

ĐANG  
HOANG  
GIANG



TÌM  
TRONG  
HẬU

MÌNH  
THẾ  
TUỔI

GIỚI  
THỜ



nhà nam



NHÀ XUẤT BẢN  
HỘI NHÀ VĂN

**Tìm mình trong thế giới hậu tuổi thơ**

Tác giả: Đặng Hoàng Giang

Phát hành: Nhã Nam

Nhà xuất bản Hội Nhà Văn 01/2020



**ebook©vctvegroup**

*Tìm mình trong thế giới hậu tuổi thơ* dẫn người đọc vào thế giới của người trẻ trên dưới hai mươi tuổi, lứa tuổi không còn trẻ con, nhưng cũng chưa thực sự là người lớn. Trong thế giới đó có những run rẩy của va chạm thân thể lần đầu, có lấp lánh của tình yêu, có những đêm dài, những chuyến đi xa, những hoang mang và băn khoăn hiện sinh. Nhưng bao trùm lên tất cả, như một tấm màn lớn, là nỗi đau. Nỗi đau từ sự cô đơn của đứa con vẫn được xã hội khen là “trưởng thành” và “ngoan,” từ sự trống rỗng nội tâm của đứa trẻ lớn lên trong một gia đình lạnh lẽo, từ sự tuyệt vọng của người trẻ bị giam cầm trong nhà tù mang tên tình yêu cha mẹ.

Vang lên như những bài hát khi buồn đau khi dữ dội, những chân dung trong cuốn sách cùng các phân tích tâm lý học của tác giả sẽ khiến cha mẹ, thầy cô và tất cả những ai có người trẻ trong cuộc sống của mình phải thức tỉnh, phải ngồi xuống lắng nghe con em mình và suy ngẫm về bản thân, để học cách chữa lành và yêu thương đích thực.

*Tặng những người trẻ đang đi tìm mình và cha mẹ của họ*

# 1. “TÔI MUỐN MỌI NGƯỜI BIẾT RẰNG CÓ NHIỀU ĐỨA TRẺ VẪN ĐANG CHỐNG CHỐI TỪNG NGÀY ĐỂ LỚN LÊN THÀNH NGƯỜI TỬ TẾ”

(*Phương Anh, 20 tuổi, bỏ đại học*)\*

Bạn đã xem Gordon Ramsay chửi như điên trong bếp, đúng không? *Fuck! Fuck! Fuck! Fuck!* Gordon Ramsay trong Master Chef ấy. Tôi cũng nóng tính như vậy. Hôm trước tôi rẽ qua tiệm bánh, nơi tôi làm bán thời gian kể từ khi bỏ Đại học Thương Mại để học làm bánh và quản lý nhà hàng. Tôi sẽ không kể là bố mẹ tôi phản ứng như thế nào, nhưng khi cấp Hai bạn học trường điểm và cấp Ba chuyên Chu Văn An thì bạn có thể đoán là chuyện bạn đi học nghề nó kinh khủng với bố mẹ như thế nào. Đến giờ tôi vẫn phải nói dối bạn bè của bố mẹ để giữ sĩ diện cho họ.

Chỗ tiệm bánh tôi đang làm cũng có tới bảy, tám đứa bỏ đại học hoặc bảo lưu. Tôi hơi giật mình, “Có nhiều đứa giống mình vậy à?” Chưa bao giờ tôi hối hận. Từ khi học nghề tôi biết trân trọng lao động hơn. Tôi không ngại việc. Tôi chấp nhận một mức lương bèo bọt hay một công việc nặng nhọc nếu như tôi được học hỏi. Và tôi không phàn nàn khi phải đợi đồ uống lâu ở nhà hàng nữa, tôi biết là họ đang rất bận, họ đang rất cố gắng.

Vậy là hôm đó tôi tới tiệm bánh, và thấy một cái bánh được làm rất cầu thả. Tôi hỏi bọn chạy bàn, đứa nào làm bánh, rồi cầm cái đĩa lừ lừ vào bếp, đứng trước mặt nó. “Đ. *con mẹ mày*, làm cái đĩa bánh

thế này à?” Nó giương mắt lên, “Làm sao?” “Làm sao cái con c.! Mà đéo biết nhìn à? Đ.m. mà mà xếp thế này à, mà vẽ thế này à? Mà có vấn đề gì không đấy?” Nó đổ cho đĩa phục vụ làm đổ bánh khi bê ra. Tôi gọi đĩa phục vụ vào, nó ngơ ngác, “Ơ không, em đi bình thường mà...” Tôi quay ra đĩa làm bánh, “Bây giờ mà bỏ một trăm nghìn mà mua một cái đĩa bánh mà nhìn hình thức nó xấu, ăn vào nó đéo ra cái gì, mà có chịu được không? Không, đúng không? Mà tiếc tiền, đúng không? Mà có quay lại không? Không bao giờ!”

Tôi chửi to lắm, bọn ở ngoài cũng sợ luôn. Ngoài anh sắp ra thì tôi là chủ lực ở tiệm bánh. Mỗi lần làm một loại bánh mới thì tôi sẽ đích thân mang ra giới thiệu cho khách. Hoặc khi có khách phàn nàn thì cũng lại phải tôi ra nói chuyện với họ. “Tại sao bây giờ cái bánh nó lại bé thế này?” Khách hỏi. Bọn nhân viên sẽ ú ớ. Tôi sẽ tỏ ra chuyên nghiệp, “Bọn em cắt giảm kích thước của bánh là để tăng lượng *topping* lên và cái *size* bánh sẽ phù hợp hơn, khi mà anh ăn hết cái đĩa bánh này thì bla... bla...” Khi bánh ế hoặc gần hết đất mà cần đẩy thì tôi cũng được cử ra để nói. Tôi là người hoạt ngôn. Hồi cấp Ba tôi đã hay đứng ra *gánh team*. Chũ này trong game ra, nghĩa là mình đứng ra cáng đáng, chèo lái cho team. Tôi học tốt văn sử địa nên trong các tiết đó tôi hay giơ tay hỏi cái này cái nọ, làm cô bận rộn, bọn còn lại làm việc riêng. Tôi vừa được học vừa giúp cho bạn ngủ. Tôi cũng hay bị cho là bướng. Hồi lớp 11 tôi bị tụt một bậc hạnh kiểm vì hay đánh son. Cô giáo nhắc liên tục, “Phương Anh xóa son đi.” Cô cho rằng do tôi mà bọn con gái trong lớp đánh son theo. Ở trường nhiều đứa ghét tôi, chúng nó bảo xinh thế mà học

chuyên thì thế nào cũng chạy điếm. Tôi tự cho mình có một chút nhan sắc: da trắng, tóc dài, dáng cao ráo, chỉ có bắp chân thì hơi to, tôi không thích bắp chân to mặc dù nó rất tốt khi mình tập võ. Nhưng nhiều đứa lại quý tôi vì tôi hay lên tiếng. Hồi đầu cấp Ba, có thằng trong lớp tôi rất phá phách. Một hôm, cô giáo nói, “Anh lên đây, anh viết bản kiểm điếm cho tôi.” Nó bỗng đứng dậy, xồng xộc lao tới, giật cái ghế nhựa lên. Cả lớp cuống quýt, “Thôi, mà! Thôi, mà!” Tôi nhảy lên bục giảng, đứng trước mặt nó, quát, “Mày định làm gì thế?” Cô giáo sợ chạy ra chỗ khác. Tôi xách cổ nó, đẩy ra, “Mày về chỗ ngồi!”

Tôi biết là nó sợ tôi. Trước đó, có lần ngoài sân trường nó cầm con chuột chết gi vào bọn con gái làm chúng sợ chạy chết khiếp, có đứa còn phát khóc. Đợi lúc nó không để ý tôi tới gần, giật con chuột rồi nhét vào trong áo nó. Nó hét, “Đ.m. mày làm cái gì đấy.” “Đ.m. mày không chịu được sao mày trêu những đứa kia?” Lúc đó là giờ thể dục, nó vớ cái vợt cầu lông quật. Tôi né. Hai đứa giằng co cái vợt, nó ngã xuống, tôi bẻ gãy cái vợt, nó là vợt đều, vợt liên tiếp vào người nó. Mọi người đứng kín xung quanh cổ vũ, “Phương Anh cố lên! Phương Anh cố lên!” Sau lần đó thì tôi bắt vía được nó.

Mắng đứa nhân viên kia xong, tôi tập trung vào làm một mẻ su kem. Giờ đây thì chỉ có mỗi trong chuyện làm bánh là tôi có thể dũng dạc tuyên bố mình đầy nhiệt huyết, tôi yêu nó nhất trên đời. Tôi đã thử hai mẻ, nhưng đều phải bỏ đi vì nó không được phòng. Đến lúc gần hết ca, lôi mẻ bánh ra thì tôi thờ phào, người mềm nhũn ra vì mệt. Anh sếp chấp tay trước tôi như là vái sư phụ. Tôi nhớ rõ vì hôm đó anh ấy nhận được một túi nấm và một túi đá ship

từ Sài Gòn ra. “Phương Anh đâu, lấy kéo ra đây,” anh ấy bảo, rồi cất túi ra kiểm tra. Mọi người ngỡ ngàng, “Uầy, anh Thành chơi đá.” Anh ấy cầm một cây nấm, “Chúng mày... Hôm nay Phương Anh làm tốt, anh sẽ thưởng cho Phương Anh.” *Giờ điện thoại ra* Đây là lô bánh thứ ba của tôi. Đây là thành phẩm lần nướng thứ hai. Bạn có thấy sự khác nhau? Khó nhất của việc làm bánh là cảm nhận được nhiệt độ của cái lò và thay đổi nó. *Chuyển ảnh* Còn cái bánh này là Saint Honore. Cái này là Eclair. Còn cái này, tôi dùng nho đen không hạt, bột than tinh tre và đường bột để tạo điểm nhấn.

Tôi rời tiệm bánh thì trời đã tối. Tôi lái xe chậm chậm, những sợi tóc bay lượn sóng. Những ký ức liên quan tới con đường bắt đầu trở về, tất cả cùng một lúc. Mỗi kỷ niệm như một trang sách, vô số trang cứ chồng mãi, chồng mãi lên nhau. Tôi biết là mình say cấn bởi trước đó tôi đã nhìn vào màn hình có con bướm mà anh sắp gí vào mặt tôi. “Khi nào em thấy con bướm vỗ cánh bay đi thì lúc đó em phê rồi đó.” Suy nghĩ của tôi rời con đường thẳng và bắt đầu phủ kín không gian đa chiều. Hình ảnh tôi rời quán cafe với Dũng, cảnh tôi ngồi sau xe của anh, chúng chồng chéo lên nhau. Tất cả đã qua, tôi cảm thấy thật buồn. Tôi nhớ cái lần tôi và anh ấy ăn chung một cái bánh và sững sờ. Nó ngon kiểu mộc mạc. Tôi nói với Dũng, ôi, cái vị ngọt này vừa vặn, nó chỉ dừng ở đầu lưỡi thôi, nó không bị ngọt quá, còn cái kết cấu này, tại sao lại ra được cái kết cấu này nhỉ, bình thường bánh phô mai thì phải có vị như thế này nhưng sao cái này lại có một vị khác, và tại sao sự xuất hiện của nó lại đặc biệt... Cái bánh trông bình thường đến tầm thường nhưng bên

trong thì có rất nhiều bất ngờ.

Hồi mới quen nhau, chúng tôi đi tàu tới Quảng Bình chơi. Không hôn, không sex, chỉ là bạn thôi, nhưng tôi có cảm giác mình có thể sống với người bạn này cả đời. Khoang ngủ của chúng tôi ở trên cùng, rất thấp, nên bọn tôi ra chỗ rửa tay của toa ngồi chơi, trêu nhau, rồi đứng ở cửa sổ vẫy tay chào người đi đường. Cả ba ngày tôi không chạm tới cái điện thoại, chúng tôi hút cần liên tục. Buổi tối tôi say rượu, Dũng đợi tôi nôn hết xong mới dìu tôi về phòng. “Em đi được, em đi được,” tôi luôn miệng nói, nhưng vấp chày máu ngón chân cái. Xong rồi tôi lại nôn tiếp lên giường, Dũng nói, “Oh shit.” Vậy là chúng tôi ngủ cùng nhau trên giường của Dũng. Anh ấy gỡ gỡ vào đầu tôi để tôi ngủ. Ngày thứ ba, ngày cuối cùng, chúng tôi mặc đẹp để lượn phố biển. Dũng mặc áo sơ mi trắng và quần skinny, đi giày converse đen trắng kiểu *old school*. Dũng rất để ý tới ăn mặc, ra đường thì phải đẹp, không cần lộng lộn lên, nhưng phải có *style* gì đấy. Tôi nói, hôm nay anh muốn em mặc cái gì, rồi chúng tôi cùng nhau tìm đồ cho tôi. Cuối cùng tôi mặc cái áo phông đen của anh ý, đi cùng quần bò đen. Chúng tôi lượn biển và ngồi ở một quán cafe kiểu bảo vệ môi trường, không ống hút. Một con phố đơn giản, mọi người đang sống cuộc sống của mình, không có trung tâm thương mại, không ai cắm mặt vào điện thoại. Trông họ không giàu có, nhưng tôi yêu cuộc sống của họ, nó hiền hòa, không giống cuộc sống ở thành phố lớn khiến người ta cứ phải căng thẳng.

Buổi sáng cuối cùng thì chúng tôi có hôn nhau. Bọn tôi nằm cạnh nhau, anh ấy xoa xoa đầu tôi, rồi tự nhiên môi chạm nhau. Tôi thấy vui vui, trong tôi không dâng lên cảm xúc yêu đương, nhưng tôi hơi

bồi rồi và tự hỏi, “Ờ, như thế này là thế nào nhỉ?” Anh ấy bảo, “Cứ nên để mọi thứ tự nhiên.” Đến khi về Hà Nội thì chúng tôi làm tình. Thực ra tôi đang trong giai đoạn không thiết gì tới sex, thậm chí còn hơi sợ. Nhưng Dũng đã làm tôi thay đổi. Hôm đó chúng tôi nằm cạnh nhau trong phòng của anh ấy, nghe nhạc, hút cần. Tôi nghĩ, “Nếu bây giờ làm tình thì mình chỉ làm tình được với anh ấy thôi.” Tôi xin lỗi, tôi ăn nốt miếng bánh. *Ăn bánh*

Tôi mất trinh năm lớp Mười một. Ở tuổi mười bảy, nhu cầu tình dục là lẽ tự nhiên. Hormone của mình nó đẩy lên, nó làm mình muốn có những hoạt động đó. Tôi và bạn trai - tôi quen nó được hơn một tháng, rất thích nó mặc dù biết sẽ không lâu dài với cậu ta - “hành sự” trong một quán cafe phim. Tôi thấy hồi hộp và hiếu kỳ. Không được hướng dẫn bao giờ, chúng tôi mất rất nhiều thời gian với cái bao cao su vì không biết mặt nào là đúng. Tôi thấy đúng là *thốn*. Thốn là dở khóc dở cười. Vừa buồn cười vừa xấu hổ, giống như bạn bị bóng đá vào chỗ kín ở ngay sân trường ấy.

Hồi đó bạn cùng lớp của tôi đã có quan hệ tình dục hết rồi, trừ thằng Minh. Nó là *nerd*. Thành thạo tôi lại trêu nó, “Chén đi! Yêu đứa nào đó rồi làm chuyện đó đi. Trải nghiệm ở tuổi này thì không phải là sớm nữa, nếu để muộn quá thì ông lại thành một thằng thiếu kinh nghiệm...” Thế mà cô giáo chủ nhiệm của tôi còn dặn dò, “Các em có thích nhau thì chỉ nên dừng lại ở mức nắm tay thôi bởi vì các em còn quá nhỏ. Vấn đề tình dục nó rất là nhạy cảm và các em chưa đủ bản lĩnh để đối mặt.” Cả lớp nhìn nhau. “Thế nên là,” cô lại nói tiếp, “nếu như các bạn nữ có bị gạ gẫm thì hãy khéo léo từ

chối.” Khôi hài chết mất!

Khi hai người có tình cảm với nhau thì làm tình sẽ rất thăng hoa. Tôi đã từng trải qua cái thăng hoa đó và tôi rất trân trọng nó. Ngược lại, năm ngoái tôi quay lại làm tình với một bạn trai cũ, sau khi hai đứa đã chia tay nhau được một năm. Lúc đó tình cảm đã vơi đi nhiều rồi, nên rất là chán. Những va chạm rất là bản năng. Cho nên tôi không mặn mà với tình một đêm hay lên Tinder chat vu vơ để lên giường với ai đấy. Nó không xấu, nhưng nó trần tục. Tôi vẫn hay khuyến khích mọi người là hãy đến với tình dục bằng cảm xúc.

Nhưng thực ra tình dục không phải là cái quan trọng nhất. Cảm giác hai người có khi ở cạnh nhau, đó mới là cái quan trọng nhất. Tôi nhớ mãi lần tôi và Dũng ngồi ở ven hồ Tây. Chúng tôi im lặng, nhìn ra hồ và hơi mỉm cười, điều cần chuyển từ tay người này tới tay người kia. Chẳng có gì xảy ra cả, mà tôi thấy hạnh phúc, buồn cười thế.

Ký ức đầu tiên về bố mẹ đánh nhau là khi tôi năm tuổi. Tôi đơ ra nhìn, miệng vẫn đầy cơm, không khóc, không hiểu chuyện gì đang xảy ra. Hồi cấp Hai thì ban đêm tôi hay bật dậy vì nghe tiếng mẹ gọi từ phòng bên, “Phương ơi, cứu mẹ!” Mở cửa phòng, tôi thấy hoặc bố đang túm tóc mẹ, hoặc mẹ nằm dưới chân giường, bật đèn lên thì thấy người mẹ tím tái. Có lần tôi gất, “Điên à, tại sao lại hành người ta như thế? Con mệt lắm rồi, để cho con ngủ!” Mấy năm sau thì thỉnh thoảng ban đêm hai mẹ con phải dựng nhau dậy vào bệnh viện vì bố say rượu ngã xe, phải khâu cầm vá má.

Những gì tôi chứng kiến khiến tôi có thái độ... tôi nên gọi nó là gì

nhỉ... Chai lì? Bình tĩnh? Bố mẹ đánh nhau - bình thường. Máu me - bình thường. Bố đấm, mẹ cào, phi đồ vào nhau, phang nhau, thụi, kẹp cổ, giữ chân các kiểu. Hồi nhỏ thì tôi để cái Linh, em gái tôi, ở tầng một, chạy lên tầng hai để can, “Thôi, thôi, thôi, thôi... Bố mẹ thôi đi.” Tôi lao vào thì bị hất ra. Đến khi bố mẹ buông nhau ra tôi mới khóc nức lên, khóc vì bất lực và tuyệt vọng. Sau này thì chỉ họa hoằn tôi mới can thiệp, còn nếu là lý do vớ vẩn thì tôi kệ. Có hôm hai người cãi nhau xem để tôi ở phòng nào. “Phòng ba.” “Phòng bốn.” Một lúc sau thì, “Anh hâm à?” “Cô điên à?” Lúc sau nữa thì lao vào nhau, “Mày thích gì?” Vừa bi vừa hài.

Cho nên là tôi giữ thái độ dửng dưng. Nhưng tôi có nhớ cảm giác cay đắng trong lòng lúc phải viết cái đơn nói nguyện vọng muốn ở với bố hay mẹ, khi hai người ra tòa. Sau đó thì mẹ rút đơn ly dị lại. Một tuần sau, tôi đang ở trên lớp thì mẹ gọi tới, hét âm lên trong điện thoại. “Bố mày lấy chìa khóa xe máy của tao, rồi khóa cửa nhốt tao trong nhà. Mày về đây mà giải quyết.” Thế là tôi phải về nhà để “giải quyết”. Rồi mẹ chuyển ra nhà khác, cái Linh ở với mẹ, tôi đi lại giữa hai nhà.

Mà tôi biết cách né đòn của thằng bạn cùng lớp là do bị bố mẹ đánh nhiều quá. Cũng nhờ tránh đòn nhiều mà khi bắt đầu học võ tôi tiến nhanh. Bố mẹ tôi lòi về hàng chục cái roi mây rất dẻo, cắt mỗi nơi một chiếc, tiện chỗ nào lòi ra chỗ đó. Tôi phải lục lọi tìm để vứt chúng đi. Bố thì phần lớn là đánh có lý do chính đáng, tôi về muộn hay gì đó. Còn mẹ thì nhiều khi đánh vì mẹ cần chỗ xả. Mình áp bức người yếu thế để trút cơn giận. Qua mắt mẹ thì tôi nhận biết được điều đó.

Sau này thì tôi phản kháng lại. Hôm trước, không nhớ to tiếng vì lý do gì, mẹ vớ cái chổi xỉa vào tôi. Tôi giật nó, ném ra chỗ khác, phản xạ rất thuần thục. Tôi cảnh báo, bây giờ mà đánh thì không biết ai đau đâu mẹ nhé. Thế là mẹ thách thức, “Mày đánh tao đi, đánh luôn đi xem nào!” Tôi bảo, “Không, con học võ không phải để làm mấy trò này, mẹ đòi đánh con xong giờ lại còn thách con đánh lại. Dở hơi!” Mẹ tôi đi lên tầng hai, nói với cái Linh, chị mày là con mất dạy, chị em mày tự đi mà bảo nhau. Tôi nói, “Để cho nó học, có gì thì xuống đây mẹ con mình giải quyết.” Mẹ gọi với xuống, “Mày thu dọn hết quần áo sách vở cút về ở với bố mày đi.”

Tôi và mẹ không nói chuyện với nhau một thời gian. Nhưng mẹ mình thì làm sao mình thù mãi được.

Từ nhỏ tôi đã thấy lúc nào cũng bấp bênh. Tan trường tôi vừa đạp xe về vừa tự hỏi hôm nay ở nhà có chuyện gì không đây. Giữa mùa hè mà nhà tôi lạnh như cái nhà hoang, không có một tiếng cười, “Ừ, đời mẹ thất bại rồi, đời mẹ chỉ đến thế này thôi,” mẹ nói cùn. “Con cao siêu, con giỏi, con có năng lực thì con kiếm việc, cưới chồng, rồi sống cuộc đời hạnh phúc đi.” Bố thì bảo, “Bố mẹ chu cấp cho con tiền ăn học, còn thì không thể cho con hơn được, chỉ có thế thôi...” Tôi phải chấp nhận chứ sao bây giờ? Từ nhỏ tôi đã quen với việc không có bố mẹ ở bên. Buổi sáng tỉnh dậy, móc ví bố lấy tiền ăn sáng rồi đạp xe đi học. Chiều về nhà, có hay không có ai cũng không quan trọng nữa, không buồn, không nhớ, không gì cả, tôi cứ đứng ở cửa nhìn người qua lại, ánh mắt vô hồn.

Giờ đây, cảm xúc của tôi với bố mẹ là một thứ khó tả. Tôi không

trách, nhưng bảo là thương thì tôi cũng không thương. Nó là một thứ dửng dưng, không sâu sắc, không lạnh nhạt. Và không âu yếm như là cái cách con cái vẫn bình thường nhìn bố mẹ. Tôi muốn tự lập, tự chu cấp để đỡ gánh nặng cho bố mẹ, thế thôi. Thực ra nhiều lúc cái căm ghét nó trỗi dậy trong đầu mình, nhưng sau đấy tôi lại nghĩ, về mặt tâm linh thì tôi đã lựa chọn bố mẹ tôi, tôi đã tự chọn khó khăn cho mình, nên là tôi sẽ phải tiếp tục giải quyết.

Có lần tôi ăn cơm ở nhà thằng Minh. Mọi người nói chuyện tự nhiên lắm, cứ ăn uống, chia sẻ với nhau, cười cười nói nói bình thường. Tôi chờ người ra kinh ngạc, thấy như mình đang xem một bộ phim tình cảm gia đình, “Ừ, đã hai mươi tuổi rồi mà mình không biết cái cảm giác hạnh phúc nó như thế nào,” trên đường về, tôi hơi lo lắng, “vậy thì mình có phát triển bình thường được không nhỉ?” Không được yêu thương từ nhỏ, tôi thấy mình giống cái cây bị thiếu chất dinh dưỡng từ dưới gốc, nên lên trên nó yếu đuối, còi cọc. Lúc nào mình cũng có cảm giác phải vượt giông vượt gió để đến được với sự sống. Nó cứ bị quật ngã liên tục ấy. Lúc ở nhà Minh, tôi thấy bao nhiêu tự tin bay đi đâu hết. Tôi rụt lại bên trong, thấy mình lạc lõng, mình vui cho bạn nhưng mình cũng bị đẩy ra xa.

Từ tiệm bánh về đến nhà, tôi nhìn cái Linh đang hí hoáy vẽ và thấy thương nó quá. Từ khi học võ thì tôi ít nổi giận với nó hơn, mặc dù nhiều lúc nó vẫn dở hơi. Từ hai năm nay mẹ phó mặc nó cho tôi hoàn toàn. Tuần trước, nó khóc và gọi điện cho tôi là nó đang chui trong nhà vệ sinh ở trường vì sợ bị đánh. Giữa trưa, tôi đi xuyên qua thành phố, giả vờ với bảo vệ là phải đưa chìa khóa để được

vào trường nó. Tôi gọi thằng bé dọa đánh ra. Nó sợ xanh mặt. “Mày đánh cái Linh đấy à, tại sao mày đánh nó?” “Nó chửi em.” “Bây giờ thế này nhé, nó là con gái, mày là con trai. Nó chửi mày thì mày phải chửi nó chứ tại sao mày lại đánh nó. Giờ chị to hơn, chị đánh mày nhé?” Nó rúm lại. Tôi quay sang bảo cái Linh, “Em có chửi bạn không?” Nó gật đầu. Tôi bảo nó xin lỗi. Rồi tôi bảo thằng kia xin lỗi cái Linh. “Ok, xong chưa?” Nó gật đầu. “Giờ thì biến!”

Nhưng có nhiều lúc cái Linh giúp lại tôi. “Chết rồi, chị lại nhớ anh Dũng rồi,” tôi thờ ra. “Nhớ nhiều không?” “Hình như hơi nhiều.” “Thôi, chị quên người ta đi, người ta không phải là người yêu chị đâu.” Nó lấy điện thoại ra khỏi tay tôi và xóa các ảnh của Dũng đi. Tôi bảo, “Ừ nhỉ, người ta không quan tâm tới mình nữa thì mình cũng không phải quan tâm tới người ta. Chị cảm ơn Linh.”

Ngồi không một lúc thì tôi ỉ eo, “Linh ơi, đi chơi đi, đi chơi đi, chị đang buồn.” Nó buông bút, thờ dài. Nó mới lớp chín nhưng tôi cho nó chở tôi trên xe máy chạy dọc hồ Tây, và nghe nó kể về thằng bạn trai của nó. Chúng nó mới chỉ hôn hít nhau. Hôm trước, tôi nhìn vào mặt hai đứa và dặn là những chuyện liên quan tới yêu đương, tình dục thì phải hỏi tôi, tôi sẽ tư vấn. Tôi biết là sẽ không cấm được chúng nó. “Chuyện ấy cũng không đáng ngại hay xấu hổ, nó là nhu cầu hết sức cơ bản, chỉ là mình nên chuẩn bị để đối mặt với nó tốt hơn.” Hai đứa đỏ mặt lên, “Vâng, chúng em nhớ rồi, có gì chúng em sẽ hỏi chị.”

Cái Linh thả tôi xuống đi bộ, rồi phóng lên phía trước. Tôi ngồi xuống cái ghế đá chỗ tôi gặp thằng Minh cuối tuần trước. Hôm đó hai đứa ngồi tựa lưng vào nhau, hút cần. Mặt trời rọi nắng từ trên

cao. Bên hông tôi là cuốn sách mới mua, *Công thức nấu ăn tặng con gái*. Tác giả dạy con gái nấu ăn trong những ngày tâm trạng, cô ý viết rất dịu dàng, đơn giản, đọc mà thấy buồn lắm. Tôi và Minh cùng nhắm mắt và tưởng tượng mình đang đi trên bờ biển. Bờ biển của nó có nhiều người, còn của tôi thì chỉ có cây cối và mình tôi. Tôi hiểu vì sao. Minh đầy đủ về mặt gia đình, nhà nó vui vẻ, nên nó thoải mái hòa nhập vào đám đông. Tôi thì có quá khứ không hạnh phúc, cuộc sống hiện tại xô bồ, nên tôi chọn cỏ cây cho bình an, dịu mát. Nó lớn lên trong một môi trường tốt đẹp, ở quê không khí trong lành, mọi người thân thiện. Trong môi trường của tôi thì người ta coi tiền bạc và sĩ diện là cực kỳ quan trọng. Nó đã có hạnh phúc rồi thì càng dễ có hạnh phúc trong tương lai. Còn tôi phải biến khổ đau thành hạnh phúc, ăn vào toàn cái xấu nhưng phải lọc ra cái tốt. Tôi hay nói chuyện với nó, nhưng nó cũng không thể hiểu hết được mọi thứ.

Tôi chỉ có vài ba kỷ niệm đẹp. Một là ngày đầu tiên của đợt thi đại học. Tôi kéo một vài người bạn về nhà nghỉ trưa, và thấy bố mẹ đang cùng nhau nấu ăn trong bếp, đợi tôi. Trong tôi dâng lên một cảm giác ngọt ngào, sung sướng. “Hôm nay mình là nhân vật chính, mình được quan tâm.” Một lần khác, tôi kể với mẹ là mình bị mẹ của bạn trai gọi điện tới bắt hai đứa bỏ nhau, nếu không cô ấy sẽ nói với hiệu trưởng, vì cô ấy là bạn của hiệu trưởng. Mẹ im lặng mấy phút, tôi đã tưởng mẹ không quan tâm thì mẹ quay ra bảo, “Tao mà biết chuyện thì con ấy chết.” *Con ấy* là cô kia. Tôi cảm thấy được an ủi, được bảo vệ và hôm sau khi kể lại cho Minh thì có lén chùi một giọt nước mắt. Một lần nữa, tôi về nhà bố buổi trưa. Bố nấu cơm cho tôi

ăn, nghe tôi kể về dự định đi thực tập của mình và khuyến khích tôi đi xa. Lúc tôi ra cửa thì trời vẫn mưa. Hai bố con đứng ngắm mưa, cùng lặng lẽ hút thuốc, không ai nói gì. Tôi cảm nhận được tình cảm bố dành cho mình. Nó ấm áp, nhưng là một hơi ấm muộn màng và rất mỏng so với cái trống trải, lạnh lẽo bên trong tôi.

Minh rít điếu cần và nói nhiều khi nó cảm thấy có lỗi vì nó thì quá đầy đủ về tình cảm, trong khi bạn bè xung quanh đều có cuộc sống rất phức tạp, đổ vỡ. Tôi bảo, “Đúng rồi đó, ông cảm thấy có lỗi đi.”

Trên đường về, nhìn thấy một con chó chạy lùn cũn bên cạnh chủ, tôi bật khóc. Không tới mức nước nỡ, mà chỉ rơm rớm. Tôi vốn khó khóc. Không phải tôi chủ đích nén cảm xúc, mà là cảm xúc không chịu bật ra. Cho nên tôi rất đồng cảm với một anh người mẫu chuyên giới trong *The Face Vietnam*. Trong đoạn thử thách đóng phim, mọi người đều vào diễn rất ngon lành, nhưng anh ấy bảo luôn với các giám khảo Minh Hằng và Trấn Thành là, “Em không khóc được nên em không thể hoàn thành phần thi này.” Trấn Thành hỏi, “Tại sao em không thể khóc được?” Anh ấy kể về cuộc sống khó khăn của mình, từ nhỏ phải ở với bà ngoại, năm mười bốn tuổi bà mất thì anh ấy phải tự bươn chải, va vấp. Anh ấy thiếu thốn tình cảm, trở nên chai sạn, nuốt hết cảm xúc vào trong.

Thật là thương cho những người như anh ấy. Đến cả cái cách giải tỏa con người nhất mình cũng không làm được. Lúc nào cũng tro lì, lúc nào nhìn vào người ta cũng thấy mình cười nói, đi lại. Cho nên là lúc Dũng phũ với tôi khiến tôi hơi khóc một tí thì tôi nghĩ bụng, à hóa ra cũng có người đầy được cảm xúc của mình đến mức

đấy. Chỉ có một lần tôi tức tưởi, đó là khi bố và mẹ đùn đẩy nhau trả tiền học cho tôi, hai người lại không nói chuyện trực tiếp với nhau mà toàn qua tôi. Lúc đó tôi cảm thấy mình như một cục nợ bị đẩy qua đẩy lại.

Đôi khi tôi thèm mình có thể khóc nức nở, khóc thật đã, để nó làm sạch những cái u uất bên trong. Nhưng giống như cái anh trong *The Face*, tôi không làm được vậy. Nhiều lúc phê cần, tôi buồn vô cùng, người mềm nhũn ra, đầu gục xuống bàn, nhưng mắt vẫn ráo hoảnh. Cùng lắm tôi chỉ rơm rớm như lúc này, khi thấy con chó chạy bên cạnh chú, hay khi thấy hai ông bà già nắm tay nhau đi trên đường, và sự thèm khát được yêu thương, nỗi tủi thân, trở dậy. Tôi lấy tay lau nước mắt. Cái sự rơm rớm này, nó không triệt để, nó làm tôi mệt và râm rứt. Nó không giải tỏa được sự tuyệt vọng ở trong tôi.

Có lần tôi hỏi Dũng, “Em nhìn nhận anh là người giao tiếp tốt, biết cách sử dụng ngôn từ để giải quyết cảm xúc của người khác. Có bao giờ anh ghét bản thân không? Có bao giờ anh khó chịu vì tiếng Việt của anh rất tốt không?” Tôi hỏi, bởi anh ấy cũng hoạt ngôn như tôi, cũng dễ thuyết phục người khác như tôi. Anh ấy bảo, “Có! Mình dễ dàng nắm bắt được tâm lý của người khác, khôn khéo điều khiển họ, vì mình đã trải qua rất nhiều thứ. Nhưng mình đọc được người ta mà người ta không hiểu được mình. Mình xoa dịu được cảm xúc của người khác, nhìn vẻ mặt mãn nguyện của họ, nhưng lòng mình trống rỗng.” Tôi cũng thấy như vậy đó.

Chúng tôi đều khao khát được người khác chạm vào, nhưng lại dè chừng, cảnh giác. Tôi đã cố thủ từ bé tới lớn, tới mức tôi quên mất mình đang làm vậy, để không ai làm đau được mình. Tôi muốn

mình bước ra xã hội thì hiên ngang một chút, để không có ai thương hại mình. Nhưng đến khi gặp được người mình thích thì tôi hoang mang. Mình muốn hạ áo giáp xuống, muốn được dựa vào họ, muốn được lắng nghe mà không cần họ phải khuyên bảo gì. Nhưng... họ lại có thể làm mình đau. Họ trở nên có giá trị với mình, rồi bỏ mình mà đi. Mình sẽ sống sót như thế nào với các ký ức? Tôi đã thấy quá nhiều dối trá quanh mình, nếu mình sống trong hoài nghi thì mình sẽ tuyệt vọng, nhưng nếu mình tin họ thì khi phát hiện ra họ dối trá mình lại đau khổ hơn.

Giờ đây, cái đau trong tôi không phải là kiểu đau quần quai, rên rỉ, mà là một dạng lãnh cảm. Tôi không còn lo lắng, sợ hãi nữa khi mẹ nổi giận. Tôi bình thản quá, bình thản đến mức mệt mỏi, bạn ạ. Tôi ghét cái cảm giác trơ lì này, nó làm mình trống rỗng. Ở chỗ tập Muay Thai có tới năm, sáu người thích tôi, toàn là người có vợ rồi. Tôi luyện cách đối đáp để tránh những lời trêu ghẹo, ong bướm vớ vẩn mà vẫn giữ được thái độ mềm mỏng với họ, một việc khá áp lực. Chẳng vẻ vang gì khi có nhiều người thích mình. Họ thích mình nhưng mình vẫn thấy cô đơn, bạn có hiểu cảm giác đó không, vì không ai khiến mình rung động. Tôi sợ mình bị chai sạn. Quá lâu không nảy sinh tình cảm hoặc có quan hệ quá nhiều đều có thể làm mình chai sạn.

Cuộc sống sau này của tôi sẽ ra sao? Liệu tôi có tìm được bến đỗ không, hay tôi cứ lang thang mãi. Người khác thì nhẹ nhàng bước chân vào tình yêu, còn tôi thì lo sợ, mặc dù tôi không phải là một kẻ thiếu bản lĩnh. Không sợ sao được, cả một thời thơ ấu tới giờ cuộc sống đã trống rỗng, mệt mỏi, kết hôn xong lại không hạnh

phúc nữa thì đúng là địa ngục.

Có nhiều điều cảm dỗ vấy gọi tôi lắm, chỉ một cái gạt đầu là cuộc sống của tôi đổi hướng. Dạy nhà, hút chích, trở thành *chị đại* đầu gấu, trộm cắp vặt, quên đi ngày mai, quên đi bản thân, không cố gắng nữa. Ôi, những lời mời mới hấp dẫn làm sao, trong khi cuộc sống của tôi thì bế tắc. “Mày sống thế mà vẫn chịu được à? Bỏ mẹ nhà đi.” “Mày qua nhà tao ở, rồi chúng mình đi đâu đấy.” Đã có những lần tôi về nhà, đóng gói sách vở. May mà những lúc đấy tôi có cô Thủy, cô giáo văn cấp Ba của tôi. Cô vừa sắp xếp hai trăm cái áo dài trong tủ quần áo của mình vừa nghe tôi kể chuyện gia đình, rồi bỗng buông một câu gì đó khiến tôi phải dừng lại và suy nghĩ. May mà tôi có thằng Minh, thỉnh thoảng nó quẳng cho tôi một cuốn sách, “Ê, bà đọc đi!” Gần nó, tôi thấy mình trở nên trong sáng, cuộc sống của tôi trở nên phong phú hơn. Và tôi lại tự nhủ, bấy giờ mình cần học, cần một công việc, cần chăm sóc bản thân, không để nó trôi tuột đi. Tôi muốn bạn hiểu là tôi đã rất, rất cố gắng để không buông trôi. Tôi muốn mọi người biết rằng có nhiều đứa trẻ vẫn đang chống chọi từng ngày để lớn lên thành người tử tế.

### *Im lặng rất lâu*

Bạn mời tôi tới nhà làm bánh cho gia đình bạn? Tôi sẽ rất vui. Tôi cảm thấy rất ấm áp khi được chăm sóc người khác. Đến giờ tôi vẫn nhớ những lúc mắt đối phương sáng rực lên khi ăn đồ tôi nấu. Họ ăn, ăn, ăn, tôi hỏi, “Ngon không anh?” Họ im lặng và ăn cho tới hết

sạch. Tôi nhìn họ ăn và thấy hạnh phúc.

Chúng ta sẽ bàn với nhau về buổi đó nhé. Tôi sẽ làm cả bánh mì nữa. Làm bánh mì khó hơn bánh ngọt nhiều. Nó là đỉnh cao và khởi nguồn của rất nhiều thứ. Những lỗ khí không tròn trịa, không đều đặn, nhưng nhìn chúng mình cứ như bị hút vào. Khi cầm dao cắt một ổ bánh mì to, nó giòn và phát ra những tiếng tách tách theo từng nhát cửa của mình, khiến trong lòng mình thấy vui lắm. Căn nhà tương lai của tôi, nếu như tôi có nhà, sẽ thơm lừng mùi cà phê và mùi bánh mì nướng mỗi sáng. Với tôi, như thế là cuộc sống đấy.

## 2.

## LỜI TỰA

Trong gần hai năm, Phương Anh và nhiều người trẻ khác đã cho phép tôi đồng hành cùng họ. Tôi đã dành hàng trăm giờ đồng hồ để nói chuyện và nhắn tin với họ, đã đi qua hàng ngàn cập nhật Facebook và Instagram của họ, đã đọc nhật ký và blogs, đã xem tranh họ vẽ, nghe nhạc họ chơi, và khi có thể, đã gặp gỡ người thân của họ. Tôi muốn biết về thế giới của họ, muốn hiểu họ yêu gì, ghét gì, khao khát, hy vọng gì, họ đau buồn, hoang mang ra sao. Bởi vì, ngoài việc buông ra những lời phàn nàn và phán xét rằng người trẻ “lười”, “ích kỷ” và “vô cảm,” đã bao giờ chúng ta ngồi xuống và nghiêm túc lắng nghe họ?

Những người trẻ trong cuốn sách này đều trên dưới hai mươi tuổi, cá biệt có người mười lăm, và có người hai mươi tư tuổi. Tương ứng với khái niệm *late adolescence* (thiếu niên muộn) trong tiếng Anh, đây là quãng tuổi đời tôi gọi là “hậu tuổi thơ,” thời kỳ mà người ta đã để lại tuổi thơ ở đằng sau, nhưng chưa hoàn toàn bước vào thế giới của người lớn, theo nghĩa đã đi làm, lập gia đình, độc lập về tài chính.

Tôi không có tiêu chí để chọn nhân vật. Dù họ chăm học hay ham chơi game, có nhiều xung đột với cha mẹ hay luôn được coi là “ngoan”, chưa bao giờ yêu hay đã có trải nghiệm tình dục từ rất sớm, tôi gặp gỡ tất cả những ai sẵn lòng chia sẻ, và thực hành lắng nghe không phán xét. Tôi cũng không muốn đi vào những thống kê khô khan như là bao nhiêu phần trăm có quan hệ tình dục trước

hôn nhân, hay mỗi ngày giới trẻ lên mạng bao nhiêu tiếng, mà muốn nắm bắt những rung động nhỏ nhất, những chuyển động li ti nhất trong một tâm hồn, những vật lộn để trả lời các câu hỏi vĩnh cửu của tuổi trẻ, “Tôi là ai? Tôi muốn gì? Điều gì làm tôi hạnh phúc?”

Mở lòng với tôi, một người xa lạ, và qua đó, đối diện với chính mình, là một quá trình khó khăn. Chúng tôi đã cần nhiều thời gian để khởi động; với cá nhân tôi, đó là một phép thử lòng kiên nhẫn. Tới khi một người trẻ hỏi liệu bạn họ có thể đến gặp tôi thì tôi biết họ đã tin tưởng. Khi họ lỡ miệng vắng tục, tôi hiểu là hàng rào phòng thủ, xã giao cuối cùng của họ đã được hạ xuống, họ không còn cảm thấy khoảng cách giữa vị thế xã hội hay bằng cấp, học vấn nữa. Mặc dù vậy, đôi khi, nửa năm sau buổi gặp đầu tiên, một cô gái mới tiết lộ nguyên nhân cái chết của bố cô, một cô gái khác mới cho tôi đọc blog cô chỉ viết cho riêng mình, một chàng trai mới kể về giấc mơ vẫn thường trực ám ảnh cậu. Hẳn là những quyết định đó không chỉ phụ thuộc vào mối quan hệ giữa họ và tôi, vào những gì chúng tôi đã đi qua cùng nhau, mà còn vào những vận động bên trong họ.

Tôi cũng ý thức được rằng mình sẽ không thể nắm bắt trọn vẹn được một con người, một lịch sử cá nhân. “Con người là gì?” Svetlana Alexievich, nữ nhà văn Belarus nổi tiếng, suy ngẫm, sau khi phỏng vấn hàng trăm phụ nữ Nga từng tham gia Thế chiến thứ Hai, hàng trăm bà mẹ Nga có con hy sinh ở chiến trường Afganistan. Những cuốn sử truyền khẩu của bà là những bản giao hưởng của những giọng nói, những số phận. Alexievich so sánh

việc nắm bắt nhân vật với quá trình vẽ chân dung. Mỗi cuộc gặp lại bồi đắp thêm các nét bút. Trên tinh thần đó, chúng tôi trở đi trở lại những chủ đề nhất định, những sự kiện quan trọng trong cuộc đời non trẻ của các nhân vật, mỗi lần lại trong một bối cảnh và tâm trạng khác nhau. Trò chuyện cùng tôi cũng là chất xúc tác khiến người trẻ suy ngẫm sâu hơn về đời mình. Nó kích hoạt trí nhớ, các kỷ niệm dần nổi lên bề mặt. Họ quay về hỏi người thân, có thể là lần đầu tiên, về một giai đoạn nhất định trong gia đình. Chúng tôi cùng nhau vẽ sơ đồ về đời họ, những nơi họ đã ở, những ngôi trường họ đã tới, những mối tình họ đã trải qua. Ký ức không phải là một băng ghi âm có thể bật lên mỗi khi cần, nó luôn được tạo dựng. Người ta không thể chạm vào thực tại, vào cái được gọi là sự thật, như cầm một cốc nước, người ta chỉ có thể tiệm cận nó, và dù những thành viên của một gia đình sống cạnh nhau trong một căn phòng hẹp, họ có thể tồn tại trong những thế giới vô cùng khác nhau.

Tôi và những người trẻ, chúng tôi ngồi bên nhau, từ mùa xuân năm trước tới mùa hè năm sau. Mỗi lần như vậy, có thể hàng tiếng đồng hồ trôi qua với những chuyện nhỏ nhặt của cuộc sống hằng ngày, rồi dần dần, họ chìm sâu hơn vào trạng thái suy tư, hồi tưởng, triết lý về cuộc đời. Họ bổ sung, soi sáng những gì mình đã nói, họ phủ nhận chính mình, họ mâu thuẫn, họ bất lực, không tìm được ngôn từ để diễn tả những gì mình đã hay đang trải qua. Ngồi đó và quan sát họ, tôi hay có cảm giác mình được mời bước vào một khu vườn kín mà từ trước tới nay chưa có ai bước vào. Nó vẫn đang biến động, và có lẽ chính chủ nhân cũng không bao giờ có thể khám phá hết mọi ngóc ngách của nó. Tôi thấy biết ơn khi được

mời vào những khu vườn đó. Chúng khiến tôi khi mỉm cười, lúc thương xót, khi thấy ấm áp, lúc thấy băng giá. Trong nhiều khoảnh khắc, tôi cảm thấy thiêng liêng. Tôi cảm nhận được gánh nặng của việc làm người trên vai họ. Đây là thời điểm họ bước vào đường đời. Hành trình làm người độc lập của họ mới bắt đầu.

# PHẦN MỘT

Thế giới vắng bóng người lớn

### 3. “KHI KHÔNG ĐƯỢC YÊU THƯƠNG THÌ NGƯỜI TA CŨNG KHÔNG QUEN VỚI VIỆC YÊU THƯƠNG NGƯỜI KHÁC”

*(Hong Linh, 18 tuổi, nữ sinh viên ngành Marketing)*

Tôi mất trinh khi ngoài mười bảy tuổi, và tới giờ thì đã ngủ với bốn người. Tôi nghĩ tôi là người học nhanh, tới nay thì tôi đã từng trải hơn rất nhiều những đứa khác mặc dù chúng có thể có quan hệ sớm hơn tôi.

Tôi muốn mất trinh, phần vì tò mò, phần do buồn chán. Hôm đó là dịp Tết, tôi ở trong phòng mình và nghe cái bài hát của Lana del Rey trong phim *The Great Gatsby*. Tết nhưng nhà tôi lạnh lẽo như nhà mồ. Từ hồi lớp Năm, khi bố mẹ tôi chia tay nhau, thì tôi ở với một ông bác, thằng em trai tôi ở với ông bác khác. Mẹ không nuôi được chúng tôi, ba không muốn nuôi chúng tôi. Cái gạt tàn của tôi đâu rồi? Máy vẫn đang ghi âm à? Mà bạn chỉ nghe thôi, bạn không đóng góp gì sao?

*Dừng lại, châm thuốc hút*

Nói thật là tôi thất vọng về ba. Ba tôi biết rất nhiều thứ, thông minh này nọ. Ba đóng tiền học cho tụi tôi, nhưng thế là hết. Đàn ông thì phải bảo vệ được gia đình chứ. Tụi tôi bị ức hiếp nhiều lắm, bị đánh, bị la hét, bị chửi rất nhiều, nhưng ba không bảo vệ tụi tôi gì hết. Tôi chưa bao giờ thấy hình ảnh một người cha trong ông. Có

một thời gian ba tôi còn không biết ngày sinh của tôi nữa. Cuối tuần trước thằng em tôi qua ở cùng với ông một tối. Thường tôi không quan tâm tới việc ba tôi đang ở với bà nào. Ở với ai cũng được, nhưng mà đừng có đụng tới tụi tôi, bạn hiểu không? Khi có mặt ba thì bà rất là *nice* với em tôi, nhưng khi không có ba ở đó thì bà đối xử với nó như với một con chó luôn. Bà hành hạ nó. Đù mà, *đéo* hiểu luôn. Giờ ba tôi cũng lớn tuổi rồi nên có một phụ nữ ở bên cạnh cũng là cần thiết. Nhưng tôi thấy bà vô đạo đức. Thằng em tôi có làm gì bà đâu. Nó ngồi lên cái giường của bà. Bạn nghĩ coi, có gì đâu, một đứa con nít ngồi lên cái giường thôi. Vậy mà bà nắm đầu nó gí xuống đất, bà nói, “Chỗ mày ngồi là ở đây nè, mày đừng có đụng vô giường tao.” Má, tôi muốn qua nhà bà canh buổi sáng bà ra đường, lấy một tô máu chó tạt vô mặt bà. Bà ứng xử chó quá đi, nói thiệt, bây giờ là thời buổi nào rồi. Mà tôi không hiểu sao ba tôi toàn quen những người gì đâu không à. Tôi không hiểu luôn á. Bất mẹ tôi sinh ra thằng em tôi cho đã rồi giờ để người ta đối xử với nó như vậy. Hồi mẹ tôi sinh thằng em tôi thì tôi đã mười tuổi hơn rồi. Chắc chắn là nó thiếu thốn tình cảm.

Tôi còng queo trên giường, hút một điếu thuốc và nghe lại lần nữa *Young and Beautiful*. Tôi thèm được nói chuyện với ai đó. Tôi nhắn tin cho người này, người kia, Instagram, Zalo. *Sexting*.\* Tôi rất có kinh nghiệm trong *sexting* nhé, tôi làm giỏi lắm. Giờ nghĩ lại thấy dơ bỏ mẹ luôn. Lúc đó tôi thấy mình đã sẵn sàng - *down for sex*. Tôi muốn mát trinh, kiểu mạo hiểm chút. Tuổi trẻ mà bạn. Ai cũng có một quãng thời gian tìm hiểu về bản năng sex của mình, bạn hiểu không? Tôi hay suy nghĩ, sex nó sẽ như thế nào nhỉ, sau khi có sex

thì cuộc đời người ta có thay đổi không, cách người ta nhìn thế giới có khác gì không?

Tới ba giờ sáng thì ông ấy tới đón tôi. Sinh viên, hơn tôi ba tuổi, mới nói chuyện với tôi đôi lần trên mạng. Tôi choàng cái áo khoác rộng thùng thình lên người, nhét một ít tiền vào túi. Mỗi tuần ba cho tôi năm trăm nghìn. Tôi chỉ nói chuyện với ba lúc xin tiền, vì tôi và ba không có gì để nói với nhau. Tôi cũng cảm thấy buồn vì điều đó. Mà ba cho tiền theo tuần, nên là tuần nào tôi cũng phải ngửa tay xin. Thỉnh thoảng mẹ cũng gửi cho tôi một trăm Euro. Mẹ tôi yếu lắm, mảnh khảnh giống như tôi này, mà lại ít học nữa. May là mẹ gặp được một ông người Pháp khá thương mẹ. Giờ mẹ tôi ở với ông bên Pháp. Lần nào video call mẹ tôi cũng nói là giờ đây tụi tôi là thứ duy nhất mẹ có trên đời.

Tôi mò ra khỏi nhà. Trước kia tôi hay cãi cộ với gia đình ông bác, nhưng giờ thì họ để tôi yên, tôi muốn làm gì thì làm, đi về lúc nào không ai quan tâm. Trời lạnh và tôi cảm giác hơi sợ. Bạn xem phim *Người tình* chưa? Tôi thấy mình giống như trong đó, chuẩn bị phốt thác mình cho một người lạ. Tôi run, nhưng biết làm sao bây giờ. Tôi không nhìn vào mắt ông ấy, lẳng lặng trèo lên chiếc Exciter, rồi ông ta phóng đi. Phòng trọ của ông ấy cũng khá gọn gàng. Trên bàn vương vãi mấy câu ngôn tình ông ấy tìm được ở trên mạng. “Đàn bà thì mơ mộng, đàn ông thì hứa hẹn.” Kiểu đó. Thật là *lame* và nông cạn. Ông ấy vừa đi học vừa đi làm, gia cảnh dưới quê. Bộ ông ấy thì chỉ hứa thôi chứ làm được gì cho ai, lo cho mình còn chưa xong. Thực ra tôi cũng muốn ai đó phù hợp với mình hơn, nhưng tôi chẳng có ai. Rồi tôi chắc lười là không quan trọng. Tôi chỉ muốn mất

trình. Tôi ra khỏi nhà với cái đích như vậy. Tôi thấy cái trình tiết chả có giá trị gì.

Chúng tôi tắt đèn rồi bắt đầu hôn. Tôi không nhớ các chi tiết, vì tôi chẳng thấy thích thú gì, không có cảm nhận gì hết. Chắc là vì tôi không thích ông ta. Ông ấy trông lẻo khoẻo nên cứ như là tôi *fuck* một đứa con gái vậy. Sau khi mọi việc đã qua, tôi tự nhủ, “Vậy là nó xảy ra như thế đó... Trời, kỳ dị ha.”

Mọi thứ vẫn như cũ, không có gì khác hết. Không có gì đáng nhớ, thậm chí tôi còn muốn quên đi. Bởi vì sao bạn biết không? Bởi nếu nó đặc biệt và tuyệt vời thì có nguy cơ là bạn sẽ kỳ vọng quá nhiều vào cuộc sống sau này. Tôi đã tự rút cho mình kinh nghiệm là không nên kỳ vọng gì vào cuộc sống. Từ nhỏ đã không có ai quan tâm lo lắng gì tới tôi hết á. Quần áo tôi lôi thôi lếch thếch, tay và đùi xước xát. Cái niềng răng tôi đang đeo này, nó to tướng nhưng tôi không có tiền để lấy cái đắt hơn. Giờ tôi thấy suy nghĩ của mình khác rất nhiều so với mấy đứa vẫn ở cùng ba mẹ. Tôi phải cứng rắn hơn, bạn hiểu không? Tôi không phải là một đứa con gái được cưng, được chiều. Nhưng tôi phải chấp nhận thôi, tôi đâu có quyền gì mà đòi.

Sau hôm đấy thì chúng tôi còn làm tình một lần nữa, rồi ông ấy biệt tăm. Tôi đã khóc rất nhiều. Tại sao người ta lại hành xử như vậy? Tôi nhắn một cái tin dài, đại ý nói có chấm dứt thì cũng nên đàng hoàng, ít nhất phải nói với nhau một tiếng, nhưng ông ấy cứ im lặng vậy luôn. Tôi biết là không nên kỳ vọng gì vào cuộc đời, nhưng tôi vẫn khóc.

Vài tuần sau thì tôi quen người thứ hai. Cũng qua Zalo. Nói chung nhiều người trên Zalo dơ lắm, ít người *cool* hay thú vị. Tuổi tôi thích quen kiểu học sinh hơn, nhưng tôi đã thất bại trong việc quen kiểu học sinh. Có những người mà tôi rất muốn giao tiếp, kết thân, nhưng tôi không biết cách phải làm sao. Lúc đó tôi thấy cuộc đời buồn chán, bạn biết học lớp Mười hai thì nó mệt mỏi và chán như thế nào rồi đó. Tôi chỉ muốn nói chuyện với trai thôi, muốn có trai để vui vẻ này nọ. *Just wanna havefun*. Ông thứ hai thì rất dễ chịu, ông ấy đối xử tử tế với tôi hơn ông trước nhiều. Chúng tôi nhắn tin dâm nhiều lắm. Hiện chúng tôi vẫn nói chuyện với nhau, vẫn đi cafe. Ông ấy thú nhận là ông đang có bạn gái. Vâng, tôi là *side chick*. Ông nói là ông rất thương cô ấy, nhưng cô ấy không làm ông ấy thỏa mãn tình dục nên ông ấy phải đi tìm các cô gái khác. Trên giường thì ông này giỏi hơn ông trước. Ông ấy nói tục rất nhiều. Tôi rất thích vậy. Không nói tục thì chán phèo à. Ông ấy khen tôi... hừm, tôi có nên nói không nhỉ... nghe kỳ lắm... giờ tôi đã có bạn trai rồi... Ông ấy khen là lười tôi giống một con rắn. Ví dụ vậy.

Dù ông đang có bạn gái nhưng tôi vẫn muốn tiếp tục. Với ông thứ hai này, chúng tôi có nhiều kết nối hơn, nhiều cảm xúc hơn. Tôi lắng nghe ông kể về các vấn đề của bản thân. “Anh có thể kể cho em nghe để anh cảm thấy nhẹ lòng hơn,” tôi nói với ông, “mặc dù em chẳng là ai cả...” Và tôi thèm được làm tình, bạn biết không. Chúng tôi đã làm tình ở trong rạp phim. Giờ nghĩ lại tôi thấy nó dơ, nhưng cái gì thì cũng nên thử một lần, bạn biết không.

Ông ấy thấy tội lỗi với bạn gái, tôi cũng có chút vậy. Tôi thấy mình hơi ích kỷ vì tôi chỉ muốn có ai đó làm tôi vui thôi. Ông kể là cô

bạn gái ông dễ thương như thế nào, xinh hơn tôi như thế nào. Ông cho tôi xem Facebook của cô ta. Tôi cười. Chắc đùa khác thì sẽ ghen đó, nhưng tôi thì đã quen rồi, trong quá trình lớn lên tôi đã chấp nhận là mình không xinh, là nhiều đùa đẹp hơn tôi rồi. Thậm chí giờ tôi còn coi thường những con nhỏ đẹp. Bạn đẹp thì bạn sẽ nhận được sự giúp đỡ từ đàn ông, bạn sẽ quen với điều đó và bạn sẽ nhò và rất là nhiều, bạn không có được sự cứng rắn như khi bạn tự làm mọi thứ.

Một tháng sau thì tôi quen tay thứ ba. Tôi quen hấn trên Tinder, nói chung chỉ để có sex. Nhưng hấn làm tình rất tệ. Hấn nhanh quá. Hấn hỏi tôi là em có mệt không, tôi phải nói dối là có. Nhưng tôi không muốn nói về hấn nữa, thằng khốn. Lần này tôi lại là *side chick*, nhưng hấn giấu tôi, thằng lơ mơ. Tôi bị lợi dụng.

Hiện nay thì tôi đang có bạn trai. Chúng tôi đã quen nhau ba tháng rồi và đó là *real love*. Tình yêu thực sự là gì? Bạn trai tôi hiểu tôi, trong khi kể cả ông thứ hai cũng không hiểu cuộc đời tôi, các suy nghĩ của tôi. Ông ấy thấy tôi quá rối rắm. Tôi không bao giờ nghĩ mình rối rắm nhưng mọi người thì thấy vậy. Tôi có thể kể cho bạn tôi chuyện học hành. Tôi mới vô học năm thứ nhất ngành marketing. Tôi ghét tụi trong lớp, nhất là đám nữ. Chúng nó ồn ào, chúng chỉ bàn về chuyện trai gái, rất là *mainstream*. Cái cách tụi nó đùa với nhau á, nó rất *lame* và nông cạn. Chúng nó tị nạnh với nhau nhiều hơn là giúp đỡ nhau. Tôi coi thường tụi nó, nhưng tôi cũng không thích mình kém tụi nó. Nói chung vô học ngành này thì đùa nào cũng nghĩ là mình giỏi lắm. Tôi thấy tôi và bạn trai rất hiểu

nhau.

Tôi không hay kể chuyện gia đình mình cho người khác. Tôi chỉ mới kể cho thằng Huy,\* và bạn là người thứ hai. Kể hay không thì cũng thế, kể ra có được cái gì đâu. Sẽ không có ai giúp gì tôi cả. Mà câu chuyện của tôi bình thường mà, đâu có gì đặc biệt. Tôi nghĩ rất nhiều đứa trẻ có tuổi thơ như tôi. Trước kia tôi hay khóc lắm, cứ nghĩ đến chuyện gia đình là khóc. Rồi tôi cứng rắn lên. Tôi nghĩ vậy, nhưng thằng Huy thì nói là thực ra tôi chỉ đóng kịch thôi, tôi chỉ diễn ra bên ngoài thôi.

### *Dừng lại suy nghĩ*

Tôi lo lắng. Hôm trước bạn trai tôi kể về người yêu cũ, về việc anh ấy đã “phát điên” vì cô ta như thế nào. Lúc đó tôi không tỏ thái độ gì, nhưng sau đó thì tôi khóc. Chưa bao giờ anh ấy nói anh ấy phát điên lên vì tôi. Như thế có phải là tôi *clingy* không nhỉ? Những người không đầy đủ tình cảm thì thường sau này sẽ *clingy*, vâng, đeo bám, van xin được quan tâm và yêu thương vì họ sợ bị bỏ rơi. Khi không được yêu thương thì người ta cũng không quen với việc yêu thương người khác. Thỉnh thoảng thằng em tôi tới thăm tôi, tôi rất thương nó vì biết nó thiếu thốn tình cảm, nhưng tôi không thể hiện được tình cảm với nó. Nhiều lúc tôi muốn gặp và làm tình với ông thứ hai, tôi nhớ ông ấy. Tôi không làm vậy, vì tôi tôn trọng bạn trai tôi, nhưng tôi cũng đặt câu hỏi về chính bản thân. Tôi có khả năng yêu thương không? Tôi không quen kết bạn giao lưu, nhờ người giúp đỡ, hỏi han nhờ vả. Mà tương lai tôi sẽ phải cần cái đó nhiều hơn. Tôi suy nghĩ rất là nhiều.

Có lần tôi coi bói toán. Tôi rất sợ ba cái bói toán. Tôi né coi nó,

và cũng không *thực sự* tin, nhưng có những cái nó làm mình suy nghĩ và lo lắng. Lần đó tôi coi và người ta bảo là tôi sẽ cô đơn, và tôi khá sợ điều này.

Tôi nghĩ là ai cũng sợ cô đơn.

## 4. “CHÚNG TÔI ĐANG ĐI VỚI SỰ BẤT AN VÔ BỜ BẾN”

*(Hà An, nữ, 20 tuổi, bỏ đại học)*

Bạn có nghĩ là mọi cái cô đơn chẳng qua đến từ việc mình bị mất kết nối với gia đình không? Khi sinh ra, mình có sẵn kết nối với ba mẹ, ông bà. Sau này thì mình tự tạo ra những kết nối với bạn bè. Nếu có cãi nhau với bạn thì mình cũng không phải quá buồn chán, bởi mình biết đó là mối kết nối mình có thể tạo nên, có thể dựng lại lần nữa. Nhưng khi cái kết nối với ba mẹ, với gia đình bị mất đi thì mình không thể xây dựng lại được nữa. Mình cảm thấy lạc lối.

Hôm trước, Bống, đưa em gái chín tuổi của tôi, đang ăn dở một quả táo thì bà ngoại cắn một miếng vào đấy. Nó không chịu ăn nữa, đòi quả khác, nhưng bà không cho. Tôi bênh nó thì bà bảo là chúng tôi chỉ sạch sẽ vớ vẩn, “nhà thì nhắc mãi không lau”. Tôi nói bà không tôn trọng chúng tôi. Bà bảo, “Xã hội bây giờ toàn bố láo bố lếu, xong rồi thì cãi khỏe.”

“Thế hệ của bà và của cháu khác nhau rồi bà ơi,” tôi cố lý luận. “Thời bà sống nó áp đặt, nhưng bọn cháu bây giờ được tự do lên tiếng rồi.”

“Ở nhà tao thì không được lên tiếng.”

Thế là hết chuyện.

Động một cái là “nhà tao”, cứ như bà sợ tôi và Bồng quên là chúng tôi đang ở nhà bà. Mẹ ở luôn tại cái quán karaoke của mẹ, cách nhà bà nửa cây, tôi không rõ có cùng bạn trai hay không, và tôi cũng không muốn tìm hiểu. Buổi sáng, mẹ hay qua nhà bà để cho cái Bồng đi học, buổi chiều mẹ tới tắm cho nó. Thi thoảng, mẹ ăn cơm tối với chúng tôi. Bà nói mẹ là con người hoang dã, một quả bom trong nhà, lúc nào cũng có thể phát nổ, gây phiền toái một cách bất ngờ. Hai người thường xuyên cãi nhau. “Hà An ơi, bà nói thật nhé...” từ bé tôi đã rúm lại mỗi khi nghe những lời rào đón này, vì sau đó sẽ là, “mẹ cháu...” “Nhìn mẹ cháu đấy, giờ mình phải khác đi, đừng giống mẹ mày rồi khổ cả đời.” Hoặc là, “May là mày giống ba mày chứ không giống mẹ mày.” Người lớn nhiều khi thật kỳ. Họ tưởng họ làm tốt cho mình trong khi họ làm mình đau. Những lời mắng nhiếc chĩa vào mẹ nhưng xoắn chặt tâm can tôi, làm tôi thật đau lòng.

Tuần trước, trong bữa tối có cả mẹ, tôi nói:

“Mẹ ơi, sau này thì con chẳng kinh doanh kinh diếc gì đâu nhé.”

Với thằng Đan\* hay cái Ngân,\* hai đứa bạn học phổ thông của tôi, thì tôi sẽ bỏ mấy từ “kinh doanh kinh diếc” đi, nhưng với mẹ thì tôi phải nói theo cái kiểu bố bã, suồng sã như vậy. “Con sẽ làm mấy việc mà nó phải có ích cho cộng đồng cơ.” Đam mê của tôi là giáo dục và môi trường.

“Có ích cho cộng đồng làm đéo gì.” Mẹ bảo. “Xong rồi mày để tao già chết khô ra à...”

Đó. Thế nên tôi cũng không biết làm thế nào để nói một câu chuyện nghiêm túc với mẹ.

Nhưng tôi biết là tôi có làm gì thì mẹ cũng kệ. Mẹ thờ ơ. Năm ngoái, khi tôi thông báo tôi sẽ làm *gap year*, và mùa thu tôi sẽ đi châu Âu làm tình nguyện viên, thì mẹ chỉ hỏi tôi cần bao nhiêu tiền. Nếu là tôi, tôi sẽ hỏi con tôi nhiều thứ, nó sang đó làm gì, việc gì có ý nghĩa với nó. Nói chung, tôi có cảm giác tôi và cái Bóng ở bên ngoài cuộc sống của mẹ.

Điều tôi buồn nhất là cái Bóng phải chịu số phận không có ba, giống tôi. Ba tôi qua đời cách đây hai năm, ba của Bóng thì còn sống nhưng nó không hay gặp ông ấy lắm. Lúc đầu thì nó và ba nó rất thân nhau, nhưng sau thì ông ấy không gọi điện cho nó nữa.

Cho nên tôi luôn cố gắng bù đắp tình cảm cho nó. Trong một buổi thử tâm lý, người ta đưa ra nhiều màu sắc và tụi trẻ phải gán cho chúng ý nghĩa. Bóng nói màu đỏ liên quan tới máu, màu xám là sợ hãi, trong khi những đứa khác chỉ nói đó là màu của bức tường. Bác tham vấn nói điều mà tôi cũng đã biết. Thiếu gắn kết với ba mẹ, đứa trẻ sẽ dần có cảm giác không an toàn. Chúng sợ hãi, thấy bất an và khó xây dựng quan hệ với người khác.

Những điều đó, bản thân tôi đã trực tiếp trải qua, thậm chí còn tệ hơn nó nhiều. Hồi cấp Một, mẹ nghĩ bà nuôi tôi thì sẽ tốt hơn, vì bà là giáo viên, chỉ thỉnh thoảng mẹ đón tôi về ngủ cùng. Hồi đó tôi không ý thức được là mình thiếu gì, tôi được ăn uống đầy đủ, được đi học. Bây giờ thì tôi biết rằng thời đó tôi mong muốn được ở với ba mẹ. Tôi nằm bên chiếc cửa sổ to, đợi mẹ tới đón, và nói chuyện với đứa bạn tưởng tượng trong đầu, “Bạn ơi, tớ cầu nguyện tiếng xe này là của mẹ tớ.” Tuổi thơ của tôi gắn liền với sự chờ đợi và hy vọng. Hy vọng tiếng xe máy này là của mẹ. Hy vọng cái máy bay

bay ngang qua có ba trên đó. “Ba ở trên đó đấy, ba sắp về rồi,” bà nội hay nói vậy. Càng chờ đợi tôi càng thấy cô đơn.

Tuần trước, tôi ngồi bên ngoài lớp học đàn của Bồng đợi nó học xong. Tiếng đàn dịu dàng và tiếng cô giáo thanh thanh từ bên trong vọng ra. Bỗng nhiên tôi thấy tủi thân kinh khủng, khiến tôi phải tháo kính ra lau mắt.

Tôi đoán là mẹ cho rằng tôi có tất cả mọi thứ. Mẹ sẽ nghĩ là, ờ, con này, nó rất có tương lai, nó học Ngoại thương, nó đi hết nước này đến nước khác. Làm thế nào để tôi có thể nói với mẹ là tôi muốn được chăm sóc và yêu thương. Trước kia, hiếm khi chúng tôi nói được quá ba câu mà không nổi điên lên với nhau. Bây giờ lớn rồi, tôi cố gắng nhẹ nhàng hơn, kiềm chế hơn, nhưng bạn ơi, mẹ tôi không phải là cái kiểu người sẽ ngồi xuống và lắng nghe tôi như bạn đang làm.

Em tôi cũng không được gần ba mẹ, nhưng ít nhất nó có một người để nó dựa vào, đó là tôi. Nó có một người quan sát nó, đó là tôi. Nhưng tôi không có ai cả.

### *Nghẹn ngào*

Ai là người là tôi có thể dựa vào? Ai là người quan sát tôi, lắng nghe tôi?

Tôi vào đại học như một cái máy. Thấy người ta bảo Ngoại thương là tốt thì ok, mình sẽ thi vào Ngoại thương. Tôi học ngày học đêm. Bà ngoại rèn tôi ác lắm. Đến bây giờ tôi vẫn còn co rúm người lại khi nhìn thấy một con toán và sợ rằng nếu mình không giải được nhanh thì người ta sẽ cho là mình đần. Có hôm tôi lỡ ngủ trưa ba

tiếng, tỉnh dậy, tôi khóc âm lên vì vừa bỏ lỡ thời gian cho việc học. Khi gần thi đại học thì có những lúc tôi hoài nghi. Mình đang làm cái gì đây, tại sao mình lại vào một cái trường mà mình chả biết gì về nó? Nhưng rồi tôi nhận được điểm, giấy tờ được hoàn tất, các thủ tục đã xong, và tôi bước chân vào trường. Đó là con đường an toàn nhất rồi, tôi tự nhủ. Mọi người khen tôi giỏi, tôi có ý chí, và tôi thấy dễ chịu. Tôi tìm cách có được nhiều lời khen hơn mà không tự hỏi thực ra mình muốn gì. Bây giờ tôi gọi trạng thái đó là *ngủ quên*. U mê. Không ý thức được là mình đang làm gì và vì sao.

Ở tuổi chúng tôi ai cũng cảm thấy mình đang trong những cuộc đua. Đứa này vào câu lạc bộ, nó có nhiều bạn thế, còn mình thì bỡ ngỡ, cô đơn. Đứa kia làm thêm lương cao vậy, đứa nọ được học bổng, mình thất bại toàn tập rồi. Tôi thấy những cuộc đua này vô vị và vô nghĩa, nhưng lại bối rối không biết mình muốn gì. Tôi hoang mang vì thấy mọi người luôn hiểu bản thân hơn tôi. Các buổi sáng tôi leo những bậc thang dẫn tới giảng đường và cảm thấy mình bị mòn mỏi. Mình cứ đặng đặng như thế này bốn năm nữa à, ngoài những cuộc đua này ra còn có cái gì khác nữa không? Có cái gì đấy mình làm mà không phải là để so đo với người khác không?

Qua năm thứ nhất thì tôi quyết định bảo lưu và làm *gap year*.

Một năm sau, sự an toàn mà tôi đã lựa chọn sụp đổ tan tành. Nhưng lúc bấy giờ tôi chưa biết gì về điều đó.

Sau khi bảo lưu, tôi đâm đơn vào một chương trình trao đổi sinh viên tình nguyện quốc tế. Trên trang Facebook của nó là bức ảnh một cô gái mặc áo phông, tóc highlight vàng, ngồi trên cái vali cứng, nhìn ra đường băng sân bay. Ở châu Âu, lần đầu tiên tôi vào bar và

hiểu được rằng vì sao người ta muốn đến đó. Trước đó tôi chỉ mới từng hút bóng, chủ yếu để chứng tỏ với bạn bè là mình không phải là người nhàm chán, chỉ biết học hành. Trong bóng tối của quán bar, giữa đám đông và âm nhạc, tôi thấy tự do, không sợ mất mặt hay e ngại gì cả. Chất cồn giúp bạn tắt được đồng suy nghĩ trong đầu đi. Tôi nghĩ đó là lý do nhiều người thích sa đọa, nó giúp họ sống trong hiện tại một cách nhanh nhất mà không cần cố gắng, tuy tôi biết đây không phải là cách bền vững.

Ở Barcelona, tôi có trải nghiệm tình dục đầu tiên. Tới thời điểm đó, tôi chưa thực sự yêu bao giờ, và cũng chẳng biết thế nào là yêu. Trong nhà tôi toàn nữ, không có nam giới, cả đời tôi thiếu va chạm với họ, nên tôi rất tò mò. Tôi nghĩ nhiều tới tình dục, hay tưởng tượng ra những động chạm thân thể, những vuốt ve - chắc là do từ nhỏ tôi quá thiếu thốn những ôm ấp.

Đêm hôm đó, trong cái căn hộ bé tí của người bạn Tây Ban Nha mà tôi quen qua couchsurfing,\* tôi nhấp đầu môi vodka và chúng tôi chơi trò *Tôi chưa từng bao giờ*, qua đó anh ấy biết tôi chưa bao giờ làm tình. Trước đó chúng tôi đã lang thang ở mấy quán bar, và khi anh ấy rủ về nhà để uống tiếp thì tôi biết điều gì sẽ xảy ra nếu tôi tới nhà anh. Nhưng tôi muốn nó xảy ra. Tôi tự nguyện hoàn toàn. Tối hôm đó tôi cảm thấy mình đã sẵn sàng.

Tuy nhiên, khi anh ấy tắt ti vi và tôi ngã vào lòng anh thì tôi lại băn khoăn, liệu chúng tôi có nên dừng lại? Anh ấy nhìn tôi chăm chú và nói rằng sẽ không làm gì mà tôi không muốn. Tôi gạt chút lý trí còn lại sang bên, và anh ấy hôn tôi, không ngẫu nhiên, mà nhẹ nhàng đến mức tôi kinh ngạc.

Ở trên giường, tôi lặng lẽ để yên cho anh ấy hôn lên vai, cởi áo ngoài, cởi áo con của tôi. Toàn bộ da thịt chạm nhau, nóng rát. Tôi ướt đẫm phía dưới, điều đấy thật may mắn vì sau này tôi đọc báo thấy là lần đầu tiên con gái dễ bị khô và điều đó sẽ rất khủng khiếp. Trong bóng tối, tôi cảm nhận được lưỡi của anh ấy bên dưới, ướt át và mềm mại, nhẹ nhàng và mơ mộng.

Sau này tôi hiểu rằng tôi may mắn hơn nhiều bạn nữ khác. Người tình đầu tiên của tôi quá *thoughtful*, có từ tiếng Việt nào thích hợp nhỉ? Tôi không lo về việc anh ấy có yêu tôi không, anh ấy có lợi dụng tôi không, tôi có ngu ngốc cho đi lần đầu của mình không. Tôi không ngu ngốc, tôi làm điều tôi muốn làm, và cảm nhận điều tôi muốn cảm nhận. Tôi cảm thấy sự giải phóng trong tay mình. Tôi hoàn toàn an toàn và tự do. Trình tiết thuộc về sự tự do cá nhân của tôi.

Chúng tôi ngủ thiếp đi, rồi dậy làm tình, rồi lại ngủ, rồi lại dậy làm tình. Mỗi khi tôi rên rỉ vì đau thì anh ấy dừng lại và thì thào, *Hôn anh đi*, và cảm giác đau lại lắng xuống. Tôi xúc động, đã lâu rồi có ai quan tâm tới tôi một cách dịu dàng như vậy đâu. Gần sáng, anh ấy ra ngoài lấy lon bia, còn tôi uống nước lọc, đầu tóc rối bời. Anh quay lại và nói nhỏ vào tai tôi là mong tôi đừng cào anh ấy nữa. Tôi sờ các vết cào và hơi xấu hổ, chúng hằn sâu.

Sau đó, chúng tôi không bao giờ gặp lại nhau nữa.

Liệu có một lúc nào đó tôi sẽ hối hận, tôi hay tự hỏi. Đến bây giờ thì không một chút nào. Cho tới giờ với tôi đó vẫn là một đêm tuyệt vời, đáng nhớ lại từng chi tiết một. Tôi sẽ không bao giờ quên kỷ niệm đầu đời này, không muốn quên dù chỉ một cái chạm nhẹ của

anh ấy. Tận tới hôm nay, những chi tiết của tối hôm ấy cứ như một dòng sông ký ức, chảy mãi không dừng.

Buổi chiều ngày hôm sau, tôi kể cho một ông họa sĩ đường phố Barcelona già những điều tôi mới trải qua. Lúc đó tôi khao khát được nói với một ai đó, tốt nhất là một người không quen biết. Ông vừa vẽ tôi vừa lắng nghe, và cuối cùng nói, chào mừng cháu đến với thế giới của hạnh phúc.

Đến nay tôi chỉ kể chuyện này cho ba người, ông họa sĩ già ấy, người thứ hai là... tôi sẽ gọi anh ấy là *anh châu Á*... và bây giờ là bạn.

Tôi có một nỗi sợ mơ hồ là chuyện tình cảm của mình sẽ giống của mẹ, không được suôn sẻ, không được *lành mạnh*. Ngày xưa, những hôm mẹ đón tôi muộn thì bà ngoại lại hỏi, “Mày làm đĩ hay sao mà về muộn thế?” Lên cấp Hai, có một thời kỳ tôi ở với mẹ. Mẹ hay mang những người đàn ông khác nhau về nhà, và những lúc như vậy tôi cảm thấy một cái gì đấy rất thiêng liêng của mình bị xâm phạm. Buổi tối, tôi nằm cùng giường với họ, giả vờ ngủ để mẹ khỏi mắng. Căn nhà nhỏ, trong bóng đêm tôi không nhìn thấy gì cả, nhưng tôi có thể nghe thấy những tiếng động họ gây ra. Theo bản năng, tôi lờ mờ biết nó là cái gì tuy không gọi được thành tên. Tôi tức tối và muốn giết những người tình của mẹ, mặc dù họ rất tốt với tôi và tôi cũng quý họ. Trẻ con là như vậy, mình vừa có thể ghét họ vừa có thể quý họ.

Đến giờ tôi vẫn thấy hơi ghê ghê mẹ, chỉ vô tình chạm vào người mẹ thôi, tôi cũng thấy không thoải mái. Trước kia tôi tưởng đứa trẻ

mới lớn nào cũng thế. Nhưng giờ tôi biết cảm giác này tới từ sự tức giận của tôi trong những đêm đó.

Nhiều khi tôi thấy mình giống ông Humbert Humbert trong cuốn *Lolita*, nhưng chỉ đảo ngược thôi. Humbert yêu Lolita vì không thể nào thoát khỏi hình ảnh cô người yêu nhỏ bé của mình mất năm 12 tuổi. Nó khiến ông ấy luôn thèm muốn những cô bé độ tuổi như Lolita. Còn tôi thì ngược lại, tôi bị ám ảnh về ba, nên tôi luôn cảm thấy thèm muốn những người ở độ tuổi ba mình. Trong vô thức, tôi đi tìm họ.

Ví dụ như với cái *anh châu Á*, anh ấy tới từ một quốc gia trên Himalaya mà tôi rất yêu quý. “Hay là anh nhận làm ba em đi...” Tôi nói khi chúng tôi nằm bên nhau. “Anh nhận em làm con gái đi.” Và anh ấy cũng ừ. Sau đó tôi gọi anh ấy là *mon papa*, và anh ấy gọi tôi là *sweetie*. Chúng tôi không dùng tiếng Việt nên tôi cũng không bị ngược ngạo gì.

Chúng tôi quen nhau trên mạng và thoạt đầu tôi chỉ nghĩ rằng anh ấy sẽ là một thầy giáo tâm linh, người có thể dạy tôi về triết lý sống, dõi theo tôi, điều mà mẹ tôi không làm. Từ thien, anh ấy nói tới tình dục, trích dẫn Osho và gửi tranh vẽ các cảnh làm tình cho tôi. Linh cảm rằng sẽ có điều gì đấy xảy ra, tôi bối rối vì anh ấy đã có vợ con, nhưng rồi tự nhắc lại lời của anh ấy là “quan hệ của chúng tôi trong sáng”. Rồi anh ấy sang Việt Nam công tác và ở nhờ nhà chúng tôi. Buổi tối, khi bà đã ngủ thì tôi nhẹ nhàng lên gặp anh. Anh ấy ở nhà tôi năm ngày, chúng tôi làm tình với nhau ba lần.

*Lạy Chúa! Em đang bị tra tấn. Em không thể ngừng nghĩ về cái máy bay đang mang anh ra khỏi đất nước này, thoát khỏi tầm nhìn*

*của em, đi xa khỏi tất cả những gì mà chúng ta đã từng có.*

Tôi viết như vậy trong cuốn nhật ký của mình, bằng tiếng Anh, vào một ngày hè nóng khủng khiếp.

Sau đây là một loạt những câu, “Bình tĩnh nào”, “Đừng hoảng sợ”, “Ê từ từ nhé,” kín cả trang sổ của ngày hôm đó, ngày anh đã đi thật xa khỏi tôi. Chỉ lúc này tôi mới nhận ra mình đã thiếu thốn những gì trong suốt cuộc đời ngắn ngủi mười chín năm của mình. Tôi nhớ lại nụ hôn của chúng tôi trong căn phòng chật chội. Tôi đã trần trụi một cách an toàn trước người đàn ông ấy. Con người thông minh đó đã tìm được một chỗ trong con tim tôi, ngồi vào đó và chứng kiến mọi sự điên dại, ngu ngốc của tôi, một kẻ đầy thiếu thốn, mòn mỏi, vật vờ trong các vai trò xã hội của mình. Anh đã chạm được đến cô gái bé nhỏ bên trong tôi, ôm ấp, an ủi và cùng trần trụi với nó, dù chỉ trong một khoảnh khắc. Vào ngày cuối, tôi hôn những ngón tay của anh ấy, vờn những lọn tóc, và cảm thấy anh ấy đang từ từ rời xa. Đã bao giờ bạn cảm thấy như thế chưa, cảm thấy sự chia ly xảy ra ngay trong khi người kia vẫn đang hiện diện?

Nhưng anh cũng nói trước rằng anh sẽ ra đi, và lại trích dẫn Osho, “đến và đi là quy luật”. Mỗi ngày tôi lấy cái áo anh để quên ra, đưa lên mặt hít hà. Trong tôi lớn dần nỗi lo sợ. Khi anh gọi điện, tôi không muốn nhắc máy. Tôi sợ mình sẽ nói những điều nhảm chán, sợ anh sẽ phát hiện ra tôi chẳng còn gì quyền rũ cả.

Khi mùi hương của áo bay hết thì anh cũng không còn quan tâm tới tôi nữa. Có phải anh đến với tôi vì thể xác? “Tình bạn mạnh mẽ thì không cần nhiều lời,” anh trả lời. Tôi *block* anh ấy. Tôi *unblock*

anh ấy. Anh chỉ gửi mặt cười. Thật là khó để giận đối anh ấy. Đôi khi tôi thấy mình không xứng đáng với sự chú ý của anh ấy, tôi xấu xí và chẳng hấp dẫn hay có giá trị gì cả. Lúc khác tôi không rũ bỏ được cảm giác anh ấy lợi dụng mình.

Có lúc tôi cho rằng mình đang chịu một lời nguyền, được truyền xuống từ mẹ tôi. Mẹ tôi qua lại với người đã có vợ thì tôi cũng sẽ như vậy. Hồi còn đi học, có lần tôi kể chuyện của mẹ cho một người lớn mà không nói đó là chuyện nhà mình. Người này trợn mắt lên, “Thế á? Vô đạo đức thế thì sau này nghiệp nặng lắm...” Kể từ đó, tôi mặc cảm, ngấm ngấm xấu hổ về bản thân. Tôi cho rằng tôi có lỗi vì đã *để mẹ* làm như thế.

Tôi phải làm gì để thoát khỏi lời nguyền này? Tôi đã từng hình dung mình rất mạnh mẽ, mình sẽ vượt lên được hoàn cảnh: một tuổi thơ cô đơn, ba mẹ không có học thức cao, sự áp đặt của bà ngoại... Nhưng giờ nhìn lại, tôi thấy một bản thể rỗng không, không có điểm tựa. Khi tôi thấy quan hệ của chúng tôi thật đẹp đẽ, lúc tôi lại thấy mình đầy tội lỗi. Tôi đã yêu một người có vợ, mà thậm chí tôi còn không cảm thấy đây là vấn đề, tôi còn mong có thể được làm bạn với vợ anh ấy, làm chị gái của các con anh ấy. Anh lấp đầy khoảng trống trong tôi. Mỗi khi tôi chia sẻ về gia đình, khóc lóc là tôi *fucking* cô đơn, anh ấy hôn trán, xoa đầu tôi, nói rằng tôi hãy tha thứ cho mẹ, cho bản thân mình. Sau mười chín năm của cuộc đời, khi có ai đó thủ thỉ vào tai tôi rằng sự bất hạnh không phải là lỗi của tôi, làm sao mà tôi có thể không cảm động?

Khi tôi học lớp Sáu thì ba về. Tối đầu tiên, tôi được phép ngủ với

ba. Trần trọc cả đêm, tôi tự nhủ, đây là ba mình, nhưng thấy trống rỗng bên trong. Tôi lén nhìn và thấy một người đàn ông xa lạ, một người không liên quan gì tới cái từ *ba* rất thân thương. Là một đứa con gái bắt đầu lớn, tôi không ôm ấp, thân thiết với ba được nữa. Ba yêu quý tôi, tôi biết, nhưng tình yêu đó không chạm được vào tôi, tôi không cảm động được. Ông không ở cùng chúng tôi, và dần dần hình ảnh người ba thân thiết mà tôi xây dựng trong đầu trong bao năm cứ nhạt nhòa đi. Tôi còn nhớ đợt bà nội mất, tôi sang thăm ba và thấy ông ngồi khóc ở trên gác. Tôi nhìn ông ở đó, muốn chia sẻ, an ủi, nhưng chẳng biết làm gì. Đó là một người đàn ông xa lạ mà tôi không thể ra ôm ấp được, nhất là khi tôi chẳng bao giờ được ai ôm ấp cả.

Hơn một năm sau khi bà tôi mất thì ba qua đời. Buổi tối hôm đó rất bình thường. Tôi đang học bài thì tự dưng ba sang nhà và nói là muốn đưa tôi đi ăn ốc. Tôi có ca dạy, làm gia sư tiếng Anh cho một em hàng xóm. Nó ở gần nhà nên thực ra tôi có thể dạy nó lúc nào cũng được, nhưng tôi chả có lý do gì để làm thế. Ok, ba sang, nhưng mình còn có *việc*, mình chả bận mà gì với ba cả. Thậm chí tôi còn hơi khó chịu, bây giờ tôi vẫn còn nhớ rõ. Tại sao tự dưng sang mà không báo trước? Tôi bảo, “Không được, con có việc rồi.” Tôi đứng dậy, cho mấy cuốn sách giáo khoa tiếng Anh vào túi. Ba đứng đó, ba hiền mà... Ba cứ đứng đó mãi và chẳng biết làm gì.

Chín rưỡi tối, tôi dạy xong và về nhà. Mười một giờ thì tôi nhận được tin ba tôi mất. Lúc đó tôi thấy như thế nào nhỉ? Tôi chả cảm thấy gì luôn, đầu trống rỗng. Trong đám tang, có lúc tôi bật khóc rất nhiều, nhưng có lúc một tí nước mắt tôi cũng không rạn ra được.

*Im lặng*

Sau đám tang, bác tôi đưa tôi cuốn nhật ký của ba, bác thấy nó trong túi áo khoác. Cuốn sổ chỉ to bằng nửa bàn tay, ba viết bằng nét chữ to và vụng về của người ít học, mỗi trang chỉ đủ cho sáu, bảy dòng ngắn. Chúng được viết rất gần thời điểm ba qua đời.

***“Ra hiệu sách mua một con gấu thật xinh xắn. Tôi đã hứa tặng cô bé lần tới cô tới chơi.”***

Tôi đoán có em bé hàng xóm nào đó hay tới chơi với ba.

***“Bé tắc trong công việc Môi trường làm việc và Những mối quan hệ Thất vọng đổ kỵ ghen ghét nghi ngờ”***

***“Ko thấy bé gái đến giờ thì tôi nghĩ đó là một lời hứa mà tôi ko làm được”***

Lúc đó ba đã biết là mình sẽ không thực hiện được lời hứa?

***“Buông xuôi tất cả thấy lòng nhẹ nhàng hơn. Về với vô thường về với cát bụi”***

Có một kỷ niệm mà giờ đây hiện về rất rõ ràng trong tâm trí tôi. Đó là một ngày hè trên bờ biển ở gần quê tôi, nửa năm trước khi ba qua đời, trong chuyến du lịch của cả nhà, kỳ nghỉ duy nhất và cũng là cuối cùng có đầy đủ cả gia đình tôi dù theo luật pháp thì nó không còn được gọi là một nhà nữa. Tôi chơi với Bóng, tôi vẫn thế, xa lạ với ba mình như mọi khi. Khi bắt chợt quay ra, tôi thấy ba ở kia, đang chơi với mấy đứa trẻ lang thang dọc biển. Ba vốn yêu trẻ con. Ba dạy một đứa tập bơi, cần mẫn và nhẹ nhàng. Không gian xung quanh là nắng vàng xế chiều và biển. Khi thấy cảnh ấy, lòng tôi

trông hươu trông hoác. Có gì đó đã mất trong tôi. Tuổi thơ, một giấc mơ, một viễn cảnh tôi đã từng hy vọng mình ở trong đó. Nhưng tôi đã lớn rồi, tôi không thể giống đứa trẻ đang ở cạnh ba kia nữa. Trong lòng tôi trỗi dậy một nỗi buồn và tủi thân. Tôi ngụp xuống nước mặn chát để nước mắt hòa trộn nước biển. Tôi không bao giờ trở thành đứa trẻ của ba được nữa.

Mọi người nói rằng tối hôm đó ba tôi tự tử.

Tôi nói với mọi người là tôi từ chối nghe, tôi không muốn biết sự thật. Vì sao tôi cần biết cơ chứ? Nói chung, một con người đã biến mất. Thế thôi.

Năm *gap year* khép lại, tôi quay lại trường Ngoại thương và nhận ra mình chán nó đến tận cổ. Trước kia, tôi thấy tội buồn chán là tội nhu nhược, kém cỏi, không có tương lai, tôi cố gắng thể hiện cho người khác và bản thân rằng mình là một người năng động, luôn luôn làm việc. Tôi bước vào năm *gap year* với kỳ vọng tôi sẽ *thu hoạch* được cái gì đó có *ích* cho sự nghiệp sau này: kỹ năng mềm, ngoại ngữ... Giờ đây, tôi thấy chúng chẳng quan trọng gì, điều tôi mong mỏi là biết được cách yêu thương người khác và cách đón nhận yêu thương từ người khác.

Tôi vật vã nhiều tháng, đối thoại với bản thân, vẽ sơ đồ cái được và cái mất. Một hôm, trong tiết Đường lối, tôi ngồi vẽ nhăng vẽ cuội trong khi cô giáo nói về hai cái tiêu cực của văn hóa hiện đại, đó là sống thử và tình dục trước hôn nhân. Tôi vừa thấy khôi hài vừa thoáng chút giận dữ. Tôi đang làm cái quái gì ở đây thế này? Xung quanh tôi, những mái tóc đen nhấp nhô, tiếng quạt máy ro ro, tiếng

máy lạnh rì rầm. Cuộc đời tôi cứ trôi qua một cách ngớ ngẩn như thế này sao?

Ngày đăng ký tín chỉ tới. Bình thường thì tôi sẽ cuống lên đăng ký môn này môn kia, nhưng hôm đó tôi đi làm các việc khác, thấy mọi thứ vừa thực vừa ảo. Tôi biết mình đã quyết, nhưng vẫn thấy có gì đó lẩn khuất. Tôi có đang đùa với cuộc đời mình? Cuộc đời tôi đang rẽ sang một hướng khác, trước tôi hình dung cái ngày này trọng đại và ý nghĩa lắm, nhưng giờ tôi chỉ thấy nó nhạt nhẽo.

Không hiểu sao, hôm thi môn Thống kê, tôi vẫn ngồi vào lớp, nhưng thay vì giải bài tôi viết một bài luận về quyết định bỏ học của mình. Một tuần sau, tôi thấy mình ngồi trong văn phòng của thầy trưởng khoa. Bài luận được chuyển tới thầy, và thầy thấy nó “rất đặc biệt.” Có lẽ thầy nghĩ tôi bỏ học để làm start-up hay cái gì đó tương tự. Tôi suýt khóc vì không giải thích được tại sao mình muốn bỏ học, và khi tôi nói không biết mình muốn làm gì, thì sự quan tâm và tò mò trong mắt thầy tắt hẳn. May mà thầy không nói cuộc sống là một cuộc đua, nhưng thầy nói trong cuộc đời ai cũng phải bơi. Chắc hẳn thầy cho rằng tôi là một đứa lười biếng và không có trách nhiệm với bản thân.

Làm sao tôi có thể thanh minh cơ chứ. Tôi không thể nói với thầy trưởng khoa, với mẹ, với bà, với bác, những người đang cuống lên và cáu và thất vọng và mắng mỏ tôi rằng tôi thấy mọi thứ vô nghĩa. Rằng tôi không thấy mình hòa nhập với những việc tôi làm, tôi cứ như đứng cạnh chúng, không thuộc về chúng, không tìm được ý nghĩa từ chúng. Chúng không làm tôi thấy đầy đủ, trọn vẹn, không làm tôi thấy hạnh phúc. Trong buổi họp dự án, người ta phê bình tôi,

trước kia tôi sẽ cãi, sẽ bực mình, nhưng giờ đây tôi chỉ ngồi nghe, đứng dưng. Thậm chí có lúc tôi chán ghét cả những cuốn sách mà tôi vốn rất thích. Có một sự cô đơn nằm ở dưới toàn bộ những gì tôi đang làm, không gì có thể che lấp nó được. Thời gian cứ trôi, tôi thấy mình ngồi trong trường cũng lãng phí nó mà không ngồi trong trường cũng vậy.

Nhưng tôi không nói vậy với mọi người được, họ sẽ không hiểu gì cả.

Sinh nhật hai mươi tuổi của tôi rơi vào tuần cuối cùng của năm. Mẹ nhắn tin, "*Chúc con gái của mẹ luôn thành công. Cho các e chú đi vệ sinh xong cho vào chuồng luôn ko chết rét.*" Thế là tiến bộ lắm rồi, những năm trước mẹ còn quên cơ. Sáng hôm đó, trong tâm trạng u ám, tôi mắng cái Bông vì nó dậy muộn, vì nó lười ăn, xương sườn nó nhô hết cả ra, tôi bắt nó ép thêm trứng vào bánh mì, tôi nói là tôi ghét nó và thấy nó nhăn nhó như con khỉ, nó bảo tôi là con lợn béo. Đưa nó đến trường xong, tôi khóc như điên, tôi biết là mình vừa làm tổn thương nó để thỏa mãn cái độc ác và xấu xí bên trong tôi.

Ngày ba mươi tháng Mười hai, đột nhiên tôi nhận được tin nhắn của anh châu Á, hỏi về kế hoạch của tôi hôm sau. Anh ấy đang ở Hà Nội cùng hai đứa con. Tôi suy nghĩ rất lâu, rồi nhắn. "Em không có kế hoạch gì." Đó là sự thật. Rồi tôi nhắn thêm, "Nhưng em không muốn gặp anh." Đó cũng là sự thật, là nguyên tắc đạo đức của tôi. Tôi thấy mình vững vàng, *cool*, ngẫu. Anh ấy nhắn lại, "Ok."

Tối giao thừa, mọi người bận rộn chuẩn bị đón năm mới, còn tôi và Đan thì lặng lẽ dọn dẹp quán cafe. Từ mấy tuần nay tôi và nó

cùng làm trong cái quán mà mẹ nó mở ra để nó có việc làm. Cái gì nó làm cũng liên quan tới mẹ nó hết. Buổi chiều, anh châu Á nhắn cụt lủn, “*Come see me tonite*” và gửi địa chỉ khách sạn cho tôi. Tôi để nó sang bên, tự ái vì anh ấy mặc định là tôi sẽ tới. Mười một rưỡi đêm, tôi và Đan bước ra đường, trời rét kinh khủng. Trong lúc Đan loay hoay khóa cửa thì tôi lấy điện thoại ra, “Em sẽ đến.”

Đêm đó là lần thứ tư chúng tôi làm tình. Còn có lần thứ năm nữa, vào sáng hôm sau. Và lần thứ sáu, vì tối hôm sau tôi lại quay lại. Thật ngạc nhiên là bà không nói gì, còn mẹ thì chỉ nói một câu, “Thế bây giờ đi qua đêm là chuyện bình thường à?”

Rồi anh ấy lại biến mất.

Có lúc tôi tự an ủi, nếu chúng tôi gần nhau suốt thì sẽ rất mệt mỏi, và tôi cũng không chủ động nhắn cho anh ấy. Nhưng tôi biết, nếu anh ấy muốn gặp thì nửa đêm tôi cũng sẽ đến. Đến giờ thì tôi hiểu là anh chẳng quan tâm hay dõi theo tôi trong cuộc sống như tôi mong ước, có lẽ tôi chỉ là một con rối trong tay anh ấy mà thôi. Thế thì cái tình cảm mà tôi có với anh ấy là gì, bạn có hiểu không? Tôi thì tôi không hiểu.

Chiều Chủ nhật tuần trước tôi đưa Bồng đi Aeon Mall chơi. Suốt cả quãng đường, có một nỗi buồn và lo lắng mơ hồ gặm nhấm tôi. Mình đang làm gì với cái cuộc đời mình thế này? Hôm đó Aeon Mall rất đông, tôi cũng sờ cái này, ngắm cái kia, nhưng bên trong tôi cảm thấy bị nỗi buồn chôn thối thúc. Tất cả đều vô nghĩa. Tôi đang lãng phí đời mình. Xung quanh tôi, người ta nắm tay nhau, mắt sáng lên niềm vui, khiến tôi thấy bị bỏ rơi, tôi cứ thui thủi một mình. Sinh ra là một đứa trẻ nhạy cảm, cần ai đó bên cạnh chăm sóc mình, nhưng

tôi không may rơi vào hoàn cảnh chẳng ai làm chuyện ấy cho mình. Suốt đời tôi đã cố gắng, con ngoan, học sinh giỏi, nhưng mọi sự chẳng đi tới đâu cả. Tôi thấy kiệt sức. Tôi chỉ muốn được nghỉ, muốn trốn đến một nơi nào đó để không phải lo nghĩ mình phải lớn lên như thế nào, mình phải là ai. Nơi mà tôi được yêu thương bởi tôi là tôi, chứ không phải vì tôi làm cái gì đó cho người ta.

Chắc là ba cũng đã từng trải qua cảm giác cô đơn như thế này, nhưng khi đó thì tôi đứng đưng. Liệu tôi có đang phải trả giá cho quá khứ? Số phận của ba đang lặp lại với tôi, đúng vào lúc tôi hai mươi tuổi?

Tôi tới quán cafe trước khi ca làm của tôi bắt đầu, ngồi ở ban công, nhìn mọi người qua lại, nghe bài *Năm trăm dặm*, những lời ai oán của một người lữ hành xa nhà, và bật khóc. Tôi nghĩ đến anh châu Á, anh ấy hứa gọi cho tôi nhưng mãi chẳng thấy đâu. Giờ đây tôi vẫn vin được vào tuổi trẻ để thấy mình có giá trị, để được người lớn ngưỡng mộ và ghen tị. Người ta vẫn nhìn vào tuổi hai mươi của tôi và nói tôi còn nhiều cơ hội. Nhưng rồi tuổi trẻ sẽ tàn lụi, sẽ đến lúc không ai gọi tôi là một cô gái trẻ dũng cảm, có nhiều cơ hội nữa. Lúc đó tôi sẽ chỉ là một kẻ xa nhà, bơ vơ trong cuộc đời.

Đêm hôm đó, tôi nói chuyện với Đan. Nó nói rằng tôi bị bế tắc, bị rối trong những sợi dây chằng chịt, còn nó thì bị kẹt trong sự luẩn quẩn, không có gì cản nó lại nhưng nó cứ đi vòng tròn. Đan là vậy, nó luôn chính xác trong ngôn từ. Tôi lắng nghe nó, vừa cảm thấy chúng tôi đang cùng nhau trôi trong một không gian, cái quận này, cái thành phố này, cái đất nước này, vừa như đang ở những nơi vô cùng tách biệt. Tôi thấy Đan vô cùng lẻ loi, và tôi cũng vậy. Tôi và

nó vô tình gặp nhau, rồi lại tách ra đi trên con đường riêng của mình. Nhìn thấy nhau, thật gần, thật sát, nhưng chỉ có thể ú ớ qua vách kính, không chạm được vào nhau. Chúng tôi đích thị là những nhà lữ hành bèn bĩ, đi vào cái mù mờ vô định của tương lai. Cái hành trình này quả là đáng sợ, chúng tôi đang đi với sự bất an vô bờ bến, không chỉ vì cái vô định của phía trước mà còn vì sự lẻ loi, trống vắng vô tận. Bao giờ thì tôi được nghỉ ngơi, để không còn tương lai hay quá khứ, không còn cô đơn, chỉ còn yêu thương và hạnh phúc trong hiện tại?

## 5.

# LỜI TÁC GIẢ: NHỮNG ĐỨA TRẺ BỊ BỎ RỜI

Điều gì nói lên chất lượng của mối quan hệ cha mẹ và con cái, điều gì là đặc tính của một gia đình khỏe mạnh, một môi trường nuôi dưỡng trẻ lành mạnh? Theo nhà tâm lý học người Mỹ, Ronald P. Rohner, đó là sự ấm áp (warmth), và sự ấm áp này, ông nhấn mạnh, phải nằm ở cảm nhận của đứa trẻ, chứ không phải chỉ ở đánh giá hay niềm tin của cha mẹ. Cha mẹ có thể cho rằng cư xử của họ với con là “bình thường,” quan hệ trong gia đình là “ổn”, thậm chí “tốt đẹp”, trong khi đứa trẻ lặng lẽ đau khổ.

Rohner đặt các gia đình trên một dải tần. Ở cực bên này, cực của sự ấm áp, đứa trẻ nhận được sự thương yêu, chăm sóc, an ủi, quan tâm, hỗ trợ, nuôi dưỡng thể chất và tinh thần từ cha mẹ hoặc người chăm sóc chính của chúng. Cực bên kia được đánh dấu bởi sự thiếu vắng những cảm xúc và hành vi nêu trên. Ở cực đó, Rohner nhận thấy cha mẹ và người chăm sóc trẻ có thể rơi vào ba trường hợp: lạnh lùng và cực cần (họ không có sự gần gũi về cơ thể với trẻ nhỏ, như ôm ấp, vuốt ve, họ không khen ngợi, động viên, khích lệ và nói những lời dễ chịu); dữ dằn và độc địa (họ đập, tát, quật, họ chế giễu, lăng nhục, chửi mắng, dùng ngôn từ gây tổn thương); thờ ơ và bỏ mặc (họ vắng bóng trong cuộc sống của trẻ, về mặt vật lý cũng như về mặt tinh thần, không quan tâm tới thế giới của đứa trẻ, không phản ứng trước các nhu cầu tình cảm của nó). Những hành vi và thái độ tiêu cực nêu trên có thể xảy ra với bất cứ

cha mẹ nào, bởi không có ai là hoàn hảo, nhưng chúng là ngoại lệ ở những gia đình lành mạnh và là thông lệ ở những gia đình độc hại.

Hồng Linh là một trường hợp điển hình của bị thờ ơ và bỏ mặc. Cô được ba chu cấp tiền, nhưng tương tác giữa hai người chỉ dừng lại ở đó. Trong căn nhà của người bác, nơi cô ở nhờ, cô như vô hình. Hà An là một trường hợp của cả bị lạnh lùng và bỏ mặc. Mẹ cô dè bĩu những mơ ước của cô, “Có ích cho cộng đồng làm đéo gì.” Cô đói tình cảm tới mức việc được mẹ rủ hai chị em đi ăn tối trở thành một sự kiện quan trọng. Tương tự, Phương Anh chưa bao giờ được âu yếm, vuốt ve, cô chỉ nhận được những lời tổn thương nhất từ mẹ, và lủi thủi một mình, mỗi ngày đi học về “cứ đứng ở cửa nhìn người qua lại, ánh mắt vô hồn.” Sự thiếu vắng tình cảm ám áp thậm chí có thể được cảm nhận ở mức thể chất. “Giữa mùa hè mà nhà tôi lạnh như một cái nhà hoang” (Phương Anh). “Tết nhưng nhà tôi lạnh lẽo như nhà mồ” (Hồng Linh).

Neglect (bỏ rơi, sao nhãng, lơ là) được các nhà tâm lý học coi là một dạng của ngược đãi tinh thần (psychological maltreatment). Rất khó để người ngoài phát hiện ra - nó không để lại những vết tím bầm trên thân thể, đứa trẻ vẫn được đi học, được ăn uống - nhưng tác động tâm lý của nó vô cùng to lớn và thường để lại những hậu quả lâu dài. Mỗi người khi sinh ra đều có nhu cầu tình cảm nhận được những phản hồi tích cực từ những cá nhân quan trọng nhất đối với mình, cụ thể là từ cha mẹ. Khi bé, nhu cầu này bao gồm mong muốn được bảo vệ, che chở, chăm chút. Lớn lên, nó được mở rộng, thêm cả mong muốn được dõi theo, dìu dắt, an ủi, tôn trọng, lắng nghe, công nhận, được trao cho không gian để nảy nở

bản thể của mình. Nếu như sự thiếu dinh dưỡng triền miên dẫn tới những thiếu hụt trong phát triển thể chất, thì khi những nhu cầu tình cảm không được đáp ứng, đứa trẻ lớn lên với những vấn đề tâm lý.

Bị đeo đuổi thường trực bởi cảm giác chông chênh, bất an và thiếu thốn, đứa trẻ có thể phản ứng theo hai hướng. Nó có thể trở thành một người thiếu khả năng đứng độc lập, luôn đeo bám, cảnh giác, lo lắng, thường xuyên cần được nghe người khác cam kết là sẽ không bỏ rơi mà vẫn không tin tưởng họ. Người ở dạng này tạo áp lực lớn cho những người thân xung quanh (bạn đời, con cái), khiến họ cảm thấy ngột thở.

Hoặc đứa trẻ chôn vùi mong muốn được gần gũi và yêu thương, dựng lên một hàng rào phòng thủ để bảo vệ mình trước nỗi đau đến từ thất vọng do các nhu cầu tình cảm không được đáp ứng, và trở thành người thiếu cởi mở trong cảm xúc. Lớn lên, bản thân chúng có nguy cơ trở thành những bạn đời và cha mẹ lạnh lẽo, khó gần người khác và khó để người khác lại gần.

Có thể quan sát được rất nhiều yếu tố bên trên trong ba cô gái Phương Anh, Hồng Linh và Hà An, những người lớn lên trong một thế giới vắng bóng người lớn, cả ở nghĩa đen lẫn nghĩa bóng.

Tìm tới những cuộc tình ngắn ngủi như một sự chạy trốn, khóa lấp, nhưng Hồng Linh lờ mờ cảm nhận được vấn đề của mình - cô không biết cách tạo dựng những quan hệ khỏe mạnh. “Khi không được yêu thương thì người ta cũng không quen với việc yêu thương người khác.” Rohner diễn đạt tương tự, “những cá nhân bị bỏ rơi gặp khó khăn để biểu đạt tình yêu và không biết cách đón nhận nó từ người khác.” Hồng Linh xây dựng cho mình một thế giới

quan chua chát. Thật đáng buồn khi một cô gái mười bảy tuổi cho rằng thật tốt khi lần mất trinh của cô “không có gì đáng nhớ,” bởi “nếu nó đặc biệt và tuyệt vời thì có nguy cơ là bạn sẽ kỳ vọng quá nhiều vào cuộc sống sau này.”

Phương Anh cũng tìm cách giết chết những cảm xúc bên trong của mình, và trở thành “chai lì, trơ lì, đến mức không thể khóc được nữa.” Cô hiểu cái giá của sự chai sạn và tự thương xót bản thân. “Đến cả cái cách giải tỏa con người nhất mình cũng không làm được.” Có nhan sắc, hoạt ngôn, thông minh, nhiều năng lượng, nhưng cô lại sống trong sự dè chừng, cảnh giác. “Tôi đã cố thủ từ bé tới lớn, tới mức tôi quên mất mình đang làm vậy, để không ai làm đau được mình.” Vừa thêm được tựa vào ai đó, cô vừa sợ họ bỏ đi. Đánh giá của cô về hoàn cảnh khắc nghiệt của mình vô cùng chính xác, cô thấy mình “giống cái cây bị thiếu chất dinh dưỡng.” Dưới bề mặt mà xã hội có thể đánh giá là “hư hỏng” (chửi tục, rượu bia, hút cần vô độ, ngủ lang, cãi mẹ), có sự trong trẻo và hướng thiện của một người trẻ đang cố gắng “ăn vào toàn cái xấu nhưng phải lọc ra cái tốt.” May mắn cho Phương Anh, trong những cố gắng chống chọi hằng ngày để giữ phẩm giá của mình, cô có những người bạn thương yêu, những giáo viên thấu hiểu. Nhưng trong môi trường độc hại này, liệu cô sẽ bị suy sụp? Trong buổi gặp cuối của chúng tôi, trước khi bản thảo này được khép lại, cô kể về việc bị bạn trai của mẹ, một người cô vốn rất quý mến, tấn công tình dục. Lúc đó, lần đầu tôi nhìn thấy sự tuyệt vọng trong mắt cô. “Vì sao những chuyện này lại cứ đến với tôi,” dường như cô tự hỏi, “vì sao lại cứ là tôi?”

Trẻ em có xu hướng tiếp quản cái nhìn của người thân về bản thân, nó không có hệ quy chiếu nào khác, do đó những đứa trẻ bị bỏ rơi sẽ cho rằng chúng vô giá trị, người chăm sóc cư xử như vậy với chúng bởi chúng không xứng đáng để được yêu thương, thậm chí không xứng đáng để được tồn tại, và mọi thứ tồi tệ xảy ra là do lỗi của chúng. Điều này lý giải vì sao dù học giỏi, hiểu biết, năng động, đi đây đi đó nhiều, nhưng Hà An vẫn đầy mặc cảm về giá trị của bản thân. Nỗi lo sợ bị bỏ rơi do mình “tầm thường” khiến cô vừa rụt rè trong các quan hệ xã hội vừa lặn xả vào quan hệ khác giới như một người đói khát, bỏ qua các nguyên tắc đạo đức của bản thân. Cả cô cũng gặp khó khăn để thể hiện tình yêu thương. Cô không thể chia sẻ, an ủi ba khi bà nội mất, vì bản thân “không bao giờ được ôm ấp cả.” Cô lao vào các hoạt động xã hội, nhưng rồi đều thấy chúng vô nghĩa, chúng không làm cô thấy đầy đủ, trọn vẹn. Cái cô thiếu nằm ở chỗ khác. Sự trống rỗng bên trong đẩy cô vào một cuộc khủng hoảng, quay lưng lại với trường đại học như một cuộc chạy trốn mà không biết trốn đi đâu. Cuộc sống khiến cô gái hai mươi tuổi này kiệt sức, không phải vì những thiếu thốn vật chất hay những vất vả thể chất, mà bởi cô lớn lên trong sự thiếu hụt chăm sóc tinh thần, trong sự lẻ loi và trống vắng không ngừng nghỉ.

Theo một nghiên cứu của *Đại học California*, nỗi đau của việc bị chối bỏ có những biểu hiện vật lý rõ ràng. Khi người ta có cảm nhận mình bị bỏ rơi, khước từ, một số vùng nhất định của não bộ, cụ thể là vành cung vỏ não trước trán và một phần của thùy trán, cũng được kích hoạt, giống như ở những người đang chịu đau đớn vật lý. Chấn thương tinh thần lâu dài ở tuổi thơ có thể tác động khiến cấu

trúc và chức năng của não bộ thay đổi, và dẫn tới rủi ro cao cho chảy máu não ở tuổi già. Trẻ nhỏ thiếu sự ấm áp từ người chăm sóc khi lớn lên cũng thường có hồi hải mã nhỏ hơn. Vùng não bộ này quan trọng cho trí nhớ, sự điều hòa cảm xúc, điều chế stress, những yếu tố quan trọng cho việc thích ứng tâm lý và xã hội. Do đó, chúng thường thiếu sự dẻo dai tinh thần, sự bình tĩnh và cân bằng về cảm xúc để đối mặt với những sóng gió trong cuộc đời. Thêm nữa, trải nghiệm tuổi thơ căn cỗi của chúng thường dẫn tới một thế giới quan tiêu cực, trong đó đầy những mối nguy và những điều có thể gây tổn thương. Chúng nhìn thấy mối đe dọa, sự tấn công, nguy cơ bị hắt hủi, ở những tình *huống* mà *người khác không nhìn thấy*. Điều này khiến khi lớn lên chúng khó có những quan hệ khỏe mạnh, cân bằng, hài hòa, *cởi mở với bạn đời và con cái - sự lạnh lùng, bỏ mặc hay độc địa* có nguy cơ được truyền tới thế hệ tiếp theo. Kể cả *khi sau này* chúng có *địa vị, ảnh hưởng* trong xã hội, “thành công” trong nghề nghiệp, nếu như không được chữa lành, một lúc nào đó khủng hoảng và trầm cảm có thể bùng nổ, khi một sự kiện trong cuộc đời khiến vết thương trong lòng lại vỡ ra, đau đớn.

# Khúc chuyển giao SỐ MỘT

## 6. “TÔI CÓ PHẢI LÀ NGƯỜI XẤU KHÔNG? TỚI GIỜ TÔI VẪN KHÔNG CÓ CÂU TRẢ LỜI”

*(Minh Khuê, 20 tuổi, nữ sinh viên ngành Truyền thông)*

Trong thâm tâm tôi biết tôi là người tốt. Cho tới đầu hè vừa rồi, khi chuyện đó xảy ra. Một sáng thứ Sáu tôi thấy mình cùng bạn trai và một đứa bạn gái đi chung xe máy tới một phòng khám. Tôi mặc một cái áo kẻ cộc tay màu xanh *navy*, một cái quần ống rộng màu be và đi giày thể thao. Xe chạy bon bon trên đường, tôi nắm tay bạn trai và thấy đầu óc khá bình tĩnh. Anh ấy quay lại hỏi nhỏ lần nữa là tôi đã suy nghĩ kỹ chưa. Tôi gật đầu. Tôi đã quyết định rồi.

Tới nơi, đứa bạn tôi xông xáo hỏi chỗ này chỗ kia. Khi tôi khai mình hai mươi tuổi, chị nhân viên viết giấy ngừng lên nhìn tôi, trong mắt hơi có sự đánh giá, ít nhất là tôi cảm nhận vậy. Rồi tôi lữn cữn đi theo người ta như một cái máy, thử máu, đo điện đồ tim, khám cái này khám cái kia. “*Ok, Im doing this*” Tôi tự nhủ, “Không sao, mình có người yêu và bạn bên cạnh. Mọi thứ bình thường thôi.” Tôi ký vào tờ giấy rằng tôi đồng ý và tự nguyện và các thứ rồi đưa cho ông bác sĩ, ông ấy nhận xét, “Ồi, bạn này xinh thế.” Hai đứa ngồi thêm với tôi một lúc, tôi quan sát chúng lướt Insta, đùa cợt với nhau mấy câu. Buổi tối hai hôm trước, khi tôi một tay cầm cái que thử, trên nó hiện hai vạch, tay kia che miệng khóc thì anh ấy ôm vai tôi và nói liên tục, “Anh có thể giúp gì được cho em? Bây giờ anh phải làm thế nào? Em nói cho anh với...” Tôi đẩy anh ấy ra. Tôi không

biết tôi phải làm gì và tôi cũng chẳng biết là anh ấy có thể giúp tôi như thế nào. Sáng hôm sau, tôi thử lại, vẫn hai vạch. Lúc đó thì tôi đã quyết định là tôi không muốn giữ. Tôi không sẵn sàng, tôi còn chưa nuôi được mình huống hồ là nuôi người khác. Tôi còn có rất nhiều thứ phải làm trong cuộc sống, học hành, làm việc xã hội. Tôi quyết rất nhanh, mặc dù anh ấy vẫn thuyết phục tôi suy nghĩ thêm. Tối hôm đấy, chúng tôi cùng nhau lên mạng tìm phòng khám.

Bạn trai tôi và đưa bạn gái ra ngoài. Y tá đẩy tôi vào phòng gây mê. Thuốc giãn cổ tử cung bắt đầu có tác dụng, tôi vã mồ hôi, tim đập nhanh. Chỉ có mình tôi trong căn phòng rộng mênh mông, lạnh, toàn sắt. Đâu đó vang lại tiếng trẻ em gào khóc như điên và tiếng mẹ chúng dỗ dành không sao đâu không sao đâu. Sự bình tĩnh của tôi tan biến mất. Tôi bắt đầu hoảng. Tôi trèo lên cái giường rồi lập cập giạng hai chân ra, người ta buộc chúng vào hai cái ghế ở hai bên, xếp hai tay tôi lên ngực. Trong đầu tôi thoáng trôi qua ý nghĩ, “Hay là thôi nhỉ, hay là dừng lại nhỉ.” Hôm qua, tôi lên mạng tìm hiểu. Họ bảo em bé dài cỡ một xăng ti mét, đã có tim và một chút chi. Điều đó khiến tôi mất ngủ cả đêm. Ông bác sĩ quệt qua cái bông ướt ở dưới, tôi giật nảy mình. Giọng ông ấy vang lên như từ một nơi xa xôi, “Ơ bình tĩnh nào, bác chỉ mới sát trùng thôi.” Tôi run bắn lên và khóc ri rỉ. Tôi cần mẹ, cần một sự che chở. Mẹ sẽ biết là cần phải làm gì, đó là ý nghĩ cuối cùng của tôi trước khi sập xuống.

Nhưng tôi không thể nói với mẹ được. Hồi học lớp Mười hai, cái hôm tôi biết là bị người yêu lừa dối, tôi cào cấu bản thân, cố gắng gột rửa những chỗ mà nó đã sờ vào tôi. Tôi kinh tởm hai bàn tay

mình vì chúng đã đụng chạm vào người nó. Mãi một năm sau này tôi mới có thể chạm vào được bộ phận đấy của bạn trai sau của tôi. Buổi chiều hôm đó, đi làm về, thấy tôi rũ rượi, mẹ hỏi, “Chuyện gì đấy?” “Úi giờ ời,” mẹ phẩy tay sau khi biết chuyện, “Có mỗi cái chuyện trẻ con thôi mà cũng khóc. Chia tay rồi thì thôi!” Tôi cảm thấy ê chề và biết là mẹ đã vừa đẩy tôi ra rất xa. Mấy tuần sau đó tôi chỉ ngủ từ hai giờ tới bốn giờ sáng rồi lại dậy khóc. Niềm tin của tôi vào con người đã hoàn toàn sụp đổ. Bạn trai tôi cũng là bạn thân nhất của tôi, người tôi tin tưởng nhất. Tôi phát chứng đau dạ dày, không lái xe máy được nữa, ngồi gục đằng sau xe bố để tới trường. Lúc đó mẹ vẫn dè bĩu, “Chỉ vì một thằng con trai mà đến nỗi thế...” Bữa tối, trên ti vi chiếu một chương trình về trầm cảm. Mẹ tôi phán, “Toàn bọn bị hâm.” Tôi bảo, “Thế thì con mẹ bị hâm đấy.” Mẹ không nói gì nữa.

Nói thật là có những thứ tôi rất ngây thơ về bố mẹ. Ví dụ về cách họ phản ứng khi biết tôi uống thuốc tránh thai. Bố nhìn thấy cái vỉ thuốc trong phòng tôi và làm ầm ĩ lên. “Bố chịu con đấy. Bố không thể chấp nhận con được nữa.” Lúc đó tôi chỉ thấy buồn cười, thậm chí tôi còn nhắn tin cho mẹ, “Ôi con buồn cười về bố quá mẹ ời.” Không ngờ mẹ cũng sồn sồn lên. “Thằng ấy là thằng nào? Mà làm với bao nhiêu đứa rồi? Bố mẹ vẫn nghĩ là con ngây thơ.” Rồi là mẹ rất thất vọng về con, con gái dễ dãi, sống buông thả, các thứ các thứ.

Bị bất ngờ, tôi nói dối là mới làm với một người thôi. Nhưng tôi cũng căng, không xin lỗi gì cả.

“Ngày xưa bố mẹ cũng thế mà.” (Mẹ tôi có mang tôi trước khi bố

mẹ cưới.)

“Nhưng phải xác định cưới thì mới làm”.

“Ờ thế chưa cưới thì mẹ không được có nhu cầu à?”

Mẹ im lặng.

“Theo kiểu của mẹ thì thằng Ngọc phải cưới đến ba vợ rồi,” Ngọc, em trai tôi, kém tôi một tuổi và tụi bạn gái của nó đã có sex hết rồi.

Mẹ tiếp tục ớ ra.

Mấy hôm sau là sinh nhật mẹ, tôi mua tặng mẹ một cái áo. Tôi cẩn thận để túi quà lên giường. Mẹ nói:

“Tao không cần của bố thí của mày. Mày đi với ai thì đi đi, đi với cái thằng nuôi mày đi.”

Mắt tôi tối sầm lại, tôi dắt xe máy ra cửa.

“Mày đi luôn đi, mày coi là mẹ mày chết đi.”

Tôi ngoảnh lại nói nhẹ, “Con chẳng hiểu sao mẹ lại nói thế, sao mẹ nói khó chịu thế”.

“Ừ, đúng rồi, mẹ mày khó chịu như thế đấy, mày đi đi.” Thế là tôi đi luôn.

Mấy hôm sau, gói quà vẫn không được mở ra, cái túi bị vứt vào một xó. Tôi đem nó lên phòng, lấy cái áo ra mặc. Đến giờ tôi vẫn thấy bị tổn thương.

Thực ra tôi khá ngưỡng mộ bố. Những người làm ăn với bố đều ngưỡng mộ bố. Hồi còn có cửa hàng bán gas, bố tôi nhất quyết không tăng giá, trong khi các cửa hàng khác tăng hết rồi. Bố bảo, giờ gas đã đắt rồi mà mình lấy lãi nhiều thì khổ cho khách hàng.

Ngày nào mẹ tôi cũng mắng, “Anh làm như thế thì làm sao mà giàu được.” Bố bảo là không cần gì nhiều, chỉ cần ngẩng cao đầu và buổi tối ngủ ngon là được rồi. Nói chung mọi đạo đức nghề nghiệp là tôi học được từ bố.

Thời gian trước khi mất, bà nội tôi sống thực vật, ăn bằng xi lanh, ăn ỉa trên giường, bố tôi cũng là người dọn hết từ đầu đến cuối. Trước đó nữa, khi bà lẩn rồi và chửi mắng khiến bác tôi khóc bỏ đi thì bố vẫn kiên nhẫn thay bím cho bà. Những cái lẽ sống của bố rất là chắc chắn, tôi rất ngưỡng mộ, và tôi cũng muốn được như thế.

Nhưng chẳng bao giờ tôi nói chuyện được với bố. Trong một lớp học ngoại khóa về giao tiếp phi bạo lực, chúng tôi làm một bài tập là gọi cho những người thân, những người ảnh hưởng nhiều nhất tới cuộc đời mình hiện nay. Với mỗi người mình nói với họ những điểm tốt ở họ, và hỏi họ về những điểm tốt mà họ thấy ở mình. Tôi gọi cho mẹ đầu tiên, cho bốn người ở giữa rồi tới bố. Với mẹ, tôi nói là tôi ngưỡng mộ mẹ vì mẹ tháo vát, mẹ giỏi việc cơ quan lẫn đảm việc nhà. Mẹ làm trưởng một chi nhánh ngân hàng, một công việc mà tôi nghĩ là rất phức tạp. Gia đình tôi có cái nhà năm tầng và một ô tô, tiền mẹ kiếm là chính. Rồi tôi hỏi điểm tốt của con là gì. Mẹ nghĩ một lúc rồi nói mặc dù tôi rất hay cãi nhưng mà là cãi có lý, tôi giỏi, tôi thông minh, tôi làm những cái mà mẹ không biết làm. Đến lượt bố, tôi nói là bố rất có mắt thẩm mỹ, cái gu nghe nhạc của bố rất hay, rồi sở thích đồ cổ của bố tạo cho tôi những hứng thú về nghệ thuật (cái này thì tôi hơi cường điệu một chút). Tôi nói bố có những phẩm chất mà không phải ai cũng có được. Bố nói, “Ừ.” Rồi tôi hỏi bố về điểm tốt ở tôi. Bố nói bố không biết, tầm một tháng nữa

bố mới nói cho tôi biết được. Tôi tưởng là bố đùa, nhưng bố bảo, “Không, thật mà, bố chả biết điểm tốt gì ở con thật.”

Tôi giận bố cả ba tháng sau đó. Trước tôi hay kể những thứ linh tinh, về đứa này đứa kia, những chuyện vớ vẩn, nhưng tôi không làm vậy nữa. Tôi nghĩ bố không quan tâm, hoặc tôi sợ phiền bố. Khi người ta không quan tâm tới những cái mình quan tâm thì mình rất xấu hổ. Tôi ru rú trên phòng, xuống ăn thì nhát gừng. Nhưng tôi không nghĩ là bố nhận ra sự thay đổi của tôi.

Vậy nên tôi không thể kể chuyện này với bố mẹ tôi được. Họ sẽ cho rằng tôi là đứa tạo nghiệp, gây tội. Họ sẽ rất hung dữ. Cuối giờ chiều, tôi rời phòng khám nhưng không muốn về nhà ngay để bố mẹ không thấy tình trạng phờ phạc của mình. Tôi và bạn trai tới một party. Tôi ngồi một chỗ, cốc nước chanh trên tay, quan sát mọi người và tự hỏi, “Liệu có phải đứa này vừa mới phá thai? Có phải đứa kia mới mất người thân?” Tôi vẫn nói chuyện bình thường với mọi người, không ai biết điều gì vừa xảy ra với tôi cả. Tối tôi về nhà muộn để tránh mọi người. Tôi leo lên giường và bịt miệng khóc nức nở, mãi không ngừng được.

Những tháng sau tôi bị sụt cân và mất ngủ. Tới giờ đã là nửa năm sau khi tôi... tôi *đình chỉ thai*, tôi muốn dùng cái từ này hơn, nhưng tôi vẫn bị nặng nề. Mỗi buổi sáng, như bị ma làm, cứ tỉnh dậy là tôi lại vào mạng google về phá thai, *abortion*, đọc về các đau khổ, chấn thương tâm lý liên quan rồi tự dần vặt mình. *What the fuck? Tôi cũng éo hiểu được mình.* Chị họ của con bạn tôi cũng bỏ thai. Hôm trước đó, chị nó post lên Instagram, “Con ơi, bố mẹ vẫn muốn chơi.”

Hôm sau: một cái ảnh hai đứa đang đập vẹt trên hồ. Tôi không phán xét họ, nhưng có lúc tôi ước mình bớt não đi một tí cho đỡ phải nghĩ nhiều. Nhưng tôi vốn là đứa như vậy. Cuối cấp Hai, mẹ hay cầm mắc áo quật tôi mỗi lần tôi bị điểm kém. Buổi tối tôi cầm cái compa hay cái kèm cắt móng tay, những thứ có đầu nhọn, ngứa cổ tay lên, ròi rạch. Tôi muốn trừng phạt mẹ, trừng phạt cả bản thân nữa. Tôi hay rạch tay vào đêm muộn, hoặc kể cả giữa trưa, nếu như trước đó tôi và mẹ cãi nhau. Những lúc đó tôi thấy tức mẹ và tức bản thân. Tôi cảm thấy trong người bị dồn nén khủng khiếp, không thể chịu đựng được nữa, phải làm thế để xả ra, cho đỡ bứt rứt trong người. Rạch nhẹ thì không thấy gì, mạnh tay lên chút thì sẽ dễ chịu hơn. Ít ra là mình còn cảm nhận được cái gì đó. Chắc là bố mẹ tôi không biết gì, những lúc ăn tối tôi toàn úp hai tay xuống dưới bàn.

Cũng có những lúc tôi vui vẻ, thậm chí tôi và bạn trai còn đùa với nhau, “Nếu mà được sinh ra thì không biết là nó sẽ có lông mày giống em hay giống anh nhỉ?” Hay “Cả hai đứa mình đều lười nên chắc con mình sẽ lười chảy thây nhỉ.” Những lúc đó tôi thấy khá ok. Nhưng tối đến thì tôi lại thấy buồn thảm thiết, chỉ muốn chết thôi. Một đứa em tự nhận là biết nhiều về tâm linh và tử vi bảo tôi là, “Hình như em bé đang đi theo chị.” Thế là tôi tự nhiên cảm thấy có cánh tay vòng qua ôm mình, thấy ấm hơn hẳn. Tôi cũng không biết thế nào nữa. Tôi sợ.

Tôi và bạn trai cãi nhau suốt. Tôi cho rằng anh ấy chỉ buồn vì thương tôi thôi, chứ không phải vì thương em bé. Tôi nói là hãy để tôi chịu đựng một mình, anh muốn đi thì cứ đi đi. Anh ấy khổ sở bảo là anh ấy không định đi đâu cả. Tôi căm ghét anh ấy. Anh ta chả

phải chịu cái gì cả. Trong lúc tôi khóc anh ấy chỉ ôm tôi, nhìn lên trần nhà, và chẳng nói năng gì để an ủi cả. Tôi chui vào nhà tắm khóc tiếp thì anh ấy đi nấu cơm chứ không gõ cửa hỏi tôi có ổn không. Tôi quan sát anh ấy đi lại trong nhà và tôi cảm thấy thật ghét. Nhưng thực sự thì tôi rất yêu người ấy, tôi cũng không hiểu nữa, vừa rất căm ghét vừa rất là yêu ấy.

Cái ngày mà tôi nhìn thấy chiến dịch “Mẹ ơi, đừng giết con” trên Facebook, tôi rúm cả người lại như là bị đâm. Họ muốn ra luật cấm phá thai. Buổi tối, tôi mơ thấy mình làm tình với bạn trai. Không hiểu sao, mẹ biết được và đi rêu rao với tất cả mọi người. Tôi đi tới đâu cũng bị cười cợt. Vừa chuẩn bị qua đường thì bỗng có một ai đó ghé sát vào mặt mình và hét, “ĐỒ PHÁ THAI!” Đằng sau tôi một nhóm người bắt đầu chỉ trỏ, xì xào. Tôi hốt hoảng bỏ chạy thì va ngay vào mẹ, mẹ thẳng thốt, “Con phá thai à?” Tôi không thể chối cãi được nữa. Tôi choàng tỉnh dậy và cảm thấy cực kỳ tội tệ. Bạn trai tôi vẫn đang làm việc bên cạnh. Tôi cắn cái mép chần trong miệng để không khóc ra tiếng. Tôi không muốn ảnh hưởng tới anh ấy, khiến anh ấy thấy bất lực, thấy có lỗi. Tôi sợ làm tình nhưng muốn tự trừng phạt bằng việc để anh ấy hùng hục bên trên tôi, bởi tôi không xứng đáng nhận được những gì dễ chịu. Tôi xứng đáng bị anh ấy làm đau.

Hôm sau, cảnh bị hét trong giấc mơ cứ trở đi trở lại. Cái giọng hét ấy nhảy đi nhảy lại là nếu như mày coi là mày không có lỗi thì mày nhầm rồi, Khuê à, mày có lỗi đó, mày là đồ phá thai, đồ giết người. Tuần đó toàn những chuyện buồn. Tôi thấy mình không có giá trị gì, không làm nổi một việc gì. Cuối tuần tôi mua bánh đa kê,

thứ bố tôi rất thích, nhưng tôi lại về muộn, lúc đó cái bánh đã ướt sũng. Bố tôi bảo, “Úớt sũng thế này thì làm sao mà ăn được.” Tôi mua với tâm trạng cực kỳ mong bố vui lên vì bà nội tôi mới mất, vậy mà tôi cũng không làm nổi. Mọi thứ cứ dồn dập, kinh vãi chường.

Trong thâm tâm tôi biết tôi là một người tốt. Trước kia, trước khi chuyện đó xảy ra, thì là như vậy. “Người gieo trồng thấu cảm,” tôi viết trên bìa cuốn sổ tay của tôi như vậy. “Kẻ phá hủy định kiến.” “Người đập vỡ khuôn mẫu.” Rồi lại, “Bậc thầy của thấu cảm.” Tôi rất thích chữ này, tôi đã tham gia rất nhiều dự án và chương trình về nó.

Thế nên là Tết năm ngoái tôi cạo trọc đầu. Đập vỡ khuôn mẫu và định kiến mà. Tối hôm đó, tôi đội cái mũ lụp xụp nhưng vẫn bị phát hiện. Mẹ véo tai tôi, âm ỉ lên, “Chả hiểu cái giống gì ở đâu ra. Dị hợm!” May là đúng dịp đó thì tôi bắt đầu đi làm, đúng ngành, ở một *agency* quảng cáo, lương năm, sáu triệu và rất được tin nhiệm mặc dù tôi mới học năm ba, thậm chí còn chưa đi thực tập. Tôi bèn bảo mẹ, “Bây giờ mẹ thấy có đứa nào mới năm ba đại học đi làm mà lương được như thế này không?” Tôi phải tỏ ra kiêu ngạo trước mặt mẹ để mẹ hãnh diện hơn về tôi. “Mẹ có thấy đứa nào xăm trổ mà công việc vẫn được như thế này không?” Tôi có tận năm hình xăm cơ. Hình đầu tiên, ở giữa lưng, là một con cá đang quẫy lên, nó là tôi đối mặt với các thử thách và sẵn sàng cho tuổi mười tám, thời điểm tôi bị bạn trai lừa dối và tự hỏi là mình bước ra đời như thế này à. Ở cổ tay phải là hình mặt trời, một ngôi sao sáng, Minh Khuê. Ở cánh tay trái là hình hai cánh tay đan quyện vào nhau, với tôi nó là biểu tượng của thấu cảm. Tôi đã nói là tôi rất thích chữ này. Tôi

nói vậy, thế là mẹ im. Tết đến, tôi gặt họ hàng, mặt vênh lên.

Tôi xăm này, tôi xỏ khuyên mũi này, tôi cạo đầu này, nhưng tôi vẫn có giá trị với những gì mà tôi đang làm, tôi vẫn đóng góp cho xã hội. Tôi mong muốn có tự do để là chính mình. Tôi kiên quyết học truyền thông mặc dù bố tôi bảo đấy là bán hàng đa cấp và mẹ muốn tôi học ngân hàng để sau dễ xin việc, học xong rồi lấy chồng, có con, yên ổn. Nhưng tôi không đầu hàng, mặc dù hôm biết tin đỗ đại học tôi cảm thấy uất ức như là người chiến thắng mà không được ăn mừng. Trước đó bố tôi đã nói nếu không học ngân hàng thì đừng có bố con gì nữa. Nhiều bạn không kiên quyết được như vậy nên họ cứ sống mòn trong sự tiếc nuối của mình mà không dám đứng lên. Tôi thật là may mắn vì cá tính của tôi mạnh. Nhưng tôi lại cũng muốn bố mẹ yên tâm. Hôm đi cạo đầu, anh bạn đi cùng hỏi, “Em không nghĩ tới cảm giác của bố mẹ à?” Tôi vênh mặt, “Em sống cuộc đời của em hay của bố mẹ em?” Nói thế thôi, nhưng tôi vẫn muốn bố mẹ yên tâm về tôi. Tôi đoán đó chính là mâu thuẫn mà tôi bị kẹt vào đó.

Nhưng rồi *chuyện ấy* xảy ra và tôi rơi xuống cái hố khủng hoảng. Bố mẹ không nhận ra là tôi buồn. Mấy tháng mùa hè, tôi hay đi lang thang ngoài đường tới khuya. Bị mắng nhiều quá, có hôm tôi bảo, “Bố mẹ có biết vì sao con không ăn cơm nhà, vì sao con về muộn không? Con đang buồn...” Mẹ chặn tôi lại, quát, “Buồn cái gì, mà y thì có cái gì mà buồn? Sao mà không buồn thay cho bố mẹ mà y phải kiếm tiền ấy.” Lúc đó tôi thấy may mắn là tôi chưa kể cho bố mẹ biết chuyện, vì đã có những lúc tôi gần như không chịu được nữa

và đã suýt kể. Nhưng giờ tôi biết là dù tôi có kể chuyện với giọng tha thiết, tâm sự nhất thì bố mẹ tôi sẽ không bao giờ hiểu được, mà họ chỉ phát rồ lên rồi mắng chửi, dằn vặt, bảo rằng tôi hư hỏng. Tôi không còn niềm tin là bố mẹ sẽ lắng nghe tôi nữa. Tôi không *được thể* hiện cho bố mẹ là tôi gặp khó khăn hay yếu đuối trong các dự án xã hội, vì nếu không họ sẽ bảo, “Ai bảo mày tham gia làm gì, tự làm khổ mình.” Bận bè thì cứ hay động viên, mày làm được việc đó, mày sẽ làm được, nhưng tôi vẫn thấy mình cần sự ủng hộ, khích lệ của bố mẹ. Không có điều đó, tôi cảm thấy cô độc.

Tôi rất *thương những* bậc phụ huynh như bố mẹ tôi. Ok, bố mẹ đối xử với mình như vậy, tôi tự nhủ, nhưng mà không sao, tôi hiểu lý do tại sao họ lại làm thế. Tôi nghĩ sự giận dữ của mẹ tới từ việc mẹ không có ai để tâm sự. Tôi hỏi về công việc của mẹ ở ngân hàng, mẹ dùng nhiều chữ chuyên môn tôi không hiểu được, thế là mẹ dừng, không giải thích thêm. Nói chung mẹ không quan tâm tới việc mở lòng *với tôi*.

*Tôi* tham gia các dự án về thấu cảm để có thể gần mẹ hơn, nhưng chúng tôi vẫn cãi nhau. Với mẹ thì những thứ tôi đang làm chỉ là “chuyện linh tinh”, thời gian đó tôi nên dành cho học hành. Học về giao tiếp phi bạo lực? Mẹ không cần phải học cái gì nữa hết. Tôi đừng có về muộn nữa, “về nhà mà thấu cảm đi.” Tôi thì chưa đủ khả năng dẹp đi cái tôi của mình, và cũng chưa biết cách để thay đổi bố mẹ. Tôi cãi lại mẹ, xong rồi tôi lại thấy thương. Thương là mẹ không có ai để trút giận. Mẹ càu nhàu vì mẹ muốn trút giận thôi. Tôi mà làm quá lên thì mẹ sẽ không có ai để xả giận nữa. Mẹ sẽ cô độc.

Giá mà tôi có thể khiến bố mẹ hiểu thấu cảm và giao tiếp phi bạo lực là gì. Làm sao mà tôi có thể nói chuyện với họ như là tôi và bạn đang nói chuyện với nhau? Liệu bạn có thể giúp để tạo ra một cầu nối giữa chúng tôi và người lớn, để có thể tạo ra một sự nhận ra, đơn giản vậy thôi? Nhận ra, ngẫm nghĩ, rồi điều chỉnh hành động của mình cho cuộc sống trở nên tốt đẹp hơn.

Chuyện tôi kể với bạn, nghe thì nó buồn, nhưng thực ra chắc chắn tôi sẽ luôn tha thứ hết cho bố mẹ. Sẽ chẳng bao giờ tôi để nó lại trong lòng. Khi ngồi ở đây đợi bạn tới, tôi loay quanh nghĩ về cuộc đời mình. Chữ “cuộc đời” vừa quá rộng lớn với những gì tôi đã trải qua, vừa quá nhỏ bé với những gì xảy ra với tôi. Hai từ này khiến tôi liên tưởng tới một bể cá rộng lớn và một trò chơi đầy mỉa mai. Tuổi thơ của tôi đã qua và tôi đang chật vật đi tìm mình. Tôi tức giận, tôi bối ngỡ. Tôi loay hoay một mình với những câu hỏi. Tôi có phải là người xấu không, tôi có vô lương tâm không? Tôi không có câu trả lời. Tôi đoán là tôi sẽ phải sống với những câu hỏi này một thời gian rất dài nữa. Liệu tôi có thể chấp nhận những thứ tôi đã đánh mất, chấp nhận cái hỗn loạn bên trong mình, và từ đó đi tiếp với cuộc đời của tôi? Hãy chúc tôi may mắn.

# PHẦN HAI

## Những đứa trẻ NHẦM VAI

## 7. “TÔI MONG CÓ NGƯỜI DÌU DẮT NHƯNG LẠI PHẢI DÌU DẮT BỐ MẸ TÔI”

*(Ngân, 20 tuổi, nữ sinh viên chuyên ngành Ngôn ngữ Ý)\**

Cuối tuần trước tôi lên nhà ông bà nội ở phố cổ để đưa bà đi dạo. Đang ở trên Hàng Đào thì chúng tôi gặp bố giữa đường. Rồi bố và tôi lượn phố bằng xe máy, loanh quanh, không có đích gì cụ thể. Tôi ngồi đằng sau, ôm con chó nhỏ của bố trong lòng, lắng nghe bố. Tôi hợp nói chuyện với bố. Bố hay nói những chuyện linh tinh, vui vui, chuyện ăn uống, rồi sức khỏe của con chó, chuyện thời sự, phim ảnh... Nhưng bố không bao giờ nhắc tới chuyện quá khứ. Mẹ thỉnh thoảng hỏi tôi dạo này bố sống thế nào, ăn uống có tốt không. Còn bố thì không bao giờ nhắc tới chuyện gia đình nữa. Tôi có cảm giác bố ngại.

Thỉnh thoảng tôi lại tới nhà bố, bố ở cùng với ông bà nội, và kiểm soát bố đưa đi chỗ này chỗ khác, ra phố, siêu thị. Tôi hay làm vậy vì bố lười lắm, ít khi đi ra ngoài. Có giai đoạn bố mê máy khoan, bố mua một đồng vè, tháo tháo lắp lắp, khoan mấy cái lỗ, rồi đem đi bán lại. Cả ngày chỉ thế thôi.

Trên xe, tôi hỏi, “Bố ơi, dạo này chú Phương thế nào rồi?” Chú Phương là em trai bố, chú ở tù có tới bảy, tám năm, hết cả tuổi thơ của tôi. Chú ấy nghiện ngập, phá phách, rồi đi cướp xe SH. Hiện ông bà nội thuê cho chú ấy cái nhà ở riêng, hy vọng chú ấy tự cai.

Nhưng bố tôi cũng không biết tình hình của chú. Nói chung là bố vô tâm. Bố rất hiền, tính nhẹ nhàng, nhưng không để tâm tới cái gì. Với bố thì không gì là quan trọng. Bố cứ sống vậy thôi, ngày qua ngày.

Tôi và mẹ ở với ông bà ngoại, có tới mười hai người ở trong cái nhà đó, nên là chúng tôi ở cùng phòng. Lớn thế này rồi nhưng tôi vẫn nằm cùng giường với mẹ, những tối *cái Hà An\** qua chơi và ở lại qua đêm thì cả ba nằm trên *một giường*. Nhà tôi đông người vậy nhưng mọi người cũng không sinh hoạt cùng nhau. Tôi thích sống một mình, từ nhỏ đã như vậy. Tôi không nói chuyện được nhiều với ông bà. Họ chỉ quanh quẩn cả ngày trong nhà, rồi nói những chuyện loanh quanh, buồn chán. “Con đã ăn chưa? Tại sao *lại không* ăn, muốn giảm cân à?” Rồi ông bà hỏi, “Tại sao lại mặc quần rách?” Bây giờ xã hội người ta mặc quần rách, tôi cũng không thể trả lời được là tại sao.

Tôi mới học hết năm thứ hai đại học, chuyên ngành tiếng Ý. Mùa hè, các sáng tôi hay tới quán cafe của mẹ, giúp mẹ ủ cà phê, dọn dẹp, quét sàn, gấp giấy nhét vào *cốc*. *Mẹ còn dạy tôi pha chế nữa*. Khoảng một tiếng rưỡi, hai tiếng thì xong, tôi về dọn dẹp nhà cửa. thỉnh thoảng tôi *ship* hàng cho mẹ, mẹ bán mấy thứ tẩy hút mùi, tẩy lau vách kính trên mạng. Gần đây tôi cũng làm gia sư tiếng Anh cho một em lớp Tám, một trăm nghìn cho hai tiếng, nhưng hiện nó đang nghỉ vì bị gãy tay. Mẹ đang để dành tiền để mua một cái chung cư về sau cho hai mẹ con tôi. Tôi không giúp được mẹ nhưng cũng cố gắng không xin mẹ nhiều. Tôi hạn chế tiêu pha, chắc một tuần hết

khoảng ba trăm nghìn cho cafe, sách vở, quanh quẩn thế, thêm tiền xăng nữa thành bốn trăm. Quần áo thì thỉnh thoảng mẹ vẫn mua cho tôi. Tôi đang để dành tiền để học yoga.

Nhưng độ này mẹ không muốn tôi giúp dọn quán buổi sáng nữa. Mẹ mới cài một cái định vị vào xe máy của bạn trai. Bác ấy đi đâu, tấp vô cây ATM nào, mẹ đều biết. Bác ấy tới quán cafe nhưng lại bảo là đi làm. Mẹ tới cái quán đó thì chỉ thấy xe máy mà không thấy người. Cả sáng mẹ chỉ đi ra đi vào kiểm tra cái định vị. Chắc mẹ không muốn tôi nhìn thấy mẹ như vậy nên bảo tôi không phải ra quán nữa. Buổi chiều thì mẹ đánh cầu lông, nên tôi cũng không gặp. Thời gian này chúng tôi không nói chuyện được nhiều. Trước thì chúng tôi hay đi dạo quanh hồ hay đi cafe cùng nhau, nhưng giờ thì mẹ không còn tâm trạng gì nữa.

Mẹ quen bác kia được ba năm rồi. Hồi đầu thì ngoài bác kia ra mẹ còn một người nữa, mẹ có hai người cùng một lúc. Tôi khuyên mẹ là không nên như vậy. “Mình cũng nên đặt mình vào tình cảnh của người ta mà hiểu suy nghĩ, cảm xúc của họ,” tôi bảo mẹ, “nếu họ phát hiện ra thì làm thế nào?” Thế rồi người bạn trai thứ hai cũng tự bỏ đi. Bác kia thì lúc đó cũng đang có vợ, và nói là chuẩn bị ly hôn để tiến đến với mẹ. Tôi có cảm giác bác ấy không được thật thà lắm. Trong một thời gian dài bác ấy không nói rõ với chúng tôi là bác ấy làm gì. Gần đây tôi mới biết bác ấy tên là Tiến, mà bình thường tôi cứ hay gọi bác ấy là Tuấn. Bác ấy cho thuê ngựa ở công viên, tức là cũng có thu nhập, vậy mà tôi chưa thấy bác ấy giúp đỡ mẹ lúc khó khăn bao giờ. Tôi, mẹ và bác ấy mới đi biển với nhau ba bốn ngày, thực ra tôi cũng không cảm thấy ghét hay khó chịu gì với

bác ấy. Thỉnh thoảng bác ấy nhờ tôi đón con bác ấy, và có lần còn chở tôi tới trung tâm học thêm để đăng ký.

Gần một năm nay mẹ phát hiện ra là bác ấy dùng một cái nick Zalo khác để nói chuyện với những phụ nữ khác. Từ đó mẹ lúc nào cũng ở trong trạng thái lo lắng, sợ hãi, không tập trung, cãi nhau với bác kia rồi lại quay ra vục vạc với tôi. Có hôm chúng tôi cùng nhau đi Tam Đảo thì bỗng nhiên bác ấy thoát khỏi Zalo. Thế là mẹ không vui cả một ngày. Mẹ bảo, tại sao phải thoát khỏi Zalo? Tại sao lại mờ ám vậy, có gì phải che giấu đây?

Tôi khuyên mẹ là đã nghi ngờ vậy thì không nên yêu nữa. Đã ba bốn lần mẹ đòi chia tay mà vẫn không dứt được. Bác ấy năn nỉ mẹ quay lại.

Tôi chưa có quan hệ tình dục. Bạn trai tôi không muốn, vì cậu ấy muốn “giữ cho tôi”. Phần tôi thì không phải là tôi không sẵn sàng. Khi yêu tôi thấy chuyện đó là bình thường. Tôi thấy mình sẵn sàng cho chuyện đó, mặc dù tôi cũng hơi sợ sợ vì tôi vốn nhát.

Nhưng mẹ tôi rất khắt khe trong chuyện đó, trước khi cưới thì không nên làm, mẹ vẫn bảo vậy. Nhưng gần đây tôi nói thẳng luôn. “Bây giờ xã hội khác rồi, nó không coi trọng cái chuyện đấy theo kiểu quá cổ hủ như hồi trước nữa đâu,” tôi nói. “Tất nhiên là con sẽ giữ, nhưng mà con sẽ cho người mà con cảm thấy xứng đáng.”

Với bạn trai tôi, tôi là người nói thích trước. Chúng tôi nhắn tin qua lại được một thời gian thì một đêm, tôi đang ở chỗ học quân sự thì bạn ấy nhắn tin hỏi chỗ đi chơi ở đảo Cái Chiên, Quảng Ninh. Tôi có kể là tôi đã từng đến đó, nhưng tôi biết bạn ấy chỉ lấy cớ để

nói chuyện thôi. Bỗng nhiên tôi bị thôi thúc phải nói ra bằng được là mình thích, nếu không thì sau này sẽ rất hối hận. Nhưng tôi phân vân mãi, vì trước kia bạn ấy yêu một cô bạn gái của tôi, và tới giờ tôi vẫn chưa nói với đứa bạn gái đó là chúng tôi *quen nhau các kiểu*. Tôi vẫn ngại người yêu cũ của bạn ấy.

Mãi sau tôi mới nhận được là:

“Tớ có chuyện này muốn nói với cậu được không? Cậu có rảnh không?”

Lúc đó muộn rồi, nên sáng hôm sau bạn ấy mới trả lời. Cả đêm đó tôi chờ tin, không ngủ được.

Buổi sáng hôm sau, khi tôi mới ngồi lên cái ghế nhựa ở ngoài sân để chuẩn bị học quân sự thì bạn ấy nhắn lại.

“Sao thế, có chuyện gì à?”

“Thật ra tớ thích cậu từ lâu rồi nhưng mà tớ không thể nói ra với cậu được.” Tôi viết một tin rất dài. “Tớ có cảm giác là nếu mà tớ cứ giấu mãi thì tớ cũng không chịu được. Tớ chỉ muốn nói ra điều đấy thôi, tớ không có ý định bắt cậu phải yêu tớ lại hay như thế nào cả. Đây là lần đầu tiên tớ làm vậy, và chắc tớ là đứa con gái đầu tiên nói là tớ thích với con trai.”

Lại mãi một lúc sau:

“Ừ, thế thì tớ hiểu rồi, có phải từ cấp Ba không?” Tôi và bạn ấy học cùng cấp Ba mà.

“Không, không, sao cậu lại nghĩ thế. Mà cậu chỉ hỏi thế thôi à?”

“Tại vì tớ không tin... tớ tưởng cậu sẽ thích một người hoàn hảo hơn tớ.” Đúng là bạn ấy không có gì đặc biệt cả. “Tớ tưởng ngày

xưa cậu yêu một bạn cùng lớp, bạn T ấy?”

“Không, đấy chỉ là quan hệ bạn bè bình thường thôi, sao cậu có thể nghĩ thế được.”

Im lặng một lúc.

“Ừ, thế thôi, biết được như thế đã. Thôi cậu cứ học quân sự đi, tớ chờ, cậu về tớ đưa cậu đi chơi một hôm.”

Bình thường thì các buổi tối bạn ấy làm trong một cái *pub*, từ bốn giờ chiều tới quá nửa đêm. Một giờ rưỡi sáng bạn ấy về đến nhà còn xem phim, hút cần, linh tinh tới năm giờ sáng thì mới ngủ tới trưa, rồi chiều lại chuẩn bị đi làm. Hôm tôi về, bạn ấy đổi giờ làm lên buổi sáng để buổi tối đi chơi với tôi. Tối hôm đó bạn ấy chờ ở ngoài ngõ. Cả ngày tôi loay hoay chọn váy, tới lúc tuyệt vọng rồi thì bỗng nhiên mẹ đưa tôi một cái váy mà tôi thích ngay, mặc dù mẹ không biết buổi tối tôi đi chơi. Mẹ khen tôi xinh khiến tôi cảm thấy đỡ tự ti hơn chút. Tôi từ trong nhà đi ra, miệng cứ tự động mỉm cười mà không kìm được - tôi hạnh phúc mà.

Bạn ấy nghiêng xe máy cho tôi ngồi lên, rồi lấy cái áo phủ lên đùi tôi để cái váy không tóe lên. Chúng tôi đi trong im lặng. Hôm đó trời nóng kinh khủng, tối rồi mà vẫn còn ngoài bốn mươi độ.

Mãi tôi vẫn không đủ can đảm để nói được gì. Bạn ấy thì vẫn hỏi han bình thường, “Cậu ăn gì chưa? Học quân sự có vui không?” Nhưng chắc là bạn ấy run hay sao ấy, vì lúc dừng chờ đèn đỏ thì tôi thấy xe hơi rung rung lên, rất là tội. Bạn ấy không phải là người tiếp xúc nhiều với con gái.

Trước quầy bán vé, tôi lí nhí:

“Hay là để tớ chia tiền với cậu.”

“Thôi, lâu lắm rồi mới gặp có một hôm.”

“Ok. Thế thì để tớ mua bỏng cho nhé.”

“Không tớ đặt hết rồi.”

Chúng tôi vào rạp muộn, hết cả chỗ để nước, nên bạn ấy phải cầm trên tay. Tôi nghe thấy bạn ấy thở rõ là to, làm tôi cũng hồi hộp theo. Phim thì lại không tình cảm lãng mạn gì mà là phim hoạt họa gia đình siêu nhân. Bạn ấy không tập trung xem mà cứ lọ mọ, nhấp nhồm uống nước.

Rồi chúng tôi đi xe dọc hồ Tây. Lúc này trời đã dịu xuống. Bạn ấy nói, “Tớ không biết được, nhưng tớ rất lo sợ về tương lai, tớ không biết tớ nên làm gì...” Tôi cũng cảm thấy y như vậy, nhưng tôi vẫn trả lời, “Tuổi hai mươi đẹp nhất, cậu nên trân trọng từng ngày, rồi thế nào mọi thứ cũng sẽ ổn, cậu phải nhìn vào hướng tích cực thì mọi chuyện tích cực sẽ đến với cậu.”

Hết phổ thông, tôi thi vào trường Thương mại, nhưng sau một năm thì thấy nó không thích hợp với mình. Tôi quyết định thi lại, vừa đi học vừa đi làm để không phải xin tiền của mẹ. Bây giờ người ta học tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng *Hàn nhiều rồi, nên tôi* chọn tiếng Ý. Nhiều người khuyên tôi như vậy vì nó là ngôn ngữ hiếm và gần đây Ý liên kết với Việt Nam khá nhiều.

Cái đợt ôn thi lại đại học bố hay đón tôi. Một hôm, tôi đứng đợi bố ở cổng trung tâm học thêm mà mãi không thấy đầu. Tôi gọi năm, sáu cuộc thì bố mới bốc máy, giọng bố run run. Bố có tật hay run rẩy lấp bắp khi gặp khó khăn. Nghe vậy tôi biết là có vấn đề gì rồi.

Bố nói, “Bố đang có việc, đừng gọi nữa nhé, con tự tìm cách đi về đi.” Tôi bắt xe ôm, trên đường gọi về nhà ông bà nội, “Bố con làm sao đây?” Ông nói bố bị bắt đưa lên trên phường vì tội dùng ma túy, giờ ông phải lên đút lót để xin về.

Khi tôi học lớp Hai thì mẹ tôi đã định chia tay với bố tôi. Hồi đó chúng tôi ở cùng ông bà nội và bố bắt đầu sa vào nghiện ngập. Trong trí nhớ mờ mờ của tôi, tôi nhớ có lần bố dẫn bạn bè về rồi đập phá đồ đạc trong nhà. Hồi đó mẹ dành dụm tiền để mua xe đạp cho tôi, nhưng bố cũng lấy hết. Tôi có con chó bé tí, bố cũng bán đi lấy tiền mua thuốc. Lúc đầu mẹ nghĩ mình chịu đựng được, nhưng sau mẹ không muốn tôi phải chứng kiến những cảnh đó, nên mẹ quyết tâm chia tay. Mãi tới khi tôi lớp Sáu thì bố mẹ mới chính thức ly hôn. Trước đó bố tôi phải vào trại cai nghiện mất mấy năm gì đấy. Mẹ kể lại là hồi đó mẹ rất tức giận vì ông bà nội quyết định đưa bố vào trại mà không bàn gì với mẹ.

Từ cái đợt bị bắt lên phường đó thì bố không động vào ma túy nữa.

Kỷ niệm vui nhất của tôi với bố? Để tôi nghĩ... Tôi không nhớ, hình như không có kỷ niệm nào. Kỷ niệm buồn nhất? Hôm đó tôi, mẹ tôi, và em họ tôi lên trại thăm bố. Lúc đó tôi học lớp Năm. Tôi không nhớ tôi nói gì, nhưng đại loại tôi không đồng ý với bố. “Thôi, con không làm đâu.” Bố tát tôi một cái. Từ trước tới nay chưa bao giờ bố đánh tôi, chưa bao giờ bố động chạm hay lăng mạ tôi, nên tôi bị quá bất ngờ. Đây là kỷ niệm buồn duy nhất của tôi. Còn lại thì mọi thứ cứ bình bình vậy thôi.

Đa phần những gì tôi làm, tôi đều làm vì mẹ tôi. Tôi nghĩ tới mẹ đầu tiên. Tôi muốn sau này mẹ tôi không phải đắn đo khi mua sắm gì. Tôi muốn có thể lắng nghe mẹ nhiều hơn. Mẹ hay nói, “Mẹ chỉ cần con lắng nghe mẹ. Con có ý thức được là mẹ đang làm tất cả mọi chuyện là vì ai không?”

Bố mẹ tôi có yêu tôi không? Bố tôi thì... tôi không biết. Bố lúc nào cũng đứng dưng, chẳng bao giờ hỏi chuyện học hành hay yêu đương, chẳng dạy dỗ, khuyên nhủ gì. Chắc bố nghĩ là tôi được sinh ra rồi thì tôi tự lớn lên, thế thôi. Nhiều khi tôi quên đi mất là mình có bố.

Còn mẹ, tôi nghĩ là mẹ yêu tôi. Tôi rất trân trọng những gì mẹ dành cho tôi, nhưng thú thực, nhiều lúc tôi thấy áp lực với tình yêu của mẹ. “Vì con mà mẹ không thể yêu ai nữa.” Mẹ nói vậy, “vì con mà mẹ hy sinh.”

Tôi yêu mẹ nhưng tôi có một khoảng cách với mẹ. Mẹ tôi áp đặt, “Là con thì không bao giờ được cãi, dù mẹ đúng hay sai”. Hôm trước tôi để cái bông tẩy trang trên bàn. Mẹ cũng hay làm vậy. Mẹ xẵng giọng, “Tại sao con lại để *như* thế?” Tôi bảo, “Con tưởng mẹ cũng hay để ở đấy nên con cũng để đấy rồi vứt sau.”

Mẹ tôi gừ lên, “Thế bây giờ tao để cái gì ở đấy thì mày cũng được để ở đấy à? Thế bây giờ mày còn cãi nữa à, còn đặt điều nữa à?”

Rồi mẹ lằm bằm, lằm bằm suốt, “Con với chả cái.” Sáng hôm sau mẹ tôi vẫn nhắc lại, hôm qua mày cãi tao, bây giờ tao bằng vai phải lứa với mày à.

Thực sự là nhiều lúc tôi nhường mẹ.

Với bố thì tôi thương, nhưng không hẳn là yêu. Tôi rất lo cho bố tôi. Bố lười và ỷ lại. Tôi khuyên bố tôi đi làm nhưng bố không nghe, bố đã ở nhà năm, sáu năm rồi. Ông bà nội đã gần tám mươi tuổi, không thể chu cấp cho bố và ở bên cạnh bố lâu nữa. Ông bà nhờ bạn bố động viên bố đi làm, sau này ông bà mất thì còn tự lo được. Bố bảo, “Đến lúc đấy thì tính.” Sau này tôi phải lo cho cả mẹ lẫn bố chứ không thể chỉ lo cho một người được. Tôi cảm thấy gánh nặng ở phía trước.

Còn với mẹ thì tôi yêu, nhưng không hẳn là thương. Tôi không thấy xót cho mẹ. Nhưng bố tôi thì tôi xót.

Cái gì bố cũng kệ. Bố bị đau răng, nhưng đau đớn thế nào bố cũng chịu, mãi mới bảo tôi một câu. Tôi đi mua thuốc, rồi về cho bố uống, tôi phải chủ động chăm sóc bố. Khi bố còn ở trong trại cai nghiện, mẹ đã làm đơn ly dị. Đến khi xuất trại thì bố ký vào đơn. Đợt đó tôi chả có cảm giác gì cả. Mẹ tôi hỏi, “Con có buồn không?” Tôi bảo, “Con biết chuyện từ lâu rồi.” Bố nói với tôi, “Con đừng xa lánh bố...” Tôi trả lời, “Con không xa lánh bố, nhưng bố phải thay đổi đi.”

Còn mẹ khi ốm thì nói rất nhiều, yêu cầu tôi rất nhiều, nên tôi không có cảm giác xót mẹ.

Tôi cũng không ngờ khi yêu vào tôi bị phân tâm như vậy. Lúc nào trong đầu mình cũng có những câu hỏi, “Hôm nay bạn ý làm gì?”, rồi “Bạn ý đang ở đâu?”, rồi kiểu “Gặp nhau thì nên làm gì, nói chuyện gì?” Đi qua cửa hàng quần áo thì mình không chọn xem quần áo cho mình nữa mà xem đồ cho bạn ý, kiểu đấy. Con trai thì không như vậy.

Khi mới quen tôi, Thắng, bạn ấy tên là vậy, rất vui. Nhưng rồi chúng tôi nhanh chóng nhận ra lịch làm việc của cậu ấy khiến chúng tôi chẳng nói chuyện được với nhau gì cả. Thắng nói mấy tháng nữa sẽ nghỉ việc, sẽ có nhiều thời gian hơn để chăm sóc tôi, nhưng chuyện không xảy ra. Quan hệ của chúng tôi ngày một chuệch choạc. Có hôm đi chơi xong, Thắng định quay xe về luôn. Tôi buột miệng, “Chả ôm người ta gì cả!” Thế là nó ôm tôi. “Cái gì tớ cũng phải chủ động,” tôi nói, “nhưng tớ sẽ không dỗi cậu đâu, tại vì hôm nay cậu cũng mệt, thôi cậu đi ngủ đi, tớ không giận đâu.” Hôm khác tôi nói, “Ê này, hay là chơi trò hỏi nhau đi, tớ cho cậu hỏi hai câu về tớ, những thứ cậu tò mò về tớ mà không tiện hỏi chẳng hạn, thì bây giờ cậu hỏi đi.” Nó nghĩ một lúc rồi nói, “Nhưng mà tớ cũng không biết hỏi gì cả”. Tôi nản. Đến đêm thì nó nhắn lại, “Tớ hỏi cậu có bao giờ thấy chán khi mà chờ đợi tớ như thế này không”. Và câu thứ hai là, “Nếu tớ vẫn đặt mối quan hệ bạn bè với người yêu cũ lên trên thì cậu có chấp nhận không; tớ thấy tớ không xứng đáng với cậu.”

Sáng hôm sau đọc được tin nhắn, tôi tụt cảm xúc, vứt điện thoại ra giường. Hôm đó trời lại còn mưa nữa chứ.

Sau khi yêu Thắng được mấy tháng thì tôi quen Minh, nó ít hơn tôi một tuổi. Hóa ra tôi và Minh rất hợp nhau. Lần đầu tiên tôi gặp một người hoàn toàn hiểu tôi, chúng tôi có sự gắn kết tâm hồn rất đặc biệt. Minh rất đàn ông, rất tinh tế, và cho tôi một cảm giác an toàn, được chấp nhận mà rất lâu rồi tôi mới có. Mấy lần Minh nói thẳng là em ấy thích tôi, nhưng lần nào tôi cũng nói nước đôi là “đang suy nghĩ”. Cái đêm trường tôi tổ chức *prom*, Minh tới đón tôi. Thắng biết

chuyện và đoán được tình hình. Hôm sau, Thắng khó chịu lồng lộn lên, nó đón tôi ở nhà rồi phóng xe rầm rầm quanh hồ khiến tôi phải ôm chặt lấy nó. Tôi hỏi, “Ờ thế anh giận gì à?” Hết cả vòng hồ sau nó mới dừng lại, xuống xe. “Em làm cái gì đấy?” Nó lập cập móc bao thuốc trong túi ra. “Anh không nghĩ em lại làm như thế.” Tôi bảo, “Chỉ là bạn bè bình thường mà... Anh nên biết là em với nó chỉ nói chuyện hợp thôi.” Thắng cầm điều thuốc ném phiu vào tường làm tôi giật bắn mình. Lần đầu tiên tôi thấy nó văng tục với tôi. “Anh cần *chó* gì biết! Anh *đéo* cần biết cái gì luôn cả!”

Tôi ôm nó. Người nó nóng ran, hơi thở gấp gáp. Tôi nói dối để trấn an, “Không có chuyện gì đâu, chỉ là bạn bè bình thường thôi... Em đi tiệc với nhiều người mà.”

Từ đây Thắng lúc nào cũng sợ mất tôi. Nó tự ti và hay bảo là tôi nên chọn người khác, nó không xứng đáng với tôi. Nhưng tôi không bỏ được Thắng. Một thời gian sau, Minh không đợi được nữa nên cũng bỏ đi. Tôi thấy tiếc. Tôi gặp Minh là đúng người nhưng sai thời điểm. Minh tinh tế hơn, sâu sắc hơn, hiểu tôi hơn, không cục cằn như Thắng. Tôi kể một chuyện, Minh sẽ thấy dễ thương, còn Thắng sẽ thấy ngớ ngẩn, hoặc nó còn chẳng muốn nghe. Bên Minh, tôi thấy mình được trân trọng. Bên Thắng, nó làm tôi thấy bản thân và những thứ mình làm trở nên xấu xí. Minh mới được học bổng, nó đốc thúc tôi học, nó muốn cùng tôi cố gắng. Ngược lại, tôi là người đốc thúc Thắng, nó lúc nào cũng giậm chân tại chỗ, chẳng thi thêm được môn nào. Nhiều lúc tôi mệt mỏi, nó chẳng tỏ ra cần tôi gì cả, nhưng tôi không bỏ được Thắng.

Vì sao ư? Vì tôi thương cậu ấy. Có hôm tình cờ cả Thắng lẫn

Minh đều bị đứt tay. Tôi nhìn Minh mà không thấy xót. Minh biết tự lo cho bản thân, nó vững vàng trong cuộc sống. Nhưng với Thắng thì tôi rất xót, tôi suy nghĩ phải mua thuốc gì, băng bó như thế nào. Lúc đó tôi quyết định nhanh lắm. Tôi biết mình cần chăm sóc Thắng.

Gần đây tôi cũng cố hình dung về tương lai... nhưng thực sự tôi không biết sau này tôi sẽ làm gì, sẽ sống ở đâu. Tôi bắt đầu nản với việc học trên trường. Tôi thấy mình không bắt kịp. Cứ đến gần ngày thi thì tôi có cảm giác tôi không muốn thi nữa, chuyện thế. Lúc đấy tôi có cảm giác mình không còn sức lực để ôn thi, cảm giác có ôn cũng thế thôi, kiểu thế, nên là tôi bỏ mặc, dù tôi biết là rồi sẽ lại phải học lại, thi lại. Tôi vẫn đăng ký thi, vẫn học bài, nhưng sáng hôm đó thì tắt điện thoại, không tới trường nữa, không ai liên lạc được. Tôi bỏ cuộc vào phút cuối. Sáng hôm sau tôi nói dối với giáo viên là nhà có việc.

Hiện tại tôi cố gắng bồi đắp, học làm những công việc nhỏ hằng ngày như nấu ăn, thay bóng đèn, rồi cố gắng học sử dụng máy tính. Nhưng tôi không tưởng tượng ra được mình sẽ thành như thế nào. Mỗi ngày tôi cố gắng nhưng tôi không biết mình cố gắng vì cái gì. Tôi cố gắng qua được một ngày, rồi lại qua ngày tiếp theo.

Tôi sợ mình sẽ có cuộc sống tương tự như mẹ, cũng quá lụy vào chuyện tình cảm, yêu đương. Khi yêu vào thì cả ngày tôi cứ loay quanh không làm được gì, trong đầu lúc nào cũng hỏi sao bạn ấy không nhắn tin, bạn ấy đã về nhà chưa.

Tôi sợ vì thấy mình không có mục tiêu gì, không biết đường đi...

Cả đời mẹ tôi chạy theo một cái gì đấy, tiền bạc, đàn ông, mà người ta lại không xứng đáng. Tôi sợ mình lặp lại số phận của mẹ, nên giờ tôi sợ yêu, sợ làm hỏng. Mẹ luôn nhắc, “Làm gì con cũng phải tính tới trường hợp xấu nhất”. Điều đó làm tôi rất rụt rè, chưa dám thử nhưng tôi đã nghĩ mình thất bại ngay từ đầu. Nhiều khi, tôi thấy mình bỏ qua rất nhiều thứ, kể cả yêu đương lẫn học hành, khác với Hà An. Hà An đang sống hết mình, nó không bỏ phí thời gian như tôi. Tuổi trẻ này đang vụt trôi qua trước mắt mà tôi lúng túng quá.

Tôi chưa bao giờ hình dung ra hôn nhân. Tôi thích sống một mình. Sau này nếu cô đơn thì tôi sẽ có con, chứ không lấy chồng. Chỉ cần nghĩ là sáng dậy mở mắt ra thấy một người lạ hoắc lạ hoơ là tôi đã thấy khó chịu. Nhưng chủ yếu là tôi sợ bị phản bội, bị thất vọng. Tôi sợ là mọi cố gắng của tôi một ngày nào đó sẽ bị ai đó phá hết. Đây là lý do mãi tôi không muốn yêu ai, tôi sợ khi yêu vui thì ít mà buồn thì nhiều. Mãi tôi mới nói với Thắng là tôi thích bạn ấy.

Có chứ! Tôi mong có người dìu dắt tôi chứ. Tôi luôn luôn cảm thấy như vậy, ngay từ nhỏ tôi đã cảm thấy mình cần một người. Tôi không phải là loại người dựa dẫm nhưng tôi muốn có ai đó cho tôi lời khuyên, ai đó đi trước rồi, đã trải nghiệm rồi, và sáng suốt hơn tôi.

Nhưng từ lâu rồi bố mẹ tôi không làm được điều ấy. Họ cần người dìu dắt chứ không dìu dắt được tôi.

Tôi chẳng có ai cả. Ai cũng lo việc của mình, không ai để ý đến tôi. Tôi không bầu vịu được vào ai.

## **LỜI TÁC GIẢ**

Buổi đầu tôi gặp Ngân, trời ẩm ướt sau cơn mưa. Tay ôm cốc nước chanh, Ngân nhìn ra ngoài hồ bằng đôi mắt to và đẹp mà sau này tôi biết là cô cứ bắn khoăn cho rằng chúng là “mắt cá vàng.” Nhỏ nhẹ và lặng lẽ như một bông hoa ở chân tường rào, giọng của cô chỉ to hơn tiếng sột soạt của cái áo gió cô mặc một chút. Ở cô toát ra sự nhẫn nại và kiềm chế, chỉ có mái tóc highlight hung vàng và các móng tay được sơn các màu khác nhau tiết lộ mong muốn được thể hiện bản thân, được chú ý, được trải nghiệm của cô gái hai mươi này.

Qua những buổi gặp gỡ, thế giới của những người lớn quanh cô hiện ra như một quang cảnh đầy đổ vỡ và bất an. Một người bố từng nghiện ngập và ở tù, không quát to một câu bao giờ, nhưng không có khả năng chăm sóc bản thân. Một người chú cũng nghiện ngập và phá phách, ông bà nội vẫn phải chu cấp cho các con trai mặc dù đã gần tám mươi. Một người mẹ vừa bị lừa dối vừa đi lừa dối các bạn tình của mình, thấp thỏm triền miên trong hoài nghi và đau khổ.

Bề ngoài, Ngân có đủ các nét để được xã hội đánh giá là “ngoan”. Đưa bà đi dạo, lấy cớ để bố chịu ra khỏi nhà, mua thuốc và bắt bố uống thuốc, giúp đỡ ở quán cafe của mẹ, tư vấn cho mẹ về chuyện yêu đương, vấn đề nằm ở chỗ sự chăm sóc này chỉ một chiều. Người bố, vô tâm như cây cỏ, chưa bao giờ hỏi chuyện về cuộc sống của Ngân, với Ngân, ông là một đứa trẻ và cần được chăm sóc như một đứa trẻ. Người mẹ quá bận rộn với những rối ren tình cảm của mình để lắng nghe tâm tư của con, dù hai người vẫn hằng đêm ngủ cùng giường. Ngân đã quen với việc bươn chải

một mình tới mức cô phải thanh minh là mình không phải là người dựa dẫm, trước khi giải bày rằng ngay từ nhỏ cô đã có cảm giác mình cần sự dìu dắt về tinh thần mà không bao giờ nhận được.

Từ thập kỷ 60 của thế kỷ trước, các nhà tâm lý học bắt đầu chú ý tới những đứa trẻ như Ngân. Khái niệm “đảo vai” (role reversal) được dùng cho các hoàn cảnh đứa trẻ trở thành người chăm sóc cho cha hay mẹ, thay vì ngược lại như lẽ tự nhiên, ở thập kỷ 70, chữ “phụ huynh hóa” (parentification) được đưa ra - parentified child là một đứa trẻ mà hoàn cảnh sống đã khiến nó cư xử như phụ huynh đối với cha mẹ của mình. “Tôi mong có người dìu dắt nhưng lại phải dìu dắt bố mẹ tôi,” câu nói của Ngân mô tả chính xác tình huống đổi vai này - đứa trẻ phải cung ứng cho những nhu cầu tâm lý hay vật chất của người lớn trong gia đình, bởi họ không nhận được những điều này từ bạn đời hay từ những người lớn khác quanh họ.

Phụ huynh hóa là một trong những trường hợp của hiện tượng “rối loạn vai” (role confusion). Những trường hợp khác bao gồm việc đứa trẻ đóng vai trò bạn đời thay thế cho cha hay mẹ mình (spousification), hoặc cha mẹ trở thành bằng vai phải lứa với con (peer-like). Trong tất cả các trường hợp này, trong cái nhìn của người quan sát bên ngoài, ranh giới giữa cha (hoặc) mẹ và con bị xóa nhòa, quan hệ giữa hai thế hệ bị méo mó, các thành viên trong nhà không đóng vai trò thông thường của mình. Đứa trẻ hoặc trở thành phụ huynh, người dẫn dắt, quyết định trong quan hệ với bố mẹ; hoặc trở thành bạn đời, đem lại sự gần gũi về tâm lý, tình cảm cho cha hay mẹ, thay cho vợ hay chồng họ, và lắng nghe những

tâm sự vượt tuổi của chúng. (Đây chính là câu chuyện của Đan, người trẻ được giới thiệu trong chương tiếp theo.) Trong tất cả những trường hợp này, cha mẹ không đủ khả năng giải quyết được các nhu cầu tinh thần hoặc vật chất của mình, và do đó tìm đến đứa con để được thỏa mãn. “Mẹ cần mỗi khi mẹ buồn thì có con bên cạnh,” mẹ Ngân yêu cầu rất rõ ràng; Ngân cần phục vụ để trả nợ cho việc cô được sinh ra. “Vì con mà mẹ không thể yêu ai nữa, vì con mà mẹ hy sinh.” Đứa con là người phụ thuộc vào bố mẹ, và để giữ được quan hệ và sự gần gũi với họ, đứa trẻ không có cách nào khác là tuân theo những đòi hỏi của họ, tâm niệm chúng (internalize), biến chúng thành lẽ sống của mình. “Đa phần việc gì tôi làm cũng vì mẹ,” Ngân nói khi được hỏi về chữ hiếu, “làm gì tôi cũng nghĩ tới mẹ đầu tiên.” Rối loạn vai xảy ra mà các cá nhân liên quan không nhận ra được sự bất thường này.

Dù có thể nhận được nhiều lời khen ngợi từ xã hội, những đứa trẻ bị phụ huynh hóa như Ngân mang trong mình những vấn đề tâm lý. Mức độ của các tác động tiêu cực từ quá trình phụ huynh hóa phụ thuộc vào nhiều yếu tố: nó đặt gánh nặng nhiều hay ít lên đứa trẻ, nó bắt đầu lúc đứa trẻ sáu tuổi hay mười sáu tuổi, nó kéo dài một năm hay mười năm. Điểm chung là những đứa trẻ này bị đánh mất một phần tuổi thơ của mình, mất một phần cơ hội tìm tòi, thử nghiệm để xác định cái tôi, để phát triển thành một cá thể độc lập, riêng biệt một quá trình mà bất cứ người trẻ nào cũng cần trải qua. Với Ngân, cuộc sống với người mẹ đòi hỏi và người bố con nít khiến cô thấy tương lai nặng nề và mù mịt, cô đơn độc trong hành

trình đi tới. “Mỗi ngày tôi cố gắng nhưng tôi không biết mình cố gắng vì cái gì. Tôi cố gắng qua được một ngày, rồi lại qua ngày tiếp theo.”

Giống nhiều đứa trẻ cùng hoàn cảnh, dường như Ngân có xu hướng lớn lên thành một người chăm sóc cưỡng chế (compulsive caregiver). Những người như vậy thường “hy sinh bản thân”, chăm lo vô độ người khác. Họ có xu hướng tìm tới những bạn đời không tự lo được cho bản thân, không quản lý được đời mình, giống bố mẹ họ trước kia. Đó sẽ là những quan hệ một chiều, nơi họ không được tôn trọng, thậm chí bị bóc lột. Nhưng những người như Ngân bị hút vào đó để có thể đóng vai trò người chăm sóc và cảm thấy mình có giá trị. Che chở, chăm lo người khác để được họ ban phát tình cảm là cách kết nối duy nhất mà cô biết. Ngân chọn Thắng, người cục cằn, lạnh lùng, luôn khiến cô cảm thấy bản thân và những thứ mình làm tội tệ, chứ không chọn Minh, người tinh tế, lắng nghe, động viên, bởi Minh tự lo được cho bản thân, vững vàng trong cuộc sống, còn Thắng cần sự giúp đỡ của cô. Vai trò phục vụ, an ủi, vỗ về người khác, bỏ qua nhu cầu chính đáng của bản thân, là vai trò tự nhiên nhất với Ngân. Lúc nhìn thấy Thắng dứt tay là lúc cô thoát ra khỏi được sự do dự. “Lúc đó tôi quyết định nhanh lắm. Tôi biết mình cần chăm sóc Thắng.”

## 8. “AI CŨNG MƯU CẦU ĐƯỢC LÀ BẢN THÂN MÌNH”

*(Đan, nam, 20 tuổi, bỏ đại học*

*Duyên, mẹ Đan, 44 tuổi, chuyên viên trong một cơ quan nhà nước)*

ĐAN

Khi tôi tỉnh dậy thì trời đã gần trưa. Em gái tôi đã đi học từ lâu. Mẹ chắc đang bận bịu với một dự án giáo dục trẻ em đâu đó ngoài kia. Đêm qua tôi lại thức tới ba giờ sáng. Không phải vì *tôi bận, mà chỉ* là tôi thích buổi đêm. Lúc đó mình một mình, nhưng mình vẫn có mọi người xung quanh. Một mình nhưng không cô đơn.

Ở dưới nhà không có tiếng bố, một ngoại lệ. Từ khi về hưu và thôi việc nấu bếp ở bệnh viện bố quanh quẩn ở nhà, dọn dẹp, nấu ăn. Tôi không biết nhiều về bố, bố không bao giờ kể về quá khứ của mình. Trong nhà, bố hoàn toàn tách biệt, chẳng tham gia gì được vào những câu chuyện giáo dục, hướng nghiệp, trại hè của mẹ con tôi. “Cái nhà này không phải là gia đình tao,” thỉnh thoảng đi uống rượu về bố lại nói vậy. Tôi biết bố rất cô đơn và lạc lõng trong chính nhà mình. “Mày không phải là con tao.” Nghe rất là đau, nhưng tôi hiểu bố, mặc dù mỗi khi không kiểm soát được bản thân tôi lại ngoặc lại, “Thế thì bố đi thử ADN đi.” Bố tủi thân khi mọi người về muộn và

không ăn bữa cơm bố nấu, thứ duy nhất có thể chứng minh sự hữu ích của bố trong nhà. Bố muốn nghe ai đó bảo là nếu không có bố thì gia đình chẳng có bữa cơm tử tế, nhưng mẹ nói, anh cứ đi đi, anh không nấu thì ở nhà tự nấu. Có lần tôi nhắn tin cảm ơn bố đã đi qua nửa thành phố mang giấy tờ tới để tôi lấy xe máy ra khỏi đồn công an. Tôi hôm đó bố rất vui, “Thằng Đan hôm nay nó cảm ơn tao đấy,” bố nói trong hơi rượu.

Những đợt bố hay say và chửi bới thì mẹ thường kể cho chúng tôi chuyện ngày xưa bố kiên trì theo đuổi mẹ như thế nào, phải đạp xe mấy chục cây đón mẹ ra sao, bị nhà ngoại phản đối vì bố là dân lao động ngoại thành như thế nào. Chắc mẹ nhắc lại những gì hai người đã cùng trải qua để tự trấn an, để nhắc nhở tôi và bản thân vì sao mẹ lại chịu đựng bố như vậy. Sau khi cả ông nội tôi lẫn bác tôi đều bị tai biến do rượu thì mẹ rất dị ứng với rượu. Khi bố uống rượu thì kể cả bố không làm gì mẹ cũng rất tức, vì mẹ đã nhìn thấy rượu có thể dẫn tới cái gì.

Hồi trẻ mẹ là người mơ mộng, nhưng bà ngoại rất nghiêm khắc, rất cay nghiệt, bà bắt mẹ làm việc rất nhiều.

Trong một thời gian dài mẹ rất khó chấp nhận bà, rất khó cời mở với bà. Mối quan hệ chỉ dần thay đổi từ khi bà ốm. Mẹ lớn lên với nhiều trách nhiệm trên vai và tôi đoán điều này ảnh hưởng nhiều tới việc mẹ nuôi dạy tôi. Tôi rất gần mẹ, gần hơn mức tốt cho quá trình trưởng thành của tôi. Nhưng tôi phải mất gần hai năm để nhận ra vấn đề này, một quá trình nhận thức đau đớn, và nó chưa kết thúc. Hơn nữa, nhận ra vấn đề không có nghĩa là tôi có khả năng giải quyết nó.

Tôi nhìn lên trần nhà, và nhớ lại giấc mơ tôi có mấy tháng trước, một giấc mơ khiến tôi suy nghĩ rất nhiều. Trong giấc mơ đó, cả nhà tôi chạy trốn trước một thảm họa nào đó. Tôi và em chạy trước, bố mẹ chạy sau một đoạn. Tới bìa rừng, đúng lúc tôi quay lại nhìn thì một luồng sáng lớn chiếu xuống đầu họ. Mọi thứ lóe lên, khi tôi định thần lại thì họ đã biến mất. Nửa tỉnh nửa mê một lúc lâu nhưng tôi vẫn nhớ rất rõ cảm giác và suy nghĩ của mình lúc đó.

Tôi thọc tay vào bên trong quần đùi, cảm nhận cái ấm ở đó một lúc, rồi rút tay lên. Được một lúc, tôi thở dài và lại cho tay xuống dưới. Đây là lần thủ dâm đầu tiên của tôi trong ngày. Nó sẽ không phải là lần cuối cùng, tôi biết vậy. Thường sẽ có thêm một, hai lần nữa. Gần như ngày nào cũng vậy. Khi bạn không có gì để làm và bị ức chế vô cùng thì thủ dâm giúp giải tỏa *stress*. Cơ thể tiết ra chất endorphins, khiến bạn thấy dễ chịu hơn - đây là khoa học, tôi không có vấn đề đạo đức gì. Nhưng có những hôm nó sưng tấy lên và tôi không cương lên được nữa.

Mười phút sau, tôi nhìn vào trong gương ở phòng tắm và cố gắng phân tích hoàn cảnh của mình. Tôi đã nói chuyện vài lần với cái Hà An\* nhưng nó không hiểu vấn đề của tôi. Từ cấp Hai, tôi và mẹ đã như hình với bóng. Mẹ đưa tôi vào sinh hoạt trong câu lạc bộ Nhà báo nhỏ. Các cô chú ở đó trầm trồ về tôi, khen ngợi tôi trước mặt mẹ. Ai cũng mặc định tôi học trường chuyên, mặc dù không phải vậy. Họ chọn tôi đi tham dự hội nghị quốc tế của trẻ em. Oai chưa. Những hai lần nhé. Bố mẹ tôi khoe khắp cả họ hàng, mặc dù tôi biết rằng nếu không có mẹ trong đó thì chắc là tôi đã không được chọn. Cuối cấp Ba, mẹ giới thiệu tôi vào một câu lạc bộ hùng

biện, rồi từ đó tôi đi thi tiếng Anh ở Malaysia. Rồi mẹ con *tôi* tham gia vào một chương trình ngoại khóa về triết học, văn hóa, xã hội và nhiều thứ hay ho khác. Chưa bao giờ có trường hợp tương tự xảy ra ở chương trình này. Chúng tôi làm nhiều thứ cùng nhau, như hai người bạn gắn kết. Cái Hà An ghen tị, “Giá mà tao được làm con của mẹ mày.” Mẹ tự hào về hình ảnh của mình qua cái nhìn của những người xung quanh: một phụ huynh hiện đại, tiến bộ, đồng hành cùng con. Mẹ không ép tôi vào trường chuyên, lớp chọn hay học ngành danh giá, dễ kiếm việc, nhưng trước khi tôi có một khái niệm mình là ai, mình muốn gì, mẹ đã tìm hiểu hết về việc học đại học, vẽ sẵn ra mọi thứ, một cách nhẹ nhàng, thân thiện. Bước đầu là chuyên ngành tiếng Anh này, *rồi tới cái bằng Luật này*. Khi bạn không biết mình nên đi con đường nào thì mọi con đường đều tốt, nhất là khi bạn có mẹ bên cạnh. Tôi là một con ngựa, mẹ chỉ cần phát nhẹ cương là tôi lợc cọc chạy theo hướng mẹ muốn.

Trong bếp, tôi rót nước sôi vào bát mì tôm. Một ngày dài vô tận trải ra trước mắt. Tôi quyết định khước từ lời mời tham gia buổi dùng nắm thức thần tối nay của mấy đứa tôi quen. Là người lý trí và suy nghĩ nhiều, quá nhiều, tôi không thích dùng chất kích thích. Tháng trước, ngồi cùng với bọn chúng trong một cái chung cư bé bé, sau khi uống mấy ngụm bia pha nắm đã được nghiền, tôi chỉ thấy người mình chảy ra sán, rã hết cả ra như bị rút hết xương, và mọi thứ xung quanh mờ đi như được nhìn qua nước. Nhưng tôi không òa lên phát hiện ra cái gì đó quan trọng liên quan tới tuổi thơ, quá khứ và những cái trần trọc hiện tại, như đã xảy ra với một đứa. Tôi không thấy con rồng xanh lao qua cửa lầu đài hay con ngựa

thành Troy bốc cháy như một đũa khác. Tôi chỉ nhớ là sáng hôm sau, tôi tỉnh dậy với một cảm giác triu mến, gắn bó đặc biệt, hướng tới vạn vật xung quanh. Tôi trở về nhà và nghe bố kể một câu chuyện cười rất vớ vẩn. Trước kia tôi cũng sẽ cười, nhưng là cái cười nhếch mép vì lịch sự. Còn lúc đó tôi cười với sự triu mến, sự trân trọng cái khoảnh khắc chúng tôi ở bên nhau. Sau này tôi đọc thì thấy rằng những chất này giúp người ta tháo bỏ các cơ chế phòng vệ, gỡ xuống các mặt nạ họ vẫn đeo để chứng tỏ bản thân. Cho nên họ sẽ có cảm giác chân thành, gần gũi, một sự khoan dung, kết nối ở mức độ rất lạ, khó mà diễn tả thành lời.

Thật thú vị khi mấy cái cây cỏ có thể làm bạn trở thành con người tốt đẹp hơn. Nhưng tôi không có ý định lặp lại trải nghiệm này. Chẳng hay ho gì khi mình cười một cách mất kiểm soát. Tôi là một con người lý trí.

Đã là cuối tháng và túi tiền của tôi đã cạn, chứ không thì chắc tôi sẽ ra quán *net*. Tôi sẽ chọn một chỗ gần cửa sổ, thỉnh thoảng lúc ngừng chơi thì vén rèm nhìn ra ngoài, vì trong quán tối, mình có thể đánh tới tối mà vẫn tưởng mới giữa trưa. Khi chơi, thời gian trôi rất nhanh. Ngủ cũng khiến thời gian trôi nhanh, nhưng game thú vị hơn ngủ, vì mình phải làm chủ kỹ năng, so tài, ra quyết định chớp nhoáng. Tay tôi thoăn thoắt trên bàn phím. Trong tiếng nhạc nền hồi hộp cùng tiếng vũ khí kim loại va vào nhau, tôi lướt trên mặt đất, đột ngột chuyển hướng, uyển chuyển, thanh thoát, tay kiếm vung tròn bao quanh người, đẹp vô cùng. Những lúc này tôi quên đi những muộn phiền gặm nhấm bên trong mình. Vấn đề chỉ đến khi tôi

ngừng chơi. Lúc đó thường trời đã khuya, phố đã vắng. Tôi đứng tần ngần trên vỉa hè, người nồng nặc mùi thuốc lá và mệt bã, cái kiểu mệt như mình vừa ngồi nhập dữ liệu vào máy cả ngày vậy. Vì sợ cái cảm giác trống rỗng, ê chề khi dừng lại nên người ta cứ cố chơi tiếp, chơi tiếp mãi.

Tôi xách xe ra khỏi nhà. Nhiều lúc tôi không muốn ở nhà mà chả có lý do gì rõ rệt. Ở nhà không có cãi nhau, không ồn, nhưng mà tôi không muốn. Tôi đi từ trưa cho tới mười giờ tối, hoặc nửa đêm rồi nhưng vẫn ra ngoài. Không phải ở ngoài đường vui hơn, mà là ở nhà chán. Ở ngoài đường cũng chán, nhưng ở nhà chán hơn. Cái sự trống rỗng lôi tôi ra ngoài đường, tôi đi lang thang, cho tới khi phát chán lên thì lại rất thèm về nhà.

Lúc nào hụt hẫng nhất, trống rỗng nhất thì tôi sẽ *inbox* cho chính bản thân. Thằng tôi thứ nhất nói chuyện với thằng tôi thứ hai. Một thằng than vãn, một thằng chửi rửa. Đó là một cuộc nói chuyện thành thật và trung thực. Nếu như tôi có ý định kể chuyện của mình với ai đó, dù là rất thân, thì nó vẫn mang tính vụ lợi, vì tôi vẫn phải xây dựng một hình ảnh gì đó của mình trước nó. Tự nói chuyện thì mình không lừa được mình, mình phải nghe chửi.

Tôi 1: *Mày biết kỳ lạ là gì không?*

Tôi 2: *Mày lại bắt đầu tự kỷ rồi hả?*

Tôi 1: *Ừ. Cũng được hơn năm rồi đó nhỉ. Từ lần cuối cùng.*

Tôi 2: *Chuyện có thể thôi à?*

Tôi 1: *Tao mệt. Và nhớ nó.*

Tôi 2: *Chuyện mày nghĩ mấy ngày qua đó hả?*

Thằng si tình.

Tôi 1: *Tao muốn nói chuyện với nó.*

*Mấy ngày qua tao đã luôn giữ để bản thân không trượt đi. Nhưng khó quá.*

*Tao sẽ rơi vào tuyệt vọng mất.*

Tôi 2: Mù quáng vậy à.

Mày lại ngu ngốc rồi.

Vậy inbox nó đi.

Tôi T. *Dở hơi vãi l...*

“Nó” ở đây là Linh. Và “lần cuối cùng” cũng là lần đầu tiên và là lần duy nhất tôi làm tình với Linh. Chúng tôi quen nhau trong kỳ thi tiếng Anh ở Malaysia mà tôi đã kể. Bên đó, chúng tôi đã cầm tay nhau và hôn. Không trang điểm, không xăm hình, Linh đúng kiểu con gái mà tôi thích. Về Hà Nội được mấy tuần thì chuyện đó xảy ra, hoàn toàn không chủ định. Thực ra chúng tôi không gặp nhau nhiều, Linh nói gặp nhau nhiều thì sẽ chán, tôi không tán thành nhưng cũng không tranh luận.

Hôm đó, sau bữa trưa đơn giản ở phòng trọ của Linh, chúng tôi leo lên giường. Tôi ử tay Linh, nói chuyện linh tinh, đợi tới chiều đưa Linh quay lại trường. Tôi còn khá ngây thơ. Tôi đang nói thì thấy Linh nhích lại. Tôi dừng lại, quay sang hôn nhẹ lên má Linh. Linh nhích lại sát hơn nữa. Hai đôi mắt gặp nhau. Phảng phất có mùi thơm dịu của dầu gội, dầu xả và kem đánh răng. Chúng tôi bắt đầu hôn, hôn mãi, hôn mãi không dứt. Linh dướn lên để không bị lia khỏi môi tôi. Tôi lồng hai tay qua cái eo mềm của Linh, ôm trọn nó,

biết được từng cử động của hông, của đùi Linh dù hai mắt vẫn nhắm. Cứ sau mỗi nhịp hôn tôi lại sờ tới một điểm khác trên *người Linh*, một hành trình từ tốn và cẩn trọng. Hông, mông, đùi non. Chừng một tiếng như vậy thì Linh nhìn tôi và nói khẽ, “Tớ không chịu được nữa.” Tôi e ngại, vì sao thì đến tận bây giờ tôi vẫn không biết. Tôi nói là tôi không chuẩn bị. “Nhưng tớ có thuốc,” Linh đáp.

Hai đứa tự cởi quần áo trong chăn. Tôi loay hoay bên trên Linh, trong đầu quay cuồng câu hỏi, “Cho vào chỗ nào?!?” Linh nằm yên, hoàn toàn để tôi chủ động. Sau vài phút, tôi đầu hàng, nó mềm oặt. Tôi xấu hổ nằm xuống chỗ cũ và nghe Linh nói câu gì đó an ủi.

Tôi định bụng sẽ ngủ một lúc, nhưng một lát sau, cơ thể chúng tôi lại quấn vào nhau, và lần này tôi đã thành công. “Ê mày, kỳ tích!” thẳng tôi thứ hai nói. Cảm giác rất khác với những gì tôi tưởng. Tôi thấy mình bị bóp chặt ở phía dưới. Một tay tôi đặt sau gáy Linh, mắt Linh vẫn nhắm, tay kia vòng qua eo Linh. Tôi bắt đầu nhấp; năm lần nhấp đầu tiên thì thấy khá đau. Linh nằm gọn dưới người tôi, người hơi run lên, và bắt đầu thở mạnh. Tôi thích sự vụng về của Linh, cả hai đều không biết gì nhưng vẫn phối hợp được với nhau nhuần nhuyễn, từng nhịp thở, từng chuyển động. Mỗi lần nghỉ, chúng tôi lại nhìn nhau một lúc trong im lặng, rồi lại tiếp tục.

Chiều hôm đó, Linh bỏ học, chúng tôi còn làm thêm hai lần nữa. Hôm sau, mọi thứ vẫn diễn ra bình thường, như thể chưa từng có gì. Không ai nhắc lại chuyện đã xảy ra. Chẳng bao lâu sau, chúng tôi chia tay nhau. Cũng giống bao cuộc chia tay khác, có vô vàn lý do.

Nói thẳng ra là tôi ăn may; Linh trên tâm với của tôi nhiều. Vì thế

tôi tự nhủ là mình không tiếc nuôi. Nhưng mà tôi vẫn buồn, đặc biệt là những lúc như lúc này. Tôi thấy cô đơn, mọi thứ vô nghĩa và trống rỗng. Tôi chọn một cái quán cóc và tiếp tục cuộc nói chuyện:

Tôi 1: *Tao muốn buông bỏ tất cả*

Tôi 2: Thật vậy hả?

Tôi 1: *Giờ tao kiệt sức*

*Tao bắt đầu thấy cái gì đó như cảm giác cầm hận*

*Nó cứ tích lại và tao cố gắng kìm nén nó*

Tôi 2: Với cái gì?

Tôi 1: *Tao không biết nữa*

Tôi 2: Mọi thứ?

Tôi 1: *Tao có thể làm gì đây*

Tôi 2: Đạp đổ hết đi =))

Tôi 1: *Haha*

*Rồi tao sẽ cảm thấy khá hơn à?!?*

Tôi 2: Có thể

Tôi 1: *Tao chỉ muốn tìm kiếm một sự đồng cảm...*

*Một người để chia sẻ cái mà tao đang trải qua*

*Nó đang hút dần sức sống của tao*

*Tao ghét nó*

*Ghét vãi l...*

*Nó sắp vượt quá khả năng của tao rồi*

*Tao muốn sáng mai khởi dậy nữa*

*Sao tao không lao đầu vào tường cho ngất đi để khỏi suy nghĩ?*

Nhưng tôi không đâm đầu vào tường. Tôi lê về nhà, kiệt quệ. Chiều nay mẹ rủ tôi tới một buổi nói chuyện về giáo dục giới tính cho trẻ. Tôi sẽ đi, tôi không có lý do để từ chối, tôi cũng không có gì khác để làm. Vả lại tôi đã luôn luôn đi cùng mẹ rồi. Nhưng tôi cảm thấy một quả núi vô hình ngày một đè nặng lên mình. Và bên trên, mẹ đang ấn nó xuống. Mẹ vừa ấn nó xuống vừa tươi cười vẫy gọi tôi.

Tôi vào đại học được mấy tuần thì thấy không thể tiếp tục được nữa. Thực ra ngành học không tệ, các giáo viên không tệ, bạn học cùng không tệ, tôi học cũng ổn, nhưng tôi cảm thấy có một sự vô nghĩa khổng lồ khiến mỗi ngày tới trường với tôi như một sự đày ải. Tôi không thể sống bốn năm tiếp theo như vậy. Tôi cần phải thoát ra, mặc dù lúc đó, và cả bây giờ, tôi không biết mình khao khát thoát ra để làm cái gì. Tôi không có kế hoạch gì cho tương lai. Tôi chỉ biết là tôi cần phải làm điều đó, nghỉ học, nếu không thì tôi sẽ rất không hạnh phúc. Trong trường hay ngoài trường thì đều không ổn, nhưng mình biết rõ cái không ổn trong này hơn, nên mình cứ bước ra ngoài kia cái đã, như một sự đánh cược vậy.

Đến giờ thì tôi đã hiểu. Chưa bao giờ tôi tự ra một quyết định nào, và bỏ học là quyết định đầu tiên của riêng tôi. Giá trị của nó nằm ở chỗ đó. Nó là một cố gắng dứt ra khỏi sự phụ thuộc vào mẹ. Từ trước tới nay, mẹ là người quyết định mọi thứ. Như tôi đã nói, mẹ không ép, mẹ chỉ giải thích, mẹ thuyết phục. Tôi đâu có biết gì để mà phản đối? Mẹ nấu ăn, rồi mẹ bón. Và khi mười tám tuổi tôi quyết định khước từ cái thìa của mẹ.

Đi học hay không, ai cũng mưu cầu một cái duy nhất: mưu cầu được là bản thân mình.

Hồi đó tôi chưa nhận thức được tất cả những điều này. Chúng bùng nổ và mơ hồ. Tôi nói với mẹ là tôi cần một *gap year*, rồi vẽ ra để mẹ và chính bản thân yên tâm là mình sẽ tham gia tình nguyện, đi đây đi đó, kiếm tiền, thu thập kinh nghiệm này nọ.

Mấy tháng đầu tôi thấy thoải mái. Lần đầu tiên trong đời, tôi được nhìn nhận như một người độc lập. Ai cũng muốn vậy, được nhìn nhận như vậy sướng lắm. Bạn bè vừa có phần ngưỡng mộ vừa có phần sợ hãi. Chúng nó có nhiều kiểu, đưa thì chăm chỉ, đưa thì vật vờ, nhưng đưa nào cũng có nỗi sợ. Cả bọn đi học và bọn bỏ học đều sợ cái sự không rõ ràng của tương lai.

Rồi sự nhàm chán bắt đầu. Dưới mắt của mọi người thì tôi là một kẻ vô công rồi nghề, và thật khó để bản thân tôi không coi mình là như vậy. Tôi không có gì để theo đuổi, và có những ngày cảm thấy thật khó khăn để bò ra khỏi giường. Sáng dậy tôi biết là hôm nay sẽ không có suy nghĩ gì mới xuất hiện trong đầu. Đêm đến, tôi không muốn nghĩ tới ngày mai bởi nếu không tôi sẽ tức giận và căm ghét bản thân hoặc một ai đấy. Rồi tôi tự nhủ, vẫn còn thời gian, mọi thứ rồi sẽ ổn. Hôm nay không trả lời được câu hỏi về tương lai thì có sao, ngày mai cũng không muộn. Mình lo, nhưng mình gạt nỗi lo đi, mình cứ sống theo vòng quay bình thường của một ngày.

Trung thành với bản thân, mẹ đồng ý khá dễ dàng với ý tưởng *gap year* của tôi, và gợi ý là tôi tham gia cái này cái nọ, rồi gọi điện thu xếp luôn. Khóa học đồ họa. Chiến dịch về môi trường. Mẹ lập thêm các dự án mới chỉ để tôi có thứ mà làm. Sự phụ thuộc tiếp tục

lớn dần lên, cuộc sống của tôi và của mẹ không tách rời nhau ra được, khiến tôi bứt rứt và hổ thẹn. thỉnh thoảng mẹ góp ý, anh quên cái này, anh làm sai cái kia, anh nên sửa. Hợp lý thôi, nhưng mà tôi khó chịu. Mẹ phê bình không gay gắt thì tôi khó chịu vì mẹ thiên vị tôi là con mẹ. Mẹ phê bình gay gắt thì tôi khó chịu bởi mẹ bất công. Tôi không nói gì nữa vì mẹ không biết đường nào mà lần. Tôi cũng vậy.

Tương lai... Tương lai là cái khiến tôi đau đầu nhất. Mỗi khi mẹ tôi hỏi, ở độ này con không làm gì à, để thời gian lãng phí thế à, con định tương lai của con thế nào, thì tôi không trả lời được. Tôi biết mẹ có quyền đặt những câu hỏi như vậy, tôi thường tránh tự đặt chúng cho bản thân, bởi tôi không có câu trả lời. Xung quanh tôi dường như mọi người đều biết mình muốn gì. Họ chủ động, họ có mục đích trong cuộc sống. Chỉ mỗi tôi là lướt phớt, lướt qua lướt lại, chậm chạp, chẳng tạo được cảm hứng cho ai. Biết thế nhưng tôi không biết giải quyết như thế nào. Hai năm đã trôi qua và giờ đây mẹ rất sốt ruột, mẹ muốn có một giải pháp nhanh gọn cho cái thằng tôi. Nhưng lần nào nói chuyện mẹ cũng rất mát bình tĩnh. Tôi có cảm giác mình bị đổ lỗi, còn mẹ thì bảo là tôi đổ trách nhiệm cho mẹ. Tôi bảo tôi chỉ chia sẻ là mình có một vấn đề mà không tự giải quyết được, mẹ muốn thì mẹ có thể giúp con. Không, mẹ nói, đấy là vấn đề của con, con phải tự giải quyết, đấy đâu phải là trách nhiệm của mẹ. Mẹ mát bình tĩnh bởi mẹ cũng chẳng có phương hướng gì.

Có bao nhiêu phần lỗi thuộc về mẹ, bao nhiêu phần thuộc về tôi? Tôi không biết. Từ trước tới giờ tôi được bón sẵn. Chuyện học hành

với tôi dễ dàng. Mẹ đưa tôi vào làm các dự án này nọ, giúp tôi đi dự trại hè quốc tế. Mọi người khen ngợi mà tôi chẳng mất công làm gì. Tôi chưa bao giờ phải rèn luyện ý chí để tự thân làm một cái gì. Rồi bùm! Mẹ muốn tôi tự lập. Chuyển ra khỏi nhà. Đi làm kiếm tiền. Nhưng vì sao tôi phải làm vậy. Tại sao tôi phải rời bỏ cuộc sống dễ dàng mà tôi đã quen, dù tôi chán ngán nó? Có gì bảo đảm tôi không chán ngán cái mới? Tôi biết mình là một đứa trẻ không chịu lớn và mâu thuẫn. Thằng tôi 1 bảo là khi mang trách nhiệm, khi dấn thân vào đời sống của người trưởng thành thì mình không còn là người tự do nữa, mình bị gò bó, ép buộc. Thằng tôi 2 nói là mày chỉ biện hộ, mày không muốn rời bỏ vùng an toàn của mày, mày có sức ì lớn. Thằng tôi 1 đồng ý về mặt lý trí nhưng cự tuyệt về mặt cảm tính.

Mọi thứ cứ bùng bùng thành đống. Tôi tìm cách tự trấn an bằng cách đặt ra những mục tiêu cụ thể, ví dụ đọc xong cuốn sách này trong tuần này. Nó làm mình yên tâm được một lúc. Chơi game cũng là một cách trấn an, nó có mục tiêu rõ ràng, lên level chẳng hạn, và có phương pháp rõ ràng để đạt được. Vâng, giết thời gian. Trong lúc đó, mình cũng giết được cảm giác bất an ở trong mình. Điều cơ bản là tôi không biết mình là ai. Chừng nào vẫn như vậy thì việc ngủ trên một cái giường mới, trong một căn phòng đi thuê, không giúp ích gì. Thỉnh thoảng tôi tự hỏi, “Đời mình có thể tụt đến mức nào?” Viễn cảnh xấu nhất là tôi trở thành một kẻ buông xuôi, hèn nhát, bạc nhược, không dám đối mặt với vấn đề của mình. Béo, trắng ớn và chỉ say mê mua sắm vũ khí trong game.

Hiện tại thì tôi vẫn giãy giụa.

Ngồi trong buổi tọa đàm về giáo dục giới tính, tôi quan sát mẹ hí hoáy ghi chép, vẽ sơ đồ, và nhận ra rằng có một sự phụ thuộc hai chiều. Mẹ cũng phụ thuộc vào sự tồn tại của tôi trong cuộc sống hằng ngày của mẹ. Nếu không thì mẹ đã có thể tổng cổ tôi ra ngoài từ lâu, để tôi phải tự xoay xở, chứ không chỉ dọa. Nhưng mẹ không làm được như thế. Cái việc dẫn đường, dọn đường cho tôi, rủ tôi tham gia này nọ, dựng nên dự án này kia để tôi cùng làm, nó đem lại cho mẹ một ý nghĩa. Không như vậy, đời mẹ sẽ trống trải. Nên là mẹ không thể dừng lại được.

Buổi tối, tôi và cái Hà An nói chuyện với nhau rất lâu. Sau năm *gap year* lang thang tình nguyện ở châu Âu thì nó đang đau đầu với câu hỏi nên bỏ học hay không và nói chung là nó đang đi về đâu. Tôi nghe nó kể lể rất lâu rồi bảo:

“Trường hợp của mày là bị rối, còn của tao là bị mắc kẹt.”

“Ngay từ đầu mày đã biết là bị mắc kẹt rồi à?”

“Không, rất khó để biết. Mọi thứ cứ lặp đi lặp lại. Mày cảm thấy nó tiến lên nhưng mà nó không đi đến đâu cả. Mày cứ tưởng mày đi thẳng nhưng mà nó lại đi vòng tròn, một cái vòng rất lớn, chậm chạp. Không thể nào thoát ra được. Mày không biết nên bắt đầu từ đâu, nên phá ra như thế nào. Không có ai cản mày lại, nhưng mà mày chả đi đến đâu cả.”

“Ok...” Giọng Hà An không chắc chắn.

“Còn của mày thì nó là rối. Càng ngày mày càng cảm thấy bí bách, mày cảm thấy ngột thở. Mày không thể nào thở được, mày buộc phải làm cái gì đấy để thoát ra khỏi cái đấy.”

“Đấy là cái cảm giác của mày, đúng không?”

“Của mày chứ. Ngày càng rối, và ngày càng ngộp thở.”

“Tức là mày đang nói về cái vòng lặp.”

“Tao nói xong về cái vòng lặp rồi.”

“Ý mày là tao không phải nằm trong một cái vòng lặp mà là nó đi thẳng nhưng mà nó bị chặn lại, đúng vậy không?”

“Bị chặn nhưng mà không hẳn là bị chặn...” Tôi căng óc suy nghĩ. “Nó có quá nhiều những cái dây rối khiến cho mày không thể nào bước đi tiếp được. Mày cứ ở mãi ở trong cái đống rối đấy.”

“Ừ, ok.” Nó ngập ngừng. “Về cơ bản thì tao cũng hiểu được...”

Tôi không chắc là nó hiểu, mà có lẽ bản thân tôi cũng không hiểu. Hay chúng tôi vừa đều bị rối vừa bị kẹt? Nhưng có lẽ điểm khác lớn nhất là cái Hà An có cái để chống cự lại: *mẹ nó không cho nó ăn chay*, bà nó không cho nó gom nhựa phế thải để trong nhà. Còn tôi thì khác, tôi cứ đi vòng tròn, không có ai ngăn cản tôi, mẹ không ngăn cản, không có điểm gì ở mẹ mà tôi phải chống cự lại cả.

Đêm đã khuya, chỉ còn tôi với cái màn hình. Tôi vào cái hộp thư mà tôi tự nhấn cho bản thân và xóa hết. Cứ thỉnh thoảng tôi lại làm vậy. Khi mình thành thật với bản thân thì nó không vui vẻ gì. Tôi thấy mình là một kẻ thất bại, ăn bám gia đình, vô ích cho xã hội. Những lúc như vậy nó rất đau, nên là tôi tránh nhìn lại.

Tôi nghĩ tới *giấc mơ của* mình. Trong mơ tôi vừa dắt em chạy vừa ngoảnh lại sau. Zuuuup! Đột nhiên một luồng sáng hút bố mẹ tôi biến mất. Chỉ còn tôi và em và bãi cỏ trống trơn. Tôi dừng lại, hỗn hển. Đến giờ tôi vẫn nhớ rất rõ cảm giác của mình.

Không đau khổ, không ân hận, không oán trách.

Chỉ có một cảm giác tự do và tự lập trước một trách nhiệm to lớn là nuôi em. Thỏa mãn rằng tôi được đứng trước thử thách. Nhẹ nhõm. Mong chờ.

Hơi đáng sợ, nhưng cái sự thỏa mãn, nhẹ nhõm và mong chờ này rất rõ, không thể chối cãi.

“*Có thể* đó là cái mày cần?” Thằng tôi 2 lên tiếng.

“Mẹ! Nói thế thì vô học quá.” Thằng tôi 1 đáp. “Nhưng có lẽ mày đúng, cái tao cần là một cú hích, một hoàn cảnh không có sự quay đầu.”

## DUYÊN

Trong cuộc đời, tôi chỉ có ba người đàn ông, ngoài ra tôi không biết tới ai khác. Người đầu tiên là bố tôi. Người thứ hai là chồng tôi, cũng là người yêu đầu tiên và duy nhất của tôi, người tôi cưới sau khi tốt nghiệp đại học.

Đan là người thứ ba.

Bố và chồng thì chỉ hỗ trợ tôi về mặt vật chất, những cái bên ngoài, còn Đan mới là người đàn ông thực sự mà tôi có thể hoàn toàn dựa dẫm về mặt tinh thần. Những lúc đau buồn nhất, hoang mang nhất, tôi đều có thể tìm về với Đan để được vỗ về, an ủi.

Tôi vẫn nhớ cái hôm chừng một năm sau khi mẹ tôi mất. Đợt đó bố tôi tuyên bố muốn đi bước nữa. Về mặt lý trí, tôi ủng hộ, tôi biết bố có nhu cầu có người ở cùng, thậm chí cả nhà còn trao cho tôi

nhiệm vụ nhờ bạn bè xung quanh tìm một người phù hợp về hoàn cảnh gia đình. Nhưng không hiểu sao điều này làm tôi rất buồn, tôi mất ngủ và liên tục mơ về mẹ. Hôm đó, đi làm về, tôi nằm vật ra giường, nước mắt lặng lẽ chảy. Chồng tôi vào phòng và bông đùa một cách rất dở, “Bố đi lấy vợ là bình thường mà, càng dở phải chăm chú sao, sao mà phải khóc...” Tôi quay mặt đi, cảm thấy càng tệ hơn.

Đan tới bên tôi, ngồi xuống, lúc đó nó mười tám tuổi. Nó xoa vai tôi, vỗ về, mà không cần nói năng hay khuyên bảo gì cả, lúc đó nó đâu có biết tôi buồn vì chuyện gì. Từ rầm rút, tôi òa lên nước mắt, “Mẹ... mẹ... Ông sắp đi lấy vợ rồi con ạ... Mẹ... rất nhớ mẹ của mẹ...” Lúc đó, trước nó, tôi thấy mình giống như một đứa trẻ cần được an ủi.

Đan là bạn tâm giao, là chỗ dựa tinh thần, là nơi tôi có thể nói những điều thầm kín nhất. Lúc nó vỗ nhẹ nhẹ lên vai tôi an ủi thì tôi có cảm giác nó là một người đàn ông của tôi chứ không phải con tôi nữa. Nó bù đắp những thiếu thốn tinh thần và tình cảm trong quan hệ của tôi với chồng. Tôi có thể kể cho nó những điều riêng tư trong hôn nhân của tôi, chuyện cơ quan, chuyện họ hàng hai bên, nhiều khi toàn chuyện không đầu không đuôi, nhưng tôi thấy rất dễ chịu. Từ hồi cấp Ba, đã có những hôm hai mẹ con nói chuyện với nhau tới nửa đêm.

Tuổi thơ của tôi rất vất vả. Tôi là con cả, bố mẹ đi làm, ở nhà tôi sắp xếp công việc gia đình, chăm một con lợn, một đàn gà, dọn dẹp, lau chùi, giặt giũ, nấu nướng. Một đứa em dưới tôi hai tuổi, đứa sau dưới tôi năm tuổi, tôi phải bảo ban, dạy dỗ, hướng dẫn,

giám sát chúng. Xong việc này thì bố mẹ lại giao việc khác. Từ cấp Ba tôi bắt đầu đi làm thêm, bố mẹ không phải chu cấp tiền nữa. Gói kẹo, phết màu lên giấy bản, làm mũ cối, làm hàng mã, may quần áo.

Mẹ tôi là người cực kỳ nghiêm khắc, nghiêm khắc tới khắc nghiệt. Tôi biết là mẹ tự hào về mình, nhưng nhiều lúc tôi tự hỏi mẹ có yêu mình không. Tới tận khi đẻ Đan vào năm hai tư tuổi thì tôi vẫn sống theo sự sắp xếp của mẹ, trật tự của mẹ, và bị mẹ làm tổn thương rất nhiều. Hồi đó tôi đã lớn, đã đi làm, vậy mà mẹ vẫn mắng nhiếc tôi khủng khiếp, có hôm tôi đạp xe tới cơ quan mà khóc suốt cả quãng đường. Mà toàn chuyện nhỏ thôi, cái này đặt sai chỗ, cái kia chưa kịp làm. Tôi không nhớ những từ ngữ mẹ dùng nữa, chỉ nhớ cảm giác chúng cắn xé lòng mình rất đau đớn.

Tôi không thù hận mẹ. Có lẽ mẹ khắc nghiệt vì cuộc sống của mẹ cực khổ quá. Dưới mẹ còn ba người em nữa, mà ông bà thì mất từ khi các cậu còn rất nhỏ. Mẹ cùng hai anh chị lớn đi làm sớm, gửi tiền về nuôi các em. Sau khi về hưu, mẹ bị tiểu đường, rồi biến chứng, chạy thận. Từ một người phụ nữ rất quyền lực ở nhà và cơ quan, mẹ thành một người yếu đuối. Gần hai mươi năm tôi là người duy nhất chăm sóc mẹ. Mẹ chuẩn bị kỹ cho cái chết, cứ năm năm lại chụp ảnh thờ một lần, rồi dặn dò Đan là trong đám tang nó sẽ cầm ảnh bà như thế này thế này. Sắp tới là giỗ năm thứ ba của mẹ rồi.

Bù lại với tuổi thơ, bây giờ tôi được chồng chiều theo ý, được Đan chăm sóc về tinh thần, nên tôi có thời gian làm việc cộng đồng. Đan đã giúp tôi lớn lên về tâm trí rất nhiều. Hồi nhỏ, sống trong sự

điều khiển, giám sát chặt chẽ của mẹ, rồi lu bu việc nhà, chăm sóc người khác, khiến tôi không có thời gian nhận thức về bản thân mình. Tôi cứ mãi miết đi theo mẹ mà quên mất mình có những nhu cầu cá nhân mà không bao giờ được thử, không bao giờ được tìm hiểu mình là ai. Tôi khao khát tự do nhưng không dám rời bỏ vùng an toàn, không dám phá vỡ các nguyên tắc. Sau này, tôi thử tập múa, đến với kịch, và thấy chúng có thể giải phóng mình cả về tâm trí lẫn cơ thể, nhưng tôi vẫn tự cầm tù mình, không cho phép mình tự do. Đến giờ thì chẳng ai bắt ép gì tôi cả nhưng có lẽ tôi đã mất khả năng làm chủ thật sự cơ thể mình, tâm trí mình. Tôi không có khả năng giải phóng bản thân nữa mặc dù không có gì ngăn cản tôi.

Tôi lớn lên cùng Đan - nó cho tôi cơ hội tự nhìn lại bản thân, khiến tôi tự vấn lại cuộc sống của mình. Mỗi ngày một chút, trong từng việc, qua trò chuyện, những câu hỏi của Đan giúp tôi gỡ ra từng lớp vỏ bọc, tróc ra từng mảng.

### *Lau nước mắt*

Không biết tôi đang là chỗ dựa cho con hay con chính là chỗ dựa cho tôi nữa.

Cho nên bây giờ ngoài miệng tôi cứ đuổi nó ra khỏi nhà nhưng thực ra tôi rất thích ở với nó. Thích nghe giọng nó, thích cái cách nó nói, nói chuyện với nó dăm ba câu là mình cảm thấy ấm áp, yên tâm. Nếu thực sự nó chuyển ra ngoài thì đó sẽ là một tổn thất lớn với tôi. Nhưng rồi tôi cũng phải trưởng thành thôi. Tôi biết là giờ đây nếu nó đi xa khỏi mình hay có một mối quan tâm mới thì mình sẽ phải rất vất vả để học cách vượt qua. Vừa rồi tôi có làm một cái *test* tâm lý, ở mục khả năng phục hồi, tức là khả năng thích nghi, vượt

qua thách thức, điểm của tôi thấp nhất. Tôi sẽ mất nhiều thời gian hơn người khác. Đan đã là một phần cơ thể, một phần ruột gan của tôi rồi.

Từ nhỏ, Đan đã đứng ra dàn xếp chuyện trong gia đình. Trước kia, chồng tôi hay uống rượu, quá nửa đêm mới về nhà. Mỗi đêm nghe tiếng mở cửa thì máu tôi đã sôi lên rồi. “Mẹ con ăn xong mà không ai dọn mâm bát à?” Anh ấy sẽ đá thúng đựng niêu, “Dạy con cái kiểu gì đấy?”

“Dạy cái gì mà dạy! Uống lăm vào!” Tôi sẽ vặc lại, tôi ghét cay ghét đắng rượu. “Ngày mai anh đi mà dạy, bây giờ đi ngủ đi.”

Một năm thì đôi ba lần cuộc cãi vã sẽ bùng nổ tới mức tôi bị đánh. Tầm Đan mười lăm tuổi thì có lần nó xông ra, giữ chặt tay bố, nói lớn, “Bố không được phép làm thế!” Lúc đó nó đã có thái độ cương quyết và sức mạnh của một người đàn ông thực thụ. Nó đẩy bố vào trong phòng, đứng giữ cửa bên ngoài. Bố nó nói, “Để tao ra! Nhà tao, tao có quyền được ra.” Một lúc sau thì anh ấy dịu xuống, “Để bố ra bố đi gặp bạn.” Rồi anh ấy khóc.

Khi chỉ có hai người, Đan giải thích cho tôi về những ẩn ức của bố, về việc anh ấy dùng rượu để che lấp đi những lo toan trong cuộc sống, để xoa dịu lòng kiêu hãnh bầm giập của người đàn ông bị ở ngoài lề trong cuộc sống của vợ con. Khi không có rượu thì anh ấy rất nghe và chịu khó làm việc nhà, nhưng anh ấy chẳng tham gia gì được vào các hoạt động, các dự án xã hội, giáo dục, tâm lý trẻ em của ba mẹ con - môi trường xuất thân và phong văn hóa của anh ấy quá khác. Anh ấy chỉ đứng từ xa nhìn. Tôi lại là người hay

khăng khăng các ý kiến của mình, là người quyết định cuối trong các việc lớn. Âm ức tích tụ, khi anh ấy say thì chúng bùng phát ra, Đan diễn giải vậy với tôi. Nó nhìn được cái mà tôi không nhìn được. Hiểu ra thì tôi cũng bớt khó chịu hơn. Mỗi khi gia đình có xung đột, Đan đứng ra đặt câu hỏi, nghe bố mẹ trình bày, nhắc lại lời bố mẹ, để bố mẹ xác nhận, vậy là sức nóng của cuộc cãi vã giảm xuống. Kể cả khi em gái và bố mẹ bất đồng thì nó cũng là người phán xử.

Đan vào đại học được một thời gian thì tôi thấy nó thừa đến trường dần, tiền học cũng không phải đóng mấy nữa. Rồi nó bảo tôi là chán học, nó muốn bảo lưu, học tiếng Anh để đi du học về tâm lý. Tôi thấy xuôi tai, đã định du học rồi thì còn học mấy môn linh tinh trên trường làm gì nữa. Nó đăng ký mấy khóa tiếng Anh rồi lại bỏ ngang, nói là nó cần thời gian để quan sát bản thân và hiểu hơn về Việt Nam trước đã. Tôi lại thấy hợp lý. Tôi vẫn tin là nó biết mình làm gì, chồng tôi cũng không phản ứng gì, lúc đó thì bà ngoại mất rồi, chứ nếu không thì chắc hai mẹ con phải xây dựng kịch bản đối phó kinh khủng lắm.

Nhưng đã hai năm trôi qua, tôi sốt ruột lắm rồi. Nhiều hôm tôi bước vào nhà và phát khùng lên vì nhìn thấy một thằng thanh niên nằm lù lù trên giường, trong khi ba người trong nhà dậy từ sớm ăn sáng rồi ai đi việc người nấy. “Con định nằm ở đấy tới khi nào?” Tôi quát lên. Nó bảo là cuộc sống giống sơ đồ hình sin, muốn lên cao được thì phải xuống thấp. Nó hay lý luận khiến tôi không cãi được.

Hôm trước, trong một buổi hội thảo về tâm lý giáo dục, tôi kín đáo quan sát nó. Nó vẫn đi cùng tôi tới những chỗ như thế này,

không tỏ ra miễn cưỡng mà cũng chẳng hào hứng. Nó thiếu sự nhiệt tình với cuộc sống, cái sự nhiệt tình vốn phải có của tuổi hai mươi. Tôi chỉ muốn nhìn thấy con có niềm vui trong học tập, công việc, cuộc sống, nhưng nó cứ ưỡn ỏi suốt, không có năng lượng gì cả. Tôi hay nói với mọi người là thằng Đan nó sướng: không phải nỗ lực quá nhiều, luôn được tự đặt ra những quy định, được làm những gì mình thích. Nhưng vừa rồi, trong một khóa học viết văn, nó viết một bài luận về sự cô đơn. Tôi ngạc nhiên vô cùng, nó lấy đâu ra chất liệu để viết về chủ đề này? Cuộc sống hằng ngày của nó yên ổn, yên bình mà?

“Mô thức tâm trí của con đang có vấn đề, nó không thể thay đổi bằng thay đổi hành vi.” Nó nói lúc chúng tôi ra về. “Con nhận lời làm dự án này, hoạt động kia, nhưng tất cả chỉ là tham gia cho nó có, con không đi đến tận cùng của công việc bởi con bị mắc kẹt trong tâm trí.”

Nó bị kẹt bởi cái gì, kẹt ở đâu? Tôi không biết. Nó cũng không giải thích được. Nó nói nếu nó có kiếm việc, đi làm, thì đó cũng chỉ là để tự đánh lừa mà thôi, vì bên trong nó vẫn không ổn. Đó là tất cả những gì tôi biết được, tôi bất lực, không biết giúp nó như thế nào.

Nên là tôi loanh quanh bên cạnh và mỗi khi nó nhả ra một thông tin gì đấy thì nhanh nhẩu chụp lấy. Nó bảo muốn làm gia sư để hiểu thêm tâm lý trẻ em, tôi gợi ý làm luôn một buổi nói chuyện cho các phụ huynh quen biết để tăng uy tín của nó. Nó bảo muốn học thêm về xã hội học, tôi nhờ ngay người quen tìm hiểu trường lớp. Nhưng cứ được mấy hôm thì nó lại để đấy, nó không có mục tiêu rõ ràng, cũng chẳng theo đuổi cái gì đủ lâu, đủ quyết liệt. Có vẻ như nó thấy

mọi thứ đều vô nghĩa.

Liệu trong quá khứ tôi đã làm gì sai trong chuyện nuôi dạy con? Tôi cần đồng hành với con nhiều hơn nữa? Tôi cần nghiêm khắc hơn? Tôi thực sự bối rối. Hồi nó còn nhỏ, mọi việc trôi chảy thế cơ mà?

Ngồi sau xe khi chiều đang dần buông trên phố, tôi nhìn đôi vai rộng của nó, người đàn ông của tôi, và tự trấn an là mình phải kiên nhẫn. Thật kiên nhẫn, như đang dắt một con ốc sên đi dạo vậy. Tôi thầm nhắc lại câu này, nhưng có cảm giác mọi thứ đang trượt khỏi tầm kiểm soát của mình.

## LỜI TÁC GIẢ

Hôm tôi ra quán net cùng Đan để được cậu đưa vào thế giới của Liên minh Huyền thoại, một game rất thịnh hành của thể loại *đấu trường trực tuyến nhiều người chơi*, cậu mặc cái áo phong in câu châm ngôn của Gandhi hay được các nhà hoạt động xã hội trích dẫn, “Hãy là thay đổi mà bạn muốn nhìn thấy trên thế giới.” Vào thời điểm đó cậu đã bỏ đại học được gần hai năm và về cơ bản chỉ ở nhà, không làm gì cả. Cuộc sống của cậu là một chuỗi ngày lặp đi lặp lại, như đi theo “một vòng tròn khổng lồ.”

Trong quán, những ngón tay Đan dịch chuyển khéo léo trên bàn phím nhưng khuôn mặt cậu vẫn giữ nét trầm trầm, trong khi các game thủ khác la hét chửi thề ở các ghế xung quanh. Chỉ khi cậu bắt đầu chìm dần vào trong game thì mới có thể thấy sự nặng nề nội tâm của cậu vơi đi chút đỉnh.

Trong số các nhân vật của cuốn sách, lượng thời gian tương tác của tôi với Đan gần như lớn nhất. Mỗi cuộc nói chuyện thường chẳng có sự kiện gì mới, nhưng có cái gì đó khiến tôi quay lại. Đằng sau vẻ ngoài của cuộc sống đơn điệu kia, trong cậu có một gánh nặng, một uẩn khúc, thôi thúc tôi tìm hiểu. Cậu có một người mẹ gần gũi và tôn trọng, một người bố tuy đã từng rượt chèn nhưng không áp đặt, cậu cùng mẹ hoạt động xã hội, cậu đọc nhiều, hiểu biết, không bị ép buộc học hành mà cũng chẳng có đam mê gì bị cấm đoán. Điều gì khiến cậu bỏ đại học, ở nhà, và trở thành con người u ám và có phần cay đắng?

Xuất phát điểm để hiểu Đan có lẽ là hình ảnh cậu dùng cho bản thân: đứa trẻ được bón sẵn. Từ cấp Hai, mẹ cậu đã mở hết cánh cửa này tới cánh cửa khác cho cậu, đem cậu tới hoạt động này, dự án kia. “Miếng ăn được đưa đến tận mồm, mình thậm chí còn không phải nhai nữa” Có lẽ bị ám ảnh bởi một tuổi thơ khắc nghiệt và vất vả mà vô thức chị Duyên muốn đem lại cho con một tuổi thơ ở cực trái ngược. Vậy nên, trớ trêu thay, chị hay nói về tầm quan trọng của sự tự lập ở trẻ (giáo dục là niềm say mê của chị), nhưng lại luôn mở đường, thu xếp, dẫn dắt trước khi Đan có cơ hội hình thành sở thích hay mong muốn của mình.

Những người bón sẵn cho con hay được gọi bằng một cái tên khác: cha mẹ xe ủi. Thay vì xây dựng cho con khả năng đón nhận khó khăn, đối mặt với thách thức, sự vững vàng tâm lý khi gặp thất vọng và thất bại, cha mẹ xe ủi đi trước con và san bằng những cản trở hay khó khăn. Trong các thí nghiệm mà phụ huynh cùng con

chơi trò xếp hình, những người này sẽ có xu hướng sốt ruột can thiệp, làm hộ, để giảm thiểu áp lực cho con. Ngoài đời, họ là những người ngay lập tức đứng ra dàn xếp khi con có xung đột với bạn, tự tay làm hồ sơ xin học bổng khi nó lớn hơn, và sau đó hằng ngày đánh thức con qua mạng để ở bên kia trái đất con đi học đúng giờ. Khi Đan bị bế tắc với một bài luận trong lớp học viết văn, lúc đó cậu đã ngoài hai mươi tuổi, và khóa học chỉ là một sinh hoạt ngoại khóa, chị Duyên cảm thấy “vô cùng hồi hộp, khó chịu, và phải cố nén lòng để đợi kết quả.”

Không được luyện tập để đối mặt với khó khăn, đứa trẻ thiếu sự tự tin và lòng dũng cảm. Lớn lên, chúng có xu hướng tránh đối mặt với thách thức, từ chuyện bước vào một môi trường mới tới việc chấp nhận mình bị khước từ. Chúng cũng không có khả năng ra quyết định và chịu trách nhiệm về nó. Là một người tinh tế, Đan quan sát rõ bản thân. “Nằm ở nhà thì thấy mình thật vô trách nhiệm, mình không phải là người lớn. Thế là lại muốn đi làm, nhưng khi tìm việc thì lại sợ trách nhiệm, dù đó chỉ là việc chạy bàn. Ở nhà thì muốn đi làm, muốn trưởng thành hơn, nhưng khi đến ngưỡng thì lại không dám bước tới tiếp.” Mẹ cậu luôn dọn đường, cậu theo sau, thông thả, đường rất rộng, bằng phẳng, dễ đi. “Chưa bao giờ tôi có cơ hội rèn luyện ý chí, chưa bao giờ tôi cố gắng hết mình vì cái gì.”

Nhưng khi cậu lớn hơn thì khao khát tự do trỗi dậy, và có lẽ đó là bi kịch của cậu. Việc bỏ đại học là cố gắng đầu tiên, khi đó còn vô thức, của cậu, để lấy lại quyền sở hữu cuộc đời mình. Cậu bỏ mà không biết mình sẽ làm gì tiếp theo, bỏ đơn giản vì nó là con đường người khác vạch ra, nên “chả có giá trị gì của mình ở trong đấy cả.”

Câu này của cậu nói lên tất cả: “Ai cũng mưu cầu được là bản thân mình.” Trong giấc mơ mà bố mẹ cậu biến mất, dù cảm thấy tội lỗi nhưng cậu thừa nhận cái đọng lại là cảm giác nhẹ nhõm và thỏa mãn của người tự do.

Nhưng nghĩ học không thay đổi được tình huống của cậu. Cậu vẫn chỉ quanh quẩn trong cái thế giới mà mẹ cậu đã tạo ra. Cả cái tôi của cậu cũng là sản phẩm của mẹ. “Để trưởng thành người ta phải tự lực xây dựng cái tôi, hình ảnh cá nhân của mình. Nhưng mẹ đã làm hộ tôi hết.” Ngay cả trong cái lớp học viết văn kia, khi bài luận của cậu được hoàn thành, nó nói về sự cô đơn, một chủ đề rất riêng tư, mẹ cậu cũng xuất hiện trước lớp và nói rất nhiều về cậu cho những người khác.

Hai năm tiếp theo nhàm chán và mệt mỏi nhưng Đan không dám từ bỏ vùng an toàn của mình. Cuộc sống phụ thuộc khiến cậu bức bối, nhưng mặt dễ chịu của nó lại chiến thắng mong muốn thử sức và trải nghiệm của tuổi hai mươi. Nó là một sự giam cầm ngọt ngào, một sự trói chặt đầy tình tế. Đan giống con chim sống lâu trong lồng, thèm muốn tự do nhưng khi cửa lồng mở thì chỉ đứng ở cửa, không dám bay đi.

Không có cảm giác được sống một cuộc đời độc lập, Đan không biết mình là ai, mình muốn gì, nên đi đâu. Cậu chỉ thấy bứt rứt, hồ thẹn và vô giá trị. Với thời gian, cảm giác vô nghĩa, trống rỗng lớn dần lên và trở thành một cuộc khủng hoảng căn tính khổng lồ, đầy đau đớn.

Nhưng dường như một tuổi thơ được bón sẵn không hoàn toàn mô

tả câu chuyện của Đan. Vẫn còn những câu hỏi khác nữa. Vì sao Đan không khước từ các hoạt động mà mẹ cậu bày ra, vì sao cậu không tách mình ra khỏi mẹ?

Gần như lần nào gặp Đan trong những sự kiện xã hội, văn hóa, tôi cũng thấy mẹ cậu ở đó. Hai mẹ con “đồng hành cùng nhau”, mọi người hay tán thưởng, và tôi cũng không phải là ngoại lệ. Tuy nhiên, đâu đấy tôi vẫn thấy gợn lên một cái gì đó kỳ lạ, một cái gì đó phi tự nhiên. Chỉ sau khi bắt đầu nói chuyện sâu hơn với chị Duyên tôi mới có thể gọi tên cái phi tự nhiên đó: chị và Đan là một cặp đôi hơn là hai mẹ con. Giống như Ngân\* nhưng ở mức độ cao hơn rất nhiều, Đan là một đứa trẻ bị phụ huynh hóa. Cậu và mẹ bị nhầm vai.

Như đã trình bày trong chương trên, quá trình phụ huynh hóa (parentification), hay nhầm vai, đảo vai, lẫn vai (role confusion) xảy ra khi đứa trẻ phải nhận những trách nhiệm đáng lẽ thuộc về bố mẹ chúng. Các nhà tâm lý học phân biệt giữa phụ huynh hóa về chức năng (instrumental parentification) và phụ huynh hóa về cảm xúc (emotional parentification). Đứa trẻ ở dạng đầu nấu nướng, chợ búa, dạy em, chăm sóc bố mẹ ốm, kiếm tiền. Đứa trẻ ở dạng sau đóng vai người lớn trong khía cạnh tâm lý, tình cảm, trở thành người che chở, bảo vệ, an ủi, bảo ban, dẫn dắt, là bạn tâm giao, người tin cậy, người giải quyết xung đột. Phụ huynh hóa hay xảy ra trong các gia đình mà bố mẹ ly hôn, độc thân hay sống trong xung đột, hoặc có bệnh tật về cơ thể hay tâm lý. Trong những trường hợp này, họ trở nên bất lực, không có khả năng tìm sự đáp ứng nhu cầu vật chất hay tình cảm từ bạn đời hay môi trường người lớn xung

quanh, và một đứa con sẽ bước lên gánh vác để giữ sự cân bằng trong gia đình.

Nếu ít, ngắn, và phù hợp với lứa tuổi, việc nhận thêm trách nhiệm có thể khiến đứa trẻ có nhiều kỹ năng sống hơn. Nếu ở mức độ cao, xảy ra trong thời gian dài, và không phù hợp với độ tuổi, quá trình này có thể đem lại những tổn thất tâm lý lâu dài cho đứa trẻ. Trong hai dạng phụ huynh hóa, dạng phụ huynh hóa về cảm xúc có nguy cơ phá hủy đứa trẻ nhiều hơn.

Trong trường hợp của Đan và mẹ, những dấu hiệu của sự rối vai về cảm xúc rõ ràng tới mức đáng kinh ngạc, và quan trọng là nhiều khi chúng đã xảy ra từ khi cậu mới lên cấp Ba, thậm chí sớm hơn:

Cậu đóng vai trò bạn đời của mẹ: “Nó là người đàn ông của tôi chứ không phải con tôi nữa.” “Đan mới là người đàn ông thực sự mà tôi có thể hoàn toàn dựa dẫm về mặt tinh thần.”

Mẹ Đan coi cậu là người đồng hành phù hợp hơn bố cậu, ông bị gạt ra ngoài: “Anh cứ để đấy, mẹ con em tự làm.”

Mẹ cậu thấy mình yếu đuối, hưởng sự che chở của cậu, thay vì ngược lại như lẽ tự nhiên: “Những lúc đau buồn nhất, hoang mang nhất, tôi đều có thể tìm về với Đan để được vỗ về, an ủi.”

Mẹ Đan coi mình còn ít trưởng thành hơn Đan: “Đan đã giúp tôi lớn lên về tâm trí rất nhiều.”

Cậu là bạn tâm giao, người tin cậy của mẹ: “Có những hôm hai mẹ con nói chuyện với nhau tới nửa đêm.” chị Duyên cũng thích được các bạn Đan gọi là chị. Nhiều lúc Đan tự hỏi, “Với mình, ‘chị Duyên’ có giống một người mẹ không?”

Ranh giới bản thể bị nhòe: cái tôi của cậu và của mẹ gần như

chập vào nhau, một hiện tượng mà nhà tâm lý học Salvador Minuchin gọi là enmeshment (bùng nhùng). Sự bùng nhùng giữa cha mẹ và đứa con tuổi teen là một điều rất nguy hiểm, vì quá trình trưởng thành lành mạnh của đứa trẻ là quá trình xác lập ranh giới, tách bản thân ra khỏi cha mẹ để có thể trở nên độc lập. Với Đan thì sao? “Tôi không thể tách ra khỏi mẹ, ranh giới giữa hai mẹ con đặc biệt mờ,” cậu quan sát. “Bố thì vẫn có một ranh giới, một thẩm quyền mà tôi không thể xâm phạm. Với mẹ thì không như vậy.”

Cậu đóng vai hòa giải: mỗi khi bố mẹ xung đột, cậu “như là quan tòa, xác định ai đúng, ai sai.” Kể cả em gái có tranh luận với bố mẹ thì “cũng nhờ Đan phân xử.” Cậu có sự trưởng thành tâm lý hơn mẹ, có thể giải thích để mẹ hiểu về nội tâm của bố.

Đan đặt nhu cầu của bản thân xuống dưới nhu cầu của người khác: trong nhà, cậu “luôn biết cách nương theo người khác để không gây phiền nhiễu.” Cậu là nguồn an ủi, chỗ dựa lớn cho mẹ, là nơi Hà An, cô bạn cùng lớp, trút bầu tâm sự, nhưng cậu lại không bộc lộ tâm tư của mình, sợ rằng chúng “làm phiền người khác.”

Ở Đan, sự đổi vai về cảm xúc xảy ra từ khá sớm, bao trùm và kéo dài, đã để lại những hệ quả nặng nề.

Sự cô lập xã hội: trong một năm tôi đi cùng cậu, hầu như không có ai mới xuất hiện trong cuộc sống của cậu. Mẹ cậu là nhân vật chính trong thế giới của cậu. “Mẹ là người phụ nữ mà tôi hiểu rõ nhất.” “Mình không có nhu cầu tìm một người bên ngoài để nói chuyện, chia sẻ nữa.” Người bên ngoài ở đây là một ai đó không phải mẹ cậu. Thậm chí cậu còn ngại bước vào một quan hệ mới vì

“sự phức tạp” của chúng. “Mình sẽ mất rất nhiều công sức để tiếp cận một ai đấy và bắt đầu tìm hiểu họ.”

Sự cô đơn: Đơn cô đơn, không chỉ ở “bên ngoài”, mà ngay cả với mẹ. Vai trò của cậu không cho phép cậu thể hiện nhu cầu cảm xúc của mình. Với mẹ, cậu luôn phải là người an ủi, vỗ về. Khi tuyệt vọng, đau khổ nhất, cậu chỉ có thể tự inbox, và lúc đó, thay vì trăn trở với bản thân, cậu căm ghét bản thân vì sự yếu đuối của mình.

Cái tôi mờ nhạt: là bạn đời, là phụ huynh của mẹ, Đan không được sống một tuổi thơ theo đúng nghĩa, không có cơ hội tìm hiểu, khám phá các mong muốn, mục đích, giá trị của mình, mà khám phá căn tính lại là một giai đoạn vô cùng quan trọng trong sự phát triển của người trẻ. Cái tôi của cậu không được nảy nở. Không xác định được bản thể của mình, cậu bị mắc kẹt trong trạng thái khủng hoảng kéo dài. Các chuyến đi, các hoạt động xã hội, các mục tiêu học hành trở nên vô nghĩa, bởi chúng chỉ đánh lạc hướng khỏi sự trống rỗng nền tảng nằm bên trong cậu. “Làm cái gì cũng sai, mà không làm cái gì cũng sai, nói chung cái gì cũng sai hết...” Cậu trở nên chua chát, cho rằng đam mê, lý tưởng là những thứ hão huyền, cuộc sống thực ra là xám xịt. Cậu muốn phát hiện ra mặt tối, mặt đáng khinh của người khác, không phải để hiểu họ hơn, mà để chứng tỏ với bản thân là chả có gì tốt đẹp tồn tại trên đời cả.

Trầm cảm: khi đứa trẻ rời vai lớn lên, trầm cảm hay xảy ra, và dường như nó đã xảy ra với Đan trong một thời gian dài mà cậu và mẹ không ý thức được. “Năng lượng của mình lúc nào cũng cạn kiệt, đến mức nằm trên giường đến tận trưa mà không thể dậy đánh răng. Mình cố gắng thoát ra ngoài, gặp ai đó, đọc một cuốn sách, lết

đến một sự kiện, chơi game, nhưng rồi sự kiệt sức, cảm giác vô vị, vô nghĩa quay lại, khiến mình lại nằm bẹp, không thiết tiền, không thiết mua gì, ăn gì cả.” Sự đày ải khiến có lúc cậu tuyệt vọng. “Nó sắp vượt quá khả năng của tao rồi,” cậu chỉ có mỗi bản thân để tâm sự. “Tao muốn sáng mai khỏi dậy nữa. Sao tao không lao đầu vào tường cho ngất đi để khỏi suy nghĩ?”

Theo các nhà tâm lý học, sự rối vai hay được truyền qua các thế hệ, và đó là điều đã xảy ra trong gia đình Đan. Hồi nhỏ, chị Duyên có sự đổi vai điển hình ở khía cạnh chức năng: chăm sóc các em thay bố mẹ mình, nấu nướng, chăn nuôi, kiếm tiền. Cái tôi của chị bị cớm nắng. “Nhất nhất mọi thứ bố mẹ đều sắp đặt, tôi không được sống cuộc đời của mình.” Chị tìm tới con để bù đắp cho tuổi thơ thiếu thốn của mình, để được nuôi dưỡng và đáp ứng các nhu cầu tình cảm, cái mà bố mẹ chị trước kia và chồng chị giờ đây không làm được, cố gắng làm một phụ huynh hiện đại, tiến bộ, nhưng lịch sử cá nhân đầy tổn thương của chị đã biến quá trình “đồng hành cùng con” trở thành một sự lệch lạc, méo mó. Ở cuộc sống bên ngoài, chị bón sẵn cho con. Ở cuộc sống bên trong, chị quay về làm một đứa trẻ khao khát tình cảm. Cả hai khía cạnh khiến Đan, giống chị trước kia, không thể phát triển bản thể của mình để trưởng thành. Đôi khi chị linh cảm mình chưa làm tốt việc giúp con hình thành cái tôi, nhưng chị bối rối và bế tắc.

Vào giai đoạn cuối của quá trình tôi gặp Đan, cậu báo tin sẽ làm diễn giả cho một buổi nói chuyện, chủ đề là sự trưởng thành, thứ mà cậu vẫn muốn đạt được bấy lâu nay.

Trở trêu thay, kể cả lần đó, mẹ cậu cũng đứng ra tổ chức, viết thông báo trên Facebook và gọi bạn bè mình đến nghe.

## 9. “TÔI ĐANG LẠC LỐI VỚI TẤT CẢ MỌI THỨ TRONG CUỘC ĐỜI TÔI”

*(Huy, 18 tuổi, nam sinh viên ngành Nhân học  
Vy, bạn gái Huy, 18 tuổi, nữ sinh viên ngành Quan hệ quốc tế  
Li, chị gái Huy, 22 tuổi, nữ sinh viên ngành Điện ảnh  
Thủy, mẹ Huy và Li, 47 tuổi, giáo viên tiếng Anh)*

HUY

Tôi không hay kể lại cái ngày tôi đuổi ba ra khỏi nhà, nhưng làm sao mà tôi quên được nó, dù mỗi lần nhớ lại thì các chi tiết lại thay hình đổi dạng khiến như tôi đang nhìn chúng qua một lớp sương mù.

Nó đã cách đây ba hay bốn năm rồi? Tôi cũng không nhớ nữa, nhưng đó là cái ngày mà tôi chấp nhận đầu hàng.

Tối hôm đó, người ba đầy mùi rượu, và như thường lệ, ba cần nhả má. Chuyện làm ăn thua lỗ, thất bát tiền nong, toàn những chuyện cũ. Tôi nén giận, ngồi bên bàn học nhắn tin tường thuật cho cái Vy, tới lúc không chịu được nữa thì xô ghế đứng dậy. Lúc bấy giờ tôi đã to cao hơn ba. “Ông nghĩ ông là ai,” tôi lớn tiếng, “ông làm được cái gì cho cái nhà này?” Trong giọng *tôi là nỗi sợ* bị bỏ rơi và tiếng kêu gào đòi được quan tâm. “Ông nghĩ chỉ cho tôi ăn là đủ hả? Sao không nuôi cá hay chim cho vui đi?” Tôi giật cái ảnh ông nội trên cái bàn thờ, gí vào mặt ba. “Ba ông có đối xử với ông như vậy

không?” Tôi không biết gì về ông nội nhưng luôn hình dung ông là một người ba lý tưởng. Giờ nghĩ lại, tôi đoán ba hồi nhỏ chắc cũng không khác tôi bây giờ là bao. “Hồi trước tao có được cái gì đâu,” ba hay nói, “nên mà được vậy là tốt lắm rồi.”

“Mày làm được gì cho tao rồi mà mày đòi hỏi vậy?” Ba nói rồi đút cái *ví* vào túi quần. Tôi đẩy ba xuống giường. “Ông ngồi xuống nói chuyện như đàn ông đi.” Ba đứng lên, né tôi bước đi. Tôi tuyệt vọng. Lúc nào ba cũng bỏ đi hết, mà tôi thì muốn hai người nói chuyện với nhau như hai cha con thực thụ. Tôi giật cái điện thoại của ông, mồm môi mồm lợi bẻ mà nó không vỡ. Tôi gào lên, tiếng gào rất dài, nó không giống tiếng người gào nữa, mà là tiếng khàn của một con vật. Tôi không nhớ nhiều nữa, chỉ nhớ nước mắt nước mũi nhầy nhựa đầy trên mặt. Bữa đó, tiếng gào của tôi là sự chấp nhận mình đã thua, mình đã buông xuôi cái đòi hỏi là mình cần có một người ba. Mình đã chấp nhận là mình không có ba. Ông bước ra cửa, tôi hét theo, giọng khàn đặc, “Ông đi đi, ông đừng có để cuộc đời của thằng con ông giống tôi nữa.” Đêm đó, tôi tím tím khóc mãi rồi thiếp đi trên cái gối dẫm nước mắt.

“Thằng con ông” là đứa con riêng của ba, nguyên cái phường này biết chuyện đó. “Ủa, ba mày có bồ nhí bên ngoài à?” Họ giỡn với tôi như vậy khi tôi còn nhỏ. “Ủa, ba mày có con rơi hả?” Chỉ có ba là không bao giờ nói chuyện đó với chị em tôi, tôi thấy mình bị coi thường, trí khôn của mình bị xúc phạm. Hồi cấp Hai, tôi hay hình dung trong đầu là sẽ tới nhà thằng bé. Tôi sẽ lấy cái gậy ngắn, *gí* vào mũi nó. “Tao là con trai ông Hùng, con hợp pháp nhé.” Như các tay đòi nợ trong phim, tôi sẽ trói nó lại, sẽ làm nó tàn tật rồi bỏ đi để

khi ba về sẽ nhìn thấy. Có hôm xem chút nữa tôi gõ cửa nhà nó. Cả buổi trưa tôi chạy vòng vòng quanh khu đó, nhưng rồi tôi không đủ can đảm. Một hôm khác, tôi gọi tới số của nhà kia. Một đứa con nít bốc máy, giọng trong trẻo, “Alo ạ?” “Ba em tên là gì?” Tôi hỏi. Tôi cũng không biết tôi làm vậy để làm gì nữa. Nó nói tên ba tôi. Tôi cúp máy.

Mập và bị ba khước từ, tôi sống với nhiều tự ti. Hồi trước, nóng lạnh như nhau, ngày nào tôi cũng mặc một cái áo len xù, và sẽ nổi điên lên vì hoảng sợ khi má tự tiện giặt cái áo len đó. Nó là rào chắn cuối cùng, lớp bảo vệ vật lý cuối cùng giữa tôi và thế giới xung quanh. Ngoài đường, tôi không dám nhìn vào mắt ai và trong trường thì tôi lảng lảng đi vào trong lớp như một cái bóng.

Tôi xây dựng cho mình một mặc cảm tự tôn để thấy mình có giá trị. Đứa khác thì trở thành kẻ bắt nạt, còn tôi thì thành một kẻ hay phán xét và coi thường người khác. Kìa, chúng nó mới đáng chương làm sao, tôi thầm nhủ, chúng cố gắng trình diễn trên Facebook, trưng bày bản thân trên Instagram. Nhìn cái gì tôi cũng thấy điểm xấu đầu tiên. Thấy một quảng cáo bắt mắt, tôi sẽ phân tích chiêu moi tiền thiên hạ của nó. Vy trầm trồ về đuôi con công trong một chương trình thế giới động vật, tôi sẽ giải thích thiên nhiên tạo ra vậy để nó của gái. Tôi cho rằng mình *singular*, chỉ có tư tưởng, suy nghĩ của mình mới quan trọng, thậm chí chỉ mình tôi là biết suy nghĩ. Trong lớp, tôi kín đáo tự nhủ, “*Oh yeah*, mình giỏi nhất trong cái đám này.” Khi vào đội tuyển toán của trường, bên cạnh những đứa cũng giỏi, tôi sợ hãi tới mức khước từ các động

thái kết bạn của chúng.

Nhưng dưới cái bề ngoài của mớ kiến thức và thái độ chua chát, khinh khỉnh của tôi là một kẻ thèm khát được yêu thương và công nhận. Thèm được quan tâm, được có ý nghĩa với người khác, được chiếm một phần cuộc sống của họ. Lúc nào tôi cũng thấy lạc lõng và sợ bị phán xét. Có lần tôi đồng ý cùng Vy đến tiệm giày, nhưng tới nơi đông người quá tôi không dám vào, sợ hãi hình dung ra những cái nhìn kỳ thị dán vào thân hình mập mạp của mình. Sự tự ti sâu sắc khiến tôi nổi cơn ghen tị khi thấy người khác đẹp hơn, giỏi hơn, được yêu thương hơn. Bạn biết không, trong lúc ngồi nói chuyện với bạn ở đây, tôi bị tra tấn ngấm ngấm bởi tôi biết rằng mình không phải người trẻ duy nhất nói chuyện với bạn. Tôi thèm khát có một vai trò đặc biệt, có cái gì đó quan trọng với bạn. Biết là vô lý, nhưng tôi buồn vì sự quan tâm của bạn không chỉ dành cho tôi. Và tôi ghét bản thân vì điều này.

Bọn con trai hay chia tụi con gái thành ba loại. Thứ nhất là *phò*, những đứa thích trang điểm, lúc nào mặt cũng trắng bóc và môi đánh son rất đỏ. Thứ hai là *nerdy*, tụi này không nhất thiết phải học chăm, nhưng trông ngây thơ và trong sáng. Thứ ba là *minx* – Hồng Linh\* là một đứa như vậy – tụi này sẽ được coi là hư, nổi loạn, không tuân theo chuẩn mực xã hội. Vy, bạn gái tôi từ hồi lớp Mười một, không rơi vào loại nào trong số trên. Một tuần vài lần tôi lên vào nhà Vy bằng cửa sau, nó ở cùng ba và ông nội nên sẽ không có ai vào phòng nó cả. Trong phòng có cái đệm rất dày, chúng tôi không gây ra tiếng động gì, mà Vy cũng không phải là người ồn ào

khi làm tình. Làm tình khó hơn thủ dâm nhiều, mình phải biết người kia thích gì. Tôi thường phải cần rất lâu để làm Vy hưng phấn, và mỗi lần không thành công thì thấy tủi thân như mình bị thất bại. Nói chung để Vy lên đỉnh thì cần tới một tiếng, mà cũng phụ thuộc vào chu kỳ kinh nguyệt nữa, ở thời điểm phóng noãn thì nội tiết tố nữ tăng cao. Bạn thấy đấy, tôi tìm hiểu mọi chuyện kỹ lắm. Có lần chúng tôi thử làm giống như trong phim, rồi Vy bị đau mấy ngày không ngồi được, thế là không bao giờ chúng tôi thử *anal sex* nữa.

Cuộc sống xã hội của tôi xoay quanh Vy, đó là chỗ để tôi bầu vú vào trong *sự trống rỗng của mình*. Với Vy thì tôi vẫn là một đứa trẻ đang tự buông trôi, trốn tránh những vấn đề của bản thân: không đi làm mà chỉ ngửa tay xin tiền mẹ, bỏ tiết trên trường, lười tắm, ăn vô độ, chơi game. “Rồi, tao ý thức được về mấy chuyện đó,” tôi sẽ chống chế, “nhưng tao cần thời gian...” Từ hai năm nay tôi vẫn nói vậy, nhưng vì một lý do nào đó tôi không biết, Vy vẫn ở bên tôi.

Vy thích coi những phim có cảnh đám cưới, cô dâu chú rể cầm tay nhau đi lên sân khấu, và cau mày khi tôi nói phải ba mươi mới muốn có gia đình. Tôi sợ nghĩ tới cuộc sống của người lớn, với tôi, nó vừa quan trọng vừa đáng sợ. “Một Jack cưới tao này, mày có đi đám cưới không?” Vy bảo, Jack là một thằng bạn của Vy. “Một tao mời mày đi nha... Mày không có cửa đâu. Ba mươi tuổi thì người ta cưới má nó rồi, mày nghĩ sao vậy?”

Cảm thấy có lỗi với Vy, nhưng những lúc chạy xe trên đường, tôi hay đau đầu nhìn cơ thể phụ nữ. Có đêm, tôi mơ mình làm tình với Hồng Linh. Trong mơ, tôi đưa cô ấy về nhà và hôn một cách táo bạo. Tôi mặc quần tây chần chu, sơ mi gọn gàng, bụng tôi phẳng lì,

cơ thể rần rỗi. Trong khi hôn, tôi nghĩ tới Vy và biết là Vy sẽ rất đau khổ nếu biết được. Hôm khác, tôi mơ là lỡ vào nhà thay đồ nữ và nhìn thấy nhiều con gái trần truồng. Những cơ thể không quá mập, không quá đen, giống những thứ tôi hay coi trong *porn*. Tôi xấu hổ chạy nhưng họ chỉ nhìn tôi rồi lại quay ra làm việc của mình. Mỗi lần tỉnh dậy, tôi rất buồn và hoang mang. Tôi sợ mình trở thành giống ba, một người lừa dối.

Tuổi mười tám của tôi là một đống hỗn độn, một sự mắc kẹt và thất vọng về chính mình. Nhiều hôm tôi đưa Vy về lúc hai giờ sáng rồi lại một mình lòng vòng trong thành phố tới năm rưỡi. Đó là những giây phút ít ỏi tôi cảm thấy yên ổn và tự do. Tôi chạy qua những người ăn đêm đang tiểu tiện, những gái điếm, những người nghiện, những kẻ thất tình đang khóc, và ngọn lửa thiêu đốt trong tôi dịu lại. Những lo lắng về sự nghiệp, tương lai, các mối quan hệ, sự trống trải bên trong, lùi ra xa. Lúc đó, tôi có cảm giác giống lúc mình còn nhỏ, nằm trong vòng tay của má, hay mình nằm trên giường cùng ba, hai người giỡn nhau, cù lét. Đó là kỷ niệm đẹp duy nhất với ba, tôi trân quý nó trong lòng. Từ nhỏ tôi thuộc lòng số điện thoại của ba. Mỗi lần có chuyện ở trường, tôi hay lên văn phòng gọi vào số đó, nhưng chẳng mấy khi ba bắt máy. Có lần cấp Một, tôi và một thằng khác đánh nhau. Trường gọi cả hai nhà lên, ba nó tới, còn ba tôi thì không. Đó là lần đầu tiên tôi thấy tủi thân vì mình không có người ở bên cạnh như thằng kia.

Nhưng dù ban đêm tôi có chạy xe nhanh tới đâu, nhạc có to đến đâu, gió lùa qua khe tóc có mát đến đâu, tôi cũng không chạy trốn khỏi được ý nghĩ là tôi không được để ra với một mục đích nào cả.

Mọi việc tôi làm đều vô nghĩa. Chưa bao giờ tôi cảm thông hơn với những người nghiện hay những đũa ngày đêm vui mình trong quán net. Khi tuyệt vọng, tôi hay oán má, “Má đẻ ra con làm cái gì? Con có muốn được đẻ ra đâu.” Tôi biết trách móc người khác thì luôn dễ hơn là cố gắng thay đổi bản thân. Sẽ không có ai khác ngoài tôi phải chịu trách nhiệm cho hạnh phúc của mình, và đó là gánh nặng khổng lồ.

Cuối hè vừa rồi, lần đầu tiên tôi nói với Vy điều tôi đã nghĩ rất lâu. Tôi cần thoát khỏi Vy, thoát khỏi cuộc sống hiện nay. Tôi không muốn bầu víu vào Vy nữa, tôi cần một mình để suy nghĩ về tôi là ai, tôi muốn cái gì. Tôi đề xuất chúng tôi dừng lại sáu tháng.

“Sao mà không ngừng luôn ba năm đi?” Vy hỏi lại.

“Sao lại ba năm, ba năm làm gì?”

“Để tao cưới chứ làm gì, rồi tao mời mày đi đám cưới.”

Vy là vậy, lịch sử với má nó khiến nó trở thành người khó thể hiện cảm xúc thật của mình. Chắc nó cũng không hình dung được là lúc nào đó tôi sẽ làm được việc tách mình ra khỏi nó. Mấy tháng sau đó, khi tôi lắc đầu sau câu hỏi tôi có còn tình cảm với nó không, thì nó khóc rất nhiều. Tôi cảm thấy rất tệ, đặc biệt vì tôi không thể nào giải thích được cho Vy hiểu là sự dễ chịu khi bên Vy chỉ làm tôi quên đi chốc lát cảm giác lạc lõng và thất vọng của kẻ đang trưởng thành loay hoay tìm chỗ đứng. Tôi sợ mình cứ trốn vào cái cảm giác gây nghiện đó mà không dám đối mặt với cuộc đời, với tương lai. Sau khi chia tay, chúng tôi còn quay lại ngủ với nhau một lần, nhưng không hôn và âu yếm nhau như trước, chỉ làm tình. Lúc ra về, tôi xin lỗi Vy khiến nó không hiểu gì. Tôi thấy mình như một kẻ trục lợi,

biết Vy đau khổ nhưng vẫn gặp để thỏa mãn bản thân.

Đợt ngập vừa rồi ở Sài Gòn, một thùng sách của tôi bị hỏng nặng. Đêm hôm đó, tôi cùng má bì bõm trong nước ngập tới đùi để cứu cái đệm, nên quên nó ở góc nhà. Sáng hôm sau, rấn vẫn còn trườn trong nhà, tôi xếp những cuốn sách ẩm ướt và bản thảo lên bàn, truyện của Kafka, thơ của Whitman. Má lau đồ bên cạnh và nói lan man. Nguyên tuần đó má buồn vì trong buổi lễ nhà thờ ai đó mới đi xa về thắc mắc sao má không đi cùng chồng. Má luôn mơ màng tượng trong đầu những cái xì xào, bàn tán xung quanh về chuyện má bị chồng bỏ. Bao nhiêu năm rồi mà má không có ai khác, má chỉ mong ba quay về, lại là một thành viên trong nhà, gia đình đoàn tụ. Rồi má rên rĩ rằng chị Li không thích con trai là do chị ấy nhìn thấy hôn nhân của má đổ vỡ. Tôi bịt tai, không muốn nghe những định kiến như vậy. Tôi ghét chúng và ghét luôn cả má, dù tôi biết như thế là không nên.

Vừa nấu cơm má vừa cảm ơn Chúa vì nước rút nhanh, ơn Chúa, trời tạnh mưa, má hay nói vậy, ơn Chúa, đã tìm thấy đồ thất lạc. Đôi khi không tìm được, tôi sẽ chế giễu, dù nhiều khi tôi áy náy vì thấy má cô đơn mà mình không biết phải làm gì. Tôi hiểu là sau những sóng gió trong đời thì má phải tìm tới một niềm tin như vậy, không có cộng đồng nhà thờ thì không biết giờ này má sẽ ra sao nữa. Thỉnh thoảng tôi cũng đi lễ nhà thờ vì má hỏi, nhưng tôi thấy ở đó người ta cũng chỉ bấm điện thoại thôi à.

Mà cũng may là sáng hôm đó chúng tôi không cãi lộn. Nhiều hôm, má cứ nói, nói, nói, kể tất cả những tin vụn trên Facebook mà

má đọc được và ngây thơ tin. Tôi sẽ gắt lên, và má sẽ có cảm giác mình bị bỏ rơi. “Mốt tau ở một mình cho nó sướng, hông có ở với *bọn bây* nữa.” Rồi má sẽ thắc mắc:

“Sao mà mày cứ chat hoài vậy?”

“Con có sở thích gì thì là chuyện của con.”

“Nhưng sở thích của mày sai.”

“Ừa, thế sao sở thích của má không phải là sai?”

Những lúc cái lộn vậy tôi mất khái niệm về thời gian. Mới tám giờ tối mà nhìn lại đồng hồ đã thấy mười hai giờ đêm rồi. Cuối cùng thì tôi sẽ làm má thật đau, “Má bị chồng bỏ là đáng!” Lần đó má ngồi phịch xuống đất khóc như một đứa con nít. Hoặc, “Tại má không biết dạy con.” Nguyên cái tuần đó má khóc hoài. Đến giờ tôi vẫn còn xấu hổ vì sự độc ác của mình.

Vậy đó, má đáng thương, tôi độc địa, nhưng cuộc sống chung này khiến tôi thấy ngọt ngọt. Cảm giác khó chịu triền miên này lần ất tất cả những điều đẹp đẽ, lúc này đây tôi không nhớ được một kỷ niệm đẹp nào với má, tôi chỉ nhớ mình bị giáo huấn, giáo huấn, và phàn nàn.

Má dịch cái bát canh trên bàn sang bên vì nó bị nước mưa dột từ trên mái rơi vào, và than buồn về nhà cửa. Với má cái nghèo là một nỗi ám ảnh khác. “Thử xem, nếu tao có nhà, chu cấp cho bọn bay đầy đủ thì bọn bay đâu có khinh thường tao.” Cái ám ảnh này lây sang chị, từ hồi cấp Hai chị đã hay lôi về các tờ rơi về kinh doanh, làm giàu, tư duy CEO, rồi chị lao vào học hành, luôn đứng đầu mọi chỗ, mọi nơi. Sau này chị học nghệ thuật nhưng vẫn đi làm thêm điên cuồng để thực hiện ao ước mua nhà của má. Đến giờ nhà tôi

không cần phải tần tiện trong ăn uống nữa (tôi vừa mua cái bàn phím cơ ngoài ba triệu, một sự ngớ ngẩn, tôi biết), nhưng nỗi ám ảnh vẫn nguyên vậy. Chị mời má đi du lịch Nhật Bản để tặng kết nối má con, tất nhiên là chỉ ở những chỗ Airbnb rẻ tiền thôi. Má nói đồng ý đi cho chị khỏi buồn chứ thực ra rất xót tiền, và cất bát canh pha nước mưa vào tủ lạnh. Tôi nhìn theo, vừa xấu hổ vừa kinh tởm vừa thương má.

Chị kể là tới hồi chị học lớp Hai thì gia đình vẫn hạnh phúc. Nhà có cả bịch ảnh chụp chị hồi nhỏ, mặc dù hồi đó in ảnh rất đắt. Ba cười nhiều trong các hình chụp cùng chị. Sau này, tôi không nhìn thấy ba cười như vậy nữa, chỉ thấy ba cười khi nhậu, nhưng đó là một cái cười khác.

Ngày cuối năm vừa rồi ba gọi cổng trong lúc chỉ có mình tôi. Tôi ngần ngại đi ra, lí nhí một câu chào, chẳng dám nhìn ba. Có hôm trong đồng sách vở cũ tôi tình cờ cầm trúng cái ảnh của ba và phải ngoảnh đi, giống một đứa trẻ nhút nhát tránh ánh mắt người lạ. Trở lại phòng, tôi và ba tiếp tục im lặng. Cái mái tôn phải xuống hơi nóng thiêu đốt. Tôi mở tủ lạnh giả vờ bận bịu tìm cái gì trong đó. Chừng vài phút sau thì ba đi, để lại một con vịt quay. Tôi khóa cổng, ngồi im lặng một phút, thấy mình thật thảm hại. Tôi không bình thường được với ba vì tôi không muốn đầu hàng trước người đã làm tổn thương mình. Tôi muốn làm lành những vết thương mà ba gây ra, muốn một ngày nào đó có thể nói chuyện với ba như đang nói chuyện với bạn, nhưng thay vì đối diện với ba thì tôi lại lẩn tránh. Có một khoảnh khắc cuối lớp Mười hai, đang ngồi trong lớp, tôi hình

dung ra ba ngày xưa chắc cũng giống mình bây giờ, và tự nhiên nước mắt tôi chảy ra. Nhưng khoảnh khắc đó qua nhanh. Chị Li nói là không tha thứ được thì bỏ ra khỏi đầu đi, bận tâm làm chi cho mệt. Với chị thì ba không tồn tại.

Cả buổi chiều hôm đó, tôi buồn chán trên giường, nhớ lại trải nghiệm hút cần duy nhất của tôi. Hơi cần có vị thảo mộc nhẹ trộn cùng vị đắng của khói và bám vào cổ họng như là cát bám vào làn da ướt. Cơn say đến, lặng lẽ như một con chuột. Các cơ trên mặt tôi bắt đầu bị lì ra, không như cái tê chân khi ngồi lâu, mà giống như mặt tôi đã trở thành bùn. Tôi thấy mình như ở trên cái khoang tàu ở công viên vui chơi đang leo cao dần, cao dần, chuẩn bị cho cú rơi tự do đáng sợ, nhưng trong trường hợp này, bạn không rơi mà cứ lên cao, lên cao mãi. Cặp mắt tôi trở thành hai ống kính góc rộng. Các âm thanh nhòe đi. Tôi đưa tay lên chùi miệng. Tay tôi cảm thấy mặt tôi trước, rồi mặt tôi mới cảm thấy tay tôi, khi nó đã đang dịch chuyển đi. Tôi tụt quần ra, thủ dâm, và tôi thề là nó giống như ai đó đang làm việc đó hộ bạn vậy. Tay bạn không cảm thấy gì, nhưng chim bạn cảm thấy mọi thứ. Tôi bị hút sâu vào trong cái clip kích dục như khí bị hút vào trong một đường hầm. Các ý nghĩ trở nên lỏng lẻo như nước. Chưa bao giờ thủ dâm lại đem tới cảm giác sướng như vậy. Vừa thờ dốt tôi vừa nghĩ, “Trời ơi, liệu tôi có bị nghiện cái trò này không? Liệu tôi có bị nghiện không?” Tắm xong, tôi lăn ra giường, đọc *Cộng hòa* của Plato. Một cảm giác tuyệt vời. Tôi tập trung hoàn toàn vào văn bản. Chân tay tôi không tồn tại nữa. Chỉ có cuốn sách và tôi.

Đọc sách, thủ dâm, chơi game, ngày qua ngày, cuộc sống của tôi

cứ như thế, trừ những lúc tới trường thì thời gian như ngừng trôi. Mỗi sáng thức dậy, tôi nhìn vào gương và nói, ‘Này, mày vẫn mập, mày vẫn chưa vượt qua được những gì ba mày làm với mày, và đéo mẹ, tao cá là hôm nay mày vẫn tiếp tục lóng ngóng như có kiến trong quần trước mặt bất cứ kẻ nào nhìn thấy mày, kìa, núm vú của mày đang lộ ra trên áo thun kìa.’”

Má đi chợ về lúc nào tôi cũng chẳng hay. Má không hiểu được là nỗi bất hạnh của tôi tới từ quan hệ của tôi với ba, tôi chưa bao giờ thú nhận với má điều đó. Tôi thà chửi bối má còn hơn là kêu lên nhờ giúp đỡ. Nguyên cuộc đời tôi là một cuộc chạy trốn. Tôi trốn tránh những vết thương của mình, những khiếm khuyết của mình, trốn việc phải trưởng thành, trốn cảm giác căm ghét bản thân.

Đến tối thì tôi quên mất hôm đó là giao thừa, cho tới khi có tiếng nổ lụp bụp bên ngoài. Má kêu ra ngoài xem pháo bông, nhưng tôi vẫn tiếp tục gí mắt vào cái laptop, khước từ tham dự vào niềm vui của xã hội. Trên bàn ăn là cái bánh tét má mua, nhưng không ai đụng đến.

VY

Mùa đông vừa rồi thằng Huy chia tay tôi. Tôi vừa pha sinh tố trong quán cafe nơi tôi làm thêm, vừa lén chùi nước mắt và nhớ lại cái hồi mà nó còn đáng yêu chứ không đáng ghét như bây giờ. Tôi nhớ hồi lớp Mười, ban ngày ở trường thì hai đứa như là không quen biết nhau, cứ đụng tôi là nó lảng, nhưng tối về thì lên mạng nói chuyện thâm đê. Nhớ cái hôm tôi thử nó, “Nếu mai tao chết thì giờ mày sẽ

nói gì với tao?” và nghĩ là nó sẽ cà chớn kiểu, “Cho tao bán nội tạng của mày nha!” nhưng không ngờ nó nhắn, “I love you.” Nhớ lần Giáng sinh nó bị gãy chân nhưng vẫn lết đến đưa tôi đi xem phim, ngồi trên xe mà cái chân bó bột cứ chĩa ra đằng trước. Chúng tôi ngồi hàng trên cùng xem *La La Land*, ngựa cổ muốn gãy luôn, đang xem thì thấy nó mò mò cái gì bên dưới, tôi cầm túi bắp đưa cho nó, ai dè nó tìm tay tôi. Nhớ giao thừa năm ngoái, trước cổng nhà tôi, nó lí nhí, “Tao chưa bao giờ hôn con gái cả.” Tôi bảo, “Kệ mày chứ, mày nói tao làm chi vậy?” Từ nhỏ tôi đã không cho phép mình thể hiện tình cảm, sến súa. Rồi tôi hôn nó. Một cảm giác rất lạ, vừa vui vừa hơi lo lắng, không biết tại sao lại lo, nhưng cái vui nhiều hơn cái lo.

Trong hai năm chúng tôi *date* nhau, số lần thằng Huy khóc nhiều hơn số lần tôi khóc. Có lần trong quán mì Hàn Quốc, tôi khen người khác đẹp trai để chọc nó. Bây giờ bọn con gái choai choai hay nói kiểu, “Trời, anh Tây đẹp trai quá, nhìn mà tao muốn rụng trứng luôn.” Thế là nó giận, nó bảo tôi là bạn gái nó mà còn đi khen người khác. Tôi bảo, “Ừa, tao là bạn gái mày hồi nào, mày đã bao giờ chính thức đề nghị tao là bạn gái của mày đâu?”

Lúc về, ngồi sau nó mà thấy xe cứ rung rung, tôi lại tưởng nó cười, nghĩ thầm, “Ừa, vừa cãi nhau mà sao cười dữ vậy?” Một lúc sau thì nó khóc thành tiếng, nước nở lên, ngoài đường ai cũng dòm, tôi quê ơi là quê. Tới bờ kè, nó dừng lại, trời, nước mắt nước mũi nó chảy thòong lòng luôn. Tôi đứng nhòm, trước tôi vẫn mong có người bảo vệ mình, giờ hy vọng của tôi sụp đổ hoàn toàn luôn.

Rồi nó bảo tôi ghét nó, tôi không quan tâm tới nó. *You don't*

*appreciate me*. Chúng tôi đứng đó trong bộ đồng phục học sinh, tôi không biết phải làm gì, chẳng nhẽ lại khóc theo. Cuối cùng, tôi hù nó, “Mày không nín thì mày đứng đây khóc tiếp nha, tao đi về.”

Nó lau mũi và kể là ngày xưa gia đình không muốn có nó, nó không nằm trong kế hoạch, nhà nội khuyên má nó đi phá thai. Nó bị tổn thương về chuyện đó nên giờ nghĩ ai cũng ghét nó. Khi chị nó được đẻ ra thì gia đình nó còn hạnh phúc, chị nó sướng. Tới lượt nó thì ba mẹ nó đi miết, không dành thời gian cho nó, mọi người không thương nó như chị nó. Nó không có ai, chỉ có duy nhất tôi, nên nó mới tủi thân dữ dội vậy. Thăng Huy mềm yếu vậy đó.

Tuần trước con chó ở chỗ mẹ tôi mới sinh, mẹ gửi tôi ảnh mấy con chó con. Từ hồi vào đại học thì tôi không thăm mẹ được nhiều nữa. Ngày của tôi kín mít. Năm giờ chiều tôi tới quán cafe làm công việc chạy bàn, gần nửa đêm về nhà tắm rửa rồi đi ăn đêm cùng Thăng Huy, sau đó học bài thêm một hai tiếng rồi ngủ tới trưa hôm sau dậy tới trường. Mẹ ở Củ Chi, cách Sài Gòn gần tiếng rưỡi chạy xe máy. Mỗi lần thăm mẹ tôi phải nói dối ba là đi thăm người mợ ở gần đó. Ba bấm giờ rồi gọi cho mợ xem tôi tới chưa, mợ phải nói dối là tôi đang đi ăn hay gì đó. Hồi mùa hè ba căn nhắc không hiểu sao tôi lại xuống chơi với mợ nhiều vậy. Khi tôi nói với mẹ là đi mệt quá thì mẹ dối, “Trên đó mày sướng, mày không muốn về đây nữa phải không?”

Mẹ hay nói tôi là lý do để mẹ sống. Nghe thì biết vậy, nhưng tôi có gặp mẹ mấy đâu, từ hồi tôi còn nhỏ mẹ đã đi suốt. Hồi còn ở chung, mẹ hay về muộn, tôi phải thức ra mở cửa để ba khỏi biết.

Những lúc đó mẹ xỉn, người nồng nặc mùi rượu. Thỉnh thoảng mẹ đưa tôi đi karaoke cùng, lúc về chạy xe cứ lạng lạng lạng, tôi sợ kinh khủng mà đâu có dám nói. Đến năm tôi lớp Sáu thì mẹ ra ở riêng, trong tuần tôi ở với ba, cuối tuần thì với mẹ. Từ hồi đó tôi đã được dặn là không được buồn. “Bộ mày không thấy tao bận à?” Mẹ bảo khi tôi hỏi sao mẹ không đón tôi khi tan học. Những năm sau thì chỉ Tết mẹ mới có mặt ở nhà hai, ba ngày, có năm chưa hết mùng Một đã đi. Ít lâu sau khi ba mẹ chính thức ly dị, hồi đó tôi mười sáu tuổi, mẹ tự tử vì làm ăn kinh doanh bị lừa tiền. Mẹ nằm viện mấy tuần, nhưng mọi người giấu tôi. Sau này chính mẹ kể lại, nhưng mẹ chặn luôn là mẹ khỏe rồi, tôi không được phép buồn.

Lâu dần tôi đâm quen, không cho phép mình buồn mà cũng ít thể hiện tình cảm ra ngoài. Giờ thực sự tôi cũng không biết mình có muốn một quan hệ gần gũi hơn với mẹ không, tôi không hình dung được điều đó. Tôi không biết cái cảm giác thân mật với mẹ nó ra sao, tôi đã luyện cho mình không cần tới nó rồi.

Tuổi thơ của mẹ khổ. Bà ngoại chỉ thương hai người cậu dưới mẹ, còn “con gái không là con, mắc mớ gì mà tao thương.” Nhà bán bánh cua bánh canh, mẹ phải dậy từ ba giờ sáng, ra chợ mua bún, thiếu tiền thì mẹ ăn chửi, rồi về phụ dọn hàng trong khi hai cậu vẫn ngủ. Lớn lên hai cậu đều không có công ăn việc làm, bà chơi hụi bị lừa mấy chục triệu thì mẹ phải đứng ra trả hộ. “Đó, bà coi, ngày trước bà thương ai,” mẹ nói với bà, “bà thương hai thằng con trai của bà, bà có coi tôi ra gì đâu.” Mẹ cứ nhắc hoài nên tôi nhớ.

Nhà ba tôi cũng nghèo. Ba học tới lớp Mười một thì phải nghỉ để nuôi em. Dịp lễ Giáng sinh ba cùng chị gái vô Thảo Cầm Viên phụ

bán hủ tiếu hoặc ra Nhà thờ Đức Bà bán bông giấy, người ta rắc chơi xong thì lấy chổi quét vô lượm bán tiếp. Ba yêu tôi nhiều lắm, mẹ cũng thừa nhận vậy. Mẹ nói ba nó khổ sao cũng được, ăn cơm cháy cơm thiu cũng được, nhưng con thì phải ăn cơm ngon, muốn gì cũng được. Nhưng tôi học được tính tiết kiệm của ba, quần áo tôi mua ít khi quá mấy chục ngàn một chiếc. Mẹ chửi tôi là ky bo rồi mua cho tôi sữa tắm, dầu gội, dù tôi chưa cần. Nhiều lúc tôi đi ngủ thì vẫn thấy mẹ ngồi tính toán cái gì đó, rồi có lúc bảo, ừ mẹ để dành cho con được gần năm triệu rồi đó. Mẹ dặn mai một mày kiếm thằng nào giàu nha. Tôi bảo lỡ không yêu nhau đánh đập nhau thì sao, mẹ bảo, có tiền là mày hạnh phúc, có tiền là mày thoải mái.

Tuổi này thì con gái thường lớn hơn con trai, nhưng tôi gần như làm mẹ của thằng Huy luôn. Tôi hay bảo nó, mày lớn rồi, lên đại học rồi, mày làm chủ cuộc đời mày đi, cập nhật cái lịch học mà mày cũng không làm được. Tôi khuyên nó tập thể thao, rồi tót tát về bên ngoài của nó, mua lấy cái quần dài để đi mấy sự kiện chứ suốt ngày nó vận cái quần soóc cũ. Nó chống chế là nó thích như vậy, rồi nó bắt đầu chê bai người khác, những người không biết về triết học, về nền văn minh Lương Hà, những người nghe K-Pop, những người không học guitar cổ điển mà chỉ học để đệm mấy bài hát *I don't think I belong to this generation*. Tôi nghe nó nói câu này tới cả ngàn lần rồi. Có hôm tôi kéo được nó tới tiệm giày, tới nơi thì nó xấu hổ, sợ người ta chê mạp, nó không dám vô. Đến nay nó vẫn đi đôi dép xộc xệch.

Tôi cứ hay phàn nàn về nó như vậy, nhưng thực ra tôi cũng rất

bất an, tôi biết nó hay nhắn tin cho Hồng Linh để tâm sự. Cái Hồng Linh cao hơn tôi, nó biết vẽ đẹp, thằng Huy có thể nói chuyện về âm nhạc hay phim ảnh với nó. Thằng Huy đã trở thành một phần quan trọng trong cuộc sống của tôi. Tuần nào cũng mấy lần chúng tôi gặp nhau ăn đêm, mấy lần buổi sáng tôi nhờ ông nội ra ngoài mua đồ ăn, rồi mở cửa cho nó lên vào nhà, lên phòng tôi. Đó cũng là nơi chúng tôi làm tình lần đầu. Tôi không đặt nặng vấn đề về trinh tiết, dù hôm đó cũng hơi sợ sợ. Tại sao người ta lại nói về tình dục như một cái gì ghê tởm vậy? Xong rồi thì tôi thấy cũng bình thường. Tôi thích sự gần gũi, thân mật giữa hai đứa, nhưng nó không có gì đặc biệt, cũng chẳng có gì xấu xa cả.

Nhưng mà nó chia tay tôi rồi, đã ba lần lận.

Nó đã thay đổi lúc nào mà tôi không hay.

Lần đầu, nó đề xuất chúng tôi dừng lại một thời gian. Nó nói nó cần lo cho bản thân, nó muốn làm những việc mà chưa làm được. Nhưng tôi có ngăn cản nó điều gì đâu. “Ừa, dừng để mày ngủ hay gì, ngủ vậy chưa đủ sao?” Tôi hỏi. Nó ừ ừ, “Mày không hiểu đâu. *It's complicated.*”

Lần thứ hai, nó bảo nó mệt mỏi, nó muốn một mình, tôi hãy để nó yên. Tôi khóc quá trời luôn.

Lần thứ ba, nó bảo nó cần suy nghĩ, cần tìm kiếm một cuộc sống mới. Nó bảo là nó căm ghét tôi, nó căm ghét bản thân nó, căm ghét mọi thứ. Tôi suy sụp hoàn toàn.

Vâng, tôi cũng nghĩ nó bất an với cuộc sống của nó. Nó muốn chạy trốn, nhưng chạy đi đâu?

Một tuần sau cái lần thứ ba thì chúng tôi gặp lại nhau. Ngồi trong

quán pizza, nó tránh ánh mắt tôi và thú nhận cả tuần rồi chưa tắm. Nó giam mình trong nhà, ôm cái laptop, ăn mì tôm. Tôi tưởng nó cắt đứt quan hệ là để cải thiện bản thân? Lúc về tôi hỏi nó có cho ôm không, nó bảo sao cũng được. Tôi ôm nó, nó hơi nhiều mùi. Tôi không kiềm chế được cảm xúc và hỏi câu tôi đã hỏi bao lần, “*You don’t love me anymore?*” Nó gật đầu. Tôi chỉ biết khóc. Nó ác quá.

Tối về, nó nhắn tin dài, bằng tiếng Anh. *Chúng ta, giống mọi đứa trẻ khác, rơi vào tình yêu mà không có khái niệm gì về bản chất của nó.* Đúng là kiểu triết lý của thằng Huy.

Rồi nó bảo nếu tôi trở thành một con người khác, nó trở thành một con người khác, thì có thể chúng tôi lại quay lại được với nhau.

*Nhưng sự bất định lớn như số vì sao trong vũ trụ.*

Lúc này mà nó còn hoa mỹ. Tôi ghét nó.

*Tao cần tập trung, cần thời gian và không gian để tìm ra tao sẽ là ai, cuộc đời tao sẽ như thế nào.*

Ba nó có vợ bé, tôi biết chuyện này. Cái hôm thằng Huy đuổi ba nó ra khỏi nhà, nó vừa cãi nhau vừa nhắn tin cho tôi, má nó thì khóc lóc bên cạnh. Tôi nhắn liên tục,

“Bình tĩnh đi, bình tĩnh đi, đừng đùng chân đùng tay, kéo sau này mày sẽ hối hận cả đời...”

Nó hay nói là cái quan hệ tồi tệ với ba khiến nó trở thành một đứa đầy khiếm khuyết.

Ba nó vậy là có lỗi, nhưng nó bầu víu vào cái chuyện đó mãi sao được để mà từ chối lớn lên. Tôi vẫn lắng nghe nó, nhưng nó gần mười chín tuổi rồi, sao cứ lấy chuyện đó ra hoài.

Cái tin cuối của nó đêm đó là: *Tao đang lạc lối với tất cả mọi thứ trong cuộc đời tao.*

Tuần trước anh chủ quán bảo là muốn cho tôi lên làm phụ trách ca vì tôi cẩn thận và có kỹ năng quan sát. Nhưng tôi mệt lắm rồi, tôi không muốn đi làm nữa, tôi muốn ngủ liền một tháng. Cái đợt học quân sự vừa rồi tôi tưởng mình gục. Bốn rưỡi sáng dậy, năm giờ chạy lên khu học quân sự, sáu rưỡi tới nơi, trễ không có lý do là bị đánh rớt năm sau học lại. Năm giờ chiều tan, chạy xe về, ăn, chớp mắt nửa tiếng, bảy rưỡi vào ca, mười một, mười hai giờ đêm mới về. Một tháng như vậy. Nhắn tin cho thằng Huy thì nó không thèm trả lời vì nó ngủ. Rồi nó *break up* đúng đợt đó luôn. Tôi cảm thấy sợ hãi, không tin được vào ai nữa. Ba không biết gì về tình trạng của tôi, tôi không có ai bên cạnh hết.

Nhưng tôi không thể từ chối anh chủ quán. Từ bé tôi đã sợ làm người khác thất vọng, sợ họ phiền lòng. Với ba mẹ lại càng vậy. Về Củ Chi, lúc nào mẹ cũng khoe với hàng xóm, “nó vừa đi học vừa đi làm.” Bạn bè ba gặp tôi cũng vỗ vai khen, “Giỏi quá, vừa đi học vừa đi làm.” Cả mười hai năm đi học tôi nghỉ chắc dưới mười ngày, năm nào tôi cũng xuất sắc. Ai cũng khen giỏi quá, giỏi quá, tôi sợ lắm. Tôi không dám nói với ba mẹ là mình kiệt sức, tôi sợ hình ảnh của tôi trong họ sẽ thay đổi. Tôi là niềm tự hào duy nhất họ có được, nếu nó đổ vỡ thì họ còn cái gì nữa? Tôi không biết mình sẽ cố được tới bao giờ.

Hôm giao thừa, tôi làm ở quán tới mười một giờ đêm, rồi thằng Huy đưa tôi về. Nó đang luyện thi để đi du học và vẫn chưa đi làm

thêm ở đâu vì nó nhát quá, không dám gặp ai nói chuyện gì hết trơn. Giờ đây chúng tôi là bạn bè, thực ra là nhiều hơn bạn bè chút. Thịnh thoảng đang chạy xe nó lại phanh gấp để tôi ép ngực vào người nó, rồi có lúc tôi quen tay lỡ ôm nó, nhưng chúng tôi giữ khoảng cách, trừ có một lần chúng tôi nhớ làm tình lại với nhau. Mỗi khi tôi hỏi về cảm xúc của nó thì nó lại gạt đi. *Let's not talk about that*. Nó vẫn không dám đối mặt với bản thân, hoặc không muốn chia sẻ. Chúng tôi thống nhất là sẽ giữ cái quan hệ nhiều hơn là bạn nhưng ít hơn là *người yêu này* cho tới khi nó đi du học. Nó nói Tết này sẽ không tới nhà nội chúc Tết, nó vừa mập vừa không có đồ mặc, sợ người ta kỳ thị. Vậy mà bảo nó đi mua đồ mới thì nó không chịu. Nó mâu thuẫn vậy đó. Nó bảo là cần chia tay để thay đổi bản thân mà vẫn vậy đó.

Tắm rửa xong, ông nội lì xì tôi, rồi ba lì xì ông nội và lì xì tôi. Tôi nhắn tin hỏi thăm mẹ. Năm vừa rồi mẹ xui xẻo. Sau khi tự tử hụt, mẹ vay nợ lấy vốn làm ăn nhưng người làm cùng bỏ trốn, còn mỗi mẹ ở lại. Chủ nợ nhốt mẹ, đánh mẹ, mãi sau mẹ phải nhờ mợ đem tiền tới chuộc. Chuyện đó ba không biết. Nên giờ mỗi khi gọi mẹ không được là tôi rất lo. Trước đó mẹ cho một ông người Tàu nào đó vay tiền, nhưng ông trốn mất tiêu không trả.

Giả sử ba biết tôi gặp mẹ thì ba cũng không giận đâu, đơn giản là mẹ con gặp nhau thôi mà. Nhưng mẹ xấu hổ vì mình thua lỗ, thất bại, nên mẹ không muốn ba biết mình ở đâu. Với ba, mẹ muốn như là mình mất tích.

Pháo bông bắt đầu đì đùng, bầu trời sáng rực lên. Mẹ vẫn chưa trả lời tin nhắn, chắc mẹ đã ngủ. Cái sân banh gần nhà mẹ chắc

mấy ngày này vắng tanh. Mẹ quanh quẩn phụ cái quán nước ở đó, mấy anh tới đá banh hay gọi mẹ là má má thím thím, chắc mẹ cũng vui được chút.

Tôi nhớ lại cái lần mẹ tự tử. Mấy hôm đó tôi có cảm giác rất xấu, mà gọi cho mẹ không được. Tôi hỏi ba, hỏi bên ngoài, ai cũng bảo mẹ đi làm ăn. Mấy tuần sau thì mẹ gọi điện, nói là làm ăn thua lỗ nên làm liều, nhưng hàng xóm kẹp mang mẹ vô viện, bác sĩ súc ruột. “Mẹ muốn chết mà không chết được. Ý trời muốn mẹ sống, vậy thôi giờ mẹ sống vì con.” Tôi khóc nhiều lắm, tôi không thể tin được. Mẹ bảo, “Mẹ kể để con biết thôi, đừng nói với ba, cũng đừng bận tâm quá, mẹ không có sao nữa rồi. Lo học hành đi, không được buồn.”

Tôi bật *video call* lên cho mẹ coi mặt, “Ơ, mặt dạo này lại có mụn à? Mà thức đêm nhiều lắm hả?” Rồi mẹ cứ ngồi vậy mẹ nhìn, ngồi nhìn tôi chứ không nói gì hết trơn.

Mẹ còn kể là trước khi mở cái chai thuốc sâu, mẹ giờ mấy tấm thiệp tôi tặng mẹ hồi trước ra coi lại. Thiệp tôi viết nhân dịp 8/3 này, dịp 20/10, dịp sinh nhật mẹ này. Mẹ vẫn giữ một xấp, đi đâu mẹ cũng đem theo. Lúc được đưa vào bệnh viện, mẹ để chúng trong cái túi nhỏ bên hông.

Đến giờ ba vẫn không biết là tôi biết tất cả những chuyện này. Đó là những bí mật của riêng tôi.

LI

Tôi không biết ba sống ở đâu, làm gì, bạn bè ra sao, không biết gì

hết. Chỉ biết số điện thoại thôi. *That's all what I know*. Gia đình riêng của ba? Tới giờ nó vẫn là cái gì bí hiểm với tôi, chưa bao giờ tôi nhìn thấy gì, chỉ được nghe kể. Tôi cũng không muốn dính dáng gì tới. Đừng có làm phiền tôi là được, đừng có lúc nào đấy bảo là tôi phải lo cho cái này, có trách nhiệm về cái kia.

Gọi điện và nói con muốn gặp ba? Vì sao tôi lại phải làm chuyện đó? Chẳng có lý do gì cả. Chuyện gì sẽ xảy ra? Chắc gì ba đã muốn nói chuyện? Giờ đây, cái sự tồn tại của ba giống như một cái sự không tồn tại vậy. Tôi đã quá quen với cái sự không hiện diện của ông rồi. Tôi không quan tâm nữa.

Mà... thực ra thì không phải là tôi hoàn toàn không nghĩ tới ba. Đợt ở bên Mỹ đã có lúc tôi muốn kết nối lại, hỏi thăm, nói chuyện. Lâu lâu rảnh thì tôi có những ý nghĩ như vậy. *Cười* Dù sao đó cũng là ba tôi, nếu ông đau ốm hay gặp vấn đề thì tôi có thể giúp. Tôi không muốn ba chết như một người xa lạ với tôi. Thế là tôi hỏi ý kiến bạn bè, những người lớn tuổi hơn, nhưng cuối cùng thì tôi cũng chẳng biết nên làm thế nào.

Tôi và Huy không nói chuyện về ba, điều đó gần như là cái gì *taboo*. Việc ba bỏ gia đình có tác động tới nó thế nào? Tôi không biết. Nó chẳng bao giờ nói gì, nó giấu kỹ lắm, như mèo giấu cúrt vậy. Chúng tôi chỉ nói những chuyện linh tinh, kiểu tôi hỏi nó có thủ dâm không, và nó bảo, "Có ai mà không cơ chứ, sao hỏi ngu quá vậy?" Thái độ của nó với ba? Có lẽ là một sự thờ ơ, không quan tâm. Tôi còn nhớ cái hôm nó chửi ông và đuổi ông ra khỏi nhà, hỏi đó nó đã to con hơn ông rồi. Giờ có khi nó còn không nghĩ tới ba nữa. *Out of sight out of mind*. Nhưng tôi nghĩ là Huy hài lòng với cuộc sống, dù

nó có vấn đề về giao tiếp, bước ra ngoài, bày tỏ cảm xúc. Nó có mọi thứ nó muốn, giường ngủ, đồ ăn, sách, Internet. Bạn tôi đang giúp nó luyện thi TOEFL để xin học bổng du học. Nó còn dùng laptop và tài khoản Netflix của tôi nữa. Nếu nó không hạnh phúc tôi sẽ đâm vào mặt nó.

Thỉnh thoảng tôi thấy buồn. Một kỷ niệm bỗng nhiên bay về. Ba không phải là người nói nhiều, chẳng bao giờ ba nói gì luôn, lúc nào cũng cười cười không, nhưng giọng của ba rất dịu dàng, rất là dễ chịu. Tôi nhớ hồi nhỏ được ba đưa đi học, ngày nào cũng đón trễ hai ba tiếng, nhưng ngày nào cũng đưa đón, rồi năm học mới được ba đưa đi mua giày. Những kỷ niệm như vậy, chúng mới ít ỏi làm sao. Tôi nghĩ ở bên trong, nỗi đau của ba cũng lớn như nỗi đau của tôi. Ba phải dùng rượu để làm dịu nó đi. Không được học hành, ba là nạn nhân của chính mình.

Mỗi khi chứng kiến cảnh bố con đầm ấm với nhau tôi thấy cảm động. Một ông bố tập cho con gái đi xe đạp. Một ông bố đẩy con trên xe của siêu thị. Có gì đó chạm vào trái tim mình.

### *Khóc*

Nhưng không có ích gì cả khi tôi thương hại bản thân.

### *Gạt nước mắt*

Tôi không muốn thú nhận sự thiếu thốn của mình khi gặp những hình ảnh kia, không muốn mình tủi thân. Nên là tôi nhanh chóng tìm cách gạt nỗi xúc động đi.

Tôi không được phép yếu đuối. Từ nhỏ tôi đã giao cho mình trách

nhiệm bù đắp cho sự bất hạnh của má, làm má hạnh phúc. Mỗi khi thấy má buồn thì tôi sốt ruột không thể chịu nổi. Mà má buồn nhiều lắm, vì bị phản bội, vì xấu hổ mình không chồng, vì những lời dị nghị, vì sự cô đơn vô vớ trong bao nhiêu năm.

Tôi trở thành cái cúp để má tự hào trưng ra, nhìn con tôi nè, tôi không chỉ có nghèo và không chồng đâu nhé. Năm nào tôi cũng nhất trường. Điểm phẩy lớp Mười của tôi là 9.5, lớp Mười hai là 9.2. Điểm TOEFL là 115 trên 120, chỉ một phần trăm trong số toàn bộ những người thi đạt trên điểm này nhé. Tôi tham gia vô số dự án xã hội, đoạt giải tiếng Anh thành phố, dạy trẻ, làm thêm ở công ty, giặt học bổng toàn phần, đăng ký học hai bằng bên Mỹ. Tôi là một cỗ xe tăng.

Từ cấp Ba bên tai tôi đã văng vẳng những căn dặn nhẩn nhủ của má, con ơi ráng học để thoát nghèo. Tôi khao khát nhà mình thoát nghèo tới phát điên lên, bởi tôi nghĩ thoát nghèo thì má sẽ hạnh phúc. Tôi muốn nhìn thấy má sướng. Tôi không thể hiện tình cảm qua những lời nói dịu dàng hay cái nắm tay, mà qua việc đưa tiền cho má - đó là ngôn ngữ tình yêu của tôi. Mỗi khi thấy má tần tiện, cần nhần đất đỏ, là tôi bức bối nổi khùng như mình là một kẻ thất bại. Tôi bắt má hưởng thụ, má cưỡng lại. Chúng tôi cãi nhau.

Tôi bị ám ảnh về việc mua nhà, không phải vì tôi cần, mà vì, trời ơi, động cái là má bảo mua nhà đi mua nhà đi mua nhà đi. Không, má bảo, không phải nhà cho má, má muốn nhà cho các con cho các con cho các con, lúc nào cũng cho các con hết, tao sắp chết rồi tao đâu có cần tao cần cho tụi bay thôi. Tôi đâu có cần nhà, thằng Huy cũng không cần, nhưng má ao ước thì tôi phải tìm cách thỏa mãn.

Rồi má lại bảo thằng Huy đi du học thì má mới an tâm được, du học du học. Thế là, ok, ok, tôi cố gắng tìm cách cho nó đi du học. Tôi nhờ bạn giúp nó luyện thi, viết luận, tôi tư vấn tìm trường, giúp làm hồ sơ. Không đáp ứng được mong ước của má thì tôi không thể chịu đựng được. Tôi như một con chó trung thành, bơi ngược dòng nước xoáy để chiều lòng chủ. Năm đầu ở Mỹ, tôi vừa thi vượt số tín chỉ, vừa làm mấy *job*, dành dụm được hai mươi ngàn đô la. Thằng Huy kinh ngạc. Giờ đây nhìn lại, tôi không có ký ức gì về quãng thời gian đó, tất cả như nằm trong sương mù. Tôi sống như một cái máy, đi làm, đi học, đi làm, đi học.

Cho tới khi tôi suy sụp.

Năm thứ hai, tôi bị bẻ gãy bởi áp lực học, áp lực làm, sự cô đơn, bơ vơ ở môi trường mới, một thị trấn nhỏ dành cho người già, cảm giác lạc lõng của một người nước ngoài da màu. Trước kia, mọi thứ đơn giản, tôi biết rõ mình cần làm gì: học, làm thêm, tìm học bổng. Đâu đó trong quá trình dịch chuyển từ con nít sang người lớn, tôi mất phương hướng, không biết mình là ai, mình thuộc về đâu nữa. Hôm ngồi ở Amsterdam, một nơi tiến bộ nhất thế giới, tôi thì đang trong tuổi hai mươi, trước mặt là Hương, người yêu tôi, trên bàn là đồ ăn ngon, nhưng nước mắt tôi cứ chảy. Tôi thấy mình bất hạnh quá, mình như bị tra tấn không ngừng nghỉ.

*Khóc*

Không thể tiếp tục được nữa, tôi làm thủ tục bảo lưu học rồi mua vé về Việt Nam. Đêm hôm trước ngày bay, tôi gọi cho cô giáo sư và khóc rất nhiều trong điện thoại, “Tôi có phải là một kẻ hèn nhất

không?” Đây là lần đầu tiên tôi dừng lại. Bỏ cuộc. Cả đời tôi cứ dần tới, dần tới, chưa bao giờ tôi nghĩ tới chuyện ngồi nghỉ, chưa bao giờ lắng nghe bên trong mình, yêu thương bản thân mình. Trên máy bay, đầu tôi đầy những câu hỏi. Sao mình lại có lắm trách nhiệm như vậy nhỉ? Tại cùng lứa tôi đâu có phải làm những cái tôi đang làm? Vì sao tôi không thể là một đứa trẻ vô tư, chơi bời với bạn bè, đi lang thang ngoài đường và hạnh phúc? Vì sao tôi đã luôn sống như một kẻ bị truy đuổi?

Về tới Việt Nam thì trầm cảm bùng nổ, tâm trạng tôi dao động như con lắc đồng hồ khổng lồ. Tôi thuê một căn hộ gần nhà má, ở lì trong đó và nghĩ tới cái chết. Không ăn được, nhiều buổi trưa tôi không dám về nhà má vì chả nhẽ má nấu xong mà mình chỉ ngồi gầy gầy.

Mà tôi không kể gì với má. Nếu mình tâm sự với bạn thân, bạn sẽ hỏi mình buồn như thế nào, sẽ hỏi mình dậy, rồi lái xe chở mình đi chơi. Kể cho bác sĩ tâm lý, họ sẽ yên lặng ngồi nghe, họ không bị cuốn theo tâm trạng của mình. Nhưng với má, má sẽ ngay lập tức phản ứng, đưa ra các giải pháp, lời khuyên. “Sao nhằm nhí vậy con, cuộc sống không đáng sống sao, có bao nhiêu người khó khăn hơn mà người ta vẫn có nghị lực, tham gia cộng đồng đi, mạnh mẽ lên con, cố gắng lên con.” Rồi má sẽ quay ra lo lắng, tôi ghét phụ nữ lúc nào cũng lo lắng, cái lo lắng của má càng làm tôi thấy khổ sở, nặng nề thêm, thấy căn bệnh của mình là một gánh nặng cho má, khiến tôi xấu hổ và ghét thêm bản thân. Tôi ở riêng để má không nhìn thấy những lúc tôi khóc và suy sụp.

Mà tôi cũng quen với việc không nhận được hỗ trợ từ gia đình

rồi. Nhiều năm rồi, tôi cứ lủi thủi, tự mày mò, tự xử lý một mình, không ai dẫn dắt cả. Vớ được sự trợ giúp chỗ nào thì vớ, từ người này một chút, từ người kia một miếng. Từ nhỏ đã vậy rồi, nên tôi cũng không trách má. Tôi phải tự xoay xở thôi.

Lang thang ở Sài Gòn những tháng mùa mưa, một mình chống chọi với trầm cảm, dần dần tôi hiểu ra vì sao mình không hạnh phúc. Tôi nhận ra mình đã không sống cho bản thân, mình sống để phục vụ người khác. Khi còn đi học, tôi thay bóng đèn, sửa cửa phòng tắm, chở má đến bệnh viện, đi họp phụ huynh cho em. Khi ba chửi bới và má gí dao vào cổ mình dọa tự hại, tôi ôm em khóc và nhìn sâu vào mắt má, “Má, con ở bên cạnh má,” để má dịu xuống. “Tôi là ba của em trai tôi,” bài luận tiếng Anh để xin học bổng kể về cuộc sống hằng ngày của tôi và kết thúc bằng câu đó. Tôi đã cố gắng đóng những vai trò trong gia đình không phù hợp với một đứa trẻ. Nó là một gánh nặng đáng nhẽ không nên đặt lên vai tôi.

Nó khiến tôi không thể sống cuộc đời của mình được.

Có lẽ cái cảm giác bị truy đuổi và sự bất an trong lòng khiến tôi trở thành một kẻ dễ nổi cơn thịnh nộ. Tôi có riêng một blog chỉ để cảm tức chửi bới những khi bị tổn thương, thất vọng. Hương xuất hiện trong đó vô cùng nhiều. Những lúc lên cơn giận dữ, tôi hay bỏ chạy, như là muốn thoát ra khỏi cái gì đó cầm tù mình. Hoặc tôi khóc lóc, nằm co tròn lại như trong bụng má, không cho ai động vào người. Hôm cãi lộn với Hương ở ngay ngã tư Lê Thánh Tông - Nguyễn Trung Trực, tôi cuộn mình nằm dưới đất cạnh cột điện, người qua đường, khách du lịch dừng lại coi. Đợt Hương sang Mỹ thăm, lại cãi lộn, tôi tức Hương, tức mọi thứ trên đời, giữa mùa

đồng tôi bỏ chạy ra ngoài, vẫn trong pyjama, chân trần, vừa lê lét vừa khóc la như một con thú bị thương, rồi nằm vật ra lề đường, khi bình minh lên thì thất thểu tìm đường về nhà, chân tay xước xát. Tôi nghĩ trong tôi có nhiều tổn thương, có cái gì chích vào là tôi hoảng loạn lên, tìm cách thoát ra, trốn chạy, cho tới khi tan cơn hay khi có ai đó ôm ấp, dỗ dành.

Tôi rất yêu má, nhưng trớ trêu thay, tôi cũng muốn chạy xa khỏi má và đã từng căm ghét má. Khi về lại Việt Nam, cảm giác chật chội cũng trở lại. Không, tôi không nói tới không gian sống, tôi nói tới cảm giác bị nghẹt thở bởi mối lo lắng, bởi tình yêu thương và sự quan tâm của má. Nhiều khi tôi thăm kêu lên, “Má ơi, yêu bọn con ít ít thôi! Sao mà cả vũ trụ của má, cả cuộc đời của má chỉ xoay xung quanh bọn con thôi???” Cứ như trong phim *Mẹ* của Boong Joon Ho vậy. Đúng vậy, đời sống tình cảm của má phụ thuộc vào các con, khiến tôi có cảm giác bị xích vào đầu đó, bị đeo một gánh nặng trên vai. Tôi ghét điều đó, bạn ơi, sự phụ thuộc tình cảm, tôi căm ghét điều đó. Tình bạn, tình yêu thì tuyệt vời, nhưng tôi khiếp đảm khi ai đó không chỉ lắng nghe chuyện buồn của tôi và an ủi, mà người ta còn đau đớn, khổ sở hơn cả tôi nữa. Tôi cần một khoảng cách về cảm xúc. Tôi muốn má lùi xa ra chút, vẫn yêu tôi nhưng kệ thầy tôi, bạn có hiểu không? Đừng có cuống lên như vậy. Sống cuộc sống của má đi, con không phải là cuộc đời của má. Đừng có, con ăn chưa, ăn gì, lúc mấy giờ, có ngủ được không, sao dậy muộn vậy, có bị nắng không, có dính mưa không... Trời ơi, tôi lớn rồi, tôi tự chịu trách nhiệm về hành vi của mình. Suốt ngày tôi và thằng Huy kêu má nói nhiều, má ghét bị kêu vậy lắm.

Từ hồi sinh hoạt ca đoàn thì má có đỡ hơn, nhưng tôi vẫn ước giá mà má có những giấc mơ riêng, có cuộc sống riêng của mình. Giá thể giới của má không chỉ quanh quẩn với hai đứa con. Mọi người sẽ dễ thở hơn, ai cũng sẽ hạnh phúc hơn.

Điều đáng sợ là tôi cư xử với Hương cũng y như má cư xử với tôi. Tôi thành má của Hương, cầu nài về việc nó hút thuốc, thức đêm, coi nó như một đứa trẻ. Nó kêu lên, “Trời ơi, để tao yên! Mà đừng có giống má Thủy quá như vậy!” Rồi tôi mắng té tát Huy về việc nó mập. Nó lớn rồi, nó có não, nhưng tôi khùng bỏ nó bằng sự lo lắng của mình.

Tôi sợ lắm, tôi sợ mình trở nên giống má: không có cuộc sống riêng, không biết yêu thương bản thân mà chỉ hy sinh hạnh phúc của mình cho người khác. Má luôn chọn thứ rẻ nhất cho mình, nhưng cho con thì không tiếc gì cả. Tôi căm ghét điều đó. Vì sao má không thể yêu mình như má yêu các con? Tại sao? Cái cách của má khiến mình có cảm giác mắc nợ, mình phải trả nợ. Nhưng mình sẽ không bao giờ trả hết được, mình sẽ mãi mãi là một kẻ chịu ơn. Có sự khác nhau giữa biết ơn và mang ơn, bạn có thấy không? Thật là kinh khủng. Mà tôi đâu có quyền lựa chọn để nhận cái tình yêu này? Cái tình mẫu tử này, nó được ấn lên tôi. Sau này tôi sáng tác nghệ thuật thì chắc chắn chủ đề này sẽ xuyên suốt công việc của tôi. Nó đã xuyên suốt đời tôi rồi, cái gì cũng dính tới nó.

Từ mấy tháng qua, tôi đi qua quá trình khó khăn để thay đổi bản thân, trở thành con người khác. Điều khó nhất là học cách đặt cái gánh nặng trách nhiệm trên vai xuống, học cách sống để có hòa bình cho bản thân. Tự do, khỏe mạnh về tinh thần và hạnh phúc, tôi

muốn mình như vậy, những điều trước kia chẳng bao giờ nằm trong các mục tiêu của tôi.

Tôi cẩn thận viết vào sổ tay “Chín cách để bạn nghỉ ngơi” mà tôi tìm thấy ở đâu đó. “Kết nối với nghệ thuật và thiên nhiên”, “yên tĩnh để thư giãn”, những điều này thì tôi biết, nhưng có những điều mới mẻ, ngược hoàn toàn với hình dung của tôi. *Tạm gác sang bên trách nhiệm. Cho phép bản thân không có ích. Tách khỏi những người khác.* Bao năm rồi, giống như má, tôi không dám làm những điều này. Tôi hiểu ra rằng khi làm những điều đó, mình cho phép bản thân nghỉ ngơi và nạp năng lượng, mình không phải là người xấu. Tôi đến với yoga và thiền, tự nhủ sống chậm lại. Giờ đây, thành tích của tôi không phải là đạt được cái này hay cái kia nữa, mà là khi tôi lựa chọn không làm tổn thương người khác để thỏa mãn cơn giận dữ của mình. Những giây phút đó, tôi ghi lại cẩn thận vào sổ.

Tháng trước, tôi mời má đi du lịch bên Nhật để có kỷ niệm má con. Gần nhau nhiều thì có thể cãi lộn, nhưng kệ, tôi coi đó như cơ hội để luyện tập. Buổi sáng thứ hai ở bên đó, má thức dậy trong căn hộ *Airbnb* bé tí tẹo, nhìn quanh căn phòng sạch sẽ và gọn gàng. Má lấy tay rà trên ga giường thơm ngát và nói, thích quá thích quá, rồi má khóc, “Bao nhiêu năm nay mình không biết thương mình, mình cứ lo cho người khác, mình cứ tất tả. Gần năm mươi rồi mà má mới hiểu được là mình cần phải thương yêu mình.” Tôi đang dọn đồ ăn sáng, ngưng lại, rưng rưng, má hiểu rồi đó, má hiểu điều mà tôi cũng mới tìm ra. Mình cần yêu thương bản thân, cần cảm thấy hạnh phúc, mình hạnh phúc thì người quanh mình mới hạnh phúc, an

lành được. Thương yêu bản thân không phải là ích kỷ, đó là điều kiện cần để có thể thương yêu người khác.

Qua cửa sổ, tôi nhìn má đang ngó nghiêng ngoài sân, tò mò với mọi thứ như một đứa trẻ. Má dạy tiếng Anh vui lắm, nhà giàu lấy tiền theo kiểu giàu, nhà nghèo lấy theo kiểu nghèo, một số đứa thì miễn phí luôn. Má tôi vậy đó, ao ước có tiền để mua nhà cho con, nhưng dạy học như nhật hoa rơi, đứa nào muốn học cũng nhận, những đứa không có chỗ nào khác nhận thì má nhận vô hết, không đóng đủ tiền cũng nhận.

Thật may là tôi có thể thoải mái nói với má về chuyện yêu đương con gái của mình. Hồi tôi chia tay người yêu đầu tiên, má còn đi xin lỗi giùm. “Thấy tội con nhỏ đó quá,” má bảo, “bị mày đá, tội nghiệp nó.” Má không tạo cho tôi cảm giác có lỗi khi mình là đồng tính, má muốn tôi hạnh phúc, tuy tôi phải thừa nhận là bên trong má hơi có chút hy vọng tôi sẽ thay đổi. “Thôi, trẻ thì chơi đi, chưa gặp đúng người đó thôi.” Hồi đầu má có nói tới chuyện tôi lấy chồng, để con, nhưng tôi dập dập dập. Má không cần tôi đẻ con! Không cần không cần không cần! Má không tỏ ra đau khổ, bất hạnh, khổ sở đâu! Chưa bao giờ. Chứ nếu không thì tôi cũng sẽ rất đau khổ đó, vì tôi không muốn má khổ sở, mà lại không thể sống khác với bản thân mình. Má hay khen một chị bạn gần bảy mươi rồi, không chồng, giờ chỉ đi làm từ thiện, sống độc lập, nên là tôi yên tâm. Mà chúng tôi cũng hay nói với nhau là đàn ông rác rưởi lắm, nói chung chả ra gì cả. Nếu má mà được làm lại thì má sẽ không cưới. Má yêu ba là người đầu, má hiền quá, khờ quá, không có kinh nghiệm.

Nhưng con đường thay đổi của tôi và má còn rất dài. Đêm hôm

sau, ở thành phố khác, chúng tôi lang thang tìm chỗ ngủ vì gặp trục trục với người tôi hẹn qua *couchsurfing*, mà các khách sạn gần đó đều hết phòng. Má liên tục nói, thôi vào McDonald ngủ ngò qua đêm, không có vấn đề gì đâu má khỏe má chịu được, con không phải lo cho má, má sợ con khổ con vất vả quá có mệt không con. Còn tôi thì căm ghét bản thân vì để má lâm vào hoàn cảnh đó. Tôi sợ má khổ, má sợ tôi khổ, hai người đứng cãi lộn giữa đường, tay vẫn kéo vali. Tôi gào lên, “Tui không có khổ, bà thương tui tui mới khổ á!” Cuối cùng chúng tôi trú qua đêm ở một tiệm *net*. Hôm sau tôi ghét quá chọn luôn cái khách sạn ba sao, phá hỏng cả ngân sách của mình. Tôi không nhớ đêm trước mình đã hết như thế nào nhưng cổ họng đau rất cả sáng hôm sau.

Tương lai của tôi? Mọi thứ còn đang mở, tôi không biết mình sẽ sống ở đâu, sẽ làm gì. Nhưng bây giờ thì tôi biết mình muốn trở thành một người như thế nào: tự do, an lạc, hòa bình.

Sống một cuộc sống luân lý, đúng với các giá trị của mình.

Giúp đỡ người khác mà bản thân không bị kiệt quệ.

Hương và tôi mới chia tay sau ba năm. Chúng tôi đã quá gần nhau, đã không có bản thể riêng, sự đau khổ của người này kéo người kia xuống theo. Chúng tôi đã như hai cái gậy nghiêng phải tựa vào nhau cho khỏi đổ. Chúng tôi sẽ phải học cách đứng thẳng, độc lập. Tôi phải tự chịu trách nhiệm cho cảm xúc của mình, phải học cách yêu lành mạnh.

Với lịch sử của tôi, cái đích này không dễ dàng. Nhiều lúc tôi thấy đầu óc mình lang thang, muốn lao vào bận rộn để cảm thấy mình có giá trị. Tôi phải liên tục tự nhắc nhở, mình cần tình bạn, cần sự cân

bằng, thời gian cho bản thân. Tôi vẫn đang cố gắng từng ngày để trở thành một người khỏe mạnh, khước từ là nạn nhân của các cơn cảm xúc vật vã và dữ dội của mình. Tôi muốn có má đi cùng trong hành trình này, nhưng tôi sẽ không cho má quyền năng khiến mình đau khổ. Ngày cuối cùng ở Nhật, tôi ghi vào sổ: tình yêu thương không bao giờ nên trở thành gánh nặng cho người khác và cho chính bản thân mình.

## THỦY

Tuổi thơ của tôi ở Đồng Nai gắn liền với bố, bố đi làm rẫy thì mình cứ lỏn tỏn đi theo, êm đềm nhưng vất vả lắm. Tôi là út nên được ăn cơm trắng, còn mười anh chị em trên tôi thì ăn độn với mì, bắp, đậu. Hết lớp Mười hai, tôi lên Sài Gòn học kế toán, con nuyên không được vào đại học. Tôi làm ở chỗ này chỗ kia, công việc bập bõm, được vài năm thì trong lúc lang thang tìm việc mới run rủi thế nào tôi đăng ký vào một khóa đào tạo giáo viên tiếng Anh. Nhà tôi có gen ngoại ngữ, tôi đoán vậy, bố tôi thạo tiếng Anh tiếng Pháp, chắc cái Li và thằng Huy cũng được hưởng cái gen này. Sáu tháng sau, tôi có chứng chỉ hành nghề, rồi từ đó tôi dạy tiếng Anh cho trẻ. Trình độ như tôi là đủ cho con cháu các gia đình bình dân.

Tôi quen bố Huy năm hai lăm tuổi, anh là mối tình đầu của tôi. Hồi đó tôi ở trọ, hai mẹ con bác chủ sống ở dưới, tôi ở cái lầu gỗ bên trên. Bác chủ rất thích tôi làm con dâu, bác giặt đồ cho tôi, chà giày cho tôi, thương tôi như con vậy. Tôi cũng kêu bác là má. Chúng tôi ở trong một cái hẻm rất sâu, rất nghèo, nhưng giàu tình cảm.

Một hôm chị làm chung công ty nói, Thủy, có thằng nào cứ đứng lấp ló ngoài cửa hàng mình, chị thấy mỗi lần em đi là nó xách xe chạy theo. Hóa ra ảnh đi theo tôi miết. Chiều hôm đó, tôi còn sợ đó là kẻ gian, vừa chạy xe vừa liếc đằng sau. Về đến nhà thì ảnh vô theo, lúc đó mới biết ảnh là bạn của con trai bác chủ nhà, hay đến chơi nên để ý tôi mà tôi không biết.

Thế rồi ảnh tình nguyện đưa đón tôi, ngày nào cũng đợi tôi làm xong thì cùng vô tuốt quận Sáu, chỗ người Hoa, để tôi học tiếng Trung, mà đường hồi đó thì vắng. Ảnh làm nghề mua bán đồ điện tử, chơi với mấy người hải quân, lấy đồ họ đem về ra chợ bán sỉ. Ảnh lanh lẹ, thạo đời hơn tôi. Quen nhau một năm thì bố mẹ cho cưới. Bố chồng thương tôi lắm, giờ nhắc tới tôi còn cảm động. Nấu nước nóng cho tôi tắm khi tôi đi làm về này. Cho chúng tôi ra ở riêng vì sợ tôi làm con dâu trưởng ở nhà đông người thì vất vả này. Nhưng năm sáu mươi tuổi thì bố mất vì ung thư, lúc đó thằng Huy mới được hơn một tuổi. Kể từ đó gia đình chồng đi xuống, anh chị em tan rã hết, không còn được quây quần như trước. Hồi bé mấy anh em ổng bị bố đánh dữ lắm, đánh dã man luôn, toàn vì mấy chuyện con nít, đá banh đánh nhau, chọc chó hàng xóm. Nên lúc bố sống thì sợ bố, nhưng khi bố mất thì coi như buông.

Tôi lao vào dạy tiếng Anh để lo chi phí gia đình, cứ chạy như con thoi từ nhà này tới nhà khác kèm các em, mười giờ tối mới có mặt ở nhà. Tội nghiệp hai đứa, tôi quẳng cho chúng cái máy vi tính. Li phải trông em, nói em không nghe, nó đem dao ra dọa. Lúc về chúng nó kể lại với tôi vậy, nghe mà đau lòng. Bố thì cứ làm cái gì ở ngoài đường không biết, long lêu bạn bè, mẹ thì tối ngày đi dạy kiếm tiền.

Từ đó mất hết tình cảm lãng mạn vợ chồng, không còn gì hết. Chỉ còn chúí đầu vào đi làm, nuôi con.

Có chứ, tôi biết vì sao ảnh lại trở thành lêu lổng như vậy. Hồi mới cưới chúng tôi rất khá, mua được nhà, đổi xe máy. Nhưng rồi ảnh mất trắng một lô hàng lớn, chúng tôi phải bán nhà đi để trả nợ, khi đó thằng Huy mới được mấy tháng. Thế là ảnh bắt đầu trượt dốc, trượt dốc mà không chịu đứng lên. Theo bạn kiếm đường làm ăn không ra, nghe lời bạn hùn chút vốn mở quán nhậu, rồi bắt đầu la cà nhậu nhẹt, đánh bài với mấy đứa tiếp viên trong cái câu lạc bộ hải quân. Tết ổng cũng không về thăm má luôn, giỗ bố ổng cũng không về luôn. Tôi là dâu mà năm nào tôi cũng về. Gia đình đi xuống, tôi buông luôn. Em có con với công việc của em, tôi nói, cho anh tự do luôn, anh muốn sống thế nào tùy anh. Tôi có lỗi, lỗi của tôi là tôi đã thả tay.

Mấy năm sau, phụ huynh chở con đến nhà tôi học tiếng Anh - lúc này tôi đã mở lớp ở nhà - họ kêu, cô Thủy ơi, tôi thấy ông xã cô đi với người này người này, rồi chở con riêng của ổng đi học. Họ xui tôi đi đánh ghen. Tôi bảo, còn gì đâu nữa mà ghen, tình yêu đã chết từ lâu rồi, cho người ta tự do đi. Giờ thằng bé con ông ấy hình như học lớp Sáu rồi, cùng khối với một bé học sinh của tôi. Tôi chưa nhìn thấy cô kia lần nào.

Một thời gian dài bên ngoài tôi không biết gì, cho tới khi các cháu tôi thấy ảnh của ổng. Chúng nó bảo, dì ơi, sao kỳ vậy, ảnh anh ấy hôn hít ôm ấp đầy trên mạng. Tôi gọi điện, hôm qua anh đi nhậu, chụp hình tình tứ vậy họ hàng em nhìn thấy hết, anh nghĩ sao. Ông ấy xin lỗi rồi lật đật kêu bạn bè gỡ xuống. Tụi cháu bảo, trời ơi,

dựng làm con sợ hết hồn, sao dì không ly dị quách cho rồi, sao lâu nay dì chịu đựng vậy. Nhưng tôi là người theo đạo Công giáo, mình đã đưa nhau ra thề trước Đấng tối cao rồi, nên là mình cứ sống ly thân, tôn trọng nhau, biết điều hay không là tùy người kia. Ông ấy cũng là người Công giáo, nhưng ông ấy bê trệ, không giữ đạo nên mới hành xử vậy.

Mấy năm nay ông cũng không có đóng góp tài chính gì, ba mẹ con tôi tự sống. Khi nào có chuyện dính líu đến giấy tờ thì alo nói chuyện, tôi cũng vẫn coi là bạn bình thường. thỉnh thoảng ông có về nhà, đứng ngó ngó rồi đi. Hôm cái Li bên Mỹ về, ông qua hỏi, về rồi à, rồi lại đi. Từ hôm đó tới giờ cũng không nói ừ Li ơi đi ăn tối với ba hay gì cả. Chắc người ta đang hạnh phúc ở bên kia, thì thôi kệ. Vâng, hoặc người ta đang mặc cảm, thấy quê với con. Nhưng đi nhậu thì sung sướng lắm, đưa ảnh lên mạng chói người. Sống vì chiến hữu mà.

Nhà tôi có nhiều người định cư ở nước ngoài, nhưng tôi thích ở Việt Nam. Lúc anh tôi muốn bảo lãnh, tôi cãi, mấy anh đi đi, em không đi, không ở đâu bằng ở quê hương mình, em sẽ lập nghiệp, sinh sống ở đây. Hồi đó tôi mười tám tuổi. Thế rồi ông xã tôi như vậy, tôi xấu hổ, không dám nhìn mặt họ, không dám kể chuyện của mình. Chị Hai tôi gọi về, tôi nói dối, thôi Hai ơi, già rồi, giờ em chỉ thích sống với con thôi, em buông cho ông ấy đi đây.

Nhưng mình buồn chứ, buồn cho số phận của mình. Mỗi lần dự đám cưới, đi lễ nhà thờ, thấy các gia đình khác đầy đủ là tôi đều chạnh lòng vì con mình thua thiệt, con mình thiếu cha. Mình thất

bại, mình không gìn giữ được gia đình đầy đủ bố mẹ cho con mình. Tôi tức giận và thấy mình có lỗi. Những lúc đó cái Li lại an ủi tôi là nhiều nhà đầy đủ bố mẹ mà con vẫn hư thì sao, mẹ cứ dần vặt làm gì.

Thằng Huy nó ghét lắm, nó căm thù lắm, nó không nói chuyện với ổng. Tôi nghĩ nó cảm thấy mát mát vì có người bố không ra gì. Lúc đầu tôi giấu, tôi đâu có kể chuyện cho nó nghe, nhưng nó nhìn thấy ổng chở vợ bé đi, nó hận. Tôi bảo, thôi, mai một con lớn con sẽ hiểu, dù sao ổng cũng là bố của con, ăn mày đứng đường cũng vẫn là bố của con, làm sao con chối bỏ được. Con sống bằng trái tim yêu thương đi, giống Chúa Jesus ấy. Nghe đến đó thì nó cau mày, quay đi.

Tôi không có cảm giác thù hận gì, tôi chỉ buồn và tủi cho bản thân. Trước kia thì có lúc tôi tức, nhưng rồi tôi thấy được an ủi vì mình có hai đứa con ngoan. Thôi, tôi bỏ qua hết. Cuộc đời nó đưa đẩy như vậy. Nhưng mà nhắc lại tôi vẫn thấy đau lòng. Đau chứ, không bao giờ mình quên được. Tôi và Li thân nhau, nó nhìn thấy hết những gì mẹ đã trải qua. Năm đầu nó đi học ở nước ngoài tôi như ngồi trên đồng lửa. Mỗi khi hai ba ngày nó không trả lời tin nhắn là tim mình thoi thóp từng ngày từng giờ. Tôi cầu nguyện, phó dâng cho Chúa gìn giữ, tin tưởng đáng bề trên phù hộ. Đợt này Li mua vé cho hai mẹ con đi Nhật chơi. Tiền nó chi hết. Kêu Huy đi cùng mà nó không đi. “Người đi với mẹ đi, ở nhà ta tự lo.”

Hồi xưa thằng Huy cởi mở hoạt bát lắm, nhưng từ cái ngày lớp Chín, lớp Mười, nó biết chuyện của bố nó thì nó thành đứa khép kín, lằm lằm lì lì. Nó không cởi mở nữa, không tâm sự gì, cứ như nó

giấu tôi một điều gì đó. Hồi nhỏ thì nó tung tăng, sà vào lòng mẹ nằm y như con cún con vậy. Tôi buồn ở chỗ đó, tôi không hiểu vì sao nó không chia sẻ với mẹ. Cái Li cứ la tôi, mẹ yên tâm đi, mẹ đừng lo về nó. Bạn tiếp xúc với Huy, bạn thấy nó như thế nào? Sâu sắc? Nội tâm? Vâng, nó ham học hỏi lắm. Tới hồi lớp Sáu, lớp Bảy thì bố con nó vẫn còn tíu tít, cho tới khi ông ấy có gia đình riêng. Ông ấy còn khoe hàng xóm là bà kia đẻ con trai cho ông ấy, cứ như là tôi không đẻ được con trai ấy. Vô duyên vậy cơ.

Cái Li đang học năm ba bên Mỹ thì xin tạm nghỉ về Việt Nam vì tinh thần nó không ổn định. Li về thì thuê nhà ở riêng. Tôi và Huy ở trong căn nhà mười mấy mét vuông mà tôi đã thuê từ nhiều năm nay, mái tôn nóng như thiêu đốt. Tôi vẫn mơ ước mua được một cái nhà tử tế cho chúng nó, nhưng chúng cứ gạt đi, mẹ đừng lo nghĩ chi cho mệt, sau này bọn con lớn bọn con tự mua. Nhưng tôi không nghĩ sao được.

Cái Li cứ bảo, con /es rồi mẹ ơi, con chả thích đàn ông, con sợ đàn ông lắm. Đấy cũng là điều làm tôi buồn. Tôi nghĩ nó thấy hôn nhân của tôi đổ vỡ nên nó sợ, nó né tránh, chứ nó là con gái bình thường. Tôi đau lòng lắm, nhưng tôi không làm con giận, tôi vẫn cười và nói, “Thời gian sẽ trả lời, mẹ nghĩ con là con gái, không có /es gì hết.” Mà đàn ông cũng đâu phải ai cũng tệ, tôi thuyết phục. “Con cứ nhìn các cậu bên ngoại đi, ai cũng cưng vợ thương con, chăm sóc gia đình cần mẫn.” Tôi bảo con cứ sống đúng quy luật tạo hóa đi, sao mà con phải sợ. Nó cứ cười cười bảo, để từ từ rồi tính, từ từ rồi tính, mà trái đất này hung nhúc người rồi, lấy chồng để con làm chi. Tôi cũng không biết phải nói sao nữa.

Gần đây nó đau khổ lắm vì bạn gái thân của nó chơi với người khác. Tôi khuyên nó phải thương lấy bản thân mình trước, ai cũng có thể thay lòng đổi dạ, mình phải cứu mình trước, rồi mình tài giỏi thì mình giúp ích cho xã hội đi. Từ nhỏ nó đã học rất giỏi. Hai chị em nó đang bàn nhau về chuyện luyện thi TOEFL, xin học bổng cho Huy đi du học. Li bảo, mẹ để nó cho con. Học ngành gì là chúng nó tự quyết định, tôi không áp đặt gì cả. Tôi chỉ khuyên con lựa chọn nghề nào mình yêu thích nhất, nếu không được thì cái mình thích thứ hai. Mình yêu thích thì mình mới gắn bó được với nó, đừng làm cái gì vì tiền hay vì ai ép buộc.

Tôi đã dạy tiếng Anh cho bao thế hệ con nít ở phường, ra chợ ai cũng chào. Những nhà nghèo trong xóm này là tôi cho con họ miễn phí luôn. Ai có tiền thì tôi lấy tiền, ai không có thì tôi cho không luôn. Nhiều phụ huynh nghèo tội nghiệp lắm. Mười mấy, hai chục năm rồi, nhiều đứa học trò giờ đã trưởng thành, có gia đình, đi Mỹ cũng có nữa, Tết hai vợ chồng đến nhà chơi tíu tít. Những quan hệ thân tình ấy, có tiền cũng không mua được. Giờ tôi thấy nhẹ nhàng. Tất cả nằm trong bàn tay Chúa. Nghĩ tới cái chết, tôi không có sợ. Mình sẽ về với Chúa, đơn giản và rõ ràng vậy thôi. Không có sợ hãi gì hết. Hai đứa con tôi thì không chăm đọc kinh. Li nói con tin Chúa rồi, cần tới nhà thờ đi lễ làm chi nữa. Thành Huy thì lấy thuyết duy vật ra cãi tôi, tôi bảo là có bao nhiêu nhà khoa học theo đạo Công giáo đó con. Tôi cảm nhận được Đấng sáng lập, Đấng tối cao. Ai cảm nhận được thì cảm nhận. Chỉ tiếc là thế giới này mọi người không được như Jesus, nếu được thì đã hòa bình hết rồi. Chúa nói cỏ lùn mọc

lẫn với lúa, tới một lúc nào đó thì lúa được đem vào kho, còn cỏ lùn đem đốt đi. Chiều Chủ nhật tôi đi lễ và hát ở ca đoàn, nó giúp tôi khỏi trầm uất. Những năm trước tôi chả giao du với ai, chỉ biết dạy học dạy học dạy học. Bạn tôi nói, Thủy ơi, tao thấy mày bị trầm uất á, nên tôi mới tìm đến ca đoàn để quân bình cuộc sống. Tôi tin vào sự tốt đẹp và công bằng của cuộc đời.

Nhưng nếu mà sau này cái Li /es thì đó là lỗi của tôi. Gia đình mình không hạnh phúc, để lại cho con ấn tượng xấu. Tôi cầu Chúa là nó không phải vậy.

Bạn có nghĩ là thằng Huy hạnh phúc không? Chẳng bao giờ nó nói gì với tôi cả. Từ ngày nó biết được cái chuyện kia thì gia đình không có tiếng cười, tiếng nói gì hết, cứ lặng lẽ sống cùng nhau như vậy. Nặng nề lắm.

Đâm ra tôi cảm thấy lỗi tại mình, mình có lỗi với con.

Ít nhất là nó có bò, vậy tôi yên tâm rồi.

Nó sẽ không cô đơn tội nghiệp nữa.

*Im lặng, nhìn ra ngoài trời đang mưa*

Mưa mất tiêu rồi.

HUY

Hôm nay tôi vẫn trong trạng thái bất bình thường. Tôi đang trải qua những ngày kỳ lạ, nhưng hãy để tôi kể cho bạn từ đầu.

Cuối tuần vừa rồi, tôi thấy mình trên xe máy tới quán cafe mà tôi hay gặp Vy. Nhưng lần này, người tôi gặp không phải là Vy, mà là

ba.

Mọi chuyện bắt đầu, bắt ngờ làm sao, trong một khóa học chụp ảnh. Trong lớp chúng tôi kể về mình. Những người quanh tôi xa lạ, nhưng có gì đó ở họ khiến tôi bớt đi cảm giác mình là một kẻ cô độc trong một vũ trụ lạnh lẽo. Một anh kể về bà mình, một anh khác theo đuổi chủ đề các tổn thương tâm lý của con người. Tôi bắt đầu kể về chuyện của mình với ba, và không ai đánh giá, phán xét gì, cũng không ai khuyên nhủ, bảo ban này nọ. Sự lắng nghe của họ cho tôi một cảm giác là cảm xúc của tôi, lịch sử của tôi, con người của tôi, được họ hiểu, chấp nhận và tôn trọng. Chị hướng dẫn gợi ý tôi lấy quan hệ cha con làm chủ đề và bắt ngờ với chính mình, tôi không phản đối. Bỗng nhiên tôi có cơ để gặp ba, tôi cần ba giúp để làm bài tập. Bằng cách nào đó, chị đã hích tôi một cái để tôi có thể nghĩ tới cái mà cách đây mấy tháng còn xa vời với tôi.

Tôi biết mình cần hòa giải với ba để có thể được chữa lành. Nếu chúng tôi làm lành được với nhau, tôi sẽ tự tin hơn, sẽ thoải mái, cởi mở hơn. Tôi sẽ được giải phóng ở bên trong để bước ra ngoài, sẽ chứng tỏ mình đã sẵn sàng cho thế giới của người lớn. Còn nếu không, tôi sẽ mãi mãi mong mỏi có ba, mãi mãi co lại trong thế giới của riêng mình, rụt rè, đề phòng, nghi ngờ.

Trong một thời gian dài, tôi do dự và sợ hãi. Tôi lo mình không nói chuyện được lại với ba trước khi ba mất, nhưng chỉ mừng tượng tới chuyện đối diện với ba thôi tôi đã thấy hoảng sợ như là bị cả thế giới đổ ụp vào người vậy. Nhưng có cái gì hôm đó trong lớp khiến tôi hiểu sống là đau đớn và sợ hãi, và tôi cần chấp nhận điều đó, chấp nhận mình có thể bị khước từ khi vươn tay ra với ba.

Buổi sáng hôm đó, tôi chần chừ, ngủ rần, không muốn ra khỏi giường. Tôi có thể sống một ngày giống hàng ngàn ngày trước đây của tôi, buồn chán nhưng an toàn. Nhưng rồi tôi vùng dậy, cầm lấy cái điện thoại, bấm vội số của ba như sợ mình đổi ý.

Trên đường, tôi nghĩ miên man. Có lẽ ba và tôi giống nhau ở chỗ là không thể xin lỗi được. Tôi không thể thú nhận được với người khác rằng con người mình khiếm khuyết, không được như mong đợi, mặc dù trong thâm tâm tôi biết thừa điều đó. Còn ba chắc cũng chưa bao giờ biết cách kết nối với người khác mà không khiến họ và bản thân bị tổn thương. Mỗi lần mang đồ ăn tới nhà và gặp tôi, ba đều khựng lại một tí. Tôi đoán ba cũng thấy khó xử, lúng túng, giống tôi.

Tôi đỗ xe trên vỉa hè, vuốt tóc, sửa áo, trống ngực đập thành thịch. Ba tới sau tôi có năm phút, một sự cố gắng lớn, ngồi xuống và không nói gì, đúng như tôi nghĩ. Sáng nay, tôi tưởng tượng khi ba tới mình sẽ ôm ba thật chặt, sẽ nói là tha thứ hết cho ba, chấp nhận ba, nhưng giờ đây tôi ngoáy cốc nước chanh như một cái máy, và tự bắt mình không nói chuyện linh tinh để tập trung vào chuyện chính.

Tôi dịch ghế về phía ba, háng giọng mấy lần vì cổ họng như có băng dính bịt kín, và nói, “Con cần ba giúp con làm cái này. Con muốn chụp ảnh cùng ba.” Những câu này tôi đã nghiền ngẫm, tập dượt trong đầu cả mấy ngày hôm nay, chúng cứng nhắc vì được nghĩ bằng tiếng Anh. “Con biết là khi trước ba không có mặt lúc con cần, con không trách ba vì con cũng đã không cho ba cơ hội để được biết về con. Những chuyện đó đã xảy ra rồi, không có gì có

thể thay đổi cả. Con trân trọng ba, con mong có thể tin cậy và thân cận với ba, con không muốn phải giữ nỗi buồn về mối quan hệ của ba và con đến mãi về sau. Con muốn lấy việc chụp ảnh để làm cơ hội cho ba vào cuộc sống của con.” Mắt tôi nhìn xuống, giọng rưng rức như sắp khóc. “Con không ép ba, đây là lựa chọn của ba, cho con vào cuộc sống của ba hay không, đó hoàn toàn là quyết định của ba.”

Ba nhìn tôi, gật đầu, “Ừ.”

Sau tất cả những gì tôi nói về quá khứ, nỗi buồn, trân trọng, tin cậy, ba chỉ nói vậy.

Chỉ mỗi “Ừ”, bạn có hiểu không?

Khi tôi đã tưởng ba dừng, thì ba nói thêm:

“Sao mập quá vậy??? Ghê quá.”

Rồi ba lại quay ra nghiên cứu khoảng không trước mặt.

Lần này thì tôi nhìn ba kỹ. Có vẻ ba cũng muốn nói nhiều điều nữa nhưng không nói ra được.

Tôi giải thích rằng đó là lựa chọn cá nhân của mình, mong ba hiểu vậy. Rằng tôi không trách ba về việc ngoại tình, không chu cấp cho con cái nữa, dù điều đó làm tôi tổn thương, rằng tôi đã có thể hạnh phúc hơn nếu ba đối xử khác đi. Nhưng đó là lựa chọn của ba và giờ đây tôi chấp nhận nó.

Ba quay lại, nhìn tôi, “Sao không đi tập thể dục đi?

Sức khỏe không mua được đâu, về già là chán lắm!”

Cuộc gặp kết thúc. Ba mươi phút kéo dài như một thế kỷ, tôi bị căng thẳng như ngồi trong một cuộc phỏng vấn xin học bổng rất

quan trọng. Trên đường về, tôi đeo tai nghe để át những ý nghĩ trong đầu, và cứ chực khóc mà không rõ vì sao, có lẽ do sự căng thẳng được giải tỏa. Chưa bao giờ tôi trải qua một thay đổi lớn như thế này. Tôi đang bước vào một giai đoạn mới, tôi sẽ phải cho ba vào cuộc sống của mình, sẽ phải nhìn mặt, nói chuyện với ba. Tôi nhận ra rằng thấu hiểu khó hơn là căm ghét. Vấn đề của tôi trước kia là tôi không chấp nhận người đàn ông đó là ba mình.

Hai giờ chiều ba tới nhà, cởi áo ra, mặc cái quần đùi trắng tôi đã mua, lỏng lẻo nằm nghiêng trên tấm vải đen, tất cả theo sự sắp đặt của tôi. Tôi cố tình nhờ má cái này cái kia để kéo má vào, nhưng hai người chẳng nói gì với nhau cả. Tôi tập trung cao độ, khi ba về thì mới nhận ra cái nóng trong căn nhà mái tôn đã dịu xuống - ba tiếng đồng hồ trôi qua như trong tích tắc.

Tôi ngồi xuống giường, thắm mệt, và nhìn vào máy ảnh. Đây là lần đầu tôi có thể nhìn kỹ hình của ba một cách bình tĩnh như thế này. Cái vết dây đồng hồ ở cổ tay, chấm nghệ vàng ở bắp chân, cái băng quấn quanh mu bàn chân, ba năm đó, trần trụi và tổn thương.

Thật là một ngày kỳ lạ. Giờ đây tôi có cảm giác mọi thứ đều có thể. Tôi đã dám dấn thân, đã bước một bước vào con đường thay đổi bản thân mà tôi mong muốn từ lâu. Tôi thấy một sự nhẹ nhõm và muốn gọi cho Vy. Chắc những bạn cùng lứa sẽ gọi đây là quá trình trưởng thành. Tôi sẽ còn vấp ngã, ba sẽ không bao giờ chia sẻ như tôi mong muốn, tôi sẽ không nói được với ba như đang nói với bạn, không phải là mọi nỗi buồn của tôi sẽ được giải quyết, nhưng ít nhất tôi muốn nhìn về phía trước, với một cảm giác tự tin mà tôi chưa bao giờ có.

Tuần sau ba sẽ quay lại cho buổi chụp tiếp theo, và tôi sẽ nằm cạnh ba, cũng trần trụi và tổn thương như vậy, hai người rất sát nhau mà không chạm vào nhau.

### *Im lặng*

Nhưng tôi vẫn hơi thất vọng và buồn chút là mình và ba đã không ôm nhau trong lúc ở cafe buổi sáng.

Bạn có biết nhiều trường hợp cha và con hòa giải không, nó như thế nào?

Tôi nghĩ mình là nạn nhân của phim ảnh, các cảnh hòa giải cha con trong đó bao giờ cũng có ôm nhau và nước mắt. Nó khiến tôi có kỳ vọng đó. Khỉ thật.

## **LỜI TÁC GIẢ**

Tóc để ngang vai, áo thun, quần bò, giày vải, trông Vy có sự độc lập của một đứa trẻ sớm phải tự lập. Nửa ngày, cô đi làm, mức lương mười tám nghìn một giờ, dành tiền mua laptop mới và hỗ trợ bố thay tủ lạnh, nửa ngày cô đi học, vẫn cố gắng đạt điểm A và B. Cô mắng mỏ, chửi đốn Huy như một người chị, và lên trước kế hoạch cả tháng để có ngày nghỉ chạy xe máy hai tiếng xuống củ Chi thăm mẹ. Cô hài hước, và so với cái tuổi mười tám thì dường như biết rất rõ mình muốn gì và không muốn gì.

Chỉ sau một thời gian tiếp xúc tôi mới bắt đầu nhận ra những vết nứt trên bề ngoài có vẻ cân bằng và chắc chắn của cô.

Mẹ có yêu mình không? Đó là băn khoăn lớn của đời Vy. Từ nhỏ, cô đã không được phép thể hiện nhu cầu tình cảm với mẹ. Mẹ xuất

hiện và biến mất khỏi đời cô mà không một lời giải thích. Để tránh bị tổn thương, cô trở thành một người mà các nhà tâm lý học gọi là “độc lập phòng thủ” (defensive independence). Người độc lập phòng thủ chối bỏ nhu cầu tình cảm của mình để khỏi tiếp tục rơi vào thất vọng. “Tôi không biết cái cảm giác thân mật với mẹ nó ra sao, tôi đã luyện cho mình không cần tới nó rồi.” Để không phải thể hiện cảm xúc, cô tiếp cận mọi thứ với sự giấu cợt, tới mức dù yêu Huy nhưng khi cậu lần đầu đề xuất được hôn thì cô châm chọc, “Kệ mà chớ, mà nói tao làm chi vậy?”

Tình yêu của mẹ Vy cho con hẳn là rất lớn, khi được đưa vào bệnh viện cấp cứu sau khi uống thuốc trừ sâu, chị vẫn mang bên mình những tấm thiệp con viết tặng. Nhưng vì sao chị không thể hiện được tình cảm của mình và kết nối cảm xúc với con? Có lẽ vì khi nhỏ chị cũng đã không nhận được tình yêu từ mẹ - “con gái không là con, mắc mớ gì mà tao thương.” Cuộc đời của chị là một sự đổ vỡ dài, và giờ đây điều duy nhất để chị bầu víu vào là thành tích của Vy.

Niềm tự hào của bố mẹ về mình là gánh nặng lớn khiến Vy sợ hãi. Cô là cột chống cuối cùng để thế giới của họ không sụp đổ. “Tôi không muốn phá hủy niềm tự hào của ba mẹ. Tôi mệt lắm rồi, nhưng tôi không biết phải làm gì.”

Vy và Huy đều là những đứa trẻ bị tổn thương, thiếu thốn tình cảm, mỗi đứa loay hoay theo cách của mình. Chúng quá khác nhau và quá trẻ để có thể hiểu nhau, thông cảm cho nhau, dịu dặt nhau. Sự chia tay của Huy là một đòn chí tử với Vy, cô chẳng còn ai. Lần cuối tôi gặp Vy, vẻ mệt mỏi hiện rõ trên mặt cô, cô nói nhỏ, chát hài

hước hầu như không còn.

Li lên đường du học Mỹ với một CV mà đa phần phụ huynh và con em Việt mơ ước: điểm TOEFL nằm trong top 1% toàn cầu; SAT đạt trên 90% điểm tối đa; học bổng toàn phần; làm gia sư từ lớp Mười một, đã thực tập ở nhiều nơi, tham gia vô vàn hoạt động ngoại khóa. Gia đình nghèo, cô đạt được toàn bộ những điều này bằng chính hai bàn tay của mình. Trong bài luận xin học bổng, cô viết, “Em muốn ôm trọn cuộc sống vào lòng, để cho những trải nghiệm chảy tuôn qua mình và cất lên tiếng nói của chúng.”

Đây là một người trẻ phơi phới, vững vàng trên hai chân của mình để đi tới tương lai rộng mở? Đáng tiếc là ở Li, đằng sau những thành tích ấn tượng là những chấn thương tâm lý khổng lồ.

Thời điểm gặp tôi lần đầu, Li đang bị trầm cảm nặng, nhưng cô vẫn giữ vẻ cứng rắn. Đánh giá tuổi thơ của mình “gần như hoàn hảo, tám, chín điểm trên mười,” lúc này cô vẫn chối bỏ những tổn thương của mình. “Nhờ ba mà tôi mới trở thành người bẽn lẽn, độc lập, tháo vát như bây giờ.” Li mâu thuẫn, cô “không quan tâm tới sự tồn tại của ba”, nhưng rồi lại thú nhận có lúc muốn kết nối lại. Nhiều lần trong buổi tối đó, Li chực khóc nhưng nhanh chóng nén lại được, miệng cô chỉ méo đi trong nửa tích tắc, và tay cô đưa lên quệt mắt. Khác với Huy, Li ghìm nén, chôn vùi nỗi buồn của mình. Cũng vì thế mà trong số những người trẻ của cuốn sách này, cô là người khó mở lòng trọn vẹn nhất, mặc dù vẫn kiên nhẫn đồng hành cùng tôi.

Giống Ngân\* và Đan\*, Li là một đứa trẻ bị phụ huynh hóa, nhưng

dường như ở cô sự đổi vai xảy ra sớm hơn nhiều và ở mức độ nặng hơn rất nhiều. Li đổi vai cả về chức năng lẫn cảm xúc. Về chức năng, cô trông em, sửa đồ đạc trong nhà, chở mẹ vào bệnh viện, họp phụ huynh cho em, kiếm tiền. Hình ảnh Li bé tí cầm dao dọa Huy còn bé hơn vì không dễ được em nói lên sự quá tải của một đứa bé phải đóng vai người lớn. Về cảm xúc, cô là người che chở, an ủi, bạn đời thay thế, nguồn đáp ứng chính cho những nhu cầu cảm xúc của mẹ sau khi hôn nhân của chị tan vỡ và chị chìm sâu vào đau khổ, có thể là trầm cảm, trong một thời gian dài. “Từ nhỏ tôi đã giao cho mình trách nhiệm làm má hạnh phúc. Mỗi khi thấy má buồn thì tôi sốt ruột không thể chịu nổi.” Thôi thúc học giỏi, giúp gia đình thoát nghèo để má vui và tự hào khiến cô bước vào cuộc chạy đua thành tích không ngừng nghỉ, cho tới khi cô suy sụp và lần đầu ngẩng lên tự hỏi tại sao mình không thể là một đứa trẻ vô tư, hạnh phúc.

Sự đổi vai ở mức độ trầm trọng này đem lại nhiều hệ lụy tâm lý.

Quan hệ cộng sinh của Li và mẹ đã biến cả hai thành những người “hy sinh cưỡng chế”. Nếu như người ái kỷ là người chỉ nghĩ tới nhu cầu của bản thân, bóc lột người khác để phục vụ mình, thì ngược lại, người hy sinh cưỡng chế là người quên mình, bóc lột bản thân để phục vụ người khác. Để cảm thấy bản thân có giá trị, được chú ý, được cần tới, những người này trao cho mình trách nhiệm giải quyết vấn đề của người khác, đặt mục đích sống của mình vào người kia. Khi Li đi du học, chị Thủy “như ngồi trên đồng lúa, tìm mình thoi thóp từng ngày từng giờ.” Ngược lại, mỗi khi thấy mẹ tần tảo, kêu la vất vả, Li “bức bối nổi khùng như mình là một kẻ

thất bại.” Vì người hy sinh cưỡng chế coi giá trị của bản thân nằm ở chỗ đem lại “sự tốt đẹp” cho người khác, họ có xu hướng kiểm soát người kia. “Tôi bắt má hưởng thụ, má cưỡng lại. Chúng tôi cãi nhau.” Ranh giới bản thể gần như bị xóa nhòa, hai người bị phụ thuộc như hai cái cây không đứng được độc lập, người này phải tựa vào người kia. Cả hai đều thiếu sự thương yêu và chăm sóc cho chính bản thân mình.

Thất bại trong hôn nhân, chị Thủy sống trong mặc cảm trước những định kiến xã hội có thật và tưởng tượng, và dần vật bản thân rằng mình có lỗi với các con. Là người giàu lòng trắc ẩn, dạy trẻ nghèo miễn phí, nhưng chị không thể nhìn ra vấn đề tâm lý của Huy để giúp đỡ cậu, không thể kết nối với cậu dù rất mong hai mẹ con chuyện trò với nhau nhiều hơn. Tương tự, dù Li và mẹ rất gần nhau, quá gần nhau, trong thời điểm bị trầm cảm nặng nhất cô vẫn không thể chia sẻ với mẹ. “Nhiều năm rồi, tôi cứ lủi thủi, tự mày mò, tự xử lý một mình, không ai dẫn dắt cả.”

Trở trêu thay, gánh nặng mà chị Thủy tạo ra cho hai đứa con không đến từ cuộc hôn nhân tan vỡ như chị vẫn nghĩ, mà từ việc chị không có đủ sự cứng cáp để tạo ra cho mình một cuộc sống riêng. Chị lấy hai đứa con làm mục đích sống, khiến chúng cảm thấy ngọt ngào. “Má ơi, yêu bọn con ít ít thôi! Sao mà cả vũ trụ của má, cả cuộc đời của má chỉ xoay xung quanh bọn con thôi?” (Sự dị ứng của Huy với mẹ trong cuộc sống hằng ngày hẳn cũng tới từ việc hai bản thể quá gần nhau, cùng mòn mỏi trong một cuộc sống thiếu tương tác xã hội.) Hình ảnh Li và mẹ cãi nhau giữa đêm trên phố Tokyo vì người này lo cho người kia nói lên tất cả. Tình yêu,

nếu không đi kèm hiểu biết, như thiền sư Thích Nhất Hạnh nhấn mạnh, có thể tra tấn và gây ngạt thở. “Tui không có khổ, bà thương tui tui mới khổ á!” Yêu thương không bao giờ được trở thành gánh nặng cho người yêu thương lẫn người được yêu thương.

Trải qua nhiều năm không được sống và phát triển cho chính mình, giờ đây nhiều lúc Li có cảm giác mình đang sống với một bản thể đi mượn, một cái tôi sai. “Có những lúc mình cảm thấy như tâm hồn đang tuột trôi ra khỏi cơ thể, như là mình đang lưu vong, đang phải lưu đày trong cái thế giới này.” Cảm giác bế tắc cũng tạo ra sự mất cân bằng về cảm xúc và những cơn giận dữ kinh khủng. Mỗi khi bị tổn thương, Li nằm ra đất, thu lu cuộn tròn như trong bụng mẹ, hoặc la hét, chạy trốn - đó là những dấu hiệu của khao khát được che chở hoặc được thoát khỏi hoàn cảnh của mình. Li tâm đắc với ẩn dụ của một người thầy: cô bị ong đốt, rồi mặc áo dài tay phủ lên vết sưng, bên ngoài không thấy gì, nhưng khi có ai vô tình đánh vào thì cô đau đớn và cuồng nộ với người đánh mình.

Trong nửa năm ở Sài Gòn, Li vật lộn và cố gắng chữa lành bản thân. Cô dành một năng lượng khổng lồ để đọc sách, tham gia các lớp thiền, yoga, các khóa kỹ năng sống. Li nỗ lực chiêm nghiệm, lắng nghe, tìm hiểu bản thân. Trong một khóa học, Li nhìn thấy mình lúc tám tuổi đang run rẩy sợ hãi trước cảnh bố mẹ cãi nhau. Cô hiểu ra rằng mình mang những chấn thương tâm lý, mình thiếu sự bảo vệ, che chở của mẹ, thiếu sự bảo ban, hướng dẫn của cha, những thiếu thốn mà trước kia cô vẫn không công nhận. Khi gọi tên được vấn đề, cô cảm thấy như trút được một gánh nặng.

Cuộc khủng hoảng khiến cô nhận ra rằng sứ mệnh của mình là

trở nên hạnh phúc, rằng sự sống còn của mình phụ thuộc vào việc cô nuôi dưỡng khả năng trắc ẩn, yêu thương bản thân. Sau bao nhiêu năm, cô chấp chững học cách trao cho mình tự do để sống cuộc đời của chính mình, buông thả trách nhiệm phục vụ mẹ, và chấp nhận con người hiện hữu của mẹ.

Khi tôi viết những dòng này, Li chuẩn bị quay lại Mỹ, một môi trường xa lạ và sẽ khắc nghiệt hơn cho thể trạng của cô. Đã có nhiều tiến bộ, nhưng con đường Li đi tìm mình và đạt được sự bình an còn rất chông gai. Có lúc, đang ăn tối với bạn, Li bật khóc khi qua khốe mắt cô thấy một cô gái đeo tai nghe ngồi ăn một mình trong quán. Nỗi buồn cuộn lên trong cô, nước mắt cô lăn chã. Trong hình ảnh đó, cô thấy mình, thấy nỗi cô độc và buồn bã dai dẳng của bản thân. Nhiều lúc cô sơn móng tay móng chân, gập gờ bạn bè, nhưng vẫn nghĩ tới cái chết và thấy nó dễ chịu, êm ái như một sự giải thoát. Sự trống rỗng trong lòng lại ngóc đầu dậy. “Tôi cố gắng lấp đầy bản thân bởi tập tành, thiền, trà sữa, bạn bè, nhưng không thể nào rũ bỏ được cái cảm giác đó, nó vẫn ở đó, thấm đẫm từng lớp mô của cơ thể tôi: cái cảm giác tôi đã đánh mất cái gì đó trong quá trình lớn lên.”

Dễ dàng nhận thấy là Huy cần một cố gắng rất lớn để tới gặp tôi, không chỉ riêng lần đầu, mà tới cả nửa năm sau khi chúng tôi quen nhau vẫn vậy. Lần nào cũng thế, rất lâu sau khi đã ngồi xuống, cậu vẫn lúng túng, ngọ ngoạy trên ghế, lén ném vào tôi một cái nhìn, và ôm cái gối sofa áp lên ngực như một tấm chắn bảo vệ. Cậu thiếu tự tin trong giao tiếp xã hội đến mức đó.

Huy là một trong những người trẻ thông minh nhất mà tôi đã từng gặp. Tiếng Việt của cậu lưu loát, nhưng cậu nghĩ và diễn đạt thoải mái hơn bằng tiếng Anh, đặc biệt khi câu chuyện trở nên riêng tư. Căn hộ mái tôn tồi tàn, bé tí mà cậu ở cùng mẹ trong một xóm lao động chứa đầy sách cậu tha ở *American Library* về, sách triết học, xã hội học, tiểu thuyết Nga, thơ đương đại Mỹ, sách mỹ thuật, sách dạy làm phim, sách dạy guitar cổ điển, sách dạy piano. Dưới cái bàn thờ Chúa nhỏ của mẹ cậu lăn lóc mấy bằng khen học sinh giỏi Toán và tiếng Anh thành phố do cậu và chị đem về. Đằng sau cái bộ dạng béo mập không được chăm sóc của cậu (tóc lờm xờm, dép lê, quần soóc tã, áo phông tã) là một cái đầu không ngừng quan sát, phân tích và một tâm hồn đau khổ. Cậu là một đứa trẻ bị ba chối bỏ và khao khát được yêu thương.

Theo Ronald Rohner, nhà tâm lý học người Mỹ đã dành gần năm thập kỷ để hoàn chỉnh lý thuyết về sự chấp nhận và chối bỏ của cha mẹ, bị chối bỏ phá hủy cảm nhận về giá trị bản thân (self-esteem). Người ta có xu hướng nhìn nhận và đánh giá bản thân qua lăng kính của những người quan trọng với mình (ở trẻ em là bố mẹ hay người chăm sóc chính của chúng); khi bị bỏ rơi, họ sẽ tự cho rằng mình không có giá trị, không đáng được yêu thương.

Mặc cảm mình vô giá trị khiến Huy thu mình lại và sợ hãi các tương tác xã hội. Cậu chỉ có Vy, các lý thuyết sách vở, game và YouTube để bám vào. Giống Hà An, cậu hay lo lắng là mình không đáp ứng được mong đợi của tôi (dù tôi luôn nhấn mạnh mình không có mong đợi gì ngoài việc được cậu chia sẻ từ cuộc đời của mình). Cậu sợ tôi sẽ chán cậu. Cậu đói khát tình cảm và sự quan tâm tới

mức ghen tuông với những người trẻ khác trong dự án của tôi, vì họ, theo cậu, chắc hẳn là quan trọng hơn, thú vị hơn, đáng được chú ý hơn.

Cảm giác mình không lành lặn, khiếm khuyết khiến cậu chán ghét cơ thể mình, không muốn chăm sóc nó. Vừa xấu hổ với bộ dạng mập mạp của mình, cậu vừa coi béo là một hành vi phản kháng lại môi trường thù địch xung quanh. Nếu giảm cân, cậu sẽ tự coi là phục tùng người khác. Huy là một đứa trẻ cô lập, tủi thân và bất mãn.

Cảm giác mắc kẹt trong bất an khiến cậu muốn chạy trốn. Cậu cắt đứt với Vy như một sự vùng vẫy tuyệt vọng, bởi Vy đâu phải nguồn cơn của sự bất hạnh của cậu. Cậu quay ra khó chịu với mẹ, dị ứng và coi thường lũ bạn cùng lớp đại học. Người bị chối bỏ hay sống trong chua chát, khó có điều gì có thể đem lại cho họ cảm giác tươi sáng, lạc quan. Với họ, tương lai u ám, vì họ không tin rằng mình có khả năng xây dựng được một cuộc sống lành mạnh, hạnh phúc. Huy luôn lo lắng mình sẽ đi vào vết xe đổ của ba mình.

Người bị chối bỏ cũng có khả năng yếu hơn trong việc điều hòa cảm xúc. Huy có thể cãi nhau với mẹ đến khuya và cố tình làm đau mẹ. Họ cũng dễ rơi vào buồn bã và tuyệt vọng. Khi chúng tôi gặp nhau, Huy thường kể về những thứ khó chịu, tiêu cực trước. Có những giai đoạn khủng hoảng nặng, cậu lần tránh hoàn toàn mọi cố gắng liên lạc của tôi.

Có thể thấy gì nữa qua câu chuyện của gia đình Huy? Người ta có thể sống cạnh nhau cả đời mà không biết gì về thế giới nội tâm của nhau. Li không hay biết về nỗi bất hạnh của Huy. Cậu

không ngờ chị có những giây phút muốn tự tử. Cả hai không hề biết tới những dần vật và mặc cảm có lỗi của mẹ. Tất cả mắc kẹt trong những vai tiêu biểu của một gia đình trục trặc (dysfunctional family): Huy đóng vai đứa trẻ gây rắc rối, đau đầu, Li đóng vai kẻ tuần tiết, người hùng của gia đình, mẹ Huy đóng vai nạn nhân, và bố cậu vai thủ phạm. Trên thực tế, ai cũng là nạn nhân, và ai cũng là người gây đau đớn cho người khác.

May mắn cho Huy là cậu có đủ sự tinh tế và sâu sắc để không buông tay rơi vào game và chất kích thích để nhấn chìm nỗi đau của mình. May mắn là cậu gặp một cú hích (khóa học chụp ảnh) khiến cậu có đủ dũng cảm để chìa tay cho bố, tiến tới tha thứ, sau nhiều năm trăn trở. May mắn cho cậu, bố cậu không thực sự chối bỏ cậu, ông có thiện chí nhưng không có khả năng thể hiện tình cảm, cảm xúc của mình, ông là nạn nhân của chính lịch sử của mình.

Một bức ảnh cậu chụp để dự thi khiến tôi nổi da gà. Trong ảnh, hai bố con ôm nhau trong trạng thái cởi trần. Má Huy cọ vào cổ bố, cầm cậu đặt trên vai ba, tay cậu bám vào lưng bố. Huy đã từng không dám nhìn thẳng vào bố, thậm chí không dám nhìn ảnh của bố. Sau một thời gian dài chứng kiến nỗi đau khổ của cậu, tôi thấy sự hòa giải này thật kỳ diệu.

Vài tuần sau đợt Huy chụp ảnh cùng bố, chị Thủy vui mừng nhắn tin cho tôi. Cậu đã mua quần tây dài, áo sơ mi, là lượt cẩn thận, và bắt đầu đi làm gia sư, những điều mà mẹ cậu và Vy giục giã cả mấy năm trước. Cậu là một trong tám ứng viên trên cả nước được chọn

vào vòng chung kết của cuộc thi ảnh. Series ảnh cho vòng này của cậu có chủ đề lịch sử. Huy đeo kính đen, mặc đồng phục quân đội, và chụp bản thân ở những nơi công cộng. Từ chỗ không dám vào cửa hàng giày vì sợ thân hình mình bị chê cười, giờ đây cậu có thể đứng trong những không gian đông đúc, trước cái nhìn của vô số người, và đưa bản thân vào tác phẩm của mình.

Cậu đã lấy lại được niềm tin rằng cuộc sống này là đáng sống. Quá trình chữa lành của cậu đã bắt đầu.

khúc chuyển giao SỐ HAI

## 10. LỜI TÁC GIẢ: TÌM MÌNH TRONG THẾ GIỚI HẬU TUỔI THƠ

Để lại tuổi thơ đằng sau, người trẻ cần làm những gì để bước vào đời sống của người lớn, để có thể được coi là trưởng thành? Học một nghề, tập quản lý tài chính, học chịu trách nhiệm, tập tự quyết, trở nên “biết suy nghĩ” hơn, có lẽ đó là những câu trả lời phổ biến từ gia đình, nhà trường, và xã hội mà người trẻ hay nhận được. Nhưng với nhiều nhà tâm lý học phát triển, những bài tập kia chỉ là bề nổi. Mang tính nền tảng hơn, người trẻ cần giải quyết ba vấn đề cơ bản sau: trưởng thành về cảm xúc, thông qua việc xây dựng cho mình năng lực cảm xúc (emotional competence); phát triển khả năng suy ngẫm, lập luận về phải trái, đúng sai (moral reasoning); và xác định một căn tính (identity) riêng của mình, trong đó việc tách rời khỏi cha mẹ, trở thành một cá thể độc lập, là một yếu tố cơ bản. Chúng ta hãy lần lượt đi sâu vào ba khía cạnh này.

### ***Xây dựng năng lực cảm xúc***

Có những người gặp khó khăn để diễn tả nội tâm của mình, họ không biết mình đang bị căng thẳng vì lo lắng, tổn thương hay tức giận, hay vì cả ba điều này, họ chỉ thấy mình đang “sắp phát điên lên.” Ngược lại, những người tinh tế có thể ý thức được những cảm xúc chòng chẹo bên trong mình, nhận ra thời điểm chúng tới và khoảnh khắc chúng ra đi. Đây là đặc điểm đầu tiên của năng lực cảm xúc: cá nhân có khả năng đi vào trong bản thân và nhận diện được quang cảnh tình cảm của mình. “Tôi vui vì được ở với bố,

nhưng tôi buồn vì chỉ được gặp mẹ vào cuối tuần,” một đứa trẻ có năng lực cảm xúc phát triển có thể nắm bắt, gọi tên những mâu thuẫn trong mình như vậy.

Đặc điểm quan trọng thứ hai của năng lực cảm xúc là khả năng đi vào người đối diện, dựa vào những biểu cảm của họ và vào bối cảnh mà nhận biết và diễn giải được cảm xúc của họ. Khuôn mặt kia, ngôn ngữ cơ thể đó đang toát ra những điều gì, và nguyên do gì nằm sau chúng? Mặt khác, hiểu được sự vận hành cảm xúc của người khác cũng giúp người ta ý thức được về tác động của mình tới người kia, và qua đó điều chỉnh các biểu đạt của mình cho phù hợp. Một thực khách có thể vẫn khen món ăn của chủ nhà dù mình không thực sự thích, để người kia không bị tổn thương một cách không cần thiết. Ngược lại, người vô cảm là người thiếu khả năng đoán nhận được tác động của các hành vi hay lời nói của mình tới phong cảnh cảm xúc của người đối diện. Năng lực cảm xúc là một phần của năng lực xã hội, người có năng lực cảm xúc cao có khả năng hợp tác, nhận biết xung đột và giải quyết chúng một cách tích cực và qua đó xây dựng được các quan hệ giàu có và hài hòa cho mọi bên liên quan.

Cuối cùng, khía cạnh thứ ba của dạng năng lực này là khả năng điều hòa để ứng phó với các cảm xúc tiêu cực trong các tình huống khó khăn. Điều này giúp người ta kiểm soát được các xung động của mình, qua đó có thể thích ứng trước áp lực, uyển chuyển ứng phó trước những khó khăn của cuộc đời. Một ví dụ là tình huống bị khước từ. Thay vì bị nhấn chìm bởi giận dữ hay đau buồn khi nhu cầu của mình không được đáp ứng, người ta ghi nhận cảm giác tệ

hại đang trỗi dậy bên trong mình, không chối bỏ nó, nhưng vẫn giữ được bình tĩnh để đối thoại, suy nghĩ hay tự khích lệ, và qua đó phục hồi nhanh hơn.

Giống như mọi năng lực khác, năng lực cảm xúc được trau dồi qua thực hành, được xây dựng qua năm tháng. Có nhiều nguồn tác động tới năng lực cảm xúc của người trẻ: môi trường xã hội, trường học, bạn bè, gen, nhưng cha mẹ được cho là một trong những nguồn quan trọng nhất. Nếu được người lớn quan tâm tới đời sống tình cảm của mình, trẻ sẽ cảm thấy được khích lệ để thể hiện cảm xúc, và qua đó dần hiểu và diễn giải về chúng tốt hơn. Đáng tiếc, trong nhiều gia đình, sự quan tâm của cha mẹ chỉ hướng tới phần xác của trẻ: ăn uống, sức khỏe, học hành. Phần hồn của nó, những niềm vui, nỗi buồn, sự thấp thỏm, những hồi hộp và hy vọng, không được chạm tới. Vì hiểu biết lệch lạc về nghĩa vụ làm cha mẹ, vì bản thân có nhiều nhu cầu không được đáp ứng, vì chính họ có năng lực cảm xúc thấp, những cha mẹ này không nhận biết và ứng xử phù hợp được với cảm xúc của con mình. Những biểu hiện của tâm hồn đứa trẻ không được ghi nhận và phản hồi. Ở mức tệ hơn, những buồn bã, tổn thương, mong mỏi, khao khát của nó bị gạt đi, bị miệt thị là vớ vẩn hay cáo buộc là ích kỷ và gây phiền.

Do thiếu cơ hội rèn luyện, đứa trẻ lớn lên trong một gia đình có bố mẹ xa cách, lạnh nhạt hay hung hãn, hẳn học thường sẽ lóng ngóng trong việc thể hiện tình cảm và sau này gặp khó khăn để trình bày các trải nghiệm cảm xúc của mình, ví dụ cho bạn đời hay bác sĩ tâm lý. Trẻ bị ngược đãi thường kém hơn trong khả năng hiểu được các tín hiệu biểu đạt trên khuôn mặt người khác, và do

đó vụng về hơn trong tương tác với bạn bè. Khi bị xáo trộn, chúng cũng ít có khả năng tự điều hòa cảm xúc của mình hơn - chúng chưa bao giờ quan sát được điều đó ở cha mẹ mình, những người thường hay bị cuốn theo những xung động giận dữ hay tuyệt vọng một cách mất kiểm soát. Ở cực ngược lại, người có năng lực cảm xúc vừa biết cách biểu đạt rõ ràng vừa biết cách lắng nghe. Họ có cảm giác làm chủ bản thân, bình an và tự tại.

### ***Phát triển khả năng lập luận về đúng sai***

Một quá trình quan trọng khác mà người trẻ phải đi qua là phát triển năng lực lập luận về đạo đức. Các nghiên cứu trong lĩnh vực này được bắt đầu bởi Lawrence Kohlberg, một nhà tâm lý học người Mỹ, vào thập kỷ 1960. Khi nói tới phát triển đạo đức, Kohlberg không có hàm ý là người trẻ cần tiếp nhận một hệ giá trị đạo đức sẵn có nào đó, mà ông nói tới khả năng suy ngẫm liên quan tới công bằng và công lý. Kohlberg theo dõi một nhóm trẻ em từ mười tới mười sáu tuổi qua nhiều năm và nhận ra rằng trong quá trình lớn lên, khả năng này của chúng phát triển từ thô sơ, đơn giản tới tinh tế và phức tạp.

Vợ của một người đàn ông đang ốm nặng mà ông ta không có đủ tiền để mua một loại thuốc đắt tiền (với giá đó, chủ hiệu thuốc sẽ thu được một khoản lợi nhuận lớn), ông ta vật nài người chủ hiệu thuốc để được giảm giá, nhưng bất thành. Liệu ông ta có nên đột nhập vào cửa hàng và lấy trộm thuốc? Vì sao nên, vì sao không nên?

Đây là một tình huống có tên là song đề của Heinz (tên của người đàn ông có vợ ốm nặng) mà Kohlberg hay dùng trong các

phỏng vấn sâu của mình. Theo Kohlberg, quá trình trưởng thành đạo đức có ba mức mà các cá nhân phải lần lượt đi qua chứ không thể nhảy cóc. Mặt khác, khi đã đạt được một mức nhất định, người ta sẽ không tụt xuống mức trước đó.

Mức đầu tiên được Kohlberg đặt tên là *tiền quy ước* (pre-convention). Các cá nhân ở mức phát triển này không dùng các quy ước xã hội để định hướng cho ứng xử của mình. Một hành vi được coi là sai nếu nó bị trừng phạt. Ăn bánh của bạn mà không được sự đồng ý được coi là sai, không phải vì cái bánh là tài sản của bạn hay điều đó làm bạn buồn, mà vì nó đem lại hậu quả là bị cô giáo mắng. Ngược lại, một hành vi được coi là ổn nếu nó không dẫn tới sự trừng phạt. Vượt đèn đỏ là chấp nhận được nếu như ở thời điểm đó không có công an.

Cũng ở mức này, “tốt” là những gì đem lại lợi ích cho bản thân. “Tôi được cái gì?” là câu hỏi chủ đạo để định hướng hành vi cá nhân. Một đứa trẻ đồng ý làm việc nhà vì được bố mẹ trả tiền (chứ không phải vì nó cho rằng nên giúp đỡ người lớn) là người nằm ở mức phát triển này. Nhu cầu và lợi ích của người khác chỉ được xem xét nếu nó đem lại lợi ích cho bản thân, theo phương châm hai bên cùng có lợi.

Mức này phổ biến ở các trẻ em nhỏ, nhưng cũng có ở nhiều người lớn (như có thể thấy qua ví dụ vượt đèn đỏ). Những cá nhân ở mức này có xu hướng tuân thủ máy móc để tránh bị phạt mà không đặt câu hỏi về tính hợp lý của quyền lực.

Ở mức phát triển thứ hai, mức *quy ước* (conventional), người ta có khả năng suy ngẫm vượt ra khỏi mối quan tâm trước mắt về lợi

ích cá nhân. Người ở mức này coi những quy ước của cộng đồng là chuẩn mực của đạo đức. Động cơ đằng sau của họ là mong muốn được người khác nhìn nhận mình như một “thành viên tốt,” để mình có một hình ảnh đẹp trong mắt người khác. Cũng ở mức này, người ta cho rằng mình có nghĩa vụ giữ vững trật tự xã hội (được xây dựng qua các quy ước và quy định), vì nếu ai cũng bất tuân thì hệ thống sẽ sụp đổ. Đạo đức được đánh đồng với tuân thủ các quy định, quy ước, và do đó, vẫn được áp đặt từ bên ngoài. Người ta không thách thức chúng và không đặt câu hỏi về tính công bằng hay hàm lượng công lý của chúng.

Phần lớn người trẻ, trong quá trình phát triển của mình, sẽ dừng lại ở mức này.

Mức ba, mức cao nhất của sự trưởng thành đạo đức, được Kohlberg gọi là hậu quy ước (post-conventional). Những người ở mức này coi luật lệ và quy định là cần thiết và hữu ích nhưng không đóng cứng; chúng có thể, và cần được thay đổi nếu chúng đi ngược với quan điểm của họ về tự do và công lý. Họ hành xử theo niềm tin cá nhân về thế nào là lẽ phải, và niềm tin cá nhân này có thể xung đột với những quy định hiện tại của xã hội. Với người quan sát bên ngoài, người ở mức ba và người ở mức một dường như giống nhau, nhưng sự khác nhau nằm ở chỗ người ở mức một hành xử để mình có lợi nhất và để không bị trừng phạt, còn những người ở mức ba hành xử theo nguyên tắc đạo đức của mình và để không bị lương tâm lên án.

Trong xã hội, chỉ một số nhỏ cá nhân đạt được tới mức độ phát triển này.

Với song đề của Heinz bên trên, các cá nhân ở các mức phát triển khác nhau có thể có những câu trả lời như thế nào? Lưu ý một lần nữa là mức phát triển của ai đó không được thể hiện qua việc họ tán thành hay phản đối hành vi ăn trộm thuốc, mà qua cách thức người đó lập luận để đi đến quan điểm của mình.

Những tính toán của một người ở mức phát triển tiền quy ước xoay quanh lợi ích của bản thân và khả năng bị trừng phạt, anh ta có thể sẽ cho rằng:

“Heinz nên ăn cắp nhưng cần rất khéo léo để khỏi bị bắt.” Hoặc:

“Heinz không nên ăn cắp vì cuộc sống trong tù sẽ rất kinh khủng mà chưa chắc đã cứu được vợ.”

Khác với người ở mức một, người ở mức hai nhìn mình trong tổng thể của một tập thể lớn hơn. Anh ta có xu hướng hành xử để được người khác chấp nhận và để giữ trật tự và sự ổn định của cộng đồng (mà không đặt câu hỏi về ý nghĩa và sự hợp lý của các quy ước mà cộng đồng đang sử dụng). Một người ở mức này có thể sẽ trả lời:

“Heinz nên ăn cắp, nếu không thì sẽ bị mang tiếng là không hết lòng vì người thân.” Hoặc là:

“Heinz không nên ăn cắp vì đó là vi phạm pháp luật.”

Ở mức ba, mức hậu quy ước, những quyết định đạo đức của một cá nhân thực sự độc lập. Chúng đến từ nhận thức và những nguyên tắc đạo đức của họ, mà không bị ô nhiễm bởi sự sợ hãi quyền lực hay ham muốn lợi lộc hay nhu cầu được tán thưởng và chấp thuận. Vượt ra ngoài luật lệ hiện hành, họ đi tìm lời giải phù hợp hơn để giải quyết xung đột về công bằng và công lý mà tình

huống đưa ra. Người ở mức phát triển này có thể sẽ trả lời:

“Heinz nên ăn cắp thuốc, cứu mạng sống là nguyên tắc đạo đức cao nhất và cần được ưu tiên hơn là lợi nhuận (của người chủ hiệu thuốc), và luật pháp cần được thay đổi để không ai phải chết vì nghèo.” Hoặc là:

“Heinz không nên ăn cắp thuốc vì người khác có thể cũng cần thuốc như vợ ông ta, và mọi mạng sống có giá trị như nhau.”

Trẻ em bắt đầu ở mức phát triển thứ nhất, chúng đơn giản không đủ nhận thức để hiểu về những triết lý vận hành ở các mức sau. Trong quá trình trưởng thành, thông thường một đứa trẻ mười bốn tuổi sẽ có những suy nghĩ “chín chắn” và nhiều chiều hơn một đứa trẻ tám tuổi. Tuy nhiên, nhiều người già vẫn nằm ở mức phát triển đầu tiên, trong khi một đứa trẻ mười lăm tuổi đã có thể xây dựng cho mình những suy nghĩ ở mức ba. Một cá nhân dịch chuyển từ một mức lên mức tiếp theo không phải đơn thuần qua học vẹt những lời răn dạy, mà qua những khủng hoảng nội tâm. Khi thấy bất an với quan điểm của mình, khi thấy nó không trả lời được cho tình huống và trải nghiệm mới gặp, họ phải tìm cách giải quyết xung đột và qua đó đạt được một tầm nhận thức mới.

Mục tiêu của giáo dục trong gia đình và trong nhà trường là hỗ trợ để trẻ em và người trẻ đạt được mức độ phát triển cao nhất. Điều đó chỉ có thể xảy ra khi chúng sống trong một môi trường cởi mở, nơi chúng được tự do suy nghĩ, được hướng dẫn có cái nhìn đa chiều, được dìu dắt để nhận ra mâu thuẫn trong lập luận của mình, được khuyến khích xây dựng quan điểm cá nhân và phản biện cái nhìn của người lớn mà không bị phán xét. Người lớn chỉ

trích, phủ nhận cái nhìn của người trẻ và áp đặt quan điểm của mình bằng “lên lớp” hay ra lệnh sẽ không giúp người trẻ trưởng thành. Có thể nhiều cha mẹ Việt không muốn nghe điều này, nhưng với Kohlberg và các nhà tâm lý học phát triển khác, sự độc lập trong tư duy của người trẻ là điều cần thiết và cần được ưu tiên, chứ không phải quyền của cha mẹ được áp đặt hệ giá trị của mình lên con cái.

### ***Hình thành căn tính***

Tôi là ai, con đường nào cho tôi, điều gì làm tôi hạnh phúc, đó là những trăn trở lớn của người trẻ, và chúng đều liên quan tới căn tính, tới cách người trẻ định nghĩa bản thân mình. Căn tính, theo Erik Erikson, một trong những cha đẻ của lĩnh vực tâm lý học phát triển, đóng vai trò vô cùng quan trọng trong quá trình trưởng thành. Ở đây, căn tính được hiểu như một tập hợp các lựa chọn và cam kết cho các lĩnh vực khác nhau của cuộc sống. Người trẻ cân nhắc về con đường nghề nghiệp, suy nghĩ về vai trò và chỗ đứng của mình trong cộng đồng. Họ tìm hiểu những cảm giác và cảm xúc liên quan tới cơ thể, tình dục và tầm quan trọng của nó trong cuộc sống của mình. Họ tạo dựng quan điểm về tình bạn, tình yêu và hôn nhân, về chính trị và tín ngưỡng, về các giá trị đạo đức. Căn tính là cầu nối cần thiết giữa tuổi thơ và tuổi người lớn, để người trẻ có thể bước vào các giai đoạn sau của cuộc đời, tạo dựng các mối quan hệ gia đình và xã hội vững chắc, khỏe mạnh. Căn tính cho người ta một cảm giác vững vàng, được neo đậu, mình tìm được bản thân. Thiếu nó, không biết mình là ai, mình đang đi đâu, mình đóng vai trò gì trong cái thế giới này, người trẻ sẽ thấy con người mình không

toàn vẹn, mình trôi dạt, và có thể gặp bất ổn trong các lĩnh vực khác nhau trong cuộc sống người lớn sau này. Hành trình đi tìm mình, xây dựng một bản thể mà họ có thể tự chấp nhận, là vất vả, phức tạp và thách thức - người trẻ không phải “chỉ có mỗi chuyện học” như nhiều phụ huynh thường nghĩ.

Quá trình tạo dựng căn tính ở người trẻ bao gồm hai yếu tố: quá trình khám phá và quá trình cá nhân hóa. Ở quá trình khám phá, người trẻ xem xét, tìm hiểu các quan điểm, ý kiến, giá trị khác nhau, thử nghiệm, so sánh, khước từ, chấp nhận, để tiến đến cam kết với những lựa chọn nhất định. Các nhà tâm lý học cho rằng người trẻ cần đi qua quá trình này một cách thấu đáo, thay vì vội vàng quyết định (ví dụ dưới ảnh hưởng của thầy cô hay môi trường xung quanh), hoặc bị ép buộc (ví dụ bởi gia đình) bước vào một lựa chọn nào đó.

Trong quá trình thứ hai, cá nhân hóa, người trẻ dần tách khỏi cha mẹ, ý thức của họ về sự riêng biệt và độc nhất của mình dần rõ rệt lên. Họ hướng tới quyền được tự lựa chọn và ra quyết định riêng - đó là tự chủ về hành vi. Mặt khác, nếu như trẻ nhỏ thường cho rằng bố mẹ mình hoàn hảo và luôn đúng, thì người trẻ nhận thức được rằng cha mẹ có thể sai, và bắt đầu có xu hướng đặt câu hỏi về quan điểm, ý kiến của cha mẹ - đó là tự chủ về giá trị.

Tiếp nối các nghiên cứu của Erik Erikson, nhà tâm lý học James Marcia đưa ra bốn trạng thái căn tính mà người trẻ nói riêng và mỗi cá nhân nói chung có thể rơi vào.

Ở trạng thái *mờ nhạt về căn tính* (identity diffused), cá nhân không có cam kết rõ ràng và cũng không có nhu cầu tìm kiếm, tạo

dựng căn tính. Họ trôi nổi qua ngày và trì hoãn việc đối mặt với các câu hỏi cơ bản trong cuộc sống.

Ở trạng thái *nhận sẵn căn tính* (identity foreclosed), cá nhân có thể cam kết về nghề nghiệp, quan điểm hôn nhân, hay hệ giá trị, nhưng những lựa chọn này được họ tiếp nhận một cách máy móc (có thể từ rất sớm) từ cha mẹ hay những người có quyền lực khác trong môi trường sống của họ. Chúng không thực sự là của chính họ, họ đã chấp nhận chúng mà không đi qua một quá trình khám phá và thử nghiệm.

Với thời gian, một người trẻ ở trạng thái mờ nhạt có thể quay ra chấp nhận một cách thụ động các ý tưởng của cha mẹ, và chuyển sang trạng thái nhận sẵn. Ngược lại, một người đang ở trạng thái nhận sẵn có thể trở nên nghi ngờ các quan điểm mà anh ta tiếp nhận từ cha mẹ, và cuối cùng rũ bỏ chúng, nhưng lại không có nhu cầu thay thế chúng bằng những cam kết mới. Trong trường hợp này, anh ta dịch chuyển từ trạng thái nhận sẵn sang trạng thái mờ nhạt.

Mặt khác, người trẻ có thể rơi vào một trạng thái khủng hoảng mà James Marcia gọi là chơi vơi về *căn tính* (identity moratorium). Đây là lúc người nhận sẵn bắt đầu đặt câu hỏi về những gì mình đã tiếp nhận từ cha mẹ, với mong muốn tìm cho mình những lựa chọn mới. Hoặc đây là lúc người mờ nhạt trở nên tích cực để trả lời cho các câu hỏi tôi là ai, tôi muốn gì. Người chơi vơi là người không hài lòng nữa với trạng thái hiện có của mình, anh ta tìm tòi, khám phá, nhưng chưa tìm được con đường mới, những giá trị mới cho mình.

Trạng thái chơi vơi có thể có hai lối ra. Ở lối ra tích cực, cá nhân

giải quyết được khủng hoảng bản sắc, tìm được đường đi và vai trò xã hội của mình. Sau một quá trình vật lộn nội tại, họ bước sang trạng thái *thành đạt về căn tính* (identity achieved). Những lựa chọn của họ có thể cuối cùng không khác so với mong muốn của cha mẹ, nhưng họ đạt được kết quả này không qua sự áp đặt hay tiếp nhận máy móc, mà qua quá trình khám phá của riêng mình. Người thành đạt đã trải qua một quá trình “tổng hợp bản thể” (ego synthesis, theo chữ của Erikson) và cảm thấy mình nhất quán với bản thân, mình có sự tiếp nối từ quá khứ và có thể tự tin nhìn vào tương lai. Thú vị là Marcia dùng chữ thành đạt để chỉ một kết cục thành công của quá trình đi tìm mình, trong khi xã hội hay dùng chữ đó để chỉ sự tích lũy vật chất hay địa vị xã hội. Sự dịch chuyển từ chơi vơi sang thành đạt được gọi là quá trình phát triển tiến bộ.

Ở lối ra tiêu cực, người trẻ từ bỏ công cuộc tìm kiếm của mình và rơi ngược trở lại trạng thái mờ nhạt (lưu ý là một khi đã ở trong chơi vơi, người ta không quay lại trạng thái nhận sẵn được nữa). Marcia gọi đây là phát triển thụt lùi. Ông gọi trạng thái mờ nhạt hay nhận sẵn kéo dài là trạng thái trì trệ.

Tuy trạng thái thành đạt khá bền vững, nhưng nó không ổn định mãi mãi. Một sự kiện lớn, một trải nghiệm mới, một giai đoạn mới của cuộc đời, có thể khiến người ta hoài nghi về cách sống hiện tại, lại rơi vào trạng thái chơi vơi, và có thể ở tuổi trung niên hoặc thậm chí muộn hơn, lại một lần nữa bước vào quá trình tìm kiếm bản thân.

Các lĩnh vực khác nhau của căn tính cũng có thể ở trong các trạng thái khác nhau, chúng không đồng bộ. Ví dụ, một cá nhân có

thể biết rõ mình muốn gì trong nghề nghiệp, nhưng lại không chắc chắn về xu hướng tình dục hay quan điểm hôn nhân. Trong trường hợp này, trạng thái của lĩnh vực mà cá nhân cho là quan trọng nhất với mình sẽ được coi là trạng thái căn tính chính của cá nhân đó.

Chân dung của bốn trạng thái này khác nhau như thế nào?

Trong bốn nhóm, những người trẻ nhận sẵn thường có mức độ tư duy độc tài và thành kiến cao nhất. Trong các mối quan hệ, họ hay phụ thuộc vào người khác và đổ lỗi cho các yếu tố bên ngoài mà không chịu trách nhiệm cá nhân. Theo Marcia, thoạt nhìn những người nhận sẵn có vẻ hài lòng và vững vàng, giống nhóm thành đạt, nhưng sự cứng nhắc và thái độ tự vệ của họ nhanh chóng lộ ra. Họ thường phục tùng quyền lực và các chuẩn mực, và có xu hướng đi theo những quan điểm của cha mẹ hay những nhà lãnh đạo cứng rắn với niềm tin rằng mình được dẫn dắt vào con đường đúng đắn duy nhất.

Người nhận sẵn hay tìm đến sự tán thành và tán thưởng của người khác, họ có mức độ tự chủ thấp, hành động dựa vào ý kiến bên ngoài, và hay được coi là “ngoan ngoãn.” Đây cũng là nhóm ít cởi mở nhất trước các trải nghiệm mới. Người ở nhóm này cũng có những phong cách nhận thức đơn giản, thô sơ và khả năng suy ngẫm về lẽ phải (theo lý thuyết của Kohlberg được trình bày bên trên) ít phát triển. Giống nhóm mờ nhạt về căn tính, các chọn lựa bạn bè của họ đơn điệu. Ranh giới bản thể giữa họ và cha mẹ thường không được xác lập rõ ràng. Họ lớn lên trong các gia đình mà cha mẹ coi việc chấp thuận và tuân thủ chuẩn mực và giá trị của gia đình là rất quan trọng.

Có thể không tạo ra khủng hoảng trước mắt, nhưng trạng thái nhận sẵn ngăn cản sự sáng tạo và nảy nở của người trẻ. Một lúc nào đó trong cuộc đời, có thể người ta sẽ bị chiếm đoạt bởi cảm giác mình sống một cuộc đời xa lạ, mình sống hộ, mình bị lạ lẫm trong chính con người mình, mình không thống nhất với bản thân. Và họ sẽ tuyệt vọng hay giận dữ về thời gian và những cơ hội đã mất.

Người trẻ mờ nhạt thường có mức độ phát triển nhận thức cũng như khả năng suy ngẫm đạo đức thấp. Họ thường có suy nghĩ đơn giản, và kém trong việc cộng tác, phối hợp với người khác. Nhóm này không đồng nhất như ba nhóm còn lại, có người thì sống qua ngày một cách vô tâm, vô tư, có người thì lại rất cô đơn. Những người này thường không ở trong những quan hệ gần gũi - họ thiếu một cảm giác về cái tôi để có thể đóng góp tích cực vào một quan hệ tay đôi hay vào một nhóm nào đó, và hay thu mình. Nhìn chung, dường như người mờ nhạt không có một cái lõi ở bên trong mình. Họ thiếu tự tin và thiếu tự chủ. Ở tuổi thơ, họ thường bị cha mẹ xa cách và chối bỏ.

Những cá nhân chơi vui có thể hoặc hoang mang, lo lắng, hoặc lạng lã, suy ngẫm. Những người này không dễ tuân thủ, phục tùng và có một cảm nhận ổn định về giá trị bản thân. Theo kinh nghiệm của Marcia, họ hay biến cuộc phỏng vấn về căn tính thành một buổi trị liệu để giải mã những xung đột và sự vật vã nội tâm của mình. Các quan hệ người với người của họ thường dữ dội và chao đảo. Nhóm này có khả năng nhận thức và suy ngẫm đạo đức cao. Họ hoài nghi hơn hai nhóm trên, cởi mở trước các trải nghiệm mới và

có xu hướng tự chủ trong quá trình ra quyết định. Cha mẹ của họ cũng có xu hướng nhấn mạnh sự độc lập của trẻ trong thực hành nuôi dạy con của mình.

Các nhà tâm lý học thấy rằng những cá nhân thành đạt thường có khả năng nhận thức cũng như năng lực suy ngẫm về đạo đức cao nhất. Họ chịu trách nhiệm về bản thân mà không đổ lỗi cho các yếu tố bên ngoài. Họ vững tin về giá trị của mình và có thể hoạt động trong *stress* mà không bị phá hủy. Trong tương tác, người thành đạt vừa uyển chuyển vừa vững vàng, và có được sự gắn gũi trong các quan hệ cá nhân. Đây là những người nhiều suy tư, chiêm nghiệm, nhưng lại cởi mở trước các trải nghiệm mới. Họ đánh giá sự việc theo quan điểm riêng và dùng logic khi ra quyết định chứ không bị phụ thuộc vào hay bị thao túng bởi người khác, và cũng không bị sa vào các định kiến. Người thành đạt gắn bó với người thân của mình mà vẫn nhận biết được điểm mạnh và điểm yếu của họ. Họ thường được nuôi dưỡng trong môi trường gia đình hỗ trợ sự phát triển độc lập của trẻ. Cuối cùng và quan trọng nhất, người trẻ thành đạt về căn tính có một cảm giác vững vàng, bình an (*well-being*). Trong các lĩnh vực quan trọng của cuộc sống, họ đã xác định được điều họ muốn, và tin tưởng rằng các lựa chọn đó phù hợp với khả năng và nhu cầu của mình. Họ có cảm giác thống nhất với bản thân, “ở nhà” trong cơ thể của mình, họ biết mình đang đi đâu.

Như vậy, cái đích của quá trình trưởng thành của người trẻ đã rõ ràng, đó là việc xây dựng thành công cho mình một căn tính. Gia đình có thể làm gì để hỗ trợ người trẻ trong hành trình khó khăn và

quan trọng này?

Ngược với quan điểm “cha mẹ đặt đâu con ngồi đấy” và kỳ vọng của nhiều cha mẹ Việt muốn con cái *đi theo* hình dung của mình về thế nào là một cuộc sống hạnh phúc, các nhà chuyên môn khuyên rằng gia đình nên cho người trẻ cơ hội để đi qua trạng thái chơi vơi, và cho phép, thậm chí khuyến khích họ thử nghiệm các vai khác nhau. Người trẻ được giúp đỡ tốt nhất nếu cha mẹ ghi nhận và hỗ trợ mong muốn trở nên độc lập của họ, nhưng cùng lúc gia đình vẫn là điểm tựa hậu phương để họ có thể trở về nghỉ ngơi khi mệt mỏi và được an ủi khi vấp ngã. Quan hệ giữa cha mẹ và con cái là lành mạnh khi nó không níu kéo người trẻ, khiến họ mặc cảm có lỗi vì muốn đi con đường riêng của mình, cũng không khiến họ muốn cắt đứt mọi sợi dây với gia đình trong sự oán hận, mà khi nó cho họ sự yên tâm rằng họ được thấu hiểu và chấp nhận, họ có chỗ đứng trong gia đình, bất kể tương lai họ có ra sao. Đó mới là một quan hệ yêu thương đích thực.

Nhưng nhiều người trẻ không có may mắn được sống trong một môi trường gia đình như vậy. Thay vì được trợ giúp và khích lệ trong hành trình đi tìm mình, họ bị giam cầm trong một ngục tù nhân danh tình yêu. Hãy lắng nghe những câu chuyện của họ trong phần sau của cuốn sách này.

# PHẦN BA

trong ngục tù của TÌNH YÊU

# 11. “TÔI LÀ NGƯỜI LỮ HÀNH ĐÊM TRÊN MỘT CAO TỐC HEO HÚT VÀNG NGƯỜI, CHỈ MONG MỖI ÁNH ĐÈN PHA XA XĂM CỦA MỘT CHIẾC XE NÀO ĐÓ ĐẾN ĐÓN MÌNH VỀ NHÀ”

*(Hòa, 18 tuổi, nữ sinh viên ngành Luật*

*Hải Như, 15 tuổi, nữ sinh lớp Mười)*

HÒA

Ông nội tôi làm chủ tịch phường từ những năm nào tôi cũng không biết nữa. Đó là những ngày tháng đen trắng trong mấy bức ảnh mờ cùng tấm bằng khen trợ trợ trên tường phòng khách đã bạc màu. Ông đã từng có uy lực, tiếng nói của ông vẫn phảng phất cái quyền lực xưa. Ông là những gì còn lại của cuộc sống cũ. Ông cảm đoán, ông khước từ những thứ kỳ lạ, “lai căng” của thời đại này. Lúc giận dữ, ông gầm lên, mắt ông hằn lên những tia máu. Không ai trong nhà được phép cãi ông.

Nhưng sao tôi lại thấy ông buồn thế nhỉ? Ông là ông chủ tịch phường buồn bị bệnh tiểu đường với đôi cẳng chân gầy gò yếu ớt như cành cây khô cuối thu. Chúng hành hạ khiến ông không thể đi đâu xa, khiến ông té ngã nhiều lần. Những lúc như vậy, ông chủ tịch phường lại nằm đó bất động, đợi người thân kéo dậy.

Đêm nào ông cũng thức giấc vì chứng tiểu đêm hành hạ, tiếng

guốc của ông gõ cộc cộc trong đêm, rồi ngừng lại. Hẳn ông đang ngược lên kiểm tra xem đứa cháu gái mình đã ngủ chưa. Nếu nó chưa ngủ, ông sẽ nói vọng lên, bực bội nhắc, “Mười hai giờ rồi đó! Thức làm cái gì!” Những ngày cấp Ba, tôi hay lấy cái chiếu che ánh đèn hất ra từ cửa sổ phòng mình, nhưng ông tinh mắt lắm. Tôi im lặng bực tức, không buồn trả lời. Giờ nghỉ lại, lòng thấy nặng, tôi thương ông đứng lặng lẽ trong bóng đêm dưới cửa sổ còn sáng đèn, cất tiếng nhưng không ai đáp lại. Rồi ông lại lọc cọc bước.

Một năm, ông chủ tịch phường phải nằm viện ba, bốn lần, mỗi lần mất vài tuần để ông hồi phục. Sao tôi chẳng bao giờ thấy ai đã từng làm việc với ông đến thăm nhỉ? Quanh ông là không gian âm ỉ của bệnh viện. Những lần tôi đến thăm, ông khe khẽ hé mắt nhìn. Không còn là đôi mắt đỏ, long sòng sọc những tia máu nữa, đôi mắt của ông khi đó ươn ướt, nhỏ bé, đôi mắt của loài nai hiền lành. Chúng gọi cho tôi nhớ đến những ngày rất xa, ông bế tôi trên đôi tay gầy guộc, những ngày tôi bé xíu ngồi trong lòng ông xem tivi. Nhìn vào đôi mắt ấy, tôi muốn được che chở cho ông biết bao nhiêu.

Ông chủ tịch phường buồn của tôi, trong ông có quá nhiều sự giận dữ. Những cơn thịnh nộ của ông bùng nổ trên chiếc giường trong góc phòng âm u. Liệu sự chua chát này có đến từ những tổn thương xa xăm của ông? Bà cố nội của tôi mất khi ông còn rất bé, hẳn là trong trái tim nhỏ bé của ông ngày ấy đã hằn sâu dấu ấn của mất mát, và ông đã mang theo nỗi đau đầu đời qua những cuộc chiến, qua đời ba tôi và cả đời tôi nữa. Những cơn giận tằm tôi đã dần dần hủy hoại ông, hủy hoại ba tôi. Đã bao nhiêu lần tôi chứng

kiến ông mắng nhiếc ba là thằng mất dạy, là đứa không làm được tích sự gì cho đời, là đứa trẻ không bao giờ lớn nổi. Ba đã nổi loạn suốt thời niên thiếu vì chưa bao giờ ba được công nhận, được lắng nghe và thấu hiểu. Ông chủ tịch phường đã gieo những hạt giống tính cách của ông vào ba tôi, để rồi khi những hạt giống ấy lớn lên, ba trở thành ông, chỉ có điều những cơn giận dữ trong ba thì nhân lên gấp bội. Ba sợ bị coi là ít học, là kém hiểu biết. Ba chạy theo hào nhoáng vật chất, mong cầu được ghi nhận, chú ý.

Đau đớn làm sao, tôi cũng mang hạt giống giận dữ của ông, của ba, trong trái tim mình. Tôi vẫn nhớ những lần tôi hét vào mặt ba và ông khi họ cãi nhau, “Các người có dừng lại không? Các người muốn tôi chết à?” Nhớ lần tôi hung dữ đẩy em trai tôi. Tôi nhớ cảm giác căm ghét ba mẹ tột độ khi mẹ đọc nhật ký của tôi và nói, “Tao để ra mi thì tao có quyền đọc,” và ba thì quát, “Học thì không học, nhật ký cái gì!”

Cuộc đời tôi cũng buồn. Ba mẹ ở quê đang nghĩ rằng ở Sài Gòn ngày ngày tôi chăm chỉ lên lớp và vẫn tấn tới trên con đường bằng cấp mà họ vạch ra. Thực tế, tôi lủi thủi tới tham vấn tâm lý, lủi thủi mua thuốc uống theo chỉ định của bác sĩ. Tôi bị trầm cảm, đã bị từ lớp Mười một mà chưa bao giờ ba mẹ thừa nhận nó tồn tại. Họ cho rằng vấn đề là tôi đọc sách quá nhiều và không chịu ra ngoài vận động, ở buổi tham vấn gần đây, tôi vẽ một đứa trẻ đang đứng dưới một đám mây lớn u ám. *Vấn đang lớn, như một cái cây.* Tôi viết về bản thân vậy hồi tròn mười tám tuổi. Nhưng tôi là một cái cây thiếu nắng. Giá mà tôi có thể đẩy được đám mây đi để mặt trời tỏa sáng.

Dịp Tết tôi về thăm gia đình và kể về bệnh của mình. Ba xoa tay, bảo, nói vậy người ta biết thì sau này không xin được việc đâu. Ông nói tôi “ưng” bị bệnh để không phải cố gắng. Mẹ nói “không chịu giao du tiếp xúc với ai thì bị trầm cảm chớ răng.” Bà nói “ông bà khỏe mạnh, ba mẹ khỏe mạnh, vẫn gửi tiền đầy đủ, sao bị trầm cảm được.” Bà nói đi nói lại. Ông quát bà im đi, “đời nó thì nó ráng chịu.” Tôi nói tôi mệt mỗi lắm rồi, tôi muốn bảo lưu, về nhà chữa bệnh. Ba nói “Mệt với bay, cuối năm rồi còn không được yên.” Mẹ nói mẹ cả ngày phải quanh quẩn bếp núc, tôi sướng vậy mà không biết đường sướng. Di Lan bảo tôi không biết thương ba mẹ. Bác Hương bảo là không có bằng đại học thì sau không lấy được chồng. Mấy hôm sau ông nội gọi tôi vào, nói tôi học ngành nào cũng được, nhưng cần có cái bằng, ông sẽ ráng sống tới lúc tôi tốt nghiệp, ông không còn nhiều thời gian, ông không thể chờ tới lúc thằng em tôi có bằng, chỉ chờ được tôi thôi.

Sáng qua, ông đi tiểu bị rớt ra nhà, ông lấy cái giẻ khô lau rồi vứt giẻ ở sau nhà. Tôi nhìn nó, nửa muốn vứt nó vào thùng rác, nửa muốn tọng vào miệng mình. Tôi thấy ghét mọi thứ, ghét cả bản thân mình. Chắc tôi sắp phát điên rồi. Một cảm giác tức giận vô cớ bủa vây tôi. Giá mà người thân của tôi có thể ôm tôi và nói, “Hòa ơi, con đã mệt nhiều rồi, ông, bà, ba, mẹ ở đây với con. Con hãy nghỉ ngơi, bây giờ không điều gì quan trọng đối với chúng ta bằng sức khỏe của con, chúng ta hiểu con đã không hạnh phúc, chúng ta xin lỗi con vì điều đó.”

Có những khoảnh khắc tôi thấy may mắn vì được sinh ra trên đời này. Đó là khi tôi thấy ánh nắng sớm chiếu vào khuôn mặt hiền từ

của Đức Mẹ trước nhà thờ gần nơi tôi trọ. Là khi tôi đi giữa những giá sách trong thư viện, tay tôi chạm vào những gáy sách. Là khi tôi chạy bộ quanh Dinh Độc lập, thật chậm, thật chậm. Là khi tôi đọc thơ Lưu Quang Vũ, “ta như chim, tiếng Việt như rừng.” Những vần thơ tâm sự với tâm hồn buồn chán của tôi, an ủi vỗ về tôi.

Nhưng những khoảnh khắc như vậy mới ít ỏi làm sao. Còn lúc này, tôi thấy mình là một người lữ hành trên một cao tốc heo hút trong đêm, chỉ mong mỗi ánh đèn pha xa xăm của một chiếc xe nào đó đến đón mình về nhà.

## HẢI NHƯ

Sáng nay tôi và ông bà ngoại lại cãi nhau. Tôi không nhớ lý do nữa, chỉ nhớ cuối cùng bà nói, “Mày là cháu tao, tao còn để ra tiến sĩ, bây giờ mày không nghe tao thì mày nghe ai?”

Cả cậu tôi và dì tôi đều là tiến sĩ và đang định cư ở nước ngoài, lương tháng cả trăm triệu.

Bi kịch của đời tôi bắt đầu khi vừa rồi tôi thi trượt chuyên Ams. Từ năm ngoái, cậu và ông bà lúc nào cũng nói là phải vào trường chuyên. Vào chuyên thì mới đi du học được, du học được thì sau này sống mới sướng được. Còn không thì sau này “cạp đất mà ăn” và “đi hút rác ấy.”

Hôm biết tin tôi thiếu nửa điểm, ông bà bảo, “Ừ, mày thì cũng chỉ giống mẹ mày thôi.” Ngày xưa cậu tôi học chuyên Ams, dì tôi học chuyên Ngoại ngữ. “Chỉ có mẹ mày học trường làng nhàn nên bây

giờ không đâu ra đâu.” Mẹ tôi làm ở một ngân hàng Đài Loan, lương tháng hai mươi triệu, với ông bà thế là thất bại.

Tôi cười nhẹ, trượt rồi thì biết làm sao bây giờ. Cái cười không qua được mắt bà, bà bảo là tôi láo, bắt cần.

Lại nói về chuyện tiến sĩ, hồi tôi học lớp Tám, mười một giờ đêm thì chung cư có báo động hỏa hoạn. Tôi rất thính ngủ, nên bật dậy ngay. Chúng tôi chạy ra cầu thang, bà trước, rồi tôi, rồi ông. Đã leo được hai tầng thì bỗng bà quay lại bảo ông, “Ơ, còn cái bằng tiến sĩ của thằng Thắng!” Tôi kêu lên, “Ông bà ơi, nó chỉ là tờ giấy thôi mà...” Nhưng hai người lật đật lộn lại, lấy cái bằng tiến sĩ của cậu đang được treo trang trọng trên tường phòng khách xuống, rồi ôm nó lật đật quay ra, thở dốc. Hồi đó là hai năm trước, nghĩa là khi đó bà sáu mươi sáu, còn ông bảy mươi. Lúc đó tôi cũng phải bám theo vì sợ nhớ có chuyện gì.

Sau này thì dì tôi cũng đem về một cái bằng tiến sĩ, nó cũng được lồng vào khung vàng và treo trên tường.

Mẹ ở nơi khác mà tôi cũng chẳng biết cụ thể là chỗ nào. Hồi tôi lớp Tám thì mẹ ra ở riêng để thoát khỏi sự chì chiết của ông bà, chứ trước đó thì ba người cãi nhau triền miên. Thỉnh thoảng, khi đến chơi, mẹ thử nói chuyện với ông bà để họ đỡ khó tính hơn, “Bố mẹ cũng có chỗ này không hợp lý...” Ông bà sẽ ngắt lời, “Tao đã nuôi dạy hai đứa con tao thành tiến sĩ, mà không phải dạy khôn tao.” Rồi họ quay ra tụng kinh. Ông bà hay bắt tôi tới chùa nghe kinh, ở nhà thì mở cái đài đọc kinh suốt ngày. Bà dặn, “Mày tu tâm, tích đức nhiều vào thì sau này mới sống sung túc được”. Tôi nghĩ thầm, thế thì giống như một dạng mua bán à? Có lần ở trong chùa, hôm đó có

cả mẹ, ông bà bắt tôi khẩn để được một suất học bổng du học. Tôi cố gắng lại, những lúc tôi gặp khó khăn thì có ai giúp tôi đâu, Phật cũng chẳng chia tay ra cho tôi. Mẹ rất tức giận, tát tôi một cái ngay ở đó, còn ông thì nhất định bắt tôi quỳ xuống sám hối trước tượng Phật, vì nếu không sau khi chết tôi sẽ bị đày xuống địa ngục.

Mỗi khi tôi gọi cho bố và khóc ghê quá thì bố lại bảo, “Con phải cố gắng thôi...” Chắc bố cũng không biết nói gì khác. Bố mẹ tôi bỏ nhau khi tôi còn nhỏ, mỗi người ở một nơi. Hồi lớp Một, tôi gọi bố là “thằng khốn” và bị bà nội tát một cái. Lúc đó tôi mới biết đó là từ xấu. Tôi học nó từ ông bà ngoại. Họ chửi bố ghê lắm. “Ồi giờ ơi, mày về với bố mày đi, cả cái dòng họ nội nhà mày đúng là khốn nạn vô văn hóa.” Mẹ cũng hay chửi bố, dù mười mấy năm đã trôi qua rồi.

Có hôm trong cửa hàng nội thất, tôi can mẹ vì mẹ cứ mặc cả một món hàng còn nửa giá so với giá niêm yết, khiến tất cả nhân viên đều á ngại. Lúc ra ngoài, tôi đi sau, được mấy bước thì mẹ quay lại tát tôi một cái giữa đường.

Mẹ đã từng cố gắng để hiểu tôi, nhưng khi nghe ông bà ngoại nói này nói kia thì lại thay đổi thái độ. Từ ngày mẹ kinh doanh đa cấp bị sa sút, thua lỗ, thì mẹ nóng tính hơn và chẳng thiết tha nói chuyện gì với tôi nữa. Mẹ hay cho tôi ăn tát, tôi và mẹ ngày càng xa cách.

“Mày làm cái gì cũng lè mề! Mà sao mày thấy chúng nó tranh cãi với mẹ mày mà mày không giúp mẹ, mày còn hòa vào với chúng nó. Sao mày ngu như bò thế? Tao không hiểu sao lại sinh ra đứa con như mày, mày với bố mày giống nhau như đúc, đều khốn nạn như nhau.”

“Mẹ quá đáng thế. Mẹ bảo con không được chửi mà sao mẹ chửi con thế?”

“Tao chỉ có như thế thôi. Thế nhưng tao vẫn là mẹ mày!”

Tôi bỏ chạy, mà mẹ cũng chẳng chạy theo. Trong người có mỗi vài nghìn, tôi đành đi bộ về nhà, vừa đi vừa khóc.

Mỗi khi xem *Về nhà đi con*, mẹ lại bảo nhân vật Khải giống hệt bố tôi ngày xưa. “Ngày xưa bố mày cũng khốn nạn thế, mà còn khốn nạn hơn.” Tôi không biết rõ bố đã làm gì, hình như nó liên quan tới việc bố mẹ tôi giành quyền nuôi tới lúc ly dị. Bố đã làm rất nhiều cách khác nhau nhưng cuối cùng thì mẹ và ông bà thắng.

Đam mê của tôi là vẽ. Tôi có thể vẽ ngày vẽ đêm, vẽ lúc ra chơi, vẽ vào buổi chiều khi tan học. Thậm chí tôi đã bán được tranh. Mình đưa tranh lên mấy nhóm trên Facebook, người nào muốn mua sẽ nhắn tin. Mấy trăm nghìn cho tới hơn triệu một cái. Ông bà tỏ vẻ coi thường ra mặt. “Sao mày không học thật giỏi đi, sau này mày kiếm mấy trăm triệu một tháng, giờ mày kiếm mấy đồng lẻ này để làm gì”. Không hiểu sao ông bà ghét cay ghét đắng mấy họa sĩ vẽ chân dung ở Bờ Hồ. “Cái loại ấy chỉ làm trò hề, ra đứng đường cho chết rét,” mùa đông năm ngoái bà nói vậy. Rồi bà dọa, “Mai mốt tao mua cho mày cái ghế, mày ra đấy mà vẽ.” Tranh của tôi được tham gia triển lãm hai lần, cùng với tranh của nhiều người khác. Mẹ tới coi một lần, mẹ thấy được treo ở Trung tâm văn hóa Pháp thì nó oách. Nhưng ông bà không đến. “Ôi dào, toàn mấy đứa họa sĩ nghèo đến ngắm tranh của nhau.”

Nên là tôi không dám vẽ nhiều trước mặt ông bà, chỉ vẽ vào tối

muộn, khi ông tụng kinh, bà thì đã đi ngủ. Tôi giấu tranh ở dưới gầm bàn, chèn một đồng sách lên, hoặc cất trong tủ quần áo. Từ sau vụ ông bà vào phòng tôi, vứt màu và các toan tranh của tôi đi thì tôi phải làm vậy. May mà tôi còn một ít tiền của bố cho để mua lại màu. Thỉnh thoảng bà lại vào phòng tôi lục lọi. Bà còn vứt cả cuốn *Đường thi quốc âm* của tôi nữa, để tôi “tập trung vào việc học.”

Từ hôm trượt Ams thì tôi không còn tâm trạng nào để cầm bút vẽ lên nữa. Ngày nào cũng buồn bực, đen tối. Ngày nào ông bà cũng nói, “Mày không thấy *nhục* à? Mày vẽ nữa đi! Cái Linh ấy, học kỳ nào nó cũng đứng nhất lớp...” Linh là con cậu tôi, nó học ở bên Úc. Rồi ông bà đi xem bói, thầy bói bảo tôi sẽ lấy chồng sớm, thế là ông bà càng sợ. Chết, cái con này trượt trường chuyên, không khéo sau này nó lấy chồng sớm thật. Cái hôm anh họ bên nội chở tôi về nhà, ông bà nhìn thấy bèn bảo, “À, mày có cái thằng nào thì mày dắt luôn nó về đây đi, tao gả mày cho nó luôn. Cưới chui năm mươi mâm cỗ...” Tôi phải gọi cho mẹ anh ấy để nhờ xác nhận đấy là anh họ thì ông bà mới xuôi xuôi. Nhưng bà vẫn lo sau này tôi sẽ kết hôn sớm, “Đừng để đến lúc mà cái bụng mày nó phưỡn ra!” Bà chả bao giờ để ý tôi nói cái gì nhưng rất nhớ lời ông thầy bói. Ông bà vứt màu và toan của tôi đi cũng là vì một ông thầy bói khác nói là tôi theo nghiệp nghệ sĩ nên sau này nghèo.

Ông bà đang tính gửi tôi sang sống với cậu ở bên Úc. Bà bảo, “Cái gì bên đó cũng rẻ lắm, tôm hùm bên đấy rất rẻ, một tuần mày có thể ăn mấy con...” Xong rồi ông nói, “Còn cái vấn đề cá hồi á, cậu mày đi câu cá hồi, câu nhanh lắm, chỉ ăn những miếng ngon thôi còn những chỗ không ngon thì vứt đi, tuần sau lại đi câu tiếp.”

Ông bà không thể chấp nhận được là họ đã nuôi tôi từ bé, giống như đã nuôi dì và cậu, mà thành quả lại không như mình mong muốn. Bỗng nhiên con bé lại nghe ai đó và quay ra thích vẽ mà không chịu cố gắng đi du học để được ăn mấy con tôm hùm một tuần. Năm ngoái ông bà sang Úc thăm cậu và dì, rồi ông bị gout vì ăn tôm hùm nhiều quá. Một tháng ông ăn chay một ngày, vào ngày cúng, còn thì ông rất thích bún thịt nướng và tôm hùm, nên là ông bị gout.

Tôi mà sang với cậu thì chắc chắn là hết đời, không thể vẽ vờ gì được nữa. Cậu tôi còn ham thành tích hơn cả ông bà nữa. Cái đợt mợ tôi có mang đứa thứ hai thì cậu đang phấn đấu lên chức giáo sư, cậu sợ cái thai ảnh hưởng tới công việc nên cậu muốn bỏ cái thai đấy. Ông bà theo đạo Phật, không đồng ý, nên nó được giữ lại.

Tôi mới mười lăm tuổi, nhiều khi tôi tức giận với những đứa trẻ may mắn hơn mình. Một đứa bạn tôi thích vẽ *manga*, nó được bố mẹ mua hẳn cho một cái bảng vẽ điện tử, được cho tiền đi học vẽ. Tại sao tôi không được như nó? Cuộc sống của tôi như là trong địa ngục. Tôi ở ngoài đường suốt, về nhà thì cố thủ trong phòng, không chịu xuống ăn cùng ông bà. Tôi cáu kỉnh và gắt gỏng với người xung quanh. Sáng nay, ông bà cẩn thận đóng kín các cửa lại rồi mới quay ra mắng tôi. Họ muốn giữ một hình ảnh gia đình hòa thuận, hạnh phúc trước mặt hàng xóm. Bên ngoài thì luôn miệng, “Ông nhà tôi thế mà hay...”, trong nhà thì hai người chì chiết nhau toàn chuyện lông gà vỏ tỏi, người này ăn chuối xong không vứt vỏ, người kia vung tay đóng công đức xây nhà thờ họ. Họ luôn hai mặt như vậy. Đi thăm một người dì trẻ mới sinh con nhưng chưa cưới

thì thay nhau bế và khen đứa bé, lúc về bảo nhau cái loại con hoang đấy thì làm được gì, không biết thằng kia đã bỏ vợ chưa, thế này chỉ đi làm phò. Về quê ăn giỗ thì động viên khen ngợi cậu anh họ của tôi, vừa leo lên ô tô về Hà Nội thì nói ngay là nó lông nha lông nhông, tí tuổi đầu chỉ biết chạy loạn, yêu với chả đương, được cái con bạn gái cũng ngu dốt như nó.

Tôi xin lỗi, sắp sang năm mới rồi mà bạn vẫn phải nghe những lời lải nhải của tôi. Đến giờ thì tôi đã gần như chấp nhận mình không thể theo đuổi nghệ thuật. Tôi sẽ phải làm theo những gì mà người thân độc hại bắt tôi làm. Sáng nay, trên phòng mình, tôi đập đầu vào tường muốn mình chết đi. Nhưng tôi không chết. Tôi gọi cho bố. Bố lại bảo, “Con phải chịu đựng chứ, chuyện rất bình thường mà...”

Vậy như thế nào mới là bất thường?

*Lặng lẽ khóc*

Tôi không còn gì để nói nữa. Tôi chẳng có ai trên đời cả. Không có mục tiêu, không có tương lai.

Tôi không muốn sống như thế này nữa bạn ạ, nhưng tôi có thể làm gì?

## 12. “TRONG NHỮNG NGÀY THÁNG KHÓ KHĂN NHẤT, ÂM NHẠC GIỮ CHO TÔI NGỦ YÊN”

*(Hương, 20 tuổi, nghệ sĩ nhạc điện tử*

*M.H., 23 tuổi, thông dịch viên)*

### HƯƠNG

Cả nhà nội tôi theo nghiệp âm nhạc, và đó cũng là con đường duy nhất dành cho tôi mà bố mẹ có thể hình dung. Chị tôi học nhạc nhiều năm nhưng không chịu vào Nhạc viện, nên bố mẹ lại càng cương quyết với tôi. Ba tuổi, tôi bắt đầu phải học nhạc lý và xướng âm. Bốn tuổi, ngồi trên ghế chân còn chưa chạm đất, tôi bị bắt học piano. Chị được bố mẹ giao kèm tôi học đàn, mỗi ngày ba, bốn tiếng, rồi tuần hai lần phải đèo tôi tới Nhạc viện trả bài cho cô. Tôi vừa tập vừa khóc, chị thì dỗ, dọa, mắng. Rồi bố mẹ lại mắng chị là không kèm được tôi, chị chui vào góc nhà, khóc. Đến giờ nhớ lại những cảnh đó tôi vẫn rùng mình.

Vào lớp Một thì một ngày của tôi kín đặc. Sáng học văn hóa, trưa bán trú ở trường, chiều về tới nhà thì ngồi ngay vào đàn, bảy giờ tối ăn cơm, sau đó làm bài cho sáng hôm sau. Ở lớp tôi sợ nhất là bị cô lấy thước kẻ đánh vào tay, vì buổi chiều đau sẽ không tập đàn được. Mỗi tuần tôi phải hoàn thành bốn, năm tiểu phẩm, nghỉ Tết thì còn nhiều hơn, không trả đủ bài sẽ bị mắng rất ghê. Đến bây giờ tôi

vẫn không hiểu sao mình có thể nhồi nhét được khối lượng bài nhiều thế. “Con kiệt sức rồi,” tôi nói với mẹ, “cho con nghỉ đàn một ngày.” Mẹ không cho, “Tất cả là bố mẹ muốn tốt cho con thôi.” Một thời gian dài sau này tôi sợ nhìn vào bản nhạc.

Bị khiển trách, mắng mỏ, nhiếc móc mỗi ngày, tôi lớn lên với mặc cảm là mình không thể làm được điều gì nên hồn, mình không thực sự biết gì về âm nhạc cả. Giờ đây, khi đã trở thành một nghệ sĩ âm thanh, một người viết nhạc điện tử, đã cộng tác cùng nhiều nghệ sĩ trong và ngoài nước, đã tham gia các chương trình trao đổi ở nước ngoài, có báo chí phỏng vấn, tôi vẫn phải hằng ngày chiến đấu với mặc cảm đó để có thể tập trung làm việc. Nó làm tôi bứt rứt muốn phát điên, kể cả lúc này, khi tôi đang nói ra những điều này với bạn.

Tôi sống như vậy năm năm, tất cả nhằm để hướng tới kỳ thi trọng đại vào hệ piano trung cấp của Nhạc viện. Nửa năm trước kỳ thi thì mọi chuyện được nâng lên một mức độ mới. Mỗi buổi trả bài kéo dài một, hai tiếng, thay vì chỉ bốn lăm phút như trước kia. Cứ vài tuần cô lại lôi ra một quyển sách mới, để tôi tập song song với cuốn cũ.

Mấy tuần trước kỳ thi thì tôi thấy buồn nôn cuối mỗi buổi tập, đóng đàn lại thấy chóng mặt, có cảm giác muốn ngã vào cái ghế bên cạnh. Bố thì không có nhà, mẹ thì mãi cơm nước, chị thì nghĩ tôi giả vờ để trốn tập. Rồi tôi lăn ra sốt mà không ai hiểu vì sao. Sau đó tôi đau bụng, mọi người tưởng bị ngộ độc thức ăn. Rồi tôi bị đau đầu dữ dội và buổi đêm khóc vô cớ. Mẹ sợ quá, đem tôi tới Viện Nhi khám. Họ bảo tôi bị trầm cảm. Những hiện tượng đó là phản ứng của cơ thể tôi, một đứa trẻ chín tuổi, trước áp lực.

## *Lau nước mắt*

Cả năm sau đấy tôi đi lại giữa Viện Nhi và Bệnh viện Mai Hương. Tác dụng phụ của thuốc khiến tôi lúc nào cũng thấy bứt rứt, hay khóc, và đêm ngủ mê lắm lắm. Trong thời gian đó, tôi vẫn phải học đàn, tuy cường độ giảm xuống, cho tới hôm cô giáo bắt tôi nghỉ.

Một năm sau, khi tôi đỡ hơn thì bố mẹ bắt tôi quay lại học đàn, vì “không thể để mấy năm học tự dừng phí như thế được.” Được nửa năm thì tôi ngẩng lên, bảo bố, “Con không muốn học đàn nữa.” Bố giơ tay định tát tôi một cái nhưng mẹ ngăn kịp. Giằng co hàng tháng trời, cuối cùng chị tôi nói, “Nó không muốn học nữa thì thôi, đừng có ép.” Đó là thời điểm tôi bắt đầu hành trình đối đầu với người thân để bảo vệ con người mình. Vốn là một đứa trẻ lặng lẽ, ít nói, những năm tháng đó rút kiệt sức lực của tôi và gây cho tôi những hủy hoại tinh thần rất lớn.

Trước kia, bố là người sản xuất các chương trình biểu diễn nhạc nhẹ, một năm thì vắng nhà mười một tháng. Năm tôi mười bốn tuổi, bố dính vào lô đề, cờ bạc, nhà tôi vỡ nợ, phải vay bác bên nội nhiều tiền. Từ đó gia đình bất hòa, bố mẹ thường xuyên cãi nhau. “Mày phải nói với bố mày là đừng có mà tiêu hết tiền cho gái với lô đề,” mẹ hay nói với tôi, “mày phải tìm cách moi tiền từ tay bố mày.” Tôi vẫn nhớ cảm giác bất lực của mình trước bài toán mẹ trao.

Nhưng những gì tôi chịu đựng trong gia đình không thấm vào đâu so với chị tôi. Sau lưng chị, mẹ cay nghiệt về chuyện chị mãi không lấy chồng. Mẹ cho rằng như thế là bất hiếu và “không biết thương bố mẹ”, mặc dù kể từ khi nhà tôi vướng vào nợ nần thì chị phải đứng ra đỡ đàn về kinh tế. Tôi phản đối thì mẹ bảo, “Mày lúc

nào cũng bênh nó!” Mẹ làm mỗi, bắt ép, chửi rửa, bắt đi cắt duyên âm, nhờ họ hàng gây áp lực, khiến chị như sống trong địa ngục. Một buổi tối, tôi đi về thì thấy nhà tối om, chị đang ngồi khóc ở trong phòng. Mẹ lại vừa mắng chị. Chị nói mình thừa khả năng ra ở riêng nhưng thương mẹ nên mới ở lại.

Trong khi mẹ xoay xở tìm cách trả món nợ thì chị trở thành người chăm sóc tôi, đóng tiền học, mua sách vở, quần áo, tổ chức sinh nhật cho tôi. Chị trách bố mẹ đã để cho tôi nhìn thấy cảnh hai người mắng chửi nhau. Năm sau, chị phát hiện khối u, sau thì biết là u lành, nhưng lúc đầu chị mất ngủ cả tuần. Chị lo là bị ung thư thì không nuôi được em.

### *Khóc*

Tôi xin lỗi, tôi kể lộn xộn quá, những kỷ niệm cứ ùa về... Tôi nhận ra là đến tận hôm nay tôi không tài nào khóc nổi mỗi khi nghĩ tới những chuyện đã xảy ra, mặc dù tôi biết là nếu khóc được thì mọi thứ sẽ đỡ bức bối hơn.

Đây là thời điểm đầu tiên tôi thử đối diện với quá khứ của mình. Bình thường tôi gặp rất nhiều cản trở tâm lý để có thể chia sẻ về cuộc sống riêng tư. Tôi đã rất cố gắng để có thể tới gặp bạn.

Âm nhạc vẫn trở nên rất quan trọng trong cuộc đời tôi, nhưng không theo cái cách mà bố mẹ tôi mong muốn. Từ hồi cấp Hai, tôi đã mày mò cài phần mềm và sáng tác nhạc. Đến lớp Mười một thì tôi bắt đầu sinh hoạt trong giới nhạc điện tử và đi diễn ở bên ngoài. Chưa bao giờ bố mẹ vượt qua được nỗi thất vọng mà tôi gây ra cho họ, và vẫn ép tôi thi vào Nhạc viện, để thành “cái gì đó tử tế”. Đã quá

muộn để vào khoa piano, nhưng họ nghĩ tôi có thể học lý luận hay phê bình âm nhạc gì đó, chỉ cần có cái bằng. “Nhà mình có nhiều mối quan hệ trong đó, kiểu gì thi chả đỗ.” Bố mẹ không coi việc tôi làm nhạc điện tử là cái gì nghiêm túc. Tôi bị chửi trước khi đi diễn, khi đi diễn về, khi ngủ dậy vào sáng hôm sau. Mỗi khi có ai đã học Nhạc viện đến chơi, mẹ lại kháy, “Đấy thấy chưa, người ta có bằng cấp, người ta được đào tạo bài bản, kiểu gì cũng hơn mày.”

Mỗi đứa trẻ đều có một trải nghiệm quan trọng, cái mà chúng nhớ từng chi tiết nhỏ. Với tôi, đó là một buổi hòa nhạc tôi được dự khi mới tròn mười sáu tuổi. Hôm đó, Vladimir Ashkenazy, một nghệ sĩ piano huyền thoại của thế kỷ 20, cũng là người truyền cảm hứng và tình yêu âm nhạc cho tôi nhiều nhất, chơi ở Nhà hát Lớn. Tối đó, trời mưa to và lạnh buốt. Tôi đang ở trong một thời kỳ vô cùng tệ hại, nhiều lúc không có động lực để sống nữa. Các cơn cãi vã giữa tôi và bố mẹ, giữa bố và mẹ, giữa bố và bác, người cho nhà tôi vay nợ, ngày càng nhiều lên. Để tránh mọi chuyện trở nên be bét hơn nữa, tôi cố gắng có thành tích ổn ở trường và cảm thấy mình đang đánh mất bản thân vì không được làm cái mình muốn. Tôi chẳng ưa gì lớp tôi, mấy đứa nhà nghèo thì bị cô lập, bọn còn lại thì ganh đua nhau. Tôi có nhiều ý tưởng nghệ thuật, nhiều hoài bão, nhưng tôi không thể thực hiện được. Tôi không muốn mình phí thời gian cho trường lớp nữa, nhưng làm sao để bố mẹ chấp nhận?

Bước chân vào Nhà hát Lớn, tôi thấy ấm cúng và thân thương. Đây là nơi tôi cảm thấy gắn bó và nó có một chút thiêng liêng. Tôi ngồi tít trên tầng ba, không nhìn thấy mặt nghệ sĩ, nhưng chính vì thế mà tôi tập trung được vào âm nhạc. Khi những nốt đầu tiên của

*Giai điệu Hungary* của Schubert vang lên, tôi cảm thấy tất cả những buồn đau của mình được xoa dịu và bù đắp. Tôi được lay động nơi tâm can sâu thẳm nhất và cảm thấy chao đảo, một sự chao đảo đẹp đẽ. Giờ giải lao, tôi thu mình đứng lặng lẽ ở một góc. Ở phần hai, *Đêm trên núi trọc* của Mussorgsky khiến tôi cảm thấy nghẹt thở và cảm động muốn khóc. Tôi không muốn đêm nhạc kết thúc.

Trong năm sau đó, cuộc sống của tôi vẫn tiếp tục là ác mộng. Tôi ốm liên miên, tâm thần hoảng loạn sau mỗi lần cãi nhau với bố mẹ. Nhưng trải nghiệm này vẫn sáng lấp lánh bên trong tôi, và khiến tôi tràn đầy lòng biết ơn. Nó cho tôi động lực để nghiêm túc coi âm nhạc như một nơi tôi sẽ dồn hết sức lực vào, dù nó là sự nghiệp hay chỉ là một tình yêu âm thầm trong cuộc sống. Âm nhạc là thứ duy nhất giữ tôi lại, ngăn không cho tôi kết thúc mọi thứ, nuôi dưỡng tôi qua những chai sạn triền miên về tinh thần. Đôi khi, trong những giấc ngủ vật vờ, tôi bật nhạc trong tai nghe thật to để át đi tiếng bố mẹ cãi nhau, và hồi tưởng đến buổi tối ở Nhà hát Lớn hôm đó, cả không khí trong phòng hòa nhạc lẫn cơn mưa tầm tã đến tận đêm. Trong những ngày khó khăn nhất của tuổi mười sáu, mười bảy, âm nhạc của Brahms, Mussorgsky, Maurice Ravel giữ cho tôi ngủ yên.

Tôi không bao giờ quên được quãng thời gian này, nó vĩnh viễn là một dấu ấn buồn mà tôi cảm thấy nhức nhối mỗi khi nhớ lại. Tôi ước gì các em họ của mình, các bạn bè ít tuổi hơn không bao giờ phải trải qua những cảm giác tệ hại đó.

Đầu năm lớp Mười hai, tôi quyết định bỏ học để dành trọn thời gian cho việc sáng tác nhạc. Bố mẹ nổi cơn thịnh nộ, nói rằng tôi

“sương mà không biết đường mà sương.” Cho tới khi học bạ của tôi được rút ra thì không tuần nào không xảy ra chuyện giữa tôi một bên với bố mẹ và chị một bên. Tôi khóc triền miên, sức khỏe suy sụp, nằm sốt ở nhà và chỉ muốn được biến mất hoặc ngủ một giấc dậy thì trí nhớ bị xóa sạch. May sao, hồi đó tôi mượn tài khoản Paypal của chị để nhận thù lao của mấy việc *freelance* tôi làm cho vài dự án nghệ thuật đương đại, rồi người ta gửi mấy cái thiệp và catalog về nhà tôi. Thấy tôi làm được những chuyện như vậy, chị dụ lại. Mãi sau thì chị bảo bố mẹ, “Thôi, để cho nó tự chịu trách nhiệm về cuộc đời nó, con không đồng ý nhưng cũng không phản đối.” Sau này tôi biết thêm là một vị sư mà chị hay lui tới khuyên chị giải thoát cho tôi, và chị nghe theo. Ngày cuối cùng, tôi đứng cạnh cả lớp trong giờ thể dục trên sân trường và thấy mình không thuộc về nơi này. Đến giờ tôi vẫn thấy mình quyết định đúng, dù khá dị ứng với các bài báo tô hồng về chuyện sinh viên này sinh viên kia bỏ học để theo đuổi đam mê.

Sau khi nghỉ học, sức khỏe của tôi khá lên một chút, nhưng cảm giác bồn chồn và hoảng loạn vẫn không hết hẳn, nhiều buổi sáng tôi mất vài tiếng để rũ được các ác mộng ra khỏi đầu. Tỉnh thoảng sự hằn học của bố mẹ lại bùng lên. “Sau này mày sẽ phải hối hận. Lúc đó đừng có trách tao không bảo ban mày.” Giờ đây, cuộc sống của tôi vẫn rất khó khăn, với những trận cãi vã trong gia đình, sự cô độc, và trạng thái tâm lý yếu ớt. Những cơn hoảng loạn tấn công đột ngột khiến tôi sợ hãi mà tôi không thể nói cho mẹ vì mẹ sẽ bảo không muốn nhìn thấy “cái thái độ ấy” của tôi. Nhưng tôi thấy may mắn vì có thể làm được điều mình mong muốn. Thật may là sau

những chuyện như vậy tôi vẫn giữ được tình yêu với âm nhạc, không như chị họ tôi. Chị ấy cũng bị bắt vào Nhạc viện, tầm mười mấy tuổi thì ho ra máu và đổ bệnh vì *stress*. Tốt nghiệp Nhạc viện xong, chị quay ra làm truyền thông và không muốn liên quan gì tới âm nhạc nữa. Mấy năm qua, tôi tiếp tục tự học về nhạc điện tử và làm việc với các nghệ sĩ nhiều kinh nghiệm hơn. “Mày là thất bại của gia đình,” thỉnh thoảng mẹ vẫn nhìn tôi cho laptop vào túi, chuẩn bị ra khỏi nhà, và nói vậy. Sau khi tôi được mời tham gia vào một chương trình trao đổi quốc tế thì mẹ có vẻ bắt đầu có chút gì như là công nhận công việc của tôi, mặc dù mẹ vẫn không hiểu nó là cái gì. “Năm sau quay lại đi học nhờ?” Thỉnh thoảng mẹ vẫn gạ. “Hở? Hay là năm sau vào Nhạc viện?”

Hôm nào bố ở nhà thì sáu giờ sáng tôi sẽ bị thức giấc vì bố mẹ bắt đầu cãi nhau. Từ chuyện lớn như nợ nần tới chuyện nhỏ như là bố vấp phải cái quạt. Bố sẽ chửi bác tôi, tức là anh ruột của mình, rồi chửi sang vợ bác ấy, rồi sang các cô chú bên ngoài. Mẹ sẽ cãi lại để bênh. Bố sẽ nói, lũ em nhà mày thế này thế nọ, còn mẹ sẽ nói, anh nói thế nào, chúng nó làm gì đến nỗi thế. Từ lâu tôi đã tập không để ý tới cái đống âm thanh đó. Sau đó chị tôi dậy và mẹ sẽ mắng chị là bất hiếu vì chị không lấy chồng.

Đã có lần bố mẹ suýt ly dị, nhưng lại ở lại với nhau vì được khuyên là nên “nghĩ tới con cái.” Chị tôi vẫn tiếc, chị nói giá họ bỏ nhau sớm thì mình còn giữ được những hình ảnh tốt đẹp của hai người, mình không phải chứng kiến họ đối xử với nhau kinh khủng như thế nào. Có lần, khi bố mẹ đang chửi nhau rất kinh thì chị xen

vào, “Hay bố mẹ bỏ nhau đi?” Hai người im bật, rồi bố quay ra vạch chị, “Mày đừng làm tao điên lên!” Chị lại nói, “Những gì con chứng kiến ở bố mẹ khiến con không muốn lấy chồng đấy!” Hai người đờ ra, đầy tức tối, vẻ mặt hiện rõ câu hỏi, “Ơ, tao làm gì sai mà mày lại nói tao như thế?”

Tôi nghĩ là họ bất ngờ thật. Bố luôn nghĩ là mình đã làm hết trách nhiệm với con cái và hay tự khen về cách dạy con của mình. Mẹ nghĩ mình chỉ có hai thiếu sót: một là đã quá chiều nên tôi trở thành đứa kém cỏi trong giao tiếp, hai là không thuyết phục được chị đi lấy chồng. Mẹ không nghĩ rằng quan hệ lỏng lẻo giữa bố và mẹ là lý do chúng tôi cảm thấy không hạnh phúc.

Tôi không giận bố mẹ, tôi nghĩ họ là những người đáng thương. Họ đã dành cả tuổi trẻ và tuổi trung niên của mình ra để mặt sát nhau. Bố là người cô đơn, mặc dù ông giao du nhiều trong giới nhạc. Và ông bất hạnh, bất hạnh bởi sự căm ghét và thù hận bên trong mình. Từ nhỏ đến lớn tôi đã thấy quá nhiều sự hằn học trong gia đình mà tôi sẽ không thể nào quên. Bố không có mặt trong đám tang ông ngoại, không sang chúc Tết bà ngoại, cay nghiệt với mẹ khi mẹ chăm ông bà ngoại. Mẹ không bao giờ nói điều gì tốt đẹp về bà nội, dù bà đã mất hơn hai mươi năm.

Mẹ cũng cô đơn, nên mẹ bầu vú vào con cái, theo nghĩa đen luôn. Mẹ không chịu đựng được việc ở nhà một mình, lúc nào cũng phải có người bên cạnh. Những đợt mà chị đi công tác, tôi cũng phải đi diễn, thì mẹ sẽ chì chiết là chúng tôi không bao giờ biết nghĩ tới mẹ, không biết làm trọn đạo làm con, toàn đi lo chuyện bao đồng bên ngoài. Chị và tôi nói với nhau là mẹ muốn chúng tôi ở bên,

nhưng mẹ không thực tâm muốn gần con cái. Tôi đã ngừng chia sẻ nội tâm của mình từ lâu. Tôi có nói ra được một câu thì sẽ bị cắt lời và bị bắt nghe những lý lẽ tràn giang đại hải.

Có hôm tôi nói với mẹ là những mâu thuẫn trong nhà đã khiến tôi bị tổn thương vô cùng. Mẹ lại tưởng tôi khóc vì chuyện yêu đương. Tôi phải nói thẳng một lần nữa, rất rõ ràng, là mình khóc vì chuyện trong gia đình. Đến lúc này mẹ vẫn không chấp nhận là bố mẹ đã làm đau hai đứa *con như* thế nào, vẫn không thừa nhận trách nhiệm của mình. “Ôi giời! Nhà nào chả có mâu thuẫn. Cãi nhau qua lại là chuyện bình thường.”

Tuần trước, tôi quay lại Nhà hát Lớn để tham gia một đêm diễn. Tôi vào nhà hát rất lâu trước khi chương trình bắt đầu, ngồi một mình giữa các hàng ghế trống, cảm nhận sự bình yên và thiêng liêng. Tôi không hề tiếc nuối những đánh đổi của mình để được sống như hôm nay. Con cái không có trách nhiệm làm theo kỳ vọng của bố mẹ. Tôi thấy may mắn là giờ đây tôi có sự độc lập để tự quyết mọi thứ. Bố mẹ không thể ra lệnh cho tôi là tôi phải làm gì, phải sống như thế nào được nữa. Cuộc sống trước mắt tôi không đơn giản. Hết buổi diễn, tôi vẫn phải về nhà. Tôi vẫn mang trong mình đầy những tổn thương từ quá khứ, nhiều khi tôi ước mình xóa được những kỷ niệm tuổi thơ ra khỏi đầu. Nhưng trong buổi tối đó, tôi có cái để nương tựa vào, có nơi chốn để tôi có thể thực sự gọi là nhà, nơi tôi được là chính mình. Tôi có âm nhạc. Tôi không thay đổi được những chuyện đã xảy ra nữa, tôi chỉ biết cố gắng sống tốt nhất có thể với những thứ mình đang có.

M.H.

Tôi nhìn vào gương và nhìn mặt trước một kẻ xa lạ trong bộ váy và cái áo vét công sở, thứ mà tôi vốn dị ứng. Từ một năm nay tôi là thông dịch viên cho các quan chức trong một cơ quan nhà nước. Tháng trước, sếp của tôi yêu cầu tôi thay đổi phục trang cho “đứng đắn” và để “giống những cán bộ công chức khác.” Giờ đây, bộ y phục này chứng thực cho sự quy hàng và phục tùng của tôi.

Công việc của tôi khiến bố mẹ tự hào vì cho nó là “danh giá”, nhưng chỉ nhắc đến nó thôi, tôi đã bị nôn nao khó chịu. Mỗi buổi sáng tôi chật vật thoát ra khỏi giấc ngủ để đối mặt với một ngày mới, ngực như bị một tảng đá vô hình đè lên. Như thường lệ, mẹ nhăn nhó và cắn năn cái gì đó. Có lẽ cắn năn là cách bà thừa nhận sự có mặt của tôi sau một đêm, khi bà không thể dịu dàng để chúc tôi một buổi sáng tốt lành. Tôi cay đắng chấp nhận cách chào của bà, dắt xe ra khỏi nhà, trong đầu vẫn âm vang những lời nhiếc móc của mẹ. Giận dữ trời dậy khiến tôi bóp chặt cái ghi đông xe máy. Vì sao tôi phải trang điểm, bóng bẩy, cố tỏ ra mình là một món hàng có giá trị, nếu như chính người rút ruột để ra tôi cũng không chấp nhận đứa con của mình? Nếu như bên trong tấm thân tôi là một sự trống rỗng?

Ánh mắt mẹ bám chặt vào lưng tôi, tôi biết trong nó có thương cảm và khó chịu, bối rối và đòi hỏi. Con giận trong tôi qua đi, chỉ còn lại cảm giác trì trệ. Giữa chúng tôi là một vũng lầy ngăn cách, sợi dây liên kết giữa hai người đã đứt từ bao giờ.

Ở cơ quan, tôi dịch chuyển, gập gối, hộp hành, vùng vẫy bơi

trong đồng tin viber, email, tài liệu này, tài liệu kia, phiên họp này, hội thảo nọ. Tôi ốp những thanh sắt vô hình lên người để đứng thẳng, đầu ngẩng, cằm đưa ra phía trước. Tôi cố gắng không khụy xuống, nhưng công việc này quá sức của tôi. Sếp của tôi độc địa, mỗi khi tôi mắc lỗi, ông ta đảm bảo là những người khác biết chuyện.

Buổi trưa, một đồng nghiệp lớn tuổi hát hàm về phía tôi và nói với một nhân viên mới, nửa đùa nửa thật. “Đừng có giống chị ấy nhé, mãi mà vẫn lập bà lập bập, ha ha.” Tôi cố mỉm cười bình thản. Cuối giờ làm, tôi đến chỗ hẹn Hương, người bạn cùng đam mê âm nhạc của tôi, cái khẩu trang dẫm nước mắt. Từ trước tới nay, thành tích là thứ duy nhất mà tôi có thể dùng để được bố mẹ yêu thương, để chứng tỏ mình không phải đồ bỏ. Giờ đây, ngay cả thành tích tôi cũng không có nữa.

Nhưng người đồng nghiệp lớn tuổi kia có lý. Tôi không sống chết với công việc, không quên ăn quên ngủ với nó như tôi vẫn làm với âm nhạc. Sự vất vả không là gì cả nếu như tôi yêu thích điều mình làm. Nhưng tôi không muốn ở thêm một ngày nào nữa trong cái môi trường này. Tôi không thuộc về nó.

Về tới nhà, tôi nằm bất động trên giường, nhìn vô hồn lên trần nhà, rồi cuộn lên cuộn xuống Facebook và Tumblr như mất trí dù không muốn chuyện trò với ai. Bên trong tôi, sự trống rỗng đang ăn mòn, gặm nhấm. Những ngày tháng thân thương của tôi đâu rồi? Những ngày tháng tôi vô tư lang thang trên phố phường, hay cuộn tròn trong chăn nghe Pink Floyd, hay cùng lũ bạn bập bùng guitar? Vì sao tôi phải bán quãng thời gian tươi đẹp nhất của cuộc đời mình

để đổi lấy “thu nhập ổn định”? Vì sao tôi để niềm vui và khát vọng sống trôi qua kẽ ngón tay mình?

Trong bữa tối, bố mẹ lại cau mày, lắc đầu, trách cứ tôi kém cỏi và lười nhác. Tôi chỉ biết nuốt nước mắt vào trong.

Nguồn thu nhập của tôi được chia làm ba phần, tôi giữ một phần, đưa mẹ hai phần, nhờ đó mà bố mẹ bắt đầu đi du lịch, rồi sắm sửa đồ đạc nợ kia. Trước kia, mỗi khi cái toilet hay bồn nước hỏng thì sẽ phải đợi lâu rồi mới sửa được. Bố phụ việc chụp ảnh, thu băng đám cưới, mẹ bán hàng vải. Sau khi đi xuất khẩu lao động về họ có một chút tiết kiệm, nhưng từ khi phải gom lại trả nợ cho một người cô trong họ thì trong nhà hầu như không còn đồng nào.

Chính bố mẹ là người đưa tôi vào hoàn cảnh hiện nay. Sau khi tốt nghiệp đại học, tôi đang dạy tiếng Anh ở một trường đại học và rất thích làm việc với sinh viên thì một người bạn bố mách là ở cơ quan chú ấy sắp có đợt thi tuyển. Nếu được nhận, thu nhập của tôi sẽ tăng gấp mấy lần.

Tôi nói với bố mẹ là mình đang hài lòng với công việc.

Có một khái niệm là *gaslighting*, nghĩa là thao túng tâm lý, tạo cảm giác có lỗi cho người khác nếu họ không làm theo ý mình. Đó là điều bố mẹ làm.

“Không thi thì sẽ chết đói,” bố nói. “Mày có muốn bố mẹ được nở mày nở mặt không, hay muốn cả nhà chết đói?”

Tôi không nói gì, tôi nói được gì bây giờ? Có ai muốn bị cáo buộc là kẻ làm cả nhà chết đói?

Bố tiếp tục lần tới, “Mày chỉ nghĩ đến bản thân thôi à? Đồ bất hiếu...”

Tôi ngồi đó và căm ghét mình nhu nhược, không dám lên tiếng.

“Thế bây giờ mày không thương bố mẹ hay sao?”

*Khóc giàn giụa một lúc lâu*

Tôi đầu hàng và nộp hồ sơ. Đáng nhẽ phải để giấy trắng hoặc làm bài nhố nhăng hôm thi tuyển, nhưng tôi lại không làm thế được. Tôi không thể làm mất mặt bố mẹ. Tôi đổ vòng thi viết, rồi đổ vòng phỏng vấn, và rồi tôi thấy mình ở trong cái môi trường mà tôi căm ghét này.

“Làm công chức thì cuộc sống mới ổn định, đi làm một thời gian rồi lấy chồng, có con,” đó là điều bố mẹ mong muốn ở tôi. Nhưng tôi muốn đi tìm một ý nghĩa cho cuộc sống, một cái gì đó nhiều hơn cái lộ trình “ổn định” được vạch sẵn kia. Có một lần tôi nói điều này cho mẹ, mẹ phẩy tay như đó là một thứ ngớ ngẩn và bệnh hoạn.

Nhưng nhà lầu xe hơi, vênh vác trưng trở của cải để làm gì trong khi người ta bị tước quyền lựa chọn và tự quyết. Làm sao mà tôi có thể vui vẻ hạnh phúc trong một nhà tù? Cái chỗ làm “ổn định” này sẽ biến tôi thành một *zombie*, không còn khả năng cảm nhận, cảm xúc, chí còn sự chai sạn.

Tôi đã tự sát hụt một lần vào hồi lớp Mười hai. Lần đó tôi làm đầu, cắt tóc ngắn ngang cằm và uốn cụp vào trong một tí. Cho đến giờ tôi vẫn không biết vì sao bố lại nổi cơn thịnh nộ như vậy. Bố mắng tôi là bất hiếu, không biết thương bố mẹ. “Con cái thế thì thà mày

chết đi còn hơn.”

Khi đó tôi không còn nhỏ nữa, nhưng tôi vẫn tin vào điều bố nói, tôi tin là mình không nên sống tiếp, mình không những là một thứ không có giá trị gì, mình còn là thứ đáng để người khác ghê tởm.

Nhà tôi luôn có sẵn thuốc ngủ, vì bà tôi bị mất ngủ. Tôi uống nguyên một vỉ Seduxen. Khoảng một tiếng đồng hồ sau, bản năng sống trỗi dậy, tôi chạy vào toilet móc họng nôn ra. Ở tầng dưới mẹ nghe thấy và chạy lên. Linh tính, mẹ chạy ra bới cái thùng rác và thấy vỉ thuốc. Mẹ gào lên, “Ói giờ ơi! Tao đẻ mày ra mà bây giờ mày lại giả công, mày báo hiếu tao như thế này đây...” Thấy ồn ào, bố cũng chạy lên. Bố sốc mất một lúc, rồi giận tím tái người và chửi rủa còn gay gắt hơn. “Mày là loại con mất dạy, mày giả công bố mẹ như thế này đây, tao thà không có mày còn hơn!” Rồi bà lên, bà ngồi phịch xuống, đập tay xuống giường, “Ói giờ ơi! Cái nhà này vô phúc...” Tôi ôm cái bồn rửa mặt, nước mắt giàn giụa lẫn với dãi rớt lòng thòng. Mẹ đánh tôi mấy cái, dúi đầu tôi xuống bắt nôn thêm, rồi đưa tôi đến bệnh viện. Người ta cho tôi súc ruột, tất cả ruột gan lộn hết từ trong ra ngoài, rất là sợ. Trên taxi về nhà, không ai nói gì. Trên ghế sau, tôi nửa tỉnh nửa mê, mọi thứ xảy ra quá dồn dập. Trong tôi là một cảm giác kinh khủng, không phải là mệt, không phải là buồn, mà là một thứ vô nghĩa khiến tôi rỗng không.

Hôm sau, mọi người tiếp tục im lặng tới tối thì chỉ tay vào mặt tôi, “Mày làm cho cả nhà phát rồ phát dại lên. Mày làm thế nữa thì tao từ mày, tao đuổi mày ra khỏi nhà.” Tôi cảm thấy tội lỗi vì mình không phải là người bình thường, mình đã làm phiền mọi người. Chuyện trôi qua, không ai nhắc tới nó nữa, mọi người coi nó không tồn tại.

Chắc họ coi đó là một điều nhục nhã.

Không ai hỏi tôi vì sao tôi lại làm như vậy, tôi có cần giúp đỡ gì không.

Mùa xuân vừa rồi, tôi tới Bệnh viện Bạch Mai. Tôi muốn biết mình bị cái gì. Ý nghĩ của tôi hay hướng tới việc kết thúc mọi thứ một cách nhanh nhất và êm thấm nhất. Tôi tránh các kết nối xã hội và mất niềm tin là người khác có thể chịu đựng được mình, chứ đừng nói là thấu hiểu. Áp lực ở cơ quan khiến nhiều khi tôi phải vào toilet để nôn ọe. Về nhà, tôi ăn vô độ để lấp đầy chỗ trống trong lòng. Tôi có cảm giác mình không phải là người mà chỉ là bóng ma phản chiếu kỳ vọng của bố mẹ và của sếp. Tôi kinh ngạc và có phần ghen tức khi ai đó nói rằng họ hạnh phúc và bàn về tương lai một cách phấn khởi. Tôi cười thầm mỉa mai khi ai đó than thở về nỗi buồn. Các người thì biết gì về nỗi buồn? Các người đã bao giờ chìm sâu xuống đáy đến nỗi không còn nghe thấy tiếng gọi của nhân gian chưa?

Trong phòng khám tôi khóc sụt sướt. Cô bác sĩ chẩn đoán trầm cảm, trông cô rất lo âu, mặt cô cau lại. Họ giữ hồ sơ của tôi lại, bắt tôi phải gọi điện về nhà thông báo và mời người nhà tới để tôi nhập viện hoặc có biện pháp can thiệp ngay tại chỗ. Tình trạng của tôi nguy cấp như vậy đó. Tôi phải nói dối là bố mẹ đang đi vắng xa, rồi bằng cách nào đó tôi lấy được hồ sơ bệnh án về. Tôi ngồi trong phòng đợi, gọi cho Hương, khóc lóc, cái bệnh án cứ run bắn lên trong tay. Tôi cảm thấy rất tệ khi phải làm phiền Hương vì hoàn cảnh của nó cũng đầy khó khăn rồi, nhưng tôi thấy mình ở đường cùng.

Sáng hôm sau tôi cáo việc nhà xin nghỉ ở cơ quan, để cái hồ sơ bệnh án lên bàn, rồi tới nhà một người bạn. Lúc đó ý nghĩ duy nhất trong đầu tôi là làm thế nào ngăn chặn được việc mình tự hủy hoại bản thân. Tôi cần một nơi trú ẩn, cách xa cái không gian khiến tôi bị khủng bố tinh thần. Suốt mấy ngày, bạn chăm sóc tôi chu đáo và làm một việc rất đúng là không cho bố mẹ liên lạc với tôi trong lúc tâm lý tôi chưa ổn định lại. Trong thời gian đó, mẹ liên tục gọi điện, van xin tôi về nhà, nói là mẹ đang ốm lắm rồi, cần tôi về để chăm sóc.

Khi tôi về, thái độ của bố dịu xuống, nhưng dư chấn của cuộc khủng hoảng vẫn còn, bên trong tôi là một lỗ hổng tan hoang. Giờ đây, không chửi mắng nữa, nhưng bố nói tôi đứng núi này trông núi nọ, cả thèm chóng chán, không nỗ lực, không có ý chí. “Một tí khó khăn như thế thì có gì mà không vượt qua được, hồi xưa bố đi phụ hồ từ mười lăm, mười sáu tuổi...” Mẹ thì tỉ tê, “Nghĩ kỹ đi, cố ở đó rồi tìm một suất ra nước ngoài, sẽ có nhiều việc thơm lắm, đừng có về trường, về trường thì nghèo.”

Tôi không đủ dũng cảm để bỏ việc, đối đầu với gia đình. Tôi bị bế tắc, tê liệt.

### *Khóc một lúc lâu*

Hồi mười ba tuổi, ngây ngô, vụng dại, với một tâm hồn chưa bị giày xéo, tôi viết bản nhạc đầu tiên để tặng cậu bạn cùng lớp mà tôi đem lòng thích. Đến giờ tôi vẫn còn nhớ giai điệu và vòng hợp âm của bài hát. Tôi cũng vẫn nhớ cảm giác đau đớn khi cậu ấy đạp xe ngang qua mà không có một lời chào như mọi khi. Lần đầu tiên tôi

biết tới sự phũ phàng giữa người với người. Bài hát đó ghi dấu một kỷ niệm buồn nhưng cũng mở ra cho tôi một cánh cửa. Giờ phút đưa được những giai điệu trong đầu trở thành một bài hát hoàn chỉnh, tôi biết mình đã có được một lối đi riêng để giải phóng cảm xúc, nuôi dưỡng bản thân. Sáng tác nhạc không chỉ mang lại khoái lạc, mà còn cả khổ hạnh, vật vã, nhưng may mắn cho tôi, tôi còn có cái để bầu bạn, có nơi để trú ẩn vào. Trong những khoảnh khắc của tuyệt vọng và suy sụp, khi chẳng còn gì có ý nghĩa, âm nhạc kéo tôi ở lại.

Năm cuối đại học, nhóm bạn chúng tôi lập một ban nhạc *indie*, tôi hát và chơi guitar bass. Dù ít người để ý tới cây bass nhưng tôi thích nó, nó giống cái xương sống để âm nhạc của mình tựa vào. Không ngờ sang năm sau chúng tôi được Hương mời đi diễn. Từ đó tôi và Hương thân nhau, ngày nào cũng nói chuyện. Chúng tôi đồng cảm vì có hoàn cảnh gia đình giống nhau. Rồi các show khác tiếp tục, Hanoi Rock City, Cafe thứ Bảy. Hương dẫn tôi tới loại nhạc thể nghiệm. Lúc đầu tôi chỉ thấy tiếng ồn, tiếng rè, một mớ âm thanh hỗn tạp. Tôi tự nhủ, thế này mà cũng gọi là âm nhạc à. Nhưng một thời gian sau tôi bị nó đánh gục hoàn toàn. Nó thấm vào mình lúc nào không hay.

Ban nhạc tan rã, nhưng giờ đây âm nhạc đã trở thành một phần máu thịt của tôi, tôi vẫn viết nhạc, chơi piano và đi diễn solo hoặc cùng với một hai người bạn nữa. Âm nhạc là nơi tôi được là chính mình, nơi tôi có thể trung thành với bản thân, không có nghĩa vụ phải chiều lòng ai, nơi tôi có được sự bình yên và thấu hiểu, tìm được tiếng nói đã bị bằm giập của mình. Âm nhạc giúp tôi biểu đạt

cả nỗi thống khổ lẫn niềm vui le lói của một kẻ vốn yêu cuộc sống tha thiết nhưng bị đày ải. Tôi đã cảm động ứa nước mắt khi dõi theo nhạc sĩ Robert Frobisher trong phim *Cloud Atlas*, ông viết bản *sextet* đến quên cả ăn ngủ, da vàng bủng, mắt thâm quầng, bên cạnh là miếng bánh thiu thối đã có giới. Giữa những hình ảnh đầy rẫy mầm mống của cái chết, bản nhạc ấy bừng sáng, ánh sáng của sự sống. Sự sống không phải là những chiếc xe tiền tỷ, không phải cái guồng quay khổng lồ lạnh lùng chế ngự mà không ai dám thoát ra, sự sống là khi cảm xúc được trao tặng hình hài thông qua lao động. Tối hôm xem phim xong, tôi ngồi xuống và viết một bức thư cho chính mình ở thời tương lai. Tôi viết rằng tôi hy vọng thế giới này vẫn còn có chỗ trú ẩn cho những người như chúng tôi, tôi bây giờ và tôi lúc đó.

Oái oăm thay, việc tôi đem tiền về nhà lại khiến bố tôi mặc cảm hơn. Bố bị mọi người bên nội coi thường. Có lần tôi nghe thấy cô tôi nói với bố, “Suy nghĩ của anh thì chẳng cao hơn ngọn cỏ.” Cô tôi khá giàu, cô làm phiên dịch cho một công ty bảo hiểm, có lẽ đó là lý do khiến bố tôi khao khát tôi đi vào nghề này.

Khi không được tôn trọng thì người ta sẽ có hai phản ứng. Hoặc người ta trở nên nhu nhược, rụt vào trong cái vỏ ốc của mình. Hoặc người ta trở nên tức giận, căm ghét, thù hận chính mình và người khác. Bố có nhiều năng lượng xấu và vô thức ông trút nó lên tôi. Bố mâu thuẫn. Một mặt bố khoe với tất cả hàng xóm nơi làm việc của tôi, giống như trước kia bố đã khoe tôi được giải tiếng Anh hay là thủ khoa đầu ra đại học. Thậm chí bố còn share lại cái clip buổi tôi diễn ở Cafe thứ Bảy, mặc dù bố không muốn tôi làm nhạc và vẫn

phàn nàn sao tôi “không làm cái gì ra tiền.” Mặc khác, những lúc điên lên bố mĩa mai, “Mày tưởng mày kiếm ra đồng tiền mà to à?” và ném vào tôi những cái nhìn vừa tức giận, bất lực, vừa trống rỗng, lạnh lẽo. Tôi nghĩ chính bố cũng cần được đi khám tâm lý, bố cũng bị tổn thương. Mẹ tôi cũng hay nói, “Bố mày điên rồi!”

Mẹ không ở được một mình, mẹ cần tôi bên cạnh. Mẹ cô đơn và thiếu thốn tình cảm. Tôi là chỗ dựa tinh thần, là niềm tự hào của mẹ, mẹ cũng trưng tôi ra bên ngoài như một cái huy chương. Bố mẹ không cãi nhau nhưng mẹ nhẫn nhục chịu sự chỉ huy, phán xét của bố, và chẳng bao giờ dám lên tiếng. Ngày xưa, Chủ nhật chúng tôi hay lên nhà ông bà nội ăn cơm, và lúc về mẹ hay khóc. Mẹ phải vào bếp làm mọi thứ, từ nấu nướng tới rửa bát, dọn dẹp, không ai giúp mẹ cả. Bố biết là mẹ bị đối xử vậy, nhưng bố nghèo, bố không nói được ai. Mỗi khi nhà ông bà hay các cô bị hỏng ống nước, máy bơm thì họ lại gọi bố lên sửa mà chẳng nói một lời cảm ơn. Nhưng bố nhận trợ cấp của họ thì không thể từ chối được. Bố cũng cô đơn vì bố mặc cảm, không dám giao du với những người bạn cũ nay đã thành đạt. Thực ra bố là người tư duy tốt, bố học chuyên văn nhưng chẳng may trượt đại học, rồi bố sang Đông Âu xuất khẩu lao động và gặp mẹ bên đó. Bố luôn nói là số phận nó vậy rồi, an bài rồi, nhưng tôi biết bố cảm thấy tiếc nuối cho cuộc đời mình.

Nhiều lúc tôi căm ghét bố mẹ đã đặt lên vai tôi những áp lực, nhưng những lúc khác tôi không thể ghét họ được. Tôi thương bố mẹ tôi, một tình thương đầy sợ hãi, tuyệt vọng và bế tắc. Tôi biết bố mẹ thương tôi, một tình thương đầy kỳ vọng, một tình thương làm đau nhau hơn là nuôi dưỡng nhau.

Chín giờ tối, tôi dịch câu cuối cùng của bài phát biểu trong bữa tiệc tiếp một phái đoàn người Mỹ, rồi tắt mic, ngồi bất động. Tiếng vỗ tay của quan khách vẳng vào trong cabin.

Tôi đang hy sinh, hay tôi đang hèn nhát? Tôi phải chấp nhận trả giá để đem lại tiền và niềm tự hào cho bố mẹ, kể cả khi tôi bất hạnh? Đó là trách nhiệm của tôi, hay tôi có quyền khước từ nó? Chính tôi có lỗi khi tôi không hạnh phúc? Tôi ôm đầu. Hương rất dũng cảm, Hương cưỡng lại gia đình, không thi vào Nhạc viện. Tôi vừa muốn được như Hương, vừa không muốn làm tổn thương bố mẹ. Tôi là hy vọng cuối cùng của họ, liệu tôi có quyền làm họ thất vọng? Nhưng áp lực công việc và môi trường chán ghét này đã khiến tôi trở thành con người cáu bẳn, độc địa, trầm uất. Tuần trước, tôi ngồi đợi Hương ở Lotteria với đồng thuốc trầm cảm để hỏi Hương về tác dụng phụ của chúng. Trước đó tôi đã khóc nức nở trong phòng khám của bác sĩ tâm lý. Tôi và Hương ngồi im lặng bên nhau, rồi tôi chở Hương về, cốt để gần nó thêm được một lúc.

Có giọng nói thì thào vào tai tôi, “Chấm dứt tất cả đi, chấm dứt cái sự khốn khổ, mặc cảm, tự căm hận của mày đi. Giải phóng mày khỏi đau đớn đi.” Sẽ chẳng bao giờ có ai ngồi xuống trò chuyện với tôi, thông cảm với tôi, sẽ chỉ có oán trách, phán xét, đòi hỏi và kỳ vọng. Nghĩ đến cái chết khiến tôi tạm khuây khỏa đầu óc. “Tất cả rồi cũng sẽ kết thúc thôi, có gì đáng bận tâm đâu.” So với khoảng không hư vô mà ai cũng phải đi vào thì mọi đau khổ có nghĩa lý gì đâu.

Trong lúc đó, một giọng nói khác, âm áp, mềm mại, gọi tên tôi, nhắc nhở tôi vẫn đang thở, tôi vẫn đang sống, nhắc tôi ngoi lên trên.

Hai giọng nói giằng co nhau khiến đầu tôi đau như búa bổ.

Những nốt nhạc đầu tiên của bản *What a Wonderful World* vang lên, và những người Mỹ trong phòng tiệc bỗng lặng đi. Không phải chỉ vì được nghe bản nhạc gần như quốc hồn quốc túy của họ ở một đất nước xa lạ, mà có lẽ còn bởi người chơi đàn phải là một kẻ từng trải, anh ca ngợi cuộc sống này sau tất cả những đau thương mất mát, sau mọi cùng khổ và gian nan. Phải là một người có tâm hồn như thế nào, có tấm lòng như thế nào, mới thốt lên được câu nhạc “Thế giới này tươi đẹp làm sao” một cách chân thành dung dị mà lại khiến khán giả xúc động đến thế. Trong phim *Good Morning, Vietnam!* bài hát này vang lên cùng những cảnh máu đổ, bom rơi đạn lạc, làng xóm bị phá hủy, những đoàn người biểu tình, những người vô gia cư trên đường phố.

Tôi chùi một giọt nước mắt. Trong giây phút này, âm nhạc giúp tôi hiểu được rằng cuộc đời này vẫn đẹp, theo cách riêng của nó.

Nhưng khoảnh khắc này kéo dài bao lâu. Qua đêm nay, một ngày mới sẽ lại bắt đầu. Ngày mai, tôi sẽ ra sao?

## 13. “TÔI TÌM MỌI CÁCH ĐỂ BẢO VỆ TÌNH YÊU”

(Trang, 21 tuổi, nữ sinh viên ngành Công tác xã hội)

Tôi tỉnh dậy trước em người yêu. Hôm đấy là ngày đầu tiên chúng tôi được trọn vẹn ở bên nhau. Chúng tôi thuê một cái *homestay* ở phố cổ, buổi trưa hôm trước lấy phòng thì buổi chiều tôi vẫn phải đi dạy thêm tiếng Anh, tối chúng tôi mới có thể đi ăn cùng nhau, rồi về phòng, tắt đèn, mở nhạc, ôm nhau trên giường. Em nắm tôi, “Chị *hot* lắm, chị xinh...”, rồi gí mũi vào mặt tôi, gâu gâu như một con cún nhỏ. Em mười chín tuổi, kém tôi hai tuổi. Tôi vuốt mấy lọn tóc của em rồi cúi xuống, nhắm mắt hít hà thật sâu hương vị thơm nơi cổ em.

Tôi là người yêu say mê và mãnh liệt, từ nhỏ đã vậy. Hồi lớp Mười thì tôi bắt đầu ý thức được là mình thích con gái. Trước đó tôi có thích một đứa con trai, hay cùng làm bài tập và nhờ nó giảng bài. Nhưng hóa ra là tôi chỉ ngưỡng mộ vì nó học giỏi. Nên là khi tôi được vào đội tuyển mà nó trượt thì tôi ngưng thích nó luôn. Thích con gái thì là một cảm giác rất khác, một cái gì rất kỳ diệu, tôi không diễn tả được. Hồi đó, tuần mấy buổi trưa tôi đạp xe tới nhà một bạn để phụ đạo tiếng Anh. Sáu ki lô mét đi, sáu ki lô mét về giữa trời nắng, nhưng tới nơi chỉ cần thấy bạn ấy cười một cái là bao nhiêu mệt nhọc đều tan biến. Một ngày cuối hè năm đó, khi tôi đang thu dọn sách vở thì bạn ấy thông báo là đã có người yêu, rồi vô tư kể chuyện bạn trai. Tôi vẫn cố gắng mỉm cười, nhưng trong lòng đau

khổ. Những buổi dạy sau đó như cực hình với tôi. Sang năm học mới thì may quá, bạn ấy chuyển trường.

Hồi đó tôi thấy rất khó hiểu. Bạn nữ kia đâu có giỏi môn nào đâu, mà sao tôi vẫn thích?

Năm sau, tôi thích một bạn nữ khác, điên cuồng và đau khổ. Mỗi lần nó rủ tôi đi chơi là tôi sung sướng từ mấy hôm trước, rồi chuẩn bị mọi thứ tươm tất. Tôi ngồi đằng sau xe, trong lòng như thấy nở hoa, sướng lắm. Có hôm thấy ảnh nó chụp chung với một đứa nữ khác, hai đứa chụm đầu vào nhau, tôi chạy ra hành lang trường, khóc như một con điên. Đến giờ tôi vẫn nhớ cảm giác người mình vỡ vụn ra, như một tấm kính bị ném xuống đường, tung tóe thành hàng ngàn mảnh. Chính xác trong lòng tôi cảm thấy như vậy luôn. Tan nát. Một con bạn bảo tôi, “Mày điên à, thôi mày đừng có thể nữa.” Tôi bảo, “Tao cũng muốn lắm nhưng mà nó không hết được, mày ạ.”

Hồi đó tôi cũng nghĩ đó là một thứ bệnh. Mẹ tôi thì bảo chắc là tôi nhầm lẫn thế nào, rằng các bạn nữ quý nhau thì thích ôm ấp, rằng có thể là tôi cô đơn. Mẹ đưa tôi đi chùa, cúng bái, xin lộc đủ mọi nơi. Lúc đó tôi còn tin tưởng mẹ lắm, cái gì tôi cũng kể cho mẹ. Đó là sai lầm cay đắng của tôi, sau này thì tôi biết vậy.

Hết học kỳ một thì không chịu được nữa, tôi nói với con bạn, “Ê mày, tao thích nó quá, tao tỏ tình với nó đây”. Nó bảo, “Mày điên à, tao đổ mày đấy”. Tôi rút điện thoại ra nhắn, “Tớ thích cậu, mặc dù tớ biết cậu sẽ không thích tớ theo cách tớ thích cậu, nhưng tớ vẫn thích cậu theo cách của tớ.” Tôi cũng bất ngờ về độ máu chiến của mình.

Bạn kia *block* tôi chừng một tuần. Tuần đó, tôi như một con *zombie* mất hồn, không làm được gì cả. Sau đó tôi xin lỗi và giả vờ là tôi thích nó vì nó học giỏi.

Đến năm nhất đại học thì tôi chấp nhận bản thân. Nó là cả một quá trình. Tôi đọc sách, tìm hiểu, rồi thấy đỡ hoang mang hơn, mình dễ chịu với mình hơn. Tôi làm tình với một chị hơn hai tuổi để xem mình có thực sự ham mê tình dục với nữ không, và thấy thích. Mặc dù lần đầu bị đau nhưng tôi ráng chịu vì tôi muốn người mình yêu hạnh phúc. Tôi thấy tình cảm mình dành cho các bạn nữ là thật, không có gì nhầm lẫn, không có gì sai trái cả. Nó chính là bản thân tôi. Tôi không tự lên án mình nữa.

Mối tình với chị ấy kéo dài một năm, một tháng và mười ngày; nó khiến tôi lớn hơn hẳn, già dặn hơn hẳn. Chúng tôi trải qua rất nhiều thăng trầm, trong đó có sai lầm là tôi *come out*\* với gia đình.

Hôm đó là ngày mùng Tám tháng Ba. Buổi trưa, vì cái gì đó mà tôi không nhớ, mẹ và tôi cãi nhau rất ghê. Tôi đứng lên, ném cái rổ rau xuống đất, bỏ đi. Đằng sau, mẹ gào lên, con kia, mày quay lại ngay, nhưng tôi kệ. Tôi gọi điện cho chị người yêu, khóc lóc. Mặc dù nhà ở xa nhưng chị ấy phi ngay tới. Chúng tôi đi lòng vòng ngoài đường, rồi dừng lại để tôi mua hoa cho mẹ. Giận lên thì cãi nhau, nhưng tới thời điểm đó tôi vẫn tin mẹ, vẫn muốn thể hiện tình cảm của mình với mẹ.

Buổi tối, tôi mang bó hoa về. Ở phòng khách có mẹ, dì và đứa con gái dì, trạc tuổi tôi - nó thì đã biết thừa tôi là đồng tính.

Tôi đưa hoa cho mẹ, rồi xin lỗi về chuyện buổi trưa. Mẹ không

bao giờ nhận sai và xin lỗi, nên tôi luôn phải là người xin lỗi trước. Tôi muốn có hòa khí trong nhà nên chiều mẹ, chấp nhận để mẹ thắng. Tôi ngồi xuống cái sofa và nói:

“Mẹ ơi con có người yêu rồi.”

Tôi không rõ tại sao tôi lại làm chuyện đó. Sau này con em họ bảo là nó bị sốc, “Tôi không hiểu tại sao bà lại làm vậy.” Tôi đoán là mình có cái khao khát để gia đình hiểu mình, gần mình, lắng nghe, chia sẻ.

Dì tôi tươi cười, “Chúc mừng nhé, thế là đổi đời nhé! Cuộc sống đại học khác chưa?”

Tôi lại bảo, “Người yêu con là con gái ạ.”

Mặt mẹ nguệch ra, không rõ là mỉa hay là cười. “Ồi giờ ơi, tao biết ngay mà.” Tôi không biết nên hiểu câu này như thế nào. Có thể là mẹ đã biết từ lâu và giờ đây không có gì ngạc nhiên hay thấy quan trọng nữa?

Mẹ không nói gì nữa, trong khi dì tôi quay ra hỏi liên tục. “Sao con biết là con thích con gái? Chị ấy là ai? Con đã có trải nghiệm này với ai khác chưa?” Tôi kể hết, cả thân thể lai lịch của chị người yêu. Đến mười một giờ thì dì bảo, “Thôi muộn rồi đi ngủ đi, lúc khác nói tiếp.” Không ai gay gắt. Tôi đã nghĩ là chuyện được mọi người chấp nhận.

Tôi đã bảo là tôi ngây thơ, tôi tin tưởng người nhà quá mà.

Ngay sáng hôm sau, các đồng nghiệp trong công ty cũ của mẹ biết chuyện. Tôi không thể hình dung được! Chuyện riêng tư của tôi! Đến tối thì các dì các thím, các cô chú hai họ, kể cả những người ở nước ngoài, cũng biết hết. Một cậu đang là giảng viên đại

học ở Thái Lan khuyên mẹ, “Chị phải rèn nắn con Trang đi, nó mới đang yêu đương, nó vẫn điệu đà, tóc dài, vẫn còn nữ tính, nó đang ở *level* một thôi. Đến lúc nó lên *level* cao hơn là nó đòi đi cắt tóc với cả cấm chim đây. Lúc đó là chị mất con gái.” Một giảng viên đại học ở một đất nước thoáng với người đồng tính như Thái Lan mà có thể nói vậy được. Nhưng mẹ tin, từ đó mẹ cứ theo dõi xem tôi mặc quần hay mặc váy. Thật khôi hài, vì năm mười tám tuổi tôi mới được phép bấm lỗ tai, và vào đại học thì mới được sở hữu một cái dây chuyền bạc, còn ngày xưa cứ lên mạng ngắm nghía vòng và hoa tai thì bị quát là không chịu học hành, mất thời gian.

Mấy hôm sau, dì dẫn mẹ và tôi tới một “bác sĩ tâm lý” dì tìm được trên mạng. Trước khi đi, bố còn dọa là sẽ tới nhà chị người yêu tôi để “đánh cho nó một trận.” Bà “bác sĩ” - sau này học lên cao thì tôi hiểu đó là một bà lang băm - ở trong một ngôi nhà cũ kỹ, ẩm thấp. Trong căn phòng tối tăm đó, tôi nghiêm túc ngồi nghe. “Lấy chồng thích lắm! Sau này mình chả phải làm gì. Nó đi làm về nó đưa tiền cho, có phải là sướng không?” Đây là cách bà ấy thuyết phục tôi. “Sao phải lấy đàn bà làm gì?”

Trước lúc về, bà còn nói thêm, “Quan hệ với đàn ông sướng lắm, cháu ạ.”

Tôi kể cho bạn bè, chúng nó chỉ muốn tới đốt cái văn phòng đó.

Đợt đó, tôi khóc sưng cả mắt, có sáng dậy giặt mình tưởng bị con gì đốt. Từ đó, để được yên thân, tôi giả vờ là mình không yêu con gái nữa. Nhưng bố mẹ hoàn toàn kiểm soát cuộc sống của tôi. Mỗi lần ra ngoài, mỗi hoạt động tình nguyện, mỗi dự án xã hội, đều bị soi.

“Mày đi đâu, chuẩn bị gặp ai, nó là đứa nào, nhà nó ở đâu, chơi với mày bao lâu rồi, mày quen nó như thế nào, có dính dáng gì đến bọn đồng tính không?”

Nhưng tôi không thể không yêu được. Tôi là một người cố gắng cho tình yêu. Tôi không đầu hàng, không chịu thua trước bất cứ khó khăn nào, tôi tìm mọi cách để bảo vệ tình yêu. Tôi bắt đầu học cách nói dối. Học quân sự ngoại trú có bảy ngày, tôi nói thành mười, dư ra mấy ngày để đến ở với chị người yêu. Chị ấy chuyển vào Huế sống, tôi giả vờ vào Đà Nẵng giúp cô giáo tổ chức một hội thảo. Tôi chia một cái giấy mời giả cho bố mẹ xem, nhờ một đứa bạn nói là nó cũng trong ban tổ chức, rồi lên kế hoạch tỉ mỉ, chuẩn bị cho tất cả các tình huống. Đợt đó trót lọt nhưng tôi lo lắm, chỉ sợ bố mẹ bất thành linh xuất hiện ở Đà Nẵng để kiểm tra. Tôi mất ngủ cả mấy ngày.

Mà số tôi đen lắm, hoặc là bố mẹ thuê thám tử theo dõi thật chứ không phải chỉ dọa. Tôi thực sự kinh hãi. Hôm nghỉ lễ vừa rồi, không hẹn trước nhưng tôi và em người yêu hứng lên rủ nhau tới Chùa Bộc xem quần áo. Về đến nhà, bố hỏi:

“Con kia, hôm nay mày đi với ai?” Mặt bố hơi tưng tửng, tôi nghĩ là bố bắt nạt.

“Không, con có đi với ai đâu.”

“Mày lại còn điêu nữa à, chiều nay mày đi với con nào, khai ngay!” Bố đánh lại. “Tao nhìn thấy chúng mày bẹo má nhau trên đường, mày có muốn tao nói ra là nó mặc gì không?”

Thế là lại một trận tanh bành, tan nát.

Tôi thực sự mệt mỏi. Tôi đã hai mươi mốt mà không được sống

cuộc đời của mình.

*Chuông điện thoại kêu*

Tôi xin lỗi. Đấy! Mẹ tôi gọi.

“Vâng, vâng, con sẽ về sớm. Vâng, con biết rồi...”

*Cúp máy*

Ngay cả khi tôi xin đi gặp bạn hôm nay, mẹ cũng cau kính là tôi “mất thời gian vào những chuyện đầu đầu.” Tôi cố gắng mềm mỏng, “Con đã hứa với người ta rồi, con cần giữ lời. Con không thấy mệt, chỗ ấy cũng tiện đường con đi học về bla bla...”

Mẹ gào thét lên, rồi gọi cho bố:

“Con Trang nó đi gặp cái tay nào ấy.”

“Vớ va vớ vẩn, có khi nó chả đi gặp ai đâu mà cứ điêu toa phét lác.” Bố hòa vào. “Nó lại làm cái gì khuất tất...”

Suýt nữa thì tôi phải nhắn tin cho bạn để hủy cuộc gặp. Biết đâu tí nữa mẹ tôi không tới đây kiểm tra.”

*Rơm róm*

Tại sao bố mẹ lại cứ phải hành xử như vậy?

Em người yêu thức giấc. Chúng tôi còn hai tiếng bên nhau trước khi phải trả phòng. Tôi nghĩ là chúng tôi sẽ thoát. Hôm qua tôi nói dối là về quê một đứa bạn cùng lớp đại học. Tôi đã về nhà nó nhiều lần nên có thể mô tả rất tự nhiên. Nhưng đêm qua tôi vẫn nơm nớp sợ bị phát hiện. Chưa một ngày nào tôi được thoải mái, vô lo cả.

Em người yêu cũng ở trong hoàn cảnh tương tự. Tuần trước, em về tới nhà thì thấy không có ai, nhưng bức thư tình tôi viết cho em

bị xé tan nát, vứt trên sàn. Trong thư tôi viết, “Cám ơn em đã trở thành tia sáng đẹp đẽ nhất trong cuộc đời chị, chiếu sáng con đường đen tối hơn cả bóng đêm”. Rồi tôi vẽ mèo, vẽ thỏ đeo kính râm và một chú chó đang thè lưỡi vui mừng. Nhìn thư thì biết ngay đây là con gái viết cho con gái. Xui xẻo sao mà thư đó tôi lại không viết bằng tiếng Anh. Em vừa nhận các mảnh thư vụn vừa run lập cập, não sập điện không nghĩ được gì. Rồi em mở tủ, may là cái hộp quà lưu niệm tôi làm tặng sinh nhật em vẫn chưa bị phát hiện. Tôi cho vào cái hộp đó nhiều ảnh của hai đứa. Mở cái nắp ra thì nó xòe ra nhiều chi tiết bên trong, rất cầu kỳ. Em nhắn tin hỏi ý kiến, tôi khuyên em đốt đi. Thế là em đốt nó, vừa đốt vừa khóc. Tôi cũng khóc. Bao nhiêu công sức của tôi...

Hôm nay tôi đem theo mấy lá thư tình của em ấy, tôi không dám giữ ở nhà nữa. Tôi xin bạn giữ hộ tôi. Tôi không muốn đốt chúng nhưng sợ bố mẹ lục thấy. Bố mẹ mà phát hiện ra thì sẽ không xé vứt đi đâu, họ sẽ giữ để giờ ra và chất vấn tôi. Xé rồi thì đâu còn bằng chứng nữa.

Bố mẹ thì hay bóng gió là tôi phải tập làm việc nhà đi, sau này về nhà chồng người ta lại bảo bố mẹ không biết dạy con. *Lấy chồng thì lấy gần thôi nhé. Sau này có anh nào thì đưa bố duyệt.* Thỉnh thoảng họ lại giới thiệu người này người kia. Tôi cũng phải giả vờ, “Cũng được đấy nhỉ...” Rồi tôi nhờ cậu bạn nam nào đó đưa mình về nhà, cố tình để bố mẹ thấy cho họ sượng. Tôi vẫn phụ thuộc vào bố mẹ, tôi không thể chống chọi với họ được, tôi phải chấp nhận những thứ vô lý mà họ áp đặt lên tôi. Nhưng sau lần tôi *come out* thì

tôi đã mất hết niềm tin vào gia đình rồi. Tôi không còn tin nó là nơi nương tựa của mình nữa.

Nếu bố mẹ bắt tôi lấy chồng thì tôi sẽ tự tử trong đám cưới của mình, tôi đã hình dung ra như vậy. Trước mặt khách khứa, cô dâu chú rể bước lên, sâm banh nổ, rượu được rót ra... Đúng lúc cao trào tôi sẽ rút dao ra đâm vào ngực mình.

Tuần trước tôi có kế hoạch đi nghe nhạc Trịnh Công Sơn với em người yêu, nhưng nói dối là đi cùng với một anh bạn. Mẹ đồng ý, nhưng đến tối, khi tôi đang ngồi ở quán đợi em ấy đến thì bỗng nhiên mẹ gọi, “Mày ở đâu? Để tao đến...” Tôi hoảng quá, lập tức bịa ra chóng chế lung tung như thần nhập. Về sau tôi mới biết chiều hôm đó mẹ đọc ở đâu là Đại sứ quán Hà Lan tổ chức chiếu phim LGBT, mẹ sợ tôi lên đi xem cái đó, nên rò lên đòi đi kiểm tra.

Kể cả những việc xã hội tôi cũng phải giấu. Tôi tham gia một dự án về quyền của cộng đồng đồng tính, nhưng nói dối là đi học nhóm ở quán cafe, rồi vừa làm việc trong văn phòng vừa theo dõi vị trí của bố mẹ qua *Find My Iphone* - bố mẹ nhờ tôi cài hệ phần mềm nhưng không đổi mật mã, thế là tôi vẫn vào được. Nếu thấy điện thoại của bố mẹ di chuyển gần tới thì tôi sẽ chạy ra cafe ngồi.

Tôi phải nói dối bao lâu nữa? Đến giờ tôi có thể xây dựng một “ngân hàng tình huống và những lời nói dối hiệu quả.” Tôi chán phải điều toa phét lác lăm rồi. Tôi sợ mình chóng già vì dối trá. Tôi mệt mỏi với việc liên miên diễn kịch trong nhà mình, tới mức bản thân có lúc cũng lẫn lộn thật giả. Mệt! Rất là mệt! Giá mà bố mẹ đừng kìm kẹp tôi nữa. Ngày xưa họ còn không cho tôi đeo cái vòng ở cổ chân cơ. Mẹ bảo thế là hư, bố bảo là nhìn láo lếu. Hồi cấp Hai thì bố mẹ

không cho cắt tóc mái chéo. Hồi đó có một cắt mái chéo chéo, đưa nào cũng cắt vậy, nhưng bố mẹ bảo đi học chứ có phải đi diễn thời trang đâu, cần đẹp với xinh xắn làm gì. Giờ thì lại cứ thích tôi nữ tính. *Đ. mẹ!* Tôi xin lỗi...

Nhiều lúc tôi muốn gào thét, nhiều lúc tôi muốn nổ tung, nhiều lúc tôi muốn mình biến thành một vật vô tri vô giác, hay cái cây ở trên núi. Tôi đã từng nghiêm túc xin mẹ cho lên chùa ở một tuần. Tôi mệt mỏi quá rồi.

Nhiều lần tôi đã đem tài liệu về, nỗ lực phổ cập kiến thức cho mẹ. Tờ rơi chữ to in màu đẹp, cầm nang cho phụ huynh này nọ. Nhưng mẹ chỉ lướt lướt rồi quăng sang bên. Mẹ vẫn tin cậu tôi hơn. “Chị mà để nó lên level cao thì nó sẽ đòi sang Thái để lắp chim.” Hôm trước, tôi để quên cuốn *Mẹ ơi, con đồng tính của Nguyễn Ngọc Thạch* ở trên bàn mà phải tức tốc quay về lấy đem đi. Tôi không thể phạm thêm một sai lầm nữa.

Tôi và em người yêu bước ra ngoài phố. Tôi rút điện thoại ra nhắn tin cho mẹ, báo là mình sẽ về ăn cơm. Bố mẹ gây cho tôi nhiều đau khổ nhưng thực ra tôi rất thương họ. Họ cũng rất khổ. Trước mẹ làm quản lý nhân sự ở một công ty, nhưng nghỉ hưu sớm để chăm ông bà và cụ ngoại đã ngoài một trăm tuổi. Cả ngày mẹ quay cuồng ở nhà ngoại, đánh răng rửa mặt cho cụ, cho cụ ăn, tắm cho cụ, cho cụ đi ị. Cụ toàn ăn cháo với uống sữa nên phân lỏng, đóng bím nhưng vẫn hay bị phọt toe toét lên tận lưng. Ông ngoại thì toàn đi chơi, nhảy đầm, karaoke các thứ. Bà ngoại bị tâm thần phân liệt, mấy năm lại lên cơn một lần, mỗi lần lên cơn thì tung tóe cả nhà

lên, thấy ai vào bà cũng tưởng là quái vật, mang dao ra định giết. Ngày xưa mẹ và các dì hay bị bà đánh đập nên tôi nghĩ cách giáo dục của mẹ bị ảnh hưởng theo.

Mẹ là chị cả, hơn cậu tiếp theo cả mười tuổi, nên hồi nhỏ đứng ra chăm sóc, bảo ban các em như một người mẹ. Cậu là cháu đích tôn nên được chiều. Cứ khi cậu được một điểm mười thì mẹ cho lên Hàng Mã mua con robot. Hồi đó có con robot thì rất là oách, nó rất đắt. Đến lúc cậu thương chị mua robot đắt nên bảo, “Thôi, chị không phải mua cho em nữa, em sẽ cố gắng học tập.” Cậu thay đổi tâm tính, thi đỗ vào Chuyên ngữ cấp ba và bây giờ đang là tiến sĩ ở nước ngoài. Vâng, đây là người cảnh báo mẹ là tôi có thể lên level và đòi lấp chim.

Mẹ yêu thương gia đình nhưng mẹ không biết cách xây dựng cho nó hạnh phúc. Mẹ hay bắt cả nhà phải sang ông bà ngoại ăn cơm, trong khi bố đi làm về mệt mỏi, chỉ muốn thoải mái theo ý mình. Bố làm kỹ sư xây dựng, công ty đang rục rịch sa thải người nên bố cũng lo vì đã nhiều tuổi rồi. Bố phải xung phong làm những việc không ai muốn làm để may ra họ giữ lại. Nhà ngoại hay có cỗ bàn liên tục, mẹ làm quần quật. Bố bảo mẹ như ô sin bên nhà ngoại, phàn nàn với ông bà nội, ông bà nội lại trách mẹ, thế là mẹ lại phát rồ lên. Cứ luẩn quẩn như thế suốt ngày này qua ngày khác. Tâm sự của tôi như thế nào thì bố mẹ không quan tâm.

Hôm trước, bố đi làm về, đang nằm vật trên giường lướt điện thoại thì mẹ rủ cả nhà lên sân thượng ngắm trăng. Bố gắt, “Đang mệt, ngắm ngiếc gì.” Mẹ im, lên sân thượng một mình một lúc rồi xuống dưới nhà. Bỗng chúng tôi thấy có tiếng gào rú. Chúng tôi

chạy xuống. Mẹ đang khua khoáng chân tay loạn lên như lên đồng, bố phải nhảy vào giữ để mẹ không tự cào cấu mặt. *Ôi giờ ôi, mẹ khổ quá, bây giờ mẹ chỉ có ước mơ duy nhất là con thành người rồi mẹ không cần gì nữa mẹ bỏ bố con luôn không yêu rồi ở với nhau thế này khổ lắm con ạ.* Tiếng gừ gừ và rú rít của mẹ cứ như ở địa ngục vọng lên. Trông bố ngán ngẩm ra mặt.

Không biết thực hư thế nào nhưng bố từng bảo, “Có lần mẹ mày định đâm chết tao rồi. Tao nghĩ mẹ mày có vấn đề về thần kinh.” Người bị thần kinh thì không bao giờ nhận mình là thần kinh, nhưng nhà tôi có tiền sử về bệnh tâm thần. Cụ ngoại tôi bị tâm thần phân liệt. Bà ngoại tôi cũng bị. Tôi đang lo lắm, tôi chỉ mong là mình không bị giống bà ngoại thôi.

Sau này mà có con thì tôi sẽ rất hiền với nó, không bao giờ quát mắng, chửi bới, đánh đập. Tôi sẽ lắng nghe nó, hỏi tại sao nó lại cư xử vậy. Tôi sẽ không làm nó phải khóc, tôi muốn thành bạn của nó. Hiện tôi đang dạy tiếng Anh cho một lớp mẫu giáo, chương trình Montessori, học thông qua trải nghiệm. Bọn trẻ con đùa thì dễ bảo, đùa khó bảo, đùa hay khóc, đùa hay dối. Tôi xử lý được hết. Tôi nghĩ là tôi cho chúng cảm giác an toàn và được yêu thương, được tôn trọng. Bọn trẻ con rất nhạy cảm, chúng nhận ra được điều đó. Ví dụ có thằng bị bạn đánh, ăn vạ giã giụa. Tôi đến bên nó, “Út, đứng lên cô hỏi.” Nó vẫn nằm khóc. Tôi cầm tay nó, vuốt lưng nó, “Không khóc nữa, cô thương.” Tôi rất nhẹ nhàng, trong lòng tràn ngập tình yêu thương thằng bé. Nó nín dần. Tôi lại bảo, “Thế khóc hết chưa, nói cô biết tại sao con khóc, bạn nào làm con khóc.” Nó

bảo là bị đánh. Tôi gọi thằng đánh nó ra, thằng này thanh minh, “Nhưng mà, nhưng mà...” Tôi bảo, “Thôi được rồi, hai bạn xin lỗi nhau nhé, bắt tay nhau rồi mình chơi trò cứu hỏa nhé.” Hai đứa lại bình thường, trẻ con dễ quên mà.

Đầu năm nay tôi thực tập ở một trường trung học, tổ chức chương trình kỹ năng sống cho bọn lớp Bảy. Lớp đó nhiều đứa nhà giàu nhưng chúng không được bố mẹ để ý, chăm sóc. Khi tôi mới vào lớp, có một đứa cố tình khiêu khích, nói chuyện âm hộ, vú tiết, rồi công khai mở các trang 18+ ra, rất là ghê. Tôi vẫn giữ bình tĩnh, nói chuyện nhẹ nhàng với nó. Dần dần nó mở lòng tâm sự. Nó kể ở nhà chủ yếu nó nói chuyện với bà giúp việc, bố thì thỉnh thoảng lại dẫn một cô về nhà, hai người lên thang phòng. Một con bé khác cũng rất cô đơn, tôi nghĩ vậy. Nó hay chụp ảnh khoe thân, lấy tay che đúng cái đầu vú thôi, che đúng cái núm. Nó ở với mẹ, mẹ nó up ảnh nóng, nên nó cũng làm vậy. Mẹ nó bảo là không cần giỏi ở lớp, chỉ cần giỏi ở đời. Tôi rất thương chúng nó. Đợt thực tập đó, trưa nào tôi cũng lên lớp ngủ với chúng nó, ra chơi chơi với chúng nó, cuối giờ làm bài cùng chúng nó. Cuối cùng đứa nào cũng quý tôi.

Trừ chuyện gia đình ra thì tôi đang có những thứ mình từng mong muốn.

Tôi có tình yêu. Tôi chân thành, tình cảm dào dạt, tôi thật lòng và hay để ý tới nội tâm người khác, nên là có nhiều người thích tôi, cả con trai lẫn con gái. Một người bạn anh họ tôi này, một em đang du học ở Mỹ này, một em ở trong Nam này, một chị cùng làm trong dự án cộng đồng này. Bốn rồi. A, có em mười tám tuổi nữa, em ấy rú

tôi chơi trò *seven days*. Hai người thử làm người yêu của nhau trong bảy ngày, nếu hợp thì đi tiếp, nếu không hợp thì coi như chưa có gì xảy ra cả. Cái trò này có lâu rồi. Nó không phải là tình một đêm. Nó là làm người yêu, bản *trial*. Thử *full* người yêu luôn, trong bảy ngày. Nhưng tôi đã có người yêu rồi. Tôi cũng hay ghen lắm, vì em ấy hay khen người khác xinh. “Ồi ời ời, xinh thế, ời ời nhìn kìa...” Tôi rất tức nhưng cố gắng chế ngự cảm xúc của mình, “Này, chị không thích em thế đâu nhé.”

Tôi cũng thích học ngành của mình. Tâm lý học giới tính, bình đẳng giới, quyền của người đồng tính, đó là những thứ tôi quan tâm và muốn đóng góp cho xã hội, cho cộng đồng đồng tính. Tôi đi dạy học, tôi được làm việc với trẻ em, tôi có thể khiến cho chúng bớt cô đơn. Tôi có thu nhập riêng.

Và thật may là tôi có nhiều bạn. Bạn lớp đại học rất thích tôi làm lớp trưởng vì tôi giỏi xin xỏ. *Ồi thầy ơi, chết rồi, như thế này thì hơi khó cho bọn em thầy ạ, bọn em còn đi thực tập, bọn em còn làm bài cô Dung cô Tuyết ngân ấy bài cơ thầy ạ bài này của thầy nếu mà bọn em nộp gấp như thế cũng được nhưng thế em sợ là bài nó không chất lượng thầy cho bọn em xin phép thêm hai ba hôm để bọn em chăm chút bài cho tốt hơn.* Phần lớn tôi thành công, nên bọn trong lớp rất tin nhiệm tôi.

Nhưng cứ về tới nhà là tôi cảm thấy không thể chịu đựng được. Ngay tháng trước, một người họ hàng nhìn thấy tôi đội mũ cầu vồng cầm tờ rơi đứng ở điểm *check in* trong ngày hội Viet Pride\*. Thế là bố mẹ lại om sòm lên, “Mày vẫn giao lưu, quan hệ với *bọn đấy* à?”

Họ bắt tôi không được yêu con gái nữa. Nhưng tôi làm gì sai?

Tôi chả ăn cắp, ăn trộm, giết người gì cả. Khôi hài! Có người yêu con trai, có người yêu con gái, tất cả đều là người, đều là tạo vật của thế giới này.

Có tình yêu, đam mê công việc, những người bạn tuyệt vời, nên lúc này tôi không cảm thấy hận thù thế giới. Tương lai của tôi không đơn giản, tôi biết vậy, nhưng tôi sẽ cố gắng để mình không trở nên căm hận và chua chát. Cố lên Trang ơi! Cố lên LGBT!

## 14. “TÔI CÓ KHAO KHÁT CHÁY BÔNG MUỐN BỐ MẸ BIẾT ĐƯỢC RẰNG TÔI LÀ AI”

*(Minh Quân, 19 tuổi, sinh viên ngành Xã hội học*

*Hải Anh, 16 tuổi, nữ sinh lớp Mười một*

*Yến, 22 tuổi, bỏ đại học)*

### MINH QUÂN

Nơi ưa thích của tôi, vào thời điểm trong ngày ưa thích của tôi, là cái Circle K gần nhà lúc ba giờ sáng. Tôi hay mua một bịch sữa sô cô la (hơi kỳ lạ với thân hình to lớn của tôi đúng không, nhưng tôi không uống đồ có cồn, cũng không hút thuốc hay cần), chọn một chỗ nhìn ra đường, ngồi xuống, chiếc laptop để trước mặt. Trong đó là thế giới của tôi, những điều tôi yêu quý: dự án xã hội về thấu cảm, Mô hình Liên hiệp quốc cho người trẻ, những cuốn sách về xã hội học, bài luận tôi viết để xin vào một trường đại học bên Anh. Xung quanh tôi, những chiếc tủ mát rì rầm khe khẽ. Ánh sáng neon trắng phủ đầy không gian. Tôi cảm tai nghe, âm nhạc ngọt ngào tuôn chảy. Bên kia vách kính, một nhóm thanh niên, thế hệ của tôi, ngồi bệt trên những miếng bìa, uống bia và chơi guitar. Đây là nơi tôi tới để làm dịu mát nỗi đau bên trong mình. Cách đó không xa, chỉ nửa ki lô mét theo đường chim bay, trong bóng tối, hẳn bố mẹ tôi đang trở mình trên giường, mê sảng trong cuộc đời khốn khổ của

mình.

Kỷ niệm đau buồn của tôi? Nhiều, nhiều lắm... Tôi không thể quên cái buổi học năm lớp Mười đó. Ai đó chuyển cho tôi một lá thư tay; người viết, một đứa nữ, thích tôi. Tôi xốn xang, cảm động, cái cảm động của một kẻ mà cả tuổi thơ không được một ai quan tâm, một kẻ mà tới lớp Mười hai mới có một đứa bạn thân - *một*-bạn hiểu không, mà nó lại còn không ở cùng trường. Từ nhỏ, tôi đã mặc cảm với thân hình to lớn phốp pháp của mình. Đầu trọc, má phình, miệng mím thành đường kẻ ngang, trể xuống ở hai bên, mặt tôi giống cái *emoticon* rầu rĩ, sự làm lì và lười thúi của tôi khiến mọi người càng không dám đến gần.

Những năm đó, tôi lang thang trên mạng, thám hiểm thế giới bí hiểm, kỳ vĩ của game. Sau này tôi đã lấy niềm say mê game của mình làm chủ đề cho bài luận để xin học bổng ở nước ngoài. Tôi lần mò xuống hang động, đi vào rừng sâu, leo lên những vách đá hiểm trở. Tôi kết bạn với biết bao kỹ sĩ khác, đổi chác vũ khí, bàn bạc với họ cách hạ thủ con quái vật đang thêm thiếp thờ ra lửa trong hang. Tôi thử các kiểu tóc và thay đổi trang phục. Trong thế giới game, không ai chê cười tôi.

Hết cấp Hai, tôi đổ vào lớp chuyên Anh của Đại học Ngoại ngữ Hà Nội, tỷ lệ một chọi mười. Cả bốn chị em tôi, chị Hoa, chị Yến, tôi và em Hải Anh, đều học trường chuyên, điều đó rất quan trọng với bố mẹ. Hy vọng được đổi đời trong môi trường mới, hè năm đó tôi nhịn ăn, đi tập và hạ được từ chín mươi cân xuống thành bảy mươi cân. Nhưng khi năm học bắt đầu thì tôi nhanh chóng thấy mình vẫn cô độc và bị ra rìa như trước.

Cho nên khi nhận được bức thư thì tôi quyết định mình phải nắm bắt thời cơ này, phải nghiêm túc “đầu tư vào bản thân”, không rõ tôi lấy cụm từ đó ở đâu ra. Thời điểm đó tôi mới lờ mờ cảm thấy là mình thích nam giới, nhưng mọi thứ còn chưa rõ ràng. Tôi bắt đầu hình dung ra cả một tương lai với đứa con gái đó, gia đình, vợ, con, theo đúng chuẩn của xã hội. Tôi còn bắt mình xem phim kích dục dị tính nữa, mặc dù tôi thấy thật là chối. Cuối cùng thì tôi được biết đó chỉ là một cú lừa. Cái bức thư chỉ là một cái *prank*, một cú chơi xỏ. Thật là nhục nhã.

## HẢI ANH

Tôi kém anh Quân ba tuổi, anh Quân lại kém chị Yến ba tuổi, còn chị cả thì đã lớn hẳn. Tôi đang học lớp Mười một, chuyên Anh ở Amsterdam. Ấm áp? Không thể nói là không khí gia đình tôi ấm áp được. Trước khi chị Yến bị bệnh thì mẹ thường xuyên mắng và đánh mỗi khi chúng tôi bị điểm kém. Bố thì chả bao giờ nói gì cả. Chị Yến cũng đánh và chửi anh Quân nhiều, không hiểu sao chị lại ghét anh Quân vậy. Và mẹ sẽ giải quyết bằng việc đánh cả hai.

Nói tới chữ ấm áp, trong đầu tôi sẽ có hình ảnh mọi người trong nhà ngồi quây quần, nói chuyện vui vẻ, cùng làm một hoạt động chung, kiểu vậy. Ở nhà tôi thì ai ở trong phòng của người đó, chỉ thỉnh thoảng tình cờ gặp nhau trong phòng khách, nơi cái ti vi được bật suốt, ngồi đó năm phút rồi lại đi. Mẹ nấu cơm để đó, ai đói thì xuống bếp ăn, mỗi người ăn một giờ. Họ hoàn chúng tôi có đi đâu cùng nhau thì cũng không biết nói gì với nhau. Không khí trong nhà

ấm đạm, không có cử chỉ bông đùa, âu yếm nhau.

## MINH QUÂN

Ấm áp...? Để tôi nghĩ một tí...

*(Suy nghĩ lâu)*

Hừm, ấm áp...

Khó để nói là gia đình tôi ấm áp. Chia sẻ cảm xúc là điều xa lạ với gia đình tôi...

## HẢI ANH

Anh Quân ít thể hiện tình cảm lắm, mặt anh ấy cứ lạnh băng. Bạn trai anh Quân bảo tôi là điểm anh ấy thích ở anh Quân cũng là điểm anh ấy ghét ở anh Quân: anh ấy quá lý trí, không dám thổ lộ, thể hiện cảm xúc, lúc nào cũng suy nghĩ, cũng phân tích. Trong nhà, chỉ có tôi và anh Quân gần nhau hơn cả. Thỉnh thoảng tôi lại vẫy anh ấy một cái trên Messenger. Anh ấy sẽ gửi lại cái dấu hỏi, như kiểu, “Cái gì đấy?” Tôi toàn phải bảo anh ấy, “Bé vừa vẫy anh đấy, anh vẫy lại đi.” Mãi sau này anh ấy mới chủ động vẫy lại mà không cần nhắc.

Anh Quân được một trường đại học rất tốt bên Anh nhận. Hôm cả nhà ra sân bay tiễn thì có cả bạn trai anh ấy đi cùng, khiến tôi thấy lạ. Trong xe, tôi nhắn tin:

“Ê, kể hỏi thì cũng hơi kỳ, nhưng anh định thông báo cho mọi người biết đó à?”

Tôi biết chuyện từ lâu rồi, từ cái hôm tôi thấy hai người trong phòng anh ấy và không bật đèn. Anh Quân và bạn trai là một cặp rất dễ thương, các bạn tôi cũng bảo vậy.

Anh Quân rút điện thoại ra đọc tin nhưng không trả lời. Mẹ và chị cả vẫn đang nói chuyện ở dãy ghế trước.

“Anh không trả lời thì cũng được thôi. Mà em ủng hộ bọn anh đó nhé.” Thật buồn cười, chúng tôi ngồi cách nhau có hai gang tay mà phải nói chuyện qua tin nhắn.

Mấy phút sau:

“Khó lắm, bé, anh không định nói. Bố mẹ không cho lên máy bay nữa thì ăn *loz*.”

Anh Quân sợ vậy là phải. Bố mẹ thì hoặc bán tin bán nghi, hoặc là biết nhưng không muốn đối mặt với nó. Mẹ không dám nói gì với anh Quân, chắc vì mẹ sợ. Trước khi chị Yến bị bệnh thì con đường mà bố mẹ vạch cho bốn chị em tôi rất rõ ràng, chúng tôi không được phép chệch ra một bước. Học sinh xuất sắc, cấp Ba trường chuyên, vào trường đại học tốt, lập gia đình. Mẹ kỳ vọng cao lắm, chúng tôi lúc nào cũng phải ở top ba, top năm trong lớp. Nhưng từ khi chị Yến bị bệnh thì mẹ hay bảo, “Con muốn làm gì thì làm, chỉ cần không vào tù và không vào bệnh viện là được.” Bệnh viện ở đây là bệnh viện tâm thần. Mẹ và bác tôi bảo nhau là đừng có ép anh Quân thay đổi xu hướng tính dục, “sợ nó lại bị điên”. Nhưng có lần tôi gặp chị cả và mẹ ngồi nói chuyện về cách “chữa” cho anh Quân. “Con nghĩ là nó sẽ qua đi”, chị an ủi, “Kiểu gì đến tuổi lấy vợ để con

thì nó cũng dừng thôi.”

Tôi đoán là bố mẹ đang bám vào niềm hy vọng đó.

## MINH QUÂN

Một ngày đầu hè hồi tôi ngoài mười sáu tuổi, tôi thấy mình nằm nghiêng trên một cái đệm trong một căn phòng tồi tàn không cửa sổ của một quán cafe - phim, sau lưng tôi là một cậu bằng tuổi mà tôi mới quen. Trên tường, cái điều hòa cũ kêu rầm rầm, trộn với tiếng rên rỉ từ phòng bên vọng sang. Một tay tôi từ từ trườn từ đùi cậu lên trên, và dừng lại ở chỗ ấm nhất, bóp nhẹ. Cậu gục mặt vào gáy tôi, môi ướt của cậu chạm da tôi khiến tôi hơi run nhẹ. Lúc tôi xoay người lại thì cái điều hòa đột ngột im bật. Hai cặp môi khóa vào nhau trong sự im lặng, cho tới khi chúng tôi phải dứt ra lấy hơi. “Thế mà bảo là chưa hôn bao giờ...,” cậu nói như một lời khen. Nhưng đúng vậy, cậu là bạn tình đầu tiên của tôi.

Sáng thứ Bảy trước đó, tôi chọn ra một chiếc t-shirt trắng muốt, bó sát người, một cái quần soóc màu xám cũng bó, trong lòng thấy hồi hộp, bồn chồn. Đích của tôi là Bubutown, một sự kiện của cộng đồng LGBT, một “thị trấn của tự do, khoan dung và bình đẳng.” Những chữ này vang lên trong tai tôi như âm nhạc. Tôi đội cái mũ lưỡi trai đen, cắm vào tai cái tai nghe đen, đeo vào tay chiếc đồng hồ đen trắng, cầm chiếc quạt oval nhỏ màu cam và liếc nhanh vào gương, điều mà tôi vẫn ngại mỗi buổi sáng. Nhưng sáng nay khác. “Hãy bỏ lại sau lưng tất cả những tự ti, mặc cảm, đừng quan tâm đám đông nghĩ gì về bạn.” Bubutown kêu gọi. “Hãy mang đến Bubu

con người mà bạn vẫn giấu kín.” Tôi đang nghe theo lời kêu gọi đó.

Nếu như bạn đã luôn ok với việc mình là ai và cơ thể mình như thế nào thì chắc bạn sẽ thấy Bubutown cũng giống bao sự kiện khác. Nhưng khi bước qua cổng, tôi bị ngợp. Đám đông di chuyển quanh tôi như một đàn cá nhiều màu, tiếng người lao xao tứ bề làm tôi choáng váng. Một biểu ngữ lớn yêu cầu, “Hãy để lại đây những nỗi sợ của bạn.” Vài người đang hí hoáy viết lại câu chuyện của mình trên một chiếc bảng đen với tiêu đề, “Tôi đã từng bị kỳ thị vì...” Một nhóm khác phát bao cao su miễn phí. Người ta đi lại, nói chuyện, mua đồ, ai cũng tỏ ra thoải mái với bản thân, điều này khiến tôi cảm động đến phát khóc. Sự thoải mái của họ lan sang tôi. Tôi ngó nghiêng, nhún nhảy vô thức theo nhạc, đưa cái quạt lên che nửa miệng, nheo một bên mắt, và nhấn nút selfie, cái selfie đầu tiên trong đời tôi. Hạ điện thoại xuống, tôi thấy trước mặt là một cậu đang mỉm cười. Hóa ra cậu ta đã lẻo đẹo theo tôi một đoạn. Não tôi đóng băng, tim tôi đập cuồn cuộn, miệng tôi tự động mấp máy trả lời câu hỏi của cậu. “Cái đéo gì đang xảy ra thế này?” Những ý nghĩ nhảy nhót trong đầu tôi, “Trời ơi! Tôi được một ai đó thích!” Tối hôm đó, chúng tôi gặp lại nhau. Một tuần sau, tôi gọi điện, đặt phòng ở cái quán cafe trá hình kia.

Giờ đây đồng tính là một phần bản sắc của tôi, tôi đi đôi tất màu cầu vồng, đeo cái huy hiệu cầu vồng trên ve áo, tôi nghĩ bố mẹ không biết gì về ý nghĩa của nó. Nhưng đã có thời, bị giằng xé giữa một bên là tính dục của mình, một bên là nghĩa vụ báo hiếu cha mẹ, tôi căm ghét và khinh bỉ xu hướng tình dục của mình. Khi biết cái thai trong bụng mẹ là con trai, cả họ nhà tôi vui kinh khủng, xúm vào

chăm sóc. Bố mẹ muốn tôi phải trở thành một đứa con trai cho ra trò, sau này thành trụ cột của gia đình, lấy vợ đẻ con, phụng dưỡng bố mẹ. Tôi được cưng chiều, đó cũng là lý do chị Yến ghét tôi. Đến giờ tôi vẫn thấy hình ảnh mình nằm dưới đất, chân co lên bảo vệ bụng trước những cú đá của chị. Là một đứa trẻ, tôi không hiểu gì cả, tôi chỉ thấy mình bị đánh, mình rất đau và rất buồn. Tôi đâm ra ghét chị. Khi chị bị bệnh, hành xử không như người nữa thì sự căm ghét chuyển thành khinh bỉ, thậm chí ghê tởm. Tôi tránh xa chị.

## YẾN

Tôi cảm thấy có lỗi. Hồi nhỏ, tôi đánh Quân nhiều lắm. Tôi đá vào bụng em như đá một bao cát. Tôi ghét Quân vì mẹ chiều Quân, có năm sinh nhật nó mẹ mua bảy cái bánh trong vòng bảy ngày. Mẹ đánh chúng tôi nhiều, và đơn giản là tôi bắt chước mẹ.

## MINH QUÂN

Tôi đã từng quyết tâm sẽ không bao giờ yêu con trai để hoàn thành bổn phận làm con của mình. Nhưng làm sao tôi có thể chống lại chính bản thân? Tôi trở nên cay đắng. Tôi trở thành trầm cảm. Ôi, công cha nghĩa mẹ. *Đ. mẹ* núi Thái Sơn với cả nước trong nguồn! Trong nhiều năm tôi cứ giữ mọi thứ ở trong lòng, chẳng có ai để chia sẻ, chỉ có mình mình trong sự cô lập, cứ tự đẩy mình vào đường cùng.

Đến giờ thì tôi hiểu rõ rằng tôi sẽ không bao giờ có thể hòa giải được tính dục của tôi với chữ hiếu. Bố mẹ tôi sẽ không bao giờ có cháu nội để bế. Nhưng tôi phải sống sao đây? Tôi cảm thấy sợ cái thời điểm mà tôi phải chia sẻ với bố mẹ. Tôi không muốn họ thất vọng, họ lo nghĩ, họ buồn. Giờ họ đã khổ quá rồi. Tôi chắc họ sẽ không bắt tôi theo ý họ, sau khi chị tôi do bị áp đặt quá mà phát điên thì mẹ bảo, “Con muốn làm gì thì làm, bố mẹ chỉ muốn con hạnh phúc.” Một sự thay đổi một trăm tám mươi độ. Tôi về muộn, mẹ chỉ dám nhờ em gái hỏi tôi đang ở đâu. Tôi đề xuất làm *gap year*, bố mẹ gật mà không hỏi thêm một câu. Chuyện của chị khiến bố mẹ sợ lắm, sợ kinh hoàng, sợ đến xương tủy.

## HẢI ANH

Trong nhà tôi, mọi người không quen với việc chia sẻ chuyện của mình. Ví dụ như sau hôm chị Hoa làm đám cưới thì mẹ mới gửi một cái tin nhắn cho anh Quân, lúc đó anh ấy đã ở bên Anh. *chi hoa cuoi roi con nhe*. Chỉ vồn vện có vậy.

Tôi không biết nhiều về anh Quân, chỉ thấy hồi nhỏ anh ấy hay cãi và nói dối, nhưng vẫn học giỏi. Lên cấp Ba anh bắt đầu ít chơi game hơn và giảm cân. Anh ấy tư vấn cho tôi về ngành học, về chuyện đi du học, những thứ bố mẹ tôi không thạo, nhưng chúng tôi không biết gì về nội tâm của nhau. Thế nên là, anh Quân có hạnh phúc không? Tôi không rõ...

## MINH QUÂN

Tôi yêu bố mẹ, hạnh phúc của tôi phụ thuộc vào hạnh phúc của bố mẹ. Khi họ phiền lòng thì tôi cũng phiền lòng, nên nếu họ cứ cố gắng chịu đựng việc tôi là đồng tính, để tôi được “hạnh phúc”, thì tôi sẽ không thể hạnh phúc được. Nó mâu thuẫn thế đấy, và tôi sẽ phải mang cái mâu thuẫn này theo suốt đời.

Cho nên tôi luôn bị ám ảnh bởi cảm giác mình có lỗi. Có lần tôi nói với mẹ là sẽ tốt hơn nếu tôi không được sinh ra. Cuộc sống của tôi đầy đau đớn, ở nhà thì thấy mình có lỗi, ở trường thì bị cô độc. Không sinh ra tôi, bố mẹ sẽ có nhiều thời gian hơn, sẽ để dành được nhiều tiền hơn cho tuổi già của mình, và quan trọng hơn, sẽ kiểm soát được một trăm phần trăm cái số tiền đấy, không bị rui ro như đẻ ra một đứa con. Một lần khác tôi viết thư cho bố mẹ. Tôi không ao ước có được sự gần gũi, sự hỗ trợ về tình cảm, tôi viết, tôi đã thiếu vắng nó từ rất, rất lâu rồi. Nhưng tôi chỉ mong họ đừng có lo lắng về tôi, đừng bao giờ nghĩ tôi có thể trở thành một kẻ điên. Tôi sẽ gặp *stress*, gặp thất vọng, nhưng điều đó là bình thường trong quá trình trưởng thành của tôi. Tôi mong họ có niềm tin vào những đứa con của họ. Sự lo lắng của họ sẽ cắt cụt đôi cánh của tôi, sẽ khiến tôi đau khổ.

Mẹ không hiểu gì cả. Cả cuộc đời, mẹ chưa bao giờ nghĩ về những chuyện này.

Vài tháng trước, tôi ngồi đợi tới lượt được phỏng vấn cho một dự án xã hội và chuyện gẫu với những đứa xung quanh. Tôi quan sát chúng gọi điện, nghe nhạc, gõ trên laptop và thấy chúng thật vui vẻ,

hài lòng, không vướng bận lo toan. Chúng tôi đều là những người ưu tú, hiểu biết, quan tâm tới xã hội, hẳn ai trong phòng cũng ý thức về điều này. Nhưng ngay trong lúc chúng cười tán thưởng một câu pha trò của tôi thì tôi vẫn dai dẳng cảm thấy có một sự khác biệt giữa tôi và chúng, một cái gì đó ngăn cách khiến tôi không giống chúng, không thuộc về chúng.

Tôi vẫn cho rằng việc tôi được sinh ra là một sự cố, và tôi đơn giản phải chấp nhận nó. Nếu có một cái nút để tôi có thể biến mất thì tôi sẽ bấm nó. Nhưng không có cái nút đó, nên là tôi vẫn sống, vẫn làm cái này, cái kia. Thậm chí tôi vẫn có những niềm vui này nọ, nhưng nó không xứng đáng với tất cả những khổ đau trong cuộc đời này. Tôi có thể hy sinh tất cả những niềm vui nếu như bù lại rồi không phải đối mặt với đau khổ nữa. Chúng đâu có xứng đáng với những đau đớn mà tôi đã trải qua. Cô đơn. Bị xa lánh. Bị khước từ. Mâu thuẫn với bản sắc tính dục của mình. Gánh nặng của hiểu thảo. Xa cách không thể nói liền với bố mẹ. Phải đối mặt với tất cả những điều này thì việc thỉnh thoảng có niềm vui chẳng có ý nghĩa gì cả. Đẻ ra một đứa con là một điều rất ác, vâng, ác cho nó. Tôi xin lỗi, lúc này tôi hơi bị xúc động. Bất nó phải trải qua những cảm xúc như tôi đã trải qua, đó là một điều độc ác.

Tôi nhìn quanh, dường như những đứa quanh tôi đều tới từ một môi trường rất thuận lợi. Thế thì chúng mới thoải mái và tự tin như thế kia chứ. Tôi hình dung ở nhà chúng có thể nói chuyện với bố mẹ như những người bạn, lắng nghe, thảo luận, pha trò, thoải mái và thân thiện. Đó là cái đặc ân lớn nhất của chúng, chúng đã trúng số độc đắc mà không phải làm gì cả. Chúng chẳng bao giờ nghĩ tới cái

nút bấm kia cả.

Cho nên là tôi không bao giờ cảm thấy mình thuộc về tụi kia. Hôm trước tôi xăm cái hình này, một dấu ≠ chạy dọc cánh tay dưới, nó vẫn hơi rỉ máu. Nó thể hiện lịch sử của tôi. Sự khác biệt được viết lên bản thể của tôi, được nung cháy trên da thịt tôi. Cuộc đời tôi, những gì tạo ra tôi bây giờ, được định hình bởi sự khác biệt này. Nó hiện hữu vật lý, tôi có thể sờ mó được.

## YẾN

Quân không hạnh phúc đâu, Quân bi quan, Quân biết nhiều quá. Quân biết về *nihilism\** về *stoicism\**, về chính trị. Tôi cũng thực hành khắc kỷ được một năm, tập bình thản, như một khúc gỗ. Phương pháp đó Nguyễn Duy Cần có nói. Nhưng tôi khác Quân ở chỗ tôi không có nơi để trút bầu tâm sự nên bị điên.

Tôi muốn nói chuyện về những đề tài sâu sắc với Quân. Gần đây, Quân phỏng vấn tôi cho một dự án xã hội gì đó về thấu cảm. Hôm đó tôi kể hết, và Quân kiên nhẫn nghe, chưa có ai kiên nhẫn ngồi nghe tôi như Quân đã làm. Có lần Quân nói cuộc đời vô nghĩa, như con dã tràng xây lâu đài cát rồi lại bị sóng đánh. Tôi cũng nghĩ cuộc đời vô nghĩa.

Vì sao? Vì nó sử dụng phép so sánh, liên tưởng, quy ước để gọi tên, vì thế nên không có gì để bám vào.

Nhưng mình vẫn phải tạo ra những lâu đài cát, Quân bảo vậy.

Bạn có thể chuyển lời cho Quân là tôi rất quý em?

## MINH QUÂN

Mẹ tôi có kể về chuyện bày cái bánh sinh nhật, hồi đó tôi còn quá bé và không nhận ra chị tôi đã ghen tị như thế nào. Tôi cảm thấy gì khi được chuyển lời là “chị rất quý em”? Tôi... tôi cũng không biết là nên cảm thấy như thế nào nữa. Nếu mà có cảm xúc gì... thì chắc nó là... cảm kích... Tôi thấy hơi là lạ, tôi không quen. Tôi đã căm ghét chị Yến trong một thời gian quá lâu. Năm ngoái, dự án xã hội mà tôi tham gia khiến tôi suy nghĩ về quan hệ của chúng tôi, và tôi quyết định lắng nghe tâm sự của chị. Đây là lần đầu tiên sau nhiều năm chúng tôi nói với nhau nhiều hơn hai từ. Chị nói chậm, nhưng như một người có lý trí bình thường. “Yến đã khỏi bệnh rồi,” chị nói vậy. Tôi nghe chị tới hai giờ sáng, rồi tôi ngòì gỡ băng. Chỉ có mình tôi trong bóng tối, cái màn hình laptop tỏa ánh sáng xanh. Hôm đấy lại còn là Valentine nữa chứ. Có gì đó thật siêu thực, tôi đang nghe đi nghe lại từng chữ của một người mà tôi ghét cay ghét đắng. Cảm giác chị đáng thương trộn lẫn với sự ghê sợ và khinh bỉ vốn có trong tôi thành một thứ hỗn độn thật khó tả. Tôi muốn gào lên nhưng vẫn nhẫn nại ghi lại chính xác từng chữ của con người đó.

Mấy tuần sau, chị lên cơn mới và bỏ nhà đi ra sân bay. Chị hoang tưởng là sẽ được đón sang Mỹ để cứu thế giới.

## YẾN

Chúng tôi đều hiểu là bố mẹ rất yêu các con, nhưng bố mẹ không

phải là chỗ các con chia sẻ những câu chuyện thầm kín. Bố mẹ chỉ muốn con cái giỏi giang, học hành, có việc làm và lập gia đình. Mẹ nuôi con ăn học, bố tính xây nhà cho các con, thế là xong phận sự của bố mẹ. Bố mẹ không tâm lý đâu.

Tôi học giỏi, nghiêm khắc với bản thân, nguyên tắc, cầu toàn. Mẹ rất tự hào về tôi, lúc nào cũng nhắc hai em phải noi gương tôi. Mẹ tin tưởng tôi, nên lớp Mười một tôi có thể đi tới mười một giờ đêm mà mẹ không nói gì. Cuối lớp Mười hai, tôi bị S, thầy giáo dạy guitar của tôi, hiếp. Mẹ đưa tôi ra Hồng Ngọc khám âm đạo. Bố bắt tôi dẫn tới nhà anh kia, chỉ mặt cấm anh ta liên lạc với tôi. Rồi bố mẹ cấm tôi không được kể với ai. Không ai hỏi tôi có cần giúp đỡ gì không. Bố mẹ chỉ biết tới điểm số, chỉ muốn nở mày nở mặt tự hào các loại. Mùa hè đó, tôi ôn thi đại học, cứ giấu nỗi buồn trong lòng. Tôi mất trinh và cô độc.

Bố bắt tôi thi vào Ngoại thương, mặc dù tôi thích học nghệ thuật hay một ngành văn hóa nào đó. Tôi khổ sở, bức bối. Tôi ghét kinh tế, ghét Ngoại thương. Vào trường được mấy tháng thì tôi lên cơn đầu tiên.

## MINH QUÂN

Hôm đấy là cuối tháng Mười một, tôi học lớp Mười, còn chị Yến học năm nhất đại học. Trường tôi có một cái lễ kỷ niệm nào đó, tôi về tới nhà thì đã muộn, tôi mệt và đi ngủ ngay. Tiếng lao xao quát tháo từ trên vọng xuống đánh thức tôi dậy. Thấy mãi nó không dứt, tôi mò lên và thấy chị Yến đang đi lòng vòng, đầu tóc rũ rượi, trên đùi có



ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì mẹ ơì, chị ấy cứ gọi vậy. Rồi có tiếng người vật nhau ở trên vọng xuống. Sáng hôm sau tôi vẫn đi học bình thường, tôi không biết rõ điều gì xảy ra, chỉ biết nhà đang có vấn đề nên rất buồn. Mấy tháng sau thì chị Yến chuyển vào bệnh viện tâm thần một thời gian. Thỉnh thoảng tôi tới thăm nhưng tôi không thích. Tôi sợ cái tòa nhà bẩn thỉu và tối tăm đó. Tôi ngồi đó nhìn cái sàn nhà bị xước rất nhiều và chẳng biết nói gì với chị cả.

## YẾN

Hôm đó là ngày sinh nhật em gái tôi, đầu tháng Mười một. Những tuần trước đó tôi nghe rất nhiều nhạc, Kyle Landry, Valentina Lisitsa, và thức trắng đêm. Không ai biết gì. Đợt đó tôi đọc nhiều Nguyễn Duy Cần, nên giữ bình thần khá tốt. Bí mật, lặng lẽ, bình thần, không khóc không cười. Tôi rất *dark* và *deep*. Tôi giam mình trong phòng, khóc và viết như điên nói xấu FTU\*, những cái mà tôi không kể được cho bố mẹ. Bố thích tôi học kinh tế. Mẹ thì chả hiểu gì.

Chiều hôm đó, tôi xem lại mấy video nhạc của cậu lạc bộ guitar của S. Đã gần một năm từ ngày anh ta làm tôi mất trinh. Bỗng tôi chú ý, hình như những video kể một thông điệp. Tôi nghe lại, đúng rồi, anh ấy yêu tôi mà tôi trẻ con quá không biết. Tôi vỡ òa ra. Anh ấy yêu tôi bằng âm nhạc, tình yêu không lời. Giờ tôi đã hiểu. Tôi phát điên lên.

Tôi đi xe ôm tới nhà anh ấy, vừa đi vừa khóc, nước mắt cứ bay theo gió. Tôi đến để nói với anh ấy là tôi cũng yêu anh ấy. Tôi nỡ,

tôi thấy một dây số điện thoại, số của anh ấy, được viết thật to trên tường, màu xanh nước biển và cam. Cây cối xung quanh đều héo cả. Tôi quỳ xuống, ôm đầu, khóc thật to. Trời ơi, bây giờ em mới hiểu anh yêu em nhiều đến mức nào. Anh ấy mở cửa, tỏ ra bất ngờ, “Cơn gió xa xôi nào đưa em đến đây?” Tôi bước lại gần, đưa ngón trỏ lên môi, “Suyt”. Tôi nói, “Em có bản nhạc sáng tác dành cho anh”, và đưa cái USB cho anh ý. Anh chơi bài *I will survive* của Cake. Tôi cúi đầu xuống, nhắm mắt, tóc bù xù xòa xượi, hát theo như một con điên. Rồi anh ý bật bài *Rhythm of the rain*. Tôi nói, “Đam mê, đam mê là tất cả,” sờ cái đàn Charvel màu trắng của anh, vuốt dọc hết cái cần đàn rồi đi ra ngoài.

Về tới nhà, *tôi đóng cửa*, bật nhạc, rồi cầm bút viết lời bài hát lên tay, lên đùi. Tôi viết lên Facebook, “RAPE THE UNIVERSE!”, và ký tên Đại dương màu cam. Tôi viết rằng xã hội đang mục ruỗng như trong bài *Jesus of suburbia* của Green Day, rằng tôi và anh S sẽ làm samurai để cứu trái đất. Rồi tôi tôn vinh ca ngợi Nguyễn Duy Cần và Friedrich Nietzsche\*. Trong phòng tôi bỗng nhiên đầy người. Tôi đòi tới chỗ anh ấy. Mọi người ngăn lại. Tôi chửi bới, chửi tất cả trừ anh S. Tôi đập cái bàn bóng bàn ở bên ngoài. Bác tôi ném tôi vào người tôi. Tôi lao được ra cầu thang, mẹ tôi đuổi theo.

## MINH QUÂN

Bố mẹ là những người Việt bình thường, họ đi làm cần cù để nuôi bốn đứa con của mình, bố kinh doanh nhà đất, mẹ ở nhà nội trợ. Họ không biết tiếng Anh, họ không biết phải làm gì với một người điên.

Họ đã là những người rất nghiêm khắc, rất Việt Nam, đặt đâu con cái phải ngồi đấy.

Và rồi chuyện này xảy ra... Mẹ tôi khóc hằng ngày, hằng tuần. Bố tôi không thể hiện cảm xúc gì, nhưng tôi đoán thế giới của ông vỡ vụn.

## YẾN

Tôi bảo lưu đại học. Bố mẹ đưa tôi đi bác sĩ Tây y lẫn thầy cúng. Bác sĩ cho tôi uống thuốc. Thầy cúng lên đồng và đọc văn khấn. Trong hai năm tiếp theo tôi lên hai cơn nữa. Rồi tôi đi học lại, lúc đó tôi hai mươi tuổi. Tôi nói là con không muốn học FTU, nhưng bố mẹ vẫn ép. Bố nói, “Bằng đó giá trị lắm con, con đừng đánh mất cơ hội.” Mẹ nói, “Cứ có cái bằng hăng, rồi tính sao thì tính.” Mấy tháng sau, tôi lên cơn tiếp theo, tôi vẫn không có chỗ nào giải tỏa mà. Năm ngoài thì hai cơn, cơn sau vào tháng Sáu, tôi thấy nó có chu kỳ. Hôm đó tôi lên ra sân bay, không cho ai biết. Một giọng nói trong đầu tôi nói là có máy bay tới đón tôi sang Mỹ để cứu trái đất. Tôi có những tư tưởng vĩ mô. Tôi đã viết về cải tổ giáo dục, hòa bình trái đất các loại. Tôi đưa bố đọc, bố bảo con cần bình tĩnh.

## HẢI ANH

Mà tôi thấy chị Yến bị bệnh thế này cũng có mặt tốt. Nếu chị Yến không thế thì mẹ tôi vẫn sẽ đánh và áp đặt chúng tôi, và anh Quân

sẽ vẫn ghét chị Yến.

Nhà tôi như hiện nay là ổn, tôi không cần nhiều hơn. Tôi được ăn uống, ăn mặc đầy đủ, được đi học. Một đứa trẻ thì không có nhu cầu nhiều.

## MINH QUÂN

Thật là trớ trêu, một *plot twist*\* lạ lùng. Nếu chị tôi không phát điên thì tôi sẽ không được trở thành người như bây giờ - tự do. Chị tôi không điên thì bố mẹ sẽ không thay đổi cách dạy con, tôi sẽ mãi là một đứa trẻ ù lì, sống vật vờ như một cái xác, không đến với nghệ thuật được, không được phóng xe ban đêm, không được ngủ với đàn ông. Đó là sự mỉa mai lớn nhất của cuộc đời tôi, người tôi ghét lại là người tôi biết ơn.

## YẾN

Hiện thì tôi bình thường rồi. Tôi phụ đạo toán cho mấy đứa cháu. Tôi chơi nhạc nhiều, tới học pha chế. Tôi tới một lớp học thiền, mọi người tới đó để tìm lại đứa trẻ bên trong mình. Ở đó tôi được an ủi nhiều lắm.

Tôi chỉ chưa giải thích được là anh ta có khả năng đọc trong cốt truyện suy nghĩ và nhập hồn không thôi. Đọc suy nghĩ của tôi và nhập hồn vào người xung quanh tôi. Tôi không rõ S có khả năng này không. Tôi chưa trả lời được.

## MINH QUÂN

Bạn trai tôi nói đúng, tôi là một người cô đơn và chắc khi lớn lên tôi sẽ vẫn vậy. Không ai hiểu được tôi hoàn toàn. Người thì không hiểu được những quan tâm triết học của tôi, người thì không hiểu được cảm xúc nhục thể rất hoang dã trần trụi của tôi. Nên là tôi tạo ra những cách thức đối phó cho mình. Ngồi ở Circle K lúc ba giờ sáng, uống một bịch sữa, nghe nhạc, xem phim trên mạng, đánh mắt mình vào các dự án xã hội, tôi thấy dễ chịu, ấm áp. Những thứ đó giúp tôi chạy trốn, lấp đầy khoảng trống bên trong mình. Vâng, tôi cũng nhận ra là tôi không dùng chữ ấm áp cho gia đình mình, nhưng lại cho không gian Circle K lúc đêm khuya.

Tôi có khao khát cháy bỏng muốn bố mẹ biết được rằng tôi là ai. Tôi muốn họ hiểu những ham muốn, những ước vọng của tôi, và tôi đang làm gì để đạt được chúng. Một vài lần tôi đã thử, tôi nói về học hành, về cuộc sống, dùng những biểu đạt ít phức tạp nhất để trình bày các phân tích, lập luận đang cựa quậy trong đầu tôi, nhưng tôi có cảm giác họ và tôi sống trên những hành tinh khác nhau. Cơ thể chúng tôi chỉ cách nhau vài chục xăng ti mét, nhưng đầu óc chúng tôi không thể xa cách nhau hơn.

## YẾN

Tôi có nhiều điều ước. Tôi ước bố mẹ không phải lo về tôi nữa. Tôi ước mình và em Quân trở thành hai người bạn thân. Tôi ước làm

chủ quán cà phê âm nhạc của mình, tụ tập những bạn trẻ như tôi, lạc lối, bơ vơ trong bước chuyển ngoặt của cuộc đời. Tôi ước là được quay lại với anh S. Với mọi người, tôi nói anh ta là một kẻ tồi, nhưng trong lòng, tôi vẫn yêu.

Nhưng tôi vẫn có một băn khoăn. Một là anh ta chỉ có một phép thần thông đọc suy nghĩ hay nhập hồn gì, và quả thật Billie Jean là tôi. Bạn biết bài Billie Jean của Michael Jackson? *Billie Jean is not my lover*. Hai là anh ta quan sát được tôi, và tôi không phải là Billie Jean. Tôi hiểu ý đồ từng bài hát mà anh ấy đăng lên. Nhưng có thể tôi ngộ nhận. Tôi không biết.

Ước muốn lớn nhất của tôi là bố mẹ không lo về tôi nữa. Bố mẹ khổ về tôi nhiều quá rồi.

Bạn nghĩ tôi có còn tâm thần không? Vâng, tôi hiểu, bạn không phải là chuyên gia.

## MINH QUÂN

Một ngày cuối hè vừa qua, tôi ngồi trên vỉa hè với cốc trà sữa, nắng xuyên qua lá cây, rọi xuống cái hình xăm trên cánh tay tôi. Tôi yêu cái thành phố này vô cùng và sắp xa nó. Tôi vừa rời một hội nghị lớn trong đó gần hai trăm người trẻ chúng tôi tập làm đại diện cho các quốc gia, đàm phán xuyên đêm để tháo gỡ các khủng hoảng quốc tế, như người ta vẫn làm ở Liên Hiệp Quốc. Năm *gap year* của tôi đã khép lại, nước Anh đang đợi trước mắt. Cô tư vấn của trường đại học bên Anh viết rằng bài luận của tôi khiến cô có nhiều hy vọng

vào người trẻ, rằng tôi là người có trách nhiệm với chính mình, rằng nếu cô ấy là bố mẹ tôi, cô sẽ thấy tự hào. Tôi tin rằng những người như tôi sẽ là trụ cột của đất nước này, sẽ thay đổi nó. Chúng tôi là những người tạo dựng tương lai.

Nhưng sâu bên trong mình, tôi vẫn thấy một sự khắc khoải.

Tôi thèm khát sự ghi nhận của bố mẹ.

Không phải vì nó sẽ ảnh hưởng tới các quyết định của tôi. Bố mẹ không phải là đỉnh cao của tri thức, không phải lúc nào cũng đưa ra những quyết định hợp lý, họ không có nhiều hiểu biết về những gì đang xảy ra trên thế giới. Nếu họ có lời khuyên thì chúng sẽ có ít giá trị với tôi.

Họ cũng không phản đối những gì tôi làm. Ngược lại, họ để tôi muốn làm gì thì làm.

Nhưng chính điều này lại không ổn.

Nó khiến tôi hiểu rằng sự ủng hộ, hỗ trợ của họ không tới từ tình yêu vô điều kiện và sự thấu hiểu con người tôi, không tới từ những đánh giá chắc chắn và lý luận hợp lý. Mà nó tới từ nỗi sợ là tôi sẽ trở thành người điên thứ hai trong gia đình.

Cho nên là tôi vẫn thèm khát một sự công nhận thực sự từ họ, như nó đã đến từ cô tư vấn người Anh kia.

Đau đớn biết bao cho bố mẹ khi họ thấy con mình phát điên mà họ không hề nhận biết được các dấu hiệu, không thể đọc được những vấn đề của nó, cứ như là hai bên nói những ngôn ngữ khác nhau. Chính vì thế họ không biết họ cần phải làm gì để chuyện không lặp lại ở những đứa khác, họ sống trong lo sợ và họ buông thả hoàn toàn để chúng tự loay hoay.

Tôi đã tự hứa sẽ không bao giờ kể cho mẹ, người phụ nữ khôn khổ, về những vấn đề cá nhân của mình nữa. Kể làm gì khi họ chẳng hiểu bạn đang nói gì. Sẽ tốt hơn cho mẹ nếu mẹ không biết gì về cuộc sống của tôi. Tôi sẽ tự xoay xở. Từ trước tới nay vẫn vậy rồi.

Nhưng vì sao tôi vẫn thấy bất an? Vì sao tôi vẫn cố gắng phân tích, loay hoay tìm hiểu mọi sắc thái, mọi chi tiết của hoàn cảnh của mình, giống như một kẻ sa lầy trong đầm lầy?

Sẽ không bao giờ có được sự chia sẻ chân thành, sự thấu cảm thực sự giữa cha mẹ và tôi.

Nhưng vì sao tôi lại thêm khát điều không tưởng này, thêm khát tới mức đau đớn khôn cùng?

## 15. LỜI TÁC GIẢ: THỂ DIỆN CỦA CHA MẸ VÀ TÌNH YÊU NGỤC TÙ

Nếu như phần đầu của cuốn sách vẽ nên một thế giới vắng bóng người lớn, nơi cuộc sống của đứa trẻ thiếu sự hiện diện vật lý hay tinh thần của cha mẹ, và phần hai là câu chuyện của những đứa trẻ nhàm vai, bị trở thành bạn đời thay thế hoặc phụ huynh của cha mẹ mình để phục vụ nhu cầu tinh thần hay vật chất của họ, thì những số phận ở phần ba này có một điểm chung. Những đứa trẻ sống trong một nhà tù do cha mẹ chúng dựng nên, trá hình là sự quan tâm và yêu thương. Trong tâm lý học, những cha mẹ này hay được gọi là narcissistic - ái kỷ, yêu bản thân thái quá. Vì cả hai chữ tiếng Việt này đều khá trừu tượng, xa lạ và không truyền tải được những nét cơ bản của nhân cách này, nên tôi sẽ dùng chữ “sĩ diện”. Hiểu một cách đơn giản nhất, người sĩ diện luôn lo sợ bị người khác coi thường, chê bai, nhưng còn nhiều điều khác nữa để nói về chân dung của họ.

Điểm chung lớn nhất của những người này là họ coi đứa trẻ như một sự nối dài của bản thân (extension of the self), họ sở hữu nó như một cái tay hay đôi mắt, chứ không coi nó như một cá nhân có cảm xúc và nhu cầu riêng. Không những họ không nhìn vào mong muốn và nhu cầu của con hay cháu mình, họ coi nó chủ yếu như một phương tiện để thỏa mãn những mong muốn và nhu cầu của mình, ông của Hòa phải nhìn thấy tám bằng đại học của cháu mình, nếu không ông sẽ chết không yên, dù Hòa đã được bác sĩ chẩn

đoán trầm cảm. Ông bà của Hải Như phải thấy em đi du học, nếu không họ sẽ coi đời mình là thất bại. Hương, lúc mười tuổi, bị trầm cảm vì sức ép học piano khổng lồ, nhưng vẫn phải tiếp tục cho tới khi cô giáo dạy đàn bắt nghỉ, chị của cô bị bố mẹ coi là độc ác vì vẫn độc thân. M.H. phải tiếp tục giữ “job thơm” dù nó khiến cô phải uống thuốc trầm cảm liên miên. Dù ghét Ngoại thương, Yến vẫn phải quay lại học, kể cả khi cô đã trở thành người hoang tưởng. “Cứ có cái bằng hăng, rồi tính sao thì tính” (mẹ của Yến). Trang không được phép yêu con gái, vì điều đó không phù hợp với định nghĩa đứa con của mẹ cô. Trong tất cả các trường hợp này, nhu cầu của bố mẹ được đặt cao hơn nhu cầu của đứa con. Nhu cầu của trẻ, nếu có được nêu lên, cảm xúc của nó, nếu có được thể hiện, sẽ bị gạt đi, bỏ qua, hoặc tệ hơn, bị coi là một sự phiền hà hay sự tấn công vào người chăm sóc nó.

Bởi đứa con là phương tiện để thỏa mãn những nhu cầu của bố mẹ sĩ diện, họ đầu tư vô cùng nhiều tâm sức, thời gian và tiền bạc vào nó. Trong nhiều trường hợp, sau khi đã thất bại trong các lĩnh vực khác như hôn nhân hay con đường công danh, họ coi đứa con là dự án quan trọng nhất của đời mình, và do đó có xu hướng kiểm soát toàn bộ cuộc đời của đứa trẻ, phá vỡ ranh giới bản thể vốn cần có giữa các cá nhân. Họ kiểm tra cặp sách, xem tin nhắn, đọc nhật ký, khắc nghiệt theo dõi cách đi đứng, nói năng, cách cầm đũa lên, đặt bát xuống của nó, chỉ đạo nó về ăn mặc, tóc tai, ngành học, can thiệp vào chuyện yêu đương, hôn nhân, chỗ làm việc, và cuối cùng là cách nuôi dạy con, tức là cháu của họ.

Tính ái kỷ của cha mẹ sĩ diện hay được ngụy trang dưới các mác

khác nhau. “Bằng cấp là để tốt cho đứa trẻ”, “tất cả chỉ là vì con”. Hoặc nó được đặt trong một hệ giá trị đạo đức để lý giải cho các trói buộc. “Không lập gia đình là bất hiếu với cha mẹ”, con cái có trách nhiệm “làm bố mẹ vẻ vang” và “đền đáp sự hy sinh của cha mẹ”.

Khi đứa trẻ thực hiện được mong muốn của họ, họ cảm thấy cái tôi của mình được vuốt ve, bản thể của mình lành lặn, cuộc sống của mình đầy đủ, có ý nghĩa. Khi đứa trẻ không đáp ứng được hoặc không muốn đáp ứng nhu cầu của họ, họ sẽ đau đớn, sợ hãi hay giận dữ như một trẻ sơ sinh bị bỏ rơi. Để chống lại cảm giác suy sụp, tan vỡ, thất bại, họ đánh trả bằng cách cáo buộc đứa con là kém cỏi, vô dụng (khi nó không có khả năng thực hiện mong muốn của họ), hay ích kỷ, không biết nghĩ, không biết thương bố mẹ (khi nó khước từ). Họ khùng bố tinh thần bằng những trận lảng nhục hoặc sự im lặng tra tấn kéo dài, họ trừng phạt thể xác bằng đánh đập hay bắt trẻ nhịn ăn. Từ rất sớm, đứa trẻ hiểu rằng để có được và giữ được sự quan tâm và tình yêu của bố mẹ, nó phải làm đúng theo ý họ. Không bao giờ nó có thể cho phép mình nghỉ ngơi, cho phép mình ngừng cố gắng làm bố mẹ hài lòng.

Nguồn cung thể diện (narcissistic supply) là một khái niệm được dùng để chỉ những thứ nuôi dưỡng cảm nhận về giá trị bản thân của người sĩ diện. Đứa con, thông qua các thành tích (được hiểu theo nghĩa tất cả những gì có thể tạo ra sự khen ngợi, công nhận của họ hàng hay người ngoài, từ điểm số tới việc để được con trai) là một nguồn cung thể diện quan trọng cho cha mẹ sĩ diện. Giống những người nghiện vật chất hay quyền lực, cha mẹ sĩ diện thấy bao nhiêu cũng không đủ. Khi đứa con đem về điều họ muốn, họ

thỏa mãn trong chốc lát, nhưng nhanh chóng cho rằng mình nghiêm nhiên có quyền và xứng đáng, và sự thèm khát bên trong họ lại trỗi dậy. Mặt khác, nếu nguồn cung thể diện bị khô hạn (người vợ muốn ly hôn, đưa con khước từ con đường họ vạch ra), họ sẽ có cảm giác giá trị của mình bị lung lay, mặt tiền của mình bị hoen ố, bản thể của mình bị đe dọa.

Xuất hiện mọi nơi mọi chỗ trong cuộc sống của đứa con, kiểm soát, theo dõi và chỉ đạo, nhưng cha mẹ sĩ diện thường không kết nối tình cảm với đứa trẻ. Vì tập trung vào nhu cầu của bản thân, họ vô cảm trước thế giới tinh thần của con, bỏ qua nhu cầu cảm xúc, đời sống tình cảm của đứa trẻ. Những thành viên trong gia đình sống như những cá thể xa lạ, trong khi khoảng cách vật lý của họ lại không thể gần hơn. Không khí trong gia đình, nếu như không hàn học hay căng thẳng thì cũng lạnh lẽo. Minh Quân có đầy đủ sự hỗ trợ vật chất nhưng khao khát một cách đau đớn được bố mẹ thấu hiểu, chia sẻ, dù chỉ ở mức độ như cô tư vấn của trường đại học. Mẹ của Hương không thể hiểu được là các con có thể buồn vì không khí trong nhà, và cho rằng cô khóc vì mất tiền hay thất tình. Là những người có độ thấu cảm rất thấp, họ không thể nhận biết, ghi nhận các cảm xúc của con và đem lại sự an ủi hay khích lệ thích hợp. Mặt khác, họ cũng không thể đọc tên các cảm xúc của bản thân. Bị “điếc” về cảm xúc và có cuộc sống nội tâm nghèo nàn, họ có thể lạnh băng tiếp tục bắt ép đứa con kể cả khi nó đang đau khổ cùng cực. “Đến giờ nhớ lại tôi vẫn rùng mình,” Hương nói về những giờ tập đàn piano của mười năm trước.

Cha mẹ sĩ diện cũng không có khả năng chiêm nghiệm, suy ngẫm về mình để có thể dẫn tới ý thức muốn thay đổi bản thân. Vậy nên họ cũng không thấy được trách nhiệm của mình trong các vấn đề. Khi thành công, họ nhận hết công trạng về mình; khi thất bại, họ đổ lỗi. Thật khó hình dung họ có thể xin lỗi con, cháu, hoặc xin lỗi nhau. Họ thực tâm coi mình là hoàn hảo. Ông bà của Hải Như không mấy may đặt câu hỏi liệu mình có cần điều chỉnh hành vi hay không. Bố mẹ của Hương hoàn toàn bất ngờ khi nghe chị của Hương nói hôn nhân bạo lực của họ chính là lý do cô không muốn lập gia đình. “Bố mẹ có làm gì con đâu mà con bị thế này?” Mẹ của Hương thắc mắc về bệnh trầm cảm của cô, một câu hỏi tôi tin là thực lòng.

Một điểm chung nữa của các cha mẹ sĩ diện là họ thường không có khả năng ứng xử với stress khi nó xuất hiện trong cuộc sống, và hay phản ứng bằng cách đổ lỗi, *đẩy trách* nhiệm cho người mà họ cho là gây ra vấn đề trong cuộc sống của họ.

Chưa bao giờ được học cách tìm ra lời giải, họ chỉ theo bản năng chặn lại hoặc đánh trả người kia, và khước từ ghi nhận cảm xúc và nhu cầu của người ấy. Trong một gia đình lành mạnh, điểm số kém của đứa trẻ sẽ được nhìn nhận như một vấn đề, và các thành viên sẽ cùng nhau tìm nguyên nhân và lời giải. Đứa trẻ bị cô lập ở trường, phương pháp dạy không phù hợp, nó buồn vì người bà mới qua đời, nó bị hổng kiến thức? ở gia đình sĩ diện, bản thân đứa trẻ được coi là vấn đề, và nó có trách nhiệm dọn dẹp vấn đề đó. “Mày đừng để tao lo, tao không muốn nhìn thấy cái thái độ ấy của mày,” mẹ của Hương yêu cầu cô phải “đẹp” đi những cơn hoảng loạn, và

trao thêm cho cô trách nhiệm “không để mẹ sốt ruột.” “Mệt với bay, cuối năm rồi còn không được yên,” bố của Hòa nói khi biết cô bị trầm cảm. Phản ứng đầu tiên của bố mẹ M.H. sau khi cô uống thuốc ngủ là gào lên, “Mày giả công, mày báo hiếu tao như thế này đây...” Bị xâm chiếm trọn vẹn bởi trạng thái tâm lý của mình, họ không thể quan tâm tới cô và tìm hiểu lý do dẫn tới hành động của cô. Họ chỉ quan tâm rằng trong tương lai mình không bị “làm ảnh hưởng” nữa. “Mày làm thế lần nữa thì tao đuổi mày ra khỏi nhà.” Nếu đứa con học kém, bị trầm cảm, hay tự tử thì chính nó là người mắc lỗi. Nó làm phiền tới người khác; nên không những nó không xứng đáng được giúp đỡ, nó cần phải bị trừng phạt.

Sự thiếu vắng thấu cảm cũng dẫn tới việc nhiều cha mẹ sĩ diện có một thái độ yêu cầu, đòi hỏi thường chỉ phù hợp với *trẻ nhỏ*. Nỗi sợ bị bỏ rơi khiến mẹ Hương luôn chì chiết hai đứa con “không biết nghĩ tới mẹ, cứ ra ngoài làm chuyện bao đồng,” và bắt hai chị em cô chia nhau ở nhà, khiến chị của cô không nở ra sống riêng dù bị đày ải. Ngoài ràng buộc bằng cưỡng bức, họ còn ràng buộc bằng cách thể hiện mình yếu đuối, mình đã hy sinh tất cả và cần phải được trả ơn. “Không biết thương bố mẹ à?” là vũ khí hữu hiệu để thao túng tinh thần đứa con. Mẹ của Trang cho mình quyền bắt con gái phải yêu con trai. Bố mẹ của M.H. cho mình quyền nhận hai phần ba thu nhập của cô. Kể cả khi cô phải lánh tới nhà bạn trong thời điểm nguy cơ tự sát lên đỉnh điểm, mẹ cô cũng liên tục gọi điện giục cô về nhà vì “mẹ rất ốm, mẹ cần người chăm sóc.” Ngay cả lúc này, mẹ cô cũng chỉ có thể nghĩ tới nhu cầu của mình.

Bên dưới tất cả những nét nhân cách kia là cơ chế tâm lý gì? Sâu bên trong các cha mẹ sĩ diện là một sự bất an vô thức về giá trị của bản thân. Theo các nhà tâm lý học Kohut và Kernberg, sự bất an này đến từ những trải nghiệm tuổi thơ thiếu thốn tình yêu thương. Lớn lên, họ trở thành những cá nhân luôn khao khát được tán thưởng, khen ngợi, công nhận. Với họ, thể diện là cái bản thể giả, là tấm áo giáp bảo vệ cho một bản thể thật khiếm khuyết và đầy thương tích. Do đó, họ có đặc tính “hypervigillant” (siêu cảnh giác), luôn sợ hãi bị coi “không ra gì,” bị “mất mặt”. Họ vô cùng nhạy cảm và dễ tự ái trước những đánh giá, chê bai có thật và tưởng tượng của người khác về khả năng tài chính, địa vị xã hội, mức độ hạnh phúc trong gia đình mình. Nỗi xấu hổ ngấm ngấm, cảm giác nhục nhã là mình không có giá trị khiến họ luôn lo lắng đứa con có thể cung cấp lý do để họ bị “coi thường”. Bởi vậy, họ, nói hẳn ra miệng hay chỉ để trong đầu, luôn so sánh con mình với con người khác, về điểm số, bằng cấp, mức thu nhập hay tình trạng hôn nhân.

Để nâng giá trị của mình lên, người sĩ diện thường có xu hướng hạ thấp, chê bai, miệt thị, coi thường người khác, đặc biệt là những người gần họ nhất - con cái, vợ chồng, họ hàng. Sau buổi gặp đầu tiên với Hải Như, tôi nhận được điện thoại của mẹ em. Rõ ràng là chị đã bỏ công theo sát từng bước chân của con mình. Tôi những tưởng chị sẽ quan tâm xem Hải Như đã tâm sự gì với tôi, có điều gì về em mà chị không biết, suy nghĩ của em thế nào, em có hạnh phúc không, có cần giúp đỡ gì không. Nhưng tôi đã làm, cuộc điện thoại là một màn độc thoại vô tận, trong đó mẹ của Hải Như nói xấu con mình là lười nhác, dối trá, hỗn láo. Chị đã gọi điện để bảo vệ

hình ảnh cá nhân, thay vì để hiểu con hơn.

Quan hệ của các cha mẹ sĩ diện với nhau và với người xung quanh thường trong trạng thái rối loạn và bất an. Bố mẹ của Hương “dành cả tuổi thanh xuân để miệt thị nhau.” “Mẹ mày có lúc định giết tao” (bố của Trang nói với con). “Bố mày bị điên rồi” (mẹ của M.H. nói với con). Nhiều năm sau khi ly dị, mẹ của Hải Như vẫn chửi bố em là “kẻ khốn nạn.” Parental alienation, việc kéo con về phe mình để xa lánh, coi thường, sợ hãi hay hắt hủi người phụ huynh kia là một dạng của thao túng tâm lý và bạo lực tinh thần, và có thể đẩy đưa trẻ vào xung đột nội tâm và chấn thương tâm lý lớn.

Thế giới của cha mẹ sĩ diện thấm đẫm sự giận dữ. Mẹ của Trang gào thét “như tiếng ở địa ngục vọng lên” khi chồng khước từ lên sân thượng cùng ngắm trăng, ông và bố của Hòa triền miên gửi tới nhau những cơn giận tăm tối. M.H. cảm nhận bố mình là một thực thể hằn học và trống rỗng. Đây là sự giận dữ mà nhà tâm lý học Heinz Kohut gọi là thịnh nộ vì mất thể diện, hay là cuồng nộ ái kỷ (narcissistic rage). Chúng là phản ứng trước những tấn công có thật hay tưởng tượng vào giá trị của người sĩ diện. Đứa con du học phải quay về vì khủng hoảng tâm lý, nó không muốn kết hôn, nó muốn ly hôn, nó yêu người đồng tính, tất cả đều có thể được coi là những cú đánh vào thể diện, khiến dự án nuôi dạy con của họ có nguy cơ bị lung lay. Đó là những lúc họ sự “mất mặt”, sợ mất tiền của họ bị kéo xuống, làm lộ ra bộ mặt thực tế bên trong mà họ tự cho là kém cỏi, thất bại, sẽ khiến họ bị coi thường. “Thật là nhục!” “Mày làm thế thì tao còn mặt mũi nào nữa?” Đây cũng là chữ cha mẹ sĩ diện hay dùng nhất khi con cái làm trái ý họ. Cả đời mình, người sĩ diện cố

gắng chống lại cảm giác nhục nhã đáng sợ. Họ cũng có xu hướng coi mình là nạn nhân (đặc biệt sau tất cả những “hy sinh” của họ cho bạn đời hoặc con cháu), và có nhu cầu mãnh liệt trả thù cho người “gây hại” cho họ. Cơ giận dữ là một sự đánh trả để tái thiết lập giá trị của họ, một sự tự vệ để họ lại cảm thấy an toàn trong thế giới của mình.

Cảm giác nhục nhã là xăng dầu tưới tắm cho ngọn lửa nóng giận, và giận dữ khiến người ta đánh mất khả năng nhận thức và phán xét lành mạnh. Họ có thể nổi xung một cách không tương xứng trước một “lỗi” nhỏ nhất của người xung quanh. Đứa trẻ lê dếp, vợ để cái quạt vướng lối đi, chồng không muốn ngắm trăng cùng. Mỗi ý kiến trái chiều của con hay bạn đời bị coi là “mất dạy”, “cãi”, “láo,” và không thể dung túng, ở nét này, họ giống những người gia trưởng, không chấp nhận ý kiến nào khác mình. Người nói khác ý họ không đơn giản là người bất đồng, mà là người dám thách thức uy quyền và con người họ. Có một sự đau đớn được gây ra bởi nỗi thất vọng triền miên trong cuộc đời của họ. Nghèo, không thành đạt (trong tương quan với họ hàng hoặc bạn bè), hôn nhân bất ổn, là những đòn tấn công chí mạng vào người sĩ diện khiến họ trở thành bất mãn, đau đớn kinh niên, phải tìm tới những xung đột hoặc “sai phạm” nhỏ nhất để trút giận và qua đó làm dịu nỗi đau bên trong của mình. Qua sự phục thù hay sợ hãi của con cái và người xung quanh, cảm giác nhục nhã và nỗi sợ hãi về sự vô giá trị của họ được xoa dịu đi chốc lát.

Mâu thuẫn thay, cha mẹ sĩ diện vừa muốn nhìn thấy sự “thành đạt” của đứa trẻ, vừa vô thức sợ hãi quá trình cá nhân hóa của nó

(individuation). Đây là quá trình hình thành cá tính, xác định ranh giới cá nhân, tách khỏi cha mẹ và đi tìm sự độc lập, vốn là đặc trưng của quá trình lớn lên và trưởng thành của người trẻ. Quá trình tách khỏi bố mẹ này được cha mẹ sĩ diện vô thức coi là một sự đe dọa tới cái tôi của họ, bởi một đứa trẻ độc lập sẽ có nguy cơ thoát khỏi vai trò công cụ mà nó đang phải đóng. Nỗi sợ hãi vô thức này khiến họ xâm lấn vào sự riêng tư của đứa trẻ (qua việc đọc nhật ký hay lục cặp của con), và có thể dẫn tới những cơn giận dữ khi đứa trẻ có những biểu hiện thiết lập cá tính, đi tìm cái tôi. Trang phải lén lén mạng ngắm vòng và dây chuyền. M.H. hứng chịu một trận lôi đình từ bố sau khi cắt tóc ngắn mà tới giờ cô không biết rõ vì sao. Cũng vì lý do đó mà cha mẹ sĩ diện khước từ cư xử với con mình theo đúng lứa tuổi của nó. Họ thường xuyên cho nó biết là nó “không làm được trò trống gì”, họ miệt thị và coi thường những đam mê, mơ ước, suy nghĩ và kế hoạch của nó. Họ cảm thấy yên tâm khi đứa con mười tám tuổi “vẫn không biết yêu đương là gì”. Nhiều lúc, họ bị giằng xé giữa sự tự hào về thành tích của con mình, và nỗi mặc cảm mình thua kém. Bên ngoài, bố của M.H. khoe chỗ làm “danh giá” của cô; ở trong nhà, ông hằn học, “Mày tưởng mày kiếm ra đồng tiền mà to à?”

Lớn lên trong một gia đình sĩ diện mang lại những chấn thương tâm lý to lớn.

Để nhận được tình cảm của cha mẹ, nhiều đứa trẻ cố gắng chạy theo yêu cầu của họ cho tới khi kiệt sức. Chúng trở thành một bản thể rỗng, một cái gương phản chiếu mong muốn của người lớn.

Không được khám phá bản thân, phát triển cảm xúc, được phạm sai lầm, không biết đến cảm giác được yêu thương mà không đi kèm điều kiện, chúng gặp khó khăn để phát triển cảm giác cuộc sống này là đáng sống, và bầu víu vào những thành tích của mình để tìm chút ý nghĩa. Chúng lớn lên mà cảm thấy xa lạ với chính mình - chúng đã luôn được dạy rằng cảm xúc, mong muốn, nhu cầu của bản thân là dị dạng, ích kỷ, sai trái hay độc ác. Nhiều người trẻ gặp khó khăn để xây dựng những quan hệ lành mạnh, nơi họ có thể tự tin nêu lên nhu cầu của mình và lắng nghe nhu cầu của người khác, thực hành cho và nhận một cách hài hòa. Không ngạc nhiên, dù có thể ưu tú về trí tuệ, nhiều người trẻ trong những câu chuyện ở phần này luôn cảm thấy cô độc, lạc lõng và chật vật để bước vào tình yêu.

Khi cảm thấy được trân trọng, bản thể của mình có giá trị, mình xứng đáng được yêu thương vô điều kiện, đứa trẻ sẽ có khả năng tách biệt một hành vi có lỗi và con người mình. “Tôi đã làm một điều tệ hại,” nó sẽ nói, thay vì, “tôi là một điều tệ hại.” Nó sẽ khám phá thế giới với cảm giác tự tin, vững vàng và an toàn. Lớn lên, nó sẽ bình tĩnh trước những tấn công vào cái tôi của mình và không đòi khát sự tán dương của người ngoài hay sự phục tùng của con cháu. Nó sẽ có thể thừa nhận những khiếm khuyết của mình mà không nổi nóng, không thấy bị đe dọa hay nhục nhã. Sai lầm không phá hủy nó, mà dẫn tới cơ hội để thay đổi và tiến bộ.

Ở thái cực ngược lại, khi lớn lên với cảm giác triền miên là bản thể của mình không được chấp nhận, nhiều đứa trẻ có cảm giác mình “hổng hóc”, vô giá trị”, trở nên căm ghét bản thân và thấy mình

không xứng đáng với bố mẹ. M.H. thấy tội lỗi vì hành vi tự tử của mình đã “làm phiền mọi người.” Nhiều lúc, Trang thấy mình là quái vật, phé phẩm, tình yêu đồng tính của mình là “sở thích quái dị”. Trong một thời gian dài, Minh Quân cho rằng sẽ tốt hơn, an toàn hơn cho bố mẹ nếu họ cho tiền vào sổ tiết kiệm, thay vì để ra cậu. Một cuốn sổ tiết kiệm sẽ không có rủi ro “đi chệch hướng” như là đưa con đồng tính.

Nhiều đứa trẻ tìm cách chôn vùi những nhu cầu riêng và những khao khát của mình. Em gái của Minh Quân, mười sáu tuổi, tự bằng lòng với sự lạnh lẽo trong gia đình, “Tôi được ăn uống, ăn mặc đầy đủ, được đi học, tôi không cần nhiều hơn.” Nhiều người khác sống trong xung đột đau đớn giữa một bên là bản thể của mình và một bên là đòi hỏi, kỳ vọng của cha mẹ. “Tôi đã từng quyết tâm sẽ không bao giờ yêu con trai để hoàn thành bổn phận làm con”. Minh Quân cay đắng, “nhưng làm sao tôi có thể chống lại chính bản thân?” Trong những bức thư viết cho mẹ mà không được gửi đi, Trang van xin mẹ cho cô “yêu tạm” con gái. Cô thèm khát được sống thật với những cảm xúc yêu đương tuyệt đẹp của mình, và cảm thấy ghê tởm bản thân vì phải tạo ra một mặt nạ dối trá.

Tôi đã tận mắt chứng kiến sự tàn phá của những xung đột này. Trong quá trình cuốn sách này thành hình, Hòa lún sâu dần vào trầm cảm, khiến em phải bảo lưu và về quê sống trong sự khủng bố tinh thần của những người họ hàng giận dữ và thất vọng. Mong mỗi lớn nhất mà bất thành của em là được người thân ôm vào lòng, “Hòa ơi, con đã mệt nhiều rồi, ông, bà, ba, mẹ ở đây với con, con hãy nghỉ ngơi... “ Khi tôi viết những dòng này, Hương lại rơi vào chu

kỳ mới của lo âu và hoảng loạn, và M.H. vẫn tiếp tục uống thuốc trầm cảm liều cao. Trong tất cả những gia đình này, tờ chẩn đoán bệnh của bác sĩ không khiến người nhà thay đổi thái độ với con cháu mình.

Ấm ảnh nhất với tôi là cảm giác bế tắc bao trùm. Tình trạng không lối thoát khiến Hòa muốn tọng cái giẻ lau nước tiểu của ông ngoại vào mồm mình, khiến M.H. thấy bản thân trở thành một zombie chai sạn, cáu bẳn, và độc địa, khiến Trang nhiều lúc muốn gào thét, nổ tung, hay biến thành một vật vô tri vô giác. Bơ vợ trong một thế giới không hơi ấm, những đứa trẻ này “như người lữ hành trong đêm, mong mỗi ánh đèn pha xa xăm của một chiếc xe nào đó đến đón mình về nhà.”

Để khép lại phần này, hãy lắng nghe thêm một câu chuyện buồn nữa, câu chuyện của Hồng Long, để thấy ngục tù mang tên tình yêu có thể phá hủy một con người ở mức độ như thế nào.

## 16. “TÔI LÀ CÁI NHÀ HỒNG TỬ MÓNG RỒI”

*(Nguyễn Hồng Long 24 tuổi,  
tốt nghiệp đại học ngành Ngân hàng)*

Chúng tôi là một thế hệ bơ vơ. Có nhà mà sợ về, luôn chọn cho mình con đường dài nhất để nán lại phố xá bình yên dù thật sự cái phố đó đang phun bụi mù mịt vào phổi mình lúc cuối chiều.

Một thế hệ thà chọn cái thế giới ảo vì ở thực tại chúng tôi không chốn dung thân, ở nhà mà như thân đi mượn.

Một thế hệ bị đè nén bởi những kỳ vọng về sự hoàn hảo, cho tới khi quá sức chịu đựng chúng tôi nổ tan xác như những quả bóng bay, và rồi lớn lên loay hoay tìm bản thân.

Chúng tôi nhìn lồng ngực của mình và tự hỏi, còn có cái gì ở trong đó, ngoài sự tan nát.

Trận đầu tiên tôi thua là hội thi đại học. Tôi thua trận lớn. Lúc đó, khoa học là người bạn duy nhất của tôi. Album ảnh của tụi bạn thì đầy hình ca sĩ, của tôi thì là các nhà khoa học. Henrick Abel, nhà toán học Na Uy. Leonhard Euler, nhà thiên văn học Thụy Sĩ. Galois, nhà toán học Pháp, chết do đấu súng vì gái. Lâu rồi tôi không còn nhớ nhiều, nhưng cứ thử vớt cho tôi một đề toán xem, tôi vẫn muốn thanh toán nó khi rảnh đấy. Hội đó tôi chỉ mơ một lần được đến Viện Vật lý lượng tử ở Thụy Sĩ, nơi họ tìm hạt Higgs. Mê lắm, nên tôi ôm

mộng đi học vật lý hạt nhân ở nước ngoài, hay ít nhất là vào Đại học Khoa học và Công nghệ Hà Nội, Khoa Vũ trụ và Hàng không.

Bố gạt đi. “Viễn vông. Với cái bằng ấy thì mày làm gì?” Bố bắt tôi vào trường Ngân hàng, bố làm trong ngành, nên sẽ dễ kiếm việc. Năm ấy chửi nhau nát cả cái Noel, cái Noel coi như vứt đi. Cuối cùng bố dọa đuổi tôi, từ tôi, không được về nhà nữa. Tôi sợ mất đứa em gái. Hai anh em tôi rất yêu quý nhau. Nên tôi gục. Tôi phải nghe theo.

Lúc xuống Hà Nội nhập học, tôi mò lên Thư viện Quốc gia, đọc ngẫu nhiên. Tình tôi thiếu sách lắm. Tôi đọc về vật chất ở thể plasma, về vũ trụ giãn nở các thứ, rồi ngồi ở vườn khóc nguyên một buổi chiều. Tôi khóc cho giấc mơ bị giày xéo của mình.

Tôi không biết nhiều về bố mẹ. Bố làm trong ngân hàng, tôi đã kể rồi. Rượu. Nghe nói hồi trẻ bố đào hoa lắm. Mẹ làm kế toán trong cơ quan nhà nước. Kỹ tính lắm! Tôi nghĩ bố mẹ tôi không có gì đặc biệt. Có hàng triệu phụ huynh như họ. Giờ đây, tôi không có cảm xúc gì với họ. Với tôi, họ giống như những bức tường lạnh lẽo. Tôi không còn đau đớn kiểu giã đành đạch lên nữa, thế là tốt rồi. Tôi vào bệnh viện thăm mẹ ốm, nhẽ thường thì sẽ muốn hỏi thăm. Nhưng tôi cứ mở mồm ra rồi lại khép lại. Có một cục oán hận nằm ngang họng khiến tôi không nói được. Tôi đang tìm cách giã tan cái cục ấy ra, cho nó chảy đi đâu đấy.

Bố mẹ có hạnh phúc không? Tôi không biết. Tôi còn không biết họ muốn cái gì, họ cần cái gì để hạnh phúc. Họ là một sự mâu thuẫn khổng lồ. Muốn con cái có khả năng vượt qua khó khăn trong

cuộc sống, nhưng không bao giờ cho chúng tự chịu trách nhiệm về cuộc đời mình. Bảo em tôi, tập tành đi, mà bị béo đấy, rồi đến bữa thì nấu ú ụ cho nó, mà ăn nhiều vào cho tao. Đánh con mà thấy nó câm nín thì, mà lì đòn à, nếu nó khóc thì, tiên sư mà mà la làng à, nín ngay. Tức là đứa con không được làm ồn, nhưng nó phải thể hiện ra là nó đau đớn. Bệnh hoạn, trong mắt tôi là bệnh hoạn. Họ muốn những đứa trẻ sống tiếp cuộc đời của họ, nhưng dưới cái tên riêng của chúng. Chúng chỉ là cái gì đấy để thực hiện nguyện vọng của họ. Họ đặt hàng con cái họ, này, tao đẻ ra mà, tao có quyền đặt hàng mà làm cái này cái kia. Xin lỗi, chúng tôi cũng là con người.

Họ yêu thương trẻ con? Đùa à? Tôi nói một câu thế luôn. Đùa à? Đứa trẻ phải viết một bản kiểm điểm ở trường, họ sẽ sỉ vả. Nó không đạt được mức thành tích họ đặt ra, họ sẽ lăng nhục. Sợ nhất là lúc họ giơ cái bảng điểm lên, soi xét, rồi bắt đầu rửa rói, rửa rói. Họ không cần biết tâm hồn của đứa trẻ như thế nào, nó là ai. Họ chỉ cần biết đến điểm của nó. Tôi kinh hoàng với những lần bị tra khảo. Giống như thăm vấn hình sự chứ không phải cha mẹ đang hỏi han con cái nữa. Có những dịp Tết thực sự khủng khiếp, tôi ngồi nhà, không muốn làm gì, đi đâu, gặp gỡ ai. Bởi đến đầu người ta cũng hỏi về điểm, điểm, điểm. Bố mẹ tôi đều là con trưởng, tôi cũng là con trưởng, là đứa cháu đầu tiên đi học. Bao nhiêu thứ nó dồn hết lên mình. Con thành công thì bố mẹ hưởng thành tích. Con điểm kém thì bố đập con, con là đồ bỏ. Tôi bị bố đánh nhiều tới mức cái đợt đi tập võ, mấy lão bảo thằng này chịu đòn tốt hơn người bình

thường. Bố vừa say xỉn, vừa đánh, vừa gọi họ tên tôi, tới lúc tôi nằm rũ ra như sợi bún bị vắt kiệt. Đến giờ tôi vẫn giật mình sợ hãi mỗi khi nghe thấy ai gọi đầy đủ tên mình.

Mà quan trọng nữa là gì, họ luôn khiến tôi hiểu rằng phải tuân theo họ. Cuộc đời này không do mình điều khiển đâu. Không bao giờ!

Nhưng tôi thà bị nghiền nát còn hơn là để cuộc đời của tôi cho ai đó điều khiển.

Nỗi đau lớn nhất của tôi là sự cô đơn. Có nhà mà như không có nhà. Tôi cắm mặt vào cái điện thoại. Cái thế giới thực quá kinh khủng. Tôi không thích nó, thực sự không thích nó. Cảm giác bị bỏ rơi, bỏ đói tình cảm, nó kinh khủng lắm, nhất là khi nó xảy ra ngay giữa nhà mình.

Nếu ai đó cho tôi một cái vé về tuổi thơ thì xin lỗi, tôi sẽ đốt, sẽ quẳng cho người khác, cho họ thêm tiền để họ tổng tiền nó đi cho nhanh. Những gì đã xảy ra với tôi ư? Để tôi xem nào... Rất khó khăn để lần về cái thời kỳ ấy. Mỗi lần nhớ lại thì tôi lại hơi bị kích động một chút. Não tôi đã tự xóa đi nhiều rồi, nó tự xóa, tự xóa. Khi ta bị *stress* quá mức thì ta sẽ tự tắt máy, quên hết đi. Bạn đào một cái hố, bạn chôn nó xuống, chôn quá khứ. Nhưng không cẩn thận thì nó lại phun lên.

Tôi triền miên sống trong ám ảnh mình là kẻ vô dụng. Họ, bố mẹ tôi, vừa đốc thúc tôi về thành tích vừa coi con như một thằng hề. *Ôi giới, thằng này làm được cái gì. Mà vô tích sự. Thằng này thì chả làm ăn được gì đâu.* Mình bị xúc phạm cực kỳ nặng nề. Tôi mà lơ

ra là cái cảm giác đó, con quái vật đen ngòm đó, lại nhảy chồm lên người tôi. Một là tôi sẽ phải rồ lên để mà cưỡi lên cái cảm giác đấy, hai là tôi sẽ đắm đầu vào gối và ngủ mê mết. Hồi nhỏ, tôi hay sang nhà hàng xóm và khóc nức nở, cho đến một ngày tôi ngừng khóc. Đến bây giờ, nói thật, có người ngã ra chết trước mặt tôi cũng chẳng sợ. Tôi đã trở thành kẻ máu lạnh.

Thỉnh thoảng bố mẹ lại tổng kiểm tra: điện thoại, cặp sách, tất cả sách vở. Họ không tìm một cái gì cụ thể, họ chỉ muốn kiểm soát. Quyền riêng tư của tôi bị xâm phạm. Có sáng tôi ngủ dậy thấy mẹ ngồi lù lù đọc tin nhắn của tôi. Tôi phát điên lên. Ngủ dậy là thời điểm rất quan trọng, đầu óc còn mơ màng. Bên Tây, đó là thời điểm người ta bảo mẹ yêu con. Tôi không tin ai nữa, tôi mất hết niềm tin vào gia đình. Những hình ảnh đẹp đẽ của bố mẹ mà tôi được dạy từ mầm non ư, xin lỗi, nó bị nhổ toẹt vào mặt rồi. *Sorry, bitch!* Nhìn cuộc đời của tôi đi. Gia đình là nơi an toàn nhất? Nhà là nơi mình được yêu quý, được quan tâm? Quên đi. Tôi là kẻ bị cưỡng bức lao động. Khai đi, có đủ chỉ tiêu không? Xong, đạt, hết! Họ nuôi mình như vố béo một con lợn, đầu tư cho nó ăn, cho nó lớn, rồi mổ thịt. Nó không muốn ăn cái thứ đó? Nó có được chọn đâu. Cuối cùng là mổ thịt. Hết.

Tôi lê lét cho tới ngày tốt nghiệp cái trường Ngân hàng. Tôi căm ghét nó. Rồi để được yên, tôi nói với nhà là đang đi làm ở một công ty, công việc ổn định, lương cứng năm triệu tháng, mặc dù tôi đang hành nghề tự do, làm các công việc linh tinh. Tôi nghĩ là mình đã ngấm ngấm nuôi trong người một thái độ từ chối, như một dạng

phản kháng. Từ chối lớn lên, từ chối làm việc, từ chối nỗ lực, từ chối kiếm tiền, từ chối trách nhiệm. Tôi đã điều luyện trong việc nói dối tới mức tôi có thể tưởng tượng ra các trải nghiệm, ám chúng vào chính bản thân. Tôi kể về sếp tưởng tượng, các đồng nghiệp tưởng tượng, tôi nhìn thấy cái văn phòng tưởng tượng trong đầu, cứ như tôi đang đeo kính VR vậy. Bố mẹ có tra hỏi bao nhiêu cũng vô ích, họ sẽ không thể nào phát hiện ra. Tôi dắt mũi họ, tôi dắt mũi chính bản thân mình. Tôi tự đánh lừa mình để có thể đánh lừa họ.

Rất tệ. Những lúc đó cảm xúc của tôi rất tệ. Haiz, mệt lắm. Nhà mình, bố mẹ mình, nhưng về đến nhà là “Cạch!”, giống như có cái clapboard vô hình của đạo diễn đập xuống, mình *auto* nhập vai. Nói thật luôn, tới chẳng bao giờ muốn đóng kịch ở trong nhà. Nó là một thứ gì đấy rất tởm, rất thối. Tôi sống một cuộc đời *fake*. Thối tha. Nhiều lúc tôi tự buồn nôn với bản thân.

Tôi trở thành đứa đầu voi đuôi chuột. Nói rất nhanh, rất nhiều, muốn chứng minh cho người khác và cho bản thân giá trị của mình. Lên lắm kế hoạch nhưng đến lúc làm thì lại co lại, sợ hãi. Liên tục tự cản lại những điều mình muốn làm. Mình thành kẻ ba hoa, vì mình không tin vào chính mình nữa, không tin là sẽ thực hiện được các dự định, mong muốn của mình. Vì lần nào trong quá khứ cũng thế, mình tin tưởng bố mẹ, mình chia sẻ dự định này, ước mơ kia, chỉ để bị họ cười nhạo. Không bao giờ được khuyến khích, hỗ trợ, động viên, khích lệ. “Ôi giờ! Mơ mộng vớ vẩn.” Họ sẽ bảo. Và ra sức cản. Rồi họ dạy tôi phải luôn cúi. Nịnh trên, đạp dưới. Ăn chia. Mánh lới. Phải thực dụng, khôn lên, lợi ích của mình trên hết. Một trò hề.

Mỗi khi một kỷ niệm trở dậy, tôi toàn phải chạy vào nhà vệ sinh, nôn ọe. Hoặc là tôi sẽ gằm lên trong vô thức như một con quái vật. Thỉnh thoảng ban đêm tôi vẫn đọc to lên một bài tôi tự viết để trấn an bản thân, tôi ghìm giọng xuống để nó trầm và vang. Tôi làm vậy nửa tiếng, xoa dịu ký ức. Nếu không thì tôi trắng đêm luôn, não cương lên, kinh lắms, nhắm mắt lại là những chuyện cũ mà tôi đã giấu kỹ cứ quay về. Cứ đến đêm là được cái vé về tuổi thơ. Đầu óc hỗn loạn như một con chó rông, kéo mình về quá khứ. Nhiều nhất là về hồi cấp Một. Cảm giác của tôi? Hoảng sợ khiến tim thất lại, cộng với oán giận, nuối tiếc cuộc đời mình, lẫn lộn như một nồi lẩu cảm xúc, nhưng cuối cùng thì lúc nào cũng đầy bạo lực. Trong các giấc mơ, rất ít khi tôi thấy mình là con người, mà thường là quái vật. Hoặc ban đầu thì vẫn là người, rồi chuyển thành súc vật. Rất khỏe mạnh, rất sung sức, nhưng mất nhân tính. Vài lần, cơ thể tôi trở thành kẻ tàn sát, tâm trí tôi chỉ là thằng quan sát, tôi nhìn mình ra tay tàn sát. Theo Freud thì giấc mơ là nơi mình gửi gắm mong muốn và khao khát. Tôi khao khát gì đây? Một sự trả thù, trả thù vì căm giận và tiếc nuối?

Có một thí nghiệm tâm lý, người ta cho hai con khỉ con, một đực một cái, sống cùng một con robot. Chúng không được sống cùng khỉ mẹ. Chúng vẫn được ăn uống đầy đủ, nhưng sống cùng với một con khỉ robot không thể hiện tình cảm. Cả hai con lớn lên đều trở nên cục cằn, con khỉ cái còn giết cả con nó đẻ ra. Tôi thấy mình giống mấy con khỉ đó. Tôi không có sự yêu thương của bố mẹ, hoặc cái sự gọi là yêu thương đó chỉ phục vụ cho cái tôi của họ, nên tôi sợ rằng, giống hai con khỉ kia, mình cũng mất bản năng yêu

thương, trước hết là bản năng yêu thương chính mình. Mình thấy mình là cái gì rất ghê tởm.

Tôi thấy các thế hệ trước cũng bị như vậy, mà họ không biết. Họ không biết là họ không biết yêu thương. Họ không biết là họ cũng đang căm ghét bản thân.

Tôi sợ sau này mình sẽ rơi vào tình trạng khi yêu thì rất nồng nhiệt nhưng khi cưới nhau về thì lạnh lùng với vợ. Tôi đã quan sát nhiều, những người đàn ông bị tra tấn, cầm tù bởi gia đình trong quá khứ thì họ không muốn về nhà, bao nhiêu cái tốt đẹp họ vứt ra ngoài cho người khác hết. Bởi mỗi lần về nhà họ lại bị vô thức nhắc tới cái gia đình thời thơ ấu của họ. Lần đầu yêu, năm thứ ba đại học, tôi thúc tình cảm lên âm âm, làm người kia cảm thấy bị ngộp, bị ngạt thở. Họ bỏ chạy. Bạn hình dung một người chết khát, anh ta vớ cốc nước tu hết sạch, nhưng nó là nước biển, nó cào gan cào ruột mình. Rồi tôi yêu người khác, lại trở thành rất ích kỷ, đòi hỏi họ như thằng chết đói. Tôi không hiểu tại sao mình lại làm những thứ như vậy. Rồi tôi đọc được về thí nghiệm con khỉ con ở với robot, và tôi bảo, à, hóa ra cái này là mình đây. Tôi cố tẩy quá khứ đi, phá nó, đẩy nó ra khỏi đầu. Làm mờ nó, xóa nó đi, thành cái trống hoác trong dòng thời gian của tôi. Nếu bạn nói chuyện với tôi cách đây chục năm thì chắc tôi đã khóc đầy cốc nước này rồi. Tôi cố đẩy hết đi, nhưng trong đầu tôi vẫn còn một khối gì đó rất điên rồ, tôi không biết nó là cái gì.

Tôi vẫn đang loay hoay tự chữa cho mình, nhưng tôi là cái nhà hồng từ móng rồi. Cần giải tỏa tâm lý thì vục vào ăn. Đánh mất niềm tin vào thế giới xung quanh. Không biết cách yêu người khác giới vì

khó thể hiện cảm xúc mặc dù nói rất nhiều. Lắm lúc bên trong buồn nhưng bên ngoài lại cười ngoác ra, mặt méo mó, rất tởm. Bạn tôi bảo, tao sợ mặt mày lúc mày cười to. Những đứa như tôi trông giống giống nhau. Nhìn sẽ hơi ngố ngố tí. Không quyết định được cái gì và không tự chịu trách nhiệm được cho cái gì.

Nhưng có một điều tôi biết chắc. Sau này nếu có con thì tôi sẽ nỗ lực để nó tránh xa bố mẹ tôi ra.

Rồi tôi sẽ dặn con là sau này mày đừng để con mày sống gần tao.

Con mày không nên gần tao.

Sẽ không tốt cho nó đâu.

*khúc chuyển giao SỐ BA*

17.

## LỜI TÁC GIẢ: GÁNH NẶNG CỦA TUỔI THƠ

“Đừng có đổ lỗi cho hoàn cảnh nữa!”, không hiếm khi chúng ta nghe được những câu nửa khuyên nhủ, nửa trách móc như vậy, gửi tới những người đã trải qua một tuổi thơ khắc nghiệt. “Tất cả là do mình, phải mạnh mẽ vượt lên nghịch cảnh chứ.”

Liệu những bình luận này có lý? Liệu người ta có thể để những trải nghiệm tuổi thơ sang bên và bước vào cuộc sống tương lai, đơn giản như lật một trang vở? Liệu điều người ta cần chỉ là “nghị lực”?

Vào thập kỷ 1960, nhà tâm lý học Mary Ainsworth, dựa trên nền tảng những nghiên cứu của John Bowlby, thiết kế một thí nghiệm quan trọng mang tên “Tình huống lạ”, nhằm tìm hiểu tác động của mối kết nối giữa trẻ sơ sinh và mẹ (hoặc người chăm sóc chính) lên tâm lý và hành vi của chúng. Ainsworth để người mẹ mang trẻ nhỏ trên dưới một tuổi của mình vào một căn phòng có nhiều đồ chơi và một người lạ. Sau một lát ở cùng trẻ, người mẹ rời đi một mình, để trẻ ở lại. Sau một thời gian ngắn nữa, người mẹ quay trở lại.

Lặp lại thí nghiệm đơn giản mà tài tình này ở nhiều trẻ, các nhà nghiên cứu quan sát được bốn nhóm hành vi khác nhau. Ở nhóm đầu, khi người mẹ ở trong phòng, đứa trẻ mạnh dạn khám phá không gian và tự tin tương tác với người lạ. Khi người mẹ rời căn phòng, chúng trở nên căng thẳng và hốt hoảng, nhưng lúc thấy mẹ trở lại, chúng vui mừng chào đón mẹ, nhanh chóng lấy lại trạng thái cảm xúc cân bằng và yên tâm tiếp tục tìm hiểu các đồ chơi.

Những trẻ này có sự phát triển tâm lý khỏe mạnh, và được các nhà tâm lý học cho là có một *gắn kết vững vàng* (secure attachment) với người chăm sóc chúng. Đứa trẻ có gắn kết vững vàng tự tin tìm hiểu thế giới quanh mình, biết rằng nó luôn có thể quay về bên người chăm sóc, tìm thấy ở người đó một nơi trú ẩn an toàn, nó được bảo vệ, che chở, an ủi khi mệt, sợ hay buồn, cảm giác an toàn, tin tưởng này được tạo ra khi người chăm sóc có thái độ ấm áp và sự nhạy cảm cần thiết để nhận biết các nhu cầu tình cảm của trẻ và có những phản hồi phù hợp. Đặc biệt trong những năm tháng đầu đời, khi khả năng thể hiện bản thân qua ngôn ngữ của trẻ còn rất giới hạn, đứa trẻ cần được *seen*, được người chăm sóc nhìn thấy, gọi tên những cảm xúc của nó để nó có thể phát triển cảm nhận về chính mình. Quá trình người mẹ quan sát và tương tác về mặt cảm xúc với con được gọi là “phản chiếu” (mirroring) - người mẹ đóng vai trò như một cái gương để đứa trẻ soi vào và nhận ra bản thân trong các biểu cảm của mẹ. Nếu quá trình soi gương này bị khiếm khuyết, nếu trẻ sơ sinh nhìn vào mặt mẹ mà như nhìn vào một bức tường, đứa trẻ có thể lớn lên với cảm giác mình vô hình, mình là một bản thể rỗng, và lang thang cả đời đi tìm một ai đó cho nó cảm giác nó được nhìn thấy, được thấu hiểu.

Đứa trẻ có gắn kết vững vàng với người chăm sóc là đứa trẻ được là chính mình. Nó có thể thử nghiệm, khám phá, vấp ngã mà không thấy xấu hổ, nhục nhã hay căm ghét bản thân. Nó được nâng đỡ và tiếp sức bởi cảm giác được quan tâm và yêu thương vô điều kiện, rằng con người mình có giá trị, mình sẽ được trợ giúp khi cần, mình không đơn độc. Chính tâm lý vững tin này giúp chúng sau này

có thể đi qua các tình huống sóng gió và các thách thức của cuộc đời một cách vững vàng hơn.

Nhóm trẻ thứ hai mà các nhà nghiên cứu quan sát được trong thí nghiệm Tình huống lạ cũng tỏ ra quan tâm tới đồ chơi và người lạ trong phòng, nhưng điểm khác biệt là khi người mẹ rời khỏi phòng, chúng không tỏ ra bị kích động. Và khi mẹ chúng quay lại, chúng cũng đứng dưng, thậm chí nhìn ra chỗ khác và tránh không để mẹ bế chúng lên. Những đứa trẻ này được cho là gắn kết với người chăm sóc theo mẫu hình *né tránh* (*avoidant attachment*).

Loại hình gắn kết này là kết quả của một người chăm sóc xa cách và lạnh lẽo. Họ có thể vô cảm không nhận ra nhu cầu tình cảm của trẻ, họ có thể không đáp ứng được những nhu cầu này vì còn bận rộn với những nhu cầu của chính mình, do họ có một hôn nhân bất hạnh, họ phải vật lộn mưu sinh, hay họ bị quá tải vì trẻ hay ốm hoặc khó ăn. Dù hành xử của người chăm sóc có nguồn cơn gì đằng sau đi chăng nữa thì những trẻ ở nhóm này tin rằng mọi biểu đạt nhu cầu của mình là vô ích, mình sẽ không tác động được gì tới người chăm sóc. Sự đứng dưng là một chiến lược để ứng phó với việc bị bỏ rơi và chối từ về cảm xúc. Từ rất nhỏ, chúng đã hiểu rằng chúng cần được cho gì thì nhận nấy, chứ không thể yêu cầu. Cách ứng phó này giúp trẻ không rơi vào trạng thái đòi hỏi và bị kích động mạnh, điều khiến chúng có thể bị người chăm sóc đẩy ra xa hơn nữa. Tuy nhiên, sự đứng dưng chỉ là cái vỏ bên ngoài, nhịp tim của chúng mách bảo nhu cầu được che chở bên trong chúng.

Lại có những đứa trẻ mà ngay từ đầu đã luôn dính lấy mẹ mà không quan tâm tới không gian xung quanh. Khi người mẹ rời căn

phòng, nhóm trẻ này trở nên vô cùng hoảng sợ. Đáng chú ý là sau khi người mẹ trở lại, chúng vẫn không lấy lại được trạng thái cảm xúc cân bằng, mà trở nên giận dữ. Chúng có thể bò tiến tới mẹ, nhưng rồi lại đánh và đẩy mẹ ra. Chúng “dối”. Đây là những trẻ có *kết nối lo sợ* (anxious attachment), kết quả của việc chúng không tin tưởng được là khi cần mình sẽ luôn có mẹ ở bên, nhất quán và chắc chắn. Người mẹ lúc hôn hít vồ vập, lúc lại dừng dưng, xa cách. Sự thất thường, khó đoán định của mẹ khiến chúng hoang mang; nguy cơ bị thất vọng, bị bơ vơ luôn lơ lửng trên đầu khiến chúng sợ hãi và bất lực.

Sau này, Ainsworth và đồng nghiệp xác định thêm một nhóm thứ tư. Trẻ ở nhóm này không có hành xử thống nhất, chúng tỏ ra xa lánh, rồi lại đeo bám và giận dữ, rồi lại chuyển sang thẫn thờ hay hoảng sợ. Loại hình kết nối này được gọi là *hỗn độn - mất phương hướng* (disorganised - disoriented attachment) và xuất hiện nhiều ở trẻ bị ngược đãi nặng khiến chúng khiếp sợ chính người nuôi dưỡng chúng, hoặc ở trẻ có người chăm sóc mắc bệnh tâm lý như trầm cảm và do đó năng lực nuôi trẻ bị hạn chế nghiêm trọng.

Những kết quả nghiên cứu của Ainsworth và John Bowlby đã tạo ra một cuộc cách mạng trong triết lý nuôi dạy trẻ ở phương Tây. Trước đó, người ta cho rằng tương tác cảm xúc giữa mẹ và con không đóng vai trò trong quá trình phát triển của trẻ nhỏ, thậm chí sự gần gũi mẹ con còn gây bất lợi cho chúng. Một thực hành phổ biến hồi đó của các nhà hộ sinh là cách ly trẻ sơ sinh khỏi mẹ, trừ lúc chúng được cho bú. Họ sợ rằng trẻ gần mẹ nhiều sẽ bị hư hoặc trở nên yếu đuối, không đủ mạnh mẽ để đương đầu với những khó

khăn trong cuộc sống sau này - một quan điểm ngược một trăm tám mươi độ với kiến thức tâm lý học ngày nay.

Trở lại với lời khuyên “Đừng đổ lỗi cho hoàn cảnh, phải tự mình phấn đấu đi chứ!” hay được gửi tới các nạn nhân bị ngược đãi hay bạo lực tinh thần khi họ còn nhỏ. Liệu các vết thương tâm lý có thể được làm lành đơn thuần bởi thời gian hoặc được vượt qua bởi ý chí? Đáng tiếc là không đơn giản như vậy.

Qua những trải nghiệm đầu đời với người chăm sóc của mình, trẻ em hình thành những quan điểm về bản thân và về người khác. Bowlby gọi những quan điểm này là những mô hình nội tâm (internal working model). Một đứa trẻ có gắn kết vững vàng, trưởng thành trong một môi trường ấm áp và an toàn về cảm xúc và tâm lý, sẽ xây dựng một thế giới quan rằng “tôi xứng đáng được yêu thương” và “người khác là tin cậy được.” Khi trẻ lớn lên, những mô hình nội tâm này sẽ định hướng hành vi của chúng cũng như cách chúng phán đoán hành vi của người khác. Như vậy, con trẻ mang mẫu hình gắn kết của mình như một hành trang để đi vào tương lai. Người ta được lập trình bởi trải nghiệm tuổi thơ của mình. “Phần mềm” của họ chỉ được thay đổi nếu sau này họ có những trải nghiệm mới, đi ngược với những trải nghiệm thơ ấu, và những trải nghiệm mới này đủ mạnh, đủ nhiều, và xảy ra trong thời gian đủ dài. Do vậy, nếu môi trường sống không nhiều thay đổi, một đứa trẻ lớn lên sẽ gắn kết với bạn đời và con cái của mình theo cách hồi nhỏ nó gắn kết với người chăm sóc nó.

Do đó, tương tự như những trẻ em của Ainsworth, người lớn

cũng rơi vào bốn nhóm khác nhau.

Nhóm người *vững vàng* xây dựng cuộc sống của mình trên nền tảng của một gắn kết an toàn, kết quả của một tuổi thơ đầy đủ về tình cảm. Họ có cái nhìn tích cực về bản thân và về những người xung quanh. “Tôi không gặp nhiều khó khăn để gần gũi với người khác,” họ sẽ xác nhận. “Mặt khác, tôi cũng không lo lắng là mình sẽ bị cô đơn, và ít khi sợ bị người khác khước từ.” Ở đây, “gần gũi” được hiểu là khả năng mở lòng để thể hiện những cảm xúc và suy nghĩ thực của mình, thái độ tự tin để tìm tới sự quan tâm, chăm sóc của người khác, cũng như sự sẵn sàng quan tâm, chăm sóc ngược lại. Người *vững vàng* vừa có thể độc lập vừa có thể thân thiết, qua đó xây dựng được những quan hệ khỏe mạnh với bạn đời và con cái. Thái độ lạc quan giúp họ có khả năng ứng xử cao hơn với các tình huống thách thức trong cuộc sống.

Nhóm thứ hai là những người *né tránh*. Những người này không tìm tới sự gần gũi trong quan hệ. Họ đề cao sự độc lập, “cứng rắn”, hiểu theo nghĩa không tìm đến sự giúp đỡ, an ủi của người khác. Để không bị tổn thương, họ tránh các tình huống mà mình có thể bị chối từ bằng cách không thừa nhận cảm xúc của mình hoặc rời xa nguồn tạo ra cảm xúc đó. Họ không bộc lộ tình cảm với người thân, coi thường tầm quan trọng của cảm xúc trong quan hệ, và khó chịu khi người thân tỏ ra cần họ hay muốn biểu đạt tình cảm với họ. Xa hơn, họ yêu cầu người thân phải “tự lập” như họ. “Đừng có đòi hỏi, tao cho mày như thế là nhiều lắm rồi, chưa bao giờ có ai giúp tao hết,” họ hay nói với con như vậy. Đây cũng chính là những người có xu hướng yêu cầu người khác ngừng “đổ lỗi cho hoàn cảnh” và chế

giữa những người này là “yếu đuối” và “hay làm quá lên.” Bowlby gọi hình mẫu tâm lý này là “tự lập cưỡng chế” (compulsive self-reliance), một sự tự cô lập méo mó.

Nhóm người lớn thứ ba là những người *lo âu*. Không có khả năng đứng một mình, họ có xu hướng đeo bám, bầu vịu, khiến người thân cảm thấy ngột thở. Họ thường lo lắng cao độ rằng mình bị coi là không có giá trị, họ cảnh giác trước khả năng bị bỏ rơi, bị rút đi sự quan tâm hay yêu thương. Nếu như người né tránh giống cái cột điện trợ trợ thì người lo âu hay trở thành những cơn ghen tuông, giận dữ, oán trách vượt tầm kiểm soát và bùng nổ từ những cơ rất nhỏ. Điều này càng khiến người thân của họ có xu hướng rút ra xa, và qua đó lại củng cố nỗi sợ bị chối từ của họ. Quan hệ với bạn đời của họ có thể cũng bền, giống như ở người vững vàng, nhưng không phải vì họ hạnh phúc; vì sợ bị bỏ rơi và cô đơn mà họ chấp nhận ở trong một quan hệ bất hạnh.

Cuối cùng là nhóm hỗn độn - *mất phương hướng*. Giống những đứa trẻ ở cùng nhóm, những người lớn này không có mẫu hình hành xử rõ ràng và mang trong mình những nét của cả người né tránh lẫn người lo âu.

Chúng ta có thể thấy thấp thoáng ở đây hình bóng của những cha mẹ trong nhiều câu chuyện của cuốn sách này. Những cha mẹ không có năng lực cảm xúc, không muốn kết nối hay không biết cách kết nối với đời sống tinh thần của con cái, chỉ gói gọn nghĩa vụ của mình vào chuyện chu cấp cho con ăn học. Những cha mẹ tấn công, sỉ nhục con cái vì cho rằng mình đáng nhận được nhiều hơn

những gì chúng đem lại. Những cha mẹ vì lo sợ bị bỏ rơi và cô đơn mà giám sát cuộc đời của đứa con và ôm nghẹt chúng vào lòng. Trong phần lớn các trường hợp, những hành xử này tới từ nỗi đau tuổi thơ của chính những cha mẹ này, từ những thất vọng, giận dữ và cay đắng với cha mẹ của họ, với cuộc đời họ. Lớn lên trong sự đói khát tình yêu, họ đẻ và nuôi con như một cố gắng để thỏa mãn các nhu cầu của mình, để cảm thấy mình quan trọng, mình có giá trị, có năng lực, những điều họ không nhận được từ cha mẹ họ. Sự vô minh và hệ quả của một tuổi thơ cần cỗi khiến họ không ý thức được về sự độc hại trong hành vi của mình. Cha mẹ lạnh lẽo cho rằng sự vắng mặt của mình trong đời sống tình cảm của trẻ không ảnh hưởng gì tới nó. Cha mẹ bạo lực cho rằng đó là điều đứa trẻ cần để chuẩn bị bước vào đời.

Thế còn những người con của những cha mẹ này, họ sẽ phải mang gánh nặng tuổi thơ theo suốt đời? Họ sẽ trở thành một phiên bản mới của cha mẹ mình, điều mà rất nhiều người trẻ trong cuốn sách này luôn lo sợ? Có cách nào để họ hàn gắn những vết thương và chữa lành những sang chấn tâm lý, để “nâng cấp phần mềm”, để xây dựng được *gắn kết vững vàng với bạn đời tương lai* và con cái của mình? Đây sẽ là nội dung của phần cuối của cuốn sách.

VĨ THANH

hành trình CHỮA LÀNH

## 18. “MỖI LẦN GIẬN DỮ, ĐAU ĐÓN HAY LO SỢ TRỜI LÊN, TÔI LẠI CỐ GẮNG NHÌN VÀO NÓ VÀ ĐỌC TÊN NÓ RA”

*(Xuân Dương, 21 tuổi, nữ sinh viên ngành Giáo dục)*

Đây là lần đầu tiên tôi nhìn thẳng vào quá khứ, lần đầu tiên tôi kể về chuyện này một cách chi tiết nhất. Tôi sẽ khóc, nhưng tôi sẽ cố gắng.

Tôi nên bắt đầu từ đâu nhỉ? Tóm tắt nhất là bố tôi có hai vợ. Người vợ thứ hai là dì, em gái ruột của mẹ tôi.

Để tôi kể trước về dì. Dì có một đứa con trai và một đứa con gái với người chồng trước. Khi chú ấy mất thì con gái dì mới được một, hai tuổi. Dì là người rất đảm đang, một tay nuôi con, chịu thương, chịu khó. Dì cũng rất xinh nữa. Nhiều người trong làng đến đặt vấn đề nhờ dì đẻ con hộ. Họ sẽ mua đất cho dì, xây nhà, cho tiền chu cấp. Ở quê thì nhiều người có tiền nhưng không có con. Nhưng dì không đồng ý. Dì sống nhờ vào một cửa hàng nhỏ ở chợ, buôn bán đồ tạp hóa. Đến năm tôi học lớp Sáu, lớp Bảy, thì xảy ra chuyện là dì có quan hệ với em rể mình. Em gái của chồng cũ của dì có chồng, và dì có quan hệ với người này.

Gia đình chồng đuổi dì ra khỏi nhà. Ông bà ngoại tôi tới nói chuyện, dàn xếp, nhưng cuối cùng họ vẫn đuổi dì đi. Dì thuê một cái nhà nhỏ trong xóm, ở cùng với con gái. Con trai dì, năm đó đã mười

tám tuổi, thì ở lại với họ nội. Vì chuyện đó mà nó đánh dì nhiều lần. Nó cầm dao đuổi dì, cầm bàn cước đập vào đầu dì chảy bao nhiêu máu. Không có người can thì chắc là dì chết rồi. “Mày là gái điếm,” nó nói với dì, “mày đẻ ra tao nhưng bà nội mới là người nuôi tao.” Nhiều lần dì quay lại xin lỗi nhưng nó cứ nhìn thấy dì là đuổi đánh.

Bây giờ nói về nhà tôi. Tôi là đứa con gái thứ tư, trên tôi là ba chị gái. Bố tôi là con trượng. Hồi bé tôi rất thân với bố, thân bố hơn thân mẹ. Tôi hay ngồi cạnh khi bố nói chuyện với người trong làng. Bố vẫn nói là sẽ không đi bước nữa. Họ sẽ quay sang tôi và trêu, “Mày ngoan, mày học giỏi thì thế nào rồi mày cũng sẽ mọc chim.” Lúc đó tôi đã đủ hiểu việc bố không có con trai là một vấn đề. Lớn hơn chút, tôi ngồi trong bếp nấu cơm cho cả nhà, vo gạo, khuấy cái nồi lên trên bếp, khơi củi, và lẩm bẩm, “Cầu trời cho mẹ một đứa con trai.” Tôi nhớ mãi cái bếp củi cũ hồi nhà tôi chưa xây và mơ ước của mình.

Tới khi tôi lớp Tám thì bá, tức là chị gái bố, đặt vấn đề. Bố và mẹ đồng ý. Mọi người hỏi dì. Dì cũng đồng ý. Đó là sau này tôi biết vậy, chứ lúc đó không ai nói gì với tôi. Mọi người nghĩ tôi còn là một đứa trẻ.

Một chuyện bắt đầu như vậy. Tôi xin lỗi là hơi xúc động. Hồi ức nó ùa về, đó là một giai đoạn khó khăn mà trong những năm qua tôi không muốn nhớ tới.

Hôm bố và dì cưới nhau thì tôi vẫn đi học bình thường. Không ai giải thích gì cho tôi, nhưng tôi tự biết ngày đó là ngày gì. Mọi người bàn với nhau là làm nhỏ nhỏ chùng chục mâm, gọi là để báo cho

anh em, cô dì chú bác thân thiết. Có phong bật, có bàn ghế, nhưng không có những trang trí mà tôi vẫn thấy trong các đám cưới. Hôm đó là đầu tháng Chín, trời rất nóng, không phải là thứ Hai, vì tôi không mặc đồng phục. Lúc ra khỏi nhà, tôi thấy dì mặc một cái áo voan trắng, kiểu hơi điệu điệu một chút. Tôi nhớ là mình có hỏi chị ba về chuyện đang xảy ra, nhưng chị gạt đi, như là không quan tâm. Sau này chính chị là người chống đối mạnh nhất.

Tan học, tôi đi bộ về, cảm nhận được ngày hôm đó là một dấu mốc trong cuộc sống gia đình tôi, nhưng tôi không hình dung được mọi sự sẽ khác như thế nào.

Tôi về tới nhà thì cỗ đã tan. Hai chị đầu, một đã lấy chồng chỗ khác, một đang học đại học, vắng mặt. Chị ba thì ra vẻ không liên quan gì. Tôi có nhìn thấy dì không nhỉ, hình như không. Tôi không nhớ nhiều về hôm đó. Có một thời gian tôi không muốn nhớ gì về chuyện ấy nữa.

Nhưng tôi nhớ là chị em tôi hay khóc. Đã có lúc tôi nghĩ mình sẽ tới ở nhà chú mình trong xóm. Tôi là lớp trưởng, giờ thể dục đứng hàng đầu. Sau lưng tôi, chúng nó thềm thì bố nó thế nọ, bố nó thế kia. Tôi quay ra chơi game. Năm đấy tôi không được học sinh giỏi. Tôi còn nghĩ đến cái chết. Nếu cá tính tôi mạnh thì có lẽ tôi đã làm một điều gì đó điên rồ rồi.

Đáng sợ nhất là hàng xóm, bạn ạ. Họ rất biết xát muối vào tim người khác. “Buổi tối bố mày ngủ với ai?” Họ hỏi tôi, “Bố mày hai tay hai bà à?” Tôi chẳng quên được những điều này, hoặc mình quên rồi nhưng rồi một lúc nào đấy, khi mình đã lớn, chúng lại trôi lên, làm đau mình. Tôi bắt đầu ghét ra ngoài đường, giờ tôi đã

thành tâm điểm của xì xào. Mẹ tôi xuống ruộng, họ kích bác. Mẹ tôi ra chợ, họ kích, “Ê, việc gì mà bà phải khổ thế. Hai vợ chồng nó đèo nhau xe máy, bà việc gì phải gánh bộ.” Hai vợ chồng nó tức là bố và dì. Thế là nhà tôi đâm ra lục đục, làm sao mà tránh được là có lúc bố thiên vị người này người kia. Các chị chống đối. Chị ba không chào dì, không ăn thức ăn dì mua về. Chị cả cũng phản đối gay gắt. Chị hai hồi đó đang học đại học thì mãi chẳng yêu đương gì mặc dù có nhiều người theo đuổi. Một thời gian lâu sau chị mới tâm sự với tôi là chị không tin tưởng được đàn ông nữa. Bố mình là một người gương mẫu. Bố từng nói là không đi bước nữa, “có con gì nhờ con ấy”. Chú em bố đã có con trai rồi thì sau này tài sản sẽ cho cháu. Thế rồi đùng một cái thì như vậy. Đến lớp Mười hai tôi mới biết là các chị rất bị tổn thương. Cả mẹ, bố, dì cũng bị những lời nói bên ngoài làm tổn thương. Tôi cũng xa bố dần. Ở quê con gái càng lớn càng chẳng chia sẻ gì được với bố. Càng không nói chuyện thì càng chẳng biết nói chuyện gì.

Dì lấy bố năm trước thì năm sau có bầu. Dì đẻ con trai, nó thua tôi mười bốn tuổi. Hôm đó là một buổi tối tháng Bảy. Tôi cùng mẹ và bà ngoại xuống trạm xá. Trước đấy thì tới rất khó chịu. “Ai đẻ thì người ấy chăm,” tôi nghĩ vậy, “liên quan gì tới mình.” Nhưng khi nhìn thấy em, tôi giật mình. Nó giống tôi như đúc, nhất là cái mắt. Tôi yêu quý nó luôn.

Mẹ rất hạnh phúc, mẹ ôm em bé mãi, hôm đó mẹ còn không về nhà tắm. Mẹ làm việc quần quật để kinh tế gia đình ổn định, mẹ chịu thương chịu khó, nhưng bao năm nay mẹ mang trong mình tâm lý có lỗi với nhà chồng. Sau tôi mẹ còn có thai mấy lần, nhưng đều bỏ.

Hồi đó khoa học phát triển rồi, hai tháng rưỡi, ba tháng là biết, thì mẹ bỏ. Hai hoặc ba lần như vậy. Tôi còn đi siêu âm cùng mẹ, tôi là con út nên đi đâu bố mẹ cũng cho đi cùng. Hồi đó tôi chưa biết hết, nhưng sau này nghĩ lại thì tôi khá chắc chắn về chuyện đó. Hai lần là chắc chắn.

Kể cả cái sự ra đời của tôi cũng là cái may mắn. Siêu âm tới tháng thứ ba rồi mà tôi vẫn quay mông ra, không biết là con trai hay con gái. Đến tháng thứ tư thì thai to rồi, bác sĩ sợ không dám bỏ đi nữa. Mẹ tôi kể vậy. Năm tôi năm tuổi thì bác mộ ông nội, bà nội bảo, năm nay thay nhà cho ông để ông phù hộ cho có cháu trai. Nói vậy thôi nhưng ông bà nội rất thương các cháu, thỉnh thoảng lại nhét năm trăm, một nghìn đồng vào túi. Hồi đó một nghìn đồng vẫn to. Nhưng ông bà vẫn mong có cháu trai đích tôn.

Những tuần sau đó tôi hơi buồn chút vì mình không được coi là con út nữa, nhưng tôi là người sống tình cảm, tôi rất yêu em. Tôi nhớ hình ảnh dì cho em bú, hình ảnh bố cho em uống sữa thêm. Nhưng nhớ nhất là niềm vui của mẹ. Dần dần không khí trong gia đình có đỡ hơn. Bố mẹ đều là những người rất nhân hậu, dì tôi cũng vậy, họ đều là những người lao động rất chăm chỉ. Các chị tôi lớn lên, đi học, lấy chồng, chăm lo cho cuộc sống riêng của mình. Chỉ có người ngoài thì vẫn lâu lâu châm chích mua vui, đồn đại linh tinh là dì nó sắp ra ở riêng, nhà nó đánh nhau to. Ở quê, người ta thực sự xấu xí.

Nhưng sự bình thường không bao giờ quay lại. Vết thương chỉ được phủ một lớp vải lên, nó không thực sự lành. Lên lớp Mười hai

rồi mà nếu có đứa nào trong lớp quay ra hỏi, “Ơ, hôm nay mày đi học à? Tao tưởng mày ở nhà ăn cỗ cưới bố?” thì những ngày cũ tôi tưởng mình đã quên lại ùa về. Lên đại học, tôi ít mời bạn về quê chơi. Nếu chúng về và tôi có đủ dũng cảm thì tôi sẽ dặn trước, “Tớ nói cho mọi người biết giúp tớ, gia đình tớ là như thế này, có bố mẹ và có dì, dì là vợ của bố. Lúc ở nhà tớ thì đừng hỏi đấy là ai, vì tớ sẽ cảm thấy không thoải mái.” Nhưng không phải lúc nào tôi cũng đủ dũng cảm. Có lần, vừa ngồi gọt hoa quả chém gió linh tinh với nhau, tôi vừa đọc được câu hỏi trong mắt chúng, “Sao muộn thế này mà cô ấy vẫn ở đây nhỉ?” Lúc về Hà Nội, một đứa thắc mắc. Tôi bảo, “Chúng mày muốn nghe thì để tao kể, nhưng nếu tao kể thì chắc chắn tao sẽ khóc.” “Mày kể làm cái đéo gì, không cần kể,” nó gạt đi, “tao đéo quan tâm.”

“Nhà mày có mấy anh chị em?” Một câu hỏi đơn giản ai cũng đã nghe tới hàng ngàn lần, nhưng nó vẫn làm tôi không thoải mái. Cố thì tôi sẽ nói được, “Nhà tao có bốn chị em, để cố được thằng cu.” Nhưng mà thường tôi sẽ không muốn trả lời. Rồi sẽ có đứa hỏi, “Ơ, thế mẹ mày gần sáu mươi thì làm sao mà em mày tám tuổi được?” Đấy. Tôi sẽ rất khó chịu và bứt rứt. Người lớn hỏi thì tôi cũng sẽ nói, “Nhà cháu có bốn chị em gái,” rồi nghĩ một giây và nói thêm lúc họ đã gần chuyển sang chuyện khác, “cháu có thêm một thằng em trai nữa.”

Có nhiều tình huống bất ngờ khiến tôi phải khóc lắm, tôi không thể lường trước được, như cái lần trong năm ba đại học cô giáo cho bài tập vẽ cây phả hệ gia đình. Tôi chả biết vẽ thế nào. Gia đình tại sao lại xẻ thành ba nhánh? Tại sao lại có một người như mẹ mình

mà không phải là mẹ mình? Nước mắt tôi rơi xuống tờ giấy trắng. Cô nhẹ nhàng đến, đưa gói giấy ăn, rồi đi lên, tế nhị không hỏi gì thêm, không nhìn để tôi khỏi xấu hổ. Bây giờ tôi vẫn giữ cái gói khăn giấy đó như một thứ gì quý giá.

Cách đây mấy năm thì có chuyện tương tự xảy ra ở xóm tôi. Bác này cũng có ba đứa con gái, cũng bảo là có con nào thì nhờ con ấy, cũng không muốn đẻ nữa vì sợ mất công chức, rồi tới khi về hưu thì bác ấy lấy một cô vợ chỉ xấp xỉ tuổi đứa con gái đầu. Đứa con gái út của bác ấy trạc tuổi tôi, trước chúng tôi hay múa may Trung thu với nhau. Nó thay *avatar* đen sì và viết, “Nếu biến mất được thì tốt.” Tôi nhắn cho nó, “Chị rất thương em, chị hiểu cảm giác của em.” Hai đứa nhắn nhau qua lại, cả thế giới chắc chỉ chúng tôi hiểu mình đang nói về chuyện gì. Gần bốn năm rồi mà bác ấy vẫn chưa có con trai, gia đình rất lục đục.

Mỗi lần có chuyện gì gọi lại như vậy thì tôi lại bị xáo trộn tinh thần mất vài ngày.

Gần đây nhất là vụ con gái của dì lấy chồng. Nhà chồng nó không nhận gia đình tôi, mà nhận gia đình chồng cũ của dì là thông gia. Bố và dì xuống Hà Nội bị họ đối xử rất lạnh nhạt. Chúng tôi bị coi như cái gì xấu xí, dị dạng, một kiểu bệnh, người ta không muốn dây vào. Thế là ở nhà lại lụng bùng, lại cãi vã rất đau đầu. Tôi học tâm lý nên biết là ai cũng bị tổn thương, chẳng ai được chữa lành cả, nhịn mãi thì cũng có lúc nó phải phát ra thôi.

Chừng một tháng sau cái tiết học có bài tập vẽ cây phả hệ ấy thì tôi đăng ký vào một nhóm đạp xe xuyên Việt, một việc khá điên rồ vì tôi

vốn lười vận động và sợ đen. Nhưng trước đó tôi tham gia một chuyến đạp xe đi Tây Thiên. Chúng tôi ở đó hai ngày, hát dưới ánh trăng, lội suối, bản nhom nha nhom nhem. Hôm về trời cực nắng, nhựa đường bốc mùi khét, nhưng chúng tôi vừa đi vừa hát, gặp ai họ cũng tươi cười, chỉ có chào công an là họ không trả lời lại. Tôi đã được ném mùi tự do. Thế là tôi nuôi lợn đất cho chuyến đi xuyên Việt. Chị hai hỗ trợ một ít kinh phí, mẹ thậm chí còn mua cho tôi cái xe đạp, nhà tôi là nhà nông nên quan điểm là đi cho nó dày dặn, trưởng thành.

Chuyến đi sáu tuần vào mùa hè năm đó đã thay đổi con người tôi. Có thể bắt đầu từ đâu để bạn hiểu được sự chuyển hóa cá nhân này nhỉ? Tôi sẽ bắt đầu bằng những con người đi cùng tôi. Các đoàn khác thì tôi không biết, nhưng tôi có cảm tưởng đoàn của tôi là tập hợp những đứa trẻ bị đau đớn và bầm giập. Em Quỳnh bị trầm cảm, đã mấy lần tự tử hụt, gia đình cũng có nhiều biến cố. Tôi thành ra thân với nó tới tận bây giờ, và bất ngờ khi gần đây nó nhắn tin cho tôi, “Chắc chị không biết, nhưng chị đã hơn một lần giữ em lại với cuộc đời.” Chị Dung cũng dị lắm và cũng nhiều tổn thương. Quy định là không được tách đoàn, đi riêng một mình, nhưng ở Nha Trang, chị ấy tụt lại phía sau. Buổi tối bị trách, chị ấy lẳng lặng không nói gì, chỉ đưa cho đoàn một túi na. Mãi tới ngày cuối cùng chị ấy mới kể là hôm đó chị tạt vào nhà mẹ và bà ngoại. Bà ra vườn hái na cho chị. Mẹ chị chỉ quả này chín này, quả này ngon này, nhưng không nhận ra chị. Mẹ chị ấy bị tâm thần. Rồi chị ấy đạp xe đuổi theo đoàn, vừa đạp vừa khóc. Hồi nhỏ chị ấy không có bạn. Chị ấy học đại học gần xong thì bỏ ngang để thi lại vào Kiến trúc.

Chị ấy vẽ rất đẹp, chị ấy học massage, học các môn thể thao. Bạn chị ấy bảo, mà ỳ định chơi cho tới khi rụng hết trứng à? Đến giờ thỉnh thoảng chúng tôi vẫn viết thư tay cho nhau. Tôi cho những thứ như vậy vào một cái hộp. Nếu cháy nhà thì tôi sẽ mang cái hộp ấy đi thôi, bỏ lại hết tất cả.

Một bạn khác, sinh viên dược, rất giỏi, sống với mặc cảm không có bố. Mẹ bạn ấy bảo muốn đi xuyên Việt thì hãy bước qua xác mẹ bạn ấy, nhưng bạn ấy vẫn đi. Một em nữa cũng bị trầm cảm, trước cắt đứt mọi quan hệ với gia đình nhưng sau chuyến đi thì chủ động viết thư cho bố mẹ. Chúng tôi, những kẻ bị tổn thương và lạc lối đi với nhau trong cái mùa hè đỏ lửa như vậy đó, mùa hè năm tới hai mươi tuổi.

Tôi vẫn nhớ những bữa chúng tôi hết sạch tiền thì các anh chị lớn sẽ tưới nước thịt cho các em ăn trước, mình ăn cơm với rau. Trưa mệt, ngủ dậy thì đã thấy bình nước của mình được đổ đầy và cài vào xe. Lên đèo Omega tôi thè lưỡi dặt xe thì một anh ra bảo, “Mày dặt cái gì, đưa đây tao dặt cả hai xe cho,” tôi chạy bộ theo không kịp. Đến cuối chuyến đi thì chúng tôi không muốn rời nhau nữa, những lúc nghỉ nằm trên cỏ mà vẫn tay trong tay. Đêm cuối, chúng tôi ngồi tới ba giờ sáng kể về đời mình, rồi cảm ơn khắp lượt những người trong đoàn. Quỳnh nói là lâu lắm rồi nó mới cảm nhận được một sự thân thương, một cảm giác *an toàn*, bình yên, cái mà nó không có được trong gia đình hay nhà trường. Tôi thấy mình tự do, kể cả trong điệu cười nữa. “Mày cứ cười thoải mái đi,” các bạn bảo tôi, con gái cười to có làm sao đâu.

Sau chuyến đi, mọi thứ bừng sáng. Tôi thấy thương từng mảnh đất của Việt Nam, đến đâu cũng thấy thương, không có kỳ thị vùng này tỉnh kia nữa. Ở đâu trẻ con cũng ra đường vẫy, các bà thì cười đẹp lắm, cứ bảo, các cháu đi mạnh giỏi khi nào lại về quê chơi. Có hôm dừng lại xin mít thì người ta cho vặt cả vườn. Bây giờ cứ nghe tin bão ở đâu đâu thì tất cả lại nháo nhác lên, quê mà có sao không.

Tôi cảm nhận là quá trình chữa lành vết thương của tôi được bắt đầu. Tôi ý thức được là mình cần hiểu hơn về bản thân, mình phải đối mặt với chuyện của mình. Mình sống với nỗi đau lâu quá rồi, nó là một phần của mình mà mình chối bỏ nó, không chữa chạy nó, mình nhốt nó dưới hầm. Khi những người bạn mới cho phép tôi nhìn vào nỗi đau của họ, tôi cũng qua đó nhìn được vào nỗi đau của mình, và chia sẻ nó một cách an toàn, không bị phán xét. Lần đầu tiên, khi nói về nó, tôi không cảm thấy hổ thẹn và nhục nhã, cái cảm giác đeo đuổi tôi bao năm nay. Tôi đã được nhìn thấy một cuộc sống rộng lớn hơn rất nhiều, đầy tình yêu thương và độ lượng, và điều này cho tôi lối thoát, giúp tôi tìm được ý nghĩa cho cuộc sống.

“Ơ sao bây giờ mà khác thế?” Một đứa bạn nhận xét khi gặp lại tôi. “Hồi cấp Ba mà hiếu thắng, tranh luận bằng được, bây giờ thì mà thích lắng nghe hơn.” Nếu như không có chuyến đi, chắc hẳn bây giờ tôi đã cuống lên tìm người yêu, rồi lo lắng là mình ế. Tôi sẽ chìm đắm trong nỗi lo tìm việc, kiếm chồng, mà không quan tâm tới việc hiểu bản thân mình, hiểu lịch sử của mình. Tôi sẽ đi theo tư duy của quê tôi, giấc mộng làm công chức, có chồng giàu, cuộc sống “ổn định”. Nhưng giờ đây tôi không vội nữa, tôi muốn lắng nghe bản thân, trò chuyện và làm bạn với chính mình, mình có đang

hạnh phúc không, mình muốn cái gì. Đây mới chính là quá trình trưởng thành. Tôi học cách yêu thương, học cách trân trọng hiện tại. Khi mình hạnh phúc thì vết thương của mình cũng tự mờ dần đi, mình không bị triền miên chìm đắm trong cảm giác mình là người bị hại nữa.

Tuần vừa rồi tôi ở quê. Buổi chiều nắng tắt, tôi ngồi ở bờ ao, để gió thổi vào mặt như hồi còn bé. Tôi thấy rất bình yên.

Sau chuyến xuyên Việt tôi đã dám mời mười lăm bạn ở miền Bắc về nhà, hôm đó có cả bố, mẹ, và dì. Đó là một việc dũng cảm đầu tiên rồi, mặc dù trong bữa cơm hôm đó tôi rúm người lại khi bố nói với mấy đứa ngồi bên cạnh, “ừ, bác lấy hai vợ là vì bác không có con trai.”

Em tôi cất tiếng gọi, nó muốn tôi đọc truyện tranh cùng. Tôi và em trai, bây giờ nó tám tuổi, hai chị em dính nhau như sam. Nó chưa hiểu tình hình, nó chỉ biết là có hai mẹ, mẹ bé và mẹ lớn. Mẹ tôi cũng xưng mẹ với nó. Nó được điểm mười, mẹ lại lấy lợn ra cho tiền. Nằm xem ti vi, hai chân nó gác lên hai mẹ. Nó dễ khóc lắm, bị quát cái là mít ướt. Nó sẽ ngược lên nhìn như thế này này, rồi nó mếu mếu, nước mắt chảy ra. Bây giờ nó cũng thiệt thòi vì các chị đi hết, trong nhà còn toàn người lớn, không có ai chơi cùng, xem ti vi nhiều thì bị mắng. Hè nào chị hai tôi cũng cho nó lên Hà Nội chơi một tuần. Tôi và nó đi siêu thị, nó nhìn giá truyện tranh rất cẩn thận. “Chị là sinh viên, chị làm gì đã có tiền, chị mua cho em cuốn *hai mươi* nghìn thôi...” Qua cửa hàng Lego thì nó liếc vào chứ không tự dừng lại.

Sau này em có ý thức thì tôi sẽ là người giải thích cho nó, tôi biết ngoài mình ra thì sẽ chẳng ai nói gì với nó cả. Tôi cũng chưa biết mình nên bắt đầu như thế nào, có thể tôi sẽ nói với nó là một người sinh nó ra từ trong bụng, còn một người sinh nó ra từ sự bao dung. Tôi nhớ câu này từ một câu chuyện về một đứa trẻ bị trêu ghẹo vì nó có hai người mẹ đồng tính. Trong chuyện có câu, những trẻ khác được sinh ra từ trong bụng, còn nó được sinh ra từ trái tim. Tôi thích từ bao dung lắm, bao trọn mọi thứ.

Hiện thì nó chẳng quan tâm gì ngoài *Bảy viên ngọc rồng và Đảo hải tặc*. Nó chạy ra ngoài sân, còn mỗi tôi và dì ngồi với nhau trong nhà. Tôi nhìn dì và thấy bình thường lắm, không có cảm xúc tiêu cực gì. Cũng như cuộc đời bố mẹ tôi, cuộc đời dì khổ. Nhiều lúc dì ích kỷ, chỉ nghĩ cho con dì, không nghĩ cho nhà tôi, không nghĩ cho bố, nhưng tôi không trách dì. Tôi thương dì. Tôi cũng không trách bố mẹ. Bố mẹ thể hiện sự yêu thương qua cái cách của họ, gửi cho con cần gạo, dúi cho con ít tiền, ở quê thì chẳng ai nói là thương ai cả, không ai biết cách chia sẻ cảm xúc, bộc lộ tâm tư. Bố mẹ có được học hành, có được ai dạy đâu, làm sao có thể đòi hỏi họ có nhiều kiến thức xã hội. Lúc chị cả có thai, mẹ giục đi siêu âm liên tục, lúc biết là con trai thì mẹ nhẹ cả người. Mẹ chỉ sợ người ta miệt thị chị cả là “nó giống mẹ nó, không biết đẻ con trai”. Đẻ bao nhiêu mà không có con trai thì cũng bị coi là không biết đẻ. Cay nghiệt thật. Cuộc đời của người ta buồn nên họ thích châm chích người khác để thấy mình sướng lên.

Bây giờ, hằng ngày mẹ chăm cháu, chữa đau lưng, quanh quẩn

mấy chuyện đó. Bố mới đổi sang smartphone, suốt ngày gọi video nhí nhéo với các cháu. Nhưng tôi biết là mẹ có nỗi đau trong lòng, có những uẩn khúc, mà mẹ không đi sâu vào nó được, không diễn giải ra được. Trong nhà vẫn có nhiều lúc không ổn. Đùng một cái, có chuyện cãi bần, chuyện làm ăn, thì lại to tiếng, tranh luận căng thẳng mà không lắng nghe nhau. Một lúc nào đấy, khi tôi biết cách hơn, tôi sẽ nói chuyện với mẹ. “Mẹ ơi, hoàn cảnh gia đình của mình đặc biệt vậy, mẹ có bị tổn thương không? Con thương mẹ...”

Tôi cũng không trách bản thân nữa. Trước kia nhiều khi tôi ước mình là con trai. Mẹ mình sẽ không phải chia sẻ chồng, không phải chịu sự dị nghị của hàng xóm, không phải bỏ tiền ra cúng bái. Nhưng giờ đây tôi đã hiểu ra. Tôi không có quyền quyết định giới tính của mình, tại sao tôi phải cảm thấy có lỗi cho cái điều mình không gây ra? Là con gái không phải là lỗi. Đấy, hiểu biết sẽ giúp mình.

Nếu tôi có con thì tôi sẽ chuyện trò với nó một cách tôn trọng, tìm hiểu con người, cảm xúc của nó, chứ không chỉ chu cấp tiền nong cho nó. Khi nó gặp khó khăn thì nhà sẽ là nơi nó quay về để chia sẻ mà không bị phán xét. Con lớn thì mình tiếp tục học các bài học cho cuộc đời mình. Ý nghĩa của đời mình không chỉ nằm ở đứa con, như mẹ tôi vẫn quan niệm, như thế thì phí đời lắm. Lúc con lớn lên thì nó sẽ phải đi xa, nó không ở mãi trong vòng tay mình được. Lúc đó thì mình **sẽ** là ai? Phí lắm.

Nếu chồng tôi sau này cư xử giống bố, chắc chắn tôi sẽ không chấp nhận. Anh ấy có thể mong muốn có con trai, tôi hiểu sức ép lên đàn ông, tôi có thể thông cảm với họ. Nhưng vừa muốn có con

tra lại vừa muốn sống với tôi thì không được. Thế hệ của tôi khác rồi. Tôi không có nghĩa vụ giúp anh ấy hoàn thành ước nguyện của mình.

Mà tôi chưa mặn mà với hôn nhân. Tôi còn nhiều việc phải làm. Học tiếng Anh. Tham gia các khóa học khám phá bản thân, chuyển hóa giận dữ, học cách yêu thương mình. Học thêm kiến thức để có thể tham vấn cho các bạn trẻ trong khủng hoảng. Kết nối nhiều hơn với bố mẹ, và giúp họ kết nối với nhau nhiều hơn. Sống trong thực tại, ăn một bát canh bố nấu, rửa bát, rồi ra bờ ao nhỏ cỏ. Thật may là bố mẹ không bắt tôi lấy chồng sớm, cũng không ép tôi kiếm tiền. Đi xuyên Việt về bố mẹ khen rần rở ra, bây giờ tôi muốn đi xa bố mẹ cũng sẽ ủng hộ. Người làng thì toàn bảo, cho con gái học đại học làm gì, xong rồi nó vỗ cánh bay đi, cho nó đi làm thuê kiếm mấy chục triệu làm vốn mà lấy chồng.

Trình tiết? Quan điểm của tôi về trình tiết đã thay đổi nhiều. Trước thì tôi nghĩ là nó là cái quý nhất của con gái, mất nó trước hôn nhân thì không còn trọn vẹn nữa. Bây giờ thì tôi thấy những người có quan hệ tình dục trước hôn nhân rất dũng cảm. Họ dám đi theo cảm xúc thật của mình. Tôi rất tôn trọng họ. Thích thì làm và tự chịu trách nhiệm thôi. Bản thân tôi thì thấy mình chưa đủ dũng cảm, hoặc là tôi chưa tìm được người mà tôi thấy đủ tin tưởng. Thế thôi. Còn một người con trai mà nhìn vào cái trình tiết để đánh giá, dán nhãn mình thì thực sự không dành cho mình rồi.

Thực ra mà nói thì tôi vẫn có một nỗi ám ảnh liên quan tới con cái. Nếu sau này chỉ có hai con gái thì tôi không chắc là mình yên tâm được, dù bản thân tôi không có nhu cầu có con trai. Tôi sẽ

không tự tin với cái hạnh phúc mà tôi có. Dù bạn đời tôi có cam đoan là anh ấy hoàn toàn hài lòng, anh ấy không cần con trai, thì đâu đó bên trong, tôi vẫn cho rằng anh ấy nói dối. Hoặc nghĩ thầm, “ừ, anh nói vậy, nhưng gia đình anh thì sao?”

Đặc biệt là tôi sẽ tránh xa con trưởng.

Hôm nay tôi đã có thể nói hết được những gì chất chứa trong lòng, mặc dù với nước mắt. Tôi biết mình vẫn chưa khỏe mạnh hoàn toàn. Nhìn lại quá khứ, có lúc tôi vẫn tức giận. Nhìn vào tương lai, nhiều lúc tôi vẫn sợ hãi. Sợ bị phán xét, bị coi là dị biệt. Nhưng mỗi lần giận dữ, đau đớn hay lo sợ trỗi lên, tôi lại cố gắng nhìn vào nó và đọc tên nó ra. Gần hai mươi hai tuổi, tôi vẫn còn là một đứa trẻ. Nhưng điều đó không sao, tôi vẫn đang học để trưởng thành.

## 19. “TÔI HIỂU LÀ AI CŨNG CÓ NỠI KHỔ RIÊNG CỦA MÌNH, MẸ ĐÃ TỪNG LÀ MỘT ĐỨA TRẺ KHAO KHÁT TÌNH YÊU THƯƠNG”

*(Lâm, 19 tuổi, nữ sinh viên ngành Tài chính, đang bảo lưu)*

*Liên, mẹ Lâm, 51 tuổi, hiệu trưởng tiểu học*

*Song Lê, 40 tuổi, nữ bác sĩ tâm lý)*

### LÂM

Lên cấp Ba thì học lực của tôi tụt thảm hại. Thứ nhất, tôi được mẹ xin vào một lớp chuyên, trong lớp có nhiều bạn giỏi hơn tôi. Thứ hai là tôi bị mất ngủ, lên lớp cứ đờ đẫn. Hồi đó mẹ tôi rất kinh khủng. Một buổi chiều mẹ đi họp phụ huynh về, giận ngùn ngụt. *Con chó, sau này ra đời thì làm được cái gì, đi bốc cứt à.* Mẹ đánh, giạt tóc, đập đầu tôi vào tường, lấy thắt lưng quấn vào cổ tôi. Mẹ bắt tôi quỳ ở góc nhà, không được ăn tối, rồi bỏ lên trên tầng. Tới mười một giờ đêm thì bố thương, bố xuống dưới nhà nấu cho tí mì. Khi đó tôi sợ quá, ú ớ, không cử động được, co ro, run rẩy trong góc như một con chó hoảng loạn, há mồm cho ba đút cho từng thìa một.

Học kỳ sau, bảng điểm lại được gửi về nhà. Lần này thì bố mắng, không kinh khủng như mẹ, nhưng bố vừa sập cửa ra ngoài thì nước mắt nước mũi tôi trào hết cả ra, tôi chui xuống gầm bàn, nằm co quắp, khóc đến gần nửa đêm mới ra ngoài rửa mặt.

Lên lớp Mười một tôi bị đánh ít hơn nhưng vẫn bị chửi mắng như vậy. Đỉnh điểm là ngày mùng hai Tết năm đó. Tối hôm ấy tôi đang vẽ vờ trong phòng, thả lỏng nghỉ ngơi một chút, thì mẹ vào. Không rõ mẹ đang giận cái gì, nhưng mẹ đi vòng vòng xong bắt đầu mắng. *Mày chỉ suốt ngày vẽ vờ không làm bài, mày vô tích sự, chả làm được cái mẹ gì cả, sao tao lại đẻ ra con như mày, mày chết đi cho rồi.* Tôi cãi lại. Mẹ thì biết cái gì, cả năm con đã học vất vả rồi bây giờ đến cả một tí thời gian để làm cái gì đấy cho bản thân mẹ cũng không cho à, đây là phòng con, mẹ đi ra đi. Mẹ đứng dưới, tôi ở trên giường, hai người cùng gào. Bố phải chạy lên can và đẩy mẹ ra khỏi phòng. Tôi sập cửa lại, tắt đèn và bắt đầu gào thét để giải tỏa. Đó cũng là thời điểm tôi cào cấu bản thân, chỗ bụng chân dưới, cổ tay, hoặc là cấu vào lòng bàn tay, cào ở đằng sau gáy nữa. Những tháng sau đó, tôi bắt đầu bỏ bê ăn uống và có dấu hiệu rệu rã, bệ rạc. Tôi lao vào vẽ để giải tỏa, vẽ bạt mạng, kệ mẹ học, vẽ, chỉ có vẽ thôi. Giờ toán trên lớp, tôi đứng đọc ra, cô thì cứ gặng hỏi, cứ bắt tôi đứng đó trước bốn mươi con mắt, khiến tôi chỉ muốn chui xuống lỗ. Hỏi dồn mãi mà không nhận được câu trả lời nào, cô lầm bầm, “Thế mà cũng đếch hiểu, học làm cái đéo gì.”

## LIÊN

Mỗi khi nhớ lại thời niên thiếu, tôi lại thấy mình đeo cặp sách đi bộ qua những ngọn đồi ở miền trung du quê tôi. Khung cảnh yên bình, nhưng tuổi thơ của tôi thì dữ dội. Là con gái lớn, tôi phải ra vườn trồng rau lang, vào rừng lấy củi, mỗi sáng gánh mười lăm thùng

nước trước khi đi học, đêm ba mươi Tết vẫn lau nhà và là quần áo cho mọi người. Tôi vẫn nhớ khoảnh khắc bố và em gái châm bánh pháo trước cửa, mùi pháo bay vào nhà, nơi tôi lặng lẽ đơm nốt cái cúc áo và nghĩ thầm, năm mới đã đến rồi đó. Đôi khi tôi tự hỏi không biết mình có được coi là người trong nhà hay không.

Mẹ rất đẹp, tóc dài, đi cái xe đạp Eska, nhưng tôi luôn cảm nhận mẹ có cái gì đó không ổn. Chẳng bao giờ mẹ vỗ về, âu yếm, hay thể hiện sự biết ơn cả. Mẹ là một bông hoa đẹp nhưng không có hương. Một lần, khi đó là mùa đông, tôi khóc dai, đòi hỏi sự quan tâm, chú ý, mẹ lôi tôi ra bể nước và dội nước vào người tôi. Tôi còn nhớ mình nghĩ gì, “Sao mẹ mình ác thế?” Anh em chúng tôi nghịch ngợm, mẹ quát, “Chúng mày cút đi đâu thì đi!” Tôi đi lang thang ngoài đường, trong đầu nung nấu, “Sau này mình phải độc lập, vì mình không có chỗ dựa nào cả.”

Bố tôi là nhà giáo, ông đặt mục tiêu cho các con là chỉ có thể học bằng hay hơn người khác. *Người khác* là ai? Là tất cả. Bây giờ thì tôi có thể giải thích được là cái khao khát mãnh liệt này đến từ sự bất mãn của bố, ông không thành đạt trong công danh sự nghiệp nên dồn hết tham vọng vào con đường học hành của con cái. Năm anh em tôi nổi tiếng học giỏi trong khu vực. Anh trai tôi nghe lời nhất, học chăm nhất, làm bố mẹ hài lòng nhất. Duy nhất có tôi dám cãi lại, dám đặt câu hỏi tại sao, có cần phải như vậy không, điều mà bố tôi, một người gia trưởng, không thể chấp nhận. Tôi là đứa ăn tát, ăn roi nhiều nhất. Ăn tát vì trên đường tới trường tôi cười nói với một đứa con trai cùng lớp, vì bố thấy một cái ảnh chụp chung với cậu bạn kẹp trong nhật ký. Những thứ tôi trải qua, giờ sẽ được coi

là bạo lực tinh thần.

### *Rom róm*

Tôi lớn lên trong cô đơn và khi trưởng thành không thể hiện được tình cảm là vì vậy. Có một cơ chế tự bảo vệ ngăn để không bao giờ tôi vui quá; vui vừa thôi, chứ vui quá rồi đau buồn lại đến thì mình không thể chịu được. Cho tới khi năm mươi tuổi, khi tôi cùng Lâm bước vào hành trình mà tôi kể dưới đây, thì tôi mới khóc được.

Giờ đây tôi là hiệu trưởng của một trường tiểu học, mới nhận danh hiệu nhà giáo ưu tú, và trở thành trụ cột của gia đình, nhưng tôi vẫn không có cảm giác gần gũi với bố mẹ. Trong tôi chỉ là trách nhiệm, không có cảm xúc - tôi đã có quá nhiều vết thương lòng, chúng hằn sâu vào ký ức. Mình muốn lại gần bố mẹ, nhưng chính mình lại tự đẩy mình ra.

Đúng như mong muốn của bố mẹ, anh trai tôi chỉ biết học. *Chỉ có thể bằng hoặc hơn người khác.* Bố mẹ hay khoe với hàng xóm điều mà lúc còn nhỏ tôi đã thấy ngớ ngẩn. “Ôi, cái thằng này không biết yêu đương là gì đâu, cứ nói chuyện với con gái là đỏ mặt.” Có gì hay mà phải khoe, tôi bảo vậy và bị ăn tát.

Học xuất sắc vậy nhưng không hiểu sao anh ấy trượt đại học hai năm liền, chắc là vì áp lực lớn quá. Bố mẹ kêu than, còn anh ấy cứ ở lì trong nhà, không giao tiếp với ai nữa. Cuối cùng thì anh ấy cũng tốt nghiệp đại học và xin được vào làm trong một viện nghiên cứu. Nhưng anh ấy không làm được gì, thất bại, thất vọng. Anh bắt đầu hoang tưởng, cho rằng người ta muốn ám hại mình, rồi lao vào học thêm tiếng Anh và lập trình như điên. Ngoài ba mươi thì bố mẹ cưới vợ cho anh ấy, lúc đó anh đã nghỉ việc rồi. Sau khi sinh con gái, cái

Hồng, thì cô vợ anh ấy muốn chia tay. Tôi nói với bố mẹ là nên giải phóng cho cô ấy, người ta có thể buộc được chân gà chứ không buộc được chân người. Khi Hồng được ba tuổi thì bệnh anh ấy trở nên nặng hơn. Anh bị trơ thuốc, suy kiệt thần kinh vì tác động của thuốc, và mất năm ngoái, khi anh ấy năm mươi ba tuổi. Tôi nói với bố mẹ là họ đã mất một đứa con vì cách dạy dỗ của họ, nhưng tới khi chết bố vẫn không đồng ý như vậy.

Tôi vẫn nói với cái Hồng là dù bố bị bệnh thì đó vẫn là bố nó, vẫn là máu mủ ruột rà. Nhưng những năm cuối đời, anh tôi không được gặp con gái, dù nó ở cùng nhà. Ông bà còn không cho nó mang cơm lên cho bố, họ sợ cái gì tôi cũng không biết. Tình yêu thương của ông bà với Hồng là mù quáng, nhưng tôi không nói được.

Buồn đau về bố nó bao nhiêu thì ông bà dồn tâm huyết vào đứa cháu bấy nhiêu. Nó ở với ông bà và được coi là *đối tượng* bất khả xâm phạm. Có hai cái đùi gà thì bà sẽ cho Hồng riêng một cái, hai đứa cháu khác chia nhau một cái. Ông thì ngày đêm ngồi học cùng cháu, bắt nó chép lời giải toán vào cuốn vở rất sạch mà nó đâu có hiểu gì. Đã nhiều lần tôi và bố gay gắt về chuyện ép nó học tới mức bố lật bàn chỉ thẳng tay vào mặt tôi. Khi mẹ nó từ Đông Âu trở lại Việt Nam, tôi khuyên hãy để hai mẹ con ở với nhau, trẻ con cần mẹ, gia đình chỉ hỗ trợ tài chính thôi, nhưng bố mẹ tôi kiên quyết giành quyền nuôi nó và mắng tôi là ngu xuẩn.

Lên cấp Ba, một hôm Hồng bảo tôi, “Mẹ ơi,” nó gọi tôi bằng mẹ, “con không đủ sức học nữa, con kiệt sức rồi.” Tôi nhìn tay nó, “Tay con làm sao thế kia, con rạch tay đúng không? Con nhìn mẹ đây này, trong nhà mẹ là người học dốt nhất, cứ nói thẳng ra như vậy đi,

nhưng mẹ không có gì phải xấu hổ, khi trưởng thành, mẹ thành người tháo vát nhất nhà, cái gì cũng đến tay mẹ, nên là con không phải học một cách điên cuồng như thế, khi nào mệt thì con nghỉ.” Rồi Lâm kể với tôi là đã mấy lần cái Hồng đứng trên tầng bốn định nhảy xuống. Tôi làm loạn lên với cả nhà, tôi dọa mẹ, lúc đó bố tôi đã mất, mẹ mà ép nó học nữa là mẹ mất nó đấy. Nhưng mẹ tôi không hiểu. Ngay tuần trước thôi, tôi đang ngồi với mẹ thì Hồng gọi điện từ chỗ học quân sự về. “Bà ơi, con có điểm rồi, con được 3.7 trên 4 điểm, thế là được chứ gì bà?” Tôi giật lấy cái điện thoại, “Con ơi, con không phải lo thế đâu, mẹ nghĩ ba phải trên bốn cũng được, con trung bình cũng được, quan trọng là con cảm thấy thoải mái, con hiểu chưa???” Mẹ tôi im.

Nhưng làm sao mà tôi có thể ở bên suốt được để can thiệp?

Đến giờ thì tôi hiểu ra là những gì mình trải qua sẽ để lại dấu ấn trong mình. Tôi phản đối cách bố dạy Hồng, nhưng vẫn vô thức tạo cho con mình áp lực như bố ngày xưa. Cái cách của bố ngấm vào tôi lúc nào mà không hay, khiến tôi nhiều lúc giật mình. *Chỉ có thể bằng hay hơn người khác.* Sự ám ảnh này vẫn lơ lửng trong không khí của gia đình tôi, của họ nhà tôi, ngày ngày được nuôi dưỡng bằng những lời so sánh, những bình luận, những ánh mắt. Tôi hoàn toàn bất ngờ khi nghe Duy, anh trai của Lâm, nói với bạn gái là mình bị áp lực học hành rất lớn. Tôi và chồng gần như suy sụp khi phát hiện ra Duy đã bỏ ngang đại học và sống với bí mật đó trong nhà hàng năm trời. Lớp Bảy, hồi đó Lâm học chuyên toán, lần đầu tiên nó bảo, “Mẹ nghe con này, con không muốn học thêm nữa đâu, con đau đầu lắm.” Tôi gạt đi. Cấp Ba tôi cho nó vào Chuyên ngữ, hệ

B. Nó học đuối, bị cô giáo ghét vì ảnh hưởng tới thành tích của lớp. Nó bắt đầu quay ra vẽ, vẽ ngày vẽ đêm, vẽ trên lớp, vẽ dưới bàn, buổi tối tôi ra khỏi phòng là nó nhòem dậy vẽ. Đó là một dạng chạy trốn? Xả hơi? Tôi không rõ và cũng không bỏ công tìm hiểu. Với tôi, thế là lười học.

Lớp Mười một, tôi vứt hết tranh và màu vẽ của nó đi. Sau này bác sĩ tâm lý nói là điều đó giống như đột ngột bắt nó cắt đứt với người yêu, khiến nó bị chấn thương tâm lý. Nó gào thét, cãi lại. Tôi không chấp nhận cái bướng của nó, như ngày xưa bố tôi không chấp nhận cái bướng của tôi. Cái hôm đỉnh điểm, tôi lấy chổi quét nó túi bụi rồi đẩy nó ra ngoài hành lang tối. “Có biết đây là chỗ con nào ngồi không?” Tôi quát, “Nếu không muốn làm người thì ngồi đây!” Tôi, chồng và Duy ăn cơm trong im lặng, xong quay ra thì thấy nó đang khóc khóc cười cười như mê sảng. Tôi lạnh người, đưa nó vào, bảo chồng chăm sóc con, rồi tự cách ly mình khỏi con để khỏi làm hại con thêm nữa.

## SONG LÊ

Lâm và chị Liên tới gặp tôi lần đầu khi con học lớp Mười hai, trong một giai đoạn mà Lâm tự gọi là “chu kỳ tự pin” của mình. Từ hai năm trước con đã có những giai đoạn như vậy, nhưng bây giờ hai mẹ con mới tới bác sĩ.

Tôi dùng nhiều công cụ để đánh giá, và sau buổi thứ ba thì tôi có thể chắc chắn là Lâm bị trầm cảm và rối loạn lo âu ở mức độ khá nặng. Đây là những ghi chép của tôi. Bên ngoài, Lâm có khí sắc mệt

mỗi, trễ nải trong việc chăm sóc bản thân, bỏ ăn, lười tắm, mùa hè mà con vẫn khoác cái áo choàng đồng phục lên người như một lớp bảo vệ. Về mặt tâm lý, Lâm có mức độ tự tin cực kỳ thấp, lúc nào cũng có cảm giác mình là một sản phẩm thất bại của mẹ, trong khi mẹ thành công như vậy, giỏi giang như vậy, thì mình không có giá trị gì, mình đáng bị đại gia đình khinh miệt. Con thấy mình xấu xí, gớm ghiếc và luôn nghi ngờ mọi người chê bai, cười nhạo mình.

Vào thời điểm này, Lâm đã mất hứng thú với vẽ, thứ mà con vốn rất đam mê. Con hay lo lắng, không cảm thấy an toàn về tương lai, luôn sợ những điều bất trắc, tồi tệ xảy ra. Lâm không kiểm soát được cảm xúc, vừa dễ nổi giận ghê gớm, vừa bồn chồn, không thể thư giãn, tim đập nhanh, khó tập trung, nhiều lúc cảm thấy nóng trong người và thỉnh thoảng lại đau bụng do căng thẳng quá.

Qua những buổi đầu, tôi cũng có thể kết luận là Lâm bị bạo hành trong gia đình. Từ hồi cấp Hai con đã bị mẹ đánh rất nhiều. Bị bạt tai, lấy thắt lưng siết cổ, bị bắt quỳ và bỏ đói ở phòng khách tới nửa đêm, phải chui vào một góc. Có những giai đoạn chỉ nghe thấy tiếng hay nhìn thấy mẹ thôi con đã bị nghẹn, ứ, khó thở, muốn khóc và không thể nói được. Thêm vào đó, có những giai đoạn ở trường Lâm bị bắt nạt và bị cô giáo ghét.

Lâm bị kiểm soát cực cao, con thực sự sống và học tập theo định hướng gắt gao của gia đình và dưới áp lực cực kỳ lớn, kỳ vọng cực kỳ lớn của mẹ. Gia đình Lâm có điều kiện và quen biết rộng, nên vạch ra cho con một con đường mà Lâm chỉ có thể đi theo như nước chảy theo máng. Đấy, tôi ghi trong hồ sơ như vậy. Con có cảm giác không được sống cuộc đời của mình, luôn luôn bị theo

dối, luôn luôn lo lắng liệu đam mê vẽ và thiết kế đồ họa của mình có được gia đình chấp nhận hay không.

Rất may là dù bị bạo lực thể chất lẫn tinh thần nhưng con vẫn tôn trọng mọi người trong nhà, chưa chuyển sang thái độ oán ghét, nên cơ sở để hàn gắn vẫn còn. Dù rất sợ mẹ và mong mỗi mẹ mềm mại hơn, Lâm vẫn ngưỡng mộ mẹ và đánh giá mẹ rất giỏi giang, có uy tín ở cơ quan, là trụ cột của hai bên nội ngoại. Con là một đứa trẻ rất hay, thông minh, rất nhân văn, giàu lòng trắc ẩn, tới lúc đó vẫn lo cho tinh thần của Duy, anh trai mình, đang vướng chuyện yêu đương và xích mích với gia đình. Lâm cũng thực sự muốn được giúp đỡ, đây là một điểm tích cực rất lớn, khác với nhiều bạn khác. Tôi nhanh chóng xác định hướng can thiệp của mình là trị liệu liên quan tới gia đình, và nói với chị Liên là tôi cần sự cộng tác của chị, người Lâm chọn để đi cùng mình. Chị đồng ý. Lúc đó chị rất cuống, chị rất yêu con nhưng không biết có thể giúp con như thế nào.

Tôi cứ gặp Lâm hai buổi thì gặp chị Liên một buổi. Tôi hướng dẫn chị làm cùng con những việc nhỏ trong sinh hoạt hằng ngày, như chị đang chăm sóc một đứa trẻ, và khen các cố gắng, dù nhỏ nhất, của Lâm. Khi con cầm lên cái khăn để lau mặt, khi con bước được ra khỏi giường. Tôi khuyên chị ngừng ngay việc so sánh con với bạn bè, anh chị em họ. Tình thương mà Lâm nhận được cực lớn nhưng là thứ tình thương có điều kiện, luôn đi kèm với kỳ vọng, với áp lực. Điều đó khiến tổn thương cứ tích tụ, cứ ngấm dần vào Lâm. Chị Liên cũng cần tôn trọng và cùng con bàn bạc các kế hoạch, chứ không áp đặt. Và vô cùng quan trọng, chị đừng có lo lắng chuyện vẽ vời khiến Lâm bị ảnh hưởng tới học hành, ngược

lại, chị phải tìm cách duy trì, nuôi dưỡng được sở thích này. “Khi còn có một hứng thú nào đấy thì người ta còn nhúc nhắc,” tôi nói, “không có thì tất cả sẽ đi xuống hết.”

Những người bị trầm cảm hay mặc cảm về giá trị bên trong và hình ảnh bên ngoài của mình, tự đánh giá mình là kẻ bỏ đi, xấu xí, vô dụng. Lâm cũng vậy. Tôi dùng liệu pháp hành vi cảm xúc hợp lý (rational emotive behavior therapy) của Albert Ellis để chỉnh lại cái suy nghĩ tiêu cực đó. “Có thể một số người cho rằng bên ngoài của con như thế là thô ráp, không nữ tính,” tôi nói với Lâm, “nhưng cô và nhiều người khác thì lại thấy con rất là tự nhiên, bình thường, chả xấu gì cả.”

Thật may là chị Liên rất thông minh, hiểu nhanh vấn đề, và không có thái độ phòng vệ gì lớn, nên chị có thể thay đổi khá nhanh chóng. Đây là một điều kỳ diệu, vì “giang sơn khó đổi, bản tính khó dời,” nhất là ở lứa tuổi của chị. Vì yêu con và tin tưởng vào phương pháp của tôi nên chị rất nỗ lực. Được vài tuần thì Lâm ngạc nhiên, con thấy mẹ bắt đầu ít kiểm soát điện thoại của mình hơn, thả lỏng hơn, thay vì trước kia cứ đau đầu, cứ kèn kẹt. Sau vài tháng, Lâm cũng bắt đầu có những thay đổi, con dễ tâm tới ăn uống hơn, chịu khó chăm sóc vệ sinh cá nhân hơn. Con bắt đầu dễ ngủ hơn, và ghi lại các giấc mơ của mình theo hướng dẫn của tôi. Cảm giác chán nản, kiệt quệ năng lượng giảm đi, con cảm thấy có động lực, có mục tiêu hơn. Hai mẹ con kết nối với nhau nhiều hơn về cảm xúc, gần gũi nhau hơn về mặt cơ thể, lắng nghe tâm sự của nhau, quá khứ của nhau, gọi tên những cảm xúc của nhau, dẫn tới chấp nhận nhau dựa trên sự thấu cảm chứ không phải áp đặt. Sự thay đổi này,

theo Lâm, có công phần lớn của mẹ, rồi sau đó mới là công của chính con.

Nhưng con vẫn bị vật lộn nội tâm, rất là thương. Trong con có sự giằng xé, sống thật với mình, theo đam mê đồ họa, hay sống theo bố mẹ. Cuối cùng thì con vẫn ghi nguyện vọng thi đại học là Tài chính, vì bố Lâm ở trong ngành. Tôi nhận thấy các gia đình càng giàu thì lại càng lo sợ là con họ không sống sót được, nên muốn con chọn con đường “an toàn.” Đây này, Lâm ghi trong sổ là ngoài mục tiêu đỗ đại học thì vẫn có mơ ước tiết kiệm tiền để đi học đồ họa buổi tối rồi làm *part-time* trong lĩnh vực đó. Tội lắm. Các con không được sống theo đúng bản thân mình, lúc nào cũng đứng trước mâu thuẫn.

Chúng tôi đi với nhau được bảy tháng thì ở buổi gặp cuối cùng Lâm đưa tôi xem một lộ trình con tự vạch ra. Năm nhất đại học thế này, năm hai thế này, kiếm việc thực tập thế này, năm hai mươi lăm tuổi sẽ thế này. Tôi vui mừng, Lâm đã vững vàng hơn nhiều, đã đủ tự tin và lạc quan để nhìn vào tương lai. Mà lúc nào chữ “đồ họa” cũng lấp ló xuất hiện trên trang giấy đó, thương vậy chứ. Tôi đọc được ở đâu đó rằng sau khi những người chết lâm sàng sống lại thì họ đều khao khát được thực sự sống cuộc đời của chính mình.

Trước khi ra về, Lâm nói mong được tôi hỗ trợ để con quay ra giúp ngược lại mẹ. Khi kể lại cho chị Liên điều này, lần đầu tiên tôi thấy nước mắt chị chảy. Trong nhiều tháng trời, chị ấy cứng như đá, không khóc nổi. Đó là sự tự vệ của chị trước những đau đớn mà chị đã phải trải qua. Khoảnh khắc nghe câu nói ấy của Lâm, chị mới tan chảy.

## LÂM

Cuối năm đó, mẹ đưa tôi tới bác sĩ tâm lý. Cô nói rất may là chúng tôi đã đến kịp thời, tôi bị trầm cảm, càng để lâu thì càng khó phục hồi. Là người giám hộ của thân chủ, mẹ tôi cũng phải làm việc với bác sĩ, nên thực sự cô ấy đã cứu cả hai mẹ con tôi. Đến giờ thì mẹ đã mềm mại, nhẹ nhàng hơn rất nhiều. Vẫn còn có lúc mẹ mắng, nhưng mẹ không miệt thị, xúc phạm nữa. Cô bác sĩ nói là cỡ tuổi như mẹ mà thay đổi được như thế là rất may mắn. Còn tôi cũng nhún một phần, thậm chí tôi còn quay lại giúp mẹ. Khi thấy mẹ đang ngập dần trong *stress*, tâm thần chuẩn bị rất bất an thì tôi chủ động rửa mẹ nấu cơm, hay đi tút tát lại bản thân một tí, rồi tôi kể mấy chuyện linh tinh ở trường để mẹ cảm thấy dễ chịu hơn. Một buổi tối, mẹ hỏi tưởng về tuổi thơ bất hạnh của mình, chuyện mẹ như là đứa trẻ bị bỏ quên trong nhà, lặng lẽ đi học, lặng lẽ về nhà ăn cơm một mình. Lủi thủi như một con chó vắng chủ, mẹ cứ tự mày mò lớn lên. Lúc kể, mẹ bị chấn động, người run hết cả lên. Tôi ôm mẹ, hướng dẫn mẹ thở sâu. Tôi ngồi đếm từ một tới mười cho mẹ thở. Dần dần mẹ dịu lại, rồi mẹ bật khóc. Chưa bao giờ tôi thấy mẹ khóc, ai cũng bảo mẹ là người mạnh mẽ, cứng rắn như sắt.

Từ đó tôi nhìn mẹ với con mắt khác. Tôi hiểu là ai cũng có nỗi khổ riêng của mình. Mẹ không phải chỉ là con người đem lại cho tôi sự đau khổ nữa, mẹ đã từng là một đứa trẻ khao khát tình yêu thương nhưng sau này phải tạo ra cho mình một cái áo giáp bên ngoài. Mẹ nói tôi bướng bỉnh giống mẹ ngày xưa, nên mẹ rất lo, mẹ sợ tôi cũng bất hạnh như mẹ. Vì quá lo lắng nên mẹ trở nên nghiêm

khắc tởi cực đoan.

Tôi đã an ủi được mẹ, khiến mẹ thấy nhẹ nhõm, được yêu thương. Tôi thấy mình mạnh mẽ lên và trưởng thành rất nhiều. Bây giờ, mẹ có đánh tôi thì tôi cũng không giận mẹ nữa, tôi thương mẹ, vì tôi hiểu quá khứ của mẹ.

Gần đây vẫn có những giai đoạn tôi rơi vào trạng thái tệt, phải cần tởi sự hỗ trợ của thuốc. Có hôm tỉnh dậy, mình thấy buồn và kiệt sức mà không có lý do gì. Tuần trước tôi phải hủy cuộc hẹn của chúng ta cũng là vì vậy. Ngay cả cuộc nói chuyện này cũng khiến tôi thấy bị cạn năng lượng, giống cái xe máy hết xăng. Tí nữa về nhà, tôi sẽ phải nằm nghỉ cả tối.

Trừ với một số ít người ra thì tôi gặp khó khăn để nói chuyện. Chỉ cần thấy bầu không khí xung quanh hơi lệch tần số là tôi không bắt chuyện được. Cô bác sĩ cùng tôi lên kế hoạch dần dần chuyển từ nhắn tin sang gọi bằng *viber*, để tôi bớt sợ giao tiếp đi. Hiện tôi đang thích một em ít tuổi hơn. Chúng tôi đi chơi, nhưng tôi hồi hộp quá nên không thể nói được. Hai đứa ngồi cách nhau một cái bàn nhưng lại nhắn tin cho nhau, tôi cảm thấy như thể thoải mái hơn. Em ấy chăm sóc, quan tâm tởi tôi rất nhiều. Với tôi cái đó quan trọng hơn là quan hệ tình dục. Nói thật là để vẽ anime thì tôi phải xem phim sex rất nhiều để biết về cơ thể người. Muốn vẽ đẹp thì xem nhiều phim sex vào, giới vẽ chúng tôi hay bảo nhau vậy. Tuổi chúng tôi thì chả ai không xem phim sex hay đọc truyện sex cả. Nhưng không phải cứ yêu nhau là nhất thiết phải có quan hệ tình dục, quan trọng là hai người giúp cho cuộc sống của nhau tốt lên.

Mà tôi cũng không quan trọng cái chuyện trinh tiết. Nó chỉ là tấm màng thôi mà, đi xe đạp cũng có thể làm nó rách. Tôi cũng không quan tâm là trước đây bạn đời của mình đã ăn nằm với bao nhiêu người, chỉ cần khi anh là hoa đã có chậu rồi thì anh đừng có lang chạ ở ngoài là được. Trước đây thì là chuyện của anh. Nhiều anh nam thích lấy vợ xinh, đảm đang, thạo chuyện giường chiếu mà lại phải còn trinh. Vô lý làm sao.

Giờ đây nhìn chung tôi hài lòng với cuộc sống của mình. Niềm vui của tôi là đọc sách, chủ yếu là các tác giả Nhật. Tôi đọc gần hết các cuốn của Otsuichi, *Sở thú này*, *Đồng thoại đen này*, rồi *Thú tội* của Minato Kanae này. Tôi vẽ anime trên một cái bảng vẽ điện tử mà tôi đã tự dành dụm để mua. Mẹ hay hỏi han về bạn bè của tôi, về trạng thái cảm xúc của tôi. Mẹ không khùng bố tinh thần tôi như trước kia mỗi khi tôi bị điểm kém, mà khích lệ, động viên và nói sẵn sàng viết đơn bảo lưu cho tôi nếu tôi thấy mệt quá, tôi không cần phải cố quá.

Bố cũng rất cố gắng giúp tôi. Những thời điểm tinh thần tôi đi xuống thì bố sẽ về nhà ăn trưa cùng để tôi không bỏ bữa. Tôi cũng cố gắng làm những việc nhỏ để trầm cảm không kéo mình xuống đáy. Cho mèo ăn, nấu cơm, đi xe đạp. Người bị trầm cảm thường khá hỗn độn trong việc sắp xếp công việc. Những việc nhỏ như thế cho mình chỗ tựa, một mục tiêu để mình bầu vùi vào.

Hôm sinh nhật mười chín tuổi của tôi, mẹ gợi ý tôi tự lên kế hoạch cho cả nhà. sắp Giáng sinh rồi, nên tôi chọn phim *The Grinch*, phim gia đình. Chúng tôi xem buổi năm giờ chiều, rạp vắng teo, rồi chúng tôi đi ăn thịt nướng ở gần đó, xong thì thơ thẩn đi

dạo.

Tôi thấy hạnh phúc.

## SONG LÊ

Trường hợp của Lâm rất thuận lợi, may mắn, nhiều em khác thì cứ leo dốc được một đoạn lại tụt xuống, và người trợ giúp các bạn ấy cũng không đủ mạnh như chị Liên để giúp các bạn ấy leo lên. Hoặc họ lại bị tác động bởi người thân trong gia đình. Rồi bố mẹ không tin vào bác sĩ tâm lý, hoặc nghi ngờ con mình đang lừa cả bác sĩ để biện hộ cho sự lười biếng, để được “bác sĩ thương.” Nhiều cha mẹ khi ngồi *trong* phòng khám mình tưởng là họ thông rồi, nhưng về tới nhà thì những thói quen, suy nghĩ cũ của họ lại trở dậy. Họ lại bắt con thực hiện những mơ ước mà trước kia họ không thực hiện được. Họ lại nghĩ mức điểm số đó là chưa hết năng lực của con. Họ lại cắt các giấc mơ hình tròn hình vuông của mình, rồi nhét đũa tre vào đấy, nó chỉ cựa quậy được trong đó thôi. Họ rất tội, họ cũng cần phải được trị liệu tâm lý. Nhiều gia đình giàu có, chức tước, bị như vậy lắm. Rồi họ không nhận biết được các dấu hiệu trầm cảm của con, hoặc khước từ coi chúng là dấu hiệu của bệnh lý.

Nửa năm sau buổi trị liệu cuối cùng, Lâm quay lại thăm tôi, “Con thấy thoải mái để gặp lại cô, thoải mái và tự hào. Con muốn tới để kể với cô về những gì con đạt được. Con cảm ơn cô vì cô đã giúp con và mẹ.” Trước kia, mẹ Lâm chấp nhận con ở mức ba, bốn, bây giờ đã là bảy, tám trên mười. Lâm cảm thấy mình được tôn trọng, giữa em và mẹ bây giờ là sự gần gũi, yêu quý, chứ không phải sợ

hãi hay kiểm soát nữa.

Tôi cũng nói với hai mẹ con là trầm cảm sẽ không chấm dứt hẳn, nó có thể quay lại ở những thời điểm có nhiều áp lực, cuộc sống không thuận lợi, hoặc cơ thể không được khỏe mạnh. Ở Lâm, mỗi đợt thi học kỳ là một giai đoạn con dễ bị kích hoạt trầm cảm. Tôi nhắc chị Liên theo dõi, nếu thấy xuất hiện những dấu hiệu như khí sắc đi xuống, trể nải cơ thể, khó ăn khó ngủ, thì cần hỗ trợ luôn, nếu thấy không cải thiện nhiều thì quay lại gặp bác sĩ.

Sau Lâm một năm thì chị Liên mang Hồng, cháu của mình tới. Hồng chịu áp lực học hành ghê gớm từ ông bà nội, và cũng bị chấn thương tinh thần rất nặng. Một ca thương lắm. Hồng cũng chọn chị Liên làm người đồng hành trong quá trình chữa bệnh. Lâm thương mẹ, một tay hai đứa trẻ, nhưng ngoài chị Liên ra thì Hồng chẳng có ai nữa cả. Cả gia đình đó chỉ có mình chị Liên đi theo một hướng.

Trong thực hành nghề của mình, tới gặp nhiều trường hợp như Lâm, như Hồng lắm, đến mức nhiều khi tôi sốt ruột. Nhưng sức người có hạn, mình không biết làm thế nào. Với phần lớn các ca tôi đều áp dụng phương pháp trị liệu gia đình (family therapy), như tôi đã làm với Lâm và chị Liên. Thậm chí khi thân chủ của tôi đã rất lớn rồi và đến với tôi vì các vấn đề liên quan tới hôn nhân, con cái hay công việc, thì tôi vẫn phải gặp bố mẹ của họ, tức là thế hệ ông bà, bởi nguồn cơn ẩn ức của họ bắt nguồn từ thời thơ ấu. Chắc là khi về hưu tôi sẽ viết hồi ký về nỗi đau của nền giáo dục Việt Nam. Bệnh thành tích, kỳ vọng khoa cử đã ăn quá sâu vào gốc rễ rồi, khiến thế hệ bị tàn phá này lại quay ra tàn phá thế hệ tiếp theo.

## LIÊN

Lần đầu tôi ngồi trong phòng làm việc của bác sĩ Song Lê là khi Lâm tròn mười bảy tuổi. Bác sĩ Lê hỏi tôi muốn gì. Tôi không nói là tôi muốn con học giỏi, con không cái lại. Linh cảm của người mẹ cho tôi thấy là giờ đây những cái đó không còn quan trọng nữa. Tôi trả lời là tôi muốn hiểu con tôi, tôi muốn biết vì sao từ một đứa trẻ sôi nổi, say mê, lanh lợi hồi nhỏ nó đã trở thành một đứa lờ đờ, chán nản, cau có. Bác sĩ Lê nói là thái độ uể oải, xa lánh, không hợp tác của nó không phải đến từ việc nó “mất dạy, lếu láo, lười,” mà tới từ việc nó bị trầm cảm. Lâm có cảm giác bị so sánh với anh trai và với các em họ, bị đối xử không công bằng. Ở lớp thì bị cô giáo không ưa, ở nhà thì bị cấm vẽ, cuộc sống của nó không còn niềm vui, không còn lối thoát. May mà chúng tôi tới kịp thời, bác sĩ nói, nếu muộn nữa, tính mạng cháu có thể bị ảnh hưởng.

Những tháng sau đó, mỗi ngày tôi đều dành nhiều thời gian điếm lại tất cả hành xử của mình, những tương tác của mình với con, cái gì làm cho nó buồn, cái gì khiến nó bị tổn thương. Tôi học để trở thành con người khác.

Tôi dừng hết mọi áp lực học hành với Lâm, thậm chí còn giảm thiểu giao tiếp của nó với những người họ hàng hay hỏi về điểm số. Với những người gần tôi hơn, tôi yêu cầu hẳn là không hỏi về thành tích học hành. Tôi cứng rắn và quyết liệt, mọi người trong nhà đều ngại, có ý kiến gì thì chỉ thì thảo với chồng tôi. Tôi phải làm vậy để bảo vệ cái Lâm. Năm đó nó vẫn thi đại học và đỗ Tài chính, làm cả nhà ngạc nhiên. Tôi nhận thấy là với khả năng của con, cộng với

trạng thái tâm lý bình thường, thêm sự giúp đỡ về phương pháp, thì sẽ ra kết quả.

Làm thế nào để khôi lại hứng thú vẽ của Lâm, sau khi nó đã bị vùi dập? Tôi gọi điện cho đứa bạn thân của nó, “Lâu lắm bác không thấy mày đến chơi.” Cuối tuần đó, tôi nhờ chúng thiết kế cái logo cho trường cấp Một của tôi, một cái gì “phù hợp với học sinh tiểu học,” rồi kiếm cơ rút lui, để hai đứa bò ra sàn bàn bạc với nhau, vẽ mặt tập trung và sáng lên niềm vui. Khi khép cửa lại, tôi ghi trong lòng là mình sẽ phải xin lỗi con vì đã từng giấu màu, xé tranh của nó. Tôi đã sai, sai quá. Mấy tháng sau, Lâm khoe với tôi cái bảng vẽ điện tử mà dân vẽ anime Nhật thứ thiệt nào cũng phải có, nó mua bằng tiền túi để dành.

Tôi trở thành người bên vực trẻ em. Khi một đồng nghiệp kể lể là cô ấy khổ sở vì *con gái cô ấy* “cứ như con trai,” tôi bảo, “Em không nên rêu rao về con như vậy, em đang không tôn trọng con đấy. Chị rất thích cái Rin (Rin là tên con bé con), nó có bản lĩnh, có dám khẳng định bản thân, nó đang vượt qua các khó khăn, chị rất ngưỡng mộ nó, chỉ có em tự làm mình và làm nó khổ mà thôi.”

Mình tôi có ý thức thay đổi thì không đủ, tôi phải thay đổi cả bố của Lâm nữa. Bình thường, anh ấy sẽ mang đồ ăn tới tận bàn cho nó trong lúc nó đang tập trung làm cái gì đó, sẽ đập vào vai nó, “Con ăn đi, con ăn đi, khổ thân con.” “Con không thích ăn, bố buồn cười nhỉ,” nó sẽ gắt, “bố đi ra đi.” Và bố nó sẽ cúi lại, “Cái con này hay nhỉ, bố chăm mà con hỗn thế à, con này láo...” Ngày nào cũng như vậy. Tôi nghĩ bố mẹ nên định nghĩa lại chữ *láo*. Trước khi phán xét, mình hãy lắng nghe giọng của nó, nhìn vào mắt nó, để thấy

cảm xúc của nó, hiểu được tâm lý của nó. Nó cảm thấy được tôn trọng, hay bị kiểm soát, hay bị quấy rầy, hay đang oan ức? “Con lớn rồi, nó không thích được quan tâm như một đứa trẻ nữa,” Tôi phân tích cho chồng, “Nếu anh muốn nó ăn sữa chua, anh có thể nói, ‘Con lấy hộ ba một hộp sữa chua trong tủ lạnh, trong đó có cả của con đấy, nếu con thích..Tôi rất giỏi tạo ra các tình huống để mẹ con giúp nhau như vậy. “Mẹ muốn gọi đầu mà đau lưng quá,” tôi sẽ ca cẩm, và Lâm sẽ xung phong giúp tôi, hai mẹ con lại có cơ hội rủ rỉ với nhau.

Nghe như mâu thuẫn, nhưng một mặt tôi và các con gần nhau hơn, mặt khác, tôi cho chúng nhiều không gian hơn. Tôi rút lui ra ngoài, không kiểm soát, không soi mói, tra hỏi như một cai ngục nữa. Trước kia, chúng rất sợ tôi, chúng bị ức chế khi ở bên tôi mà tôi không biết vì sao, lại cứ nghĩ hay là vía của tôi “át vía chúng nó”. Rồi tôi bắt đầu xây dựng một cuộc sống riêng cho mình, cùng chồng đi du lịch, các con không phải là trung tâm vũ trụ của tôi nữa. Khi tôi thể hiện sự tin tưởng vào tính tự lập, khả năng ra quyết định và tinh thần trách nhiệm của chúng thì chúng lại chia sẻ với tôi nhiều hơn.

Tôi sẽ là người dối trá khi nói rằng chặng đường thay đổi thói quen, thay đổi bản thân trong hai năm qua của gia đình tôi là một cuộc dạo chơi thanh thản. Có những lúc sự giận dữ bùng nổ, có những khi phản xạ cũ trỗi dậy. Giờ đây, khi thấy tức giận trào dâng trong lòng, tôi cố gắng chỉ nói với con một câu như, “Con hay nhỉ! Mẹ không hiểu nổi con đấy!” rồi nhanh chóng bước chân ra chỗ khác, trước khi mình kịp làm tổn thương con.

Bước vào năm thứ hai đại học, Lâm lại cảm thấy bị quá tải. Tôi

đồng ý để con bảo lưu, trong sự không bằng lòng của họ hàng. Khi tôi cùng Lâm quyết định để nó vào Sài Gòn với anh nó một thời gian, thay đổi môi trường, có những trải nghiệm mới, học cách sống tự lập, thì cả nhà râm râm phản đối. Mẹ tôi khóc, cho là tội ác. “Nhà cao cửa rộng như thế mà đẩy con vào chỗ khổ. Chúng nó thích như vậy, nhưng sao mình lại đồng ý? Chúng nó thích nhưng rồi chúng nó sẽ khổ. Lại còn để chúng đi làm thêm trong khi gia đình có thể chu cấp tài chính đầy đủ nữa chứ”. Tôi nói, các cô các chú đừng có can, đã tới lúc tụi trẻ chịu trách nhiệm cho các quyết định cá nhân của mình. Nhưng thú thật, nhiều lúc tôi cảm thấy cô đơn trong nhà mình.

Vậy là từ mấy tháng nay, Lâm sống cùng anh và theo học một khóa đồ họa trong Nam. Ở nhà với bố mẹ thì người giúp việc làm hết, trong đó thì hai anh em phải tự đi chợ, nấu ăn, giặt giũ, cuối tuần ngồi hạch toán chi tiêu. Mọi người cứ tưởng là chúng tôi sẽ sốt sắng, hai tuần lại bay vào một lần. Với chúng tôi thì tiền không thành vấn đề rồi, nhưng tôi bảo, không, tôi không muốn chúng có cảm giác đang bị kiểm soát.

Hôm qua, Lâm lo không biết là năm học tới đã đủ khỏe mạnh để quay lại trường chưa. Tuần vừa rồi nó không đi làm được buổi nào. Mức trầm cảm của nó vẫn lên xuống theo hình sin, số buổi đi làm là một thước đo. Con mèo ở nhà là một thước đo khác. “Bố mẹ chăm nó mệt lắm rồi, nó cứ cào ghế của mẹ,” tôi sẽ đùa. Lúc vui thì Lâm sẽ phản ứng khác, lúc mệt thì nó sẽ cáu.

“Con không bắt buộc phải quay lại đại học bằng mọi giá, con có

thể học nghề.” Tôi trả lời, rồi nói thêm những điều mình đã nghĩ từ lâu, “Mẹ không quan tâm tới việc con có thành danh ông nọ bà kia hay không, điều mà mẹ mong muốn là con có một cuộc sống hạnh phúc, thế thôi. Con là con của mẹ. Cả xã hội có thể quay lưng lại với con nhưng chắc chắn con luôn sẽ có mẹ bên cạnh.”

Đầu dây bên kia im lặng. Rồi nghe thấy tôi ho, nó hỏi dồn dập, “Mẹ ốm à, mẹ uống thuốc đi chứ, mẹ lại ăn giá phải không, hay mẹ lại uống nước lạnh?” Hai năm trước, nó không như vậy với tôi. Nó đã thay đổi bởi tôi đã thay đổi. Khi Lâm chia sẻ với bác sĩ Lê, một năm sau cái buổi gặp đầu tiên ấy, là nó thấy vui vì mẹ hiểu nó hơn, lắng nghe hơn, gần gũi hơn, tôi thấy được đền đáp.

Nhưng tôi vẫn buồn là không thể giúp cái Hồng được nhiều hơn. Vừa rồi tôi đem xoài xanh lên chỗ nó học quân sự để tổ chức sinh nhật, nó nhảy cẫng lên vui sướng, “Mẹ Liên tâm lý quá.” Hồng tới cô Lê chừng nửa năm sau Lâm, và bây giờ vẫn tiếp tục phải uống thuốc, vẫn mất ngủ. Cơ chế tự bảo vệ làm nó quên sạch những kỷ niệm thơ ấu, khiến nó cứ buồn và lo lắng. Mỗi lần bị áp lực nặng là nó lại ngạt thở, bà thì cứ cho là nó bị bệnh tim. Những đứa trẻ như nó cần có một môi trường sống với những người xung quanh hiểu biết hơn.

Hai năm trước, tôi đã kịp thời bẻ lái trước khi cuộc sống của gia đình tôi rơi xuống địa ngục, nhưng con đường trước mắt vẫn không đơn giản. Sự tiến bộ và phục hồi của con như những hạt cát, tôi là người đi nhặt chúng. Tối đến, tôi nằm điềm lại, thấy mình có hai, ba, bốn hạt thì cứ như là có hai, ba, bốn hạt vàng. Tôi có cơ duyên nên mới gặp đứa con này, nó đến như một sự thử thách, kiếp trước tôi

mắc nợ nó cái gì đó, và kiếp này tôi trả nợ. Tôi giờ, tôi thấy mình may mắn, con khiến tôi phải học hỏi và trưởng thành trên đường đời.

*Né tránh, lo âu, hay hỗn độn, các mẫu hình gắn kết tiêu cực ở người lớn, như đã được trình bày ở Chương 17, đều bắt nguồn từ những trải nghiệm tổn thương của tuổi thơ. Như những đường ray chạy ra khỏi ga tàu, chúng đẩy người ta vào những khuôn mẫu suy nghĩ và hành xử mà họ không dễ dàng thoát ra. Họ đã được “lập trình” bởi những mô hình nội tại, những quan điểm về thế giới và về bản thân, để có nguy cơ lặp lại những quan hệ cũng độc hại như những quan hệ mà họ đã có với người chăm sóc khi còn nhỏ.*

Tuy nhiên, như John Bowlby, cha đẻ của lý thuyết gắn kết, đã nhận ra từ thập kỷ 1970, dù không dễ dàng, những mẫu hình gắn kết tiêu cực kia có thể thay đổi để trở thành *vững vàng*. Đường ray tàu có thể dần chuyển hướng qua các bộ phận bẻ ghi. Dù không thể được đập bỏ hoàn toàn, phần mềm có thể được cập nhật.

Nhưng những thay đổi không tới từ các bài lên lớp lý thuyết, hay bằng ý chí đơn thuần. Điều người ta cần là những trải nghiệm mới, đi ngược lại những trải nghiệm quá khứ của họ. Quá trình chữa lành của Xuân Dương bắt đầu từ thời điểm cô gặp được nhóm đạp xe xuyên Việt. Trước kia, bố mẹ cô không đủ năng lực cảm xúc để nhận biết các tổn thương của cô. Bản thân cũng là nạn nhân của định kiến xã hội, họ không bảo vệ được cô, một đứa trẻ lớp Tám, trước sự độc địa của người xung quanh, khiến cô phải sống với cảm giác gia đình mình dị dạng, mình bị hắt hủi. Ở nhóm bạn mới,

cô tìm được một nơi trú ẩn an toàn. Lần đầu tiên, cô thấy mình được che chở, được hiểu và chấp nhận, được kết nối và yêu thương một cách sâu sắc. Lần đầu tiên, cô có thể để người khác nhìn vào nỗi đau của mình mà không lo bị chê cười, phán xét hay thương hại.

Tương tự như vậy, khi gặp bác sĩ Song Lê, lần đầu tiên Lâm được lắng nghe, được có cảm giác có người quan tâm tới các cảm xúc, những nỗi buồn, những mơ ước và đam mê của mình. Với sự trợ giúp của bác sĩ, cô có thể quay lại nhìn sâu vào những trải nghiệm đau đớn của bản thân và giải nghĩa những gì xảy ra với mình.

Những trải nghiệm mới, như Xuân Dương có với nhóm bạn đạp xe, như Lâm có với bác sĩ tâm lý, được các nhà chuyên môn gọi là những “trải nghiệm mang tính điều chỉnh” (corrective experience). Bất ngờ, đi ngược với những gì người ta đã biết và chờ đợi, chúng điều chỉnh hệ quả của những trải nghiệm cũ. Những trải nghiệm điều chỉnh này có thể tới từ một người họ hàng tâm lý, một thầy giáo thấu hiểu, một nhà sư trầm ẩn, những bạn bè không phán xét, một bác sĩ tâm lý chuyên môn cao hay sau này, từ một người bạn đời kiên nhẫn và bao dung. Khi đủ mạnh mẽ, chúng có thể làm lung lay cái nhìn thế giới của một cá nhân, khiến họ bừng tỉnh và nhận ra rằng cuộc sống không chỉ là những điều cay đắng và đau buồn mà họ đã từng biết. Lúc này, người bị chấn thương tâm lý có thể quay lại với những ký ức, hồi tưởng có thể đã bị chôn vùi nhưng chưa được chữa lành của mình, nhưng trong một bối cảnh an toàn, khiến họ không bị chúng khủng bố. Mục tiêu của việc này không phải là

để tăng thêm oán giận, mà để nhận diện những nỗi đau và những tác động của chúng lên nhân cách và cuộc sống của người bị tổn thương, để trọn vẹn nói ra nỗi tiếc nuối về một tuổi thơ đẹp đẽ mà họ không bao giờ có được, một bước cần thiết cho quá trình phục hồi. Hiển nhiên, mẫu hình gắn kết tiêu cực tồn tại càng lâu, với các chấn thương càng sâu sắc, thì càng khó để thay đổi. Một đứa trẻ sáu tháng tuổi được một gia đình yêu thương nhận làm con nuôi có thể nhanh chóng vượt qua những trải nghiệm khắc nghiệt của trại *mồ cô* và trở nên khỏe mạnh về tâm lý. Với một đứa trẻ mười hai tuổi, bố mẹ nuôi của nó sẽ cần vô cùng nhiều kiên nhẫn để có thể thay đổi tâm lý của nó, để nó rũ bỏ được thái độ cảnh giác, thủ thế hay lo sợ, đeo bám, và thiết lập niềm tin vào con người và cuộc sống. Hai năm sau khi bắt đầu con đường chữa lành, trầm cảm vẫn thỉnh thoảng trỗi dậy ở Lâm, và Xuân Dương vẫn sợ yêu con trai trưởng.

Trải nghiệm điều chỉnh kinh điển và nổi tiếng nhất xảy ra với Jean Valjean, người tù khổ sai trong tiểu thuyết *Những người khốn khổ* của Victor Hugo. Mồ cô cha mẹ, lớn lên trong đói nghèo và vào tù khi còn trẻ vì ăn cắp một ổ bánh mì, cả cuộc đời mình, Jean Valjean chỉ biết tới sự độc ác của thế giới quanh anh. Mười chín năm trong ngục (hạn tù được kéo dài bốn lần vì những cố gắng vượt ngục bất thành của anh), anh không rỏ một giọt nước mắt. Anh đã giết chết các cảm xúc của mình, đã trở thành một người *né tránh* cực điểm.

Lang thang sau khi mãn hạn tù, một đêm, Jean Valjean được giám mục Myriel cho ăn và cho trọ lại. Thức giấc lúc nửa đêm, anh vớ vét những món đồ bạc của ông và biến vào bóng tối, chỉ để bị

bắt sau đó mấy tiếng và bị áp giải quay lại nhà giam. Khi nhìn thấy Jean Valjean cùng ba người cảnh sát, vị giám ngục reo lên:

“Anh đây rồi! Thật vui được gặp lại anh. Anh quên là tôi đã cho anh cả hai cái chân nện này à? Chúng cũng là bạc như những thứ kia, giá trị tới hai trăm franc đó. Anh quên chúng à? Hãy rời đi trong bình an nhé. À mà anh bạn ơi, nếu có dịp lại ghé qua thì anh không cần phải lộn qua vườn đâu, cánh cửa này không bao giờ khóa. Và đừng quên, đừng bao giờ quên là anh đã hứa với tôi là anh sẽ dùng số tiền này để trở thành một con người tốt.”

Sự tha thứ của vị giám ngục là một đòn tấn công đặc biệt và bất ngờ làm rung chuyển thế giới quan của Jean Valjean. Hành vi của ông đi ngược với hình dung của anh, làm anh mất đi sự cân bằng cảm xúc mà anh đã xây dựng trong hai mươi năm qua, một sự cân bằng dựa trên triết lý con người phải độc ác với nhau. Ngày hôm sau, khi gặp một cậu bé đang chơi trên đường, Jean Valjean chặn chân lên đồng xu hai franc rơi trên đất của cậu, mặc cho cậu van xin. Phản xạ giẫm lên đồng xu là một hành động vô thức hòng tái thiết lập sự cân bằng cũ. Sau khi cậu bé khóc lóc chạy đi, Jean Valjean bừng tỉnh và đuổi theo để trả lại đồng xu nhưng bất thành. Anh hiểu rằng mình đã bước vào một cuộc tranh đấu nội tâm khổng lồ để trở thành con người mới.

Nhóm bạn đạp xe của Xuân Dương, bác sĩ Song Lê, giám ngục Myriel, họ đều có một phẩm chất quan trọng, đó là lòng trắc ẩn. Lòng trắc ẩn khiến họ có khả năng nhìn thấu vẻ ngoài của một con người (một cô gái có gia đình chẳng giống ai, một nữ sinh cáu bẳn khó

gần, một kẻ thù tội) để chạm tới bản thể khổ đau của người đó, khiến họ có cảm giác được an ủi. Yêu thương, trặc ẩn là điều mà những người có một tuổi thơ tổn thương thiếu thốn. Thêm vào đó, sau bao nhiêu năm nghe người thân nói rằng họ là phé phẩm, vô dụng và là sự nhục nhã của gia đình, họ tin vào những điều đó và quay ra tự chỉ trích, miệt thị hay căm ghét bản thân. Họ thiếu lòng trặc ẩn với chính mình (self-compassion).

Trong khi đó, tâm hồn ta cần lòng trặc ẩn với chính mình như cơ thể cần vitamin. Đây là một sự thương cảm hướng vào *trong*, coi bản thân là một thực thể để mình chăm sóc và quan tâm, đặc biệt trong lúc mình khổ đau nhất. Khi xuất hiện, nó đem tới cảm giác nhẹ nhàng, được an ủi; lo âu và buồn phiền lắng xuống. Trong một thí nghiệm tâm lý học, sau khi những người tham gia thực hiện một bài tập để tăng lòng trặc ẩn với bản thân (ví dụ hình dung ra một người bạn hiền gửi tới mình những thông điệp chấp nhận và yêu thương vô điều kiện), mức hoóc môn *cortisol* của họ, vốn liên quan tới cảm nhận về *stress*, giảm xuống; đồng thời, sự biến thiên tần số tim, một chỉ số gắn với khả năng tự xoa dịu bản thân, tăng lên.

Những yếu tố gì cấu thành nên lòng trặc ẩn với chính mình? Chất liệu đầu tiên của nó, thú vị thay, theo nhà tâm lý học Kristin Neff, một nhà nghiên cứu hàng đầu trong lĩnh vực này, là chánh niệm. “Tôi đang đau khổ,” “mình đang bị tổn thương,” chánh niệm giúp chúng ta lùi lại một bước, nhận diện được những gì đang xảy ra bên trong mình mà không phán xét. Bước lùi này quan trọng để chúng ta bước ra ngoài dòng thác của những cảm xúc tiêu cực đang hòng nhấn chìm ta.

Yếu tố thứ hai của nó là ý thức rằng câu chuyện của mình không độc nhất, rằng đau khổ là một phần của cuộc sống, rằng ai cũng có những ẩn ức của mình, kể cả những người đã và đang hành hạ ta. Ý thức này khiến ta bớt thấy lẻ loi, đơn độc, vốn là cảm giác thường trực của người không được yêu thương. Khi hướng cái nhìn ra bên ngoài và thấy những số phận khác, những nỗi đau khác, nỗi đau của ta nhỏ lại. Nó đã được đặt trong một tổng thể đời sống con người rộng lớn hơn, nó không còn khổng lồ, chiếm đoạt toàn bộ không gian và tâm trí của ta nữa. Ta cảm thấy dễ thở hơn, bình tĩnh hơn.

Đến lúc này, ta tự nhắc nhở rằng mình hãy dịu dàng với chính mình, hãy chấp nhận bản thân, với tất cả những khiếm khuyết, những vụng về và tổn thương. Nhẹ nhàng với bản thân (self-kindness), theo Neff, chính là yếu tố thứ ba của lòng trắc ẩn với chính mình. Nó giúp ta có thể cư xử với chính mình như với một người bạn quý đang trong một hoàn cảnh khó khăn. Thay vì tự sỉ vả mình là kém cỏi và ngu dốt, ta tự an ủi và động viên. Ta cũng nhắc nhở bản thân về quyền được mưu cầu hạnh phúc của mình, thay vì chạy theo nghĩa vụ sống hộ người khác, dù người đó là cha mẹ mình.

Trắc ẩn với chính mình không có nghĩa là tự thương hại. Người tự thương hại coi mình là một *loser*, một kẻ thất bại, không đáng được tôn trọng, được đứng ngang hàng với những người khác, chỉ đáng được bố thí tình cảm. Điều đó, nếu không dẫn tới cảm giác tự ghét bỏ thì cũng dẫn tới cảm giác mình bị cô độc, ngoài lề, mình không có gì để trao tặng người khác. Ngược lại, sự nhân từ với

chính mình khiến ta quỳ xuống để đỡ bản thân lên.

Trắc ẫn với chính mình cũng không có nghĩa là tự nuông chiều. Ngược lại, khi được khích lệ, ta sẽ có động lực hơn để đi qua khó khăn, hướng tới một tương lai khỏe mạnh và an lạc chứ không chạy trốn vào những điều dễ dãi trước mắt. Mong muốn thay đổi bản thân của ta sẽ tới từ bên trong, chứ không bắt nguồn từ nguy cơ bị trừng phạt hay viễn cảnh được khen thưởng bởi người khác. Ta có thể bình tĩnh nhìn ra những thiếu sót của mình mà không liên tục so sánh mình với người khác, có động lực thực hiện những gì mình mong muốn mà không bị tra tấn bởi ám ảnh mình cần phải hoàn hảo và mình cố gắng bao nhiêu cũng sẽ không đủ. Người trắc ẫn với chính mình ít sợ hãi thất bại hơn và không bị phá hủy bởi sự xấu hổ, nhục nhã, nếu họ không đạt được đích của mình. Họ dịu dàng với bản thân nghỉ chân, nhìn nhận hoàn cảnh, rồi đi tiếp.

Cuối cùng, trắc ẫn với bản thân không phải là chạy trốn các cảm giác tiêu cực. Nó làm giảm nhẹ sự căng thẳng, khổ đau hay giận dữ, nhưng không phải bằng cách chối bỏ sự hiện diện của chúng hay đè nén chúng. Khi nhận diện được những cảm xúc này bằng chánh niệm, ta “ôm ấp chúng,” theo chữ của thiền sư Thích Nhất Hạnh, ta không nhốt chúng xuống dưới hầm cảm xúc tiêu cực có đó, nhưng đang được chăm sóc. “Tình thế không còn hỗn loạn, em bé không còn bị để cho khóc la một mình,” Thích Nhất Hạnh viết. “Bà mẹ đã có đó để săn sóc em và tình trạng đã trở nên ổn định.” Được gọi tên, được chú ý tới, được gặp sự dịu dàng, cơn giận hay sự đau khổ sẽ từ từ dịu xuống.

Ngoài việc tìm được đến các trải nghiệm điều chỉnh và học cách tôn trọng, chấp nhận và yêu thương bản thân, Xuân Dương và Lâm còn làm được một điều khác nữa rất cần thiết cho quá trình chữa lành của mình. Họ có sự thấu cảm. Thấu cảm giúp Lâm nhìn thấy ở mẹ không chỉ một hiệu trưởng sắt đá, lạnh lùng, một người đã từng vô cùng khắc nghiệt với mình, mà còn là một đứa trẻ lủi thủi lớn lên một mình, đầy cô đơn và thương tổn. Hiểu biết khiến cô có mong muốn quay lại giúp mẹ, hai người dìu dắt nhau đi tiếp trong cuộc đời. Thấu cảm giúp Xuân Dương hiểu được rằng những người lớn trong nhà mình vừa là thủ phạm vừa là nạn nhân, rằng sự độc ác của con người tới từ sự vô minh và định kiến xã hội. Hiểu biết khiến giận dữ và sợ hãi trong cô dần dịu đi, nhường chỗ cho thương xót và bao dung.

Nhìn ra được rằng người làm mình đau khổ không phải là người có bản chất xấu xa, mà là người cũng đã trải qua một tuổi thơ độc hại, cũng không có gắn kết vững vàng với cha mẹ, cũng không biết cách yêu thương bản thân, cũng thiếu sự trưởng thành trong cảm xúc, người bị hại sẽ buông bỏ được oán giận và cay đắng. Buông bỏ không có nghĩa là phủ nhận trách nhiệm của người gây hại, xí xóa cái sai, cho là nó không quan trọng, hay chấp nhận và tiếp tục chịu đựng bạo lực và ngược đãi nếu chúng vẫn xảy ra. Để bảo vệ mình, người trẻ cần xác lập ranh giới với người thân và phát ra thông điệp rõ ràng về quyền được sống cho bản thân, quyền được mưu cầu hạnh phúc, với một thái độ cương quyết nhưng phi bạo lực. Nếu người bị hại không ý thức được về những sai trái, họ sẽ tiếp nối vòng quay bạo lực và chuyển giao sự độc hại tới thế hệ tiếp

theo. Nếu họ ý thức được về cái sai nhưng không tự bảo vệ, họ sẽ bị phá hủy, sẽ căm ghét người làm mình đau khổ, căm ghét bản thân, hoặc cả hai. Và một lúc nào đó trong tương lai, khi người gây hại đã già, yếu, không còn quyền lực, nạn nhân có thể sẽ đem những tổn thương quá khứ của mình ra để trách móc, tấn công, thao túng tâm lý họ, tiếp tục đào sâu những tổn thương ở cả hai phía.

Ngược lại, khi sự buông bỏ đúng nghĩa, được kích hoạt bởi thấu cảm, xảy ra, nó sẽ đem lại cho người bị hại cảm giác tự do, được giải phóng, một sự nhẹ nhõm, khỏe khoắn tinh thần, kể cả khi hành vi và thái độ của người gây hại không thay đổi. Xuân Dương sẽ không thay đổi được những người cùng làng, thậm chí bố mẹ và dì của cô có thể sẽ không bao giờ hiểu được con người cô, nhưng cô đã giải thoát mình ra khỏi vị trí nạn nhân, cô trở thành người mạnh mẽ, vững vàng, để một lúc nào đó có thể quay lại giúp người thân. Do đó, sự buông bỏ đặt nền móng cho một quá trình hòa giải và hàn gắn quan hệ trong tương lai. Khi người bị hại không còn mang trong mình sự tủi hổ, oán giận, thì lòng trắc ẩn và sự hiểu biết của họ có thể tác động tích cực tới mẫu hình gắn kết của cha mẹ họ, khiến những người này cũng được chuyển hóa.

Hành trình của tôi với những người trẻ kết thúc ở đây. Tôi xin tặng họ và tặng cha mẹ họ, những người đã trải qua bao đau khổ do người thân của mình đem tới, một bài thơ của thiền sư Pháp Linh ở Làng Mai, Pháp. Mong cho tất cả chúng ta, bất kể tuổi tác, có cơ hội để tìm mình, được sống cuộc sống của mình, trong tình yêu thương

vô điều kiện và sự sum vầy với người thân.

## Hãy để tôi nghỉ ngơi một chút

Hãy để tôi nghỉ ngơi một chút  
Đắm mình trong cơn lạnh với nắng trời  
Kìa chao khẽ những cánh lá sồi  
Dưới bầu trời xanh ngát.

Tôi nhọc nhằn đã chùng quá lâu,  
Hãy để tôi nghỉ ngơi một chút  
Tôi nhọc nhằn đã chùng quá lâu,  
Để chứng thật mình với chính mình  
Để chứng thật mình với mọi người  
Tôi đã gắng xứng đáng với tình yêu của họ  
Gắng chứng thật rằng tôi yêu họ.

Giờ đây, mắt tôi bỗng tỏ  
Tôi không hoàn thiện, cũng chẳng thiếu hụt gì  
Gánh nặng tháng năm của bao thế hệ kia  
Tôi nhẹ nhàng đặt xuống.

Tôi đặt xuống với ân tình sâu nặng  
Những gánh nhân gian ai nào biết đã đa mang  
Ai nào thấy cái nhìn ám ảnh trong gương  
Ai nào thấu tại sao lòng mình không bình lặng.

Và chỉ khi bắt đầu đặt xuống  
Buông đi tất cả  
Tôi mới nhận chân lẽ đời

Tôi đã chạy suốt mãi suốt thời gian  
Bây giờ, tôi để mình ngừng lặng, hân hoan.

*(KD dịch từ nguyên bản tiếng Anh)*

Nguyên bản tiếng Anh:

**Let me rest for a while**

Let me rest for a while  
Let me enjoy the cold and the sunlight,  
The soft falling oak leaves  
And the blue-white sky.

I have struggled so long,  
Let me rest a while  
I have struggled so long  
To prove myself to myself,  
Myself to others, to try  
To be worthy of their love To try to prove I loved them.

Now I start to see  
That I am neither lacking nor complete  
And I let the burden of ages, of generations softly down.

I put it down with all my love  
We did not know we were carrying it -  
We did not catch the haunted look in the mirror  
We did not understand why we had no peace.

And it is only as I start to put it down  
To let it go  
That I see it for what it is  
I have been running for a long time  
Now I allow myself to stop and enjoy.

*(Brother Phap Linh, a monastic student of Thich Nhat Hanh, living in Plum Village, France)*

# TÀI LIỆU THAM KHẢO

## **Chương 5:**

Ronald p. Rohner, Abdul Khaleque, David E. Cournoyer. "Introduction to Parental Acceptance - Rejection Theory, Methods, Evidence, and Implications". University of Connecticut. Revised November 16, 2012. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/252234422\\_Parental\\_acceptance-rejection\\_theory\\_methods\\_evidence\\_and\\_implications](https://www.researchgate.net/publication/252234422_Parental_acceptance-rejection_theory_methods_evidence_and_implications).

Van Harmelen, A., van Tol, M., van der Wee, N. J. A., Veltman, D. J., Laeman, A., Spinhoven, p., et al. (2010). "Reduced medial prefrontal cortex volume in adults reporting childhood emotional maltreatment". *Biological Psychiatry*, 68, 832-838.

Wilson, R. s., Boyle, p. A., Levine, s. R., Yu, L., Anagnos, s. E., Buchman, A. s., et al. (2012). "Emotional neglect in childhood and cerebral infarction in older age". *Neurology*, 75, 1534-153.

## **Chương 7, 8, 9:**

Kyle Bourassa. "Compulsive Caregiving: Emotional Parentification in Childhood and Its Association With Romantic Relationships in Late Adolescence and Early Adulthood". *Distinguished Majors Thesis*, University of Virginia. April 2010.

Jennifer A. Engelhardt. "The Developmental Implications of Parentification: Effects on Childhood Attachment". *Graduate student*

*Journal of Psychology*. 2012, Vol. 14.

Monica Maria Fitzgerald. "The impact of parentification on children's psychological adjustment". Dissertation. University of Georgia. 2002.

Malcolm West, Adrienne Keller. "Parentification of the Child: A Case study of Bowlby's Compulsive Care-Giving Attachment Pattern". *American Journal of Psychotherapy*. July 1991.

### **Chương 10:**

Reuven Bar-On, J.G. Maree and Maurice Jesse Elias. "Educating People to be Emotionally Intelligent". Preager, London. 2007.

Wim Beyers, Luc Goossens. "Dynamics of perceived parenting and identity formation in late adolescence". *Journal of Adolescence* 31 (2008) 165-184.

Deborah L. Browning (ed.). "Adolescent Identities - A Collection of Readings". *The Analytic Press*. 2008.

Jan Kroger. "Identity in Adolescence". Routledge, New York. 2004.

Patricia Noller and Victor Callan. "The Adolescence in the Family". Routledge, New York. 2016.

### **Chương 15:**

Avi Besser (ed.). "Handbook of the Psychology of Narcissism - Diverse Perspectives". Nova Publishers, New York. 2014.

w. Keith Campbell, Joshua D. Miller (ed.). "The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments". John Wiley &

Sons, Inc. 2011

Stephanie Donaldson-Pressman and Robert M. Pressman. "The Narcissistic Family: Diagnosis and Treatment". Apple Books. 1997

Zlatan Krizan and Omesh Johar. "Narcissistic Rage Revisited". *Journal of Personality and Social Psychology*. 2015, Vol. 108, No. 5, 784-801

Ava Valashjardi and Kathy Charles. "Voicing the Victims of Narcissistic Partners: A Qualitative Analysis of Responses to Narcissistic Injury and Self-Esteem Regulation". SAGE Journals, Apr-Jun 2019

**Chương 17:**

Bowlby, John. "A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development". Basics Books. 1988.

Shea M. Dunham, Shannon B. Dermer, and Jon Carlson (ed.). "Poisonous Parenting: Toxic Relationships Between Parents and Their Adult Children". Routledge. 2011

Serena Cherry Flaherty and Lois s. Sadler. "A Review of Attachment Theory in the Context of Adolescent Parenting". Published by Elsevier Inc. 2011.

Daniel K. Lapsley, Nicole M. Varshney and Matthew c. Aalsma. "Pathological Attachment and Attachment style in Late Adolescence". *Journal of Adolescence*. 2000, 23.

**Chương 20:**

Aragon PJ. "Empathy-Motivated Forgiveness: The Influence of Empathy, Prior Experience, and Contextual Factors in Route to

Forgiveness of a Transgressor”. *Int J Psychol Behav Anal* 2:114. 2016. doi: <http://dx.doi.org/10.15344/2455-3867/2016/114>

Louis G. Castonguay and Clara E. Hill (ed.). “Transformation in psychotherapy: corrective experiences across cognitive behavioral, humanistic, and psychodynamic approaches”. American Psychological Association. 2012.

Abby E. Feinberg. “Relationships that appear to contribute to the development of an earned-secure attachment” (2015). Theses, Dissertations, and Projects. Smith College, <https://scholarworks.smith.edu/theses/707>

Kristin D. Neff and Katie A. Dahm. “Self-Compassion: What it is, what it does, and how it relates to mindfulness”. To appear in M. Robinson, B. Meier & B. Ostafin (Eds.) *Mindfulness and Self-Regulation*. New York: springer.

Everett L. Worthington, Jr., and Steven J. Sandage. “Forgiveness and spirituality in psychotherapy: a relational approach”. American Psychological Association. 2016.

1. Giới Thiệu
2. 1. “TÔI MUỐN MỌI NGƯỜI BIẾT RẰNG CÓ NHIỀU ĐỨA TRẺ VẪN ĐANG CHỐNG CHỐI TỪNG NGÀY ĐỂ LỚN LÊN THÀNH NGƯỜI TỬ TẾ”
3. 2. LỜI TỰA
4. PHẦN MỘT Thế giới vắng bóng người lớn
  1. 3. “KHI KHÔNG ĐƯỢC YÊU THƯƠNG THÌ NGƯỜI TA CŨNG KHÔNG QUEN VỚI VIỆC YÊU THƯƠNG NGƯỜI KHÁC”
  2. 4. “CHÚNG TÔI ĐANG ĐI VỚI SỰ BẤT AN VÔ BỜ BẾN”
  3. 5. LỜI TÁC GIẢ: NHỮNG ĐỨA TRẺ BỊ BỎ RƠI
5. Khúc chuyển giao SỐ MỘT
  1. 6. “TÔI CÓ PHẢI LÀ NGƯỜI XẤU KHÔNG? TỚI GIỜ TÔI VẪN KHÔNG CÓ CÂU TRẢ LỜI”
6. PHẦN HAI Những đứa trẻ NHẦM VAI
  1. 7. “TÔI MONG CÓ NGƯỜI DÌU DẮT NHƯNG LẠI PHẢI DÌU DẮT BỐ MẸ TÔI”
  2. 8. “AI CŨNG MƯU CẦU ĐƯỢC LÀ BẢN THÂN MÌNH”
  3. 9. “TÔI ĐANG LẠC LỐI VỚI TẤT CẢ MỌI THỨ TRONG CUỘC ĐỜI TÔI”
7. khúc chuyển giao SỐ HAI
  1. 10. LỜI TÁC GIẢ: TÌM MÌNH TRONG THẾ GIỚI HẬU TUỔI THƠ
8. PHẦN BA trong ngục tù của TÌNH YÊU
  1. 11. “TÔI LÀ NGƯỜI LỮ HÀNH ĐÊM TRÊN MỘT CAO TỐC HEO HÚT VẮNG NGƯỜI, CHỈ MONG MỖI ÁNH ĐÈN PHA XA XĂM CỦA MỘT CHIẾC XE NÀO ĐÓ ĐẾN ĐÓN MÌNH VỀ NHÀ”
  2. 12. “TRONG NHỮNG NGÀY THÁNG KHÓ KHĂN NHẤT, ÂM NHẠC GIỮ CHO TÔI NGỦ YÊN”

3. 13. “TÔI TÌM MỌI CÁCH ĐỂ BẢO VỆ TÌNH YÊU”
4. 14. “TÔI CÓ KHAO KHÁT CHÁY BỎNG MUỐN BỐ MẸ BIẾT ĐƯỢC RẰNG TÔI LÀ AI”
5. 15. LỜI TÁC GIẢ: THỂ DIỆN CỦA CHA MẸ VÀ TÌNH YÊU NGỤC TÙ
6. 16. “TÔI LÀ CÁI NHÀ HỒNG TỬ MÓNG RỜI”
9. khúc chuyển giao SỐ BA
  1. 17. LỜI TÁC GIẢ: GÁNH NẶNG CỦA TUỔI THƠ
10. VĨ THANH hành trình CHỮA LÀNH
  1. 18. “MỖI LẦN GIẬN DỮ, ĐAU ĐỚN HAY LO SỢ TRỖI LÊN, TÔI LẠI CỐ GẮNG NHÌN VÀO NÓ VÀ ĐỌC TÊN NÓ RA”
  2. 19. “TÔI HIỂU LÀ AI CŨNG CÓ NỖI KHỔ RIÊNG CỦA MÌNH, MẸ ĐÃ TỪNG LÀ MỘT ĐỨA TRẺ KHAO KHÁT TÌNH YÊU THƯƠNG”
  3. 20. LỜI TÁC GIẢ: HÀNH TRÌNH CHỮA LÀNH
11. TÀI LIỆU THAM KHẢO