

Già Cũng Yêu Như Ai

Phạm Đức Thân

Lễ Tình Nhân (Valentine) người ta nói nhiều về tình yêu, nhất là của tài tử giai nhân, nam thanh nữ tú. Người già bị bỏ quên vì cho là hết thời rồi, yếu đuối, nghĩ đi là phải.

Có thực già là chấm hết, thôi sex?

Hay là với dinh dưỡng và y khoa tân tiến, già bây giờ sống dai, lại càng phải nên tận hưởng lạc thú quăng đời còn lại, nhất là một khi không còn bị bận tâm bởi sinh đẻ, con cái, công việc, tiền bạc ... Á Đông **chưa cởi mở tình dục**, lại thêm số người già không nhiều (thất thập cổ lai hy) và Âu Tây còn chịu ảnh hưởng của thời đại Victoria trọng đạo đức, cũng như ảnh hưởng của Thiên Chúa Giáo với cái nhìn tiêu cực về sex, cho nên xã hội hầu như không để ý đến sex của người già; và nếu có thì thường là với thái độ khát khe thiếu thông cảm. Thái độ bất công như vậy gây tâm lý tiêu cực trên người già, khiến họ có mặc cảm xấu hổ, tội lỗi, gớm ghiếc chuyện chăn gối, nghĩ là nên ngưng hoặc hạn chế đối với sex, đưa đến nhiều hậu quả bất lợi vô ích cho sức khỏe, sinh hoạt tình cảm cũng như tính dục của người già. Chưa kể đôi khi sex không thuận tiện vì sống trong nhà dưỡng lão thường không có sự thông cảm của ban điều hành, điều dưỡng viên, hoặc vì ở chung với con cái thiếu riêng tư.

Mặt khác, về phương diện tình dục phụ nữ thường bị thiệt thòi vì tuổi thọ cao hơn nên có nhiều bà già chịu cảnh góa bụa. Xã hội cũng có cái nhìn khát khe hơn đối với bà già. Cặp vợ già - chồng trẻ thường bị giễu cợt là phi công trẻ lái máy bay bà già (một kiểu máy bay cũ của Pháp trong chiến tranh Đông Dương, bay chậm và chuyên việc tiếp tế hay trinh sát), trong khi cặp chồng già - vợ trẻ thường được ngợi khen là một thắng lợi của ông chồng. Nếu Anh ngữ có "dirty old man" (lão già bẩn thỉu) để chỉ đàn ông già mà còn hiếu sắc, thì VN cũng không thiếu từ chê bai để chỉ hạng người này: yamaham (già mà ham), già dê, già dịch (vật), già mất nét, già trống bỏi, trâu già gặm cỏ non.... Tuy nhiên thực tế ca dao VN có ghi nhận:

*Bà già tuổi tám mươi tư
Ngồi trong cửa sổ viết thư kén chồng
Càng già càng dẻo càng dai
Càng long sập gối càng sai chân giường*

Cụ Nguyễn Công Trứ cũng nhắc nhở:

*Cuộc hành lạc bao nhiêu là lái đày
Nếu không chơi thiệt mất ai bù*

Riêng người viết cũng thông cảm các cụ yamaham, xin được góp ý:

*Khen bác trâu già gặm cỏ non
Chịu nghe gà triết lý om sòm
"Cuộc đời đúng chỉ là như thế"
(*Ồ Ồ Ồ Ồ Ồ Ồ!)
Hết lụi lại khoan cái hỏm hỏm
Chê bác trâu già gặm cỏ khô
Cớ sao tức giận mũi phì phò
Cỏ non không có đùng cay cú
Bờn tại non gan cứ thập thò*

Thật ra sex của người già còn chịu ảnh hưởng bởi những nhân tố khác ngoài nhân tố xã hội. Về mặt sinh học, ông già bị giảm testosterone, bà già sau mãn kinh cũng giảm estrogen, nhu cầu sinh lý tất nhiên không còn mạnh như trước. Các cơ quan hao mòn biến thái. Vách âm đạo trở nên mỏng, kém đàn hồi.

Dương cụ hồi trẻ đã tự tung tự tác, khó điều khiển, như Leonard da Vinci đã viết "*Con có ý chí riêng của nó. Thường thường bỏ ngủ thì con thức; nhiều khi bố thức thì con lại ngủ*". Đôi khi nó còn trối dậy không đúng lúc, làm ngưng chín cả người, cứ phải lom khom loay hoay tìm hoài chiếc chìa khóa tường tượng đánh rơi dưới sàn nhà. Bây giờ nó có tuổi, trở nên nhũn nhặn nhưng bướng bỉnh, trên bảo dưới không nghe, thường làm hỏng việc.

Già lão yếu đuối, lại sinh lắm bệnh tật: mập phì, thấp khớp, tim mạch, tiểu đường, mãn kinh... khiến ngại giao hợp, nhất là khi có khó khăn, khó chịu, đau đớn. Thường bị bệnh bất ngờ buộc phải nghỉ một thời gian; hết bệnh quay lại sex thấy thiếu sôi nổi. Gần gũi mãi một người cũng sinh nhàm chán, thiếu hứng khởi, nhưng nếu là của lạ thì lại trở dậy ngay. Hiện tượng này gọi là **hiệu ứng Coolidge** mà tên gọi bắt nguồn từ một giai thoại:

Tổng Thống Mỹ Calvin Coolidge cùng vợ viếng thăm một trại gà, mỗi người thăm riêng một chỗ khác nhau. Phu nhân muốn biết gà trống đập mái nhiều ít thì được trả lời khoảng 40 lần một ngày. Bà bảo đi nói cho tổng thống biết. Nghe vậy Coolidge thắc mắc con trống đập cùng con mái hay nhiều con khác nhau thì được biết mỗi lần đập một con khác nhau. Ông liền bảo đi nói lại cho phu nhân biết điều này.

Từ 200 năm trước, Casanova cũng đã thừa nhận "**Ba phần tư yêu đương là tò mò**" (Three quarters of love is curiosity). Tuy nhiên may mắn làm sao, ngày nay các trở ngại trên có thể khắc phục nhờ kỹ thuật y khoa cấy ghép dương vật, tiêm chích testosterone, estrogen, bơm căng cứng, dùng thuốc bôi trơn, viagra xanh (nam) hồng (nữ), cialis....cũng như ăn uống đầy đủ dinh dưỡng, bổ túc thêm các sinh tố và muối khoáng thích hợp, thể dục dưỡng sinh đều đặn, thư giãn với thiền định, yoga, thái cực quyền... và **nhất là đừng quên ân ái thường xuyên để cơ quan chậm thoái hóa** vì bộ phận nào ít sử dụng thì sẽ sớm bị hư hại (use it or lose it). Thống kê cho thấy cặp nào hồi trẻ tần số giao hợp cao thì về già giữ được trạng thái tinh dục "hoạt động" (nghĩa là ít ra mỗi tháng một lần).

Sự thật là không ai không thích làm tình (trừ một số nhỏ tu hành) vì dù cơ quan có hoạt động kém đi nhưng khoái cảm thì không bao giờ giảm, về già vẫn cảm nhận như thường. Gien muốn trường tồn bắt thân xác phải sản xuất càng nhiều càng tốt, bằng cách gắn sex với khoái lạc để lôi cuốn, khuyến khích con người hăng hái làm tình. Thân xác trở nên **nghiên** khoái lạc, thành thử tuy tinh trùng sút giảm, tử cung không còn trứng, nhiệm vụ truyền giống coi như xong, nhưng người già vẫn tiếp tục đi tìm khoái lạc vì cơ chế của cơ thể đòi hỏi như vậy để được khỏe mạnh, tâm thần an lạc. Chả thế mà các cụ ông không sợ mỏi, không sợ mệt, chỉ sợ....mềm. Các cụ bà không sợ khó, không sợ khổ, chỉ sợ... khô. Thống kê cho thấy 70% các cụ từ 70 tuổi trở lên vẫn hăng hái làm tình, và đối với các cụ trên 80 tuổi thì 25% vẫn tiếp tục đi tìm khoái cảm. Sex có đặc điểm là **càng làm càng thích càng muốn làm nữa**. Thảo nào trên báo vẫn đưa tin cụ ông 70, 80 tuổi lấy gái 20, 30. Mục Tìm Bạn cũng nhiều các ông bà già trên 60.

Các dữ kiện trên cho thấy người già vẫn yêu, vẫn làm tình như ai, không thể bị bỏ quên trong ngày Lễ Tình Nhân. Nhất là như đã nói, ngày nay nhờ sống dai, không còn vướng bận việc làm, sanh con, nuôi con...người già càng nên yêu vợ, sống cuồng những ngày còn lại. Bây giờ đã thấy có sách viết về sex trên 60, sex trên 70, hướng dẫn người già những liệu pháp tình dục thích hợp: vuốt ve, âu yếm bằng nhiều cách (warm sex) cũng đủ thỏa mãn, giảm stress, bồi bổ sức khỏe.

Thành thử nhân ngày Lễ Tình Nhân, giống như nữ quyền đã vùng lên đòi cách mạng xã hội, kinh tế, ngôn ngữ, tính dục...người già cũng nên vùng lên đòi quyền yêu như ai, và lại còn yêu mạnh, yêu đến nơi đến chốn nhờ được trang bị kiến thức để khắc phục những trở ngại về tuổi tác, chủng tộc. Già không phải là chấm hết. Già vẫn yêu, vẫn tình tứ. Như ngày xưa Phan Khôi đã cho thấy trong bài Tình Già:

"Đôi cái đầu đều bạc...

*.....
Liếc đưa nhau đi rồi
Đôi mắt còn có đuôi?"*

Phạm Đức Thân