

Ngôn Ngữ Trăm Thứ

BS Hồ Ngọc Minh



Con gái tôi, từ thuở nằm nôi, lúc nào cũng có một con gấu nhồi bông bên cạnh. Lớn lên, đi đâu, cháu cũng đem theo con gấu nay đã “già” ấy. Vợ chồng tôi thường đùa, mai một lấy chồng, đem theo con gấu làm của hồi môn.

Con người ta, tự bản năng, sanh ra đời đã có tư tưởng sở hữu. Tiếp theo, qua quá trình sống còn của loài người, những vật dụng thu thập được đã góp phần vào sự tồn vong của cá thể, của gia đình, và của nhân loại. Vì thế xưa nay sự sở hữu vật chất gần như đồng nghĩa với sự an toàn, với niềm hạnh phúc, và là những cột mốc định vị cho sự hiện hữu của mỗi cá nhân trong cuộc đời.

Nghiên cứu cho thấy, khi bị lấy đi một món đồ nào đó, não bộ của khổ chủ sẽ chịu những tín hiệu đau đớn như khi bị kim châm, điện giật. Đồng thời nhiều nghiên cứu khác còn cho thấy đi mua sắm, một khi đã được sờ nắm vào một mặt hàng nào, 60% người tiêu thụ sẽ bỏ tiền ra để mua cho được món hàng ấy. Mua xong, cảm giác kích hoạt trong hệ thần kinh rất phê như phê thuốc phiện, và khi hết phê thì... đi mua tiếp. Đó là một trong các lý do tại sao công ty Apple làm ăn khấm khá vì một khi đã rờ, đã cọ quẹt, đã “touch” vào các thiết bị như iPhone, iPad thì mọi người sẽ sẵn sàng “iPay.” Thêm vào đó, chủ thuyết kinh tế thị trường, nhất là ở Mỹ, cổ võ cho việc mua sắm để làm cho kinh tế thêm giàu mạnh. Các thông điệp khuyến mãi gieo vào đầu người tiêu thụ niềm tin là, mua sắm đồ sẽ đem lại niềm vui và phúc lợi.

Sự thật có phải như thế hay không? Có một mệnh đề cần biết, mỗi một món đồ mà bạn làm chủ, chính nó sẽ làm chủ bạn từ tinh thần đến thể xác. Thí dụ bạn có một cái đồng hồ đeo tay để xem giờ. Khi sắm cái đồng hồ thứ hai, trong tâm thức của bạn có thể là “để kiểm soát được thời gian”, hay bất cứ lý do nào khác được dùng để biện minh, có khi nào bạn chạnh lòng nghĩ là mình sẽ tốn thì giờ thêm để “lo” cho cái đồng hồ thứ hai này hay không? Nhìn quanh nhà bạn sẽ thấy trăm thứ ngôn ngữ khác từ nhỏ đến lớn, từ cái đinh cho đến cái ti vi, từ trong tủ áo, từ phòng ngủ, từ nhà bếp ra đến nhà xe. Những thứ ấy sẽ tạo ra trăm mối tơ vò trong đầu của bạn, vì ngày đêm lo nghĩ đến chúng, để giữ của, và có khi, để lấy thân ra mà che của. Một nghiên cứu y khoa khác cho thấy, lo nghĩ nhiều thứ linh tinh sẽ gây ra phiền muộn kinh niên và làm cho lớp chất xám của não bộ mỏng đi. Một nhận xét khác được thống kê xác nhận, ai cũng biết mà cứ làm lơ, đó là, không cần phải giàu, có nhiều đồ “xịn”, đồ “khủng” trong nhà mới có hạnh phúc.

Ngày xưa người ta mua sắm vì nhu cầu thiết yếu. Cái xe đi làm, cái ghế để ngồi. Ngày nay mua sắm đồ là cách để biểu hiện cá tính, sắc thái, tư duy, địa vị xã hội của một cá nhân. Tại sao phải là Coke mà không là Pepsi? Điệu “xì tin”, và “bản sắc” là ở điểm khác nhau giữa Samsung Galaxy và iPhone, vân vân và vân vân.

Trong phim khoa học viễn tưởng “In Time” do tài tử Timberlake thủ vai chính, miêu tả một xã hội mà tuổi thọ con người là đơn vị tiền tệ để đổi chác. Lương bổng được trả bằng tuổi thọ. Mua ly cà phê thì tuổi thọ bị trừ đi vài giờ. Hết “tiền” thì lăn ra mà chết. Nhìn lại, chúng ta hiện đang sống trong cái xã hội “tuổi thọ như tiền” ấy. Chúng ta dùng thời gian quý báu của cuộc đời để đi làm ra tiền, để tậu đồ junk, đồ linh tinh, đồ rác rưởi, rồi tốn thêm thời gian để lo lắng, để “take care” cho những món đồ ấy. Có iPhone thì phải text, phải lướt mạng, phải đọc tin trên mạng xã hội 24/7. Tệ, có người còn bán cả trái thận để đổi lấy cái iPhone!

Nói đúng ra không phải ai cũng thích lòe hàng “khủng”. Phần lớn chúng ta mua sắm và để dành đồ để lỡ khi cần, thí dụ, 12 cục xà bông tắm ở Costco vì “không thể thiếu được”, nguyên thủy vì chúng ta...nghèo. Có cả tôi trong đó. Khoảng năm 1970, ngoài làng Non Nước, Ngũ Hành Sơn, Đà Nẵng có một hầm rác của quân đội Mỹ, gọi là “Hầm Bữa Mỹ Thị”. Từ cái hầm bữa này, tôi tha về nhà không biết bao là “của quý”. Thói quen ấy tồn tại đến bây giờ, tiếp tục tha đồ ở Costco, ở Amazon về hằng tuần, để lỡ khi cần. Mà khi cần lại không biết đồ ấy nhét vào góc nào, nên thôi, chạy ra mua cái khác, và mua dư thêm một tí... để lỡ lại khi cần!

Một lý do khác người ta giữ đồ cũ vì nó chứa những kỷ niệm đẹp nào đó. Thú thật, một mớ sách vở Y Khoa tôi học khi còn trong trường Y hơn 30 năm về trước vẫn còn trong tủ, cho dù có khi nào tôi đọc lại một chữ nào trong những cuốn sách ấy đâu! Mà có đọc thì chẳng ích lợi gì vì kiến thức khoa học ngày càng thay đổi. Bỏ sách vở ra thùng rác thì thương, mà vương vấn thì tội.

Đọc tới đây bạn đã hiểu tôi không nói chuyện phiếm mà nói về một chứng bệnh mà nhiều người bị mắc phải. “Chứng bệnh thời đại” thường xảy ra ở các nước gọi là “văn minh tiên tiến”. **Chứng bệnh này làm hại đến sức khỏe, đến tuổi thọ của chúng ta, không thua gì ung thư, cao máu, tiểu đường. Nếu hiểu căn nguyên của tội tình, của hồ sơ bệnh lý, thì chúng ta nên bắt đầu tự chữa cái bệnh gọi là “sưu tập đồ lộn xộn”.** Để tự giải thoát khỏi những gông cùm trói buộc mình vào “giai cấp của người tiêu thụ”, xin đem đồ không cần dùng cho người khác, đem cho chùa, cho nhà thờ, cho hội từ thiện, v...v... Không muốn cho thì bán eBay làm lợi cho mình, cho nền kinh tế, đem tiền gửi về cho bà con bên nhà chẳng hạn. Món đồ nào có nhiều kỷ niệm thì chụp hình lưu niệm, rồi cũng đem cho, đem bán, đem recycle để chúng được “siêu thoát” và mình cũng được “tịnh độ” theo. Đồng thời, mỗi khi mua đồ mới thì nên nghĩ “ràng, thì, là” món hàng ấy mình sẽ trả không phải bằng tiền, kể cả tiền không có, mà sẽ trả với chính sức khỏe và tuổi thọ của mình về sau.

Nhạc sĩ Anh Bằng có một bài nhạc “không Anh Bằng” tí nào, đó là bài “Khúc Thụy Du” phổ thơ của Du Tử Lê:
“...nói về cuộc đời, khi tôi không còn nữa. Sẽ lấy được những gì về bên kia thế giới ngoài trống vắng mà thôi?”

Chúng ta đã nhiều lần “bỏ của chạy lấy người”. Chúng ta đến trong đời tay trắng và sẽ ra đi trắng tay. Xin hãy để thời gian quý báu để mà **sống và sống thật nhẹ nhàng.**

BS. Hồ Ngọc Minh