

ANNE MORROW LINDBERGH  
GIFT FROM THE SEA

*Kỷ niệm 50 năm phát hành ấn bản đầu tiên*

# TRẢI NGHIỆM & KHÁT VỌNG CUỘC SỐNG

First News

VHSC NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA SÀI GÒN



# LỜI GIỚI THIỆU

(Nhân kỷ niệm 50 năm xuất bản tác phẩm này)

Vậy là “**Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống**” đã bước vào tuổi 50. Khi mới là một cô bé 10 tuổi, tôi đã cầm ấn bản đầu tiên cuốn sách của mẹ. Và bây giờ, khi cầm ấn bản mới nhất trên tay, tôi đã là một phụ nữ 60 tuổi. Tôi đã đọc “**Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống**” suốt thời gian đó và chưa bao giờ cảm thấy cuốn sách mẹ tôi viết vào năm 1955 lại lạc hậu đối với những vấn đề ngày nay.

Dù đọc bất cứ dòng nào, trang nào trong “**Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống**”, người ta vẫn thấy mình có thể thở nhẹ nhàng hơn và sống thoải mái hơn. Dù đọc toàn bộ hay chỉ vài dòng trong sách, bạn cũng có thể cảm thấy bình an và tự do sống theo một cách khác.

Ngôn ngữ và giọng điệu của cuốn sách luôn làm tôi liên tưởng đến những chuyển động bình thường mà vĩnh hằng của biển cả. Tôi không biết mẹ đã cố ý chọn giọng văn đó hay nó đến một cách tự nhiên với bà trong thời gian bà sống ở biển để viết. Chỉ biết là sau khi đọc vài trang đầu tiên của cuốn sách, tôi đã cảm thấy có thể thư giãn trong nhịp điệu của biển, cảm thấy mình đang miên man trong những đợt sóng bình bông. Cảm giác được dỗ dành và trấn an bao bọc lấy tôi.

Không chỉ đem lại âm hưởng dịu dàng của cuộc sống hay cảm giác bình an từ những tiếng nói bên trong, “**Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống**” còn ẩn chứa một sức mạnh phi thường. Tôi thật bất ngờ khi phát hiện ra sức mạnh đó, có lẽ vì tôi luôn nghĩ mẹ gắn liền với sự dịu dàng, cả trong tình yêu thương và trong dáng vẻ mong manh, nhạy cảm của bà.

Tuy nhiên, ở góc độ khác, mẹ tôi cũng là một người thật đặc biệt. Bà là người phụ nữ đầu tiên ở Mỹ có bằng lái tàu lượn hạng ưu năm 1930. Bà cũng là người phụ nữ đầu tiên nhận Huy chương Hubbard của Hội địa lý quốc gia vào năm 1934. Năm 1938, bà nhận được giải thưởng Tác phẩm hay nhất trong năm (National Book Award) cho tác phẩm “**Listen! The wind**”, một cuốn tiểu thuyết về những chuyến phiêu lưu. Và điều cuối cùng: bà luôn là tác giả có sách bán chạy nhất trong suốt sự nghiệp của mình.

Tôi nhớ năm 65 tuổi, mẹ vẫn cùng tôi đi trượt tuyết ở Vermont. Năm 70 tuổi, bà làm một chuyến hành trình đi bộ suốt những con đường dài dưới những ngọn núi ở Thụy Sĩ. Năm năm sau, khi đã 75 tuổi, bà đi bộ xuống miệng núi lửa Haleakala ở Maui, Hawaii để trải qua một đêm trong lòng núi cùng con cháu và bạn bè.

Tôi vẫn nhớ mẹ đã từng đứng cạnh tôi trong đôi giày leo núi, nhìn lên bầu trời đêm đầy sao để dạy cho tôi tên và vị trí của các chòm sao - một trong những kiến thức bà đã học để xác định đường bay trong đêm khi tham gia khóa huấn luyện bay gần 50 năm về

trước.

Điều tuyệt vời nhất mà **“Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống”** đem lại cho người đọc là tự do, một sự tự do tuyệt diệu. Tôi nghĩ rất khó để nhận ra hay miêu tả cảm giác tự do này, nhưng chính nó là lý do làm cuốn sách luôn được yêu mến trong suốt 50 năm qua. Sự tự do này xuất hiện khi chúng ta can đảm mở lòng với cuộc sống, như mẹ tôi đã làm, bất kể những gì mà cuộc sống đem lại cho chúng ta: niềm vui, nỗi buồn, thành công, thất bại, đau đớn, hạnh phúc, kể cả những điều nhất thời hay những thứ không bao giờ thay đổi.

Bằng cách dựa vào những kinh nghiệm của bản thân, cố gắng giữ vững niềm tin và sống hết mình với hiện tại dù bất cứ chuyện gì xảy ra, mẹ tôi đã tìm được tự do cho chính mình trong suốt cuộc đời của bà. Tất cả chúng ta cũng đều có thể như thế. Với **“Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống”**, mẹ tôi đã tìm ra một cách sống mới, cho chính bà và cho những người chung quanh.

**“Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống”** được tái bản nhiều lần trong suốt 50 năm, nghĩa là ngày càng có thêm nhiều bạn đọc có cơ hội chạm đến tự do và niềm vui giống như mẹ tôi. Và tôi hạnh phúc vì điều đó.

Tháng 3/ 2005

- **Reeve Lindbergh**

# LỜI MỞ ĐẦU

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

Tôi bắt đầu viết những trang sách này chỉ để dành tặng cho chính mình, để suy ngẫm về cách sống, về sự cân bằng trong cuộc sống, trong sự nghiệp cũng như trong mối quan hệ với mọi người xung quanh. Với cây bút nhỏ trong tay, tôi bắt đầu viết thật tự nhiên, thoải mái. Khi những ý nghĩ đầu tiên trong tâm tưởng thành hình trên mặt giấy, tôi có cảm giác những trải nghiệm của mình có đôi phần khác biệt so với người khác (có phải tất cả chúng ta đều ảo tưởng như vậy không nhỉ?). Cuộc sống của tôi có lúc được tự do bay bổng hơn mọi người, nhưng cũng có khi lại bị giam hãm trong vòng tù túng ràng buộc.

Thêm nữa, tôi cho rằng chẳng phải tất cả phụ nữ trên thế gian này đều muốn kiếm tìm cho mình một cuộc sống mới mẻ nhiều dư vị, hay ước vọng tìm được một chốn bình yên nào đó để có thể suy tư trầm mặc. Nhiều phụ nữ cảm thấy hài lòng với cuộc sống hiện tại của mình. Dưới cái nhìn của một người đứng ngoài quan sát, tôi thán phục và ngạc nhiên khi thấy họ xoay sở lần hồi cuộc sống của mình. Họ làm tốt hơn tôi rất nhiều. Với một chút ghen tị xen lẫn khâm phục và ngưỡng mộ, tôi lặng lẽ quan sát sự hoàn hảo có vẻ như rất mong manh đó trong chuỗi ngày đều đặn yên ả của họ. Có lẽ họ chẳng gặp phải bất kỳ một sự vướng víu nào cả, hoặc cũng có thể họ đã tìm được một giải pháp nào đó.

Nhưng khi tiếp tục những trang viết của mình cũng như qua những câu chuyện về những người phụ nữ ở nhiều độ tuổi khác nhau, với những mảnh đời, những trải nghiệm không giống nhau – đó là những người phải tự bươn chải để nuôi sống bản thân, những người chỉ quẩn quanh với công việc nội trợ, làm vợ, làm mẹ và cả những người có cuộc sống an nhàn hơn – tôi mới nhận ra rằng quan điểm của mình không có gì lạ thường cả. Trong những hoàn cảnh khác nhau, bằng những hình thức không giống nhau, tôi nhận ra rằng nhiều phụ nữ, cả cánh nam giới cũng vậy, đều đang vật lộn với những câu hỏi như tôi. Họ khao khát được tranh luận để tìm ra lời giải đáp khả dĩ nhất. Ngay cả những con người mà cuộc sống của họ dường như thật yên bình, phẳng lặng, được ẩn giấu đằng sau vẻ ngoài hạnh phúc – thì cũng như tôi – họ đều muốn cuộc sống của mình thêm nhịp nhàng với những khoảng lặng sáng tạo hơn, với sự điều chỉnh hài hòa hơn cho nhu cầu cá nhân và cả những mối quan hệ mới mẻ sẽ còn tiếp diễn.

Thế rồi dần dần, những trang viết này bao gồm cả những tranh luận, những tâm sự thầm kín của nhiều người, và nó không còn là câu chuyện của riêng tôi nữa bởi tôi sẽ gửi tặng lại cho những người đã từng trần trở những suy nghĩ như tôi. Như thế, với tình cảm nồng hậu và mối giao tình đối với những người cùng chung chí hướng, tôi gửi tặng lại món quà của

mình vào lòng biển khơi...

- Anne Morrow Lindbergh

# I. BỜ BIỂN

Bờ biển không phải là nơi lý tưởng để làm việc, học tập, viết lách hay trăn trở những suy nghĩ còn vương bận. Lẽ ra tôi phải hiểu rõ điều này từ nhiều năm trước. Đây không phải là nơi để lý trí lên tiếng hay trí tuệ trở tài bởi không gian nơi đây thật dịu dàng, thật nhẹ nhàng và cũng rất đôi êm dềm. Thế mà vẫn có một người không hiểu điều này. Lòng ngập tràn hy vọng, cô mang theo chiếc túi đã ngả màu chứa đầy sách vở, những bức thư đã lâu chưa hồi âm, những cây bút chì mới chuốt và cả một bản danh sách đầy những dự định tốt đẹp. Thế nhưng quyển sách ấy vẫn chưa được giở trang nào, cây bút chì thì gãy mất ngòi, còn tập giấy vẫn trắng tinh không một tỳ vết như bầu trời trong xanh, tinh khôi không có lấy một gợn mây. Chẳng đọc, chẳng viết lách, thậm chí cũng chẳng nghĩ suy – ít nhất thì đây cũng không phải là lúc để làm những việc đó.

Ban đầu, cơ thể mệt mỏi ấy hoàn toàn biểu tình. Như đang ở trên boong tàu lộng gió, cô hờ hững buông mình xuống chiếc ghế xếp. Cưỡng lại lý trí, cưỡng lại tất cả quyết tâm của mình, cô trở về với giai điệu ban sơ của sóng biển. Sóng cuộn đến tận bờ, gió len mình qua những rặng thông, những con diệc vỗ cánh chao liệng chạm vào đụn cát vàng mịn. Tất cả làm mờ đi nhịp sống cuồng nhiệt ở chốn thị thành, những thời gian biểu gấp gáp hay lịch trình làm việc quay cuồng. Như đắm chìm trong cơn mê, cơ thể cô được thả lỏng và tâm hồn hoàn toàn thư giãn. Và rồi cô cũng sẽ giống như những thực thể nơi đây – cũng sẽ bị biển cả cuốn đi, cũng sẽ trần trụi, mệnh mông, như bờ biển, với những đường nét nguệch ngoạc ngày hôm qua đã bị những đợt sóng của ngày hôm nay xóa nhòa.

Thế nhưng sau hai tuần lưu lại bờ biển, vào một buổi sáng nọ, lý trí trong cô chợt thức giấc để trở lại với đời thường – nhưng không phải trong không khí nhộn nhịp của chốn thị thành mà là trong những trải nghiệm với đại dương bao la. Lý trí ấy bắt đầu cuộn cuộn, chồm lên như muốn nuốt lấy những con sóng nhỏ hiền hòa, lững thững ngoài kia. Cô sẽ chẳng bao giờ biết những báu vật được những con sóng vô tình cuốn lên bờ cát mềm mại như tâm hồn tinh khôi ấy là gì. Có thể là một hòn sỏi tròn xoe hoàn hảo hay một vỏ sò quý hiếm nào đó từ lòng đại dương, nhưng cũng có thể là một chú ốc vặn, một nàng ốc trắng hay thậm chí là loài mực phủ.

Những thứ ấy không phải để con người ta tìm kiếm, và chúng cũng chẳng phải là thứ của cải do đào bới mà có được. Không, đừng có sục sạo dưới đáy biển vào lúc này. Điều đó sẽ đi ngược lại mục đích của cô mất thôi. Biển cả sẽ chẳng bao giờ ban tặng cho những ai nóng lòng, tham lam hay thiếu kiên nhẫn. Đào xới tìm kiếm kho báu chẳng những cho thấy sự nôn nóng, háms lợi, mà còn thể hiện sự thiếu niềm tin. Kiên nhẫn, kiên nhẫn và hãy kiên nhẫn! Đó là thông điệp mà đại dương bao la kia muốn mang đến cho tất cả chúng ta. Hãy kiên nhẫn và tin tưởng. Hãy cứ nằm như thế, mệnh mông, tự nguyện như bờ biển kia, để đón chờ món quà từ biển.

## 2. CHIẾC VỎ ỐC XOẮN

Vỏ ốc trên tay tôi trông rỗng. Trước đây nó đã từng là nơi trú ngụ của một chú ốc, một thực thể tương tự loài ốc sên. Sau khi kẻ cư trú thứ nhất này về cõi vĩnh hằng, chiếc vỏ ốc trở thành chốn tránh nắng che mưa tạm thời của một chú ốc mượn hồn, và giờ thì chú ốc mượn hồn cũng đã bỏ đi, để lại những rãnh ngoằn ngoèo như những dây leo mỏng manh tạo hình trên cát. Chú dứt áo ra đi, để lại cho tôi chiếc vỏ ốc này, chiếc vỏ ốc từng là nơi chõ che cho chú. Tôi mân mê tặng phẩm ấy trên tay, ngắm nhìn cánh cửa mở rộng vào chốn trú chân của chú, nơi chú vẫn thường xuyên ra vào. Liệu có phải nơi đây đã trở thành gánh nặng đối với chú? Tại sao chú phải rời bỏ chốn này? Phải chăng chú đang nuôi niềm hy vọng về một ngôi nhà thoải mái hơn, một nơi trú ẩn đẹp đẽ hơn?

Chiếc vỏ ốc tuy bé tí teo, đơn giản, nhưng xinh xắn và còn sáng đẹp long lanh. Nó bé xíu, chỉ bằng ngón tay cái của tôi nhưng cấu trúc thì hoàn hảo đến từng chi tiết. Hình dáng của nó cuộn phòng óng ả như những quả lê, ở giữa cuộn thành một đường xoắn, mỹ miều cho đến đỉnh nhọn. Chiếc vỏ ốc khoác lên mình một màu vàng đục mờ đã được vị mặn của nước biển gội rửa. Mỗi vòng xoắn, mỗi nếp u, mỗi đường vân ngang dọc trên vật thể hình vỏ trứng vẫn hiển hiện rõ ràng như cái ngày tạo hóa đã sinh ra nó. Tôi thích thú quan sát từng đường vòng quanh – chính là cái cầu thang xoắn ốc tin hìn, nơi chủ nhân của nó vẫn đi đi về về.

Bất giác, tôi nhớ đến cái vỏ ốc của mình. Cái vỏ ốc của tôi chẳng giống như vậy. Nó rất bừa bộn với đủ mọi thứ trên đời, rêu phong với những con hàu bám u bám cục. Hình dạng của nó thật khó nhận ra. Nhưng chắc chắn là nó đã từng mang một hình hài. Hình dáng của nó vẫn còn in đậm trong tâm trí tôi. Cuộc sống của tôi, nó có hình hài như thế nào nhỉ?

Cuộc sống của tôi khởi nguồn từ chính gia đình mình. Tôi có một mái nhà êm ấm ở vùng ngoại ô New York, hạnh phúc tràn trề với một người chồng và năm đứa con. Công việc viết lách vừa là nghề cũng vừa là cái nghiệp mà tôi theo đuổi. Tuy nhiên, hình hài cuộc sống của tôi còn được xác định bởi nhiều thứ khác nữa. Chính gốc gác cội nguồn của tôi, chính nền giáo dục mà tôi thu nhận được, chính lương tâm, trái tim của tôi cùng những khát vọng của nó đã soi đường chỉ lối cho tôi. Tôi muốn cho và nhận từ gia đình mình, muốn chia sẻ với bạn bè và cộng đồng để thực hiện nghĩa vụ với con người và với thế giới, trong tư cách là một phụ nữ, một nghệ sĩ, và là một công dân.

Thực tế, điều mà tôi mong muốn hơn hết thấy, điều mà tôi xem là đỉnh cao của những khát vọng khác, chính là sự hòa hợp với bản thân mình. Tôi mong muốn sự minh mẫn sáng suốt, sức sáng tạo và nội tâm của chính mình sẽ giúp tôi hoạt động và thực hiện các nghĩa vụ một cách tốt nhất. Nếu nói theo ngôn ngữ của tâm linh thì tôi đang muốn được “thanh thản”. Tất nhiên, tôi không dùng từ này theo đúng nghĩa thần học một cách tuyệt đối. Mà ở đây, khi dùng từ “thanh thản” tôi muốn nói đến sự hài hòa trong nội tâm, để từ nội tâm sẽ chuyển thành sự hài hòa bên ngoài. Tôi đang kiếm tìm những gì mà Socrates đã

đòi hỏi những người cầu nguyện khi ông nói trong tác phẩm Phaedr<sup>us</sup>: “*Về bề ngoài và nội tâm của một con người có thể hòa quyền làm một*”. Tôi muốn đạt đến trạng thái thanh thản nội tâm để từ đó có thể sống và cống hiến như bản chất của mỗi con người vốn vậy.

Cũng mơ hồ như định nghĩa này, tôi tin rằng phần lớn mỗi người chúng ta đều nhận thức được từng thời đoạn trong cuộc đời mình. Chúng ta luôn cảm nhận được khi nào thì tâm hồn mình bị xáo động, lúc nào lòng mình đã được thanh thản, bình yên – ngay cả khi những cảm giác ấy được thể hiện bằng những ngôn từ rất khác nhau. Nhưng điều quan trọng là chúng ta hoàn toàn có thể cảm nhận được những xung đột nội tại. Khi vui vẻ, bạn cảm thấy mình có đủ sức mạnh để làm tất cả mọi việc. Cảm giác ấy cứ như cá gặp nước, như hổ về rừng. Còn khi bạn buồn đau, bạn sẽ cảm thấy công việc nặng tựa ngàn cân, cho dù lúc ấy bạn chỉ làm một việc con con là buộc dây giày. Quả thật, buộc dây giày chỉ là một trong vô số kỹ năng mà chúng ta phải học, bất kể cảm giác của ta lúc đó như thế nào. Tôi đã học hỏi được nhiều kỹ năng từ những trải nghiệm còn lưu giữ trong các tác phẩm của những thế hệ đi trước. Họ đã tốn nhiều thời gian và công sức trong việc tìm kiếm sự thanh thản, và chính trong những môi trường nhất định, những trạng thái nhất định của cuộc sống, những nguyên tắc đạo đức – chứ không phải thứ gì khác – trở nên rất hữu ích đối với sự hài hòa giữa nội tâm và vẻ bên ngoài. Trên thực tế, có những con đường nhất định mà bạn nên theo đuổi.

Đơn giản hóa cuộc sống là một trong muôn nẻo đường ấy. Tôi từng có ý định hưởng thụ một cuộc sống an nhàn, lựa chọn một vỏ ốc đơn giản mà mình có thể dễ dàng mang theo – như chú ốc mượn hồn kia vậy. Nhưng tôi không thể làm như thế. Tôi phát hiện ra rằng cuộc sống của mình không thể có chỗ cho sự nhàn hạ. Tôi còn có chồng và năm đứa con. Họ cũng lựa chọn và theo đuổi những con đường khác nhau trên thế gian này. Cuộc sống mà tôi lựa chọn là làm một người vợ, một người mẹ, và cũng là một đầu tàu với những toa hàng phức tạp, rắc rối. Nó bao gồm một ngôi nhà ở vùng ngoại ô, những công việc nội trợ nặng nhọc không tên, bao gồm sự quay cuồng giữa sự thiếu thốn và chi li dè sẻn cho cuộc sống hàng ngày. Nó bao gồm cả nơi ăn chốn ở, những bữa ăn, việc chợ búa, những hóa đơn phải thanh toán cũng như việc cân đối thu chi theo hàng ngàn cách khác nhau.

Cuộc sống ngày nay là một vòng xoay với những mối quan hệ mở rộng ngày càng phức tạp. Cuộc sống ấy đặt lên vai mỗi người gánh nặng do các nhu cầu bức thiết từ phía gia đình, xã hội, cộng đồng thông qua những áp lực về văn hóa, chính trị, xã hội, thông qua các phương tiện thông tin đại chúng, những việc làm từ thiện và nhiều thứ khác nữa. Đầu óc tôi quay cuồng với những vấn đề như vậy. Mỗi ngày, phụ nữ chúng ta luôn phải trình diễn những màn xiếc ngoạn mục như thế. Điều đó có thể khiến những diễn viên nhào lộn phải ganh tỵ. Hãy nhìn chúng tôi mà xem. Mỗi ngày, chúng tôi luôn phải bước đi trên sợi dây căng và thẳng tắp, vừa phải giữ thăng bằng với đồng sách trên đầu, trong khi vẫn phải để tâm đến bọn trẻ, đến việc bếp núc. Dù vậy, chúng tôi vẫn phải luôn vững vàng và phải làm chủ chính mình.

Cuộc sống như thế quả thật không hề đơn giản. Nó rắc rối, phức tạp như điều mà các đức ông chồng từng trải đã cảnh báo trước với chúng ta. Nó không đưa ta đến sự hài hòa thống

nhất mà chỉ mang lại sự chia lìa cách ngăn. Nó không hướng đến sự thanh thản mà chỉ góp phần hủy hoại tâm hồn. Và có thể kết luận rằng, nó không chỉ đúng với cuộc sống của riêng tôi, mà nó còn là cuộc sống của hàng triệu phụ nữ khác trên đất Mỹ.

Sở dĩ tôi nhấn mạnh đến phụ nữ Hoa Kỳ là vì ngày nay, phụ nữ Hoa Kỳ có quyền lựa chọn cuộc sống cho mình hơn phụ nữ ở bất kỳ quốc gia nào khác. Sự phát triển của rất nhiều phụ nữ trên thế giới vẫn còn bị kìm hãm bởi chiến tranh, đói nghèo, lạc hậu, bởi những cuộc đấu tranh sinh tồn, bởi những lề thói chật hẹp cùng bao lo toan cho cuộc sống gia đình. Trong khi đó, phụ nữ Hoa Kỳ vẫn còn những khoảng lặng cho riêng mình; họ tương đối tự do và được quyền lựa chọn cho mình một cuộc sống thoải mái. Những khác biệt này có thể chỉ là tạm thời, nhưng xét đến những giới hạn có thực về kinh tế, văn hóa, giới tính, thì nó vẫn mang một ý nghĩa đặc biệt.

Cuộc sống phức tạp không những ảnh hưởng đến phụ nữ chúng ta mà còn tác động không nhỏ đến các quý ông. Đây cũng không phải là chuyện của riêng nước Mỹ, mà nó còn là vấn đề của cả thế giới hiện đại. Và vấn đề này không chỉ giới hạn trong thời điểm hiện tại mà nó mãi sẽ là một trong những trở ngại to lớn của xã hội loài người.

Từ thế kỷ thứ ba, Plotinus từng có lần thuyết giảng về những mối hiểm nguy của một thế giới đầy phức tạp. Những vấn đề phức tạp ấy đã, đang và có thể sẽ mãi ám ảnh cuộc đời của người phụ nữ.

Cũng giống như những nan hoa tỏa ra từ trục bánh xe, để hoàn thành trọn vẹn thiên chức của người phụ nữ, chúng ta có những nghĩa vụ và quyền lợi phải thực hiện, mà cốt lõi là bản năng làm mẹ. Xét theo một khía cạnh nào đó thì cuộc sống của chúng ta lại mang dáng dấp của một hình tròn. Chúng ta là tâm điểm và sẵn sàng hướng tâm sức của mình về mọi hướng: chồng con, bạn bè, nhà cửa, cộng đồng; đồng thời ta cũng phải luôn giữ vững trọng tâm để có thể đương đầu trước những cơn gió lồng lộng cứ như muốn hất tung tất cả. Quả thật rất khó khăn nếu chúng ta muốn dung hòa được những mâu thuẫn đầy căng thẳng như thế; và để hướng cuộc sống đi đúng với quỹ đạo của nó cũng là một việc vất vả không kém. Để đạt được sự cân bằng và vững vàng ấy là cả một hành trình đầy khó khăn gian khổ, là cả một chặng đường dài nguyện cầu cho cuộc sống bình yên. Một cuộc sống bình yên, một tâm hồn tĩnh lặng do thiên định mang lại luôn khiến chúng ta khao khát, nhưng điều đó cũng thật xa vời. Bởi có ai không muốn mình được tĩnh tại, có ai không muốn cuộc sống của mình được an nhiên, nhưng mấy ai có thể đạt được tất cả những điều mình mong muốn? Cho dù bạn là một nghệ sĩ hay một bậc thánh nhân thì điều cốt lõi bất khả xâm phạm bên trong con người bạn chính là sự quyết tâm.

Với nhận thức mới, vừa bi vừa hài, tôi bắt đầu hiểu tại sao những vị thánh hiếm khi lập gia đình. Tôi cho rằng chẳng có gì vốn dĩ đã vậy, và tôi từng nghĩ, hoặc họ là người lãnh đạm, hoặc vấn đề chính là trẻ con. Nuôi nấng, dạy dỗ, chăm sóc và giáo dục con trẻ, trông nom nhà cửa với hàng ngàn công việc không tên, những mối quan hệ phức tạp giữa người với người... đã tạo nên một vị thế riêng của người phụ nữ. Nhìn chung, vị thế ấy đi ngược lại mọi tiêu chuẩn của một cuộc sống đầy sáng tạo, chan chứa suy tư - hay nói cách khác, là

cuộc đời của một bậc thánh nhân. Vấn đề ở đây không chỉ là một trong những mối quan hệ giữa Phụ nữ và Sự nghiệp, Phụ nữ và Gia đình, Phụ nữ và Sự tự do, mà là làm thế nào để phụ nữ có thể tồn tại giữa cuộc sống bộn bề những lo toan, làm thế nào để cân bằng cuộc sống khi luôn có những lực ly tâm kéo mình bật khỏi vị trí cân bằng.

Vậy câu trả lời là gì đây? Tôi biết chẳng thể có một câu trả lời đơn giản để giải đáp hoàn toàn mọi khúc mắc. Tôi chỉ có một đầu mối duy nhất, đó chính là cái vỏ ốc từ biển cả. Về đẹp mộc mạc của con ốc xoắn đã mang lại cho tôi câu trả lời. Đó có thể chỉ mới là bước khởi đầu để làm cho cuộc sống nhẹ nhàng hơn, dần thoát khỏi vòng xoáy phức tạp. Nhưng làm thế nào? Nghi ngại là điều không thể. Tôi không thể rũ bỏ mọi trách nhiệm, không thể vĩnh viễn cô lập mình giữa hoang đảo khô cằn. Tôi cũng không thể mũ ni che tai giữa cuộc sống gia đình. Tôi không muốn như vậy. Giải pháp mà tôi chọn chắc chắn sẽ không phải là hoàn toàn từ bỏ hoặc chấp nhận mọi vấn đề của cuộc sống. Tôi cần chọn giải pháp cân bằng hoặc thay đổi giữa hai thái cực, hoặc nhịp nhàng như con lắc dao động giữa cảm giác cô đơn và sự đồng cảm, giữa việc ẩn dật với sự quay về. Trong những kỳ nghỉ, có thể tôi sẽ rút ra nhiều bài học bổ ích để áp dụng cho cuộc sống hàng ngày của mình. Ít ra trong hai tuần lễ này, tôi có thể tập luyện để đơn giản hóa cuộc sống, và xem đó như là một sự khởi đầu. Tôi có thể lần theo đầu mối của chiếc vỏ ốc này và xem nó sẽ dẫn đi đâu. Nơi này, chính trên bờ biển này, tôi sẽ thử làm điều đó.

Chẳng mấy chốc, bạn sẽ nhận ra rằng, điều đầu tiên trong cuộc sống nơi bờ biển này chính là sự “rũ bỏ”. Bạn cần hình dung mình có thể tối thiểu hóa nhu cầu cuộc sống đến đâu, chứ không phải mình có cuộc sống đầy đủ đến mức nào. Không chỉ đơn giản về mặt ăn uống, mà bạn cần đơn giản trong nhiều lĩnh vực khác, trước tiên là việc phục sức. Tất nhiên là dưới ánh nắng như thiêu đốt của mặt trời, bạn sẽ nhận ra rằng mình cần ít quần áo như thế nào. Nhưng bạn sẽ chẳng cần đến một phòng thay đồ tiện nghi mà chỉ cần một chiếc vali căng phòng là đủ. Bạn sẽ cảm nhận được sự thoải mái. Ít đường kim mũi chỉ, ít phải sửa sang quần áo, và nhất là bạn sẽ không phải đắn đo nên mặc gì, mặc như thế nào, mặc như thế liệu có phù hợp không. Bạn sẽ nhận ra rằng mình đã cởi bỏ không chỉ quần áo, mà cả những gì hão huyền vô nghĩa.

Tiếp theo là nơi ăn chốn ở. Bạn sẽ không cần một ngôi nhà kín gió như thể bạn đang ở miền Bắc trong mùa đông giá buốt. Nơi này, tôi sống trong ngôi nhà tranh đơn sơ khum khum hình vỏ sò, không lò sưởi, không điện thoại, không hệ thống nước nóng lạnh, chỉ có một cái lò hai ngọn đun bằng dầu. Sàn nhà cũng không cần trải thảm. Thật ra khi tôi đến, ngôi nhà cũng có vài tấm thảm, nhưng để dễ dàng quét dọn, tôi đã quyết định cuộn chúng lại và cất đi. Nhưng chỉ vài hôm sau, tôi bắt đầu nhận ra mình không còn bận tâm về bụi bặm và cũng không mấy hứng thú với việc quét dọn nhà cửa. Tôi cởi bỏ cả tính khát khe và sự cầu toàn của mình. Ngay cả các cửa chính lẫn cửa sổ cũng không có rèm cửa mà thay vào đó là những rặng thông bao quanh. Cửa sổ nhà tôi luôn mở toang, và dường như tôi cũng chẳng còn lo lắng gì về mưa bão. Tôi bắt đầu trút bỏ nỗi lo lắng về nhiều thứ. Tôi hiếm khi quan sát những tấm vải phủ đã lem luốc cũ kỹ, và cũng không lo lắng gì về ấn tượng mà nó có thể gây ra cho người khác. Tôi rũ bỏ niềm kiêu hãnh từng một thời khiến tôi ngạo mạn. Tôi trang hoàng ngôi nhà chỉ với một ít đồ đạc, vì thật sự tôi không cần nhiều. Tôi sẽ chỉ

mời những người bạn thân vào tham quan chiếc vỏ ốc này của mình mà thôi. Và đặc biệt, khi đơn giản hóa cuộc sống, tôi nhận ra mình đang rũ bỏ thói đạo đức giả trong mối quan hệ với mọi người. Tôi khám phá ra rằng, điều khiến con người ta mệt mỏi nhất trên đời chính là sự giả dối. Đó là lý do vì sao cuộc sống của chúng ta là một chuỗi những mệt mỏi, ưu phiền, khi ai cũng đeo lên mình một chiếc mặt nạ. Tôi đã tháo và vứt nó đi rồi, chiếc mặt nạ của tôi.

Tôi bắt đầu cảm nhận một cuộc sống vui vẻ, hạnh phúc khi cởi bỏ sự trói buộc của tiện nghi vật chất. Và khi viết những dòng này, tôi chợt nhớ đến “tuyên ngôn” tương tự mà một người bạn Pháp của tôi đã viết khi anh bị giam cầm tại Đức trong suốt ba năm. Theo lời anh kể, những tù nhân ở đó chẳng những không có đủ lương thực để ăn mà họ còn bị ngược đãi. Đối với họ, tự do là một khái niệm mơ hồ, thậm chí là xa xỉ. Tuy nhiên, cuộc sống tù ngục đã dạy anh biết cách làm thế nào để đương đầu với những tình huống khó khăn, cũng như hiểu giá trị của sự bình an và tự do về mặt tinh thần mà việc đơn giản hóa cuộc sống có thể đem lại. Thật là ngược đời khi ngày nay phần lớn con người trong thế giới văn minh và tự do, những người có quyền lựa chọn cho mình cuộc sống giản đơn hoặc phức tạp, lại chọn con đường phức tạp! Những bậc thánh tăng hay ni cô đạo hạnh đều đã tự nguyện lựa chọn cho mình con đường để tìm đến sự giản đơn. Ngay cả chiến tranh, chết chóc, tù đầy, cuối cùng cũng tuân theo một dạng thức, đó là đơn giản hóa con người. Và nếu một ngày bạn đột nhiên khám phá ra điều đó, như lúc tôi đang tận hưởng những ngày ngắn ngủi bên bờ biển này, bạn sẽ thấy cuộc sống giản dị và yên bình biết bao.

Bạn có thể thắc mắc: Vậy thì căn nhà của tôi có xấu xí quá không? Khi bạn sửa chữa đặc vật chất thì việc mua sắm đó không chỉ vì sự an toàn, tiện lợi hay để thỏa mãn một nhu cầu nào đó của mình mà có thể còn vì bạn bị chinh phục bởi vẻ đẹp của chúng. Căn nhà hình vỏ sò của tôi không tồi tàn và trống trải quá chứ? Không, nhà tôi rất lộng lẫy. Nó thô mộc thật đấy, nhưng gió, ánh mặt trời và hương vị của rừng thông đã lấp đầy vẻ thô mộc ấy. Tơ nhện giăng phủ những cái xà trên mái, tuy còn dang dở nhưng khi ngắm nhìn với ánh mắt bao dung, tôi nghĩ rằng chúng rất đáng yêu. Chúng đáng yêu bởi vì chúng đã làm mềm mại những đường nét khô cứng của xà nhà, giống như mớ tóc điểm sương làm hiền từ khuôn mặt người đã bước qua bên kia con dốc cuộc đời. Tôi sẽ không che mớ tóc muối tiêu này bằng phần tóc đen của mình, và cũng sẽ không quét dọn mớ mạng nhện kia. Đối với bức tường cũng vậy, lúc đầu trông nó thật đơn điệu và nhàm chán. Tôi muốn đục vài cái lỗ và làm cho nó mới mẻ hơn với tranh và cửa sổ. Thế là tôi đi tìm những thớ gỗ trôi giạt từ bờ biển và đem chúng về. Những thớ gỗ ấy bóng mượt như sa-tanh nhờ gió và cát. Sau đó, tôi lại gom mớ dây leo xanh với tán lá đầu đỏ mềm mại, và tìm kiếm đồng vỏ ốc xà cừ trắng tinh với những đường vân lạ mắt. Sau khi đóng tất cả vào tường và ốp vào các góc, tôi xoa tay hài lòng. Thế là từ một nơi tĩnh lặng như thế này, tôi đã có một khung cửa sổ lãng mạn, một điểm ngắm như chiếc kính viễn vọng để nhìn ra thế giới.

Tôi thật sự thấy hài lòng. Tôi ngồi xuống chiếc bàn mộc mạc bên trên chỉ có một quyển sổ nháp, một bình mực, một chiếc đồng hồ cát để chặn góc, một khay đựng bút làm bằng vỏ trai, một mảnh vỏ của chú ốc xà cừ phản ánh hồng và một hàng vỏ sò, để đầu óc đắm chìm trong suy nghĩ về chúng.

Tôi yêu biết bao ngôi nhà đất đầy vỏ sò này. Tôi ước gì mình có thể mãi mãi sống ở đây hoặc đem nó về nhà. Nhưng tôi không thể làm như vậy. Nó không thuộc về cuộc sống phức tạp ngoài kia. Nó cũng không thể chứa thêm chồng và năm đứa con của tôi cùng bao tiện nghi của cuộc sống hiện đại. Tôi chỉ có thể mang về vỏ ốc vặn bé xíu nhưng rất xinh xắn này mà thôi. Nó sẽ ngự trị nơi bàn làm việc của tôi ở Connecticut, để nhắc nhở tôi về sự lý tưởng của cuộc sống giản đơn đồng thời khuyến khích tôi chơi những trò chơi trên bãi biển như tôi đã từng mãi mê đùa nghịch.

Đơn giản hóa cuộc sống bên ngoài thôi chưa đủ. Nó chỉ là vẻ bề ngoài. Nhưng tôi đang bắt đầu như vậy. Tôi ngắm nhìn vẻ ngoài của vỏ ốc - vẻ ngoài cuộc sống của tôi cũng tương tự như cái vỏ ốc này. Câu trả lời hoàn hảo chẳng thể tìm thấy ở vẻ ngoài vốn hời hợt của cuộc sống. Nó đơn giản chỉ là một phương tiện, một con đường để bắt đầu tìm kiếm. Nhưng có thể nói, ít nhất, vẻ bề ngoài cũng đem đến những gợi ý nho nhỏ để chúng ta khám phá câu trả lời bên trong. Và tôi biết, câu trả lời cuối cùng luôn nằm ở bên trong. Bạn sẽ tự do, như chú ốc mượn hồn, đổi cho mình một chiếc vỏ ốc khác.

Vỏ ốc xoắn, ta đặt mi trở lại chỗ cũ. Nhưng cảm ơn mi đã tặng cho trí óc ta một cuộc phiêu lưu kỳ thú, và bên trong ta, những tư tưởng sẽ từng bước leo lên các bậc thang xoắn ốc.

### 3. NÀNG ỐC TRẮNG

Nàng là một vỏ ốc tròn xoe, đầy đặn và bóng láng như cây dẻ ngựa<sup>(1)</sup>. Thật yên bình và thoải mái, nàng nằm cuộn tròn như cô mèo nhỏ trong lòng bàn tay tôi. Sóng sánh và đùng đục, nàng đẹp như đóa hoa màu hồng trên nền bầu trời mùa hạ, căng mọng như sắp mưa.

Bề mặt cân đối, mềm mại của nàng được tô vẽ với độ chính xác tuyệt vời. Những đường xoắn hoàn hảo cuộn tròn vào đỉnh bên trong của chiếc vỏ và một cái chóp đen bé xíu như con người trong đôi mắt long lanh. Nàng nhìn chăm chăm vào tôi bằng độc nhãn thần bí, và tôi cũng chăm chú nhìn lại nàng.

Lúc này, nàng là vàng trắng đơn côi trên nền trời đêm, vành vạch tròn đầy và căng tràn sức sống. Lúc này, nàng là đồng tử của chú mèo, lặng lẽ lướt qua bãi cỏ dài giữa đêm khuya thanh vắng. Lúc này, nàng là hòn đảo cô đơn, bình lặng giữa muôn trùng đợt sóng đang không ngừng lan tỏa, bủa vây.

Có thể nói, những hòn đảo luôn thật tuyệt vời! Những hòn đảo trong không gian, như nơi tôi đã từng được đặt chân đến, luôn được bao bọc bởi muôn ngàn đợt sóng lao xao, chẳng có cầu nối, đường cáp hay điện thoại và hoàn toàn cô lập với thế giới nhộn nhịp bên ngoài. Trong khi đó, những hòn đảo của thời gian lại giống như những kỳ nghỉ ngắn ngày của chúng ta, khi mà quá khứ và tương lai hoàn toàn bị tách rời, chỉ có hiện tại là hiện hữu. Sự hiện hữu này mang đến cho cuộc sống trên đảo một vẻ trong lành và huyền diệu nhưng cũng không hề thiếu vắng sự đa sắc. Bạn sẽ được sống như con trẻ, hay như các bậc thánh thần khi mỗi ngày hòn đảo lại được gội rửa bởi sự hòa hợp giữa không gian và thời gian để mang trọn vẹn linh hồn của chính nó. Và khi sống trong không gian đặc biệt này, mỗi người chúng ta lại mang những nét tương đồng với các hòn đảo: đơn độc, toàn vẹn, hiện hòa; ngưỡng mộ sự cô độc của người khác nhưng không xâm nhập lên “*bờ biển*” của họ và chỉ đứng nhìn với vẻ sùng kính trước sự kỳ diệu đó. John Donne từng cho rằng: “*Không ai là một hòn đảo*”. Nhưng tôi lại nghĩ: Chúng ta là những hòn đảo trong cùng một đại dương.

Tất cả chúng ta, xét cho cùng, cũng chỉ là những cá thể đơn lẻ mà cô độc không phải là trạng thái ta có thể lựa chọn cho mình. Nhà thơ Rilke cũng đã từng nói: “*Cô độc không phải là điều chúng ta có thể lấy đi hay để lại*”.

Có thể bạn không thích khi phải nghĩ rằng mình không có ai để chia sẻ. Bạn muốn trốn tránh sự thật này. Dường như nó chứa đựng sự hắt hủi hoặc bỏ rơi nào đó. Tương tự như tâm trạng của người phụ nữ không có bạn nhảy trong buổi khiêu vũ. Họ sẽ có cảm giác bị bỏ rơi và cô đơn trên chiếc ghế thẳng lưng trong khi những cô gái khác đã cùng bạn nhảy xoay tròn trong những vũ điệu tuyệt vời nơi sàn nhảy.

Con người, đặc biệt là phụ nữ chúng ta, thường cảm thấy lo lắng khi đối diện với cảm giác cô đơn và luôn mong muốn sẽ không bao giờ cảm thấy cô độc. Khi những mối quan hệ gần gũi như gia đình, bè bạn không thể khuấy động không gian của mình, chúng ta thường

tìm đến ti-vi hay báo chí, thời trang như một phương tiện để thay thế. Chúng ta có thể vừa làm việc nhà, vừa theo dõi bộ phim truyền hình dài tập đang được trình chiếu. Thậm chí, những giấc mộng ban ngày còn diệu kỳ hơn thế, chúng hấp thụ dưỡng chất trong các câu chuyện kể và sau đó quay lại dưỡng nuôi thế giới tinh thần và đời sống nội tâm của chúng ta. Thay vì vun trồng nỗi cô đơn và chờ đợi những giấc mơ đem hoa kết trái, chúng ta có thể chìm đắm trong không gian êm dịu của những bản tình ca hay cùng bạn bè vui chơi, chuyện trò. Lấp đầy sự trống trải rất đơn giản, nhưng khi nhạc tắt màn hạ, chúng ta phải học cách sống chung với nỗi cô đơn vì giai điệu tâm hồn là điều không thể thay thế.

Quả là một bài học khó khăn khi vì một lý do nào đó mà bạn phải tạm rời xa gia đình, bạn bè và học lấy *“nghệ thuật sống chung với nỗi cô đơn”*, dù chỉ một giờ, một ngày hay một tuần. Tôi đã lo sợ là nó sẽ gây đau khổ và khó khăn như khi tôi phải cắt rời một phần của cơ thể mình - một phần thân thuộc mà không có nó tôi sẽ không thể sống được. Tuy nhiên, khi điều đó đã xảy ra thì thật đáng ngạc nhiên, tôi lại nhận ra rằng, được ở một mình mới thực sự là điều quý giá nhất. Cuộc sống hồi hải quay trở lại lấp đầy khoảng trống, làm cho nó phong phú hơn, đầy đặn hơn và căng tràn nhựa sống. Và rồi, như một chú sao biển, bạn sẽ lại mọc một “cánh tay” mới, hoàn hảo, tròn vẹn, và thậm chí là đủ đầy hơn trước.

Tôi đã được trải nghiệm cảm giác cô đơn này trong suốt một ngày dài và hai đêm thâu. Một mình, tôi lang thang trên bờ biển vào ban đêm, dưới ngàn ánh sao lung linh và ngắm nhìn những chú mòng biển lượn vòng ở đuôi cầu tàu, ngụp lặn tìm những mẩu thức ăn mà tôi đã ném cho chúng. Buổi sáng, tôi dành trọn thời gian cho công việc, và sau đó tận hưởng bữa ăn trưa trên bờ biển, một mình. Cuộc sống này khiến tôi cảm thấy mình trở nên gần gũi hơn với những sinh vật đáng yêu của thế giới tự nhiên: từ chú chim dẽ Bắc Mỹ rụt rè làm tổ nơi thủy triều lên xuống đến chú chim choắt chạy xuống mặt nước ven bờ lấp lánh bằng những bước chân nhỏ e dè, những chú bồ nông đập cánh uể oải bay lượn theo chiều gió, và những chú mòng biển uốn cong mình ngắm nghía đường chân trời.

Không hiểu sao lòng tôi lại trào dâng một cảm giác yên bình lạ kỳ khi ngắm nhìn chúng. Vẻ đẹp của trời biển bao la chợt có ý nghĩa với tôi rất nhiều. Tôi đắm mình trong vẻ đẹp ấy, lòng như muốn tan ra và hòa vào vũ trụ mênh mông này.

Cảm giác này còn khiến tôi thấy gần gũi hơn với người bạn đời của mình, ngay cả trong sự cô đơn. Bởi vì đây không phải là sự cô đơn thuần túy, không phải là khoảng cách địa lý cũng chẳng phải hoang đảo hay những vùng đất hoang vu lờm chờm đá cách ngăn bạn với người trong mộng của mình. Đây chính là hố sâu về mặt tinh thần, là sự cần cỗi của tâm hồn, là hoang mạc trong trái tim mà bạn đang lầm đường lạc lối trong đó và trở thành một lữ hành xa lạ. Khi bạn cảm thấy lạ lẫm với chính bản thân, nghĩa là bạn đã tự tách mình ra khỏi mọi người. Và nếu bạn không thể chạm vào tâm hồn mình thì làm sao bạn có thể tìm thấy chìa khóa để mở cánh cửa bước vào trái tim người khác. Nhiều lúc tay bắt mặt mừng với bạn bè giữa thành phố rộng lớn, tôi vẫn có cảm giác như một hoang mạc nào đó đang trải rộng giữa chúng tôi. Cả hai chúng tôi đều loay quanh trong cõi hoang vu cần cỗi và đã đánh mất suối nguồn đem lại nhựa sống cho mình – hoặc đã thấy những dòng suối ấy trong tình trạng cạn kiệt. Tôi bắt đầu nhận ra rằng, khi cảm nhận được tâm hồn mình thì

đó cũng là lúc ta tìm thấy con đường để khám phá trái tim người khác. Và, đối với tôi, tâm hồn – dòng suối dạt dào bên trong mỗi người – chỉ có thể thông dòng trở lại khi ta bắt đầu bằng nỗi cô đơn.

Tôi thả bộ xuống biển, những giai điệu rì rào của sóng biếc vỗ về từng bước chân. Mặt trời ấm áp trên lưng và đôi chân trần trong khi gió lùa qua mái tóc. Sau khi nô đùa thỏa thuê với sóng như những chú chim choắt, tôi trở về nhà, ướt sũng, mê mẩn, choáng váng, căng tràn một ngày cô độc, vành vạnh như vàng trắng trước khi bị đêm tàn lấy đi một mảnh để thành trăng khuyết và sóng sánh như ly nước tràn đến tận miệng. Quả thật, mức độ căng đầy cũng có thể đong đếm, như Psalmist đã diễn tả: *“Chiếc cốc của tôi đã chực tràn”*. Tôi cầu nguyện trong niềm hy vọng pha chút lo âu, rằng đừng để ai đến phá vỡ cuộc sống tĩnh lặng này, nếu không, tôi có thể tràn ra mất.

Liệu đây có phải là những gì vẫn thường xảy ra với người phụ nữ? Bản năng của phụ nữ chúng ta – chăm lo cho con trẻ, cho người bạn đời, cho xã hội – thật sự là bản năng công hiến. Người phụ nữ luôn mong muốn được sẻ chia tất cả những gì mình có với mọi người xung quanh để rồi theo đó, thời gian, sức lực, sức sáng tạo của chúng ta cạn đi theo những dòng chảy ở bất kỳ thời điểm nào, khi qua bất kỳ khe suối nào. Mãi mãi, người phụ nữ như dòng suối mát lành, sẵn sàng chia sẻ bản thân thành từng “ngụm” nhỏ cho những ai đang khát – những ai đang cần đến họ, và rất hiếm khi cho phép mình được vũng vầy trong thời gian, trong sự tĩnh lặng và an bình, để mình được trở lại tràn đầy, sóng sánh.

Đây quả là một nghịch lý lạ thường. Người phụ nữ, về bản năng là muốn hy sinh, nhưng họ lại chẳng hề thoải mái nếu phải chia bản thân mình thành từng phần nhỏ. Vậy thì về cơ bản, đây có phải là sự mâu thuẫn? Tôi tin rằng việc khiến người phụ nữ không hài lòng không phải là sự phân thân của chính mình, mà là e ngại sự hy sinh vô ích. Chúng ta lo lắng không phải vì năng lượng của mình cứ khe khẽ chảy qua những lỗ nhỏ, mà là sợ nó bị đổ xối xả vào mương, vào rãnh. Chúng ta không nhận thấy kết quả của sự hy sinh một cách cụ thể như những gì người đàn ông nhìn thấy trong công việc của họ. Thường chẳng có lời khen ngợi nào cho việc phụ nữ vất sức hàng ngày để chăm lo nhà cửa, và những người xung quanh cũng hiếm khi ngợi ca thành quả lao động của chúng ta. Ngoại trừ việc nuôi dạy con trẻ, vai trò của phụ nữ luôn rất thầm lặng. Chúng ta làm việc theo những khuôn mẫu sẵn có với hàng tá việc không tên của người nội trợ, những truyền thống trong gia đình và lễ thói của xã hội. Nó giống như một trò chơi dây phức tạp mà ta phải khéo léo tạo hình từ những sợi dây bé xíu luôn qua kẽ tay. Là một nửa của nhân loại, nhưng làm thế nào để phụ nữ chúng ta có thể định hướng rõ ràng giữa trăm ngàn công việc không tên hay giữa những mối quan hệ phức tạp của con người? Vì thế, một số chị em đã bắt đầu cho rằng mình giống một chiếc điện thoại hay một máy giặt tự động.

Sự cống hiến có mục đích chẳng bao giờ làm cạn kiệt nguồn sống của phụ nữ. Khi chúng ta cống hiến càng nhiều, khả năng tự tái tạo cũng tăng lên tương ứng – như việc tiết sữa của người mẹ nuôi con. Thế nhưng, ngày nay, khi cuộc sống đã tương đối đầy đủ thì rất nhiều phụ nữ không còn cảm thấy sự quan trọng của mình, cả trong những cuộc đấu tranh sinh tồn lẫn trong cuộc sống gia đình. Không còn cảm giác được hy sinh, được cống hiến có mục

đích, chúng ta còn cào đôi mà không hiểu cơn đôi ấy bắt nguồn từ đâu. Chúng ta lấp đầy sự trống rỗng của mình bằng những quyết định vội vã để nhận về những nhiệm vụ bắt buộc với những chuẩn mực xã hội mà nhìn chung, chúng đều vì những mục đích nhỏ nhoi. Và bỗng nhiên ta thấy mọi suối nguồn trong ta khô cạn, rỗng không.

Tất nhiên, ngay cả việc hy sinh có mục đích cũng cần có những suối nguồn nuôi dưỡng. Sữa mẹ được tạo thành khi cơ thể tiếp nhận thêm dưỡng chất. Và nếu như bản năng của người phụ nữ là hy sinh, thì tất nhiên họ cũng cần được bù đắp. Nhưng bằng cách nào?

Đó là sự cô đơn, nàng ốc trắng đã gợi nhắc tôi như vậy. Thỉnh thoảng, con người nên được sống một mình. Có vẻ như đối với phụ nữ chúng ta, đây là một cuộc cách mạng, một nhiệm vụ bất khả thi và là một ước mơ xa vời. Chúng ta sẽ không được trả thêm thu nhập cho những kỳ nghỉ của chính mình. Hay sau một tuần mệt nhọc với những công việc tẻ gia, ta cũng chẳng thể có một ngày nghỉ ngơi, tĩnh dưỡng. Thậm chí sau ngày dài dọn dẹp, nấu nướng, ta cũng chẳng còn sức lực để thảnh thơi tận hưởng thế giới của riêng mình.

Nhưng liệu đây có phải chỉ đơn thuần thuộc về vấn đề kinh tế? Tôi không nghĩ vậy. Bất kỳ người làm công ăn lương nào, dù có mức sống ra sao, cũng luôn trông đợi một ngày nghỉ trong tuần hay một kỳ nghỉ trong năm. Có lẽ những người mẹ và những người nội trợ là người làm công duy nhất chẳng có kỳ nghỉ. Họ là những người không bao giờ được nghỉ ngơi nhưng lại hiếm khi phàn nàn về những thiệt thòi của mình.

Thật ra, giải quyết vấn đề này cũng không mấy khó khăn. Nếu bạn thuyết phục người phụ nữ rằng một ngày nghỉ ngơi hay một giờ được sống trong thế giới của riêng mình là nguyện vọng chính đáng, thì họ sẽ tìm ra cách để đạt được điều đó. Nhưng trên thực tế, họ luôn cảm thấy nhu cầu của mình là thứ yếu, và vì vậy mà ít khi nỗ lực để có được nó. Khi quan sát những người phụ nữ có điều kiện tài chính và hoàn cảnh sống cho phép có được những giây phút nghỉ ngơi nhưng lại không muốn tận dụng cơ hội ấy, bạn sẽ hiểu rằng vấn đề ở đây không phải là kinh tế. Nó phụ thuộc vào niềm tin bên trong hơn là vào áp lực bên ngoài, mặc dù sự hiện diện của những áp lực này vẫn ít nhiều tác động và gây ra những khó khăn. Cơ bản là thế giới và cuộc sống hiện đại không quan tâm đến sự cần thiết phải có những khoảng lặng, cả ở nam giới và phụ nữ.

Thật khó giải thích. Dường như bất cứ điều gì diễn ra trong cuộc sống của chúng ta cũng có thể được chấp nhận dễ dàng hơn nhu cầu này. Nếu chúng ta dành thời gian cho những cuộc hẹn làm ăn, những mối quan hệ xã hội hay đi mua sắm, đến hiệu cắt tóc thì thời gian ấy được cho là bất khả xâm phạm. Nhưng nếu ta nói rằng mình cần dành thời gian để được ở một mình, ta sẽ bị cho là bất nhã, ích kỷ hoặc lập dị. Thật buồn cười cho nền văn minh của chúng ta, nó đã làm cho chúng ta phải giấu đi sự thật mình đang tận hưởng những phút giây của riêng mình như giấu giếm một tội lỗi nào đó.

Thật sự, được sống một mình là một trong những thời khắc quan trọng nhất của đời người. Những dòng suối trong tâm hồn ta sẽ chỉ được tuôn chảy khi bạn ở một mình. Cũng như vậy, để sáng tạo, những nghệ sĩ, nhà thơ, nhà văn, nhạc sĩ cần cảm nhận được nỗi cô đơn của chính họ. Người phụ nữ cần khoảng lặng để nhận ra sự cần thiết của mình: họ là sợi

tơ mỏng manh nhưng chắc chắn, là trung tâm trong những mối quan hệ phức tạp của con người. Phụ nữ sẽ tìm thấy sự yên bình trong tâm hồn mình như cách Charles Morgan từng viết: *“Sự bình lặng của tâm hồn đứng yên giữa những hoạt động của tinh thần và thể xác, như trục quay vẫn đứng yên giữa bánh xe quay đều”*.

Đối với tôi, đây là một hình ảnh đẹp mà phụ nữ có thể lưu giữ trước mắt như cái đích để mình nhắm đến. Vẫn là một cái trục cố định giữa bánh xe của những mối quan hệ, nghĩa vụ và bổn phận bao quanh. Được ở một mình không phải là mục tiêu, nó là bước đệm để ta tiến về phía trước, là phương tiện để ta đạt được mục đích của mình. Nó như một *“căn phòng của chính mình”*, cần thiết cho mỗi người phụ nữ, trước khi họ tìm được chốn trú chân thật sự của đời họ. Nhưng vấn đề không đơn giản chỉ là tìm kiếm *“căn phòng của chính mình”* - khoảng thời gian được ở một mình - mà cốt yếu là làm thế nào để giữ được sự bình thản trong tâm hồn giữa bộn bề cuộc sống. Và trên thực tế, đó là vấn đề nuôi dưỡng tâm hồn.

Có thể nói, người phụ nữ được thừa hưởng suối nguồn tinh thần từ các thế hệ trước, nhưng cuộc sống làm nó sắp cạn kiệt và khiến họ vận động miệt mài như một cái máy. Ở Mỹ cũng như một số quốc gia tiên bộ khác, cuộc sống của phụ nữ thoải mái hơn, tự do hơn, có nhiều cơ hội hơn, một phần *nhờ những cuộc đấu tranh về bình đẳng giới*. “Căn phòng của chính mình” – thời khắc được cô đơn - ngày càng trở nên phổ biến và phụ nữ có quyền tận hưởng những giây phút một mình nhiều hơn.

Thế nhưng, thành quả đạt được một cách khó khăn này không đủ giúp chúng ta học cách hưởng thụ quãng thời gian quý báu đó như thế nào. Những nhà hoạt động xã hội chỉ đấu tranh cho những quyền lợi vốn thuộc về phụ nữ, còn việc khám phá phương thức tận hưởng chúng thì vẫn còn để ngỏ để người phụ nữ tự kiếm tìm. Và ngày nay, phụ nữ vẫn đang trong quá trình tìm kiếm ấy. Lâu nay, quỹ thời gian rời rã tích lũy được thường bị chúng ta dùng cho những hoạt động sáng tạo hơn là nuôi dưỡng, vun trồng lại suối nguồn tinh thần của mình. Chúng ta tự làm mình bận rộn bằng những hoạt động hội hè, đoàn thể hay chăm lo cho công danh, sự nghiệp. Không biết làm thế nào để nuôi dưỡng tinh thần, chúng ta bỏ qua và cố khóa lấp những nhu cầu của nó. Thay vì đứng yên như trục bánh xe, chúng ta tham gia vào những hoạt động ngày càng cách xa trục và khiến mình bị mất cân bằng.

Tôi nghĩ chúng ta đang dần đánh mất một cách vô thức giá trị nữ tính của mình. Trong những thời đại trước, đa số phụ nữ sống cuộc đời khá bình lặng dưới những chế độ chuyên quyền và hà khắc, nhưng môi trường đó lại có khả năng nuôi dưỡng giá trị nữ tính của họ, cho dù có chủ ý hay không. Những khoảnh khắc riêng tư lúc ở nhà đem đến cho họ cơ hội được ở một mình. Họ có nhiều nhiệm vụ tựa như những gam màu lạnh trong một bức tranh, nhưng cũng có nhiều công việc mang đầy tính sáng tạo. Chẳng có gì dưỡng nuôi tâm hồn con người, đặc biệt là người phụ nữ bằng những công việc sáng tạo, thậm chí cả những việc thoát nghe có vẻ đơn giản như nấu ăn hay may vá. Làm bánh, khâu vá quần áo, thực hiện thiên chức của người mẹ như dạy dỗ hay hát ru cho con là những công việc nuôi dưỡng tâm hồn phụ nữ nhiều hơn là khi chúng ta lái xe đưa cả gia đình đi mua sắm tại siêu thị,

hay làm việc nhà với sự trợ giúp của những thiết bị hiện đại. Ngày nay, trong việc nội trợ cũng như đa số lĩnh vực của cuộc sống hiện đại, tám màn cơ khí hóa, tự động hóa đã hạ, che chắn và chia cắt giữa đầu óc và tay chân. Điều này đã giúp người phụ nữ rỗi rãi hơn rất nhiều nhưng đồng thời cũng khiến chúng ta mất đi bao cơ hội vun bồi sự sáng tạo và giá trị nữ tính.

Tôn giáo hay tín ngưỡng nói chung luôn có những tác động mạnh mẽ đến con người, nhất là người phụ nữ. Ở lứa tuổi nào, phụ nữ cũng cần có những giờ phút yên bình, tự do nghỉ ngơi để hồi phục sức khỏe và tinh thần. Tôn giáo đã trở thành chỗ dựa của chúng ta. Nơi đây, chúng ta không bị quấy rầy bởi những vai trò “làm mẹ”, “làm vợ” hay “quý bà”. Và hơn tất cả, chúng ta được là chính mình – một tổng thể hài hòa không bị chia cắt thành hàng ngàn mảnh với những bộn bề lo toan. Người phụ nữ hiến dâng tâm hồn mình trọn vẹn trong khi thờ cúng, nguyện cầu, và hoàn toàn được chấp nhận. Và trong khi được hiến dâng và chấp nhận như vậy, giá trị nữ tính sẽ được hồi sinh. Người phụ nữ luôn khao khát được cống hiến hoàn toàn và mong muốn được coi trọng như một cá thể độc lập chứ không phải là một tập hợp những chức năng. Khát vọng này ám ảnh chúng ta và nếu không được thỏa mãn, nó có thể khiến chúng ta gặp nhiều rắc rối với những ảo vọng hoặc các vấn đề về sức khỏe, tâm lý.

Giải quyết vấn đề này chắc chắn không phải là đưa người phụ nữ trở vào nhà và một lần nữa, nhét vào tay họ cây chổi hay cái kim. Những công cụ hiện đại đã giúp con người chúng ta tiết kiệm năng lượng và thời gian. Và câu trả lời đưa ra là chúng ta cần làm sao để không lãng phí thời gian và công sức vào những việc vô ích, hay tích lũy những điều tưởng chừng sẽ giúp đơn giản hóa cuộc sống nhưng thực tế lại khiến nó nặng nề hơn, hoặc thêm những thứ mà ta chẳng bao giờ có thời gian để sử dụng hay tự hào về nó, và cũng đừng bị ru ngủ trong những trò tiêu khiển để lấp đầy các khoảng trống.

Nói cách khác, giải pháp được đưa ra ở đây không phải là những hoạt động xa rời trục quay của bánh xe cuộc sống mà cuối cùng chỉ dẫn đến sự tan vỡ. Cuộc sống của phụ nữ ngày nay càng có nguy cơ rơi vào trạng thái mà William James đã mô tả theo tiếng Đức là “*Zerrissenheit*”, nghĩa là “*tan chảy thành ngàn mảnh nhỏ*”. Người phụ nữ không thể liên tục sống trong trạng thái “*Zerrissenheit*” vì khi đó chúng ta không còn là chính mình nữa. Chúng ta phải tự giác nỗ lực chống lại các lực ly tâm trong cuộc sống hiện đại bằng những khoảng thời gian được ở một mình, suy ngẫm, cầu nguyện, thưởng thức âm nhạc, nghiên cứu các triết lý, tư tưởng hay đọc sách, học hành hoặc làm lụng. Đó có thể là các hoạt động thuộc về thể chất, tri thức, nghệ thuật, hoặc bất kỳ sự sáng tạo nào bắt nguồn từ bản thân. Không nhất thiết phải là những công việc quá lớn lao, mà nó chỉ nên là của riêng bản thân chúng ta. Xén cỏ tia hoa vào buổi sáng, viết một bức thư hay ngân nga một điệu nhạc cũng sẽ đem đến cho ta cảm giác yên bình trong một ngày náo nhiệt.

Nàng óc trắng nói đó là sự cô đơn. Những tín đồ giáo phái Quaker<sup>(2)</sup> lại cho rằng đó là sự tập trung vào điều cốt lõi. Còn Plotinus lại nghĩ, cách chúng ta sở hữu bản thân phụ thuộc vào cuộc sống nội tâm của chính mình. Căn phòng của sự “biết mình biết ta” chính là nơi mà những người hành hương vào đó có thể được tái sinh, Thánh Catherine của Siena

đã nhận định như vậy.

Trong hành trình khám phá sức mạnh từ cuộc sống nội tâm, phụ nữ chúng ta phải luôn ở vị trí tiên phong và đó thật sự là một điều cần thiết. Trước đây, tuy bận rộn với nhiều công việc gia đình khiến chúng ta ít có thời gian ngoi nghỉ nhưng đó cũng chính là những cơ hội để chúng ta khám phá thế giới nội tâm của chính mình và tìm thấy nguồn sức mạnh tinh thần kỳ diệu – điều mà đa số quý ông không nhận ra trong cuộc đời hoạt động sôi nổi của họ. Thế nhưng ngày nay, do nỗ lực giải phóng bản thân và chứng tỏ sự bình đẳng với phái mạnh, chúng ta lại bị cuốn vào quá nhiều hoạt động ngoài xã hội mà quên đi nguồn sức mạnh nội tâm của mình. Sức mạnh cơ bắp của phái mạnh không hẳn lúc nào cũng phát huy hiệu quả, đặc biệt là trong thời đại ngày nay. Nam giới cũng đang chịu áp lực và họ cần quay về thế giới nội tâm để tìm ra phương thức giải quyết cho những vấn đề phức tạp của cuộc sống. Phải chăng họ đã nhận ra rằng sức mạnh của đất trời chính là ở nội tâm?

Ốc trắng, ai đã đặt cho nàng cái tên này nhỉ? Tôi nghĩ đó hẳn là một phụ nữ rất nhạy cảm. Còn tôi, tôi sẽ đặt cho nàng một cái tên khác: ốc đảo. Tôi không thể mãi mãi sống trên hòn đảo của mình. Nhưng tôi có thể đem nàng về, đặt trên bàn làm việc của mình ở Connecticut. Nàng sẽ ngự trị ở đó và sẽ nhìn tôi bằng con mắt độc nhãn kỳ bí. Nàng, với những đường vòng mềm mại cuốn vào đỉnh lối nhỏ bên trong, sẽ lưu giữ dùm tôi những ký ức đẹp đẽ về hòn đảo mà tôi đã được sống vài tuần ngắn ngủi. Nàng sẽ nhắc tôi về sự “cô độc” để tôi nhớ rằng trong cuộc sống, mình nên có những khoảng lặng để được ở một mình, được nghỉ ngơi, hay đơn giản là mỗi ngày nên dành một giờ hay vài phút để sống với chính mình, để giữ cho tâm hồn - “hòn đảo” của mình - luôn nguyên vẹn. Nàng sẽ giúp tôi ghi nhớ rằng nếu không biết giữ cái ốc đảo nhỏ bé đó được vẹn nguyên thì rất khó có thể cống hiến cho gia đình, bè bạn hay xã hội. Và nàng cũng sẽ nhắc nhở tôi rằng, mỗi người phụ nữ nên vững vàng như chiếc trục của bánh xe giữa vòng quay những hoạt động của mình, rằng chúng ta nên là người mở đường để đạt đến sự tĩnh tại, để không chỉ tự bảo vệ mình, mà còn bảo vệ cuộc sống của gia đình, xã hội, và có lẽ, của cả nền văn minh này nữa.

## 4. HAI NỬA BÌNH MINH

Chiếc vỏ sò tôi đang cầm trên tay là món quà của một người bạn. Nó thật khác lạ so với những vỏ sò khác trên hòn đảo này. Bạn khó tìm được chiếc vỏ sò nào hoàn hảo như vậy. Hai nửa của loài động vật mỏng manh này ôm tròn lấy nhau khít khao. Mỗi mặt trông như chiếc cánh rập rờn của chú bướm đã được điểm tô bằng những họa tiết giống hệt nhau, mờ trắng, ngoại trừ ba tia màu hồng xòe ra từ đường nối màu vàng chắp hai nửa mảnh vỏ lại. Chính những ánh hồng nổi lên trên cái nền màu trắng đó khiến tôi gọi nó là “Hai nửa bình minh”, hay “Bình minh đôi”. Tôi cầm hai nửa tạo vật hoàn hảo đó bằng ngón cái và ngón trỏ. Vỏ sò bóng mượt, vẹn nguyên, không vết hoen ố. Tôi tự hỏi không hiểu làm thế nào mà vật thể mỏng manh này có thể chịu đựng được những đợt sóng bão táp trên bờ biển.

“Hai nửa bình minh” là một thực thể kỳ lạ và tôi nghĩ mình thật may mắn khi có được nó trong tay. Nhưng khi được sống trên hòn đảo tuyệt vời này, bạn sẽ nhận ra người dân nơi đây cũng lạ kỳ như vậy. Một người nào đó có thể mỉm cười khi gặp bạn trên bãi biển, sau đó tiến về phía bạn và thật nhẹ nhàng, trao tặng bạn một chiếc vỏ sò mà chẳng vì lý do nào cả. Sau đó người ấy sẽ quay đi, để bạn tiếp tục ở lại một mình. Bạn chẳng cần đền ơn hay báo đáp gì cả, và cũng chẳng có nghi thức xã giao hay một mối thân tình nào đâm chồi nảy lộc. Nó đơn giản chỉ là một món quà, được trao và nhận hoàn toàn tự nguyện, trên cơ sở của lòng tin. Người ta sẽ mỉm cười với bạn, hồn nhiên như trẻ thơ, vì họ biết chắc bạn sẽ không khước từ và cũng sẽ mỉm cười lại với họ. Bạn sẽ làm như vậy, vì bạn biết rằng mình cũng chẳng mất mát gì. Nụ cười, hành động, mối bang giao hiện hữu trong không gian, trong sự gần gũi và tinh khiết của hiện tại. Nó như cân bằng trên một trục không khí vô hình, như một chú mòng biển chao liệng trên bầu trời.

Những mối quan hệ hồn nhiên, trong sáng như vậy bao giờ cũng thật đẹp. Nhưng nó cũng rất mỏng manh, dễ bị phá vỡ hay trở nên xấu đi vì những lý do chẳng hề ăn nhập – mà có khi cũng chẳng cần một lý do hữu hình nào cả, đơn giản chỉ vì cuộc sống, sự tích lũy sống và thời gian. Bất kỳ mối quan hệ nào, dù là bạn bè, yêu đương hay tình cảm gia đình, thì ban đầu bao giờ cũng thật trong sáng. Nó trong sáng, đơn giản, và không vương bận gì. Nó giống như tầm nhìn của người họa sĩ trước khi được đưa vào tranh, hay như bông hoa tình yêu trước khi kết thành một thứ quả gọi là trách nhiệm, cứng cáp đầy nhưng cũng thật nặng nề. Khởi đầu, mọi mối quan hệ đều có vẻ rất đơn giản. Sự giản đơn của mối tình đầu, hay sự thân mật và gắn bó trong các mối đồng cảm, có thể ban đầu chỉ là một cuộc trò chuyện thú vị bên bàn ăn, nhưng sau đó sẽ phát triển thành một thế giới riêng tư. Hai người lắng nghe nhau, hai vỏ sò gặp nhau, tạo nên thế giới riêng giữa họ. Chẳng có ai hay điều gì có thể làm vương bận mối quan hệ thống nhất hoàn hảo lúc ấy. Nó hoàn toàn thoát khỏi những yêu cầu, lo lắng của cuộc sống hiện tại, và cũng không hề vương bận trách nhiệm đối với tương lai hay những ràng buộc thuộc về quá khứ.

Nhưng rồi sau đó, mối quan hệ thống nhất, hoàn hảo ấy bỗng phai mờ một cách nhanh

chóng. Nó thay đổi, trở nên phức tạp và là gánh nặng trong mối tương quan với thế giới bên ngoài. Tôi cho rằng đây là điều tất yếu trong phần lớn mối quan hệ của chúng ta, cả với bạn bè lẫn vợ chồng, con cái. Tuy nhiên, sự thay đổi về hình thái trong hôn nhân là rõ ràng nhất. Vì hôn nhân là mối quan hệ sâu sắc nhất và gìn giữ được mối quan hệ ấy cũng tốn nhiều công sức nhất. Và cũng bởi vì chúng ta, vì lý do nào đó, đã nhầm khi cho rằng: nếu không thể duy trì mối quan hệ ấy như thuở ban đầu thì thật là bi kịch.

Bình minh của mọi mối quan hệ bao giờ cũng rất đẹp. Sự hoàn hảo trong thế giới riêng tư ấy luôn khoát vẻ tươi mới của buổi sớm mùa xuân. Quên đi mùa hạ đang tới, bạn mong muốn kéo dài mùa xuân tình yêu của thuở ban đầu, khi hai người mới gặp gỡ, quên đi quá khứ và tương lai. Bạn bất bình trước mọi sự thay đổi, ngay cả khi bạn biết rằng thay đổi là quy luật tự nhiên, là một phần trong quá trình tồn tại và phát triển của cuộc sống. Tương tự sự biến đổi trong các đồ thị toán học, xúc cảm của mọi mối quan hệ đều khó giữ được độ mãnh liệt ban đầu. Nhưng bạn đừng quá lo lắng khi nó chuyển sang giai đoạn phát triển mới mà thay vào đó, hãy đón nhận nó như mùa hạ nối tiếp mùa xuân. Tuy nhiên, cuộc sống luôn có những tích tụ và khiến nó ngày càng nặng nề: lớp phủ của những điều nhàm chán, những thói quen trái ý lẫn nhau. Đó là tấm áo khoát ngọt ngào cần được cởi bỏ trong cuộc sống cũng như trong mọi mối quan hệ.

Có thể nói, cả phụ nữ lẫn nam giới đều cảm nhận được những đổi thay trong mối quan hệ của mình. Chúng ta luyến tiếc và thậm chí là muốn níu kéo thuở ban đầu mặc dù cuộc sống đã không ngừng biến đổi và trở nên phức tạp hơn rất nhiều. Một điều chắc chắn rằng khi mối quan hệ tiến triển đến một mức độ nào đó, cả hai người sẽ bị cuốn vào những vai trò đặc trưng và thiết thực hơn: ở nam giới thì đó là những công việc ngoài xã hội, còn đối với phụ nữ thì đó là những công hiến truyền thống cho gia đình, chồng con. Trong cả hai vai trò, những mối quan hệ mang tính chức năng có xu hướng thay thế cho mối quan hệ cá nhân đầy say mê ban đầu. Người phụ nữ có thể tìm thấy trong mối quan hệ mới với các con của mình những cảm giác tương tự như trong mối quan hệ cũ, ít nhất là ở thời gian đầu. Trong những ngày đầu chăm sóc cho đứa con mới chào đời, một lần nữa họ lại cảm nhận một sự kết nối kỳ diệu giữa hai con người tồn tại chỉ vì nhau - một bầu trời bình yên trên khuôn mặt người mẹ chăm sóc đứa con thơ. Tuy vậy, đây chỉ là một khoảng thời gian ngắn ngủi, và chẳng thể thay thế cho mối quan hệ hoàn chỉnh ban đầu.

Trong khi bị lôi cuốn vào những vai trò mới, mỗi người đều bỏ lỡ một điều gì đó trong mối quan hệ ban đầu và giữa họ vẫn tồn tại những khác biệt lớn về nhu cầu. Với người đàn ông, trong lãnh địa của mình, họ ít có cơ hội tạo lập những mối quan hệ mang tính chất cá nhân nhưng lại có điều kiện để cống hiến cho công việc. Trong khi đó, phụ nữ tuy có cơ hội để phát triển những mối quan hệ riêng tư, nhưng nó không mang đến cho họ cảm giác về sự sáng tạo vốn là một nhu cầu từ bên trong. Mỗi người có những ước muốn khác nhau và đôi khi, người này lại hiểu lầm mong muốn của người kia nên tình yêu bỗng trở nên mong manh, dễ đổ vỡ hoặc gặp những trục trặc bất ngờ. Thay vì phàn nàn về người bạn đời của mình, bạn hãy chấp nhận một hướng giải quyết khác, hãy tự nhủ rằng đây là một người mới - một mối quan hệ mới - và như thế bạn sẽ thấy vấn đề đơn giản hơn rất nhiều.

Chúng ta hãy nghĩ rằng mình sẽ tìm thấy bản thân khi yêu và được yêu. Nhưng liệu điều này có trở thành hiện thực? Tôi tin rằng sự đồng cảm thật sự sẽ được khám phá khi ta “*bước vào thế giới của riêng ta và thấu hiểu được bản thân mình*”, như Eckhart<sup>(1)</sup> có lần đã nói. Nó có thể được tìm thấy thông qua những hoạt động sáng tạo được nuôi dưỡng từ bên trong mỗi người. Trong những hoạt động sáng tạo, người phụ nữ có thể củng cố sức mạnh của mình. Chỉ khi nhìn nhận lại bản thân, con người chúng ta mới có thể tự củng cố những mối quan hệ của cá nhân mình.

Nhưng liệu mối quan hệ kháng khí giữa “hai nửa bình minh” có thể được tái lập khi nó đã không còn nguyên vẹn như xưa? Hiển nhiên, có nhiều mối quan hệ không bao giờ trở lại được như thời kỳ đầu. Giai đoạn “bình minh đôi” ngắn ngủi có thể là tất cả những gì cả hai đạt được. Tuy nhiên, khi một mối quan hệ thay đổi, sự cần có nhau ban đầu của hai người không mất đi, nó chỉ bị vùi lấp giữa những lo toan của bộn bề cuộc sống. Nó vẫn luôn ở đó, chờ đợi để được khám phá và tái khẳng định.

Chúng ta có thể tìm lại thời kỳ “*bình minh đôi*” bằng cách tái hiện khung cảnh buổi đầu gặp gỡ. Nếu có thể, mỗi người nên có những kỳ nghỉ cho riêng mình hoặc cùng người bạn đời sống lại những phút giây ban đầu. Tương tự như người phụ nữ có thể thanh lọc và làm mới bản thân khi tận hưởng chuyến du lịch một mình, mối quan hệ ban đầu cũng có thể được hồi sinh trong những kỳ nghỉ chỉ dành cho hai người. Phần lớn đôi uyên ương cho rằng họ đã có những cảm nhận bất ngờ khi cùng nhau tận hưởng một kỳ nghỉ như vậy. Thật tuyệt vời khi chúng ta tạm rời xa con cái, nhà cửa, công việc với những lo toan của cuộc sống thường ngày để được ở bên nhau, dù trong một tháng, một tuần hay thậm chí chỉ là một đêm. Bạn sẽ thấy ngạc nhiên và thú vị biết bao khi cảm nhận sự trở lại diệu kỳ của “bình minh”. Bạn sẽ không bị quấy rầy bởi tiếng chuông điện thoại reo inh ỏi hay lo lắng cho buổi học ở trường của các con – những thứ vẫn thường chia cắt bạn với người bạn đời và làm mối quan hệ yêu dấu ban đầu trở nên nhạt nhòa. Thay vào đó, bên chiếc bàn nhỏ, các bạn sẽ có một không gian cho riêng mình, cùng thưởng thức bữa ăn sáng tuyệt vời bên nhau. Một hạnh phúc giản đơn mà không phải cặp vợ chồng nào cũng có được.

Tôi vẫn tin rằng cách thức này cũng mang lại cho các con bạn nhiều điều tốt lành. Chúng ta cũng nên dành cho con một khoảng thời gian được ở một mình, có thể là một lúc nào đó trong ngày, trong tháng hoặc trong năm. Nếu được bảo bọc quá cẩn thận, các con bạn liệu có thoải mái, khỏe mạnh và cuối cùng, có thể trở nên độc lập?

Tất cả chúng ta đều ao ước mình là nguồn yêu thương duy nhất của một ai đó. Một bài hát nổi tiếng ngày xưa có viết: “*Đừng ngồi dưới cây táo với ai khác ngoài anh, em yêu nhé!*”. Và có lẽ, như Auden<sup>(2)</sup> từng nói trong một bài thơ, đây là lỗi lầm cơ bản của loài người:

*Phải chăng là một sai lầm bẩm sinh*

*Khi mỗi người đàn ông và phụ nữ,*

*Đều khát khao những điều không thể*

*Rằng tình yêu chẳng phải cho khắp thế gian,*

*Mà chỉ duy nhất dành riêng một người.*

Liệu đây có phải là một sai lầm? Bàn về những dòng thơ này với một triết gia Ấn Độ, tôi đã có được câu trả lời rõ ràng khi ông nói: *“Mong ước mình được là nguồn yêu thương duy nhất là điều bình thường. Sự cần có nhau là điều cần thiết trong tình yêu và không ai có thể thay thế được người bạn yêu trong sự cần có nhau ấy. Chỉ khi xét về phương diện thời gian, nghĩa là khi chúng ta mong muốn mãi mãi được duy nhất yêu thương, thì lúc đó chúng ta mới sai lầm”.*

Đúng là chúng ta sẽ sai lầm khi ước mong sự *“chỉ một và duy nhất”* ấy sẽ luôn tồn tại, cả bây giờ và mãi mãi về sau. Nhưng ta vẫn có thể tìm lại những khoảnh khắc *“chỉ một và duy nhất”* ấy, dù chỉ là tạm thời. Khoảnh khắc cho con bú, khoảnh khắc cùng con vui đùa trên bãi biển, cùng tìm kiếm những vỏ sò, đánh bóng hạt dẻ, hay chia sẻ những kỷ vật quý giá dường như luôn hiện hữu, nhưng không bao giờ là mãi mãi.

Cuối cùng, chúng ta sẽ nhận ra rằng chẳng có mối quan hệ *“chỉ một và duy nhất”* nào tồn tại vĩnh viễn, và cũng không nên như vậy. Một mối quan hệ như thế bao giờ cũng tồn tại trong những giới hạn, cả về không gian lẫn thời gian. Nó có thể cần thiết nhưng lại là yếu tố cô lập chúng ta với thế giới xung quanh, cản trở những khía cạnh còn lại trong cuộc sống của ta, những mối quan hệ, những trách nhiệm và cả những khả năng khác trong tương lai. Nó không chỉ giới hạn sự phát triển của bản thân mỗi người mà còn hạn chế sự tiến bộ của cả xã hội. Cuộc sống luôn tồn tại những thực tế không thể chối bỏ và nó cần được vận hành liên tục. Nhưng điều này không có nghĩa là chúng ta đang lãng phí thời gian khi dành riêng cho bản thân hoặc cùng người bạn đời của mình trải qua những giờ phút nghỉ ngơi. Những khoảnh khắc *“chỉ một và duy nhất”* ấy thật sự là những phút giây quý giá và diệu kỳ. Khoảnh khắc bên nhau cùng ăn sáng, cùng vui đùa trên bãi biển sẽ như ánh sáng của chiếc đèn trên bàn ăn, lan tỏa từ ngày này sang ngày khác và có khả năng hồi sinh tuổi thanh xuân của mỗi người. Nhưng cuộc sống không phải là bãi biển êm đềm sóng biếc, và chúng ta cũng không còn là những đứa trẻ vô lo. Và cũng chẳng bao giờ có một kiểu mẫu hoàn chỉnh cho sự trở lại vĩnh hằng, tất cả đơn giản chỉ là để ta nghỉ ngơi và tỉnh táo lại mà thôi.

Chúng ta sẽ hiểu rằng, thực tế chẳng mối quan hệ nào có thể trở lại nguyên bản dạng thức ban đầu, và, hơn thế nữa, nó cũng chẳng thuộc về một dạng thức riêng lẻ nào. Đây không phải là điều quá tệ hại, mà chỉ là một phần của những điều huyền diệu luôn diễn ra trong cuộc sống cũng như trong sự phát triển không ngừng của vạn vật. Tất cả những mối quan hệ nhân sinh trong cuộc sống đều sẵn sàng thay đổi, phát triển, và được tái tạo ở những dạng thức mới. Mỗi giai đoạn của cuộc sống có thể sẽ tương ứng với một dạng thức riêng biệt, như mỗi vỏ sò trên bàn làm việc của tôi tượng trưng cho một chặng đường trong cuộc sống lứa đôi – hay trong bất kỳ mối quan hệ nào đó.

“Hai nửa bình minh” được sắp xếp đầu tiên trong bộ sưu tập các vỏ sò của tôi. Tôi nghĩ

đây là hình ảnh độc đáo cho một sự khởi đầu: hai nửa hoàn mỹ gắn với nhau bằng một khớp nối duy nhất, gặp nhau ở mọi điểm, và bình minh của ngày mới lan tỏa trên mỗi mảnh vỏ sò. Thật lộng lẫy, mong manh và pha chút phù du nhưng “Hai nửa bình minh” không phải là hảo huyền.

## 5. BÃI ĐÁ HÀU

Có rất nhiều mảnh vỏ sò trên bãi biển và mỗi vỏ sò là một cá thể đặc biệt mà bạn sẽ không bao giờ tìm được chiếc nào hoàn toàn giống nó. Chúng đã giúp cho bộ sưu tập vỏ sò trên bàn làm việc của tôi ngày càng phong phú. Mỗi vỏ sò được hình thành vừa vặn với chính cuộc sống đấu tranh và sinh tồn của nó. Đây là chú hàu tôi đã nhặt được ngày hôm qua. Gồ ghề và ngổn ngang trên bãi biển, hình dáng của loài hàu mang một vẻ bất quy tắc đối với một sinh vật sống. Trông chúng như một gia đình vĩ đại, chẳng còn chỗ để tiếp đón một vị khách viễn du vì đã quá đông đúc, đủ đầy. Nhưng điều khiến tôi cảm thấy thú vị khi nghĩ về loài hàu là cuộc sống của chúng tựa như những gì đang diễn ra trong cuộc sống của tôi cũng như đa số phụ nữ khác, khi mà cuộc hôn nhân của họ đã đi được một nửa chặng đường.

Quả thật, tôi nhận thấy cuộc sống của hàu rất giống với những năm tháng giữa chặng đường của hôn nhân và chúng như là một biểu tượng cho sự đấu tranh trong cuộc sống mỗi người. Loài hàu phải đấu tranh để chiếm được một vị trí phù hợp trên đá để rồi bám chặt vào đó. Cũng như vậy, con người chúng ta luôn phải đấu tranh để có được một vị trí xứng đáng trong xã hội. Ban đầu, đó là trận chiến hữu hình về vật chất với những lo toan về nhà cửa, con cái, hay địa vị xã hội. Và giữa vòng quay tất bật của cuộc sống, chúng ta sẽ chẳng còn thời gian để ngồi đối diện và nhìn nhau trong bữa ăn sáng. Trong những tháng năm này, bạn sẽ nhận ra ý nghĩa trong lời nói của Saint-Exupéry: *“Yêu nhau không phải là nhìn nhau mà là cùng nhau nhìn về một hướng”*. Nhưng trong hôn nhân, hai người không chỉ cùng nhìn về một hướng, mà còn phải kê vai sát cánh bên nhau để vượt qua bao giông tố cuộc đời. Khi tìm hiểu quá trình hình thành của những thảm hàu trên đá và thử cạy một con hàu ra khỏi gò của nó, bạn sẽ nghiệm ra rằng từ gia đình, bạn sẽ hình thành nên một mối liên hệ cội rễ, một nền tảng chắc chắn để bạn là một phần của cộng đồng, xã hội.

Xưa nay, hôn nhân vốn được quan niệm như một sự ràng buộc, và quả thật trong giai đoạn này, nó chịu sự chi phối của rất nhiều mối quan hệ chứa đựng sức mạnh và bản chất khác nhau, tạo nên một tấm lưới căng đầy và vững chắc. Đây là tấm lưới được dệt nên từ những sợi tơ tình yêu. Nhưng tình yêu thường trải qua nhiều giai đoạn: đầu tiên là thời kỳ lãng mạn, sau đó là sự dâng hiến, và cuối cùng là mối giao hảo vững bền. Nó là sự kết hợp của lòng trung thành, sự nương tựa lẫn nhau cùng những trải nghiệm muốn được sẻ chia. Nó được dệt nên từ ký ức về những buổi hẹn hò, những kỷ niệm ngọt ngào hay những lần giận hờn vô cớ và cả những nỗi bất hòa và sự thất vọng. Nó là tấm lưới thông tin trong một ngôn ngữ thông thường, và đôi lúc, còn bao gồm cả những thông điệp không lời: sự hiểu biết về sở thích, thói tật, những phản ứng, và cả những đặc điểm về thể chất lẫn tinh thần. Nó còn là tấm lưới của bản năng và trực giác, của những trao nhận vô danh hay hữu hình. Tấm lưới của hôn nhân được dệt nên từ sự gắn bó thường ngày, cùng nhìn về một hướng và cùng bước đi chung một con đường. Nó được dệt nên từ chất liệu cuộc sống, trong không gian và thời gian.

Tôi thật sự rất thích chú hàu này. Tuy thô vụng với màu đen của hắc thạch và hình dáng chẳng lấy gì xinh xắn, nhưng chú là một thực thể có ích. Có lúc tôi đã thấy khó chịu với những đường rãnh sần sùi, lồi lõm của chú nhưng có thể nói, khả năng thích nghi cùng sự cố gắng không mệt mỏi của chú đã khiến tôi rất khâm phục và cảm động. Sự mộc mạc của những đường nét xù xì trên cơ thể chú còn mang đến cảm giác thoải mái, tự nhiên, tựa như cảm giác vừa vịn trong đôi găng tay làm vườn đã cũ. Tôi thật sự chẳng muốn đặt chú xuống và càng không muốn rời xa chú hàu đáng yêu này.

Nhưng liệu đây có phải là biểu tượng vĩnh hằng của cuộc sống lứa đôi? Con thủy triều của cuộc sống rồi sẽ rút đi. Ngôi nhà, với những căn phòng luôn đông đúc và những mái hiên, hành lang hay khu vực để xe luôn chật chội rồi sẽ dần trống trải và đến lúc nào đó sẽ trở nên trống rỗng. Tụi trẻ sẽ xa nhà để đi học, tự lập, rồi lập gia đình. Phần lớn chúng ta khi bước vào tuổi trung niên, dù đạt được mục tiêu của mình hay không, đều muốn ngừng tranh đấu. Những chú hàu có nhất thiết phải luôn bám chặt vào đá đến thế không? Sự kiên trì theo đuổi tiền tài, địa vị hay những điều nhỏ nhặt liệu có quan trọng hơn sự bình yên, hạnh phúc của bản thân và gia đình? Nhiều cặp vợ chồng có khuynh hướng tìm thấy bản thân khi bước vào tuổi trung niên, khi mà cuộc sống của họ tựa như một vỏ sò cũ kỹ không còn phù hợp với chức năng của mình. Lúc đó, bạn sẽ làm gì – mỗi một vì tụt hậu hay chuyển sang khám phá một dạng thức mới với những trải nghiệm mới?

Có lẽ ai đó sẽ gợi ý rằng đây là lúc để quay về cuộc sống giản đơn trong thế giới chỉ có hai người – thế giới của chiếc vỏ sò “Hai nửa bình minh”. Một lần nữa cùng nhau vui đùa trên bãi biển hoặc thưởng thức bữa ăn chỉ có hai người? Không, bạn không thể quay lại thế giới kín đáo ấy một lần nữa. Bạn đã quá “lớn” để có thể trú ẩn trong chiếc vỏ sò cân xứng tuyệt đối đó. Và tôi chắc rằng, bạn đã trở nên quá “đồ sộ” so với bất kỳ vỏ sò nào.

Tuổi trung niên có lẽ nên là giai đoạn của những vỏ sò rũ bỏ: rũ bỏ những vỏ sò của tham vọng, vỏ sò của những tích lũy và sở hữu vật chất, vỏ sò của cái tôi. Giai đoạn này bạn còn có thể rũ bỏ cả niềm kiêu hãnh với những tham vọng mù quáng hay chiếc mặt nạ của chính mình như khi sống một cuộc sống giản đơn trên bãi biển. Đó có phải là chiếc mặt nạ bạn dùng để bảo vệ bản thân trong một thế giới cạnh tranh? Và khi đã ngừng tranh đấu, nó liệu có còn cần thiết với bạn? Khi bạn bước vào tuổi trung niên, hoặc trong thời điểm sớm hơn, bạn sẽ hoàn toàn được là chính mình nếu bạn rũ bỏ được những thứ như thế. Và khi ấy, hẳn bạn sẽ cảm thấy mình thật tự do.

Có thể thấy, những cuộc phiêu lưu của tuổi trẻ đã không còn phù hợp với những ai bước vào tuổi trung niên. Ở giai đoạn này, phần lớn họ đã không thể khởi nghiệp hay xây dựng gia đình mới một lần nữa. Những tham vọng vật chất và trần tục không còn dễ chinh phục như thuở họ bước vào tuổi đôi mươi.

Những tham vọng đã qua đi, không còn bước chân sôi nổi của buổi bình minh rực rỡ, thay vào đó, trước mắt bạn lại mở ra những buổi chiều lộng gió với những khoảng thời gian dành cho các hoạt động văn hóa, tinh thần, trí tuệ – vốn đã bị bỏ qua trên chặng đường náo nhiệt của buổi sáng. Cuộc sống hiện đại khiến chúng ta có xu hướng coi trọng tuổi trẻ, hành

động và những thành công vật chất, và xem nhẹ, thậm chí cố gắng lãng quên buổi chiều tà của cuộc sống. Chúng ta gạt đồng hồ sang một bên, cố gắng kéo dài buổi sáng và nỗ lực vượt qua bản thân một cách khác thường. Và dĩ nhiên, chúng ta chẳng bao giờ thành công. Trong những nỗ lực không ngừng nghỉ này, chúng ta thường bỏ lỡ cơ hội chờ đợi và được đắm mình trong buổi chiều tà nở hoa.

Bởi vì xu hướng chung của xã hội không xem tuổi trung niên là giai đoạn thứ hai của sự đâm chồi nảy lộc, của sự phát triển, hay sự trở lại của thời thanh xuân nên hầu hết chúng ta thường không thể tự kiến giải nửa cuộc đời còn lại của mình một cách hợp lý. Và hệ quả tất yếu là hình thành nên những hiểu lầm đầy bi kịch về giai đoạn này. Rất nhiều người không thể vượt qua vách chắn ở ngưỡng 40 - 50 tuổi. Sự bất mãn, bồn chồn, nghi ngờ, tuyệt vọng hay khao khát, đều bị cho là dấu hiệu của sự suy sụp. Khi còn trẻ, chúng ta ít khi hiểu sai những tín hiệu này, và dù đó như nỗi đau dai dẳng, chúng ta vẫn chấp nhận chúng gần như ngay lập tức. Khi đối mặt với những tín hiệu ấy, một cách tự nhiên, chúng ta lo sợ – như lo sợ khoảng trống sau cánh cửa – nhưng vẫn lắng nghe chúng và sau đó, mở cánh cửa để tiến sâu vào bên trong.

Nhưng khi bước vào tuổi trung niên, trước những tín hiệu của cuộc sống, chúng ta cho rằng đây là giai đoạn của sự thoái trào và những tín hiệu này báo trước sự cận kề của cái chết. Và thay vì đối mặt với chúng như thời trẻ, ta lại lo lắng và lùi bước. Chúng ta thường chìm sâu vào thế giới của sự trầm cảm, suy sụp tinh thần, rượu chè, tình ái hay làm việc quá sức. Ta làm bất cứ điều gì thay vì bình tĩnh đối mặt, học hỏi và vượt qua chúng. Chúng ta cố xa lánh và xua đuổi những dấu hiệu của sự già nua như thể chúng là những điều đáng hổ thẹn.

Thật ra, tuổi trung niên mở ra một giai đoạn mới của cuộc sống. Không còn những tranh đấu vật chất, những tham vọng trần tục hay những lo toan nặng nề, chúng ta sẽ cảm thấy tự do để hoàn thiện những khía cạnh đã bị lãng quên trong con người mình. Chúng ta có thể tự do phát triển tài năng, tâm hồn, trí tuệ của mình và cuối cùng thoát mái dè tinh thần nâng cánh, thoát khỏi sự kìm kẹp của những vỏ hàu.

## 6. MỰC PHỦ

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

Đại dương bao la luôn chứa đựng rất nhiều bí ẩn, và loài mực phủ là một trong những bí ẩn đó. Tôi cho rằng sở dĩ chúng trở nên đặc biệt là vì cơ thể chúng hoàn toàn không dính gì với cái vỏ của chúng. Cái vỏ đó giống như một chiếc nôi, được dùng để bảo vệ và nuôi dưỡng những chú mực phủ con. Với những cánh tay mềm mại và chắc chắn, mực phủ mẹ ôm lấy chiếc nôi bơi lên mặt nước và từ đó, những chú mực con sẽ tung mình vào đại dương bao la. Sau cuộc sinh nở đó, mực phủ mẹ rời bỏ chiếc vỏ và bắt đầu một cuộc sống mới.

Tôi rất thích hình ảnh mực phủ với chiếc vỏ tạm thời ấy. Nó chẳng khác nào một bảo vật trong bộ sưu tập quý giá. Tựa hồ trong suốt với những họa tiết tinh tế như được chạm trổ trên cột đèn Hy Lạp, những chiếc vỏ trắng như hoa thủy tiên này như những con thuyền nhỏ, sẵn sàng giương buồm đưa những cư dân cổ đại vượt đại dương đến những vùng đất mới. Tôi nhớ đến một câu chuyện trong thần thoại Hy Lạp. Chuyện kể rằng trong hành trình tìm lại bộ lông cừu vàng, các thủy thủ trên con tàu truyền thuyết của người anh hùng Jason luôn coi những chiếc vỏ mực này là dấu hiệu của điềm lành. Chúng báo hiệu trời yên biển lặng.

Tôi không thể không nghĩ về những cái vỏ mực đáng yêu đó. Quả thật, những hình ảnh tuyệt đẹp này có sức lôi cuốn kỳ lạ. Nhìn vào chúng, tôi không tránh khỏi những liên tưởng thú vị. Tôi tự hỏi liệu đây có phải là biểu tượng cho một giai đoạn mới trong một mối quan hệ? Liệu có phải khi con người thoát khỏi bãi hàu của đời mình thì đã quá muộn để có thể bắt đầu tìm kiếm tự do, như tự do của những con mực phủ dám rũ bỏ vỏ ngoài của mình để bắt đầu một cuộc đời mới? Điều gì chờ đợi ta nơi biển khơi bao la và đầy bão tố kia? Nửa cuộc đời còn lại của ta liệu có trôi qua trong “trời yên biển lặng” không, và liệu có “bộ lông cừu vàng” nào dành cho những người đã không còn trẻ nữa?

Loài mực phủ cho ta liên tưởng đến cuộc sống của mình và nhận ra những lần rời bỏ chiếc vỏ quen thuộc trong cuộc đời. “Vỏ sò bình minh đôi”, “bãi đá hàu” vốn là những thứ rất quen thuộc với chúng ta. Ta nhận ra chúng đồng thời có những hiểu biết nhất định về chúng. Chúng là một phần trong cuộc sống hàng ngày của mỗi người. Nhưng cũng sẽ đến lúc chúng ta phải rời bỏ bãi biển trong xanh với những sự thật và kinh nghiệm vốn có để bắt đầu phiêu lưu trong đại dương bao la của cuộc đời.

Tôi tự hỏi liệu phải chăng “bộ lông cừu vàng” ở đây chính là sự tự do dành cho những ai biết vươn lên trong cuộc sống? Nhưng liệu một mối quan hệ có thể tồn tại trong một sự tự

do như thế không?

Tôi tin là có. Sau khi vượt qua giai đoạn của “bãi đá hầu” sẽ là thời khắc thích hợp để bắt đầu mối quan hệ hoàn hảo nhất. Đó là mối quan hệ đồng cảm, sẽ chia không giới hạn từ hai phía. Mối quan hệ đó tựa như vỏ sò bình minh đôi chứ không ràng buộc, phụ thuộc như những chú hầu và tảng đá. Mối quan hệ này là sự gặp gỡ giữa hai con người đang được là chính mình.

Nói về mối quan hệ hoàn hảo này, MacMurray, một triết gia người Scotland, đã định nghĩa: *“Đó là mối quan hệ mà trong đó, mỗi người đều được là chính mình”*. Ông giải thích thêm: *“Không có gì là không thể sẽ chia được trong mối quan hệ này. Nó không dựa trên một lợi ích đặc biệt nào đó. Nó không có những quyền lợi giới hạn hay chỉ dành cho một phía. Giá trị của mối quan hệ này phụ thuộc vào chính bản thân mỗi người và vì thế, nó vượt trội hơn những giá trị khác của riêng họ. Đây là mối quan hệ của chính hai con người đó”*.

Vào thập niên 20 của thế kỷ XX, mối quan hệ đặc biệt này đã được nhà thơ Rilke<sup>(1)</sup> đề cập đến. Ông đã thấy trước sự thay đổi lớn lao trong mối quan hệ giữa nam và nữ. Ông hy vọng rằng nó sẽ không lặp lại khuôn mẫu cũ cũng như không còn sự phục tùng, thống trị, sở hữu hay cạnh tranh nữa. Ông đề cập đến một mối quan hệ mà trong đó mỗi người đều có cơ hội để tự do phát triển bản thân đồng thời trở thành động lực giúp người kia tiến bước. Ông kết luận: *“Đây là mối quan hệ tạo cơ hội để con người trở thành một người khác trong một tình cảm chân thành, dịu dàng, trong sáng, vừa ràng buộc vừa tự do. Đó chính là hai tâm hồn cô đơn tìm thấy nhau, trân trọng và bảo vệ nhau”*.

Nhưng mối quan hệ đặc biệt này không tự nhiên mà có. Nó chỉ có thể xuất hiện sau một quá trình phát triển lâu dài của lịch sử văn minh nhân loại và trong cuộc đời của chính mỗi người. Với tôi, mối quan hệ hoàn hảo này không phải là một món quà hay kết quả của sự may mắn. Nó là thành quả của sự trưởng thành và là phần thưởng cho những ai biết nỗ lực, biết chấp nhận khó khăn, thử thách của cuộc sống. Và giống như mọi sự phát triển bền vững khác, nó sẽ lớn dần lên.

Tuy nhiên, mối quan hệ này sẽ không thể hình thành nếu giá trị thật sự của người phụ nữ không được công nhận. Ngày nay, chúng ta đang có cơ hội quan sát quá trình “*trưởng thành*” của người phụ nữ một cách rõ nét. Đây là giai đoạn người phụ nữ thường làm việc một mình và tỏ ra độc lập với những mối quan hệ xung quanh vì họ không muốn phụ thuộc quá nhiều vào người khác cũng như bị ảnh hưởng bởi hướng đi của những người này. Cuộc sống của người phụ nữ hiện đại có rất nhiều điều thú vị dù đa phần những nghiên cứu về phụ nữ gần đây chỉ tập trung vào khía cạnh sinh lý. Tất nhiên người phụ nữ hiểu và đồng ý rằng việc đáp ứng tốt những nhu cầu về giới tính là điều cần thiết và có ích cho cuộc sống của họ. Thế nhưng đây chỉ là một mặt của vấn đề vô cùng phức tạp mà thôi. Những số liệu thống kê về phản ứng vật lý và sinh lý của cơ thể không thể giúp người phụ nữ nuôi dưỡng đời sống tâm hồn, xét đoán chính xác những mối quan hệ thiết yếu chung quanh hay cân nhắc kỹ lưỡng những quyền lợi và những mơ ước mà họ đã phải gác lại trong suốt một thời

gian dài. Những dữ liệu khô khan này thường chỉ có ý nghĩa về mặt khoa học. Trong khi đó, con người chúng ta luôn cần đến sự sáng tạo để cân bằng cuộc sống của mình.

Có thể thấy, để đạt đến giai đoạn này, mỗi người phụ nữ đều phải nỗ lực rất nhiều. Đây chính là vấn đề cốt yếu của sự *“trưởng thành”*: Họ cần học cách sống độc lập. Quả thật, chúng ta phải học cách sống không phụ thuộc cũng như từ bỏ cảm giác cạnh tranh với người khác nhằm chứng minh sức mạnh của bản thân mình. Trong quá khứ, rất nhiều phụ nữ cảm thấy bị giằng xé giữa hai thái cực này. Mâu thuẫn giữa phụ thuộc và cạnh tranh, những chuẩn mực cổ điển và phong trào nữ quyền đã phá vỡ sự cân bằng của người phụ nữ. Thế nhưng, vấn đề ở đây là cả hai thái cực này đều không phải là cốt lõi, không thể hiện được chuẩn mực của một người phụ nữ thật sự. Mỗi người cần phải tự khám phá bản thân để có thể hiểu và được là chính mình trong mọi hoàn cảnh. Theo tôi, phụ nữ chính là người bắt đầu trong việc xây dựng mối quan hệ của *“hai tâm hồn cô đơn”* và tuân theo những lời khuyên cần thiết để xây dựng *“thế giới cho chính mình nhưng cũng là vì người khác”*.

Trước đây, tôi đã từng băn khoăn về việc có cần thiết phải yêu cầu cả nam giới lẫn phụ nữ nỗ lực để xây dựng thế giới đó không? Chẳng phải bản thân người đàn ông đã là toàn bộ thế giới của anh ta rồi sao? Người đàn ông có cần phải cố gắng phát triển những điều vốn đã dễ bị lãng quên trong cuộc sống của mình? Giữa những lo toan cho cuộc sống thường ngày, dường như người đàn ông chẳng còn thời gian dành để quan tâm đến những vấn đề như cách nuôi dưỡng tâm hồn, lắng nghe bản thân hay những mối quan hệ gia đình, cá nhân xung quanh mình. Hầu như rất ít người đàn ông quan tâm đến thế giới của cảm xúc, văn hóa hay tinh thần vì họ cho rằng đó là những điều dành riêng cho phụ nữ. Nhưng bây giờ thì tôi đã hiểu rằng, trong thế giới năng động nhưng thiên về vật chất và chỉ coi trọng *“những giá trị của đàn ông”*, cả nam giới lẫn nữ giới đều khao khát tìm thấy những phẩm chất chung của cả hai. Sự thật là những phẩm chất này chẳng thuộc riêng của giới nào. Nó thuộc về toàn bộ CON NGƯỜI nhưng lại thường xuyên bị con người chúng ta lãng quên. Có thể nói, sự phát triển của những phẩm chất này sẽ giúp con người hoàn thiện và có khả năng biến mỗi cá nhân trở thành thế giới của chính họ.

Nhưng sự hoàn thiện không có nghĩa là càng ngày con người càng trở nên xa lạ với nhau và có thể sống mà không cần người khác. Sự phát triển tất yếu sẽ dẫn đến sự phân chia và khác biệt. Tuy vậy, sự phân chia này giống như sự phân chia của thân cây, khác biệt nhưng đồng nhất. Khi lớn lên, cây sẽ phân chia thành nhiều nhánh và lá. Thế nhưng, bản thân cây vẫn là một và những thành phần đó vừa làm nhiệm vụ của chúng vừa hỗ trợ nhau. Hai tâm hồn cô đơn là hai nửa chưa trọn vẹn nên sẽ trao tặng và bổ sung cho nhau những thứ cần thiết. Rilke nói: *“Có thể nói, sự sẻ chia hoàn toàn giữa hai con người là điều không thể. Cho nên, bất cứ khi nào xuất hiện và tồn tại, nó cũng là một bản hiệp ước song phương tước đoạt tự do của một trong hai hoặc của cả hai người. Nhưng, một khi người ta hiểu và chấp nhận rằng ngay cả giữa hai con người thân thiết nhất vẫn luôn tồn tại một khoảng cách vô hạn; và nếu người ta có thể yêu được khoảng cách đó, khoảng cách giúp họ chấp nhận toàn bộ con người đối phương, thì người ta có thể cùng nhau xây dựng được mối quan hệ hoàn hảo”*.

Đây quả là một ý tưởng tuyệt vời, nhưng tôi tự hỏi ai có thể đạt được điều này trong cuộc sống thật? Sự thật, *“hai tâm hồn cô đơn”* của Rilke hay *“mối quan hệ mà trong đó mỗi người luôn được là chính mình”* của MacMurray chỉ là những khái niệm tương đối và thiên về lý thuyết mà thôi. Tuy nhiên, lý thuyết luôn đi trước và mở đường cho sự thám hiểm. Thế hệ chúng ta chính là những người đang mạo hiểm tìm đường vượt qua những ràng buộc của truyền thống, của giáo điều và những luật lệ khắt khe xưa cũ. Có thể nói, cố gắng của chúng ta là một nỗ lực cần thiết nhằm phát triển khái niệm về mối quan hệ giữa nam và nữ nói riêng cũng như tất cả các mối quan hệ khác nói chung. Mỗi bước tiến trong nhận thức đều đóng vai trò rất quan trọng. Mỗi bước, thậm chí ngay cả những bước ngập ngừng, cũng có giá trị riêng của nó. Vì vậy, hãy sử dụng tất cả những biện pháp mà bạn có để đảm bảo mình không bị nhầm đường lạc lối. Dẫu chưa thể đạt được vòng đời hoàn hảo như những chú mực phủ thì chúng ta cũng đã có đáng đáp của nó, ít nhất là trong một giai đoạn ngắn ngủi nào đó trong cuộc đời mình. Và những kinh nghiệm ngắn ngủi này sẽ giúp ta có được sự sáng suốt để có thể định hướng được mối quan hệ mới.

Trên hòn đảo này, tôi đã có thêm một bài học quý giá từ cuộc đời mực phủ. Sau khi kết thúc cuộc sống một mình trên đảo, tôi đến sống với em gái thêm một tuần nữa. Và một câu chuyện mới lại bắt đầu. Có lẽ cuộc đời tôi sẽ không bao giờ được như ngày hôm nay nếu ngày hoàn hảo đó không bất ngờ xuất hiện. Rõ ràng, mối quan hệ giữa hai chị em gái không giống mối quan hệ giữa nam và nữ, nhưng nó cũng bao gồm những điểm cốt yếu như tất cả các mối quan hệ khác. Ánh sáng tỏa ra từ bất kỳ một mối quan hệ tốt nào cũng có thể soi sáng cho những mối quan hệ còn lại. Tương tự, một ngày hoàn hảo có thể là điểm khởi đầu cho một cuộc sống hoàn hảo hơn, một cuộc sống đầy bí ẩn và thú vị như của loài mực phủ.

\*\*\*

Sau giấc ngủ dài không mộng mị, chị em tôi cùng thức dậy và lắng nghe những âm thanh dội về từ biển khơi bao la. Trong buổi sớm yên bình, tôi nghe thấy tiếng gió nhẹ nhàng lướt qua hàng phi lao, tiếng rì rào của những con sóng còn đang ngái ngủ vỗ nhẹ vào bờ. Với đôi chân trần, chúng tôi bước nhanh về phía biển. Bãi biển mềm mại, phẳng lì và lấp lánh với những vỏ sò còn ướt sau đợt thủy triều đêm. Tôi thả mình xuống biển, cảm nhận cảm giác ấm áp khi được thiên nhiên vỗ về, ôm ấp. Sau đó, chúng tôi trở về với tách cà phê nóng đang chờ đợi mình ở hành lang nhỏ sau nhà. Yên vị trên hai cái ghế bé xiu, chúng tôi thoải mái duỗi chân dưới ánh mặt trời ấm áp và bắt đầu kế hoạch cho một ngày mới.

Khi cùng nhau làm việc nhà, tôi thật sự ngạc nhiên khi nhận ra chị em tôi đã phối hợp nhịp nhàng đến mức gần như không đụng phải nhau khi di chuyển. Chúng tôi vừa quét dọn, vừa phơi quần áo và vừa trò chuyện. Chúng tôi nói về một người quen nào đó của cả hai, về một bài thơ hay một kỷ niệm ngày xưa. Cuộc trò chuyện thu hút sự chú ý của cả hai và chúng tôi hoàn thành những công việc lặt vặt lúc nào cũng không biết.

Tiếp đó, chúng tôi bắt đầu một công việc đặc biệt, loại công việc sau những cánh cửa

đóng kín mà không ai trong chúng tôi muốn bị xâm phạm. Quả thật, khi đến với việc viết lách, bạn sẽ quên đi cả bản thân mình cũng như không còn nhớ đến bất kỳ ai xung quanh. Bạn quên mất mình đang ở đâu hay định làm gì sau đó. Nó tương tự như việc bạn đắm mình trong một giấc ngủ dài hoặc đang ở ngoài khơi xa vậy. Khi đó, bạn hoàn toàn mất kiểm soát. Những cây bút, những tập giấy trắng và những trang bản thảo dờ dang xếp thành chồng trên bàn. Chỉ đến khi quay cuồng vì đói, chúng tôi mới dứt mình ra khỏi sự cuốn hút kinh khủng của những trang viết mà đứng dậy chuẩn bị bữa ăn trưa vào lúc xế chiều. Tuy vậy, không hiểu sao tôi lại có cảm giác đây không đơn thuần là một bữa ăn mà còn là sợi dây kết nối chúng tôi trở lại cuộc sống bình thường sau một thời gian dài chìm đắm trong thế giới của những câu chữ.

Chúng tôi lại tản bộ ra bãi biển khi chiều dần buông. Rũ bỏ mọi công việc, chúng tôi chậm chậm bước trên bãi biển, im lặng nhưng đồng điệu. Trước mắt chúng tôi, một bầy chim nhỏ vô tư đùa giỡn. Dường như chúng đang nhảy theo một điệu nhạc riêng mà con người không thể nghe được. Thế rồi, mọi suy nghĩ và xúc cảm của tôi dường như biến mất. Chúng tôi im lặng bước bên nhau suốt buổi chiều hôm đó.

Mặt trời đỏ ối trên biển. Những tia nắng yếu ớt báo hiệu ngày tàn. Tôi đưa tay gỡ những cọng rong biển đang quấn dưới chân và bắt đầu thấy mệt. Hai chị em tôi quyết định quay trở về căn nhà nhỏ, tìm kiếm cảm giác an toàn và ấm cúng. Ngồi thư giãn trước ngọn lửa bập bùng và nhấp nháp chút rượu, chúng tôi ăn tối và trò chuyện. Ngay từ thời sinh viên, tôi đã thích quãng thời gian này vì cho rằng đây chính là thời khắc thích hợp nhất để trải lòng. Thật không ngờ, trải qua bao nhiêu năm tháng rồi mà nó vẫn còn ảnh hưởng đến tôi rõ nét như vậy. Phải chăng đây chính là phần thưởng cho mỗi người sau một ngày lao động cực nhọc? Hay chính khoảng không trống trải và bóng tối lạnh lẽo bao quanh khiến chúng ta cảm thấy mình nhỏ bé nên cần một người nào đó bên cạnh?

Cuộc chuyện trò của chúng tôi kết thúc khá sớm và trước khi đi ngủ, một lần nữa chúng tôi lại đi dạo trên bãi biển. Khi mỗi chân, chúng tôi ngả mình trên cát, nhìn ngắm bầu trời. Ngàn ánh sao lung linh khiến tôi cảm thấy bầu trời như một cái bát khổng lồ đựng đầy những tia sáng lấp lánh.

Tôi nhận ra đây chính là điều mà con người thường khao khát. Sau một ngày bận rộn với bao lo toan, cả công việc ngoài xã hội lẫn trong gia đình, dường như đã số chúng ta đều khao khát được đắm mình trong bầu trời đêm lung linh những vì sao. Như một đợt thủy triều mới, nó chính là cách đơn giản giúp chúng ta lấy lại sự cân bằng trong đời sống tinh thần và tình cảm cho bản thân.

Cuối cùng chúng tôi cũng phải từ giã không gian bao la của các vì sao để trở lại bãi biển đặc biệt của mình. Chúng tôi bước về phía ánh sáng đang hắt ra từ căn nhà nhỏ giữa hai hàng cây tĩnh mịch. Ánh sáng đó tựa như ngôi sao Bắc Đẩu dẫn chúng tôi trở về ngôi nhà, một nơi nhỏ bé nhưng an toàn, ấm áp và thoải mái. Và ở đó, chúng tôi lại chìm vào giấc ngủ không mộng mị như những đứa trẻ ngoan.

Thật là một ngày hoàn hảo! Tôi mỉm cười và cố nhớ lại xem ngày hôm ấy đã được bắt đầu như thế nào. Tôi tự hỏi, điều gì đã khiến nó trở nên hoàn hảo đến vậy? Liệu ngày hôm đó có dấu hiệu đặc biệt nào không? Sau một hồi suy nghĩ, tôi đã tìm được câu trả lời: Đó chính là sự tự do! Sở dĩ ngày hôm đó trở nên hoàn hảo vì nó đã không phụ thuộc vào bất cứ điều gì. Điều khiến tôi ngạc nhiên là tại sao một hòn đảo nhỏ bé như thế này lại có thể mang lại cho người ta cảm giác bất tận cả về không gian lẫn thời gian như vậy. Bên cạnh đó, hầu như suốt ngày hôm ấy, tôi hoàn toàn không bị ràng buộc vào bất cứ công việc cụ thể nào. Đó là một ngày cân bằng giữa công việc trí óc với vận động chân tay và cuộc sống bên ngoài xã hội. Nó diễn ra theo một nhịp điệu tự nhiên, nhẹ nhàng và thư thái. Công việc không tồn tại áp lực. Những mối quan hệ không bị bóp nghẹt bởi sự đòi hỏi. Sự yêu thương được thăng hoa bởi những cảm xúc nhẹ nhàng. Như những vũ công tài ba, chúng tôi đã trải qua một ngày hoàn toàn thoải mái mà không cần bất kỳ nỗ lực nào. Chỉ cần để bản năng dẫn dắt theo nhịp điệu sẵn có, chúng tôi đã có một ngày hoàn hảo của riêng mình.

Tôi nhận ra rằng giữa mối quan hệ hoàn hảo và một bản nhạc khiêu vũ có những điểm tương đồng rất thú vị khi chúng cùng được xây dựng trên một số nguyên tắc giống nhau. Những vũ công luôn di chuyển rất nhịp nhàng trên sàn nhảy dù đó là nhịp điệu phức tạp hay đơn giản, trầm lắng hay sôi động. Nếu bạn cố ý vận động mạnh, tức là bạn đang phá vỡ tính nhịp nhàng của nó đồng thời làm mất đi sự lôi cuốn của những nhịp điệu nhẹ nhàng ấy. Vũ điệu không phải là nơi dành cho những cái ôm chiếm hữu hay những cánh tay ích kỷ. Ở đó chỉ tồn tại những cái chạm nhẹ nhàng khi người ta lướt qua nhau. Dù tay trong tay, mặt đối mặt hay đang xoay lưng lại với nhau thì cả hai người đều cảm nhận được sự đồng điệu của người bạn nhảy. Họ cùng nhau tạo ra một cuộc sống mới và cùng tận hưởng cuộc sống đó.

Một ngày ý nghĩa và trọn vẹn trong từng khoảnh khắc chính là nguồn gốc của niềm vui trong cuộc sống này. Niềm vui đó đan quyện, song hành cùng những cái va chạm nhẹ nhàng giữa hai con người. Tập trung vào giai điệu hiện tại là nguyên tắc quan trọng nhất để có được một điệu nhảy hoàn hảo. Nó sẽ tạo ra những điều tuyệt vời nhất trong khi khiêu vũ: Sự thoải mái, tự do và bất tận. Blake – một nhà thơ người Anh đã từng viết:

*Ai cố buộc chặt tình yêu*

*Là đang hủy diệt đôi cánh hạnh phúc.*

*Những ai để tình yêu tự do tung bay*

*Lại được sống mãi trong hạnh phúc.*

Những vũ công giỏi, những người luôn biết tập trung vào thời điểm hiện tại, không bao giờ buộc chặt “đôi cánh hạnh phúc” của người bạn nhảy cũng như của chính mình.

Nhưng làm thế nào để chúng ta có thể học được cách khiêu vũ tuyệt vời này? Liệu có quá khó khăn? Một điều dễ nhận thấy là khi chưa chắc chắn về điều gì đó, chúng ta thường

cảm thấy do dự và bối rối. Tôi cho rằng sợ hãi như vậy là do chúng ta bị nỗi sợ hãi chi phối. Nó khiến cho chúng ta luôn cố níu giữ những gì vừa diễn ra hoặc vội vàng nắm bắt những gì sắp xảy đến. Chính sự sợ hãi đã hủy diệt “*đôi cánh hạnh phúc*”. Nhưng làm thế nào để loại bỏ được nỗi lo sợ này? Tình yêu, chỉ có tình yêu mới làm được điều đó. Quả thật, nơi nào có tình yêu ngự trị thì nơi đó sẽ không còn chỗ cho sự sợ hãi, hoài nghi hay do dự. Và đây cũng chính là điều kiến tạo nên những vũ điệu hoàn hảo trong cuộc sống của con người. Khi yêu hết lòng, người ta sẽ quên đi bản thân cũng như không bao giờ nghi ngờ vào tình yêu mà người khác dành cho mình.

Những va chạm đầu tiên thường mang theo thông điệp của tình yêu thương. Nó riêng tư nhưng cụ thể. Thế nhưng sau đó, sự thân mật này bị chi phối bởi rất nhiều yếu tố bên ngoài. Dường như cả hai đều bị lạc lối trong đại dương của vũ trụ. Tuy vậy, đại dương đó lôi cuốn nhưng không hề ràng buộc, chia rẽ nhưng lại hoàn toàn thống nhất. Phải chăng đây chính là điều mà mỗi quan hệ trưởng thành giữa hai tâm hồn cô đơn đang cần đến? Giai đoạn “*bình minh đôi*” tượng trưng cho tình yêu thương và sự riêng tư. Trong khi đó, “*bãi hầu*” là quãng thời gian chúng ta bị ràng buộc bởi công việc và những nghĩa vụ trong cuộc sống. Nhưng đến thời kỳ “*mực phủ*”, liệu chúng ta có nên rời bỏ sự quen thuộc trong công việc và nghĩa vụ của mình để bước vào sự mê mông và xa cách, để rồi sau đó trở về cuộc sống riêng tư không?

Khi bạn yêu một ai đó, không có nghĩa lúc nào bạn cũng yêu họ như nhau. Tình yêu bạn dành cho họ ngày hôm nay cũng sẽ khác ngày hôm qua. Dù bạn cố gắng như thế nào chăng nữa thì những cảm xúc này cũng luôn luôn thay đổi. Thế nhưng, đa số chúng ta lại không tin như vậy. Chúng ta không tin vào sự biến đổi của dòng chảy cuộc sống, của tình yêu và những mối quan hệ quanh mình. Chúng ta bước vào dòng chảy của thủy triều nhưng lại lo sợ mọi sự biến đổi đồng thời cố gắng cưỡng lại quy luật lên xuống của nó. Vì lo sợ nó không bao giờ trở lại, chúng ta nhất định muốn nó phải duy trì trạng thái vốn có. Nhưng trong cuộc sống cũng như trong tình yêu, sự tiếp tục chỉ có thể xuất hiện và tồn tại trong điều kiện tự do. Chỉ khi hai vũ công cùng di chuyển trong trạng thái tự do và không chịu bất kỳ sự ràng buộc nào thì khi đó, vũ điệu của họ mới thật sự được thăng hoa. Điều đảm bảo cho một mối quan hệ không nằm ở sự chiếm hữu, đòi hỏi hay thậm chí là hy vọng. Nó cũng không dựa trên việc xem xét những gì đã diễn ra trong quá khứ hay tính toán những điều sẽ xảy đến trong tương lai. Vấn đề ở đây là bạn phải sống hết mình với hiện tại và chấp nhận tất cả những gì đang diễn ra như là một phần tất yếu của cuộc sống. Một mối quan hệ cũng tương tự như một hòn đảo mà khi bước vào đó, bạn phải chấp nhận những giới hạn của nó. Khi đó, bạn phải hiểu rằng mình đang bị bao quanh và ngăn cách bởi đại dương mê mông và những đợt thủy triều không ngừng lên xuống.

Thích ứng với sự thay đổi là một trong những bài học khó khăn nhất đối với con người. Làm thế nào để chấp nhận được sự thay đổi của mọi người xung quanh và vượt qua hố sâu ngăn cách giữa hai người? Quả thật, để thích ứng với những đổi thay quanh mình, mỗi chúng ta phải cố gắng rất nhiều. Điều này còn khó khăn hơn cả việc khám phá những bí ẩn dưới lòng đại dương. Nếu một ngày nào đó, bạn đứng trên bãi biển và nhìn thấy thủy triều đang dần rút xuống. Trong khoảnh khắc ấy, đột nhiên bạn hiểu được điều bí ẩn mà bấy lâu

mình luôn muốn khám phá. Ở đây, nơi con nước đã cạn, bạn có thể tìm thấy một chú ốc xà cừ lớn đang xoay tròn trên cái chân của mình. Dường như chú đang cố gắng vượt qua những ngọn sóng lẫn tăn để tìm kiếm vùng đất mới. Bên cạnh chú xà cừ này là cụm san hô trắng muốt tựa như những chiếc huy chương bằng cẩm thạch đã được chạm khắc giữa lớp bùn. Kế đến, bạn sẽ nhận thấy lấp lánh giữa đám bọt biển là hàng ngàn con nghêu, sò với màu sắc rực rỡ đang nhịp nhàng khép mở vỏ. Có thể nói, biển cả bao giờ cũng thật kỳ diệu. Nó cuốn hút chúng ta cả lúc thủy triều đã rút xuống lần khi những con sóng đang dòn dập vỗ bờ.

Có lẽ đây chính là bài học quan trọng nhất mà tôi đã học được từ biển: Mỗi đợt thủy triều lên xuống, mỗi con sóng và mỗi giai đoạn trong cuộc sống hay trong một mối quan hệ đều có giá trị riêng của nó. Và những chiếc vỏ sò của tôi cũng vậy. Tôi sẽ để tất cả vào túi mang về trưng bày trong phòng để nhắc nhở mình về sự thay đổi cũng như sự tuần hoàn bất tận của đời sống.

## 7. NHỮNG VỎ SÒ XINH ĐẸP

Trong khi chuẩn bị đồ đạc trở về, tôi suy nghĩ về những gì mình đã đạt được sau những ngày trần trở ở đây. Tôi tự hỏi mình đã tìm ra được câu trả lời thích đáng chưa và cuộc sống sắp tới của mình sẽ như thế nào? Khi đang sắp xếp những vật dụng cuối cùng, tôi nhìn thấy một vài vỏ sò nằm khiêm tốn trong một góc bàn. Bỗng dưng, mọi sự băn khoăn của tôi biến mất. Thay vào đó, tôi nhận ra đây chính là những gì mình đang tìm kiếm và cũng là bài học mà biển cả đã mang đến cho mình.

Tôi nhớ lại ngày đầu tiên đến đây và bật cười cho cái tính “tham lam” của mình. Khi đó, túi tôi luôn căng đầy những vỏ sò ướm đến nổi cát biển cứ thay nhau tuôn ra từ những khe hở của chiếc túi. Dọc bãi biển, những vỏ sò xinh đẹp nằm la liệt như mời gọi khiến tôi không thể bỏ qua bất cứ cái nào. Thậm chí tôi còn không dám ngẩng đầu lên vì sợ sẽ bỏ sót chúng. Điều này khiến tôi liên tưởng đến hành trình của những người đi tìm kho báu. Người ta vẫn cho rằng những người đi tìm kho báu cũng giống như loài ngựa đi đường với miếng da che trên mắt. Họ chẳng thấy gì khác ngoài kho báu mình đang kiếm tìm. Điều đó lý giải tại sao kẻ tham lam không bao giờ hiểu được giá trị của vẻ đẹp thật sự. Bản thân tôi cũng vậy. Tôi chỉ chịu dừng cuộc tìm kiếm của mình khi tất cả các túi đã căng phồng và các kệ sách, cửa sổ đã kín chỗ. Chỉ tới lúc này tôi mới học được bài học của biển.

Không ai có thể thu lượm được tất cả vỏ sò trên bãi biển, dù chúng có đẹp đến đâu. Và chúng ta chỉ có thể cảm nhận được trọn vẹn vẻ đẹp của vỏ sò khi thu nhặt thật ít. Sở dĩ mặt trăng trở nên long lanh vì chỉ có một mình nó sáng nhất trên bầu trời đêm. Vỏ sò cũng vậy. Một nàng ốc trắng chắc chắn sẽ để lại nhiều ấn tượng hơn ba. Mỗi bình minh đôi là một sự kiện đáng nhớ và sáu bình minh đôi là một thành công. Thế nhưng, theo thời gian, người ta dần loại bỏ và chỉ giữ lại cái nào hoàn hảo nhất.

Khi tồn tại trong không gian bao la và hoàn toàn trống rỗng, mọi vật thể đều trở nên đẹp đẽ và đặc biệt một cách khác thường. Trong không gian yên ắng, một nốt nhạc sẽ gây ấn tượng không kém gì một quả bom. Giữa đêm đen, một ngọn nến sẽ trở thành một đóa hoa rực rỡ và trên ngọn đồi trống, một chồi non sẽ trở thành tâm điểm của sự chú ý. Ngay cả những vật bé nhỏ, tầm thường nhất cũng trở nên đặc biệt nếu chúng được đặt vào đúng vị trí. Một cọng cỏ mùa thu không đơn thuần là một cọng cỏ nếu nó nằm trong một bức tranh hoàn toàn trống trải.

Tôi chợt nhận ra rằng, hầu như chưa bao giờ tôi có một không gian thật sự của riêng mình khi sống ở Connecticut. Thật sự rất hiếm khi tôi có thì giờ rảnh rỗi và chôn riêng tư để được sống một mình và sống cho riêng mình. Cuộc sống của tôi trôi qua trong sự tất bật với rất nhiều mối quan hệ và những công việc khác nhau. Mọi thứ, dù là tầm thường hay quan trọng, đều có khả năng ảnh hưởng đến tôi và khiến tôi lúc nào cũng cảm thấy bận rộn. Vì quá ôm đồm, tôi đã quên rằng đôi khi chỉ cần một vài vỏ sò là đủ để con người cảm thấy mình giàu có.

Thế nhưng, ở đây, trên hòn đảo này, tôi đã tìm thấy không gian của riêng mình. Giới hạn về mặt địa lý cùng sự hạn chế về số người giao tiếp đã tạo điều kiện cho bản năng lựa chọn trong tôi trỗi dậy. Không có quá nhiều mối bận tâm nên tôi làm việc trong sự tập trung và tĩnh lặng tuyệt đối. Tôi dành nhiều thời gian cho những hoạt động mà mình yêu thích. Có khi tôi lang thang hàng giờ trên bãi biển chỉ để quan sát những chú diệc săn mồi hoặc chiêm ngưỡng vẻ đẹp của các vì sao hay ngắm nghía một cái vỏ sò. Có lúc tôi lại dành thời gian để gặp gỡ, trò chuyện và cười đùa với những cư dân trên đảo. Và thậm chí có lúc tôi không làm gì cả. Trong khi ở nhà tôi tận dụng từng phút để được chuyện trò với bạn bè và coi im lặng là một sự lãng phí lớn thì trên hòn đảo này, tôi có thể ngồi hàng giờ liền bên một người bạn nào đó của mình mà không cần phải nói gì. Chúng tôi im lặng ngắm nhìn những tia nắng cuối cùng ở chân trời, những đường xoắn trên một cái vỏ sò nhỏ, hoặc dấu vết do một ngôi sao băng để lại trên bầu trời đêm. Khi ấy, giữa chúng tôi hình thành nên một sự gắn kết đặc biệt và tâm hồn mỗi người được nuôi dưỡng bởi chính sự im lặng ấy.

Cuộc sống trên đảo đã dạy tôi cách thức đưa ra lựa chọn của mình. Đó không phải lựa chọn theo lý trí mà chính là lựa chọn theo bản năng. Dù chưa thật thuần thục nhưng tôi đã học được cách lựa chọn ấy trong nhiều lĩnh vực khác nhau của cuộc sống. Cuộc sống ở đây đơn giản tới mức tôi bị cuốn vào tất cả mọi hoạt động, từ hoạt động chân tay đến trí óc và cả những hoạt động xã hội. Tôi tự đạp xe đến bưu điện và mua sắm những vật dụng cần thiết, tự chế củi để sưởi ấm khi tiết trời giá lạnh, tự chôn rác thay vì chờ xe tải đến đem đi. Thay vì làm thợ, tôi lại dành thời gian để nướng bánh quy. Thế nhưng tôi lại rất hạnh phúc khi được làm tất cả những công việc này. Tôi đã luôn cảm thấy nặng nề khi phải đương đầu với cuộc sống bận rộn và một thời khóa biểu luôn đặc kín công việc ở nhà. Khi đó, không chỉ chăm lo cuộc sống của mình mà tôi còn phải chịu trách nhiệm cho cuộc sống của những người mình thương yêu. Thế nhưng trong những ngày được sống một mình trên đảo, được tận hưởng thời gian và không gian của riêng mình, những công việc này lại trở thành một thú vui đối với tôi. Chúng cân bằng cuộc sống và giúp tôi cảm thấy thoải mái hoàn toàn.

Hòn đảo này cũng dạy tôi cách thay đổi những lựa chọn trong quan hệ xã hội. Cuộc sống ở những thành phố lớn thường đưa những người cùng lứa tuổi hoặc có chung sở thích đến gần nhau, còn hòn đảo này lại mang đến cho tôi cơ hội được gặp gỡ những người có nhiều điểm khác biệt với mình. Sự thân thiện và mến khách của họ đã xóa bỏ ranh giới giữa chúng tôi. Qua những lần trò chuyện với họ, tôi rút ra được nhiều bài học rất thú vị cho bản thân. Họ chia sẻ với tôi những kinh nghiệm trong cuộc thám hiểm vượt đại dương, hành trình dài trên lưng ngựa hay việc sống ẩn dật trong một ngôi làng nhỏ nào đó. Quả thật, cuộc sống có thể mang đến cho chúng ta những cuộc gặp gỡ tình cờ nhưng thật thú vị. Có thể nói, việc lựa chọn những người sống quanh mình không thuộc thẩm quyền của chúng ta. Chính cuộc sống đã thay ta làm việc đó. Nhưng khi cùng có mặt trên một hòn đảo, bạn phải cố gắng để hiểu hơn về những người xung quanh mình. Điều đặc biệt là càng ngày, bạn càng thích thú với cảm giác được khám phá thế giới bí mật của người khác. Khi sống ở một thành phố lớn, nếu được quyền lựa chọn, chúng ta thường có xu hướng chọn những người giống mình về tính cách, công việc, hoàn cảnh để dễ giao tiếp và làm việc. Điều đó khiến cuộc sống của chúng ta giống một bữa ăn chỉ toàn là đồ khai vị mà không có món chính, hoặc toàn đồ ăn ngọt mà không có món mặn. Dù mỗi người có một sở thích

riêng nhưng hầu như chúng ta chỉ bắt chuyện với những người mình đã biết, chứ không bao giờ tiếp cận những người lạ. Nguyên nhân của việc lựa chọn này là do chúng ta lo sợ mình sẽ bị sốc, bị thất vọng hoặc đơn giản là không biết nên ứng xử với những người đó như thế nào. Chỉ quan tâm đến những mối quan hệ thân thuộc, chúng ta quên rằng chính những người xa lạ đó, những người có thể khiến ta cảm thấy thất vọng, mới chính là người có khả năng làm cuộc sống của ta trở nên phong phú nhất.

Hòn đảo nhỏ này đã giúp tôi biết cách lựa chọn tốt hơn những gì mình đã làm trước đây. Nhưng khi trở về cuộc sống bình thường ở Connecticut, liệu tôi có đánh mất phương hướng một lần nữa không? Khi có quá nhiều lựa chọn và cơ hội, việc phân vân khi đưa ra quyết định là điều không tránh khỏi. Cái thế giới sôi động và nhộn nhịp mà tôi đang sống có thể sẽ khiến cho những chuẩn mực của tôi bị sai lệch. Chúng sẽ được đo lường về số lượng thay vì chất lượng, tốc độ thay vì sự bền vững, sự ồn ào thay vì tĩnh lặng, ngôn từ thay vì nội tâm, vật chất chứ không phải vẻ đẹp thật sự. Tôi tự hỏi mình có thể làm gì để chống lại sự xâm nhập này cũng như làm thế nào để luôn được là chính mình trước áp lực của cuộc sống.

Từ đây, tôi hiểu rằng mình cần phải xây dựng một cuộc sống mới dựa trên cách thức lựa chọn mà mình đã được học trên hòn đảo này. Tôi sẽ gọi đây là bài học của đảo vì nó chính là những tấm biển chỉ dẫn tôi đến cách sống mới. Hãy sống đơn giản để thật sự thấu hiểu được những thông điệp mà cuộc sống mang đến cho mình. Hãy cố gắng cân bằng cuộc sống bằng cách làm việc chân tay, trí óc và cả những hoạt động xã hội. Thay vì làm việc dưới áp lực, hãy dành đủ thời gian và không gian để mọi thứ mình làm trở nên duy nhất và đầy giá trị. Hãy chia sẻ cuộc sống của mình với tất cả mọi người nhưng cũng đừng quên dành thời gian cho riêng mình. Hãy gần gũi với thiên nhiên để hiểu và chấp nhận sự chia cắt tạm thời của cuộc sống trong thế giới tinh thần, sự sáng tạo và cả những mối quan hệ giữa người với người. Nói một cách khác, là hãy nhớ đến những con sò!

Cuộc sống trên đảo là một thấu kính mà qua đó tôi có thể nhìn lại cuộc đời mình ở một phía khác. Những kỷ niệm về chuyến đi có thể sẽ phai nhạt theo thời gian nhưng một điều chắc chắn là tôi sẽ nhớ cách nhìn cuộc sống từ chiếc kính này. Và những chiếc vỏ sò sẽ làm nhiệm vụ nhắc nhở tôi, vì chúng chính là đôi mắt của đảo.

## 8. PHÍA SAU LÀ ĐẠI DƯƠNG

Tôi xách chiếc giỏ cối của mình lên và bước đi. Cát trượt nhẹ dưới chân. Những ký ức không xa lại trở về trong suy nghĩ của tôi.

Có phải tôi vừa trải qua một cuộc tìm kiếm sự đơn giản bên ngoài, sự nguyên vẹn bên trong và những mối quan hệ hoàn hảo? Sau những gì đã làm, tôi hiểu rằng ở một khía cạnh nào đó thì quả đúng như vậy. Thế giới đang quay cuồng chuyển động trong một quỹ đạo ngày càng mở rộng. Sự căng thẳng, xung đột cùng những đau khổ có thể tác động đến tất cả chúng ta, dù ta đang ở vị trí nào chẳng nữa. Không ai trong chúng ta có thể thoát khỏi sự tác động này.

Nhưng nhận thức của chúng ta xung quanh các vấn đề mang tính toàn cầu này như thế nào? Ngày nay, chúng ta được đòi hỏi phải biết yêu thương tất cả mọi người trên thế giới, thấu hiểu tất cả mọi thông tin xuất hiện trên các phương tiện truyền thông đại chúng và nhiệt tình tham gia tất cả các hoạt động từ thiện. Mối quan hệ xã hội ngày nay đã kết nối chúng ta với quá nhiều người, hơn cả khả năng tiếp nhận của trái tim ta. Vẫn biết điều đó có thể khiến cho trái tim, trí óc và sự tưởng tượng của chúng ta phát triển hơn, nhưng nên biết rằng sức chịu đựng của cơ thể và tuổi thọ của con người là có giới hạn. Cuộc sống của tôi không phải dành để thực hiện yêu cầu của tất cả mọi người tôi biết. Tôi không thể kết hôn với tất cả mọi người, cũng không nuôi nấng mọi đứa trẻ như con của tôi hay chăm sóc tất cả người già như chăm sóc cha mẹ. Bà tôi và mẹ tôi, những người từng sống trong một quỹ đạo nhỏ đủ để họ có thể thực hiện tất cả những điều mà trái tim và lý trí mách bảo. Dù cũng được nuôi dạy theo cách truyền thống, nhưng phụ nữ ngày nay khó lòng làm được như các thế hệ trước. Nguyên nhân là do quỹ đạo mà chúng ta đang sống hầu như không có giới hạn về không gian và thời gian.

Chúng ta có thể làm gì trước hiện thực này? Làm sao chúng ta có thể dung hòa sự đòi hỏi toàn cầu này với ý muốn của chúng ta? Trước sức ép của cuộc sống, con người thường có xu hướng trốn chạy. Khi không thể đương đầu với sự phức tạp của hiện tại, chúng ta thường tránh nghĩ về chúng và yên lòng với một giấc mơ đơn giản hơn về tương lai. Hay vì không thể giải quyết những vấn đề của bản thân và gia đình, chúng ta vội đem những vấn đề của thế giới ra bàn luận. Nhưng liệu sự trốn chạy này sẽ dẫn con người đến đâu? Tương lai không thể thay thế cho hiện tại và không gì có thể bảo đảm rằng nó sẽ tươi sáng hơn nếu chúng ta cứ bỏ mặc cuộc sống hiện tại. Chúng ta sẽ không thể giải quyết được những vấn đề lớn lao của xã hội khi không giải quyết được những khúc mắc trong cuộc sống của riêng mình.

Tôi luôn băn khoăn về sự mất mát thật sự trong cuộc sống hiện đại. Đó là những điều mà tôi đã đề cập xuyên suốt trong quyển sách này - những thứ ở tại đây, ngay bây giờ - là con người và những mối quan hệ. Thường người ta chỉ quan tâm đến những thứ xa xôi mà quên mất những gì đang diễn ra trước mắt nên hiện tại luôn bị “qua mặt” trong cuộc đua

đến tương lai, và mỗi người bị nhận chìm trong biển người bao la. Ngày nay, điều kiện sống của con người tốt hơn nhiều so với trước kia, nhưng thay vì dành thời gian để hưởng thụ cuộc sống thì chúng ta lại điên cuồng làm việc để đạt được những ước vọng trong tương lai. Trong khi đó, ở những quốc gia đã phát triển từ sớm và cũng trải qua những mất mát này từ sớm như các nước châu Âu, họ đã biết coi trọng những gì đang diễn ra trong hiện tại. Họ nhận thức được sự vô thường của cuộc sống, sự xa xôi của cả quá khứ lẫn tương lai. Họ hiểu được rằng chỉ có hiện tại, ngay trong thời điểm này, là thích hợp nhất cho việc tạo dựng một cuộc sống tốt đẹp hơn. Do đó, họ rất biết cách thưởng ngoạn hiện tại, dù chỉ là một cuộc dạo chơi ở đồng quê vào cuối tuần hay là nhâm nhi tách cà phê trong một quán ven đường.

Dường như chúng ta ít khi biết trân trọng những gì ở mình đang có cho đến khi chúng mất đi. Giá trị của mỗi người nằm trong bản thân người đó chứ không phải việc chúng ta, bằng cách này hay cách khác, cố gắng thuyết phục họ từ bỏ con người thật để đóng vai một con người “kiểu mẫu” của cộng đồng. Vì vậy, hãy thay đổi suy nghĩ của bản thân đồng thời cố gắng nhận thức đúng về hiện tại, về không gian sống của mình cũng như giá trị của mỗi cá nhân.

Từ xưa đến nay, hiện tại và con người luôn là mối quan tâm hàng đầu của người nghệ sĩ và phụ nữ. Trong quỹ đạo nhỏ bé của mình, người phụ nữ không bao giờ quên sự đặc biệt của các thành viên trong gia đình cũng như công việc hiện tại của họ. Đây chính là yếu tố cơ bản góp phần hình thành những thực thể lớn hơn như tập thể, tương lai và thế giới. Chúng ta có thể lãng quên những yếu tố này, nhưng không thể không cần đến chúng. Như những giọt nước hình thành nên dòng suối, đây chính là điều cốt lõi tạo nên cuộc sống của chúng ta. Chúng ta cần học cách trân trọng những điều cơ bản, nhằm thấu hiểu và tìm ra một con đường mới tốt đẹp hơn trong tương lai. Khi bắt đầu từ chính con người mình, chúng ta sẽ nhận ra rất nhiều điều thú vị và sẵn sàng mở rộng cuộc đời ra tới biên độ cuối cùng của quỹ đạo. Chúng ta sẽ khám phá ra niềm vui và sức mạnh của hiện tại, sự yên bình trong tâm hồn mỗi người và biết tin yêu cuộc đời hơn. Chính những điều này sẽ tạo nên thiên đường nơi trần thế.

Sau lưng tôi, biển vẫn rì rào vỗ sóng. Kiên nhẫn, Tin tưởng và Cởi mở là những gì biển cả đã dạy cho con người. Giản dị, Cô đơn và Biết chấp nhận sự Gián đoạn trong một chu trình bất tận cũng chính là những thông điệp của biển. Vẫn còn rất nhiều bãi biển khác mời gọi chúng ta khám phá cũng như còn rất nhiều vỗ sóng đang chờ ta thu nhận. Đây mới chỉ là sự khởi đầu.

# Đôi dòng tâm sự

Đã hơn 20 năm kể từ ngày cuốn sách được xuất bản, tôi mới có dịp nhìn lại quãng thời gian đặc biệt đã qua. Cuốn sách này được ra đời giữa bao lo toan cho cuộc sống gia đình nhưng cho đến hôm nay, những cảm xúc của ngày xưa như vẫn còn nguyên vẹn trong tôi và không hề phai nhạt sau nhiều lớp bụi thời gian. Ban đầu đó chỉ là những suy niệm nhằm giải quyết vấn đề của cá nhân tôi nhưng dần dần, tôi nhận ra rằng đó cũng chính là trở trăn của rất nhiều người. Thế nhưng, khi lật giở lại những trang viết đầu tiên, tôi không tránh khỏi cảm giác xấu hổ vì những suy nghĩ của mình trước đó. Tôi từng cho rằng cuốn sách này sẽ tượng trưng cho “sự chiến thắng” (chính xác là “tự do”) của người phụ nữ trong tương lai. Nhưng đến hôm nay, tôi hiểu rằng bình đẳng giới vẫn đang là vấn đề quan tâm của các nhà hoạt động xã hội cũng như bản thân phụ nữ phải nỗ lực hơn nữa mới có thể đạt được vị thế mà họ mong muốn. Và tôi tự hỏi, với sự xa cách về thời gian cũng như sau những thành tựu mà người phụ nữ đã đạt được, liệu có còn ai quan tâm đến cuốn sách này của tôi nữa không?

Thế nhưng sau hai mươi năm với bao biến động, “Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống” vẫn nhận được sự yêu mến của thế hệ trẻ. Hai mươi năm là quãng thời gian không ngắn đối với cuộc đời con người. Nó sẽ càng trở nên đặc biệt khi chúng ta tích lũy thêm được nhiều kinh nghiệm quý giá cho bản thân mình trước những đổi thay của cuộc sống. Hai mươi năm qua, nhân loại đã có những bước tiến khổng lồ trong nhiều lĩnh vực. Những thành tựu vĩ đại trong khoa học và công nghệ, thám hiểm mặt trăng... tạo nên những thay đổi lớn trong nhận thức của con người.

Khi viết “**Trải nghiệm & khát vọng cuộc sống**”, tôi vẫn còn ở trong giai đoạn “**Bãi đá hầu**”, tức là giai đoạn bộn bề với những lo toan cho cuộc sống gia đình và con cái. Rồi cũng như bãi hầu khi thủy triều rút đi, khi các con tôi đi học, tốt nghiệp, đi làm rồi có gia đình riêng, cuộc sống của tôi trở nên trống trải và chơ vơ. Tiếp đến là giai đoạn khó khăn nhất, giai đoạn mà gần như tôi đã không đề cập đến trong cuốn sách này. Giai đoạn đó tạm gọi là “**Vỏ sò bị bỏ rơi**”. Đây là giai đoạn của sự cô đơn, trống vắng và hoang mang với bao trăn trở, suy tư. Khi đó, tôi luôn tự hỏi làm sao có thể lấp đầy những khoảng trống, làm sao nắm bắt và làm chủ cuộc sống. Nhưng với tôi, không chỉ đơn thuần là tìm cách lấp đầy không gian và thời gian. Tôi có nhiều công việc và có cả một ước mơ hoàn toàn có thể thành hiện thực để theo đuổi. Nhưng khi những đứa con thân yêu lần lượt rời khỏi vòng tay mình, người mẹ chẳng khác nào cái vòng tròn cô đơn giữa bánh xe và nhất định phải đổi mặt để tìm một hướng đi mới. Tôi đã mất rất nhiều thời gian để có thể xác định lại mục đích của mình.

Tất cả những gì người phụ nữ đã trải qua trước đây, cả về mặt vật chất lẫn tinh thần, sẽ quyết định hướng đi cho họ khi họ đối mặt với giai đoạn “bị bỏ rơi”. Lúc này, người phụ nữ phải hiểu rằng chỉ còn mình họ bước đi trên con đường mới với một vai trò mới. Bắt đầu cuộc sống mà không có những đứa trẻ bên cạnh – cuộc sống một mình và cho riêng

mình – lúc đầu có vẻ thật kinh khủng.

Nhưng với sự nỗ lực, kiên nhẫn của bản thân và một người chồng biết cảm thông, người phụ nữ hoàn toàn có thể chiến thắng trong hành trình mang tên **“Mực phủ”**. Tôi và chồng tôi thậm chí đã đặt tên cho ngôi nhà của mình trên đảo Maui là “Mực phủ”. Với riêng tôi, giai đoạn **“Mực phủ”** còn là quãng thời gian đau đớn nhất vì sự qua đời của chồng tôi. Một lần nữa, tôi lại phải đối diện với những bài học trước đây mình đã học: **“Người phụ nữ phải tự bước đi đồng thời tự tìm ra chính bản thân mình”**. Đó là điều tôi tự cổ vũ cho mình khi ấy. Dường như cứ mỗi hai mươi năm, người phụ nữ phải học lại bài học này một lần.

Trong vai trò một người bà và một quả phụ, người phụ nữ như tôi suy nghĩ như thế nào về giai đoạn **“Bãi hầu”** của những phụ nữ mới? Với tôi, đó là sự ngưỡng mộ. Quả thật, nhìn những gì mà con gái, con dâu, cháu gái và những cô gái trẻ xung quanh mình làm được, tôi không khỏi ngạc nhiên. Họ thực hiện vai trò người mẹ tốt hơn tôi rất nhiều và nhận được sự nể phục của nam giới. Với bản lĩnh, trí thông minh và sự giúp đỡ từ người chồng (điều mà những phụ nữ thế hệ trước hiếm khi có được), những phụ nữ trẻ đã sắp xếp cuộc sống của họ một cách tuyệt vời. Họ có thể đồng thời làm được rất nhiều việc, cả những công việc trong gia đình, ngoài xã hội lẫn sở thích riêng của bản thân.

Nhưng họ có hạnh phúc – nói chính xác là họ có hạnh phúc hơn thế hệ chúng tôi không? Trả lời thích đáng cho câu hỏi này là điều không dễ. Ở khía cạnh nào đó, tôi cho rằng sự so sánh này khá khập khiễng. Nhưng tôi có thể nói ngay rằng phụ nữ ngày nay thành thật hơn, dũng cảm hơn khi đối diện với chính mình và với cuộc sống. Họ cũng tự tin hơn trong việc thể hiện bản thân và thành công hơn trong mọi lĩnh vực. Nhưng quan trọng nhất, họ nhận thức tốt hơn phụ nữ thế hệ chúng tôi.

Trong hai mươi năm qua, có lẽ sự thay đổi lớn nhất cho cả nam giới và phụ nữ chính là sự nhận thức. Với phụ nữ, hầu hết sự thay đổi trong nhận thức của họ đều do phong trào Giải phóng phụ nữ mang lại. Thông qua các phương tiện thông tin đại chúng, ánh sáng tri thức mới đã trở nên phổ biến và tác động đến cuộc sống của rất nhiều người. **Càng ngày những buổi thảo luận, khóa học, bài báo viết về đề tài phụ nữ và đời sống của họ càng đa dạng. Những khám phá mới mẻ về đời sống tình cảm và tinh thần của người phụ nữ trong những tác phẩm của Florida Scott Maxwell, Anais Nin, Simone de Beauvoir, Doris Lessing, Elizabeth Janeway, May Sarton... đã mở ra một giai đoạn mới. Ngày nay, phụ nữ có thể thoải mái trò chuyện, thảo luận với nhau ở nơi công cộng mà không phải lo lắng hay ngại ngùng. Họ cùng nhau khám phá sức mạnh của bản thân, chia sẻ những khúc mắc trong cuộc sống cũng như những kinh nghiệm mà mình đã có được. Quan trọng hơn, họ bắt đầu có những buổi chuyện trò cởi mở và thẳng thắn với nam giới về những suy nghĩ của bản thân.** Tuy nhiên, điều đáng tiếc là không phải ai cũng làm được như vậy. Nhiều người vẫn chưa thể nói ra những cảm nhận của mình vì nghĩ rằng: **“Nếu mình có nói ra thì anh ấy cũng sẽ không hiểu!”**. Tôi cho rằng đây là một suy nghĩ sai lầm vì khi chú tâm lắng nghe, nam giới có thể chia sẻ và cảm thông

với phụ nữ nhiều hơn những gì chúng ta mong muốn.

Hầu hết những khám phá và nhận thức mới mẻ này khiến cho cả nam giới lẫn phụ nữ đều cảm thấy không thoải mái, thậm chí là khó chịu. Sự phát triển trong nhận thức luôn đem lại bối rối (Bạn hãy nhớ lại tuổi dậy thì của chính mình hoặc dõi theo những đứa con đang tuổi trưởng thành của mình là đủ thấy rõ điều đó!). Tuy nhiên, nó lại mở ra khả năng thấu hiểu lớn hơn trong suy nghĩ và cảm xúc để mọi người cùng nhau hợp tác trong hành động. Những vấn đề toàn cầu mà chúng ta đang phải đối mặt hiện nay, dù ở lĩnh vực cá nhân hay cộng đồng, cũng không thể do một mình phụ nữ hay đàn ông giải quyết. Chỉ khi tất cả chúng ta cùng chung tay góp sức thì những khó khăn này mới có thể được giải quyết một cách tốt đẹp.

- 1975



*Ở ngoài kia đại dương  
Trăm nghìn con sóng đỏ  
Con nào chẳng tới bờ  
Dù muôn vời cách trở...*



*Cuộc đời tuy dài thế  
Năm tháng vẫn đi qua  
Như biển kia dẫu rộng  
Mây vẫn bay về xa...*

*(Sóng - Xuân Quỳnh)*





2. Hiền giả Minh Triết: người thực hành phương pháp Thiên Minh Triết, hay còn gọi là phương pháp Duy Tuệ, một phương pháp thực hành giúp người thực hành ổn định đầu óc, phát triển được những phẩm chất tốt đẹp trên nền tình yêu thương

3. Phật Tâm Danh là tên mà tác giả Duy Tuệ đặt cho những người theo học và thực hành phương pháp của ông. Sử dụng Phật Tâm Danh là một của kỹ thuật phương pháp Duy Tuệ để kích hoạt tính linh, tình thương, kích hoạt những khả năng kỳ diệu của con người.

4. Vườn Hoa Mơ Ước: chương trình được tác giả xây dựng riêng cho các cháu từ 5 -15 tuổi với mục đích hướng dẫn các cháu học tập và rèn luyện các phẩm chất tốt đẹp ngay khi còn nhỏ

1. Tính biết: Khả năng biết của đầu óc khi đầu óc ở trong trạng thái trong suốt, không có sự hiện diện của ý nghĩ

Nhiệt độ phòng là nhiệt độ đo được trong phòng, không phải nhiệt độ máy điều hòa.

Trích bài thơ “Bấp ngô”, tác giả Cao Xuân Thái.

Theo bài hát “Thật bất ngờ” của ca sĩ Trúc Nhân, sáng tác MewAmazing.

Sao Michelin: là tiêu chuẩn khắt khe nhất thế giới hiện nay để đánh giá tài năng của người đầu bếp. Có thể tìm hiểu thêm ở đây: <http://soi.today/?p=193229>.

Nụ vị giác chứa cả ngàn tế bào vị giác, giúp con người nhận diện hương vị của món ăn. Trung bình khi trẻ chào đời sở hữu 10.000 nụ vị giác, đến khi trưởng thành chỉ còn 8.000 nụ vị giác và càng về già càng mất dần đi, trung bình khoảng 4.000-5.000 nụ vị giác. Đó cũng là lý do vì sao càng về già chúng ta ăn càng ít ngon miệng.

Trích từ tích “Người con gái Nam Xương”, tác giả Nguyễn Dữ.

Cải biên từ câu thơ “Lòng ta thành con rôi. Cho cuộc đời giạt dây!” trong bài thơ “Người đi tìm hình của nước” (Chế Lan Viên).

Trong bộ Tây du ký, lửa tam muội chân hỏa được luyện từ lửa trong lò bát quái luyện đan của Thái Thượng lão quân, nước thường không dập tắt được. Còn theo Phật giáo, lửa tam muội là hiện tượng sinh nhiệt trong cơ thể, nhiệt độ có thể lên đến cực cao.

Trong từ điển tiếng Việt giàu và đẹp của chúng ta, “ôm” có nghĩa là “gầy” và “ôm” cũng có nghĩa là bệnh.

Trần Huyền Trang là tên khai sinh của pháp danh Đường Tam Tạng.

Trích 'Truyện cổ tích về loài người', Xuân Quỳnh.

Trích 'Truyện cổ tích về loài người', Xuân Quỳnh.

PK là những trận đánh để nâng cấp khả năng chiến đấu của quân đội trong trò game online.

1. Graffiti (danh từ số ít là graffito, có nguồn gốc từ tiếng Italia): là những bức tranh được vẽ trên bề mặt nơi công cộng như tường hay cầu mà không cần (hoặc không được) sự cho phép. Graffiti đã tồn tại trong suốt thời kỳ văn minh cổ đại như ở Hy Lạp cổ đại và Đế chế La Mã.

1. Michelangelo di Lodovico Buonarroti Simoni (6/3/1475-18/2/1564): sinh tại một khu làng nhỏ của vùng Caprese, gần kề thủ phủ Arezzo, Roma, thường được biết đến dưới tên gọi Michelangelo, là cha đẻ của những tác phẩm có sức lôi cuốn cao nhất trong lịch sử mỹ thuật; và cùng với Leonardo da Vinci, ông đã tạo ra giá trị rực rỡ cho thời kỳ Phục Hưng đỉnh cao. Ông là một nhà điêu khắc, kiến trúc sư, họa sĩ và thi sĩ, đã tạo ra ảnh hưởng mãnh liệt đến nền tảng mỹ thuật phương Tây sau này.

2. Pietà: là một danh từ chung chỉ hình tượng Đức Mẹ Maria đỡ thi thể của chúa Jesus sau khi bị đóng đinh trên Thập giá.

1. Walt Whitman (31/5/1819 - 26/3/1892): nhà thơ, nhà báo, nhà nhân văn, nhà cải cách thơ Mỹ, tác giả của tập thơ Lá cỏ nổi tiếng thế giới.

1. Thomas Jefferson (1743 - 1826): là Tổng thống thứ 3 của Hợp chủng quốc Hoa Kỳ, nhiệm kỳ 1801 - 1809.

1. Yogi Berra: là một vận động viên bóng chày người Mỹ. Anh nổi tiếng vì sử dụng biệt ngữ “Berraisms” trong các trận đấu như một cách để đánh lạc hướng đối phương và truyền cảm hứng cho đồng đội.
  2. William Cuthbert Faulkner (1897 - 1962): là tiểu thuyết gia người Mỹ. Ông đạt giải Nobel Văn học năm 1949 và hai giải Pulitzer năm 1955 và 1963, ông là một trong những nhà văn nổi tiếng nhất thế kỷ XX.
1. Nguyên tắc S.W. chữ viết tắt của cụm “Who cares, so what” (Có người có, có người không. Vậy thì sao chứ?)
    - (1) Bảo châu, cũng gọi là Phật tánh.  
Boulangerie: tiệm bánh, bistro: quán rượu, magasin: hiệu tạp hóa (BT).  
Tứ đồ tường: bốn thói xấu theo quan niệm truyền thống gồm cờ bạc, rượu chè, trai gái, hút xách (BT).  
Là chiếc xe hơi đầu tiên được sản xuất hàng loạt tại miền Nam Việt Nam trước 1975 với 4 kiểu dáng khác nhau tùy theo mục đích sử dụng.  
Bệnh Celiac là căn bệnh đường ruột do cơ thể không hấp thụ được gluten (có nhiều trong lúa mì, yến mạch và lúa mạch).  
Ăn dặm theo cách này còn được gọi là Baby led - weaning (Phương pháp ăn dặm bé chỉ huy). Tìm đọc sách đã được Thái Hà Books xuất bản.  
Chỉ số khối cơ thể, tên tiếng Anh là Body Mass Index, để đánh giá mức độ gầy hay béo của một người.  
note:"]{  
note:"]{
    - (1). Plato (428 -348 TCN) là một trong ba nhà triết học lớn của Hy Lạp theo chủ nghĩa duy tâm khách quan  
Cây dẻ ngựa: cây lá chia thành bảy thùy với hoa màu trắng hoặc hồng.  
Quaker: Một giáo phái Thiên Chúa tôn thờ Chúa Jesus, từ chối những nghi thức trình trọng, giáo điều và có những hoạt động phản đối chiến tranh và bạo lực.  
Có thể tác giả đang đề cập đến Meister Eckhart (1260 - 1328) - một triết gia, nhà thần bí Ki-tô giáo người Đức.  
Wystan Hugh Auden (1907-1973): Nhà thơ Mỹ gốc Anh, người có ảnh hưởng rất lớn đến văn học Anh-Mỹ, là một trong những nhà thơ lớn nhất của thế kỷ 20.  
Rilke (1875-1926): tên đầy đủ là René Karl Wilhelm Johann Josef Maria Rilke, tuy là người Áo nhưng ông sáng tác bằng tiếng Đức. Ông được xem là một trong những nhà thơ lớn nhất của văn học thế giới thế kỷ 20.

# Table of Contents

[LỜI GIỚI THIỆU](#)

[LỜI MỞ ĐẦU](#)

[1. BỜ BIỂN](#)

[2. CHIẾC VỎ ỐC XOẮN](#)

[3. NÀNG ỐC TRẮNG](#)

[4. HAI NỬA BÌNH MINH](#)

[5. BÃI ĐÁ HÀU](#)

[6. MŨC PHỦ](#)

[7. NHỮNG VỎ SÒ XINH ĐẸP](#)

[8. PHÍA SAU LÀ ĐẠI DƯƠNG](#)

[Đôi dòng tâm sự](#)