

Susan Moon

Thế là Già!

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

This Is Getting Old
Zen Thoughts on Aging with Humor and Dignity

Chuyển ngữ:

Diệu Liên Lý Thu Linh

Diệu Ngộ Mỹ Thanh

Giác Nghiêm Nguyễn Tấn Nam

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC - 2012

THẾ LÀ GIÀ!

Thiền Quán về Tuổi Già với Chút Tự Trào
và Tự Hào

Susan Moon

Chuyển ngữ:

Diệu Liên Lý Thu Linh

Diệu Ngộ Mỹ Thanh

Giác Nghiêm Nguyễn Tấn Nam

Nguyên tác:

THIS IS GETTING OLD

Zen Thoughts on Aging with Humor and Dignity

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

Susan Moon

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

Diệu Liên Lý Thu Linh

*Binh Anson trình bày và dàn trang
Perth, Tây Úc
3/05/2021*

MỤC LỤC

Lời giới thiệu

Lời người dịch

Phần I- Những Vết Rạn Trên Thân Tâm

Chương 1: Tôi để bình bát ở đâu?

Chương 2: Vết Nhơ Trên Bầu Trời

Chương 3: Rời khỏi vị thế Hoa Sen

Chương 4: Ổng Thờ

Chương 5: Xương Già

Chương 6: Tất Cả Đều Sụp Đổ

Chương 7: Giây Phút Lão Hóa, Giây Phút Tuyệt Vời

Phần II- Những Thay Đổi Trong Các Mối Liên Hệ

Chương 8: Dưới Bóng Mát Cây Đời

Chương 9: Hoán Đổi Giữa Ta và Người

Chương 10: Ngôi Nhà Chung

Chương 11: An Nhiên Tự Tại

Chương 12: Tâm Lão Bà

Chương 13: Vô Ái Dục

Chương 14: Vô Hình, Vô Tướng

Chương 15: Cô Bé Tinh Nghịch Trở Về

Phần III- Trong Cõi Tâm Linh

Chương 16: Uống Trà Với Thượng Đế

Chương 17: Tôi Chẳng Là Tôi Nữa

Chương 18: Không Thể Mang Theo

Chương 19: Chốn Bí Mật

Chương 20: Trò Chuyện Với Người Mẹ Đã Khuất Của Tôi

Chương 21: Hiện Tại

Chương 22: Cô Đơn Giữa Mọi Người

Chương 23: Bao La Cõi Đời

Tri Ân



LỜI GIỚI THIỆU

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

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

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

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

mang đến cho tôi.

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

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

Ngoài ra, quyển sách này cũng là một phần của một cuộc đối thoại lớn hơn. Tôi thuộc về thế hệ những người có thói quen luôn trao đổi với nhau về những gì mà mình đang trải qua, nên chúng tôi đã cùng nhau thực hiện việc này. Không chỉ mình tôi già đi, dần tôi sống trong nhà một mình.

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

Điều này khiến tôi nhớ lại một tổ chức phụ nữ khác mà tôi cũng là thành viên trong thập niên 70 – nhóm “đánh-thức-lương-tri”. Lúc đó chúng tôi tụ họp lại để lột mặt sự kỳ thị giới tính mà chúng tôi đã quá quen thuộc và để giúp nhau chống lại những gì mà chúng tôi không thể nào chấp nhận được nữa. Trong Nhóm Lão Bà, chúng tôi cũng hỗ trợ lẫn nhau, nhưng giờ thì không phải

là để đối kháng mà là để chấp nhận. Tôi không nói đến sự buông xuôi, nhưng: *Đây là sự thật. Đây là những gì đang xảy ra. Chúng ta phải đối mặt với chúng như thế nào?* Trong quá trình đó, đôi khi chúng tôi thấy hình như mình đang tung hô tuổi già.

Tôi rất bức xúc khi nghe ai đó nói, “Dầu bạn có già, bạn vẫn có thể trẻ trong tim!” để an ủi người già. Ẩn sau câu nói đầy thiện ý đó là một giả định văn hóa sâu xa rằng già là xấu, trẻ thì tốt. Tôi thật muốn biết, già trong tim thì đã sao? “Già trong tim” – điều đó nghe không hay lắm sao? Bạn không muốn được yêu thương bởi những người mà trái tim họ đã quen yêu thương qua nhiều năm tháng sao?

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

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

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

Phải cần thời gian để hình ảnh tự ngã trong tâm bắt kịp với thân. Thoáng nhìn hình ảnh mình phản chiếu qua cửa kính tiệm bán đồ, lúc đầu tôi không nghĩ đó là tôi, mà một người nào đó già hơn tôi. Khi tôi đến dự buổi họp mặt các bạn cũ lần thứ năm mươi, tôi nghĩ mình đã vào lộn phòng: Mấy cụ già lẩm cẩm này là ai vậy? Và rồi sự nhận nhìn kỳ thú: Trên gương mặt của người

đàn ông già tóc bạc kia, là cậu bé thường hay kéo tóc tôi những lúc ra chơi.

Mẹ tôi, Alice Hayes, một nhà thơ nghiêm túc nhưng rất thích hài hước, đã viết như sau [1]:

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

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

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

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

Tôi thường vá nhiều mảnh vải trên quần áo và dán keo những chiếc đĩa bể lại với nhau. Tôi thích mạn vá nhiều món đồ. Tôi thích chụp hình những thứ cũ kỹ: những vết nứt hình lưới nhện trên mặt kính xe tải, mảng rêu sáng trên tường của một trạm tàu hỏa bỏ hoang. Các cô cậu trẻ tuổi bây giờ phải trả nhiều tiền để đi tắt đến *wabi-sabi* khi họ mua những chiếc quần jean kiểu mẫu đã được làm phai màu trước, được làm nhăn nhó trước, làm rách trước khi sử dụng, nhưng cái nét mộc của *wabi-sabi* không thể sản xuất ra trong nhà máy. Điều đó phụ thuộc vào thời gian.

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

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

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

Susan Moon

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

Nguyên tác tiếng Anh:

*In her old age, a rickety Ms.
Took up learning the isness of is.
Since it's not what one does,
She just WAS and she WAS ...
Now she's gone off to BE in Cadiz.*



LỜI NGƯỜI DỊCH

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

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

Qua quyển sách mỏng này, Susan đã chia sẻ rất chân thật các tâm trạng mà bà phải trải qua trong tuổi già, trong thân phận một người nữ. Cảm giác cô đơn, sợ hãi, trầm uất, sân hận, nghi ngờ... Tất cả đều có mặt, thật ra không chỉ ở tuổi già mà ở trong mọi chúng sanh tâm thường, ở mọi lứa tuổi. Chỉ có điều khi trẻ, chúng ta sẽ khó nhận diện chúng vì chúng ta còn có bao niềm vui khác để khóa lấp, chôn vùi. Vì thế đầu tác giả có sợ rằng những điều mình viết là những tâm tư của riêng mình, cũng khó có người đọc nào không thấy trong đó hình bóng của người thân, hay của chính bản thân mình trong đó. Tôi cũng thường bắt gặp mình đi từ trên gác xuống bếp, rồi ngơ ngẩn ở nhà bếp không biết mình xuống đó để làm gì. Phải mất ít phút giây đứng lặng, hồi tưởng. Đôi khi nhớ lại được, đôi khi phải trở lại lên gác, ngồi xuống ghế, thì lại chợt nhớ ra lý do mình đã xuống dưới nhà. Rồi mới đây thôi, chuyện anh Hai tôi đi lòng vòng trong bãi đậu xe

của một khu mua sắm ở xứ người gần cả tiếng, cũng không tìm ra được nơi mình đã đậu xe, được chị em tôi kể cho nhau nghe mà cười thương hại. Đâu biết rằng những điều đó đang chờ mình ở phía trước. Vì chuyện đó cũng đã xảy ra cho Susan Moon, và có thể cũng đã xảy ra cho bao nhiêu người cao niên khác nữa.

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

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

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

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

Diệu Liên Lý Thu Linh



Phần I

NHỮNG VẾT RẠN TRÊN THÂN TÂM

Chương 1

Tôi Để Bình Bát Ở Đâu?

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

Di nhiên, lẫn trí cũng là việc bình thường trong tuổi già. Tôi đoán, không biết trong những năm cuối đời, có lúc nào Đức Phật quên không biết Ngài đã để bình bát của mình ở đâu. Nhưng câu chuyện lẫn lộn có bình thường hay không, nó cũng là điều phiền toái, nếu không muốn nói là làm ta như què quặt. Thật đau lòng khi quên những điều mình thường nhớ đến. Không ít lần tôi đã phải nhờ bạn đi rào quanh đường, tìm xem tôi đã đậu xe chỗ nào. Tâm tôi, cũng giống như quả thận của tôi, đã teo tóp lại với tuổi tác nên dung tích của nó không còn chứa được nhiều như xưa.

Giờ tôi liệt kê tên bạn bè trong sổ danh bạ dưới tên gọi (first

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

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

Mà cũng không chỉ có từ ngữ, cả đồ vật nữa. Đi qua cửa an ninh phi trường, tôi đã bị giữ lại vì mấy cái dao nhỏ (để xấn bơ) trong túi xách. (Tôi thường không đi du lịch mà mang theo dao nhỏ, nhưng tôi mang chúng từ nhà người thân này qua nhà người khác). Khi viên chức an ninh cho phép tôi được mang chúng theo, tôi thở phào nhẹ nhõm, bước đi ra cổng máy bay, để quên lại máy tính xách tay của tôi trong cái khay nhựa xám. Tôi không ý thức

được điều đó cho đến sáng hôm sau, khi ngồi xuống bàn để soạn mấy lá thư, tôi mới chợt nhớ lại. Sau mấy ngày gọi điện thoại như không điên, tôi được người ta gửi trả lại cái máy. Giờ tôi ghi tên, thông tin liên lạc trên giấy, rồi dán bên ngoài máy tính.

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

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

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

Việc khám nghiệm đó giúp tôi chấp nhận rằng trí nhớ suy giảm cũng là chuyện bình thường. Đó là điều phải xảy ra. Tôi thường nghĩ mình khá thông minh, nhưng giờ tôi được có cơ hội để

buông bỏ ngộ nhận đó. Giờ tôi đã có một bộ óc khác, nên nếu tôi cứ bám víu vào cái đầu của hai mươi năm trước, thì tôi sẽ khổ thôi.

Rồi đến việc nghĩ nhớ nữa. Tôi có thể không nhớ tên họ của nhiều người quen, nhưng tôi lại nhớ hình ảnh lúc cha tôi đứng ở ngưỡng cửa phòng trọ của chúng tôi ở Chicago. Ông nhìn giống như một người xa lạ trong bộ quân phục màu nâu, đầu đội nón, mà ngọn đèn ngoài kia hắt bóng xuống. Lúc đó tôi khoảng hai tuổi rưỡi, và ông đã tham gia cuộc chiến ở Đông Dương.

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

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

Đôi khi tôi kể một câu chuyện đến mấy lần, quên rằng tôi đã kể rồi trước đó, nhất là khi chuyện trò với con cái. Tôi cố gắng nhớ để dặn chúng, “Nếu mẹ đã kể chuyện này rồi, thì chận mẹ lại nhé”, vì tôi biết từ kinh nghiệm với mẹ tôi là phải ngồi nghe lại một câu chuyện đã biết, rồi lại phải tỏ vẻ ngạc nhiên ở những đoạn hào hứng, là rất phiền toái. Ừ, thì điều đó thực sự phiền toái

nếu bạn đã nhớ câu chuyện, và đó là một trong những lý do tại sao những người già nên chỉ đàn đúm với nhau. Khi tôi kể cho Bill, một người bạn cũ, một câu chuyện đến lần thứ hai, cũng không hề hấn gì, vì ông ta đã hoàn toàn quên nó rồi. Đây có thể nên gọi là “tâm khai thị”.

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

Những ký ức về thân, giống như cách bạn gài nút áo, dường như là điều cuối cùng ra đi. Một đạo hữu thân quen đã bị bệnh lãng trí (Alzheimer) nặng, bà không còn đến thiền đường để thực hành được nữa. Nhưng cuối cùng bà cũng đến, một thời gian rất lâu sau khi bà đã quên sắp xếp cuộc sống như thế nào. Một người trong tăng đoàn đến nhà rước bà đến dự thời khóa thiền buổi sáng. Bà không biết mình đi đâu, và tại sao, hay ai đang giúp đỡ bà. Người ta phải đỡ bà từ xe vào trong thiền đường, và giúp bà mặc áo tràng. Nhưng một khi bà đã vào trong thiền đường, cung cách, tư thế của ba mươi lăm năm tu tập vẫn hiển hiện nơi thân bà. Tôi thật cảm động khi nhìn thấy, suốt thời khóa, bà đã không sai sót như thế nào, vẫn biểu lộ sự nghiêm trang, tận tụy. Bà tụng *Tâm Kinh* thuộc lòng như mọi người khác, đánh lễ khi cần đánh lễ, và khi đến lượt bà bước ra khỏi thiền đường, bà chấp tay đến vái chào vị trụ trì để ra về. Ra khỏi thiền đường, bà lại không biết mình phải làm gì.

Thật bực mình. Đôi khi, đang lái xe một mình qua những con đường quen thuộc, bỗng nhiên tôi không thể nhớ mình định đi đâu. Lúc đó, tôi như đang ở trong bóng tối, ngay giữa ban ngày.

Tôi vẫn tiếp tục lái xe, nhưng chậm lại, với hy vọng có thể nhớ lại nơi tôi muốn đến trước khi đến đó. May mà, cho đến bây giờ, tôi vẫn còn nhớ ra được.

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

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

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

Nếu đánh mất trí nhớ, tôi có còn là tôi nữa không, hay còn có một cái tôi nữa bên dưới trí nhớ? Ánh mắt nhìn của tôi có còn đó không, dấu tôi có quên đến độ nào? Vấn đề là, hiện tại tôi không bị chứng lãng trí, nên việc tôi lo lắng về điều đó làm tôi phân tâm

không có mặt trong cuộc sống của mình, không chăm sóc bản thân, và không chú tâm đến những vấn đề quan trọng.

Tôi nghĩ là thiền sư Dogen muốn nói đến việc quên đi những gì liên quan đến cái ngã, và khi tôi già hơn, tôi thấy thật tuyệt vời khi thực tập loại quên lãng này. Tất cả có nghĩa là buông xả. Tôi có thể quên đi việc phải hoàn thành mọi tham vọng của mình – đã trễ rồi cho điều đó. Tôi có thể quên “việc phải biến mình thành cái gì đó”, một cách nói ẩn tượng. Đôi khi, trong một khoảng khắc nào đó, tôi cảm nhận được sự nhẹ nhõm của việc để cái ngã này nhẹ nhàng chuyển sang cái ngã kế tiếp, từng chút từng chút, giống như trứng hòa dần vào trong bột đánh.

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

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

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

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

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

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



Chương 2

Vết Nhơ Trên Bầu Trời

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

Đánh mất thị giác là một trong nhiều điều tôi cố gắng không nghĩ tới trong tuổi già. Có yếu tố di truyền trong vấn đề võng mạc bị bong. Nó liên quan đến bệnh cận thị, và tôi cũng bị cận thị, dầu không nặng như cha tôi. Tôi bắt đầu phải mang kính từ năm mười hai tuổi, và tôi nhớ mình đã thật sốc khi giống cây du ngoài cửa sổ phòng tôi thực ra là cây Ansel Adams chứ không phải cây Monet. Tôi không bao giờ nghĩ người ta có thể nhìn thấy rõ như thế, nên lúc đầu tôi không thích điều đó lắm. Mọi thứ đều trần trụi. Tôi có thể thấy cả những đốm ổ bệnh trên lá cây và một quả bóng nhỏ mắc kẹt trên các cành cây.

Vì si diện, nên tôi chỉ mang kính trong lớp học và rạp chiếu phim. Mãi sau này, sau khi đã lập gia đình, tôi mới luôn mang kính. Rồi sau khi ly dị, tôi đeo kính sát trùng. Mấy người tình khen mắt tôi xanh trong, nhưng đeo kính sát trùng rất phiền toái. Chúng không êm ái, mà thỉnh thoảng còn vướng víu mí mắt tôi. Mỗi ngày tôi phải chăm sóc chúng giống như chăm sóc thú cưng

– như một con hoàng yến hay chuột hamster – mà chúng đâu có mang lại cho tôi chút an ủi nào. Vì thế tôi trở lại với cặp kính bình thường. Nhưng kính sát trùng cũng hữu ích khi tôi tập tu gieo duyên ba tháng ở một thiền viện ở bang California. Giống như các vị tu sĩ khác, tôi phải luân phiên tham gia vào bộ phận phục vụ các buổi thọ thực trong bầu không khí im lặng và trang nghiêm. Bữa điểm tâm, trong cái lạnh của buổi sáng sớm, tôi phải đứng trước các vị sư đang an tọa, với một nồi cháo yến mạch khổng lồ, đang bốc hơi nghi ngút, và cẩn thận múc cháo vào bình bát của họ. Người đầu tiên được phục vụ là vị trụ trì, người luôn hành trì chánh niệm nghiêm ngặt, không một phút giây lơ đãng. Buổi sáng đầu tiên khi tôi làm nhiệm vụ, tôi mang kính, và chúng lập tức bị hơi nóng làm mờ đến độ tôi không trông thấy gì cả. Thay vì bình bát của sư, tôi lại đổ cháo xuống mâm ăn trước mặt sư. Sau vụ đó, tôi luôn dậy sớm hơn mười phút vào những ngày phải làm nhiệm vụ để mang kính sát trùng.

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

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

Một ngày kia, lúc tôi đang xem bảng thực đơn trong một tiệm ăn, bỗng nhiên tôi không thấy gì cả. Có mấy lỗ hồng màu trắng ở phần Món Đặc Biệt, và những dãy ánh sáng, giống như bắc cực quang, nhảy nhót ở mép bảng thực đơn. Lo lắng, tôi gọi ngay cho

bác sĩ, và diễn tả lại các triệu chứng. Ông nói đó có thể là triệu chứng gây ra do chứng đau tiền đình, vì cả hai mắt đều giống như thế. Nếu các triệu chứng vẫn kéo dài trong nửa tiếng nữa, thì gọi lại ông. Các triệu chứng biến mất.

Từ đó, tôi luôn bị chứng đau tiền đình ảnh hưởng đến mắt như thế, nhưng tôi đã quen chịu đựng chúng, vì không bị chứng nhức đầu đi kèm theo. Điều tôi thích là vào buổi chiều tối khi những chùm ánh sáng đủ màu nhảy múa trong tầm nhìn của tôi, tô màu trên khuôn mặt và thân áo đen của vị giảng sư thiền, đang giảng pháp trong thiền đường với ánh sáng mờ nhạt.

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

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

không chịu nhận thù lao – ông làm việc này là do bạn ông, vị quản lý ở trung tâm thiện, nhờ – vì thế sau này tôi gửi biếu ông một quyển sách về thiên bằng tiếng Tây Ban Nha.

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

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

Cha tôi bị mù từng con mắt một. Sau khi võng mạc đầu tiên bị sa, ông vẫn tiếp tục các sinh hoạt bình thường, dầu ông không đeo kính hai tròng. Năm năm sau, võng mạc thứ hai bị tổn thương, và ông phải trải qua một số cuộc giải phẫu – tổng cộng là năm – trong cố gắng để cứu vãn phần nào thị lực của ông. Vị bác sĩ giải phẫu là bác sĩ hàng đầu trong việc khai phá giải phẫu võng mạc. Ông rất quan tâm đến võng mạc của bệnh nhân, nhưng không quan tâm đến người cũng rất yêu quý võng mạc. Sau lần

giải phẫu đầu tiên, cha tôi phải ngồi trong giường suốt một tuần, với con mắt băng kín. Ông chỉ được phép tựa cằm vào một miếng ván, và chỉ có thế. Ông chỉ muốn nằm xuống. Từ đó ông phát triển bệnh đau đầu khủng khiếp đến độ ông tưởng rằng mình bị tổn thương não bộ. Sau đủ loại cực hình, khi tháo băng ra, ông cũng vẫn không nhìn thấy.

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

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

Sau khi bị mù, cha tôi còn có thêm hai đứa con nữa với người vợ thứ trẻ trung – những đứa con ông không bao giờ có thể thấy. Ông trở thành một hình ảnh quen thuộc trong khu phố, đưa con đi nhà trẻ với chiếc gậy trắng trong một tay, tay kia nắm tay đứa trẻ lớn, còn đứa bé thì cõng trên lưng. Hoặc ông đi bộ với chú chó Alfie ồn ào, loại chó kéo xe tuyết ở Siberi, nhưng thường bị tưởng là chó dẫn đường cho người mù, nhưng thực ra là ngược lại. Alfie sẽ kéo mạnh dây khi cha tôi đứng ở lề đường, dùng tai để xét xem băng qua đường lúc đó có an toàn không.

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

trí cũ bằng tia laser.

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

Tôi để ý đến nó nơi thân hơn là tâm. Tôi lái xe đến một quán ăn Nhật để dùng bữa trưa với một người quen, và trong suốt bữa ăn, tôi quan sát cái bóng trong mắt bay lên, chuyển động giống như một bức màn cửa trước cơn gió nhẹ. Tôi không nói gì với người bạn, nhưng khi đang ăn sushi, tôi thấy rõ ràng hiện tượng này là khác, và tôi biết việc kế tiếp tôi phải làm là trở lại gặp bác sĩ. Tôi có cảm tưởng như đang nhìn qua kính viễn vọng nhưng ở đầu ngược lại, mọi vật đều nhỏ và thật xa, và tôi đang ăn một khúc sushi khổng lồ. Tôi vừa bình tĩnh vừa sợ hãi.

Sau buổi trưa, cháu tôi thời may cũng có mặt ở đó, đã đưa tôi đến phòng mạch bác sĩ, rồi đi đậu xe. “Bà bị bong võng mạc”, bác sĩ nói.

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

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

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

Bác sĩ phẫu thuật là một phụ nữ đẹp, tóc bạch kim, mặc áo

blouse, jupe rất thời trang và đi giày cao gót. Phòng làm việc của bà ở cuối hành lang. Lúc đó đã cuối ngày, và bà bác sĩ đang chuẩn bị ra về, nên đã cởi bỏ chiếc áo trắng. Bà trông rất thời trang, không giống một bác sĩ phẫu thuật mắt. Không còn ai trong phòng khám nhãn khoa, ngoại trừ hai chúng tôi. Khi tôi vừa ngồi xuống ghế thì có tiếng đập cửa, và tiếng cháu tôi gọi, “Sue, cô có trong đó không?” Bà bác sĩ mở cửa cho cháu tôi vào. Hần nói, “Cháu không đi về! Nếu cô bị bong võng mạc, cháu phải ở đây với cô chứ”. Nói rồi cháu lại ngồi trên một chiếc ghế đầu, im lặng đợi chờ. Bà bác sĩ giải thích rằng đầu tôi thấy cái bóng ở góc dưới mắt trái, nhưng nó thực sự ở phía trên, bên phải, khoảng vị trí của kim đồng hồ ở số mười, vì não bộ lật ngược tất cả những gì ta nhìn thấy. (Thực sự ra chúng ta đang đứng chống ngược đầu trên mặt đất. Cũng may mà lực hút của trái đất khá mạnh để giữ chúng ta không bị rơi vào bầu trời!). Bà bác sĩ giải thích rằng giống như có mảnh giấy dán tường bị bong, rớt khỏi tường, rồi bị nước thấm vào. Bà sẽ chích bong bóng gas vào mắt tôi để nó nổi lên phía trên, đẩy võng mạc bị rách trở lại phía sau trong mắt như cũ. Ngày hôm sau tôi mới phải trở lại để giải phẫu bằng tia laser.

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

Trong khi chờ bong bóng gas tiêu tan, độ khoảng một tuần, tôi

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

“Dạ, có ạ”, tôi đáp.

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

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

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

chúng dần nhỏ lại; khi tất cả tan biến đi, tôi đã có thể thẳng đầu trở lại, và ban đêm có thể nằm xuống ngủ.

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

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

Mấy tháng sau khi bị bong vông mạc, tôi gia nhập một nhóm các văn nghệ sĩ dự khóa thiền một tháng dài ở Adirondacks, thuộc miền Bắc bang New York. Vào một đêm trong tháng mười một, một trận bão tuyết thỉnh linh tấn công chúng tôi, đi kèm theo với sấm sét, và cuồng phong. “Còn mấy con gà thì sao?”, một nhà văn lên tiếng. “Chúng chết cóng mất!” Vài người tóm lấy đèn pin, chạy ra ngoài bão, và tôi cũng chạy theo. Chúng tôi đi khoảng vài trăm thước dọc theo lối vào vườn rau, để bắt gà và bỏ chúng vào chuồng tối nay, nếu không chúng sẽ bị tuyết bắt nạt

chôn sống thôi. Người thì rọi đèn pin vào đàn gà, kẻ thì trườn trên bụng dưới tầng nhà vườn để bắt mấy chú gà đang sợ hãi. Còn tôi không có đèn pin, mà đầu gối cũng không cho phép tôi cúi mình trên tuyết, cảm thấy mình không ích lợi gì, nên tôi quay trở lại nhà.

Chân tôi có thể cảm nhận được sự trơn láng của mặt đường, và tôi có thể nhìn thấy ánh đèn trong nhà qua những rặng cây. Thỉnh thoảng có sấm và sét. Nhưng sau khi đi một hồi, tôi cảm thấy ánh đèn trong nhà không trở nên gần hơn, và tôi nhận ra rằng chân tôi đã dò ra được con đường, nhưng là con đường khác, dẫn ra sân chơi tennis. Tôi biết hướng đi đúng cách đây không xa, ở phía bên kia của một cái dốc nhỏ, nên tôi đi về phía rặng cây, nhắm hướng ánh đèn trong nhà. Không thể xa hơn một trăm thước. Tuyết dày đặc, giày và quần của tôi ngay lập tức thấm ướt. Rồi bỗng nhiên ánh đèn trong nhà vụt tắt. Điện cúp do bão táp. Không còn gì để nhắm tới, mà cũng không còn lối đi dưới chân tôi. Gió thổi mạnh, tuyết rơi dày. Tôi hét lớn hết sức. “Có ai nghe thấy không? Cứu! Cứu tôi với!” nhưng giọng tôi lạc đi trong gió. Tôi đi chậm rãi về phía mà tôi nghĩ là hướng về nhà, đưa hai tay về phía trước để tránh đụng phải cây cối. Có khác gì người mù đâu.

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

Tôi cố gắng đứng dậy, vừa lúc có tiếng sấm. Một tia sét theo sau đã giúp tôi thấy, chỉ trong tích tắc, ngôi nhà, cách đây khoảng năm mươi thước. Cũng may là lúc đó mặt tôi quay đúng hướng mới thấy được nhà. Rồi mọi thứ lại biến mất trong bóng đêm. Tôi đi theo hướng đó, lội trong tuyết dày, dò từng bước trước khi đặt chân xuống, và khi tiến gần đến nhà hơn, tôi thấy ánh đèn cây lung lay qua cửa sổ. Đúng là nhờ võng mạc đã được chữa mà tôi về được lại nhà. Tôi nghĩ đến cha tôi, và tôi cảm thấy hàm ân về những tiến bộ trong ngành nhãn khoa đã có mặt quá trễ đối với cha tôi, nhưng đúng lúc cho tôi.

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

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



Chương 3

Rời Khỏi Vị Thế Hoa Sen

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

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

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

Những ngày này ngồi tréo chân làm tôi đau hơn cái đau người ta thường diễn tả. Ai cũng biết rằng không chạy trốn cái đau là điều trọng yếu khi hành thiền, kể cả cái đau ở đầu gối. *Sesshins* (những khóa tu thiền dài ngày) là một cơ hội để ngồi qua cơn

đau. Khi đau ở gối, nếu tôi có thể coi đó không là gì hơn là cái đau ở gối, thì tôi sẽ là người hạnh phúc với cái đau ở gối. Đó là những điều tôi đã được dạy, trong suốt hơn ba mươi năm hành thiền.

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

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

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

Tôi học được đôi điều về cái đau khi tọa thiền. Nếu tôi thay đổi thế ngồi quá sớm, cái đau dường như đuổi theo tôi mọi lúc mọi nơi, nhưng nếu tôi cứ ngồi yên lúc cái đau khởi lên, thì cái đau

thường tự nó qua đi, hay lắng xuống. Loại đau này giống như một đứa trẻ muốn được chú ý, nuông chiều, nhưng nếu ta cứ phớt lờ đi thì nó cũng bỏ cuộc. Sự huân tập để không ngộ nguây, cử động này cũng có nhiều ứng dụng trong đời sống thế tục bên ngoài thiền đường, thí dụ ở chỗ hòa nhạc thính phòng, trong các buổi họp hành nơi cơ quan, hay khi nằm chụp MRI (Magnetic Resonance Imaging)[3].

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

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

Tôi đang ở giai đoạn thối chuyển trong việc hành thiền trong tư thế ngồi chéo chân. Tôi bắt đầu hành thiền năm tôi ba mươi hai, theo tư thế bán già với những cái đau vừa phải, có thể chịu đựng được. Trong các khóa tu dài ngày, chân tôi bị đau, nhưng tôi biết đó là cái giá phải trả. Giờ ở tuổi sáu mươi, tôi bị đau khớp gối. Tôi có thể ngồi chéo chân một chút, nếu tôi kê thêm gối để giúp tôi ngồi thẳng, nhưng chỉ sau khoảng mười lăm phút là cái đau bắt đầu tấn công. Năm ngoái khi tôi đến nhờ bác sĩ khoa chỉnh hình tư vấn về vấn đề của đầu gối, tôi có nói đến việc hành thiền, và ông rầy vì thế ngồi bán già của tôi. Giờ bác sĩ ra lệnh tôi phải

ngồi trên ghế. Lý ra tôi phải nhờ ông viết giấy cho sư phụ của tôi, nhưng không cần thiết phải làm vậy, vì may mắn thay, hiện nay tất cả các thiền sư mà tôi biết đều chấp nhận việc cho thiền sinh ngồi ghế. Được phép, chứ không phải là bị bắt buộc. Chính là ông thầy ở bên trong tôi mới làm khó tôi.

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

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

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

Ngồi thiền trên ghế cũng có bao khó khăn, nên đừng lo ngại rằng vậy là quá dễ – bạn vẫn có thể cảm thấy khó chịu, khổ đau. Năm chướng ngại của tham, sân, trạo cử, hôn trầm thụy miên, và nghi vẫn tấn công tôi dễ dàng khi tôi ngồi trên ghế cũng như khi tôi tọa sàn. Thỉnh thoảng vẫn có những cơn đau nhói buốt, nóng rát giữa hai bả vai, nhưng tôi biết cái đau đó không thể làm tổn thương tôi, nên rồi nó qua đi.

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

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

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



Chương 4

Ống Thở

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

Tuần Thứ Nhất

Khi tôi cúi xuống hôn mẹ ở bệnh viện, tôi thấy hai bàn tay bà sưng to để xuôi theo hai bên hông. Hơi thở bà hơi hám. Nhưng điều tệ hại nhất là một ống thở được thọc sâu trong cổ bà, là điều tôi biết bà không bao giờ thích. Cái ống thở màu xanh, bằng plastic, nhìn thật to rộng rần từ máy thở, vào trong cái miệng bị buộc phải luôn mở. Vì cái ống đó, bà không thể nói được, nhưng bà nhìn tôi với một bên mắt mở, nhấp nháy như chào. Mắt còn lại, với mí mắt rũ xuống, giờ không hiểu tại sao, hoàn toàn không mở lên được. Chiếc áo ngủ xanh trắng của bệnh viện trễ xuống một bên vai, làm lộ một phần ngực, như thể là bà đã bỏ chạy và người đuổi theo đã nắm áo kéo lại. Tôi kéo áo lại cho mẹ, vén quanh vai bà.

Ở bên ngoài hành lang của phòng chăm sóc đặc biệt, Bác sĩ M. trao đổi với các chị em tôi – tất cả chúng tôi đều từ xa bay về. Bác sĩ M. khoảng tuổi bốn mươi, tóc đỏ, giọng ông ôn tồn dường như để mang lại sự bình lặng cho một hoàn cảnh không bình lặng chút nào. Chính ông là người đã lấy ra những mảnh xương gãy

cho mẹ tôi khi bà được xe cứu cấp chở đến. Bác sĩ kể rằng khi vào phòng cấp cứu, mẹ tôi không những vẫn còn tỉnh mà còn tỏ ra rất khó chịu, và chúng tôi coi đó là một dấu hiệu tốt. Vị bác sĩ giải thích rằng mẹ tôi bị gãy mấy xương sườn, nứt xương đòn, xương cổ và một bên phổi bị dập nặng. Ông bảo nếu mẹ tôi còn trẻ và có sức khỏe thì bà có thể lành bệnh dễ dàng, nhưng vì tuổi tác và thêm nữa là phổi bà trước đó đã tổn thương, nên trước mắt bà phải gặp nhiều khó khăn.

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

Chúng tôi thấy rõ là mẹ rất muốn được tháo ống thở ra. Hai cổ tay bà bị buộc vào thanh giường để bà khỏi rút ống thở ra, nhưng bà cứ đưa một ngón tay về hướng miệng một cách giận dữ. Một cái chụp bằng plastic được quấn quanh mặt để giữ cho ống thở không tụt ra. Miếng plastic được buộc chặt qua môi trên, dưới mũi, làm phần thịt đỏ của môi bà sưng lên bên dưới đó giống như một cái bong bóng.

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

Khi bài hát chấm dứt, tôi hỏi: “Mẹ có muốn con bóp chân không?”. Mẹ gật đầu. Hai tay tôi cầm chân bà, vuốt ve làn da mịn màng ở phía trên, lướt trên những đốt xương đến mấy ngón chân. Tôi có thể đoán qua sức nặng chân bà tỳ lên tôi là bà rất thích động tác đó. Dĩ nhiên tôi biết chân mẹ tôi thon đẹp thế nào, nhưng chưa bao giờ tôi nghĩ trong đầu: *Mẹ tôi có đôi chân tuyệt đẹp*. Mà tôi cũng chưa bao giờ bóp chân cho bà. Phải đợi đến khi bà vào ICU, tôi mới gần gũi với bà như bà vẫn hằng mong đợi. Mẹ tôi đã viết di chúc lúc sống, khẳng định rằng bà không muốn được hỗ trợ máy thở để sống nếu bà bị rơi vào tình trạng hôn mê, và bà đã gửi di chúc này đến chúng tôi nhiều năm trước đó. Vài ngày sau khi tai nạn xảy ra, chúng tôi lại tìm thấy một chứng từ khác trong căn hộ của bà – tờ giấy không đề ngày tháng, nhưng đúng là chữ viết của mẹ tôi, “Đừng có bỏ ống thở vào cổ tôi để giúp tôi thở”. Nét bút đề mạnh như thể ra lệnh; tôi như nghe được giọng nói của mẹ tôi. Quá bức xúc, tôi đưa mảnh giấy cho bác sĩ M. xem. Ông nói, “Nhưng trường hợp này khác. Bà bị tai nạn xe – đâu phải là chúng ta giữ bà sống khi bà trong tình trạng thực vật. Tôi biết sự lo lắng của bà, nhưng mẹ bà đang hồi phục!”

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

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

Chúng tôi ngủ, hay cố gắng để ngủ, trong căn hộ của mẹ tôi ở đầu kia của thành phố, và ở cả ngày dài trong bệnh viện. Chúng tôi thay phiên ở bên mẹ, canh chừng máy động đồ, gọi y tá nâng hay hạ giường xuống, hoặc rơ miệng bà bằng miếng băng gạc ướt, hết mình chăm sóc bà với một sự buông xả chưa từng có. Căn phòng ngổn ngang những máy móc, dụng cụ y khoa lại có thể quét sạch một cách điệu kỳ tất cả những chướng ngại thường

cản trở chúng tôi bày tỏ tình thương yêu; thí dụ, tôi không quan tâm đến việc mẹ sẽ nghĩ thế nào về tóc tai của tôi.

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

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

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

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

Tuần Thứ Hai

Mỗi ngày một chuyên viên về hô hấp lại đến để hút đàm dầy cho mẹ tôi – một quy trình đáng sợ. Anh ta đẩy một cái ống kích cỡ như cái ống hút chúng ta thường dùng vào trong ống thở rộng hơn, thọc sâu từng chút một, vào phổi của mẹ tôi, lúc đó mắt trái của bà mở càng lúc càng to trong cảnh giác, ngay cả mắt phải với

mi mắt nặng nề cũng hé đủ cho ta thấy tròng mắt. Tôi đưa tay cho mẹ, và bà nắm chặt lấy nó. Tiếp đến còn tệ hơn nữa, khi người chuyên viên kéo cái ống trở ra, tạo một sức hút. Có âm thanh rột rạc trong đôi giây phút, giống như âm thanh ống hút tạo ra khi ta uống đến cạn ly sữa sinh tố, mẹ tôi run người, khi chúng tôi nhìn thấy những dây đờm vàng được kéo lên qua cái ống plastic trong veo.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

xanh biển và xanh cây dọc ngang, là những màu sắc mẹ tôi rất thích.

Đến thứ Sáu, ống thở vẫn còn đút sâu trong cổ mẹ. Bà mở mắt nhìn trần không chớp khi tôi bước vào phòng, và bà cũng không co duỗi các ngón chân khi cô y tá bảo bà làm thế. Bà vẫn còn bị viêm phổi, và các con số trên màn hình không cho thấy một sự tiến triển nào. Cả buổi sáng đó chúng tôi không gặp được bác sĩ M.. Rõ ràng đây không phải là ngày mẹ tôi được giải thoát khỏi cái ống thở.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tuần Thứ Ba

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

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

Có khá đông các thành viên trong gia đình và nhân viên y tế tụ tập trong phòng để chứng kiến sự kiện trọng đại này, kể cả bác sĩ Z., người thường giúp các bệnh nhân ra đi; sự có mặt của ông khiến tôi lo lắng. “Chào bà Alice”, bác sĩ M. nói, “Chắc bà vui lắm vì hôm nay chúng tôi sẽ tháo máy trợ thở ra. Bà có sẵn sàng chưa nào?” Mẹ tôi sốt sắng gật đầu.

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

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

bội: “Chùi cằm cho mẹ!”

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

“Để chuẩn bị cho em bé đó mà”, mẹ giải thích. “Mẹ, mẹ đâu có em bé”, tôi nói.

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

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

Bác sĩ M. bảo chúng tôi đừng lo lắng về việc mẹ tôi đôi khi có

lẫn lộn. Ông bảo điều đó bình thường đối với bệnh nhân phải nằm phòng chăm sóc đặc biệt một thời gian. Rồi nó sẽ qua đi, ông nói.

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

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

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

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

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

Chúng tôi chờ đợi một trong những giây phút ngắn ngủi lúc bà tỉnh táo. Bác sĩ Z., vị bác sĩ chuyên lo cho người chết, bước vào phòng để hỗ trợ chúng tôi. Ông kéo ghế ngồi cạnh giường, để mắt ông ngang tầm nhìn của mẹ. Còn chúng tôi thì đứng quanh giường, và em gái tôi hỏi đi hỏi lại câu hỏi đáng sợ đó: “Mẹ có

muốn chúng con đặt lại máy thở cho mẹ, nếu mẹ không đủ sức thở một mình?” Cô hỏi bằng nhiều cách khác nhau, và mẹ tôi không nói gì. Chúng tôi ngỡ là bà không hiểu. Lúc đó bác sĩ Z. xen vào để giúp chúng tôi. “Alice, bà có phản đối việc chúng tôi đặt lại máy trợ thở cho bà không?”

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

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

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

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

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

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

Nhưng chiều hôm đó bà trở nên bồn chồn, bức bối, lắc vai, vẩy tay, co quắp lại đôi chân. Hơi thở của bà trở nên nhanh hơn và cạn hơn. “Thở chậm và nhẹ thôi mẹ, chậm và nhẹ”, tôi nói, và đầu những lời nói của tôi không thể bơm thêm oxy vào phổi bà, chúng khiến cho cả hai chúng tôi bình tĩnh hơn trong giây phút đó.

Bác sĩ M. đã chuyển mẹ qua làm bệnh nhân của bác sĩ Z., người đã cho truyền morphine để làm giảm cảm giác thiếu oxy của bà.

Bác sĩ Z. nói mẹ tôi sẽ cảm thấy thoải mái hơn trong khu chăm sóc giảm đau, mà các chị em chúng tôi cũng đã sẵn sàng chấp nhận sự chuyển đổi này. “Nhưng không có nghĩa là mẹ tôi đã hết hy vọng?” tôi hỏi.

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

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

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

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

Ông đặt tay lên cánh tay tôi. “Mẹ sắp ra đi”, ông nói với tôi bằng giọng của một thầy giáo trường mầm non. “Giờ là lúc chúng ta phải làm cho bà được thoải mái”. Tôi biết ông đang cố gắng tử tế, nhưng tôi quay lưng và đi thẳng về phòng – bà đâu

phải là mẹ *của ông*. Nhưng điều khiến tôi bức bối không phải là vì ông dùng tiếng *Mẹ*; mà chính là những lời còn lại.

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

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

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

Chúng tôi tháo cái băng cổ cho mẹ – có một vết đỏ bầm bên dưới, chỗ cái băng cọ xát với xương cổ của bà. Chúng tôi hát bài “Dona Nobis Pacem” và “Row Row Row Your Boat”. Tôi tụng một bài kinh Phật giáo dành cho người chết, và những âm thanh xưa cũ mà chúng tôi không hiểu dường như mang chúng tôi lại

gần nhau hơn: *nen nen fu ri shin*. Các em gái và tôi lấy quần áo bà ra khỏi cái bao plastic, những quần áo bà mặc khi xảy ra tai nạn. Cũng hơi lạ, nhưng thật nhẹ nhõm, là không có vết máu nào trên quần áo đó. Chúng tôi cùng nhau cởi bộ quần áo ngủ của bệnh viện ra cho bà, và kéo chiếc quần jean đen bạc màu lên khỏi hai bên hông lạnh của bà, mặc cho bà chiếc áo giả chemise màu xanh, và để chân trần cho bà. Hình như gương mặt bà bỗng thóp lại, da mặt chảy xệ xuống gối. Chúng tôi cố khép miệng bà lại, nhưng nó không ở yên một chỗ. Bên con mắt mở của bà cũng thế. Chúng tôi xếp hai tay bà trên ngực, và tôi phủ tấm khăn choàng mới xong phân nửa với những sọc xanh biển và xanh dương ngang dọc lên chân của bà.



Chương 5

Xương Già

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

“Giờ Nội làm đi, Nội”, nó nói.

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

“Cố lên Nội! Nội làm thử đi mà!”

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

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

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

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

Càng lớn tuổi, xương cốt tôi cũng già đi, yếu đi. Tôi bị loãng xương ở phía dưới lưng. Chứng bệnh đó di truyền trong gia đình tôi. Mẹ tôi bị lùn đi khoảng năm tấc vì bệnh đó, và tôi đã bị mất gần hai tấc, nhưng tôi không bị đau đớn gì, nên nếu không đi làm xét nghiệm xương thì tôi không thể biết về điều đó.

Bệnh khớp ở gối và hai ngón tay cái thì gây khó chịu hơn. Ít nhất là tôi không thể mở các chai lọ dễ dàng nữa vì bị đau khớp các ngón tay. Và điều này có thể gây trở ngại khi tôi chỉ có một mình với hũ mứt dâu đã được hút chân không chặt kín. Một người bạn đã tặng tôi một thứ rất diệu kỳ mà tôi không biết gọi là

gi, giống như cái đồ đựng nổi, một bên cạnh bọc cao su, rất có công hiệu trong việc mở các chai lọ, nhưng đôi khi nó cũng thất bại, mà nếu lúc đó không có ai khác ở nhà, thì tôi đành ăn sáng mà không có mứt dâu. Còn đầu gối tôi thì chúng không thích đi lên hay xuống dốc, chúng không thích tôi tập yoga trong tư thế của một chiến binh (warrior pose), và tôi không còn có thể ngồi chồm hổm nữa, khiến cho đôi khi cần, tôi không thể ngồi xuống tiểu trong rừng cây. Còn nhảy lò cò thì không cần phải nói nữa rồi.

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

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

Trước đây tôi xem thường xương cốt mình, nhưng giờ tôi quan tâm đến chúng hơn. Tôi thấy chúng đúng là một sáng tạo tuyệt vời. Thí dụ, khi xương những người trẻ đang tăng trưởng, các tế bào bồi đắp bên ngoài dọc theo các lóng xương, trong khi đó các

tế bào bên trong bị loại trừ bớt, để mở rộng ống xương chứa tủy, theo một hoạch đồ thiết kế phức tạp. Năm tôi khoảng mười hai tuổi, xương chân tôi tăng trưởng quá nhanh đến độ tôi đau chân kinh khủng. Mẹ tôi gọi chúng là “những nỗi đau để lớn”. Cả hai con trai của tôi đều bị đau chân trong thời kỳ phát triển tuổi thiếu niên.

Nhưng giờ tôi co rút lại. Dưới lớp thịt nhão, xương cốt tôi co ngắn hơn, nhẹ hơn, nhiều lỗ hổng hơn trước đây, với những sự tăng trưởng ở chỗ này, chỗ kia, không theo đúng hoạch đồ đầu tiên. Nhưng dầu gì chúng cũng là xương chắc, tốt – những khớp và hốc, hốc mắt và dây chằng. Tôi thích những tên gọi khoa học của chúng: *humerus* (xương tay), *tibia* (xương chân), *scapula* (xương bả vai), *fibula* (xương mắt).

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

nó được làm từ một bộ dụng cụ học tập để giúp cho phương tiện nghe nhìn ở một lớp yoga, đến nỗi thật khó nhớ là nó đã từng đi đứng ở bên trong một con người nào đó. Tôi không biết là ai.

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

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

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

Bạn biết mình sẽ chết, nhưng không biết điều gì sẽ xảy ra cho bạn sau đó. Bạn cũng không biết điều gì sẽ xảy ra cho mình trước đó, ở tuổi già, và bạn cũng không thể kiểm soát điều đó. Một người bạn trẻ của tôi trong ngành y được dạy rằng tuổi sáu mươi là một bước ngoặt, và rằng cơ thể con người bình thường ở tuổi đó đang bước qua một lần ranh, để bắt đầu thực sự hư hoại. Dĩ nhiên là các bác sĩ không nói điều này với bệnh nhân của họ, và dĩ nhiên ở mỗi cá nhân một khác, nhưng *nói chung*, tuổi sáu mươi có nhiều biến đổi quan trọng.

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

Hai cậu con trai của tôi đã vẽ đường đi, xin giấy phép, mượn lều, dự tính thực đơn và mua thức ăn. Đến ngày đã hẹn, Sandy và tôi cùng lái xe từ vùng Bay Area [4], còn Noah thì lái từ Los Angeles [5] để gặp nhau tại điểm hẹn trong thị trấn Bishop, phía đông của Sierra. Tôi rất phấn khởi khi quẹo xe vào chỗ đậu của hạt kiểm lâm và thấy chiếc Toyota màu xanh của Noah lung linh dưới sức nóng của tháng Tám. Chúng tôi gặp Noah ở bên trong, cậu ta cũng vừa đến khoảng mười lăm phút trước, và đang xem những quyển sách về hoa. Chúng tôi lấy giấy phép đốt lửa trại và mượn những ống xi-lanh đựng đồ ăn chống gấu, và ở giây phút cuối cùng đó, trước khi dẫn bước theo những lối mòn nhỏ, tôi nghe theo lời gợi ý của Sandy nên mua một cặp gậy leo núi. Tôi cũng mua, một cách bốc đồng, một cuốn sách nhỏ về Hiến Pháp của Mỹ được xếp đặt một cách đập mắt ngay cạnh quầy tính tiền. Khoảng thời gian này thuộc thời tổng thống George W. Bush, khi Hiến pháp đang được sửa chữa, nên tôi nghi biết đâu nó sẽ có ích sau này, nếu không phải bây giờ ở High Sierra đây.

Lúc ban đầu chân tôi rất khỏe. Chúng tôi trèo dốc cao và mỗi ngày đều chuyển lều đi một chỗ khác. Tôi bước chậm và tự tạo ra những khúc quanh ngắn khi đường khá dốc. Đôi khi sau một lúc trèo dốc, các cơ bắp tôi như nhũn ra, nhưng tôi cũng bám trụ

được. Hai đứa con trai cao lớn của tôi đeo các túi nặng và tử tế đi chậm bước chờ tôi, nói rằng chúng cũng muốn đi như thế. Dọc đường, chúng tôi bơi lội trong những hồ nước nhỏ, thưởng thức hoa cỏ, và ngắm những đám mây lướt nhanh qua các ngọn núi. Chúng tôi hầu như không thấy ai khác; hầu hết thời gian con đường như chỉ dành cho ba chúng tôi. Mà không chỉ có con đường. Chúng tôi còn có cả vũ trụ, mệnh mệnh ngút mắt nhìn, thật bát ngát, và giờ này tôi không còn muốn có ai bên cạnh.

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

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

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

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

May thay ngay trước hoàng hôn, chúng tôi đến một cánh đồng đá, và với những ngón tay tê cóng, chúng tôi dựng lều trên một khoảnh đất bằng không có quá nhiều đá cục chỏi vào lưng. Lúc lều được dựng xong thì chúng tôi cũng đã ướt lạnh và đói, trời sắp tối hẳn mà tuyết vẫn rơi. Chúng tôi mang túi xách vào trong lều, thay đồ khô, nhưng sau đó chúng tôi cảm thấy nước bị bơm dưới chân. Thì ra chỗ chúng tôi dựng lều không có nơi thoát nước, nên giờ nó đã giống như một cái hồ nhỏ chứa nước tuyết tan. Tất cả chúng tôi lại phải chui ra khỏi lều, trong khi Noah đào một rãnh nhỏ chung quanh lều với cái bay bằng plastic mà chúng tôi mang theo để đào những hố đi vệ sinh. Còn Sandy thì đi tìm một chỗ che chắn nào đó mà nó có thể nghỉ ra dưới những lùm cây thông gần đó để đun nước nóng cho món nui phô-mai đã đông cứng của chúng tôi. Tôi thì cầm đèn bấm để soi cho nó.

Tôi suy nghĩ: Không biết chúng tôi sẽ phải làm gì nếu gió bão giữa khuya thổi căn lều bay đi, và chúng tôi phải chết vì bị giam

thân nhiệt? Hoặc bão tuyết sẽ dày đến độ chúng tôi không thể đi ra ngoài mấy ngày trời? Hay là chúng tôi không thể tìm được đường xuống trong tuyết và đi lạc? Nhưng tôi không nói lên điều mình suy nghĩ.

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

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

Sau buổi tối, chúng tôi chỉ còn mỗi việc là chui tọt vào lều, chun vô mấy chiếc túi ngủ, và cố giữ cho ấm. Lúc đó là tám giờ tối, giữa tháng Tám, và đêm sẽ rất dài trước khi trời sáng. Giá mà chúng tôi có mang theo bộ bài để chơi, nhưng chúng tôi không tiên liệu được hoàn cảnh của mình. Chúng tôi chỉ có một thứ có thể dùng để giải trí trong lều là bảng Hiến Pháp Mỹ, nên trong khi bên ngoài tuyết vẫn rơi, vẫn chảy xuống bên hông lều, thì chúng tôi đổ nhau về luật Quyền Con Người.

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

Từ dạo ấy cho đến nay đã hơn năm năm, và đó đúng là chuyến phiêu lưu cuối cùng trong cuộc đời tôi. Những mũi thuốc cortisone chữa lành được hai gót chân phồng của tôi, còn bệnh khớp của gối ngày càng tệ hơn. Nhưng bệnh khớp thì thường là

thế. Mà tại sao không là thế chứ? Khi công việc của chúng thật nặng nhọc nào là mang người ta đi lên, đi xuống núi, lên xuống thang lầu trong bao năm tháng. Ít nhất là tôi đã chấm dứt những ngày đi dã ngoại của mình một cách vinh quang, hơn nữa tôi vẫn còn có thể xuống núi bằng cách cưỡi lừa hoặc bằng dây cáp treo.

Quá trình lão hóa đó luôn tiếp diễn, vì thế hãy buông bỏ những gì bạn không còn có thể làm được, và hướng đến việc làm những gì bạn còn có thể. Năm sáu mươi ba tuổi, tôi đã dự một lớp nhảy hip-hop ở câu lạc bộ Y, dành cho người mới bắt đầu. Cũng có đôi ba học viên đầu bạc khác trong lớp, nhưng tôi nghĩ mình là kẻ đầu bạc nhiều nhất. Lớp đó thật khó cho tôi, cả về thể lực lẫn tâm thần, và tôi có thể gần như cảm nhận được có những chuỗi phản ứng sinh hóa xuất hiện trong não bộ khi chúng tôi chuyển từ thế dậm chân sang quay tròn xoay tít.

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

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

Lý ra tôi phải nói, “Này, ông đang nói đến người đã thắng giải phóng lao từ năm lớp bốn đấy!” Nhưng lạ lùng làm sao, tôi không hề để tâm đến sự chọc ghẹo của ông. Trong khoảng khắc tôi dường như bay ra khỏi thân thể khô cứng của mình, và trôi bồng bềnh bên ngoài trên những cánh cửa sổ cao của lớp học. Tôi nhìn xuống với lòng yêu thương cái xác sáu mươi ba tuổi, đang cố gắng học nhảy hip-hop, và tôi nhận thấy có điều gì đó thật

buồn cười trong nỗ lực để khiến hai chân bắt chéo nhau nhanh chóng. Tôi tự an ủi mình đã cố gắng, nhưng sau đó tôi không trở lại lớp hip-hop đó nữa. Đã đến lúc phải buông bỏ điều đó.

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

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

[4] Bay Area: thuộc bắc tiểu bang California.

[5] Los Angeles: thành phố thuộc nam California.



Chương 6

Tất Cả Đều Sụp Đổ

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

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

Lần tôi bị té gần đây nhất là lúc tôi đang dự một khóa thiền. Trong buổi họp mặt sinh hoạt hằng ngày có khoảng hai mươi thiền sinh đang ngồi quanh trong im lặng trên một bục cao trong rừng tùng, tôi nhớ là mình vừa đi xuống đó để dự buổi họp, vừa suy nghĩ là đôi giày của mình rộng quá. Tôi bước hụt trước bục thêm, trước mắt những người đang quan sát trong im lặng, vì mặt đường không bằng phẳng. Tôi cảm thấy cổ chân bị xoáy khi té xuống. Thật lạ kỳ trong tích tắc giữa lúc bị vấp và lúc ngã xuống đã có bao nhiêu điều chạy qua đầu tôi. Trong lúc té, tôi đã lo sợ rằng một ai đó phải bỏ dở thời khóa thiền để lái xe đưa tôi đến Sebastopol để bác sĩ chụp x-quang mắt cá chân tôi, nhưng ý nghĩ đó đã bị gián đoạn khi thay vào đó mặt tôi đập xuống cạnh bục thêm. Những người chứng kiến đồng thanh la lên. Tôi không thực sự cảm thấy đau – hơn là thấy sốc. Sự chú tâm của tôi chuyển từ mắt cá chân lên mặt, cố gắng mò mẫm để biết điều gì đã xảy ra. Hình như miệng tôi bị làm sao đó. Răng – liệu tôi còn cái răng nào không? Rờ miệng, tay tôi đầy máu môi, chứ răng thì hình như tất cả vẫn còn nguyên trên nướu.

Tôi lồm cồm ngồi lên, và nhìn thấy những mặt người lơ nhố từ trên bục cao ngó xuống lao xao. “Tôi không sao”, tôi nói. “Tôi

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

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

Sự tổn thương trên da thịt không đáng kể mấy, vết bầm sau một tuần đã biến mất. Tôi được chăm sóc tử tế, được tặng nhiều cây kim sa. Nhưng thật đáng sợ khi té kiểu đó, đập mặt xuống trước.

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

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

Phòng ngừa té ngã cho người lớn tuổi còn là một chuyên khoa riêng biệt trong ngành y. Và tôi thật ngạc nhiên khi khám phá ra rằng nhiều năm liên tiếp, có một dự luật được trình lên Quốc hội

được gọi là Luật Giúp Người Lớn Tuổi Không Bị Té Ngã, dầu nó đã không bao giờ được thông qua. Ai có thể chống lại một dự luật như thế chứ? Nhưng chắc là vì nó quá tốn kém.

Ngoài việc bị ngã, cảm giác sợ té ngã cũng không tốt cho sức khỏe, vì nó khiến người ta ngồi nhiều hơn, rồi gân cốt họ không vận động, ngày càng yếu hơn. Khoa Lão Hóa của Canada cũng nói, “Đừng để sự sợ bị té ngã cản trở bạn hoạt động. Sự thiếu hoạt động còn tạo ra nhiều nguy cơ bị té ngã hơn”.

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

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

Sự thật là tôi không giữ được thăng bằng. Trong lớp yoga, khi tập thế đứng của con cò, tôi đứng gần tường, và lén dựa vào đó bằng đầu gối hay cùi chỏ tay, việc mà không có con cò tự trọng nào làm. Thầy lớp yoga bảo là tôi có thể giữ thăng bằng tốt hơn bằng cách thực hành. Vì thế tôi tập mỗi ngày. Mỗi sáng, trong khi đánh răng bằng bàn chải điện, tôi tập đứng một chân, thì bàn chải sẽ ngưng hoạt động ngay sau hai phút. Vào những ngày

chấn, tôi đứng trên chân phải; ngày lẻ, chân trái. Các cơ bắp của chân đứng đau buốt. Lúc đầu tôi không thể đứng hơn hai phút, nhưng giờ tôi làm được rồi.

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

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

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

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

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

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

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

Có hai phụ nữ cũng đang đi trên đường phía sau tôi – những thiên thần của lòng tử tế. “Bà có sao không? Có cần giúp gì không?” Người thì phủi lá cây vương trên lưng tôi, người kia nhặt cho tôi những giấy tờ. “Tôi không sao”, tôi nói. Cái phần không ổn trong tôi vô hình – nó liên quan đến việc từ giả căn nhà của mẹ tôi lần cuối. Nó liên quan đến sự thật là mẹ tôi đã mất. Bà

đã ngã xuống lần cuối; chúng tôi đã thả tro của bà về với đất.

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

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

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



Chương 7

Giây Phút Lão Hóa, Giây Phút Tuyệt Vời

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

“Chào”, bà nói. “Có việc gì thế?”

Bà là bạn thân, nên tôi không cần phải giả vờ, nhưng đầu sao, cũng khó thú thật. “Ummm”, tôi nói, chờ đợi mấy dây thần kinh già tăng tốc trở lại. Tôi tự hỏi không biết có phải tôi định nói về thời khóa biểu đi bộ hàng tuần của tôi với bà. K-h-ô-n-g ... Hay về bài viết của con trai bà, về việc bảo tồn nguồn nước? K-h-ô-n-g ... Ngoài cửa sổ một chú sóc đang chạy dọc hàng hiên, miệng ngậm hạt óc chó. “Tôi đang bị lãng trí rồi đây”, cuối cùng tôi nói. “Bà biết tôi gọi làm gì không?”. Cornelia cười. “Chắc là bà biết tôi có ít mạn trong vườn dành cho bà”. Chú sóc giờ ngồi trên hàng hiên, bóc vỏ hạt óc chó, phun xuống đất. Tôi chưa bao giờ để ý thấy chiếc đuôi lông dài của chúng làm sao mà uốn lượn giống như cỏ khi chúng vẫy đuôi.

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

Thiền sư Nhất Hạnh đã giúp tôi hàm ân những giây phút già đi của mình. Trong sách, *Giây phút Hiện tại, Giây phút Tuyệt vời* (*Present Moment, Wonderful Moment*), Thầy đã viết, “Điều kỳ diệu thực sự là tỉnh thức trong giây phút hiện tại”. Tôi tin rằng Thầy cũng sẽ đồng ý là giây phút lão hóa, giây phút quên đi hôm nay là ngày thứ mấy hay bạn đang đi đâu, cũng có thể là giây phút

của trí tuệ sâu sắc. Thí dụ, khi đứng trong bếp ngẫm nghĩ không biết tay mình cầm kéo để làm gì, tôi nhận thấy ánh mặt trời lóe sáng trên lưỡi kéo kim loại, nhảy múa trên tường, và tôi lặp lại câu nói của Thầy với bản thân: “Điều kỳ diệu thực sự là tình thức trong giây phút hiện tại!”. Người trẻ cũng có thể trải nghiệm được những giây phút siêu việt của sự chìm sâu vào hiện tại bất tận, nhưng họ phải trải qua bao khó nhọc để thực hiện điều này, thí dụ như phải thiền định hằng bao ngày một lúc hoặc kiên trì qua bao tháng ngày. Còn tôi, chỉ cần cầm kéo đi từ phòng này qua phòng kia.

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

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

Một người bạn của tôi lại sử dụng một chiến thuật khác. Ông nói là ông học thuộc lòng một câu nói dự phòng và sử dụng nó để lấp khoảng trống. Vì thế, nếu ông nói với một người quen lúc đang ăn trưa, “Anh có nhận thấy rằng ...” rồi bỗng quên mình đang định nói gì tiếp theo, thì ông mang câu nói dùng cho mọi mục đích đó ra: “Rất khó bóc vỏ một chiếc CD mới”. Hoặc nếu ông gặp hai người bạn mà ông định giới thiệu họ với nhau, nhưng tên của họ bỗng biến mất trong khoảng không gian đáng chán đó, thì khi giây phút phải giới thiệu họ đến, ông sẽ bắt tay họ một cách nhiệt tình, và lại nói: “Rất khó bóc vỏ một chiếc CD mới!” Giống như viên đá cuội chạm vào tre trúc trong một công án thiền xưa cũ, câu nói gây sốc của ông tạo cơ hội cho người nghe thức tỉnh để có mặt ngay trong giây phút hiện tại.

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

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



Phần II

NHỮNG THAY ĐỔI TRONG CÁC MỐI LIÊN HỆ

Chương 8

Dưới Bóng Mát Cây Đời

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

Ở lứa tuổi thiếu nữ, ảnh tượng mà tôi hình dung về những người phụ nữ độc thân lớn tuổi – lúc đó chúng tôi còn dùng từ *bà cô* – cũng không hấp dẫn gì đối với tôi hơn là cô gái già trên lá bài. Ở cấp trung học, hầu như tất cả các cô giáo dạy chúng tôi đều không chồng. Tôi nhớ đến Cô Biddle, Cô Beveridge, Cô Casals và các cô giáo dạy thể dục như các Cô Sullivan và Bailey. Hình dáng các cô dường như đều giống nhau, cứng như gỗ, lại không có eo, vai thì nhô cao, dưới mắt tôi họ hoàn toàn không có

giới tính. Họ giống như những hàng hóa trôi lênh đênh, bị thổi dạt vào các bãi bờ thuộc trường phái của các cô gái hủ lậu. Là một cô gái hơi hợt, tôi chẳng bao giờ tự hỏi liệu họ có cảm thấy cô đơn vào các tối thứ bảy. Giờ tôi nghĩ về những cô giáo này của tôi với lòng thương cảm và nỗi buồn.

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

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

Niềm tin này được khẳng định bởi những đôi thẩm thiết yêu nhau với hình ảnh khuôn mặt họ kề bên nhau trên các bìa sách. Các chuyên gia trong việc tìm được thiên đàng trong cuộc sống lứa đôi này nhìn vào mắt nhau mà cười, và họ tuyên bố ngay trên bìa sách rằng sự hiểu biết sâu xa nhất về ý nghĩa con người chỉ có thể đạt được qua mối liên hệ mật thiết. Nhưng biết đâu đó chỉ là một trong nhiều phương cách?

Ngay cả khi ta để sự khai ngộ qua một bên, thì nhu cầu được có mối liên hệ giữa các loài chúng sanh vẫn còn có mặt. Cách đây chừng vài năm, khi bị gãy xương vai trái, tôi chỉ có thể nằm nghiêng bên phải, với cánh tay trái bị thương được cẩn thận để yên trên mình như một lực nặng ngàn cân. Ban đêm, khi vào giường, tôi phải nằm đè lên cánh tay phải; lúc đó đúng là cực hình khi tôi nhận ra rằng mình không thể làm được một điều bình thường, thoải mái kể tiếp, đó là kéo mền đắp lên mình. Tôi

cảm nhận một cách sâu sắc sự vắng mặt của người đã hứa sẽ ở bên tôi khi khỏe mạnh, lúc ốm đau, người đã hứa trước các nhân chứng sẽ luôn che chở tôi. Tôi đã phải tập lấy răng cắn giữ mền trong khi từ từ hạ người xuống trên cánh tay lành của mình.

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

Một người trong số họ, Cô Punderson nhỏ bé, với đôi mắt xanh trong lấp lánh và búi tóc trắng dày, đã trốn thoát một cách đầy ngoạn mục khỏi cảnh ế muộn. Cô đã từng dạy thi văn của Chaucer và Milton cho mẹ tôi thuộc thế hệ trước và dường như sẽ là người độc thân suốt đời. Năm tôi ra trường, cũng là năm cô nghỉ hưu ở tuổi sáu mươi lăm để trở về quê nhà của mình ở Stockbridge, bang Massachusetts, rồi cô làm chúng tôi kinh ngạc khi kết hôn với người bạn cũ của mình, người họa sĩ góa bụa Norman Rockwell. Điều này có thể xảy đến với tôi không? Theo số liệu thống kê thì điều này khó mà xảy ra; phụ nữ độc thân càng lớn tuổi càng khó kiếm người tâm đầu hơn.

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

Khi tuổi sáu mươi cận kề, tôi cảm thấy bức bách hơn. Nếu thực sự muốn có người làm bạn, chắc là tôi phải vội vã lên, trước khi

các nếp nhăn quanh miệng hằn lên môi. Sợ phải một mình khi thực sự già, tôi muốn tìm một người chấp nhận tôi trước khi tôi chuyển từ giai đoạn chớm phai tàn tới giai đoạn ít có khả năng kết hôn hơn trong tiếng thở chưa chất. Tôi muốn tìm một người nào đó, để sau này, có thể đẩy xe lăn cho tôi, nếu hoàn cảnh buộc phải xảy ra. (Tôi cứ quên rằng nếu tôi kiếm được người độ tuổi tôi, biết đâu đó cũng là lúc tôi phải bắt đầu đẩy xe lăn cho ông ta).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tôi họp mặt một nhóm bạn nữ trạc tuổi tôi, cũng độc thân, để

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

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

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

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

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

giữa việc gặp gỡ một người và việc sống chung dưới một mái nhà với người đó.

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

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

Một phi nhân quen thuộc thì thầm vào tai tôi rằng chỉ là do tôi không có khả năng duy trì một mối liên hệ lâu bền. Một giọng nói nhẹ nhàng hơn thì cho rằng tôi không có đối tượng vì tôi không *muốn* có. Có lẽ *tôi* là người không thích việc giao phối, mà không ý thức được điều đó, vì tôi rất yêu thích tự do của mình. Hoặc một ý nghĩ đen tối hơn hiện đến: Có thể tôi đã quen sự cô đơn của mình; có thể cô đơn là một nửa quan trọng của đời tôi.

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

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

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

Dần dần, không biết tự lúc nào, dường như tôi đã buông bỏ mọi cố gắng. Thật là nhẹ nhõm, khi mỗi lần bước ra cửa, tôi không còn phải đôn đáo ngóng tìm khắp chân trời góc biển một người

đàn ông đúng tuổi độc thân, thông minh, có tâm, tình cảm, biết quan tâm đến xã hội. Thậm chí có những ngày tôi quên cả việc nhìn vào ngón tay đeo nhẫn của những người đàn ông trẻ tuổi tôi khi gặp nhau lần đầu.

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

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

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

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

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

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

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

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

Còn một điều tốt khác nữa về việc sống độc thân, liên quan đến sự buông xả. Tuổi tác thúc giục tôi sống buông xả. Đây là lúc phải giảm thiểu, phải đơn giản hóa cuộc sống. Tất cả mọi người, dù độc thân hoặc có đôi, đều khám phá ra rằng tuổi già đồng nghĩa với sự buông bỏ, nhưng sự buông bỏ vào lúc tuổi già dễ được chấp nhận hơn nếu bạn độc thân. Bạn có thể cho đi sách vở, đĩa CD mà không cần hỏi ai.

Đôi khi, không chỉ vào những lúc tôi nằm thao thức đến ba giờ

sáng, mà cả vào các giờ giấc khác nữa, tôi nghĩ đến bà Peace Pilgrim (1908-1981). Bà đã đi tới đi lui khắp nước Mỹ từ lúc bà bốn mươi bốn tuổi cho đến khi bà qua đời ở tuổi bảy mươi ba. Bà không mang theo tiền bạc, và không có gì cả ngoài bộ quần áo đang mặc và một vài thứ trong các túi. Nguyên ước của bà là "sẽ mãi làm người du mục cho đến khi nhân loại biết chung sống hòa bình, đi bộ cho đến khi được cho chỗ nương trú, và nhịn đói cho đến khi được cho ăn". Tôi không thể làm được như bà – vì đó là cách của bà, không phải của tôi, nhưng nó làm cho tôi cảm thấy phấn khởi khi nghĩ về bà. Bà cũng là người sống độc thân.

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

Giờ tôi đang tập thỏa mãn những nhu cầu riêng tư nhất của mình mà không cần đến phân nửa kia của tôi. Tôi có một cây gậy lưng dài bằng tre đặt trên bàn cạnh giường ngủ. Tôi đặt tên cho nó là "Chồng Tôi". Như thế tôi được lợi cả hai mặt – tôi có thể dùng nó để gãi chỗ tay tôi không với tới dưới bả vai, mà khỏi đi lượm vớ cho ai cả.

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

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



Chương 9

Hoán Đổi Giữa Ta và Người

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

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

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

Lần đầu tiên tôi gặp Susie khi cô ở phòng đối diện với tôi, tại đại học Radcliffe, năm học đầu của chúng tôi. Đến New England từ Mexico, là con gái của một nhà biên kịch nằm trong danh sách đen của Hollywood, Susie đã sống ở Mexico từ năm lên tám. Còn tôi lớn lên từ khu phố chỉ cách trường hai khoảng đường, nên giống như một nhà du lịch trên ghế bành, tôi rất vui được làm bạn với người có thể mang đến cho tôi hương vị của những thế giới mà tôi đã chưa bao giờ tưởng tượng ra – như Hollywood, thành phố Mexico, đảng Cộng sản Mỹ. Nhưng ngay cả trước khi tôi biết điều gì đó về cô, và tôi không biết ngay những điều ấy vì

cô rất nhút nhát, thì tôi đã bị cô ấy lôi cuốn. Bạn có thể thương yêu một người vì muốn làm bạn với người đó, mà không có bất kỳ cảm giác lãng mạn nào, nhất là khi bạn là một tân sinh viên mới bước vào ngưỡng cửa đại học, đang tự hỏi mình là ai, và mình muốn trở thành gì.

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

Chúng tôi trở thành bạn cùng phòng suốt ba năm đại học còn lại. Tôi nhớ lại kiểu trèo tường của Susie vào ban đêm trong phòng chúng tôi ở ký túc xá. Chính xác là đã hơn một lần, tôi thức giấc và nhìn thấy cô quỳ gối trên giường, trong khi tay cào vào tường như thể là cô đang cố gắng trèo lên đó để ra ngoài, miệng thốt ra những tiếng mà tôi không thể hiểu. Khi tôi vực cô dậy để trấn an thì cô cũng không biết là mình đang ở đâu. Chúng tôi đang ở thật xa thành phố Mexico.

Susie đưa tôi về thăm gia đình cô vào mùa hè năm 1962. Gia đình cô đã dọn từ thành phố Mexico qua Ý. Lúc đó chúng tôi khoảng mười chín tuổi. Cha mẹ, năm anh chị em cô, một số bà con và các khách mời đang nghỉ hè trong một ngôi nhà thuê tọa lạc trên một vách núi ở Italian Riviera. Chúng tôi thường ngồi ngoài hiên nhà, dưới một giàn nho, nhìn ra biển màu ngọc lam đậm, và thưởng thức bánh sừng trâu nóng sốt của một tiệm bánh trong vùng và tôi há hức lắng nghe họ nói chuyện về LSD [6], về phân tâm học, và về những người bạn cộng sản cũ đã trở về Hollywood và bắt đầu hoạt động trở lại bằng tên thực. Họ nói phần nhiều bằng tiếng Anh, đôi khi bằng tiếng Tây Ban Nha. Mẹ của Susie kéo tôi vào câu chuyện như thể tôi đã là một người

trưởng thành, mặc dù tôi hầu như không hiểu họ đang nói gì.

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

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

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

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

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

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

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

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

Bạn bè thời thơ ấu giúp tôi liên kết toàn bộ câu chuyện đời tôi.

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

Mới đây, tôi đã đi thăm chính cô bạn đó sau khi cô mổ khớp gối. Cô sống rất xa tôi, trong ngôi nhà nơi cô lớn lên, căn nhà với cây táo chua mà chúng tôi đã lấy trái để chơi trò tung hứng, căn nhà nơi cô đã bày cho tôi cách sử dụng miếng *tampon* [7], căn nhà nơi chúng tôi trò chuyện đến khuya về thuyết tương đối của Einstein và thời gian trôi qua với tốc độ khác nhau như thế nào. Hơn năm mươi năm sau, khi cô cho tôi xem vết sẹo trên đầu gối, tôi đã có một khoảng khắc xúc động mạnh của sự nhìn nhận. Tôi đã nghĩ: Tôi biết đầu gối đó, dù nó có sẹo hay không. Nếu ai đó cho tôi thấy đầu gối này, thông qua lỗ hổng thì tôi cũng biết đó là đầu gối của ai. Điều gì xảy ra cho đầu gối quen thuộc đó cũng khiến tôi quan tâm.

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

ông từ thời thơ ấu mà vẫn còn sống.

Khi tôi nói bạn bè cũ gần bó với nhau qua bao thăng trầm, ý của tôi là như sau. Có lần tôi đã thuê một công ty chuyên sắp xếp văn phòng để phân loại các giấy tờ trong phòng làm việc của tôi, một công đoạn mà tôi luôn sợ. Cô nhân viên và tôi cùng kiểm tra các hồ sơ cũ, và rút chúng đây các túi đi chợ, các thùng giấy để tái chế. Cô nhân viên đã bày cho tôi một hệ thống hoàn toàn mới để đối phó với thư từ gửi tới – "Xếp chúng ngay ngắn! Xếp ngay ngắn!" là điệp khúc của cô – và cô kê cho tôi một danh sách các công cụ cần thiết để hệ thống mới có thể hoạt động. Xong việc, tôi tiễn cô ra cửa trước, chào tạm biệt.

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

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

xếp giấy tờ lại vào các bao giấy, cùng khiêng chúng ra khỏi phòng.

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

Tôi nhận thấy là khi người mình thương yêu cần được giúp đỡ thì ta rất sẵn lòng. Để làm "nơi nương tựa cho bản thân và cho người", như ngài Tịch Thiên (Shantideva) nói, tôi cố gắng để "hoán chuyển giữa 'tôi' và 'người'," để nhớ rằng giúp đỡ bạn cũng giống như nhận sự giúp đỡ của bạn, và điều này khiến tôi tin là các bạn tôi cũng rất vui khi được giúp đỡ tôi những khi tôi cần. Dĩ nhiên là có nhiều cơ hội cho cả hai phía.

Càng lớn tuổi thì ta càng có nhiều bạn hay bệnh. Cách đây vài năm, tôi có một người bạn thân bị bệnh nặng, với một căn bệnh hiếm gặp, là viêm phổi do vi-rút. Nhiều năm trước đó, ngay khi tôi vừa dọn về California, chính cô là người đã giới thiệu tôi đến

vùng cao nguyên của Yosemite. Khi tôi hụt hơi, leo dốc theo sau cô, trong bầu không khí loãng hơn không khí mà tôi thường thở, thì cô đã động viên tôi bằng cách nói: Chậm và chắc để chiến thắng cuộc đua. Cô bảo tôi thở sâu trong bụng, với cơ hoành.

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

Tôi biết có một phụ nữ độ tuổi bảy mươi. Bà đã thành lập "nhóm" với những người bạn cũ và thân tín. Họ đã thỏa thuận là sẽ đến với nhau khi cần, để "có mặt bên nhau". Bà giải thích rằng điều đó có thể là ngồi cạnh bên giường, ủng hộ tinh thần trong bệnh viện, hoặc cầm tay nhau khi có điều gì đó khủng khiếp xảy ra. Thậm chí điều đó có thể có nghĩa là giúp nhau chết. Điều đó có thể muốn nói, "Tôi biết hoàn cảnh của bạn hiện giờ là điều mà bạn chẳng bao giờ muốn nó xảy ra cho mình".

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

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

Tình bạn cũ là điều ích lợi trong tuổi già, nhưng bạn cũ rồi cũng ra đi. Hẳn là rất cô đơn khi bạn càng già đi và những bạn bè thân thiết đều đã ra đi. Điều này đã gây ấn tượng cho tôi, khi nhiều năm sau cái chết của bà ngoại, tôi đã đến thăm người bạn thân thiết nhất đời của ngoại tôi, đó là "Di Dorothy". Giờ di đã gần

chín mươi, người nhỏ bé, ngồi trên chiếc giường ở nhà, giống như một ụ đất nhỏ trong đồng chăn nệm, một cục bướu sống nổi lên trên mặt bằng, tất cả bạn bè của di đều đã ra đi. Di nói với tôi là mỗi ngày di đều nghĩ đến ngoại tôi. Di bảo không còn muốn sống nữa, vì giờ mọi người thuộc thế hệ của di đều đã ra đi. Tôi đoán rằng trong cái rủi là có tất cả bạn bè ra đi trước mình, thì cái may là điều đó sẽ giúp ta cảm thấy sẵn sàng hơn cho cái chết. Tôi đang nghĩ đến một thánh ca xưa "Swing Low, Sweet Chariot" [8] (tạm dịch "Hãy đu đưa nhẹ nhàng, xe ngựa dẫu yêu"): "Nếu em đến đó trước tôi, hãy nói với tất cả bạn bè là tôi cũng đang tới".

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

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

Ngoài cửa sổ, ánh mặt trời lặn tô điểm các tảng đá với sắc sáng vàng, và lay động các hình bóng, khiến hình ảnh, phong cảnh nền luôn thay đổi và những phiến đá xô dạt vào nhau, mềm mại như nước. Susie đang đứng dạng chân trên một hốc đá, trong thế đứng chân vòng kiềng quen thuộc. Cô chia máy ảnh xuống, điều chỉnh tâm ngắm, dừng lại, hoàn toàn đứng yên. Cô đang chờ đợi điều gì đó, có thể là một làn sóng phủ chụp lên. Tôi mong là

Susie chụp được bức ảnh cô chọn. Tôi cảm thấy lòng tràn đầy tình thương đối với Susie, trong chiếc mũ len màu đen của cô.

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

Tôi lên tiếng trả lời.

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

[6] LSD: Lysergic Acid Diethylevavide: Một loại thuốc say, tạo hoang tưởng mạnh.

[7] ND: Một loại khăn vệ sinh phụ nữ dùng khi có kinh nguyệt.

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



Chương 10

Ngôi Nhà Chung

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

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

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

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

Chúng tôi tổ chức các lớp học xoa bóp trên sàn phòng khách trước lò sưởi, các buổi tiệc tùng bùng với âm nhạc tự chế. Giờ tôi nhìn nhận đó có thể không phải là một khung cảnh gia đình ổn

định nhất cho các con của tôi, nhưng ở Berkeley trong những năm bảy mươi, thì điều này có vẻ gần như bình thường. Chúng tôi đã vượt qua những giới hạn đáng sợ của gia đình hạt nhân.

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

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

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

Nhiều khách trọ đã ngồi ở bàn trong nhà bếp với tôi. Họ lưu lại

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

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

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

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

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

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

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

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

Tôi vẫn còn sống ở đây, vẫn chia sẻ ngôi nhà với nhiều người khác. Bảo quản một căn nhà cũ là việc khó, vì tôi phải luôn sửa chữa, sơn phết nó. Phải mất nhiều thời giờ, tiền bạc và công sức. Tôi đang ở giữa tuổi sáu mươi. Khi mới dọn đến đây, tôi chỉ mới hai mươi chín. Giờ tôi vẫn có thể chăm sóc ngôi nhà, nhưng được bao lâu nữa?

Tôi nghĩ về những người cùng thời với tôi, bạn bè và người thân: Hầu như tất cả đều sống một mình hoặc với người phối

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

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

Một bà góa già sẽ phải làm gì nếu không muốn sống một mình? Tôi có thể bán nhà và dọn đến ở khu chung cư với những người xa lạ. Hoặc tôi có thể dọn vào một trung tâm thiền, nếu tôi có thể mỗi sáng thức dậy lúc 4 giờ 30 và cống hiến thời gian của tôi cho một thời khóa biểu tu tập cam go. Tôi có thể kết hợp với bạn bè để hoạch định thành lập một cộng đồng chung. Nhưng mấy năm trước, khi một số người cố gắng thực hiện điều đó, thì chẳng có ai bỏ hết thời gian vào việc tìm kiếm địa điểm, thiết lập cộng đồng đó, nên kết quả là cả nhóm tan rã. Nếu đã có một cộng đồng như thế, nếu các bạn bè thân thiết của tôi sống trong một cộng đồng ấm cúng, có tinh thần xã hội, có căn bản tâm linh, ở một nơi gần Berkeley, hướng ra mặt biển không bị ô nhiễm, với những buổi dùng chay chung, hai lần một tuần và có phòng cho con cháu đến thăm thì tôi sẽ dọn ngay vào. Nhưng tôi không mong đợi điều đó sẽ xảy ra.

Cũng có 'cách sống dưỡng lão' (retirement living). Mẹ và dương tôi đã sống hạnh phúc trong một khu nhà dành cho người già suốt mười lăm năm cuối đời họ. Nhưng lúc đó họ lớn tuổi hơn tôi

bây giờ, mà tôi cũng chưa sẵn sàng để sống như thế.

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

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

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

Tôi biết không phải dễ dàng chuyển đổi. Chắc chắn tôi cần sự

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



Chương 11

An Nhiên Tự Tại

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tôi đã giúp mẹ tôi làm một số việc linh tinh: Tôi rất vui vì có thể đem mẹ đến bác sĩ khám mắt cườm cho bà. Những cuộc hẹn đi

bác sĩ là một vấn đề tâm lý đối với mẹ tôi, và càng lớn tuổi thì bà càng có nhiều cái hên. Khi trao đổi qua điện thoại không lâu trước chuyến viếng thăm của tôi, bà đã nói với lòng thèm muốn về một người bạn trong chung cư, "Bà Janet được con gái chở đi *mỗi khi* bà có hên khám bệnh với các bác sĩ. Ôi, mẹ *ước* gì có một đứa con sống ở Chicago!" Mấy chị em tôi đã cố gắng kết hợp các chuyến thăm viếng của chúng tôi với các cuộc hên khám bệnh của mẹ, nhưng ai cũng sống quá xa, nên bà không thể thường xuyên dựa vào chúng tôi. Mẹ đi khám bệnh hầu hết bằng taxi, mà taxi phải chờ thật lâu mới có.

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

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

Sau đó đến phần máy vi tính. Tôi đã bày cho mẹ một số điều mà giữa những lần thăm viếng của tôi, bà luôn quên chúng: Thí dụ làm thế nào để thay đổi các lề trong chương trình tạo văn bản, làm thế nào để gửi thư điện tử. Tôi không phàn nàn gì việc này,

vì mẹ là người duy nhất trên thế giới xem tôi là một chuyên gia máy tính.

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

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

Một ngày trước khi tôi quay về California, tuyết đã rơi lúc tôi vừa thức giấc. Tôi nhẹ nhàng đi ra khỏi phòng, trong khi mẹ tôi vẫn còn ngủ. Tôi đi theo đường hầm dành cho người đi bộ phía dưới đường lái xe và đi bộ trong công viên nhỏ cạnh hồ ngay đối diện tòa nhà của mẹ. Không có ai khác ở đó; dấu chân tôi là những dấu chân đầu tiên trên nền tuyết mới phủ. Tôi tưởng chừng mình đang ở đồng quê, với những chòm tuyết trắng phủ trên các trụ hàng rào và cái hồ bên cạnh tôi thì xa mù mắt vì

tuyết rơi xuống đã che lấp các ống khói của Indiana, và các chú sóc làm rơi vãi mọi thứ từ trên các cành cây. Tôi tưởng chừng mình đang ở đồng quê, nếu không có tiếng gầm rú của xe cộ lưu thông ở phía sau. Tôi nghĩ thầm: *Mùa xuân tới, tôi sẽ ghé thăm mẹ, khi tuyết đã tan, mặt trời đã lộ dạng, lúc ấy tôi sẽ đẩy mẹ ngồi trên xe lăn đi qua công viên, để bà có thể nghe tiếng chim hót và ngửi mùi hương của các cây liễu.*

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

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

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

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

rồi.

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

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

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

Như một đứa con gái ngoan, tôi chuyên bánh đến mời các bà. Tôi mời họ rượu vang, đồ hoặc trắng, trong những chiếc ly Mễ Tây Cơ màu xanh tuyệt đẹp của mẹ tôi. Chú mèo nhỏ, Sigo, được mẹ tôi nuôi sau khi cha dưỡng tôi chết, nằm ngửa trên lưng, chân cào không khí, muốn được đùa giỡn. Mẹ tôi cầm một sợi dây kẽm có một quả bóng treo ở đầu dây, đưa đưa trước mặt Sigo. Nó nằm sát đất, không động đậy, trừ cái đuôi, sau đó đột ngột nhảy vọt lên chỗ trái banh làm tất cả chúng tôi đều phá ra cười.

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

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

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

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

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

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

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

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

Mẹ tôi ngồi xe lăn, điều khiển nó đi tới bằng cách xúi chân tới trước trên sàn nhà như một đứa trẻ đẩy món đồ chơi đi tới. Đó là điều mẹ tôi thích làm khi ở trong môi trường thân thuộc. Bà nói ngồi trên xe lăn kiểu đó là cách thể dục tốt nhất. Người ta tưởng rằng bà ngồi xe lăn vì chân bà có vấn đề, nhưng thật ra chính là do lưng bà bị đau nếu bà đi bộ nhiều hơn khoảng năm mươi bước.

Đôi khi, vào những ngày lưng mẹ đỡ đau, bà có thể đi bộ ra thang máy với một cây gậy. Cây gậy của bà có một tay cầm mà khi nghiêng nó qua một bên, thì nó trở thành một chỗ ngồi nhỏ để bà có thể dừng lại, nghỉ ngơi. Bà đã đặt mua những chiếc gậy này từ Anh. Nếu bạn nhìn bà từ phía trước, khi bà ngồi trên gậy thì bạn sẽ ngạc nhiên, vì bạn không thể nhìn thấy cây gậy, nên

lầm tưởng bà đang thực hiện một tư thế yoga rất khó – đầu gối hơi cong, tư thế như đang ngồi trên một chiếc ghế mà ta không thấy nó đâu... Nhưng hôm nay là ngày mẹ đi xe lăn.

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



Chương 12

Tâm Lão Bà

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

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

Khi nó lớn hơn, tôi quan sát thấy nó cũng vuốt ve, nựng nịu thú vật và em bé, nhưng nó vẫn giữ ý định là không muốn có con cho đến tuổi trưởng thành. Em trai nó, Sandy, thích trẻ em nhưng hiện tại vẫn độc thân, nên tôi bắt đầu sợ là mình sẽ không bao giờ được làm bà. Người phụ nữ có thể làm cách gì đó để có con, nhưng không thể làm gì để có cháu. Vì vậy, ngay cả khi Noah đã lấy vợ thì tôi cũng cố gắng tránh không đá động đến vấn đề này. Tôi tự nhắc nhở là con tôi không phải sinh ra đời để nhanh chóng có cháu cho tôi. Chuyện đó thuộc quyền quyết định của Noah và Arcelia, vợ nó. Chúng có sự nghiệp phải lo lắng, cùng với các vấn đề về kinh tế của bậc làm cha mẹ và mối quan tâm về sự hủy diệt môi trường của trái đất. Tuy vậy, tôi vẫn nói là tôi rất vui nếu được giữ cháu.

Thưở nhỏ, tôi được cả hai bên nội ngoại thương bằng nhiều cách khác nhau. "Bà ngoại" thường dẫn tôi đến các cuộc họp của người Quaker, viết những lời cầu nguyện mà bà ưa thích xuống một cuốn sổ tay nhỏ cho tôi. Bà cũng dẫn tôi đến xưởng điêu khắc của bà, nơi bà cho tôi chơi với đất sét trong lúc bà nặn tượng. Tôi là

cháu trưởng tôn của bà. Buổi sáng khi tôi trèo vào giường bà, bà sẽ cất đi chiếc mặt nạ màu đen kỳ lạ mà bà mang khi ngủ, và máng nó lên thành giường. Chiếc mặt nạ làm cho bà trông giống như một người hùng cô độc. Bà kéo tôi vào lòng, và tôi sẽ cuộn tròn bên cạnh bà, thích thú cảm nhận da thịt mềm mại, mát mẻ nơi bắp tay bà và bà nói, "Chào cháu cưng số một của bà! "

Còn bà nội thì tôi gọi là "Ma". Bà thường cất kẹo chanh trong một cái ly thủy tinh trong hình con gà để trên tủ bàn phấn của bà. Nếu bạn muốn một viên kẹo, bạn chỉ cần giả bộ ho một tiếng thì bà sẽ nói: "Cháu cưng, cổ cháu có vấn đề rồi". Bất cứ khi nào đám trẻ con chúng tôi đến chơi, đều có bánh bông lan sô-cô-la mới nướng, có rắc đường vani trên một tấm thiếc màu xanh trong nhà bếp và bạn được phép ăn bất cứ khi nào bạn muốn. Bà luôn có mùi thơm dễ chịu, một loại hương thơm nào đó mà không ai khác có được. Bà đeo một chiếc vòng tay bằng vàng có chiếc máy bay cũng bằng vàng nhỏ xíu treo lủng lẳng trên đó. Tôi hỏi bà lý do, bà bảo rằng đó là bản sao của chiếc máy bay quân sự mà con trai út của bà, tức là chú Morton của tôi, đã lái khi chú bị bắn hạ tại Nhật Bản. Bà đeo nó để không bao giờ quên lòng can đảm của con mình. Trên cánh máy bay có khắc những con số ký hiệu chính xác, nhưng chúng quá nhỏ nên tôi không thể đọc được.

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

Vào một chiều Chủ nhật, tôi đang ở nhà tại Berkeley, khi Noah từ San Antonio, Texas gọi để báo tin con gái nó đã ra đời. Giọng

của nó giống như một tô nước mà nó đang cố giữ để nước không tràn ra ngoài. Lúc đó Paloma đã ra đời được đúng hai mươi phút, và hai mẹ con vẫn còn trong phòng sinh. Mọi người đều bình yên. "Được làm bà, mẹ có vui không?", Noah sốt sắng hỏi, dù nó đã biết câu trả lời của tôi.

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

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

Vào cái ngày đặc biệt đó, trên trang nhất của báo New York Times có nói về con số người dân thương vong ở Beirut do Israel bỏ bom nhóm Hezbollah [9]. Tôi tự thấy mình cần xoa dịu chư thiên, Thượng đế, Vũ trụ, hay bất cứ gì – để cảm ơn họ về sự ra đời an ổn của Paloma, để cầu mong họ bảo vệ con bé và tất cả mọi đứa trẻ khác được bình an. Tôi phải cúng dường gì và cúng cho ai? Buổi chiều ngày sinh nhật của Paloma, tôi xem lại các e-mail và tìm thấy một lá thư ngõ yêu cầu được giúp đỡ của Liên minh các Trẻ em Trung Đông và tôi đã gửi tiền đóng góp dưới tên của Paloma. Một việc làm khiêm nhường về phần của tôi, với tư cách là người bà, để hồi hướng cho Paloma và tất cả chúng sinh khác.

Khi tôi đến San Antonio, Paloma đã được hai tuần tuổi. Cô bé

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

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

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

Hoa Nhỏ, và thậm chí gọi là Bánh Ghé.

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

Đôi khi tôi bỗng Paloma ra ngoài sân ở phía sau nhà, với cái nóng của 102 độ Fahrenheit (39 độ C). Cô bé nín lặng ngay. Bé nhướng mắt nhìn các cây và không gian rộng lớn của bầu trời và tôi có thể thấy cô bé đang cảm nhận *không khí tự nhiên* tràn đầy trên má. Tôi có thể thấy cô bé cảm nhận được những điều khác biệt ở đây, ở ngoài trời. Noah cũng rất thích nhìn các lá cây khi anh ta còn bé.

Thiền sư Dogen (Đạo Nguyên), người sáng lập trường phái thiền Soto (Tào Động) ở Nhật Bản, có một đệ tử là một vị tu sĩ chân chất, biết giữ giới, nhưng vị ấy có một yếu điểm – ông không có "tâm lão bà". Thiền sư Dogen nói, "Ông có thể thông suốt về Phật giáo, nhưng ông không thể vượt quá khả năng và trí thông minh của mình trừ khi ông có *robai-shin* – tâm lão bà, tâm đại từ bi. Lòng từ bi để giúp mọi chúng sanh. Ông không nên chỉ nghĩ đến riêng mình".

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

Nhưng đôi khi ông bà cũng phải thay thế cha mẹ. Như khi cha mẹ phải ngồi tù, hay chính họ cũng còn là trẻ con, hay họ đã chết vì bệnh AIDS. Đôi khi khả năng chăm sóc con cái của họ đã bị tước đoạt bởi chiến tranh, không nơi nương tựa hay do nghiện

ngập. Ngày càng có nhiều bà nội, bà ngoại phải nhận lãnh vai trò trụ cột trong gia đình hơn, phải dùng cảm dưỡng nuôi các cháu của họ trong những điều kiện khiến họ không còn có nhiều thời gian để lả lướt điệu waltz với các cháu quanh nhà, vừa hát bài "Rừng Na Uy". Tôi muốn ghi nhớ tất cả những bà ấy vào trong tâm trí tôi.

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

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

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

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

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

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

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

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



Chương 13

Vô Ái Dục

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

Đã không có quan hệ với ai một thời gian – không cần biết là bao lâu – giờ tôi hầu như chẳng nghĩ gì về nó. Tôi có cái may là thường không mong muốn cái tôi không có. Thật là tiện. Tôi chỉ muốn quan hệ, khi *thấy nhớ* nó, chứ không phải do *dục vọng*. Trong phim ảnh, khi đến những đoạn khó coi, thì tôi giống như đứa trẻ tám tuổi, phản ứng: "Hãy kết thúc nhanh đi lên! Không có gì để tôi coi đâu! "

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

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

quyền không ham muốn tình dục khi tuổi lớn hơn. (Tuy nhiên, tôi không hứa điều đó).

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

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

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

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

Cũng phải kể đến việc gần gũi, mật thiết, một trong những tác dụng phụ phổ biến nhất của tình dục. Có người còn cho rằng

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

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

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

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

Sống độc thân cũng là một cách để không phải nghĩ đến việc quan hệ tình dục. Đây được coi như là sự lựa chọn tích cực. (Có lẽ tôi đã phải nguyện sống độc thân, để được ghi điểm cho cả

khoảng thời gian sống như thế). Đó là cách để mở rộng tình thương của bạn đến với cả vũ trụ.

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

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

Tuy nhiên ...



Chương 14

Vô Hình Vô Tướng

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

Khác với mẹ, tôi không bao giờ dám la hét người khác, ngay cả khi tôi có cảm giác rằng họ phớt lờ sự có mặt của tôi. Tuần trước, khi tôi đang xếp hàng chờ mua phong bì trong một cửa hàng văn phòng phẩm đông người, thì một phụ nữ trẻ khỏe mạnh, tóc đen nhánh được tính tiền trước, dù cô ấy đến sau tôi, mà cũng không phải do cô muốn lẩn ra trước tôi, mà do người tính tiền không để ý đến tôi.

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

Tôi đã tham dự một hội thảo với chủ đề "Giảng sư Phật giáo ở phương Tây", với hơn hai trăm nam nữ cư sĩ họp lại trong vài

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

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

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

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

Tôi vẫn chỉ mới bắt đầu. Tôi vẫn còn đứng ở hai làn ranh – làn

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

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

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

Tôi được truyền cảm hứng từ tấm gương rất đáng ngưỡng mộ của nhóm Raging Grannies (Những Lão Bà Cuồng Nộ). Họ vẫn

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

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

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

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

Khi tôi than thở với em gái về cảm giác trở thành vô hình, vô tướng của người phụ nữ lớn tuổi, rằng họ giống như một chiếc lá

khô, tôi nghĩ là cô ấy cảm thấy khó chịu với sự tự kỷ của tôi, dù cô ấy không nói thẳng ra. Cô chỉ nhẹ nhàng nói, "Vậy phẩm cách có ý nghĩa gì? Sao chị không tạo dựng phẩm cách của riêng mình?" Tôi đã đặt chữ *phẩm cách* đó vào túi như một viên đá mịn, nắm chặt lấy nó, tìm sự an ủi trong nó.

Không lâu sau, tôi gặp một bà cụ ở sân bay ở Puerto Vallarta, Mexico. Bà cụ phải đến chín mươi. Cả hai chúng tôi đều ngồi trong phòng đợi, chờ máy bay đi California. Bà đeo nữ trang màu ngọc lam, mặc váy dài bằng vải denim, khăn choàng kiểu Mễ màu hồng tươi, và gương mặt nhăn nheo cúi trên trang sách, đầy ấn tượng. Mái tóc bạc trắng của bà được búi trên đầu, và được gài chặt bằng những que gỗ – mà tôi nghĩ là những chiếc đũa. Bà giống như một nghệ sĩ, tôi nghĩ – một nghệ sĩ *già*. Đường như bà đi du lịch một mình, nhưng trông bà không có vẻ sợ hãi hay lo lắng; trông bà thật tự tại, ngồi đó đọc sách, với tấm vé lên máy bay được nhét giữa các trang sách. Bà không ý thức một điều, rằng bà là phúc trời ban – một sứ giả của tuổi già. Bà là sự tương phản của vô tướng, vô hình, bà tỏa sáng đối với tôi – mái tóc bạc trắng, khăn choàng màu hoa cây vân. Bà như nhắc nhở tôi không được thương hại bản thân. Khi được gọi lên máy bay, bà đứng dậy và bước đi, chậm rãi, vững chắc với cây gậy cầm tay và mỉm cười, bước lên máy bay. Bà đúng là có phẩm cách.



Chương 15

Cô Bé Tinh Nghịch Trở Về

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

Các con của tôi đã rời xa tổ ấm từ lâu rồi. Tôi không còn phải chuẩn bị bữa điểm tâm cho ai nữa. Sau khi mãn kinh, ở tuổi năm mươi, khi các chức năng trong thân người nữ không còn quấy rầy tôi nữa, tôi đã quay trở lại với cô bé đầy nam tính ngày nào. Tôi tôn vinh tinh thần mạo hiểm của cô, và sự từ chối bị giới hạn bởi các quy ước xã hội đầy dúng cảm của cô.

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

Khoảng thời gian đó mẹ thường thưởng cho tôi hai mươi lăm xu nếu tôi chịu mặc đầm, trong những lúc cần ăn mặc như thế – thí

dụ như khi có bà con thăm viếng. Còn thường thì tôi mặc quần áo bằng vải thô, còn gọi là vải jean – cộng với dây nịch cao bồi.

Với các bạn trai trong khu phố của tôi – như Robert, Skipper, Evan và Sammy – thì chúng tôi đóng vai cảnh sát và bọn cướp, hay các chàng cao bồi và mọi da đỏ: Những trò chơi bạo lực, đầy tính kỳ thị, mà nhiều năm sau, tôi coi như mình đứng khi cấm các con chơi trò đó. Chúng tôi treo cây, chạy xe đạp thả tay. Tôi còn có súng đồ chơi treo trên tường trong phòng ngủ của tôi. Chúng tôi trao đổi thẻ bóng chày, thuộc lòng điểm trung bình của tất cả các cầu thủ đánh banh bằng gậy của đội Braves Boston và chơi bắt bóng hàng giờ. Tôi đọc sách trinh thám, ly kỳ Boys Hardy, và *Lou Gehrig, Boy of the Sand Lots*. Tôi lập ra Hội Cướp Biển, Hội Walky-Talky và Hội Sư Tầm Chuyện Vui về Cao Bồi.

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

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

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

Ở đâu tôi cũng thấy, đàn ông nắm vai trò chỉ đạo, còn phụ nữ chỉ là người phụ thuộc: thí dụ ngài tổng thống và phu nhân, ông

hiệu trưởng và cô thư ký, ông bác sĩ và cô y tá, chú phi công và cô tiếp viên. Mặc dù lúc đó tôi không diễn đạt được ra bằng lời, nhưng tôi có ý nghĩ là thân người nữ không phải là một chốn quyền lực để nương trú.

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

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

Tôi nghĩ như vậy vì mới năm lên lớp bốn, tôi đã được gửi đến trường múa – để học khiêu vũ! – nhiều năm trước khi các bạn tôi phải trải qua nghi thức huấn nhục này. Tôi được dạy phải ngồi tréo chân cho đến khi một chàng trai, chắc cũng khổ đau không kém, đến mời tôi nhảy. Tôi phải học các "box step" [10], một cái tên rất thích hợp để gọi sự di chuyển vô hồn không can hệ gì đến

khieu vũ. (“Bước-bước-phải-bước-bước-trái”).)

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

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

Nhưng ngay trong gia đình tôi cũng có những thông điệp mâu thuẫn nhau. Một mặt, ngoại tôi nói là tôi phải chải tóc một trăm lần mỗi ngày để tóc được bóng. Bà nói với một chút mai mỉa trong giọng nói, “*On doit souffrir pour être belle*” – Muốn đẹp thì phải chịu khổ. Mặt khác, trong một cuốn album gia đình có một tấm hình tôi và hai em gái diễn hành quanh bãi cỏ ở nhà ông bà, giả bộ làm lính, xấp hàng, với mấy khúc cây trên vai làm súng, đội mũ ba lô làm bằng giấy báo. Ông tôi, xuất thân từ một gia đình quân binh, làm trung sĩ huấn luyện chúng tôi. Rõ ràng là chúng tôi vui vẻ lắm, phồng ngực lên trong ảnh.

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

không có sự lựa chọn nào khác. Tôi đưa cho nó cây cung.

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

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

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

chỉ có tôi là con gái? Đó có phải là lý do tại sao phụ nữ không được phép gia nhập vào hội, nhóm của các ông?

Rồi khi đến lớp Năm, mọi thứ đã bắt đầu thay đổi trong cách đáng lo ngại. Bắt đầu từ năm đó, con gái phải mặc váy hoặc đầm khi đi học. Tuy nhiên cũng không có nội quy *cấm* mặc dungarees (quần áo vải thô) nên tôi mặc cả hai thứ: áo đầm phía trên, quần jean phía dưới. Sau đó, tôi phải mặc đầm đến trường. (Bây giờ nói thì khó tin, nhưng khi tôi học đại học vào những năm sáu mươi, chúng tôi không được phép mặc quần tây vào lớp trừ khi trời có tuyết).

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

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

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

Rồi, năm tôi mười ba, một buổi sáng, tôi thức dậy thấy máu khô trên đáy quần ngủ của mình. Lúc đầu tôi không biết đó là gì, vì tôi đã tưởng tượng rằng "lời nguyên" sẽ đến với dòng máu chảy ngập tràn dưới bàn học, trên sàn lớp. Mẹ đưa cho tôi băng vệ

sinh, chỉ dẫn tôi cách sử dụng. Có lẽ những người còn có kinh nguyệt, không ai nhớ mấy sợi dây đeo bằng plastic với hai cái móc ở phía trước và phía sau. Mẹ rất vui và hết lòng hỗ trợ tôi; nhưng tôi vẫn cảm thấy xấu hổ – tôi đã bị ‘bộ tộc’ của mình tìm thấy, đóng dấu ấn không thể chối cãi là một công dân hạng thứ. Cuối cùng, tôi cũng thuộc về họ. Những ngày leo trèo, chạy nhảy của tôi đã chấm dứt.

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

Suốt những năm đại học, và trong độ tuổi hai mươi, tôi coi thường việc tham gia thể dục, thể thao, coi đó dường như chỉ dành cho bọn ngốc, nhất là nếu những người tham gia là phái nữ. Hằng say trong các hoạt động thể thao đối với tôi có nghĩa là đối nghịch với thông minh, thời thượng và gợi cảm. Lòng tôn vinh thể lực đã biến mất. Tôi mặc quần áo lót bó sát. Tôi sợ đổ mồ hôi, sợ gió làm rối tóc tôi. Giờ tôi thấy *điều này* như một hành động bội phản lại với giới tính của mình – sự cam chịu lạng lẽ này, sự ghét bỏ cái thân được gọi là "phái nữ" này.

Giờ tôi thường xuyên đến phòng tập thể dục và tôi tập tạ. Tôi muốn có bắp thịt – những bắp thịt cuộn cuộn. Tôi thích hình dạng chúng. Tôi muốn cảm thấy mạnh mẽ. Tôi thích nằm cử tạ

để đẩy thanh sắt nặng nề, công kênh đó lên khỏi ngực. Nếu phải vật lộn với một kẻ lưu manh, có thể tôi không đủ sức đẩy hẳn ra, nhưng chắc chắn là tôi phải thử.

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

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

Bao năm nay, một trong những nét nổi bật của tôi là mái tóc bạch kim dày cộm. Rồi cũng đến thời gian khi tôi muốn, như thi sĩ Yeats đã viết, được *"yêu thương vì chính mình chứ không phải vì mái tóc vàng của mình"*. Tôi đã cắt tóc thật ngắn và giờ tôi không có bàn chải hay lược nữa. Hành động cắt bỏ này vừa là sự giải phóng vừa là điều đáng sợ.

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

tôi có thể ở trong một ngôi nhà được làm bằng thùng rượu vang và đọc về các vị thánh.

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

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

[10] Bước nhảy hình thoi.



Phần III

TRONG CÔI TÂM LINH

Chương 16

Uống Trà Với Thượng Đế

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

Tôi quyết định thử liên lạc với ngài, bằng cách dành riêng cho ngài một chỗ để ngài biết rằng ngài sẽ được hoan nghinh. Chỗ ấy là dưới bụi hoa nghinh xuân trong vườn sau nhà chúng tôi, trong cái hang được hình thành bởi những cành hoa rủ xuống. Trong căn ‘nhà nguyện’ âm u ấy, tôi quét sạch các lá cây trên mặt đất, và dù khi ấy tôi chẳng biết bàn thờ là cái gì, tôi đã dựng nên một cái bàn khá đẹp từ những cành lá và bùn, cao khoảng sáu in-sơ (15 cm). Tôi trải lên đó một tấm khăn bàn làm bằng những nụ hoa từ la lan, màu xanh lam và tím, nằm chồng lên nhau như mái ngói. Tôi ngồi đó trong không gian gần-như-tối-đen, hài lòng với cái nơi thánh thiện mà tôi đã làm bằng bùn. Tôi muốn trò chuyện với Thượng đế, nhưng không biết nói gì, nên tôi chỉ ngồi đó.

Ngày hôm sau tôi lại bò vào trong đó và nhận thấy rằng nơi tôi đã sửa soạn cho Thượng đế bây giờ trở nên sống động với những

con kiến to, đen. Chúng di chuyển như những chiếc xe nhỏ xíu trong cảnh kẹt xe khắp mặt bàn thờ, kéo theo những mảnh lớn cánh hoa từ la lan để dành làm thức ăn. Chúng nó đã phá hại bàn thờ – thành ra dơ bẩn, chẳng có chút gì là thánh thiện nữa. Tôi không nghĩ Thượng đế sẽ đến một nơi như thế này đâu ngài có hiện hữu.

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

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

Khi Sandy, con trai tôi được bốn tuổi, nó nói, “Con vừa tìm ra cách mà mình có thể thấy Thượng đế”. Nó đang nằm trên ghế băng sau xe (lúc đó chưa có ghế làm cho trẻ em ngồi trong xe), khi chúng tôi trên đường từ nhà trẻ về nhà. “Mẹ nhắm mắt lại, chặt thật chặt, mẹ sẽ thấy một luồng ánh sáng màu lam, đó là Thượng đế”.

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

Khi tôi bắt đầu hành thiền, việc tôi hay Ngài, có thể trò chuyện với nhau không, chẳng còn quan trọng nữa – các thiền giả không quan tâm đến chuyện đó. Thật thoải mái khi không phải lo nghĩ về Thượng đế lúc đó, nhưng giờ thì tôi lại lo rằng mình không biết hành thiền như thế nào. Nhìn bên ngoài thì dường như là tôi đang hành thiền, nhưng tôi chỉ ngồi đó, hít thở và vọng tưởng lan

man. Chẳng có gì xảy ra cả. Đó là việc tới giờ tôi vẫn làm – chỉ ngồi, và cũng chẳng có gì xảy ra. Tới giờ tôi đã quen rồi. Tôi đã biết rằng đó là cách hành thiền: “Chỉ là ngồi.” Tuy vậy, đôi lúc tôi cũng cảm giác cô đơn.

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

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

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

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

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

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

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

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

Trong khi chờ trà thắm, tôi có bốn phút để hồi tưởng lại khoảng thời gian khi tôi *đã được* có một người đàn ông bên cạnh, nhưng dù lục cặn ký ức, tôi cũng chẳng nhớ có ai đã từng mang trà vào giường cho tôi những sáng Chủ nhật. Có lẽ do tôi chưa bao giờ đòi hỏi điều đó.

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



Chương 17

Tôi Chẳng Là Tôi Nữa

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

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

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

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

Mỗi ngày tôi bỏ bao nhiêu thời gian để nói chuyện điện thoại. Một lần, trên chặng đường bốn mươi lăm phút lái xe từ nhà bạn trai về lại Berkeley, tôi đã phải dừng xe bên đường để gọi cho một người bạn từ điện thoại công cộng, có vậy tôi mới có thể lái tiếp đoạn đường còn lại, dù chỉ còn mười lăm phút nữa là đến nhà. Rất may là bạn tôi có ở nhà. “Tôi mới qua cầu Richmond”, tôi sụt sùi. “Tôi nghĩ là mình không hiện hữu. Thân tôi ở đây, nhưng không có ai trong đó hết”.

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

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

Grey. Tôi đã xuống ký rất nhiều, là điều tôi vẫn thường cố gắng làm khi tôi 'bình thường', nhưng giờ thì tôi quá nản lòng để vui mừng vì việc đó.

Giống như những người trầm cảm khác, tôi rất khó ngủ. Tôi bấu chặt vào gối, cầu cứu với những tấm màn treo cửa. Tôi uống thuốc ngủ – có khi chúng công hiệu, có khi không. Tôi không biết mình sinh hoạt như thế nào qua những đêm mất ngủ (hoặc cả ban ngày không ngủ) vì tôi không thể chống cự với nỗi sợ phải chú tâm vào bất cứ thứ gì.

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

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

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

Trong thời gian tôi bị trầm uất, một trong hai đứa con trai lớn của tôi bị tai nạn xe đạp nghiêm trọng, và sự lo lắng cho sức khỏe của con đã vực tôi dậy khỏi sự đắm chìm trong tự ngã được năm ngày, thời gian mà con tôi nằm viện.

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

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

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

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

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

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

Tôi từng là một hành giả tu tập thiền Phật giáo trong nhiều năm, và tôi đã nghĩ là công phu tu thiền sẽ giúp tôi được ổn định. Có gì dễ chịu hơn là bốn mươi phút trong thiền đường tĩnh lặng, quen thuộc, với mùi hương của những tấm đệm thơm? Nhưng công phu đó chẳng giúp tôi được gì. Đó là điều tôi muốn nói: Đôi khi việc hành thiền còn làm cho mọi việc tệ hơn. Mấy con ma

vương trong tâm tôi đã lợi dụng sự im lặng. Chúng không phải là ma quỷ thực sự, nhưng chúng không quan tâm đến việc mình là thật hay giả; chúng vẫn dày vò tôi.

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

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

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

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

Ngày đầu tiên thật khổ. Tôi đã khóc trong âm thầm, vì sợ làm

phiền đến người khác. Ngày thứ hai còn tệ hơn nữa. Nước mắt, nước mũi tuôn trào trên mặt chảy xuống ngực. Tôi chán ghét bản thân. *Không còn ai khác sẽ yêu thương tôi nữa!*

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

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

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

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

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

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

nữa”).

Tôi lái xe đến Công viên Tilden, đi bách bộ trong rừng, nơi không ai có thể nhìn thấy tôi. Tôi la hét, kéo tóc tai mình. Tôi nằm xuống đất, rồi để mình lăn xuống đồi, mặc cho các bụi rậm đâm móc, cày xước tôi. Tôi thích để các lá cây vương trên tóc tai, áo quần. Điều đó khiến tôi cảm thấy mình có mặt. Tôi lượm một cành cây gãy từ cây thông đỏ, và bắt đầu tự đánh vào lưng mình. Cái đau thể xác dễ chịu đựng hơn là cái đau tinh thần đang bị nó xô đẩy qua một bên.

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

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

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

Phật giáo đã thuyết rằng chúng ta không có “một cái ngã cố định”. Không có gì thường hằng ở nơi tôi. Trong lúc bệnh trầm cảm, tôi thực sự không phải là ‘tôi’. Đường như tôi hoàn toàn không có ngã, dưới một khía cạnh nào đó, điều này có vẻ châm biếm một cách cay độc thuyết lý trọng tâm này của Phật giáo. Có lẽ bạn sẽ nghĩ rằng người ta sẽ không cảm thấy đau đớn khi không có ngã, vì không có ngã, thì ai ở đó để cảm nhận sự đau đớn? Vậy mà nỗi đau vẫn không thể chịu đựng nổi. Giống như

một con búp bê đã được lên dây cót, tôi cử động một cách cứng nhắc qua các chuyển động của Sue Moon, nhưng không có ai ở đó, không có sự sống – chỉ có năng lượng của pin đang thải ra.

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

Tuy nhiên, sự trầm uất vẫn tiếp tục, cuối cùng tôi quyết định dùng đến thuốc chữa. Tôi phải vượt qua rất nhiều chướng ngại. Tôi nghĩ là sự bất hạnh của mình do hai nguyên nhân: Những hoàn cảnh tiêu cực ở thế giới bên ngoài, là điều mà thuốc chống trầm cảm rõ ràng không thể chữa trị được, và những quan điểm tiêu cực ở trong đầu, là điều mà tôi nghĩ là tu tập theo Phật giáo sẽ giúp được tôi. Vì suy cho cùng, các tăng sĩ thời xa xưa đã sinh tồn mà không cần đến thuốc chống trầm cảm.

Nhưng tôi phải làm điều gì đó khác hơn để cứu cuộc đời của mình, như bạn tôi đã nói, và thuốc chữa bệnh là thứ mà tôi chưa thử qua. Tôi tham vấn với một nhà tâm lý học, và ông đã kê toa cho tôi một loại thuốc chống trầm cảm thông thường. Tôi uống thuốc được khoảng một tuần, và cảm thấy còn tệ hại hơn, đầu một tuần trước đó tôi đã nghĩ là không thể nào có chuyện tệ hại hơn. Nhà tâm lý học bảo tôi ngưng loại thuốc đó và thử dùng

một loại khác. Chỉ sau đôi ngày sử dụng là tôi đã thấy thuốc có công hiệu. Tôi không cảm thấy buồn ngủ; mà cảm thấy như có một lớp sương mù dày đang nâng tôi lên.

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

Đối với các vị tu sĩ thời cổ xưa, giờ tôi tự hỏi không biết có ai trong số họ để cho cuộc sống của mình qua đi trong khốn khổ, và không biết có ai đã rời bỏ tu viện chỉ vì họ không thể chú tâm thiền định. Lịch sử Phật giáo không nói cho chúng ta biết về những người đã tu tập nhưng không thành công, những người bị rối loạn không thể tập trung hay bệnh trầm cảm.

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

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

Mỗi sáng, ngay khi vừa rời khỏi giường, tôi đốt nến trên chiếc bàn thờ nhỏ của mình, rồi dâng hương. Tôi lễ ba lạy, rồi đứng trước bàn thờ, hai tay chắp vào nhau, tôi đọc to bài kinh nguyện buổi sáng, bắt đầu với một bài cầu kinh của trẻ mà một người bạn Công giáo đã dạy tôi:

*Thánh thần, người bảo hộ yêu quý của con,
Qua người, Thượng Đế đã gửi tình thương yêu đến cho tôi,
Cho đến giờ người luôn ở cạnh tôi
Để bảo vệ, trông nom, để dẫn dắt và dạy bảo.*

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

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

Việc tôi tự sắp xếp cách tu tập này cho bản thân, đem lại cho tôi nhiều tự tin. Khói nhang mỗi sáng sớm, dầu mong manh, bay bổng, cũng tạo cho tôi được cảm giác của sự tiếp nối trong cuộc sống. Suy cho cùng, chúng cũng là những ngày tháng trong cùng một cuộc đời. Cuộc đời của một người – là tôi. Giờ tôi có thể nói điều này: Có những lúc trong cuộc sống khi không có gì có thể

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

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

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

Một bước ngoặt đã xảy ra vào cuối một mùa hè oi nóng khi tôi đang thăm viếng bề bạn ở Cape Cod. Vào một buổi xế chiều tôi một mình, đi chân trần xuống biển, dầm nước biển mặn. Không có ai ở đó, nên tôi đã cởi bỏ đồ tắm để trắm mình xuống tắm. Tôi lội, lội mãi, cảm nhận được làn nước chan hòa trên khắp thân tôi. Tất cả đều ướt đầm, không có chỗ nào khô ráo. Tôi không còn sợ một mình đối mặt với da thịt của mình, vì tôi không một mình; không có gì, kể cả một tế bào, ở giữa tôi và vũ trụ còn lại. Tôi làm một cú nhào lộn và ngược nhìn lên màn nước sáng chiếu bên trên tôi. Dầu tôi trôi lên trong ánh sáng, tôi hít thở không khí và tôi biết rằng tôi sẽ bình an. Không, không phải là *sẽ*, mà *đã như thế rồi*: Tôi đã hồi sinh.

Giờ đây, sau nhiều năm thoát khỏi sự cô đơn, tôi vẫn không hiểu tại sao lúc đó tôi phải khổ sở đến vậy, hay tại sao mà tôi

dừng lại được. Tôi không trách mình vì sự khổ đau mà cũng không cho mình giỏi vì sự chấm dứt khổ đau.

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

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

Giờ tôi muốn thú nhận rằng tôi đã tọa thiền vì một mục đích: Tôi muốn biết tôi là ai, nếu có là ai đó, thì tôi làm sao liên hệ với những người còn lại. Đúng, tôi muốn dừng khổ đau, và tôi muốn giúp người khác cũng dừng khổ đau.

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

Đó là sự vững chãi trong tuổi già.



Chương 18

Không Thể Mang Theo

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

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

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

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

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

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

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

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

vào thùng xe của ông.

“Nhưng ông đã có một cái lò nướng bánh hồng rồi!”, tôi kêu lên. “Tôi có thể sửa lại. Biết đâu có người cần”. Giờ thì bạn bè mang cho ông những chiếc xe đạp hư, đèn cũ, họ khỏi phải mang chúng ra bãi rác cho lòi thối. Trong phòng khách của ông, chỉ còn một lối đi chật hẹp, giữa những đống đồ mà ông lượm lặt được từ những đống rác bên đường. Sự thật thì thỉnh thoảng ông cũng sửa được, thí dụ, một cái máy cắt cỏ cũ, rồi đem cho, nhưng ông cũng tự thừa nhận rằng tình trạng đã trở nên quá tải, nên ông gần như từ bỏ mọi cố gắng để thu thập thêm.

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

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

Cách đây vài năm, tôi gia nhập một nhóm có tên là nhóm “Một-Năm-Để-Sống”. Mười người chúng tôi và người nhóm trưởng giỏi giang họp mặt mỗi tháng một lần, trong một năm, với giả dụ rằng chúng tôi chỉ còn một năm để sống, để thực hành cách sống trọn vẹn, không lo lắng những chuyện vớ vẩn, và tập buông xả những gì không cần thiết.

Một trong những bài thực tập cuối cùng để giúp chúng tôi thực

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

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

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

Tâm ích kỷ, bòn xén dâng tràn khiến tôi bị sốc, tôi đặt hòn đá nhớ ơn ngay trên bàn thờ nhà mình, nghĩ rằng để nó ở đó như là

một cách để huân tập cho đến khi tôi có thể nhìn nó và thực sự cảm thấy biết ơn. Tôi tự nhắc nhở rằng có lẽ hòn đá cũng quý báu đối với Michael như là cái tách trà đối với tôi. Nhưng chẳng ích lợi gì – càng nhìn nó tôi càng ít cảm thấy biết ơn, và thật nhẹ nhõm, khi cuối cùng, tôi có thể đem nó cho tổ chức từ thiện Goodwill cùng với mấy cái áo len dài tay cũ. Tuy nhiên, tôi cũng chẳng màng đến tách trà nữa.

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

Tên trộm đã để lại:

Mặt trăng

Bên cửa sổ nhà tôi.

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

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



Chương 19

Chốn Bí Mật

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

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

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

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

Tôi nằm ngửa trên mặt đất cứng giòn vì đám rêu kho, trong khi

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

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

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

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

khi con điều kéo chúng tôi đi tới, nhẹ nhàng trên mặt hồ. Thật kỳ diệu, dường như chính Thượng đế ở trên cao đang kéo chúng tôi đi tới, đầu cha mẹ chúng tôi không nhắc đến Thượng đế bao giờ.

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

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

Sáng sớm, tôi đi chân trần vào chỗ bí mật, cẩn thận tránh các

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

Khi tôi nằm sấp trên bụng, giấu mặt vào trong đám cỏ thơm, tôi thấy một chấm đỏ nhỏ, rồi nó lộ dần ra là một con nhện đang bò trên ngọn cỏ. Đối với con nhện, chắc tôi to lớn như là cả vũ trụ. Sau đó, tôi xoay người nằm ngửa, cẩn thận không đè lên con vật, rồi ngắm trời mây – từng đám mây chồng lên nhau, nhiều đám quá xa đến độ chúng khiến cho những đám mây ở gần hơn dường như đang chạy theo chiều ngược lại. So sánh với chúng thì tôi giống như con nhện đỏ nhỏ bé kia. Tôi vừa bé tí, đồng thời vừa to lớn. Rồi tôi tập chống ngược đầu, càng thực tập tôi càng có thể đứng trên hai tay lâu hơn. Tôi thích ở chỗ khi tôi đá ngược cái chân thứ hai lên, khi động lượng làm chủ, lấy đà đảo ngược thế giới. Thời gian đó tôi không cần phải dựa vào tường để thực hành, chứ không phải như bây giờ tôi phải làm điều đó trong lớp học yoga. Tôi muốn có thể đi trên đôi tay của mình. Tôi có thể đi bước đầu tiên – có thể đỡ tay phải lên, rồi nhanh chóng đặt nó trở xuống hơi nhích tay lên chút đỉnh trước khi tôi té nhào – nhưng tôi muốn đi bước thứ hai với tay trái. Tôi thực tập một cách kiên nhẫn. Điều đó dường như rất quan trọng. Khi đôi vai mỏi nhừ,

tôi ngồi trên cỏ để nghỉ, và sắp xếp lại bàn ghế cho các cô tiên trong mái nhà của họ. “Được rồi, các cô tiên”, tôi nói, “Hãy xem tôi đi bằng tay nè”. Tôi đá cẳng lên trời, và lần này tôi đi được hai bước trước khi xuống. Tôi đã làm được! Robin Hood chắc phải rất hãnh diện về tôi. Có lẽ tôi nên đi theo gánh xiếc.

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

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

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

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

Nếu tôi có một người bạn tinh, tôi chắc là nổi khát khao, lòng tham đắm không còn buốt nhói, nhưng ở đây tôi muốn nói về một điều gì đó khác với việc độc thân, một sự riêng lẻ, tách biệt

chủ yếu; tôi không nói về sự cô đơn, một mình trong giường – đó là chuyện khác – nhưng về sự cô đơn trong đầu tôi.

Tôi hành thiền tại nhà, mà cũng đi ra ngoài để tọa thiền với các hành giả khác ở những trung tâm Phật giáo. Đôi khi tôi ngồi ở vị trí của người thầy, đôi khi ở vị trí của người học, nhưng tôi luôn ngồi ở vị trí khát khao, mong chờ. Trong sự chuyển động chậm chạp giữa hơi thở vào và hơi thở ra, đôi khi câu hỏi chợt phát khởi: “Làm thế nào để tôi thoát khỏi cái ngã biệt lập này?”

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

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

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

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



Chương 20

Trò Chuyện Với Người Mẹ Đã Khuất Của Tôi

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

Tôi đã mang đôi giày này gần như mỗi ngày kể từ khi mẹ tôi mất. Tôi đã hai lần mang chúng đến một tiệm sửa giày gần nhà ở Berkeley để thay các dây buộc hiệu Velcro. Tôi rất dè dặt về chúng. Tôi muốn đôi giày này chẳng bao giờ bị hư hoại, nhưng dĩ nhiên là chúng sẽ hư hoại.

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

trẻ mồ côi thực sự thì không giống thế chút nào; từ khi mẹ mất, tôi chưa hề làm bất cứ thứ gì giống như thế.

Và, một nghịch lý kỳ lạ là chính việc khiến tôi thành kẻ mồ côi cũng biến tôi phải đóng vai trò nữ tướng. Tại đám cưới cháu trai, giữa những bà con quyến thuộc đông đảo, tôi lại là người trọng tuổi nhất. Làm thế nào mà điều này có thể xảy ra? Đó là vì tôi là chị cả trong bốn chị em, và giờ cả hai cha mẹ đều đã mất, cũng như tất cả các cô chú. Các thế hệ đã nối tiếp: Hai tháng trước khi mẹ tôi mất, cháu nội của tôi ra đời, người đầu tiên trong thế hệ của các cháu trong gia đình tôi. Suốt nhiều năm, tiếng gọi *Bà* chỉ dành cho mẹ tôi, người rất yêu và cũng được chín đứa cháu nội ngoại yêu thương. Vậy mà bây giờ tôi trở thành *Bà*. Mọi người phải đứng dậy khỏi ghế, chuyển đến cái kế cận để nhường ghế cho tôi. Tôi đang ngồi trong chiếc ghế của mẹ, điều đó đôi khi đúng cả trong nghĩa đen của nó. Tôi đang sở hữu chiếc ‘ghế tắm hơi’ mà bà yêu thích trong hiên sau nhà, và tôi cũng rất thích ngồi đó trong những ngày nắng ấm.

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

Anh và một thầy dạy tiếng Latin – đôi khi gọi tôi bằng tên của mẹ tôi, ‘Alice’. Năm cuối khóa, tôi rất vui được chọn làm biên tập viên cho tạp chí văn học của trường trung học, trừ việc là mẹ tôi cũng từng làm việc đó, và tôi đã sợ rằng có thể do một lỗi nguyên nào đó mà tôi phải sống cuộc đời của mẹ trở lại lần nữa. Nhưng chẳng phải là tôi đã đến thế giới này để làm một người khác sao?

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

Cũng lạ là những sự giống nhau trong gia đình đã nổi bật lên khoảng cuối đời như thế nào, nhất là sau khi cha mẹ đã qua đời. Các em gái tôi cũng vậy, ngày càng giống mẹ, và sau khi cha tôi mất, em trai tôi bỗng nhìn giống ông một cách lạ lùng. Sau khi bà nội tôi mất, cô tôi mang dáng dấp, khuôn mặt của bà tôi. Đường như cô còn cố làm cho giống nữa, cũng cắt ngắn mái tóc bạc quăn quít như bà tôi đã làm, cũng mặc chiếc váy xanh đậm và áo khoác giống như bà tôi từng mặc. Có lần, gặp cô tại một buổi họp mặt gia đình sau một thời gian vắng mặt, tôi thoáng nghĩ trong một giây phút sợ hãi rằng cô chính là người bà đã mất của tôi. Có lẽ DNA [11] của chúng ta là một viên thuốc phát tán theo thời gian, ở một thời điểm nào đó, tế bào di truyền phát lệnh: Những người trong gia đình bạn sẽ nhìn giống như thế này khi họ về già.

Tôi nhớ mẹ tôi nhiều hơn tôi tưởng. Tôi cũng buồn vì bà mất do tai nạn, trước khi bà sẵn sàng ra đi, và trong ba tuần cuối cùng trong đời bà lại phải ở trong bệnh viện, đau đớn, nặng nề vì cái máy thở mà lý ra phải cứu bà sống, nhưng nó đã thất bại. Tôi

muốn xóa đi nỗi muộn phiền của mình – để mẹ tôi không phải chết, hay để cho tôi không còn nhớ nghĩ nữa – nhưng sự thanh thản đó chắc khó đến với tôi khi nào tôi còn sống trên đời.

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

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

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

Năm trước khi mẹ tôi mất, tôi đưa mẹ đến dự một hội trại viết văn do một người bạn cũ phụ trách ở Glenstal Abbey, một tu viện Thiên Chúa giáo, phía tây của Ái Nhĩ Lan. Đó là một chuyến du hành lớn cuối cùng của hai chúng tôi. Chỉ có bảy người học: mẹ, tôi, bốn vị tu sĩ vẫn chương ở tu viện và một phụ nữ đến từ Dublin. Ở đó mẹ tôi đã viết truyện cuối cùng của mình, về cuộc hôn nhân đầy đau khổ với cha tôi, và mỗi ngày, khi đến lượt

minh, mẹ đã can đảm đọc lớn một phần câu truyện đó trước cả nhóm. Can đảm vì câu truyện kể lại những khổ đau thầm kín trong hôn nhân mà trong nhóm có cả các vị tu sĩ độc thân và con gái của bà. Mọi người đều lắng nghe kỹ và đã có những ý kiến phản hồi hữu ích cho bà. Vậy là cả tuần đó mẹ tôi lao vào công việc, viết lại bằng tay vì ở đó bà không có máy vi tính, rồi cắt, dán bằng kéo và băng keo. Một trong các vị tu sĩ, vị mà bà đặc biệt có cảm tình, đã làm copy cho bà trong thư viện. Đó là một câu truyện hay, mà mẹ còn làm cho nó hay hơn.

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

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

“Cảm ơn mẹ”, tôi nói.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tôi đã hứa lúc mẹ nằm viện rằng tôi sẽ hoàn thành việc biên tập và xuất bản quyển sách, và tôi đã thực hiện được điều đó. Khi từ nhà in trở về, tôi háo hức mở thùng sách và lôi ra một quyển. Bìa sách là một bức họa của một người bạn của mẹ. Tôi ôm sách vào lòng, đó là một quyển sách toàn mỹ. Tôi vòng tay trong cử chỉ – tựa như đặt quyển sách vào hai tay của mẹ tôi. Tôi tự khẳng định rằng niềm đau của việc không kịp hoàn tất công việc này trước khi mẹ tôi ra đi thuộc về tôi nhiều hơn, vì bà đã hoàn thành phần

việc của mình đối với quyển sách, và trước giờ ra đi, mẹ tôi dường như quan tâm đến những vấn đề khác hơn: về gia đình, về bạn bè, về việc thờ. Ngoài ra, việc sắp xếp lại quyển sách, rồi in ấn nó, tạo cho tôi phương tiện để có thể cảm thấy gần gũi với mẹ ngay cả sau khi bà đã ra đi. Dẫu giờ bà là người cộng tác thầm lặng hơn là lúc sinh thời, nhưng tôi vẫn nhận ra được sự có mặt của mẹ khi tôi và các em đọc sách, gửi nó đi khắp mọi nơi, những nơi mà người ta hân hoan đón nhận nó.

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

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

Giờ tôi đã trải qua một số điều mà mẹ tôi đã trải qua trong tuổi già, tôi cảm thông với bà dưới cái nhìn khác. Ngẫm nghĩ lại tôi thấy là mẹ rất ít khi than phiền, ngay cả với những vấn đề nghiêm trọng như lần bị đau ở lưng khiến bà phải giới hạn sự đi đứng. Nghịch lý thay khi bà càng yếu ớt, bà càng mạnh mẽ hơn. Tuy nhiên bà có trách tôi không thường thăm viếng bà. Mỗi năm tôi bay qua Chicago thăm bà đôi lần, mỗi lần khoảng tuần lễ. Cha dượng đã mất trước mẹ tôi hai năm. Sau khi ông mất, những cuộc

viếng thăm có vẻ thân mật hơn. Tôi cảm thấy hơi lúng túng khi chỉ có hai chúng tôi ngồi trong phòng khách, tôi thì đan móc, còn mẹ vuốt ve chú mèo hay gõ gõ tay trên môi, như chờ đợi những tâm sự mà tôi không muốn nói ra – như tôi nghĩ thế nào về cuộc đời mình và những người thân. Mẹ không hỏi, nhưng tôi có thể cảm nhận được sự thắc mắc của bà: *Tôi đã yêu ai chưa? Tôi đang viết sách gì?* Trời ạ! Sao mà khó gở bỏ sự che giấu mình đến thế? Tôi cảm thấy nhẹ nhõm khi đến 10 giờ đêm, theo thói quen mẹ thường vặn đài BBC để nghe tin tức. Nhưng bà nói, “Có con ở đây, mẹ không cần xem tin tức đâu. Lúc nào khác mà mẹ xem không được”.

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

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

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

Mấy năm trước khi mẹ tôi mất, tôi bắt đầu nói *con yêu mẹ*, trước khi gác máy điện thoại. Tôi đã ngoài sáu mươi, còn mẹ đã ngoài tám mươi – một người con gái ở tuổi xế chiều nói với bà mẹ già một điều đơn giản mà bà rất vui lòng khi được nghe. Đúng thế,

vậy mà không hiểu tại sao khi tôi bắt đầu thực tập nó khó nói làm sao, mãi khi đã thành thói quen mới thấy dễ hơn, mấy năm cuối nó tự nhiên tuôn ra đầu lưỡi.

Biết bao điều xảy ra mà tôi rất muốn nói với mẹ nếu tôi có thể gọi bà ngày Chủ nhật tới. Tôi muốn cho mẹ biết là độc giả rất thích quyển sách truyện ngắn của bà. Tôi muốn mẹ biết là chất gái của bà có thể nói cả tiếng Anh lẫn tiếng Mỹ. Chắc mẹ sẽ rất thích dự đám cưới của cháu trai tôi diễn ra hồi hè năm ngoái, với sự có mặt của đông đủ người thân. Và hẳn là mẹ rất phấn khởi về ông Obama. Ước gì tôi có thể nói với mẹ – “Thử đoán xem ai là tổng thống của mẹ bây giờ!”

Thời gian càng trôi qua, càng có nhiều sự kiện mẹ không còn được chứng kiến: lễ ra trường, lễ cưới, lễ mừng sinh con, và mẹ càng lùi sâu về quá khứ, những đứa cháu của mẹ sẽ lập gia đình với những người mẹ chưa bao giờ gặp, theo đuổi những mục đích mà mẹ chẳng bao giờ biết chúng có, còn con cái của mẹ thì trở nên già nua, yếu đuối, phải thay khớp, hay có những bộ phận trong người không hoạt động phải bị cắt bỏ.

Giờ tôi có thể hàm ân mẹ nhiều hơn vì tôi không còn phản ứng một cách tự vệ đối với những nhận xét của mẹ về mái tóc rối bù của tôi, hay cảm thấy tội lỗi vì không thăm viếng mẹ thường xuyên. Khi nào còn sống, thì bà vẫn là Mẹ, còn tôi, con của bà, dầu có bao nhiêu tuổi, thì tôi vẫn trẻ đại.

Mẹ đã sinh tôi đến hai lần: Lần đầu khi tôi được sinh ra, lần thứ hai khi mẹ mất đi. Giờ khi mẹ đã khuất, tôi không còn là con trẻ của ai cả. Vì thế tôi phải trưởng thành, ở thời điểm muộn màng này. Phải mất rất lâu con người ta mới có thể trưởng thành.

Một năm sau khi mẹ mất, khi tôi đang ngồi trong xe đậu ở một vùng quê California. Điện thoại di động để trên ghế ngồi cạnh tôi bỗng reo lên. Tôi mò mẫm chụp lấy nó, và chỉ vừa kịp trả lời đúng lúc. “A-lô?”

“A-lô, mẹ đây”. Đó là cách mẹ tôi tự khẳng định mình khi bà điện thoại cho tôi, nhấn mạnh một cách mai mỉa chữ “mẹ” như thể đó là một cách đùa riêng của chúng tôi. Chưa ai có thể gọi được tôi qua điện thoại, ngay cả người sống, vì tôi chẳng bao giờ vắn nó lên, nên đây đúng là một phép màu.

“Mẹ!” tôi kêu lên, quá vui mừng khi nghe được giọng nói của bà, “Thật kỳ diệu khi mẹ tìm được cách để gọi con đầu mẹ đã mất rồi! Cảm ơn mẹ vô cùng vì đã gọi cho con”.

“Susan, con hãy bảo trọng,” bà nói với giọng trù ối. Chỉ có vậy, nhưng khi bà nói điều đó, tôi biết đó đúng là điều tôi đang muốn được nghe. Rồi thì tôi mất liên lạc.

Nhưng vậy cũng đủ rồi. Tôi tràn đầy lòng biết ơn rằng mẹ đã cố gắng liên hệ với tôi từ bên kia thế giới. Và khi tôi tỉnh dậy, ý thức được rằng đó chỉ là một giấc mơ. Nhưng nó *vẫn* là một phép màu. Mẹ đã có cách để kết nối với tôi qua những giấc mơ.

[11] DNA: (Deoxyribonucleic Acid): Cấu tử cơ bản của tế bào di truyền.

[12] Một loại bánh giống như bánh Flan.



Chương 21

Hiện Tại

Ngã là thời gian...

Đừng nghĩ rằng thời gian chỉ lướt qua

... Nếu thời gian chỉ lướt qua,

thì bạn đã bị tách biệt khỏi thời gian.

– Thiền Sư Dogen, “The Time Being”

Năm tôi bốn mươi chín tuổi, và các con tôi ít nhiều đã lớn khôn, tôi đã thực hiện một lời hứa với bản thân là sẽ tham dự một khóa tu dài hạn trước tuổi năm mươi. Tôi sắp xếp để xin nghỉ việc, nhờ người may một ít y, rồi đi dự một khóa ‘tu hành’ ở Trung Tâm Sơn Thiền Tassajara, sâu trong các núi dọc theo bờ biển của California. Suốt ba tháng tôi tuân giữ thời khóa nghiêm ngặt của tu viện: tọa thiền, học giáo lý, và im lặng làm bất cứ công việc gì được giao phó, dầu đó là xắt cà-rốt hay lau mấy cây đèn dầu. Suốt thời gian đó tôi không hề bước chân lên xe hay nghe điện thoại.

Các thiền sinh được báo hiệu giờ đi tọa thiền bằng tiếng gõ của cây *han*, là một khúc gỗ nặng treo trên một sợi dây ngay lối vào chùa. Người ta dùng chày gõ vào khúc gỗ này theo một nhịp điệu phức tạp trong khoảng mười lăm phút. Ở trung tâm Tassajara, vì ca-bin của các hành giả trải dài dọc theo một thung lũng hẹp, nên một khúc gỗ *han* thứ hai, được coi là bản gõ vọng, treo ở khoảng giữa đường, để truyền tín hiệu xuống xa hơn. Bạn có thể biết mình còn khoảng bao nhiêu thời gian để đến chỗ tọa cụ trong thiền đường bằng cách lắng nghe nhịp điệu tiếng gõ.

Tiếng vọng của gỗ trên gỗ chạy nhanh khắp thung lũng. Trên khúc gỗ có mấy dòng thư pháp như sau:

*Hãy thức tỉnh!
Cuộc đời là giả tạm
Nhanh chóng qua đi.
Hãy chánh niệm
Việc trọng đại
Chớ lãng phí
Thời gian.*

Một buổi tối khoảng giữa khóa tu học, thì đến lượt tôi phải gõ bảng gỗ vọng, từng tiếng từng tiếng. Tôi đứng trên một con đường đất, chày cầm trong tay, giống như một con cóc trên nhánh hoa huệ chờ đợi con mồi. Mặt tôi hướng về khu vườn, nơi ánh nắng mặt trời chiều chiếu xuyên qua các khe núi, đậu trên hai cây đào. Tôi đang ở tư thế sẵn sàng trong khoảng dừng ngắn ngủi giữa những tiếng gõ, chờ đợi, và các tuần lễ của thời gian tu tập vươn dài ra trước tôi và sau tôi để vào cõi vô hạn. Và khi tiếng gõ kế tiếp đến tai tôi, cánh tay cầm chày đưa lên và gõ vào bảng gỗ, hết ga, không kiềm giữ, sau đó là thỉnh lặng, trong khi ánh sáng vẫn còn trên các cây đào và tôi sẵn sàng cho tiếng gõ kế tiếp.

Vài năm trước đây, khi tôi chỉ còn mấy tháng đến tuổi sáu mươi lăm, tôi dọn hết đồ đạc ở chỗ làm việc. Tôi rất thích công việc mình làm – tôi đã làm công việc này suốt mười bảy năm nay. Nhưng việc biên tập cho một tạp chí ra mỗi quý, có nghĩa là tôi luôn phải chịu áp lực về thời gian. Tôi muốn nghỉ hưu trước khi họ phải nhẹ nhàng mời tôi ra đi, trước khi đầu óc của tôi khô cạn ngay tại bàn làm việc của mình, với một tay cầm điện thoại, một tay cầm chuột máy tính. Tôi muốn có thì giờ dành cho nhiều việc khác trước khi tôi chết – những khoảng thời gian bình lặng, sâu

thăm – dành cho viết lách, dành cho Phật Pháp, gia đình, thân hữu và cho một điều gì đó mới lạ, bí ẩn.

Một phần con người tôi muốn được thả chiếc thùng xuống sâu dưới giếng để kéo lên dòng nước mát lạnh lại bị cản trở bởi một phần khác. Tôi đang trải qua một trạng thái mà một người bạn thiên sinh gọi là “Triệu chứng FOMS” – sợ thiếu sót điều gì đó (Fear Of Missing Something). Đó là một hình thái của tham – sự thôi thúc phải dồn nhiều hoạt động hấp dẫn vào trong một ngày nếu có thể, cộng thêm bản năng ôm đồm tất cả mọi thứ. Nói một cách tích cực, tôi tò mò về tất cả mọi thứ, tất cả mọi người. Vì thế, khi mới vừa nghỉ hưu, cảm thấy có nhiều thời gian, tôi ghi danh cho tất cả mọi loại hoạt động, lớp học và dự án. Mỗi thứ tôi làm đều đáng giá; thí dụ, tôi rất yêu thích lớp học tiếng Tây Ban Nha và lớp chụp ảnh của mình. Sau đó tôi thấy mình còn bận rộn hơn trước nữa. Vậy thời gian dành cho việc tu tập ở đâu? Khi tôi trở nên quá bận rộn thì các thói quen cũ của tâm lại trỗi dậy. Tôi cố gắng giải quyết vấn đề bằng cách sửa chữa thời khóa biểu của tôi, nhưng chỉ làm cho nó thêm rối. Tôi thay đổi một cuộc hẹn này để có chỗ cho một cuộc hẹn khác. Tôi căng mắt nhìn quyển lịch để tìm một chỗ trống, và khi tôi tìm được, tôi nhảy lên mừng rỡ. À, một mẫu thời gian quý báu! Tôi viết xuống: “2 pm - Café Nomad, dự tính hội thảo với Jean”, và khoảng trống trắng trên quyển lịch mất đi. Chết! Không còn thời gian nữa. Lúc đó tôi cảm thấy giống như một con thú quay cuồng trong một chiếc bẫy làm bằng lưới, càng lúc càng bị siết chặt.

Tôi cố gắng đo lường thời gian của mình trước mắt cũng như về sau. Tôi là người thích đong đếm sự vật, giỏi với các con số. Năm sáu mươi sáu, tôi tính là tôi đã đi được khoảng ba phần tư con đường. Đó là nếu tôi sống đến tám mươi tám. Là bao lâu nữa vậy? Tôi đi trở ngược lại hai mươi hai năm, khi tôi đang học tiếng Nga và tôi tham dự chuyến du lịch “công dân ngoại giao” đến Liên bang Xô-Viết. Còn nhớ Liên bang Xô-Viết không? Tôi đoán

hai mươi hai năm là một khoảng thời gian khá dài – nhưng giờ tất cả đã qua đi, kể cả tiếng Nga của tôi. Hai mươi hai năm tiếp theo sẽ đi nhanh hơn hai mươi hai năm đã qua, hơn nữa, tôi cũng có thể ra đi sớm hơn thế nữa. Nếu giống như cha tôi, người ra đi ở tuổi bảy mươi ba, thế có nghĩa là tôi đã sống – chờ tí, để tôi làm con tính thử – hết 90 phần trăm cuộc đời mình.

Phải thừa nhận, đôi khi suy nghĩ về thời gian theo cách này cũng phù hợp – dựa theo những bảng thống kê của tâm. Tôi có người bạn già bảy mươi tuổi, bị bệnh tim và một số bệnh mãn tính khác. Bà có khó khăn về tài chánh, nên phải tính toán về nhà ở và chi phí cuộc sống. Bà phải quyết định xem còn bao lâu nữa thì bà vượt mức trần tiền tín dụng thế chấp của căn nhà, hoặc bà có cần phải tiếp tục làm việc bán thời gian nữa không. Bà không ngại ngần hỏi bác sĩ tim mạch phỏng đoán xem bà còn sống bao lâu nữa. Bà bảo bác sĩ là nhắm tính về tài chánh thì bà có thể trụ tới tuổi tám mươi hai.

“Mấy năm gần đây sức khỏe bà đã tốt hơn rồi”, bác sĩ bảo bà. “Theo thống kê, hơn năm mươi phần trăm cơ hội là bà sẽ sống đến tám mươi bảy”. Bạn tôi trợn mắt, “Nhưng tôi không có khả năng để sống lâu như thế!” Cả hai người cùng cười, và giờ thì bà phải tìm thêm việc bán thời gian để làm.

Di nhiên chúng ta không thể thực sự đo lường được thời gian. Sự tính toán của chúng ta giống như vết mực trên biển. Einstein đã bảo rằng thời gian rất uyển chuyển. Thời gian qua đi khác nhau đối với người đang lưu thông trên đường, với người đang nấn đất sét ướt trên bàn quay làm nôi, hoặc một người đang tiến đến tốc độ ánh sáng trong một chiếc phi thuyền. Một giờ có thể dường như một năm, và một năm dường như một giờ.

Trong những ngày cuối cùng của cha tôi, ông rất đau đớn vì căn bệnh ung thư. Ông thường hỏi giờ, và bất cứ câu trả lời là gì, ông luôn rên rĩ, nói, “Không thể nào! Chỉ mới giờ đó thôi à?” Tôi đã

không hiểu tại sao ông lại muốn thời gian nhanh qua, vì đâu có gì xảy ra, ngoài việc là ông sắp ra đi. Tôi nghĩ sự đau đớn khiến thời gian qua đi một cách chậm chạp, và cha tôi muốn biết là ông đã vượt qua cơn đau, trong từng giờ.

Tôi cũng có những lúc muốn thời gian qua đi nhanh chóng. Nhưng đa phần, thời gian là thứ mà tôi luôn cần nhiều hơn, nhưng khi tôi ngày càng thêm tuổi, thì thời gian ngày càng ít dần lại. Một là thời gian trước mặt không còn nhiều như trước kia. Hai là mỗi năm lại qua đi nhanh hơn năm trước. Ba là tôi không còn một lúc làm được nhiều việc khác nhau nữa – tôi chỉ có thể làm mỗi lúc một việc. Và bốn là giờ mỗi việc tôi làm tốn nhiều thời gian hơn trước. Tuổi tác đã buộc tôi phải chậm lại. Tôi không phải là người duy nhất như thế. Hẳn là vì lý do sinh học mà người già lái xe trên xa lộ rất chậm chạp. Tôi còn thấy một băng rôn dán sau đuôi xe rằng: “Già và Chậm”.

Tôi nhớ lại mình đã quan sát bà một cách bực bội khi bà làm bánh mì bơ đậu với mút để đi dã ngoại. Bà lấy hũ mút trên tủ ra, đến đặt trên mặt kệ xanh, rồi quay trở lại lấy bơ đậu cũng từ trong cái tủ ấy. Việc đó gần như bất tận. Mà thật ra, không phải hoàn toàn bất tận, vì cuối cùng bà cũng làm xong bánh mì, và chúng tôi đã ăn chúng khi ngồi trên tấm mền ca-rô ngoài cánh đồng.

Đây mới là điều kỳ diệu: Tuổi tác đã trả lại cho tôi giây phút hiện tại. Chỉ có tuyến thời gian là rút ngắn lại, nhưng khi điều đó xảy ra, tôi lại có cơ hội tốt hơn để đi vào thời gian sâu lắng. Chỉ cần vài giây để lướt qua tiếng động giữa hai chày đập trên bảng gỗ *han* mà vào khu vườn của thời gian vô hạn.

Đó là thiên định: Thời điểm bước ra khỏi thời gian, đó là dẹp bỏ các hoạt động, chậm lại để hoàn toàn dừng hẳn. Trong khi tọa thiền, đầu tâm vườn của tôi có phóng điện cuồng từ cảnh nọ sang cảnh kia, ít nhất là tôi không hoàn thành bất cứ điều gì có ích lợi.

Như *Tâm Kinh* đã dạy, “Không có chứng đắc, cũng không có gì để chứng đắc”.

Khi ngồi thiền rất dễ để không hoàn thành điều gì; thiền sinh ở bất cứ độ tuổi nào cũng làm được. Nhưng giờ khi tôi đã lớn tuổi hơn, tôi tập gần như không hoàn thành điều gì suốt cả ngày nữa. Nếu công phu tu tập này tiếp tục, bà hàng xóm kế bên có thể nghĩ là tôi đang hành thiền đứng trong sân sau trong khi thực sự là tôi đang lượn đồ phơi đem vô nhà.

Tôi thích giấu mặt trong mùi nắng của tấm trải giường treo trên dây trước khi gỡ nó xuống. Tôi thích tiếng cọt-két nhỏ của dây phơi đồ chạy qua cái ròng rọc sét rỉ khi tôi kéo thêm một cái áo gối thơm tho khác.

Tôi không nói rằng tôi đã sẵn sàng để rũ bỏ tất cả. Dầu *Tâm Kinh* có dạy như thế nào, tôi vẫn còn nhiều việc tôi muốn hoàn thành trên đời hơn là công việc giặt đồ; sau đó tôi muốn tiếp tục làm việc gì đó mới nữa, việc gì đó tôi có thể làm với người khác để giúp thế giới hỗn loạn này. Tôi vẫn muốn tiếp tục làm việc – tôi sử dụng từ *làm việc* theo nghĩa rộng. Tôi biết là chậm lại, là một phương cách. Tôi phải để tâm đến nhịp độ tự nhiên của mình. Tôi cố gắng để mỗi việc cần bao lâu thời gian thì cứ để như thế, và tôi để cho quyền lịch công việc của tôi còn được những chỗ trống. Tôi đã đặt ra một quy luật cho riêng mình mà đa phần tôi giữ được: không gặp gỡ, không điện thoại, không thư điện tử trước trưa. Buổi sáng dành cho viết lách và nghiên cứu; buổi trưa tôi có thể xét bảng liệt kê những việc phải làm.

Bây giờ các tầng lớp thời gian ở trong tôi. Tôi nghĩ đến tầng lớp thời gian này như thời gian theo đường thẳng đứng, khi tất cả mọi thời gian đều đổ về giây phút hiện tại, ngược lại với thời gian theo đường chân trời mà ta thường thấy trên những bức họa đồ treo trên tường lớp học: Ở bên trái là bắt đầu của cuộc sống của con người hai chân khi tổ tiên của chúng ta từ trên cây xuống bốn

triệu năm về trước trong thời đại Pliocene, rồi sau đó, ở cuối của con đường dài, là thời đại Holocene hiện tại, trong đó loài người chúng ta có thể du hành qua Internet để nhìn xuống tuyết ở các cực đang tan mà chẳng cần phải rời khỏi ghế ngồi. Tất cả đều ở trong tôi, trong giây phút hiện tại. Dầu tôi không nhớ rõ về những ngày thuộc thời đại Pliocene, thì thân này nhớ nó đã trèo từ cây xuống như thế nào, với cánh tay treo lơ lửng trên cành cây thấp nhất, rồi buông bàn tay đầy vết thương, rơi xuống đất cứng giống như một trái banh trong bao tay của người bắt bóng chày.

Khi người già lẫn lộn về các thế hệ, và gọi cháu trai bằng tên của em trai mình, thì không phải là họ sai đâu. Họ đang sống trong thứ thời gian sâu lắng mà Thiền sư Tào Động gọi là “thời điểm hiện tại”. “Mỗi lúc là tất cả có mặt, là toàn thể thế giới. Hãy quán chiếu ngay bây giờ nếu có chúng sanh nào hay thế giới nào không có mặt trong giây phút hiện tại”.

Tôi nghĩ thời gian giống như cảnh vật khi tôi đi trên tàu hỏa, và tàu hỏa chính là cuộc đời tôi. Tôi chỉ có thể thấy những gì bên ngoài cửa sổ tàu. Hôm qua đó là thành phố Naperville, của bang Illinois; bữa nay là vùng Grand Junction, của Colorado; ngày mai sẽ là Sparks, của Nevada. Tôi chỉ nhìn thấy từng mảnh đóng khung bởi cửa sổ con tàu, nhưng tất cả đều có ở đó ngay tức thì, tất cả những nơi chốn đó, cả châu lục đó.

Tôi đi thăm cháu gái Paloma của tôi lúc sinh nhật ba tuổi của nó; chúng tôi đến hồ bơi trong khu phố và chơi ở chỗ cạn. Cháu đổ những vại đầy nước lên đầu tôi, giả bộ như đang gọi đầu cho tôi. Cô bé nhìn giống như cha nó lúc nhỏ, khi tôi ngồi trên nắp bàn toilet trong phòng tắm, trong lúc nó đang tắm, ngấm nó đổ đầy nước vào những chiếc ly nhựa, rồi xếp chúng thành hàng dọc theo bờ bồn tắm để cho Bạch Tuyết và Peter Pan tắm trong đó. Cái tôi ba tuổi cũng ở trong Paloma, khi vào một ngày mùa hè nắng nóng, tôi hứng đầy nước từ vòi nước bơm tay vào trong chiếc thùng cây trong vườn nhà bà tôi để “sơn” mấy chiếc ghế

trong vườn. Cùng chơi với Paloma trong hồ tắm, tôi đã không nghĩ đến những kỷ niệm về nước đã rất lâu xa một cách có ý thức; tôi không cần phải làm điều đó. Ngay khi Paloma chống ngược thùng nước đổ lên đầu tôi, thì *thời xa xưa* đó biến mất đi, mà những thời thơ ấu khác đó, những mùa hè khác đó, tràn ngập tôi, làm đắm ướt da tôi.

Trước khi rời hồ tắm, Paloma đến trước người cứu hộ đang ngồi trên chiếc ghế trên cao; nó đưa ba ngón tay lên và gọi, “Chú cứu hộ ơi! Con ba tuổi! Ba tuổi!” Ba tuổi cũng ở trong tôi. Tôi không thể ở nhiều hơn một chỗ trong cùng một lúc, nhưng tôi có thể ở nhiều thời điểm ở cùng một nơi.

Thời gian không phải là thứ tôi sở hữu; nó là thứ tạo ra tôi.



Chương 22

Cô Đơn Giữa Mọi Người

Suốt cuộc đời tôi luôn phải đấu tranh với cô đơn và nỗi sợ phải cô đơn. Với công phu tu tập theo Phật giáo, tôi dần đi đến chỗ hiểu biết rằng tôi không cô độc, ngay cả khi tôi một mình, ít nhất trên lý thuyết là thế.

Năm hơn sáu mươi tuổi, khi tôi được kỳ nghỉ không phải làm việc, tôi được có cơ hội đó. Cuối cùng tôi cảm thấy sẵn sàng để chuyển lý thuyết thành thực hành. Tôi quyết định sống một mình trong rừng suốt một tháng – trong một căn nhà gỗ nhỏ xây theo cách của dân bụi đời, trên một miếng đất do tôi và hai gia đình khác nữa làm chủ ở hạt Mendocino. Hai mươi lăm năm nay, tôi vẫn thường lên đó. Đó là một nơi rất thú vị để đến với người yêu của mình, nhưng tôi không bao giờ thích đi đến đó một mình vì nó quá vắng vẻ, và tôi luôn sợ phải đối mặt với sự cô đơn. Nhưng giờ thì tôi đã sẵn sàng. Tôi muốn khám phá ra ai có mặt khi không có ai ở đó trừ bản thân tôi.

Làm thế nào bạn thực sự biết mình đang sống, rằng bạn là một con người nếu không có ai ở chung quanh để nói, “Ừ, tôi biết ý anh là gì!” Hay hơn thế nữa, “Này! Bạn đang dẫm lên chân tôi đấy!” Vì thế đây là câu hỏi cốt lõi của tôi. Nếu một thân cây ngã đổ trong rừng, và không có ai nghe thấy nó...? Nếu một phụ nữ ngồi trong hiên nhà trong rừng sâu, và không ai thấy cô ...?

Phải đi hơn ba cây số trên con đường đất dốc cao lên núi mới tới được căn ca-bin. Ở đó không có điện, không điện thoại, không kết nối di động, không tủ lạnh. Có một lò đốt củi để sưởi ấm, và một lò đốt khí pro-pan để nấu nướng. Khung cảnh bên ngoài thật tuyệt vời. Người hàng xóm gần nhất cũng ở cách đây khoảng một

cây số phía trên cao và làm việc tại thị trấn Willits, khoảng nửa giờ lái xe.

Chủ tâm của tôi là không gặp hay nói chuyện với ai suốt cả tháng. Có bao nhiêu lần, dù chỉ trong một ngày bạn có thể không gặp gỡ hay trò chuyện với người khác? Chuyện đó gần như không bao giờ xảy ra. Nhiều người thân không hiểu tôi đang giờ trò gì. Phản ứng đầu tiên của mẹ tôi là, “Con muốn làm thế để làm chi?” Ngay chính trong pháp hành của Thiền Tào Động, chúng tôi cũng không có truyền thống độc cư, như trong Phật giáo Tây Tạng.

Tôi đã chuẩn bị cho sự trải nghiệm này rất cẩn thận. Tôi đã nhờ người hàng xóm ở phía trên đường mang cho tôi ít thực phẩm tươi hai lần trong tháng đó, nhưng đa phần tôi ăn yến mạch, gạo, đậu, củ dền và khoai tây. Tôi cũng đã sắp xếp với Norman Fischer, đạo hữu, và cũng là cố vấn của tôi, làm đầu mối liên lạc cho tôi. Mỗi tuần một lần, để bản thân không cảm thấy hoàn toàn cô lập, và để gia đình biết là tôi đã không bị sư tử núi vô chết, tôi sẽ lái xe hai mươi phút xuống đường và gọi cho Norman từ điện thoại công cộng ở trạm dừng chân trên Xa Lộ 101. Đó là thời điểm duy nhất tôi sử dụng xe và thời điểm duy nhất tôi trao đổi với một con người khác.

Em gái tôi đã tử tế để tôi mượn chú chó chân dài ngoan hiền, Satchmo, cho có bạn. Chú chó giống như một con nai, nhất là khi nó phóng trên sườn đồi qua những bụi cây manzanita. Tôi cần con chó với tôi vì có một chú gấu đã quần quanh căn ca-bin cả năm nay hay lâu hơn nữa; nó đã phá cửa vào nhà mấy lần, và ngốn hết tất cả thực phẩm, có lần con trai tôi đã bắt gặp nó khi đang trên đường ra nhà vệ sinh giữa đêm khuya. Nó kể rằng nó đã chiếu đèn pin thẳng vào mặt gấu, nên nó quay lưng, lẩn đi, nhưng tôi không thể hình dung mình có thể làm thế. Tôi sợ con gấu này dù nó không phải là loại gấu ăn thịt người. Tôi nghĩ là có Satchmo, tôi sẽ cảm thấy yên dạ hơn – và thực sự là thế. Quan

trọng hơn nữa, nó còn là người bạn hiền lành, luôn ở cạnh tôi. Chúng tôi luôn tiếp xúc với nhau. Nhưng tôi vẫn còn phải chấp nhận sự thật rằng mình là một sinh vật nổi tiếng Anh duy nhất ở quanh đây.

Tôi không mang theo đồng hồ, vì tôi muốn khám phá thời gian một cách khác. Tôi muốn được ở trong giây phút hiện tại càng nhiều càng tốt. Tôi đang được xa rời thời khóa biểu hằng tuần trước mắt, xa rời cuộc sống luôn chạy từ cái hẹn này đến cái hẹn khác, lo lắng sợ trễ hẹn. Tôi muốn được trải nghiệm việc thức dậy khi tôi muốn, ăn khi tôi đói, và vào giường khi tôi buồn ngủ. Tôi không muốn biết thời gian qua chiếc đồng hồ.

Tôi đã phát triển một thông lệ. Tôi thức dậy, và dẫn Satchmo đi bộ. Sau đó tôi hành thiền độ tàn một cây nhang. Tôi ăn sáng, rồi trải qua buổi sáng đọc sách và viết lách. Tôi có mang máy vi tính cá nhân theo, cùng với linh kiện để nạp pin từ bình điện xe bằng cách cắm nó vào chỗ đốt hột quẹt. Khi bụng tôi báo cho tôi biết đã đến giờ ăn trưa thì tôi ăn trưa, và vào các buổi chiều tôi làm một ít việc khác. Tôi ngạc nhiên khám phá ra mình thích چرا các bảng gỗ làm giá sách, dọn dẹp đường sá, sửa chữa bằng ghế, chất gỗ đốt lò sưởi. Sau khi mệt nhoài, tôi sẽ ngồi ở hàng hiên ca-bin, uống một tách trà đen với mật và sữa bột.

Hàng hiên này là buồng lái của con thuyền của tôi, ngó ra một thung lũng đến những dãy núi ở phía bờ bên kia, từ nơi đó tôi chống chọi, lèo lái để đi qua đến tháng Chín. Thời tiết thật hoàn hảo cho cuộc hành trình: ban ngày ấm nhưng không quá nóng, ban đêm mát mẻ nhưng không quá lạnh. Sau khi uống trà, tôi và Satchmo lại thực hiện cuộc đi bộ buổi chiều.

Xế chiều, tôi trở về lại chỗ ngồi ngoài hàng hiên đọc sách cho đến khi trời tối không còn thấy chữ nữa, thì tôi vào nhà và ngồi thiền đến tàn một cây nhang khác nữa. Sau đó tôi ăn tối.

Nhưng sau buổi ăn tối tôi không biết phải làm gì. Đôi khi tôi

đọc sách hay đàn móc, hay tự học đàn ghi-ta bốn dây của Hạ Uy Di. Tôi có một số công việc phải làm. Nhưng thực sự, tôi thấy mấy cây đèn dầu không tạo ra được sự năng động trong tôi để tôi có thể bắt tay làm việc gì đó một cách hứng thú. Tôi để buổi tối qua đi. Trời thật tối và có nhiều âm thanh lạ – tiếng cào trên mái nhà, hay tiếng Satchmo gầm gừ gì đó. Nên tôi đành đi ngủ.

Tôi cũng biết tự chăm sóc bản thân. Tôi thu nhặt củi và chặt củi để dành khi trời lạnh. Tôi phải chỉnh mực nước đúng lúc khi bồn nước bị rỉ, nên tôi rất tự hào về bản thân vì đã tìm ra cách làm điều này. Mỗi ngày tôi chuẩn bị ba bữa ăn cho mình, vì tôi sử dụng loại thực phẩm phải được nấu, nên khi tôi làm món súp đậu lăng đen thật hấp dẫn, tôi suy nghĩ, “Chắc là phải có ai đó ở đây, nếu không tại sao tôi nấu món súp đậu lăng đen này cho bà ta?” Tôi là con người. Tôi cần được ấm. Tôi cần có nước. Tôi cần ăn. Tôi đã quen chăm sóc người khác, nhưng không ngờ công việc chăm sóc bản thân cũng không tồi, tuồng như có một du học sinh, đó là tôi, đã đến ở với tôi một tháng. Tôi nhận ra là cô ta đáng được chăm sóc, có thể hơn cả tháng cũng được.

Thời gian khó chịu nhất đối với tôi là mỗi ngày lúc trời chạng vạng tối. Kể từ khi còn bé, tôi đã cảm thấy cô đơn lúc trời chạng vạng. Có một điều gì đó về khoảng thời gian giao thoa này, khi không còn là ngày nữa nhưng cũng chưa là đêm. Ngày đang trên giường chờ chết – tôi đã quan sát khi nó nằm xuống trên những dây đồi nâu. Và ở trên đó, một mình, đó là cái mà tôi gọi là căn bệnh chạng vạng đã trù mủ lấy tôi. Tại sao tôi chỉ có một mình? Tôi không kiểm soát được mình; cảm giác đó ủa đến như một vị khách không mời. Dầu chúng khác nhau về mức độ nhưng luôn có vị đắng cay lúc cuối ngày. Các loại côn trùng cất tiếng – châu chấu? dế mèn? – để tiễn ngày qua; chào đón, bóng đêm. Tôi cố gắng để nắm bắt giây phút đó khi chúng bắt đầu dàn nhạc klezmer [13] của chúng nhưng tôi luôn lỡ dịp. Khi tôi bắt đầu nghe chúng, thì chúng đã cất tiếng ca rồi, giống như ngôi sao đầu

tiên, luôn đã chói sáng. Tôi không có ai ở bên cạnh “lúc ngày tàn” như người ta thường nói. Tôi cũng đã cố gắng tránh căn bệnh chạng vạng đó, đã có thể lên dây chiếc radio, lắng nghe đài KMUD ở Garberville, nơi những người dân quê phản văn hóa luôn chống đối Bush [14], nên cũng có thể mang đến chút ấm lòng. Nhưng khi chiếc radio-lên-dây đã tê liệt – nó chỉ là một phương tiện để lấp chỗ trống. Nên tôi đành ngồi xuống trên chiếc ghế tròn đen trên gác xếp để đối mặt với chạng vạng. Tôi nhất quyết sẽ ngồi đó cho đến tối. Qua cửa sổ lớn, tôi ngấm nhìn ngày chịu thua bóng đêm. Nơi bầu trời giáp đường dãy núi Yolla Bolla, tôi nhìn thấy một màu sắc không thể đặt tên, giữa xanh và hồng. Người tôi rũ xuống khi ánh sáng mặt trời đã tắt, và cuộc đời của tôi dường như cũng phai mờ theo với ngày qua – tất cả những gì tôi yêu thương đã không còn; tất cả những gì tôi làm đều hư hoại. Bóng đêm bao trùm cây cối, từng chiếc lá một. Và tôi vẫn còn ngồi đó, soi rọi tâm mình. Tôi đã chọn lựa để đến Shimmins Ridge một mình, giống như một tăng sĩ trong sách Trung Hoa. “Cái gì thế này?” tôi gào lên. “Cái gì đây?”

Cuối cùng thì thời khắc chạng vạng cũng qua đi. Tôi trèo xuống trên những bậc thang dốc, đốt đèn lên, ăn cơm, đậu ở thời điểm không còn là lưng chừng, thời điểm đơn giản chỉ là đêm.

Chiều này sang chiều khác, tôi đã ngồi đó với ngạ quỷ của tôi, thốt lên câu hỏi: Cái gì đây? Cuối cùng, tôi nhận ra nó không là gì cả. Nó bình thường. Tôi bắt đầu tin rằng mình đang ở trong vòng tay của Phật.

Khi những ngày yên ắng qua đi, và tôi bắt đầu quen với khung cảnh chung quanh, thiên nhiên đã giúp tôi hiểu rằng tôi không chỉ một mình. Dơi, chim cú, chim gõ mõ, nai luôn ở chung quanh. Khi các chú dế hòa ca và cây lá thầm thì, bạn cảm nhận được nhịp đập của cuộc sống đang lướt qua bạn. Ngay cả chú rắn chuông đang cuộn mình trên mặt sàn tắm ngoài trời dưới ánh nắng mặt trời cũng mang chút hơi hám thân thiện khi nó đe dọa

tôi trước khi lần mình trốn vào đồng cũi.

Một buổi chiều khi tôi đang ở ngoài hàng hiên tập yoga. Tôi đang cảm thấy mạnh mẽ, sáng khoái, an lạc một mình, nhưng tiếng máy bay ồn ào cứ gầm rú trên đầu. Tôi rất yêu thích sự tĩnh lặng của nơi này, và tôi bức bối với những sự khuấy phá bất thường. Khi cuối cùng tôi ngược lên quan sát, tôi thấy có một cột khói khổng lồ đang tạt về hướng tôi từ thung lũng bên dưới. Tôi cũng sờ nhận ra rằng có một đám cháy rừng ở gần bên, và đó là những chiếc phản lực cứu hỏa.

Tôi không thể đoán đám cháy ở đâu vì cây rừng, nhưng dường như khói từ thung lũng nhỏ bé ngay dưới con đường đất bay lên. Tôi cảm thấy lo ngại. Nếu đám cháy ở dưới đường Covelo, nó có thể xé đường lên núi qua đám cây khô trong nháy mắt, và tôi và Satchmo sẽ tàn đời. Vì thế chúng tôi leo lên xe để chạy xuống đồi, xem tình hình. Nhưng chiếc xe không chịu khởi động – bình điện xe đã chết! Giá mà tôi đậu xe trên dốc thì tôi đã có thể cho nó vào số hai, rồi đổ dốc cho đến khi máy xe khởi động, nhưng tôi lại đậu xe vào một chỗ khuất xa đường.

Lúc đó tôi hoảng loạn. Tôi nhớ đến đám cháy Oakland, nơi nhiều người chết vì không thể đi xuống khỏi đồi Oakland. Tôi đã nghĩ: Gia đình và bạn bè sẽ rất bức tức nếu tôi bị chết cháy vì tôi đã làm tiêu hao bình điện xe vì cái máy tính cá nhân!

Biết là người hàng xóm ở trên dốc đường làm việc dưới thị trấn, nên Satchmo và tôi đi bộ đến nhà của người hàng xóm gần nhất kế tiếp, khoảng một cây số rưỡi dưới đường, nhưng ông ấy cũng không có ở nhà. Có lẽ tôi là người duy nhất sống ở Shimmins Ridge. Chúng tôi tiếp tục đi hơn cây số nữa xuống tận cùng con đường đất, và lúc đó thì nhìn đám khói, tôi biết rằng đám cháy ở phía bên kia đồi. Hú hồn! Tận cuối đường, trên con đường tráng nhựa, tôi thấy một số hàng xóm có mặt ở nhà – ở thôn quê, hàng xóm cách xa nhau ba, bốn cây số – và những người hàng xóm

không có mặt ở nhà cũng có mặt ở đây, tất cả họ đang ngồi uống bia vào một buổi trưa trong tuần.

Họ bảo tôi đừng lo về vụ cháy – họ đã lên internet xem và biết là nó ở phía bên kia xa lộ. Tôi nói với họ bình điện xe tôi bị cạn, nên một trong mấy người thanh niên đó nói sẽ cho tôi quá giang trên chiếc xe hàng của anh ta lên đồi và giúp tôi khởi động lại xe. Họ mời tôi uống nước, và chúng tôi ngồi trò chuyện khoảng nửa tiếng đồng hồ, không ai nhắc gì đến chuyện cho tôi quá giang xe. Tôi cũng không hỏi, “Khi nào ông có thể giúp tôi khởi động xe?” Tôi không vội vã. Mà dường như ai cũng thế. Tôi chưa bao giờ thấy chim ruồi nhiều như thế ở một chỗ, bay vùn vụt quanh mấy chục người cho chim ăn, nên tôi đã quán sát họ. Cả hai tuần nay tôi không tiếp chuyện với ai, nên đầu gi tôi cũng ở trong một trạng thái khác. Tôi bằng lòng chờ đợi. Nhưng tôi ngạc nhiên bởi việc, nếu ai đó trong thành phố, ở Berkeley chẳng hạn, nếu họ nói sẽ giúp đẩy xe cho bạn, họ sẽ không ngồi đó chuyện vãn gần nửa tiếng đồng hồ như chưa hề nói sẽ giúp bạn. Cuối cùng người thanh niên nói, “Thôi, đi thôi”, rồi anh ta chở tôi và Satchmo lên đường trong chiếc xe hàng, và khởi động xe cho tôi.

Một trải nghiệm đáng xấu hổ. Tôi đang cảm thấy quá đồi tự hào về việc mình là người phụ nữ tiên phong khi có thể tự chăm sóc trong chốn hoang vu. Tôi đã rất bức bối với mấy chiếc máy bay – những biểu thị của sự ô nhiễm công nghệ này. Rồi bỗng nhiên mọi thứ đảo lộn, và tôi nhận ra rằng ngay khi ẩn tu trong rừng, tôi cũng hoàn toàn bị đan xen vào trong tầm thâm của xã hội loài người. Tôi cảm thấy hàm ơn việc Bộ Kiểm Lâm có các máy bay để dập tắt những cuộc cháy rừng, và việc có những người thân thiện sống cuối con đường đã giúp tôi khởi động lại xe, và tôi thấy rằng cả việc ẩn tu của tôi cũng dựa trên nền tảng của lòng tử tế của con người và xã hội loài người.

Gần cuối cuộc tạm trú của mình, tôi lại rơi vào những cơn cô đơn trầm trọng. Khi điều đó xảy ra, tôi bỏ ca-bin trong một ngày

rượu để đi dự lễ truy điệu của một người bạn thân với gia đình. Tôi trả Satchmo về nhà em gái ở Berkeley, rồi cùng với người thân đến viếng người đàn ông đã cống hiến cả cuộc đời dài của mình cho nghệ thuật và gia đình. Sau đó, tôi lại lái xe về phương bắc, lần này không có chú chó, để hoàn thành tuần lễ cuối cùng trong chuyến ẩn tu của mình.

Khi trở về lại căn ca-bin buổi chiều đó, tôi hoàn toàn sụp đổ. Tôi lại chỉ có một mình, không có cả chú chó Satchmo làm bạn. Trời chạng vạng tối, và tôi đã quên tôi đang làm gì ở đó. Tôi so sánh cuộc đời mình với người bạn vừa mất – ông luôn sáng tạo nghệ thuật, luôn yêu thương và gắn bó với gia đình. Tất cả những nỗi sợ hãi tôi tột nhất và tất cả những ân hận của tôi về việc chỉ có một mình lại bùng lên trong tôi, và tôi đã nghi chắc là tôi không thể vượt qua tuần lễ cuối cùng này. Tôi ngồi xuống tọa thiền, và tôi đã khóc. Sáng hôm sau, vẫn còn khóc, tôi đã đi bộ, tôi đã thiền, tôi đã nấu súp đậu lăng, và dọn dẹp mấy bụi cây. Khi tôi ngồi trong lúc chạng vạng của buổi chiều hôm ấy, nhìn ra cây sồi sáng chói trong ánh nắng cuối cùng, tôi tự nhắc nhở mình về những gì Norman đã nói trong cuộc trò chuyện cuối cùng qua điện thoại. Người ta cảm thấy buồn bã khi ngày qua đi là điều tự nhiên, và khi phải chia lìa với người thân thương người ta buồn bã cũng là điều tự nhiên. Vô thường là khổ, nhưng khi tôi tự dần vật mình với sự tiếc nuối, là tôi tự đánh cắp cuộc sống mà tôi đang sống ngay hiện tại: đám rêu trên cành cây sồi, tiếng dế kêu, mùi súp đậu lăng đang nấu trên lò. Tôi cảm thấy... một chuyển động, một nhắc nhở, một tiếng lách cách vào khớp. Những ngày sau đó, cơn sốt cô đơn của tôi vỡ òa, và tôi trở lại là tôi lần nữa.

Một buổi sáng khi tôi vừa trở về từ một cuộc đi bộ khá xa, tôi nhìn lên trời và kia là mảnh trăng khuyết, vừa vơi đầy, với một bên bị thời gian qua đi gặm dần bớt, đang lơ lửng trong bầu trời xanh sáng trên những cây thông. Bỗng nhiên tôi nhận thấy đó là mặt trăng đẹp nhất mà tôi từng thấy. Tôi cảm thấy dường như

trăng đang mở hội và đang mời tôi đến dự.

Bây giờ tôi tin là tôi bình thường trong cái cách mà trước đây tôi không tin là như thế. Bây giờ khi cơn bệnh chạng vạng lại đến, và tôi chắc là nó sẽ còn đến, tôi hy vọng là tôi sẽ biết, dầu trong nỗi buồn đau đó, rằng tôi cô đơn giữa mọi người.

[13] Một loại dụng cụ âm nhạc truyền thống của người Do Thái.

[14] Bush: Tổng Thống Mỹ lúc bấy giờ.



Chương 23

Bao La Cõi Đời

Mỗi sáng, tôi nguyện hàm ân vì món quà cao quý được sinh làm người. Đó là một món quà lớn, nó bao gồm rất nhiều thứ mà tôi chẳng bao giờ thực sự mong mỏi vào ngày sinh nhật của mình. Một số món trong gói đồ đó tôi ước là mình có thể đổi một kích cỡ hay màu sắc khác. Nhưng tôi muốn khám phá xem được làm người có ý nghĩa gì – sự tò mò của tôi vẫn rất cao độ ngay cả khi tôi đã có tuổi hơn – vì thế tôi cảm ơn về tất cả mọi thứ. Tất cả trọn gói.

Vào thế kỷ thứ mười ba ở Nhật Bản, Thiền sư Dogen viết, “Đạo cơ bản là hoàn hảo và bao trùm vạn pháp”. Tôi đã có mặt trong đó. Tất cả chúng ta đều ở trong đó; chúng ta được tạo ra từ đó.

Khi cháu gái của tôi được hai tuổi, tôi đến thăm gia đình và cháu ở bang Texas. Lúc đó cháu chưa có nhiều khái niệm về việc sự vật phải như thế nào, hay điều gì phải xảy ra kế tiếp. Cháu vui vì được sống. Một buổi chiều kia khi tôi đang trông cháu, và công việc của tôi là phải đánh thức cháu dậy khỏi giấc ngủ trưa. Tôi đang đọc sách ở phòng bên cạnh, tôi biết cháu đã thức giấc khi tôi nghe cháu nói chuyện với chú gấu bông của mình. Tôi bồng cháu và chú gấu ra khỏi nôi, rồi đi xuống lầu. Trong khi tôi chuẩn bị món ăn nhẹ gồm bánh lát và phô-mai cho cháu, thì cháu nhảy múa quanh một trái banh tím ở giữa phòng, hát một bài đồng dao con trẻ mà cháu đã học được ở lớp mẫu giáo: “Nhảy quanh hoa hồng, túi đầy các tràng hoa, tàn tro, tàn tro, chúng ta tất cả đều lụi tàn”. Rồi cháu ngồi thụt xuống sàn – *bụp!* – cười vang. Cô bé hoàn toàn có mặt, hoàn toàn vui vẻ. Thực ra bài đồng dao cháu đang hát là một bài hát rất cổ xưa về một trận dịch, và câu

cuối cùng về tro, ám chỉ sự hoại diệt của chúng ta. Nhưng cháu không quan tâm về điều đó.

Trong một công án đầy chất thơ, thiền sư Dogen đã viết, “Cá lội trong biển, dầu có lội bao xa, cũng không ra khỏi nước. Chim bay trên trời, dầu có bay bao xa, cũng không hết bầu trời”.

Khi tôi đau khổ vì điều gì đó trong cuộc đời, tôi nghĩ: “Không được, cuộc đời này không đúng như tôi muốn, tôi phải tìm một góc cạnh nào đó, để nhảy ra khỏi hàng rào cuộc đời này vào một cuộc đời khác”. Nhưng đó không phải là phương cách. Cuộc đời tôi bao la. Tôi không thể tìm được góc cạnh của nó, cũng giống như con cá ngoài biển khơi hay chú chim trên bầu trời. Không có cách gì thoát ra khỏi cuộc đời này, biển rộng này, bầu trời này, ngoài trừ cái chết. Nếu tôi cố gắng dời đổi biển khơi, tôi sẽ chẳng bao giờ có thể tìm được con đường hay nơi chốn của tôi – không có chỗ nào khác để có mặt ngoại trừ nơi đây, trong sự bí ẩn thâm sâu của nó.

Chuyện là chỉ mấy ngày sau chuyến viếng thăm cháu gái, tôi đến thăm một người bạn cũ đã ngoài tám mươi, đang sống trong khu dành cho những người già cần sự hỗ trợ trong cuộc sống. Ông là một tu sĩ Thiên Chúa giáo, người đã dành trọn cuộc đời để sống đơn độc và tu tập. Ông đã nghiên cứu nhiều truyền thống tâm linh, kể cả thiền, và ông là một trong những vị nâng đỡ tinh thần lớn của tôi. Nhiều năm qua, ông đã thường trao đổi với tôi về sự cầu nguyện, sự huyền bí và những thắc mắc, hoài nghi về tâm linh qua thư từ, hay những cuộc gặp mặt trao đổi. Thế chất ông không được tốt, ông rất yếu, phải thở máy, phải ngồi xe lăn, nhưng tâm trí vẫn tỉnh táo.

Ông nói với tôi, “Tôi không nhớ, nếu mình đã chết trong quá khứ, nhưng tôi nhận ra được những gì đang xảy ra – đó là nơi tôi sẽ đến”. Nhiều năm trước, ông đã nhờ một người thợ mộc mà ông quen, làm cho ông một chiếc quan tài. Nó ở ngay trong căn

phòng nhỏ của ông, giống như một người bạn cùng phòng, một kẻ nhắc nhở, làm bạn với ông. Ông ngồi ở bàn và nhìn cây đào qua cửa sổ, quan sát những chiếc lá rơi rụng, rồi lại đâm chồi. Ông đã quan sát các mùa, cả vũ trụ trong cây đào đó. Ông đọc, ông cầu nguyện, thỉnh thoảng tiếp khách. Giống như cháu gái của tôi, ông hoàn toàn có mặt với cuộc đời mình. Giống như con cá của ngài Dogen, ông bơi lội trong đại dương của mình, dầu ở trong căn phòng nhỏ bé này, chúng cũng không hề thiếu nước. Vài phút giây sau khi tôi bước vào phòng, ông nói với tôi về Isaac của Ninevah, một vị ẩn sĩ người Syria, thuộc thế kỷ thứ tám, tác giả của các tác phẩm mà ông đang đọc khi tôi đến.

Giống như cháu gái tôi, ông cũng đang hát bài ca nhảy múa quanh đám hoa hồng, trong phiên bản của mình, nhảy múa cho đến khi ông ngã quỵ và biến thành tro bụi. Giữa đứa bé đó và ông lão có một khoảng cách của tám mươi năm – và phần đông chúng ta, những thế hệ lưng chừng, tự trói buộc mình vào trong những khúc mắc về những thứ chúng ta muốn mà không có, và những thứ chúng ta có mà không muốn. Chúng ta chạy loanh quanh cố gắng sửa chữa nhiều thứ, trong cuộc sống riêng của mình, và trong cuộc sống của trái đất này. Việc chúng ta làm là điều tốt, vì trách nhiệm của chúng ta là phải sửa chữa sự việc; thí dụ chúng ta phải sửa chữa ống nước. Cháu bé và ông lão không thể sửa chữa ống nước. Họ cần chúng ta chăm sóc cho họ, nhưng chúng ta cũng cần đến họ, để nhắc nhở chúng ta rằng mọi thứ đều đã được sửa chữa.

Tôi thích nghĩ về việc chúng ta hoàn toàn được bao bọc bởi không khí như thế nào, một cách cụ thể. Không khí bao bọc thân ta, vào ra trong phổi ta, không phải là không có gì. Nó đẩy các phân tử, và nó lấp đầy các lỗ hổng, các nứt rạn giữa chúng ta và những người và vật khác ở quanh ta: đồ đạc, vách nhà, cây cối bên ngoài, các dãy nhà. Không có nơi nào là không gian trống vắng. Không khí loãng tạo không gian cho chúng ta, để mỗi

chúng ta sống trong một không gian bằng đúng kích cỡ của mình. Không khi chuyển động nhẹ nhàng theo chúng ta khi ta di chuyển. Giống như các loại đá mềm mà ta có thể tìm được trên những bãi biển ở miền Bắc California, có những con vật thân mềm thật nhỏ bé sống bên trong, trong những lỗ hổng chúng tự tạo ra. Tất cả chúng ta đều kết nối với nhau, trên từng phân tử. Tôi được bao bọc bởi tất cả những gì không phải là tôi.

Khóa tu thiền mà tôi dự gần đây nhất ở bên cạnh bờ biển. Tôi thường ngồi, lắng nghe tiếng sóng vỗ. Tiếng sóng là âm thanh hơi thở của biển. Nó không bao giờ bình yên. Đôi khi biển quá ồn ào, xao động đến nỗi tôi đã ao ước một chút yên lặng, nên tôi lắng nghe sự im lặng giữa các làn sóng, nhưng ngay khi một làn sóng vừa lui khỏi bờ, đuổi cát trở xuống biển, trở nên nhẹ nhàng, nhẹ nhàng hơn, ngay trước khi nó bắt đầu im lặng, thì làn sóng kế tiếp đã luôn đánh tới. Biển không bao giờ dừng thở vì nó đang sống. Khi tôi ngồi trên gối thiền, trong thiền đường, theo dõi hơi thở. Tôi cũng theo dõi hơi thở của biển, và tôi bắt đầu thở theo nhịp điệu của biển.

Âm thanh của biển là âm thanh của thời gian thoáng qua, âm thanh của từng khoảng khắc này sang khoảng khắc khác. Ngay như khi tôi không ngồi cạnh bờ biển, từng làn sóng đời của tôi vẫn dồn dập đuổi theo nhau, mà không hoàn toàn có sự tĩnh lặng giữa các làn sóng.

Tôi thường khẩn nguyện: “Pháp môn vô thượng, thệ nguyện học”. Tôi sẽ buông mình theo giây phút kế tiếp, và giây phút kế tiếp đón nhận tôi. Và tôi chỉ cần bước qua đó.



TRI ÂN

Tôi hàm ân các biên tập viên tại Nhà Xuất Bản (NXB) Shambhala như: Dave O'Neal, là người đã khuyến khích tôi viết quyển sách này trước tiên và Emily Bower, với những sự góp ý tinh tế, đầy tính hỗ trợ của cô đã giúp tôi hình thành quyển sách.

Cũng xin cảm ơn Ellery Akers, Sarah Balcomb, Mary Barrett, Andrew Boyd, Susan Butler, Louise Dunlap, Barbara Gates, Fanny Howe, Bonnie O'Brien Jonsson, Linda Norton, Susan Orr, Bob Perelman, Nora Ryerson, Prue See, Barbara Selfridge, Gail Seneca, Francie Shaw và Jeff Sharlet về những đề nghị trong biên tập.

Cảm ơn các thành viên trong Hội Lão Bà của tôi, Melody Ermachild Chavis, Annette Herskovits, Cheeta Llanes, và Judith Tannenbaum, vì đã trao đổi với tôi một cách nghiêm túc về vấn đề lão hóa, và cảm ơn tất cả những người bạn và thân quyến khác vì đã tham gia vào cuộc đối thoại không có hồi kết này.

Cảm ơn Trung tâm Blue Mountain, Tu Viện Glenstall, Thư Viện Công Cộng Berkeley vì đã dành cho tôi những chỗ ngồi lý tưởng để viết sách.

Susan Moon



Pháp thí thắng mọi thí
Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti

**SÁCH ẨM TỔNG
KHÔNG BÁN**



Susan Moon

"Susan Moon's stories are wonderful companions and guides as I go about my ordinary life."
—Maxine Hong Kingston

this is getting old



Zen Thoughts on Aging
with Humor and Dignity



Susan Moon

This Is Getting Old



*Zen Thoughts on Aging
with Humor and Dignity*

Susan Moon



SHAMBHALA • Boston & London • 2011

*In memory of my mother, Alice,
and for my granddaughter, Paloma.
I never knew Alice when she was a child
and I will never know Paloma when she's an old woman,
but they both have inspired me with their enthusiasm for life.*

Contents

Introduction

PART ONE *Cracks in the Mind and Body*

Where Did I Put My Begging Bowl?

Stain on the Sky

Leaving the Lotus Position

The Breathing Tube

Old Bones

All Fall Down

Senior Moment, Wonderful Moment

PART TWO *Changing Relationships*

In the Shade of My Own Tree

Exchanging Self and Other

House of Commons

Getting Good at Staying Still

Grandmother Mind

What If I Never Have Sex Again?

Becoming Invisible

The Tomboy Returns

PART THREE *In the Realm of the Spirit*

Tea with God

I Wasn't My Self

You Can't Take It with You

The Secret Place

Talking to My Dead Mother

For the Time Being

Alone with Everyone

This Vast Life

Acknowledgments

Credits and Permissions

Introduction

IN MY MID-SIXTIES AND IN GOOD HEALTH, I'm still a baby at being old. Now is a good time to investigate the matter and to develop courage, because getting old is hard. Getting old is scary.

I was never planning to get old myself. I was hoping to live through plenty more birthdays, but I wasn't planning on getting eroded in the process. Not long past sixty, as joints stiffened, as proper names fled, as hairs disappeared from some parts of my body and sprouted in others, I had to admit it was happening to me, too.

My Buddhist practice encourages me not to turn away from what's difficult. That's where the good news often hides, right in the middle of the mess. As a writer, too, the investigation of what's painful is what interests me the most. So I started writing about getting old. I wanted to look right into the face of oldness. What is it?

At first, I made a list of the difficult things that I was experiencing myself, like memory loss, sore knees, and fear of loneliness, and I set out to write an essay about each one. I wanted to teach myself how to get old without getting bitter. Then, as I kept on getting older, other things happened, both wonderful and painful. I became a grandmother, my mother died, and I kept on writing. Not only did I write about the things I didn't like that were happening to my body and my mind, I also wrote about how my relationships were changing because of age. As I wrote, I noticed mysterious changes, too, new openings into the spirit, new ways of being alive that aging was bringing me.

The book that emerged is personal, and I hope my concerns will connect with yours. I'm also thankful for those who write about the economic stresses of aging, the concerns about health care and housing, faced by so many older people.

Montaigne, in the sixteenth century, shocked the literary world by bringing his personal experience into his intellectual and philosophical writings. He said, "I am myself the matter of my book." He called his writings "essays," meaning *attempts*. I'm grateful to him for leading the way so long ago. These are my tries.

And this book is part of a larger conversation. I am in a generation of people who developed the habit of constantly talking to each other

about what we are going through, and we are doing this together, too. I am not getting old alone, even when I'm alone in the house.

I'm part of a group in which five of us, all women over sixty, meet together to talk about our experience with aging, about what's happening to our hips and our family life. We call ourselves "crones," claiming the word. The dictionary says a crone is "a withered old woman." Some of us in the Crones Group are more withered than others, but we all have more withering to do before we die.

I'm reminded of another women's group I was part of back in the seventies—my "consciousness-raising" group. We met to take the veils away from the sexism that we had grown accustomed to and to help each other resist what was no longer acceptable to us. In the Crones Group, too, we support each other, but this time around we meet not to resist but to accept. I'm not talking about resignation, but: *This is how it is. This is what happens. How can we work with it?* And sometimes we find ourselves celebrating our age.

It annoys me when people say, "Even if you're old, you can still be young at heart!" in order to cheer up old people. Hiding inside this well-meaning phrase is a deep cultural assumption that old is bad and young is good. What's wrong with being old at heart, I'd like to know? "Old at heart"—doesn't it have a beautiful ring? Wouldn't you like to be loved by people whose hearts have practiced loving for a long time?

In the cluttered Berkeley office of the Gray Panthers group, the walls are covered with posters, portraits of faces of different ages, and under each photo are the words, "The best age to be is the age you are."

Old age is its own part of life. In thirteenth-century Japan, Zen Master Dogen wrote, "Do not think that the firewood is before and the ash is after. Firewood is a stage unto itself and ash is a stage unto itself." We are in the stage we are in; let's not think of ourselves as has-been young people, or as about-to-be-dead people.

But even the venerable Zen teacher Robert Aitken Roshi, in an interview about being old—he was in his eighties at the time—admitted with a laugh, "I often feel like a young person who has something wrong with me."

It takes a while for the self-image to catch up with the body. Glimpsing my reflection in a shop window, at first I don't think it's me, but someone much older than I am. When I went to my fiftieth grade-school reunion, I thought I had wandered into the wrong room: Who were all those codgers? And then the amazing recognition: in the white-haired old man's face, the boy who used to pull my braids at recess.

My mother, Alice Hayes, a serious poet with a fondness for doggerel, put it this way:

In her old age, a rickety Ms.
Took up learning the isness of is.
Since it's not what one does,
She just WAS and she WAS . . .
Now she's gone off to BE in Cadiz.

Just so, Mom. As the Buddhist teacher Wes Nisker reminds us, we are called human beings, not human doings. Laotzu said it, too, long ago: "The way to do is to be." We older people, forced to slow down in the doing department, have a leg up on being.

My mother is one of two people who surprised me by making a disproportionate appearance in this book. She died just about the time I began to write about getting old, but she didn't let that stop her from showing up over and over in these essays. I shouldn't be surprised, since she's the old person I knew best. Something must have rubbed off on me as I watched her go from young old to old old.

The other person in my family who weaves herself repeatedly through the book is my granddaughter Paloma, born just before my mother died. She helps me understand old by showing me young. I see that we are different: I can't hang by my knees on the jungle gym, and she can't tell stories about life in the long-ago twentieth century. I see, too, that the years between us can be not a barrier but an enrichment of our pleasure in being alive together.

"Wabi-sabi" is a Japanese expression for the beauty of impermanence, the imperfection of things that are worn and frayed and chipped through use. Objects that are simple and rustic, like an earthenware tea bowl, and objects that show their age and use, like a wooden banister worn smooth by many hands, are beautiful.

I sew patches on my clothes and I glue broken plates back together. I love mended things. I like to take pictures of old things: the spiderweb of cracks in the windshield of a truck, bright mildew on the wall of an abandoned railroad station.

Teenagers pay good money for shortcuts to wabi-sabi when they buy designer jeans that are pre-faded, pre-frayed, and pre-ripped, but the true wabi-sabi look can't be made in a factory. It depends on the passage of time.

In *ikebana*—the Japanese art of flower arranging—flowers that wilt quickly are particularly valued because they demonstrate the beauty of impermanence. The very fact that they fade makes them precious.

I'm turning wabi-sabi. I study the back of my hand with interest: the blossoming brown spots, the blue veins becoming more prominent. With my other hand, I can slide the skin loosely over the bones. Can this be bad?

As I get older I am turning into myself. Job gone, children grown and living far away, parents dead. Can't backpack, can't do hip hop. Who am I, *really*? Now I get to find out.

PART ONE



Cracks in the Mind and Body

Where Did I Put My Begging Bowl?

THE OTHER DAY, as I was filling out a form, I couldn't remember my social security number. I made a running start at it several times, but I couldn't get past 0-1-3. I had to look it up on last year's income tax form. To reassure myself, I recited the books of the Old Testament in order, without a pause. My great aunt paid me two dollars to learn them when I was ten, and they've stayed in my head for over fifty years. She said it would come in handy to know them by heart, and so it did, though not in the way she had expected.

Of course, memory loss is a normal part of aging. I bet Buddha sometimes forgot where he put his bowl down in his later years. But normal or not, it's inconvenient, even disabling. It hurts to forget what you used to remember. More than once I've had to enlist a friend to walk the streets with me, looking for where I parked my car. My mind, like my bladder, is shrinking with age so that it doesn't hold as much at once.

I now put people in my Rolodex by their first name if I think I'm going to forget their last. (This will only work as long as I can remember the alphabet.) Forgetfulness eats away at people's names starting at the end, so that sometimes I find myself clinging to the first letter of the first name like a person at sea hanging onto a splintered piece of the mast.

Last week I saw a man I know in the checkout line at the grocery store, a man whose name began, I felt sure, with P. Paul? Peter? My mother had a line for such a situation. "Hello! *I* can still remember *my* name! Can *you* remember *yours*?" But I prefer bluffing, so we chatted about paper versus plastic, and as I wheeled my cart away from the checkout stand I heard myself say, "Nice seeing you, Parker." It's a retrieval problem. Sometimes, if I stop worrying about it, the name walks casually out of the attic of my brain. "What's the big hurry?" the name says. "I was coming."

My mother went through a period of time when she said she couldn't remember ordinary words. She began writing them down—after she *did* remember them—in a little notebook that she carried

around with her. *Catalog. Vascular. Pollen.* She thought she might be able to look them up when she needed them.

Now it happens to me, too: I know there's a good word for the thing I want to say and I can't get hold of it. If somebody else says it, I know what it means, but I can't seem to get it on the hook and reel it in, to put it in my . . . What do you call those wicker baskets that fishermen use?

And it's not just words, it's objects. Going through airport security at Midway Airport in Chicago, I was stopped because of some butter knives in my carry-on bag. (I don't generally travel with butter knives, but I was delivering these from one relative to another.) When the security officer decided I could take them on board, I heaved a sigh of relief and marched off to my gate, leaving my laptop behind in the gray plastic tray. I didn't realize what I'd done until the next morning, when I sat down at my desk to do my e-mail. After a few days of frenzied phone calls, I got the laptop mailed back to me. Now my name and contact information is on a sticker on the outside of the laptop.

When I had a particularly bad spate of memory problems last year, I got scared. For a couple of weeks, it seemed as though I forgot something serious every day, like leaving my purse in the shopping cart in the grocery store parking lot. (When I went back to the store an hour later, the cart was right where I'd left it, with my purse still in it.) I forgot simple things, too. I put a tea infuser into a cup and poured in the boiling water, but I forgot to put the tea leaves into the tea infuser first.

I went to see a psychologist about my cognitive functioning. He was over sixty himself, and first we reminisced about the sixties—the sixties, not *our* sixties—which helped to put me at my ease. Then he had me repeat strings of numbers and words, and he showed me a list of words printed in different colors of ink and had me name the colors as fast as I could. I did very well, he told me, “for my age.” This was reassuring, though *for your age* has a sad ring to it, like, “You look good for a woman your age.”

He told me to forget about the unimportant things that just clutter up the valuable space in my brain. And he said, “The best thing we

can do for our brains at our age is to take a nap for half an hour every afternoon.” It’s a great idea; one of these days I’ll make it a habit.

The visit helped me to accept that some memory loss is normal. It’s what’s happening. I used to think I was pretty smart, and now I am given the opportunity to let go of that identity. I have a different brain now, but as long as I’m grasping for the mind that I had twenty years ago, I suffer.

Then, too, there’s the remembering. I may not remember the last names of lots of people I know, but I remember seeing my father standing in the doorway of our apartment in Chicago, looking like a stranger in his brown army uniform and hat, silhouetted against the light from outside. I must have been about two and a half, and he was going off to the war in the Pacific.

The older you are, the more of your life is in the past, the further back it goes, and the more historical your memories become. It’s part of the job description of an older person to tell stories about the times that are gone—about what it’s like to have your father disappear into a war, for example. Or about stepping off the Greyhound bus in Biloxi, Mississippi, forty-five years ago, to work on voter registration, and being greeted by the sheriff saying, “Now don’t you be causing any trouble in our town, young lady.” History’s not what really happened—there’s no such thing. It’s what people remember and tell each other. But it’s good if you don’t go on too long.

One of my heroes is the late Studs Terkel, the great oral historian. It was important to him to get people to tell their stories, because, he said, “We live in the United States of Alzheimer’s. People have forgotten their own history.”

Sometimes I tell a story more than once, forgetting that I’ve told it before, especially when I’m talking to my children. I try to remember to say, “Stop me if I’ve already told you this,” because I know from listening to my own mother how annoying it is to sit through a story you’ve heard before, pretending to be surprised at the punch line. Well, actually, it’s only annoying if you remember the story, and this is one reason why old folks should hang out together. When I tell my old friend Bill a story for the second time, it doesn’t matter because he’s completely forgotten the story. This is called “beginner’s mind.”

Needless to say, I also remember terrible things, mistakes I made long ago. I remember throwing a wooden clog across the living room at a man I loved (and missing, fortunately). I remember crouching in the hall closet behind all the coats, with the door closed, so my children wouldn't hear me weeping.

Memory is plastic. What I remember isn't necessarily what happened, and how I remember it changes, depending on my changing focus of attention.

The body memories, like how you button a button, seem to be the last to go. A longtime dharma sister has advanced Alzheimer's and is no longer able to come to the Zen center to practice. But she did come, for a long time after she'd forgotten how to manage her life. Someone from the sangha would pick her up at home and bring her to morning *zazen* (Zen meditation). She didn't know where she was going or why, or who was helping her. She had to be guided from the car to the Zen center, and she had to be helped into her priest's robes. But once she was inside the *zendo* (meditation hall), the forms of her thirty-five years of practice were held in her body. I was moved to see how, during service, she was right on track, manifesting dignity and devotion. She recited the Heart Sutra from memory along with everyone else, she bowed when it was time to bow, and she exited the *zendo* when her turn came, greeting the abbot with a *gassho* on her way out. Outside the *zendo* she was lost again.

It's disturbing. Sometimes, driving along one of my familiar routes, I suddenly can't remember where I'm going. Then I'm in a dark place, even in broad daylight. I keep driving, slowly, hoping I'll remember where I'm going before I get there. So far I always have.

Zen Master Dogen, my favorite Zen master, wrote, "To study the Buddha way is to study the self. To study the self is to forget the self. To forget the self is to be actualized by myriad things." What does he mean by forgetting the self? Could forgetting my social security number or where I parked my car be steps in the right direction?

Once, twenty years ago, before I was "old," I had a strange experience. I woke in the middle of the night and I couldn't remember where I was. That wasn't the strange experience—it happens to most of us from time to time when we are traveling, as I was. But on this occasion, I couldn't remember who I was, either. The loud crack that

had awakened me still rang in my ears; it might have been a door slamming in the wind, or a bowl breaking in my dream, but whatever it was, I fell through that crack into a dark space of not-knowing. I asked myself, “Where am I?” and then, shocked, “Who am I?” I lay in bed, waiting. For a frightening split second, I didn’t know anything about who I was. I couldn’t even have told you my name. Then my eyes grew used to the dark and I made out the window curtains. Ah! I recognized the room, in a family house by the sea, and everything, my whole impermanent life, fell into place. I wonder if that moment before the remembering is what it’s like to have severe dementia. Or is this what Dogen was talking about?

If I lose my memory, will I stop being me, or is there a me beneath the memory? Is there a look in my eye that will stay no matter what I forget? The thing is, I don’t have dementia now, so worrying about it is a distraction from being present in my life, taking good care of myself, and focusing my attention on what’s important.

I believe that Dogen is talking about forgetting self-concern, and as I grow older, I notice what an excellent time it is to practice this kind of forgetting. It’s all about letting go. I can forget about accomplishing all my ambitions—it’s too late for that. I can forget about “making something of myself,” a telling expression. Sometimes, for a moment, I taste the relief of letting this self fold gently into the next self, moment by moment, like eggs into batter.

It’s time to forget some things and remember others. As a matter of fact, the planet needs all of us human beings to remember our history, and to remember our own accountability in it. History is a process that we keep on making out of the stories we tell each other about the past.

Before written language, or before most people had access to written language, people had only their own brains in which to store their knowledge, and so they were much more dependent on their memories than we are today and they gave their memories more exercise. Buddha’s disciple Ananda, for example, had a particularly prodigious memory and recalled every single thing he heard Buddha say. He passed the teachings on after Buddha’s death, and for centuries, the monks and nuns of the sangha recited the sutras to each other until they were finally written down.

The printing press made shared memory available to more people, and the Internet has further democratized our cultural memory. If you forget the books of the Old Testament, you can look them up. But there are still some things that the Internet can't remember for you, like where you parked the car. And the stories of your life—they aren't on the Internet either. How it was, for example, to be sitting in bed nursing your newborn baby when you learned on the TV news of Martin Luther King Jr.'s assassination.

Oh, by the way, it's *creel*, that wicker basket for fish.

Stain on the Sky



WHEN MY FATHER was in his sixties, his retinas slipped their moorings. He told me he often dreamed of the colored world. In the dark of night, asleep, he could still see the blue water of Menemsha Pond and the white sails of his boat. But when he woke in the morning and opened his eyes, he was blind. He said that though these awakenings were painful, life would have been even worse if he hadn't been able to see in his dreams. He had lost the visual world—he didn't want to lose the memory of it, too.

Going blind is one of many things I try not to worry about as I get older. There's a genetic component to detached retina. It correlates with myopia (nearsightedness), and I am myopic, though less so than my father was. I started wearing glasses when I was twelve, and I remember my shock when the elm tree outside my bedroom window went from a Monet tree to an Ansel Adams tree. I had no idea such sharp focus was possible, and at first I didn't like it. Everything looked pointy. I could see the diseased spots on the leaves and a popped balloon caught in the branches.

Out of vanity, I wore my glasses only in the classroom and at the movies. Much later, after I got married, I wore them all the time. Then, after my divorce, I got contact lenses. Dates complimented me on the blueness of my eyes, but the contacts were a lot of trouble. They were uncomfortable and occasionally got stuck way up under my eyelids. They required at least as much daily care as a small pet—a canary or hamster—without providing any companionship. So I went back to the glasses.

But the contacts did come in handy when I was in residence as a monk for three months at a Zen monastery in California. Like all the monks, I had to take a turn on the crew that served our formal, silent meals. At breakfast, in the early-morning cold, I had to stand before the seated monks with a huge pot of steaming oatmeal and carefully spoon it into their bowls. The first person to be served was the abbot, an upright man who never suffered a lapse in attention. The first morning I served, I had my glasses on, and they immediately became so steamed up that I couldn't see what I was doing. I missed the ab-

bot's bowl and served a spoonful of oatmeal right onto the mealboard in front of him. After that, I always rose ten minutes early on my serving days and put in my contacts.

After my father went blind, my siblings and I—his four adult children—were all told to get our retinas checked regularly. I went to an ophthalmologist, who shined an unbearably bright light into my eyes. I couldn't blink, because my eye was held open with a clamp. It was not painful in any ordinary way, and yet it *was* painful, to sit with my chin resting in the metal cup, unable to get away from the blinding light, unable to stop thinking of my newly blind father.

My retinas were fine. The ophthalmologist told me that if I experienced any unusual symptoms, like shadows falling across my vision, I should report it immediately.

One day I was studying a breakfast menu in a café, and all of a sudden I couldn't see it. There were big white holes in the daily specials, and ribbons of light, like the aurora borealis, played at the menu's edge. Worried, I called my doctor and described the symptoms. He said it sounded like a visual migraine, since it was the same in both eyes. If the symptoms didn't go away in half an hour, I was to call him back. They went away.

I have had several visual migraines since then, and I have learned to enjoy them, since they have never been followed by headaches. My favorite was the evening when bursts of colored lights danced across my field of vision, painting the face and black-robed body of a Zen teacher who was giving a talk in the dimly lit zendo.

I was about sixty when, on a Zen retreat in a remote village in Mexico, I had new and scary visual symptoms: I kept seeing nonexistent flocks of birds flying above the ocean. A dark ghost haunted the middle of my right eye, and a spark flashed at the bottom of my vision whenever I shifted my gaze. The retreat center's director made an appointment for me with an eye doctor she knew in a town two hours' drive away. She even hired a driver from the village and asked one of her employees, an aging beach bum from California who was fluent in Spanish, to go with me as my translator. I was embarrassed that it was such a major production, but it would have been worse than embarrassing to go home to California blind in my right eye. And so the three of us set off to the town of Tepic.

The eye doctor was a kind man, who said, through the beach bum, that he liked to meditate and was curious about Zen. In an ancient, dark office with high ceilings, he questioned me about my vision and typed my answers on a red manual typewriter. Then he examined my right eye and reassured me that my retina was not detached or torn—there was no emergency. He said he could see a spot at the bottom of the retina that he thought might be a certain parasite you get from pets that's common in Mexico—but I didn't have any pets. He suggested I have my vision checked when I got home. He wouldn't accept payment—he was doing this as a favor for his friend, the director of the retreat center—so I later sent him a Spanish-language book about Zen.

The symptoms all went away by themselves except for the shadow, which the California eye doctor told me was just a big “floater”—a tiny, harmless clump of cells within the vitreous humor, the clear gel filling the eye. After a while, he said, my brain would correct for it, and I wouldn't even see it anymore.

It didn't go away—in fact it got bigger—but I learned to see through it, or around it. I often think my glasses are dirty, which indeed they often are, but after I clean them, the gray spot is still there. I notice it when I look at a solid field of color, like the sky. Still, that stain on the sky is not just a blot in my vision; it's what's in front of me, a reminder to be grateful that I can see as well as I can.

In recent years I've fallen in love with taking photographs. The sun lays its light on whatever it meets, and I have only to raise my camera to my eye and put a frame around what's given to me. I've been taking pictures lately of screens, veils, curtains—things that seem to obstruct vision. But when I focus my camera on the veil itself, it becomes the subject. What's in the way is not in the way after all.

My father went blind one eye at a time. After the first retina detached, he continued with all his normal activities, even though he didn't have binocular vision. Five years later, the second retina detached, and he underwent a series of surgeries—five in all—in an attempt to save some part of his vision. The surgeon was a star doctor who had pioneered retinal surgery. He was passionately concerned with his patient's retinas, but not concerned with the person who was attached to the retinas. After the first surgery, my father had to sit up in bed for a week with his eye bandaged. He was allowed to rest his

chin on a board, but that was it. All he wanted was to lie down. He developed such a bad headache that he thought he had a brain tumor. And after all that, when they took the bandage off, he still couldn't see.

At about that time I had a series of dreams in which my camera broke: I dropped it and the lens shattered; the shutter got stuck and wouldn't open; sand got into the gears, and I couldn't advance the film.

At last my father gave up and decided to go about the business of being blind. He went to a residential training program for newly blind adults, where he learned how to get around with a cane and how to read Braille.

After he went blind, my father had two more children with his young second wife—children he never saw. He became a familiar figure in his neighborhood, walking the children to nursery school with his white cane in one hand, his older child's hand in the other, the baby in the carrier on his back. Or he would walk their dog, Alfie, a rambunctious Siberian husky who was sometimes mistaken for a seeing-eye dog but was quite the opposite. Alfie pulled vigorously on his leash while my father stood at the curb, deciding with his ears when it was safe to cross.

When I was sixty-five, I had another bout of seeing nonexistent flashing lights and imaginary flocks of birds, just as I had in Mexico, this time in my left eye. I was home in California, and I went immediately to the eye doctor, who told me the retina was thin but OK. He sent me home, saying the symptoms would probably go away, but if they didn't, or if anything changed, I was to let him know right away. If a little rupture developed, he said, he'd be able to tack the retina right back down in his office with a laser beam.

The imaginary birds and the flashing lights departed the next day, but the day after that I noticed a dark blot across the lower left corner of my visual field. This time it didn't drift across my eye like a floater. It was like the shadow that appears in the corner of a photo when your finger is obstructing the edge of the lens. Because it only covered a small part of the visual field, it didn't interfere with my vision in any practical way.

I noticed it with my body more than my mind. I drove to a Japanese restaurant for a lunch meeting with an acquaintance, and all during the meal I watched the shadow lift and shift like a curtain in a light breeze. I didn't mention it to my lunch companion, but while I was eating my sushi, it became clear to me that this was different, and I knew that the next thing I needed to do was go to the eye doctor. I seemed to see myself through the wrong end of a telescope, small and far away, eating a dragon roll. I was calm and afraid at the same time.

After lunch, my nephew, who was staying with me at the time, drove me to the eye doctor's office and then went to park the car.

"You have a detachment," the doctor said.

"Are you going to sew it back down, like you said?"

"It's too big for that," he said. "I can't do this one. You need to go right to surgery. You're lucky that the excellent Dr. Jones is still here. She can take you right now."

I called my nephew on his cell phone to tell him the news, but he didn't answer, so I left him a message saying, "It turns out I *do* have a retinal detachment and they have to do surgery." I must have been in shock, because I added, with an inappropriate casualness, "You don't need to wait. Go on home and I'll call you when I'm ready to be picked up."

The surgeon was an attractive blonde in a stylish blouse and skirt and high heels, whose office was down the hall. It was the end of the workday, and she had been about to go home, so she'd taken off her white coat. She looked stylish, not like an eye surgeon. No one was left in the ophthalmology clinic but the two of us. As I sat in her chair, there was a banging at the outer office door, now locked, and my nephew's voice calling me. "Sue, are you in there?"

The doctor let him into her office.

"I'm not going home!" he said. "If you have a detached retina, I think I should stay here with you."

He sat on a stool, a quiet comfort. The doctor explained that although I saw the shadow in the lower left corner of my eye, it was really in the upper right, at about ten o'clock, since the brain reverses everything we see. (We are actually standing upside down on the surface of the earth. How fortunate that the force of gravity is strong enough to keep us from falling into the sky!) She explained that it was

as if a flap of wallpaper had come loose and lifted off the wall, and water had gotten in behind it. She was going to inject a gas bubble into my eye that would float upward, pressing the torn retina against the back of the eyeball where it belonged. The following day I would come back for the laser surgery.

When she stuck a needle through my lower lid to anesthetize my eyeball, I was glad Max was there. It wasn't so much the physical pain of the injection that bothered me as the idea of having a long needle stuck into my eyeball. I squeezed hard on the arms of the chair until she pulled the needle out again.

In a few minutes the anesthetic took effect, and I couldn't feel it when the doctor injected the gas bubble into my eye, but I saw it right away—not one big one, but several middle-sized silvery balloons and lots of little ones, bumping together like balls of mercury. She put a bandage over my eye and told me to come back the next day for the laser surgery.

Until the gas bubble dissipated, which would be in about a week, I had to keep my head cocked sideways, so that ten o'clock was at the top, and I couldn't lie down. That night I slept, or tried to sleep, in an armchair, with my head propped up on pillows.

Max took me back to the hospital the next day for the laser surgery. "Do you want him to come in with you?" asked the doctor.

"Yes please," I said.

This time there was no anesthesia, because you can't anesthetize against the light. Each stitch of the laser gun produced an explosion of light and a sudden ache inside my eye. The laser beam burns the tissue of the retina with its heat, and it is the scarring itself that binds the retina back to the wall of the eye. How odd that the eye, the organ of light, is healed with a beam of light.

The surgeon was kind and kept telling me how well I was doing. At one point I asked her for a rest, and she paused between stitches. The whole procedure took no more than ten minutes, but it was ten minutes with enough light for a decade.

I didn't need the eye patch anymore. I could see a little bit with my left eye, around the gas bubbles, and I could see fine out of my right eye, but I took Max's elbow anyway to walk back to the car. I was lucky to have his help. If he hadn't been staying with me at the

time, I probably could have found a friend to take me, and failing that, I could have taken a cab. But the older you get, the more often you have to go to the doctor, and the more you want someone you love to take you there.

At night, I propped myself up in an armchair, my head to the side. By day, I walked around with my head tipped sideways, or sat at my desk with my head propped on my hand. I watched the gas bubbles merge into one big one with lots of tiny ones around the circumference, like a setting of precious stones in a ring. When I moved my head they rolled around at the bottom of my vision, like marbles in a bowl, though of course they were really rolling around at the top. Each day I was happy to see that they were smaller; when they were all gone I'd be able to hold my head up straight, and lie down to sleep at night.

I thought constantly of my father. As the days went by, I got a painful crick in my neck, and I didn't sleep much in my armchair, but it was nothing to what my father had gone through—and he had still ended up blind. I felt him cheering me on, urging me to keep my head bent to the side in spite of the cramp in my neck, urging me not to lie down at night no matter how tired I was, urging me to do whatever I could to save my sight. I knew he didn't want me to be blind. Sometimes, thinking of him, I pretended I was blind, and I felt my way around the house with my eyes closed. But the most ordinary activities were beyond me, like making a cup of tea, or putting on matching socks, or getting the toothpaste onto the toothbrush—all the things he had to learn to do over again when he went blind at age sixty. His courage in meeting his blindness was evident to me in a new way.

Each day the gas bubbles got smaller and I could see more of the rest of the world around them, and on the sixth day, they were gone. I drove myself to the doctor and she said that now I could uncrick my neck. All was well with my eye, and my retinal tear was healing. I've been able to see just fine since then, except in the dark, of course.

A couple of months after my retinal detachment, I was one of a group of writers and artists at a monthlong residency in the Adirondacks, in northern New York State. One November night a sudden blizzard enveloped us, accompanied by thunder and lightning and howling wind. "What about the chickens?" exclaimed one of the writ-

ers. "They'll freeze!" Several people grabbed flashlights and set out into the storm, and I tagged along. We walked a couple of hundred yards up the road to the vegetable garden, to catch the chickens and put them back into the chicken coop for the night, so they wouldn't perish in the unexpected snow. Some people shone the flashlights on the chickens, while others crawled on their bellies under the garden shed to catch the frightened birds. But I had neither a flashlight nor knees that allowed me to crouch down in the snow, and realizing I was useless, I started back to the house.

My feet could feel the smoothness of the road, and I could see the lights of the house through the trees. Every once in a while there was thunder and lightning. But after I'd been walking for a while, I noticed that the lights of the house weren't getting any closer, and I realized that my feet had found a road, yes, but the wrong road, the road that branched off to the tennis court.

I knew the right road was just a short distance away, on the other side of a little rise, and so I struck out through the trees, aiming straight for the lights of the house. It couldn't have been more than a hundred yards away. The snow was deep and my sneakers and jeans were immediately soaked. Then all of a sudden the lights of the house went out. The power had failed in the storm. There was nothing to aim for and no path under my feet. The wind was blowing and the snow was falling. I called out as loud as I could, "Hello! Can anybody hear me? Hello!" but my voice was thrown away by the wind. I walked slowly in what I thought was the direction of the house, putting my hands out in front of me to keep from walking into a tree. I might as well have been blind.

Then the ground suddenly dropped away in front of me and I slipped down an embankment and landed in the snow, striking my knee on a rock on the way down. I sat there for a minute, taking stock. I was all right. I would be able to get up and walk some more, but which direction? How stupid I had been, not wanting to miss the adventure of the chickens, and how cold. No hat, no gloves, and worst of all no flashlight. I imagined myself stumbling in circles in the dark, disoriented by the howl of the storm, stumbling and falling. No one would know to look for me, because they would all assume I was back in my room, asleep in my bed. Even the chickens were probably safe

in their coop by now. I could freeze to death during the night, a stone's throw from the house.

I struggled to my feet, and just then there was another clap of thunder. The flash of lightning that followed showed me, just for an instant, the house, fifty yards away. Luckily I was facing the right direction to see it. And then it was gone again. I aimed through deep snow toward where it had been, testing each step before I put down my weight, and when I got a little closer I saw candlelight flickering in the windows. Having my retinas still attached made all the difference. I thought of my father, and I was grateful for the advances in ophthalmology that had come too late for him but not for me.

I remember when I saw my father blind for the first time. He was standing at the baggage claim in Boston's Logan Airport. I had flown in from California to visit him. My father's back was to me. He stood beside his wife, one arm through hers, the other holding a white cane. What got me was the way he held his head cocked, listening. It was the stance of a blind person, and I cried as I came up behind him. I had never seen my powerful and charismatic father standing like that before, waiting, just waiting.

During my visit, he kept asking anxiously what time it was, as if to orient himself in the days that now passed without any change in the length of the shadows. I went to the Boston Society for the Blind and bought him a Braille pocket watch—he had always used a pocket watch, fastened by a splice of rope to a belt loop. He cried when I gave it to him, and he kept it handy the rest of his life. After he died, his wife sent it to me. The white enamel of the face had been rubbed away by his thumb.

Leaving the Lotus Position



I SIT IN A CHAIR. Yes, of course, but I mean I sit zazen in a chair. Zazen is Zen meditation, and in English we call it sitting, just sitting. Meditating in a chair is a recent development for me, arising no doubt from a karmic web of causes and conditions, but the primary one is osteoarthritis in my knees.

Everybody knows that a Zen student truly dedicated to the way sits cross-legged on the floor. Buddha was sitting cross-legged when he was enlightened under the pipal tree twenty-five hundred years ago, and there are millions of Buddha statues to prove it—sitting cross-legged on altars and bookshelves all over the world. Several of them are in my house.

The image of Buddha in seated meditation is the essential icon of Buddhism. And eight hundred years ago, Master Dogen, founder of Soto Zen in Japan, instructed seekers of the way to “sit either in the full-lotus or half-lotus position.” These are ancient yogic *asanas*, sacred positions—they come with a warranty. Back in my limber days, I believed that I was bound to get enlightened if I just sat still long enough in half lotus on my black *zafu* (round meditation cushion). Now I see how unreasonable it would be if the cross-legged people were the only ones who got to cross over to the other shore.

These days sitting cross-legged causes me pain that is more than instructive. Everybody knows that not turning away from suffering is at the heart of Zen practice, and this includes not turning away from pain in the knees. *Sesshins* (long Zen meditation retreats) are an opportunity to learn to sit through pain. When there is pain in the knees, if I can see it as nothing other than pain in the knees, then I will be a happy person with pain in my knees. So I have been taught, during more than thirty years of Zen practice.

Some years ago, when I was still a floor sitter, a fellow practitioner had to move to a chair after knee surgery. (My anecdotal evidence suggests that a remarkably high proportion of Zen practitioners require knee surgery.) I asked how he liked it, and he said he missed his pain because now it was “harder to focus” during zazen. That

threw me for a loop. I too have found that pain focuses the mind, but what does it focus the mind *on*? Pain! Is that useful?

Another friend had an epiphany in zazen. He was hurting, but he promised himself he wouldn't move before the end of the period, no matter what. The pain got worse and worse, and he just stayed still and stuck to his wall-gazing, and a few minutes before the end of the period, the whole universe opened and he saw that everything was everything. "No pain no gain," he explained, when he described the experience to me later. That never happened to me, though.

A teacher once told me, "If you avoid pain now, what will you do down the line when you are old and sick and have pain you can't avoid? Don't you want to learn to live with it?" I've decided to cross that bridge when I come to it. I figure there's enough pain coming my way anyway, why should I take on extra?

I *have* learned some things about pain through my sitting practice. If I move to adjust my posture prematurely, the pain will chase me wherever I go, but if I just sit still when the pain starts, it often goes away, or recedes into the background. That kind of pain is like a child who wants attention and gets bored if you don't respond. This anti-fidgeting training also has useful applications to secular life beyond the zendo, to the concert hall for example, or the business meeting, or the MRI gurney.

I have also learned that there comes a point in zazen when the pain is so intense that I know it's *not* going to ebb away—it just gets worse, until I am raging against it and against a spiritual practice that would ask this of me. Pain is, after all, an early warning system devised by evolution to prevent us from injuring ourselves. The reason it hurts when you touch the hot stove is so that you don't burn the skin off your hand.

Pain is an important aspect of ritual in various religious traditions: the *penitentes* beat their backs bloody during Holy Week; some pilgrims climb up stone steps on swollen knees to sacred shrines; Native Americans on vision quests stand still and naked in the sun's burning heat. But these are special rites of passage, not everyday practices.

I have come to the point of diminishing returns as far as sitting cross-legged goes. When I started practicing Zen, I was thirty-two and sat in a half-lotus position with manageable discomfort. My legs hurt

in sesshin, but I knew this was part of the bargain. Now in my sixties I have arthritis in my knees. I can sit cross-legged for a little while if I make elaborate arrangements with several extra support cushions propping me up, but after about fifteen minutes the pain begins in earnest anyway. When I consulted an orthopedist last year about the trouble I was having with my knees, I mentioned that I do Zen meditation and he scolded me for sitting cross-legged. I now have doctor's orders to sit in a chair. I could have asked him for a note for my teacher, but I didn't need to, because these days, fortunately, all the Zen teachers I know have become tolerant of chair-sitting. It's allowed, even though it's not exactly *de rigueur*. The harsh taskmaster within is the one who still gives me trouble.

So it was a turning point when I swallowed my pride and sat my first sesshin in a chair. There were several other chair-sitters, and I was grateful not to be alone at this higher elevation, not to have my lone head sticking up like a sore thumb in the thin air above the clouds. Lo and behold, this was the first sesshin in years in which I wasn't fighting myself—*Why the hell am I doing this?* I settled down. It was the first sesshin in which I didn't once pray for the bell to hurry up and ring for the end of the period. I was able to be here now—or rather, at this writing, to be there then.

I praise the chair as a spiritual aid. A chair is a tool for sitting in, a gift invented and produced by human beings for human beings. This body knows how to sit in a chair. There's a lovely geometry to a person in a chair, with the legs, seat, and back of the living body parallel to the legs, seat, and back of the chair, in a double zigzag, expressing the rightness of right angles.

Sometimes I miss being down on the floor—it feels good to be grounded, to *get down*. So I remind myself: if I am sitting on a chair and the chair is on the floor, then I am sitting on the floor. Besides, it's important to be able to get up again when the bell rings. There are two parts of Zen practice: sitting down and getting up, and for me, getting up from the floor takes too much time away from the next activity. I don't want to miss my chance to use the bathroom before the next period of zazen.

In a recent sesshin at a traditional Zen practice center, my second in a chair, I was the only chair-sitter, even though I wasn't the oldest

person. This gave me pause. Was I the only one because I was the person with the least amount of cartilage in my knees, or because I was the wimpiest person, or the person who cared the least what others thought of me? I realized, sitting there in my chair, that it didn't matter. The only real question was and always is: am I making my best effort? If I am making my best effort while sitting in a chair, then I am sitting perfectly.

There are plenty of challenges to chair-sitting, so don't worry that it's too easy—you can still be miserable. The five hindrances of lust, sloth, ill will, restlessness, and doubt assault me in a chair as easily as they did when I sat on the floor. Pain visits me, too, on occasion, sharp and hot between the shoulder blades, but I know it's not injuring me, and it doesn't stay.

Sitting in a chair, I feel gratitude for the practice. I enjoy sitting upright. I enjoy my breathing. I am not guarding against the onset of pain and I am not fighting with myself for being a sissy. I am not making bargains with myself the whole time, such as: *ten more breaths and then I will allow myself to move*. I check my posture: I feel my feet firmly planted on the floor, I feel the uprightness of my spine, I feel my sitting bones on the seat of the chair. I am close to the others in the room; whether they are on the floor or in chairs, we are practicing together, held by the same silence.

What's next? Perhaps I'll go on to hammock practice, or sitting zazen in a chaise longue, poolside. I'll let you know how that goes when I get there.

The Breathing Tube

On a Sunday afternoon in late September, my eighty-four-year-old mother, Alice, went out for a drive with an elderly man she jokingly called her “boyfriend,” who took her places after she gave up driving. Going north on Chicago’s Outer Drive, they came over a rise and crashed into a stalled car in the middle of the road.

THE FIRST WEEK

MY MOTHER’S SWOLLEN HANDS stayed where they lay by her sides when I leaned down to kiss her at the hospital. Her breath smelled rotten. Worst of all was the breathing tube they had plunged down her throat, a thing I knew she never wanted. It looked huge, this blue plastic pipe that snaked out of a machine and into her perpetually forced-open mouth. She couldn’t speak because of it, but she looked at me with her open eye and blinked in greeting. The other eye, the droopy-lidded one, was now, inexplicably, all the way shut. Her blue-and-white hospital nightgown had slipped off one shoulder, exposing part of her breast, as if she had been running away and her pursuer had been pulling at her clothes. I pulled it up and tucked it back around her shoulder.

Dr. M. talked with me and my three siblings—all of us having flown in from far away—in the corridor of the ICU. Red-haired, forty-something, he spoke in an uninflected voice as if to bring calm to a situation that wasn’t calm at all. It was he who had taken out our mother’s ruptured spleen when she arrived in the ambulance. He said that when she came into the emergency room, she had been not only conscious but irritable, and we took this to be a good sign. He explained that she had broken some ribs, fractured her collarbone and a bone in her neck, and badly bruised one lung. He said that if she were young and healthy she’d be able to recover from everything easily, but because of her age and the fact that her lungs were already compromised by emphysema, she had a struggle ahead.

Her friend, the driver, had been shaken but not seriously injured, and was released from the hospital wearing a neck brace.

“We’re aiming to wean her off the ventilator as soon as we can,” said Dr. M., “but her bruised lung will have to do some healing first.”

It was clear to us she wanted to be unhooked. Her wrists were tethered to the bed rails to keep her from pulling out the breathing tube, but she kept raising an agitated hand in the direction of her mouth. A plastic clamp was wrapped around her face to hold the tube in place; it was tight across her upper lip, below her nose, and the pink flesh of her lip swelled out beneath it like a bubble. Whether she was awake or asleep, she always had one eye open and one eye closed, as if in simultaneous commitment to the dream world and the world of the ICU. She was heavily sedated, but when the nurse told her to wiggle her toes, she wiggled her toes.

We stood around the bed and sang, afraid to stop. We didn’t know what to do if we weren’t singing. We sang the songs our father used to sing, when we were children. All the songs seemed to be about death, but my mother wasn’t paying attention to the words. Her heart rate slowed as we sang: “You are lost and gone forever, dreadful sorry, Clementine.”

“Would you like me to rub your feet?” I asked when the song was over.

She nodded and I took one foot in both hands and stroked the smooth skin on the top, feeling my way along the bones to her toes. I could tell by the way she gave me the weight of her foot that it she liked it. I knew the look of her feet, of course, with their perfectly graduated toes, but I had never formed the thought: *My mother has beautiful feet*. Nor had I ever rubbed her feet before. My mother had had to put herself in the ICU to get me to come as close to her as she had always wanted.

My mother had written a living will, stating that she didn’t wish life support to be continued if she was stuck in a comatose state, and she had sent us copies years before. A few days after the accident, we found another paper in her apartment—an undated note in our mother’s handwriting saying, “Do NOT put a tube down my throat to keep me alive.” The pressure of the pen had a commanding tone; I could hear my mother’s voice. Upset, we showed the note to Dr. M.

“This is different,” he said. “She was in a car accident—it’s not as if we’re keeping her alive in a vegetative state. I understand your con-

cern, but she's getting better!"

"How long can a person be on a ventilator?" we asked.

"You don't want to go much more than two weeks," he said. "At that point we would recommend a tracheotomy if the patient still needs breathing support. But I don't foresee that happening in your mother's case. I hope to wean her off the ventilator in a few days."

OK, we could wait "a few days."

We slept, or tried to sleep, in our mother's apartment at the other end of the city, and we spent long days at the hospital. We took turns staying with her, watching the monitors, calling the nurses to raise or lower the bed, or to brush her mouth with a wet swab, surrendering ourselves to her care with an unfamiliar abandon. This room that was cluttered with medical equipment was miraculously swept clean of all our habitual impediments to love; I wasn't worried, for example, about what she thought of my hair.

"That clamp looks so tight on her upper lip," I said to the nurse.

"It has to be tight," the nurse said, "to keep her from pulling it out."

My mother was trying to communicate something: she was waving her arms, she leaned forward and shook her head in frustration, then fell back on the pillow, exhausted. A nurse brought a felt-tipped pen and a whiteboard, and we wrapped her fingers around the pen, but the marks she made were too wobbly to read, and the pen soon fell from her hand. Next we gave her a board with the alphabet on it, and her hand moved across the smooth surface like the pointer on a Ouija board, but it was hard to tell when she was stopping over a letter and when she was just on her way to another letter. We kept guessing the wrong letters, until she pushed away the letter board with a frustrated shrug.

We supposed she was trying to say something about the breathing tube. "We know you hate this tube, Mom, but we promise it's going to come out, and then you'll be able to say whatever you want!"

A few more days went by—it had been a week now—and we were told she had pneumonia, probably because of the breathing tube, and she was put on massive doses of antibiotics. This was a big bump in the road. They wouldn't be able to take the tube out until she got better from the pneumonia.

THE SECOND WEEK

A respiratory therapist came a couple of times a day to suction her out—a dreaded procedure. He pushed a tube the width of a straw down inside the wider ventilator tube, working it down, inch by inch, into my mother's lungs, as her left eye opened wider and wider in alarm, and even the heavy right lid lifted enough to show a slit of eyeball. I gave her my hand, and she squeezed it. Then came the bad part, when the RT pulled the little tube back out, creating suction. There was a rasping noise for a few seconds, like the sound a straw makes at the bottom of a milkshake, and my mother shuddered, and we watched the yellow phlegm come up through the translucent plastic tubing.

"Thank you, Alice," said the RT cheerfully.

My mother reached her sausage fingers up, trailing a wire that was clamped to her forefinger, and her hand came within inches of the breathing tube before it was stopped by the wrist restraint.

My brother and I took the elevator down to the hospital café for a break. There was no getting out of this situation—wherever I went I was always in it. Still, it was a relief to sit in the café downstairs, surrounded by the hum of strangers' voices and the clacking of food trays. "I feel like I've lived in this hospital all my life," I said.

"Yes, it seems like time has stopped," my brother said. The skin of his tired face looked like soft flannel.

"Well, she's going to get better or she's going to get worse," I said. This was an oddly comforting thought.

One morning when we came into the room, the breathing tube was attached with tape to our mother's chin, and there was a bandage on her upper lip. The nurse said, "I have bad news—the clamp made a hole in her lip. I'm terribly sorry. I've called down to plastic surgery—someone will be up later to look at her—I don't think it will seriously disfigure her." She lifted the bandage to show us a hole in our mother's lip the size of a dime—a window with a bloody frame, through which I could see gums and teeth. "Remember," the nurse said, "she's been heavily sedated, so I doubt it feels as bad as it looks."

On the ninth morning, a Tuesday, she looked paler and more remote than ever. Discouraged, we told Dr. M. we didn't know how

much longer we could put her through this. “We’re thinking about asking you to take that tube out now, whether she’s ready or not.”

He took us seriously. “I understand that you want to honor Alice’s wishes, and I respect that. I won’t stand in the way of whatever you decide. But she still has a good chance.” He straightened up and spoke with a burst of fresh energy. “Give me until Friday! I’m making it my goal to get her off the ventilator by Friday.”

Encouraged by the vigor of his new vow, we agreed to hang in there for three more days.

In the meantime, with Dr. M.’s support, we had an exploratory meeting with Dr. Z. from palliative care, in case the time came that we decided to withdraw life support. He was tall and thin, an angel of death in a white coat, and he described some possible scenarios in answer to our questions, but it was hard to absorb the information—it was so hypothetical. “Feel free to call on me again,” he said as we shook hands all around. “I’m here to help you with your decisions, not to persuade you one way or the other.”

As our mother’s spirits went up and down, so did ours. We were adults in our fifties and sixties, parents ourselves, and yet our moods depended on whether our mother blinked at us when we spoke to her. I brought my laptop into the room and tried to attend to some business, but I couldn’t concentrate on anything in the unreal world beyond the hospital. So I worked on crocheting a shawl for my mother—zigzag blue and green stripes, colors she liked.

Friday came and she still had a tube down her throat. She stared unblinking when I came into the room, and she didn’t even wiggle her toes when the nurse asked her to. She still had pneumonia, and the numbers on the monitor had not improved. We didn’t see Dr. M. all morning. This was clearly not the day she’d be liberated from the ventilator.

The four of us met in a windowless cubicle down the corridor called the Family Conference Room. “This is exactly what she never wanted,” my sister said.

“He keeps saying just a few more days,” my other sister said, “and then a few more days go by and she’s worse, and then he says give me just a few more days.”

My brother said, “She’s *tied* to the bed—you know what I mean?” His voice broke. “We’re her children, and we’re *choosing* to put her through this.”

Huddled together in that stuffy chamber, exhausted beyond all reason, we agreed it was time to let her go. We left word at the nurses’ station that we wanted to talk to Dr. M.

We telephoned our children—her grandchildren. “We have to let her go,” we sang, like sailors preparing to loose the mooring line from its bow cleat and drop it into the salty water.

My older son, the first grandchild, far away in Texas, said, “I thought she was getting *better*. Yesterday you said she was getting better.” I was curled up on the floor under the pay phone in the waiting room.

“We thought she was,” I said, “but today she’s worse. If you could see her, all full of tubes, with her hands tied, just staring out with one eye open . . . She asked us not to put a tube down her throat. She’s counting on us.”

“But maybe the antibiotics just need more time to cure the pneumonia,” he said.

“We’re going to ask the doctor about that,” I promised him.

Dr. M. came around at last, and we went out into the corridor to talk. When we told him we thought it was time to let her go, he seemed surprised. “Why today?” he asked.

“Well, it’s *Friday*,” I said. “You said you’d get her off the breathing tube by Friday.”

“She’s holding steady,” he said. “I’d like to get her oxygen support down to forty percent, but the pneumonia is slowing us down.”

“Shouldn’t the antibiotics have gotten rid of the pneumonia by now?” my brother asked.

“I want to give them a few more days to work. I know you’re worrying about keeping her on the ventilator, and I respect that. As I told you, I don’t like to go more than two weeks with the ventilator, but it won’t be two weeks until Monday.”

We agreed to a third extension.

When we went back into the room, our mother was sitting up in bed, and for the first time since the accident she stretched her mouth

into her version of a smile around the blue pipe. We looked at each other in amazement. Did she guess what we'd been saying in the hall?

We called the grandchildren back. We couldn't believe that a couple of hours before, we had decided this was to be her last day on earth.

THE THIRD WEEK

We wanted to help her rally her strength by Monday. I asked my son Noah to come from Texas to cheer her on, and the very next morning, Saturday, he walked into her hospital room. She brightened and reached her tethered hands toward him. He was a tall man now, and he leaned way down until she got her hands onto his shoulders, and she pulled him down into her bower of tubes to give him the fumbling kiss of a bridled horse. He held a picture of his two-month-old daughter, her first great-grandchild, in front of her open eye, and she studied it hard.

On Monday, after morning rounds, Dr. M. called us into the corridor outside our mother's room. "It looks like a good day for an extubation!" he said.

Quite a crowd of family members and medical people gathered in the room for the big event, including Dr. Z., the one who helped patients die; his presence worried me.

"Hello, Alice," said Dr. M. "You'll be happy to hear that we're going to take out the breathing tube now. Are you ready for that?" She nodded enthusiastically.

It turned out there was nothing to it. The respiratory therapist pulled the tube out as easily as if she was pulling up a weed with a long root, and Mom was breathing.

The RT put an oxygen mask on her face to give her a little extra help in the transition. It was fastened around the back of her head with elastic, like a Halloween mask. They finally took off the wrist restraints.

Dr. M. had said she probably wouldn't talk right away because her vocal cords would be sore, but she was already lifting the mask and moving her lips, finding her voice after the long mute weeks. She was the diva and we, her eager audience, strained to hear. The words came out, one at a time, hoarse and irritated: "I just want to wipe my chin!"

Dr. M. was proud of her, and he brought a couple of the residents into the room to show her off to. Everybody was jubilant.

“Do you know where you are, Alice?” asked Dr. M.

“I’m not quite sure,” she said. “Am I in the kitchen?”

He told her she was in the hospital. “And can you tell me how many grandchildren you have?”

“Nine,” she said proudly. “I have nine grandchildren.”

Dr. M. looked at me. “She does,” I said.

“And do you remember,” Noah asked her, “that you have a great-granddaughter?”

“Yes,” she said proudly. “I certainly do remember *that!*”

Noah, having seen her over the hump, was ready to say good-bye. “You’re getting better, Grandma! I’m coming back to Chicago in the spring, and I’ll bring your new great-granddaughter to meet you!”

“I can’t wait,” my mother said. “That will be wonderful.”

The day after the tube came out, a Tuesday, she told the nurse she wanted to turn on her side, and the nurse helped her do that. “It’s time to get ready for the baby,” she explained.

“You’re not having a baby, Mom,” I said.

“I know *that!*” she said, annoyed at my obtuseness. “I have to get ready for my great-*grandbaby*. I have to make a place for her.” She curled up and made a half-moon of a nest in the bed for her great-granddaughter to lie beside her. She patted the spot.

“You’ll see her in a few months,” I said.

Dr. M. told us not to worry that our mother was sometimes confused. He said it was normal for a person who’s been in the ICU for a while to become disoriented. It would go away, he said.

The next morning she was in a grateful mood. I was sitting in the corner crocheting when she waved her hand at the ceiling over her bed. “I’m giving you that one for a present,” she told my sister.

“You mean that tile right there?” my sister asked, pointing to one of the six-inch square acoustic tiles over Mom’s head. I was impressed that she had understood.

“Yes,” Mom said, and turning to me, she continued, “that one’s for you, and that one . . .” She gave each of her children the gift of a ceiling tile. She didn’t have anything else to give.

On Wednesday, the third day off the ventilator, she seemed to be weakening. “What’s going on?” we asked Dr. M.

“I don’t know,” he said. “We’re delivering as much oxygen as we can through the mask, and she’s just maintaining.” He paused, as if gathering himself, and said, “You should think about what you want to do if she gets to the point where she won’t make it without mechanical support. Would you want us to do a tracheotomy?”

Once the tube was out, we couldn’t bear the thought of putting it back in, and we already had her instructions. Still, people can change their minds, and now that she could talk to us, we decided to ask her.

We waited for one of her brief windows of alertness. Dr. Z., the palliative care doctor, came into the room to support us. He pulled up a chair beside her bed, so he was at eye level with her. The rest of us stood around the bed, and my sister asked her that terrible question again and again: “Do you want us to put the tube back in if it turns out you’ll die without it?” She asked in different ways, and our mother said nothing. We thought she didn’t understand. Then Dr. Z. leaned in to help. “Alice, would you object if we put the breathing tube back in?”

“Yes, I would,” she said quietly.

“Now listen carefully. If you need it to live and we don’t put the tube back in, you’ll die. If that happens, we’ll make you comfortable. How do you feel about that?”

She suddenly sat up in the bed and exclaimed, “Shit! This is a lousy time to ask a question like that!” Then, as if to explain her loss of temper, she added in a softer voice, “I’ve already discussed these matters with my children.”

On Thursday morning she perked up a little—she could still be getting better. One of my nieces, visiting from college, brought her violin into the room. “Want me to play something for you, Grandma?” she asked.

“Yes, play me something cheerful,” said my mother.

So my niece played a Scottish tune called “Ships Are Sailing,” and my mother tapped her fingers on the bedrail in time, to show her pleasure.

But that afternoon she became increasingly anxious and agitated, shaking her shoulders, waving her hands, shifting her legs. Her

breathing got faster and shallower. “Just breathe slow and easy, Mom, just slow and easy,” I said, and though my words couldn’t put more oxygen into her lungs, they calmed us both for a moment.

Dr. M. relinquished her as his patient to Dr. Z. who put her on a morphine drip to relieve her feeling of air hunger. Dr. Z. said she’d be more comfortable on the palliative care floor, and my sisters and brother were ready for the transition. “But isn’t that giving up on her?” I asked.

Dr. Z. said that they could do everything in palliative care to help her live that they could do for her down below, and she would be more comfortable besides. So I agreed, telling myself it wasn’t beyond the realm of possibility that she could still get better.

The next day, Friday, a bed became available in palliative care—meaning I suppose, that someone had died—and in the afternoon my mother was moved to a hotel-like room on the sixteenth floor, the top floor of the hospital, closest to heaven, with fabric drapes and upholstered armchairs. She had always held a good view to be one of life’s greatest pleasures, and so, even though the morphine had put her to sleep and she seemed to see nothing out of her still-open eye, we wheeled her bed around so that she faced the picture window looking east, over the stone turrets and steel roofs of Chicago to the darkening expanse of Lake Michigan.

Dr. Z. said it could take several hours or several days for her to die. It was a relief to get her out of the technological brambles of the ICU, though the monitor that measured her blood gases was still hooked up, and I was still watching it, as if there was meaning in it.

Out in the hall I told Dr. Z., “Her oxygen level keeps going down to eighty.”

He put his hand on my arm. “Mom is dying,” he told me in the voice of a kindergarten teacher. “Now is the time to make her comfortable.” I knew he was trying to be kind, but I spun away from him and marched down the hall—she wasn’t *his* “Mom.” But it wasn’t really his use of the word *Mom* that was upsetting me; it was the rest of the sentence.

There were six of us family members in the room—children and grandchildren—when the palliative care nurse took off the oxygen mask and put on the nasal cannula: “She’ll be more comfortable.” I

looked back and forth from my mother's face to the monitor, and I saw the numbers drop like an elevator—into the seventies, sixties, fifties. My son Sandy was sitting across the room in an armchair. "Grandma's dying," I heard myself say, and he jumped up to join us at the bedside. Helpless, we watched her sternum rise and fall like the prow of a ship in heavy seas; helpless, we watched her face turn white as the red blood drained out of the capillaries.

In less than two minutes she stopped breathing. We stood there, waiting for something to happen, waiting for our mother to tell us what to do next. But she had left the room. I don't know how she managed this disappearing act—I never saw her get up and go, and I was beside her the whole time. After a pause, all six of us began to cry. It was ten o'clock on a Friday night.

The nurse slipped out while we wept, and after a polite absence of ten minutes or so, she came back in with some papers for us to sign. "You can stay here with the body for two hours," she said. "Then we have to remove it." Time swung around and slammed into a wall. How suddenly the nurse's patient had turned into a body. Now that my mother was truly comfortable, the nurse's job was done.

We took off her neck brace—there was a red sore underneath where it had been rubbing against her collarbone. We sang "Dona Nobis Pacem" and "Row Row Row Your Boat." I recited a Buddhist chant for the dying, and the ancient sounds we didn't understand held us together: *nen nen fu ri shin*. My sisters and I took her clothes out of a plastic bag, the clothes she'd been wearing in the accident. It seemed strange, though it was a relief, that there was no blood on them. Together we took off the hospital nightgown and pulled her faded black denim pants up over her dead hips, we put her arms through the sleeves of her blue smock shirt, and we left her bare feet bare. Her face looked suddenly thin, the skin drawn by gravity down toward the pillow. We tried to close her open mouth, but it didn't stay. The same with her open eye. We folded her hands on her chest, and I spread the half-finished shawl with the zigzag blue and green stripes over her legs.

Old Bones

I TOOK MY ALMOST-THREE granddaughter to the play-ground, and she climbed *up* the slide on her hands and knees.

“Now *you* do it, Grandma Sue,” she said.

“I can’t do it,” I told her. “My old knees can’t go up the slide.”

“Just try! You can just *try*, Grandma!”

But I didn’t try. “I’m sorry, Paloma, but my knees are too old.”

The next day I was taking Paloma upstairs to have a bath. “Carry me, OK, Grandma?” she requested.

I was tired. “You can walk,” I said. “I’ll hold your hand.”

“I can’t do it,” she said. “I have old legs!”

As I get older my bones are getting older, too. I have osteoporosis in my lower back. It runs in my family. My mother lost five inches of height from it, and I’ve lost an inch and a half, but it doesn’t hurt and I wouldn’t even know I had it except for the bone scan.

The arthritis in my knees and thumbs is more annoying. At the minor-detail end of the scale, I can’t open jars very well any more because of the arthritis in my thumbs, and this can be bothersome when I’m alone with a vacuum-sealed jar of homemade plum jam. A friend gave me a wonderful gizmo, like a potholder, with rubber webbing on one side, which is remarkably effective for opening jars, but if it doesn’t do the job and there’s no other pair of hands in the house, I have to get through the morning without jam. As for my knees, they don’t like going up and down steep hills, they object to the warrior pose in yoga, and I can’t squat at all anymore, which makes it hard to pee in the woods. Hopscotch is out of the question.

In a way, it adds interest to life to have these small problems to work on. Taking care of oneself becomes a more intricate project and sharpens one’s problem-solving skills. My knees talk to me, and I have to respond. The old bones provide a kind of companionship. It’s not really me who needs things like handrails and hiking poles, it’s my knees; I make these arrangements for them, because we’re family.

Without spending my whole life reading about it on the Internet, I try to learn how to take care of my bones. For years I took a drug prescribed for promoting bone density. Over a year ago I decided to stop,

because of the slight risk of serious side effects, and I promised myself I would care for my bones as best I could by taking calcium and vitamin D and doing daily, or almost daily, weight-bearing exercise—in my case walking and working out at the Y. After a year on my new program, I asked for another bone scan. I was proud of myself when the test showed that the osteoporosis had not gotten any worse. I'm my own research project.

I used to take my bones for granted, but now that I'm paying attention to them, I see that they are a great invention. When young people's bones are growing, for example, cells get added to the outside of the lengthening bone at the same time that cells are subtracted from the inside, in order to enlarge the hollow part where the marrow lives, in a complex engineering project. When I was about twelve, my leg bones were growing so fast that I got terrible leg aches. My mother called them "growing pains." Both of my sons also had leg pains during their adolescent growth spurts.

Now I'm shrinking. Under the soft flesh, the bones are shorter, lighter, more porous than they used to be, with spurs here and there that were not part of the original design. But they are still good bones—hinges and sockets, ball bearings and cables. I love their names: humerus, tibia, scapula, fibula.

One time when my son Sandy was a teenager, he and I were hiking along some abandoned railroad tracks in the country and we noticed lots of dry bones—the scattered vertebrae of some large animal, probably a deer—lying on the ties between the rails. We collected them all in our pockets and took them back to the cabin where we were staying for the weekend. We spread them out on the table like the pieces of a puzzle. The hollow round bones had little feet and outspread wings and they fit together neatly, like stacking chairs. We were impressed by the elegance of the design and we could distinguish different sections of the spine by the size of the wings, and whether they had dorsal fins. A few were missing. We found string and scissors and made the bones into a mobile, balancing pendant chains of vertebrae against a rusty railroad spike. We hung it up in our friend's cabin, happy with the way the old bones swung in the sun.

None of the vertebrae are missing on the human skeleton that hangs from a hook in the yoga studio I go to. It looks so perfect, like it

was made from a kit as a visual aid for a yoga class, that it's easy to forget it used to walk around inside a particular person. I wonder who.

When you check "donor" on your driver's license, it doesn't mean you're donating your bones to a yoga studio. You would really be naked in public, then. Still, nobody would know it was you, unless there was a little brass plaque on the pelvis with your name. Nobody would recognize your skeleton, not even your best friend, not even someone who had made love to you for years.

It's odd that skeletons and skulls represent death, since, if you're a living human being, you have your very own living skeleton inside you, and it holds you up your whole life long. You'd be a puddle on the floor without it. I guess a skeleton means death because you can't *see* a skeleton until the person is dead and the flesh has fallen away.

At the celebration of the Day of the Dead in Oaxaca, I saw skeletons dancing, skeletons working at their sewing machines and typewriters, skeletons cutting the hair of other skeletons in the barber shop. I brought home a little scene of a doctor skeleton delivering a baby skeleton from a mother skeleton while a nurse skeleton stands ready to assist.

You know you're going to die, and you don't know what's going to happen to you after that. You also don't know what's going to happen to you before that, as a result of age, and you can't control it. A young friend of mine in medical school was told that the age of sixty is a kind of watershed, and that the average human body crosses a line about that time and begins to deteriorate in earnest. Of course doctors don't tell their patients this, and of course the age varies from one individual to another, but on the *average*, there is significant change at sixty.

For a sixtieth birthday present, my two sons promised to take me backpacking in the Sierra. I had taken them camping and backpacking often when they were children, and this time they would be my outfitters and guides. The promise alone was one of the best presents I ever received, and then there would be the trip itself on top of the promise. For a couple of months before the trip I worked out extra hard at the gym. I had several sessions with a personal trainer, who mercilessly made me climb stairs that fell away beneath my feet and step up and down on purple plastic boxes to strengthen my quads for hiking.

My sons plotted the route, got the permits, rented the tent, planned the menus, and bought the food. On the appointed day, Sandy and I drove together from the Bay Area and Noah drove from Los Angeles to our meeting point in the town of Bishop, on the east side of the Sierra. I was excited when we pulled into the parking lot of the ranger station and saw Noah's blue Toyota, shimmering in the August heat. We found Noah inside the ranger station, where he'd arrived just fifteen minutes before, looking at flower books. We got our fire permit and rented the required bear-proof cylinder for our food, and at the last minute, before we set off for the trailhead, I followed Sandy's suggestion and bought myself a pair of hiking poles. I also bought, on a sudden impulse, a tiny booklet on the U.S. Constitution that was placed prominently next to the cash register. This was during George W. Bush's presidency, when the Constitution was under siege, and I thought it might come in handy somewhere down the line, if not in the High Sierra.

My legs felt strong as we set forth. We hiked up high and moved camp each day. I took small steps and made my own little switchbacks when the trail was steep, and sometimes my muscles felt wobbly after a long climb, but I managed just fine. My two strapping sons carried the heavier packs and kindly kept to a gentle pace, claiming it was what they wanted, too. We swam in little lakes along the way, and admired the flowers, and watched the clouds scud over the mountains. We hardly saw any other hikers; most of the time the three of us had the trail to ourselves. And not just the trail. We had the universe, as far as we could see, and that was far indeed, and there was no one else I would rather have been with.

My renovated quadriceps took me and my backpack up and over Paiute Pass, twelve thousand feet above sea level. On the third day we found our own miniature alpine meadow, sheltered from the wind by granite boulders, beside Lower Desolation Lake. After the tent was up, Noah and Sandy went to explore Upper Desolation Lake and I lay on my back in the grass, surrounded by yellow arnica flowers, letting the afternoon sun soak into my sore knees. The strange trill of a marmot bounced off the rocky slope above me. My bones had been working against gravity all day, and now they laid themselves out on the

mountain; the long vertical bones became horizontal, and gravity took them and held them. I took a nap.

The next day we headed back over Paiute Pass. We paused to look back at the lake, steel gray under a threatening sky, and I managed to balance my camera on a rock and take a picture of the three of us, grinning and holding onto each other, dizzy in all that space. Before we started down, I looked hard at the wide bowl the mountains made, taking a picture of it with my mind, the kind of picture you can't take with a camera, one that has the smell of the wind in it and the relief your shoulders feel when you give them a break from the weight of the pack. I knew I might never see such a view again.

I was grateful for my hiking poles—my knees needed all the help they could get now that we were going down. Noah and Sandy took from my pack the little bit of common gear I was still carrying, along with my camera, sunscreen, and extra flashlight batteries. Each of their packs was probably twice as heavy as mine.

In the late afternoon, as we were descending a steep and rocky slope above tree line, it began to snow. There was no level place to camp, and so we had to keep going down, while the wet snow kept on coming and the sky grew darker. We hurried slowly—my steps got smaller as my knees got sorer, and the trail was slippery. I was slowing them down, but they didn't make me feel bad about it; they were patient, asking from time to time how I was doing. Other than that we hardly spoke, focusing our attention numbly on the trail. We were eager to get the tent up before dark.

Just at dusk, we came to a rocky field, and with frozen fingers we pitched the tent on a level spot of ground that didn't have too many bumps to poke into our backs. By the time the tent was up we were wet and cold and hungry, and it was almost dark and still snowing. We took our packs inside the tent and put on some dry clothes, but then we felt the sloshing of water beneath us. It turned out there was no drainage where we'd pitched the tent, and it was already sitting in its own private lake of melted snow. We all crawled out again, and while Noah dug a drainage ditch around the tent with the plastic trowel we'd brought for our bathroom needs, Sandy went into the mostly imaginary shelter of a nearby grove of bristlecone pines to heat water on

our stove for our freeze-dried dinner of macaroni and cheese. I held the flashlight.

I wondered: What if the storm blew our tent down in the middle of the night and we died of hypothermia? Or what if it snowed so much that we couldn't hike out for days? Or what if we just couldn't find the trail under the snow and got lost? But I didn't speak my thoughts aloud.

"Dinner is ready," said Sandy. "I have a reservation for a party of three."

I can't say we enjoyed our dinner, but we stood together there in the trees and eagerly spooned the hot soup out of our Sierra cups—the very Sierra cups that still had our Yahi Indian names engraved on them from a school camping trip with Noah's fifth-grade class twenty-five years before. I had gone as a parent helper—with knees that could scramble over boulders with the kids—and Sandy had gone as a little brother. As it said on the cups, we were Tetna, Siwini, Wakara: Bear, Pine, and Full Moon.

Then there was nothing to do but crawl into the tent, and into our sleeping bags, and try to stay warm. It was eight o'clock at night in the middle of August, and morning was a long way away. We wished we had brought a pack of cards, but we hadn't anticipated our predicament. All we had for indoor entertainment was the U.S. Constitution, so while more snow fell and drifted up against the sides of our tent, we quizzed each other on the Bill of Rights.

By the time we got back down to the car the next day, my right knee was protesting with every step, and both feet were aching with what turned out to be heel spurs. I was also completely happy.

Five years have gone by since then, and it seems that it was, indeed, the last such adventure of my life. Cortisone shots took care of the heel spurs, but the arthritis in my knees has gradually gotten worse. That's what arthritis tends to do. And why wouldn't it? It's hard work for those joints to carry a body up and down mountains, up and down stairs, year after year. At least I ended my backpacking days on a high note, and I'm still capable of ascending into the mountains by mule or funicular.

It's a constant process, letting go of what you can no longer do, and stretching yourself to do what you can. When I was sixty-three, I

went to a series of hip-hop dance classes at the YMCA, for beginners. There were a couple of other graying students in the class, though I think I was the grayest. It was challenging for me, both physically and cognitively, and I could almost feel new neural pathways being laid down in my brain as we went from the stomp to the spin-and-turn.

One day the teacher had us scooting across the room in a grapevine step. I thought I was safe in the back row, but when he told us turn around and go the other way, I was suddenly in the front row. I scurried like mad but I couldn't keep up—I was in the way, holding up the line. The teacher escorted me to a different spot in the room and had me trade places with a supple young man.

“I think you'll be better off here,” the teacher told me. Then, in front of the whole class, he said, “You looked like this!” and he imitated me stumbling across the room.

I could have said, “Hey! You're talking to the person who won the javelin throw in the fourth grade!” But oddly, I didn't really mind his teasing. For a moment I seemed to float up out of my stiff body and drift beside the high windows of the room. I looked down with affection at my sixty-three-year-old self, struggling to learn hip-hop dancing, and I could see that there was something humorous in my efforts to get my feet to crisscross fast enough. I gave myself credit for trying, but I didn't go back to hip hop after that. Time to let that one go.

I'm still using my own old knees and feeling loyal to them, but I might get a couple of new knees down the line, and I'm grateful the possibility exists. In the meantime, it looks like I'll be able to keep on with my yoga class for a good while to come, and I and my hiking poles still walk with pleasure in the Berkeley hills.

Paloma recently imitated me, too, though she wasn't teasing like the hip-hop teacher; she was, by her tone of voice, just making a friendly observation. We were taking a walk around the block to look for ladybugs, and she said, “Look Grandma, I'm walking like you.” She adopted a stiff-legged gait, not bending her knees at all, like those Appalachian wooden dolls who walk down an incline board. I was taken aback. Was my stiff old walk really that obvious? But as far as Paloma was concerned there was nothing wrong with it; it was just my way of walking.

All Fall Down

A fall is an unintentional loss of balance causing one to make unexpected contact with the ground or floor.

—*Journal of the American Geriatrics Society*, Vol. 39

THE LAST TIME I FELL DOWN, I was at a Zen meditation retreat. About twenty meditators had gathered in a silent circle on a raised deck in the redwoods for our daily work meeting, and I remember thinking as I walked down the path to join the gathering that my shoes were too big. A few steps short of the deck, in full view of the silent watchers, I slipped on the uneven path. I felt my ankle twisting as I went down. It's amazing how much you can think about in the split second between tripping and hitting the ground. On my way down I was already worrying that someone would have to leave the retreat and drive me to Sebastopol to get my ankle x-rayed, but that thought was interrupted when my face slammed into the edge of the deck. A collective wail went up from my audience. It didn't hurt, not exactly—it was too much of a shock. My attention moved from my ankle to my face in a groping attempt to understand what had happened. It was something to do with my mouth. Teeth—Did I still have my teeth? My hand came away from my lips bloody, but my teeth all seemed to be still attached to my gums.

I uncurled from the ground and looked up into a crowd of faces leaning over the deck railing. "I'm all right," I said. "I'm really all right." *How could this be me in a heap on the ground? I'm a tree-climber, a jump-roper, a gravity-defier.* "I feel like such an idiot!" I added. (It's this inability to admit that one is getting old that makes it so hard to get around to installing handrails and buying non-skid rubber bath mats.)

Hands reached out and pulled me up. One fellow meditator, a nurse, led me to wash up. She couldn't find any ice, but she found a cucumber in the fridge and sliced it in half for me to hold against my bloody lip. Soothed by her ministrations, I returned to the group for my work assignment, and that afternoon I performed my duty as a tea server in the meditation hall. A swollen lip doesn't stop a person from pouring tea.

The physical damage was insignificant—some colorful bruises that faded away in a week. I got a lot of kind attention and many offers of arnica. But it was scary to hit the deck like that, face first.

I've taken some other falls since turning sixty, and so I decided to do some Internet research about falling. I found lots of useful bits of advice, like, "Don't stand on chairs, tables, or boxes," from the Public Health Agency of Canada's Division of Aging and Seniors. Another good suggestion: "Try to land on your buttocks to prevent more serious injuries." From the Centers for Disease Control came the advice I should have heeded to prevent that last fall: "Wear shoes that give good support and have non-slip soles."

I learned that about thirteen thousand people age sixty-five and over die every year in the United States as the result of a fall—that's thirty-five a day. Many more are injured and their health is compromised.

Preventing falls in seniors turns out to be an entire field of medicine unto itself. And I was astonished to learn that for several years in a row, a bill was introduced to Congress called the Keeping Seniors Safe from Falls Act, though it was never passed. Who would vote against such a bill? It must have been too expensive.

In addition to just plain falling, the *fear* of falling is bad for the health, keeping people in their chairs, where their muscles get weaker and weaker. Again, from the Canadian Division of Aging, "Do not let the fear of falling prevent you from being active. Inactivity creates an even greater risk of falling."

The first of what I think of as my age-related falls happened because I was engaging in behavior that was not age-appropriate. It was a gorgeous summer day, and I was riding on a narrow bike path behind my ten-year-old niece, who was out of sight. I'm not too old to ride a bike, but I felt suddenly compelled to ride "no hands" as I used to do when I was a girl of ten. *You're only as old as you feel!* Aren't they always telling you that? The carefree breeze caressed my hair and the warblers seemed to be singing my praises from the bushes, until my wheel slipped on some gravel at a curve in the path and down I went, skinning my knees, hands, and elbows. Wheeling my bike, I limped to where my niece waited for me at a fork in the path. "My God! What happened to you?" she exclaimed.

“Pride goeth before a fall,” I told her. I have given up riding “no hands” for the rest of my life—one more age-related loss. At least this one is easy to live with.

The truth is, my balance is bad. In my yoga class, I stand near the wall for the crane pose and surreptitiously touch it with a knee or an elbow, as no self-respecting crane would ever do. My yoga teacher has told me you can improve your balance with practice. So I’ve adopted a daily practice. Every morning, while I use my electric toothbrush, which turns itself off after exactly two minutes, I stand on one foot. On the even dates I stand on the right foot and on the odd dates I stand on the left. The calf muscles of the standing foot burn. At first I couldn’t make it through two minutes, but now I can.

As I get older the ground seems to get farther and farther away, and it takes longer for my brain to get the signals to my feet, and vice versa. Sometimes when I first get out of bed in the morning I stumble against the door frame on my way to the bathroom. My body used to take care of ordinary things like walking on its own, without adult supervision; now I have to think about picking up my feet.

I realize that a cane is not just to support weak joints and muscles—it helps you balance. I’m not there yet, though I do use hiking poles, and there’s no loss of pride in that because even young and athletic people use them. I have a cane of my grandfather’s in the attic, waiting for me. It’s made of some kind of bone. And after canes come walkers.

Speaking of walkers, I’ve been watching a friend’s ten-month-old learn to walk. She holds onto the coffee table and walks herself along its edge, and then she takes the great plunge, lets go, and steps out across space, two full steps to the edge of the sofa! Triumph! As for me, I’m moving in the opposite direction. Someday the people in the room may clap for me, too, as I let go of the edge of the kitchen table and take the bold step across space to the kitchen counter.

My friend’s daughter falls down frequently in the process of learning to walk, and she bounces back up on her rubber skeleton. Sometimes she cries, but it never lasts long. When you are over sixty and the ground spins up into your face, it’s a different story, especially when your bones are getting porous, as mine are.

While staying in a friend's rustic cabin, I got up in the middle of the night to use the outhouse. Returning to bed in the moonless, night-light-less dark, I tripped and fell against a wooden platform and, as I later learned, broke two ribs. The crash awoke the young woman sleeping at the other end of the loft, who kindly asked what she could do to help, but I could think of nothing, and I since I had had the good fortune to fall *after* visiting the outhouse, I went back to bed, took an aspirin, and slept until morning.

If you're going to break bones, ribs are the best bones to break. For a few weeks, it hurt to cough or laugh, but it's amazing how well the body works. I just went on with my life, trying not to cough, and after a while my ribs weren't broken anymore. How do they know how to fix themselves? When my car gets a dent, it keeps a dent.

After my mother's death, my siblings and I packed up her belongings in her apartment in Chicago. When we were done, I said goodbye to my sister, who waited for the movers among boxes in the empty, echoing living room, and I left the apartment for the last time, to head back home to California. It was a bitter winter day as I trundled my way along the sidewalk with suitcase and tote bag. When I was half a block from the bus stop, I saw a bus approaching and I began to run. I slipped and fell on the icy sidewalk and papers and books went flying out of my tote bag. My hands were badly scraped and bloody, and one knee was skinned under my torn pants. As I struggled to my feet, I saw the bus pull away.

Two women coming along the sidewalk caught up with me—angels of kindness. “Are you all right? Can we help you?” One brushed the leaves off my back, and the other picked up my papers.

“I’m OK,” I said. The part of me that wasn’t OK was invisible—it had to do with leaving my mother’s apartment behind for the last time. It had to do with the fact that she was dead. She’d taken her final fall; we had returned her ashes to the ground.

I thanked the women and walked to the bus stop, just as another bus pulled up. I got on, fumbled for my money with my bloody hands, and sat down in disarray. I must have looked pretty bad to the people on the bus, but once I was settled for the long ride to the airport, I wiped the blood off my hands with a handkerchief I’d taken from my mother’s top dresser drawer.

A happier fall took place on my own front steps. Near the bottom, I unaccountably stepped off into the air when there was still one more step to go, and I fell hard on the concrete sidewalk. I rolled onto my back, feeling a fire burning in my ankle. It was a quiet morning in the neighborhood. No one was around. Nothing seemed to be broken. I lay there, stopped in my tracks on the way to the grocery store, looking up at the clear sky and the diagonal of the roofline jutting into it. I admired the top of the chimney. Time stopped, and I rested like a kindergartener at naptime. I had fallen not just down the steps but through a hole in the earth to a country without grocery stores, beyond the reach of gravity. I couldn't fall any farther. When the burning in my ankle subsided and I got up, relinquishing the moment of peace, I found that I could walk fine.

But there are other ways to find a peaceful moment. One of the items on all the lists of how to prevent falls is: "Have handrails installed on all staircases," and after that fall I finally got around to installing a handrail on the front steps. I'd been putting it off—could there really be someone living at my address who needs a handrail?—but now the smooth round wood feels good in my hand. It's almost as satisfying as sliding down the banister.

Senior Moment, Wonderful Moment

I CALLED MY FRIEND Cornelia, a fellow grandmother, to ask if I could borrow a crib for my granddaughter's upcoming visit. When she answered the phone, I said, "Hi, Cornelia—it's Sue," and then my mind went blank. I paused, hopefully, but no more words came out of my mouth.

"Morning," she said. "What's up?"

She was a good enough friend that I didn't have to fake it, but still, it was unsettling. "Ummm," I said, waiting for the old neurons to start firing up again. I asked myself if it had to do with our weekly walking date. No-o-o . . . Was it about her son's article on stream conservation? No-o-o . . . Out the window a squirrel was running along the porch railing with a walnut in his mouth. "I'm having a senior moment," I said finally. "Do *you* happen to know why I called?"

She laughed. "You must have known that I have some plums to give you, from my tree." The squirrel was now sitting on the railing, peeling the outer shell off the walnut and spitting it on the ground. I'd never noticed before how the long fur of their tails waves back and forth like grass when they flick them.

By the time I went over to Cornelia's house to pick up the plums, I had remembered about the crib and I got that, too.

The Buddhist teacher Thich Nhat Hanh helps me appreciate my senior moments. In his book, *Present Moment, Wonderful Moment*, he writes, "The real miracle is to be awake in the present moment." I'm confident he would agree that a senior moment, a moment of forgetting what day it is or where you are going, can be a moment of deep understanding.

For example, standing in the kitchen wondering why I have a pair of scissors in my hand, I notice the sunlight glinting off its metal blades and dancing on the wall, and I repeat Nhat Hanh's sentence to myself: "The real miracle is to be awake in the present moment!" Younger people can also experience such transcendent moments of deep immersion in the infinite present, but they have to go to much greater lengths to do so, meditating for days at a time, for example, or

hang gliding. I have only to carry a pair of scissors from one room to another.

I started out on a hike with friends, and when the path turned steeply and unexpectedly upward, I had to send them on without me, knowing my knees would not be able to bring me back down. I sat on a rock before returning to the lodge. This was not what we usually think of as a senior moment, but I speak of it here because it was another occasion when the frailty of age dropped me into a gap in time. I listened to my friends' voices, to their twig-snapping and leaf-rustling, until I could hear them no longer. I was cross at my knees for making me miss the companionship, though I knew they hadn't done it on purpose. I watched a yellow leaf twist its way down to the ground, and I heard it land on another leaf. Have you ever heard a leaf land on another leaf? OK—it wasn't the most exciting moment of my life, but it was good enough, and I wasn't missing it.

I say, "I'm having a senior moment" when I blow it, hoping to fend off the irritation of others with humor. But the next time the blankness comes over me, I'll try to be bold and move beyond self-deprecation. I'll say, "Senior moment, wonderful moment!" in order to remind the people around me of the wisdom that is to be found in these little coffee breaks of the brain.

A friend of mine takes another tack. He tells me he memorizes a stock phrase and keeps it handy to fill the gaps. So, if he's saying to an acquaintance over lunch, "Have you ever noticed that . . ." and he suddenly forgets the rest of the sentence, he brings out his all-purpose phrase: "It's incredibly hard to get the wrapper off a new CD." Or if he sees two old friends who don't know each other at a party, and their names vanish into the yawning void when the moment comes to introduce them, he shakes hands enthusiastically and says it again: "It's incredibly hard to get the wrapper off a new CD!" Like a pebble striking bamboo in an old Zen koan, his shocking statement offers his listeners a wake-up call to be here now.

It's not my fault when I have a senior moment any more than it was my fault when my hair turned gray. I'm just a human being, after all. I've had a lifetime of junior moments, when one word follows another in logical—and boring—succession, when each action leads to the next appropriate action. For countless years, I have remembered to

bring the pencil with me when I go downstairs to use the pencil sharpener. I think I've earned the right to break free from the imprisonment of sequential thinking.

A senior moment is a stop sign on the road of life. It could even be a leg up toward enlightenment. So I stay calm, let the engine idle, and enjoy the scenery. What happens next will be revealed in due course.

PART TWO



Changing Relationships

In the Shade of My Own Tree

WHEN I WAS A CHILD, we used to play “Old Maid,” matching up pairs of cards until the loser was left with the only card that had no mate—the old maid card. The old maid’s spectacles perched at the end of a long bony nose, twigs of hair stuck out from her bun, and she had a big mole on her chin. This image, which it didn’t occur to me to question, struck a certain dread in my heart, and now, here I am, an old maid myself. Granted, in the strict sense of the word I’m not a *maid*, but I’m old and not married.

When I was a teenager, the models I had of older single women—we even used the word *spinster* back then—were not much more appealing to me than the old maid card. My high school education in a girls’ prep school was delivered to me almost entirely by spinsters. I think of Miss Biddle, Miss Beveridge, Mlle. Casals, and our gym teachers, the Misses Sullivan and Bailey. They all tended to be shaped the same, like boards, with no hips and high shoulders, and I saw them as utterly sexless. They seemed to me to have washed up on the shores of that old-fashioned girls’ school like flotsam. A callow teenage girl, I never wondered if they were lonely on Saturday nights.

Now I think of those teachers of mine with affection and sadness.

It’s hard to be an older woman without a partner. I know from talking to friends that I’m not the only one who occasionally wakes up in the middle of the night alone in her bed and asks herself: *Wait a minute! How the hell did this happen?* Three in the morning is the loneliest time. What if the Big Earthquake comes right then and I’ve got no one to hold on to?

The world I live in puts people in pairs. We are taught to think in binary terms, to believe Plato’s story that human beings were originally just one sex, and then were divided in two, and ever since, the two halves of one complete being are incomplete until they find each other.

This belief is affirmed by the earnest couples whose faces appear beside each other on book jackets. These experts on finding enlightenment through partnership smile into each other’s eyes, and they declare right there on the back cover that the deepest understanding of

what it means to be a human being can only be achieved through intimate partnership. Could it be that that's only one of the ways?

Even if you put enlightenment aside, there's still the need for simple animal companionship. When I broke a bone in my left shoulder not so many years ago, I could only sleep on my right side with my injured left arm carefully balanced on my torso like dead weight. When I lay down in bed at night, my good right arm was pinned under me, and it was a miserable moment when I realized that I couldn't do the simple and comforting thing that came next: I couldn't pull the covers up over myself. I felt keenly the absence of a person who had promised to stay with me in sickness and in health, who had vowed before witnesses to pull up the covers. I had to learn to hold the covers in my teeth while I lowered myself down on my good arm.

And those teachers of mine—I wonder now if anyone came to help them when they broke a bone. I wonder if any of them had loving friendships. Were they perhaps lesbians? Might any of them have chosen not to marry in order to devote their lives to mentoring young women?

One of them, the tiny Miss Punderson, with her sparkling blue eyes and thick white hair in a bun, made a surprising escape from spinsterhood. She had taught Chaucer and Milton to my mother a generation before and seemed to be an immortal spinster. But she retired at age sixty-five, the same year I graduated from the school, returned to her native Stockbridge, Massachusetts, and stunned us by marrying her old friend, the widowed painter Norman Rockwell. Could such a thing possibly happen to me? It's highly unlikely according to statistics; the older a single woman gets the harder it becomes to find a partner.

When my last long-term relationship ended, I was in my mid-fifties. I feared I had passed over a certain invisible threshold and that my marketability was way down. I worried about the critical density of wrinkles on the face, saggiess under the chin, brown spots on the back of the hands. It seemed that this complex arithmetic of signals was registered in a flash by single males of the species, whereupon they would turn away to talk to a younger woman if there was one about. The men my age were getting wattles, too, but I didn't look away from them.

As I anticipated turning sixty, I felt a new sense of urgency. If I really wanted to have a partner, I figured I'd better get busy, before the wrinkles around my mouth branched into my very lips. Afraid of being alone when I was really and truly old, I wanted to find someone who would have me before I moved on from the stage of gently faded gray to the even less marriageable stage of acrid breath. I wanted to find someone who, later on, could push my wheelchair, if it came to that. (I kept forgetting that if I did manage to hook up with a man my age, it might be just in time for me to start pushing *his* wheelchair.)

I embarked on a bout of dating, looking, as a friend put it, for "Codger Right." I called a dating service that advertised on the classical music station on the radio, so it had a veneer of propriety. They used to arrange dinners for three men and three women.

The woman who answered the phone asked my age, and when I told her I was fifty-nine she said, in a warm but businesslike voice, "I'm sorry, but currently we're not taking any women over fifty-two." I asked her what age men they were "taking," but she wouldn't tell me.

A lesbian couple who are my friends met and fell in love at the age of sixty-five. They told me, "You have plenty of time!" They encouraged me to consider women, reminding me that women generally don't mind the wrinkles as much as men do. I said, "I had some experience with that years ago, and I found out I'm not really a lesbian." They said, "Sex doesn't have to be all that important. It's nice, but it's a small part of the show." Still, it didn't seem right to decide to be a lesbian solely because I had despaired of attracting a man.

I consulted the personal ads and set bravely forth on several blind dates. In one of my last efforts, I "went out for coffee" with an enthusiastic hiker and cyclist in his sixties, who did environmental consulting work. He seemed like a nice man. His wife of thirty-four years had died of cancer, and after two years of grieving, he was turning his attention to the world of dating. It made me like him that he had waited those two years.

He asked what had gone wrong with my marriage. That was a long time ago, I said. It was hard to stay married in Berkeley in the seventies. Nobody even believed in marriage.

He wanted to know what had gone wrong with my last relationship. Well, I said, I needed more independence in my life than he could make room for, and he needed more domestic companionship than I could give him.

So what had gone wrong with the relationships in between? I mumbled about being a single mother and the difficulties of balancing the needs of children and a boyfriend.

Then he wanted to know what made me think any relationship was ever going to work. Why was I answering ads? Why had I called him? "I'm just an ordinary person," he said. "I'm probably not any better than any of the others. Supposing we became involved, why should I imagine you'd want to stay with me?"

That brought me up short. "I hope I've learned from my mistakes," I said. "How did you stay with your wife all that time?"

"It was the commitment to the marriage," he said. "We never questioned our commitment, even in the rough times."

Before he wheeled his bike down the sidewalk, he said he didn't think there was much point in us meeting again.

It was hard, after a conversation like that, not to blame myself.

I called together a group of women friends my age who were single to talk about our situation. I wanted to know how they faced the challenge. We had a potluck lunch and sat in the sun and talked. We shared lonely feelings: "I don't know what my identity is without a partner," said one. Another said, "I miss the container of a relationship."

And we encouraged each other, too. One woman said she talked to a good friend every day on the phone, and it helped her feel connected. Another commented, "It occurs to me that the feeling of being in love that I've had at first with so many guys is actually nausea," and another added, "I need a lot of solitude in order to hear myself think."

We didn't all feel the same about being single, but we felt connected to each other and we made each other laugh.

It's hard work trying to meet a partner. It generally doesn't happen by itself if you're an older woman and so you have to take the initiative. People used to tell me, "Just let go and that's when it will happen," but I noticed they stopped saying it when I got past sixty. You're

constantly reaching for a state other than the one you're in, and this, as we know from Buddha and other experts, is the cause of suffering. Joy comes from accepting things as they are, but when you are looking for a mate, you are wishing for something you don't have.

I couldn't completely enjoy the fullness of my life because I always had this partner business in the back of my mind. It wasn't just the feeling of dissatisfaction that got me down; it was the constant strategizing, like making my vacation plans according to where I might meet the most single men. I was too old to sign up for hang-gliding lessons, but a wilderness photography class bore temporary fruit in the form of a dinner date. And then I was reminded again that there's a lot of distance to travel between meeting a guy and setting up house with him.

Sixty came and went and there was no new boyfriend.

I look back over my life and I wonder what my part is in all of this. Am I single due to dumb luck? karma? choice? statistics?

A familiar demon whispers in my ear that I am simply incapable of being in a committed relationship. A gentler voice suggests that I don't have a partner because I don't *want* one. Maybe *I'm* the one who has turned away from mating, without consciously admitting it, because I love my independence. Or a darker thought comes: maybe I've become attached to my loneliness; maybe loneliness is my significant other.

But lonely is a feeling, not a marital state. It's a simple feeling. It's clean and sad, and then it fades, and comes back later, and goes again. If I let myself feel the sadness when it comes, it loosens the bitterness of envy and regret. Bitterness is clenched, but sadness flows through it and melts it. Lonely turns into alone. I'm alive, alone.

Izumi Shikibu, a Japanese woman poet of the tenth century, wrote:

Watching the moon
at midnight,
solitary, mid-sky,
I knew myself completely,
no part left out.

Gradually, without noticing when it happened, I seem to have let go of trying. It's a big relief, I can tell you, not to be scanning the horizon for a spiritually minded socially engaged emotionally intelli-

gent senior bachelor every time I leave the house. There are even days when I forget to look at the ring fingers of men my age when I first meet them.

I acknowledge that finding a partner can happen late in life, to straight people as well as gay people. It happened to Miss Punderson, after all. It might happen if you keep trying—especially if you’re not too fussy—and it’s remotely possible even if you stop trying. My widowed grandmother embarked on a happy second marriage when she was sixty-five, and two friends in my Zen community fell in love with each other in their seventies. I’m happy for them. I’ll say it again: I’m happy for them.

I’m making it a practice now to refuse envy, and I do mean practice, because it doesn’t come easy. When I notice envy’s hot flicker, I think about the Buddhist quality of *mudita*, or sympathetic joy. Taking joy in the joy of others is the flip side of envy, and anyway, I probably wouldn’t have been happy married to Norman Rockwell.

I’m turning my attention now to enjoying the life I have. I’m studying the benefits of being single.

A married Zen friend said, “You’re lucky. You have opportunities I don’t have to explore solitude. You can investigate what it means to be a human being.”

This makes me think of Sumangalamata, the wife of a hat maker, who was one of Buddha’s first women followers, in the sixth century BCE. She wrote the following poem:

At last free,
at last I am a woman free!
No more tied to the kitchen,
stained amid the stained pots,
no more bound to the husband
who thought me less
than the shade he wove with his hands.
No more anger, no more hunger,
I sit now in the shade of my own tree.
Meditating thus, I am happy, I am serene.

My friend reminds me: “Being married is like running a three-legged race, twenty-four seven. You have to compromise all the time. He likes two-percent milk; I prefer one-percent. He wants to arrive at

the party on time; I want to get there half an hour late. He wants to set the clock radio; I want to sleep in. But you can do whatever you want. You can go wherever you want.”

The poet May Sarton said, “Alone we can afford to be wholly whatever we are, and to feel whatever we feel absolutely. That is a great luxury!”

I should laminate these quotes and keep them ready in my wallet for the next time I stumble across one of those books about soul mates.

There’s another good thing about being single, and it has to do with renunciation. Aging urges relinquishment upon me. It’s time to scale back, to simplify my life. Everyone, whether single or double, finds out that getting old rhymes with letting go, but the go-letting of old-getting is easier to embrace if you’re single. You can give away books and dishes without asking anyone.

Sometimes, not just when I’m lying awake at three o’clock in the morning, but at other times as well, I think of Peace Pilgrim. She walked back and forth across the United States from the time she was forty-four until her death at the age of seventy-three. She carried no money and had no possessions but the clothes she wore and a few things in her pockets. Her vow was to “remain a wanderer until mankind has learned the way of peace, walking until given shelter and fasting until given food.” I couldn’t do what she did—that was her way, not mine—but it makes me feel brave to think about her. She didn’t have a husband either.

The main thing is, I’m not separate, I only think I am. I’m one of the jewel-like nodes in Indra’s Net, that vast spiderweb of the universe. I’m not a thing at all, I’m an intersection where filaments connect. Pluck me out and the whole thing falls apart, like a knitted shawl unraveling from one dropped stitch. The universe holds me and the universe needs me. No way is the universe going to leave me for a younger woman.

I’m learning to meet my most intimate needs without a significant other now. I keep a long-handled bamboo backscratcher on my bedside table. I’ve named it “My Husband.” It’s like having my cake and eating it, too—I’m getting those hard-to-reach places between the

shoulder blades scratched without having to pick up anyone else's socks.

My friend Walter was in his seventies when he left his apartment in San Francisco, where he was surrounded by doting friends and relatives, and moved into a tiny cottage at the edge of an apple orchard in Sonoma County, in search of more solitude. I was telling him about my struggle with loneliness, and he said he loved his own company. "I'll be taking a walk on the beach," he said, "and I'll say to myself: 'Hey Walter, ol' buddy! It's great to take a walk with you!'" He clapped himself affectionately on the shoulder. "You could do the same," he told me.

So sometimes, thinking of him, I call out to myself, "Hey, Sue, old pal!" and I clap myself on the shoulder, too, pretending to enjoy my own company as much as Walter enjoys his. It doesn't take away the sadness, but it helps.

Exchanging Self and Other

*Those desiring speedily to be
a refuge for themselves and others
should make the interchange of “I” and “other,”
and thus embrace a sacred mystery.*

—Shantideva, *The Way of the Bodhisattva*

I’M LOOKING OVER my laptop out the window of a former bait shack turned summer cottage on the coast of Maine, where my old friend Susie and I are spending a week on vacation. It’s late afternoon. I’ve paused in my writing, and I’m watching Susie take pictures of the fleshy boulders, with the water of Penobscot Bay lapping up into the cracks between them. She and her long shadow move lightly over the granite, stopping and going and stopping again, like a spider.

I first met Susie when she lived across the hall from me our freshman year of college at Radcliffe. She had come to New England from Mexico, where, as the daughter of a blacklisted Hollywood screenwriter, she had lived since the age of eight. I had come to college from two blocks away, where I had grown up, and so, like an armchair traveler, I was glad to make a friend who brought me the taste of worlds I had never imagined—Hollywood, Mexico City, American Communists. But even before I knew any of that about her, and I didn’t know it right away because she was shy, I was drawn to her. You can fall in love with a person you want for a friend, without any romantic feeling, especially when you’re a college freshman, wondering what kind of a person you are and what kind of person you want to be.

Susie wore her hair in a long brown braid that hung down her back, with a thick piece of Mexican yarn woven into it, sometimes a bright lime green, sometimes fuchsia. Another girl in our freshman dorm used to creep up behind Susie in the corridor and suddenly pull on her braid, calling out, “Ding dong! Ding dong!” Susie would mutter “Don’t!” and scurry away. It made my scalp sting, too, when it happened.

We were roommates the next three years of college. I remember her climbing the walls at night in our shared room in the college dorm. Literally. I woke more than once to see her kneeling on her bed and

clawing at the wall beside it, as if she were trying to climb up or out, and calling out in words I couldn't understand. When I woke her to reassure her, she didn't know where she was. We were a long way from Mexico City.

She took me to visit her family in the summer of 1962. They had moved from Mexico City to Italy. We were nineteen. Her parents, her five siblings, and various extended family and guests were spending the summer in a rented house perched at the top of a cliff on the Italian Riviera. We sat on a patio, under a grape arbor, looking over the dark turquoise sea, eating fresh croissants from the local bakery, and I listened eagerly to their talk, mostly in English but sometimes in Spanish, about LSD and psychoanalysis, and about ex-Communist friends back in Hollywood who were starting to work again under their own names. Susie's mother included me in the conversation, as if I were a grown-up, even though I didn't know what they were talking about most of the time.

Susie introduced me to faraway places and ideas. I, on the other hand, had a family up the street from our dorm, and so I could offer her a taste of home and the familiar ruckus of younger siblings. My parents grew fond of her, and sometimes she came for Sunday dinner. I think it helped her feel the ground under her feet to know a family who lived in an old house made of wood, with a fire in the living room fireplace on cold New England Sundays.

The year after we graduated from college, Susie became my first close friend to have a child. I went to see her and the baby in a tiny upstairs flat in Cambridge on a bright winter day, with snow on the streets and sun on the snow. I was excited. I wanted to know what motherhood was like. I don't remember anything Susie said, but I remember sunlight blazing through curtainless windows onto the creamy apartment walls, and the quick flick of a smile she gave me before her eyes went back to the baby. I remember how deeply she and her daughter, who was wrapped in a white flannel blanket, gazed at each other.

She sent me out to buy nursing pads so that the milk that was leaking from her breasts wouldn't soak through her shirt. I had never heard of nursing pads. I wondered: how does one learn about such things? I walked down the snowy streets to the drugstore, and back to

the apartment, nursing pads in hand, feeling important and useful. Up the wooden stairs and into that nest of sleepy, milky light. So this was what new motherhood was like, this commanding brightness. That baby is now in her forties. She doesn't know it, but when I see her as a grown-up, as I occasionally do, she still shines for me—the first baby in my friendship circle.

After Susie and I were both divorced, we lived for a year in her house in Cambridge together, with our four young children, two hers and two mine. The kids formed a detective club called the Non-Squeaky Sneakers, and Susie took pictures of them climbing on fire escapes and spying through windows in the neighborhood, looking for suspicious clues. I wrote the text, and we made a book together.

When I moved to California, I didn't see her or even talk to her often, but our connection stayed strong over both time and space. We could always pick the thread right up, as if we'd been in the same room the whole time. When I was in a bad depression some years ago, there was a patch of time when I phoned her almost every day. She listened to me across the miles, and talked to me, and sent me homeopathic remedies.

As you grow older, old friends become more precious. Unlike family, friends start out by choosing each other, but if the friendship continues over time, through thick and thin, old friends become family. Old friends are a great benefit of growing old. I thought I had old friends when I was young, but I couldn't know then what an old friend was. After all, you can't have a friendship that's any older than you are, and the older you get, the older your friendships are.

In Muir Woods National Park in California, I have seen the cross section of a giant redwood tree, a thousand years old, with a ring for every year. An old friendship is like an old tree, with rings and rings of shared experiences under the outer bark, making the friendship thicker and taller. Sometimes, like a redwood tree, there may even be a burned out hollow part in the trunk, but the friendship still stands.

Childhood friends keep me connected to the whole narrative of my life. The further I get from my childhood, the harder it is to believe that I was once a nine-year-old girl practicing juggling with my best friend in her back yard until we could both do three crab apples, but my friend can confirm it. She was there. She was my witness and I

was hers. In this way, I find as I get older that my life does not belong to me alone—it belongs to the people I’ve spent it with. My childhood belongs to my childhood friends, and theirs to me.

I recently visited that same friend after she had knee surgery. She lives far away from me, in the same house she grew up in, the house with the crab apple tree whose fruit we used for juggling, the house where she showed me how to put in a tampon, the house where we talked late into the night about Einstein’s theory of relativity and how time passes at different speeds. More than fifty years later, when she showed me the scar on her knee, I had a powerful moment of recognition. I thought: I know that knee, with or without its scar. If somebody showed me that knee, and only that knee, through a peephole, I would know whose knee it was. It matters to me what happens to that familiar knee.

Near the end of his life, my father reconnected with people from his childhood and youth. I think it must have been after his sister died. He had always distanced himself from his privileged background and from the conservative values of the family he grew up in, so I was surprised when, as an old man, blind and sick with cancer, he took a bus to visit a cousin in Maine whom he hadn’t seen for forty years, and he flew to California to see a long-lost friend from boarding school. It was a lot of trouble. He wept, telling me how much it meant to him to reconnect with them. He said they were the only people left who had known him as a child.

Here’s what I mean when I say old friends stick by each other through thick and thin. One time, I hired a professional organizer to help me sort the papers in my study, a task that always makes me tremble. We went through old files together and filled many grocery bags and cardboard cartons with paper to be recycled. She showed me a whole new system for dealing with my incoming mail—“Verticalize! Verticalize!” was her refrain—and she gave me a list of office supplies to put the system into place. I walked her out the front door and said good-bye.

On my way back into the house, I picked up a big pile of mail from my mailbox and carried it into the study. I didn’t know where to put it—my system was in transition. And suddenly, I totally lost it. I had what I think was the only temper tantrum I’ve ever had. Scream-

ing “I hate this!” at the top of my lungs, I kicked violently at each bag and box of papers, upending them. I hurled armfuls of papers into the air, making a blizzard, until the floor of my study was covered in drifts of paper, and then, exhausted, I sat down in the middle and cried. How would I ever get out of this?

Then a ray of light came into my mind. It was the thought of a friend, a friend who lives nearby and works at home, a friend I’d known long enough that I was pretty sure he’d still love me even after he found out what I’d done. I called him up and said I needed him. Luckily, he had an hour before his next piano student was to arrive, and he came right over. He was impressed by the chaos but not afraid of it—they weren’t *his* papers. He appreciated my vigor, and he pointed out that my tantrum was well-planned, since all of the paper was on the way out anyway. I’d had all the fun of making a mess without doing any damage. He got me laughing, and together we put the paper back in the paper bags, and together we put it out to be recycled.

Friends see each other through changes. For years I’ve been taking a walk with a friend every Thursday morning. When we were young single mothers, we used to take our children skiing together. We also hiked together. Later, on our weekly walks, we took a trail in the hills behind Berkeley. The walks became shorter when we stopped doing the very steep part at the top because of my knees. The next change was to a gentler but still sloping walk in a pretty park near her office—well, actually it’s a cemetery, but we don’t lie down in it. Lately my friend has been having trouble with her hip, and so we have further adjusted our walk, staying on level ground, in the early morning streets of our neighborhood. On our last walking date, she arrived at the appointed time to pick me up, but she had just done something to her back while getting into the car, and so for our walk time she lay on her back on my living room floor and I brought her a cold pack from the fridge. I sat in the rocking chair beside her, and we talked until she had to drive to work.

I’m noticing that when someone you love needs help, it feels good to give it. In order to be “a refuge for myself and others,” as Shantideva says, I try to “make the interchange of ‘I’ and ‘other,’” to remember that helping a friend is not so different from receiving help

from a friend, and this gives me confidence that my friends are glad to help me when I need them. There are plenty of opportunities going both directions.

The older you get, the more your friends have health problems. A close friend was seriously ill a couple of years ago with a rare form of viral pneumonia. Many years before, soon after I moved to California, she had been the one to introduce me to the high country of Yosemite. When I got short of breath hiking up the trail behind her, in air thinner than I'd ever breathed before, she encouraged me: slow and steady wins the race, she said. She told me to breathe from deep in my belly, with my diaphragm.

When she got sick, I sat with her often during her prolonged hospital stay. These hours had not been planned for in my busy schedule, and yet there was time to be with her. It was not a problem. Wholeheartedness led the way, and it felt good not to question, not to hedge, not to hold back. It was my turn to encourage her to breathe.

I know a woman in her seventies who has formed what she calls a "pod" with a few old and trusted friends. They have made a pact to go to each other when the need arises, to "be there for each other." She says this might mean sitting by a bedside, advocating in the hospital, or holding hands when something terrible happens. It might even mean helping each other die. It might mean saying, "The state in which I see you now is what you always told me you didn't want."

I've been thinking about it. You could make such an agreement explicit, like a wedding vow. *If you need me, I will do everything in my power to come to you. If I need you, I will expect the same of you.* You could say it out loud, or you could even write up a document.

And even without saying anything, I'm in a sort of pod with my friends.

Old friendships are a benefit of getting old, but old friends also die. It's lonely when you're very old and your close friends are gone. This was impressed upon me when I visited my grandmother's beloved lifetime friend, "Aunt Dorothy," several years after my grandmother's death. She was about ninety, and tiny, sitting up in her bed at home, like a little hill in the bedclothes, a small bump of life sticking up above the plain, all her friends gone. She told me she missed my grandmother every single day of her life. She said she didn't want to

be alive any more now that there was no one left in her generation. I guess the silver lining of having your friends all die before you is that it helps you feel more ready to die. I'm thinking of the old spiritual "Swing Low, Sweet Chariot": "If you get there before I do, tell all my friends I'm coming, too."

Now, over forty years after we first met, Susie and I have come to this bait shack at the edge of the harbor, to take pictures and write. We are practicing the exchange of self and other. Susie comes from California and lives in Massachusetts, and I come from Massachusetts and live in California. She, the photographer, has lately become a writer, and I am learning to take pictures. Perhaps our next collaborative project will be a book with text by her and photos by me.

This week I read a piece of the young adult novel she's working on and gave her feedback, and yesterday she taught me how to get greater depth of field, so that both the green seaweed floating on the surface and the barnacled rocks under the water were in focus. I love that phrase, *depth of field*. It describes our friendship.

Out the window the low sun paints the rocks with yellow light and moving shadows, so that figure and ground keep changing, and the rocks flow into each other, soft as water. Now Susie stands with one foot on either side of a crevice, in her familiar bow-legged stance. She points the camera down, adjusts the focus, pauses, completely still. She's waiting for something, maybe a wave to lap up. I hope she gets just the shot she wants. I feel indescribably fond of her, in her black wool cap.

We have the same name. In college we were both called Susie. Once, she woke me up in our dorm room, calling, "Susie!"

"Yes?" I said.

"Oh my god!" she said. "That was so weird! When I called you Susie just then I meant *me*."

House of Commons



OVER TIME, without my planning it, my house has become part of the commons.

I've lived in the same house for close to forty years, almost unheard of in this age of family uprootings. I've always shared the house with other people, and I still do.

The first epoch in the house was the time of my children's growing up. In 1972, I was a newly divorced mother of two small children, and I bought the house in Berkeley, California, with the help of my parents. I was afraid I'd feel isolated if I lived alone with the kids, especially since their father moved away soon after we parted. I thought it would be good for them, too, to have other caring adults in the household. I chose a homey, shingled house, whose four-plus bedrooms made it plenty big enough to share with others. Two venerable walnut trees arched over the house in the back yard.

Friends moved in with me—and we four adults and three kids lived together for the first few years. The walnut trees bore many walnuts that we dried in the attic and put into pies. The other mother and I took turns making supper for the kids. A housemate painted a sun on the kitchen ceiling, with wiggly yellow rays reaching out.

We had massage classes on the living room floor in front of the fire, and wild parties with homemade music. I see now that it might not have been the most stable household possible for my children, but in Berkeley in the seventies, it seemed almost normal. We were transcending the claustrophobic limits of the nuclear family.

The time went by, the people came and went. Those who moved in were always friends or friends of friends. An artist slept in the kitchen hallway in order to use her bedroom for a studio. One man spent hours in his room practicing reflexology on his own feet while wearing a turban and pantaloons. As the tides ebbed and flowed, bringing Zen practitioners, boyfriends, exchange students, dogs and cats, the kids and I remained onshore.

People who didn't live in the house came to know it, too. The massage classes gave way to more sober events, like monthly letter-writing parties for political causes. There were house meetings about

the war in El Salvador and fundraising potlucks for the nuclear freeze campaign. The kids and their friends played music in the house on various instruments. For years, three friends and I, with the help of our several children, produced a family humor magazine—*Garlic, the Breath of the People*—on the dining room table, pasting down the drawings and typewritten columns with wax and getting it ready for the printer. We had three hundred subscribers.

The house grew its own homey culture, like yogurt or sourdough starter. If you spilled something on the comfortable, slightly shabby furniture it didn't matter much. There was usually something that needed fixing—a leaky faucet, or a broken step on the back porch—but the house had a mood of friendly welcome.

Many housemates sat at the kitchen table with me. They stayed a year, or two, or three, and eventually moved on. When my children, too, flew the coop, the house seemed to lose its purpose. All those years, living with other people, I had been making a home for my children, and so it had been my home, too.

Now it felt big and echoey, not like home. Still, it was home base, if not home, and I stayed on. A college friend from Senegal and his school-age sons lived with me for a year while he taught at the university. A couple, friends of a friend, arrived from Vermont in a gypsy wagon they had built, and stayed for a few years, to be near their Berkeley granddaughter. And my sons came back for visits, sometimes long ones.

I was continually learning the lesson of impermanence. I knew that some of the housemates would be leaving from the moment they arrived, like the friend from Africa who had a yearlong appointment. Occasionally I asked someone to leave. But there were some I wished would stay.

Still, I understood that I was the owner. I couldn't have my cake and eat it, too; I couldn't expect people to stay in my house exactly as long as I wanted them to and no longer. So the house was a lopsided community, privately owned. At one point I almost persuaded dear friends to buy half the house, but it turned out there were tax impediments.

When I'd been in the house for twenty-five years, I had a reunion party, of all the people I could find who had lived there with me. The

ones who were living in Chicago, Prince Edward Island, Denmark, Germany, France, and Senegal didn't come, but local people came, and we sat in a big circle in the living room and told stories: about the time my dog ate a housemate's lump of hashish and collapsed on the front steps with a piece of it still on her tongue that he managed to salvage, about the comparative croissant tasting event, the visiting teenagers from the Soviet Union, and the time one of my kids, at the age of five, cut up a housemate's diaphragm with scissors. To have all those people sitting together in the living room at the same time, to have twenty-five years of household history crunched together in one moment, was both wonderful and sad. Was it me or the house itself who had gathered us all in? And why, when so many people had passed through, did I alone remain?

I was glad when my sister and her two daughters moved in with me, but when she bought her own house two years later and they moved out, it seemed like the end of an era. I thought it was time for me to go, too.

In 2000, I rented out the house and set off to explore other possibilities. I lived in a wine barrel in a retreat center in the country, but it was too small; I rented a room in someone else's house, but it didn't feel like my community; I rented a beautiful flat by the beach, but it was a long haul to get to my job and my friends in Berkeley, and I was lonesome. After a few years, I decided to move back in.

I'm still here, still sharing the house with others.

It's hard work taking care of an old house, endlessly fixing and painting. It takes time, money, and energy. I'm in my mid-sixties. When I moved in, I was twenty-nine. I'm able to cope with it now, but for how much longer?

I think about my contemporaries, my friends and relatives: almost every one of them lives either alone or with a partner (unless they are temporarily living with me), except for a few who live in residential Zen communities. How odd that I'm the only one still living in shared housing, like a throwback. It's not a policy decision; I'm certainly not defying the bourgeois lifestyle. Life would be so much simpler if I sold the house and moved into a little apartment or a condo.

But here's the thing: I don't want to live alone. I need my own private space, but I like to hear the sounds of people I love knocking

around the house. I like to smell their coffee in the morning (I don't drink coffee anymore), and I like to sit down to a meal together, not every evening, but often, and find out what's shaking.

What does an older single woman do if she doesn't want to live alone? I could sell my house and move into a cohousing community with strangers. I could move into a Zen community, if I were willing to get up at 4:30 every morning and dedicate my days to a demanding practice schedule. I could join with friends to plan a community together, but when a group of us tried that years ago, nobody ever stepped forward to do the full-time work of finding the place and setting it up, and the group fell apart. If the community already existed, if my dearest friends lived in a homey, socially relevant, spiritually grounded community in the country close to Berkeley, with a good view of an unpolluted body of water, with shared vegetarian meals twice a week, and room for visiting grandchildren, I'd move right in. But I'm not holding my breath.

There's "retirement living." My mother and stepfather lived happily in an apartment building for seniors for the last fifteen years of their lives. But they were older then than I am now, and I'm not ready for that yet.

Community exists through time, not just in space. By now the house itself has become a member of my extended family. When friends or relatives strain their backs, they let themselves into the yard through the gate and get into the hot tub. They celebrate birthdays and anniversaries in the back yard. My grown sons, my daughter-in-law, my granddaughter, my nieces and nephews come visiting. The house is a way station for friends in transition. It's become part of the commons, and I'm currently its steward. Others, through use, have gained a right of way. I don't quite feel I have the right to sell it, not yet. I keep it open as a place of possibility. The painted sun is still shining on the kitchen ceiling.

In recent years, like chickens coming home to roost, people who lived in the house before have returned. My sister recently cycled through a second time, and a young woman who lived here as a child turned up briefly. Now a niece lives in the house with me, and I'm waiting to see who else is coming.

I know the time is approaching when I'll quit being the house-mother, and I don't mean by dying. I'll get too tired to figure out what to do about the muddy basement, or I'll get too sad when someone I love moves out. A change is coming. Maybe someone will move in with me and promise never to leave, or someone will invite me to live with them. Maybe I'll divide the house into two apartments and rent or sell one of them to a friend. Maybe I'll be ready for a retirement community, or surprise myself by wanting solitude.

It's not going to be an easy transition. I'll need courage. But the commons is a living, breathing organism that stretches beyond the walls of my house. I'm part of it, and these days I have faith that the commons will take care of me in ways I can't foresee.

Getting Good at Staying Still

I WAS HAVING CHEERIOS and milk with my mother at the little table beside the window, in her retirement building in Chicago. Her sixth-floor apartment overlooked Lake Michigan, and it was one of my mother's greatest pleasures in life to sit in her favorite chair and watch the passing of ore boats and clouds. This was the first morning of my visit, and my mother turned her attention from her lake to her daughter, saying, "Your hair is so wild! Can't you do something to get it out of your face?"

"Why don't you ever tell me when you *like* my hair?" I said.

She tried to redeem herself that evening, lavishing compliments upon me when I put barrettes in my hair before we went downstairs to dinner. But the next morning, again, she looked at me over her bowl of cereal, with her head cocked, and I felt it coming.

"You looked so beautiful last night," she said, trying to be diplomatic. "I could hardly take my eyes off you." I knew that was just the prelude. "But this morning . . . can't you just brush it back?"

"Mom," I said, "I'm sixty-three years old. I'm too old for you to be telling me how to wear my hair." Apparently I wasn't too old to mind.

"I just want you to know how nice it looks when you brush it back."

"I know how you like it, Mom."

"No, you don't! That's why I'm telling you."

I thought: *You've been talking to me about my hair for sixty years. Do you think I don't know what pleases you?* But I didn't say it out loud.

Anyway, I wasn't in an entirely blameless position myself. A couple of years before, when my mother's hair had been down to her shoulders and she sometimes wore it in pigtails, she asked me if I liked it that way. I said I didn't think it was "age appropriate." (If she hadn't been my mother, I probably would have been charmed by her braids.) She pretended she thought that was a great witticism on my part, and a couple of times I heard her say to friends, "Susan thinks my braids are not 'age appropriate'!" But it hurt her feelings. Not long

after, she cut her hair short, so that it floated soft and white around her face. And did I mention to her the next time I saw her how nice her hair looked? No, not until she asked me outright whether I thought her new haircut was age appropriate.

My mother was a generous woman, and she loved her children and grandchildren with unconditional love—almost. As the Zen teacher Suzuki Roshi said to his students as he was trying to explain Buddha nature: “You’re all perfect exactly as you are, *and* you could use a little improvement.”

I rented a car for my weeklong visit, so that I could take my mother places. She had given up driving a couple of years before, after she drove into a parked car for no particular reason. It was hard for her—not driving. And she couldn’t walk far because of her bad back, so the bus stop two blocks away was beyond her reach. A van from the building took residents shopping, but walking around the enormous supermarket, even with a shopping cart to lean on, was hard work for her. And she hated not being able to choose when to go.

I did errands for her: I was glad to be able to take her to the eye doctor to get her cataracts looked at. Doctors’ appointments were an emotional issue for her, and the older she got the more of them there were. In a phone conversation not long before my visit she had spoken to me enviously of a friend in her retirement building. “Janet’s daughter drives her to *every* doctor’s appointment. Oh, I *wish* one of you lived in Chicago!” My siblings and I tried to coordinate our visits with her doctors’ appointments, but we all lived far away and couldn’t be counted on on a regular basis. She went to most of them by taxi, and it was a long wait for a taxi.

One day that week I took her to an exhibit of Japanese prints at the Art Institute and pushed her through the galleries in the folding wheelchair she used for such excursions. Several times, when she wanted to look at a different picture than the one I was aiming for, she quite literally put her foot down, and suddenly the wheelchair wouldn’t go, like a locked shopping cart. It was annoying until I looked at it from her point of view and realized it was her way of reclaiming a little control over her own experience.

I tried to be helpful in other ways as well. My mother’s culinary needs were simple; the system in her building was that she ate her din-

ners downstairs in the community dining room and prepared her own breakfasts and lunches, which were minimal, in her tiny kitchen. So I cleaned out her refrigerator, bought cold cereals and little yogurts, and made a big pot of leek and potato soup and put some of it away in the freezer for future lunches.

Then there was her computer. I showed her a couple of things she always forgot between visits: how to change the margins in her word-processing program and how to send an e-mail. This was rewarding for me, because my mother was the only person in the world who considered me a computer expert.

I admired my mother's life. Chicago was her city; she had grown up there. She still had old friends outside of the building whom she saw now and then, and she had a rich life inside the building. This time I visited the weekly poetry class she had been leading there for many years. One of the residents, a descendant of the African American poet Paul Laurence Dunbar, brought several editions of his books to the class, and the assembled group, a mix of whites and African Americans, had a challenging discussion about writing in African American vernacular English. I was impressed. I could almost imagine myself in a group like this.

But I would have hated to be as cooped up as my mother was. Sometimes she didn't leave the building for days and she only knew the temperature outside by how the people who were walking their dogs along the lakefront were dressed. She spent hours at her post by the window, swiveling her chair through the 180-degree range of her view, looking out at the ducks on the lake through her binoculars. As a matter of fact, I think she preferred to *look* at the weather—whatever it was—from her comfortable chair than to be out in it. I got restless in the small apartment, in spite of my years of Buddhist practice, but my mother, having to stay put, was getting good at staying still.

The day before I went back to California, it was snowing when I woke up. I slipped out of the apartment while my mother was still asleep. I took the pedestrian tunnel under the outer drive and walked in the little park on the lakefront that was right across from her building. There was no one else there; mine were the first footprints in the fresh snow. I could have been in the country, with the little white peaks on top of the fence posts, and the lake beside me that had no

end because the falling snow blocked out the smokestacks of Indiana, and the squirrels dropping things from the branches. I could have been in the country except for the roar of traffic behind me. I thought: *I'll visit her when it's spring, when the snow is gone and the sun is out, and I'll push her in her wheelchair through the park, so she'll be able to hear the birds and smell the willows.*

I turned to walk back and saw my mother's building, on the other side of the river of cars. I counted up six floors to pick out her window in the brick façade, and waved, just in case she'd gotten up and happened to be looking out.

That evening, my last, my mother had a party before dinner for a group of friends she called "the mothers of daughters." All of the women had faraway daughters who visited them there—like me, from Berkeley, California. Before the party, I brushed my hair and clipped it back as neatly as I could.

Six women traveled by elevator to my mother's apartment for wine and those little goldfish-shaped crackers. I didn't have to take their coats when they arrived, because they had all come from inside the building, but I took two walkers and put them aside. My mother was happy to see them—she always said she liked to show off her children to her friends. They settled in a semicircle facing the big window. The day's light was fading to gray over the lake, and the snow was already dirty at the edge of the road below.

The only woman I hadn't met before said: "You look just like your mother!" Even in old age my mother was an attractive woman, but does any daughter want to be told she looks just like her mother? It wasn't so much that I minded if there was a resemblance, but I did want to look *younger* than my mother. In fact, whenever I had occasion to ride in the elevator of her building without her, I had a horror of being mistaken for one of the residents. I was almost sixty-five—officially old enough to live there.

I was moved by this group of women—all of them lively and warm-hearted, all of them dealing with the ruinations of old age. Betty, the oldest of the group, was in her nineties. The others were all in their eighties. Betty was robust and always laughing. A few years before, she and my mother had ridden the trans-Siberian railroad together, but after that she had begun to suffer from dizzy spells and had

had to give up traveling. One of the guests couldn't hear a thing, and another, whether she was sitting or standing, was bent into the letter C.

Jane, who had been my mother's friend since childhood, had advanced mouth cancer. She had lost her teeth and had an artificial palate. She didn't go down to the dining room for dinner because, as she told my mother, she was afraid it would spoil her tablemates' appetites to see her eating. It even hurt to talk, and her speech was slightly impaired, but she was a woman of remarkable fortitude, and she still joined in the conversation. When it turned to the popular topic of visits from adult children, she remarked wryly, "A son is a son till he gets him a wife, but a daughter's a daughter the rest of her life."

All of these women were widows, including my mother. I couldn't know how hard it was to become a widow after sharing your life with another person for fifty years. Nor could I know what a relief it might be, after the last long years of caretaking.

When you look at old women from the outside, not identifying with them, you don't think how lonely they might be, or how much patience it takes to get the walker in and out of the elevator. You forget that they didn't used to be like that, that they used to go canoeing in the Minnesota woods or waltz until the wee hours, that they knew another kind of life outside this building. You think they came into the world wrinkled and deaf.

I passed the crackers, like a good daughter. I offered wine, red or white, in my mother's pretty blue Mexican glasses. Her youthful cat, Sigo (for "Significant Other": my mother adopted her after my stepfather died), lay on her back and pawed the air, wanting to be played with. My mother held a wire with a fluff ball on the end and dangled it in front of Sigo, who hunkered down, moving nothing but the tip of her tail, and then leapt straight up so suddenly that we all laughed.

Betty said to me, "I hear you were just on a long Zen meditation retreat. Did it make you calm?"

As a Buddhist convert, I was slightly exotic there. That afternoon my mother had introduced me to two of her fellow residents in the elevator, where a lot of her social interactions took place. "This is my Buddhist daughter from California!" she had said proudly. They wanted to know all about Buddhism, and whether or not I believed in

reincarnation, but I didn't really have time to explain between the sixth floor and the first.

Now I responded to Betty's question. "You're not supposed to try to accomplish anything at all, not even calmness," I said. "The idea is to let go of gaining mind. Let go of your attachments."

"Well, I can see that *I* don't need Zen meditation," said Betty. "Getting old forces you to let go of one damn thing after another!" The others laughed in agreement.

"I like Zen," my mother said, "because it says you should be in the present. That's important in old age. I'm losing interest in my past—it was so long ago! And it's pointless to think about the future—what future? But the present! There's plenty going on right now, I tell myself."

I offered more wine, but there was only one taker, and I wondered if they had always practiced such moderation. The conversation moved on to the new cook in the kitchen downstairs and a dangerously creamy mushroom sauce he had used on the chicken. As the women talked and laughed, as they passed around the bowl of crackers with shaky hands, I studied them. I saw how they paid attention to each other. They were accomplished people: scholars, artists, social workers, poets, raisers of families. Now in old age, they were accomplishing friendship, accomplishing community.

My mother was only twenty years ahead of me, and at the rate things were going, I would be her age in no time. She was scouting the territory for me, and it behooved me to observe carefully.

It was 5:30 P.M.—time, in that establishment, to go down to dinner. After I fetched the two walkers from the corner of the room, the seven mothers of daughters and the one daughter—me—started down the long hall to the elevator.

My mother rode in her wheelchair, making it go by walking her feet along the floor in front of her, like a toddler on a riding toy. This was how she liked to do it when she was on her home turf. She said she got her best exercise in her wheelchair. People assumed she was in a wheelchair because her legs didn't work, but it was her back that hurt if she walked more than about fifty paces.

Sometimes, on a good back day, she walked to the elevator with a cane. Her cane had a handle that flipped down sideways and became a

tiny seat, allowing her to stop and rest. She ordered those canes from England. If you were looking at her from the front and she was sitting on her cane, it was startling, because you couldn't see the cane and she appeared to be doing a strenuous yoga posture—her knees partly bent, pretending to sit in a chair that wasn't there. But today was a wheelchair day.

Our ragtag band moved down the corridor, and I had to make a conscious effort to go slow. Betty, walking beside me, said, "You have such beautiful hair, Susan." My mother looked up at me from her wheelchair and we grinned at each other.

Grandmother Mind



WHEN MY SON NOAH was about four and I was a harried single mother, he told me he wasn't going to have children. It was time for me to take him to nursery school, and he refused to wear anything but his Superman costume, which was in the washing machine, clean but wet. I exploded in irritation, and he announced, "I'm *never* going to have kids. It's too much trouble!"

I was chastened. "It's worth it, sweetie," I said. "It's definitely worth it!"

As he grew up, I watched him cuddle pets and babies, but he held to the plan of not having children into adulthood. My younger son, Sandy, likes kids but is presently single, and I was beginning to fear I might never become a grandmother. A person can take certain actions to make it more likely that she'll become a parent, but there's not much a person can do to produce grandchildren. So even when Noah got married, I tried to keep my mouth shut. I reminded myself that he didn't come into the world for the express purpose of giving me grandchildren. It was his and Arcelia's business. They had their careers to think of, along with the economic challenge of parenting, and concerns about the imperiled planet. Still, I did mention that I would be glad to babysit.

I was well loved by both of my grandmothers, in their different ways. "Grandma" took me to Quaker meeting, wrote out her favorite prayers for me in a little notebook, and took me down the lane to her sculpture studio, where she gave me clay to play with while she sculpted. I was her first grandchild, and when I climbed into bed with her in the morning, she'd take off the strange black sleep mask that made her look like the Lone Ranger and hang it on the bedpost. She'd reach out to me and I'd curl up beside her, loving the feel of the cool soft flesh that hung from her upper arms, and she'd say, "Good morning, my number one grandchild!"

My other grandmother, known as "Ma," kept lemon drops in a white glass chicken on her dresser, and if you wanted one all you had to do was cough a little fake cough and she'd say, "My dear, you must have something for your throat." Whenever we children visited, there

were fresh-baked chocolate cupcakes with vanilla frosting on a blue tin plate in the kitchen, and you were allowed to help yourself whenever you wanted to. She always smelled delicious, of a certain perfume that nobody else ever smelled of, and she wore a gold chain bracelet with a tiny gold airplane dangling from it. I asked her why, and she told me it was a replica of the air force plane her youngest son, my uncle Morton, was piloting when he was shot down over Japan, and she wore it so she would never forget his courage. It had the exact serial number engraved on the wing, so small you couldn't even read it.

I learned from my grandparents the amazing truth that my own parents had been children long ago—I was stunned to learn, for example, that my father had been shy, that my mother had been mischievous. They weren't that way with me! I learned that sad things happen in people's lives, and they keep going. I learned of the turning of the generations: children turn into parents, and parents grow old and turn into grandparents. Grandparents change a still shot into a movie.

I was at home in Berkeley when Noah called me on a Sunday afternoon, from San Antonio, Texas, to tell me that his daughter had arrived. His voice was like a bowl of water he was trying not to spill. Paloma was twenty minutes old at the time, and they were still in the delivery room. Everybody was doing well. "Are you happy to be a grandma?" he asked eagerly, even though he knew the answer.

"Are you kidding?! Nothing could make me happier!" Then I heard Paloma crying in the background. She wasn't exactly crying for joy, as I was; she was crying, Noah said, because they were sticking a needle in her heel to get some blood for a bilirubin test, and she didn't like it.

Driving around Berkeley that afternoon, doing errands, alone in the car, I kept shouting out, "Paloma! Paloma!"

I thought of all the other babies born that day, all over the world, so many of them born into war, or crushing poverty. I have since learned, from Google, that there are about 353,000 births a day on Planet Earth. I guess you could say that all the babies born on the day I became a grandmother are my grandchildren.

On that particular day, the front page of the *New York Times* told of civilian casualties in Beirut resulting from Israel's bombing of Hezbollah. I found myself wanting to propitiate the gods, God, the Universe, whatever—to thank them for Paloma's safe arrival and ask them to keep her and all babies safe. What offering could I make, and to whom? Checking my e-mail that birthday afternoon, I found a request for help from the Middle East Children's Alliance, and I made a donation in Paloma's name. A small gesture, standing for the juxtaposition it was part of my job, as a grandmother, to keep in mind: Paloma and all the others.

When I arrived in San Antonio, Paloma was two weeks old. She was asleep on her back when Noah brought me into the house from the airport, so I could see her whole face. (Nowadays they tell parents always to put babies down to sleep on their backs, because of SIDS. This was new to me.) Right away I saw how much Paloma looks like Noah when he was a baby—defined, not blobby, her whole self already present in her face. And I saw that she has her mother's huge eyes. Soon she woke, and Arcelia nursed her, and then I held her against my chest.

I stayed for a week, in the hot Texas summer, leaving the house only twice to go to the grocery store in the mall. I did a lot of cooking while the family napped. I danced around the living room with Paloma, trying to soothe her when she was fussy by swinging her in my arms and singing to her. The more vigorously I jiggled her, the better she liked it, and she didn't care when I couldn't remember all the words to the songs I dragged up from the basement of my mind—Christmas carols and old Beatles songs. When she fell asleep in my arms, I lay down on my back on the couch, holding her carefully against my chest, and I let her sleep on top of my heart for as long as she cared to. In that time out of time, in that air-conditioned suburban living room, I smelled her sweet head and watched the oak leaves shifting in the hot breeze out the window.

I learned new things about taking care of babies—unfamiliar to me, but based on ancient wisdom. I learned about the five S's for soothing fussy babies: swaddling, swinging, letting them suck, holding them sideways, and making shushing noises. Noah was particularly good at the swaddling, and would coo to Paloma in a deep voice

—“There, there, Pumpkin Head, now you’re all cozy”—as he tucked the blanket corners around her arms and wrapped her into a snug little package. During the course of my visit I also heard her addressed, by both parents, in torrents of affection, as Petunia, Little Miss Piglet, Florecita, Sweet Pea, Calabacita, and even Bunion Cake.

As for me, to my great delight, Arcelia called me “Abuelita.”

Sometimes I carried Paloma out into the back yard, even though it was 102 degrees. She instantly quieted. She looked up at the trees and the big space of sky, and I could see her feeling the *unconditioned* air on her cheeks. I could see she knew things were different here, in the big outdoors. Noah, too, had loved to look at leaves when he was a baby.

Zen Master Dogen, founder of the Soto School of Zen in Japan, had a student who was a sincere and disciplined monk, but he had one weakness—he did not have “grandmother mind.” Dogen told him, “You can understand all of Buddhism, but you cannot go beyond your abilities and your intelligence unless you have *robai-shin*, grandmother mind, the mind of great compassion. This compassion must help all of humanity. You should not think only of yourself.”

You don’t need to be a grandmother to have grandmother mind. You can even be a celibate monk in a monastery.

Parents have to have a different kind of mind than grandparents. Parents have to attend to the nuts and bolts of their children’s needs—feeding them, sheltering them, keeping them warm. They have to protect them from cars, from too much sugar, from kidnapping. Parents take care of the foreground. But grandmothers—both literal and metaphorical—can pay attention to the background, to the water and the air. We can tell the babies stories about the stars.

Sometimes, grandmothers have to take the place of parents. Sometimes the parents are in prison, or are children themselves, or they have died of AIDS. Sometimes their ability to take care of their children has been destroyed by warfare, homelessness, addiction. More and more grandmothers are heads of household, heroically raising their grandchildren in circumstances that don’t leave them much time to waltz the babies around the house singing “Norwegian Wood.” I want to keep all those other grandmothers in mind.

One day in San Antonio, I rose, made tea, and brought the *New York Times* in from the doorstep, while the rest of the family were having their morning nap. A front-page story about the bombing of Beirut was continued inside—I turned the page and suddenly there was a photograph of an infant half buried in rubble, her face coated with dust, a small hand showing between broken boards. I closed the paper and put it back on the table.

Later, when Noah sat down with his bowl of granola, I saw him open the paper to the same photo. I saw his eyes looking at that dead baby in the broken concrete and I heard him make a low groan in the back of his throat as he closed the paper even faster than I had done. It was harder for me to see him see the picture than it had been to look at it myself. I'm still a mother, as well as a grandmother. We didn't speak of it.

But, looking at Noah looking at Paloma—that was quite another matter. Arcelia told me the experts say you're *supposed* to gaze into a newborn's eyes in order to promote its healthy emotional development, but it was obvious that when Paloma's parents gazed into her eyes they weren't just following directions from a book.

To see your child happy to be a parent affirms the whole spiraling project—our ancestors coming down from the trees so long ago, and the babies staring back up into the branches.

Noah, the “too-much-trouble-to-have-kids” boy, is a dad. It *is* a lot of trouble, he's right about that. It's trouble getting up in the middle of the night, it's trouble doing all that laundry, it's trouble working to make the planet a safe place for children. It's trouble, but not too much.

It was hard to tear myself away at the end of the week. Noah put my bag in the trunk and we got in the car. Arcelia stood in the doorway with Paloma in her arms. As Noah backed the car out of the garage into the blazing Texas sun, Arcelia picked up Paloma's hand and waved it for her. “Good-bye, Abuelita!” Arcelia called.

“Good bye, Calabacita, little pumpkin,” I answered.

What If I Never Have Sex Again?

I MAY NEVER have sex again. May never lie spoon to spoon with another person. I don't feel like having sex right this minute, which is fortunate because I don't have anybody to have it with. But I'm not sure I'll keep on not wanting to have sex right this minute for the rest of my life. When I was younger and didn't have a partner I didn't think, "What if I never have sex again?" I assumed I was in between relationships. Now, in my mid-sixties, I wonder if I have quietly passed beyond "in between."

Even if I did want to have sex, maybe nobody would want to have sex with me. Confidence ebbs away as skin sags in private as well as public places. I suppose you could always resort to the cover of darkness, or never taking off your nightie, but can't fingers still feel the sag? Couples who grow old together get used to each other's sagging in slow increments, but it's a whole other matter to get to know somebody new when you're already wrinkled up. Plus, I'm not as bendable as I used to be.

I used to like sex a lot if I liked the person, but when I didn't have it, I didn't miss it much. Sometimes I missed the person. Saying I miss sex is like saying I miss wearing my hiking boots, when what I miss is standing at Paiute Pass watching the cloud shadows run across the lake below. I miss going where the hiking boots take me. "Having sex" isn't something that I can miss, all by itself, because I could never peel it away from the person who, moments before, might have been reading aloud to me in bed, and who, shortly afterward, might be snoring beside me just loud enough that I nudge him to quiet him.

Not having rolled in the hay for a while now—never mind exactly how long—I hardly ever think about it. I'm lucky not to want what I don't have. It's convenient. I want, as in *lack*, sex, but I don't want, as in *desire*, it. At the movies, in the erotic parts, I'm like an eight-year-old: "Oh gross! Hurry up and finish this scene! It has nothing to do with me!"

I used to be just plain interested in the whole subject of sex, and I liked writing about it, too. Now I prefer writing about not having sex.

I get annoyed with the way people are always saying, out of political correctness, that old people are sexy, too, that old folks can have rich sex lives, etc., etc. Yeah, but do we *have* to? Whatever old people want to do in bed is fine with me, but I don't want to feel like there's something wrong with me if I'm not doing it, too. I claim the right to lose libido as I get older. (Still, I'm not promising.)

I suspect that more people share my lack of desire than admit it. In the 1940s, Alfred Kinsey discovered that quite a few people were up to all kinds of tricks they had not been admitting, but now, post-Kinsey, post-sexual revolution, it's hard for people to admit what they're *not* doing.

I do miss some of the side effects of sex. You get to touch and be touched by another warm-blooded being. There are other ways to accomplish this: getting a massage and going to the dentist are two of the most expensive. Grandchildren provide cuddling for free, but my granddaughter lives more than a thousand miles away.

There are also pets. When I went on a solitary retreat in the woods, I took my sister's dog, Satchmo, with me for company. His fur felt good under my fingers. I groomed him with a curry brush every morning when we came back from our walk, to get the burrs out of his coat. Each time he saw me pick up the brush, he would come right to me and lean his body into mine. Sometimes he licked my face as I was brushing him, and I took it to mean, "Thank you. I love you." I missed his hugs and kisses when I returned him to my sister.

It feels like I sometimes go for as long as six months, the length of time between my dental hygienist appointments, without being touched by another human being. It's not really so, because I hug people in greeting, but those hugs don't last nearly as long as having my teeth cleaned.

Then there's the matter of intimacy, one of the most famous side effects of sex. Some would even say that sex is a side effect of intimacy. In any case, sex is an excellent way to blur the distinction between your innermost self and someone else's—probably the best. I've heard it said that sex is for making babies, but there are other ways of doing that nowadays; I think sex was invented for the very purpose of enabling us to discover that we are not separate.

I do miss intimacy. I have close friends and family members with whom I share intimacy in the form of talk. We tell each other our deepest concerns. But this is still not the boundary-blurring intimacy I'm talking about. It's not the well of clear water you fall into together when you and your lover look into each other's eyes from a few inches away. The last person with whom I had prolonged eye contact was my sister's dog.

At least not having sex simplifies the business of time management. I'm usually doing something else anyway. If I was having sex right now, for example, I wouldn't be writing these sentences, and you wouldn't be reading them. Writing itself provides a kind of connection, although the intimacy between us is one-directional.

And even if I never have sex again, it's not as if I'm going to die a virgin, wondering what I missed out on. My life has included plenty of good times that I won't describe to you here. Also, sometimes I had a headache.

Celibacy is another way to think about not having sex; celibacy is chosen as a positive path. (Perhaps I could take a retroactive vow of celibacy and get credit for time served.) It's a way to extend your love to the whole universe. If you don't have one particular sexual partner, you are equally married to everyone in the world, even if you've never met them. And not just people, but trees and rocks and streams and stars.

When I swim in Lake Anza in the hills behind Berkeley, I get completely wet. When I lie on my towel on the beach, gravity holds me against the earth and the sun touches whatever part of my body I turn to it. When I take a deep breath, the wind moves into me and fills me up. I'm intimate with water, earth, fire, and air. So, what if I never have sex again? So what?

Still . . .

Becoming Invisible



WHEN MY EIGHTY-THREE-YEAR-OLD mother and I took a plane trip together, the wheelchair we had ordered for her was not waiting on the walkway when we got off. The flight attendant said it would be coming shortly, so we stood and stood while all the other deplaning passengers passed us by. Prolonged standing was painful for my mother, and finally she lost it: “Where’s my fucking wheelchair? Shit! That’s the last time I’ll travel on this fucking airline!” I was mortified, but the wheelchair appeared immediately. Once she was seated, she apologized graciously to the flight attendant and they parted on friendly terms.

I, on the other hand, have never had a knack for yelling at people, even when I feel like I’m becoming invisible.

Last week I was waiting to buy envelopes in a crowded stationery store. A vigorous young woman with glistening black hair got waited on first, even though she came in after me, and it wasn’t because she pushed her way ahead of me—it was because the cashier didn’t notice me.

I, too, even as I become translucent myself, have been guilty of this blindness. Yesterday, standing in line at the post office, I watched a young man at the counter put tape on his package. I was startled when a voice said, “Hi, Sue!” It came from the gray-haired woman who was just ahead of me in line—a friend of mine. I’m afraid the reason I hadn’t even seen her was that my mind’s eye had registered grayness and slid right on by.

I attended a conference of “Buddhist teachers in the West,” where two hundred men and women, all mostly older than fifty-five, met together for several days. One distinguished-looking gray-haired man commented to me, “As I look around, I see a lot more gray-haired men than women, and since we’re all in about the same age range here, I can only assume that many of the women are dyeing their hair. But these women are Buddhist teachers! Why would a Buddhist teacher dye her hair? You’d think, being a Buddhist, she’d accept herself as she is!” My gray hair was undyed at the time, so he must have assumed self-acceptance on my part.

I tried to tell him: It's not so much that *she* doesn't accept herself as she is but that others don't. It's the invisibility factor. Gray hair shrouds you in fog, and you want to shout, "I'm still here! I still have a physical body! I still have ideas in my head!"

I even have a different understanding of facelifts now. Getting a facelift could be less an act of counterfeiting than an attempt—however futile—to be real, to tear away the veil that society projects onto our faces. I can't blame the sexist, ageist culture for my wrinkles, but it's not the wrinkles themselves that hurt, it's the meaning they are given, a meaning that is mostly unconscious and unspoken.

We see other people get old, but we can't believe we'll succumb. If we remain firm in our resolve, if we exercise and eat the right foods, surely we won't catch the old-age bug. Or science will figure it out for us. A cover of *Harvard Magazine* asked: "Is Aging Necessary?" But thus far, time keeps passing, signing its name across our bodies as it goes.

I'm still on the cusp. I have one foot on each side of the border—the border between getting-old and just-plain-old. It's a shifting border. Remember "Don't trust anyone over thirty"? I recall the time when I thought forty was old, then it was fifty, then it was sixty. But at a certain point, "old" will have no place left to recede to, and, like it or not, I'll be settling my porous bones in a rocking chair on the senior side of the border.

My mother told me she, too, felt invisible as she aged. When she was in her fifties she started an artists' retreat center. She was in her prime; she was taken seriously. But by the time she was seventy, she claimed the board and staff didn't pay any attention to what she said because they thought she was a silly old lady. She sometimes lost her temper and shouted at people in meetings, just as she did on the airplane walkway—she said it was the only way to get people to listen to her. I used to think she was being paranoid, but I'm beginning to see what she means.

In a planning meeting connected with my work, a man brought up a suggestion I had made and credited it to a male colleague about my age: "As Bill so cogently pointed out . . ." I don't believe he was trying to slight me. He must have heard my words when they came out of my mouth, but in his memory, he had heard a man say them. Older

men are easier to see than older women. Is it just my imagination, or did my words carry more weight when I was younger and prettier? I don't know. I should also explain that in this case, I was crocheting a shawl during the meeting, so it was partly my fault. If you're a woman over forty-five, it's better not to do any kind of needlework in important meetings.

I'm inspired by the admirable example of the Raging Grannies, who take the stereotype of the little old lady and run with it. They are peace activists who go to demonstrations in theatrical flowered hats and aprons, looking sweet and innocent, which they are not. For example, some Raging Grannies were arrested when they attempted to enlist at a U.S. Army recruiting center in Tucson, saying they wanted to be sent to Iraq so that their grandchildren could come home.

Last year I dyed my gray hair bright red. (There weren't any Buddhist conferences coming up at the time.) My hair was never red all by itself, and I wasn't trying to fool anybody. When the hairdresser asked me what effect I was going for, I said I wanted to do something wild. I said I didn't care if the color didn't look natural, but I *did* want to look . . . well . . . not to put too fine a point on it . . . *younger*. I wanted a hair color that would make people interested in what I had to say.

The hairdresser was expensive but skillful. For about two weeks, the red was very bright, and I was startled to discover that it made a difference. Strangers looked at me directly. From a distance I did look younger, more powerful, maybe even more passionate—a redhead! I became visible to clerks in crowded stores.

After a couple of weeks the color faded to a chemical orange: it's an uphill battle, editing out the marks of age on an aging body. It's expensive, too: if older women didn't mind looking old, a huge sector of the economy would collapse.

I was complaining to my younger sister about feeling invisible as an older woman, like a dry leaf, and I think she felt annoyed with my self-concern, though she didn't say so. She said gently, "What about the idea of dignity? Why don't you cultivate a sense of dignity?" I put the word *dignity* into my pocket like a smooth stone, and held onto it, finding comfort in it.

Not long after, I saw an old woman in the airport in Puerto Vallarta, Mexico. She must have been about ninety. We were both sitting

in the departure lounge, waiting for a plane to California. She was wearing turquoise jewelry, a long denim skirt, and a bright pink Mexican shawl, and her extremely wrinkled face, bent over a paperback book, was full of character. Her white hair was rolled into a bun on the back of her head and fastened with wooden sticks—I think they were chopsticks. She looked like an artist, I thought—an *old* artist. She seemed to be traveling alone, but she didn't look afraid or tentative; she looked happy, sitting there reading, with her boarding pass tucked into the pages of her book. She didn't know it, but she was a visitation—a messenger of age. The opposite of invisible, she shone for me—her white hair, her fuchsia shawl. She reminded me not to feel sorry for myself. She got up when they called for early boarding, and walked, slowly and stiffly, with a cane, and smiling, onto the plane. She had dignity.

The Tomboy Returns

EVENTUALLY I LEARNED how to pass for a woman. I learned to brush my long blonde hair every day, and I wore contact lenses when I was trying to look pretty. From time to time, I even put on a dress without being bribed. I got married, gave birth to two children, nursed them, raised them. But there's a nine-year-old inside of me who still remembers all the good climbing trees in the faraway neighborhood where I grew up, and which shrubs have the straightest twigs to make arrows out of. Surprisingly, the further I get from her in years, the more connected to her I feel. I wish I could make amends to her for the betrayals she suffered.

My children have long since flown, and I've got nobody to make breakfast for. Ever since I passed through menopause, at fifty, and my female organs left me alone again, I have been getting reacquainted with my tomboy self. I honor her adventurous spirit, her brave refusal to be limited by social expectations.

In third grade at school, I was the only girl in Joel's Gang. In order to get in, you had to have a wrestling match with everybody who was already a member. We ran around pretending to be fierce, charging through the middle of the sissy girls' hopscotch games. We practiced wrestling holds on each other and played mumbledy-peg in the forsythia bushes, where the teachers wouldn't see our jackknives.

In those days my mother used to pay me a quarter to put on a dress, on the occasions when a dress was called for—like the visit of a relative. Otherwise I wore dungarees—that's what we called jeans—with a cowboy belt.

With the boys in my neighborhood—Robert and Skipper, Evan and Sammy—I played cops and robbers, and cowboys and Indians: racist, violent games that, years later, I righteously tried to keep my own children from playing. We climbed trees and rode no-hands on our bicycles. I had cap pistols hanging on hooks on my bedroom wall. I traded baseball cards, memorized the batting averages of all the players on the Boston Braves, and played catch by the hour. I read the Hardy Boys mysteries and *Lou Gehrig, Boy of the Sand Lots*. I started

the Pirate Club, the Walky-Talky Club, and the Cowboy Comic Collectors Club.

I wore boys' bathing trunks every summer, until I was eight or nine years old. I didn't put on a girls' bathing suit, with all that frilly and deceptive packaging that poked its bones into my flat chest, until another girl taunted me: *You think you're a boy! You think you're a boy!* I was so mad I got out of the swimming pool and hid her clothes in a closet. She had to go home in a wet bathing suit and I pretended I didn't know anything about it.

But why was I in Joel's Gang, instead of playing hopscotch? Perhaps it was my way of refusing to submit.

I think of my parents' body language. My mother didn't seem happy inside her skin. She moved as if trying to hide her body with her body. Other women, too, seemed to move in shuffle and shadow. But in my father's body there was elasticity and readiness. He used to walk a lot, and ride a bicycle. When my mother wanted to go somewhere, she drove a car.

Everywhere I looked, men were running the show, and women were just the helpers: the president and his wife, the school principal and his secretary, the dentist and his hygienist, the pilot and the stewardess. Though I couldn't have stated it consciously, I breathed in the knowledge that a woman's body was not a powerful place to live.

As for me, I wanted to run and jump and climb over fences, even if it meant tearing my clothes. I didn't try to pretend I was a boy, I just wanted to be ungendered, and therefore unlimited. I hated getting my hair cut, for example, and had a wild bush of hair, like a feral child. I didn't want to have to look pretty, but I liked the way I looked in my classy felt cowboy hat—a "real" one like "real" cowboys wore. Far from being a denial of my sexuality, I think my tomboyhood gave me good practice at living in my body and finding pleasure there.

My parents never objected to my bathing trunks or cowboyphilia, and my mother patiently quizzed me on baseball statistics when I asked her to. But I think it wasn't quite OK for me to be a tomboy. I looked up *tomboy* in Doctor Spock, by whose lights I was raised, but he says nothing on the subject. I think my parents must have been at a loss. Perhaps they feared that I would never agree to brush my hair my

whole life long and, by logical extension, that I would never become a wife-and-mother.

I think so because in the fourth grade, I was sent to dancing school—ballroom dancing!—years before my schoolmates had to undergo this humiliating rite of passage. I was taught to sit with my ankles crossed until a boy, in parallel agony no doubt, asked me to dance. I learned to do the “box step,” an apt name for a spiritless movement that had nothing whatever to do with dancing. (“Step-step-right-together-step-step-left-together.”)

For a brief period, I was sent on Sunday afternoons to the home of an elderly Jewish refugee from Vienna who gave me sewing lessons, an activity in which I had no interest whatever. Because I suffered from night terrors and frequent nightmares, I was taken to a child psychiatrist when I was about ten. He asked me intrusive questions like, “Have any of the girls in your class at school begun to menstruate?” It was rumored that one particular girl had already gotten “the curse,” but I didn’t see that it was any of his business, and so I answered numbly, “I don’t know.” For Christmas he gave me a perfume-making kit, which I poured down the toilet in disgust.

But there were contradictory messages in my own family. On the one hand, my grandmother told me that I should brush my hair one hundred strokes a day to make it shine. “On doit souffrir pour être belle,” she said, with a hint of irony in her voice. One must suffer to be beautiful. On the other hand, a photograph in a family album shows me and my two younger sisters marching around on the lawn at my grandparents’ house, pretending to be soldiers, drilling, with sticks over our shoulders for rifles, wearing three-cornered newspaper hats. Grandpa, who came from a military family, was our drill sergeant. We’re obviously having a great time, puffing out our childish chests.

I always knew I wasn’t a boy. One day I went into the nearby vacant lot that we kids called “the woods.” I was carrying my precious handmade bow, and I was looking for arrows. I pushed my way through a tangled arch of bushes, and there was the neighborhood bully, sitting on a stump. He was an archetypal figure, like Butch, the leader of the West Side Gang, in the *Little Lulu* comics I read so avidly. “Give me that bow or pull down your pants,” he demanded.

Girl that I was, trained to obedience, it never occurred to me that there were any other choices. I handed him the bow.

Not long after, the neighborhood kids gathered in my friend Sammy's back yard for a wrestling tournament. My turn came to wrestle the dreaded bully. I got him to the ground and held him down for the count of ten. I had won! Fair and square. But when I released him and we stood up, I saw that he wanted to kill me for defeating him in public. Terrified, I turned and ran, and he ran after me. I remember the rush of adrenaline that put wings on my heels. I made it safely home, locked the door behind me, and collapsed in fright. The fact that I had just wrestled him to the ground had no transfer value. As soon as the structured contest was over, I went back to being a girl who was scared of a bully.

Another time, Skipper and Evan and I were riding our bicycles around the neighborhood, and we discovered an old carriage house behind a big Victorian house. Upstairs, in the unlocked attic, we searched shamelessly through boxes and found a huge purple jewel, which we stole and buried in Skipper's back yard. We made a treasure map to record the spot—ten paces from the maple tree and fifteen paces from the corner of Skipper's garage—and we solemnly promised each other we'd leave it buried there forever, or at least until we grew up. Then, if one of us was in trouble, we'd dig it up, sell it, and use the money to help that person.

That night I couldn't go to sleep for feeling guilty, and finally I gave in and told my mother about the stolen jewel. The next day, she made us dig it up and take it back and apologize. Luckily, the lady who lived in the Victorian house was not too mad. She explained that the jewel was a glass doorknob. She told us to stay out of her carriage house, and she gave us some cookies. Skipper and Evan were not pleased with me, cookies notwithstanding. Why did I tell? Because I was the only girl? Is that why you shouldn't let women into men's clubs?

Already, by the fifth grade, things had begun to change in ominous ways. Starting that year, girls had to wear skirts or dresses to our school. There was no rule *against* dungarees, however, so I wore both: the dress on top, the blue denim sticking out the bottom. From then on, I had to wear a dress to school. (It's hard to believe now, but when

I went to college in the sixties, we weren't allowed to wear pants to class unless it was snowing.)

In sixth grade, the ground continued to shift under my feet. I made friends with girls, some of whom, to my surprise, turned out to have things in common with me. At recess, I sometimes played jacks instead of dodgeball.

By seventh grade, my former playmates in Joel's Gang had lost interest in me. They began dating the very girls whose hopscotch games we had disrupted a few years before—girls who whispered and giggled in the bathroom, girls who wore, to my disgust, tight skirts. Try to climb a tree in a tight skirt!

And then puberty hit, like a curtain coming down. I grew breasts: tender objects which weren't there before, bodies on top of my body. They came like strangers, and I was supposed to welcome them as part of myself, even though I'd lived all twelve years of my life without them. The left one started first, and I remember examining myself in the mirror and worrying that the right one would never catch up.

Then, when I was thirteen, I woke up one morning with dried blood on my pajama bottoms. I didn't know what it was at first, because I had imagined that the "the curse" would come in a red flood that would run out from under my desk and along the classroom floor. My mother gave me a pad, and explained how to attach it. Perhaps no one is still menstruating who remembers those horrible elastic belts with hooks in front and back. She was pleased and supportive; but I felt ashamed—I had been claimed by my tribe, marked irrevocably as a second-class citizen. I would be one of them after all. My tree-climbing days were over.

I certainly couldn't buck biology, and it didn't occur to me until much later that I could buck the social definitions that went with it. And so I began to behave accordingly. I tried to please my teachers, to look pretty, to act polite. I grew my hair, and brushed it. At school dances I waited in silent terror that I wouldn't be asked to dance. If asked, I danced in an agony of shyness, unable to think of anything to say. In high school, by a strange twist of fate, I was invited to a formal prep school dance by Joel, of Joel's Gang. We had barely spoken to each other since the third grade. We fox-trotted together, speechless

and miserable, no longer able to practice wrestling holds on each other.

All during college and into my twenties, I spurned athletic pursuits as being somehow for stupid people, especially if those people were female. Enthusiasm for physical activity had come to mean the opposite of smart, hip, and sexy. Physical exuberance was gone. I wore constricting undergarments. I hoped I wouldn't sweat, and that the wind wouldn't muss my hair. I now see *this* as my betrayal of my sex—this nice resignation, this alienation from the body called “femininity.”

Now I go to a gym and I lift weights. I want muscles—muscles that show. I like the way they look. I like to feel strong. I like to do the bench press, to shove that big heavy bar up off my chest. If I was wrestling with the bully, I probably couldn't push him off me, but I'd sure try.

As I get older I'm coming back around to where I was before puberty. I may not wear a boy's bathing suit again, but I'm urging myself to ignore what's considered appropriate. My body is no longer limber enough to climb trees, but it's a good time to cultivate a limber and unladylike mind.

I spent a huge chunk of my life trying to look attractive and more or less succeeding. The habit dies hard. Given a choice, I'd rather be pretty than ugly, but at this point the whole matter of physical beauty is becoming irrelevant—just as it was when I was nine—and in this there is some measure of relief.

For years, one of my noticeable features was a great mass of thick blonde hair. Then the time came when I wanted, as Yeats said, to be “loved for myself alone and not my yellow hair.” I cut my hair short, and now I own neither hairbrush nor comb. This cutting off has been both liberating and terrifying.

It's not just a question of how I look. There's the more important matter of behavior. When I was a tomboy, I organized cudgel tournaments. Now my creative projects are less athletic than when I was nine, but I try to rediscover that brave spirit, that determination to follow my heart. When I was nine I didn't waste my time being nice. I didn't do other people's laundry, or read the manuscripts of people I'd never met, for free, just as a favor. My nine-year-old self thinks it

might be fun to learn to play the drums, or go on retreat to a Benedictine monastery in northern California, where I can stay in a cottage made of a wine barrel and read about saints.

I'm grateful for my tomboy time, because, as my grandmother used to say, "old age is not for sissies." If I hadn't had all that practice climbing forbidden trees, I might slip more easily into loneliness and fear as I grow old.

The crone who's knocking at my front door is not a stranger—she's the girl in dungarees, her hair a glad tangle, come to guide me back to my bravest self. She says I never have to brush my hair again, unless I want to.

PART THREE



In the Realm of the Spirit

Tea with God



AS A CHILD, I worried about whether or not to believe in God. He was hardly ever mentioned in our family, except in my mother's exclamations, so I didn't know if he was real or not, but if he was and I didn't believe in him, I thought it would hurt his feelings. I decided to try and make contact, by making a place for him where he knew he'd be welcome. It was under a forsythia bush in our back yard, in the cave formed by its hanging branches. Inside that dim chapel, I cleared the ground of leaves and, though I didn't know what an altar was, I built a fairy table out of twigs and mud, about six inches high. I covered it with a tablecloth I made out of the heads of pansies, blue and purple, laid like overlapping shingles. I sat there in the close-to-dark, pleased with the holy place of mud I'd made. I wanted to talk to God, but I didn't know what to say, so I just sat there.

The next day I crawled back in and saw that the place I had fixed up for God was now alive with big black ants. They drove like tiny cars in a traffic jam across the top of the altar, dragging away with them large pieces of the pansy petals for their larder. They had wrecked it—it was gross, not holy at all. I didn't think God would ever come to this place even if he did exist.

When I was a teenager, I went to Quaker meeting and tried to talk to God there, but I only worried about my French homework. What was wrong with me? I found that if I closed my eyes and rolled them up inside my head, and aimed them at the place above my nose where Hindus put a red spot, I felt something new and strange—a vertigo, a lifting, verging on a headache. Could this be God? If so, he didn't speak to me, nor I to him, and after a while I gave up that method.

When my son Sandy was four, he said, "I just found out how you can see God." He was lying down in the back seat of the car (in the days before car seats), on the way home from nursery school. "You squeeze your eyes shut, as tight as you can, and you see a blue light, and that's God."

I tried it myself—later, of course, not while I was driving—but it didn't work for me.

When I began to practice Zen, it didn't matter any more whether I could talk to God or he to me—Zen people don't go in for that. It was a relief to stop worrying about God for a while, though now I worried that I didn't know how to meditate. It looked like I was meditating from the outside, but I was just sitting there, thinking random thoughts, and breathing. Nothing was happening. That's what I still do—just sit, and nothing still happens. By now I've gotten used to it. I've learned that that's what Zen practice is: "just sitting." Still, sometimes it feels lonesome.

I have no mate; I sleep alone. When I rise, I always drink a cup of green tea, and I watch the day begin. I brew the tea for four minutes in a red iron pot with dragonflies on it, and then I pour it into a white cup with a blue rim.

On Sundays I don't set the alarm. One Sunday not so long ago I opened my eyes to a foggy morning. The bed was warm, and I didn't have any place I had to go. I thought with pleasure about how good it was going to be to drink my tea. But the catch was, I didn't want to get out of bed.

I had no idea I was going to speak, but suddenly, to my surprise, I said out loud, "God, I have a favor to ask you. Would you bring me a cup of green tea?" It seemed a small thing to ask, especially when you consider that I had never really asked God for anything before.

Then God answered me, out loud, and that surprised me, too. His voice came out of my own mouth.

"I'm sorry, Sue," he said. "I would if I could, but I don't have the arms and legs the job calls for. But I completely support you in getting yourself a cup of tea. I'm with you all the way!"

I saw that he really wasn't going to do it. "But God," I said, "I don't have *anybody* to bring me tea in bed."

God said, "That's not my fault. The fact that there's nobody in the bed with you is the result of choices you yourself have made. Anyway, I'm right here. I'll be glad to go down to the kitchen with you."

I could tell that he meant it, and I was deeply touched. I tossed back the quilt with a burst of zeal, and swung my bare feet to the cold floor.

I heard God say, just under his breath this time, "You go, Sue!"

While the tea brewed, I had four minutes to think of the times when I *had* had a man in the morning bed, and as far as I could remember, no one had ever brought me tea on Sunday morning. Maybe I never asked.

I sat on the porch with the blue-rimmed cup in my hands. The tea slaked my thirst, and I just sat there, watching a squirrel who was eating the buds of the passionflower vine on the roof next door.

I Wasn't My Self



I WANT TO TELL YOU about coming apart, wanting to die, and returning at last to myself, and about how my Buddhist practice both helped and hindered me in this zigzag journey.

Although I was suffering from severe depression, I didn't call it that for most of the several years I was in and out of it. I thought depression was for lethargic people who lay around in bed all day. But my pain was as sharp as an ice pick. Restless in the extreme, I paced and paced, looking for a way out. The visible cause was the drawn-out and difficult end of a relationship. The invisible causes were old griefs and fears, and other conditions unknown to me. In my fifties, I fell down a rabbit hole in time, away from grown-uphood, into the helplessness of a two-year-old.

It's taboo to be depressed. When I was feeling really bad, I still went to work, though I was barely functional. If I had had the flu and had been in a fraction of the pain I was in, I would have called in sick. But I didn't call in "depressed." One day I threw into the computer's trash can a whole issue of the magazine I was editing, thinking I was saving it. Then I emptied the trash. I had to hire a consultant to look for it in the virtual garbage, and eventually I got most of it back. But it was myself I wanted to put in the trash.

Physical pain is hard to describe, and psychic pain is even harder. I was in intense, moment-by-moment pain, and all I wanted was to get away from it. The pain was in the thoughts, which I didn't, and couldn't, recognize as just my thoughts. (As Buddha said, "When, for you, in the thought is just the thought, then you shall be free . . .") A voice in my head repeated what I took to be The Truth: that I was completely alone, that I would never again love or be loved by another person, that "I" was nothing.

I spent hours every day on the phone. Once, during the forty-five-minute drive from my boyfriend's home back to Berkeley, I had to stop and call a friend from a pay phone by the side of the road, so that I could drive the rest of the way home, even though it was only another fifteen minutes away. Luckily she was home. "I just got off the

Richmond Bridge,” I sobbed. “I’m afraid I don’t exist. My body’s here, but there’s nobody in it.”

“You exist,” she said. “How could I love you if you didn’t exist? Come over right now and we’ll take a walk on the Berkeley pier.”

I’ve gained some understanding of what it must be like to have an invisible illness, like lupus, or chronic fatigue syndrome. I wished I could wear a sign around my neck—“I might look OK, but I’m sick!”—so people wouldn’t expect me to be functional.

I couldn’t eat—a common symptom of depression. It wasn’t just loss of appetite. Chewing itself was unbearable. A blob of bread was scary because it got in the way of breathing, and breathing was already hard enough to do. Liquids were more manageable. It occurs to me now that I’d regressed to the stage before I had teeth, when the only kind of eating I could do was sucking. So now I drank hot milk with honey, and Earl Grey tea. I lost a lot of weight, something I’m always trying to do when I feel “normal,” but I was too downhearted to take any pleasure from it.

Like many other depressed people, I didn’t sleep well. I clutched my pillow and called out to the flapping curtains for help. I took sleeping pills—sometimes they worked, sometimes they didn’t. I couldn’t read my way through the sleepless patches of the night (or during the day, either, for that matter) because I couldn’t get past the fear to concentrate on anything.

Waking in the morning was the worst of all. The moment consciousness returned, the pain came with it. *Oh no! I have to breathe my way through another day.*

I didn’t like getting into the shower because I didn’t want to be alone with my skin. To feel my own skin and imagine that nobody would ever touch it again was unbearable. Better to swaddle myself in layers, no matter what the weather, so the skin didn’t have to notice it was alone. I remembered a pale young woman who had lived next door to me years before, who began to wear more and more layers of clothing—a skirt over her pants, a dress over her skirt, a long shirt over her dress, then a sweater, a long coat, a cape, a hat—in Berkeley summer weather. Finally her father came and took her away to a mental hospital.

One of the worst things about being so depressed is that one becomes totally self-absorbed. I could hear other people only when they were talking to me about *me*: recommending homeopathic remedies, interpreting my dreams to me, telling me they loved me.

During my depression, one of my adult sons had a serious bicycle accident, and my fear for his well-being snapped me out of my self-absorption for the five days that he was in the hospital. I sat all night in a chair beside his hospital bed, hypervigilant, watching him sleep. I put a cool cloth on his forehead. I prayed to whomever was listening, making a promise I couldn't keep: not to be depressed if only he would be all right.

He came home to my house from the hospital, with one leg in a full cast, because he needed to be taken care of for a little while. It was summer—he sat on the back porch of the house he'd grown up in, in the sun, and I washed his back.

One day I walked into the living room where he was reading on the couch, and he said, "My God, what's the matter? You look like a ghost!"

Dry-mouthed with panic, I told him I had to go see my boyfriend; we had to decide *right then* whether to break up. "Do you think I should stay with him?" I asked.

My son looked at me with an expression I'll never forget—a mixture of despair and love. "I don't know how to help you any more," he said. "I don't think you should be driving, in the state you're in. Can't you stay here and be my mother?"

But I couldn't. I drove out to see the man, compelled by an irrational sense of urgency, with my son's stricken face burning in my mind.

I had been a Zen Buddhist practitioner for many years, and I assumed that my meditation practice would steady me. What could be more comforting than forty minutes in the peaceful, familiar zendo, with the sweet smell of tatami straw matting? But it didn't help. This is what I want to say: at times it made things worse. The demons in my mind took advantage of the silence. They weren't real demons, but they didn't care whether they were real or not; they tormented me anyway.

My Buddhist teachers encouraged me to keep on sitting zazen. “Just watch the painful thoughts arise,” they said, “and watch them pass away again.”

When I sat down on a zafu, the painful thoughts arose all right, but if they passed away, it was only to make room for even more painful thoughts. *I’ll die alone.* And, adding insult to injury: *I’m the worst Zen student that ever was.*

When I told one of my teachers I was disappointed that zazen didn’t make me feel better, she said, “You don’t sit zazen to *get* something. You sit zazen in order to sit zazen. If you want zazen to make you feel better, it won’t work.” But didn’t Buddha invent Buddhism in the first place to alleviate suffering? Did all those other people in the zendo *really* get up out of bed at five in the morning for no particular reason?

Still, I kept going back, hoping that if I meditated hard enough I’d have some sort of “breakthrough.” In the past, sitting in the zendo, I, too, had had the experience of watching my worries turn to dry powder and blow away. So I signed up to sit *rohatsu sesshin*, the weeklong intensive meditation retreat in early December that commemorates Buddha’s enlightenment. He sat down under the bodhi tree and vowed not to get up until he saw the truth. It took him a week. I had sat many sesshins before, but maybe this would be my week.

The first day was bad. I cried quietly, not wanting to disturb the others. The second day was worse. Tears and snot dripped off my chin onto my breast. I hated myself. *Nobody else will ever love me!*

“Bring your attention back to your breathing,” my teachers had advised me. This was like telling a person on the rack, whose arms are being pulled out of her shoulder sockets, to count her exhalations.

And yet I wasn’t on the rack. I was in the familiar zendo. Around me sat my dharma brothers and sisters, hands in their pretty mudras. As for *my* mudra, I dug the nails of my left hand deep into the palm of my right hand, feeling relief at the simple physical pain, and momentary proof of my existence.

On the third day, during a break, I snuck away to a pay phone down the street and called my sister in Philadelphia. Choking on my own words, I told her I didn’t know who I was. I wasn’t exactly con-

vinced by her reassurances, but just hearing her voice was some comfort.

The fourth day was worse yet. The distance between me and the people on either side of me was infinite, even though their half-lotus knees were only six inches away from mine. I thought of the man who wasn't going to be taking care of me after all. *I'm nobody*, I thought. *There's nobody here at all*. This feeling of no-self was supposedly the point of meditation, and yet I had somehow gotten onto the wrong path. While a nameless pressure mounted inside me, the people around me just kept sitting zazen. I couldn't stay another second—I left without getting permission from the sesshin director.

Driving away from the zendo in the privacy of my car, I shouted: “This is the worst day of my life!” (There would be other days after that when I would say it again: “No, *this* day is worse.”)

I drove into Tilden Park and walked into the woods, where no one could see me. I screamed and pulled my hair. I lay down on the ground and rolled down the hill, letting the underbrush scratch and poke me. I liked having leaves get stuck in my hair and clothing. It made me feel real. I picked up a fallen branch from a redwood tree and began flailing myself on the back. The bodily pain was easier to bear than the mental pain it pushed aside.

But I scared myself. How could I be spending my sesshin afternoon beating myself with sticks in the woods? How had it come to this?

I picked the leaves out of my hair and went home. The next morning, the fifth day, I called the Zen center and said I wasn't feeling well—an understatement if there ever was one—and wouldn't be sitting the rest of the sesshin. I didn't sit zazen for some months after that.

I thought I had failed in my practice—decades of it!—and was bitterly disappointed in myself. Only later, after the depression subsided, did I see what a growth it was. Choosing not to sit was choosing not to be ruled by dogma, to be compassionate with myself, to take my spiritual practice into my own hands.

Buddhism teaches that we have “no fixed self.” There is nothing permanent about me. During the depression, I wasn't my “self,” as we say. I didn't seem to have a self at all, in a way that cruelly mimicked this central point in Buddhist teaching. You'd think that it would be

painless to have no self, because without a self, who was there to be in pain? And yet it was unbearable. Like a wind-up doll, I went stiffly through the motions of being Sue Moon, but there was no person present, no aliveness—only a battery that was running down.

I felt angry at Buddhism: *You told me there's no fixed self, and I believed you, and look where it got me!* I knew the yang of it but not the yin—the balancing truth that there was no separation.

I couldn't have gone on like this indefinitely; I was tearing up the fabric of my life. As I was weeping to a friend on the phone one afternoon, speaking my familiar litany, she suddenly shouted at me: "Stop it! You've got to save your own life! You've got to do it! Nobody else but you can save yourself, and you *can* do it! You just have to be brave. That's all there is to it." This was an important phone call: she startled me into finding a stick of courage, and I held onto it by reminding myself of her words.

Still, the misery continued, and I finally decided to try medication. I had a lot of resistance to overcome. I thought my unhappiness had two parts: negative circumstances in the outside world, which an antidepressant obviously couldn't fix, and negative attitudes inside my head, which I thought my Buddhist practice should take care of. And after all, the monks of old had managed without SSRIs.

But I had to do something different to save my own life, as my friend had said, and medication was something I hadn't tried. I consulted a psychiatrist, who prescribed a common antidepressant. I took it for about a week and felt much worse, though I wouldn't have thought it possible to feel worse a week before. The psychiatrist had me stop that brand and try another. I felt it kick in after a couple of days. I didn't feel drugged; rather, as though a deadly fog was lifting.

The antidepressant I was taking was supposed to be good for people who have trouble with obsessional thinking, and I seem to be one of those. The medication did what zazen didn't do—it quieted the voices in my head: "I'm lost. I'm nothing." It didn't shut them up entirely, but they were no longer screaming, and I was sometimes able to tune them out.

As to the monks of old, I now wonder if some of them obsessed their lives away in misery and if others left the monastery because they couldn't concentrate. Buddhist history doesn't tell us about the

ones who tried and failed, the ones with attention deficit disorder or clinical depression.

One day, offhandedly, I signed up for a beginning photography class, without thinking much about it. Perhaps a deeper intuition told me that this would be another door out of my misery. I'm a writer, but words failed me in the worst times. Taking pictures required me to look outside myself. It didn't matter whether I had a self or not, the light kept right on shining, laying itself out on surfaces, like a Tibetan monk doing full prostrations. The world gave itself to me, wordlessly, through my camera. I remember my elation as my first print swam into the red glow of the darkroom at the community art center: my nieces, one big, one little, standing in the kitchen doorway in the sun, in overalls, grinning. I didn't have to understand myself. I didn't have to make anything. My camera led me to what was already beautiful. Learning a new skill made me feel alive.

I was also learning to trust myself. Taking an antidepressant and stopping sitting were acts of faith in myself. So, too, I learned to construct my own spiritual practice.

Every morning, as soon as I got out of bed, I lit a candle on my little altar, and offered a stick of incense. I made three full bows, then stood before the altar, my palms pressed together, and recited out loud my morning prayers, starting with a child's prayer a Catholic friend had taught me:

Angel of God, my guardian dear,
To whom God's love commits me here,
Ever this day be at my side
To watch and guard, to rule and guide.

It was comforting to ask somebody else, somebody who wasn't me, to help me. Prayer was something I missed in Zen practice as I knew it, so I imported it from Christianity, and other Buddhist traditions. I prayed to Tara, the Tibetan goddess of compassion, to fly down from the sky, all green and shining, into my heart. I prayed to Prajna Paramita, the mother of all Buddhas, who, as the Prajna Paramita Sutra tells us, "brings light so that all fear and distress may be forsaken, and disperses the gloom and darkness of delusion."

Then I took refuge in Buddha, dharma, and sangha, saying the words out loud, whether I felt anything or not.

That I had shaped this practice for myself gave me confidence. And the early morning incense smoke, though it was thin and drifting, provided a hint of continuity for my days. They seemed, after all, to be days in the same life. One person's life—mine.

Now I can say this: there are times in life when nothing helps, when you just have to feel terrible for a while. All you can do is go through the agony and come out the other end of it. It's a gift, in a way, to hit the bottom, though it didn't feel like a gift at the time. If you lie on the grass, you can't fall down.

There's a saying in Zen that "inquiry and response come up together." Perhaps that's what prayer is. To make an inquiry is already to get a response, because asking implies that there's something else there. And there's not even a time lag. The moment you're asking for help, you're already getting it, though it may not be the help you thought you wanted.

Once, when I called Zen teacher Reb Anderson in despair, he came to Berkeley to see me. We sat on a park bench in a children's playground, and he told me, "The universe is already taking care of you." I said this mantra to myself over and over: "The universe is already taking care of me."

A turning moment came at the end of a hard summer while I was visiting friends on Cape Cod. One late afternoon I walked barefoot and alone down the beach and into the salty water. There were no people about, so I took off my bathing suit in the water and flung it up on the sand. I swam and swam and felt the water touching every part of me. I was *in* it—no dry place left. I wasn't afraid to be alone with my skin because I wasn't alone; there was nothing, not the width of a cell, between me and the rest of the universe. I did a somersault under the water and looked up at the shiny membrane above me. My head hatched into the light, and I breathed the air and knew that I would be all right. No, not *would be*, but *was already*. I was back in my life.

Now, many years out of the desolation, I still don't know why I suffered so much, or why I stopped. I can neither blame myself for the suffering nor take credit for its cessation.

I sit again—I mean in meditation—but not as much as I used to. I also bow and chant and pray. I stopped taking the antidepressant, though I'd return to it without shame if I thought it would be useful.

I practice curiosity. Curiosity doesn't sound like a very spiritual quality, but I mean it so. What is it to be born a human being? What does it mean to be embodied in your separate skin? There are many paths out of the delusion of separation besides having a boyfriend—things like writing and swimming, for example. And there's studying this human life. You could call it Buddhadharma, or you could call it something else—it doesn't matter.

I'm now willing to admit that I sit zazen for a reason: I want to understand who, if anybody, I am and how I'm connected to the rest of it. And yes, I want to stop suffering and I want to help others stop suffering.

I've gained some confidence from surviving those terrible years, and the older I get the easier it becomes to follow the good advice of the bumper sticker: "Don't believe everything you think." There's steadiness in age.

You Can't Take It with You



AND WHAT YOU LEAVE behind should be sorted into boxes and neatly labeled.

The old house I've lived in for over thirty-five years has an attic, right under the roof. I can stand up easily under the peak, but the roof slopes down on the sides and I have to be careful not to puncture my scalp on the sharp ends of the shingle nails that come right through from the other side, as I'm foraging for a pair of mittens in a box of snow clothes.

To get to the mittens I might have to push aside boxes of books and papers, my grown sons' childhood collections of bottle caps and souvenir spoons, the pinhole camera I made in a weekend workshop, a box of vinyl record albums, or my rusty bookbinding tools. When I'm downstairs in the relatively uncluttered living room, I can feel these possessions pressing on me from the other side of the ceiling. They are heavy and growing heavier; I fear they are making baby boxes at night when I'm not looking.

Every few years I make a stab at it. This time I've hired my niece to help me. We pull the boxes one by one from the shadows, and we sit on milk crates and examine the contents. Some of the boxes are chewed at the corners and one has a nest made of a shredded high school yearbook. The rats were persuaded to depart years ago by an exterminator, at no small expense to me, but we find a few unsprung traps, still baited with dried-up peanut butter, in the corners of the eaves.

From a box full of unsorted letters I pull one out at random; it's from a homesick child at camp. I lose my bearings, the past tugs at me. Do I owe it to my children to keep these things? Do I owe it to my children to throw them away? Feeling weak and demoralized, I label the box: LETTERS TO SORT, and my niece pushes it back under the eaves and pulls out the next one.

When I was a child, I played in my grandmother's attic, dressing up from the costume trunk and playing with the old doll's house. When my grandmother was a child, she played in that very same attic—it was *her* grandmother's attic. After my mother died, my siblings

and I had to deal with the contents of the attic—boxes of letters that went back five generations and a trunk of antique dresses. We gave the letters to a historical library, and the dresses we brought to a family reunion, where we had a fashion show. We older ones watched while the young women of the family—nieces, daughter-in-law, nephew's girlfriend—walked out one at a time onto our makeshift runway in the middle of the living room and modeled the dresses: Cousin Lizzie Wentworth's taffeta traveling dress, Grandma's flapper dress, Aunt Bessie's purple lace ball gown. They sashayed, they paused, they held up their trains, they lifted their chins coquettishly, and they brought the old dresses to life. When they returned to their various homes they took with them the dresses they wanted.

I watch the various ways my contemporaries cope with objects as they get older. One friend, each year at her birthday party, requires of her guests that they choose one of her books to take home. A negative example is provided by the friend who can't stop acquiring things. He loves tools of every kind, and whenever he drives past a broken toaster oven, he stops to put it in his trunk. "But you already have a broken toaster oven!" I exclaim.

"I can fix it. Someone might need one." His friends now give him their broken bicycles and old lamps, saving themselves the trouble of carting them to the dump. There's only a narrow path through his living room, between piles of things he's scavenged from the curbside trash. Sometimes, it's true, he fixes an old weedcutter and gives it away, but he himself admits that the situation has become unmanageable and he's almost given up trying to gain control.

My sister sold her house in Berkeley a year ago. She put all her possessions in storage except for what she could fit into her car, and she drove with her dog to New Mexico and rented a tiny house in the desert. She likes the simplicity of her life there. She has pointed out to me that I could put my belongings in storage, too, if I want a simpler life. I wouldn't even have to go to the trouble of moving—I could just stay on in my nice bare house. But there's the cost of storage to consider.

I have posted a sign on the wall over my desk: "Don't think for a minute you're not going to die." Believe it or not, this sign makes me

happy every time I notice it. It invigorates me, like a slap on the back from an old friend, reminding me that I'm not dead yet.

A couple of years ago, I joined a group called a "Year-to-Live" group. Ten of us and our skillful leader met once a month for a year, pretending we only had a year to live, in order to practice being fully alive, not sweating the small stuff, letting go of extras.

One of our last assignments, to help us practice letting go, was to give away something that was precious to us. After all, we'll have to give away every last thing in the end. We each drew our secret Santa name out of a hat. I liked Michael, the young man whose name I drew, and I walked around my house with him in mind, looking at the special objects on shelves and windowsills, and I finally settled on a Japanese tea bowl. My grandmother had gotten it long ago in Japan, and it always sat with pride of place on the mantelpiece in her living room. When she died, I asked for that cup. My mother was at first reluctant, feeling the cup should stay in its spot on the mantel, but my sister persuaded her, saying, "Give it to her! She's a Zen Buddhist—she needs a Japanese tea bowl."

Before I wrapped the tea bowl up for Michael, I felt the cool round clay in my hands and admired the mottled brown glaze one last time. It was a stretch to let go of it, but that was the point, wasn't it? Generosity surged in my breast; I was proud of myself.

At our final meeting, we went around the circle opening our gifts, and each giver told the story of the object. Michael loved the bowl—he said he looked forward to drinking tea out of it. I was the last person to open my gift, and it turned out that Michael, by coincidence, had drawn my name. My gift from him was a smooth stone about two inches wide with the word *gratitude* and a daisy painted on it. While Michael told the story of how he had bought the stone one special weekend when he and his girlfriend were on a yoga retreat in the desert, how that was the very day they decided to marry, how he always kept it on his altar, I was thinking, "*Gratitude* indeed! So this is what I get in exchange for an ancient Japanese tea bowl!"

Deeply shocked by this upwelling of mean-spiritedness, I placed the gratitude stone on my own altar at home, thinking to keep it there as a training device until I could look at it and actually feel gratitude. I reminded myself that the stone was probably just as precious to

Michael as the tea bowl was to me. But it wasn't working—the more I looked at it the less grateful I felt, and it was a relief, finally, to give it to the Goodwill store along with some old sweaters. I'm OK about the tea bowl though.

The Zen poet Ryokan lived in a simple hut in the mountains of Japan. The story goes that a thief came to his hut one evening and found nothing to steal. Ryokan came home and caught him. "You have come a long way," he said to the thief, "and you shouldn't leave empty-handed. Please take my clothes as a gift." The bewildered thief took the clothes and slunk away. Ryokan sat naked, watching the moon, and wrote the following poem:

The thief left it behind:
the moon
at my window

When he was an old man, Ryokan and a young nun named Teishin fell in love, and they exchanged letters and poems. In Ryokan's very last years she moved to a hut nearby and took care of him. After Ryokan's death, their correspondence was published along with his collected poems. Luckily for us, Ryokan must have kept all Teishin's letters in a shoebox in the corner of his hut.

My niece and I have looked inside all of the boxes in the attic. Some we got rid of entirely. Some we condensed. All are labeled, even if only with the words PAPERS TO SORT. I may have another crack at them one of these days, but in the meantime, I'm letting go of letting go. And inside each box of papers I've put a note that says, "Feel free to throw this away."

The Secret Place



WHEN I WAS A CHILD, I found a secret place in the bayberry bushes. It was summer, when my family floated free from the known world, the world that was measured by carpools and sidewalks, and went to the seashore. I was lonely there, alone in my separate self, in my dungaree shorts, with dirty knees and poison ivy between my toes.

I would put my jackknife in my pocket and wind my way through a scratchy gap in the bushes into a clearing the size of a small room, an almost flat place on the flank of a hill, overlooking Menemsha Pond. The bayberry bushes were taller than I was, and my parents couldn't see me from the house. They didn't even know the secret place existed. But I could see far across the water to the shimmering dunes of Lobsterville.

In this bushy room I practiced cartwheels and handstands, turning the world upside down. I sat on the grass and whittled sticks. I could see time passing by watching the sails move across the pond.

Back in the house, my father was depressed, shut up in his study writing something all the time. My mother tied her hair up in a bandanna and tried to keep us kids from bothering him. My little sisters chased each other around the house, screeching. I felt the tension of our family life, a sadness I couldn't cure, couldn't even name as sadness.

I lay on my back on the ground that was crunchy with lichen, while the sky did cartwheels around me. As the day came to an end, the sun's light turned a thicker and thicker yellow, and clouds rushed away from me into the void on the other side of the horizon and disappeared. This daily ending, staged with the smell of the bayberry and the crying of the gulls, gave me a lump in my throat—a shout I couldn't shout out.

I had no playmates my own age and we had no near neighbors—my schoolteacher father liked to get away from people in the summer. My sisters were considerably younger than I was, and they were occupied with each other. But it wasn't just someone to play with that I wanted—it was being part of something bigger than me.

I read Howard Pyle's *Robin Hood* and made plans to start a Robin Hood club when we got back to town in the fall. My friends and I would learn to fight with cudgels, and we'd defend the little kids in the neighborhood against the bullies. I would be Little John, who was big and kind, my favorite of Robin Hood's band. I found a big stick of driftwood on the beach and practiced air-fighting with my cudgel—I made it sing as I swung it through the air.

Books from the public library were company. One summer I went through all of Louisa May Alcott's novels, in their plain cloth library bindings stamped in gold on the spine. I went kite flying with Jo and her boys in *Jo's Boys*, and then with my own family in what's called real time, on a day when my father wasn't so depressed. He was the captain of the kite, a big green one we called the Green Dragon; he was a sailor, and this was another kind of sail. We got the kite aloft, and it grew smaller and smaller as it rose closer to the half moon. Then my father held onto the spool of string and we walked down the hill, climbed into the rowboat, and pushed off from the beach. My father let me put on garden gloves and hold the string while the kite pulled us, frictionless, across the pond. It was magic, as if God himself was up there in the air pulling us along, though my parents didn't speak of God.

I wondered about God. I wondered who I was and what I was doing there. Why was there only my one small self inside my head, serving a life sentence in the solitary confinement of my skull, looking out of my eye sockets? It didn't make sense.

The summer I was ten I had insomnia, although I didn't know that word, and I was afraid I was going to die for lack of sleep. I lay in my bed listening for the ship's clock as it chimed the watches of the night. Eight bells for midnight. The worst thing about the loneliness was that it was unspeakable. I couldn't describe it or explain it. Nothing was wrong, but I was lost. Two bells meant one in the morning. I tiptoed into my parents' room. "I can't go to sleep," I said.

I wanted to get into bed with my parents, but I didn't dare ask. I was too old. My mother told me to imagine sheep jumping over a fence and to count them. It seemed like a dumb idea that had nothing to do with the fear that kept me awake, but I was willing to give it a

try. “If you get up to a hundred sheep and you’re still awake, come back,” she said.

I did—I got to a hundred, easy. “Could a person die from not sleeping?” I asked my mother. “No,” she said, “No one ever died from not sleeping. Why don’t you read your book, sweetie?”

Back in my bed I read *Under the Lilacs*, about an orphan boy and his dog, and how they ran away from the circus. Four bells for two in the morning—I saw the curtains shifting like breath in the moonlight. Six bells for three in the morning, as the moonlight faded and pulsed again in a silent, scary whoosh—caused unbeknownst to me by a passing cloud—and then I must have slept, because I never heard the end of the night watch.

In the morning I walked barefoot to the secret place, watching out for poison ivy. I wanted the soles of my feet to be as tough as an Indian’s by the end of the summer. There had been a light mist in the night, and so the pale green lichen was wet and soft. I imagined myself an orphan in the wilderness. I would have to gather berries and build a shelter for myself in order to survive. I made a little one first, for practice. I snapped off some twigs from the bayberry bushes and whittled away the little bumps. When I had a nice pile of smooth twigs no more than six inches long, I constructed a lean-to with them, using long grass to join the twigs at the joints. I put some stones and shells from the beach inside it, to serve as chairs and tables for the fairies. I didn’t exactly believe in fairies, but I assumed there were unseen forces in the universe and I wanted to contact them. They were either very small or very large.

When I lay on my stomach and stuck my face into the sweet-smelling grass, I saw a little red dot that revealed itself to be a spider when it crawled up a blade of grass. To that spider I was as big as a whole world. Then I rolled over on my back, being careful not to crush the spider, and looked at the clouds—the layers of them, some so far up that they made the near clouds seem to move in the opposite direction. Compared to them I was a little red spider. I was microscopic and huge at the same time.

I practiced handstands, and the more I practiced the longer I could stay up. I liked the part where I kicked up the second foot, when the momentum took over and inverted the world. In those days I didn’t

need a wall to practice against, as I do now in my yoga class. I wanted to be able to walk on my hands. I could take the first step—could pick up my right hand and quickly put it down again a few inches forward before I fell—but I wanted to take a second step with the left hand. Patiently, I practiced. It seemed important. When my shoulders got tired, I sat on the grass to rest and rearranged the fairies' furniture in their lean-to. "OK, fairies," I said. "Watch me walk on my hands." I swung my feet up against the sky and this time I took two steps with my hands before I came down. I gave a whoop. Robin Hood would be proud of me. Maybe I'd even join the circus.

My parents didn't worry that I was wandering around exploring the natural world by myself; they knew I would follow their only rule: not to go swimming alone. The only other local hazard was poison ivy. They didn't know I was full of longing for something I couldn't name, because I didn't tell them.

"Susie! Time for lunch!" came my mother's voice. The other world was calling, the middle-sized world.

As I get older, I find myself coming back to childhood's yearning. I both seek solitude and fear it, just as I did at ten. Upstairs in my study in the quiet house, I'm drinking my green tea and sitting sideways in my favorite chair, with my feet hanging over one arm like a teenager, looking out the window at the redwood tree. I'm wondering who I am and what I'm doing here in this bag of skin, as the old Chinese Zen masters called it. Why am I *still* the only one inside?

Twice, I wasn't alone in my body. I could feel the company inside as I watched the bulge of a foot move across my belly. I liked having someone else with me, for a change, in the small apartment of my body, though of course I liked it even more when each of the babies came out to meet me.

If I had a partner I expect it would take the sharp edge off the longing, but I'm talking about something other than being single here, a more essential separation; I'm not talking about being alone in my bed—that's another conversation—but about being alone in my head.

I sit in meditation at home and I go out to sit with others in Buddhist practice places. Sometimes I sit in the teacher's seat, sometimes I sit in the seat of a student, and always I sit in longing. In that slow

turn between the outbreath and the inbreath, the question sometimes arises: “How do I get out of this separate self?”

In the Zen tradition we usually face the wall and so can't see each other. When I sat recently with people from the Theravadan tradition, we sat in a circle facing each other with our eyes closed. I snuck a peek at the others, all of them seeming to sit so peacefully, and I thought, “What are they all doing and how do they know how to do it?” A wave of longing vibrated in my blood like a shot of brandy, and I felt hot prickles all over my skin. I said to myself, “Hello, longing. I know you.” And in that moment I suddenly felt happy. I liked the prickles. And for the hundred thousandth time, I returned to my breathing, letting the air in the room come into my lungs like the tide—the same air that was flowing in and out of all the other bodies in the room, joining us together. Longing is its own satisfaction. It's already complete.

All my life I have felt this longing. I guess it's how I travel in the world; it's what takes me where I'm going.

The longing for connection calls forth a life of connection. The longing that took me to the secret place in the bayberry bushes is the same longing that has taken me, as an adult, to spending months in a monastery; joining a voter registration drive; and setting the table for family and friends. My small self continues to reach for something beyond myself. The girl practicing handstands in that secret place is still with me, keeping me company. If that little kid can bear the longing, I can bear it. I remember that this is who I am, the one who wonders.

Talking to My Dead Mother

WHEN MY EIGHTY-FOUR-YEAR-OLD mother was in the hospital after a car accident, I flew to Chicago to be with her. In my hasty departure, I took no other shoes but the ones on my feet, and they fell apart the day I got there, as I hurried across the hospital parking lot. The next day, oddly, a new pair of shoes arrived at my mother's apartment. She had ordered them for herself from a catalog. The black leather walking shoes fit me well; sturdy and comfortable, they were just what I needed. I told my mother that I was borrowing her new shoes until she got better, but she never did.

I've been wearing them almost daily ever since she died. I've taken them twice to my local shoe repair shop in Berkeley to have the Velcro fastenings replaced. I feel superstitious about them. I don't want them ever to wear out, but of course they will.

When my mother died, I became an orphan. At sixty-three, I was too old to feel like a waif, and yet I did. When I was a child, my friends and I played orphan games; we were playing, I now suppose, at what we feared the most. We were brave and strong. Shipwrecked without any parents on the desert island that was my back yard, we lived in imaginary tree houses, tamed palomino horses, made hammocks out of vines, gathered wild bananas and raspberries to eat—it was a great life. But being an orphan isn't like that at all; since my mother's death, I haven't done any of those things.

And, in a strange contradiction, the very event that turned me into an orphan also turned me into a matriarch. At my nephew's wedding, with our large extended family, I was the oldest person there. How could this have come to pass?

I'm the first of four siblings, and now both parents are gone, as well as all the aunts and uncles. The generations have rolled over: two months before my mother died, my granddaughter was born, the first of her generation in my family. For many years, the word *Grandma* was synonymous with my mother, who adored and was adored by her nine grandchildren. Yet I'm the grandma now. Everyone has to get up out of their chair and move over one notch. I'm sitting in my mother's

seat, sometimes literally. I have her beloved “steamer chair” on my back porch, and I like sitting in it on warm days.

I’m also wearing some of my mother’s clothes. When my sisters and I were going through her closet after her death, I took shirts and sweaters that would have been too Mother-Hubbardish for me before: a blue denim shirt, for example, with daisies embroidered on the bodice. Some impulse of loyalty to my mother makes me like it, and besides, it’s comfy, and comfort trumps style these days. I also took a pair of black leather gloves, and a black wool jacket with brass buttons, made by Tibetan refugees. Sometimes, walking down the street in Berkeley on a chilly day, I look down to see that my body is embraced by my mother’s coat, my mother’s gloves, and my mother’s shoes.

As an adolescent, I used to resent being closely identified with my mother. I went to the same small girls’ high school that she had attended twenty years before me. Two of my teachers—an English teacher and a Latin teacher—sometimes called me by my mother’s name, “Alice.” In my senior year, I was glad to be chosen as the editor of the high school literary magazine, except that my mother had also had that job, and I was afraid that I might be under some kind of spell to live her life over again. But hadn’t I come into the world to be a different person?

After high school, through various adventures and misadventures of my own, I clearly established that I was *not* my mother, and I stopped worrying about it. But now again my identity overlaps with my mother’s. Sometimes people tell me I look like her, and now that she’s gone I don’t mind it as much as I used to. I’m not happy, though, about all the food stains I’ve been getting on my shirts, just as my mother did—spots of yogurt on the front and smears of chocolate ice cream on the cuffs.

It’s strange how family likeness rises to the surface later in life, especially after a parent dies. My sisters, too, increasingly resemble my mother, and after my father died, my brother quite suddenly came to look startlingly like him. After my paternal grandmother died, my aunt took on my grandmother’s face and form. She even seemed to foster the likeness, cutting her hair in a short gray wave as my grandmother had done and wearing what could have been the very same

navy blue skirt and matching jacket my grandmother wore. Once, seeing her at a family gathering after an absence of a couple of years, I thought for a frightening moment that she *was* my dead grandmother. Perhaps our DNA is a time-release capsule, and at a certain stage the genes kick in to say: this is how the people in your family look when they get old.

I miss my mother more than I expected to. I'm also sad that she died because of an accident, before she was quite ready to go, and that her last three weeks were spent in the hospital, painfully encumbered by machinery that tried, and failed, to save her life. I want my sadness to be erased—for her to stop being dead, or for me to stop minding—but no such tidiness is likely to come while I'm alive.

And I'm finding out something surprising: even after my mother's death I still have a relationship with her, and it's a relationship that can change, even though she keeps on being dead. How I relate to her now is up to me.

I have a friend who used to take her father to a waterfront park in Berkeley and sit with him on a particular bench to look at the view. He died fifteen years ago, and she still goes there to sit on "Bubba's bench" and talk to him. After my mother died, I hung a photo of her in the stairwell of my house so that I meet her face to face every time I come downstairs. Sometimes I hear myself saying out loud, "Hi, Mom."

My mother had published several books of poetry with small presses, and at the end of her life, she wanted to publish a collection of her autobiographical short stories. She asked me to be her editor, which I was glad to do, so I helped her choose which of her stories to include, and I made suggestions as to how she might revise them. She also wrote some new stories for the collection. We had a good time working on this project together; I respected her writing and was moved by the life she told of in the stories, and she trusted my editorial responses.

A year before my mother's death, I took her to a writing workshop taught by an old friend, at Glenstal Abbey, a Benedictine abbey in the west of Ireland. It was our last big adventure together. There were only seven students: my mother and myself, four literary monks from the abbey, and a woman from Dublin. My mother worked on her last

story there, about her painful marriage to my father, and she bravely read a piece of it aloud to the group each day when it was her turn. It was brave because the story told of intimate marital unhappiness, and the group included both celibate monks and her daughter. Everyone listened hard and gave her helpful feedback, and all that week she threw herself into her work, rewriting by hand because she didn't have a computer there, cutting and pasting with scissors and tape. One of the monks, with whom she fell quite in love, made photocopies for her in the library. It was a good story, and she made it better.

At mealtimes I pushed her in her wheelchair down the gravel path to the refectory—it was slow going, crunching through the gravel—for blood pudding, brown bread, and tea in bowls with the monks. Evenings, in the late sunlight of the Irish summer, I took her to the walled garden, and she sat on the stone edge of the raised lavender bed and leaned into the smell.

The only moment of tension between us came one morning when my mother said, “I like your hair so much better when you brush it back.” It was a familiar refrain, but this time I took it as a compliment, as I had just finished brushing my hair in the bathroom.

“Thank you,” I said.

“No,” she said, “not like that. Can't you just brush it back?” I was outraged, but later, looking at photos of myself on that trip, I saw that my hair was indeed unruly. I didn't cut my hair short and neat, getting it out of my face as she always wanted me to, until after her death. It must have been unconscious filial perversity that made me withhold this satisfaction from her. If she could only see my hair now, she would finally approve.

I was in her room in the abbey guesthouse when she received a call from an old man in Chicago who had shortly before become attentive to her. From across the room I could hear his voice at the other end of the line, on the other side of the Atlantic Ocean, shouting, “I love you!”

“Me, too,” she said, too embarrassed in my presence to say the words back. She didn't know I'd heard his words, or that I was pleased by them, for her sake.

Soon after the trip to Ireland, my mother finished her revisions of all the stories, and it was left for me to do the final editing. I was mak-

ing slow progress, because I was working on another editing project.

“When are you going to finish editing my book?” she asked me, every time we spoke.

“As soon as I finish this other project,” I told her.

And then I did finish editing the other book, and I turned my full attention to my mother’s book. I had just sent her my final edits when she was in the car accident that caused her death three weeks later.

I felt terrible that I hadn’t finished the book in time for her to see it in print. But this is what happens when people die. Death interrupts life. Some process is going on, some piece of business, large or small, is unfinished, some words still unspoken, a letter unsent, a cup not yet washed, a shirt on the bed waiting to be folded.

I promised my mother in the hospital that I would finish the editing and publish the book, and so I did. When it came back from the printer, I opened the box with excitement and pulled out a copy, with a painting by a friend of my mother’s on the cover. I held it, and it was perfect. My hands ached to complete the gesture—to put the book in my mother’s hands.

I reassure myself that the pain of not finishing this project before she died is more mine than hers, for she had finished her work on the book, and she seemed to be focused on other concerns as she was dying: on her family and close friends, on breathing. Besides, putting the book together and getting it published gave me a way to work closely with my mother even after her death. She was a quieter collaborator than she had been when alive, but I continued to feel her presence as my siblings and I gave readings and sent the book out into the world, where people appreciated it.

My mother stopped taking care of her children in the ordinary sense long before she died; we have been grown-ups for a long time now. But she encouraged me and gave me comfort. She always wanted to hear from me, she always wanted to see me, and she admired whatever I did. As long as she was alive, I could keep on hoping that when I was having a hard time she could somehow make it better. Now that I’m an orphan I have to admit she isn’t going to step in anymore.

I wish I had been better able to offer her comfort in return. She didn’t ask for it often, but it was hard for me to listen to her when she

was unhappy about something. As the mother, she was the one who was supposed to comfort me. I jumped too quickly to “Oh, it couldn’t be that bad, I’m sure he didn’t mean to hurt your feelings,” and this made matters worse because she felt dismissed.

As I experience some of what my mother went through when she grew old, I sympathize with her in a new way. I realize in retrospect how little she complained, in spite of serious problems like the disabling pain in her back that limited her walking. Paradoxically, she got tougher as she got frailer.

But she did complain that I didn’t visit her enough. I used to go to Chicago to see her a couple of times a year, for about a week each time. My stepfather died two years before my mother, and after his death it was more intimate, visiting her. I felt some awkwardness as the two of us sat in her living room, and I crocheted, and she stroked her cat, or tapped her forefinger against her upper lip, hoping for confidences from me that I didn’t offer—how I felt about my life and the people in it. She didn’t ask, but I could feel her wondering: *Did I have a lover? What was I writing about?* Damn! How hard would it have been to let down my guard? But I was relieved when it was 10:00 P.M., and we could turn on the BBC news, as was her habit. “I don’t need to watch the news while you’re visiting,” she’d say. “I can watch the news any night.”

“Oh, that’s OK,” I answered. “Let’s find out about those forest fires in California.”

My fear that my mother’s needs would become too great for me made me keep a certain distance from her, out of a misguided self-protection. Now that she’s dead, I have more distance than I want.

I used to call her every Sunday. We chatted about the weather, what we were reading, movies, news of her grandchildren, and she would tell me what she was seeing out of her sixth-floor window overlooking Lake Michigan. “Men in yellow hats are spreading sand, making a beach at the edge of the lake—they look like yellow ants.” Or, “There’s a fat woman jogging along the lake—I can’t understand why such a fat person would ever go jogging. It’s ridiculous!” One time she told me with great enthusiasm about the newly elected senator from Illinois who came from Hyde Park, her neighborhood of Chicago—Barack Obama.

A few years before she died, I started telling her I loved her, the last thing before I hung up the phone. I was over sixty and she was over eighty—an old daughter telling an old mother a simple thing that she was glad to hear. It was true, so I don't know why it was hard to say when I first began the practice, but it got easier as I got into the habit, and in the last couple of years it rolled right off my tongue.

Lots of things have happened that I would tell my mother about if I could call her next Sunday. I'd like her to know that people are crazy about her book of short stories. I'd like her to know that her great-granddaughter can talk in both English and Spanish. She would have loved to be at my nephew's wedding last summer, with the extended family all around. And she would be thrilled about Obama. I wish I could tell her—"Guess who's your president!"

The more time that goes by, the more events she'll miss: graduations and weddings and births, and she'll slip further into the past, and her grandchildren will marry people she never met, and take up interests she never knew they had, and her children will get old and feeble, and have joints replaced and troublesome organs removed.

I can appreciate my mother more now that I'm not reacting defensively to her criticisms of my unruly hair or feeling guilty that I'm not visiting her enough. As long as she was alive, she was Mom, and I, being her child no matter my age, became childish.

She birthed me twice: the first time when I was born, and the second when she died. Now that she's gone, there's no person on earth whose child I am. So I have to grow up, at this late date. It takes so long to grow up.

A year after my mother died, I was sitting in my parked car in the California countryside. My cell phone rang on the seat beside me. I fumbled for it and barely managed to answer it in time. "Hello?"

"Hello, it's *your mother*." That's how she always identified herself when she telephoned me, saying the words "your mother" with ironic emphasis, as if it was our private joke. Nobody ever reaches me on my cell phone, not even the living, because I never leave it on, so this was truly a miracle.

"Mom!" I said, overjoyed to hear her voice, "how wonderful that you've found a way to reach me even though you're dead! Thank you so much for calling."

“Please take good care of yourself, Susan,” she said with affection. That was all, but when she said it, I knew it was exactly what I wanted to hear. Then I lost the connection.

It was enough. I was overcome with gratitude that she had contacted me from the other side. And when I woke up and realized it was just a dream, it was *still* a miracle. She had found a way to reach me.

For the Time Being

The self is time . . . Do not think that time merely flies away . . . If time merely flies away, you would be separated from time.

—Zen Master Dogen, *“The Time Being”*

WHEN I WAS FORTY-NINE and my sons were more or less grown, I kept a promise I had made to myself to go on a long retreat before I turned fifty. I arranged a leave of absence from my job, had a set of robes sewn for me, and went to a “practice period” at Tassajara Zen Mountain Center, deep in the coastal mountains of California. For three months I followed the strict monastic schedule: meditating, studying Buddhist teachings, and working in silence at whatever I was assigned to, whether it was chopping carrots or cleaning kerosene lanterns. I didn’t get in a car or hear a phone ring the whole time.

Zen monks are called to zazen by the striking of the *han*, a heavy wooden block that hangs from a rope beside the temple entrance. The han is hit with a wooden mallet in an intricate pattern that lasts for fifteen minutes, and at Tassajara, where the monks’ cabins stretch out along a narrow valley, a second han, known as the echo han, hangs partway down the path, to pass the signal along. You can tell how much time you have left to get to your cushion in the zendo by listening to the pattern.

The crack of wood on wood runs fast through the valley. Written in calligraphy on the block itself are the words:

Wake up!
Life is transient
swiftly passing
Be aware
The great matter
Don’t waste
Time

One evening somewhere in the middle of the practice period, it was my turn to hit the echo han, strike for strike. I stood on the dusty path, mallet in hand, like a frog on a lily pad waiting for a fly. I faced the garden, where the evening sun came through a gap in the moun-

tains and landed on a pair of apricot trees. I was poised in the brief interval between hits, waiting, and the weeks of the practice period stretched out before me and behind me into infinity. And when that next hit came to my ears, my arm lifted the mallet and whacked the board, no holding back, and then it was quiet, and the light was still on the apricot trees, and I was ready for the next one.

A couple of years ago, when I was a few months shy of being sixty-five, I packed up my things at work. I loved my job—I had loved it for seventeen years. But editing a magazine with a quarterly deadline meant that I was under constant time pressure. I wanted to retire before they had to gently push me out, before my brain wizened up right there at my desk, with the phone in one hand and the mouse in the other. I wanted to have time for other things before I died—quiet time, deep time—for writing, dharma, family and friends, and for something new and unknown.

The part of me that wants to lower my bucket into a deep well and draw up cool water is sabotaged by another part. I suffer from a condition that a Zen friend calls “FOMS Syndrome”—fear of missing something. It’s a form of greed—the urge to cram as many interesting activities into the day as possible, coupled with the impulse to say yes to everything. To put it more positively, I’m curious about everything and everybody. And so, when I first retired, feeling rich with time, I signed up for all sorts of activities, classes, and projects. Each separate thing I was doing was worthwhile; I loved my Spanish class and my photography class, for example. But soon I was busier than before. Where was my deep time?

When I get too busy, old habits of mind kick in. I try to solve the problem by readjusting my schedule, which only makes it worse. I change one appointment in order to make room for another. I stare at my week-at-a glance calendar looking for white space, and when I find it, I pounce. Ah, a delicious piece of time! I write down: “2 pm—Nomad Café, plan workshop w. Jean,” and the white space is gone. Woops! No more time. Then I feel like an animal flailing around in a trap made of netting, getting more tightly bound.

I try to measure out my time in the long run as well as the short. I’m a person who likes to count things, and I run the numbers. At sixty-six, I figure I’m about three-quarters of the way through. That’s

if I make it to eighty-eight. How long is that? I go backward twenty-two years, to when I was studying Russian and I went on a “citizen diplomacy” trip to the Soviet Union. Remember the Soviet Union? So I guess twenty-two years is a pretty long time—but it’s all gone now, including my Russian. The next twenty-two years will go faster than the last, and besides, I might die sooner.

Like my father, who died at seventy-three. That would mean I’ve already lived—wait, let me check my calculator—90 percent of my life.

Admittedly, sometimes it’s appropriate to think about time this way—to consult the actuarial tables of the mind. I have a seventy-year-old friend who has heart trouble and other chronic health problems. She’s financially stressed, and she has to make decisions about her house and her living expenses. She has to decide how soon she can max out her equity line of credit, or whether she needs to keep on working part-time. She came right out and asked her cardiologist to give her a rough estimate of her life expectancy. She told him that she had tentatively figured out financing that would get her to the age of eighty-two.

“You’ve been doing well for the last few years,” he told her. “According to the statistics, you have a better than fifty percent chance of living to the age of eighty-seven.”

My friend rolled her eyes. “But I can’t afford to live that long!” They both laughed, and now she’s looking for more part-time work.

Of course you can’t really measure time at all. Our calibrations are like pencil marks on the ocean. Einstein taught us that time is flexible. It passes differently for a person in commuter traffic, a person centering a lump of wet clay on a potter’s wheel, or, so Einstein told us, a person approaching the speed of light in a spaceship. An hour can seem like a year and a year like an hour. In the last days of my father’s dying, he was in a lot of pain from cancer. He would often ask what time it was, and whatever the answer was, he would groan and say, “Oh, no! Is that all it is?” I couldn’t understand why he wanted time to hurry up, because there wasn’t anything that was going to happen, except that he was going to die. I think the pain made time pass slowly, and he wanted to know that he was getting through it, from one hour to the next.

I, too, have had times when I wanted time to hurry by. Mostly, though, time is what I want more of, and as I get older, it gets scarcer and scarcer. First of all, there's less of it in front of me than there used to be. Second, each year swings by faster than the one before. Third, I'm no good at multitasking anymore—I can only do one thing at a time. And fourth, it takes me longer to do each thing. Age is forcing me to slow down.

I'm not the only one. There's got to be some biological reason that old people drive so slowly on the freeway. I just saw a bumper sticker that said: "Old and Slow."

I remember impatiently watching my grandmother making peanut butter and jelly sandwiches for a picnic. She got the jam out of the cupboard and put it on the blue linoleum countertop, and then she walked back across the kitchen to the same cupboard for the peanut butter. It took forever. Well, not quite forever, because she did make the sandwiches, and we ate them on a plaid blanket down in the meadow.

Here's the amazing thing: aging is giving me back the present moment. It's only linear time that's shrinking, and as it does, I have a better chance to enter deep time. It only takes a few seconds to slip through the crack between two hits of the han into a timeless garden.

This is what zazen is all about: it's time out of time, it's stepping aside from activity and slowing down to a full stop. While I'm sitting zazen, even if my monkey mind is swinging wildly from branch to branch, at least I'm not accomplishing anything useful. As the Heart Sutra says, "There is no attainment, with nothing to attain."

It's easy to get nothing done while sitting zazen; a person of any age can do it. But now that I'm getting older, I'm learning to accomplish practically nothing in the rest of my day as well. If the trend continues, my next-door neighbor will think I'm doing standing meditation in the back yard when I'm actually taking in the laundry.

I like to bury my face in the sunny smell of the sheet on the line before I take it down. I like the slow squeak of the line through the rusty pulley as I haul in another sweet pillowcase. The laundry lines of my childhood made exactly that noise.

I'm not saying I'm ready to quit. In spite of what the *Heart Sutra* tells me, I still have things I want to accomplish in the world beyond

the laundry line; and then I want to go on to something new, something I can do with other people to help this feverish planet. I want to keep working—I use the word *working* broadly. I’m learning that slowing down is the way. I have to pay attention to my natural rhythms. I try to let each thing take as long as it takes, and I’m putting some white space back into my appointment calendar. I’ve made a rule for myself that I mostly keep: no appointments, no telephone calls, and no e-mail before noon. Mornings are for writing and study; I can look at the to-do list in the afternoon.

Now layers of time live in me. I think of this layering as vertical time, when all time flows into the present moment, as opposed to the horizontal time lines that used to appear on classroom wall charts: on the left, the beginning of bipedal human life when our ancestors came down from the trees four million years ago in the Pliocene epoch, and then, at the other end of the long line, the current Holocene epoch, in which we hominids can travel via the Internet to look down at the melting polar ice cap without ever getting up from our chairs. It’s all in me, in the present moment. Even though I don’t have a clear recollection of our Pliocene days, this body remembers how it feels to climb down from a tree, swinging by your arms from the lowest bough, then letting go of the rough bark in your hands and dropping to solid earth like a ball into a catcher’s glove.

When old people get the generations mixed up and call a grandson by a brother’s name, they’re not wrong. They’re living in the deep time that Dogen calls the “time being.” “Each moment is all being, is the entire world. Reflect now whether any being or any world is left out of the present moment.”

I think of time as the landscape I’m traveling through on a train, and the train is my life. I can only see what’s outside the window. Yesterday was Naperville, Illinois; today is Grand Junction, Colorado; tomorrow will be Sparks, Nevada. I just see the piece that’s framed by the train window, but it’s all there at once, all those places, the whole continent.

I was visiting my granddaughter Paloma on her third birthday; we went to the neighborhood swimming pool and played in the shallow end, and she poured pailfuls of water over my head, pretending she was washing my hair. She looks like her father when he was a small

child, when I sat on the closed toilet lid in the bathroom while he took his bath, watching him fill graduated plastic cups with water and line them up along the edge of the bathtub for Snow White and Peter Pan to swim in. My three-year-old self was with Paloma, too, on another hot summer day, filling a wooden bucket from the hand pump in my grandmother's garden in order to "paint" the garden chairs. Playing in the pool with Paloma, I didn't think of those watery long-ago moments consciously; I didn't need to. As Paloma turned her bucket upside down over my head, *long ago* disappeared, and those other childhoods, those other summers, flowed over me and soaked my skin.

Before we left the pool, Paloma went over to the lifeguard sitting in his elevated chair; she held up three fingers and called, "Hi, Lifeguard! I'm three! I'm three!" Threeness was in me, too. I can't be in more than one place at the same time, but I can be in more than one time in the same place.

Time is not something I have; it's what I'm made of.

Alone with Everyone

THROUGHOUT MY LIFE I've struggled with loneliness and the fear of loneliness. Through my Buddhist practice I've gradually come to understand that I'm not alone, even when I'm alone, at least in theory.

I was past sixty when a sabbatical from work gave me the opportunity, and I finally felt ready to turn theory into practice. I decided to spend a month alone in the woods—in a small hippie-style hand-built cabin on a piece of land I own with two other families in Mendocino County. I've been going up there for twenty-five years. It's a great place to go with someone you love, but I've never liked going there alone because it's so isolated, and I've been afraid to get out on that lonesome limb. But now I felt ready. I wanted to find out who was there when there was nobody there but me.

How do you really know you're alive, that you're a person, if there's nobody around to say, "Yeah! I know what you mean!" Or even, "Hey! You stepped on my toe!" So this was the core question I had. If a tree falls in the forest, and nobody hears it . . . ? If a woman sits on a porch in the woods, and nobody sees her . . . ?

The cabin is two miles up a steep dirt road on a ridge. There's no electricity, no phone, no cell phone access, no refrigeration. There's a wood stove for heat and a propane stove for cooking. The outhouse boasts an excellent view. The nearest neighbor lives half a mile up the road and works in the town of Willits, a half hour's drive away.

It was my intention not to see or speak to anyone for a whole month. How often do you go even one day without seeing or speaking to another person? It practically never happens. Some people in my life couldn't understand what I was up to. My mother's initial response was, "What would you want to do that for?" And even in Soto Zen practice, we don't have a tradition of solitary retreat, as there is in Tibetan Buddhism.

I planned the experience carefully. I arranged with the neighbor up the road to drop off some fresh produce twice during the month, but mostly I ate oatmeal, rice and beans, beets and potatoes. I also arranged with my dharma friend and mentor Norman Fischer to be my contact person. Once a week, to keep myself from feeling totally iso-

lated, and so that my family would know I hadn't been killed by a mountain lion, I would drive twenty minutes down the road and call Norman from a pay phone at a rest stop on Highway 101. That was to be the only time I would use my car and the only time I would talk to another human being.

My sister kindly let me borrow her gentle long-legged dog, Satchmo, to keep me company. He looks like a deer, especially when he leaps up the hillside through the manzanita bushes. I wanted him with me because a bear had been hanging around the cabin for a year or so; it had broken in several times and trashed all the food, and once my son had encountered it on his way to the outhouse in the middle of the night. He told me he shined his flashlight straight into its eyes and it turned and ambled away, but I couldn't picture myself doing that. I was scared of this bear, even though it's not the kind of bear that eats people. I thought Satchmo would make me feel more secure—and he did. More important, he provided tender, limbic companionship. We were in constant communication. But I still had to grapple with being the only English-speaking creature around.

I didn't take a watch, because I wanted to explore time in a new way. I wanted to be in the present moment as much as possible. I was taking a break from my week-at-a-glance calendar, from a life of rushing from one appointment to the next, worrying about being late. I wanted to have the experience of getting up when I woke up, eating when I was hungry, and going to bed when I was sleepy. I didn't want to know what time it was by the clock.

I developed a routine. I got up and took Satchmo for a walk. Then I meditated for the length of a stick of incense. I had breakfast, and spent the morning reading and writing. I had brought my laptop with me, along with a little gizmo to recharge it off the car battery by plugging it into the cigarette lighter.

When my belly told me it was lunchtime I ate lunch, and in the afternoons I did some kind of work project. I found myself surprisingly excited about sawing boards, building a bookcase, clearing trails, fixing benches, stacking firewood. After tiring myself out, I would sit down on the cabin porch and drink a cup of black tea with honey and powdered milk in it.

This porch was the bridge of my ship, from which I steered my way through that September, looking across a valley to the layers of mountains on the other side. The weather was perfect for my voyage: warm in the day but not too hot, and cool at night but not cold. After my tea, Satchmo and I would go for our afternoon walk.

In the late afternoon, I'd return to my perch on the porch and read, and when it got too dark for my rods and cones to see the words, I'd go inside and meditate for the length of another stick of incense. And then I'd have supper.

But after supper I didn't know what to do. Sometimes I read or crocheted, or tried to teach myself the ukulele. I had various projects lined up. But actually, I found that the kerosene lanterns just didn't have the vigor to get me up to anything very challenging. I faded in the evening. It was dark, and there were strange sounds—scratching on the roof, or Satchmo growling at something. And so I would go to bed.

I was taking care of myself. I was collecting kindling and cutting firewood to be ready in case it got cold. I had to fix the water line one time when there was a leak from the water tank, and I was proud of myself for figuring out how to do it. I was cooking three meals a day for myself, because I was eating the kind of food you have to prepare, so when I made a delicious black lentil stew for myself I figured, "There must be somebody here, otherwise why would I be making all this black lentil stew for her?" I'm a person. I need to stay warm. I need to get water. I need to eat. I'm accustomed to taking care of other people, but taking care of myself turned out to be a satisfying project, too, as if an exchange student, who happened to be me, had come to live with me for a month. I saw that she deserved to be taken care of, maybe even for more than a month.

The hardest times for me were each day at twilight. Ever since I was a child, I've gotten lonesome at twilight. There's something about that in-between time when it's not day anymore but it's not yet night. The day was on its deathbed—I watched it lie down on the brown hills. And up there, alone, what I call twilight sickness came over me. Why was I all alone? It was out of my control; the feeling just came like an uninvited guest. It varied in intensity but there was always a taste of grief at the end of the day.

The insects sang out—katydids? crickets?—farewell, day; hello, night. I tried to catch the moment when they started their klezmer song but I always missed it. When I first heard them, they were already singing, like the first star, always already shining. I had no one to be at my side “at the end of the day,” as they say.

I could have tried to distract myself from the twilight sickness, could have cranked up my wind-up radio and listened to KMUD in Garberville, where countercultural country folk were always bashing Bush and so providing a certain amount of company. But the wind-up radio ran down—it was only a stopgap measure.

So I sat down on my round black cushion in the loft to face the twilight. I vowed to sit there until it was night. Through the tall window, I watched the day give up the ghost. Where the sky met the line of the Yolla Bolly Mountains, I saw a color with no name, between green and pink. I slipped down in the loss of light, and my own life seemed to fade with the day—all I loved was gone; all I’d done was wrong. The dark ate the trees, leaf by leaf.

And still I sat there, staring down my mind. I had come by choice to be alone on Shimmins Ridge, like a monk in a Chinese scroll. “What is it?” I shouted. “What is it?”

At last, twilight was gone. I went down the steep stairs and lit the lamps and ate my rice and beans in a time that was no longer in between, a time that was simply night.

Evening after evening, I sat there with my demons, asking: What is it? Finally, I saw that it was nothing. It was OK. I began to believe that I was sitting in the lap of Buddha.

As the quiet days went by and I opened to my surroundings, nature helped me understand that I was not alone. Bats, quail, woodpeckers, deer. When the crickets are singing and the leaves are whispering, you feel the vibrations of all the life that’s passing through you. Even the rattlesnake curled up on the outdoor shower platform in the sun provided a certain amount of company as it rattled at me before slithering away into the woodpile.

One afternoon I was on the porch doing some yoga. I was feeling good and strong and enjoying myself, but noisy planes kept roaring overhead. I love the silence of that place, and I was annoyed by the unusual disturbance. When I finally looked up and paid attention, I

saw that there were huge billows of smoke wafting toward me from the valley below. I realized with a shock that there was a forest fire nearby, and these were forestry planes. I couldn't tell where the fire was because of the trees, but it looked like the smoke could be coming from the little valley right at the bottom of our dirt road. I got anxious. If the fire was down on Covelo Road, it could tear its way up through the dry trees on the ridge in a flash, and Satchmo and I would be done for. So we got into the car to drive down the hill and check it out. But the car wouldn't start—the battery was dead! If only I had parked the car at the top of the slope I could have put it in second gear and rolled down till the engine caught, but I'd tucked the car into a parking spot off the road.

I had a bad moment then. I thought about the Oakland fire, and the people who died because they couldn't get down from the Oakland Hills. I thought: my family and friends will be so annoyed with me if I burn to death because I drained my car battery with my laptop!

I knew my uphill neighbor was at work in town, so Satchmo and I walked to the next-nearest neighbor's house a mile down the road, but he wasn't there. I was probably the only living person on Shimmins Ridge. We walked another mile down to the bottom of our dirt road, and by that time I could tell by the smoke that the fire was on the other side of another ridge. What a relief! Down at the bottom, on the paved road, I found some neighbors at home—in the country, people two miles away are neighbors—and the other neighbors on my dirt road who hadn't been home were there, too, and they were all sitting around drinking beer on a weekday afternoon.

They told me not to worry about the fire—they had gone online and found out it was across the highway. I said I had a dead battery, and one of the guys offered to drive me up the hill in his truck and give me a jump start. Then they gave me a glass of water, and we chatted for about half an hour, and nobody did anything about giving me a ride. I didn't say, "When are you going to give me a jump start?" I wasn't in any hurry. It seemed that nobody was. More hummingbirds than I have ever seen at once were buzzing around a dozen feeders, and I watched them. I hadn't talked to anybody for two weeks, so I was in some kind of altered state anyway. I was content to wait. But I was struck by the fact that if somebody back in the city, back in

Berkeley, said they'd give you a jump start, they wouldn't just keep sitting there for another half an hour as if they hadn't said it. Finally the guy said, "OK, let's go," and he drove me and Satchmo up the road in his pickup truck, and started my car.

It was a humbling experience. I had been feeling so proud of myself for being a pioneer woman taking care of herself in the wilderness. I had been annoyed with the planes—those manifestations of technological pollution. Then suddenly everything flipped, and I realized that even there, on retreat in the woods, I was completely woven into the tapestry of human society. I was grateful that the Forestry Department had planes to put out forest fires and that there were friendly people at the bottom of the road who could give me a jump start, and I saw that my whole retreat was resting on a foundation of human goodwill and human society.

Near the end of my sojourn, I had a severe relapse of loneliness. As it happened, I left the cabin for a day and a half to go to the memorial service of a dear family friend. I took Satchmo back to my sister's in Berkeley and joined with people I love to celebrate the long life of a man who had devoted himself to art and family. Afterward, I drove north again, dogless, for the final week of my retreat.

When I got back to the cabin that evening, I fell apart. I was by myself again, without even Satchmo to keep me company. It was twilight, and I'd forgotten what I was doing there. I compared my life to my deceased friend's—he had always made art, always loved and lived with family. All my worst fears and all my regrets about being alone flamed up again, and I thought I might not be able to last the week. I sat in meditation, and I cried.

The next morning, still crying, I walked, I meditated, I made lentil soup, and I cleared some brush. As I sat in the twilight that evening, looking out at the oak tree shining in the last light, I reminded myself of what Norman had said in our last phone conversation. It's natural to feel sadness at the ending of the day, and it's natural to feel sadness on parting from loved ones. Impermanence is sad, but when I beat myself up with regret, I'm robbing myself of the life I'm living right now: the Spanish moss on the oak branch, the crickets' chant, the smell of lentil soup on the stove. I felt . . . a shift, a lift, a clicking into place. In the

next couple of days, my loneliness fever broke, and I returned to myself again.

One morning as I was returning from a long walk, I looked up and there was the gibbous moon, just past full and nibbled along one side by the passage of time, floating in the bright blue sky above some digger pines. It was suddenly the most beautiful thing I'd ever seen. I felt as though the moon was having a party and had invited me to come.

I believe now that I'm OK in a way I didn't believe it before. Now, when the twilight sickness comes again, as it surely will, I hope I'll know, even in that sadness, that I'm alone with everyone.

This Vast Life



EVERY MORNING, I vow to be grateful for the precious gift of human birth. It's a big gift, and it includes a lot of stuff I never particularly wanted for my birthday. Some of the things in the package I wish I could exchange for a different size or color. But I want to find out what it means to be a human being—my curiosity remains intense even as I get older—so I say thanks for the whole thing. It's all of a piece.

In thirteenth-century Japan, Zen Master Dogen wrote, “The Way is basically perfect and all-pervading.” I'm already in it. We are all in it; we are made of it.

When my granddaughter was just over two, I visited her and her parents in Texas. She doesn't have a lot of ideas yet about how things are supposed to be, or what's supposed to happen next. She's glad to be alive. I was babysitting for her one afternoon, and part of my job was to get her up from her nap. I was reading in the next room, and I knew when she woke up because I heard her chatting away to her bear. I lifted her and her bear out of her crib and we went downstairs. While I fixed her a snack of crackers and cheese, she danced around a purple ball that was lying in the middle of the living room, singing an old nursery rhyme that she had learned in her preschool: “Ring around the rosies, pocket full of posies, ashes, ashes, we all fall down.” And then she sat down on the floor—*kerplunk!*—laughing. She was fully present, fully joyful. Actually, the song she was singing is a very old chant about the plague, and the last line about the ashes refers to our mortality. But she wasn't worrying about that.

In his poetic essay “The Genjokoan,” Master Dogen wrote, “A fish swims in the ocean, and no matter how far it swims, there is no end to the water. A bird flies in the sky, and no matter how far it flies, there is no end to the air.”

When I get unhappy about something in my life, I think: “Wait, no, this isn't the right life, it isn't what I want, I need to find the edge of this life and leap over the fence into a different life.” But that's not how it works. My life is vast. I can't find the edge of it, just like a fish in the ocean or a bird in the sky. There's no getting out of this life, this

ocean, this sky, except by dying. If I try to change oceans, I'll never find my way or my place—there's no place else to be but here, in the big mystery of it.

It happened that only a few days after visiting my granddaughter I visited an old friend in his eighties who lives in an assisted living facility. He's a Catholic priest and monk who has dedicated his life to solitude and spiritual study. He's well read in multiple spiritual traditions, including Zen, and he is an important mentor to me. For many years he has been leading me in an ongoing conversation about prayer, mysticism, and spiritual inquiry, through correspondence as well as face-to-face visits.

He's not well physically, he's weak, on oxygen, and confined to a wheelchair, but his mind is fine.

He told me, "If I've died before, I don't remember it, but I recognize what's happening—that's where I'm going." Years ago he had a coffin built for himself by a carpenter he knows. It stands upright in his little apartment like a roommate, a reminder, keeping him company. He sits at his table and looks out the window at a pear tree, and watches its leaves turn, and fall, and bud again. He watches the seasons, the whole universe, in that pear tree. He reads, he prays, he receives an occasional visitor. Like my granddaughter, he is completely present in his life. Like Dogen's fish, he is swimming around in his ocean, and there is no end to the water, even in this tiny apartment.

Moments after I entered his room he was talking to me about Isaac of Ninevah, the eighth-century Syrian hermit, whose writings he had been reading when I came in.

Like my granddaughter, he, too, is singing his version of ring around the rosies, dancing until he falls down and turns to ashes.

In between that toddler and that old man is a span of over eighty years—and most of us, in those intervening decades, tangle ourselves up in knots over the things we don't have that we want, and the things we have that we don't want. We run around trying to fix things, in our personal lives and in the life of the planet. It's a good thing we do, because it's actually our responsibility to fix things; we need to fix the plumbing, for example. The toddler and the old monk aren't fixing the plumbing. They need us to take care of them, but we need them, too, to remind us that everything is already taken care of.

I like to think about how we are completely held by the atmosphere in a literal way. The air that surrounds each of our bodies, that flows in and out of our lungs, is not nothing. It's thick with molecules, and it fills up all the gaps and cracks between us and the other bodies and objects around us: the furniture, the walls of the room, the trees outside, the buildings. There's no empty space. The air is fluid, making room for us, so that each of us inhabits a nook that is exactly our size and shape. The air kindly moves with us when we move. It's like those soft rocks you can find on the beaches of northern California that have tiny mollusks living inside them in the holes they made for themselves. We're all connected, molecule to molecule. I'm held by everything that's not me.

The last meditation retreat I attended was beside the ocean, and while I was sitting I listened to the surf. The surf is the sound of the ocean breathing. It's never still. Sometimes the sea is so loud and crashing that I crave a little silence, and so I listen for the silence between the waves, but just as one wave recedes from the shore, flowing back down the sand into the ocean, getting quieter and quieter, just before it gets silent, the next wave always breaks. The ocean never stops breathing because it's alive. As I sit on my seat in the zendo, following my breathing, I follow the breathing of the ocean, too, and I begin to breathe in rhythm with the ocean.

The sound of the ocean is the sound of time passing, the sound of one moment giving way to the next. Each wave, each moment, is a gate that I pass through into the next moment.

And even if I'm not sitting by the ocean, one wave of my life is still followed immediately by the next, with no completely quiet place in between.

I love the vow: "Dharma gates are boundless; I vow to enter them." I keep giving myself away to the next moment, and the next moment receives me. I just have to step through.

Acknowledgments

I AM GRATEFUL to my editors at Shambhala Publications: to Dave O'Neal, who encouraged me to write the book in the first place, and to Emily Bower, whose skillful and supportive responses have helped me give it shape.

Many thanks to Ellery Akers, Sarah Balcomb, Mary Barrett, Andrew Boyd, Susan Butler, Louise Dunlap, Barbara Gates, Fanny Howe, Bonnie O'Brien Jonsson, Linda Norton, Susan Orr, Bob Perelman, Nora Ryerson, Prue See, Barbara Selfridge, Gail Seneca, Francie Shaw, and Jeff Sharlet for their editorial suggestions. Thanks to the members of my Crones Group, Melody Ermachild Chavis, Annette Herskovits, Cheeta Llanes, and Judith Tannenbaum, for thinking and talking with me in a focused way about getting old, and to all my other friends and relatives who have been part of that ongoing conversation. Thanks to Blue Mountain Center, Glenstal Abbey, and the Berkeley Public Library for giving me beautiful places to work.

Credits and Permissions

The poem by Izumi Shikibu in the chapter “In the Shade of My Own Tree,” translated by Jane Hirshfield and Mariko Aratani, is from *Women in Praise of the Sacred* (p. 59), edited by Jane Hirshfield, copyright ©1994 by Jane Hirshfield, reprinted by permission of HarperCollins Publishers.

The poem by Sumangalamata in the chapter “In the Shade of My Own Tree” is reprinted from *The First Buddhist Women: Translations and Commentary on the Therigatha*, p. 59, (1991) by Susan Murcott, with permission of Parallax Press, Berkeley, California. www.parallax.org

The haiku in the chapter “You Can’t Take It with You” is from *One Robe, One Bowl: The Zen Poetry of Ryōkan*, translated and introduced by John Stevens, First edition, 1977. Protected by copyright under the terms of the International Copyright Union. Reprinted by arrangement with Shambhala Publications Inc., Boston, MA. www.shambhala.com.

The quotations from Dogen in the Introduction, “Where Did I Put My Begging Bowl?,” “For the Time Being,” and “This Past Life” are from *Moon in a Dewdrop*, ed. Kazuaki Tanahashi (San Francisco: Northpoint Press, 1985).

The quotations from Robert Aitken and Alice Hayes in the Introduction are both from the Winter 2001 issue of *Turning Wheel* (p. 21).

The Dogen quotations in “Leaving the Lotus Position” and “In the Shade of My Own Tree” are both from Dogen’s “Fukanzazengi” in *The Heart of Dogen’s Shobogenzo*, trans. Masao Abe and Norman Waddell (Albany: State University of New York Press, 2002).

The quotation from May Sarton in “In the Shade of My Own Tree” is from “Rewards of a Solitary Life,” *New York Times*, 1990.

Verse at the beginning of “Exchanging Self and Other” is from Shantideva, *The Way of the Bodhisattva*, trans. Padmakara Translation Group (Shambhala Publications, 2006), verse 120, p. 126.

The story in “Grandmother Mind” about Dogen’s student is told by Taisen Deshimaru in “With Grandmother’s Mind,” published on the website of the New Orleans Zen Temple, www.nozt.org, and origi-

nally published in Deshimaru's book, *Le Bol et le Baton* (Paris: Albin Michel, 1986).

The quotation from the Prajna Paramita Sutra in the chapter "I Wasn't My Self" is from *The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines*, translated by Edward Conze (Portland, Maine: Four Seasons, 1973), p. 135.

Table of Contents

Title Page	1
Copyright	2
Dedication	3
Contents	4
Introduction	5
Part One: Cracks in the Mind and Body	9
Where Did I Put My Begging Bowl?	10
Stain on the Sky	16
Leaving the Lotus Position	25
The Breathing Tube	29
Old Bones	40
All Fall Down	47
Senior Moment, Wonderful Moment	52
Part Two: Changing Relationships	55
In the Shade of My Own Tree	56
Exchanging Self and Other	64
House of Commons	71
Getting Good at Staying Still	76
Grandmother Mind	83
What If I Never Have Sex Again?	88
Becoming Invisible	91
The Tomboy Returns	95
Part Three: In the Realm of the Spirit	102
Tea with God	103
I Wasn't My Self	106
You Can't Take It with You	115

The Secret Place	119
Talking to My Dead Mother	124
For the Time Being	132
Alone with Everyone	138
This Vast Life	145
Acknowledgments	148
Credits and Permissions	149
Excerpt from Taking the Leap	151



Susan Moon