LÊ ĐỖ QUỲNH HƯƠNG

# An mhiên MA SONG

a A v a A r



NHÀ XUẤT BẢN TRÈ



In lần thứ 12

... Mười mấy năm nay làm Thay lời muốn nói, xót ruột nhất có lẽ là khí đọc những cánh thư trong đó khán giả mình nói họ thương cha me thương ông bà hay anh chí em ho lắm, mà sao khó ngỏ thành lời. Chi nói thương thôi đã khó, vậy những cái ôm hun chắc còn hiểm hoi nữa, phải không... Trời ơi, tại sao cái có sắn trong lòng như vây, mà không chíu nói ra. không chíu làm điều mình mong muốn? Nói hay làm ban đầu có thể mắc cỡ, ngai ngùng, nhưng đần dần... cũng sẽ quen mà!"

- Trich Những cái hun



Lê Đỗ Quỳnh Hương

- Phó trường Ban Ca nhạc, Đài truyền hình Tp. Hổ Chí Minh.
- Từng là thành viên Gia định Áo Trắng - Tuyến tập Áo Trắng, thành viên bút nhóm Vòm Me Xanh - báo Mực Tim.
- Tác giá trang Quynh Huong
   Le Do trên facebook.
- Các tác phẩm đã xuất bản :
  An nhiên mà sống
  (tản văn, NXB Trẻ, 2015)
  Thương còn không hết...,
  ghét nhau chi!
  (tản văn, NXB Trẻ, 2016)
  Chuyện nhó nhà Quỳnh
  (tản văn, NXB Trẻ, 2016)
  Luật hấp đấn của nụ cười
  (tấn văn, NXB Trẻ, 2017)

An nhiên mà sống

#### BIËU GHI BIËN MỤC TRƯỚC XUẤT BẢN DO THƯ VIỆN KHTH TP.HCM THỰC HIỆN General Sciences Library Cataloguag-ủa-Publication Data

Lê **Để Quỳnh Hương** An nhiên mà sống: tán văn / Lê Đỗ Quỳnh Hương, - In lân thứ 12. - T.P. Hồ Chí Minh : Trê, 2018. 2080: ; 20cm.

L. Tên vên. 2. Vên xuối Việt Nam -- Thế kỷ 21. L. Ts. L. Prose literature. 2. Prose literature, Victnamese -- 21st cenduy.

895.92284 - ddc 23

An nhiên Lê Đỗ Quỳnh Hương MÀ SỐNG

#### THAY LỜI TỰA...

## Ghi chép cuộc sống

ay là một trong những bài viết chia sẻ thời kỳ đầu tiên của mình khi mới mở trang Quynh Huong Le Do trên Facebook.

Hồi còn ở nhà cũ ở quận 3, mình và con trai có một thú vui bé bỏng là buổi sáng cuối tuần được dong xe gắn máy ra phố, chạy đến đúng cái quán nhỏ nhỏ thanh nhã trên đường Lê Văn Hưu ở quận 1, đi ăn sáng. Hôm đó buổi sớm chủ nhật, trời se lạnh. Đến nơi, mở cốp xe cất mũ bảo hiểm, một chiếc lá khô rơi xuống, lượn qua... và chao xuống via hè. Con trai chắt lưỡi tiếc rẻ, còn mình tự nhiên nhớ câu hát của Trịnh Công Sơn: "Sài Gòn mùa xuân còn thoáng lá vàng bay - Có mùa thu nào như ở lại..."

"iôn tầư đẹp nhất rồi." cử viết ra những gì em đang ghi nhận được xung quanh cổ gắng tưởng tượng ra cốt truyện ly kỳ, hấp dẫn gì cả, Anh nói: "Thể mạnh của em là quan sát cuộc sống. Đừng rất ý nghĩa mà mình nhớ năm lòng cho tới tận bây giờ. tuyển tập Ao Trăng) từng có một lời dặn dò, với mình Thạch Biển (hồi trước phụ trách các cộng tác viên của những truyện ngắn ít đầu đuổi. Nhỏ, anh nhà văn Đoàn tập Ao Trắng và bảo Mực Tim với những mẫn tản vă đột bút nữ." Hồi đó, mình một thời gian dài gắn bó với tuyển đó, bạn nhận xét mình "vẫn còn phong độ của một cây được comment của một bạn viết trạc thể hệ mình hỗi trạng thái) mà chỉ dám gọi là các bài viết. Hồm qua, đọc mình... ngại, không dám dịnh vị nó là các status (dòng Huong Le Do với các bài viết dài... dài..., dài đến nỗi là cô MC Quỳnh Hương nữa, mà đã quen một Quynh của mình, dân dân mọi người đã không còn nhìn mình Thú vị nhận ra, chỉ vài tháng làm bạn với trang viết này (bình luận) của các thành viên trang mình thời gian qua. Những suy nghĩ tản mạn lại chạy về những comment

Mình nhớ, lần đầu tiên mình phát hiện ra mình có khả năng văn chương là vào năm mình học lợp bốn. Lần đó cô giáo giao bài tập làm văn, để "Tả con mèo nhà em", mình được 8,5 điểm. Thời đó, môn Văn được chẩm và cho điểm rất gao, thường được 8 điểm là đủ cảm thấy hãnh diện với chúng bạn rồi... Thể nhưng mình còn chưa kip hết xúc động, cô giáo đã nói rằng bài mình rất hay

nhưng cô sẽ yêu cầu mình làm lại một để khác, và làm ngay tại lớp, để cô tin rằng bài viết trước đó của mình không có sự giúp đỡ từ người lớn. Lấn này là "Tả cảnh đồng lúa". Mình nhắm mắt, nhớ lại những lần theo mẹ về quê ăn giỗ, no một bụng lại ra bờ ruộng, ngồi ngắm không chán những vạt đồng lúa xanh mơn mởn, gió cuộn sóng lúa lăn tăn như những chiếc thảm xanh khổng lồ nhiều ô, thấp thoáng những cái lều chăn vịt chơ vơ hay những anh bù nhìn ống tay áo phát phơ làm chỗ cho mấy con chim trèo lên nhảy nhót... Bài viết sau được nhận đến... 9 điểm. Nó còn góp phần đưa mình vô nhóm bồi dưỡng văn của trường, sang năm sau mình được đưa đi thi học sinh giỏi Văn cấp thị xã rồi cấp tỉnh..., đoạt một số giải thưởng lớn nhỏ.

Thật ra, từ rất lâu trước khi việc quan sát cuộc sống có thể giúp mình đạt được sự ghi nhận từ những người xung quanh, mình đã ý thúc được, tỉ mỉ cảm nhận thế giới xung quanh là một điều kỳ diệu của cuộc sống. Từ hồi tụi mình còn nhỏ xíu, mẹ thường hay đưa tụi mình đi khắp nơi. Những lúc về quê là lúc mình thu vào tầm mắt những ngập tràn thiên nhiên bình dị của ruộng lúa, của cây trái, của mùi hương đất hương gió và hương chốn quê, một ngàn mùi hương không tên cộng lại! Lúc ra biển là lúc cảm nhận sự mênh mang của đại dương, cái cồn cào của sóng, cái nhấp nhô lô xô của những bờ cát, và nhịp sống sôi động của những buổi sáng vạn chài kéo ghe về. Ra sông, ngắm được cảnh mặt sông đêm trăng

óng ánh như si rắc dải vàng trên mặt nước, còn... ở ngay trong nhà, trước sân là bông mận rụng đẩy đấu những chiều ngôi ghể xích đu học bài, nghe thoàng qua những bản tình ca cha hay mở từ dàn Akai thùng gỗ nâu cũ kỹ... Lớn hơn, mình quan sát kỹ hơn chút nữa, những việc xảy ra quanh mình, những từ tế, những đời thường, vì sao nó như vậy, là vì cái gì... Những cảm xúc phát sinh trong lòng như vậy, là vì cái gì... Những cảm xúc phát sinh trong lòng thư vậy, là vì cái gì... Những cảm xúc phát sinh trong lòng nột cô thiểu nữ tuổi mới lớn, mình thử cổ gắng phân tích, như thế gọi là cảm xúc gì...

Sau này, cuộc sống đẩy đưa làm nhiều công việc khác nhau, nhưng mình thừa nhận những gì mình đã quan sát từ cuộc sống chưa bao giờ là vô ích. Nó làm cho mỗi công việc mình làm sâu hơn, khả năng bao quát tốt hơn, tư duy sắc bén hơn, và... hiệu quả công viết cũng cao hơn! Bởi vậy, thời gian đầu lúc mình mở trang viết này, một số bạn bè chọc mình: Viết gì viết siêng thể, dài thế. Mình nừa dùa nữa thật viết gi viết siêng chỉ đang giải bày cảm xúc, đây còn là những 'bài tập viết'.

Tuyến tập bạn đang cẩm trên tay là góp nhật của gần 50 bài tập viết như thế của mình, trong hai năm qua. Đây là những tân mạn mình ghi chép, cảm nhận hay chia se từ những trải nghiệm sống cùng với những người thương quanh mình; quá trình làm công việc biên tập âm nhạc, lắng nghe và tương tác cùng các khán giả... Màng Yên an mà qua chắc sẽ ít nhiều giúp bạn trải qua những ngày tháng trước mắt vui vẻ hơn, 'biết đủ' hơn. Màng Yêu thương khi còn có thể mang bạn đến đủ' hơn. Màng Yêu thương khi còn có thể mang bạn đến

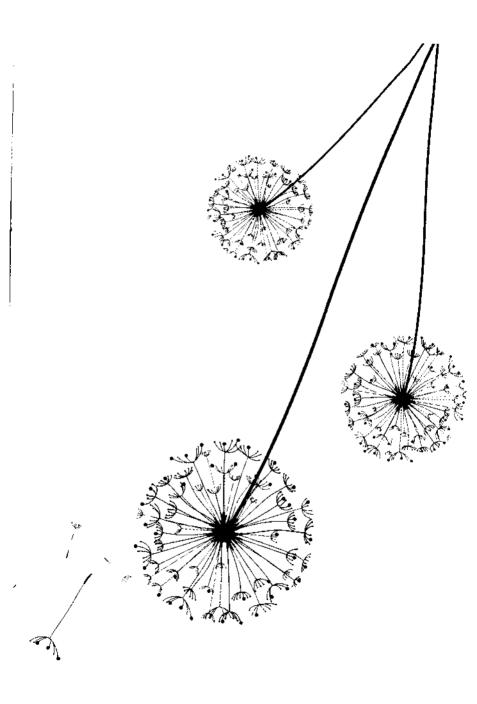
những trạng thái cảm xúc của sự mở lòng, hy vọng đọc xong phần này bạn sẽ thấy thế giới xung quanh bạn thật ra gần gũi lắm mà cuộc sống cũng không quá dài để ta vung phí, chịu khó thương yêu nhiều hơn một chút, sẽ thấy khác ngay thôi!

Văn phong của mình sẽ mang đậm một chút ngôn ngữ của người miền Tây. Thì mình vốn là dân miền Tây mà! Nhưng không sao, bất kể bạn là người vùng miền nào, hy vọng qua cuộc trò chuyện với mình qua những trang viết này, bạn sẽ nhận ra, một thái độ sống lạc quan cùng yêu thương đong đầy vốn không có biên giới nào cả.

Cám ơn bạn đã chọn tuyển tập này để làm bạn đồng hành của bạn trong những ngày sống vui vẻ và an nhiên sắp tới.

8.8.2015

Lê Đỗ Quỳnh Hương



#### Phần 1

Yên an mà qua



#### An nhiên mà sống nha bạn

ột sáng, mình đọc comment của một bạn nữ dưới bài viết của mình, chia sẻ nỗi "khổ tâm" (đúng chữ của bạn), thao thức đến ba giờ sáng khi nghĩ về những nỗi buồn của cuộc sống, gia cảnh mình. Nhớ thời xưa mình cũng có một thời gian ngắn đảm đương vai trò chị Thùy Dung trên báo Khăn Quàng Đỏ. Nhưng có lẽ, những bức xúc, trăn trở của mấy em nhỏ thời đó đã ngàn lần đơn giản hơn nỗi buồn của người lớn, như mình đang nghe và tiếp nhận, của thời bây giờ.

Thú thật, mình không phải chị Hạnh Dung của báo Phụ Nữ, cũng không được đào tạo chuyên ngành tâm lý để có thể khuyên nhủ bạn nên làm gì. Chỉ lấy quan điểm của bản thân mình và những gì mình đang thu nhặt được từ cuộc sống xung quanh để nói với bạn rằng, đời chẳng cho ai tất cả, mà cũng chẳng lấy đi của ai toàn bộ. Bạn nhìn mình tươi cười như thế không có nghĩa mình không có những nỗi buồn, không có áp lực, không có lo toan hay thậm chí gánh nặng. Và mình tin rằng bất kỳ người nào khác: người thân, bạn bè, hàng xóm, đồng nghiệp... của mình hay của bạn, cũng có ai khác gì đâu. Vấn để là mình chấp nhận nó, sống chung với nó, vượt qua nó hay cải thiện nó như thế nào.

Lâu rồi, mình đọc được và rất thích câu chuyện về cái ly có phân nửa nước, thôi coi như là ly sinh tố bơ đi, cho nó hấp dẫn cu thể. Là mình, mình sẽ nghĩ: "Hay quá, mình còn tới nửa ly bơ!" thay vì: "Buổn quá, mình còn có nửa ly bơ hà!". Ai cũng mong muốn mình có công việc tốt, gia đình đầm ấm, hạnh phúc, con cái đủ cha đủ mẹ... Tuy vây NẾU cuộc sống đã không cho bạn được điều kiện hoàn hảo đó mà sự tình đó bạn cũng không thể quyết định, ít ra bạn cũng nên thấy vui là bạn cũng còn có đứa con, ban còn sức khỏe, thâm chí, ban còn đủ tay chân lành lăn và một cuộc sống dài phía trước. Nhiều người bây giờ đỏ mắt tìm con, họ có thể đang ngưỡng mộ bạn. Những người đang mỗi ngày chống chọi với những căn bênh nan y, sống thêm được một ngày là họ mừng một ngày, họ có thể cũng chi ước có được hạnh phúc giản dị như ban: có đứa con mỗi đêm cùng ngủ, và an nhiên nhìn nó lớn lên.

Khi làm chủ đề "Sức sống" cho *Thay lời muốn nói*, mình đã nhận được chia sẻ của anh khán giả bệnh tim

bẩm sinh, cuộc sống lắt lay, giờ vẫn hạnh phúc bảo rằng: "Cuộc đời luôn dành cho bạn những món quà bất ngờ", dù rằng đứa con trai anh ấy khó nhọc lắm mới có được lai đang ở đâu đó mà anh ấy không được biết và anh đang nhớ con da diết. Mình cũng đã nhân được chia sẻ từ một chi doanh nhân, bị ung thư máu mà vẫn tươi tỉnh, sống, làm việc, lo cho gia đình, lo cho xã hội... như không có gì xảy ra. Hay như bác Mai Văn Đăng của Tiếng hát mãi xanh, khách mời dẫn chuyện trong chủ để này, người đã từng được biết tới với nghị lực vượt ung thư để sống, đã làm mình lặng người khi nghe ông bảo: "Thật ra, cái bản năng vượt qua nghịch cảnh của con người mạnh mẽ lắm, nhiều khi cũng chả vì cái gì to tát. Bác muốn ráng sống là để cùng bác gái hủ hỉ lúc tuổi già, để bả ở lại, tụi nhỏ chăm sóc, không an tâm..." Hay như lâu lâu trước đó, mình cũng từng lặng khi nhìn thấy nu cười của diễn viên Việt Trinh. Ai biết chuyên mà dám bảo cuộc đời cô ấy may mắn, viên mãn? Nhưng nhìn cái cách cô ấy đang mim cười và làm việc, chăm con, và sống..., thậm chí, còn chăm lo cho cộng đồng quanh cô ấy nữa, bạn thấy cô ấy thế nào?

Bạn ơi, ví dụ trực quan sinh động cho những người biết tiếp nhận hiện thực cuộc sống mình một cách bình thản và lạc quan, mình còn có thể kể tới ngày mốt cũng không hết! Có thể mình may mắn hơn bạn, cuộc đời và quá trình làm việc của mình được tiếp xúc với rất nhiều những con người như vậy, và mình đã luôn tranh thủ cơ

hội để 'hít lấy, hít để cái thần thái lạc quan mà họ tỏa ra, để gom góp lại làm năng lượng lạc quan về cuộc sống cho chính mình. Vậy thì, nói đông nói dài nãy giờ, chỉ để bạn - người ban đã viết comment cho mình lúc ba giờ sáng, và có thể còn nhiều ban nữa cũng đang trong cảm giác tương tự mà chưa viết comment - hãy tin vào tính tích cực trong cuộc sống của chính bạn. Và đừng nghĩ mình may mắn trời sinh tính lạc quan nên mới mạnh miệng nói như thế nhé. Mình đang trò chuyện cùng bạn với bản chất của một phụ nữ đa sấu đa cảm, đến mức chiều buông xuống cũng thấy buổn, và là một con người đã đích thân trải qua đầy đủ những nỗi buồn và niềm vui, đau khổ và hạnh phúc, cô độc và sum vầy... như bất cứ một người trưởng thành nào phải trải qua. Cha mình từng dạy tui mình: Tri túc - Biết đủ là đủ. Mình cũng đang 'biết đủ' nên thấy vui với cuộc sống này. Và mong bạn cũng sẽ như thế. Sự chờ đợi, trăn trở chỉ làm cho ngày dài thêm mà thôi. Mà biết đâu, trong sự không-chờ-đợi và khôngtrăn-trở ấy, hạnh phúc mới sẽ đến với bạn! An nhiên mà sống nha bạn!

#### Nhân vô thập toàn

Cuộc chuyện trò dài theo buổi ăn sáng cuối tuần của mẹ con mình hôm nay, quần quanh sao lại trôi đến đề tài tâm linh và tôn giáo. Mình nói với con trai, rằng nếu trong đời sống con người ta có một đấng cao thiêng để tin tưởng và hướng về, người ta sẽ có khuynh hướng sống thiện hơn, bởi mong ước được gặt hái quả lành và nỗi sợ hãi bị trừng phạt nếu làm điều thất đức. Con trai hỏi, vậy ai chửi thể sẽ bị trừng phạt thế nào? Mình hù: "Sẽ bị quỷ sứ cắt lưỡi!" Ảnh cười cười: "Mẹ nói vậy thôi, chớ dưới lòng đất, có kéo đâu mà cắt" (Ảnh có thể đang chột dạ rỗi đó... Tuy ảnh không có 'chửi thể thứ thiệt' bằng tiếng mẹ đẻ, nhưng cũng bị mấy bạn trong lớp cuốn theo trào lưu, lâu lâu ở nhà lại phát ra ba câu tiếng Anh ghê gớm, bị la hoài).

Nhưng ảnh cũng nghiệm một hồi rồi nói, mẹ à, thế thì các vị Phật hay thánh thần, họ phải cố gắng nhiều lắm heng mẹ...

Một trong những vấn đề mình mở với con trai mình khá căn kē, chính là khái niệm "nhân vô thập toàn". Từ hồi nhỏ, mình đã học lỏm được câu thành ngữ ấy từ người lớn, hiểu nôm na là: con người không ai đạt 'mười phân ven mười' cả. Lên tới năm hai đai học, mới phát hiện ra thêm, đó chẳng phải là quan niêm riêng của văn hóa Á Đông mình, mà bên phương Tây cũng có hẳn một thành ngữ tương đương với câu này: "To err is human" (Làm người ắt phải phạm lỗi). Vậy có nghĩa là, nhân loại từ cổ chí kim, từ Đông sang Tây đều chính thức thừa nhân, sống ở đời không có ai là hoàn hảo. Chính vì vây, trong quá trình sống, làm việc và trưởng thành, mình ngưỡng mộ rất, rất nhiều người, thậm chí có những người mình ngưỡng mộ đến mức vô cùng, nhưng chưa bao giờ mình đặt ai lên ngôi 'thần tượng'. Bởi mình hiểu, cũng như mình, những người mà mình ngưỡng mộ đó, thể nào họ cũng có những chỗ được và những chỗ... không được hay chưa được mà mình chưa biết (mà mình cũng không có nhu cầu biết). Tôn trong họ đúng ở những điều nào họ khiến mình khâm phục hay ngưỡng mộ, và chấp nhận họ ở những điểm họ có thể 'không hoàn hảo'. Hai vế đó tách bạch để không bao giờ mình phải chịu cảnh sụp đổ thần tượng khi phát hiện ra họ không 'tròn trịa' như mình kỳ vọng. Thử nhìn cho rō xem, hai bàn chân của chính mình còn bên này nhỉnh hơn bên kia một xíu, gương mặt còn bên đẹp hơn bên ít đẹp hơn... thì còn đòi hỏi trên thế gian này làm gì có sự hoàn hảo mà trông chờ!

Từ khi con trai mình bắt đầu lớn, có chút khả năng nhìn nhận vấn để, ảnh đã quen với khái niệm nhìn người của mình, rằng đối với một con người, chỉ cần tỉ lệ tốt – xấu ở họ đạt 7:3 trở lên, nghĩa là bảy phần tốt ba phần chưa tốt, họ có thể được coi là người tốt. Con trai suy nghĩ: "Vậy còn tỉ lệ 6:4?" - "Ở.., thì cũng tạm xếp vào con người tốt chấp nhận được". Còn dưới mức này thì không nên được coi là người tốt nữa, vì anh không đủ thiện ý để kéo phần tốt của anh lên vượt trên phần xấu dẫu là chút đình, là không được rồi. Con trai ngồi ngẫm ngẫm chút nữa rồi lại phát biểu: "Vậy mấy vị Thánh, Trời Phật, chắc tỉ lệ ở họ được đến 9:1 héng mẹ! Vì trước khi trở thành thánh, các thánh cũng đã từng là con người mà!"

Nói tới đây là nhớ sang một nỗi lòng canh cánh của mình ngay từ ngày đầu mình mở trang Facebook tới giờ. Đó chính là lâu lau lại đọc được một comment hay tin nhắn gửi vào hộp thư riêng, nội dung đại loại là: "Cô ơi/ Chị ơi, cô/ chị là thần tượng của em đó!" Không biết ai được gọi là thần tượng có vui có hãnh diện không, còn riêng với mình, lòng nặng trĩu! Mình... ngại lắm lắm, thiệt lòng rất muốn cám ơn những người bạn ấy mà... không dám bấm like cái comment đó luôn, vì... không dám nhận hai chữ 'thần tượng'! Cho nên, mình thiệt lòng

nói, từ đây về sau ai thương, làm ơn đừng gọi mình là thần tượng, mình gánh không có nổi. Hãy cứ yêu quý bạn Quỳnh Hương như bạn ấy vốn vẫn thế mấy chục năm nay, có chỗ được có chỗ không, nhưng đầy cố gắng, vậy là bạn ấy vui rồi... À, nói tới đây mới nhớ đến câu này mình đọc được thú vị ghê nè: "Không có ai là hoàn hảo... Đó là lý do vì sao cây bút chì có cục gôm!"

À, quên chưa kể tiếp phần tự đánh giá của mình trước con trai phải không: "Mẹ cũng áng áng tỉ lệ 7:3 đó con". Con trai gật gù: "Đúng. Nhưng vậy được rồi, nói chung me cũng là người tốt."

### Thuyết 7/3

ột bạn gái comment dưới một bài viết của mình hôm nay: "Có vẻ như cuộc đời này ưu ái cho chị Quỳnh Hương nhiều quá nhỉ... Dù cho ai đó đến với cuộc sống này không có được một hạnh phúc trọn vẹn như chị thì đọc được những gì chị viết cũng sẽ chợt thấy yêu cuộc đời này hơn." Mình trả lời bạn ấy, thật tình, không ai có thể có được hạnh phúc trọn vẹn như bạn nói, kể cả mình. Nhưng như mình hay nói với mọi người, mình thích Thuyết 7/3, nên mình thường giữ được sự lạc quan, chỉ vậy thôi à.

Bạn nào có thắc mắc, muốn gỗ thanh công cụ tìm kiếm trên Google coi Thuyết 7/3 ra sao ư? Đừng gỗ mất công, không tìm ra đầu, vì... mình tự nghĩ ra đố! Không biết

từ khi nào mình thực sự rất thích tì lệ 7/3. Làm người, 7 phần tốt 3 phần chưa tốt đã được coi là người tốt. Trong mọi việc, tự thân nỗ lực 7 phần, 3 phần nhờ tin tưởng ơn trên. Trong các mối quan hệ, 7 phần thoải mái dễ chịu, 3 phần... phải thích nghi, cũng đã tốt rồi.

Bởi, như mình từng chia sẻ, con người làm gì có sự hoàn hảo, chính mình đã vậy, làm sao có thể đòi hỏi điều đó ở những người xung quanh mình, thậm chí là những người tối thân thiết như cha, mẹ, anh chị em hay chồng/ vợ, con cái... hay vạn sự quanh mình. Những điều chưa được tốt hay những điểm khuyết luôn tồn tại đó, cái nào có thể cải thiện được thì mình cải thiện, cái nào... khó quá thì bỏ qua, như câu mà êkip mình hay nói nửa đùa nửa thật. Nếu chúng ta cử chăm chăm nhìn vô 3 phần không tốt, tự nhiên ta sẽ thấy cuộc sống chúng ta buồn bực quá; còn nếu chúng ta tập trung nhìn vào 7 phần sáng kia, tự nhiên ta sẽ thấy cuộc đời nhẹ nhàng, 3 phần không vui kia... kệ đi.

Mình cũng đang làm như vậy đó. Bạn đọc các bài viết của mình, bạn nói sao thấy yêu đời quá. Có thể bạn chưa làm giống mình thôi. Thử mỗi ngày kiếm một chuyện gì đó ý nghĩa để lấy làm vui, tự nhiên kiểu gì cũng sẽ có: một bông hoa vừa nở, đứa con mình nói câu gì đáng yêu, người ngoài đường tốt bụng, hay một cơn mưa đúng lúc... Bỏ chút thời gian ra cảm nhận nó lâu hơn chút xíu (viết lại được vài câu càng tốt nha!) Nhớ đừng để nó trôi tuột

đi. Sẽ có lúc bạn nhận ra, như là một phản xạ có điều kiện, cái 'rađa tâm trạng' của bạn luôn ở trong trạng thái chỉ dò tìm tín hiệu hạnh phúc để bạn cảm thấy vui mỗi ngày.

Phản xạ có điều kiện này, mình đã có. Mà mình nghĩ ai có ý thức tập rồi cũng sẽ có thôi à. Thiệt luôn đó!

### Chảy nước mắt

Lạn xem các chương trình mình dẫn trước giờ, bạn có thể nghĩ, sao mình hay chảy nước mắt quá...

Bạn đọc các bài viết của mình, có thể bạn nhận ra, mình hay 'rưng rưng', 'rơm rớm', hay 'rớt nước mắt'.

Cũng không biết điều đó là tốt hay xấu, chỉ biết rằng, từ hồi mới sinh ra tới giờ, con người mình đã luôn là như vậy. Đọc một câu chuyện thật hay, cũng rưng rưng. Đứng trước một quang cảnh tuyệt đẹp, cũng rưng rưng. Chứng kiến được một cử chỉ thật đẹp, cũng rưng rưng. Cái sự rưng rưng, trong trường hợp cụ thể của mình, hình như đã không dùng lại ở những cảm xúc buồn hay thống khổ, mà hình như cũng là một cách mình cảm thụ cái đẹp, những khi nó chạm ngưỡng làm mình rung động.

Mẹ mình hay đùa, chắc tại hồi có bầu mình, mẹ mê tiểu thuyết Quỳnh Dao, đọc mê mẩn, nên sanh ra mình giờ vừa ủy mị vừa dễ khóc. (Dĩ nhiên, cả nhà mình ai cũng dễ xúc động bao gồm cả cha lẫn mẹ, thế nhưng hình như 'ca' của mình là nặng nhất). Không biết điều này có đúng không, mà tới hồi mình có bầu con trai, ở không ở nhà buồn quá, mình lôi đống tiểu thuyết Kim Dung anh xã mình được tặng ra xem,... rồi ghiên. Luyện xong bốn bộ Kim Dung thì sinh ra anh con trai, bây giờ ảnh vừa dễ khóc vừa... có thêm một chút xu hướng hung hằng...

Nói vui vậy thôi, nhưng thực lòng nhiều khi mình ngỗi ngẫm nghĩ, chảy nước mắt được chưa chắc đã là điều không hay. Cứ thả lòng mình đi theo cảm xúc, ai khóc được cứ khóc, cười được cứ cười, chẳng phải tốt hơn cứ nén nhịn những điều mình cảm thấy trong lòng? Mình nhớ một đàn anh đạo diễn khá thân thiết với mình có lần nói, người ta thích đi coi kịch, coi phim, đọc sách (văn học) là bởi vì, họ được hóa thân vào những nhân vật trong đó, được khóc, được cười, được xao động... cho thòa những nỗi niềm mà có thể họ không thể thả ra ngoài trong cuộc sống thực. Lại nhớ trường hợp một em trong êkip, lúc cao điểm *Tiếng hát mãi xanh* mùa trước, cái mặt nó trầm trọng dồn cục, tới đình điểm, nó nói, ai cho tui cái cớ... ai cho tui cái cớ hợp lý cho tui khóc cho đã cái coi...!

Suy nghĩ tản mạn lại chạy về một câu mình mới đọc, hôm kia: "Thật ra, những người không khóc được mới là những người yếu đuối nhất. Có phải vậy không...?... Có phải không?"

Ù, nghĩ cũng không phải sai. Như mình nè, ngoài những lúc 'rưng rưng' không-phải-vì-buốn như chia sẻ vừa trên, những lúc quá đau lòng, những lúc quá áp lực, quá buồn bực, mình luôn phải đi kiếm một cái vai ai đó, khóc cho vơi những trĩu nặng trong lòng. Là cha mẹ, các chị em, anh xã, con trai, các em trong êkip..., ai đủ 'gan' cho mình ôm khóc, là mình khóc! Khóc nửa tiếng..., một tiếng..., khóc đến sưng vù cả mắt và nghẹt cả mũi, tới chừng nín lại được, dẫu chuyện đâu cũng còn ngồn ngang đó, nhưng dường như mình can trường lên thêm được ít nhiều. Lì hơn. Dũng cảm hơn, đối mặt với nó, vượt qua nó.

Dĩ nhiên, không phải cái gì mình cảm thấy cũng áp dụng được với bạn. Cuộc sống vốn muôn màu muôn vẻ, khả năng chịu đựng của mỗi người cũng mỗi khác. Không khuyến khích các bạn phải cố 'nặn' cho ra những giọt nước mắt khi bạn không cảm thấy đến mức như vậy, nhưng mình thật lòng khuyên, rằng khi bạn muốn rơi nước mắt vì bất cứ một điều gì đó, hāy cứ để nước mắt rơi, đừng e ngại, đừng cố nín cũng đừng cố giấu. Bởi, dẫu những rung rưng ấy có về một vấn đề làm bạn đau lòng hay làm bạn rung động tận cõi lòng, chúng đều sẽ làm cuộc sống bạn vơi đi những buồn lo hay đầy thêm những xúc cảm chân thành. Vậy thì, đàng nào những giọt nước mắt ấy đều đáng giá, phải không ban.



#### Hệt quá con tim này...

ột bạn gái không quen comment dưới một bài viết của mình: "Em đang suy sụp quá. Chị đăng bài viết nào hay hay động viên tinh thần em nha chị". Tự nhiên đáp ứng em ngay: "Ù, em đợi đó, tối về chị viết cái này em đọc".

Có lẽ vì đang thấy đồng cảm với em. Mình cũng vừa vượt qua một cơn 'khó ở'.

Mình cũng không biết lý do gì khiến em 'suy sụp'. Mà mình nghĩ, hẳn không phải chỉ một mình em, chắc còn nhiều người khác nữa, buồn mà không nói ra. Vậy xem ra, nguồn gốc của nỗi phiên não cũng chẳng phải là rất quan trọng.

Cuộc sống bây giờ vốn không dễ dàng gì. Những ngày này, những cái ngột ngạt bức bối của cái nóng, rồi những tin tức gây khó chịu, rồi những trúc trắc trục trặc đâu đó không phải trong công việc thì cũng trong đời thường... khiến cho người ta dễ nổi đóa, hoặc dễ xuống tinh thần. Ở, mà nghĩ lại, cuộc đời mà, đố ai dám vỗ ngực xưng là mình thanh thản tuyệt đối, vui vẻ tuyệt đối, viên mãn tuyệt đối, hoặc thuần khiết tuyệt đối.

Những ngày vừa rồi, cũng y như mình đã 'tư thú' trong một chia sẻ, mỗi khi gặp buồn phiên hay căng thẳng, áp lực quá mức, mình đã khóc một mình vài ba lần. Rồi kiếm bờ vai ai mềm mềm ấm ấm, đủ tin cây là mình dui vô... Mà thương cái, mấy ngày rồi xem ra cũng có khá nhiều bờ vai ấm ấm mềm mềm cho mình dui. Mấy đứa em trong êkip, mấy chị em gái trong nhà, rồi cha qua điện thoại, anh xã, thẳng con trai nhà mình... Tối tối con trai hay quan sát sắc mặt mình, hỏi: "Sao mẹ không cười? Me có cần con an ủi không?" Còn anh xã, bình thường khá là ghét mình đọc sách khuya, cũng sẽ sàng nói: "Ở, đọc chút đi cho nó thư giãn rồi ngủ." Cái là mình nói, thôi, mệt mắt lắm, ôm cuốn sách (điện tử) cho đỡ ghiển thôi. Mình... ôm cuốn sách rồi ngủ quên luôn thật. Ngủ lịm đi trong cảm giác rằng, hình như những người xung quanh mình, họ đang xúm nhau vô 'dỗ' mình đó mà.

Thấy ấm lòng.

Chợt nhận ra, có lẽ mình cũng không phải đơn giản chỉ là may mắn, những lúc down mood (xuống tinh thần) sẽ có người dỗ. Trước giờ chẳng phải mình cũng vẫn

thường xuyên 'dỗ' những người xung quanh mình biết bao lần rồi sao...? Mình bỗng thấy thật rõ, rằng khi ta gieo một nếp thói quen san sẻ yêu thương, đến khi ta cần yêu thương, ta sẽ được cho lại... Chợt nhớ một bài viết của chị Đỗ Ngọc - Tài khoản tình yêu. Ù, dường như mỗi người đều có một cái 'tài khoản' để gửi ở 'ngân hàng cuộc đời', giống như một dạng 'tích lũy tiết kiệm'. Chỉ có điều, 'vốn' ở đây không phải là tiến hay vàng bạc, mà là những cử chỉ yêu thương, chăm sóc, chia sẻ. Không phải chỉ mình mình mới gửi được nhận được. Bạn cũng thử làm đi.

Sáng nay, một em trong êkip gửi tặng mình một câu khá là ý nghĩa: "When your legs are tired, run with your heart" (Khi đôi chân bạn mỏi mệt, hãy chạy bằng trái tim của bạn – ý muốn nói là ý chí). Mình cười, câu này cũng có thể đảo lại hai vế, cũng ý nghĩa lắm nè: "When your heart is tired, run with your legs" (Khi bạn xuống tinh thần, hãy dùng đôi chân để chạy). Nghĩa là, trong con người bạn có nhiều bộ phận để giữ cho bạn tiếp tục tiến về phía trước. Nếu không tránh khỏi những thương tổn, mỏi mệt đâu đó... hãy cho bộ phận ấy nghỉ ngơi, những bộ phận khác vẫn có thể choàng gánh. Miễn sao ta vẫn giữ mình tiến tới. Chậm lại chút, cũng được.

Cũng từ câu nói trên, áp vào cuộc sống thường ngày, có thể phát triển ý nó thêm thành vầy nè: Mình hãy tập chia cuộc sống của mình ra làm ba mảng, theo thế chân vạc. Với bản thân mình, ba mảng đó là gia đình, công

việc, sở thích cá nhân. Vậy, khi mình gặp trục trặc ở một trong ba cụm, mình sẽ tìm vui hay sự an ủi trong hai cụm còn lại. Vẫn sẽ luôn có lối cho mình xả buồn trút bực. Đời sẽ vì thế mà đỡ đi nhiều.

Dĩ nhiên, không phải lúc nào bí kíp này áp dụng cũng thành công. Có những lúc... cả ba cụm dường như đều trục trặc. Lúc này 'niệm chú' câu cuối cùng. Câu này thì tùy thời mà chọn cho phù hợp nha. Mình có hai câu tâm đắc nhất, tặng bạn luôn nè:

- 1. "Khó quá... bỏ qua!"
- 2. "Cái gì rối cũng sẽ qua."

... Cái gì rồi cũng sẽ qua thật. Bạn tin đi!

## "Hoy, kệ pà nó ih!"

Cái câu hay nói của mình - "Thôi kệ bà nó" - rốt cục đã được mấy bạn nhà mình chuyển dịch sang phiên bản 2014 đầy ngôn ngữ teenie: "Hoy, kệ pà nó ih, nha!" Đọc, nghe mắc cười thiệt là mắc cười. Mà cũng... thích thích chớ!

Buổi sáng, công việc đầy ắp xếp hàng chờ giải quyết, tự nhiên... mình đổ lì, lượn lờ miết trong vườn không ra khỏi nhà luôn. Sau gần hai tiếng đồng hồ tỉa lá dọn cành cho giàn hoa ngoài trời, rút ra được ba 'triết lý vụn' tâm đắc! Hai tiếng đồng hồ lao động chân tay đó còn đưa tới hiệu quả trực tiếp, là cái cảm giác thiệt nhẹ tênh. Tự nhiên nghĩ nghĩ, ờ, nếu công việc có lúc nào làm mình quá mỏi mệt, không còn 'máu me ham hổ, thật ra cũng có thể lui về ở ẩn tốt chớ ha... Coi, mình đây không hao

tốn gì nhiều, không mê cà phê cà pháo hàng quán sang trọng, lại biết tước lá tìa cành, chơi với con trai..., không lễ chồng nuôi không nổi ngày ba bữa cơm canh đơn giản sao chớ!

Nghĩ là nói luôn. Bữa cơm trưa vừa thỏ thẻ đề xuất với chồng, ai dè anh xã mình cười: "Mẹ mày chịu xếp cánh nằm nhà ba còn mừng! Mà làm được hôn đó?"

Rồi xong, đen mặt!

Thiệt ra, không phải chỉ có mình anh xã nhà mình là 'bắt bài' mình như lòng bàn tay..., hình như... ai quen quen thân thân mình cũng biết cái sư thật đó (chết thật!) Hễ có chuyện gì buồn bực nản lòng với công việc, mình sē... muốn... không nhìn mặt nó, dụi vô nhà mình. Mà ngược lại có chuyện gì ủy khuất ở nhà, mình sẽ... nhào vô công việc! Hai 'cục' này như cái đòn gánh hai đầu, sàng qua sớt lại, để từ từ mình chênh chao vài khắc vài ngày..., lại bớt liêu xiêu đi đứng lại... bình thường. Huống hổ, những năm sau này, mình còn cả một đàn 'sắp nhỏ' gọi là êkip, kêu bằng đệ tử cũng được mà tính làm em hay làm con gì cũng được, vì hình như từ lâu lắm rồi mình đã chẳng còn nhìn tụi nhỏ là cộng sự thông thường. Tụi nó trở thành cái nhánh thứ ba, đem tới cho mình biết bao là... mở mang kiến thức và thú vui thời thượng, từ day vỡ lòng mình dùng Facebook đến day mình... chụp hình selfie, các phần mềm ứng dụng mới, giới thiệu mình phim mới nhạc mới..., tin tức lễ đường mới,... kể cả chia sẻ đáng kể áp lực công việc với mình. Nhưng ngược lại, tụi nó cũng không hiếm khi làm cho mình đau đầu nhức óc, những lúc đó, mình cũng sẽ... 'méc' ở nhà...

Thiệt ra, không phải lúc nào trong quá khứ mình cũng được quân bình như thế này: gia đình, mấy đứa em êkip, công việc... Thế mới có những chặng thật cô độc và trả giá ít nhiều cho sự buổn bā cô độc ấy, và cũng chính vì thế, mới thâm sâu hiểu đến tận cùng cái giá trị của thế chân vạc – kiếng ba chân này... Cho nên mình nhớ mình từng khuyên ai hay đa sâu đa cảm (giống mình), nhất định nên tìm cách xây dựng cho bản thân ba nhánh, không nhất thiết phải giống như các nhánh của mình, nhưng nhất thiết nên có từ hai đến ba. Để mỗi khi gặp trục trặc ở một trong ba, sẽ có phản xạ lùi lại, co lại, rụt vào trong hai nhánh kia. Hay tệ hơn đi, gặp trục trặc ở đến hai đi nữa, ít ra, cũng còn lại một nhánh, để được an ủi, để trút ưu phiền...

Bạn sẽ hỏi, thế lỡ trục trặc ở cả ba nhánh thì sao? Ở..., thì tới lúc đó, mình sẽ đọc câu 'thần chú': "Khi mọi thứ dường như đều chống lại bạn, hãy nhớ rằng máy bay cất cánh ngược chiều gió chứ không phải xuôi chiều". Câu này của bác Henry Ford – nhà sáng lập ra hãng xe hơi Ford nổi tiếng. Bữa đó tình cờ mình đọc được từ... bên trong cánh cửa toilet của một nhà máy mà mình từng đến thăm và làm việc, đọc xong thấm như vỡ được thêm chân lý. Thế là mình thấy mình cũng giống... cái máy bay, ưỡn

ngực đón gió thử coi nà...!!! Ở, còn lúc đó nhắm làm... cái máy bay không nổi, thì thôi, xếp cánh... làm cọng lông tơ hoa dại, gió thổi tới đầu mình phất phơ bay theo tới đó... Bay bổng cùng gió, cho dẫu bị cuốn bay ngược chiều cũng là một trải nghiệm. Và nhớ kỹ trong lòng, gió chẳng thể thổi mình dội ngược hoài. Cũng phải có lúc nó mệt nó ngừng lại chớ. Đó là vấn đề then chốt, nha!

Vì thế, nên "hoy, cứ kệ pà nó ih", nha!

"Từ từ, con hãy gỡ từ từ..."

Dôi khi một ngày tốt hay không tốt cũng chẳng phải do chính mình tạo ra 'điểm lành' là được. Buổi sáng nhớ đã tung tẩy ra sau nhà hái hoa cắm hoa rồi, lòng vui phơi phới. Nhưng mà sau đó lưng lửng buổi sáng, một em gái ca sĩ gọi tới: "Chị ơi em xin lỗi..." Coi như sau đó, một loạt chuyện từ sáng tới tối, không có gì dính được với cái gì hết!

Buổi tối, ráng bỏ dở một đống những thứ ngồn ngang chưa thứ nào xong, chạy vô ôn bài cho mai con trai kiểm tra tập làm văn. Con trai hỏi: "Mẹ giải quyết được nhiều chưa?" Mình nói, cũng đỡ rồi con, (tuy... cái nhiều hơn còn đang nằm đợi mẹ cả ngoài kia kìa). Rồi nó lại nhìn

nhìn mình, lại hỏi: "Sao mẹ không khóc?" Mình ôm cái cục thịt mềm vừa ấm vừa thơm đó, mình nói, con biết không, nhiều khi cái cảm giác muốn khóc còn không khó chịu bằng cảm giác ngồn ngang trong bụng, mà... không có muốn khóc!

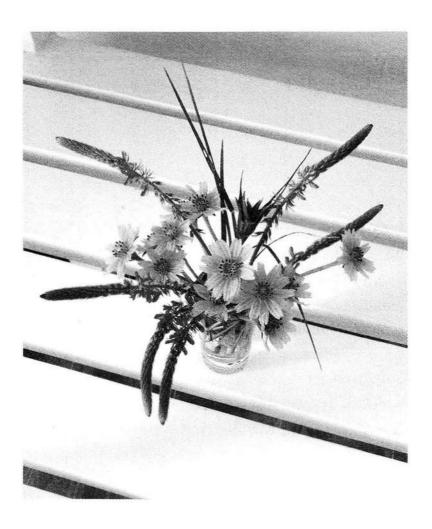
Mình cũng dặn con, khi có tin gì không hay, có chuyện gì trục trặc, nhớ đừng bao giờ gọi người ta vào đầu ngày. Đợi qua giữa trưa rồi báo. Cũng như đầu ngày, chớ bao giờ đọc cái gì không vui, tin dữ, tai nạn.

Mình cũng dặn con, đã hứa với ai chuyện gì, dù lớn dù nhỏ, ráng giữ. Nhất là lời hứa gọi lại, phản hồi. Được hay không cũng sẽ cho người ta một câu trả lời, vì kéo dài sự chờ đợi của người ta kiểu gì cũng là một sự thiếu trân trọng, nói thẳng hơn chút, là bất lịch sự. Mà điều này chắc nhỏ, không có hại nhiều, nên thời buổi này nhiều người hay quên. Nhất là mấy người trẻ.

Mình nói với con, cuộc sống con đôi khi 'thân bất do kỷ' – chẳng phải cái con muốn là được. Những chuyện vô duyên xảy ra, khiến con bị cuốn vào cái guồng của nó, khiến con mệt mỏi. Đặc biệt, khi áp lực của quá nhiều việc chồng chéo lên lưng con, khiến con thấy nặng.

Từ từ, con hãy gỡ từ từ. Đừng nghĩ tới cái ách bốn năm sáu cái bè đang đè nặng lên lưng con đó, hãy cứ ráng gỡ từng lớp một, chỉ nhìn đúng cái lớp đó thôi. Gỡ được xong, con sẽ nói, rồi, nhẹ bớt được một cái rồi... Con mình nó nhìn mình, chắc có cái nó hiểu, có cái không. Rồi nó nhắc: "Con pha nước rồi, nước ấm lắm. Mẹ đi tắm đi".

Lúc đó mình mới muốn khóc.



# Vượt qua

Để nhớ ngày hôm nay, là một ngày đánh dấu một bước ngoặt mới. Lì hơn, gan hơn, quyết tâm hơn, dữ dội hơn.

Nhiều bạn luôn nói sao mình vui vẻ suốt thế, có vẻ như mọi cái với mình rất suôn sẻ. Chỉ là, những lúc không suôn sẻ mình đầu có 'la làng' lên, vì biết như thế chỉ tổ làm xấu đi tâm trạng của mọi người xung quanh. Ghét nhất là mang năng lượng tiêu cực đến cho người khác.

Hồi nãy nằm ôn bài với con trai, rốt cục cũng đã khóc được một trận, làm con trai luýnh quýnh vừa kéo góc mền chùi nước mắt cho mẹ vừa ôm mẹ thật chặt. Nhưng mình nói với con, không sao, mẹ khóc ra được là đã qua rồi. Chỉ khổ sở nhất là những ngày qua, muốn khóc muốn chết mà không khóc được... Mấy bữa rày sống trong cảm giác

buổi tối đi ngủ chỉ muốn ngủ mãi không muốn mở mắt vào sáng hôm sau, không phải đứng đối diện với những bài toán quá hóc búa và quá nhiều những hang hốc ngô hẻm đẩy gai góc...

Nhiều khi thấy cuộc sống mình cứ y như đang chơi một game vĩ đại khó có hồi kết. Cứ giải xong một level, thở phào, Game Đời lại quăng cho mình một thủ thách mới, khó hơn, cao hơn... Giờ, game khó vẫn còn đó, vẫn còn muôn vàn thử thách 'đi trên thảm lửa lướt mưa chông', nhưng ít nhất tụi mình không đơn độc, và những lá gan sau thương tổn lại dày thêm cứng cỏi thêm. Vậy thì lại nhào vào, level mới, thử thách hả, coi ngon không!

Hồi nãy, mình nói với con trai, mỗi ngày ba mẹ ra đường phải đối mặt với rất nhiều những bài toán khó. Vì vậy con ở nhà ngoạn nhé, đừng tạo thêm những bài toán khó cho mẹ hay ba.

Mình cũng nói với con, sinh ra một chương trình cũng giống như đẻ ra một đứa con, người làm 'cha mẹ' phải đau đáu dõi theo nó suốt cả một đời, lo nó khoẻ nó đau, nó xinh đẹp nó xanh xao, nó no nó đói, nó phổng phao nó yếu đuối... Con trai nằm suy nghĩ một lát, rồi nói: "Nhưng con là một đứa con ngoạn, không gây rắc rối cho ba mẹ; vậy các chương trình mẹ 'đẻ' ra chắc không sao đâu!" Thiệt chỉ muốn thơm thêm cho ảnh một mớ cái!

Tạm biệt con trai chúc ngủ ngon, mình nói với ảnh lời cuối của hôm nay: "Những lúc tâm trạng người ta sa sút

nhất, an ủi nhất chính là hơi ấm của người. Cám ơn con đã bên mẹ cả buổi tối, thật dễ thương, thật ấm và biết chia sẻ." Ảnh cười ngượng nghịu nhưng vui sướng. Mong rằng cảm giác 'ý nghĩa vì mình có ích cho ai đó' này sẽ khiến con hăng hái truyền đi hơi ấm con người cho nhiều người nữa quanh con, sau này, khi con lớn lên... Giống như mẹ đang được nhận, bây giờ.

### An yên mà qua...

ôm nay mệt lắm. Cả chiều quăng mình vào một chương trình dài, nhưng sau đó về rồi, mới phát hiện ra, mệt cái thân thật chẳng thấm vào đâu so với mệt cái tâm này. Chiều, nghe bạn kể, và kể, và kể..., giọng bạn sôi sùng sục qua điện thoại, chỉ biết mìm cười.

Nhận ra, ừ mình thay đổi nhiều chứ nhỉ. Như thế này, ngày trước là mình đã nhảy dựng lên rồi. Cũng như suốt những ngày qua, bạn cũng gọi điện và kể, những điều ấm ức, những điều oan khuất, chắc bạn ngạc nhiên lắm khi lúc nào mình cũng đang léo nhéo những bận tâm khác không liên quan, lúc dạy cho lũ nhóc lớp con trai mình, lúc ngồi ôn bài cho con ngoài vườn, lúc tô chữ tiếng Nhật... Với mình, những chuyện thị phi đó, những điều

oan ức đó - hồi trước sẽ làm mình uất đến ngất ngư, giờ chỉ là cười một cái, rồi qua. Cũng tự thấy trong những chuyện đại loại như vầy mình mềm mỏng đi nhiều. Ai hiểu đúng bản chất mình, mình cám ơn. Ai không hiểu được, mình chịu. Cũng không cảm thấy uất ức gì lắm. Cùng lắm là chảy một chút nước mắt, như để gột rửa trôi đi hạt bụi cộm trong mắt.

Mình nghiệm ra, cái thế giới quan trong nhất với mình hiện giờ không còn là cái khối lớn sừng sững đầy mê hoặc mà ai nấy lao vào, rồi từ đó phát sinh mâu thuẫn, hay va chạm... Mình bây giờ để ý hơn là ngày mấy bữa mộc mạc ở nhà, vợ chồng con cái còn được cùng ngôi ăn chung với nhau, chuyện lớn chuyện nhỏ gì cũng vẫn còn chia sẻ cho nhau, cậu con trai và chồng vẫn là những người bạn tri kỷ. Là khu vườn mỗi sáng mình mở mắt nắng đổ xiên xiên từ bên trái buổi chiều nắng nghiêng nghiêng về bên phải, hoa cỏ tung xoè chim chóc ríu ran. Cuối ngày hay giữa trưa, alo về nhà sẽ nghe giọng cha cười rồn rảng xen lẫn giọng mẹ. Rồi nghĩ, ráng làm cật lực, cuối một đợt công việc, buông việc ra sẽ được nhào vô hẳn mấy chuyến đi du lịch thiệt đã đời... Đời mình bây giờ nhẹ nhàng biết mấy, biết cái gì chính cái gì không quan trọng, buông bỏ bớt được ba cái sân si tự trong lòng, tự nhiên sẽ thấy sân si bên ngoài muốn áp nhảy vô mình kiểu gì cũng sẽ không bám lâu vào mình được.

Vậy đó. An yên mà cười cho qua những thị phi, những oan khuất. Rồi cũng qua thôi hà!

Xem, như bữa nay nè, cái mệt tâm kia ấy nó cũng đã qua rồi. Nhẹ nhõm yên an như góc vườn ban trưa nhà mình, mặc mưa mặc nắng, tháng tư tới các em hoa tường vi bắt đầu lại nở từng chùm hồng chùm tím, đẹp không tả xiết!

#### "Lành làm gáo, vờ làm muôi..."

uà của chủ nhật tuần này: cả một nhà đều tràn ngập sắc cam.

Cơn mưa cuối mùa chiều qua đã làm ngã rạp một số cây cúc cam trong vườn. Sáng dậy nhìn đám hoa gãy thân, hoa còn tươi hơn hớn mà lòng đau xót. Giống hoa này trồng ở ngay sau cổng rào, mình cưng như cưng trứng, vì không biết nó hợp đất đai nhà mình hay sao, nó cao vồng lên quá đầu người, hoa đâm chi chít, sắc đỏ cam rực rỡ, cánh sắc nét, nhụy tươm tất, đẹp như tranh vẽ luôn. Đau lòng đã đời, lại nghĩ bỏ đì uổng vậy. Thế là cặm cụi một hồi, mấy cành còn được dài dài cắm lên một bình cao. Mấy cành gãy ngắn ngắn: một bình nhỏ thấp, đặt nằm một mình cũng xinh mà bày cạnh đĩa quả cũng trang nhã

ra phết. Một số hoa gãy dập đến sát cuống, mình tiếc quá đi kiếm cái thố dẹt..., thế là ra một thố hoa dập dềnh. Để nó một mình hơi tẻ, mình kéo hai đứa lại luôn gần kể sát bên nhau trên bàn sofa: em thố dẹt và em bình cao, tạo thành một cụm, chủ đề: Nương dựa.

Còn lại một số hoa đã rụng trụi cánh, chỉ còn trơ cái nhụy..., sao nhìn tới nhìn lui kiểu gì cũng thấy còn xinh đẹp vậy ta... Lại không nỡ vứt đi, mình gom gom lại, cặm cụi thêm hồi nữa, ra một bình 'cùi hoa' tuyệt đẹp! Anh xã mình thích quá, 'ra lệnh' luôn: từ đây về sau đám cùi hoa ngoài vườn, sau khi nở bung rụng hết cánh sẽ được lần lượt thu hoạch vào nhà làm hoa cắm chính thức xen kẽ với mớ hoa dại, vừa tỉa gọn bớt bụi hoa vừa tạo đất cho đám nụ mới phát triển, một công đôi ba tiện. Lại nói, cái giống gì mà tới tàn rụi rồi còn xinh đẹp đến như vậy, như thể có cả hàng chục cái hoa con vàng li ti ẩn trong một đài hoa to, thiệt là nhan sắc trời sinh mà.

Cảm thấy vui nhè nhẹ vì một lần nữa cái triết lý "lành làm gáo, võ làm muôi" của ông bà mình đã được mình áp dụng thành công với... đám hoa cỏ lá nhà mình. Từ chuyện hoa lá ngẫm tới chuyện con người, theo quy luật của thời gian, cũng theo thăng trầm của số mệnh, ai cũng có lúc gãy đổ, suy sụp, hay phai tàn theo thời gian hết. Vấn đề là ngay cả những lúc gãy đổ, suy sụp, kém phong độ nhất, nếu mình ý thức mình còn có chút giá trị, thì mình vẫn sẽ có giá trị thôi!



# Cú hích và ganh tị

Buổi sáng chở con trai đến trường thử đồng phục. Trên đường về đàng sau ôm eo lưng mình, ảnh hát ư ử: "Fa – Đồ fa la sí sol – Đồ mi sol – sí....", rối ảnh cảm khái: "Mẹ thấy mẹ đầu tư cho con đi học nhạc tám năm thiệt là không uổng phí chút nào đúng không!" Mình nói: "Đúng vậy! Nhưng còn công sức mẹ và bà trẻ đi theo con nữa chớ!" Gần cả năm sáu năm đầu mình toàn phải vừa dỗ, vừa dụ, vừa ép ảnh tập đàn không thôi. Ảnh cười: "Nhưng mà con trở nên yêu âm nhạc... không phải nhờ mẹ nha, mà nhờ thàng T. bạn con trong lớp! Nó đánh piano hay quá, con cũng phải học cho ngầu để đừng thua nó chớ!" Mình còn chưa kịp có ý kiến gì, nó hỏi: "Vậy là nhờ con ganh tị hả mẹ?"

Mình nói: "Vậy nghĩ kỹ rồi trả lời nha, con có thấy ghét bạn ấy vì bạn chơi piano giỏi không?"

Nó đáp: "Không, con rất thích chơi với bạn".

Mình mới nói: "Vậy đó không gọi là ganh tị, vì khi ta dùng cụm từ 'ganh tị, nó bao hàm nghĩa ghen ghét, đố kỵ, không ưa (ai) vì họ có cái mà ta không có, hay có tốt hơn mình. Ở trường hợp này của con, đó chỉ là một dạng 'cú hích' để con cố gắng lên nhiều thêm thôi".

Đàng sau lưng, nghe ảnh gật gù. Mình sẵn giải thích thêm: "Những cú hích mang tính tích cực, ganh tị mang tính tiêu cực. Cú hích làm người ta nỗ lực, rồi tiến bộ hơn, còn tính đố ky, ganh tị sẽ làm người ta thụt lùi vì mình trở nên... xấu hơn. Nhiều người cũng nghĩ như con nghĩ, nhưng thực ra, thường chỉ những người hay tự ti, sống không vui mới thấy mình khổ sở vì đố ky với người khác. Chứ một khi mình cảm nhận được mình đã có một giá trị nhất định, khi thấy người khác có những điều tốt hơn hay cao hơn mình, đôi khi mình sẽ ước mơ mình được như họ, đôi khi mình chỉ nhìn và hâm mộ họ, rồi thôi, chứ mình sẽ không... thấy ghét họ."

Ảnh nghiên ngẫm một hồi, rồi hỏi: "Vậy còn 'ghen' thì sao?"

Mình, à, vụ này lại là một phạm trù khác. Mình nghĩ nghĩ: "Một ví dụ đơn giản nhất nhe, bà ngoại có thể vừa thương mẹ vừa thương các má là chị em của mẹ, và thương yêu bốn con gái của bà ngoại như nhau. Nhưng

nếu bà ngoại yêu ông ngoại, sẽ không được... yêu thêm người khác vì ông ngoại... sẽ ghen. Và trong trường hợp này, thì cái sự 'ghen' kia thực ra cũng... hợp lý và được chấp nhận, vì trong tình yêu, thường người ta sẽ không chấp nhận chia sẻ tình yêu cho một đối tượng thứ ba."

Con trai: "Con hiểu rồi. Như mai mốt con chỉ được yêu mình vợ con thôi chớ không được yêu người khác đó hả?"

Mình: "Đúng vậy."

Nhưng còn lâu lắm anh hai, từ từ mình thảo luận chi tiết vụ này sau đi, còn ngày rộng tháng dài, anh chưa được mười ba tuổi nữa, ha!

Miles

# Có khóe mới sống vui vẻ

hận tham gia một bài phỏng vấn cho một tạp chí về sức khỏe mà gần đây bận cuống cuồng cho một lúc mấy chương trình, phải hôm nay mới tạm 'hoàn hồn' để gố những dòng trả lời. Ngẫu nhiên, cũng sáng nay mới nhận được tin, một chị bạn cũ thương quý giờ đang ở xa vừa trải qua một cơn phẫu thuật thứ ba, từ một căn bệnh cũ... Mình nhắn chị, thật ra, ai trong đời cũng phải có lúc trải qua những nạn bệnh hết, không sớm cũng muộn, nên chị chớ quá xuống tinh thần. Vả chẳng, có chính mình trải qua bạo bệnh mới thấy 'hú hồn', mới thêm trân quý từng phút giây mình còn được sống, nên chị cố lên, rồi sẽ qua được cả thôi.

Mình nói như vậy thật cũng chẳng phải khuyên nhủ suông. Trong mười năm qua với ít nhất bốn lần mình

gặp nạn vì té xe tay ga, mà ác cái là toàn ngã sang bên phải, hại cái đầu gối phải chân mình tới giờ vẫn còn một chỗ lún xương vĩnh viễn không thể phục hồi, mình đã không ít lần nằm một chỗ. Những ngày thật dài ấy, chỉ thèm được làm một người bình thường là hạnh phúc rồi. Một người thân mình cũng từng vượt qua một cơn đại phẫu vì ung thư, mà nhìn chị ấy tỉnh bơ cười nói, sống vui vẻ..., mình không tưởng tương nổi nếu lâm vào hoàn cảnh ấy, mình có được một phần như vậy không nữa. Từ đó mình nghiệm ra, sống lac quan phần nào giúp con người ta vượt qua được những cái 'nạn' về sức khỏe ở đời, và trên hết, dẫu nếu quả thật có chuyện Trời kêu ai nấy dạ, thì ít ra những lúc Trời chưa 'kêu tới' mình trong những trường hợp bạo bệnh bất khả kháng, sao không chủ động tìm cách bọc cho mình một lớp sức khỏe tương đối căn cơ, vững chắc, để tránh cho chính mình những cái sự "Trời chưa kêu đã da"?

Dinh dưỡng là một phần lớn giúp mình có một sức khỏe tương đối bình ổn. Có lễ, một đại bộ phận người Việt mình ai cũng có thói quen ăn uống giống như mình, thích ăn rau củ, trái cây và tránh đồ nhiều dầu mỡ. Vậy là tốt rồi. Nhưng mình vẫn còn thấy khá nhiều chị em phụ nữ mà mình thân quý cạnh mình, vẫn còn cái xu hướng miễn cưỡng, trì hoãn việc rèn luyện thể lực. Mình mất bao nhiều thời gian và cả trải nghiệm xương máu của bản thân mới rút ra được bài học này, rồi mình thuyết phục, các chị em dường như đã nghe thuận tai, nhưng chưa

phải ai cũng có đủ động lực mà bắt đầu đi tập thể dục. Lý do thì nhiều lắm, nào là bận rộn quá, nào là thời gian không tiện... Ủ, lý do thì có thể viện điều gì cũng được, tuy nhiên lý do lớn nhất là bản thân ta không dám nhìn thẳng vào sự thật, là... ta chưa sẵn sàng để bắt đầu. Mình hiểu, bước khởi đầu bao giờ cũng khó. Ráng lên, chỉ cần ta cố gắng vượt qua chính mình để đến tham dự được buổi tập đầu tiên..., và rồi nếu vượt qua được ba buổi tập, bạn sẽ chính thức gắn bó được với nó.

Bàn về những gì rèn luyện sức khỏe có thể mang đến cho phụ nữ chúng mình, mình cũng đã có khá nhiều lần đề cập qua. Nay chỉ muốn khẳng định lại lần nữa, ngoại trừ những người phụ nữ may mắn trời cho, đến tuổi trung niên vẫn còn giữ được 'phong độ' về sắc vóc, còn lại, xin lỗi..., đến tuổi bốn mươi trở lên bạn sẽ nếm thế nào là sự xuống cấp của sắc đẹp, của sức khỏe, kể cả sự 'xuống phong độ' trong sự linh hoạt, nhanh nhạy, khả năng cảm thụ tích cực về cuộc sống. Tới khi nhận ra mới bắt đầu cuống cuồng đi tập luyện, mình e rằng đã quá trễ. Nhưng mà, muộn cũng còn hơn không, những chị nào tuổi hơn bốn mươi mà chưa bắt đầu đi tập, hãy cứ bắt đầu đừng sợ, còn đỡ hơn đến... năm mươi tuổi mới bắt đầu tập, phải không!

Hãy chọn cho mình bất cứ môn thể thao hay thể dục nào phù hợp với cá tính của bạn. Bơi lội cũng được, đi bộ công viên cũng được, yoga cũng được, tennis, cầu lông, bóng bàn, tập võ, đánh golf, thể dục dưỡng sinh...., cái gì cũng được, hãy cho mình một thử thách, là phải kiên trì

giữ nó ở một độ thường xuyên nhất định, ít nhất từ 1-2 buổi một tuần. Rồi bạn sẽ thấy.

Trở nên đẹp, hẳn nhiên rồi, ai cũng thấy, vì qua tập luyện, vóc dáng sẽ săn chắc, cơ bắp gọn gàng hơn.

Có thần thái, cũng dĩ nhiên. Những ai qua tập luyện thường xuyên, dễ thấy ở họ những khuôn mặt rạng ngời, tác phong nhanh nhạy linh hoạt, niềm vui sống ửng từ trong lòng ửng ra.

Và hôm nay, mình nhấn mạnh thêm chi tiết này: sức khỏe. Từ ngày theo đuổi thể dục thể thao thường xuyên, ít ra trong suốt mười năm nay, mình đã vui vẻ mà chào tạm biệt các bệnh vặt như cảm cúm, sổ mũi, nhức đầu..., thậm chí với áp lực và cường độ công việc mà mình đang trải qua.

Vậy nói vòng vo nãy giờ, tóm lại chỉ một ý tha thiết: Hãy trần trọng sức khỏe của mình và đặt nó lên ưu tiên hàng đầu, bởi ở ngần này tuổi, mình nghiệm ra rằng, tất cả những mưu cầu 'cháy bỏng' của con người như tiền bạc, danh vọng hay hạnh phúc... tất cả đều phải bắt đầu từ điều kiện tiên quyết là sức khỏe. Còn sống, mới tiêu xài được tiền, mới hưởng thụ được hạnh phúc, mới lao vào công việc mà hưởng thụ sự bận rộn được, đúng không? Vậy, những bà chị, những cô em, những bạn gái thân thiết quanh mình, cứ 'ừ à' mà chưa chịu khởi động đi tập thể dục thể thao, lấy mốc chủ nhật tới nè, hãy thử 'làm một cuộc cách mạng' cho chính mình, thử xem sao. Ai biết được đấy.





### Bí kíp 3L

ổm rày Facebook mình nhận được khá nhiều comment từ các bạn nữ, tuổi chặng trẻ không trẻ, già không già của mình ngày trước, bảo rằng các bạn cũng đang ở trong những hoàn cảnh vui ít, buồn nhiều và hỏi mình làm sao để vượt qua. Thực ra, đã từ lâu mình ý thức được rõ ràng, rằng niềm vui dễ lây nỗi buồn cũng dễ lây, nên Facebook hiếm khi nào là nơi mình trút nỗi buồn, để tránh làm ô nhiễm tinh thần cho các thành viên trang mình, mà cũng để nỗi buồn mình trôi qua mau. Và cũng vì vậy, mình thường theo phản xạ có điều kiện khước từ những thông tin tiêu cực, u ám, lắc đầu trước những người tối ngày ủ dột, và chỉ tìm đọc những điều vui, chỉ chơi với những người lạc quan, chỉ nghe nhạc yên bình.

Ban sẽ nói, nhưng cuộc sống làm gì chỉ có niềm vui? Đúng vậy. Như mình đã nhắc đi nhắc lại khá nhiều lần trên trang nhà của mình, ngay cả cuộc sống mình bây giờ cũng chẳng hể chỉ toàn niềm vui. Những 'niềm không vui' không thể... cố gắng tảng lờ đi được, mình tìm người đủ thân tín quanh mình, mình méc. Đừng kỳ vọng bạn kể lể chuyện buồn của mình cho một người bình thường nghe mà ho chiu nghe nổi, ngoại trừ ban đi đến văn phòng tự vấn tâm lý, vì tâm lý chung không ai muốn vương thêm những chuyện không vui vào người. Do vây, trong cuộc sống ngày thường, hãy cố gắng sống hòa đồng thượng thiết với gia đình, với những người xung quanh, thì khi hữu sự, bạn có những bờ vai đủ thân để tựa, những 'hốc cây' đáng tin cậy để trút đau khổ, muộn phiền..., và ngược lại, bạn cũng sẽ trở thành một bờ vai, một hốc cây khi họ cần. Nếu bạn không tìm được ít nhất một hai người như vậy, hãy... coi lại cách sống của mình trước giờ. Nói nghiêm túc luôn đó.

Dī nhiên có những tháng ngày mà chuyện gì cũng trục trặc, hoặc giả có những cái họa đúng nghĩa là từ trên trời rơi xuống mà mình không thể hiểu nổi tại sao mình... bị máng vào nó, để hậu quả trầm trọng, hệ quả dài lâu. Đích thân mình trải qua vài vố để đời rồi, ngơ ngác, đau đớn, tức giận... Sau này đọc nhiều, nghiên ngẫm nhiều mới phát hiện ra, cuộc đời ai cũng phải "sông có khúc, người có lúc" hết, có những cái gọi là nạn, không này thì khác, không giai đoạn này thì... giai đoạn khác. Nên những lúc

bạn cảm thấy cuộc đời bạn... thôi rồi đang trôi vào 'khúc đó, lúc đó, là cái nạn đó, bạn hãy niệm trong lòng: Nhẫn thì qua. Hãy có một đức tin, nếu bạn theo đạo Phật, hãy thành tâm cầu nguyện Đức Phật, nếu bạn theo đạo Thiên Chúa giáo bạn hãy cầu nguyện Đức Chúa..., miễn sao đừng là một người vô thần. Và quan trọng nhất là, hãy biết một điều thuộc về bản chất: KHÔNG CÓ GÌ TỒN TẠI MÃI MÃI, KỂ CẢ NHỮNG NỖI BUỔN, NỖI SẦU, NỖI PHIỀN MUỘN, NIỀM ĐAU... CỦA BẠN. Dĩ nhiên, với điều kiện, bạn phải có ý thức muốn thoát khỏi nó, bằng mọi giá phải vực bạn dậy, để sớm vượt qua nó hết mức có thể. Và bạn thấy đấy, trải qua càng nhiều thăng trầm cay đắng, bạn sẽ đích thân mình nghiệm ra rằng, càng sống đơn giản bao nhiêu, bạn sẽ thấy bạn dễ cười được bấy nhiêu, và yêu thương được thêm nhiều.

Cho nên, tặng các bạn nhé, một phương châm sống nữa của mình. Nói cho gọn, chính là bí kíp gồm 3 chữ L:

LIVE Simply LAUGH Often LOVE Much

"Sống giản đơn – Cười thường hơn – Yêu nhiều một chút". Đơn giản có bấy nhiều thôi đó, làm thử đi, cũng dễ mà.

# Đầu ngày

ình vốn tin vào chuyện mở hàng, nên những lúc nào biết mình là người mở hàng, nhất định mình sẽ ráng làm thêm cái gì đó khác hơn hành xử bình thường chút xíu: một lời chúc đầu ngày.

Chẳng hạn, ở một thành phố xa không có xe đưa đón, sáng nay mình đón taxi đến chỗ làm việc. Đến nơi, trả tiền xong mình nói: "Hôm nay đắt khách nhen anh". Anh tài xế cười sáng bừng cả mặt: "Dạ, cám ơn chị, chị cũng làm việc tốt nhé!"

Bước vô cổng, đi dọc theo lối đi cho người bộ hành, thi thoảng gặp một người đi bộ ngược chiều. Ở thành phố phía Bắc này không phải ai cũng nhìn ra mình, nên đi vui vẻ, bình thường thôi. Tự nhiên đang đi, có một cô gái trẻ, chắc là nhân viên nơi đây đi ngược lại, nhìn mình cười: "Good morning". Cái kiểu cười chào không phải dành cho người quen, mà là những người lạ đáng mến, mình thường gặp trên đường. Tự nhiên thấy lòng ấm hẳn, mình cũng cười chúc trả: "Good morning". Tự nhiên hiểu cảm giác của anh taxi ban nãy, buổi sáng được ai tự nhiên chúc lành, cái cảm giác... nó ấm lòng, nó vui gì đâu.

Mang theo tâm trạng đó vô làm việc, chương trình sáng nay rất tốt, có nhiều trục trặc phát sinh nhưng lướt qua được hết!

Lời nói không mất tiền mua, vậy khi nào được thì làm cho nhau vui cái, mình cũng hưởng vui lây mà. Mà khi đã nói thì nên thật bụng thật dạ mà nói, nhìn vô mắt người ta cười mà nói, năng lượng lạc quan từ mình mới truyền sang được người đối diện, và ngược lại. Chớ còn cái kiểu chào "Morning, Morning" như máy lập trình sẵn, mình có nhận được tám chục lời chào kiểu đó cũng... thấy bình thường à nhen.

### 10 triết lý vụn từ một cuộc đi bộ buổi sáng

ừ hối dọn sang nhà mới ở ngoại ô, mình vẫn thường chỉ tập các loại thể dục ngay tại nhà. Anh xã mình mỗi sáng hay đi bộ đến chơi tại một sân tennis gần nhà, ảnh khuyên hoài, thế là một buổi sớm đầu tuần đẹp trời, mình thử thể nghiệm một nhánh thể dục mới xem sao: đi bộ buổi sáng.

Nhà mình ở cuối một con đường nhỏ, đi bộ men theo hết cái công viên mini sẽ ra đến một ngã ba. Tới đây thì băn khoăn nha, chọn rẽ trái hay rẽ phải? Sang trái là về với 'chốn phồn hoa', đường trải nhựa phẳng phiu, còn sang phải thì lau sậy dạt dào. Cuối cùng, không cưỡng lại được sức hút từ thiên nhiên, mình rẽ phải.

Thật không uổng phí chọn lựa của mình! Buổi sớm nắng vừa nhu nhú, quyện trong hơi thở của lũ cây cỏ dại qua một đêm hít căng sương, thản nhiên tỏa hương ngai ngái, đôi chỗ pha vị ngòn ngọt của một loại cây trái hoang nào đó không biết. Bọn dế ri rỉ kêu, chim chóc ríu rít... Cảm giác y hệt như thể đang đi trong rừng khiến mình hít căng lồng ngực, cảm giác thật là sảng khoái.

⇒ Rút ra triết lý vụn số 1: Hãy tin vào trực giác của mình. Dĩ nhiên, dựa trên một số tín hiệu đáng tin cậy nhất định...

Đang đi..., có cái gì chen vô giày, gây chút khó chịu. À, quên chưa nói, vì đi lần đầu nên mình chọn đôi giày bệt ôm chân có chất liệu dây bện chặt chứ không mang giày chuyên cho jogging (giày chạy bộ). Bình thường giày này đi bộ đường trường cũng ổn lắm, ai dè bước vô con đường thiên nhiên này, anh giày này xem ra... cản không xiết những dăm đá vụn cứ tranh thủ mấy cái khe nhỏ nhỏ giữa mấy sợi dây mà nhào vô cắn cắn chân mình. Thế là đành đi chục thước phải dừng lại, tháo giày ra giữ giữ... cho đến hết đoạn đường dăm đá!

⇒ Triết lý vụn số 2: Phải chuẩn bị kỹ cho mình ngay từ đầu, kể cả trong những tình huống tưởng chùng ít có nguy cơ nhất!

... Và triết lý vụn số 3: Viên đá dăm nằm trên đường, nhỏ xíu, vặt vãnh chả có gì đáng kể, nhưng nếu nó chui lọt

vào những khu vực nhạy cảm trên con người mình như... cái gan bàn chân, nhứt định nó sẽ trở nên rất lợi hại, gây đau. 

Chớ để những cái vặt vãnh, vô lại có cơ hội tiến được sâu vào những khu vực nhạy cảm trong cuộc sống bạn, trong tâm hồn bạn. Ngoại trừ việc gây đau cho bạn, nó còn làm bạn... mất thời giờ dừng lại giũ nó đi!

Vừa đi vừa hít thở không khí buổi sớm, đã hết đoạn đường đá dăm. Quẹo phải lần nữa, đường thênh thang thẳng tắp. Đang đi, bên hông đường bên phải lại xuất hiện một con đường mòn nhỏ, hai bên tiếp tục là lau sậy um tùm, hoa dại phất phơ. Không kìm lòng đậu, mình rẽ ngang, đi vào con đường đó. Vừa đi vừa hít thở khoảng tầm một trăm mét thì... cụt đường, chắc tại vì chưa ai về ở nên người ta chưa khai phá đường, cây dại mọc um tùm bít cả lối đi. Mình đành... quay trở lại!

⇒ Triết lý vụn số 4: Trong cuộc sống đôi khi không tránh khỏi những khi phạm sai lầm, hoặc sa vào... những cám đỗ nhất định.

Trở lại con đường thẳng tắp cũ, đường dần đưa mình sang khu dân cư lân cận. Khu bên này đã quy hoạch hoàn chỉnh, tuy nhà cửa vẫn còn thưa thớt nhưng nhà nào nhà nấy đã rào cao vút, sân trải xi mặng phẳng lì. Mình đi..., đi tiếp một hồi, thấy đi tuy đã chân thiệt, nhưng sao mà nó buồn chán quá, xung quanh cũng chả có gì cho mình ngắm hay khám phá.

⇒ Triết lý vụn số 5: Chưa chắc chỗ cao sang đã làm mình vui thú.

... Và triết lý vụn số 6: Mỗi chọn lựa đều đem đến cho mình những điểm ưu - điểm khuyết, điều thuận lợi - điểm bực bội riêng... Chọn đi đường thiên nhiên, hít thở khám phá thì chịu đường dần xóc, chọn đi đường phồn hoa để được êm chân thì ráng chịu chút buồn chán, vậy đó!

Ở khu phôn hoa này còn có thêm đặc điểm nữa, là... chó dữ! Một nhà có cả đàn chó, mình chỉ đi ngang qua là tụi nó túa ra sủa tưng bừng, mặt mày hẩm hữ..., làm mình vừa phải vừa đi vừa dòm chừng, sợ mấy ảnh nhào lên xin mình chút thịt là vừa đẹp! Thiệt là hỏng cả 'cảnh đẹp ý vui'!

⇒ Triết lý vụn số 7: Ở những nơi tưởng chừng sang cả cũng có thể nảy ra những vấn đề cản trở bước đường đi hoặc niềm hưng phần của bạn!

Quay được về cái ngã ba ban đầu. Mình còn luyến tiếc, hứng thú dẫn về nhánh bên phải thêm một lần nữa. Lần này nắng đã lên cao hơn, sương mờ tan gần hết. Mùi ngai ngái của thiên nhiên buổi sớm đã phai đi nhiều, dế cũng im mà chim cũng chỉ còn vài tiếng kêu chíu chíp.

⇒ Triết lý vụn số 8: 'Cái thần' của một sự vật hiện tượng chỉ xuất hiện trong một vài khoảnh khắc. Nếu

bạn muốn thưởng thức được nó, phải có lòng canh để bắt được thời điểm!

Đi hết vòng cũ, lại quẹo phải, đi về con đường thẳng tắp... Lần này, nhìn thấy lại con đường mòn phủ lau sậy hoa đại phất phơ..., mình tỉnh bơ đi luôn, không có ngoái đầu sang liếc nhìn nó lại một cái!

⇒ Triết lý vụn số 9: Những sai lầm của quá khứ cũng không phải là vô ích. Chúng trở thành những bài học kinh nghiệm đáng quý giúp bạn... không phạm lại sai lầm đó nữa.

Và cuối cùng, về được tới nhà. Đến đây thì mình mới phát hiện ra, nãy giờ toàn bộ đường đi, mình mải mê ngắm nghía, quan sát, rút ra... 9 cái triết lý vụn đó, không để ý mình đã đi bộ miệt mài được 50 phút, vượt qua tới mãy cây số, đốt được một mớ ca-lo-ri đáng kể... Và điều này trở thành triết lý vụn số 10: Nếu kiếm được cái gì thú vị làm bạn chia trí, đường khó bạn đi sẽ hóa dễ dàng.

### "Vì sao người ta cần giói văn hả mẹ?"

êm qua con trai năn ni: Tối nay mẹ lại kể tiếp một chuyện cổ điển con nghe nữa nhe mẹ. Mình nói, thôi con a, hôm nay mẹ mệt lắm rồi, mẹ không kể nổi nữa, chỉ có thể gãi gãi đầu cho con ngủ thôi, đỡ đi nhe...

Là vì đêm hôm trước nữa, ôn bài cho ảnh kiểm tra Văn, ảnh hỏi, vì sao người ta cần giỏi văn hả mẹ? Mình giải thích: Người ta cần nắm vững ngôn ngữ để diễn đạt lưu loát những gì mình đang nghĩ hay muốn nói, để tránh bị hiểu nhằm hay hiểu sai; hoặc để không phải lệ thuộc vào sự diễn giải của người khác. Mặt khác, cho dẫu con không theo ngành nghề chuyên về 'văn', sức mạnh của

ngôn ngữ cũng sẽ khiến con có lợi thế và có nhiều khả năng thành công hơn hẳn. Ảnh nói, đọc sách sẽ giúp được mình giỏi ngôn ngữ phải không, nhưng sao con mở truyện đặc chữ ra là con ghét.

(Quả đúng vậy. Anh này sách tư liệu, lịch sử, kiến trúc, du lịch,... gì dày mấy ảnh cũng đọc láng. Chỉ có sách văn học là từ chối đọc!)

Mình nói, là vì con không biết, những câu chữ trong sách có thể mở ra cho người ta những khung cảnh mênh mông theo tưởng tượng của riêng mình mà không truyện tranh nào, không bộ phim nào dù làm đẹp đến cỡ nào có thể lột tả ra được. Ảnh hỏi, vậy có cuốn sách nào mẹ thật là tâm đắc không. Mình nói có nhiều chứ, nhưng cuốn sách mẹ có thể kể ngay với con là cuốn Jên E-rơ (Jane Eyre), cuốn sách định hình cho suy nghĩ của mẹ, định hướng cho lối sống và cuộc đời mẹ. Ảnh năn ni miết, và thế là hai mẹ con, kẻ say sưa kể người say sưa lắng nghẹ, vắn tắt mất hơn một tiếng đồng hồ thì xong cốt truyên. Mình nói, đã hơn hai mươi năm rồi nên me không còn nhớ kỹ từng câu chữ, nhưng cái buổi chiều tà khi cô Jane ấy ngôi nghỉ chân ven đường, nơi cô gặp ngài quý tộc Rochester lần đầu tiên, quả thật nó còn in trong tâm trí me. Rồi khi mình kế những đoạn then chốt trong những giai đoạn phát triển kịch tính của câu chuyên, thẳng con nằm há mồm nghe..., rồi nó kêu: "Con nhìn thấy rồi, con tưởng tượng ra được cái cảnh đó rối!"

... Đó, con ạ, đó chính là sức mạnh của ngôn ngữ, của văn chương, là cái mà hình ảnh cụ thể không bao giờ có thể vươn tới được mà mẹ đã nói.

Mình hài lòng, gài ảnh luôn: Được rồi, đợi qua tuần này, mẹ sẽ lên phòng sách lục lại cuốn Jane Eyre, mỗi ngày mẹ con mình cùng đọc một chương, mẹ cũng đang muốn đọc để ôn lại chi tiết, quên quên nhớ nhớ nhiều rồi. Thàng nhỏ hớn hở chịu liền.

Thế là mỗi tối, ảnh nhắc.

... Ước gì, tối tối có thời gian rảnh rỗi nằm đọc truyện cùng con như thế.

Đêm qua, nghĩ đến việc cần phải ghi lại cuộc trao đổi của hai mẹ con đêm hôm trước để đừng quên, kẻo không nhiều việc khác kéo đến lại cuốn nó trôi đi mất... Nhủ vậy, mà thấy lực bất tòng tâm. Vừa thấy thương con vừa thấy thương thân mình.

Rổi hôm nay, cũng tối mịt ngồi xe về nhà. Nghĩ, lại nghĩ, thôi cái gì cũng có cái giá của nó. Một công việc nhẹ nhàng để mỗi tối được thong dong nằm đọc truyện cùng con, chắc là mình sẽ không có được cái dịp nhìn đời thăng trầm dao động như cây kim hiển thị trên biểu đồ của sóng âm, như vầy. Cũng chắc sẽ ít dịp biết đến cảm giác vui ngất ngây – mỗi khi vượt qua thành công..., và nặng trĩu nặng trĩu..., những lần đang vượt dốc, kiểu vầy... Ở, mà nói cái gì mà 'nếu' với 'không nếu', mỗi người một cái nghề - cũng là cái nghiệp – mình chọn được ha...

Nói chuyện với cha qua điện thoại, cha cười, buồn bực về... lấy lá mướp đội lên đầu hết buồn. Ý là cha chọc mình cái hình mũ lá mướp bữa trước. Mình nói, lá mướp đầu còn mà đội à cha... Cha con cùng cười. Nhớ n lần 'vượt dốc' trước đây, cũng những cuộc điện thoại liên tỉnh thế này, cũng an ủi thế này...

Về nhà. Anh xã đi công tác xa, về rồi. Vài câu thăm hỏi, ngồi lại méc chút buồn bực, trút chút áp lực. Có người nghe mình 'méc', cảm giác thật đỡ.

Voi

### Ngày phụ nữ, lại nghĩ về... đàn ông

Nhớ lại kỷ niệm này vẫn còn thấy buồn cười ghê. Hồi đó học năm hai năm ba gì đó ở Đại học Sư phạm, nhân 8.3 lớp mình có tổ chức cuộc thi hùng biện mini bằng tiếng Anh. Hồi đó mới lớn mà, hơi bị hăng, mình hăm hở soạn bài thiệt kỹ, tới ngày lên trình bày, mình nói mây bay nước chảy, hùng hồn nhấn nhá luôn... mà sao thấy ban giám khảo hỏi mình mấy câu, rồi nhìn mình kỳ vậy ta..?! Tới cuối buổi, đọc tên lên, có bảy tám bạn tham gia thi thuyết trình thôi mà đã có tới năm giải thưởng. Vậy mà trong đó, mình không vịn được tới cái giải an ủi nữa...

Bây giờ nhớ lại mới mắc cười, chớ hồi đó... tổn thương ghê gớm! Tổn thương không phải là vì không được giải

thưởng gì, mà vì cái cách nhìn kỳ kỳ của giám khảo với mình bữa đó đó! Thế là buồn đời chán hoàn cảnh, sẵn cuối tuần mình ngồi luôn xe đò về quê, khóc thút thít với cha. Cha nghe kỹ một hồi rồi cười khà khà, ngày 8.3 là để khẳng định sức mạnh phụ nữ, mà con lại lên cổ xúy ngược lại, nào là "ở nhà tui chỉ có mình cha tui là đàn ông, nên mẹ tui với mấy chị em tui rất cưng, không cho cha tui động móng tay..." thì làm sao mà bài nói của con được chấp nhân? Trời, tới đó thiệt như có tiếng 'oanh!' trong đầu. Một bài học lớn rút ra, mình thuộc nằm lòng tới giờ: Cách diễn đạt hay đở chỉ là yếu tố cộng thêm, còn quan trọng nhất, chính là tư tưởng, là nội dung, nhớ chưa! Mà giờ nghĩ lại, sao hồi đó mình già đầu mà còn 'bờm' dữ vậy trời? Giờ giả sử mình được đặt vô làm giám khảo cuộc thi đó, nghe con nhỏ nào trình bày kiểu ý tứ đi ngược tiêu chí vậy, mình cũng đánh rớt chứ nói chi ai.

Rút kinh nghiệm kia là cho những việc làm nội dung, chứ còn với tình thương dành cho 'người đàn ông duy nhất trong nhà' thời điểm đó, là cha, mình tới giờ cũng không hối hận. Tự nguyện đảm đương, tự nguyện chăm lo là vì thương người đàn ông của mình trong nhà, đó cũng là niềm vui có thật của không ít phụ nữ, ít ra là các phụ nữ nhà mình. Tuy vậy, trải thêm mấy mươi năm sống, áp vô gia cảnh đông đảo phụ nữ nhà mình, hay ngẫm ngợi từ hàng trăm câu chuyện mình thấy, nghe hoặc đọc được từ thư khán giả, mình nhận ra thêm vài điều quan trọng

cần bổ sung cho cái ý 'tự nguyện đảm đương, tự nguyện chăm sóc' ấy, nếu muốn gia đình thực sự là mái ấm chớ không phải 'mái lạnh':

- Thương và chăm là điều tự nguyện của người phụ nữ, nhưng nhất định KHÔNG để cho những người đàn ông trong nhà trở nên chủ quan và nghĩ rằng tình thương đó, sự chăm lo đó là điểu hiển nhiên, là nghĩa vụ phải làm của người phụ nữ.
- Thương và chăm là điều tự nguyện, nhưng phải XUẤT PHÁT TỪ CẢ HAI PHÍA chứ không chỉ là chuyện một chiều từ phụ nữ hướng đến cánh đàn ông.

... Hú hồn, khoảng vài năm trở lại đây, mình quan sát xung quanh thấy tình hình chung có vẻ đỡ nhiều rồi..., chắc nhờ các phương tiện truyền thông lan truyền nhanh những câu chuyện đẹp để các nàng soi theo hay những bài học kinh nghiệm để các nàng... rút kinh nghiệm trước mà không cần phải đích thân trải qua những bài học xương máu. Thấy mừng!... Nhưng mà mình cũng nên ráng cố gắng làm sao để ý thức nâng niu tưng tiu người phụ nữ trong nhà mình sẽ là ý thức thường xuyên của mấy ảnh, kéo dài 365 ngày trong năm chớ không chỉ riêng ngày 8.3 'trả cho xong nợ với mấy bả' là xong nha! Dĩ nhiên, để làm được cái điều khó khăn này, cần kiên trì thể hiện rõ quan điểm của mình đi kèm tình thương yêu chân thành của mình, chắc là được mà.

Nói đi cũng sẽ nói lại. Mình muốn người ta vui vẻ, nâng niu mình, chắc trước hết mình phải tự vui vẻ, nâng niu chính mình cái đã. Năm việc cần làm đơn giản lắm:

- Khi ngắm mình trong gương mỗi sáng, hãy chú tâm đến nụ cười trên gương mặt mình nhiều hơn. Để ý coi, bằng vô thức mình có đang mim cười hay không. Ráng mim cười với chính mình thường xuyên hơn trước (nói thật, mình là phụ nữ còn thích nhìn phụ nữ tươi tắn nè, phụ nữ cười, không đẹp cũng sẽ đáng yêu lắm!)
- Chia sẻ với những người đàn ông trong nhà bạn những điều đang làm cho bạn vui, hay những điều làm cho bạn đang rầu rĩ, để giữa bạn và họ luôn giữ mối liên thông về mặt cảm xúc.
- Đừng ngại ngần nhờ họ giúp đỡ, tư vấn bạn những vấn đề đang làm bạn bế tắc, nhờ vậy họ sẽ thấy họ trở nên quan trọng với bạn.
- Thẳng thắn yêu cầu họ chia sẻ những trách nhiệm bạn đang gánh. Nếu thời gian đầu họ không quen, hãy 'be nice but be ice' (câu này mình thích lắm nè: vừa nhẹ nhàng nhưng phải cứng rắn). Đừng gắng chịu một mình, đừng giả vờ 'không sao', thực tế bạn không chịu nổi đâu và đường xa, bạn sẽ 'có sao', hậu quả bùng ra còn kinh khủng hơn thà bạn xả ra từ đầu.
- ... Và cuối cùng, cái gì "khó quá... bỏ qua"! Vì thực tế trên đời vẫn luôn tồn tại những vấn để 'thân bất do kỷ' (tồn tại ngoài ý muốn). Cấu toàn hả? Chỉ chuốc lấy thất vọng não nề và những vết thương sâu...

Đó, có bấy nhiều đó thôi mà mình ráng miệt mài, trồi lên hụp xuống bao nhiều năm, giờ mới thu hoạch được chút đỉnh. Nhưng thôi kệ, cuộc đời là để học mà. Hiểu và thích nghi với các dạng đối tượng vừa phức tạp vừa dễ thương vừa khó ưa là đàn ông, nhất là các đàn ông nhà chúng ta, cũng đủ khiến chúng mình vừa khám phá, vừa nghiên cứu, vừa 'học tập rút kinh nghiệm' suốt đời ấy chứ. Mà không chừng, họ cũng đang nghiên cứu và học tập cách thích nghi với chúng mình nữa đó!

# Khi ta không phải người đẹp

Dĩa trước thấy mình đứng cùng dẫn chương trình với một bạn hoa khôi, các bạn trang mình cười ngất với những câu comment thiệt là 'dễ thương'. Mà nhớ lại xem, đâu phải chỉ mỗi trường hợp này, trước đây bạn Quỳnh Hương thiếu thước tấc này từng dẫn qua cùng không ít những người đẹp, hoa khôi, hoa hậu... nha! Được cái, nói thật, sao mình không buồn phiền, cũng không thấy ngại ngần gì khi đứng dẫn kể bên các mỹ nữ cao ngất, xinh đẹp ấy hết! Đơn giản là vì mình nghĩ, các bạn có thế mạnh của các bạn thì mình cũng có những nét riêng của mình chớ bộ, chẳng qua là nét riêng của mình nó không nằm ở chỗ... chiều cao hay sắc đẹp thôi mà!

Thật ra, nói một cách thẳng thắn, bạn Quỳnh Hương này chưa bao giờ được coi là người đẹp cả. Người mình đầy khuyết điểm về hình thể: 'vịt cổ lùn', eo suông đuột, bắp tay bắp chân thô, còn bàn chân thì... xấu nhất trong toàn tộc! Mẹ mình nói, đây là bản sao của ông ngoại đã mất sớm của mình. Nhớ mấy lúc cả nhà xúm lại nhiều chuyện lúc nông nhàn, mình hay giả bộ ý kiến: "Mẹ đẻ con ra sao mà người thô kệch xấu xí, chẳng được dong dỏng cao chân cẳng nuột nà như chị hai và em út, cũng không eo ong như chị kế!" Mẹ mắng, tổ cha nó, cũng may tui đẻ ra nó lành lặn đầy đủ vậy mà nó còn ý kiến ý cò...; còn cha mình thì cười cười ngó mình từ trên xuống dưới: Coi nà, cái nào hong vừa ý, thôi bứt ra trả lại đây đỉ!

Nói thì nói đùa vậy thôi, chứ thật ra mình cũng sớm ý thức được, trong cuộc sống bình thường có được bao nhiều người được trời cho đẹp toàn diện đâu mà. Được chỗ này lẹm chỗ kia, được chỗ kia lại thiếu chỗ nọ, nên được cái, hồi đó giờ, lâu lâu ngắm được một người đẹp chỉ có... ngưỡng mộ chớ không có ghen tị! Rồi cái hiểu thêm mỗi người đều có một sức mạnh riêng, vậy sức mạnh mình nằm ở chỗ nào...? Đi qua vài chục năm, cái gì cũng có dịp là thử, chỗ đúng chỗ sai chỗ thành chỗ bại. Tới giờ, tóm lại, nghiệm ra một chìa khóa quan trọng: Chỉ cần sống tươi là người ta tất trở nên đẹp hơn, bất kể trời cho mình vốn liếng sắc đẹp là bao nhiêu, thật đó!

Không biết bạn có để ý hay không, khi một cô gái cúi đầu đọc một tin nhắn từ người yêu, gương mặt cô sáng bừng lên, môi vô thức nở nụ cười thiệt dễ thương. Là vì cổ đang yêu, mà với người đang yêu, cái gì trong con mắt người ta cũng đẹp.

Không biết bạn có để ý nữa hay không, khi bạn đọc được, hoặc nhìn thấy một hành động đẹp giữa đời thường, bạn cũng sẽ vô thức mim cười. Người ngoài nhìn vào hằn cũng sẽ thấy gương mặt bạn sáng bừng lên, và những lúc ấy, bạn cũng đẹp vô cùng. Những khoảnh khắc ấy, mình tin chắc mấy ngày vừa rồi chúng mình thấy được nhiều, khi chúng ta nhìn thấy nụ cười chất phác tươi sáng của cô gái vàng kình ngư Ánh Viên, hay động tác đứng nghiêm chào cờ của chàng vận động viên nhảy xà Đoàn Văn Thủy tại SEAgames 28... Hay trước đó, là nụ cười tươi rói của các cụ già được thưởng thức những tô phở nhiều thịt giá một ngàn đồng của những quán ăn Nụ Cười, hay trước đó nữa, là hành động đẹp của những chàng trai xả thân, liểu mình cứu cả gia đình thoát khỏi biển lũ ở Đà Lạt...

Nhìn vào những điều tích cực, mặt bạn sẽ tươi. Sống tích cực, bạn sẽ hay nở nụ cười. Từ nụ cười và gương mặt tươi, vận mệnh bạn cũng sẽ dần thay đổi. Vận mệnh thay đổi lại tác động vào gương mặt bạn, khiến mặt bạn lại tươi thêm chút nữa. Nhận thức tích cực và hành động tích cực, kết quả tích cực sẽ như một vòng tuần hoàn, điều này sẽ là nhân của quả kia, và ngược lại. Và cứ thế, bạn sẽ... dần đẹp hơn mà chính bạn cũng không hay biết. Nói theo trào lưu đang thịnh hành hiện nay, thì cũng là chính bạn thôi, cũng mắt đó mũi đó miệng đó tay chân

hình thể đó, nêm thêm 5 thìa lạc quan và 3 muỗng tích cực, bạn sẽ ra... một kí lô xinh đẹp!

Không tin hả, bạn thử nhìn mình xem! Cũng 'vịt cổ lùn', eo suông đuột, bắp tay bắp chân thô, còn bàn chân xấu nhất trong toàn tộc, không bao giờ đạt chuẩn người đẹp, mình vẫn... xinh tươi như thường! Bạn hỏi ai nói vậy hả?... Cha mẹ mình nói chớ ai! À quên, còn có thêm... con trai mình nữa chứ!



hình thể đó, nêm thêm 5 thìa lạc quan và 3 muỗng tích cực, bạn sẽ ra... một kí lô xinh đẹp!

Không tin hả, bạn thử nhìn mình xem! Cũng 'vịt cổ lùn', eo suông đuột, bắp tay bắp chân thô, còn bàn chân xấu nhất trong toàn tộc, không bao giờ đạt chuẩn người đẹp, mình vẫn... xinh tươi như thường! Bạn hỏi ai nói vậy hả?... Cha mẹ mình nói chớ ai! À quên, còn có thêm... con trai mình nữa chứ!

# Giá trị riêng của mỗi người

1

Hôm qua lách công việc, chạy vô trường phụ cô giáo làm buổi tổng kết nhỏ cho lớp con. Mẹ chợt phát hiện ra, ngoài cái bằng khen học sinh giỏi đã đành, cái bằng nhỏ nhỏ thường con hay mang về đưa mẹ cất vô trong bìa sơmi để dành làm kỷ niệm đó, bằng khen "Học sinh thực hiện xuất sắc 6 giá trị cốt lõi" trường tặng, lớp con chỉ ba bạn được nhận. Mẹ có chút... tự hào về con, nhưng mẹ đã không nói ra với con trước lớp đâu. Mẹ khen bạn gái vốn nào giờ thường dẫn đầu lớp, kỳ này lại bứt phá thêm một số điểm nữa để càng xuất sắc hơn dẫn đầu cả khối. Mẹ khen chín bạn đã có những nỗ lực đáng ghi nhận trong học tập hay trong kỷ luật của lớp, từ trung bình lên được

khá hay từ khá lên giỏi, hay từ những 'tên đen' giờ thành 'tên chữ đỏ, các ban ấy vui mà me cũng vui lắm lắm. Đến chùng xong, cả lớp sang ăn liên hoan, me thấy con gác má lên bàn, mặt hơi hơi buồn. Chắc con hơi tủi thân vì không được nghe mẹ nhắc đến tí nào, dù con là một trong bốn ban điểm cao nhất lớp và cao điểm nhất trong các học sinh trai. Mẹ đến gần nói nhỏ nhỏ với con: "Con giỏi lắm. Về nhà, mẹ sẽ thưởng riêng cho con nhé." Vì mẹ không muốn các bạn khác tủi thân vì nghe mẹ khen con trai mẹ. Con nỗ lực con cố gắng con đạt được những gì, chỉ ba mẹ và trong gia đình mình ghi nhận và tự hào 'trong nội bộ' là được rồi. Mà có lẽ con cũng chỉ cần như thế thôi, nên nghe mẹ nói vậy, con tươi tỉnh lên liền. Con nói: "Thôi, mẹ không cần thưởng gì con đâu!", rồi con vui vẻ đi sang bàn ngồi ăn với các bạn. Cái thẳng, chắc cũng... giống giống mẹ nó chứ. Cố gắng hết mình, chả cần được vinh danh hay thưởng thiếc gì, chỉ cần những người mình thương yêu ghi nhân thôi! (Nên lỡ đôi khi không được ho ghi nhân, cũng sẽ tủi thân đó).

2.

Em gái mình hôm nay có nhắc đến một trường hợp của bạn gái nọ, cho rằng việc một nữ ca sĩ đã năng nổ tập luyện và trở lại biểu diễn rất sớm sau ngày sinh con là 'buộc phải thể, vì đại loại là nếu người đàn ông của cô ấy đủ vững chắc cho cô ấy dựa vào, cô ấy đã không cần phải

vất vả đến vậy. Mình chỉ nói, theo chỗ mình hiểu, việc một người phụ nữ có trở lại tập luyện và sớm quay lại với phong độ của mình hay không nhiều khi chẳng liên quan gì đến 'người đàn ông của cô ấy' cả, mà vì chính bản thân cô ấy. Vì nhớ công việc, thèm cảm giác được quăng mình lại vào công việc và say sưa với nó sau một thời gian dài xa vắng. Khi một người phụ nữ có đầy đủ tay chân và cả đầu óc, lại có đủ sự mạnh mẽ để đứng độc lập với chính cái tên mình, lẽ tự nhiên cô ấy sẽ không bao giờ cần sống dựa vào một người khác dẫu cho người ấy có mạnh thế nào hay vững thế nào. Lẽ sự này, chắc tại nhà mình toàn con gái nên cảm nhận đầy đủ. Tự tay làm hàm nhai mới nhai bền mà tiếng nói của mình mới có trọng lượng với đối phương nha!

Con trai mình còn nhỏ nên mình cũng chưa áp những triết lý vĩ mô gì cho ảnh. Ảnh là con trai nên mình cũng không cần phải áp cái tinh thần phụ nữ độc lập cho ảnh luôn. Mình chỉ thường nói, chọn sống sao, nghề nào là do con quyết định theo ý thích của con, miễn sao đến năm 21 tuổi con phải tự nuôi sống được bản thân con bằng đồng tiền lương thiện là được. Và mình cũng thường hay nói với con, con nên tự tin về bản thân mình vì những giá trị của chính con chứ không phải vì con là con của mẹ hay ba. Mỗi người đều có những giá trị của riêng mình. Ai ý thức được điều đó, họ sẽ tự tin, rỗi từ tự tin họ sẽ làm được nhiều việc mà... không bị thiên hạ ghét vì dựa hơi lên mặt mà vô dụng.

Kết lại thêm một năm học nữa của con trai rồi. Ai cũng nói tuổi 13-14 là bắt đầu dậy thì, ương bướng khó dạy. Mình cũng đang vừa dõi theo ảnh vừa... nín thở đây, thôi kệ, còn hiểu chuyện được ngày nào thì mẹ mừng ngày đó. Tất cả đều là tận nhân lực rồi là... tùy duyên hết à!



"Con sống đừng dẫm lên ai, nhưng cũng không cho phép ai dẫm lên mình..."

Dầu buổi sáng, xem phải một video clip về bạo lực học đường. Kỳ lạ, trước giờ những clip dạng này mình không bao giờ click vào xem, tự dưng sáng này lại... xem, xong ngỗi ngơ ngắn, trong lòng dâng lên cái tư vị gì không rõ. Vừa bàng hoàng, vừa chua xót, vừa phẫn nộ.

Cái clip ấy, chắc sáng giờ nhiều người cũng xem rồi. Đã định bụng sẽ share lại để bàn đôi chút về quan điểm của mình về những nhân vật nhí có liên quan, nhưng cuối ngày ngẫm lại, lại thấy thôi. Cái ác cái xấu, kiểu gì cũng không nên tiếp tay lan truyền, cho dù truyền đi với thái độ phê phán. Hãy để cho nhà mình là nơi người ta hấp thụ những năng lượng tích cực, cũng như mỗi ngày, mình vẫn đang hấp thụ được bao nhiều năng lượng tích cực từ những trang của những con người tích cực mà mình đang âm thẩm theo dõi trên Facebook.

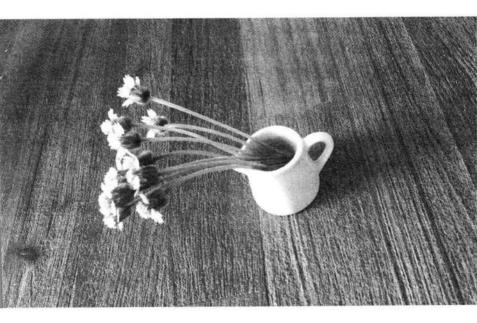
Chỉ nhớ nằm lòng, mình sẽ dặn con trai, thêm một lần nữa, quan điểm sống của mình. Rằng trong lớp học cũng vậy hay sau này ra ngoài đời cũng vậy, con không bao giờ ăn hiếp hay dẫm lên ai, nhưng cũng sẽ không bao giờ cho phép bất cứ kẻ nào bắt nạt con hay dẫm lên con. Con có đôi bàn tay, đôi chân, thậm chí còn cái đầu thông minh của con hay ngôn từ sắc bén của con để tự vệ, để phản ứng, và con phải tự vệ phải phản ứng cho bằng được, đến hết khả năng của mình. Hoặc đường cùng khi con biết con không có khả năng địch lại những kẻ xấu hung hãn, con cũng có thể tháo chạy đi và cầu cứu người xung quanh. Chớ bao giờ ngồi im run rẩy đến hằng mấy phút đồng hồ, chỉ biết ôm đầu chịu trận đòn hội đồng dã man như cô bé đồng cấp lớp của con trong một trường trung học cơ sở ở tỉnh kia mà mẹ đã được nhìn thấy hồi sáng.

Và mình cũng đã dặn mình thêm, lần thứ một ngàn lẻ một lần, dù bận bịu điên cuồng đến mấy, chớ bao giờ lơi lỏng thời giờ ở kể cạnh con, chơi cùng con học cùng con, thơm con nghe con thủ thỉ tâm sự..., để kịp thời gỡ rối cho con những vấn đề nhạy cảm của tuổi đang lớn, và quan trọng hơn, kịp ngăn con lại trước những nguy cơ ngã vào con đường dã man mất dần nhân tính, khi ở lứa tuổi lớp

bảy lớp tám, lòng hám danh mê nổi tiếng hay khét tiếng đã đẩy những đứa trẻ đang dần thành người lớn, có thể vô cảm đứng quay clip bạn mình bị hành hung, và thậm chí, thản nhiên và khoái trá lao đến nắm tóc, vả mặt, phang ghế vào người bạn đồng học của mình như vậy. Những con-người-đang-dần-lớn này, khi các em thực sự lớn, sẽ còn chuyện xấu gì các em không dám làm?

Dặn mình, bởi trong vòng xoáy của cuộc sống hiện giờ, rất nhiều các bậc làm cha mẹ vẫn đang miệt mài lao vào công cuộc kiếm tiền, và một phút nào đó có áy náy nghĩ đến con mình, ho vẫn tư an ủi rằng, mình đang kiếm tiền để chăm lo cho các con một đời sống đầy đủ, về vật chất. Và họ quên mất rằng, cái con họ cần nhất đúng là một cuộc sống đẩy đủ, nhưng KHÔNG phải về mặt vật chất, mà là tinh thần và tình thân. Mình không tin, nếu một em thiếu niên được sống trong những vòng tay ấm áp của cha mẹ, những cái hôn thương yêu, được trò chuyện với cha me thân thiết mỗi ngày có thể làm ra những hành động thiếu nhân tính đó. Như một lần mình đã từng nói, ngậm đủ yêu thương trong lành, những đứa trẻ sẽ tự nhiên lớn lên với tình người, với sự hướng thiện, với sự yêu thương thế giới xung quanh mình một cách nhẹ nhàng nhã nhặn, và không bao giờ với bạo lực.

Nói về việc tác động qua lại với nhau trong cuộc sống, mấy hôm nay mình thương yêu dõi theo Facebook và ngắm nhìn đám cưới của một em ca sĩ mà mình có nhiều dịp hợp tác. Đám cưới em gọn nhỏ, ấm cúng, thực sự đẹp thực sự lay động từng cảm xúc trong lòng mình, với từng chi tiết trang trí đám cưới em tự tỉ mẩn góp nhặt tỉ mẩn làm từng chút từng chút..., trong nhiều tháng qua, cả chiếc áo cưới giản dị mà đẹp vô ngần mẹ em tự tay từng đường kim mũi chỉ may cho con gái. Ngắm đám cưới em, thấy trào lên sự thương quý và muốn âm thầm chia vui cùng em, mà trong lòng không hể dậy lên chút cảm giác 'gato' thấp kém mang đặc bản chất 'con' của người. Thấy chưa, em cũng đang tỏa một thứ năng lượng tích cực, đầy yêu đời yêu người cho mình đây, mà em đâu có hay!



<sup>\*</sup> Từ nói đùa của cư dân mạng, ý chỉ sự ganh tị.

### Đầu tuần, tự động viên mình

1

Mấy hôm trước, trên Facebook truyền đi hình ảnh một em bé gái khóc mếu máo cạnh... chú chó đã bị quay chín đặt trên chiếc nia. Mình cũng chịu không nổi, phải share bức ảnh ấy về kèm lời kêu gọi mọi người đừng ăn thịt chó nữa. Không hối hận vì đã share bức hình quá lay động tâm can ấy, tuy vậy, thật sự phải nói, tấm ảnh nằm ngay trên tường nhà mình khiến cả buổi sáng mình chìm trong tâm trạng nặng nề. Chia sẻ điều này với chị và em gái mình, em bảo, thôi xóa đi, cho đỡ nhìn thấy nữa. Mình nói, thôi mình không xóa, kẻo người ta nghĩ mình hối tiếc về quan điểm của mình. Nếu cho nói lại, quan điểm mình vẫn thế, cảm xúc mình vẫn thế. Chỉ thực sự trong

lòng có chút cảm giác áy náy, muốn xin lỗi những bạn nào vì nhìn thấy bức hình này trên tường nhà mình ngay đầu tuần mà bị tổn hao năng lượng tích cực của các bạn... Cuộc sống là vậy, không nhắc tới không có nghĩa là nó không tồn tại. Chỉ là, khi đề cập, nó sờ sờ trước mắt, thấy nó càng buồn quá đi...

Ngày hôm nay không hẳn newsfeed thiếu những tin đọc vào lòng trĩu nặng. Nhưng thôi không nhắc đến nữa. Âm thẩm để lại những lời cầu nguyện, rồi lại âm thẩm xếp chồng lên đó những lấp lóe sáng của những điều làm được, những niềm vui.

2.

Cũng chính nhờ cái suy nghĩ đó, mà trôi qua được cả một ngày đầu tuần đầu tắt mặt tối. Không phải riêng mình, hầu hết tất cả mọi người trong êkip ai nấy đều bận rối cả lên. Muốn không 'xoắn', chỉ có nước... ngồi yên. Chứ đụng vào làm ắt phát sinh tình huống, mỗi người một đống vấn đề thuộc trách nhiệm mình phải quán xuyến. Hôm nay chỉ mới là ngày đầu tiên chính thức bước vào một mùa giải mới của cuộc thi mình làm biên tập, ý thức được mùa bận rộn đã chính thức bắt đầu. Ở, bận thì bận, chỉ cầu trên dưới phải trái thuận hòa, cực cái thân đến đâu cũng sẽ ráng chịu được mà, phải không...

Chiều nay, ngẫu nhiên bằng quơ được một chút với một người bạn bằng tuổi. Bạn thông minh, giỏi giang, lanh le, cũng dạng 'con cọp cái' thẳng băng quyết đoán. Trọng trách ban nhiều, áp lực cũng nặng, và phát hiện ra, mỗi ngày ban phải đến cơ quan bạn từ sáng sớm, ở suốt đến chiều sẩm tối mới ra được khỏi cơ quan bạn để đi về... Tự nhiên cảm thán, hỏi: "Ơ, vậy hóa ra cuộc sống ngoài phố, nắng lên, xe cộ bạn không được ngắm à?" Bạn cười: "Ù, nên nhiều khi thấy mình cũng hơi... lơ ngơ". Tự nhiên thấy thương bạn. À, mà ngó lại, cũng thấy... thương mình. Kiểu tư do như đặc thù công việc của mình, thân thì long rong, được nhiều lúc ngắm mây ngắm nắng ngắm ông đi qua bà đi lại..., nhưng bù lại cũng... tràn trề các nửa đệm về sáng vò đầu bứt tóc 'nặn' kịch bản, hay cuối tuần xù đầu dàn xếp ca sĩ, hay 24/24 lúc nào cũng đặt trong trạng thái 'cảnh giác cao' để kịp thời giải quyết khủng hoảng... Thấy, thật ra có đời ai mà thong dong nhẹ nhàng đâu, thấy không. "Ở bầu thì tròn ở ống thì dài", sống ở bầu hay ở ống gì cũng có những vui sướng khổ nhọc riêng của nó hết. Lúc hưởng những đặc thù cuộc sống mình cho được mà biết thích thủ thì lúc... cực khổ hơn người cũng... ráng mà gánh, rên ri gì, nhì.

Tự lập

Ài Gòn những ngày cuối tháng ba bắt đầu nóng hanh hao, khiến cho con người ta nghiêng ngả tới lui, y như cảnh "kiến bò miệng chảo". Những ngày này, ngó qua cây cỏ quanh nhà, xác xơ thấy tội. Ngó vô mấy bình bông dại mình ráng ráng vét vô nhà chưng, cũng ủ rũ thấy tội. Kiểu này, chắc phải đành ra chợ, mua chút bông hoa về cho trong nhà có mấy cái sắc tươi rồi. Nói cái này phải nói thêm chút chút cho bạn hiểu, cả mấy chục loài hoa trong nhà và dại ở quanh nhà, mình đều cắt đủ để đem vô nhà chưng thử. Cái nào tồn tại tốt trong môi trường... bình cắm, mình sẽ phát huy. Nhưng kỳ lạ, phần lớn các em hoa sống tốt trong môi trường bình cắm đều là các loài hoa dại. Đám hoa trong nhà mình, kể cả cúc cam tưng bừng bữa trước đến đám cúc ngũ sắc bình thường cũng từng là

hoa dại chớ đâu, vậy mà giờ cắt vô chưng thử, qua ngày thứ ba đã gục đầu. Nghĩ nghĩ, thấy chưa, cái môi trường hoang dại cũng là chốn thử thách cho sức sống của vạn vật trưởng thành. Em nào trụ nổi em đó sống. Em nào tồn tại được em ấy mạnh mẽ. Vậy thôi à.

Tự nhiên nghĩ sang tới chuyện con người. Mấy bữa rày đang khuyến khích một số các ban trẻ quanh mình và trên trang Facebook vượt qua rào cản về sư 'bọc trong trứng' của quý vị phu huynh để vươn lên làm thân vững chãi, giữa môi trường tự nhiên chớ không phải trong cái hàng rào được che chắn kỹ của nhà mình. Con trai con gái đều vậy. Phụ huynh bọc mình được cả đời không, trả lời được câu hỏi đó là mình biết mình sẽ cần làm gì. Mà nghĩ tới đó, cũng không nén nổi cái sư bức xúc nhe với một số các phụ huynh nào, cho tới thời buổi bây giờ vẫn còn cái tư tưởng ủ con trong cánh mình hoài, không tập cho nó bay mà cũng không muốn cho nó bay. Để mãi mãi mấy đứa nhỏ dù đã ra đường là người trưởng thành tới gì rồi mà vẫn cứ như những chú gà con lớn tướng, cánh kep dính trong thân, đi đứng bình thường đã khó đừng nói tới bay với vẫy vùng, nhìn thấy vừa thương, vừa... bực.

Nói vụ này mới thấy, mình hồi đó cũng là nạn nhân của vụ 'bọc trong trứng' này chớ ai. Hồi đó bà ngoại, mẹ và dì út mình quá cưng con cháu, cái gì cũng giành làm hết, riết rồi lớn già đầu mà nồi cơm cũng không biết nấu, anh xã cưới về rồi phải cầm tay dạy lại cách làm từng món ăn đơn giản nhất. Và còn hậu đậu một tỉ lẻ một thứ khác,

mà ra đời, những ngày tự lập nơi Sài Gòn, khóc tỉ ti cho đã rỗi ráng tự tập thích nghi, tự vượt cho qua chứ có ai giúp được mình. Thấy khổ hơn một tỉ lần các bạn được tập tành vững vàng ngay từ nhỏ, lúc đó nhìn mấy bạn cùng lứa với mình tỉnh bơ giải quyết các vấn đề mà thèm muốn khóc, trong đó có không ít bạn có gia cảnh khá giả, chỉ là ba mẹ các bạn ý thức tập cho các bạn tự lập từ nhỏ. Cho nên, tới đời con mình và các chị em mình là tụi mình đấu tranh dữ dội, để tụi nhỏ được một số quyền mà trước đây tụi mình chịu thiếu sót. Vậy mà vẫn cái được, cái chưa. Dự là còn phải đấu tranh dài dài, với các đời 'gà ông gà bà' thế hệ trước.

Bạn sẽ hỏi mình, làm người tự lập được cái gì. Nhiều lắm. Ngoài những thứ ai cũng nhìn ra, tỉ như dễ dàng xử lý những tình huống phát sinh trong thực tế, té xuống nước thì bơi, lạc vô rừng thì vạch cây tìm lối thoát..., cái hay nhất ở những người tự lập mà mình từ lâu đã nhìn ra, là ở họ vô thức toát ra một sức thu hút từ sự tự tin, vững chãi của những người không lo sợ trước những thăng trầm của cuộc sống. Những người như thế này cũng vô thức khiến mình an tâm cứ muốn nắm tay, muốn giao thiệp, muốn chia sẻ, muốn dựa vào, dẫu đó là mối quan hệ bạn bè bình thường hay trong nhóm làm việc, hay người thân, thậm chí cả những người đang tìm hiểu nhau để xúc tiến tới một mối quan hệ sâu sắc hơn của một mái ấm gia đình. Lấy ví dụ đơn giản nhất đi, là một người phụ nữ, bạn sẽ chọn người nào để đi tới dài lâu, một cậu ấm

ba chuyện hết hai chuyện rưỡi là "anh không biết, nhà anh không cho làm" hay một người đàn ông cái gì mình nói ra là "anh làm được"? Hoặc giả, là một người đàn ông, bạn sẽ chọn ai, giữa một cô gái mạnh mẽ tự tin, miệng nói tay làm, hay một cô gái yếu ớt gió thổi sợ bay mưa rơi sợ ướt, cái gì cũng "em không dám"?

Mình đã mất nhiều năm dài quan sát cuộc sống và ngưỡng mộ những con người tự lập, để học hỏi mỗi người một chút mà ráng mà ráng..., để dần đến giờ, phải xéo qua nửa đốc bên kia của đời người mới dẫn nuôi được cho mình một phần cảm giác về sự tự tin của một con người độc lập, chứ chưa dám nói là tự lập toàn phần. Vậy mà đã cảm thấy rất hưởng thu cảm giác ấy, cảm giác mình là mình, mình tư tin, mình manh mē, và mình đang cố gắng truyền cái cảm giác thích thú ấy cho những người cũng đang cần niềm tin về sự mạnh mẽ ấy. Nhớ, trong câu chuyện giữa mình và một em gái trong êkip, mình có nói: "Em đang ở độ tuổi dồi dào sinh lực nhất của một đời người mà em còn không sống được cho manh mẽ, cho người ta phải nhìn vào và thấy ghen tị với sức sống đó của em, thì em còn đợi tới cái tuổi nào mới làm được nổi, hả!" Là mình nói thất. Nhớ lai tuổi ngoài hai mươi của mình thuở đó, tối ngày còn bận tối mắt tối mũi đi day kèm, đi làm thêm, bươn chải kiếm tiền học phí, tiền sinh sống giữa thành phố đắt đỏ để đỡ phải làm năng lòng thêm cha mẹ thời đó đang gặp khó, thời gian đầu mà ngồi lai phân tách coi mình có đang được sống tự lập theo ý muốn hay không. Hình như, với cái thời tuổi trẻ đó của mình, tự lập là cái bắt buộc. Để tồn tại, để sống sót.

Nhưng có lẽ cũng cảm ơn những ngày khó khăn đó, ít ra cũng đã nhọc nhằn trui rèn một con 'gà bó cánh' là mình trở nên... cứng cáp hơn. Giờ, ngó lại mấy 'con gà bó cánh' thế hệ ít khó là mấy bạn trẻ bạn nhỏ quanh mình, tự nhiên thẩm cầu mong, các em không phải nhọc nhằn như tụi mình hồi trước, mà cũng sẽ vững vàng tự lập. Nổi không? Còn tùy thuộc vô chính động lực tự thân, và ý chí của mỗi người nữa. Cái này không ai quyết giùm mình nổi đâu!

### Hưa chiều ở tuổi 40

Chiều mưa, trời xám rũ, những hạt mưa hắt qua ô kính cửa sổ, buồn buồn...

Những buổi chiều như thế này, ngày trước kiểu gì cũng tác động không ít đến mình. Từng có nhiều buổi chiều của thời thiếu nữ, xa nhà, xa cha mẹ anh chị em, cuộc sống sinh viên khó khăn, tương lai còn mờ mịt, cứ trời rớt hột mưa là mình cũng... mưa rớt hạt theo. Rồi có những đoạn chiều mưa của chặng trẻ không trẻ, già không già, cái chặng nhạy cảm của tuổi ba mươi lăm, cứ tới chiều mưa là mình không dám nhìn qua ô cửa sổ...

Vì thấy đời sao nó hiu hắt quá, vô định quá. Thấy đời phù du, những gì đã nỗ lực vươn tay cầm lấy được..., sao nó giống bong bóng xà phòng, mong manh dễ vỡ.



Cũng may, những ngày đó qua rồi.

Tuổi bốn mươi, chợt nhìn chiều buông trong tiếng mưa rơi đều đều ngoài cửa, ngạc nhiên khi thấy mình không còn nỗi buồn mênh mang như những ngày xưa nữa. Là từ khi nào vậy? Là từ khi mình đã đi qua đủ nhiều những nỗi đắng cay, sợ hãi, đau lòng... và trấy trật vượt qua, trầy xước đầy mình nhưng đã thực vượt qua, vùa đủ để mình nhận ra, rằng thật ra cuộc đời có khả năng tặng cho mình nhiều thứ đáng sợ hơn cả những cơn mưa chiều hiu hắt.

Trầm tĩnh nghe nhạc, những bản nhạc không buồn. Và làm việc.

Vậy mới nhận rõ, ở một độ tuổi nào đó đủ trải cho một đời người, người ta có thể mất đi nhiều thứ. Nhưng chính những sự mất mát ấy dạy cho người ta một bản lĩnh mà có lẽ khi ở một độ tuổi trẻ trung hơn người ta nắm không được vươn không tới, đó là sự an tĩnh nhìn cuộc đời trôi. Trái tim không còn dúm dó hay run rẩy vì những sấu khổ mông lung. Ấy vậy, chắc là cái mà người ta hay gọi là "được từ trong mất".

Mình sẽ ráng ghi nhớ điều này, để nghe năm mươi tuổi, mình sẽ nghĩ thế nào, khi đối diện những cơn mưa chiều...

#### Sinh nhật '20 + 21'

Oó lẽ, chỉ sau ngày Tết ta, ngày sinh của mình hàng năm là dịp thứ hai mà mình đặc biệt trân trọng. Với mình, sinh nhật là ngày 'mở hàng' cho cả một tuổi mới, vì thế, kiểu gì thì kiểu, ngày hôm ấy cẩn phải được nâng niu, trôi qua một cách đặc biệt. Đặc biệt ở đây không phải là tổ chức tiệc cho hoành tráng (trái lại, mình còn có phần ngán ngại những tiệc sinh nhật quá đông người, những bạn bè nhiều nhóm không quen biết nhau). Sinh nhật, đơn giản là ngày hôm ấy mở mắt ra, biết rằng ô, hôm nay là ngày đặc biệt của ta, có chút chờ mong, có chút háo hức, liệu nó sẽ trôi qua như thế nào đây. Một cảm giác gần như tâm linh rằng nếu ngày sinh nhật được vui vẻ, cả tuổi mới cũng sẽ được vui vẻ, và điều này, trải qua nhiều năm, ngẫm lại với mình là rất đúng.

Hồi xưa, con đông lại gặp thời chiến tranh ly loạn, nhiều gia đình không có điều kiện ghi lại ngày sinh chính xác của các con..., thôi thì không nói. Nhưng với những bố me nào có con cái biết ngày tháng năm sinh đầy đủ, mình nghĩ nên tao cho các con chút đặc biết hơn ngày thường vào ngày sinh nhật của nó. Ta đừng nên đổ thừa rằng điều kiện kinh tế không cho phép. Chẳng cần gì to tát đầu, nhiều khi chỉ cần có một cái hôn đánh thức con buổi sáng kèm theo lời chúc vui vẻ mình 'dụng não' nghĩ ra để thật hợp với kiểu của con. Hay là bữa cơm trưa được ưu tiên nấu theo món mà con thích ăn..., quan trọng là cả nhà được cùng ngồi lai với nhau và đều ý thức được rằng, hộm nay là ngày thật đặc biệt của một ai đó trong nhà mình. Nếu mình tạo ra được cho con cảm giác trân trọng ngày sinh nhật, thì sau này khi lớn lên, đến phiên con mình làm bố làm mẹ, hiển nhiên các con sẽ truyền lại cái nhu cầu trân trọng ngày đặc biệt ấy lại cho các con của chúng, khỏi cần phải cố gắng.

Sinh nhật năm nay nằm trong đợt cả mấy chị em gái nhà mình đưa mẹ và các con đi chơi tỉnh xa. Đêm hôm kia, anh con trai ngáp dài ngáp vắn, vẫn ráng xin mẹ "cho con xem phim để thức đợi đến 12 giờ" để "con thơm chúc mừng sinh nhật mẹ". Rồi đúng 12 giờ khuya, chuyển sang ngày mới, ảnh nhào sang giường mình, thơm chíu chít và "chúc mẹ ngày càng trẻ đẹp, sống hạnh phúc vui vẻ hoài luôn với ba với con và bà, chương trình mẹ làm suôn sẻ". Cái thằng biết chọn lời chúc ghê. Và căn bản là, qua nhiều

năm kiên trì 'huấn luyện', cuối cùng ảnh cũng nhận ra, cái mẹ ảnh cần nhất trong ngày sinh nhật chính là những cử chỉ quan tâm, như vậy đó!

5.20 sáng, bị đánh thức bởi tin nhắn từ anh xã gửi ra, kèm theo một cái hình minh họa chanh ơi là chanh cốm ơi là cốm. Ai nói những người... ít trẻ thì sẽ không nhí nhố. Cười hihi haha chitchat với nhau qua... tin nhắn, xong, ở Sài Gòn anh xã mình ra sân tennis, ở Huế, mình... lăn ra ngủ tiếp!

Và cứ thế, ngày sinh nhật tuổi 41 của mình trôi qua một cách bình yên, nhẹ nhàng, có phút an ổn của sự tìm về chốn tâm linh, có lúc ngập chìm trong làn nước mát để nghiệm ra rằng, thật ra, để đạt được hạnh phúc tương đối trên đời này không phải là quá khó. Miễn là mỗi người trong cùng một gia đình nương nhau, nhường nhau, biết nhau cần gì quý gì mà sẵn lòng làm cho nhau một chút, đời sẽ tự khắc vui vẻ. Cũng giống như anh xã mình thường phải đi công tác xa, nên những ngày được nghỉ anh ấy chỉ muốn được nghỉ ngơi thư giãn tại nhà. Trong khi đó, mình và con trai lại rất thích đi chơi, du lịch đó đây, thế là hai mẹ con được ba đồng ý cho đi chơi tung tăng thoải mái mà ba chẳng bao giờ cáu cẳn hay buồn bực tủi thân gì. Cũng giống như mình biết anh xã ham mê tennis vô bờ bến, mình và con trai thoải mái cho ba đi tung tăng đọ trận với hết hội này với hội khác, cả buổi hay cả ngày cuối tuần mà mẹ và con trai chẳng cảm thấy chút buồn lòng.

Vì thế, thật lòng, khi tối qua về nhà, lần thứ ba hay thứ tư gì đó, anh xã lại hỏi mình thích quà gì cho sinh nhật, mình lại tiếp tục ậm ử, y hệt như mình từng ậm ử như vẩy từ cách đây mấy ngày khi bạn hỏi lần đầu tiên, như trưa hôm qua bạn nhắn tin hỏi ra tiếp. Không lẽ mình thú thiệt, những gì tụi mình đang có, đang dành cho nhau cũng là một món quà quý giá mình thưởng thức suốt năm rồi, nên thôi, bạn khỏi lại tặng quà mình nữa đi. Cũng trùng hợp với đêm qua, sau khi chúc mừng sinh nhật mình, con trai cũng nói "mốt sinh nhật con, mẹ và ba cũng khỏi cần mua quà gì, chỉ cần một ổ bánh kem kèm thơm con thiệt nhiều là đủ rồi."

Trưa nay, có một bạn comment dưới bài mình viết cảm nhận về chuyển du lịch đến Huế, trêu mình nhõng nhẽo với anh xã quá đi khi mình viết về chi tiết kết thúc chuyển du lịch xa, về đến nhà, mình chìa má cho anh xã, kêu "mệt quá, nhớ quá, bạn, thơm cái". À, thế là nhõng nhẽo à, ở nhà mình... làm vậy hoài, mà không phải chỉ với riêng anh xã, mà với cả con trai, cha, mẹ, các chị em, một số các em thân thiết trong êkip... Với mình, đó không phải là biểu hiện nhông nhẽo hay làm nũng của riêng người nhỏ hơn yêu cầu người lớn hơn, đó đơn thuần chỉ là những biểu hiện của sự "yêu lắm, cưng lắm", mà mỗi khi mình là người đưa ra yêu cầu hay được yêu cầu, cả hai phía đều thấy ấm áp và... vui lắm!

Vì thế, hôm qua, có bạn thân chúc mình "tuổi 20 trẻ khoẻ", mình chỉnh lại ngay: "21 mà nói 20 gì!" Rồi đùa

qua trêu lại một hồi, mình thống nhất với cô bạn thân khác trong nhóm - một phụ nữ cũng trẻ trung muôn thưở vì sự yêu đời của cô ấy: "Chúng mình mới 18 tuổi". Đùa là vậy, nhưng mình thực nghĩ, nếu đem so tuổi 18 - 20 non trẻ ít kinh nghiệm sống, háo thắng, sân si, cùng với giai đoạn đời sống bây giờ, chúng mình chẳng ngần ngại chọn "20 + 21". Sự yêu đời của tuổi 20 cộng với 21 năm bản lĩnh, trải nghiệm, những bài học xương máu của té ngã và đứng dậy, học "biết đủ là đủ", năm tháng nào có xi nhê gì với chúng mình đâu, nhỉ.

Với kiểu nghĩ như vậy, mình tin rằng đến... 70 tuổi, chúng mình cũng sẽ chỉ là "20 + 50" thôi hà!

## Để không bị lòn cảm xúc

hớ bọn nhỏ trong êkip hay kêu ca than phiền, sợ nhất là chị ở nhà, hiệu suất làm việc giảm thấy rỗ!

Ở mà tụi nó nói đầu có sai. Bất kể buổi sáng nào mình được thả ở nhà, buổi sáng đó lập tức biến thành ngày... cuối tuần. Bạn sẽ phát hiện ra bạn làm cái gì cũng chậm, đọc bài gõ bài hay lên kế hoạch gì gì cũng chậm... Là vì, gō mấy chữ là bạn... ngắn người ra ngắm bông, ngắm hoa, ngắm trời xanh mây trắng, ngắm mấy con chim xí xọn nhảy tới nhảy lui rượt nhau chíu chít. Rồi bạn đầu có ở yên một chỗ, bạn lượn tới lượn lui, thấy mấy trái đu đủ bắt đầu hườm hườm bạn bèn lấy máy ra chụp. Thấy mấy nụ ngọc lan bữa nay bừng nụ thơm ngan ngát bạn cũng chụp, rồi cái vạt bông mười giờ sẽ sẽ sàng sàng bên hông

nhà bạn cũng chụp, rồi cái đám cỏ lau ngoài rào trổ bông phất phơ lẫn đám cúc dại trắng loe toe, bạn cũng chụp.

Mà hễ chụp hình cái gì là mất thời giờ dễ sợ lắm! Tới chừng thỏa mãn ôm mớ hình ngắm tới ngắm lui ngắm xuôi ngắm ngược xong, ngó lại.... hết mất buổi sáng! Con trai hỏi, bài tập tiếng Nhật mẹ làm xong chưa? Mình cười, chút con ngủ trưa một mình nha, mẹ tranh thủ... thức làm cho xong, chiều học.

Thật ra, trong cuộc sống người ta hay dễ 'bị lờn' với những điều đẹp để tồn tại lâu ngày dài tháng ở quanh mình. Chẳng hạn như, hai người yêu nhau say đắm cưới nhau về làm vợ chồng, sau vài ba năm, không phải ai cũng còn mỗi ngày vẫn thương vẫn 'ghiển' cái duyên, cái đảm, cái hoat bát, cái sâu sắc, cái hào hiệp... của chồng của vợ. Ngôi nhà ta mua về ta ở vì nó xinh xắn ấm cúng, sau một vài năm rồi cũng sẽ thấy bình thường. Công việc đúng ý ta, nhưng diễn ra mỗi ngày riết mãi thành quen, ta đâm ra thấy nó cũng bình thường... Cái sự đâm lờn này, nói nó nguy hiểm chết người thì không phải, nhưng độ mài mòn cảm xúc của nó thì rõ ràng. Và dễ sợ hơn, nó có lẽ là một trong những nguyên nhân đẩy con người ta tới những cảm giác khát khao cái mới hơn, cái la hơn... Mà những điểm này, mình để dấu ba chấm (...) ở đây cho mọi người tự phát triển hoàn chỉnh theo ý mỗi người là được rồi!

Bởi vậy, dẫu biết cái tính hay bị phân tâm trước cảnh đẹp xung quanh vẫn đôi khi làm chậm đi hiệu suất công

việc của mình, mình vẫn có chút mắt nhắm mắt mở mà... thỏa hiệp với nó. Mỗi ngày mở mắt ra còn thấy rung động với ráng mây hồng cuối chân trời, bỏ dăm phút ra mà ngắm mặt trời từ khi nó còn là quả bóng hồng hồng đến khi nó tiến lên thành quả cầu lửa chói mắt, ngắm cỏ ngắm cây, nghe gió thổi nghe chim hót, chơi với con Ghi con Bông, ngắm... nụ cười cha và con trai ngồi cạnh nhau trên bàn ăn sáng giống hệt nhau, thấy lòng bình yên đến lạ. Còn biết cảm nhận, và cảm thụ những điều nho nhỏ đáng yêu quanh mình, đó là cách mình 'sạc' năng lượng tích cực cho mỗi ngày mới của mình. Mà hình như, đó cũng là một cách tăng để kháng trước những khả năng 'đòi hỏi, tìm kiếm yếu tố mới, lạ'.

### Nếu bạn cứ sống suôn sẻ, sẽ không bao giờ bạn nhận ra...

hững ngày cuối năm, dong tàu ra đảo Lý Sơn trong chuyển đi thiện nguyên kết hợp làm chương trình cho Đài, chẳng may bị bão, phải kẹt lại đó hơn bốn ngày ròng so với kế hoạch. Mà, phải chỉ biết trước được là cử yên tâm ở lại thêm bốn ngày đi rồi được lên tàu về. Đàng này, mỗi ngày mỗi khắc đều phải căng tâm căng não như sợi dây đàn, ngóng mọi tín hiệu, tìm mọi cơ hội, xem đến khi nào mình mới được về. Những ngày ấy, ít nhiều nếm trải cảm giác 'sống trong sợ hãi'...

Khó mô tả lại được hết trong vòn vẹn một bài viết về những 'thiệt hại công tác' mà mình phải đành bỏ lỡ. Chỉ có một chương trình khó thể bỏ lỡ, là chủ đề Niềm vui cuối năm của *Thay lời muốn nói*. Để rồi, như một sự

kỳ diệu, cùng ngày tối lên sóng, cuối giờ sáng, nhà chức trách vùng biển Lý Sơn cho tín hiệu biển đủ an toàn để chúng mình về lại đất liển.

Cuộc chạy đua với thời gian cũng từ đó mà bắt đầu. Từ Lý Sơn dong thuyển về lại Sa Kỳ, nhảy lên xe chạy vội về Đà Nẵng. Cuối chiều, kịp nhảy lên chuyến bay gần nhất có thể, rồi đặt chân xuống Sài Gòn, chạy bay vào phim trường Nhà hát truyền hình HTV chỉ vài mươi phút trước khi chương trình bắt đầu!

Sau chương trình đêm qua, có quá nhiều điều muốn nói, nhưng đến khi xong rồi chỉ còn có thể ráng lên xe để về được đến nhà. Người... đuối toàn tập, nhưng về được đến nhà sau chừng ấy ngày lang bạt kỳ hồ ngoài ý muốn, cảm giác ấy cũng thật ngọt ngào quá đổi.

Cảm giác cổng rào nhà mở ra và hai chú chó cưng của mình nhảy cẫng lên, rú rít nhỏ nhỏ mà quấn lấy chân mình, liếm mặt mình mừng rỡ..., cảm giác ấy thật là tốt.

Cảm giác được bước vào ngôi nhà quen thuộc của mình, ngắm nhìn những món đồ trang trí Noel mình vẫn tưởng sẽ bỏ bê chúng nó đến... qua Noel mới được nhìn ngắm lại, cảm giác ấy thật là tốt.

Cảm giác được ôm anh xã một cái, ôm chặt thiệt chặt, cảm giác thật là tốt.

Cảm giác nhon nhón chân bước vào phòng con trai, ảnh đã thiu thiu ngủ bật choàng dậy, quíu quít ôm hun mẹ mà mắt vẫn nhắm nghiền, cảm giác thật là tốt. Cảm giác lại đặt được đầu xuống cái gối mềm thương thương quen thuộc của mình..., cảm giác thật là tốt.

Và trên tất cả, cảm giác thật là tốt khi nhận thức được rằng, mình đã thực sự vượt qua thêm một 'đận' nữa, đã thoát hiểm thành công, và mình không hể đơn độc. Cảm giác thật tuyệt vời!

Đêm qua, ngồi xe trên đường về nhà, đọc gần 100 cái comment dưới tấm hình mình báo mình đã về được kịp lúc làm *Thay lời muốn nói* mà xúc động nao nao trong bụng. Và cái câu phản hồi của mình: "Thương cả nhà", đêm qua, là nói thiệt lòng, hoàn toàn không phải lời đãi bôi hay thảo mai để lấy lòng. Thương, là thương thật sự.

Những ngày qua, mắc kẹt lại trên đảo, những ai chưa từng đặt chân lên đó sẽ không bao giờ tưởng tượng nổi những khả năng tối tệ nhất khi trong nhiều tuần sẽ không có phương tiện nào đưa mình về đất liền, hoặc đưa thực phẩm từ đất liền ra đảo... Những ngày đó, thực sự có cảm giác cộng đồng Facebook – những người bạn trên trang mình, đã luôn ở bên cạnh mình, lo lắng cho tình hình của mình, động viên mình một chút, dỗ dành mình một chút..., và bày mình làm cái này làm cái kia... để lòng an hơn, để biết đâu, những điều kỳ diệu xảy đến nhanh hơn. Đêm qua, sau chương trình, anh đạo diễn hình ảnh trấm ngâm một hồi rỗi nói nghiêm túc với mình: "Bên cạnh những điều kỳ diệu về phía tâm linh, có thể chính là vì khán giả *Thay lời muốn nói* quá thương em, mọi người

cùng nhau cầu chúc em có mặt được ở *Thay lời muốn nói*, nên rốt cục em mới về kịp giờ chót như vậy". Mình cũng nói với anh, em tin điều đó là có thật.

Vậy mới càng thương những người bạn có khi cả đời không biết mặt chỉ biết nick Facebook, mà lòng thương quý nhau là rất thật. Bởi vậy, nói thêm lần nữa, ai nói Facebook là chốn thị phi, sống ảo, mình thì nghĩ ăn thua là cách mình dùng nó thôi à.

Sáng nay mệt lả, xin nghỉ làm việc một buổi, nằm ở nhà... Chỉ nằm nhắm hờ mắt, nghe chim hót, nghe nắng lên, nghe con trai chạy vòng quanh và mở phim hoạt hình léo nhéo léo nhéo..., vậy thôi à. Vậy thôi mà cũng thấy êm đểm, hạnh phúc quá. Bởi vậy, đừng mong cuộc sống bạn hoàn toàn suôn sẻ, bởi nếu cứ sống suôn sẻ, sẽ không bao giờ bạn nhận ra, một phút giây bình yên giản dị bạn có hàng ngày, nó đáng quý đến độ nào.

Mình đang cảm thấy như vậy đấy.

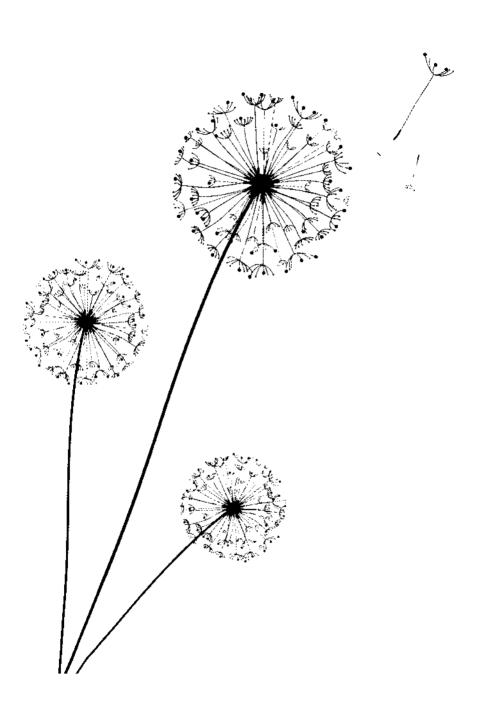


## 07 bí kíp để sống vui khỏe của quỳnh hương:

- 1. Cổ gắng yêu lấy công việc mình đang làm. (Chưa thấy thì ráng tìm, kiểu gì cũng phát hiện ra vài điều tốt).
- Không giữ phiền muộn trong lòng, mà phải tìm người 'méc' ngay!
- 3. Hạn chế nghe nhạc buồn. Chỉ đọc sách, xem phim có kết thúc có hậu.
- 4. Duy trì tập luyện thể thao ít nhất 2 buổi/ tuần.
- 5. Dành cho bản thân 35% quỹ thời gian của bạn, thích gì cứ làm nấy đi, miễn sao nó đừng quá... tốn kém hay hư hại.
- 6. Quan sát cuộc sống. Chắc chắn mỗi ngày bạn sẽ học được ít nhất một điều thú vị hay bổ ích, dù lớn dù nhỏ.
- Nắm tay, ôm hôn những người xung quanh bạn mỗi khi có thể.

#### 07 bí kíp để sống vui khỏe CỦA QUÌNH HƯƠNG:

- 1. Cổ gắng yêu lấy công việc mình đang làm. (Chưa thấy thì ráng tìm, kiểu gì cũng phát hiện ra vài điều tốt).
- 2. Không giữ phiền muộn trong lòng, mà phải tìm người 'méc' ngay!
- Hạn chế nghe nhạc buồn. Chỉ đọc sách, xem phim có kết thúc có hậu.
- 4. Duy trì tập luyện thể thao ít nhất 2 buổi/ tuần.
- 5. Dành cho bản thân 35% quỹ thời gian của bạn, thích gì cứ làm nấy đi, miễn sao nó đừng quá... tốn kém hay hư hại.
- 6. Quan sát cuộc sống. Chắc chắn mỗi ngày bạn sẽ học được ít nhất một điều thú vị hay bổ ích, dù lớn dù nhỏ.
- Nắm tay, ôm hôn những người xung quanh bạn mỗi khi có thể.



### Phần 2

Thương nhau khi còn có thể... "... Em có một ước ao... em có một khát khao..."

ổi mình còn nhỏ xíu, mỗi lần ăn cơm mà không vét hết hột cơm hay để lại đổ ăn thừa trong chén, sẽ bị bà ngoại hay mẹ hay dì út la: "Phải ráng ăn cho hết! Để lại hột cơm nào là mai mốt con chết, xuống địa ngục, mấy hột cơm đó sẽ biến thành mấy con giòi, quỷ sứ bắt con phải ăn cho hết, ghê lắm đó!"

<sup>\*</sup> Phần lời bài hát "Da nâu" (Nhật Đăng) do Phi Thanh Văn hát, một thời được nhiều nghệ sĩ hài hát nhại lại và cư dân mạng trích ra để bình luận vui vui. Ở đây, tác giả trích câu hát này vừa để thể hiện ý hóm hình theo 'trào lưu', vừa hàm ý những ước muốn khó thành hiện thực. (QH)

Cũng hồi mình nhỏ xíu, đi ra vườn mà lỡ vui tay bóp bụng con kiến vàng, hay bút con ốc ra khỏi cái rễ cây dừa, cũng sẽ bị một lời 'cảnh cáo': "Nó chẳng hại gì con, con mà đang nhiên giết chết nó, con sẽ mang tội lút đầu! Kiếp sau sẽ không được làm người nữa, phải mang kiếp con vật, chịu hành hạ lại y như vậy, hiểu chưa!"

Hổi mình còn nhỏ, mình thấy ngoại, mẹ và dì thường hay mời ông Tám bán nhang vô nhà ngổi nghỉ chút, mua thêm cho ông mấy bó nhang dù tuẩn trước cũng mới mua mấy bó, hay kêu chè đậu đen, bánh lọt, bánh đúc ngọt... của bà Hai chè đậu hay bà Ba bánh lọt thường gánh ngang trước cửa tiệm chụp hình của nhà mình, kêu đều khắp mỗi người trong tiệm một chén. Dĩ nhiên là vì chè/ bánh ngon đã đành, mà còn là vì "cho cái gánh của bà Hai/ bà Ba nó nhẹ bớt". Cũng không biết tự hổi nào, mình nhìn mái tóc phơ phơ của ông Tám, dáng gánh liêu xiêu của bà Hai, bà Ba... mà thương đứt ruột, cũng như chẳng nhớ từ bao lâu, cái thói quen mua nhiều nhiều mấy món hàng gánh dù đôi khi không thực sự thèm hay cần, cũng là vì cái suy nghĩ dường như ăn luôn vô đầu: Mua cho người ta gánh bớt nặng.

Mẹ mình hồi đó còn chuyên đi... bảo lãnh cho mấy bác đạp xe xích lô bị công an bắt! Là vì tiệm hình nhà mình hồi xưa xéo xéo trụ sở công an thị xā, mấy chú công an đôi khi cũng tạt qua chơi, coi như khá thân quen. Vậy nên, hễ mấy bác xích lô mà bị 'vịn' vô đó là y như rằng sẽ chạy qua kiếm mẹ mình. Mà mẹ mình, sau đó sẽ te tái

chạy qua bên kia..., dò la hỏi coi tội trạng có nghiêm trọng không, nếu không, bèn... năn nỉ để xin bảo lãnh ra dùm. "Vì người ta nghèo quá, nghỉ một buổi là đói luôn".

Hồi đó, mình chưa bao giờ đặt ra câu hỏi vì sao mẹ lại làm những việc như vậy, như vậy...? Mà không chỉ có mẹ mình, những con người xung quanh cuộc sống của mình ngày đó, hình như ai cũng thường làm như vậy. Tỉ lệ xấu – tốt thì còn tùy mỗi người mỗi tính, tuy nhiên, cái môi trường mà mình đã trải qua thời thơ ấu, mọi người dường như đều cố gắng hành xử trong cái ngưỡng chung: hạn chế tối đa phạm những điều xấu, điều ác, vì sợ bị trời phạt; và năng làm thật nhiều những điều thiện, để tích phước đức. Nếu không vì để bản thân mình kiếp sau lại được hưởng kiếp làm người (như lời hồi đó bà ngoại mình nói), thì cũng để cho con cháu mình được hưởng lây từ những nỗ lực hay thiện chí của mình bây giờ.

Để rối khi tụi mình lớn lên, đủ trí óc, cả kiến thức và cảm nhận toàn diện về cuộc sống, đủ hiểu rằng thực ra những hành động tốt/ xấu không chỉ vì đơn thuần để tích đức hay sợ bị trời phạt, dường như hệ thống những điều tốt cần làm hay những điều bất thiện cần tránh đã ăn vào máu như một dạng hệ tư tưởng, như quán tính, như một dạng chân lý, cần phải làm những điều tốt như vậy như vậy..., và phải cấm không được làm những điều tà ác như thế này thế này...

Nếu truy tận cùng gốc rễ, căn cơ của những hành động này có thể hơi ích kỷ và không được cao đẹp, lý tưởng cho lắm (vì suy cho cùng, người ta có làm tốt/ tránh tà ác cũng chỉ vì có lợi cho chính bản thân người ta mà thôi). Tuy vây, ngẫm thêm một chút nữa, thấy thực ra trong cuộc sống này có cái gì là lý tưởng tuyệt đối? Hàng triệu người dân ở các nước tiên tiến trên thế giới răm rắp tuân thủ theo quy định, đậu xe dừng xe, băng qua đường ở đúng nơi đúng vạch... có khả năng là vì họ biết rằng hệ thống camera san sát ẩn giấu nơi đầu đó sẽ bắt được hành vi vi phạm của họ, và họ chắc chắn sẽ bị phạt. Cho đến một lúc nào đó, việc tuân thủ luật lệ đã trở thành một dạng quy củ, tự giác, bởi vì nó ăn sâu vào đầu họ như một cách nghĩ cố định rồi, khỏi cấn lắp camera họ cũng không vi phạm, vì muốn ra khỏi thói quen cũng khó. Như vậy, suy cho cùng, có lẽ cái sư thuận theo luật lệ ban đầu cũng chưa hẳn đã hoàn toàn vì ý thức chấp hành luật, mà là vì tâm lý sợ bị trừng phạt mà thôi...

Lại lan man nhớ một câu nói của một số nhân vật, trong vài quyển truyện mình đọc qua: "Mình không vì mình, trời tru đất diệt". Câu nói mang ý châm biếm sự vô lại của những nhân vật đó, mà ngẫm tới ngẫm lui lại thấy không phải tuyệt nhiên vô lý. Nhớ lần chị gái mình cười cười: "Vậy chứ Q thử nghĩ coi, ví dụ trong một tấm hình tập thể đẹp thiệt đẹp, ai cũng đẹp thiệt đẹp, chỉ có mình mình là... xấu, mình có up lên Facebook không?"

Ù, câu hỏi chơi vậy mà khó, ví dụ là mình, mình có up tấm hình mình xấu này không?

Cuộc sống sau này, xung quanh mình mọi người được khuyên làm những điều tốt là để hướng đến một xã hội tươi sáng hơn, người ta thương yêu nhau hơn... Nhưng người ta cũng được cho biết, chẳng có gì sau cái chết, chết là hết. Nên có lẽ, vì vậy, người ta ngày càng mạnh tay làm những điều ác, sẵn sàng cư xử nhẫn tâm với nhau hơn. Bởi vì sống xấu sống tốt gì, chết cũng là hết rồi!

Có thể mình thiển cận. Có thể mình không đủ thông thái để nhìn hết những điều cao xa đẹp đẽ của lý thuyết hoàn hảo, nhưng mình đôi khi cũng vu vơ nghĩ..., chẳng thà cứ giáo dục người ta từ đầu bằng chính sự răn đe trừng phạt, hay tích đức, như cách ngoại mình làm với mẹ mình rỗi mẹ mình áp dụng với tụi mình, coi bộ nó còn hiệu quả hơn.

Bởi, chắc cũng giống như mẹ mình hồi xưa, lúc đầu chắc cũng làm vì muốn tích đức, hay muốn để tránh "bị bỏ vạc dầu dưới âm phủ", bà có lê sau đó nhìn thấy được cái niềm vui không tả nổi từ sự cảm động của ông Tám bán nhang, của bà Hai bà Ba bán chè..., từ đôi mắt lưng tròng của bác xích lô mới được bà bảo lãnh, khiến bà càng ngày càng sinh cái tâm muốn làm nhiều chuyện tốt hơn nữa.

Mà ở đời, khi đã làm được nhiều chuyện tốt đẹp, tâm lý chung, người ta sẽ càng ngại sa vào những điều bất

lương. Cũng như trong một bức tranh vậy thôi, không gian có hạn, hễ càng có nhiều mảng màu sáng sẽ còn rất ít chỗ cho những vệt tối.

Đà chuẩn bị bước sang một ngày mới. Ngày mới mình cũng ráng chờ đợi những điều hy vọng mới. Hy vọng một ngày bình yên không có những tin 'tin không nổi' trên mặt báo, và mơ về một ngày đám con cháu mình đi học mà tụi mình hoàn toàn tin tưởng rằng tụi nó sẽ học được toàn những điều hay, những điều tốt đẹp, những điều thực tế sát đất mà bốc lên là xài được, hihi...

"Em có một ước ao... Em có một khát khao..."

## Cám ơn, ngợi khen, động viên, khuyến khích...

Chiều nay sang nhà cô em gái, ở một khu căn hộ cao tẩng ở gần nhà. Thang máy chuẩn bị đưa mình lên tầng cao thì đàng xa, có ba cha con một gia đình nọ đi về. Có vẻ người cha đi đón các con tan học, bé trai bé gái còn mặc đồng phục. Mình vội đưa tay nhấn nút chờ, để cửa thang máy mở ra chờ thêm một lúc nữa để cha con họ kịp vào. Cậu con trai ước chùng học lớp năm lớp sáu, vừa bước chân vào cửa thang máy đã nói: "Con cám ơn cô!" Xong vào trong, cậu lại nhắc em gái, "Em cũng phải cám ơn cô chứ!" Mình cười: "Không có chi, con" mà trong bụng vui quá chừng. Ngẫm nghĩ, thật ra, mang lại niềm vui cho người khác nhiều khi chỉ cần bằng những hành

động đơn giản vậy thôi. Thấy muốn cám ơn cậu bé, và cả bố mẹ cậu, vì đã dạy con thật ngoạn.

Nhắc đến việc này mới nhớ, hôm trước có trò chuyện với phụ huynh một bạn học cùng lớp con trai mình. Bạn trai này có cá tính khá mạnh nên hay bị các thẩy cô trong lớp mắng vốn với phụ huynh, làm mẹ cậu cũng rầu lòng không ít. Tuy vậy, mẹ cậu có chia sẻ, trong một lần bức xúc vì bị mẹ la hoài, cậu đã bộc phát: "Vì sao những lúc con làm được việc tốt thì không ai khen con ngoan, mà mỗi khi con mắc lỗi lại cứ bị lôi ra phê bình?!" Một trong những việc tốt cậu hay làm mà cậu kể ra, chính là bấm nút chờ cho những người đến muộn kịp vào thang máy, hay đứng giữ cửa cho những người đi sau... Vấn đề là, khi làm những việc này, không phải lúc nào cậu cũng được người ta cảm ơn hay khen ngợi, chắc là vì họ... cảm thấy bình thường, mặc nhiên sẽ được như thế.

Thật ra, động viên trẻ con là một việc làm vô cùng cần thiết, không kém gì việc uốn nắn cho các bé đi vào quy củ. Hôm trước nói chuyện với một bạn trên Facebook, bạn thú nhận con bạn hay nghịch nên bạn hay la mắng con..., và mình nhớ đã có khuyên bạn, đối với trẻ con, đặc biệt là những em có cá tính, các con sẽ chỉ thích 'ăn mềm không ăn cứng', và điều đó có nghĩa là một lời khen ngợi, động viên các con còn có tác dụng gấp mười lần một lời dặn dò, răn dạy. Còn nhớ, khi con trai mình vào lớp sáu, chỉ một lời khen của cô giáo day Toán đã khiến cậu phấn

chấn, cố gắng học Toán suốt cả năm - dù thằng nhỏ mang gen mình, ít có năng khiếu về các môn tự nhiên... Cũng tương tự như vậy, một lời động viên của cô giáo trong dự án "Những con số biết nói" nhóm con đang làm cũng đủ khiến con về nhà miệt mài chỉnh chỉnh sửa sửa cho bài hoàn thiện hơn. Ban nãy về, ảnh đang cặm cụi sửa bài trên máy tính, thấy mình ảnh hỏi: "Hôm nay mẹ đỡ mệt chưa, có vui chưa, có cần con mát-xa đấm lưng cho mẹ nữa không...?"

... Là vì tối qua, lúc ôn bài Life skill cho ảnh, mình mệt quá lăn đùng ra cho ảnh đấm lưng. Xong thích quá, mình nhiệt tình khen ngợi: "Con trai mẹ được nhờ quá đi, mẹ thiệt là vui mà!" Cái là hôm nay ảnh tiếp tục chủ động đề xuất vậy đó, cưng không.

Mà hình như không chỉ có trẻ con mới thích và cần nghe những lời động viên, khen ngợi, khuyến khích. Đến chính mình còn thích mà nói chi... Cho nên, từ lâu đã tự rút ra bài học cho bản thân, cái gì mình thích người ta làm cho mình, tốt nhất mình nên chủ động làm trước, và làm thường xuyên cho những người xung quanh. Ấy cũng gần gần giống như việc gieo và gặt vậy, phải không.



### ...Lời cám ơn không mất tiền mua – lựa lời mà nói...

Cuối tuần trước, mình đi làm về, nghe bà trẻ ở nhà hỉ hả 'báo cáo': Sau rất nhiều lần bỏ quên đổ lại trong trường và... toàn bị mất luôn, hôm nay anh con trai yêu quý của mình đã nhặt được của rơi, chính xác là cái bình nước uống của bạn bỏ quên lại, và ảnh đem về nhà, quyết tâm làm chuyện tốt. Nghĩa là, ảnh tẩn mần đi rửa sạch giùm bạn rồi châm đẩy một bình nước mới. Sáng nay thứ hai cầm vô đem đưa lại cho bạn rồi.

Chiếu nay ảnh đi học về, cả nhà hứng thú hỏi thăm coi ảnh đã đưa lại bình nước cho bạn chưa. Ảnh tỉnh bơ: "Dạ, đưa rồi". Bà hỏi, vậy bạn có vui không? Ảnh nói: "Bạn cũng... bình thường". Mình hỏi, "Ủa, vậy bạn có cám ơn con không?" Ảnh nói: "Dạ không". Cả nhà bức xúc: "Ủa,

sao kỳ vậy, rồi con thấy sao...?" Ảnh tiu nghỉu: "Con thấy... cũng bình thường".

Ngẫm nghĩ một hồi, ảnh bỏ nhỏ thêm một câu: "... Có buồn buồn chút xíu hà".

Mình nói với con trai, con có quyền buồn trước sự việc này, vì không phải ai cũng lịch sự hay biết lễ như mình mong đợi. Nhưng con đừng vì chuyện này mà nhụt lòng, những lần sau sẽ không muốn làm những việc tốt tương tự cho người khác. Ảnh khai thêm: "Chẳng vậy, bạn còn tỏ vẻ ngần ngừ..., không dám uống nước trong bình con đong sẵn cho bạn nữa!"

Tội nghiệp thẳng con. Mình an ủi nó, không phải chỉ có mình con mới chịu cảnh cụt hứng, tiu nghiu như vậy đâu. Nói tới đâu là minh họa tới đó liền. Cái tính mình thấy cái gì gai mắt thì chịu không được, đi ra đường thấy người ta quên gạt chống ngang, hay mấy cô nữ mặc áo dài mà tà bay bay phấp phới muốn quấn vào căm xe là kiểu gì mình cũng phải chạy lên, kêu người ta chỉ. Vậy mà y như rằng trong vài chục trường hợp đó, kiểu gì cũng có một, hai trường hợp đã không có tiếng cảm ơn thì chớ, mà còn... bị người đó quay lại trừng mắt, nạt cho một cái: "Làm hết hồn à!" Lúc đó mình tức trào máu... Tự nhủ lòng, thôi mai mốt ra đường ai nguy hiểm gì cũng mặc, 'kệ bà nó', vậy mà con mắt thấy chuyện chẳng đặng đừng, nó cũng chịu chẳng nổi, nó cũng xúi cái chân chạy lên, cái miệng kêu người ta lại chỉ nữa hà!

Mà đâu có phải vì là ông đi qua, bà đi lại, người ở ngoài đường thôi không thèm chấp. Ngay cả những người mình quen biết, trước giờ cũng nể phục họ vì tài hay vì tâm huyết, đôi khi họ cũng tăng cho mình vài cú... chẳng biết nói sao luôn. Nhớ có lần đi quay một talkshow mà mình làm khách mời, cô MC trong chương trình cũng là một nữ diễn viên xinh đẹp, ăn nói sâu sắc, ứng biến rất sắc sảo làm sau cuộc talkshow mình thêm quý ban ấy bội phần. Chi em nói chuyên qua lai trong lúc chờ cảnh quay, cô ấy có chia sẻ là việc lên hình liên tục khiến cô đôi khi cũng khá bối rối trong việc tự trang bị trang phục cho mình. Mình nghe xong, bỗng nhớ tới một nhãn hiệu trang phục nữ thanh lịch mà trước đây có một thời gian mình khá gắn bó, hỗ trợ trang phục cho mình nhiều. Mình nói, thôi để chị nói họ một tiếng, chắc là được đó. Thế là cô ấy đọc số điện thoại của cổ cho mình, mình về gọi điện sang nhãn hàng kia, thuyết phục họ đồng ý xong rồi, quá phấn khởi mới nhắn thông báo cho cô bé kia, kèm theo số điện thoại của người quản lý nhân hiệu thời trang nọ. Xong rồi... nghe im re, chẳng thấy phía đối phương động tịnh gì là đã nhận được tin nhắn cả. Mình đợi một hai ngày, cảm thấy áy náy không biết số điện thoại cô ấy đọc mình lưu có đúng không, liệu mình có nhắn nhằm tin cho ai không... Mình rảnh ghê, mình đi hỏi thăm vài bạn đồng nghiệp số điện thoại của cô ấy, đem so ra thì đúng rồi. Chuyện đã vậy thì dừng luôn lại ở đó...

... Cho đến một ngày đẹp trời, trên trang web của nhãn

hiệu thời trang ấy, mình nhìn thấy một series ảnh mới, cô MC ấy tươi tắn trong một bài thời trang mà tít là tên cô ấy "duyên dáng trong trang phục của (nhãn hiệu ấy)". Ta nói..., một cảm giác thất là khó tả!

Rồi từ chuyện này lại nhớ lan man sang một chuyện khác. Một bạn nhà báo phụ trách một dự án lớn, đẩy ý nghĩa cho cộng đồng mà trước đây mình cũng đã từng tham gia vài lần, và thực sự cảm kích tâm huyết của bạn ấy cho dự án này. Rồi một ngày kia, bạn ngỏ lời với mình, muốn thực hiện một chủ để trong chương trình mình làm về ý nghĩa của dư án đó. Êkip tụi mình rất đồng tình với ban, nên trong một chủ đề về cộng đồng năm đó, tụi mình đã bỏ nhiều tâm sức để thu thập tài liệu (từ ban ấy cung cấp), đầu tư dàn dựng... và trong đêm truyền hình trực tiếp ấy đã dành hẳn một đoạn thật trang trọng để đề cập đến câu chuyện ấy, dự án ấy ngay đúng ngày kỷ niệm của dự án. Chương trình lên sóng đã tạo ấn tượng rất tốt, có sức lan tỏa mạnh mẽ trong khán giả chương trình. Rồi một tuần sau chương trình, trong buổi họp êkip, sẵn miệng mình hỏi thăm..., sao sau chương trình bạn ấy vẫn... im ru? Cậu em trước giờ được phân công liên lạc với bạn ấy lúng túng: "Dạ, chắc chị ấy bận nhiều việc, nên quên cám ơn tụi mình..."

Thực sự, mình rất hiểu và học rất kỹ cái câu ông bà mình hay nói: "Thi ân bất cầu báo", tạm hiểu là đã giúp người thì không chờ mong người ta làm gì để báo ơn mình. Đúng vậy. Không cần phải làm gì tốt ngược lại cho

mình. Nhưng lời cám ơn thì cần phải nói. Vì thứ nhất, lời cám ơn không tốn tiền mua, chỉ có lòng là nói ra được. Thứ hai nữa, cái lời cám ơn giản dị mà chẳng tốn kém gì đó, nó mang lại cho người làm chuyện tốt thiệt là nhiều niềm vui, sự khích lệ, là mình làm chuyện đó đúng đó, hay đó, mình nên làm tiếp để mang tiếp thêm niềm vui cho nhiều người khác. Kiểu như mình vẫn hay cảm ơn cô phục vụ ở quán ăn hay anh bảo vệ hay mở cửa dùm mình. Thứ ba (mặc dù chắc chưa phải là lý do cuối), là nếu bạn quên không cám ơn người đã làm điều tốt cho mình, chắc chắn... bạn sẽ không khi nào nhận được điều tốt tương tự từ người đó nữa, vì người ta chán rồi... Đàng nào cũng chẳng có hay chẳng có vui, phải không, kể cả người làm chuyện tốt lẫn người nhận chuyện tốt.

Những chuyện này đã rất lâu rồi, không ngờ vẫn còn lưu trong bụng, nên hồi nãy gặp dịp, nhớ lại, mình có lôi ra kể con trai nghe. Coi như để rút kinh nghiệm trước, để một là con sau này đừng bao giờ vào vai 'người quên cảm ơn' với những tình huống mà con nhận ơn cụ thể; mà cũng để con đừng nản lòng mà hãy tiếp tục làm những chuyện tốt 'bất cầu báo' với những người khác. Con trai vui vẻ nghe, xong chắc nó... vứt luôn mấy cái chuyện chẳng vui đó ra sau đầu rồi. Nó hí hửng đi làm cuốn tập san điện tử gì đó, cô giao chuẩn bị mừng ngày Nhà giáo. Vậy mà ai nói tánh thằng nhỏ khó chịu,... giống mình.

## Học khen - học chê

bàn cơm trưa nay, con trai mình gật gù: "Hôm qua mẹ tốt." Ý ảnh là, phần tham gia của mình làm giám khảo cho đêm Chung kết xếp hạng cuộc thi Người dẫn chương trình đêm qua. Mình cười cười: "Làm sao mà tốt?" Ảnh hoa chân múa tay để cực lực minh họa cho cái ý của ảnh: "Nghĩa là, bắt đầu nhận xét các cô chú, mẹ biết cách khen ngợi rồi mới nhận xét chỗ tốt chỗ xấu của người ta. Rồi kết lại, mẹ lại động viên các cô chú lần nữa." Cả nhà mình bật cười. Cái thằng, mới mười hai tuổi mà để ý thấy sợ. Mình cười: "Không hổ danh là 'đệ tử chân truyền' của tui mà!"

Nó đã nhìn ra được như vậy, mình mừng. Khen ngợi, động viên người khác là một điều vô cùng cần thiết trong cuộc sống này, có tác dụng như những liều thuốc giúp họ tự tin vào bản thân hơn, cảm thấy mình có giá trị hơn. Điểu này, ở vai trò làm cha mẹ, mình ý thức rõ để thực hiện với con; và khi ở vai trò làm người đi trước, mình nhớ để không hà tiện lời đánh giá tốt với những em dưới mình, với những điểu tốt các em thực sự làm được.

Nhớ những lúc đi làm sự kiện bên ngoài, sau mỗi chương trình làm xong, điều làm mình vui nhất chính là một cái bắt tay cảm ơn từ phía chủ sự kiện kèm theo câu nói "Well done" hay "Chị làm tốt lắm". Tiếc rằng không phải... chủ sự kiện nào cũng nhớ làm điều này, cũng như... không phải sếp nào của mình cũng nhớ rằng tụi mình cũng rất cần những lời khen ngợi, động viên từ các sếp, bên cạnh những lời góp ý (vốn được nghe hơi thường xuyên).

Mình nhớ, hỗi mình học Sư phạm Anh văn, tụi mình đã được dạy, khi nhận xét hoạt động của một người, nhất thiết cần phải nêu được trước tiên những ưu điểm của họ. Bởi vì chắc chắn bất kỳ điều gì người ta làm ít nhiều cũng có những điểm tốt. Rồi sau đó, hãy nói tới những khuyết điểm, hay là những hạn chế. Và khi nói đến hạn chế, cần đi thẳng vào điều cốt lõi, những điểm người ta cần khắc phục nếu có thể, tránh những lời chê bai mang tính miệt thị làm tổn thương người ta. Cuối cùng, là động viên họ, hãy ráng lên, lần sau bạn sẽ làm tốt hơn nếu bạn cố gắng. Sau này ra trường, không đi dạy nhưng đi làm, môi trường công việc cho mình nhiều lần phải áp những

điều này vào thực tế. Và thực sự cảm thấy rất hiệu quả, khi mình ở cả vai trò người góp ý lẫn người nhận góp ý.

Ở nhà, mình hay nói với con trai: Trước khi con mở miệng hay gõ comment phê bình điều gì với người ta, con cân nhắc cho kỹ, con muốn gì sau lời phê bình này: liệu con muốn người ta nghe để rồi biết chỗ chưa tốt để rút kinh nghiệm làm cho tốt hơn, hay con muốn người ta ôm một cục tổn thương, tự ái, rồi... chẳng tiếp thu được những gì con góp ý luôn! Vậy đó, làm người ai mà giỏi ngay được, mà nói thiệt, trên đời này chắc chả có ai muốn bị chê bai, mẹ cũng vậy con cũng vậy. Và Khổng Tử từng dạy, cái gì mình không muốn được nhận thì đừng làm với người khác. Ảnh gật gù lại gật gù. Cầu trời cho ảnh hiểu.



# Sức mạnh từ sự gắn kết

1

Hôm trước, vô duyên vô cớ bị chặn tin nhắn gửi đi từ điện thoại di động của mình, làm mình nhịn không được, phải có một bài thắc mắc trên Facebook. Sáng nay, nhận được cuộc gọi từ một bạn đại diện nhà mạng mình dùng, ngỏ ý xin lỗi và đã mở lại tin nhắn chiều đi cho mình. Sau khi được giải thích và cũng được 'giải oan' cho hai bên hiểu nhau hơn, cũng cảm thấy nguôi nguôi nỗi bức xúc hôm qua. Thấy, thực sự Facebook có những giá trị của nó, miễn là ta phải đúng và ta đừng lạm dụng để biến Facebook thành nơi để trút sấu, phá hư phong cảnh mỹ quan của tường nhà bạn bè ta, hoặc phá cảm xúc của nhiều người khác, hoặc phương hại người khác.

Nói tới giá trị của Facebook, tối về mệt muốn chết đọc xong được hai tin, tỉnh mệt. Một là một người ban nào đó của bạn mình đã share kêu gọi mọi người mua dưa ủng hộ bà con Quảng Nam bi ngập lut bất ngờ. Việc này cũng đã thường thấy rồi đi, vui là sau khi ban share tin, đã có nhiều bạn bè của bạn gửi tiền góp qua cho bạn đi mua dưa, số tiền lên đến mấy chục triệu. Dưa mua xong nhiều quá làm sao ăn cho hết? Các ban bèn huy động ban bè chở dưa đến tăng cho các công nhân tại các khu chế xuất, khu công nghiệp. Nông dân bán được dựa đã mừng, người công nhân vốn khó khăn được tặng quả dựa về làm tươi thêm bữa cơm chiếu, mà hơn vậy, còn là quả tặng bất ngờ, cũng vui không kém. Nhiều người vui, những người làm con thoi nối giữa các bên là các bạn trẻ làm công việc thiện nguyện kia cũng vui, mà những người gửi tiền về mua dưa càng vui, vì số tiền mình đã được dùng một cách đầy ý nghĩa.

Tin thứ hai là một người bạn của một người bạn khác của mình đăng status cần mua giá rẻ một cái laptop cũ giùm cho một người cha nghèo muốn mua cho con mình học. Status đăng lên, đã có mấy người vào tình nguyện tặng luôn laptop cũ ở nhà mình. Đọc các comment mà phát xúc động lây. Ở đây người đăng cũng uy tín, nhân vật cũng đáng tin cậy, vì vậy người ta chẳng chút gợn nghi ngờ nên góp vào ngay. Thấy, Facebook vẫn là nơi đáng quý để người ta lan truyền cho nhau cảm xúc và thiện ý muốn làm điều tốt. Và một khi những điều tốt ấy được

làm ra, tác động của nó, với sức lan tỏa của Facebook, là vô cùng lớn.

Vì vậy, lại thêm một lần nữa nhắc mình và nhắc bạn bè mình, hãy để Facebook là nơi kết nối, truyền đi những tin tốt lành, những niềm vui, những tấm ảnh đẹp – nghĩa đen và nghĩa bóng. Cứ mười người nghĩ được như vậy, sẽ dần có một trăm người làm theo được như vậy. Sức mạnh của sự kết nối và lan tỏa mà, bạn tin đi. Trong đó, chắc chắn có bàn tay mình và tay bạn góp sức nữa đấy!

Đang vào mùa cao điểm của các chương trình mình phải làm ở Đài, lại cẩm lòng không đậu, bày đặt bày ra cái vụ... rủ bạn bè con trai tới nhà ôn thi nhóm cho tụi nhỏ. Là vì ròng rã mấy chục năm đi học từ hồi còn chút xíu đến bây giờ cũng vẫn còn học, cái thứ mình thấy hữu ích nhất chính là dạng học bài, ôn thi theo nhóm. Hồi đó cấp ba, tụi mình hay tụ lại nhà mấy đứa bạn mình, có khi là nhà bà ngoại mình nữa... Học xong bài thì nghịch thêm một mớ, xong bài thi rồi đứa nào cũng cười hớn hở vì kết quả đứa nào cũng đạt khả quan, đứa khá môn này chỉ cách ôn cho đứa yếu hơn, và ngược lại. Cứ như vậy trải qua nhiều mùa thi thì nhóm bạn cũng trở nên vô cùng thân thiết. Nhờ vậy mà đi qua những ngày mới lớn có nhau để chia sẻ, động viên, đứa nào cũng ráng học, ráng thành người, không có đứa nào hư.

Những năm vào Nhạc viện, lúc này mình đã đi làm nên có điều kiện hơn hẳn mấy em học cùng lớp (trong lớp mình luôn... cao tuổi nhất lớp, em lớn tuổi nhì cũng phải thua mình đến mười tuổi lân!). Thế là rủ tụi nhỏ về luôn nhà mình, xúm lại ôn bài, làm bài tập trước mỗi kỳ thi. Lúc này mình đã qua bốn năm học sư phạm nên có phương pháp rút gọn và nhớ bài giỏi lắm, được tụi nhỏ hay tin tưởng giao phó cho nhiệm vụ ôn các môn học bài, môn lý thuyết. Còn ngược lại, các bài đụng tới chuyên môn âm nhạc như hòa âm, ký xướng âm, rồi phối khí, piano phổ thông..., mình dốt như me nên thường được tụi nó đặc cách kèm cặp. Lớp nhạc nên sĩ số ít ỏi lắm, chỉ tám - chín bạn trong một lớp. Qua những ngày thi và những mùa thị, đứa nào cũng 'sống sót mạnh khỏe', nhờ bài giảng của nhau mà lại nhờ thêm... cơm nước ngon lành ở nhà mình. Cả lớp thương nhau hơn cả những người ban, gần trở thành những anh chi em thương thiết ruôt rà.

Thời con mình bây giờ vật chất đầy đủ hơn, nhưng xem ra việc gắn kết như vầy lại kém thời mình nhiều quá. Suốt từ nhỏ đến lớn, chưa từng có đứa bạn nào tới ôn bài với con trai, mà hắn cũng chưa từng đến nhà bạn nào để ôn bài trước kỳ thi, chỉ ôn bài với mẹ hoặc bà. Sau vài chuyến đi thiện nguyện cùng lớp con trai, mình nhận ra, các bạn nhỏ đều khá ngoạn ngoãn năng động, nhớ hồi họp phụ huynh học sinh gắn đây, nghe cô giáo nói lớp các bạn học khá mà đôi khi chưa đều ở một số môn học bài, môn văn, rồi một số môn tự nhiên... máu bao đồng của mình trỗi dậy (cái này chắc thừa hưởng gen di truyền của

mẹ mình!). Mình rủ, các con tới nhà cô đi, cùng ôn bài theo nhóm với cô nha!

Vậy mà cũng có tới nửa lớp đặng ký tới nhà mình chủ nhật này để ôn bài. Cũng vui là anh xã mình hai tay hai chân ủng hộ mình, nhưng vui hơn nữa, một số phụ huynh trong lớp cũng tình nguyên... đến nhà đi chợ, nấu cơm, làm bánh giò cho bon nhỏ ăn trưa lấy sức ôn bài, một chị phụ huynh là giáo viên cũng nhiệt tình xung phong giảng thêm bài toán cho tụi nhỏ. Thẳng con trai mình nửa phần khích nửa nghi ngai, nó hỏi: "Vậy ôn bài nhóm là làm cái gì hả me?" Mình cười, cũng là ôn bài thôi con, cũng là cách mẹ vẫn ôn bài với con trước giờ, vẽ sơ đồ và hình cây, vẽ ký hiệu và dùng biên pháp liên tưởng, liên kết..., nhưng khi ôn chung cùng các bạn, sẽ không chỉ có mỗi mình con nhớ, mà các bạn cũng nhớ. (Rồi sau này khi không cần mẹ, các con cũng sẽ có phương pháp nền, các con tư mình ôn được với nhau luôn. Cái này thì mình chưa nói, sợ ảnh không tin). Mình cũng hứa với tụi nhỏ, mình sẽ chỉ cho các con một số chiều để làm văn nghị luận, thứ mà hiện tại con trai mình đang khá. Tui nhỏ hoan hô rân trời. Mình giao cho con trai, giờ con phải nghĩ trước các cách thức nối sự kiện và lập sơ đồ cho các bài Sử, các bạn con sợ môn Sử lắm đấy. Ánh nhận nhiệm vụ, mặt hớn hở, thấy mình rất quan trọng.

Rút kinh nghiệm từ vụ ảnh từng 'ganh tị' với hai em chó tụi mình nuôi trong nhà khi thấy... mình cưng hai

em đó quá, kỳ này mình làm công tác tư tưởng trước: Mẹ muốn không chỉ có con đạt thành tích tốt trong các kỳ thi, mà cả lớp con cũng sẽ vui vẻ vì làm bài tốt đều các môn. Vì thế con đừng cảm thấy ganh tị khi mai mốt mẹ sẽ chỉ phương pháp học luôn cho cả các bạn con nhé! Ảnh cười, không đâu mẹ, vì con cũng muốn các bạn ai cũng làm tốt.

Bạn xem, sự gắn kết đồng lòng cùng nhau, ở môi trường nào hoàn cảnh nào cũng sẽ tạo ra những sức mạnh vượt bậc. Nói chi cho to lớn vĩ mô, bạn ngắm vườn nhà mình chiều qua mà xem. Có những loài hoa đứng một cây chẳng thấy gì đặc sắc, vậy mà gắn kết lại thành tầng tầng lớp lớp, cây này xen lẫn khóm hoa kia..., lại trở nên hòa hợp và đẹp đến lạ. Thiên nhiên mà cũng thể hiện sức mạnh của sự gắn kết đó, chớ đâu!

# Khuây khóa

Những ngày này công việc gặp tứ bề thử thách, muôn cảm giác ức chế, muôn người 'ưa không nổi' mà không thể làm được gì họ, đến mức tối qua, ngồi nói chuyện với cha qua điện thoại mà không ngăn được nghẹn ngào. Rồi ngẫm lại, đã bao lần gần đây, mỗi cuộc điện thoại về cha là mỗi bận nghẹn ngào...? Để mặc cho công việc còn sắp hàng đợi giải quyết, bài vở còn sắp hàng đợi học, chẳng muốn làm gì nữa, chẳng muốn động tay động chân nữa, cứ nằm đó, nhìn đời trôi, ước gì cứ nằm mãi ra đó mà gút mắc công việc tự trôi qua được thì tốt quá. Vì cũng biết, có động vào cũng không thể giải quyết được. Thấy như đang đâm đầu vào một mớ lùng nhùng, chưa tìm được lối thoát, thấy ngột ngạt.

Sáng nay vào họp phụ huynh với lớp con trai. Họp thường lệ cuối năm, chợt nhận ra, không khí buổi họp phụ huynh - từ khi nào đã không còn là xã giao, cho có lê như nhiều lần trước đây. Phu huynh ngôi, đóng góp ý kiến, phân tích mổ xẻ các vấn để chung, cùng xúc đông khi nghe cô giáo chủ nhiệm báo cáo, học kỳ hai cả lớp đã thăng được hai bậc, đồng thời cũng ghi nhận năm trường hợp học sinh nỗ lực tiến bộ vượt bậc trong học tập, bốn trường hợp có tiến bộ vượt bậc trong hanh kiểm... Mùng mừng tủi tủi, bởi những cái tên ấy mình từng nghe quen, đã từng nằm trong lời rầu rĩ của cô giáo thời gian trước khi nhắc đến một số trường hợp quá cá tính... Mừng mừng tủi tủi, bởi dường như sau tất cả những nỗ lực của một số bố mẹ, không chỉ bản thân các học sinh mà cả các phụ huynh khác cũng đã nhìn nhận được những chuyển biến tích cực nơi cả lớp. Niềm tin ấy đã đưa đến một kết quả còn vui hơn: có đến hai phần ba lớp được bố mẹ đồng ý cho tham gia chuyển đi biển - chính là 'quà thưởng sau kỳ thi kết quả thiệt ngầu' mà mình khuyến khích bữa trước. Và có đến phân nửa phụ huynh trong lớp đăng ký đi theo... chơi với các con và với các phu huynh khác. Những phu huynh không thu xếp theo được cũng nhiệt thành nhắn nhủ: "Nhờ các anh chị chăm sóc giúp các con chúng tôi".

Mấy tiếng đồng hồ lặn ngụp trong bao kế hoạch mua quà thưởng các nhân tố tiến bộ, thưởng cả lớp con xem phim và ăn liên hoan, dò lịch chiếu xem phim gì, ở đâu, ăn gì... Cả nhóm phụ huynh sôi sôi nổi nổi hớn ha hớn hở, chợt nhận ra, mình đang dẫn trở nên khuây khỏa biết bao... Mim cười khuyến khích phụ huynh này, đốc thúc phụ huynh kia, những nụ cười tự nhiên quá quý với mình, so với cả ngày hôm qua... nặn không nổi một nụ cười, chỉ thấy lòng mình trīu xuống. Nhận ra, cái cây sức mạnh từ sự gắn kết mà chúng mình đã dốc lòng trồng xuống, chăm bằm, tưới nước..., bữa nay bắt đầu bén rễ xanh tươi rồi.

Tan buổi họp, còn sớm, mình thuận theo lời con trai 'rủ rê' tối qua, lai đưa con đến một tiệm ăn Nhật quen thuộc, cũng lại là chỗ ngồi ưa thích, ngay đối diện quầy chế biến thức ăn. Chưa đến giờ cao điểm nên quán chỉ lác đác vài thực khách. Mình ăn xong trước, ngỗi chờ con trai chén nốt tô mì udon của ảnh, nhàn rỗi bắt chuyên tán gẫu với các em nhân viên chế biến cũng đang rảnh tay. Các em nói, làm ở đây đông khách lắm chị nên tụi em cũng không được nhiều thời giờ đi chơi, chẳng hạn tới Tết, tụi em chỉ được nghi bốn ngày. Quê em ở Bình Định, ngổi xe chiều 29 Tết, tới trưa 30 mới tới nhà. Coi như chỉ còn kịp thắp cây nhang mồng một, rồi mồng hai lại tất tả leo lên xe đi trở vào Sài Gòn... Mình an ủi, không sao em, ít ngày như vậy em sẽ thấy quý từng phút em được ở nhà với gia đình... Em dạ, đúng như vậy á chị, mắt em cười cười sau tấm khẩu trang an toàn vệ sinh thực phẩm.

Mình cảm thấy, mỗi khi thực sự quá trĩu lòng về một mảng nào đó của cuộc sống, ắt hẳn sẽ luôn có một hay vài lối nho nhỏ khác giúp cho con người ta khuây khỏa. Với mình, lần này là những chuyện nho nhỏ sáng nay..., mà biết đâu, với cậu em nhân viên đang nhớ nhà ấy, mình cũng đã góp phần cho cậu ấy khuây khỏa... Con người ta cứ thế, cứ hay vô tình cố ý gieo cho nhau những muộn phiền rắc rối, chứ không nhiều khi nhận ra, chỉ những niềm vui ta tạo cho nhau, dẫu thân dẫu sơ dẫu quen dẫu lạ, mới chính là những điều con người ta cần.

Cũng may, cứ đi loanh quanh, kiểu gì cũng sẽ tìm được vài điều khuây khỏa. Nhờ vậy con người ta mới còn sống được, không thì chắc... chết nhiều rồi.

Chỗ quán ăn mình nhắc ở trên, ngoài đồ ăn, mình thích nhất là việc mỗi nhân viên đều đeo một con icon mặt cười trên bảng tên mình hoặc trên khăn trùm tóc. Icon mặt cười như luôn cùng mỗi nhân viên chào đón khách vào ăn, mắt cười hấp háy, thiệt dễ thương. Mà... giơ điện thoại lên chụp... ngực áo hay chụp đầu tóc người ta thì kỳ quá, thôi mình minh họa liên tưởng bằng hai icon cười đính trên túi vải của mình nhe. Mình cũng là 'con nghiện' những hình mặt cười mà!



Ngai...?!

áng nay thức dậy gặp chút chuyện thấy lấn cấn lấn cấn... Là chuyện một em nhỏ trong êkip, trước thểm "Lễ trưởng thành" của em ở trường đại học, bỗng thấy băn khoăn khó ở, vì em mắc trong một hoàn cảnh khó tả. Ở nhà em, trước giờ các anh chị tốt nghiệp ra trường đều lẳng lặng tự đi lãnh bằng rồi về, rồi ở nhà tự làm bữa tiệc nhỏ mừng với nhau chứ không ai mời ba mẹ đến dự. Nên giờ tới em, em đọc thấy bạn bè lăng xăng viết status chờ mong mời ba mời mẹ, rồi có kế hoạch "những cái ôm tri ân" thì em buồn ghê gớm.

Cái là mình nói luôn, việc gì phải buồn hả em! Là mình nói thật. Thứ nhất, bản thân mình nè, hồi đó mấy lần mình tốt nghiệp cũng đi làm lễ có một mình, mà đâu có tâm trạng buồn phiền gì đâu! Chắc hồi đó thế hệ tụi

mình (bao gồm mình và các anh chị của em ấy) thì chưa có cái "Lễ trưởng thành" như vẩy, nên Lễ tốt nghiệp chỉ là tốt nghiệp thôi, không có ai mời cha mẹ người thân gì tới hết. Chắc sau này internet phổ biến, các trường học tập được mấy cái lễ ra trường ở nước ngoài nên một số trường mới phát triển thành "Lễ ra trường", có mời cha mẹ, người thân đến dự, thì tới em nó nảy ra thêm vụ mời phụ huynh cũng là điều dễ hiểu, đáng trân trọng, càng vui hơn chứ sao, mắc gì phải so với "hồi đó các anh chị em chẳng có, giờ em ngại..."?!

Thứ hai, em chưa từng về ngỏ qua với mẹ về ý nghĩa của lễ này, sao em nghĩ mẹ em sẽ không đi? Mình khuyên em cứ về kể mẹ nghe, nếu cô ấy sốt sắng thu xếp đi thì vui rối. Cái gì mình chưa nói với người ta thì đừng có tự suy diễn, rồi tự mình buồn bực. Mà ở đời, vụ này xảy ra phổ biến lắm, ngay cả ở những con người gần gũi thân thiết với nhau nhất!

Mình khuyên nhủ một hồi, em ấy thú nhận rằng mẹ của em "nếu nghe em nói trưởng thành này nọ chắc vui, rồi dù muốn dù không chắc cũng ráng khăn gói đi, vì đó giờ cái gì liên quan tới chuyện học hành, ba với mẹ chưa bao giờ nói không với tụi em". Mà giờ em lăn tăn thêm cái nữa, vì mẹ em chuẩn bị một chuyến đi xa, mà hổm rày em không có ở nhà phụ mẹ em chuẩn bị này nọ gì được, nên em ngại... Cho nên em ấy quyết định là: "Thôi em sẽ không báo, để mẹ em chuẩn bị nghì ngơi chơi với cháu

dưỡng sức vậy." Vì, "cũng sẽ bình thường thôi chớ có sao, bữa đó chắc thiên hạ khóc rần trời, riêng gì ai đầu mà sợ."

Tới đây thì mình... nổi giận thực sự. Mình không thèm trả lời em nữa, mình viết thẳng ra đây luôn.

Ngại..., ngại,.... Ngại cái con khi!!!

Thật ra, sống ở đời, đáng sợ nhất là mình ngại với chính những người mình thương yêu nhất, hoặc ngại với chính những người yêu thương mình nhất! Có bao nhiều người đã từng vì ngại ngần mà không nói, để vuột mất tình yêu lớn của đời mình?! Có bao nhiều người, cứ vì ngại mà mãi không dám làm một cử chỉ yêu thương gần gũi với những người trân quý xung quanh mình: cha, mẹ, anh chị em, con cái, bạn bè mình..., để đến khi họ buông tay bay xa khỏi mình mãi mãi, mới ngày đêm đau lòng, cắn rứt mãi không thôi...???

Hoặc đã có bao nhiêu người, ngại không nói ra, mà trong bụng ôm một đống suy tư, trăn trở, rồi héo hắt cái thân, rồi buồn bực cái người...??? Như thế thì làm sao mà sống vui vẻ, thanh thản cho được?!!!

Cái gì mình nghĩ chưa chắc là cái người khác nghĩ, nên đừng mất công suy nghĩ giùm người ta. Có gì, cứ nói ra. Không nói, sao người ta hiểu? Không nói, sao biết người khác... chẳng nghĩ giống mình?! Đừng có tự mình đa tình, cũng đừng có tự mình "ôm rơm rặm bụng".

Còn, cuối cùng, như trường hợp của đứa em mà mình đang nói đây. Nếu em đã biết là em nói chắc chắn mẹ em sẽ sốt sắng mà đi, mà em vẫn không báo là vì em ngại, rồi tới bữa đó, nhìn bạn nhìn bè ấm áp trong vòng tay cha mẹ yêu thương mà em tự buồn dẫu em không muốn, là em mang tội với mẹ em đó. Mang tội phụ lòng yêu thương vô bờ bến của mẹ dành cho em, là vì không bao giờ có sự phiền hà nào của cha mẹ khi đến chia sẻ niềm vui tột cùng với con cái, cho dù có thể họ bận rộn đến thế nào. Mang tội với chính em khi tự mình tạo ra cái gút trong lòng không đáng có, để phí mất những khoảnh khắc đẹp nhất.

Em ấy không phải là con của mình, nên thật lòng mình chỉ có thể... nổi giận đến thế này thôi. Còn, mình nghĩ, giả sử con trai mình, nếu một ngày mà nó dám có suy nghĩ ngại giống em ấy với mẹ em, chắc mình... đánh một trận nên thân (cho dù từ hồi sinh nó ra tới giờ, mình chưa bao giờ đánh nó dù chỉ một lần!) Còn nhớ, hôm trước theo lớp con trai đi từ thiện, nó về vui lắm, nó còn nói: "Mẹ có mặt được với tụi con thật là tốt, vậy những lần sau mẹ ráng theo tụi con nữa nhé!" Chứ mà nếu áp theo cái tư tưởng ngại mọi lúc mọi nơi, mọi hoàn cảnh của em ấy, con trai mình, nó thấy mình lu bu trăm công ngàn việc mà bỏ thời gian theo nó đi từ thiện, chắc nó hẳn sẽ ngại lắm đó!

Vậy đó, khi người ta thương yêu một người khác thật lòng, chẳng có cái gì đáng gọi là hy sinh hay phiền phức khi ta được góp thêm vào niềm vui cho người đó cả. Cứ suy nghĩ thêm đi, rồi bạn thấy mình nói có phải không nhen!



## Để gió cuốn đi...

ình vẫn thích vô cùng cái tứ này của anh Trịnh Công Sơn, bốn chữ ngắn ngủi mà thiên ngôn vạn ngữ. Ngày đầu tuần, ngẫu nhiên lại hai lần cảm nhận ý nghĩa của cụm từ này.

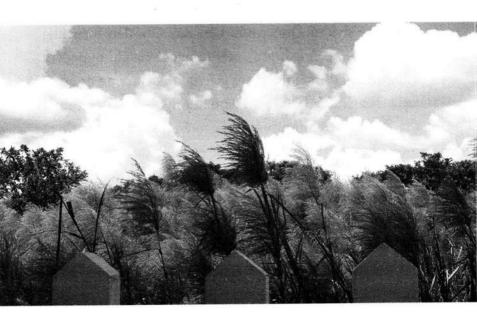
Sáng thức dậy, là tin một em ca sĩ vừa qua đời. Sửng sốt. Với mình, em ấy không hiện diện nhiều như một ca sĩ, mà là cô bạn rất thân với vợ chồng em gái út của mình, và là một dạng thế hệ sau của mình ở đội văn nghệ trường Đại học Sư phạm cách đây hơn hai mươi năm... Rối chợt nhận ra, nỗi xót xa dường như tăng gấp bội nếu như một tin dữ đến quá đột ngột, không có một tín hiệu nào để mình biết trước. Thế rồi là cảm giác bần thần quen thuộc, mỗi khi nghe tin dữ, ai đó mình quen biết lìa trần.... Cái

cảm giác "để gió cuốn đi" tự nhiên trào dâng, nghe đời phù du, như sinh mệnh con người thật ra cũng chỉ như mớ hoa lau sậy cạnh nhà, mà mình vẫn thấy gió thổi tới là bay vật vờ trong gió. Ai biết gió giông nổi lên giờ nào, cuốn mình hay người thân bạn bè người quen mình đi đến tận nơi nao...

Tâm trí mình chạy về một bài viết mình đọc được đêm qua, của cô ban cùng phổ thông trung học ở Long An, giờ đang sống ở Nhật Bản. Cô kể về một việc tốt cô làm được, bỏ dở cả nửa ngày công việc để giúp một nữ du khách Đài Loan lạc đường rất xa quay về lại được khách sạn của mình, trong bối cảnh bất đồng ngôn ngữ và cô du khách thật sự hốt hoảng. Cô thấy ấm áp vì nhớ lại hồi mới qua Nhật cô cũng từng lâm vào hoàn cảnh tương tự, và cũng đã có những tấm lòng tốt bụng giúp đỡ cô như vậy. Và cô ngẫm nghĩ, lòng tốt gieo đi sẽ có lúc gặt lại được lòng tốt. Đọc tới đây, tâm trí mình vô thức lại nghĩ đến "để gió cuốn đi...". Chỉ có điều, "để gió cuốn đi" ở đây lại là những cánh hoa bổ công anh xinh đẹp mềm mại, chỉ đợi gió đến để được bung tỏa đi, gieo cái đẹp khắp chốn nhân gian... Cái đẹp ở đây không chỉ dùng lai ở chỗ đẹp để ngắm, nó còn vươn đến tầm vóc 'thấy đẹp muốn làm theo, hoc theo'.

Rō ràng là cùng một câu nói thôi, mà ở hai hoàn cảnh, đã có thể cảm được theo hai tầng ý nghĩa hoàn toàn khác biệt. Có lẽ, cũng như mọi người, mình không thích tầng nghĩa u buồn trong câu chuyện thứ nhất, mặc dù phải công nhận, nó cứ đương nhiên tồn tại, mặc cho chúng ta thích nó hay không (một sự thật đáng buồn). Nhưng, có lẽ, cũng lại như mọi người, mình trông chờ vào sự lớn mạnh đẹp đẽ của tầng nghĩa trong câu chuyện thứ hai. Những việc làm tốt, tự thân nó có sức lay động mạnh mẽ, có khả năng cảm hóa và biến chuyển con người hơn cả những cuốn sách dạy làm người được viết thành bộ, câu cú lý thuyết hoàn mỹ.

Vậy thì, một khi đã không thể cản được cái phù du của cuộc đời ngắn ngủi, của mình hay của mọi người, một ngày bạn còn sống, hãy cố gắng lan tỏa những điều tốt bạn làm. Hãy cứ "để gió cuốn đi"..., nhen bạn.



Có lẽ, cũng như mọi người, mình không thích tẩng nghĩa u buổn trong câu chuyện thứ nhất, mặc dù phải công nhận, nó cứ đương nhiên tồn tại, mặc cho chúng ta thích nó hay không (một sự thật đáng buồn). Nhưng, có lẽ, cũng lại như mọi người, mình trông chờ vào sự lớn mạnh đẹp đẽ của tầng nghĩa trong câu chuyện thứ hai. Những việc làm tốt, tự thân nó có sức lay động mạnh mẽ, có khả năng cảm hóa và biến chuyển con người hơn cả những cuốn sách dạy làm người được viết thành bộ, câu cú lý thuyết hoàn mỹ.

Vậy thì, một khi đã không thể cản được cái phù du của cuộc đời ngắn ngủi, của mình hay của mọi người, một ngày bạn còn sống, hãy cố gắng lan tỏa những điều tốt bạn làm. Hãy cứ "để gió cuốn đi"..., nhen bạn.



# Hai này dẫu có lìa đời, sẽ chỉ luyến tiếc chứ không hề nuối tiếc...

êm ở biển, nghe sự tĩnh lặng giữa ầm ào sóng vỗ. Mùa này ở Phú Quốc, nửa bên này của đảo biển khá động. Từ ban công hướng mặt ra ngoài kia chỉ thấy đêm đen, nhưng dường như mọi giác quan đều đang được ve vuốt trong một không gian đẫm hương gió đêm và những thanh âm biển, những cảm giác miên man khiến người ta muốn buông xuống mọi thử, kể cả tiếng thờ dài.

Hôm nay, giữa những tin tức ngày cuối tuần, thất thần một lúc trước một tấm hình thật tươi tắn của ba gương mặt mẹ con gia đình người Việt có mặt trong chuyển bay không may đã rơi khiến thế giới bàng hoàng. Trông họ đầy sức sống, vui vẻ, yêu đời; tấm hình không một chút gì mang lại cảm giác 'thành kính phân ưu' cả..., mà sao lại...

Nghe nói người bố đã mất trước đây ít lâu trong một tai nạn tàu. Rồi lại nghe, dù không muốn, rằng trong chuyến bay đó còn có hẳn cả một gia đình sáu người... Đời người, hóa ra dài thì dài đăng đẳng, mà ngắn cũng ngắn đến ngắn ngơ. Như những ngọn nến đang long lanh vui vẻ, chợt phụt tắt bởi một trận gió quét định mệnh vô tình.

Chợt lan man nhớ những cuộc trò chuyện không đầu không đuôi giữa hai mẹ con mình cách đây vài ngày. Con trai hỏi mình có muốn làm người sống lâu nhất thế giới không, mình nói không, sống dai quá mức làm gì khi xung quanh mình tất cả những người mình yêu thương đều không còn nữa. Ảnh gật gù, cũng đúng..., và ảnh nói: "Nhưng con vẫn cứ sợ lắm!" Mình nói: "Đó là vì con đang còn quá trẻ, còn quá nhiều thứ đang chờ đợi để khám phá và thưởng thức. Còn một khi người ta đã sống qua một đời, cái gì cùng đã trải qua cái gì cũng đã nếm đủ, cơ thể cũng đã già đi và mỏi mệt, khi đó vòng đời sẽ khép lại một cách nhẹ nhàng, để ta bước sang vòng đời mới một cách vui vẻ hơn nữa." Mình cũng nói với con, đời này mình may mắn được sinh ra lành lặn khoẻ mạnh, gia đình đầy đủ ấm áp một phần lớn là nhờ sự cố gắng sống tốt của mình ở đời trước, nên cố gắng sống tốt để mình sẽ tiếp tục có đời sau nhẹ nhàng như thế này. Con có vẻ thấm. Đằng nào đây cũng không phải lần đầu tiên mình nói với con về luật Nhân - Quả, về sự sinh tử luân hồi.

Kỳ lạ, càng sống, càng nhìn quanh, mình càng nghiệm thấy cuộc đời như một ván cờ to mà ai đó trên cao thiên

đã bày binh bố trận sẵn, các đường đi nước bước cũng đã được hoạch tính sẵn cả rồi. Nên những năm sau này, thấy mình đều vẫn biết "tận nhân lực" nhưng cũng biết chấp nhận thêm cái sự "tri thiên mệnh". Sống như mỗi phút giây trôi qua đều thực đáng để sống, để ai biết được giữa thế gian bất định và đầy bất trắc này, một ngày nào đó cuộc đời này sẽ khép lại một vòng đẩy đặn. Thưởng thức đủ, yêu thương đủ, trải nghiệm đủ. Có luyến tiếc nhưng sẽ không là nuối tiếc.

#### Hãy thương nhau khi còn có thể...

Những giây phút cần sự trấn tĩnh mình lại, mình thường phải ngồi lặng một chỗ, mở này mở kia, lướt qua đọc linh tinh, hầu như để làm chia trí bớt khỏi những cảm xúc đang ngồn ngang trong lòng, rồi sau đó, là cần phải viết ra cho nguồi ngoại phần nào, mới đi ngủ được.

Ngày hôm nay, có chút ra khỏi ngưỡng bình thường. Một nhỏ em trong êkip vội vàng bắt taxi chạy về quê ngay trong đêm khi vừa hay tin ông ngoại qua đời. Nó viết trên Facebook: "Chưa bao giờ thấy đường về quê xa như lúc này. Con xin lỗi." Có lẽ nó áy náy trong lòng vì những phút giây cuối đời ông, nó đang đi đám cưới bạn đồng nghiệp nên không có mặt...

Chiều, hay tin chiếc máy bay của Maylaysia có khả năng rơi xuống biển, 239 con người trong đó, số phận giờ chưa biết ra sao... Ký ức nhanh như chớp quắt quay trở về với cái thời cách đây gần hai mươi năm, thời mình mới ra trường, về dạy tiếng Anh ở Đoàn tiếp viên của Vietnam Airlines. Một ngày, cả Đoàn tiếp viên lặng ngắt. Hay tin chiếc máy bay của 'nhà mình' vừa rơi ở Campuchia, Đoàn tiếp viên 'đi' mất ba người. Mình không biết rõ lắm hai người kia, chỉ biết trong ba người đó có bạn Điệp, một bạn học viên vừa hoàn thành khóa đào tạo. Điệp trạc tuổi mình, xinh lắm, hoạt bát nữa nên nhiều anh để ý, đùng một cái, 'đi' là 'đi' sao...? Mình bàng hoàng, ngơ ngần hết mấy ngày. Đó cũng là một trong những lần mình cảm nhận được hết sự khốc liệt của những cuộc ra đi bất đắc kỳ tử ở những người mà mình quen biết hay thân thiết... Những người như Điệp và hai tiếp viên Việt Nam kia..., rối 239 con người trong chuyển bay từ Maylaysia đó..., liệu đã có bao nhiều con người chờ đợi họ ở nhà, có bao nhiều công việc đang dở dang..., và thậm chí..., còn biết bao nhiều những lời yêu thương, những lời xin lỗi, những hờn giận đợi họ đáp chuyển bay về, là được hàn gắn...?

Gần nửa đêm, vừa làm một công việc kỳ lạ trước giờ hiếm khi nào làm: ngồi lắng nghe thật cẩn thận nỗi lòng từ cả hai đứa nhỏ, nửa như đệ tử nửa như em. Câu chuyện giữa hai em thì trước giờ mình đã âm thầm biết nhưng ngại can thiệp sâu vì sợ mình không hiểu hết nỗi lòng của những người trong cuộc. Thế nhưng mình cũng đã cảm nhận rõ nỗi đau khổ dằn vặt đến bợt bạt cõi lòng của cậu trai khi cô gái dường như không đủ can đảm để vượt qua

rào cản gia đình mà thừa nhận em là người yêu cô ấy, lại có một vài hành động khiến cho tự ái đàn ông của em tổn thương nghiêm trọng... Cho đến khi em trai cạn cả hy vọng, chai cả niềm tin, em quyết định 'một dao cắt cho đứt đoạn, thà đau một lần đỡ đau lầu,' em buông xuống được, thì... đến lúc em gái nhận ra trong lòng em ấy, em trai lớn đến thế nào, em không thể buông tay được, em không thể mất được!

Một người làm chị cho cả hai đứa như mình còn có thể nói gì? Chỉ có thể gơi ra từng chút từng chút một để đứa em trai xả ra được những cay đẳng, và để đứa em gái có cơ hội giãi bày những nỗi khổ trong lòng. Rồi thôi, chớ biết sao giờ. Một sự thỏa hiệp tạm thời "dùng lại một thời gian xem mình có thực sự cần nhau không", đúng là cũng cần thiết, nhưng làm cho mình hơi xót... Tầm trí lại chạy về một dòng chia sẻ làm mình cảm động từ một nam khán giả Thay lời muốn nói. Thư anh ấy thực ra cũng không phải rất đặc biệt. Mình đã chọn đưa câu chuyện của anh ấy kể về bà xã của anh, 'đóa hoa đời' của anh chỉ từ đúng câu tái bút của ảnh thôi. Ảnh nói, bình thường ảnh là người cộc tính, cũng ít bày tỏ này nọ. Rồi tới chừng trước Tết, đến chơi nhà một người bạn, anh tình cờ thấy trên bàn khách có hai câu thư pháp khắc lên gỗ: "Hảy cho nhau những gì ta đang có. Lỡ mai này không có để cho nhau". Đọc hai câu thơ xong, anh về nhà suy nghĩ mãi, và cuối cùng là: "Trong những ngày giáp tết tôi tranh thủ viết mấy dòng này để bày tỏ tấm lòng với Em".

Ù, cuộc sống này vô chừng lắm, còn nhìn nhau được hôm nay nào đã dám chắc ngày mai sẽ thế nào... Đứa em nhỏ trong êkip kia, dẫu ông ngoại nó trăm tuổi già cũng là trọn vẹn một đời, vậy mà nó vẫn không ngăn được xót xa vì đã không ở bên ông những giây phút cuối... Huống hồ, ta có chắc được, với những người mình thương mình quý, liệu còn có những lời thương lời yêu nào ta đang giữ trong lòng mà chưa chịu nói, hay những tình cảm trong lòng mình, ta chưa kịp để người kia biết...; hay những hờn giận 'chưa buông xuống được', sẽ ra sao, nếu lỡ ngày nào ta đã sẵn sàng, người kia không còn cho ta làm huề...?

Những dòng này không chỉ dành riêng cho đôi bạn trẻ mình ngồi cùng đến nửa đêm hôm nay, mà còn cho cả chính mình và những người thương quý quanh mình nữa. Dặn lòng, hãy nhớ phải thương nhau những khi còn có thể, để lỡ một ngày ở đâu trời có giáng xuống họa bất ngờ đi nữa, ít ra ta vẫn có thể thanh thản mà nghĩ, mình đã trọn thương những người mình thương quý rồi, đã thể hiện điều ấy cho những người ấy biết, và vì thế dẫu đau lòng, vẫn không có gì ân hận... Và những 'người kia' đó, không chỉ riêng là 'người đặc biệt' của ta, mà còn là cha mẹ, anh chị em, con cháu trong nhà, đứa bạn thân, đồng nghiệp quý...

Bởi, một lần lại một lần, ta lại lạnh người nghe những hung tin, không này thì kia... Rồi một lần lại một lần, cảm nhận sâu hơn, cuộc đời đúng ngắn mà vô chừng lắm...



#### Quanh chữ 'duyên'

Càng sống, mình càng thấm thía cái chữ duyên. Không phải nghĩa trong 'duyên dáng', mà là cái cách người ta có số gắn bó lại với nhau được hay không, làm được nên những chuyện tốt đẹp hay không.

Hồi mới lớn, mình đôi khi cảm thấy đau lòng khi tại sao đôi khi mình cũng thấy rung rinh chút chút với anh này,... say nắng với bạn kia, mà sao... chẳng có chút khả năng gì mà tiến tới được hết vậy dù chỉ chút xíu? Để rồi tới..., tới năm hăm hai tuổi, ngã uỳnh một phát, vào đúng người quen cũ, mà quen cũ ơi là cũ, từ tận hồi mình chút xíu, mà kỳ lạ hơn nữa, trong quá trình từ lúc nhỏ xíu đó tới lúc quen biết nhau (chỉ là quen biết đơn thuần thôi), cũng đã tình cờ 'va' vào cuộc sống nhau vài ba bận, mà chẳng hay! Rồi quá trình tiến tới với nhau cũng có

dễ dàng gì đâu..., mà hai đứa vẫn cố lao đầu vào. Sau này, mình hay nói đùa với bạn bè: "Chắc tại kiếp trước mình là tá điển, thiếu cha địa chủ này năm chục giạ lúa, kiếp này phải trả". Nói đùa thì đùa, nhưng mình tin, hai đứa mình chắc duyên nợ với nhau thiệt, nên ổng có đẹp trai gì đâu mà cũng hoa đào bốn phía, rốt cục... cũng ngã vô mình!

Cuộc sống và đặc thù công việc khiến mình có cơ hội (hay buộc phải) quan sát nhiều cuộc nhân duyên trên cõi đời này. Có những trường hợp thương nhau muốn chết mà cứ chạy vòng quanh như cái đèn kéo quân, còn kêu lên gì được nữa ngoài cái câu: "Gì kỳ vây? Sao vô duyên vậy!" Hay những trường hợp, cả hai bên đều để ý nhau lắm lắm..., mà sao quá trình tới với nhau như cứ bị ông trời trêu ngươi, đẩy chệch đầu này choạc đầu kia, khiến cho hai bên đếu thấy... hình như có cái gì không ổn. Vậy cũng là vô duyên với nhau rồi. Mình hay dặn mấy đứa em, lỡ mà gặp những trường hợp như vậy như vậy..., sau vài ba lần nỗ lực bất thành, tốt nhất buông tay cho sớm. Buông tay sớm đỡ mệt tâm, mệt thân. Mà còn thời giờ, reset lai đầu óc, đi tìm cơ hội khác. Vì mình nhìn thấy nhiều lắm rồi, cũng ngộ ra nhiều rồi, có không nỡ, có ráng có níu kéo..., rồi cũng chẳng đi tới đâu à. Hoặc giả cái kết cục nó có gắn kết được với nhau cũng là sự gắn kết meo méo, thiêu thiếu, nhàn nhạt, hoặc quá mặn (do quá nhiều mâu thuẫn, xung đột...). Cái này, phải chẳng gọi là "miễn cưỡng không hạnh phúc"? Hoặc giả, nói trần trụi, thẳng thừng hơn, thì "Cái gì của mình tự sẽ là của mình. Cái gì đã không thuộc về mình, thì đừng có chòi". Nói đùa nhưng không hề sai nha. Đã nghiệm chứng qua ít nhất chục trường hợp, không chỉ có đối với nhân duyên, mà vạn điều trong cuộc sống này.

Có nhiều anh, vẽ trong đầu phải là người yêu mắt to, dịu dàng... ảnh thấy người nào giống vậy ảnh cũng làm quen, rốt cục... chẳng được, vì duyên của ảnh chẳng phải dạng người như vậy. Hay như cô thiếu nữ cứ mong phải là bạch mã hoàng tử cao mét tám, mày kiếm mắt sáng, khá giả quyến rũ, rốt cục lại... ngã trúng một anh tròn lủm mà được cái hịch hạc dễ thương, thương cổ thật lòng, bởi vì đúng duyên thì thắm, vậy mà.

Nhưng cũng không ít trường hợp, hồi đó mở ra, hoàn toàn chẳng khả thi gì, tự nhiên sau một vài năm mở lại, chuyện ở đâu lại trùng khớp, như lắp những mấu rời vụn vặt ráp lại thành một hình ảnh hoàn mỹ. Ngẫm lại, tụi mình nói vậy đây là lúc 'đủ duyên'. Đủ duyên thì thắm lại, thì đầy bờ, nước chảy thành sông. Vậy một khi bạn đã cố thực hiện một điều gì đó mà chưa thành, đừng vội buồn, cũng đừng vội nản. Xếp lại để đó, một khoảng thời gian sau lâu lại mở ra, thử lại từ đầu. Ai biết lúc ấy lại 'đủ duyên'!

Nhìn ngắm xung quanh, lại cũng có những trường hợp gắn bó, thân thương lắm, tưởng chừng ăn đời ở kiếp, ngôi nhà, chỗ dựa mình cả đời, bỗng dưng rồi tới những ngày... thấy không còn đủ thương đủ gắn bó nữa. Mang đến cho nhau những nặng lòng, những chịu đựng, vì tình

nghĩa lâu năm, bỏ thì thương vương... lại khó ở quá. Cái này, tụi mình gọi là 'cạn duyên' rồi.

Rổi nói đâu xa. Trong hơn một trăm chủ đề *Thay* lời muốn nói của mười lăm năm qua, cũng đâu thiếu gì trường hợp quần quanh chữ 'duyên' này vậy.

Giữa những cánh thư đi tìm một người có danh tính cụ thể, cho dẫu người đi tìm có dặn "đừng đưa tên đầy đủ của mình lên nha", tụi mình cũng coi đó là một trường hợp cụ thể. Còn thương là thương cái thư của một cô gái "viết cho người em tìm", mà trong khi người ấy là ai, cô cũng... chưa biết!

Là vì, "nếu cuộc đời này cho chúng ta duyên phận, nếu thật sự ta là của nhau, thì dù bao nhiêu năm trôi qua, dù rằng mọi vật thay đổi, em và anh thay đổi, kể cả việc chúng ta phải trải qua biết bao nhiêu cuộc tình, thì chúng ta vẫn sẽ tìm thấy nhau", cô nói như vậy. Cô viết tinh rụi, mà đọc nghe như có cái lẳng lặng buồn vào tận sâu trong: "Chắc trước giờ... tôi tìm nhẩm người thương, hoặc là... người ta tìm nhầm tôi rồi, nên họ đều đến và ra đi nhanh như vậy". Để đến một lúc, cô phải hoang mang tự hỏi, "giữa đám đông như vậy, biết ai để tìm, biết ai để gặp, và biết ai để tự khẳng định rằng em đã tìm thấy anh, hay hạnh phúc hơn là chúng ta đã tìm thấy nhau?"

"Tự nhủ với mình rằng, sẽ nhanh thôi tôi sẽ tìm thấy anh, có thể mạnh dạn đứng trước mặt anh nói rằng chúng ta đã tìm gặp nhau, không rụt rè để rồi chỉ biết đứng lặng xa xa nhìn anh như thể chúng ta chưa từng quen. Mỗi lần gặp anh, trong đầu tôi đều lẩm nhẩm câu hát: "Hello, Is it me, you're looking for?" ("Chào anh, có phải em là người anh đang tìm kiếm?")

"Có lẽ, Thiên sứ tình yêu đã bắn nhầm mũi tên tình yêu, nên em và anh tìm mãi chẳng thấy nhau."

Tư nhiên thấy bắt thương, vì câu hát cô gái trẻ này lầm nhẩm bây giờ, sao mà y hệt... mình hồi xửa hồi xưa cách đây mấy chục năm vậy cà. Chỉ khác cô ấy, hồi xưa mình nhát, sơ... nhẩm người nên hỏng dám bước tới, nhắm thấy ai hỏng phải là thôi chớ hỏng dám bước tới, rồi đi đi về về một mình cứ rưng rưng tự hỏi: "Người yêu ơi, sao tới giờ vẫn chưa chịu xuất hiện trước mặt em?" Cũng cái cảm giác chông chênh mà hơi hơi lạnh lẽo đó, cũng chẳng biết đời mình ra sao thế nào, cuối cùng có ai chịu 'say yes', "It's me your Mr. Right" ("Vâng, chính anh là người trong mộng của em đây")... Hay là, cái cảm giác chộng chênh này thuộc về một trạng thái tâm lý - hay thực tế tâm lý phổ biến ở mọi con người, cho dẫu thuộc thế kỷ nào, thập kỷ nào, năm nào tháng nào ngày nào, thì quá khứ hiện tại, tương lai? Mà, hồi đó còn chưa xuất hiện thuật ngữ FA nha... Nhớ gần đây cứ thấy mấy bọn trẻ tối ngày nói mình "thuộc hội FA", mình thắc mắc quá chừng quá đỗi, tới chừng phát hiện ra nó là Forever Alone, cười một trận chết được.

Cô bạn "Viết cho người em tìm" bên trên đã kết lá thư của mình bằng những dòng này: "Hạnh phúc nhất là khi

mình thương một người và người đó cũng thương mình, chứ không phải là được nhiều người yêu thương, theo đuổi. Mong anh sẽ tìm thấy em đâu đó giữa Sài Gòn rộng lớn này, vì em sợ rằng dù anh đang ở sát cạnh bên em, anh cũng không thể nhận ra đó là em...!"

Còn cái này thì mình đã không nói trên sóng, nhưng mình chỉ muốn mim cười và nói với cô bạn trẻ này, rằng đừng lo. Mỗi người có phước có phần có duyên có phận. Đừng hoang mang, cũng đừng vội lo lắng, dẫu cho mình không biết bạn bao nhiêu tuổi, 25... 30... 35? Mr. Right của bạn hản đang ở đâu đó giữa hàng triệu người trên dải đất này, hay hàng tỉ người đang hít thở cùng bầu không khí này. Một ngày, chàng sẽ xuất hiện, và nhiều khi bạn cũng bất ngờ khi chàng gần bạn quá chừng mà trước giờ bạn không hay. Duyên phận mà, biết sao mà nói!

Vậy nên, cứ hát "Hello, is it me you're looking for" mỗi khi bạn dò ra được tín hiệu nhé, bạn hiền. À quên, nói tới đây mới nhớ câu nói hồi đó đám con gái tụi mình hay đùa với nhau: "Hãy luôn xinh đẹp mọi lúc mọi nơi, kể cả lúc... đi đổ rác, bởi Mr. Rìght của bạn rất có thể sẽ xuất hiện ngay đúng giờ phút ấy!"

Ö, ai mà biết được!

#### "Lòng người như chiếc lá..."

"...Lòng người như chiếc lánằm trong cơn gió - vô tình."

(Ngăn cách - Y Vân)

Làm xong chương trình Còn mãi với thời gian, một chủ đề cho các ca khúc thuộc thể loại Valse và Boston. Dĩ nhiên là một chủ đề mình yêu thích, nhưng cái làm cho mình bâng khuâng từ sáng giờ, từ lúc chìm đắm trong những giai điệu của buổi chạy chương trình, chính là một số tác phẩm trong chủ đề này.

Bản Ngăn cách của Y Vân và Sang ngang của Đỗ Lễ hôm nay làm mình nhớ đến cái lần lụi cụi học đàn guitar tới lần thứ tư. Khổ lắm, mình mê âm nhạc mà hồi đó nhà chẳng ai am tường, mẹ mình thương con, trước đó cũng sắm cho cái đàn guitar nhỏ xíu, học tới học lui học xuôi

học ngược, đều võ vẽ bảy nốt nhạc với dăm cái nhịp thì... mình rung. Nhưng tới cái lần thứ tư mà mình nhắc đến này thì mình lớn hơn nhiều rồi, chắc khoảng lớp tám lớp chín. Lần này mình học theo kiểu truyền khẩu, truyền ngón, với một người anh là em trai của một người con nuôi của cha mẹ mình. Tới giờ mình cũng quên mất tên thật của anh ấy là gì, chỉ nhớ mình và chi gái hay gọi là anh Ba. Anh Ba thời đó là thơ may đồ tây, người cao lỏng khỏng và rất gầy, mặt mũi hiện lành, mấy ngón tay thiệt dài, chơi guitar classic thiệt là tình cảm. Mỗi tuần hai ba buổi, mình và chị gái trên mình cần mẫn theo anh Ba luyện ngón. Lần này thì học được lâu, chắc khoảng hơn một năm. Có điều anh Ba không phải thầy thực sự nên đầu biết cách day lại nhạc lý, chỉ truyền tụi mình cách chơi đàn. Nhờ vây mà hồi đó cũng oách lắm, cũng biết rải Romance, Sông Danube Xanh với mấy bài gì nữa (cũng quên rồi). Học lâu được một phần là vì đủ lớn để kiên trì theo đam mê của mình, nhưng một phần nữa, là vì quý anh Ba. Hồi đó mỗi lần dạy xong tụi mình một đoạn classic, tụi mình thường mè nheo, đòi anh Ba đàn hát cho nghe. Không hiểu sao, thời đó ảnh toàn hát bài buồn, thường là Boston. Mình nhớ cái dáng đàn đến khổ của ảnh khi ảnh tấu lên những khúc dạo đầu, rồi ảnh hát, giọng ấm mà buồn vời vợi. Mình ấn tượng nhất là bản Ngăn cách.

"Yêu nhau trong cuộc đời, mơ duyên tình dài gắn bó đôi lời Ta quen nhau một ngày, thương nhau trọn đời, giữ cho lâu dài.

Khi chia tay lần đầu, duyên chưa đậm màu - cũng đã say nhiều

Một thời gian quen biết, tình ta tha thiết muôn phần...

... Mây sao quên hạn kỳ? Cho trăng buồn vì nhớ mãi câu thể

Mây đem mưa trở lại, mưa hay nhiều lời, khiến trăng mim cười...

Không! Trăm không ngàn lần, không ai giận hờn nếu đã hay rằng

Lòng người như chiếc lá, nằm trong cơn gió vô tình."

Mình ám ảnh nhất là câu "Lòng người như chiếc lá – Nằm trong cơn gió – Vô tình". Vừa nghe vừa sợ, vẫn thích nghe đi nghe lại. Chẳng biết anh Ba có tương tư cô nào mà không đến được không, mà ảnh hát nghe thắm thiết luôn. Mà cũng hình như từ những bài hát đó, bắt đầu cảm được cái sự mỏng manh dễ vỡ của những chuyện tình yêu ghi tâm khắc cốt.

Trải qua cuộc đời, vui vui buồn buồn khổ khổ an an... và đôi khi đắng lòng đọc những cánh thư của khán giả Thay lời muốn nói, mình cảm nhận được hết cái buồn tê tái trong mỗi câu hát đó. Cuộc đời con người, niềm vui qua mau nỗi buồn ở lại lâu, cái cảm giác người ta yêu nhau tới cháy cả ruột gan mà không tới được với nhau, nó



thê thiết đến độ nào. Lại thấy nhiều khi như bất lực khi càng nhìn cuộc sống càng nghiệm rõ, cái quyền lực của một kẻ không ra mặt mang tên Số Phận.

Hôm nay, lại một chút cảm giác ấy khi dõi theo một câu chuyện chưa biết hồi kết thúc của một đôi bạn trẻ.

Thông cảm cho cả hai nhưng có chút gì như không kiên nhẫn khi cuộc đời thì ngắn mà số phận, hay cái-gì-mình-không-định-vị được, nó cứ hành đôi bạn trẻ kia chạy ngược chạy xuôi. Mình thật lòng xin lỗi, nhưng tất cả những chuyện này dường như đang vượt khỏi khả năng mình có thể quán xuyến mà tư vấn. Thấy bất lực. Thấy xót ruột.

Ù, nếu trong cuộc đời đầy những cơn gió vô tình, thì ráng làm sao để chủ động níu chiếc lá mình lại được, để đừng bị cuốn đi quá xa khỏi nhau..., xa đến cái độ mãi mấy chục năm sau tóc bạc da mồi, thần thờ ngồi trước hiên, ước gì mình lại được nằm thảng hoặc bên thềm nhà cũ.

#### Nếu không ủng hộ, ít nhất đừng làm nản lòng

1.

Hai ngày trước đã alo về nhà năn nỉ, cha à, sáng chủ nhật tụi con rước cha lên đây nha, mình đi ăn sáng, cùng nhau tám chuyện tỉ tê một buổi sáng chủ nhật đã đời. Cha cười qua điện thoại, có vẻ vui vẻ lắm, nhưng nhất định không chịu lên. Mình không dám nài ép, vì biết tính cha rất ít khi nào muốn di chuyển ra khỏi không gian sống quen thuộc của mình, có phần hơi cô quạnh – là cha thích như vậy. Sáng nay thức dậy, tập thể dục xong xuôi, nghe gió hiu hiu thổi qua mấy tàng cây xào xạc gió mưa, tự nhiên nhớ cha chịu không nổi. Thế là chị rủ em, em rủ cháu,

một lũ nheo nhóc con gái cháu gái rong ruổi vượt... 46 cây số ngắn ngủn, một tiếng sau đã có mặt ở nhà cha. Mẹ đang theo cuộc họp lớp cũ ba ngày về miền Tây, thế là cha và các con cháu kéo nhau ra quán, ngồi vừa ăn vừa "tám chuyện một buổi trưa chủ nhật đã đời" như mong ước. Một tác dụng của Ngày của Cha là vậy đó, dẫu vẫn biết nó là một ngày xuất xứ từ nơi đâu xa lơ xa lắc, kệ nó. Ai cũng có Cha nha!

Hôm nay ngẫu nhiên cũng là ngày Báo chí Cách mạng Việt Nam. Cũng là một 'ngày của mình' chở đâu, nhưng mình không có viết gì, vì mình nghĩ với mình thì nó hiển nhiên, nhiệm vụ đời giao cho mình, mình nhận lãnh, làm hết tâm hết sức chẳng cầu được tôn vinh. Mình cũng đọc được nhiều status có liên quan đến ngày này hay những chia sẻ có liên quan, cảm thấy ai viết hay mình like, ai chủ yếu viết cho có hình thức mình kéo luôn ngón tay cho nó rê sang status khác. Cũng giống như ngày Nhà giáo Việt Nam hay ngày Thẩy thuốc Việt nam..., lúc nào newsfeed cũng rất nhiều status có liên quan, cũng nhiều chia sẻ thú vị và không ít cái... ít thú vị. Chỉ là like hay kéo cho qua luôn không đọc, vậy thôi. Mạng xã hội mà, đủ màu đủ sắc mới cấu thành một bức tranh xã hội sinh động chứ, tự mình vợ cái bực vào mình chi cho cực vậy.

Không chỉ Ngày của Cha hay ngày Báo chí Cách mạng Việt Nam hay ngày Nhà giáo Việt Nam hay ngày Thầy thuốc Việt Nam, hình như càng ngày càng có thêm nhiều nhiều ngày đặc biệt nữa. Tính mình được cái, ngày gì không cần biết, mình thấy nó thiết thực với cá nhân mình hay xã hội gần gụi với mình, mình ủng hộ - khi âm thẩm khi cụ thể. Ngày nào mà mình thấy nó không cần thiết lắm hay không liên quan tới mình lắm, mình chỉ im lặng thôi. Im lặng, chứ không lên tiếng bài bác hay phỉ nhổ những người lên tiếng ủng hộ nó - vì, thứ nhất, những cái Ngày A hay Ngày B hay Ngày C, suy cho cùng cũng là dịp để người ta nhắc nhớ đến một đối tượng cụ thể, hay một sự nghiệp cụ thể. Nhắc nhớ để trân trọng, cho nó đặc biệt hơn những trân trọng thường ngày một chút, cũng là điều nên làm. Những ai đủ tự trọng sẽ hiểu ngày đó là một ngày đậm đà hơn những ân cần quan tâm thường trực hàng ngày, chứ không phải một ngày mang tính hình thức, sáo rỗng, quan tâm được đúng một ngày một dịp này thôi rồi bỏ bê những ngày còn lại.

Thứ hai là vì "mỗi cây mỗi hoa mỗi nhà mỗi cảnh". Anh không cảm thấy một điều gì đó đáng quý với cá nhân anh, không có nghĩa là nó hoàn toàn vô giá trị với những người khác. Anh mở miệng ra phản bác, nghĩa là anh đang làm tổn thương, ít nhất là một nửa cộng đồng đang ủng hộ nó. Như vậy sẽ được gọi là "ác khẩu". Ác nhất là

làm cụt hứng những người đang cố gắng vun đắp nên một cái gì mới theo hướng tốt đẹp. Ác thêm là làm mất vui những ai đang đọc phải những dòng anh viết. Năng lượng truyền tải qua những dòng status trên Facebook là nhanh chóng và mạnh mẽ lắm, cả năng lượng tích cực lẫn năng lượng tiêu cực. Làm dấy lên cảm xúc tiêu cực không đáng có nơi những người khác, đó cũng là một dạng tạo nghiệp xấu đó nha.

3.

Cũng chính vì rất rất không muốn làm lan truyền những năng lượng tiêu cực đi trong cộng đồng những người đọc mình trên Facebook, mà hầu như mình ít khi nào có những dòng post bực bội, khó chịu. Điều đó không có nghĩa là cuộc sống mình không có những lúc rất bực bội, khó chịu. Chẳng hạn, như một dịp mình nhận lời dẫn cho một event (sự kiện) mang tính ngoại giao, chỗ thâm tình nên mình cứ hỏi hoài kịch bản cũng không có, mình cũng không than phiền gì. Đến ngày vượt đường xá xa xôi đến nơi thì mới biết... sự kiện ngoại giao nên nước ban yêu cầu đích thân Bộ Ngoại giao nước bạn đảm trách mà những người mời mình họ ngại mình buồn nên... không dám báo hủy. Hay là mới những ngày gần đây thôi, cũng là một địp thâm tình, mình cũng chờ hoài chờ mãi, đến sát nút ngày giờ dẫn chương trình vẫn không thấy nhân viên phụ trách gửi cho mình những thông tin cơ bản cần thiết cho mình dẫn. Mình giận lắm, mình tức đến phát khóc, mà cái này là động chạm trực tiếp đến mình chứ không phải vu vơ nha, mình nói thiệt là mình ức đến độ chỉ muốn gỗ lên đôi dòng 'phát tiết' cho hả những cơn giận chính đáng của mình, mà mình nghĩ cơn tức rồi nó cũng qua, nhưng một khi đã thành câu thành chữ, nó nằm mãi trên tường nhà mình như cái mụn đầu đen khó coi, hay ho gì. Thế là mình nén...

Rồi cũng qua. Cũng may rồi những chương trình mình làm đó cũng rất thành công. Mình còn rút ra được những kinh nghiệm quý hay những trải nghiệm quý. Xong chương trình rồi, mình nhớ những ngày đó mình cũng đã gọi điện về cho cha, mình nói, con cảm thấy mừng vì rốt cuc con đã nén được mà không có những status tiêu cực trên trang con. Những sư cố, những bực bội tức tối một khi không được viết ra rồi cũng sẽ trở thành những mảng màu xám nhờ nhờ, sẽ phai nhạt theo thời gian, sau một vài năm rồi cũng sẽ không còn nhớ rõ. Nhưng những điều hay, những quan sát thú vị mà mình lẩy ra được từ những chương trình gặp sự cố đó đã được mình ghi nhận bằng những status tích cực, nó không những giúp bạn bè Facebook mình tham khảo hay vui vẻ, mà còn lưu giữ lại như những ký ức tươi hồng hay xanh mát, sẽ được ghi nhớ dài lâu...

Cũng chính vì suy nghĩ này, nên cũng đúng ngày hôm nay, mình rất 'khó ở' với một cái tin không vui về một người anh mình từng hết lòng nể trọng, gây xáo trộn nghiêm trọng đối với kế hoạch đã định trước của tụi mình. Tuy vậy, như mình nói đó, mình sẽ không viết status nào về nỗi bực bội này đâu, rồi tụi mình cũng sẽ có cách giải quyết, rồi mình sẽ lại có một cuộc điện thoại nào đó trong một ngày nào đó trong tương lai, mình nói, cha ơi, con rất mừng vì rốt cục con đã không có status than phiền về sự cố của anh X., anh Y. ấy gây ra đấy. Mà thay vào đó, chúng con đã làm được những điều này hay nè: "....."!

## Những cái hun...

Cà một ngày căng như dây đàn. Sáng lên Bình Dương viếng bác Mai Văn Đặng, một thí sinh cao tuổi của *Tiếng hát mãi xanh* từng chống chọi rất mãnh liệt với căn bệnh ung thư, rốt cục cũng đã lìa đời... Rồi sau đó, lại hối hả chạy về để lên quận 9 vào cuộc ghi hình 'marathon': từ bốn giờ chiều hôm trước đến... một giờ sáng hôm sau. Đi về tới nhà trong cái tĩnh mịch của khuya, trăng tròn vành vạnh treo chênh chếch trên đầu, mới nhớ hôm nay đang rằm. Ủ mà cũng không biết nên gọi 'hôm nay' hay là 'hôm qua' mới chính xác nữa. Đã sang ngày mới rồi.

Những lúc đầu óc đặc thông tin cần nhớ ở buổi ghi hình, lòng vẫn dặn lòng, đừng nguôi cảm giác này, cái cảm giác của buổi tối hôm trước, điện thoại báo có tin nhắn mới, mở ra sững người một lúc. Ở tên người gửi, là "THMX Mai Van Dang". Thì ra, tin nhắn được gửi tới từ con gái của bác Đặng, tưởng mình chưa hay tin nên dùng điện thoại của ba chị nhắn báo cho mình biết. Mình nhắn lại: "Da, em hay rồi, sáng mai tụi em lên viếng bác đây, chị ạ". Xong, ngón trỏ vô thức theo thói quen kéo trượt dāy nhật ký tin nhắn mà máy còn lưu lại, là những tin nhắn mà chính bác Đặng nhắn tin trao đổi này kia với mình, khi bác còn khỏe, cách đây cũng mấy tháng rồi... Tự nhiên bần thần hết một hồi.

Tâm trí tự nhiên chạy qua một việc nhỏ nhoi trước đó có một buổi. Sáng cùng ngày hôm đó, mình còn có một status ngăn ngắn yêu đời, kể lại việc anh con trai nhà mình đi tưới cây sáng sớm, mình nhịn không được bèn ôm ảnh hun chíu chít một hồi... Đâu sau đó một ngày, Facebook thông báo mình có người share status của mình. Là một chị nào đó, chị viết trên tường nhà chị trước bài share, đại khái là từ hồi đọc được các bài viết của mình chị ấy đã chăm hôn các con chỉ nhiều hơn, trong thời buổi cuộc sống còn nhiều ngổn ngang này...

Hai việc có vẻ không liên quan nhau nhiều lắm, nhưng tự nhiên, trí óc mình hiện giờ thôi thúc một cảm giác muốn nói về những cái hun. Không phải những nụ hôn, nói thế nghe có vẻ tình yêu nam nữ quá, hoặc chính thống quá. Dân Nam Bộ mình hay kêu bằng 'những cái hun', còn có lẽ người Bắc gọi là 'những nụ thơm' chăng? Là những cử chỉ ôm choàng ai đó, kê mũi vô má vô trán người đó, hun một cái thiệt nhiệt tình. Đầu mũi đầu môi cảm nhận

da thịt đôi má hay vầng trán người đó với những mùi hương thật đặc biệt của họ, vòng tay cảm nhận hơi ấm của họ... Chắc mình bị ghiền cảm giác này, phải không ta...

Nhưng mình nghĩ, chắc không phải ghiển. Đó là một cử chỉ yêu thương mà mình từng nhìn thấy, đến là quen thuộc, ở cha mẹ mình, dành cho chúng mình và dành cho nhau..., nên đến khi chúng mình lớn lên, việc thực hiện cái hành động gần gũi đó đối với những người mình thương quý, nó cũng bình thường như mình cười, mình nói chuyện thân tình, mình bày tỏ cảm tình của mình với ho. Mà không phải chỉ mấy thế hệ F2 là mấy chị em gái của mình, tới đám cháu nhỏ nhà mình, thế hệ F3, tui nó giờ cũng ôm hun ông bà ngoại, ôm hun các má, mấy anh chị em ôm hun nhau thân thiết... cũng thoải mái như chúng nó sống. Và hẳn bạn muốn hỏi cảm giác của mình khi được các 'đương sự có liên quan' ôm hun hả? Nó... thích lắm, thích lắm. Mình ôm hun người khác đã thích, được người khác ôm hun càng 'hưởng thụ' nhiều hơn nữa. Cảm giác ngày càng trở nên ấm áp, dịu dàng, dễ thương. Chính vì vậy, hình như không cần phải nói thành lời, nào giờ mỗi thành viên trong gia đình mình, hầu như ít nhất đều có vài lượt ôm hun nhau mỗi ngày, nhiều khi... chẳng vì lý do gì đặc biệt hết. Thương thì hun, thế thôi.

Và hình như..., tụi mình cũng ít nhiều đem cái văn hóa ôm hun này vô êkip của mình. Ban đầu một số 'đương sự' còn mắc cỡ..., giờ cũng quen rồi. Bởi vậy, mười mấy năm nay làm Thay lời muốn nói, xót ruột nhất có lẽ là những khi đọc những cánh thư trong đó khán giả mình nói họ thương cha mẹ thương ông bà hay anh chị em họ lắm..., mà sao khó ngỏ thành lời. Chỉ nói thương thôi đã khó, vậy những cái ôm hun chắc còn hiểm hoi nữa, phải không... Trời ơi, tại sao cái điều có sẵn trong lòng như vậy, mà không chịu nói ra, không chịu làm cái điều mình mong muốn? Nói hay làm ban đầu có thể mắc cỡ, ngại ngùng..., nhưng dẫn dẫn... cũng sẽ quen mà! Mà hay đôi khi cũng chẳng cần phải nói bằng lời, chỉ im im mà nắm nắm cái bàn tay, dụi dụi vô lòng..., hay thơm thơm lên má..., mình nghĩ 'các đương sự' cũng thừa nhận được tín hiệu yêu thương từ mình rồi, mà...

Bạn có thể nghĩ, vì ở nhà bạn trước giờ không có thói quen này, ba mẹ bạn cũng chưa từng làm thế nên bạn cũng không quen làm... Mình nghĩ, nếu chính mình không bắt đầu tạo dựng thói quen, có lẽ sẽ không bao giờ ta có được cơ hội thưởng thức 'quyền lợi ấm áp' này, mình là người cho đi hay nhận lại đều ấm áp như nhau... Mà nghĩ nghĩ thêm, chỉ khi nào chính bạn bắt đầu ngay từ bây giờ, với những người thân thương quanh bạn, thì các con bạn mới nhìn bạn mà bắt chước, để sau này các con bạn lớn lên cũng sẽ là những người sống nồng hậu, biết bày tỏ yêu thương và được nhận nhiều cảm xúc yêu thương từ những cái hun, những vòng ôm thương thiết...

Vì mình nói thiệt, những người mình thương quý sẽ chẳng thể ở bên mình mãi mãi. Rồi sẽ có lúc rời xa thôi...

"Cuộc đời là những chuyến đi... Gặp nhau rồi lại chia ly, là thường..."

Những lúc ấy, ký ức về những cái hun thân thương, những cái ôm choàng ấm áp tình thân sẽ trở thành niềm an ủi quý giá nơi chính bản thân mình. Cảm thấy đỡ hối tiếc đi nhiều. Vì ít ra, khi người ta còn ở kế bên mình, dù sao mình cũng từng cho người ta cái cảm giác ấm áp, để người ta hiểu rằng mình quý người ta nhiều, mình thương người ta lắm...

Mà cái cảm giác ấy, những người không còn ở bên mình, nó đáng quý lắm..., có tiến bạc cỡ nào cũng không bắt thời gian quay trở lại được đầu...

"... Thì những việc tốt nho nhó, hày cứ làm đi..."

rưa nay ngỗi vào bàn cơm với hai bên má còn ươn ướt, mình kể mẹ và anh xã mình nghe một câu chuyện khác mình đang gỗ dở dang từ kịch bản *Thay lời muốn nói* - Niềm vui cuối năm. Câu chuyện về tình người.

Một chị khán giả sinh năm 1969 ở Tiền Giang kể, hồi nhỏ thấy nhiều người trúng số rồi dùng số tiền đó làm việc này, việc kia tùy theo ý thích, chị cũng buột miệng nói rằng "nếu sau này mình có được khoản tiền lớn, mình sẽ thường xuyên nấu cơm chay thật ngon để đãi mọi người thay vào những món cơm mặn để mọi người bớt sát sanh, hại vật". Nói vậy thôi, chứ chị ấy cũng "thú thật với *Thay lời muốn nói*, mình không hề mua vé số hoặc làm việc gì

lớn cả". Vậy nên cứ tưởng nói suông thôi, "nghĩ điều ước ấy không sao thực hiện được".

Rồi đến một ngày của năm 2008, con gái chị bị nóng sốt, phải nhập viện ở bệnh viện Châu Thành (Tiền Giang) mấy ngày. Lúc đó chị mới có dịp gần gũi với những bệnh nhân ở đó, mới nhìn ra được nhiều điều khó khăn vẫn diễn ra hàng ngày ở chốn bệnh viện. Chị nói: "Mình dường như thức tỉnh qua giấc ngủ dài, mình mới nhớ lại lời mình ao ước năm xưa". Chị nghĩ, biết bao giờ mình mới có nhiều tiền để làm việc lớn, thôi thì bàn tay mình quá nhỏ, cánh tay mình quá ngắn, không thể nào làm được việc to tát. Vậy thì "một miếng khi đói bằng một gói khi no" đi.

Nghĩ vậy, chị ấy liền bàn với gia đình, ban đầu là dự tính mỗi tháng nấu ba ngày cơm chay buổi trưa phát cho bệnh nhân bớt phần gánh nặng trong bệnh viện, "để bệnh nhân an tâm điều trị mau khỏi bệnh về lại với gia đình, làm nhiều điều hữu ích cho xã hội". Ai dè đến khi bắt tay vô làm thực sự, bạn bè gấn xa nghe được chuyện tốt chị làm, cũng ủng hộ thêm, bản thân chị thì sợ mắc nợ lời hứa của mình, nên 'dự án nhỏ' này cử lớn dần, lớn dần. Từ thuở ban đầu, để rồi suốt từ ngày 14/1/2008 đó, đến nay, nó đã trở thành một tổ từ thiện, hoạt động tất bật. Mỗi ngày, từ lúc ba giờ sáng, tổ từ thiện sẽ dậy nấu cháo – sữa đậu nành phát cho ba bệnh viện ở Long An và Tiền Giang; rồi trong lúc thành viên tổ từ thiện đi phát cháo – sữa, ở nhà chị ấy chuẩn bị nấu cơm phát buổi trưa cho hai

bệnh viện khác ở Tiền Giang, mỗi tuần lại tăng ca thêm ba buổi cơm chiều, và các buổi cơm ngày chủ nhật cho các bệnh viện.

Ở đây là mình rút lại bớt thông tin cho gọn, chứ nhìn thư của chị liệt kê chi tiết, cái kiểu câu chữ hịch hạc của chị đọc vô là hiểu chị đang muốn chia sẻ niềm vui chứ không phải để báo cáo thành tích, nhìn lịch nấu cơm – phát cơm, phát sữa kín mít hàng ngày của các anh chị mà thương muốn rơi nước mắt. Lại nhớ đến những cô – chú tiểu thương bạn mẹ mình ở Long An, mình ít thời gian nên hàng tháng chỉ góp về một phần lương để mua thực phẩm, còn lại toàn những con người bình thường giản dị đó, công việc hàng ngày ngập đầu, vẫn dứt khoát lách thời gian ra bao nhiêu ngày mỗi tháng, nấu đồ ăn, đem xuống các trại tâm thần, các bệnh viện, các nhà mở, mái ấm, viện dưỡng lão...

Chắc khó thống kê hết bao nhiều những nhóm, những hội, những tổ thiện nguyện một cách tự phát, mà hết lòng như vậy, vẫn đang âm thầm hoạt động hàng ngày hàng giờ trên khắp đất nước mình. Mà lòng nhân ái đâu chỉ dừng lại ở đó, còn có biết bao nhiều hình thức khác, từ lớn tới nhỏ, từ xa tới gần. Nhớ cũng trong chủ đề này, một anh khán giả là đồng nghiệp ở đài Đồng Tháp, rất vui khi nhận ra "anh nhận rất nhiều niềm vui từ trong gian khổ, khó khăn của những mảnh đời cơ cực", những nhân vật của một chương trình nhân đạo xã hội mà anh ấy đang làm ở đài. "Có thể nói, với tôi, những con người



dạn dày và nguy khó đó chính là những người thầy dạy cho mình nghị lực sống để vươn lên, hay ít nhất cũng là tấm gương soi cho nhân cách sống của mình." Hay như một cô bé khán giả khác, cô bảo, cô vốn sinh ra trong một gia đình không mấy hạnh phúc, nên đã có lúc cô tự "trói chặt mình trong sự cô đơn và tẻ nhạt". Vì thế, niềm vui "lớn và ý nghĩa nhất trong năm nay" của cô chính là quyết định làm tình nguyện viên cho lớp học chữ Bệnh viện Ung Bướu TP.HCM, đều đặn mỗi tuần hai ngày đến lớp để dạy học cho các em bệnh nhi ở đây...

... Lại nhớ tới lời người xưa: "Chớ có thấy việc thiện nhỏ mà không (thèm) làm". Cũng như: "Chớ có thấy việc ác nhỏ thì (cử) làm". Ù, ý nghĩ của mình trước giờ cũng y như của các khán giả mình trên đây vậy. Bàn tay mình quá nhỏ, cánh tay mình quá ngắn, không thể nào làm được việc to tát, như đội đá, vá trời, hay bình thiên hạ. Thôi thì cử làm những việc tốt nho nhỏ đi!

Những việc tốt nho nhỏ này, thực ra cũng chẳng phải được quy định trong phạm vi nào, mà cứ theo từng khả năng của mình, thiện ý của mình, là được. Bất kể điều gì có thể có ích cho những người xung quanh, giúp được người xung quanh đều được. Ví dụ đơn giản nha..., những status nhỏ nhỏ trên tường bạn mỗi ngày có thể giúp cho những người xung quanh bạn 'hửng' lên, tươi lên, bớt buồn đi, là bạn cũng đang làm một "việc tốt nho nhỏ" rồi đấy. Mình cũng đang cố gắng thực hiện như vậy đấy, và cảm thấy lòng vui... không hể nhỏ!

## "Facebook dễ thương hom...?"

ột bạn comment dưới một bài viết của mình hôm nay: "Facebook cũng là nơi dễ thương chị nhì".

À, cái vụ này mình cũng đang quan tâm muốn đặt nó lên bàn cân đo đong đếm đây. Thú thiệt, sáng nay trong buổi tọa đàm xung quanh việc đọc sách, khi nghe anh nhạc sĩ Trần Tiến bảo: "Tôi dị ứng với Facebook", mình thấy... đồng cảm gì đâu, vì trước đó nhiều năm ròng, mình cũng... lì lợm 'nói không với Facebook'. Không phải là gì, vì cái thế giới mạng, mình nhìn vô thấy nó hỗn mang, thiệt giả lẫn lộn, mình vừa ghê vừa sợ, vì nói gì nói hồi trước thời Facebook thịnh hành cũng đã từng lấy lòng tin mà đem đánh đổi một bài học xương máu, nhớ đời rồi. Đến năm ngoái thì các bạn nhỏ êkip quản trị (admin) trang Thay lời muốn nói báo cáo: sau mấy năm hoạt động,

Facebook Thay lời muốn nói cũng chỉ vỏn vẹn đạt số lượng thành viên là... một ngàn mấy trăm thôi, không tăng nổi. Mình ức, phải lặn vô hội mới tìm hiểu được nguyên lý nó chạy thế nào mà phát triển nó chứ. Vậy là mình chính thức mở một account lấy cái nick nhỏ nhẹ hiền hòa, hòa mình vào Facebook. Sau một năm tập làm quen, chạy thử với tài khoản cá nhân chủ yếu để làm việc nội bộ, mấy đứa nhỏ khuyến khích mình mở trang chính thức lấy tên mình. Mình suy nghĩ tuần này sang tuần kia, trang làm sẵn chỉ click cái là hoạt động, mình cứ nhấp nhấp... không dám click, cảm giác thiệt y như hồi mình đi học bơi, học đứng nước, cô giáo kéo mình ra chỗ bờ hồ có độ sâu ba mét rưỡi rồi bắt mình nhào xuống. Trời ơi là sợ!

Rốt cục cũng có cái ngày 'nhào xuống'. Ngụp lặn, ngạt, tức... có đủ. Mình chọn theo dõi khá nhiều người, Facebook mênh mông, mỗi ngày mở ra cả tỉ cái tin, mỗi lúc nó ào ào cuộn cuộn tới làm mình... chóng mặt. Mà chẳng cuộn xuống đọc cho hết thì sợ... bỏ mất thông tin gì đáng ghi nhận. Cứ vậy mà đuối! Lâu lâu có khán giả khó tính nhảy vô bắt lỗi phải, mình buồn. Lắm khi có mấy người cà khịa, mình ức... Thế là, giao hết việc hóa giải các khán giả khó tính kia lại cho các em admin giải quyết, mình cũng ngưng theo dõi một số người mà thời gian qua không đem lại cho mình thông tin gì đặc biệt. Thế giới mình lại... yên bình trở lại...

Có Facebook, tự nhiên người xa cũng thấy thành gần. Có lần mình gặp một anh trong thang máy của Đài, cười

thân tình hết cỡ, thấy ảnh... cười xã giao nhìn mình, mới nhớ, ờ, mình 'thân' ảnh là nhờ theo dõi ảnh trên các status ảnh viết hàng ngày chứ ảnh có biết mình 'thân' ảnh hồi nào đầu... Có Facebook, nhóm biên tập tụi mình đỡ phải đi check lịch ca sĩ diễn viên, bởi các bạn đi nước ngoài nước trong gì, đều cập nhật đầy đủ. Facebook cũng cho mình thấy khía cạnh đáng yêu của một số người mình thấy có vẻ tếu táo ngoài đời thường, hoặc ngược lại. Facebook cung cấp cho mình những bài chia sẻ lay động lòng người, để từ đó mình 'cẩm lòng không đậu' mà sẽ sàng xin phép người ta, cho mình... đem về Thay lời muốn nói, như trường hợp bài viết "Tài khoản tình yêu" của nhà chi Dona Đỗ Ngọc mình đưa về Thay lời muốn nói - Hạnh phúc quanh đây. Facebook mang về cho mình kha khá những người thân quen, bạn bè cũ, giờ ở tứ phương trời, qua Facebook lại thấy gần gụi như chưa hề có khoảng cách mười mấy năm trước đó... Thương nhất là, có Facebook gia đình lớn của mình gần nhau vô kể, rải đều khắp mấy nơi mà đung chuyện gì bàn bạc là xúm vô bàn, khí thế luôn. Đến cha mình, khó tính và thủ cựu đến vậy, và dì út thật là lạc hậu với khoa học kỹ thuật cũng... âm thẩm mở tài khoản Facebook, thú vui mỗi ngày là xem các con hôm nay viết gì, sống ra sao, buồn vui thế nào..., để trong mỗi câu chuyện điện thoại mình gọi về cho cha dăm ngày một lần bỗng trở nên... còn gần hơn nữa! (Thú vui của cha nhà mình còn là đọc được bài nào tâm huyết của các con, chạy như bay xuống bếp đọc cho

mẹ mình nghe...). Giờ cả đại gia đình mình, ai cũng có tài khoản Facebook hết rồi!

Cân qua rồi đếm lại, mình kết luận: Facebook rốt cục vẫn đúng là nơi dễ thương, như ý cô bạn đã comment trên ấy. Với điều kiện, như mình đã kịp điều chỉnh: Đừng quá tham theo dõi những người không đáng và đừng quá để tâm những việc không đáng. Thế là mình vui vẻ, tiếp tục gắn bó với nó đây!

### Tu được cái miệng là tu được nửa phần đời

au cuộc thi Tiếng hát mãi xanh năm năm thành công, cả êkip thưởng nhau một chuyến du lịch sang Sihanouk Ville và Koh Rong ở Campuchia. Ba ngày lăn lê bò toài ở xứ xa, tắm biển tắm thác, lang thang ngoài phố, đọc được ba bốn cuốn sách, đêm đốt pháo bông thả đèn trời... Wifi dở ẹc nên Facebook đóng cửa sau lưng. Về tới cửa khẩu, mạng trở lại, Facebook trở lại, cả một đống thông tin ngôn ngộn cuộn trào vào newsfeed, tự nhiên nhận ra... mấy ngày vừa rồi bình yên biết bao.

Từ khi nào, Facebook đã ít còn là nơi yên bình, nơi bạn bè khoe ảnh đẹp, con vui, chuyện đáng yêu. Cuộn trào vào đòng tin là những chuyện người ta mở miệng chỉ trích nhau, tranh cãi ác ý cạnh khóe nhau. Nhiều người của công chúng cũng đang lâm vào 'bão', người nói qua người nói lại, rồi những hệ lụy cùng hậu quả. Rồi những bàn tán xôn xao không chuyện A cũng chuyện B, rồi chuyện C...

Có chút cảm thấy sợ hãi.

Rất nhiều những chuyện như thế như thế như thế..., chẳng phải đều từ cái miệng mà ra hay sao? Từ khi nào, Facebook đã vô tình nhân rộng, thổi bùng thêm những cơn giận dữ, những thị phi, những chỉ trích... Sợ hãi, là vì với cái đà này, thật cũng chẳng dám biết liệu có ngày nào mình có bị vô thức cuốn vào cơn lốc xoáy này không. Dù là ở phía nào, cũng sẽ mệt mỏi lắm và buồn lắm...

Lòng cứ dặn lòng, lần thứ một ngàn lẻ một trong đời. Dặn các chị em con cháu mình. Dặn thêm mấy em nhỏ trong êkip. Dặn luôn tất cả những ai mà mình thương quý. Ông bà mình nói chẳng sai, họa từ miệng mà ra. Tu được cái miệng là tu được nửa phần đời. Bởi vậy, chứng kiến tranh cãi thị phi hay đối mặt thị phi tranh cãi, đừng nói gì, chỉ mìm cười thôi. Nhớ nhé. Chỉ mìm cười thôi!

# Làm người tử tế

1.

Lúc sau này có những ngày, muốn post cái gì tươi tươi cũng thấy cần nhìn trước nhìn sau. Vì xung quanh đang có những chuyện buồn, chuyện tổn thất, chuyện đau lòng. Không được cười nói khi người khác có chuyện buồn, kiểu như nhà mình cũng cần đi khẽ nói nhẹ ngả nón chào khi nhà hàng xóm có người qua đời, đó cũng là một trong những biểu hiện tối thiểu của sự tử tế.

Hôm nay hay tin thêm một nhà văn gạo cội đã qua đời, cùng sự ra đi của một người làm báo trẻ, khiến nhiều đồng nghiệp của anh bất ngờ và đau lòng. Đọc được một bài viết sâu sắc của một cậu em làm báo, nhắc lại lần nữa về ý niệm sống như thể: "Nếu chỉ còn một ngày để sống".

Hình như ở thời đại thông tin đi nhanh, thông điệp sống cũng truyền nhanh này, nhiều người đã sớm ngộ được cái giá trị độc đáo của "You only live once" – Bạn chỉ sống một lần trong đời. Vì thế, hãy biết sống cho đầy.

2.

Cũng hôm nay, đọc được một bài viết của một cậu em mình chưa được gặp ngoài đời, thư gửi con gái trong tương lai của cậu. Trong thư, cậu chỉ mong con sau này làm một người tử tế, biết quan tâm giúp đỡ người khác trong những khoảnh khắc bình thường nhất của đời sống, không giống như hai cô nhân viên văn phòng xinh đẹp mà dửng dưng trước sự chật vật của một người lớn tuổi trong một tai nạn ngẫu nhiên cậu chứng kiến. Ù, đó cũng chính là điều vẫn nằm trong mọi lời cầu nguyện của mình mỗi lần mình khấn nguyện trước một đấng cao thiêng: "Nguyện cầu cho con trai con lớn lên là đứa con ngoan của gia đình, là một người tử tế của xã hội".

Thật ra, làm người tử tế, khó lắm không? Nói dễ không dễ, nhưng khó, cũng không hề là khó. Không cần phải cố gắng làm những điều vượt quá khả năng của bản thân, nếu đó là điều trước giờ ở nhà cha mẹ bạn chưa từng dạy qua cho bạn. Từ từ, trải qua đời sống, bạn sẽ tự rút kinh nghiệm, và mình nhận ra rằng, hình như càng có tuổi hơn, người ta càng dường như biết sống tử tế hơn thì phải. Cái đó gọi là "đời dạy". Tuy nhiên, có những cái nhỏ

nhỏ này không cần đợi đến lúc "đời dạy" mình cũng có thể làm được ngay. Ở trên xe biết nhường chỗ cho người già, phụ nữ mang bầu..., đi ngang đám ma biết im giọng không cười, nhìn thấy chị hàng xóm xách đồ nặng biết chạy tới xách phụ..., hay chủ động đỡ dùm chiếc xe của một người không quen vừa té. Và những điều này cũng quan trọng không kém, khi bạn chuẩn bị comment ném đá ai đó, cần nhắc coi comment của bạn có làm hại gì cuộc sống người ta không, để thôi, bớt làm anh hùng bàn phím chỉ để cho vui. Hay những ai giữ trong lòng ý niệm hại người, ngưng lại.

Bởi vì, làm người tử tế, nó đẹp lắm. Mỗi người tánh tình tốt xấu có đủ, âu cũng là cá tính tự nhiên, nhưng ý thức làm người tử tế nó sẽ khiến cho con người mình đẹp hơn nhiều, dẫu trời chỉ cho ta cao không tới một mét rưỡi hay chẳng có được cặp mắt hai mí to tròn, sóng mũi cao vút kiểu mấy cô mấy cậu ngôi sao Hàn Quốc. Mà chỉ cần mình thấy mình đẹp, tự nhiên mình thấy đời mình vui lên nhiều. Thì thêm được một chuyện tốt là bớt đi được một thói quen xấu mà.

3.

Tản mạn từ ý một và ý hai, lại nhớ về những tấm hình mình thấy được, một đồng nghiệp của người làm báo trẻ tử nạn kia chụp lại được cảnh đông đảo đồng nghiệp anh đứng thành hàng tạm biệt lúc xe chở anh đi ngang qua

cơ quan anh, lần cuối cùng trước khi về lại quê mẹ. Mình nhìn những ánh mắt bàng hoàng thương tiếc ấy, không dưng lại nhớ một câu mình đọc được, lâu rồi, đại loại: "Ngày con sinh ra, mọi người nhìn con mìm cười, còn con thì khóc. Hãy sống sao cho ngày con lìa đời, mọi người nhìn con và khóc, còn con lại mim cười". Rồi mình lại nhớ liền sang câu này, mình mới học được năm ngoái trong một khóa học, nghe thẩy mình bảo đó là của Khổng Tử: "Sống chậm – Chết nhanh – Ít của để dành – Nhiều người thương nhớ". Chữ ít mà ý mênh mông. Và câu này cũng đã nằm luôn trên bàn làm việc của mình, mình tự ghi, mỗi ngày đập vô mắt cho nhớ. Ù, vẫn dặn lòng ráng sống, làm sao cho được như vậy, và mong con mình cũng vậy.

# "Hẹ yêu con"

Cái câu ngắn ngủn, nhỏ xíu này vậy chứ đã làm 'bá chủ', tràn ngập chủ đề Cho con của *Thay lời muốn nói* sắp tới.

Hai ba bữa nay mình thực sự chìm đắm trong những cánh thư từ biết bao ông bố, bà mẹ; những dòng chia sẻ ấm áp, lại cụ á đỗi dịu dàng, làm cho mắt mình không ngừng rơm rớm. Kể lại điều này cho một số em trong êkip, tụi nó cười: "Nữa, lại khóc nữa nha..."

Chớ làm sao mà nhịn được khi mỗi câu chữ của người ta mà cứ như 'thay lời muốn nói' dùm chính mình vậy? Là cái cảm giác thật thống khổ khi bị nghén hành, nhớ hồi đó còn tự đi chợ nấu ăn, chui vô nhà lồng chợ Phạm Văn Hai, vừa chớm nghe mùi cá thịt là cứ ụa lên từng cơn.

Là cái cảm giác lo sợ không ngừng khi bác sĩ bảo mình bị chứng nhau bám thấp sao đó, không được di chuyển nhiều, trong khi công việc của mình là chạy tới chạy lui liên tục. Là những đêm ngồi biên tập nhạc hay tập bài piano, cứ nhạc trỗi lên là bên trong bụng ảnh cứ cuộn cuộn cuộn cuộn, như thể đang phiêu theo tiết tấu... Là cái cảm giác thương đến đứt ruột khi nửa đêm bị thúc một cú đau điếng, tưởng bị ai thụi, giật mình mới nhìn thấy... nguyên cái gót chân nhỏ xíu hằn ra da bụng.

Là cái cảm giác bất lực đến muốn khóc khi đêm đầu tiên ảnh nho nhoe bên cạnh, bà ngoại đã hơ men để sữa về đẩy căng mà ảnh nhất định không chịu bú. Cảm thấy mình... làm me thất thất bai.

Là cái cảm giác nửa đêm mắt nhắm mắt mở ngồi dây bế cái cục nhỏ xíu ấm him gọn lỏn trong lòng, vừa cho cục nhỏ nhỏ đó bú vừa nghe giọng mình hát: "Con còn bế trên tay, con chưa biết con cò, nhưng trong lời mẹ ru có cánh cò đang bay..." Tự mình hát tự mình cảm tự mình run rẩy, tự mình trào nước mắt.

Là mỗi ngày lại cảm thấy vòng tay ôm ảnh nặng trĩu thêm một chút, hai bắp tay mẹ đường như... đô thêm một chút.

Thôi nôi. Hai tuổi. Năm tuổi. Mười tuổi, mười ba tuổi...

Mỗi đứa con ra đời là một kiệt tác vun đắp từ tình yêu thương bao la vô bờ bến từ cha mẹ, bất kể nó tròn méo, đủ thiếu, đẹp xấu... Nói như một anh khán giả nào đó, "cùng mẹ con đi qua những ngày này, ba mới cảm được phần nào cái cảm giác mang nặng đẻ đau của người làm mẹ". Hay nói như một khán giả khác, "có con, mẹ mới cảm nhận trên đời này quả thật tồn tại cái tình yêu lớn lao đến hơn cả yêu bản thân mình".

Là con mình đó chớ ai. Là 'cục nợ' yêu thương, mà từ khi mình chưa biết mặt mũi nó ra sao mình đã thương, và biết chắc lòng mình sẽ mãi hướng về nó, lo lắng đau xót vui sướng buồn khổ hạnh phúc vì nó, cho đến tận cái ngày nhắm mắt tạm biệt cõi đời.

Gần đến ngày Quốc tế thiếu nhi, miệt mài gō những dòng kịch bản cuối cùng cho chủ đề Cho con, nước mắt lặng lẽ chảy, rồi chảy, rồi lại chảy.

Đã từng nói qua rồi thì phải, nước mắt không phải lúc nào cũng rơi vì khổ đau, mà đôi khi vì quá thương, quá rung cảm, quá đồng cảm.

## "...Con thương ba lắm, ba biết không?"

ấy bữa rày ngồi rị mọ gô kịch bản cho *Thay lời* muốn nói chủ nhật tuần này lên sóng. Mấy đứa nhỏ hết nhìn mình thương cảm rồi lại sốt ruột, chắc tại tới sát nút rồi... Còn mình thì nói thiệt, mấy cái chủ 🏖 dạng này, ngồi 'nặn' kịch bản, khó... y như... đẻ con so ấy.

Là vì Một nửa yêu thương – một chủ để chỉ toàn dành cho phụ nữ viết về người đàn ông đặc biệt của cuộc đời mình. Thư nào thư ấy dạt dào, lai láng, mấy trang mỗi thư. Đọc tới đọc lui..., thiệt là... không biết cắt chỗ nào, rút gọn chỗ nào để không làm phai hay mẻ đi cảm xúc mà mình đang đọc.

Hôm qua đến giờ, ngắn ngừ mãi trước mấy cái thư gửi bố. Trong toàn chương trình mười bài, chỉ có hai bài dành cho cha, mà hai cái thư được chọn đọc nghe sao cũng thương quá. Cũng là những kỷ niệm nhắc nhớ về những ngày thơ ấu..., mà cái làm mình xốn xang nhất, là cả hai chị đều không hẹn mà gặp nhau ở chi tiết: Thương ba lắm mà chưa bao giờ nói ra được.

Là vì sao? Vì tính bố cũng ít nói, tính con... cũng vậy; hai cha con chưa từng ngồi lại tâm sự, chia sẻ với nhau bất cứ điều gì.

... Có ai cũng từng như thế không, chưa từng bao giờ ôm bố, dụi dụi nhōng nhẽo hay thơm bố, hay chưa từng ngồi lại tỉ tê những chuyện không đầu không đuôi, hay những nỗi vui buồn trong đời sống riêng của mình?

Chắc nhiều. Người Việt mình thường vậy, thương nhau muốn chết mà cứ nén mọi cái sâu trong lòng. Thôi thì không nói "con thương ba, con yêu mẹ" đã đành đi, cũng khôn<sub>6</sub>" dám có những biểu hiện gần gụi thương thiết, là vì cái sự ngại gì...?

Trong mười lăm năm làm Thay lời muốn nói, chắc không dưới năm chục lần mình tự đặt cho mình câu hỏi này. Và lần nào làm chủ đề về cha mẹ, cũng lại dâng lên trong lòng cái cảm giác xót xót đó. Cha mẹ mình là hơi ấm trời cho, sao mình không chịu tranh thủ hưởng cho đầy, uổng quá vậy... Mà đó cũng là cách mình đang 'sạc' lại hơi ấm tình thương cho cha mẹ mà... Cho nên, thấy

thương lắm những chia sẻ gần như "lấy hết can đảm" của hai cô con gái trong hai câu chuyện lần này: "Con thương ba lắm, ba biết không?"

Ú, nếu ai cũng dễ dàng thổ lộ những ngại ngần khuất lấp trong lòng mình, cần chi nữa đến *Thay lời muốn nói*.

Nói đi cũng nói lại. Ý là đám con gái nhà mình, từ khi lớn đã thân với cha, cũng tỉ tê dốc hết ba cái chuyện linh tinh lẻ tẻ lẫn chuyện lớn lao mà thủ thỉ với cha, vậy mà năm trước đó, Tết 2013 thì phải, ngắm tấm hình chị kế mình đang dụi đầu vào vai cha, mấy đứa còn lại mới giật mình, 'gato' (ganh tị) quá trời quá đất. Vì phát hiện ra, hình như lâu lắm rối, chẳng có đứa nào... chụp riêng với cha hết, mà phải tình thương mến thương vậy mới chịu. Nhờ vậy mà từ đó về sau, thi thoảng lúc nào có dịp, hoặc... chẳng cần có dịp nào, lúc nào cứ ngồi cạnh ngôi kề, hứng thú lên là lấy điện thoại ra chụp liền. Nhờ vậy mà mới có được mấy tấm hình... Vài mươi năm nữa, những tấm hình như vầy sẽ quý lắm, quý lắm, biết mà... ~

Dặn mình cũng để nhắc bạn. Ai chưa có tấm hình tinh thương mến thương với cha hay mẹ, tranh thủ làm liền đi nha... Bởi cha mẹ chẳng thể ở đó với mình được mãi mãi. Đến những lúc thèm được một tấm hình đơn giản như vậy, sợ là cũng sẽ khó lắm đó...



#### Diện thoại cho cha mẹ

Jang ngôi gõ phần đầu kịch bản Thay lời muốn nói

– Lời yêu thương, thấy lòng xốn xang trước những dòng
này từ một cô khán giả cao tuổi: "Từ ngày bố các con tôi
đột ngột ra đi, hình như các con tôi sợ mất mẹ. Các con tôi
ở rất xa tôi nhưng mỗi ngày các con tôi đều gọi điện thoại
cho mẹ." Bà mở đầu chia sẻ của mình giản dị như vậy.

Điều này có nghĩa là, "3 giờ chiều ở Việt Nam tương đương 9 giờ sáng ở nước Đức xa xôi, con thức dậy đầu tiên là gọi điện thoại thăm mẹ, để yên tâm đi làm việc. Tối 7 giờ ở Việt Nam, tức 9 giờ tối ở Hàn Quốc, con trai thứ hai gọi điện thăm mẹ sau một ngày làm việc và cũng để yên lòng trước khi đi ngủ". Cô khán giả nói: "Những tiếng chuông điện thoại quen thuộc đúng giờ của các con, làm mẹ chúng rất vui và hạnh phúc."

Nào có những gì to tát đầu. "Mẹ ơi! Hôm nay mẹ khỏe không? Mẹ ăn cơm ngon không? Ở nhà mẹ có gì vui không?..." Đó chính là những câu hỏi này ngày xưa khi các con bà bắt đầu đi du học, là những câu mẹ hỏi các con. Giờ cũng những câu nói này, nhưng là lời yêu thương con dành cho mẹ mỗi ngày. Bà nói: "Những lời yêu thương quen thuộc nhưng không bao giờ nhàm chán đối với mẹ con tôi".

Tự nhiên nhớ cha mẹ mình hết sức.

Từ năm ngoái, chị hai mình cùng mấy đứa nhỏ cũng đã lên Sài Gòn làm việc. Tụi mình năn ni có, nói lẫy cũng có..., vẫn không lay chuyển được cha và mẹ dọn theo lên này ở luôn cho gần, chúng mình dễ chăm sóc. Lý do đơn giản: Chẳng bỏ quê được. Rồi hai ông bà tự chăm sóc cho nhau, mấy đứa con gái trên này lo lắng hết sức.

Người già như chuối chín cây... Tụi mình không được đều đặn cứ đúng giờ hàng ngày sẽ gọi về Long An cho cha mẹ, nhưng mỗi đứa hình như đều hình thành một phản xạ, gọi về những khi buông việc ra. Cũng nào có to tát gì, bữa nay đọc những dòng chia sẻ của cô khán giả kia mới phát hiện, cũng chính là những câu mình hay hỏi cha mẹ thường ngày. Những câu "khỏe hôn...?... ăn cơm chưa...?... có gì vui hôn...?" hình như chẳng bao giờ là nhàm chán, khi giữa cha mẹ và con, đôi khi thậm chí chẳng cần đến lời nói. Chỉ cần nghe thấy đầu dây bên kia nhấc điện thoại, nghe tiếng thở, là đã thấy vui rồi.

Nói tới đây, lại nhớ mới đây thôi, hai chị em mình đi dư đám tang ba một người đồng nghiệp. Ông cụ cũng đã ngoài chín mươi, lại bệnh rất lâu, người nhà đã chuẩn bi tâm thế sẵn sàng..., vậy mà tới cái ngày ông thực sự nhắm mắt, anh nói: "Giờ anh mô côi rồi." Lại chợt bắt nhớ qua cái thư của một chú khán giả tên Minh ở Bến Tre, mình chọn đưa vào kịch bản Thay lời muốn nói cách đây cũng vài năm. Chú nói năm nay (thời điểm chú viết thư) là cũng bảy mươi mấy tuổi rồi, sao vẫn không thể nào nguôi cảm giác "mồ côi" làm chú luôn muốn khóc khi nghĩ tới me đã mất... Mình nhớ một lần trò chuyên với nhạc sĩ Phan Huỳnh Điểu, cũng nghe ông nhắc đến cảm giác này. Kỳ lạ, nói thiệt, cái cảm giác nghe những người đàn ông luống tuổi nói mình "mồ côi", nghe nó còn buồn còn bơ vơ kinh khủng hơn ở những người còn trẻ nữa... Hay có lẽ, trong lòng mỗi người, với cha mẹ, người ta vĩnh viễn là những chú chim non luôn cần được ủ trong những đôi cánh ấm áp của chim cha, chim mẹ?



"... Có chút bực mình khi đọc ở đầu đó, ban bè mình đôi khi lai ngượng nghiu tư biên minh 'cho mình hôm nay sến sẩm/sến súa/sến môt chút' khi các ban viết cái gì đó dài dài một chút, yêu thương một chút, giãi bày những cảm giác của mình một chút. Với mình, bày tỏ thương yêu, giải bày những cảm xúc ngọt ngào hay sâu thắm ở trong lòng là điều vô cùng đáng quý, đáng trân trong, đáng khuyến khích được làm thường xuyên, chả có gì đáng bị đóng mác "sến". Mình vẫn đang diễn đạt những điều mình nghĩ mỗi ngày, lúc vui lúc buồn, lúc yêu thương lúc cảm kích lúc buồn lúc hờn giận..., mà thiệt tình chả bao giờ mình cho mình là 'sến' cả! Còn ai mà nghĩ mình 'sến' à..., hihi... kê ho đi, vì xét cho cùng, họ cũng chẳng phải là mình. Miêng là miêng của họ, họ thích nói thì nói, tai là tai của mình nha, mình... không thèm nghe không thèm cho vào tai vào đầu mình là được! Ban nào đó giờ thích viết mà cứ ngại thiên ha dán mác 'sến', cũng cứ nghĩ như mình, là được!"

> Lê Đỗ Quỳnh Hương — trên trang Quynh Hương Le Do

### Hục lục

•	Thay lời tựa		
	Ghi chép cuộc sống	5	
	Phần 1: YÊN AN MÀ QUA		
•	An nhiên mà sống nha bạn	12	
	Nhân vô thập toàn	16	
	Thuyết 7/3	20	
•	Chảy nước mắt	23	
•	Mệt quá con tim này	27	
•	"Hoy, kệ pà nó ih!"	31	
•	"Từ từ, con hãy gỡ từ từ"	35	
•	Vượt qua	38	
•	An yên mà qua	41	
•	"Lành làm gáo, vỡ làm muôi"	44	
•	Cú hích và ganh tị	47	
•	Có khỏe mới sống vui vẻ	50	
•	Bí kíp 3L	55	
•	Đầu ngày	58	
•	10 triết lý vụn từ một cuộc đi bộ buổi sáng	60	

٠	"Vì sao người ta cần giỏi văn hả mẹ?"	65
•	Ngày phụ nữ, lại nghĩ về đàn ông	69
•	Khi ta không phải người đẹp	74
•	Giá trị riêng của mỗi người	78
•	"Con sống đừng dẫm lên ai,	
	nhưng cũng không cho phép ai dẫm lên mình"	82
•	Đầu tuần, tự động viên mình	86
•	Tự lập	89
•	Mưa chiều ở tuổi 40	94
•	Sinh nhật '20 + 21'	97
	Để không bị lờn cảm xúc	102
•	Nếu bạn cứ sống suôn sẻ,	
	sẽ không bao giờ bạn nhận ra	105
	Phần 2: THƯƠNG NHAU KHI CÒN CÓ THỂ	
•	" Em có một ước ao em có một khát khao"	112
•	Cám ơn, ngợi khen, động viên, khuyến khích	118
•	Lời cám ơn không mất tiền mua - lựa lời mà nói	122
•	Học khen – học chê	127
•	Sức mạnh từ sự gắn kết	130
•	Khuây khỏa	136
•	Ngai?!	140
	Để gió cuốn đi	145

<ul> <li>Mai này dẫu có lìa đời, sẽ chỉ luyến tiếc</li> </ul>	
chứ không hể nuối tiếc	148
<ul> <li>Hãy thương nhau khi còn có thể</li> </ul>	151
Quanh chữ 'duyên'	156
<ul> <li>"Lòng người như chiếc lá"</li> </ul>	162
<ul> <li>Nếu không ủng hộ, ít nhất đừng làm năn lòr</li> </ul>	ng 167
Những cái hun	173
• " Thì những việc tốt nho nhỏ, hãy cứ làm đ	i" 178
<ul><li>"Facebook de thương hơm?"</li></ul>	183
<ul> <li>Tu được cái miệng là tu được nửa phần đời</li> </ul>	187
Làm người tử tế	189
• "Mę yêu con"	193
• "Con thương ba lắm, ba biết không?"	196
Diện thoại cho cha mẹ	199

#### AN NHIÊN MÀ SÔNG

#### ΤΕ ĐỘ ΘΩΚΛΗ ΗΩΩΝΟ

MINN HOW: LE DO QUYNH HUONG BIG: BUI VAN NAM Biển lập và sửa bản in: PHẠM ĐỞ PHƯƠNG CHI **Β**νά ικός*η θάν τ*ράο: ΗΠΚΕΝ ΤΟΝ ΝΩ ΚΊΜ ΤΠΚΕΝ TŲHN HNIM MĀYUƏN gặt nôid gnôT - sốb mài Đ Chịu trách nhiệm xuất bán:

THIN BAY: VU THỊ PHƯỢNG

Quận 3, Thánh phố Hồ Chí Minh Pia chi: 161B Lý Chính Thắng, Phường 7, NHÀ XUÁT BẢN TRÈ

Website: www.nxbire.com.vn E-mail: hopthubandoc@nxbire.com.vn Fax: (028) 38437450 Diện thoại: (028) 39316289 - 39316211 - 39317849 - 38465596

E-mail: chinhanhhanoi@nxbire.com.vn Fax: (024) 35123395 Diện thoại: (024) 37734544 Quận Hai Bà Trưng, Thành phố Hà Mội Địa chi: Số 21, dãy A11, khu Đẩm Trấu, Phường Bạch Đầng, CHI NHANH NHA XUAT BAN TRE TAI HA NÓI

Website: www.ybook.vn Email: info@ybook.vn DT: (028) 35261001 • Fax: (028) 38437450 161B Ly Chinh Tháng, P.7. Q.3, Tp. HCM Cong by TMHH Sach dien to Tre (YBOOK)

In xong và nộp lưu chiều Quý I năm 2018. Dịa chi: Lô B5-8 đường D4, KCN Tân Phú Trung, Cù Chi, Tp.HCM In 3.000 cuốn, tại Công ty Cô phân In Khuyển học phía Nam Quyết định xuất bản số: 1428/QQA-NXBT, ngày 30 tháng 12 năm 2017 Khô 13 x 20 cm. Số: 632-2017/CXBIPH/32-25/Tre