



## CUỐI NĂM NÓI CHUYỆN:

# PHIÊN PHIẾN TUỔI GIÀ

Tràm Cà Mau

Bạn tôi, có ông tự xưng là Hai Hô. Bởi rằng ông hô. Ông rất thích thú với danh xưng này. Ông thường nói rằng, ngày xưa còn trẻ, hăng tiết vặt, ai nói gì, đúng hay sai, cũng tìm lời cãi lại. Bây giờ già rồi, nghe ai nói gì cũng thấy xuôi tai, đúng hết....

Bởi già rồi, có nhiều kinh nghiệm, thấy được đúng, sai, có nhiều mặt khác nhau.

Bà mẹ ông đã 92 tuổi, mà thường hay nói câu: “Mai mốt tôi già rồi thì...” Mỗi lần nghe câu đó, ông vội cắt ngang lời mẹ, và hỏi lại: ”Hơn chín mươi tuổi rồi mà chưa già hờ mẹ? Thế thì bao nhiêu tuổi mới là già?” Bà cụ chỉ cười, không đáp lại. Vợ ông thường nháy mắt, nhìn ông che dấu nụ cười bí mật. Người em ông nói: “Theo tôi, thì không có ai già, và cũng chẳng có ai trẻ. Già hay trẻ, là một khái niệm rất tương đối. Hồi tôi mười bốn, mười lăm tuổi, thấy các chị hàng xóm mười bảy hay mười tám tuổi là đã già khú đế. Già như sắp mua hòm được rồi. Thế mà khi tôi sáu mươi tuổi, tôi thấy các bà năm mươi là trẻ, và các bà bốn chục tuổi là bọn con nít. Thế thì già hay trẻ, không phải tùy theo số tuổi của họ.”

Ông Hai nói, có một lúc nào đó, con người trở nên già. Nầy nhé, mỗi khi đi ra đường, nếu chỉ thấy các bà già nhìn mình, mà các cô gái trẻ không dòm mình nữa, thì phải hiểu là mình đã già rồi. Lại nữa, mỗi sáng đứng trước gương, thấy trán mình cao hơn, tóc rụng nhiều, đứng tưởng mình trở nên thông thái, mà phải biết đó là dấu hiệu già. Nếu mình thấy mọi người dường như trẻ lại, thì chính mình già đã đi, vì mình so sánh thiên hạ với cái bóng của mình trong gương soi mỗi ngày.

Ông nói, tuổi già báo hiệu khi sinh lý bắt đầu yếu. Nhịp độ “gần gũi” của vợ chồng thưa dần. Và đôi khi cố gắng làm vừa lòng bà vợ theo định kỳ, mà không có hứng khởi. Nhưng khi đó, nếu bà vợ gạt ra, không cho gần gũi, thì trong lòng lại mừng húm, vì có cái cơ để không làm tròn “bổn phận” mà không áy náy. Ông nói, bực nhất là những lúc mình đang hăng, đang nóng máu, sắp xáp chiến, mà bà vợ cứ cắn nhăn về những chuyện không đâu, như cái hàng rào bị gió vật nghiêng, cây hoa hồng lá bị bạc mốc, con chó bị rận bọ chét. Thế là cả cái thân già nó xiù xuống như cọng bún thiu. Chẳng làm ăn chi được nữa cả. Đành bỏ cuộc vui nửa chừng.

Khi còn trẻ, vào những lúc sắp gay cấn như thế này, thì dù cho sét nổ trên đầu, cũng không nghe, không biết.

Có người hỏi ông sao không dùng viên thuốc thần kỳ, làm cho vợ chồng vui như thuở ba mươi. Ông nói, đừng tin mà chết sớm, đau tim mà dùng thuốc này, thì lăn đùng ra mau lăm. Hồi trước, ông cũng xin ông bác sĩ cho toa thuốc này, bác sĩ ấy không chịu ông cũng hơi giận, nhưng bây giờ thì cảm ơn, vì biết được cái nguy hại của nó. Vui chốc lát, mà bỏ mạng, lăng nhách. Theo ông, thì vợ chồng già, ghiền cái hơi của nhau hơn là chuyện vật nhau lăn lộn trên giường. Chỉ cần luôn tay vào áo bà vợ già, mà tìm trái mướp, cũng đủ làm cho bà ấy vui rồi.

Nói về cái tai điếc, ông nói: “Có một lúc nào đó, mình nghe nhạc, cứ tưởng là các anh chị ca sĩ dạo này không còn hát hay như ngày xưa. Không phải vậy đâu. Thời nào cũng có ca sĩ giọng hay. Nghe không hay vì cái tai mình đã nặng, lăng. Rồi cứ tưởng nhạc dở. Đó là dấu hiệu già. Nhất là khi nghe truyền thanh, truyền hình, thì con cái, hàng xóm, cứ than phiền mở âm thanh quá lớn. Theo mình, âm thanh như vậy chỉ vừa đủ nghe, mà họ bảo oan cho mình là quá lớn.”

Ông Hai nói với một bạn già rằng, khi già, lăng tai, điếc tai cũng có cái lợi lớn. Là khi nào vợ nói lời êm ái, dịu dàng, yêu thương, thì nghe cho sướng tai. Khi nào bà trở chứng trách móc, chê bai, than vãn, nói nặng lời, thì cứ nhẹ-nhé gõ cái máy trợ thính ra, chỉ thấy bà nhóp nhép cái miệng, trông tức cười lắm. Không nghe, thì không bức mình, không giận hờn, mà còn cười, đôi khi nụ cười rất rạng rỡ, cười rất dễ thương nữa. Bà vợ nói như gió vào phòng trống, thấy ông chồng không giận, mà còn cười vui, thì dành im lặng cho đỡ tổn hơi. Và đôi khi còn thương thêm, vì tưởng ông chồng khéo nhịn. Nhưng một ông bạn khác, nói rằng, khi bà vợ trách móc và thở than, thì để bà ấy nói, cho xả ra, nhẹ bớt bức tức trong lòng. Bởi vậy, mỗi khi vợ ông than vãn, trách móc, thì ông mừng và lảng nghe. Nếu bà ngưng nói, thì hỏi rằng em có gì cần nói thêm, than vãn thêm không, hãy nói cho hết đi, anh nghe đây. Thế là bà dịu xuống, và bà cảm thấy hơi quê quê, nên thôi.

Ông Hai nói, khi già, mắt yếu, cầm cuốn sách lên, là móc túi tìm cái kiếng. Không có kiếng thì đành chịu thua. Khi đó, mình ít đọc sách hơn ngày xưa. Rất nhiều bạn ông than phiền rằng, dạo này, sách vở, báo chí họ in chữ nhỏ hơn, khó đọc. Không phải đâu. Mắt mình mờ, kém, chứ không phải chữ in nhỏ lại. Mấy anh trẻ hỏi ông có bức vì mắt kém không, ông Hai nói rằng, việc chi mà bức? Phải mừng chứ đừng bức. Mừng và cảm ơn khoa học tiến bộ, giúp cho mình còn thấy rõ hơn, nghe rõ hơn, mà nếu mình sống mấy trăm năm trước, thì đã mù loà, và điếc đặc rồi. Dù cho nghe ít, thấy không rõ hoàn toàn, nhưng có thấy, có nghe, đã là quá quý rồi. Tuổi đã cao, mà còn thấy được người thương yêu, con cháu, bạn bè. Còn xem truyền hình, phim truyện, thì đã nhận được rất nhiều ân phước của trời ban cho. Phải biết cảm nhận và cảm ơn trời.

Bây giờ, đi đâu xa ông cũng ngại. Đi du lịch, điều nghĩ đến trước tiên của nhiều người già như ông, không phải cảnh đẹp, điều hay, cái lạ, mà nghĩ đến cái cầu tiểu. Không biết nơi đó có hay không. Cứ vào quán xá, hội trường, thì có thói quen, trước tiên là xem cầu tiểu nằm đâu.

Quán nào mà không có cầu tiểu, thì đừng hòng có nhiều ông bà già bước vào. Ông rất sợ mai đây xui xẻo, người ta tôn ông lên làm lãnh tụ. Vì thấy mấy ông lãnh tụ đứng đọc diễn văn, họp báo, duyệt binh, diễn hành, đứng hàng giờ, phải nín thở, khó chịu, mệt và khổ lăm. Ông cũng rất ngại ngủ nhà lạ, cứ nửa đêm, nhiều lần mò mẫm trong bóng tối dậy đi tiểu. Xối nước ào ào làm người khác mất ngủ. Chưa kể lạ nhà, đêm tối, lạc đường mở lầm cửa phòng vợ, con người ta, thì cũng bẽ bàng.



Một lần, bà vợ đè đầu ông xuống mà nhuộm tóc cho ông. Mấy hôm sau, lên xe công cộng, ngồi vào ghế dành cho người cao niên. Ông thấy có một “lão trượng” đứng nhìn ông chằm chằm, như ngầm hỏi, sao không nhường ghế ngồi cho người già cả. Ông đoán chắc, chín mươi phần là “lão trượng” kia còn nhỏ tuổi hơn ông. Ông cứ ngồi lì, làm lơ. Nhưng khi thấy hành khách chung quanh nhìn, như thúc dục, như nhăn nhú bằng ánh mắt khó chịu, thì ông nhột quá, đứng dậy nhường ghế cho lão trượng kia. Ông nghĩ, không lẽ phải thét lên là tôi còn già hơn lão, và không lẽ phải móc cắn cước ra mà chứng minh? Thôi thì đứng dậy, cho bớt nhột và ngượng ngùng. Rồi tự an ủi rằng, đứng cũng là một cách tập thể dục tốt.

Khi có ai hỏi tuổi, ông Hai Hô cũng tự cộng thêm gần chục năm. Thế là thiên hạ rối rít khen trẻ, xít xoa hỏi làm sao mà giữ được trẻ trung như thế. Ông cười, nói đùa rằng, cứ theo đúng lời dạy vàng ngọc của người xưa để lại, là “đêm bảy, ngày ba” cho khí huyết lưu thông, điều hoà, thì cơ thể trẻ trung mãi. Ông nói rằng, nếu có khai trọt đi năm ba tuổi, cũng chẳng có lợi ích gì, vì mình đâu có toan tính chinh phục, tán tỉnh ai. Khai trọt tuổi, đôi khi người ta còn chê, là trông già trước tuổi. Lại nữa, phong tục của mình, là kính trọng người lớn tuổi. Nhưng các bà, các cô thì khi nào cũng dấu tuổi, cứ 18 tuổi thì khai là 16, khi 20 khai là 18, và lúc 23 khai là 20. Cứ khai trọt vài ba tuổi, và cảm thấy sướng khi được người khác tin. Khi phải đoán tuổi, ông thường rộng rãi hạ xuống cho các bà, các cô từ năm đến bảy tuổi, để họ sướng, mà ông không mất chi cả, cũng là làm một điều thiện nho nhỏ trong ngày, làm cho người khác vui, yêu đời hơn.

Dạo sau này, khi ông ăn uống, thường thức ăn bị đổ vung vãi. Nhiều lần ông tự bảo là cẩn thận. Nhưng hình như cái tay nó không hoàn toàn theo mệnh lệnh của cái đầu nữa. Đưa cơm vào miệng không gọn gàng, cứ rớt ra vài chút. Đôi khi tay run, mà ông không biết. Ông cho đó là dấu hiệu của tuổi già. Nhiều lần bà vợ ông nhặt nhặt, la nạt, vì làm đổ thức ăn. Một lần ông nhớ lại câu chuyện đứa bé đeo cái chén gỗ, cha mẹ hỏi đeo làm gì, nó nói là để sau này cho cha mẹ ăn, như cha mẹ đã cho ông nội ăn chén gỗ. Ông nhở nhẹ nói với vợ rằng, nhờ bà đeo cho ông một cái chén gỗ, rồi mỗi bữa dọn cho ông ăn sau viả hè, bên thềm. Nghe thế, bà vợ nhìn ông một lúc lâu, rồi rưng rưng nước mắt. Từ đó, bà hết cắn nhặt khi ông làm đổ thức ăn. Ông hay quên. Đôi khi đi xuống nhà kho, mà ngần ngừ không biết định xuống để làm gì. Quên trước, quên sau. Một bạn già của ông nói, nếu “cái đó” mà ông trời không bắt dính chặt vào người, thì có khối ông già để quên trên xe buýt, trên tàu điện, ngoài công viên, và khi cần đi tiểu, thì chạy quanh, quýnh lên, mà tìm không ra. Còn triệu chứng khác nữa, là làm biếng

tắm, đôi khi hai ba ngày ông chưa tắm. Cứ nghĩ là có làm chi dơ đâu mà phải tắm. Nhưng rồi nhận ra, thì tuổi già sợ lạnh, nhạy cảm với cái lạnh, nên ngại tắm. Vì thế mà có nhiều cụ già có mùi, họ đâu biết. Ông phải rán tập thói quen, nóng lạnh chỉ cũng rán tắm mỗi ngày một lần, ngoại trừ trường hợp đặc biệt.

Bà mẹ ông 92 tuổi, đi ăn tiêm, cắn càng cua-rang-muối nghe rau ráu. Thực khách trong tiêm tròn mắt ra mà nhìn. Còn ông, thì ngay cả bánh mì mềm của Mỹ cũng không dám cắn, dùng tay xé nhỏ ra rồi bỏ vào miệng. Bà mẹ ông, ăn uống không kiêng cữ chi cả. Thịt heo quay, vịt quay, cá chiên, gà chiên, bún bò giò heo, phở, nước béo, các thứ độc địa đều ăn tuốt. Thế mà bà không cao mỡ, không cao máu, dù thân thể tròn quay. Cái đó cũng nhờ trời cho. Nhiều bác sĩ cũng khuyên bà, cứ ăn uống thả dàn, cho sướng cái miệng, đừng kiêng cữ làm chi nữa khi ở cái tuổi này.

Nhiều ông bạn ông, kiêng khem kỹ lắm, kiêng đủ thứ. Họ xem ba thứ sau đây ngang hàng với thuốc độc: Ngọt, mặn và béo. Họ ăn lạt, không dám ăn đường, ăn béo. Thấy đồ chiên, là họ đã tái mặt. Họ ăn mãi quen miệng, và thấy các thứ thức ăn không mùi, không vị kia cũng ngon. Bởi khi đói, thì cơm thiu, cơm cháy cũng thành ngon. Có kẻ bảo, uống quá, phí thức ngon của trời cho. Nhưng những người kiêng cữ này nói rằng, không tội chi đem chất độc vào người, rồi bệnh hoạn, hối không kịp.

Một ông bạn cho ông Tư biết rằng, theo nghiên cứu của đại học Rockefeller, thì có ba điều kiện để cho người già khỏe mạnh và ít bệnh là:

- 1) ăn bằng một nửa của bữa ăn bây giờ
- 2) thể dục thường xuyên
- 3) làm tình đều đều.

Ông không tin, và cho rằng, cái đó chỉ đúng cho người Mỹ mà thôi. Mỗi bữa, họ ăn miếng thịt to bằng bàn tay, một bữa ăn của họ, mình có thể ăn ba bốn ngày mà chưa hết. Nếu mình chỉ ăn bằng một nửa của bây giờ, thì sẽ suy dinh dưỡng, sớm đau ốm mà chết. Còn chuyện thể dục thường xuyên, thì đúng trăm phần trăm. Phần làm tình đều đều, có lẽ không ai chắc, vấn đề là còn làm được hay không, mà còn đòi đều đều. Mình cứ ăn bình thường, đừng ăn quá no, cũng đừng ăn đói. Cứ theo cái đạo trung dung của người xưa đã bày ra từ mấy trăm năm nay. Rượu chè, nếu uống được, thì uống vừa vừa, cũng tốt cho sức khoẻ. Đừng say sưa là được. Lâu lâu cũng rán vui vợ, vui chồng cho khỏi lạt léo. Ông Hai đã chữa bệnh biếng ăn cho nhiều bạn bè rất công hiệu. Đó là đừng ăn vặt, và chờ cho khi thật đói mới ăn, chưa đói rã thì chưa ăn. Như vậy thì ăn gì cũng thấy ngon.

Ông có quan niệm phóng khoáng hơn về sự sống và cái chết. Ông cho rằng, chết là một tiến trình của đời sống, hợp với luật thiên nhiên của tạo hóa. Sợ chết là vô lý. Không ai tránh khỏi cái chết, không sớm thì muộn. Ai cũng sẽ chết cả. Ngay cả Phật, Chúa, thần thánh cũng phải chết, huống chi mình là người trần mắt thịt. Chúa Giê-Su chết lúc mới 33 tuổi. Phật cũng chết, thọ không bằng các ông, các bà cụ bây giờ. Cứ thử nghĩ, nếu già mà không chết, thì bây giờ trên thế giới có đến hơn chín mươi phần trăm cụ già, cụ nào cũng mấy trăm tuổi, mấy ngàn tuổi, ho hen, run rẩy, chậm chạp. Lấy ai làm lao động mà nuôi các cụ? Nhân loại sẽ đói cho vêu mỏ ra. Già thì phải chết để cho thế giới được trẻ trung hoá. Khi nào anh chị nghe tin một người già chết, mà lòng không buồn, không thương tiếc, thì anh chị được giác ngộ rồi đó. Có chi mà buồn? Nếu người chết không để lại một gánh nặng gia đình, một đàn con dại cần

nuôi dưỡng, dạy dỗ, một bà vợ chân yếu tay mềm, thì mừng cho người ta thoát được cái hệ lụy của trần gian. Khỏi lo công ăn việc làm, khỏi lo nhà cửa, khỏi lo thương ghét, ghen tuông, giận hờn, khỏi lo khai thuế cho đúng hạn kỳ. Khoẻ ru. Nếu người chết đã cao tuổi, trong nhiều năm nằm một chỗ, không nói năng, bại liệt, ăn bằng cách bơm qua ống nối với bao tử, nghe họ chết mà mình khóc lóc, tiếc thương, bi ai, thì hoá ra là không biết điều. Muốn người ta bị kéo dài thêm cái cực hình đó lâu hơn nữa, rồi mới được chết sao? Nhiều khi, con cháu mừng cho thân nhân họ được chết, mà mình thì sụt sùi thương tiếc.

Ông thường nói, trong tuổi già, sức khoẻ là quý nhất. Nhưng nếu ai đó, có sức khoẻ tốt, không hề đau ốm, thì cũng là một sự nhảm chán. Họ đâu biết họ đang có cái quý báu nhất trong đời. Lâu lâu, phải đau vài trận, để nhắc nhớ, và nhớ rằng, không ốm đau là sung sướng, là hạnh phúc lắm lắm. Làm sao bọn trẻ, và những người khoẻ mạnh biết được cái hạnh phúc, cái sung sướng của người già, khi buổi sáng ngủ dậy, mà thân thể không đau râm, nhức nhối? Cũng như nếu người ta chưa sống dưới chế độ kềm kẹp, hà khắc, thì làm sao biết được nỗi sung sướng khi được đặt chân lên miền đất tự do? Nên quan niệm rằng, với sức khoẻ nào cũng tốt cả, đừng so sánh với trường hợp tốt hơn. Cứ vui với cái sức khoẻ mà mình đang có. Được khoẻ nhiều thì sướng nhiều, khoẻ ít, cũng sướng hơn, vì chưa đến nỗi tệ hại lắm. Nhớ đi khám bác sĩ đều đều, để khám phá ra bệnh, kịp thời chạy chữa. Một người bạn ông cho biết, không dám đi khám bệnh thường niên, vì sợ “bói ra ma, quét nhà ra rác”. Thế nào bác sĩ cũng tìm ra bệnh này, bệnh nọ trong cơ thể và thêm lo. Cứ để thế, rồi khi bệnh nặng thì chết. Bà vợ ông này khổ sở lắm, nhưng không thuyết phục ông được. Ông còn nói, bác sĩ thường cho uống thuốc chữa bệnh này, thì sinh ra thêm bệnh khác nữa. Hoặc bác sĩ chẩn đoán sai bệnh là thường. Có người đọc báo cáo y khoa, cho biết trên nước Mỹ, mỗi năm có đến hai trăm ngàn người chết, hoặc thương tật vì bác sĩ kém hiểu biết, hoặc sơ suất gây ra. Theo ông Hai Hô thì đừng sợ. Vì bác sĩ giỏi nhiều hơn bác sĩ dở, và bác sĩ có lương tâm nhiều hơn bác sĩ thiếu lương tâm. Đừng vì một số trường hợp xấu, mà sợ đi khám bệnh. Khám bệnh, để biết trước mà đề phòng, để chữa trị khi bệnh mới chớm, còn kịp, chữa trị dễ dàng hơn. Để ung thư ăn tràn lan ra rồi, thì chỉ có phép lạ, mới cứu được. Người ta, có thể mạnh khỏe cho đến khi chết. Đó là trường hợp hiếm hoi. Nhưng đau yếu trong tuổi già là thường, không đau yếu là bất thường. Có một người than rằng, cứ đi vào, đi ra trong nhà hoài, chán quá. Ông Hai bảo rằng, được đi vào đi ra như thế là sướng lắm rồi, sao mà chán, vì có nhiều người khác mong được đứng dậy đi vài bước, mà không làm được, vì bệnh. Nhưng theo ông, thì cái người nằm liệt trên giường, cũng tìm được cái thú vui riêng, khi nghe nhạc, nằm mơ mộng, nghĩ đến các kỷ niệm thời còn vàng son, nhớ đến những tội lỗi nho nhỏ mà họ đã phạm một cách cố ý và thích thú.

Nhiều người già tự đặt cho họ một kỷ luật để sống. Theo ông, thì có kỷ luật cũng tốt, mà không kỷ luật lại càng khỏe hơn. Nhiều người tính tình nghiêm khắc. Mọi sự đều phải răm rắp đúng như quy định mới chịu. Tôi chi vậy, nếu không răm rắp, mà không chết ai, hại ai, thì răm rắp làm chi cho khổ mình, khổ người? Nên dễ dãi với mọi sự, dễ dãi với chính bản thân mình, kéo tội nghiệp nó. Khắc kỷ cũng là điều hay. Nhưng tội gì mà tự khắt khe với chính mình, người khác không khắt khe thì thôi. Nên cứ xem mọi sự như trò chơi. Chơi vui nhiều thì tốt, vui ít cũng tốt luôn. Ông không mong cái tuyệt đối, hoàn hảo. Trong một cuộc chơi, ông không hy vọng được tất cả mọi người tham gia, có ít vui ít, có nhiều vui nhiều. Hai ba chục người cũng vui, mà năm bảy bạn bè cũng vui luôn. Nếu hụt một cuộc chơi, một cuộc gặp gỡ, ông cũng không tiếc, chẳng sao cả, ông về nhà mở nhạc, mở TV ra mà thưởng thức. Ông nghĩ, được thêm một dịp nghỉ ngơi, yên tĩnh. Có lần đi trẻ máy bay ? Ông bình tĩnh xin đi chuyến sau mà

không được. Ông cũng cười, không bực mình, quay về nhà, pha một bình trà, đem một tập thơ ra mà ngâm vịnh, nằm ngửa mà thưởng thức cuộc tranh tài thể thao. Ông nói, đôi khi nhờ trễ một chuyến may bay mà sống sót, nếu máy bay rớt. Chiều ra ngoài quán uống cà phê xem sinh hoạt phố phường. Nói chuyện tào lao với chủ quán.

Mỗi khi có ai mời đi đám cưới, tiệc tùng, ông đến đúng giờ, mà thiên hạ tà tà đến trễ, ông cũng không bực mình. Bởi người ta quen giờ cao su rồi. Họ có cả trăm ngàn lý do để biện minh. Ông có đến sớm, thì cũng có cái lợi khác, được nói chuyện, gặp gỡ, tâm sự tào lao với những bạn bè mà từ lâu ít có dịp gặp nhau. Cũng vui và quý. Dẫu chi có cơ hội thuận tiện để gặp nhau. Đến khi dọn thức ăn ra, không còn cơ hội để nói chuyện nữa, vì ai nấy, lo gấp, lo nhai, không rảnh mà nói chuyện. Khi ăn xong, thì bạn bè vội vã ra về, vì đường xa, vì đêm khuya, vì mệt nhọc. Bởi vậy, ông cứ vui với cái bê bối của thiên hạ, và bằng lòng với câu “Không ăn đậu không phải Mẽ, không đi trễ, không phải Việt Nam.”

Ông Tư Hô thường nói, tuổi già, cứ phiền phiến với mọi sự, cho khoẻ, cho sướng cái thân già của mình./.

### Tràm Cà Mau

**Nguồn:** <https://groups.google.com/d/msgid/tieng-quehuong/1844866754.8860871.1735795051171%40mail.yahoo.com>.

**Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:  
<http://www.vietnamvanhien.org/TramCaMau.html>**

**[www.vietnamvanhien.net](http://www.vietnamvanhien.net)**

