn, và lối đi trở nên trơn trượt. Tôi khiến hai đứa con phải chậm lại, nhưng chúng không làm tôi phải áy náy; vì chúng rất kiên nhẫn, chốc chốc lại hỏi tôi có làm sao không. Ngoài ra chúng tôi hầu như im lặng, dốc hết sự chú tâm vào con đường đi. Chúng tôi nôn nóng dựng được lều trước khi trời tối.

May thay ngay trước hoàng hôn, chúng tôi đến một cánh đồng đá, và với những ngón tay tê cóng, chúng tôi dựng lều trên một khoảnh đất bằng không có quá nhiều đá cục chỏi vào lưng. Lúc lều được dựng xong thì chúng tôi cũng đã ướt lạnh và đói, trời sắp tối hẳn mà tuyết vẫn rơi. Chúng tôi mang túi xách vào trong lều, thay đồ khô, nhưng sau đó chúng tôi cảm thấy nước bị bơm dưới chân. Thì ra chỗ chúng tôi dựng lều không có nơi thoát nước, nên giờ nó đã giống như một cái hồ nhỏ chứa nước tuyết tan. Tất cả chúng tôi lại phải chui ra khỏi lều, trong khi Noah đào một rãnh nhỏ chung quanh lều với cái bay bằng

plastic mà chúng tôi mang theo để đào những hố đi vệ sinh. Còn Sandy thì đi tìm một chỗ che chắn nào đó mà nó có thể nghỉ ra dưới những lùm cây thông gần đó để đun nước nóng cho món nui phô-mai đã đông cứng của chúng tôi. Tôi thì cầm đèn bấm để soi cho nó.

Tôi suy nghĩ: Không biết chúng tôi sẽ phải làm gì nếu gió bão giữa khuya thổi căn lều bay đi, và chúng tôi phải chết vì bị giảm thân nhiệt? Hoặc bão tuyết sẽ dày đến độ chúng tôi không thể đi ra ngoài mấy ngày trời? Hay là chúng tôi không thể tìm được đường xuống trong tuyết và đi lạc? Nhưng tôi không nói lên điều mình suy nghĩ.

“Buổi tối đã sẵn sàng”, Sandy nói. “Con đã đặt một bàn tiệc cho ba người”.

Không thể nói là chúng tôi ăn buổi tối ngon lành, nhưng chúng tôi đã cùng đứng bên nhau dưới các lùm cây, hăm hở múc những muỗng súp nóng ra khỏi mấy cái ly Sierra của mình - đây chính là những chiếc ly vẫn còn vết khắc mấy cái tên Dân Tộc Da đỏ Yahi trong chuyến đi cắm trại do trường tổ chức năm Noah học lớp Năm, hai mươi lăm năm về trước, và tôi đi với tư cách phụ tá các phụ huynh - với hai đầu gối vẫn còn có thể bò trườn trên cát đá với lũ trẻ - và Sandy đi với tư cách là em trai. Theo trên ly, thì chúng tôi có tên là Tetna, Siwin và Wakara: nghĩa là Gấu, Thông, và Trăng Tròn.

Sau buổi tối, chúng tôi chỉ còn mỗi việc là chui tọt vào lều, chun vô mấy chiếc túi ngủ, và cố giữ cho ấm. Lúc đó là tám giờ tối, giữa tháng Tám, và đêm sẽ rất dài trước khi

trời sáng. Giá mà chúng tôi có mang theo bộ bài để chơi, nhưng chúng tôi không tiện liệu được hoàn cảnh của mình. Chúng tôi chỉ có một thứ có thể dùng để giải trí trong lều là bảng Hiến Pháp Mỹ, nên trong khi bên ngoài tuyết vẫn rơi, vẫn chảy xuống bên hông lều, thì chúng tôi đổ nhau về luật Quyền Con Người.

Ngày hôm sau lúc chúng tôi trở xuống xe cũng là lúc đầu gối phải của tôi kêu đau trong từng bước chân, và cả hai bàn chân đều đau đớn do phỏng rộp. Nhưng tôi hoàn toàn hạnh phúc.

Từ bấy đến nay đã hơn năm năm, và đó đúng là chuyên phiêu lưu cuối cùng trong cuộc đời tôi. Những mũi thuốc cortisone chữa lành được hai gót chân phỏng của tôi, còn bệnh khớp của gối ngày càng tệ hơn. Nhưng bệnh khớp thì thường là thế. Mà tại sao không là thế chứ? Khi công việc của chúng thật nặng nhọc nào là mang người ta đi lên, đi xuống núi, lên xuống thang lầu trong bao năm tháng. Ít nhất là tôi đã chấm dứt những ngày đi dã ngoại của mình một cách vinh quang, hơn nữa tôi vẫn còn có thể xuống núi bằng cách cưỡi lừa hoặc bằng dây cáp treo.

Quá trình lão hóa đó luôn tiếp diễn, vì thế hãy buông bỏ những gì bạn không còn có thể làm được, và hướng đến việc làm những gì bạn còn có thể. Năm sáu mươi ba tuổi, tôi đã dự một lớp nhảy hip-hop ở câu lạc bộ Y, dành cho người mới bắt đầu. Cũng có đôi ba học viên đầu bạc khác trong lớp, nhưng tôi nghĩ mình là kẻ đầu bạc nhiều nhất. Lớp đó thật khó cho tôi, cả về thể lực lẫn tâm thần, và tôi

có thể gần như cảm nhận được có những chuỗi phản ứng sinh hóa xuất hiện trong não bộ khi chúng tôi chuyển từ thể dậm chân sang quay tròn xoay tít.

Một ngày kia, ông thầy bảo chúng tôi chạy khắp phòng bằng những bước lướt dẫn dắt nhau. Lúc đứng ở cuối hàng tôi nghĩ là tôi ổn thôi, nhưng khi ông bảo chúng tôi xoay ngược lại, vậy là bỗng nhiên tôi lại thành đứng hàng đầu. Tôi lướt như điên nhưng cũng không thể dẫn dắt - tôi cản trở, làm cả hàng phải chậm lại. Ông thầy dẫn tôi đến một vị trí khác, đổi chỗ với một chàng thanh niên trẻ khỏe khác.

“Tốt nhất là bà đứng ở chỗ này”, thầy nói với tôi. Rồi, trước cả lớp học, ông nói, “Bà ấy nhảy giống như thế này!” và ông bắt chước tôi ngã sấp ngã ngựa trên sàn nhảy.

Lý ra tôi phải nói, “Này, ông đang nói đến người đã thắng giải phóng lao từ năm lớp bốn đấy!” Nhưng lạ lùng làm sao, tôi không hề để tâm đến sự chọc ghẹo của ông. Trong khoảng khắc tôi dường như bay ra khỏi thân thể khô cứng của mình, và trôi bồng bềnh bên ngoài trên những cánh cửa sổ cao của lớp học. Tôi nhìn xuống với lòng yêu thương cái xác sáu mươi ba tuổi, đang cố gắng học nhảy hip-hop, và tôi nhận thấy có điều gì đó thật buồn cười trong nỗ lực để khiến hai chân bắt chéo nhau nhanh chóng. Tôi tự an ủi mình đã cố gắng, nhưng sau đó tôi không trở lại lớp hip-hop đó nữa. Đã đến lúc phải buông bỏ điều đó.

Tôi vẫn còn sử dụng chính hai đầu gối già của mình,

và cảm thấy trung thành với chúng, nhưng sau này tôi có thể cũng phải thay đầu gối mới, và tôi cảm ơn là tôi có được sự lựa chọn đó khi cần. Hiện tại thì dường như tôi vẫn có thể tiếp tục tham gia vào lớp học yoga thêm một thời gian nữa, và tôi với các cây gậy chống để đi vẫn còn tung tăng trên các ngọn đồi Berkeley.

Mới đây Paloma cũng bắt chước tôi, dẫu không phải là để chọc ghẹo như ông thầy hip-hop; mà qua giọng nói của cháu, tôi biết là cháu chỉ biểu lộ một sự quan sát thân thiện. Chúng tôi đang cùng đi dạo quanh để bắt mấy con bọ rùa, bỗng cháu nói, “Nội nhìn nè, con đang đi giống Nội nè”. Cháu làm điều bộ đi với chân thẳng đơ, hoàn toàn không cong đầu gối lại, giống như những con búp-bê gỗ vùng Appalachia đang đi xuống trên tấm ván nghiêng. Tôi khựng lại. Không lẽ cái dáng đi cứng đơ già nua của tôi lại lộ liễu như thế? Nhưng đối với Paloma thì không có gì sai với dáng đi đó; mà đó chỉ là cách tôi đi đứng.

* * *

Chương 6

Tất Cả Đều Sụp Đổ

Té ngã là bất ngờ mất thăng bằng khiến ta tiếp xúc với mặt đất hay sàn nhà một cách bất ngờ.

*- Tạp Chí Của Hội Người Cao Tuổi ở Mỹ
(Journal of the American Geriatrics Society,
Vol. 39)*

Lần tôi bị té gần đây nhất là lúc tôi đang dự một khóa thiền. Trong buổi họp mặt sinh hoạt hằng ngày có khoảng hai mươi thiền sinh đang ngồi quanh trong im lặng trên một bục cao trong rừng tùng, tôi nhớ là mình vừa đi xuống đó để dự buổi họp, vừa suy nghĩ là đôi giày của mình rộng quá. Tôi bước hụt trước bục thêm, trước mắt những người đang quan sát trong im lặng, vì mặt đường không bằng phẳng. Tôi cảm thấy cổ chân bị xoáy khi té xuống. Thật lạ kỳ trong tích tắc giữa lúc bị vấp và lúc ngã xuống đã có bao nhiêu điều chạy qua đầu tôi. Trong lúc té, tôi đã lo sợ rằng một ai đó phải bỏ dở thời khóa thiền để

lái xe đưa tôi đến Sebastopol để bác sĩ chụp x-quang mắt cá chân tôi, nhưng ý nghĩ đó đã bị gián đoạn khi thay vào đó mặt tôi đập xuống cạnh bục thêm. Những người chứng kiến đồng thanh la lên. Tôi không thực sự cảm thấy đau - hơn là thấy sốc. Sự chú tâm của tôi chuyển từ mắt cá chân lên mặt, cố gắng mò mẫm để biết điều gì đã xảy ra. Hình như miệng tôi bị làm sao đó. Răng-Liệu tôi còn cái răng nào không? Rờ miệng, tay tôi đầy máu môi, chứ răng thì hình như tất cả vẫn còn nguyên trên nướu.

Tôi lồm cồm ngồi lên, và nhìn thấy những mặt người lớ nhỏ từ trên bục cao ngó xuống lao xao. “Tôi không sao”, tôi nói. “Tôi thực sự không sao mà”. *Làm sao mà tôi có thể té nằm một đống trên mặt đất như thế? Tôi là người từng trèo cây, nhảy dây, người coi thường sức hút của trái đất mà.* “Tôi thiệt hư!” tôi nói thêm. (Chính việc không thể chấp nhận rằng mình già đã khiến người ta khó thực hiện việc lắp các tay nắm hay mua những tấm cao su không trượt bỏ trong bồn tắm).

Nhiều bàn tay đưa ra, kéo tôi lên. Một thiền sinh đạo hữu, là y tá, dẫn tôi đi rửa vết thương. Cô không tìm được đá lạnh, nhưng tìm được một trái dưa leo trong tủ lạnh, nên chẻ nó làm đôi để tôi đắp lên vết thương ở môi. Nhờ sự chăm sóc đó, tôi trở lại họp để nhận phần việc của mình, và buổi chiều đó tôi làm nhiệm vụ của người phục vụ trà trong thiền đường. Môi sưng đau có cản trở người ta trong việc rót trà.

Sự tổn thương trên da thịt không đáng kể-máy, vết

bầm sau một tuần đã biến mất. Tôi được chăm sóc tử tế, được tặng nhiều cây kim sa. Nhưng thật đáng sợ khi té kiêu đó, đập mặt xuống trước.

Từ năm sáu mươi tuổi, tôi đã bị té nhiều lần, nên tôi quyết định lên mạng tìm hiểu về việc té ngã. Tôi tìm được rất nhiều lời khuyên hữu ích, giống như, “Đừng đứng trên ghế, bàn hay thùng”, của Cơ quan về Sức khỏe Cộng Đồng thuộc Khoa Lão Hóa của Canada. Một lời khuyên tốt nữa là, “Nếu được ráng té ngồi sẽ tránh được nhiều tổn thương nặng”. Còn Trung Tâm Phòng Bệnh có lời khuyên mà nếu tôi được nghe trước đó, tôi đã không phải té rồi: “Mang giày vừa vặn, tránh để giày trơn trượt”.

Tôi được biết ở Mỹ hàng năm có khoảng mười ba ngàn người trong độ tuổi sáu mươi lăm hay hơn nữa chết do té ngã - đó là ba mươi lăm người mỗi ngày. Số người bị thương tật còn nhiều hơn, và sức khỏe của họ cũng bị ảnh hưởng.

Phòng ngừa té ngã cho người lớn tuổi còn là một chuyên khoa riêng biệt trong ngành y. Và tôi thật ngạc nhiên khi khám phá ra rằng nhiều năm liên tiếp, có một dự luật được trình lên Quốc hội được gọi là Luật Giúp Người Lớn Tuổi Không Bị Té Ngã, dầu nó đã không bao giờ được thông qua. Ai có thể chống lại một dự luật như thế chứ? Nhưng chắc là vì nó quá tốn kém.

Ngoài việc bị ngã, cảm giác sợ té ngã cũng không tốt cho sức khỏe, vì nó khiến người ta ngồi nhiều hơn, rồi gân cốt họ không vận động, ngày càng yếu hơn. Khoa Lão Hóa

của Canada cũng nói, “Đừng để sợ bị té ngã cản trở bạn hoạt động. Sự thiếu hoạt động còn tạo ra nhiều nguy cơ bị té ngã hơn”.

Lý do đầu tiên tôi nghĩ đến trong việc té ngã do tuổi tác là vì tôi đã hành xử không hợp với tuổi của mình. Thí dụ, một ngày hè đẹp trời kia, tôi đạp xe trên làn đường dành cho xe đạp nhỏ hẹp, đi phía sau cô cháu gái mười tuổi của tôi, nhưng nó đã chạy mất hút. Tôi vẫn còn đủ sức đạp xe đạp, nhưng bỗng nhiên tôi cảm thấy muốn đạp xe mà ‘buông tay’ như tôi vẫn thường làm khi tôi là cô gái mười tuổi. *Bạn chỉ già như bạn nghĩ!* Không phải là người ta luôn nói thế sao? Ngọn gió mát vuốt ve mái tóc, và tiếng những con chim chích chòe từ trên các lùm cây kêu vang như ca ngợi tôi, cho đến khi tay lái của tôi trượt trên sỏi ở một khúc quanh và tôi rơi xuống, tướm máu đầu gối, hai tay và cùi chỏ. Tôi khập khễnh, dẫn xe đến chỗ cháu gái tôi đang đợi ở một nhánh đường. “Trời ơi! Xảy ra chuyện gì cho Nội vậy?”

“À, vì lòng kiêu ngạo đi trước cái té đó mà”, tôi trả lời. Từ đó tôi bỏ luôn việc lái xe “buông tay” - thêm một mất mát vì tuổi tác. Ít nhất điều này tôi cũng dễ dàng chấp nhận.

Sự thật là tôi không giữ được thăng bằng. Trong lớp yoga, khi tập thế đứng của con cò, tôi đứng gần tường, và lén dựa vào đó bằng đầu gối hay cùi chỏ tay, việc mà không có con cò tự trọng nào làm. Thầy lớp yoga bảo là tôi có thể giữ thăng bằng tốt hơn bằng cách thực hành. Vì thế tôi tập mỗi ngày. Mỗi sáng, trong khi đánh răng bằng

bàn chải điện, tôi tập đứng một chân, thì bàn chải sẽ ngưng hoạt động ngay sau hai phút. Vào những ngày chẵn, tôi đứng trên chân phải; ngày lẻ, chân trái. Các cơ bắp của chân đứng đau buốt. Lúc đầu tôi không thể đứng hơn hai phút, nhưng giờ tôi làm được rồi.

Tôi càng già thì mặt đất dường như càng xa, và cái đầu tôi nhận tín hiệu từ bàn chân chậm hơn, cũng như ngược lại. Có những buổi sáng khi tôi vừa thức dậy và rời khỏi giường, tôi bị va vào cánh cửa trên đường đi vào nhà vệ sinh. Thân tôi vẫn thường đảm trách những việc tầm thường như tự đi một mình, mà không cần có người khác trông chừng; nhưng giờ, tôi phải suy nghĩ trước khi đặt chân xuống đất.

Tôi nhận ra rằng cây gậy không chỉ dùng để nâng đỡ các cơ khớp đau yếu - nó còn giúp ta giữ thăng bằng. Tôi chưa đến mức độ đó, dầu tôi cũng dùng gậy khi đi dã ngoại, nhưng điều đó không làm tôi mất mặt vì ngay chính những người trẻ tuổi, năng động cũng dùng chúng. Tôi có cây gậy của ông tôi để trên la-phông, chờ đợi tôi. Nó được làm bằng một loại xương nào đó. Đứng đằng sau mấy cây gậy là những con người.

Nói về người đi bộ, tôi đã được quan sát một đứa trẻ mười tháng tuổi, con gái của bạn tôi, tập đi. Đứa bé nắm lấy cạnh bàn, và đi dọc theo hết các cạnh, sau đó nó thực hiện những bước táo bạo, buông tay, và phóng tới, rất nhanh đến sofa! Hoan hô! Còn tôi, tôi di chuyển theo hướng ngược lại. Có lẽ sẽ có một ngày nào đó, những

người có mặt trong phòng cũng phải vỗ tay khen tôi, khi tôi buông cạnh bàn ăn và đi những bước táo bạo vèo qua không gian để đến quầy bếp.

Trong quá trình tập đi, cô con gái của bạn tôi thường hay té ngã, nhưng nó đứng ngay dậy trên bộ xương bằng cao su của mình. Đôi khi nó cũng khóc, nhưng không bao giờ kéo dài. Nhưng khi bạn đã quá sáu mươi, và mặt đất dường như xoay vòng trước mặt bạn, thì câu chuyện sẽ khác đi, nhất là khi xương cốt bạn đã sinh ra lỗi chỗ, giống như của tôi.

Một lần khi ở trong căn ca-bin đơn sơ của bạn tôi, tôi thức giấc giữa đêm để dùng nhà vệ sinh ở bên ngoài. Lúc trở về giường, trong bóng tối của đêm không trăng, không đèn, tôi vấp và ngã vào một bệ cây, mà sau đó tôi mới biết mình bị gãy hai xương sườn. Tiếng động đánh thức cô bạn trẻ đang ngủ ở cuối dãy nhà, và cô tử tế hỏi tôi có cần giúp đỡ gì không, tôi không nghĩ ra điều gì, và vì tôi may mắn té ngã *sau* khi ra khỏi nhà vệ sinh, nên tôi trở về giường, uống một viên aspirin, rồi ngủ tới sáng.

Nếu bạn có gãy xương, thì xương sườn là nơi tốt nhất để gãy. Trong đôi ba tuần, bạn có thể bị đau khi ho hay cười, nhưng thật diệu kỳ là cơ thể ta hoạt động tốt đến thế nào. Tôi cứ vô tư sống, tránh không ho, vậy mà sau một thời gian xương sườn tôi đã lành. Làm sao chúng biết để tự chữa lành cho mình nhỉ? Trong khi xe tôi bị móp, thì nó cứ móp mãi.

Sau đám tang mẹ, các chị em chúng tôi về nhà mẹ ở

Chicago để dọn dẹp đồ đạc trong nhà. Khi xong việc, tôi chào từ giã em gái tôi. Nó đang đứng đợi người đến dọn nhà giữa những thùng đồ đạc trong căn phòng khách trống trơn, lờng lờng tiếng người. Tôi từ giã ngôi nhà đó lần cuối để quay về bang California. Đó là một ngày mùa đông khắc nghiệt, tôi vội vã bước đi dọc theo lề đường với hành lý, giỏ xách. Khi tôi còn cách trạm xe buýt độ nửa đoạn đường, tôi thấy xe buýt đang đi tới và tôi bắt đầu chạy. Tôi trượt ngã trên lề đường đông đá và sách vở, giấy tờ từ trong giỏ của tôi văng ra tung tóe. Tay tôi bị cắt sâu, chảy máu, và một đầu gối bị sưng da dưới chỗ quần rách. Khi tôi cố gắng đứng lên, tôi thấy xe buýt chạy thẳng luôn.

Có hai phụ nữ cũng đang đi trên đường phía sau tôi - những thiên thần của lòng tử tế. “Bà có sao không? Có cần giúp gì không?” Người thì phui lá cây vương trên lưng tôi, người kia nhặt cho tôi những giấy tờ.

“Tôi không sao”, tôi nói. Cái phần không ổn trong tôi vô hình - nó liên quan đến việc từ giã căn nhà của mẹ tôi lần cuối. Nó liên quan đến sự thật là mẹ tôi đã mất. Bà đã ngã xuống lần cuối; chúng tôi đã thả tro của bà về với đất.

Tôi cảm ơn hai người phụ nữ và đi tiếp đến trạm xe buýt, vừa lúc một chiếc xe buýt khác chờ tới. Tôi leo lên, lục tìm tiền với hai bàn tay rướm máu, và ngồi xuống trong bồn loạ. So với những người trên xe buýt, hẳn tôi trông rất thảm hại, nhưng khi đã ổn định trên chuyến xe đường dài ra phi trường, tôi đã lau những vết máu trên tay mình bằng chiếc khăn tay tôi đã lấy từ trong tủ áo của mẹ.

Một cái té nhẹ nhàng hơn đã xảy ra ngay trước thềm cửa nhà tôi. Khi bước xuống, tôi không để ý nên bước hụt chân trong khi vẫn còn một bậc nữa, và tôi ngã sòng soài trên mặt đường cement cứng. Tôi nằm lăn ra, cảm thấy đau buốt ở cổ chân. Đó là một buổi sáng êm ả trong khu phố. Không có ai chung quanh. Hình như không có gì bị gãy. Tôi nằm đó, như người dừng bước trên đường đi chợ, ngược nhìn bầu trời trong sáng và những đường chéo của mái nhà nhô lên trong đó. Tôi ngắm nhìn các đầu ống khói. Thời gian như dừng lại, và tôi nằm nghỉ giống một đứa trẻ mẫu giáo đang giờ nghỉ trưa. Tôi đã ngã xuống không phải từ những bậc thềm mà xuyên qua một lỗ hổng trên mặt đất để đến một xứ sở không có tiệm tưng, không có sức hút của trái đất. Tôi không thể ngã sâu hơn nữa. Khi cổ chân tôi đỡ đau, tôi ngồi dậy, rời bỏ giây phút bình an, tôi thấy mình có thể đi lại bình thường.

Nhưng cũng có nhiều cách khác để tìm giây phút bình an. Một trong những điều được liệt kê trong tất cả danh mục để làm cách nào tránh té ngã là: “Gắn tay vịn trên tất cả mọi nấc thang”, và sau cú té ngã đó, cuối cùng tôi cũng lắp được tay vịn cho các bậc thềm trước cửa. Tôi đã chần chừ - làm sao mà có người sống ở địa chỉ nhà tôi lại cần tay vịn chứ? - nhưng giờ tôi cảm thấy thân gỗ tròn láng của tay vịn cầu thang trong tay tôi mới dễ chịu làm sao. Cũng dễ chịu gần giống như khi bạn được trượt cầu thang tuột.

* * *

Chương 7

Giây Phút Lão Hóa, Giây Phút Tuyệt Vời

Tôi gọi Cornelia, bạn già của tôi, để hỏi mượn cái nôi cho đứa cháu nội sắp về thăm tôi. Khi bà trả lời điện thoại, tôi nói, “Chào Cornelia, Sue đây”, rồi đầu óc tôi trở ra. Tôi dừng lại, trong hy vọng, nhưng không nói được điều gì.

“Chào”, bà nói. “Có việc gì thế?”

Bà là bạn thân, nên tôi không cần phải giả vờ, nhưng đầu sao, cũng khó thú thật. “Ummm”, tôi nói, chờ đợi mấy dây thần kinh già tăng tốc trở lại. Tôi tự hỏi không biết có phải tôi định nói về thời khóa biểu đi bộ hàng tuần của tôi với bà. K h ô n g . . . Hay về bài viết của con trai bà, về việc bảo tồn nguồn nước? K h ô n g . . . Ngoài cửa sổ một chú sóc đang chạy dọc hàng hiên, miệng ngậm hạt óc chó. “Tôi đang bị lãng trí rồi đây”, cuối cùng tôi nói. “Bà

biết tôi gọi làm gì không?”. Cornelia cười. “Chắc là bà biết tôi có ít mận trong vườn dành cho bà”. Chú sóc giờ ngồi trên hàng hiên, bóc vỏ hạt óc chó, phun xuống đất. Tôi chưa bao giờ để ý thấy chiếc đuôi lông dài của chúng làm sao mà uốn lượn giống như cỏ khi chúng vẫy đuôi.

Đến lúc tới nhà của Cornelia để lấy mận thì tôi nhớ lại cái nôi, nên mang nó về luôn.

Thiền sư Nhất Hạnh đã giúp tôi hàm ân những giây phút già đi của mình. Trong sách, *Giây phút Hiện tại, Giây phút tuyệt vời (Present Moment, Wonderful Moment)*, Thầy đã viết, “Điều kỳ diệu thực sự là tỉnh thức trong giây phút hiện tại”. Tôi tin rằng Thầy cũng sẽ đồng ý là giây phút lão hóa, giây phút quên đi hôm nay là ngày thứ mấy hay bạn đang đi đâu, cũng có thể là giây phút của trí tuệ sâu sắc. Thí dụ, khi đứng trong bếp ngẫm nghĩ không biết tay mình cầm kéo để làm gì, tôi nhận thấy ánh mặt trời lóe sáng trên lưỡi kéo kim loại, nhảy múa trên tường, và tôi lặp lại câu nói của Thầy với bản thân: “Điều kỳ diệu thực sự là tỉnh thức trong giây phút hiện tại!”. Người trẻ cũng có thể trải nghiệm được những giây phút siêu việt của sự chìm sâu vào hiện tại bất tận, nhưng họ phải trải qua bao khó nhọc để thực hiện điều này, thí dụ như phải thiền định hằng bao ngày một lúc hoặc kiên trì qua bao tháng ngày. Còn tôi, chỉ cần cầm kéo đi từ phòng này qua phòng kia.

Tôi đi dã ngoại với bạn bè, nhưng khi con đường bỗng trở thành dốc cao, tôi phải bảo họ đi tiếp, còn tôi ở lại, vì biết hai đầu gối khó mang tôi trở xuống. Tôi ngồi ở một

phiến đá trước khi trở về phòng. Đây không phải là những giây phút lão hóa mà chúng ta thường nghĩ đến, nhưng tôi nhắc đến ở đây vì đó cũng là một trường hợp khác khi sự mong manh của tuổi già lại kéo tôi vào khoảng không gian của thất vọng. Tôi lắng theo tiếng họ nói, âm thanh xào xạc của lá dưới bước chân họ, tiếng họ bẻ cây cành, cho đến khi không còn nghe được gì nữa. Tôi giận đầu gối đã khiến tôi không theo được bạn, đầu tôi biết không phải là chúng cố ý làm thế. Tôi ngắm nhìn một chiếc lá vàng uốn lượn trước khi rơi xuống đất, và tôi lắng nghe âm thanh của những chiếc lá rơi chạm vào nhau. Bạn có bao giờ nghe tiếng lá rơi chạm nhau chưa? Đúng - đó không phải là giây phút phấn khích nhất trong cuộc đời tôi, nhưng nó cũng không tệ, nên tôi không muốn đánh mất nó.

Tôi nói, “Tôi đang bị lão hóa”, khi lãng trí, hy vọng là nó sẽ phá tan được sự bực bội của người khác bằng chút hài hước. Nhưng lần sau, nếu đầu óc tôi đặc sệt, tôi sẽ cố mạnh dạn lên, chế ngự sự bực mình. Tôi sẽ nói, “Giây phút lão hóa, giây phút tuyệt vời!” để nhắc nhở người chung quanh về trí tuệ có thể được tìm thấy trong những lúc trí não chợt nghỉ xả hơi như thế này.

Một người bạn của tôi lại sử dụng một chiến thuật khác. Ông nói là ông học thuộc lòng một câu nói dự phòng và sử dụng nó để lấp khoảng trống. Vì thế, nếu ông nói với một người quen lúc đang ăn trưa, “Anh có nhận thấy rằng. . .” rồi bỗng quên mình đang định nói gì tiếp theo, thì ông mang câu nói dùng cho mọi mục đích đó ra: “Rất khó bóc

vỏ một chiếc CD mới”. Hoặc nếu ông gặp hai người bạn mà ông định giới thiệu họ với nhau, nhưng tên của họ bỗng biến mất trong khoảng không gian đáng chán đó, thì khi giây phút phải giới thiệu họ đến, ông sẽ bắt tay họ một cách nhiệt tình, và lại nói: “Rất khó bóc vỏ một chiếc CD mới!” Giống như viên đá cuội chạm vào tre trúc trong một công án Thiền xưa cũ, câu nói gây sốc của ông tạo cơ hội cho người nghe thức tỉnh để có mặt ngay trong giây phút hiện tại.

Không phải lỗi của tôi khi tôi có những giây phút lãng trí này cũng giống như tôi có lỗi gì đâu khi tóc tôi trở bạc. Suy cho cùng, tôi cũng chỉ là một chúng sinh. Tôi đã có những giây phút trẻ trung trong cuộc đời, khi từng câu, từng chữ tôi nói theo nhau một cách mạch lạc và những sự tiếp nối - chán phèo, của từng hành động theo sau nhau. Trong không biết bao nhiêu năm, tôi đã nhớ là khi mình cảm viết chì xuống lâu là để chuốt nó. Tôi nghĩ là tôi đã có đủ quyền để thoát ra khỏi sự gò bó của cách suy nghĩ mạch lạc, theo trình tự.

Giây phút lão hóa là một bảng Stop (Dừng) trên con đường đời. Biết đâu nó là một lợi thế để tiến tới giác ngộ. Vì thế tôi bình tĩnh, để cho bộ máy này được nhàn rỗi, và tận hưởng cảnh quang. Điều gì xảy ra kế tiếp sẽ hiển bày đúng lúc thôi.

* * *

Phần II

Những Thay Đổi Trong Các Môi Liên Hệ

Chương 8

Dưới Bóng Mát Cây Đồi

Lúc nhỏ, chúng tôi thường chơi trò "Gái già" (Old Maids). Đây là trò chơi mà người ta cặp đôi những lá bài tương xứng cho đến khi kẻ thua cuộc là người chỉ còn lại một lá bài lẻ, không có đôi - lá bài gái già. Cặp mắt kính của cô gái già ngự trên chóp mũi xương xẩu, dài ngoằn, các nhúm tóc lòng thòng bên ngoài búi tóc, và một nốt ruồi lớn nằm dưới cằm. Lúc đó, tôi không thắc mắc gì về hình ảnh này, ngoài việc nó gây cho tôi một ấn tượng sợ hãi nào đó, vậy mà, bây giờ đây, chính tôi cũng là một cô *gái già*. Theo nghĩa đen của nó thì tôi không phải là cô gái, nhưng đúng là tôi già và không chồng.

Ở lứa tuổi thiếu nữ, ảnh tượng mà tôi hình dung về những người phụ nữ độc thân lớn tuổi - lúc đó chúng tôi còn dùng từ *bà cô* - cũng không hấp dẫn gì đối với tôi hơn

là cô gái già trên lá bài. Ở cấp trung học, hầu như tất cả các cô giáo dạy chúng tôi đều không chồng. Tôi nhớ đến Cô Biddle, Cô Beveridge, Cô Casals và các cô giáo dạy thể dục như các cô Sullivan và Bailey. Hình dáng các cô dường như đều giống nhau, cứng như gỗ, lại không có eo, vai thì nhô cao, dưới mắt tôi họ hoàn toàn không có giới tính. Họ giống như những hàng hóa trôi lênh đênh, bị thổi dạt vào các bãi bờ thuộc trường phái của các cô gái hủ lậu. Là một cô gái hơi hợt, tôi chẳng bao giờ tự hỏi liệu họ có cảm thấy cô đơn vào các tối thứ bảy. Giờ tôi nghĩ về những cô giáo này của tôi với lòng thương cảm và nỗi buồn.

Làm một phụ nữ lớn tuổi, đơn thân, không dễ. Qua những trao đổi với bạn bè, tôi biết mình không phải là người duy nhất thỉnh thoảng thức giấc giữa đêm khuya, đơn chiếc trong giường và tự hỏi: *Quái quỉ! Sao khổ cảnh này lại có thể xảy ra chứ?* Ba giờ sáng là thời điểm cô đơn nhất. Nếu lúc đó một trận động đất lớn xảy ra thì tôi biết bám víu vào ai?

Thế giới mà tôi sống sắp đặt con người thành đôi. Chúng tôi được dạy suy nghĩ theo nhị phân, tin vào câu chuyện của Plato rằng, lúc khởi thủy, con người chỉ có một giới tính rồi được chia thành hai và kể từ đó, hai nửa của một con người nguyên vẹn sẽ cảm thấy không đầy đủ cho đến khi họ tìm thấy nhau.

Niềm tin này được khẳng định bởi những đôi thắm thiết yêu nhau với hình ảnh khuôn mặt họ kề bên nhau trên các bìa sách. Các chuyên gia trong việc tìm được thiên

đang trong cuộc sống lứa đôi này nhìn vào mắt nhau mà cười, và họ tuyên bố ngay trên bìa sách rằng sự hiểu biết sâu xa nhất về ý nghĩa con người chỉ có thể đạt được qua mối liên hệ mật thiết. Nhưng biết đâu đó chỉ là một trong nhiều phương cách?

Ngay cả khi ta để sự khai ngộ qua một bên, thì nhu cầu được có mối liên hệ giữa các loài chúng sanh vẫn còn có mặt. Cách đây chừng vài năm, khi bị gãy xương vai trái, tôi chỉ có thể nằm nghiêng bên phải, với cánh tay trái bị thương được cẩn thận để yên trên mình như một lực nặng ngàn cân. Ban đêm, khi vào giường, tôi phải nằm đè lên cánh tay phải; lúc đó đúng là cực hình khi tôi nhận ra rằng mình không thể làm được một điều bình thường, thoải mái kế tiếp, đó là kéo mền đắp lên mình. Tôi cảm nhận một cách sâu sắc sự vắng mặt của người đã hứa sẽ ở bên tôi khi khỏe mạnh, lúc ốm đau, người đã hứa trước các nhân chứng sẽ luôn che chở tôi. Tôi đã phải tập lấy răng cắn giữ mền trong khi từ từ hạ người xuống trên cánh tay lành của mình.

Còn các cô giáo của tôi - tôi tự hỏi giờ đây không biết có ai đến giúp đỡ họ nếu họ bị gãy xương không. Tôi tự hỏi, không biết có ai trong số họ đã từng yêu. Hay họ là người đồng tính? Hoặc có thể ai đó trong số họ đã chọn không kết hôn để cống hiến cuộc đời cho sự nghiệp diu dắt các thiếu nữ trẻ?

Một người trong số họ, cô Punderson nhỏ bé, với đôi mắt xanh trong lấp lánh và búi tóc trắng dày, đã trốn thoát một cách đầy ngoạn mục khỏi cảnh ế muộn. Cô đã từng

dạy Chaucer và Milton cho mẹ tôi thuộc thể hệ trước và dường như sẽ là người độc thân suốt đời. Năm tôi ra trường, cũng là năm cô nghỉ hưu ở tuổi sáu mươi lăm để trở về quê nhà của mình ở Stockbridge, bang Massachusetts, rồi cô làm chúng tôi kinh ngạc khi kết hôn với người bạn cũ của mình, người họa sĩ góa bụa Norman Rockwell. Điều này có thể xảy đến với tôi không? Theo số liệu thống kê thì điều này khó mà xảy ra; phụ nữ độc thân càng lớn tuổi càng khó kiếm người tâm đầu hơn.

Khi mối liên hệ lâu dài cuối cùng của tôi kết thúc thì tôi đã ở giữa tuổi năm mươi. Tôi sợ rằng mình đã bước qua một cung bậc vô hình nào đó và cơ hội dành cho tôi càng xuống dốc. Tôi lo lắng về các nếp nhăn dày cộm trên mặt, cái cảm chầy xệ, những đốm đồi mồi trên da bàn tay. Bài toán học rắc rối của các tín hiệu này dường như được các giống đực học rất nhanh, nên họ sẽ quay lưng lại để đón tiếp người phụ nữ trẻ hơn, nếu có. Đàn ông độ tuổi tôi cũng xuống cấp, nhưng tôi không ngoảnh nhìn chỗ khác.

Khi tuổi sáu mươi cận kề, tôi cảm thấy bức bách hơn. Nếu thực sự muốn có người làm bạn, chắc là tôi phải vội vã lên, trước khi các nếp nhăn quanh miệng hằn lên môi. Sợ phải một mình khi thực sự già, tôi muốn tìm một người chấp nhận tôi trước khi tôi chuyển từ giai đoạn chớm phai tàn tới giai đoạn ít có khả năng kết hôn hơn trong tiếng thờ chưa chát. Tôi muốn tìm một người nào đó, để sau này, có thể đẩy xe lăn cho tôi, nếu hoàn cảnh buộc phải xảy ra. (Tôi cứ quên rằng nếu tôi kiếm được người độ tuổi tôi, biết đâu đó cũng là lúc tôi phải bắt đầu đẩy xe lăn cho *ông ta*).

Tôi bắt đầu một cuộc tìm kiếm, hẹn hò, với “cụ ông phù hợp”, như cách một người bạn đã trêu. Tôi gọi một dịch vụ tìm bạn được quảng cáo trên đài phát thanh âm nhạc cổ điển, nên nó có vẻ đáng đắn. Họ thường tổ chức bữa ăn tối cho ba nam và ba nữ.

Người phụ nữ trả lời điện thoại hỏi tuổi tôi và khi tôi trả lời là năm mươi chín tuổi thì bà nói, với giọng ấm áp nhưng thiết thực, "Xin lỗi bà, nhưng hiện tại chúng tôi không nhận phụ nữ trên năm mươi hai". Tôi hỏi đối với đàn ông thì họ nhận bao nhiêu tuổi, nhưng bà ta không trả lời.

Một đôi bạn đồng tính của tôi, gặp và yêu nhau ở tuổi sáu mươi lăm. Họ bảo tôi, "Chị còn nhiều thời gian lắm!" Họ khuyên tôi hãy nghĩ đến người cùng giới tính, nhắc nhở tôi rằng phụ nữ thường không quan tâm đến các nếp nhăn như nam phái. Tôi trả lời rằng, "Tôi đã từng trải nghiệm điều đó lâu rồi, và tôi khám phá ra mình không thực sự là người đồng tính". Họ nói, "Tính dục không phải là tất cả. Nó cần thiết thật, nhưng nó chỉ là một phần nhỏ trong cuộc sống". Tuy nhiên, tôi khó chấp nhận việc mình phải trở nên người đồng tính, chỉ vì tôi không thể thu hút đàn ông.

Tôi đã tham khảo một số quảng cáo của cá nhân và can đảm tiến tới việc gặp gỡ một số những người không quen biết đó. Trong lần nỗ lực cuối cùng, tôi "đi uống cà phê" với một tay vẫn còn ham thích đi dã ngoại, đạp xe ở tuổi sáu mươi, từng làm tư vấn về môi trường. Có vẻ là người tử tế. Người vợ suốt ba mươi bốn năm của ông đã qua đời

vì ung thư, và sau hai năm đau buồn, ông mới quay lại với việc hẹn hò, tìm bạn. Việc ông đã chờ đợi hai năm khiến tôi có cảm tình với ông.

Ông hỏi cuộc hôn nhân của tôi có vấn đề gì. Đó là chuyện quá xưa cũ, tôi nói. Vào thập niên bảy mươi, khó có ai ở Berkeley giữ được gia đình. Không có ai còn tin vào hôn nhân.

Ông cũng muốn biết điều gì đã xảy ra cho mối liên hệ tình cảm cuối cùng của tôi. Tôi nói, tôi cần nhiều tự do trong cuộc sống hơn mức độ mà người đó cho phép; còn ông ấy thì cần tình cảm gia đình hơn là tôi có thể mang đến cho ông.

Còn những mối liên hệ ở giữa chừng, điều gì khiến chúng đổ vỡ? Tôi lí nhí về việc làm một người mẹ độc thân và những khó khăn trong việc quân bình các áp lực giữa con cái và người tình.

Sau đó, ông muốn biết tôi nghĩ điều gì giúp cho một mối liên hệ được vững bền. Tại sao tôi lại phản hồi mục quảng cáo của ông? Tại sao tôi gọi cho ông? "Tôi chỉ là một người bình thường", ông nói. "Chưa chắc gì tôi tốt đẹp hơn so với những người bà đã biết. Giả sử chúng ta trở nên gắn bó, làm sao tôi có thể tin rằng bà sẽ muốn ở bên tôi?"

Điều ông nói làm tôi khựng lại. "Tôi nghĩ là tôi đã sửa đổi sau những sai lầm của mình", tôi nói. "Còn ông, ông làm thế nào để duy trì mối liên hệ với bà nhà trong suốt bao nhiêu năm?"

"Đó là sự cam kết trong hôn nhân", ông nói. "Chúng tôi không bao giờ đặt câu hỏi về sự cam kết của mình, ngay cả trong những lúc khó khăn".

Trước khi dắt xe đạp xuống vỉa hè, ông nói ông nghĩ rằng chúng tôi không cần thiết phải gặp lại nhau.

Sau một cuộc gặp gỡ như thế, thật khó mà không tự trách mình.

Tôi họp mặt một nhóm bạn nữ trạc tuổi tôi, cũng độc thân, để thảo luận về hoàn cảnh của chúng tôi. Tôi muốn biết họ đối mặt với những thách thức như thế nào. Chúng tôi tổ chức ăn trưa chung, ngoài trời và nói chuyện. Chúng tôi chia sẻ cảm giác cô đơn: "Tôi không biết mình là ai, nếu không có người bạn tâm tình", một người nói. Người khác lại tâm sự, "Tôi nhớ những gì mà một mối liên hệ mang đến".

Rồi chúng tôi cũng khuyên lơn nhau. Một phụ nữ cho biết là mỗi ngày cô điện thoại trò chuyện với bạn bè thân thiết, và điều này giúp cô không cảm thấy cô lẻ. Người khác nhận xét: "Đối với tôi thì cảm giác yêu đương mà tôi đã có lúc đầu với nhiều bạn trai thực sự buồn nôn". Người khác nữa chêm thêm, "Tôi rất cần cô đơn để lắng nghe bản thân suy nghĩ".

Chúng tôi tuy không đồng quan niệm về vấn đề độc thân, nhưng chúng tôi thông cảm nhau và cùng làm cho nhau cười.

Không phải là chuyện dễ khi ta cố gắng tìm một người bạn tâm tình. Thường thì nó không tự đến nếu bạn là một

phụ nữ luống tuổi, vì thế bạn phải chủ động. Người ta thường nói với tôi, "Cứ để tự nhiên, rồi nó sẽ đến", nhưng tôi thấy họ khựng lại khi biết tôi đã quá sáu mươi. Theo đức Phật và các vị có trí tuệ, một trong những nguyên nhân của khổ là khi ta luôn tìm kiếm những gì không có trong tầm tay. Hạnh phúc là khi ta chấp nhận sự vật đúng như bản thể của chúng, nhưng khi ta đi tìm một người bạn tình, là ta đang ao ước điều mình không có.

Tôi không hoàn toàn tận hưởng cuộc sống vì trong đầu tôi luôn nghĩ đến chuyện tìm bạn này. Không chỉ có cảm giác thất vọng làm nản lòng tôi; mà còn là việc phải luôn tính toán, lên kế hoạch, thí dụ như dự tính phải nghỉ lễ ở những nơi đâu để có thể được gặp nhiều đàn ông độc thân nhất. Tôi đã quá tuổi ghi danh học các lớp bay lượn, nhưng một lớp nhiếp ảnh về thiên nhiên, có thể mang đến kết quả tạm thời dưới hình thức một cái hẹn đi ăn tối. Nhưng rồi sau đó tôi nhớ lại rằng có một khoảng cách rất lớn giữa việc gặp gỡ một người và việc sống chung dưới một mái nhà với người đó.

Tuổi sáu mươi của tôi đến rồi đi mà tôi vẫn chưa tìm được bạn mới.

Tôi quán sát lại cuộc đời mình và tự hỏi hoàn cảnh của tôi là do đâu mà ra. Tôi độc thân có phải do may rủi? Hay nghiệp báo? Sự lựa chọn? Hay số liệu?

Một phi nhân quen thuộc thì thào vào tai tôi rằng chỉ là do tôi không có khả năng duy trì một mối liên hệ lâu bền. Một giọng nói nhẹ nhàng hơn thì cho rằng tôi không

có đối tượng vì tôi không *muốn* có. Có lẽ *tôi* là người không thích việc giao phối, mà không ý thức được điều đó, vì tôi rất yêu thích tự do của mình. Hoặc một ý nghĩ đen tối hơn hiện đến: có thể tôi đã quen sự cô đơn của mình; có thể cô đơn là một nửa quan trọng của đời tôi.

Nhưng cô đơn là một trạng thái, không phải là hôn nhân. Nó là một cảm giác đơn giản. Thanh tịnh và buồn, nó phai dần, rồi sau đó trở lại. Nếu tôi để bản thân cảm nhận nỗi buồn khi nó đến thì sự cay đắng của tâm ganh tị và tiếc nuối được vui đi. Cay đắng nhiều nhưng nỗi buồn trôi qua và tan chảy. Cô đơn trở thành cô độc. Tôi vẫn sống, một mình.

Izumi Shikibu, một nữ thi sĩ Nhật Bản của thế kỷ thứ mười, đã viết:

*Giữa khuya,
Ngắm trăng
Đơn lẻ, giữa trời,
Ta biết ta vẹn toàn,
Chẳng thiếu chi.*

Dần dần, không biết tự lúc nào, dường như tôi đã buông bỏ mọi cố gắng. Thật là nhẹ nhõm, khi mỗi lần bước ra cửa, tôi không còn phải đôn đáo ngóng tìm khắp chân trời góc biển một người đàn ông đứng tuổi độc thân, thông minh, có tâm, tình cảm, biết quan tâm đến xã hội. Thậm chí có những ngày tôi quên cả việc nhìn vào ngón tay đeo nhẫn của những người đàn ông trạc tuổi tôi khi gặp nhau lần đầu.

Tôi thừa nhận rằng người ta vẫn có thể đi tìm người bạn tình lúc luống tuổi, đối với người bình thường hay đồng tính cũng thế. Ít nhất là điều đó cũng đã xảy đến với cô Punderson. Nó có thể xảy ra nếu bạn tiếp tục cố gắng - nhất là nếu bạn không quá kén chọn - mà ngay cả khi bạn không cố gắng nó cũng có thể xảy ra trong muôn một. Người bà góa bụa của tôi đã lập gia đình hạnh phúc lần thứ hai ở tuổi sáu mươi lăm, rồi hai người bạn đồng tu với tôi cũng đã yêu nhau ở tuổi bảy mươi. Tôi rất mừng cho họ. Tôi lặp lại: tôi rất mừng cho họ.

Hiện tôi đang tập hạnh từ bỏ ganh tị, thực sự là tập, vì điều đó không phải dễ làm. Khi nhận thấy ngọn lửa của lòng ganh tị lóe lên, tôi nghĩ đến trạng thái *mudita* hay tâm hoan hỷ của người Phật tử. Vui trong niềm vui của kẻ khác là phương cách để đối trị tâm ganh tị, nhưng dù gì đi nữa, chưa chắc là tôi hạnh phúc nếu lập gia đình với Norman Rockwell.

Giờ tôi đang tập trung tận hưởng cuộc sống hiện tại. Tôi quán chiếu về những lợi ích của cuộc sống độc thân.

Một đạo hữu có gia đình đã nói, "Bạn thật may mắn. Bạn có cơ hội mà tôi không có để khám phá sự cô độc. Bạn có thể nghiền ngẫm về ý nghĩa của con người". Điều này làm cho tôi nghĩ về Sumangalamata, vợ của người làm nón. Bà là một trong những tín nữ đầu tiên của đức Phật ở thế kỷ thứ sáu trước Công Nguyên. Bà đã sáng tác bài thơ sau đây:

*Cuối cùng tự do,
Cuối cùng tôi là một phụ nữ tự do!
Không còn dính chặt trong bếp,
bị vấy bẩn giữa những nồi niêu bẩn.
Không còn bị ràng buộc với chồng
người chê tôi kém hơn
cái bóng mà ông đan kết bằng tay của mình.
Không còn giận, không còn đòi,
Tôi ngồi trong bóng mát cây của riêng tôi.
Quán tưởng rằng, tôi hạnh phúc, tôi bình an.*

Bạn tôi nhắc nhở tôi rằng: "Lập gia đình cũng giống như chạy đua trên ba chân, hai mươi bốn giờ, bảy ngày một tuần. Lúc nào bạn cũng phải thỏa hiệp. Thí dụ, ông chồng thích loại sữa hai phần trăm chất béo; mình thích một phần trăm. Ông muốn đi dự tiệc đúng giờ; mình muốn đến trễ nửa giờ. Ông muốn dậy sớm; mình muốn ngủ thêm. Còn bạn, bạn muốn làm gì cũng được. Bạn muốn đi đâu cũng được".

Thi sĩ May Sarton đã nói, "Độc thân, bạn có thể hoàn toàn là mình, bất cứ là gì, và muốn cảm nhận thế nào cũng tuyệt đối được. Đó là một sự xa hoa tuyệt vời!"

Lý ra tôi phải bọc plastic những lời này, đem chúng theo trong bóp phòng trường hợp tôi vớ phải một trong những cuốn sách về bạn tâm giao.

Còn một điều tốt khác nữa về việc sống độc thân, liên quan đến sự buông xả. Tuổi tác thúc giục tôi sống buông xả. Đây là lúc phải giảm thiểu, phải đơn giản hóa cuộc

sống. Tất cả mọi người, dù độc thân hoặc có đôi, đều khám phá ra rằng tuổi già đồng nghĩa với với sự buông bỏ, nhưng sự buông bỏ vào lúc tuổi già dễ được chấp nhận hơn nếu bạn độc thân. Bạn có thể cho đi sách vở, đĩa CD mà không cần hỏi ai.

Đôi khi, không chỉ vào những lúc tôi nằm thao thức đến ba giờ sáng, mà cả vào các giờ giấc khác nữa, tôi nghĩ đến Peace Pilgrim. Bà đã đi tới đi lui khắp nước Mỹ từ lúc bà bốn mươi bốn tuổi cho đến khi bà qua đời ở tuổi bảy mươi ba. Bà không mang theo tiền bạc, và không có gì cả ngoài bộ quần áo đang mặc và một vài thứ trong các túi. Nguyên ước của bà là "sẽ mãi làm người du mục cho đến khi nhân loại biết chung sống hòa bình, đi bộ cho đến khi được cho chỗ nương trú, và nhịn đói cho đến khi được cho ăn". Tôi không thể làm được như bà - vì đó là cách của bà, không phải của tôi, nhưng nó làm cho tôi cảm thấy phấn khởi khi nghĩ về bà. Bà cũng là người sống độc thân.

Điểm chính yếu là, tôi không phải cá biệt, tôi chỉ nghĩ mình là như thế. Tôi là một trong những viên ngọc trên lưới đế châu (Indra's Net), cái mạng nhện bao la của vũ trụ. Tôi không là gì cả, mà chỉ là nơi các sợi hội tụ lại. Để tôi qua một bên thì toàn bộ đều sụp đổ, giống như một chiếc khăn đan móc sẽ xổ tung ra từ một mũi đan thiếu hụt. Vũ trụ chứa tôi và vũ trụ cần tôi. Không có cách gì vũ trụ sẽ rời bỏ tôi để theo một phụ nữ trẻ hơn.

Giờ tôi đang tập thỏa mãn những nhu cầu riêng tư nhất của mình mà không cần đến phân nửa kia của tôi. Tôi có

một cây gậy lưng dài bằng tre đặt trên bàn cạnh giường ngủ. Tôi đặt tên cho nó là "Chồng Tôi". Như thế tôi được lợi cả hai mặt - tôi có thể dùng nó để gậy chỗ tay tôi không với tới dưới bả vai, mà khỏi đi lượm vớ cho ai cả.

Ở tuổi bảy mươi, bạn tôi, Walter, đã rời bỏ căn hộ của mình ở San Francisco, nơi ông có nhiều bạn bè và người thân chung quanh, để chuyển về một căn nhà nhỏ ở rìa một vườn táo thuộc hạt Sonoma, để được yên tĩnh hơn. Tôi kể cho ông về cuộc chống chọi của tôi với nỗi cô đơn và ông nói ông thích được một mình. "Tôi sẽ bách bộ trên bãi biển, và tự nhủ mình, 'Này Walter, ông bạn già! Được đi bộ với ông, thật là tuyệt!'", ông nói, tự vỗ vai mình một cách triu mến. "Bà cũng có thể làm như vậy mà", ông an ủi tôi.

Do đó đôi khi nghĩ tới ông, tôi cũng gọi lớn tên mình, "Này Sue, bạn già!" và tôi cũng tự đập tay lên vai mình, giả bộ thích thú với chỉ mình mình giống như Walter. Dĩ nhiên là nó không làm tan được nỗi buồn, nhưng nó cũng ích lợi.

* * *

Chương 9

Hoán Đổi Giữa Ta và Người

*Những ai mong muốn nhanh chóng được là
Nơi nương tựa cho chính mình và người khác
thì nên hoán đổi cái "Ta" và "Người",
như thế là ta đã lãnh hội được điều bí ẩn thiêng liêng.*

*-Tịch Thiên, Con Đường Bồ Tát Hạnh
(Shantideva, The Way of the Bodhisattva)*

Tôi nhìn qua máy vi tính ra cửa sổ của một nhà ăn được sửa đổi thành lều nghỉ mát trên bờ biển Maine, nơi mà tôi và cô bạn cũ Susie, đang nghỉ phép một tuần. Đó là lúc xế chiều. Tôi dừng viết, quán sát Susie chụp ảnh các tảng đá cuội màu mỡ, trong khi nước của Vịnh Penobscot đang vỗ vào các lỗ hồng. Susie và cái bóng cao dài của cô di chuyển nhẹ nhàng trên đá hoa cương, dừng lại rồi đi và dừng lại một lần nữa, giống như một con nhện đang di chuyển.

Lần đầu tiên tôi gặp Susie khi cô ở phòng đối diện với tôi, tại đại học Radcliffe, năm học đầu của chúng tôi. Đền New England từ Mexico, là con gái của một nhà biên kịch nằm trong danh sách đen của Hollywood, Susie đã sống ở Mexico từ năm lên tám. Còn tôi lớn lên từ khu phố chỉ cách trường hai khoảng đường, nên giống như một nhà du lịch trên ghé bành, tôi rất vui được làm bạn với người có thể mang đến cho tôi hương vị của những thế giới mà tôi đã chưa bao giờ tưởng tượng ra - như Hollywood, thành phố Mexico, đảng Cộng sản Mỹ. Nhưng ngay cả trước khi tôi biết điều gì đó về cô, và tôi không biết ngay những điều ấy vì cô rất nhút nhát, thì tôi đã bị cô ấy lôi cuốn. Bạn có thể thương yêu một người vì muốn làm bạn với người đó, mà không có bất kỳ cảm giác lãng mạn nào, nhất là khi bạn là một tân sinh viên mới bước vào ngưỡng cửa đại học, đang tự hỏi mình là ai, và mình muốn trở thành gì.

Susie thắt bím tóc nâu thả dài xuống lưng với một sợi chỉ Mexico dày quấn vào đó, có khi sợi chỉ màu vôi xanh tươi sáng, có khi là màu cây hoa vân anh. Một cô sinh viên trong ký túc xá thường rón rén đi phía sau Susie trong hành lang, rồi bất ngờ kéo bím tóc của Susie la lên "Đính đong! Đính đong!" Susie làm bầm "Đừng!" rồi chạy đi. Tóc tôi muốn dựng đứng, mỗi khi chuyện đó xảy ra.

Chúng tôi trở thành bạn cùng phòng suốt ba năm đại học còn lại. Tôi nhớ lại kiểu trèo tường của Susie vào ban đêm trong phòng chúng tôi ở ký túc xá. Chính xác là đã hơn một lần, tôi thức giấc và nhìn thấy cô quỳ gối trên

giường, trong khi tay cào vào tường như thể là cô đang cố gắng trèo lên đó để ra ngoài, miệng thốt ra những tiếng mà tôi không thể hiểu. Khi tôi vực cô dậy để trấn an thì cô cũng không biết là mình đang ở đâu. Chúng tôi đang ở thật xa thành phố Mexico.

Susie đưa tôi về thăm gia đình cô vào mùa hè năm 1962. Gia đình cô đã dọn từ Thành phố Mexico qua Ý. Lúc đó chúng tôi khoảng mười chín tuổi. Cha mẹ, năm anh chị em cô, một số bà con và các khách mời đang nghỉ hè trong một ngôi nhà thuê tọa lạc trên một vách núi ở Italian Riviera. Chúng tôi thường ngồi ngoài hiên nhà, dưới một giàn nho, nhìn ra biển màu ngọc lam đậm, và thưởng thức bánh sừng trâu nóng sốt của một tiệm bánh trong vùng và tôi háo hức lắng nghe họ nói chuyện về LSD⁶, về phân tâm học, và về những người bạn cộng sản cũ đã trở về Hollywood và bắt đầu hoạt động trở lại bằng tên thực. Họ nói phần nhiều bằng tiếng Anh, đôi khi bằng tiếng Tây Ban Nha. Mẹ của Susie kéo tôi vào câu chuyện như thể tôi đã là một người trưởng thành, mặc dù tôi hầu như không hiểu họ đang nói gì.

Susie đã dẫn dắt tôi đến những nơi chốn và tư tưởng xa lạ. Còn tôi, ngược lại, vì gia đình tôi chỉ cách ký túc xá một con đường, nên tôi có thể mang đến cho cô một không khí gia đình, với sự ồn ào quen thuộc của những đứa em.

⁶ LSD: Lysergic Acid diethylevamide: Một loại thuốc tạo hoang tưởng mạnh.

Cha mẹ tôi rất mến Susie, đôi khi còn mời cô đến những bữa ăn tối chủ nhật. Tôi nghĩ rằng việc quen biết với một gia đình sống trong căn nhà gỗ, với ngọn lửa ấm trong lò sưởi phòng khách được đốt lên trong những ngày chủ nhật lạnh giá của New England, giúp cô ấy cảm thấy an tâm vững bước hơn.

Sau khi tốt nghiệp đại học được một năm, Susie là cô bạn gái thân thiết đầu tiên có con. Vào một ngày mùa đông tươi sáng, tôi đã đến thăm cô và con gái trong một căn phòng bé tẹo trên lầu ở Cambridge. Tuyết phủ đầy đường và mặt trời sáng tỏa trên tuyết. Tôi rất phấn khởi. Tôi muốn biết làm mẹ là như thế nào. Trước khi quay mắt lại nhìn đứa bé, tôi không nhớ Susie đã nói gì, nhưng tôi nhớ ánh sáng mặt trời chói lóa xuyên qua cửa sổ không có màn che rọi lên các bức tường màu ngà trong phòng và nụ cười thoáng trên môi Susie trao cho tôi. Tôi nhớ cô và bé gái đang quăn trong chiếc chăn trắng đã nhìn nhau đắm thắm như thế nào.

Susie bảo tôi đi mua tấm lót ngực để sữa từ hai bầu vú không thấm ướt áo cô. Tôi chưa bao giờ nghe về tấm lót ngực này. Tôi tự hỏi: làm sao mà người ta biết về những điều như vậy? Tôi đi trên những con đường đầy tuyết để đến nhà thuốc, và quay trở lại với tấm lót ngực trong tay, tự cảm thấy mình quan trọng và hữu ích. Bước lên cầu thang gỗ, và bước vào tổ ấm ánh sáng của sữa, của những giấc ngủ. Vậy làm mẹ là như thế này đây, là sự sáng lạng tràn đầy. Đứa bé đó giờ cũng đã bốn mươi. Nó không biết,

nhưng thỉnh thoảng khi tôi gặp nó, đầu nó đã trưởng thành, nó vẫn tỏa sáng trong mắt tôi - đứa trẻ đầu tiên trong nhóm bạn của tôi.

Sau khi cả Susie và tôi đều ly dị, chúng tôi sống chung cả năm trời trong nhà của cô ở Cambridge, với bốn đứa con của chúng tôi, hai của cô và hai của tôi. Mấy đứa nhỏ họp thành đội thám tử với cái tên là Non-Squeaky Sneakers (tạm dịch là Những Thám Tử Âm Thầm). Susie chụp hình chúng leo lên các lối thoát hiểm tránh cháy, lén lút nhìn qua cửa sổ các nhà lân cận, tìm kiếm các manh mối đáng ngờ. Còn tôi thì viết phần mô tả, thế là chúng tôi có chung một cuốn sách.

Khi dọn về California, tôi không còn gặp hoặc liên lạc thường xuyên với Susie nữa, nhưng sự kết nối giữa chúng tôi vẫn bền chặt qua thời gian và không gian. Chúng tôi vẫn có thể nói mạch ngay lập tức, như thể lúc nào chúng tôi cũng bên nhau. Mấy năm trước khi tôi bị trầm cảm nặng, có khoảng thời gian, tôi gọi điện cho Susie hầu như mỗi ngày. Cô lắng nghe tôi qua bao khoảng cách, chuyện trò với tôi và gửi cho tôi thuốc chữa trị.

Càng lớn tuổi, bạn cũ càng trở nên quý. Với anh chị em trong gia đình, chúng ta không có chọn lựa, nhưng bạn bè bắt đầu bằng cách chọn lựa nhau, và nếu tình bạn kéo dài theo thời gian, trải qua bao thăng trầm thì bạn cũ trở thành người thân. Bạn cũ rất có ích cho ta lúc trở về già. Thời trẻ, tôi cũng có những người bạn cũ, nhưng lúc đó tôi không thể nào biết bạn cũ là gì. Suy cho cùng, không thể

có tình bạn nào lâu dài hơn tuổi đời của bạn, bạn càng lớn tuổi thì tình bạn càng lâu dài.

Tại Công Viên Quốc Gia Muir Woods ở California, tôi đã thấy các vân cây của một cây gỗ đỏ không lồ, một ngàn năm tuổi, có một vòng vân cho mỗi năm. Tình bạn lâu năm cũng giống như cây cổ thụ với lớp vân này đến lớp vân kia của bao kỷ niệm đã cùng chia sẻ dưới lớp vỏ bên ngoài, khiến cho tình bạn càng sâu đậm, cao cả hơn. Đôi khi, giống như cây gỗ đỏ, có thể có một phần thân cây rộng bị cháy, nhưng tình bạn vẫn bền vững.

Bạn bè thời thơ ấu giúp tôi liên kết toàn bộ câu chuyện đời tôi. Càng đi xa, trở về thời thơ ấu, thì càng khó mà tin rằng tôi đã từng là một bé gái chín tuổi tập trò tung hứng với cô bạn thân nhất của mình ở sân sau nhà cô, tập cho đến khi cả hai đều có thể tung hứng ba trái táo một lúc, bạn tôi có thể xác nhận điều đó. Cô đã có mặt ở đó. Chúng tôi là chứng nhân của nhau. Qua khía cạnh này, càng lớn tuổi tôi càng nhận ra rằng cuộc sống của tôi không chỉ thuộc về cá nhân tôi - nó thuộc về những người mà tôi đã có liên hệ. Tuổi thơ của tôi thuộc về những người bạn thời thơ ấu của tôi, và ngược lại.

Mới đây, tôi đã đi thăm chính cô bạn đó sau khi cô mổ khớp gối. Cô sống rất xa tôi, trong ngôi nhà nơi cô lớn lên, căn nhà với cây táo chua mà chúng tôi đã lấy trái để chơi trò tung hứng, căn nhà nơi cô đã bày cho tôi cách sử dụng miếng tampon⁷, căn nhà nơi chúng tôi trò chuyện đến

⁷ LND: Một loại khăn vệ sinh phụ nữ dùng khi có kinh nguyệt.

khuya về thuyết tương đối của Einstein và thời gian trôi qua với tốc độ khác nhau như thế nào. Hơn năm mươi năm sau, khi cô cho tôi xem vết sẹo trên đầu gối, tôi đã có một khoảng khắc xúc động mạnh của sự nhìn nhận. Tôi đã nghĩ: tôi biết đầu gối đó, dù nó có sẹo hay không. Nếu ai đó cho tôi thấy đầu gối này, thông qua lỗ hổng thì tôi cũng biết đó là đầu gối của ai. Điều gì xảy ra cho đầu gối quen thuộc đó cũng khiến tôi quan tâm.

Lúc gần cuối đời, cha tôi đã liên lạc lại với những người quen biết từ thời thơ ấu và thời tuổi trẻ của mình. Tôi nghĩ điều này xảy ra sau khi em gái ông mất. Ông đã luôn giữ khoảng cách với cái lai lịch đặc biệt của mình, và những giá trị bảo thủ của gia đình mà ông lớn lên từ đó, vì thế tôi đã ngạc nhiên khi thấy một ông lão mù loà, bệnh ung thư lại lấy xe buýt đến thăm một người anh em họ ở Maine, người mà bốn mươi năm nay ông không gặp, rồi ông lại bay tới California để gặp một người bạn học nội trú mất liên lạc từ lâu. Thật biết bao công trình. Ông đã khóc, nói rằng bắt được liên lạc lại với những người thân có ý nghĩa như thế nào đối với ông. Ông nói họ là những người duy nhất biết ông từ thời thơ ấu mà vẫn còn sống.

Khi tôi nói bạn bè cũ gần bó với nhau qua bao thăng trầm, ý của tôi là như sau. Có lần tôi đã thuê một công ty chuyên sắp xếp văn phòng để phân loại các giấy tờ trong phòng làm việc của tôi, một công đoạn mà tôi luôn sợ. Cô nhân viên và tôi cùng kiểm tra các hồ sơ cũ, và vớt chúng đầy các túi đi chợ, các thùng giấy để tái chế. Cô nhân viên đã bày cho tôi một hệ thống hoàn toàn mới để đối phó với

thu từ gửi tới - "Xếp chúng ngay ngắn! Xếp ngay ngắn!" là điệp khúc của cô - và cô kê cho tôi một danh sách các công cụ cần thiết để hệ thống mới có thể hoạt động. Xong việc, tôi tiễn cô ra cửa trước, chào tạm biệt.

Lúc quay trở vào, tôi ôm một chồng thư vừa lấy từ trong thùng thư vào phòng làm việc. Tôi không biết để chúng ở đâu, vì hệ thống sắp xếp của tôi đã bị chuyển đổi. Rồi đột nhiên, tôi hoàn toàn mất hết bình tĩnh. Tôi nghĩ, có lẽ tôi chưa bao giờ nổi trận lôi đình như thế. Tôi hét toáng lên, "Trời ơi, thiệt là bực!" rồi tôi đá văng các túi, các thùng giấy. Tôi hốt động giấy quăng lên cao khiến chúng rơi xuống như bão tuyết, cho đến khi cả phòng làm việc của tôi phủ đầy giấy, rồi mệt mỏi, tôi ngồi xuống giữa phòng và khóc. Làm thế nào để thoát khỏi bãi chiến trường này đây?

Bỗng một tia sáng lóe lên trong đầu. Tôi vừa nhớ đến một người bạn, sống gần đây và làm việc tại nhà. Một người bạn tôi biết khá lâu, đến nỗi tôi chắc rằng là ông sẽ không phiền hà gì ngay cả sau khi ông đã phát hiện ra tôi đã làm gì. Tôi gọi ông ngay, bảo là tôi cần được giúp đỡ. May mắn thay, ông có giờ rảnh trước khi người học dương cầm đến, nên ông đến ngay. Ông kinh ngạc trước bãi chiến trường, nhưng không tỏ ra lo lắng - vì các giấy tờ này không phải của ông. Ông thán phục rằng tôi còn đầy sinh lực, và nhận xét rằng trận lôi đình của tôi đã được tính toán kỹ, vì tất cả các giấy tờ này dầu gì cũng là đồ bỏ đi. Vậy là tôi được thỏa lòng, vì đã trút được cơn giận mà

cũng không gây ra bất kỳ sự thiệt hại nào. Ông chọc cười cho tôi vui, rồi chúng tôi cùng sắp xếp giấy tờ lại vào các bao giấy, cùng khiêng chúng ra khỏi phòng.

Bạn bè cũng nhìn thấy được những sự thay đổi của nhau. Nhiều năm qua, cứ mỗi sáng thứ năm, tôi cùng đi bộ với một người bạn. Khi còn là những bà mẹ trẻ đơn thân, chúng tôi thường đưa các con cùng đi trượt tuyết chung. Chúng tôi cũng đi dã ngoại với nhau. Sau này, trong những buổi đi bộ hàng tuần, chúng tôi đi theo một con đường mòn trên các ngọn đồi phía sau Berkeley. Các buổi đi bộ đã trở nên ngắn hơn khi chúng tôi không còn leo lên chỗ dốc trên cao, vì đầu gối của tôi. Chúng tôi đổi qua một con đường dốc thoải hơn trong một công viên khá đẹp, gần nơi làm việc của cô bạn – thật ra, đó là một nghĩa trang, nhưng chúng tôi không nằm trong đó. Gần đây bạn tôi bị đau hông, nên chúng tôi lại chỉnh sửa thêm, chỉ chọn mặt đất bằng, trên các con đường buổi sáng sớm trong khu phố của chúng tôi. Vào ngày đi bộ sau cùng của chúng tôi, cô bạn ấy đã đến đúng giờ hẹn để đón tôi, nhưng cô đã bị trật lưng khi bước vào xe, vì thế thời gian thay vì dùng để đi bộ, cô ta lại nằm ngã lưng trên mặt sàn phòng khách, và tôi đi lấy đá cho cô chườm chỗ đau. Tôi ngồi trên ghế xích đu bên cạnh cô và chúng tôi tán gẫu cho tới khi cô có thể lái xe đi làm.

Tôi nhận thấy là khi người mình thương yêu cần được giúp đỡ thì ta rất sẵn lòng. Để làm "nơi nương tựa cho bản thân và cho người", như ngài Tịch Thiên (Shantideva) nói,

tôi cố gắng để "hoán chuyển giữa 'tôi' và 'người'," để nhớ rằng giúp đỡ bạn cũng giống như nhận sự giúp đỡ của bạn, và điều này khiến tôi tin là các bạn tôi cũng rất vui khi được giúp đỡ tôi những khi tôi cần. Dĩ nhiên là có nhiều cơ hội cho cả hai phía.

Càng lớn tuổi thì ta càng có nhiều bạn hay bệnh. Cách đây vài năm, tôi có một người bạn thân bị bệnh nặng, với một căn bệnh hiếm gặp, là viêm phổi do vi-rút. Nhiều năm trước đó, ngay khi tôi vừa dọn về California, chính cô là người đã giới thiệu tôi đến vùng cao nguyên của Yosemite. Khi tôi hụt hơi, leo dốc theo sau cô, trong bầu không khí loãng hơn không khí mà tôi thường thở, thì cô đã động viên tôi bằng cách nói: chậm và chắc để chiến thắng cuộc đua. Cô bảo tôi thở sâu trong bụng, với cơ hoành.

Khi cô bị bệnh, tôi thường túc trực bên cô trong suốt thời gian dài trong bệnh viện. Những giờ phút đó không được hoạch định trong thời khóa biểu bận rộn của tôi, nhưng tôi vẫn có thời gian dành cho cô. Không sao cả. Đó là do sự toàn tâm, toàn trí đưa lối dẫn đường, tôi vui vẻ làm mà không đắn đo, do dự, hay suy tính. Vì giờ đến phiên tôi phải động viên cô thở.

Tôi biết có một phụ nữ độ tuổi bảy mươi. Bà đã thành lập "nhóm" với những người bạn cũ và thân tín. Họ đã thỏa thuận là sẽ đến với nhau khi cần, để "có mặt bên nhau". Bà giải thích rằng điều đó có thể là ngồi cạnh bên giường, ủng hộ tinh thần trong bệnh viện, hoặc cầm tay nhau khi có điều gì đó khủng khiếp xảy ra. Thậm chí điều

đó có thể có nghĩa là giúp nhau chết. Điều đó có thể muốn nói, "Tôi biết hoàn cảnh của bạn hiện giờ là điều mà bạn chẳng bao giờ muốn nó xảy ra cho mình".

Tôi đã suy nghĩ về điều này. Bạn có thể đề ra một thỏa thuận rõ ràng như vậy, giống như lời hứa trong một lễ cưới. Nếu bạn cần tôi giúp, tôi sẽ làm tất cả mọi thứ trong khả năng của mình để đến với bạn. Nếu tôi cần đến bạn, tôi cũng mong bạn sẽ làm như thế. Bạn có thể nói ra điều này hoặc thậm chí lập một văn bản như thế.

Dẫu không nói ra, phần nào tôi cũng ở trong nhóm với các bạn của mình.

Tình bạn cũ là điều ích lợi trong tuổi già, nhưng bạn cũ rồi cũng ra đi. Hẳn là rất cô đơn khi bạn càng già đi và những bạn bè thân thiết đều đã ra đi. Điều này đã gây ấn tượng cho tôi, khi nhiều năm sau cái chết của bà ngoại, tôi đã đến thăm người bạn thân thiết nhất đời của ngoại tôi, đó là "Dì Dorothy". Giờ dì đã gần chín mươi, người nhỏ bé, ngồi trên chiếc giường ở nhà, giống như một ụ đất nhỏ trong đồng chăn nệm, một cục bườu sống nổi lên trên mặt bằng, tất cả bạn bè của dì đều đã ra đi. Dì nói với tôi là mỗi ngày dì đều nghĩ đến ngoại tôi. Dì bảo không còn muốn sống nữa, vì giờ mọi người thuộc thế hệ của dì đều đã ra đi. Tôi đoán rằng trong cái rũi là có tất cả bạn bè ra đi trước mình, thì cái may là điều đó sẽ giúp ta cảm thấy sẵn sàng hơn cho cái chết. Tôi đang nghĩ đến một thánh

ca xưa "Swing Low, Sweet Chariot"⁸ (tạm dịch "Hãy đu đưa nhẹ nhàng, xe ngựa dẫu yêu"): "Nếu em đến đó trước tôi, hãy nói với tất cả bạn bè là tôi cũng đang tới".

Bây giờ, sau hơn bốn mươi năm quen biết nhau, Susie và tôi cùng đến chỗ nghỉ dưỡng này, ở cạnh bên cảng, để chụp ảnh và viết lách. Chúng tôi đang tập hoán chuyển giữa cái tôi và tha nhân. Susie đến từ California và sống ở Massachusetts, còn tôi đến từ Massachusetts và sống ở California. Susie, nhiếp ảnh gia, gần đây lại trở thành nhà văn, còn tôi đang tập chụp ảnh. Có lẽ dự án hợp tác tiếp theo của chúng tôi sẽ là một cuốn sách do cô ấy viết, còn tôi cung cấp các hình ảnh.

Tuần này, tôi đã đọc một đoạn trong quyển tiểu thuyết dành cho tuổi mới lớn mà Susie đang viết, để cho cô ý kiến, còn hôm qua Susie đã chỉ bày cho tôi làm thế nào để chụp ảnh có chiều sâu, để cả hai phần rong biển xanh nổi trên mặt nước và các loại đá vỏ sò dưới nước được làm nổi bật. Tôi rất thích cụm từ đó, chiều sâu của phong cảnh. Nó diễn tả được tình bạn của chúng tôi.

Ngoài cửa sổ, ánh mặt trời lặn tô điểm các tảng đá với sắc sáng vàng, và lay động các hình bóng, khiến hình ảnh, phong cảnh nên luôn thay đổi và những phiến đá xô dạt vào nhau, mềm mại như nước. Susie đang đứng dạng chân trên một hốc đá, trong thế đứng chân vòng kiềng quen thuộc. Cô

⁸ Một bài thánh ca lâu đời của người Mỹ Da Đen, được ghi xuống lần đầu vào năm 1909 (Wikipedia).

chĩa máy ảnh xuống, điều chỉnh tâm ngắm, dừng lại, hoàn toàn đứng yên. Cô đang chờ đợi điều gì đó, có thể là một làn sóng phủ chụp lên. Tôi mong là Susie chụp được bức ảnh cô chọn. Tôi cảm thấy lòng tràn đầy tình thương đối với Susie, trong chiếc mũ len màu đen của cô.

Chúng tôi trùng tên nhau. Hồi ở đại học, cả hai chúng tôi đều được gọi là Susie. Có lần, cô đã đánh thức tôi trong ký túc xá bằng cách gọi, "Susie!"

Tôi lên tiếng trả lời.

"Trời ơi!" cô la lên. "Thật là kỳ quái! Khi tôi gọi bạn Susie lúc đó tôi cũng nghĩ là tôi đang gọi mình".

* * *

Chương 10

Ngôi Nhà Chung

Với thời gian, dần tôi không liệu định như thế, nhưng ngôi nhà của tôi cũng đã trở thành ngôi nhà chung.

Tôi đã sống trong ngôi nhà này gần bốn mươi năm, chuyện mà hầu như chưa từng nghe trong thời đại của gia đình phân tán. Tôi luôn chia sẻ ngôi nhà với người khác và giờ tôi vẫn làm vậy.

Kỷ nguyên đầu tiên trong ngôi nhà này là thời gian các con của tôi lớn lên. Năm 1972, tôi là một người mẹ mới ly hôn, có hai con nhỏ và tôi đã mua ngôi nhà này ở Berkeley, California, với sự giúp đỡ của cha mẹ tôi. Tôi sợ mình sẽ cảm thấy cô đơn nếu chỉ sống một mình với các con, nhất là khi cha chúng đã dọn đi ngay sau khi chúng tôi chia tay. Tôi cũng nghĩ rằng khi có những người lớn khác sống cùng nhà, cùng quan tâm đến lũ trẻ thì tốt hơn cho chúng. Tôi đã chọn một căn nhà bằng gỗ ấm cúng, có

hơn bốn phòng ngủ nên khá lớn để có thể chia sẻ với người khác. Hai cây hồ đào già cổ vươn cành che mái nhà sân sau.

Một số bạn bè dọn vào ở với tôi - và chúng tôi gồm bốn người lớn và ba trẻ em sống chung với nhau trong những năm đầu tiên. Các cây hồ đào cho nhiều trái, chúng tôi đem phơi khô ở tầng áp mái, rồi bỏ chúng vào trong bánh nướng. Tôi và một bà mẹ khác thay phiên nấu ăn cho các con. Một người ở cùng nhà đã vẽ hình ông mặt trời trên trần nhà bếp, với những tia nắng vàng tỏa chiếu.

Chúng tôi tổ chức các lớp học xoa bóp trên sàn phòng khách trước lò sưởi, các buổi tiệc tung bừng với âm nhạc tự chế. Giờ tôi nhìn nhận đó có thể không phải là một khung cảnh gia đình ổn định nhất cho các con của tôi, nhưng ở Berkeley trong những năm bảy mươi, thì điều này có vẻ gần như bình thường. Chúng tôi đã vượt qua những giới hạn đáng sợ của gia đình hạt nhân.

Thời gian trôi qua, người đến rồi đi. Những người đến ở thường là bạn bè hoặc bạn của bạn. Xin kể đôi nét về họ. Một nghệ sĩ ngủ trong hành lang nhà bếp để sử dụng phòng mình làm xưởng vẽ. Một quý ông bỏ hàng giờ ở trong phòng thực hành liệu pháp phản xạ (reflexology) trên đôi chân của mình, đầu thì quấn khăn, mình mặc quần ống bó. Như thủy triều lên, xuống, cuốn theo các thiên giả, bạn trai, du học sinh, chó và mèo, trong khi bọn trẻ và tôi vẫn đứng trên bờ.

Những người không sống trong ngôi nhà này cũng biết

đến nó. Các lớp học xoa bóp lại nhường chỗ cho những sự kiện bớt ồn ào hơn, giống như những buổi viết thư vì mục đích chính trị hàng tháng. Cũng có những buổi họp tại nhà về cuộc chiến ở El Salvador và các bữa ăn gây quỹ cho chiến dịch đình chỉ chương trình hạt nhân. Bọn trẻ và bạn bè của chúng chơi âm nhạc trong nhà với các nhạc cụ khác nhau. Suốt bao năm, tôi và ba người bạn, cùng với sự giúp đỡ của bọn trẻ, đã xuất bản một tạp chí hài hước dành cho gia đình với cái tên - *Tôi, Hơi thở của Công Chúng (Garlic, the Breath of the People)* - trên bàn ăn, dán các bản vẽ và các cột bài đánh máy với sấp, chuẩn bị sẵn sàng để in. Chúng tôi có khoảng ba trăm độc giả đặt báo.

Căn nhà đã phát triển một nền văn hóa gia đình riêng của nó, giống như chất men để làm sữa chua hoặc bột bánh mì chua. Nếu bạn làm đồ gì đó lên các bàn ghế tiện nghi, nhưng đã cũ sần thì điều đó không quan trọng mấy. Trong nhà lúc nào cũng có cái gì đó cần được sửa chữa - như một vòi nước rò rỉ, hoặc một bậc thềm gỗ sau nhà bị bể - nhưng ngôi nhà đó luôn có không khí chào đón thân thiện.

Nhiều khách trọ đã ngồi ở bàn trong nhà bếp với tôi. Họ lưu lại một, hai, hoặc ba năm, rồi cuối cùng cũng dọn đi. Khi các con của tôi cũng ra đi thì ngôi nhà dường như đánh mất ý nghĩa của nó. Tất cả những năm tháng chung sống với nhiều người khác nhau, tôi đã tạo được một mái nhà cho các con của tôi, nên đó cũng đã là nhà của tôi.

Giờ tôi cảm thấy nó quá rộng lớn, trống trải, không còn giống một mái nhà nữa. Tuy nhiên, nếu không phải là

mái ấm, thì nó vẫn là nơi trú ngụ, nên tôi vẫn bám trụ. Một bạn học cũ người Senegal và mấy cậu con trai nhỏ của ông đã sống ở đây được một năm khi ông dạy tại trường đại học. Một đôi vợ chồng, bạn của bạn, đến từ Vermont trong một xe ngựa chở hàng do họ tự đóng, đã lưu lại đây mấy năm, để được gần cô cháu gái đang học ở Berkeley. Và các con trai của tôi cũng trở về thăm, đôi khi một thời gian dài.

Tôi luôn tiếp thu những bài học về vô thường, biến đổi. Ở những người khách trọ vừa mới đến, tôi đã biết họ sẽ sớm ra đi, thí dụ như người bạn đến từ Phi châu, đầu đã hứa ở đến một năm. Thỉnh thoảng tôi cũng có yêu cầu ai đó ra đi. Nhưng cũng có người tôi đã mong họ ở lại.

Tuy nhiên, tôi hiểu rằng tôi là chủ nhà. Tôi không thể có tất cả. Tôi không thể muốn khách trọ ở lại trong nhà theo thời hạn mà tôi định đoạt, không kéo dài hơn thế. Vì vậy, ngôi nhà này là một cộng đồng khác biệt, sở hữu của cá nhân. Có một thời điểm, tôi gần như thuyết phục bạn bè thân thiết mua lại nửa căn nhà, nhưng nó lại có những trở ngại về thuế.

Khi tôi đã sống trong ngôi nhà này được hai mươi lăm năm, tôi đã tổ chức một cuộc tái họp mặt với tất cả những người đã từng sống ở đây, mà tôi có thể liên lạc được. Những người sống ở Chicago, đảo Prince Edward, Đan Mạch, Đức, Pháp, Senegal đã không đến, nhưng những người ở địa phương đã tới. Chúng tôi ngồi thành một vòng tròn lớn trong phòng khách và nhắc lại bao kỷ niệm: chẳng

hạn chuyện con chó của tôi đã ăn phải một bọ thuốc lá của khách trọ, và đã té nhào ở bậc thềm cửa trước với một mảnh thuốc vẫn còn dính trên lưỡi mà ông khách cố kéo ra giúp nó; chuyện về cuộc thi ném bánh sừng trâu; về các thanh thiếu niên từ Liên Xô đến thăm viếng vào lúc mà đưa con trai năm tuổi của tôi, đã dùng kéo cắt vòng tránh thai của một nữ khách trọ. Để kéo được tất cả cùng ngồi lại với nhau trong phòng khách cùng một lúc, để những câu chuyện chung sống như gia đình trong hai mươi lăm năm dồn nén lại trong phút giây, vừa tuyệt diệu vừa buồn bã. Là tôi hay chính là ngôi nhà đã tụ họp tất cả chúng tôi lại? Và tại sao, khi có quá nhiều người đã đến rồi đi, mà chỉ còn mình tôi ở lại?

Tôi rất vui khi em gái tôi với hai con gái của cô dọn đến ở với tôi, nhưng hai năm sau khi mua được nhà riêng, họ đã dọn ra, điều đó giống như sự chấm hết của một kỷ nguyên. Tôi đã nghĩ, có lẽ đã đến lúc tôi cũng phải ra đi.

Năm 2000, tôi cho mướn nhà và bắt tay vào việc khám phá các cơ hội khác. Tôi đã sống trong một thùng rượu rỗng ở một trung tâm thiền trong vùng quê, nhưng nó quá nhỏ; tôi phải mướn phòng trọ trong nhà người khác, nhưng nó cũng chẳng phù hợp với tôi; tôi lại mướn một căn phòng nhỏ rất đẹp cạnh bãi biển, nhưng ở đó quá xa nơi làm việc và bạn bè ở Berkeley, nên tôi cảm thấy cô đơn. Sau vài năm, tôi quyết định dọn trở về nhà.

Tôi vẫn còn sống ở đây, vẫn chia sẻ ngôi nhà với nhiều người khác. Bảo quản một căn nhà cũ là việc khó, vì tôi phải luôn sửa chữa, sơn phết nó. Phải mất nhiều thời giờ,

tiền bạc và công sức. Tôi đang ở giữa tuổi sáu mươi. Khi mới dọn đến đây, tôi chỉ mới hai mươi chín. Giờ tôi vẫn có thể chăm sóc ngôi nhà, nhưng được bao lâu nữa?

Tôi nghĩ về những người cùng thời với tôi, bạn bè và người thân: hầu như tất cả đều sống một mình hoặc với người phối ngẫu (trừ khi họ tạm thời chung sống với tôi), ngoại trừ một số ít người sống trong các cộng đồng Thiền. Thật là kỳ lạ khi tôi là người duy nhất còn sống chia phòng trong nhà, giống như một kẻ tụt hậu. Đó không phải là một quyết định chiến lược; chắc chắn là tôi cũng không phải là người chống đối lối sống hưởng thụ. Cuộc sống sẽ đơn giản hơn nhiều nếu tôi bán nhà và dọn vào một căn hộ nhỏ hoặc căn hộ chung cư.

Nhưng vấn đề là vậy: Tôi không muốn sống một mình. Tôi cần không gian riêng cho mình, nhưng tôi cũng muốn nghe tiếng của những người tôi thương yêu vang vọng trong nhà. Tôi thích ngửi mùi cà phê của họ mỗi sáng (tôi không còn uống cà phê nữa) và tôi muốn được ngồi ăn tối cùng nhau, không nhất thiết phải là mỗi tối, nhưng thường xuyên, để biết điều gì đang xảy ra cho mọi người.

Một bà góa già sẽ phải làm gì nếu không muốn sống một mình? Tôi có thể bán nhà và dọn đến ở khu chung cư với những người xa lạ. Hoặc tôi có thể dọn vào một trung tâm Thiền, nếu tôi có thể mỗi sáng thức dậy lúc 4 giờ 30 và cống hiến thời gian của tôi cho một thời khóa biểu tu tập cam go. Tôi có thể kết hợp với bạn bè để hoạch định thành lập một cộng đồng chung. Nhưng mấy năm trước,

khi một số người cố gắng thực hiện điều đó, thì chẳng có ai bỏ hết thời gian vào việc tìm kiếm địa điểm, thiết lập cộng đồng đó, nên kết quả là cả nhóm tan rã. Nếu đã có một cộng đồng như thế, nếu các bạn bè thân thiết của tôi sống trong một cộng đồng ấm cúng, có tinh thần xã hội, có căn bản tâm linh, ở một nơi gần Berkeley, hướng ra mặt biển không bị ô nhiễm, với những buổi dùng chay chung, hai lần một tuần và có phòng cho con cháu đến thăm thì tôi sẽ dọn ngay vào. Nhưng tôi không mong đợi điều đó sẽ xảy ra.

Cũng có ‘cách sống dưỡng lão’ (retirement living). Mẹ và dượng tôi đã sống hạnh phúc trong một khu nhà dành cho người già suốt mười lăm năm cuối đời họ. Nhưng lúc đó họ lớn tuổi hơn tôi bây giờ, mà tôi cũng chưa sẵn sàng để sống như thế.

Cộng đồng tồn tại không chỉ trong không gian mà còn qua thời gian. Tính ra đến giờ, chính ngôi nhà cũng đã trở thành là một thành viên của đại gia đình chúng tôi. Khi bạn bè hoặc người thân bị trật lưng, họ tự nhiên mở công, vào sân, vào nhà, leo vào bồn tắm nóng. Họ tổ chức các lễ sinh nhật, kỷ niệm đám cưới ở sân sau. Mấy cậu con trai đã trưởng thành, con dâu, cháu nội gái, cháu trai, cháu gái của tôi cũng thường đến thăm. Ngôi nhà là một trạm dừng chân cho bạn bè lỡ đường. Nó trở thành một phần của cộng đồng và tôi hiện đang là người quản lý của nó. Những người còn lại, thông qua việc sử dụng, cũng đã có quyền đối với nó. Tôi không cảm thấy hoàn toàn có quyền

bán nó, chưa đến lúc. Tôi vẫn để nó mở rộng cửa như là một nơi của niềm hy vọng. Bức tranh mặt trời vẫn tỏa sáng trên trần nhà bếp.

Trong những năm gần đây, như gà về chuồng để ấp trứng, những người trước kia sống nơi đây lại trở về. Em gái tôi mới đây đã quay lại lần thứ hai và một cô gái trẻ từng sống ở đây lúc còn nhỏ đã quay trở lại trong một thời gian ngắn. Hiện giờ một đứa cháu gái đang sống cùng tôi trong nhà, và tôi đang chờ xem còn ai đến nữa.

Tôi biết thời gian đang đến gần để tôi rời bỏ vai trò làm người giữ nhà, nhưng tôi không có ý nói mình chết. Chỉ là tôi đã quá mệt mỏi khi phải tính xem mình phải làm gì với tầng hầm đầy bùn đất, hoặc tôi sẽ quá buồn bã khi một khách trọ mà tôi yêu mến dọn đi. Sắp có một sự thay đổi. Có thể ai đó sẽ dọn đến sống với tôi và hứa không bao giờ ra đi, hay ai đó sẽ mời tôi đến sống chung với họ. Có lẽ tôi sẽ ngăn ngôi nhà ra thành hai căn hộ, rồi cho mướn hoặc bán một căn cho bạn. Có thể là tôi sẽ sẵn sàng để sống trong khu người già, hoặc gây ngạc nhiên cho bản thân mình bằng cách muốn sống đơn độc.

Tôi biết không phải dễ dàng chuyển đổi. Chắc chắn tôi cần sự can đảm. Nhưng cộng đồng là một bộ phận có sức sống, có hơi thở vượt lên trên các bức tường nhà tôi. Tôi là một phần của nó, và những ngày này tôi có lòng tin rằng cộng đồng sẽ bảo bọc tôi bằng những phương cách mà tôi không thể biết trước được.

* * *

Chương 11

An Nhiên Tự Tại

Tôi điêm tâm buổi sáng bằng ngũ cốc Cheerios và sữa với mẹ ở chiếc bàn nhỏ cạnh cửa sổ, trong cao ốc dành cho người già của bà ở Chicago. Căn hộ trên tầng thứ sáu của bà hướng mặt ra hồ Michigan, nên một trong những cái thú lớn nhất của mẹ tôi trong cuộc sống là ngồi trên chiếc ghế bà ưa thích, ngắm nhìn các tàu, thuyền qua lại và những đám mây trên bầu trời. Đây là buổi sáng đầu tiên trong những ngày tôi thăm viếng, nên mẹ tôi đã chuyển sự quan tâm từ cái hồ dưới kia sang cô con gái. Bà nói, "Tóc tai con bù xù quá! Con không vén nó lên khỏi mặt được sao?" Tôi trả lời, "Mẹ có bao giờ *khen* tóc con đẹp?".

Tối hôm đó bà cố gắng sửa chữa bằng cách tuôn bao lời khen khi tôi kẹp tóc lại trước khi chúng tôi xuống lầu đi ăn tối. Nhưng sáng hôm sau, một lần nữa, khi ngồi trước tô ngũ cốc, bà lại nghiêng đầu nhìn tôi, và tôi biết điều gì sắp xảy ra.

"Đêm qua mẹ thấy con thật đẹp", bà nói, cố tỏ ra tế nhị. "Mẹ không thể không ngắm nhìn con". Tôi biết đó là đoạn khởi đầu. "Nhưng sáng nay... sao con không chải tóc lên?"

Tôi trả lời, "Mẹ ơi, con đã sáu mươi ba. Con không còn nhỏ để mẹ bảo con phải chải tóc kiểu nào". Nhưng rõ ràng là tôi chưa đủ trưởng thành để bỏ qua.

"Mẹ chỉ muốn cho con biết là con đẹp như thế nào khi con chải tóc lên".

"Con biết mẹ thích nó như thế nào mà".

"Không, con không biết! Vì vậy mẹ mới nói cho con biết".

Tôi nghĩ thầm: *Mẹ đã nói chuyện tóc tai của con suốt sáu mươi năm qua. Mẹ tưởng là con không biết mẹ thích gì sao?* Nhưng tôi không nói ra những điều này.

Dù sao, bản thân tôi cũng có lỗi. Mấy năm trước đây, khi tóc mẹ tôi còn dài đến vai, đôi khi bà buộc tóc thành bím, rồi bà hỏi tôi có thích bà làm tóc theo kiểu đó không. Tôi trả lời là tôi không thấy nó "hợp với tuổi" của bà. (Nếu người hỏi không phải là mẹ tôi, có lẽ tôi đã trả lời là rất thích bím tóc đó). Mẹ tôi làm tuồng như bà nghĩ đó là một nhận xét dí dỏm nhất của tôi và đôi lần tôi nghe mẹ nói với bạn bè, "Susan cho rằng bím tóc của tôi không 'hợp với tuổi'!". Nhưng điều đó làm tổn thương bà. Không lâu sau, bà cắt tóc ngắn, để mái tóc bạc xõa nhẹ quanh mặt. Vậy mà khi gặp lại mẹ, tôi có khen tóc bà đẹp không? Không,

cho đến khi bà hỏi thẳng tôi là liệu mái tóc mới của bà có hợp với tuổi không.

Mẹ tôi là người rộng lượng. Bà thương con cháu với tình thương vô điều kiện - gần như thế. Giống như thiền sư Suzuki Roshi đã nói với các đệ tử khi ông cố gắng giải thích về Phật tánh: "Tất cả chúng ta đều hoàn hảo như chúng ta đang là *nhưng* chúng ta có thể tận dụng một ít sửa đổi".

Tôi mượn một chiếc xe để sử dụng trong chuyến viếng thăm kéo dài một tuần này, như thế tôi có thể chở mẹ tôi đi đây đi đó. Mấy năm nay mẹ tôi đã bỏ lái xe, sau tai nạn đâm vào một chiếc xe đang đậu mà không hiểu tại sao. Không được lái xe, thật là một điều khó cho bà. Bà không thể đi bộ xa vì đau lưng, nên việc xe buýt dừng ở trạm cách nhà khoảng hai chặng đường là một trở ngại cho bà. Khu cao ốc có một chiếc xe tải để chở các cư dân đi mua sắm, nhưng đi bộ vòng quanh một siêu thị rộng lớn, dù có xe đẩy cũng là việc khó làm đối với bà. Và bà ghét nhất là không được lựa chọn đi vào lúc nào.

Tôi đã giúp mẹ tôi làm một số việc linh tinh: tôi rất vui vì có thể đem mẹ đến bác sĩ khám mắt cườm cho bà. Những cuộc hẹn đi bác sĩ là một vấn đề tâm lý đối với mẹ tôi, và càng lớn tuổi thì bà càng có nhiều cái hẹn. Khi trao đổi qua điện thoại không lâu trước chuyến viếng thăm của tôi, bà đã nói với lòng thèm muốn về một người bạn trong chung cư, "Bà Janet được con gái chở đi *mỗi khi* bà có hẹn khám bệnh với các bác sĩ. Ôi, mẹ *ước* gì có một đứa con

sống ở Chicago!" Mấy chị em tôi đã cố gắng kết hợp các chuyến thăm viếng của chúng tôi với các cuộc hẹn khám bệnh của mẹ, nhưng ai cũng sống quá xa, nên bà không thể thường xuyên dựa vào chúng tôi. Mẹ đi khám bệnh hầu hết bằng taxi, mà taxi phải chờ thật lâu mới có.

Một ngày trong tuần lễ đó tôi đã đưa mẹ đến một cuộc triển lãm in ấn của Nhật tại Viện Nghệ thuật, và đẩy mẹ đi qua các phòng trưng bày trên chiếc xe lăn có thể xếp lại được mà mẹ thường sử dụng cho những chuyến đi như vậy. Nhiều lần, khi bà muốn ngắm một bức tranh khác hơn cái mà tôi muốn hướng tới, bà tự nhiên bỏ chân xuống sàn khiến chiếc xe lăn không thể đi tới, giống như một chiếc xe đẩy đã bị khóa lại. Điều đó làm tôi khó chịu cho đến khi tôi nhìn vấn đề theo quan điểm của bà, và nhận ra rằng đó là cách để bà dành lại chút quyền quyết định của mình.

Tôi cũng cố gắng tỏ ra có ích bằng nhiều cách khác. Nhu cầu ăn uống của mẹ tôi rất đơn giản. Cách tổ chức trong chung cư này là mẹ tôi sẽ dùng bữa tối ở tầng dưới trong phòng ăn chung với mọi người, còn điếm tâm và trưa thì mẹ tôi tự lo liệu, rất giản đơn, trong nhà bếp nhỏ bé của bà. Vì vậy, tôi đã lau sạch tủ lạnh cho mẹ, mua ngũ cốc lạnh, một ít sữa chua và đã nấu sẵn một nồi to cần-tây, súp khoai tây, rồi cất một ít trong tủ đá để dành cho mẹ chuẩn bị các buổi ăn trưa sau này.

Sau đó đến phần máy vi tính. Tôi đã bày cho mẹ một số điều mà giữa những lần thăm viếng của tôi, bà luôn quên chúng: thí dụ làm thế nào để thay đổi các lề trong

chương trình tạo văn bản, làm thế nào để gửi thư điện tử. Tôi không phàn nàn gì việc này, vì mẹ là người duy nhất trên thế giới xem tôi là một chuyên gia máy tính.

Tôi rất ngưỡng mộ cuộc sống của mẹ tôi. Chicago là thành phố của mẹ, vì bà đã lớn lên ở đó. Bà vẫn có những người bạn cũ không sống trong chung cư mà thỉnh thoảng bà vẫn gặp gỡ và nhiều năm qua bà cũng đã có một cuộc sống phong phú trong khu chung cư này. Một trong các cư dân là hậu duệ của nhà thơ người Mỹ gốc Châu Phi, Paul Laurence Dunbar, đã mang một số ấn phẩm của ông đến lớp và cả nhóm, bao gồm người da trắng và người Mỹ gốc Châu Phi, đã có một cuộc thảo luận hào hứng về văn chương trong cộng đồng người Mỹ gốc Châu Phi sử dụng tiếng Anh. Tôi đã rất ấn tượng. Tôi gần như có thể hình dung mình sinh hoạt trong một nhóm như thế.

Nhưng có lẽ tôi ghét sự tự giam hãm giống như mẹ tôi thường làm. Đôi khi bà ở yên trong nhà nhiều ngày và chỉ có thể đoán được nhiệt độ bên ngoài bằng cách quan sát cách ăn vận của những người dẫn chó đi dạo dọc theo bờ hồ. Bà ngồi hàng giờ bên cửa sổ, xoay ghế 180 độ trong tầm nhìn của mình, để nhìn ra chỗ mặt hồ có mấy con vịt bằng chiếc ống dòm của mình. Thực ra, tôi nghĩ là bà thích *nhìn* thời tiết - dù nó thế nào - trên chiếc ghế êm ấm của mình hơn là ở bên ngoài đắm mình trong đó. Dù tu tập theo Phật giáo nhiều năm, tôi vẫn không thể ngồi yên trong căn phòng chật chội, nhưng mẹ tôi, vì phải ở yên một chỗ, nên bà rất giỏi chịu đựng.

Một ngày trước khi tôi quay về California, tuyết đã rơi lúc tôi vừa thức giấc. Tôi nhẹ nhàng đi ra khỏi phòng, trong khi mẹ tôi vẫn còn ngủ. Tôi đi theo đường hầm dành cho người đi bộ phía dưới đường lái xe và đi bộ trong công viên nhỏ cạnh hồ ngay đối diện tòa nhà của mẹ. Không có ai khác ở đó; dấu chân tôi là những dấu chân đầu tiên trên nền tuyết mới phủ. Tôi tưởng chừng mình đang ở đồng quê, với những chòm tuyết trắng phủ trên các trụ hàng rào và cái hồ bên cạnh tôi thì xa mùt mắt vì tuyết rơi xuống đã che lấp các ống khói của Indiana, và các chú sóc làm rơi vãi mọi thứ từ trên các cành cây. Tôi tưởng chừng mình đang ở đồng quê, nếu không có tiếng gầm rú của xe cộ lưu thông ở phía sau. Tôi nghĩ thầm: *mùa xuân tới, tôi sẽ ghé thăm mẹ, khi tuyết đã tan, mặt trời đã ló dạng, lúc ấy tôi sẽ đẩy mẹ ngồi trên xe lăn đi qua công viên, để bà có thể nghe tiếng chim hót và ngửi mùi hương của các cây liễu.*

Quay lại để đi về, tôi nhìn thấy chung cư của mẹ ở phía bên kia của dòng sông xe cộ. Tôi đếm sáu tầng để nhận ra cửa sổ phòng mẹ ở mặt tiền bằng gạch, rồi vẫy tay chào, để trong trường hợp mẹ có thức dậy, nhìn ra ngoài thì sẽ thấy tôi.

Tối hôm cuối cùng đó, mẹ tôi tổ chức một bữa tiệc trước bữa ăn tối cho một nhóm bạn mà bà gọi là "các bà mẹ của các cô con gái". Tất cả các bà mẹ này đều có con gái ở xa, thỉnh thoảng đến đây thăm họ - như tôi, là từ Berkeley, California. Trước bữa tiệc, tôi chải tóc, cố kẹp nó lại thật gọn gàng.

Sáu bà mẹ này đi thang máy lên căn hộ của mẹ tôi để uống rượu và ăn bánh lát có hình những con cá vàng nhỏ. Tôi không cần phải cất áo khoác cho họ vì tất cả đều ở trong chung cư này, nhưng phải cất hai cây gậy tập đi. Mẹ tôi rất vui được gặp họ - bà luôn nói là bà rất thích giới thiệu con cái mình với bạn bè. Họ ngồi an vị thành nửa vòng tròn đối mặt với cửa sổ lớn. Ánh sáng ban ngày đã nhạt nhòa thành xám xịt trên mặt hồ và màu tuyết trắng đã trở nên đen đúa dọc theo các lề đường bên dưới.

Người phụ nữ duy nhất mà tôi chưa được gặp trước đây nói: "Cô giống y khuôn mẹ!" Dầu đã cao tuổi, mẹ tôi vẫn còn nét đẹp, nhưng có người con gái nào muốn được nói là mình giống mẹ đâu? Tôi không thấy phiền nếu có giống mẹ, nhưng tôi muốn được thấy *trẻ hơn* bà. Thực ra, mỗi khi đi thang máy một mình không có mẹ trong chung cư này, tôi rất sợ bị hiểu lầm là cư dân ở đây. Tôi đã gần sáu mươi lăm - đủ tuổi hợp lệ để sống ở đây rồi.

Nhóm phụ nữ này khiến tôi rất cảm kích - tất cả đều vui vẻ, thân tình, tất cả đều đang phải đối mặt với sự tàn hoại của tuổi già. Betty, người lớn tuổi nhất trong nhóm, khoảng chín mươi. Những người khác đều trong thập niên tám mươi. Betty vẫn còn khỏe, luôn vui cười. Vài năm trước đây, bà và mẹ tôi đã du lịch xuyên Siberian bằng xe lửa, nhưng sau đó bà bắt đầu bị bệnh chóng mặt nên không thể du lịch nữa. Một vị khách nữa thì bị lãng tai, người khác nữa thì dù ngồi hay đứng thân hình cũng cong như chữ C.

Jane, người bạn từ thời thơ ấu của mẹ tôi, bị bệnh ung thư miệng giai đoạn cuối. Bà không còn răng và phải gắp hàm giả. Bà không xuống dự bữa ăn tối, vì như bà đã nói với mẹ tôi, bà sợ các bạn sẽ ăn mất ngon nếu họ nhìn thấy bà ăn như thế nào. Ngay cả nói chuyện cũng làm bà bị đau, mà bà phát âm giờ cũng không được rõ, nhưng bà là một phụ nữ rất dũng cảm, bà vẫn tham gia vào cuộc hội thoại. Khi câu chuyện xoay sang chủ đề quen thuộc về sự thăm viếng của những đứa con đã trưởng thành, bà chua chát nói, "Con trai vẫn là con mình cho đến khi nó lấy vợ, nhưng con gái thì suốt đời vẫn là con gái mình".

Tất cả những người phụ nữ này đều là góa phụ, kể cả mẹ tôi. Tôi không thể biết họ đau khổ đến thế nào khi trở thành góa bụa sau hàng chục năm chung sống với người bạn đời. Ngược lại tôi cũng không thể biết họ cảm thấy được giải thoát như thế nào sau những năm dài phải chăm sóc cho người thân yêu. Nhìn bề ngoài những người phụ nữ lớn tuổi này không có sự đồng cảm với họ, thì bạn sẽ không thể hiểu họ cô đơn hoặc nhẫn nại như thế nào để mang những cây gậy tập đi ra vô thang máy. Bạn quên rằng trước đây họ không giống như thế, rằng họ đã thường đi ca-nô trong rừng Minnesota hoặc khiêu vũ theo điệu valse đến tận bình minh, rằng họ đã có một cuộc sống khác bên ngoài chung cư này. Bạn nghĩ rằng họ sinh ra đã da mồi tóc bạc, và điếc lác.

Như một đứa con gái ngoan, tôi chuyên bánh đến mời các bà. Tôi mời họ rượu vang, đỏ hoặc trắng, trong những

chiếc ly Mễ Tây Cơ màu xanh tuyệt đẹp của mẹ tôi. Chú mèo nhỏ, Sigo, được mẹ tôi nuôi sau khi cha dựng tôi chết, nằm ngửa trên lưng, chân cào không khí, muốn được đùa giỡn. Mẹ tôi cầm một sợi dây kềm có một quả bóng treo ở đầu dây, dung đưa trước mặt Sigo. Nó nằm sát đất, không động đậy, trừ cái đuôi, sau đó đột ngột nhảy vọt lên chỗ trái banh làm tất cả chúng tôi đều phá ra cười.

Betty nói với tôi, "Dì nghe nói cháu vừa dự một khóa thiền dài ngày trở về. Vậy nó có giúp cháu tự tại không? "

Tôi có vẻ khác mọi người ở đây, vì là người đã cải đạo qua Phật giáo. Buổi chiều hôm đó, mẹ đã giới thiệu tôi với hai người bạn ở cùng chung cư, khi chúng tôi đang đi trong thang máy, nơi mà các cuộc giao tiếp, xã giao của bà thường xảy ra. "Đây là cô con gái theo Phật giáo ở California của tôi!" bà nói một cách hãnh diện. Hai người bạn của mẹ muốn biết tất cả mọi thứ về Phật giáo và rằng tôi có tin hay không vào luân hồi. Nhưng thực sự tôi không thể giải thích trong khoảng thời gian thang máy đi từ tầng sáu xuống tầng một.

Giờ thì tôi trả lời câu hỏi của Betty như thế này. "Trong thiền người ta không cố gắng để đạt được điều gì cả, ngay cả sự an tĩnh. Cái chính là buông bỏ tâm tham muốn. Buông bỏ mọi bám víu".

Betty nói, "Vậy thì *tôi* không cần hành Thiền rồi. Tuổi già bắt buộc người ta phải từ bỏ hết thứ quý này đến thứ khác!" Mọi người đều cười tán thưởng.

"Tôi thích Thiền", mẹ tôi nói, "vì Thiền giúp ta sống trong hiện tại. Đó là điều quan trọng trong tuổi già. Tôi không còn quan tâm đến quá khứ - nó đã chấm dứt từ lâu! Còn nghĩ đến tương lai thì thật vô ích - tương lai gì đây? Nhưng hiện tại! Tôi tự nhủ mình, có biết bao điều đang xảy ra".

Tôi mời thêm rượu, nhưng chỉ có một người uống thêm, tôi thắc mắc không biết họ có luôn thực tập tính điều độ. Cuộc trò chuyện chuyển sang đề tài về người đầu bếp mới trong nhà ăn ở tầng dưới với món sốt kem nắm rất độc hại mà ông nấu với thịt gà. Tôi quan sát những người phụ nữ này khi họ nói cười, khi họ chuyện nhau chiếc tô đựng bánh quy bằng những bàn tay run rẩy. Tôi thấy họ quan tâm đến nhau như thế nào. Họ là những người đã thành đạt trong các vai trò như học giả, nghệ sĩ, nhân viên xã hội, nhà thơ, nội trợ. Giờ ở tuổi già, họ đang trải nghiệm tình bằng hữu và cuộc sống cộng đồng.

Mẹ tôi chỉ hơn tôi hai mươi tuổi, với đà này thì chẳng mấy chốc tôi sẽ ở vào tuổi bà. Bà là người đang lần dò lãnh địa này cho tôi, nên bắt buộc tôi phải quan sát cẩn thận.

Năm giờ rưỡi - trong chung cư này đó là lúc phải xuống nhà dùng bữa ăn tối. Sau khi tôi lấy hai cây gậy đi bộ từ góc phòng ra, bầy bà mẹ có con gái và một người con gái - là tôi - bắt đầu ra hành lang dẫn đến thang máy.

Mẹ tôi ngồi xe lăn, điều khiển nó đi tới bằng cách xúi chân tới trước trên sàn nhà như một đứa trẻ đẩy món đồ

chơi đi tới. Đó là điều mẹ tôi thích làm khi ở trong môi trường thân thuộc. Bà nói ngồi trên xe lăn kiểu đó là cách thể dục tốt nhất. Người ta tưởng rằng bà ngồi xe lăn vì chân bà có vấn đề, nhưng thật ra chính là do lưng bà bị đau nếu bà đi bộ nhiều hơn khoảng năm mươi bước.

Đôi khi, vào những ngày lưng mẹ đỡ đau, bà có thể đi bộ ra thang máy với một cây gậy. Cây gậy của bà có một tay cầm mà khi nghiêng nó qua một bên, thì nó trở thành một chỗ ngồi nhỏ để bà có thể dừng lại, nghỉ ngơi. Bà đã đặt mua những chiếc gậy này từ Anh. Nếu bạn nhìn bà từ phía trước, khi bà ngồi trên gậy thì bạn sẽ ngạc nhiên, vì bạn không thể nhìn thấy cây gậy, nên lầm tưởng bà đang thực hiện một tư thế yoga rất khó - đầu gối hơi cong, tư thế như đang ngồi trên một chiếc ghế mà ta không thấy nó đâu... Nhưng hôm nay là ngày mẹ đi xe lăn.

Như một đội quân nhếch nhác, chúng tôi di chuyển dần xuống hành lang và tôi phải cố tình đi chậm lại. Bà Betty, đi bên cạnh tôi, nói: "Susan, cháu có mái tóc đẹp quá". Ngồi trên xe lăn, mẹ ngược lên nhìn tôi và chúng tôi cười với nhau.

* * *

Chương 12

Tâm Lão Bà

Khi Noah, con trai tôi, được bốn tuổi và tôi đã là một người mẹ cô đơn, bất hạnh, nó đã nói sau này không muốn có con. Đó là lúc tôi phải đưa nó đến trường mẫu giáo mà nó nhất định không mặc bất cứ quần áo nào ngoại trừ bộ đồ Superman, dù đồ còn trong máy giặt, sạch nhưng còn ướt. Điều này khiến tôi nổi giận, còn nó thì tuyên bố "Con sẽ *không bao giờ* có con. Quá rắc rối!"

Tôi ráng kiềm chế. "Nhưng rất đáng công, con ạ", tôi nói. "Chắc chắn là rất đáng công!"

Khi nó lớn hơn, tôi quan sát thấy nó cũng vượt ve, nựng nịu thú vật và em bé, nhưng nó vẫn giữ ý định là không muốn có con cho đến tuổi trưởng thành. Em trai nó, Sandy, thích trẻ em nhưng hiện tại vẫn độc thân, nên tôi bắt đầu sợ là mình sẽ không bao giờ được làm bà. Người phụ nữ có thể làm cách gì đó để có con, nhưng không thể

làm gì để có cháu. Vì vậy, ngay cả khi Noah đã lấy vợ thì tôi cũng cố gắng tránh không đá động đến vấn đề này. Tôi tự nhắc nhở là con tôi không phải sinh ra đời để nhanh chóng có cháu cho tôi. Chuyện đó thuộc quyền quyết định của Noah và Arcelia, vợ nó. Chúng có sự nghiệp phải lo lắng, cùng với các vấn đề về kinh tế của bậc làm cha mẹ và mối quan tâm về sự hủy diệt môi trường của trái đất. Tuy vậy, tôi vẫn nói là tôi rất vui nếu được giữ cháu.

Thử nhớ, tôi được cả hai bên nội ngoại thương bằng nhiều cách khác nhau. "Bà ngoại" thường dẫn tôi đến các cuộc họp của người Quaker, viết những lời cầu nguyện mà bà ưa thích xuống một cuốn sổ tay nhỏ cho tôi. Bà cũng dẫn tôi đến xưởng điêu khắc của bà, nơi bà cho tôi chơi với đất sét trong lúc bà nặn tượng. Tôi là cháu trưởng tôn của bà. Buổi sáng khi tôi trèo vào giường bà, bà sẽ cất đi chiếc mặt nạ màu đen kỳ lạ mà bà mang khi ngủ, và máng nó lên thành giường. Chiếc mặt nạ làm cho bà trông giống như một người hùng cô độc. Bà kéo tôi vào lòng, và tôi sẽ cuộn tròn bên cạnh bà, thích thú cảm nhận da thịt mềm mại, mát mẻ nơi bắp tay bà và bà nói, "Chào cháu cưng số một của bà! "

Còn bà nội thì tôi gọi là "Ma". Bà thường cất kẹo chanh trong một cái ly thủy tinh trong hình con gà để trên tủ bàn phấn của bà. Nếu bạn muốn một viên kẹo, bạn chỉ cần giả bộ ho một tiếng thì bà sẽ nói: "Cháu cưng, cổ cháu có vấn đề rồi". Bất cứ khi nào đám trẻ con chúng tôi đến chơi, đều có bánh bông lan sô-cô-la mới nướng, có rắc

đường vani trên một tấm thiếc màu xanh trong nhà bếp và bạn được phép ăn bất cứ khi nào bạn muốn. Bà luôn có mùi thơm dễ chịu, một loại hương thơm nào đó mà không ai khác có được. Bà đeo một chiếc vòng tay bằng vàng có chiếc máy bay cũng bằng vàng nhỏ xíu treo lủng lẳng trên đó. Tôi hỏi bà lý do, bà bảo rằng đó là bản sao của chiếc máy bay quân sự mà con trai út của bà, tức là chú Morton của tôi, đã lái khi chú bị bắn hạ tại Nhật Bản. Bà đeo nó để không bao giờ quên lòng can đảm của con mình. Trên cánh máy bay có khắc những con số ký hiệu chính xác, nhưng chúng quá nhỏ nên tôi không thể đọc được.

Qua ông bà nội ngoại, tôi biết một sự thật thú vị là trước đây rất lâu, chính cha mẹ tôi cũng từng là trẻ con - thí dụ, tôi kinh ngạc khi được biết cha tôi rất nhút nhát, còn mẹ tôi rất tinh nghịch. Họ không giống như thế trong mắt tôi! Tôi cũng biết rằng trong cuộc đời của mỗi con người có những điều đáng buồn xảy ra, nhưng người ta vẫn tiếp tục sống. Tôi đã biết được sự xoay chuyển qua các thế hệ: trẻ em trở thành cha mẹ, cha mẹ già đi để trở thành ông bà. Rồi ông bà trở thành những hình ảnh bất động trong một thước phim.

Vào một chiều chủ nhật, tôi đang ở nhà tại Berkeley, khi Noah từ San Antonio, Texas gọi để báo tin con gái nó đã ra đời. Giọng của nó giống như một tô nước mà nó đang cố giữ để nước không tràn ra ngoài. Lúc đó Paloma đã ra đời được đúng hai mươi phút, và hai mẹ con vẫn còn trong phòng sinh. Mọi người đều bình yên. “Được làm bà,

mẹ có vui không?”, Noah sốt sắng hỏi, dù nó đã biết câu trả lời của tôi.

"Đương nhiên! Không gì có thể làm cho mẹ hạnh phúc hơn!" Sau đó tôi nghe tiếng khóc của Paloma vọng ra. Cô bé không phải khóc vì hạnh phúc như tôi, mà theo Noah thì bé đã khóc vì bị người ta dùng kim trích một ít máu ở gót chân để làm thử nghiệm sắc tố cam.

Buổi chiều hôm đó, Berkeley lái xe loanh quanh thành phố để làm một số việc. Khi một mình ngồi trong xe, tôi cứ gọi lớn, "Paloma! Paloma!" Tôi nghĩ đến tất cả những đứa trẻ được sinh ra trong ngày hôm đó, trên cả thế giới, quá nhiều em phải sinh ra trong chiến tranh hoặc trong cảnh nghèo đói. Qua Google, tôi được biết mỗi ngày có khoảng 353.000 đứa trẻ được sinh ra trên trái đất. Tôi nghĩ là bạn có thể nói rằng tất cả những em bé sinh ra vào ngày tôi trở thành bà đều là con cháu của tôi.

Vào cái ngày đặc biệt đó, trên trang nhất của báo New York Times có nói về con số người dân thương vong ở Beirut do Israel bỏ bom Hezbollah⁹. Tôi tự thấy mình cần xoa dịu chư thiên, Thượng đế, Vũ trụ, hay bất cứ gì - để cảm ơn họ về sự ra đời an ổn của Paloma, để cầu mong họ bảo vệ con bé và tất cả mọi đứa trẻ khác được bình an. Tôi phải cúng dường gì và cúng cho ai? Buổi chiều ngày sinh nhật của Paloma, tôi xem lại các e-mail và tìm thấy

⁹ Có nghĩa là “Đội Quân của Allah”, một tổ chức chính trị và quân sự xuất phát từ Lebanon.

một lá thư yêu cầu được giúp đỡ của Liên Minh Các Trẻ em Trung Đông và tôi đã gửi tiền đóng góp dưới tên của Paloma. Một việc làm khiêm nhường về phần của tôi, với tư cách là người bà, để hồi hương cho Paloma và tất cả chúng sanh khác.

Khi tôi đến San Antonio, Paloma đã được hai tuần tuổi. Cô bé đang ngủ nằm ngửa lúc Noah chở tôi từ sân bay về nhà, nên tôi có thể nhìn thấy cả khuôn mặt của bé. (Ngày nay người ta khuyên cha mẹ nên để trẻ ngủ nằm ngửa để tránh bị chết ngạt. Điều này đối với tôi là mới lạ). Tôi nhận ra ngay là Paloma rất giống cha lúc nhỏ - thanh tú, chứ không mập phì, cả bản chất cô bé cũng đã hiển lộ trên nét mặt. Cô bé có đôi mắt to giống mẹ. Sau đó bé thức dậy, Arcelia cho con bú, cuối cùng là tôi được ẵm cô bé vào lòng.

Tôi ở lại một tuần trong cái nóng mùa hè của bang Texas. Suốt thời gian đó, tôi chỉ ra khỏi nhà có hai lần để đến cửa hàng tạp hóa ở khu mua sắm. Những lúc gia đình ngủ trưa, tôi nấu món này, món nọ cho họ. Khi Paloma quấy, tôi bồng bé đong đưa trong vòng tay, hát dỗ, nhảy nhót quanh phòng khách. Tôi càng lắc lư bé mạnh tay, nó càng thích. Nó không hề bận tâm việc tôi chẳng thể nhớ tất cả lời các bài hát mà tôi cố moi ra từ trong sâu thẳm của ký ức - các bài nhạc mừng Giáng sinh và các bài hát xưa cũ của nhóm Beatles. Khi cô bé ngủ thiếp đi trên tay tôi, tôi ngã lưng trên chiếc đi văng, cẩn thận ôm bé trong lòng, và để bé nằm ngủ trên ngực tôi bao lâu tùy thích. Trong khoảng thời gian hạnh phúc đó, trong căn phòng khách

máy lạnh ở ngoại ô, tôi để mũi lên cái đầu dễ thương của bé, vừa ngắm các lá cây sồi lắc lay trong làn gió nóng ngoài cửa sổ.

Tôi đã học được những điều mới trong cách chăm sóc trẻ sơ sinh-mới mẻ đối với tôi, nhưng cũng là dựa trên những hiểu biết của người xưa. Tôi đã biết năm điều cần làm để dỗ em bé quấy khóc: thay tã, đong đưa, cho bú, ẵm đứng lên và thì thầm bên tai. Noah có biệt tài vừa thay tã, vừa gù gù với Paloma bằng cái giọng ồm ồm -“Nào, nào Đầu Bí Đỏ, giờ bé dễ chịu chưa nào” - trong khi nhét mấy góc chăn quanh tay bé, cuộn nó thành một gói nhỏ nhắn. Trong suốt thời gian thăm viếng, tôi cũng nghe cả hai cha mẹ kêu bé với giọng tràn đầy yêu thương, bằng những cái tên ngộ nghĩnh như Cô Heo Con, Hạt Đậu Ngọt, Quả Bí, Bông Hoa Nhỏ, và thậm chí gọi là Bánh Ghè.

Riêng tôi, tôi tràn đầy hạnh phúc khi được Arcelia, con dâu, gọi tôi là “Abuelita” (Bà trẻ).

Đôi khi tôi bồng Paloma ra ngoài sân ở phía sau nhà, với cái nóng của 102 độ Fahrenheit. Cô bé nín lặng ngay. Bé nhướn mắt nhìn các cây và không gian rộng lớn của bầu trời và tôi có thể thấy cô bé đang cảm nhận *không khí tự nhiên* tràn đầy trên má. Tôi có thể thấy cô bé cảm nhận được những điều khác biệt ở đây, ở ngoài trời. Noah cũng rất thích nhìn các lá cây khi anh ta còn bé.

Thiền sư Dogen, người sáng lập Trường phái thiền Soto ở Nhật Bản, có một đệ tử là một tỳ-kheo chân chất, biết giữ giới, nhưng vị ấy có một yếu điểm - ông không có

"tâm lão bà". Thiền sư Dogen nói, "Ông có thể thông suốt về Phật giáo, nhưng ông không thể vượt quá khả năng và trí thông minh của mình trừ khi ông có *robai-shin*, tâm lão bà, tâm đại từ bi. Lòng từ bi để giúp mọi chúng sanh. Ông không nên chỉ nghĩ đến riêng mình".

Bạn không cần phải làm bà để có tâm lão bà. Ngược lại bạn còn có thể là một vị tỷ-kheo độc thân trong tu viện. Tâm của cha mẹ phải khác với tâm của bậc ông bà. Cha mẹ phải quan tâm đến những nhu cầu cụ thể của con cái - lo dưỡng nuôi chúng, cho chúng có chỗ ở, quần áo ấm cúng. Cha mẹ phải bảo vệ chúng khỏi tai nạn xe cộ, không cho ăn nhiều đường, tránh bị bắt cóc. Cha mẹ lo chuyện trước mặt. Nhưng các ông bà - hiểu theo cả nghĩa đen và nghĩa bóng - có thể quan tâm đến chuyện hậu trường. Họ có thể kể cho các em chuyện về các ngôi sao trên trời.

Nhưng đôi khi ông bà cũng phải thay thế cha mẹ. Như khi cha mẹ phải ngồi tù, hay chính họ cũng còn là trẻ con, hay họ đã chết vì bệnh AIDS. Đôi khi khả năng chăm sóc con cái của họ đã bị tước đoạt bởi chiến tranh, không nơi nương tựa hay do nghiện ngập. Ngày càng có nhiều người bà phải nhận lãnh vai trò trụ cột trong gia đình hơn, phải đứng cảm dưỡng nuôi các cháu của họ trong những điều kiện khiến họ không còn có nhiều thời gian để lả lướt điệu waltz với các cháu quanh nhà, vừa hát bài "Rừng Na Uy". Tôi muốn ghi nhớ tất cả những người bà này vào trong tâm trí tôi.

Một ngày kia ở San Antonio, khi tôi dậy pha trà và

mang tờ báo New York Times trước cửa nhà vào, thì mọi người trong gia đình còn ngủ. Câu chuyện trên trang đầu về vụ đánh bom Beirut được tiếp nối bên trong - tôi lật trang báo, đập vào mắt tôi là hình ảnh của một đứa trẻ sơ sinh với nửa thân mình bị chôn vùi trong đồng gạch đổ nát, khuôn mặt bé đầy bụi đất, một bàn tay nhỏ nhô lên giữa những cột kèo gãy đổ. Tôi xếp tờ báo lại, rồi đặt nó xuống bàn.

Lát sau, khi Noah ngồi xuống bàn bên bát thức ăn điểm tâm, tôi thấy nó mở tờ báo ở ngay trang có bức ảnh đó. Tôi thấy mắt nó nhìn vào hình xác chết của em bé trong đồng gạch vụn, và tôi nghe một tiếng rên nhỏ phát xuất từ cổ nó khi nó xếp tờ báo lại, thậm chí còn nhanh hơn tôi. Tôi đau đớn khi thấy Noah nhìn bức ảnh đó còn hơn khi chính tôi nhìn bức ảnh đó. Tôi vẫn là một người mẹ, mà cũng là người bà. Chúng tôi không đá động gì về bức ảnh đó.

Tuy nhiên, khi thấy Noah nhìn Paloma - thì lại là một chuyện khác. Arcelia nói với tôi, các chuyên gia khuyên ta *nên* nhìn chăm chú vào mắt của trẻ sơ sinh hầu khuyến khích sự phát triển tình cảm lành mạnh, nhưng điều chắc chắn là khi cha mẹ Paloma nhìn vào mắt bé, họ không chỉ làm theo hướng dẫn của sách vở.

Được nhìn thấy con mình hạnh phúc trong vai trò làm cha mẹ khẳng định toàn bộ sự tiếp nối theo hình xoắn ốc - tổ tiên chúng ta đã rời bỏ cây gia tộc từ rất lâu, còn con cháu ta thì đang hướng nhìn đến các nhánh cây. Noah, cậu

bé đã từng nghĩ "con cái quá rắc rối", giờ đã làm cha. Đúng là có con cái rất rắc rối. Thật rắc rối khi phải thức dậy lúc giữa đêm, rắc rối khi phải giặt bao nhiêu đồ dơ, rắc rối khi phải cố gắng biến trái đất này thành một nơi an toàn cho trẻ em. Có rắc rối nhưng không phải là quá sức chịu đựng.

Thật không đành lòng nói lời chia tay với họ cuối tuần đó. Noah mang túi xách của tôi ra xe, và chúng tôi đã ngồi vào trong xe. Arcelia bồng Paloma, đứng ở ngưỡng cửa. Khi Noah lui xe ra khỏi garage để đi vào cái nóng rực lửa của bang Texas, Arcelia cầm tay Paloma lên vẫy vẫy. "Tạm biệt, Abuelita!" Arcelia nói với theo.

Tôi đáp lại, "Tạm biệt, Calabacita, trái bí nhỏ của tôi".

* * *

Chương 13

Vô Ái Dục

Có thể tôi sẽ không bao giờ quan hệ tình dục nữa. Có thể tôi sẽ không bao giờ còn nằm kề bên người khác nữa. Ngay giây phút này tôi không cảm thấy ham muốn tình dục, đó là điều may mắn vì tôi đâu có ai để thực hiện điều đó. Nhưng tôi không chắc rằng mình có thể giữ vững lập trường này cho đến chết. Lúc còn trẻ và không có người yêu, tôi chẳng bao giờ tự hỏi, "Nếu tôi chẳng bao giờ quan hệ tình dục thì sao?" Vì tôi cho rằng mình đang ở lưng chừng, chưa xác định được các mối quan hệ. Nhưng giờ, ở tuổi sáu mươi hơn, tôi tự hỏi không biết mình có âm thầm vượt lên "sự lưng chừng" đó chưa.

Đã không có quan hệ với ai một thời gian - không cần biết là bao lâu - giờ tôi hầu như chẳng nghĩ gì về nó. Tôi có cái may là thường không mong muốn cái tôi không có. Thật là tiện. Tôi chỉ muốn quan hệ, khi *thấy nhớ* nó, chứ không phải do *dục vọng*. Trong phim ảnh, khi đến những

đoạn khó coi, thì tôi giống như đứa trẻ tám tuổi, phản ứng: "Hãy kết thúc nhanh đi lên! Không có gì để tôi coi đâu! "

Trước kia tôi quan tâm đến toàn bộ chủ đề về tình dục và tôi cũng thích viết về nó. Bây giờ thì tôi thích viết về việc không có quan hệ tình dục.

Tôi khó chịu với cách người ta luôn luôn nói, theo phép lịch sự, rằng người già cũng rất "sexy" (gợi cảm), rằng người già cũng có thể có đời sống tình dục phong phú, vân vân... Vâng, nhưng chúng tôi *có cần* phải thế không? Đối với tôi, người già muốn làm gì trên giường của họ cũng được, nhưng tôi không muốn có cảm giác là mình có vấn đề, nếu không làm chuyện đó. Tôi cũng có quyền không ham muốn tình dục khi tuổi lớn hơn. (Tuy nhiên, tôi không hứa điều đó).

Tôi nghĩ là nhiều người cũng đồng quan điểm về sự thiếu nhu cầu tình dục như tôi, nhưng họ không thừa nhận điều đó. Trong những năm 1940, Alfred Kinsey đã phát hiện ra rằng không ít người dùng đủ loại mảnh khỏe, mà họ không thừa nhận, để che dấu điều đó, nhưng giờ ở thời đại hậu-Kinsey, thời sau cách mạng tình dục, thì người ta cũng khó thừa nhận những gì họ *không* làm.

Tôi thật sự cũng nhớ những tác dụng phụ của quan hệ tình dục. Bạn có thể vuốt ve và được vuốt ve bởi một người nhiệt tình khác. Dĩ nhiên cũng có cách khác để thực hiện điều này: như đi xoa bóp thư giãn và đến nha sĩ là hai trong các cách đất tiên nhất. Ôm ấp con cháu không mất tiền, nhưng cháu gái của tôi cách xa hàng ngàn dặm.

Thứ đến là thú nuôi trong nhà. Khi tôi đi dự khóa tu ẩn cư trong rừng, tôi đem theo Satchmo, chú chó của em tôi, cho có bạn. Lông nó mượt mà dưới những ngón tay ve vuốt của tôi. Mỗi buổi sáng sau khi tản bộ trở về, tôi dùng bàn chải màu vàng để chải lông cho nó, để gỡ các mảnh lông rụng của nó. Mỗi lần nhìn thấy tôi cầm bàn chải lên là nó đi thẳng đến tôi và cạ người vào tôi. Đôi khi nó liếm mặt tôi khi tôi đang chải lông cho nó, dường như để nói, “Cảm ơn bà. Con rất yêu bà”. Tôi đã nhớ những cái cạ người, những cái liếm của nó khi tôi trả nó về cho em gái tôi.

Có khi cả nửa năm, khoảng thời gian giữa các cuộc hẹn với nha sĩ, tôi không hề có sự xúc chạm với người nào khác. Nhưng không hẳn như vậy, vì tôi cũng ôm người khác khi chào hỏi, tuy nhiên những cái ôm đó, sự đụng chạm đó không kéo dài như khi tôi đi làm vệ sinh răng.

Cũng phải kể đến việc gần gũi, mật thiết, một trong những tác dụng phụ phổ biến nhất của tình dục. Có người còn cho rằng quan hệ tình dục là một tác dụng phụ của sự gần gũi. Nói tóm lại, quan hệ tình dục là một cách tuyệt vời để làm giảm đi sự phân biệt giữa cái ta sâu thẳm của người này với cái ta sâu thẳm của người khác - có thể nói là cách tốt nhất. Tôi đã nghe nói rằng quan hệ tình dục là cách để có con, nhưng ngày nay có nhiều cách khác để làm điều đó. Tôi nghĩ rằng quan hệ tình dục có mặt chính vì mục đích giúp chúng ta khám phá ra rằng chúng ta không khác biệt nhau.

Tôi thật sự nhớ những sự gần gũi, thân mật đó. Tôi có

bạn và những người thân trong gia đình để chia sẻ, gần gũi, thân thiết qua các cuộc tiếp xúc chuyện trò. Chúng tôi cũng chia sẻ với nhau những mối quan tâm thầm kín nhất. Nhưng đó vẫn không phải là sự gần gũi làm mờ nhạt ranh giới giữa hai người mà tôi đã nói. Đó không phải là nguồn nước trong veo mà bạn và người yêu cùng gieo mình vào khi hai người đắm đuối nhìn nhau trong gang tấc. Nhân vật cuối cùng mà tôi đã nhìn lâu vào mắt là con chó của em gái tôi.

Không có quan hệ tình dục ít nhất cũng đơn giản hóa việc quản lý thời gian. Thay vào đó tôi thường làm chuyện khác. Thí dụ, nếu ngay bây giờ tôi đang quan hệ tình dục thì tôi sẽ không thể viết những dòng này mà bạn cũng không đang đọc chúng. Chính việc viết lách cũng là một cách để kết nối, mặc dù sự trao đổi giữa chúng ta là một chiều.

Dẫu rằng tôi sẽ không bao giờ còn quan hệ tình dục nữa, cũng đâu phải là tôi chưa từng trải qua, thối mắc không biết mình chưa hưởng được gì. Cuộc đời của tôi cũng đầy những khoảng thời gian vui vẻ mà tôi sẽ không nói ra với bạn ở đây. Nhưng lắm khi, tôi cũng bị đau đầu vì chúng.

Sống độc thân cũng là một cách để không phải nghĩ đến việc quan hệ tình dục. Đây được coi như là sự lựa chọn tích cực. (Có lẽ tôi đã phải nguyện sống độc thân, để được ghi điểm cho cả khoảng thời gian sống như thế). Đó là cách để mở rộng tình thương của bạn đến với cả vũ trụ.

Nếu bạn không có một người bạn tình đặc biệt nào, thì cũng giống như bạn ‘kết hôn’, mở rộng tình thương đến với tất cả mọi người trên thế giới, đầu bạn chưa từng gặp họ. Mà cũng không chỉ với con người, mà cả với cây cỏ, cát đá, suối sông và các vì sao.

Khi tôi bơi trong hồ Anza, trên những ngọn đồi phía sau Berkeley, tôi hoàn toàn ướt đẫm. Khi tôi nằm dài trên chiếc khăn trên bãi biển, lực hút của trái đất giữ tôi lại và mặt trời sưởi ấm khắp cả thân thể tôi. Khi tôi hít một hơi thật sâu, gió tràn vào lồng ngực, làm đầy áp phổi tôi. Tôi vẫn tiếp xúc với đất, nước, gió và lửa. Thế thì có hề gì nếu tôi không bao giờ còn quan hệ tình dục nữa? Có gì nào?

Tuy nhiên. . .

* * *

Chương 14

Vô Hình Vô Tướng

Có lần bà mẹ tám mươi ba tuổi của tôi và tôi cùng đi máy bay, lúc đến nơi, chiếc xe lăn mà tôi đã đặt cho bà không có sẵn ở cửa. Cô tiếp viên hàng không bảo sẽ có ngay, nhưng chúng tôi đứng đợi và đợi trong khi tất cả các hành khách khác đều đã xuống khỏi máy bay. Việc phải đứng lâu khiến mẹ tôi bị đau đến nỗi bà mất hết kiên nhẫn: "Mẹ kiếp, xe lăn của tôi đâu? Mẹ nó! Đây là lần chót tôi đi du lịch với hãng hàng không này!". Tôi điếng hồn, nhưng chiếc xe lăn xuất hiện ngay lập tức. Khi đã an tọa trên xe lăn, bà nhã nhặn xin lỗi cô tiếp viên hàng không và họ vui vẻ chia tay nhau.

Khác với mẹ, tôi không bao giờ dám la hét người khác, ngay cả khi tôi có cảm giác rằng họ phớt lờ sự có mặt của tôi. Tuần trước, khi tôi đang xếp hàng chờ mua phong bì trong một cửa hàng văn phòng phẩm đông người, thì một

phụ nữ trẻ khỏe mạnh, tóc đen nhánh được tính tiền trước, dù cô ấy đến sau tôi, mà cũng không phải do cô muốn lần ra trước tôi, mà do người tính tiền không để ý đến tôi.

Dầu bản thân tôi đã bị trở thành vô hình, vô tướng, chính tôi cũng phạm lỗi này. Hôm qua, khi đứng xếp hàng tại bưu điện, tôi đang mãi nhìn một chàng trai đang dán băng keo gói hàng của anh ta, thì tôi giật nảy mình bởi tiếng gọi "Kia Sue!". Tiếng gọi xuất phát từ một phụ nữ tóc bạc đứng ngay trước tôi - một người bạn của tôi. Tôi nghĩ rằng lý do khiến tôi không nhìn thấy bạn có lẽ do con mắt tâm của tôi khi nhìn thấy màu xám là lướt vội qua.

Tôi đã tham dự một hội thảo với chủ đề "Giảng sư Phật giáo ở phương Tây", với hơn hai trăm nam nữ cư sĩ họp lại trong vài ngày, phân đông tuổi tác đều đã trên năm mươi. Một người đàn ông tóc bạc, dáng vẻ chững chạc, nói với tôi, "Nhìn quanh, tôi thấy có nhiều bạn nam tóc bạc hơn bên nữ giới, mặc dù tuổi tác của chúng ta không khác biệt. Như vậy tôi có thể đoán là đa số các bà đã nhuộm tóc. Tuy nhiên, các vị này là các giảng sư Phật giáo! Tại sao một vị giảng sư Phật giáo lại đi nhuộm tóc? Lý ra là người Phật tử, các vị ấy phải biết chấp nhận bản thân!" Lúc đó mái tóc bạc của tôi không nhuộm, chắc hẳn ông ta nghĩ tôi là người biết chấp nhận bản thân.

Tôi cố thuyết phục ông rằng: không phải là *các vị* ấy không chấp nhận bản thân mà chính là người khác không chấp nhận họ. Đó là tính chất vô hình. Tóc bạc phủ bạn trong sương mù và bạn muốn hét thật to, "Tôi vẫn còn ở

đây! Tôi vẫn còn có thân! Tôi vẫn còn có suy nghĩ trong đầu!"

Thậm chí giờ tôi còn có cái nhìn khác về việc căng da mặt. Việc làm này không phải là một hành động giả tạo mà đúng hơn nó là một cố gắng - đầu có vô vọng bao nhiêu - để được như thực, để xé bỏ tấm màn che mà xã hội rọi chiếu lên mặt chúng ta. Tôi không thể trách cứ văn hóa về tuổi tác, giới tính đối với các nếp nhăn trên mặt tôi, nhưng không phải các nếp nhăn khiến tôi đau khổ, mà chính là cái ý nghĩa gán ghép cho chúng. Ý nghĩa đó thường là vô thức và ngấm ngấm.

Chúng ta thấy người khác già đi, nhưng không thể tin rằng mình cũng sẽ tàn phai. Nếu chúng ta quyết tâm, nếu chúng ta tập thể dục và không sử dụng thực phẩm bừa bãi, thì chắc chắn chúng ta sẽ không già. Hoặc khoa học sẽ tìm ra giải pháp cho chúng ta. Có câu hỏi như sau đã xuất hiện trên trang bìa của tạp chí Harvard: "Lão hóa có cần thiết không?" Nhưng cho đến nay, thời gian vẫn trôi qua, vẫn để lại dấu vết của nó trên thân thể chúng ta.

Tôi vẫn chỉ mới bắt đầu. Tôi vẫn còn đứng ở hai làn ranh - làn ranh giữa bắt đầu già và đã già. Làn ranh đó luôn dời đổi. Có nhớ câu: "Đừng tin những ai ngoài ba mươi" không? Tôi nhớ đến lúc mà tôi nghĩ rằng bốn mươi là già, rồi năm mươi, rồi sáu mươi.

Nhưng rồi đến một lúc nào đó, "tuổi già" sẽ không còn chỗ để lùi nữa, và rồi dù muốn hay không, tôi cũng sẽ an vị bộ xương xốp của mình trong chiếc xe lăn.

Mẹ tôi cũng nói rằng bà cảm thấy như mình không còn hiện hữu với tuổi già. Những năm của tuổi năm mươi khi bà thiết lập trung tâm an dưỡng cho các nghệ sĩ, bà đang ở thời hoàng kim của mình; ai cũng lắng nghe bà. Nhưng khi bà bước vào tuổi bảy mươi, bà cho rằng hội đồng quản trị và nhân viên không còn để ý tới lời bà nói, vì họ nghĩ rằng bà là một bà lão ngớ ngẩn. Vì thế, đôi khi bà mất bình tĩnh và la hét người khác trong các buổi họp, giống như bà đã làm ở cửa phi cơ - bà nói đó là cách duy nhất để bắt người ta phải lắng nghe bà. Tôi thường nghĩ là bà hơi thái quá, nhưng giờ tôi bắt đầu hiểu những điều bà muốn nói.

Trong một cuộc họp lên kế hoạch liên quan đến công việc của tôi, một vị nam nhân nêu lên một đề nghị mà tôi đã đưa ra, nhưng lại cho đó là đóng góp của một đồng nghiệp nam khoảng tuổi tôi: "Theo lập luận của Bill . . .". Tôi không nghĩ là ông ta cố ý phớt lờ tôi. Hẳn là ông đã nghe những điều ấy từ miệng tôi nói ra, nhưng theo trí nhớ của ông, ông đã nghe chúng qua cửa miệng của một nam nhân. Đàn ông lớn tuổi dễ được nhìn nhận hơn so với phụ nữ lớn tuổi. Đó là do tôi tưởng tượng ra hay thực sự là lời nói của tôi có trọng lượng hơn khi tôi còn trẻ đẹp? Tôi không biết. Tôi cũng cần giải thích thêm là trong trường hợp này, đang trong cuộc họp mà tôi đi đan móc khăn choàng, vậy thì một phần cũng lỗi tại tôi. Nếu bạn là phụ nữ đã ngoài bốn mươi lăm, tốt hơn không nên làm bất kỳ việc khâu vá nào trong các cuộc họp quan trọng.

Tôi được truyền cảm hứng từ tấm gương rất đáng

ngưỡng mộ của Raging Grannies (Những Lão Bà Cuồng Nộ). Họ vẫn giữ hình ảnh rập khuôn của các phụ nữ lớn tuổi, với thân hình nhỏ bé, và đi hoạt động với nó. Họ là những người cổ động cho hòa bình, đi biểu tình với những chiếc nón và tạp-dề có hoa văn lòe loẹt như trên sân khấu, trông họ có vẻ hiền lành, vô tội vạ, nhưng thật ra không phải vậy. Ví dụ, một số Lão Bà Cuồng Nộ (Raging Grannies) bị bắt khi họ đòi ghi tên nhập ngũ trong đợt tuyển quân của Mỹ ở trung tâm Tucson. Họ nói rằng họ muốn được gửi đến Iraq để con cháu của họ có thể trở về nhà.

Năm ngoái tôi nhuộm mái tóc bạc xám của mình sang màu đỏ sáng (Lúc đó không có bất cứ hội thảo Phật giáo đang diễn ra). Bình thường tóc tôi không phải màu đỏ, nhưng không phải là tôi đang cố ý lườm gạt ai. Khi người thợ làm tóc hỏi tôi muốn màu tóc của mình đem lại hiệu quả gì, tôi nói là tôi muốn bộc phá. Tôi nói là tôi không quan tâm dù màu nhuộm không tự nhiên, nhưng tôi *muốn* nhìn. . . ừm. . . nói không quá lời . . . trẻ hơn. Tôi muốn có một màu tóc mà nó sẽ làm cho người ta quan tâm đến những điều tôi nói.

Người thợ làm tóc tính giá cao nhưng thật khéo tay. Trong hai tuần lễ đầu, màu đỏ đó rất chói, nhưng tôi thực sự giật mình khi khám phá ra rằng đúng là nó đã đem lại sự khác biệt. Khi tiếp xúc với người không quen, họ đã nhìn thẳng tôi. Từ đằng xa người ta thấy tôi trẻ hơn, mạnh mẽ hơn, thậm chí có thể nhiệt tình hơn - một mái tóc hoe đỏ! Ở các nơi buôn bán đông người, người ta đã nhận thấy sự có mặt của tôi.

Sau vài tuần, màu nhuộm biến đổi thành màu cam hóa học: đó là một cuộc chiến vật vã, khi người ta cố gắng xóa đi dấu vết của tuổi tác trên một thân xác già nua. Mà việc làm đó cũng rất tốn kém: nếu những người phụ nữ lớn tuổi không quan tâm đến việc lão hóa, thì một mảng lớn của nền kinh tế sẽ sụp đổ.

Khi tôi than thở với em gái về cảm giác trở thành vô hình, vô tướng của người phụ nữ lớn tuổi, rằng họ giống như một chiếc lá khô, tôi nghĩ là cô ấy cảm thấy khó chịu với sự tự kỷ của tôi, dù cô ấy không nói thẳng ra. Cô chỉ nhẹ nhàng nói, "Vậy phẩm cách có ý nghĩa gì? Sao chị không tạo dựng phẩm cách của riêng mình?" Tôi đã đặt chữ *phẩm cách* đó vào túi như một viên đá mịn, nắm chặt lấy nó, tìm sự an ủi trong nó.

Không lâu sau, tôi gặp một bà cụ ở sân bay ở Puerto Vallarta, Mexico. Bà cụ phải đến chín mươi. Cả hai chúng tôi đều ngồi trong phòng đợi, chờ máy bay đi California. Bà đeo nữ trang màu ngọc lam, mặc váy dài bằng vải denim, khăn choàng kiểu Mẽ màu hồng tươi, và gương mặt nhăn nheo cúi trên trang sách, đầy ấn tượng. Mái tóc bạc trắng của bà được búi trên đầu, và được gài chặt bằng những que gỗ - mà tôi nghĩ là những chiếc đũa. Bà giống như một nghệ sĩ, tôi nghĩ - một nghệ sĩ *già*. Dường như bà đi du lịch một mình, nhưng trông bà không có vẻ sợ hãi hay lo lắng; trông bà thật tự tại, ngồi đó đọc sách, với tấm vé lên máy bay được nhét giữa các trang sách. Bà không ý thức một điều, rằng bà là phúc trời ban - một sứ giả của

tuổi già. Bà là sự tương phản của vô tướng, vô hình, bà tỏa sáng đối với tôi - mái tóc bạc trắng, khăn choàng màu hoa cây vân. Bà như nhắc nhở tôi không được thương hại bản thân. Khi được gọi lên máy bay, bà đứng dậy và bước đi, chậm rãi, vững chắc với cây gậy cầm tay và mỉm cười, bước lên máy bay. Bà đúng là có phẩm cách.

* * *

Chương 15

Cô Bé Tinh Nghịch Trở Về

Cuối cùng tôi biết làm thế nào để được chấp nhận là một người phụ nữ. Tôi tập chải mái tóc bạch kim dài mượt của mình hàng ngày và đeo kính áp tròng khi muốn làm đẹp. Thịnh thoảng, tôi còn mặc áo đầm mà không cần phải được mua chuộc. Tôi đã kết hôn, sinh con và nuôi nấng, dạy dỗ chúng nên người. Nhưng trong tôi vẫn có cô gái chín tuổi, luôn nhớ về tất cả các loại cây mà nó đã leo trèo, và các cây có nhánh thẳng thuật để làm cung tên, ở một nơi xa xôi, nơi mà nó đã lớn lên. Lạ lùng là càng cách biệt cô gái qua năm tháng, tôi càng cảm thấy gần gũi cô hơn. Ước chi tôi có thể đền bù cho cô ấy vì những sự bội bạc mà cô ấy phải chịu đựng.

Các con của tôi đã rời xa tổ ấm từ lâu rồi. Tôi không còn phải chuẩn bị bữa điểm tâm cho ai nữa. Sau khi mãn kinh, ở tuổi năm mươi, khi các chức năng trong thân người

nữ không còn quấy rầy tôi nữa, tôi đã quay trở lại với cô bé đầy nam tính ngày nào. Tôi tôn vinh tinh thần mạo hiểm của cô, và sự từ chối bị giới hạn bởi các quy ước xã hội đầy dững cảm của cô.

Lúc học lớp ba ở trường, tôi là cô gái duy nhất trong băng nhóm của Joel. Để được nhận vào băng nhóm đó, bạn phải đấu vật với tất cả mọi thành viên trong nhóm. Chúng tôi chạy vòng quanh, làm ra bộ dữ tợn, rồi chạy vào giữa các cô gái yếu ớt đang chơi nhảy lò cò. Chúng tôi tập vật lộn với nhau, và chơi ném dao vào các bụi cây forsythia, để các thầy cô không thấy được mấy con dao nhíp của chúng tôi.

Khoảng thời gian đó mẹ thường thưởng cho tôi hai mươi lăm xu nếu tôi chịu mặc đầm, trong những lúc cần ăn mặc như thế - thí dụ như khi có bà con thăm viếng. Còn thường thì tôi mặc quần áo bằng vải thô, còn gọi là vải jean - cộng với dây nịch cao bồi.

Với các bạn trai trong khu phố của tôi - như Robert, Skipper, Evan và Sammy - thì chúng tôi đóng vai cảnh sát và bọn cướp, hay các chàng cao bồi và mọi da đỏ: những trò chơi bạo lực, đầy tính kỳ thị, mà nhiều năm sau, tôi coi như mình đứng khi cấm các con chơi trò đó. Chúng tôi trèo cây, chạy xe đạp thả tay. Tôi còn có súng đồ chơi treo trên tường trong phòng ngủ của tôi. Chúng tôi trao đổi thẻ bóng chày, thuộc lòng điểm trung bình của tất cả các cầu thủ đánh banh bằng gậy của đội Braves Boston và chơi bắt

bóng hàng giờ. Tôi đọc sách trinh thám, ly kỳ Boys Hardy, và Lou Gehrig, *Boy of the Sand Lots*. Tôi lập ra Hội Cướp Biển, Hội Walky-Talky và Hội Suu Tầm Chuyện Vui về Cao Bồi.

Tôi mặc đồ tắm con trai mỗi dịp hè, cho đến khi tôi lên tám hoặc chín tuổi. Tôi không thích mặc đồ tắm con gái, với tất cả các thứ lãnh nhít, giả tạo thường đâm vào bộ ngực lép của tôi, cho đến khi một nhỏ bạn khác chế giễu: *Mày tưởng mày là con trai hả! Mày tưởng mày là con trai chắc!* Tôi tức đến nỗi tôi nhảy ra khỏi hồ bơi, rồi đem quần áo của nó giấu vào trong tủ. Con nhỏ phải ra về trong bộ đồ tắm ướt nhep, còn tôi giả vờ như không biết gì.

Nhưng tại sao tôi lại ở trong băng nhóm của Joel, thay vì chơi nhảy lò cò? Có lẽ đó là cách tôi từ chối bị hàng phục.

Tôi suy nghĩ về ngôn ngữ biểu hiện qua cơ thể của cha mẹ tôi. Mẹ tôi dường như không thoải mái với cơ thể của mình. Bà di chuyển như thể cố gắng để che giấu thân trong cơ thể của chính mình. Tương tự, những người phụ nữ khác cũng di chuyển như cái bóng, lẩn trong đám đông. Nhưng cơ thể cha tôi như có tính đàn hồi, có sự sẵn sàng. Ông thường đi bộ rất nhiều và đi xe đạp. Khi mẹ tôi muốn đi một nơi nào đó, bà đi bằng xe hơi.

Ở đâu tôi cũng thấy, đàn ông nắm vai trò chỉ đạo, còn phụ nữ chỉ là người phụ thuộc: thí dụ ngài tổng thống và phu nhân, ông hiệu trưởng và cô thư ký, ông bác sĩ và cô y tá, chú phi công và cô tiếp viên. Mặc dù lúc đó tôi không

diễn đạt được ra bằng lời, nhưng tôi có ý nghĩ là thân người nữ không phải là một chốn quyền lực để nương trú.

Riêng tôi, tôi muốn chạy, nhảy, leo trèo qua hàng rào, dù cho quần áo của tôi có bị rách đi nữa. Không phải là tôi cố gắng làm như mình là phái mạnh, tôi chỉ muốn không bị phân biệt giới tính, do đó không bị hạn chế. Chẳng hạn tôi ghét cắt tóc, chỉ muốn để tóc như bụi rậm, giống như một đứa trẻ hoang dã. Tôi không muốn phải trông xinh đẹp, nhưng tôi thích cái dáng của mình khi đội cái nón nỉ cao bồi sang trọng - một cái nón "thứ thiệt" giống như mấy chú cao bồi "thứ thiệt" vẫn đội. Tôi nghĩ là tính cách mạnh mẽ như con trai đó, không phải là cách để tôi chối bỏ giới tính của mình, mà nó đã giúp tôi tập sống trong thân người nữ của mình, và có thể tìm được niềm vui trong đó.

Cha mẹ tôi không bao giờ cảm đoán những chiếc quần tắm nam hay sự mê thích về cao bồi của tôi. Khi tôi yêu cầu, mẹ tôi luôn kiên nhẫn ngồi đó tôi về số liệu thống kê bóng chày. Nhưng họ không thể chấp nhận tôi có quá nhiều nam tính. Tôi tra cứu về từ ngữ *tomboy* (ND: từ ngữ dùng chỉ những cô gái hành động như con trai, có nhiều nam tính) trong sách Doctor Spock, vì cha mẹ tôi dựa vào những sách đó để dạy dỗ chúng tôi, nhưng không có gì nói về đề tài này. Tôi đoán hẳn là cha mẹ tôi cũng bối rối lắm. Có lẽ họ sợ rằng cả đời tôi sẽ không bao giờ chịu chải tóc, rồi suy diễn ra thêm rằng tôi sẽ không bao giờ trở thành một người vợ và mẹ.

Tôi nghĩ như vậy vì mới năm lên lớp bốn, tôi đã được

gửi đến trường múa - để học khiêu vũ! - nhiều năm trước khi các bạn tôi phải trải qua nghi thức huấn luyện này. Tôi được dạy phải ngồi tréo chân cho đến khi một chàng trai, chắc cũng khổ đau không kém, đến mời tôi nhảy. Tôi phải học các "box step"¹⁰, một cái tên rất thích hợp để gọi sự di chuyển vô hồn không can hệ gì đến khiêu vũ. ("Bước-bước-phải-bước-bước-trái".)

Có một thời gian, vào các buổi chiều chủ nhật, tôi được gửi tới nhà một bà lão ty nạn, người Do Thái đến từ Vienna để học may, một việc mà tôi chẳng thích thú gì.

Vì tôi bị chứng sợ bóng đêm và thường bị nên tôi được đưa đến một bác sĩ tâm lý trẻ em khi tôi khoảng mười tuổi. Ông bác sĩ hỏi tôi những câu hỏi có tính cách xâm phạm như "Có bạn nào trong lớp em bắt đầu có kinh không?" Theo tin đồn thì có cô gái kia đã dính "lời nguyện rửa", nhưng tôi thấy chuyện đó không liên can gì đến ông bác sĩ, nên lí nhí trả lời, "Tôi không biết". Dịp lễ Giáng sinh, ông bác sĩ tặng tôi ít thứ để pha chế nước hoa nhưng tôi đã đổ nó xuống bồn cầu vì ghê tởm.

Nhưng ngay trong gia đình tôi cũng có những thông điệp mâu thuẫn nhau. Một mặt, ngoại tôi nói là tôi phải chải tóc một trăm lần mỗi ngày để tóc được bóng. Bà nói với một chút mai mỉa trong giọng nói, "*On doit souffrir pour être belle*". Muốn đẹp thì phải chịu khổ. Mặt khác, trong một cuốn album gia đình có một tấm hình tôi và hai

¹⁰ Bước nhảy hình thoi.

em gái diễn hành quanh bãi cỏ ở nhà ông bà, giả bộ làm lính, xấp hàng, với mấy khúc cây trên vai làm súng, đội mũ ba lô làm bằng giấy báo. Ông tôi, xuất thân từ một gia đình quân binh, làm trung sĩ huấn luyện chúng tôi. Rõ ràng là chúng tôi vui vẻ lắm, phồng ngực lên trong ảnh.

Tôi luôn ý thức mình không phải là con trai. Một ngày, tôi đi đến một lô đất bỏ trống gần nhà mà đám trẻ chúng tôi gọi là "khu rừng". Tôi mang theo mình cây cung làm bằng tay quý báu của tôi để tìm kiếm thứ gì làm mũi tên. Tôi vừa băng qua một bụi rậm thì kìa là gã côn đồ trong khu phố, đang ngồi trên một gốc cây. Tên này giống như Butch, tên du đảng gốc của băng West Side, trong truyện tranh hài *Little Lulu* mà tôi thường nghiền ngẫm. "Đưa tao cây cung kia hay mày muốn tụt quần ra", hấn ra lệnh. Là con gái, được huấn luyện phải vâng lời, tôi biết mình không có sự lựa chọn nào khác. Tôi đưa cho nó cây cung.

Không lâu sau đó, trẻ em khu phố tụ tập tại sân nhà của Sammy, bạn tôi, để dự một cuộc thi đấu đô vật. Đến lượt, tôi phải đấu với tên du đảng đáng sợ đó. Tôi vật hấn xuống đất, đè cổ hấn để người ta đếm cho tới mười. Tôi đã thắng! Một cách công bằng. Nhưng khi tôi buông hấn ra và đứng lên thì tôi thấy hấn như muốn giết tôi vì đã hạ gục hấn trước đám đông. Sợ hãi, tôi quay lưng chạy, và hấn rượt theo tôi. Tôi nghĩ chính nỗi sợ hãi đã khiến chân tôi dường như có cánh. Tôi chui tọt vào nhà, khóa cửa lại và đổ vật xuống trong sợ hãi. Việc tôi vừa vật ngã hấn xuống đất không mang giá trị gì cả. Ngay sau khi cuộc thi kết thúc, tôi trở lại là một cô gái sợ sệt gã côn đồ.

Một lần khác, Skipper, Evan và tôi cưỡi xe đạp vòng quanh khu phố và chúng tôi phát hiện ra một kho chứa hàng hóa cũ, ở phía sau một ngôi nhà lớn thiết kế theo thời Victoria. Tự leo lên căn gác không khóa, chúng tôi lục tung các thùng đồ một cách không ngại ngần và tìm được một viên đá quý màu tím khổng lồ, nên chúng tôi đã lấy cắp, đem về chôn ở sân sau nhà Skipper. Chúng tôi đã vẽ một bản đồ kho tàng để đánh dấu điểm chôn giấu - mười bước từ cây thích và mười lăm bước từ góc nhà xe của Skipper - và chúng tôi long trọng thề thốt là sẽ chôn nó ở đó mãi mãi, hay ít nhất là cho đến khi chúng tôi trưởng thành. Sau này, nếu ai trong chúng tôi có khó khăn thì chúng tôi sẽ đào nó lên, bán đi để lấy tiền giúp người đó.

Nhưng đêm hôm đó, tôi không thể ngủ được vì mặc cảm phạm tội. Cuối cùng không thể chịu đựng thêm, tôi thú thật với mẹ về viên đá đánh cắp. Ngày hôm sau mẹ bắt chúng tôi đào nó lên, mang trả lại và xin lỗi chủ của nó. May mắn thay, người đàn bà sống trong ngôi nhà đó không giận mấy. Bà nói viên đá đó là tay nắm của cửa kính. Bà khuyên chúng tôi không nên đến chơi gần khu nhà kho, rồi cho chúng tôi ít bánh. Dầu được ăn bánh, Skipper và Evan vẫn không hài lòng vì tôi. Tại sao tôi tiết lộ? Vì chỉ có tôi là con gái? Đó có phải là lý do tại sao phụ nữ không được phép gia nhập vào hội, nhóm của các ông?

Rồi khi đến lớp năm, mọi thứ đã bắt đầu thay đổi trong cách đáng lo ngại. Bắt đầu từ năm đó, con gái phải mặc váy hoặc đầm khi đi học. Tuy nhiên cũng không có nội

quy *cấm* mặc dungarees (quần áo vải thô) nên tôi mặc cả hai thứ: áo đầm phía trên, quần jean phía dưới. Sau đó, tôi phải mặc đầm đến trường. (Bây giờ nói thì khó tin, nhưng khi tôi học đại học vào những năm sáu mươi, chúng tôi không được phép mặc quần tây vào lớp trừ khi trời có tuyết).

Đến năm lớp sáu, mọi thứ tiếp tục thay đổi. Tôi có bạn cùng phái, và tôi ngạc nhiên khi khám phá ra, một số bạn, cũng có những điểm giống như tôi. Giờ ra chơi, đôi khi tôi chơi bài thay vì ném banh.

Qua lớp bảy, các bạn cũ trong băng nhóm của Joel không muốn chơi với tôi nữa. Họ bắt đầu hẹn hò với chính các cô gái nhảy lò cò mà chúng tôi phá phách mấy năm trước - mấy đứa con gái hay thâm thì, cười khúc khích trong nhà vệ sinh, mấy đứa con gái, làm tôi lợm giọng với những chiếc váy bó sát người. Hãy thử trèo cây với váy bó xem!

Rồi cũng đến tuổi dậy thì, giống như một bức màn vừa được rũ xuống. Tôi bắt đầu có ngực: phần vật thể mềm mại chưa từng có trước kia, thân mọc trên thân. Chúng đến như những người xa lạ mà tôi phải đón nhận như một phần thân thể của mình, dù mười hai năm nay tôi đã sống không cần có chúng. Ngực trái của tôi phát triển trước, tôi nhớ là điều này đã khiến tôi phải khám trước gương, vì lo là ngực phải sẽ không bao giờ bắt kịp.

Rồi, năm tôi mười ba, một buổi sáng, tôi thức dậy thấy máu khô trên đáy quần ngủ của mình. Lúc đầu tôi không

biết đó là gì, vì tôi đã tưởng tượng rằng "lời nguyên" sẽ đến với dòng máu chảy ngập tràn dưới bàn học, trên sàn lớp. Mẹ đưa cho tôi băng vệ sinh, chỉ dẫn tôi cách sử dụng. Có lẽ những người còn có kinh nguyệt, không ai nhớ mấy sợi dây đeo bằng plastic với hai cái móc ở phía trước và phía sau. Mẹ rất vui và hết lòng hỗ trợ tôi; nhưng tôi vẫn cảm thấy xấu hổ - tôi đã bị 'bộ tộc' của mình tìm thấy, đóng dấu ấn không thể chối cãi là một công dân hạng thứ. Cuối cùng, tôi cũng thuộc về họ. Những ngày leo trèo, chạy nhảy của tôi đã chấm dứt.

Chắc chắn là tôi không thể đẩy lùi vấn đề sinh học, nhưng tôi chẳng nghĩ ra cho mãi đến sau này là tôi có thể đẩy lùi những định kiến xã hội đi kèm theo đó. Vì thế tôi bắt đầu cư xử cho phù hợp. Tôi cố gắng để làm vừa lòng các thầy cô giáo, để nhìn đẹp hơn, để hành động lịch sự. Tôi để tóc dài, chải tóc đàng hoàng. Ở các lớp khiêu vũ tôi chờ đợi trong nỗi sợ hãi âm thầm rằng mình sẽ không được mời nhảy. Nhưng nếu được mời, tôi khiêu vũ trong sự dằn vặt do nhút nhát, không thể nghĩ ra điều gì để nói. Ở trường, định mệnh trở trêu, tôi lại được Joel, trong băng nhóm Joel, mời đến dự một buổi khiêu vũ long trọng của trường trung học. Chúng tôi hầu như không liên lạc với nhau từ năm lớp ba. Chúng tôi nhảy điệu foxtrot với nhau mà khỏ sở, không nói nên lời, vì không còn có thể tập đò vật với nhau.

Suốt những năm đại học, và trong độ tuổi hai mươi, tôi coi thường việc tham gia thể dục, thể thao, coi đó dường như chỉ dành cho bọn ngốc, nhất là nếu những người tham

gia là phái nữ. Hăng say trong các hoạt động thể thao đối với tôi có nghĩa là đối nghịch với thông minh, thời thượng và gợi cảm. Lòng tôn vinh thể lực đã biến mất. Tôi mặc quần áo lót bó sát. Tôi sợ đổ mồ hôi, sợ gió làm rối tóc tôi. Giờ tôi thấy *điều này* như một hành động bội phản lại với giới tính của mình - sự cam chịu lạng lẽ này, sự ghét bỏ cái thân được gọi là "phái nữ" này.

Giờ tôi thường xuyên đến phòng tập thể dục và tôi tập tạ. Tôi muốn có bắp thịt - những bắp thịt cuộn cuộn. Tôi thích hình dạng chúng. Tôi muốn cảm thấy mạnh mẽ. Tôi thích nằm cử tạ để đẩy thanh sắt nặng nề, cồng kềnh đó lên khỏi ngực. Nếu phải vật lộn với một kẻ lưu manh, có thể tôi không đủ sức đẩy hắn ra, nhưng chắc chắn là tôi phải thử.

Ngày càng lớn tuổi, tôi dường như quay về lại cái thuở trước tuổi dậy thì. Có thể tôi không còn mặc đồ tắm nam nữa, nhưng tôi giục mình tăng lờ đi những gì được coi là phù hợp đối với phụ nữ. Cơ thể tôi không còn đủ mềm mại để trèo cây, nhưng lúc này đúng là lúc phải tập luyện tâm dẻo dai, tâm không ủy mị như đàn bà.

Tôi đã dành phần lớn cuộc đời cố gắng gìn giữ vẻ đẹp, và ít nhiều gì cũng thành công. Thói quen thật khó bỏ. Nếu được chọn lựa thì tôi thích đẹp hơn là xấu, nhưng ở thời điểm này, những vấn đề về vẻ đẹp bề ngoài chẳng còn quan trọng nữa - cũng giống như lúc tôi mới chín tuổi - và quan niệm như thế phần nào cũng là cách giải thoát.

Bao năm nay, một trong những nét nổi bật của tôi là mái tóc bạch kim dày cộm. Rồi cũng đến thời gian khi tôi

muốn, như thi sĩ Yeats đã viết, được "yêu thương vì chính mình chứ không phải vì mái tóc vàng của mình". Tôi đã cắt tóc thật ngắn và giờ tôi không có bàn chải hay lược nữa. Hành động cắt bỏ này vừa là sự giải phóng vừa là điều đáng sợ.

Vấn đề không chỉ là dáng vẻ tôi như thế nào. Vấn đề quan trọng hơn là cung cách hành xử. Khi còn tinh nghịch như con trai, tôi đã tổ chức đấu gậy. Giờ các hoạch định sáng tạo của tôi ít có tính cách mạnh mẽ như lúc tôi chín tuổi, nhưng tôi cố gắng để tìm lại tinh thần dũng cảm đó, lòng kiên quyết đi theo tiếng nói của trái tim. Lúc chín tuổi, tôi không lãng phí thời gian để tỏ ra lịch sự. Tôi không giăt đồ người khác, hoặc đọc bản thảo của người tôi chưa bao giờ gặp, miễn phí như là một ân huệ. Cái ngã lúc chín tuổi của tôi nghĩ rằng chắc là vui lắm khi học đánh trống hay là đi ẩn tu trong tu viện dòng Benedict ở miền bắc California, nơi tôi có thể ở trong một ngôi nhà được làm bằng thùng rượu vang và đọc về các vị thánh.

Tôi rất hàm ân thời tinh nghịch đó, vì như bà tôi thường nói "tuổi già không dành cho những kẻ yếu đuối". Nếu tôi không leo tất cả các cây bị cấm leo, có lẽ tôi sẽ dễ dàng trượt ngã trong sự cô đơn và sợ hãi lúc tuổi già.

Lão bà đang gõ cửa trước nhà tôi không phải ai xa lạ - bà chính là cô gái mặc quần áo vải thô, mái tóc rối bù, đến dẫn đưa tôi trở về với cái ngã dũng cảm nhất của tôi. Bà nói rằng tôi không bao giờ phải chải tóc nữa, trừ khi tôi muốn.

* * *

Phần III

Trong Cõi Tâm Linh

Chương 16

Uống Trà Với Thượng Đế

Khi còn là một đứa trẻ, tôi thường lo lắng về việc có nên tin hay không tin vào Thượng Đế. Trong gia đình tôi, Ngài ít khi được nhắc đến, ngoại trừ trong những câu trả lời của mẹ tôi, vì thế tôi không biết thượng đế có thật hay không, nhưng nếu như có mà tôi không tin vào Ngài, tôi sợ rằng mình sẽ làm Ngài phật lòng.

Tôi quyết định thử liên lạc với ngài, bằng cách dành riêng cho ngài một chỗ để ngài biết rằng ngài sẽ được hoan nghênh. Chỗ ấy là dưới bụi hoa nghinh xuân trong vườn sau nhà chúng tôi, trong cái hang được hình thành bởi những cành hoa rủ xuống. Trong căn 'nhà nguyện' âm u ấy, tôi quét sạch các lá cây trên mặt đất, và dù khi ấy tôi chẳng biết bàn thờ là cái gì, tôi đã dựng nên một cái bàn khá đẹp từ những cành lá và bùn, cao khoảng sáu in-sơ (15cm). Tôi trải lên đó một tấm khăn bàn làm bằng những nụ hoa từ la lan, màu xanh lam và tím, nằm chồng lên

nhau như mái ngói. Tôi ngồi đó trong không gian gần-như-tối-đen, hài lòng với cái nơi thánh thiện mà tôi đã làm bằng bùn. Tôi muốn trò chuyện với thượng đế, nhưng không biết nói gì, nên tôi chỉ ngồi đó.

Ngày hôm sau tôi lại bò vào trong đó và nhận thấy rằng nơi tôi đã sửa soạn cho thượng đế bây giờ trở nên sống động với những con kiến to, đen. Chúng di chuyển như những chiếc xe nhỏ xíu trong cảnh kẹt xe khắp mặt bàn thờ, kéo theo những mảnh lớn cánh hoa từ la lan để dành làm thức ăn. Chúng nó đã phá hại bàn thờ - thành ra dơ bẩn, chẳng có chút gì là thánh thiện nữa. Tôi không nghĩ thượng đế sẽ đến một nơi như thế này đâu ngài có hiện hữu.

Ở tuổi thiếu niên, tôi thường dự các buổi họp của người Quaker. Tôi đã có thể thử trò chuyện với thượng đế ở đó, nhưng khi ấy tôi chỉ lo lắng về bài tập tiếng Pháp mà tôi phải làm. Sao tôi lại như vậy?

Tôi khám phá ra rằng nếu như tôi nhắm mắt lại, trợn mắt lên trong đầu tôi, và nhắm chúng vào vị trí trên trán nơi mà người Ấn giáo vẽ một chấm đỏ, tôi cảm nhận có cái gì đó mới mẻ và lạ lùng - một sự choáng váng, lâng lâng, gần như là một cơn nhức đầu. Có thể là thượng đế chẳng? Nếu là vậy, ngài chẳng nói gì với tôi, và tôi cũng thế với ngài. Sau một lúc tôi từ bỏ phương thức này.

Khi Sandy, con trai tôi được bốn tuổi, nó nói, "Con vừa tìm ra cách mà mình có thể thấy thượng đế". Nó đang nằm trên ghế băng sau xe (lúc đó chưa có ghế làm cho trẻ

em ngồi trong xe), khi chúng tôi trên đường từ nhà trẻ về nhà. “Mẹ nhắm mắt lại, chặt thật chặt, mẹ sẽ thấy một luồng ánh sáng màu lam, đó là thượng đế”.

Chính tôi đã thử làm thế - dĩ nhiên là sau đó, khi tôi không đang lái xe - nhưng tôi chẳng thành công.

Khi tôi bắt đầu hành Thiền, việc tôi hay Ngài, có thể trò chuyện với nhau không, chẳng còn quan trọng nữa - các thiền giả không quan tâm đến chuyện đó. Thật thoải mái khi không phải lo nghĩ về thượng đế lúc đó, nhưng giờ thì tôi lại lo rằng mình không biết hành thiền như thế nào. Nhìn bên ngoài thì dường như là tôi đang hành thiền, nhưng tôi chỉ ngồi đó, hít thở và vọng tưởng lan man. Chẳng có gì xảy ra cả. Đó là việc tới giờ tôi vẫn làm - chỉ ngồi, và cũng chẳng có gì xảy ra. Tới giờ tôi đã quen rồi. Tôi đã biết rằng đó là cách hành Thiền: “chỉ là ngồi.” Tuy vậy, đôi lúc tôi cũng cảm giác cô đơn.

Chẳng bạn tình; tôi ngủ một mình. Khi thức dậy, tôi luôn uống một tách trà xanh, và ngắm nhìn ngày mới bắt đầu. Tôi thường mất bốn phút để pha trà trong một cái nồi sắt đỏ có hình những con chuồn chuồn trên đó, rồi tôi đổ trà vào một cái tách trắng có viền xanh.

Vào những ngày chủ nhật, tôi chẳng cần để chuông báo thức. Một ngày chủ nhật cách đây không lâu, tôi mở mắt dậy vào một buổi sáng mù sương. Chiếc giường vẫn ấm, và tôi chẳng có nơi nào để đi. Tôi sung sướng nghĩ đến việc được thưởng thức tách trà ngon. Nhưng cái khổ là tôi chẳng muốn ngồi dậy khỏi giường.

Tôi chẳng nghĩ là mình sẽ nói gì, nhưng bỗng nhiên, tôi bất ngờ nghe mình nói lớn tiếng, “Thượng đế, con có một yêu cầu. Ngài có thể mang cho con một tách trà xanh hay không?” Dường như đó là một yêu cầu quá nhỏ, nhất là khi bạn biết rằng từ trước tới giờ, tôi chưa bao giờ yêu cầu thượng đế về bất cứ điều gì.

Rồi thượng đế đã trả lời tôi, lớn tiếng, và điều đó cũng làm tôi ngạc nhiên. Tiếng nói của ngài thoát ra từ cửa miệng tôi.

“Rất tiếc, Sue à,” ngài nói. “Ta sẽ làm nếu có thể, nhưng ta chẳng có tay chân để làm công việc ấy. Tuy nhiên ta hoàn toàn ủng hộ việc con tự pha trà cho mình. Ta hoàn toàn ủng hộ con!” Tôi thấy rằng ngài thực sự chẳng làm việc ấy. “Nhưng thưa Ngài,” tôi nói, “con *chẳng có ai* để mang trà vào tận giường cho con”.

Thượng đế trả lời, “Đó không phải là lỗi của ta. Con chẳng có ai bên cạnh là kết quả của sự chọn lựa của con. Dù vậy, ta đang có mặt ngay đây. Ta rất sẵn lòng cùng con xuống bếp”.

Tôi biết rằng Ngài nói thực lòng, nên tôi vô cùng xúc động. Tôi hăng hái tung mền ra, thả đôi chân trần xuống ngay sàn nhà lạnh.

Tôi nghe thượng đế nói, lần này thì thâm trong hơi thở, “Con đi đi, Sue!”

Trong khi chờ trà thắm, tôi có bốn phút để hồi tưởng lại khoảng thời gian khi tôi *đã được* có một người đàn ông

bên cạnh, nhưng dù lục cạn ký ức, tôi cũng chẳng nhớ có ai đã từng mang trà vào giường cho tôi những sáng chủ nhật. Có lẽ do tôi chưa bao giờ đòi hỏi điều đó.

Tôi ngồi trước hiên nhà với chiếc tách viên xanh trong tay. Chén trà đã giải cơn khát trong tôi, nên tôi chỉ ngồi đó, nhìn chú sóc đang ăn những mầm non của giàn lạc tiên trên nóc nhà bên cạnh.

* * *

Chương 17

Tôi Chẳng Là Tôi Nữa

Tôi muốn chia sẻ với quý vị về sự đổ vỡ, sự muốn được chết đi, để cuối cùng quay về với bản ngã, và về việc tu tập theo Phật giáo đã vừa giúp tôi, vừa cản trở tôi trong cuộc hành trình khúc khuỷu này.

Dầu bị trầm cảm nặng, tôi đã không nhận mình có bệnh này trong suốt thời gian lúc bệnh, lúc khỏi. Tôi đã nghĩ bệnh trầm cảm chỉ dành để gọi những người đã hết sinh lực, suốt ngày chỉ nằm trong giường. Nhưng nỗi đau của tôi sắc nhọn như dao. Bức rứt cùng cực, tôi vật vã tìm một lối thoát. Nguyên nhân gần có thể là do sự chấm dứt đầy khó khăn, mệt mỏi của một mối quan hệ. Nguyên nhân sâu xa hơn, khó thấy được là những nỗi đau buồn, sợ hãi trong quá khứ, và những lý do khác mà tôi không biết được. Ở tuổi năm mươi mấy, tôi lại rơi vào hoàn cảnh bế

tắc, không phải của người trưởng thành, mà vào sự vô vọng của một đứa trẻ hai tuổi.

Trầm cảm là một chứng bệnh cam ky. Do đó, khi cảm thấy rất mệt mỏi, trầm uất, tôi vẫn đi làm, dầu hầu như không làm được gì cả. Trái lại, nếu như bị cảm cúm, đau đớn chỉ một phần nhỏ so với cái đau tôi đang chịu đựng, thì tôi đã cáo bệnh nghỉ ở nhà. Nhưng tôi không thể cáo bệnh khi “bị trầm cảm”. Có lần tôi đã vứt nguyên cả một tờ tạp chí tôi đang biên tập vào sọt rác điện tử, nhưng nghĩ rằng tôi đang lưu trữ nó. Sau đó tôi lại dọn sạch sọt rác đó. Hậu quả là tôi phải mượn một chuyên viên để tìm kiếm lại tạp chí đó trong sọt rác ảo (virtual garbage). Cuối cùng tôi tìm lại được hầu hết các bài vở. Nhưng chính bản thân mới là cái tôi muốn vứt vào sọt rác.

Cái đau nơi thân đã khó diễn tả, thì nỗi đau của tâm lại càng khó giải bày hơn. Tôi phải chịu đau đớn tận cùng trong từng phút giây, và điều tôi mong mỗi nhất là có thể thoát khỏi nó. Nỗi đau là trong tâm tưởng, mà tôi đã không và không thể nhận biết điều đó chỉ là trong tâm tưởng tôi. (Nhu đức Phật đã nói, “Đối với những ai, suy tưởng biết là suy tưởng, thì người đó được tự do...”.) Tiếng nói trong đầu tôi lặp lại cái mà tôi cho là Chân Lý: rằng tôi hoàn toàn đơn độc, rằng tôi sẽ không bao giờ yêu ai hoặc được ai yêu, rằng “tôi” chẳng là gì cả.

Mỗi ngày tôi bỏ bao nhiêu thời gian để nói chuyện điện thoại. Một lần, trên chặng đường bốn mươi lăm phút lái xe từ nhà bạn trai về lại Berkeley, tôi đã phải dừng xe

bên đường để gọi cho một người bạn từ điện thoại công cộng, có vậy tôi mới có thể lái tiếp đoạn đường còn lại, dù chỉ còn mười lăm phút nữa là đến nhà. Rất may là bạn tôi có ở nhà. “Tôi mới qua cầu Richmond”, tôi sụt sùi. “Tôi nghĩ là mình không hiện hữu. Thân tôi ở đây, nhưng không có ai trong đó hết”.

“Chị hiện hữu chứ,” cô bạn nói. “Làm thế nào tôi có thể thương yêu chị nếu như chị không hiện hữu? Đền ngay đi, chúng ta có thể đi dạo trên bến tàu Berkeley”.

Tôi đã phần nào hiểu được thế nào là có một chứng bệnh vô hình, giống như “*lupus*” (*ban lạn*), hoặc triệu chứng mệt mỏi thường xuyên. Ước gì tôi có thể đeo một tấm bảng ở cổ rằng - “Bề ngoài tôi bình thường, nhưng tôi đang bệnh đó!” - như thế mọi người không đòi hỏi tôi phải năng động. Tôi không ăn được - một triệu chứng phổ biến của bệnh trầm cảm. Vấn đề không chỉ là tôi không thèm ăn, mà ngay cả việc phải nhai cũng là điều không thể chịu đựng. Một mẩu bánh mì cũng đáng sợ vì nó có thể cản trở việc thở, mà chỉ việc thở không đã khó làm rồi. Chất lỏng thì còn dễ một chút. Giờ hình như tôi đã thoái hóa trở về giai đoạn khi tôi chưa mọc răng, khi tôi chỉ có thể ăn bằng cách bú mút. Vì thế giờ tôi uống sữa nóng với mật ong và trà hiệu Earl Grey. Tôi đã xuống ký rất nhiều, là điều tôi vẫn thường cố gắng làm khi tôi ‘bình thường’, nhưng giờ thì tôi quá nản lòng để vui mừng vì việc đó.

Giống như những người trầm cảm khác, tôi rất khó ngủ. Tôi bầu chặt vào gối, cầu cứu với những tấm màn treo cửa.

Tôi uống thuốc ngủ - có khi chúng công hiệu, có khi không. Tôi không biết mình sinh hoạt như thế nào qua những đêm mất ngủ (hoặc cả ban ngày không ngủ) vì tôi không thể chống cự với nỗi sợ phải chú tâm vào bất cứ thứ gì.

Mỗi sáng thức dậy là điều kinh khủng nhất. Vì ngay giây phút mà ý thức quay về, thì nỗi đau cũng hiện diện. *Trời ạ! Tôi phải sống thêm một ngày nữa.*

Tôi không thích đi tắm vì không muốn trực diện với thân xác của mình. Cảm nhận chính da thịt của mình và tưởng tượng rằng chẳng có ai còn xúc chạm đến nó nữa thật là điều khó chấp nhận. Tốt hơn là tôi nên tự quấn mình trong nhiều lớp áo, bất kể là thời tiết thế nào, để da thịt tôi không cảm nhận sự cô đơn. Tôi nhớ đến một cô gái xanh xao sống cạnh nhà tôi vài năm trước. Cô ta bắt đầu mặc rất nhiều lớp quần áo - váy mặc ngoài quần, áo đầm chồng lên váy, sơ-mi dài chồng lên áo đầm, rồi thêm áo len, áo khoác dài, áo choàng, nón-vào giữa thời tiết mùa hè của Berkeley. Cuối cùng ba cô ta đến và mang cô ta vào bệnh viện tâm thần.

Một trong những điều tệ nhất của bệnh trầm cảm là người bệnh trở nên hoàn toàn đắm mình trong tự ngã. Tôi chỉ nghe người khác khi họ nói với tôi về *tôi*: giới thiệu cho tôi các bài thuốc, giải thích những giấc mơ của tôi, nói rằng họ yêu thương tôi.

Trong thời gian tôi bị trầm uất, một trong hai đứa con trai lớn của tôi bị tai nạn xe đạp nghiêm trọng, và sự lo lắng cho sức khỏe của con đã vực tôi dậy khỏi sự đắm

chìm trong tự ngã được năm ngày, thời gian mà con tôi nằm viện.

Cả đêm tôi ngồi trên ghế cạnh giường bệnh của con, canh chừng không mệt mỏi cho con ngủ. Tôi đắp khăn ướt trên trán con. Tôi cầu nguyện với bất cứ ai đang lắng nghe, hứa điều mà tôi không thể thực hiện được: không để bị trầm uất nếu con tôi được bình phục.

Con tôi, với một chân bó kín bột, xuất viện về nhà tôi, vì nó cần được chăm sóc trong một thời gian. Đó là vào mùa hè - nó ngồi ở hiên sau của ngôi nhà nơi nó đã lớn lên, dưới ánh nắng, và tôi cọ lưng cho nó.

Một ngày kia khi tôi bước vào phòng khách nơi nó đang nằm đọc sách trên ghế trường kỷ. Nó buột miệng, “Trời ơi, có chuyện gì vậy? Mẹ nhìn giống như ma vậy!”

Miệng khô đắng với tâm trạng hoảng loạn, tôi thú nhận rằng tôi cần đi gặp bạn trai của mình; chúng tôi phải quyết định *ngay lúc ấy* có nên chia tay hay không. “Con nghĩ mẹ có nên tiếp tục với ông ta hay không?” Tôi hỏi.

Con trai tôi nhìn tôi với vẻ mặt tôi sẽ không bao giờ quên - cái nhìn trộn lẫn tuyệt vọng và thương yêu. “Con không biết làm thế nào để giúp mẹ nữa,” nó trả lời. “Con nghĩ mẹ không nên lái xe trong tâm trạng như bây giờ. Mẹ không thể ở nhà và chỉ là mẹ của con thôi sao?”

Nhưng tôi không thể. Tôi lái xe đi gặp người đàn ông đó, thôi thúc bởi một cảm giác khẩn trương phi lý, trong khi nét mặt bi thương của con trai vẫn đốt cháy tâm trí tôi.

Tôi từng là một hành giả tu tập thiền Phật giáo trong nhiều năm, và tôi đã nghĩ là công phu tu thiền sẽ giúp tôi được ổn định. Có gì dễ chịu hơn là bốn mươi phút trong thiền đường tĩnh lặng, quen thuộc, với mùi hương của những tấm đệm rom? Nhưng công phu đó chẳng giúp tôi được gì. Đó là điều tôi muốn nói: đôi khi việc hành thiền còn làm cho mọi việc tệ hơn. Mấy con ma vương trong tâm tôi đã lợi dụng sự im lặng. Chúng không phải là ma quỷ thực sự, nhưng chúng không quan tâm đến việc mình là thật hay giả; chúng vẫn dầy vò tôi.

Quý thầy Phật giáo khuyến khích tôi tiếp tục hành thiền. “Chỉ quán sát các vọng tưởng khởi lên”, họ nói, “rồi quán sát chúng biến mất”.

Khi tôi ngồi xuống gôi thiền, đúng là các vọng tưởng có khởi lên, nhưng nếu chúng biến mất, thì chỉ để nhường chỗ cho những ý nghĩ đau đớn hơn xuất hiện. *Tôi sẽ chết trong cô đơn*. Và, như để sát thêm muối vào vết thương: *Tôi là thiền sinh tệ nhất từ đó đến giờ*.

Khi tôi tâm sự với một trong các vị thầy rằng tôi thất vọng vì việc tọa thiền không làm cho tôi cảm thấy thoải mái hơn, bà thầy nói, “Ta không tọa thiền để *được* điều gì đó. Ta tọa thiền chỉ để tọa thiền. Nếu ta muốn tọa thiền để có cảm giác thoải mái hơn, điều này không thể xảy ra”. Nhưng chẳng phải đức Phật sáng tạo ra Phật giáo trước tiên là để diệt trừ khổ đau? Chẳng lẽ tất cả mọi người trong thiền đường *thực sự* ra khỏi giường lúc năm giờ sáng mà không vì lý do đặc biệt nào sao?

Dẫu vậy, tôi vẫn tiếp tục hành thiền, với hy vọng rằng nếu tôi đủ tinh tấn, tôi sẽ có được sự “đột phá” nào đó. Trong quá khứ, nhiều lúc ngồi trong thiền đường, tôi cũng đã trải nghiệm được việc quan sát thấy các vọng tưởng của tôi biến thành bột khô và bay đi. Vì thế tôi đã ghi tên dự khóa thiền dài ngày *rohatsu sesshin*, là một khóa tu thiền kéo dài một tuần vào đầu tháng Mười Hai để kỷ niệm ngày đức Phật thành đạo. Ngài đã ngồi dưới cội cây bồ đề và thệ nguyện sẽ không đứng lên cho đến khi Ngài khám phá ra chân lý. Đức Phật đã trải qua bảy ngày đêm. Tôi đã tham dự nhiều khóa thiền trước đó, nhưng lần này biết đâu đó sẽ là bảy ngày đêm của tôi.

Ngày đầu tiên thật khổ. Tôi đã khóc trong âm thầm, vì sợ làm phiền đến người khác. Ngày thứ hai còn tệ hơn nữa. Nước mắt, nước mũi tuôn trào trên mặt chảy xuống ngực. Tôi chán ghét bản thân. *Không còn ai khác sẽ yêu thương tôi nữa!*

“Hãy chú tâm trở về hơi thở”, quý thầy cô đã khuyên dạy tôi. Điều này cũng giống như nói với người đang trên đường đua, mà đôi cánh tay đã bị tháo rời khỏi khớp vai, đếm hơi thở.

Nhưng tôi đâu có đang ở trên đường đua. Tôi đang ở trong thiền đường quen thuộc. Quanh tôi là các đạo hữu, tay đang bắt ấn rất oai nghi. Còn tôi, để bắt ấn, tôi bấu các móng tay của bàn tay trái vào lòng bàn tay phải, cảm thấy nhẹ nhõm với cái đau thể xác, chứng cứ tạm bợ của sự hiện hữu của tôi.

Vào ngày thứ ba, trong giờ nghỉ, tôi lên ra điện thoại công cộng ở cuối đường để gọi cho em gái tôi ở Philadelphia. Trong tiếng nấc nghẹn ngào, tôi nói với em là tôi không biết mình là ai nữa. Cuối cùng dẫu những lời khẳng định của em không thực sự thuyết phục tôi, nhưng được nghe giọng nói của em cũng đã phần nào an ủi được tôi.

Ngày thứ tư cũng không khá hơn. Khoảng cách giữa tôi và hai người ngồi bên cạnh dường như vô tận, dẫu trong thế ngồi bán già, đầu gối của họ chỉ cách tôi trong gang tấc. Tôi đang nghĩ đến người đàn ông cuối cùng cũng bỏ rơi tôi.

Tôi chẳng là ai cả, tôi nghĩ. Thực sự là chẳng có ai ở đây cả. Tính chất vô ngã được coi là trọng tâm của thiền định, vậy mà không hiểu bằng cách nào đó tôi đã đi sai hướng. Trong khi bao áp lực không tên dồn nén trong tôi, thì mọi người chung quanh vẫn an nhiên tĩnh tọa. Tôi không thể trụ được thêm giây phút nào nữa - tôi đã ra về mà không xin phép qua vị thiền chủ.

Lái xe rời thiền đường, một mình trong xe, tôi đã hét lên: “Đây là ngày tệ hại nhất trong đời tôi!” (Nhưng rồi còn có những ngày khác sau đó, tôi sẽ phải nói: “Không đúng, ngày này còn tệ hơn nữa”).

Tôi lái xe đến Công Viên Tilden, đi bách bộ trong rừng, nơi không ai có thể nhìn thấy tôi. Tôi la hét, kéo tóc tai mình. Tôi nằm xuống đất, rồi để mình lăn xuống đồi, mặc cho các bụi rậm đâm móc, cày xước tôi. Tôi thích để

các lá cây vương trên tóc tai, áo quần. Điều đó khiến tôi cảm thấy mình có mặt. Tôi lượm một cành cây gãy từ cây thông đỏ, và bắt đầu tự đánh vào lưng mình. Cái đau thể xác dễ chịu hơn là cái đau tinh thần đang bị nó xô đẩy qua một bên.

Nhưng rồi tôi cảm thấy sợ hãi chính mình. Sao tôi lại bỏ buổi chiều hành thiền mà đến đây tự đánh đập mình với các nhánh cây trong rừng? Làm thế nào mà việc này có thể xảy ra?

Tôi vuốt sạch lá cây trên tóc, rồi trở về nhà. Sáng hôm sau, ngày thứ năm, tôi đã gọi trung tâm Thiền và báo rằng tôi không được khỏe - nếu có sự đánh giá nào, thì đó là lời nói cho nhẹ bớt - và không thể tham dự trong những ngày còn lại của khóa thiền. Tôi đã không hành thiền hàng tháng trời sau đó.

Tôi nghĩ là tôi đã thất bại trong việc tu tập của mình - công phu của hàng chục năm!- và đau xót thất vọng với bản thân. Mãi sau này, sau khi bệnh trầm cảm đã giảm bớt, tôi mới nhìn thấy những tiến bộ của mình. Quyết định không hành thiền là chọn lựa không để bị giáo điều điều khiển mình, là từ bi với bản thân, là tự điều tiết sự tu tập tâm linh của mình.

Phật giáo đã thuyết rằng chúng ta không có “một cái ngã cố định”. Không có gì thường hằng ở nơi tôi. Trong lúc bệnh trầm cảm, tôi thực sự không phải là ‘tôi’. Dường như tôi hoàn toàn không có ngã, dưới một khía cạnh nào đó, điều này có vẻ châm biếm một cách cay độc thuyết lý trọng

tâm này của Phật giáo. Có lẽ bạn sẽ nghĩ rằng người ta sẽ không cảm thấy đau đớn khi không có ngã, vì không có ngã, thì ai ở đó để cảm nhận sự đau đớn? Vậy mà nỗi đau vẫn không thể chịu đựng nổi. Giống như một con búp bê đã được lên dây cót, tôi cử động một cách cứng nhắc qua các chuyển động của Sue Moon, nhưng không có ai ở đó, không có sự sống-chỉ có năng lượng của pin đang thải ra.

Tôi trở nên giận dữ đối với Phật giáo: *Quý vị đã dạy tôi rằng không có một cái ngã cố định, và tôi tin quý vị, nhưng xem nó đã đưa tôi đến đâu!* Tôi chỉ nắm bắt được phần dương (yang) nhưng không có phần âm (yin) - chân lý cân bằng cho rằng không có sự tách biệt. Tôi không thể kéo dài như thế này mãi; tôi đang dần xé từng sợi đời tôi. Một buổi chiều kia, khi tôi đang khóc lóc với một người bạn trên điện thoại, huyền thuyên về sự điên rồ quen thuộc của tôi, cô bỗng hét lên với tôi: “Dừng lại đi! Chị phải tự cứu đời mình! Chị phải tự làm điều đó! Không ai khác ngoài chị có thể cứu lấy mình. Chị *có thể* làm được mà! Chỉ cần chị can đảm lên. Chỉ cần có thể thôi”. Đó là một cú điện thoại quan trọng: người bạn đã thúc đẩy tôi tìm ra nhánh cây can đảm, và tôi đã bầu víu vào đó bằng cách nhắc nhở bản thân về những lời người bạn đã nói.

Tuy nhiên, sự trầm uất vẫn tiếp tục, cuối cùng tôi quyết định dùng đến thuốc chữa. Tôi phải vượt qua rất nhiều chướng ngại. Tôi nghĩ là sự bất hạnh của mình do hai nguyên nhân: những hoàn cảnh tiêu cực ở thế giới bên ngoài, là điều mà thuốc chống trầm cảm rõ ràng không thể

chữa trị được, và những quan điểm tiêu cực ở trong đầu, là điều mà tôi nghĩ là tu tập theo Phật giáo sẽ giúp được tôi. Vì suy cho cùng, các tăng sĩ thời xa xưa đã sinh tồn mà không cần đến thuốc chống trầm cảm.

Nhưng tôi phải làm điều gì đó khác hơn để cứu cuộc đời của mình, như bạn tôi đã nói, và thuốc chữa bệnh là thứ mà tôi chưa thử qua. Tôi tham vấn với một nhà tâm lý học, và ông đã kê toa cho tôi một loại thuốc chống trầm cảm thông thường. Tôi uống thuốc được khoảng một tuần, và cảm thấy còn tệ hại hơn, đầu một tuần trước đó tôi đã nghĩ là không thể nào có chuyện tệ hại hơn. Nhà tâm lý học bảo tôi ngưng loại thuốc đó và thử dùng một loại khác. Chỉ sau đôi ngày sử dụng là tôi đã thấy thuốc có công hiệu. Tôi không cảm thấy buồn ngủ; mà cảm thấy như có một lớp sương mù dày đang nâng tôi lên.

Loại thuốc trầm cảm tôi đang sử dụng nhắm đến những người bị hoang tưởng ám ảnh, và dường như tôi là một trong những người này. Loại thuốc này làm được điều mà thiên nhiên không thể làm được - nó làm dịu bớt được những tiếng nói trong đầu tôi rằng: “Tôi thất bại. Tôi không là gì cả”. Dầu nó không hoàn toàn dập tắt được chúng, nhưng chúng không còn la hét, và đôi khi tôi cũng có thể gạt chúng qua một bên.

Đối với các vị tu sĩ thời cổ xưa, giờ tôi tự hỏi không biết có ai trong số họ để cho cuộc sống của mình qua đi trong khốn khổ, và không biết có ai đã rời bỏ tu viện chỉ vì họ không thể chú tâm thiền định. Lịch sử Phật giáo không

nói cho chúng ta biết về những người đã tu tập nhưng không thành công, những người bị rối loạn không thể tập trung hay bệnh trầm cảm.

Một ngày kia, một cách tình cờ, tôi ghi tên học lớp chụp ảnh cho người mới bắt đầu, mà không nghĩ chi nhiều về điều đó. Có lẽ một trực giác thâm sâu đã báo với tôi rằng đây có thể là một cánh cửa khác giúp tôi thoát khỏi sự khổ sở của mình. Tôi là một nhà văn, nhưng chữ nghĩa dường như đã bỏ tôi trong những lúc ngặt nghèo. Chụp ảnh đòi hỏi tôi phải nhìn ra bên ngoài. Không cần biết là tôi có cái ngã hay không, đèn chụp ảnh vẫn rực sáng, vẫn nổi bật lên mọi bề mặt, tựa như một tu sĩ Tây Tạng đang nhào mình lễ lạy. Thế giới như mở ra cho tôi, không một lời, qua máy ảnh của tôi. Tôi như thăng hoa khi bức ảnh đầu tiên của tôi chìm trong ánh sáng đỏ trong phòng tối ở trung tâm nghệ thuật cộng đồng: mấy đứa cháu gái của tôi, một đứa lớn, một đứa nhỏ, đứng ở cửa bếp trong ánh nắng, đang mỉm cười. Tôi không cần phải hiểu bản thân. Tôi không phải làm gì cả. Chiếc máy ảnh dẫn dắt tôi đến với những vẻ đẹp tự nhiên. Học được một khả năng mới khiến tôi cảm thấy như sống lại.

Tôi cũng học tự tin vào bản thân. Sử dụng thuốc chống trầm cảm và ngưng không hành thiền nữa là những hành động tự tin vào bản thân. Cho nên, tôi cũng tập kiến tạo sự thực hành tâm linh cho riêng mình.

Mỗi sáng, ngay khi vừa rời khỏi giường, tôi đốt nến trên chiếc bàn thờ nhỏ của mình, rồi dâng hương. Tôi lễ bái

lạy, rồi đứng trước bàn thờ, hai tay chắp vào nhau, tôi đọc to bài kinh nguyện buổi sáng, bắt đầu với một bài cầu kinh của trẻ mà một người bạn Công giáo đã dạy tôi:

Thánh thần, người bảo hộ yêu quý của con,

Qua người, Thượng Đế đã gửi tình thương yêu đến cho tôi,

Cho đến giờ người luôn ở cạnh tôi

Để bảo vệ, trông nom, để dẫn dắt và dạy bảo.

Thật dễ chịu để yêu cầu người khác, ai đó chứ không phải bản thân tôi, giúp tôi. Nghi thức cầu nguyện, theo như tôi biết, là điều mà tôi không thấy trong môn phái Thiên, nên tôi mang từ Công giáo, và các truyền thống Phật giáo khác sang. Tôi cầu nguyện đến ngài Tara, vị nữ thần của lòng từ bi Tây Tạng, để ngài bay từ trên cao xuống, xanh rờn và rực sáng, vào trái tim tôi. Tôi cầu nguyện đến Prajna Paramita (Bát Nhã Ba La Mật), mẹ của tất cả chư Phật, người mà theo kinh Bát Nhã đã dạy chúng ta, “mang ánh sáng đến để ta từ bỏ sự sợ hãi, lo lắng, phá tan bóng tối, sự âm u của ảo tưởng”.

Sau đó tôi lớn tiếng nguyện nương trú vào Phật, Pháp và Tăng, dầu tôi có cảm nhận được gì hay không.

Việc tôi tự sắp xếp cách tu tập này cho bản thân, đem lại cho tôi nhiều tự tin. Khói nhang mỗi sáng sớm, dầu mong manh, bay bổng, cũng tạo cho tôi được cảm giác của sự tiếp nối trong cuộc sống. Suy cho cùng, chúng cũng là những ngày tháng trong cùng một cuộc đời. Cuộc đời của

một người - là tôi. Giờ tôi có thể nói điều này: có những lúc trong cuộc sống khi không có gì có thể giúp được bạn, khi bạn chỉ phải cảm thấy khổ sở trong một lúc nào đó thì tất cả những gì bạn có thể làm được là chịu đựng sự đau khổ, cho đến khi nó qua đi. Trong một chừng mực nào đó, khi bạn phải rơi xuống tận vực sâu, thì đó cũng là một món quà, dầu lúc đó bạn sẽ không thể coi đó là món quà. Nếu bạn nằm trên cỏ, thì đó không thể coi là đã rơi xuống.

Trong Thiên có câu nói rằng “hỏi và đáp đi đôi với nhau”. Có lẽ sự cầu nguyện cũng giống như thế đó. Trong sự cầu nguyện đã có sự đáp ứng, vì khi ta hỏi thì dường như câu trả lời đã có ở đâu đó rồi. Cũng không cần thời gian chờ đợi. Ngay giây phút bạn cầu nguyện, bạn đã nhận được sự đáp ứng, dầu có thể đó không phải là sự giúp đỡ mà bạn cần.

Có lần, trong tuyệt vọng, tôi gọi cho thiền sư Reb Anderson, và ông đã đến Berkeley để gặp tôi. Chúng tôi ngồi trên băng ghế trong công viên trong khu vui chơi của trẻ em, và ông đã nói với tôi, “Pháp (universe) đã bảo vệ cho cô rồi”. Tôi đã lặp đi lặp lại câu chú này: “Pháp đã bảo vệ tôi rồi”.

Một bước ngoặt đã xảy ra vào cuối một mùa hè oi nồng khi tôi đang thăm viếng bè bạn ở Cape Cod. Vào một buổi xế chiều tôi một mình, đi chân trần xuống biển, dầm nước biển mặn. Không có ai ở đó, nên tôi đã cởi bỏ đồ tắm để trắm mình xuống tắm. Tôi lội, lội mãi, cảm nhận được làn nước chan hòa trên khắp thân tôi. Tất cả đều ướt đẫm,

không có chỗ nào khô ráo. Tôi không còn sợ một mình đối mặt với da thịt của mình, vì tôi không một mình; không có gì, kể cả một tế bào, ở giữa tôi và vũ trụ còn lại. Tôi làm một cú nhào lộn và ngược nhìn lên màn nước sáng chiếu bên trên tôi. Đầu tôi trôi lên trong ánh sáng, tôi hít thở không khí và tôi biết rằng tôi sẽ bình an. Không, không phải là *sẽ*, mà *đã như thế rồi*: tôi đã hồi sinh.

Giờ đây, sau nhiều năm thoát khỏi sự cô đơn, tôi vẫn không hiểu tại sao lúc đó tôi phải khổ sở đến vậy, hay tại sao mà tôi dừng lại được. Tôi không trách mình vì sự khổ đau mà cũng không cho mình giỏi vì sự chấm dứt khổ đau.

Tôi ngồi trở lại - ý tôi là tọa thiền - nhưng không nhiều như lúc trước. Tôi cũng thực hành lễ lạy, tụng kinh và cầu nguyện. Tôi đã ngưng không uống thuốc chống trầm cảm nữa, dầu nếu thấy cần, tôi vẫn có thể quay lại dùng nó mà không cảm thấy ách ngại gì.

Tôi thực hành tâm nghi hoặc. Nghi nghe không có vẻ giống như một đặc tính tâm linh mấy, nhưng tôi muốn nó là thế. Sinh ra làm người để làm gì? Thân bọc trong một lớp da riêng biệt có ý nghĩa gì? Có nhiều phương cách để thoát ra khỏi ảo tưởng của sự tách biệt không, ngoài việc có bạn trai - thí dụ như là viết lách, bơi lội. Và còn có các nghiên cứu về cuộc sống của con người. Bạn có thể gọi đó là Phật Pháp (Buddhadharma) hoặc bạn có thể gọi nó bằng một tên khác - điều đó không quan trọng.

Giờ tôi muốn thú nhận rằng tôi đã tọa thiền vì một mục đích: tôi muốn biết tôi là ai, nếu có là ai đó, thì tôi

làm sao liên hệ với những người còn lại. Đúng, tôi muốn dừng khổ đau, và tôi muốn giúp người khác cũng dừng khổ đau.

Tôi cũng đã đạt được ít nhiều lòng tự tin vì đã sống sót qua những tháng năm khủng khiếp đó, và càng lớn tuổi, tôi càng thấy dễ dàng để nghe theo một lời khuyên rất hay mà tôi thấy họ dán sau đuôi xe: “Đừng tin vào tất cả những điều bạn nghĩ”.

Đó là sự vững chãi trong tuổi già.

* * *

Chương 18

Không Thể Mang Theo

Những thứ mà bạn để lại phía sau cần được sắp xếp vào thùng và dán nhãn kỹ lưỡng.

Ngôi nhà cũ kỹ nơi tôi đã sống hơn ba mươi năm qua, ngay dưới mái nhà có một gác xếp. Khi đi tìm một cặp gang tay trong thùng đựng quần áo ấm, tôi có thể đứng thẳng một cách dễ dàng trong gác xếp, nhưng hai bên mái nhà dốc xuống, nên tôi phải cẩn thận để mấy cây đinh nhọn đóng trên ván lợp mái nhà không đâm vào đầu. Để lấy được đôi gang tay, có thể tôi phải đẩy sang một bên nào là các thùng sách, giấy tờ, bộ sưu tập nắp chai thời thơ ấu của các con trai lớn của tôi, các loại muỗng lưu niệm, ống kính máy ảnh tôi đã sử dụng ở một hội thảo cuối tuần, một thùng đựng các album đĩa hát, hoặc những dụng cụ đóng sách đã bị gỉ sét của tôi.

Khi tôi xuống khỏi căn gác để vào phòng khách khá

gọn ghẽ, tôi cảm thấy các thứ đồ đạc ở phía trên trần nhà như đè nặng lên tôi. Chúng đã nặng, ngày càng như nặng hơn; tôi tưởng tượng rằng chúng đã sinh sản thêm những chiếc thùng nhỏ vào ban đêm khi tôi không để ý đến.

Cứ vài năm, tôi cố gắng dọn dẹp căn gác một lần. Lần này, tôi nhờ cháu gái giúp. Chúng tôi lôi từng thùng giấy ra khỏi chỗ tối, rồi chúng tôi ngồi trên mấy máng sữa rỗng, kiểm xem trong thùng có gì. Một số thùng bị cắn nát ở các góc. Có thùng bị chuột làm ổ từ những mảnh vụn của cuốn niên giám trung học. Chuột thì mấy năm trước đã bị người diệt côn trùng xử lý, với chi phí không nhỏ nhưng chúng tôi thấy còn mấy cái bẫy không có lò xo, vẫn còn mồi là bơ đậu phộng đã khô, trong các góc máng xối.

Từ một cái thùng đầy những lá thư lẫn lộn, tôi lôi ra đại một lá thư; đó là thư của đứa trẻ nhớ nhà trong một lần cắm trại. Tôi mất tự chủ, quá khứ chọt tràn về trong tôi. Tôi có nên giữ chúng cho các con tôi? Hay tôi nên vứt chúng giùm các con tôi? Với cảm giác yếu đuối, nản lòng, tôi dán nhãn lên thùng: Thư cần phân loại, và cháu gái tôi đẩy nó trở lại dưới mái nhà, rồi kéo ra cái thùng kế tiếp.

Khi còn là một đứa trẻ, tôi thường chơi trên gác xếp của bà tôi, diện các bộ trang phục trong rương và chơi với căn nhà búp bê cũ. Lúc nhỏ, bà tôi cũng chơi ở ngay căn gác xếp này - đó là gác xếp của bà cố. Sau khi mẹ mất, chị em tôi phải dọn dẹp những gì chứa trên căn gác - những thùng thư của năm thế hệ và một cái rương đựng các trang phục cổ xưa.

Chúng tôi tặng thư từ cho thư viện lịch sử, còn trang phục chúng tôi mang đến một buổi họp mặt gia đình, để trình diễn thời trang. Những người lớn tuổi chúng tôi ngồi ngắm trong khi các cô gái trẻ trong gia đình - cháu gái, con dâu, bạn gái của cháu trai - từng người một bước ra trên ‘sàn diễn’ được dựng tạm ở giữa phòng khách, biểu diễn các bộ trang phục: bộ áo du lịch bằng vải bóng của chị họ Lizzie Wentworth, trang phục thiếu nữ của bà, bộ áo dạ hội ren tím của di Bessie. Họ bước khệnh khạng, họ dừng lại, họ kéo cao váy áo, ngừng cảm lên một cách điệu hạnh. Họ đã mang sức sống đến cho những bộ trang phục cổ xưa. Khi chia tay, các cô gái này mang theo về nhà bộ áo mà họ ưa thích.

Tôi cũng quan sát các cách mà những người đồng thời với tôi xử lý đồ đạc khi họ lớn tuổi hơn. Một người bạn, mỗi năm ở tiệc sinh nhật của mình, bà lại yêu cầu các vị khách chọn một quyển sách của bà đem về nhà. Ngược lại cũng có người không thể dừng lại việc thu gom mọi thứ. Một điển hình tiêu cực: một người bạn thích tất cả các loại dụng cụ. Bất cứ khi nào ông nhìn thấy một lò nướng bánh hồng bị vứt ngoài đường, ông sẽ dừng xe lại, nhặt bỏ vào thùng xe của ông.

“Nhưng ông đã có một cái lò nướng bánh hồng rồi!”, tôi kêu lên. “Tôi có thể sửa lại. Biết đâu có người cần”. Giờ thì bạn bè mang cho ông những chiếc xe đạp hư, đèn cũ, họ khỏi phải mang chúng ra bãi rác cho lỏi thôi. Trong phòng khách của ông, chỉ còn một lối đi chật hẹp, giữa

những đồng đồ mà ông lượm lặt được từ những đồng rác bên đường. Sự thật thì thỉnh thoảng ông cũng sửa được, thí dụ, một cái máy cắt cỏ cũ, rồi đem cho, nhưng ông cũng tự thừa nhận rằng tình trạng đã trở nên quá tải, nên ông gần như từ bỏ mọi cố gắng để thu thập thêm.

Cách đây một năm, em gái tôi đã bán căn nhà ở Berkeley. Cô ấy bỏ tất cả mọi thứ đồ đạc vào kho chứa đồ, ngoại trừ những thứ mà xe có thể chứa, rồi lái xe đến New Mexico cùng với chú chó, sau đó cô đã thuê một căn nhà nhỏ ở một vùng hẻo lánh. Cô ấy thích cuộc sống giản dị ở đó. Cô ấy đã nói nếu tôi muốn một cuộc sống đơn giản hơn, thì hãy bỏ mọi thứ đồ đạc vào nhà kho. Đối với tôi, tôi chẳng phải di chuyển đi đâu cả - tôi có thể ở ngay trong ngôi nhà trông xinh đẹp của mình. Có điều là tôi phải cân nhắc về chi phí mướn nhà kho để chứa đồ.

Tôi đã dán một tấm bảng trên tường chỗ bàn làm việc của mình rằng: “Đừng nghĩ, dù chỉ trong chốc lát, rằng bạn sẽ không chết”. Dầu bạn có tin hay không, nhưng mỗi lần nhìn tấm biển ấy, tôi thật sự cảm thấy hạnh phúc. Nó phần chần tôi như cái vớ vai của một người bạn cũ, nhắc nhở tôi rằng tôi chưa chết.

Cách đây vài năm, tôi gia nhập một nhóm có tên là nhóm “Một-Năm-Đề-Sống”. Mười người chúng tôi và người nhóm trưởng giới thiệu họp mặt mỗi tháng một lần, trong một năm, với giả dụ rằng chúng tôi chỉ còn một năm để sống, để thực hành cách sống trọn vẹn, không lo lắng

những chuyện vớ vẩn, và tập buông xả những gì không cần thiết.

Một trong những bài thực tập cuối cùng để giúp chúng tôi thực hành buông xả, là cho đi một thứ gì đó rất quý báu đối với chúng tôi. Suy cho cùng, chúng ta cuối cùng rồi cũng phải cho đi mọi thứ. Mỗi người chúng tôi rút trong nón ra tên một Santa bí mật. Tôi thích Michael, chàng trai trẻ mà tôi đã rút tên. Trong đầu nghĩ đến Michael, tôi đi quanh nhà, quan sát những đồ vật đặc biệt ở trên kệ và bệ cửa sổ. Cuối cùng tôi chọn tách uống trà Nhật Bản. Bà tôi đã mua nó cách đây rất lâu ở Nhật Bản, và nó luôn được đặt ở một vị trí trang trọng trên bệ lò sưởi trong phòng khách của bà. Khi bà mất, tôi hỏi xin chiếc tách trà đó. Lúc đầu, mẹ tôi không đồng ý, vì nghĩ rằng chiếc tách nên ở nguyên vị trí của nó trên lò sưởi, nhưng em gái tôi đã thuyết phục mẹ, “Cho chị ấy đi mẹ! Chị là Phật tử tu Thiền - chị ấy sẽ cần tách trà Nhật đó”.

Trước khi gói tách trà cho Michael, tôi cảm nhận chất đất sét tròn láng mát lạnh trong tay tôi và ngắm nghía lần cuối lớp men nâu lốm đốm. Đúng là có hơi tiếc khi cho đi chiếc tách này, nhưng đó chính là dụng tâm của việc làm này, đúng không? Tình cảm hỷ xả dâng lên trong tôi; tôi cảm thấy tự hào về bản thân.

Tại buổi họp mặt cuối cùng, chúng tôi ngồi theo vòng tròn, từng người mở gói quà được tặng, và từng người tặng kể câu chuyện về món quà đó. Michael rất thích chiếc tách - anh ấy nói rất mong được uống trà bằng cái tách đó. Tôi

là người cuối cùng mở quà, và thật trùng hợp, chính Michael rút được tên tôi. Món quà Micheal gửi cho tôi là một hòn đá nhẵn bóng, rộng khoảng 12 centi-mét với chữ “*Biết ơn*” và một bông hoa cúc được vẽ lên đó. Trong khi Michael kể câu chuyện anh ấy đã mua hòn đá như thế nào vào một cuối tuần đặc biệt, khi anh ấy và bạn gái đang dự khóa thiền yoga ở vùng sa mạc, và vì sao đó là ngày mà họ quyết định kết hôn, và vì sao anh luôn để nó trên bàn thờ, thì tôi đang nghĩ: “Đúng là *biết ơn*! Vậy ra đây là cái mà tôi nhận được để đổi đi tách trà Nhật cổ!”

Tâm ích kỷ, bòn xén dâng tràn khiến tôi bị sốc, tôi đặt hòn đá nhớ ơn ngay trên bàn thờ nhà mình, nghĩ rằng để nó ở đó như là một cách để huân tập cho đến khi tôi có thể nhìn nó và thực sự cảm thấy biết ơn. Tôi tự nhắc nhở rằng có lẽ hòn đá cũng quý báu đối với Michael như là chiếc tách trà đối với tôi. Nhưng chẳng ích lợi gì - càng nhìn nó tôi càng ít cảm thấy biết ơn, và thật nhẹ nhõm, khi cuối cùng, tôi có thể đem nó cho tổ chức từ thiện Goodwill cùng với mấy cái áo len dài tay cũ. Tuy nhiên, tôi cũng chẳng màng đến tách trà nữa.

Nhà thơ, Thiền sư Ryokan sống trong một nhà tranh đơn giản trong những dãy núi ở Nhật Bản. Câu chuyện được kể rằng một tên trộm đã đến nhà của ông vào một buổi chiều và không tìm thấy gì để lấy cắp. Ryokan về nhà và bắt gặp tên trộm. Ông nói với tên trộm, “Anh đã đi một quãng đường xa, thì không nên về tay không. Hãy nhận quần áo của ta làm quà”. Tên trộm bối rối nhận lấy quần

áo rồi lần đi. Ryokan ngồi trần trụi, ngắm trăng, và viết bài thơ như sau:

*Tên trộm đã để lại:
Mặt trăng
Bên cửa sổ nhà tôi.*

Lúc tuổi già, Ryokan và một ni cô trẻ tên là Teishin yêu nhau, họ trao đổi thư từ và các bài thơ với nhau. Những năm cuối cùng của Ryokan, Teishin đã chuyển đến sống gần đó để chăm sóc ông. Sau khi Ryokan qua đời, thư từ của họ cùng với bộ sưu tập thơ của ông đã được xuất bản. Thật may cho chúng ta, Ryokan đã giữ tất cả thư của Teishin trong một hộp giày ở góc nhà của ông.

Cháu gái và tôi xem xét tất cả mọi thứ trong các thùng trên gác mái. Một số thùng chúng tôi vứt bỏ hoàn toàn, một số chúng tôi lựa chọn lại. Tất cả đều được dán nhãn, thậm chí chỉ có giấy tờ để phân loại. Có lẽ một ngày nào đó, tôi cần đến chúng, nhưng hiện tại, tôi buông cái cần buông. Bên trong mỗi thùng giấy, tôi để giấy ghi chú rằng: “Nếu cần, cứ vất chúng đi!”

* * *

Chương 19

Chôn Bí Mật

Lúc nhỏ, tôi tìm được một chỗ bí mật trong các bụi cây thanh mai. Lúc đó là mùa hè, khi gia đình tôi rời bỏ thế giới quen thuộc, thế giới được đo lường bằng những chuyến xe đi chung, và các vỉa hè, để về miền biển. Ở đó tôi cô đơn, cô đơn trong cái ngã tách biệt của mình, trong những chiếc quần bò ngắn, với hai đầu gối dơ trần và cây sơn độc mọc giữa mấy ngón chân tôi.

Tôi dắt con dao nhỏ vào túi, chui vòng qua một lỗ hổng đầy gai trong bụi rậm, vào một nơi trống trải có kích cỡ của một căn phòng nhỏ, một nơi gần như bằng phẳng trên sườn núi, ngó xuống Hồ Menemsha. Các bụi cây thanh mai cao hơn tôi, nên ba mẹ từ nhà không thể nhìn thấy tôi. Mà họ cũng chẳng biết đến sự có mặt của một nơi bí mật như vậy. Còn tôi ở đây có thể nhìn ngút mắt qua hồ nước đến những đụn cát lấp lánh của Lobsterville.

Trong căn phòng bụi rậm này, tôi tập lộn nhào, chống ngược đầu đi trên tay, xoay đảo thế giới. Tôi ngồi trên cỏ, đèo các cây. Tôi có thể đoán thời gian qua đi bằng cách quan sát những cánh bướm lướt qua mặt hồ.

Còn ở nhà, cha tôi bị trầm cảm, tự nhốt mình trong phòng làm việc, viết lách gì đó suốt thời gian. Mẹ tôi cột tóc lên cao bằng chiếc khăn vải, và cố giữ không để đám con quấy rầy ông. Các em gái tôi chạy đuổi nhau khắp nhà, la hét ôm tôi. Tôi có thể cảm nhận được sự căng thẳng của đời sống gia đình, một nỗi buồn tôi không thể giải, thậm chí còn không biết có thể gọi đó là nỗi buồn.

Tôi nằm ngửa trên mặt đất cứng gòn vì đám rêu kho, trong khi bầu trời đảo lộn quanh tôi. Khi ngày tàn, ánh sáng mặt trời trở nên vàng đậm hơn, và mây xua đuổi nhau trốn chạy tôi về khoảng không ở phía bên kia của chân trời, rồi biến mất. Sự kết thúc của ngày này, được diễn ra trong mùi hương của cây thanh mai và tiếng kêu của các con hải âu, khiến tôi dường như nghẹn ở cổ - một tiếng kêu tôi không thể buông ra.

Tôi không có bạn cùng trang lứa để chơi, vì không có láng giềng nào gần chỗ chúng tôi - người cha thầy giáo của tôi thích tránh xa mọi người trong mùa hè. Các em gái nhỏ hơn tôi khá nhiều, và chúng thích chơi với nhau hơn. Nhưng không phải tôi cần bất cứ ai để cùng chơi với - mà tôi cần điều gì đó to lớn hơn tôi.

Tôi đã đọc quyển *Robin Hood* của Howard Pyle, nên đã lên kế hoạch để thành lập hội Robin Hood khi chúng tôi

trở về lại thành phố vào mùa thu. Bạn bè và tôi sẽ phải học cách đánh nhau bằng dùi cui. Chúng tôi sẽ bảo vệ các em nhỏ trong khu phố chống lại mấy đứa ngang ngược. Tôi sẽ làm Little John, to lớn mà hiền lành, một thân tượng của tôi trong nhóm của Robin Hood. Tôi đã kiếm được một khúc cây to trong đám gỗ trôi dạt ngoài bãi biển và tập đánh trong không khí với cái dùi cui đó - tôi khiến nó gây ra tiếng gió khi vút nó lên trong không khí.

Sách trong thư viện là bạn bè của tôi. Có mùa hè tôi đọc tất cả tiểu thuyết của Louisa May Alcott, những quyển sách bìa vải mộc, gáy sách đóng chữ vàng của thư viện. Tôi đã thả diều với Jo và đám trẻ của cô trong *Đám Trẻ Của Jo (Jo's Boys)*, sau đó với gia đình riêng của tôi trong cái gọi là thế giới thực, vào những ngày khi cha tôi không quá trầm uất. Ông sẽ là điều trưởng, một con diều xanh to mà chúng tôi gọi là Rồng Xanh; ông từng là lính thủy, nên đây cũng giống như dong buồm. Chúng tôi thả diều lên cao, cánh diều càng lúc càng nhỏ đi khi nó dường như đến sát mặt trăng khuyết. Lúc đó cha tôi sẽ giữ ống dây diều, rồi cùng chúng tôi đi xuống đồi, trèo lên một chiếc thuyền chèo, chèo xa khỏi bãi biển. Cha cho tôi mang bao tay làm vườn để giữ sợi dây khi con diều kéo chúng tôi đi tới, nhẹ nhàng trên mặt hồ. Thật kỳ diệu, dường như chính Thượng đế ở trên cao đang kéo chúng tôi đi tới, dầu cha mẹ chúng tôi không nhắc đến Thượng đế bao giờ.

Tôi thường thắc mắc về Thượng đế. Tôi tự hỏi mình là ai và tôi đang làm gì ở đây. Tại sao chỉ có một cái tôi nhỏ

bé bên trong đầu tôi, lại phải chịu sự giam giữ suốt đời trong cô độc, trong sợ đầu tôi, để chỉ nhìn ra bên ngoài qua hai hốc mắt? Thật là vô lý. Mùa hè năm tôi mười tuổi, tôi bị bệnh mất ngủ, tôi đã sợ là mình sẽ chết vì thiếu ngủ. Tôi nằm trong giường lắng nghe tiếng đồng hồ của con tàu khi nó hòa âm với các đồng hồ của đêm. Giữa đêm thì có tám tiếng chuông. Điều tệ hại nhất của sự cô đơn là ta không thể nói ra. Tôi không thể diễn tả hay giải thích điều đó với ai. Không có gì sai, nhưng tôi cảm thấy hụt hẫng. Hai tiếng chuông có nghĩa là một giờ sáng. Tôi rón rén vào phòng cha mẹ. “Con không ngủ được”, tôi nói. Tôi muốn chui vào giường với họ, nhưng không dám nói. Tôi đã lớn quá rồi. Mẹ bảo tôi tưởng tượng ra những con cừu đang nhảy qua hàng rào, rồi đếm chúng. Thật là một ý tưởng rồ dại, không liên quan gì đến nỗi sợ hãi đã khiến tôi không ngủ được, nhưng tôi cũng cố thử. “Nếu con đếm đến một trăm con mà vẫn chưa ngủ, thì trở lại đây”, mẹ tôi nói.

Tôi đã đếm - đến một trăm con, dễ dàng. “Người ta có thể chết vì không ngủ không mẹ?” tôi hỏi. “Không”, bà trả lời, “Chưa có ai chết vì không ngủ. Cục cưng, sao con không đọc sách?” Tôi trở lại giường, đọc quyển *Dưới Khóm Hoa Huệ (Under the Lilacs)*, về một cậu bé mồ côi với con chó của em, và chúng đã trốn thoát khỏi đám xiếc như thế nào. Bốn tiếng chuông là hai giờ sáng - tôi thấy những tấm màn cửa lung lay như hơi thở của ánh sáng trắng. Sáu tiếng chuông, ba giờ sáng, khi ánh trăng đã tàn phai và lại lặng lẽ di động trong tiếng gió rít đáng sợ - do một đám mây lướt qua mà tôi không hề biết - vì lúc đó

chắc là tôi đã ngủ, vì tôi không nghe thấy tiếng kèng báo hiệu hết đêm.

Sáng sớm, tôi đi chân trần vào chỗ bí mật, cẩn thận tránh các cây sơn độc (poison ivy). Tôi muốn cuối mùa hè các gót chân của mình cũng rắn chắc như của người thổ dân. Đêm qua, trời mưa nhẹ, nên các loại nấm mọc trên thân cây màu xanh lơ bị ướt, mềm. Tôi tưởng tượng mình là một trẻ mồ côi lạc vào chốn hoang dại. Tôi sẽ phải đi hái các trái dâu, và dựng cho mình một chỗ trú ẩn để sinh tồn. Để thực tập, trước tiên tôi làm thử một chỗ nhỏ. Tôi hái mấy nhánh cây từ các bụi thanh mai, và xén gọt các chỗ nổi cục. Khi tôi đã có được một chông nhánh cây không dài hơn mười hai centi-mét suôn sẻ, đẹp đẽ, tôi dùng chúng để dựng một nhà mái, cột các khúc cây lại với nhau bằng những cọng cỏ dài. Tôi mang ít đá và vỏ sò từ bãi biển vào trong đó, để làm bàn ghế cho các cô tiên. Tôi cũng không thực sự tin vào các cô tiên, nhưng tôi nghĩ là phải có những nguồn lực không thể thấy được trong vũ trụ, và tôi muốn được tiếp xúc với họ. Các vị tiên này hoặc là rất to lớn, hoặc là rất nhỏ bé.

Khi tôi nằm sấp trên bụng, giấu mặt vào trong đám cỏ thơm, tôi thấy một chấm đỏ nhỏ, rồi nó lộ dần ra là một con nhện đang bò trên ngọn cỏ. Đối với con nhện, chắc tôi to lớn như là cả vũ trụ. Sau đó, tôi xoay người nằm ngửa, cẩn thận không đè lên con vật, rồi ngắm trời mây - từng đám mây chồng lên nhau, nhiều đám quá xa đến độ chúng khiến cho những đám mây ở gần hơn dường như đang

chạy theo chiều ngược lại. So sánh với chúng thì tôi giống như con nhện đỏ nhỏ bé kia. Tôi vừa bé tí, đồng thời vừa to lớn. Rồi tôi tập chống ngược đầu, càng thực tập tôi càng có thể đứng trên hai tay lâu hơn. Tôi thích ở chỗ khi tôi đá ngược cái chân thứ hai lên, khi động lượng làm chủ, lấy đà đảo ngược thế giới. Thời gian đó tôi không cần phải dựa vào tường để thực hành, chứ không phải như bây giờ tôi phải làm điều đó trong lớp học yoga. Tôi muốn có thể đi trên đôi tay của mình. Tôi có thể đi bước đầu tiên - có thể đỡ tay phải lên, rồi nhanh chóng đặt nó trở xuống hơi nhích tay lên chút đỉnh trước khi tôi té nhào - nhưng tôi muốn đi bước thứ hai với tay trái. Tôi thực tập một cách kiên nhẫn. Điều đó dường như rất quan trọng. Khi đôi vai mỏi nhừ, tôi ngồi trên cỏ để nghỉ, và sắp xếp lại bàn ghế cho các cô tiên trong mái nhà của họ. “Được rồi, các cô tiên”, tôi nói, “hãy xem tôi đi bằng tay nè”. Tôi đá cẳng lên trời, và lần này tôi đi được hai bước trước khi xuống. Tôi đã làm được! Robin Hood chắc phải rất hãnh diện về tôi. Có lẽ tôi nên đi theo gánh xiếc.

Cha mẹ tôi dường như không lo lắng gì khi tôi một mình lang thang đó đây khám phá thế giới thiên nhiên quanh mình: họ biết là tôi sẽ giữ quy luật duy nhất của họ: không được đi bơi một mình. Chỉ còn một thứ độc hại nữa ở địa phương này là cây sơn độc. Họ không biết rằng tôi luôn mong muốn một điều gì đó mà tôi không thể nói tên, vì tôi không thổ lộ với họ. “Susie! Tới giờ ăn rồi!”, tiếng mẹ tôi gọi. Thế giới kia đang kêu gọi, thế giới của tâm cơ trung bình.

Lúc có tuổi, tôi thấy mình lại trở về với những ước mơ trong thời thơ ấu. Tôi vừa tìm kiếm sự đơn độc, vừa sợ hãi nó, cũng giống như tôi đã làm khi tôi lên mười.

Trong phòng làm việc ở trên lầu, trong căn nhà yên tĩnh của tôi, tôi uống trà xanh và ngồi nghiêng người trong chiếc ghế cứng của tôi, hai chân vắt qua thành ghế giống như mấy đứa tuổi teen, ngắm cây gỗ đỏ qua cửa sổ. Tôi tự hỏi mình là ai, và tôi đang làm gì trong bì da này, theo cách nói của một vị đại lão thiền sư Trung Hoa. Tại sao *vẫn* chỉ một mình tôi trong đó?

Có hai lần, không chỉ có mình tôi bên trong cơ thể tôi. Tôi có thể cảm nhận được sự có mặt của ‘khách’ bên trong người tôi khi tôi quan sát chỗ lồi của một cái chân di chuyển ngang qua bụng tôi. Tôi thích có ai đó với tôi, để thay đổi không khí, trong căn phòng nhỏ bé của thân tôi, dầu dĩ nhiên là tôi còn thích hơn nữa khi lần lượt từng đứa trẻ sẽ ra đời để gặp tôi.

Nếu tôi có một người bạn tình, tôi chắc là nổi khát khao, lòng tham đắm không còn buốt nhói, nhưng ở đây tôi muốn nói về một điều gì đó khác với việc độc thân, một sự riêng lẻ, tách biệt chủ yếu; tôi không nói về sự cô đơn, một mình trong giường - đó là chuyện khác - nhưng về sự cô đơn trong đầu tôi.

Tôi hành thiền tại nhà, mà cũng đi ra ngoài để tọa thiền với các thiền giả khác ở những trung tâm Phật giáo. Đôi khi tôi ngồi ở vị trí của người thầy, đôi khi ở vị trí của người học, nhưng tôi luôn ngồi ở vị trí khát khao, mong

chờ. Trong sự chuyển động chậm chạp giữa hơi thở vào và hơi thở ra, đôi khi câu hỏi chợt phát khởi: “Làm thế nào để tôi thoát khỏi cái ngã biệt lập này?”

Trong truyền thống Thiền chúng ta thường quay mặt vào vách để khỏi nhìn người khác. Mới đây khi tôi hành thiền theo truyền thống Nguyên Thủy, chúng tôi lại ngồi thành vòng tròn, đối mặt nhau với đôi mắt nhắm. Tôi hé mắt nhìn những người khác, tất cả mọi người dường như ngồi rất bình yên, và tôi đã nghĩ, “Mọi người đang làm gì vậy và làm thế nào mà họ biết cách làm điều đó?” Một làn sóng của sự mong mỏi lại trào dâng trong mạch máu tôi giống như khi vừa nốc rượu, tôi cảm thấy da mình nổi gai. Tôi tự nhủ, “Chào, tham đắm. Ta biết ngươi mà”. Và trong giây phút đó, tôi bỗng thấy mình tràn đầy hạnh phúc. Tôi thích nổi gai. Tôi lại trở về với hơi thở của mình lần thứ một trăm ngàn, để không khí trong phòng tràn vào buồng phổi của tôi như những làn sóng - cũng là không khí mà những người khác trong phòng thở ra, thở vô, để kết nối chúng tôi với nhau. Nổi khát khao, tham đắm chính là sự thỏa nguyện của nó. Nó đã hoàn thiện rồi.

Suốt cuộc đời tôi luôn cảm nhận được nổi khát khao, tham đắm này. Tôi nghĩ nó là phương hướng tôi chọn đi trong cõi đời này; nó mang tôi đến nơi mà tôi cần đi.

Nổi khát khao được kết nối tạo ra một cuộc sống kết nối. Nổi khát khao đã đưa tôi đến chỗ bí mật trong những bụi cây thanh mai cũng là nổi khát khao, tham đắm đã đưa tôi, khi trưởng thành, đến việc sống hàng tháng trong tu

viện; gia nhập phong trào kêu gọi ghi danh bầu cử; và chăm sóc, bảo vệ gia đình, bạn bè. Cái ngã nhỏ bé của tôi sẽ tiếp tục vươn tới điều gì đó vượt trên bản ngã. Cô bé đã tập đi chổng ngược trong chỗ bí mật kia vẫn ở trong tôi, làm bạn với tôi. Nếu cô gái bé nhỏ kia có thể chịu đựng được sự khát khao, chờ đợi, thì tôi cũng có thể chịu đựng. Tôi sẽ nhớ tôi là ai, là người luôn khắc khoải, hoài nghi.

* * *

Chương 20

Trò Chuyện Với Người Mẹ Đã Khuất Của Tôi

Khi bà mẹ tám mươi bốn tuổi của tôi phải vào bệnh viện sau một tai nạn xe, tôi đã bay đến Chicago để có mặt bên bà. Trong khi vội vã ra đi, tôi không mang theo đôi giày nào khác hơn là đôi tôi đang mang trong chân, và chúng đã rách toang ngay khi tôi vừa đến nơi, khi tôi vội vã băng qua bãi đậu xe của bệnh viện. Ngày hôm sau, kỳ lạ thay, một đôi giày mới mà mẹ tôi đã đặt mua trước đó qua quảng cáo, cũng vừa được gửi đến nhà. Đôi giày da đen loại đi bộ vừa khít chân tôi; êm ái và bền chắc, chúng đúng là thứ tôi đang cần. Tôi bảo với mẹ là tôi mượn đôi giày mới của bà cho đến khi bà hết bệnh, nhưng bà đã chẳng bao giờ khỏe lại.

Tôi đã mang đôi giày này gần như mỗi ngày kể từ khi mẹ tôi mất. Tôi đã hai lần mang chúng đến một tiệm sửa

giày gần nhà ở Berkeley để thay các dây buộc hiệu Velcro. Tôi rất dị đoan về chúng. Tôi muốn đôi giày này chẳng bao giờ bị hư hoại, nhưng dĩ nhiên là chúng sẽ hư hoại.

Khi mẹ mất, tôi trở thành mồ côi. Ở tuổi sáu mươi ba, tôi đã quá lớn để cảm thấy bơ vơ như đứa trẻ, vậy mà tôi vẫn không thoát khỏi cảm giác đó. Khi còn nhỏ, tôi và các bạn chơi trò làm trẻ mồ côi; chúng tôi chơi cái trò, mà giờ tôi nghĩ ra, là thứ mà chúng tôi sợ nhất. Chúng tôi đã tỏ ra rất can đảm, mạnh mẽ. Trò đó là tàu bị đắm mà không còn cha mẹ nào sống sót trên một đảo hoang là vườn sau nhà tôi. Chúng tôi đã sống trong những căn nhà tưởng tượng trên cây, huấn luyện những con ngựa có lông và bướm màu vàng, làm vũng từ những chùm dây leo, hái chuối và trái dâu hoang dại để ăn - cuộc sống thật thoải mái. Nhưng phải làm trẻ mồ côi thực sự thì không giống thế chút nào; từ khi mẹ mất, tôi chưa hề làm bất cứ thứ gì giống như thế.

Và, một nghịch lý kỳ lạ là chính việc khiến tôi thành kẻ mồ côi cũng biến tôi phải đóng vai trò nữ tướng. Tại đám cưới cháu trai, giữa những bà con quyến thuộc đông đảo, tôi lại là người trọng tuổi nhất. Làm thế nào mà điều này có thể xảy ra? Đó là vì tôi là chị cả trong bốn chị em, và giờ cả hai cha mẹ đều đã mất, cũng như tất cả các cô chú. Các thế hệ đã nối tiếp: hai tháng trước khi mẹ tôi mất, cháu nội của tôi ra đời, người đầu tiên trong thế hệ của các cháu trong gia đình tôi. Suốt nhiều năm, tiếng gọi Bà chỉ dành cho mẹ tôi, người rất yêu và cũng được chín

đưa cháu nội ngoại yêu thương. Vậy mà bây giờ tôi trở thành Bà. Mọi người phải đứng dậy khỏi ghế, chuyển đến cái kê cạnh để nhường ghế cho tôi. Tôi đang ngồi trong chiếc ghế của mẹ, điều đó đôi khi đúng cả trong nghĩa đen của nó. Tôi đang sở hữu chiếc ‘ghế tắm hơi’ mà bà yêu thích trong hiên sau nhà, và tôi cũng rất thích ngồi đó trong những ngày nắng ấm.

Tôi cũng mặc lại một số quần áo của mẹ. Khi các em gái và tôi soạn tủ quần áo của mẹ sau khi bà mất, tôi đã chọn lấy mấy cái áo sơ-mi, áo lạnh mà trước đây tôi cho là quá lụng thụng đối với tôi: thí dụ một cái áo sơ-mi xanh bằng vải jean, với những bông hoa cúc thêu chạy dọc theo thân áo. Sự thôi thúc của lòng trung thành đối với mẹ đã khiến tôi chọn nó, ngoài ra nó cũng rất thoải mái, đúng như thời trang chuộng sự thoải mái hiện nay. Tôi cũng lấy một đôi bao tay da đen, một áo khoác ni đen với những nút bằng đồng, do người ty nạn Tây Tạng may. Đôi khi đang rảo bước trên đường phố ở Berkeley vào một ngày chớm lạnh, tôi nhìn xuống để thấy cả thân mình đang được bao bọc bởi áo khoác của mẹ, bao tay của mẹ và giày của mẹ. Ở tuổi mới lớn, tôi thường bực bội vì có những cái giống mẹ. Tôi đã theo học cùng cái trường nữ trung học nhỏ bé mà mẹ tôi từng học hai mươi năm trước đó. Hai trong số các thầy cô của tôi - một thầy dạy tiếng Anh và một thầy dạy tiếng Latin - đôi khi gọi tôi bằng tên của mẹ tôi, ‘Alice’. Năm cuối khóa, tôi rất vui được chọn làm biên tập viên cho tạp chí văn học của trường trung học, trừ việc là mẹ tôi cũng từng làm việc đó, và tôi đã sợ rằng có thể do

một lời nguyện nào đó mà tôi phải sống cuộc đời của mẹ trở lại lần nữa. Nhưng chẳng phải là tôi đã đến thế giới này để làm một người khác sao?

Sau thời trung học, qua nhiều thời vận và nhiều bất hạnh của riêng mình, tôi kết luận chắc nịch rằng tôi *không* phải là mẹ, và không còn lo lắng về điều đó nữa. Nhưng giờ một lần nữa, nhân dạng (identity) của tôi lại trùng lặp với mẹ. Nhiều khi người ta bảo là tôi giống mẹ, và giờ khi bà đã ra đi, tôi không còn để tâm đến điều đó nhiều như trước đây. Tuy nhiên, tôi không thích việc tôi hay làm dính đồ ăn trên áo, giống như mẹ tôi trước đây - dầu của yaourt rớt trên ngực áo và các đốm của kem sô-cô-la dây trên ống tay áo.

Cũng lạ là những sự giống nhau trong gia đình đã nổi bật lên khoảng cuối đời như thế nào, nhất là sau khi cha mẹ đã qua đời. Các em gái tôi cũng vậy, ngày càng giống mẹ, và sau khi cha tôi mất, em trai tôi bỗng nhìn giống ông một cách lạ lùng. Sau khi bà nội tôi mất, cô tôi mang dáng dấp, khuôn mặt của bà tôi. Dường như cô còn cố làm cho giống nữa, cũng cắt ngắn mái tóc bạc quăn quít như bà tôi đã làm, cũng mặc chiếc váy xanh đậm và áo khoác giống như bà tôi từng mặc. Có lần, gặp cô tại một buổi họp mặt gia đình sau một thời gian vắng mặt, tôi thoáng nghĩ trong một giây phút sợ hãi rằng cô chính là người bà đã mất của tôi. Có lẽ DNA¹¹ của chúng ta là một viên thuốc phát tán

¹¹ DNA: (Deoxyribonucleic Acid): cấu tử cơ bản của tế bào di

theo thời gian, ở một thời điểm nào đó, tể bào di truyền phát lệnh: những người trong gia đình bạn sẽ nhìn giống như thế này khi họ về già.

Tôi nhớ mẹ tôi nhiều hơn tôi tưởng. Tôi cũng buồn vì bà mất do tai nạn, trước khi bà sẵn sàng ra đi, và trong ba tuần cuối cùng trong đời bà lại phải ở trong bệnh viện, đau đớn, nặng nề vì cái máy thở mà lý ra phải cứu bà sống, nhưng nó đã thất bại. Tôi muốn xóa đi nỗi muộn phiền của mình - để mẹ tôi không phải chết, hay để cho tôi không còn nhớ nghĩ nữa - nhưng sự thanh thản đó chắc khó đến với tôi khi nào tôi còn sống trên đời.

Và tôi khám phá ra một điều đáng ngạc nhiên: ngay cả sau khi mẹ tôi mất, tôi vẫn còn giữ mối liên hệ với bà, đó là một mối liên hệ biến chuyển, linh động, dầu bà đã mất. Tôi liên hệ với mẹ như thế nào là tùy tôi.

Tôi có một người bạn thường dẫn cha cô đến một công viên nước ở Berkeley, và ngồi với ông trên một chiếc băng ghế đặc biệt để ngắm cảnh. Ông mất mười lăm năm trước, vậy mà cô vẫn thường đến đó để ngồi trên ‘băng ghế của Phật’ để chuyện trò với ông. Sau khi mẹ tôi mất, tôi treo một bức ảnh của bà cạnh cầu thang để mỗi lần lên xuống thang lầu tôi đều có thể nhìn thấy gương mặt bà. Đôi khi tôi bắt gặp mình buột miệng nói lớn: “Chào Mẹ!”

Mẹ tôi đã xuất bản một số sách thơ với vài nhà xuất bản

truyền.

nhỏ, và lúc cuối đời, bà muốn xuất bản một tuyển tập những tự truyện ngắn của mình. Bà đã nhờ tôi biên tập, điều mà tôi rất sẵn lòng, vì thế tôi đã giúp bà chọn các truyện để bỏ vào sách, và tôi đã có những gợi ý để bà sửa đổi chúng. Bà cũng có viết vài truyện ngắn mới cho tuyển tập này. Chúng tôi đã cùng thực hiện công việc này một cách vui vẻ. Tôi ngưỡng mộ văn của mẹ, và rất xúc động về cuộc đời mà mẹ đã kể lại trong các câu truyện, ngược lại mẹ cũng hoàn toàn tin cậy vào các ý kiến biên tập của tôi.

Năm trước khi mẹ tôi mất, tôi đưa mẹ đến dự một hội trại viết văn do một người bạn cũ phụ trách ở Glenstal Abbey, một tu viện Thiên Chúa giáo, phía tây của Ái Nhĩ Lan. Đó là một chuyến du hành lớn cuối cùng của hai chúng tôi. Chỉ có bảy người học: mẹ, tôi, bốn vị tu sĩ vẫn chương ở tu viện và một phụ nữ đến từ Dublin. Ở đó mẹ tôi đã viết truyện cuối cùng của mình, về cuộc hôn nhân đầy đau khổ với cha tôi, và mỗi ngày, khi đến lượt mình, mẹ đã can đảm đọc lớn một phần câu truyện đó trước cả nhóm. Can đảm vì câu truyện kể lại những khổ đau thâm kín trong hôn nhân mà trong nhóm có cả các vị tu sĩ độc thân và con gái của bà. Mọi người đều lắng nghe kỹ và đã có những ý kiến phản hồi hữu ích cho bà. Vậy là cả tuần đó mẹ tôi lao vào công việc, viết lại bằng tay vì ở đó bà không có máy vi tính, rồi cắt, dán bằng kéo và băng keo. Một trong các vị tu sĩ, vị mà bà đặc biệt có cảm tình, đã làm copy cho bà trong thư viện. Đó là một câu truyện hay, mà mẹ còn làm cho nó hay hơn.

Đến giờ ăn, tôi đẩy mẹ trong chiếc xe lăn xuống con đường đầy đá sỏi đến phòng ăn - một sự di chuyển chậm chạp, nghiêng qua sỏi đá - để dùng bánh pút-đinh (pudding)¹² màu huyết dụ, bánh mì nâu và trà trong những chiếc tô với các vị tu sĩ. Buổi chiều, trong ánh mặt trời chiều của mùa hè ở Ái Nhĩ Lan, tôi đưa mẹ ra khu vườn có tường bao bọc. Bà ngồi trên bờ triền đá của những luống hoa oải hương, và nhòai mình ngửi mùi hương hoa.

Lần căng thẳng duy nhất xảy ra giữa chúng tôi là vào một buổi sáng khi mẹ tôi nói, “Mẹ thích con chải tóc về phía sau hơn”. Đó cũng chỉ là một điệp khúc quen thuộc, nhưng lần này tôi nghĩ đó là một lời khen tặng, vì tôi vừa chải tóc xong trong phòng tắm.

“Cảm ơn mẹ”, tôi nói.

“Không”, bà nói, “không phải giống vậy. Con chải lại được không?” Tôi nổi giận, nhưng sau đó, xem lại những tấm hình của tôi trong chuyến đi đó, tôi thấy tóc mình thực sự là rất bù xù. Tôi không cắt tóc ngắn, gọn ghẽ, cho khỏi vướng vào mặt như mẹ tôi vẫn luôn muốn thế, cho đến khi sau khi bà mất. Hẳn đó là sự kinh chống vô thức của con cái đối với cha mẹ, khiến tôi không muốn làm mẹ vui lòng trong việc đó. Giờ nếu mẹ nhìn thấy tóc tai tôi, hẳn là bà rất vui lòng.

Tôi có mặt trong phòng mẹ ở nhà khách của tu viện khi mẹ nhận được điện thoại của một ông cụ ở Chicago,

¹² Một loại bánh giống như bánh Flan.

người mới để ý đến mẹ gần đây. Giọng ông ở đầu dây đàng kia, ở bên kia bờ Đại Tây Dương, hét vang lên khắp phòng, “Tôi yêu em!”

“Em cũng vậy”, mẹ nói, quá ngượng ngùng với sự có mặt của tôi trong phòng nên không nhắc lại câu nói. Mẹ không biết rằng tôi đã nghe được người kia nói gì hoặc biết rằng những lời đó khiến tôi vui cho mẹ.

Không lâu sau chuyến đi Ái Nhĩ Lan, mẹ tôi hoàn tất việc chỉnh sửa tất cả các câu truyện, vậy là chỉ còn phần biên tập cuối cùng của tôi. Tôi làm việc này hơi chậm, vì đang biên tập dở dang một dự án khác.

“Khi nào thì con hoàn tất việc biên tập sách của mẹ”, bà hỏi tôi, mỗi khi chúng tôi chuyện trò.

“Ngay sau khi con hoàn thành dự án đang dang dở”, tôi trả lời.

Rồi thì tôi cũng hoàn tất việc biên tập quyển sách kia, nên tôi dốc hết chú tâm vào quyển sách của mẹ. Tôi vừa gửi cho mẹ phiên bản cuối cùng thì mẹ bị tai nạn và đã ra đi ba tuần sau đó.

Tôi rất hối hận vì đã không hoàn thành quyển sách kịp để mẹ thấy nó được in ra. Nhưng đây là điều thường xảy ra khi người ta phải ra đi bất ngờ. Cái chết là một sự gián đoạn của cuộc sống. Công trình gì đó đang dang dở, công việc gì đó, lớn hay nhỏ, còn chưa hoàn tất, một số điều chưa được nói ra, một lá thư chưa gửi, một cái tách chưa kịp rửa, một chiếc áo chưa kịp xếp trên giường.

Tôi đã hứa lúc mẹ nằm viện rằng tôi sẽ hoàn thành việc biên tập và xuất bản quyển sách, và tôi đã thực hiện được điều đó. Khi từ nhà in trở về, tôi háo hức mở thùng sách và lôi ra một quyển. Bìa sách là một bức họa của một người bạn của mẹ. Tôi ôm sách vào lòng, đó là một quyển sách toàn mỹ. Tôi vòng tay trong cử chỉ - tựa như đặt quyển sách vào hai tay của mẹ tôi. Tôi tự khẳng định rằng niềm đau của việc không kịp hoàn tất công việc này trước khi mẹ tôi ra đi thuộc về tôi nhiều hơn, vì bà đã hoàn thành phần việc của mình đối với quyển sách, và trước giờ ra đi, mẹ tôi dường như quan tâm đến những vấn đề khác hơn: về gia đình, về bạn bè, về việc thờ. Ngoài ra, việc sắp xếp lại quyển sách, rồi in ấn nó, tạo cho tôi phương tiện để có thể cảm thấy gần gũi với mẹ ngay cả sau khi bà đã ra đi. Dẫu giờ bà là người cộng tác thâm lặng hơn là lúc sinh thời, nhưng tôi vẫn nhận ra được sự có mặt của mẹ khi tôi và các em đọc sách, gửi nó đi khắp mọi nơi, những nơi mà người ta hân hoan đón nhận nó.

Đã từ lâu, ngay cả trước khi mất, mẹ tôi đã không còn chăm sóc các con theo ý nghĩa thông thường; vì chúng tôi đã là những người trưởng thành từ lâu rồi. Nhưng mẹ luôn khuyến khích tôi, khiến tôi cảm thấy được an ủi. Bà luôn lắng nghe tôi, luôn muốn được gặp tôi, và bà thường tán thán công việc tôi làm. Khi nào mẹ còn sống thì tôi còn tin tưởng rằng khi tôi gặp phải khó khăn gì, mẹ cũng có thể bằng cách nào đó xoa dịu cho tôi. Giờ trong cảnh mồ côi tôi phải chấp nhận sự thật là mẹ không còn có thể can thiệp được nữa rồi.

Giá mà tôi cũng có thể đáp lại tình thương yêu của mẹ bằng cách an ủi mẹ tốt hơn. Mẹ không đòi hỏi tôi chuyện đó, nhưng tôi ít khi lắng nghe khi mẹ buồn phiền về chuyện gì đó. Vì tôi nghĩ là mẹ, thì bà phải là người an ủi tôi. Tôi thường nhanh chóng kết luận, “Áy, chuyện đó có là gì đâu. Con chắc là ông ấy không có ý làm mẹ buồn đâu”, và như thế là mẹ tôi càng buồn hơn, vì bà không được lắng nghe.

Giờ tôi đã trải qua một số điều mà mẹ tôi đã trải qua trong tuổi già, tôi cảm thông với bà dưới cái nhìn khác. Ngẫm nghĩ lại tôi thấy là mẹ rất ít khi than phiền, ngay cả với những vấn đề nghiêm trọng như lần bị đau ở lưng khiến bà phải giới hạn sự đi đứng. Nghịch lý thay khi bà càng yếu ớt, bà càng mạnh mẽ hơn. Tuy nhiên bà có trách tôi không thường thăm viếng bà. Mỗi năm tôi bay qua Chicago thăm bà đôi lần, mỗi lần khoảng tuần lễ. Cha dượng đã mất trước mẹ tôi hai năm. Sau khi ông mất, những cuộc viếng thăm có vẻ thân mật hơn. Tôi cảm thấy hơi lúng túng khi chỉ có hai chúng tôi ngồi trong phòng khách, tôi thì đan móc, còn mẹ vuốt ve chú mèo hay gõ gõ tay trên môi, như chờ đợi những tâm sự mà tôi không muốn nói ra - như tôi nghĩ thế nào về cuộc đời mình và những người thân. Mẹ không hỏi, nhưng tôi có thể cảm nhận được sự thắc mắc của bà: *Tôi đã yêu ai chưa? Tôi đang viết sách gì?* Trời ạ! Sao mà khó gỡ bỏ sự che giấu mình đến thế? Tôi cảm thấy nhẹ nhõm khi đến 10 giờ đêm, theo thói quen mẹ thường vặn đài BBC để nghe tin tức. Nhưng bà nói, “Có con ở đây, mẹ không cần xem tin tức đâu. Lúc nào khác mà mẹ xem không được”.

“Không sao đâu mẹ,” tôi trả lời. “Đề xem mấy vụ cháy rừng ở California ra sao”.

Tôi sợ rằng những đòi hỏi của mẹ nơi tôi quá lớn đến nỗi sẽ khiến tôi phải giữ khoảng cách với bà, do sự tự bảo vệ sai lầm. Giờ mẹ đã mất, dầu tôi không muốn thì khoảng cách giữa mẹ và tôi cũng đã quá xa.

Tôi thường gọi điện thoại cho mẹ mỗi chủ nhật. Chúng tôi nói về thời tiết, về quyển sách đang đọc, phim đã xem, tin tức về mấy đứa cháu, còn mẹ thì nói cho tôi nghe những gì bà đang nhìn thấy qua cửa sổ ở tầng lầu thứ sáu xuống hồ Michigan. “Mấy người thợ mỏ vàng đang rải cát, để tạo một bờ biển cạnh hồ - nhìn họ giống mấy chú kiến vàng”. Hay, “Có một bà mập đang chạy quanh hồ - mẹ không hiểu sao mập vậy còn đi chạy bộ. Thật quái dị!” Có lần mẹ hồ hởi nói với tôi về một vị nghị sĩ thượng nghị viện vừa được bầu ở Illinois, người đó trước ở Hyde Park, là khu vực bà đang sống ở Chicago - là Barack Obama.

Mấy năm trước khi mẹ tôi mất, tôi bắt đầu nói *con yêu mẹ*, trước khi gác máy điện thoại. Tôi đã ngoài sáu mươi, còn mẹ đã ngoài tám mươi - một người con gái ở tuổi xế chiều nói với bà mẹ già một điều đơn giản mà bà rất vui lòng khi được nghe. Đúng thế, vậy mà không hiểu tại sao khi tôi bắt đầu thực tập nó khó nói làm sao, mãi khi đã thành thói quen mới thấy dễ hơn, mấy năm cuối nó tự nhiên tuôn ra đầu lưỡi.

Biết bao điều xảy ra mà tôi rất muốn nói với mẹ nếu tôi có thể gọi bà chủ nhật tới. Tôi muốn cho mẹ biết là độc

giả rất thích quyển sách truyện ngắn của bà. Tôi muốn mẹ biết là chất gái của bà có thể nói cả tiếng Anh lẫn tiếng Mã. Chắc mẹ sẽ rất thích dự đám cưới của cháu trai tôi diễn ra hồi hè năm ngoái, với sự có mặt của đông đủ người thân. Và hẳn là mẹ rất phấn khởi về ông Obama. Ước gì tôi có thể nói với mẹ - “Thử đoán xem ai là tổng thống của mẹ bây giờ!”

Thời gian càng trôi qua, càng có nhiều sự kiện mẹ không còn được chứng kiến: lễ ra trường, lễ cưới, lễ mừng sinh con, và mẹ càng lụi sâu về quá khứ, những đứa cháu của mẹ sẽ lập gia đình với những người mẹ chưa bao giờ gặp, theo đuổi những mục đích mà mẹ chẳng bao giờ biết chúng có, còn con cái của mẹ thì trở nên già nua, yếu đuối, phải thay khớp, hay có những bộ phận trong người không hoạt động phải bị cắt bỏ.

Giờ tôi có thể hàm ân mẹ nhiều hơn vì tôi không còn phản ứng một cách tự vệ đối với những nhận xét của mẹ về mái tóc rối bù của tôi, hay cảm thấy tội lỗi vì không thăm viếng mẹ thường xuyên. Khi nào còn sống, thì bà vẫn là Mẹ, còn tôi, con của bà, dầu có bao nhiêu tuổi, thì tôi vẫn trẻ dại.

Mẹ đã sinh tôi đến hai lần: lần đầu khi tôi được sinh ra, lần thứ hai khi mẹ mất đi. Giờ khi mẹ đã khuất, tôi không còn là con trẻ của ai cả. Vì thế tôi phải trưởng thành, ở thời điểm muộn màng này. Phải mất rất lâu con người ta mới có thể trưởng thành.

Một năm sau khi mẹ mất, khi tôi đang ngồi trong xe

đậu ở một vùng quê California. Điện thoại di động để trên ghế ngồi cạnh tôi bỗng reo lên. Tôi mò mẫm chụp lấy nó, và chỉ vừa kịp trả lời đúng lúc. “A-lô?”

“A-lô, mẹ đây”. Đó là cách mẹ tôi tự khẳng định mình khi bà điện thoại cho tôi, nhấn mạnh một cách mai mỉa chữ “mẹ” như thể đó là một cách đùa riêng của chúng tôi. Chưa ai có thể gọi được tôi qua điện thoại, ngay cả người sống, vì tôi chẳng bao giờ vắn nó lên, nên đây đúng là một phép màu.

“Mẹ!” tôi kêu lên, quá vui mừng khi nghe được giọng nói của bà, “thật kỳ diệu khi mẹ tìm được cách để gọi con đầu mẹ đã mất rồi! Cảm ơn mẹ vô cùng vì đã gọi cho con”.

“Susan, con hãy bảo trọng,” bà nói với giọng trù mến. Chỉ có vậy, nhưng khi bà nói điều đó, tôi biết đó đúng là điều tôi đang muốn được nghe. Rồi thì tôi mất liên lạc.

Nhưng vậy cũng đủ rồi. Tôi tràn đầy lòng biết ơn rằng mẹ đã cố gắng liên hệ với tôi từ bên kia thế giới. Và khi tôi tỉnh dậy, ý thức được rằng đó chỉ là một giấc mơ. Nhưng nó *vẫn* là một phép màu. Mẹ đã có cách để kết nối với tôi: qua những giấc mơ.

* * *

Chương 21

Hiện Tại

*Ngã là thời gian... Đừng nghĩ
rằng thời gian chỉ lướt qua
...Nếu thời gian chỉ lướt qua, thì
bạn đã bị tách biệt khỏi thời gian.
- Thiền Sư Dogen, "The Time Being"*

Năm tôi bốn mươi chín tuổi, và các con tôi ít nhiều đã lớn khôn, tôi đã thực hiện một lời hứa với bản thân là sẽ tham dự một khóa tu dài hạn trước tuổi năm mươi. Tôi sắp xếp để xin nghỉ việc, nhờ người may một ít y, rồi đi dự một khóa 'tu hành' ở Trung Tâm Sơn Thiền Tassajara, sâu trong các núi dọc theo bờ biển của California. Suốt ba tháng tôi tuân giữ thời khóa nghiêm ngặt của tu viện: tọa thiền, học giáo lý, và im lặng làm bất cứ công việc gì được giao phó, dầu đó là xắt cà-rốt hay lau mấy cây đèn dầu. Suốt thời gian đó tôi không hề bước chân lên xe hay nghe điện thoại.

Các thiền sinh được báo hiệu giờ đi tọa thiền bằng tiếng gõ của cây *han*, là một khúc gỗ nặng treo trên một

sợi dây ngay lối vào chùa. Người ta dùng chày gỗ vào khúc gỗ này theo một nhịp điệu phức tạp trong khoảng mười lăm phút. Ở trung tâm Tassajara, vì ca-bin của các hành giả trải dài dọc theo một thung lũng hẹp, nên một khúc gỗ *han* thứ hai, được coi là bản gõ vọng, treo ở khoảng giữa đường, để truyền tín hiệu xuống xa hơn. Bạn có thể biết mình còn khoảng bao nhiêu thời gian để đến chỗ tọa cụ trong thiền đường bằng cách lắng nghe nhịp điệu tiếng gõ.

Tiếng vọng của gõ trên gõ chạy nhanh khắp thung lũng. Trên khúc gỗ có mấy dòng thư pháp như sau:

*Hãy thức tỉnh!
Cuộc đời là giả tạm
Nhanh chóng qua đi.
Hãy chánh niệm
Việc trọng đại
Chớ lãng phí
Thời gian.*

Một buổi tối khoảng giữa khóa tu học, thì đến lượt tôi phải gõ bản gõ vọng, từng tiếng từng tiếng. Tôi đứng trên một con đường đất, chày cầm trong tay, giống như một con cóc trên nhánh hoa huệ chờ đợi con mồi. Mặt tôi hướng về khu vườn, nơi ánh nắng mặt trời chiều chiếu xuyên qua các khe núi, đậu trên hai cây đào. Tôi đang ở tư thế sẵn sàng trong khoảng dừng ngắn ngủi giữa những tiếng gõ, chờ đợi, và các tuần lễ của thời gian tu tập vươn dài ra trước tôi và sau tôi để vào cõi vô hạn. Và khi tiếng

gỗ kế tiếp đến tai tôi, cánh tay cầm chày đưa lên và gõ vào bảng gỗ, hết ga, không kiềm giữ, sau đó là thình lạng, trong khi ánh sáng vẫn còn trên các cây đào và tôi sẵn sàng cho tiếng gõ kế tiếp.

Vài năm trước đây, khi tôi chỉ còn mấy tháng đến tuổi sáu mươi lăm, tôi dọn hết đồ đạc ở chỗ làm việc. Tôi rất thích công việc mình làm - tôi đã làm công việc này suốt mười bảy năm nay. Nhưng việc biên tập cho một tạp chí ra mỗi quý, có nghĩa là tôi luôn phải chịu áp lực về thời gian. Tôi muốn nghỉ hưu trước khi họ phải nhẹ nhàng mời tôi ra đi, trước khi đầu óc của tôi khô cạn ngay tại bàn làm việc của mình, với một tay cầm điện thoại, một tay cầm chuột máy tính. Tôi muốn có thì giờ dành cho nhiều việc khác trước khi tôi chết - những khoảng thời gian bình lặng, sâu thẳm - dành cho viết lách, dành cho Phật Pháp, gia đình, thân hữu và cho một điều gì đó mới lạ, bí ẩn.

Một phần con người tôi muốn được thả chiếc thùng xuống sâu dưới giếng để kéo lên dòng nước mát lạnh lại bị cản trở bởi một phần khác. Tôi đang trải qua một trạng thái mà một người bạn thiền sinh gọi là “Triệu chứng FOMS” - sợ thiếu sót điều gì đó (Fear Of Missing Something). Đó là một hình thái của tham - sự thôi thúc phải dồn nhiều hoạt động hấp dẫn vào trong một ngày nếu có thể, cộng thêm bản năng ôm đồm tất cả mọi thứ. Nói một cách tích cực, tôi tò mò về tất cả mọi thứ, tất cả mọi người. Vì thế, khi mới vừa nghỉ hưu, cảm thấy có nhiều thời gian, tôi ghi danh cho tất cả mọi loại hoạt động, lớp

học và dự án. Mỗi thứ tôi làm đều đáng giá; thí dụ, tôi rất yêu thích lớp học tiếng Tây Ban Nha và lớp chụp ảnh của mình. Sau đó tôi thấy mình còn bận rộn hơn trước nữa. Vậy thời gian dành cho việc tu tập ở đâu? Khi tôi trở nên quá bận rộn thì các thói quen cũ của tâm lại trỗi dậy. Tôi cố gắng giải quyết vấn đề bằng cách sửa chữa thời khóa biểu của tôi, nhưng chỉ làm cho nó thêm rối. Tôi thay đổi một cuộc hẹn này để có chỗ cho một cuộc hẹn khác. Tôi căng mắt nhìn quyền lịch để tìm một chỗ trống, và khi tôi tìm được, tôi nhảy lên mừng rỡ. À, một mẫu thời gian quý báu! Tôi viết xuống: “2PM- Café Nomad, dự tính hội thảo với Jean”, và khoảng trống trắng trên quyền lịch mất đi. Chết! Không còn thời gian nữa. Lúc đó tôi cảm thấy giống như một con thú quay cuồng trong một chiếc bẫy làm bằng lưới, càng lúc càng bị siết chặt.

Tôi cố gắng đo lường thời gian của mình trước mắt cũng như về sau. Tôi là người thích đong đếm sự vật, giới với các con số. Năm sáu mươi sáu, tôi tính là tôi đã đi được khoảng ba phần tư con đường. Đó là nếu tôi sống đến tám mươi tám. Là bao lâu nữa vậy? Tôi đi trở ngược lại hai mươi hai năm, khi tôi đang học tiếng Nga và tôi tham dự chuyến du lịch “công dân ngoại giao” đến Liên bang Xô-Việt. Còn nhớ Liên bang Xô-Việt không? Tôi đoán hai mươi hai năm là một khoảng thời gian khá dài - nhưng giờ tất cả đã qua đi, kể cả tiếng Nga của tôi. Hai mươi hai năm tiếp theo sẽ đi nhanh hơn hai mươi hai năm đã qua, hơn nữa, tôi cũng có thể ra đi sớm hơn thế nữa. Nếu giống như cha tôi, người ra đi ở tuổi bảy mươi ba, thế

có nghĩa là tôi đã sống - chờ tí, để tôi làm con tính thử - hết 90 phần trăm cuộc đời mình.

Phải thừa nhận, đôi khi suy nghĩ về thời gian theo cách này cũng phù hợp - dựa theo những bảng thống kê của tâm. Tôi có người bạn già bảy mươi tuổi, bị bệnh tim và một số bệnh mãn tính khác. Bà có khó khăn về tài chính, nên phải tính toán về nhà ở và chi phí cuộc sống. Bà phải quyết định xem còn bao lâu nữa thì bà vượt mức trần tiền tín dụng thế chấp của căn nhà, hoặc bà có cần phải tiếp tục làm việc bán thời gian nữa không. Bà không ngại ngần hỏi bác sĩ tim mạch phỏng đoán xem bà còn sống bao lâu nữa. Bà bảo bác sĩ là nhằm tính về tài chính thì bà có thể trụ tới tuổi tám mươi hai.

“Mấy năm gần đây sức khỏe bà đã tốt hơn rồi”, bác sĩ bảo bà. “Theo thống kê, hơn năm mươi phần trăm cơ hội là bà sẽ sống đến tám mươi bảy”. Bạn tôi trợn mắt, “Nhưng tôi không có khả năng để sống lâu như thế!” Cả hai người cùng cười, và giờ thì bà phải tìm thêm việc bán thời gian để làm.

Dĩ nhiên chúng ta không thể thực sự đo lường được thời gian. Sự tính toán của chúng ta giống như vết mực trên biển. Einstein đã bảo rằng thời gian rất uyển chuyển. Thời gian qua đi khác nhau đối với người đang lưu thông trên đường, với người đang nắm đất sét ướt trên bàn quay làm nôi, hoặc một người đang tiến đến tốc độ ánh sáng trong một chiếc phi thuyền. Một giờ có thể dường như một năm, và một năm dường như một giờ.

Trong những ngày cuối cùng của cha tôi, ông rất đau đớn vì căn bệnh ung thư. Ông thường hỏi giờ, và bất cứ câu trả lời là gì, ông luôn rên rỉ, nói, “Không thể nào! Chỉ mới giờ đó thôi à?” Tôi đã không hiểu tại sao ông lại muốn thời gian nhanh qua, vì đâu có gì xảy ra, ngoài việc là ông sắp ra đi. Tôi nghĩ sự đau đớn khiến thời gian qua đi một cách chậm chạp, và cha tôi muốn biết là ông đã vượt qua cơn đau, trong từng giờ.

Tôi cũng có những lúc muốn thời gian qua đi nhanh chóng. Nhưng đa phần, thời gian là thứ mà tôi luôn cần nhiều hơn, nhưng khi tôi ngày càng thêm tuổi, thì thời gian ngày càng ít dần lại. Một là thời gian trước mặt không còn nhiều như trước kia. Hai là mỗi năm lại qua đi nhanh hơn năm trước. Ba là tôi không còn một lúc làm được nhiều việc khác nhau nữa - tôi chỉ có thể làm mỗi lúc một việc. Và bốn là giờ mỗi việc tôi làm tốn nhiều thời gian hơn trước. Tuổi tác đã buộc tôi phải chậm lại. Tôi không phải là người duy nhất như thế. Hẳn là vì lý do sinh học mà người già lái xe trên xa lộ rất chậm chạp. Tôi còn thấy một băng rôn dán sau đuôi xe rằng: “Già và Chậm”.

Tôi nhớ lại mình đã quan sát bà một cách bực bội khi bà làm bánh mì bơ đậu với mút để đi dã ngoại. Bà lấy hũ mút trên tủ ra, đến đặt trên mặt kệ xanh, rồi quay trở lại lấy bơ đậu cũng từ trong cái tủ ấy. Việc đó gần như bất tận. Mà thật ra, không phải hoàn toàn bất tận, vì cuối cùng bà cũng làm xong bánh mì, và chúng tôi đã ăn chúng khi ngồi trên tấm mền ca-rô ngoài cánh đồng.

Đây mới là điều kỳ diệu: tuổi tác đã trả lại cho tôi giây phút hiện tại. Chỉ có tuyến thời gian là rút ngắn lại, nhưng khi điều đó xảy ra, tôi lại có cơ hội tốt hơn để đi vào thời gian sâu lắng. Chỉ cần vài giây để lướt qua tiếng động giữa hai chày đem trên bảng gỗ *han* mà vào khu vườn của thời gian vô hạn.

Đó là thiền định: thời điểm bước ra khỏi thời gian, đó là dẹp bỏ các hoạt động, chậm lại để hoàn toàn dừng hẳn. Trong khi tọa thiền, đầu tâm vườn của tôi có phóng điện cuồng từ cảnh nọ sang cảnh kia, ít nhất là tôi không hoàn thành bất cứ điều gì có ích lợi. Như *Tâm Kinh* đã dạy, “Không có chứng đắc, cũng không có gì để chứng đắc”.

Khi ngồi thiền rất dễ để không hoàn thành điều gì; thiền sinh ở bất cứ độ tuổi nào cũng làm được. Nhưng giờ khi tôi đã lớn tuổi hơn, tôi tập gần như không hoàn thành điều gì suốt cả ngày nữa. Nếu công phu tu tập này tiếp tục, bà hàng xóm kế bên có thể nghĩ là tôi đang hành thiền đứng trong sân sau trong khi thực sự là tôi đang lượm đồ phơi đem vô nhà.

Tôi thích giấu mặt trong mùi nắng của tấm trải giường treo trên dây trước khi gỡ nó xuống. Tôi thích tiếng cọt-két nhỏ của dây phơi đồ chạy qua cái ròng rọc sét ri khi tôi kéo thêm một cái áo gối thơm tho khác.

Tôi không nói rằng tôi đã sẵn sàng để rũ bỏ tất cả. Dầu *Tâm Kinh* có dạy như thế nào, tôi vẫn còn nhiều việc tôi muốn hoàn thành trên đời hơn là công việc giặt đồ; sau đó tôi muốn tiếp tục làm việc gì đó mới nữa, việc gì đó tôi

có thể làm với người khác để giúp thế giới hỗn loạn này. Tôi vẫn muốn tiếp tục làm việc - tôi sử dụng từ *làm việc* theo nghĩa rộng. Tôi biết là chậm lại, là một phương cách. Tôi phải để tâm đến nhịp độ tự nhiên của mình. Tôi cố gắng để mỗi việc cần bao lâu thời gian thì cứ để như thế, và tôi để cho quyền lịch công việc của tôi còn được những chỗ trống. Tôi đã đặt ra một quy luật cho riêng mình mà đa phần tôi giữ được: không gặp gỡ, không điện thoại, không thư điện tử trước trưa. Buổi sáng dành cho viết lách và nghiên cứu; buổi trưa tôi có thể xét bảng liệt kê những việc phải làm.

Giờ các tầng lớp thời gian ở trong tôi. Tôi nghĩ đến tầng lớp thời gian này như thời gian theo đường thẳng đứng, khi tất cả mọi thời gian đều đổ về giây phút hiện tại, ngược lại với thời gian theo đường chân trời mà ta thường thấy trên những bức họa đồ treo trên tường lớp học: ở bên trái là bắt đầu của cuộc sống của con người hai chân khi tổ tiên của chúng ta từ trên cây xuống bốn triệu năm về trước trong thời đại Pliocene, rồi sau đó, ở cuối của con đường dài, là thời đại Holocene hiện tại, trong đó loài người chúng ta có thể du hành qua Internet để nhìn xuống tuyệt ở các cực đang tan mà chẳng cần phải rời khỏi ghế ngồi. Tất cả đều ở trong tôi, trong giây phút hiện tại. Dầu tôi không nhớ rõ về những ngày thuộc thời đại Pliocene, thì thân này nhớ nó đã trèo từ cây xuống như thế nào, với cánh tay treo lơ lửng trên cành cây thấp nhất, rồi buông bàn tay đầy vết thương, rơi xuống đất cứng giống như một trái banh trong bao tay của người bắt bóng chày.

Khi người già lẫn lộn về các thể hệ, và gọi cháu trai bằng tên của em trai mình, thì không phải là họ sai đâu. Họ đang sống trong thứ thời gian sâu lắng mà Tào Động gọi là “thời điểm hiện tại”. “Mỗi lúc là tất cả có mặt, là toàn thể thế giới. Hãy quán chiếu ngay bây giờ nếu có chúng sanh nào hay thế giới nào không có mặt trong giây phút hiện tại”.

Tôi nghĩ thời gian giống như cảnh vật khi tôi đi trên tàu hỏa, và tàu hỏa chính là cuộc đời tôi. Tôi chỉ có thể thấy những gì bên ngoài cửa sổ tàu. Hôm qua đó là thành phố Naperville, của bang Illinois; bữa nay là vùng Grand Junction, của Colorado; ngày mai sẽ là Sparks, của Nevada. Tôi chỉ nhìn thấy từng mảnh đóng khung bởi cửa sổ con tàu, nhưng tất cả đều có ở đó ngay tức thì, tất cả những nơi chôn đó, cả châu lục đó.

Tôi đi thăm cháu gái Paloma của tôi lúc sinh nhật ba tuổi của nó; chúng tôi đến hồ bơi trong khu phố và chơi ở chỗ cạn. Cháu đổ những vại đầy nước lên đầu tôi, giả bộ như đang gội đầu cho tôi. Cô bé nhìn giống như cha nó lúc nhỏ, khi tôi ngồi trên nắp bàn toilet trong phòng tắm, trong lúc nó đang tắm, ngắm nó đổ đầy nước vào những chiếc ly nhựa, rồi xếp chúng thành hàng dọc theo bờ bồn tắm để cho Bạch Tuyết và Peter Pan tắm trong đó. Cái tôi ba tuổi cũng ở trong Paloma, khi vào một ngày mùa hè nắng nóng, tôi hứng đầy nước từ vòi nước bơm tay vào trong chiếc thùng cây trong vườn nhà bà tôi để “son” mấy chiếc ghế trong vườn. Cùng chơi với Paloma trong hồ tắm, tôi

đã không nghĩ đến những kỷ niệm về nước đã rất lâu xa một cách có ý thức; tôi không cần phải làm điều đó. Ngay khi Paloma chống ngược thùng nước đổ lên đầu tôi, thì *thời xa xưa* đó biến mất đi, mà những thời thơ ấu khác đó, những mùa hè khác đó, tràn ngập tôi, làm đắm ướt da tôi.

Trước khi rời hồ tắm, Paloma đến trước người cứu hộ đang ngồi trên chiếc ghế trên cao; nó đưa ba ngón tay lên và gọi, “Chú cứu hộ ơi! Con ba tuổi! Ba tuổi!” Ba tuổi cũng ở trong tôi. Tôi không thể ở nhiều hơn một chỗ trong cùng một lúc, nhưng tôi có thể ở nhiều thời điểm ở cùng một nơi.

Thời gian không phải là thứ tôi sở hữu; nó là thứ tạo ra tôi.

* * *

Chương 22

Cô Đơn Giữa Mọi Người

Suốt cuộc đời tôi luôn phải đấu tranh với cô đơn và nỗi sợ phải cô đơn. Với công phu tu tập theo Phật giáo, tôi dần đi đến chỗ hiểu biết rằng tôi không cô độc, ngay cả khi tôi một mình, ít nhất trên lý thuyết là thế.

Năm hơn sáu mươi tuổi, khi tôi được kỳ nghỉ không phải làm việc, tôi được có cơ hội đó. Cuối cùng tôi cảm thấy sẵn sàng để chuyển lý thuyết thành thực hành. Tôi quyết định sống một mình trong rừng suốt một tháng - trong một căn nhà gỗ nhỏ xây theo cách của dân bụi đời, trên một miếng đất do tôi và hai gia đình khác nữa làm chủ ở hạt Mendocino. Hai mươi lăm năm nay, tôi vẫn thường lên đó. Đó là một nơi rất thú vị để đến với người yêu của mình, nhưng tôi không bao giờ thích đi đến đó một mình vì nó quá vắng vẻ, và tôi luôn sợ phải đối mặt với sự cô đơn. Nhưng giờ thì tôi đã sẵn sàng. Tôi muốn khám phá ra ai có mặt khi không có ai ở đó trừ bản thân tôi.

Làm thế nào bạn thực sự biết mình đang sống, rằng bạn là một con người nếu không có ai ở chung quanh để nói, “Ừ, tôi biết ý anh là gì!” Hay hơn thế nữa, “Này! Bạn đang dẫm lên chân tôi đấy!” Vì thế đây là câu hỏi cốt lõi của tôi. Nếu một thân cây ngã đổ trong rừng, và không có ai nghe thấy nó...? Nếu một phụ nữ ngồi trong hiên nhà trong rừng sâu, và không ai thấy cô ...?

Phải đi hơn ba cây số trên con đường đất dốc cao lên núi mới tới được căn ca-bin. Ở đó không có điện, không điện thoại, không kết nối di động, không tủ lạnh. Có một lò đốt củi để sưởi ấm, và một lò đốt khí pro-pan để nấu nướng. Khung cảnh bên ngoài thật tuyệt vời. Người hàng xóm gần nhất cũng ở cách đây khoảng một cây số phía trên cao và làm việc tại thị trấn Willits, khoảng nửa giờ lái xe.

Chủ tâm của tôi là không gặp hay nói chuyện với ai suốt cả tháng. Có bao nhiêu lần, dù chỉ trong một ngày bạn có thể không gặp gỡ hay trò chuyện với người khác? Chuyện đó gần như không bao giờ xảy ra. Nhiều người thân không hiểu tôi đang giờ trò gì. Phản ứng đầu tiên của mẹ tôi là, “Con muốn làm thế để làm chi?” Ngay chính trong pháp hành của Thiên Tào Động, chúng tôi cũng không có truyền thống độc cư, như trong Phật giáo Tây Tạng.

Tôi đã chuẩn bị cho sự trải nghiệm này rất cẩn thận. Tôi đã nhờ người hàng xóm ở phía trên đường mang cho tôi ít thực phẩm tươi hai lần trong tháng đó, nhưng đa phần tôi ăn yến mạch, gạo, đậu, củ dền và khoai tây. Tôi cũng đã sắp xếp với Norman Fischer, đạo hữu, và cũng là

cổ vấn của tôi, làm đầu mối liên lạc cho tôi. Mỗi tuần một lần, để bản thân không cảm thấy hoàn toàn cô lập, và để gia đình biết là tôi đã không bị sự tử nui vờ chết, tôi sẽ lái xe hai mươi phút xuống đường và gọi cho Norman từ điện thoại công cộng ở trạm dừng chân trên Xa Lộ 101. Đó là thời điểm duy nhất tôi sử dụng xe và thời điểm duy nhất tôi trao đổi với một con người khác.

Em gái tôi đã tử tế để tôi mượn chú chó chân dài ngoan hiền, Satchmo, cho có bạn. Chú chó giống như một con nai, nhất là khi nó phóng trên sườn đồi qua những bụi cây manzanita. Tôi cần con chó với tôi vì có một chú gấu đã quần quanh căn ca-bin cả năm nay hay lâu hơn nữa; nó đã phá cửa vào nhà mấy lần, và ngốn hết tất cả thực phẩm, có lần con trai tôi đã bắt gặp nó khi đang trên đường ra nhà vệ sinh giữa đêm khuya. Nó kể rằng nó đã chiếu đèn pin thẳng vào mặt gấu, nên nó quay lưng, lẩn đi, nhưng tôi không thể hình dung mình có thể làm thế. Tôi sợ con gấu này dù nó không phải là loại gấu ăn thịt người. Tôi nghĩ là có Satchmo, tôi sẽ cảm thấy yên dạ hơn - và thực sự là thế. Quan trọng hơn nữa, nó còn là người bạn hiền lành, luôn ở cạnh tôi. Chúng tôi luôn tiếp xúc với nhau. Nhưng tôi vẫn còn phải chấp nhận sự thật rằng mình là một sinh vật nói tiếng Anh duy nhất ở quanh đây.

Tôi không mang theo đồng hồ, vì tôi muốn khám phá thời gian một cách khác. Tôi muốn được ở trong giây phút hiện tại càng nhiều càng tốt. Tôi đang được xa rời thời khóa biểu hằng tuần trước mắt, xa rời cuộc sống luôn chạy

từ cái hẹn này đến cái hẹn khác, lo lắng sợ trễ hẹn. Tôi muốn được trải nghiệm việc thức dậy khi tôi muốn, ăn khi tôi đói, và vào giường khi tôi buồn ngủ. Tôi không muốn biết thời gian qua chiếc đồng hồ.

Tôi đã phát triển một thông lệ. Tôi thức dậy, và dẫn Satchmo đi bộ. Sau đó tôi hành thiền độ tàn một cây nhang. Tôi ăn sáng, rồi trải qua buổi sáng đọc sách và viết lách. Tôi có mang máy vi tính cá nhân theo, cùng với linh kiện để nạp pin từ bình điện xe bằng cách cắm nó vào chỗ đốt hột quẹt. Khi bụng tôi báo cho tôi biết đã đến giờ ăn trưa thì tôi ăn trưa, và vào các buổi chiều tôi làm một ít việc khác. Tôi ngạc nhiên khám phá ra mình thích cura các bảng gỗ làm giá sách, dọn dẹp đường sá, sửa chữa băng ghế, chất gỗ đốt lò sưởi. Sau khi mệt nhoài, tôi sẽ ngồi ở hàng hiên ca-bin, uống một tách trà đen với mật và sữa bột.

Hàng hiên này là buồng lái của con thuyền của tôi, ngó ra một thung lũng đến những dãy núi ở phía bờ bên kia, từ nơi đó tôi chống chọi, lèo lái để đi qua đến tháng Chín. Thời tiết thật hoàn hảo cho cuộc hành trình: ban ngày ấm nhưng không quá nóng, ban đêm mát mẻ nhưng không quá lạnh. Sau khi uống trà, tôi và Satchmo lại thực hiện cuộc đi bộ buổi chiều.

Xế chiều, tôi trở về lại chỗ ngồi ngoài hàng hiên đọc sách cho đến khi trời tối không còn thấy chữ nữa, thì tôi vào nhà và ngồi thiền đến tàn một cây nhang khác nữa. Sau đó tôi ăn tối.

Nhưng sau buổi ăn tối tôi không biết phải làm gì. Đồi

khi tôi đọc sách hay đan móc, hay tự học đàn ghi-ta bốn dây của Hạ Uy Di. Tôi có một số công việc phải làm. Nhưng thực sự, tôi thấy mấy cây đèn dầu không tạo ra được sự năng động trong tôi để tôi có thể bắt tay làm việc gì đó một cách hứng thú. Tôi để buổi tối qua đi. Trời thật tối và có nhiều âm thanh lạ - tiếng cào trên mái nhà, hay tiếng Satchmo gầm gừ gì đó. Nên tôi đành đi ngủ.

Tôi cũng biết tự chăm sóc bản thân. Tôi thu nhặt củi và chặt củi để dành khi trời lạnh. Tôi phải chỉnh mực nước đúng lúc khi bồn nước bị rỉ, nên tôi rất tự hào về bản thân vì đã tìm ra cách làm điều này. Mỗi ngày tôi chuẩn bị ba bữa ăn cho mình, vì tôi sử dụng loại thực phẩm phải được nấu, nên khi tôi làm món súp đậu lăng đen thật hấp dẫn, tôi suy nghĩ, “Chắc là phải có ai đó ở đây, nếu không tại sao tôi nấu món súp đậu lăng đen này cho bà ta?” Tôi là con người. Tôi cần được ấm. Tôi cần có nước. Tôi cần ăn. Tôi đã quen chăm sóc người khác, nhưng không ngờ công việc chăm sóc bản thân cũng không tồi, tuồng như có một du học sinh, đó là tôi, đã đến ở với tôi một tháng. Tôi nhận ra là cô ta đáng được chăm sóc, có thể hơn cả tháng cũng được.

Thời gian khó chịu nhất đối với tôi là mỗi ngày lúc trời chạng vạng tối. Kể từ khi còn bé, tôi đã cảm thấy cô đơn lúc trời chạng vạng. Có một điều gì đó về khoảng thời gian giao thoa này, khi không còn là ngày nữa nhưng cũng chưa là đêm. Ngày đang trên giường chờ chết - tôi đã quan sát khi nó nằm xuống trên những dãy đồi nâu. Và ở trên đó, một mình, đó là cái mà tôi gọi là căn bệnh chạng vạng

đã trùm phủ lấy tôi. Tại sao tôi chỉ có một mình? Tôi không kiểm soát được mình; cảm giác đó ủa đèn như một vị khách không mời. Dầu chúng khác nhau về mức độ nhưng luôn có vị đắng cay lúc cuối ngày. Các loại côn trùng cất tiếng - châu chấu? dế mèn?- để tiễn ngày qua; chào đón, bóng đêm. Tôi cố gắng để nắm bắt giây phút đó khi chúng bắt đầu dàn nhạc klezmer¹³ của chúng nhưng tôi luôn lỡ dịp. Khi tôi bắt đầu nghe chúng, thì chúng đã cất tiếng ca rồi, giống như ngôi sao đầu tiên, luôn đã chói sáng. Tôi không có ai ở bên cạnh “lúc ngày tàn” như người ta thường nói. Tôi cũng đã cố gắng tránh căn bệnh chạng vạng đó, đã có thể lên dây chiếc radio, lắng nghe đài KMUD ở Garberville, nơi những người dân quê phản văn hóa luôn chống đối Bush¹⁴, nên cũng có thể mang đến chút ấm lòng. Nhưng khi chiếc radio-lên-dây đã tê liệt - nó chỉ là một phương tiện để lấp chỗ trống. Nên tôi đành ngồi xuống trên chiếc ghế tròn đen trên gác xếp để đối mặt với chạng vạng. Tôi nhất quyết sẽ ngồi đó cho đến tối. Qua cửa sổ lớn, tôi ngắm nhìn ngày chịu thua bóng đêm. Nơi bầu trời giáp đường dãy núi Yolla Bolla, tôi nhìn thấy một màu sắc không thể đặt tên, giữa xanh và hồng. Người tôi rũ xuống khi ánh sáng mặt trời đã tắt, và cuộc đời của tôi dường như cũng phai mờ theo với ngày qua - tất cả những gì tôi yêu thương đã không còn; tất cả những gì tôi làm đều hư hoại. Bóng đêm bao trùm cây cối, từng

¹³ Một loại dụng cụ âm nhạc truyền thống của người Do Thái.

¹⁴ Bush: Tổng Thống Mỹ lúc bấy giờ.

chiếc lá một. Và tôi vẫn còn ngồi đó, soi rọi tâm mình. Tôi đã chọn lựa để đến Shimmins Ridge một mình, giống như một tăng sĩ trong sách Trung Hoa. “Cái gì thế này?” tôi gào lên. “Cái gì đây?”

Cuối cùng thì thời khắc chạng vạng cũng qua đi. Tôi trèo xuống trên những bậc thang dốc, đốt đèn lên, ăn cơm, đậu ở thời điểm không còn là lung chừng, thời điểm đơn giản chỉ là đêm.

Chiều này sang chiều khác, tôi đã ngồi đó với nga quý của tôi, thốt lên câu hỏi: Cái gì đây? Cuối cùng, tôi nhận ra nó không là gì cả. Nó bình thường. Tôi bắt đầu tin rằng mình đang ở trong vòng tay của Phật.

Khi những ngày yên ắng qua đi, và tôi bắt đầu quen với khung cảnh chung quanh, thiên nhiên đã giúp tôi hiểu rằng tôi không chỉ một mình. Dơi, chim cú, chim gõ mõ, nai luôn ở chung quanh. Khi các chú dế hòa ca và cây lá thắm thì, bạn cảm nhận được nhịp đập của cuộc sống đang lướt qua bạn. Ngay cả chú rắn chuông đang cuộn mình trên mặt sàn tắm ngoài trời dưới ánh nắng mặt trời cũng mang chút hơi hám thân thiện khi nó đe dọa tôi trước khi lần mình trốn vào đồng củi.

Một buổi chiều khi tôi đang ở ngoài hàng hiên tập yoga. Tôi đang cảm thấy mạnh mẽ, sáng khoái, an lạc một mình, nhưng tiếng máy bay ồn ào cứ gầm rú trên đầu. Tôi rất yêu thích sự tĩnh lặng của nơi này, và tôi bực bội với những sự khuấy phá bất thường. Khi cuối cùng tôi ngược lên quan sát, tôi thấy có một cột khói khổng lồ đang tạt về hướng tôi từ thung lũng bên dưới. Tôi sững sờ nhận ra

rằng có một đám cháy rừng ở gần bên, và đó là những chiếc phản lực cứu hỏa.

Tôi không thể đoán đám cháy ở đâu vì cây rừng, nhưng dường như khói từ thung lũng nhỏ bé ngay dưới con đường đất bay lên. Tôi cảm thấy lo ngại. Nếu đám cháy ở dưới đường Covelo, nó có thể xé đường lên núi qua đám cây khô trong nháy mắt, và tôi và Satchmo sẽ tàn đời. Vì thế chúng tôi leo lên xe để chạy xuống đồi, xem tình hình. Nhưng chiếc xe không chịu khởi động - bình điện xe đã chết! Giá mà tôi đậu xe trên dốc thì tôi đã có thể cho nó vào số hai, rồi đổ dốc cho đến khi máy xe khởi động, nhưng tôi lại đậu xe vào một chỗ khuất xa đường.

Lúc đó tôi hoảng loạn. Tôi nhớ đến đám cháy Oakland, nơi nhiều người chết vì không thể đi xuống khỏi đồi Oakland. Tôi đã nghĩ: gia đình và bạn bè sẽ rất bực tức nếu tôi bị chết cháy vì tôi đã làm tiêu hao bình điện xe vì cái máy tính cá nhân!

Biết là người hàng xóm ở trên dốc đường làm việc dưới thị trấn, nên Satchmo và tôi đi bộ đến nhà của người hàng xóm gần nhất kế tiếp, khoảng một cây số rưỡi dưới đường, nhưng ông ấy cũng không có ở nhà. Có lẽ tôi là người duy nhất sống ở Shimmins Ridge. Chúng tôi tiếp tục đi hơn cây số nữa xuống tận cùng con đường đất, và lúc đó thì nhìn đám khói, tôi biết rằng đám cháy ở phía bên kia đồi. Hú hồn! Tận cuối đường, trên con đường tráng nhựa, tôi thấy một số hàng xóm có mặt ở nhà - ở thôn quê, hàng xóm cách xa nhau ba, bốn cây số - và những người hàng

xóm không có mặt ở nhà cũng có mặt ở đây, tất cả họ đang ngồi uống bia vào một buổi trưa trong tuần.

Họ bảo tôi đừng lo về vụ cháy - họ đã lên internet xem và biết là nó ở phía bên kia xa lộ. Tôi nói với họ bình điện xe tôi bị cạn, nên một trong mấy người thanh niên đó nói sẽ cho tôi quá giang trên chiếc xe hàng của anh ta lên đồi và giúp tôi khởi động lại xe. Họ mời tôi uống nước, và chúng tôi ngồi trò chuyện khoảng nửa tiếng đồng hồ, không ai nhắc gì đến chuyện cho tôi quá giang xe. Tôi cũng không hỏi, “Khi nào ông có thể giúp tôi khởi động xe?” Tôi không vội vã. Mà dường như ai cũng thế. Tôi chưa bao giờ thấy chim ruồi nhiều như thế ở một chỗ, bay vùn vụt quanh mấy chục người cho chim ăn, nên tôi đã quán sát họ. Cả hai tuần nay tôi không tiếp chuyện với ai, nên đầu gì tôi cũng ở trong một trạng thái khác. Tôi bằng lòng chờ đợi. Nhưng tôi ngạc nhiên bởi việc, nếu ai đó trong thành phố, ở Berkeley chẳng hạn, nếu họ nói sẽ giúp đẩy xe cho bạn, họ sẽ không ngồi đó chuyện vãn gần nửa tiếng đồng hồ như chưa hề nói sẽ giúp bạn. Cuối cùng người thanh niên nói, “Thôi, đi thôi”, rồi anh ta chở tôi và Satchmo lên đường trong chiếc xe hàng, và khởi động xe cho tôi.

Một trải nghiệm đáng xấu hổ. Tôi đang cảm thấy quá đỗi tự hào về việc mình là người phụ nữ tiên phong khi có thể tự chăm sóc trong chốn hoang vu. Tôi đã rất bức bối với mấy chiếc máy bay - những biểu thị của sự ô nhiễm công nghệ này. Rồi bỗng nhiên mọi thứ đảo lộn, và tôi

nhận ra rằng ngay khi ẩn tu trong rừng, tôi cũng hoàn toàn bị đan xen vào trong tâm thức của xã hội loài người. Tôi cảm thấy hàm ơn việc Bộ Kiểm Lâm có các máy bay để dập tắt những cuộc cháy rừng, và việc có những người thân thiện sống cuối con đường đã giúp tôi khởi động lại xe, và tôi thấy rằng cả việc ẩn tu của tôi cũng dựa trên nền tảng của lòng tử tế của con người và xã hội loài người.

Gần cuối cuộc tạm trú của mình, tôi lại rơi vào những cơn cô đơn trầm trọng. Khi điều đó xảy ra, tôi bỏ ca-bin trong một ngày rưỡi để đi dự lễ truy điệu của một người bạn thân với gia đình. Tôi trả Satchmo về nhà em gái ở Berkeley, rồi cùng với người thân đến viếng người đàn ông đã cống hiến cả cuộc đời dài của mình cho nghệ thuật và gia đình. Sau đó, tôi lại lái xe về phương bắc, lần này không có chú chó, để hoàn thành tuần lễ cuối cùng trong chuyến ẩn tu của mình.

Khi trở về lại căn ca-bin buổi chiều đó, tôi hoàn toàn sụp đổ. Tôi lại chỉ có một mình, không có cả chú chó Satchmo làm bạn. Trời chạng vạng tối, và tôi đã quên tôi đang làm gì ở đó. Tôi so sánh cuộc đời mình với người bạn vừa mất - ông luôn sáng tạo nghệ thuật, luôn yêu thương và gắn bó với gia đình. Tất cả những nỗi sợ hãi tôi tệ nhất và tất cả những ân hận của tôi về việc chỉ có một mình lại bùng lên trong tôi, và tôi đã nghĩ chắc là tôi không thể vượt qua tuần lễ cuối cùng này. Tôi ngồi xuống tọa thiền, và tôi đã khóc. Sáng hôm sau, vẫn còn khóc, tôi đã đi bộ, tôi đã thiền, tôi đã nấu súp đậu lăng, và dọn dẹp

mấy bụi cây. Khi tôi ngồi trong lúc chạng vạng của buổi chiều hôm ấy, nhìn ra cây sồi sáng chói trong ánh nắng cuối cùng, tôi tự nhắc nhở mình về những gì Norman đã nói trong cuộc trò chuyện cuối cùng qua điện thoại. Người ta cảm thấy buồn bã khi ngày qua đi là điều tự nhiên, và khi phải chia lìa với người thân thương người ta buồn bã cũng là điều tự nhiên. Vô thường là khổ, nhưng khi tôi tự dằn vặt mình với sự tiếc nuối, là tôi tự đánh cắp cuộc sống mà tôi đang sống ngay hiện tại: đám rêu trên cành cây sồi, tiếng dế kêu, mùi súp đậu lãng đàng nấu trên lò. Tôi cảm thấy... một chuyển động, một nhắc nhở, một tiếng lách cách vào khớp. Những ngày sau đó, cơn sốt cô đơn của tôi vỡ òa, và tôi trở lại là tôi lần nữa.

Một buổi sáng khi tôi vừa trở về từ một cuộc đi bộ khá xa, tôi nhìn lên trời và kia là mảnh trăng khuyết, vừa vơi đầy, với một bên bị thời gian qua đi gặm dần bớt, đang lơ lửng trong bầu trời xanh sáng trên những cây thông. Bỗng nhiên tôi nhận thấy đó là mặt trăng đẹp nhất mà tôi từng thấy. Tôi cảm thấy dường như trăng đang mở hội và đang mời tôi đến dự.

Giờ tôi tin là tôi bình thường trong cái cách mà trước đây tôi không tin là như thế. Giờ khi cơn bệnh chạng vạng lại đến, và tôi chắc là nó sẽ còn đến, tôi hy vọng là tôi sẽ biết, dầu trong nỗi buồn đau đó, rằng tôi cô đơn giữa mọi người.

* * *

Chương 23

Bao La Cõi Đời

Mỗi sáng, tôi nguyện hàm ân vì món quà cao quý được sinh làm người. Đó là một món quà lớn, nó bao gồm rất nhiều thứ mà tôi chẳng bao giờ thực sự mong mỏi vào ngày sinh nhật của mình. Một số món trong gói đồ đó tôi ước là mình có thể đổi một kích cỡ hay màu sắc khác. Nhưng tôi muốn khám phá xem được làm người có ý nghĩa gì - sự tò mò của tôi vẫn rất cao độ ngay cả khi tôi đã có tuổi hơn -vì thế tôi cảm ơn về tất cả mọi thứ. Tất cả trọn gói.

Vào thế kỷ thứ mười ba ở Nhật Bản, Thiền sư Dogen viết, “Đạo cơ bản là hoàn hảo và bao trùm vạn pháp”. Tôi đã có mặt trong đó. Tất cả chúng ta đều ở trong đó; chúng ta được tạo ra từ đó.

Khi cháu gái của tôi được hai tuổi, tôi đến thăm gia đình và cháu ở bang Texas. Lúc đó cháu chưa có nhiều khái niệm về việc sự vật phải như thế nào, hay điều gì phải

xảy ra kế tiếp. Cháu vui vì được sống. Một buổi chiều kia khi tôi đang trông cháu, và công việc của tôi là phải đánh thức cháu dậy khỏi giấc ngủ trưa. Tôi đang đọc sách ở phòng bên cạnh, tôi biết cháu đã thức giấc khi tôi nghe cháu nói chuyện với chú gấu bông của mình. Tôi bồng cháu và chú gấu ra khỏi nôi, rồi đi xuống lầu. Trong khi tôi chuẩn bị món ăn nhẹ gồm bánh lát và phô-mai cho cháu, thì cháu nhảy múa quanh một trái banh tím ở giữa phòng, hát một bài đồng dao con trẻ mà cháu đã học được ở lớp mẫu giáo: “Nhảy quanh hoa hồng, túi đầy các tràng hoa, tàn tro, tàn tro, chúng ta tất cả đều lụi tàn”. Rồi cháu ngồi thụt xuống sàn - *bup!*- cười vang. Cô bé hoàn toàn có mặt, hoàn toàn vui vẻ. Thực ra bài đồng dao cháu đang hát là một bài hát rất cổ xưa về một trận dịch, và câu cuối cùng về tro, ám chỉ sự hoại diệt của chúng ta. Nhưng cháu không quan tâm về điều đó.

Trong một công án đầy chất thơ, thiền sư Dogen đã viết, “Cá lội trong biển, dầu có lội bao xa, cũng không ra khỏi nước. Chim bay trên trời, dầu có bay bao xa, cũng không hết bầu trời”.

Khi tôi đau khổ vì điều gì đó trong cuộc đời, tôi nghĩ: “Không được, cuộc đời này không đúng như tôi muốn, tôi phải tìm một góc cạnh nào đó, để nhảy ra khỏi hàng rào cuộc đời này vào một cuộc đời khác”. Nhưng đó không phải là phương cách. Cuộc đời tôi bao la. Tôi không thể tìm được góc cạnh của nó, cũng giống như con cá ngoài biển khơi hay chú chim trên bầu trời. Không có cách gì

thoát ra khỏi cuộc đời này, biên rộng này, bầu trời này, ngoài trừ cái chết. Nếu tôi cố gắng dời đổi biển khơi, tôi sẽ chẳng bao giờ có thể tìm được con đường hay nơi chốn của tôi - không có chỗ nào khác để có mặt ngoài trừ nơi đây, trong sự bí ẩn thâm sâu của nó.

Chuyện là chỉ mấy ngày sau chuyến viếng thăm cháu gái, tôi đến thăm một người bạn cũ đã ngoài tám mươi, đang sống trong khu dành cho những người già cần sự hỗ trợ trong cuộc sống. Ông là một tu sĩ Thiên Chúa giáo, người đã dành trọn cuộc đời để sống đơn độc và tu tập. Ông đã nghiên cứu nhiều truyền thống tâm linh, kể cả Thiên, và ông là một trong những vị nâng đỡ tinh thần lớn của tôi. Nhiều năm qua, ông đã thường trao đổi với tôi về sự cầu nguyện, sự huyền bí và những thắc mắc, hoài nghi về tâm linh qua thư từ, hay những cuộc gặp mặt trao đổi. Thể chất ông không được tốt, ông rất yếu, phải thở máy, phải ngồi xe lăn, nhưng tâm trí vẫn tinh táo.

Ông nói với tôi, “Tôi không nhớ, nếu mình đã chết trong quá khứ, nhưng tôi nhận ra được những gì đang xảy ra - đó là nơi tôi sẽ đến”. Nhiều năm trước, ông đã nhờ một người thợ mộc mà ông quen, làm cho ông một chiếc quan tài. Nó ở ngay trong căn phòng nhỏ của ông, giống như một người bạn cùng phòng, một kẻ nhắc nhở, làm bạn với ông. Ông ngồi ở bàn và nhìn cây đào qua cửa sổ, quan sát những chiếc lá rơi rụng, rồi lại đâm chồi. Ông đã quan sát các mùa, cả vũ trụ trong cây đào đó. Ông đọc, ông cầu nguyện, thỉnh thoảng tiếp khách. Giống như cháu gái của

tôi, ông hoàn toàn có mặt với cuộc đời mình. Giống như con cá của ngài Dogen, ông bơi lội trong đại dương của mình, dầu ở trong căn phòng nhỏ bé này, chúng cũng không hề thiếu nước. Vài phút giây sau khi tôi bước vào phòng, ông nói với tôi về Isaac của Ninevah, một vị ẩn sĩ người Syria, thuộc thế kỷ thứ tám, tác giả của các tác phẩm mà ông đang đọc khi tôi đến.

Giống như cháu gái tôi, ông cũng đang hát bài ca nhảy múa quanh đám hoa hồng, trong phiên bản của mình, nhảy múa cho đến khi ông ngã quỵ và biến thành tro bụi. Giữa đứa bé đó và ông lão có một khoảng cách của tám mươi năm - và phần đông chúng ta, những thế hệ lưng chừng, tự trói buộc mình vào trong những khúc mắc về những thứ chúng ta muốn mà không có, và những thứ chúng ta có mà không muốn. Chúng ta chạy loanh quanh cố gắng sửa chữa nhiều thứ, trong cuộc sống riêng của mình, và trong cuộc sống của trái đất này. Việc chúng ta làm là điều tốt, vì trách nhiệm của chúng ta là phải sửa chữa sự việc; thí dụ chúng ta phải sửa chữa ống nước. Cháu bé và ông lão không thể sửa chữa ống nước. Họ cần chúng ta chăm sóc cho họ, nhưng chúng ta cũng cần đến họ, để nhắc nhở chúng ta rằng mọi thứ đều đã được sửa chữa.

Tôi thích nghĩ về việc chúng ta hoàn toàn được bao bọc bởi không khí như thế nào, một cách cụ thể. Không khí bao bọc thân ta, vào ra trong phổi ta, không phải là không có gì. Nó đẩy các phân tử, và nó lấp đầy các lỗ hổng, các nứt rạn giữa chúng ta và những người và vật

khác ở quanh ta: đồ đạc, vách nhà, cây cối bên ngoài, các dãy nhà. Không có nơi nào là không gian trống vắng. Không khí loãng tạo không gian cho chúng ta, để mỗi chúng ta sống trong một không gian bằng đúng kích cỡ của mình. Không khi chuyển động nhẹ nhàng theo chúng ta khi ta di chuyển. Giống như các loại đá mềm mà ta có thể tìm được trên những bãi biển ở miền Bắc California, có những con vật thân mềm thật nhỏ bé sống bên trong, trong những lỗ hổng chúng tự tạo ra. Tất cả chúng ta đều kết nối với nhau, trên từng phân tử. Tôi được bao bọc bởi tất cả những gì không phải là tôi.

Khóa tu thiền mà tôi dự gần đây nhất ở bên cạnh bờ biển. Tôi thường ngồi, lắng nghe tiếng sóng vỗ. Tiếng sóng là âm thanh hơi thở của biển. Nó không bao giờ bình yên. Đôi khi biển quá ồn ào, xao động đến nỗi tôi đã ao ước một chút yên lặng, nên tôi lắng nghe sự im lặng giữa các làn sóng, nhưng ngay khi một làn sóng vừa lui khỏi bờ, đuôi cát trở xuống biển, trở nên nhẹ nhàng, nhẹ nhàng hơn, ngay trước khi nó bắt đầu im lặng, thì làn sóng kế tiếp đã luôn đánh tới. Biển không bao giờ dừng thở vì nó đang sống. Khi tôi ngồi trên gối thiền, trong thiền đường, theo dõi hơi thở. Tôi cũng theo dõi hơi thở của biển, và tôi bắt đầu thở theo nhịp điệu của biển.

Âm thanh của biển là âm thanh của thời gian thoáng qua, âm thanh của từng khoảng khắc này sang khoảng khắc khác. Ngay như khi tôi không ngồi cạnh bờ biển, từng làn sóng đời của tôi vẫn dồn dập đuổi theo nhau, mà không hoàn toàn có sự tĩnh lặng giữa các làn sóng.

Tôi thường khẩn nguyện: “Pháp môn vô thượng, thể nguyện học”. Tôi sẽ buông mình theo giây phút kế tiếp, và giây phút kế tiếp đón nhận tôi. Và tôi chỉ cần bước qua đó.

* * *

TRI ÂN

Tôi hàm ân các biên tập viên tại Nhà Xuất Bản (NXB) Shambhala như: Dave O'Neal, là người đã khuyến khích tôi viết quyển sách này trước tiên và Emily Bower, với những sự góp ý tinh tế, đầy tính hỗ trợ của cô đã giúp tôi hình thành quyển sách.

Cũng xin cảm ơn Ellery Akers, Sarah Balcomb, Mary Barrett, Andrew Boyd, Susan Butler, Louise Dunlap, Barbara Gates, Fanny Howe, Bonnie O'Brien Jonsson, Linda Norton, Susan Orr, Bob Perelman, Nora Ryerson, Prue See, Barbara Selfridge, Gail Seneca, Francie Shaw và Jeff Sharlet về những đề nghị trong biên tập.

Cảm ơn các thành viên trong Hội Lão Bà của tôi, Melody Ermachild Chavis, Annette Herskovits, Cheeta Llanes, và Judith Tannenbaum, vì đã trao đổi với tôi một cách nghiêm túc về vấn đề lão hóa, và cảm ơn tất cả những người bạn và thân quyến khác vì đã tham gia vào cuộc đối thoại không có hồi kết này.

Cảm ơn Trung tâm Blue Mountain, Tu Viện Glenstall, Thư Viện Công Cộng Berkeley vì đã dành cho tôi những chỗ ngồi lý tưởng để viết lách.

Susan Moon

PHƯƠNG DANH QUÝ PHẬT TỬ HÙN PHƯỚC

ÁN TỔNG SÁCH

Thế là Già (This Is Getting Old)

Tác Giả: Susan Moon

Bà Nguyễn T.Ngọc Sương PD Chúc Minh, TX USA.
Bà Trần Lê Hằng, France Cầu An Ba Má: Ông Lê Văn Quyền (1950) & Bà Tạ Kim Lan (1949), Hội Hướng Bà Nội Nguyễn Thị Đàng mất mừng 2.4.2012 AL được Vãng Sanh Cực Lạc. Hội Hướng ba má chồng: Ông Trần Văn Cao vãng sanh 11.12 Ất Mão, và Bà Lê Thị Ba vãng sanh 2.11.1995 AL.
Cathy Ly Chopinaud, France Cầu An cho chị Lâm Thị Ngọc Liêng-Diệu Hòa (1930). Hội hướng cho cha mẹ: Ông Lý Thành Long & Bà Phan Thị Sum. Hội hướng hai cháu: Lý Mộng Thu & Nguyễn Văn Ba.
Chơn Đăng Lý Thu Lan, TX USA.
Đình Thị Oanh, VN.
Du Lịch Lam Sơn, TP Mỹ Tho, Tiền Giang, VN.
Dũng Vân Lê, Canada
GD Anh Chị Quốc Sứ & Thanh Nga Nguyễn, CA USA.
GD Bà Hồng Thị Nhơn, Việt Nam.
GD Bà Lâm Thị Liễu, VN.
GD Bà Lê Thị Lang, VN.
GD Bà Ma Thị Nhung, VN.
GD Bà Nguyễn Thị Vinh, VN.
GD Bà Trần Ngọc Lan, VN.
GD Bích Vân Amanda Phan, TX USA.
GD Ông Ma Bản, VN.
Hứa Kim Hoa, TX USA.
Huệ Phúc, TP Mỹ Tho, Tiền Giang, Việt Nam.
Kathy Trần & Hùng Nguyễn, CA USA.
Kim Ngân, CA USA.

Khánh Hạnh, Canada.
Lê Thị Huệ Hội Hương HL Lê Trung Thành, Suisse.
Lê Văn Lý, CA USA.
Lý Kim Thanh, CA USA.
Lý Nam Thanh & Thanh Tuyền, CA USA.
Ma Hoàng Thắng, VN.
Ma Văn Bi, VN.
Ma Văn Lợi, VN.
Mai Xuân Hiền, Canada.
Maryse Hội Hương HL Cha Nguyễn Hữu Trí.
Minh Giải Lê Văn Trí & Louis Umphenour, CA USA.
Mỹ Phương Trần, TX USA.
Ngọc Diệp, Canada.
Nguyễn Bích Thủy, CA USA.
Nguyễn Thị Mai, FL USA.
Nguyễn Thị Sáu Và Các Con, France.
Nguyễn Tô Nga, France.
Nguyễn Trung Hiếu, AZ USA.
Paul Nguyễn PD Thân Quang & Sandy Sy PD Thân Hòa, OK USA
Phan Bình, Việt Nam.
Phú Lâm & Thu Thủy Lê, TX USA.
Thanh Bình, Canada.
Trần Loan Anh và Gia Đình, Việt Nam.
Võ Ngọc Thuận-An Tuệ, Việt Nam.
Vũ Lâm Quế Anh PD Thường Nhân, Việt Nam.
Vũ Minh Khôi PD Nguyễn Khánh, TX USA.
<i>Diệu Liên Lý Thu Linh, Việt Nam Hội Hương Cửu Huyền Thất Tổ, Cha mẹ hiện tiền & nhiều kiếp trong quá khứ.</i>
<i>Phần phước báu cao thượng do sự Pháp thí này, Xin hồi hướng đến tất cả, đệ tử & chúng sanh. Điều Trọn thành Phật Đạo.</i>

Susan Moon

Thế là Già!

Chịu trách nhiệm xuất bản:

BÙI VIỆT BẮC

Biên tập: Thế Vinh

Sửa bản in: Quỳnh Trang

Trình bày: Quảng Tâm

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

A2 - 261 Thụy Khuê - Tây Hồ - Hà Nội

ĐT: 08044806 - Fax: 08043538

In lần thứ nhất 1000 quyển, khổ 14.5x20.5 cm, tại Cty TNHH 1 Thành viên in Ng ười lao đ ộng, 195 Lê Quang Sung, Q.6, TP.HCM.

Giấy phép xuất bản số: 1330-2012/CXB/19-41/HĐ, cấp ngày 06-11-2012. In xong và nộp lưu chiểu tháng 12 năm 2012.