

Nữ Thiền sư Phật giáo tại Hoa Kỳ

Nguyên tác: **Buddhist teachers in America**

Tác giả: *Lenore Friedman*

Dịch giả: *Tỳ khưu Thiện Minh*

[08]

Thiền Sư Karuna Dharma

*Trên vỉa hè đường phố Lô-Giang
Mười gót chân lặng lẽ dần bước.
Năm bóng áo cà sa vàng lả lướt
Chùa phía trên sân rộng thênh thang.
Vang vọng tiếng hát trong thỉnh lặng
Trên Bàn thờ, ánh sáng lung linh, nào hoa nào lá.
Tượng đức Phật vàng óng nở nụ cười.
Giữa đám đông một đoàn người Châu Á
Một cụ già, ôm chặt đứa cháu thơ.
Người đàn ông mảnh khảnh sụp lạy xá
Dâng đóa hương lên tận mắt ngang tầm.
Lên đức Phật và vội nhập đám đông.*

*Phía bên ngoài là bày trẻ lao xao.
Những cánh tay trần khăng khiu lộ rõ
Hàng trăm khuôn mặt hớn hở vui tươi.
Áo choàng trắng, giày da sạch sẽ
Một đám trẻ riu rít tựa chim quỳên
Trên đụn cát, yên tĩnh, yên tĩnh.
Rồi quanh đó một Karunna rảo bước
Karunna người Âu đầy chân chất.
Trong chiếc áo dài phụ nữ Việt nam
Rồi toàn bộ đám trẻ vẫy tay chào
Karunna một người hùng bất khuất*

*Bọn trẻ lú lo rên vang thật lễ phép
Cánh tay vẫy gọi tên "Karunna"
Lồng ngực chúng phập phồng phẩn khởi
Tung cánh bay cao khắp phương trời
Người chứng kiến buột vội tiếng kêu.
-- Lenore Friedman*

Đọc theo Đại lộ Los Angeles, hai hàng dừa cao xếp hàng thẳng tắp, lấp ló rất nhiều nhà hai tầng kiểu cổ đẹp tuyệt trần với mái cong sơn phết rực rỡ, thảm cỏ chăm sóc kỹ lưỡng và một cánh vườn san sát bên nhau tạo thành một thứ công viên riêng tư trong đó bọn trẻ đang đùa giỡn cùng với bầy chó, mèo và loáng thoáng mấy vị sư đầu cạo nhẵn xúng xính trong bộ áo cà sa màu vàng. Đó chính là Trung Tâm thiền Phật giáo quốc tế (International Buddhist Meditation Center). Được thành lập vào năm 1970 do một học giả Phật giáo người Việt Nam và cũng là thiền sư Phật giáo thiền định (Zen). Kể từ sau khi ông viên tịch vào năm 1980, trung tâm đặt dưới sự điều hành của người đệ tử thân cận nhất và cũng là người được chọn thừa kế Phật pháp của ông. Một trong những căn nhà đã được chuyển thành một phòng hành thiền đầy màu sắc với một tượng Phật vàng trên bàn thờ. Cho dù đã có những buổi hành thiền qui định vào buổi sáng và buổi chiều, người ta cũng có thể đến ngồi thiền vào bất kỳ lúc nào trong ngày. Qua phố bên kia, bước lên một cầu thang dẫn đến cửa chính điện, tại đó là nhà ở và phòng làm việc của Karunna. Trong cuộc viếng thăm Trung Tâm IBMC, tôi đã nghỉ ngơi ngay trên sàn nhà phòng nhỏ dành cho các thiền sinh đối diện với phòng hành thiền. nhưng những giờ đi bách bộ lại được thực hiện phía bên kia đường, ngay phía trên dãy bậc thang rộng.

Trách nhiệm và lịch trình của Karuna khít khao dễ sợ. Nhưng bà vẫn bỏ ra một khoảng thời gian khá dài để tiếp chúng tôi. Bà đã báo cho một số người chính yếu trong trung tâm không được gây gián đoạn cuộc phỏng vấn. Thế nhưng điện thoại vẫn cứ reo liên tục. "Tôi đang thực hiện phỏng vấn được nửa chừng - chúng ta sẽ gặp sau được không?" Bà nhắc lại nhiều lần như thế. Nhưng rồi dù muốn hay không bà vẫn phải thực hiện những cuộc trao đổi ngắn. tôi hiểu bà đang tham gia nhiều sinh hoạt rất

đa dạng (từ việc xử lý văn bản, đến những công việc chỉnh trang thành phố đang gặp khó khăn trong xây dựng) một lát sau lại là một chính trị gia lỗi lạc. (Ô-hô. Gớm, ông biết đó, hẳn có lý đấy. Rất có thể chúng ta lợi to nếu tham gia vào vấn đề đó.); tiếp đó, lại một người bị bệnh và nôn mửa cần tư vấn ("lên giường đi, được không? Kiêng nước trái cây, uống một chút nước lạnh, đừng lạnh quá đấy nhé. Sau đó dùng ít trà, một ít dương cúc dùng dùng sữa nhé một chút xíu cũng không tốt đâu)

Bà thường phá lên cười luôn. Tiếng cười dài, mạnh mẽ và rất quảng đại giống như con người Karuna vậy.

Chúng tôi ngồi thiền tại một bàn thấp trong phòng rộng rãi trải nhiều thảm nhỏ và gối đệm thiền, đèn, hình ảnh và nhiều thứ vật vãnh từ khắp nơi gửi tới. Giữa những cú điện thoại tôi thấy một bức hình Karuna hồi còn nhỏ. Bà sinh tại thị trấn nhỏ tại Wiscosin trong một gia đình cha mẹ rất đạo đức. Mẹ bà là một người rất đôn hậu, tử tốn, bà đã qua đời mười hai năm trước, tương quan giữa Karuna và mẹ rất tốt. Quan hệ với cha phức tạp hơn, hai người xung khắc với nhau trong nhiều năm. Ông là người sáng lập một nhà thờ nhỏ tại đó gia đình đến tham dự các lễ nghi và sau này Karuna tổ chức dạy học tại đó vào các ngày Chúa Nhật. Nhưng đến tuổi mười tám, bà khẳng định truyền thống đạo đức của gia đình không thực sự trả lời nổi những câu hỏi thiết thực trong cuộc sống và trong vòng mười năm tiếp theo bà là thành viên phái bất khả tri (agnostic).

Tuy nhiên vào cuối tuổi hai mươi bước sang tuổi ba mươi một ý tưởng tự nhiên chợt đến với bà: bà muốn trở thành một Phật tử. Thật kỳ cục ý tưởng này không dựa trên cơ sở tri thức nào cả. Bà có được một số sách của thiền sư D.T. Suzuki nhưng không bao giờ đọc cả. Ý tưởng này hoàn toàn tự phát, nhưng rất mạnh mẽ đến nỗi sau này khi phải nhập viện một thời gian ngắn để mổ tai và khi điền vào bản lý lịch nhập viện trong mục tôn giáo bà đã ghi "Phật giáo." Một phần là nhận thức tự nhiên của bà, phần vì muốn tránh không muốn để các vị chức sắc Giáo Hội đến thăm. Nhưng sau khi rời bệnh viện được ít ngày, bà đã quyết định bắt đầu đọc một ít sách về Phật giáo.

Trong giai đoạn này bà đang sống tại Los Angeles và đang phải đối phó với ít nhiều khó khăn trong cuộc sống kể cả phải ly dị với chồng nữa. Bà đã có một đứa con gái và đang dạy học tại một trường trung học. Bà cảm thấy cần phải tổ chức lại cuộc sống, "Tôi thấy quá mệt mỏi vì một vài điều lẽ tẻ, mệt mỏi trong quan hệ, đặc biệt là đối với đàn ông. Tôi chỉ muốn được yên ổn và bình yên."

Trước kỳ nghỉ hè vào những năm sáu mươi, bà quyết định tham gia khóa đại học tại UCLA (nếu tốt nghiệp bà sẽ có thêm được một ít thu nhập.) Nhưng trong cuốn mục lục các môn học bà không thấy thích môn học nào cả, kể cả văn chương (Bà đang dạy Anh văn) hay tâm lý học. Triết là môn học bà thường tránh né ("Tôi không quan tâm đến triết Tây") nhưng lần này bà nhận thấy tại phân khoa về Phật giáo và Phật giáo thiền định (Zen.) Bà nghĩ "Thật là tuyệt. Tôi sẽ tham gia khoa này và có thể kiếm thêm được một ngàn đô-la mỗi năm."

"Đang kỳ nghỉ hè vào buổi chiều vì thế chúng ta đến lớp hai lần một tuần và mỗi lần ba tiết. Tôi bước vào, và có một người Á Đông đang giảng ở khoa đó. Tôi ngồi xuống và nhìn ông ta và vào buổi tối tôi mới phát hiện ra đó là một Tôn giáo dạy về những gì cuộc sống mách bảo tôi. Ông ta bắt đầu với những điều cơ bản về Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Và tôi thực sự hiểu được đau khổ! Tôi nghĩ "đây là điều hết sức thực tế."

Đây chính là một tôn giáo có thể trả lời được nhu cầu trong cuộc sống đã không được giải đáp cho bà trong nhiều năm. Trong nhiều năm qua, xét về vật chất bà thật thoải mái, nhưng không được thỏa mãn về tinh thần. Khi rời khỏi lớp học đầu tiên về Phật giáo bà nhận ra rằng, bà phải theo học khóa này và quyết định tìm gặp cho được ông thầy Á đông đó ngay trước lớp học.

Bà nói, "Những thầy giáo ít khi gây được ấn tượng với tôi. Tôi chưa bao giờ để ý đến ông thầy Hindu bao giờ. Nhưng khi tôi nhìn vào con người này, ông tỏ ra rất đôn hậu và có nụ cười hết sức hấp dẫn, ông cười to và cười rúc rích, không phải là người nghiêm nghị cho lắm, ông thực sự đang thể hiện được những gì ông giảng dạy. Nhìn vào ông tôi thấy hình như toát ra xung quanh ông một bầu khí đặc biệt lan tỏa ra khoảng độ mười hai

bộ. Tôi thực sự không nhìn thấy ông trong thực tế. Tôi không biết cắt nghĩa điều đó ra sao. Tôi chỉ biết ông là một con người thực sự. Nhưng sau này, khi đã quen biết ông trong nhiều năm và trở thành đồng đội thân cận của ông tôi đã tiết lộ cho ông biết, khi mới gặp ông lần đầu tiên tôi cảm thấy ông không phải là con người thực sự. Và ông đã phá lên cười khoảng mười lăm phút liền. Ông nói, “đó là điều thật tuyệt vời làm sao con có thể nghĩ ra được những điều như vậy?”

"Nhưng trong vòng mười hai năm tôi sống hằng ngày với ông, tôi không bao giờ mất đi cái cảm giác đó tức là ông không phải là con người thực sự. Ông di chuyển trong thế giới này, ông hành động với những phong cách nhân loại nhưng ông thực sự không dính dáng gì với cái thế giới ông đang đi lại và hành động."

Karuna còn kể lại một sự kiện khác đã xảy ra trong những giai đoạn đầu khóa học tại Đại học UCLA. Bốn sư của bà không nói cho ai biết ông là một nhà sư. Nhưng do linh cảm bà đã biết điều đó. Bà tự hỏi làm sao có thể trở thành thiên sinh của ông được. Trong buổi giải lao vào một buổi học ban chiều, bà ra ngoài và ngồi ở lối ngang cạnh lớp học để hút thuốc. Khi đó bà thấy ông đi ra và ngồi đối diện với bà, bà cảm thấy bối rối. Nhưng ông nhìn bà và mỉm cười, rút ra một túi thuốc và một cái tẩu. "Con thấy đó, thầy cũng hút thuốc đây này." Bà chưa bao giờ nói chuyện với ông trước đó, nhưng ông đã nhận ra hơi khó chịu. Bà rất cảm kích (sau này bà nói cho tôi hay, cả hai chúng tôi đều bỏ thuốc).

Cuối cùng bà xin được nói chuyện với ông sau giờ học. Ông đã đề nghị cả hai đi uống cà phê. Và ngồi đối diện trên chiếc bàn trong quán. Điều rõ ràng là "Ông biết hết mọi sự về tôi đã lâu. Ông biết những gì tôi đang tiến hành thực hiện, ông kể hết những biến cố xảy ra trong đời tôi. Đó là lần đầu tiên chúng tôi nói chuyện với nhau, thế mà ông nói, ông đã biết tôi biết bao nhiêu lần trong đời. Ông đã kể rất chính xác cho tôi nghe những gì ông không thể biết về tôi được. Và ngược lại, cho dù tôi không thể cắt nghĩa được, tôi cũng biết được nhiều điều về ông."

"Một cuộc gặp gỡ thật tuyệt vời" tôi nói với Karuna "Bà quả là người may mắn"

"Tôi không biết phải cảm ơn ông làm sao trong cuộc đời này và vì ông đã chỉ vẽ cho tôi con đường tiến lên. Đó là điều tôi không thể đền đáp lại được. Toàn bộ quan điểm của tôi về cuộc sống đã thay đổi. Những gì làm cho tôi ham thích, tôi không cảm thấy như vậy nữa. Và hiện nay tôi chỉ còn cảm thấy lòng tri ân tràn trề đối với người thầy của tôi mà thôi."

Vào thời điểm khóa học thứ nhất tại UCLA kết thúc, Karuna đã chính thức trở thành đệ tử của Ngài. Thoạt đầu bà tham gia một nhóm học hỏi Phật giáo nhỏ do ông điều hành. Nhưng sau đó ông chuyển nhóm đó cho một nhà sư Phật giáo trẻ người Mỹ, thì bà lại xin được học riêng với ông. Cùng với một vài học sinh khác để có thể thường xuyên thâm nhập thêm kiến thức từ phía ông. Hàng ngày bà đã thực hiện luyện tập hành thiền (được chỉ định như là "Bài tập ở nhà" trong suốt khóa nhập môn.)

Trong khi đó, đa số các đồ đệ cao cấp hơn trong khóa học đề nghị ông ở lại quốc gia này để thành lập trung tâm thiền. Khi hiện trạng cư trú thường xuyên được vấn đề. Ông quyết định thử nghiệm tiềm năng này xem sao. Ông thuê một căn nhà gần Hollivood và một nhóm đồng ý đưa ra một dự án trong vòng một năm, trong thời gian đó có thể tìm mua một tài sản rộng hơn hiện nay họ đang cư ngụ tại Los Angeles.

Karuna vẫn tiếp tục đi dạy học nguyên buổi vào thời điểm đó (Bà tiếp tục công việc cho đến năm 1981) và con gái Bà là Christine đã được mười một tuổi. Karuna vẫn đến trung tâm thiền vào mỗi cuối tuần và ba bốn lần trong tuần từ thị trấn nơi hai mẹ con đang sinh sống gần đó. Hàng ngày vẫn có các buổi hành thiền, các khóa tập luyện hàng tuần và rất nhiều công việc cần được thực hiện. Năm 1973 bà đã gia nhập tập viện và nhận luật giới tập sinh.

Bà Karuna nói với tôi, "Qui trình xuất gia theo truyền thống Việt nam có phần nghiêm khắc hơn là theo truyền thống Nhật Bản. Gắn bó gần gũi với giới luật cổ Đại Thừa hơn. Thí dụ, xuất gia đầy đủ yêu cầu phải tuân thủ đủ 250 luật giới đối với nam giới

và 348 luật giới đối với nữ giới. Và các nhà sư yêu cầu phải là người chưa lập gia đình và phải sống độc thân. Tuy vậy Ngài cho thấy ông là một nhà cải cách. Ông đã học tại Đại học Nhật Bản trong bảy năm và hoàn toàn thoải mái với cách tiếp cận phóng khoáng hơn tại Nhật. Tại đó các nhà sư có thể lập gia đình. Ông cảm thấy rất thích hợp với văn hóa nước Mỹ nếu người ta được tự do một trong hai loại xuất gia chung cuộc. – có nghĩa là những lời khấn của một nhà sư Nhật Bản hay những lời khấn theo kiểu tỳ kheo hoặc nữ tỳ kheo truyền thống. Tuy nhiên tất cả những người muốn nhận xuất gia được yêu cầu phải học hỏi tất cả những lời khấn trong vòng ba tháng trước khi xuất gia, một phần vì để cho họ có thể xác định rõ ràng loại nào thích hợp cho họ. Cuối cùng họ có thể nhận hoặc là tuyên thệ 25 lời khấn để trở thành thiên sư Phật pháp hay là tuyên thệ 250 lời khấn để trở thành tỳ kheo hay nữ tỳ kheo. Cả hai loại đều nhận chung trong một nghi thức và một loại áo cà sa và được coi như có địa vị giống nhau.

Vì ông quan tâm mạnh mẽ đến việc đem nhiều truyền thống Phật giáo khác nhau nhích lại với nhau. Nên tiến sĩ Thiên-an đã mời "các thiên sư chứng giám" từ nhiều trường phái Phật giáo khác nhau càng nhiều càng tốt đến tham dự nghi lễ xuất gia.

"Điều đó hình như để đem lại một phong cách thống nhất tại các trung tâm thiên hiện nay." Tôi đề nghị: "Đó là điều hết sức dễ dàng được chấp nhận từ nhiều phía, cũng mang phong cách hết sức đại kết (ecumenical). Đó có phải chính là ảnh hưởng của ông ngay từ đầu không?"

"Vâng, dứt khoát là thế," Karuna nói, "Ngay từ đầu đó là điều ông rất quan tâm. Chúng tôi đã có các nhà sư Đại thừa, các thầy tu Phật giáo Tây Tạng tại trung tâm chúng tôi."

Tôi thắc mắc có phải là tinh thần này có liên quan đến bản chất Việt Nam của ông hay không?.

"Rất nhiều thiên sư Việt nam theo khuynh hướng đại kết. Điều đó cũng đúng với trường hợp vị thiên sư, trụ trì tại một chùa tại đây. Và cũng rất đúng trong trường hợp một đại sư trụ trì tại San Diego. Tôi thực sự không biết lý do tại sao."

"Vậy thì bà nhận xuất gia theo kiểu nào? Bà đã chọn loại lời khấn nào vậy?"

"Tôi yêu cầu được nhận tất cả các luật giới nữ tỳ kheo một khi đến thời điểm xuất gia chung cuộc. Cho tới thời điểm đó tôi vẫn chưa chắc chắn. Điều đó không phải vì tôi nghĩ tôi có thể tuân thủ toàn bộ các luật giới – tôi không chắc chắn. Nhưng tôi muốn càng truyền thống và càng hợp với việc xuất gia là điều tốt. Một phần cuộc sống tôi vẫn là cuộc sống "đời thường" – tôi đang dạy học tại trường và con gái tôi đang lớn lên. Tôi biết chắc một điều là trong tương lai tôi phải thực sự gắn bó và càng sớm càng tốt tôi nhất định phải được nhấn chìm vào công việc Phật giáo."

"Bà có cảm nhận gì về việc phụ nữ lại có nhiều luật giới hơn nam giới không?"

"Có, tôi cũng có một vài suy nghĩ về điều đó. một vài điều không gây rắc rối cho tôi chút nào cả. Một vài điều chỉ mang tính phục vụ. Thật rất khó nếu không đề cập đến một cách đặc trưng và đó là một vài điều chúng ta không nên làm (và tôi thực sự không muốn để cho mọi người biết về những luật giới đó.) Nhưng tôi nghĩ có một vài luật giới không được áp dụng một cách vô tư. Nhưng đối với Ngài, chúng ta chỉ bàn luận đến những gì đằng sau những luật giới này mà thôi, điều gì luật giới này nhằm tới và cuối cùng là chỉ nhắm tới những điểm chính yếu sau đây: điểm chính yếu nhất là loại bỏ bản ngã và lòng tự buông thả, nuông chiều. Mặc dù chúng không là những luật giới tốt đỉnh nhất. Nhưng theo Phật giáo Đại Thừa, họ nhấn mạnh đến tinh thần hơn là theo từ ngữ của luật."

"Nhưng điều đó không cắt nghĩa được lý do tại sao lại cần đến nhiều luật giới hơn đối với phụ nữ."

"Không đâu, điều đó không thực sự là như thế. Tôi có một vài nguyên tắc về điều đó. nhưng tôi không biết có chính xác hay không. Thoạt tiên có một vài thắc mắc về việc không hiểu có phải tất cả các luật giới đó đều đã được tổng đạt từ thời Đức Phật còn sống hay không hay là được thêm vào sau này. Điều thứ hai là phải nhìn vào luật Vinaya (kỷ luật tu trì) như là những qui luật đã được truyền lại 2.500 hoặc 2.600 năm trước tại một

nền văn hóa đặc biệt và chúng ta không có cách nào biết được. Nếu Đức Phật xuất hiện vào thế kỷ hai mươi tại Mỹ thì thử hỏi chúng ta sẽ có cùng một thứ luật giới hay không."

"Tôi nghĩ bà có thể đoán thử xem"

"Chúng ta chắc không cần phải có nhiều đến thế rất có thể là một luật chơi hoàn toàn khác hẳn. Điều thứ ba là vượt trên tất cả, Đức Phật cũng đã là một nhà đại sư tâm lý. Ngài đã sinh sống tại Ấn độ, tại đó phụ nữ có vai trò còn kém phần quan trọng hơn cả đàn bò và tự nhiên hiện nay phụ nữ được đối xử hoàn toàn bình đẳng trong Ni đoàn. Và tôi lại thắc mắc thế nào chẳng có một vài luật giới không được đề ra vì những vấn đề thực tiễn đàn ông có trong quan hệ với phụ nữ hay sao? Giả như tại đây chúng ta có một nhóm đàn ông Ấn độ, tại đó phụ nữ không có giá trị và thành linh họ được nâng lên bình đẳng thì sao?"

"Thế nên luật giới Ni Sư phải đi sau các sư là để xoa dịu họ chăng?"

"Tôi thắc mắc nếu vậy thì tôi không ngạc nhiên chút nào cả. Nhưng đó chỉ là phỏng đoán thôi. Một vài luật giới mang tính chất như vậy. Thí dụ, bạn không được nói xấu các vị sư và bạn không được la mắng họ."

"Và bạn còn phải vái lạy họ, ngay cả khi họ mới được xuất gia còn bạn đã được xuất gia lâu rồi. Đó là một trong những điều đầu tiên".

"Đúng vậy"

"Đã có ai xem xét để hiện đại hóa những luật giới này chưa?"

"Tôi đã có một cuộc đối thoại thật thú vị một vài năm vừa qua với Walpola Rahula, là tác giả cuốn Đức Phật đã dạy gì (What the Buddha taught) ông ta là người Sri Lanka và rất nổi tiếng trong truyền thống Đại thừa. Cuốn sách của ông rất hữu ích cho những người mới nhập Phật giáo. Ông có đến thăm trung tâm bốn năm trước. Và tôi cũng đã đề cập với ông một số điều thay

đôi cần thiết để áp dụng Phật giáo vào xã hội Mỹ. Tôi đã nói với vai trò ni sư đối với các vị sư thực sự đã có khó khăn. Không phải chỉ có phụ nữ Mỹ mà cả nam giới Mỹ cũng không muốn có sự tách biệt như thế và tôi đã nói với ông tôi không biết phải xử lý vấn đề này như thế nào".

"Ông nhìn tôi và nói, "Bà biết không, các vị sư không thể làm gì được cả, vì đó không phải là luật giới của họ. Chính các bạn là Ni Sư các bạn phải thay đổi và bà là người phải làm điều đó!" đó là điều tuyệt vời, tôi nghĩ thế."

"Thế phải làm sao đây?"

"Vâng, phải đổi mới một số luật giới không còn thích hợp để áp dụng nữa. Và nếu không có gì thì các giới luật phải được áp dụng đồng đều cho cả nam lẫn nữ. Những giới luật trong Phật giáo Zen không có phân biệt như vậy. Và thiền sư của tôi cũng không phân biệt đối xử như thế.

"Vâng. Thế bà sẽ được xuất gia đầy đủ vào khi nào vậy?"

"Xuất gia chung cuộc của tôi vào năm 1976 với 250 luật giới."

"Thế bà cạo đầu vào năm nào?"

"Tôi xuống tóc vào năm 1974."

"Đó có phải là một việc đại sự không?"

"Vâng, đó là một việc đại sự. Thiền sư của tôi đã xuất gia cho một phụ nữ trước đó mà vẫn không cạo xuống tóc và khi tôi đã sẵn sàng để được thụ phong chúng tôi có một cuộc trao đổi về vấn đề này. Tôi xin phép thiền sư cho tôi cạo đầu. Nhưng ông cho là trong xã hội Mỹ thật quá khó khăn đối với một phụ nữ, đặc biệt bà lại đang giảng dạy. Tôi nói điều đó không can chi với tôi cả. Tôi có thể đội tóc giả khi tôi ra trước công chúng hay đến dạy tại trường học. Nhưng ông nói không nên. Và ông đã từ chối. Điều này xảy ra sáu tháng trước ngày xuất gia chính thức của tôi. Và tôi thỉnh thoảng lại trao đổi với nhau về vấn đề này. Khi gần đến ngày xuất gia tôi nói với thầy của tôi. "Xin cho

phép con xuống tóc. Ngay cả thầy không yêu cầu những người khác làm thế, hãy cho phép con được cạo đầu."

Tôi nói, "Xin bà cho tôi biết cảm nhận của bà thế nào về việc xuống tóc này?"

"Tôi cảm thấy rằng nếu chúng ta không xuống tóc, thì sự cam kết của chúng ta không phải toàn diện. Tôi cảm thấy xuống tóc là điều cần thiết, một cách tình cảm chứ không phải là chỉ tượng trưng. Để được hoàn toàn dứt bỏ mọi sự. Thế nên tôi yêu cầu được xuống tóc, ngay cả những phụ nữ khác không yêu cầu được làm thế và thầy tôi nói: "Không, không có gì phân biệt cả." Tôi trả lời là thầy đã phân biệt bằng cách yêu cầu nam giới xuống tóc nhưng không yêu cầu nữ giới. Vì thế cho nên tôi mới thảng thệ. Ít nhất là về nghi thức. Thầy đã yêu cầu mọi người phải xuống tóc".

Hôm trước ngày xuất gia có một nghi thức cắt tóc. Tất cả chúng tôi tụ tập ở vườn sau nhà. Và mọi người đứng vây quanh, cả sư sãi và cả Phật tử, giáo dân. Vị sư chủ trì là ngài Suhita. Chúng tôi đều là bạn thân với nhau. Và nhà sư đang xoa tay, đang đợi những lọn tóc quăn rơi xuống. Cứ mỗi lần nhà sư nhìn tôi, ông lại lẩm bầm. "Clíp, clíp, clip" nhà sư đang chờ để cắt những lọn tóc khỏi đầu tôi. Chúng tôi tất cả đang ở trong khu vườn vào buổi sáng sớm, hát bài ca cắt tóc bằng tiếng Việt-Nam, trong khi đó mọi người đều nhận nghi thức cắt tóc, thỉnh linh Thầy chạy vội vào trong nhà, một vị sư chạy vào xem có chuyện gì xảy ra, quay trở lại vị sư này cho biết "Xin đừng ai chạy vào trong nhà lúc này" khi tôi hỏi tại sao, ông nói, vì thầy (Suto) quá cảm động khi thấy một phụ nữ người Mỹ cạo đầu đi tu. Sau đó thầy quyết định tất cả mọi người cả nam lẫn nữ muốn trở thành sư phải cạo đầu và đã trở thành luật từ đó về sau. Và tôi nghĩ đó là một điều luật tốt.

"Nếu có người cần xuất hiện ngoài xã hội hay giảng dạy tại các trường Tây Âu tại những nơi đầu cạo trọc không có lợi, họ có thể để tóc mọc trở lại. Nhưng tôi nghĩ cần cạo đầu ít nhất trong một giai đoạn nào đó. thí dụ trong suốt thời kỳ huấn luyện sau khi xuất gia. Vì rất khó huấn luyện tốt được khi để tóc dài. Nếu một người không có thể cạo đầu, thì chẳng có thể hoàn thành chức

vụ một nhà sư đảm nhận. Vì đây không phải là một cuộc sống lãng mạn. Cạo đầu chẳng là gì cả so với những gì một nhà tu hành phải thực hiện, mà chỉ đơn giản là một vị sư thôi."

"Một cách toàn diện và hoàn hảo có phải không?"

"Đúng vậy."

"Tôi muốn hỏi thêm một chút: trở thành nhà sư mang ý nghĩa gì?"

"Đối với tôi trở thành một nhà sư chỉ mang có một ý nghĩa. Và đó chính là điều thúc bách tôi cam kết hoàn toàn với công việc nhà Phật. trở thành một vị sư đối với tôi là thề hứa với chính lòng mình là cuộc đời còn lại của mình, Công việc nhà Phật phải là ưu tiên số một."

"Bà nói là cạo đầu là việc dễ dàng so với những việc khác. Bà có thể nói rõ hơn điều đó được không?"

"Tôi nghĩ nhiều người Mỹ có tư tưởng thật lãng mạn về việc trở thành một vị sư. Họ nghĩ là làm một nhà sư bạn có thể ngồi thiền hàng giờ dài, rằng cuộc sống của một nhà sư nhàn hạ, trầm lặng, yên tĩnh và thoát khỏi những phiền toái ngoài đời. Điều này rõ ràng là không đúng. Sẽ có nhiều phiền toái hơn. Sẽ có nhiều vấn đề hơn, có nhiều đòi hỏi hơn về thời giờ của bạn. Một khi chúng ta tiến thêm hơn trong việc huấn luyện, vai trò của chúng ta ngày một gia tăng. Thiền sư và hoàn cảnh thực tại của mỗi người yêu cầu chúng ta ngày càng nhiều hơn. Một điều rất bình thường đối với một nhà sư đã cam kết thực sự thì ngủ ít và ngồi ít không phải là điều lạ. Vì có quá nhiều công việc để làm. Các vấn đề khó khăn lúc nào cũng nảy sinh. Đặc biệt sống trong đoàn thể như thế này. Tôi yêu thích bỏ thì giờ ra làm bất kỳ công việc gì có thể kết thúc một cách siêu nhiên. Nhưng thay vào đó tôi lại phải dính dáng đến công việc điều hành rất nhiều, với công việc thơ lại nơi thành phố, với những xung đột giữa những cư dân. Khi có khoảng ba mươi lăm hay bốn mươi lăm người sống trong một đoàn thể, những xung khắc sẽ xảy ra. Tất cả chúng ta tại đây rất sẵn sàng giúp đỡ, rất chịu đựng và nâng đỡ lẫn nhau. Nhưng ngay cả trong những đoàn thể cởi mở nhất,

mặn mà nhất và đầy tình thương nhất. Xung khắc vẫn luôn xảy ra."

Năm 1975, có một thay đổi bi thảm đã diễn ra trong cuộc sống mọi người sống tại Thiên viện IBCZ. Nước Mỹ đã dính líu trong cuộc chiến Việt nam được mười ba năm. Nhưng vào đầu tháng Giêng, tiến sỹ Thiên-an nói với Karuna là Sài Gòn sẽ sụp đổ trước một tây tháng năm. "Làm sao thầy biết được chuyện này?" Bà hỏi. "Tự nhiên tôi biết mà thôi." Thầy trả lời và nói thêm, "sẽ có rất nhiều việc để làm đây". Ít lâu sau thầy đã trực tiếp can thiệp vào việc dàn xếp cho các nhà sư trẻ người Việt Nam nhập cảnh vào đất nước này, làm việc thông qua Hội các người bạn Mỹ (American Friends Service Committee) và cả bộ ngoại giao. Và chịu trách nhiệm về các phúc lợi cho các vị sư này và tiếp tục công việc huấn luyện một khi họ tới được Los Angeles. Ngày 30 tháng Tư Sài Gòn sụp đổ. Chỉ hai tuần sau khi Thiên viện IBMC khởi sự khóa huấn luyện ba tháng. Điện thoại reo ngay lập tức và hình như không bao giờ chấm dứt. Vì Ngài là một trong những nhà sư Phật giáo Việt Nam có nhiều uy tín tại Mỹ. Chỉ qua một đêm ngủ dậy ngài đã nắm quyền hành giải quyết làn sóng người di cư Việt nam đổ vào đất nước này. Đối với Karuna, là người đã quá hăng say trong công việc, sự kiện này có nghĩa là bà phải trải rộng giới hạn công việc ra xa hơn nữa. Trong vòng bảy tháng bà đã hiện diện mỗi cuối tuần liên tục tại trại tị nạn Pendleton, là nơi người tị nạn đến tá túc trong giai đoạn đầu đến nước Mỹ. Bà đến để thuyết pháp và thực hiện công việc phục vụ Tôn giáo, thuyết giảng. Và các trợ giúp ban đầu. Sau này khi cộng đồng người Việt tại Los Angeles đã mọc lên nhanh chóng (vào lúc đó những cái xác mệт mỗi năm ngủ khắp nơi trên nền nhà thiện viện). Bà phải giải quyết toàn bộ những nhu cầu trong việc di chuyển những con người này tới một môi trường hoàn toàn mới mẻ xa lạ.

"Thật sự mỗi giây phút đã trở thành thật sôi động" Karuna hồi tưởng lại, bà phải học làm việc dưới áp lực. Bình tĩnh trong cơn khủng hoảng. Không còn phải là vấn đề mỗi người làm hay không làm điều gì "làm đi thôi" bạn không còn lựa chọn nào cả và điều đó rất tốt. Tôi suy nghĩ. Bà không bao giờ ngủ hơn bốn năm tiếng đồng hồ mỗi đêm trong suốt thời gian đó và bà biết là thầy của mình còn ngủ ít hơn thế nữa. Mỗi buổi sáng đòi hỏi bà

phải chú ý đến những gì cần thiết, không cần phản ứng hay suy tư gì từ bên ngoài.

"Tôi học được không khước từ điều gì cả. Hoàn toàn không chống lại bất kỳ điều gì. Chúng ta không còn có cơ hội nào để làm thế cả. Một khi bạn không có sự lựa chọn nào, bạn biết đó bạn không còn kịp suy nghĩ – để chống lại hay trả lời phủ định bất kỳ điều gì.

Chỉ qua một đêm mà trung tâm thiền đã thay đổi hoàn toàn. Trước đó là một đoàn thể có ba mươi lăm người cư ngụ. Hiện nay con số người di cư đến đã lên đến 150 người, kể cả một số rất đông con nít. "Họ có mặt khắp nơi" Karuna cho biết, "Bạn không thể đi ra đi vô phòng hội mà không dẫm chân lên xác người vì chúng tôi không còn chỗ nào để cho họ ở nữa." Ngoài những căng thẳng không thể tránh khỏi tạo ra giữa các cộng đồng người Mỹ, lại xuất hiện những vấn đề khó khăn cụ thể phát sinh như vấn đề đăng ký cho trẻ em đến trường, dàn xếp để khám sức khỏe, trợ giúp tài chánh, lấy thẻ bảo hiểm y tế – toàn bộ những tổ chức cần thiết để nuôi ăn và nhà ở cho một dòng chảy không lồ những người mới đến.

Đối với Karuna, kinh nghiệm này và những kết quả luôn gắn liền bà với cộng đồng người Việt từ đó đã ảnh hưởng rất nhiều đến hướng đi cuộc đời bà đã lãnh nhận. Bà luôn luôn tham gia bất kỳ sinh hoạt Phật giáo người Việt nào nội trong tầm lái xe đến được trong vùng Los Angeles. Và được mời đến bất kỳ ngôi chùa Việt Nam nào trên đất nước này. Bà cũng rất quan tâm đến tinh thần đại kết Phật giáo và đến các cuộc đối thoại với các nhóm Tôn giáo khác. Bà là thành viên tích cực của Hội Đồng Tăng Già Phật giáo Vùng Nam California, một nhóm qui tụ tất cả các truyền thống Phật giáo và các nhóm sắc tộc. Và như Karuna tường trình lại, đã xuất hiện một "tình huynh đệ tuyệt vời" giữa các nhóm hiện diện.

Vào tháng chín năm 1976 một biến cố thứ hai xảy ra cũng đã tác động mạnh đến cuộc sống Bà Karuna. Những cảm nhận về những khó khăn đánh dấu giai đoạn người Việt Nam có mặt tại trung tâm đã dần dà được giải quyết. Đa số những người này đã thích ứng rất tốt với môi trường mới và tự tổ chức được cuộc

sống của họ. Một ngôi Chùa Việt Nam cũng đã được thiết lập và đang phát triển mạnh. Con gái bà hiện nay đã mười sáu và bước vào tuổi dậy thì, đang cần sự chăm sóc của mẹ rất nhiều. Karuna đang tìm cách tập trung tới việc luyện tập của con gái. Sắp sửa kết thúc học tại trường trong vòng hai năm nữa và được tự do dồn hết nghị lực vào điều con gái bà đã suy nghĩ là công việc thực sự của nó. Tháng tám năm 1976 con gái đã kết thúc xuất gia chung cuộc. Bà cảm thấy cuộc sống của con gái bà như mới trên bước đường khởi sự. Một tháng sau đó một tai nạn đã giết chết một người đàn bà rất thân với con gái và thình lình nó phải đối mặt với viễn cảnh phải nuôi dạy đứa con 21 tháng tuổi bà ta đã để lại.

Thoạt đầu bà suy nghĩ, "Tôi không thể làm được điều này" bà đang theo học để lấy bằng tiến sĩ. Bà cũng đã khởi sự học tiếng Phạn và tiếng Nhật. Bà đã lập chương trình cộng tác với một người bạn Hàn quốc đang dịch Kinh Phật từ tiếng Trung Quốc sang tiếng Anh., trong khi đó Karuna đang dịch sang từ tiếng Phạn. Nhưng đứa bé lại đang buồn ngủ trên cái nôi cạnh Bà. Karuna đã về thăm gia đình ít ngày trước đó và thật sự không còn chỗ nào để gửi nuôi đứa bé. Bà cẩn thận lướt qua tất cả các lựa chọn khác. Và chẳng tìm thấy biện pháp nào khả thi. Bà không thể bỏ qua được là phải bắt đầu lại công việc nuôi con nhỏ.

Ngay lúc đầu bà gặp rất nhiều rắc rối: đứa trẻ tự rút lui vào nội tâm, không nói tiếng Anh, không kiên nhẫn với chính mình. Nhưng Karuna đã để lại nơi đứa trẻ tình yêu dạt dào ngay từ những giây phút đầu tiên. Và bà không bao giờ phải hối hận về quyết định đó. Vào thời điểm tôi tới thăm, đứa con nuôi của bà đã lên mười tuổi và luôn tươi cười vui vẻ.

Lại còn một biến cố thứ ba đã làm thay đổi tận gốc rễ cuộc đời bà và không nghi ngờ gì nữa đó là khó khăn lớn nhất. Karuna cho biết, "Vi không còn lựa chọn nào khác." Vào năm 1980 người thầy yêu dấu của bà viên tịch. Ông bị ung thư gan, đã di căn lên đến não và ông đã bị đau đúng một năm.

"Nhưng chỉ trước khi ông từ trần khoảng ba tháng chúng tôi mới thấy ông bị bệnh thực sự và ngay cả ông cũng mới thấy trong

người bị bệnh. Bác sĩ chuyên khoa giải phẫu cho tôi biết là ông thầy phải chịu đau đớn rất nhiều.”

Karuna có mặt với thầy mình đều đặn, chính bà đã đưa thầy nhập viện vào ngày cuối cùng. "Một điều không dễ dàng gì phải sống vào những thời điểm đó với ông thầy của mình vì ông bị bệnh quá nặng, nhìn cuộc sống của thầy mình sắp qua đi, biết rõ không thể làm gì khác được để bám chặt vào cuộc sống đó, Bà không muốn rời xa thầy mình một giây phút nào."

Tôi nói. "Thật là một điều tốt lành vì bà luôn túc trực tại đó."

"Tôi rất hân hạnh được có mặt tại đó,"

"Bà yêu ông thầy nhiều lắm phải không?"

"Ô vâng tôi chưa hề có người bạn thân thiết nào như vậy trong đời mình cả."

Karuna cho biết, ảnh hưởng của thầy quá sâu đậm và bà không còn biết cách nào để đáp trả lại được. "Chỉ có một cách duy nhất một đệ tử có thể trả công được cho thầy mình là trở thành vĩ đại như chính người thầy của mình vậy. Tôi không biết có thể thực hiện được điều này hay không." Bà ngừng lại và rồi nói thêm, "Không, tôi nghĩ có thể thực hiện được điều này. Không những chỉ có thể được mà theo tôi suy nghĩ tôi phải thực hiện cho bằng được điều đó. Không phải ngay lập tức, nhưng chỉ là tôi có muốn thực hiện hay không."

Sau cái chết của người thầy vĩ đại tại trung tâm thiền có một khoảng trống lớn và có nhu cầu phải tái cấu trúc lại những đường biên từ trước đến giờ. "Thầy là một phần quá thân thiết với tôi và tôi cũng đã trở nên một phần thiết yếu của thầy. Đến nỗi không có sự hiện diện thể lý của nhau, thật rất khó lòng biết được ranh giới riêng tư cá nhân tôi nằm ở chỗ nào. và cần một thời gian dài để giải quyết điều này." Bà chưa sẵn sàng để tự đứng vững được, rất có thể phải chờ đến mười năm nữa chăng. Nhưng điều đó tương tự như lao xuống vực thẳm. Không còn thời gian để suy nghĩ nữa. "Tôi đã sẵn sàng chưa?" hay là "Tôi muốn chờ thêm mười năm nữa."

Tuy nhiên, khi mà đường biên dần dần được vẽ lại, Karuna đã nhận ra được bà không bao giờ có thể tách biệt khỏi thầy mình được. “Thầy hoàn toàn hiện hữu trong tôi mạnh mẽ đến nỗi lúc nào tôi cũng hiện diện nơi thầy mình.”

Karuna đương nhiên là đã nhận lãnh toàn bộ trọng trách tại trung tâm sau khi Bôn sư của bà từ trần. Và trở thành Giám đốc thiền viện IBMC vào năm 1980. Thêm vào những nhiệm vụ điều hành bà lại giảng dạy đều đặn một số lớp học tại học viện, (một vài chủ đề vừa rồi về các môn học như: Kinh Lotus Sutra; lịch sử và phát triển phái Đại Thừa Cổ Đại; Triết học Phật giáo Zen. Thiền định Zen; giới thiền sư Dharma.; Kinh Vimalakirti Nirveda Sutra; Triết lý Phật giáo.; Kinh Sutra Nữ hoàng Srimala Devi; triết lý và các tôn giáo Á Đông.)

Khi tôi nhận xét là bà không bao giờ nghĩ đến việc có một cuộc sống riêng cho đời mình, bà đáp lại, “Không, là một nhà sư bạn không thể có cuộc sống riêng cho chính mình được, cuộc sống riêng tư ấy đã hoàn toàn biến mất. Rất lâu rồi, nhưng đặc biệt hiện giờ cuộc sống ấy chẳng còn hiện hữu nữa.”

Chúng tôi không tránh khỏi đề cập đến kinh nghiệm của Karuna như là một nhà sư phụ nữ và một nữ thiền sư trong một không gian đa số là nam giới, điều đó thật là quan trọng lúc ban đầu. Bà nhớ lại, để phát triển cảm nhận tự tin và độc lập – “Không phải điều gì được ưu ái dành cho phụ nữ nơi bất kỳ nền văn hóa nào” – và cũng cần thời gian để tự đứng vững, không phải lúc nào cũng phải dựa dẫm vào người khác. Bà cho biết, phụ nữ được dạy cho biết ngay từ hồi mới sinh ra là đến với người khác mỗi khi có vấn đề gây nản lòng, Nam giới đã được dạy cho biết là họ sẽ phải có giải pháp. Nhưng ngày nay điều này đã thay đổi rồi. Nam giới đã tự thú nhận là họ không phải lúc nào cũng có sẵn giải pháp. Và phụ nữ coi sự lệ thuộc như một cái nặng họ cần phải gỡ bỏ đi. Bà nói thêm, "Họ phải đối mặt trực tiếp và trở thành hoàn toàn tự lập. Và tôi nghĩ hiện nay tôi đang làm điều đó. chúng ta sẽ thấy điều đó đúng hay sai.! Nhưng tôi nghĩ tôi chỉ đạt đến điểm đó sau khi thầy tôi đã qua đời, khi tôi không còn ai để có thể cậy nhờ được nữa.”

"Có bao giờ bà thấy có vấn đề với nam giới là những người chưa quen thấy phụ nữ có được thứ độc lập đó chưa?"

"Ồ có đấy, dứt khoát là có rồi và tôi cảm thấy rất khó chịu một thời gian. Tôi cố gắng tỏ ra rất dễ thương về điều đó. Nhưng tôi cũng đã xô xát trực tiếp với nam giới nhiều lần. Mặt khác, phụ nữ cũng có vấn đề riêng của họ nữa – có những người đã gán tất cả những khó khăn của chúng ta cho nam giới trong xã hội. Trong khi điều đó ở một vài khía cạnh. Đó chỉ là cái cớ để chúng ta trốn tránh trách nhiệm. Thế nên điều gì đã đúng trong quá khứ, chúng ta phải đối phó ngay lập tức trong hiện tại. Tôi cũng đã gặp nhiều phụ nữ cứ cố gắng thuyết phục tôi những kinh nghiệm họ thấy về hành thiên giữa nam giới và nữ giới rất khác biệt. Kinh nghiệm mỗi cá nhân rất khác nhau và nhất định giới tính cũng góp một phần vào sự khác biệt đó., nhưng chỉ có một phần thôi. Và tôi không biết được đó có phải là phân quan trọng nhất hay không."

Karuna cảm thấy điều quan trọng là vai trò thiên sư không những chỉ dành cho nữ giới thôi mà còn cho cả nam giới nữa. Nữ Thiên sư đã cung cấp cho chúng ta một cách tiếp cận và một viễn tưởng khác. Nhưng tri giác thông thường của chúng ta là nữ thiên sư đôn hậu hơn, nhẹ nhàng hơn và yên tĩnh hơn chỉ là một ảo giác. Karuna tin rằng cho dù bên ngoài có nhẹ nhàng hơn, "bên trong không mấy khác biệt nhau đâu," rất có thể nữ giới còn tỏ ra một chút rắn chắc hơn nam giới nữa là đằng khác.

Tôi hỏi, "Bà đang nói về chính mình có phải không?"

"Tôi có thể nói về chính bản thân tôi. Là một người phụ nữ đạt đến vị thế đó, dứt khoát phải có sức mạnh thực sự, sắt thép thực sự. Bên dưới những thứ đó, tôi có thể tỏ ra không khoan nhượng với bất kỳ ai ở bất kỳ thời điểm nào và có lẽ đó là điều tồi tệ"

"Tôi rất thích trông thấy bà hành động!"

"Vâng, trong hầu hết mọi trường hợp tôi là người rất có tình có lý. Nhưng tôi rất hay tự bóc trần. Tôi kỳ vọng rất nhiều nơi người khác. Một trong những điểm yếu của tôi là tôi không thể chịu đựng được những người lười biếng và những người thiếu

khả năng. Tôi cứ bỏ qua họ luôn. Những thiên sinh nào gắn bó mật thiết với tôi chỉ là những thiên sinh đã tỏ ra cam kết một cách kiên trì và dài hạn. Những sinh viên nào tôi muốn bỏ ra nhiều thời gian gần gũi chỉ là những em rất chăm chỉ chịu khó và không bao giờ nói, "Em không thể."

Mặc dù bà không có được những gương phụ nữ điển hình trong nhiệm vụ đặc biệt nào để noi theo. Karuna không bao giờ coi điều đó là vấn đề nghiêm trọng, "Chẳng bao giờ xảy đến với tôi là phụ nữ lại không có thể hoàn thành được bất luận điều gì bao giờ."

Tuy nhiên, với một khí thế có hơi khác người một chút Karuna đã cho thấy một khía cạnh khác nơi bản thân bà. Chúng ta có thể nói tất cả những gì chúng ta muốn nói, không có sự phân biệt giữa đàn ông và đàn bà. Về giác ngộ không có gì liên quan đến những khác biệt giới tính cả. ("Nếu không có thân xác, thì làm sao có được những khác biệt giới tính?") Tuy nhiên ở một mức độ ngoài đời hàng ngày chúng ta phải thừa nhận có những khác biệt được nhận ra. Và ngày càng rõ Karuna đã nhận thấy rằng có một thay đổi sâu rộng về những điều được coi là những giá trị của người phụ nữ, khi Phật giáo du nhập vào nền văn hóa mới này bà tin rằng sẽ có được thành công nhất định, nếu như có được một lượng lớn nghị lực và trách nhiệm của người phụ nữ can dự vào đó.

Bà cho là, Phụ nữ nơi Phật giáo tại nước Mỹ thể hiện như điều David Spangler gọi là "Vị thế nhạy bén nhất" vì thế họ luôn phải hết sức tỉnh táo và ngay cả phải tỏ ra "tốt hơn" là người đồng nghiệp nam giới của mình. ("Thẳng thắn mà nói, tôi nghĩ chúng ta còn tốt hơn nam giới trong một vài lãnh vực nào đó") cho dù bà chờ đợi điều gây ngạc nhiên. Bà tiếp tục nói, nhìn chung không phải phụ nữ chỉ đang nuôi dưỡng, nhận thức và nhạy bén hơn với những thay đổi, mà họ còn tỏ ra là người mạnh mẽ hơn nữa. Họ là những người mà toàn bộ gia đình luôn phải tùy thuộc vào. Và xét cho cùng bà nói thêm, phụ nữ ít tình cảm hơn nam giới.

Tôi yêu cầu bà làm ơn nhắc lại điều vừa nói và bà cho biết, "Tôi nghĩ phụ nữ ít tình cảm hơn đàn ông ở chỗ họ thực tiễn hơn, ít

lãng mạn hơn nam giới khi những điều thực tiễn, những tình tiết cụ thể, những việc thường ngày xảy ra. Phụ nữ thường thực tế hơn nhiều trong quan hệ và thái độ của họ về những quan hệ đó.”

"Bất hạnh thay đàn ông đã luôn lãng mạn hóa phụ nữ tới mức độ gây phương hại đến chúng ta" tôi nói thêm.

"Và tôi nghĩ phụ nữ đã không làm thế đối với đàn ông ở bất cứ nơi nào. Có lẽ tốt hơn chúng ta cũng phải bắt đầu như thế là vừa".

Bà mô tả tiếp một biến cố nhỏ xảy ra nhiều năm trước khi có người hỏi thiền sư của bà về việc phụ nữ giác ngộ như thế nào. Họ đã nhận thấy tất cả những ví dụ điển hình trong văn chương đều chỉ liên quan đến nam giới. Thiên-an đã trả lời theo ý kiến của ông thì đàn bà dễ được giác ngộ hơn vì nhiều người trong họ đã phát triển lòng nhân ái một cách mạnh mẽ và có khả năng nhận thức bằng trực giác rất cao. Vì thế ngay từ bẩm sinh họ đã tiến gần hơn nam giới trong việc thể hiện giác ngộ. Nói một cách khác cảm tình họ gặp ít chướng ngại hơn trên bước đường dẫn đến giác ngộ.

Tuy nhiên, Karuna cảm thấy theo truyền thống phụ nữ ít trở thành thiền sư hay lãnh đạo. Vì họ ít quan tâm đến quyền lực theo một nghĩa rộng. Và nhiệm vụ đương nhiên của người phụ nữ là phụ thuộc vào nam giới. – Bà nói, "Điều đó không phải là Phật giáo, mà là điều do văn hóa áp đặt". Nhưng hiện nay phụ nữ cần có được chỗ đứng bình đẳng, không chờ người khác ban tặng cho điều gì. Nếu họ không làm như vậy họ sẽ chẳng bao giờ có được cách đối xử bình đẳng.

Tôi hỏi tiếp: "Trong cơ cấu Phật giáo ngày nay, liệu có thể thực hiện nổi điều đó không?"

"Vâng, nếu chúng ta muốn thực hiện điều đó, sao lại không được. Và hiện nay là thời điểm để làm điều đó, bất luận điều gì chúng ta thực hiện trong những giai đoạn đào luyện này sẽ ảnh hưởng lớn đến những gì sẽ xảy ra trong tương lai."

Trong lời kết câu chuyện kể về Karuna và thiên sư của bà. Có đề cập đến người cha của Karuna, quan hệ giữa cha và Karuna gặp đầy khó khăn và chông gai trong suốt cuộc đời bà. Tổ tiên của bà đã sang định cư tại Mỹ hơn 350 năm qua và ông là người mang gốc "Ăng-lê đặc biệt" và rất bảo thủ. Bà không thể trình bày được với ông về bất kỳ điều gì quan trọng trong cuộc đời. Cho dù ông luôn muốn các con của ông lớn lên trở thành người có cá tính độc lập. Sự ông không đồng ý và không thông cảm với những lựa chọn quan trọng nhất đời người con gái của ông là điều rất rõ ràng. Vào năm 1975, chỉ một năm sau khi mẹ bà qua đời, cha của bà đã quyết định tái giá. Và khi ông gọi con gái về để loan báo ý định đó. Bà nghe rõ ràng ông cảm thấy hơi sợ hãi nếu như con gái không đồng ý, vì bà vẫn là một thành viên trong gia đình. Vào lúc đó, tất cả nỗi lo sợ của bà đều tiêu tan hết.

Sau này, ông đã gặp thiên sư của con gái và lưu lại một ít thời gian trao đổi với ông. Và Karuna cho biết, "Thật là tuyệt vời vô cùng." Ông bắt đầu đọc, học và truyền bá Phật giáo cho những người trong giới có kiến thức để cho họ hiểu những gì con gái ông đang thực hiện. Khi Thiên-an viên tịch, cha của bà vừa mới qua ca mổ đầu gối, nhưng ông cho biết ông phải ra viện ngay lập tức để đến chỗ con gái. Bà nói, "Nhưng ba vẫn còn phải nằm viện cơ mà, ba không thể di chuyển được đâu," Nhưng ông chỉ một mực nhắc lại là ông phải đến.

Karuna cho biết, "Đó chính là điều tôi cần đến," Ông bắt đầu tập luyện trên giường bệnh và cho dù bác sĩ đã cảnh báo là ông không được di chuyển trong vòng nhiều tuần, chỉ trong vòng ba ngày sau ông đã rời bệnh viện và lên máy bay về nhà.

Chính sự hiện diện của ông mang lại ích lợi vô cùng cho Karuna. Cả ngày bà phải ở lại Trung Tâm thiền Los Angeles. Bao quanh biết bao nhiêu người đau khổ và lo lắng. Không có nhiều thời gian riêng dành cho bà. Ngay cả ban đêm bà cũng lái xe về nhà tại Downey và có cha đang chờ tại đó, ngay cả vào lúc một hai giờ sáng. Không có nhiều thời gian và họ chỉ có thể nói với nhau hầu hết chỉ về những điều không mấy quan trọng, nhưng đơn giản là ông chỉ có mặt tại đó đã là điều thật ý nghĩa rồi. "Và khi ông thấy hàng ngàn hàng ngàn người tuôn ra đường

tham dự đám tang và khi ông đọc bài đăng tải trên tờ Thời Báo Los Angeles và những bản điện báo trên khắp thế giới gửi tới và nghe về các lễ nghi không ngừng diễn ra tại đây trong suốt một tuần lễ, cha đã nhận ra vị thế cũng như địa vị tôi đang nắm giữ. Hiện nay khi ông nói về tôi ông thường dùng từ "Con gái tôi, một nữ tu Phật giáo." và tôi nghĩ hiện giờ ông rất hạnh diện về tôi."

Thế là Karuna đã mất đi một người thầy nhưng lại tìm được một người cha mà bấy lâu nay bà đã không phát hiện ra được ông vẫn còn đó. Theo một số thông tin phát hành tại thiền viện IBMC tờ Monthly Guide (Người Hướng Dẫn Hàng Tháng) hình như bà cũng phát hiện ra được một đệ tử (học trò) – một phụ nữ với nhiều năm kinh nghiệm trong nghề điều dưỡng và hiện nay cũng đang theo học khóa huấn luyện trở thành tu sĩ Phật giáo chung với bà và cũng đã điều hành một khóa huấn luyện cuối tuần về thiền và phương án chữa trị. (Trong một lá thư mới đây Karuna cũng viết về một học trò nam cũng đang trong giai đoạn huấn luyện) Đây là đôi điều bà đã trình bày mong rằng khi nào đó trong tương lai khi tôi đến gặp lại bà. Vào thời điểm đó chủ yếu bà chỉ suy tính về thực hiện công việc của cố thiền sư, bà đã hứa với thầy mình là sẽ giữ những gì đã hứa. Nhưng hiện giờ bà cho biết là đang muốn có nhiều thiền sinh theo học với bà để trở thành tu sĩ Phật giáo nam cũng như nữ và để phát triển một nhóm những người tình nguyện là chính và một người trong số họ sẽ lãnh trách nhiệm điều hành trung tâm thay bà để cho Karuna được rảnh rỗi đôi chút.

Được rảnh rỗi để làm gì? thưa bà, để viết và xuất bản nhiều bản viết tay của thiền sư để lại, rất có thể tôi sẽ viết một cuốn tiểu sử về người thầy thiền sư của bà, để quay trở lại học tiếp môn ngôn ngữ tiếng Phạn, để đọc được những bản Kinh Phật Nguyên Thủy, để thỉnh thoảng đi du lịch sang Á châu và thực hiện những công việc Đại kết thân mình đã khởi xướng. Tuy nhiên, tất cả những công việc đó đều đòi hỏi nhiều thời gian. Nhưng vẫn còn một thời gian dài để chăm sóc cho đứa con nuôi và huấn luyện một đệ tử khả dĩ đảm trách được công việc điều hành Trung Tâm Thiền, bà cảm thấy cần phải mất đến mười năm. Nhưng rõ ràng là mọi sự cứ diễn tiến lên phía trước. Tôi có thể nhận ra

Karuna đang cương quyết tiến những bước dài về phía trước. Và tôi còn nghe được cả tiếng cười của bà.

Mùa Đông năm 2000

Từ cuộc thăm viếng đầu tiên chúng tôi đã thực hiện được trong nhiều năm qua. Tôi còn nhớ rất rõ diện mạo Karuna: một phụ nữ mạnh mẽ, cường tráng và tỏa ra nguồn nghị lực dồi dào. Hiện nay bà phải chống gậy, chân trái của bà đã phải gắn một cái kẹp, cánh tay trái không còn sử dụng được nữa. Sáu năm qua, bà đã bị một cú nhồi máu cơ tim rất mạnh, hậu quả là bà không thể xoay trở trên giường được nữa. Hiện nay, sau khi đã phục hồi và với một chiếc xe hỗ trợ, bà đã có thể đi lại mỗi ngày. Bà bước đi rất khó khăn và phải tập trung rất nhiều.

Mặc dù Karuna không bao giờ nghi ngờ bà sẽ hồi phục được, sự bất lực là một thách thức lớn đối với bà. Bà nói với tôi: "Trở thành hoàn toàn phụ thuộc vào người khác là một bài học rất lớn tôi cần phải học". Những chi tiết chân tình nơi kinh nghiệm của bà nay được nhìn dưới một nguồn sáng mới. "Tôi bắt đầu đánh giá cao cách thức thân thể chúng ta hoạt động cho dù xưa nay chúng ta không để ý đến." Hiện giờ bà phải tập trung tư tưởng vào đủ thứ. "Làm sao có thể di chuyển chân này đây? Làm sao di chuyển xuống cầu thang? Tôi có thể mặc được chiếc áo này không? Tôi có thể làm cho chân trái cử động được không?" Đơn giản thật, nhưng lại hết sức khó khăn. Để nhắc chân lên, Bà phải dừng lại và suy nghĩ, "Hãy nhắc chân lên nào".

Tuy nhiên, điều khó nhất là đối phó với những cảm xúc, chúng thỉnh thoảng xuất hiện và không thể kiềm chế được. Trước kia bà chưa bao giờ khóc trước công chúng, "ngay cả khi thiền sư và cũng là người bạn quý nhất trên đời của tôi qua đời." Giờ đây bà thấy mình có thể khóc vì bất cứ điều gì bình thường nhất, nhưng sau đó bà bắt đầu cho là hiện tượng cụ thể đó là do hậu quả "cú sốc" tim gây ra. Mãi về sau bà mới chế ngự được cảm xúc, cho dù bà vẫn thấy rất dễ bật khóc khi đang xem phim!

Toàn bộ kinh nghiệm đó là "một thiền sư vĩ đại" đối với bà. Bà nhận ra là "cứ mỗi khi chúng ta khóc một cách dễ dàng vì buồn phiền hay tức bực, không nhất thiết đó phải là dấu hiệu chúng ta

đang tấn tới trên đường Phật pháp.” Thoạt tiên việc không kèm chế được cũng thách thức và gây phiền toái cho bà. Nhưng bà nghiệm thấy được sau cú sốc, bàng quang thường co nhỏ lại và dễ dàng nhận ra việc không kèm chế được như một cách khác làm cho bà không tự kèm chế.

Ở một mức độ nào đó, các thiền sinh lớp lớn cũng đang đảm trách dần nhiệm vụ thuyết Pháp của Karuna. Tỷ dụ như trong ba năm đầu sau “cú sốc” một đệ tử chính đang tu luyện của bà đã đảm nhận điều hành chương trình huấn luyện các sư sãi. Bi thảm thay, chính người học trò này của bà cũng đã qua đời vào năm 1996, bắt buộc Karuna lại phải đảm trách một số công việc bà đã từ bỏ.

Một lãnh vực hết sức thúc bách đối với bà đó là dự án hướng về các nhà tù, Bà đã khai trương năm năm về trước. Hàng tuần trung tâm IBMC nhận được khoảng từ năm đến mười lá thư do các tù nhân gửi đến tìm kiếm thông tin về hành thiền. Nếu như Karuna cảm thấy họ là ứng viên thích hợp, bà sẽ liệt kê họ vào một chương trình liên lạc bằng thư từ giúp họ liên lạc trực tiếp với các thiền sinh có kinh nghiệm, các thiền sinh này sẽ gửi tài liệu và trả lời các thắc mắc cho họ. Một thiền sinh hàng tháng quan hệ với khoảng sáu mươi tù nhân, trông nom một khóa giảng huấn cho mỗi tù nhân riêng biệt. Hiện nay, một trong số các tù nhân cũng đã lãnh trách nhiệm hướng dẫn cho nhiều học sinh tù nhân mới. Mục đích là huấn luyện những tù nhân lãnh án tù dài hạn để bắt đầu và duy trì ngòai thiền, các nhóm học hỏi tại các nhà tù có nhiều tù nhân hưởng ứng. Một trong những thiền sinh trong tù đã được xuất gia qua điện thoại như một người anh em trong Ni đoàn do Karuna khởi xướng và chính anh ta cũng được giao trách nhiệm liên hệ với các tù nhân mới khởi sự hành thiền. Một vị sư nữa tại trung tâm cũng đang làm việc với các thanh thiếu niên trong trại Giáo Hóa Juvenile Hall và tại Camp Kilpatrick ở Malibu. Vị sư này dạy các em thổi khẩu cầm kèm theo hướng dẫn hành thiền.!

Trong những năm qua, trung tâm đã đăng cai tổ chức các buổi liên hoan nhân ngày lễ Vu lan (Halloween) cho các trẻ em đường phố và các trẻ em bị lạm dụng tình dục cũng như một buổi hòa nhạc ngoài trời dành cho toàn bộ khu ngoại ô với nhiều

ban nhạc Rock tại Los Angeles đến biểu diễn. Sáu tuần lễ sau các cuộc bạo động xảy ra tại Los Angeles vào năm 1992 trung tâm thiền IBMC kết hợp với Hội Đồng Liên Tôn Giáo miền nam California đã tổ chức một sự kiện gọi là "Nói Vòng Tay Lớn Xuyên Los Angeles." Hai mươi ngàn người đứng kề bên nhau đọc suốt mười dặm Đại Lộ Western cầm tay nhau và biểu dương tinh thần hòa hợp chủng tộc và tôn giáo là điều quan tâm chính tại Trung tâm IBMC trong nhiều năm qua. (Trung Tâm IBMC nắm phần tổ chức và thực hiện sự kiện, chủ yếu do con lớn của Karuna đứng ra điều động tổ chức).

Karuna cũng nhận thấy đang có sự gia tăng của một số các chàng đồng tình dục, đồng giới tuôn về trung tâm, rất có thể là do kết quả xuất quân của hai thiền sinh lớp lớn: một người hoạt động với nhóm đồng tính luyến ái nữ trên Internet, còn người thứ hai đang lãnh đạo một nhóm đồng tính luyến ái nam tại trung tâm. Bà cho biết, "tính chất tình dục đồng giới không là vấn đề với chúng tôi," một chàng tình dục đồng giới đã được xuất gia đầy đủ là một thiền sư Zen và hai người đàn ông và một phụ nữ cũng đã được xuất gia là thiền sư đang được huấn luyện. Mọi người ước ao đều có thể được xuất gia đầy đủ làm thiền sư Zen.

Nhưng "thay đổi lớn nhất," theo Karuna chính là những thủ tục xuất gia truyền thống tại trung tâm. Năm 1994, đã có một "Cuộc Xuất gia Lớn" đầu tiên mời tất cả các Đại sư, thiền sư thuộc tất cả các truyền thống đến tham dự. Có ba mươi Đại Thiền sư đến tham dự lễ nghi, đại diện cho các truyền phái Đại Thừa, Tiểu Thừa và Vajrayana và các tu sĩ Pure Land cũng có mặt cộng với Đại Thiền sư Zen. Hơn thế nữa, nam giới cũng như nữ giới đều cùng nhận những trách nhiệm ngang nhau. Lần đầu tiên trong lịch sử một nữ Đại sư (Karuna) dâng lời thề chung cuộc đại diện cho cả nam và nữ tu sĩ.

Nghi lễ mang đặc trưng "quốc tế thực sự": được hướng dẫn bằng tiếng Anh, sử dụng những hình thức xuất gia theo truyền thống Việt Nam và kéo dài trong vòng ba giờ. Mỗi nhà sư nhận áo cà-sa theo truyền thống riêng của mình nhận pháp danh do thiền sư của mình ban tặng. Có hai mươi bảy nam nữ thiền sinh được xuất gia ngày hôm đó. Ba năm sau vào tháng 11 năm 1997, một

“Cuộc Xuất gia Lớn” thứ hai cũng được tổ chức. Kết quả là có ba nữ thiền sinh theo trường phái Đại Thừa từ Việt nam, Sri Lanka và Nepal nhận được xuất gia chung cuộc, “một sự kiện chưa từng xảy ra tại đất nước họ,” và tám thiền sinh phụ nữ Tây phương được xuất gia theo truyền thống Tây tạng. Karuna hy vọng các chùa khác cũng noi theo, xuất gia cho những người không chia ra các trường phái riêng lẻ, nhưng xuất gia vào một cộng đồng tu sĩ Phật giáo thống nhất.

Karuna cảm thấy phải khẩn trương đào tạo một số thiền sinh mới và trẻ. Đa số các thiền sinh của bà đều “quá lớn tuổi để có thể điều hành trung tâm, một khi tôi phải ra đi: họ thường đã ngoài bốn mươi, năm mươi hoặc giả ngoài bảy mươi nữa. Tôi sắp bước sang tuổi sáu mươi năm tới và cần mười năm để đào tạo một người có thể điều hành và quản lý cũng như kiêm cả giảng dạy. Vấn đề của tôi nằm tại chỗ đó.”

Nhưng để làm một thiền sư tốt, hiện bà tin tưởng hơn bao giờ hết đó là tùy thuộc vào vấn đề chúng ta sống ra sao. “hơn là thực hiện những bài thuyết Pháp thật sáng giá.” Tôi nghĩ, công cuộc tại các nhà tù là phần chính công việc thuyết pháp của bà hiện nay (hầu hết được thực hiện thông qua máy tính) là một ví dụ điển hình. Karuna cho biết, “Các tù nhân rất cần đến quan hệ với thế giới bên ngoài, cách tiếp cận của họ rất trực tiếp, khẩn trương và đôi khi rất mù lòa. Đặc biệt đối với những người còn phải ở tù trong nhiều năm nữa. Một số người trong bọn họ có được trực giác rất tuyệt. Thoạt tiên bọn họ sẽ chỉ viết vài chữ như: “Tôi chỉ là người khởi sự học thiền. Tôi mới hiểu ra được là tôi đã gây ra hầu như toàn bộ mọi vấn đề. Tôi thực sự không phải là một người xấu. Tuy nhiên tôi đã phạm sai lầm. Hiện giờ tôi muốn học chế ngự cuộc sống của tôi, để tìm bình yên tại một chỗ chẳng có bình yên. Các bạn có thể giúp tôi bằng cách gửi cho tôi một vài cuốn sách hay một vài bản tin về Phật giáo không? Tôi xin cảm ơn bạn vì đã bỏ thời giờ ra đọc bức thư của tôi và tôi nóng lòng chờ đợi hồi âm của bạn”

Đôi khi, Karuna cảm thấy thật biết ơn vì đã thức dậy vào mỗi buổi sáng. Đôi khi, “Tôi quá mệt mỏi và cũng muốn đi lòng vòng để giết thời gian. Nhưng tôi không biết tìm đâu ra thời gian.”

Thiền Sư Sharon Salzberg

*Bạn có thể nghĩ bà ấy còn quá trẻ.
Để thốt lên được một tiếng từ bi,
Và dùng đến lưỡi bạn thử ném.
Để giải thích thế nào là từ bỏ
Từ trí khôn xuống đến tận xương tủy
Để chỉ tụng một kinh bản Dukka
Và tiếng nói phát ra tận tâm trí.
Với đầu cạo trọc đến tận thịt da.
Nhưng cái nhìn với vẻ mặt đầy ưu ái
Lọt tới tận vòng cung má ửng hồng
Đó đâu phải bà mẹ già Giotto?
Mà Quan Âm mẹ Trung hoa đôn hậu.
-- Lenore Friedman*

T
hời gian vào khoảng những năm bảy mươi và không gian là tại Calcutta. Hai bạn trẻ người Mỹ đang rảo bộ giữa đám đông trên đường phố dần thiu dần đến nơi ở của vị thánh tuyệt vời cũng là một thiền sư với tên gọi Dipa Ma. Họ quay vào một lối đi chật hẹp lầy lội và băng qua một đoạn đường đầy vũng nước mưa lầy lội tiến thẳng tới một căn nhà họ đang tìm kiếm. Bước lên tới bốn bậc thang họ thấy một căn phòng nhỏ trong đó Dipa Ma đang sống với con gái. Căn phòng không được trang bị một thứ gì, trừ một chiếc giường gỗ và một bức màn giăng vải, đằng sau treo một vài bộ quần áo. Có rất nhiều phòng như thế, chen chúc trong đó là nhiều gia đình sinh sống, có một mảnh bao quanh và một chiếc bơm nước công cộng cũ kỹ. Đầu kia của căn phòng là bếp ăn và phòng tắm cho cả gia đình. Ngay trong khoảng không gian như thế, Dipa Ma đang ngồi thiền yên lặng, phát ra một thứ ánh sáng kỳ ảo. Đôi khi bà dùng cơm với khách, đôi khi trả lời những cuộc phỏng vấn thông qua một người phiên dịch. Thường ngày, bà chỉ ngồi đó, hoàn toàn an bình thanh thản. Sau một vài tiếng đồng hồ, hai người Mỹ từ biệt bà trong

lòng tràn ngập một niềm hạnh phúc lạ lùng. Họ bước xuống mây bạc thang hẹp và bước vội vào những dãy phố xấu xí như thể đang lọt vào một chốn thần tiên. Họ vượt qua những vũng nước đọng và thấy nhiều người ăn xin và người cùi cúi hủi tắm dưới ánh nắng mặt trời.

Một trong hai người Mỹ đó chính là Sharon Salzberg, bà còn rất trẻ, chỉ vào khoảng mười chín vào thời điểm đó. Người kia là Joseph Goldstein, người bà mới gặp không lâu trong khóa huấn luyện thiền mười ngày với một thiền sư nổi tiếng Đại sư S.N. Goenka. Joseph đã đến Ấn độ nhiều năm trước Sharon Salzberg. Qua sự giới thiệu của thiền sư là Munindra, họ gặp được Dipa Ma, bà đã là thiền sinh của ngài Munindra trước đó. Dipa Ma luyện thiền hơi trẻ, sau một loạt những mất mát thua lỗ lớn và bà đã thực hiện những thay đổi ngoạn mục sau nhiều khóa luyện thiền cao cấp. Sharon Salzberg mô tả bà là một người "Hoàn toàn trống rỗng. Không hiện thân một ai cả." Trong khi đó bà vẫn rất khỏe mạnh, với "sức mạnh tựa như ánh sáng."

Sharon Salzberg đã sống nhiều năm tại Ấn độ và Miến Điện, bà đã học hỏi với một số thiền sư quan trọng kể cả thiền sư vĩ đại người Tây Tạng Kalu Rinpoche, bà luôn đề cập đến ông với lòng tôn kính và yêu thương. Nhưng dẫu sao, Dipa Ma đã gây ấn tượng mạnh mẽ nhất trên cuộc đời bà. Chỉ vì một điều tiên đoán Dipa Ma đã cho Sharon biết một ngày nào đó: bà sẽ trở thành một nữ thiền sư nổi tiếng và sai bà về nhà khởi động qui trình huấn luyện thiền (ngay vào một thời điểm Sharon thấy khó chấp nhận và chưa được sửa soạn) một trong những kết quả cho lời tiên đoán chính là Trung tâm Insight Meditation Society được thành lập vào năm 1975 do Joseph Goldstein, Sharon Salzberg và Jack Kornfield sáng lập tại Barre, bang Massachusetts.

Chính tại trung tâm này, lần đầu tiên tôi đã được vinh dự phỏng vấn bà để xuất bản cuốn sách này vào mùa hè năm 1983. Tôi cũng đã nói chuyện với bà vài lần trước đó, khi còn là thiền sinh tại một số các khóa huấn luyện Thiền Minh Sát (Vipassana) do bà cùng tổ chức với Joseph. Hiện nay tại Barre các khóa huấn luyện ba tháng hàng năm được tiến hành đều đặn. Trung tâm đây người (như thường xảy ra vào thời điểm đó) và tôi được bố trí ở tại một phòng thể dục được chia thành nhiều phòng và kê

giường ngay trên sàn. Ngoại trừ thời gian tiếp chuyện với Sharon, tôi phải tham gia chương trình huấn luyện trong bốn ngày.

Trung tâm IMS tọa lạc trong một dãy nhà gạch không lò, một thời là một Chung Viện Công giáo, có rất nhiều tầng lầu và nhiều cánh khiến cho người mới tới có thể bị lạc. Trong suốt mùa đông tòa nhà rất khó sưởi ấm. Nhưng cho dù lúc tôi lưu lại đó có tuyết rơi, nhưng thực sự khí hậu không lạnh lắm. Tôi còn nhớ một cuộc đi dạo yên lặng tuyệt vời qua những cánh rừng khảnh khiu, bước chân trên hàng lớp lá khô muôn màu, có cả lá cây hình ngôi sao một mặt màu đỏ còn mặt kia màu nâu thẫm.

Sharon khám phá Phật giáo lần đầu tiên vào năm mười bảy tuổi, nhờ đọc một cuốn sách của Chogyon Trungpa mang tựa đề *Sinh ở Tây Tạng (born in Tibet)* và cuốn *Thiền thực hành (Meditation in Action)*. Bà là sinh viên năm nhất đại học Buffalo bắc Nữ ước, do một loạt những biến cố bên ngoài coi như "tai nạn" nhưng sau này bà coi đó như việc hé mở tuyệt vời nhất cho cuộc đời bà. Hai năm sau đó bà sang Ấn độ vào tháng mười năm 1970. Bà chưa bao giờ hành thiền trước kia, nhưng bà dự biết mình muốn học thiền. Và rồi lại một biến cố bất ngờ nữa, chính bà đã tham gia khóa huấn luyện mười ngày với thiền sư Goenka tại New Delhi.

Điều bà nhớ rất rõ những kinh nghiệm đầu tiên đó là rất trong sáng, giải thoát khỏi mọi khổ đau. Phải mất đến bảy tháng cô gắng không mệt mỏi bà mới có thể ngồi thiền được một giờ. Tuy vậy quyết tâm của bà thật tuyệt vời. Một khi đã nhập thiền bà không bao giờ do dự lúng túng. Bà không bao giờ nghi ngờ hướng đi của mình (hiện nay bà luôn nói là cho dù bà cũng đã có thời gian nghi ngờ và thắc mắc về một vài điều thực hành đặc biệt nào đó. Nhưng nếu hoàn toàn không nghi ngờ gì ngay từ lúc đầu, đôi khi cũng là những trở ngại đề đối phó với những thiền sinh có vấn đề sau này.)

Sharon đã trải qua nhiều mất mát và rối loạn ở vào thời điểm đầu cuộc sống, Cha bà bỏ gia đình ra đi khi bà mới bốn tuổi rưỡi. Mẹ bà mất khi bà lên chín tuổi. Cha có trở lại nhà vào thời điểm đó, nhưng lại ra đi khi bà lên mười một. Bà sang Ấn độ là

do một thúc bách muốn tự giải thoát khỏi đau khổ và mọi hậu quả. Quyết tâm của bà cứ âm ỉ như ngọn lửa đưa bà vượt qua bất kỳ những trở ngại nào. Nhất là những trở ngại thuộc thể lý. Khi bà bị đau nghiêm trọng vì bệnh viêm gan và phải trở về điều trị tại Hoa kỳ, bà chỉ lưu lại đó ít tuần rồi sang Canada ở đó bà thực hiện một loạt những cuộc tĩnh tâm với thiền sư Thiền Minh Sát Robert Hover. Và trở lại Ấn độ khi có cơ hội sớm nhất. Lần này Bà lưu lại đó một năm rưỡi.

Hiện nay, nhớ lại mình quá ngây thơ vào những ngày đầu, bà rất xúc động và buồn cười. "Tôi không nhận ra được giới hạn của mình." Bà nói, "tôi chỉ hiểu theo nguyên văn. Tôi không biết điều gì tôi có thể và không thể làm được." Khi ngài Munidra giải thích luyện thiền là ngồi cho tới khi nhận thức được chân lý hoàn toàn, bà đơn giản ngồi thiền và làm y như thế! "Tôi tỏ ra rất dễ dạy, thật quá đơn giản tôi tiến hành ngồi thiền không thắc mắc gì cả."

Điều đơn giản không có nghĩa là dễ dàng. Thí dụ như khi bà thọ giáo với Kalu Rinpoche tại Darjeeling, bà đã leo lên hành thiền trên đỉnh ngọn đồi trong một cái chòi chứa đầy khoai tây không có mái che, cũng chẳng có cả tường chắn. Vào mùa mưa chỉ che sơ sài bằng tấm nylon và nguồn nước duy nhất là con suối ở tận chân đồi. Thức ăn thì giảm thiểu tới mức chỉ còn một bữa mỗi ngày. Nhưng bà đã khám phá ra và hiểu được ý nghĩa của việc từ bỏ và – do chính Kalu truyền đạt – Bà hiểu được ý nghĩa của Bồ Tát.

Bà học được ý nghĩa tình yêu trong sáng và tình yêu vô ngã. Điều rõ ràng là Kalu không muốn điều gì ở bà cả. Ông không nhận tiền và rõ ràng là không thuyết pháp nhằm thăng tiến bản thân hay quyền lực. Cái gương “trong sạch tuyệt trần” đó rất quan trọng trong việc phát triển trung tâm thiền IMS (mà ngoại trừ một sự kiện nhỏ can dự đến một thiền sư tại Ấn độ, đa phần không bao giờ bị gây phiền hà do những chuyện tình cảm phá hoại như thường xảy ra ở những nơi khác.)

Thứ bảo vệ và tình yêu Goenka đã dành cho Sharon đã khiến bà cảm thấy an toàn để nhìn thẳng vào những sự việc mà bà chưa bao giờ để ý tới nơi bản thân. Bà bắt đầu đi theo ông khắp nơi,

tham dự từ khóa huấn luyện này tới khóa huấn luyện khác trên khắp mọi miền đất nước Ấn độ. Sau mười ngày yên lặng ngồi thiền tập trung căng thẳng, đột nhiên bà thấy mình xuất hiện trên xe lửa ồn ào, đông đúc và nghẹt thở trong vòng ba ngày, trên đường tới phía tận cùng bên kia đất nước Ấn độ. Rồi họ còn đi đến nhiều nơi khác nữa. Lúc nào cũng theo sát ông, tham dự những khóa huấn luyện ba mươi ngày.

Đến thời điểm này việc luyện tập của Sharon đã tiến tới đáng kể. Bà đã áp dụng cho chính mình một cam kết của một người có thể chết vào mỗi đêm. Với một quyết tâm đến nỗi chỉ sau giây lát bà bắt đầu cảm thấy mình không còn tự chủ được và bị vật vã. Thay vào động cơ thúc đẩy lúc ban đầu là được giải thoát khỏi đau khổ, lúc này bà đang cảm thấy mình đã hiểu được và tự ghét mình muốn bảo vệ và lặp lại trạng thái tri thức, chỉ muốn làm một điều gì đó hoặc là một người nào đó khác với con người xưa của bà.

Thế rồi, như thể đáp ứng nhu cầu của bà, xuất hiện ba ảnh hưởng mạnh tới cuộc đời bà đã làm đảo lộn qui trình. Ảnh hưởng đầu tiên là từ cuốn sách Tư tưởng Phật giáo Thiền định *tư tưởng những người mới nhập thiền* (Zen Mind, Beginner's Mind) của tác giả Shunryu Suzuki bà đọc lần đầu tiên tại Ấn độ. Một cách rất nhẹ nhàng đã đánh động và dẫn bà vào tới ý thức là bản ngã không phải là điều gì bà phải bận tâm loại bỏ: bản ngã không bao giờ bắt đầu tồn tại! Bà nhận ra trong mỗi giây phút bà chưa bao giờ đồng nhất với bản ngã đó. Bà luôn được tự do. Việc luyện tập của bà trở nên nhẹ nhàng hơn.

Rồi, một thời gian ngắn sau đó trên chuyến đi Miến điện. Sharon gặp một nữ thiền sư tên là Sayama, tại một trung tâm chính Goenka cũng đã theo học trước đó. Goenka đã gọi vị nữ thiền sư này như "Bà Mẹ Sayama" và Sharon hy vọng sẽ gặp được một vị thánh. Thay vào đó bà chỉ thấy một người phụ nữ đeo bông tai hột soàn, vòng kiềng vàng, mặc đồ tơ lụa thêu kim tuyến và thêm cả trang điểm. "Thực sự bà tỏ ra hết sức tự nhiên" Sharon nói, bà cũng thuộc loại đua đòi và còn ra vẻ chọc gheo và chế giễu người khác, khi Sharon bị bệnh nặng và cảm thấy buồn cho chính bản thân mình, Bà Sayama đã lạnh lùng nhận xét: "Kinh nghiệm bệnh tật của bà đã là sự sửa soạn tuyệt vời cho cái chết."

Biên cô thứ ba là cuộc gặp gỡ với Dipa Ma, như đã đề cập đến ở đầu chương này, Sharon đã mô tả với tôi là "Tột đỉnh của sự tìm kiếm tình yêu hoàn hảo,"

Bằng nhiều cách khác nhau, cả Dipa Ma và Munindra đều đặc biệt đã giúp cho bà nói lỏng dần sự gắn bó vào trạng thái tập trung tư tưởng quá sâu đậm và tĩnh lặng bà đang đạt được (Sharon hiện nay cảm thấy đó là mối nguy thực sự của một kiểu tĩnh tâm). Dipa Ma đã thuyết pháp bằng chính con người của bà – một biểu hiện hoàn hảo cho thực thể thống nhất và toàn khối. Còn Munindra chỉ đơn giản bảo là "Ô nào, tiếp tục đi nào, hãy đi sắm hàng đi."

Khi chúng tôi đàm đạo với nhau tại Barre, Sharon đã bày tỏ quan tâm đến một số giảm sút có thể xảy ra khi truyền đạt Phật pháp vào Hoa kỳ. "Đôi khi tôi có con ác mộng này," bà cho biết, "một khi chúng ta quyết định chỉ vì lợi ích đến nền văn hóa nước Mỹ mà không đề cập đến Giác ngộ nữa - vì hiện nay tại Mỹ người ta đã tỏ ra quá thực dụng và ganh đua - vì cả trăm năm nay chúng ta không thấy có từ đó trong cuốn tự điển của chúng ta. Đương nhiên điều đó là phóng đại quá đáng. Chúng ta có bốn phận ngăn chặn những gì tương tự như vậy xuất hiện. Tôi còn nhớ có một số điều chúng ta được chỉ giáo cho biết tại Ấn độ, thoát tiên đã không làm chúng ta hài lòng – như cần cố gắng bao nhiêu là đủ để luyện thiền. Đó là một thách thức thực sự vì chúng ta kỳ vọng thiền sẽ làm hài lòng chúng ta ngay tức khắc là điều nhiều người chúng ta thường ấp ủ bấy lâu nay."

Như tôi đã nói, "Giác ngộ và cố gắng, cả hai đều chứa đầy nghịch lý," bà có cố gắng đạt được điều đó không? Hay chỉ muốn loại bỏ toàn bộ qui trình đó?"

"Đó là một nghịch lý, chính vì thế nên rất tuyệt vời. Giác ngộ đâu phải là điều này hay điều nọ đâu."

"Rất có thể đó là điều quan trọng cần được truyền tải."

"Tôi nghĩ, thật đúng vậy, đó là điều tối quan trọng cần phải được truyền đạt. Và cũng đúng nếu nó thách thức con người chúng ta. Khi chúng tôi thuyết pháp tại khóa huấn luyện dành cho các bậc

cha mẹ lần đầu tiên, có một số người hơi buồn không biết con cái họ đang làm gì ở nhà. Và có người cho là chúng ta thì đang làm điều vô bổ tại đây. Chúng tôi quyết định thỏa mãn định kiến giả định đó của họ ngay và tôi nhớ Joseph đã thuyết pháp thay vì về chân lý "vô - ngã" ông đã nói về hình ảnh vô thực của bản thân mỗi người. Chúng tôi châm thêm nước! điều thật sự hấp dẫn là họ không cần đến điều đó – nếu bạn đã sống khá lâu rồi và đã trải qua nhiều đau khổ, các bạn đâu có cần biết sự thật đó trở nên ngọt ngào. Một số trong họ thông minh tuyệt vời."

"Thế nên bà đã bỏ qua không tìm cách "thỏa mãn" họ?"

"Vâng"

"Tuyệt thật, điều đó như trò bịp bợm."

"Tôi thật sự cảm thấy lo lắng, đôi khi chúng ta là những thiên sư, đang phải trải qua những cuộc phấn đấu cam go, lại muốn bỏ qua cho những người khác không phải trải qua những giai đoạn đó. Nhưng tất cả những sự việc đó đều tồn tại theo cách riêng. Và mỗi người chúng ta phải kiếm cách phấn đấu tùy vào điều kiện của mỗi người. Nếu tôi được gặp Dipa Ma ngay từ đầu, rất có thể sẽ không xảy ra cùng một va chạm như thế. Tôi phải trải qua tất cả những ảo tưởng đó, tất cả những lẫn lộn đó liên can đến điều tôi đang thực hiện. Thế mà tôi còn muốn nói cho mọi người, "Ô, đừng làm điều đó, bạn không cần làm điều đó, tôi đã làm rồi!" Tôi cố gắng xoay sở một chút để mọi sự được ôn hòa. Nhưng có một qui trình cân bằng hình như sẽ xảy ra và thực sự bạn không thể nào bỏ qua những đau khổ của chúng sanh".

Tôi đề nghị Sharon xem chúng ta có thể dành riêng cuộc phỏng vấn về điểm đó, vì một số vấn đề nổi lên có liên quan đến kinh nghiệm của tôi cả trong mấy tuần qua lẫn một vài ngày hành thiền tôi vừa trải qua tại đây. Bà đồng ý chấp thuận.

Lenore: Một trong những điều đang biến đổi trong tôi đó là cảm nhận: chẳng có gì có thể ngăn cản tôi được, tôi có thể tùy ý muốn tiến tới đến cỡ nào cũng được và tôi muốn đi trọn đoạn đường đã định. Trong quá khứ tôi đã cảm thấy không nhất thiết như thế – điều đó thật đáng ngạc nhiên - tôi phải biết thỏa mãn

với những điều nhỏ mọn. Ý muốn nói tôi đã thỏa mãn với những kinh nghiệm nhỏ nhoi cho tôi biết điều gì là thực tế và điều tôi nói với thế giới bên ngoài. Nhưng hiện nay còn có ước muốn sâu xa - vâng một ước muốn và tôi không thể ngăn chặn lại được – tức là muốn biết điều gì cơ bản là thực nhất. Bên trong mọi sự, còn có gì tồn tại không? Và ngồi thiền tại đây, tôi đang để ý tôi rất nhiều nghị lực trong ngày và sự tập trung tư tưởng của tôi thật là lắng đọng. Lại còn tạo ra một thứ căng thẳng có liên quan đến cố gắng và mong muốn – và tôi tự biết mình và không biết hành động ra sao. Rất có thể bà sẽ bảo, "nhìn kia, nhưng đó có phải là tất cả hay không?"

Sharon: Trước tiên, thật là khủng khiếp nếu bạn không kiểm chế điều này. Khi Dipa Ma cho tôi biết là tôi có thể trở thành một thiền sư vĩ đại, bà chỉ có đề cập đến một điều duy nhất nhằm cản tôi không có thể suy nghĩ tôi có thể thực hiện được điều đó. Tuy nhiên hầu hết các phức tạp xảy đến với bạn lại xuất phát từ khuynh hướng nhị nguyên, đó là điều tôi cũng bị vướng phải. Gắng công sức để tháo gỡ điều đó có thể trở thành khuynh hướng nhị nguyên khác, hơn là nhận ra được sự hư vô đích thực của nó. Nếu bạn nhận ra được điều khác biệt, thì nó sẽ ảnh hưởng đến bạn. Nếu bạn cảm thấy căm ghét những gắng công sức đó, chúng ta sẽ rơi vào một tình trạng hỗn loạn gấp đôi vì chúng ta vừa cố công lại vừa chán ghét làm vậy.

Lenore: Lại rơi vào nghịch lý trở lại rồi có phải không? Tôi cần phải học hỏi đối phó ra sao với vấn đề này. Rõ ràng là nó tiềm ẩn nơi tất cả mọi vấn đề. Ý tôi muốn nói là nếu không muốn được giác ngộ thử hỏi bạn còn làm gì được nữa? Và tuy thế bạn cũng có thể giả định là không muốn được giác ngộ. Vâng, thế thì làm sao có thể ước muốn mà lại không dính mắc. Điều đó có giúp gì được không?

Sharon: Vâng, có chứ. Có một vài điểm cần lưu ý. Đầu tiên chúng ta phải hiểu là tại phương Tây mình thường làm gì khi nghe pháp diệt dục nơi Phật giáo, thường được cho là nguyên nhân mọi đau khổ và kết quả là đưa ra một số phán đoán: dính bén là xấu và sai, là xấu xa và tội bại – thay vì coi đó như là nguyên nhân của mọi đau khổ. Vì chúng ta hay phán đoán, chúng ta không thể nhìn ra được diệt dục chính là thủ tiêu một

gánh nặng. Cũng giống như cái sức nặng đang đè bẹp chúng ta và gây ra đau khổ cho ta. Đó là điều đầu tiên tôi suy nghĩ.

Tôi nghĩ bạn có lý, đó chỉ là vấn đề học tập làm sao để muốn mà không dính bết. Không tạo ra một cách tự phán quyết mình xoay quanh vấn đề dính bết hay không. Nếu bạn nhận ra điều đó – thì sự gắng công và phấn đấu của bạn có thể đem lại cho bạn nghị lực mới ngay lúc đó. Và chúng ta cứ phải tiếp tục thực hiện điều đó liên tục.

Lenore: Tôi có thể làm được một nửa, nhưng chỉ ít phút sau tôi cảm thấy thật khủng khiếp.

Sharon: Tôi nghĩ lý do là điều nghịch lý đó vượt quá sự hiểu biết của chúng ta là vì nó quá đơn giản – điều đó cứ tái diễn hoài trước chúng ta mọi giây mọi phút thay vì cố gắng giải quyết trên một bình diện nhận thức và tâm lý. Hãy tận dụng nghị lực đó cho ngay giây phút hiện tại này và cố gắng tích lũy.

Lenore: Vậy thì chỉ cần ý thức được qui trình đó...trong mỗi người là đủ?

Sharon: Chỉ cần vậy thôi.

Lenore: Thật khó tin quá.

Sharon: Tôi biết, tôi dư biết thật là khó tin, nhưng lại là sự thật. Điều chúng ta thường làm là tự trừng phạt mình. Khởi đầu mọi vấn đề chúng ta chỉ thấy những gì hiển nhiên – như ghen ghét, sân hận...

Lenore: Cả ghen tuông nữa.

Sharon: Vâng chính thế, dần dà chúng ta nhận ra được những gì khá hơn, giống như cố gắng hoặc là tham vọng cũng như ganh đua. Nhưng khuynh hướng đó vẫn là một. Đó là phán đoán và củng cố tối đa cho những phán đoán đó. Chẳng có liên quan gì tới xử lý và bỏ qua mọi sự. Không có nhiều cố gắng bỏ ra để thực hiện thái độ đó. Cơ bản là chúng ta luôn tìm tòi học hỏi để

thực hiện mọi sự nhưng lại không thực hiện tốt, rất tốt những điều đó.

Ít lâu sau đó, một vấn đề đã được đề cập đến trong buổi nói chuyện về Phật pháp lại nổi lên đó là: Việc tái đầu thai. Mặc dù đã được nghe cắt nghĩa hàng trăm lần, tôi vẫn thấy thắc mắc: Nếu bản ngã không tiếp tục tồn tại sau khi chết, thế thì làm sao còn có thể đầu thai được. Sharon đồng ý đây là một vấn đề khó tin. Bà hỏi tôi: còn có điều gì hiện vẫn tồn tại nơi tôi giống y những gì hỏi tôi lên sáu không. Tôi trả lời là tôi không biết. Bà nói, Phật pháp dạy không có gì giống nhau cả. Chẳng có bản thể lẫn thực thể nào đã chuyển đổi từ thời gian đó đến nay. Nhưng đã tồn tại một sự liên tục nào đó nơi qui trình này. Thời điểm này ảnh hưởng đến thời điểm kế tiếp và lại ảnh hưởng đến thời điểm kế tiếp sau đó. Chẳng có gì là ngẫu nhiên hoặc bừa bãi. Luôn tồn tại một sự liên tục "không có bất kỳ sinh vật nào bị ngắt quãng qua thời gian". Và điều này cũng đúng với cả cái chết thể lý nữa. Giống y hết chúng ta đang được tái sinh hàng giờ hàng phút, một sự biến đổi liên tục cũng như thế luôn hiện hữu đó là tái đầu thai.

Tôi gợi ý, "một dòng chảy chất liệu tiếp diễn liên tục,"

"Na ná như vậy"

"Còn gì chưa rõ không?"

"Từ chất liệu hơi có về..."

"Ô, vâng, tương tự như bản chất. Có một dòng" (hoặc một dòng chảy - tôi nghĩ ra rồi.)

"Đúng đó, tương tự như trồng một hạt táo và ta được một cây táo mọc lên có nhiều trái táo với những hạt táo mới không phải là chính hạt táo chúng ta đã trồng lúc đầu. Nhưng có một sự liên tục. Joseph đã dùng hình ảnh cái triện và chất sáp. Cái triện để lại một dấu ấn trên sáp, nhưng chẳng có cái triện nào còn trên sáp cả.."

"Vâng, thôi tạm gác vấn đề này lại," Tôi nói, "còn Quả báo (Karma) vẫn là một vấn đề rất khó khăn đối với tôi."

"Hãy đề cập đến vấn đề đó xem sao."

"Đó là đau khổ, đau khổ thuần túy đó tôi không hề chấp nhận điều đó. Cho dù chúng ta có đề cập rất nhiều đến cuộc sống đã qua hay nguyên nhân và hậu quả gì đó, tôi vẫn chưa thoải mái. Tôi vẫn gặp trục trặc ở phía đối diện, đó là sự tàn nhẫn. Nếu nghiệp chướng có thật, thì nó sẽ tạo ra những hậu quả và lại tiếp tục ảnh hưởng đến những gì sau đó. Nhưng cho dù có cố gắng cách mấy để hiểu được bức tranh toàn khối, hình như tôi không thể nắm được".

"Đó là điều rất phức tạp. Chính Đức Phật đã bảo suy nghĩ quá nhiều về nghiệp chướng sẽ làm cho bạn u mê một chút là gì."

"Bà có nghĩ là với khối óc bình thường chúng ta thực sự không thể hiểu được tận căn vấn đề hay không?"

"Ô, vâng, tôi nghĩ điều đó có thật đấy."

"Vậy bà có thể bình thản với điều bất khả dò xét đó hay sao?"

"Xét dưới góc độ tri thức tôi có thể hành động như vậy. Nhưng với trực giác tôi có thể cảm nhận được sự thật trong đó. Khi tôi tham muốn, căm ghét, tôi cảm thấy đầy chừ. Cảm nhận nó đã tạo ra một bầu khí đặc biệt tôi có thể nhận ra được. Và nó phóng ra một thứ sinh lực có khả năng thu hút một số sinh lực khác. Một điều gì đó được tạo ra tại thời điểm đó lại có được một số yếu tố chân động và bằng trí tuệ tôi cảm nhận được điều gì đang được tạo thành. Vì thế tôi nhận biết được tôi đã sáng tạo toàn bộ thế giới của tôi ra sao."

"Toàn bộ hay sao?"

"Vâng, không phải điều tôi có thể kiểm tra được những gì không thích thú xảy ra. Nhưng là toàn bộ mối tương quan của tôi với điều đó."

"Tôi biết nhiều người tin rằng tất cả những gì ta có được, là do chúng ta tạo ra. Nhưng kinh nghiệm của tôi cho thấy không đơn giản như thế. Luôn có nhiều điều khác tiếp tục xuất hiện. Nếu như có được một mô hình to lớn, thì luôn có sai sót trong đó. Bà hiểu ý tôi không?"

"Vâng, với tri thức tôi không tin có thể hiểu được. Nhưng trực giác nhắc bảo tôi mọi sự không phải ngẫu nhiên mà có, rằng tôi đã sản sinh ra một loại năng lực nào đó và rồi năng lực đó sẽ phản hồi lại nơi tôi. Tôi đã hiểu điều đó. Giữa những khốn khổ, hận thù hoặc tham muốn tôi thấy có quả báo ngay trong đau khổ trực tiếp do những hành động đang tạo ra dựa trên những hiện trạng đó. Khi tôi đang trong giai đoạn thi thố lòng quảng đại, tôi cảm thấy hài lòng và sung sướng vô cùng. Luật quả báo thể hiện ở chỗ nếu bạn thi thố lòng quảng đại, bạn sẽ nhận lại rất nhiều (cho đi là nhận lại). Nhưng không thành vấn đề, vì điều gì xảy ra chính là đã có quá nhiều không gian tạo thành nó. Bất cứ điều gì tôi có được, tôi cảm thấy như đã đủ. Trong khi đó thì bạn thiếu thốn, thì chẳng có gì là đủ cả. Thế nên tôi hiểu được vấn đề theo nghĩa ở mỗi thời điểm hiện thực của nó. Một loại trực giác về nghiệp chướng (quả báo)."

Trước khi rời Barre, tôi đã trao đổi với hai người trong ban quản trị tại đó về việc Sharon trở thành thiền sư gây ra cho họ những ấn tượng gì, người đầu tiên phụ trách bảo tàng viện trước khi trở thành người điều hành văn phòng tại IMS. Làm việc với Sharon là một phần quan trọng trong việc luyện thiền của bà, từ khi bà bắt đầu hành thiền vào năm 1977. Và bà cho biết, thực chất Sharon là một phụ nữ là điều vô cùng quan trọng, bà ta đánh giá cao cung cách Sharon kết hợp được tính từ tốn, lòng nhân hậu và với sức mạnh tri thức, lòng trong sáng và tính nghiêm túc trong luyện tập. Cách bà điều hành thiền viện rất dễ mến, với nhân cách rất chan hòa. Tính dễ dãi và sẵn sàng chấp nhận khiến mọi vấn đề đều được giải quyết ôn hòa và tạo cho mọi sự có cơ may trở thành hiện thực. "Bà không bao giờ xiết dây quá chặt".

Một điều quan trọng thiền sinh này cũng nhấn mạnh đến đó là trong cái nghiêm túc, Sharon tỏ ra rất sẵn sàng giúp đỡ phụ nữ. Thông điệp của bà thường là, "điều khó, điều sâu sắc dành cho đàn ông thực hiện". Tính khí của Sharon là một đối chọi rõ nét.

Theo nhận định của thiền sinh này tất cả các thiền sư tại IMS đều chia sẻ những đức tính đơn sơ và không câu nệ hình thức của bà. Tại trung tâm thiền Barre, khái niệm thiền sư là "người bạn tinh thần" đã trở thành một thực tại kiểm nghiệm được. Không có gì phải giải trình thêm hoặc phải bỏ qua cho họ cả. Không có những chi tiết tình cảm hoặc tình dục cần che đậy. Mọi sự đều được phơi bày trước thanh thiên bạch nhật. Bà coi đó như là một phần của tính hà khắc thâm nhập vào hết mọi sự. "Tất cả đều phải đạt đến – sự hư vô tuyệt đối." Bà cho biết như thế chẳng có gì phải bảo mật cả và điều này tạo ra sự cởi mở và tin tưởng.

Một nam thiền sinh rất đồng tình về sự quan trọng các nữ thiền sư hiện diện tại trung tâm. Theo ý của anh ta, phụ nữ có tính nhạy bén lớn lao, có tầm mức am hiểu sâu rộng hơn, đặc biệt trong những trao đổi tình cảm tế nhị. Anh nói tiếp, "Rất ít khi xảy ra cộc cằn thô lỗ và bản chất nhẹ nhàng dịu hiền của phụ nữ, theo tôi cảm nhận là điều hết sức cơ bản trong một vài giai đoạn luyện tập. Tôi hoàn toàn thông cảm được. Chính do sự tinh tế của Sharon mà mọi sự đã trở nên ôn hòa để cho những bản chất nữ tính của tôi cũng được bộc lộ ra!"

Cậu ta cũng đồng ý rằng các nữ thiền sư cũng rất cần thiết để chứng tỏ phụ nữ cũng có tiềm năng ngang bằng với nam giới trong luyện tập. Thiền sinh này còn nói thêm, "Và đó là điều quan trọng để cho các thiền sinh bộc lộ được trọn vẹn những tiềm năng tri thức. Nam giới đặc biệt thường bị giới hạn trong lãnh vực này vì họ hay tỏ ra thiên vị."

Cậu ta nhớ lại một cuộc tiếp xúc quan trọng mới đây với Sharon. Đó chính là giai đoạn khi cậu ta đang trong tình trạng ganh đua với một nam thiền sinh khác, anh ta tỏ ra tiến tới nhanh hơn cậu. Trong khi việc luyện tập cậu lại tỏ ra hơi trì trệ và "Dừng chân tại chỗ". Vì bản chất nam giới là hay ganh đua. Cậu cảm thấy một thiền sư nam sẽ không nhận ra được tình thế rõ ràng như Sharon đâu. Bà nói với cậu, "Khi các bạn ganh đua với nhau, các bạn chỉ đua tranh với chính sự ngu xuẩn mà thôi." Hình như cậu ta nhớ lại chính xác những lời Sharon thường nói. Và khi chúng tôi rời thiền viện cậu đưa ra kết luận, "Tính ổn định và bình thản của Sharon gây cảm hứng cho mọi người."

Sáu tháng sau tôi lại được tiếp truyện với Sharon ngay tại thiền viện IMS, có một biến cố hoàn toàn bất ngờ đã xảy ra trong cuộc sống của Sharon. Vào tháng Năm năm 1984 và toàn thể các nhân viên tại Barre đang chờ đón một thiền sư người Miến Điện tên là U Pandita, ông ta đến để tổ chức một khóa huấn luyện kéo dài ba tháng (ông chưa bao giờ ra khỏi Miến Điện). Sharon đã nghe người ta báo cho biết ông sẽ đến, nhưng không thấy phấn khởi lắm. Bà đang ở trong bếp trong khi đó thì thiền sư đã bước qua cửa - và ngay lúc nhìn thấy ông, bà cảm thấy "như bị Sét đánh." Cho dù bà có nhiều kinh nghiệm giao tiếp với các thiền sư trong quá khứ (như với Goenka và Dipa Ma tại Ấn Độ.) Bà nói với tôi bà không hy vọng điều này sẽ xảy đến trong đời bà một lần nữa. Trong suốt khóa huấn luyện ba tháng đó bà đã ngồi thiền với U Pandita và quan hệ giữa hai người ngày càng phát triển tốt đẹp. Ông luôn tỏ ra cứng rắn và đòi hỏi nhiều. Nhưng bà rất phấn khởi sau mười năm trời lại được luyện tập chung với một thiền sư. Bà mô tả thiền sư như một "chiến binh" thà chết vì gắng sức giải thoát còn hơn là chẳng cố gắng gì hết. Luyện tập, một yếu tố quan trọng nhất trong cuộc sống, không được thực hiện điều đó một cách luộm thuộm. Ông yêu cầu phải tập trung tư tưởng từng giây từng phút, không được gián đoạn. Nếu Sharon tỏ ra thiếu tập trung tư tưởng chỉ trong giây phút thôi, ông đã nhắc nhở ngay, "Bà có thấy điều đó không?" Những cử động của bà trở nên chậm chạp đến nỗi phải mất một tiếng đồng hồ để bà di chuyển từ phòng thiền trở lại phòng mình. Ông còn chọc ghẹo, "sao thiền sư đi nhanh đến thế."

Đối với một số người, kiểu cách của U Pandita quá cộc cằn và nghiêm khắc. Ông có thể chỉ cần ngược mắt lên đã đủ để biểu lộ không đồng tình rồi. Một số người cảm thấy ông quá cứng nhắc và không thiết thực. Tuy nhiên đối với Sharon phong cách của ông có sức giải thoát. Bà cho biết, "Ông chỉ cần lưu ý đến tư tưởng tương đối giới hạn của Bà về những gì bà có khả năng làm được và đã có thể quảng bá ra một cách vô tận. Lời dạy của ông hàm chứa một sự thật đó là chúng ta có thể được giải thoát ngay trên cõi đời này. Sharon chưa bao giờ làm việc cực nhọc đến thế. Bất cứ lúc nào trong ngày bà cũng cảm thấy như đang bị thách thức. Chẳng phải phong cách của U Pandita đã đem lại cho bà những lời động viên to tát đến thế sao. Nhưng Sharon không cảm thấy có gì phải nghi ngờ và luôn vững tin nơi ông.

Và năm 1985 sau mười hai năm vắng mặt, bà đã trở lại Miền Điện để luyện tập chung với U Pandita tại tu viện trong rừng của ông trong vòng ba tháng.

Tại đó bà khám phá ra phong cách của ông hoàn toàn khác. Sharon kể lại, tại tu viện riêng của mình ông tỏ ra rất ngọt ngào và dịu dàng, giống như một "Bà mẹ yêu dấu". và bài luyện thiền giao cho bà là bốn Kinh *Brahmavihara* – Tụng Kinh lòng Nhân ái, Đức từ bi, Niềm vui đồng cảm và Lòng thanh thân. Bà cho biết một phần những kinh nghiệm có được trong giai đoạn này thật sự là một "niềm vui khôn tả."

Tuy nhiên, về mặt thể lý mọi sự không dễ dàng chút nào, thời tiết và điều kiện sống thật khắc nghiệt hơn bất kỳ nơi nào khác tại Ấn Độ, với chuột bọ, rắn rết và côn trùng đủ loại. Bữa ăn duy nhất trong ngày được dọn vào lúc 10.00 giờ sáng, sau đó chỉ có nước lã đun sôi cho đến 5.00 giờ ngày hôm sau. Và cuối cùng Sharon trở nên gầy còm ốm yếu.

Tuy nhiên, Sharon vẫn ước ao được trở lại Ấn độ. Hiện giờ U Pandita đã sáu mươi lăm tuổi và bà cảm thấy rất cần thiết học được ở nơi ông tất cả những gì có thể trước khi ông viên tịch. Trong khi đó, công việc của bà với ông U Pandita đã ảnh hưởng rất nhiều đến phong cách giảng dạy của bà tại Barre. Đặc biệt lần đầu tiên, người ta rất dễ nhận ra sự khác biệt đó. Mới đây thôi, Sharon đã phải giải thích:

"Tôi cũng cảm thấy cần phải chỉnh lại công việc để lấy lại thể cân bằng." Xuất phát từ những kinh nghiệm bản thân về kiểu thuyết pháp đó, cộng với phải tiếp các thiền sinh muốn phỏng vấn về U Pandita, bà cảm thấy bị ảnh hưởng rất mạnh do tính trung thực và đa dạng nơi hệ thống giảng dạy của ông truyền cho. Điều đó đã giúp bà có thể dễ dàng theo sát thiền sinh và hướng dẫn họ cách tự tin hơn trên bước đường hành thiền. Trái ngược với cách tiếp cận bà thường áp dụng xưa nay, cho rằng mọi sự việc sẽ tự nhiên tuôn tự tỏ lộ ra. Hiện giờ bà tỏ ra đòi hỏi hơn và chỉ thị thiền sinh phải tỏ rõ dấu hiệu họ đang luyện tập giúp bà dễ dàng đưa ra những hướng dẫn đặc trưng. Đôi khi bà yêu cầu phải tập trung ý thức ở diện rộng và bao quát hơn. Đôi khi tập trung ý thức lại đem lại hiệu quả hơn. Bà đã trở nên nhạy

bén hơn với từng bộ phận liên tiếp phải đạt được. Và tìm ra năng lực kỹ thuật để dẫn dắt các thiền sinh một cách chính xác hơn.

Hơn nữa U Pandita lại có kiến thức uyên bác và nắm vững lý thuyết từ đó Sharon hy vọng có thể tận dụng được. Bà ý thức rất rõ những nguy hiểm khi quá rập khuôn theo một khuôn mẫu quá chật hẹp đối với kinh nghiệm cá nhân. Cùng lúc đó bà cũng nhận ra những giới hạn của cách tiếp cận Á đông với những thiền sinh Mỹ. Việc khủ tuyệt tính tham lam là điều chính yếu nhất của thuyết pháp này, và một cách truyền đạt Phật pháp thông dụng tại Á châu. Tại Mỹ, Sharon nhận thấy tham lam không phải là hiện trạng tâm linh trội hơn hẳn so với tức giận. Đặc biệt dưới dạng tự kết án mình.

Thực chất, đó là một yêu cầu mạnh mẽ phải "nhỏ tận gốc những cản trở này" (với các thiền sư Á châu đó là một thông điệp, tích cực, đầy cố gắng và mạnh mẽ) Bà muốn nói, "Được rồi, chỉ cần nhìn lại chính mình – xin đừng chán ghét" Đây là những gì ta phải kết hợp. "Trước tiên nên biết mọi sự đâu còn đó. Rồi bạn sẽ có thể bỏ dần."

Mùa Đông 2000

Để trả lời những câu hỏi tôi gửi cho bà qua đường bưu điện, Sharon đã gửi lại tôi những câu trả lời chính xác và rất thúc bách khiến tôi không còn cách lựa chọn nào khác là in toàn bộ nội dung những câu trả lời đó, đa phần tôi đã in nguyên văn với rất ít thay đổi hoặc sửa chữa.

"Năm 1989, Joseph Goldstein và tôi đã thành lập tại Barre một Trung Tâm Nghiên Cứu Phật Học. (Center for Buddhist Studies) là trung tâm em của Insight Meditation Society, trung tâm BCBS được lập ra để qui tụ tất cả các thiền sư, học giả, thiền sinh, sinh viên và Phật tử cam kết học hỏi tư tưởng Phật giáo như là một truyền thống sống động. Thông qua những buổi hội thảo, các buổi thảo luận, các lớp học và nghiên cứu, chúng tôi khảo sát lại đâu là ý nghĩa phải trung thành với những nguồn gốc và thể hệ truyền thống Phật giáo và cũng để triển khai một câu trả lời sống động và chấp nhận được trước những vấn đề của thế giới hiện nay. Mục đích của trung tâm chính là tạo ra một cầu nối giữa

học hỏi và thực hành, giữa những kiến thức hiểu biết và trực giác hành thiền. Nhằm động viên sự dẫn thân tích cực với truyền thống trong tinh thần tìm hiểu và nghiên cứu một cách chính xác.

"Năm 1998. Trung tâm thiền IMS đã khởi sự một dự án mang tên Forest Refuge (chỗ ẩn trong rừng) những khóa tập huấn dài ngày sẽ được triển khai tại trung tâm nằm trong rừng giữa IMS và BCBS. Trung tâm thiền này sẽ cho phép chúng ta thực hiện những cuộc hành thiền nghiêm túc bên ngoài cơ cấu của một cuộc huấn luyện hình thức. và với sự giúp đỡ liên tục giữa cá nhân với cá nhân và thiền sinh với thiền sư. Hàng thế kỷ qua tại châu Á, các trung tâm và thiền viện kiểu này là nơi nhiều người có thể luyện tập liên tục và gần gũi với sự dịu dặt của một "Su Phụ", đã đào tạo ra được rất nhiều thiền sư vĩ đại. Chúng tôi tin rằng với sự thiết lập trung tâm Forest Refuge (chỗ ẩn trong rừng) là một bước tiến quan trọng để đào tạo các Thiền sư phương tây.

"Trong khoảng thời gian kể từ cuộc phỏng vấn chúng ta đã thực hiện trong nhiều năm qua, tôi cũng đã viết được hai cuốn sách và cũng tạo ra được một đầu mối liên lạc thư từ về thiền, tôi cũng đã biên soạn và biên tập được tuyển tập kệ của các thiền sư tại IMS (đã được nhà xuất bản Shambhala phát hành để gây quỹ giúp cho thiền sư Ram Dass, ông đã bị một cú nhồi máu cơ tim thật thảm hại vào đầu năm 1997) và hiện nay tôi đang viết tiếp một cuốn sách khác với chủ đề về Đức Tin – Và cũng đã thuyết pháp tại bất kỳ cuộc tĩnh tâm nào khác.

"Cuốn sách thứ nhất của tôi viết về *Lòng Nhân Ái: Một Nghệ Thuật Hạnh Phúc Cách Mạng* (Lovingkindness: the revolutionary Art of Happiness.) do Shambhala xuất bản, cuốn sách tập trung vào metta, hay tập luyện lòng nhân ái, đã được đức Phật giảng dạy để tập luyện tập trung tư tưởng, tránh hoang sợ và phát triển một trái tim nhân hậu. Metta không đòi hỏi chúng ta phải từ bỏ con đường chúng ta đang đi, hoặc giả vờ như đang cảm nhận được những gì không thuộc về chúng ta đang khác nó giúp chúng ta cởi mở cõi lòng với hoan lạc và với cả đau khổ nữa. Hậu quả công việc động tác cởi mở này nhằm hiểu biết được sự thiện bản sinh và mối tương quan với bá tánh.

Nhận ra rằng chúng ta không bao giờ bị phân chia và sống biệt lập, chính vì vậy đây là một quan điểm cách mạng và là một phương cách giải phóng cuộc sống.

"Cuốn sách thứ hai của tôi mang tựa đề: *Tâm Lòng Bao La Tựa Hoàn Vũ* (A Heart As Wide As the World do Shmbhala xuất bản). Gồm hàng loạt những bài viết ngắn, đa số dựa trên những kinh nghiệm của chính tôi trong lúc hành thiền và đề ra những viễn cảnh tập trung ý thức, lòng nhân hậu vào cuộc sống. Cũng có những chương viết về những khái niệm Phật giáo cổ điển kèm theo những câu chuyện về việc tôi bị mất xe hơi và phần đầu học vi tính. Việc luyện tập thiền của tôi (từ năm 1971) đã liên tục chỉ rõ trái tim chúng ta đủ lớn để ôm trọn được toàn bộ cuộc sống chúng ta kể cả những kinh nghiệm sung sướng lẫn đau khổ. Tại đây một lần nữa tôi nhấn mạnh đến tình yêu và cởi mở cõi lòng cũng như những tiềm năng thực sự của tự do trong cuộc sống của chúng ta.

Đầu mỗi trao đổi thư từ như tôi đề cập ở trên được gọi là: *Tiếng Nói Trung Thực Về Thiền định (Insight Meditation)* (sounds True Audio), phản ánh kinh nghiệm về khóa huấn luyện. Hiện có mười hai băng cát-sét, một mặt ghi bài thuyết pháp của Joseph hoặc của chính tôi. Còn mặt kia là một hướng dẫn hành thiền do một người trong chúng tôi thực hiện dài khoảng bốn mươi lăm phút. Cũng có cuốn hướng dẫn bài tập luyện và những tiếp xúc liên tục với hướng dẫn viên do chính tôi đảm trách. Điều này cho phép chúng ta rút ngắn lại khoảng cách cho những ai muốn có một cơ cấu trợ giúp việc hành thiền của họ trong cuộc sống hàng ngày bên ngoài các trung tâm thiền. Người tham gia kể cả những người có con nhỏ, những người bị ốm đau kinh niên, các tù nhân (tài liệu được phân phát miễn phí trong các nhà tù), các ni sư trong tu viện, những người mới bắt đầu hành thiền và cả những người đã có kinh nghiệm muốn tìm kiếm thêm hướng dẫn.

Tuyển tập văn học (Voices of Insight, nhà xuất bản Shambhala, 1999) là cuốn sưu tầm duy nhất các bài viết do các thiền sư tại IMS đã được xuất bản. Cuốn sách được chia thành ba chương: một nói về Đức Phật (cũng gồm cả các câu chuyện về các thiền sư của chúng tôi, mối tương quan trong các hệ phái, bản chất

Đức Phật của chúng ta, cũng như cuộc hành trình của Đức Phật); một chương khác viết về Phật pháp (gồm những bài viết mô tả việc thực hành về luyện chú ý và lòng nhân ái, các lời dạy về vô thường (impermanence), đau khổ, hư vô và giải thoát); và chương cuối cùng viết về các đoàn thể tu sĩ Tăng già (gồm quang bá ý nghĩa cổ điển và đương đại về đoàn thể tu trì và các đề tài liên quan đến cách sống trên trần gian này, như là các bài tập luyện hàng ngày, gia đình và các nghi thức phục vụ). Tất cả các lợi nhuận thu được đều dành cho thiền sư Ram Dass.

"Cuốn sách kế tiếp tôi sẽ viết về đề tài Đức Tin. Sau khi nghiên cứu sâu rộng về các kinh nghiệm cá nhân của tôi khi hành thiền, kể cả luyện tập trung ý thức lẫn lòng nhân ái (metta), tôi đã nhận ra một chủ đề phải được nhấn mạnh đến là Đức Tin. Tiếng Pali thường dịch từ Đức Tin từ chữ *Saddha* nguyên từ có nghĩa là "nâng cao tâm hồn lên." Thế nên hiện thời tôi đang nghiên cứu "*nâng cao tâm hồn lên*" hàm chứa ý nghĩa gì trên bước đường dẫn đến hòa bình; làm thế nào để nhận ra điều đó, trước tiên, chúng ta mỗi người đều có một tấm lòng; và rồi làm thế nào chúng ta thấy được việc dâng hiến hay nâng cao tấm lòng chúng ta mang ý nghĩa là một của lễ tinh tuyền và chúng ta phải tự hào về điều đó. Cho dù chúng ta không nghe đề cập đến đức tin thường xuyên trong Phật giáo, thường cơ bản chỉ là một truyền thống khôn ngoan, tôi tin rằng nếu được hiểu chính xác, đức tin là một sợi chỉ xuyên suốt bước đường chúng ta đi và là một yếu tố hỗ trợ chúng ta rất đắc lực.

"Từ năm 1983 đến 1989, tôi đã luyện tập Brahmaviharas (metta, nhân hậu, niềm vui cảm thông và bình thản) một cách chăm chú trong những khóa luyện tập cao cấp cũng như trong cuộc sống hàng ngày. U Pandita Sayadaw là bậc thầy của tôi trong những luyện tập này. Điều này đã thực hiện được ý nguyện lâu nay tôi hằng mong ước là hành thiền phải phản ánh được tấm lòng của Đức Phật. Vì muốn luyện tập Brahmaviharas tôi muốn cơ bản khám phá ra khả năng tự yêu chính mình trước đã, vì chính Đức Phật cũng đã làm thế. – với hiểu biết rõ ràng và lòng nhân hậu không hề suy suyễn. Tôi tin tưởng (và sau này khám phá ra thông qua kinh nghiệm) là đúng y như những gì Ngài đã khẳng định trong Kinh Phật, điều này là cơ sở để có thể thực sự yêu tha nhân, với cả tấm lòng trong sáng lẫn lòng từ bi đôn hậu. Vun đắp

những trạng thái (States) trên làm cho tâm hồn chúng ta tràn đầy đức tin, tràn đầy tình yêu thương với sức mạnh tương quan giữa chúng ta với bá tánh....

"Rất có thể giây phút ấn tượng nhất đã xảy ra khi tôi thực hiện luyện tập cao độ này tại Miên Điện, đó chính là khi tôi khám phá ra tôi có khả năng thực thi điều luyện tập đó với đầy tình thương. Thực sự tôi đã ngồi thiền tại đó đầy sự sôi sục và suy nghĩ, "Tôi đây có phải không?" Thực tế tất cả chúng ta đều sẵn có một tình yêu rất mãnh liệt, nhưng một khi chúng ta không đụng chạm tới việc luyện tập, thì khả năng tương quan giữa chúng ta vẫn còn bị che khuất, vụn vặt hay bị bóp méo. Những luyện tập này sẽ mở rộng tầm nhìn của chúng ta đối với những gì có ý nghĩa do hành thiền cao độ mang lại.

"Trong những năm sau này, tôi đã du hành tới nhiều nơi trên thế giới để thuyết pháp về Brahmaviharas. Tôi bị sự sôi sục liên tục, bất kể tôi đi tới đâu có rất nhiều người lại cho hiện trạng trí tuệ như thế quá yếu kém. Các thiền sinh trong khóa tĩnh tâm cho là, "Nếu tôi tỏ ra nhu mì và nhân hậu, tôi sẽ bị lạm dụng và có thể bị hại." Hoặc giả còn có người nói, "Đối với tôi, những điều đó chỉ là tình cảm ướt át, không thể nào sống như vậy được." Thật đáng buồn, thái độ đó đã làm suy yếu sức mạnh do tăng cường Brahmaviharas đem lại, rất có thể vì họ đã trực tiếp thừa nhận và vun xới sự tương quan sâu thẳm nhất với cuộc đời.

Từ năm 1971, tôi đã hoàn toàn cống hiến cuộc đời tôi cho việc quảng bá Phật pháp. Nhờ những giai đoạn áp dụng dài hạn và lòng kính mến như vậy (cũng như tôi đã lớn tuổi), tôi đã được coi là người chị cả trong Phật giáo tại Hoa Kỳ, điều đó khiến tôi nhiều khi phải kinh ngạc. Đôi khi có người nói, "Ôi, chẳng phải bà cùng với Joseph Goldstein và cả Jack đã chẳng có một tầm nhìn sáng suốt để thành lập Trung tâm IMS vào năm 1976 đó sao, một tầm nhìn tiên tri như thế báo hiệu Phật giáo sẽ được phổ biến thế nào tại nước Mỹ này." Nhưng tôi luôn trả lời họ, "Không đâu, chúng tôi đâu có nghĩ thế, chúng tôi đã quyết định chúng tôi cho là tốt đẹp nhất mỗi ngày, chúng tôi đã phạm nhiều sai lầm và vẫn còn tiếp tục theo dõi xem công việc sẽ tiến triển đến mức độ nào. Xét từ góc độ nội tâm sống tôi vẫn chỉ đơn giản là cuộc sống của tôi mà thôi, không có gì đáng nói cả. Nhưng tôi

cảm thấy rất may mắn đã thực hiện luyện thiền được gần ba mươi năm nay và cũng chính vì thế mà lời khẩn vái của tôi những ngày này là, "Câu sao cho tôi được là một người hạnh phúc."

-ooOoo-

[10]

Thiền Sư Gesshin Prabhasa Dharma

Đang trong thời chiến tranh. Một cô gái mười tuổi trên đường tới trường bằng xe điện. Vạn vật đều phủ một màu xám xịt. Dân chúng đi đường ai cũng khoác áo một màu xám đậm; bầu trời đen ngòm một màu tang tóc, u ám và đầy hiểm họa. Cô bé đảo mắt khắp nơi, đầu đầu cũng hần lên một mặt đói khát, buồn bã và cay đắng. Lòng cô bé rục lên ý tưởng ảm đạm, buồn bã và chết chóc. Cô cảm thấy nếu như phải leo lên chiếc xe điện thêm một ngày nữa, chắc cô sẽ chết mất. Và rồi một luồng sáng chợt lóe trong tâm trí cô: sao không tưởng tượng mình vừa xuất hiện từ một hành tinh khác? Cô chẳng có một chút hiểu biết gì về loài người, không nói được ngôn ngữ của họ? cô luôn cảm nhận mình vừa xuất hiện từ một nơi xa lạ nào đó, có lẽ từ Pleiades đến chẳng? Thế nên cô cảm thấy thật dễ dàng cứ để cho mọi sự bị cuốn hút theo óc tưởng tượng...

Cô mở mắt nhìn quanh. Mọi sự đã đổi khác, toàn một màu tươi mát, bừng sáng lên đầy sức sống và màu sắc. Cô đang quan sát với tâm tình của "một người vừa mới nhập cuộc".

Một cô gái, thân hình nhỏ nhắn, vóc dáng mảnh khảnh, đang từ căn lều nhỏ trên triền dốc những đụn cát bước xuống bãi biển. Đó là vào năm 1964, gần Malibu, bang California. Người phụ nữ trẻ đó là một họa sĩ, người Mỹ gốc Đức, cùng với chồng là người Mỹ mới đến sinh sống gần đây được dăm ba tháng nay, cô vẽ mỗi ngày trong một khung cảnh duyên hải trong mát. Cô đang chậm rãi bước xuống một lối dốc hơn một trăm năm mươi bậc thang dẫn xuống bãi biển. Thỉnh thoảng ngồi nghỉ ngay trên chiếc ghế kê ngay chính giữa triền dốc, thả hồn bay bổng vào

tiếng sóng biển rì rào dưới chân. Hôm nay cô không ngừng lại giữa đường như mọi khi, nhưng vượt qua bãi cát, tiến thẳng tới bờ biển, cô chỉ chú tâm tới bọt biển trắng xóa đang tan vỡ. Thành linh như một cú đánh mạnh ngay sau gáy, cô cảm thấy như có một nhân vật vô hình nào đó đã giáng vào sau gáy, nhìn quanh chẳng thấy một ai.

"Tôi thực sự như thả hồn đâu đó." Cô nhớ lại sự kiện đó hai mươi năm sau, "Tôi như người bưng tỉnh, nhìn chăm chú và mất hút vào trong quá khứ, như thể chính mình thấy lại con đường vừa đi lùi lại phía sau. Hiện tôi như người lạc hướng, cạnh bên lề đường."

Bà nhận ra con đường đó chính là lối thiêng (spiritual path) bà đang tiến bước trên đó trong nhiều năm trời, "trong một thời gian dài, rất dài." Nhưng lúc này bà thấy mình như đang bước đi trong một thế giới đầy mộng mơ và bà như người phải quay lại đường ngay nẻo chính.

Phải chăng cuộc hôn nhân của bà là một bước lạc hướng? Và có phải hội họa chính là con đường dẫn bà trở về với chính đạo? Bà chia tay với người chồng và dọn đến một phòng tranh nhỏ tại Beverley Glen Canyon, tại đó bà sống một mình trong một thời gian, vẽ tranh với khí thế mới. Bà bắt đầu ý thức được tất cả mọi sự đều có liên quan hỗ tương mật thiết với nhau. Chọn những đối tượng đơn giản và đơn điệu – như cái ly – bà đã khám phá ra kỹ thuật làm nổi bật vật đó trên nền bức tranh. Như thể vật chất xuất hiện rồi lại biến đi rất nhanh. Đã trở thành một qui trình tương tự như chân lý bà cảm nhận được về sự vật. Hoàn tất bức tranh không phải là điều quan trọng. Nhưng qui trình hoàn tất bức tranh đó mới là điều quan trọng nhất.

Bà vẫn còn phấn đấu tìm được một phương cách thông qua nghệ thuật hội họa để chuyển giao một thông điệp, dưới góc độ trực giác bà vẫn còn rất mù mờ – nhưng trên bình diện cảm nhận lại trong sáng và rõ ràng như pha-lê.

Thế rồi một ngày nọ sau khi đã miệt mài vẽ, bà bước ra khỏi phòng tranh, leo lên gác nhìn xuống toàn vùng Canyon. Ngồi trên chiếc ghế thỉnh thoảng bà thường ngồi ngắm từ xa những

bức tranh mình vừa hoàn tất. Hôm nay bà tự họa mình trong cảnh kiệt sức.

"Ngay khi tôi vừa ngồi xuống bức tranh đã chiếm lĩnh tôi hoàn toàn. Tôi chẳng còn biết mình đã ngồi đó được bao lâu rồi. Nhưng khi tỉnh dậy, một hình ảnh thoáng hiện lên trong đầu tôi. Đó là một căn nhà nhỏ xếp lại bằng những lá bài, tường làm bằng bốn lá bài dựa vào nhau, hai lá nữa cũng dựa như thế làm thành mái nhà rồi sau đó xuất hiện một âm thanh nhỏ, một tiếng gió thoảng qua và tất cả sụp đổ. Đó là tất cả những gì xảy ra. Và thế rồi xuất hiện một khoảng không bao la mở ra. Và cái khoảng không rộng mở đó chính là tôi. Trước kia tôi cứ tưởng mình nằm trong khoảng không bao la đó, như trong căn nhà của mình. Nếu bạn có ý nghĩ con người đó là bạn, hẳn bạn đã tìm một chỗ trú ẩn. Nhưng toàn cảnh chỉ diễn ra trong giây lát và tất cả đã sụp đổ. Và rồi chẳng còn gì tồn tại."

Chỉ trong một khoảng khắc bà nhận ra toàn bộ cuộc sống: như đã xuất hiện. Bà nhận ra chức năng của sáu giác quan và cách sống trong không gian và thời gian đó cũng y hệt như cuộc sống đang trong chuyên động chậm chạp. "Hiện giờ tôi đang sống bên ngoài những chi tiết đặc biệt vừa lóe sáng đó. Khi tôi bắt đầu tìm hiểu về Phật giáo, chỉ ít năm sau tôi khám phá ra những lời dạy trong kinh Diamond Sutra: "Cuộc sống của bạn chỉ tựa như một tia chớp."

Cô gái nhỏ trên xe điện và người phụ nữ trẻ trên bãi biển, cả hai chính là Gisela Midwer, ngày nay được biết đến với pháp danh Đại đức Gesshin Myoko Prabhasa Dharma, người sáng lập ra Trung Tâm Thiền Phật giáo Quốc Tế tại Hoa Kỳ. Khi bà không đi lưu giảng tại Âu Châu và khắp nơi trên đất Mỹ, tổng hành dinh của bà đóng tại Los Angeles, bang California, tại đó tôi đã lưu lại nghỉ ngơi nhiều ngày thật thoải mái với bà – đàm đạo, khám phá nhiều sắc tộc tại địa phương và tham dự những nghi lễ tại một ngôi chùa Phật giáo Việt Nam gần đó.

Gesshin nói với tôi, "Tôi chỉ là một người châm đèn, những gì tôi thuyết pháp cho chúng sanh là dạy họ thắp sáng đèn lên. Tôi không nhận mình là một thiền sư bao giờ. Tôi chỉ muốn thể hiện chính mình một cách trung thực và thụ hưởng cuộc sống như

vậy. Và nhiều người khác cũng hưởng được như thế đồng thời yêu cầu tôi chia sẻ với họ. Khi tôi lên tám tuổi, tôi nói rằng điều duy nhất trong cuộc sống tôi ước ao là tỏa sáng lên, tỏa sáng như một vì sao."

Ngay thời điểm ban đầu đó, một người lớn tuổi đã hỏi bà xem lớn lên bà muốn làm gì. Bà không nghĩ ra được điều gì cả, nhưng tự nhủ mình phải có một câu trả lời, Bà nói ý tưởng đầu tiên xuất hiện trong là: "Tôi muốn lóe sáng như một vì sao."

"Đó chẳng phải những gì tôi nghĩ ra đâu. Suy nghĩ đó đã xuất hiện trong một hoàn cảnh khác. Khi tôi đã nghe chính mình nói ra, tôi ngạc nhiên không hiểu điều đó có ý nghĩa gì. Những câu trả lời tự phát và bộc trực đã làm tôi kinh ngạc trong suốt cuộc sống. Cuối cùng, khi ở vào tuổi ba mươi tôi nhận ra là tôi rất muốn khám phá xuất xứ câu trả lời đó. Trực giác tự phát. Tôi muốn thực hiện từ khởi điểm đó."

Ngay thời điểm mới lên mười hay mười một tuổi gì đó, bà đã tiến hành thực hiện điều mà nay bà gọi là "Trạng thái trầm tư". Đó là thời chiến tranh tại Đức, bom đạn rơi tối ngày, người ta thường xuyên trong tình trạng sợ hãi bị giết. Bà đã thấy bà nội nằm chết trong quan tài, hai tay xếp trên ngực và kể từ đó bà luôn đi ngủ trong tư thế đó: hai tay xếp lại, tay trái đặt trên tay phải. Nếu bom rơi nhằm lúc đang ngủ. Hẳn bà sẽ nằm đúng vị thế như bà nội đã nằm chết. Bà cũng cảm thấy có thể áp dụng tư thế trầm tư như sau. Bà thấy mình lắng xuống, tan ra. Rồi dừng lại và bay là là và rồi lại chìm lắng xuống một độ sâu hơn, với sự tan biến nhanh hơn rồi lại đến tình trạng bay là là xuất hiện trở lại. Và toàn bộ quy trình đó cứ thế lặp đi lặp lại đến bốn lần liên tiếp."

Có một lúc thật phấn chấn, như bóng bột giặt tan vỡ ra: một âm thanh nhẹ nhàng – tôi cảm thấy toàn thân như trải rộng ra. Tôi có mặt ở khắp nơi. Tôi luôn đề cập đến những kinh nghiệm này biết rằng còn có điều gì đó khác với sức nặng thể xác, sự buồn rầu và chiến tranh. Và tôi cảm thấy như có sức mạnh gì đó thúc bách tôi phải truyền đạt kinh nghiệm này cho bá tánh, nhưng tôi không biết phải làm cách nào."

Ngay trước đó, bà đã mơ tưởng mình sẽ bay bổng được. Trong một giấc mơ, các bạn học hỏi xem bà có thể chỉ cho chúng tôi biết đôi chút được không. Thế là bà dẫn các bạn ra một cánh đồng cỏ, đứng trước họ như là một bà giáo, rướn người lên mười đầu ngón chân và dang rộng cánh tay ra như một con chim. "Cứ giữ trong tư thế đó nhé," Bà nói, "chờ cho đến khi có một ngọn gió thoảng qua rồi nâng bổng lên trên ngọn gió đó và lướt bay theo chiều gió, cứ để cho gió mang các bạn đi theo." Khi bà đang nói, một ngọn gió ập tới bà tự nâng mình lên và đã bay theo chiều gió, bà bay cao thêm cao thêm, thích thú với cái cảm giác đó. Nhưng ở trên cao nhìn xuống bà thấy tất cả các bạn vẫn còn đứng bất động tại chỗ như tượng đá. Nhóm bạn cố gắng bay bổng lên khỏi mặt đất nhưng không sao cất bay lên được. Bà rất thích thú và chỉ muốn bay bổng lên cao lên cao mãi. Nhìn xuống đám bạn ở dưới, bất động trên mặt đất, bà nghĩ, "Ồ, tôi phải trở xuống và trình diễn cho bọn chúng xem một lần nữa."

Tôi nhận ra ngay "Đó là giấc mơ bò tát."

"Vâng đúng vậy," bà đáp lại, "Giấc mơ đó thực sự đang thể hiện nơi tôi. "Ước muốn được giải thoát khỏi "cái thân xác nặng nề và vụng về này" đã gợi cho bà thích thú đầu tiên muốn học múa Ballet. Bà nhận ra một thứ kỷ luật nghiêm ngặt với cả thân xác và tâm hồn và thân xác bà phải biến mất. Nhưng cha bà từ chối không cho phép bà theo học ballet vì bà quá nhỏ con, nhẹ nhõm và ông rất quan tâm lo lắng đến sức khỏe của con gái. Nhưng bà luôn ấp ủ ước muốn bẩm sinh với thứ kỷ luật đó. Để chế ngự những giới hạn của mình. Bà muốn lập lại một lần nữa những thành tích khó khăn, như các nhà nhào lộn thực hiện trên sàn diễn xiếc, khiến cho mẹ bà kinh hoàng. Một trong các thầy giáo của bà đã hứa cho tiền để bà theo học múa Ballet, nhưng bà từ chối, vì không muốn làm phiền lòng cha mẹ.

Trong khi đó, bà đã ngưng cầu nguyện. Vì chiến tranh không kết thúc, cho dù bà đã cầu nguyện liên tục, bà mới ngưng trong một ngày. Thay vào đó bà lại gán bó ngày càng nhiều hơn với "trạng thái chiêm niệm bà đã bị tiêm nhiễm và lệ thuộc vào từ lúc nào mà không hay.

Lúc chiến tranh kết thúc, bà mới lên mười ba tuổi. Gia đình đã trốn khỏi nước Đức. Vào một buổi trưa trong khi mọi người đang nghỉ, bà chạy ra cánh đồng lúa mì, vì quá nhỏ con so với tuổi tác, khi ngồi trong ruộng, lúa mì đã vây kín bà như lọt vào trong một cánh rừng. Bà đã ngồi thien yên lặng tại đó trong sức nóng như thiêu. Quên cả chính mình, bao quanh là biết bao tiếng động ồn ào.

Khi chiến tranh thực sự kết thúc, nhưng sợ hãi kinh hoàng chưa hề chấm dứt. Đôi khi còn tệ hơn trong chiến tranh. Dưới sự chiếm đóng của quân nước ngoài là cảnh đói khát, hãm hiếp, giết chóc suốt cả một vùng đồng quê. Một lần kia, lúc đó Gosshin đã mười bốn tuổi, chỉ nhờ có trực giác sắc xảo của mình Bà mới thoát khỏi một cuộc tấn công rõ ràng của bọn lính đó.

Ngôi làng bị quân đội Mỹ chiếm đóng. Bọn lính đồn trú trong trại trên ngọn đồi nhưng đôi khi chúng xuống và đột nhập vào nhà dân. Đa số đàn ông địa phương đã rời khỏi làng hoặc đã bị giết hay còn bị giam trong trại tập trung. Vì thế mà chỉ còn lại toàn là đàn bà và trẻ con. Mẹ bà đã dựng một rào để bảo vệ nhà. Nhưng một ngày nọ bà ra ngoài lấy sữa nơi một nông trại trên đồi gần đó. Lúc đó vào giữa trưa và rất yên tĩnh. Tại Nông trại chỉ còn lại một bà già và hôm đó lại không có ai ở nhà. Cũng chẳng có người nào có mặt tại kho thóc. Đằng sau kho là một cánh rừng nhỏ nơi bà chủ nông trại thường nấu mứt. Nhìn vào trong, thỉnh thoảng bà linh cảm thấy có người xuất hiện ngay đằng sau. Quay lại, bà thấy hai tên lính. Họ mang súng và lưới lê, ngáng ngay lối đi chặn không cho bà lui ra. Bà hoảng hốt, nắm lấy một khúc gỗ. Nhưng ngay sau đó một sức mạnh bình tĩnh xuất hiện trong bà và bảo hãy chờ, đừng hành động gì cả. Hai tên lính cho bà kẹo cao su. Bà nội đã dặn là không được nhận bất kỳ của gì mà những người lạ không quen biết cho. Nhưng trí khôn bên trong như mạch bảo, nhận lấy đi đừng làm bọn lính nổi nóng và buồn. Bà đưa tay ra rất bình tĩnh, nói cảm ơn và rời tất cả cùng nhai kẹo nhẹ răng cười với nhau. Chúng bắt đầu hỏi và bà giả vờ như không sợ sệt gì cả. Một tiếng nói bên trong mạch bảo. Đừng hành động gì cả, đến giờ sẽ biết phải làm gì. Và như ánh chớp vụt đến: một tiếng hét phát ra. Bà không trừu tượng hành động như thế, hoàn toàn tự nhiên thốt ra. Bà hét toáng lên

và chỉ lên trời, cả hai người lính luống cuống chạy quanh để nhìn xem – và thế là bà phóng như bay thoát ra ngoài một cách an toàn. Khi chạy xuống đồi bà còn nghe tiếng súng bắn, nhưng chỉ để dọa mà thôi. Bà chạy một mạch về đến nhà và nằm ngay lên sàn nhà và bắt đầu vẽ.

Gesshin cảm thấy những kinh nghiệm trực giác tự phát như thế không phải là chuyện bình thường. Mọi người đều có những tiềm năng đó, tuy nhiên hầu hết chúng đều tiềm ẩn. “Có lẽ đôi với tôi phải trở lại với quá khứ, có lẽ phải kéo dài nhiều lần trong cuộc đời thì phải. Nhưng vào thời điểm ban đầu tôi đã ngưng tìm kiếm những nguồn bên ngoài, tôi ngừng không lục lọi bên ngoài tôi và bắt đầu tìm tòi bên trong. Tôi đã tìm thấy một chỗ bên trong tôi, một nơi đáng tin cậy, an toàn và lúc nào cũng có thể chạy lại đó.”

Bà luôn cảm nhận được sự khôn ngoan nơi những người lớn tuổi. Vào một ngày lễ, mẹ bà thường mời một vài người hàng xóm đến dùng bữa tối cùng gia đình. Những cánh tay dày dặn sương nắng đặc biệt rất hấp dẫn bà và khi họ ngồi vào bàn, bà có thể cảm thấy toát ra một phẩm chất nào đó ngay sau lưng họ.

Bà cho hay, "Cuộc sống của tôi chẳng có gì đặc biệt, nó tựa như một gương sáng, để mọi người trông cậy và tin tưởng nơi chính mình, để họ nhận ra sự thông thái nội tại luôn hiện diện ở đó trong ta. Ngay khi bạn thức tỉnh nó dậy, nó đã hiện diện ở đó rồi. Lý do tôi chọn theo Thiên định chính là vì tôi nhận ra đó là con đường trực tiếp và thẳng nhất dẫn tôi tới trực giác đó”.

"Nhìn bề ngoài thì cuộc sống đầu đời của tôi thật khủng khiếp. Toàn bộ đất nước tôi đã là một trại tập trung.. Chúng tôi có cùng một cách sống, đói khát, cuộc sống bị đe dọa, cùng với sợ hãi bao phủ khắp nơi. Áp lực đó có thể khuấy lên một điều gì đó sâu xa và thâm kín, như thể chúng ta đang nằm trên giường bệnh. Điều đó xuất hiện thật tự nhiên. Nhưng chẳng thà chúng tôi có được cái chết ngay từ những ngày còn nhỏ vẫn tốt hơn. Một trạng thái khủng hoảng – ảnh hưởng đến tận bản chất như thế - thường có thể đưa vào làm đề tài để hành thiền."

Chính trong thời gian bà ta đang vẽ rất khẩn trương tại gia đình Canyon ở miền nam California, Gesshin đã tiếp cận được với Phật giáo. Vào dịp Giáng sinh, một người bạn đã tặng bà cuốn sách có tựa "*Chuyển giao trí tuệ*" (Transmission of the mind). Bà đã đọc và thực sự hòa nhập với những gì đã đọc. "Tôi không thể tin được có một ai đó có thể mách bảo tôi bên ngoài trái tim tôi." Không lâu sau đó có một người bạn, là thi sĩ cho bà biết có một Đại sư muốn hội kiến với bà và bà đã đồng ý dùng trà với ông vào Chúa nhật tới.

Khoảng độ mười giờ sáng hai người đã đến gặp nhau tại căn nhà ở Gardena, hơi trễ một chút. Gesshin mặc bộ đồ len đan kiểu Pháp màu xám đậm, hơi chật và bó sát người. Nhà sư đầu cạo trọc trong bộ cà sa kimono màu vàng tươi di chuyển một cách hấp tấp và trước khi bà có thể mở miệng nói được điều gì, ông đã đẩy bà qua một lối nhỏ có cửa vào ngòai ngay trên một chiếc gối đệm thiền để ngay trên sàn nhà.

"Và tôi cứ tưởng tôi sẽ được uống trà với Đại sư! Chẳng có cuốn sách nào tôi đọc đã động gì đến luyện thiền cả. Nhưng tôi bắt đầu hành thiền. Thế là tôi ngòai xếp bằng trên đệm thiền – chiếc váy của tôi hơi ngắn chỉ đủ che đến đầu gối! Tôi cảm thấy khó chịu và ngưng ngưng khi thấy nhà sư nhận ra điều đó và ông đã đưa cho tôi một vật gì đó để tôi che đùi đi. Ông ta để tôi ngòai vào đúng vị trí thiền và tôi phải chịu trận ngòai như thế. Nhưng ngòai như thế để làm gì? Người khác quanh đó sẽ suy nghĩ gì không? Họ đang làm gì trong đó vậy?"

Thế rồi, theo đúng sách lược của mình, bà tự hỏi. "Ta đang làm gì ở đây vậy? Và bà cố gắng hết sức để ngòai vào đúng vị thế. Bà không cử động gì cả. Và chẳng bao lâu bà đã nhập được vào cái cõi mênh mông bà đã kinh qua trong quá khứ. Các bức tường trong phòng bắt đầu tan biến, chẳng còn bên trong mà cũng chẳng còn bên ngoài, chim chóc, xe cộ hơi thở của bà – tất cả đều đang diễn ra trong một khoảng không gian bao la. Bà tập trung tư tưởng quá sâu trong buổi thiền đó, khi mọi sự đã kết thúc, bà đã ngòai bất động ngay cả quả táo rơi ngay trên đầu bà cũng không biết. Từ giây phút đó bà không còn nghi ngờ gì về việc luyện tập bà phải thực hiện.

"Tôi đã bị mắc câu. Tôi phải trở lại thôi. Cuộc ngồi thiền đó thật tuyệt vời, tôi chưa từng bao giờ thực hiện được trong đời." Thiền đã giúp bà vượt ra ngoài bản chất nhân loại của mình là nơi đó bà thấy thật an toàn và bà cũng đã hoàn toàn nhận thức được điều đó. Chẳng bao lâu sau bà đã trở lại Gardena mỗi ngày Chúa nhật để hành thiền. Sau đó ít tháng – vào tháng Mười năm 1967 – trung tâm di chuyển về Los Angeles, đến một ngọn đồi mà hiện nay tọa lạc Trung tâm thiền Cimarton. Đã có một thời trung tâm xuống cấp trầm trọng và cần phải tu sửa. Trung tâm đã bị tàn phá và không có người ở trong một thời gian. Trong khi đó Gesshin vẫn còn vẽ và làm việc theo lịch công tác riêng, bà thường xuyên lui tới trung tâm để giúp tu sửa. Chẳng bao lâu sau ngày nào bà cũng có mặt, thoạt tiên bà cộng tác làm việc với người khác, sau một thời gian bà tự đảm trách nhiều công việc tại đó – sửa chữa những vết nứt, làm lại nền mới và sửa lại toàn bộ căn nhà. Ban ngày Đại sư làm việc và viết tại căn phòng trên lầu. Ông chỉ xuống để nấu ăn cho cả hai người. Đôi khi Gesshin cũng nấu bữa tối, ở lại để hành thiền vào buổi chiều và trở về căn hộ của bà. Buổi sáng bà trở lại trung tâm để tham dự giờ thiền vào lúc 4.30 sáng. Một thời gian sau Đại sư nói "Thật nực cười bà đã sống ở đây cả ngày chỉ về nhà ngủ ban đêm một vài tiếng đồng hồ và lại trở lại đây ngay. Bà có muốn dọn vào đây ở luôn không?" Và ông nói thêm: "Ta muốn huấn luyện con trở thành thiền sư."

Thế là bà bắt đầu một khóa huấn luyện kéo dài trong năm năm thật nghiêm khắc không thể tưởng tượng nổi. Có điều chắc chắn là, Gesshin tự bản chất là một người thích kỷ luật. Nhưng bà vẫn thấy khó lòng thức dậy vào 4 giờ sáng, làm việc cực nhọc cả ngày và lên giường đi ngủ vào đêm khuya và chỉ ăn cơm trắng với chút ít rau, để chịu đựng tất cả những kham khổ luyện tập kéo dài suốt ngày. Nhưng bà cảm thấy nghị lực trong người tăng thêm nhờ hành thiền và chẳng bao lâu đã nắm giữ được "koan" rất tuyệt ngay mỗi buổi sáng thức dậy.

"Bạn có biết ngay từ buổi sáng tinh mơ khi bạn vừa mở mắt những tư tưởng lọt vào tâm trí bạn thế nào không? Chúng chỉ chờ bạn thức dậy là nhảy vô liền! Tôi phải nhớ thực hiện "Koan" ngay trước khi mọi tư tưởng có thể lọt vào trong đầu. Nắm giữ được "koan", tôi ung dung đi vào phòng tắm để đánh răng rửa

mặt. Tại phòng thiền, tôi ngồi thiền với "koan." Khi bạn bắt đầu suy nghĩ đến những điều khác, bạn sẽ tự hủy hoại mình. Koan giúp bạn thực hiện dễ dàng mọi sự."

Ngay những ngày mới tới huấn luyện bà đã nghiệm thấy cây gậy của ông thầy. Trả lời trong phòng thiền một hôm, bà đã bị đánh một gậy rất mạnh. Cho dù phải lãnh một vết bầm tím trên bắp đùi, sáng hôm sau bà vẫn vái lạy và cảm ơn Đại sư vì lòng nhân ái của thầy mình. Bà hiểu rằng thầy mình chỉ dùng đến cây gậy lúc nào cần thiết mà thôi.. "Đó là lúc tôi trở thành đệ tử của thầy."

Có ba bốn người cũng tham gia khóa huấn luyện này, nhưng chỉ có mình bà là túc trực ở đó cả ngày. Bà nấu ăn, chăm sóc dọn dẹp trung tâm, trả lời điện thoại, đi chợ và lái xe. Thật là bó buộc, nhưng bà luôn ý thức bà có mặt tại đó để học những gì chưa biết. Ngay từ thời còn nhỏ bà đã tỏ ra rất thông minh. Nhưng bây giờ bà đã ý thức được những trở ngại của bản ngã và chúng đã giăng bẫy bà như thế nào. Một ngày nọ khi đang sửa soạn bữa ăn cho một nhóm người khá đông, thì Đại sư bước vào bếp và ném một món ăn, ông chê bà nấu không được ngon. Và yêu cầu phải nấu lại. Bản ngã của bà chột nổi dậy. Bà đã nấu ăn trong suốt cả một đời người! Ông là cái thá gì mà lên mặt dạy bà nấu ăn đây?

Nhưng ngay sau đó một tiếng trong bà nói nhỏ: "Con có mặt tại đây là vì con chẳng biết sự gì hết. Và ông biết điều đó đây". Tức khắc sự nổi dậy đó đã bị dập tắt. Và ngay lúc bà thấy bản ngã mình nổi dậy hoạt động, hãy quan sát toàn diện, ngay lúc đó bà được biến đổi. "Đó là lý do tại sao bạn có thể tiến tới rất nhanh và tự vun đắp cho chính mình." Đó là một qui trình đang chín rộ kéo dài trong nhiều năm.

Giả như không cộng tác với Đại sư Joshu Kyozan Sasaki, Gesshin cảm thấy bà không thể tiến tới được như ngày hôm nay. Trong suốt năm năm trời lúc nào họ cũng luôn ở bên nhau. Trong những năm đầu hai người chỉ gặp nhau trong giờ thiền ban sáng và ban chiều, trong giai đoạn đó bà đang luyện "koan". Một buổi sáng nọ sau sáu tháng đầu tiên chung sống với nhau, bà đã không tìm ra được câu trả lời. Bà đã "đề mắt" koan.

"Tôi ngồi thiền và thời gian cứ trôi qua thật mau. Thành linh tôi cảm thấy bị cuốn hút do một nguồn năng lượng lóe sáng trong tôi. Nó chợt nổi dậy và lan tỏa xuống khắp người tôi, tôi cảm thấy như mặt trời đang ở trong tôi. Thế nên khi chuông báo hiệu tôi đã chạy lại phòng Đại sư và nói tôi không có câu trả lời. Tôi đang tỏa ra một cảm giác âm áp lạ lùng. Ông lên tiếng: "Con đã đạt được đến giác ngộ đó."

"Nhưng rồi bạn lại rơi vào bẫy trở lại, bị kẹt lại và rơi vào thất vọng. Vì thế bạn cần phải có thiền sư hướng dẫn là vậy. Ông sẽ động viên ta và giữ cho ta khỏi vấp ngã và ban cho ta niềm tin và nếu bản ngã của bạn lại trở dậy ông sẽ cắt bỏ đi giúp bạn."

Hơn thế nữa, mỗi khi có cơ hội, Đại sư lại cắt đứt suy nghĩ của bà. Có một lần sau khi ngồi thiền họ đã đi dạo chung với nhau đến một công viên thật đẹp bên kia phố về phía trung tâm thành phố. Trời vào xuân, hoa mộc lan đang nở rộ và khắp nơi chỗ nào cũng có hoa nở. Gesshin thấy một cảnh hoa mộc lan đang rơi trên đường dưới chân hai người bà cười và sửa soạn mở miệng thành thơ, ngay khi đó Đại sư bắt gặp: "Nào, con lại đang suy tư đó sao!" kiêu huấn luyện và tập rượt như thế quý báu biết bao và luôn lúc nào cũng có gương sáng của Đại sư, tức lối sống hàng ngày của Ngài. Đại sư không phải là người thánh, nhưng là một con người, rất nhân bản và thực tế. Sự "thánh thiện" của Ngài hiện tại điểm đó: Ngài không bao giờ bỏ qua một giờ thiền ngay cả khi bị bệnh hay đau đớn.

"Khi có điều gì khó khăn đối với tôi, tôi nhắc lại trong thâm tâm, "nếu ông thầy làm được, ta cũng phải làm cho được" và tôi tiếp tục tiến lên và thực hiện điều đó." Một trong những việc cực nhọc nhất bà đã làm là phụ trách việc tạo dựng một trung tâm thiền mới được thành lập tại thành phố Mount Baldy. Vào năm 1970 và lúc ấy bà mới qua huấn luyện được ba năm, ngài Đại sư giao trách nhiệm đó cho bà. Toàn cánh đồi là một trại Hướng Đạo Sinh cũ tọa lạc ngay đỉnh một ngọn đồi có đường dốc đứng dẫn đến trung tâm. Cơ sở có tới hai mươi phòng đang trong tình trạng đổ nát. Không có nhà vệ sinh, không có máy sưởi, không cửa sổ và rất biệt lập. Sở cứu hỏa, sở y tế và những người có thẩm quyền lâm nghiệp đều tuyên bố không đủ điều kiện để sinh hoạt. Tuy nhiên, với nhiều suy tư lo nghĩ và vì thiếu tiền, nhưng

Gesshin đã bắt tay vào công việc với sự giúp đỡ của bốn nhà sư trẻ làm việc tại đó.

Và từng căn phòng một, với những vật liệu được dâng tặng và những người tham gia làm công quả, tất cả các phòng đều đã được sửa chữa lại. Dự án nguyên thủy trung tâm là dành làm chỗ cho bá tánh vùng lân cận Claremont đến sinh hoạt. Nhưng lúc đầu họ đã ngồi chờ từ sáng tinh mơ cho đến tối mịt mà chẳng có ai đến sinh hoạt cả. Chẳng ai muốn lái xe lên núi vào những giờ đó. Vào mùa đông đường trơn trượt do băng tuyết. Vì thế nên trong khi công việc vẫn còn đang tiến hành Gesshin thoát có tư tưởng biến trung tâm thành một thiền viện. Với thời gian huấn luyện thích hợp với các thiền sinh trong suốt mùa đông. Bà cũng nhận ra như vậy sẽ tạo cơ hội thuận tiện giúp bà hoàn tất giai đoạn huấn luyện của mình vì Đại sư sẽ lưu lại tại chỗ ở trong suốt ba tháng huấn luyện. Đến năm 1972 bà được xuất gia làm thiền sư.

Thời gian tiếp theo, bà sang Nhật Bản một năm rưỡi để củng cố thêm việc đào luyện. Bà ghi tên đăng ký tại Chùa Tenruji, ở đó có thiền sư Hirata Roshi hướng dẫn. Bà cũng học thêm tiếng Nhật và theo học viết chữ nho với Morita Shiriyu, một người viết chữ nho nổi tiếng. Đó là quãng thời gian để củng cố và đào sâu; cũng là thời gian đầy rối loạn và bối rối trong quan hệ với Đại sư và các nhà sư đồng môn tại Hoa kỳ. Ngay cả sau khi về lại Hoa kỳ, khi bà đã trở thành lãnh đạo tại trung tâm Phật giáo Zen Cimarron, những vấn đề này không bao giờ được giải quyết. Mặc dù có nhiều cố gắng hòa giải, tiêu cực và hiểu nhầm vẫn tồn tại. Khung cảnh không còn thích hợp. Hình như đã đến thời điểm bà tách ra để thực hiện đường lối riêng.

Cimarron, tháng 12 năm 1969. Ngày thứ ba khóa học thiền Rohatsu. Thực tập từ 3.00 sáng đến 11.00 giờ khuya. Ngồi thiền bốn năm lần một ngày. Đại sư yêu cầu Gesshin lãnh đạo việc hành thiền. Lần đầu tiên trong khóa Rohatsu, bà mang cây gậy thiền. Ngày thứ ba thường là ngày đầy căng thẳng. Nhưng Gesshin cảm thấy mạnh mẽ và đầy nghị lực. Đứng lên và điều hành khóa keisaku, bà cảm thấy có trách nhiệm lớn đối với năm mươi người đang ngồi thiền tại đó. Bà phải cư xử ra sao đây? Tất cả những người có thể làm mẫu cho bà noi theo trong việc

lãnh đạo khóa huấn luyện đều là nam giới cả. Theo phong cách truyền thống Phật giáo Rinzai, họ thường hô to và dùng gậy đánh khi có biểu hiện uể oải trong hành thiền. Nhưng Gesshin là phụ nữ. Một phụ nữ thì bà phải hành động ra sao đây? Không một ai bà có thể cầu cứu giúp đỡ, bà đành quay vào tìm kiếm giúp đỡ ngay trong chính nội tâm của mình.

Lần đầu tiên cầm chiếc gậy trong tay đứng đó, bà cảm thấy hoàn toàn bất lực. Thế rồi sự thanh thản bình yên đến xâm chiếm lấy bà: kiên định và sức lực nội tại. Đôn hậu và tử tế bề ngoài. "Bà không thể bỏ rơi năm mươi người đang hành thiền vào ngày thứ ba được. Trong khi đó họ đang mệt mỏi và bối rối, lẫn lộn hoặc muốn thôi lui. Bà phải nâng đỡ họ không phải bằng quát mắng la rầy nhưng bằng chính nhận thức và sức mạnh tinh thần": bằng cách không hành động thay vì phải ra tay. Bà chỉ dùng sức mạnh nội tâm tỏa sáng ra ngoài mà thôi.

Và mọi sự đều ổn cả, bà cho tôi hay. Cả nam lẫn nữ đều cảm thấy mình được hỗ trợ và chính bà cũng cảm thấy có khí thế. "Bà đã thiêu rụi đau khổ. Bà đã đốt cháy mọi sự trong qui trình thiền này." Bà cho biết, nam giới đã phát triển ra một tầm nhìn, nhưng nhịp độ của người phụ nữ lại khác. Giống như một luồng sóng biển trôi lên rồi lại sụp xuống. Bà cho phép điều đó vì là điều rất tự nhiên. Phụ nữ và người lớn tuổi gặp khó khăn với cách tiếp cận quá nghiêm khắc và căng thẳng cao của hệ phái trong đó họ được huấn luyện và hiện nay bà đã khám phá ra không còn thích hợp với người Châu Âu nữa.

Vào năm 1983 bà đã rút khỏi hệ phái truyền thống và hiện đang cống hiến công việc mình cho những người Mỹ và người Châu Âu để gìn giữ bản chất Phật giáo thiên định được tồn tại.

Bà nói "Với cương vị là một thiền sư tôi phải tỏ ra cởi mở, tôi không có suy nghĩ nào khác. Và khi tôi thuyết pháp ở bất cứ nơi đâu, tôi không bao giờ biết là mình sẽ phải nói gì. Tôi ngồi thiền yên lặng tại đó độ dăm ba phút, tự biến mình thành trống rỗng và rồi tìm cách thu hút cử tọa. Khám phá ra họ và rồi tôi bắt đầu thuyết trình cho hợp với trình độ của họ. Mục đích không phải là dạy họ bất kỳ điều gì. Mà chỉ là gợi cho họ ý thức được thực tế nội tại của họ mà thôi."

Bà cho biết, tham gia vào những sinh hoạt tôn giáo có nghĩa là trở về lại với chính mình, trở về lại với bản chất nguyên thủy của mình. Trí thông minh là điều bẩm sinh, không có khoảng cách giữa chúng ta. Đó chỉ là cái chúng ta thể hiện (what we are). Đó chính là Phật pháp, là qui trình sinh hoạt, đồng nhất với qui trình đó bạn sẽ nhận ra không còn sinh và tử nữa. Đó là những gì Đức Phật đã dạy và chúng ta rất cần đến giáo lý căn bản này "Tôi sẽ phải làm bất kỳ điều gì trên đời này, với đôi bàn tay, đôi chân và toàn thân tôi, để truyền đạt điều đó cho mọi người biết."

Một trong những tấm gương trong lịch sử Phật giáo thiền định chính là Đại sư Joshu người Trung quốc. Người ta bảo rằng ông có giọng nói rất yếu ớt, không bao giờ dùng đến gậy và không la mắng thiền sinh. Người ta đồn đại rằng, bất luận khi nào ông mở miệng dạy dỗ, những lời như vàng ngọc rơi ra từ miệng ông. Với những lời đơn giản ông cắt ngay ngu xuẩn và tình cảm. Gesshin nói: "Tôi cảm thấy rất gắn bó với ông cũng như cách thức ông truyền đạt Phật pháp." Ở vào tuổi năm mươi chín sáu mươi gì đó ông mới trở thành thiền sinh của Đại sư Nansen. Khi Đại sư Nansen viên tịch ông đi du hành trong hai mươi năm, động viên những thiền sư và đại sư khác trong cuộc chiến dành lại Phật pháp. Chỉ khi ở vào tuổi tám mươi ông mới ngồi lại và bắt đầu thuyết pháp. Rất nhiều người muốn đến với ông và ông đã thuyết pháp trong vòng bốn mươi năm nữa và viên tịch ở tuổi trên 120.

Gesshin đã cảnh báo, thiếu nghị lực bền bỉ, việc luyện tập của bạn sẽ không thể thâm sâu được. Với nghị lực nông cạn, nhận thức của bạn cũng sẽ hời hợt. Thế nên bà rất biết ơn đối với việc huấn luyện nghiêm khắc bà đã nhận được nơi Đại sư Sasaki và sau này tại Nhật Bản. Lại nữa. "Đây không phải là Phật giáo thiền định duy nhất" cũng còn có cả các truyền thống thiền định Trung Quốc, Việt Nam và Hàn quốc nữa. Bà tin rằng để được giác ngộ thật sự, cần luyện tập theo một truyền thống nào đó, nhưng một phong cách riêng hoặc tổng hợp lại phải thích hợp cho từng người một.

Bà rất lầy lém sung sướng khi được làm việc với những thiền sinh mới bước vào luyện tập. Một vài điều bà cho tôi hay với

một số hoàn cảnh cụ thể đã phản ánh rõ điều đó. Trong một giây phút cao độ trong kinh nghiệm bà có được, chúng ta có thể thấy những tế bào da thịt bà như tan biến với một tiếng động lớn, “Nhu một ngọn lửa lớn.” Những tế bào chết dường như thoát ra khỏi bà với vận tốc rất lớn khi bà nhìn quanh vào cây và hoa... “tôi thấy mọi vật như liên kết hữu cơ với nhau. Tôi cảm thấy không khí như một vật chất và tôi có thể nhận ra được” – Lệ tôi rơi ra - “Trời ơi, cái mà mọi người cho là đẹp thì đó chỉ là thói rửa.” Khi bạn nhìn vào vạn vật, bạn chỉ nhìn vào bề ngoài ở đó chỉ xuất hiện những tế bào chết. Thế nên cái bạn cho là đẹp thực sự đã là cái gì khô héo rồi. Cái đẹp lớn lao là biết bao nhiêu những gì bên dưới cái vẻ bên ngoài đó. Cuộc sống tinh thần, ngay trước khi được hình thành, chính là giây phút đẹp đẽ nhất. Đê quảng bá, cái đẹp đó đã trở thành đường hướng của chính tôi”.

Từ năm 1980 trở đi, Gesshin đã đi khắp nước Mỹ và châu Âu để thuyết pháp và tổ chức các khóa hành thiền cho mọi đối tượng, bà đã quá quen với cái gọi là thiền viện lưu động ở bất cứ nơi đâu bà đặt chân tới. Đôi khi trong rừng, lúc trong thành phố, bà sắp xếp các khóa thiền, đèn nến, hoa và nhang bà mang theo. “Và tôi mang theo cả chuông và chúng tôi chỉ cần ngồi xuống là bắt đầu hành thiền. Tôi giải thích trong bảy ngày như thế đó là thiền viện lưu động của chúng tôi và mọi người rất sung sướng. Họ cố gắng hết mình khiến tôi thật cảm động khi thấy họ tích cực đến thế. Sử dụng đến sức mạnh là không cần thiết. Có quá nhiều phản kháng tự nhiên nhưng chúng ta phải chống lại điều đó, đặc biệt trong ba ngày đầu. Bản ngã của ta thực sự phản kháng lại.” Nếu như chúng ta phải đốt cháy nó đi, tuy nhiên, nó vẫn sẽ là điều đầu tiên xuất hiện.

“Tôi cảm thấy như là một người mẹ đối với các thiền sinh của tôi. Đó là điều Đức Phật dạy tôi. Khi còn là một vị sư, Đức Phật dạy: “thầy luôn lưu ý tới mọi chúng sanh như con cái trong nhà. Cho dù họ đã lớn tuổi, ngay cả khi họ lớn tuổi hơn thầy rất nhiều, thầy luôn coi họ như con cái. Thầy quan tâm đến từng người một, yêu mến và thông cảm với họ, quan tâm theo dõi xem họ có theo chánh pháp hay không. Một số trong bọn họ có thể đã bị hư mất và một số thầy đã giúp tìm được chánh pháp.” Việc truyền đạt giáo lý không thành vấn đề, nhưng làm việc hết

mình, không gây cản trở, không câu nệ quá vào truyền thống và liên hệ trực tiếp với bất cứ điều gì bạn đảm trách – đó chính là bản chất Phật giáo Zen – đó là giác ngộ trực tiếp với bản chất Phật vậy, xuất phát từ tâm lòng đến tâm lòng.."

Nơi các nhóm Gesshin huấn luyện trong thời gian vừa qua, có người lớn tuổi, nhiều người đã bảy tám mươi tuổi hoặc hơn nữa. Bà cho biết "không bao giờ muộn cả," Những buổi hành thiền chỉ kéo dài trong vòng hai mươi đến hai mươi lăm phút (lâu hơn đối với các thiền sinh đã tấn tới) xen kẽ những cuộc đi dạo chậm rãi trong nhà hay bên ngoài nếu như thiền sinh có nhu cầu vận động. Bà đưa ra lịch hoạt động mỗi khi sinh hoạt với các nhóm, tùy theo tuổi tác và khả năng của họ. Ngay buổi chiều đầu tiên bà tổ chức hành thiền bách bộ kéo dài một giờ rưỡi. Cho dù hành thiền bên ngoài hay trong phòng thiền, bà cũng sử dụng đến Yoga và luyện thư giãn vào những thời điểm khác nhau trong ngày. Cơ cấu tổ chức thật rõ ràng và nghiêm túc, nhưng nhẹ nhàng, thích hợp với phong cách sống và những hoàn cảnh riêng của mỗi người. Bà nói:

"Bạn phải biết thích ứng trong mọi hoàn cảnh. Và phụ nữ chúng ta theo bản năng rất dễ thông cảm."

Một thiền sinh của bà viết cho tôi bảo rằng, "Sự hiện diện của bà tại các buổi hành thiền thật là tuyệt vời, một mẫu mực tập trung tư tưởng và điều khiển hơi thở." Trong việc phục vụ bữa ăn chính, bà rất đúng mực nhưng rất chân thành. Sửa chữa lỗi lầm một cách rất cương quyết. Nhưng, một thiền sinh khác lại cho biết, "Tôi ít khi được sửa lỗi riêng từng người một. Bà hiểu sửa lỗi phải nhắm đến lợi ích chung. Cho dù thiền sinh có thể cảm thấy e ngại khi phải tiếp xúc riêng với bà, lúc nào bà cũng tỏ ra đôn hậu và thông cảm trong giao tiếp. Tôi như bị thách thức với thái độ của bà."

"Mọi người chúng tôi đặt hết niềm tin nơi Gesshin. Bà am hiểu hoàn cảnh và cảm nghĩ của chúng tôi, kể cả những ngờ vực nữa, điều này thể hiện rất rõ trong khi bà thuyết pháp. Bà có thể đề cập rõ ràng đến những nhu cầu riêng tư của từng người và của tất cả mọi người tham dự khóa huấn luyện."

Một thiên sinh kể về cuộc gặp gỡ đầu tiên với Gesshin như sau, "Khi người phụ nữ nhỏ nhắn này, mặc toàn đồ đen, tiến lên bực nói chuyện, toàn thể cử tọa như bị biến đổi." Sự liên kết giữa họ xảy ra ngay lập tức và rất nhiệt tình. Và cùng nhau bắt tay vào làm việc ngay. Thiên sinh này kể tiếp, "Gesshin là một "tấm gương sáng" phản ánh rất chính xác như thể bà nhìn được xa hơn, bói móc tìm kiếm sâu hơn. "Bà là một phụ nữ đáng kính nể, can đảm cương quyết và đầy lòng nhân ái."

Tháng tư năm 1985, Gesshin nhận được ấn mộc truyền đạt Phật pháp do một thiên sư tiền sĩ người Việt Nam trao cho. Vì trong nhiều năm bà đã cộng tác gần gũi với các đoàn thể Phật giáo Việt nam tại Los Angeles, rất khâm phục tinh thần nhiệt tình và gắn bó của họ, đồng thời họ cũng bày tỏ lòng kính trọng và thông cảm với cách tiếp cận Phật pháp độc đáo của bà. Khi bà không còn thuyết pháp và bắt đầu đi khắp nơi trên thế giới bà đã thành lập tổng hành dinh tại Viện Nghiên cứu Phật Học quốc tế. Bà thường xuyên diễn thuyết vào các ngày Chủ nhật tại Trung tâm thiền Phật giáo Quốc tế và tại các Chùa Phật giáo Việt Nam. Trong ít năm qua Gesshin cũng còn tổ chức các cuộc tĩnh tâm ba mươi ngày tại vùng sa mạc California.

Một ngày nọ trong những đầu thập kỷ sáu mươi, lúc đó Gesshin vẫn còn theo đuổi nghề vẽ tại nhà Canyon ở California. Bà đã nghe điện thoại reo. Mặc dù đang vẽ, vì một lý do nào đó bà cảm thấy cần phải trả lời điện thoại và nói chuyện đôi chút. Khi trở lại giá vẽ với sơn màu và nhỏ giọt trên cánh tay, bà nhìn lên giá vẽ rất ngạc nhiên. Bà đã lọt vào một thế giới hoàn toàn khác. Không ngạc nhiên khi biết là bà không bao giờ hoàn thành bức tranh! Biến đổi đã diễn ra quá mau lẹ đến nỗi bà đã mất liên lạc với công việc hoàn toàn. Với mức độ bà không bao giờ hoàn tất được bức tranh đó nữa. Tương tự như là một kinh nghiệm đã tắt ngấm. Kể như con người vẽ bức tranh đó không còn nữa.

"Vâng" bà suy nghĩ. "Điều gì sẽ xảy ra khi bạn ngã quy xuống và tắt thở?" hãy nhìn lại bức tranh xem nó mang ý nghĩa gì ngay thời điểm đó? phải chăng bức tranh đang diễn đạt một thông điệp bạn muốn nói ra chẳng?" Ngay tại thời điểm đó bà cảm thấy thấm thía tính chất vô thường của cuộc đời. Rất có thể bà sẽ không bao giờ có cơ hội vẽ lại trên tấm hình đó nữa. "Vì thế cho

nên mọi giây phút phải được tận dụng triệt để. Mỗi nét vẽ, mỗi lần bạn ngồi vào giá vẽ toàn bộ con người bạn phải can dự vào và tỏ lộ ra."

Sự tập trung của bà gia tăng đáng kể. Bà đã cố gắng nhập tâm đối tượng bà đang làm việc. Trong một lớp học vẽ trực tiếp, bà quan sát rất kỹ một thân hình phụ nữ người mẫu. "Bà ta có một thân hình rất đặc biệt. Tất cả mọi chi tiết đều có hình trái soan, mặt tròn trịa như quả trứng rất cân đối và tuyệt vời. Đùi và cánh tay rất nét và hấp dẫn. Tôi đã vẽ và vẽ liên tục ngày này qua ngày khác không còn để ý đến những gì xảy ra chung quanh tôi. Đến ngày thứ ba tôi cảm thấy như mình đã hóa thân vào người mẫu đó. Tôi có thể vẽ bất kỳ chi tiết nào trên thân hình đó theo ý tôi muốn. Tôi có thể quan sát ở bất kỳ tư thế nào tôi muốn. Rồi tôi bắt đầu vẽ không cần quan sát người mẫu đó, tôi rút ra từ kinh nghiệm đã nhập tâm. Và tôi đã thực hiện một loạt được ba mươi bức tranh trong ngày hôm đó. Tôi đã vẽ như bay. Đây thực sự là những bức ảnh tuyệt tác tôi chưa từng vẽ bao giờ. Lần đầu tiên tôi bắt đầu thực hiện công việc với phong cách độc đáo như thế. Tôi đã vẽ một vài nét chấm phá cho bức tranh rồi bỏ đấy, vẽ một bức khác rồi lại bỏ đấy, không chút suy tư hay thay đổi bất kỳ chi tiết nào. Đó là phong cách vẽ của người Nhật Bản. Chấm phá một vài nét rồi bỏ đó. Riết rồi tôi quen đi và vẽ rất tự nhiên. Tôi vẽ rất hồn nhiên, trực tiếp và rất tập trung."

Sau này, với kinh nghiệm đã được tích lũy, khi những bức tường ngăn cách bản ngã đã được dẹp bỏ. Một luồng thi ca đã ùa đến với Gesshin lúc nào không hay. Trong những năm qua bà sáng tác thơ nhiều hơn vẽ tranh. Một trong những tập kệ rất hay cộng với tính thơ của Đức Bản Sư người Việt Nam đã được xuất bản vào năm 1983 mang tựa đề *Bát Chợt Một Tia Chớp Lóe: Lời Từ Chấn Thịnh Lặng* (A Sudden Flash Of Lightning: Words Out Of Silence) Gesshin tin chắc một điều.

Tất cả nghệ thuật đều do tập luyện mà có được, trong thực tế, nếu chúng ta thực sự hiện diện và thâm nhập vào đến tận cội nguồn của mọi vấn đề," Cần phải luyện tập nhiều ngay từ lúc ban đầu và rất có thể phải lệ thuộc rất nhiều vào nguồn nguyên vật liệu, nhưng cuối cùng mọi sự sẽ diễn ra không cần cố gắng,

sau đó bạn cứ để mọi sự tự diễn tiến và tiếp diễn một cách ngoạn mục."

Bốn sư đã ghi lại: "Cuộc gặp gỡ đầu tiên với Gesshin là một biến cố đáng ghi nhớ nhất trong cuộc đời tinh thần của tôi." Bình luận về thơ Gesshin ông cho biết, "Đọc thư của Gesshin tôi thấy mình như lâng lâng trên đỉnh ngọn núi cao, lạc lõng vào cõi chị Hằng và vũ trụ bao la với muôn vàn tinh tú, lòng giao động như lọt vào biển cả mênh mông huyền diệu." Đây là một bài kệ ông tặng cho Gesshin trong tập kệ *Lời Từ Chấn Thịnh Lãng*:

NGÀI ĐẠI THIÊN SƯ

Tặng Gesshin Myoko

Ngài Đại Sư tiến bước chập chùng

Áo cà sa quá khổ tỏa lượng từ bi

Thời gian chặn nổi bước chân nàng tiến bước

Vang vọng tiếng cười giữa đêm khuya.

Mùa Đông 2000

Năm 1983 là thời điểm tôi đến phỏng vấn Gesshin để lấy dữ liệu cho lần xuất bản đầu tiên cuốn sách này, lúc đó Trung tâm Thiền International Zen Institute tại Hoa kỳ mới được thành lập và phát triển mau lẹ. Hiện nay trung tâm đã có sáu chi nhánh, hai chi nhánh đặt tại nước Mỹ (Florida và Colorado) bốn chi nhánh khác đặt tại Châu Âu: hai tại Hà lan, một tại Đức và một đặt tại xứ Basque Tây Ban Nha.

Khi tôi gặp bà để cập nhật một số thông tin từ năm 1998 và đầu năm 1999 cho lần tái bản thứ hai, Gesshin rất bận bịu với công việc điều hành, lo bố trí nơi ở cho các thiền sinh đến để được nghe bà thuyết giảng cũng như giảm di chuyển, một trung tâm đào luyện thiền sinh Châu Âu được thành lập vào năm 1996 tại Hà lan với tên gọi "Noorder Poort" nghĩa là "Cổng Bắc," tọa lạc giữa một vùng quê tuyệt đẹp, tại quận Drenthe, trong một nông trại với nhà mái lợp tranh, bao quanh là những cánh đồng xanh rì và những đàn bò khỏe mạnh." Gesshin cho tôi biết như thế trong một buổi phỏng vấn qua điện thoại. Tại đây bà tổ chức

khóa huấn luyện mùa hè hàng năm cho các thiền sinh đến từ khắp Châu Âu kể cả Bắc Mỹ nữa.

Suốt mười bốn năm qua Gesshin cũng đã tổ chức các khóa huấn luyện Desert Spring (Mùa Xuân sa mạc) hàng năm tại Joshua Tree, bang California. Tất cả các khóa huấn luyện trên đều mang tính chất quốc tế và liên tôn giáo, đặc biệt chào đón tất cả các thiền sinh đến từ khắp nơi trên thế giới thuộc mọi truyền thống tôn giáo. Với giọng nói từ tốn, đầy tính nhạc, bà cho tôi biết, "Tôi đang thể hiện giấc mơ trong thời thơ ấu tại nước Đức chiến tranh, là qui tụ tất cả mọi người thuộc tất cả các quốc gia trên thế giới để sống trong hòa bình và hân hoan."

Mặc dù tôi đã có dịp đàm đạo với bà hơn ba mươi năm về trước ngay sau khi bà được xuất gia nữ tu Phật giáo Rinzai, Gesshin đã "hết sức ý thức được những giới hạn của cách huấn luyện Phật giáo theo truyền thống Rinzai." Đặc biệt đối với những người đang đi làm và có gia đình. Để đem thực hành và thuyết pháp giác ngộ đến cho người đời, bà đã thực hiện những thay đổi đáng kể. Trước tiên bà huấn luyện một nhóm "cộng tác viên Phật pháp" để giới thiệu những thiền sinh mới thực hành zen, sửa soạn họ bước vào việc huấn luyện nghiêm túc hơn với một vị Đại sư theo truyền thống Phật giáo Rinzai. Chúng ta phân biệt rõ ràng thiền sư Zen và Đại sư Zen" Bà cho biết một thiền sư muốn trở thành Đại sư Zen đòi hỏi phải qua những những năm dài huấn luyện và học hỏi thường xuyên với một Đại sư Zen.

Chương trình huấn luyện cho các gia đình lại là một đổi mới đầy hấp dẫn, được qui hoạch rất đặc biệt để giới thiệu trong giới trẻ bước vào Phật pháp. Cho đến nay, tinh tâm gia đình đã được tổ chức tại Đức, Hà lan và Tây Ban Nha.

Gesshin cũng thử nghiệm những khóa huấn luyện ban đầu trong vài ba ngày cách nhẹ nhàng và không căng thẳng để cho mọi người có thể bắt đầu tiếp cận với Phật pháp trong một bối cảnh thư giãn thoải mái. Điều này cho phép mọi người thâm nhập dần vào yên tĩnh hành thiền và có được kinh nghiệm trí tuệ cơ bản về bản chất thực sự của bản ngã.

Ngay cả với sự đơn giản tối thiểu trong cấu trúc Phật giáo Zen vẫn được duy trì, người tham gia hành thiền được phép tự xác định mức độ thiết thực với cường độ luyện tập. Thí dụ, đôi khi thay vì ngồi thiền nghiêm túc, họ có thể thay thế vào đó một giai đoạn đi dạo hay nằm thiền bên ngoài phòng thiền. Gesshin rất cảm động trước những động lực thúc đẩy của đa số thiền sinh và mức độ tập luyện uyển chuyển như thế khiến cho nhiều người có thể dễ dàng tiếp cận được với Phật pháp.

Tôi hết sức ngạc nhiên Gesshin cho biết trong vòng mười năm qua, bà đã tổ chức các khóa huấn luyện thiền "trên xe đạp" tại Hà lan. Tại một vùng quê xinh đẹp chằng chịt những đường dành cho xe đạp dài hàng nhiều dặm bà và các thiền sinh đã đạp xe đạp cả tuần lễ chủ yếu trong tinh lặng. Đôi khi họ ngừng lại tại một cái hồ, cởi quần áo và nhảy tòm xuống hồ, sau đó họ ngồi thiền cạnh bờ hồ. Mỗi buổi tôi thường có hành thiền chính thức kèm theo bài thuyết pháp thường do Gesshin đảm trách.

Sau đó, Gesshin cô đọng cuộc phưu lưu cả tuần lễ này vào một ngày duy nhất, giữa khóa huấn luyện thiền bảy ngày. Mọi người có thể thuê xe đạp dễ dàng tại các ga xe lửa, đạp xe lửa đến một điểm hẹn thơ mộng nào đó nhóm gồm khoảng ba mươi đến bốn mươi người tham gia. Đôi khi bà qui định ngày thứ sáu là ngày "tự do" mọi thành viên có thể ngồi thiền hay không tùy ý, bạn có thể ngã lưng nằm cả ngày nếu thích. Một kết quả thật hiển nhiên là trong cơ cấu tổ chức bảy ngày, mọi người vẫn thích chọn tuân thủ một truyền thống cũ. Gesshin tin phải có chuẩn bị tốt, để dễ đối phó với những sự cố thường gặp ngay tại gia đình trong qui trình đào luyện liên tục.

Vào cuối khóa huấn luyện, đôi khi bà còn tổ chức thêm một ngày gọi là "ngày cộng đồng Sangha" trong đó các thành viên người tham gia có thể cử hành chung với gia đình, kể cả con cái, chúng thường lái xe đến rước cha mẹ về nhà. Tất cả những đổi mới này phản ánh sự chăm sóc và nuôi dưỡng tăng thêm hương vị đặc biệt cho các bài thuyết trình quá cứng nhắc về Phật pháp.

Bà cho biết, "Tôi nhìn toàn thể xã hội như là một "cộng đồng Tăng già", đoàn thể này có thể trở thành tuyệt vời nếu như mọi thành viên trong xã hội có thể sống hiệp nhất trong cùng một sự

thật duy nhất đó là: sống trong tình thương bao la và từ bi vô biên với bá tánh."

Là một thi sĩ thành thạo và một nghệ nhân viết chữ Nho đồng thời cũng là một Đại sư Phật giáo Zen, Gesshin đặc biệt quan tâm đến những cuộc sinh hoạt nghệ thuật và tâm linh. Trong vòng năm năm bà đã cống hiến nhiều khóa học hỏi tại các phòng thiền và các khóa học Phật pháp kết hợp với làm thơ và viết văn (kể cả thơ Haiku) Trung Hoa và Nhật Bản cổ đại, những đạo hữu có trình độ cao hơn thường được yêu cầu bày tỏ kinh nghiệm giác ngộ của mình bằng thơ Haiku kèm theo bình luận văn chương. Được chăm và định giá trị không những chỉ bằng số từ mà cả bằng tài viết chữ nữa.

Năm 1991, sau khi Gesshin khám ra bị bệnh ung thư buồng trứng cấp bốn, bà phải qua một cuộc chẩn đoán cam go. "Bác sĩ không hy vọng gì tôi còn có thể sống được." Nhưng bảy năm sau khi giải phẫu và trị liệu hậu phẫu thuật bằng thuốc, bà vẫn có thể du hành khắp nơi và thuyết giảng khắp đất nước này và cả Châu Âu nữa. Có ba khóa huấn luyện thiền dành cho các phụ nữ bị bệnh ung thư tại bệnh viện Rhonda Fleming Clinic tại UCLA đã đem lại cho bà biết bao nhiêu niềm vui và hài lòng. Không phải sự nâng đỡ của từng nhóm cá biệt (cho dù yếu tố đó có thể phát triển) nhưng đây lại là những lớp dạy thiền do một đại sư phụ nữ cũng đang mang chứng bệnh quái ác đó trong mình. "Tôi đã nhận được quá nhiều từ những bệnh nhân tại bệnh viện, tôi thật quá sung sướng vì đã cống hiến cho họ Phật pháp" Lúc đầu bà tổ chức được một khoá sáu tuần, rồi một khóa tám tuần tiếp theo, nhưng đã bị gián đoạn vì Gesshin bị bệnh trở lại. Rồi một khóa thứ ba với ba mươi phụ nữ tham gia lần đầu và một số người cũng muốn tiếp tục. Bà cho biết, hoạt động với bệnh nhân khác xa với người bình thường. "Nhưng chính tôi đã có mặt và tôi biết những gì họ có thể thực hiện cũng như những gì họ không làm được".

"Điều họ học được nơi tôi là làm sao chung sống với ung thư theo cách thiền Phật Zen. Một cách sống mang đậm phong cách Phật giáo. Điều quan trọng nhất là phải đối mặt với một căn bệnh trầm kha và học làm sao đó để tận hưởng được những giây phút hiện tại. Đó là điều tôi vẫn hàng tập luyện với họ. Những

điều đơn giản: Tụng kinh, những giây phút hành thiền ngắn, thiền khi đi bách bộ. Tôi động viên họ thực hành ngay tại bãi biển, ngoài bầu trời trong lành. Những điều hết sức thiết thực, mà mọi người có thể làm được, đã thực sự đem lại hiệu quả khả quan, chẳng cần đến sách vở hay dụng cụ gì cả. Chỉ cần quan sát toàn thân, quan sát trí tuệ, như trong thực tế. Tôi rất thích các lớp thiền như thế. Tôi thấy thật hạnh phúc được sống với những phụ nữ này và có thể giúp họ trút bỏ đi một số gánh nặng nào đó. Sinh hoạt được thay đổi hàng tuần. Một số điều đen tối đã biến mất như: những nỗi lo sợ, nỗi phiền muộn, tức giận. Bạn có thể hỏi tưởng lại bao điều trong quá khứ chỉ cần nhìn vào giây phút hiện tại này. Sau mỗi lần thực tập, tôi nêu lên câu hỏi. Ung thư còn ‘đây không?’ Bạn còn suy nghĩ đến căn bệnh đó không? Hay một khái niệm gì về nó không? Và mọi sự đều biến mất!

Gesshin cũng đã giới thiệu cho các thiền sinh của bà bài "Zen hài hước". Một lần kia bà kể cho họ nghe về mẹ của bà, vừa thức dậy sau giờ nghỉ trưa và vẫn còn ngái ngủ, bà trả lời điện thoại lớn tiếng và rõ ràng: "A-lô tôi không có ở đây ạ." Mọi người cười rộ lên. Nhưng bạn cũng có thể gây cười bất cứ lúc nào. "Chỉ cần giang chân ra, tay để sau hông ngửa người ra đằng sau. Rồi lấy lại thế cân bằng (ngay ngắn như khi ngồi thiền) bằng hơi thở và trở lại tư thế ban đầu. Thoạt tiên bạn sẽ thấy như bị ép buộc, nhưng sau khi đã được hiểu rõ, bạn sẽ không nhận nổi cười.

Gesshin kết luận. "Vì chúng ta cùng nhau làm việc để truyền bá Phật pháp vào Phương Tây, chúng ta tiếp tục học hỏi lẫn nhau và yêu thương nhau, xin mọi người ý thức rằng, "Chúng ta chẳng là gì cả, mà chỉ là những người đồng hành cùng nhau sánh bước dưới ánh trăng."

Đại sư Gesshi Prabhasa Dharma viên tịch vào ngày 24 tháng 5 năm 1999.

-ooOoo-

[11]

Thiền Sư Sonja Margulies & Yvonne Rand

Sonja Margulies

Lần đầu tiên nghe nói đến Sonja Margulies, tôi đã mừng rỡ trong đầu bà phải là một "Kỹ nữ" hiện đại theo truyền thống như tôi đã mô tả trong phần giới thiệu. Hình ảnh tôi hình thành được qua một số chi tiết có được, bà là một thiền sư thuộc khuynh hướng tự nhiên không theo một truyền thống nào cả, tương đối ẩn dật, chúng ta thấy bà hoạt động ngay tại nhà giữa thành phố San Francisco, tổ chức xuất gia cho thiền sinh ngay tại phòng thiền tại tư gia và hầu như thể hiện Phật pháp ngay trong những công việc cụ thể như lật rau, cắm hoa hoặc trên đường xe cô đi lại trong thành phố. Hiện tôi đã tìm đến thăm bà, trí tưởng tượng của tôi đã thay đổi đôi chút, nhưng những ý tưởng cơ bản về bà vẫn còn nguyên.

Sonja Margulies sống ở lầu hai một căn hộ trang trí theo kiểu kiến trúc Châu Âu thế kỷ 18 ngay trên đường cao tốc. Trước khi tới qua điện thoại bà đã chỉ cho tôi thấy căn hộ được trang trí theo kiểu Italia. Tôi không khó khăn gì để định vị được căn hộ. Ngay trên cầu thang, mùi nhang Nhật Bản đã chào đón tôi khi bước vào căn phòng được trải thảm. Cửa phòng Sonja Margulies hé mở và bà đang ngồi chờ tôi trong bộ trang phục áo lụa lộng lẫy, quần đen rộng thoải mái, bà cho biết bà thường ngồi thiền trong trang phục như thế đã hai mươi năm qua.

Chúng tôi uống trà trong phòng khách cũng là nơi một lần trong tuần đã biến thành phòng thiền và tại đây bà đã xuất gia cho ba người vào năm 1985. Sonja Margulies cho biết "Phòng thiền của bạn có thể là bất cứ chỗ nào bạn ngồi". Dẫu rằng điều này xét về khía cạnh lịch sử có phần không bình thường, đoàn thể Tăng già của bà có thói quen ngồi thiền tại nhà riêng. Kobun Chino, thiền sư của bà đã thành lập một trung tâm riêng mang tên Boldi, ngay tại phòng khách của ông ở Los Angeles và tại đó Sonja Margulies đã tham gia năm 1969. Vào năm 1975 bà đã được xuất gia. Khi tôi thắc mắc, điều đó mang ý nghĩa gì thì bà nói, "Mọi sự đã diễn ra như thế và bạn tin tưởng vào công việc luyện tập của bạn." bà cho biết. "Hành thiền phải mang một ý nghĩa hoàn toàn tự do thoải mái,"

Tương tự như vậy, về các điều lệ (những gì bà đã dạy và truyền đạt) cũng chỉ là hành động tự nhiên và trạng thái tư duy bình thường. Bạn nhận ra là bạn đã "nắm" được các điều lệ. Và rồi bạn yêu cầu được xuất gia. Bà bình luận, "Các điều lệ không tồn tại và tách biệt khỏi bạn". Liên quan đến điều lệ "Tôi mang theo Phật pháp truyền thống Tathagatha. Đó chính là hành thiền."

Sonja Margulies sinh tại Minesota vào năm 1931 trong một gia đình theo phái Tin Lành Luther. Bà hoàn tất cử nhân lịch sử, cưới một người chồng "gốc Do thái thuộc phái bất khả tri" và có hai mặt con. Tại California vào những năm sáu mươi, bà đã theo học tâm lý học tôn giáo với giáo sư Abraham Maslow và Anthony Sutch, bà cộng tác với họ thực hiện Tập San Tâm Lý Học Siêu Cá Thể (Journal of Transpersonal Psychology) trong cuộc nghiên cứu về văn chương tôn giáo Á châu. Bà rất thích thú với một lệnh trong bản văn Tây Tạng là: "Bạn không được tin bất kỳ điều gì không được kiểm tra trước bằng trí tuệ. Khi bà khám phá ra Phật giáo thiền, bà cảm thấy truyền thống này đã thu hút bà một cách đặc biệt, "Không kể đến giáo lý, kinh Phật và những gì liên quan đến bản chất mỗi người." Bà bắt đầu luyện tập thiền kể từ năm 1968 khi đó hai đứa con của bà một đứa mới lên sáu và một đứa lên tám.

Trong những năm kế tiếp, Sonja Margulies bắt đầu nghiên cứu kỹ không những về những gì Phật giáo giảng dạy, mà cả những gì thực tế đang diễn ra trong lịch sử Phật giáo, tại những quốc gia Phật giáo và trong cuộc sống của những Phật tử hiện đại. Cho dù bà và nhiều phụ nữ khác được huấn luyện chung với nam giới, đối với bà có một điều rất rõ ràng là các hình thức đào tạo bà đang theo học lại được phân biệt rạch ròi giữa nam giới độc thân và nam giới được huấn luyện bình thường. Nhưng bà gạt bỏ sang một bên tất cả những nghi kỵ về giới tính để theo học một cách toàn tâm. Lòng biết ơn trân trọng với thiền sư, theo như lời bà kể lại không thể nhầm lẫn được khi tôi tiếp chuyện với bà. Tuy nhiên, bà cũng còn nhớ nhiều lần, trong khi xưng tên các vị thiền sư theo thể hệ tông phái truyền thống và khi bà phát hiện ra họ toàn là nam giới, bà cảm thấy cô như bị nghẹn lại, mắt róm lệ và ngực bà căng phồng lên. Hơi thở như biến mất. Làm sao bà lại có thể ủng hộ và truyền đạt một hình thức tộc trưởng khác nữa.

Rồi vào năm 1982 tại trung tâm thiền Berkeley có cuộc họp mặt một nhóm phụ nữ, trong khi nhiều thính giả quá cảm động đến rơi lệ, Sonja Margulies đã tụng lên bằng giọng đanh thép tông phái nữ giới của chính bà: Là tên tất cả các phụ nữ đã ủng hộ bà ngay từ thời còn nhỏ. Và trong lần sinh nhật thứ bốn mươi bảy, bà đã viết bài kệ:

*Hôm nay tông phái tộc trưởng không diễn ra
Do những hoàn cảnh lịch sử
Các phụ nữ đã nuôi con
Sinh con và ở lại nhà
Mừng ngày sinh nhật bốn mươi bảy
Một quăng đời không chia cắt.*

Sonja Margulies xuất gia cho một trong số những người sau nhiều tháng học tập luật giới ngay tại phòng khách của bà, ông một nhà tâm lý học và đã hành thiền thường xuyên từ những năm bảy mươi. Sau một năm ông đã quyết định cộng tác tích cực với Sonja để kiện toàn và hình thức hóa công việc luyện tập của mình. Hiện nay cùng với nhiều phụ nữ quan trọng ngoài đời, ông cảm thấy thật biết ơn Sonja Margulies đã giúp phát triển được những giá trị ông gọi là "phương ngang" – như nối kết và tương quan qua lại – điều ông cho là căn bản trong thực hành. Ông rất có ấn tượng trước tính thực tiễn đầy tình người của bà trong cuộc sống và trong giảng dạy. Trong nhiều năm qua ông rất cảm kích về việc bà nhấn mạnh đến việc phát triển và cố vũ lòng biết ơn giữa chúng ta, "Chúng ta đang liên tục đào luyện lẫn nhau." Bà nói: "Một thái độ biết ơn cho phép chúng ta chấp nhận tất cả những sinh vật tri giác như là thiền sư của mình."

Sonja Margulies luôn nhấn mạnh đến giây phút hiện tại và tất cả những gì đang xảy ra trong cuộc sống chúng ta cũng đều trở thành thiền sư của chúng ta vậy. Ông cũng còn nhớ bà nhấn mạnh rất nhiều đến khía cạnh cơ bản và cụ thể của hành thiền: Bà có thể nói: "Thiền thực tế chỉ là luyện tập hành thiền." Thực sự rất đơn giản như vậy. Thế mà câu nói đơn giản này đã gây ấn tượng mạnh mẽ đối với ông. Ông còn cho biết thêm: ông rất cảm động với tính cách Sonja Margulies luôn sẵn sàng giúp đỡ mọi người, lòng cảm thông sâu xa và tự mình diễn đạt những đức tính đó; bà đã trải qua những mất mát rất lớn trong cuộc sống

(kể cả cái chết của người chồng vào năm 1981) cũng như một vài xung đột thể lý tự nhiên trong thời gian gần đây. Lòng can đảm bản thân của bà thật hết sức phi thường. Ông nói với tôi, "Nhưng cùng lúc đó bà rất thích thú vui hưởng cuộc sống, rất khôi hài và hài lòng với những gì bà có được."

Cách sống đạo của Sonja Margulies cũng được một nhà văn phụ nữ, một nhà tâm lý điều trị và là một trong ba người đã được bà xuất gia năm rồi nhấn mạnh đến. Người học trò này cho biết, "Không có khoảng cách nào giữa những gì Sonja Margulies giảng dạy và cách sống của bà". Bà không coi mình như là một nhân vật nổi tiếng cũng như có đặc sủng: "đừng bao giờ tự phô trương là mình đã quá siêu thoát. Chẳng có gì "liên quan đến giác ngộ" ở đây cả. Thực vậy, chỉ có điều là Sonja Margulies đã hoàn toàn gắn bó với những gì là "vô hình"

Một thiên sinh khác cũng đề cập đến mối tương quan đặc biệt giữa Sonja Margulies và Tony Sutich, người sáng lập ra *Tập San Tâm Lý Học Siêu Cá Thể*, (*Journal of Transpersonal Psychology*), ông này đã bị liệt trong nhiều năm và mất vào giữa những năm bảy mươi. Khi ông còn tại thế và cả lúc ông đang hấp hối, Sonja Margulies đã hiện diện và mang lại cho ông thanh thản, lòng kính trọng và tôn kính. Mặc dù thể hiện bằng nhiều cách cuộc sống của bà mang tính "truyền thống" rõ rệt. Bà có lòng từ bi hỷ xả và thông cảm một cách tuyệt vời và cũng rất bình thường. Trong tòa soạn tạp chí bà là một biên tập viên cá biệt "nhạy bén và trí thông minh sắc sảo". Thế mà Bà chỉ chọn giữ vai trò phụ tá biên tập và chỉ xuất hiện tại hậu trường. Sonja thường hay nói: "Khi bạn thực hiện được điều gì đặc biệt, tức khắc điều đó trở thành bình thường".

Sonja Margulies đã nhận "cây trượng Phật pháp" từ tay thiên sư của bà vào năm 1983. Đó là một cây gậy ngắn, bằng gỗ một đầu cong và có gắn tua rua màu vàng nhạt làm bằng lông đuôi ngựa. Người ta đã ghi lại một số chi tiết khôi hài về cách bà sử dụng "cây trượng." Bà cho tôi biết là bà rất quan tâm đến tinh thần đại kết, hàng tháng đã có một nhóm không chính thức gồm những Ky-tô hữu (Thiên Chúa giáo) và các Phật tử qui tụ lại với nhau ngay tại phòng khách của bà và họ đã cùng ngồi thiền với nhau.

Và trong những cuộc hội thảo và đối thoại giữa hai tôn giáo bà đã được đề cử làm người điều phối chương trình và diễn thuyết.

Bà phát biểu, "Trống rỗng" không phải là hiện tượng lạ lùng, là Phật tử không phải là điều quan trọng, tuy nhiên hiểu được Đức Phật là người như thế nào lại là điều vô cùng quan trọng". Hành thiền chính là luyện cho mình có được niềm tin. Chứ không câu nệ vào bất kỳ một hình thức nào cả.

Sonja Margulies chỉ muốn biết có một điều là "Khi không ý thức được mình là gì, thì lúc đó bạn là ai vậy?"

Mùa Đông năm 2000

Mặc dù hiện nay phòng khách của bà đã được chuyển đến một căn nhà khác tại Santa Cruz, bang California, không còn là một căn phòng nhỏ tại căn hộ ở San Francisco như mọi khi. Nhưng Sonja Margulies vẫn thường xuyên gặp gỡ các thiền sinh dày dặn kinh nghiệm về Phật giáo thiền định, cùng với họ bà tìm tòi nghiên cứu về "koans" và nhiều văn bản Phật giáo khác. Chỉ nhằm mục tiêu tối hậu là hiểu biết sâu rộng về giây phút hiện tại, về cuộc sống đời thường và cách chúng ta tiếp cận với những vấn đề đó.

Sonja Margulies vẫn là một "thiền sư độc lập". Bà đang nghiên cứu cách hành thiền dành cho người đời và không gắn kết với cách luyện tập zen tại các thiền viện, một việc bà tin là rất phổ biến tại Hoa Kỳ hiện nay. Đại sư Suzuki đã có lần mô tả những người theo đuổi đường lối này như những người "Trung du không là sư sãi, cũng không phải là thường dân." Sonja rất quan tâm đến những vấn nạn của họ như: Không có những trợ giúp bên ngoài, không theo một lịch trình hoạt động hàng ngày, không tham gia một đoàn thể (sangha) nào, thì làm sao họ có thể hành thiền? Đó có phải là hành thiền thực sự không?

Nhưng sau lần gặp gỡ lần đầu tiên với bà vào đầu những năm 1980, tôi được biết Sonja Margulies đã trải qua những thách thức rất lớn trong cuộc sống, ngay sau khi di chuyển đến San Cruz vào cuối những năm tám mươi. Bà đã khám phá ra mình bị ung thư vú và đã phải trải qua giải phẫu cắt vú vào năm 1987.

Sau đó, bà cho tôi biết, trong suốt đoạn đường đến điểm hẹn phẫu thuật, phải đeo những ống dung dịch vào ngực bà phá lên cười. Bà cho biết, "Ngay lúc đó tôi biết ngay tôi đang phải đối mặt với hoàn cảnh thực tế của mình, tôi dư biết thực sự tôi phải đối đầu với cái chết, vì vậy mà tôi phải tìm cách khôi hài cho vui."

Khi bà trực tiếp đối mặt với đau đớn, kiệt quệ, mất hết nghị lực và khả năng cái chết sẽ đến sớm hơn. Thì "tâm nhìn cuộc sống" của bà đã thay đổi, "Chúng ta phải ôm lấy toàn bộ sự việc như chúng thực sự hiện hữu."

Và rồi lại còn nhiều thách thức khác xảy đến, bốn năm sau ca mổ, đứa con gái ba mươi một tuổi của Sonja, Robin, cũng phát hiện bị ung thư vú như mẹ. Chẩn đoán bệnh tình con gái Robin của bà còn trầm trọng hơn nhiều và cũng khó lòng chấp nhận. Bà cứ phải tự nhủ mình "Đời là thế đó."

Từ năm 1991 đến cuối năm 1999, bà và con gái Robin cùng nhau chia sẻ "Cuộc đời điều trị ung thư." Chính xác là hai mẹ con sống bên nhau không rời một bước. Căn bệnh của Sonja lại tái phát một lần nữa và lại phải giải phẫu lần thứ hai. Trong khi đó bệnh tình của con gái Robin lại di căn vào xương. Robin phải trải qua chế độ điều trị rất nghiêm ngặt, sau đó bà đã suy sụp hoàn toàn và phải vô bệnh viện để được chăm sóc và điều trị. Nhưng một điều không thể hiểu nổi với một phép màu nào đó con gái bà đã hồi phục lại được và không còn phải được chăm sóc tại bệnh viện nữa. Với thân hình quá tiêu tụy vì bệnh tật, bà đã phải sống cuộc đời còn lại trên giường bệnh, tuân thủ nghiêm ngặt những phương án điều trị và học hỏi những tác phẩm về Phật giáo Zen với mẹ. Ngay trong hoàn cảnh thể lý suy kiệt trầm trọng như vậy, họ vẫn cười nói vui vẻ với nhau trước những nghịch lý trong cuộc sống.

Robin là pháp danh mẹ đặt cho con gái, có nghĩa là "Đại dương chân lý." Bà đã tìm thấy được nơi thực hành thiền luyện thở và luyện "Vô thức" là những phần luyện thiền rất bổ ích cho bà trong giai đoạn này. Bà thường xuyên trích dẫn một Đại thiên sư Phật giáo Trung quốc, với thuyết pháp chính của ngài là: Đừng

hy vọng gì cả. Ông nói "Sống hay chết là con đường thẳng tắp cứ vậy mà tiến tới phía trước."

Sonja Margulies phải bỏ ra rất nhiều công sức và thời gian để chăm sóc con gái, thế nên bà gác lại công việc thuyết pháp cho các thiền sinh mới tập sự học thiền. Bà tin họ là những người chủ yếu "chỉ muốn có hay tận dụng cơ cấu hay nhóm để hành thiền." Điều đó bà không thể cung ứng được cho họ vào lúc này. Nhưng bà vẫn cố gắng phục vụ tất cả mọi người, kể cả những người muốn hành thiền tập trung (dokusan), cho những ai đã bỏ không còn luyện thiền chung một thời gian, hay đã hoàn tục sau một thời gian tu hành.

"Đôi khi, chúng ta may mắn tìm được một chút nước mát từ nguồn giếng Phật pháp Zen cổ xưa. Khi điều đó xảy ra, khó biết được ai đã thuyết pháp cho ai. Nhưng một lần nữa, chúng ta đã dễ dàng khám phá ra rằng mỗi ngày chỉ là một trang kinh Phật chung của cuộc sống hàng ngày.

Tôi đã nhận được tin Robin đã qua đời ít tháng vừa qua – vào ngày 17 tháng 11 năm 1998. Sonja Margulies viết cho tôi: Trong khi lâm chung "Sự chết đã thực sự trở thành vị thiền sư và Chiếu Trưng Phật pháp đã được chuyển sang cho Robin, cũng như cho tất cả những ai trong chúng ta phải đi vào chốn vĩnh hằng." Robin đã trôi lại không được tổ chức tang lễ, truy điệu cho cô. Nhưng tôi thực sự ngạc nhiên thấy hung tin được lan đi rất nhanh. Nhưng sợi chỉ của cuộc đời cô đã liên kết biết bao nhiêu bạn bè và người thân yêu của nàng tạo nên một canh thức tự nguyện trước linh cữu Robin kéo dài hàng nhiều giờ trước khi đưa đi hỏa táng. Một quãng đường dài đầy người hào nên trong tay xếp hàng kéo dài đến tận cửa nhà cô. Hàng trăm người ngang qua linh cữu của cô để chào vĩnh biệt tiếng thổn thức, lệ rơi, xen lẫn tiếng cười nói, những giai thoại về cuộc đời Robin được nhắc đi nhắc lại, những bó hoa và nhất là tình yêu cũng được chia sẻ. Sau cùng một số người trong chúng tôi còn tụng vang Kinh Prajna Parmita Sutra, Robin đã từng được nghe trong suốt cuộc đời.

"Những sự kiện xung quanh cái chết của Robin đã làm rõ nơi tôi một chân lý: đó là Phật pháp đã, đang và sẽ luôn luôn tồn tại.

Với tư cách là một thiền sư tôi chỉ biết, "chú ý" và hy vọng giúp được người khác cũng làm như vậy."

Yvonne Rand

Đã hai mươi năm, kể từ khi bà gặp đại sư Shunryuo Suzuki vào năm 1966 và trở thành thư ký Trung Tâm Thiền Phật giáo Zen bốn tháng sau đó, Yvonne Rand đã gắn bó mật thiết với Trung Tâm Thiền định Phật giáo tại San Francisco. Bà đã nắm giữ tất cả mọi việc quản trị tại trung tâm, cũng như hoạt động rất gần gũi với Đại Sư Suzuki trong suốt quãng đời còn lại. Mới đây bà đã làm việc và sống tại cơ sở Trung tâm thiền Zen Marin County, tại Green Gulch Farm. Yvonne là một mẫu người, một người phụ nữ ăn nói thật trôi chảy, tính tình ngay thẳng, thực tiễn, ai cũng có thể dễ dàng lui tới tiếp cận và bắt chuyện dễ dàng.

Bà cho tôi biết, trong số các thiền sư quan trọng nhất của bà, một số người đã lớn tuổi, ốm đau và sắp chết – gồm cả những người bình thường và cả những người rất tuyệt vời – Bà đã cộng tác với họ rất mật thiết trong suốt mười lăm năm qua. Người đầu tiên phải kể đến là Đại sư Suzuki, viên tịch vào năm 1971. Hai năm trước là ngài Lama Govinda, một tác giả cũng như một học giả Phật giáo Tây Tạng rất nổi tiếng. Trước khi qua đời, ông đã nói với bà: "Vì muốn bỏ đi những hình thức, nên chúng ta đã quen tuân thủ và trở lại với những lời dạy nguyên thủy của Đức Phật." Yvonne Rand rất cảm kích với lời khuyên này và đã lấy đó là đề chỉ đường cho bà kể từ đó. Kết quả là, bà đã kết hợp những luyện tập vào giảng dạy một số phương pháp tổ chức xuất phát không phải chỉ từ Phật giáo thiền định, mà còn cả từ truyền thống Thiên Minh Sát (Vipassana) và Tây Tạng nữa.

Đối với cá nhân bà, có hai phương pháp luyện tập quan trọng nhất là luyện tập kèm theo đi bộ và "Nụ cười hé nở" cả hai cách luyện tập này do một Đại sư Phật giáo Việt nam, một người rất đôn hậu truyền đạt cho bà. Ông dạy, "Hãy học bước đi như Đức Phật đã bước đi, tập mỉm cười như Đức Phật đã làm, con có thể làm được điều đó đây. Tại sao lại phải đợi trở thành Phật mới thực hiện? Hãy trở thành Đức Phật ngay bây giờ có được không?" Ngay từ lúc này, Yvonne hiện nay đang luyện "nụ cười

hế nở” ngay dưới ánh đèn và ngay trong kho dự trữ thực phẩm. Khi có hơi thở được điều khiển, ta có thể thở một đến ba lần giữa những sinh hoạt giúp cho bà kinh qua được sự liên tục giữa trạng thái trí tuệ nổi lên khi hành thiền và những gì xảy đến trong cuộc sống hàng ngày.

Tất cả những luyện tập khác, đặc biệt về luật giới (những qui luật về hạnh kiểm) rất có lợi để kiểm điểm lại những vị trí sâu thẳm hơn nơi con người của mình. Những vị trí vượt trên hành động, ngôn ngữ và suy nghĩ. Những lớp đối kháng và từ khước phải được tính toán, nhưng hiện giờ bà đã kinh qua sâu hơn rất nhiều phạm vi trong tương quan với người khác. Thiền Minh Sát (vipassana) về tha thứ rất ích lợi để luyện về “tính hung hãn và giọng nói gậy cần” – giọng nói đó rất đặc biệt đối với người Mỹ và người Âu châu, Yvonne còn nhận thấy đó là bức tường hay là hàng rào ngăn cản ta “giác ngộ”.

Giới luật là "cơ sở hết sức cần thiết" đối với bà. "Tôi không thể nào bình tĩnh được nếu như cách cư xử của tôi lại bất đồng". Đôi khi bà chỉ dùng một luật giới để làm thành một lời cầu khấn (mantra). Trong bối cảnh suy tư bà cho là hình ảnh cái sàng có thể rất thích hợp, chúng ta thấy cái sàng có những sợi nan đan lại với nhau và mỗi sợi tượng trưng cho một luật giới. Qua đó bà sàng tất cả những gì suy tư hoặc nói ra trong ngày. Nó "tạo thành như một tấm lưới – với lỗ to hay nhỏ – tùy thuộc vào kích cỡ nguyên liệu chúng ta định sàng." Hình ảnh này xuất hiện cả trong việc làm vườn và nhận thấy có biết bao nhiêu kích cỡ sàng để xác định được loại đất chúng ta phải sửa soạn để trồng. Bà tin rằng hình ảnh luôn sống động hơn nếu chúng phát xuất từ những kinh nghiệm cụ thể.

Yvonne Rand luôn tôn trọng cách luyện tập "tác động lên mỗi người chúng ta". Một trong những luật giới thường nhảy khỏi trang giấy đến với tôi, từ chỗ phát hiện hay chỉ đơn giản ý thức được đâu là "đường biên" của giây phút hiện tại" tỷ dụ như, giới luật không lấy của người, hoặc không được lấy những gì không dành cho ta (Yvonne thường dịch như vậy) giới luật này còn hàm ý chấp nhận mọi sự với thực trạng hiện hữu của nó. Điều này "rất mãnh liệt" Bà cho biết giới luật này tương tự như sợi dây căng dọc theo lối đi và cho phép bà đi men theo và thực

hiện với những hình thức cổ xưa hiệu quả hơn bất kỳ một tập luyện nào bà đã thực hiện từ trước đến giờ.

Bà cho hay, với những nhắc nhở liên tục về tính cách vô thường nơi vạn vật, Phật giáo giúp chúng ta từ bỏ sở hữu đối với mọi sự (*non-possessiveness toward everything*) kể cả những phẩm chất cá nhân của chúng ta, hoặc "kê cả việc chúng ta suy nghĩ chúng ta là gì." Ý thức trong việc luyện tập, tinh táo trước tất cả những gì có thể nổi lên, nhắc chúng ta hãy so sánh tính "đính bèn và tha hóa của chúng ta cũng tương tự như hạt lúa sẵn sàng đổ vào cối xay. Sự chán ghét là một trở ngại lớn đối với việc nhìn nhận mọi sự với ý nghĩa thực sự của nó. Mà quan sát được như vậy sẽ dẫn đến khả năng biến đổi.

Bà cho biết: "Tất cả chúng ta đều đã bị tha hóa." Nhưng mức độ căn cứ vào đó mỗi người chúng ta biết được lượng tha hóa đến đâu chính là mức độ chúng ta không hành động chống lại những tha hóa đó. (Có nghĩa là, vai trò chúng ta đang chiếm lãnh và bịt mắt (mặt nạ) mà chúng ta đang thể hiện đã tạo mất cân đối và làm hại chính chúng ta và cả người khác nữa).

Có một cách luyện tập theo truyền thống Tây Tạng gọi là "Cửa lễ nội tại" Yvonne cảm thấy rất có lợi trong trường hợp này. Bà cho biết, "hãy tưởng tượng có một cái tô khát thực chạm hình sợ người (bà mới đưa về từ Ấn Độ). Hãy đổ đầy vào đó tất cả những gì tượng trưng cho "mặt tiêu cực" nơi bạn: máu, xương, điều cấm kỵ, dụng cụ bạo lực và tra tấn, rượu mạnh và ma mãnh. Dùng một con dao bằm thịt, bằm vụn tất cả những thứ đó để biến thành một dạng phấn hoa – để biến thành một cửa lễ." Ivonne kết luận: "Cũng như thế chúng ta có thể bằm nát tất cả những tha hóa của chúng ta và biến nó thành một cửa lễ."

Thực hành với nhiều cách tiếp cận khác nhau nơi các môn phái trong Phật giáo khác cũng đã đưa bà quay trở lại và vực tỉnh dậy việc thực hành Thiền định truyền thống nơi bà. Hiện bà đang chú tâm duyệt xét lại một vài hình thức hành thiền như: thụ giáo thiền trực tiếp (dokusan) và một vài nghi thức trong việc hành thiền. Bà đã nghiêm túc đặt vấn đề về quyền hạn, chức năng, sự gắn bó và các tương quan trong cộng đoàn các đạo hữu. Thí dụ như, làm thế nào để vun trồng được sự gắn bó và phụ thuộc với

nhau đang khi chúng ta thực hiện công việc huấn luyện và thuyết pháp?"

Thường xuyên, trong các trung tâm thiền tại khắp nước Mỹ, những vấn đề quyền lực và tẩy chay nhau cứ triền miên xảy ra. Theo hiểu biết của chúng tôi về truyền thống Phật giáo thiền định được du nhập từ Nhật Bản, chúng ta chấp nhận truyền thống mặc áo cà-sa từ đời Nhà Đường Trung quốc, cạo đầu, các nghi thức khi hội họp, tôn trọng phẩm trật trong cơ cấu quyền lực và tuân theo một truyền thống với một mô hình tổ chức lý tưởng nhất, gồm cả việc sống chung cuộc đời tu trì hàng ngày trong thời gian dài với thiền sư của mình. Nếu tôi thuyết pháp trong bộ áo cà sa truyền thống, uy tín của tôi được tăng thêm trước thính giả, họ dễ dàng chấp nhận những gì tôi thuyết pháp là sự thật mà không cần kiểm chứng hay thắc mắc gì cả. Một số thay đổi nhỏ, nhưng rất triệt để, đã tạo cái gọi là tự tìm vấn đề nơi các thiền sinh. Điều này đôi khi giúp ích cho mỗi thiền sinh trong quá trình học tập, nhưng cũng gây nguy hại cho cả thiền sinh lẫn thiền sư nếu không thực sự ý thức và nằm trong giới hạn cho phép.

"Mỗi người trong chúng ta rất cần đến những ý kiến phản hồi. Bằng không chúng ta có thể lừa dối chính mình về những gì đang được thực hiện cho ta và cho cả người khác nữa. Theo truyền thống Phật giáo tôi thấy tình bằng hữu thiêng liêng rất phổ biến. Tôi có thể theo đuổi cuộc sống tu trì với các bạn đồng môn và cống hiến cho bạn những gì tôi thu thập được trong quá trình thực hành Phật pháp. Nếu như kinh nghiệm của tôi ích lợi và giúp ích cho họ, thật là điều tuyệt vời. Nếu như không được như vậy cũng không hề gì. Trong bất kỳ tình huống nào, chúng ta có thể cùng sánh vai nhau trên bước đường tu trì".

Một vấn nạn rất cá biệt, mạnh dạn và cụ thể đã được đưa ra. Ivonne muốn biết, lấy ví dụ "làm thế nào chúng ta, những người đang nắm cương vị giảng dạy Phật pháp, có thể đề cho các học viên nêu ra mặt tiêu cực của chúng ta để nhận thấy và chỉnh lại?" Bà luôn động viên thiền sinh thực hiện điều này cho cá nhân bà cách trực tiếp và thường xuyên, nhưng bà vẫn cảm thấy chưa đủ. Cũng cần phải làm như thế nơi bạn bè nữa. "Chúng ta cần phải lắng nghe những gì bạn bè chúng ta nói ra, cho dù có

thể làm cho chúng ta thêm bối rối." Bà đã đề nghị thành lập các nhóm tại trung tâm thiền để tham khảo ý kiến với nhau trong sinh hoạt bằng cách các thiền sinh có thể phỏng vấn lẫn nhau. Bà muốn tìm kiếm, làm sao có thể tạo nên một khung cảnh an toàn để có thể nhìn ra mặt trái của mỗi người chúng ta? Một nhóm như thế chỉ cần ít người thôi, nhưng không ít quá (độ năm người là tiện nhất). Các thành viên phải thống nhất với nhau về qui trình thảo luận – thí dụ như, phải cam kết rằng mỗi người tự vạch ra mặt trái của chính bản thân và quan hệ thực sự với nhau, chia sẻ cho nhau những tiến bộ đạt được, sẵn sàng tham gia các bạn khác thuyết trình và để cho các bạn phỏng vấn và cùng nhau mổ xẻ vấn đề. Nói tóm lại, một qui trình thật cởi mở mang phong cách cách mạng nơi hầu hết những bối cảnh Phật giáo Thiền định truyền thống, cũng như tại các trung tâm thiền định.

Hiện nay những hoạt động thuyết Pháp do Yvonne thực hiện gồm cả những cuộc thuyết Pháp ngày Chúa Nhật tại Green Gulch mỗi lần kéo dài trong suốt bốn hay năm tuần lễ; hướng dẫn một ngày tĩnh tâm mỗi tháng một lần (gồm hành thiền, đi bách bộ tập kệ, luyện mỉm cười và các công việc lật vật khác; các cuộc thảo luận và tĩnh tâm cuối tuần về Phật thiền định cũng như luyện trí tuệ cũng được thực hiện tại trung tâm Green Gulch và nhiều nơi khác; các cuộc tĩnh tâm dọn mình chết lành và các cuộc thảo luận về đau khổ; kể cả những cuộc tĩnh tâm hướng nghiệp chuyên biệt giúp cho công nhân, luật sư, hộ lý và bác sĩ. Bà rất quan tâm đến công việc của các bà "nội trợ" – những người đời thường đang luyện thiền trong cuộc sống hàng ngày.

Ngay từ khi còn nhỏ Yvonne đã cảm thấy mỗi quan tâm đặc biệt đối với các thanh thiếu niên và những người già. Trong khi "Phát triển công việc này đã gặp không ít khó khăn, thách thức và không thuận lợi." Tuy vậy Yvonne vẫn muốn tiếp tục làm việc với nhóm tuổi này. Trong tương lai bà cũng có ý định làm việc với những người đang phụ trách hướng nghiệp, tổ chức các khóa huấn luyện dài hơn, nghiêm túc hơn trong bối cảnh kinh doanh và công nghiệp. Bà muốn khám phá ra "sự thật rõ ràng nơi những gì chưa thật rõ ràng" và hướng đi là tự thâm nhập sâu rộng hơn nữa vào thế giới đời thường trên cơ sở một tập thể những người tự nguyện đó chính là cơ sở hoạt động của bà trong suốt hai mươi năm qua.

Mùa Đông năm 2000

Để trả lời những câu hỏi "cập nhật" cho cuốn sách của tôi, Yvonne Rand đã viết cho tôi một thư sau đây, tôi xin trích nguyên văn như sau:

"Bà Lenore thân mến,

"Bà có hỏi cuộc đời tôi hiện đang đi về đâu? Tôi đang theo đuổi mục tiêu gì luyện tập? "

"Công việc thường xuyên của tôi vẫn là tiếp tục nghiên cứu trường phái Thiền Soto, với những diễn giải quan trọng xuất phát từ cội nguồn các vị niên trưởng (streams of Elders) thuộc truyền thống Đại Thừa và xoáy mạnh vào các thực hành thuộc phái Phật giáo Đại Thừa Tây tạng* Công việc đó đã được bắt đầu từ mùa đông 1985 – 1986, tôi cũng có diễm phúc đã được học hỏi với Ngài Dalai Lama và Hòa Thượng Tara Tulku, rồi đến một vị Đại thiền sư trụ trì tại một tu viện Tây Tạng tại Bodhi Gaya, Ấn độ. Trong nhiều năm trời, cho đến khi ngài Tara viên tịch tôi đã được nghiên cứu rất gần gũi với ông ta. Quan trọng nhất là tôi đã nghiên cứu về bản thân cũng như cuộc sống của ông nữa. Tôi đã hiểu được nhiều hơn những gì tôi đã được biết về kiến thức uyên thâm và tấm lòng độ lượng sâu sắc của Ngài và đặc biệt qua việc Ngài liên tục thể hiện lòng từ bi vô hạn của Ngài. Ông đã nâng đỡ tôi rất nhiều trong việc trung thành với con đường tôi đã chọn một cách đặc biệt đến nỗi hiện nay tôi vẫn cảm thấy rất đáng khâm phục. Ông đã dạy tôi cách thức truyền đạt và diễn giải Phật pháp. Và với ngài, tôi đã nếm được thế nào là một con người không phân biệt giới tính trong thực hiện Phật pháp là như thế nào.

"Tôi đã thuyết pháp tại trung tâm Redwood Creek Dharma tọa lạc tại Marin County từ cuối những năm tám mươi. Trung tâm của tôi, tuy nhỏ nhưng rất uyển chuyển, được xây dựng giữa ngôi vườn tuyệt đẹp, có nhiều chỗ hành thiền cả trong nhà và ngoài vườn. Xây dựng Trung tâm này đã cống hiến cho tôi một cơ hội diễn đạt ý định tạo ra một khung cảnh hành thiền hấp dẫn và thoải mái. Công việc tiến hành rất chậm và liên kết hữu cơ

với nhau trong khuôn viên không rộng lớn lắm để tôi có thể biết được tất cả những ai đang luyện tập cùng với tôi.

"Tôi cũng có cơ hội học tập với thiền sư Thiền định một nhà yoga bậc thầy, đó là ngài Shodo Harada, Đại sư trụ trì tại Chùa Sogenji bên Nhật Bản.

"Từ đầu những năm Chín Mươi, tôi đã quan hệ thường xuyên với một số thiền sư thuộc nhiều trường phái và truyền thống Phật giáo, việc giao tiếp và tình bạn triển nở từ những cuộc gặp gỡ này đã giúp tôi ý thức được những ảo giác về bản thân và những vấp vấp khả dĩ nơi tất cả những người đang nắm giữ cương vị thuyết pháp, cũng giúp tôi đánh giá được các tập thể tu trì và những phản hồi từ phía các bạn đồng nghiệp và bạn bè muốn tôi biết được những điều cần thiết về việc làm và về cả bản thân tôi nữa. Chúng tôi đã thảo luận về cuộc đời thuyết giảng Phật pháp cũng như công hiến cho nhau những đề nghị và những nguồn cảm hứng.

"Mùa hè năm 1997, bác sĩ đã chẩn đoán tôi bị ung thư và đưa ra kết luận phải giải phẫu. Toàn bộ đoạn đường từ phẫu thuật đến bình phục là một bài học quý hóa cũng như cơ hội tuyệt vời để thực hành thiền hơi thở. Tôi có thể khẳng định được luyện tập Phật pháp chính là một phương kế tuyệt vời. Trong giai đoạn này, thách thức to lớn đối với tôi là học hỏi để biết tiếp nhận sự trợ giúp, để cảm thấy mình bất lực trước ơn trên và sống với kinh nghiệm tuyệt vời của một con người được người khác cầu bần cho.

"Trong giai đoạn này tôi cảm thấy thấm thía với lời dạy về Vô thường và nghiệm được điều đó không chỉ là một mớ lý thuyết suông. Mẹ tôi qua đời năm rồi, thọ chín mươi tuổi. Sau một thời gian dài sống trong bất hạnh. Cho dù với tất cả những kinh nghiệm giúp người qua đời, tôi nhận thấy mẹ tôi qua đi rất khó khăn và đáng ghi nhớ.

"Hiện nay, tôi đang điều hành các khóa huấn luyện, cả dài ngày lẫn ngắn ngày, thuyết pháp thường xuyên, làm việc cho cả những cá nhân hay các nhóm thuộc đủ mọi hạng người, vun xới cho một cuộc sống tinh thần thực sự. Tôi vẫn tiếp tục thực hiện

nghi thức cầu siêu cho những trẻ em đã chết do phá thai, xảy ra thai và cả những trẻ em chết bất thành linh nữa. Tôi thực hiện công việc này ba tháng một lần và có nhiều người, khi biết được công việc của tôi đã sẵn sàng gây quỹ hỗ trợ để làm dịu đi nỗi đau buồn và khốn khổ kéo dài nhiều năm nếu không có người giúp đỡ giải quyết.

"Trong nhiều năm qua, tôi cũng được mời diễn thuyết cho nhiều người không phải là Phật tử. Và cảm thấy rất phấn chấn khi được thâm nhập vào thế giới đời thường của một bộ phận dân chúng Mỹ. Cần phải tìm kiếm một phương án dài hạn để truyền bá Phật pháp cho lớp người này bằng chính những kinh nghiệm phát xuất từ lời Phật dạy. Những hình ảnh phát sinh từ bối cảnh văn hóa chúng ta và tìm phương án làm cho Phật giáo có thể bám rễ nơi quảng đại quần chúng. Tôi đang viết một cuốn sách về vấn đề này và cảm thấy viết văn là một cách thể thuyết pháp rất thú vị và trong khi viết về đề tài này cũng giúp tôi phát hiện nhiều điều thú vị.

"Mới đây, tôi đang tìm cách làm sao cho cuộc sống ít bận rộn và không bị chi phối với một lịch trình khít khao, để có nhiều rảnh rỗi vừa giúp bình phục sức khỏe sau ca mổ, là một cái giá quá cao tôi phải trả cho một cuộc sống quá bận rộn trong xã hội Hoa kỳ hiện nay. Tôi đã làm việc cật lực suốt từ năm mười ba tuổi cho đến nay. Đây là lần đầu tiên tôi "thực sự ngưng" hoạt động trong một thời gian dài. Và nhận thấy một khác biệt rất lớn cả về nội tâm lẫn ngoại cảnh.

"Hiện nay tôi chỉ tiếp xúc riêng với một số ít các thiền sinh. Tôi nhận thấy càng ít cuộc hẹn bao nhiêu tôi càng có nhiều thời gian dành để viết sách, nghiên cứu thêm và chăm sóc công việc vườn tược. Tôi dành thời gian ngồi thiền trong ánh sáng ban mai hay ngồi nghe tiếng chim hót và nhìn chúng tung bay trên bầu trời mỗi sáng. Tôi nghiệm thấy sức lực sáng tạo được gia tăng đáng kể khiến tôi phải ngạc nhiên và thích thú. Hiện giờ tôi bắt đầu thực sự nếm được hương vị cuộc sống là như thế nào. Càng tăng thêm kinh nghiệm trong cuộc sống hàng ngày là gì tôi không lường trước được. "Và kết quả là cách thuyết pháp của tôi cũng khác đi và đi vào chiều sâu hơn, đương nhiên sự thay đổi này có cái giá phải trả. Nhưng tôi nghĩ cách sống đơn giản là điều cần

thiết để vun xới trí tuệ và tâm lòng nhân ái. Và tôi rất thích điều đó. Cộng thêm với công việc viết sách tôi cũng liên hệ trở lại với bạn bè cũ, bạn tốt cũng như bình thường. Tôi không thể hình dung nổi mỗi tương quan mới này có ảnh hưởng gì tới cuộc sống bình yên tôi mới có được hay không. Nhưng tôi biết rất rõ, tôi hoàn toàn thích thú cuộc sống hiện nay của tôi."

Ivonne dùng từ cội nguồn các vị niên trưởng (Streams of Elders) để ám chỉ phái Truyền phái Phật giáo Đại thừa và tiền Đại thừa phái này mang ít đặc tính giáo phái. Phái Phật giáo "Tiểu thừa" bao gồm Nepal, Bhutan, Ladakh Mông cổ cũng như Tây tạng.

-ooOoo-

[12]

Thiền sư Jacqueline Mandell, Colleen Schmitz, & Ayya khema

Jacquelin Mandell

Vào đêm rằm tháng Giêng, 1980 tại thành phố Răng-gun, Miến Điện, lần trong tiếng tụng kinh đều đều của hàng trăm tín đồ nhiệt thành, một phụ nữ nhỏ nhắn ba mươi hai tuổi, quốc tịch Mỹ, mái tóc dài đen tuyền vừa được cắt ngắn; bà vừa được xuất gia Ni Sư (nữ tu Phật giáo) ba tháng trước tuyên giữ tám luật giới. Bà đã tham gia khóa huấn luyện Thiền Minh Sát căng thẳng kéo dài đúng tám năm dưới sự dìu dắt của những vị Đại sư nổi tiếng tại Ấn độ và Đông Nam Á. Kể cả ngài Sri S.N Goenka và Thượng Tọa Mahasi Sayadaw, là người đã truyền Phật pháp cho bà vào năm 1979. Trong mấy năm trở lại đây bà đang tập luyện và thuyết pháp tại Hoa kỳ, đặc biệt tại Trung Tâm Thiền Insight Meditation Society tại Barre, bang Massachusetts bà là một trong những thiền sư chính tại đó. Hiện nay bà đã trở lại Á châu để hâm lại và đào sâu thêm Phật pháp. Bà mặc một áo cà sa màu vàng cam tươi, được dẫn vào tham dự nghi thức do người thầy dạy cũ chủ trì đó là ngài Mahasi Sayadaw.

Người phụ nữ trẻ mới được xuất gia tên là Jacqueline Mandell. Hôm nay bà nhớ lại "Tôi rất vui mừng khi được cạo đầu. Chẳng có gì liên quan đến dáng vẻ bề ngoài. Đích thân tôi hiện diện ở đó với toàn bộ con người tôi. Không có điều gì làm tôi phân tâm trừ cái giây phút hiện tại đó." Bà đã luyện tập thật căng thẳng trong vòng hai tháng tại trung tâm thiền Thathan Yeiktha Rāng-gun Miến Điện và rồi được phép thực hiện một chuyến hành hương kéo dài ba tuần tới miền bắc Miến Điện, thăm những tu viện trực thuộc và những địa danh thánh Phật giáo truyền thống. Tại những ngôi làng nhỏ nhiều nữ tu sĩ đang theo đuổi cuộc sống đơn sơ và chiêm niệm chạy lại vây quanh người phụ nữ trẻ ngoại quốc này.

Sau gần hai năm, trở lại quốc gia này theo lời mời của Thượng tọa Taungpulu Sayadaw, một vị Đại thiền sư khác hiện đang sống tại Hoa kỳ - Jacqueline lại được xuất gia lần thứ hai. Tại Tu viện Taungpulu Kaba-Aye thành phố Boulder Creek, bang California, lần này bà tuyên thệ mười giới luật và một lần nữa với đầu cạo và mặc áo cà-sa bà lại miệt mài luyện tập trong hai tháng ròng rã. Vào cuối khóa huấn luyện, sau năm đó Đại sư Taungpulu Sayadaw đã yêu cầu bà phụ trách thuyết pháp cho một khóa huấn luyện ngay tại tu viện của ông. Bà đã thực hiện lời yêu cầu đó vào mùa xuân năm 1981, đó là một phụ nữ Tây phương đầu tiên được nhận vinh dự này.

Từ năm 1977, Jacqueline Mandell đã thuyết pháp liên tục tại IMS trong vòng sáu năm. Trong suốt thời gian này bà đã học hỏi với rất nhiều thiền sư đến thăm Trung tâm IMS, trong số đó có ngài Đại đức Dipa Ma, Achaan Cha và Rina Circa (cùng với họ bà cũng đã điều khiển một số những cuộc tĩnh tâm tại đây). Bà đã tham dự rất nhiều các cuộc hành thiền, bà đã hăng say làm việc với thiền sư Joshu Sasaki về thực hiện koans trong nhiều năm.

Vì thế nên không phải là một chuyện nhỏ, khi tôi gặp bà vào năm 1983, Jacqueline Mandell vừa mới kết thúc giảng dạy tại IMS. Bà cho tôi biết, "Tôi không thể đại diện cho Phật giáo theo truyền thống Đại Thừa được nữa vì truyền thống này đã đàn áp và phân biệt đối xử với phụ nữ. Ngay từ lúc sinh ra, phụ nữ đã được coi là ít quan trọng và không được bình đẳng. Chỉ với

truyền thống tu trì, người phụ nữ đã là Ni Sư suốt cả cuộc đời và cũng đã giác ngộ hoàn toàn, vẫn phải vái lạy trước một vị sư. Trong các Kinh Phật phụ nữ nguyên thủy vẫn được xem như là những người quỵn rũ hoặc là những thợ vật thấp kém đau khổ vì phải sinh con. Trong kinh *Theragatha*, đã mô tả những cuộc sống của phụ nữ thật là khủng khiếp.

"Một phần lý do tôi có thể rời khỏi trung tâm là vì tôi vẫn còn có thể ở lại. Tôi cảm thấy đã hoàn tất trọn vẹn qui trình của tôi. Nhưng cá nhân tôi chưa bao giờ bị các thiền sư phân biệt đối xử. Chính những thuyết pháp được phân phát miễn phí và tôi đã tận dụng được tối đa điều đó. nhưng truyền thống Đại Thừa vẫn còn hơi tinh tế. Họ cho là một phụ nữ có thể được giác ngộ hoàn toàn, nhưng họ vẫn không được trao trọn quyền hành trong phẩm trật.

"Để được hoàn toàn trung thực trong những gì tôi đang thực hiện, trở lại với thân phận của tôi là một phụ nữ. Tôi không thể đại diện cho một truyền thống chủ trương phụ nữ không thể tự đạt đến giác ngộ hoàn toàn trừ khi họ đã là *arabats*, hay là giác ngộ hoàn toàn. Ngay cả khi họ đã giác ngộ hoàn toàn thì cơ cấu vẫn sẽ giới hạn họ lại."

- "Bà muốn đề cập đến phương diện xã hội và chính trị có phải không." Tôi hỏi Bà.

- "Vâng, trên phương diện tinh thần, không có hàng rào ngăn cản để nhận hay luyện tập Phật pháp. Nhưng ví dụ như tại Miến Điện, khi đi ăn cơm thì các nhà sư đi trước, rồi đến người ngoài đời rồi mới tới các Ni Sư (nữ tu). Và sau hết là các phụ nữ ngoài đời. Mọi bước đi đều rất rõ ràng, rõ ràng nơi thanh thiên bạch nhật. Trong suốt những nghi thức quan trọng nam giới được ngồi phía trước và phụ nữ phải ngồi phía sau, nếu như họ được phép tham dự."

- "Một cách chủ quan, bà suy nghĩ gì về điều đó vào lúc này?"

- "Những thứ linh kinh này không gây ảnh hưởng gì đến tôi vào lúc này. Nhưng thực tế bạn đang sống trong thực tế tương đối mà thôi. Bạn biết câu châm ngôn của Phật giáo thiên định. Khi

bạn bắt đầu sự việc thì có núi sông cản trở bạn, rồi núi sông biến mất, nhưng bạn phải quay trở lại thì núi sông lại xuất hiện ngay tức khắc. Thế đây, có rất nhiều phụ nữ và họ không được tôn trọng ngang bằng như là một người phụ nữ. Toàn bộ bóng mây mờ đó chưa thể nào được dứt khỏi truyền thống Đại Thừa vì truyền thống này rất thích hợp với bóng mây mù của mọi người."

- "Bóng mờ đó, để có thể hợp thành một thể thống nhất, cần phải được ý thức có phải không thưa Bà."

- "Vâng, đúng vậy, chính vì thế mà tôi quyết định không dính dáng gì tới ái nam ái nữ. Để cho các phụ nữ không dùng nó như cái vỏ bề ngoài hoặc từ chối trước áp bức và bất bình đẳng vẫn hiện hữu."

Để sống *trong* xã hội hiện nay, thoát khỏi những cơ cấu hiện hành ràng buộc họ, để diễn đạt đường hướng tinh thần (tâm linh) của mình và để giúp người khác cũng làm được như vậy. Những điều trên là mục tiêu của Jacqueline Mandell hiện nay với tư cách là một thiền sư độc lập. Trong nhiều năm trời bà đã đưa được sức sống của bà vào trong lãnh vực tâm linh và thuyết pháp thiền. Nhưng đó cũng chỉ là khu vực an toàn. "Tôi không cần phải tỏ ra sức mạnh của mình. Một phần của sức mạnh đó thể hiện ở khu vực an toàn này ngày càng phát triển." Trong một khóa huấn luyện Thiền Minh Sát tại Yucca Valley vào mùa xuân năm 1983, bà đã công bố một kiêu thiền chỉ dành riêng cho phụ nữ và có một bài diễn thuyết với đề tài "dành cho phụ nữ nói về phụ nữ." Đó là khúc dạo đầu cho một cuộc hội thảo giữa các nữ thiền sư tại trung tâm thiền Providence mùa hè năm đó. Tại buổi hội thảo đó bà đã phát biểu ít cá nhân hơn, trước một cử tọa đông đảo gồm cả nam giới lẫn phụ nữ.

Thông điệp chính gởi tới phụ nữ là kính trọng tất cả những ai đã thực sự hoặc đang bỏ công sức mình trong quan hệ với bất kỳ bá tánh nào, tổ chức hoặc thiền sư nào, "Trong đó khả năng trực giác và sắc đẹp được bỏ sang một bên."

Bà trình bày tại Providence, "Lắng nghe trong nội bộ phụ nữ xem trước tiên chúng ta nói gì để có được sức mạnh; có nghĩa là

lấy lại uy thế chúng ta đã để mất... chúng ta phải luôn đặt câu hỏi và điều tra các vị có thẩm quyền, thiên sư và truyền thống dưới góc độ thâm niên và đã được thử nghiệm – để họ tôn trọng những kinh nghiệm cá nhân của mỗi người chúng ta và tìm ra đường lối riêng như Đức Phật đã chỉ vẽ."

Bà nói với tôi, một số điều bà phát biểu đã không được giải quyết ngay tức khắc. Thực tế theo truyền thống thì phụ nữ vẫn chưa được trao cho một số quyền hạn. Theo bà suy nghĩ, bước đầu như vậy không phải chỉ là khó khăn, nhưng còn ích lợi nữa là đằng khác. "Khi tôi còn trẻ tôi muốn mỗi người được yên ổn, mọi sự đều tốt đẹp, mọi người được chăm sóc, hiện nay tôi cảm thấy đó là sự thật rõ ràng thực sự đem lại chăm sóc lớn lao nhất cho hết mọi người."

Cái "chân lý" của Jacqueline Mandell vào ngay thời điểm đó chủ yếu là sống không bị gò bó vào giây phút hiện tại, thoát khỏi kinh nghiệm và vận nạn trong bất kỳ hoàn cảnh nào nổi lên. Để nhận ra điều đó mà không có điều kiện gì trong quá khứ và tiến tới phía trước mà không bị ảnh hưởng bởi những gì sẽ xảy đến. Bà bỏ qua khía cạnh lịch sử. Trong quá khứ bà có thể phát biểu, "Chúng ta đang luyện tập những gì đã tồn tại cả hai ngàn năm trăm năm qua chẳng phải là điều tuyệt vời sao?" Hiện nay, bà lại nói: "Chúng ta đang thực hiện ngay tại thời điểm này đã chẳng phải là điều tuyệt vời hay sao? Tại đây chính là điều gây sức mạnh." Điều bà quan tâm và ý nghĩa nhất không phải là đã có nhiều nữ thiên sư hay các vị nữ Bồ Tát trong quá khứ. Điều bà quan tâm nhất trong lúc này chính là khả năng phụ nữ thực sự thể hiện được chính mình. Cho dù một phụ nữ cụ thể nào đó đã từng hành thiền trước đó cũng không liên quan gì đến Bà. "Điều Bà thực sự quan tâm chính là khả năng của người phụ nữ hay nam giới tỏ ra cởi mở trước một kỷ nguyên không ngừng biến đổi và thực sự bắt kịp với thời đại đó. Cuộc sống biến đổi liên tục và đang trên đà tiến tới. Một thái độ cởi mở không ngừng biến đổi để đạt đến trí tuệ chính là kết quả do thái độ tự nguyện tiến tới đó. Không phải chỉ làm rõ hay đánh giá cao bất kỳ điều gì trong quá khứ."

Bà nhấn mạnh đến tầm quan trọng người phụ nữ phải biết tự tạo sức mạnh cho nhau – không phải bà muốn loại nam giới ra ngoài

lè, nhưng vì tương quan giữa phụ nữ, như là một nhân tố đóng góp cho sự triển nở tinh thần, đã luôn luôn không được đánh giá đúng mức theo truyền thống trong quá khứ. Bà nói: "Trong qui trình đào tạo hiện này, thực sự chúng ta vẫn dễ tin tưởng nam giới hơn là nữ giới và chính phụ nữ cũng vẫn tin tưởng ý kiến của nam giới nhiều hơn chính ý kiến giữa họ với nhau."

Tôi nói: "Theo tôi điều đó đang thay đổi."

"Mới chỉ trong nhận thức mà thôi, còn trên thực tế thì chưa. Trong hoàn cảnh cụ thể, phái nữ vẫn nhường quyền đó cho nam giới và nghĩ họ vẫn cần phải nghe nam giới diễn đạt vấn đề trước, sau đó họ mới biểu lộ nhận thức của mình. Hướng mở ra cho phụ nữ tiến tới viên mãn và đạt đến tình trạng nguyên vẹn với tư cách một người phụ nữ, theo tôi vẫn chưa thấy xảy ra ngoại trừ nơi một vài cá nhân."

Bà đã làm rõ bà không tin là nam giới lại đàn áp nữ giới hay hệ thống nào đó lại đã đàn áp bất cứ ai. Bà nói, "Mọi người đều hành động như vậy cả" và mọi lãnh vực đang tồn tại cần phải được cứu xét đến.

Cuộc thảo luận của chúng tôi lại bàn đến tương quan giữa thiên sư và thiên sinh. Jacqueline Mandell vẫn cảm nhận mạnh mẽ rằng đa số mọi người đều vẫn coi các thiên sư là những người có rất nhiều quyền hành, kể cả các nữ thiên sư. "Từ thiên sư chỉ xuất hiện trong các mạch văn cổ xưa, tôi chỉ muốn cập nhật thêm mà thôi! Tất cả những gì tôi biết khi đang trình bày với các bạn chính là tôi không có một khái niệm về thiên sư trong đầu tôi. Đó là điều quan trọng cần phải nói ra. Hệ quả là, tôi không đại diện cho ai cả. Và tôi cũng không đại diện cho điều gì cả, tôi chỉ là một con người trên thế gian này đang liên hệ với chính bản thân và muốn quan hệ với bất kỳ ai."

Bà không muốn thôi thác quá khứ. Bà cảm thấy rất có cảm tình với các thiên sư thân yêu và các vị đồng nghiệp của bà tại IMS. Nhưng với bất kỳ một hoài bão nào, đem theo bất kỳ nhận định gì trong tương lai sẽ hạn chế nghị lực và tự do của bà. Bà cho biết, "Tình yêu đâu cần có điều kiện nào cả. Cũng không cần có lai lịch. Quá khứ chỉ là quá khứ và tôi thực sự chỉ biết có hiện tại

chỉ cần chúng ta ý thức được, toàn bộ mạch văn tâm linh sẽ hiện hữu ngay tại đây.”

Trong những năm qua Jacqueline Mandell đã có lần diễn thuyết tại tổ chức Y Tế Thế Giới tại Geneve, Thụy Sĩ. Tại Đại học Brandeis và tại Phân Viện Thần Học Đại học Havard. Bà trình bày với một cử tọa khá rộng lớn và đề ra một căn bản trực giác khá rộng rãi. Tại các cuộc hành thiền (mở ra cho cả nam lẫn nữ) thoát tiên chủ yếu bà chỉ quan tâm đến cộng đồng Phật tử, nhưng sau đó bà đã mở rộng cho cả những nhóm Tôn giáo khác, như Thiên Chúa giáo và Do Thái giáo. Với những khóa huấn luyện dành riêng cho phụ nữ, bà đã đề cập đến những vấn đề hết sức cụ thể như đã được phác họa trong các trung tâm thiền, tại nhà thờ và hội quán. Rồi chuyển sang vấn đề "*tâm linh và phụ nữ*", bà đã đẹp sang một bên những phân biệt tôn giáo truyền thống và chủ trương một sự đồng nhất căn bản hơn.

Khi bà mới đề cập đến vấn đề phụ nữ lần đầu tiên, nhiều người đã trưng ra cho bà những giai thoại về các nữ thiền sinh gây tai tiếng cho các thiền sư. Chẳng bao lâu sau bà đã nhận ra chỉ là cùng một câu chuyện cứ tái đi tái lại luôn cùng một nỗi đau chung, cùng chung một hoàn cảnh, cùng một khó khăn giữa nam giới và nữ giới. "Tôi bắt gặp điều đó khắp nơi tôi đi ngang qua," bà cho biết, "nhưng điều đó trắng đen không phân minh rõ ràng." Tất cả chúng ta đều thực hiện những nhiệm vụ đã được định trước. "Đó chỉ là hai người cùng nhảy chung một bản. Tôi mong muốn cả hai đều đáp ứng nhiệt tình với nhau và giúp người phụ nữ đặt câu hỏi. Điều gì đã khiến cho tình trạng đó xảy đến như vậy? Tôi không muốn kết án một ai, nhưng chỉ muốn giúp cho người phụ nữ thấy được phần việc của mình. và có hướng chữa trị đi là vừa. Bạn tìm đâu ra sức mạnh cho chính mình? Làm thế nào để bạn hàn gắn lại các vết thương đó? Làm sao bạn có thể tránh không để rơi vào hoàn cảnh tương tự như thế một lần nữa? Không phải chỉ trách móc suông, nhưng bạn phải kết thúc bất cứ điều cần thiết. Để tránh không để điều đó xảy ra một lần nữa.

Bà nói tiếp, "Điều gì đã khiến bạn chú ý tới một vài đức tính và kiểu mẫu cuộc sống phụ nữ và còn kiểm chứng lại nữa? Và xa hơn nữa, còn nhận ra được nơi bất kỳ một hệ thống nào cũng

luôn có sai lầm trong đó. Ngay cả khi đó là hệ thống tín ngưỡng Phật giáo chúng ta đang khảo sát hoặc một bối cảnh thật bác ái Thiên Chúa giáo, tuy vậy, vẫn còn tồn tại những điều kiện nhất định và chúng ta phải xem xét." Vì thế tôi chẳng còn quan tâm đến bất kỳ "vấn đề" nào nữa – Dầu sao nêu một phụ nữ đến gặp tôi khi có vấn đề rắc rối nào đó. Dứt khoát tôi vẫn muốn đề cập đến. Không cần tôi phải từ chối hay phán đoán vấn đề đó. Điều tối quan trọng là nhận ra đâu là từ chối sẽ tác hại ra sao. Vì làm thế có thể ngăn cản bất kỳ một hoạt động nào. Tôi nhận thấy điều đó nơi hệ thống Phật giáo. những gì hiện giờ tôi đang bàn tới, lại là một loại tiên hóa nào đó. Rất nhiều trường hợp lại xen lẫn cả sợ hãi, vì chúng ta đang đề cập đến những gì ta chưa được am tường. Phàm trật đã tồn tại cả ngàn năm, hiện nay là thời điểm nhất định phải có thay đổi. Nhưng điều đó có nghĩa phải bỏ qua một số hành vi, một số tiêu chuẩn không còn cần thiết được chấp nhận nữa."

Sau này bà còn tái khẳng định. "Tôi vẫn còn đang thực hiện dần dần. Rất nhiều những gì tôi cảm nhận được chỉ là sự rung động của cuộc sống. Không những chỉ có tôi với thân phận là một phụ nữ hoặc cũng là tôi với danh nghĩa là một nữ thiền sư xét trên bình diện thể lý, tình cảm hoặc tinh thần. Chính là một cách tiếp cận bao gồm cả với chính mình và người khác nữa. Đó chỉ là của cho đi và nhận lại mà thôi. Có thể chính vì thế tôi lại cảm thấy có được nhiều nghị lực hơn. Vẫn còn tồn tại một dòng chảy ngay cả trong tôi và nơi người khác và cả trên thế gian này nữa."

Mùa Đông năm 2000

Trong mười năm qua, một thay đổi cơ bản đã diễn ra nơi cuộc sống Jacqueline Mandell với tư cách là một nữ thiền sư. Khi tôi mới quen biết bà lần đầu tiên với vai trò nữ thiền sư Thiền Minh Sát độc lập. Đặc biệt bà đang làm việc với phụ nữ và đang phát triển một phong cách và một hình thái thuyết pháp riêng. Trong những năm trước đó, bà cũng đã nghiên cứu Phật học Thiền định, kể cả tổ chức rất nhiều khóa huấn luyện với Đại sư Sasaki, Nhưng hiện nay, vì đang chập chững bước vào nghiên cứu các truyền thống Tiểu thừa (Hinayana) và Đại thừa (Mahayana) Bà phát hiện ra mình đang gắn bó với truyền thống Vajrayana và Phật giáo Tây Tạng.

Những hạt giống trở về nguồn này đã được gieo nhiều năm trước, đó là lần đầu tiên bà được nghe Đức Dalai Lama thuyết trình tại Bodh Gaya, Ấn độ vào năm 1972. Trong những năm tiếp theo bà thường trở lại để nghe ngài diễn thuyết dưới gốc cây Bồ đề. Và tình cờ vào mùa đông năm 1973. khi bà đang ngồi thiền một mình trong Chùa Bồ đề. Có hai nhân vật bước vào phòng và lặng lẽ ngồi xuống trước mặt một bức tượng Phật trên một bàn thờ gần đó. Bà "cảm thấy nghị lực đặc biệt chuyển biến trong người", Jacqueline Mandell tiết lộ. Một trong hai nhân vật đó là một vị sư trẻ tuổi, còn vị kia thân hình to lớn và nhiều tuổi hơn, sau này bà mới biết đó là Dilgo Khyentse Rinpoche, một trong những thiền sư Phật giáo Tây Tạng nổi tiếng – ông cũng là một học sĩ đương đại. Ảnh hưởng của ông đối với Jacqueline Mandell rất hiển nhiên đến nỗi khi ông đứng lên bà cảm thấy như bị cuốn hút theo. Khi ông rời khỏi Chùa bà "cảm thấy như bị cuốn theo ông".

Vào những năm tiếp theo, Jacqueline Mandell đã gặp rất nhiều Đại thiền sư Tây Tạng khác, kể cả Dzungjom Rinpoche và Sakya Pandita, ngài Karnapa thứ mười sáu. Kết quả những lần gặp gỡ đó cộng với sự “kinh ngạc” khiến việc tập luyện của bà phát triển lạ lùng. Nhưng bà cho biết, "Để tiến vào đường thiền Virjayana cần phải có một đức tin mạnh mẽ".

"Những nguồn cảm hứng để tìm tòi nghiên cứu phát xuất từ lòng ưu ái của các Đại sư Tây Tạng và tinh thần quảng đại của họ. Ngay từ lúc đầu, tôi chẳng bao giờ có thể tiên đoán được sự thay đổi toàn diện này." Vào những năm 1996-1997 để kết thúc giai đoạn quá độ này, Jacqueline Mandell được tham gia một chương trình huấn luyện thiền sư trong hai năm, trong dịp này bà đã duyệt lại toàn bộ những lời giảng dạy trong những năm đầu. Bà nói là điều đó đã cho phép Bà cam kết toàn tâm hơn với Phật giáo Tây Tạng.

Còn một "cam kết toàn tâm thứ hai" trong cuộc đời Jacqueline Mandell, được khởi sự với lần bà sinh đôi hai nàng công chúa vào năm 1987. Một kinh nghiệm hoàn toàn gian khổ lúc ban đầu giống như một khóa hành thiền kéo dài. Thực tế, bà đã qui khả năng sống sót trong vòng 17 tháng lạnh lẽo mỗi buổi sáng và những lần cho con ăn vào nửa đêm, cho một đĩa ăn trước và đến

đứa thứ hai vào việc luyện thiền của bà nhiều năm về trước. Bà cho biết, "Tất cả những cuộc tập luyện căng thẳng đó đã trở thành điều sống còn giúp tôi thực hiện được những gì tốt nhất để có thể nuôi hai đứa con song sinh. Tôi rất thích đem hai đứa nhỏ vào một môi trường tích cực và tạo ra một mái ấm tình thương ngự trị tại đó, Tôi tin rằng những gì làm cho chúng được an ủi nhất đó chính là cõi lòng cởi mở." Bà cảm thấy thật hạnh phúc vì đã thực hiện được quá nhiều tập luyện thiền trước khi hai đứa trẻ chào đời.

Jacqueline Mandell coi hai đứa nhỏ của bà là hai thiền sư tuyệt vời nhất. Chúng động viên bà kiên trì và tự động "thực hành Phật pháp." Trong một lớp học của mẹ, một trong hai đứa song sinh lúc bấy giờ đã lên bốn tuổi đã định nghĩa sự tập trung tư tưởng (mindfulness) như sau: khi mẹ đang ở trong sân chơi, mẹ ý thức được mẹ đang chơi trên sân."

Hiện nay để diễn tả những gì bà đang thuyết pháp, Jacqueline Mandell đã dùng từ "*Phật giáo biến đổi*" bà kể lại câu chuyện sau: "Tôi thức dậy vào một buổi sáng tại Ridzen Ling trong thời gian tập thuyết pháp những lời "chỉ giáo" với Chagdud Tulku Rinpoche. Khóa học quá đông người, nên tôi thiền và ngủ ngay tại chính điện. Tôi thức dậy trước 4.00 sáng, nghe thấy những tiếng rõ ràng văng trong trí khôn tôi: "Những phương thế mới và bao la của Phật pháp." Những lời đó thật rõ ràng và không thể nhầm lẫn được, đã gây một ấn tượng rất mạnh đến công việc của tôi sau này."

Bà nhấn mạnh đến tầm quan trọng của việc trao đổi thân tình hơn là thuyết pháp trình trọng và lắng nghe chăm chú bất cứ người nào đang truyền đạt Phật pháp cho chúng ta. Đây là những lời khuyên một số Đại Thiền sư đầu tiên đã truyền lại cho bà, trong đó có Thượng Tọa Mahasi Sayadaw và đồ đệ thân cận của ngài là Usujata, trụ trì tại trung tâm thiền Thatzna meditation Răng-gun.

Trong lớp học cũng như trong các buổi thực tập, Jacqueline Mandell đã tận dụng những chỉ dẫn thiền để hướng dẫn lại cho mọi người biết hồi tưởng. Những bài hướng dẫn về thiền dựa trên truyền thống nhưng "không theo một hình thức giới hạn nào

cả." Bà sử dụng những bài luyện tập "Yên tĩnh và quân bình" để dẫn nhập ý thức nội tâm. Ý thức về cuộc sống có nghĩa là chuyển đổi tập trung từ vật này sang vật khác. Từ cảm giác này sang cảm giác khác. Từ việc đưa con đến trường tới việc chú tâm vào công việc làm. Cứ để mọi sự diễn tiến tự nhiên đó là chìa khoá mở ngăn hạnh phúc mỗi ngày."

Một kỹ thuật mạnh mẽ khác nữa Jacqueline Mandell dạy là một phương pháp thiền cổ điển về "32 điểm trên thân thể." Thiền sư Taungpulu Sayadawm tại thành phố Meilla Miến Điện đã truyền lại cho bà, Jacqueline Mandell đã coi đó như là phương tiện chính để tiến sâu vào ý thức vô thường và sự chết. Và từ đó đã soi chiếu mục đích thực sự của cuộc sống. Bà nói, "Việc thực hành phương pháp cổ điển này vào thời đại chúng ta, tôi thiết nghĩ cần phải dẹp bỏ thành kiến."

Năm 1996, Jacqueline Mandell lại thực hiện một cuộc hành hương sang Tây Tạng, Bà cho biết "Tôi không chủ tâm tìm kiếm một Đại sư nhưng tôi lại gặp được một vị" đó là ngài Đại sư Adzom Chokul Paylo Rinpoche và tại chỗ thiền cheo leo trên vách đá ở Chimpu, Jacqueline Mandell thụ giáo được bản chất trí tuệ thực sự. Bà cho biết, "Mỗi ngày, ông chỉ hỏi tôi những câu hỏi rồi ban cho tôi những lời giảng huấn chính xác. Tôi đã tập trung cao độ và tuân theo những gì thiền sư chỉ dạy, tôi không cảm thấy bất đồng ngôn ngữ, hay ngăn cách văn hóa nào cả. Chỉ có thiền sư dạy cho thiền sinh những chân lý chính xác và thiền sinh ghi nhận được những lời khôn ngoan tuyệt vời."

Colleen Schmitz

Colleen Schmitz là một phụ nữ trẻ ba mươi tư tuổi, dáng vóc mảnh khảnh và lịch lãm với giọng nói đặc sệt Ăng-lê (Bà sinh tại Tân Tây Lan), bà luôn tỏ ra kính trọng và tình cảm với ngài S.N Goenka, một thiền sư Ấn Độ dạy thiền Thiền Minh Sát. Lần đầu tiên gặp thiền sư khi Bà vừa tròn 23 tuổi, lúc đó bà đang du lịch tại Ấn độ để nghiên cứu thêm một số vấn đề về Phật giáo. Vừa đặt chân tới Bodh Gaya và nghe nói có một khóa thiền đang được tổ chức tại Dalhousie, bà quyết định tham gia ngay. Thiền sư hướng dẫn là Ngài Goenka-ji và bà cho biết, "Đúng rồi, đây chính là câu trả lời cho tất cả những gì tôi đang tìm kiếm".

Colleen Schmitz lưu lại Ấn Độ khoảng 16 tháng, du hành và tham gia tất cả các khóa huấn luyện tại bất kỳ nơi nào bà có mặt. Bà cũng sang Nhật Bản một thời gian, dạy thêm tiếng Anh lấy tiền hỗ trợ công việc huấn luyện Ngài Goenka đang thực hiện tại Ấn độ. Bà trở lại Hoa Kỳ sau khi đã lập gia đình với một người bạn đồng môn người Mỹ, sau đó bà thường xuyên mở khóa huấn luyện Thiền Minh Sát Vipassana chung với chồng tại California và hàng năm bà vẫn trở lại Ấn Độ để tổ chức các khóa huấn luyện với Goenka.

Bản chất thiền vipassana (xuất phát từ Đức Phật Cồ Đàm và được lưu truyền từ thiền sư tới thiền sinh qua mọi thế hệ, Goenka-ji cũng được ngài Sayagyi U Ba Khin gốc Miến Điện truyền đạt cho) là phát triển một trí tuệ cân bằng và bình thản trong mọi tình huống. Điều này chỉ có thể đạt được qua quan sát một cách tỉ mỉ những cảm giác thể lý. Qua các kinh nghiệm cảm giác thể lý phát xuất từ bản chất vô thường, vô ngã và không thỏa mãn đích thực để phát triển trí tuệ.

Sau khi tuyên thệ giữ năm luật giới (không nói dối, không sát sinh, không quan hệ tình dục bất chính và không lạm dụng chất gây nghiện). Bà đã tham gia một khóa luyện tập mười ngày nữa. Trong ba ngày rưỡi đầu tiên bà luyện tập anapana, (tập trung trí tuệ vào hơi thở) để được thanh thản rồi tập trung tư tưởng vào từng sự việc riêng rẽ. Colleen cho biết: "Việc này giúp phát triển ý thức (Samadhi). Chúng tôi chọn ý thức vì ý thức rất hiện thực và cũng muốn tập quan sát thực chất bản thân mỗi chúng ta, loại bỏ tưởng tượng, suy luận và thị thức sang một bên."

Vào buổi chiều ngày thứ tư, Thiền Minh Sát được trình bày. (vipassana có nghĩa là quan sát sự vật đích thực.) Tập trung chú ý vào quan sát thân thể. Trong năm ngày, thiền sinh quan sát các cảm giác thể chất và bất kỳ những gì xuất hiện nơi trí tuệ. Colleen cho biết: "Bằng cách quan sát giác quan, chúng ta có thể quan sát được con người toàn diện. Theo Đức Phật, bất luận điều gì nổi lên trong trí ta đều truyền sang cảm giác. Khi những "cảm giác bất chính" như hờn giận nổi lên, nếu chúng không được nuôi dưỡng hay tăng cường thêm nhiên liệu, chúng sẽ mất hết sinh khí và tan biến. Ta cảm nghiệm được điều này nơi cảm giác. Bằng cách thấu hiểu bản chất vô thường của nó. Ý thức có

thể chuyển động liên tục xuyên suốt các phần thể lý; hay có thể lan tỏa ra toàn thân, hoặc lập đi lập lại qua hai cách đó.”

Ngày thứ mười, tập trung vào thực hiện metta (lòng từ bi). "Sau khi đã thanh luyện trí tuệ đến một mức độ nào đó, thân xác tràn ngập những cảm xúc yêu thương, từ bi và đôn hậu với mọi người. Một nguồn tình yêu tự nhiên lan tỏa khắp thân xác, lan sang trí tuệ, sau khi đã thoát khỏi mọi căng thẳng và những suy nghĩ bất chính. Qui trình này sẽ phát triển một cách tự nhiên mỗi khi chúng ta bước đi trên chánh đạo.”

Kỹ năng thiền được trình bày trong các khóa huấn luyện này dựa trên Kinh Satipatthana Sutta. (pali) theo giáo lý trên: ý thức của con người tự bản chất hoàn toàn trong sạch. Tuy nhiên trong quá trình cuộc sống chúng ta đã làm dơ bản nó (tỉ dụ như: tham lam, thèm muốn và ghen ghét) nhưng qua luyện tập ý thức cộng với trí tuệ và qui trình thanh luyện hoạt động nhờ đó trí tuệ tự nhiên sẽ được tinh luyện. Một khi chúng ta nghiệm được vô thường, chúng ta nhận ra mọi sự sẽ mau qua và chẳng còn gì để bám víu và như thế bình thân sẽ phát triển."

Theo Colleen nhận định thì: thuyết pháp của Goenka nhằm động viên "thư giãn lý thú" – Cố gắng mang đặc tính thư giãn hơn là tạo ra căng thẳng. Bà cho biết. "Vipassana có nghĩa là chú ý đến thực tại luôn thay đổi trong cơ thể. Với một trí tuệ được thoát khỏi mọi tham lam và ghen ghét, chúng ta có thể chấp nhận thực tại này ngay trong giây phút hiện tại. Khi trí tuệ ta được giải thoát khỏi những lôi kéo, hay bám víu vào những gì chúng ta thích và dẹp bỏ những điều đó. Nhỏ sạch những khuynh hướng đó ngay tận gốc rễ trí tuệ sẽ đem lại hạnh phúc và an bình.

Sự sao chép trung thực nhất các giáo lý nguyên thủy của Đức Phật - đã bị thất lạc hay mai một do những ảnh hưởng khác tại Ấn Độ, lại được gìn giữ nguyên vẹn tại Miến Điện. Tuy nhiên, từ xưa cho đến thời đại chúng ta, những giáo lý chỉ mới được truyền đạt cho các nhà sư (nghĩa là nam giới) ngày nay chúng ta thấy ứng nghiệm lời tiên tri đã 2.500 năm trước sau khi Đức Phật nhập Niết Bàn là: Phật pháp có thể được truyền bá không theo một thông lệ nào đến một số các tín đồ tận các quốc gia xa xăm. Nhưng đối với Goenka và các thiền sinh của ông, sự trong

sáng của truyền thống vẫn còn là điều quan trọng có hạng. Không có gì phải thêm vào hoặc bớt đi cả. Colleen nói: "Sức mạnh hiện tại ở lòng trong sáng." Tinh thần này đã được làm sáng tỏ khi cá tính của chính bà đã không thâm nhập hay tô màu điều bà đã phát biểu.

Điều thật thú vị là, chính kỹ thuật hiện đại đang mang theo hình thái nguyên thủy và nội dung những giáo lý đó đến khắp nơi trên thế giới. Nhờ những băng nghe nhìn, hàng ngày Goenka đã trình bày được những lời huấn đức và những bài diễn văn và các trợ lý thiền sư cũng có thể bám sát thiền sinh trong các buổi họp hàng ngày.

Từ năm 1982, Goenka đã cắt cử năm mươi sáu nữ trợ lý thiền sư trên khắp thế giới. Hai mươi trong số đó đang thuyết pháp cùng với chồng; bảy người đang thuyết pháp độc lập. Với mạng lưới thông tin như hiện nay thuyết pháp theo từng cặp là thuận lợi hơn cả. "Vì chúng ta đang giới thiệu việc thực tập này cho người đời. Và với cách thuyết pháp chung với nhau như thế chúng ta có thể động viên họ trở thành những người chủ nhà lý tưởng." Bà chỉ ra, "Ý tưởng liên quan đến các nữ thiền sư rất có thể chưa phải là một đổi mới trong thời đại chúng ta, vì mặc cảm tự cao tự đại hay mặc cảm thua sút cũng chỉ đơn giản là những trò chơi thuần túy thuộc bản ngã, có thể bị tan biến một khi chúng ta bước đi trên chánh đạo."

Tuy nhiên trong suốt những khóa thiền, các thiền sinh nam nữ cũng đã được cách ly hoàn toàn - họ có phòng ăn và phòng ngủ riêng và đôi khi còn có cả phòng thiền riêng biệt nữa. - để giảm thiểu đi những lo ra chia trí và để cho ta có thể dễ dàng kiểm chế được cửa sổ giác quan nhằm chỉ để tập trung tra vấn lương tâm mà thôi." Yên lặng tuyệt đối được duy trì nơi tất cả các thiền sinh. Các kỹ thuật được trình bày mang tính phổ quát, khoa học, thực tiễn và không thần thánh hóa. Thiền sư chỉ là người hướng dẫn và thiền sinh phải hoàn tất công việc của mình, nhưng mọi người chỉ cần có kiến thức trung bình cũng có thể hoàn thành được việc. Những người thuộc đủ mọi lứa tuổi, sắc tộc, quốc tịch và tôn giáo đều học tập với Goenka (kể cả Phật giáo Tây Tạng, Thiên Chúa Giáo, Do Thái Giáo và Ấn Độ Giáo, Jains, Parsis Và Hồi Giáo). Sự trở lại đạo không là không cần thiết mà

theo Colleen nhận định, “một sự trở lại mang đầy ý nghĩa đó là sự chuyển biến từ ô uế trở thành trong sạch. Và từ bất hạnh trở thành hạnh phúc mới là điều có ý nghĩa,”

"Chúng ta có thể tự biến đổi bản thân chúng ta, bản chất của chúng ta đâu có cố định. Chúng ta có thể thoát khỏi những phản ứng mù quáng, thoát khỏi giao động." Kỹ thuật thiền mở cho chúng ta tiến tới vô thức, để cho toàn bộ trí tuệ ý thức trở lại. Bình thường, dốt nát tạo hàng rào cản giữa ý thức và vô thức. Hiện giờ những hành vi quá khứ đang tồn tại trong tiềm thức của chúng ta, chúng tô màu cho nhận thức suốt cả ngày. Nhưng bằng cách kiên trì quan sát các giác quan thể chất, chúng ta có thể thâm nhập sâu hơn vào toàn bộ trí tuệ của ta. "Với mức độ giác quan, chúng ta tạo ra một mớ khúc mắc (kankaras), hay những tư tưởng phản kháng. Cũng với mức độ giác quan đó chúng ta có thể hóa giải được các khúc mắc đó. Mục tiêu của chúng ta là bình yên, kinh qua tất cả những thăng trầm trong cuộc sống hàng ngày. Hành động lúc đó sẽ phát sinh từ trí tuệ cân bằng trên một cơ sở tích cực. Colleen cho biết, "Một khi chúng ta đã có hạnh phúc và khỏe mạnh, chúng ta sẽ dễ dàng ảnh hưởng tích cực đến tất cả mọi người khác."

Việc tập luyện Vipassana luôn nhấn mạnh đến luân lý, (Sila) tập trung đúng mức, (sila samadhi) và rồi tập trung đến khôn ngoan cả ba đều hỗ trợ lẫn nhau. Theo Colleen suy nghĩ, “Có thể phát triển ở một mức độ nào đó sự tập trung tư tưởng mà không cần phải có luân lý, nhưng một khi bạn cần phát triển khôn ngoan, thì luân lý lại là điều cốt yếu. Những hành động vô luân luôn tạo dao động nơi trí tuệ và nếu chúng ta cứ tiếp tục thực hành, tuân thủ các luật giới sẽ trở thành ngày càng tự nhiên và tùy hỉ. "Không ức chế, không cấm cản hành động – đó là trung dung chi đạo đức Phật đã dạy" Chúng ta càng tinh luyện trí tuệ bao nhiêu thì càng hài lòng với những gì chúng ta hiện có." Hạnh phúc phát xuất từ nội tâm và sự hài lòng bên ngoài không ngại đến kích thích. Và Colleen kết luận, "Nghệ thuật sống đích thực, chính là tận hưởng cuộc sống với ý thức trọn vẹn và bình thân hoàn toàn."

Mùa Đông năm 2000

Trong mười lăm năm qua tại Châu Á, Châu Âu cũng như Châu Mỹ, Colleen đã nhận thấy rõ lên mối quan tâm đều đặn và đáng khích lệ đến công việc truyền bá Thiền Minh Sát vipassana do các thiền sư Ấn độ yêu quý của bà, đặc biệt là thiền sư S.N. Goenka. Các trung tâm thiền mọc lên khắp nơi trên thế giới như nấm gặp mưa. Riêng tại Bắc Mỹ có đến năm trung tâm mới được thành lập. Trong giai đoạn phát triển này, gần năm trăm người (một nửa là phụ nữ) đã nhận được quyền thuyết pháp trong các khóa huấn luyện thiền, hàng năm trên toàn thế giới đã có tới khoảng năm mươi ngàn người tham gia các khóa huấn luyện nói trên – tại châu Âu và châu Mỹ cũng như tại các nơi xa xôi hơn như Liên Bang Nga và Mông Cổ.

Colleen Schmitz cho biết, "Thật tuyệt vời được thấy biết bao nhiêu người trên khắp thế giới rất ngưỡng mộ bản chất Phật pháp phổ quát."

Riêng tại California, một sự tiến triển tương tự như thế đã thúc bách Trung Tâm Thiền Minh Sát Vipassana tái bố trí đến một nơi rộng lớn hơn trên một khu đất rộng 110 mẫu tây tại Sierra Nevadas ở độ cao ba ngàn bộ, khoảng ba mươi phút lái xe từ cửa nam đường dẫn vào công viên Quốc gia Yosemite, với cánh đồng cỏ phủ đầy hoa dại, vườn cây ăn trái, cầu cống và các con suối chỉ có nước chảy vào mùa mưa và nhiều mẫu tây rừng sồi, thông, chà là và manzanita.

Mỗi tháng trung tâm thường tổ chức hai khóa huấn luyện mười ngày đón tiếp khoảng 140 người tới tham dự. Cũng có những khóa nâng cao dành cho những người đã thực hành thiền trong nhiều năm - Các khóa Kinh Satipatthan sutta và các khóa huấn luyện kéo dài từ ba đến hai mươi ngày. Cũng có một dự án xây dựng một "Quần thể Chùa Chiền" với nhiều phòng dành cho từng người hành thiền tại đây. Khi nào quần thể này được hoàn thành, trung tâm sẽ bắt đầu tổ chức các khóa huấn luyện ba bốn mươi ngày.

Một sự phát triển kỳ diệu trong những năm qua đó là các khóa huấn luyện dành cho các tù nhân, trước tiên tại Ấn độ, nhưng hiện nay cũng đang gia tăng tại Mỹ và nhiều nơi khác. Khóa huấn luyện đầu tiên dành cho tù nhân đã được tổ chức vào tháng

11 năm 1997 do thiền sư Goenka-ji điều hành tại nhà tù Tihar Delhi, một nhà tù rộng nhất Á châu. Sau khi khóa học kết thúc, ông Kirin Bedi, Giám đốc nhà tù, rất nổi tiếng vì cách nhìn xa trông rộng của ông đã dành riêng một tòa nhà dùng vào việc tổ chức các khóa thiền vipassana và từ đó đến nay vẫn được duy trì đều đặn. Các nhà tù khác tại Ấn độ cũng bắt chước sáng kiến đó. Một cuốn phim nổi tiếng có tên, *Doing Time, Doing Vipassana* được hai nhà làm phim gốc Do thái do hãng phim Karuna phát hành, năm 1998 đã đoạt giải Ngọn Tháp Vàng tại liên hoan phim quốc tế San Francisco. Và được trình chiếu trong nhiều tháng trời tại rạp chiếu bóng Roxie San Francisco. Đài BBC cũng đã có dự án trình chiếu.

Colleen Schmitz đã so sánh Phật pháp như một đại dương bao la, “Phật pháp thật rộng rãi bao la và sâu thẳm vời vọi.” Lòng nhiệt tình trong thực hành thiền của bà, nhất là đối với các khóa huấn luyện hành thiền dành riêng cho chính bản thân bà đã không bao giờ suy giảm. Bà cho biết, “Phật pháp vẫn tiếp tục hướng dẫn tôi từng bước một, mỗi bước tôi đi lại dẫn tôi tiến xa hơn, dạy cho tôi ngày càng nhiều hơn, soi sáng tôi để vững bước tiến tới.” Bà cho biết tiếp, “Điều rõ ràng là những kết quả bạn thấy được rất tương xứng với công sức bạn đã bỏ ra và càng thực hành bao nhiêu thì hiểu biết của bạn càng gia tăng bấy nhiêu.”

Colleen Schmitz coi mình như là người chỉ đường cho bước phát triển này, bà tin chắc một điều, một khi mọi người tiến tới, chính Phật pháp sẽ trở thành thiền sư cho họ, chứ chẳng phải là một người ngoài nào khác. Bà cho biết, “Quan điểm của tôi về vấn đề này sẽ chẳng bao giờ thay đổi.”

Bà cùng với người chồng đã được dành cho địa vị lãnh đạo Trung Tâm Thiền California, “Nhưng đâu phải là trung tâm "của chúng tôi" hay "của tôi." Các khóa huấn luyện vẫn tiếp tục được tổ chức miễn phí, cũng không cần đến một khoản chi phí nào dành cho các thiền sư hay nhân sự điều hành trung tâm.

Ayya Khema

Với đầu hót tặc và áo cà sa màu vàng, Ayya Khema ("một phụ nữ sáng giá") đến độ chín mùi, tính tình vừa nghiêm khắc pha lẫn ngọt ngào, toát ra là một con người đầy nghị lực và thâm tín tuyệt đối. Bà thường hay nói: "Nếu các bạn muốn đi đây đi kia và lại có phương tiện trong tay và không muốn mất thì giờ thì tại sao chúng ta lại không chú ý đến điều đó?" đó là điều bà thường hay nói và cũng là điều bà luôn làm như thế. Nơi Ayya muốn vào là Niết Bàn, hay Nibbana, là từ Pali như bà thường hay sử dụng. Nibbana có nghĩa là, một nơi được giải thoát khỏi bùn lầy và cạm bẫy trong trí tưởng tượng của ta và tất cả những gì có liên quan. Nibbana cũng còn hàm ý sự bình an nội tâm tuyệt đối có được do thâm nhập vào tận chân lý của sự vật vô tận, không thể tránh khỏi và luôn biến đổi.

Ayya cho biết: "Vũ trụ luôn biến đổi liên tục, lại còn thu nhỏ lại và mở rộng liên miên. Trong cái nhịp điệu đó ta có thể trông cậy vào điều gì được đây? Có gì cố định để cho bạn bám víu vào? Bạn muốn cảm tinh ngôi sao nào đây? Ngôi sao này liệu có khác hơn ngôi sao tiếp theo hay không? Tất cả đều chuyển động. Chẳng có gì bền vững cả."

Ayya khẳng định, nếu giây phút nào bạn nhận ra điều đó chính là giây phút giải thoát và chính giây phút đó cũng chẳng phải quá tặng từ trời cao. "Như một chiếc áo khoác vàng ánh hạnh phúc." Không phải vậy đâu, Ayya luôn khẳng định Niết Bàn chỉ được trao bạn do kết quả của công việc lao nhọc lâu dài và vất vả. "Cho tới khi vết nhơ cuối cùng do tội bất chính đã được gỡ bỏ." Điều bà ám chỉ về "điều bất chính" là thèm khát và dính bén quá độ. Và chúng ta không thể rời bỏ chúng một giây phút nào cả. Khi hành động, chúng ta cần để tâm lưu ý đến chúng, "Chúng ta phải biết rõ những gì chúng ta đã làm để có thể nhắc đi nhắc lại nhiều lần". Đây là một công việc không dễ dàng gì bà thường đề cập đến thường xuyên – một công việc khó khăn thuộc về ý thức. Bà cho biết: "Thiếu ý thức, những thực trạng bất hạnh sẽ sinh sôi nảy nở và cũng chính vì thế ta thấy rất ít người hạnh phúc, bà nhấn mạnh bằng chính những lời của bà khớp với những lời của nhà thông thái Ấn Độ Ramana Maharshi: "Hạnh phúc và bình an không phải được ban tặng ngay từ lúc mới sinh. Chỉ những ai cố gắng liên tục trong cuộc sống mới đạt được mà thôi."

Ayya sinh tại Bá linh vào năm 1923 trong một gia đình Do Thái. Mười bốn tuổi Bà đã phải chạy trốn Phát Xít Đức sang Scotland và gặp lại cha mẹ tại Trung Quốc. Bà đã theo học trung học tại Scotland và đại học tại Thượng Hải, lập gia đình hai lần, có hai con và đã sống tại nhiều quốc gia khác kể cả Ấn Độ và Hoa Kỳ và vào năm 1964 bà di chuyển sang Úc. Kinh nghiệm đầu tiên về luyện tập tinh thần bà có được tại Sri Aurobindo Ashram, bang Pondicherry Ấn Độ. Nhưng cuối chính truyền thống Phật giáo Đại thừa đã thu hút bà mạnh mẽ và bà đã qua sống một thời gian tại Miến điện, Thái Lan và Sri Lanka, bà đã thọ giáo với một số thiền sư nổi tiếng. Năm 1978, tại Wiseman Ferry, NSW bà đã thành lập một tu viện trong rừng theo truyền thống Đại thừa mang tên Wat Buddha Dhamma, bà đã sống và thuyết pháp tại đó năm năm, trong thời gian đó bà còn đi chu du khắp nơi trên thế giới diễn thuyết về Phật pháp. Năm 1982 bà lại thành lập một Trung Tâm Thiền Viện Quốc Tế dành cho phụ nữ gần Colombo, Sri Lanka. Một trong những thiền sư quan trọng nhất của bà là Đại đức Nannarama Malia Thera trụ trì tại tu viện Mitirigala Forest. Bà được thượng tọa Narada Maha Thera xuất gia làm Ni Sư (nữ tu Phật giáo). Ông trụ trì tại Chùa Vajirarama tại Sri Lanka vào năm 1979.

Hiện nay bà cho biết, "Tôi không được rõ sự việc xảy vào thời điểm đó, nhưng quả thực đó là một điều tuyệt vời nhất tôi chưa từng bao giờ thực hiện được." Giây phút tôi nhận áo cà sa và xuống tóc, tôi cảm thấy, "Ồ hô! Sao mà tuyệt vời thế! một điều chưa từng xảy đến với tôi từ xưa đến giờ". Nó ám chỉ việc loại bỏ toàn bộ những trở ngại cuối cùng để bà có thể sống trọn vẹn trong cái không gian tinh thần Phật pháp. "Đây là một loại chuyện tình không làm ai thất vọng cả. Một loại chuyện tình trong đó tình nhân không thể bỏ trốn hay đi theo một người nào khác... không tùy thuộc vào bất kỳ một con người hay chết, cũng như một con người không hoàn thiện nào." Đây chính là một tương quan không đòi hỏi chúng ta phải được yêu. Mà chỉ yêu cầu chúng ta cố gắng quan sát, mở toàn bộ nhận thức của chúng ta ra để nhìn xem những gì đang xảy ra ngay tại đây trong chính cuộc sống chúng ta. Khi chúng ta nhìn thấy rõ ràng và toàn diện thì cuộc tình này sẽ xuất hiện." Lòng nhiệt tình và nghị lực của Ayya trong những ngày này chủ yếu đang hướng tới Parappuduwa, một hòn đảo dành cho các nữ tu quốc tế bà thành

lập tại Sri Lanka vào năm 1984. Tọa lạc ngay giữa một cái hồ tuyệt đẹp do chính quyền Phật giáo ban tặng. Các Phụ nữ trên khắp châu Âu, Á châu và nước Mỹ đã qui tụ đến đây trong một thời gian từ ba tháng đến một năm hoặc dài hơn để sống cuộc đời một nữ tỳ kheo. Họ có thể được xuất gia làm nữ tỳ kheo hay thực tập làm upasikas tuyên thệ tám luật giới. Tất cả các thành viên trong đoàn thể tuân giữ cùng một lịch trình mỗi ngày. Bắt đầu từ 4.00 sáng, hành thiền sáu tiếng mỗi ngày, làm việc, nghiên cứu kinh Phật, niệm Phật nghe những bài diễn thuyết về Phật pháp và tham gia thảo luận.

Mỗi ngày vào lúc 8.00 tối, sau giờ thiền ban chiều và tụng kinh, Ayya trình bày một bài nói chuyện về một vài khía cạnh trong những lời dạy của Đức Phật hay về cuộc sống trong đoàn thể. Một buổi tối nọ bà đề cập đến sự cố gắng đích thực, bà nói. "Chỉ có một thời điểm duy nhất tồn tại và đó là giây phút hiện tại. Tương lai không tồn tại. Điều đó tồn tại trong tưởng tượng của mỗi người... tất cả chỉ xuất hiện trong một ngày và nếu chúng ta không cố gắng, chúng ta đã lãng phí nguyên cả ngày đó. Nếu chúng ta để mất một ngày, chúng ta phải bị phạt vì đã để lãng phí một cuộc sống của một con người tốt."

"Cố gắng sẽ được ban thưởng thích đáng. Chỉ cần ta cố gắng, tức khắc ta đã được ban thưởng ngay. Nếu chỉ có cố gắng hơn bình thường một chút, trí tuệ ta sẽ tăng trưởng thêm và nếu ta giữ cho trí tuệ tăng trưởng thêm liên tục, nó sẽ mở rộng ra. Và nếu như chúng ta vẫn tiếp tục cố gắng, cuối cùng thì trí tuệ sẽ mở rộng ra đến một mức độ không thể trở lại tình trạng cũ được nữa. Lúc đó trí tuệ trở thành uyển chuyển, dễ uốn nắn, trải rộng ra, trong đó ta có thể thấy được toàn bộ hơn là chỉ một đốm nhỏ trong vũ trụ mà mỗi người chúng ta đang chiếm chỗ, chỉ bằng đầu một chiếc kim gút."

Nhưng cố gắng phải liên tục và trường kỳ, bà nói tiếp. Và không phải điều chúng ta làm là quan trọng, mà chính là chúng ta làm điều đó ra sao. Nếu một việc làm được thực hiện với ý thức toàn tâm toàn lực và không kìm hãm bản ngã, lúc đó hành động như thế là đúng. Vào cuối ngày Ayya yêu cầu chúng tôi tự kiểm thảo lại mình: chúng ta đã cố gắng hơn ngày hôm trước chưa, hoặc chúng ta có lãng phí thời gian không? Nếu như thế, không có gì

phê phán. Ngày hôm sau một cuộc sống mới bắt đầu. Mỗi ngày đều có sự phấn khởi, sự nhẹ nhàng và niềm vui riêng của nó. Một cuộc sống thánh thiện không thể chạy đều đặn mà không có niềm vui, tương tự men trong bột. Không có niềm vui thì cuộc sống thánh thiện cũng không thể đạt đến đỉnh cao. Vì thế cho nên hãy thưởng thức mỗi giây phút hiện tại đặc biệt là hãy cố gắng thực sự."

Một buổi chiều khác bà nói về trí tuệ để đạt đến điều không thể đạt đến được. Vũ trụ đầy đầy những tiềm năng khả thi về điều này chúng ta không được hiểu đại khái qua loa. Bà cho biết, không có tìm hiểu thấu đáo những tiềm năng này, thì chúng ta đã tự giới hạn mình lại. Nhưng trong lòng và trí tuệ ta vẫn tồn tại một kiến thức bẩm sinh nhiều hơn. "Thế nên tại sao lại không lưu ý một chút đến trái tim và trí tuệ của ta? Hãy quan tâm đến chúng một chút nữa đi hãy quan sát chúng kỹ xem, đối xử với chúng như một viên ngọc quý. Bọc kỹ trong hộp với sợi len bông. Như thể một viên ngọc thật giá trị, không để cho nó bị va chạm trầy xước. Một trí tuệ bẩm dấp không thể ngồi thiền được". Bà tiếp tục, "Trí tuệ chúng ta được ví như trí tuệ trẻ thơ. Chúng cần phải được bảo bọc cẩn thận" và bà cho biết chúng ta là người bảo vệ và chăm sóc cho trí tuệ của ta. Chúng ta cần vun trồng những hạt giống tốt, những trạng thái trí tuệ tích cực. Chúng ta cũng cần phải phát hiện ra rằng trí tuệ bình thường không có chỗ trong phòng thiền. "Trí tuệ bình thường phải được bỏ lại bên ngoài phòng thiền, trên gối nệm ngồi thiền cần phải ý thức được là "Điều không thể thực hiện được lại chính là điều thực hiện được."

"Không được bỏ qua điều gì cả. Chẳng ai có điều gì để mà bỏ đi. Các bạn phải để mọi sự diễn tiến bình thường." Ayya khuyên nhủ chúng ta như thế. "Trí tuệ được đem đến phòng thiền phải còn nguyên vẹn, như một đứa trẻ. Bạn chỉ cần ngồi xuống và thực hiện thôi." Bạn cần phải cởi mở hoàn toàn và thâm tín rằng bạn có thể làm được như thế, giống một đứa trẻ hoàn toàn tin tưởng, không chút nghi ngờ hoặc khả nghi điều gì cả. "Phải có sự tin tưởng như trẻ thơ tin vào những điều bất khả thi." Tài khéo không thể làm gì được, chỉ tỏ làm rối tung tư tưởng và trí tuệ và tất cả những điều đó cần được tống khứ ngay. Không có chỗ dành cho giáo lý của Đức Phật nếu còn bất kỳ điều gì đó rối

bồi trong trí tuệ. “Chúng ta có thể am tường bất kể bài thuyết pháp nào của Đức Phật và vẫn không có gì lạ xảy ra. Trí tuệ cần được phân tán rộng thêm đến độ chúng ta có thể am tường được sự hiện hữu phổ quát. Và rồi cả thực tế tương đối nữa. Trong đó chúng ta đang sống sẽ không để lại một dấu ấn nào sót lại.”

Ayya thường nói là toàn bộ cuộc sống tinh thần là một qui trình tự nhiên diễn ra, một qui trình quan sát điều gì xảy ra nơi bản thân ta và để cho nó tự diễn tiến. Quan sát và để diễn tiến tự nhiên, "Không còn sự lựa chọn nào khác. Điều đó sẽ dễ dàng hơn khi không còn có một lựa chọn nào khác. Nếu sự bình yên là mục tiêu chúng ta nhắm tới, thì từ bỏ lại là phương tiện để thực hiện mục tiêu đó." Thế nên hãy dẹp bỏ đi bất kỳ những gì chúng ta đang bám víu vào. Và hãy để ý đến tính vô thường trong vạn vật. Để được hưởng một giây phút tự do, hãy dẹp bỏ tất cả những vấn vương trong đầu. Chúng ta không cần phải lo lắng điều gì sẽ xảy đến sau cái chết, điều cần thiết chỉ là giây phút hiện tại và trong giờ hấp hối. "Điều này chúng ta có thể thực hiện được bằng cách kinh nghiệm qua thực tế. Nếu như chúng ta để cho mọi sự tự rơi rụng và dẹp bỏ dần dần. Mỗi ngày, một điều nhỏ mọn... toàn bộ cuộc sống này được nhắm tới để thâm nhập vào trí tuệ. Mỗi ngày là toàn bộ cuộc sống của chúng ta."

Mùa Đông năm 2000

Ayya Khema viên tịch ngày 2 tháng 11 năm 1997. Sau khi đã trải qua căn bệnh ung thư vú mười bốn năm. Bà không tiết lộ cho ai biết bệnh tật của bà cho đến khi phải thực hiện giải phẫu vào năm 1993, khi đó sự đau đớn đã ảnh hưởng đến công việc thuyết pháp của bà. Bên vú phải đã bị cắt bỏ. "Thực sự là cuộc đại phẫu thuật." Người kế nghiệp Phật pháp của bà, ngài thượng tọa Nyanabodhi đã viết cho tôi khi còn ở nước Đức, “Nhưng bà đã bình phục và tiếp tục cống hiến cho chúng tôi thêm bốn năm nữa, rất có thể là bốn năm độc đáo nhất của đời bà."

Vào năm 1989, nhiều năm sau khi tôi được gặp bà, Ayya đã thiết lập được Buddha Haus tại một vùng đồng nội bên Đức miền Nam Munich. Trước đó nơi này là một nông trại, chỉ trong một thời gian ngắn đã được biến thành một trung tâm dành cho các

cuộc hội nghị và tổ chức các khóa huấn luyện thiền. Tại đây, hàng ngàn thiền sinh đã được nghe giọng nói rõ ràng, có một không hai của bà đang làm sáng tỏ cái tâm của Phật pháp. Nyanabodhi cho biết tiếp: "Bà đã truyền đạt toàn bộ Phật pháp, không chỉ thuộc phạm vi trực giác, phần động tính (male) của Phật pháp mà còn cả phần tĩnh nữa (female). Và điều này quả là vô cùng khác thường ở tại thế giới Phật giáo Tây phương." Được thiền sư của bà động viên, ngài thượng tọa Nannarama Mahathera đã nói với bà, "Hãy sang Phương Tây và giảng đấng Jhanas." Ayya thực tế đã bắt đầu giảng cách hành thiền một cách chính xác với nhiều chi tiết chưa hề được nghe thấy bao giờ tại Phương Tây".

Tính chất thiên tài của một vị thiền sư nơi bà được thể hiện nơi khả năng diễn đạt bản chất giáo lý Phật giáo bằng văn xuôi đơn giản và thực tế." Theo lời Sandy Boucher viết trong lời tựa cuốn tiểu sử tự thuật về Ayya vừa mới xuất bản mang tựa đề (*I give you my life*, Nhà xuất bản Shabhala, 1998) "Bà đã thuyết giảng mà không cần ghi chép hay nguồn tài liệu nào cả. Diễn giải thường xuyên theo các Kinh Phật, thuyết pháp rõ ràng minh bạch và mạnh mẽ, mắt nhìn chinh phục toàn bộ cử tọa."

Thuyết pháp của bà về Jhanas "là phần gây ngạc nhiên bất ngờ và cũng gồm nhiều khía cạnh gây tranh luận nhất." Leigh Nbsington, một thiền sinh người Mỹ theo bà trong nhiều năm và là một trong số rất nhiều thiền sinh bà đã cho phép thuyết pháp trước khi bà mất đã cho tôi hay "Hình như tôi là người Mỹ duy nhất dám cả gan thử giảng về Jhanas". Chỉ trong những lần phỏng vấn riêng lẻ những thông tin chi tiết về cách thức chào lái những hiện trạng cậu ta cho hay, "Ayya đã nghe chúng tôi mô tả điều gì đã diễn ra trong suốt cuộc ngồi thiền và chỉ rõ điều gì có lợi và điều gì là tận số hoặc nghị lực lãng phí."

(Trong một cuộc đàm đạo về Jhanas với các nhà biên tập cuốn *Inquiring Mind*, xuất bản vào mùa hè năm 1996, người ta đã hỏi Ayya Khema về những khuynh hướng thường được nghe ngược lại với (absorption) có liên quan đến "xuất thân" hoặc "thôi miên" Ayya Khema trả lời trong cách Absorption chúng ta không chiếu rọi bản ngã chúng ta vào thực tế. Chúng ta chỉ ném thử được một chút kinh nghiệm về sự trống rỗng nơi bản ngã...

Và chỉ có một cách duy nhất chúng ta được giác ngộ chính là khi chúng ta cảm thấy hay kinh nghiệm thấy được không có ai ở tại nhà cả").

Theo lời Leigh Brasington Ayya "Thực sự có khí thế rất riêng của bà," trong những khóa huấn luyện dài một tháng hay hơn, bà bắt đầu hướng dẫn kể từ năm 1989. "Bà có thể triển khai một Kinh Phật và cốt nghĩa rất cặn kẽ. Tỉ dụ, tháng Bảy năm 1991, bà đã bỏ ra hai mươi lăm ngày để triển khai chỉ có một câu kinh Phật lẽ ra chỉ cần khoảng một tiếng đồng hồ để quảng diễn. Vì bà cho rằng đó là một trong những kinh điển quan trọng nhất trong toàn bộ luật giới Phật giáo.

"Các khóa huấn luyện dài ngày này cũng rất tuyệt vời" Leigh nói tiếp: "Trong đó chúng tôi có thể thực hiện được các cuộc phỏng vấn dài hơn và thường xuyên hơn với Ayya, chúng tôi có thể gặp trực tiếp và vào các ngày thứ tư và thứ năm trong khóa huấn luyện trong khoảng bốn mươi lăm phút. Và trong những lần gặp gỡ như thế thì thuyết pháp thực sự của bà được bày tỏ rõ nét nhất. Bà rất quan tâm đến những khó khăn tâm lý của chúng tôi. Điều thắc mắc duy nhất của bà là, "Hãy cho tôi biết về việc luyện tập thiền của các bạn"

Tháng năm năm 1994. Leigh ghi lại khóa huấn luyện hai mươi lăm ngày tại Santa Cruz, bang California. Khi ông có mặt, ông được báo đến gặp Ayya ngay. Ông rất xúc động nhận ra những thiệt hại bệnh ung thư đã ảnh hưởng đến sức khỏe của bà như thế nào. Và được biết bà không thể thực hiện được tất cả các cuộc phỏng vấn và bà yêu cầu ông thực hiện một vài việc cho bà, "Khóa huấn luyện này bà Ayya đã dạy tôi để trở thành một thiền sư." Ông cho biết, một kinh nghiệm khó khăn nhưng rất tuyệt vời. Cũng trong khóa huấn luyện này Ayya đã quyết định không trở lại Hoa kỳ nữa. "Bà quá mệt mỏi vì quan tâm đến qui trình tâm lý của chúng tôi." Sau này ông còn đề cập đến và vẫn còn một khóa huấn luyện cuối cùng tại Mỹ vào tháng bảy năm 1996 tại Green Gulch Farm, Muir Beach, bang California Leigh và một thiền sinh lâu năm của bà đã thực hiện tất cả các cuộc phỏng vấn và cho dù sức khỏe của bà đã suy sụp hoàn toàn, các cuộc thuyết pháp của bà vẫn mạnh mẽ hơn bao giờ hết.

"Tôi đến thăm bà tại Đức ba tuần trước khi bà mất, Ông Leigh cho tôi biết, "Bà thực sự rất đau đớn nhưng không bao giờ nói ra. Toàn bộ thái độ của bà chỉ là, "Vâng, toàn bộ sức lực của tôi đã cạn kiệt, đã đến giờ tôi phải ra đi." Bà không hề có mấy may bận tâm đến cái chết. Tâm trí của bà vẫn còn minh mẫn một cách lạ lùng. Đây là một cuộc viếng thăm thật vui vẻ lạc quan mặc dù tôi dự biết là sẽ chẳng bao giờ gặp lại bà nữa.

Điều quan trọng nhất, Leigh nhớ lại tính trong sáng rõ ràng của Ayya đặc biệt là sự nhân mạnh của bà về việc luyện tập lòng nhân ái (metta). Tại các khóa huấn luyện bà đã hướng dẫn các cuộc thiền với đề tài lòng nhân ái (Metta) rất tuyệt vời vào mỗi buổi tối. Bà tin rằng không có lòng nhân ái thì sự tiến triển thực sự trên đường thiêng liêng gặp rất nhiều khó khăn.

Một tuần trước khi qua đời, Ayya đã thành lập một dòng tu tại tu viện Western Forest và xuất gia một phụ nữ đầu tiên bằng tiếng Đức và tiếng Pali. Theo Đức Phật đã nói cách đây rất lâu, Phật pháp sẽ chỉ bén rễ sâu tại quốc gia nào khi những người dân tại đó được xuất gia bằng tiếng bản xứ của họ.

Trong cuộc sống của bà, Ayya đã viết được hơn hai mươi đầu sách. (và nhiều cuốn khác vẫn còn được viết) và phát hành hơn một trăm băng những bài nói chuyện về Phật pháp bằng tiếng Đức và hàng ngàn băng bằng tiếng Anh. Trong các bài nói chuyện, theo Nyanaboldhi cho biết, Ayya đã trình bày mục đích cuối cùng nhìn từ nhiều góc độ, gồm cả những chi tiết chúng ta mong muốn đạt được. Trích ra từ sức mạnh của chính kinh nghiệm của bà." Trong chương cuối cuốn tự truyện, Ayya đã viết một cách rất có ý nghĩa như sau: "Đối với tôi chết là điều đương nhiên. Tôi đang sửa soạn để biến mất." Không còn ý định nào muốn tiếp tục hiện hữu như một bản ngã riêng biệt. Bà đã sẵn sàng không để cho điều gì xảy ra nữa. Và để cho mình tự trôi vào chốn bình an tuyệt đối tại Niết Bàn. Bà đã viết, "Đó là điều hấp dẫn lớn lao cuối cùng"

-ooOoo-

Thiền sư Tsering Everest & Joanna Macy

Tsering Everest

Trong căn phòng lộng lẫy nhìn xuống một khoảng không bao la thuộc vịnh San Francisco, trên tường treo nhiều bức tranh Đông Phương tuyệt đẹp, sàn nhà được trải thảm quý, những bình hoa thật dễ thương cắm đầy hoa tươi càng làm cho căn phòng thêm rực rỡ. Một người đàn ông mặt sần sùi, đội một chiếc mũ cắm lông chim ở phía sau, ông bận chiếc váy Clubba bằng cotton đỏ nhạt (một loại váy dài của phụ nữ và nam giới Tây Tạng vẫn thường mặc), ông đang ngồi xếp bằng trên một trường kỷ màu sét gụ quay mặt vào căn phòng rộng và yên tĩnh. Mắt nhắm nghiền và đôi môi mấp máy lời kinh Mantra tay ông đang mân mê cỗ tràng hạt. Ông quay nhìn từ từ về phía chỗ ngồi thấp rồi lên chiếc ghế gỗ cách đó vài bộ, một người phụ nữ trẻ, tuổi khoảng độ ba lăm đang ngồi bất động, một cuốn sách bìa bằng da to tướng đặt trên đùi. Vẻ mặt tươi cười với cặp mắt xanh nâu, lọn tóc nâu kẹp sau gáy, trước trán gắn một chiếc trâm to bằng cây đũa. Rất đông người ngồi chật cả căn phòng, họ đang ngồi thiền, cúi đầu trên gối nệm thiền hoặc quay mặt vào tường. Họ đang yên lặng chờ đợi hay râm rì nói chuyện nhẹ nhàng với nhau. Họ đến để nghe người đàn ông ngồi trên trường kỷ giảng giải Phật pháp – người đàn ông đó là một vị Thầy Pháp (Lama) Tây Tạng - Ngài Đại đức Chagdud Tulku Rinpoche.

Khi ông mở mắt ra, đặt cỗ tràng hạt trên nệm thiền gần đó và mỉm cười nhỏ nhẹ, ông liếc nhìn sang người đàn bà ngồi kế bên – một cái nhìn thật tin cậy và thông cảm, được thử thách qua thời gian và tôi luyện bằng tính khí khôi hài. Càng về chiều, ấn tượng đầu tiên này lại càng in đậm nét. Tất cả mọi người hiện diện trong căn phòng đều chứng kiến một sự cộng tác tuyệt vời giữa thiền sư với thiền sinh đó, với giọng nói mang sắc thái ngậm thơ, bà đã truyền đạt lại những tín lý Phật giáo Tây Tạng cô xưa thâm sâu và nhiệt tình cho cử tọa gồm toàn người Mỹ hỗn tạp.

Chagdud Rinpoche nói Tiếng Anh rất ít và những gì ông nói mọi người đều hiểu hết. Nhưng thiền sinh Tsering Everest của ông đã hiểu chính xác từng lời nói của ông. Bà còn hiểu nhiều hơn cả những gì ông muốn nói. Với tình bạn đã lâu và sự hòa hợp tuyệt vời đó, bà đã hiểu được toàn mạch văn, ý tứ và cả tinh thần đằng sau lời nói của ông. Và bà đã diễn đạt những gì ông nói bằng một giọng văn rõ ràng tự nhiên và xúc tích. Khi Đại sư Chagdud Rinpoche diễn giải, bà ghi chép vào cuốn sách to tướng để trên đùi (cho dù sau đó phải dịch lại, bà rất ít khi phải nhìn vào những gì đã ghi chép). Đôi khi bà cắt ngang lời nói của Đại sư để xin giải thích rõ thêm. Bà tập trung tư tưởng cao độ, không chao đảo và hoàn toàn thoải mái. Thịnh thoảng Chagdud cũng pha trò về một số câu hỏi bà đã đặt ra, ngược lại đôi khi bà cũng tiết lộ một vài chi tiết hài hước, châm biếm về thiền sư của mình. Bầu khí phòng thiền tràn ngập tình nhân ái, vui tươi và với lòng nhiệt tình tuyệt đối để truyền đạt Phật pháp vì lợi ích cho toàn thể chúng sanh.

Tsering có nghĩa là "trường thọ." Tên đó được ngài Đại đức Dudjom Rinpoche ban tặng, khi bà đến tiếp xúc với Phật giáo Tây Tạng lần đầu tiên vào năm 1979 tại Ashland, bang Oregon; lúc đó bà mới hai mươi lăm tuổi – một bà mẹ độc thân sinh sống và lớn lên tại Helena, Montana, bà đã lập gia đình tại đó lúc mới mười chín tuổi, rồi ly dị và chuyển đến sinh sống tại California sau năm năm chung sống. Bà cho tôi biết, trong quãng đời niên thiếu bà đã có được một đức tin tự nhiên sâu xa và có cảm nhận về một chân lý chung cuộc, nhưng điều đó thật chóng qua. Vị thiền sư đầu tiên bà gặp là một vị cao niên tên là Rosicrucian, chủ nhân một tiệm sách cũ tại Los Angeles, chính ông đã chỉ vẽ cho bà đọc và khuyên bà đừng bao giờ tiếp cận “Guru-shop”. Sau đó ít lâu bà chuyển đến Oregon có hai bà chị đang sống ở đó, bà đã tìm hiểu một số lời dạy bí truyền, kể cả chiêm tinh học. Nhưng đã sớm nhận ra đó “không phải điểm cơ bản bà cần nắm” và bà cần phải tìm được một ông thầy cho mình. Bà thực sự không biết phải kêu cầu đến ai và chỉ biết cầu khẩn với vũ trụ bao la – lạ lùng thay khoảng độ một tuần sau bà được mời tham dự một cuộc diễn thuyết “do một chàng trai trẻ có giọng nói Anglê. Bà cho biết, "Tôi không biết anh ta là một Phật tử, Tôi cũng chẳng hay chàng trai đó là người Tây Tạng."

Chàng trai đề cập đến thực tại tuyệt đối. – làm sao có thể cảm nghiệm, xem thấy, sờ mó và cảm nhận được thực tại đó. Ngay từ đáy lòng bà đã nhận ra được cái chân lý đã từng một lần am hiểu. "Cả cuộc đời tôi là một quá trình phấn đấu liên tục để tìm kiếm điều gì đó chính xác tuyệt đối, điều gì đó để có thể dốc toàn tâm toàn lực vào đó." Bà cảm thấy như bị thôi thúc để khám phá ra toàn bộ những gì có thể làm đối với cái chân lý tuyệt đối đó và như bị ép buộc phải thắc mắc ai sẽ là người thầy dạy cho mình đây. Tuy nhiên vẫn không làm thế nào thu thập được thông tin cơ bản cái tôn giáo (Phật giáo) bà đã có dịp tiếp cận, sau này bà được biết thiền sư cho bà là ngài Đại Đức Diudjom Rinpoche và ông sẽ hướng dẫn một khóa khai tâm về Phật giáo tại Ashland, bang Oregon. Và không chậm trễ, bà đã có mặt ngay tại đó. Trên ngai cao, "Một ông già tuyệt vời đang ngồi." Nhờ một thông dịch viên ông già tuyên bố, hễ ai muốn ăn mày cửa Phật thì ở lại, bằng không làm ơn rời khỏi căn phòng này.

"Tôi hoàn toàn bị choáng ngợp." Cho đến giờ phút này bà vẫn tưởng tượng Phật giáo chỉ là một vài việc thờ cúng nhằm nhí với với những chú bò chạy khắp đường phố Ấn-độ. Nhưng bà đã nhận ra nếu như những gì bà cảm nhận được trong mấy ngày qua là hiện thực, thì những ý nghĩ xưa nay bà suy nghĩ đều không chính xác. "Tôi đang đứng trước ngưỡng cửa trở thành Phật tử. Làm sao có thể sống "kiêu đó được đây." "Tôi phải thực hiện cho kỳ được. Và thế là không chút do dự tôi đã dấn sâu vào Phật giáo kể từ đó."

Chính cái ngày khai tâm nhập Phật giáo, lần đầu tiên bà đã được gặp Lama Chagud Rinpoche. Ông ta đang giúp việc tại Chùa, mang theo nhang và một cái tô khát thực. Đối với bà ông ta rất mạnh khỏe. Bà suy nghĩ, "Chẳng lẽ ông lại là một thầy Yoga?". Ngay ngày hôm sau bà nói với Dudjon Rinpoche, bà thực sự muốn tìm hiểu nghiêm túc và bà đã yêu cầu Đại sư phái một thiền sư đến vùng Eugene nơi bà đang cư ngụ. Đáp lại, ngài Đại sư Dudjon Rinpoche yêu cầu Chagud Rinpoche muốn làm Lama (Tu sĩ Phật giáo) đến cư trú tại đoàn thể mới được thành lập tại Eugene hay không. Và Chagud Rinpoche đã vui vẻ nhận lời.

Một ít người tham gia buổi khai tâm nhập Phật giáo đó hiện vẫn còn là đệ tử của thiền sư Chagdud Rinpoche cho đến nay. Và rất nhiều thiền sinh khác từ khắp nơi trên thế giới cũng đã nhập bọn với họ trong nhiều năm ngay tại thiền viện Corgage Grove, bang Oregon. Tsering tái giá trở lại vào năm 1982 và sinh được một cậu con trai, Joseph, hiện nay đã mười tuổi.

Khi tôi hỏi thăm mối tương quan khá đặc biệt của bà với thiền sư và sự trong sáng trong mối tương quan này, bà cho biết: "Lúc đầu, tôi hoàn toàn ngưỡng mộ những gì ông thuyết giảng. Tôi ngưỡng mộ cái bản chất và Phật pháp ông đang truyền đạt. Nó đã trở thành huyết mạch trong tôi. Vì thế cho nên từ chỗ tôi ngưỡng mộ ông. Tôi không thấy khó khăn gì trong giao tiếp cả. Thoạt tiên hầu như chỉ có vấn đề trong khi nghe ông nói. Ông không nói được tiếng Anh, còn tôi thì muốn biết mọi sự. Ông khoanh tay hoặc chỉ cười một cách nào đó và tôi thì nhìn vào mà đoán ra ông muốn nói gì. Hiện giờ lại dùng đến hình ảnh. Ông là một họa sĩ vẽ bằng chữ. Như thể là một haiku. Tiếng Anh của ông cũng giống như là haiku. Nếu các bạn nhận ra hình ảnh bằng chữ như thế, các bạn có thể hiểu được ý nghĩa."

"Đêm qua hình ảnh gợi cho tôi biết là thầy đang dọn thảm có phải không?"

"Chính xác, thật chính xác. Ông chắm một lảng xuống và tôi đoán ra toàn bộ bức hình ra sao. Rồi tôi thêm vào các chi tiết và vẽ nốt phần còn lại. Điều đó khiến tôi thật sung sướng. Chỉ cần cái chắm trên trang giấy đó đã hàm chứa toàn bộ ý nghĩa ông muốn diễn đạt. Thế nên nếu như tôi có thể làm cho nhiều người hiểu được hình ảnh đó, thật là hạnh phúc cho tôi biết bao".

"Bà có thể thực hiện điều đó ngay từ đầu không? Bà đã gợi ý cho ông về công việc dọn thảm đấy chứ?"

"Tôi nghĩ là đã kích hoạt được những gì ông giảng. Vì ông dư biết tôi muốn biết điều đó." bạn thúc và rồi sẽ thấy đó xuất hiện. Và rồi điều còn lại chỉ là đoán ra ý nghĩa. Trong nhiều năm tôi đã thúc ông từng chút ít một và tôi nắm được ý nghĩa điều đó. Vấn đề là cần thực hiện như vậy trong một thời gian dài."

"Như vậy bà chưa bao giờ biết người Tây Tạng và chưa bao giờ nói tiếng của họ chứ?"

"Chưa, nhưng ông dùng thông ngôn trong một thời gian ngắn. Và tương tự như là một con đập bị vỡ tung. Cuối cùng Rinpoche đã nói được tiếng Anh và những lời thuyết pháp của ông thật là tuyệt. Ông đã có thể nói tám tiếng đồng hồ liên tiếp. Tôi cảm thấy ón lạnh, nhưng ông đã mang lại cho tôi tất cả những chi tiết tôi cần."

"Đến nay bà đã phải nghe lại nhiều lần phải không? Nhưng theo chỗ tôi hiểu, những điều đó hoàn toàn mới lạ đối với tôi. Như thể là lần đầu tiên được nghe thấy vậy."

"Điều đó đã nằm sẵn trong đầu tôi, như hơi thở mới tinh. Tôi cố dùng lại chính xác ở điểm tôi cần phải nghe. Đó là điều gì tôi để vuột mất và cần phải biết. Thế rồi điều mới mẻ sẽ tới, trở thành hiện thực và cũng chính là điều tôi có thể truyền đạt cho người khác và cũng rất có ý nghĩa đối với tôi."

"Không phải là học theo nghĩa thu thập kiến thức, nhưng để kiến thức trở thành sống động và coi kiến thức đó như chính cuộc sống của bạn vậy."

"Điều đó thật chính xác và là toàn bộ vấn đề. Tương tự như hơi thở tôi hít vào và thở ra."

"Thế còn điều gì khác bạn muốn làm hay không?"

"Không đâu, tôi không muốn thực hiện bất kỳ điều gì khác nữa, tôi không có tham vọng nào hết. Đây là điều tôi hằng cầu nguyện rất nhiều mới có được. Đôi khi thật khó khăn đối với gia đình tôi. Tôi thường xuyên phải xa nhà và đôi khi thật là khó với tôi nữa – lúc nào cũng phải di chuyển khẩn trương. Lúc nào cũng phải hiện diện trong nhiều phòng thiền khác nhau, thay đổi xe hơi, thay đổi xe lửa tại ga khác nhau. Mọi sự lúc nào cũng thay đổi liên tục. Nhiều người mới tới tham gia, nhiều địa phương mới mở điểm. Nhưng ích lợi thật khôn lường vì ngài Ripoche đã sống chân lý đó. Lúc nào ông cũng làm gương cho tôi phải sống chân lý ấy ra sao. Tất cả chúng tôi đều chao đảo

trong việc luyện tập. Nhưng ông tỏ ra kiên trì liên tục, không phải ngừng lại mà cũng không cần bắt đầu bao giờ. Đặc tính đó lan tỏa khắp nơi, kéo dài thường xuyên, không có điểm xuất phát, không có điểm sau cùng, thêm vào đó ông còn thúc đẩy tôi. Vâng đúng vậy, ông thúc tôi liên tục lúc tôi tỏ vẻ lười biếng, khi tôi muốn ra bãi biển để tắm.

"Bà không thấy phiền chút nào sao?"

"Có chứ, nhưng điều đó không kéo dài, vì những gì tôi thực sự mong muốn cũng chính là điều ông đang tìm cách giúp tôi thực hiện vậy."

"Bà có lúc nào cảm thấy cần phải được yên ổn để thư giãn đôi chút không?"

"Như xem phim chẳng hạn? Ô, ông cảm thấy mất thời giờ và tốn tiền vô ích. Nhưng tôi vẫn cứ đi. Tôi muốn tiếp xúc trực tiếp với thực tế. Nhưng còn có nhiều điều khác cần phải học hỏi. Tôi thường suy nghĩ, "Chớ gì tôi nắm được điều đó thì rồi tôi có thể làm sụp đổ và xây dựng lại. Nhưng đó là ý tưởng khiến tôi kiệt sức. Thấp lên là thấp lên, không khác gì tát đi. Tôi đã chăm chú kiểm điểm lại nội tâm trong nhiều năm. Và tôi nhận ra chất lượng luyện tập thật sự là một thực tế tích cực chứ không phải tiêu cực. Mặt trời không thể quyết định tắt ngúm được hay ngưng nghỉ chút ít. Thế nên điều tôi phải làm thực sự là chỉ cần tiếp tục mà thôi. Nếu bạn có thể, thì bạn đâu có thể bị kiệt sức."

"Dẫu sao cũng cần phải nghỉ ngơi thư giãn đôi chút phải không,."

"Vâng, đúng vậy. Đôi khi có người đề nghị với Rinpoche đi nghỉ ngơi một thời gian. Nhưng đối với ông điều đó có nghĩa là mất đi vài ba ngày và không ai hiểu được ý nghĩa Hữu Thể là gì cả."

"Bà có cho đây là vật thể duy nhất mà Phật pháp đã truyền tới cho hai người có phải không? Tôi thấy hình như có điều gì đó giữa hai người, mà chỉ có sự kết hợp giữa hai người mới có thể thực hiện được."

"Tôi ủng hộ những gì ông đang làm và rồi tôi có được sức mạnh để thực hiện những gì tôi đang chủ trương. Tôi truyền tải ý nghĩa ông muốn diễn đạt. Trước tiên tôi khơi dậy ý nghĩa đó trong tôi và rồi lan tỏa ra bên ngoài, dùng bất kỳ từ nào tôi có thể hiểu được. Tôi dư sức thực hiện điều này chỉ vì có sự hiện diện của ông mà thôi. Và sự thể hiện rộng rãi nơi tôi chính ông đã ban tặng cho. Tôi thực sự tận dụng được hầu hết những gì ông truyền đạt bằng cách nhận ra nơi ông như là nguồn mạch Phật pháp. Tôi càng giúp ông thể hiện điều đó, tôi lại càng tận dụng được và tự động viên mình và thấy mình tiến triển thêm. Điều giúp ích cho tôi nhiều nhất đó là coi ông như là một Đức Phật, một tấm gương sống động, tôi đang nghe theo, thâm nhuần và phục vụ. Lý do ông thể hiện bản chất Đức Phật không có nghĩa là trong tôi không có bản chất đó, hoặc giả bản chất Phật không hiện hữu trong tôi. Điều đó chứng tỏ nguyên lý nhị nguyên nơi mỗi chúng ta."

"Và khi chúng ta không nhận ra thì sao?"

"Khi đó chẳng còn gì để bàn nữa."

Mùa Đông năm 2000

Có đôi lúc đôi với tôi bất kịp được Lama Tsering là điều thật khó khăn. Bà di chuyển liên tục và rất nhanh – Từ bang Oregon đến Arizona sang Brasil rẽ qua El Salvador rồi quay lại Brazil – đến nỗi chúng tôi lạc nhau trên đường đi. Cuối cùng tôi phải dùng thư điện tử để liên lạc với chồng bà, ông David Everest, cũng là một đạo si. Ông đã cung cấp cho tôi rất nhiều chi tiết về cuộc sống của vợ ông. Kể từ khi tôi gặp bà lần cuối. Tsering tiếp tục làm thông dịch viên cho ngài Chagdud Rinpoche từ năm 1981 đến năm 1991. Nhân kỷ niệm sinh nhật của bà vào ngày 01 tháng 09 năm 1990, Chagdud Rinpoche đề nghị bà sửa soạn tham dự một khóa huấn luyện truyền thống trong ba năm. Thế là Tsering cùng với chồng và con trai lại phải di chuyển từ bang Oregon đến cư ngụ tại California, họ bắt đầu xây dựng một trung tâm huấn luyện thiền tại Trinity Alps. Họ đã dọn dẹp một phía căn nhà họ đang ở, với sự hỗ trợ của đoàn thể Sangha, họ đã hoàn tất đủ các tiện nghi để Tsering bắt đầu cuộc huấn luyện vào ngày 11 tháng 7 năm 1991 (nhằm đúng ngày nhật thực). Khi

khóa huấn luyện được tiến hành, công việc xây dựng vẫn được tiếp tục. Vì thế bà thường xuyên ngồi thiền giữa tiếng búa bỗ cộng với tiếng xe ủi đất gầm vang. Trong thời gian này gia đình vẫn đến thăm bà, còn Rinpoche thường xuyên lui tới để thuyết pháp tại đó. Ông cũng đề nghị bà bắt đầu thuyết pháp trước khi khóa huấn luyện kết thúc. Như thế bà đã bắt đầu giảng đàng sau một bức rèm che qua hệ thống âm thanh để cho mọi người có thể nghe. Vào tháng 12 năm 1994, Rinpoche đến trễ vì tại Napa Valley bị lụt và ông yêu cầu Tsering kéo dài khóa huấn luyện thêm một tháng nữa. Thế là bà đã nhanh chóng sử dụng một hệ thống âm thanh có công suất lớn hơn và những người tham gia khóa huấn luyện, theo như David cho biết nhiều người chưa từng nhìn thấy Tsering bao giờ, đã bị say đắm do tiếng nói và lòng chân thực của bà. Bất kỳ ai nghe Tsering thuyết pháp đều hiểu được những gì bà đang truyền đạt. Trong số đó có một ông người Brazil tên là Manoel Vidal, một luật sư sống tại thành phố San Paolo, vì quá cảm kích với thuyết pháp của bà, đã đề nghị bà sang Brazil để thực hiện một chuyến hoằng pháp tại đó – và chính ông đã tài trợ kinh phí và thông ngôn cho bà. Thế nên khi khóa huấn luyện kết thúc vào tháng hai năm 1995, Tsering đã được nhận nhiệm vụ mới. Rinpoche đưa cho bà một chiếc va-li và nói "Thầy, con, một va-li- lên đường" Ông coi bà như là một Tara mới, một người nắm quyền dòng dõi Red Tara và xuất gia cho bà vào ngày 02 tháng 03 năm 1995.

Hiện giờ Tsering phải điều hành ba trung tâm thiền: Odsal Ling, tại thành phố Sao Phaolo (chỗ ở chính của bà) Dorje Ling tại Curitiba Brazil và Mingyur Ling tại Ashland, bang Oregon. Cho dù bà di chuyển rất nhiều trên đất nước này cũng như khắp nơi trên thế giới, trọng tâm chính công việc của bà hiện nay là tập trung vào thuyết pháp tại Brazil.

Cuối cùng tôi và Tsering cũng đã gặp lại nhau qua điện thoại khi bà trở lại California vào tháng 12 năm 1998. Giọng nói của bà vẫn sang sảng và vang dội như những ngày còn trẻ trung như những ngày trước khi xuất gia cũng như nhận lãnh nhiệm vụ như hiện nay. Bà cho biết, "Bất luận vì lý do gì, hay bất kể điều gì sẽ xảy ra bà không có ý định quay trở lại California." Hiện nay bà đang sống tại một quốc gia xa lạ và có nền văn hóa khác xa với những gì tại quê nhà, ngay tại "giây phút đầu tiên" để

thuyết pháp cho những người mới gia nhập Phật pháp, đối với họ bà cảm thấy "như đã gặp nhau và quen biết." Bà cho biết, "Tôi đã đến đây, đã thực hiện Phật pháp - chỉ có điều ở một cương vị khác. Trước kia, tôi ngồi nghe thuyết pháp; hiện nay tôi giữ vai trò thuyết giảng.

Kinh nghiệm Phật pháp hầu như vượt không gian và thời gian đến với một quốc gia hoàn toàn mới lạ. Vẫn y hết những người đã tập trung lại tại nước Mỹ, hiện nay họ lại qui tụ lại bên Brazil. Những người có quan hệ trực tiếp với Phật pháp đã đến gặp lại các thiền sư và lắng nghe họ thuyết pháp. Những con người với tấm lòng và nhân cách thể hiện tình thương và nhân hậu để làm cho người khác được giác ngộ."

"Tôi có thể tưởng tượng điều diễn ra tại bất kỳ quốc gia nào hay ở bất kỳ nơi nào vẫn rất tốt đẹp đối với tôi." Tôi hỏi xem bà đã quen sông tại Brazil chưa và bà cho biết: "rất tuyệt vời" Nhưng bà biết đó Rinpoche đã đào luyện thật tuyệt vời tại quê nhà. Tôi rất ít khi được ở "nhà", bởi vì tất cả những năm tháng đi truyền bá Phật pháp, tôi thường xuyên phải di chuyển đó đây, mình phải làm quen như sống ở nhà bất kỳ chỗ nào đặt chân đến." Tôi nhắc lại một số điều đã đề cập với bà trong những năm qua, như tìm "thanh thản trong công việc". Bà trả lời: "Vâng, thanh thản trong công việc lúc nào cũng có đó, cho đến khi nào mọi diễn tiến ra thật đơn giản ngay trong tình lặng."

Chúng tôi cùng nhau xét đến hai vấn đề bức xúc: trước tiên là về thực tại tức giận và hận thù trong cuộc sống và trên đời này và chúng ta phải đối phó làm sao thật khôn ngoan; Thứ hai, một điều tối quan trọng là sống với tâm tình cởi mở với mẹ của chúng ta (một khó khăn khá phổ biến nơi các đạo hữu Tây Phương). Tsering phân biệt ba cách tiếp cận khả dĩ đối phó được với tức giận, tương ứng với ba truyền thống Phật giáo: Hinayana (tiểu thừa), Mahayana (đại thừa) và Vajrayana (Mật tông). Nơi truyền thống thứ nhất, tức giận được loại trừ cùng với những khuynh hướng tiêu cực khác. Đối với truyền thống thứ hai, nó được chuyển hóa thành một vài hành động tích cực, tỷ như, lòng nhân ái hay lượng từ bi. Còn theo truyền thống thứ ba tức giận được giải tỏa bằng cách nhìn nhận chính bản chất tức giận là một năng lực và đương nhiên là hoàn hảo rồi. Bạn không cần

thay đổi hoặc chuyển hóa điều gì cả nhưng đơn giản chỉ cần phơi bày bản chất ra mà thôi. Tức giận không thể tách biệt khỏi năng lực giác ngộ, ngay cả khi nó xuất hiện dưới dạng méo mó. Bằng cách giải phóng năng lực cơ bản này, tức giận "giống như cái gương soi" có thể được nhận ra.

Theo Tsering, ta chỉ có thể thực hiện được những điều kể trên chủ yếu là tìm cách thư giãn. "Đó là kết quả của cố gắng tự nhiên, một qui trình cũng rất tự nhiên." Nhưng theo nhận thức thì rất dễ bị lẫn lộn ở đây, bà cũng lưu ý là "không để gì thực hành được Vajrayana."

Sau này, trở lại với vấn đề thứ hai vừa đề cập đến ở trên, bà cho tôi biết đến một "giây phút khá sùng sốt" trong đó bà hiểu ra thực hành Phật pháp chính là bắt đầu một cách tự nhiên với việc học hỏi yêu thương và sống nhân hậu với người mẹ của mỗi người chúng ta. "Người mẹ đầu phải là một người hoàn hảo, bà chỉ là một con người có rất nhiều giới hạn." Nhưng người mẹ đã cứu mang chúng ta, đã cho chúng ta hiện hữu trong giây phút chào đời. Đôi khi cha mẹ chúng ta không có cả duyên số (karma) ngay cả để nâng đỡ cho sự việc lành mạnh đó," bà cho biết: "Nhưng một điều đặc biệt quan trọng là đi đến thống nhất ý kiến với mẹ và yêu mến người mẹ của mỗi chúng ta, ngay cả khi mẹ mình có phạm phải nhiều sai lầm, để thông cảm với mẹ và hiểu rằng mẹ cũng chỉ muốn được hạnh phúc. Bạn không cần đạt được nhiều điểm tối ưu, cũng không cần được thiên hạ khen ngợi, nhưng thực chất người đàn bà này đã ban tặng cho bạn một thân xác và làm sao bạn giúp đỡ được mẹ của mình đây?"

Bà cho tôi hay, hiện nay đã có cách luyện tập thiền Vajrayana, được cơ cấu hóa để hiểu được tính "đễ thương" của một bà mẹ một cách trực tiếp và thực tiễn. Bà nói tiếp, "Một phụ nữ đang trông giờ lâm chung, không còn nhiều thời gian, chúng ta phải làm gì đây?" Chúng ta tập trung khả năng trực giác, yêu thương, nhân ái và cả trí tuệ để đem lại lợi ích cho người phụ nữ đã ban tặng cho chúng ta thân xác này. "Mọi niềm vui sướng bạn có được là do ở người đàn bà đó đã sinh hạ ra bạn trên đời này. Mặt khác, đối xử với mẹ chúng ta như vậy còn hàm chứa ý nghĩa lời dạy là mọi chúng sanh đã có một thời là mẹ chúng ta vậy. Bà là người đầu tiên nhưng cũng là gạch nối cho tất cả phụ nữ khác đã

sinh hạ chúng ta, rất yêu thương chúng ta, áp ủ và nuôi dưỡng chúng ta không kể ngày đêm và nơi chốn trong suốt cuộc sống chúng ta. Có quá nhiều kinh nghiệm để đòi từ công việc làm này, giúp mở rộng lòng các bạn và phá vỡ cái vỏ bề ngoài của các bạn nữa."

Tôi kể cho bà về công việc chăm sóc người mẹ 96 tuổi của tôi và làm thế nào tôi đã nhất định giúp mẹ "nhìn ra sự thật," trong khi tôi đã quá kiệt sức chăm lo cho mẹ mà vẫn chưa làm mẹ bớt đau khổ. Trong thâm tâm, tôi dư biết là tôi hơi cố chấp và tôi cần bỏ qua tất cả và chỉ muốn thực sự yêu mẹ mà thôi. Nhưng tôi vẫn phải chịu trận.

Tsering vạch ra rằng "Hy vọng là bà cụ sẽ hiểu ra. Và ai biết được bà cụ có hiểu ra hay không? Bạn cần phải bỏ qua không cần yêu cầu bà cụ phải hiểu bạn, thông cảm hay xin lỗi bạn. Hoặc để bạn phải dạy cho bà biết. Bà cụ sẽ chẳng nghe bạn đâu! Nhưng nếu bạn có sức mạnh hơn, nếu như tình yêu và thông cảm của bạn ít bị giới hạn, điều đó sẽ biến chuyển cách khác (chắc chắn là như thế).

Tsering nói thêm. "Đây chính là Phật pháp cơ bản nhất, cũng là Phật pháp bước thứ nhất và đó là toàn bộ cả một qui trình. Để chuyển biến chúng ta chỉ cần nhớ lại chính người phụ nữ này đã mang lại cuộc sống cho chúng ta." Tsering tin tưởng rằng nếu như chúng ta vun trồng tình yêu, lòng nhân ái và trí khôn ngoan đối với mẹ chúng ta, khi các cụ qua đi thì tương quan giữa các cụ và chúng ta sẽ được tăng cường.

Trong nền văn hóa chúng ta, không thấy có quan niệm đơn giản sinh hạ ra chúng ta lại là một hành vi ưu ái. Bà nói thêm, ai cũng vậy thôi, vì thế cho nên ai cũng có một khởi đầu cuộc sống như vậy."

Kết thúc cuộc nói chuyện, Tsering trở lại với kinh nghiệm có được với Chagdud Rinpoche vào lúc ban đầu. Thực tế ông lúc nào cũng hiện diện tại đó, ngồi thiền tại căn phòng trong khi đó bà đang diễn dịch Phật pháp. Hiện nay cho dù ông không còn hiện diện thể lý, mọi sự vẫn y nguyên như cũ. Những câu chuyện bà kể là của riêng bà chứ không phải là của thiền sư.

"Nhưng giáo lý thì vô hạn" một nguồn mạch chảy dồi dào nơi mọi sự. Như những chiếc ly đựng có khác nhau, Phật pháp có thể được nhiều người khác nhau diễn tả, nhưng chất ngọt của rượu vẫn chỉ là một." Tôi mỉm cười nói với Tsering. Tôi có thể thấy được hạnh phúc trong giọng nói của bà.

Joanna Macy

Vào một buổi tối tháng Sáu năm 1986, căn phòng đầy nhóc người tại Boulder, bang Colorado, chỉ trong nháy mắt đã biến thành một làng người Sri Lanka. Biến cố này là một phần cuộc hội thảo bàn về Chiến Lược Hòa Bình được tổ chức Naropa và hội Ban Người Phật tử Vì Hòa Bình đồng bảo trợ. Chỉ trong vòng mười lăm phút đề ra các chi tiết do Joanna Macy hướng dẫn và đơn giản là bàn đến những vấn đề đời thường. Tất cả những người tham dự đã nắm được những thông tin cần thiết cho một sự biến đổi ngoạn mục xảy ra. Trong vòng ba tiếng đồng hồ họ đã đóng vai người nông dân, người lao động, các bà mẹ, người công chức và trẻ em, tất cả họ đều nắm được những thông tin cơ bản về những vấn đề liên quan cách xa họ cả nửa vòng trái đất.

Vào cuối những năm bảy mươi, sau một năm sinh sống và làm việc, Joanna hiểu rất rõ về người Sri Lanka và các vùng nông thôn họ sinh sống. Để tổ chức buổi hội thảo, bà bắt đầu với một cảnh chứa đầy những chi tiết yêu thương – gồm cả màu sắc, âm thanh, mùi vị. Đến thời điểm những người tham dự chọn vai cho mình, họ còn biết cả loại áo nào họ cần mặc. Rồi Joanna hướng họ lên một ngôi chùa trên đỉnh đồi dưới bầu trời chiều trong xanh, tiếng sỏi sào sạc dưới chân, không khí tỏa mùi đồng nội. Chính bà thủ vai người tổ chức cộng đồng Sarvodaya (một phong trào Phật giáo cổ vũ cho những thay đổi xã hội tại Sri Lanka do A.T. Ariyaratne sáng lập) bà hướng dẫn đám đông tụng ba Bài kinh "Trồng cây" và tổ chức một buổi thiền với đề tài về lòng nhân ái và đó cũng là nghi thức khai mạc cho bất kỳ một cuộc họp Sarvodaya nào. Kế đến trong vòng hai tiếng đồng hồ tất cả những người tham dự đều nhập vai – rất nghiêm túc, khẩn trương, thực tế và vui nhộn – đám trẻ con nô đùa bên ngoài trước căn phòng để nghe và thêm vào những thông tin trong khi

cha mẹ chúng thảo luận những vấn đề cấp bách tại địa phương. Thời gian được rút ngắn lại nên chỉ trong một buổi chiều họ phải dồn ba cuộc họp thường cần đến bốn tuần lễ liên tiếp để tổ chức. Vào cuối thời gian qui định, họ đã thành lập được các nhóm công tác và lập ra một dự án làm việc cho cả làng gọi là *Shramadana*. Bước đầu, những người tham dự phải biết qua một số nguyên tắc Phật giáo được áp dụng vào những qui trình thay đổi xã hội và nhất là về những vấn đề nổi cộm thuộc Thế Giới Thứ Ba (các nước đang phát triển) để được làm sáng tỏ. Joanna tin là những mặc cảm tội lỗi và mặc cảm thua sút thường làm cho nhiều người bối rối. Nhưng bằng cách nhập vai chúng tôi đã vượt thắng được mặc cảm tội lỗi. Chúng tôi biết họ cũng chỉ là những người giống hệt chúng ta, họ rất tuyệt vời và thông minh và như vậy hàng rào ngăn cách biến mất.

Đến 10.00 giờ đêm hôm đó tại Boulder, trời đã về khuya, nhưng căn phòng vẫn tràn hừng khởi đến nỗi không ai muốn ra về. Mọi người đều sôi nổi mang áp dụng những nguyên tắc vào chính cuộc sống và cộng đồng của mình khi họ rời khỏi phòng thiền. Nhưng theo Joanna thì một dự án *Shramadana* phải được triển khai trong vòng sáu tuần – bình thường phải sửa soạn trong vòng sáu tháng – "Vấn đề không phải chỉ đề cập nhiều đến việc làm nhưng thay đổi nơi mỗi con người là chính." Như câu châm ngôn Sarvodayana nêu rõ: "chúng tôi xây dựng con đường và con đường đó sẽ biến đổi chúng ta."

Hai chủ đề chính cứ diễn tới diễn lui hay xuất hiện trong suốt cuộc đời Joanna - Đó là vấn đề siêu nhiên và chính trị xã hội- Joanna Macy sinh tại Los Angeles vào năm 1929, lớn lên tại Nữ ước, theo học trường Trung học Pháp tại Manhattan, học đại học Wellesley college chuyên về môn Lịch Sử Kinh Thánh. Bà nhớ lại: "Những thắc mắc Tôn giáo và những nhu cầu của giới phụ nữ thực sự đã mê hoặc tôi." Cùng lúc đó bà lại tỏ ra rất cấp tiến về chính trị và đã nhận được học bổng Fullbright để theo học môn Chủ Nghĩa Quốc Gia tại các nước thuộc Thế Giới thứ ba. Bà lập gia đình vào năm 1953 và có ba người con. Vào những năm sáu mươi chồng bà là nhân viên điều hành chương trình Peace Corps. Cả gia đình đã di chuyển sang sống tại Ấn Độ trong hai năm và chính tại đó, lần đầu tiên ở tuổi ba mươi lăm bà có dịp tiếp cận với Phật giáo – trong một buổi diễn thuyết của

Đức Dalai Lama với những người tình nguyện Peace Groups bà cũng có mặt trong nhóm thánh giả.

Trong thời gian đó bà làm việc với một đoàn thể tu sĩ có khoảng một trăm Lama Tây Tạng (tu sĩ Phật giáo Tây tạng) và 300 người đời, điều hành đoàn thể đó là thiền sư, ngài Đại Đức Khamtrul Rinpoche, họ là những người đã chạy trốn sang Ấn Độ từ vùng đất Kham phía đông Tây Tạng vào thời Trung quốc xâm chiếm đất nước này. Họ mang theo một nền văn hóa riêng biệt, phong phú trong vũ điệu, âm nhạc và nghệ thuật, cũng như truyền thống Yoga cổ xưa. Đi theo ngài Đại Đức Khamtrul Rinpoche có sáu bảy thầy Yogi thường gọi là tokdens - hay các thầy pháp Yoga tiến bộ, họ mặc toàn đồ trắng, tóc để dài cột thành từng lọn trên đầu. Đã có một thời họ bị coi là bọn mọi rợ và thần bí và họ đã thực hành một hình thức yoga và có các bài thuốc chữa bệnh huyền bí và mê tín nhất thế giới. Joanna đã gắn bó rất mật thiết với nhóm này "Chúng tôi thích ứng với nhau rất mau lẹ" – và bà đã sống với họ trong nhiều tuần lễ liên tiếp và suốt mùa hè tại Dalhousie, Ấn Độ. Bà còn nhớ: "Tôi cảm thấy như đang sống ngay ở Tây Tạng." Với sự giúp đỡ của nhóm tình nguyện Peace Corps bà đã tổ chức những dự án hết sức thiết thực để cộng đồng có điều kiện tự hoạt động được.

Thỉnh thoảng cũng có một vài người Châu Âu đến tìm hiểu về "Phật giáo trong chốc lát" Nhưng Joanna ngăn cản. Bà thăm định hiệu quả và thực tế các tổ chức hiện có và trong một ít tháng sinh hoạt với đoàn thể này bà đã xin thụ huấn tinh thần (Phật giáo). Trong khi đó bà đã gặp và gắn gũi với ni sư Palmo (nữ tu sĩ Phật giáo), một phụ nữ người Anh rất tuyệt, Ni Sư Palmo đã lập gia đình với một người Shic và đến sống tại Ấn Độ vào những năm Ba Mươi, bà đã bị bắt cùng với Gandhi vì bị tình nghi phản tử Satyagrahi yêu nước, ni sư đã thọ giáo với thiền sư Mahasi Sayadaw tại Răng-gun vào những năm năm mươi và năm 1959, thủ tướng Nehru đã yêu cầu Ni Sư thành lập các trại ty nạn tại miền Bắc Ấn Độ và Nê-pal cho người Tây Tạng chạy trốn khỏi ách thống trị Trung quốc. Khi triển khai công việc này, Palmo đã bắt liên lạc được với các nhà lãnh đạo Phật giáo Tây Tạng trong đó Đức Dalai Lama và Hòa Thượng Gyalwa Karmapa và ni sư đã nhận hai người đó là thiền sư đồng thời công nhận và theo đuổi truyền thống Phật giáo Tây Tạng.

Chính ni sư Palmo đã giới thiệu Joanna nhập thiền và là thiền sư đầu tiên của Joanna. Palmo đã thành lập một ni viện Phật giáo Tây Tạng và Joanna cũng lưu lại đó một thời gian để tập luyện và nhận được những hướng dẫn đầu tiên về truyền thống Thiền Minh Sát. Sau đó ngay tại Ni đoàn Khamtrul một Lama đã truyền Phật pháp cho bà. Hiện nay bà vẫn liên lạc gần gũi với các thiền sư Tây Tạng, cho dù bà không luyện Vajrayana. Joanna chuyên sâu Thiền Minh Sát, nhưng tương quan Phật giáo của bà vẫn mang đậm sắc thái Tây Tạng và tính chất lạc quan cũng như nhân hậu tuyệt vời của họ thể hiện rõ nét nơi cuộc sống bá tánh. Họ không cay đắng trước quân Trung quốc xâm lược, họ chỉ khô hài, tỷ dụ như, "Thật tội nghiệp, họ (người Trung Hoa) đã tự rước lấy nghiệp chướng (karma) cho mình." Tinh thần cao thượng đó đã khơi dậy nơi Joanna lòng quảng đại phi thường.

Trong suốt những năm 1970, ở vào tuổi tứ tuần, Joanna mới hoàn tất kiến thức đại học và đã đạt được học vị tiến sĩ chuyên khoa Tôn Giáo tại Đại Học Syracuse vào năm 1978. Lĩnh vực bà tập trung tìm hiểu lần này là về Phật giáo. Luận án tiến sĩ của bà mang đề tài: Kinh Phật Đại Thừa (Kinh Phật và Luật giới) Thuyết Nhân quả là Phật pháp bà đặc biệt chú trọng và những tương quan giữa tinh thần với thể chất.

Trước hoàn cảnh đó Joanna rất “thực tế” đặc biệt khi phải đụng đến những vấn đề tồn vong của hành tinh này, cũng như quyền lực cá nhân, những vấn đề hiện nay bà rất quan tâm.

Năm 1979, Joanna nhận được học bổng do tổ chức Ford Foundation trao tặng để nghiên cứu phong trào Sarvodaya tại Sri Lanka. Trước tiên bà muốn nghiên cứu những học thuyết Phật giáo giúp thúc đẩy và huy động biến đổi xã hội xảy ra nơi bá tánh, trong khi đó bà thu thập những phương pháp Phật giáo mang nhiều ý nghĩa đối với đất nước và văn hóa Hoa kỳ. Bà cho biết, "Trong khi quá tin tưởng vào trợ giúp kỹ thuật, ngược lại chúng ta cần học hỏi nơi họ rất nhiều." Bà cảm thấy Phật pháp đã thâm nhập vào phong trào trong mọi lãnh vực, hình thành mục tiêu, hoạch định chiến lược xuất phát từ trên trung ương xuống cho tới các làng xóm. Bà đã quan hệ thân thiết với mọi người trong xã hội nơi bà cư ngụ và tiếp tục liên lạc mật thiết với phong trào và các lãnh đạo Sarvodaya. Cuốn sách đầu tiên,

Phật pháp và phát triển (Dharma and development) (xuất bản năm 1983, tái bản năm 1985, do Kumarian Press, West Hartford, conn.) Bà viết ra dựa trên những kinh nghiệm có được về phong trào này.

Nhưng chính nhờ nhận thức được chiều sâu và tính phổ quát nổi bật vọng bị ức chế và sự băng hoại tâm linh trong thời đại chúng ta, trước khả năng suy đồi toàn diện khó lòng tránh khỏi được, đã gây cảm hứng tác phẩm mới nhất của bà vừa qua. Bà viết, "Loài người chúng ta đang có nguy cơ diệt vong." Năm 1981 bà viết một tác phẩm nhỏ mang tựa đề *Công việc đầy thất vọng* (*Despairwork*) (Philadelphia: Nhà xuất bản New Society) trong đó bà có viết: "Nỗi nguy lớn nhất cho tồn vong của nhân loại không phải do hỏa thiêu nguyên tử hay hủy hoại môi trường, nhưng chính thái độ phớt lờ hàng loạt những nguy cơ đó, chúng ta mù quáng lao vào công việc kinh doanh bình thường và tạo ra những vật cấm kỵ trong văn hóa đối nghịch lại những biểu hiện thất vọng đó". Ngược lại với những thái độ trên, bà đang phát triển hàng loạt những cơ hội luyện tập tập thể dựa trên những trực quan và thực hành Phật giáo, giúp giải thoát và phát hiện những cảm xúc điên loạn hay đau khổ để rồi tăng sức mạnh cho mọi người hành động, bà công nhận những cảm xúc thuộc loại này thường rất phổ biến và xuất phát từ những bận tâm đôi khi vượt xa cả bản ngã cá nhân và đã được chứng thực một cách hùng hồn trong tương quan giữa chúng ta. Không nhất thiết phải đề cập đến Phật giáo, Bà đang tìm cách truyền thông Phật pháp qua kinh nghiệm.

Ví dụ: trong một nhóm luyện tập lấy vấn đề thất vọng và tăng cường sức mạnh làm chủ đề, bà giới thiệu hành thiền về chủ đề lòng nhân ái, theo cách Bodhicitta Tây Tạng. Thoạt tiên bà kêu gọi mọi người bằng tưởng tượng kinh qua đau khổ của người khác, càng sinh động và càng cụ thể bao nhiêu càng tốt và một khi họ đã thâm nhập được vào đau khổ đó, trong hơi thở, họ hình dung ra những đau khổ đó như là một dòng suối đen ngòm đang tuôn trào trong từng hơi thở. Và qua cả trái tim. Cứ để chúng tuôn trào ra và diễn ra thật tự nhiên. Tập trung vào cảm nhận, chứ không vào tư tưởng. "Bằng cách xóa bỏ những cấm kỵ chống lại thất vọng và hiện rõ chúng lên trong tưởng tượng, bằng cử điệu, rơi lệ, điên loạn và bằng lời nói đơn thuần nữa,

những luyện tập thể lý như vậy sẽ giải thoát ức chế. Chính do sự giải thoát và truyền đạt thông tin như thế sẽ dẫn đến cam kết mạnh mẽ hơn trong nhiệm vụ chung là duy trì cuộc sống còn cho chúng sanh."

Trong sáu năm qua, với sự tập trung cao độ cũng như bằng sức thuyết phục nhân tâm, Joanna đã cung cấp một tâm nhìn Phật giáo cho khoảng từ mười ngàn đến hai chục ngàn người thông qua hàng trăm điểm luyện tập như thể tại Hoa kỳ, Canada, Anh quốc, Tô-cách-Lan Úc và Tân Tây Lan. Mùa hè 1986 với sự trợ giúp của một thông ngôn, bà cũng đã thiết lập hàng chục điểm luyện tập như vậy tại Đức, Đan mạch và Na-uy. Cuốn sách của bà mang tựa đề: *Thất vọng và sức mạnh cá nhân trong thời đại nguyên tử* (Despair and Personal Power in the Nuclear Age). Xuất bản tại Philadelphia: Nhà xuất bản New Society, năm 1983) đã mô tả công việc này rất chi tiết. Vừa rồi bà bắt đầu hướng dẫn những điểm luyện tập sinh thái sâu xa gọi là "Cố vấn cho bá tánh". Thông qua những luyện tập và những nghi thức đã phát sinh nhiều ảnh hưởng qua lại nơi bá tánh". Một phần cảm hứng bà có được do nhà sư người Việt Nam, đồng thời cũng là một thiền sư. Mới đây bà cũng quay trở lại với truyền thống Phật giáo Hua-yen Trung Quốc. Một truyền phái Đại thừa chủ trương một tâm nhìn được sao chép nguyên bản của vũ trụ. Trong kinh Huayen Sutra, Joanna đã tìm ra được những gợi ý về việc tập luyện thiền thôi thúc sự phát triển một thể thức thuần nhất bà rất say mê phát triển.

Niềm tin của bà vào khả năng thâm nhuần những truyền thống đó rất sâu xa. Nhưng cần thiết phải được nêu ra và chúng ta cần có kinh nghiệm để làm rõ điều đó. Bà cho biết, "đó chính là sắc thái công việc tôi đang thực hiện."

Dầu sao, đôi khi bà vẫn còn nhiều nghi vấn. Một vài năm qua, bà đã đến gặp Đại sư Chogyad Rinpoche, một trong số các anh em và thiền sư Phật pháp của bà tại Tashi Jong miền bắc Ấn Độ. Hơi rụt rè một chút bà cho đại sư biết, bà đang sử dụng những kỹ năng vay mượn và thích ứng từ phía Phật giáo áp dụng cho cả những người thuộc các tôn giáo khác nữa – như Thiên Chúa giáo và Do Thái giáo - những kỹ năng đó đôi khi chỉ mang sắc thái những kinh nghiệm đời thường, nhưng có đôi lúc ngay cả

trong các nơi thờ tự nữa. Bà nêu câu hỏi, "Thầy có cho làm thế là sai không?". Ông cười to và để lộ một ánh mắt thật yêu thương và ông cho biết, "Ô, Joanna, Đức phật đâu có phải là một Phật tử đâu!"

Mùa Đông năm 2000

Bằng giọng nói rất hùng hồn và say đắm Joanna kể cho tôi về hai sức mạnh chính đã định hình tất cả những công việc của bà trong những thập kỷ qua. Sức mạnh đầu tiên là trong tiềm thức của chúng ta đã thấy xuất hiện những lãnh vực chính trị và siêu nhiên. Bà cho biết, "Một điều rất rõ ràng là hiện nay bá tánh đã gắn bó với nhau nhiều hơn," nhưng vào đầu những năm tám mươi những tụ điểm hội thảo hướng dẫn bá tánh đối phó với những vấn đề chính trị dưới một tầm nhìn siêu nhiên, "cần phải có nhiều can đảm." và hiện nay bá tánh cũng cho đó là điều đương nhiên."

Trực giác thứ hai đã trực tiếp ảnh hưởng lớn đến công việc của bà đó chính là sự công nhận những trục trặc sâu xa trong cơ cấu của xã hội ta hiện nay – và sức mạnh đó đã gây tác hại và nảy sinh tàn phá ở diện rộng. "Sự phân hóa giàu nghèo. Không ít người ngày càng giàu một cách dễ dàng và số người trở nên thiếu thốn dưới mức có thể tồn tại được ngày càng gia tăng – tôi không nghĩ lại có người tưởng tượng được sự việc đã trở thành tồi tệ đến thế." Những khủng hoảng sinh thái cũng đã vượt quá mức cho phép chúng ta có thể hình dung được trong một thập kỷ qua.

Vì thế cho nên, một đảng, sự khôn ngoan vẫn nở rộ, mặt khác sự gia tăng nguy cơ và ngu xuẩn cũng biểu hiện rõ nét." Nhận thức được sự thật trái ngược đang xảy ra cùng một lúc như vậy, Joanna đã cảm thấy một mặt được nâng đỡ do Phật pháp của Đức Phật, mặt khác là những hệ thống nguyên lý của Phật pháp. "Những nguyên lý đó áp ủ nuôi dưỡng nhau, đan quện vào nhau, vận dụng những khả năng tâm lý và tình cảm để kích thích trực giác khiến tôi khỏi bị nghẹt thở."

Hình như hệ thống của chúng ta đã kéo dài kiểm soát, nơi cái gọi là "các hệ thống thoát khỏi vòng kiểm tỏa." Thế nên trong

một tác phẩm mới đây, Joanna đã nhấn mạnh ngày càng nhiều hơn về lòng biết ơn. "Là con người hiện nay có nghĩa là chúng ta đang tham gia vào một chương sử ý nghĩa nhất trong lịch sử nhân loại." Đương nhiên bà cũng nhận ra, "Không có gì bảo đảm chúng ta không gặp thất bại. Thế nên chúng ta đang rất phần chấn, muốn đánh cược tất cả, nhờ có cơ hội biểu lộ đầy đủ lòng can đảm tận dụng tất cả những gì đã học hỏi được trong mối tương quan hỗ trợ lẫn nhau, để khám phá ra vẻ đẹp và giá trị nơi tâm lòng con người của chúng ta."

Cùng lúc đó, Joanna cũng phải đương đầu với tức giận. Sử dụng phương pháp thiền kết hợp cả truyền thống thiền minh sát vipassana lẫn truyền thống Tây tạng, bà đã "đánh bại" được với tức giận. Tức giận và điên loạn có thể xuất hiện đối lại với bất công và đau khổ dai dẳng trên thế gian này. Một trong các đại thiền sư người Tây Tạng lại cho Joanna biết, "nỗi bực dọc ray rứt như thê – lại có thể phát xuất ngay từ tâm lòng đầy lòng nhân hậu."

Chúng ta đang sống giữa sự chuyển đổi từ xã hội công nghệ phát triển sang một xã hội chịu đựng cuộc sống. Một giai đoạn mà thế hệ tương lai ("nếu thế hệ tương lai còn tồn tại") có thể coi đó là một bước ngoặt vĩ đại. Trong cuốn sách cuối cùng của bà mang tên "*Trở Lại Với Cuộc Sống*" (*Coming Back To Life*) (Nhà xuất bản Molly Young Brown, New Society, 1998) Bà đã tập hợp nguyên tắc mãnh liệt với những sự kiện đơn giản trong thực tế lại với nhau, đem lại cho chúng ta "những món ăn tinh thần" để nhận định và đối phó với những khủng hoảng toàn cầu được mệnh danh là một khủng hoảng về nhận thức. Thay vì tách biệt những thực tại cạnh tranh liên tục. Bà nhấn mạnh, "Chúng ta đang trôi bồng bềnh trong mối tương quan", không thể tách biệt khỏi thể chất sinh động trong vũ trụ."

Trong những trung tâm huấn luyện của bà rải rác khắp thế giới, trong những khóa tập huấn bà chỉ thủ vai giảng viên phụ tại trường Starr King một phân viện thuộc Đại học Berkeley, tại học viện California dành cho việc nghiên cứu tổng quát San Francisco và ngay cả tại viện đại học Creation Spirituality tại Oakland, Joanna đã nhấn mạnh sự khấn nguyện lớn lao cũng như

sự thâm định mạnh mẽ cuộc khủng hoảng chúng ta đang phải đối mặt và đề ra khả năng tạo bước đột phá mới.

Trong các khóa huấn luyện cao cấp, các thiền sinh đã tụ tập lại trong mười hai ngày và Joanna đã trình bày, "Đến mọi vấn đề tôi đã học được, dưới dạng thích hợp nhất, như thể ngày mai tôi sẽ không còn tồn tại trên trần gian này nữa." Bà không bao giờ nhấn mạnh đến cái "nhãn" Phật giáo mà chỉ muốn công hiến một giải thích tất cả mọi tình huống có thể ảnh hưởng trực tiếp đến bá tánh ngay thời điểm hiện tại.

"Vì tất cả mọi sự sẽ có ngày tàn lụi, khi cả những hệ thống đều sụp đổ, chúng ta bắt đầu đay nghiến lẫn nhau và sợ hãi phát triển. Tôi muốn công hiến cho mọi người sự trợ giúp cần thiết để đối phó với hoảng sợ, kinh hoàng và những cuồng loạn xã hội để mọi người có thể vượt qua được mà không cần chạy đến với người khác. Nhưng với đầy đủ tư cách và mãnh lực riêng trên bước đường lưu lạc trên trần gian này cho đến hiện nay. Để nhìn lại và xem xét bước đường tiên hóa của chúng ta đã đạt đến tuyệt vời tới mức độ nào, thì chắc hẳn những khủng hoảng hiện nay chẳng phải là điều gì to lớn. Tuy nhiên chúng ta vẫn nhận ra được với bao khả năng thích ứng, kể những thích ứng kỳ diệu của cuộc sống chúng ta. Tất cả những điều đó cũng sẽ giúp chúng ta vững bước tiến lên phía trước và sợ hãi là một qui trình co thắt của con tim mà thôi."

-ooOoo-

LỜI KẾT LUẬN

Tôi tin rằng để vẽ một bức tranh tổng thể và chính xác những thay đổi đã diễn ra trong thế giới phụ nữ và Phật giáo tại Hoa kỳ trong một vài thập kỷ qua, cần phải viết cả một cuốn sách (tôi hy vọng cuốn sách đó sẽ được viết trong nay mai). Tự bản chất bản tường trình dưới đây sẽ rất cô đọng, bỏ qua nhiều chi tiết cần thiết và những sai lầm khả dĩ trong khi nhấn mạnh hoặc cắt nghĩa sai lệch đi một vài điểm. Với ý định cung cấp cho độc giả một cái nhìn khái quát khơi lại những phát triển trong nội vi Thiên định, Thiên Minh Sát và những cộng đoàn Tu sĩ Phật giáo

Tây Tạng, cũng như đưa ra một vài hình ảnh khái quát về một số phụ nữ đang hoạt động rất tích cực, biểu lộ ra những biến đổi trong nhận thức đang diễn ra, nói lỏng những bức rào chắn cổ xưa và mở ra những vận hội mới.

TRƯỜNG PHÁI THIỀN ĐỊNH (ZEN)

Với truyền thống Thiền định (Zen) hiện nay chúng ta thấy đang xuất hiện các nữ thiền viện trưởng mới trụ trì tại khắp các chùa rải rác trên toàn quốc. Trung Tâm Thiền San Francisco là một điển hình với Blanche Hartman được cử làm nữ thiền sư đầu tiên vào năm 1996. Hiện nay đã có vị thứ hai là Linda Ruth Cutts, nghi thức tấn phong của bà vừa được tổ chức vào tháng hai năm 2000. Như đã đề cập đến trong phần mở đầu cuốn sách này. Trung Tâm Thiền Los Angeles đã đề bạt Wendy Egyoku Nakao làm thiền viện trưởng vào năm 1999. Sau khi Đại đức thiền sư Katagiri viên tịch, Trung Tâm Minnesota đã bỏ ra một thời gian dài để cân nhắc và quyết định xem ai sẽ là người thích hợp nhất để tiếp tục nắm quyền điều hành. Đề cử người ngoài vào chức vụ đó có hợp lý hay chỉ chọn người thừa kế Phật pháp của ngài Katagiri? Việc cân nhắc kéo dài trong sáu năm liền (trong suốt thời gian đó một Đại Pháp tạm thời đóng vai trò thừa kế này) cuối cùng mãi đến năm 1998 vị thừa kế Karen Suna mới được chọn vào chức vụ thiền viện trưởng.

Một số thiền viện trưởng nữ khác có cả Mitra Bishop tại thiền viện Mountain Gate, một đoàn thể tu trì ở New Mexico, cũng là lãnh đạo tinh thần Trung Tâm Hidden Valley tại San Marcos, Bang California; Dai-en Bennage trụ trì tại Mt. Equity Zendo gần Williamport, bang Pennsylvania; cũng như hai vị khác: Diane Rizzetto tại trường thiền Bay Zen Oakland, bang California và Ni- Osho Sherry Chayat tại trung tâm Syracuse, bang Nữ Uớc.

Các thiền sư Zen nắm vai trò lãnh đạo quan trọng khác phải kể đến Jan Chosen Bays, là thừa kế Phật pháp của ngài Meazumi Roshi, bà vừa là vợ, là mẹ và là bác sĩ nhi khoa chuyên về các ca trẻ em bị lạm dụng, cũng điều hành trung tâm thiền tại Portland, bang Oregon; Sunnyana Graef, thiền sư trụ trì tại trung tâm thiền Toronto, Ontario, Canada. Và tại trung tâm Casa Zen ở Santo

Thomas, Costa Rica; Tai Taku Pat Phelan, sẽ được đề bạt làm thiền viện trưởng trung tâm Chapel Hill Zen Bắc Carolina vào tháng mười năm 2000, một chi nhánh của trung tâm San Francisco theo trường phái của Đại sư Suzuki Roshi.

Một thực tế rất ấn tượng lúc này là: toàn bộ các vị trí lãnh đạo chính tại trung tâm San Francisco City, Green Gulch Farm và Tassjara Mountain (ba chi nhánh dưới trướng của Trung Tâm San Francisco) đều do các phụ nữ đảm trách. Trong đó còn phải kể đến hai nữ thiền viện trưởng là chủ tịch hội đồng quản trị và ba vị khác làm trưởng nghi thức (tantos).

Trong mọi lãnh vực và nhiều nơi, hiện đang diễn ra sự bùng nổ về số phụ nữ nắm giữ các cương vị lãnh đạo. Sau nhiều năm luyện tập và học hỏi một số đã bắt đầu tổ chức những tập thể hay những nhóm hành thiền tại những nơi trước đó không bao giờ xảy ra. Tại California có Mary Mocine, một thiền sinh khá lâu năm nay đã được xuất gia tại Berkeley, còn tại trung tâm San Francisco. Bà đã thành lập Zendo Clear Water tại bang California vào mùa hè năm 1998. Layla Bockhorst, thừa kế Phật pháp của ngài Đại đức Norman Fisher, người đang điều hành một nhóm mang tên Mill Valley Zen. Fu Schroeder, thừa kế Phật pháp của ngài Reb Anderson, đang dạy nghi thức pha trà, cũng đã lập một nhóm hành thiền tại Tiburon và kiêm luôn chức thiền viện trưởng tại Green Gulch. Wendy Johson đã được thọ giới do ngài thiền sư Việt Nam, đang làm việc tại một đoàn thể tu trì nhắm tới một cuộc sống tốt lành, ông đã phát triển công việc của mình nơi các gia đình và con cái của họ và đang viết một cuốn sách về phương pháp luyện tinh thần nghệ thuật làm vườn tại Green Gulch Farm, tại đó bà đã một thời gian dài làm nghề làm vườn. Sau cùng tại Minnesota. Joen Snyder O'neil, thừa kế Phật pháp của ngài Đại đức Katagiri, đang làm việc với các sinh viên vừa chịu ảnh hưởng phong cách của Jon Kabat-Zinn cũng như các nguyên lý sống đẹp mà vị thiền sư Việt Nam ấy đã hình thành.

Cách nhìn khái quát vụn vặt này cho thấy một sơ đồ phát triển mới, nhưng tôi cũng muốn cung cấp một vài cá nhân đặc biệt, các vị thiền sư sau đây không nhất thiết là người nổi tiếng hay

tiêu biểu, nhưng theo tôi nghĩ họ thực sự phong phú hóa sự đa dạng đó.

Tôi quen biết Maylie Scott đã hơn ba mươi năm qua, không thân thiết lắm, nhưng chúng tôi đã học chung khoa Anh văn trường đại học Berkeley, bang California trong những năm sáu mươi. Chúng tôi tập luyện thiền cùng một thời gian như nhau. Nhưng Maylie theo đuổi thiền cho đến nay, còn trường hợp của tôi lại hơi thất thường. Tôi đã tham dự nghi thức Jukai (xuất gia cho người đời) của bà vào năm 1976, tôi còn nhớ đã phải rơi lệ khi bà bước vào phòng thiền cạo đầu. Nghi lễ xuất gia Tokudo (xuất gia tu sĩ) cho bà được tổ chức năm 1988 và mười năm sau bà được truyền Phật pháp do Đại đức Mel Weitsman, thiền viện trưởng trụ trì tại Trung Tâm Thiền Berkeley. Hiện giờ bà đang điều hành một trung tâm riêng tại Arcata, bang California, nơi bà vừa dọn tới sáu tháng trước, sau mười năm di chuyển tới lui để thuyết pháp và hành thiền.

Việc di chuyển không dễ dàng và có rất nhiều trở ngại, hiện bà đang phải sống chung với mẹ đã chín mươi bảy tuổi. Bà cũng đã nghĩ phải mang mẹ tới Arcana, điều đó không đơn giản chút nào. Nhưng rồi ba đứa con trai của bà quyết định bà ngoại phải ở lại và chúng lại có ý định quay lại nhà cũ để chăm sóc cho ngoại.

Maylie nhớ lại: "Công việc khó khăn như tách biển ra vậy, tìm kiếm, mua bán và thiết kế lại một ngôi nhà mới tại Arcana thật không dễ dàng chút nào. Mọi nhu cầu cần thiết hầu như đều xuất hiện cùng một lúc. Hiện giờ việc hành thiền diễn ra đều đặn vào mỗi buổi sáng trừ Chúa nhật và hai buổi tối trong tuần. Nhà xe được cải tạo thành một phòng thiền rộng rãi. Có hai mươi người đang hành thiền đều đặn, chín người đang may tấm khoác ngoài áo cà sa, sửa soạn cho việc tấn phong cho một số người đời; thêm vào đó còn cả trăm người có tên trong danh sách gửi thư. Họ thường lái xe đến khu vực Bay Area (khoảng 300 dặm) để tham gia khóa huấn luyện hàng tháng kéo dài ba ngày hoặc ngồi thiền trong ba ngày liên tiếp.

Maylie cho biết, "Hiện nay, chúng tôi coi nghi thức là chuyện nhỏ." Bà đã tận dụng nghi thức để phát triển ý thức, nhưng sau này chúng tôi sẽ biến chúng thành những món ăn hợp khẩu vị.

Ý định của Maylie là biến trung tâm thiền thành một nơi chiêm niệm và hoạt động. Bà là một trong những người tiên phong đưa Phật giáo vào đất nước này. Và cách lồng ghép giữa luyện tập tinh thần vào những thay đổi trong xã hội đã trở thành nguồn cảm hứng cho nhiều người. Năm năm qua bà đã giảng thiền trong các nhà tù và các trại giam quanh vùng Bay Area. (bà cho biết, luôn theo phong cách Thiên Chúa Giáo,) bà đang suy nghĩ cộng tác với một nhóm liên tôn giáo để thực hiện những công việc còn lại tại nhà tù Eureka County. Bà cho biết, "Tôi hy vọng nhà tù này sẽ trở thành một nơi hội tụ các hoạt động tích cực của cộng đồng liên tôn giáo."

Katherine Thanas là cư dân sống gần Trung Tâm Thiền San Francisco đã hơn hai mươi năm và đã được xuất gia tại đó. Bà đã di chuyển xuống miền duyên hải Santa Cruz được mười hai năm và đã trở thành thiền sư trưởng cho cả Trung Tâm Santa Cruz lẫn Thiền Viện Monterey Bay vừa mới được xây cất. Bà nói với tôi, "Bước ra khỏi khung cảnh tu viện thật là một kinh nghiệm tuyệt vời, nhất là tại Tassajara này để hòa nhập vào hai cộng đồng người đời này; mỗi nơi đều mang đậm sắc nét văn hóa và điều kiện dân cư riêng." Bà vừa phải thích ứng công việc luyện tập thường xuyên lại phải thông cảm với những người mới bắt đầu luyện tập để họ đạt được đôi điều có thể áp dụng trực tiếp ngay vào cuộc đời. Hiện nay bà trình bày Phật pháp truyền thống dưới dạng "Chẳng có gì không liên quan đến cuộc sống tinh thần và vật chất." Bà đã tận dụng những kinh nghiệm trong chính cuộc sống của mình, áp dụng vào nhiệm vụ hàng ngày được coi như là một thứ "Nước cốt trái cây giúp cho việc thuyết pháp được sinh động". Bà phơi bày tất cả cho các thiền sinh. Bà nói, "Tỏ bày ra những điều thầm kín trong tôi đã giúp động viên rất nhiều các thiền sinh của tôi và khuấy động lên bản chất thiền sư nội tại trong họ."

Dai-en Bennage, trước là một vũ công Ballet, bà đã đến Nhật Bản với chồng lần đầu tiên vào năm 1963 và đã lưu lại đó ba năm. Bà đã bước vào làng nghệ thuật Nhật Bản, đặc biệt là nghệ thuật vẽ bằng cọ ngay từ hồi còn nhỏ, bà đã học tiếng Nhật (nói và viết) tại Đại học Princeton. Chính vì vậy, sau khi ly dị năm 1969, bà đã trở lại Nhật Bản và sinh sống tại đó hai mươi một năm. Bà luyện thiền rất say mê với một số thiền sư trong giai

đoạn đó, áp dụng kỹ năng và kỷ luật huấn luyện vũ công Ballet vào công việc luyện tập này.

Bà cho tôi biết là, năm 1978 bà đã đạt đến “khúc rẽ lớn trong cuộc đời.” Bà đã kết thúc một cuộc hành hương thật khắc nghiệt vòng quanh hòn đảo Shikoku, thăm viếng tám mươi tám ngôi chùa và tụng kinh Heart sutra tại mỗi ngôi chùa đó. Bà cho biết, "Đây thực là một kinh nghiệm sống đầy biến đổi," và bà đã xác định được sự cống hiến của đời bà". Đại sư Noda Daito Roschi đã thụ phong cho bà với tư cách là một ni sư độc thân, đại sư muốn trở thành một "Thiền sư lưu động" nên ông đã thiết kế một phòng thiền ngay trên một chiếc xe buýt, trải nệm vàng trên sàn xe. Ông cho biết, "Nếu bạn muốn trở thành một thiền sư thực sự, chẳng cần gì phải có trang thiết bị." Để thử thách trước khi xuất gia bà đã sống suốt ba tháng mùa đông trong một nơi khổ hạnh tại xưởng sản xuất sữa đậu nành và rồi sau đó hoàn tất mười hai năm khổ luyện. Trong thời gian này bà đã được truyền Phật pháp và kết thúc giai đoạn huấn luyện thiền sư.

Ngày nay tại phòng thiền Mount Equity miền Trung Bắc, bang Pennsylvania, bà đang sống với hai ni sư, một người Mỹ và một người Pháp, họ giúp bà trong việc huấn luyện. Cả hai đã theo bà luyện thiền và bà đã xuất gia cho họ. Hàng ngày có hai mươi thiền sinh đang thụ giới và ba mươi người đời đang luyện thiền tại đó. Bà cũng đã thành lập năm cộng đồng Sanghas trong các nhà tù, hai đoàn thể trong các nhà tù được bảo vệ tối đa. Bà cũng đã trao luật giới cho năm phạm nhân. Sau một thời gian rỗng rã bảy năm dạy thiền tại nhà tù, bà cho biết, "Các phạm nhân với án tù nhiều năm thường thích luyện thiền Phật giáo vì họ đã "vĩnh viễn bị loại ra khỏi cuộc chơi."

Một sự kiện nữa là Thiền Phật tại Hoa kỳ người đời tham gia rất nhiều, nên bà suy nghĩ đây là một hiện tượng "tuyệt vời nhưng cũng đáng sợ" Ai trong chúng ta đã đọc hết được bộ bách khoa đại tự điển đây?" Bà muốn biết, "Chúng ta chỉ cần một số ít người đi trọn quãng đường" Nếu Phật giáo trên đất nước này không được xây dựng dựa trên những tu sĩ nam nữ được xuất gia và cả trên những người đời nam cũng như nữ (như Đức Phật đã dạy), thì Thiền Phật tại đất nước này sẽ chẳng đạt được những điều kỳ diệu"

Năm 1985 Charlotte Joko Beck (xem chương bốn) cùng với ba người kế vị Phật pháp đầu tiên đã thành lập một trường phái Phật giáo dành cho người đời. Để bộc lộ việc hành thiền ngay trong đời sống hàng ngày của họ. Trong trường phái này, không tồn tại phẩm trật và mỗi người kế vị Phật pháp tự quyết định cách tiếp cận giáo lý cho những địa điểm mình phụ trách, các thành viên của nhóm tự công nhận là thiền sinh đang được đào luyện, chất lượng thuyết pháp được quyết định dựa vào chất lượng việc hành thiền của họ.

Diane Eshin Rizzetto, một trong những người kế vị Phật pháp đầu tiên đã trở thành thiền viện trưởng tại Trung Tâm Thiền Oakland, bang California từ năm 1994. Trung tâm có lịch trình đầy đủ, với việc luyện tập hàng ngày và những buổi hành thiền, Diane làm việc trực tiếp với từng thiền sinh cũng như qua điện thoại. Bà cũng vận dụng cách tiếp cận của nhiều truyền thống Phật giáo khác nhau, "Mục tiêu để giúp chúng ta nhận ra chân lý cuộc sống thực sự của mỗi người." Mỗi người thực hành "koans" xuất phát từ những biến cố thường ngày trong cuộc sống. Với vai trò một người vợ, người mẹ và ông bà trong gia đình, Diane không thể giúp được gì ngoài cách đưa những kinh nghiệm thực tiễn vào trong bài thuyết pháp. Bà thường đặt ra câu hỏi: "Tại sao chúng ta cứ khư khư giữ lấy cho mình phần nộ, kinh hoàng, hay buồn khổ của mỗi chúng ta mãi như bồng một đứa trẻ trong tay? Tại sao chúng ta cứ chứng kiến mãi trong thịnh lặng sự thất bại, nổi cay đắng, sự hoảng loạn tựa như người bất động trước đứa trẻ đang kêu la inh ỏi? Hay chứng kiến những giọt lệ tuôn trào mà không mũi lòng hay sao? Mọi kinh nghiệm sống đó đều là động lực sinh động để tập sống một cách tỉnh táo, kể cả những khai sáng trong phòng thiền, chứng đau đầu kinh niên, hay cả sinh lực giới tính tăng triển. Tất cả những điều đó không phải là gánh nặng hoặc những điều gây cản trở, nhưng là nguyên liệu làm cháy bùng lên ý thức của chúng ta."

Năm 1998, Roko Ni- osho Sherry Chayat nhận truyền Phật pháp theo truyền thống Rinzai do ngài Đại sư Eido Shimano Roshi. Bà tin tưởng rằng, phụ nữ tham gia Phật giáo tại Hoa Kỳ là một trong những điểm mạnh trong việc loan truyền Phật pháp từ Đông sang Tây. Bà xuất thân từ phong trào phụ nữ rất sớm, nên rất nhạy bén với những vấn đề đồng cảm với người khác – cũng

nếu tính đồng cảm trong việc luyện Phật. “Sống giữa những xung khắc và nghịch lý có thể tạo nguồn thổ lộ và thông cảm nhau rất hữu hiệu” bà cũng tin rằng sự dính líu vào cuộc đấu tranh giải phóng phụ nữ, những thắc mắc về tính bình đẳng trong Phật giáo khiến bà đặc biệt nhạy cảm với những vấn đề các thiền sinh nêu ra liên quan đến tình dục, giới tính, sự lạm dụng, quyền lực và chức quyền.

THIÊN MINH SÁT

Để nhận ra những biến đổi trong đoàn thể tu sĩ theo truyền thống Phật giáo Thiên Minh Sát, tôi đã mạn đàm với Anna Douglas, một thiền sư sáng lập Trung Tâm Thiền Rock Meditation tại Marin County, bang California. Bà đưa ra chi tiết về một sự việc xảy ra ba năm về trước. Bà phụ trách thuyết pháp một cuộc tĩnh tâm cho các phụ nữ kéo dài một ngày. Bà cho biết: “Một điều thật rõ ràng, nhìn vào nhóm khoảng độ bảy mươi đến bảy mươi lăm phụ nữ đang hành thiền, thỉnh thoảng tôi nhận ra đa số họ không biết gì về một vấn đề đang tồn tại giữa các phụ nữ và Phật giáo. Những đạo hữu mới tới Trung Tâm Spirit Rock đã quá quen thuộc với các thiền sư nữ. Một tượng Quan Âm (phụ nữ) được đặt kế bên Tượng Đức Phật (nam giới) ngay tại phòng thiền, phụ nữ nắm vị thế lãnh đạo, đại loại đâu cũng có phụ nữ!”

Một khi số nữ thiền sư ngày càng gia tăng, Anna nhận ra họ đã trở thành khá khác biệt. Có nghĩa là, một số đang thuyết pháp theo sát truyền thống, tuân thủ những kiểu mẫu đã được nam giới ấn định. Một số khác lại áp dụng một phong cách nữ tính hơn (một phong cách trực giác hơn, tự nhiên hơn, bao quát và có tương quan nhiều hơn” Anna còn cho biết, “Có nhiều thiền sư nữ là một chuyện, làm cho mọi người ý thức được nữ tính trong mọi hình thức huấn luyện lại là một chuyện khác.” Những mô hình giáo trưởng (nam giới) vẫn còn đó, hình như nó thâm nhập vào văn hóa và thay đổi rất chậm. Bà tin là cách thức phụ nữ hiện hữu và điều hành những trung tâm thiền chính là vấn đề then chốt đối với Phật giáo Hoa kỳ ngày nay. “Phụ nữ sẽ nắm địa vị lãnh đạo theo kiểu truyền thống hay họ sẽ đưa vào ý thức nữ tính trong mọi cơ chế?”

Tôi đặt vấn đề về những thiền sư mới theo truyền thống Đại Thừa và được cung cấp một biểu mẫu dưới đây:

Catherine Ingram là một trong những thiền sư sáng lập Insight Meditation Society. Sau này bà đã nghiên cứu số thiền sư thuộc cả hai phái (Advaita), kể cả Poonja-ji tại Ấn độ. Hiện nay bà đang thuyết pháp một cách độc lập, một phương thể điều tra cởi mở tại các cuộc Hội Nghị mang tên "Đối Thoại về Phật pháp."

Sylvia Boorstein, là tác giả và thiền sư tại trung tâm Spirit Rock trong nhiều năm, hiện bà rất quan tâm đến việc hòa hợp Phật giáo với Do thái giáo. Cộng với những lớp giảng tại trung tâm Spirit Rock, bà hiện đang giảng lớp Khai tâm cho các tư tế và các nhà lãnh đạo tinh thần khác.

Deborah Chamberlain - Taylor một trong những thiền sư Thiền Minh Sát thuộc thế hệ trẻ, cùng với chồng là George Taylor, cả hai đều là những nhà tâm lý trị liệu rất kinh nghiệm, hiện đang điều hành các khóa huấn luyện cho các cặp vợ chồng đang muốn kết hợp những vấn đề có liên quan với cách luyện tập thiền.

Mới đây thuyết pháp của Anna Douglas đã xoáy vào hành thiền và qui trình sáng tạo. Bà đã hành nghề họa sĩ trong mười lăm năm. Hành thiền trong hai mươi năm và hiện đang muốn gộp cả hai công việc làm một. Bà cho biết, "Tôi đang dạy vẽ từ một bối cảnh tạo hình và trống rỗng. Thật sự hai vấn đề không liên quan với nhau!"

Trong nhiều năm Julie Wester rất tích cực trong việc điều hành Trung Tâm Thiền Spirit Rock mới đây đã tham gia trong ban quản trị trung tâm, lại rất quan tâm đến chương trình kế hoạch hóa gia đình và hiện đang nuôi dạy một con gái nhỏ.

Mary Orr đã thành lập một Trung Tâm Thiền Minh Sát Vipassana tại Santa Cruz cũng như đang điều hành rất nhiều khóa huấn luyện trên mọi miền đất nước.

Caril Wilson sống gần IMS và du hành khắp thế giới thuyết pháp tại các khóa huấn luyện Thiền Minh Sát truyền thống. Mặc

dù bị bệnh hiểm nghèo và đang “công hiến hết mình” và nắm giữ một lịch trình làm việc thật căng thẳng.

Tara Brach đã thiết lập một cộng đồng Insight Meditation tại Washington, D.C tại đó bà lên lớp và điều hành các khóa huấn luyện.

Lucinda Green một thiền sinh của Ruth Dension và Ayya Khema quá cố lại thành lập một trung tâm thiền mang tên Rocky Mountain Insight Meditation tại Colorado Springs.

Vì công hiến rất độc đáo của Arinna Weisman cho truyền thống Phật giáo Thiền Minh Sát tại Hoa kỳ, tôi cũng đã tìm đến phỏng vấn Arinna.

Arinna sinh tại Johannesburg, Nam phi, cha mẹ bà đã bị bỏ tù tại đó dưới chế độ phân biệt chủng tộc với tội danh hoạt động chính trị. Họ rời bỏ Nam Phi vào năm 1961 và kinh nghiệm lưu vong chính trị hun đúc khao khát tự do đã ảnh hưởng đến cả cách giảng dạy của bà cho đến tận ngày nay. Bà đã được huấn luyện theo trường phái U Bha Khin và Ruth Dension, nhấn mạnh đến những kinh nghiệm trực tiếp đến thể lý thông qua Niệm Hơi thở, nhìn toàn cảnh thân xác và chuyển động.

Arinna đã thành lập Trung tâm thiền Dhamma Dena tại Northampton, bang Massachusetts vào năm 1998, bà đang chỉ đạo các lớp học và các khóa huấn luyện dành cho cộng đồng nói chung và đặc biệt dành cho các phụ nữ đồng tính luyến ái nói riêng. Tại Seattle, Spirit Rock, Washington D.C. và Nữ ước bà cũng tổ chức các khóa huấn luyện hàng năm cho các cộng đồng tình dục đồng giới nữ / tình dục đồng giới nam/ tình dục với cả hai phái. Bà nói, "Có điều gì đó “rất đặc biệt” về các khóa này, một nghị lực đặc biệt để họ cùng hiện diện chung với nhau đó đã là điều thật đáng yêu rồi,"

Bà nhấn mạnh cùng trở lại chung sống với nhau thành một cộng đồng và bà cũng nhấn mạnh đến lòng nhân ái, khả năng tự yêu thương lẫn nhau, bà bỏ lại đằng sau các thông điệp tiêu cực. "Tất cả chúng ta đều có khả năng trở thành tự do ngày càng nhiều hơn."

Cuốn sách mới của Arinna, dự kiến sẽ có tên *Hướng dẫn thực hành thiền Meditation Insight*, sẽ được nhà xuất bản Random House xuất bản vào mùa hè mùa đông năm 2000.

THIÊN THEO PHẬT GIÁO TÂY TẠNG

Ngay trong truyền thống Phật giáo Tây Tạng tại quốc gia chúng ta (thường ám chỉ phái Mật Tông) cũng thấy xuất hiện sự bùng nổ những cố gắng của phái nữ trong số các thiền sư mới sau này. Với sự bùng nổ này ta thấy xuất hiện một hiện tượng mới đó là thân thánh hóa phụ nữ như Tara và Yeshe Tsogyal kèm theo những vấn nạn như, "Trong trí năng truyền thống Tây Tạng luôn luôn có liên quan đến nữ giới mang ý nghĩa gì?"

Trước khi nêu ra đây một vài thiền sư nữ theo truyền phái Phật giáo Tây Tạng tôi muốn đề cập đến Tsultrim Allione, rất tiếc là bà đã không được nhắc đến trong lần xuất bản thứ nhất cuốn sách này. Nhưng chính bà là phụ nữ Hoa Kỳ đầu tiên được xuất gia nữ tu theo truyền phái Phật giáo Tây Tạng. Và cũng là một trong những người phụ nữ Hoa Kỳ đầu tiên giảng dạy Phật giáo Tây Tạng trên đất nước này. Sau khi đã theo học tại Ấn Độ và Nepal với nhiều thiền sư Tây Tạng cao cấp, bà bắt đầu giảng dạy vào đầu những năm Sáu Mươi và cộng tác với Chogyam Trungpa thành lập học viện Naropa tại Boulder, bang Colorado. Bà đã được thiền sư Namki Norbu huấn luyện trong vòng hai mươi năm và hiện đang giảng dạy dưới sự dìu dắt của ông ta. Trung tâm Tara Mandala Pagosa Springs, bang Colorado đã tổ chức những khóa huấn luyện vào mùa hè. Tsultrim đang thực hiện chương trình giảng dạy trên khắp thế giới, bà cũng đang hướng dẫn những cuộc hành hương đến những thắng cảnh Phật giáo linh thiêng tại khắp Ấn Độ, Tibet và Bhutan.

Lama Palden Drolma (Caroline Alioto) một phụ nữ bốn mươi bảy tuổi, sinh tại California và đã là thiền sinh lâu năm, bà đã theo học với ngài Đại đức Kalu Rinpoche. Bà đã sống hai năm tại Bhutan, Sikkim, Ấn Độ và cũng được chỉ định là Lama theo dòng hệ Kagyn. Sau khi đã giảng dạy Phật giáo truyền thống Vajrayana mười bốn năm tại California, ba năm vừa qua bà đã thiết lập một trung tâm Dharma Marin County mang tên Sukkasidhi Foundation. Tại đó bà giảng dạy Vajrayana,

mahamudra và luyện tập Dzogchen chuyên sâu về tâm linh phụ nữ. Bà rất sùng bái Tara. Bà tin là phụ nữ tính trong vạn vật không thuộc phạm trù nhận thức, rất có giá trị và rất khó diễn đạt bằng từ nhưng lại thích hợp trong thực hành.

Bà nói với tôi, "Tôi rất ngưỡng mộ qui trình luyện tập của mỗi cá nhân" và bà cố gắng tạo thuận lợi cho kiến thức cá biệt của mỗi thiền sinh được thể hiện. Bà đề ra cách thực hành và cách thức luyện tập tinh thần phù hợp cho từng cá nhân, hy vọng rằng đường hướng của mỗi thiền sinh sẽ tự hé mở. Chính vị thiền sư của bà cũng đã thực hiện phương thức này. "Tôi cảm thấy họ đem lại may mắn và sức mạnh cho tôi."

Đây là một "qui trình thao tác được chia sẻ" không mang tính độc đoán, nhấn mạnh đến lòng nhân ái và "tham gia cách vui vẻ". Tổ chức này phát triển chậm nhưng vững chắc. Hạnh phúc cá nhân được "lưu ý trước hết sau đó mới tới tổ chức.!" Cơ cấu không mang tính phẩm trật, dựa trên nhóm tập trung. Ban điều hành hay đoàn thể rõ ràng tồn tại trong nhóm, nhưng điều quan trọng nhất vẫn là thái độ trí tuệ. Cống hiến của mỗi cá nhân được trân trọng "Sức mạnh luồng vào trung tâm, rồi chuyển qua các nhóm. Sau đó lan rộng ra khắp thế giới".

Theo truyền thống, các tổ chức Phật giáo Tây Tạng mang tính phẩm trật, phong kiến và phụ quyền. Tuy nhiên nơi các tu viện bà theo học tại Himalayas, Lama Palden chưa bao giờ gặp tình trạng phân biệt giới tính. Bà nhắc tôi nhớ lại một số câu chuyện về những đạo hữu phụ nữ thành đạt và đáng kính trọng trong Phật giáo Tây Tạng, Một người trong số họ là Mẹ của thiền sư Kalu Rinpoche.

Lama Palden cũng hành nghề tâm lý trị liệu bà được huấn luyện rất tốt và tin tưởng mạnh mẽ rằng để cho việc luyện tập siêu nhiên tiến tới mau lẹ, nhất thiết cần phải xét đến yếu tố tâm lý. Thay vì "chỉ phấn đấu" chống lại những điều tình cờ để đạt đến mục tiêu đề ra (điều này khá phổ biến nơi bối cảnh các tôn giáo khác). Bà động viên các thiền sinh cùng nhau nghiên cứu trên mọi lãnh vực: tinh thần, tình cảm, tâm lý và thể lý.

Chủ biên tờ tạp chí Mandala là Đại đức Robina Courten, thuộc phái Gelugpa, đã thành lập *Dự án Nhà Tù Maitrya* và thủ vai trong một phim sản xuất tại Úc mang tên *Chasing the Buddha* (Săn tìm Đức Phật), vừa được trình chiếu tại Liên Hoan Phim Sudance. Bà đã đi thuyết pháp khắp nơi trên thế giới, một thiên sinh của bà đã mô tả cách thuyết pháp của bà thật là "mãnh liệt, trực tiếp, rõ ràng, ám áp và đầy tình người."

Anne C. Klein là giảng viên và Trưởng Khoa Tôn Giáo tại Đại Học Rice Houston, bang Texas, Bà đã giảng các khóa Phật học và ngôn ngữ Tây Tạng. Năm 1995 trong cuốn sách Bà viết mang tựa đề *Meeting the Great Bliss Queen: Buddhism, Feminism, and the Art of the Self* (tìm gặp Bà hoàng hạnh phúc: Phật giáo, phụ nữ và nghệ thuật bản ngã.) đã được Beacon Press xuất bản. Bà cũng là thành viên thiết lập ngôi chùa Tây Tạng Dawn Mountain, một trung tâm cộng đồng và nghiên cứu ở Houston và vài năm vừa qua bà đã tổ chức những cuộc hành hương thánh địa tại Tây Tạng và Nepal, đặc biệt là đến thăm nơi sinh của Yeshe Tsogyal (Bà hoàng hạnh phúc). Cùng với Phyllis Pay, một cố vấn và đạo hữu Phật giáo Tây Tạng thuộc tông phái Sakya, bà đã thiết lập một chương trình mang tên "Buddhist in the Body" nhằm liên kết việc "luyện tập giác ngộ" với cách tập luyện theo truyền thống Tây Tạng.

Chín năm sống tại Úc, Julie Henderson đã tổ chức các khóa huấn luyện với các Đại Thiên sư Tây Tạng. Trong số đó có các vị Gyalwang Drukpa thứ mười hai và cha của ông. Ngài Nyingmapa Lama Vairochana Tulku – Bà đã trở lại Hoa kỳ vào năm 1993. Với sự chấp thuận của các vị đó bà đã thuyết pháp một cách không chính thức tại Châu Âu, Châu Úc và Hoa kỳ. Các cuốn sách Bà viết gồm có: *Embodying Well-being: How to Feel As Good As You Can in Spite of Everything; I Ching: Revealing Story, Training Mind, and The Hum Book.* (Bản về hạnh phúc: làm sao có hạnh phúc bất chấp mọi khó khăn. *Chuyện kể về luyện trí nhớ và sách kể chuyện vui*).

Những thiên sư sau đây, tôi chỉ đưa ra tên Tây Tạng, nhưng tất cả họ đều là người Mỹ. Lama Inge, tên gốc Lama là Chagdud Tulku, Rinpoche, thiên sư cư trú tại Padma Ling Spokeane, bang

Washington. Bà đi thuyết pháp rất nhiều nơi, như Canada, Alaska và nhiều nơi khác trên đất nước này.

Lama Yeshe Wangmo là thiền sư cư dân Hawaii thuộc Tổ chức Vajrayana Foundation, đặt bản doanh tại Orgyen Dechen Cho Dzong, một trung tâm huấn luyện của thiền sư Dzogchen Lama Tarchin Rinpoche tọa lạc trên một hòn đảo lớn ở Hawaii, bà thuyết pháp thường xuyên khắp Hawaii và trên đất liền.

Karma Lekshe Tsomo, cũng đặt bản doanh tại Hawaii, là thiền sư không thuộc giáo phái Phật giáo nào cả được huấn luyện tại cả bốn trường phái Phật giáo Tây Tạng, cũng như truyền thống Miến điện, Korea và Trung quốc. Bà đang điều hành tám dự án giáo dục cho phụ nữ tại Ấn-độ (thuộc tỉnh Dharamasada, Spiti, Ladakh và Kinnaur) Bà dạy môn Phật học và các tôn giáo khác tại Đại học Chaminode Honolulu. Bà là thư ký của tổ chức Sakyadhita: một hiệp hội Phụ nữ Phật giáo quốc tế và còn đang thiết lập một trung tâm huấn luyện khác trên quần đảo Kauai.

Đại đức Thubten Chodren, thuộc tông phái Gelugpa, giảng tại Dharna Friedship Foundation Seattle, bang Washington.

Sangyey Khantrul, thiền sinh của ngài Gelugpa Rinpoche, đang thuyết pháp khắp miền duyên hải phía Tây, đặc biệt tại vùng Bay Area và Portland, bang Oregon.

Lama Shengen Drolma do Đại đức Chagdud Tulku Rinpoche xuất gia, chủ yếu đang thuyết pháp tại vùng Arizona và New Mexico và cả Trung tâm Chagdud Gonpa Foundation.

Bà Chagdud Khadro, vợ của Chagdud Tulku, Rinpoche, lại thuyết pháp nhiều nơi trên đất nước này và mới đây hàng tháng lại cũng thuyết pháp tại Brazil.

Cuối cùng, tôi muốn đề cập đến ba khía cạnh khác nữa trong thế giới phụ nữ và Phật giáo trong thập kỷ qua. Cho dù có liên quan đến giới tính hay chỉ thuần túy là các khuynh hướng vượt khỏi giới tính thì không dễ gì thẩm định được. Dù sao đi chăng nữa, những khuynh hướng trên đã xuất hiện cùng thời điểm với

những vấn phụ nữ đang trở nên nổi cộm trong thế giới Phật giáo phương Tây hiện nay.

Trước tiên là những hiện tượng ảnh hưởng chéo giữa Phật giáo và các tôn giáo phương Tây khác cũng như ngay cả giữa các truyền thống Phật giáo với nhau. Cuộc đối thoại Phật giáo và Ki-tô giáo không phải là điều gì mới mẻ. Nhưng những tương quan vừa chớm nở giữa Do Thái Giáo và Phật giáo là điều mới mẻ và đáng ngạc nhiên. Các thiền sư Phật giáo và các Giáo Sĩ Do Thái Giáo như: Sylvia Boorstein (Vipassana) và Norman Fisher (thiền) đang giảng dạy tới các thầy Rabbis và các cộng đoàn Do Thái giáo để tìm hiểu nhau và phong trào thiền Do Thái Giáo mới đã đăng cai những cuộc đối thoại với các thiền sinh và thiền sư Phật giáo.

Trong nội tình Phật giáo, các thiền sinh Zen cũng tham gia các khóa huấn luyện vipassana chung và ngược lại. Nhiều thiền sinh truyền thống Tây Tạng cũng đã xuất hiện tại cả hai nơi. Các thiền sinh theo truyền thống Zen cũng tham gia các cuộc huấn luyện do Toni Packer chủ trì, bà không coi mình nhà thiền sư Zen. Trong nhiều năm (chương I) chính các thiền sinh của bà cũng đã tham gia rất nhiều khóa huấn luyện thuộc các truyền thống khác, nhiều đạo hữu vipassana cũng như thiền sư cũng đang học hỏi với các Đại sư Tây Tạng.

Khía cạnh thứ hai là một thay đổi quan trọng trong cấu trúc và tinh thần nơi nhiều tổ chức Phật giáo tại Hoa Kỳ (đôi khi nhẹ nhàng cũng có khi thật gắt gao). Được mô tả như là dân chủ hóa, phụ nữ hóa, dần dà phẩm trật được nói lỏng hoặc biến mất và qui trình thiết lập quyết định đang trở nên cởi mở và uyển chuyển. Trường phái Ordinary Mind Zen của Charlotte Joko Beck và các thừa kế Phật pháp của Bà được qui hoạch hoàn toàn không có phẩm trật và mở ra cơ hội đổi mới cho mọi thành viên. Trung tâm thiền San Francisco hiện có một hệ thống thiền thật tỷ mỉ để giải quyết các tranh cãi và thiền viện trưởng không được giữ chức trọn đời nhưng chỉ thực hiện quyền trong những khóa kéo dài bốn năm (mới có quy định khóa chỉ còn kéo dài ba năm). Hội Suhasiddhi Foundation của Lama Palden lại dựa trên quyết định của nhóm để thực hiện công việc kinh doanh cũng như công việc tinh thần. Mọi người đều bình đẳng; mọi tiếng nói

đều quan trọng. Sultrlm Allione và Anne Klain cũng thuyết pháp tại các nhóm.

Điều cuối cùng và rất quan trọng, tôi muốn công nhận sức mạnh và sức sống mãnh liệt của phong trào Phật giáo đang thống lĩnh tại đất nước này. Một cuốn sách mới đây, mang tựa đề *Engaged Buddhism in the West* (Phật giáo dẫn thân tại phương Tây) do Christopher S. Queen, ghi lại toàn bộ hoạt động của phong trào này. Trong một chương mang tựa đề "*Phật giáo hoa kỳ và các Chính khách Phụ nữ*". Susan đã nêu ra câu hỏi: Phụ nữ đã thích nghi ra sao trên đất nước này? Câu trả lời của bà đề cập đến những vấn đề: Với thân phận là phụ nữ, chúng ta dư biết điều gì đã tầm thường hóa chúng ta và sự hiểu biết đó có thể giúp chúng ta thực sự liên kết với nhau. Với thân phận phụ nữ, chúng ta đã giúp cho ai đó củng cố vị thế của mình bằng cách công nhận cơ cấu phụ quyền đã bám sâu nơi các qui luật Phật giáo và chúng ta dư biết đó không phải là chân lý tối hậu. Vì thế cho nên khi đề cập đến tín lý chúng ta thật uyển chuyển. Là phụ nữ chúng ta cũng hiểu được phần nào nổi thống khổ do áp bức gây nên và chúng ta cảm nhận có một mệnh lệnh tinh thần là phải chỉnh lại điều này... phải nhỏ nhẹ là điều quá gần gũi với phụ nữ chúng ta vì vậy giờ đây chúng ta muốn đi thẳng ngay vào vấn đề đau khổ.

Maylie Scott cho tôi biết, "Dấn thân vào công tác xã hội hiện nay thường được coi là một khía cạnh luyện tập. Một số người trong chúng ta cảm thấy góc độ thực hành là tối quan trọng: làm sao có thể diễn đạt được điều đã nghiệm được trên gôi thiền đây? Có sự luyện tập bên trong và luyện tập bên ngoài. Đức Đạtlai Latma nói chúng ta cần đến cả hai thứ đó." Tôi tin tưởng những ấn tượng phát triển dựa trên sự tiến hóa Phật giáo tại phương Tây sẽ không bị giám sát. Chúng đang tạo biến đổi nơi những tông phái và ngay cả đặc tính các tổ chức cũng như những cộng đồng tu trì nữa (Sanghas) và rõ ràng không thể đảo ngược được nữa. Phật giáo phương Tây đang trở thành một nhân tố khác hẳn với Phật giáo phương Đông, (như đã diễn ra trong lịch sử mỗi khi Phật giáo di chuyển từ phần lãnh thổ này đến phần lãnh thổ khác trên thế giới). Tuy nhiên, nhiều người trong chúng ta vẫn tiếp tục đánh giá cao sự hiện diện và đóng góp của các nữ thiền sư truyền thống như Dai-en Bennage, nhiều người trong số họ đã được các Đại thiền sư Á châu đào tạo. Một số các

thiền sự khác đang đứng ở phía bên kia đường ranh, trong lúc đang gắn bó với những phong cách truyền thống thì họ lại chấp nhận cả những giá trị phụ nữ trong đó, theo truyền thống thiền Zen, Dianne Rizzetto và Ni-Osho Sherry Chayatt đã nghĩ đến điều đó, nơi truyền thống Phật giáo Đại thừa, có Lama Palden và Tsultrim Allione, trong khi đánh giá cao di sản Tây Tạng, họ đưa vào những hình thức nữ giới mới rất nhạy bén và đáng khâm phục, đồng thời mang tính chất hết sức cách mạng.

Để kết thúc những lời kết luận này, tôi muốn trích dẫn ra đây lời nói của Wendy Egyoku Nakao, thiền viện trưởng Trung Tâm Los Angeles., lần đầu tiên xuất hiện trên *Turning Wheel* là tạp chí của hội *Buddhist Peace Fellowship*, số mùa xuân năm 1999.

Đâu là những hình thức phụ nữ chúng ta sẽ tạo ra? Đâu là những cơ cấu hoạt động sẽ xuất hiện trong cuộc sống chúng ta? Đâu là những phương thức khôn ngoan nhất với thân phận là phụ nữ chúng ta sẽ đề xuất? Chúng ta thường nói: "Đừng hắt luôn đứa bé đi với nước tắm của bé." Còn tôi nói, "Đứa trẻ là gì nào? Và nước tắm của bé có là chi? Cứ đổ cả hai đi rồi quan sát xem điều gì xuất hiện với kiến thức quá nông cạn của chúng ta.

-ooOoo-

THUẬT NGỮ CHUYÊN MÔN

- *Abhisheka (Phạn)*: Nguyên nghĩa, rảy nước. Thánh hiến hay kết nạp làm thành viên chính thức.

- *Anapana (Pali)*: Niệm hơi thở, thở ra hít vào. Một trong các bài luyện tập phổ biến nơi mọi truyền thống Phật giáo.

- *Avalokiteshvara (Phạn)*: Một trong những "bồ tát" nổi bật nhất trong Phật giáo Đại thừa "người nhìn xuống chúng sanh (nhân loại) với lòng từ bi.

- *Bhikhuni (Pali) Bhikshuni*: Tỳ kheo ni, nữ tu Phật giáo, (Bhikkhu) tỳ kheo, nam tu sĩ Phật giáo. Khất sĩ giữ 227 giới, cạo đầu, mặc cà sa màu vàng, sống nhờ vào thực phẩm khất thực.

Còn có nghĩa là những người cố gắng tu trì Giới, Định, Huệ để giải thoát.

- *Bodhicitta (Phạn)*: Cái tâm thông thái. Khát vọng của "Bồ tát" để được giác ngộ tột đỉnh nhằm lợi ích cho chúng sanh

- *Bodhisattva (Phạn)*: Một người thể hiện bản chất của họ là "bồ tát" hay là "giác ngộ" sự thông thái có được từ tri giác được chân lý. Bồ tát, hay "Đức Phật từ bi" nhắm tới giác ngộ cho tất cả chúng sanh. Không phân biệt bản ngã hay vô ngã.

- *Brahmavihara (Phạn)*: Tứ vô lượng tâm, từ, bi, hỷ, xả. Bốn trạng thái tâm linh siêu nhiên hay chỗ ở tinh thần, phương pháp thiền trong đó tâm linh vượt thoát ra khỏi vũ trụ với lòng nhân ái (metta) từ bi (karuna) hoan hỷ (mudita) và bình thản, thanh thản trong tâm hồn (upekkha).

- *Buddha (Phạn)*: Tước hiệu, tên riêng, có nghĩa là "người được giác ngộ" hay "tỉnh ngộ". Đức Phật lịch sử, Thích Ca Cồ Đàm, sinh năm 563, tại tỉnh Lumbini, Ấn Độ.

- *Chakrasamvara (Phạn)*: nguyên nghĩa, Sự trói buộc, liên kết giữa các Chakras (các tâm điểm chủ yếu của thân thể ảo tượng).

- *Daisan (Nhật)*: Cuộc gặp gỡ hay đối mặt cá nhân giữa thiền sinh và thiền sư, theo truyền thống thiền tương tự như Dokusan với một thiền sư đã đạt đến bậc Đại sư (Roshi).

- *Dharma (Phạn)*: Chân lý, tín lý, Phật pháp, cũng có nghĩa là hiện tượng hay những yếu tố cơ bản.

- *Dokusan (Nhật)*: Cuộc gặp gỡ, đối thoại riêng tư, mặt đối mặt với một Đại sư (Roshi), tinh thần gặp gỡ đó tràn ngập bản chất cuộc sống.

- *Dukkha (Pali)*: Đau khổ.

- *Gassho (Nhật)*: Một cử chỉ kính trọng trong đó tay nâng lên chắp lại trước ngực cúi đầu hay gập về phía trước.

- *Guru yoga (Phạn)*: Sự luyện tập ngondro thứ tư, có liên quan tới việc nhận các lời chúc lành.
- *Hara (Nhật)*: (lực nội Công, xuống tấn) Tâm điểm sâu xa của trọng lực trong con người được phát triển trong khi hành thiền; từ chuyên môn chỉ một vùng bên dưới vùng rốn ba phân (cm).
- *Inka (Nhật)*: Nguyên nghĩa, dấu (triện) chứng thực. Trong truyền thống Thiền Rinza tương đương với Phật pháp được truyền từ Đại thiên sư sang thiên sinh, đạt được khi hoàn tất khóa học chính thức.
- *Kagyü (Tibet)*: Một trong những tông phái Tây Tạng tiên khởi trong đó thuyết pháp truyền khẩu (không viết) các Phật pháp đã diễn ra.
- *Karma (Phạn)*: Quả báo. Thuyết nhân quả theo đó chúng ta sẽ gặt hái những gì chúng ta đã gieo ngay tại đời này hay tại đời sau.
- *Kensho (Nhật)*: Quan sát đến tận bản chất sự vật; một kinh nghiệm cởi mở, thông cảm. Kinh nghiệm đầu tiên trong trạng thái ý thức satori, hay ý thức không phân biệt rõ ràng.
- *Kinhhin (Nhật)*: Kinh đi rước. Cuộc đi rước xếp hàng một xung quanh phòng thiền sau một giai đoạn hành thiền nghiêm túc.
- *Koan (Nhật)*: Một phương cách trình bày Phật pháp, rất khó đối với khả năng suy luận lô-gic, chỉ ra chân lý vượt trên tri thức.
- *Kwan Yin (Trung-hoa)*: Quan Âm, một nhân vật nữ bồ tát.
- *Kyosaku (Nhật)*: Cũng còn gọi là keisku. Một chiếc gậy bằng gỗ đánh vào vai để thức tỉnh những người ngủ gục cũng như những người cứng đầu để động viên thiên sinh trong việc tập hành thiền.
- *Mahamudra (Phạn)*: Đại tượng, biểu tượng, hoặc cử điệu. Sự truyền thông thiền được truyền lại đặc biệt do trường phái

Kagyū. Ở trong trạng thái này toàn bộ kinh nghiệm được biến thành kiến thức siêu vượt và các phương tiện khéo léo.

- *Mahayana (Phạn)*: Trường phái Phương Bắc hay trường phái Đại thừa gồm Tây Tạng, Mông cổ, Trung quốc, Korea và Nhật bản nhấn mạnh đến cái tâm và trực giác vượt trên tri thức và lượng từ bi của Bồ tát còn-đương- tại- thế.

- *Maitraya (Phạn)*: Đức Phật giáng lâm, “Bồ Tát” phổ biến nhất trong nghệ thuật Phật giáo (Tại Nhật gọi là Hotei một nhân vật mập, vẻ mặt tươi cười.)

- *Mandala (Phạn)*: Nhóm hay hội thần bí và nghi thức, tại Tây Tạng một mô thức (biểu đồ) được dùng trong câu thần chú, hành thiền và phụng vụ trong các Chùa.

- *Mantra (Phạn)*: Mô thức hay sự cầu khẩn dùng trong Phật giáo Tây Tạng và trường phái Sington Nhật Bản, dựa trên khoa học sức mạnh thần bí của âm thanh.

- *Metta (Pali)*: Lòng nhân ái, xả hỷ, ý ngay lành. Điều thứ nhất trong Tứ vô lượng tâm - từ, bi, hỉ, xả.

- *Mu (Nhật)*: Hay còn gọi là koan, thường ám chỉ việc luyện tập đầu tiên được chỉ định cho thiền sinh nơi truyền thống thiền (zen) Rinzai. Ý nghĩa của Mu không thể diễn tả bằng ngôn từ lý luận được và được chỉ định chính là để thiền sinh nhảy bém trong lý luận. Một câu chuyện liên quan đến Mu chỉ đơn giản là nhà sư nêu ra một câu hỏi (liệu con chó có bản chất Phật không?) và Đại thiền sư Joshi trả lời: “Mu”

- *Ngondro (Tibet)*: Bốn việc thực hành mở đầu trong Phật giáo đại thừa, gồm 100.000 kiêu tỏ bày tôn kính, (vái, xá...) lời cầu khẩn, nhóm nghi thức hành thiền, nhận phép lành.

- *Nirvana (Phạn)*: Hiện trạng giác ngộ siêu nhiên vượt khỏi quan niệm tri thức, trong đó những tách biệt bản ngã được hủy bỏ kết hợp với thực tại kết chung.

- *Osho (Nhật)*: Chức vị, gán cho vị sư trụ trì tại một tu viện Phật giáo.

- *Rakusu (Nhật)*: Một miếng vải khoác ngoài áo cà sa, hình vuông từ vai trở xuống, các nhà sư mặc trong tu viện.

- *Rinzai (Nhật)*: Một Đại sư thiên (zen) thế kỷ thứ 9, đệ tử của Huang Pô thiết lập Rinzai hoặc trường phái "Sudden" của Phật giáo Thiền những lời dạy của ông được sư tập trong Rinzai Roku được coi là một điển hình tuyệt vời trong văn chương Phật giáo Thiền.

- *Roshi (Nhật)*: "thiền sư cao niên" tên được gán cho một Đại sư Phật giáo thiên thuyết pháp trực tiếp cho chúng sanh hay các đệ đệ trong tu viện.

- *Sadhana (Phạn)*: Một thể loại văn bản nghi lễ thiền định (Vajrayana) cũng như việc thực hành thiền loại này như đã mô tả.

- *Samadhi (Phạn + Pali)*: Hiện trạng ý thức tập trung thoát khỏi suy tư nhị nguyên vượt lên trên những tách biệt giữa bản ngã, vô ngã và các mối tương quan. Samatha (Phạn + pali) Tĩnh lặng tâm hồn.

- *Sangha (Phạn)*: Tăng già, Chúng, cộng đồng tu sĩ Phật giáo, gồm những nhà sư ăn mặc theo kiểu Phật, tu trì giới (227 giới). Cộng đồng đạo hữu. Viên ngọc thứ ba

- *Sankhara (Phạn + Pali)*: Một tập hợp các nội dung tâm linh bao gồm những tập hợp cảm xúc, phản xạ có điều kiện, những thói quen vô thức và cả những kỷ niệm. Chất liệu tâm linh ảnh hưởng đến ý thức và cũng bị ý thức chi phối.

- *Sanzen (Nhật)*: Cuộc thảo luận nghiêm túc giữa thiền sư, Đại thiền sư, hay một vị sư hoặc một đạo hữu được huấn luyện thiền. Có thể kéo dài hàng phút, hàng giờ, trong khóa huấn luyện có thể được lên lịch trong hàng ngày hay nhiều ngày liên tiếp.

- *Satori (Nhật)*: Trạng thái ý thức vượt khỏi tách biệt và khác biệt thuần túy, không thể diễn tả và truyền thông cho nhau được. ám chỉ sự khởi đầu thay vì kết thúc huấn luyện hành thiền đích thực.

- *Sesshin (Nhật)*: một cuộc tĩnh tâm (khóa huấn luyện) Thiền (zen) nghiêm túc.

- *Sakyamuni (Pali)*: Đức Phật lịch sử, Thích ca mâu ni Phật.

- *Shambhala (Phạn)*: Vương quốc thần thoại trong đó mọi Công dân đều tử tế tốt bụng với nhau, hiểu biết lẫn nhau và thực hành thiền. Cũng được dùng như là biểu tượng của tỉnh thức (ý thức) và tinh thần minh mẫn thể hiện như là một tiềm năng nơi mọi chúng sanh.

- *Shunyata (Phạn)*: Trống rỗng, khoảng không – cũng là không có cả khái niệm về trống rỗng.

- *Sila (Phạn + Pali)*: Giới, đức hạnh, các luật giới liên quan đến luân lý. Soto (Nhật)

- *Tathagata (Phạn)*: Một chúng sanh đã hoàn toàn giác ngộ trở nên đồng nhất với tuyệt đối, tức hiệu đức Phật dùng để ám chỉ chính mình và các đô đệ của ngài.

- *Theravada (Phạn)*: Nguyên thủy, lời dạy của các vị trưởng lão hay trường phái Phật giáo phương nam, trước kia được các Mahayana (đại thừa) gọi là Hinayana (Tiểu thừa), rất phổ biến tại Đông Nam Á (miền điện, thái lan, Cambodia và Sri Lanka).

- *Tonglen (Tibet)*: luyện tập trao đổi bản ngã với người khác. đạo hữu hít vào sự đau khổ của người khác đồng thời thở ra hơi ấm và lòng quảng đại hi xả.

- *Tulku (Tibet)*: dáng vẻ thân xác trần thế của Đức Phật. Một người thánh thiện nhập thể vào một đứa nhỏ, cần nghiên cứu và tìm tòi bằng chứng.

- *Upasika (Phạn + Pali)*: hình thức nữ giới của upasaka – một thiện sinh người đời gắng sức giữ năm và tám luật giới vĩnh

viễn, để theo bát chánh đạo. Đang khi vẫn còn sống tại thế.

- *Vajrayana (Phạn)*: trường phái Tây Tạng thuộc Phật giáo bắc Ấn Độ và Tây Tạng.

- *Vajrayogini (Phạn)*: Thần tính tượng trưng cho nguyên lý nữ giới của Prajna, hay là trí tuệ, hiểu biết bao gồm sự chuyển hòa từ u mê và đau khổ sang vô vi và từ bi.

- *Vinaya (Phạn)*: Luật, giới điều, kỷ luật, để điều hành đoàn thể tu trì.

- *Vipassana (Pali)*: Thiền minh sát

- *Yana (Phạn)*: Cỗ xe, cỗ xe cứu thoát, mọi chúng sanh đều được đưa từ cõi mê tới cõi giác. Thế nên ta có Mahayana

- *Yidam (Tibet)*: Thần tính cá nhân nhập vào bản chất giác ngộ của một đạo hữu

- *Zabuton (Nhật)*: Thảm trải tại phòng thiền.

- *Zafu (Nhật)*: Gối đệm khi hành thiền.

- *Zazen (Nhật)*: Ngồi thiền, hành thiền (zen)

- *Zendo (Nhật)*: Phòng hay phòng hội, thường là một căn nhà biệt lập, dùng để hành thiền.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [Mục lục](#) | [01](#) | [02](#) | [03](#)

*Chân thành cảm ơn Tỳ khưu Thiện Minh đã gửi tặng bản vi tính
(Bình Anson, 07-2006)*

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

last updated: 21-07-2006