

Tuyết Ơi Là Tuyết

Song Thao

Tuyết là một cô em xinh đẹp và quyến rũ. Chẳng thế mà ai cũng muốn được nhìn dung nhan người đẹp một lần trong đời. Cái lần đầu diện kiến ấy hồ dễ ai quên. Ông nhà thơ Phan Ni Tấn lại càng khó quên.

"Nhớ hồi tháng 3/1980, chúng tôi từ trại tỵ nạn Laem Sing, Thái Lan bay qua Canada định cư, vừa đặt chân xuống đất đã "ăn" phải một mùa đông tuyết giá lần đầu tiên trong đời. Dù hít hà lạnh run nhưng ai nấy đều hớn hở, thích thú dán mắt nhìn tuyết lóng lánh bám trên những cành cây trụi lá và tuyết lặng lẽ rơi bên ngoài cửa sổ. Tôi như con nít lên năm, lén thò tay bốc một nắm tuyết bỏ lệ vô miệng, lạnh quíu lưỡi nhưng đã thiệt. Phải chi lúc đó xịt thêm vài xịt si-rô (syrup) thì có khác chi ăn nước đá bào trộn si-rô xanh xanh đỏ đỏ như hồi nhỏ ở bên nhà. Tôi mê tuyết cũng tại... thêm si-rô nước đá bào".

Tôi gặp em tuyết sớm hơn ông bạn văn sống ở Toronto này. Từ năm 1967 tại New York. Ngày đó tôi không cảm lòng được trước em tuyết nên ngồi viết ngay một bài tả tình tả cảnh khi gặp người đẹp, gửi về cho ông Phan Kim Thịnh đăng trên báo Văn Học. Tới nay tôi đã quên khuấy tôi đã ba hoa ra sao, cố tìm lại nhưng không tìm được bài báo tình tứ đó. Chỉ biết lúc đó tôi đang ở khách sạn, phong phanh bộ quần áo mỏng mặc trong nhà, đã vội phi thân ra balcon hứng tuyết, hình như cũng có nệm tuyết như ông bạn văn râu ria hơi nhiều ở Toronto. Kết quả là bị một trận cảm lạnh sơ sơ như cái tát yêu của cô nàng đồng đảng.

Cô Karen N. Nguyen, một dược sĩ sống ở Maryland, viết trên Việt Báo: *"Dạo còn bé, Kim chỉ biết về tuyết qua sách vở và phim ảnh. Bao giờ tuyết cũng hiện ra với màu trắng thánh thiện, trắng tinh, sạch boong, tinh khiết vô cùng. Tuyết như mời mọc người ta chạy ra đường vô tuyết thành viên để ném nhau chơi, như quyến rũ người ta trượt tuyết trên những dốc núi phủ đầy tuyết trắng dưới một bầu trời xanh ngắt tuyết vời. Tuyết như vẫy gọi trẻ con ra vườn, ra công viên làm những hình nhân bằng tuyết, lấy máy hàn than đen làm cặp mắt, củ cà rốt cam cam làm cái mũi. Những người tuyết có thân hình tròn trĩnh, cổ quấn khăn, đầu đội nón, tay cầm cây chổi, miệng cười tươi, trông dễ thương vô cùng trong trí óc trẻ con của Kim".*



Một nét vui với tuyết.

Tuyết là cô nàng đồng đảng. Người đẹp thường tự cho mình cái quyền nhõng nhẽo với các anh chàng đa tình. Đã đồng đảng lại còn nhõng nhẽo, vậy mới chết những tên trót mang nghiệp đa tình. Tuyết tới tha thướt trong làn áo trắng trinh nguyên, ốm ờ vờn là tả như trêu người, ồng ẹo vắn vẹo, ai mà không mê. Nhưng khi tuyết hết là lơi, nằm yên trên đất, lúc đó mới biết đá vàng. Xúc tuyết chết cha. Ông bạn Phan Ni Tấn vỡ mộng: "Năm nào mà chúng tôi không nhào ra sân xúc tuyết. Mấy mùa sau, thương vợ, tôi ra oai... cho phép bà ở trong nhà đứng dòm tôi một mình quần thảo với lũ tuyết đông. Có năm tuyết cao ngập háng, dù có máy xúc tuyết, xúc xong là một phờ râu, là hết thấy anh hàng xóm, chỉ thấy hồn vía tôi nằm vất vẻo trên đồng tuyết xanh xao, còm cõi, bạc phơ. Không Tử nói: "nhân chi nan" quá đúng. Làm người khó thiệt. Cái khó nó... ló cái khổ. Tôi khổ vì tuyết nên... rất tè tuyết". Xúc tuyết, tôi không muốn nghe nói tới vụ lao động khổ sai này. Năm nay tôi đã trải qua 38 mùa tuyết tại cái thành phố được coi là xứ tuyết này. Mỗi năm khi nàng tuyết xuất hiện, chúng tôi lại thờ ngắn thờ dài. Người đâu gặp gỡ làm chi. Đây là một cực hình không ai muốn có

nhưng tránh không được. Không xúc thì làm sao ra cửa được. Xúc một dọc từ nhà ra tới lề đường đủ bỏ hơi tai. Tôi ở condo nên không sân trước sân sau. Mấy ông bạn tôi mua nhà cho lớn, sân trước sân sau rộng mênh mông, mùa hè cắt cỏ mùa đông xúc tuyết, cuộc đời vất vả hơn đi cà. Nhiều ông dở bài bây khi bị vợ dục xúc tuyết, gắt gỏng:

- Sao em không lấy Mễ để nó xúc cho!

Tôi có ông bạn đã tử vì...tuyết. Ông có bệnh tim, cố xúc cho rảnh nợ, đã gục xuống rảnh nợ trần. Ông Hoàng Xuân Sơn, nhà chỉ cách tôi cái giậu mừng tôi, vẫn ôm một cái nhà. Mỗi lần nàng tuyết tới chơi, ông méo mặt.

Năm nay trời tuyết dữ thân

Xúc. Hốt một nghĩ còn gân cốt nào

*Bông tuyết đẹp ngàn ngàn sao
Mắt mình đom đóm nổ vào hư không.*

Tuyết chẳng chỉ có ở xứ tuyết của tôi. Nàng bĩn ra khắp nơi khắp chốn. Ông bạn Nguyễn Bá Trạc của tôi ở tuốt tận bên Turku, Phần Lan, cũng có nỗi khổ như tôi ở bên Canada. Ông “vui” xúc tuyết: “Have fun! Vui lên! 5 giờ sáng thức giấc, mở cửa ra ngoài hút điều thuốc. Mở không được. Tuyết ngập quá đầu gối. Hì hục cào cho hết đồng tuyết trên hành lang trước cửa mới có thể mở cửa. Cào cho hết đồng tuyết dọc cầu thang mới có lối đi xuống. Rồi cào cho quang lối xe ra. Tất nhiên phải quét cho hết tuyết phủ kín cái xe, nhất là phải cạo cho sạch nước đá đóng chắc trên các cửa kính mới có thể thấy đường mà lái cái xe. Tóm tắt là từ 5 giờ đến 8 rưỡi sáng, ba tiếng đồng hồ liên tục cào, xúc, quét. Lái được cái xe ra khỏi nhà, thoát được mấy con đường nhỏ ngập tuyết, ra được con đường lớn là cả một tổng hợp giữa: 1/ Mưu Trí, 2/ Ý Chí 3/ Biết cách xài chút sức khỏe còn sót lại của một lão già 82 tuổi - chào đời với lão Joe Biden cùng ngày cùng năm nhưng trước một tháng. Nói có vẻ thiếu khiêm tốn nhưng sự thật đơn giản là như vậy. Vì cùng tuổi con ngựa (Nhâm Ngọ): lão Biden sinh ngày 12 tháng 11 năm 1942, nhưng xem tivi thấy lão đi lên đi xuống cái cầu thang máy bay thì lập cập như muốn té. Thế đấy. Sáng nay vẫn lái xe đưa vợ đi dạy học được, khỏi phải đứng chờ xe buýt dưới trời lạnh lẽo. Xong. Lái thẳng đến hồ bơi tắm sauna với các lão già Phần Lan bụng phệ, rồi bơi dọc hồ 50 thước. Xong. Bây giờ 12 giờ trưa, Tuyết lại rơi! Lại phải vui (Turku, Finland 18/1/2024)”.

Thanh toán được đồng tuyết trước nhà vẫn chưa thoát nợ. Lôi được cái xe ra khỏi đồng tuyết là một kỳ công. Nàng tuyết âu yếm choàng chiếc áo trắng tinh lấp hết xe cộ đậu bên đường. Mỗi xe như lưng voi u u một đồng biết cái nào ra cái nào. Nhiều khi đào cho cố, khi màu xe xuất hiện, tá hỏa vì không phải xe của mình. Bụng tức anh ách nhưng vẫn phải cố vui, coi như làm việc thiện. Vất vả như vậy nhưng cũng có niềm vui. Anh xúc chị xúc, hàng xóm nhìn nhau cười toe. Ai sao ta vậy, vừa xúc vừa hát toàn những bài ca ngợi tuyết. Tình hàng xóm láng giềng giờ mới mặn mà. Người nợ giúp người kia, vui như...tuyết! Nhiều nhà dựng mái che tuyết cho xe trên driveway. Xe có ấm áp sạch sẽ nhưng người vẫn không rời được chiếc xăng. Xe ủi tuyết thành phố gạt tuyết sang hai bên lề đường. Đoạn đường từ nhà che tuyết ra tới đường trở thành đoạn đường chiến binh. Tuyết dồn lên thành đồng, cũng phải xúc mệt nghỉ.



Mù mịt bên ngoài tay lái.

Lên xe chạy lại chửi thề nàng tuyết. Xe trơn trượt. Tỉnh bang Quebec chúng tôi quy định phải thay lốp xe mùa đông mỗi năm nên cũng đỡ. Phiền cái là phải chi tiền mua thêm bốn chiếc lốp xe mùa đông, mỗi năm hai lần tới garage nộp tiền thay lốp xe. Không thay là có chuyện với bạn dân ngay. Xe chạy nơi xứ tuyết phải là xe có bánh quay phía trước (traction avant) mới rẽ tuyết được. Xe máy quay bánh xe phía sau (traction arriére) coi như thua. Có lần tôi gặp một chiếc xe Mercedes bánh quay phía sau. Xe chạy như anh say rượu. Tôi lái chiếc Reliant K rẽ tiền phía sau cười ngất. Biết mèo nào cắn mỉu nào!

Đi bộ trên tuyết cũng vất vả không kém. Chuyện về ếch là chuyện thường ngày ở huyện. Anh em bạn bè tôi đổ ai thoát khỏi cảnh dở khóc dở cười của bà Hồ Xuân Hương: “Giơ tay với thử trời cao thấp / Xoạc cẳng đo xem đất ngắn dài”. Chân phải xỏ vào đôi boot có đế dày cộm bám tuyết. Muốn chắc ăn hơn thì gia cố thêm đinh. Cô Karen N. Nguyen tả tình tả cảnh:

“Đến chuyện đi trên tuyết cũng không phải dễ như Kim thường nghĩ. Tuyết rơi, nếu chỉ có tuyết xốp và khô thì cũng đỡ, đi trên tuyết không có vấn đề gì nan giải cả. Vậy chứ bước vào xe hơi, bước vô nhà, dầu đã giữ tuyết kỹ, vẫn mang vào xe, vào nhà một mớ tuyết, và sau đó khi tuyết tan, một vũng nước ướt sàn xe, ướt sàn nhà, messy vô cùng. Nhưng nếu tuyết rơi, rồi sau đó có mưa, rồi nhiệt độ xuống thấp, hai mươi mấy độ, nước mưa đông lại thành nước đá, rồi tuyết lại rơi, cái combination tuyết nước đá tuyết là điều đáng sợ vô cùng. Mang đôi giày đi mùa đông nặng chình chịch, đế giày được thiết kế có bao nhiêu là điểm tựa để bám xuống mặt đường trơn, vậy mà Kim vẫn cứ trượt dễ như bỡn. Kim bước từ nhà ra chỗ đậu xe, bước từ chỗ đậu xe vào chỗ làm, mỗi bước chân là mỗi lần tìm đập phập phồng, cầu mong bình yên vô sự không bị té gãy tay gãy chân gì cả. Chẳng còn hứng thú gì khi đi trên tuyết cả, khi tuyết không còn mang lại bình yên cho tâm hồn trên cái xứ sở đã có lắm chuyện làm con người stress triền miên!”.

Chuyện stress vì tuyết mùa đông không phải là chuyện đùa. Đó là một bệnh có tên tuổi đàng hoàng. Bệnh Seasonal Affect Disorder, viết tắt là SAD. Đó là bệnh trầm cảm tái phát hàng năm trong khoảng từ bốn đến năm tháng thường bắt đầu khi ngày ngắn lại vào mùa thu và kết thúc khi ngày dài hơn trở lại. Người bị SAD cảm thấy ủ dột, u sầu, suốt ngày thấy lờ đờ, buồn ngủ, mệt mỏi, rã rời, không muốn làm ngay cả những công việc thường ngày. SAD là một hội chứng tương đối mới, chỉ được giới khoa học nghiên cứu vào thập niên 1970 và được Hiệp Hội Tâm Thần Hoa Kỳ chính thức công nhận vào năm 1987. Bác sĩ tâm thần Norman Rosenthal của Đại Học Georgetown, Hoa Kỳ, là người đầu tiên phát giác và nghiên cứu về chứng bệnh này. Chính ông cũng là một bệnh nhân. Là một di dân từ Nam Phi đến M, ông nhận thấy trong những ngày lạnh giá của mùa đông tại New York, nơi ông định cư, tinh thần ông xuống thấp hơn nhiều so với những ngày mùa đông nơi quê nhà của ông. Và ông bắt tay vào nghiên cứu một căn bệnh ẩn giấu vì không ai coi là bệnh. Bệnh phổ biến nhiều tại các nước ở phía Bắc địa cầu. Hoa Kỳ có tới 3% dân số vướng vào bệnh này. Tỷ lệ tại các tiểu bang phía Bắc như New Hampshire là 9,4%, Maryland 6,3%, New York 4,7% trong khi tiểu bang phía Nam là Florida chỉ có 4%. Canada chúng tôi ở phía Bắc của Hoa Kỳ có tới 35% dân số mắc chứng “buồn chán mùa đông”, một dạng nhẹ của SAD. Khoảng từ 10% đến 15% vướng bệnh trầm cảm nhẹ theo mùa trong khi có tới từ 2% đến 5% mắc bệnh SAD nặng phải điều trị. Phụ nữ có tỷ lệ mắc bệnh nhiều hơn nam giới.



Ngoài kia tuyết rơi dày.

Giáo sư Michael Terman của Đại học Columbia cho biết thiếu ánh sáng mặt trời là một trong những nguyên nhân chính gây ra bệnh SAD. Yếu tố này có liên quan đến các hormone sinh học trong não bộ. Ít ánh nắng mặt trời làm giảm lượng serotonin, chất giúp não bộ bình tĩnh, tập trung và thư giãn. Đồng thời làm tăng lượng melatonin, một chất dẫn truyền thần kinh gây buồn ngủ. Sự rối loạn giữa hai hoạt chất này làm mất cân bằng đồng hồ sinh học, gây nên tâm trạng bất cân bằng dễ gây ra trầm cảm. Ngoài ra việc thiếu vitamin D do trời ít nắng hoặc vì chúng ta ít ra nắng vì ngại lạnh cũng là nguyên nhân khiến lượng serotonin bị sút giảm trầm trọng.

Bác sĩ Robert Levitan, Trưởng Ban Nghiên Cứu của Centre for Addiction and Mental Health ở Toronto, cho biết triệu chứng khởi đầu của bệnh là mệt mỏi, buồn bã, lờ đờ, thờ ơ và trầm cảm. Tâm lý gia Tasha Shauli ở Toronto cho biết những người bị chứng buồn mùa đông có khuynh hướng muốn thu mình lại, rút lui khỏi xã hội dẫn đến cảm giác bị cô lập hoặc trầm cảm. Bà nói: “Một số người mô tả cảm giác thèm ăn giảm đi nhưng một số khác lại thấy thèm ăn nhiều hơn những

loại thực phẩm có đường và carbohydrate”. Họ tự cảm thấy nhàn sắc sa sút, người không khỏe, tăng cân, buồn bã, cáu kỉnh, khó tập trung, không thích hoạt động. Sự chán nản dẫn đến tâm lý mệt mỏi. Cái lạnh gây tổn hại về thể chất khi phải dùng nhiều năng lượng hơn để giữ ấm cơ thể. Thêm vào đó là tuyết làm người ta bận tâm khi phải xúc tuyết hoặc áo trong áo ngoài mỗi khi ra đường làm kho dự trữ năng lượng bị hao hụt đáng kể.

Sống thân cận với tuyết đã gần bốn chục năm, tôi chán cô nàng đến hẹn lại lên này như cơm nếp nát. Mỗi năm, khi tới tháng 11, thời gian cô nàng mon men bắt đầu lai vãng tới, tôi...SAD. Người có điều kiện thì khăn gói quả mướp đi trốn cô nàng, người không có điều kiện thì chịu chết. Ráng mà ôm cô nàng về như hiền dụ nhưng sống lâu mới biết đích thị là mụ cà chớn gây rất nhiều phiền toái. Thôi thì ráng chung sống với mụ ta. Ôi! Tuyết ơi là tuyết!

Song Thao