

Tháng 7, 2018

THĂM MẸ CHIỀU NAY

Mẹ ơi!
Chiều trung tâm con đến thăm.
Xe đẩy mẹ ngồi nhìn xa xăm.
Tóc trắng mẹ chải bao lần lược
Rụng xuống cuộc đời nhiều nỗi thăng trầm.

Ở đây. Chắc mẹ buồn rất nhiều
Nhớ con, nhớ cháu mỗi buổi chiều.
Lặng lẽ trong phòng cô đơn lắm
Rạng rỡ niềm vui khi thấy con yêu.

Con mừng bệnh mẹ nhiều tiến triển.
Có thể chuyện trò, đã ráng đứng, ngồi.
Con nói: Mình về nhà mẹ nhé!
Mẹ lắc đầu! Mẹ ở đây thôi.

Mẹ hy sinh không muốn về nhà
Vì sợ bệnh già làm khổ các con
Trái tim từ mẫu luôn mở rộng
Dù biết nơi này mẹ sống héo hon.

Tủi thân con lắm mẹ hiền ơi!
Gục đầu gối mẹ nước mắt rơi.
Run run tay mẹ lần trên tóc
Tóc bạc mẹ nhỏ. Nghèn nghẹn lòng tôi.

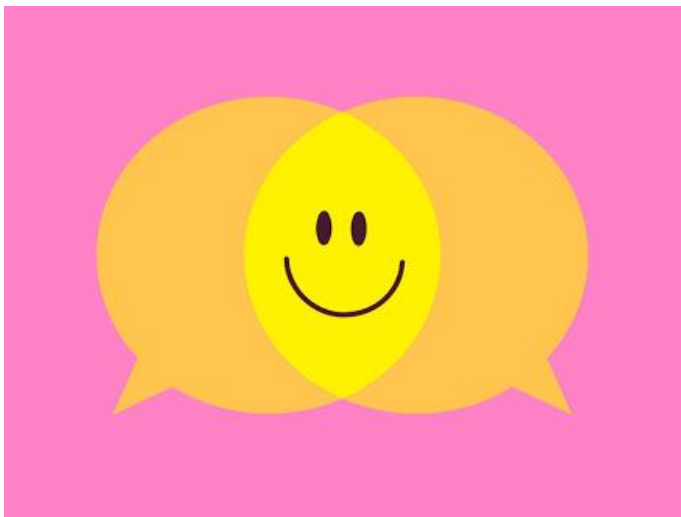
Xe lăn con đẩy mẹ vào phòng.
"Ngày mai con lại đến phải không?"
Ra về con thấy mình buồn quá.
Vắng lặng hành lang, Mẹ tôi ở trong.

Ngày xưa một bước không rời mẹ
Bây giờ con bỏ mẹ ở đây.
Thời gian còn lại bao lắm nữa
Mẹ ơi! Đứt đoạn trái tim này.
Nguyễn Thị Thêm



Hãy Cố Vui Lên Sống Vui Sống Khỏe

Đa số các bạn ảo, bạn thật của người viết đều thuộc hàng "lão trượng" và "lão bà bà", "thất thập cổ lai hy" hết ráo. Nhiều bạn đã sống âm thầm lặng lẽ ở nhà với bà xã, ông xã "chỉ có hai chúng mình thôi nhé" hay sống



chung với con cái. Nhiều bạn sống cô đơn nơi các nhà dưỡng lão hoặc đã đi chuyến tàu suốt về nơi miền viễn xa xôi. Người còn ở lại chốn nhân gian này thường hay than thở về tuổi già và sự cô đơn. Một người bạn ảo của người viết đã chia sẻ bài viết của một bác sĩ tâm tình về "Tuổi già và sự cô đơn". Người viết xin phép được chia sẻ tiếp với các bạn nhé. Xin cảm ơn BS Hồ Ngọc Minh và anh ND Quang (ĐHVKSaigon Group). Xin mời bạn cùng đọc với người viết nhé.

Tuổi già và sự cô đơn

Qua khỏi ngưỡng cửa “nửa chừng xuân”, chúng ta bước vào thế hệ gọi là “đứng tuổi”, tức là lứa tuổi trên 60. Lứa tuổi này, ở Mỹ, hầu hết đã thuộc diện “empty nesters”, khi mà những đứa con như những con chim sổ lồng, lìa

xa tổ ấm. Trái với xã hội và nền văn hóa Việt Nam, người Việt khi hội nhập vào xã hội Mỹ, hầu hết cũng phải quen với thực trạng con cái lớn khôn, để lại cha mẹ trong sự đơn côi của căn nhà vắng lặng.

Con người ta, từ bản năng, là một loài “sinh vật xã hội” (social animal), với sự tương quan giữa những cá nhân trong gia đình, trong xã hội, đóng một phần rất quan trọng cho sự bền vững của tâm thân, và phát huy về văn minh, trí tuệ. Ngày xưa, con người thường sống trong một đơn vị gia đình có rất nhiều con cái, có khi, nhiều thế hệ, con cháu, bà con, chung dưới một mái nhà. Người lớn chăm sóc trẻ con và khi về già lại được con cái chăm lo sức khỏe.

Tuy nhiên trong vòng một thế kỷ vừa qua, nhất là ở Mỹ, do phải đáp ứng cho sự đòi hỏi của công ăn việc làm, con cái thường sống xa gia đình. Ngay chính văn hóa Mỹ cũng chủ trương là khi con cái đã trưởng thành, thì phải dọn riêng ra khỏi nhà. Người Mỹ cho rằng: “một con chim” đến tuổi lớn mà không bay ra khỏi tổ, được xem là một sự thất bại trong việc giáo dục con cái. Hệ quả phải chấp nhận chính là tốc độ gia tăng của sự cô đơn cho người lớn tuổi.

Thực trạng này không chỉ xảy ra riêng ở nước Mỹ mà còn tăng vọt rất nhiều ở các nước phát triển, do sự gia tăng của tuổi thọ trung bình. Con người ta ngày nay sống thọ hơn so với người của thế kỷ trước nhờ vào sự phát triển của khoa học, y khoa, cũng như tiện nghi vật chất do kỹ thuật đưa đến. Mặt trái của việc sống lâu chính là sự cô đơn của tuổi già. Tình trạng cô đơn ấy, khi kéo dài lại có ảnh hưởng xấu đến sức khỏe của người cao tuổi. Nói một cách an ủi, tất cả chúng ta, ai “cũng, rồi, thì”, sẽ “già hơn” theo ngày tháng. “Có tuổi” là giai đoạn không thể tránh khỏi của vòng đời mà ai cũng sẽ đi qua. Thích hay không thích, ta không thể thờ ơ hay chối bỏ, mà nên chuẩn bị những phương cách để đáp ứng với tình huống cô đơn, sẽ tới.

Tình trạng cô đơn bắt nguồn từ những cô lập, tách rời với những người thân trong gia đình, bạn bè. Sự cô lập ấy có thể bắt nguồn từ chính nội tâm mà cũng đến từ các yếu tố bên ngoài qua sự tương tác của hai phía, trong và ngoài. Đa số những người nghỉ hưu, sau một thời gian “đi đây đi đó”, sẽ trở về với sự cô đơn buồn chán. Đó là những người may mắn, có điều kiện tài chánh.

Riêng những người sống ở những nơi hẻo lánh, hay không có nhiều tiền của, sự đau khổ càng nhiều hơn. Ngoài ra, các nguyên nhân khác như nghiện ngập, không chăm sóc sức khỏe, vệ sinh cá nhân, ăn uống không điều độ, cũng làm cho sự cô đơn tăng cao bội phần.

Hệ quả tai hại của tình trạng cô đơn là sự rối loạn về tâm thần, về tri thức, cũng như trầm cảm phiền muộn kinh niên, và cuối cùng là những ảnh hưởng đáng tiếc đến tình trạng sức khỏe. Một nghiên cứu cho thấy trong số những người chết vì bệnh tim, 15% người có bệnh trầm cảm mãn tính. Như thế cô đơn có thể gây ra trầm cảm và dẫn đến tử vong vì bệnh tim mạch.

Thế thì phải làm những gì để chống lại sự cô đơn?

Như đã đề cập, ở xã hội Tây phương, con cái lớn mà còn sống với cha mẹ được xem là điều xấu hổ so với “thiên hạ”. Gần đây, do tình trạng kinh tế, theo thống kê, gần như 50% thanh niên thuộc thế hệ “millenium”, 20 đến 30 tuổi, vẫn còn sống chung với cha mẹ. Thế hệ mà bà Clinton gọi là “những người sống bám ở nhà hầm của cha mẹ” (dwellers living in their parents’ basement). Thật ra, định kiến này cần phải điều chỉnh cho thích hợp. Người lớn nên sẵn lòng giúp đỡ, khi con cái phải dọn về ở chung, ngược lại, người trẻ cũng nên hiểu, chăm sóc cho cha mẹ lớn tuổi cũng là một nghĩa cử đáng quý.

Cho dù con cái không ở gần mình, hay nếu không có con cái, người đứng tuổi nên kết thân, làm bạn với những người trẻ tuổi. Có bạn trẻ sẽ giúp cho tinh thần thoải mái và trẻ trung hơn. Đó cũng là lý do ngày xưa, các cụ sống gần con cháu, đa số sống thọ hơn. Nói rộng ra, không những là bạn trẻ, mà nên kết bạn càng nhiều càng tốt. Sự giao tiếp xã hội, quen biết nhiều người, bao giờ cũng có lợi hơn là có hại. Những phương tiện như FaceBook, Twitter, cũng có lợi nếu biết sử dụng như một công cụ, miễn đừng để nghiện ngập chúng, hay ganh đua, đàm tiếu với những người bạn ảo.

Ngoài ra, không riêng gì kết bạn với người, kết bạn với thú vật, như nuôi chó, nuôi mèo, nuôi cá, ... cũng làm giảm nguy cơ bị bệnh tật và gia tăng tuổi thọ.

Gần đây ở Mỹ lại có những dịch vụ truyền máu từ người trẻ cho người già với giá \$8,000 dollar một bịch máu, dựa trên một vài nghiên cứu cho thấy máu của người trẻ khi truyền cho người già có thể làm tăng tuổi thọ vì nhờ khả năng chuyên chở oxygen cao hơn của hồng huyết cầu trẻ. Cho dù lý thuyết này có đúng đi chăng nữa, sau khi tiếp máu, hồng huyết cầu chỉ sống độ 3 tháng là nhiều và lại cần tiếp tục truyền máu mới, chưa kể những nguy hiểm của việc truyền máu. Để tăng khả năng chuyên chở oxygen, ta chỉ cần tăng cường vận động, mà theo nghiên cứu mới nhất, chỉ cần 20 phút mỗi ngày, 3 lần mỗi tuần là đủ. Tập thể dục, khiêu vũ, cũng là phương cách hữu hiệu để chống lại sự cô đơn.

Mời độc giả xem Điểm tin buổi sáng Thứ Ba, ngày 17 tháng 1 năm 2017

Về công ăn việc làm, có thể vì lý do kinh tế suy thoái trong 8 năm qua, rất nhiều người thuộc thế hệ “baby boomers”, sanh từ năm 1946 đến 1964, đã và sẽ dự trù làm việc qua tuổi hưu trí. Làm việc bán thời gian, “vừa chơi vừa làm” cũng giúp cho ta tránh cô đơn, miễn là công việc không tạo nên những áp lực không cần thiết. Nếu có điều kiện và đã nghỉ hưu, nên đi làm việc thiện nguyện.

Một yếu tố khác đáng lý ra phải nói “đầu tiên”, là chuyện tiền bạc. Thực tế bao giờ vẫn vậy, có tiền thì có được nhiều vật chất, kể cả sức khỏe. Nên để dành tiền đủ khi lớn tuổi, nhưng cũng không nên để dành quá nhiều cho con cái sau khi mình ra đi. Khuynh hướng của người Á đông kể cả người Việt chúng ta là làm lụng cả đời, dành dụm, không dám tiêu xài, để của lại cho con. Nói ra thì sợ là mình ích kỷ, nhưng nên tiêu xài cho chính mình trước, vì đồng tiền để lại, quá dễ dàng, có khi chỉ làm hư hại con cháu mà thôi.

Cuối cùng, nên thường xuyên đi khám bác sĩ để được kiểm tra sức khỏe. Sau 60 tuổi, tình trạng sức khỏe có thể biến đổi rất nhanh, trong vòng 6 tháng.

Trên đây là những điều... tự khuyên, tự nhủ của tôi. Ai nuôi con cũng muốn con tự lập được, đủ lông đủ cánh mà bay. Con cái lớn phải rời xa cha mẹ. “Nhà trống ba gian, một thầy, một cô, và một con chó cái” là tình trạng gia cảnh của vợ chồng tôi, không khác gì nhiều bạn đọc cùng lứa tuổi.

(Nguồn: Email bạn gửi- cảm ơn BS Hồ Ngọc Minh và anh NDQ)

Người viết xin được giới thiệu playlist Youtube [A New Way 2 Move, senior fitness television series with Curtis Adams](#)

[Curtis Adams](#) 1 / 9

[A New Way 2 Move, senior fitness television series with Curtis Adams](#)

9 videos 19,959 views Last updated on Jun 23, 2018



đã được trình chiếu trong Nhóm Sinh Hoạt Người Việt Portland để quý vị cao niên tập thể dự trước khi sinh hoạt Nhóm để quý bạn tùy nghi tập cho khỏe nhé. Smile!

https://www.youtube.com/watch?v=PL8ppVh7fR99eNQgDjQRaS_2kZVLd3b2dPA

Qua bài viết nói trên, chúng ta phải chấp nhận sự thật là con cái lớn lên sẽ tung cánh bay đến những phương trời cao rộng khác. Bây giờ chỉ còn có hai vợ chồng già sống hủ hỉ bên nhau và chí choé tối ngày giống như "hai con khỉ già" của nhà văn Nguyễn Nhung, một cô bạn văn nghệ của người viết đã tâm tình.

Có những người bạn của người viết có "phúc duyên" được sống chung với con cái, đa số là sống chung với con gái vì hình như con gái có hiếu và thương cha mẹ hơn là con trai thì phải? Smile!

Xin chúc mừng những cha mẹ có "phúc phận" tốt đẹp như thế dù đôi khi họ "có những niềm riêng suốt đời câm nín" cho vui vẻ cả làng.

Chuyện tương lai có đi vào sống trong nhà dưỡng lão hay không thì sẽ tính sau, chứ trong hiện tại, vợ chồng người viết tìm vui tuổi già trong các sinh hoạt cộng đồng, tham gia sinh hoạt với nhóm Sinh Hoạt Người Việt Portland thuộc Trung Tâm Sức Khỏe và Dịch Vụ Châu Á (AHSC) và sinh hoạt với Hội Cao Niên Oregon như người viết đã nhiều lần giới thiệu trong các bài viết trước đây trên Oregon Thời Báo. Chúng ta "không còn trẻ nữa" thì cố tìm vui với tuổi này vẫn còn hơn là ngồi than thở hoài, mệt quá. Các bạn đồng ý chứ?

Bởi thế, gần đây nhất chúng tôi đã tham dự buổi picnic do Hội Cao Niên tổ chức để mừng sinh nhật cho các hội viên có sinh nhật trong tháng 5, tháng 6, tháng 7 chung một lần cho "tiện việc sổ sách" vì trong thời gian qua, các hội viên đa số vì bận nhiều chuyện khác nên không tổ chức mừng sinh nhật được.

Hội Cao Niên tổ chức để mừng sinh nhật cho các hội viên có sinh nhật trong tháng 5, tháng 6, tháng 7-2018

Theo thông lệ từ lâu, hằng tháng Hội Cao Niên đều có tổ chức mừng sinh nhật cho Hội viên có sinh nhật trong tháng hoặc là ở Super King buffet, hoặc là hình thức potluck ở trung tâm Hollywood Senior Center, hoặc là ở ngoài trời hình thức picnic vào tháng 7 hay tháng 8 mùa Hè.

Các hội viên có sinh nhật trong tháng sẽ được Hội chiêu đãi, miễn đóng góp tiền chi phí. Hội sẽ xuất quỹ mua hoa, đặt bánh sinh nhật, cards, quà cáp, v.v. cho các buổi tổ chức mừng sinh nhật hay lễ Tết, lễ mừng Ngày Của Cha, Ngày của Mẹ, v.v.



Nếu tổ chức Potluck, mỗi hội viên tham dự tự mang một món ăn đến đóng góp chung vui. Hội viên nào không mang thức ăn đóng góp \$10.00 vào việc mua thức ăn, mua hoa bánh tổ chức sinh nhật, v.v. và đã làm phiền Mrs. Mary Nguyễn, thủ quỹ của Hội, đi đặt thức ăn giúp cho việc tổ chức sinh nhật hằng tháng này. Xin cảm ơn Mrs. Mary Nguyễn đã nhiệt tình giúp đỡ cho những vị không có thể tự mang thức ăn đến được.

Việc tổ chức này đã tiến hành tốt đẹp từ bao nhiêu năm qua với số hội viên tham dự đông đảo và hăng hái. Qua thời gian, những lần tổ chức sinh nhật dù ở Super King Buffet hay potluck vắng dần số người tham dự vì nhiều lý do này hay lý do khác: tuổi già, bệnh tật, không phương tiện di chuyển, bận việc, đi vacation, đi đám cưới, đám tiệc, v.v. và v.v.

Tuy thế, Mrs. Mary Nguyễn, thủ quỹ của Hội vẫn hết lòng, sốt sắng lo lắng việc tổ chức các sinh hoạt đem lại niềm vui cho các hội viên HCN trong "tuổi không còn trẻ nữa" này. Hội Cao Niên rất may mắn có được một người thủ quỹ như thế!

Quý vị cao niên của Hội Người Việt Cao Niên Oregon đồng ý họp nhau ở công viên Laurehurst vào thứ bảy 7-21-2018 để thay đổi không khí. Đây cũng là đề nghị của cô Mary Nguyễn, người thủ quỹ tài giỏi, năng động nhất của Hội, người luôn luôn có nhiều sáng kiến trong việc tổ chức và điều hành HCN nên được đa số hội viên thương mến. Chúng tôi chỉ là “thợ vịn” của Hội Cao Niên lúc nào cũng sẵn sàng làm tốt cái “job thợ vịn” của mình cho vui nên cố gắng có mặt hầu hết các buổi họp của HCN hơn chục năm qua rồi. Smile!

Công viên Laurehurst tọa lạc ở đường SE Cesar E Chaver Blvd (SE 39th cũ) và SE Stark. Công viên rộng 31.13 hecta này đã được thành phố Portland mua lại của công ty Laurehurst để làm công viên với đầy đủ các tiện nghi: có cây xanh bóng mát, có thảm cỏ xanh rì, có đường đi chung quanh để khách nhàn du nhẹ bước thả bộ hoặc chạy bộ, có bàn ăn để đãi tiệc, có hồ nuôi vịt liểu rừ bờ hồ nên thơ, có sân vận động dành riêng cho người trẻ, v.v. Công viên này đã được đưa vào danh sách những công viên đẹp vùng Tây Bắc và danh sách những công viên có lịch sử lâu đời kỳ thú. Người viết đã từng đưa bạn từ phương xa đến thăm công viên này vào mùa thu để ngắm lá vàng rơi thật là tuyệt đẹp!

Xin mời xem hình ảnh ghi nhận buổi tổ chức mừng sinh nhật hội viên tháng 5, tháng 6 và tháng 7 tại công viên Laurehurst Park vào thứ bảy, ngày 21 tháng 7 năm 2018 do Mrs. Mary Nguyễn chụp để thấy rằng "già ta" sống nơi xứ Mỹ cũng vui ra phết qua link đính kèm:

https://photos.google.com/share/AF1QipMQ72_W1HWpG2EGCtXawn_oTiMyUXsLD5P67c-wcRWcy7PpkTSY_o6ZcrhgqdiKvyg?key=bkRqa3AybXpGd2pGeGlaZGICRHlfZW_cyVIVnUkt3

Xin cảm ơn Mrs. Mary Nguyễn và các bạn "không còn trẻ nữa" của tôi đã cùng vui với nhau trong buổi họp mặt nho nhỏ này. Có còn hơn không mà lị! Và cũng rất tiếc cho các vị hội viên HCN đã bỏ lỡ cuộc vui này vì lý do này hay lý do khác.

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

Sương Lam

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi- MCTN428-ORTB 843 -73118)

KHÁCH QUÝ ĐẾN CHƠI NHÀ

“Tháng sáu trời mưa, trời mưa không dứt. Trời không mưa em cũng lạy trời mưa...”

Sao mà chị Bông thích câu hát này thế, đến nỗi chị bông thích tháng sáu có mưa, mưa to mưa nhỏ gì cũng được. Nhưng tháng sáu năm nay thì không, chị Bông đang lạy trời đừng mưa vì ngày mồng 7 tháng sáu này đám cháu nội chị sẽ từ Utah về chơi.

Chị muốn tháng sáu sẽ có những ngày khô ráo nắng đẹp để đón con cháu chị. Chị Bông theo dõi tin thời tiết cho cả tuần, may quá trong thời gian con cháu chị đến chơi ông trời thông cảm không mưa ngày nào.

Cây hoa magnolia trồng giữa sân trước nhà đang ra hoa và nhiều nụ, đóa hoa này tàn thì kia sẽ nở bung ra, màu hoa trắng tinh trong đám lá xanh giữa trời mùa hè nắng chói

Còn luống hoa hồng trước cửa nhà và hoa hồng sau vườn cũng nở tung bừng, hồng màu đỏ, màu hồng màu vàng đủ cả, crape myrtle góc vườn cũng sẽ kịp ra những chùm hoa màu tím đầu mùa.

Người ta ra phi trường đón khách chỉ một bó hoa, còn chị Bông đón khách bằng mấy loại hoa tươi đẹp mọc ngay vườn nhà.

Chị Bông sắp xếp phòng, chần gối mới, khăn trải giường mới mang ra cho con cháu.

Thấy chị Bông hớn hờ, lảng xãng anh Bông nói:

- Em đón con cháu mà như đón khách quý đến nhà, chộn rộn mua sắm và sửa soạn nhà cửa mấy ngày nay.
- Chứ còn gì nữa. Thí dụ vợ chồng tổng thống Mỹ có... đến chơi nhà mình em cũng chào đón thế này là cùng.

Và chị mơ màng:

- Em muốn cỏ vườn phải xanh cho thằng Holden chạy chơi, hoa nở đẹp cho hai đứa cháu gái ngắm hoa, hái hoa.

Anh Bông lo ngại:

- Coi chừng cả... ông đột nữa nghe em. Hôm nọ em bị ông chích một lần vừa khóc vừa chạy vào nhà đó. Ôi, con ông cho mật ngọt, mật ngọt như tình yêu mà con ông cũng châm chích người đau điếng như hận thù. Hay vì tình yêu và hận thù thường đi đôi với nhau?

Chị lau lại những khung hình các cháu treo trên tường từ hallway phòng khách vào đến phòng ngủ, hình cả nhà con trai chụp trước sân nhà ở Utah giữa ngày Đông tuyết phủ trắng xóa. Hình con Tabi hồi nhỏ mái tóc xù ra to tròn như úp cả cái nồi cơm điện lên đầu thật xấu mà ngộ nghĩnh đáng yêu, Hình Betsy bề thẳng cu tí Holden, hai chị em ôm nhau nhếch nhác chur con mèo tha con chuột.

Anh Bông đã phê bình:

- Vào nhà này nhìn dọc ngó ngang toàn là hình cháu nội mình, làm như trên đời này không có hình ảnh nào khác xứng đáng cho em trưng bày.

- Thì cháu ở xa không có người phải có hình ảnh cho mình nhìn đỡ nhớ chứ. Em đâu dám để hình ngoài phòng khách sợ làm phiền bạn đến chơi phải ngắm cháu mình, em chỉ trưng bày trong chốn riêng tư thôi, ngó hướng nào cũng thấy cháu cưng.

Nhưng có anh thợ sửa điện đến nhà, anh ta đã vào chốn riêng tư, những bức hình treo khắp nơi trong phòng ngủ đập vào mắt anh, anh ta thắc mắc:

- Con cháu anh chị nhiều thế, tới mười mấy đứa?

Anh Bông giải thích:

- Có 3 đứa thôi, nhưng bà vợ tôi treo la liệt hình ảnh chúng từ nhỏ tới lớn nên anh tưởng nhiều.

Biết mình đã... xót xác, anh thợ điện khen bào chữa:

- Hình mấy đứa nhỏ dễ thương quá.

Chị Bông mát ruột mát gan, giá mà hôm ấy anh thợ điện có tình tiên công đất gấp đôi chị Bông cũng không thèm để ý và vui vẻ trả tiền...

Gần đến ngày về Texas đám cháu nội hào hứng lắm, chúng nói chúng không thể chờ đợi lâu hơn nữa. Chúng đã gọi phone ra giá. Trước hết là thằng đích tôn Holden đã dặn dò chị Bông:

- Holden về nhà bà, bà phải hứa là không được bẹo má cháu đi. Năm ngoái bà bẹo má cháu đau nhiều lắm. Đến cô giữ Betsy:

- Bà nội vẽ hình công chúa cho Betsy tô màu nhé.

Cô cháu cả Tabi thì đòi hỏi thực tế:

- Mỗi buổi sáng cháu muốn ăn điểm tâm hai ổ bánh mì thịt Vietnamese.

Điều kiện nào chị Bông cũng chịu, Holden không cho bẹo má nựng nịu nó thì chị sẽ hôn lên má nó. Chút tài mọn hoa tay hay vẽ của chị Bông dư sức vẽ ra những hình công chúa với đủ kiểu váy áo cho Betsy tha hồ tô màu và chị sẽ mua bánh mì thịt nóng giòn Ba Lẹ cho Tabi thưởng thức. Tội nghiệp đám cháu ở Utah, thành phố Kaysville xa khu chợ Việt Nam thỉnh thoảng mới được bố mẹ mua về mấy ổ bánh mì thịt nguội lạnh muốn ăn phải nướng lại.

Ấy vậy mà hôm sau chị Bông lại nhận phone của ba đứa cháu, Holden nói:

- Bà ơi, chúng cháu không về Texas nữa đâu, bố mẹ sẽ đưa chúng cháu đi vacation ở California có Disneyland vui lắm

Tiếp theo là Tabi và Betsy cũng nói thế.

Chị Bông bàng hoàng chưa kịp hiểu gì thì ba đứa cháu nội cùng cười ồm trong điện thoại. Thì ra chúng nó biết bà nội mong chờ thương nhớ nên...đùa cho bà nội nó hết hồn.

Khách sẽ xuống sân bay Dallas lúc 12 giờ trưa chủ nhật, chị Bông thức dậy sớm nấu xong nồi phở mà xương đã hầm từ tối qua, sẵn sàng một bữa lunch cho khách.

Xong chị Bông đi tắm gội cho bay hết mùi phở đã ám vào người, chị thay quần áo, dùng một chút nước hoa cho thơm tho và đi cùng anh Bông ra phi trường đón con cháu.

Phi trường mùa hè đông vui nhộn nhịp, những chuyến bay đi và đến vào cuối tuần liên tục cất cánh và hạ cánh. Người ta từ đâu đến đây? Và người ta từ đây sẽ bay đến nơi đâu? Có ai chờ, ai đợi? Có ai đón? Ai mong?

Cuộc đời luôn sống động những niềm vui, thế mà cách đây vài hôm chị được tin một bạn học cũ qua đời, chị buồn lắm, chưa kịp vui buồn thì hôm sau chị nhận được lá thư, bì thư ghi đậm chữ :“Important Information”. Chị hồi hộp mở thư, thì ra họ quảng cáo... tang lễ nhà quán với chương trình giá rẻ giúp đỡ người cao niên. Chị Bông càng buồn thêm, càng tưởng tượng thêm biết đâu ngày mai ngày kia đến lượt mình.

Nhưng hôm nay đến phi trường thì cảm giác buồn bã kia không còn nữa mà trái lại là niềm vui và sức sống. Đón khách về đến nhà là chị Bông vội thay đồ để làm nhân viên phục vụ nấu phở, bung phở, mang nước uống và gọt trái cây. Chị muốn làm tất cả những việc này cho con cháu, đây là niềm vui của chị.

Con dâu đòi phụ nhưng chị Bông bảo con mới đến còn mệt cứ để mẹ làm.

Chị Bông làm phở cho ba đứa cháu trước, con dâu nhắc mẹ chòng:

- Mom ơi, con Betsy không ăn hành ngò, nó mà phát hiện ra một chút màu xanh là nó không ăn phở đâu. Mom làm cho nó tô phở nhiều nước và thịt chín cắt nhỏ.

Chị Bông vừa làm vừa lầm bầm:

- Sao mà con nhà này khó tính khó nết thế, lớn lên Betsy kén chồng phải biết.

- Mom ơi, con Tabi và thằng Holden cũng không ăn hành ngò và không ăn thịt chín thịt tái gì cả, chỉ với bò viên, mà tô phở của Holden mom nhớ cắt bành phở ngắn bớt đi nó mới chịu ăn.

- Từ từ con ơi, con... order nhanh quá mẹ không nhớ kịp vì toàn là những tô phở... bất bình thường.

Vất vả vì ba tô phở cho trẻ con xong tới người lớn. Cả nhà cùng một bữa ăn đoàn tụ vui vẻ, vui nhất là ba đứa cháu ăn phở xong đều khen:

- Phở của bà nội ngon quá.

Chị Bông tự hào nói với anh Bông:

- Thấy chưa? Chỉ có anh là chê em nấu ăn dở... Trẻ con bao giờ cũng nói thật.

- Ôi, chúng nó thức dậy từ sáng sớm để ra phi trường, cuộc hành trình dài vừa mệt vừa đói thì ăn cái gì chẳng ngon

Xong một bữa ăn đầu tiên chị Bông đã thấm mệt, chị mới cảm phục các chủ nhà hàng ngày nào cũng bận rộn nấu nướng và phục vụ bao nhiêu lượt khách, mặc dù có nhân viên cùng làm việc nhưng chủ cũng bận rộn ít nhiều. Thế mà mỗi khi thấy nhà hàng nào đông khách chị Bông lại ao ước giá mà mình được làm chủ nhà hàng này nhỉ.

Những ngày con cháu ở chơi, gia đình hôm đi nhà hàng hôm ăn ở nhà, chị Bông nấu đôi món mỗi ngày.

Các cháu được dịp làm khách tha hồ những nhẽo và đùa nghịch.

Tabi mách với chị Bông:

- Bà ơi, bố chê mái tóc Tabi quăn như sợi mì xào dòn.

Di truyền tóc quăn là từ chị Bông, nghe cháu nội than thở chị thương quá:

- Bố cháu nói đùa cho vui mà, mái tóc thẳng hay quăn đều có cái đẹp của nó. Ngày xưa tóc bà cũng dày và đẹp như tóc cháu.

Tabi vẫn bướng bỉnh:

- Cháu thấy tóc quăn xù ra xấu lắm, cháu sẽ thắt bím cho gọn, trong youtube có chỉ thắt bím nhiều kiểu đẹp.

- Nhưng cháu nhớ là sau khi gội đầu để tóc thật khô mới thắt bím nhé

- Vâng ạ.

Thằng út Holden thì hào hứng khoe:

- Bà ơi, khi Holden nói về thăm nhà ở thành phố Arlington Texas bạn cháu nói phải chụp hình cái sân football của đội Cowboy cho nó xem

- Phải rồi sân vận động lớn và đẹp lắm, nhất định chúng ta sẽ đến thăm và chụp hình kỷ niệm.

Thời đại điện tử trẻ con khôn ngoan hiểu biết nhiều, đứa trẻ lên 8 cũng biết lên net, biết những chuyện khắp năm châu bốn biển. Chúng sống ở tiểu bang Utah mà cũng biết thành phố Arlington tiểu bang Texas có sân vận động của đội Cowboy nổi tiếng.

Các cháu thích chạy chơi ngoài vườn khi buổi chiều nhiệt độ dịu mát, chúng ngồi ghé xích đu, chúng cùng nhau hát hay nói chuyện.

Xung quanh chúng hoa hồng nở và những con ong bay qua bay lại lượn lờ trong vườn hoa nhưng không... dám chạm chích đũa cháu nào của chị Bông cả vì chị Bông vừa chơi với cháu vừa canh chừng ong để bảo vệ các cháu cho tới khi chúng vào nhà. Vào trong nhà lại có trò chơi trong nhà, mỗi đứa một góc với ipad, với laptop và iphone để chơi game.

Bộ sofa phòng khách chị Bông mỗi khi lau chùi còn nhẹ nhàng tay vậy mà ba đứa cháu thi nhau nhảy lên nhảy xuống. Anh Bông đọc được tâm trạng chị Bông:

- Anh biết em xót bộ ghế lắm, nhưng em cưng cháu em hơn nên cần răng chịu đựng. Hoan hô tinh thần bà nội

Chị Bông cười xòa tự khen mình

- Anh thấy đó trên bàn ăn lúc nào cũng bữa bộn như vừa xong đại tiệc, cũng may cái bàn ăn mình đã cắt kính tha hồ cho chúng nó ngồi ăn, có đồ sữa, nước ngọt hay xì dầu, ketchup gì cũng không sao, mình sẽ lau chùi dễ dàng. Cái sáng kiến cắt kính mặt bàn là của em đây nhé

Mới tháng sáu mà Texas đã nắng nóng, ngày nào cũng 80 mấy độ F. Các cháu sinh ra và lớn lên ở xứ lạnh Utah quen rồi nên chúng không chịu nổi cái nóng ngày nào cũng đòi bố mẹ đưa đi bơi, bơi xong bụng đói là đi ăn đến chiều mới về đến nhà.

Mười ngày vacation của các cháu trôi qua nhanh quá, chị Bông cũng hưởng “vacation” với các cháu luôn. Đúng là ngày vui qua mau.

Ngày mai con cháu chị lại ra phi trường về nhà. Chị Bông thấy lòng buồn bâng khuâng,

Sáng hôm sau chị Bông cũng dậy sớm như hôm đón chúng về, lần này chị nấu cơm để con cháu ăn no bụng đi đường dài, chị còn cẩn thận bảo anh Bông ra tiệm mua mấy ổ bánh mì thịt, đồ chua để riêng, để khi chiều tối về đến nhà chưa kịp nấu cơm sẽ có bánh mì mà ăn. Bây giờ đi máy bay chỉ được phục vụ ăn uống qua loa mà thôi. Tiễn con cháu ở phi trường chị Bông ôm hôn từng đứa cháu:

- Sao bà nội khóc? Cháu thương bà nội mà.

- Mai một cháu lại về nữa mà.

- Hay bà dọn nhà đến Utah làm hàng xóm ở cạnh nhà cháu đi, hôm nọ cháu thấy căn nhà ấy có cái bảng “For sale” đó...

Bà cháu trao đổi thương yêu và hứa hẹn cho đến lúc chia tay.

Chuyến xe từ phi trường trở về nhà, chiếc xe trống vắng người, trống vắng niềm vui, trái hẳn lúc đón con cháu về.

Về đến nhà chị Bông lại thêm bồi hồi, tiếng cười tiếng nói và cả tiếng khóc khi các cháu tranh giành cãi nhau tưởng như vẫn còn đây, hình bóng chúng nó còn kia, vậy mà giờ này chúng nó đang ở phi trường. Chốc nữa máy bay sẽ đưa con cháu chị về nhà của chúng, về với cuộc sống của chúng.

Chị cầu mong con cháu về đến nhà bình yên.

Hôm sau anh chị Bông tổng dọn dẹp lại nhà cửa cho mọi thứ trở về vị trí cũ, giặt lại khăn trải giường, gói chăn cất đi cho mùa sau khách đến, bàn ghế phòng ăn, bàn ghế phòng khách kê lại cho ngay ngắn và lau chùi tinh tươm. Những công việc này tuy mệt nhưng làm xong dễ dàng

Các việc vặt thế mà mất nhiều thì giờ hơn. Các cháu nghịch ngợm, bình hoa vải màu tím của chị Bông để ở bàn ngủ đã tung tóe hoa lá chỗ này một cành, chỗ kia một lá làm chị phải mất công đi tìm và tỉ mỉ cắm lại. Những khung hình nhỏ nhỏ xinh xinh, hình các cháu nơi bàn ngủ chị đã sắp xếp theo kiểu đáng đẹp, hình nhỏ đến hình lớn mà mỗi tối đi ngủ chị Bông đều nhìn thấy các cháu bây giờ chúng cũng để thất lạc nơi đâu? Chị phải mở từng ngăn kéo bàn ngủ mới tìm thấy. Thì ra chúng ganh tị nhau vì bà nội để hình đứa này ít hơn đứa kia hoặc tấm hình nó chê xấu nên cất dấu vào ngăn kéo.

Ra tới nhà bếp chị Bông cũng vất vả tìm đồ... đi lạc, vì con dâu thỉnh thoảng phụ nấu nướng và rửa chén bát, bộ đĩa này nó chồng lên kiểu đĩa kia, nồi chảo để không đúng chỗ, cái kéo chị Bông vẫn cất trong ngăn kéo đựng dao nĩa thì nó bỏ vào ống đũa làm chị Bông tìm hoa cả mắt

Bếp nhà ai người ấy xử dụng là tốt nhất, chủ nhà nấu nướng hay dọn dẹp đều nhanh vì họ biết vị trí những món đồ.

Con dâu làm bếp cứ phải hỏi mẹ chồng luôn miệng:

- Mom, chai dấm đâu? Lọ tiêu đâu?

Chốc nữa nó lại hỏi:

- Mom, cái thớt nào gọt trái cây, thớt nào thái thịt?

- Mom...

Chị Bông bị hỏi nhiều lần nên mỗi lần con dâu bắt đầu bằng chữ "mom" là chị giật mình. Nhưng nó tươi cười tiếp:

- Mom.... xong rồi, mời mom và cả nhà ra xơi cơm.

Nhà cửa đâu vào đây xong, chị Bông mang máy chụp hình ra load lại những hình ảnh đã chụp các cháu, hình đứa nào cũng dễ thương, vì một người bạn chị đã nói một câu chí lý: "Cháu bà dễ thương lắm, nhưng... cháu tôi dễ thương hơn"

Thì ra cháu của ai thì người ấy thấy đẹp thấy thương dù chúng thế nào, bởi thế dù cháu chị Bông đứa thì cao nhòng, đứa thì bé hạt tiêu và làn da nâu nâu, đứa thì búng bình khóc dai cả giờ đồng hồ không chịu stop. mà chị vẫn thương quá chừng.

Chị Bông gọi anh Bông ra xem hình ảnh các cháu trên computer và hào hứng nói:

- Anh ơi hình đẹp lắm, em sẽ chọn và rửa một số hình đẹp và...

- Mua khung hình treo lên cho em ngắm chứ gì...?

Anh Bông vội vàng nói tiếp:

- Nếu cứ đà này, mỗi năm mỗi lên khung hình các cháu nội thì nhà mình sẽ biến thành phòng triển lãm mất, nào hình treo tường, nào hình để trên bàn gương trang điểm, nào hình để trên bàn ngủ, còn chỗ nào cho em khoe hình cháu nữa? Chẳng lẽ em muốn treo hình các cháu trong... restroom hay garage?

- Biết rồi, em chỉ cao hứng nói thế thôi, hình các cháu yêu quý của em phải được treo chỗ nào đẹp để chứ. Em sẽ để hình trong computer khi nào thích thì mở ra xem.

Đám con cháu nhà chị Bông, đám khách yêu quý của chị Bông đã đến chơi cho chị những tình thân ấm áp vui tươi, chúng đã đi còn để lại cho chị những hình ảnh và kỷ niệm ấy.

Mỗi năm con cháu đều về chơi, vào mùa hè có khi tháng sáu, tháng bảy. Vào dịp cuối năm Giáng Sinh đến New Year, mỗi lần khác nhau để thay đổi không khí. Không biết sang năm chúng sẽ về vào thời điểm nào...

Chị đã trở lại sống cuộc sống thường ngày của mình.

Bây giờ là cuối tháng sáu, cả tuần nay trời oi bức, chị Bông lại thèm nghe bài hát kia, bài hát có câu "Tháng sáu trời mưa, trời mưa không dứt,... trời không mưa em cũng lạy trời mưa"

Chị Bông ước một cơn mưa, các cháu không còn ở đây thì trời cứ việc mưa, mưa to gió cuốn hay mưa dầm dề lê thê chị đều thích, để có giây phút mộng mơ trải hồn theo tiếng nhạc và ngắm mưa rơi ướt đường ướt phố.

Nguyễn Thị Thanh Dương

KHÔNG RIÊNG "TÂY NGUYÊN"

Phá ách xâm lăng: Lê Thái Tổ!

Đẹp thù hiển hách: Trần Nhân Tông!

Quang Trung đánh Mãn: tan hồn phách!

Phá Tống, bình Chiêm: Lý Nhân Tông!

*

Máu tô hùng sử còn không,

Mà quên công khó Cha Ông? Tà quyền?

"Tây Nguyên"! Biến động Cao Nguyên!

Dân gào tiếng thét: Chủ Quyền Việt Nam!

*

Một "bây" học dở, bỏ làm

Hoàng, Trường Sa mất chẳng thềm bần tâm

Đường Lào, Cam Bốt: mặt Nam,

Phía tây: Tàu cũng tham lam "mua" rồi!

Bắc phương chỉ cần hờ "Môi"*

"Răng" Bác, "răng" Đảng? Ôi thôi sá gì!

TRẬN TÀN TA VẪN CHƯA THUA

(Kính tặng quý Chị có chồng là những Quân Nhân QL VNCH đã bị VC giết trong các trại tù tù Nam chí Bắc.)

*

Thu rồi anh, lá chuyển màu

Có nghe tha thiết ngọt ngào nhớ nhưng?

Có nghe một chút lòng chùng?

Theo màu mây xám, ngại ngừng lá reo.

Vàng vàng chờ gió gọi theo

Thu thu không nề tiếng kêu tuyệt về

Thơ thơ phụng phịu khóc nhè

Mưa mưa se lạnh lời thề hồi hương

Thương là thương! Hỡi Người Thương!

Một đi, đi mãi. Tha phương dặm ngàn

Hành trình em đã gian nan

Nguy cơ mất nước? Chí nguy!
Hồ Ba Giang, “Beauxite” đỏ: lợi chi quốc phòng?

Lâm Đồng cho đến Dak Nông,
Nguy trang Hán giặc: ngoài, trong chừng chàng
Bắc, Nam, Trung: đảng quy hàng,
Thành “Chiêu Thống Mới” rước sang kẻ thù*
Bao sư đoàn giặc lù lù
Nhà Tu * lên tiếng, Nhà Tù rung rinh
Lòng dân phần uất, bất bình
Hại dân, phản quốc, lộng hành Việt gian

Vùng lên trừng trị bạo tàn!
Thăng Long, Vạn Kiếp huy hoàng sử xưa!
Mê Linh cờ phất, trống khua
Diên Hồng “*Quyết chiến!*” Người xưa chẳng làm!
Bạn ơi! Xưa bày, nay làm
Bình Than Hội Nghị đồng tâm hào hùng
Bạch Đằng Giang đã lấy lừng
Ải Chi Lăng, giặc cũng từng thất kinh,
Sông **Như Nguyệt** với hùng binh,
Đổng Đa khí phách quân hành! Khắc ghi!
Bến Chương Dương vẫn uy nghi!
Xin đừng nhu nhược! Cứu nguy sơn hà!
*

Ngoại xâm quyết chống! Không tha!
Thương ca cùng hát: Giữ Nhà Việt Nam!
Ý Nga

-Vua Trần Nhân Tông là vị hoàng đế thứ ba của đời Trần, vừa có tài, đảm lược, vừa nhân đức. Người đã từng trải qua hai lần đại chiến với quân Mông Cổ và đã cùng với Hưng Đạo Vương Trần Quốc Tuấn, chủ tọa cuộc hội nghị tối cao về quân sự tại Bình Than với các vương hầu, để quyết định cho sự sống còn của Việt-tộc thời ấy.

-Vua Lê Thái Tổ là người lãnh đạo cuộc kháng chiến đánh đuổi quân Minh trong vòng 10 năm và thu hồi nền độc lập vào năm 1428.

-Đại đế Quang Trung chỉ trong vòng 7 ngày đã đánh tan gần 300 ngàn quân Mãn Thanh vào năm Ất Dậu 1789.

-Vua Lý Nhân Tông được lịch sử ghi công đã 2 lần hiển hách: “**PHÁ TỔNG, BÌNH CHIÊM**”

***Bến Chương Dương, Hàm Tử Quan, Vạn Kiếp, Thăng Long, Vân Đồn, Thiên Mạc** là những địa danh đã có những trận thắng lớn đánh quân Mông Cổ.

***Ải Chi Lăng**: nơi quân ta đã chém đầu hầu Nhân Bảo, tướng nhà Tống, dưới thời vua Lê Đại Hành và quân của Bình Định Vương Lê Lợi cũng đã chém đầu tên

Xác anh đất Bắc xương tàn tro chưa?
Xa nhau không phút tiễn đưa
Bao nhiêu đau khổ mới vừa Cộng nô?

Mai về đâu, mảnh cơ đồ,
Các Anh gian khổ cam go giữ gìn?

Thu rồi Anh! Nhớ trăm nghìn
Thương Anh chiến đấu, bắt tin gian tà
Trận tàn, ta vẫn chưa thua
Rực trang chính nghĩa quốc gia lấy lừng.
Ý Nga

MỘT THỜI YÊU SÁCH

Tôi không nhớ thích đọc sách khi nào,
Như bao đứa trẻ con cùng trang lứa,
Qua tuổi bé thơ nghe truyện mẹ kể,
Tôi biết tìm sách để đọc riêng mình.

Tôi say mê với những truyện bằng tranh,
Từ truyện cổ tích hoàng tử công chúa,
Đến những truyện dịch từ phương trời lạ,
Lucky Luke bắn súng thần kỳ.

Tôi mua sách bằng tiền nhịn ăn quà,
Tiền không đủ mua những gì tôi thích,
Tôi lẩn la đứng trong tiệm bán sách,
Lật từng cuốn sách mới để ước ao.

Tôi lớn lên sách gần gũi đi theo,
Tuổi mộng mơ tôi thích đọc tiểu thuyết,
Tôi là ai mà lúc cười lúc khóc?
Vui buồn theo những chuyện của thế nhân.

Hồn sách, hồn tôi kết bạn tri âm,
Tìm chỗ vắng tôi một mình đọc sách,
Hay chum chẫn ngoài trời mưa rả rích,
Ngọn đèn khuya tôi đọc sách đêm dài.

Tôi sung sướng khi gặp cuốn truyện hay,
Chẳng dám đọc nhanh sợ câu truyện hết,
Như chiếc bánh ngon ăn dè từng chút,
Để kéo dài những hương vị ngọt ngào.

Gấp cuốn sách lại để dành hôm sau,
Tôi hẹn sách như hẹn tình nhân đến,
Tôi quên ăn cơm nhưng không quên sách,
Tôi mất ngủ, không mất trang sách nào.

Liễu Thăng tại đây (trên ngọn đồi Mã Yên)

*Sông Như Nguyệt: nơi Lý Thường Kiệt chỉ huy, đánh chặn được bước tiến ồ ạt của quân Tống, không cho tràn sang nước ta.

*Đông Đa và Ngọc Hồi là hai nơi quân ta đánh với giặc Mãn, đã khiến Tôn Sĩ Nghị phải bỏ cả ấn tín mà chạy thoát thân.

*Năm 1974: Tàu đã chiếm Hoàng Sa của Việt Nam

Năm 1988: Tàu chiếm luôn Trường Sa.

*Bộ Chính Trị CSVN, với dự án **ngụy trang**: Khai Thác “Beauxite” ở Tân Rai (Lâm Đông) và Nhân Cơ (Đak Nông) đã rước bọn lãnh đạo Tàu vào Nhà VN.

*Những tù nhân chính trị và cũng là những vị chân tu đã khí khái chống lại CSVN từ bao năm qua như hòa thượng Thích Quảng Độ, linh mục Nguyễn văn Lý, v.v.

*Khẩu hiệu VC: “Môi hở răng lạnh”.

Giã Từ Nhà Cũ

Cám ơn con, rể có lòng thành.

Cất nhà Mẹ ở đỡ đau chân

Nhà rộng, tuổi già thêm thoải mái

Lớn nhỏ riêng con chẳng ngại ngần.

Ba mươi năm sống nơi nhà cũ

Sách báo chất chồng đầy cả tủ

Vật dụng hàng ngày cũng khá nhiều

Bỏ đi thì tiếc, mang theo nặng.

Nhớ lại ngày xưa mới dọn nhà

Vật dụng hành trang gọn, nhẹ nhàng

Mỗi người chỉ có một túi xách

Cơ quan thiện nguyện giúp cho quà.

Thấm thoát thời gian qua rất nhanh

Trai gái các con đã trưởng thành

Mẹ còn ở lại, Cha đi trước

Mẹ mừng con, rể có lòng lành.

Lưu luyến giã từ nơi chốn xưa

Bao năm trú nắng với che mưa

Chia tay hàng xóm, bạn bè cũ

Tiếc thương hoa cỏ, nói sao vừa?

Ngọc Hạnh

Virginia, 22/7/18

Sách mới xuất bản trên kệ nâng niu,
Bày trong tiệm, sách trình bày đẹp đẽ,
Từng cuốn sách là tâm tư tác giả,
Chờ gặp người thương theo họ về nhà.

Nhưng có những sách cũ trên vỉa hè,
Người ta bày bán xô bồ đủ loại,
Sách sờn trang, rách bìa, hay long gáy,
Sách còn nguyên nhưng trang giấy ố mờ.

Ai mua sách, ai đã bán sách đi?
Chủ nhân cuốn sách ấy còn hay mất?
Bàn tay nào đã cầm lên để đọc?
Bàn tay nào đã vứt sách hững hờ?

Cuốn sách hết thời bỗng thành vật thừa,
Thật tâm thương bán ve chai cân ký,
Tội nghiệp sách với bao nhiêu chữ nghĩa,
Người ta xé ra gói món hàng rong.

Số phận sách như phận người long đong,
Lúc cần nhau, lúc hết tình hết nghĩa,
Người ta chạy theo văn minh điện tử,
Báo chí, sách truyện không còn đất hàng.

Người ta lên net để đọc nhiều hơn,
Đủ mọi đề tài, truyện dài truyện ngắn,
Sống cả cuộc đời cũng chưa đọc hết,
Chẳng tốn tiền mua vừa tiện vừa nhanh.

Tôi cũng thế. Tôi bạc nghĩa bạc tình,
Thú đọc sách vui dần theo năm tháng,
Mỗi khi cầm cuốn sách bạn bè tặng,
Tôi chạnh lòng như gặp lại người xưa.

Nguyễn Thị Thanh Dương

CHÁU NGOAN CỦA AI?

Bánh to kỷ lục đem khoe

“Cháu ngoan” đứng ngẩn tò te mà thèm

Em nào bụng cũng đói mèm

Đói ăn, khát uống, lấm lem, ăn... mày.

Bánh to cúng kiếng giữa ngày

Đảng dâng “mẹ bác”, trưng bày rình rang

“Cháu ngoan” còn sống, ai màng?

Đầu trần đội nắng chang chang, khoe gì?

Ý Nga

Hai Chữ Khóc Cười



Phe “nam tử” Á Châu “mê” xem đá banh hơn là các môn thể thao khác. Mọi sinh hoạt của mấy ông trong ngày có trận chung kết này hình như phải tạm ngưng lại vì quý ông mãi mê dán mắt vào màn ảnh máy truyền hình hồi hộp theo dõi trận đấu.

Gần cả tháng nay phu quân của người viết cứ ôm cái tivi như ôm tình nhân để xem các cuộc tranh tài giữa các đôi tuyển túc cầu trong mùa Worldcup 2018 được tổ chức ở Nga.

Người viết không có “huôn” để cùng chàng ngồi xem các trận đấu được nên chỉ có thể “com dăng nước rớt” hâu chàng để chàng theo dõi các trận đấu thoải mái. Cũng tốt thôi nhỉ?

Chủ nhật 7-15-2018 là ngày mà đa số quý ông Việt Nam ở Mỹ cũng như ở nhiều quốc gia trên thế giới hào hứng đón coi trận đấu chung kết giải vô địch bóng đá thế giới giữa hai đội tuyển Pháp và đội tuyển Croatia

Các quán cà phê là nơi quy tụ đông đảo khán giả nhất. Chắc chắn sẽ có những lời “bàn loạn”, những câu “chửi thề”, những tiếng la hét, vỗ tay vang lên ầm ĩ mỗi khi có một cú banh lọt lưới.

Người viết tuy không hâm mộ môn thể thao này lắm nhưng cũng đã cùng “phu quân” theo dõi trận đấu chung kết World Cup 2018, hồi hộp xem đội tuyển nào sẽ là kẻ chiến thắng? Dĩ nhiên là chúng tôi xem qua màn ảnh tivi ở nhà cho “tiện việc sổ sách”. Cũng vui thôi!

Tôi thì chẳng biết chút gì về luật lệ đá banh cả nên chỉ biết la lớn vỗ tay khen thưởng mỗi lần thấy đội tuyển Pháp đá lọt lưới đối phương mà thôi. Smile!

Các cầu thủ Pháp reo hò, ôm nhau mừng rỡ, cười to hơn hờ bao nhiêu thì các cầu thủ Croatia đau buồn thán thờ, áo nã bầy nhiều sau khi trận đấu kết thúc với tỷ số 4-2 và Pháp đã đoạt chức vô địch thế giới về túc cầu lần thứ hai sau 20 năm kể từ chiến thắng năm 1998.

Xin mời xem

Youtube France v Croatia - 2018 FIFA World Cup™ FINAL - HIGHLIGHTS

13,568,533 views

<https://youtu.be/GrsEAvRerTg>

[FIFATV](#)

Thế là có kẻ thua người thắng. Thế là có kẻ khóc người cười! Trong bất cứ những cuộc tranh đua nào cũng thế.

Tôi lại nhớ đến câu: “Niềm vui và sự thành công của người này lại là nỗi buồn và sự thất bại của kẻ khác”.

Đã lâu lắm rồi khi tôi còn trẻ, tôi đã đọc nhiều quyển truyện.

Ở đoạn cuối của một quyển truyện tôi đã đọc và tôi vẫn nhớ câu nói này cho đến bây giờ. Đối với tôi, đây là một câu nói có ý nghĩa và đầy triết lý sống thực trong cuộc đời của chúng ta. Hôm nay, tôi thấy những nụ cười sung sướng của đội tuyển Pháp khi ôm chiếc cúp vàng trong tay và những giọt lệ trên gương mặt ưu buồn của các tuyển thủ Croatia khi thua trận. Con người ở chốn bụi hồng lao xao này đã khổ vì những vui buồn của trần thế. Có được thì vui mừng hơn hờ, mất đi thì buồn bã, ưu sầu. Đức Phật đã dạy đời là bể khổ, quả đúng không sai!

Trước đó, đội tuyển Croatia vui cười hơn hờ sau khi thắng đội tuyển Anh để vào chung kết đấu với Pháp thì hôm nay lại lặng im đau buồn khi bị thất bại dưới tay đội tuyển Pháp. Điều này đã làm cho người viết lan man



nghe đến câu nói của người xưa: “Cao nhân tắc hữu cao nhân trị” tạm hiểu là “mình giỏi thì cũng có kẻ khác giỏi hơn mình nữa đấy” nên đừng có vội mừng, tự cao tự đại nha bạn!

Chúng ta cũng đừng quên rằng cuộc đời là những sự tranh đua, giành giật. Kẻ chiến bại hôm qua có thể là kẻ chiến thắng ngày mai nếu có lòng kiên nhẫn, học tập từ sự thất bại của mình, thay đổi phương thức làm việc, đoàn kết, trau dồi luyện tập thì có thể trở thành kẻ chiến thắng ngày mai. Còn như kẻ chiến thắng hôm nay nếu cứ “ngủ yên trên chiến thắng”, tự phụ, chia rẽ, lơ là lười biếng tập luyện thì cũng có thể trở thành kẻ chiến bại ngày mai. Bạn đồng ý chứ?

Theo tin tức báo chí thì ở Việt Nam có những cuộc đánh cá về hai độ thắng thua rất lớn. Có những màn cầm cổ đồng hồ, xe cộ, nhà cửa, nhà sông tự tử vì thua cá độ, nợ nần chồng chất v.v...

Thật là vô minh! Thật là đáng thương!

Nhà Phật đã dạy: Con người vì Tham, Sân Si mà đau khổ triền miên, sinh tử luân hồi trong cuộc đời trần thế.

“Trong cuộc sống chuyện thế gian lành dữ

Một chữ Tham khiến bao kẻ vô tâm

Ngày qua này tạo thêm những lỗi lầm

Qua năm tháng tạo thành bao nghiệp ác

Nghiệp ác ấy theo ta qua kiếp khác

Như bóng hình, như nhân quả chẳng sai

Chuyện trả vay, vay trả, tiếp tục hoài

Nơi trần thế ta luân hồi muôn kiếp”

(Thơ Suong Lam)

Chuyện đá banh kể như đã chấm dứt khi đội bóng Pháp trở về xứ sở được đón tiếp tưng bừng và cả nước ăn mừng chiến thắng rộn ràng.

Và tôi cũng cười vui vẻ gửi email chung vui niềm vui chiến thắng với các thân hữu của tôi ở Pháp.

Người viết được các thân hữu quý mến tặng tôi "nick name" là "Suong Lam Sĩ Mai" vì tôi thích cười và thường viết thêm chữ Smile trong email chuyển gửi bạn bè.

Ở Portland, nhiều độc giả mục Một Cõi Thiên Nhân, khi đi chợ hoặc khi đi sinh hoạt cộng đồng đã nhận ra tôi và nói với người viết rằng: “Tuần nào tôi cũng thấy Suong Lam “cười duyên dáng” trên Oregon Thời Báo trông tươi tắn quá!”. Cảm ơn quý vị nhé. Smile!

Mèn ơi, nghe thế người viết mừng quá vì ít ra nụ cười của tôi trên báo cũng đã đem lại một chút gì vui vui cho thân hữu vì khi bạn nhìn một nụ cười, bạn vẫn vui hơn là thấy cái mặt nhăn nhó, giận dữ của “ông xếp” hay của “lệnh bề trên”, bạn nhỉ?

Vậy thì hôm nay người viết xin hỏi:

NGÀY HÔM NAY BẠN ĐÃ CƯỜI CHƯA?

Cả khi mơ mộng

Vẫn biết mỉm cười

Đó là hạnh phúc

Những lúc mỗi mệt

Vẫn biết mỉm cười

Đó là an nhiên

Dù chịu thiệt thòi

Vẫn biết mỉm cười

Đó là khoan dung



Dù có uẩn khuất
Vẫn biết mỉm cười
Đó là rộng lượng

Dù đang bế tắc
Lạc quan mỉm cười
Đó là bản lĩnh

Dù bị hiểu lầm
Thanh thản mỉm cười
Đúng người tu dưỡng

Gặp lúc hiểm nguy
Điềm tĩnh mỉm cười
Khí chất ai bì

Lúc bị khinh khi
Yên lặng mỉm cười
Hiểu mình hiểu đạo

Khi bị thất tình
Nhẹ nhàng mỉm cười
Đó là tự tại
(Nguồn: sưu tầm trên internet- Không thấy đề tên tác giả)

Xin Bạn hãy cùng người viết đọc thêm lời khuyên của Mẹ Theresa dưới đây cho vui nhé:

Hãy cho nhau nụ cười

Có lần mẹ Têrêsa thành Calcutta kể lại câu chuyện như sau:

Nhiều người đến thăm tôi tại Calcutta và trước khi ra về thường ngỡ ý với tôi: “Xin cho chúng tôi một lời khuyên để chúng tôi sống tốt đẹp hơn”.

Tôi liền bảo họ: “Quý vị hãy về và hãy ban tặng cho nhau những nụ cười. Một nụ cười cho vợ của ông. Một nụ cười cho chồng của bà. Một nụ cười cho con cái của ông bà. Hãy cười tươi với tất cả mọi người, bất luận người đó là ai. Với những nụ cười tươi như thế quý vị sẽ lớn lên trong tình yêu hỗ tương”.

Nghe vậy một người trong nhóm hỏi tôi:

- Bà có lập gia đình không?

Tôi gật đầu và nói:

- Đôi khi tôi cũng cảm thấy khó nở một nụ cười với vị hôn phu của tôi.

Và mẹ Têrêsa kết luận:

- Đúng thế, Chúa Giêsu có thể đòi hỏi rất nhiều. Và chính khi Ngài đòi hỏi như thế thì không gì đẹp cho bằng nở một nụ cười thật tươi với Ngài

Lạy Chúa! Nụ cười không mất tiền mua, không phải vất vả cực nhọc để đi xa mang về... Nụ cười thật dễ dàng để xuất hiện trên môi miệng và trên khuôn mặt nhưng sao con lại thấy thật khó khăn vất vả để trao tặng nụ cười trên khuôn mặt của con cho những người xung quanh... Con đã thay thế nụ cười bằng những cái nhăn mặt méo mó, bằng những ánh mắt giận dữ, bằng những cái lắc đầu xua tay và đôi khi bằng những lời nói làm đau lòng người khác. Xin cho con luôn ý thức rằng: mỗi khi con mang nụ cười đến cho những người xung quanh chính là lúc con dâng lên Thiên Chúa tình yêu và nụ cười, sức sống và hy vọng của đời con. Amen.

(Nguồn: Sưu tầm trên internet)

Kính mời quý thân hữu thương thức Youtube *Nụ Cười Của Phật* do người viết thực hiện thay cho lời kết bài tâm tình hôm nay nhé. Smile!

[Nu Cười của Phật - YouTube](#)

▶ 4:08

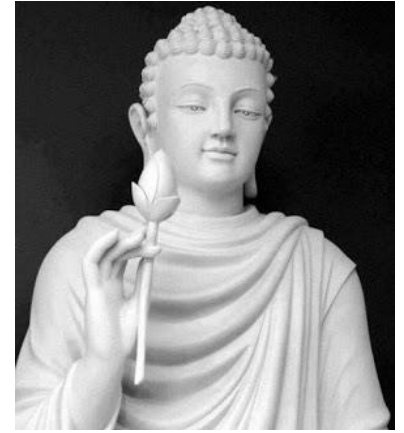
<https://youtu.be/428K8HhuytY>

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

Sương Lam

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi-MCTN 427-ORTB 71818)



Khoảng Đồi

Con bao nhiêu tuổi bấy nhiêu ngày
Nghĩa nặng ân tình khó đổi thay
Chim non khôn lớn rồi xa tổ
Mẹ cha chốn cũ đổi đường bay.

Rong ruổi đường đời bao cay đắng
Buồn vui mặn ngọt cả trời trăng
Nụ cười vẫn có trên môi ấy
Tóc điểm màn sương hạt tuyết băng.

Mẹ Cha giờ có thêm cháu chắt
Đường dài thu ngắn bước không nhanh
Vui sống cuộc đời không khe khắt
Ngày mưa ngày nắng khoảng trời xanh.

Hôm nay ta sống, có ngày nay
Sáng mai thức dậy, biết còn đây?
Không giận, không hờn, không vội vã
Đề lòng thanh thản mỗi phút giây.

Rồi sẽ đến... một nơi sẽ đến
Vào đời tay trắng, trắng tay không
Từ già thân thương... không bờ bến
Thênh thang ... vô định một hư không...

Phạm T. Thu Hương

Dấu Răng

Đi quá nửa đường trần thế.
Mái tóc pha sương nhuộm bao lần.
Tâm còn xao động bao đầu bể.
Lặng chút trần ai để hộ thân.

Thương!
Giờ chỉ còn đây con với cháu

Giận!
Có ai còn để chạm con tim

Buồn!
Sáng, chiều quanh quẩn bên hoa lá
Lo!
Tiền bạc phù du chẳng muộn phiền.

Còn sống cứ vui cùng bè bạn
Ngồi một mình không viết lách chơi
Tình thương trang trải trong ngòi bút
Mai kia nhìn xuống thế gian cười.

Nguyễn Thị Thâm

Sự Chọn Lựa của Bạn

Chúng ta ai cũng có một trí óc để phán xét và một trái tim tình cảm để yêu thương. Tùy theo sự chọn lựa của mình mà chúng ta hành động thiện lành để tạo được nghiệp thiện hay hành động hung dữ mà tạo ra nghiệp ác. Thiện hay ác khác nhau ở cái Tâm của mình vì Nhà Phật có dạy: « Nhất thiết duy Tâm tạo » tất cả mọi sự việc trên đời đều do Tâm tạo ra. Tâm bình thế giới bình, tâm loạn thế giới loạn.

Xin mời quý bạn dành một chút suy tư với Chữ Tâm được trích dẫn dưới đây nhé:

Một phút suy tư: Chữ TÂM

Tâm là một điểm tuy nhỏ nhưng quan trọng, nên người ta mới gọi là tâm điểm.

Tâm của con người càng quan trọng hơn vì nó nói lên nhân cách của một con người:

- Tâm lệch lạc thì cuộc sống nghiêng ngã đảo điên.
- Tâm gian dối thì cuộc sống bất an.
- Tâm ghen ghét thì cuộc sống hận thù.
- Tâm đố kỵ thì cuộc sống mất vui.
- Tâm tham lam thì cuộc sống đối trá ...

Cho nên, ta không những đem tâm của mình đặt ngay trên ngực để yêu thương, mà còn:

- Đặt trên tay để giúp đỡ người khác.
- Đặt trên mắt để nhìn thấy nỗi khổ của tha nhân.
- Đặt trên trán để mau mắn chạy đến với người cùng khổ.
- Đặt trên miệng để nói lời an ủi với người bất hạnh.
- Đặt trên tai để biết nghe lời than trách, góp ý của người khác.
- Đặt trên vai để biết chịu trách nhiệm và chia sẻ trách nhiệm với anh chị em.

Thân xác không tim thì thân xác chết, làm người không có tâm thì cuộc sống chỉ có hận thù và là mối nguy hiểm cho mọi người

(Nguồn: sưu tầm trên internet)

Có nhiều bài học nói về chữ Tâm sẽ được người viết từ từ dẫn trình sau để chúng ta cùng học hỏi. Hôm nay, người viết xin mời quý bạn đọc một bài học ngắn ngắn dưới đây:

Tâm bình thường

Tăng hỏi Thiền sư: « Phải nỗ lực tu hành như thế nào mới hợp đạo? »

- Đói ăn, mệt ngủ.
- Như vậy thì người bình thường nào làm chẳng được.
- Không, không. Người bình thường không giống như thế. Vì khi ăn họ không chăm chú ăn, mãi lo nghĩ trăm điều. Khi ngủ, họ không chịu ngủ, lại tư tưởng ngàn chuyện. Vì thế khác với người tâm bình thường.

Bình: Thiền tổ Nam Tuyền bảo: « Tâm bình thường là Đạo ». Đi cũng thiền, đứng cũng thiền, nói, nín, động tịnh thấy an nhiên.

Cảnh giới tâm bình thường này khác xa phàm phu vọng loạn một trời một vực »

(Nguồn : Thiền là gì ? – Biên soạn : Thích Giác Nguyên)

Tuy nhiên, người viết thích nhất là câu chuyện Thiền dí dỏm dưới đây qua hình ảnh cô lái đò cho có vẻ tình tứ, thơ mộng một tí tí, bạn nhé.

Cô Lái Đò

Một lần, có một Thiền sinh có việc phải sang sông. Ngồi trên đò, sư tỏ ra ngạc nhiên vì nhan sắc dễ coi của cô gái miền quê.

Đến lúc lên đò, hành khách mỗi người phải trả một quan. Sư cũng định thế, không ngờ cô gái hóm hỉnh bảo:

- Xin Thầy trả cho tôi hai quan.

Sư còn đang ngạc nhiên thì cô gái đã tiếp:



- Một quan cho tiền đi dò và một quan về khoản ngắm người lái dò.
Không tranh cãi lời thôi, sự liền trả cô hai quan tiền, nhưng trong bụng hơi tằm tức.
Bạn về sự cứ dí mũi xuống sàn thuyền không dám nhìn lên. Nào ngờ lần này cô lái bảo:

- Xin Thầy cho em bốn quan.

Không nhận được nữa, sự cãi:

- Nhưng tôi có nhìn cô đâu nào?

Cô gái cười mỉm:

- Đồng ý là Thầy không nhìn tôi bằng mắt, nhưng Thầy lại nhìn bằng tâm... Vì thế mà tôi tăng giá gấp đôi lên đó!

(Nguồn: Trích trong *Thiền Tâm Vi Tiểu và Vô Niệm Thiên- Cư Sĩ Nhất Tâm*)

Khi quý bạn và người viết đọc những bài viết có chút thiền vị với cái tâm vui vẻ, chắc chắn bạn và người viết cũng thấy “đời bỗng thêm vui” và tự mỉm cười một mình. Người ta thường nói: “Một nụ cười bằng mười liều thuốc bổ” đấy! Khi được uống thuốc bổ thì bạn sẽ khỏe thêm, bạn sẽ thấy yêu đời thêm, bạn sẽ sống vui sống khỏe thêm. Như thế, học Thiền cũng có nhiều lợi ích chứ nhỉ, phải không Bạn?

Người viết thích thơ văn, nên khi đọc một bài thơ nào hay hay thì “chớp” ngay để dành trong “tàng kinh các” của người viết, để lâu lâu lấy ra ngâm nga hoặc chia sẻ với bạn bè khi có dịp.

Hôm nay người viết đọc lại bài thơ này, tôi thấy có chút gì thiền vị hay hay, nên dù chưa biết tác giả là ai, tôi cũng xin phép tác giả cho tôi được chia sẻ cùng với quý bạn để cùng với tôi sống được ít phút giây với tâm hồn nghệ sĩ của mình nhé. Xin cảm ơn tác giả và xin mời quý bạn cùng thưởng thức bài thơ dưới đây:

MỘT NỬA

Sống trên đời mới chỉ là một nửa.

Biết bao giờ tìm được nửa thứ hai.

Dẫu biết rằng $1 + 1 = 2$

Nhưng cũng có $2 : 2 = 1$.

Một người buông tay 1 người ngã

Một người cất bước 1 người mong

Một người ra đi 1 người khóc

Một người quay lưng 1 người buồn

Một người đang quên 1 người nhớ

Hy vọng tắt đi khi bạn ngừng tin tưởng

Tình yêu mất đi khi bạn ngừng quan tâm

Tình bạn mất đi khi bạn ngừng chia sẻ

Hãy mở lòng và xích lại gần nhau

(Không biết tên tác giả)

Con người khi cái Tâm chưa biết tu thì mù mờ, si mê nhưng khi biết tu rồi thì cái Tâm kia sẽ bừng sáng, chứng ngộ. Chính nhờ những bậc thiện tri thức có tấm lòng từ bi lân mẫn dẫn dắt chúng ta cần phải biết tu hành, làm lành lánh dữ với tinh thần Bi Trí Dũng của nhà Phật, với tinh thần thương yêu nhân ái của nhà Chúa thì chúng ta sẽ tạo được nghiệp lành.

Xin mời quý thân hữu chiêm nghiệm lợi ích của sự biết Tu như thế nào qua những vần thơ nhẹ nhàng khuyên tu của Thầy Thích Tánh Tuệ dưới đây nhé:

Tu là... khéo Biết những gì chưa tu.



Chưa tu chấp trách lỗi người
Tu rồi, lỗi ấy không ngoài chính ta.
Chưa tu, hờ chút ba hoa...
Tu rồi, nhìn lại, đây là trẻ con.
Chưa tu, thế sự chen bon.
Tu rồi, chỉ cốt vẹn toàn nội tâm.
Chưa tu, đưng đến nỗi sân
Tu rồi, mặt đỏ... lạng thềm soi gương...
Chưa tu mười ghét, một thương
Tu rồi độ lượng trùng dương cõi lòng
Chưa tu, xuôi ngược đèo bồng
Tu rồi, vui bước ngược dòng thế nhân...

Chưa tu Muốn bội hơn Cần
Tu rồi nguyện bỏ dần dần... "cái thêm"...
Chưa tu, nghịch cảnh là rên
Tu rồi, nhờ đó mà nên Đạo mâu
Chưa tu, van vái, khẩn cầu
Tu rồi, nhớ.. " Hạt Minh Châu " của mình...
Chưa tu, năm dục kết tình
Tu rồi, thấy cảnh, quay gìn giữ tâm...

.. Chưa tu, nói, thuyết cao thâm
Tu rồi, lặng lẽ.. âm thầm thực thi.
Chưa tu, thích thú thị phi
Tu rồi, Như Thị, có chi để màng!
Chưa tu, mộng tưởng Niết Bàn
Tu rồi, Phật giữa trần gian phút này.

Chưa tu, thích được làm Thầy
Tu rồi, chỉ muốn độ bầy vô minh.
Chưa tu, rộn rã sắc thính...
Tu rồi vô sự, an bình quý hơn.
Chưa tu, bỏ vọng tìm chơn
Tu rồi, lấy bỏ là nhơn luân hồi.
Chưa tu, đời thấy đơn côi
Tu rồi, bạn hữu không ngoài giác tâm
- Kiếp người hữu hạn trăm năm
Tu rồi, biết bỏ mê lầm- ấy tu...
Như Nhiên - Thích Tánh Tuệ

Kính cảm niệm công đức của Thầy Thích Tánh Tuệ
Xin mời thưởng thức Youtube [Chữ Tâm Trong Thư Pháp. - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=jQj3L-o7N7w) do người viết thực hiện để làm kết luận cho bài viết hôm nay, bạn nhé.

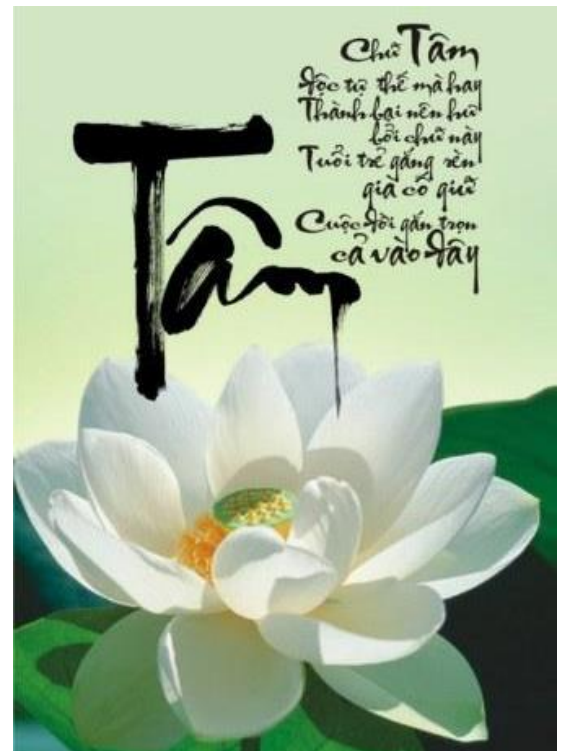
Xin click vào link dưới đây:

Chữ Tâm Trong Thư Pháp

<https://youtu.be/jQj3L-o7N7w>

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân



Hai Chữ Cám Ơn



Chúng ta thường được cha mẹ dạy rằng: "Con phải biết cám ơn người đã giúp ta một việc gì đó dù đó là việc lớn hay việc nhỏ, dù là việc tầm thường hay việc quan trọng như vậy mới hợp với đạo lý làm người"

Tuy nhiên vì những bận rộn trong đời sống hằng ngày, chúng ta hình như hơi quên lãng những người đã giúp ta vượt qua những khó khăn trong cuộc sống trong sự thương yêu và chia sẻ, dù rằng người ấy là bậc mẹ cha, thân bằng quyến thuộc hay bạn bè thân hữu lâu năm hay vừa mới sơ giao. Đôi khi chúng ta cũng cần phải cám ơn nụ cười ngây thơ của em bé nhỏ, cám ơn lời nói dịu dàng trìu mến của người bạn già vì những nụ cười, lời nói đó đem lại cho chúng ta niềm vui trong ngày. Đôi khi chúng ta cũng cần cám ơn cho những cuộc tình dang dở vì những dở

dang này giúp ta biết thêm thi vị của “thú đau thương” trong tình yêu. Chúng ta cũng phải cám ơn những sự thất bại trong cuộc đời để từ đó ta biết giá trị của sự thành công đáng quý như thế nào.

Chúng ta sống trong cõi đời này, lúc nào cũng cần có sức mạnh của “tự lực” và “tha lực” như cành nho trong mẫu chuyện nhỏ nhỏ dưới đây:

Câu chuyện cây nho

Một cành nho mảnh mai lớn lên nhờ những dòng nước khoáng tinh khiết từ lòng đất. Nó thật trẻ trung, khỏe mạnh và đầy sức sống. Nó cảm thấy rất tự tin khi tất cả chỉ dựa vào chính bản thân nó. Nhưng 1 ngày kia, bão lốc tràn về, gió thổi dữ dội, mưa không ngớt, cành nho bé nhỏ đã bị dập ngã. Nó rũ xuống, yếu ớt và đau đớn. Cành nho đã kiệt sức. Thật tội nghiệp! Bỗng nó nghe thấy tiếng gọi của 1 cành nho khác: "Hãy lại đây và nắm lấy tay tôi". Cành nho do dự trước đề nghị ấy. Từ trước đến giờ cành nho bé nhỏ đã quen tự mình giải quyết mọi khó khăn 1 mình. Nhưng lần này nó đã thật đuối sức...

Nó ngược nhìn cành nho kia với vẻ e dè và hoài nghi. "Bạn đừng sợ bạn chỉ cần quán những sợi tua của bạn vào tôi là tôi có thể giúp bạn đứng thẳng trong mưa bão" - Cành nho kia nói. Và cây nho bé nhỏ đã làm theo.

Gió vẫn dữ dội, mưa tầm tã và tuyết lạnh buốt ập về. Nhưng cành nho bé nhỏ không còn đơn độc, lẻ loi nữa mà nó đã cùng chịu đựng với những cành nho khác. Và mặc dù những cành nho bị gió thổi lắc lư, chúng vẫn tựa vào nhau như không sợ bất cứ điều gì.

Có những khó khăn chúng ta có thể vượt qua bằng chính sức lực của mình. Nhưng có những thử thách lớn mà chúng ta chỉ có thể vượt qua nhờ tình yêu thương, đồng lòng gắn bó và chia sẻ với nhau như những cành nho bé nhỏ kia.

(Nguồn: sưu tầm trên internet)

Đây là một bài học khuyên chúng ta phải biết dựa vào nhau mà sống và đừng quên sự giúp đỡ của những người đã giúp đỡ chúng ta, dù người ấy là người tầm thường bé nhỏ. Bạn có đồng ý với tôi chăng?

Tuy nhiên ở một khía cạnh khác, người làm ơn cũng cần quên đi những gì ta đã ra công giúp đỡ người khác theo tinh thần “thi ân bất cầu báo” mà người xưa đã dạy.

Khi chúng ta làm được một việc lành như giúp đỡ kẻ neo đơn, giúp đỡ kẻ nghèo khổ bệnh tật đáng thương, ta thấy vui trong lòng một ít. Đó chính là phần thưởng mà ta đã nhận được từ những việc thiện lành đó rồi, đừng

mong mỗi sự đền ơn trả nghĩa nơi người vừa mới thọ ơn của ta. Người viết tin tưởng rằng: “Ngẩng đầu cao ba thước đã có thần linh” cho nên việc làm thiện ác, tốt xấu của chúng ta, xét về phương diện tâm linh đã có trời cao phán xét. Và riêng với lương tâm cá nhân chúng ta, bạn cũng sẽ thấy hạnh phúc, vui vẻ khi làm được việc thiện lành hoặc lo lắng sợ hãi khi làm nên chuyện xấu ác. Bạn có nghĩ như thế không?

Nhiều khi bạn không nhận được sự trả ơn của người mà bạn đã ra tay giúp đỡ mà bạn lại nhận được sự giúp đỡ của người xa lạ khác trong những trường hợp hay hoàn cảnh khác khi bạn cần sự giúp đỡ. Bạn đã có kinh nghiệm này hay chưa? Chắc chắn là phải có rồi ít nhất là một lần trong cuộc đời của bạn cũng như của tôi. Xin cảm ơn cuộc đời đã cho ta được học hỏi và được biết thêm nhiều điều thú vị trong cõi trần gian này.

Khi còn làm việc trong chương trình Head Start của Sở Học Chánh Portland, Oregon, người viết đã học rất nhiều điều hay trong chương trình giáo dục các đáng nhi đồng 4 tuổi này. Học sinh luôn được dạy phải biết cảm ơn thầy cô giáo khi được thầy cô giáo hay bạn bè hoặc do người khác giúp đỡ và phải biết xin lỗi khi phạm lỗi. Hai từ ngữ "**xin lỗi**" và "**cảm ơn**" này hình như đã thấm thấu sâu xa vào nếp sống thường nhật của tôi, nên người viết rất lấy làm ngạc nhiên và bực mình khi phu quân của tôi, đôi khi vì "tự ái" hay vì "mắc cỡ" mà tiết kiệm cách dùng hai từ này mỗi khi chàng phạm lỗi hay khi tôi ra tay giúp đỡ chàng.

Quý ông là thế đấy cứ tưởng mình luôn là "ông boss" và luôn nghĩ rằng quý bà vợ phải có bổn phận "tại gia tòng phụ, xuất giá tòng phu", nên tôi không cần phải cảm ơn hay xin lỗi gì cả".

"Xưa quá đi Diễm" rồi và quý ông cần phải "Bỏ đi Tám" ý nghĩ đó vì bây giờ là thế kỷ 21 rồi đấy nhé. Smile!

Xin mời đọc cảm nghĩ của một người Việt Nam đi công tác ở Mỹ qua bài viết dưới đây nhé.

“Xin lỗi” và “Cảm ơn” - bài học từ người Mỹ

Xin lỗi" là câu cửa miệng của người Mỹ, dù thực sự họ có lỗi hay không. Mà lời "Cảm ơn" đối với người Mỹ cũng phức tạp không kém.

Sau vài hôm lấy ngày làm đêm vì lệch múi giờ tới 13 tiếng, việc đầu tiên của tôi trong nhiệm kỳ công tác ở Mỹ là ra đường "giải ngố", xem nước Mỹ mặt mũi ra sao. Đang mãi ngó phở xá, tôi vô tình va vào người bên cạnh, làm ông ta suýt đổ cốc cà phê đang cầm trên tay. Chưa kịp định thần thì nạn nhân đã rôi rít: "Ôi, tôi xin lỗi! Anh có làm sao không?" Tôi ó người. Tôi va vào ông mà ông lại xin lỗi tôi là sao? Ủ thì cái này lạ, nhưng vẫn cứ thấy có gì đó nữa không quen tai lắm. Nghĩ mãi mới ra là câu "Xin lỗi", cái này càng lạ lắm bên ta, mà nhân chứng vật chứng là việc Cảng Hàng không Nội Bài năm ngoái đã phải phát động phong trào "4 xin": Xin chào - Xin lỗi - Xin cảm ơn - Xin phép.



Một thời gian sau, quen rồi mới hiểu, "Xin lỗi" là câu cửa miệng của người Mỹ, dù thực sự họ có lỗi hay không. Tận mắt chứng kiến thêm một vụ việc, mới thấy lời xin lỗi, dù có vẻ đơn giản, nhưng lại tác dụng lắm. Đang đi trên đường, một chiếc ô tô, không hiểu thế nào mà bị xe sau húc lên, tan cả ba-đờ-sốc. Quả này mà ở quê mình thì dễ đánh nhau to, hay chí ít thì bố mẹ, ông bà, cụ kỵ cũng được xướng danh nở mặt nở mày. Thế nhưng chuyện lại đơn giản chưa từng thấy. Sau khi đánh xe vào vệ đường, hai tài xế xuống bắt tay nhau, cùng nói xin lỗi, hỏi han tíu tít, rồi ai nấy rút điện thoại, một người gọi cảnh sát, người kia gọi bảo hiểm, cứ như mọi thứ đều được lập trình sẵn. Cách hành xử của họ khiến tôi nghĩ đến chuyện từng gặp ở Việt Nam. Một lần đi xe máy trên phố Hàng Điếu, tôi cũng bị một anh xê hộp tông thẳng vào đằng sau, tí ngã. Tôi xuống xe, thấy ông xả bị móp một chút. Còn anh ta thì vẫn ngồi nguyên trên xe, điềm nhiên như không có chuyện gì xảy ra chứ đừng nói đến xin lỗi hay hỏi han sự tình. Có tí bực mình, tôi bảo: "Anh đi kiêu gì thế?" Chắc thấy mặt mình hèn hèn, anh ta lạnh tanh: "Đi kiêu đấy đấy thì làm sao?" Đến nước này thì đúng là mình hèn thật, đành dựng xe đi tiếp, chả dám hó hé câu nào nữa, chỉ nghĩ bụng "Hôm nay mà gặp phải thằng không hèn thì mày đứt phừn phứt".

Lời xin lỗi, ai cũng có thể nói được nhưng để xin lỗi một cách đúng nghĩa thì e là không đơn giản. Tôi đã học được điều này từ một bà mẹ Mỹ. Hai đứa trẻ chừng 5 tuổi, con của hai gia đình khác nhau chơi trong công viên. Một đứa nghịch cầm hòn sỏi ném vào đầu đứa kia. Hòn sỏi không đủ lớn để gây chảy máu nhưng cũng đủ để đứa kia brou đầu, khóc giãy lên. Bà mẹ của đứa ném, không nói không rằng, nắm tay con mình lôi ra một góc. Thằng bé không hiểu sao cũng khóc thét, mặt trắng bệch. Nghe hai mẹ con nói chuyện, mới biết bà mẹ đã bóp nghiêng bàn tay ném đá của thằng bé. Chờ cho thằng bé nín, bà mẹ mới hỏi: "Tay con có đau không?" Thằng bé mếu máo gật đầu. "Con đau thế nào thì bạn bị ném đá cũng đau như thế. Bây giờ đã hiểu bạn đau thế nào rồi, vậy con ra xin lỗi bạn đi".

Nghĩ thấy mà đúng. Nếu cứ một mực bắt nó xin lỗi ngay từ đầu thì chưa chắc nó đã tâm phục khẩu phục. Có thấu hiểu hoàn cảnh người khác thì mới thực sự hối lỗi, lời xin lỗi mới chân thành được.

Chả cứ gì "Xin lỗi", mà lời "Cảm ơn" đối với người Mỹ cũng phức tạp không kém. Trong quày bán đồ ăn ở một siêu thị, một bà mẹ đi cùng hai đứa con, đứa lớn khoảng 4 tuổi, đứa bé đang ẵm ngửa. Đứa lớn muốn uống nước còn bà mẹ đang mãi lo đứa nhỏ nên không chú ý. Thằng bé cầm cốc đến bình nước nhưng cao quá không với tới. Tôi giúp thằng bé lấy nước, lúc này bà mẹ cũng vừa nhìn thấy và lập tức nhắc: "Con phải nói gì?" Thằng bé vội vàng "Cảm ơn chú!" Tôi đang định khen một câu thì bà mẹ đánh giọng: "Chưa được". Thằng bé luống cuống cảm ơn một lần nữa, bà mẹ vẫn lắc đầu. Thằng bé ngơ ngác, không hiểu chuyện gì. Bà mẹ mới nói: "Hãy nhìn vào mắt chú ấy!" Ra thế, cảm ơn không phải là để cho có, mà cũng phải đúng cách, đúng nghĩa.

"Xin lỗi", "Cảm ơn" là sự thể hiện tối thiểu của một con người văn hóa, một xã hội văn minh. Mà muốn xây dựng một xã hội văn minh thì không thể dựa vào vài câu khẩu hiệu suông. Chừng nào mà xin lỗi hay cảm ơn vẫn còn là của hiếm trong ứng xử hàng ngày thì về cuối cùng của mục tiêu xây dựng xã hội công bằng, dân chủ, văn minh vẫn còn xa vời lắm./.

Nhật Quỳnh/VOV-Washington
(Nguồn: Trích trong <http://vov.vn/blog>)

Mời xem youtube Thank You- Cảm ơn do người viết thực hiện để cảm ơn tất cả quý vị đã giúp đỡ tôi trong cuộc đời này. Smile!

Youtube Thank You - Cảm ơn

<https://youtu.be/jr0ep8wcYYo>



Xin mời Bạn đọc bài thơ **Cảm Ơn** của Thầy Thích Tánh Tuệ dưới đây thay cho lời kết của bài tâm tình hôm nay của người viết nhé. Kính cảm ta công đức của Thầy Thích Tánh Tuệ.

Cảm Ơn

Cảm ơn những tháng mùa Đông,
Biết ngày xuân đến ấm nồng ban mai.
Cảm ơn thất bại, đắng cay,
Đề cưỡi mẫn nguyện hôm nay công thành.
Cảm ơn... từ chối, đoạn đành,
Để ta dần bước thực hành, trải qua...
Cảm ơn lời lẽ xót xa,
Từ nay biết sẽ thoát ra những gì.

Cảm ơn "tiếng bác, tiếng chì",
Hiểu lòng nhân thế, chẳng vì bận tâm.
Cảm ơn ngày đó lạc lăm,

Mà nay tránh khỏi hổ hãm đọa sa.
Cảm ơn hạnh phúc nở hoa,
Ngẫm thời gian khó bao là chất chiu...
Cảm ơn đau khổ, cô liêu,
Khiến ta lắng lại học nhiều điều hay.

Cảm ơn cuộc sống cuồng quay,
Đề trân quý một phút giây yên bình.
Cảm ơn ai đã vô tình,
Ngộ ra cảm giác khi mình vong ân.
Cảm ơn kẻ oán, người thân,
Cho ta thành tựu chữ Nhân, chữ Hòa.
Cảm ơn Đạo lý Phật đà,
Giữa đời thuận nghịch vẫn là thông dong.
Cảm ơn trời đất mệnh mông...
Ôi! sao nói trọn tiếng lòng "Cảm Ơn!"

Thích Tánh Tuệ

Người viết cũng rất tâm đắc hai câu thơ của nhà thơ Kahlil Gibran trong tập thơ Nhà tiên tri (The Prophet).

Cám Ơn Đời Mỗi Sớm Mai Thức Dậy Ta Có Thêm Ngày Mới Để Yêu Thương

(Wake at dawn with winged heart and give thanks for another day of loving - thơ Kahlil Gibran)

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

Sương Lam

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi-MCTN 426-ORTB 840-7518)



Phải Cai Nhau...

Mẹ tôi có những triệu chứng của tai biến mạch máu não. Khi xe cấp cứu đưa Mẹ vào bệnh viện, bác sĩ cho biết Mẹ bị ischemic stroke. Bác sĩ không giải phẫu Mẹ vì tuổi đã cao, sức yếu, có thể không chịu nổi, chỉ cho những thứ thuốc cần thiết để ổn định tình trạng rồi đưa qua rehab & nursing home.

Ngày đầu Mẹ vắng nhà, Bố suy nhược hoàn toàn, không thiết ăn uống, đi đứng xiêu vẹo, phải có người dìu. Đầu óc đã lơ mơ, chóng quên, gặp chuyện khủng hoảng này còn ngỡ ngác, không biết gì cả. Đêm đó, Bố xục xạo các phòng, lão đảo đi tìm Mẹ, méo mào gọi: “Mẹ Cẩm ơi! Mẹ đâu rồi?” Cứ gắng hỏi: “Mẹ đi đâu mà chưa về? Cho Bố đi tìm Mẹ.” rồi nức nở: “Hay Mẹ đã chết rồi mà các con giấu Bố?”

Khi vào bệnh viện thăm Mẹ, thấy Mẹ nằm im lìm, mắt nhắm nghiền, Bố ngân ngán lệ nơi khóe mắt, hai tay run rẩy gỡ kính xuống chùi. Đàn ông ít khóc nhưng khi họ khóc trông thật não ruột, xót xa, hướng chỉ người ấy lại hom hem, lợm khộm như Bố thì thật đau xé lòng!

Bố nhẹ xoa má và mí mắt Mẹ, giọng nghèn nghẹn, đứt quãng: “Dậy đi Mẹ Cẩm ơi... Mở mắt nhìn xem các con, các cháu vào thăm đây này.” Rồi Bố kéo từng đưa đến, ấn sát vào giường: “Có nhận ra ai đây

không?” Chẳng thấy Mẹ có phản ứng, Bố thờ dài: “Chán quá! Bà đợi tôi. Tôi đi theo bà.” Buông người xuống ghế, Bố lại rung rức khóc, lại lấy khăn tay lau kính, buồn bã lắc đầu: “Chả làm gì được! Bố muốn tự tay làm cho Mẹ chết trước rồi Bố chết theo.” Tôi phá vỡ cái không khí nặng nề, âm đạm bằng nụ cười khôi hài: “Thì Bố phải ăn uống cho khỏe mạnh để có thể tính chuyện làm cho Mẹ chết trước chứ?” Ngồi thêm một chốc, Bố than: “Chóng mặt quá... cho Bố về.” Nhưng về nhà rồi lại đổi ý đòi vào thăm Mẹ...

Mẹ nằm đó, thêm thiệp, được cứu chữa bởi đủ loại thuốc, được các bác sĩ và y tá chăm sóc tận tình; Mẹ đâu có hay gia đình đang sâu khổ, lo lắng không biết khi nào Mẹ sẽ hồi phục hay có thể hồi phục. Người buồn bã, lo âu nhiều nhất là Bố lại không có thuốc chữa và không ai có thể chữa được ngoài Mẹ. Anh tôi thấy Bố sút kém tinh thần và thể chất nhanh quá, đề nghị: “Tách Bố Mẹ ra! Mỗi người ở một nơi cho quen dần với sự thiếu vắng của nhau, có thể là tạm thời, cũng có thể là vĩnh viễn. Bố Mẹ phải cai nhau như đứa trẻ cai bú vú.” Tôi phản đối: “Không nên... không nên... Bố Mẹ từng gắn bó với nhau bao nhiêu năm, nay bị tách rời thì sẽ sống trong mỗi mồn thương nhớ. Đời sống sẽ rất cô đơn và chán chường, không còn ý nghĩa và hứng thú nữa. Làm sao mà cai được!”



Bên nhau từ những ngày kháng chiến chống Pháp gian khổ, đến những lúc đau đớn, sợ hãi trong ngục tù... Từ những ngày thoát ly Cộng sản phải đổi tên họ, đến những ngày tạo dựng cuộc đời mới thành đôi bạn đường. Tưởng từ đây có được một mái gia đình vững vàng, hạnh phúc, ai ngờ đến lúc đất nước bị chia đôi. Năm 1954, đôi vợ chồng trẻ với một đứa con mới 2 tuổi, đứa kia còn bẻ ngựa đã vội vã di cư vào Nam. Từ hai bàn tay trắng, Bố Mẹ đã cố gắng gầy dựng lại. Bố phải thi từ bằng Tiểu học trở lên dù đã có bằng Tú Tài Pháp ở ngoài Bắc. Từ một gia đình hai con, nay có thêm 5 đứa nữa, vấn đề sinh nhai đặt nặng hai vai. Bố vừa đi làm vừa học thêm Cử nhân Luật, vào ngành ngoại giao để có nhiều cơ hội tiến thân trong xã hội và tạo tương lai tốt đẹp cho con cái. Bố khó thực hiện được hoài bão của mình nếu không có người nội tướng giỏi giang, tháo vát và đảm đang là Mẹ. Bố hoàn toàn trông nhờ vào sự quán xuyến gia đình và nuôi dưỡng con cái của Mẹ. Mẹ như cái cọc chống lưng Bố đứng vững còn Mẹ dựa vào Bố như thân dây trầu quán quanh cây cau rắn chắc.

21 năm sau, 1975, miền Nam bị Việt cộng xâm chiếm, chiến tranh quốc-cộng chấm dứt nhưng dân chủ và tự do đã mất. Bố Mẹ lại quyết định di tản vì không thể sống chung với Việt cộng. Lần này đi là chấp nhận không có ngày về và chấp nhận những cam go, rủi ro nguy hiểm đến tính mạng. Lần này đi, đi xa lắc, vượt cả đại dương... qua tuốt châu Mỹ. Bố Mẹ phải đối phó với bao nhiêu khó khăn nơi lạ đất lạ người, nhưng vẫn kiên trì, bền chí lặn xả vào đời, chất chiu, tom góp, gầy dựng lại mái ấm gia đình gồm 10 người.

Thấm thoát đã 43 năm lưu vong trên xứ Mỹ, những cố gắng, hy sinh của Bố Mẹ cho gia đình đã hoàn tất, bổn phận và trách nhiệm làm Cha Mẹ đã chu toàn. Khi các con đã lớn khôn và thành danh cũng là lúc tuổi già kéo đến, Bố Mẹ không tránh được lão-bệnh trong sinh-tử luân hồi. Thật may mắn, Bố Mẹ có cơ thể tốt, chỉ mắc phải vài bệnh thông thường chứ không vướng những căn bệnh nan y. Tôi hết lòng tạ ơn Trời Phật và đã nguyện lấy bớt tuổi đời của mình cho Bố Mẹ sống đến 100 năm. Nhưng bây giờ tôi lại thấy sống đến 100 tuổi không còn là niềm ao ước nữa vì cuộc sống đã mất dần ý nghĩa và phẩm chất theo năm tháng chất chồng.

Càng lớn tuổi càng khó ngủ, ban đêm Bố Mẹ thường hồi tưởng lại quá khứ; kể đi kể lại những kỷ niệm của thời kháng chiến chống Pháp, lúc trong tù, khi di cư vào Nam, khi các con còn nhỏ, lúc mới sang Mỹ, v.v. Bố Mẹ còn nhắc đến họ hàng, bạn hữu, sui gia, trong số đó có nhiều người đã về cõi Thiên Đàng hay Niết Bàn. Nếu người chồng đi trước thì người vợ còn tạm quên nỗi đau để sống với con cháu thêm được vài năm. Nếu người vợ đi trước thì người chồng bị hụt hẫng, sống trong phiền muộn, chán nản, lạc lõng, chỉ được vài tháng rồi cũng mất. Nhưng cũng còn tùy theo cá tính và sức khỏe của chồng hay vợ mà có những trường hợp ngoại lệ.

Bố lo cho Mẹ từng viên thuốc, Mẹ lo cho Bố từng bữa cơm bổ dưỡng. Mỗi bữa, Mẹ đứng hầu cơm cho Bố, Mẹ biết Bố thích món gì và ghét cái gì. Mẹ nghĩ ăn nhiều sẽ khỏe, sống lâu nên bữa cơm nào Mẹ cũng ép Bố ăn. Bố xin một thìa cơm thì Mẹ đưa nửa bát, Bố xin nửa bát thì Mẹ đưa đầy bát. Mẹ lấy khăn giấy thấm mỡ từng miếng thịt cho đến khi nó khô queo hay cắt bỏ phần mỡ rồi mới đưa Bố ăn. Lắm khi Bố cự nự vì sự săn sóc quá chu đáo, kỹ lưỡng đã làm Bố ăn không ngon lại thêm cái tính độc đoán của Mẹ đã làm Bố khó chịu, bực mình. Nhưng Bố vẫn chiều theo ý Mẹ vì Mẹ vẫn luôn là người vợ chung thủy, tri âm, tri kỷ của Bố, từng san sẻ ngọt, bùi, gừng cay, muối mặn, ... đủ cả.

Vào tuổi 80, Bố Mẹ đã thấy đời sống tẻ nhạt, cảm được cái đích của chu kỳ sinh-tử đang đến và trở nên yếm thế. Bố hay thở dài và nói “Chán đời.” Tôi cứ nghĩ Bố sẽ mất trước Mẹ vì Mẹ chịu khó ăn uống lành mạnh, năng tập thể dục, và ít nói “chán đời” hơn Bố. Ai ngờ Mẹ lại là người phải đối đầu với thần chết trước Bố!

Đã biết rằng có sinh thì có tử nhưng tôi không bao giờ nghĩ cái ngày này lại xảy đến quá nhanh cho Bố Mẹ. Gia đình hụt hẫng khi Mẹ bị tai biến mạch máu não nhưng Bố là người bị hụt hẫng và suy sụp nhanh nhất. 70 năm thương yêu, gắn bó như đôi chim liền cánh, bỗng một chốc phải xa nhau, không trách Bố lao đao, sầu khổ, và nơm nớp lo sợ cho giây phút chia ly vĩnh viễn bất thân. Bố không thể sống khi thiếu “cái cọc chống lưng”! Nhất định không thể tách rời Bố Mẹ, trừ phi... Trời bắt phải cai nhau!

Thực tại phũ phàng nhưng Bố phải chấp nhận là Mẹ đã nhập viện và không biết chừng nào Mẹ mới về nhà. Mỗi ngày Bố nôn nóng được vào thăm Mẹ. Bố dậy sớm, y phục chỉnh tề, tay chống gậy, chờ con cho lên xe vào nhà an dưỡng. Một ngày vào mấy chuyến. Trước đây, mỗi lần lên xe, Bố than thở bị chóng mặt, không chịu đi đâu cả, bây giờ không còn kêu ca gì nữa. May mà rehab & nursing home chỉ cách nhà có 8.5 miles. Tôi e ngại nếu Bố phải cai Mẹ lúc này, chắc chắn Bố sẽ héo hon, tàn tạ, và có thể mất trước Mẹ.

Anh em từ những nơi khác luân phiên về chăm sóc Mẹ, cầu mong thấy được một ánh mắt tinh anh, một nhúc nhích của cơ thể, một tiếng nói, ... để biết là Mẹ có thể vượt qua cơn nguy kịch. Chúng tôi buồn vui theo từng diễn tiến bệnh trạng của Mẹ. Tôi đã mừng đến chảy nước mắt khi em trai kể là Mẹ đã nhích môi vì thấy nó vừa nhún nhảy vừa hát: “Cười lên đi em ơi. Cười để giấu những dòng lệ rơi...”(*) Tuy chưa hẳn là một nụ cười nhưng cũng đủ truyền thêm sức mạnh cho chúng tôi và tăng thêm niềm tin rằng Mẹ sẽ có những tiến triển khả quan, sẽ hồi phục nhanh chóng.

Mỗi lần vào thăm Mẹ, tôi cho Mẹ ăn trưa, bóp tay chân, làm vài trò chơi cho đầu óc hoạt động, tập vài cử động cho tay chân cứng cáp. Mẹ bây giờ như đứa trẻ, phải học ăn, học nói, học gói, học mở... Tôi sung sướng khi Mẹ gọi tên tôi và trả lời những câu hỏi; mừng rỡ khi Mẹ tự dứt lấy ăn, tự chải đầu; thích thú khi Mẹ hoàn tất những trò chơi... Tôi xót xa khi Mẹ rên rỉ vì y tá lấn người Mẹ từ bên này sang bên kia để lau chùi hay khi tôi bóp tay chân Mẹ hơi mạnh. Tôi áy náy khi y tá đặt Mẹ lên tấm vải dày có khoen ở bốn góc, móc vào đầu máy thành cái túi để nâng Mẹ ra khỏi giường, đặt ngòai trên ghế. Mẹ lợt thỏm, co quắp trong cái túi ấy, hai tay quỳnh quáng, quờ quạng tìm chỗ bầu vú. Tôi chơi với khi Mẹ sốt, khi có vài cục máu đọng trong chân, khi Mẹ thở khó nhọc, khi bị nấc cụt...

Lúc tôi về, có khi Mẹ đang ngủ; tôi nhẹ nhàng khép cửa đi ra. Lên xe lại áy náy là Mẹ sẽ ngoạ đầu, đổ gục qua một bên, sẽ mồi cô lắm và lúc tỉnh dậy không thấy ai sẽ hốt hoảng, sợ hãi. Cũng có khi Mẹ còn tỉnh, đang xem tivi, tôi hôn Mẹ, nói: “Con phải đi về. Tuần sau con lại vào thăm nhé.” Mẹ im lìm... chắc hẳn không bằng lòng. Tôi năn nỉ: “Con về nhé?” Ánh mắt xa xôi, Mẹ thì thào: “Ừ!”... Lúc đi, tôi nôn nóng bao nhiêu thì lúc về lại ghen ngào, băn khoăn bấy nhiêu. Tôi đã vì bồn phận đối với gia đình riêng của tôi mà không thể chăm sóc Mẹ nhiều hơn nữa. Tôi chắc Mẹ sẽ thông cảm, không bắt tội vì Mẹ đã từng nói: “Nước mắt bao giờ cũng chảy xuôi!”

Tôi định tâm viết về Mẹ, về những gì Mẹ đang trải qua cũng như những tiến triển của giai đoạn phục hồi nhưng tôi không thể nào viết về Mẹ mà không nhắc đến Bố và ngược lại. Rất khó khăn để tách bạch, phân biệt công ơn của Cha và của Mẹ. Cũng không thể viết về Cha, Mẹ riêng rẽ vì luôn luôn bên Mẹ đã có bờ vai dựa chắc chắn của Cha và bên Cha đã có vòng tay ấm áp của Mẹ.

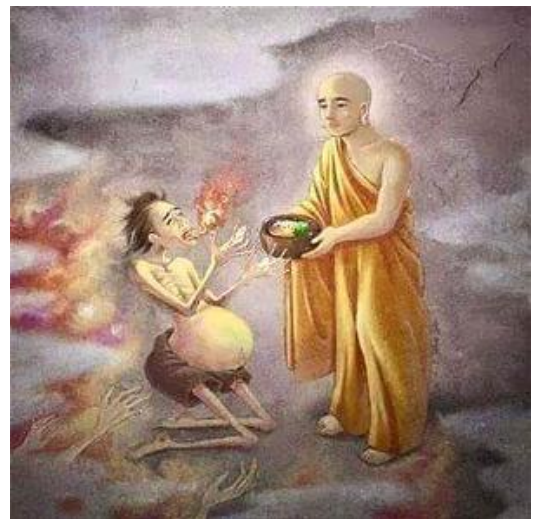
Mỗi năm vào Ngày Lễ Mẹ (Mother's Day) và Ngày Lễ Cha (Father's Day), trái tim người con rạt rào buồn vui khi đọc những vần thơ, đoạn văn viết riêng về công Cha hay nghĩa Mẹ, nhắc nhở nợ sinh thành dưỡng dục bao la. Tiệm buôn làm những món quà tặng cũng mang giới tính đặc thù của đàn ông hay đàn bà. Trong khi đó, văn hóa Việt Nam có một tập tục để ghi ơn Cha và Mẹ, đáng được gìn giữ, đó là đại lễ Vu Lan.

Trong kinh Vu Lan Bồn của Phật giáo, có ghi là lễ Vu Lan bắt nguồn từ lòng hiếu thảo của Tôn giả Mục Kiền Liên. Ngài là một trong 10 vị đệ tử xuất chúng của Đức Thế Tôn. Khi đức Mục Kiền Liên tu thành chính quả Bồ Tát, dùng tuệ nhãn để tìm kiếm mẫu thân thì thấy mẹ mình đang bị đọa trong địa ngục A Tỳ, đói khổ khôn xiết. Đó là kết quả của ác nghiệp tích tụ đã lâu. Ngài rất thương xót, đã nhiều lần muốn cứu mẹ mà không được nên cầu cứu với Đức Thế Tôn.

Đức Phật bảo Mục Kiền Liên phải nhờ chư tăng khắp nơi đồng tâm cầu nguyện thì mới có thể chuyển kiếp của mẹ Ngài. Mục Kiền Liên y theo lời Phật dạy. Sau 3 tháng an cư kiết hạ, vào ngày rằm tháng Bảy, Ngài cầu xin chư tăng cùng hiệp lực, tập trung chú nguyện, chuyển hóa được nghiệp của mẹ Ngài. Từ đó, các chúng sinh, ai muốn báo hiếu cho cha mẹ thì theo cách này.

Ngày rằm tháng Bảy, Phật tử và các chùa khắp nơi long trọng tổ chức đại lễ Vu Lan, dâng hương cầu nguyện cho cha mẹ hiện tiền được khỏe mạnh, bình yên và cha mẹ bảy đời quá khứ được thoát khổ địa ngục về cõi Trời an vui. Cho nên đại lễ Vu Lan còn được xem là Ngày Báo Hiếu Cha Mẹ, Ngày Nhớ Ơn Cha Mẹ, v.v. của tất cả mọi người, không đơn thuần là của Phật tử.

Đây là cơ hội để tỏ lòng trân trọng hiếu kính đến cha mẹ, ông bà, tổ tiên trong kiếp này và muôn vạn kiếp trước, lại là truyền thống đẹp để thể hiện cốt nhục tình thâm và tính nhân bản của dân tộc Việt. Đồng thời cũng là dịp tự soi xét bản thân, chiêm nghiệm nhân quả và luân hồi để



Mục Kiền Liên muốn cứu mẹ Thanh Đề ra khỏi địa ngục.



lo tu tâm, dưỡng tánh. Tuy không rõ tiền kiếp của mình đã là ai nhưng ít ra cũng đoán được cái “nhân” mà mình đã gieo để có cái “quả” ngày nay. Rồi biết phải gieo “nhân” như thế nào trong kiếp này để vun xới cho “quả” của những kiếp sau.

Nhập gia tùy tục, tôi tiếp tục mừng Ngày Lễ Cha, Ngày Lễ Mẹ nhưng đối với tôi lễ Vu Lan quan trọng nhất vì đây là dịp để báo hiếu cho cả Cha lẫn Mẹ, nhắc nhở tôi gìn giữ, trân quý gia đình, tổ tiên, đất nước... Theo tôi, từng đó ngày lễ vẫn chưa đủ để thực hiện hiếu đạo làm con và đền ơn sinh thành dưỡng dục trong muôn một.

Nguyễn Phương Thúy, 6/25/2018

(*) Bản nhạc *Hãy Ngược Mặt Nhìn Đời* của Lê Hựu Hà