

Chuẩn Bị Đi Thôi

Lại thị Mơ

Khi đưa bố mẹ già đi bác sĩ, tôi thấy tờ giấy để ở kệ sách, ghi tiêu đề hay quá: **How to be a parent to your parents**. Tôi cầm tờ giấy đó, và cắt ngay vào hồ sơ giấy tờ. Coi như của “gia bảo”.

Chúng ta khi phàn nàn, than phiền, quở trách, bắt lỗi, mắng chửi... tóm lại khi chúng ta ở vị trí người buộc tội, phê phán, quy trách... chúng ta luôn luôn chủ quan, nghĩ rằng những gì mình than phiền là đúng, gây “trở ngại cho mình”. Có bao giờ bạn tự đặt mình vào vị trí của người khác. Chắc chẳng ai nghĩ đến điều đó.

Chuẩn bị là vừa.

Đó là sự thật không ai nghĩ đến, khi trí nhớ bắt đầu có chuyện: nhớ nhớ quên quên.

Sinh trụ hoại diệt

Phật đã nói: Tất cả muôn loài sinh vật đều phải trải qua 4 giai đoạn:

Sinh ra, lớn lên, bệnh tật, rồi chết.

Đó là lẽ tự nhiên. Ngay cả đồ vật dùng cũng phải mòn, hư, rồi bỏ.

Vậy thì, hãy chuẩn bị mọi thứ cũng sẽ đến với mình, chẳng chừa ai.

Khi nuôi con nít và chăm sóc cha mẹ già. Chúng ta dùng một “cái cân”.

Con nít hôm nay “không biết”(chuyện gì đó), hôm sau sẽ “biết”.

Người già hôm nay “biết”, ngày mai “quên” luôn.

Nuôi trẻ con, càng ngày càng thấy nhẹ.

Nuôi cha mẹ già càng ngày càng nặng trĩu.

Người Mỹ rất khách quan, họ chuẩn bị điều đó rất bình thường. Chuẩn bị di chúc, lo cho hậu sự trong khả năng. Không muốn gánh nặng để con cái phải chịu.

Người Việt có câu “**anh em kiến giả nhất phận**”. Cha mẹ chung, nhưng anh em, người nào phận nấy.

Chuyện giúp đỡ lẫn nhau, ít khi có. Cha mẹ là người có kinh nghiệm, vì đã quan sát bao nhiêu chuyện chung quanh trong suốt cuộc đời. Cha mẹ lo cho con, người ta so sánh như chiều “tự nhiên”: nước mắt chảy xuôi.

Một cha mẹ nuôi được mười con.

Mười con không nuôi được một cha mẹ.

Khi cha mẹ yếu, người nọ đổ cho người kia trách nhiệm chăm sóc nuôi dưỡng. Không ai nghĩ tới phiên mình, thì sao?

Biết bao câu chuyện ngụ ngôn, từ chuyện cha bỏ ông nội vô cái xe gỗ, đẩy vô rừng, bỏ ông nội. Hay cha cho ông nội ăn cơm bằng cái chén gỗ, vì ông nội hay làm bể chén sành.

Đưa con chứng kiến, muốn giữ cái xe, cái chén. Để mai kia sẽ dùng cho cha khi tới lượt.

Chuyện ngụ ngôn là thế.

Người Mỹ chỉ nói đơn giản: *Parenting your parents*.

Còn tôi, bản thân tôi biết, khi nuôi cha mẹ già, nhiều lúc bực bội tôi đã có những lời nói, thái độ không đúng.

Mặc dù sau đó tôi nhận ra ngay, **hối hận cũng xảy ra rồi**. Thật tình, sau đó tôi rất dằn vặt. Có câu ngạn ngữ:

Ai chế ngự được cơn nóng giận, người đó coi như bỏ tát.

Tôi phạm lỗi chỉ một lần, nhưng chẳng bao giờ quên. Cho đến khi bố mất, cầm tay bố trong áo quan, tôi nghẹn ngào:

- Xin bố tha lỗi cho con, những lỗi làm con đã xử sự không phải.

Dù vậy, tôi vẫn không hề tha lỗi cho tôi.

Bố tôi là người rất hài hước, mỗi sáng mang điếm tâm vào phòng. Bố ngồi dậy, nghiêng đầu hỏi:

- Tao vẫn còn sống à?

Khi nhắc:

- Hôm nay bố có hẹn bác sĩ.

Bố tôi nhất định không đi. Bảo rằng sẽ gặp BS, không bệnh này cũng tật kia. Thế nào BS cũng có cái moi ra.

Tốt nhất không đi.

Con nít “cứng đầu” còn dễ “dụ”. Người già mà cứng đầu là “bó tay”.

Chờ cho bố quên, tôi đánh lừa, dụ chờ bố đi mua những thứ bố thích như báo Việt (hay vé số). Dĩ nhiên bố chịu thay quần áo đi theo. Cho đến khi tới parking lot nơi văn phòng BS. Bãi đậu xe không còn chỗ trước cửa văn phòng. Tôi đỡ dành:

- Bố đứng đây chờ con.

Âm mưu bại lộ, bố tôi đã nhận ra nơi quen thuộc. Từ cuối chỗ đậu xe, tôi thấy mọi người chạy ào về phía bố. Tôi cũng hoảng hốt nhào tới, mọi người đòi gọi Ambulance cấp cứu. Tôi ngăn lại:

- Không, tôi biết cha tôi.

Bố đã “ăn vạ” bằng cách lăn quay nằm dài dưới đất.

Đành phải đưa cụ về thôi. “Trứng không khôn hơn vịt” đâu.

Chưa hết, bố không chịu ăn đồ Mỹ. Sau khi mổ tim, bố phải ở trong rehab một tháng. Chúng tôi chọn chỗ gần nhà, cổ tay bố có đeo tag ghi tel của tôi. Buổi trưa tôi nghe điện thoại reng, bố kêu đói quá. Tôi vâng vâng dạ dạ, để con hâm cháo, mang vào ngay (15’).

Chưa được 5’, điện thoại lại reng. Bố nhắc nữa. Lần này có anh y tá (giọng đàn ông) tò mò hỏi ông cụ nói gì? Tôi nói lý do. Anh y tá nói nhỏ: ông đang ngồi, trước mặt là khay thức ăn lunch.

Người già “thông minh” không như bạn tưởng. Bố tôi đã nhờ cô y tá gọi trước, sau đó đổi qua anh y tá. Không chịu đeo răng giả, không chịu đeo hearing aids là chuyện bình thường trong mọi chuyện khó thuyết phục người già. Răng rụng chỉ còn vài cái, đòi nhổ hết. Nhưng khi có răng giả không chịu mang.

Bị tiểu đường, nhưng cứ đòi ăn cơm.

Huyết áp cao nhưng nhất định ăn cơm với mắm chưng, cá kho tộ.

Những thói quen, tập quán, khẩu vị đã ăn vào xương, vào máu, vào đầu không thể nào thay đổi.

Con cái biết nguy cơ của mọi rủi ro, thương cha thương mẹ chỉ biết khóc thầm.

Cho đến một ngày, bà cụ hàng xóm bị đột quy, mặc dù con là bác sĩ, cũng không thoát khỏi số phận.

Đành đồ thừa “nghịch nặng”.

Bài đầu tiên khai giảng khóa học dưỡng sinh cho người cao tuổi.

Bác sĩ giám đốc 90 tuổi đã phân chia học viên thành 3 nhóm A, B, C.

- Nhóm A, gồm những người có những bệnh nhiều rủi ro: huyết áp cao, tiểu đường, tim mạch.
- Nhóm B, những bệnh thông thường: thấp khớp, bursitis...
- Nhóm C, những bệnh phải mang theo suốt đời, nhưng vẫn có cách chữa trị.

Sau đó BS cho một ông vô cùng đẹp người, mặt đẹp, dáng đẹp, nhìn vào ai cũng trầm trồ.

Ông đẹp người đó, được BS chỉ định lên phát biểu:

“Tôi là một người có tài sản, có địa vị trong xã hội. Tôi có tất cả những gì thông thường mà người đời mong muốn. Mọi người nghĩ rằng tôi là người sung sướng.

Không, tôi không phải là người sung sướng, vì tôi mang trong người căn bệnh có nguy cơ cao.

Tôi không được quá vui, hay quá buồn.

Tôi không được ăn món mình ưa thích...

Tôi phải nghe theo lời khuyên của BS. Vì...

Ông diễn giả ngừng lời, nhường cho BS.

- Khi về già, chúng ta luôn luôn tâm niệm phải làm gì để có ích lợi cho bản thân.
 - o Ích lợi cho bản thân là: Tự đi tiêu đi tiểu tắm gội cho mình.
 - o Tự mình ăn cơm, uống nước.

Đó là điều cơ bản giúp cho bản thân, tức là giúp cho người thân, con cái bớt gánh nặng.

Cá không ăn muối cá ươn.

Già cãi bác sĩ, là đành bó tay.

Khi thăng con học lái xe, tôi đã chỉ một cậu vô cùng đẹp trai (con của bà manager phòng gym), ngồi trong xe lăn. Khi có permit lái xe đã hào hứng rủ thêm 4 cậu nữa. Chết đầy xe rồi phóng điên cuồng, tai nạn xảy ra 4 cậu thiệt mạng, cậu còn lại bị paralyzed từ cổ trở xuống. Khốn nỗi chỉ có bộ não vẫn còn hoạt động. Bây giờ suốt đời phải ngồi xe lăn, vừa khổ bản thân, vừa khổ cho người thân.

Hãy nhớ, bất cứ cái gì xảy ra thì con là người phải gánh chịu mọi đau đớn. Mẹ không thể chia sẻ cơn đau, chỉ có thể nấu cháo giúp con thôi.

Trẻ con tuy vậy vẫn dễ thuyết phục hơn người già.

Nếu không thể kiếm người chăm sóc các cụ đến nhà, vì tài chính. Phải đưa vào Nursing home, cũng nên lui tới thăm viếng, đó là niềm an ủi cho ông bà cha mẹ.

Những ngày cuối năm,

Lại thị Mơ