TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Bản đồ Mandala để hành động bền vững trong thời đại biến động

ISSN: 2734-9195 14:30 19/04/2025

Mandala không chỉ là một bản đồ, mà còn là tấm gương phản chiếu nội tâm, để bạn nhận ra mình đang đứng ở đâu trên hành trình dấn thân vì thế giới tốt đẹp hơn.

Thời đại đầy thử thách mà chúng ta đang sống mời gọi mỗi người bước ra khỏi vùng an toàn để kết nối sâu sắc hơn với thế giới, theo những cách mà có thể trước đây ta chưa từng thử.

Khi tôi viết những dòng này, nhiều người vẫn đang cảm thấy tràn đầy năng lượng và hy vọng sau sự kiện “Hands Off” (*), nơi hàng triệu người đã cùng xuống đường trên khắp nước Mỹ. Không ít người chia sẻ trên mạng xã hội rằng đây là lần đầu tiên họ tham gia một cuộc biểu tình như vậy; thậm chí, một số bậc cao niên cho biết, đó là lần đầu tiên họ xuống đường kể từ thời kỳ chiến tranh Việt Nam những năm 1960-1970.

Biểu tình không phải là con đường duy nhất

Qua nhiều năm tham gia các nhóm Phật giáo dấn thân, tôi nhận thấy nhiều người thường chỉ nghĩ đến các cuộc biểu tình quy mô lớn như hình thức hành động chính, thậm chí là duy nhất trong phong trào vận động xã hội. Điều này có thể khiến không ít người e ngại, bởi họ không bị thu hút bởi năng lượng đối kháng, thường thấy trong những hoạt động như thế. Ngay cả khi các cuộc biểu tình được tổ chức trong tinh thần bất bạo động, quy mô quá lớn đôi khi vẫn khiến một số người cảm thấy không thoải mái. Và có người đặt câu hỏi hoàn toàn chính đáng: “Liệu việc này có thật sự tạo nên thay đổi không?”.

Vì thế, việc hiểu rõ bức tranh toàn cảnh về các hành động và cơ hội tham gia trong phong trào công lý xã hội là điều rất cần thiết.

Mandala Phật giáo Dấn thân chính là một công cụ giúp mỗi người tìm thấy con đường phù hợp, chân thật và chiến lược hơn với hoàn cảnh của mình.

Lịch sử hình thành Mandala

Mandala được khơi nguồn từ một cuộc gặp mặt trực tiếp giữa các trưởng nhóm thuộc Liên minh Hòa bình Phật giáo (Buddhist Peace Fellowship) vào năm 2003. Tại đó, mọi người chia sẻ những hoạt động mà nhóm của họ đã tổ chức và quan trọng không kém là cách họ tổ chức và những giá trị cốt lõi trong quá trình ấy.

Khi ấy, chiến tranh Iraq đang leo thang, mục tiêu chính của chúng tôi là xây dựng một phong trào có thể tạo áp lực buộc chính phủ Mỹ phải chấm dứt cuộc chiến.

Ảnh: Tác giả

Tôi là người được giao nhiệm vụ ghi chép cuộc họp đó. Sau khi tổng hợp những điều mình nghe được, tôi bắt đầu hình dung nên Mandala như một bản đồ trực quan để tóm lược các loại hình hoạt động. Tôi nhận ra rằng các hoạt động có thể chia thành bốn nhóm hay bốn "vùng hành động", đồng thời xác định sáu phẩm chất luôn hiện diện trong quá trình tổ chức. Sau đó, tôi bổ sung thêm bốn nguyên mẫu (archetype) tượng trưng cho bốn vùng hành động, tạo nên chiều sâu biểu tượng của bản đồ này.

Ảnh hưởng từ học thuyết "Great Turning"

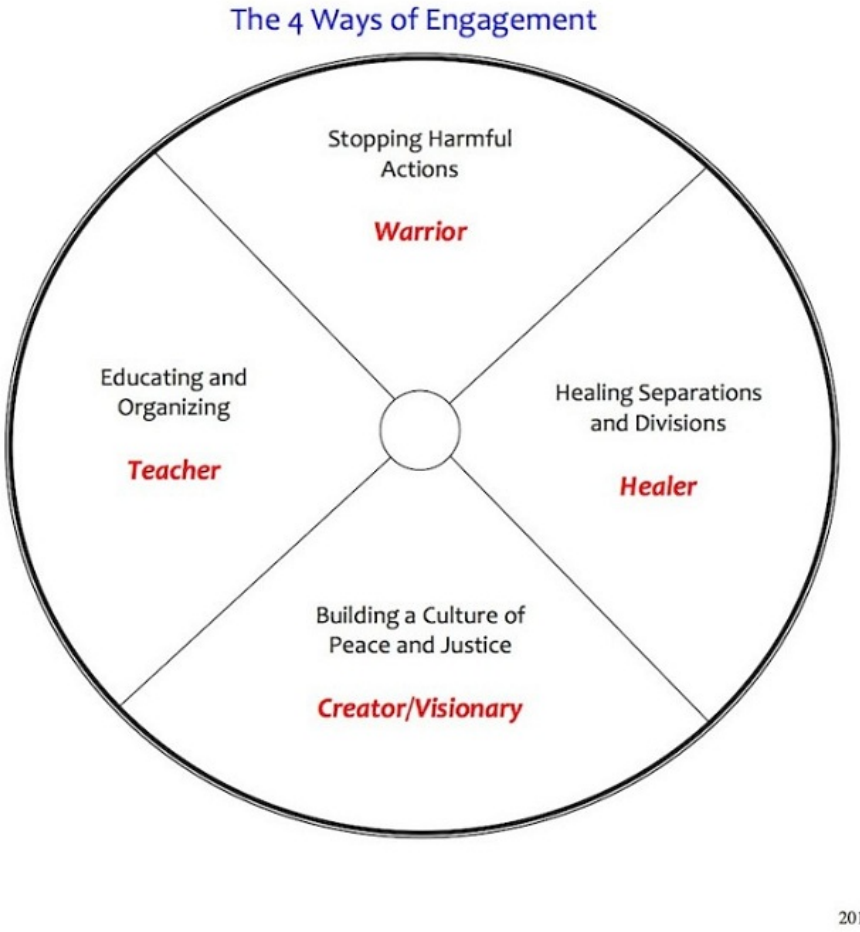
Mandala này còn chịu ảnh hưởng từ học thuyết "Great Turning" (Bước chuyển lớn) của Joanna Macy. Theo Macy, để con người chuyển mình từ xã hội công nghiệp sang xã hội bền vững, cần ba hành động cốt lõi:

1. Giữ vững các giá trị sống còn - tương ứng với nguyên mẫu Chiến binh (Warrior).

2. Xây dựng cấu trúc và tầm nhìn mới - tương ứng với Người kiến tạo/Nhà tiên kiến (Creator/Visionary).

3. Thay đổi nhận thức - thức tỉnh tâm linh - không là một phần riêng biệt trong Mandala, mà thấm nhuần khắp các vùng.

Mandala - bản đồ hành động và dưỡng nuôi nội lực



Ảnh: Tác giả

Trải qua nhiều năm, Mandala đã hỗ trợ các cá nhân và nhóm suy ngẫm về cách họ tham gia vào các vấn đề xã hội, chính trị và môi trường. Gần đây, tôi trình bày lại Mandala theo hướng phi tôn giáo, với tên gọi “bốn vùng tham gia” (Four Fields of Engagement).

Khi chia sẻ Mandala, tôi đặc biệt nhấn mạnh các nguyên mẫu và nguồn năng lượng đặc trưng của mỗi nguyên mẫu, bởi điều này giúp mọi người kết nối sâu sắc hơn với chính mình, từ đó duy trì sự dấn thân một cách bền vững.

Bốn nguyên mẫu trên Mandala (phiên bản 2019)

1. Người kiến tạo/Nhà tiên kiến (Creator/Visionary): Can đảm ấp ủ những tầm nhìn táo bạo, nhìn thấy điều chưa hiện hữu và kiến tạo hệ thống mới thể hiện thế giới mà ta mong muốn.

2. Chiến binh (Warrior): Mang năng lượng bảo vệ, sức mạnh bên trong và tinh thần hành động vì điều cốt lõi. Không là quyền lực áp đặt, mà là sức mạnh đồng hành, hướng đến ngăn chặn điều tổn hại.

3. Người chữa lành (Healer): Mang năng lượng hàn gắn, xoa dịu sự chia rẽ, cả ở cấp độ cá nhân lẫn cộng đồng.

4. Người thầy (Teacher): Suy tư, phân tích, biết cách truyền đạt thông tin để khơi mở hành động. Là người gieo tri thức chứ không nhồi nhét hay áp đặt.

Bạn có thể tự hỏi: Nguyên mẫu nào gần gũi với mình nhất? Nguồn năng lượng nào đang sống động trong bạn? Câu trả lời sẽ dẫn bạn đến cách hành động hiệu quả và bền vững nhất.

Ví dụ cụ thể từ bốn vùng hành động

1. Kiến tạo văn hóa hòa bình (Người kiến tạo/Nhà tiên kiến): Làm việc với trẻ em và thanh thiếu niên. Xây dựng cộng đồng nghệ thuật sáng tạo. Phát triển tu viện, cộng đồng sống theo nguyên tắc bền vững và bất bạo động.

2. Ngăn chặn hành động gây hại (Chiến binh): Tham gia thắp nến, tuần hành phản đối chiến tranh Iraq. Gửi thư, gọi điện yêu cầu giới lập pháp dừng các chính sách hủy hoại môi trường. Thực hiện bất tuân dân sự bất bạo động.

3. Hàn gắn chia rẽ và đối lập (Người chữa lành): Tổ chức các vòng lắng nghe, đối thoại giữa các nhóm có quan điểm trái chiều. Thực hành giao tiếp bất bạo động. Đối diện và chuyển hóa vấn đề phân biệt chủng tộc, giai cấp, giới tính... trong tự thân, trong tăng thân và xã hội.

4. Giáo dục và tổ chức (Người thầy): Cung cấp thông tin, kiến thức về một vấn đề cụ thể. Đặt câu hỏi sâu sắc: “Vì sao vấn đề này tồn tại? Ai đang chịu khổ đau? Làm sao để thay đổi? Ai có quyền thay đổi? Làm sao tận dụng sức mạnh đó?”. Thiết kế chiến lược hành động, khơi dậy cộng đồng tham gia tiến trình chuyển hóa.

Kết nối giữa các nguyên mẫu: Không ai là trung tâm

Một điều quan trọng nhất trong Mandala: Không có phần nào tách rời hay quan trọng hơn phần khác. Bốn vùng hành động là liên kết chặt chẽ, bình đẳng về giá trị và ý nghĩa.

Một vài hình mẫu đời thực có thể giúp bạn kết nối với các nguyên mẫu trên: Grace Lee Boggs - Người kiến tạo. Những người bảo vệ nước tại Standing Rock - Chiến binh. Mẹ Teresa - Người chữa lành. Barack Obama - Người thầy.

Vòng tròn dấn thân bắt đầu từ chính bạn

Bạn đang hoạt động nhiều hơn ở vùng nào? Có phần nào bạn bỏ quên hoặc muốn khám phá thêm? Những phẩm chất nào đang hiện diện trong đời sống và hành động của bạn? Mandala không chỉ là một bản đồ, mà còn là tấm gương phản chiếu nội tâm, để bạn nhận ra mình đang đứng ở đâu trên hành trình dấn thân vì thế giới tốt đẹp hơn.

Tác giả: **Maia Duerr/**Chuyển ngữ và biên tập: **Thường Nguyên/**Nguồn: buddhistdoor.net

* *Sự kiện biểu tình "Hands Off" ở California ngày 05/04/2025.*