

THU HÀ
(Mẹ Xu-Sim)

Con nghĩ đi, mẹ không biết!



Giải pháp để con tự lập & mẹ tự do



THU HÀ (Mẹ Xu - Sim)

Tôi chỉ là một bà mẹ có nhiều sai lầm, chẳng có chỉ số IQ cao, và Xu - Sim cũng không có những tố chất đặc biệt.

Cuốn sách này viết về những trải nghiệm thật, và hoàn toàn sự thật của 3 mẹ con tôi, có niềm vui, có nước mắt và có những khoảnh khắc "A ha!" khi tôi tìm ra những bí mật hạnh phúc của quá trình con lớn lên.

Tôi tin rằng ba mẹ là người thầy đầu tiên và quan trọng nhất của con cái, tôi tin rằng trường học lớn nhất của mỗi người là giáo dục trong gia đình.

Con
nghĩ đi,
mẹ không
biết!

Công ty TNHH Truyền Thông Giải Trí Kim Tượng



CON NGHĨ ĐI, MẸ KHÔNG BIẾT!

Bản quyền tác giả, tác phẩm © Thu Hà và Công ty TNHH Truyền Thông Giải Trí Kim Tượng (Minh Châu Books) năm 2016.

Trong thời hạn hợp đồng xuất bản độc quyền giữa tác giả cuốn sách với Công ty TNHH Truyền Thông Giải Trí Kim Tượng (Minh Châu Books), mọi hoạt động công bố, sao chép, xuất bản, trích đăng... tác phẩm dưới mọi hình thức mà chưa được Minh Châu Books đồng ý đều bị coi là vi phạm bản quyền.

Kính tặng bố mẹ!♥

Thương tặng Xu Sim, người bạn đường và người thầy của mẹ!

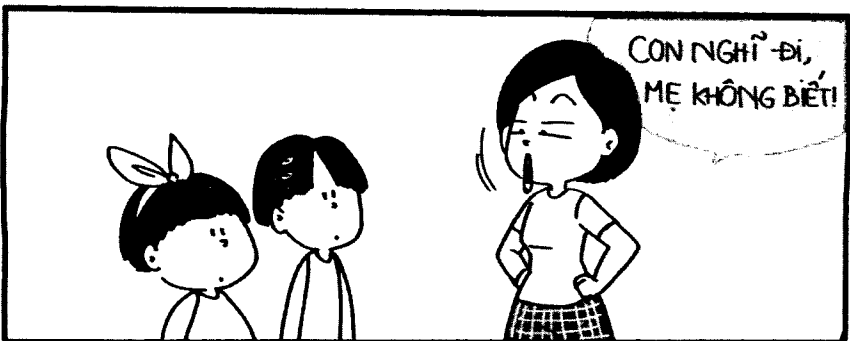
Trân trọng tặng các bậc cha mẹ!

Nuôi dạy một con người là công việc vất vả và khó khăn nhất trên thế giới này!

Chúc cho tất cả con cái của chúng ta lớn lên Tử Tế và Hạnh Phúc!

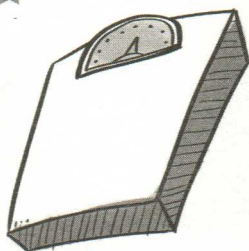
(Thu Hà)





Phần 1:
Khi con chúng ta ăn

HÃY QUẢNG
CÁI CÂN ĐI
VÀ VUI SỐNG



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Con kèm bạn có 2 ký, sao phải “xoắn”?

Tôi là một bà mẹ nuôi con còi!

Khi mới sinh, Xu nặng 3,1 kg, khá chuẩn. Nhưng tới 9 tháng Xu chỉ được 5,9 kg; 1 tuổi Xu chỉ được 7,2 kg; 2 tuổi nặng 9,2 kg. Xu bị bác sĩ kết luận là suy dinh dưỡng chiều cao, suy dinh dưỡng cân nặng.

Tôi nhớ rất rõ, khi tròn 1 tháng tuổi là Xu bắt đầu bị trào ngược dạ dày thực quản. Ăn vào nhỏ giọt, ói như máy bơm, mỗi ngày ói từ 8 tới 15 lần. Tất nhiên đi kèm với đó là lười uống sữa, khó ngủ, khó tính... Chỉ có thể một cái duy nhất là dễ bệnh. Đủ mọi loại bệnh!

Hồi đó, tôi tuyệt vọng đến mức lên diễn đàn Web Trẻ thơ làm một cái topic: “Tôi nuôi con sai rồi. Cứu mẹ con tôi với!”

May mắn là thời gian đó, Web Trẻ thơ tuy ít thành viên nhưng rất dễ thương. Nhiều mẹ vào topic “kêu cứu” của tôi để an ủi và chia sẻ rất tận tình. Mẹ Chouchou còn cho số điện thoại riêng và nhắn: “*Tớ phải nói chuyện với cậu mới được vì không đủ thời gian để gõ trên mạng*”. Hai bà mẹ chưa từng quen, không biết mặt, vừa ôm điện thoại vừa khóc với nhau.

Hồi đó hoang mang lắm! Bên cạnh nhà lại có bé bằng tuổi, không theo sách báo gì, mẹ cứ ghì vào lòng, banh miệng con ra đổ bột, đổ sữa, giờ nó lại rất chịu ăn, ngồi ăn nghiêm túc, ngoan ngoãn, ít đòi hỏi.

Còn tôi, mỗi lần cho Xu ăn, tôi lại làm đủ trò: mở băng Xuân Mai, nhảy nhót, cho nghịch nước, nghịch đá lạnh, nghịch nồi niêu, đi ra đường, vào bất cứ nhà nào... Hàng xóm ở chỗ tôi cũng dễ chịu, cho Xu được quyền phá phách mọi thứ chỉ để ăn một chén cháo!

Nhưng mà, những cố gắng đó của tôi hình như là lừa con! Ừ, cứ cho Xu chơi trò chơi, rình rình Xu "mất cảnh giác" là tống luôn một thìa vào miệng! Có khi còn ác hơn cả ghì ra đồ, phải không nhỉ?

Tôi tới gặp các bác sĩ, người thì bảo nên ép, người lại bảo không. Nhưng bác sĩ nào cũng bận rộn, chỉ khám rồi kê các thể loại men tiêu hóa, nói chuyện khoảng 5 phút là xong, muốn hỏi thêm cũng rất khó, có bác sĩ kê cả thuốc chống dị ứng có tác dụng phụ là kích thích ăn nhiều, giữ nước nữa.

Rồi một bà mẹ trên mạng chỉ cho tôi bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn. Ông là bác sĩ nhi duy nhất ân cần cầm tay Xu, hỏi han bé, cười với bé, khen ngợi bé và kiên nhẫn ngồi nghe tôi kể lể cả mấy chục phút. Ông in các loại tài liệu cho tôi về nghiên cứu. Ông còn cho tôi xem hình con ông ngày nhỏ, cũng gầy gầy như Xu. Ông nói: "Con chị hoàn toàn khỏe mạnh. Nếu trong phòng này có người bệnh, chắc đó là tôi hoặc là chị. **Nuôi con, chị hãy nhìn con mình, không nhìn con hàng xóm.** Chị hãy nhìn biểu đồ tăng trưởng của con chị, mỗi lần tới đây bé đều tăng một chút, đường biểu đồ đang đi lên, vậy là tăng trưởng tốt. Không cân bé hàng tháng nữa, chỉ cân 3 tháng một lần thôi."

Tôi vẫn bồn chồn hỏi: "Nhưng cân nặng của bé nằm sát đáy kênh A rồi, sắp suy dinh dưỡng rồi ạ!"

Bác sĩ giải thích cho tôi: "Chị đừng hiểu theo cách đó. Con chị nằm ở đây, nghĩa là bé nằm trong số 5%



trẻ em trên thế giới có cân nặng thế này. **Cả thế giới đang đau đầu phòng chống bệnh béo phì**, lẽ ra chị phải thấy mình may mắn. Chị quá stress tức là con chị bị sống trong bầu không khí "ô nhiễm" đấy!"

Vài tháng sau, một biến cố lớn đã xảy ra. Bạn thân của tôi - một cô gái cao 1m70, xinh đẹp, hát hay, múa dẻo, học giỏi, thành đạt - bị trầm cảm. Tôi sốc rất nặng, và buộc phải đi học các khóa học về tâm lý, tư duy tích cực, bình ổn tâm hồn... Tôi nhận ra rằng áp lực tinh thần có thể giết chết người ta như thế nào. **Sự khỏe mạnh về tinh thần quan trọng hơn mọi chỉ số chiều cao, cân nặng!**

Tôi bắt đầu thay đổi dần. Tôi kiên nhẫn và bình tĩnh với việc cho Xu ăn. Xu ăn không hết thì tôi dẹp. Xu ốm thì đi khám. Tôi không tự kết tội mình nữa. Tôi cho Xu học 2 năm lớp lá, 7 tuổi mới vào lớp 1. **Tôi chỉ nhìn vào Xu, tôn trọng thể tích dạ dày của con và không so sánh với các bé khác. Nuôi con phải dân chủ!**

Tôi đã gặp những mẹ cho con đi ăn rong, những mẹ sẵn sàng múa may, làm chó, làm mèo hồng cho con nuốt một miếng cháo...

Tôi đã gặp những mẹ dùng súng bắn nước để bắn sữa vào miệng con, tôi cũng đã gặp những mẹ bóp mũi con để con nuốt...

Tôi gặp nhiều mẹ bữa cơm luôn có "món ăn kèm" là cây roi, mỗi miếng cơm là một roi.

Tôi đã gặp nhiều nhà cứ tới bữa ăn là quát và đánh con âm ỉ...

Tôi hiểu nỗi lòng của các bạn!

Tôi cũng đã ép Xu ăn làm tới tận bây giờ, Xu vẫn chưa tìm thấy niềm hạnh phúc trong ăn uống. Tôi đã la mắng khi Xu ói làm cho bé sợ ói, thậm chí có lần ói ra tới miệng lại gắp nuốt ngược vào. Tôi cố sửa cho Xu tật ngủ mút tay thành ra làm bé ngủ chập chờn, không tròn giấc. Có những việc làm mà hậu quả của nó tôi không lường hết được.

Đừng ép trẻ ăn bằng roi, bằng la mắng! Khi đó, bé sẽ ăn cháo cùng cortisol, một loại "hormone stress" làm trẻ kém tăng trưởng, vôi hóa khớp, trầm cảm, hung dữ, bạo lực... Ép con ăn (giả sử ép thành công) thì con của bạn có thể tăng nhanh lên 1 kg, 2 kg nhưng làm sao có thể đong đếm được những tổn thương tinh thần bên trong bé!

Tôi rất giận khi Bộ Y tế "lạnh lùng" đưa ra chuẩn cân nặng và chiều cao làm các bà mẹ trẻ bấn loạn. Tôi cũng rất tiếc, giá mà ngay trong bệnh viện phụ sản, những bác sĩ và hộ lý ở đó dành lấy một vài buổi để dạy các bà mẹ về việc nuôi và chăm sóc con như ở nước ngoài thì có lẽ bệnh viện Nhi sẽ không còn bị quá tải như thế.

Nhiều bạn inbox hỏi tôi cách làm sao cho con ăn nhiều hơn. Thưa các bạn, tôi đã thử rất nhiều cách mà rốt cuộc cả mẹ và con đều cùng thua cuộc. Tôi không "phù phép" để thay đổi thể trạng của con, tôi chỉ có thể thay đổi chính cách nuôi con của mình.

Hãy tôn trọng con và thư giãn!

Tôi nhìn xung quanh mình, ngay tại cơ quan, người ngồi bên trái nặng hơn tôi 15 kg, bạn ngồi bên phải nhẹ hơn tôi 12 kg. Cả 3 chúng tôi đều dễ thương, đều làm việc tốt, đều sống bình thường, cơ sao con tôi chỉ kém bạn bè có 2 kg mà phải "xoắn" lên cơ chứ!



Cao to vượt trội, thông minh vượt trội, hẳn là rất có ưu thế! Nhưng giữ được cuộc sống vui vẻ và thoát khỏi những xiềng xích mình tự trói buộc mới thật là hạnh phúc.

Hãy tuân thủ sự đa dạng của cuộc sống!

Nếu mai này, con bạn không đủ cao để làm người mẫu hay tiếp viên hàng không thì con bạn hoàn toàn có thể trở thành một nhà quản lý, nhà thiết kế, một nhà khoa học tài năng. Thậm chí, con bạn chẳng cần làm “nhà” gì, chỉ cần trở thành một con người tử tế và hạnh phúc là đủ. Đó là món quà lớn nhất mà mọi loại ép sữa, ép cháo, mọi loại vitamin hay thực phẩm chức năng đều không thể làm được.

Đánh giá trẻ không chỉ bằng một cái cân

Hãy để ý một chút sẽ thấy, các bà mẹ có con dưới 5 tuổi gặp nhau, câu hỏi phổ biến nhất là: "Bé bao nhiêu ký?". Các bác sĩ cũng hỏi: "Mấy tháng? Bao nhiêu ký?". Người Việt mình toàn nói "bé khỏe", "to khỏe" chứ ai mà nói "gầy khỏe" và "còi khỏe" nhỉ?

Khi chúng ta có con, bạn bè chúng ta có con, đồng nghiệp có con, anh chị em dâu rể trong nhà cũng có con, và chuyện gì sẽ xảy ra khi lũ trẻ đứng bên nhau? So sánh!

Nói ra hoặc không nói ra, nhưng bà mẹ nào cũng đang so sánh con mình với con của một ai đó. Giả hoặc có quên so sánh thì cũng sẽ có một người nào đó bên cạnh nhắc ta ngay!

Các hãng sữa đổ nhiều tỷ đồng để quảng cáo. Khắp nơi là hình ảnh các em bé xinh xắn, mũm mĩm, vui cười uống ừng ực ly sữa rồi tung tăng chơi đùa, rồi hình ảnh các bé ấy khỏe mạnh, miễn nhiễm với bệnh tật, rồi thông minh, lớn lên sáng láng với một tương lai rạng ngời...

Những thông tin đổ vào đầu ta mỗi ngày rất rất nhiều, rằng sự phát triển chiều cao trong 2 năm đầu đời là tối quan trọng, nào là mỗi ngày 3 ly sữa để phát triển trí não tối ưu, nào sữa chua, phô mai, cam vắt, cháo có đủ 4 thành phần tinh bột, đạm, béo, vitamin... rằng Việt Nam đang có 32% trẻ suy dinh dưỡng trên toàn



quốc... Nếu con chúng ta không được ăn đủ những thứ bổ dưỡng đó thì ta sẽ tự động bị lương tâm xét xử. Và vợ chồng cãi nhau. Mẹ chồng hoặc công khai chì chiết hoặc len lén thả dài sườn sượt. Hoang mang. Lo lắng. Bất lực. Mất ngủ. Rồi mọi sự sốt ruột và nổi kỳ vọng lại được đổ lên đầu con.

Ai chưa có con còi ở Việt Nam thì chưa hiểu được cái bệnh nhiệt tình đánh giá, nhiệt tình chê bai của những người xung quanh. Có lần, tôi đã vận lại: "Tôi nuôi con chứ có phải nuôi heo đâu!"

Từ trong bệnh viện tới các cửa hàng sẽ cho các bà mẹ trẻ một tờ biểu đồ ghi rất rõ là mấy tháng thì nặng bao nhiêu ký, cao bao nhiêu centimét, từ khoảng nào đến khoảng nào thì là suy dinh dưỡng... Chẳng có thêm lời hướng dẫn nào khác ngoài mấy dòng ghi chú ngắn ngủi:

Biểu đồ đi lên: phát triển tốt

Biểu đồ nằm ngang: đe dọa

Biểu đồ đi xuống: nguy hiểm!

Sự thiên lệch này làm ta tập trung quá nhiều thời gian và công sức vào việc cho con ăn. Con ăn xong là mẹ nằm phờ ra, không còn hơi sức, thời gian đâu để cho con chạy nhảy, vận động, vui chơi, du lịch, học hỏi... cả!

Sự thiên lệch này còn tai hại ở chỗ, những bé có cân nặng và chiều cao phát triển tốt, gia đình sẽ yên tâm, chủ quan, không chú ý tới những vấn đề khác về tâm lý và vận động như tự kỷ, tăng động, chậm nói, tính tình khó chịu... và vô tình bỏ lỡ mất thời điểm vàng để can thiệp hiệu quả.

Hồi Bộ Giáo dục mới ban hành bộ chuẩn cho trẻ 5 tuổi, nhiều ý kiến phản đối nhưng tôi thì thấy mừng. Ít nhất, đọc qua bộ chuẩn đó, tôi biết chắc chắn một điều rằng, **để đánh giá một em bé cần hàng trăm đề mục: ngôn ngữ, chạy nhảy, nhận thức xã hội... chứ không phải chỉ là một cái cân!**

Người mẹ nào cũng muốn con mình có tương lai xán lạn, nhưng chúng ta cần bình tĩnh hơn.

Còn nếu mẹ chồng hay hàng xóm cứ bám lấy cái cân để chì chiết bạn, thì đây, hãy đưa cho họ xem những tin này nha:

Béo phì - Đại dịch mới của thế kỷ 21

Theo một báo cáo vào tháng 01/2015 của Hiệp hội nghiên cứu ung thư ở Mỹ, chứng béo phì sẽ nhanh chóng trở thành nguy cơ hàng đầu dẫn đến ung thư tại Mỹ, thay thế cho thuốc lá.

Theo thống kê mới nhất của Trung tâm kiểm soát và phòng tránh bệnh tật của Mỹ, vào năm 2012, hơn 2/3 (68,5%) dân số Mỹ trưởng thành bị thừa cân/béo phì, và đến năm 2030, dự tính gần một nửa (42%) dân số Mỹ sẽ là nạn nhân của đại dịch này. Tại Việt Nam, con số này là 16,3% theo thống kê năm 2011 của Viện Dinh dưỡng Việt Nam.

Ngày 22/12/2015, trong chương trình tuyên truyền chiến lược quốc gia về dinh dưỡng, bác sĩ Đỗ Thị Ngọc Diệp, Giám đốc Trung tâm Dinh dưỡng thành phố Hồ Chí Minh cho biết: Hơn một nửa trẻ em tiểu học tại thành phố Hồ Chí Minh đã bị thừa cân và béo phì. Theo đó, trẻ dưới 5 tuổi, thừa cân, béo phì chiếm 21,9%; lứa tuổi tiểu học, con số này lên đến 51,8%.



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Trong vòng 5 năm, từ 2009-2014, tình trạng thừa cân, béo phì tăng nhanh trong giới học sinh, từ 18,6% lên mức 41,1% và năm nay lên tiếp 51,8%!

Một nghiên cứu khác trên hơn 300 trẻ béo phì tại Khoa Dinh dưỡng - Bệnh viện Nhi đồng 1 cho thấy 74,3% bị rối loạn lipid máu, 39,1% gan nhiễm mỡ, 18,3% bị rối loạn đường huyết lúc đói và 2,7% số cháu bị cao huyết áp.

Nhiều em bé do béo quá, đi đứng nặng nề, ảnh hưởng tới khung xương, gây thoái hóa khớp. Học sinh bị béo phì thường hay mặc cảm, bị chúng bạn chế giễu và khó hòa đồng với đám đông, sẽ kém cơ hội thành đạt khi trưởng thành.

Việc chữa trị béo phì ở trẻ rất khó khăn, khó hơn nhiều lần so với việc chữa suy dinh dưỡng. Điều tra trong tháng 6 & 7/2013 với các bà mẹ tại đô thị cho thấy, 30% bà mẹ có con bị thừa cân vẫn không biết trẻ đã thừa cân; 15% bà mẹ có con thừa cân vẫn mong muốn con mình tiếp tục tăng cân với suy nghĩ “cân nặng dự trữ” phòng khi trẻ ốm đau...

Và đây nữa, một báo cáo mới cuối năm 2014 cho thấy thị trường sản phẩm giảm cân của thế giới năm 2009 là 363 tỷ USD, năm 2014 đã tiêu tốn tới 586 tỷ USD (cao gấp gần 10 lần thị trường mỹ phẩm và làm đẹp tương đương như đất đỏ nhất, 65 tỷ USD).

Chúc mừng các bà mẹ có con còi đã không phải góp thêm tiền vào khối tiền khổng lồ 586 tỷ USD đó!



Con còi - Mỗi ngày là một cuộc chiến!

Tôi là một bà mẹ từng có nhiều sai lầm! Để hiểu được rằng “không nên đánh giá trẻ chỉ qua một cái cân”, tôi đã phải trả giá nhiều năm trời vật vã và lấm nước mắt. Hành trình nuôi một đứa bé bị bác sĩ và xã hội xung quanh gọi là còi thật không hề đơn giản. Nhớ lại những năm tháng đó, mỗi ngày như một trận chiến!

Để tôi kể lại những bài học đau thương tôi nuôi Xu hồi nhỏ nè! Khi 9 tháng Xu chỉ được 5,9 kg; 1 tuổi Xu chỉ được 7,2 kg; 2 tuổi nặng 9,2 kg, trào ngược dạ dày thực quản. Mỗi ngày ói từ 8 tới 15 lần, lười uống sữa, khó ngủ, khó tính, dễ bệnh.



Xu chỉ bú mẹ, không biết bú bình, khi tôi đi làm nguyên ngày là phải đút sữa bằng thìa. Mỗi lần chỉ pha khoảng 40 ml mà sữa rót ra quần áo còn nhiều hơn vào bụng. Chậu giặt hôm nào cũng trắng ngà màu sữa. Khó nuốt vậy nhưng con ới ra thì rất nhanh! Xu chỉ cần ho một tiếng, cười một tiếng, khóc một tiếng, hay chỉ đơn giản là giật mình, thậm chí chẳng có tín hiệu gì thì sữa, bột hay cháo đã vọt ra nhanh như máy bơm rồi!

Tôi thì cố ăn thật nhiều để bé bú mẹ, kết quả là mẹ mập quay! Bước chân ra đường, đi khám bác sĩ hay đi chích ngừa, các bà mẹ lại hỏi thăm: “Sao chị để bé còi vậy?”, “Sao chị không tới abc?”, “Sao chị không làm xyz?”... Nhiều người còn không thèm dè dặt gì mà nhận xét luôn: “Mẹ ăn hết phần con à?”. Một bác sĩ ở Trung tâm Dinh dưỡng thành phố Hồ Chí Minh còn chất vấn tôi khá tàn nhẫn: “Chị nuôi con hay giết con vậy?”.

Những ngày tháng đó thật là tăm tối. Tôi một mình đối diện với công việc chăm con vì bố mẹ, anh em đều ở tận ngoài Bắc, cách gần 2000 cây số nên chẳng giúp được gì, người giúp việc thì thay như chớp. Cô nào giỏi thì chinh chiến được vài tháng. Có cô vừa từ trung tâm giới thiệu việc làm tới, nhìn thấy Xu một cái là xin quay ngược lại trung tâm tìm việc khác ngay và luôn. Chỉ trong vài năm, tôi thay tới gần chục cô giúp việc!

Suốt cả ngày, tôi quay quắt với bột, cháo, sữa, ới và thuốc các loại. Đi làm phập phù, sếp nhắc nhở: “Hà đã tàng hình suốt cả năm rồi đấy!”. Lính tráng thì bảo: “Đợt này, chị không phê bình ai à?” (Đi muộn, về sớm, trốn chui trốn lủi như một tên trộm thì dám phê bình ai cơ chứ?)

Và điên đảo với các bác sĩ!

Cứ 2 tuần một lần, tôi lại tha Xu chạy tới khám ở Trung tâm Dinh dưỡng. Cái thực đơn “bốc hỏa” mà bác sĩ kê cho Xu đến giờ đọc lại vẫn còn thấy sợ: cách 2 giờ ăn một lần; ngày tối thiểu 3 bữa sữa, 3 bữa cháo; sữa mỗi lần 200 ml tiến tới 250 ml/lần; cháo một chén con, gồm 1 muống rau, 1 muống thịt, 2 muống dầu ăn. Có bác sĩ còn cẩn thận để hẫng cái muống ăn cơm lên bàn khám bệnh để ba mẹ nhìn cho chuẩn. Tẩu hỏa nhập ma, nhét được khoảng 1/5 khẩu phần đó là Xu đã ngắc ngoải, còn tôi thì mệt xỉu.

Có lần, nhận ra Xu cứ chạm vào tường là cười khúc khích, thế là tôi bế con chạy từ đầu phòng tới cuối phòng cho 2 mẹ con đụng vào tường, Xu cười, nuốt ực một cái, mẹ lại măn nguyện chạy tiếp để đút thêm 1 thìa sữa nữa.

Tôi cũng đã từng cho Xu đi uống thuốc bắc Hàm Tử ở quận 5 tới khi biết tin ông thầy bị công an bắt vì đã trộn corticoid vào thuốc.

Rồi tôi lại theo một bác sĩ ở bệnh viện Nhi đồng và phát hiện ra bác sĩ kê cho Xu 1,5 tuổi toàn Peritol, về search ra thì là thuốc cấm dùng cho trẻ dưới 2 tuổi.

Vái tứ phương, tôi bán khoán Xu lên chùa. Tôi còn dùng cả mẹo giả vờ bỏ Xu vào xe đẩy, bỏ rơi ngoài ngã tư để bác giúp việc nấp sẵn trong lùm cây đi ra nói: “Ôi, con ai bỏ ở đây? Thôi trời cho thì con xin về nuôi! Con ở với nhà bác ăn ngoan chóng lớn nhé!” Bác giúp việc đẩy xe về và 2 mẹ con lại ôm nhau khóc.

Tôi nghiền răng phốt lờ các cảnh báo về thịt cóc, đi làm chà bông cóc cho Xu với hy vọng cải thiện tình



trạng con còi. Một tháng sau, tôi lại quảng hũ thịt cóc đi, chuyển sang tìm mua váng sữa, sữa cao năng lượng, các loại vitamin, men tiêu hóa Việt Nam, Mỹ, Úc, sữa dê...

Tôi "lùng" được một Bác sĩ Thạc sĩ dinh dưỡng khá nổi tiếng. Bác sĩ kê cho Xu một thực đơn đặc biệt: Tuyệt đối không được uống bất cứ loại nước nào, chỉ uống sữa, cố gắng uống đủ 1,5 l sữa/ngày.

Trăm phương ngàn kế đem ra áp dụng với Xu mà quần áo của 2 mẹ con, drap gối mùng mền xếp chặt cái tủ lớn mà vẫn còn thiếu vì Xu ói suốt ngày, ói khắp nơi, nửa đêm cũng ho một tràng rồi ói ra ướt đẫm. Máy giặt nhà tôi ngày nào cũng chạy hết công suất.

Tôi ám ảnh tới mức còn hứng sữa Xu ói ra, đóng vào bình chia ml để tính toán xem bé mất đi bao nhiêu và cần bù vào bao nhiêu; tới mức cân Xu mỗi ngày, cố ý cân khi vừa ăn xong để trấn an tinh thần. Khi ra đường, ai hỏi thăm Xu bao nhiêu tuổi, tôi luôn nói tụt xuống một tuổi.

Điên, dữ, khó, cáu... là những từ được dùng để miêu tả về tôi. Tôi xơ xác, không giao lưu, không bạn bè gì suốt 4 năm kể từ ngày sinh con. Và tất nhiên, tôi hay la hay mắng, tôi cay nghiệt, khó chịu, có lần còn đánh Xu - con bé quắt queo tội nghiệp của tôi...

Với 2 mẹ con, mỗi ngày là một trận chiến, mà trong đó, cả tôi và Xu đều là kẻ thua cuộc!

Suốt thời gian đó, tôi cảm thấy rất rõ rằng mình đã nuôi con sai. Con đầu lòng, tôi cũng cố gắng tham khảo sách báo rồi hỏi han hàng xóm, nhưng đúng là

vẫn sai lầm ở chỗ nào đó... Tôi cũng thay đổi món liên tục trong ngày, cũng bày trò chơi, rồi thậm chí cho đi ăn rong... nhưng Xu cứ lắc đầu liên tục, đưa 2 tay ôm mặt, trốn tránh cái thìa, càng ngày con càng ăn ít đi. Các trò chơi càng ngày càng cạn vốn, nhà hàng xóm đi hoài cũng nhàm, gặp những hôm trời mưa trời nắng thì đúng là bó tay.

Hồi đó, cả nhà có mình tôi đi làm nên không thể nghỉ việc. Cứ sáng đi tối về, sáng đi tối về, người trông trẻ mấy tuần lại xin nghỉ. Mỗi lần thay người, Xu lại lạ khóc cả mấy ngày, lại càng lười ăn hơn...

Bây giờ, sách báo, tài liệu về ăn dặm kiểu Nhật, kiểu Pháp, về nuôi con bằng sữa mẹ... nhiều hơn ngày xưa tôi nuôi Xu Sim, nhưng vẫn còn rất nhiều bà mẹ và em bé khác vẫn tiếp tục sai lầm, đi vào vết xe đổ tôi đã từng đi qua.

Tối nhà nào có em bé, hoặc đi ngang qua sảnh chung cư chỗ các bà các mẹ đang đút cháo cho con là bạn có thể lại bị tranh thủ biến thành ông kẹ dọa tụi trẻ con ăn ngay: "Cô ơi, cô quát cháu đi, cháu đang ngậm cháo này!"

Bác hàng xóm vẫn mỗi thìa là mỗi dọa: "Nào, há mồm, há mồm nào! Nhanh nhanh không cô kia bắt cóc!". Cô bạn tôi kể chiều qua đi làm về sớm, tối đầu hẻm thấy cô giúp việc tha con mình ra ngồi cạnh bác bán thịt bê, cứ mỗi muỗng, bác bán thịt lại giơ con dao phay to tướng dứ dứ vào mặt bé: "Há mồm ra! Nuốt ngay!" Khổ thân con bé, cứ thấy mũi dao xĩa vào mặt là vội há miệng nuốt trọn miếng cháo, cả nhai cũng không dám nữa.



Việc cho trẻ con ăn vẫn còn là gánh nặng với đa số các mẹ, các bà và nhất là với các con.

Thạc sĩ Lê Nhất Phương Hồng, chuyên gia của Hội Sữa Mẹ Quốc Tế:

Hiện nay đang có sự hiểu nhầm nghiêm trọng về cái gọi là “Chuẩn phát triển” của trẻ tại Việt Nam, khi bảng chuẩn này chỉ có 2 chỉ số là chiều cao và cân nặng. Một em bé sinh 2,5 kg, 6 tháng được 5,5 kg và 1 tuổi được 7,5 kg, cứng cáp, lanh lợi, tự vịn đứng, vịn đi, giao tiếp tốt, thì theo WHO em bé đã phát triển đúng chuẩn. Nhưng theo những tài liệu của WHO được Việt hóa đang lưu hành tại VN thì em bé kém chuẩn cấp độ 2, thiếu cân cấp độ 2, suy dinh dưỡng cấp độ 2!

Theo WHO, để kết luận một em bé suy dinh dưỡng phải xem xét 12 chỉ số : chiều cao, cân nặng, chiều cao so với cân nặng, BMI và chỉ số vận động... Họ quan tâm tới những gì mà bé biết nhiều hơn là chỉ số cân nặng.

Cha mẹ, ông bà quá căng thẳng việc cân nặng của trẻ là rất nguy hiểm, làm nhiều em bé bị ngộ độc vì người lớn cho uống thuốc cam để tăng cân, áp lực tới mức các cô giáo mầm non phải dùng bạo lực để ép bé phải ăn.

Chuyện bác sĩ Nước và bác sĩ Sữa

Bác sĩ Sữa

Hai mẹ con vật vã các kiểu thì Xu bắt đầu nhích lên chút đỉnh. Nàng ấy không nằm giữa kênh B nữa nhưng bác sĩ vẫn gọi là còi, ở đường biên giới suy dinh dưỡng.

Tôi tìm tới một bác sĩ dinh dưỡng rất giỏi, là Thạc sĩ, Trưởng khoa Dinh dưỡng của một bệnh viện lớn. Con của bác sĩ khi mới lớp 7 đã cao 1m70 rồi.

Bác sĩ kê cho con tôi một thực đơn đặc biệt: Sữa và chỉ có sữa!

Bác nói: “Không được cho bé uống nước. Không uống bất cứ loại nước gì: nước lọc, nước canh, nước ngọt... Mục đích ‘cai nước’ là để bé cảm thấy khát. Khi khát, bé sẽ thấy sữa ngon hơn, uống được nhiều sữa hơn.”

Bác sĩ còn giảng giải cho mẹ con tôi khá tận tình: “Bé sẽ theo thực đơn này trong khoảng một năm. Mỗi ngày, bé phải uống được 1,5 l tới 2 l sữa. Sữa là nguồn dinh dưỡng tốt nhất trên đời dành cho trẻ em và cũng cân bằng nhất. Trẻ sơ sinh, từ khi còn là một sinh vật vô cùng yếu ớt, không thể ăn uống được bất cứ thứ gì thì đã hấp thu được, tiêu hóa được sữa rồi. Và những ngày tháng đầu đời, chỉ uống sữa, không ăn uống gì khác cũng là những ngày tháng tăng trưởng mạnh mẽ nhất của bé!



Nếu bé đã uống đạt 1,5 l sữa/ngày thì không cần ăn thịt cá nữa, lượng đạm trong sữa đã đủ cho nhu cầu của bé rồi. Bé chỉ cần ăn cơm trắng với nước tương là xong. Bé tha hồ uống sữa tươi, sữa hoàn nguyên, hăng gì cũng được, vị gì cũng được. Bé không cần uống sữa cao năng lượng. Không cho bé uống sữa chua uống, vì sữa chua uống chỉ như nước giải khát mà thôi, hàm lượng sữa trong đó rất loãng; cũng đừng uống sữa đậu nành nhé, bởi sữa đậu nành rất ít canxi!"

Vậy là tôi bắt đầu áp dụng kỷ luật thép: cất tất cả các bình nước lên thật cao, giải thích, dọa dẫm Xu kỷ lưỡng. Và việc đó có hiệu quả ngay sau một tuần. Ngày xưa, mỗi lần, Xu chỉ uống được vài chục mililit sữa thì giờ đã uống được cả hộp loại 180 ml rồi. Được ăn cơm với nước tương, không phải ăn thịt cá, Xu có vẻ khoái. Dần dần, mỗi ngày, Xu uống được tới bốn đến năm hộp sữa loại 180ml! Woa!!!

Một tháng sau, hai mẹ con lò dò tới tái khám. Lúc ngồi đợi tới lượt, Xu lo lắng: "Mẹ ơi, con sợ cân lắm!"

Ngập ngừng mãi rồi Xu cũng phải đứng lên cân. Lên 1 kg! Tôi ôm con nghẹn ngào, Xu thì khóc òa. Hai mẹ con gọi điện thoại khoe khắp nơi, bởi 1 tháng tăng 1kg, kết quả này từ hồi sơ sinh đến nay, chưa bao giờ Xu đạt được!!!

Nhưng suốt mấy tháng sau đó, Xu cứ ốm hoài, liên tục ho, sốt và vật vã thèm nước.

Bác sĩ Nước

Một buổi sáng, Xu hỏi tôi: "Mẹ ơi, nước được làm từ gì vậy mà con thấy nước ngon nhất trên đời!". Câu nói

nghe tội nghiệp quá, bà mẹ trong tôi cảm lòng không đau. Vứt hết lời bác sĩ dặn, tôi cho Xu uống luôn một ly nước đầy.

Tôi bỏ luôn cái thực đơn sữa, đưa con tới gặp bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn (bác sĩ này giờ đã quá nổi tiếng rồi!) Ông ấy chỉ mỉm cười: “Cháu không bị bầm là do tạng người nhỏ con. Chị đừng cố thay đổi, không tốt cho cả chị và cháu đâu!”

Tôi kể cho bác sĩ nghe thành tích uống sữa của cháu. Bác sĩ giật mình, nói: “Không phải cứ uống càng nhiều sữa là tốt. Cái gì cũng thế, vừa đủ là tốt nhất. Nếu cháu uống quá nhiều sữa, canxi trong sữa lại cản hấp thu sắt, và như thế, cháu sẽ dẫn tới thiếu sắt, thiếu máu, sức đề kháng giảm, cháu sẽ hay nhiễm bệnh! Chưa kể chế độ uống từ 1 l tới 2 l sữa mỗi ngày với trẻ 5 tuổi là dư thừa sữa, gây táo bón, buộc thậm phải làm việc quá nhiều, dễ mắc những bệnh khác trong tương lai.

Chị phải tôn trọng thể tích dạ dày của bé. Quyền của ba mẹ là quyết định cho bé ăn cái gì, ăn lúc nào và ở đâu. Còn bé sẽ có quyền quyết định là mình sẽ ăn bao nhiêu. Tháng trước, chị nói bé lên ký tốt đặc biệt, lên 1 kg/tháng. So về cân nặng là tốt, nhưng nếu nhìn cả quá trình tăng trưởng là bất bình thường. Rồi bé sẽ lại tự trở về quỹ đạo của mình thôi.

Giờ bé lớn rồi, chị đừng cân bé hàng tháng. Ở nhà tôi cũng thế, chỉ có tôi mới phải cân hàng tháng thôi, vì tôi đang sợ béo phì nè. Tôi cũng nói với cô giáo của con tôi: Bé ăn được bao nhiêu là tùy vào bé. Cô đừng có ép bé ăn. Nếu bé ăn được ít mà tự xúc ăn và ăn vui vẻ thì tôi đánh giá cao hơn là bé ăn nhiều mà cô phải ngồi đút ép bé từng muỗng!



Điều quan trọng nhất khi chị nuôi con là phải nhìn vào con mình, lắng nghe con mình. Các bé khác lớn nhanh hơn con chị ở thời điểm này nhưng có thể con chị sẽ lại lớn nhanh hơn các bé đó ở thời điểm khác. Không có gì phải sốt ruột.

Rồi ông ấy cúi xuống nói với con tôi: “Bác thấy con nói chí lý: nước đúng là ngon nhất trên đời. Không gì có thể thay thế được nước. Mỗi quốc gia có một nền ẩm thực riêng, nhưng tất cả mọi người trên thế giới này đều cần uống nước. Nếu bị khát, con người sẽ chết rất nhanh. Con cứ uống nước khi nào con thích nhé!”

Xu khoái lắm, cứ mồm mím cười hoài: “Mẹ, con thích bác sĩ Nước!”

Viện Hàn lâm Nhi khoa Mỹ (AAP) cũng đã khuyến cáo không nên cho bé uống nhiều hơn 3 ly sữa mỗi ngày. Theo tôi, đừng thần thánh và đừng lạm dụng sữa bò! Hàng nghìn tỷ đô la được ngành công nghiệp sản xuất bơ sữa tung ra để quảng cáo, tuyên truyền! Người Pháp có lịch sử uống sữa cả ngàn năm, bộ gene của họ thích nghi với việc uống sữa. Nhưng Xu nhà mình (và rất nhiều em bé không thích sữa khác) mang gene của người Việt mà.

Khi bộ gene không thích hợp với việc uống quá nhiều sữa thì sao? Thì người Mỹ gốc Phi uống nhiều sữa sẽ bị bệnh ung thư tuyến tiền liệt, đặc biệt ở nam giới bởi bộ gene của họ hấp thụ quá nhiều lượng canxi vào cơ thể. Còn với người Trung Quốc sẽ dẫn đến tình trạng bé gái dậy thì sớm. (Thông tin được trích từ bài viết của Ths. Đào Thị Hằng tại Australia)

Đó là chưa kể lượng hormone tiêm vào con bò cái khiến nó mang bầu liên tục để kích thích tiết ra lượng sữa gấp nhiều lần theo cách không tự nhiên. Chưa kể lượng kháng sinh để chống lại bệnh viêm vú của bò mẹ. Chưa kể những stress khi bò mẹ bị bắt phải xa con để tiết sữa phục vụ chúng ta...

Hôm rồi, tôi vừa gặp bạn Ian, sinh viên trường Đại học Y Johns Hopkins, người Do Thái, anh cũng không uống sữa. Anh nói: "Sữa bò là để cho bê con, không phải cho người. Sữa bò mang nhiệm vụ phải biến một con bê 40 kg thành một con bò 500 kg trong một năm. Nên lượng protein và hormone trong sữa bò không thực sự phù hợp với người. Tại sao cứ mắng 'ngu như bò' rồi lại bắt trẻ con uống thật nhiều sữa bò để phát triển trí não và thông minh hơn? Tất cả mọi loài động vật trên trái đất này chỉ uống sữa khi còn nhỏ, tại sao riêng con người đã lớn tướng rồi mà vẫn lạm dụng sữa?"

Thạc sĩ Vick Nguyen - chuyên gia dinh dưỡng học đường của WHO, cũng kể: *"Con gái mình hơn 6 tuổi chưa bao giờ uống sữa bò, chưa bao giờ ăn thịt, một tuần ăn cá 2 lần, chưa bao giờ bị bệnh, chưa bao giờ uống dù một viên thuốc. Ở Mỹ, có rất nhiều loại thực phẩm tốt hơn sữa bò, gia đình mình thích dùng những thứ như vậy. Sữa bò cũng tốt, nhưng tốt cho con bò hơn là cho con người!"*

Tóm lại, giờ thì tôi thả lỏng cho Xu Sim, con thích thì uống, không ép uống đong đếm, định lượng sữa mỗi ngày nữa.





Quyền được đói

Tôi tin là rất nhiều người trong chúng ta đã đọc truyện món ăn mâm đá của Trạng Quỳnh. Không có sơn hào hải vị nào có thể sánh với lúc đói. Trẻ con thời nay rất ít khi bị đói, cho nên việc ăn uống cũng không được vui vẻ, hạnh phúc gì lắm. **Tại sao chúng ta lại tước đi quyền được ăn ngon miệng của trẻ con, bằng việc tước đi quyền được đói?**

Có một lần, tôi đã chiến đấu tay đôi với Xu, một cuộc chiến rất buồn cười. Hôm đó là ngày nghỉ, sau khi tôi mứt mải nấu nướng bày sẵn ra bàn, gọi nàng ra ăn cơm thì nàng gắt gỏng: “Giá mà không phải ăn!” rồi lại còn: “Con không cần ăn. Con không cần ăn một bữa nào hết.”

Điên chưa?

Tôi dẫn nàng vào phòng ngủ, khẳng định: “Thế thì bữa trưa và bữa chiều nay con không cần ăn nữa.” Nàng thách thức: “Mẹ cứ cấm con ăn đi ạ! Càng tốt!”. Láo chưa?

Tôi nghĩ, đang đợt nghỉ dài, đã thế nghênh chiến luôn. Chiều đó, tôi cố tình đi mua bột ngũ vị hương về, ướp thịt, làm món thịt quay thơm nhức mũi. Căn hộ bên cạnh phải thò đầu sang hỏi món gì mà thơm thế!

Xu bắt đầu tỏ ra tử tế, nói chuyện, chơi, giỡn với em Sim rất hòa nhã, cầu thị, đi tắm với em Sim rất chu đáo, không hề làm hành làm tổn em như lâu nay. Rồi nàng ra nói chuyện với mẹ rất kiêu “hoa hậu thân thiện”. Tôi cũng “hoa hậu thân thiện” lại, nhưng vẫn nhỏ nhẹ bảo: “Con không cần ăn cơm chiều đâu.”

Tất nhiên là thịt quay vẫn thơm nhức mũi. Tất nhiên, cả nhà vẫn ngồi ăn cơm. Nàng than con đói lắm, con muốn ăn, con xin lỗi... Tôi vẫn ôm nàng trong tay, vẫn lau nước mắt cho nàng, nhưng vẫn nói: “Không con ạ, con đã nói là con không cần ăn mà.” Cả nhà vẫn nghiêng răng ngồi ăn tiếp, sau đó đi rửa chén. Rồi nàng khóc: “Mẹ ơi, con đói!”, rồi tiếp tục xin lỗi...

Haizzz, ruột tôi đau quặn lại. Em Sim khóc, nước mắt lã chã: “Mẹ tha cho chị Xu đi!”. Lúc đó, tôi chỉ muốn khóc theo. Rồi nàng nằm bẹp bên cạnh tôi. Tôi bắt đầu sốt ruột, bấn loạn lên. Không biết mình làm thế có đúng không? Không biết mình có nên dừng lại không? Gọi điện thoại cho Hồng Anh không được, tôi vội lên mạng hỏi tiến sĩ Vũ Thu Hương. Chị ấy bảo: “Em cho nó ăn luôn đi! Cho nó ăn rồi chị bày cho cách phạt nó sau!” Hic hic... Đúng là cái vụ cho con ăn này, mình sai và sai trầm trọng!



Vậy là 9 giờ tối nàng ăn. Chị Hương bày tôi cách xử nàng, cho nàng ăn xong chỉ nói vài câu về cảm giác của mình thôi: "Con thử nghĩ xem, nếu con là mẹ, con nấu nướng vất vả rồi bị nói là 'không thèm ăn' thì con thấy thế nào. Con cứ suy nghĩ rồi chút nữa trả lời mẹ". Nàng bảo: "Con thấy buồn ạ!" Tôi cũng chỉ nói: "Mẹ cũng thấy buồn." Rồi thôi, không mắng mỏ gì nữa, không lên lớp rao giảng đạo đức gì hết.

Hôm sau, nàng ngoan kinh khủng, hôn hít mẹ và em Sim suốt ngày. Làm theo lời chị Hương, cả ngày, 3 mẹ con đi chợ, vào bếp làm toàn món ngon: trưa thì nui xào bò và xúc xích, chiều thì cuốn nem rán, 3 mẹ con cùng cuốn. Hai nàng giúp việc đắc lực, băm hành, thái nấm, lột vỏ tôm, trộn thịt, thấm nước làm mềm bánh đa nem, thậm chí cả cuốn nem nữa (tất nhiên là làm hỏng một số bánh đa nem, làm tôi phải đi mua thêm 2 lần). Hi vọng là lần này, nàng đã biết đâu là giới hạn rồi! Nhớ lại ngày xưa khi tôi hỏi bác sĩ Đoàn: **"Có thuốc gì cho con thèm ăn không?"** Bác sĩ bảo: **"Chỉ có để cho con đói thì nó mới thèm ăn!"**.

Tôi vẫn nghi ngờ rằng hình như dạ dày con mình được cấu tạo để không biết đói. Không biết dạ dày nó có thiếu men tiêu hóa không, có thiếu chất gì không mà sao làm việc chậm rì chậm rịt. Bao nhiêu năm nay, từ khi sống với mình trên đời này, đâu có thấy tụi nó kêu đói bao giờ đâu!

Hóa ra con mình bình thường, dạ dày nó cũng bình thường. Chỉ có mình là bị bệnh thôi!

Hãy cho con quyền được đói!

Nụ cười tươi hay ly sữa đắt tiền?

Tôi là một bà mẹ. Cũng như hàng triệu bà mẹ khác, tôi luôn mong muốn dành những thứ tốt nhất cho con mình.

Rất có thể có bạn nào đó cũng từng giống tôi, sẵn sàng đi chợ thật sớm, muốt mải để tìm mua cho được khúc cá ngon nhất, lòng sục trên mạng cả buổi để tìm hiểu về những loại sữa, sữa chua, váng sữa tốt nhất, sẵn sàng làm những bữa ăn đầy đủ dưỡng chất một cách công phu cho con. Nhưng đến bữa cơm, khi con không chịu ăn, tôi lại quát tháo âm nhà, và... tét vào mông bé. Tôi cũng không quản khó khăn chạy tìm trường tìm lớp cho con học, nhưng lại day nghiêng nếu con làm bài bị sai.

Tôi có người bạn cũng mới sinh em bé, lương tập sự nhưng cái gì mua cho con cũng phải là tốt nhất trong cửa hàng: Sữa S26 sản xuất từ Úc với giá hơn 500.000 đồng một hộp (chứ không phải loại S26 sản xuất ở Singapore đâu nhé! Sing cũng chỉ là châu Á mà thôi); nước rửa bình sữa cho con là loại chuyên dụng nhập khẩu; quần áo con giặt riêng trong chiếc máy giặt mini bằng loại bột giặt đồ dành cho trẻ em; nước xả vải cũng là loại riêng dành cho trẻ em. Tất cả bao quanh bé là những đồ dùng tốt nhất, còn ba mẹ thì sao cũng được. Thậm chí, tắm cho con cũng phải bằng nước uống tinh khiết thùng 20 l, hoặc nếu hôm nào không đi mua được thì phải là nước sôi để vừa ấm.

Nợ nần nhiều, cả 2 vợ chồng đều mệt mỏi. Chồng làm thêm giờ buổi tối, vợ đầu bù tóc rối, mồm năm miệng



mười, tả xung hữu đột với những bữa ăn, những trận con ốm.

Một giám đốc nhãn hàng nói với tôi, họ chỉ có thể bán được hàng khi tăng giá bán, thậm chí tăng gấp nhiều lần giá trị thật của nó. Nghịch lý là những mặt hàng dành cho trẻ em, có khi phải nâng giá lên thì mới có người mua. Bởi vì ba mẹ luôn tâm niệm rằng, phải dành cho con những thứ tốt nhất. Và thứ tốt nhất thường hay bị đánh đồng với những thứ mắc tiền nhất.

Vài năm gần đây Sài Gòn và Hà Nội còn mở ra nhiều những học viện, những khóa học giáo dục sớm từ 0 tuổi, học phí mỗi buổi học cho cả mẹ và con trong một tiếng rưỡi tới cả triệu đồng.

Các chương trình, các phương pháp dạy trẻ nở rộ. Cái nào cũng được khẳng định là rất tốt hoặc tốt nhất. Có những quan điểm còn trái ngược nhau, cãi nhau ì xèo. Bên nào cũng có nhiều luận điểm luận cứ đều rất thuyết phục. Các sách dạy con theo kiểu Nhật, kiểu Do Thái, kiểu Pháp, kiểu Mỹ... nở rộ trong các nhà sách.

Có thật là con chúng ta phải có điều đó không?

Một người bạn khác của tôi là giáo viên. Từ ngày sinh bé tới nay, bé đã lên lớp 7 mà mẹ chưa dám đi đâu xa con một buổi tối. Hôm thấy tôi từ Sài Gòn tới chơi nhà, bạn tôi ngạc nhiên: “Sao mày lại dám bỏ con bơ vơ lẫn lóc mà đi vậy? Sao thiếu trách nhiệm với con thế?”

Lần khác, tôi mang theo cả con gái 3 tuổi, bạn tôi càng choáng hơn vì tôi dám quẳng con ở nhà bạn ấy

rồi đi mất hút hơn nửa ngày mới về. Nó cứ bảo: "Lạ thật, sao con mày chẳng khóc lóc gì, chơi với con tao cả buổi rồi tới giờ ngồi ăn ngon lành? Nhưng mà dù thế thì vẫn không được. Không thể bỏ con như vậy được!"

Rồi chiều đó, tôi thấy cổ đánh con. Cổ bực mình vô cùng vì con bé vừa làm rớt vỡ cái chén. Đứa trẻ nào chẳng làm vỡ vài cái chén đĩa trước khi khéo léo như người lớn? Có gì mà phải đánh? Cổ bảo: "Nhưng tao tức không chịu được. Tao ở nhà cả ngày, không dám đi đâu chỉ để rèn dạy nó. Vậy mà nó không nghe lời, tao điên lắm!"

Có thể đúng! Người mẹ đang tức giận một phần quan trọng là vì cổ đã hi sinh quá nhiều, đã kỳ vọng quá nhiều vào con. Cũng như nhiều bà mẹ khác đã phải hi sinh tất cả thú vui, sự nghiệp của bản thân, vậy mà con còn có thể phạm phải sai sót được sao? Con có thể vụng về được sao? Con có thể bị điểm kém được sao? Con có thể thua thiệt bạn bè được sao?

Nhưng đó cũng chính là thiệt thòi lớn nhất của những em bé đó, những em bé bị thiếu khí thở!

Trong vòng tay ôm ấp chăm lo quá chặt, bé không có khoảng trống nào để lùi lại, để sửa sai, để làm vài trò nhảm nhí. Đặc quyền của trẻ con là được sai rồi làm lại, nhưng các bé này lại không được phép. Sai sót dù chỉ bằng móng tay thôi cũng sẽ bị bố mẹ, hoặc chính bản thân bé thổi phồng lên vì áp lực quá lớn của tình thương.

Một cô bạn khác, hai vợ chồng đều học ở nước ngoài về. Hôm thấy cô xách va li đi công tác cả tuần trong khi con trai mới hơn 1 tuổi. Cô bạn thản nhiên nói: "Tớ cai sữa rồi nên không ảnh hưởng gì. Và bé ở nhà



được bà nội và người giúp việc chăm sóc rất cẩn thận. Trước khi đi, tổ cũng đã chuẩn bị mọi thứ chu đáo rồi. Vậy tại sao còn phải lo lắng nữa chứ? Tổ còn công việc của mình, không thể hi sinh tất cả cuộc sống và sự nghiệp cá nhân vì con được. Tổ không muốn con lớn lên với ám ảnh rằng mẹ đã hi sinh quá nhiều cho mình!”

Tôi viết bài này không phải để cổ xúy những bà mẹ bỏ con ở nhà rồi đi rong chơi, đánh đề... Bởi những bà mẹ đó chắc chắn chẳng đọc bài của tôi đâu. Tôi viết cho những bà mẹ giống tôi, những bà mẹ nín thở vì con, thấp thỏm vì con, lúc nào cũng canh cánh rằng không biết con mình đã được lo tốt nhất chưa.

Chúng ta luôn cố giành lấy thật nhiều, cố kiểm soát mọi thứ. Và càng cố thì càng tuyệt vọng. Không thể nào kiểm soát tất cả mọi thứ được, vì cuộc sống vốn là như vậy, đầy bất ngờ, đầy những thử thách, và thậm chí đầy bất công. Con chúng ta sẽ phải liên tục ngã, đứng dậy, thất bại, thất vọng, rồi lại hi vọng và đi tiếp.

Thế giới bên ngoài thế nào? Ổn ào, biến động, bất ngờ, đầy cạm bẫy, luôn cần giúp đỡ, luôn cần bạn bè,... thì hãy dạy con những điều đó. Theo tôi việc dạy con càng gần với bình thường càng tốt. Bình thường như cuộc sống thật. Việc nuôi và dạy con càng tiện lợi cho cha mẹ, và nhất là mẹ, thì càng tốt. Bởi vì người mẹ sẽ phải đi một quãng đường rất dài, 18 năm, hoặc có thể hơn nữa. Chỉ khi người mẹ thoải mái, tự do thì mới có thể đi dài như thế. Sức bền là quan trọng nhất.

Cũng có nhiều thứ tốt hơn, ví dụ ở một khu dân cư an ninh hơn, văn minh hơn, học tại một ngôi trường cao cấp hơn, tham gia những khóa học xịn hơn, đi

du lịch nhiều hơn... Nhưng sức tôi chỉ có hạn, nên tôi chọn những thứ phù hợp nhất cho mình lúc này, không quá rướn, không quá gồng. Không mang cảm giác trách nhiệm một cách thái quá. Bởi chính tôi sẽ ảnh hưởng lên con tôi nhiều nhất.

Tôi tin là cách nuôi dạy con tốt nhất là giữ sự cân bằng với tự nhiên. Mẹ càng giữ được bình an thì con càng vững chãi.

Có lẽ chỉ có các bà mẹ thế hệ 7x, 8x mới cần tập cách lùi xa con ra một khoảng, bởi hình như chỉ có các bà mẹ 7x, 8x mới bị ám ảnh đến thế về một tuổi thơ thiếu thốn cả vật chất lẫn tinh thần, rồi lại ngay lập tức phải đối mặt với xã hội mà các giá trị sống bị xáo trộn.

Tôi tin rằng khi mình càng bao bọc, con mình càng yếu đuối, càng vụng dại. Khi tôi càng cố gắng cầu toàn, con tôi càng bị áp lực. Và có một điều chắc chắn: không có đứa con nào hạnh phúc bên một bà mẹ bất hạnh.

Vì vậy, bây giờ, tôi đang nuôi con sao cho chính mình cảm thấy thật thoải mái và hạnh phúc, và không phải gồng mình quá sức nữa. Có câu nói rằng: “Bạn không thể cho ai cái mà bạn không có!”. Chỉ khi chính bản thân tôi cảm thấy hạnh phúc và bình an thì tôi mới có thể mang hạnh phúc và bình an tới cho con mình!



“Cai con”

Trong ngày hội trẻ thơ, Xu tham gia trò chơi cờ caro đấu cùng một bạn gái khác. Mẹ bạn ấy đứng phía sau, liên tục mách nước cho con: "Đừng đi ô đó! Đi ô này nè. Không phải! Rồi, đúng rồi!". Y như rằng, một lúc sau thì Xu bị thua. Xu khóc. Còn bé kia cũng chẳng vui với chiến thắng không vẻ vang gì.

Chạy qua hông trường tiểu học giờ ra chơi, tôi thường thấy nhiều bà mẹ đang đứng dí mũi vào hàng rào nhìn vào sân trường dõi theo con. "Hưng ơi, ra đây uống hộp sữa nè con." "Trang Anh, đừng chạy, té bây giờ!". "Con đừng chơi với nó, ra đây mẹ bảo nè!"... Chị ấy phân trần với tôi: "Tốt nhất là không chơi với đứa nào hết. Tụi đó chơi bạo lắm, có lần nó mải chạy, húc vào con tôi tím bầm mặt đó!"

Tôi nhớ có lần nhìn cô em canh cho đứa con 1 tuổi đang say ngủ. Mắt nó trĩu mền nhìn con, tay thì liên tục, hoặc cầm cái quạt giấy phe phẩy, hoặc chỉnh lại cái gối, kéo lại tà áo cho cân, kéo lại cái tất chân cho kín, đứng lên chỉnh lại cây quạt máy, rồi lại chỉnh cái gối, rồi lại tiếp tục chỉnh áo, chỉnh khăn. Nó nói: "Chị ơi, em không thể rời đi được! Lỡ có con muỗi, có con kiến nào thì sao? Lỡ nó giạt mình thì sao?"

Rất nhiều bà mẹ không thể rời con một bữa cơm, rất nhiều bà mẹ tin rằng nếu mình không trực tiếp nấu thì con không thể ăn ngon được. Một số hãng thực phẩm đã nghĩ ra câu quảng cáo: "Ngon như mẹ nấu", "Ngon như nhà làm", nghe thật là ấm ruột, đánh vào tình yêu và lòng kiêu hãnh vô bờ bến của các bà mẹ! Và thế là, có rất nhiều bạn đi học đại học rồi mà vẫn

không thể thích một món ăn khác kiểu mẹ nấu, một số bạn ra nước ngoài là chịu chết, chỉ kết thân với mì gói!

Mấy năm gần đây, thấy trẻ con thiếu kỹ năng sống, nhiều nơi đã tổ chức những trại hè, những khóa học mà buộc các em phải tách hẳn ba mẹ, tới một nơi xa lạ ăn, ngủ, học tập, sinh hoạt chỉ với bạn bè, thầy cô.

Thế là nhiều bố mẹ phải vật vã “cai con”! Than thở rầm rĩ, mở máy online cả ngày lẫn đêm, hi vọng tóm được một khoảnh khắc nào đó trưởng nhóm đăng hình lên Facebook hay trang web. Nhiều nhà, bố mẹ chạy xe 4 đến 5 tiếng đồng hồ chiều đi, rồi ngược về cũng 4, 5 tiếng đồng hồ nữa để chỉ được nhìn con trong 10 phút giải lao!

Tiến sĩ Tâm lý Menis Yousry gọi tên đó là “nỗi sợ hãi từ trong tiềm thức”. Tôi cũng có những nỗi sợ hãi như thế. Bởi tôi cũng từng lớn lên với tuổi thơ thiếu thốn tình thương và vật chất. Mẹ sinh tôi vào đúng thời của phong trào “ba đảm đang, ba sẵn sàng”, rồi tới “năm sẵn sàng” thời hậu chiến. Mẹ kể, tôi được 2 tuần tuổi là mẹ phải gửi nhà trẻ để đi làm, sữa chảy ướt đầy ngực áo. Những đêm mẹ đi trực, tôi ở nhà khóc tới lịm hơi.

Tụi chúng tôi hồi bé toàn bị đi lang thang khắp đồng để hái rau cho lợn, kiếm củi, đào khoai, phải ra đồng cuốc đất từ khi đầu mới chỉ cao ngang cán cuốc. Thấy thế, nhiều nhà làm một cây cuốc cán ngắn, một đôi quang gánh nhỏ để tụi trẻ lao động phụ giúp gia đình! Chúng tôi phải tự đi bộ đi học từ lớp 1, đường trơn trượt, thường xuyên té xuống ruộng! Ở những gia đình 5 hay 7 đứa con, ba mẹ nai lưng làm quần quật còn chưa hết việc, nói gì tới chăm sóc, tâm sự...



Cứ thế, sự thiếu thốn trở thành vết thương, thành nỗi sợ hãi, thành ám ảnh. Và khi sinh con ra, từ thẳm sâu trong tiềm thức, chúng ta luôn cảm thấy rằng mình có chăm con tới mức nào cũng vẫn chưa thỏa. Thực ra là ta đang an ủi nỗi sợ hãi trong quá khứ của chính mình mà thôi.

Thế nên là để “cai con”, phải luyện tập cho cả con và bố mẹ. Để “bỏ bê” con được cũng cần phải học đấy ạ! Được ba mẹ chăm lo kỹ quá, dồn quá nhiều tâm sức, không phải là sướng đâu ạ. Trong vòng tay quá êm ấm của bố mẹ, con sống mà không được trải nghiệm, sống mà không có tự do! **Bố tôi trồng cây rất “mát tay”, bố luôn nhắc tôi rằng, đừng tưới quá đẫm nước, đừng cột quá chặt, đừng che quá kín cây con.**

Độc lập và tự do là ước muốn của hàng tỷ người trên trái đất này, nhiều cuộc chiến đẫm máu và nước mắt để giành lại. Chúng ta đã được cài đặt từ sâu thẳm trong gene suốt hàng ngàn năm qua, rằng kẻ nào tước đoạt tự do của mình, đó là kẻ thù!

Tình yêu đích thực là tình yêu làm bạn được tự do. Tình yêu con cũng thế, yêu xin đừng tước đi của con tự do!

Đừng “đầu độc” hệ miễn dịch của con

Nuôi con nhỏ căng thẳng nhất là khi con bị bệnh. Lo lắng, dằn vặt, hoang mang, mệt mỏi, bồn loạn... Xu Sim ngày xưa cũng mũi dãi xanh lè, ho xé ruột, rồi ói như cầu vồng, sốt cao tới 39, 40 độ, thở khò khè như viêm phổi... rồi có khi tiêu chảy tới chục lần một ngày... Quần áo, drap giường, gối nệm tanh nồng. Có lần, rồi ruột nhìn Xu khò khủ, xanh lét, ốm sốt cả tuần chưa khỏi, tôi đã thấp nhang lạy trước bàn thờ, xin mình có thể đau ốm thay nó!

Mẹ tôi có câu thần chú: “Phải dập ngay từ đầu bằng thuốc kháng sinh mạnh. Không dập ngay thì mai một nó sẽ nặng lên khổ lắm, rồi nó dai dẳng thành bệnh mạn tính thì chết!”...

Mấy lần khám ở bệnh viện Nhi đồng, bác sĩ đều cho thuốc rất nhạy: uống sáng thì trưa khỏi, uống trưa thì chiều dứt ngay các triệu chứng ho, sổ mũi, sốt, bỏ ăn... kỳ diệu như thuốc tiên. Nhưng khi tôi dò thành phần của thuốc thì đa số đều có hại cho trẻ con như corticoid, dexamethason...

Bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn là người lái nhái với tôi suốt, rằng: “Thuốc không mang lại sức khỏe! Đừng can thiệp bằng thuốc sớm quá! Uống thuốc dù đúng liều, đúng bệnh đi chăng nữa thì cũng không hoàn toàn tốt. Khi "can thiệp" sớm bằng thuốc là bạn đã làm giảm khả năng miễn dịch tự nhiên của con rồi. Giảm khả năng miễn dịch tức là giảm khả năng chống chọi với bệnh tật la liệt ngoài cuộc sống sau này.”



Thuốc không phải chìa khóa vạn năng. Quá dựa dẫm vào thuốc là gây nguy hiểm cho chính con mình!

Tôi cứ tưởng tượng nôm na thế này: con chúng ta vừa bước vào một trận chiến, chưa đánh đấm được gì, chưa hiểu quân địch mặt mũi, súng đạn thế nào, chưa hiểu tương quan lực lượng giữa ta với địch ra sao, chúng ta đã vội kêu quân tới tiếp viện, trang bị toàn vũ khí hạng nặng. Dập ngay phát đầu tiên, chúng chết hết. Cứ thế hoài, cứ dựa vào quân tiếp viện của mẹ hoài, thì sao? Trận chiến này có thể thắng vì có mẹ giúp sức, nhưng trong cả cuộc chiến suốt đời người thì chính chúng ta đã tước đi của con cơ hội được luyện tập, được chiến đấu với virus, với bệnh tật.

Việc tiêm vaccin cũng tương tự một trận diễn tập thôi. Bác sĩ sẽ tiêm vào cơ thể bé những con virus đã được làm yếu đi để cơ thể bé tập chiến đấu và chiến thắng. Lần sau, khi có con virus thực sự tới thì cơ thể chỉ cần mang đúng những chiến lược đã đúc rút lại từ lần diễn tập giả ra xài lại là được. Biết địch biết ta, trăm trận trăm thắng!

Tại sao cái gì cũng cần luyện tập? Từ tập đi, tập viết, tập làm toán, tập làm văn tới tập làm việc, tập buôn bán... mà chỉ riêng hệ miễn dịch lại không luyện tập cho nó?

Tại sao cùng hội đá bóng trong một cơn mưa mà có bạn ngày mai vẫn đi học ngon lành, có bạn lại sụt sùi cảm sốt nguyên một tuần?

Tại sao trong chuyến đi picnic, có bé đập gai góc cũng vô tư còn con chỉ cần muỗi đốt hay trầy xước tí tẹo mà cũng bị làm mủ hoại không khỏi?

Nguyên nhân chính là do khả năng miễn dịch của mỗi người khác nhau.

Trong cơ thể của hầu hết chúng ta đều có một số tế bào ung thư, kể cả trẻ em. Nhưng phần lớn những tế bào ung thư này đều bị hệ miễn dịch tiêu diệt ngay khi bị phát hiện. Các nhà nghiên cứu về ung thư đều đồng ý rằng một hệ miễn dịch tốt là yếu tố quan trọng nhất để phòng và chống lại bệnh ung thư, mặc dù không được 100%.

Một người có hệ miễn dịch khỏe mạnh nếu bị mắc ung thư thì dễ chữa trị hơn người có hệ miễn dịch yếu. Nên rèn luyện hệ miễn dịch của mình để chống ung thư và hàng đống bệnh tật khác trên đường đời sau này.

Hơn nữa, thuốc nào cũng có những tác dụng phụ. Hãy thử đọc tờ hướng dẫn sử dụng dài dằng dặc mà xem, tác dụng phụ nào nghe cũng nguy hiểm cả. Là một bà mẹ 7x hay 8x, rất có khả năng bạn cũng đang buồn rầu vì hàm răng xỉn màu phải không? Đó chỉ là một trong những tác dụng phụ của Tetracyclin đấy ạ!

Tốt nhất là tìm được cho gia đình mình và cho bé một thầy thuốc thực sự có tài, có tâm. Và nếu bác sĩ đã xác định được những bệnh này là cảm cúm do virus thì cứ để con tự "chiến đấu" thêm một thời gian, rồi xem tình hình thế nào, nếu thấy con cầm chắc "thua cuộc", khi đó bạn và thuốc hãy tới ứng cứu. Mình thấy nhiều bố mẹ, con mới hắt hơi, sổ mũi, ho một vài tiếng đã đi ra tiệm thuốc mua thuốc ngay lập tức. Ở tiệm thuốc, người mua chỉ kể vài triệu chứng bệnh rồi người bán lấy thuốc, không thăm khám gì. Và sợ nhất là cái kiểu bán "Một cữ hay hai cữ? Một ngày hay hai ngày thuốc?" Kháng sinh mà bán như bán rau, uống linh



tin, không theo đủ liệu trình thì cơ thể sẽ nhanh chóng bị nhờn thuốc, còn vi khuẩn thì được dịp tập trận, ngày càng mạnh hơn.

Bác sĩ Lương Lễ Hoàng đã từng kêu âm lên: “Thật là sợ hãi! Tôi đã đi bao nhiêu nước nhưng không nơi đâu tiệm thuốc lại được mở thoải mái như ở Việt Nam!” Tiệm thuốc mọc lên san sát trên khắp các con phố, người dân cứ nườm nượp tị vào mua. Có phải do dân mình quen bất chấp tính mạng không?

Ông Jeffery Kobza - quyền Trưởng đại diện WHO - cũng đã cảnh báo: “Cuộc khủng hoảng kháng thuốc kháng sinh đang lan rộng, nhất là ở những nước đang phát triển ở vùng Đông Nam Á. Nhiều bệnh nhiễm trùng trước đây có thể điều trị dễ dàng bằng kháng sinh thì giờ lại trở thành mối nguy hiểm đe dọa tính mạng. Sự phát triển của kháng thuốc nhanh hơn sự phát triển của thuốc mới. Chúng ta rất có thể sẽ quay trở lại kỷ nguyên trước khi có kháng sinh.”

À quên, cũng đừng lạm dụng các loại cây cỏ, thuốc đông y nha! Họ không ghi tác dụng phụ, nhưng đó là chưa thống kê thôi chứ không hẳn là không có tác dụng phụ đâu!

Cuộc đời con còn rất dài, các mẹ ạ, **phải kiên nhẫn!**

Thuốc không mang lại sức khỏe! Đừng can thiệp bằng thuốc sớm quá! Uống thuốc dù đúng liều, đúng bệnh đi chăng nữa thì cũng không hoàn toàn tốt. Khi “can thiệp” sớm bằng thuốc là bạn đã làm giảm khả năng miễn dịch tự nhiên của con. (Bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn)

Đau bụng không hẳn là do dạ dày

Hôm tôi tới nhà đứa bạn chơi, thấy 2 vợ chồng mang bịch thuốc to tướng ra, bảo bé C. (6 tuổi, lớp 1) bị viêm dạ dày rồi, trong dạ dày của bé đã xét nghiệm ra có con vi trùng HP.

"Sao biết là viêm dạ dày?" "Bác sĩ đã cho nội soi dạ dày và xét nghiệm ra rõ ràng là có con vi trùng HP mà." Nội soi dạ dày rất đau đớn, phải gây mê, nghe mà xót hết cả ruột gan.

Rồi bạn yêu cầu con mình uống riêng, ăn riêng vì sợ lây. Uống hết bằng này thuốc thì còn chi là người nữa!

Nhớ ngày xưa, có một dạo, Xu cứ bị đau bụng suốt, tới cơn đau là đau dữ dội, người xanh lét, mồ hôi vã ra như tắm luôn. Mấy ngày đau liên tục, tôi cho Xu đi khám ở bác sĩ bệnh viện Nhi đồng 2. Bác sĩ khám và nghe kể bệnh, liền viết giấy cho đi Hòa Hảo nội soi dạ dày và siêu âm tìm hay điện tâm đồ gì đó. Tới Hòa Hảo, nghe vọng ra tiếng một cô nào đó đang bị làm nội soi gào khóc và ói ọe âm ỉ, 2 mẹ con run như cây sậy, lại dất nhau ra về...

Rồi về bác sĩ Đoàn. Bác hỏi kĩ các cơn đau của Xu, dùng tay nắn bụng Xu rồi bảo: "Chúc mừng cháu, cháu hoàn toàn khỏe mạnh. Bệnh này là bệnh của mẹ, không phải bệnh của con."



Tôi cãi: "Bé không giả vờ, bé đau thật, người tái nhợt, mồ hôi túa ra luôn!"

"Đúng là bé đau thật, nhưng là đau ở đây này." Bác sĩ chỉ vào đầu Xu. "Bé đau ở đây là do bệnh của mẹ cứ ép con ăn tạo thành phản xạ tâm lý, cứ tối bữa ăn là con đau bụng. Pụng đau, nhưng nguyên nhân là tại cái đầu. Không phải nội soi, không phải uống thuốc gì hết. Từ hôm nay, mẹ không ép không giục ăn nữa, con sẽ khỏi bệnh thôi."

Rồi 2 bác cháu nói thắm với nhau chuyện gì đó mà bé Xu cứ cười. Nhưng mà đúng là tối chiều thì tự nhiên khỏi, rồi cả tuần sau chẳng thấy nàng kêu đau gì nữa!

Quay lại chuyện bạn tôi, sau 3 tuần uống hết thuốc mà con vẫn đau dạ dày không khỏi, đành mang tới bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn khám lại. Bạn kể: "Ông ấy hỏi tao tìm lum, rồi trực tiếp hỏi bé, rồi mới xem tới kết quả nội soi của bệnh viện kia. Ông bảo là có thể không phải bé bị viêm loét dạ dày vì HP đâu. Có 70 đến 80% dân số Việt Nam có con HP, không phải ai cũng bị viêm loét dạ dày và phải điều trị bằng thuốc. Đau dạ dày là phải đau trên rốn, và bé sẽ ợ chua, không muốn ăn. Đằng này bé đau nhưng vẫn thích ăn nhiều, vẫn chạy nhảy nhiều, và đau tại vị trí ruột. Vậy thì những cơn đau này do bé ăn quá nhanh, ăn nhiều nhưng ít ăn rau, ăn xong lại chạy nhảy hoạt động mạnh ngay nên máu không cung cấp đủ về dạ dày và ruột. Bé đừng uống thuốc, chỉnh lại nếp ăn uống và hoạt động rồi theo dõi tiếp."

Cô bạn cười hỉ hả: "Quái quỷ thật! Từ hôm đó tới hôm nay, tự nhiên nó hết đau mày ạ!" Vị chi tốn hơn 3 triệu ở bệnh viện V. A và H. H + một cú gây mê + một cú nội soi dạ dày + một đồng thuốc kháng sinh uống ròng 3 tuần.

Nhớ hồi Xu bị ho và sốt rất nặng, khám bên bệnh viện quận 2 bảo bị viêm phế quản, viêm vào phổi. Khám một bác sĩ quen bên bệnh viện X cũng nói bé đã viêm phổi. Bác sĩ còn cho mình nghe thử phổi Xu, rồi giảng giải: "Tiếng rít nghe như tiếng giở cuốn sách vậy là viêm phổi đấy", cuối cùng là kê 5 ngày kháng sinh liều cao.

Mình chăm chỉ cho Xu uống nhưng uống lần nào cũng ới. Cứ ới thuốc ra thì lại pha gói mới uống vào. Được một ngày thì con ới dữ quá, tới 12 lần, không thể uống được thuốc. Lại khóc lóc tha con lên bác sĩ Đoàn khám lại. Bác sĩ nghe phổi, khám tai, khám họng một hồi rồi bảo Xu chẳng viêm phổi gì hết, chỉ ho do cảm cúm, kê đơn là 1 chai nước muối về rửa mũi!

Mình lo lắm, nhưng cứ nghĩ rằng kiên nhẫn đợi con. Rồi đúng là cuối tuần đó thì Xu giảm sốt, giảm ho rồi 3 tuần sau thì khỏi hẳn! Không 1 viên thuốc nào!

Từ hồi Xu 2 tuổi là theo khám bác sĩ Đoàn, Sim thì từ sơ sinh, 4 tuần. Tối bây giờ, hai đứa chưa bị bác sĩ Đoàn kê thuốc kháng sinh lần nào hết! Suốt 7 năm, cả 2 đứa!

Thế mới có người bạn chỉ rằng ở Việt Nam, nếu bị bệnh thì nên cho đi khám 3 bác sĩ liên rồi hãy kết luận!



Con nghĩ đi, mẹ không biết!



Tâm lý khi con ốm

Bình tĩnh, khoa học và thuận tự nhiên! Ví dụ như khi bé bị ói và tiêu chảy, một trong những sai lầm của thời ông bà ta khi trẻ bị ói hay tiêu chảy là uống thuốc chống ói hoặc thuốc cầm tiêu chảy. Nhiều nhà cứ nghe bụng ục ục lục cục là uống một gói Smecta. Điều đó làm chất độc hại bị lưu giữ trong ruột. Cơ thể mình rất thông minh, cái mà nó cảm thấy không tốt thì nó mới “ục ục” muốn tống ra, giữ lại làm gì? Phải để ruột bé tự co bóp để tống chất độc ra bằng hết thì mới nhanh khỏi.

Ói và tiêu chảy, có thể xuất hiện do ngộ độc thức ăn, có thể do nhiễm siêu vi.

Nếu bé bị tiêu chảy, nên cho bé uống nước cà rốt hầm hoặc hầm rồi xay nhỏ (để cả vỏ nha, chỉ rửa thật sạch, không gọt). Món này ngọt ngọt dịu dịu, dễ ăn lắm!

Khi bé bị ới nhiều, phổ biến là bù nước bằng Oresol. Nếu bé không chịu uống Oresol thì bù nước bằng nước dừa tươi, ngon bổ rẻ, chỉ cần cho thêm chút xíu muối là được.

Cách uống: Lúc này, ruột đang rất nhạy cảm, nên uống từ từ, mỗi lần 2 thìa ăn cơm, cách 5 phút uống một lần.

Mẹ đừng ham hố sốt ruột cho con ăn sữa hay cháo làm gì. Lúc này, cơ thể bé chỉ cần nhất là nước thôi! Quan trọng nhất là phải tìm cách để bù nước, và bù nước bằng đường tự nhiên (uống) thì tốt cho cơ thể hơn là truyền tĩnh mạch. Chết bổ cứu để hôm khác lo!

Sau khoảng 4 tiếng liên tục mà không thấy bé bị ới nữa thì mới cho uống chút sữa. Nếu sau khi uống sữa, bé lại ới tiếp thì vui lòng quay trở lại nước dừa, 5 phút 2 muỗng.

Khi bị tiêu chảy, bé sẽ sút cân rất ghê, nhìn hốc hác phờ phạc luôn, đảm bảo mẹ sẽ sốt sồn sột! Nhưng mà, thường đó là mất nước thôi, chứ thịt vẫn còn nguyên đó. Sau mỗi đợt ốm thế này, bé sẽ ăn trở lại và phục hồi cân nhanh chóng.

Khi bé ốm, tất nhiên là ba mẹ nên quan tâm chăm sóc bé. Nhưng đừng có cà cuống lên, cũng đừng rên rỉ, xót xa quá đỗi. Vì theo như Tiến sĩ Tâm lý Menis Yoursy, trẻ con đọc được những cảm xúc cơ thể bố mẹ rất nhanh, không cần qua lời nói.



Nhớ hồi có ông bà ngoại ở cùng, mỗi khi Xu, Sim ốm là cả nhà náo loạn, mệt hơn khi một mình mình xoay xở. Vì sao ư? Thí dụ khi Xu ới, bà ngoại sẽ rên lên: "Ôi trời, lại ới nữa!" "Còn chi là người nữa hả cháu!" "Đau lắm phải không cháu, vắt ruột vắt gan ra đấy!" Ông thì nhăn nhó, than trời luôn miệng, thở dài sườn sượt, rồi chép miệng ngậm ngùi.

Con người thì lúc nào chẳng thấy thiếu thốn tình thương, giờ thấy ốm được thương thì thậm chí còn thích ốm hơn. Điểm danh xem có những ai thích ốm để được cưng nào?

Nhu cầu của trẻ con là được yêu (mình cũng thế!), nên nó thấy người kia cần "thức ăn" gì, cần yếu ớt hay mạnh mẽ, nó sẽ sản xuất ra "thức ăn" đó.

"Nếu bạn chỉ nhận được nhiều tình yêu thương khi bạn yếu đuối thì bạn sẽ trở nên yếu đuối hơn. Còn nếu bạn muốn mình mạnh mẽ thì phải ở gần những người yêu mến bạn khi bạn vui vẻ và mạnh mẽ." (Tiến Sĩ Menis Yoursy)

Mình thì muốn Xu Sim mạnh mẽ và vui vẻ, nên những lúc Xu Sim ốm, mình tập hít thở và nghe nhạc để không phải "xoắn quấy" lên!

Bạn có dám buông tay để con lớn?

Sáng chủ nhật, đón Xu mồ hôi nhễ nhại ở sân vận động Phú Nhuận về, con bảo thầy yêu cầu con chạy 6 vòng sân bóng đá.

Nghĩ gì? Cái sân bóng 11 người, rộng mênh mông, đứng bên này nhìn người bên kia như một cái chấm! Cái chấm của mẹ mới học lớp 3, có 21 ký thôi, người mỏng teo như chiếc lá, chạy cà quắc cà quắc. Nhớ hôm đầu tiên nhìn thấy Xu chạy một vòng mẹ đã xót lắm rồi, chỉ muốn băng ngang cái sân, qua phía đó, bồng chiếc lá của mẹ về nhà. Không thi thì đừng, hành xác thế này thì sống làm sao?

Xu kể, chạy 6 vòng sân, có lúc con muốn gục xuống, muốn xỉu luôn. Mẹ nghệt thở, trời ơi, sao mà thầy dám cho con chạy tới 6 vòng cơ chứ, trời lại nắng nữa, cái nắng 9 giờ sáng của Sài Gòn đâu có đơn giản đâu. Những 2500 m, con tôi ốm thì sao!

Nhưng con vẫn mồm miệng tía lia, uống hết 2 chai nước. Về nhà, mới nấu được nồi canh, cơm còn chưa nấu xong, con đã lấy cơm nguội ăn luôn! Chiều con đi chơi Halloween với các anh chị trong chung cư, chạy nhảy hò hét như giặc suốt mấy tầng lầu.

Có lẽ nào chỉ có mẹ mới không dám, còn các nhà chuyên môn thì dám?

Nhớ hồi xưa, khi Xu 2, 3 tuổi, ho hen, sốt, sổ mũi suốt, bác sĩ Đoàn khám xong bảo cứ kệ không cho thuốc cho



thang gì hết, chỉ kê mỗi 1 chai nước muối xịt mũi. Bác bảo cứ để 3 tuần là tự hết.

Ho tới 3 tuần, sao bác sĩ dám?

Ông ngoại rên lên: “Bệnh viện gì mà lại có thứ bệnh viện không cho bệnh nhân thuốc là sao? Lỡ ho lâu ngày lan vào phổi thành viêm phổi thì sao?”

Vậy mà bác sĩ dám. Và mẹ thì vừa khóc vừa nghiêng răng làm theo.

Lại cũng là bác sĩ Đoàn bảo kê cho con đói, bảo không ăn thì cắt, không ép. Con gầy nhom, hồi 2 tuổi 9 kg, 3 tuổi 11 kg. “Sao mà dám?” Con đói quá con ốm thì sao? Rồi cái tính búng bình của con, con nhịn đói tới chết thì sao?

Tới tận khi 8 tuổi, Xu vùng vằng bảo: “Con ghét ăn cơm. Con muốn nhịn cả ngày!” Mẹ mới dám lần đầu tiên cho con nhịn 2 bữa liền nhau. Tối tối, Xu khóc lóc xin ăn cơm, khi đó, mẹ mới dám tin vào bản năng sinh tồn của con, rằng tụi nhóc chẳng bao giờ tuyệt thực tới chết cả.

Rồi khi Xu đi học, tất tần tật bạn bè con, con cái bạn bè mẹ, anh em họ hàng, cả trường mẫu giáo, ai cũng học chữ trước. Xung quanh ai cũng bảo không học trước thì vào lớp 1 con sẽ bị điểm kém, sẽ bị cô kỳ thị, bạn bè xa lánh. “Sao mà dám chứ?”

Nhưng rồi nhìn cô Hồng Anh buông tay cho anh Mộc tự học, tự soạn bài vở rồi tự nhận điểm kém, mẹ bắn khoăn hoài mà cũng nghiêng răng để Xu không học trước, kê Xu bị cô giáo “đi”. Từ kinh nghiệm đó, tới

lượt em Sim, mẹ đã “dám” hoàn toàn không cho con học trước một trang nào hết. Tất nhiên, cũng ổn!

Thực ra, chỉ có ai đã làm mẹ mới hiểu, rút núm ruột mình để sinh ra con, quả thực rất nhiều lúc không dám!

Không dám cứng rắn, không dám yêu cầu cao, không dám đòi hỏi, không dám tàn nhẫn. Nhiều lúc nhìn con khô khốc, xanh lét, bầm dập, mẹ khùng lên, mong ước có thể cắt con trở về tử cung của mẹ, nơi đó hẳn là an toàn tuyệt đối!

Sự yếu mềm này chỉ có ở các bà mẹ, chuyên ở các bà mẹ. Chỉ có các bà mẹ mới không thiết tha gì khát vọng bá chủ, không thiết tha ngôi vị anh hùng, chỉ các bà mẹ mới tìm mọi cách né để con không đổ máu.

Nhưng mà, vẫn rất cần thiết để tách con ra khỏi biển tình thương đậm đặc của mẹ, vẫn rất cần thiết để giao con vào tay những người chuyên nghiệp, chuyên gia, huấn luyện viên, bác sĩ...

9 tháng mang bầu con, mẹ đã được làm mẹ. Còn họ, họ đã phải học 4 năm, 6 năm, cộng với làm việc và nghiên cứu biết bao nhiêu năm trời để hiểu chuyên môn của mình. **Vấn phải để họ tung con ra bầu trời với nắng, gió và mưa và bão táp.**

Phải dám buông tay thì con mới lớn được.

Đành phải dám, chứ sao?



Phần 2:
Khi con chúng ta học

CON NGHĨ ĐI,
MẸ KHÔNG BIẾT!



“Con đã thi chưa?”

Tối hôm nọ mình hỏi Xu Sim: “Con đã thi chưa?” Xu trả lời: “Con thi xong từ mấy hôm rồi. Cả lớp con, chỉ có duy nhất mình mẹ là hỏi kiểu như thế thôi đấy”.

“Nghĩa là sao?”

“Nghĩa là ba mẹ các bạn ấy toàn kèm các bạn học bài. Các cô các bác ấy biết rõ thi thử ngày nào, thi thật ngày nào, đề dạng làm sao. Có mỗi mình mẹ là không quan tâm thôi... Nhưng mà con thích mẹ như thế”.
Đó, được con thích là tốt rồi!

Đúng là tôi không biết con tôi học tới bài nào thật. Võ báo bài của Xu và Sim thường dồn vào cả tuần kỷ "sỉ" một lần. Bài tập về nhà con tự làm, thời khóa biểu tự soạn. Tôi không phải kiểm tra bài, không kiểm tra vở, không phải xét cặp của 2 đứa.

Nhớ là có một lần vô tình xách cái cặp của Sim lên, thấy rút ra một nắm xôi khô đét từ đời nào. Cả mẹ và con cười xòa vì tính ẩu của con và vì sự phó mặc của mẹ.

Bởi vì, ngay từ mẫu giáo, tôi đã quán triệt rằng, việc học là của con, việc kiếm tiền là của mẹ. Mẹ không yêu cầu con phải kiếm tiền phụ mẹ, thì con cũng không được yêu cầu mẹ học với con. Thế là cộng trừ, nhân chia, viết hoa viết thường, tập làm văn, tập đọc... tất cả là phó mặc cho trường hết.

Vậy thì tôi dạy con cái gì?

Tôi quan niệm rằng, mỗi ngày của tôi chỉ có 24 giờ, năng lượng chỉ có vài ngàn calo, tôi sẽ chỉ tập trung vào dạy những thứ mà nhà trường không dạy.

Nhớ hồi con vào lớp 1, tôi không dạy con học chữ trước. Duy nhất toàn khối 1 của trường năm đó, chỉ có riêng con tôi là chưa biết chữ, chưa biết làm toán. Để đối phó với việc con bị cô giáo "đi", tôi dạy con cách hợp tác với giáo viên, cách đặt câu hỏi mà không làm cô cáu.

Nếu làm chậm, xin thêm thời gian, nếu làm sai, thì xin lỗi.

Nếu cô phạt thì con cứ khóc, nước mắt nước mũi cứ lã chã vào.

Nếu cô đánh vào tay thì cứ mềm tay ra, và sau đó xoa dầu vào chỗ đánh cho nhanh khỏi.

Và vậy là vào năm học, 2 tuần đầu khi con bắt đầu tập nét hất, nét móc thì các bạn đã đọc và viết âm âm. Con kể con mới viết được 2 chữ thì bạn đã xong nửa trang rồi. Giờ ra chơi con phải ngồi lại viết bài.

Thế nhưng, bù lại, con vô cùng háo hức vì mỗi ngày lại được cô dạy vô số thứ mới. Con vào vạch xuất phát bết lớp, nên mỗi ngày một tiến bộ. Xuất phát chậm hơn, nên con lại càng tập trung học hơn. Trong khi nhiều bạn được học chữ, học toán trước rồi thì nghe lại thấy chán nên nghịch phá và bị cô phạt khá nhiều. Cả Xu và Sim đều làm theo cô rất nhanh. Tối tháng thứ 2 là bé đã không phải làm bài trong giờ ra chơi nữa, và bắt đầu học ngang hàng với bạn. Cả 2 nàng đều rất thích đi học, rất kính nể, nghe lời cô giáo... Và thế là được cô quý!

Tôi cũng không xem sách giáo khoa, không xem vở bài tập, không dạy lại những bài cô giáo dạy. Tôi chỉ phụ cô theo cách khác.



Ví dụ mẫu giáo tôi cho con đi học vẽ, tô màu, để luyện cách cầm bút. Chơi ghép hình để rèn kiên nhẫn, cho con cầm dao thái rau củ, cho con rửa chén, quét nhà, nấu ăn, khâu vá... để luyện tay. Vào tiểu học, muốn viết chính tả tốt thì đọc sách thật nhiều. Để học toán tốt thì cứ làm việc nhà luôn tay, đi chợ nhiều vào. Để làm văn thì đi du lịch, khuyến khích kể chuyện...

Thậm chí tôi cũng không giảng bài cho con. Hôm rồi con mang một bài toán ra hỏi, mẹ ơi con không hiểu. Tôi bảo: "Con gấp sách đi rồi đọc đề lại cho mẹ nghe". Xu nói: "Con không thuộc đề". "Ồ, nếu con chưa thuộc đề thì con đọc đề chưa kỹ. Con về bàn đọc lại đề. Khi nào suy nghĩ nhiều tới mức mà thuộc lòng cả đề bài rồi mà vẫn chưa giải được thì ra đây mẹ giảng". "Mẹ khó tính vậy thì thà tự giải còn hơn!". Và quả nhiên sau khi đọc lại đề vài lần thì Xu tìm ra cách giải.

Tôi công khai không ủng hộ bài tập về nhà. Tôi chỉ cho phép làm bài tập về nhà tối đa 30 phút/tối. Xu Sim sợ cô giáo nên hôm nào có nhiều bài tập là phải cố gắng làm thật nhanh. Hết 30 phút chưa xong tôi cũng yêu cầu cất sách vở để đi ngủ đúng giờ. Vì đi ngủ đúng giờ quan trọng hơn!

Chúng ta kêu ca nhiều nhất về việc quá tải. Nào là chương trình quá tải, nào là giáo viên giao bài tập quá nhiều. Tôi nghĩ quá tải một phần rất lớn do chính phụ huynh ủng hộ nó. Nếu cô giao 3 bài, bé làm đủ 3 bài thì hôm sau cô sẽ giao 4 bài. Bé lại thức tới 11h đêm để hoàn thành đủ 4 bài, theo luật cung cầu và luật vừa sức, giáo viên sẽ giao lên 5 bài tập về nhà. Còn nếu cô giao 3 bài, mà sức bé không làm được, một lần, hai lần, nhiều học sinh cùng như thế, thì dần dần, cô sẽ phải giao ít bài lại.

Tôi quan niệm không cần học thuộc lòng 100% mọi bài trong SGK. Như bia đóng trong chai, nước ngọt đóng trong hộp đó, nhà máy để chừa một khoảng không cho nó giãn nở chứ. Các đề thi, các đề bài tập, bao giờ cũng có những bài khó tới mức chỉ khoảng 5% số giỏi cá biệt làm được. Ba mẹ nào cũng phấn đấu chen chúc trong cái 5% thông minh cá biệt đó, nên mới quả tải!

Vì vậy, hãy để con học đúng với thực lực của mình, ba mẹ đừng có "ủn mông" con. Con không làm hết bài tập, thì con lên lớp trình bày với cô là con không làm hết được. Con làm sai thì để cô phạt. Mẹ không nên nhúng tay vào. Trong việc học, mẹ đóng vai hiền, đừng đóng vai ác!

Kiểm tra cuối kỳ, kiểm tra cuối năm cũng không được học thêm giờ. Tôi không thích tăng tốc, không thích dồn ép. Kiên quyết không gồng, không rướn. Sức học thế nào thì thi đúng như thế.

Đường học còn dài, hơn thua nhau vài cái điểm số, vài cái giải thưởng ở tiểu học thì làm cái gì? Mục đích học tập UNESCO gồm nhiều thứ lắm: **"Học để biết, học để làm, học để chung sống, học để làm người"**. Vậy hãy dạy những kỹ năng rất quan trọng khác đang bị nhà trường bỏ trống, như thể thao, nghệ thuật, giao tiếp, cư xử, hiểu và định giá đúng bản thân,... Hãy dành thật nhiều năng lượng, thời gian và tiền của bạn để mà bù đắp vào đó.

Trong cuốn sách so sánh giáo dục Việt Nam và Phần Lan của Tiến sĩ Nguyễn Khánh Trung có câu dẫn: **"Khi chúng ta lạc đường, càng tiến tới, chúng ta càng xa đích đến!"**

Thế nên là, các bố mẹ ơi, thả lỏng đi!



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Tôi không cho con học chữ trước khi vào lớp Một

Cứ nói tới việc cho con học trước khi vào lớp 1 là ngay lập tức xảy ra tranh luận ồn ào, có khi tới mức mâu thuẫn, ghét nhau luôn!

Có bài viết rất hot trên báo rằng vì không cho con học trước nên bố mẹ bị đánh gục, đánh vật, bị ân hận, con thì như con chim bị trúng đạn, rồi điểm kém, rồi tự ti, mặc cảm, suýt lưu ban... Vậy ra là, hàng triệu trẻ con đã học chữ học toán trước khi vào lớp 1 đều đang học rất giỏi, đều có thái độ học tập tốt, đều say mê học hỏi, và ba mẹ thì đang ngồi rung đùi đắc ý sao?

Tôi đã từng là một giáo viên tiểu học, và cũng đang là phụ huynh của 2 bé đã từng học lớp 1. Tôi nói rằng dạy viết chữ và giải toán cho trẻ con dễ ợt! Những ông bố bà mẹ chỉ chăm chăm cho con luyện chữ đẹp, giải toán giỏi là những ông bố bà mẹ lười! Tôi nói thật!

Vì sao? Vì chữ đã có chữ mẫu, nét nào cao bao nhiêu, rộng bao nhiêu, bút đi tới đâu thì cong, tới đâu thì hất... Có mẫu hết, cứ nhắm mắt mà đi theo, khỏi nghĩ!

Rồi toán lớp 1 cũng đơn giản lắm, cứ $2 + 2 = 4$, cũng khỏi nghĩ!

Hiệu trưởng một trường tiểu học nói với tôi: "Kinh phí của nhà nước thì thấp, tôi muốn dạy các em kỹ năng sống, dạy làm việc nhóm, dạy làm người... Tất cả những thứ tốt đẹp đó đều cần giáo viên giỏi và nhiều chi phí. Chỉ có dạy viết chữ là rẻ nhất trong các điều cần phải dạy!"

Nhìn ra thị trường sẽ thấy ngay. Để cho con biết viết và thậm chí viết đẹp, biết cộng trừ nhân chia, bạn chỉ cần bỏ ra 200.000 tới 500.000 đồng/tháng, cho con đi học thêm vài tháng là thạo ngay. Nhưng với những kỹ năng khác như tự chăm sóc bản thân hay rèn tính tự tin chẳng hạn, học phí sẽ tốn gấp cả chục lần! Chưa kể còn rủi ro là nếu ba mẹ không tạo môi trường để con rèn luyện thì chỉ một thời gian ngắn sau, con lại bị về “mơ” trở lại.

Vậy mà tôi thấy quá nhiều cha mẹ kè kè ngồi bên cạnh con hàng đêm từ khi bé mới 4 hay 5 tuổi để rèn từng nét bút, nhẩm từng con số. Rồi mẹ la con khóc, ông bà quát, cả nhà như có chiến tranh. Những thứ đó, cô giáo lớp 1 chắc chắn sẽ dạy chính xác hơn bạn, vì họ có chuyên môn, bằng cấp, và vì họ nắm barem chấm điểm.

Việc này cũng tương tự như bạn dồn hết tiền của và công sức vào mua thật nhiều gạch rồi ngồi chờ đợi có một tòa lâu đài. Giả sử việc ép bé học sớm có hiệu quả, bé viết đẹp, làm toán nhanh (tương tự như số lượng gạch bạn mua được rất nhiều), nhưng một tòa nhà còn cần xi măng, cát, sỏi, sắt, thép, đá, gỗ... còn cần kiến trúc sư... Chưa kể, sau khi bạn dồn hết tiền mua gạch thì mới biết quy hoạch khu đó chỉ cho phép dựng nhà gỗ! He he he, ác cái là mỗi cô một khẩu vị, một ý khác nhau, nên nhiều cô giáo lớp 1 đã than phiền rằng thà dạy một bé chưa biết gì hết còn hơn dạy một bé biết viết rồi nhưng đã trót quen cách cầm bút, cách trình bày, cách viết không đúng ý cô. Nếu xét về đầu tư kinh tế thì đầu tư vậy có đáng không?

Còn bây giờ, tôi nói về tâm lý lứa tuổi.



Đi học là một cuộc cách mạng, là bước ngoặt lớn trong đời bé, đòi hỏi ba mẹ có một sự chuẩn bị kỹ lưỡng và toàn diện. Tiến sĩ Tâm lý Hoàng Minh Tố Nga nói: "Ở nhà nhất mẹ nhì con, giờ nhà nào cũng chỉ có từ 1 tới 2 con, trong lớp sẽ toàn các vua và nữ hoàng chơi với nhau. Con sẽ phải tương tác với một xã hội mà ở đó không còn có yêu thương vô điều kiện như ở nhà nữa. Đừng thấy con mình đi học về viết đẹp, biết đọc là vội mừng. Nhiều bé ra chơi toàn đứng 1 mình, nhiều bé khóc vì "không có ai chơi với con", "đi học con toàn bị ăn hiếp", "đi học không vui gì hết!"

Nguy hiểm nhất ở lớp 1 không phải là chưa biết viết, biết đọc, mà là không kết nối được với xung quanh, không biết cách bộc lộ cảm xúc, không biết tương tác, không biết cách sống cùng người khác".

Mà tất cả những điều này đều cần dày công!

Mục đích học tập của lớp 1 là gì? Là con bạn biết đọc và biết viết, hay con ham học tập, tìm tòi và sáng tạo? Để ý sẽ thấy, cuối lớp 1, hầu như bé nào cũng biết đọc, biết viết. Nhưng có bao nhiêu nhà bố mẹ phải kè kè bên bàn mỗi đêm, la mắng, dùng roi, dùng hình phạt, hoặc dùng các phần thưởng để nhử con học? Sensitive nhất là con viết nhầm, tính sai, quên làm bài tập? Bao nhiêu bé thực sự có động cơ học tập, biết học tập là việc của chính mình chứ không phải là học cho cha mẹ?

Cơ chế giáo dục phổ thông của nước mình - đặc biệt so với nhiều nước tiên tiến khác - là giáo viên không được tự ý điều chỉnh lịch giảng dạy! Tức là tuần đầu tiên vào lớp Một, mặc kệ những bạn đã đọc thông viết thạo hay bạn chưa biết một nét nào thì lớp Một của

cả nước đều bắt đầu học một bài giống nhau, với thời lượng tương đương nhau. Tuần đầu tiên là cứ học nét cong, nét thẳng, nét hất chán chê, rồi sau đó thì ê a vài chữ cái.

Bạn lớn bằng này rồi, bạn đã biết cư xử cho đẹp lòng sếp rồi, mà giờ bắt bạn ngồi học ngày 8 tiếng, sếp cứ ra rả nói những điều bạn đã biết, bạn còn muốn nổi điên huống chi các cô cậu 6 tuổi, quá trình hưng phấn mạnh gấp nhiều lần quá trình ức chế, ở nhà đã đọc ro ro, tính nhoay nhoáy, giờ cứ ngồi đợi cô dạy nét cong nét hất, ngồi vẽ chữ to chừng 4 li đúng như giáo án của Bộ Giáo dục đề ra... Những bạn đã học trước rồi, vào lớp thường rất nghịch phá, bướng bỉnh. Và hệ quả lại thường bị cô giáo la mắng, trách phạt.

Vậy là, ngay những bước chân đầu tiên tới trường, bắt đầu một hành trình dài và quan trọng suốt đời là học hành, thì toàn thấy trẻ bị "hành", chẳng thấy "học" được cái gì mới mẻ, thú vị và hấp dẫn cả!

Tôi đã thử, và đã thấy. Cả Xu và Sim hoàn toàn không học trước chữ nào, không học trước ngày nào!

Nói thế không có nghĩa là tôi bỏ mặc con chơi với tivi suốt 5 năm rồi tới ngày 5/9 quảng tọt vào lớp cho cô giáo. Tôi dạy con những thứ cần thiết để giúp cho việc dạy của cô. Tôi dạy con cầm bút. Tôi tập cho con tập trung, trật tự. Tôi tập cho con tự chăm sóc bản thân, tự chải đầu, cột tóc, tự rửa mặt, biết đi vệ sinh... Tôi tập cho con cách thưa gửi, trình bày với cô giáo sao cho hiệu quả.

Có lần, con tôi bị cô tịch thu quả bóng, nó tiếc lắm. Tôi không đi xin hộ, chỉ giả sử mẹ là cô giáo để con tập khoan tay, nói: "Cô ơi, con xin lỗi! (dừng một chút)



Từ nay, con sẽ không mang bóng tối lớp nữa ạ! (dừng một chút xem cô có nói gì không) Cô cho con xin lại quả bóng được không ạ?" Hôm sau, bé đã xin được bóng mang về. Tôi hỏi: "Lúc nói, con có thấy sợ cô không?" Nó bảo: "Con không sợ gì hết, vì đã được tập ở nhà với mẹ rồi còn gì!"

Nhưng ngay từ mẫu giáo, tôi đã quán triệt rằng, việc học là của con. Những nhiệm vụ của con thì con phải tự chịu trách nhiệm, nếu con quên hay cố tình không làm bài tập thì con sẽ phải chấp nhận hậu quả!

Tôi nghĩ, quan điểm về việc dạy học có thể khác nhau, nhưng cũng không cần thiết phải đối đầu để gây ức chế cho cô giáo. Vì thế, khi con vào lớp 1, tôi đã gặp cô và trình bày một cách thật cầu thị rằng bé chưa học chữ trước, chắc chắn sẽ gây nhiều khó khăn, rất mong cô kiên nhẫn. Tôi hứa hẹn sẽ hợp tác tốt với cô trong việc dạy con.

Và 2 tuần đầu, giờ ra chơi, con tôi thường phải ngồi lại viết bài. Nhiều người nói tôi ác, để con tự bơi giữa các bạn đã thành thạo, làm con mất tự tin ngay từ điểm xuất phát. Nhưng tôi nghĩ khác. Trước đó, tôi đã hay nói chuyện để con hiểu rằng, con không học trước cho nên con sẽ chậm hơn các bạn trong việc viết và đọc, nhưng bù lại, con và mẹ có nhiều thời gian đi chơi, đi du lịch, tập các môn thể thao như đạp xe, bơi, trượt patin, tập đàn, tập hát, tập vẽ...

Không phải vô lý khi nhà văn Thanh Tịnh nói: "Mỗi năm, cứ vào cuối thu, lá ngoài đường rụng nhiều... lòng tôi lại man mác những kỷ niệm hoang mang của buổi tựu trường". Cảm giác đó tuyệt vời lắm, thiêng liêng lắm, "ngàn năm hồ dễ mấy ai quên", tại sao không cho bé tận hưởng?

Đường học còn rất dài, còn suốt cả cuộc đời. Hãy để bé đặt bước chân khởi đầu vào lớp Một bằng cảm xúc của việc sống trung thực, háo hức với những thử thách mới mẻ, thấy mình tiến bộ mỗi ngày so với bản thân mình hôm qua.

Đừng đẩy bé vào những giờ học cực hình, phải “khoanh tay, mắt nhìn lên bảng, nghe cô giáo giảng” những điều cũ kỹ mình đã lén học trước từ năm ngoái.



Đừng nhốt thiên thần trong cái ao 26 chữ cái

Khi tôi viết về việc không cho Xu Sim học trước, học sớm trên Facebook và trên báo, hàng ngàn comment của các bạn lo lắng rằng nếu không dạy trước, dạy sớm như người ta thì con sẽ thua các bạn.

Thú thật là những ngày đầu vào lớp, khi Xu Sim không học trước như người ta, thì con thua các bạn thật, con cũng ngợp thật.

Nhưng có lẽ tôi bình tĩnh được khi đi một mình một đường, bình tĩnh được khi cô đọc đúng bên lề các cuộc đua, vì ngay từ lúc mới bắt đầu làm mẹ tôi đã may mắn bị thua người khác suốt nhiều năm trong việc nuôi con còi.

Nhiều năm liền, Xu luôn thua tất cả mọi bạn bè cùng lứa về cân nặng, tôi luôn thua tất cả mọi bà mẹ xung quanh về việc mát tay nuôi con. Do đó, bây giờ, như thép đã được rèn trong lò, tôi thấy việc mình bị thua thêm vài tháng nữa về việc đọc và viết, thật là chuyện nhỏ. Thua thì có sao!

Tôi cho rằng cảm giác thua người khác là một cảm giác nhất thiết phải được nếm trải, nếm sớm tốt sớm! Bởi vì, làm sao có ai, có đội tuyển nào mà có thể suốt đời chỉ thắng và thắng?

Tôi đầu tư cho con chơi thể thao. Môn con tôi học thêm duy nhất suốt năm lớp 3 là tập thể thao ở sân vận động Phú Nhuận. Một phần tôi muốn con có thể

trạng tốt, còn phần quan trọng hơn là tôi cho rằng cái quý giá nhất ở thể thao là được làm quen với việc thắng rồi thua, thua rồi thắng, thắng thua là việc thường tình.

Gần 20 năm làm ở báo Hoa Học Trò, tôi may mắn được nghe hàng ngàn tâm sự của các học sinh, chúng tôi đã từng phải can ngăn những vụ đòi bỏ nhà đi bụi hay một kế hoạch tự tử vì bài thi thua điểm bạn bè. Tôi cũng đã gặp những người lớn, chỉ vì phạm một sai lầm mà tung hô tất cả những thứ tốt đẹp còn lại.

Thắng tất nhiên là tốt rồi, nhưng bình tĩnh giữ được mình trong lúc thua, lẽ nào không cần học? Học cách để chiến thắng và học cách chung sống với thua, đều quan trọng như nhau.

Vậy thì việc con không học trước rồi con thua các bạn không còn đáng lo nữa nhé!

Điểm thứ 2, tôi nghĩ, dạy sớm 26 chữ cái để làm gì? Con biết chữ sớm, để con tiếp xúc với kho tàng tri thức sớm? Điều đó cũng tốt, nhưng chưa chắc đã là tốt hơn.

Nhớ hồi 5 tuổi, Sim vẫn chưa biết một chữ nào. Sim thấy mẹ và chị đọc truyện, nằng thèm thuồng tới mức tự đọc bằng cách nhìn vào tranh và bịa ra một câu chuyện mới! Bạn có thấy điều đó hay hơn việc đọc thông viết thạo không? Tôi thì thấy có!

Trong những ngày đi tham quan các trường học ở Israel tôi cũng luôn được nhắc rằng: **“Người thầy không phải là người truyền thụ tri thức!”**. Thời đại Internet, tri thức được tải xuống từ bất kỳ đâu. Bạn bè tôi, nhiều đứa ngày 20/11 còn đi cảm ơn Mr Google kìa!



“Dấu hiệu đích thực của trí thông minh là khả năng tưởng tượng chứ không phải kiến thức”.
(Albert Einstein)

Tôi mới đọc được một câu chuyện thực sự rung động.

Năm 1968, tại tiểu bang Nevada nước Mỹ, cô bé 3 tuổi tên là Edith, một hôm chỉ vào chữ cái đầu tiên của chữ “OPEN” trên chiếc hộp đựng quà trong nhà mình, và nói với mẹ rằng đó là chữ “O”. Mẹ của cô bé rất ngạc nhiên và hỏi vì sao mà cô bé lại biết được đó là chữ “O”. Edith nói với mẹ là cô giáo ở trường dạy...

Thật không ngờ là bà mẹ đã ngay lập tức viết một lá đơn khởi kiện trường mầm non nơi con bà học. Lý do khởi kiện của bà làm cho người khác vô cùng kinh ngạc, bà kiện trường mầm non đã tước đi khả năng tưởng tượng của Edith. Bởi vì khi chưa biết chữ “O”, con gái bà có thể nói “O” là mặt trời, là quả táo, là quả trứng gà... Nhưng sau khi trường mẫu giáo dạy cô bé nhận biết đó là chữ “O”, Edith đã bị mất khả năng tưởng tượng này, và bà đòi phí bồi thường tổn hại tinh thần cho cô bé là 1.000 USD.

Đơn kiện sau khi được gửi lên tòa án đã làm cho toàn bộ tiểu bang Nevada vô cùng kinh ngạc và không ngừng tranh luận. Các thầy cô của trường mẫu giáo cho rằng bà mẹ này nhất định là... bị điên. Những phụ huynh khác thì cho rằng bà mẹ có chút “chuyện bé xé ra to”, ngay cả luật sư của bà cũng không tán thành cách làm của thân chủ mình.

3 tháng sau, nằm ngoài dự đoán của mọi người, kết quả là trường mầm non thua kiện. Bởi vì toàn bộ thẩm phán viên của đoàn thẩm phán đều bị câu chuyện mà bà kể khi biện hộ làm cho xúc động.

Bà mẹ này nói: “Tôi đã từng đến một số đất nước ở phương Đông du lịch. Một lần, tôi ở trong một công viên, nhìn thấy hai con thiên nga, một con bị cắt bỏ một cánh bên trái được thả ở một cái hồ lớn; con kia thì còn nguyên vẹn không bị gì, được thả ở cái hồ nhỏ. Nhân viên quản lý ở đó nói rằng, như thế là để cho hai con thiên nga này không bay đi mất, con thiên nga bị mất một cánh bên trái không thể bay vì không giữ được thăng bằng, còn con kia vì thả ở hồ nhỏ nên không có đủ không gian để lấy đà bay. Lúc đó, tôi vô cùng khiếp sợ, khiếp sợ sự thông minh của người phương Đông. Và tôi cũng cảm thấy rất bị ai. Hôm nay, tôi kiện cho con gái tôi, vì tôi cảm thấy con gái tôi giống như con thiên nga đó ở trong nhà trẻ. Họ đã cắt đứt một cánh tưởng tượng của Edith, đã nhốt con bé trong cái ao nhỏ chỉ có hai mươi sáu chữ cái quá sớm. Edison cũng là bởi vì có trí tưởng tượng không thực tế, mới phát minh ra được bóng đèn điện; Newton là bởi có tư tưởng sáng tạo ra cái mới mới phát hiện ra được lực hấp dẫn của Trái đất. Có thể khả năng tưởng tượng của Edith không phong phú, nhưng bạn không thể cướp đoạt quyền tưởng tượng của con bé, bởi vì một con thiên nga không có cánh thì vĩnh viễn không bay lên được.”

Sau đó, tiểu bang Nevada đã căn cứ vào toàn bộ đoạn biện hộ trước tòa của bà mẹ để sửa đổi “Luật bảo hộ giáo dục cho công dân”, trong đó có quy định những quyền lợi của trẻ nhỏ tại trường học:

- Quyền được chơi
- Quyền được hỏi tại sao, cũng chính là quyền được sử dụng trí tưởng tượng.



Vòng tròn là gì? Trong não trẻ có thể có hàng ngàn vạn câu trả lời, xin đừng nói với các em rằng đó chỉ là 1 vòng tròn, đừng bẻ gãy chiếc cánh tưởng tượng của các em. Khi con thiên nga bị mất đi một cánh thì nó không thể bay, khi chúng ta bị cắt đi chiếc cánh tưởng tượng thì sẽ không bao giờ tìm được thiên đường của niềm vui sáng tạo nữa.

Nhiều người khi nghe câu chuyện này đã vào trang web của bang Nevada để tìm lại văn bản gốc, nhưng không thấy. Có thể câu chuyện xúc động trên chỉ là sản phẩm của trí tưởng tượng. Tuy nhiên, thông điệp của nó vẫn vô cùng chính xác: **“Đừng cắt đứt 1 cánh tưởng tượng của con, đừng nhốt thiên thần trong cái ao nhỏ chỉ có 26 chữ cái quá sớm!”**

Nét chữ không hẳn là nét người

Khi con bắt đầu vào lớp 1, tôi thấy bạn bè, hàng xóm và trên các forum, hầu hết ba mẹ stress nhất là lỗi con viết chữ xấu. "Nét chữ nét người", từ giáo viên, phụ huynh, người lớn, hầu như ai cũng nói tập viết là để rèn tính cẩn thận.

Có thật không? Chữ viết của học sinh tiểu học Việt Nam hiện đang rất đẹp so với thế giới! Hãy nhìn chữ viết của học sinh Mỹ, châu Âu, Nhật mà xem... Phần lớn học sinh nước họ viết chữ xiên chữ xẹo, thậm chí tiểu học mà không viết giấy kẻ ô li, chỉ viết trên giấy trắng hoặc giấy không có dòng kẻ.

Vậy họ có "xấu nét" hơn người Việt Nam không? Tại sao các sản phẩm của họ, từ ô tô, máy bay, điện thoại tới những đồ dùng nhỏ nhỏ như dao nĩa... đều rất tinh xảo, tinh tế hơn hàng Việt Nam?

Viết chữ thế nào không quan trọng bằng viết cái gì. Viết nhanh, viết sáng tạo, có cảm xúc, có ý tưởng quan trọng hơn viết đẹp. Đó là chưa kể tương lai, có thể con sẽ không dùng tới chữ viết tay nữa kia.

Mất quá nhiều thời gian và nước mắt, hi sinh quá nhiều niềm vui và sự hồn nhiên của trẻ thơ chỉ để rèn 1 kỹ năng mà ngày sau ít có cơ hội dùng tới, liệu có thực sự tốt cho con trong khi mỗi ngày chỉ có 24 giờ?



Và quan trọng nhất là đừng quá kỳ vọng rằng cô giáo là phải "hiền như cô Tấm" và con lúc nào cũng phải ngoan ngoãn học giỏi. Tại sao mình có thể giữ bình tĩnh khi dạy cháu chắt, hàng xóm mà lại chỉ nóng nảy với con mình? Đó chính là do sự kỳ vọng. Vì yêu thương nên kỳ vọng. Và vì kỳ vọng nên mình luôn cảm thấy không hài lòng. Mình đòi hỏi, cáu gắt, stress...

Con mình chậm hơn so với các bạn thì có sao? Có những loài hoa nở sớm, và có những loài nở muộn, chẳng ai có thể nói là hoa nở muộn sẽ kém sắc hơn hoa nở sớm cả. Ngay như Albert Einstein - nhà bác học thiên tài - hồi nhỏ cũng còn bị phê bình là học kém cơ mà!

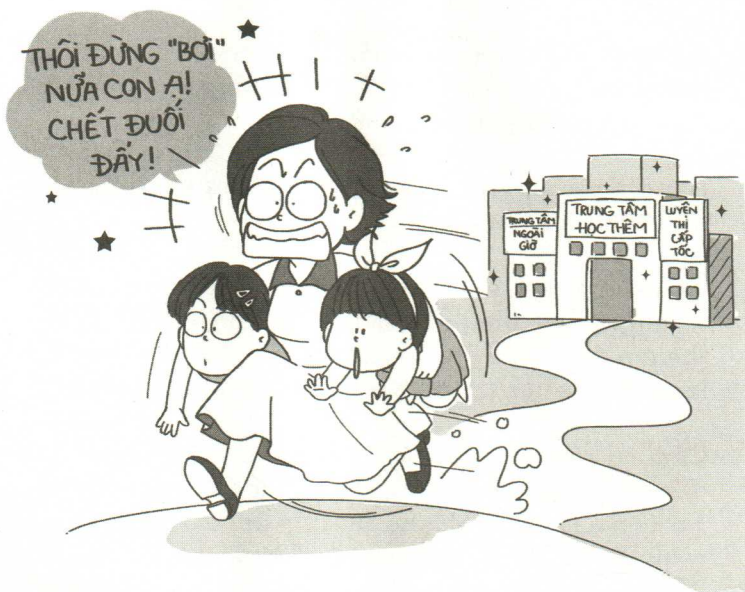
Đường học còn dài, đường học là đường chạy Marathon chứ không phải là chạy nước rút. Và lớp 1 không phải trại lính, lớp 1 cần nhất là học vui thôi!

Để cùng con vượt ải lớp 1:

- Ở nhà, bố mẹ có thể dán nhãn lên đồ vật. Làm từ từ, thời gian đầu thì dán vài món đồ, chữ to, sau tăng dần và chữ nhỏ hơn, không phải ngay trong một hôm dán khắp nơi bé sẽ bị ngợp.

- Mỗi tối đọc truyện cùng con, chỉ đọc từ 10 đến 15 phút trước khi đi ngủ, đọc chậm rãi, chỉ tay vào từng chữ, và tương tác cùng con về câu chuyện.

- Hạn chế iPad, tivi, điện thoại, các thiết bị điện tử...



Trẻ con có cần đi học thêm?

Tôi tin rằng dạy thêm ở tiểu học chỉ là nhu cầu của giáo viên, hoàn toàn không phải là nhu cầu của học sinh!

Nhiều bố mẹ phản biện: "Cô giáo giảng nhanh, chương trình nặng, không học thêm sẽ không hiểu được bài." Hic hic...

Năm lớp 4, chuyển về học trường song ngữ, Xu và Sim rơi bộp vào môi trường yêu cầu cao về tiếng Anh trong khi từ nhỏ tới giờ chưa học thêm ở trung tâm nào. Tuần học đầu tiên, Xu về gắt gỏng với mẹ, lớn tiếng la lối em Sim. Cuối buổi, nàng ấy khóc: "Mẹ ơi, con sợ môn tiếng Anh. Cô Hollie nói gì con không nghe được, cô hỏi con cũng không hiểu cô hỏi gì, các bạn trả lời xong rồi mà con cũng không hiểu các bạn



trả lời gì. Cô kể chuyện cười, cả lớp cười, có mình con không biết phải cười cái gì..." Tôi quay qua Sim thì: "Con cũng chẳng hiểu gì hết!"

Đau thắt trong ruột! Mẹ nào chẳng đau khi con mình như vừa châm vừa điếc trong lớp!

Tôi lo lắng cả đêm không ngủ được... Hôm sau, tôi lên trường, gặp cô hiệu phó, hỏi cô nên cho Xu Sim đi học thêm ở đâu. Cô ấy bảo: "Việc để Xu Sim theo kịp lớp là nhiệm vụ của trường và giáo viên! Yên tâm đi chị!"

Cảm ơn rồi về, nhưng tôi đâu có yên tâm được. Gọi điện thoại hỏi thêm một cô bạn khác vừa đi du học về. Nó kể hồi mới qua Mỹ, nó phải ghi âm bài giảng và tối về nghe lại. Tôi đi ngay ra tiệm, mua cho Xu một cái điện thoại có chức năng ghi âm. Xu lại nói, hình như nhà trường không cho đem điện thoại đi học... Thế là lại để ở nhà.

Bỗng nhớ lại các cuộc tranh luận lâu nay, khi xung quanh tất thấy đều cho con luyện chữ và viết trước, mình tôi bướng bỉnh nói "không". Hóa ra, vì tôi có 4 năm học Đại học Sư phạm, rồi 20 năm làm việc trong ngành giáo dục và liên quan tới giáo dục, tôi cũng nói chuyện với nhiều giám đốc nhân sự và bản thân cũng chịu trách nhiệm về nhân sự, nên tôi hiểu **việc học trước, học thêm chẳng giải quyết được gì về Con Người**.

Thế nên, tôi mới có gan để Xu Sim học dốt nhất khối 1. Tội nó không sợ vì mẹ không sợ! Còn trong việc học tiếng Anh, khi chính bản thân tôi cũng sợ môn này thì cô hiệu phó có nói "yên tâm đi chị" một nghìn lần tôi cũng không thể nào mà yên tâm nổi. Tự nhiên cảm thấy thấu hiểu các bà mẹ lâu nay tôi vẫn hay "lên án".

Chiều qua, trời đang chuyển mưa vì ảnh hưởng bão, tôi chở Xu Sim về, thấy Xu ngồi sau xe hát nguyên một đoạn dài bài *We are the world*, khá tròn vành rõ chữ. Tôi thắng xe đứng lại, hỏi: "Ồi, con học khi nào vậy?" "Thầy giáo chủ nhiệm cho tụi con tập bài này!"

Ồ! Hóa ra, sức bật tự thân của tụi trẻ con rất lớn. Cứ nhúng tụi nó vào môi trường tiếng Anh, nó sẽ tự bơi được!

Khi con lỡ bị tụt lại ở một môn nào đó, ba mẹ nên cân nhắc thật kỹ càng việc thuê gia sư hoặc đưa đi học thêm. Nếu lỡ gặp gia sư ở nhà dạy khác, giáo viên trên lớp dạy khác, bị lệch phương pháp thì con sẽ càng rối hơn. Rồi đã học kém lại bị nhồi thì sẽ càng sợ, càng ghét, càng học kém hơn. Hãy để con tự làm, rồi nếu cái gì không làm được thì tự tới lớp trình bày với giáo viên, tự đề nghị giáo viên giúp đỡ!

Tôi nhớ có một câu chuyện về con ếch đăng trên báo Hoa Học Trò. Rằng, một anh thanh niên tới một nhà hàng và hỏi ông chủ có muốn mua hàng triệu cái đùi ếch không. "Gần nhà tôi có một cái ao chứa cả triệu con ếch. Chúng cứ kêu ộp ộp suốt cả đêm, khiến tôi phát điên lên được". Ông chủ nhà hàng khá vui mừng, đặt ngay 500 con mỗi tuần. Cuối tuần, anh thanh niên trở lại nhà hàng với vẻ ngượng ngùng, trên tay cầm 2 con ếch nhỏ và ốm tong teo. Ông chủ ngạc nhiên: "Thế những con ếch kia đâu rồi?". Anh bẽn lẽn: "Tôi đã làm. Chỉ có hai con ếch trong ao... Nhưng chắc chắn chúng đã làm ồn rất nhiều, như có hàng triệu con ếch vậy."

Có lẽ nào dư luận về việc thả cho con tự học, rồi con học kém và bị cô giáo dì, cô giáo đánh phạt, nó chỉ như chuyện hàng triệu con ếch mà thôi?



Hành trình giúp con thoát những ngày học khổ khổ

Nhiều bạn bảo họ cũng không muốn cho con học trước, học thêm, cũng muốn cho con vui chơi nhưng mà cô giáo cứ bắt học, nhà trường cứ bắt học, và chương trình thì nặng quá buộc phải học!

Tại sao biết hại cho con mình mà lại vẫn làm?

Tôi kiên quyết không chịu. Tôi vẫn đi theo cách mà mình tin là đúng. Dù ngược dòng, dù đơn độc, nhưng tôi vẫn làm. Và nè, tới giờ này, ba mẹ con tôi vẫn sống sót!

Bước thứ nhất:

Tôi xác định rõ là Xu và Sim chỉ là 2 đứa trẻ bình thường, không phải là thần đồng hay thiên tài gì. Xu và Sim nếu mà học dốt là do gene của tôi. Tôi không bao giờ đẩy áp lực lên vai cô giáo bằng cái câu nghe rất quen thuộc như: "Trăm sự nhờ cô!" mà phải luôn tự nhủ trong lòng rằng: "**Trăm sự nhờ mẹ!**"

Tôi thấy khắp Việt Nam, mỗi ngày, hàng trăm ngàn đứa trẻ học cùng một bài, được hưởng cùng một sự chỉ đạo của Bộ Giáo dục, tại sao vẫn có đứa ngoan đứa hư, đứa giỏi đứa kém, đứa vui vẻ, đứa stress? Điều này phụ thuộc vào thể trạng của con và cách giáo dục của riêng từng gia đình.

Bước thứ hai:

Nếu cô giáo vẫn không hợp tác thì tôi tìm cách "giải thiêng" cho điểm số. Nhớ hồi lớp 1, cô giáo Xu gợi ý tôi cho con đi học thêm, còn viết hẳn vào sổ báo bài của Xu. Cả lớp chỉ có 2 học sinh không đi học thêm là

con của 1 chị bán hủ tiếu (vì không có đủ tiền đi học thêm) và con của tôi. Cô chê Xu rất nhiều, Xu hay bị điểm thấp, lười nguýt, nhieć mốć nặng nề.

Tôi lắng nghe những ấć ức mà Xu phải chịu vì bị cô giáo "đi". Tôi chỉ tập trung vào xử lý, phân tích, tháo nút cảm giấć của Xu chứ không bao giờ đi "xử lý cô giáo".

Nói cho cùng, cô "đi" thật thì sao? Chẳng sao cả! Thậm chí nó còn có phần nào đó tốt cho con. Bé được làm quen với áp lực và việc chịu hậu quả cho mỗi việc làm của mình ngay từ trên lớp. Nguy cơ lớn nhất của con người ở thế kỷ 21 chính là áp lực. Vậy thì hãy tập làm quen với áp lực đi!

Rất may là con do chúng ta đẻ ra, và nó vẫn là con ta. Tác động của ta lên nó vẫn là rất mạnh so với bất cứ ai khác. Bố mẹ là "thế giới chất lượng" của con cơ mà.

Nếu cả thế giới nói bạn dốt, cả thế giới lên án bạn mà bố mẹ vẫn tin tưởng và yêu thương bạn thì bạn vẫn có thể tự tin được.

Với Xu và Sim, nhận xét của thầy cô cũng quan trọng, nhưng không ai to bằng mẹ Hà cả!

Và tôi thấy rằng, thường giáo viên chỉ có thể "hành hạ" được con mình khi mà con không tin tưởng chia sẻ với ba mẹ, hoặc chính ba mẹ cũng không hiểu con, không chịu nhìn nhận sự sợ hãi và bất công mà con cái mình đang phải hứng chịu.

Con chỉ viết chậm hơn bạn, đọc kém hơn bạn mà đã tự ti, mặc cảm, rồi sợ đi học... thì ngày sau ra đời biết sống làm sao? Ngày sau, xe thắğ bạn xin hơn



xe mình, vợ hàng xóm đẹp hơn vợ mình, chồng hàng xóm giàu hơn chồng mình, nhà hàng xóm to hơn nhà mình, con hàng xóm nặng ký hơn con mình... thì liệu có sống nổi không?

Bước thứ ba:

Khi chính tôi cũng cảm thấy mệt mỏi vì phải đối phó và lạc lõng hoài giữa các phụ huynh quá nhiệt tình chở con đi học thêm thì tôi bắt đầu tìm cách khác. Tôi đi tìm một môi trường thích hợp hơn cho con và tìm một cộng đồng những phụ huynh đồng cảm với mình, và tôi chuyển trường cho con. Luôn luôn có những môi trường như vậy.

Tuy nhiên, ngôi trường phù hợp với con lại ở tận một huyện ngoại thành. Trường có xe đưa rước, nhưng vì muốn tiết kiệm tiền và thời gian đi lại cho con nên tôi chuyển nhà tới gần trường! Vậy là tôi về rao cho thuê căn hộ đang ở khu trung tâm thành phố, chuyển xuống huyện Bình Chánh, thuê một căn hộ sát bên trường. Bạn bè nhiều người can ngăn, rằng nhà đang đẹp thế, cho thuê sẽ bị hư hỏng hết. Tôi nghĩ, nó chỉ là một căn nhà, hỏng thì sửa, không thuận tiện, không phù hợp thì đổi. Chỉ có con mình là không thể thay đổi, không thể để cho hư hỏng được thôi.

"Quyền lực chỉ có sức mạnh nếu chúng ta đồng ý với nó." (Gandhi)

Tôi nghĩ, không ai, không cô giáo nào hay ông Bộ trưởng nào có thể bắt ép tôi nếu tôi không cho phép họ làm điều đó!

Tôi tin, mỗi phụ huynh đều có quyền bỏ phiếu cho việc học thêm hay không, bằng chính những lựa chọn của mình.

Thành công phụ thuộc vào tính cách!

Con học giỏi có nắm chắc tương lai con sẽ thành đạt không? Không! Những nghiên cứu mới nhất càng xác định trí thông minh chẳng quyết định nhiều lắm đến thành công của bạn.

Ngày 24/12/2015, Bộ Lao động Thương binh & Xã hội công bố số cử nhân và thạc sĩ thất nghiệp trên cả nước là 225.500 người!

Vậy thì rõ ràng đậu đại học, tốt nghiệp đại học, thậm chí tốt nghiệp cao học, có tấm bằng trong tay vẫn chưa chắc là sẽ có việc làm và thành công.

Tôi biết một người bạn học siêu giỏi, được thầy cô và gia đình cưng như vua, đậu đại học cũng điểm rất cao. Nhưng khi ra trường đi làm thì cứ trầy trật lên xuống, sếp chỉ cần nói vài câu thiếu nhẹ nhàng là bạn ấy bỏ việc. Trong nhóm chúng tôi lại có những bạn ngày xưa học kém hơn nhiều, nhưng giờ rất thành đạt. Trong những cuộc nhậu, bạn học giỏi thường nói móc bạn học kém: "Thằng đó đâu có thông minh gì, nó chỉ được mỗi cái lưỡi!"

Tôi gặp rất nhiều người thường bức xúc vì công việc không xứng đáng với bằng cấp hoặc học lực của mình. Có đứa cứ đi làm vài tháng hoặc non năm thì lại quay về trường đi học lên thạc sĩ, hoặc văn bằng hai, văn bằng ba, vì "Đi học vui hơn. Đi làm bức mình lắm!"



Nhiều khi thấy người nào đó lên lương, lên chức là hội "bà tám" lại kết luận rằng "nó đi cửa sau", "nó là COCC", hoặc là "đi lên bằng vốn tự có".

Là người chịu trách nhiệm về nhân sự trong bộ phận của mình, tôi cũng khá hồi hộp khi nhận những hồ sơ xin việc có một đồng bằng cấp, hoặc bằng tốt nghiệp loại giỏi... Vì chưa hẳn người học giỏi đã là người làm việc giỏi. Mà tôi thì chỉ cần người biết làm việc giỏi thôi!

Công ty nào cũng có cảnh người đã bận lại càng hay ôm thêm việc mới, còn có người thì ngồi không hoài, sáng cấp ô đi, tối cấp về. Và tôi, cũng rất hồi hộp khi giao thêm việc mới cho một người đang nhàn rỗi trong phòng.

Nhiều bạn quan niệm: "Không phải việc của mình thì không làm." Tôi vẫn nghĩ, khi làm thêm một việc mới, không bỏ dọc thì cũng bỏ ngang. Dù sắp có không trả thêm tiền cho phần việc bạn làm thêm thì nó cũng giúp bạn giỏi giang hơn. Khi về nhà, khi ra đường, bạn cũng lanh lẹ hơn, tháo vát hơn. Và con cái bạn thì hưởng lợi đầu tiên, vì có ba mẹ nhiều trải nghiệm và ưa khám phá!

Tại sao? Có lẽ chúng ta nên nhìn ngược lại thời các học sinh đi học! Tính ỷ lại và thụ động của người lao động có nhiều nguyên nhân, và một trong những nguyên nhân gốc rễ quan trọng là cái nề nếp học "ủn mông" ở trường và ở nhà.

Kể nghe nè, năm rồi, tôi mua nhà của một thầy giáo dạy Toán cấp 3. Việc bán nhà cực kỳ gấp với thầy, nhưng thầy không thể nào tìm được một buổi rảnh

giờ hành chính để đi ký giấy tờ công chứng. Thầy phân bua: “Ngày nào tôi cũng dạy kín mít từ sáng tới chiều, chiều đến tối khuya, mỗi buổi 5 tiết”. “Thầy nhờ đồng nghiệp dạy thay 1 tiết được không?”. “Tất cả đồng nghiệp của tôi cũng đều bận kín mít, không ai trống giờ nào!!!”

Một người bạn làm giáo viên Văn cũng than: “Tao dạy thêm tối mất. Muốn lên mạng tìm tư liệu nhưng không có thời gian, cũng không có lúc nào rảnh mà đọc sách cả.”

Tại sao thầy cô phải "chạy sô" dữ vậy? Chỉ có thể lý giải rằng **có câu thì mới có cung. Chỉ khi chúng ta đồng ý học 15 tiết/ngày thì thầy cô mới có thể dạy nhiều đến vậy!**

Nhìn trên đường Sài Gòn sẽ thấy. Kết thúc một ngày học tập mệt mỏi ở trường, nhiều học sinh nguyên bộ đồng phục trên người, được mẹ tới dì cho hộp sữa hay hộp cơm rồi chở thẳng đi học thêm. Rất nhiều học sinh ăn tối vội vàng ở vệ đường hoặc ngay trên yên xe.

Có nhà phải cử hẳn một người nghỉ việc chỉ để đưa đón con, chạy như đèn cù giữa các điểm học thêm, chiều chiều là đánh bóng mặt đường, đưa rồi rước con cái tới khuya mới về.

Ở một trường dân lập khá nổi tiếng có tỷ lệ tốt nghiệp 100%, các bạn nội trú sáng học, chiều học, ăn tối xong là vào lớp học. Cứ 15 học sinh là 1 thầy kèm, nhóm chậm thì 3 học sinh 1 thầy, ngồi “ốp” bên cho tới khi lý thuyết nhuyễn như cháo chảy và giải các dạng bài đến thuộc lòng.



Vậy thì, tới một ngày nào đó, khi không có ai đứng kê kê bên cạnh thúc ép và trừng mắt, liệu con các bạn sẽ sống và làm việc thế nào? Khi đi làm, nếu chẳng còn có người giao việc vào tận tay rồi dí đằng sau và kiểm tra riết róng hàng phút một, như các thầy cô luyện thi nữa thì con có chủ động, tự giác làm không?

Tôi đã gặp rất nhiều người ngày xưa học không xuất sắc, giờ lại rất thành công và hạnh phúc. Nhiều người ngày xưa toàn đứng nhất nhì thì giờ lại lẹt đẹt và luôn bất đắc chí trong cuộc sống.

Năm 1906, nhà toán học Vilfredo Pareto tìm ra nguyên lý 20/80. Thành công của một người chỉ 20% phụ thuộc vào chuyên môn, kiến thức của người đó, còn tới 80% phụ thuộc vào kỹ năng xã hội, vào các mối quan hệ, độ nhạy, khả năng tận dụng các mối quan hệ trong xã hội. Bài báo của Business Insider mới đây khẳng định thêm: **Trí thông minh chẳng quyết định nhiều lắm đến thành công của bạn. Thành công phụ thuộc vào thái độ!**

Và tôi, tôi vẫn không đồng ý việc cha mẹ và thầy cô nhồi và ép con học. Bởi vì, hậu quả nguy hiểm nhất của việc chạy xô đi học thêm, hoặc ba mẹ, gia sư kèm kê kê mỗi tối là việc con không được tự suy nghĩ, tự lập, tự tìm kiếm giải pháp, tự hút cơ hội về cho mình!

Làm sao để con tự giác học?

Quê tôi ở Ninh Bình, trồng lúa và rất nhiều hoa màu. Ngày xưa, mỗi mùa lạc, các chủ vừa lạc thường huy động trẻ con ngồi bóc vỏ. Trẻ con ngày xưa đứa nào cũng đói, đứa nào cũng thèm ăn, ăn lạc sống cũng ngon lắm! Mỗi nhóm trẻ ngồi bóc là phải cử một đứa ngồi canh gác, không cho tụi kia ăn vụng! Nhưng rồi các chủ vừa phát hiện ra rằng, càng canh gác, càng cấm thì tụi nhóc càng nghĩ ra trăm phương nghìn kế để ăn vụng, và lại còn mất một công lao động ngồi canh.

Cuối cùng, họ nghĩ ra một kế, mắc cười lắm. Đó là ngay ngày đầu tiên của vụ lạc, họ rang rất nhiều lạc lên, cho tụi nhóc ăn thỏa thích (Bỏ nhỏ là rang chín vừa, hơi tạt ít, sẽ càng nhanh ngán). Tụi nhóc đang đói, được ăn lạc thả cửa thì khoái lắm, ăn quên trời đất. Và kết quả là tối hôm đó, tất thấy tụi nó đều ngán tối tận óc! Và cả mùa lạc hàng tháng trời, khỏi cần ai ngồi canh, chẳng chàng nào tha thiết ăn vụng lạc nữa! Ác thật há!

Nhưng sao mà giống việc học của tụi trẻ con bây giờ quá đi!

Nhiều đứa tối nào cũng phải có một người ngồi kèm bên cạnh với một đồng bài tập cơ bản, hoặc nâng cao, nếu ba mẹ lơ mắt ra chỗ khác là tính toán sai, là viết ẩu. Ba mẹ không canh là chuẩn khỏi bàn, trốn luôn.

Tôi đang theo học tiếng Anh ở một trung tâm khá mắc tiền. Vậy mà rất nhiều cô cậu choai choai trong lớp toàn đi muộn về sớm, không làm bài tập, lên lớp



thì trêu chọc, giỡn hớt giáo viên. Trung tâm cho học lại miễn phí nhưng chẳng thiết tha: "Em bận lắm, em tiếc thời gian!"

Nhiều sinh viên đã được cha mẹ chăm sóc tới tận răng, để chỉ phải làm duy nhất một việc là học. Thậm chí em ấy cũng tốt nghiệp được đại học. Nhưng rồi cầm tấm bằng xong là xong, ôn học tới hết đời!

Tôi rất nhớ câu chuyện về bóc lột, nên Xu Sim được tôi luôn được duy trì tình trạng hơi "đói học" một chút. Tôi dứt khoát không ép, nhất là những năm tháng đầu tiên của đời đi học. "Con làm bài tập nếu mệt thì thôi nha!" "Con chán học thì dừng lại làm việc khác đi!"

Không ép học thì mới "đói học" được!

Có bạn sẽ nói: "Ôi, tại con bà ấy con gái nên chăm chỉ, chứ con mình thì không ép là bỏ học ngay, đứng chót lớp ngay!"

Cứ bình tĩnh! Không ép mới chỉ là một vế. Vế còn lại là chính tôi phải học.

Khá may mắn khi tôi làm nghề báo, cái nghề khắc nghiệt, mọi thứ hay ho hoặc sai sót của bạn phô ra lồ lộ trước cả triệu người ngay ngày hôm sau. Đỉnh chính hoặc thu hồi là vô cùng vất vả, coi như chết đi được ấy. Thế nên là sợ lắm, không học mỗi ngày thì bạn đọc chửi vào mặt ấy chứ!

Sau giờ ăn cơm, khi con ngồi học bài của con là tôi cũng ngồi học bài của tôi. Đọc sách, hoặc đọc báo, tìm thông tin trên mạng... ở một bàn khác. Con tôi thường nhìn thấy mẹ vừa nấu ăn vừa đọc vừa học, thấy mẹ

cấp sách vở đi học rồi về hì hụi làm bài tập; thấy mẹ cũng cuống lên vì đi học muộn, cũng lo lắng làm bài tập; buổi nào học được điều gì hay còn gọi điện thoại kể tứ tung với mấy cô bạn thân.

Thêm nữa, với cuộc sống đơn thân, tôi một mình phải lo từ A tới Z trong nhà, trong đó có nhiều việc của đàn ông và ngày nhỏ tôi chưa từng tập làm như mua nhà, xây nhà, sửa nhà, chuyển nhà, sửa chữa đồ dùng, mua sắm nội thất...

Con tôi cũng được nhìn thấy mẹ làm sai, làm hỏng, ngồi vò đầu bứt tóc, thậm chí cả khóc lóc một hồi rồi đi tìm tài liệu, đi hỏi người này người kia để làm lại.

Mẹ cũng đang học sút đầu mả trán kia, con có đồng môn, có đồng minh thì việc học cũng đỡ oải!

Nhớ có hôm, Xu về kêu: "Mẹ ơi, thầy bảo con học kém tiếng Anh, con thấy tiếng Anh khó quá!". Ngay lập tức, tôi rút một cục tiền ra, tới một trung tâm để ghi danh học tiếng Anh, cho tôi. Tôi tính toán thế này: ví dụ có 10 triệu để con học tiếng Anh, tốt nhất tôi cắt ra $\frac{1}{3}$ để tôi học, $\frac{2}{3}$ để cho 2 con. Rồi về nhà, 3 mẹ con cùng học bên nhau, đó là cách lãi nhất! Ngày xưa, Xu khó ăn, tôi cứ ráng đút cho Xu ăn xong bữa rồi mới đến lượt mình. Vậy là sai, bữa ăn hào hứng nhất, tốt nhất là mẹ con ăn cùng nhau!

Tôi đã nhìn thấy nhiều mẹ đưa con đi bơi. Mẹ cứ đứng trên bờ hò hét: "Bơi đi! Bơi ra kia kìa! Nước có gì mà sợ!". Tại sao mẹ không mặc áo bơi rồi nhảy ùm xuống bể hớn hỏ, vùng vẫy? Khi đó, chẳng cần hò hét "nước có gì mà sợ" nữa!



Một chị bạn hỏi tôi: "Con tao cấp 2 lớn tướng rồi mà chưa biết làm cái gì. Mà tìm xem có khóa học kỳ trong quân đội, khóa học kỹ năng sống nào cho nó đi với." Tôi trả lời: "Nó không phải đi học đâu hết, đầu tiên là chị cần đi học. Chị đi học một khóa kỹ năng, rồi về chị dạy con, vừa tiết kiệm, vừa hiệu quả!" Bởi vì ba mẹ là người thầy tốt nhất của con.

Và người thầy tốt nhất không phải là người truyền được nhiều kiến thức mà là người truyền được cảm hứng học. Con đã có cảm hứng học thì nó sẽ tìm khắp nơi để học. Còn cứ mãi mê nhồi kiến thức thì biết đến khi nào mới đủ, biết đâu cái bây giờ đúng thì lại thành sai sau 10 nữa? Tôi cứ cho con đi chơi, cho đọc sách, cho thực hành, cho làm thủ, cho trách nhiệm... để con tự thấy rằng: "Ôi, nhiều thứ mình chưa biết quá, cuộc đời hay ho kỳ thú quá, kiến thức mình mong, muốn tìm là sẽ thấy, cứ gõ là cửa sẽ mở..."

Chính con, không phải ai khác, phải thấy được rằng học là hơi thở, học không thể thiếu, không thể ngừng. Học cần thiết cho mình chứ không phải vì sợ thầy kiểm tra hay mẹ ép, mẹ la bai bai bên tai.

Dạy con giỏi không phải là đổ kiến thức cho đầy đầu. Những chiêu trò ép phạt, khuyến khích, khen thưởng... rồi cũng sẽ có lúc nhàm. **Tôi muốn con yêu việc học từ đúng bản chất nguyên thủy của nó: Học để hiểu biết!**

Tôi cũng đã thấy nhiều nhà không cần kêu gào, không cần phạt, con cũng nghe. Họ dạy con bằng chính cách ba mẹ học, lao động và sống mỗi ngày.

Ông bố Nhật Ohmae Kenichi, tác giả cuốn "Yêu thương không cấm đoán" cũng nói với con trai của ông rằng: "Thôi, thay vì học, con hãy chơi game đi!" Thậm chí, ông còn đồng ý cho con bỏ học. Sao liêu quá vậy?

Vì từ hồi con còn nhỏ, gia đình ông đã ăn cơm cùng từ điển, đã đọc sách, tranh luận với con mỗi ngày. Ông ấy học tập cùng con, thi đua với con, vì con mà viết sách và lao đầu vào học cả những lĩnh vực khó nhằn nhất. Giờ ông có xui con chơi game đi thì nó cũng chẳng hư hỏng được.

Chẳng có gì giúp con cái nhanh tiến bộ bằng việc ba mẹ học cùng con, nhanh hơn 3 tới 4 lần con tự học một mình. Tiến sĩ Lê Thanh Hải nói: "Học cùng con là một ngành khoa học được nghiên cứu hần hoi"

Nếu 1 đứa trẻ sống trong 1 ngôi nhà mà ba mẹ chăm học, chăm làm thì thường con cũng sẽ chăm học, chăm làm. Nếu trong nhà, ba mẹ tối ngày chửi bậy nói tục thì cấm cản cách gì con cái cũng sẽ nói bậy chửi tục. Con cái nhìn thấy hết và học theo cách ba mẹ đang sống!

Và đừng quên câu chuyện bóc lột, nhé!

Làm sao để con tự giác học?

Chỉ cần ba mẹ tự giác học.

Làm sao để con thích đọc sách?

Chỉ cần ba mẹ thích đọc sách.

Làm sao để con thành người tử tế?

Chỉ cần mình lao động tử tế, sống đàng hoàng trước mắt con mỗi ngày.



Ba bước để con muốn học

Dù là cao điểm mùa ôn thi học kỳ, tôi vẫn duy trì nguyên tắc 21 giờ phải tắt đèn đi ngủ. Hôm đó, đúng giờ tôi định tắt đèn, Xu Sim năn nỉ là chưa làm bài xong, tôi lườm nguýt một hồi rồi mới cho thêm 30 phút, rồi 21 giờ 30 xua cả 2 vào phòng ngủ. Hai nàng lên giường, mẹ tự tay tắt đèn rồi đi ra làm việc tiếp. 22 giờ 30 mẹ vào phòng không thấy Xu đâu, mở cửa phòng tắm thì thấy nàng ấy đang ngồi thu lu trên bồn cầu học bài, tay cầm cuốn sách.

Tôi hỏi "Tại sao con lại học bài trong này?" "Vì con chưa xong bài, con muốn học tiếp, mà con cũng không muốn mẹ buồn!"

Tôi chưa bao giờ ép con học, thậm chí còn xui con là "bớt học lại đi". Việc đó có một nửa sự thật là tôi muốn con học ít lại, và một nửa sự thật là tôi thấy thói đời nó thế, cái gì càng dồn ép thì càng ngán, càng cấm thì càng ham.

Ở trên, tôi đã nói về việc để con tự giác học thì chính mẹ phải tự giác học. Thực ra vẫn còn cần thêm vài điều kiện khác nữa.

Một là

Hãy để con được nếm hậu quả và chịu trách nhiệm về chính mình.

Nếu con lười học, con không làm bài ư? Hãy để con bị cô giáo la và bị điểm kém.

Kể chuyện hồi xưa, Xu học mẫu giáo, tôi đã rất vất vả để đánh thức con và giục đi học đúng giờ. Lay mãi mới dậy, dậy rồi mẹ bế ra phòng vệ sinh lại ngồi ở đó nhắm

mắt ngủ tiếp. Đánh răng thì ngậm cái bàn chải trong miệng rồi nhắm mắt ngủ nữa. Mẹ thì 3 chân 4 cẳng, mắt nhìn đồng hồ, miệng la miệng hét... con thì cứ lừ đừ, xà xề, cố tình dây thun.

Rồi có 1 tuần, tôi giao cho ba đưa Xu đi học. Ba thì vô tư, cứ cố tình quên giờ con tới trường. Tôi cứ ngỡ không xông vào can thiệp, kệ cho 2 ba con đi học muộn. Và chỉ vài ngày sau, Xu bị nhà trường phạt liên tục thì ớn ngay. Xu luôn là người cài chuông điện thoại để dậy trước, ra đánh răng rửa mặt và lay ba dậy. Tôi nằm ở phòng bên quan sát và rút ra kết luận: Hãy tạo điều kiện để con nhận trách nhiệm. Việc học là của con, không phải của ba mẹ!

Từ đó, hôm nào Xu Sim chậm chạp thì tôi cũng kệ. Học trường công, đi muộn là có một đội quân sao đỏ đứng chắn ngay cổng, ghi tên vào sổ, rồi thầy giám thị quở trách, cô chủ nhiệm phạt, cô hiệu trưởng cũng la nữa... đâu cần mẹ ra tay đâu.

Thậm chí, tôi còn "quyên lự" tới mức, thỉnh thoảng lại đổi. Ví dụ, có buổi sáng Xu máng em Sim, thế là tôi nằm xoài ra giường, bảo: "Sáng nay mẹ buồn lắm, mẹ không chạy xe được. Con nghỉ học đi!"

Nàng khóc quá trời, năn nỉ hoài tôi mới dậy. Uể oải, đùng đùng, lê từng bước ra khỏi phòng, thay đồ rồi lừ đừ chở 2 nàng tới trường, trễ hơn nửa tiết. Tôi biết hôm đó, cô giáo sẽ xử 2 nàng sợ rề dề.

Việc học cũng thế. Xu Sim thích học vì luôn bị đói học. Bài học này tôi học từ bác sĩ Nguyễn Trí Đoàn. Muốn trẻ con ăn uống ngon miệng thì hãy để cho tụi nó có cảm giác đói, và muốn đói thì không được nhồi ăn, và không ăn thêm đồ ăn vặt. Trong nhà tôi không có tivi,



iPad thì đang trực trặc, điện thoại thì cùi bắp, mẹ thì bận làm việc, thành ra, có mỗi việc học là... có vẻ vui.

Hai là

Hãy để con được tận hưởng hạnh phúc của sự hiểu biết.

Việc học toán, địa lý hay lịch sử, tập làm văn... kiểu nặng hàn lâm lý thuyết của nhà trường Việt Nam là quá trừu tượng. Nên đợi cho con hiểu được sự đẹp đẽ của toán học thì lâu lắm (và nhiều rủi ro), tôi không đợi được. Từ hồi mẫu giáo, tôi thường xuyên cho Xu Sim đi học những khóa học ngắn hạn như làm bánh, làm thiệp, vẽ vôi, thể thao, rồi mới hôm qua là đi học cứu hộ dưới nước.

Những khóa học này có cái hay là sau buổi học là thấy kết quả liền. Học thể thao thì mỗi ngày mỗi tiến bộ sờ nắm được, làm bánh thì được cầm kết quả về nhà, học kỹ năng thì được khoe ảnh, được "nổ" với bạn bè.

Rồi tôi hay tha con đi chơi, đi du lịch, rồi đi trải nghiệm bụi bặm. Những chuyến đi về quê, lên rừng xuống biển, đi sang một vùng đất mới là hàng trăm bài học chứa đựng trong đó, rất nhiều trong số đó là những bài học xài được liền, dốt là chịu hậu quả ngay tắp lự.

Có một người bạn tôi hay cho con đi ra nước ngoài từ hồi con còn học mẫu giáo, bé xíu. Tôi hỏi bé đã biết gì đâu mà cho đi tốn tiền, anh nói: "Anh muốn đưa nó ra một vùng ngôn ngữ khác, để nó hiểu được việc học tiếng Anh để làm gì." Đúng là sau một vài lần làm người "cầm điếu" ở nước ngoài, giờ thì cậu bé đó rất tự giác học cho giỏi tiếng Anh!

Ba là

Trực quan, trực quan, trực quan

Tôi may mắn có những người bạn rất giỏi giang, thông minh hoặc giàu có, hoặc cả hai. Những người tự tay làm nên cơ nghiệp (không phải quan chức ạ) mà tôi thực sự kính phục. Vậy là những chuyến đi tới nhà họ chơi biến thành những câu chuyện.

Ví dụ, sau khi Xu Sim chạy giỡn khắp 650 m vuông trong một căn hộ penthouse nhà bạn tôi ở 1 bán đảo riêng biệt, rồi bơi lội trong hồ bơi riêng, rồi ăn những loại socola hảo hạng, trong khi 2 nàng đang trầm trồ sao mà nhà cô ấy thích thế, sao hồ bơi đã thế, sao kẹo ngon thế thì tôi chỉ cần bỏ nhỏ 1 câu thôi: "Cô ấy học rất giỏi, làm việc cũng rất giỏi, mẹ thấy cô ấy luôn nỗ lực."

Xong!

Nhà chỉ có 3 mẹ con, nếu bị trực trặc khi làm việc với thợ thuyền, với các bác giúp việc, với người này người kia, sau khi cảm râm cáu kỉnh với họ thì tôi cũng hay bỏ nhỏ với Xu Sim: "Mẹ tiếc ghê ấy, giá mà cô ấy/chú ấy chịu khó học, chịu khó hỏi thêm thì đâu có bị làm sai/ làm hỏng/ mất tiền thế này!"

Rồi đồ đạc, máy móc trong nhà, hỏng cái gì tôi cũng không biết làm. "Con tính đi, mẹ không biết!" rồi "Xu ơi, cứu mẹ cái này!" "Sim ơi, con kiến này là loại gì, nó đốt mẹ thì mẹ có chết không?" "Mẹ làm hỏng cái này rồi, con coi cứu nó đi!" Nấu nướng, dọn dẹp tôi cũng dở nữa, toàn nhờ 2 nàng Google rồi ra tay làm anh hùng cứu mỹ nhân (tạm giả vờ tôi là "mỹ nhân" nha!)... Xu Sim được nhìn thấy mình hiểu biết thì mình mạnh mẽ và có ích.



Ba mẹ con tôi suốt ngày đi ăn, đi chơi, đi làm, đi học cùng nhau trên từng cây số nên cứ thế rỉ rả mưa dầm thấm lâu. Mỗi ngày, mỗi ngày... suốt 10 năm nay, Xu Sim cũng thấm được ối thứ mà tôi không cần lý luận hay la hét gì nhiều. Mình đang dạy trẻ con mà, phải tìm cách nói cho lọt tai trẻ con thôi!

Bạn tôi nói rằng, người thầy quan trọng nhất trong cuộc đời mỗi người là chính mình.

Chính mình muốn học thì mình mới học được, còn nếu mình đã không muốn học thì có người dắt tay mình tới, có nhét kiến thức vào tai, nó cũng chảy ra!

Khi mình đã không muốn học là mình sẽ tìm ra lý do ngay, nào bận, nào mệt, nào đường xa, nào thiếu tài liệu... Còn nếu đã muốn thì có hàng trăm chỗ lệch cũng kê cho bằng, tìm hàng ngàn con đường để tới đích.

Vậy thì, tôi nghĩ, quan trọng hơn việc dạy con học bài, làm bài là việc làm sao để tự con muốn học! Hãy đầu tư vào việc đó dày công hơn.



Tôi làm gì khi con bị cô giáo đánh mắng, con bị “đi”?

Nếu không ép con học sớm, học thêm, rồi con bị điểm thấp, bị cô giáo đánh mắng thì sao? Con thua thiệt các bạn, con cá biệt trong lớp, con sẽ tự ti, sẽ mặc cảm, sẽ chán học thì sao? Nhiều bạn đã hỏi tôi như thế. Và nói thật là tôi cũng luôn tự hỏi mình câu đó.

Đọc comment sau mấy bài về chuyện học của con, thấy nhiều bạn kêu rằng: Không thể làm được đâu! Bộ Giáo dục Việt Nam bla bla bla... Bộ trưởng bla bla bla... Xã hội Việt Nam bla bla bla... Giáo viên bây giờ bla bla bla... Trước hết, xin nói ngay là 3, 4 năm đầu cấp I, Xu Sim nhà tôi đều học trường công lập, lớp cũng 40 học sinh, hầu hết các bạn trong lớp cũng đều học trước và học thêm.



Cô giáo của Xu Sim có thiên vị không?

Có chứ, cô là con người mà.

Xu Sim có bao giờ bị điểm kém một cách oan ức không?

Có ạ!

Xu Sim có bao giờ bị cô phạt và đánh đòn không?

Có luôn!

Tôi đã từng học một chuyên gia tâm lý ở Mỹ về. Chị ấy rất phản đối bạo lực trong học đường và khuyên các phụ huynh rằng nếu cô giáo đánh con mình thì hãy kiện lên Hiệu trưởng. Nếu Hiệu trưởng không nghe, hãy kiện lên Trưởng phòng Giáo dục. Nếu Trưởng phòng không nghe, hãy kiện lên Sở, lên Bộ trưởng Bộ Giáo dục.

Tôi không làm vậy được, một mình hai con, tôi không làm con kiến để kiện củ khoai được. Chế độ hộ khẩu không cho phép tôi bỏ việc để chạy khắp nơi hầu kiện rồi chuyển trường cho con liên tục. Mà con phải lớn lên mỗi ngày, đợi nhà nước, đợi Bộ Giáo dục thay đổi thì biết tới bao giờ? Tôi chọn cách phù hợp với chính mình.

Không làm con kiến để kiện củ khoai, không chuyển trường cho con liên tục, không thể đợi được Bộ Giáo dục thay đổi... thì còn cách nào phù hợp?

Ví dụ việc bị cô giáo đánh nhé! Một lần Xu và bạn trêu chọc nhau rồi đánh nhau. Lúc đó đã hết giờ học nên cô dọa sẽ đánh Xu vào buổi học hôm sau. Tối đó, Xu khóc lóc rất thảm thiết. Tôi ôm Xu, đồng ý với Xu rằng đúng là vụ này đáng lo thật. Tôi mang khăn ra cho Xu lau nước mắt và bày cho Xu gọi điện thoại hỏi cô Hồng Anh, bạn thân của tôi. Tôi ngồi cạnh Xu, nghe lỏm cô ấy xử lý rất kỹ từng cảm xúc một:

“Con đã bị cô đánh bao giờ chưa? Con có đau không? Khi bị cô đánh trước lớp thì con thấy đau ở tay nhiều hơn hay xấu hổ trong lòng nhiều hơn?”

“Nếu con sợ đau ở tay thì khi cô đánh, con nên mềm tay ra, sau đó xoa một ít dầu vào cho nhanh hết đau. Con cứ khóc thoải mái nha, vì nước mắt sẽ làm vết đau nhanh khỏi hơn, còn cô giáo thấy con khóc thì cô cũng đỡ nóng”.

“Nếu vì xấu hổ thì con xấu hổ với cô giáo hay xấu hổ với bạn bè?”

“Sau khi con bị đánh, ra chơi, các bạn có chơi với con không? Có bạn nào khinh thường hay trêu chọc con không? Bạn ấy có bao giờ quên đồ dùng học tập hay quên học bài không? Ừ, việc của bạn ấy mà bạn ấy còn quên thì việc bị đánh của con, bạn ấy sẽ nhanh quên lắm!”

“Bạn nào ít trêu con nhất? Tuần tới, con hãy tặng bạn ấy một món quà nhé, ví dụ như cái kẹo, cục gôm, hay cây viết chì chẳng hạn...”

“Con nhớ mang theo trong cặp một lọ dầu, sau khi bị đánh, con xoa dầu lên là tay bớt đau. Con để trong túi vài cái kẹo, khi bị đánh xong, con lấy kẹo ra ngậm. Ngậm kẹo sẽ bớt đau tay, xoa dầu sẽ bớt đau tay, khóc ra nước mắt cũng làm bớt đau tay...”

Được cô ấy chuẩn bị tới tận răng như thế, được siêu âm, nội soi, bóc tách từng lớp cảm xúc một cách mạch lạc như thế, nên nếu Xu bị đánh thì cũng chẳng tổn thương quá nhiều nữa.



Con được chuẩn bị tinh thần, được hiểu biết và gọi tên từng lớp cảm xúc nên sẽ không còn cảm thấy đau đớn, tổn thương quá nhiều.

Hoặc như hôm qua, Xu Sim đi chơi ở ngày hội trẻ thơ. Trong trò chơi cờ caro, Xu đấu cùng một bạn gái khác. Mẹ bạn ấy đứng phía sau, liêu tục chỉ bài cho con: "Đừng đi ô đó! Đi ô này nè. Không phải! Rồi, đúng rồi!" Ý như rằng sau một lúc thì Xu bị thua. Cô ta còn lên lớp Xu một chập, rằng tại sao không đi kiểu abcd... Xu ức quá, khóc òa lên.

Tôi hỏi Xu: "Con bức lắm phải không? Cổ chỉ bài cho con cổ, như vậy là chơi không công bằng. Con muốn phản ứng với cổ không?" Xu bảo: "Thôi mẹ!" Sim cũng bảo: "Nói coi chừng cổ đánh!" Tôi bảo: "Ồ đây đông người, chắc là cổ không đánh mình được. Với lại quan trọng là thái độ của mình nữa. Bây giờ, mẹ làm thử nhé!" Tôi tiến tới bên cô ấy, nói chậm và nhỏ vừa phải: "Chị ơi, trận chơi lúc nãy không công bằng. Tôi không chỉ cho con tôi, mà chị lại chỉ cho con chị. Con tôi đang rất buồn!" Cô ấy cãi bla bla bla... Kệ cổ, nói ra được là 3 mẹ con cũng giảm được 30 phần trăm ầm ức rồi. Tôi dắt con đi ra chỗ khác.

Thực ra để con nhận thức được rằng cô giáo, bố mẹ, hay người lớn cũng có lúc sai là một điều khá trái với truyền thống tôn sư trọng đạo của Việt Nam. Nhưng đã tới lúc phải dạy con điều đó!

Nhất là trong thời kỳ này, đầy rẫy những chuyện giáo viên bắt học sinh liếm ghế, sờ tóc, cắt quần, giám thị ký tên sai... Đã đến những lúc phải dám nói "không" với thầy cô, đó là một năng lực con cần phải luyện tập.

Từ phút cắt cái dây rốn là chấp nhận con mình không thể có 1 môi trường vô trùng. Làm sao có thể chạy theo con, che chắn bọc lót, bênh vực con sau mỗi câu chửi mắng hay mỗi lần chấm điểm của cô giáo? Chỉ còn cách duy nhất là dạy con nâng cao nội lực để chinh chiến với thế giới xung quanh đầy rẫy bất công này.

Kiểu Mỹ, thấy bất công là đi kiện. Kiểu Nhật, samurai uất ức thì dùng kiếm rạch bụng. Kiểu phong kiến, “quân, sư, phụ” xếp thầy trên cả cha mẹ, lời thầy là khuôn vàng thước ngọc, học trò nhất nhất phải nghe theo. Nhưng tôi là bà mẹ Việt Nam của thế kỷ 21 cơ mà. Bạn có biết tính cách nổi bật của dân tộc mình là gì không? Đó là sự linh hoạt. Xài ngay, đừng đợi!

Chúng ta không thể tìm đâu trên thế giới này một trường học mà không bao giờ gây cho con mình tổn thương. Ở Mỹ cũng có học sinh tự tử, ở Nhật cũng đầy học sinh trầm cảm. Tại sao chỉ 1 câu chửi giống nhau mà người thì buồn một lúc, người thì khóc cả tháng, còn có người thì hận hết đời? Tại sao sau một kỳ thi trượt, người thì lao đầu vào học để thi tiếp đợt sau, người chán nản buông xuôi, và có người tự tử? Tôi tin rằng, không ai có thể múc nước ở giếng của bạn nếu giếng của bạn không có nước! Hãy thực tế!

Ta không thể biến nhà mình thành con thuyền để vèo một cái ta chèo chống nó sang những nước có nền giáo dục khác nhân văn hơn.

Ta không thể dạy các giáo viên. Ta chỉ có thể dạy con mình.

Ta cũng không thể thay đổi người khác. Ta chỉ có thể thay đổi chính mình.



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Và chẳng có ai bảo vệ con mình tốt bằng nội lực của chính nó cả!

Anh Đỗ Hoàng Sơn nói:

"Tiêu chuẩn giáo dục không phải do ông Bộ trưởng nào quyết định, không phải do Bộ luật nào quyết định, mà do ba mẹ quyết định vì nó nằm trong lòng mẹ."

Các mẹ ạ, con cái của chúng ta không có nút pause để chờ đợi một xã hội tốt đẹp hơn. Hãy dừng kêu ca! Hãy hành động! Ngay và luôn!

Áp lực khi con bạn bị “đi”

Đô đốc Hải quân William Harry McRaven - người đứng đầu Navy SEAL, lực lượng đặc nhiệm tinh nhuệ của Hải quân Mỹ, cũng là người giám sát và thực hiện kế hoạch tiêu diệt Bin Laden - đã kể trong buổi tốt nghiệp khóa đào tạo SEAL cơ bản của trường Đại học Texas. Bài nói chuyện thực sự rất hay.

Đô đốc kể về 6 tháng khổ nhọc với những bài luyện tập thể lực không ngừng nghỉ, vô cùng khó khăn và thử thách như chạy trên cát lún, nửa đêm bơi trong nước lạnh giá ngoài khơi San Diego, chiến đấu với cá mập, lặn xuống đáy tàu sâu hơn ba kilômét... Những bài học yêu cầu các học viên phải có thể lực siêu đẳng, vô cùng khéo léo, tinh anh và quyết tâm như thép. Ai đuối là bị loại bỏ ngay.

Chỉ sau vài tuần huấn luyện, lớp SEAL từ 150 nhân vật tinh anh nhất giảm xuống chỉ còn 35 người trụ lại được.

Nhưng môn học căng thẳng và loại bỏ nhiều học viên nhất lại là khi bị các huấn luyện viên bối mớ khiếm khuyết trong việc kiểm tra quân phục. Mũ phải được hồ cứng hoàn hảo, quân phục phải ủi thẳng nếp, khóa thắt lưng phải sáng bóng và không được có bất kỳ một vết ố bẩn nào. Nhưng bất kể bao nhiêu nỗ lực mà bạn đã dùng để hồ cứng chiếc mũ, ủi kỹ càng bộ quân phục hoặc đánh bóng loáng cái khóa thắt lưng - vẫn chưa đạt. Các giảng viên sẽ tìm ra “một sai phạm gì đó” để phạt bạn.

Bạn phải chạy, với nguyên quần áo, lao vào sóng biển, và sau đó, ướt từ đầu đến chân, lăn trên bãi biển cho đến khi tất cả toàn thân bị bao phủ bởi cát. Bạn phải



vận bộ quân phục đó cho đến hết ngày, lạnh, ẩm ướt và đầy cát biển. Bất kể bạn đã cố gắng đến cỡ nào - để những bộ quân phục trông chỉnh tề, đúng quân cách - cũng đều bị đánh giá thấp. Rất nhiều học viên không thể chấp nhận được việc mọi nỗ lực tuyệt vời của họ rốt cục lại trở thành vô ích.

Không cần biết họ đã lặn giỏi thế nào, vượt chướng ngại vật, đu dây, chui rào thép gai nhanh thế nào, chỉ cần một bộ quân phục không hoàn hảo là bạn bị la mắng. Mà oái oăm là dù bạn có đầu tư bao nhiêu thời gian, bao nhiêu công sức và nỗ lực để chuẩn bị thì các thầy vẫn moi tìm được một vài điểm để chê bộ quân phục không hoàn hảo. Thế là, bạn sẽ phải mặc nguyên bộ quân phục đó chạy vào vùng sóng. Tới khi đã ướt như chuột lột từ đầu tới chân thì bạn phải lặn trên vòng trên bãi biển cho tới khi người bám đầy cát, rồi phải mặc bộ quân phục ướt mềm, bắn thử lạnh run đó suốt cả ngày còn lại.

Công việc chuẩn bị quân phục này về thể lực thì đơn giản hơn mọi cuộc thi trèo tường vượt thác, nhưng hóa ra nó thách thức tất cả những giá trị sâu xa nhất nằm trong con người bạn. Nó loại nhiều học viên ra khỏi khóa huấn luyện nhất, họ không chịu nổi những thử thách tâm lý này.

“Bởi vì, cuộc sống là như vậy! Cuộc sống là không công bằng, đầy khó khăn, căng thẳng liên tục. Hãy chấp nhận và tiếp tục tiến lên.”
(Đô đốc Hải quân Mỹ William Henry McRaven).

Đúng là thế, cái gì không làm bạn gục ngã được sẽ càng làm bạn mạnh lên.

Con được gì sau đấu tranh "một mất một còn" với giáo viên?

Những vụ đánh phạt, bạo lực của giáo viên mà báo chí đề cập thường xuyên thời gian qua thật khó có thể chấp nhận. Có lẽ người nào nóng tính thì nên chọn một nghề khác. Nhưng sau những cuộc chiến đấu đó, tôi lại thấy vấn đề lớn nhất nằm ở phụ huynh!

Hồi Xu Sim học mẫu giáo, tôi đã gặp một mẹ xông lên tát giáo viên ngay tại lớp học vì con bị bạn cào xước chút trên má! Chưa hết, cổ còn điện thoại về nhà, gọi thêm người tới, đòi đánh nhau to! Tôi nghe kể, có phụ huynh chạy đuổi đánh giáo viên quanh trường, trước mặt con mình và các học sinh khác, bảo vệ không kịp trở tay!

Rồi có lần Xu Sim ngồi ăn sáng ở canteen, một phụ huynh bên cạnh nói oang oang: "Để hôm nay vào xem con quỷ già đó ăn nói làm sao?" "Con quỷ già đó", hóa ra là cô giáo chủ nhiệm lớp Xu! Có chị, khi con trai bị cô mắng, chị ấy nói: "Để mai mẹ đâm vào mồm nó một trăm ngàn!"

Nhiều phụ huynh lúc nào cũng nói tới tiền. Họp phụ huynh đầu năm là đề nghị phải quyền góp tiền mua máy lạnh, mua máy chiếu, lót sàn gỗ, mua quà tặng cô giáo, rồi nộp liền mấy triệu. Có phụ huynh sốt sắng tới mức khi nhà trường kêu gọi ủng hộ giấy vụn là ra tiệm ve chai mua, rồi đánh nguyên cái xe tải tới trường, đổ một đống khổng lồ gần trăm ký giấy vụn, cho con đạt "Dũng sĩ Kế hoạch nhỏ"!!!



Và cuộc họp phụ huynh nào tôi cũng nghe đề nghị cô giáo phải mở lớp dạy thêm, rồi "Nó hư cô cứ đánh thật đau giùm tôi!"

Nhưng cái đáng sợ nhất, thời đại này là thời của smartphone, của camera, của mạng xã hội. Giáo viên cứ gọi là căng thẳng như lên đoạn đầu đài, không biết hôm nay có bị quay phim, chụp hình gì không!

Tôi không ủng hộ những màn đấu tranh "một mất một còn" với giáo viên như vãi vụa vừa rồi. Có thể bạn thắng trong cuộc chiến này, nhưng nhìn lại thì con bạn sẽ là người thiệt thòi nhất.

Không phải sợ giáo viên "đi", tôi không bao giờ sợ giáo viên đi! Tôi chỉ sợ con mình học được ở ba mẹ cách giải quyết mâu thuẫn bằng đấu tố, tận diệt đối phương tới bước đường cùng. Dù bạn không nói ra, dù có cố giấu thì con cái cũng sẽ biết hết đấy. Thậm chí bé có thể đọc cả những ngôn ngữ không lời của bạn, và bé sẽ bị ảnh hưởng, sẽ bắt chước từ trong tiềm thức cách giải quyết vấn đề của ba mẹ. Bạn sẽ thấy "giở nhà ai quai nhà nấy" ngay.

Đừng để con mình bắt chước ba mẹ cách giải quyết mâu thuẫn bằng đấu tố, tận diệt đối phương tới bước đường cùng.

Sau này, khi con lớn lên, hỏi ai còn dám chơi thân, công ty nào dám hợp tác với một người ưa tận diệt?

Tại sao lại không là kết nối và hợp tác?

Tôi nghĩ, các mẹ ạ, đừng quá đầu tư thời gian vào dạy trước hay ngồi kèm con buổi tối, hay tìm kiếm giáo trình.

Hãy rèn dạy con cách giao tiếp và hợp tác với giáo viên, cách đặt câu hỏi mà không làm cô cáu, cách đề nghị để dễ được chấp nhận. Nếu làm chậm, xin thêm thời gian, nếu làm sai, thì xin lỗi, nếu cô phạt thì con có thể khóc.

Tôi tin đã là **con người** thì không có hoàn toàn tốt hay hoàn toàn xấu. Họ chỉ tốt lúc này và xấu lúc khác, tốt với người này và xấu với người khác. Cô giáo cũng là con người, rồi thế nào cũng có lúc nóng giận, có lúc sai lầm. Tôi luôn tự nhủ sẽ ráng dạy con mình cách cư xử sao cho đừng khêu, đừng gọi cái phần **“con”** dữ dằn trong bất cứ con người nào nhẩy ra. Với mẹ cũng thế, tôi cũng hay dặn tụi nó, rằng khi mẹ mệt, khi mẹ bực thì đừng có trêu mẹ tức thêm, thiệt cả hai bên đấy!

Giáo viên trường công lập rất stress vì lớp học đông, nên muốn đề nghị gì với cô là tôi thật cẩn trọng. Tôi viết ra giấy, chỉnh sửa lại, rồi thậm chí còn hỏi ý kiến bạn bè, xem nó đã dễ lọt tai chưa, rồi mới nói. Tôi tin rằng, quan trọng nhất không phải là nói cái gì, mà nói như thế nào!

Ví dụ, hồi Xu vào mẫu giáo, tôi không muốn cô giáo đánh phạt Xu, tôi tới gặp cô ngay hồi đầu năm, kể với cô rằng Xu khó nuôi thế nào, Xu yếu về thể chất và tâm lý, Xu ăn kém, ngủ chậm. Mỗi lần tôi phạt Xu thì hậu quả ra sao. Tôi than thở rằng ở nhà tôi đã rất vất vả với nó, và tôi hiểu sắp tới đây cô giáo còn vất vả hơn. Tôi còn bỏ nhỏ: "Sau này, nếu dạy Sim thì cô phạt cũng được, còn Xu thì đừng! Xu sai, Xu hư cô cứ điện thoại cho mẹ, mẹ sẽ có cách phạt nó hiệu quả hơn cô luôn!"



Bạn có tin kỹ năng quan trọng nhất để con sống sót và sống thành công trên đời là "kết nối"? Quan trọng hơn tín hiệu "connected" trên màn hình điện thoại hay màn hình iPad, máy tính, chúng ta phải chăm sóc tín hiệu kết nối trong trái tim và trong mỗi hành động của con mình!

Kỹ năng quan trọng nhất để con sống sót và sống thành công trên đời là kết nối.

Tôi khuyến khích con kể chuyện ở lớp. Nhiều buổi chiều đón con đi học về là xe rộn ràng, 2 đứa tranh nhau nói, tranh nhau kể, tôi gần như chỉ có việc "ừ hử" thôi, cho tới tận giờ đi ngủ. Hầu như chuyện gì ở trên lớp tôi cũng đều biết hết. Bí quyết để con chịu nói là mẹ lắng nghe hoàn toàn, đừng vội tham khuyên lớn, phân tích gì hết!

Khi con học trường công, tôi luôn ráng tham gia vào Hội phụ huynh của lớp. Và khi con tôi chuyển sang trường tư, tôi cũng xung phong tham gia vào Hội Phụ huynh của trường. Ở đây, tôi sẽ được phép đánh giá và góp ý thường xuyên với Ban Giám Hiệu.

Tôi biết rất nhiều ngôi trường trên thế giới cũng thế. Các bà mẹ ở Nhật, Thụy Sĩ, Pháp, Mỹ, Anh... nhiều người cũng tới lớp để phụ giúp thầy cô trong việc dạy và chăm sóc con mình. Một phụ huynh Việt ở Thụy Sĩ kể, chính những buổi nghỉ phép để vào lớp phụ cô là những lúc bạn ấy học được nhiều nhất về việc giáo dục con.

Sau chuyến đi bộ xuyên Việt của anh Nguyễn Quang Thạch, nhiều trường học trên cả nước đã có những Tủ sách Phụ huynh.

Ở trường Hà Nội - Ams có phụ huynh giỏi về STEM đã tham gia mở câu lạc bộ STEM cho học sinh. Ở trường con tôi, lễ hội trung thu, tết, nhiều phụ huynh cũng vào trường từ sáng sớm để phụ giáo viên, tập cho học sinh làm bánh trung thu, gói bánh chưng, làm mứt, làm dưa...

Không có sức mạnh nào mạnh bằng hiểu nhau và hợp tác. Nhà trường và phụ huynh, dù ưu việt tới mức nào cũng không thể đơn độc trong việc đào tạo con người.

Hôm qua, trong bữa cơm tối, khi bàn về kế hoạch đi biển vào Tết này, Xu đã hào hứng đề nghị: "Mẹ ơi, mẹ mời thầy Liêm của con đi biển chơi với nhà mình đi!" Tôi rũ ra cười, Xu còn tưởng là vì lý do tài chính, nó nhanh nhẩu: "Từ giờ tới Tết, con sẽ lao động thật nhiều và không tiêu linh tinh nữa, để có tiền mua một vé máy bay cho thầy!"

Tất nhiên là tôi khó có thể mời thầy đi cùng, nhưng tôi biết, hẳn là con mình đã rất yêu quý thầy giáo chủ nhiệm của nó. Gieo hạt lành thì sẽ được quả ngọt, các bạn nhỉ!



Giáo dục kiểu Alibaba

Cuối tuần trước, tôi đi họp phụ huynh. Xu Sim thậm chí còn được vinh danh là học sinh tiêu biểu. Nàng ấy hồn hỏ giải thích: "Nghĩa là môn gì cũng giỏi ấy mẹ ạ!" Sợ 'wớ"! Bài thi toàn 9, 10, nhận xét trong sổ thì toàn trên mây. Ngó ra xung quanh, tôi thấy đứa nào cũng 10, 10, 10, và cũng toàn trên mây cả...

"Giỏi toàn diện" là một cái mê cung rất nhảm, nó làm cho mình chẳng biết nên đi đường nào, vì môn nào cũng là sở trường hết trơn hết trọi. Thoạt đầu thấy con có năng khiếu văn, nhưng cuối năm điểm toán toàn 10. Giờ lại hoang mang, hay là nó giỏi toán?

"Giỏi toàn diện" là một cái mê cung, làm cho bạn chẳng biết nên đi đường nào, vì môn nào cũng là sở trường.

Ngừng chút để kể câu chuyện cuộc đời của tôi tí nha! Tiểu học rất mê văn, nhưng điểm văn luôn thấp hơn điểm toán. Thế là lên cấp 2, cấp 3 bị xếp vào lớp chuyên toán. Rồi thi đại học khối A. Trót là con ngoan trò giỏi, phải ngoan ngoãn nghe lời người lớn nên tôi chăm chỉ cày toán, và may sao cũng lết được vào đại học Sư phạm!

Ra trường đi dạy thì không thấy vui. Cứ sao sao đó!

Nghiên rằng làm giáo viên được 4 năm thì tôi gặp một cú sốc khá lớn. Đủ chuyện xảy ra: cãi lại hiệu trưởng, bị đuổi việc, bị người yêu chia tay, bị nhiều thứ nữa không kể hết được. Lúc ngã sống soài trên mặt đất mới thấy những giải phương trình, đạo hàm, những

vi phân, tích phân chẳng giúp được gì cho mình. Tôi đóng cửa ở nhà khóc lóc cả tuần liền - và từ dưới cái đáy đó, tôi đọc.

Say sưa đọc hết quyển này tới quyển kia, nhịn ăn đi mua sách cũ để đọc. Khi đó, tôi mới biết thực ra là mình rất thích văn, cực kỳ thích, thích từ ngày nhỏ, nhưng đã bị nén lại. Và rồi tôi chuyển nghề. Nhịn ăn mua sách tự học, triền miên thức tới 2, 3 giờ sáng, viết bài bằng tay tới mức vẹo cả ngón. Vất vả mấy cũng làm, bị bố mẹ chửi, bị sếp chửi vẫn theo, lương thấp cũng chịu, hàng tháng liền lẫn lộn theo 1 đề tài rồi đổ cái búp, khóc lóc chán rồi lại hờn hờ làm lại từ đầu. Khi mình đã xác định được đam mê, khi chọn được đây là sở trường duy nhất của mình rồi thì mọi khó khăn chỉ là muỗi, vấy tay cho qua! Đang yêu mà!

Thế là từ ngày rời khỏi giảng đường, không bao giờ tôi dám nhìn lại bài toán nào, liếc liếc cũng không luôn. Tôi sợ các con số và rất lúng túng khi phải đối diện với các nó. Tôi tiếc hàng chục năm tuổi trẻ tươi đẹp nhất của mình đã vùi đầu trong một môn học mình không yêu thích, và rồi 26 tuổi mới học lại từ đầu một môn khác!

Năm ngoái, có bạn hỏi tôi: "Mày tư vấn xem tao nên cho con thi trường gì?". Tôi hỏi cháu, cháu trả lời: "Cháu muốn thi Đại học Văn hóa, vì cháu muốn làm ca sĩ. Mẹ muốn cháu thi An ninh cho đỡ học phí, bố muốn cháu làm Hải quan có nhiều tiền, bạn bè thì bảo thi Kiến trúc đi vì nghề đó hay hay!" Trời ạ, mỗi trường mỗi phương, đông tây nam bắc chọn làm sao giờ?

"Thế cháu thích nghề gì?"

"Cháu chẳng biết cháu thích nghề gì cả."



"Thế cháu giỏi môn nào?"

"Cháu là học sinh giỏi toàn diện."

Thôi xong!

"Trót" làm học sinh giỏi toàn diện, 12 năm chăm chỉ ngoan ngoãn làm thợ học, rồi thợ thi, giờ tới lớp 12, chẳng biết mình có sở trường gì, sở đoản gì?

Nhiều giáo viên biện minh là cho điểm cao để các em tự tin. Ôi, cả năm chửi mắng, bắt ne bắt nết, phạt sỗn tóc, liếm ghế, bạt tai, rồi cuối năm cho điểm cao thì cũng chẳng cứu được tí tự tin nào trong các em đâu!

Hơn nữa, sự dốt nát không đáng sợ, cái đáng sợ là điểm rất cao và cao đều làm trẻ bị ngộ nhận về bản thân, dốt mà không biết mình dốt!

Hôm qua, Xu, Sim học múa bài Alibaba, nàng ấy hỏi: "Tại sao Alibaba lại được nhiều người yêu mến hả mẹ?" và dò tìm từ "Mr. Google". Mẹ vừa nấu ăn vừa nghe lại câu chuyện rằng tên cướp sau khi tìm ra nhà Alibaba đã đánh dấu lên cổng nhà chàng rồi quay về, tính sẽ dẫn đồng bọn tới xử. Cô hầu gái Morgiana đi chợ về nhìn thấy cái dấu trên cổng, không biết nó có ý nghĩa gì, cũng hơi lo lo, thế là nàng đi đánh dấu y hệt như thế lên tất cả các cổng khác trong khu phố. Hôm sau, tụi cướp quay lại, bối rối chẳng biết nhà Alibaba là cái nào trong một loạt nhà có đánh dấu giống hệt nhau, đành phải ôm hận vác gươm quay về hang.

Ừa, vậy là giáo dục và nhà trường đã làm xuất sắc nhiệm vụ của cô hầu gái Morgiana: đánh dấu lên tất cả bọn trẻ con, cho nó giống hệt nhau.

Giờ thì, nhìn bảng điểm toàn 9 với 10, đổ ai tìm được nhà của Alibaba nữa đây!



“Con nhà người ta”!

Những ngày cuối năm là thời điểm học sinh hồi hộp, căng thẳng nhất. Có lớp thì đã công bố bảng xếp hạng, các danh hiệu, các thứ bậc; có lớp thì mới đang chuẩn bị "lên thớt". Ai sẽ xếp hạng gì? Ai sẽ đứng ở trên và ai bị xếp ở dưới? Ai sẽ được vinh danh và đứa nào sẽ không biết trốn đi đâu vì xấu hổ?

Chuẩn bị tinh thần nhé các mẹ. Món khoe hiệu quả nhất, được nhiều like nhất, nhận được comment chúc mừng nhiều nhất (và dẫn mặt người khác tốt nhất) là khoe thành tích học tập của con.

Ba mẹ đã làm việc không ngừng nghỉ một phút nào để cho con bằng bè bằng bạn, không thua kém người



ta. Nên con cũng phải học không thua kém “con nhà người ta” chứ!

Chỉ có nhà trường là thông minh nhất, tìm ngay ra giải pháp là cứ thưởng bữa lua xua, đứa nào cũng học sinh giỏi và học sinh tiên tiến, giải thưởng như mưa. Tên phần thưởng mỗi thời mỗi khác, nhưng bản chất vẫn là các loại thành tích. Chẳng mất gì của ai, tiền thưởng thì phụ huynh đóng góp. Win-Win-Win, cả phụ huynh, học sinh và nhà trường đều sung sướng! Đơn giản mà hiệu quả.

Chỉ có trẻ con là thiệt!

Thế nên các mẹ ơi, dừng ngay việc so sánh giữa con mình và “con nhà người ta” lại đi! Tội trẻ con ghét cái cụm từ “con nhà người ta” lắm lắm đấy ạ! Tớ chắc.

Người cao nhất, to nhất, giỏi nhất, đáng sợ nhất, nhiều kẻ thù nhất Việt Nam... là thằng “con nhà người ta”.

Rồi nữa, đã hết đâu! “Bằng tuổi con bây giờ, ngày xưa, mẹ đã phải đi làm đồng, đi bán hàng, đi kiếm tiền, đi lao động...” (Nói chung là ngoan!)

“Bằng tuổi con ngày xưa, mẹ không bao giờ cãi bà, mẹ nghe lời ông, mẹ học giỏi...” (Nói chung cũng là ngoan!)

“Bằng tuổi con ngày xưa, ba đâu có được dùng điện thoại, đâu có được xem tivi, không được ăn gà rán, nhưng vẫn lao động và học tập rất giỏi...” (Nói chung là vô cùng ngoan!!!)

Mệt hết cả người!

Có đứa vì mẹ suốt ngày mang một đứa bạn học giỏi ra so sánh, thế nên nó đã xé bài của bạn, lừa bạn ra đáp số sai để bạn không khá hơn nó. Có đứa con bực mình cãi lại: “Bằng tuổi ba bây giờ thì ông Obama đã là tổng thống nước Mỹ rồi đó ạ!” Thế là xong!

Kiểu so sánh với cái ngày xưa của ba mẹ hay với “con nhà người ta” vừa hạ thấp những cố gắng của nó, hạ thấp nhân cách của nó vừa làm ba mẹ trở thành đối thủ bên kia chiến tuyến. Ngày xưa thì nêu gương là 1 trong 4 phương pháp quan trọng của dạy học, nhưng giờ thì bỏ rồi, không so sánh nữa. Hàng trăm chỗ lệch, so làm sao được mà so chứ? **So sánh với người khác không làm trẻ tự tin lên, cũng không làm quyết tâm hơn, chỉ tạo thành tính ganh đua, cạnh tranh, mà cái này không hề tốt cho đạo đức và tính cách sau này.**

Ngày xưa, báo Hoa Học Trò còn thỉnh thoảng viết về thủ khoa, về các bạn học giỏi. Giờ thì thôi rồi, vì thấy tác dụng phụ của những tấm gương đó là toàn gây ra stress cho trẻ con và châm ngòi cho các cuộc cãi cộ trong nhà.

Mọi so sánh đều là khập khiễng! Điều kiện gia đình khác nhau, hoàn cảnh khác nhau, xuất phát điểm khác nhau, gene khác nhau, phúc phần khác nhau...

Vậy nên, cuối cùng thì, bảng xếp hạng quan trọng nhất mà chúng ta cần quan tâm là bảng xếp hạng của bản thân con mình với chính nó. Con mình là ai, ở đâu? Nó thích cái gì, nó giỏi cái gì, nó kém cái



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

gì, nó có hài lòng không? Nó có chiến lược nào riêng không? Chỉ so nó với chính nó ngày hôm qua hoặc so với tương lai, kiểu như “Nếu muốn ngày sau làm bác sĩ thì con còn thiếu cái abc này...”

Chỉ so sánh con với chính nó, còn lại vứt hết các thể loại "con nhà người ta" đi! Nhé, năn nỉ đấy!

“Con nghĩ đi, mẹ không biết!”

Một người mẹ có con 6 tuổi tâm sự với tôi: “Mình phải cố gắng học tập để không bao giờ phải trả lời con là: “Mẹ không biết!”. Đã làm mẹ thì không thể để con nghi ngờ về hiểu biết của mình!”

Tôi rất thích quyết tâm đó của bà mẹ. Tôi cực kỳ kính trọng những ông bố bà mẹ luôn tự nâng cấp mình để dạy con. Nhưng quan điểm của tôi hơi khác một chút!

Lại kể chuyện chàng Mộc - con của bạn tôi - hồi mới vào học lớp 1, Mộc hay bị mất bút chì, thước kẻ, rồi gồm tẩy... cũng hết như Sim nhà tôi và nhiều bé lớp 1 khác. Một lần, Mộc thấy rõ ràng đúng là cây bút chì của mình ở bàn trên, nhưng bạn kia lại khẳng định: “Cây bút đó của tớ” .

Mộc về mách mẹ. Bà mẹ là Thạc sĩ Xã hội học, thừa sức nghĩ ra một cách hiệu quả để con không làm lẫn bút chì. Nhưng cô ấy chỉ nói: “Con nghĩ đi! Làm thế nào bây giờ? Mẹ không biết! Con hãy suy nghĩ đi!”

Tội nghiệp thằng bé 6 tuổi chật vật suốt cả buổi tối, nghĩ nát óc. Rồi ơ-rê-ca, cậu tìm ra một giải pháp đơn giản mà mẹ nào cũng thừa biết: Đánh dấu tên lên đồ dùng!

Bà mẹ đó lười nhí! Không chu đáo giúp con chuẩn bị và dán tên lên đồ dùng ngay từ đầu năm học như phần lớn phụ huynh chúng ta! Nhưng không, tôi nghĩ bà mẹ đó đã dạy con được thêm một bài học tốt. Cậu bé phải biết vận dụng đầu óc để tự giải quyết những



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

vấn đề của mình! Đó cũng chính là điều tôi muốn - Không trở thành Mẹ Biết Tuốt!

Ở nhà, Xu và Sim sần sần tuổi nhau. Cãi nhau hả? Kệ, tự nghĩ cách thương lượng và giằng xé với nhau đi! Mẹ không biết.

Ráp đồ không được hả?... Google đi! Mẹ không biết!

Con muốn đề nghị với chủ tiệm cái gì? Con muốn hỏi cô giáo điều gì? Con tự đề nghị đi, mẹ không biết!

Bài toán này giải làm sao? Đảng Cộng hòa và đảng Dân chủ khác nhau thế nào?... Con tìm hiểu đi, mẹ không biết!

"Mẹ không biết" nghĩa là tụi nó phải làm quen với việc tự đi tìm kiếm câu trả lời! Tuy rằng có nhiều lúc tìm ra câu trả lời trót quớt, và giải pháp thì méo mó!

Hôm nay không nghĩ ra kịp, không tìm kiếm thấy, thì ngày mai. Đời con còn rất dài, luôn có đủ thời gian mà. Con tự tìm kiến thức, tự kiếm giải pháp thì kiến thức đó mới là của chính con, không thể dễ quên, không phải kiểu thi xong thì chữ thầy trả thầy.

Từ chối chưa đủ, tôi còn tìm cách "chuyên bóng": "Con nghĩ xem câu này thì mình nên hỏi ai ngoài mẹ?". Nhớ lại, tôi thấy cái được lớn nhất của mấy năm làm phóng viên là biết cách đặt câu hỏi và cách mò mẫm tìm ra người để hỏi. Hỏi ai và hỏi như thế nào là một kỹ năng đáng được học. Câu này về khoa học, con nên gọi cho bác A... Câu này về tự nhiên, con nên gọi điện hỏi ông ngoại... Câu này về ngôn ngữ, con nên hỏi cô N... Câu này về đồ dùng, con cứ hỏi cô giúp việc... Giờ

này ông đang ngủ trưa, đừng gọi... Giờ này cô ấy đang đói, đừng hỏi... Hôm nay thứ Năm, mẹ rất mệt, đừng làm phiền!

“Chuyên bóng” chưa đủ, tôi còn thường xuyên “câu giờ”: “Mẹ sẽ suy nghĩ, để tìm xem nên hỏi ai câu này. Để tối mai, mẹ hỏi được, mẹ sẽ trả lời cho con nha!”. Tôi muốn tập cho con chờ đợi.

Có những ba mẹ luôn luôn sẵn sàng giải đáp cho con, cũng giống như các cô giáo thủ sẵn cuốn văn mẫu trong học bàn, những ba mẹ cho con đi chạy sô học thêm sáng chiều ở trường, ở trung tâm, và rồi tối tối ngồi kèm con học ở nhà, rồi cả những cô giáo chăm chỉ giảng giải, kiên nhẫn hướng dẫn... thì cái nguy hiểm nhất của những cố gắng đó là sẽ tước đi quyền được **tự suy nghĩ**, tước đi cơ hội để trẻ con tự vật lộn với vấn đề của mình. Tôi tin là chính việc vật lộn đó mới làm cho các tế bào não sinh sôi phát triển, phồng lên, dần thành các nếp nhăn trong hộp sọ. Tôi không hề muốn Xu Sim bị bạn bè gọi là “não phẳng”.

Con phải vận dụng đầu óc để tự giải quyết những vấn đề của mình!

Với hàng ngàn câu hỏi vì sao, thế nào của Xu Sim, trong nhà lại chỉ có tôi là người lớn thì đương nhiên mọi câu hỏi chỉ mình tôi gánh rồi, nhúc đầu lăm lăm luôn! “Vấn đề” là phải... “tự giải quyết vấn đề”. Mẹ không biết, nhưng trong sách có hết, con có thể xem sách!

Khi con khoảng 5 tuổi, tôi đi mua về một cuốn từ điển tiếng Việt lớn đẹp để nghiêm trang, để lên giá sách. Khi bé hỏi, nếu có thời gian, tôi vẫn ngồi lần giở từng trang từ điển để tìm rồi đọc to lời giải thích cho bé.



Tôi hi vọng cách giở từ điển của mình trước mặt con sẽ tập cho con một cung cách tự đi tìm lời giải.

Lên 6 hay 7 tuổi, khi con đã đi học, biết đọc rồi thì nhẹ hẫng. Tôi đi mua cho bé những cuốn từ điển, những bộ sách khoa học kiểu như: Mười vạn câu hỏi tại sao, How, Why, Atlas về động vật, về trái đất, các hiện tượng vũ trụ, tự nhiên... (Nhà sách có nhiều lắm ạ, ra đó tha hồ mà khuân!). Và lạ nhất là hỏi ông Google! (Dạo này, hai đứa đó nể ông Google lắm, hỏi ông còn nhiều hơn hỏi mẹ!)

Do đó, tôi nghĩ, thứ nhất, không bao giờ gạt phăng câu hỏi của con. Thứ hai, ngay từ bây giờ hãy tìm những câu phù hợp để đặt ngược lại cho con: “Con nghĩ xem cái này thì mình sẽ hỏi ai/tìm ở đâu?”

“Câu giờ” chưa đủ, thỉnh thoảng tôi còn giương cờ trắng đầu hàng!

Chẳng mắc mớ gì phải giấu dốt! Trước một đứa nhỏ đang thần tượng mẹ mình như một vị anh hùng bách chiến bách thắng mà thú nhận mẹ dốt, quả là một cảm giác khó khăn. Nhưng được dốt như là chính mình, cũng có cái sung sướng của nó! Con phải chấp nhận mẹ đôi khi... cũng dở!

Con phải biết thông cảm với những hạn chế của mẹ, và con sẽ nhân từ hơn với chính mình.

Con sẽ hiểu đúng hơn về con người. Ai cũng phải có quyền được sai. Ai chẳng có lúc lầm lẫn. Ai chẳng có hạn chế. Có sai lầm, có va vấp mới là bình thường, còn hoàn hảo mới là bất thường.

Chỉ trong những xã hội lạc hậu và bất ổn mới có quan niệm “all or nothing”. Tôi rất đau lòng khi nhìn thấy những cô giáo thầy giáo, thầy giám thị khe khắt với học sinh từng li từng tí, phạt từng lỗi nhỏ như làm bài sai, viết lệch ô, lem mực, tính nhầm, quên làm bài, nói chuyện riêng... đều bị nâng lên thành quan điểm đạo đức, tư cách quá cao. Rồi trách mắng, nhiếc móc học sinh trước cả lớp, làm thui chột lòng tự tin và tình yêu của trẻ với sự học.

Bài toán khó của con sau này không còn giống bài toán suốt đời của ông bà ta: “tìm miếng ăn”. Xã hội đã phức tạp lên rất nhiều, chẳng còn mấy người chết vì đói, mà nhiều hơn là những người chết vì thất vọng về mình và về người khác. Đọc tin về Hàn Quốc, mỗi ngày có tới 40 người tự tử, mà tôi sợ hãi. Tôi cũng chỉ ước mơ rằng sau này con sẽ nhân từ hơn với những sai lầm của con và của người khác!

“Ba mẹ là lá chắn, che chở suốt đời con”. Câu này chỉ hát cho vui thôi, chứ tôi không bao giờ phấn đấu đạt đến điều đó! Trẻ con bây giờ hay bị sướng quá, ở trường thì lúc nào cũng có thầy cô hướng dẫn, thúc giục. Về nhà thì có ba mẹ bọc lót, tới cả việc suy nghĩ mà cũng dăng tới tận rằng...

Mẹ đâu phải là kho tàng vô hạn, con đào lúc nào cũng được, đào bao năm cũng còn? Riết rồi con thụ động, ỷ lại, thành cái dây leo, thành cây tầm gửi luôn thì sao? Ngày sau khi đi làm, nếu không được cầm tay chỉ việc từng bước thì sao?

Câu thần chú của tôi đây: “Con tự nghĩ đi! Mẹ không biết!”

Đó chính là giải pháp để con tự lập và mẹ tự do!



Dạy con làm việc nhà

Suy cho cùng thì tất cả những Toán, Văn, tiếng Anh, tư duy, khả năng làm lãnh đạo... rất nhiều thứ chúng ta muốn dạy con, cũng là để sau này con không có ba mẹ thì con vẫn có thể sống tự lập một mình.

Lúc này, xã hội nhiều người đã nhìn thấy bất cập trong chương trình giáo dục ở nhà trường là không chú trọng đạo đức và kỹ năng sống. Thế là nhiều trung tâm mở ra, thu tiền rất mắc, có khi hàng chục triệu đồng cho một tuần trong hè để dạy trẻ con những kỹ năng như dựng lều, nhóm lửa, nấu cơm, giặt quần áo bằng tay, chiên trứng, luộc xào rau củ...

Trong những hội trại Kỹ năng sống, các huấn luyện viên kể nhiều học sinh phổ thông trung học mà không phân biệt được đâu là rau muống, đâu là rau mồng tơi, đâu là trái bí, đâu là bầu. Có bạn nhìn trái bí hỏi: “Đây là trái gì?” “Em chưa ăn bí bao giờ sao?” “Có, em ăn thường xuyên, nhưng là mẹ em đã cắt ra từng miếng và nấu lên trong tô canh rồi!”.

Có bé lớp 4, đi rừng, dây giày tụt ra, mà chấp nhận bị rớt đoàn vì không biết tự buộc dây giày. Có bé khi tự lấy phần cơm canh thì lần nào bê tới gần chỗ ngồi cũng làm đổ: “Vì con chưa bê tô canh bao giờ!”. Có bé được phân công đi rửa thịt thì cho nước rửa chén vào miếng thịt!!!

Vậy tại sao lại không sớm dạy kỹ năng sống cho con ngay tại nhà mình bằng cách dạy con làm việc nhà?

Xu Sim làm việc nhà rất giỏi ạ. Có người bảo: “Là con gái nên mới dạy được, chứ con trai thì chịu”. Có lẽ con gái thì dễ hơn con trai thật, nhưng nếu mẹ cố gắng thì con trai còn làm ngon lành hơn con gái nữa. Các đầu bếp giỏi trên thế giới toàn là đàn ông là gì?

Cậu bé Mộc mà tôi hay kể trong chuyện, khi 8, 9 tuổi đã rửa chén đĩa nhoay nhoáy. Hôm nọ, khi biết tôi ngủ lại, chàng còn đi mắc mùng cho tôi nữa. Dù mới 9 tuổi, nhưng cậu cũng là đàn ông, và dù 39 tuổi thì mình cũng vẫn là phụ nữ, cậu ấy vẫn rất là ga lăng!

Dạy con làm việc nhà khá là dày công đấy ạ. Nhưng nếu không dạy con thì ngày sau mình già, hoặc sau này con đi học, đi làm xa, làm sao mà hầu hạ tụi nó được? Đó là chưa kể tôi chứng kiến rất nhiều đứa con vốn thông minh khỏe mạnh, sáng láng, nhưng được ba mẹ chiều quá, giờ lớn lên như một đứa rỗng tim. Chả biết thương ba mẹ và quan trọng nhất là chả biết thương cái thân của chính nó, vô trách nhiệm với chính nó. Sợ lắm!

Nhiều hôm tôi đi họp về trễ, Xu Sim tan trường tự đi xe đạp về, tự mở cửa vào nhà và nấu những đồ mẹ đã để sẵn trong tủ lạnh. Xu, Sim khi 7 tuổi đã biết xào bếp điện, bếp từ, bếp ga, lò vi sóng... Tới giờ 9, 10 tuổi thì cả 2 đều rất thạo những món đơn giản như chiên trứng (với trứng hai nạng ấy làm được tới 4, 5 cách!) xào thịt băm, luộc rau, nấu cà chua và trứng thành một tô canh mây. Nhiều bữa, con còn sáng tạo thêm những công thức đồ ăn mới (có khi ăn rất ngon, và có những khi không nuốt nổi!). Nhiều hôm, tôi họp xong, học xong, lết về nhà lúc 20h30, thấy 2 nạng đã ăn uống dọn dẹp đàng hoàng và đang ngồi học bài!



Và hôm nay, khi tôi ngồi viết những dòng chữ này, Xu Sim đang cắm cơm, chiên bánh chưng, nấu canh và ốp trứng ngoài bếp. Khi nào làm xong 2 nàng sẽ gọi mẹ ra ăn, và tôi chỉ có việc ăn thôi, dọn và rửa chén đĩa thì hai nàng cũng chia nhau gọn gàng rồi.

Thử nghĩ xem nào, chúng ta có thể kiên nhẫn hàng năm trời dạy con tập viết, tập đọc, tại sao con mới làm bể chén đĩa vài lần mà đã đầu hàng? Tuổi nhỏ còn ưa khám phá, thừa năng lượng, còn quần chân bố mẹ, thì làm việc nhà còn giống như chơi, tụi nó còn thích, chứ đợi lớn lên, tuổi 12, 13 chỉ thích bạn bè, suốt ngày đi như gấn mọt tơ vào đất, lúc đó mới bắt đầu sai việc thì ngại lắm!

Cũng đừng cầu kỳ quá, đợi có điều kiện đúng chuẩn mới làm. Bàn bếp cao thì kê ghế lên. Tập dề nếu có cái dễ thương thì tốt, không thì cho xài cái của người lớn cũng chẳng sao. Dao sứ chuyên dụng chưa có thì để con dùng chung dao người lớn cũng được, không cần đợi đâu. Chén, đĩa cứ cho xài bình thường, bể hỏng thì mua cái mới.

Thực ra, trẻ con rất thích xài đồ của người lớn, giày cao gót, rồi kiếng mát, quần áo... của tôi, Xu Sim suốt ngày xài trộm đấy. Tôi để ý thấy khi làm việc Xu Sim không bị đứt tay lần nào, chỉ khi nghịch mới bị đứt tay thôi. Mà đời người ai chả đứt tay vài lần, (tôi còn đứt vài chục lần ấy chứ)! Đứt tay do thái rau củ thì không phải là tai nạn quá nguy hiểm đến tính mạng. Đứt tay sớm thì lành sớm, tụi trẻ con da nhanh lành lắm ạ!

Chấp nhận con làm bể vài cái chén đĩa, chấp nhận những món con nấu bị hỏng, chấp nhận những lần sàn nhà ướt sũng, quần áo ướt sũng!

Chỉ cần xác định rằng với trẻ mẫu giáo, làm việc nhà thì chơi là chính. Còn tới tiểu học thì làm việc nhà là cơ hội để con học tập. Do đó, dạy con làm thì còn mệt hơn mình tự làm nhiều. Cũng như dạy con tập viết ấy mà, sẽ khó hơn là mình cầm bút viết lều lều nguyên cả trang trong vài phút.

Và đừng tiếc thiếu thời gian học bài, vì khi con làm việc nhà nhiều, tay chân cứng cáp sẽ cầm bút viết tốt hơn. Khi làm việc nhà, buộc phải quan sát nhiều, động não nhiều, thì lúc ngồi vào bàn học bài cũng nhanh hơn. Một người bạn tôi nói: Dạy tư duy nhanh nhất là tư duy qua đôi tay. Chính trong khi làm việc nhà, não của con cũng được vận động. Xu và Sim ngồi học trên bàn ít lắm nhưng yên tâm là học cũng ngon lành đấy.

Để con yêu thích việc nhà, tôi không bao giờ biến việc nhà thành hình phạt. Với nhà tôi, việc nhà còn là phần thưởng nữa. Hôm nào ngoan mới được làm việc, không ngoan thì ngồi đó, không được làm gì hết!

Trẻ con chưa biết định giá được mọi thứ trong cuộc sống, việc nào bạn nhấn mạnh, bạn tung hô nhiều thì con sẽ thấy việc đó là quan trọng hơn. Thế nên, khi gặp gỡ bạn bè, hay người quen, thậm chí cả với người lạ, **tôi toàn công khai khoe về việc con làm việc nhà tốt, không bao giờ khoe điểm học tập!**

Và hãy cho con được sai lầm. Nhiều hôm tới giờ ăn mới thấy nồi cơm chưa bật, thì ta đi luộc bún ăn, có lần canh quá nhạt, thì cho thêm nước mắm, có món nấu hỏng, thì lần sau nấu kiểu khác. **Tôi chấp nhận dọn bãi chiến trường mệt mỏi, chấp nhận món sống, món khô, không trầm trọng hóa sai lầm của con!**



Tôi vẫn nói, một tuần học Kỹ năng sống ở Trung tâm, dù thầy dạy có giỏi cỡ nào mà về nhà ba mẹ không luyện tập cho con thì cũng sẽ quên ngay. **Làm việc nhà thực chất là một kênh để rèn tính cách.** Do đó, hãy rèn mỗi ngày. Ví dụ, nhiều hôm con mệt, con lười dọn mâm, tôi thương lượng: "Mẹ bế con, còn con vẫn dọn chén!" Con vui mà mẹ cũng đạt mục đích!

Tôi biết, người giúp việc và ông bà rất không muốn để trẻ con làm việc. Với ông bà thì tôi phải thuyết phục, nói dài lắm, nói nhiều lắm, dẫn chứng đâu vào đó, rồi có lần tôi còn dằn dỗi, khóc lóc nữa.

Còn với người giúp việc thì tôi phải có quy định rõ ràng, ví dụ "Nếu chị cứ đổ rác giúp bé Sim là chị bị trừ tiền lương đấy". Họ bảo: "Nhìn nó làm tôi ngứa mắt quá, nó làm 1 mà bày ra 10, dọn lại còn mệt hơn, thôi để tôi làm lấy cho nó nhanh". Tôi tới nhiều nhà thấy bố mẹ nói sợ nó làm bể chén, làm hỏng đồ, nên không cho con làm. Nhưng con của mình mà, đâu phải con của ai! Tại sao lại tiếc cái chén hơn tiếc con?

20 năm nữa, chắc là cuộc sống sẽ thay đổi rất nhiều. Chắc chắn có những việc ngày sau không dùng tới, như tôi bây giờ không cần phải cấy lúa, xay lúa, giã gạo, giần sàng nữa. Nhưng những tính cách và nếp tư duy con có được khi làm việc nhà thì không bao giờ là uống phí.

Tôi đã nghe, nhiều bạn ở nước ngoài kêu trời vì các cậu ấm cô chiêu ở Việt Nam sang du học, tới nhà chơi hoặc ở nhờ mà không biết làm cái gì, cơm không biết nấu, ăn rồi không biết dọn, phòng ở thì bầy bầy, không cho ở nhờ thì thương, mà cho thì tức anh ách. Từ vô ý, vô tứ, rồi dẫn tới vô tâm, vô cảm nó gần lắm.

Ở nước ngoài, người giúp việc không sẵn và không rẻ như ở Việt Nam, nên nhiều “cậu ấm, cô chiêu” qua đó vô cùng choáng. Một thầy ở Trung tâm tư vấn du học kể có bé học giỏi, kiếm được học bổng du học mà phải khóc ròng, xách va li về nước vì không thể tự lập ở một đất nước xa lạ.

Theo một thống kê của Israel, tỷ lệ thất nghiệp của những đứa trẻ không biết làm việc nhà gấp 15 lần những đứa trẻ biết làm việc nhà. Còn những đứa trẻ biết làm việc nhà thu nhập bình quân gấp 20 lần những đứa trẻ không biết làm việc nhà.



Đừng tước đi quyền được sai của con!

Tại sao lại tước đoạt quyền được sai, được quyền làm bẻ chén đĩa, được đứt tay, ngã xe, đi lạc... của các bé?

Tôi có tham gia hội phụ huynh của con gái đang học lớp 3. Hôm chuẩn bị bánh kẹo để làm liên hoan tổng kết năm, tôi thấy cô giáo tìm kéo để cắt sẵn các thanh bánh kem xốp ra. Từng thanh bánh xốp được đóng gói trong túi nilon đã được xẻ rãnh cửa khá dễ xé, hơn nữa trong hộp bàn bé nào chẳng có sẵn kéo compa, thước kẻ. Nhưng giáo viên vẫn bảo: “Không phải đâu chị ơi, sẽ có nhiều bé không biết cách mở gói bánh ra ăn đâu.”

Có bà mẹ con gái học lớp 2, bình thường bạn ấy hay cho nước vào cái bình có ống hút để con mang đi học, nhưng hôm qua lại để nước vào chai, về nhà thấy chai nước của con vẫn còn nguyên, bé bảo: “Tại không có ai mở nắp chai cho con uống!”

Một chị khác thì kể về cậu con trai lớp 8 trường chuyên: “Nếu bỏ nó ở chỗ nào đó cách nhà 500 mét thì cũng không biết đường về đâu!”

Trong buổi tập yoga, có một chị cứ loay hoay chạy ra hành lang gọi điện thoại về nhà. Chị giải thích: “Chị phải đánh thức con bé dậy, năm nay lớp 11 rồi. Ở nhà vẫn có cô giúp việc đẩy chũ, nhưng mà nếu không phải mẹ trực tiếp gọi thì nó ngủ tới 12 giờ chưa dậy!”

Ngay như bạn mình nè, mỗi lúc chuyển khách sạn là đánh vật với cái va li. Hấn kể: “Xưa giờ mẹ toàn xếp

đồ cho em. Mẹ bảo nhìn em xếp đồ là mẹ ngứa mắt lắm, để mẹ làm cho lệ.”

Nhớ hồi xưa ra nhà Mộc, tôi trố mắt nhìn chàng trai 6 tuổi tự đi pha sữa bằng cách lấy sữa bột cho vào ly sữa dở đang để trong tủ lạnh, rồi cậu ấy chế thêm nước nóng, uống khi sữa còn lợn cợn, sau đó tự đi rửa ly. Cậu bé rửa nhoáng nhoàng bằng tay, rồi nhanh như chớp úp cái ly còn nồng mùi sữa lên kệ. Tôi phản đối: “Sao lại để mặc nó thế?” Cô bạn thân nhiên bảo: “Trẻ con lớn lên bằng quá trình thử và sai. Uống sữa lợn cợn vài lần rồi nó sẽ biết pha đúng quy cách. Rửa ly còn mùi thì có chết ai đâu. Kệ nó cho nó vui.”

Cũng đúng thật. Tại sao cứ tước đi quyền được làm sai của trẻ con nhỉ? Nhất là những trẻ ở với ông bà, với vốn kinh nghiệm dày dặc, ông bà nhìn đâu cũng ra nguy cơ. Chạy thì sợ té, cầm đồ thì lo bể, đóng cửa nhà kệt tay, đạp xe không khéo ngã, vác túi thì nặng... Thế là ông bà làm cho hết, vừa an toàn vừa đỡ phiền phức. Thành ra, trẻ con có muốn nhúc nhích tay chân giúp ba mẹ thì cũng chẳng được làm gì. Cũng như việc học toán và học chữ kia, chẳng lẽ bạn xác định sẽ làm hộ bé cả đời?

Lịch sử tiến hóa của loài người được bắt đầu và hoàn thiện từ lao động. Chỉ có qua lao động, chúng ta mới khéo léo, mới trở nên linh hoạt, khôn ngoan lên.

Tôi cũng có một tuổi thơ thường xuyên phải lao động cật lực, phụ bố mẹ và ít được chăm sóc việc học hành. Có lẽ tôi hiểu tâm trạng các bố mẹ muốn bù đắp cho con cái những gì mình còn thiếu. Nhưng tại sao cứ nhốt tụi trẻ trong lồng mãi vậy? Tại sao lại tước đoạt quyền được sai, được quyền làm bẽ chén đĩa, được đứt tay, ngã xe, đi lạc... của các bé?



Tôi vừa xem một thiết kế đặc biệt của một trường mẫu giáo ở Kyoto, Nhật Bản. Ngôi trường thiết kế hình tròn, trần thấp phẳng, để trẻ con được khuyến khích leo lên mái, chạy nhảy ngoài trời, trèo lên cây, chui rúc khắp nơi. Thầy hiệu trưởng quan niệm: Tôi không phải dạy chúng nhiều, hãy cứ để chúng chạy như một bầy cừu ở trên mái. Không cần kiểm soát trẻ quá nhiều, cũng đừng bao bọc quá. Chúng cần phải được có chút ít trải xước, vài lần vấp ngã, chúng tự tìm cách giúp đỡ nhau, như thế chúng mới biết được cách tồn tại trong thế giới này.

“Con chỉ cần học thôi, mọi thứ để đó mẹ lo” là một câu nói rất quen thuộc trong nhiều gia đình. Thế rồi tới khi con đậu đại học, khi con lớn thì lại muốn ngay lập tức con phải khéo léo, phải chăm chỉ việc nhà như một phép màu. Rồi bố mẹ lại đau đớn khi không hiểu tại sao nó lại vụng về thế, ích kỷ thế! Mình đau muốn sụn lưng mà nó ngồi trên ghế, điềm nhiên co chân lên để mình lau nhà. Mình ốm nằm bẹp một chỗ mà nó chẳng nấu cho mình lấy một chén cháo.

Và nói thật là tôi khá ám ảnh câu chuyện về gia đình sư tử đã đọc được đâu đó trên mạng. Có một bà mẹ sư tử nói sẽ dạy con đi săn. Hai anh em sư tử quá hứng khởi, chạy quá nhanh nên người anh trượt té và bị thương. Sư tử mẹ cho người anh ở nhà. Hằng ngày, sư tử mẹ và sư tử em đi săn mỗi, không quên để phần cho người anh. Từ đó, sư tử anh sống trong sự thoải mái, hằng ngày được ăn mà không phải đi kiếm mồi. Cho đến khi trưởng thành, sư tử mẹ mất, lúc đó, hai anh em phải tự đi kiếm ăn. Không may chúng lạc nhau, sư tử anh ngơ ngác rồi bị thương. Trước khi chết, sư tử anh thốt lên một câu: “Con hận mẹ!”

Úm con trong vòng tay mình chưa bao giờ là cách yêu con tốt nhất!

Danh hiệu như kẹo ngọt

Nhớ năm lớp 3, lớp Xu có 34 học sinh, có đâu khoảng 20 học sinh được danh hiệu Cháu ngoan Bác Hồ. Một cậu bạn hiếu động, hơi quậy chút của Xu không đạt danh hiệu đó trong khi bà mẹ thì cực kỳ nhiệt tình. Chị ấy làm nội trợ, nhiều buổi ra chơi còn chạy qua trường đứng nhìn xem con chơi thế nào, thuộc hết tên tuổi mặt mũi của 33 học sinh khác trong lớp con, biết mặt và gia cảnh của 33 phụ huynh kia luôn. Các phong trào đóng góp trong lớp, chị luôn đi đầu. Hôm cô kêu gọi nộp vỏ chai tái chế thì chị thò tới nguyên một bao tải bự. Có hôm, vui lên, chị ấy mua 34 phần gà chiên cho cả lớp ăn, hôm thì mua hàng trăm cái trứng cút, rồi luộc sẵn, rồi bóc vỏ và mang vào lớp chia cho mỗi tên 3 đến 4 cái trứng! Chị cũng rất thân thiết với cô giáo chủ nhiệm, hay đi ăn uống cùng nhau.

Nhưng cuối năm, cô vẫn không xếp bé vào danh sách Cháu ngoan Bác Hồ với đầy đủ những lý do abc. Chị ấy lập tức tới nhà cô nói chuyện, đề nghị cho con mình danh hiệu đó. Sau đó, khi không được, chị nhờ tiếp 2 phụ huynh khác tới gặp cô riêng để vận động thêm.

Rồi chị gặp cô hiệu trưởng. Sau đó, chị lại trở lại gặp cô chủ nhiệm sau khi cô đã công bố đầy đủ danh sách tên tuổi các loại giải thưởng công khai trước cả lớp. Chị ấy bảo, thôi, đến lúc này thì không bỏ tên bạn này thay bạn kia được rồi thì đề nghị hiệu trưởng và cô giáo xem xét thêm một suất Cháu ngoan Bác Hồ cho lớp này, và đó là con chị! Và nếu con chị vẫn không được Cháu ngoan Bác Hồ chị sẽ cho con chuyển trường, và kiện lên tận phòng Giáo dục quận.



Rốt cuộc lại, chỉ mơ hồ cảm thấy người thiệt thòi nhất là cậu bạn của Xu. Lâu nay bạn ấy đã nghịch ngợm, nếu giờ mà thắng được cái Cháu ngoan Bác Hồ nhờ mẹ, có lẽ bạn ấy sẽ nghịch thả dãn mắt! Lúc nào chẳng có mẹ ở kia, bọc lót, che chắn, chiến đấu, trải đường đi cho cậu khỏi lấm giày, hic hic...

Do đó tôi hay làm ngược lại. Gần cuối năm lớp 1, Sim khoe: “Con nghe cô nói là con sẽ được là Học sinh tiêu biểu mẹ ạ!” (Trong Top 5 của lớp thì được danh hiệu Học sinh tiêu biểu)

Tôi gọi điện thoại ngay cho cô giáo chủ nhiệm, tóm tắt là: “Mẹ Sim xin cảm ơn cô vì Sim từ chưa biết gì mà giờ đọc viết, làm toán rất tốt. Và quan trọng là bé rất yêu cô giáo, thích đi học. Đây là điều làm chị mừng nhất khi con bắt đầu đi học. Nhưng chị đề nghị với em việc riêng này nha, khi xếp thi đua cuối năm, chị nhờ em đánh tụt xuống một bậc!... Chị muốn lớp đầu tiên đừng cho bé danh hiệu cao nhất.”

Cô bảo chưa từng có phụ huynh nào đề nghị như chị hết, thường là đề nghị ngược lại không à!

Ồi danh hiệu! Mình nghĩ nó cũng như kẹo ngọt, ăn sớm quá, lỡ không may bị sâu răng thì sao?

Có câu rằng: “Đời người có 3 cái bất hạnh nhất: Thiếu niên đăng khoa, trung niên táng thê, lão niên táng tử”. Đường học dài hơn cả đường chạy marathon, có lẽ không cần tăng tốc và đặt cup ở ngay chạng đầu tiên làm gì.

Tháng 10/2015 tôi may mắn được đến Israel thực hiện chuyến tham quan và khảo sát các mô hình trường học để tận mắt xem trí thông minh Do Thái được bồi

duỡng thế nào. Tiến sĩ Haim Rubinstein - Giám đốc Giáo dục Tiểu học của Jerusalem - trong buổi gặp mặt đã nói: "Vấn đề của mọi nền giáo dục hiện nay trên thế giới là chúng ta không biết được tương lai sẽ như thế nào. Thế giới thay đổi rất nhanh và không thể đoán trước 15 năm nữa sẽ ra sao. Tôi học đại học năm 1971 trong trường đại học Jerusalem, khi đó, chúng tôi được học trên hệ thống máy tính hiện đại nhất, nhưng tôi không thể tưởng tượng được giờ nó chỉ là chiếc điện thoại nhỏ bé trong túi quần mình. Vậy thì điều quan trọng nhất của việc học là để giải quyết vấn đề, làm việc đội nhóm (vì tất cả mọi công trình nghiên cứu đều do một team làm chứ không phải là do một cá nhân). Học sinh phải xác định được vấn đề, biết đặt câu hỏi đúng, biết tự học và tự khám phá!"

Do đó, nhiệm vụ của nhà trường Israel là tạo ra những đứa trẻ tò mò, chứ không phải là giải thưởng! Các trường học tại Israel coi nhẹ việc thi đua lấy thành tích và giải thưởng. Họ coi trọng thực học và thực làm, coi trọng nhất việc khơi dậy đam mê nghiên cứu và khởi nghiệp ở học sinh: "Đừng tìm kiếm giải thưởng. Hãy tìm kiếm đam mê. Có đam mê thì giải thưởng sẽ đến!"

Tôi may mắn được làm việc một thời gian với Tiến sĩ giáo dục Sheryl Freeman. Quan niệm của cô và các giáo viên Canada rất khác chúng ta về những cuộc thi. Cuộc thi Toán Waterloo cô nói: "Học sinh nào lười học toán thì nên đăng ký tham gia cuộc thi này. Những cuộc thi này rất thú vị, là một cơ hội để các em tiếp xúc, cọ xát với Toán, và có thể sẽ bớt sợ Toán hơn".

Những cuộc trình diễn văn nghệ trong các lễ hội, hoặc tổng kết năm học cũng thế, thường thì người ở vị trí solo, vedette trong dàn múa hát tập thể, bạn MC cho



buổi tổng kết lại thường không phải là bạn nhanh nhẹn, hoạt bát, hát hay múa đẹp nhất lớp, không phải là ngôi sao trong lớp. Thường xuyên những vị trí đó được dành cho những bạn cần can thiệp đặc biệt, thậm chí các bạn “học sinh cá biệt”, tự kỷ, hoặc nhút nhát, nói ngọng... Họ cho rằng những cuộc thi, những cuộc trình diễn cũng là những cơ hội để giáo dục.

Cho con có “cổ phần”

Tháng 7, tháng 8 mùa thi đại học lúc nào cũng rất nóng. Chọn trường, chọn ngành, nộp hồ sơ, rút hồ sơ... Nguyên vọng 1 hay nguyên vọng 2? Trường nào? Ngành nào đây? Trượt thì sao? Lỡ một cơ hội 365 ngày thì sao?

Cuống quýt, quáng quàng, nộp, rút, rút, nộp... rất nhiều gia đình rối beng lên... Nhân vật chính, trung tâm của các vụ chọn lựa đó, phần nhiều lại ngây thơ vô số tội: "Tùy ạ! Tùy mẹ! Tùy ba! Tùy điểm chuẩn!"

Cũng là bởi vì, suốt từ nhỏ tới khi 18 tuổi, bọn trẻ chẳng được quyết cái gì, rồi bây giờ lúc chọn nghề, chọn trường đại học thì ba mẹ lại ngửa mặt lên trời than thở: "Nó không biết chọn!" Hic hic hic... Thì có được dạy đâu mà biết chứ???

Rồi việc nhà cũng thế, nhiều bố mẹ cứ than rằng: "Nó cứ như khách trọ trong nhà ấy!" rồi "Tụi trẻ giờ thiếu động lực, sống bàng quan, vô cảm quá!" Ôi, "cảm" được vài câu thì bị kêu là hỗn! Tuổi của lý tưởng, tuổi bẻ gãy sừng trâu mà phải sống phụ thuộc, vật vờ như bèo dạt mây trôi, bố mẹ tưởng tụi teen sống lắm phông?

Để ý trong công ty, người làm thuê với người làm chủ sẽ có thái độ làm việc khác hẳn nhau. Người làm thuê chỉ chăm chăm làm xong phần mình, hết giờ là đi về, thua thắng mặc bay. Vậy thì, muốn con không là khách trọ, muốn con có động lực, chỉ còn cách là cho con có “cổ phần” trong nhà mình, có “cổ phần” trong tương lai của chính nó! Trẻ con thì “mua cổ phần” kiểu



trẻ con, bằng việc đóng góp ý kiến và công sức! Kẹt cái là văn hóa của Việt Nam mình vốn chỉ kính già, không kính trẻ, chỉ trọng ngày giỗ, không trọng sinh nhật, nên mấy câu này thì nghe quen nè: "Con nít biết gì mà nói!", "Tiên học lễ đã à nha!", "Bố mẹ khác biết cái gì tốt cho con", "Tao còn để được ra mày, trứng đòi khôn hơn vịt!"...

Không biết thì dạy cho biết chứ! Đâu phải vì nó không biết nên bố mẹ lao ra làm hộ cho cả đời? Nhiều bố mẹ tìm chọn trường, chọn bạn cho con, thậm chí chọn cả quốc gia để con đi du học, chọn cơ quan để xin việc làm... mà như thể đang chọn người trông trẻ cả đời cho con mình ấy. **Nhiều bố mẹ rất giỏi việc huấn luyện con thành người luôn luôn đầu hàng sớm!**

Ngày xưa, tôi cũng như phần lớn các bạn, rất ít được tự lựa chọn. Ăn gì, uống gì, học gì, làm gì... đều do bố mẹ, thầy cô, rồi sau này là sếp quyết hết. Thế là đã dốt, tôi càng dốt hơn. Tôi đã lựa chọn sai khá nhiều, sai trường, sai nghề, sai tầm lum thứ. Dần dần, tôi sợ ra quyết định. Lúc nào tôi cũng chỉ thích làm phó, không bao giờ thích làm trưởng! Nhưng chẳng né được, càng ngày, cuộc sống càng ập vào mặt những quyết định lớn: Ở đâu? Làm gì? Mua nhà nào? Chọn nhà thầu nào? Đầu tư vào đâu? Ăn uống gì? Nuôi con kiểu gì?... Đilen cái đầu lăm lăm luôn!

Chẳng ai tránh được việc phải lựa chọn. Sáng ra, vừa mở mắt đã phải lựa chọn xem sáng nay ăn gì, trưa ăn gì, tối ăn gì. Công việc của tôi phải lựa chọn hôm nay viết cái gì, viết bằng cách nào, đưa cái gì lên, không đưa cái gì lên. Công việc của nhà đầu tư là mua cái gì, bán cái gì. Công việc của nhà quản lý là đặt ai vào chỗ nào... Học hành vất vả, đọc sách, đọc báo, quan sát, tìm kiếm, phân tích thông tin... chuỗi lao động miệt

mài đó là gì nếu không nhằm mục đích rèn luyện cho mình khả năng mình định? Biết cái gì tốt, cái gì xấu, cái gì phù hợp, cái gì không để rồi cuối cùng click "chọn"!

Tiến sĩ Tâm lý Hoàng Minh Tố Nga nói: **"Hãy luôn luôn tạo điều kiện để con được lựa chọn. Được tham gia ý kiến, được giao nhiệm vụ, chính là cách để con có 'cổ phần' trong nhà mình. Người được quyền lựa chọn luôn luôn có cảm giác được làm chủ cuộc đời."**

Nhỏ thì lựa chọn những việc nhỏ, lớn thì lựa chọn những vấn đề lớn hơn. Nhỏ thì đi đâu, ngủ đâu, phạt bằng cách gì, luật ở nhà, luật ở ngoài đường, luật ở chỗ chơi... Cái gì cũng cho góp ý kiến một tí, thỉnh thoảng cho toàn quyền luôn.

Cách đây mấy tuần, khi tôi "trưng cầu dân Facebook ý" để chuyển trường cho Xu Sim, người thì hỏi trường mới có thư viện, STEM không? Bạn thì quan tâm tới nhân sự, hiệu trưởng, giáo viên, bảo vệ... thế nào? Bạn lại hỏi môi trường học, chương trình học...

Tới khi tôi hỏi một bạn tuổi teen, bạn đó nói: "Việc học của ai? Xu Sim học, tại sao chị lại hỏi em? **Chị hãy hỏi chính nó!** Ngày xưa, ba mẹ em toàn chọn trường mà họ cho là rất tốt cho em, nhưng em luôn thêm được ba mẹ hỏi ý kiến mình!"

Ừ há, người quyết định việc của Xu Sim phải là chính Xu Sim chứ! Thế là tôi cho Xu Sim đi tới trường mới học thử một ngày rồi về nhà bắt suy nghĩ, đưa đưa ra ý này, đưa đưa ra ý kia, 2 tên ngồi kẻ bảng so sánh rồi chấm điểm, tổng kết. Tôi chỉ là người cung cấp dữ liệu thôi!



Rồi việc mua sắm đồ dùng năm học mới, tôi cũng giao đứt cho chúng. Tôi chỉ chở 2 nàng ấy tới nhà sách, thả xuống cửa rồi tách đi lo việc của mình, khoảng 1 tiếng sau quay lại đón. Hai nàng cầm 2 tờ giấy dặn dò của thầy cô, tự đi tìm, tự chọn loại viết, tập, bao, nhãn, rồi chì màu, gồm tẩy...

Thầy chủ nhiệm lớp Xu còn cho học sinh tự đề ra luật lớp. Cái bản "luật lớp" của tụi nó nghe kể có tới 17 điều, có cái cũng mắc cười lắm, nhưng mà chắc chắn tụi nó sẽ rất có trách nhiệm với luật do chính mình đề ra.

Có bạn sẽ hỏi: "Thế lỗ nó chọn những cái vớ vẩn, chọn những cái xấu thì sao?" Thì 2 nàng này cũng đã chọn sai ồi lần rồi đấy! Chọn những cuốn sách nhảm nhí, chọn phối quần áo nhìn thấy buồn cười. Sim có lần còn chiên cơm với trứng theo kiểu cho cơm vào tô trứng, đánh lên, rồi đổ vào chảo chiên. Tôi chỉ còn cách chống chế: "Nấu kiểu này kỳ cục quá, mẹ không ăn được.", "Con mặc kỳ quá, ra đường nhớ né xa xa mẹ ra, kẻo họ biết mẹ là mẹ của con, họ cười mẹ chết."... Giỡn thôi! Chọn hàng rỏm vài lần rồi sẽ biết chọn đồ tốt, đi giày trái vài lần sẽ biết đi đúng, mặc kỳ cục vài lần sẽ biết lựa đồ phù hợp, cùng lắm là phí vài chục ngàn chứ gì?"

"Với trẻ em, quyền ra quyết định quan trọng hơn chất lượng quyết định." (Đỗ Hoàng Sơn, Long Minh EDC)

Sai sớm thì sửa sớm. Trả giá sớm khi trong tay chưa có nhiều tài sản và chưa có người phụ thuộc vào mình, hên quá còn gì?

Chưa kể, đôi lúc sai lầm cũng lời ra trò đấy! Như cái cách Christopher Columbus khám phá ra châu Mỹ

đó thôi. Cuộc hải trình nổi tiếng nhất thế giới cho tới tận bây giờ, xét ra thì cũng chỉ là một chuyến đi lạc à!

Thế thì kinh nghiệm sống của ba mẹ vút đi đâu? Với những thứ có thể lựa chọn "có" hoặc "không", tôi định hướng lúc cung cấp dữ liệu. Tôi ngầm cung cấp thật nhiều dữ liệu tốt về cái mà mình nghĩ là con nên chọn. Còn những thứ buộc phải làm, như học bài, ăn cơm, tắm giặt... thì không được chọn có hay không mà chọn "khi nào", "làm sao" hoặc là "với ai"... "Con muốn chọn tắm ngay khi đi học về hay xem tivi xong rồi tắm?", "Con muốn học bài ở đây hay học bài ở trong kia?", "Nếu không làm abc thì con chọn hình phạt nào?"

Năng lực Lựa Chọn và năng lực Ra Quyết Định xứng đáng được đầu tư và rèn luyện, cả ở nhà, ở trường, ở chợ, ở trên mạng... Nhỏ quyết việc nhỏ, lớn quyết việc lớn, dần dà sao cho tới 18 tuổi biết chọn nghề, chọn trường, chọn bạn, chọn người yêu... 21 tuổi biết tự quyết định các việc lớn của mình, là okie! Khi đó, ba mẹ khỏe, đỡ phải trông trẻ cả đời, há!



Hãy để các ông bố đầu tư thời gian cho con

Tôi nhớ trên báo Tuổi Trẻ từng đăng tấm ảnh chụp 2 cậu con trai bò trên đường phố thị xã Gia Nghĩa (Đắk Nông). Ông bố đã bắt con bò từ tiệm game về nhà để trừng phạt tội nghiện game online. Vợ chồng ông vất vả cả ngày ngoài rẫy để kiếm tiền, không tiếc tiền cho con đi học thêm hè, ông thương con tới mức chỉ để riêng 2 vợ chồng vất vả nắng mưa ngoài rẫy để 2 cậu trai trẻ được ở nhà dành thời gian học bài. Bức ảnh đã làm tôi giật thót mình... Coi kiếm tiền là quan trọng, nhiều ông bố (phần lớn là các ông bố ạ!) đầu tư hết thời gian của mình ở công sở, giao khoán việc nuôi dạy con cho vợ, chẳng bao giờ đi đâu, làm gì với con. Việc kiếm tiền là việc lớn, việc dạy con là việc nhỏ!

Bao nhiêu ông bố khắp Việt Nam đang nghĩ và làm như vậy? Tập trung toàn bộ sức lực để kiếm tiền, để lo cho gia đình và con cái một cuộc sống khấm khá hơn hôm qua, hôm kia, năm trước. Đi sớm, về khuya, nai lưng cật lực ngoài ruộng rẫy hoặc lao tâm khổ trí trong văn phòng? Còn dạy con và chơi với con thì vớt cho tì vi và người giúp việc? Gọi là phụ huynh học sinh, mà sao phần lớn toàn thấy mẩu mẩu?

Tôi đã nghe thấy nhiều ông bố bận rộn vô cùng. Có người ngày nào cũng 10 giờ đêm mới mệt mỏi xơ xác lê về nhà. Cả 5, 6 ngày trong tuần đều như vậy. Hai ngày cuối tuần nếu không đi đâu thì nằm ngủ, hoặc ôm tivi từ rạng sáng tới tối, chẳng làm gì, chẳng đưa con đi đâu, chẳng chuyện trò với vợ con hoặc bố mẹ gì cả. Họ vẫn tự hào tuyên bố: Tôi là đàn ông, tôi lo việc lớn, lo kinh tế!

Nhưng tại sao lại chỉ là kinh tế? Tại sao việc lớn lại chỉ là kiếm tiền? Có phải việc làm cho gia đình hạnh phúc và dạy dỗ con cái là chuyện nhỏ? Là 1 phụ nữ chân yếu tay mềm, tôi thấy kiếm tiền chẳng phải việc khó, mà dạy con mới là việc khó!

Tôi nghĩ, chỉ có ở thời nguyên thủy, sứ mệnh của người đàn ông mới là săn bắn cho được thật nhiều con mồi mang về cho vợ con khỏi bị đói. Chỉ có những ngày xưa cách đây 30, 40 năm trở lên thì nhiệm vụ cao cả nhất của ba mẹ mới là kiếm cơm nuôi con.

Bây giờ khác rồi!

Làm việc với trẻ em suốt 20 năm nay, tôi thấy cái trẻ con thiếu nhất chẳng phải là tiền của bố mẹ. Có em diễn đạt được vấn đề của mình một cách rõ ràng (là thiếu sự quan tâm), cũng có em còn lẩn lộn, nhưng tất thấy đều không chỉ đơn giản là đang thiếu tiền.

Nhất là lúc này, chục năm trở về đây, Internet và mạng xã hội phát triển, bầu không khí quanh con bây giờ có biết bao nhiêu là nguy cơ, những nguy cơ mà bố mẹ (nhất là mẹ) chẳng có mấy kinh nghiệm: game online, bắt nạt trên mạng, lừa đảo trên mạng, lạm dụng... Người bố, với thể mạnh của mình, nhiều hi vọng theo kịp đà tiến công nghệ thông tin, khoa học kỹ thuật, để mà dạy con hơn là mẹ.

Giáo dục ở nhà trường bế tắc, xã hội khủng hoảng, phức tạp, thì càng trông chờ nhiều hơn vào bàn tay của gia đình. Đâu phải, cứ tự nhiên mang cục tiền về thì tự khắc con sẽ lớn, sẽ khôn, sẽ ngoan, sẽ sống đàng hoàng có lý tưởng như ước mơ của bố mẹ.

Liệu có phải chúng ta đang đầu tư sai?



Có lần, tôi đi cùng một nhóm bạn sang Myanmar. Chúng tôi được bố của một thành viên đoàn nước sở tại tiếp đón rất đặc biệt. Ông là giám đốc một ngân hàng, chắc chắn cũng rất là bận rộn, mỗi ngày của ông hẳn là cũng xếp kín lịch và làm ra rất nhiều tiền. Nghe tin trong đoàn có cô bạn gái của con trai mình, ông xin nghỉ phép hẳn 2 ngày để thân chinh lái xe chở con và nhóm bạn của con đi chơi 2 ngày đó.

Hai ngày, ông vừa lái xe, đặt chỗ nhà hàng, ăn cùng, chơi cùng, nói chuyện cùng, và buổi cuối còn nhậu cùng và rồi hát karaoke cùng cô bạn gái mà con trai ông đang đem lòng yêu. Tôi nhìn thấy ông nói chuyện, lái xe rất vui vẻ, và tôi cũng thấy ông đã không bỏ sót cử chỉ, câu nói nào của cô bé ấy.

Với con mắt của một người bố, một người đàn ông đã có gia đình, hẳn ông sẽ nhìn thấu tính cách, trình độ, cách cư xử và phong nền văn hóa của cô bé, tình huống hơn cậu con trai đang “cảm nắng”. Và tôi nghĩ, cô bé có trở thành vợ tương lai của con ông hay không, hoàn toàn ông có thể can thiệp được. Một khi đã thân thiết với con trai như thế, một khi đã đầu tư thời gian cho con nhiều như thế, một khi đã đánh giá cô gái kỹ như thế, thì hẳn mỗi lời góp ý của ông với con trai hẳn sẽ thật tâm phục khẩu phục.

Là một giám đốc ngân hàng, tôi nghĩ cú này ông đã đầu tư đúng. Hai ngày nghỉ phép để làm bạn với bạn gái của con, làm ông có thể tránh được nhiều ngày cãi cọ với con trai về chuyện cưới hay không cưới, nhiều năm đau khổ dằn vặt nếu con chọn sai bạn đời.

Giáo sư Ngô Bảo Châu cũng đã từng kể ở Pháp nơi anh đang sống, những bạn bè thường giao lưu nhất, thân thiết nhất của gia đình, hóa ra là toàn là bố mẹ của bạn bè con anh.

Tôi tin rằng những ông bố bà mẹ làm bạn được với con, làm bạn được với bạn bè con, làm bạn được với cả bố mẹ của bạn bè con, sẽ chẳng phải bỏ việc đi tìm con trong các tiệm game, chẳng phải bỏ tiền thuê thám tử theo dõi hoặc đăng báo gọi con về nhà.

Một giám đốc trung tâm kỹ năng sống đã từng mở lớp cai nghiện game online nói với tôi: "Thành thật thì, với những em đã nghiện game online thực sự, chúng tôi chưa chữa được." Trong lớp cai nghiện đó, có con trai duy nhất của một đại gia thực phẩm với nhiều cửa hàng hoành tráng khắp cả nước, nói tên ra thì hần ai cũng biết ngay. Ông ấy đã cực một nửa gia tài để Trung tâm có thể cai nghiện game online cho con ông. Nhưng mà trễ rồi, ông ấy đầu tư trễ mất 18 năm! Lẽ ra phải chinh phục con từ hồi con còn bế ngửa. Ông ấy đã lỡ mất cơ hội cho con nghiện bố trước khi nghiện game rồi!

Tôi có một người bạn, công việc đang thăng tiến rất tốt, nhưng anh ấy quyết định đi chậm lại. Hôm rồi, cả nhóm bạn cũ hẹn hò cà phê, mọi người kêu ca rằng anh đã bỏ qua quá nhiều dự án ngon lành để chọn cách sống an phận. Có đứa còn cáo, kết tội ảnh lười. Nhưng kệ, ảnh nói rằng: "Chẳng có dự án nào bằng dự án con. Trong việc dạy con ngày nhỏ, không có giáo viên nào bằng được cha mẹ!" Nên, thay vì dành 10 giờ, 12 giờ, 14 giờ mỗi ngày làm việc kiếm tiền, anh ấy làm vừa đủ, còn dành thời gian để đầu tư làm bạn với con, đầu tư vào những việc liên quan tới con cái! Ngày sau khi con lớn thì thăng tiến tiếp cũng chưa muộn. Cơ hội lúc nào cũng có, nhưng tuổi thơ của con chỉ qua có một lần trong đời thôi.

Biết đủ là đủ, nhỉ!



Con nghĩ đi, mẹ không biết!



Nhà tôi không xem tivi, còn bạn?

Nhà tôi 6 năm nay không xem tivi, không truyền hình cáp, chỉ thỉnh thoảng tới rạp xem phim hay mua đĩa DVD hoặc xem phim, xem clip online.

Nhiều lúc mệt quá tôi cũng nghĩ, hay lắp quách tivi cho Xu Sim ngồi xem để tôi yên thân!

Nghĩ coi, mỗi chiều đi làm rồi đón con, rồi chợ búa, rồi cơm nước, rồi dọn dẹp, và rồi còn hàng ngàn việc không tên trong nhà... và bao thứ hấp dẫn trên Facebook. Vừa mệt mỏi vừa thiếu thời gian và thêm sự yên tĩnh, tôi chỉ muốn được yên! Tivi như một cô

bảo mẫu, nếu mở ra thì tụi trẻ con có thể ngồi trật tự hàng giờ.

Nhưng xem tivi rất không tốt cho trẻ em. **Xem tivi là nghe và tiếp nhận thụ động, không có giao tiếp qua lại.** Dù là xem những chương trình giáo dục thì não trẻ em cũng hoạt động rất ít. Chân tay không nhúc nhích, mắt lại phải căng ra với ánh sáng mạnh và thay đổi liên tục.

Nhớ lại quê tôi ngày xưa không có điện, phải học và làm việc trong ánh đèn dầu tù mù. Khi đó, cả trường cấp 3 không có bạn nào bị cận thị. Còn bây giờ điện sáng tung bừng khắp nơi lại cận thị rất nhiều. Nhiều nghiên cứu đã xác định thủ phạm chính là ánh sáng các thiết bị màn hình, tivi, máy tính bảng, điện thoại thông minh...

Từ đầu năm 2010, nhân việc chuyển nhà, tôi quyết định nhà mình sẽ không dùng thuê bao truyền hình cáp, không xem tivi nữa. May mắn nhà tôi chỉ có 3 mẹ con, không có ông bà, cũng không có người giúp việc ở lại, nên cũng dễ hơn. Cả ngày 2 bé đi học, chiều đón con về tắm rửa, nấu ăn, dọn dẹp, học bài, chơi với nhau... là chớp mắt đã hết buổi tối.

Không có tivi, **con tôi có thêm thời gian cho những trò chơi vận động**, đạp xe, trượt patin, chạy nhảy lang thang ở sân, kết bạn với trẻ con nhà bên, nói chuyện với các bác hàng xóm, tăng kỹ năng giao tiếp và kết nối.

Không có tivi, **sách trở thành nguồn thông tin hấp dẫn nhất.** Không cần tôi dày công luyện tập, không cần tôi nghĩ ra chiêu trò gì đặc biệt, Xu Sim đều rất nghiền đọc sách.



Không có tivi, tôi tự thêm vào mình một áp lực phải **nói chuyện với con**. Hai chị em kể chuyện trường lớp cho nhau nghe, trêu chọc nhau, cãi nhau, thậm chí có lúc cấu chí, đánh nhau. Tôi cũng phải la mắng nhiều hơn. Nhưng rõ ràng dù la mắng, cãi nhau thì đó cũng là giao tiếp nhiều chiều. Tất cả những kỹ năng này rất quan trọng.

Không có tivi, buổi tối, ngày nghỉ, **con tôi sẽ lăng xăng phụ mẹ làm việc**, nấu ăn, nhặt rau, thái rau, hoặc phá phách lung tung, làm bể, làm đổ thứ gì đó trong bếp.

Không có tivi, **Xu Sim không bị ngồi im quá nhiều**. Nghĩ coi, trẻ con Việt Nam đã phải ngồi rất nhiều ở trường mẫu giáo, trường tiểu học và phổ thông, về nhà lại ngồi trước cái tivi nữa thì có uống loại sữa nào cũng khó mà cao lớn, nhanh nhẹn được.

Trẻ con thì cần nhất là thiên nhiên. Bớt coi tivi, con tôi được chìm đắm và được rung động thật sự trong thiên nhiên, được cảm thấy mùi của gió, nghe được tiếng chim hót, được chạy tung tăng trên đôi chân của mình, được giao tiếp với bạn bè, ba mẹ, được tương tác với đồ vật...

Những cái nhiều người cho là thiệt thòi thì tôi lại không thấy thiệt thòi. Ví dụ: không có tivi, tối trường, có nhiều bài hát, bộ phim, nhiều xu hướng bạn bè bàn tán xôn xao mà con tôi không biết. Nhưng đâu có sao, con không biết thì con bảo bạn kể cho con nghe, bạn càng thích. Rồi con lại kể cho bạn con nghe những chuyện con làm mà bạn không được làm, bạn cũng thích. **Chấp nhận mình thua bạn một chút, hiểu rằng mình và bạn khác nhau, có những hiểu**

biết và trải nghiệm khác nhau... cũng là những điều con cần phải học mà.

Suốt gần 100 năm nay, chiếc tivi đã là điểm nhấn cho sự sang trọng của gia chủ trong phòng khách. Giờ có lẽ cũng nên thay đổi, nhất là với nhà nào có trẻ con.

Những năm tháng tuổi ấu thơ của con chỉ đến có một lần, quyết không để tivi ăn bớt!



Tôi chọn sức khỏe

Ttrong một cuộc điều tra gần 5.000 trẻ ở thành phố Hồ Chí Minh gần đây, có tới 20,1% trẻ thừa cân, 31,3% trẻ béo bụng! Thật là sốc! Không chỉ thế, chúng ta còn đang lùn nhất châu Á! Theo thông tin từ Viện Dinh dưỡng quốc gia, trong 30 năm qua, người Việt cao lên rất chậm, cứ mỗi 10 năm chỉ cao thêm được 1cm!!! Chiều cao trung bình của nam thanh niên Việt là 164cm, thua 8 cm so với Nhật và 10 cm so với Hàn Quốc.

Chẳng phải lỗi của riêng ai mà nhà trường, xã hội và gia đình chung tay làm hại trẻ.

Ở trường, môn thể dục được gọi là môn phụ, bị hắt hủi hết mức có thể. Ở thành phố Hồ Chí Minh, các trường phổ thông gần như đã xóa sổ giờ thể dục giữa giờ do trường thiếu sân bãi. Nếu xem các bộ phim của Mỹ, ta sẽ thấy các *hotboy*, *hotgirl* trên sàn tập, siêu sao bóng bầu dục, siêu sao bóng rổ, đội cổ vũ *cheerleading* rực rỡ. Một số *teen* có thành tích nổi bật trong thể thao sau khi hoàn thành chương trình phổ thông còn có thể nộp đơn vào các trường đại học danh tiếng. Còn ở mình, học sinh giỏi thể dục còn bị chê “đầu óc ngu si tứ chi phát triển”, “dinh dưỡng không vào não, chỉ vào xương”, ai mà ham?

Tiếp đó là sự kỳ thị của phụ huynh. Tôi gặp nhiều ba mẹ chỉ hài lòng khi con ngồi ngoan ngoãn trong nhà hoặc ôm bàn học bài. Đi đá bóng à? Lại tụ tập đàn đúm chứ gì? Nắng chang chang ra đó chạy hùng hục rồi về bệnh thì sao? Chạy nhảy nghịch ngợm hả? Bắn hết quần áo, rồi té gãy tay chân thì sao? Chính ba mẹ

cũng chẳng thiết tha thể thao. Ba điem nhiên vác cái bụng bia như đang bầu 7 tháng, mẹ thì tối ngày lau dọn. Từ khi biết nhớ, con chưa thấy ba mẹ chơi thể thao thì làm sao con thích chơi?

Và, nguyên nhân nặng nhất, tôi nghĩ đó là do **văn hóa xe máy**! Xe máy cá nhân làm chúng ta một bước là ngồi lên xe, hai bước cũng ngồi lên xe. Ở những nước xe bus, tàu điện ngầm, giao thông công cộng phát triển đều bắt buộc bạn phải đi bộ rất nhiều để chuyển từ ga này tới ga kia, từ trạm này tới trạm khác. Nhìn ngay mấy nước châu Á láng giềng thôi, mỗi khi qua đó là tôi lo lắng rất nhiều về vụ đi bộ. Chuẩn bị nào giày thể thao, nào dầu xoa bóp... mà vẫn lết không nổi! Sing, Hong Kong, Nhật, Hàn... trên đường phố và dưới toa tàu điện ngầm, cả khối người khổng lồ cứ đi bộ rầm rập. Chỉ vài ngày là chân tôi dán chỉ chít cao Salompas, bàn chân thì phồng rộp lên.

Trong một nghiên cứu quốc tế năm 2012 đăng tải trên tạp chí y khoa The Lancet (Anh), **Việt Nam được xếp vào nhóm lười vận động nhất thế giới**! Đúng là chương trình học nặng nề không còn thời gian, đúng là thành phố quá ít khu vui chơi. Nhưng chúng ta đã chọn sống ở đây rồi, chẳng lẽ ngồi đổ lỗi xong là xong? Tôi nghĩ, nếu muốn, chúng ta vẫn có cách.

Ví dụ, thay vì ở nhà đất nền, tôi chọn chung cư! Nhớ hồi bán nhà đất nền, nhiều bạn gàn lắm, rằng mua chung cư sẽ nhanh mất giá, mua nhà đất thì 50 năm sau còn có của để dành cho con. Tôi nghĩ Xu Sim không thể chờ đến 50 năm được. Nếu có 5, 7 tỷ mua biệt thự vài trăm mét vuông ở quận 7, quận 2, quận 9 không nói làm gì, còn chỉ có khoảng trên dưới 1, 2 tỷ thì giữa 1 căn nhà hẻm xe máy sâu tút hút, bức bí, nguy hiểm, và 1 căn chung cư hạng trung thì nên



chọn chung cư. Vì chung cư có sân chơi chung, Xu Sim có chỗ đi xe đạp, chạy nhảy, đuổi nhau, có nhiều bạn bè cùng trang lứa, kéo dây kéo đàn chơi dễ hơn.

Mua sắm và sắp xếp trong nhà cũng có cách hết. Ví dụ, khi thiết kế nhà, tôi luôn ưu tiên cho không gian, không ưu tiên chứa nhiều đồ đạc. Nhớ hôm sửa nhà, nhiều kiến trúc sư cứ thuyết phục tôi "Cái sofa này sang lắm!", "Bếp phải có quầy bar"... Không, tôi chỉ cần Xu Sim có nhiều chỗ chơi, sao cho Xu hay Sim kéo 10 đứa tới nhà vẫn được. Tôi cũng không mua, không trữ những đồ quý, đồ dễ vỡ, đồ chạm trổ, để hậu đậu như Sim cũng thoải mái chạy nhảy. Và nhà tôi không có tivi. 6 năm nay, nhà tôi không xem tivi, nên buổi chiều đi học về, Xu Sim chẳng có lý do gì để ngồi yên cả.

Tôi khá sốt ruột khi thấy nhiều ba mẹ luôn nhốt trẻ trong nhà. Thậm chí chung cư tôi đang ở, thang máy phải có thể từ, bảo vệ nghiêm ngặt, nhưng nhiều nhà vẫn khóa cửa cứng ngắt. (Trong nhà cũng đầy nguy cơ, không phải cứ ở trong nhà là an toàn hết đâu. Tỷ lệ trẻ con bị lạm dụng hơn một nửa từ người quen thân, tỷ lệ bị bắt cóc rất thấp, còn tỷ lệ trẻ con béo bụng, ù lì thì quá cao). Nói chung là tôi ghét nhìn thấy trẻ con ngồi một đống bất động, dù trước bàn học hay trước màn hình. Tôi muốn nó phải vận động, chạy nhảy cơ!

Thế nên, quà sinh nhật, quà Noel, phần thưởng này kia của nhà tôi toàn là xe đạp, giày patin, giày thể thao, vợt cầu lông... Có những chuyến đi chơi, riêng 2 đôi giày patin của Xu Sim đã chiếm trọn một cái va li rồi, vừa to, vừa nặng, vừa cồng kềnh. Phần thưởng đôi khi quy ra giờ được đi bơi cùng mẹ, đi đạp xe cùng mẹ. Kệ nguy cơ sạm da, khô tóc, tôi vẫn thường xuyên

nhảy xuống bể bơi bơi cùng, hoặc đầu têu leo núi, lội ruộng, thả diều cùng tụi nó.

Trong cả năm học, từ mầu giáo tới nay là lớp 4, tôi không hề cho Xu Sim đi học thêm Toán Văn, tập viết, thậm chí tiếng Anh cũng không. Nhưng suốt năm rồi lại đều đều tuần 3 buổi học thêm thể dục ở sân vận động Phú Nhuận. Xu Sim đều là con gái cả nhé, nhưng biết bơi, biết chơi cầu lông, trượt patin, chơi bóng rổ, đạp xe đạp... Cái nào cũng thử và cũng biết một chút. **Tôi vẫn rất quan trọng môn Toán, Văn hay tiếng Anh, nhưng khi sức khỏe, thời gian và tiền bạc của tôi có hạn, tôi ưu tiên thể dục hơn!**

Và năm nay, tôi đã chuyển con về một trường ở ngoại thành có bể bơi, có sân bóng đá, có nhà thi đấu, có cây xanh và ánh nắng, có tập thể dục buổi sáng mỗi ngày...

Thế là tôi cho thuê căn hộ nhỏ ở Gò Vấp. Cũng có lo lắng, rằng căn nhà xinh đẹp của mình bị hỏng, nhưng kệ, con hỏng còn nguy hơn! Với số tiền đó, tôi mangra ngoại thành thuê được căn hộ lớn hơn, còn có bể bơi, có sân, có đồng cỏ bao la, có những con đường rợp bóng cây... Con tôi tha hồ chạy nhảy, đạp xe, đi bơi, hoặc chỉ đơn giản là đi lang thang, lòng vòng cũng được. Tương lai tôi sẽ tập cho con đạp xe tự đi học. Khi chọn giữa các chung cư trong khu vực, tôi đã ưu tiên cho điều này đầu tiên.

Tôi tin rằng cuộc sống có nhiều lựa chọn! Và tôi thì chọn sức khỏe!



Phần 3:
Vui sống cùng con

SẠC PIN CHO
CHÍNH MÌNH

CHẾT,
SẮP HẾT PIN
SẮP HẾT PIN



Sạc pin cho chính mình

Nhiều người hỏi tôi, nuôi 2 đứa có mệt không? Ôi mệt chứ, mệt lắm chứ, nhất là khi tôi không có anh em họ hàng ở gần, ông bà nội ngoại đều ở xa... Nói thật là ngày nào tôi cũng ước mình được nghỉ ngơi thêm một chút.

Nhớ ngày xưa, tụi nó còn nhỏ, ốm đau, bỉm sữa liên miên nên khi tới cơ quan, ngồi ngả người vào lưng ghế, bật máy tính lên, bắt đầu ngồi làm việc mà không có tiếng trẻ con thì tôi đã coi đó là thư giãn rồi.

Thế là từ ngày tụi nó 5 tuổi tới nay, tôi luôn dành ra cho mình mỗi năm ít nhất một lần tự nghỉ phép công việc “làm mẹ”. Tôi sẽ trốn đi đâu đó, hú hí ăn chơi, mua sắm và chụp hình, không có trẻ con, không có chợ búa nấu nướng, chỉ còn tán dóc với một tụi bạn gái. Nhiều tiền thì đi kiểu nhiều tiền, ít tiền thì đi kiểu tiết kiệm, kiểu gì cũng phải đi. Tới một vùng đất mới, gặp những con người mới, nói bằng một thứ ngôn ngữ khác.

Tôi luôn dành ra cho mình mỗi năm ít nhất một lần tự nghỉ phép công việc “làm mẹ”.

Có khi thì nhờ người giúp việc ngủ lại, có khi thì nhờ bạn bè, nhờ cô em đồng nghiệp, hay cô cháu tới ở trông Xu Sim. Năm nay, chuyển ra ngoại thành, xa trung tâm, không nhờ được ai tới nhà, tôi đã mất khá lâu để tìm cách. Cuối cùng thì 3 mẹ con quyết định đi sơ tán. Khi mẹ đóng gói đồ đạc đi chơi thì Xu Sim cũng tự đóng đồ đạc để qua nhà dì Tuyến bên quận 7 ở. Tôi lên trường đăng ký xe bus của trường đưa rước

Xu Sim 1 tuần. Vậy là ba mẹ con cùng khóa cửa ra khỏi nhà.

Nhìn Xu Sim tay xách nách mang 1 va li, 3 túi đồ đi sơ tán, cũng thấy thương thương. Nhưng kệ, tội nhóc cũng cần tập lùi xa mẹ một quãng. Như trồng cây ấy, đừng cột cây nhỏ quá chặt vào cây lớn, phải để cho tội nó có khoảng trống để thở, có lúc đói để hiểu cảm giác ăn ngon, có xa cách để quý những phút gần gũi, có thiếu thốn để trân trọng lúc đủ đầy. Như cái lò xo bị kéo giãn, sau mỗi chuyển cách xa, 3 mẹ con ôm nhau càng chặt hơn.

Ai thông cảm thì tôi nói thật là tôi gửi con để đi chơi. Ai hay xét nét thì tôi trả lời ngắn gọn là phải đi công tác. Ừ thì đúng. Nghỉ ngơi cũng là một phần tất yếu của lao động mà. Ai mà có thể leo hoài không dừng? Ai có thể chạy hoài mà không nghỉ?

Tôi nghe kể những người leo lên đỉnh Everest, ban ngày leo lên, ban đêm còn lùi xuống một chút, nghỉ cho quen độ cao rồi mai lại leo lên trở lại. Mọi cái đều phải từ từ, không thể nóng vội, nhất là những việc dài hơi.

Việc càng khó, càng quan trọng thì càng cần phải được thư giãn và nạp đầy đủ năng lượng.

Mà kể nghe, hôm tôi nói chuyện với một người bạn, hỏi cách học làm sao để ngày sau Xu Sim có cơ hội đi du học. Bạn tôi bảo: "Chỉ cần chính bản thân mày phải háo hức với việc di chuyển, háo hức với một nền văn hóa mới thì Xu Sim mới thấy ham đi du học. Và khi nó đã muốn, nó sẽ tìm ra cách. Tự nó tìm ra cách tốt hơn là mày tìm sẵn cách cho nó!"



Thế nên, đến hẹn lại lên! Giờ này tôi đang “sạc pin” ở Đài Loan. Facebook vừa thông báo dịp này 2 năm trước là ở Myanmar, năm ngoái ở HongKong. Tại sao lại hay trùng vào thời điểm này? Chỉ đơn giản là vì mùa này, tháng 10, các hãng máy bay thường khuyến mãi mạnh, giá vé rất rẻ!

Lên tới sân bay, việc đầu tiên là rút điện thoại ra, xóa hết các thể loại báo thức, nào là giờ gọi Xu Sim dậy, giờ Xu Sim đi học, giờ đón Xu Sim, giờ Xu Sim đánh răng, giờ Xu Sim đi ngủ... Gì thì gì, đừng quên cục sạc của chính mình!

Mấy lị, tôi không hề muốn sau này Xu Sim miêu tả về mẹ là “Mẹ em đã rất vất vả để nuôi em, mẹ đã hi sinh rất nhiều...” Không, Xu Sim không cần phải bị gánh nặng hi sinh của mẹ đè trên vai. Và tôi cũng không muốn Xu Sim trở thành mẫu phụ nữ cứ đi hi sinh vì người khác. Tôi chẳng dại gì phải giấu giếm đam mê rong chơi của mình. Tôi muốn Xu Sim có thể khoe với bạn bè, rằng: “Mẹ tớ đi chơi nhiều, và mẹ tớ rất cool!!!”

Đừng nói “Mẹ tớ đã hi sinh rất nhiều...” hãy nói: “Mẹ tớ đi chơi nhiều, và mẹ tớ rất cool!”

Có bao giờ bạn biết rằng:

- Mẹ ăn mặc thời thượng, con càng tự tin.
- Nếu mẹ có thân hình đẹp, con càng kiêu hãnh.
- Mẹ càng ham học hỏi, con càng chăm chỉ học hành.
- Mẹ càng yêu bản thân, con càng có tính độc lập.
- Mẹ càng chia sẻ và yêu thương, con càng rạng rỡ sáng sủa.
- Mẹ càng chân thành và thân thiện, con càng ngay thẳng.

Cho nên đàn bà sống không vui không thú vị, lấy đâu ra những đứa con thú vị vui sướng? Đàn bà cam chịu, làm sao trách con cái hèn?

(Trang Hạ dịch)



Hãy làm bà mẹ không hoàn hảo!

Ngày 20/11 vừa qua, Xu và Sim đang đi tham quan rừng Nam Cát Tiên mà không có mẹ đi cùng. Lý do vì tôi bận quá! Nợ nần bài vở và mấy cái kế hoạch đã qua deadline. Thực ra tôi vẫn thu xếp được, nhưng vẫn trốn con ở nhà một mình, chỉ bởi vì tôi muốn thế! Tôi muốn cho Xu Sim thử đi chơi, thử sống vui mà không có mẹ bên cạnh. Vừa để con được tự lập, con tôn trọng công việc của mẹ, và quan trọng nữa là tôi muốn Xu Sim hiểu rằng thế giới vẫn có rất nhiều người tốt, chỉ cần biết lên tiếng, con sẽ được giúp đỡ.

Có lần, tôi đọc được câu chuyện về một ông cụ già vò đau ốm, già vò cần giúp đỡ, để giúp đỡ một cô bé vốn rất cô độc. “Đó là một cách tuyệt vời để một cô bé non nớt và nhạy cảm như tôi thấy mình mạnh mẽ hơn.”

Tôi bỗng nghĩ rằng làm mẹ cũng thế. Lâu nay, ở vị trí vừa làm mẹ vừa làm cha, tôi hay cố gắng để mạnh mẽ hết sức có thể. Rồi có lần, một ngàn tám trăm tỷ vấn đề đổ lên đầu tôi. Hôm đó, tôi đang sửa sang căn hộ mới mua được. Tôi tháo bỏ hết mọi thứ trong căn hộ cũ, làm lại từ đầu, từ bếp, nhà tắm, phòng vệ sinh, sàn, trần, tường, phân chia lại các phòng... Nhà hồng, thợ dốt, bố ốm, em trai đòi hỏi, khớp chân khớp tay sưng vù lên, và tiền trong túi thì hết... rồi cộng thêm một chuyện gì đó nho nhỏ nữa, thế là nước tràn ly, tôi nằm khóc.

Thế là Sim thì lấy khăn giấy cho mẹ, lấy khăn ướt đắp lên trán mẹ. Xu thì massage cho mẹ. Rồi 2 đứa

dịu dàng bảo mẹ đi ngủ đi. Tụi nó kê gối, đắp chăn cho tôi, còn tụi nó thì nháy nhau dọn dẹp nhà, lau sàn, lau bàn sạch bóng; rồi ngồi học ngoan ơi là ngoan, thỉnh thoảng lại chạy vào sờ trán mẹ, ôm mẹ... Lúc đó, tôi bỗng thấy 2 nhóc con nhà tôi như bật lớn lên ấy. Bỗng nghĩ rằng, **đừng làm một bà mẹ quá hoàn hảo! Đừng quá giỏi giang! Đừng quá tình tế! Hãy để chỗ cho con lớn! Hãy giữ lấy Quyền được yếu đuối! Khi tôi chùng xuống cũng là lúc con tôi lớn hẳn lên.**

Nhớ lại những bà mẹ vĩ đại trong “Cuốn theo chiều gió” và “Tiếng chim hót trong bụi mận gai”, những bà mẹ mạnh mẽ như nữ cường nhân, nhân nại tuyệt diệu, chưa từng rời bộ đồ khâu trong tay, chưa từng to tiếng với người làm, chưa từng ngồi dựa lưng vào thành ghế, chưa từng đi ngủ trước, chưa từng thức dậy sau... Ôi, ôi, tôi chỉ ngưỡng mộ thôi, chưa từng thử học tập đâu!

Ở bên cạnh một người quá hoàn hảo, bên cạnh một siêu nhân, mệt lắm, áp lực lắm! Mình làm gì thấy cũng sai sai sao đó, mình cố gắng chùng nào cũng chưa thấy đủ. Nước trong quá thì không có cá! Thỉnh thoảng tôi cũng từng đặt câu hỏi: "Có nên cố thêm một chút nữa không?" Thôi, không nên cố. Cố quá thành quá cố. Kệ nó!

Tôi chẳng bao giờ phải giấu con những tính xấu của mình. Mẹ cũng tham ăn, lười làm, ham vui, đẽnh đoảng, quên trước quên sau. Sáng nay, ba mẹ con ngồi ăn sáng cũng thế, miếng ngon mình không dành cả cho con đâu, cũng vẫn ăn tranh con đấy! Con cần biết rằng mẹ cũng có nhu cầu ăn ngon chứ! Con phải quen việc chia miếng ngon cho người khác!



Khi tôi cho phép mình sai thì tôi cũng sẽ dễ dàng thông cảm với những cái sai của con. Ví dụ như chiều qua, Sim áp úng xin lỗi mẹ vì con để quên cặp sách ở đâu không nhớ. Đi học mà cái cặp cũng quên là biết rồi đấy! Tôi chỉ thấy mắc cười. “Ồi cái con heo này!” Sáng nay chở con qua trường hỏi bạn bè, hỏi chú bảo vệ mà không thấy, lại chở con qua trung tâm thể dục thể thao, hỏi mấy người mới tìm ra. Sim ôm cặp mừng húm: “Cảm ơn mẹ vì mẹ không la con! Nếu mẹ là mẹ của bạn abc thì con bị uýnh rồi đó!” Khi mình chấp nhận sai lầm và yếu đuối, là giúp mình bao dung hơn với những sai lầm và yếu đuối của con.

Mới đọc ở đâu một câu đại ý rằng: **"Khi bạn đã tự công nhận những lỗi sai của mình thì người ta không thể nào làm bạn tổn thương được nữa!"** Tôi cũng mong con gái mình sau này nhân từ hơn với chính nó. Đôi khi bệnh tật không làm mình chết, lỗi sai không làm mình hỏng, mà mình gục ngã vì cứ tự kết tội mình.

Đừng dạy con vô cảm

Với tình yêu thương bao la, đôi khi, ba mẹ đã tạo điều kiện cho con cái cư xử vô tâm với mình, rồi lại hy vọng lớn lên, con sẽ tử tế và thành công!

Cứ để đó mẹ lo!

Khi đường phố Hà Nội, Sài Gòn ngập nước, chúng ta bắt gặp nhiều hình ảnh những đứa con lớn tướng co chân, ngồi trên yên xe máy để mẹ dắt bộ qua vùng nước ngập... Một bài văn 9 điểm hiện đang được chia sẻ khá nhiều viết rằng: "Cảnh tượng đó ảm áp và cảm động đến lạ, bất cứ ai nhìn vào cũng thấy sự bao la của tình mẫu tử."

Rồi hình ảnh mẹ đứt từng miếng cơm cho cậu con trai học trung học phổ thông đang chăm chú đọc sách ngay cổng trường... cũng nhận được nhiều đồng tình: "Đó là những hình ảnh đẹp của tình mẫu tử. Khi đứt cơm cho con là người mẹ đang dạy con mình sau này cũng phải biết chăm sóc và yêu thương con của mình."

Có câu chuyện về cậu sinh viên tốt nghiệp xuất sắc tới phỏng vấn vị trí quản lý ở một tập đoàn lớn. Sau khi biết mẹ của cậu làm nghề giặt quần áo, ông giám đốc cầm đôi tay mềm mại của chàng trai lên và bảo hãy về rửa đôi bàn tay mẹ rồi hôm sau tới phỏng vấn tiếp. Chàng trai về nhà, tối đó, lần đầu tiên cầm đôi bàn tay chàng chùi vết sẹo và chai sần nứt nẻ của mẹ, lần đầu tiên giặt quần áo phụ mẹ. Gặp lại ông giám đốc, chàng trai khóc vì ân hận và thương nỗi vất vả của mẹ, và... trúng tuyển.



Câu chuyện có hậu. Nhưng tôi không tin có một người suốt 22, 23 năm vô tâm, tàn nhẫn với mẹ, bỗng sau một đêm thoát trở thành người tử tế, biết thương người khác! **Một kỹ năng như tập đi, viết chữ mà còn phải tập hàng năm trời thì những rèn luyện dành cho trái tim còn phải công phu hơn thế nhiều!**

Xu Sim từ khi mới 2, 3 tuổi đã bị mẹ sai vặt, yêu cầu phụ giúp mẹ. Khi Xu 3 tuổi đã biết lấy quần áo cho Sim, biết ngồi chơi gần Sim để khi Sim khóc thì gọi mẹ. Tôi thường xuyên ngồi một chỗ, "mua việc cho con", sai con chạy tứ tung, lấy cái này, cất cái kia, dọn dẹp, luôn chân luôn tay!

Khi Xu Sim học lớp 2, tôi bắt đầu có những lúc ngồi không, để con tự nhặt rau, thái cà chua, rửa chén, nấu cơm cho mẹ. Giờ này, khi con học lớp 4, tôi đã có nhiều lúc nằm dài ra để con massage, vì mẹ đi làm về mệt. Ăn xong bữa cơm, có nhiều hôm tôi chỉ ngồi uống nước, để con dọn dẹp, cái gì bỏ vào sọt rác, cái gì cất tủ lạnh, cái nào bỏ vào bồn rửa chén, con tự biết.

Tôi tới nhà một người bạn có cậu con trai 8 tuổi tên Mộc, cô bạn cũng yêu cầu cậu bé phải mở cửa, kéo ghế, xách túi cho tôi. Buổi tối, cậu còn phải dọn dẹp giường ngủ và mắc mùng cho tôi nữa. Bạn tôi giải thích với con trai: "Con còn nhỏ, nhưng là một quý ông, con hãy tỏ ra ga lăng với phụ nữ nhé!" Cậu bé vui vẻ sắm vai quý ông, chỉ dẫn cho tôi những thứ trong nhà mình, còn không quên thỉnh thoảng hỏi tôi: "Cô có cần gì nữa không ạ?"

Một cậu con trai 6 tuổi của một bạn khác, đi chơi công viên là tự đeo ba lô của mình trên lưng, luôn xách túi cho mẹ. Cậu trai 6 tuổi ấy ở nhà còn kiêm cả việc

dọn nhà vệ sinh, vì "Việc này dơ, mẹ phải để đàn ông làm!"

Tại sao với việc bé tập đi, chúng ta biết để con tự bước, dù biết chắc chắn sẽ có lúc ngã? Tại sao con vào lớp 1, chúng ta cũng yêu cầu con tự cầm bút, dù biết những chữ cái đầu tiên sẽ viết rất chậm và rất xấu? Vậy mà tại sao việc yêu thương người khác, ta không yêu cầu con thể hiện ngay từ bây giờ?

Bản năng che chở và bao bọc của bạn dù lớn tới mấy thì cũng cần hiểu rằng mình đã sinh con ra rồi, đã cắt dây rốn rồi, không thể mãi cứ xử như con vẫn còn nằm trong bụng được. Cho phép con ngồi trên xe, co cẳng lên để mẹ dắt qua vũng nước ngập là đang tạo cơ hội "mồi mọc" con nhả tâm với mẹ. Uớt quần áo thì về nhà thay, trễ một buổi học đâu có nguy hiểm? **Ba mẹ - người quan trọng nhất trên đời này - mà bạn còn cho phép con vô cảm được, thì hy vọng gì con sẽ tử tế được với người ngoài?**

Một nghiên cứu trong bài báo của Business Insider mới đây khẳng định: Trí thông minh chẳng quyết định nhiều lắm đến thành công của bạn. Thành công phụ thuộc vào thái độ! Mà thái độ thì phải học và phải tập. Mệt cũng phải tập! Xót ruột cũng phải tập! Lý thuyết mãi mãi cũng không bao giờ đủ. Tôi tin rằng, giáo dục tính cách phải thông qua hành động!



Học giỏi là tốt, nhưng làm người tử tế còn quan trọng hơn!

Có lẽ ai cũng biết cái vụ đi trên mảnh chai để học về dũng cảm nhỉ? Sách kỹ năng sống sau mấy năm sống ngon lành bỗng được đem ra mổ xẻ, và bất ngờ bị phát hiện ôi thiêu hư hỏng từ hồi nào hồi nào! Bỗng đặt câu hỏi: Ở trường lâu nay, con cái mình học cái này đấy ư?

Nhớ hồi lớp 1, Xu kể: "Mẹ ơi, mai có Thanh tra Sở về đấy! Cô dặn nếu Sở hỏi có dạy thêm không thì phải nói là không. Thanh tra Sở là ai hả mẹ? Tại sao có Thanh tra Sở thì mình lại được nói dối?" Ngay từ lớp 1, con tôi bắt đầu được học nói dối chính khóa.

Tết rồi, 2 nàng được nhiều người lớn chúc tết và lì xì. Xu hỏi tôi: "Tại sao ai cũng chúc con học giỏi? Học giỏi quan trọng lắm phải không mẹ? Sao mẹ chẳng bao giờ chúc con học giỏi cả!". Hic hic, ừ nhỉ!

Tôi chỉ tập trung vào những gì nhà trường không dạy. Và ngay khi Xu Sim sinh ra, tôi đã nhìn thấy **cái nhà trường không dạy là tính cách và giá trị sống! Các lớp kỹ năng sống cũng chưa đủ. Kỹ năng mới chỉ là "how", còn phải dạy con "what" và "why" nữa.**

Bằng cấp chỉ có giá trị ở vòng gửi xe! Tất cả các Giám đốc nhân sự tôi đã gặp đều khẳng định tính cách của ứng cử viên mới là yếu tố quyết định. Khóa tôi hồi học lớp 20 năm thì những người thành đạt nhất, giàu

có nhất lại là những bạn không học giỏi nổi bật hồi phổ thông! Và chắc chắn bạn cũng đã nhìn thấy có người học rất giỏi mà ra đời cứ lặn dậm hoài.

Bạn phải rèn dạy thêm ở nhà. Chắc chắn! Những bài học này khó hơn, dày công hơn học Toán, học Tập làm văn nhiều. Khó hơn vì nó không có sách giáo khoa với từng bài được thiết kế sẵn. Khó hơn vì xã hội đang thời mạt pháp, bạn dạy một đàng, ra ngoài con nhìn thấy một nẻo. Khó hơn vì chính bạn đôi khi cũng hoang mang, rất hoang mang...

Nhưng phải làm thôi! Cô Uyên Phương - Giám đốc Đào tạo trường Tomato - nói: "Cha mẹ thời này dạy con thành người tốt thật khó. Giống như mỗi ngày mình đổ cho con một ly đầy những điều tử tế, con đi học, đi chơi, đi chợ, đi đường, con nhìn thấy chuyện này chuyện kia, ly nước đổ mất gần hết. Đành phải thế thôi. Tối đó về, mẹ lại phải đổ đầy cho con ly mới. Để rồi mai có gặp chuyện này chuyện kia, có bị đổ bớt thì trong ly vẫn còn chút nào đó. Chứ xã hội loạn quá rồi, buông con luôn thì không cứu được đâu."

Tôi dạy Xu Sim bằng cách ứng xử của mình mỗi ngày. **Vì trẻ con chưa có lý luận, chưa tự định giá được nên tụi nó sẽ tự xếp thứ tự việc gì tốt, việc gì trung bình, việc gì xấu, việc gì xấu ít và việc gì cực kỳ xấu... thông qua cách người lớn phản ứng.**

Kiểu như Bộ luật hình sự quy định chiếm đoạt 5 triệu thì tù bao nhiêu, còn lên 5 tỷ thì tù bao nhiêu. Cái gì mình phản ứng mạnh thì trẻ con sẽ cho nó vào ngăn quan trọng, cái gì mình bỏ qua thì trẻ sẽ nghĩ là "À, không sao đâu!"



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Ví dụ một buổi chiều sau khi tôi đón Xu Sim về, Xu khoe: "Mẹ ơi, con được 10 điểm toán!"

Tôi vẫn tay xào tay nấu, không rời mắt khỏi bếp và gạt đầu: "Ừ, vậy hả?"

"Mẹ ơi, hôm nay, con đã giúp một em bé lớp 1."

Tôi reo âm lên: "Vây á! Tuyệt quá!" Tôi lập tức tắt bếp, đi ra, ngồi xuống thật thấp, một tay ôm vòng sau lưng con, một tay cầm tay con, nhìn sâu vào đôi mắt trong veo của nó: "Con giúp như thế nào? Kể mẹ nghe đi! Em ấy gặp chuyện gì?... Rồi con đã làm gì?... Sau đó, con thấy em ấy làm sao?... Rồi con thấy mình thế nào?..."

Tôi khai thác sự kiện tới nơi tới chốn, tôi còn giục con gọi điện thoại cho ai đó để khoe. Khi nhà có khách, những người bạn cùng quan điểm, tôi lại lôi việc con đã giúp một em bé lớp 1 ra kể công khai với hội bạn.

Bạn bè của tôi đã quen với việc tôi chỉ toàn khoe việc con chơi với nhau thế nào, đã giúp được ai, đã không ném rác ra đường thế nào... Việc học hành đã được các thầy cô trên lớp khen ngợi, kiểm tra, đánh giá và dọa dẫm đủ rồi. Ở nhà không cần đổ dầu thêm vào lửa đâu!

Tôi còn khoe trên Facebook. Còn nhớ câu chuyện Sim nhìn vào mắt con chó, thấy con chó đói nên cho nó một miếng chả không? Tôi nhận được khá nhiều like, tôi cho Sim xem: "Đấy, con thấy chưa, con được khen nè! He he he..."

Với tông giọng khác, với mức độ khen thưởng khác, tôi muốn Xu, Sim hiểu rằng điểm cao là tốt, nhưng làm người tử tế còn quan trọng hơn nhiều nhiều nhiều!

Đầu năm nay, tôi đã chuyển Xu, Sim về một ngôi trường có chương trình giáo dục tính cách thông qua hành động. Mỗi tháng một chủ đề, một tính cách, cô và trò học tập và rèn luyện bằng hành động. Cuối tháng, mỗi lớp chọn ra 1 tới 2 em để vinh danh. Xu được vinh danh là thuyền trưởng tôn trọng của tháng!!! Thầy giáo chủ nhiệm lớp Xu nói: "Con được chọn là 'Thuyền trưởng tháng tôn trọng' này vì thầy và các thầy cô bộ môn nhận thấy con tôn trọng nội quy học tập của trường và của lớp. Thầy thấy con luôn chào bác bảo vệ, chào cô lao công, con xếp hàng lấy đồ ăn lịch sự. Đầu năm, lớp có bạn mới tới nhập học, bạn chậm chưa bắt nhịp được với lớp thì Xu không trêu chọc mà còn giúp bạn ấy!"

Tôi coi phần thưởng này rất lớn, tôi treo giấy khen trang trọng ngay trên bàn học. Tôi tin rằng, làm người tử tế là cách bền vững nhất để đi tới thành công trong cuộc sống!



Tìm bạn cho con

Tôi nhớ có lần đọc được một mẫu tin của một bà mẹ đi tìm bạn cho con: “Con mình là bé trai, 4 tuổi, ở nhà thì rất tự tin, ở lớp học thì hơi e dè. Nhưng mình biết con mình không phải là em bé nhút nhát. Vì vậy, mình thực sự muốn lập một nhóm bạn chơi nhỏ khoảng 2 đến 3 bé, gặp gỡ nhau thường xuyên. Nếu mẹ nào có cùng quan điểm và có thời gian cho con đi chơi các buổi cuối tuần hoặc sau 5 giờ chiều thì alo cho mình nhé! Nhà mình ở gần... điện thoại... Skype...” Thấy thương quá!

Tôi cũng là một người mẹ bận rộn trong hàng triệu bà mẹ bận rộn khác. Núi núi công việc ở công sở để đổi lại cuối tháng nhận một lần chuyển khoản vào thẻ ATM. Cuộc sống công nghiệp đã cướp tôi khỏi tay các con hầu hết thời gian hấp dẫn trong ngày. **Từ sáng tới tối trốn biệt trong chốn công sở, bao dễ thương, dịu dàng... tôi cống nạp hết cho đồng nghiệp, đối tác, cho công việc... tới tối mịt, mệt mỏi như một búi giẻ, tôi mới lết về gặp các con thì các con lại chuẩn bị lúu rú đi ngủ mất rồi.**

Thế là tôi quỳnh quáng lo bù đắp cho con bằng những món đồ chơi; đôi lúc trốn sếp chạy ra cửa hàng vài chục phút rinh về một món; đi công tác nước ngoài cũng tranh thủ hốt vài bộ đồ chơi xếp chặt va li; tranh thủ nghỉ trưa vào mạng lướt net cũng để ý xem có đồ chơi gì vừa đẹp, vừa vui, vừa rèn luyện trí tuệ... không. Và cũng không tránh khỏi hàng hà sa số đồ chơi Trung Quốc xanh đỏ tím vàng, chớp chớp lóng lánh, kêu chíp chíp, chạy ro ro, nhảy bùm bùm, quá ư hấp dẫn mà giá thì rẻ bèo, một ngày công của mẹ có thể đổi được hàng chục món hấp dẫn như thế.

Nhưng càng nhiều đồ chơi không phải là càng tốt. Đồ chơi không biết nói chuyện để dạy bé chia sẻ cảm xúc và phát triển ngôn ngữ. Đồ chơi không biết khóc để bé biết cương nung, an ủi. Đồ chơi không biết dỗ để bé biết tôn trọng người khác. Đồ chơi không biết nổi nóng để bé biết kiềm chế những lời nói và hành động có thể gây tổn thương, để bé biết dừng lại đúng lúc mà bảo vệ mình.

Nhà tôi ở trong một con hẻm nhỏ. Khi có con, tôi hỏi cho con chơi cùng bảy trẻ con hàng xóm. Nhưng rồi, bỗng một hôm, tôi hoảng lên khi con bé ba tuổi của mình buông gọn một câu chửi thề dài trơn tru. Hóa ra bà ngoại của cô bé xinh xắn hay chơi với con tôi còn có nhiều câu độc hơn thế nữa. Rồi con tôi bỗng ưa thích trò chọc ném chó nhà hàng xóm cho nó chạy lông lên, sủa nhức óc. Rồi có hôm, bé còn mang về một món đồ chơi lạ, khoe chiến tích: “Con và bạn Thực Anh lấy trộm của bạn Bảo Hân đó mẹ!” (Chết tôi!!!) Rồi vài ngày sau, một chị thăm thì vào tai tôi: “Thằng bé nhà H. nghiện game lắm, toàn trộm tiền bố mẹ đi chơi đấy!” Ngay tối đó, tôi và con gái bé bỏng của mình nhìn thấy bố nó xách tai, nhắc bổng người nó lên khỏi mặt đất, rồi đấm rồi đá, rồi chửi suốt gần tiếng đồng hồ với những lời mà tôi không bao giờ muốn con mình phải nghe.

Rồi những lo xa của người thành phố, những bản tin ngắn ngủn cướp giết hiếp, bắt cóc, tống tiền, chặt đầu vút xác, châm kim vào đầu... xảy ra đâu đó trong thành phố, đâm thẳng vào tim những người bố người mẹ, làm người ta nhìn đâu cũng thấy nguy cơ, nhìn đâu cũng lo lắng, nhìn đâu cũng sợ hãi...

Khi ra nước ngoài, cái tôi mê mẩn không phải là những tòa nhà chọc trời mà là những công viên xanh



có ở khắp nơi. Chỗ nào cũng sạch sẽ, xanh tốt. Nếu con tôi ở đó, bé sẽ tha hồ cùng bạn chạy nhảy, đạp xe, trốn tìm, đuổi bắt, tha hồ lăn lê bò toài, tha hồ hít thở... mà tôi không cần phải nhăm nhăm canh nhắc con tránh xe máy, tránh hàng quán, tránh ống tiêm, tránh phân chó...

"Thôi, hẻm mình còn nhiều bề bộn, con ở trong nhà cho an toàn!" Rút lại, tôi cũng đi tới quyết định như nhiều ông bố bà mẹ khác: nhốt con trong cánh cổng sắt để bảo vệ con.

Nhưng đừng nghĩ rằng nhốt con trong nhà là an toàn!

Bên cạnh nhà tôi, cũng lại là những ngôi nhà to, cửa sắt cài im ỉm, nhiều khi thấy một đôi mắt trẻ thơ nhìn ra từ khe cửa mà thấy thương thật là thương cho tụi trẻ con thành phố. Cuộc sống thành thị hối hả, khoảng cách giàu nghèo xa dằng dặc, những nhà ở sát nhau mà chẳng gần nhau, thu nhập của người này gấp 10 lần, 20 lần, thậm chí cả trăm lần nhà hàng xóm. Họ giao tiếp, họ thân thiết với những người khác, cùng tầng lớp, nhưng có thể ở cách họ rất xa. Còn những nhà ngay bên vách thì chẳng quen biết gì.

Ngay cả hệ thống giáo dục dày đặc trường cũng là một cái gì đó đẩy bạn bè đi xa nhau hơn. Ngày xưa ở quê, cùng làng có nghĩa là cùng trường, cùng tuổi có nghĩa là cùng lớp. Nhưng bây giờ có khi 3, 4 bé cùng tuổi, nhà ở cùng một con hẻm, cùng một lầu chung cư mà mỗi đứa học mỗi trường xa lắc, chẳng liên quan gì tới nhau. Cái vô danh của người thành phố làm những người đã từng được hít thở bầu không khí làng quê thấy thiệt thòi cho con mình.

Bây trẻ con trong hẻm mỗi nhà mỗi cảnh, mỗi đứa một tính, có đứa hiền ngoan có đứa dữ dằn, có nhà gia giáo, có nhà buôn bán, có nhà lao động phổ thông, con cái tự lớn lên như cỏ dại... nhưng đó là một xã hội thu nhỏ. Nếu không chuẩn bị tập dượt cho con biết tất cả mọi mẫu người, tập dượt cho bé các quy tắc ứng xử của cuộc sống phức tạp thì sau này khi gặp, bé không có sẵn kháng thể mà nghênh tiếp, điều đó thiếu an toàn hơn rất nhiều.

Tôi nhớ có một câu chuyện: Trong một hội thảo làm cha mẹ, một giáo sư gốc Việt làm ở Viện Hàn lâm Hoa Kỳ đặt ra câu hỏi: “Ai là thầy cô giáo tốt nhất của con bạn?” “Là cha mẹ!” - Nhiều phụ huynh nghĩ ngay trong đầu. Câu trả lời của bà giáo sư khác hẳn. “Chính là những người anh chị lớn hơn chúng một vài tuổi! Đó là môi trường học tập tốt nhất cho trẻ!”

Mỗi khi quyết định chuyển nhà tới một nơi ở mới, cái tôi lo lắng nhiều nhất không phải là vận chuyển đồ mà là Xu Sim sẽ mất những người bạn cũ. Cho nên tôi thường chọn ở chung cư cho con dễ kiếm bạn. Lần này chuyển nhà về đây con cũng có nhiều bạn cùng tuổi, hợp gout, cùng quan điểm, cùng nền tảng phát triển. Nhìn tụi nó chí chõe hoặc yên lặng ngồi với nhau, nhẹ cả người! Khi học trong một lớp ít học sinh, ngoài việc học sinh được thầy cô chăm sóc tốt hơn, tôi thấy cái được rất lớn của Xu Sim còn là dễ có bạn thân hơn. Ngay cả mẹ Hằng cũng không hiểu tại sao anh Bin và Xu Sim cứ dính lấy nhau, thậm chí nhiều tối, 3 đứa ngồi xây lưng lại, cầm 3 cuốn sách, chẳng trò chuyện gì nhưng vẫn cứ phải sang chung nhà đọc sách cùng nó mới sướng kìa!

Ở bang Ontario, Canada trong các trường phổ thông có những tiết học Reading Buddy (Đôi bạn đọc sách).



Cứ tới giờ đó hàng tuần là một lớp lớn xuống cùng đọc sách với một lớp nhỏ. Chia cặp, chụp hình, kết đôi suốt cả năm như đôi bạn cùng tiến. Các anh chị có nhiệm vụ rõ ràng là làm sao để giúp các em học sinh lớp dưới đọc được sách và yêu việc đọc sách. **Quan trọng nhất là xây dựng được cho con một mạng lưới bạn bè tử tế, có nền tảng giáo dục tương đồng nhau.**

Cá nhân tôi cũng là một người chẳng đặc biệt tẹo nào về IQ. Tất cả những thành quả mà tôi có được tới giờ phút này đều nhờ phần lớn vào bạn bè. Tôi có những người bạn cực tốt bụng, cực giỏi, cực kỳ sẵn sàng, họ thường xuyên cho tôi những lời khuyên hay tới mức nhiều khi không biết tại sao mình lại may mắn thế. Đúng là học thầy không tày học bạn!

Tôi nhớ, hồi đó quê tôi nghèo và lạc hậu tới mức năm tôi tốt nghiệp phổ thông thì cả huyện chỉ có một trường cấp 3, và cả trường khóa đó, chỉ có đầu đó khoảng 5, 3 đứa đậu đại học. Bố mẹ tôi còn bị gọi là “huyền thoại” vì “con gái mà cũng cho đi học đại học”! Hồi đó có một đứa bạn thân cũng đậu nhưng bố mẹ ngồi tính rành mạch ra thì thấy cho con đi học Cao đẳng lợi hơn. Chỉ có một điều mà tôi chưa biết, đó là đi xa thì con sẽ có bạn xa, đi học đại học thì con sẽ có những người bạn đại học.

Kiến thức 4 năm của trường Đại học Sư phạm thì tôi gần như là quên hết sạch, và cũng chẳng giúp nhiều lắm trong công việc của mình. Nhưng những người bạn tốt nhất của tôi - tới giờ phút này - vẫn là những người tôi kịp kết bạn trong 4 năm đó. Có những người làm thay đổi hoàn toàn cuộc sống của tôi. Có lẽ họ cũng chẳng biết đâu, nhưng tôi thì biết rõ, sự có mặt của họ trong cuộc đời tôi đã khiến tôi có những quyết

định như thế. Nơi ở của tôi thay đổi, nghề nghiệp của tôi thay đổi, cách sống của tôi thay đổi, các giá trị sống của tôi thay đổi, đơn giản như gout váy áo, giày dép thay đổi... cũng vì ảnh hưởng của bạn bè.

Có người ở rất xa, chỉ nói chuyện bằng điện thoại và chat chit. Có người chuyện gì tôi cũng kể, cũng hỏi, có người thì thậm chí chẳng kể bởi tôi biết nếu mình chọn phương án A hay phương án B thì nó cũng ủng hộ (mà xét cho cùng thì chọn A hay B cũng nằm trong ảnh hưởng của nó lên tôi). Có người bạn, cứ khi tôi đuối nhất là tôi mò tới nhà nó, nằm chèo queo một đồng trong căn nhà nhỏ, giữa lộn xộn đồ đạc, phần lớn là xoàng xĩnh, ăn những món ăn vét trong tủ lạnh của nó, chỉ cần một buổi là sau đó đã thấy mình mạnh mẽ lên từ lúc nào, có thể thông dong mà chiến tiếp.

Thế nên là, đôi lúc điên lắm rồi đấy, nhưng nghĩ, thôi, mình ráng sống cho tử tế, chẳng phải vì sợ 18 tầng địa ngục mơ hồ xa lắc đâu, mà khi mình sống tử tế, cơ may mình sẽ có những người bạn tử tế!



Nói với con về giới tính

Xu đang đọc truyện Nhóc Miko, bỗng chạy ra dựa vào chân mẹ, cười, ngán ngừ, hơi sượng sùng rồi hỏi: "Vòi trứng, buồng trứng ở đâu hả mẹ?" Nghe giọng con hỏi, tôi biết nàng đã rụt rè hơn bình thường, bản năng đã tự mách bảo cho nàng rằng câu hỏi này có thể nằm trong vùng cấm. Thế nên tôi thật thản nhiên vạch áo lên, vẽ hình vòi trứng và buồng trứng trên bụng. Tôi dẫn Xu vào tận trong tủ, lôi các loại có cánh, dày mỏng, dài ngắn, đêm ngày của mẹ ra, chỉ dẫn kỹ lưỡng.

Thế là Xu hỏi làm sao để có em bé. Hít một hơi thật sâu, tôi thản nhiên nói về dương vật và âm đạo, tinh trùng và trứng!!! Gọi thẳng bằng từ ngữ khoa học nhá, không có chim cò hoa bướm gì ở đây hết. Thản nhiên như đang nói việc nấu bò kho thì cần loại thịt nào, vì tông giọng của mình sẽ quyết định sau này con có dám hỏi tiếp nữa không. Tôi vào lấy cho Xu đọc mấy cuốn sách về giới tính đã trữ sẵn trong nhà. Thấy nàng vui vẻ thở ra nhè nhẹ, tôi biết mình đã phá được vài nhát trong bức tường giới tính mê hoặc trước mắt con rồi!

Cô Dương Thanh Nga đã từng kể lần đầu tiên đi bơi ở Thụy Điển, ngỡ ngàng vì không tìm thấy cánh cửa hay vách ngăn các phòng tắm với nhau. Trong phòng thay đồ dành cho nữ, các bác, các chị, các em cứ đứng xếp hàng dài dưới các vòi sen tắm gội. Không lẽ một đất nước nằm trong top những quốc gia giàu nhất và có hệ thống phúc lợi cao nhất thế giới như Thụy Điển lại không đủ tiền xây cánh cửa ngăn các phòng tắm?

Đơn giản vì họ cho rằng thân thể con người ai cũng như ai, cũng đều có những bộ phận như thế và ai cũng hiểu biết đủ để không còn tò mò.

Ở Phần Lan, Nhật Bản, trong phòng tắm hơi bằng gỗ truyền thống cũng là tắm khỏa thân... Trong các trường học, tiền tổ chức các lớp giáo dục giới tính nhiều khi được thay bằng lớp tắm hơi miễn phí hay tắm nắng bắt buộc trên bãi biển trong điều kiện thời tiết cho phép.

Nhiều người hơi "choáng" khi nhà tôi thiết kế cái phòng tắm bằng kính rất "mở". Có sao đâu, 3 mẹ con thường xuyên tắm cùng nhau mà. Con sẽ biết khi lớn lên, cơ thể mình sẽ phát triển thế nào. Ông bà nói "nữ thập tam, nam thập lục". Nhưng bây giờ, tuổi dậy thì còn tới sớm hơn, cứ trừ đi khoảng 3 tuổi là tạm vừa. Vậy thì nói những chuyện này khi Xu 9 tuổi đâu phải là sớm?

Chọn cách nói thẳng thắn và đơn giản chỉ để con hiểu rằng, với mẹ, con luôn được hồ hởi đặt mọi loại câu hỏi. Cứ hỏi, cửa sẽ mở!



Con nghĩ đi, mẹ không biết!



Nàng ấy đã yêu rồi!!!

Đầu tiên, khi mới chuyển về nhà mới được vài ngày, đã thấy Xu về oang oang với mẹ: “Em Sim có người yêu rồi đấy mẹ, là cái anh ở cuối hành lang ấy!” Sim im ỉm, cười lỏn lẻn như xưa nay, không thanh minh, không cãi. Nhưng tôi nghi nghi cái tông giọng rất đổi giòn giã của Xu. Dường như có gì đó không bình thường đã bắt đầu xảy ra. Dường như nàng đã bắt đầu biết giấu giếm cảm xúc, rõ ràng đó là người mình thích, nhưng đã biết nói tránh đi là em Sim thích...

Rồi thấy Xu không hay chơi trong nhà mà suốt ngày chơi ngoài hành lang, ngày 2 lần mang giày patin xuống sảnh trượt miệt mài. Rồi thấy nàng khá quan tâm việc sao mẹ không qua căn hộ cuối hành lang nói

chuyện với bà cụ bên đó. Rồi thấy nàng chăm uống nước cho đẹp da, thấy nàng đánh răng xong còn lấy bàn chải mềm massage để môi hồng lên, khoe đó là bí quyết của ngôi sao ca nhạc Taylor Swift. Rồi thấy nàng toàn ngồi đọc sách ở cửa. Rồi chơi đồ hàng, nàng cũng mang ra sát cửa bày biện. Rồi tiếp theo là đứng hát và múa ở kệ sách cũng ngay cửa ra vào. Mắt nàng miết mãi ngó về nơi ấy, cuối hành lang, ánh mắt thắc thỏm.

Nàng cười nhiều hơn, nói nhiều hơn, câu kính cũng nhiều hơn. Tôi tạm thời không phát biểu gì. Cho tới hôm không chịu nổi, nàng nói: “Sao anh ấy không ra ngoài chơi hả mẹ?”. Tôi đưa ra vài giả thuyết nhằm nhí, chỉ cốt để moi tin. Rồi nàng kể: “Anh ấy cười tươi lắm! Lúc nào nụ cười của anh ấy cũng trong đầu con nè. Hôm đó, anh ấy còn nấp sau lưng con để giỡn với em anh ấy, cứ con quay đầu lại là thấy anh ấy cười rạng rỡ, vui quá trời luôn.”

Hôm sau, thấy bóng anh ấy vào thang máy, nàng cống lên: “Mẹ ơi, anh ấy xuống thang máy kìa, chắc là đi patin đó mẹ. Con cũng đi trượt patin đây!” Tôi vội vàng phụ nàng đeo giày, đội mũ bảo hiểm. Khoảng 1 tiếng sau, nàng đi về ủ rũ: “Anh ấy như không nhìn thấy con mẹ ạ! Mới hôm trước còn cười giỡn mà hôm nay thì tỉnh bơ đi luôn.” Rồi nàng tháo giày patin ra, bỏ xó.

Suốt 3 tuần liền, toàn những ngóng trông, mà anh ấy thì im thin thít. Nàng trần trở lắm: “Hay là anh ấy thuộc cung Thiên Yết? Người Thiên Yết thì thích chơi trong nhà hơn chơi ngoài trời mẹ ạ!” Rồi nàng quay sang trách móc mẹ: “Sao mà con thua anh ấy những 3 lớp! Con học cấp 1 thì anh ấy đã lên cấp 2. Còn khi con lên cấp 2 thì anh ấy đã chuyển sang cấp 3 rồi. Sao mẹ không để con sớm lên đi, thế nào con cũng được học cùng anh ấy!”



Nói thật, nhìn bé con mình nuôi vật vã 9 năm nay, giờ bỗng dưng quay quắt vì một cậu chàng ất ơ, cha càng chú kiết nào đó, tôi cũng hểm thấy công bằng, hểm có vui! Nhưng mà ai chẳng phải đau khổ vì yêu. Thôi kệ, cứ để đau sớm đi cho thạo bài con à!

Đâu phải ai cũng may mắn như nàng công chúa ngủ trong rừng, chỉ việc ngủ khi suốt bao nhiêu năm rồi có một chàng hoàng tử đẹp trai, quyền quý, nhân hậu, tốt bụng và hòa hợp vừa khít, tới hôn một cái vào môi rồi tỉnh dậy, lấy nhau, hạnh phúc suốt đời?

Học phí của ai thì phải do chính người đó tự trả!

Dù muốn cỡ nào, mẹ cũng không thể gom những kinh nghiệm 40 năm sống và yêu bầm dập của mẹ thành cao đơn hoàn tán cho con uống được. (Hơn nữa, môn Đàn ông học, mẹ cũng chẳng giỏi giang gì)

Thế nên, khi nàng ấy còn miết mãi ngóng cổ về phía đó thì mẹ chỉ còn có thể làm mỗi một việc là kéo tấm đệm ra cho nàng ngồi đỡ mồm và rót đầy vào ly nước trên bàn của nàng mà thôi.

Xu và Sim, từ hồi mẫu giáo tới nay, lớp 3 và lớp 4, chắc số người yêu đếm kín cả 2 tay rồi! Hai nàng thay người yêu "như thay áo". Thôi kệ, ở tuổi mẫu giáo và tiểu học thì con cứ thay người yêu như thay áo cũng được.

Tôi biết nhiều nhà phản đối việc con có người yêu, rằng thì là vẽ đường cho hươu chạy! Ôi, nào đâu đã yêu đương gì, đó chỉ là yêu thương thôi mà.

Mà học yêu thương thì không bao giờ là quá sớm và quá nhiều cả. Môn Toán, môn Văn kia, nếu tôi không

dạy thì có nguyên một hệ thống thầy cô và nhà trường dạy cụ thể. Còn yêu thương, đang là vùng trắng. Làm báo tuổi teen, tôi biết các kiến thức để bảo vệ bản thân của tuổi dậy thì rất yếu và thiếu.

Tôi nhớ có lần nói chuyện với mấy chú công an, họ kể các vụ án mạng có nguyên nhân vì tình yêu là chiếm nhiều nhất. Do đó, khi vừa tiếp cận một vụ án mạng, việc đầu tiên là công an sẽ hỏi: "Nạn nhân yêu ai?"!!!

Những thông tin về rau quả dư thuốc trừ sâu, về những hàng hóa kém chất lượng... tôi biết, nhưng tôi không lo lắng lắm đâu. Bởi vì, tôi nghĩ, người có thể tàn phá và hủy hoại con tôi nhất chính là người con yêu!

Cho nên, con có thể bỏ dở vài bài tập toán, con có thể bị điểm kém bài Tập làm văn, nhưng yêu thì nên dành thời gian để tập. Hãy cứ để con yêu đi! Hãy cứ yêu, hãy cứ sai lầm, hãy cứ trả giá, ngay từ khi cái giá nó chưa đắt đỏ gì. Ai chẳng phải đau khổ vài lần vì yêu?

Tôi sẽ không giữ con trong lồng kính, suốt 18, 20 năm, ép buộc "Lo học đi!" rồi khi con trưởng thành lại bực một cái bắt con phải biết cách chọn người yêu, rồi chọn chồng để cưới một cách chính xác.

Tình yêu đúng là tình yêu làm con tốt đẹp lên. Người yêu đúng là người mà bên cạnh họ con được sống hạnh phúc đúng là chính mình, con được tốt đẹp lên mỗi ngày. Người đó đừng quá thấp để con phải nhún, phải quỳ. Họ cũng không quá cao để con phải gồng, phải rướn. Và nếu con gặp đúng người yêu mà thế gian dành cho mình, thì con không phải quàn quại, vật vã, lừa đảo, cướp giật, thù hằn... đâu con.



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

Cứ yêu và đau khổ vì yêu đi, con gái à! Chẳng có tuổi nào là quá sớm cả! Yêu thương ai đó thì luôn tốt hơn là ghét ai đó. Tốt cho chính bản thân con ấy! Chỉ đáng lo khi trái tim mình không biết rung động, dù là vì ai.

Con gái ơi, chỉ cần con nhớ rằng, dù chuyện gì xảy ra, vẫn có mẹ ở bên con. Mẹ luôn ở bên cạnh con, với Tình Yêu lớn nhất trong mọi Tình Yêu trên thế gian này - Tình Mẫu Tử!

Dạy con về nữ tính

Ngày xưa, bố tôi rèn tôi trong kỷ luật thép, ông nói: “Cấm khóc. Nước mắt là phương tiện vô nghĩa nhất!” Ông yêu cầu tôi càng khó càng phải cố, không kêu, không lùi bước. Và sau này, nhiều bạn bè tóm tắt tôi lại trong 3 chữ: “độ-lì-cao”.

Học chuyên Toán suốt 6 năm từ lớp 6 tới lớp 12, tôi càng tôn sùng sức mạnh của logic, sức mạnh của luận chứng, luận cứ, đúng sai là rành mạch. Khi đẻ Xu, một ngàn khó khăn ập tới: nợ chồng chất, chồng thất nghiệp, ba mẹ họ hàng không có, giúp việc bỏ như chớp, con bệnh dầm dề, khó ăn khó nuôi... Tôi càng tin chỉ có độ lì cao mới giúp mình vượt qua. Tôi nhiều khi thấy mình thật manly. To live is to fight - Sống là chiến đấu mà!

Rồi đẻ Sim. Rồi tôi bàng hoàng nhận ra, 2 đứa con, cùng bố mẹ, ăn cùng mâm, ngủ cùng giường, học cùng trường, quần áo mặc chung... nhưng đứa nào thấy mình sướng thì nó sướng. Nàng Sim thường luôn ổn, luôn mạnh hơn, dù lúc nào cũng nhường, cũng là người lùi bước.

Tối hôm qua, tôi lại cắt tóc cho 2 đứa. Tôi cắt ngắn bằng nhau, và... xấu như nhau!!! Nhưng khi nhìn vào gương, Xu thì gào khóc âm ỉ, vì mẹ cắt ngắn quá, xấu quá, còn nàng Sim thì vẫn câu quen thuộc: “Đề thương quá à!” Sim chẳng nói gì, lại gần, túm áo chị, nói nhõn một câu: “Chị Xu à, chỉ cần cười là sẽ đẹp!”



Tôi rút cái bịch. Ủ đúng, chân lý ngắn ngủn vậy thôi đấy: Chỉ cần cười là đẹp!

Nàng ấy chẳng biết những nghiên cứu công phu rằng tức tối, cau có, ức chế làm tăng hormone Cortisol (một loại hormone stress) khiến sinh mụn ở mặt và khiến mỡ tích tụ ở những vùng cần thon thả, khiến sự tăng trưởng của xương giảm, làm giảm sức đề kháng... Nàng chẳng biết rằng nụ cười là biểu hiện trên mặt mà người ta có thể nhận ra từ xa nhất, là ngôn ngữ mà cả thế giới dùng chung và ai cũng hiểu. Nàng chưa đọc về Phật pháp để biết ánh sáng kỳ diệu của sự hoan hỉ từ bên trong. Nhưng nàng ấy vẫn biết: Chỉ cần cười là đẹp!

Đúng là vậy, cười mạnh hơn mọi lý luận trong tranh cãi, mạnh hơn các vũ khí trong cuộc chiến, cười nữ tính hơn sự cố gắng trong một mối. Cười mạnh hơn lì. Cười là mạnh, trong mọi lúc! Cười là đẹp với mọi khuôn mặt!

Tôi cũng muốn Xu và Sim hiểu rằng, bình đẳng không phải là cào bằng, không phải là con cũng phải mồ hôi mồ kê nhễ nhại, hôi rình như tụi con trai, nói tục, bồ bã la hét nặng nề như tụi nó, hay là lên gối song phi như tụi nó. Con cứ thật yếu điệu, nhõng nhẽo, đỏng dắn, thơm lòng, óng ả... Càng nữ tính, con càng mạnh!

Con mạnh, nếu con chiến thắng trong cuộc đối đầu tay đôi với một tên con trai vạm vỡ. Nhưng con sẽ mạnh hơn nữa nếu biết cách không phải lao vào đâm đá, giằng co mà vẫn chiến thắng tên con trai vạm vỡ đó bằng lý lẽ của mình. Và con mạnh nhất khi bằng trái tim nhạy cảm và sự ngọt ngào thiên phú của nữ giới, con hiểu, thông cảm và con tôn trọng sự

khác biệt để không ai phải thua, để không xảy ra trận chiến nào với bất cứ ai...

Con mạnh khi con không mang lo lắng tới cho những người thân yêu của mình. Con mạnh khi con biết cười, và làm cho người khác cười. Con mạnh khi con biết yêu thương và không phải chiến đấu với bất kỳ điều gì, kể cả những mâu thuẫn trong lòng con!

Lửa rất mạnh, lửa có thể đốt hết mọi thứ nhưng mẹ thích sức mạnh nữ tính của nước. Êm ả, nhẹ nhàng, mềm mại, bền bỉ. Đó là sức mạnh vì yêu thương sự sống chứ không phải vì sợ hãi cái chết.



Dạy con về đồng tiền

Nhiều người đã hỏi tôi rằng làm sao có thể một mình nuôi 2 con ăn học? Thú thật là từ nhỏ, bố đã rèn luyện tôi bằng cách để tôi mua sắm, chợ búa cho gia đình, nên việc kiểm soát chi tiêu thành tự động trong đầu từ khi nào không nhớ. Ví dụ đợt gần Tết, tụi bạn rủ đi mua đồ, nơi này đang sale 30%, nơi kia đang sale 50%... Không! Hàng sale là mỗi nhử rất ngon để phụ nữ lãng phí tiền. Nguyên tắc đừng bao giờ mua một món hàng vì nó đang sale. Chỉ mua khi mình thực sự rất cần nó.

Làm sao để biết mình thực sự rất cần? Ví dụ, cầm một món đồ lên, tôi thường có những câu hỏi như:

- Tại sao mình phải mua nó?
- Nếu không mua nó thì mình sẽ thế nào?
- Ở nhà có đồ gì tương tự có thể thay thế được không?
- Nếu mua sau vài tháng có được không? Có cơ hội sale nữa không?

Viết ra thì dài chứ trả lời mấy câu trên nhanh lắm, và nhớ là luôn luôn hỏi ngược lại: "Không mua nó thì có sống được không?"

Bí quyết này dùng cả vào việc mua nhà. Mua nhà càng phải kĩ càng, hỏi thêm mười người nữa cũng không thừa, chậm mười ngày cũng không thừa. Nếu mua bị chậm thì mình tiếc, nhưng nếu mua nhầm là mình chết.

Một buổi mua sắm thành công nhất với phụ nữ là không mua được gì. Có câu chuyện rằng đàn ông

thường bỏ ra 2 đồng để mua món hàng trị giá 1 đồng nhưng sử dụng nó như giá trị của 2 đồng. Đàn bà sẽ kì kèo và đợi sale off để mua được món hàng 2 đồng chỉ với giá 1 đồng thôi, nhưng rồi không xài tới nó.

Và trong các chiến dịch sale off, sale off ngập tràn suốt năm thế này thì nên nhớ: sale 30% hay 50% hay 70%, thì vẫn chưa phải là món hời nhất với bạn. **Nếu bạn không mua nó, nghĩa là bạn được sale off tới 100% cơ mà!**

Mua sắm ít có rất nhiều cái lợi. Thứ nhất, bạn không phải quá lo lắng về tiền nong. Nói thật, sống mà không phải lo cày trả nợ, sướng lắm! Không phải làm việc quá sức, không phải khom lưng luồn lách, không phải đêm đêm xấu hổ! Sướng lắm!

Sống đơn giản còn có lợi cho môi trường. Ví dụ như nhiều năm nay, nhà tôi không mua túi đựng rác vì luôn tận dụng các loại túi mua đồ. Nhìn ai xài hoang phí giấy ăn là ghét lắm, phía sau đó là cả một khu rừng đấy ạ! Giấy ăn lau miệng xong còn có thể lau tay, xong bữa mang lau bàn, tới khi rửa chén còn có thể dùng giấy đó lau mỡ thừa trong chảo bỏ vào thùng rác trước khi rửa nữa. Thêm được tác dụng là ống thoát nước bồn rửa không bị tắc vì dầu mỡ đóng. Giấy ăn thì không tốn tiền lắm, nhưng tốn rừng!

Tự nấu nướng tiết kiệm rất nhiều. Có thể nói không có nhà hàng nào có thể làm đồ ăn vệ sinh và rẻ bằng mình tự làm hết. Ngày xưa, tôi từng nghĩ nhà hàng sang thì sẽ sạch sẽ. Chưa chắc đâu, tôi đã từng thấy họ nấu ăn rồi, họ sẽ bỏ rất nhiều mắm, hạt nêm, nhiều hơn mình tự nấu, rồi họ lại bỏ đường, chanh và các gia vị khác vào cho mất cảm giác mặn. Ăn thì thấy đậm đà ngon miệng, nhưng sau đó rất khát nước. Quan trọng là hãy nhớ tới một lượng tiền thuốc



không lở chữa mỡ máu, cao huyết áp, gout... sau này nữa ạ!

Rồi ví dụ hầm xương, hầm thịt, tôi thường hay hầm nhiều đủ mấy bữa rồi cất bỏ tủ lạnh ăn dần, đỡ công nấu. Tủ lạnh để mức điện vừa phải, rau và trái cây không bị đông đá. Trời sáng vừa đủ thì không bật thêm bóng điện, sáng quá dễ bị cận thị!

Tôi biết nhiều bạn hiếm khi mặc lại đồ cũ. Nhất là váy dạ hội, váy đi tiệc chỉ mặc một lần, lý do là đã chụp hình với cái váy đó rồi, mặc lại kỳ! Không, chẳng kỳ gì cả, những bức hình đó có treo trên tường suốt ngày đâu? Váy cũ okie, cứ có tinh thần mới, câu chuyện mới là bạn sẽ mới. Vả lại, những người thân thiết thì họ không để ý váy mặc lại đâu. Còn những người không thân, những người hay bình phẩm sau lưng mình thì, ồ, nếu bạn có mua váy mới, họ lại bình phẩm cái khác, họ lại chê tóc bạn khô, hoặc là bạn đánh mất không thời trang. Súc đâu mà chạy theo cho nổi. Kệ họ đi!

Mua sắm đơn giản, thích nhất là nó cho ta một sự tự do tuyệt vời, nhất là ở đất nước thiếu an toàn bậc nhất này. Rần rần quá thì chỉ tổ cho trộm và con nghiện nó nhòm ngó thôi! Xe xênh xoàng, nhà bình thường chắc chắn an toàn hơn là nhà nhiều đồ xịn rồi trang bị thêm hệ thống chống trộm, báo động. Ít đồ đạc, nhà thoáng, không khí dễ lưu thông! Xu Sim cũng không cần nhiều quần áo mới. Đồ mới còn nhiều formaldehyde. Đồ đẹp, mấy thằng bắt cóc chú ý! (Mà trẻ con ngộ lắm, nhiều cái váy đẹp mắc tiền, năn nỉ mà nó có mặc đâu, cứ mặc đi mặc lại một cái cũ xì nó thích thôi. Chỉ có mẹ lớn rồi là cần mặc đồ mắc tiền thôi!)

Sống đơn giản là sống tự do.

Những chuyến đi nước ngoài ít khi là dịp mua sắm hiệu quả. Vì không gian lạ, thời gian gấp rút, tâm trạng phấn khích, mua nhầm nhầm, thường rất hay mua những đồ về nhà xài không được. Hơn nữa, đi mua sắm mất nhiều thời gian kinh khủng. Mà thời gian ở nước ngoài là vàng bạc, đúng theo nghĩa đen!

Tóm lại, thời gian và sự tự do đều rất đắt giá. Kiếm được một món đồ giá hời rồi để mất thời gian hoặc mất tự do, thì theo tôi, không phải là hời đâu!



“Bạo hành đội lốt yêu thương”

Tôi xin trả lời một cách thành thật, rằng tôi đã từng bạo hành với con mình. Nhất là bé Xu! Tôi nghĩ thật ra ở Việt Nam, mỗi năm đánh con vài roi chắc cũng chưa nhiều lắm. Tôi đã từng thấy những người đánh con như đòn thù cơ!

Nhưng điều tôi ân hận nhiều nhất là hồi xưa hay ép ăn và hay lo lắng về bé. Ngày Xu còn nhỏ, tôi phạm sai lầm nhiều lắm! Xu bị suy dinh dưỡng, bị trào ngược dạ dày thực quản, tháng nào cũng nhiễm bệnh. Tôi thì không có tí kinh nghiệm nào, lại không có người hiểu biết để hỏi, nên càng quẫn. Rồi khi thấy bé tụt dốc thì tôi lại cố sức nhồi bé ăn.

Suốt ngày tôi căng thẳng, nài nỉ, dọa dẫm xung quanh chén cháo; căng thẳng tới mức con tè cũng đếm, ới cũng đong, đồ chơi luộc lên khủ trùng, ngày nào cũng cân...

Bây giờ, con tôi đã 9 tuổi, bé rất hay nhăn nhó, cảm râm, trách móc mọi thứ, rồi lo lắng, trần trọc, giật mình mỗi đêm... Tôi thấy nó như tấm gương phản ánh chính mình hồi nuôi nó. Tất cả những lo lắng stress đó của tôi - theo một cách nào đó - cũng là một dạng bạo hành tinh thần.

Thế nên có người nói: "Tôi không đánh con. Tôi chỉ trừng phạt, chỉ tước món đồ chơi quý giá nhất đập nát trước mắt nó thôi"... theo tôi, đó cũng là bạo hành.

Tôi biết có bà mẹ yêu con tới mức giờ ra chơi cũng chạy sang trường con, đứng áp mũi vào bờ rào, miệng liên tục: "Lại đây con! Ăn cái này đi con! Hôn mẹ đi con! Tránh xa thằng A/ thằng B ra nghe con! Đừng chơi trò đó nghe con"... cũng là một dạng bạo hành tinh thần.

Rồi so sánh kiểu như: "Tại sao thằng A/ thằng B con nhà người ta làm được mà con không làm được?", "Nếu con yêu mẹ thì con phải ăn nhiều, học giỏi"... cũng là một dạng bạo hành.

Những trò bạo hành tinh thần thường thấy hơn, nhưng lại thường được khoác tấm áo đẹp dễ mang tên yêu thương và trách nhiệm nên mẹ không bị lên án và con không được giải cứu. Nhưng hậu quả của bạo hành tinh thần cũng rất tàn khốc, gieo bạo hành thì gặt bạo hành.

Với con gái, hậu quả còn tồi ở một dạng khác nguy hiểm hơn. "Ba mẹ đánh con vì thương con, vì muốn dạy con nên người!" Câu này nghe quen quen, đúng không? Nhưng mà... những câu "thương cho roi cho vọt", rồi "những nơi cay đắng là nơi thật thà"... dễ làm con gái lầm lạc.

"Vì thương nên mới đánh" rất dễ biến thành "Phải đánh mới là thương"...

Nào, đã nhìn thấy sự nguy hiểm chưa?

Khi đã quen với sự rèn giũa vô cùng khắc nghiệt của ba mẹ, đến khi ra ngoài đời, giữa những chàng trai xung quanh, con gái đã có xu hướng chọn kết đôi với người mà thường gây đau đớn cho mình nhất.



Rất vô lý, nhưng điều này nằm trong tiềm thức, nằm ngoài ý thức, cho nên không lý trí nào kiểm soát được. Sau rất nhiều sự cố, nhìn lại những cú ngoặt đã qua, tôi thấy mình đã vô thức lựa chọn người đó - chính cái người có những câu nói, những việc làm khiến mình đau đớn. Còn những chàng trai tử tế, giỏi giang, lo lắng nâng niu, không dám làm tôi đau, thì mình lại phải tay cho trôi tuột đi.

"Mật ngọt chết ruồi, những nơi cay đắng là nơi thật thà". Và rồi, sau mỗi lần khóc lóc vật vã vì tổn thương, tôi nhồm dấy, và lại càng quyến luyến hơn với người đã đập cho mình ngã. Tiếc thay là có lẽ chính họ cũng không biết sự công phá lên tôi lại nghiêm trọng vậy, nhưng họ nhìn thấy hiệu quả là tôi thuận phục họ hơn, nên cũng lại vô thức thôi, họ càng tiếp tục.

Người ta gọi là "gọi đòn" ấy. Sợ lắm!

Tôi nhìn lại cách nuôi dạy con của mình. Ngày xưa, mỗi khi đánh hay la Xu Sim, tôi hay nói: "Vì mẹ thương con, muốn dạy con, nên mẹ phải đánh con!" Ôi không phải, ngàn lần nên nhốt câu nói này vào tù!

Bây giờ, thỉnh thoảng vẫn còn những lúc không thể kìm chế nổi, tôi quát to tiếng, có lần còn rút roi ra, nhưng sau đó tôi nói rõ, rằng: "Mẹ nóng quá, mẹ không kìm chế nổi. Mẹ xin lỗi!"

Tiến sĩ Menis Yoursy - chuyên gia trị liệu tâm lý Anh Quốc đã nói: "Tôi chưa gặp ai từng sống sót qua thời thơ ấu mà chưa từng bị tổn thương! Và buồn thay, nhiều nhất lại là những tổn thương đến từ cha mẹ".

Tôi biết có những người không may phải chịu đựng một tuổi thơ khổ sở với cha mẹ. Mâu thuẫn lớn tới mức họ đã bỏ quê hương đi thật xa để lập nghiệp, sang một thành phố khác, một đất nước khác, thậm chí một châu lục khác để trốn khỏi vòng kiềm tỏa của đấng sinh thành. Nhưng rồi khi đã đi xa, sinh sống và làm việc ở một nơi rất xa, họ vẫn không thể nào quên được chuyện cũ, vẫn mang theo những ám ảnh với cha mẹ trong lòng! Không phải vết bầm trên người tan đi là bạn đã hết tổn thương. Không phải sống xa bố mẹ là bạn sẽ hết đau đớn. Những trận đòn tuổi thơ có thể sẽ ảnh hưởng nặng nề tới cả cuộc đời bạn.

Có một sự thật rằng khi cha mẹ đánh đập, chửi mắng con cũng chính là lúc họ cũng cảm thấy đau đớn không kém. Chắc hẳn tuổi thơ của ba mẹ cũng đầy khó khăn và bất hạnh. Nghèo đói, loạn lạc, chiến tranh... có thể họ cũng đã chịu đựng nhiều bạo lực trong quá khứ, và bây giờ, một cách vô thức, họ lại trút lên con cái. Những người làm tổn thương người khác là những người cũng đã và đang bị tổn thương, là người không biết bảo vệ chính mình.

Đánh mắng không bao giờ đồng nghĩa với yêu thương. Có chăng chỉ là vì sự kỳ vọng quá lớn và lòng khoan dung quá bé mà thôi. Hoặc là vì tuyệt vọng, vì bất lực chứ không có bất kì tình yêu nào tồn tại trong khoảnh khắc đó!

Một người bạn đã bảo tôi: "Mình phải trân trọng con cái mình thì ngày sau, cuộc đời mới trân trọng nó."



Hãy công bằng với trầm cảm!

Hôm qua, Xu đang đọc cuốn truyện Nhóc Miko, gặp một đoạn nói về bệnh trầm cảm liền chạy ra hỏi mẹ: "Trầm cảm là bệnh gì hả mẹ? Liệu con có thể bị trầm cảm không?"

"Có, con ạ, ai cũng có thể bị trầm cảm. Con là cô bé hay suy nghĩ, dễ buồn lo, nên con có nhiều khả năng bị trầm cảm hơn em Sim!"

Có những người như em Sim và anh Mộc, cô U, họ bẩm sinh bình an. Có người thì không, như tôi và Xu. Cái này là trời ban, là quy định sẵn trong gene, tôi nghĩ thế, không phải chỉ cần không muốn là không bị. Tôi nghe nói ở người trầm cảm, chất dẫn truyền thần kinh trong não của họ khô hơn của người bình thường.

Nên tại sao chỉ vì một câu mắng, chỉ vì một sự thất bại mà người khác coi là muỗi thì họ đã có thể suy sụp tới tự tử. Thì cũng như có người đi mưa hoài chẳng sao, có người vừa dính mưa đã bị ho. Có người ăn hàng hoài chẳng sao, có người ăn một bữa đã bị Tào Tháo rượt trời chết. Có người hút thuốc lá hoài chẳng sao, có người lại ung thư phổi. Có ai muốn chọn bệnh đó cho mình đâu!

Tôi nghĩ trầm cảm là lúc mà mình thấy lo sợ, tuyệt vọng hoặc bức bối, u uất, hoặc thậm chí là quá vui, quá nóng, muốn điên lên. Nói chung là nó không bình thường, làm cho mình mất ngủ, sụt cân, hành xử điên loạn, muốn đập phá, muốn chết đi. Đó là khi mình không cảm thấy thoải mái, không bình an, không hài

lòng và không khỏe mạnh suốt một thời gian dài, cảm thấy sắp chết, muốn thoát ra mà không biết thoát bằng cách nào.

Đạo này, tôi vui khi thấy Xu Sim chăm chú đọc cuốn Mật mã 12 cung hoàng đạo. Cuốn sách đó cũng chẳng đúng lắm đâu. Nhưng tôi thích cách các con suy nghĩ về chính mình, cách các con thử gọi tên tính cách của mình và người khác, cách con nhận biết rằng, tính cách mỗi người là khác nhau, là chịu ảnh hưởng từ các chòm sao títt trên trời. Tôi nghĩ là cũng tốt, nếu chúng ta thâm lặng nhận biết vị trí của mình, uyển chuyển nhích từng chút một, đừng quá sốt ruột hay đau đớn về nó.

Tháng trước, tôi gặp lại một chuyên gia tham vấn tâm lý tôi từng được theo học. Cô ấy ôm tôi và nói: “Em khỏe thật rồi. Ngày xưa, tuy em không kể nhưng nhìn mặt em thấy u uất lắm! Chị đã từng cho em vào danh sách theo dõi của chị.”

Chính tôi, khi đó cũng chẳng biết rằng mình đang trầm cảm! Đó là năm 2008, triển miên những chuyện khủng khiếp đổ xuống gia đình mình. Tôi không thể ngủ được, thay đủ loại thuốc ngủ cũng không ngủ được. Nhiều đêm tôi thức trắng, vật vã đi lại trong nhà giữa khuya một mình, uất ức rất nhiều chuyện. Tuyệt vọng, rối tinh lên, thậm chí muốn giết người, rồi giết mình.

Vốn là một người chỉ tin vào những luận chứng khoa học mà những ngày tháng đó, tôi thấy rất rõ rằng mình đang quần trí, cảm thấy tất cả những gì mình tin tưởng lâu nay sụp đổ như bong bóng xà phòng. Tôi chạy loạn lên khắp nơi. Tôi cảm thấy rằng bạn bè, họ hàng, những người quen biết lâu nay sẽ không cứu giúp được tôi hết. Tôi xấu hổ, tuyệt vọng, nghĩ



là phải hỏi những người ở cao hơn, những người ở xa hơn. Tôi đã vừa khóc vừa viết bức thư dài gửi tới Làng Mai, cầu xin các sư thầy của Thầy Thích Nhất Hạnh tít bên Pháp cho lời khuyên. Tôi còn tìm tới gặp một bác trong đạo Bahai, ngồi kể chuyện gia đình rồi khóc nức nở trong tay bác ấy.

Những ngày đó, Xu bị suy dinh dưỡng khá nặng, ở giữa kênh B, Xu bị trào ngược dạ dày thực quản và ốm đau liên miên, tháng nào cũng đi viện. Tôi điên loạn trong các trận ốm của con. Tôi tới Hội quán *Đến với nhau* của cô Nguyễn Thị Oanh, đăng ký học... Tôi đi chùa, tôi tới nhà thờ, tôi tham gia các tổ chức tôn giáo, tôi học thiền...

Giờ nghĩ lại, cảm ơn con, khi đó chính con là một tác nhân để tôi biết mình đang trực trặc, đang bất bình thường. Con chính là cú hích để tôi đi học tâm lý, và từ những khóa học đó, tôi may mắn được khỏi bệnh.

Giờ thì tôi ngon rồi! Cái gì không hạ gục được mình thì nó sẽ làm mình mạnh mẽ hơn. Cũng như những người đã từng khỏi bệnh Ebola có thể truyền máu cho những người đang nhiễm Ebola để giúp họ khỏi bệnh.

Nhiều lúc ngồi nhớ lại các thầy cô của khóa học *Kỹ năng làm cha mẹ* ở Hội quán *Đến với nhau*, tôi nghĩ là các thầy cô đã can thiệp tôi rất tinh tế và khéo léo, tinh tế tới mức tôi không nhận ra gì hết. Tôi được khuyến khích đi học, chia sẻ, dự các buổi tọa đàm hay tới run rẩy, rồi tôi được khuyến khích trồng rau... Tôi miệt mài mua đất, rào giậu, cuốc xới cả ngày trời để trồng mấy luống rau trên mấy cái nền nhà chưa xây cạnh nhà, mục đích là có rau sạch cho hai con ăn. Giờ đọc sách mới biết rằng trồng rau là một liệu pháp chữa trầm cảm hữu hiệu, nhiều bệnh viện ở Anh và Nhật đã và đang thực hiện!!!

Người đời hay phán xét về người tự tử, nào là đại dột, ngu dốt hay kém cỏi, yếu đuối hay vô trách nhiệm với cuộc sống... Ở mình, nhiều người vẫn còn coi thường bệnh trầm cảm, gọi bằng những từ khủng, điên, dại, tâm thần, ma nhập... Vì thiếu hiểu biết, chúng ta bị điếc trước những tín hiệu kêu cứu của họ. Rồi tới khi người bệnh tử vong bằng cách lựa chọn cái chết thì chỉ biết cúng kiếng bằng nhiều thủ tục phức tạp, để giải hạn, giải oan. Rồi người nhà, người thân quay ra trách móc, kiện cáo lẫn nhau: "Mày nói làm sao/ sống làm sao mà để người ta phải tự tử?"

Tôi nghĩ, cũng như bệnh tim, bệnh phổi, khớp, hay ung thư... chẳng ai muốn mình là người bị mắc bệnh. Họ không tự chọn bệnh cho mình. Những người bị bệnh trầm cảm cũng muốn mình lạc quan, vô tư, yêu đời, sáng suốt... lắm chứ!

Khi đó, những lời khuyên khơi khơi của người ngoài là vô nghĩa. "Cố gắng lên!" - Tôi đã cố gắng đến mức kiệt quệ rồi. Nào là "Quên nó đi!" - Nếu mà quên được thì tôi đâu có để mình chất chứa như một quả bom thế này. "Đừng suy nghĩ nữa!" - Đâu tôi có nút on - off như cái tivi để muốn dừng lúc nào thì dừng đâu? Cũng như người ngủ để không bao giờ hiểu được tại sao người mất ngủ không dừng suy nghĩ lại và ngủ đi! Chỉ có chính người trong cuộc mới biết nỗi đau đớn trong những giờ phút ấy, hẳn là nó rất khủng khiếp, hẳn là nó đáng sợ hơn cả cái chết, thì họ mới chọn cái chết chứ!

Bác sĩ Lê Đình Phương bệnh viện FV có nói: Nếu được phát hiện sớm và điều trị đúng thì bệnh trầm cảm 80% được chữa khỏi. Thế nhưng, ở mình, hình như chỉ những bệnh về thể chất như ung thư, viêm gan, mỡ máu... mới được cứu chữa tận tình, được người



nhà chăm sóc chu đáo, cảm thông. Còn người bị bệnh về tinh thần, thậm chí chính họ còn không biết mình đang bị bệnh. Người thân thì bức bối, bức xúc, và chán nản...

Mới đọc thống kê của Bệnh viện Tâm thần thành phố Hồ Chí Minh, năm 2002, khoa khám bệnh I mỗi ngày chỉ tiếp nhận 30 trẻ và 80 bệnh nhân/ngày thì bây giờ họ đã phải nhận 100 trẻ và 500 - 600 bệnh nhân mỗi ngày. Con số không đi khám chắc chắn còn nhiều hơn thế nữa.

Trầm cảm là căn bệnh đau đầu của cả thế giới. Mỗi ngày, trung bình Nhật Bản có tới 90 người tự tử, cao gấp năm lần tai nạn giao thông. Hàn Quốc mỗi ngày cũng tới 43 người. Rồi Hungary, Phần Lan... Rất nhiều những doanh nhân, nghệ sĩ, kỹ sư giỏi giang, nổi tiếng đã tự tử... Ai bảo những người đó là kém cỏi, là yếu đuối, là cạn nghĩ, là vô trách nhiệm chứ?

Hãy công bằng với bệnh trầm cảm, công bằng với những bệnh tinh thần. Như những căn bệnh khác, bệnh trầm cảm có thể chữa được và không ai chọn mình mắc bệnh.

Trẻ con có biết buồn không?

Tôi có cô bạn có con gái đang tuổi teen. Hôm gặp nhìn cổ xơ xác: “Tao mất con rồi mày ơi!” Tôi hoảng hồn, tưởng bé bị làm sao. Hóa ra là con gái cứ lẩn tránh ba mẹ, về tới nhà là đóng cửa phòng. Và nó còn tuyên bố “Nếu ba mẹ cứ lèm bèm là con sẽ ra ở riêng!”

Một anh bạn khác có 2 con trai, ảnh tâm niệm: “2 đứa con trai thì mình phải chuẩn bị cho nó 2 cái nhà!” Suốt mấy chục năm làm lụng, giờ có 2 cái nhà tạm tạm thì thấy sao mà lạnh lẽo. Đi lên lầu thì tụi nó xuống, vào phòng thì tụi nó đi ra, đến nghỉ hè cũng phải quát lên thì tụi nó mới đi cùng, mặt mũi nặng như đeo đá.

Ông bố bà mẹ nào cũng rất mực yêu thương con, nhưng nhiều người không biết được con cái đang làm gì, nghĩ gì trong thế giới riêng của tụi nó. Nó có thể chat chít trên Facebook, trên Instagram liên tu bất tận, cách nửa vòng trái đất mà bạn bè nó được cập nhật, còn mình ở ngay tại đây thì mù tịt.

Nhiều mẹ than thở: “Con mình, mình nuôi nó qua cọng dây rốn của mình, mình dứt cho nó từng thìa sữa, tha nó đi mọi bệnh viện khi đau ốm, mà sao giờ nó như con ai! Như thể 2 mẹ con không cùng dùng hệ ngôn ngữ tiếng Việt vậy. Thậm chí nó còn chẳng cãi lại mới điên chứ! Nó như một cánh cửa đóng kín!”

Hôm rồi về quê, nghĩ lại tôi thấy khá buồn cười, mỗi khi tôi chạy xe máy đi chơi, về tay ga một chút xúu đã phóng vèo đi quá nhà bạn, lại quay xe lại. Chạy



ra Vân Du cũng nhòang trong vài chớp mắt, chưa thấy cái dốc nào cao mà hóa ra là đã qua dốc Cao. Rồi xuống Thành Tiến, bạn hỏi: "Cầu Đồng Nga nhớ không?" "Nhớ chứ, nhớ hồi bé tí đi cùng bố, cái cầu mới là những thanh sắt, mình bò bằng 4 chân qua cầu, nước chảy dưới sâu hun hút, thấy sợ kinh hoàng. Mấy chục năm nhớ lại vẫn gai gai ở gan bàn chân. Hôm nay chạy qua cầu, sao nó ngắn tũn chỉ lớn hơn cái giường thế kia? Sao ngày xưa nó xa diệu vợi cơ mà?"

Ngày xưa, với bước chân nhỏ xíu, và cái lá phổi chắc chỉ bằng bàn tay, thì rõ ràng là đi bộ tuốt mồ hôi mới ra tới chợ, bò hoài mới hết cầu, và gò lưng đạp xe, rồi dắt bộ miệt mài mới hết dốc Cao. Giờ lớn rồi, nhìn lại thấy nó nhỏ bé gì đâu.

Nhiều người cứ nói: trẻ con chỉ có học thôi, chẳng biết buồn là gì!

Tuổi nào thì có nỗi buồn của tuổi ấy, người nào thì có riêng nỗi buồn của người ấy! Chỉ có đi trong đôi giày của họ mới hiểu được.

Trẻ con đầy điều để buồn. Như là làm bài kiểm tra không đúng, như là hội con gái đang nói cười ồn ào mình đi vào bỗng dưng im bật, như là đêm qua bố mẹ cãi nhau, như là trên mũi vừa mọc một cái mụn trứng cá, như là cái áo đẹp không kịp khô để mặc... Nỗi buồn trẻ con nhỏ nhặt so với người lớn nhưng lại to tát với cơ thể và trái tim bé nhỏ của con. Thế mới có chuyện cậu bé 10 tuổi tự tử vì nhớ mẹ, có bé mất xe đạp ngủ ngay ngoài bờ ruộng vì không dám về nhà. Những chuyện ở bên ngoài nhìn thì thấy linh tinh, nhảm nhí nhưng với người trong cuộc thì lúng túng

như gà mắc tóc, không thể nào tìm thấy lối ra. Người ngoài tha hồ phán xét: Điên à? Khùng à? Ngu hay sao?... mà đâu biết người bên trong có lẽ là đau lắm, đau lắm lắm!

Tối nay, Xu bực dọc kể: "Con ghét bạn Hải Yến gọi con là chị. Con chỉ muốn gọi ngang hàng thôi. Con đã nói 'Đừng gọi tớ là chị!' mà bạn ấy còn cứ gọi." Tôi định lên giọng giảng giải, rằng gọi là chị thì sao? Được gọi là chị thì càng oách chứ sao? Nhiều người đánh nhau vì không được gọi là anh là chị kìa.

Hỏi Hồng Anh. Hồng Anh bảo: "Thôi thì chị cứ nói ừ, vì mình đã nói thẳng là không thích mà còn cố tình làm!" Đúng thật! Sau khi tôi hứa vào rằng: "Ừ, tức nhờ! Bạn Yến vô duyên nhờ!" thì Xu đã vui vẻ đi tắm, không ngồi bèo nhèo nữa. Ừ, đôi khi **cảm giác không thể đánh giá là đúng hay sai. Chỉ cần có người đồng tình. Và thông cảm. Vì tuổi nào thì có nỗi buồn của tuổi ấy, người nào thì có riêng nỗi buồn của người ấy.**



Nói thế nào cho con nghe, nghe thế nào cho con nói?

Không phải cứ có đủ 2 cái tai và thính giác bình thường có nghĩa là biết nghe đâu ạ! Lắng nghe phải có cách. Thạc sĩ Trần Văn Hùng chia sẻ bí quyết: “Nghe là nghe bằng cả 2 tai, là ngồi xuống cho ngang bằng với con, là nhìn vào mắt con. Là nghe trọn vẹn, là không phải nghe được nửa câu rồi nhảy vào hòng con khuyên răn bằng một bài đạo đức dài dòng. Bình tĩnh và tập trung. Chấp nhận suy nghĩ, tình cảm của con. Chỉ đơn giản chêm vào cuộc nói chuyện những từ “Vậy hả?” “Thế à?” “Ra vậy!” ... mà thôi.”

Anh Hùng kể câu chuyện, hồi con gái 16 tuổi, có lần con xin đi chơi nhưng tới tận 1 giờ sáng con mới về. Mở cửa ra thấy 2 cậu bạn trai xốc nách, rồi con khuỵu xuống, gục ngay thêm nhà. Tôi rất sốc, vì xưa nay con gái rất ngoan. Cả đêm tôi không ngủ, nghĩ rằng phải dạy con gái rất nhiều. Rồi sáng hôm sau, khi con đã tỉnh táo, cả bố mẹ ngồi bên, tôi chỉ nói duy nhất một câu ngắn: “Đây là lỗi của bố!” Đứa con ôm chầm lấy tôi, khóc oà lên: “Không, đây là lỗi của con. Con xin lỗi!” Chỉ thế! Tới bây giờ, tôi vẫn không biết hôm đó cụ thể đã xảy ra chuyện gì, nhưng từ đó về sau, không bao giờ con tôi uống rượu hay say xỉn nữa.

Tôi đã từng nghe một bé tuổi *teen* cãi lại mẹ: “Mẹ muốn con kể chuyện cho mẹ nghe thì mẹ phải tôn trọng quyết định của con. Con tin tưởng mẹ nên con kể. Việc đó đã xảy ra, giờ con kể không phải là để xin phép, mà là để tâm sự. Nếu mẹ cứ mắng con thì con vẫn cứ làm nhưng con sẽ không kể cho mẹ nghe nữa!”

Để hiểu được con không dễ, chúng ta thực sự phải bỏ công học và điều chỉnh mình. Từ “hiểu” trong tiếng Anh là *understand* và trong tiếng Đức là *verstehen* đều có nghĩa là phải đứng thấp hơn, phải hạ mình xuống.

Từ “hiểu” trong tiếng Anh là *understand* và trong tiếng Đức là *verstehen* đều có nghĩa là phải đứng thấp hơn, phải hạ mình xuống.

Rõ ràng, con cái phải là người bạn thân thiết nhất của chúng ta trong suốt cả cuộc đời, cho nên để nói chuyện được với con, dù khó, dù gian truân, dù phải đứng thấp hơn, nhưng sá gì chứ mà chúng ta không học tập?

Understand - Đứng thấp hơn mới hiểu được

Mấy tuần nay, tối nào Sim cũng có bạn My gọi điện thoại tới. Mỗi học cùng nhau cả ngày, rồi sáng mai lại gặp tiếp mà sao nhiều chuyện thế, có hôm “tám” tới 30, 40 phút.

Hôm nay, bạn My lại gọi, Sim đang ngủ, mình nghe điện thoại, bảo: "Con đừng gọi qua số di động, con gọi máy để bàn đi, để nhà con đỡ tốn tiền."

My bảo: "Con gọi trộm đấy! Mẹ con mà biết con gọi là mẹ ỳnh bầm người luôn. Tối nay, con toàn đợi mẹ đi tắm để gọi cho Sim. Mẹ ra là con tắt."

Tự nhiên cứ suy nghĩ, tại sao lần nào Sim cũng phải nói tạm biệt tới mấy lần My mới chịu buông máy? Tại sao một cô bé lớp Hai đã phải trộm điện thoại rồi lén lút tìm nơi nói chuyện?



Nghĩ lại, nhiều lúc nghe Xu Sim nói chuyện cũng chán lắm! Ví dụ mình đang đầu đầu tính toán tiền tiền thì 2 nàng cứ tranh nhau kể về một câu đố nhảm nhí, nghe qua vài từ đã biết đáp án vì đã đố từ năm ngoái rồi. Nàng lại cứ giã bên tai nào bạn Tiến, bạn Tâm, bạn My nói gì bày trò gì, toàn những trò mình thấy nhạt oi là nhạt,... Nhưng thôi, cứ nghĩ là mình đang đầu tư đi. Đầu tư thời gian nghe những chuyện nhảm nhí bây giờ để tới ngày sau, 15, 20, 25, 30 tuổi nó vẫn còn muốn kể chuyện những chuyện quan trọng cho mình nghe.

Thực ra trẻ con rất thông minh, các con tự có lời giải cho chính mình, theo cách của mình, không cần bạn phải mớm đầu. Bạn cũng không thể bắt con mình không được giận, không được ghét một ai đó. Chỉ có cách là bạn phải tôn trọng và chấp nhận cảm xúc của con, chỉ cần điều chỉnh hành vi nếu hành vi của con lệch chuẩn mà thôi, không cần phải la mắng nghiêm khắc quá làm gì!

Hãy tặng con những chuyến đi

Tuy rằng đi không có nhàn hạ gì, nhất là với 2 đứa con nhỏ nhất. Quá mệt ấy chứ. Xu Sim thường ốm, ho, sụt ký sau ngày về. Còn mẹ là tổn hại tiền và "nhan sắc", da đen cháy và mặt đầy mụn, vêu vao cả ra.

Một từ khi xếp đồ vào va li. Ví dụ đi biển, là phải có áo tắm, kiếng bơi, áo phao các loại, khăn khô nhiều thứ dùng vào nhiều thời điểm. Có áo lạnh, áo nắng, dép lê, giày, tời kem chống nắng, chống muỗi, tời ngoáy tai, rồi thuốc từ đau bụng tới nhức đầu... Cả 3 mẹ con đều say xe nên sẽ có cả cam quýt gừng chống ói, có túi đựng ói, có khăn áo thay giữa đường cho cả mẹ lẫn con... Cả 3 mẹ con khó ngủ, còn phải mang theo vỏ gối, mền quen, rồi thuốc ngủ, Xu Sim còn mang theo cả gấu bông... Ba lô lớn, ba lô nhỏ nhưng thể nào tới khi đựng việc cũng phát hiện ra quên một số thứ đáng kể và thừa một số đáng kể các thứ khác.

Có chuyến, xe dừng thì quần áo của mẹ cứng đét vì con ói vào rồi khô lại. Có chuyến 2 đứa 2 bên, cứ quay sang đứa này đỡ, chưa kịp lau dọn đã phải quay sang đứa kia, thay khăn thay áo mấy lần.

Giờ thì "lành nghề" rồi. Say hoài chán say rồi! Năm nay lên xe cả 2 đứa cứ cười tươi hơn hớn. Về quê, gặp nhiều nhà, vì con say xe mà không dám cho con đi chơi xa. Tiếc lắm, tời cứ giục, kệ, say kệ say, đi hoài rồi cũng hết à.



"Đi cả ngày chỉ để nhìn mấy con cá. Đi cả ngày chỉ để nhìn mấy cái cây. Không chán à?" Không! Chán làm sao được. Đi đâu phải chỉ để coi, đi để chơi nữa mà. Tuổi thơ của con ngắn ngủi lắm. Không tranh thủ làm thân với nó đi, rồi tới hồi nó lớn, nó chả kể chuyện học hành, làm ăn, yêu đương, vấp ngã... của nó cho mình nghe nữa thì sao?

Quần áo, ăn uống giờ tụi nhóc đâu có thiếu. Có chẳng tụi nó chỉ thiếu trải nghiệm và thiếu... mẹ. Những chuyến đi như thế này, những giờ phút bên nhau là hoàn toàn, là 100%. Mẹ không mất trước mắt sau lo dọn dẹp nhà cửa, đi chợ, nấu ăn, check mail, lướt net... như ở nhà. Xu, Sim, 9 tuổi và 7 tuổi nhưng về quê ngoài Bắc tới 10 lần, đi biển, đi leo núi, đi rừng, khám phá hang động... đi suốt. Ba mẹ con ở một căn hộ nhỏ, chạy một cái xe máy xoàng, nhưng tôi luôn tự phong rằng mình đủ giàu có, cả về thời gian và tiền bạc, để cho con những chuyến đi! Bỏ lỡ ổi dứa án, tiền đi bấy lâu nay chắc cũng mua được ô tô đấy, nhưng kệ, Xu Sim cần đi chơi với mẹ hơn cần ô tô!

Khi tới thăm những bản làng nghèo khổ lạc hậu khủng khiếp trên miền núi cao, tôi cứ nghĩ có phải do họ ít đi quá. Nếu giúp đỡ họ, nên chẳng thay vì cho tiền cho gạo, chúng ta tổ chức cho họ những chuyến đi? Biết đâu sau những chuyến đi họ sẽ **tự muốn** thay đổi tập quán sinh sống?

Túm lại, mọi chuyến đi đều đáng giá. Đi để con được choáng ngợp trước đại dương mênh mông... rung động trước một cánh đồng xanh mướt... hồi hộp nín thở trước những rặng núi hùng vĩ... Đi để con biết mùi mặn của mồ hôi, mùi gió ngai ngái trước cơn đông... đi

để con biết kết nối với người lạ, thử những món chưa từng ăn. Đi để con biết cách leo núi, lội ruộng, luồn hang, đốt lửa, nấu cơm, sơ cứu vết thương... Đi để khi trở về con thấy yêu thêm cái nhà nhỏ của mình.

Tại sao người ta phải bỏ cả đồng tiền, khổ sở đầy ải để leo lên đỉnh Everest? Tại sao người ta phải luyện tập thể lực cả tháng trời rồi đáp máy bay tới Việt Nam, mò mẫm trèo đèo lội suối để tới hang Sơn Đoòng? Cảnh đẹp chỉ là một phần. **Quan trọng là cái thú vị của quá trình chinh phục và khám phá. Sống là phải được nếm trải cảm giác sung sướng không thể diễn tả của khoảnh khắc "A ha, ta đã làm được!". Nó đã lắm. Không ngôn từ nào tả được!**

Mấy mùa Tết gần đây nhà mình sắm Tết chỉ khoảng vài trăm ngàn. Dọn tủ lạnh và thùng rác thật sạch để có thể đi 10 ngày về không bị bốc mùi. Lên đường!

Những chuyến đi, luôn luôn tốt hơn! **Nước chảy là nước trong, nước đọng là nước bẩn.** Có câu nói rằng: “Nếu con người sinh ra chỉ để ở chết dỉ ở một chỗ, thì người ta đã không cần đôi chân làm gì”. Dù với ngàn năm văn hóa lúa nước, ông bà mình khá là lười dịch chuyển thì cũng phải công nhận “đi một ngày đàng học một sàng khôn” mà.



Con nghĩ đi, mẹ không biết!



Cho con vào rừng học

Là 1 bà mẹ thành phố, khi quyết định cho cả 2 nhóc tuổi mẫu giáo của mình vào rừng sống vài ngày “bụi bặm”: lội rừng, ngủ lều, đào lò, nấu cơm... chính tôi cũng rất hồi hộp.

Con tôi sung sướng khi bà mẹ vốn luôn bận rộn và thường mất hút, giờ ở bên cạnh con đủ 24 giờ một ngày, không máy tính, không Internet... Nó nhìn thấy mẹ hoảng hốt khi gặp con vắt, cũng giống mình. Nó thấy mẹ lội rừng mệt phì phò, ngồi bệt xuống vệ đường thở, cũng giống mình. Nó thấy mẹ rón rén đi

ình chuồn chuồn, nắp một hồi, vừa giờ máy ảnh lên thì chưng hửng, chuồn chuồn đã bay mất... Không nói gì, nhưng nhìn vẻ khoái chí ra mặt của con, tôi biết con hạnh phúc thấy mẹ sao mà gần gũi với mình đến thế!

Chiều đó, cả đoàn tự đào lò, nhóm lửa nấu cơm kiểu dã chiến. Lần đầu tiên nó thấy được những ngọn lửa đỏ nhảy nhót, tươi vui mà đồng đánh, chỉ cần tiếp củi không đúng ý là trốn ngay, buộc tội nhóc phải còi, phải thổi, phải nâng niu đồ dành hoài mới nhun nhún cháy lại. Phải đến 20 năm rồi, tôi lại mới trở về hì hụi xào nấu trong cái khói mù mịt này. Nước mắt giàn giụa vì khói hay vì ký ức không biết. Mỗi người một việc, bé thì cầm đèn pin soi, bé thì đánh trứng, bé thì canh lửa, và nhóc nào cũng thích tự tay mình đun củi. Ai cũng được tham gia, ai cũng có “cổ phần” trong bữa cơm này nên hào hứng lắm. Bé con nhà tôi vốn biếng ăn lâu nay, mỗi bữa ăn như một trận chiến của mẹ và con. Sau buổi chiều hì hục đánh vật với củi và lửa, bé hớn hỏ cuống quýt: “Ăn đi, mẹ ơi! Con đói!” Rồi chỉ chờ có hiệu lệnh là nhào vào ăn, gấp đầy rau trên đĩa, bé gật gù: “Ngon mẹ ạ, rau ngon!”. Nếu bạn là một bà mẹ có con suy dinh dưỡng mới biết làm sao lúc đó tôi nghẹn ngào muốn khóc.

Những ngày đó, Nam Cát Tiên mưa dầm dề. Lều bạt được mua từ Mỹ về, không thấm nước nhưng cảm giác ngủ ngoài trời giữa cơn mưa thật là khó tả. Nước lóng bống. Tiếng mưa lộp bộp. Tiếng côn trùng kêu rả rạt bên tai. Đất cục cộm cộm dưới lưng. Tôi lo lắng trần trọc cả đêm, sợ con lạnh, sợ hơi nước thấm vào người, sợ muỗi, sợ vắt, sợ mưa lớn ngập lều, sợ sáng dậy trễ với đoàn...



Đường mòn trong rừng ẩm thấp, trơn trượt, nhiều đoạn lầy lội bì bõm. Bé Bu 4 tuổi bé nhất đoàn phải cõng, còn hầu như các bé tự đi. Khi 2 chân tôi nặng trĩu như đeo đá, thở hết nổi mà mấy bé còn vui vẻ hơn hỏ chạy trước ba mẹ cả đoạn dài. Một vài ba mẹ oải quá định quay về lều nhưng mà tụi trẻ con vẫn còn muốn đi tới tận thác nước.

Cả nhóm họp lại để biểu quyết. Và số đông muốn đi tiếp nên tất cả tiếp tục đi tới thác nước. Đúng là bỏ công đi, thác nước đẹp thật, mấy bé hào hứng chụp hình lia lịa. Một bé kết luận: “Mẹ thấy không, mình cứ cố gắng đi tiếp là được. Có cố gắng mới tới được chứ!” Sau 2 ngày vất vả trong rừng, 3 mẹ con tôi đã về tới nhà. Ba lô chật cứng quần áo bẩn và dính đầy hoa cỏ may. Sim nói: “Mai con sẽ nhặt, giờ mình đi tắm rồi ngủ sớm đi mẹ!” Đi tắm, Xu khen vòi nước nóng nhà mình thích thật. Đi ngủ, Xu khen đệm nhà mình êm quá mẹ ời. Tối đó cũng mưa, Xu Sim khen nhà mình kín rồi, khỏi lo mưa mẹ nhỉ!...

Từ khi nào Xu Sim đã thấy giá trị căn nhà đơn sơ của nhà mình? Xu đã ôm tôi và nói một câu mà tôi ngẩn cả người: “Ồ nhà mình thích quá, con cảm ơn mẹ!” Đâu rồi con bé hay than thở, hay chê bai, nào là nhà tắm hẹp, nào là nhà không có lầu...? Có những cái được bất ngờ mà khi về tới nhà tôi mới biết. Hóa ra, đi là để trở về trân trọng hơn. Con trân trọng hơn cuộc sống mà cha mẹ tạo dựng cho con, trân trọng hơn những vật chất nhỏ nhoi trong nhà mình. Cảm ơn rừng!

Đừng khen quần áo con đẹp

Hồi mới sinh Xu và Sim, tôi hào hứng lắm, nhiều khi bước ra khỏi nhà với ý định đi mua một bộ váy cho mình nhưng lòng vòng một hồi thế nào cũng chạy thẳng tới những khu vực váy áo trẻ em, và quay về chỉ với toàn là đồ của Xu Sim. Đồ của mình thì mình còn hạn chế được, chứ mua cho nó là mình không cầm lòng nổi!

Một cô bạn của tôi sẵn sàng chi tới những đồng tiền cuối cùng để mua cho con gái những bộ quần áo hàng hiệu đẹp nhất. Váy, áo, giày, tới nơ cột tóc của bé cũng đi theo tông với nhau, đẹp lắm! Mỗi ngày bé vào trường, nổi bật như một ngôi sao, xinh xắn, dễ thương. Bé được nhiều người khen ngợi, được các thầy cô cưng chiều, bé vui vẻ và tự tin.

Một cô bạn khác có con trai 7 tuổi cũng nói: “Tao thấy nếu đợt nào con mình mặc đẹp, nó sẽ được mọi người yêu quý hơn, cô giáo cũng yêu quý nó hơn!” Thì rõ, bao nhiêu cố gắng làm lụng của chúng ta... chung quy lại cũng là muốn mang tới cho con những điều tốt đẹp nhất, để con có thể nhận về những cảm xúc tốt đẹp nhất! Những bộ quần áo chất lượng cao, hàng hiệu, không chỉ là một bộ quần áo đẹp, nó còn an toàn, không có hóa chất độc hại, không dễ dàng bung chỉ sút nút. Và hình như mặc bộ quần áo đẹp còn làm con mình được **yêu thương**, làm con mình **tự tin** và **biết yêu bản thân**!

Nhưng...



Hãy nghĩ tiếp về phía sau những lời khen tặng. Khi bạn mặc cho con một bộ váy đẹp, bạn khen con, mọi người khen con... Thì thông điệp con nhận được sẽ là: **"Cái đáng khen này là từ bộ quần áo đẹp, niềm vui này là có từ bộ quần áo đẹp!"**

Không phải! Váy đẹp, xe đẹp, nhà đẹp... chỉ là những giá trị bên ngoài. Trong khi, những giá trị bên trong mới là bền vững hơn!

Nhớ lần tôi gặp một đoàn nhà báo Thụy Điển tới thăm tòa soạn. Họ nhìn tờ báo của tôi với cái bìa đẹp long lanh mà cả ê-kip làm bìa đã phải lao tâm khổ tứ, làm việc cật lực, từ nhiếp ảnh chọn góc máy, stylist chọn trang phục, rồi đạo cụ, ánh sáng, rồi photoshop chỉnh sửa cho nhân vật sáng choang, không tì vết. Thì đúng, chúng tôi phải làm cho tờ báo được nổi bật, để ai cũng muốn ngắm, muốn mua. Họ hỏi tôi một câu mà làm tôi ngẩn ra: "Chúng tôi đang có một cuộc tranh cãi về việc chỉnh sửa, tút lại hình ảnh trên báo và các phương tiện truyền thông. Hình ảnh đã chỉnh sửa đẹp tới mức thế này sẽ ảnh hưởng như thế nào tới tâm trạng phụ nữ? Mọi chi tiết đều quá hoàn hảo thì người xem sẽ phải tự hỏi: 'Mình phải làm thế nào để mình cũng được giống như thế?' Các bạn có nghiên cứu về những tác động tiêu cực khi mang những bìa báo này tới các bạn trẻ không? Chúng tôi đang làm những cuốn phim về công việc ở các tòa soạn, để giải thích cho trẻ em hiểu được rằng những tấm ảnh long lanh này đã được chỉnh sửa như thế nào. Chúng tôi nghĩ đó là bài học quan trọng!"

Đúng vậy, nhiều nghiên cứu đã cho thấy, **phụ nữ trầm cảm hơn khi xem những hình phụ nữ khác quá đẹp!** Khi nhìn những cô người mẫu long lanh ngực tròn căng, eo thon, chân dài, làn da nuột nà,

mũi cao, mắt to, tóc mượt... thì bạn dễ thấy mình xấu xí, chẳng được một nét gì khá dī!

Nhớ hồi xưa dậy thì, tôi và bạn bè, đứa nào cũng than thở về cơ thể mình, đứa nào cũng than phiền rằng hình dáng mình bất như ý, chỉ mong ước ngày sau có tiên phẫu thuật thẩm mỹ hay có cây đũa thần vẩy một cái để biến đổi... Vậy nên là, khi bé của bạn quá đẹp, quá chú ý tới mặc đẹp, có thể sẽ không tốt cho bé và cả cho con của những bà mẹ khác!

Mặt khác, khi đã quen với điều đó, có thể bé sẽ thấy rằng, khi mình mặc đẹp, mình mới được khen, mới được vui vẻ, tự tin, hạnh phúc. Mà quần áo đẹp là do bố mẹ mua, ông bà cho... Và có nghĩa là những cảm giác hạnh phúc, tự tin bé nhận được nhiều nhất là do những món đồ mà người khác mang tới cho bé. Khi bé không tự tin, không thấy hạnh phúc, bé sẽ tiếp tục chờ đợi xem có ai mang tới cái gì khác nữa không để giúp mình lại yêu đời. Điều này sai về **bản chất**! Làm sao để ta có thể dạy cho bé rằng **cảm giác vui vẻ, hạnh phúc, yêu đời phải tự chính trong bản thân con tạo nên?**

Mỗi khi nhìn thấy người trầm cảm, oán trách chồng con, đối tác, đồng nghiệp... tôi đều lo lắng tự hỏi làm sao để sau này Xu Sim tìm thấy niềm vui ở chính nó? Con muốn tự tin, con phải làm những việc để con tự tin. Con muốn hạnh phúc, con phải học cách làm con hạnh phúc. Những cảm giác đó, không ai nợ nần, cam kết phải tạo cho con, không ai có nghĩa vụ phải mang sẵn tới cho con dù người đó có trách nhiệm với con (như vợ chồng), dù người đó yêu con (như ba mẹ), dù người đó sẽ trả lương cho con (như sếp)... Khi con nắm chắc được điều đó, con cũng sẽ không ỷ lại, không đổ thừa, và không từ bỏ nếu gặp khó khăn!



Cho nên, nếu nhìn thấy một em bé xinh xắn, ăn mặc long lanh, tôi cũng vẫn khen, khiêu thẩm mỹ cũng cần khen chứ? Nhưng tôi không dành hết tất cả sự tán thưởng của mình vào bộ váy. Tôi khen lướt qua "Ồ, váy đẹp quá!", rồi tôi sẽ để dành cung bậc trầm trở cao hơn cho bé khi bé biết chào hỏi, cảm ơn, xin lỗi, biết chơi với bạn bè, biết cất dọn đồ chơi, biết phụ ba mẹ việc nhà, biết đọc sách, biết cố gắng trong việc gì đó...

Là mẹ của 2 cô gái nhỏ, tôi cũng mong mọi người đừng bình luận gì nhiều về quần áo và vẻ ngoài của tụi nó. Hãy tập trung vào những giá trị bên trong bền vững và quý giá hơn! Hãy vinh danh và tôn trọng những nét đẹp của trái tim và tính cách ngay từ khi tụi nó còn nhỏ.

Nhà báo Lisa Bloom có viết trên FB cá nhân một bài rất hay:

"Cuối tuần trước, tôi đến dự bữa tiệc tối tổ chức ở nhà một người bạn. Đây cũng là lần đầu tiên tôi gặp bé gái 5 tuổi nhà cô ấy. Cô bé Maya có mái tóc xoăn nâu, đôi mắt đen, ngây thơ như nai. Maya rất đáng yêu trong chiếc áo ngủ hồng bóng. Tôi muốn thốt lên: "Maya, cháu thật đáng yêu! Hãy nhìn cháu xem! Xoay tròn và khoe chiếc áo choàng có đăng-ten tuyệt đẹp ấy đi! Cháu thật lộng lẫy!" Nhưng tôi đã không làm vậy. Tôi tự chặn họng mình. Tôi luôn cẩn lười khi gặp các cô bé, kiềm chế chính mình ngay từ những cảm xúc bộc phát đầu tiên - những lời khen các bé thật dễ thương, xinh xắn, quần áo đẹp đẽ. Tại sao thế? Liệu đó có phải là những câu mở lời chuẩn mực theo văn hóa của chúng ta khi nói chuyện với các bé gái không? Và tại sao lại không dành cho các bé lời khen chân thành để nâng cao lòng tự trọng của các em? Vì chúng quá đáng yêu đến mức tôi chỉ muốn òa lên khi gặp.

Hãy tìm nén suy nghĩ đó một lát...

Hãy thử khi lần sau bạn gặp một cô bé. Lúc đầu, cô bé ấy có thể sẽ ngạc nhiên vì ít người hỏi về suy nghĩ của cô, nhưng hãy kiên nhẫn. Hãy hỏi xem cô bé đang đọc gì. Cô bé thích và không thích cái gì, tại sao. Không có câu trả lời sai.

Bạn chỉ cần tạo ra một cuộc trò chuyện thông minh, một cuộc trò chuyện tôn trọng bộ não của cô bé. Đối với những cô bé lớn tuổi hơn, hãy hỏi chúng về những vấn đề hiện tại như: ô nhiễm, chiến tranh, ngân sách trường học giảm... Cô bé sẽ giải quyết nó như thế nào nếu có một cây đũa thần? Bạn có thể nhận được một số câu trả lời hấp dẫn. Hãy nói với cô bé về ý tưởng của bạn, những thành tích và những cuốn sách yêu thích của bạn. Làm mẫu cho cô bé điều mà một người phụ nữ biết suy nghĩ nói và làm."

Tôi cũng *like* mạnh với bài của Lisa Bloom!

Hãy tạo ra một cuộc trò chuyện thông minh, một cuộc trò chuyện tôn trọng bộ não của các cô gái.



Sự thật thường phũ phàng

Tôi đọc một câu chuyện trong cuốn sách kể về cậu bé trông đàn em khi mẹ đi vắng. Cậu bé đã ráng hết sức để làm "cái công việc đáng sợ này", cậu bày đồ chơi ra, nói với em như cách mẹ vẫn nói, ôm chặt em trước ngực cho khỏi rơi. Có lúc cậu đã muốn bạt tai em, nhưng lại nghĩ rằng thôi em đã biết gì đâu.

Bằng sự cao thượng của người anh cả, cậu cố gắng hết sức để cư xử như một người thực sự đã lớn. Và mẹ cậu về. Cái khoảnh khắc mẹ mở cửa ra, bước vào nhà, cậu tin mẹ sẽ khen ngợi cậu. Nhưng khi nhìn đồng chiến trường đã bày ra, bà chỉ thất vọng náo nức và rên rỉ!

Chúng ta vẫn luôn khen ngợi người Pháp là lịch thiệp, nước Pháp là xã hội văn minh. Nhưng ngay trong bài đạo đức dành cho trẻ tiểu học, sách đã viết rất phũ phàng, phũ phàng đúng như cuộc sống có thể có. Các bà mẹ Pháp cũng có thể phủ nhận sạch trơn công lao của bé. Ai cũng có thể sai!

Phần bài học trong sách rất rõ ràng: *"Có những khi chúng ta phải có trách nhiệm với nhiều điều mà ta không lựa chọn. Cậu bé không chọn chăm sóc cháu, không chọn trông em. Không ai chọn được anh chị hay cha mẹ. Thế nhưng ta thấy trong sách vở và trong cuộc sống, nhiều người tự thấy mình phải có trách nhiệm trông nom các em hay chăm sóc cha mẹ. Họ coi mình có trách nhiệm với tất cả những người mà họ yêu mến, và cần đảm bảo cho những người đó. Luôn sống có trách nhiệm và chịu trách nhiệm là một điều khó chịu, đôi khi là một nỗi sợ. Đó là một điều dũng cảm mà ai cũng có thể coi là điều tự hào."*

Chúng ta luôn muốn trẻ học được những điều tốt. Chính tôi và nhiều người mẹ khác đã không ít lần ước ao "ba mẹ là lá chắn, che chở suốt đời con", bảo bọc con trong một môi trường vô trùng để giữ được niềm tin trong veo của con. Tuy nhiên, "đời không như là mơ nên đời thường giết chết mộng mơ". Đúng thật như thế, khi phát hiện ra rằng đời không như là mơ sẽ là những cú sốc lớn đối với tất cả mọi người.

Làm cách nào để "chống sốc"?

Nhiều bạn cũng thường tự hỏi: Có nên cứ quăng con ra cho bầm dập với đời? Thế thì làm sao dám chắc được sau những cú sốc đó, con còn lành lặn, còn giữ nguyên vẹn tính Thiện mà mẹ mong muốn con có? Sau những va vấp, con sẽ thấy qua sông không lụy đò thì không thể qua được, thấy trái khoáy mà vẫn phải chịu.

Bạn bè mình giúp đỡ bao nhiêu mà giờ nó phui sạch trơn. Người mình yêu tha thiết đã bỏ đi với người khác. Công việc mình gây dựng lao tâm khổ tứ giờ tan như bong bóng xà phòng... Tất cả đều có thể xảy ra! Nếu chỉ được học những điều tốt đẹp, trẻ sẽ quay ngược lại nghi ngờ, sẽ không tin tất cả những điều ba mẹ từng dạy nữa.

Ngay từ tiểu học, từ môn Đạo đức, người Pháp đã dạy các bé cả 2 mặt của một vấn đề, bên cạnh ánh hào quang còn là mặt trái tấm huy chương nữa. Nhưng kết luận vẫn luôn khẳng định là những điều tốt đẹp nên được lựa chọn.

Tôi nhớ tới câu chuyện về nữ vận động viên bơi đường trường Florence Chadwick bơi từ đảo Catalina ngoài khơi biển Thái Bình Dương về bờ biển California cách



26 dặm. Florence đã hai lần bơi qua eo biển nước Anh và nếu thành công, cô sẽ trở thành người phụ nữ đầu tiên bơi qua cả 2 nơi này.

Nhưng sau 15 giờ bơi, lần đầu tiên và duy nhất trong sự nghiệp của mình, cô đã bỏ cuộc và trèo lên thuyền cứu hộ. Những người khác ra sức thuyết phục cô tiếp tục nhưng cô vẫn bỏ cuộc. Sau này, Florence rất tiếc khi biết lúc đó cô chỉ còn cách đích có nửa dặm. Khi các phóng viên hỏi vì sao cô bỏ cuộc, Florence đã trả lời: "Vì sương mù. Nếu tôi nhìn thấy đất liền, có thể tôi đã bơi về đích rồi".

Nhìn được khó khăn, nhìn được thuận lợi, lường trước được cả kết quả xấu nhất thì con sẽ không còn bị sốc nữa.

Tôi nghĩ thử thách lớn nhất của con người ở thế kỷ 21 không còn là bị thú dữ săn đuổi như thời tiền sử, không phải cơn Đại hồng thủy để bước lên con thuyền Noah, không phải chiến tranh khiến hàng triệu người chết như Thế chiến thứ Nhất, thứ Hai, không phải đói nghèo và bệnh tật như những năm 1945... mà chính là phải vững vàng trước áp lực!

Thế nên, làm sao ta có thể che giấu con hoài? Con phải biết sớm một sự thật, rằng xã hội này thật rộng lớn, thật đa dạng, thật phức tạp. **Cuộc sống là không công bằng. Không có gì là mãi mãi, không có gì là bất biến, không có gì là đơn sắc. Điều đó sẽ làm con bạn mạnh mẽ. Con cần hiểu về cuộc đời, nhưng rồi cuộc vẫn nên chọn tin vào những điều tốt đẹp.**

Bởi vì con sẽ trở thành cái mà con tin!

Dạy con thất bại

Hôm rồi, Mộc - chàng trai giờ đã học lớp 4 - từ Hà Nội giòn giã khoe qua điện thoại với tôi:

“Cô Hà ơi, cháu thi đấu bóng rổ xong rồi. Tụi cháu thắng một trận thua một trận.”

“Woa! Đẹp quá, cô cũng thích thắng một thua một đấy! Chúc mừng cháu!”

“Tụi cháu thắng tỷ số 12-0, thua tỷ số 0-24!”

“Ôi! Vui thế! Chúc mừng nha!”

Khoe xong, chàng hân hoan trao điện thoại cho mẹ chàng, và khi đó mẹ chàng mới kể, một trận thắng của đội tuyển nữ, còn một trận thua là đội tuyển nam của trường chàng. Mà chàng cũng chỉ toàn ngồi ghế dự bị, có được sờ tới bóng quái đâu!

Thật tuyệt vời! Bao giờ tôi mới có thể học được cách tuyên bố mình thua cuộc một cách rục rỏ đến thế?

Xem Gone Girl, tôi ngồi rúm ró dõi theo cô bé chưa từng bị thất bại, luôn chiến thắng, luôn đứng trên đỉnh của vinh quang, cô bé Amy Huyền Diệu, hoàn hảo, tuyệt vời, là nguồn cảm hứng của hàng triệu trẻ em Mỹ. Một cuộc đời bi kịch!

Cảm giác thắng và thua, vinh quang và thất bại, ngọt ngào và cay đắng, giàu có và thất nghiệp... luôn tồn tại như đêm và ngày, như 2 mặt của 1 tờ giấy. Không ai chỉ có thể suốt đời nếm vị này mà không nếm vị kia. Vậy tại sao không tập cho con ngay từ nhỏ?



Xu hay kể: “Bạn Quỳnh Nhi - học sinh giỏi số một của lớp con - từ lớp 1 tới lớp 3, môn gì cũng đứng đầu. Bạn là ngôi sao hát, múa, học tập. Giờ tiếng Anh với giáo viên nước ngoài, thường cả lớp chia làm mấy tổ để chơi trò chơi thi đua. Những lần tổ Quỳnh Nhi thắng thì bạn ấy nhảy lên la hét ‘Yeah! Yeah!’ Còn thỉnh thoảng tổ con thắng thì bạn ấy xâm xị mặt, quay sang gièm pha bĩu môi: ‘Xí, tổ đó ăn may!’, ‘Hức, có gì hay đâu, tổ mày được thầy nhắc mới thắng đó’. Thậm chí tới tận giờ ra chơi, bạn ấy vẫn quay sang công kích lèo nhèo với đội ‘không may’ đã thắng kia, Tới mức có lần, 2 tổ cãi nhau.”

Chi vậy?

Nhớ lại hồi lớp 1, Xu và Sim đều không học trước. Tôi nín lặng theo dõi con lớp ngóp dưới đáy lớp ngay những tháng đầu tiên. Con chậm hơn cả lớp, thua cả lớp, bài học đó thật giá trị.

Tôi đầu tư cho con về thể thao, nhiệt tình đóng tiền và tập cho con chơi bóng rổ, bơi lội, chạy nhảy... Tôi tin, thể thao sẽ luyện con biết rằng thua hay thắng chỉ là cuộc chơi, thua hay thắng chỉ là nhất thời. Tại sao không vui mừng chào đón nó? Tinh thần khát khao chiến thắng rõ ràng là rất tốt, không thể cãi. Nhưng chắt chắt với nền giáo dục nặng thi đua, ham thành tích hiện tại, thì cô giáo và Ban giám hiệu nhà trường đã rèn mỗi ngày cho con rồi. Là mẹ, tôi chỉ hi vọng mình bù đắp những mảng thiếu sót, đó là những giá trị đẹp đẽ của thất bại!

Thua hay thắng chỉ là cuộc chơi, thua hay thắng chỉ là nhất thời. Hãy trân trọng những giá trị đẹp đẽ của thất bại và thua cuộc!

Đổi mặt với nghịch cảnh

Nhớ lại ngày mang bầu Xu, tôi cũng hay đi chùa, cầu khấn rất nhiều thứ, tôi ước mong con thông minh, xinh đẹp, giỏi giang, sáng láng, học giỏi, hát hay, múa đẹp... Khi vừa sinh Xu, tôi bắt đầu rút bớt lại, chỉ mong con mạnh khỏe, ăn được ngủ được là mừng... Và bây giờ, khi con đã đi học được vài năm, khi bao nhiêu bão giông đã đi qua trên đầu, tôi lại thu hẹp ước mong thêm lần nữa. Giờ chỉ còn mong một thứ thôi, hạnh phúc. Mong con hạnh phúc! Có nhà, con thành công thì ba mẹ hạnh phúc, còn với tôi, con hạnh phúc là tôi thành công!

Vậy nhưng, tới khi Xu 6 tuổi và Sim 4 tuổi thì tôi đã chọn chia tay ba tụi nhóc và bước vào cuộc sống đơn thân. Có vẻ mâu thuẫn nhỉ!

Nhiều người đã hỏi tôi: "Sao không cố chịu đựng, không cố hi sinh, để giữ cho con đủ cha đủ mẹ?". "Sao không ráng nhịn để con gái sau này dễ lấy chồng?". "Sao không ráng nhịn để sau này ngồi làm sui gia có đôi có cặp với nhà người ta?"... vụn vụn và vụn vụn...

Nhưng tôi tin không thể giấu con được chuyện bố mẹ không hạnh phúc. Con cái nó tinh lắm! Rất nhiều nhà con cái còn biết những rạn nứt, biết ba có bồ trước cả mẹ nữa. Nói với con "Không có gì đâu!" thì con cũng chẳng tin. Lời nói chỉ có giá trị khoảng 10% thôi, 90% con cái hiểu qua ngôn ngữ cơ thể, nghe bằng tiếng nói từ bên trong của bố mẹ. Và chắc chắn, một người mẹ bất hạnh thì con cái không thể hạnh phúc!

Nếu tôi không hạnh phúc, thì có nghĩa là 24 giờ mỗi ngày cái bất hạnh của tôi sẽ in hằn lên mặt con, chả



bớt được một phút. Sống trong bầu không khí ô nhiễm đó, con cũng chẳng sung sướng chút nào. Lại còn cộng thêm cái gánh nặng sự hi sinh của mẹ trên vai... Ai đã từng làm con cái trong một gia đình nội chiến mỗi ngày mới hiểu!

Tôi có tới 2 cô con gái. Tôi càng không thể cho con thấy rằng mẹ mình chỉ là một công dân hạng hai trong ngôi nhà của chính mình, không thể để con hiểu rằng việc mẹ mình bị bắt hạnh là bình thường.

Ít nhất thì Xu Sim phải nhìn thấy mẹ mình không gian lận trong việc Sống Hạnh Phúc.

Tôi đã gặp những đứa con lỗ phất hiện ra bố và mẹ đang lừa nhau, đang vờn nhau. Tụi nó suy sụp lắm. Như đang xây một tòa lâu đài nguy nga về niềm tin, về tình yêu, thì bỗng nhiên lâu đài bị lở móng. Đứa con tuyệt vọng hàn gắn vá víu. Nhưng chả phải là Nữ Oa, nó không thể một tay nâng giữ được cả một tòa nhà rỗng chân...

Bài học quan trọng nhất mà người bố có thể dạy con, là yêu thương vợ của mình. Bài học lớn nhất người mẹ cần dạy cho con là sống đàng hoàng. Tại sao tôi lại không trung thực ngay trong gia đình mình?

Tôi nghĩ, nếu anh ấy đã hết yêu mình và hết trách nhiệm với con cái, hãy để anh ấy đi tìm hạnh phúc mới. Tôi chỉ giữ lại con của mình và phần tài sản của mình. Tôi đầu hàng sớm để tránh một cuộc chiến giành giật, mà tôi thừa biết dù tôi có thắng thì con tôi cũng thua tan tành nát.

Ghen, hận, hay điên cuồng... đều là cảm xúc, nên không thể đánh giá đúng hay sai, không ai biết liều

lượng bao nhiêu là vừa đủ. Chỉ biết rằng bạn hoàn toàn có quyền giận, có quyền buồn. Nhưng hãy chọn cách thể hiện ra ngoài sao cho ít tổn thương con cái nhất.

Nhớ lại quãng thời gian căng thẳng đó, dù sao tôi cũng may mắn, khi chỉ còn có một con đường duy nhất để tiến lên phía trước! Có câu nói: “Bạn sẽ không bao giờ biết được mình mạnh mẽ như thế nào cho đến khi mạnh mẽ là sự lựa chọn duy nhất”!

Đứng lên và đi tiếp một mình, vất vả chút nhưng thanh thản và đàng hoàng. Tôi đã chọn cách đó, và tôi thấy hạnh phúc. Do đó, con tôi cũng hạnh phúc!

Tiến sĩ Tâm lý Menis Yoursy nói: “Con cái thường có xu hướng tự kết tội, tự quy trách nhiệm cho mình, nếu người bố, người mẹ bất hạnh. Đối với con cái thì ly hôn không phải là sai, ly hôn cũng không phải là đúng. Ly hôn không hay mà ly hôn cũng không dở. Ly hôn chỉ là một trạng thái của gia đình thôi. Điều quan trọng nhất với con cái là sau ly hôn người bố, người mẹ có bình an không?”

Tôi có đọc được một nghiên cứu tiến hành trên 4.200 trẻ em ở 12 quốc gia, họ đưa ra một kết luận quan trọng: “Mẹ hạnh phúc thì con cái mới hạnh phúc!”. Vậy là tính đi tính lại, việc tốt nhất tôi có thể làm cho Xu Sim là hãy tự mình sống thật bình an và hạnh phúc, dù ly hôn hay không.

Tôi nói với con về việc ba mẹ ly hôn ngắn gọn, đơn giản, và bình thản nhất có thể. Tôi biết, với con cái, ý nghĩa của từ ngữ gắn liền với cảm xúc của bố mẹ. Chính Xu cũng chấm điểm rằng, ưu điểm của mẹ ly hôn là con không phải nhìn thấy ba mẹ cãi nhau, nhà



mình không còn không khí nặng nề! Tôi cũng vẫn công bằng nhìn nhận rằng con có thiệt thòi so với một số bạn vì không có bố bên cạnh mỗi ngày, sửa xe, sửa máy tính, hoặc cho con đi chơi. Tuy nhiên, nghịch cảnh cũng có giá trị của nó.

Tôi từng kể với Xu Sim về câu chuyện ngọc trai và đá quý. Rằng dưới biển có những con trai có ngọc và có những con trai không có ngọc. Tất cả những con trai có ngọc đều khởi đầu từ một vết đau. Một dị vật lọt vào trong bụng trai, với vết thương lòng đó, vỏ trai đã chiết ra một chất xà cừ đặc biệt, bao bọc kín dị vật lại, và hình thành nên viên ngọc trai quý giá.

Tôi cũng nói với con, không thể phủ nhận được rằng khi phải lớn lên trong gia đình khiếm khuyết, nhiều bạn đã già trước tuổi, nhưng đồng thời họ cũng sẽ nhạy cảm hơn, giỏi giang hơn. Cũng như Tổng thống Bill Clinton mồ côi cha từ trong bụng mẹ, lại phải chứng kiến người cha dượng nghiện rượu, cờ bạc và ngược đãi mẹ. Tổng thống Obama cũng sống với bà mẹ đơn thân. Họ vẫn sống, và thành đạt.

Gia đình là hình ảnh thu nhỏ của xã hội. Đằng nào rồi con cũng phải biết rằng xã hội này vốn rất phức tạp, có tốt có xấu, có người lúc này thì tốt, lúc khác thì xấu, có người với người này thì tốt, mà với người khác lại rất xấu. Chính sự chia tay của ba mẹ là lúc để con hiểu được chân lý quý giá: Không có gì là mãi mãi, không có gì là bất biến. Tôi hi vọng điều đó sẽ làm con bật lớn lên, mạnh mẽ hơn.

Kinh Thánh nói: “Chúa cho con nhiều khi thử thách con nhiều. Hãy coi sự thử thách như là điều vui”. Tôi nghe kể trong các xưởng chế tạo xe hơi, người ta còn tạo ra những hầm gió (wind tunnel) có những điều

kiện thời tiết khắc nghiệt dữ dội để thử xem chiếc xe có chịu được không. Chịu được thử thách đó mới là chiếc xe tốt. Có những việc không mong muốn nhưng nó đã xảy ra. Và việc đã xảy ra có nghĩa là nó cần phải xảy ra. Chỉ cần chúng ta đóng khung nó trong một cái khung nhỏ, đừng cho nó lớn tới mức che phủ toàn bộ mọi thứ trong cuộc sống của mình, thì rồi mưa sẽ tạnh! “Acceptance is power” - Chấp nhận là sức mạnh. Cơn mưa nào rồi cũng sẽ tạnh!

Nhiều người nói rằng ba mẹ ly hôn thì con dễ hư hỏng. Không phải! Tôi đã tiếp xúc với những số liệu thống kê đảng hoàng, của Việt Nam và của nước ngoài nữa, con số tội phạm do ba mẹ không hạnh phúc và không quan tâm mới là cao, chứ không phải là ly hôn. Xin đừng nhầm lẫn 2 khái niệm này.

Tóm lại thì, ai mà chẳng muốn một ngôi nhà bão dừng sau cánh cửa. Nhưng đôi khi, hoàn cảnh cứ tặng mình những nhát cắt và những mài sát đau đớn. Tuy nhiên, tôi tin, không có gì là vô nghĩa, kể cả nỗi đau!



Hồn nhiên rồi sẽ bình yên

Facebook luôn luôn đầy ắp những tin xấu: nào là cướp trên taxi, nào là bắt cóc ở Đồng Nai, nào là moi nội tạng, nào là động đất, là ung thư, nào là tẩm hóa chất, ...

Tôi có 2 con gái, cũng lo lắng về hàng ngàn thứ trên đời. Nhưng quan điểm của tôi vẫn là: “Con ơi, cứ con hồn nhiên rồi con sẽ bình yên, chứ cái gì cũng nơm nớp thì còn quái gì là sống nữa.” Con số nạn nhân vì đi tìm việc làm rồi bị moi nội tạng là bao nhiêu, có nhiều bằng hàng trăm ngàn cử nhân, thạc sĩ đang thất nghiệp không?

Con số các bạn gái bị bắt cóc rồi bán sang Trung Quốc là bao nhiêu, có nhiều bằng những cậu ấm cô chiêu gà công nghiệp hai mươi mấy tuổi đầu rồi vẫn ru rú để ba mẹ nuôi không?

Con số bị bắt cóc nhiều hơn hay stress, trầm cảm hoặc bị vô cảm nhiều hơn? Mình nhớ có ai đó nói rằng, thà bị lừa còn hơn là sống mà không tin ai. Mình vẫn nghĩ, xối lỗi là trời cho. “Em hồn nhiên rồi em sẽ bình yên”.

Hôm Chủ nhật vừa rồi, Xu Sim gặp một em bé khóc lóc vì bị lạc ở hành lang chung cư. Xu Sim dẫn em ấy về nhà, mượn điện thoại của mẹ để em ấy gọi cho người tới đón, rồi trong lúc chờ đợi thì mấy đứa bày đồ chơi ra với nhau.

Chưa tới 70 tuổi thì chưa nói hay được, đồng ý. Nhưng từ nhỏ tới giờ, tôi thấy rằng, tất tần tật những cú ngã

của tôi, những thất bại dập mặt của tôi, chẳng phải do ai lừa gạt, chẳng do ai đánh thuốc mê thuốc lú, ngải bùa gì hết. Toàn do tôi tự đâm đầu vào! Chính mình! Tôi tin rằng **không có một tên xấu xa, biến thái, thủ đoạn nào có thể nguy hại tới bạn bằng chính bản thân bạn!**

Chính bản thân mình là kẻ thù nguy hiểm nhất của mình mà thôi. Từ sự sợ hãi, hèn nhát, nghi ngờ của mình, từ những thói quen, sự lười biếng, ẩu tả, ngu dốt của mình... những cái đó mới bắt cóc bạn, hãm hiếp bạn, dìm chết đuối bạn, moi nội tạng của bạn, làm bạn ung thư đó. Mỗi ngày, mỗi giờ, 24/7! Những cái đó nằm ngay trong tâm tính mình, chẳng đi đâu mà trốn được.

Cảnh giác với những nguy hiểm là bản năng, duy trì sự sống là bản năng đã được cài đặt sẵn trong gene của mọi sinh vật sống từ hàng triệu năm nay, nên con người ta có xu hướng quan tâm hơn tới những tin tức tiêu cực. Những chuyện rùng rợn, những tin đồn khủng khiếp nếu đăng lên Facebook hoặc lên báo sẽ được quan tâm và share nhiều nhất. Do đó chúng ta dễ dàng cảm thấy như cuộc sống này đầy nguy hiểm, đầy bất trắc, nhìn đâu cũng thấy chết chóc... Thực ra tỷ lệ của chuyện tiêu cực không cao bằng những điều tốt đẹp đang thầm lặng diễn ra trong cuộc sống. Đừng nhân bản thêm những con virus-sợ-hãi ra khắp nơi qua những nút share, các bạn ạ! Em hồn nhiên rồi em sẽ bình yên!

Những thói quen, những tính cách nằm sâu trong con bạn, sẽ làm hại con bạn nhiều hơn tất cả những nguy hiểm bên ngoài.



Tình yêu là thời gian!

Tôi làm việc với trẻ con 20 năm nay, 4 năm đầu thì là đi dạy học, 16 năm sau thì làm báo tuổi teen. Báo của tôi nhận được hàng ngàn cuộc điện thoại và thư tâm sự, comment phản hồi mỗi tháng. Có những cuộc điện thoại của những bé lớp 9, lớp 10 rất lịch sự, lễ phép, gọi tới rụt rè hỏi về thuốc phá thai, có bé nhờ tôi giải nghĩa tờ phiếu siêu âm. Nghe cách nói của các em, tôi biết các em được ba mẹ quan tâm và rèn giũa khá cẩn thận. Có bé khóc nói: "Con chỉ muốn ngủ một giấc và sẽ không thấy ai nữa. Con muốn chết". Có bé nói: "Em muốn bỏ nhà đi, chị hãy chỉ cho em nên đi đâu..." "Đi đâu bây giờ? Vận động đầu tiên và bản năng nhất của một đứa bé là hướng về phía mẹ. Còn lúc này... không biết ba mẹ em đang ở đâu, trong em?"

Rồi có cả những câu hỏi đơn giản về bạn bè, về trường lớp và môn thi, khối thi. Hỏi xong, em vừa khóc vừa cảm ơn tôi đã lắng nghe. Tại sao các em lại dốc ruột nói với một người xa lạ. Tại sao chỉ mới được người ta im lặng nghe thôi mà em đã xúc động như vậy? Lúc đó, ba mẹ em đang ở đâu, trong em?

Rất nhiều thư, có lẽ chiếm tới phân nửa số thư trong hộp thư tâm sự là những vấn đề trong gia đình, những mâu thuẫn với bố mẹ. Nhiều bé kể: "Con không nói chuyện được với ai. Ba con đi làm tối ngày. Mẹ con thì con chưa nói xong đã mắng té tát..." Có bé nói: "Ba mẹ con chẳng hiểu con gì cả, cứ ép con phải làm theo ý của họ..." Hoặc là: "Ba mẹ ra điều kiện: con chọn nó hay chọn mẹ?..."

Tiến sĩ Tâm lý Menis Yoursy nói: “Ba mẹ nào cũng yêu con. Nhưng nhiều khi cách yêu của ba mẹ không giống như cách con cái mong muốn được nhận. Có cha mẹ thì làm lụng chăm chỉ để cho con có một nền tảng kinh tế vững vàng hơn mình hồi xưa. Có cha mẹ thì ép con học thật nhiều để mong con đỗ đạt cao đảm bảo cuộc sống sau này. Có ba mẹ thì canh giữ con nghiêm ngặt, hoặc đánh con rất đau để mong con ngoan ngoãn, nghe lời..”.

Trong một khóa tôi đã học có bài tập trở về tuổi thơ. Và trong số đó có một câu hỏi: “(Khi còn nhỏ) Tôi muốn cha mẹ...” Trong nhóm, 2 người đóng vai cha mẹ, một người đóng vai con, nhớ lại và nói lên mong muốn của mình thời tuổi thơ, điền những từ mình muốn nói vào chỗ trống. Nhóm của tôi, mọi người cứ lần lượt nói:

"Tôi muốn mẹ tôi không đi trực đêm nữa",
"Tôi muốn cha tôi lắng nghe nhiều hơn",
"Tôi muốn cha mẹ đừng cãi nhau trước mặt tôi"
"Tôi muốn cha mẹ ly hôn",
"Tôi muốn cha mẹ là người khác"...

Hôm đó, tôi đã khóc nức lên khi nghe người bạn chia sẻ điều đó. Lần nào tới lượt, bạn ấy cũng nói, một câu đó: "Tôi muốn ba mẹ tôi là người khác." Cảm giác muốn thay ba mẹ mình là một ba mẹ khác nó đau đớn và tuyệt vọng khủng khiếp. Có ai chọn được nơi mình sinh ra? Có ai có thể thay ba mẹ là một người khác được?

Vậy thì, có những điều mình cho là mình đang yêu con, đang sống vì con, thì ở phía người nhận, ở phía đứa con, nó lại không phải là như vậy!



Khoảng cách thế hệ thật khắc nghiệt. Nhất là đối với những bố mẹ 6x, 7x, 8x của chúng ta. Xã hội thay đổi quá nhanh, những điều quan trọng, cấp thiết của ngày mình còn nhỏ, hầu như không còn hiệu quả với con mình. Thời xưa, tuổi thơ đói ăn triền miên nên giờ ba mẹ thường tập trung quá nhiều thời gian và tâm sức để ép con ăn, trẻ đã dư cân vẫn bị ép ăn. Thời xưa, ít người được học hành tới nơi tới chốn nên giờ ba mẹ ra sức cho con đi học tối ngày, học sớm, học trước, học thêm, học sáng học trưa học tối. Thời xưa vất vả ra đời tự lập từ con số không nên giờ nhiều ba mẹ ráng cày bừa kiếm tiền cho con làm vốn trước khi ra đời, ráng kiếm cho con cái nhà, kiếm cho con vài trăm triệu để dành khi đi xin việc...

Những điều mình đang dành cho con, liệu con mình có cần không? Liệu chục năm nữa, nó còn đúng không? Thực ra tôi cũng không chắc lắm!

Để ra đứa con khá dễ, chỉ cần một con tinh trùng gặp trứng. Nhưng để dạy được một đứa con, không phải là cha mẹ nào cũng thành công. Có một thực tế kỳ cục rằng khi chúng ta đi làm bất kỳ nghề gì đang hoàng thì cũng cần phải học, không cao đẳng, đại học thì trung cấp, không học trong nhà trường đào tạo chính quy thì học truyền nghề từ một người thầy, một cửa tiệm thành công nào đó. Chỉ duy nhất có một nghề khó nhất, quan trọng nhất, phức tạp nhất thì lại chẳng học hành gì, đó là nghề "làm cha mẹ". Một số tôn giáo, tôi thấy họ cũng khá quan tâm. Còn những người trong lý lịch ghi "Tôn giáo: Không" như phần lớn dân số Việt Nam thì thực sự là khá thiệt thòi.

Tôi cũng dạy con sai rất nhiều. Hồi Xu mới 2 tuổi, tôi sai lầm nhiều tới mức đã lập một topic kêu cứu trên mạng: "Tôi nuôi con sai rồi, cứu tôi với!" Ngay từ khi

mới đẻ, bé Xu đã quá khó nuôi và quá búng, nhiều người phải nói là "khó chưa từng thấy trong đời!" Xu phản ứng lại dữ dội những gì tôi làm. Và chính từ việc đó, tôi biết được mình dốt. Có lẽ đó là may mắn, vì nó làm tôi biết giật mình. Có người bẩm sinh biết cách nghe con nói và nói con nghe, tôi thì không. Thế là, tôi tìm đọc khá nhiều sách về nuôi con, dạy con, tôi đi tham gia những khóa học về kỹ năng làm cha mẹ. Có những khóa học khá mắc tiền, 2,5 triệu trong 1 ngày, rồi 5 triệu trong 2 ngày, hay 8 triệu trong 3 ngày. Có những khóa học phải đi rất xa, có khóa kéo dài từ 9 giờ sáng tới 9 giờ đêm, phải đầu đầu tìm chỗ gửi con để đi. Và cũng may là có vô vàn những khóa học miễn phí.

Đọc, học, và lắng nghe, tất cả đều cần nhiều thời gian.

Hơn nữa, mỗi đứa con mỗi khác. Mỗi nhà mỗi khác. Ngay như trong một nhà tôi thôi, Xu và Sim đã là 2 tính cách hoàn toàn khác nhau. Những kinh nghiệm từ nuôi dạy Xu hầu như vô nghĩa với Sim. Tôi nghĩ, thực sự cần phải đầu tư thời gian vào việc học tập cách để nuôi và dạy, rồi cần thời gian để thực hành cách nuôi và dạy một đứa kém mình 20, 30, 40 năm, cả thời gian để chấp nhận nó khác hẳn mình ngày xưa, học cách yêu thương cả những trái khoáy đó, theo cách phù hợp nhất với nó. Thậm chí học cả cách chấp nhận, rằng có thể mình vẫn sẽ thua cuộc.

Đừng ai nói bạn!

Nếu muốn, bạn sẽ làm được.

Chỉ cần muốn, lập tức bạn sẽ tìm ra cách để thực hiện nó.

Khi bạn xếp nó ở thứ hạng ưu tiên cao, bạn sẽ gạt những việc khác ra để làm cho bằng được. Khi còn



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

thấy vì bận vì cái này, kẹt vì cái kia thì có nghĩa là bạn đang không đang ưu tiên nó rồi.

Tình yêu là thời gian, thời gian bạn quan sát con, lắng nghe nó, đi chơi cùng nó, học cùng nó, đồng hành cùng nó, làm bạn với nó, lớn lên cùng nó. Con cái cần nhất vẫn là thời gian của ba mẹ!

Dù gì thì gì, tình yêu là thời gian. Con cái cần nhất là thời gian của ba mẹ. Tặng con thời gian đi, ba mẹ ời!



Các bà mẹ! Đừng như miếng xơ mướp rách trước mặt con!

Ngày xưa, tôi rất vất vả tìm chỗ gửi con để đi làm những việc gì đó đột xuất ngoài giờ. Một nách 2 con, xa quê, không có ông bà, cô dì chú bác bên cạnh, việc chăm con chỉ có mình tôi gồng gánh với bác giúp việc thỉnh thoảng lại xin nghỉ. Mỗi mùa con nghỉ Tết, nghỉ hè, nghỉ thứ 7, Chủ nhật... tôi lại vô cùng sợ hãi!

Rồi một lần, ngồi đợi dài cổ ở một cơ quan hành chính lúc 10 giờ sáng thứ 7, tôi nhìn lại mình, cũng học đại học, cũng đọc cả đống sách, không ngừng nâng cao hiểu biết bất cứ khi nào có thể... nhưng rồi lúc này,



con tôi lại đang ở với bác giúp việc mới học tới lớp 3, không quan tâm gì ngoài những bài cướp giết hiếp nhảm nhí trên những tờ báo lá cải!!!

Nghĩ coi, hầu hết những tình hoa, lịch thiệp mình lại phải xài hết ngoài xã hội, cho những người lạ. Khi về nhà với con thì kiệt sức, mệt mỏi, nhăn nhó, bầy hầy như một miếng xơ mướp rách. Trong khi lẽ ra con phải là người quan trọng nhất để hưởng thụ mẹ...

Hồi sinh viên đi làm gia sư, tôi nhìn thấy nhiều nhà, bố mẹ là những doanh nhân giỏi giang và bận rộn, những bí quyết trên thương trường chỉ những đồng nghiệp nhìn thấy và học tập, còn con cái thì lại giao phó cho cô gia sư là tôi, không thể nào sánh sỏi, tinh tế bằng họ.

Một phía khác, tôi lại cũng gặp các bà mẹ trẻ, than thở tối nào cũng ngồi học với con, không đi đâu được hết. Tất cả những cuộc tụ tập bạn bè, họp lớp, liên hoan gì gì đó đều vắng mặt. Từ khi có con là họ bỏ toàn bộ những cuộc hẹn hò bạn bè, sống nhặt nhẻo và cẩu kỉnh.

Tôi muốn cả 2, vừa hết mình vì công việc, vừa không bỏ bê con! Thế là từ đó, tôi thay đổi. Chỉ trừ những giờ con đi học ở trường, còn lại các mùa hè, mùa Tết, các thứ 7, ngoài giờ... là **3 mẹ con trên từng cây số cùng nhau. Đi chợ, đi siêu thị, hầu như tôi đều mang con theo.** Con tôi được ý kiến thoải mái về những món đồ dùng gia đình mẹ định mua. Đi mua quần áo cho mình, tôi cũng hay kéo con đi. Bé được nhìn thấy mẹ lựa đồ, được nhận xét cái gì đẹp, cái gì không đẹp, chất liệu cotton này rất mát, cái này đồ kém chất lượng không xài, cái này hại môi trường không nên mua.

Tôi đưa con đi tới các cơ quan, công ty, xí nghiệp... Khi tôi làm giấy tờ nhà đất, con nhìn thấy mẹ cặm cúi đọc các hướng dẫn rồi kiên nhẫn ngồi đợi tới lượt mình. Tôi ngân hàng, hồi đầu, con còn trầm trồ: "Trong cái máy ATM này có ai tốt thế, cứ bấm mấy cái là cho mình tiền!" Sau nhiều lần, con đã nhìn thấy tiền của mẹ làm ra không chỉ là những tờ tiền trong ví, con được thấy tiền vận hành trong các máy tính, qua những tờ lệnh thu, lệnh chi...

Tới những nơi có dịch vụ tốt, tôi thường cho bé làm quen với việc nêu yêu cầu. Ví dụ: Con tự gọi đồ uống đi! Con rót muống à, con xin muống mới đi! Con muốn đi vệ sinh à, con hỏi nhân viên xem nhà vệ sinh ở đâu...

Con tôi đi chơi cùng với mẹ trên mọi nẻo đường. Có nghĩa là tôi sẽ tự lược bỏ đi những cuộc tụ tập, nhậu nhẹt, say xỉn chẳng hạn. Con tôi biết mặt tất cả bạn bè của mẹ. Con được thử rất nhiều loại đồ ăn khác với ở nhà. Con được tập cách cư xử trên bàn tiệc, tập giao tế ở đám đông, tập cả với việc xung quanh đầy ắp người lạ. Con phải được thấy mẹ má hồng, môi đỏ, váy áo trắng thơm, lưng đứng thẳng trên đôi giày cao gót, mỉm cười nhã nhặn ngay cả khi khách hàng khó tính, đối tác bực bội. **Tôi muốn con phải nhìn thấy mẹ đang lao động.**

Thậm chí, có những buổi tôi đi học, con phải ngồi trong phòng hay ngoài cửa lớp đợi mẹ cả buổi, mang theo sách truyện, màu vẽ, giấy bút, đồ chơi để không được ồn ào, gây tiếng động. Với một đứa bé 5 hay 7 tuổi thì điều này rất khó, nhưng tập được thì cũng tốt, và nhất là tốt hơn phải ở nhà ngồi xem ti vi nhiều!

Cũng không khỏi có những sự cố. Như có lần Xu 4 tuổi theo mẹ đi họp, khi một chú phóng viên vừa bế



Xu lên thì con ho và ới ngay lên vai chú ấy! Có lần trong tòa soạn Xu Sim cười giỡn lớn tiếng làm ảnh hưởng tới người khác. Có nhiều cơ quan, ví dụ như tòa án, bệnh viện (khu đặc biệt), thì Xu Sim phải ngồi đợi ngoài phòng bảo vệ. Có lần tôi đang trình trọng tụng hoa trên sân khấu thì Xu (3 tuổi) kêu âm lên “Mẹ ơi” làm cả hội phòng cười rần rần.

Có lần, tôi thanh lịch muôn phần, đứng nói chuyện với một đối tác. Tôi môi son, giày cao gót, váy chữ A dài lút chân, và Xu Sim chơi trốn tìm xung quanh. Rồi bất ngờ Sim chui tọt vào trong váy mẹ! Tôi vội túm chân váy, thì thảo nịnh nọt với cái đứa lưng búng phía dưới mông mình: “Ra ngay, chui ra ngay, một cách thật nhẹ nhàng!”. Ngượng tái cả mặt với khách!

Tôi thêm những hình ảnh các bà mẹ miền núi đi con trên lưng đi làm; những bà mẹ phương Tây ba lô trên vai, đi du lịch tận sang châu Á với đứa con mới vài tháng tuổi trong xe đẩy. Tôi ngưỡng mộ nữ nghị sĩ Italia - cô Licia Ronzulli - đã luôn mang theo con gái từ hồi mới một tháng tuổi tới tham dự những cuộc họp Quốc hội Nghị viện Châu Âu. Vậy thì sao lại không mang theo con khi đi làm việc?

Chúng ta lo lắng ngoài đường nhiều bụi bẩn, ăn ngủ không đúng giờ... nhưng theo tôi, ngoài đường không nhiều khí độc hại, nguy hiểm bằng ở nhà. Và nếu con có ăn uống không đúng giờ giấc, thực đơn không quen thuộc trong vài bữa thì cái nhận được về hiểu biết cảm nhận cuộc sống của bé lại đáng giá để đánh đổi.

Nhiều người nói: “Đi chơi mang con theo thì dùm để mệt lắm làm sao mà tận hưởng được, thà ở nhà còn hơn!”. Tôi nghĩ, dù kiếm nhiều tiền hơn, mà con mình lại chỉ được hưởng thụ văn hóa của người giúp việc

thì cũng không đáng. Con là bạn đồng hành của ba mẹ. Cái này mới đúng là thêm bạn thêm vui nè! Tình hoa, đầu tiên cần phát tiết với con cái, gia đình.

Tiến sĩ Tâm lý Menis Yoursy kể: “Có một lần con tôi tới một lớp học tâm lý của tôi, rồi con bỏ về nhà và khóc. Sau đó, con viết thư và kể rằng, con đã sốc vì hình ảnh của ba trước mặt học viên khác hẳn hình ảnh quen thuộc của ba trước mắt chúng con mỗi ngày lâu nay”.

Tôi hiểu cảm giác đó. Tôi nhìn thấy Xu Sim thích thú khi được theo mẹ đi làm. Con được tiếp xúc với nhiều thành phần trong xã hội, con thấy cách xã hội đang vận hành. Trẻ con rất thích quan sát và bắt chước hành vi, ngôn ngữ và cảm xúc của người lớn. **Con phải là người quan trọng nhất để hưởng thụ mẹ. Có môi trường nào có nguồn học liệu giàu có, chân thực hơn chính cuộc sống thật? Có camera lớp học nào tuyệt bằng con ở ngay trong tầm mắt mẹ? Có thuyết giảng nào sâu sắc bằng việc con được trực tiếp nhìn thấy mẹ lao động một cách đàng hoàng và tử tế?**

Cho con đi theo mình khi đi làm khi đi chơi, là phải có giai đoạn chuẩn bị. Chuẩn bị từ những thứ lặt vặt như đồ ăn uống hợp với trẻ con, chuẩn bị quần áo nếu lỡ bẩn còn thay, chuẩn bị đồ chơi, sách truyện, màu vẽ... Thậm chí có lúc phải thỏa hiệp ít phút bằng cách cho con xài iPad, điện thoại, máy tính để mẹ tập trung vào công việc. Và quan trọng nhất là chuẩn bị về tinh thần.

Phải có quy ước rõ với con là nơi đó chỉ được làm những gì, chúng ta phải ở đó trong bao lâu, ở đó có những phiền toái, bất lợi gì. Con phải biết và chấp



Con nghĩ đi, mẹ không biết!

nhận việc ai sẽ khó tính, nơi nào không được vào, việc gì cần phải tuyệt đối tránh.

Và quan trọng nhất, như người Huế có câu: “Con vào dạ là mạ đi tu”, bạn phải nhớ, con luôn luôn nhìn và sẽ bắt chước bạn đấy! Nên đi làm, đi chơi cùng con thì cư xử phải bình tĩnh, đàng hoàng, và chuẩn mực hơn khi không có con đi theo!

Đùm dề, nheo nhóc thì mệt, nhưng xứng đáng ạ!

Hãng bảo hiểm yêu thương

Sau khi đi chúc Tết và nhận tiền lì xì, Xu rất ngạc nhiên về hỏi mẹ: "Tại sao ai cũng chúc con học giỏi vậy hả mẹ? Có phải tại họ mong muốn nhất là con học giỏi không?" "Đúng rồi! Thế con biết mẹ mong muốn nhất ở con là điều gì không?" Nàng ấy nghĩ một lát rồi đáp: "Mẹ mong muốn con biết yêu thương."

Đúng vậy, Xu à, mẹ mong nhất là con biết yêu bản thân con, yêu thương mẹ, yêu em Sim, yêu thương ông bà, yêu mọi người xung quanh, và yêu cuộc sống này.

Mẹ vẫn nghĩ chỉ cần biết yêu thương thì con sẽ phải tự lo mà học cho giỏi, chẳng phải gì, không phải hờ la ép buộc, cả khi không có mẹ. Con sẽ biết cách học hỏi để làm lụng và cư xử sao không gây tổn thương cho mình và người xung quanh. Mẹ tin rằng, làm một người biết yêu thương thì sẽ dễ hạnh phúc hơn là chỉ thành đạt.

Mẹ vẫn nghĩ, luyện cho con viết chữ đẹp, làm toán giỏi, học bài làm bài về nhà đầy đủ, dễ hơn dạy con yêu thương bản thân và yêu thương mọi người. Chẳng có cô giáo nào dạy, lại càng chẳng có bà hiệu trưởng nào kiểm tra, hoàn toàn không có khung cô phát về nhà để cha mẹ nhìn vào đó mà dạy con. Biết thế nào là vừa, thế nào là quá, lúc nào nên tiến, lúc nào nên lùi? Ồi mê hồn trận! Tự học hết!

Nhớ lần mẹ đang băn khoăn nên mua bảo hiểm nhân thọ cho Xu Sim giá nào thì cô Hồng Anh nhảy vào: "Mày mua bảo hiểm làm gì? Không có lời đâu." "Ừ, tao không ham lời, nhưng có một mình mẹ à, lỡ mẹ có



rủi ro gì thì con còn có chút tiền, nó đỡ khổ." "Chưa chắc, nghĩ xem, nếu rủi có làm sao, không có mẹ dạy dỗ, lại có một cục tiền bảo hiểm thì thậm chí nó còn dễ bị hư hơn. Bảo hiểm tốt nhất của ba mẹ con là có nhiều người bạn tử tế và được nhiều người yêu thương. Nếu mình có mệnh hệ gì thì con mình còn được bạn bè đùm bọc, thương tình, dạy dỗ. Mua bảo hiểm không phải là chỗ dựa tốt đâu."

Bảo hiểm tốt nhất là có nhiều người bạn tử tế và được nhiều người yêu thương.

Xã hội có thể biến chuyển, thể chế chính trị có thể thay đổi, nhưng mẹ vẫn tin nhân quả của việc yêu thương! Ở đâu thì cách sống an toàn nhất cũng là yêu thương và hăng bảo hiểm yên tâm nhất cũng là sống cho nó tử tế, Xu Sim ạ!

Con cái chính là người thầy lớn nhất của cha mẹ

Nhớ ngày xưa nghe câu: "Sinh con rồi mới sinh cha, sinh cháu giữ nhà rồi mới sinh ông", tôi cứ tưởng câu đó muốn nói lên sự vô lý ngược đời. Nhưng khi có con rồi, tôi mới biết câu này là chính xác.

Nếu không có Xu Sim, tôi mãi mãi chỉ là một cô Thu Hà lông bông, bốc đồng, bộp chộp, hay cãi cố, và ứng xử rất ngu ngốc! Chính Xu và Sim dạy tôi làm mẹ, dạy tôi trưởng thành!

Sáng hôm qua, có một bạn trên Facebook chat: "Chị Hà ơi, chị là người phụ nữ mạnh mẽ mà em ngưỡng mộ lắm!" Một số nhà xuất bản cũng liên hệ đặt tôi viết sách về dạy con. Khi đặt bút viết hồ sơ thi đại học, tôi đâu có ngờ được, rằng rồi mình sẽ có cuốn sách về dạy con?

Chính Xu là người dạy tôi. Bài học đầu tiên là việc làm mẹ thì 4 năm đại học sư phạm là không đủ!

Nhớ quãng thời gian lầy lội trong nước mắt hồi xưa, Xu khó từ trong bụng, bầu Xu tôi ốm nghén vật vã, sụt tới 6 kg. Rồi 1 tháng tuổi là Xu bắt đầu bị trào ngược dạ dày thực quản, ngày nào cũng ới, ngày ít nhất là 8 lần, ngày nhiều là 15 lần. Rồi Xu khó ăn, suy dinh dưỡng kênh B. Người nào yếu tim là không dám trông, trong vài năm mà tôi thay tới gần 20 cô giúp việc! Rồi Xu ốm, tháng nào cũng đi viện.

Khi đã tới đáy của khủng hoảng, con ốm, bố mẹ ở xa, chồng không chia sẻ, phá sản, hết tiền... với một sinh



linh bé nhỏ bên cạnh, còn con đường nào khác là phải mạnh mẽ? Xu dạy tôi mạnh mẽ!

Rồi Xu dạy tôi sự cẩn trọng. Hồi sinh Xu, tôi mất ngủ, có lần 3 ngày 3 đêm tức là 72 tiếng liền nhau tôi không hề ngủ một phút nào. Bố tôi lấy lá lặc tiên nấu cho tôi uống thì Xu bú mẹ rồi ngủ lặn lóc suốt 8 giờ đồng hồ, lay mấy cũng không thêm dậy, còn tôi cũng chỉ ngủ được 30 phút. Tôi uống thuốc hậu sản thì Xu bị lở khắp người. Tôi cãi nhau với chồng, thì tối đó Xu trần trọc, quấy khóc cả đêm! Thật rõ ràng và trực quan, tôi hiểu rằng mọi việc làm của mình sẽ tác động tới con, thậm chí với một cường độ mạnh hơn, nguy hiểm hơn.

Tôi làm việc nào ngu muội, là ngay lập tức nó để di chứng trên con, tôi ép Xu ăn làm Xu sợ ăn, tôi cho Xu uống kháng sinh, rồi Xu bị hỏng men đường tiêu hóa, hỏng cả men răng... Xu dạy tôi rằng tôi còn dốt nhiều nhiều thứ!

Cô bạn hôm qua trên FB cũng hỏi: "Con chị có bao giờ búống không? Chị có khó xử không?"

Có chứ, mẹ con tôi đều là những người bình thường, không phải siêu nhân. Xu Sim cũng nghịch ngợm, quậy phá, làm hỏng đồ, bẩn nhà, bày hầy, lười ăn, lười học... Nói chung có tất cả những tính xấu của mọi em bé khác, thậm chí Xu còn được một Thạc sĩ xã hội học, và một Tiến sĩ tâm lý đóng dấu xác nhận "ca này khó!"

Chính vì Xu khó tính, khó ăn, khó ngủ, búống bình, nhút nhát, phản kháng mạnh, khó dạy... cho nên tôi mới phải cấp cấp đi tìm học các khóa học về dạy con, về tâm lý trẻ con, tâm lý người lớn.

Nếu nói, người thầy giỏi nhất không phải là người truyền kiến thức, mà là người khơi dậy nên cảm hứng học. Thế thì, (có lẽ ngoài ý muốn), Xu thực sự là người thầy giỏi của tôi. Xu đẩy tôi vào tình thế, hoặc là phải học, hoặc là đầu hàng. Xu khó dạy tới mức việc đi học và tìm kiếm thầy trở thành bức thiết, không thể nói "bận quá", không thể nói "từ từ đã", không thể nói "cái này tôi biết rồi".

(Bạn nào không đi học được, đó là do con bạn chưa khó dạy bằng Xu mà thôi!)

Xu dạy tôi chịu đựng. Ngày xưa ai nói trái tai là tôi bật lại tanh tách. Nhờ có Xu, tôi đã biết hãm bớt lời lại trong miệng của mình. Khi điên tiết vì Xu "chướng" quá thì tôi lấy điện thoại, đi vào trong phòng hoặc xuống dưới sảnh, gọi điện thoại cầu cứu các chuyên gia của mình.

Hôm rồi, sếp khen tôi điềm tĩnh, uyển chuyển, biết mình biết ta hơn xưa. Ai dạy tôi điều đó, ngoài nàng ấy?

Hồi đang quay quắt trong cái mớ bòng bong đó, nhìn nhiều người mát tay nuôi con dễ ăn dễ ngủ, mập mạp, khỏe mạnh... có lúc tôi cũng không khỏi ghen tị. Nhưng giờ nghĩ lại, thấy mình thực ra rất may mắn, vừa bước chân đầu tiên vào nghiệp làm mẹ thì ập ngay vào một nàng quá khó. Chính vì Xu khó nên mẹ mới nhận thức được rằng việc làm mẹ thật không hề đơn giản. Chính vì Xu khó nên mẹ mới đi học tùm lum nơi, mới tìm tùm lum sách để đọc. Và chính vì Xu khó nên mẹ mới dành nhiều thời gian cho Xu, mới dám gạt công danh và tiền bạc sang một bên, coi việc làm mẹ là tối thượng. Và cũng chính vì Xu khó, cho nên mẹ mới trưởng thành như hôm nay.



Ngồi nhìn con và nghĩ, cái được lớn nhất của việc nuôi một đứa bé khó là được nếm trải và rèn luyện. Cũng giống như đã được luyện trong lò 1.000 độ C đã rồi thì bị nhúng vào nước sôi 100 độ C với mẹ con mình chỉ là muỗi! Mẹ tin là sau này, dù cuộc đời có chuyện gì xảy ra đi nữa thì mẹ con mình cũng đủ sức nghênh chiến, chấp chi ba cái chuyện lẻ tẻ đó...

Còn Sim, cô nàng ngọt thủ thì dạy tôi bằng cách lặng lẽ hơn. Những bài học của Sim không bức thiết, mà nó ngấm từ từ. Từ cách nàng ấy không cãi cọ gì, chỉ nhìn vào mắt mẹ, rồi phụng phịu, thâm lặng cho tới khi mọi quyết tâm sắt đá của mẹ tan chảy. Bên cạnh chị Xu đánh đá, Sim chấp nhận sự thua thiệt một cách bình thản, nhẹ nhàng. Và hiệu quả!

Sim làm tôi hiểu ra, đôi đầu lớn tiếng có khi chẳng giải quyết được gì. Cứ chờ đợi đi, đâu còn có đó! Sim chứng minh cho tôi thấy, cùng ăn một mâm, cùng ngủ một giường, nhưng người thì hài lòng, người thì bất đắc ý.

Hạnh phúc chẳng phải do ai mang tới, và mang tới bao nhiêu. Hạnh phúc là do mình cảm nhận.

Hai con của tôi nhìn thì như sinh đôi, nhưng rất khác biệt nhau. Khi chị Xu liên tục đứn tôi lên phía trước, làm tôi nghiến răng chạy hoảng lên khắp nơi đi tìm lời giải, thì Sim đứng đĩnh giữ lại cho mẹ chút nữ tính, bằng sức mạnh của sự chấp nhận và bao dung.

Trong cuộc sống hàng ngày, những kinh nghiệm nuôi và chăm sóc Xu ít khi dùng phù hợp với Sim. Ngay cả việc cả 2 cùng bắt chước mẹ thì cũng bắt chước theo cách khác. Ví dụ, khi tôi đắp mặt nạ nằm đọc sách, ngó sang bên phải thấy Xu lấy sách ra đọc, còn phía bên trái thì Sim đang tìm cách đắp mặt nạ!

Ngó những khác biệt đó, tôi ít dám phê phán ai đó hơn. Biết đâu họ cũng rơi vào tình huống như tôi với Xu Sim, bố mẹ cũng cố gắng dạy dỗ, cũng dày công uốn nắn lắm, cũng muốn đưa vào con những tư tưởng cao quý, nhưng mà... nó cứ thế... thì biết làm sao?

Sinh ra trên đời, ai chẳng muốn mình giỏi giang, ai chẳng muốn mình thông minh, chăm chỉ, muốn tính cách mình dễ thương, nói năng ngọt ngào, lạc quan, vui vẻ, có chí tiến thủ... vân vân và vân vân... nhưng mà cái phúc phần họ được nhận chỉ có thế. Trong những anh em trong nhà, đứa chậm chạp, lười biếng, ít có chí tiến thủ có nghĩa là đứa được nhận ít phúc từ bố mẹ hơn. Thực ra, họ đâu có muốn thế!

Nếu có may mắn mà thành công chút đỉnh thì nên nhớ là những tính cách tốt đẹp đó, những khéo léo, những kiên trì đó, chẳng phải tự trên trời rơi xuống đầu ai, mà do nó nằm sẵn trong ADN rồi. Ông bà, tổ tiên, cha mẹ đã đặt cái chuỗi ADN đó sẵn trong nhân tế bào của mình rồi.

Cuộc sống đang bắt đầu ổn dần. Các con đã lớn! Xu ham hiểu biết và tự học, Xu kèm em Sim hoàn toàn. Từ khi Sim học lớp 1 tới nay, mẹ chưa từng phải kiểm tra bài vở của em Sim một lần nào. Từ lớp 3, các con đã thỉnh thoảng biết tự nấu cơm, tự ăn và dọn chén bát đi rửa, rồi tự ở nhà chơi với nhau hòa bình. Các con yêu thể thao, thích dịch chuyển, hào hứng với các thử thách. Và các con chơi với bạn bè rất được! Mẹ bắt đầu những tháng ngày thong thả tận hưởng con. Thật là ngọt ngào và đáng giá!

Khi ngày 20/11, khắp nơi tung bừng kỷ niệm ngày nhà giáo. Tôi sẽ nói cảm ơn Xu và Sim, 2 nhóc con nhem nhuốc này chính là người thầy lớn nhất của đời tôi rồi còn gì!



Sau tất cả thì mẹ cũng có quyền được khóc!

Khoảng 9h tối, Xu la quát em Sim gì đó. Một lúc sau, mẹ nghe 2 tiếng ỳnh ỳnh trong nhà tắm, mẹ vào thấy Xu vừa đánh răng vừa đá chân vào cánh cửa.

Mẹ hỏi: "Con có chuyện gì phải không?" Xu nhìn mẹ, cúi kính, im lặng.

Mẹ ra đứng sau lưng Xu, vòng tay ôm Xu từ phía sau, nhìn vào mắt Xu qua tấm gương lavabo: "Con đang buồn phải không?". Xu òa khóc. Miệng đầy bọt kem đánh răng, cứ thế khóc nức nở...

Ôm Xu một lúc, cho Xu súc miệng rồi ôm nhau đi vào. Gạt rèm cửa ra, 2 mẹ con ngồi lên bậu cửa sổ, nhìn xuống cánh đồng mênh mông và đèn nhấp nháy xa xa kia.

Xu vẫn khóc. Nói trong tiếng nấc: "Con thấy mẹ bận quá. Hay là mẹ lấy chồng đi, để mẹ khỏi phải làm quá nhiều". Ôi đúng là trẻ con, mẹ mắc cười quá!

Xu vẫn khóc: "Mẹ đừng bận việc nữa! Con muốn buổi sáng mẹ cột tóc cho con. Các bạn toàn được mẹ cột tóc mấy chùm, tết tóc nữa, có cột dây xanh đỏ nữa".

"Ừ, con muốn tết tóc à?"

"Vâng, con còn muốn được đeo vòng tay nữa, các bạn có nhiều vòng tay đẹp lắm." "Vòng đẹp lắm hả?"

"Con muốn mẹ cho con đi nhổ răng nữa, răng con lung lay 2 tuần rồi, nó mọc bên trong rồi này..."

Nàng vừa méo xệch miệng, vừa há cho mẹ xem răng.

"Ừ, ngày mai mình nhổ răng nha. Nhưng mà con buồn nhiều nhất vì chuyện gì? Vì bạn P sắp chuyển đi sang nước ngoài sống phải không? Hôm nào bạn ấy đi?"

Nàng khóc òa lên, khóc nức nở, khóc dữ dội như chưa từng được khóc. Nước mắt rớt lộp độp. Sim mang vào hộp khăn giấy, mẹ chỉ biết lồng các ngón tay Xu vào tay mẹ, nắm chặt cho nàng khóc. Mẹ biết nàng rất quý bạn ấy, đôi bạn cùng tiến mà.

Lý do lớn nhất đã được nói ra, mẹ chỉ để Xu khóc cho thoải mái, chả nói gì.

Khoảng 15 phút, hay lâu hơn cũng nên, Xu bảo: "Con khóc xong rồi. Con hết buồn rồi!". Xu hôn hít mẹ và thẹn thùng: "Con cảm ơn mẹ đã cho con khóc!"

Cảm ơn Xu đã tin mẹ! Đêm nay mẹ tự hào là đã chỉ im lặng lắng nghe. Mẹ đã stop kịp, không rao giảng đạo đức và lễ nghĩa khi con đang buồn. Được buồn, được khóc cũng là nhân quyền mà! Mẹ cũng đã từng biết cảm giác khi mình sắp phải rời xa một người mà mình yêu thương.

Nhưng rồi tối qua nhà mình bị cắt điện vì chậm nộp tiền. Mẹ đi đông đi bắc, làm này làm kia, mà mẹ quên đi đóng tiền điện! Từ hồi chuyển nhà lu bu, cũng quên chưa chuyển đăng ký với bên ngân hàng. 3 mẹ con loay hoay trong bóng đêm, không đèn, không quạt, không máy lạnh, không nấu ăn...



Rồi hôm nay, deadline, deadline, deadline đổ lên đầu mẹ, nơi này làm hỏng việc, nơi kia từ chối,... rồi xà quần xà quần đường tắc kẹt xe, ngân hàng thì sắp đóng cửa... Mẹ đuối quá!

Mẹ thêm được về đúng với bản chất thật của mẹ, yếu đuối, vụng dại, và hay khóc nhè. Mẹ thêm có ai đó, làm với mẹ như mẹ làm với Xu hôm qua, ôm mẹ phía sau lưng, lấy khăn giấy cho mẹ, đan các ngón tay vào tay mẹ như mẹ đan tay vào tay Xu. Và lặng yên để mẹ khóc. Khóc cũng là nhân quyền của mẹ mà.

Mẹ cũng thêm được khóc, con à!

**Đọc đến đây
thì các bạn nghĩ tôi là
bà mẹ như thế nào? ...**



XÃ HỘI NGHĨ:



FB NGHĨ:



ĐỒNG NGHIỆP NGHĨ:



XU SÌM NHÌN THẤY:



THỰC RA:



Mục lục

Phần 1: Khi con chúng ta ăn

Con kém bạn có 2 ký, sao phải “xoắn”?	8
Đánh giá trẻ không chỉ bằng một cái cân	12
Con còi - Mỗi ngày là một cuộc chiến!.....	16
Chuyện bác sĩ Nước và bác sĩ Sữa.....	22
Quyền được đói.....	28
Nụ cười tươi hay ly sữa đắt tiền?	30
“Cai con”	36
Đừng “đầu độc” hệ miễn dịch của con	38
Đau bụng không hẳn là do dạ dày	42
Tâm lý khi con ốm.....	46
Bạn có dám buông tay để con lớn?	48

Phần 2: Khi con chúng ta học

“Con đã thi chưa?”	54
Tôi không cho con học chữ trước khi vào lớp Một.....	58
Đừng nhốt thiên thần trong cái ao 26 chữ cái	64
Nét chữ không hằn là nét người	68
Trẻ con có cần đi học thêm?	70
Hành trình giúp con thoát những ngày học khổn khổ.....	74
Thành công phụ thuộc vào tính cách!	76
Làm sao để con tự giác học?.....	80
Tôi làm gì khi con bị cô giáo đánh mắng, con bị “đi”?	90
Áp lực khi con bạn bị “đi”	96
Con được gì sau đấu tranh “một mất một còn” với giáo viên?	98
Giáo dục kiểu Alibaba	104
“Con nhà người ta”!	106
“Con nghĩ đi, mẹ không biết!”	110
Dạy con làm việc nhà	116
Đừng tước đi quyền được sai của con!	122
Danh hiệu như kẹo ngọt	124
Cho con có “cổ phần”	128
Hãy để các ông bố đầu tư thời gian cho con	134
Nhà tôi không xem tivi, còn bạn?	138
Tôi chọn sức khỏe	142

Phần 3: Vui sống cùng con

Sạc pin cho chính mình.....	148
Hãy làm bà mẹ không hoàn hảo!.....	152
Đừng dạy con vô cảm	154
Học giỏi là tốt, nhưng làm người tử tế còn quan trọng hơn!.....	158
Tìm bạn cho con	162
Nói với con về giới tính.....	168
Nàng ấy đã yêu rồi!!!.....	170
Dạy con về nữ tính	174
Dạy con về đồng tiền	178
“Bạo hành đội lốt yêu thương”	182
Hãy công bằng với trái tim cảm!	186
Trẻ con có biết buồn không?	190
Nói thế nào cho con nghe, nghe thế nào cho con nói?	194
Hãy tặng con những chuyến đi.....	196
Cho con vào rừng học	200
Đừng khen quần áo con đẹp	202
Sự thật thường phũ phàng	208

Phần 3: Vui sống cùng con

Dạy con thất bại	210
Đổi mặt với nghịch cảm	212
Hồn nhiên rồi sẽ bình yên.....	218
Tình yêu là thời gian!.....	220
Các bà mẹ! Đừng như miếng xơ mướp rách trước mặt con!	224
Hằng bảo hiểm yêu thương.....	230
Con cái chính là người thầy lớn nhất của cha mẹ	232
Sau tất cả thì mẹ cũng có quyền được khóc!	238

Con nghĩ đi, mẹ không biết!

THU HÀ (Mẹ Xu-Sim)

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HỌC

18 NGUYỄN TRƯỜNG TỘ - BA ĐÌNH - HÀ NỘI

Điện thoại: 04.37161518 - 04.37163409 * Fax: 04.38294781

Website: www.nxbvanhoc.com - www.nxbvanhoc.vn

Email: tonghopvanhoc@vnn.vn

* Chi nhánh tại Tp. Hồ Chí Minh
290/20 Nam Kỳ Khởi Nghĩa - Quận 3
Điện thoại: 08.38469858 * Fax: 08.38483481

* Văn phòng đại diện tại thành phố Đà Nẵng
344 đường Trưng Nữ Vương - thành phố Đà Nẵng
Điện thoại * Fax: 0511.3888333

ĐƠN VỊ LIÊN KẾT XUẤT BẢN



Công ty TNHH Truyền Thông Giải Trí Kim Tượng
(Minh Châu Books)

163/11A Dã Nam, Phường 3, Quận 8, Tp. HCM

* Thông tin đặt hàng:

Điện thoại: 0902 076 439 - (08) 3850 4609

* Liên hệ gửi bản thảo:

Email: minhchaubooks@gmail.com

www.facebook.com/minhchaubooks

www.facebook.com/thaominhchau

Chịu trách nhiệm xuất bản:

NGUYỄN ANH VŨ

Chịu trách nhiệm nội dung

TS. LA KIM LIÊN

Biên tập NXB Văn Học: Nguyễn Thị Hoàng Trang

Biên tập Minh Châu Books, sửa bản in: Thảo Minh Châu

Bìa: Simon Phan

Minh họa: Sứa Con Lon Ton

Trình bày: Thảo Nhâm

In 5000 cuốn, khổ 13 cm x 20,5 cm

Ruột sách được in trên giấy Book Paper theo tiêu chuẩn Châu Âu - không hại mắt
- chống lóa - thân thiện với môi trường.

Tại: Công ty Cổ Phần In Khuyến Học Phía Nam

Trụ sở: 128/7/7 Trần Quốc Thảo, Phường 7, Quận 3, TP. HCM

Xưởng in: 9-11 đường CN1 (KCN Tân Bình), P. Sơn Kỳ, Q. Tân Bình, Tp. HCM

Số ĐKXB: 427-2016/CXBIPH/01-34/VH, cấp ngày 19/02/2016.

QĐXB của NXB Văn Học số: 410/QĐ- VH, ký ngày 07/03/2016

Mã sách chuẩn quốc tế (ISBN): 978-604-69-8008-7

In xong và nộp lưu chiểu năm 2016.

Làm sao để con tự giác học?
Chỉ cần ba mẹ tự giác học.
Làm sao để con thích đọc sách?
Chỉ cần ba mẹ thích đọc sách.
Làm sao để con thành người tử tế?
Chỉ cần mình lao động tử tế, sống đàng
hoàng trước mắt con mỗi ngày.
(Thu Hà, Mẹ Xu - Sim)

"Cuộc sống là không công bằng. Không có gì là mãi mãi, không có gì là bất biến, không có gì là đơn sắc. Điều đó sẽ làm con bạn mạnh mẽ. Con cần hiểu về cuộc đời, nhưng rồi cuộc vẫn nên chọn tin vào những điều tốt đẹp. Bởi vì con sẽ trở thành cái mà con tin!" Tôi ấn tượng mạnh với những câu nói này của chị Thu Hà trong một chiều cafe Sài Gòn... Dưới ánh mặt trời này, điều gì cũng có thể xảy ra, người lớn chúng ta đôi lần mệt mỏi và quên đi điều tốt đẹp vẫn đang tồn tại, thế thì cứ hãy như trẻ nhỏ, cứ để "thiên thần" trong bạn lên tiếng... Và tự nhiên nhất, cuốn sách "Con nghĩ đi, mẹ không biết!" ra đời, như một món quà của tình thân, của yêu thương thiết tha gửi đến các quý độc giả!

(Thảo Minh Châu,
Giám đốc Minh Châu Books)



www.facebook.com/minhchaubooks

Mẹ không phải là
Mẹ - Biết - Tuốt. Con phải vận dụng
đầu óc để tự giải quyết những vấn đề của
mình. Con phải thông cảm với những hạn chế của
mẹ và con sẽ nhân từ hơn với chính mình.

Có những điều mình cho là mình đang yêu con, đang sống vì
con, thì ở phía người nhận, là đứa con, nó lại không phải như vậy!

Tôi tin rằng khi mình càng bao bọc, con mình càng yếu đuối,
càng vụng dại. Khi tôi càng cố gắng cầu toàn, con tôi càng bị áp lực.
Và có một điều chắc chắn: không có đứa con nào hạnh phúc
bên một bà mẹ bất hạnh!

Kỹ năng quan trọng nhất để con sống sót và sống thành công
trên đời là kết nối. Không có sức mạnh nào mạnh bằng hiểu
nhau và hợp tác. Nhà trường và phụ huynh, dù ưu việt tới mức
nào cũng không thể đơn độc trong việc đào tạo con người.

Phải tung con ra bầu trời với nắng, gió và mưa
và bão táp... Phải dám buông tay
thì con mới lớn được!
(Thu Hà)



Nói **KHÔNG** với sách lậu
để bảo vệ quyền lợi của
tác giả và bạn đọc.



ISBN: 978-604-69-8008-7



Giá: 79.000đ