



ES TD 20 22

CAPPUCCINO
EBOOK

HỒ THỊ HẢI ANH

MẸ VIỆT

DẠY CON BƯỚC CÙNG


TOÀN CẦU



NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG



THAIBOOKS
Phụng sự để dân đầu

 /GROUPS/YEUKINDLEVIETNAM

ME VIỆT
DẠY CON BƯỚC CÙNG
TOÀN CẦU

H Ò T H Ị H Ả I Â U
M E V I Ê T
D Ạ Y C Ò N B Ư Ớ C C ù N G
T O À N C Ầ U

Tái bản lần 10



NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG



THAIABOOKS
Phụng sự để dẫn đầu

*Cuốn sách này được viết dành tặng Minh Khuê,
cô con gái nhỏ là nguồn cảm hứng vô tận của tôi trên
hành trình sống và làm mẹ đầy hạnh ngộ!*

Mục lục

<i>Lời mở đầu</i>	15
<i>Lời cảm tạ dành cho "Tôi của quá khứ"</i>	19
<i>Thay lời muốn nói - Tôi đã viết cuốn sách này như thế nào?</i>	23
<i>"Người mẹ" - Vẻ đẹp khiêm nhường tự nhiên!</i>	29

Phần I

HỌC CÁCH TƯ DUY TOÀN VỆN

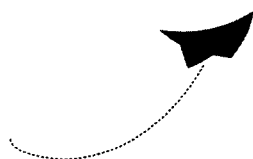
Chương 1: Con đường tuệ giác để đồng hành cùng con	35
♥ Nếu con là hoa sen hãy biết hàm ơn bùn	37
♥ Tách trẻ ngủ riêng sớm - tập quán không thuận tự nhiên	39
♥ Huấn luyện cho con phẩm chất của chim đại bàng	50
Chương 2: Từ bỏ thói ngụy biện vì đứa trẻ của bạn cần được hưởng một tình yêu tuệ giác!	53
♥ "Xây đắp niềm tin" - cơ chế của bản năng tự vệ	55
♥ Từ cô vịt xấu xí, tôi biến thành nàng thiên nga!	57
♥ "Sự thật - chân lý" thường khắc nghiệt và khó chấp nhận	60
♥ Ngụy biện - con rắn hổ mang tráo trở	62
♥ Để dạy con, tôi quyết tâm cai nghiện thói ngụy biện như thế nào?	67

- ♥ Từ bỏ dần thói nguy hiểm
con đường vũng vàng nội lực 71
- ♥ Ứng phó với thói nguy hiểm khi nó là áp lực ngoại cảnh
trên hành trình đồng hành cùng con 78

Phần II

QUY LUẬT SINH TỒN TỰ NHIÊN - HỆ XƯƠNG SỐNG CỦA TRIẾT LÝ DẠY CON SÁNG SUỐT

- ♥ Tình mẫu tuệ giác - cơn mưa bất tận 93
- ♥ Mẹ tin con dù con không hoàn hảo 95
- ♥ Mẹ Thiên Nhiên dẫn lối tôi đi 100
- ♥ Dạy con - nghệ thuật dẫn dắt
chứ không chỉ là áp dụng phương pháp 107
- ♥ Đừng biến trẻ thành thùng chứa kháng sinh 112
- ♥ “Giáo dục sớm” - xin đừng ngộ nhận 123
- ♥ Bàn thêm về trào lưu giáo dục sớm 132
- ♥ Đừng “hy sinh”, hãy tận hiến
và tận hưởng hành trình yêu thương 141
- ♥ Những tác hại lâu dài khi trẻ bị
cách ly với môi trường tự nhiên 146
- ♥ Đừng vui vì trẻ luôn vâng lời!
Đừng hài lòng vì trẻ tự do vô kỷ luật! 150
- ♥ Mẹ thỏ, mẹ khỉ và mẹ Việt 156





Phần III

MƯỜI TÁM NĂM KIM CƯƠNG

Chương 1: Kỹ luật mềm	167
♥ Giúp trẻ bồi đắp năng lực tập trung toàn bộ	169
♥ Bồi đắp năng lực “một mình” cho trẻ	175
♥ “Không có việc gì dễ dàng!”	179
♥ Vú giả, bím và xe đẩy - thủ phạm của nhiều chứng tật khó sửa ở trẻ!	184
♥ “Thấy cô là người bình thường!”	201
Chương 2: Kỹ luật tình thương	209
♥ Con đường bồi đắp hoan hỉ nội tâm cho trẻ	211
Chương 3: Kỹ luật nước mắt	221
♥ “Kỹ luật không nước mắt” - cơn hoang tưởng trả giá bằng nước mắt	223
♥ Năng lực chữa lành vết thương: 20 năm và 3 tháng	237
♥ “Kỹ luật nước mắt” - con đường tình yêu tràn đầy tuệ giác	246
♥ Một tình huống và triết lý dạy con khác nhau của ba người mẹ	256
♥ Hiểu quy luật sinh tồn và thái độ cùng chịu trách nhiệm	260
♥ Minh Khuê đề nghị mẹ viết sách “Mắng con thế nào cho hiệu quả?”	269



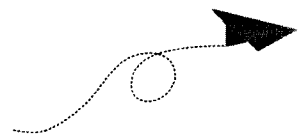
Chương 4: Kỹ luật nội tâm	273
♥ Để bữa ăn trở nên nhẹ nhõm, vui vẻ	275
♥ Làm trỗi dậy bản năng hướng thượng năng lực kết nối xã hội	280
♥ Muốn trẻ tập trung cao độ trong học tập, hãy giúp trẻ hiểu biết về bản năng tính dục từ sớm nhất	290
Chương 5: Bồi đắp phẩm chất cốt lõi bền vững như kim cương	295
♥ Dạy trẻ biết kiểm soát cảm xúc	297
♥ Đừng so sánh và hãy luôn so sánh	300
♥ Dạy trẻ giá trị của tình yêu lao động và năng lực lao động bền bỉ	317
♥ Loại bỏ những suy nghĩ mặc định	322
♥ Phẩm chất và kỹ năng - muốn thuần thục phải rèn luyện bền bỉ	327
♥ Nhật ký hành trình	330
♥ Dạy trẻ năng lực chung sống với áp lực hiệu quả và vui vẻ	335
♥ 17 cách chúng tôi rèn luyện và thực hành hàng ngày để đáp ứng với áp lực mà vẫn vui vẻ	338
♥ Chấp nhận cạnh tranh	341
♥ Thành công là giá trị nền tảng để trẻ hạnh phúc!	343
♥ Tôi dạy Minh Khuê kỹ năng sống như thế nào?	350
♥ Thuyết phục trẻ không làm những điều sai lầm mình từng mắc	356

♥ Khi con vào tuổi teen	
"Trẻ cá tính" - Không phải là thói xấu	360
♥ Tuổi teen của con: Quả bóng "mong muốn bày tỏ phản kháng" và chiếc van an toàn của mẹ	363
♥ Tuổi teen yêu dấu của con:	
Mẹ cầu thị để được làm bạn cùng con	367
♥ Cần hạn chế bạo lực trong đời sống để dạy trẻ tốt hơn	374
♥ Bài học từ những bó hoa trong thùng rác	383

Phần IV

HỌC ĐỂ TĂNG CƯỜNG TỔ CHẤT CHỨ KHÔNG VÌ CÓ TỔ CHẤT MỚI HỌC

Chương 1: Bồi đắp phẩm chất "nhân văn và văn học"	395
♥ Hãy nói với con bằng ngôn ngữ trái tim!	397
♥ Rèn luyện năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ	403
♥ Các bài luyện hiệu quả để bồi đắp năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ	413
♥ Dạy văn là dạy trẻ học cách sống đẹp	428
♥ Bồi đắp phẩm chất văn cho Minh Khuê như thế nào?	441
♥ Đọc sách là con đường tự trưởng thành	460
Chương 2: Để môn toán không còn là nỗi sợ hãi	475
♥ Luyện tập năng lực tập trung cao độ để học toán	477





Chương 3: Tiếng Anh làm chủ ngôn ngữ thứ hai như tiếng mẹ đẻ	493
♥ “Chúng tôi” chỉ học thứ tiếng Anh chuẩn!	495
♥ Chủ động “sáng tạo” cơ hội giao tiếp: cách dễ nhất để trẻ hấp thụ tiếng Anh sinh ngữ hiệu quả!	507
♥ Tiếng Anh sinh ngữ cần có thời gian để “chín” cùng với trải nghiệm và tri thức trên nhiều lĩnh vực!	514
♥ Học để thi thố hay học để ứng dụng	526
♥ Lộ trình ưu tiên để củng cố bốn kỹ năng	535
Chương 4: Làm quen và khổ luyện với một loại nhạc cụ	547
♥ Trả lời 6 câu hỏi mấu chốt để cùng con bắt đầu học piano	549
♥ Để thầy và trò hợp nhau	563
Chương 5: Làm chủ một môn thể thao	565
♥ Dự án bảy ngày biết bơi và những bài học lớn hơn: Dạy trẻ bằng cách của trẻ!	567
Chương 6: Học vẽ - giúp trẻ bồi đắp tố chất tư duy não phải	573
♥ Tự do biểu đạt nội tâm đầy cá tính và sáng tạo	575

Phần V

GIÁO DỤC GIỚI TÍNH BẮT ĐẦU TỪ 0 TUỔI

♥ Tuổi thơ tự nhiên hỗn nhiên!	605
♥ Trực quan sinh động những khái niệm trừu tượng	607

♥ Giúp con cảm cương vững vàng tuổi vị thành niên	613
♥ Hướng dẫn con kiểm soát và quản lý "tiếng gọi của hormone dục"	622
♥ Cây tình yêu	628
♥ Tôi đã vẽ đường cho hươu chạy như thế nào?	641
♥ "Là mẹ thì dứt khoát phải nữ tính nhé!"	646
♥ Con đường của tự nhiên chủ động hiểu biết và lành mạnh	649

Phần VI

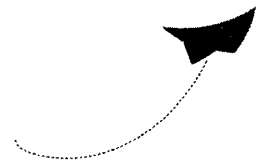
THỰC DƯỠNG VÀ CÂU CHUYỆN ƯỚC MƠ BAY XA

♥ Mở rộng ẩm thực là nâng cánh ước mơ cho con bay xa!	663
♥ Cuộc cách mạng ăn uống mang tới nhiều lợi lạc!	666
♥ Mở rộng ẩm thực là mở rộng tâm hồn con bay xa	674
♥ Thực dưỡng - lắng nghe cơ thể - giúp bạn thực hành cùng đứa trẻ trong niềm tin sâu sắc!	679
♥ Thực đơn bữa sáng "cứng chiều não bộ!"	688

Phần VII

NGÀY NÀO CŨNG LÀ NGÀY CỦA MẸ

♥ Người thầy đầu tiên không có quyền miễn nhiệm!	701
♥ Mẹ cũng đang trưởng thành!	719



Giáo dục gia đình là nền tảng!



*Dạy để tăng cường tố chất cho trẻ
chứ không vì có tố chất mới dạy!*



*Nếu bạn chắc chắn rằng bạn đã luôn
đồng hành bên đứa trẻ của bạn cho đến khi
nó 18 tuổi, thế thì bạn hoàn toàn
không phải lo nghĩ về tương lai của nó!*



*Không có bất cứ nền giáo dục phổ cập nào
hoàn toàn “khớp” và hoàn hảo với đứa trẻ của bạn,
dù đó là nền giáo dục Anh, Mỹ, Nhật hay Do Thái...,
đó là lý do để khẳng định giáo dục gia đình
phải là trụ cột, luôn quan trọng và mang tính
quyết định đến an vui và thành tựu trên
hành trình trưởng thành của đứa trẻ!*



LỜI MỞ ĐẦU

Thứ Sáu ngày 13¹ Cá chép vượt vũ môn!²

Đó là tháng 12 năm 2013. Cách đây đúng 365 ngày!

Hôm ấy là thứ Sáu ngày 13. Ngày mà trường Harvard thông báo kết quả tuyển sinh đợt Early Decision (ED) vào lúc 3h chiều theo giờ Massachusetts, Mỹ (tức là 3 giờ sáng ngày 14 tháng 12 theo giờ Hà Nội). Tôi cố gắng tỏ ra bình thản vì biết con gái đang rất hồi hộp, lo âu và căng thẳng.

Chiều muộn, tôi gọi ý với Minh Khuê: “Mẹ con mình dạo một vòng phố xá đi!”. Hai mẹ con đi lung tung, không có chủ đích nào, đi chi để quên thời gian, chỉ để “quãng đường” đến khoảng khắc 3h sáng không dài lê thê, bồn chồn và ngộp thở vì thắc thỏm.

Đã luôn bên con gái, nhiều lần bên con những khi con đối diện với vô số cuộc thi, những buổi trình tấu piano đầy áp lực, trước thời khắc nhận kết quả, tôi đều nói với con: “Chúng ta đã lao động rất chăm chỉ. Chúng ta đã nỗ lực từng giây, từng khắc. Chúng ta đã

¹ Trong tín ngưỡng của Thiên Chúa giáo, *thứ Sáu ngày 13* bị coi là ngày đen tối, không tốt lành!

² “Cá chép vượt vũ môn” - hình ảnh lấy cảm hứng từ tự nhiên về loài cá vượt ngược thác (từ chân thác nhảy lên đỉnh thác) để biểu dụ cho một cú nhảy vượt ngưỡng có ý nghĩa “chuyển lượng thành chất”, cú nhảy mang tính quyết định một hướng đi trong cuộc đời. Trong tập quán người Việt, câu thành ngữ “*cá chép vượt vũ môn*” được dùng để diễn tả những thí sinh đoạt ngôi vị đại đấng khoa trong thi cử.

làm tất cả! Bây giờ, dù kết quả thế nào, chúng ta cũng rất đáng tự hào về bản thân, con ạ! Hạnh phúc - không chỉ là kết quả khi cán đích, mà còn là cảm nhận tự tôn bản thân trên từng chặng hành trình, phải không con?"

Lần này, tôi cũng nhắc lại với con những lời ấy. Bề ngoài, tôi thể hiện điềm đạm, chuẩn bị trước cho con tâm lý để đón nhận thực tế, nhưng đó cũng là cách tôi tự nhắc nhở, trấn an bản thân, để vững vàng cùng con trong mọi trường hợp.

Đêm đó, một đêm không thể ngủ. Hai mẹ con thức chong chong đến giờ nhận e-mail theo lịch hẹn trả kết quả của trường Harvard.

3h sáng, kết quả bắt đầu được trả cho các thí sinh. Trên diễn đàn của các thí sinh dự tuyển vào Harvard toàn thế giới, những thông báo từ các thí sinh "*bị từ chối*" cứ dày đặc, liên tục update không dừng... khiến không khí như căng ra và thời gian dài đến vô tận. Tôi bảo Minh Khuê, con ra ngoài hít thở đi, mẹ canh chừng màn hình cho, hễ có thư mẹ sẽ báo ngay.

Mãi đến 3:29 thì hòm thư điện tử của Minh Khuê nhấp nháy chấm đèn vàng nhỏ xíu, báo hiệu: "Có thư", tôi gọi Minh Khuê. Và, đó là thư của trường Harvard! Niềm vui vỡ òa khi lá thư được mở, bung ra với dòng chữ to, in đậm: *Chúc mừng Khuê Lã đã trúng tuyển vào Harvard University!* đính kèm với hình ảnh logo truyền thống của trường!

Cứ ngỡ, hai mẹ con sẽ nhảy cẫng lên, reo lên, hét toáng lên vì sung sướng, nhưng thực ra, niềm vui đến thật điềm đạm và không khỏi có chút bùi ngùi, lặng đọng. Hai mẹ con ôm nhau, lặng lẽ để những giọt nước mắt chảy trên má.

Tôi thầm thốt lên trong lòng: *Thế là con đã đạt được ước mơ của mình, con gái yêu của mẹ! Thế là mẹ đã hoàn thành chặng hành trình 18 năm đồng hành bên con, luôn bên con.*

Đêm ấy, Hà Nội rất lạnh giá!

Nhớ lại bao tháng ngày đã thuộc về quá khứ; bao tháng ngày con đã học hành, làm việc, nỗ lực trong lặng thầm và bền bỉ đến

kiên gan! Bao tháng ngày con không ngừng tự đặt mình trước từng ngưỡng khó, để con nỗ lực vượt qua giới hạn của bản thân, như cá chép bơi ngược dòng, ngược thác.

Mẹ cũng không thể nhớ bao nhiêu ghèn̄h thác con đã vượt! Bao nhiêu giới hạn bản thân con đã vượt! Để rồi, qua mỗi lần vượt, có nhiều lần thành công, cũng không ít lần chấp nhận thất bại, con nhận thấy mình ở một tầm cao mới, cả về trí tuệ và bản lĩnh. Nhận ra mình có sức mạnh nội lực sâu thẳm thế nào! Cũng như, sau mỗi lần vượt, con lại nhận ra những thiếu hụt của bản thân cần bồi đắp, sửa chữa. Và, trên từng ngưỡng, từng chặ̄ng ấy, mẹ luôn bên con.

Mẹ cảm nhận từng nỗ lực của con, sự nỗ lực luôn khiến trái tim mẹ xúc động! Là khi con vượt qua cơn buồn ngủ để hoàn thành bài vở ở trường khi đã bước sang hơn 2 giờ sáng; là khi con vượt qua cơn ốm bệnh, dù sức yếu vẫn tham gia cuộc thi học sinh giỏi cấp thành phố và đưa về một giải Nhì với sự bình thản như thể đó là điều bình thường giản dị nhất; là khi con trong vóc dáng bé nhỏ kiêu hãnh trên sân khấu trong vai trò pianist cùng với 50 nghệ sỹ trình tấu thành công bản concerto No.13 của Beethoven.

Và còn biết bao lần khác nữa, biết bao lần mà sự nỗ lực lại chính là những khoảnh khắc vượt qua nỗi ngại sợ, vượt qua sự biếng lười bản thân, giản dị thế mà sao cần nhiều nghị lực và lòng can đảm! Giản dị thế mà mẹ luôn cảm nhận và thấu hiểu con trong xúc động sâu sắc, mẹ luôn bên con trong từng bước trưởng thành cứng cáp của con. Chưa bao giờ mẹ nói ra điều ấy, nhưng mẹ đã khóc vì xúc động mỗi khi chứng kiến sự nỗ lực, can đảm đến bình thản của con.

Cuộc sống, cho ta sự thấu hiểu, rằng: có những niềm vui lại khiến trào nước mắt! Bởi niềm vui ấy được kết trái từ rất nhiều nỗ lực để sáng tạo, vượt khó, vượt qua chính mình, được kết trái từ bao mồ hôi của lao động khổ luyện, từ bao công sức phụng sự. Nghĩ lại mà trn̄n quý làm sao!

Có câu nói rất hay: *“Thành công hôm nay là kết quả lao động, sáng tạo của quá khứ nhưng lại là thách thức của tương lai”*. Nhớ lại

“Thứ Sáu ngày 13” của tháng 12 năm 2013, đúng vào thời khắc khi mẹ viết những dòng này, bây giờ, để chúng ta thêm tin yêu và bền chí bước tiếp, con gái thân yêu của mẹ!

Nhớ lại, để suy ngẫm và tiếp tục bước lên phía trước, vì chúng ta không bao giờ tự mãn - vì sống, là một hành trình, phải không con?

2h ngày 14 tháng 12 năm 2014

LỜI CẢM TẠ DÀNH CHO

“Tôi của quá khứ”

Lã Hồ Minh Khuê

“13/12/2014: Tôi cảm thấy choáng ngợp, ngạc nhiên khi nghĩ về những điều tôi đã trải qua trong 365 ngày vừa mới qua, hay nói cách khác, rằng tôi đã thay đổi thế nào khi lúc này đây, tôi đang ở một nơi cách nửa vòng Trái đất với nơi mà từ đó tôi ra đi...”

Đó là Thứ Sáu ngày 13, lúc 3h29 chiều (giờ Harvard), khi lá thư đến nơi, và nó làm tôi không thốt nên lời.

Chúng tôi ôm nhau, tôi có thể cảm nhận nhịp tim mẹ rộn lên vì vui sướng. Tôi đã nghĩ tôi sẽ hét lên, tôi sẽ nhảy lên, sẽ gọi cho mọi người tôi biết vào lúc 3h30 sáng (giờ Hà Nội). Nhưng mẹ đã từng nói, “Khi con đã dốc toàn tâm toàn ý trong từng công việc, thì hạnh phúc của sự thành công sẽ đến một cách điềm tĩnh”. Trong tôi, lúc đó trào dâng một sự rộn ràng, chen lẫn những hình dung khá mơ hồ về điều sắp tới, một nỗi lo lắng nhưng cũng đầy háo hức được dẫn thân trong thử thách đang chờ phía trước. Tất cả những gì tôi có thể làm lúc đó, là dụi đầu lên vai mẹ yêu, như một đứa trẻ.

Những ngày cuối cùng của kì học đầu tiên tại Harvard đang trôi qua kẽ tay tôi. Tôi nhìn lại chúng, băn khoăn rằng, tôi đã cố gắng hiến được gì trong mỗi thời khắc đó, và tôi đã nhận lại những gì?

Không ngôn ngữ nào có thể diễn tả trọn vẹn bốn tháng tuyệt diệu đã trải qua, hay có thể kể hết được về nơi đang đổi theo từng bước trưởng thành của tôi, hay những người mà sự hiện diện của họ làm tôi trân trọng hơn bất cứ gì!

Tôi đã tìm thấy bản thân mình ở nơi đây và tận hưởng niềm hạnh phúc nhìn thấy sự trưởng thành của bản thân, từng chút, từng chút một. Tôi cảm thấy biết ơn tất cả những người đã giúp tôi được ở đây ngày hôm nay.

Tôi biết ơn Mẹ, người bạn tri kỉ và người đồng hành tuyệt vời nhất của tôi, người luôn đặt lòng tin vào tôi ngay cả khi tôi hoài nghi bản thân mình nhất, người không bao giờ hỏi tôi về tình yêu của tôi dành cho bà ấy ngay cả trong những giây phút ương bướng, nổi loạn nhất của tuổi dậy thì.

Một người đặc biệt tôi gặp ở Harvard đã có lần nói với tôi: “Tôi làm việc chăm chỉ để ‘một tôi thành công’ của tương lai sẽ nhìn và cảm ơn ‘tôi của hiện tại’.

Vâng, đây là lời cảm tạ cho “tôi của quá khứ”, vì đã luôn lao động và học tập chăm chỉ, hy sinh như có thể, để tôi có được “tôi của hôm nay”.

Và, tôi đã sẵn sàng cho tất cả để chào đón những thách thức và khó khăn đang chờ tôi phía trước, bởi thành công của ngày mai sẽ đặt tên cho công việc tôi làm ngày hôm nay”.

Nguyễn Văn Bản tiếng Anh:

December 13th, 2014

It astounds me to think about how far I have gone down the road in 365 days, or how much I have been changed by a place half the globe away from where I come from... It was Friday the 13th, 3:29 pm Harvard time that the email came, so phlegmatically that it made me speechless. We hugged; I could feel Mom's heart beat fast in joy. I thought I would scream, would engage in a frantic dance, would call up everybody I know at 3:30 am in the morning. But Mom once said that, when you have worked hard enough, the happiness of success will come in a composed manner. There was an excitement but also uncertainty about what would come ahead; a worry but also a thirst for whatever challenge will be there waiting. All I did was rubbing my head against her shoulder, as a child.

The last days of my first semester at Harvard are slipping through the spaces between my fingers; I look at them wondering how much of myself

I have dedicated to each of them, and how much of them I have absorbed into my own being. No word can describe those four incredible months, nor the place that is now watching over me as I grow, nor the people whose presence in my life I appreciate more than anything. I have found myself here, and enjoy that happiness of watching myself blossom little and little over time. I am thankful to all those who have helped me to get where I am today. I am thankful for Mom, the greatest friend and companion I can ever ask for, who always has faith in me even when I doubt myself, who never questions my love for her even when puberty turned me into a rebellious and stubborn child.

A special person I met at Harvard once told me, "I work hard so that the successful future me will look back and be thankful to my present self." Here is my thank for myself in the past, for having worked so hard, and sacrificed so much, that I have gotten where I am today. And here's to all the challenges and difficulties that welcome me ahead, for tomorrow's success will entitle my work today.

THAY LỜI MUỐN NÓI

Tôi đã viết cuốn sách này như thế nào?

Tôi nhớ, một ngày nào đó tầm cuối năm 1997, khi ấy, Minh Khuê tròn một tuổi, vị sếp của tôi, một bí thư chi bộ, đồng thời luôn ân cần như một người anh, gọi tôi vào phòng làm việc, anh nhắc nhở: “Em phải phấn đấu đi nhé, sắp tới có lớp Cảm tình Đảng, anh định cử em đi học, rồi sau đó phấn đấu vào Đảng đi!”. Anh nói quá chân tình, nhưng anh đâu hay, suốt đêm qua tôi không ngủ được, vì cứ loay hoay tìm kiếm thông tin khoa học để lý giải hiện tượng thiếu hụt can xi máu ở trẻ, cách bổ sung như thế nào?

Tôi ngập ngừng giây lát rồi mạnh dạn nói với anh: “Anh ạ, em cảm ơn và trân trọng sự nhắc nhở rất chân tình của anh, nhưng lúc này điều em cần hơn một lớp học dạy cách làm mẹ!”

Chẳng hiểu sao, lúc ấy tôi trở nên xúc động đến thế, có lẽ vì thái độ chân tình của vị sếp, nên tôi nói luôn một mạch:

“Anh thấy đấy, bất cứ một vị trí công việc nào, một ‘đời chức’ nào cũng cần được bồi dưỡng đào tạo công phu, thế mà để làm mẹ, làm ‘thiên chức’ thì em cứ phải tự mày mò, tự học mà chẳng được qua trường lớp dạy dỗ, hướng dẫn nào cả. Thật là nghịch lý!”

Dường như, trong lời tôi nói có điều đúng đắn và một sự nổi giận đích thực, tôi nổi giận với chính sự kém hiểu biết trong cách tôi làm mẹ, tôi nổi giận vì mình không có được một gợi ý nào về một lớp học hoàn hảo để tôi có thể làm mẹ tốt hơn. Sự “nổi giận” thật thà cầu thị, nên tôi nhận được cảm thông của sếp. Chí ít là tôi không bị sếp ghét sau vụ cạ cãi ấy, thậm chí dường như tôi đã truyền tới anh ấy một hiểu biết về những nỗ lực của việc “*Làm mẹ Thiên chức*”.

Nhưng rồi, hơn 18 năm làm mẹ, dần thân trong mọi khoảnh khắc yêu thương, tận hiến, tận hưởng cuộc đời trong vai trò *thiên chức* ấy, tôi nhận ra rằng, *con gái tôi, đứa con bé bỏng ấy chính là người thầy dẫn dắt tôi, đây động lực nhưng cũng vô cùng nghiêm khắc, để tôi dần dần trưởng thành, để tôi vượt qua lần lượt những kỳ sát hạch làm mẹ một cách vinh quang. Vòng nguyệt quế mà người mẹ thiên chức nhận được từ con cái có không ít mồ hôi, nước mắt với tất cả tâm hồn và trí tuệ.*

Làm mẹ - làm "*thiên chức*", con đường tự học và tự trưởng thành; con đường phúc lạc và đòi hỏi nhiều phẩm chất hơn tất cả mọi "*đời chức*", đòi hỏi sự kiên nhẫn học hỏi không ngừng, đòi hỏi sự khiêm nhường và nhạy bén, đòi hỏi sức khỏe nội lực và lòng can đảm, thế nên, làm mẹ là con đường xúc động và lay động chân thành.

Ngày con gái Minh Khuê được trường Harvard nhận với suất học bổng mơ ước, nhiều người khuyên tôi nên viết một cuốn sách kiểu như *Em phải đến Harvard học kinh tế* của Lưu Vệ Hoa - một bà mẹ Trung Quốc chia sẻ những trải nghiệm thành công về việc làm thế nào để nuôi con thành tài? Hay làm nổi sóng tranh luận như cuốn sách *Khúc chiến ca của mẹ Hồ* của Amy Chua - nữ luật sư trường Yale - người mẹ Mỹ gốc Hoa với những quan điểm nuôi dạy con hà khắc kiểu truyền thống Trung Hoa, cuối cùng đưa hai cô con gái của bà bước vào hai ngôi trường đại học danh giá thế giới: Harvard và Yale!

Lúc đó, có rất nhiều nhà sách, nhà xuất bản mời tôi cộng tác trong dự án ấy, điều đó làm tôi suy nghĩ mông lung lắm. Và thực sự, tôi chưa vững tâm, chưa chắc chắn về sự thành công của việc tôi đã áp dụng những hiểu biết khoa học, những mày mò tìm tòi rồi đưa vào sáng tạo trong việc hướng dẫn con gái Minh Khuê. Tôi chưa thật vững tâm lắm, cho dù con gái đã đặt chân đến vương quốc trí tuệ Harvard.

Nếu con người chọn lối sống an phận, không bao giờ nỗ lực, không có ý chí vươn lên, không dám dẫn thân, can đảm và khổ luyện; con người luôn luôn chấp nhận thực tại dù nó thế nào, con người đó không bao giờ

có được chứng ngộ bình nở trong nội tâm, không có khai sáng nào và không bao giờ hạnh phúc tột bậc. Tất nhiên là như thế!

Nhưng, con người luôn vươn tới, luôn khao khát rồi đạt tới đỉnh cao vinh quang bằng mọi giá thì đỉnh vinh quang chưa hẳn đã là nơi khiến cho người đó hạnh phúc đích thực! Vâng, thành tựu - vinh quang có vầng hào quang của nó, nhưng chưa hẳn đó là ánh sáng bình nở của hoan hỷ và bình an nội tâm!

Do đó, khi con gái Minh Khuê bước vào cổng trường Harvard, tôi vẫn còn chưa hoàn toàn vững tâm và tự tin để chia sẻ những hiểu biết của chúng tôi với cộng đồng.

Vì sao vậy? Vì triết lý nuôi dạy con của tôi, trước hết là đảm bảo đứa trẻ đó được hạnh phúc từng ngày, được dạy dỗ tăng tiến từng ngày, được tập dượt từng ngày, trong từng tình huống sống để đáp ứng với lộ trình gia nhập dần dần vào đời sống xã hội tốt nhất. Vì triết lý nuôi dạy con của tôi là *trao tặng cho con một tình yêu vô điều kiện*, ân cần tinh thức dẫn dắt con đi trong suốt 18 năm đầu đời, rồi thả cho con bay vào bầu trời của nó - nơi mà nó chung sống với người dung, chứ không phải là tổ ấm của riêng chúng tôi nữa.

Sau gần bốn tháng tại Harvard, tháng 11 năm 2014, nhân dịp sinh nhật tôi, Minh Khuê đã viết cho mẹ bức thư, có đoạn:

“Mẹ thân yêu! Nếu mẹ nghĩ 18 năm qua mẹ đã sống dẫn thân, đã tự nghiên cứu, đã nuôi con để đến ngày con bước chân vào cổng trường Harvard - đó là tất cả hạnh phúc và thành công của mẹ! Nếu mẹ chỉ nghĩ thế thôi, thì mẹ sai rồi!

Mẹ thân yêu, con đang đứng nơi đây - trường Đại học Harvard - và sau một thời gian chưa thật dài, con vẫn có thể nói rằng, những gì mẹ dành cho con 18 năm qua, những gì con nhận được từ sự dạy dỗ của mẹ, thực sự có ý nghĩa với con gấp 10 lần hoặc hơn thế nữa, so với việc con được nhận vào trường Harvard.

Mẹ thân yêu! Mẹ vẫn dạy con, “sống là một hành trình dẫn thân không mệt mỏi” và Harvard chỉ là một chặng đường con cần đi qua.

Từ nơi đây, khi chỉ có con tự lo cho chính bản thân mình với tất cả mọi áp lực của Harvard, mà bất cứ sinh viên nào cũng hiểu là vô cùng to lớn, từ nơi ấy, con tìm được chỉ dẫn từ những bài học hàng ngày của mẹ, để con thu xếp, giải quyết hoàn hảo hàng núi công việc. Con vẫn có được cuộc sống hoan hỉ, an vui giữa môi trường áp lực khủng khiếp ấy, con càng thấy biết ơn mẹ vô cùng.

Mẹ hãy tin rằng, suốt 18 năm qua, mẹ đã dành tặng cho con những bài học làm người vô cùng quý giá, những bài học về nghị lực, ý chí, tình yêu thương và biết cách chung sống thật tuyệt vời!

Con muốn nói rằng, con yêu mẹ thật nhiều!”

Thú thật, khi đọc những dòng con gái dành cho tôi, tôi đã lặng lẽ để những giọt nước mắt lăn chan chứa trên má. Đó là nước mắt hạnh ngộ vô cùng.

Minh Khuê đã vào Harvard và cô bé hạnh phúc, vui vẻ nơi cuộc sống, học tập, nghiên cứu có vô vàn áp lực, điều này làm tôi yên tâm hơn. Bởi lẽ, tôi vẫn luôn theo dõi, nghiên cứu, tìm hiểu các thông tin trên trang web của trường Harvard và nhận thấy, không phải bất cứ sinh viên nào học tại Harvard cũng có được tâm thế an nhiên, vững vàng, hoan hỉ, dù họ rất xuất sắc và ưu tú vượt bậc về trí tuệ.

Minh Khuê là một nữ sinh khiêm nhường về mọi phương diện, cô bé không có gì là đặc biệt xuất sắc, nhưng cô bé có ý chí nội lực vững vàng, có năng lực thu xếp công việc và thu xếp cuộc sống, để có thể làm việc hiệu suất nhất, vui vẻ nhất, cống hiến nhất bằng năng lực của bản thân. Và đó là những phẩm chất mà tôi đã dày công huấn luyện cho con gái, ngay từ thuở thơ bé.

Khi trao đổi với con về dự án viết một cuốn sách làm nổi bật triết lý “*Giáo dục gia đình là nền tảng*”, Minh Khuê rất ủng hộ tôi.

Cô bé nhấn mạnh:

“Mẹ là một người đam mê sự nghiệp giáo dục con người, mẹ đã dành trọn 18 năm và con biết, còn hơn thế nữa, để tìm ra một triết lý soi sáng con đường mẹ đi, mẹ hãy viết hết ra, mẹ ạ.

Mẹ hãy viết để mọi người mẹ Việt Nam đều thấy họ có trong đó, rằng họ đang làm những việc cho đứa trẻ của họ như cách mẹ đã làm cho con, chỉ có điều họ chưa gọi được tên, chưa hệ thống tất cả thành một triết lý tường minh, mạch lạc như mẹ.

Mẹ hãy can đảm viết tất cả những gì chúng ta đã trải qua, thăng thấn và chân thành như là vốn thế và đó là giá trị riêng có của mẹ!

Thành công của con và danh tiếng của ngôi trường Harvard có chăng chỉ nên là những tình huống tham chiếu để minh chứng cho những triết lý mà mẹ đã vững tin, đã thực hành bền bỉ, chứ không phải biểu tượng duy nhất, cao nhất, hay đáng mơ ước nhất của sự nghiệp làm mẹ; và nếu chúng ta bị mắc dính vào điều này, cuốn sách sẽ bị giảm giá trị đi rất nhiều mẹ ạ! Những gì mẹ truyền lại cho cộng đồng còn lớn hơn rất nhiều, trước hết bởi đó là tâm huyết suốt cuộc đời tràn đầy khát khao từ ái, yêu thương của mẹ."

Vâng cuốn sách này tôi viết để trả ơn cho đời những gì tôi đã tích tụ, kết tinh thành tuệ giác của mình! Trả ơn đời sau gần 50 năm dẫn thân sống như thể giây phút nào cũng là giây phút quý giá nhất! Trả ơn cuộc đời những đam mê, hiểu biết và chứng ngộ quý giá tôi có được trên hành trình thực hành "thiên chức làm mẹ" thiêng liêng!

Tôi là người mẹ bình dị với một đứa con gái nhỏ không có gì đặc biệt "Made in Việt Nam".

Hành trình chúng tôi đi là hành trình chân thực:

"Sống và làm việc tận tâm, khiêm nhường như không từng có mặt trên thế gian, và khi xuất hiện là khi chúng tôi thật lòng cống hiến!"

“NGƯỜI MẸ”

Vẻ đẹp khiêm nhường tự nhiên!

Điều tôi luôn tự hào, đó là dù con gái khi ra đời rất nhẹ cân, lại gặp nhiều rối loạn về ăn uống, ngủ và bài tiết, kéo dài trong nhiều năm đầu đời. Song, do tôi thấm thía sự cần thiết phải dành cho con gái cơ hội phát triển lành mạnh, khỏe mạnh về cơ thể cũng như sự phát triển hoàn hảo của hệ thần kinh và não bộ - “*sự hoàn hảo*” trong diễn đạt này, là khái niệm có giá trị so sánh với chính bản thân đứa trẻ đó, giả định nó không được dày công chăm sóc tốt bằng, đặc biệt quan trọng ở bốn năm đầu đời, sau sinh.

Do đó, tôi rất cố gắng, tinh táo, hiểu biết để nuôi Minh Khuê một cách có khoa học, chăm sóc đúng và tận tâm. Nhờ sự nỗ lực ấy, Minh Khuê luôn đạt ngưỡng rất tốt về sức khỏe, rất ít khi bị ốm vặt và hạn chế tối đa dùng kháng sinh.

Suốt thời kỳ nhũ nhi, qua thời kỳ ấu nhi, Minh Khuê không bao giờ bị sụt cân, cho dù lên cân chậm, cho dù mọc răng hay bị sốt theo mùa, bị lên sởi hay thủy đậu... Cân nặng và chiều cao luôn đạt chuẩn.

Đặc biệt, cô bé luôn vui tươi, dí dỏm, đáng yêu và có những phát hiện về thế giới xung quanh bằng trực quan hết sức ngộ nghĩnh. Ý thức kỷ luật tự giác của Minh Khuê được chủ động huấn luyện và hình thành sớm, ngay từ bé.

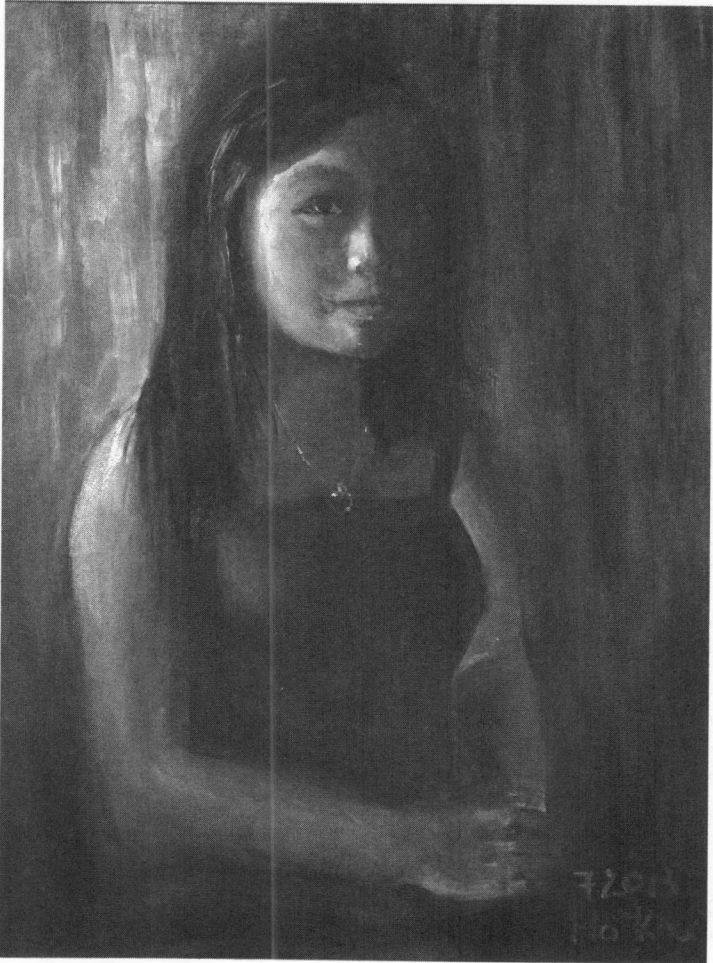
Từ trải nghiệm bản thân, tôi luôn trấn trở và muốn truyền tới cho các mẹ trẻ Việt niềm tin rằng, với những đứa trẻ có thể trạng sau sinh tốt, hoàn hảo, thì việc nuôi dưỡng và huấn luyện chắc chắn sẽ nhẹ nhàng hơn rất nhiều, chắc chắn việc huấn luyện sẽ hiệu quả

hơn rất nhiều, nếu chúng ta có nỗ lực, có quyết tâm và hiểu biết khoa học toàn diện.

Làm Mẹ là một hành trình tự hoàn thiện của người đàn bà, của phái đẹp nói chung và đây là con đường tôi đã trải nghiệm hoan hỉ lắm.

Tôi muốn nhắn nhủ cùng các bà mẹ trẻ rằng, không gì giá trị, không gì đẹp hơn là phẩm chất "*Mẹ*" ngày càng tràn đầy theo năm tháng *Làm Mẹ*. Không gì hạnh phúc an lạc hơn khi được đồng hành, được làm bạn cùng con cái. Và, không gì hãnh diện hơn, khi con cái đã trưởng thành, chúng muôn vàn hoan hỉ, khẳng định với mọi người "*Mẹ là người bạn tốt nhất, tri kỷ nhất của con!*".

Giá trị của một cuộc đời có nhiều cách để nhận ra, nhưng cách nhận ra trong vai trò *Làm Mẹ* - đó là một giá trị thật tự nhiên và hợp tự nhiên, nên khiêm nhường mà đẹp và an lạc lắm.



Self-portrait / Chân dung tự họa

Tác giả: Lã Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 60x80cm

Năm sáng tác: 2013



HỌC CÁCH
TƯ DUY
TOÀN VỆN



*Đứa trẻ là một tiểu vũ trụ diệu kỳ và toàn vẹn, là
tổng hòa của mọi mối quan hệ tự nhiên và xã hội.
Do đó, để dẫn dắt đứa trẻ đến trưởng thành, vững
vàng hoan hỉ và lợi lạc, chúng ta cần học cách tư
duy khoa học - nhân học toàn vẹn!*





Chương 1

CON ĐƯỜNG TUỆ GIÁC
ĐỂ ĐỒNG HÀNH CÙNG CON

Nếu con là hoa sen hãy biết hàm ơn bùn

Ngày con chập chững bước vào lớp 1, con đã bi bô đọc những câu ca dao thể này:

*Trong đầm gì đẹp bằng sen
Lá xanh bông trắng lại chen nhụy vàng
Nhụy vàng bông trắng lá xanh
Gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn.*

Giọng trẻ ngây thơ, nhắc đi nhắc lại những khái niệm, triết lý khó hiểu đối với tuổi thơ. Riêng với mẹ, chưa bao giờ mẹ thừa nhận câu ca dao đầy dấu ấn áp đặt và phản tự nhiên này.

Những lối hiểu truyền thống về câu ca dao đều chỉ dẫn đến một thông điệp thể này: *Hoa sen cao quý và là biểu tượng của sự thanh tao, chính bởi nó ở trong bùn nhưng không nhiễm tanh hôi bẩn thỉu của bùn!*

Tất nhiên, ai cũng muốn được ví giống với hoa sen theo cách hiểu này vì nó dường như ngụ ý đến phẩm chất đạo đức và bản lĩnh của người quân tử trong xã hội. Đây là giáo lý mà theo mẹ, từ trong cốt lõi nó không đúng quy luật tự nhiên.

Mẹ tự nguyện tạm xếp lại nghiệp bút nghiên, tạm xếp lại những riêng tư của mình, để bước vào hành trình làm bạn cùng con, dài lâu và bền bỉ; để giúp con dần hiểu, rằng hoa sen đẹp bởi hoa sen được bùn nuôi dưỡng; củ sen được bảo vệ an toàn và trường tồn

trong lòng bùn, dưới lớp bùn sâu đến hai, ba mét; rặng bùn chính là *bụng mẹ*, là *bào thai* để sen vươn lên, sen nở, sen ngát hương.

Cả một bài ca dao được bao đời tán tụng, được đưa vào giáo trình giảng dạy phổ thông, nhưng đối với mẹ thì đó là những điều mất tự nhiên như thế.

Giờ đây, sau 18 năm mẹ đi bên con, dẫn dắt và không ngừng giải thích, chắc chắn con đã hiểu sen hàm ơn bùn thế nào, tựa như con hàm ơn *bụng mẹ*, nước ối và dây cuống nhau vậy.

Bùn và *bụng mẹ* là *bào thai* ôm ấp, dung dưỡng, bảo vệ mầm sống, cái đẹp của sự sống.

Con và hoa sen là những kết tinh được hoài thai, trưởng thành và nở hoa tỏa hương từ nơi *bụng mẹ*, từ bùn, từ nước ối cuống nhau.

Những tanh hôi đó không đối lập, không tách rời mà nối liền đến thơm tho tinh khiết là con và hoa sen đó. Ngẫm đi con, đấy là cái nhìn thật tự nhiên, thật toàn vẹn và khai sáng về cái đẹp.

Hoa sen không thể tồn tại, chứ nói gì đến trưởng thành và bùng nổ trên kim cương và vàng bạc; cũng như con không thể được hoài thai trong gấm vóc lụa là!

Nhận biết vẻ đẹp của phẩm giá trong toàn bộ tiến trình với ánh sáng tràn đầy khoa học từ *Mẹ Thiên Nhiên* như thế, con sẽ không lo sợ mắc sai lầm.

Chỉ khi nào tâm trí ta bị choáng ngợp bởi vẻ bề ngoài, khi chúng ta quan sát thế giới bằng cái nhìn chia cắt, không toàn vẹn, siêu hình, cực đoan, chủ quan, áp đặt, thì lúc đó những điều đối trá, nguy hiểm không thực chất sẽ có cơ hội lên ngôi.

Tách trẻ ngủ riêng sớm - tập quán không thuận tự nhiên

Đứa trẻ 4 tuổi với đêm dài lảm mọng!

Nửa đêm, đứa trẻ 4 tuổi của bạn vẫn chưa thể ngủ được. Nó trằn trằn nhìn vào tấm rèm đung đưa theo từng cơn gió lùa qua khe cửa. Ngoài trời, sấm chớp nhùng nhằng, làm khung cảnh trong bóng đêm chốc chốc lại lóe lên đầy bí hiểm, đáng sợ.

Bỗng, trong bóng đêm vang lên một chuỗi tiếng kêu của con mèo đang kỳ động dục, nghe như tiếng người khóc, khiến tâm trí đứa trẻ càng bấn loạn, sợ hãi. Cuống lại không được nổi sợ, đứa trẻ tuông cửa chạy sang phòng bố mẹ, vừa chạy vừa khóc.

Tiếng cửa kẹt mở cùng với tiếng đứa trẻ thút thít, khiến bố mẹ tỉnh dậy. Ông bố nghiêm nghị hỏi:

- Sao giờ này con không ngủ mà còn sang phòng bố mẹ làm gì? Con không biết lịch sự là gì sao?

Đứa trẻ:

- Ngoài kia sấm chớp, con sợ, con không ngủ được!

Bà mẹ trẻ lên tiếng:

- Thôi được, chỉ tối nay thôi con nhé. Con cần phải biết chế ngự nỗi sợ và tự lập chứ nhỉ, phải thế không con trai?

Để đạt thỏa thuận ngay lúc này, đứa trẻ đáp lại "*Vâng ạ!*". Tuy nhiên, tâm trí nó đầy xung đột với những điều khó hiểu. Khi được bố mẹ cho nằm lọt thỏm giữa hai người, nó thấy ấm áp và yên ổn làm sao! Đứa bé bắt đầu hỏi bố mẹ những câu hỏi luôn xuất hiện trong đầu nó:

Đứa trẻ:

- Vì sao người lớn được ngủ với nhau còn trẻ con lại phải ngủ riêng?

Bà mẹ:

- Người lớn trong câu hỏi của con là bố mẹ đúng không nào? Vì bố mẹ là vợ chồng nên ngủ cùng nhau.

Đứa trẻ:

- Ngày mai con cưới mẹ làm vợ để con được ngủ cùng với mẹ!

Ông bố:

- Không được, mẹ là vợ của bố rồi! Lớn lên con sẽ cưới một cô gái làm vợ!

Đứa trẻ:

- Bao giờ thì con lớn hả bố?

Ông bố:

- Là khi con tự kiếm ra tiền!

Hoạt cảnh ngắn trên chắc chắn đã diễn ra trong nhiều gia đình, lúc này lúc khác ngay cả điện ảnh Hollywood cũng đôi khi lặp lại mô típ quen thuộc này.

Bạn có thể dễ dàng nhận ra, sự chỉ dẫn và nhắc nhở đứa trẻ về ý thức tự lập dường như rất hiển nhiên. Bạn cũng thấy cách giải thích của bố mẹ đứa trẻ là hoàn toàn trong “kịch bản” mà các nhà tâm lý học, sách giáo khoa cơ sở về giáo dục trẻ ở gia đình đã chỉ dẫn.

Do đó, bạn cũng thấy thái độ của cha mẹ đứa trẻ khá thoải mái, không vương bận suy nghĩ gì, vì họ tin, cách ứng xử ấy, mô hình cuộc sống ấy là chuẩn mực và không có điều gì cần bàn cãi!

Tuy nhiên, bạn có thể cảm nhận được nỗi bất an của đứa trẻ. Nó sợ hãi đêm tối và những điều bí ẩn của đêm tối.

Nó sợ hãi đêm tối vì trong sâu thẳm tiềm thức, nó cảm thấy khát khao được nằm bên mẹ, cạnh mẹ để được cảm nhận bình yên sâu thẳm, không thể cắt nghĩa.

Nó đã tìm cách để được nằm với mẹ hàng đêm, nhưng bố đã trả lời “Mẹ là vợ của bố”.

Tất nhiên, nó đành thua lý lẽ và luật lệ mà bố mẹ đặt ra, nhưng niềm khao khát được bình yên khi không phải nằm ngủ một mình, đã khiến nó “bám lấy” câu trả lời của bố: “*Lớn lên con cũng cưới một cô gái làm vợ!*” Nó mong muốn nhanh chóng cưới vợ để không phải nằm một mình: “*Bao giờ thì con lớn?*” (ý nó là mấy tháng nữa, hay mấy tuần nữa để nó cố gắng vượt qua nỗi sợ!) Thế rồi người bố trả lời: “*Là khi con tự kiếm ra tiền!*”.

Lời giải thích của ông bố trẻ càng khiến đứa trẻ bị trả về đúng nơi nó xuất phát: sự lo sợ và những nỗi sợ mơ hồ càng nhiều hơn, những câu hỏi vang lên trong tâm trí nó và nó trở nên bối rối hơn với những khái niệm: *tự lập, cưới vợ, kiếm ra tiền*, v.v... Trong khi, điều nó khao khát duy nhất là được nằm ngủ an ổn bên cạnh mẹ nó, nỗi thèm khát rất bản năng của những cá thể con non chưa đủ cứng cáp để tự tách mẹ.

Tội nghiệp đứa trẻ, nó đã trải qua một đêm dài nhiều mộng, nhiều câu hỏi và trăn trở, trong khi ông bố và bà mẹ vẫn vô cùng thản nhiên, an ổn vì luôn tin rằng, họ đã làm đúng cách để yêu thương con mình!

Từ sau đêm đó, trong đầu đứa trẻ hình thành một lối suy nghĩ, “*mình không được quyền mơ ước ngủ bên cạnh mẹ nữa, mình hãy nghĩ đến một người khác để thay thế mẹ*”.

Và bắt đầu từ đó, đứa trẻ tội nghiệp đã hướng suy nghĩ kết nối của nó với một người khác, xa lạ, chưa rõ hình hài, nhưng dứt khoát là một người khác giới tính (vì trong hiểu biết nơi gia đình nó, chỉ có vợ chồng mới ngủ cùng nhau thôi!); một người ngoài tổ ấm gia đình nó lúc này, để mong có được người thứ hai ngủ cùng cho đỡ sợ!

Vô hình trung, tập quán tách trẻ ngủ riêng sớm và những hình ảnh trực quan lọt vào trong mắt nó, cùng những lý lẽ của cha mẹ đã thôi thúc đứa trẻ nhanh chóng dậy thì, vì tâm trí của nó bắt đầu vọng tưởng hình ảnh vợ chồng ngủ chung!

Điều này đã chứng minh, vì sao những trẻ bị tách ra ngủ riêng sớm lại trở nên lạnh nhạt với cha mẹ hơn? Chúng thường có thái độ “*cứng rắn*” hơn trong quan hệ gia đình? Chúng có xu hướng dậy thì sớm hơn, quan hệ tình dục sớm hơn những trẻ tách mẹ muộn hơn.

Ở Mỹ và phương Tây, để giải quyết hệ lụy cho tập quán văn minh “tách trẻ ngủ riêng phòng” sớm, thì đi kèm theo đó, là một nghi lễ tạm gọi là trưởng thành được ghi dấu trong chính dịp sinh nhật 12 tuổi của đứa trẻ. Ngày đó cũng đồng thời đánh dấu mốc cho việc đứa trẻ 12 tuổi có quyền hẹn hò với bạn khác giới và không loại trừ xu hướng có khả năng quan hệ tình dục!

Tìm về quy luật tự nhiên

Bạn hãy tìm về quy luật của *Mẹ Thiên Nhiên* để có thêm tham chiếu, thêm lời gợi ý nhẹ nhàng, tràn đầy yêu thương, tuệ giác mà không kém phần nghiêm khắc của Mẹ. Hãy nhìn con gấu mẹ, con hổ hay con ngựa, con sư tử cái, v.v..., những loài động vật hoang dã ngoài tự nhiên, khi làm mẹ, chúng tận tụy và canh giữ con vô cùng nghiêm ngặt. Lúc này, kể cả con đực cũng nên biết điều tránh xa.

Bản năng bảo tồn nòi giống, bản năng làm mẹ, khiến con cái trở nên sắc sảo, quyết đoán, nhanh nhẹn và mềm dẻo hơn con đực vì nó có bốn phận bảo vệ và canh chừng đàn con; chăm sóc, huấn luyện, truyền thụ kỹ năng giống loài cho đàn con, một cách tận tâm cho đến ngày cá thể con trưởng thành và tách mẹ.

Do đó, nhu cầu được ngủ bên mẹ, trong đám lông ấm áp của con mẹ là một nhu cầu thuộc về bản năng sinh tồn, được ghi dấu trong đại não của những loài động vật cao cấp, trong đó con người không là ngoại lệ.

Con người là loài động vật cao cấp, chúng ta vẫn mang mọi dấu ấn, những thuộc tính cơ bản của động vật trong vỏ đại não. Hơn thế nữa, con người là loài động vật cần có thời gian để hoàn chỉnh một cá thể trưởng thành toàn vẹn, đầy đủ về mặt sinh học cũng như về mặt xã hội, dài nhất trong các loài động vật cao cấp: 18 năm!

Gợi ý: Khi mới lọt lòng, những con vật thuộc động vật cao cấp khác cũng chỉ mất 30 - 40 phút để vượt *cơn sang chấn lọt lòng*, sau đó dù có thể chưa mở mắt, con con cũng biết bò tìm vú mẹ để bú, riêng con người, trẻ lọt lòng nếu không được người mẹ chăm sóc đưa bầu sữa đến cho bé, thì bé sẽ không có khả năng tự tìm kiếm vú mẹ!

Do đặc tính hoàn thiện sau sinh của loài người khá dài, đương nhiên, thời gian mà người mẹ cần theo sát, canh chừng, bảo vệ, huấn luyện những kỹ năng cơ sở cho đứa con bé bỏng cũng dài tương đương.

Dòng chảy cuộc sống thuyết phục bạn:

♥ Bạn có thể phản biện rằng, loài người cao cấp hơn loài vật chính là ở chỗ: biết xây nhà, có cửa chống chắc chắn để đảm bảo sự an toàn, có sao phải "*canh chừng bảo vệ*" sát sao như con vật? Điều này, chỉ có ý nghĩa khi cá thể đã trưởng thành để có tư duy lý trí vững, ngược lại, khi còn thơ bé, nổi hoang mang, lo âu, bất ổn vẫn chế ngự, bất chấp nhà kiên cố, cửa chắc chắn đến đâu, bởi đó là *nỗi lo sợ bản năng tiềm thức*.

♥ Bạn có thể phản biện rằng, trẻ cần tách mẹ sớm để không bị chiếm đoạt khí thở trong lành do phải hít chung cùng mẹ nó. Nhưng *Mẹ Thiên Nhiên* nhiều triệu năm rồi đã thuần thục cách để con cái và con con nằm bên nhau không vấn đề gì về thở. Bóc tách sự *toàn vẹn* tốt đẹp của việc được cảm giác an ổn, hạnh phúc khi nằm cạnh mẹ, *để nhặt ra một bất lợi nhỏ nhỏ về hít thở thì bạn đang lấy cái chi tiết để đánh đổi giá trị toàn vẹn, thật lãng phí vô cùng!*

♥ Bạn có thể có niềm tin rằng, đứa trẻ cần được ngủ tách mẹ sớm, để rèn luyện tính *tự lập!*

Xin chia sẻ cùng bạn một số gợi ý sau: "*Tự lập*" nên được hiểu là một phẩm chất đã *toàn vẹn* khi trẻ được huấn luyện chu đáo 18 năm và bước vào tuổi thành niên.

Vào tuổi đó, nếu nội tâm, nội lực và những phẩm chất cốt lõi của trẻ đã được trui rèn khá thuần thục, đứa trẻ tự tin gia nhập đời sống xã hội với đầy đủ thách thức, cơ hội để học nghề hay lao động

kiếm tiền như một nhân cách trưởng thành đích thực, lúc này, mới nên gọi đứa trẻ của mình có *phẩm chất tự lập*.

Tôi nhấn mạnh cách hiểu khái niệm "*tự lập*" bởi, khá đông thanh niên, qua tuổi thành niên nhiều rồi, nhưng vẫn sống ỉ vào cha mẹ về mọi mặt, kể cả năng lực tự kiếm sống lẫn những năng lực giao tế xã hội khác. Oái oăm thay, những bạn này, thuở bé được tách mẹ ngủ phòng riêng khá sớm với một vài kỹ năng cơ học như biết đi xe đạp, biết đi chợ mặc cả, biết tự úp mì ăn một mình, v.v... đã được cha mẹ khen là "*Tự lập sớm!*".

Nếu bạn hiểu khái niệm *tự lập* chỉ là những kỹ năng cơ học khá đơn giản như tự đánh răng, rửa mặt, làm vệ sinh cá nhân, thì quả là cách hiểu rất nông, mà bỏ quên bản chất cốt lõi, giá trị cốt lõi cần giúp đứa trẻ đạt tới.

Tôi từng gặp nhiều cháu ngủ tách mẹ sớm, thế nhưng, ngay cả với những kỹ năng cơ học, thì sự thực hành của bạn ấy cũng chỉ mang tính *hình thức*. Dù là con gái của một gia đình trí thức trung lưu lớp trên, bạn ấy vẫn bị hôi miệng vì sâu răng, điều này rất ảnh hưởng đến hiệu quả giao tiếp xã hội; tóc tai bù xù, vụng về trong ứng xử sao cho đúng với một thiếu nữ được dạy dỗ chu đáo.

Tôi tìm hiểu, thì được biết, bạn ấy đánh răng, rửa mặt, làm vệ sinh thân thể, v.v... rất qua loa, không đúng kỹ thuật: "*Vì mẹ cháu chỉ nhắc, chứ không làm mẫu, không hướng dẫn cụ thể ạ! Cháu tự làm thôi*". Do đó, bạn trẻ ấy thiếu sự tinh tế, khéo léo, thuần thực, đôi khi bộc lộ sự vô duyên khá đáng tiếc, do không được người mẹ uốn nắn, chỉ dẫn thường xuyên, bền bỉ suốt quá trình lớn của bạn ấy.

Không tách con ngủ riêng sớm là một thách thức đối với tình yêu vô điều kiện của người mẹ

Đôi khi, bạn chủ động tách con sớm như một cách để tạo khoảng cách cần thiết, một bức tường chắn, che khuất những điều bạn không muốn con bạn nhìn thấy, vì điều bạn dạy con thông qua những giáo điều, lại trái ngược với những gì bạn hành xử.

Chẳng hạn, bạn dạy con phải ngủ đúng giờ, nhưng thực ra, trong phòng riêng của mình, bạn mặc sức chơi game hoặc cùng chồng xem phim người lớn!?

Để con ngủ chung phòng, *Người Mẹ trở nên một tấm gương trong, không góc khuất!* Cô ấy phải luôn luôn nỗ lực sống và sinh hoạt, thực hành những kỹ năng một cách chuẩn mực, trung thực để đưa trẻ bắt chước làm theo! Và, *không một lớp dạy kỹ năng nào sinh động và thuyết phục như việc làm hàng ngày, lời chỉ dẫn hàng ngày của người mẹ bởi đắp lên phẩm chất đưa trẻ!*

Để đưa trẻ ngủ chung với mẹ, không chỉ là cách để trẻ lớn lên trong an hòa, học được nhiều kỹ năng một cách tự nhiên nhất, mà chính là cách để bạn nỗ lực trưởng thành, sống chân thật tràn đầy trong từng hành vi cuộc sống!

Có bạn phản ứng khi tôi chủ trương không nên cho trẻ ngủ tách mẹ sớm như sau: Chẳng may bố mẹ bị chúng bắt gặp khi đang “yêu” thì làm thế nào ạ? Giải thích là một hiện tượng sinh lí ạ?

Xin các bạn hãy bình tâm để tránh bị rơi vào *cái bẫy* của *thói quen nguy hiểm* đang thịnh hành ở Việt Nam. Tức là, bạn không nhìn vào vấn đề trọng tâm của bài viết, bạn không dành thời gian suy ngẫm để thấu đáo vấn đề của bài viết, mà bạn rất nóng vội chuyển hướng sang một vấn đề khác bạn quan tâm hơn.

Sự nóng vội đó, dễ khiến có cảm nhận, bạn lấy quan hệ vợ chồng là trung tâm của cảm hứng gia đình, trong khi đó việc “*đồng hành dẫn dắt những đứa trẻ*” trong vai trò là *Người Thầy đầu tiên* của cha mẹ, đã bị bạn xem nhẹ.

Thực ra, hạnh phúc gia đình phải được nhìn trong sự hài hòa, thấu hiểu, trí tuệ và bền vững. Do đó, mọi suy nghĩ và hành vi cấu tạo trong lối sống, đương nhiên sẽ phải trả giá!

Nếu bạn được thuyết phục việc không nên tách trẻ sớm là rất quan trọng cho sự trưởng thành bền vững, hài hòa, an ổn, tràn đầy tình yêu của đứa trẻ, vậy thì, mỗi gia đình, mỗi cặp vợ chồng

chắc chắn sẽ có những giải pháp khoa học, hợp lý tùy theo điều kiện kinh tế mỗi nhà.

Chẳng hạn, nếu gia đình bạn có điều kiện kinh tế mạnh, ngoài chuyện trẻ có phòng chơi riêng, bố mẹ cũng nên có hai phòng riêng, thông báo công khai tối nào con ngủ cùng mẹ, tối nào thì “*bố được phép ngủ cùng mẹ*”, tạo nên tính dân chủ, được bàn bạc và cởi mở, vui vẻ, dí dỏm!

Người Đức có câu: *Hãy thuyết phục tôi vì sao tôi nên làm việc này! Những vấn đề còn lại sẽ không còn là trở ngại với tôi!*

Do đó: Một đứa trẻ, mà ngay ở giai đoạn nhũ nhi không được mẹ cho bú, không được mẹ ngủ cạnh ôm ấp, vuốt ve vỗ về, thủ thỉ những lời ngọt ngào bên tai, thì trong vỏ đại não sẽ liên tục tiết ra hoạt chất dẫn xuất thần kinh, báo động liên tục về tình trạng thiếu an ổn. Đây là cơ chế của *Mẹ Thiên Nhiên* - bạn không có cách gì can thiệp được ngoài việc thuận theo chỉ dẫn của *Mẹ Thiên Nhiên*.

Đứa trẻ chưa đủ năng lực tư duy, năng lực ngôn ngữ để giải bày, bạn thì hành động theo số đông, nên đứa trẻ rơi vào não trạng lo lắng triền miên. Đến 4 - 5 tuổi, sau một vài lần chất vấn, được cha mẹ trả lời như đoạn hội thoại trên, khiến đứa trẻ hình thành trong suy nghĩ một hành trình lón đầy cô đơn, hướng ngoại, hướng kết nối người khác giới sớm và hệ lụy là một xã hội đầy áp cảm hứng dục tính, tổn thương, bất an và mơ hồ triền miên!

Lợi ích của việc đưa trẻ được ngủ cùng mẹ

♥ Đứa trẻ được ngủ cùng mẹ thường an ổn, bình tâm hơn do bản năng an toàn sinh tồn được đảm bảo đúng quy luật của *Mẹ Thiên Nhiên*.

♥ Đứa trẻ được ngủ cùng mẹ nghĩa là nó được sử dụng chung không gian ấm áp, nó được mẹ huấn luyện các kỹ năng cuộc sống rất kịp thời, ngay trong những tình huống xảy ra như: rửa mặt, đánh răng, sắp xếp đồ dùng, chải đầu, tắm gội, v.v...

♥ Đứa trẻ được ngủ cùng mẹ sẽ đồng thời học được những

giao thức tình cảm, gắn kết mối quan hệ mẹ con, gia đình bền vững hơn rất nhiều.

♥ Đứa trẻ không bị tách mẹ sớm, sẽ có hiểu biết về giới tính một cách tự nhiên ngay khi còn rất bé, thông qua những sinh hoạt tự nhiên, không khiên cưỡng, không gây sốc. Ví dụ, bé gái sẽ nhận ra cơ thể nó khác với cơ thể mẹ như thế nào? Và mẹ nó sẽ rất tự nhiên để giải thích đến năm 18 tuổi thì cơ thể con sẽ giống mẹ!

Bé trai, dưới 3 tuổi vẫn nên ngủ cùng phòng với mẹ, nó cũng có được quan sát về sự khác nhau giữa cơ thể nó với cơ thể mẹ. Và người mẹ có thể rất thoải mái để giải thích với nó rằng, những khác biệt ấy chính là dấu hiệu để phân biệt con là con trai, mẹ là con gái!

Sang tuổi thứ 4, bé trai nên ngủ cùng bố. Sự gần gũi sẽ kết nối hai người đàn ông, việc kết nối được chủ động tạo ra từ sớm, khi bé còn nhỏ sẽ thuận thực, tự nhiên và dễ dàng hơn. Điều này cũng khuyến khích giao thức tình cảm, sự cởi mở giữa bố và con trai một cách tự nhiên, ngay khi đứa trẻ chưa hình thành cá tính riêng rõ rệt, là cơ sở để người bố hướng dẫn con trai những điều cần thiết khi trẻ đến tuổi dậy thì.

Ví dụ: hiện tượng cương cứng của dương vật vào ban mai có thể được người bố giải thích cho con trai một cách dễ dàng vì cả hai cùng trải nghiệm mỗi sáng.

Bé gái được ngủ cùng mẹ, bé trai được ngủ cùng bố, khiến chúng cảm nhận sự kết nối, gắn bó tự nhiên và mô hình gia đình toàn vẹn, an ổn.

Đương nhiên, quá trình được ngủ cạnh bố hoặc mẹ khiến đứa trẻ được bồi đắp lòng tự tin vào bản thân, vì cảm nhận sâu sắc được cha mẹ thương yêu và bảo vệ. Điều đó khiến chúng sống cởi mở hơn, bộc lộ bản thân nhiều hơn, trao cho cha mẹ nhiều hơn những cơ hội để hướng dẫn chúng kỹ năng sống hiệu quả; cũng như dễ hơn trong việc dẫn dắt chúng thấu đáo về giới tính thông qua việc giải thích những hiện tượng sinh lý hàng ngày mà chúng gặp phải, ngay từ khi còn bé.

Những giao thức qua lại đầy tình cảm, thân thuộc, những lời chỉ dẫn kịp thời ngay khi hành động của trẻ đang diễn ra, sự va chạm thường xuyên với cơ thể cha, mẹ một cách rất tự nhiên, những cử chỉ âu yếm, vuốt ve, vỗ về của cha mẹ thực hành hàng ngày, giúp xả bỏ hết nguồn năng lượng (nhân điện) trên da, tạo cảm giác bình an.

Ngược lại, nếu nguồn nhân điện này bị tích tụ lâu ngày, gây nên tình trạng căng thẳng giới tính, sẽ dễ tạo luồng xúc cảm tựa như luồng điện. Cú “sét” xúc cảm khi đụng chạm với người khác giới là nguyên nhân gây ra những cơn “say nắng” khó lòng kiểm soát đối với trẻ, khi chúng bước vào giai đoạn dậy thì.

Được cha mẹ thấu hiểu cơ chế sinh lý của tuổi đang lớn, dẫn dắt ân cần và tự nhiên, liên tục, thì quãng tuổi “nhạy cảm” này sẽ trải qua một cách nhẹ nhàng, bình yên, để lại những dấu ấn đáng yêu.

Mấy tuổi thì trẻ nên được tách ngủ riêng?

Đương nhiên, ngay khi trẻ lọt lòng, bạn nên tạo một góc không gian riêng cho đứa trẻ. Bạn và mọi thành viên khác nên tôn trọng không gian đó của trẻ - một không gian gần gũi, không khuôn cứng, đóng kín, cách biệt, khiến đứa trẻ cảm nhận được mô hình gia đình là không gian tình cảm liên kết, gắn kết, sự phân chia mang tính gián cách, vừa tinh tế, vừa khá mạch lạc, không mơ hồ.

Cô bé Minh Khuê được mẹ thiết kế một căn phòng riêng rất xinh xắn và cô bé được thỏa sức bày biện, thể hiện mọi ý tưởng trong căn phòng “thần tiên” đó. Điều duy nhất mẹ thường nhắc nhở là sự bừa bãi hay cầu thả, nếu có. Cô bé vui chơi, học tập, đọc sách, ngủ trưa, v.v..., nhưng tối đến lại rúc lên giường của mẹ và hai mẹ con cười đùa khúc khích, trước khi cả hai đi vào giấc ngủ êm ái.

Bạn luôn chuẩn bị một khoảng riêng tư cho đứa trẻ, nhưng không ép buộc chúng ngủ tách vào bất kỳ thời hạn nào. *Bạn cứ sống tràn đầy, hướng dẫn chu đáo, ân cần, tình thương và trí tuệ, đến một ngày, đứa trẻ thấy hoàn toàn an ổn, nó sẽ tự tách bạn.* Có bé gái sẽ

tách mẹ khi 6 tuổi; có bé trai sẽ tách bố khi 6 - 7 tuổi; nhưng có bạn, đến khi đi du học mới tách mẹ, như Minh Khuê.

Như vậy, thời gian nào trẻ tự nguyện tách cha mẹ là tùy thuộc vào từng cá thể, tuy nhiên, bạn sẽ hoan hỉ vì đó là một quyết định mang *tính tự nguyện*, được đưa trẻ đưa ra khi nó tự nhận thấy những phẩm chất của bản thân đã vững vàng hơn theo năm tháng.

Đó là con đường *thuận theo tự nhiên*, từ ái và nỗ lực không mệt mỏi của cha mẹ vì sự lớn khôn khỏe mạnh của những đứa con yêu.

Ghi chú: Tôi dẫn lại lời chia sẻ chân tình của một bà mẹ trẻ trên Facebook về những hồi ức ấu thơ từng bị ngủ tách mẹ sớm:

"Minh có em lúc 2 tuổi. Từ đó mình ngủ với bà nội cho đến khi bà mất thì ngủ một mình. Em gái được ngủ cùng cha mẹ đến 8 - 9 tuổi.

Thật sự rất nhiều đêm thèm ngủ cùng mẹ, cùng em xem cảm giác thế nào. Trong đầu luôn luôn hỏi vì sao em được như thế còn mình thì không? Có hôm nằm chơi cùng, mình giả vờ ngủ quên để được ngủ chung. Nhưng lại bị... ẵm sang trả bà nội. Nằm trên tay để ẵm về phòng bà mà lòng vỡ vụn nhưng chẳng dám xin.

Giờ đến lớn, mình vẫn không thể nào gần gũi mẹ bằng em gái. Kí ức tuổi thơ chủ yếu gắn với hình ảnh của bà. Giờ mỗi lần mình về quê, việc đầu tiên là lại bàn thờ bà thấp nén nhang, dâng lên bà món quà bà thích ăn nhất...

Có lúc tự trách mình không được như thế nữa. Nhưng hôm nay đọc được bài của chị Hồ Thị Hải Âu, cảm thấy được trải lòng, được soi sáng vì sao mình như thế.

Thuận theo tự nhiên chưa bao giờ là sai!"

Huấn luyện cho con phẩm chất của chim đại bàng

*Nếu là tình yêu tràn đầy, hãy để tình yêu bay đi!
Yêu con bằng tình yêu tinh thức - xác định việc
huấn luyện hoàn tất và giúp con cất cánh
ngay từ khi con còn thơ bé!*

Một cô bé đã nhặt về chú chim non bị rơi khỏi tổ. Chú chim run rẩy, mong manh và khó lòng sống nổi khi thiếu đôi cánh ấm áp chở che của chim mẹ. Thương cảm và bao dung, cô bé ấp chú chim non vào ngực mình, truyền hơi ấm và tình yêu của mình cho nó.

Đồng cảm với tấm lòng từ ái của cô bé, người mẹ ra sức hỗ trợ cô con gái nhỏ chăm sóc cho chim non.

Cô bé đặt tên cho chim non ấy là “*Tình Yêu*”.

Ngày lại ngày, *Tình Yêu* cứng cáp hơn. Những chiếc lông mọc dần, phủ kín thân thể, mượt mà, khỏe khoắn, hứa hẹn một ngày không xa nữa, chú sẽ tập bay và biết bay như bao con chim kiêu hãnh khác. Một hôm, nhìn thấy cô bé đang loay hoay đan chiếc lồng để nhốt *Tình Yêu*, mắt ngấn nước, nghẹn ngào nói: “*Con phải nhốt Tình Yêu lại, nếu không Tình Yêu sẽ bỏ con mà bay đi mãi mãi*”.

Người mẹ liền cúi xuống, ân cần nói với con gái:

“Nếu thực sự là một tình yêu lớn lao và tràn đầy, một ngày nào đó, con phải để “*Tình Yêu*” của mình bay đi, vì bầu trời là khát khao và hạnh phúc của *Tình Yêu* con ạ! Hãy can đảm lên, cho dù điều đó khiến con đau khổ thế nào! Một ngày không xa, mẹ cũng sẽ dành cho con một tình yêu như thế con gái ạ!”

Câu chuyện này, mẹ đã viết trong nhật ký cho chính mình hơn 12 năm về trước. Bao nhiêu năm qua, mẹ quán chiếu tâm mình trước chính điều mình viết ra, để mẹ can đảm hơn, soi sáng con đường mẹ đồng hành cùng con, miệt mài hướng dẫn và vững tâm trên con đường ấy.

Hãy bay đi trên đôi cánh hân hoan và bình yên, con yêu nhé!



Đại Bàng con



Trước ngày chia tay mẹ để sang Harvard, khi được hỏi về tâm trạng và suy nghĩ trong những ngày xa mẹ, xa Tổ quốc sắp tới, Minh Khuê đã nói rất xúc động:

“Ngay từ khi còn bé, mẹ em luôn dạy em rằng, Đại Bàng - loài chim can đảm và dũng mãnh. Loài chim có sải cánh rộng nhất, có tầm mắt tinh tường nhìn xa trông rộng, là loài chim bay cao và bay xa nhất. Nhưng đó cũng là loài chim luôn biết tìm đường trở về đỉnh núi - nơi nó được sinh ra!”

Có lẽ, hình tượng đẹp đẽ, sâu sắc đó, đã hình thành và được bồi đắp trong tâm hồn Minh Khuê, từ ca khúc mà cô bé được mẹ dạy hát từ khi lên 5 tuổi và trở thành bài hát truyền thống của gia đình. Chúng tôi hát lên giai điệu này trong mọi cơ hội gần nhau, gặp mặt, hội ngộ hay chia tay, như là cách bồi đắp lòng kiêu hãnh vươn lên của những thành viên trong tổ ấm: “Bay lên đón mặt trời, đại bàng con hãy vút cao, qua núi đồi, hãy lướt tới bao chân mây. Dù ngàn bão tố nơi đây, vượt hiểm nguy với bao thác ghềnh, niềm thương yêu nâng cánh chim đẹp tuyệt vời”.

Đại Bàng Con (Dân ca Nga)



Chương 2

TỪ BỎ THÓI NGỤY BIỆN
VÌ ĐỨA TRẺ CỦA BẠN CẦN ĐƯỢC
HƯỞNG MỘT TÌNH YÊU TUỆ GIÁC!

“Xây đắp niềm tin” - cơ chế của bản năng tự vệ

Khác với các loài động vật cao cấp đã có đời sống xã hội bầy đàn mà ở chúng, những nguyên tắc bầy đàn được mỗi cá thể thực hành dựa trên bản năng sinh tồn, dựa trên năng lực nhạy bén, nhạy cảm của các giác quan, con người cá nhân, trong mối liên kết với xã hội của mình, rất nhiều phần dựa vào những niềm tin. Niềm tin có giá trị như một công cụ, giúp cá nhân phân biệt và kết nối xã hội. Do đó, *xây đắp niềm tin - là cách thức mang tới cảm giác an ổn*: khi bạn tin vào ai đó, vào điều gì đó, bạn cảm thấy an ổn, vui vẻ; ngược lại, khi mất niềm tin, lập tức bạn rơi vào cảm giác bất an, lo lắng và cơ chế tự vệ của bản năng sinh tồn được huy động ở mức báo động, kích hoạt và sẵn sàng tham chiến. Như vậy, cơ chế niềm tin là cơ chế của bản năng sinh tồn, bản năng tự vệ.

Niềm tin dựa trên sự nhận thức khách quan bằng tuệ giác khoa học - đó là niềm tin được thắp sáng từ bên trong nội tâm - nội lực; là vẻ đẹp của “cái tôi” khiêm nhường, nên nhận thức và hiểu biết khách quan được thấm vào bản thể; niềm tin dựa trên sự can đảm tự phủ định cái chưa thấu đạt để đón nhận sự thấu đạt sâu sắc hơn - để hiểu biết luôn là một dòng chảy tươi mới, lấp lánh, không tù đọng. Do đó, niềm tin của tuệ giác là niềm tin dựa vào sự khai mở hiểu biết và tôn trọng quy luật của tự nhiên, quy luật của khách quan.

Ngược lại, nếu niềm tin chỉ dựa trên những chuẩn mực có sẵn, được quy nạp bằng lối nghĩ cảm tính, chủ quan, niềm tin dựa vào những thói quen “*quy định thế giới bên ngoài*” trong cái hiểu thô sơ của bản thân - rồi đem những hiểu biết chủ quan ấy đồng nhất với

chân lý khách quan, thì niềm tin ấy chính là cái nôi nuôi dưỡng thói ngụy biện, đồng thời, nó đóng chặt mọi cánh cửa, khiến trí tuệ cá nhân không thể vươn xa và tâm hồn không bao giờ có được tự do dựa trên nền tảng của sự thấu đạt chân lý khách quan!

Xã hội Việt Nam còn hằn sâu dấu vết lịch sử dài lâu sau đây:

Tập quán canh tác tiểu nông, manh mún; khoa học cơ bản, khoa học thực tiễn đa ngành không phát triển, không có đỉnh cao; không có hệ thống triết học, tinh thần triết học rất mờ nhạt; xã hội nhiều nghìn năm không có tinh thần học thuật đích thực nên tâm lý xã hội lâu nay mang cảm hứng cảm tính, duy tình, thiếu lý trí, mọi kiến thức xã hội hay ứng dụng sản xuất chủ yếu theo con đường truyền kinh nghiệm, áng chừng, không tường minh, lâu dần tạo nên lối tư duy khá mơ hồ, đại khái.

Chế độ phong kiến tập quyền lưu cữu, vua trở thành cha mẹ muôn dân, độc tôn, nên vua và lời vua đồng nghĩa với chân lý không bàn cãi. Từ chỗ áp đặt, hăm dọa trừng trị tàn khốc đến chỗ tâm lý cộng đồng quy thuận hoàn toàn, lâu dần biến thành tâm lý “*sùng bái cá nhân*” mê muội.

Sự học trong xã hội Việt Nam từ nghìn đời vẫn chỉ là “*tâm chương trích cú*” di cảo, phát ngôn của vua chúa, thánh hiền, nên không có nền tảng nào cho tinh thần sáng tạo, phản biện khoa học được nảy nở. Căn bản, phần đông người Việt hay lo nghĩ theo những quy chuẩn định sẵn, quy ước cộng đồng hương xã, v.v..., do đó, mỗi cá nhân thiếu năng lực và lười tư duy độc lập.

Trong một xã hội với những đặc tính kế thừa thói quen nghĩ theo khuôn mẫu, đóng, thiếu dân chủ, thiếu cởi mở, thì rõ ràng “*niềm tin*” của mỗi cá nhân, cũng như của cộng đồng, chủ yếu dựa trên những quy ước, quy chuẩn định sẵn, có sẵn, tù túng.

Từ cô vẹt xấu xí, tôi biến thành nàng thiên nga!

Ngày tôi 18 tuổi, tôi đã có một đóa hồng tình đầu rất thom tho. Ấy là khi một bạn trai “say nắng”.

Có lẽ, bạn ấy say tôi vì tôi rất khác biệt với bạn ấy: Bạn ấy cao lớn, tôi thấp bé. Bạn ấy nông nghênh, nghịch ngợm, tôi lại rụt rè. Bạn ấy lười học ham chơi, còn tôi rất chăm học và chăm làm việc. Bạn ấy là người Hà Nội phố cổ, còn tôi là người xứ khác về định cư.

Hai năm đầu cấp Ba, tình bạn của tôi và bạn ấy cứ chông lón, cứ chua chát như trái ổi, trái sung ương, dù ngày nào cũng có ý đợi, để nhìn thấy nhau cuối con phố nhỏ. Trong khi, hội của bạn ấy thường tìm có réo gọi tôi là “con ngõ nhà quê” thì tôi nghe bạn ấy gây gổ với họ “kệ nó, chúng mày để cho nó yên!” - và tôi ghi nhận lời nói thô kệch ấy của bạn là một sự bênh vực và triu mến!

Thế rồi, tôi đã dành cho bạn ấy nụ hôn môi đầu đời khi tôi là sinh viên năm thứ nhất. Nụ hôn vụng dại, nhưng thom tho, ngọt ngào tuổi mới lớn, mãi còn trong tim tôi như một báu vật đẹp đẽ. Nhưng, có lẽ nó đẹp mãi, bởi ngay sau đó, bạn ấy đã rời xa tôi.

Bạn ấy đi rất xa và biệt biệt không một hồi âm nào cả. Tôi đã rất buồn. Tôi đã khóc trong những hoàng hôn, khi nhìn về phía mà ngày ngày bạn ấy vẫn đi về từ hướng đó.

Nhưng, cũng trong những khi lặng lẽ ngồi nhớ bạn, tôi chợt nhận ra một hiểu biết rất sâu sắc rằng: “Bạn ấy đã rời xa tôi, vì một điều sâu thẳm, rằng tôi không thật xinh xắn và ngọt ngào như bao bạn gái khác cùng lứa. Bạn ấy thương mến tôi, nể phục ý chí, nghị lực và sự ngoan hiền của tôi... Nhưng tình yêu đối với bạn trai còn

rất cần ở bạn gái sự duyên dáng, xinh xắn, ngọt ngào nữa. Mà lúc ấy, những vẻ cuốn hút về hình thức thì tôi chẳng có gì”.

Ngày ấy, tôi là một con gà tây tồ tếch, béo chũn chũn, đen nhem nhem, mặt mũi đầy nốt mụn trứng cá, tóc tai cắt ngắn cũn cỡn lại cháy nắng, khét lẹt vì ít gội.

Nhận ra hiểu biết này, tôi càng buồn hơn, có chút tủi thân. Và đau khổ thì rất nhiều.

Nhưng hiểu biết ấy cũng giúp tôi sáng suốt để sống có nghị lực, có ý thức trau dồi bản thân hơn. Tôi đào bới trong mọi thư viện, tìm kiếm những hiểu biết khoa học thông qua những tài liệu, tạp chí khoa học, thông qua những người có chuyên sâu thuộc các lĩnh vực khoa học thực hành ứng dụng.

Dần dần, bằng nỗ lực không ngừng, tôi chữa lành những nốt mụn trứng cá, tôi tìm lại nước da trắng trẻo bầm sinh cho gương mặt. Tìm lại mái tóc màu hạt dẻ mềm mại mà cha mẹ cho tôi khi sinh thành. Tôi chăm chỉ tập thể dục, lắc vòng, bơi lội để tạo vòng eo thon thả.

Tôi dành nhiều thời gian đạp xe đạp để khắc phục nhược điểm đùi bé. Tôi tập nói âm vực sâu để chữa thói quen nói giọng bẹt. Tôi tập đi để có dáng đi thẳng, lưng thẳng, đầu gối duỗi thẳng mỗi khi bước. Tôi tập cười nhiều hơn. Tôi nghiên cứu về nghệ thuật cắm hoa, nghệ thuật ẩm thực, kiên trì thực hành hàng ngày thói quen thực dưỡng. Tôi đọc nhiều sách tâm lý học phương Tây ứng dụng để khai mở hiểu biết nội tâm, khai mở hiểu biết về sự chuyển biến nội tâm và sinh lý bản thân.

Và, chính những hiểu biết khoa học tường minh phương Tây, những gợi ý của các nhà khoa học phương Tây, đã dẫn dắt tôi tìm về với triết học của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni trong sự hiểu biết, thấu đạt có lý giải khoa học thuyết phục, nên tôi dần có được tâm thế an hòa, không mê muội, mơ hồ. Tôi thực hành tất cả trong sự kiên trì, khiêm nhường lặng lẽ.

Tôi đã từng chút trưởng thành để đến một ngày, một ngày sau đó 4 năm, tôi trở thành nàng thiên nga xinh xắn.

Như vậy, sự thất bại trong mối tình thoáng nhẹ đầu đời, con sang chấn tâm lý vì bị bỏ rơi khi chớm 18 tuổi, thực sự, đã là một con sốc điện giúp tôi tỉnh thức.

Tôi đã may mắn không rơi vào cái bẫy nguy hiểm, tôi đã không đổ lỗi cho bạn ấy phụ bạc tôi. Tôi đã không ôm khư khư nỗi hận tình vào lòng mà tự nhìn nhận những hạn chế của bản thân một cách thực tế nhất. Vâng, tôi đã mổ xẻ những hạn chế của mình, tôi nhìn nó, quan sát nó, rồi tìm mọi giải pháp để dần khắc phục, chuyển hóa.

Bạn có biết vì sao tôi kiên trì, bền bỉ để khắc phục những hạn chế của bản thân không? Vì tôi rất yêu đời! Vì tôi rất yêu bạn ấy. Dù không nghĩ rằng, tôi sẽ gặp lại bạn, nhưng tôi luôn muốn bạn ấy hiểu rằng: Bạn - mối tình đầu hoa hồng Hà Nội của tôi - mối tình thương mến đó, nụ hôn thơ ngây và sự chia tay bất ngờ, đã làm tôi trưởng thành nhiều lắm; đã giúp tôi nhận ra một chân lý sâu sắc:

Đừng đổ lỗi! Hãy khiêm nhường nhìn lại bản thân, hãy khiêm nhường học hỏi, hãy nỗ lực hành động, hãy bền chí, hãy tin tưởng vào việc mình làm khi đã có thấu đạt của nhận thức. Đến một ngày nào đó, một ngày không khác mọi ngày thường, bỗng nhiên, bạn nhận ra phẩm chất trong bạn được chuyển hóa tuyệt vời, bạn được nâng lên ở một tầng nấc cao hơn cả về nội lực, nội tâm và hình hài bên ngoài.

Vâng, tôi đã không cam lòng chấp nhận “niềm tin có sẵn”, hình hài có sẵn một cách thụ động, không chấp nhận nghĩ theo lối mòn vốn được nhiều ủng hộ trong xã hội. Tôi đã lắng nghe tâm hồn, lắng nghe nỗi tổn thương của bản thân, lắng nghe rất thành thực, đau thành thực mà không đổ lỗi - để rồi tôi nỗ lực vươn lên, khiêm nhường học hỏi. Để rồi, có một ngày, soi mình vào bóng nước dòng Hồng Hà dưới chân, tôi nhận ra mình - cô vẹt bầu xấu xí đã biến thành nàng thiên nga, theo nhiều nghĩa biểu dụ của ví von này!

Con đường tự tỉnh thức, tự giải phẫu bi kịch, không đổ lỗi ngoại cảnh, khao khát khai phóng tuệ giác bản thân và luôn nỗ lực với niềm tin có minh chứng khoa học - đó là con đường của “cảm nhận nội lực sâu sắc và tràn đầy hoan hỉ” mà tôi đang bước!

“Sự thật - chân lý” thường khắc nghiệt và khó chấp nhận

Thế đây, bạn có đồng ý với tôi không, rằng phần lớn sự thật và chân lý không hẳn là điều dễ đón nhận và nhìn nhận trong tình táo và tuệ giác. Do đó, nguy hiểm càng trở nên sắc bén, hữu dụng như liệu pháp an thần dành cho người đang bệnh, giúp cảm thấy dễ chịu thoải mái hơn, dù thực bệnh không bao giờ được chữa lành bởi thuốc an thần.

Một câu chuyện ngụ ngôn thiên rất sâu sắc thế này:

Một đại phú hộ giàu có nhưng hiếm muộn lắm. Phải chữa trị mãi, khi đã ngoài 50 tuổi ông ấy mới sinh hạ được một mụn con trai. Ngày đầy tháng, ông ấy mở yến tiệc thịnh soạn và mời những bạn bè thân giao chí cốt tới ăn mừng.

Có bốn người bạn thân cùng đến bên nội đưa trẻ và nói những lời chúc tụng đẹp đẽ nhất.

Người bạn thứ nhất: “Cậu bé này trông rất khôi ngô tuấn tú, chắc chắn sau này sẽ thông minh học hành thành đạt, đỗ ngôi trạng nguyên!”

Gia chủ nghe vậy lấy làm vui lắm!

Người bạn thứ hai: “Cậu bé này trông rất tướng mạo, uy quyền ẩn sau đường nét đồng ấu, sau này chắc chắn sẽ làm quan to, quyền bính lẫy lừng.”

Nghe thế, gia chủ hết lời xuýt xoa cảm tạ!

Người bạn thứ ba: “Cậu bé này vượng khí tràn đầy, chắc chắn sau này sẽ giàu có không gì đếm xuể, của cải nhiều như nước sông nước biển!”

Gia chủ tấm tắc thán phục sự anh minh của người bạn tốt!

Đến lượt mình, người bạn thứ tư đứng ngắm nhìn cậu bé hồi lâu, mỉm cười bao dung rồi chậm rãi nói: “Cậu bé này có thể có được mọi phẩm chất như ba vị đã nói, có thể cậu bé sẽ thọ đến trăm tuổi, thế nhưng kiểu gì rồi cũng sẽ chết!”

Người bạn thứ tư vừa dứt lời, lập tức gia chủ tím tái mặt mày, nổi giận đùng đùng, họ lao vào xua đuổi người bạn chí cốt bằng mọi lời thóa mạ, sỉ nhục “Cút đi đồ con lợn!”, “Đồ khốn thối tha!” kèm theo cả gạch đá và gậy gộc!

Câu chuyện ngụ ngôn vô cùng sâu sắc, lột tả sự nham hiểm của thói nguy biện và sự yếu đuối hoảng sợ của con người vốn quen sống trong nguy biện, khi tiếp nhận *một sự thực, một chân lý hiển nhiên* nhưng tâm trí cứ dứt khoát kháng cự lại và không chịu thừa nhận.

Ba lời nhận định trên về tương lai đứa trẻ là lối nguy biện đồng nhất thực tại chưa có gì với *“tương lai giả định mơ hồ nhưng huy hoàng”* đã khiến gia chủ cảm thấy an lòng. Trong khi, lời nhận định cuối cùng mang tính tỉnh thức, đúng quy luật sinh diệt, đúng quy luật vòng đời hoàn hảo của con người thì lại trở nên khó chấp nhận!

Câu chuyện ngụ ngôn nhiều tầng nấc ý nghĩa, mỗi lần đọc lại mở thêm cho tôi một nhận thức mới, hiểu biết mới về tính nguy hiểm, nham hiểm của tập quán tư duy nguy biện, bởi nó tạo nên một vòng quyền biến khép kín, tấm tối: nguy biện này cộng hưởng thêm năng lượng cho nguy biện sau, cứ thế nó biến thành vực xoáy, hút mọi suy nghĩ, tâm trí ta xuống vực sâu, không bao giờ có được khả năng khai phóng và cảm nhận phúc lạc của tự do vì thiếu đạt hiểu biết!

Ngụy biện - con rắn hổ mang tráo trở

Trong minh triết phương Đông, tâm trí và sự lắt léo của tâm trí con người được biểu dụ bằng hình ảnh “con rắn”. Hoạt động của tâm trí luôn tự bao biện, ngụy biện chẳng khác nào một con rắn hổ mang độc hại nằm ngay trong não bộ, nó có thể “cắn chết” mọi hiểu biết.

Biểu dụ tâm trí ngụy biện lắt léo nham hiểm như con rắn và khuyên chúng ta dùng phép “quán chiếu tâm” để ứng xử với con rắn như sau:

Chủ động quan sát “con rắn” trong tỉnh lặng, không khởi thêm ý niệm nào, dùng dứt suy diễn => mục đích là bỏ đói, không tiếp thêm “thức ăn” cho con rắn. Đây chính là cách thực hành rất hiệu quả để dùng dứt thói quen ngụy biện mà triết học - tâm lý học hướng nội của Đức Phật khuyên chúng ta.

Diễn đạt nội tâm như sau: Nếu chúng ta không động chạm gì đến rắn (thói ngụy biện) - nghĩa là không bị nó tác động, không bị nó kích động dẫn đến phản ứng ngụy biện tiếp theo => do đó, con rắn (ngụy biện) theo quy luật tự nhiên, nó sẽ đi theo con đường của rắn. Do đó, dù bản chất của rắn (ngụy biện) có độc hại đến đâu cũng chẳng ảnh hưởng gì. Nếu tâm trí thôi không đến gần (ám ảnh, nghĩ đến) hay đụng vào rắn (sử dụng ngụy biện) thì rắn chẳng thể cắn chúng ta.

Rắn hổ mang hoạt động theo bản năng, nó trở nên nhiều năng lượng, bị kích động, nham hiểm, độc tố mạnh khi bị khiêu khích, bị thúc bách và bị đem ra làm công cụ tấn công ai đó. Rắn hổ mang

không bao giờ biết khái niệm trung thành, tương tự như thế, khi bạn dùng “con rắn hổ mang nguy hiểm” để tấn công ai đó, nó lập tức quay lại đồng thời cắn chết bạn.

Bây giờ thì bạn đã thấu hiểu, vì sao minh triết phương Đông biểu dụ sự lắt léo, nguy hiểm của tâm trí bằng hình ảnh con rắn hổ mang. Cơ chế vận hành của thói quen nguy hiểm cũng giống hệt con rắn hổ mang!

Rất nhiều khi, trong cuộc sống, hẳn là bạn từng nghe những lập luận thuyết phục kiểu này:

“Ôi dào, cứ hút thuốc, cứ uống rượu đi, đời đáng mấy mà phải kim hãm khoái khẩu. Đấy cứ như ông A bà B mà tôi quen, sống cực kỳ điều độ, không hút thuốc, không rượu bia thế mà dùng một cái phát hiện ra bị K phổi, K gan là tạch thôi. Đấy, đời có số rồi, đâu phải vì rượu, vì thuốc mà mỗi người một số.”

Đây là dạng nguy hiểm cho những thói nghiện ngập của bản thân. Ru ngủ bản thân khi “nhặt ra” hoặc “vớ” được một trường hợp không phổ biến như người không hút thuốc, không nghiện bia rượu mà vẫn mắc ung thư gan, ung thư phổi để bao biện cho nội lực và nghị lực yếu đuối, không thể từ bỏ những thói quen xấu.

Trong khi làm mạnh lên, nổi bật lên trường hợp cá biệt “có lối sống lành mạnh mà vẫn chết vì bệnh” - đồng thời làm mờ đi những bằng chứng khoa học cho thấy khả năng tăng nguy cơ nhiễm bệnh lên tới 30 - 40% do những tác hại của hóa chất hương thần kinh lên cá thể cụ thể - tức là nguy cơ tăng lên so với chính bản thân anh ta, nếu anh ta không hấp thụ hàng ngày các loại hóa chất hương thần kinh đó!

Hệ lụy: Tự ru ngủ tâm trí bằng một thói quen nguy hiểm, lấy khách quan đánh tráo vấn đề, phủ nhận vấn đề của bản thân, đã dẫn tới số người tử vong, số người có chất lượng cuộc sống thấp kém vì nghiện ngập ngày một gia tăng!

“Ôi dào, học hành cho lắm mà làm gì, nhìn xung quanh thấy toàn những kẻ ít học, ít chữ nghĩa thì đều thành đạt như ông A hay bà B đấy,

*còn như bác mày, dì mày cũng toàn cỡ tiến sỹ, thạc sỹ rồi cũng chỉ là
thằng làm thuê mà thôi."*

Đây là dạng nguy biến đang làm thui chột những tiềm năng phát triển bản thân, làm tha hóa phẩm chất và nội lực của bản thân mà biểu hiện đầu tiên là thái độ tiêu cực, nhụt ý chí và cam phận thấp kém trong hiểu biết. Nguy biến này rất nham hiểm, nó phóng chiếu một mô thức xã hội, một xu hướng tiêu cực của cộng đồng xã hội nào đó, trong một thời kỳ ngắn hạn nào đó, để khái quát thành chân lý đương nhiên: Ít học, ít hiểu biết thì giàu có thành đạt - có học, có hiểu biết chỉ là người làm thuê, nghèo nàn của cải vật chất!

Dạng nguy biến này rất phổ biến trong xã hội hiện tại. Nó thuyết phục tâm trí bằng những trường hợp có thật trong đời sống, khi xã hội còn nhiều bối rối, thiếu mạch lạc. Đồng thời làm lu mờ một thực tế huy hoàng hơn, một thời đại rộng mở, toàn cầu và ước mơ khát vọng của mỗi cá thể có quyền vươn rất xa đến những vùng miền khác nhau, không nhất thiết giới hạn, là thời đại mà những kiểu tự sướng như thế này: *"Ta về ta tắm ao ta, dù trong dù đục ao nhà vẫn hơn!"* không còn giá trị nữa. . .

Nó thuyết phục tâm trí bằng cách: đồng nhất tiền bạc với thành công và hạnh phúc; đồng nhất quyền chức với phúc lạc mà không hay, tiền bạc, quyền lực, vật chất, v.v... là những thành tố, còn phúc lạc là cảm nhận trọn vẹn bao trùm, đòi hỏi nhiều giá trị cốt lõi khác: giá trị bản thân; lòng yêu thương từ ái, ban tặng cho đi; năng lực chung sống khiêm nhường vì hiểu biết, v.v..., tất cả mới thực sự là nền móng bền vững cho cuộc đời hoan hỉ.

Hệ lụy: thói nguy biến này nham hiểm vì nó làm mất niềm tin, mất phương hướng của những thế hệ đang lớn. Lẽ ra, nếu không bị thói quen nguy biến *"ru ngủ, đánh lạc hướng"*, thế hệ trước luôn cảm thấy phúc lạc và sẵn lòng *"cho phép"* thế hệ sau đứng lên vai mình, coi thành tựu, hay trải nghiệm của cuộc đời là bài học công khai, là hiểu biết cần truyền lại, để chúng có khả năng nhìn nhận thế giới rộng mở hơn, thì ngược lại, chúng bị đóng chặt cánh cửa khám phá

nhận thức bởi những nguy biến đầy tiêu cực và hướng nhìn xuống vực thẳm vô nhận hiểu về bản chất của phúc lạc!

Con rắn nguy biến đang làm suy yếu các thế hệ bởi nó dẫn dắt người nghe đi ngược với quy luật tự nhiên, ngược với xu thế của nhân loại văn minh.

☛ TÌNH HUỐNG NGUY BIẾN

Đấy, bác sỹ thận hần hỏi nhá, ông ấy (bà ấy) có bài viết, phát biểu rõ ràng rằng, thận của trẻ nhỏ chưa phát triển đầy đủ đến khi trẻ tròn 3 tuổi, nên xi đái ị sẽ kích ứng thận làm việc quá sức, sẽ hại thận. Kết luận là không nên xi trẻ mà nên dùng bím, tây nó dùng tốt thế, văn minh thế, có làm sao đâu?

Đây là dạng nguy biến tinh vi, nham hiểm vô cùng. Bao trùm bên ngoài là chiếc áo mang danh khoa học, nó đang làm mạnh lên một chi tiết vốn hiển nhiên không ai phải bàn cãi: cơ thể con người, mọi cơ quan chức năng sống, mọi bộ phận hợp thành, chưa thể hoàn chỉnh cho đến trước tuổi thành niên, đâu riêng gì thận. Mọi bộ phận cơ quan sự sống, trong tính toàn vẹn khăng khít mật thiết không thể bóc tách, có sự quan trọng ngang nhau trước sự sống - đã bị người viết bài cố ý tách riêng làm mạnh lên, để nhấn mạnh và phục vụ cho mục đích quảng cáo: Bím là sản phẩm không thể thiếu khi nuôi trẻ nhỏ.

Những người Mẹ Thiên Nhiên hàng nghìn năm đã sử dụng cách xi đái ị cho trẻ để luyện tập phản xạ có điều kiện cho thần kinh trung ương và não bộ ngày một hoàn chỉnh và thuần thực là một minh chứng. Rằng, chỉ cần sau khoảng 3 - 5 ngày, bà Mẹ Thiên Nhiên đã có được hiểu biết đầy đủ về quy luật ăn, ngủ, ị đái của nữ nhi và cô ấy có sự tự tin tuyệt đối để có thời gian biểu xi đái ị cho con, sao cho đúng với quy luật tự nhiên của đứa trẻ, nhằm giúp đứa trẻ lớn lên trong an lành, tự nhiên, đồng thời huấn luyện bền bỉ cho đứa trẻ sự khỏe mạnh của hệ thần kinh cũng như những nếp hần thói quen mang tính kỹ năng xã hội trong vỏ đại não của đứa trẻ! Đó mới thực sự là một bà mẹ yêu con đầy tuệ giác và thông thái!

Một bài báo núp dưới danh nghĩa khoa học, để ve vuốt thói quen lười biếng, thiếu khoa học và thiếu từ ái. Nghiêm trọng hơn, nó nguy hiểm để phục vụ cho chiến lược mở rộng kinh doanh sản phẩm thương mại. Đây là thói nguy hiểm nham hiểm có chủ đích, rất đáng vạch mặt và lên án. Vì nó tinh vi, nên nó có thể thuyết phục và khiến nhiều người nhầm tưởng đó là chân lý. Trong trường hợp này, quả đúng là *“Con rắn nguy hiểm đang quay lại nhả nọc độc vào đời sống một cách nhẫn tâm và tàn ác”!*

Nguy hiểm - thói quen đang rất phổ biến, và có chiều hướng chuyển thành *“chân lý đương nhiên”* khá thịnh hành trong tâm lý xã hội.

Nhìn nhận từ lợi lạc cho bản thân và chất lượng cuộc sống, nguy hiểm thực sự là *“con rắn hổ mang”* tráo trở, phản chủ, nó đang dẫn dắt những cá nhân đi trên con đường lắt léo, nó dụ dỗ tâm trí thối và ngấm độc tố của nó như một thứ thuốc an thần, nó đang làm sự hiểu biết của chúng ta ngày một thấp kém hơn.

Để dạy con, tôi quyết tâm cai nghiện thói ngụy biện như thế nào?

Có phải con là nguyên nhân làm mẹ vất vả?

Đây là câu quen thuộc mà các bậc cha mẹ thường nói với đứa trẻ của mình, hoặc chia sẻ với nhau như là cách giải bày rằng, chúng ta đã rất nỗ lực để tạo dựng hạnh phúc cho con cái:

- Bây giờ chúng nó sướng, muốn gì được nấy! Đúng là chả có gì sướng bằng trẻ con, chả phải lo nghĩ gì?

- Con thử nhìn lại mình đi, bố mẹ thì làm việc đầu tắt mặt tối để kiếm tiền cho con ăn học, con còn muốn gì nữa, sướng thế còn đòi hỏi gì nữa?

Và, bản thân tôi từng một lần nghe Minh Khuê, lúc ấy 8 tuổi, thú thỉ bên tai, khi hai mẹ con đã lên giường ngủ: “Mẹ ơi, có phải vì con sinh ra mà khiến mẹ khổ và vất vả không hả mẹ?”.

Tôi chết lặng.

Giây lát, tôi hiểu, mình đã làm điều gì đó sai lầm trầm trọng, khiến con bé cảm thấy có lỗi, nó nghĩ mình là nguyên nhân khiến mẹ vất vả. Tôi trấn tĩnh, hồi lâu rồi ôm chặt con vào lòng, nói ân cần: “Con yêu, mẹ đã làm con buồn và nghĩ sai rồi. Thực ra, con chính là nguồn hạnh phúc, là nguồn sức mạnh của mẹ. Con khiến mẹ thấy sống là rất ý nghĩa vì mọi việc mẹ làm đều vì mẹ rất yêu con! Nhưng có lẽ mẹ hay cáu kỉnh, hay than vãn trước mặt con nên con đã nhầm tưởng rằng, vì con mà mẹ vất vả. Mẹ xin lỗi con nhé, con gái của mẹ!”

Đêm ấy, tôi đã khóc. Sau đó tôi vào phòng tắm, rửa mặt. Nhìn sâu vào ánh mắt của mình trong gương, tôi tự độc thoại rằng: *Một người mẹ phải làm gì để yêu con? Phải làm gì để yêu con? Phải làm gì để yêu con?*

Có phải cứ lao đầu vào kiếm thật nhiều tiền? Có phải cứ đáp ứng mọi nhu cầu vật chất để con luôn bằng những đứa trẻ xung quanh? Có phải tôi nên dành nhiều thời gian ở nhà với con?...

Hàng trăm câu hỏi đặt ra. Câu hỏi nào cũng cần tôi trả lời, câu hỏi nào cũng tha thiết, câu hỏi nào cũng không thể bỏ qua. Đứa trẻ cần ở tôi mọi thứ, đó là điều tự nhiên! Ánh mắt tôi trong gương nhìn tôi đầy bối rối. Tôi gục đầu xuống giữa hai tay chống trên bàn rửa, như một cử chỉ muốn buông xuôi... Nhưng rồi, chỉ một thoáng, tôi lại ngẩng đầu. Ánh mắt tôi trong gương chợt khác hẳn, cương nghị và mạnh mẽ lắm, tôi tự hứa: Minh sẽ nỗ lực hơn, sẽ dẫn thân hơn và thôi không đặt ra những câu hỏi rời rạc nữa!

Cuộc sống, tình yêu dành cho con cái là sự toàn vẹn, là tất cả, như cơn mưa rào trường thiên tưới mãi mát lành niềm từ ái lên cuộc đời con trẻ, không bao giờ dừng dứt. Mọi câu hỏi đều chỉ cần một câu trả lời: Mẹ yêu con bằng tình yêu thiên chức, khiêm nhường, hàm ơn vì sự hiện diện của con đã cho mẹ hiểu mẹ là ai trên hành trình sống. Mẹ sẽ thôi không đổ lỗi, không bao biện cho bản thân nữa!

Thế đấy, dù bạn không chủ ý, nhưng mỗi khi mệt mỏi, chán nản, những khi chùng lòng vì bão tố cứ dồn đến trên đôi vai bạn, đôi khi bạn trở nên ngụy biện rất thành thực bằng những lời đổ lỗi, oán thán, than thân trách phận, hằn học ngoại cảnh, khiến đứa trẻ phải hứng chịu, phải đau khổ âm thầm. Và đến một ngày, nó sẽ tự oán trách nó, nó tự buộc trách nhiệm về mọi nỗi cay đắng vất vả mà cha mẹ gặp phải. Nó sẽ triệt tiêu dần tình yêu với bản thân nó. Mà bạn đâu muốn đứa con mình trở nên như thế!

Làm mẹ chủ động và dẫn thân, không đổ lỗi cho xã hội, dù ngoài kia thế nào!

Trong cuộc đời làm mẹ tràn đầy hạnh ngộ, tôi đã trải qua nhiều cuộc sát hạch thẳng thắn của con gái. Sau mỗi lần sát hạch, tôi có cơ hội nhìn lại chính mình. Nhận ra những hạn chế, thiếu khuyết trong phẩm chất của bản thân, để khắc phục. Vâng, chỉ có một tình yêu không điều kiện, tha thiết mới trở thành nguồn động lực mạnh mẽ giúp tôi trưởng thành và sửa chữa bản thân:

*Mẹ cần con để trưởng thành,
Con là sức mạnh trong vành nôi ngoan.
Yêu con để mẹ vững vàng,
Dù con tập bước mẹ càng lớn khôn.*

Sửa chữa thói quen nguy hiểm và đổ lỗi, đó không phải là một việc dễ dàng. Đầu tiên, đó là khả năng tự thú nhận, tự thừa nhận mình mang thói quen đó. Rồi, tôi lần lượt nhìn lại, nhận ra mình đã phải hứng chịu, đã đánh mất bao cơ hội công việc, đánh mất bao mối bạn bè chân tình chỉ vì thói nguy hiểm mà phôi phai mãi mãi. Rồi tôi thay đổi dần dần, từng chút, từng chút một.

Làm mẹ là chắc chắn có lúc mắc sai lầm, nhưng cầu thị thì nhanh chóng tìm được giải pháp sửa chữa và nỗ lực hơn!

Gần đây, trong sự kiện nói chuyện khá lớn với các cha mẹ trẻ ở Hà Nội, một người bố đã thẳng thắn hỏi tôi rằng: Giờ đây, nhìn lại, có khi nào chị nhận ra, mình đã mắc sai lầm trong cách dạy con không? Nếu có thể, chị muốn làm lại điều gì?

Tôi rất ấn tượng với câu hỏi này. Nó làm tôi xúc động. Nó làm tôi như sống lại từng khoảnh khắc đã trôi qua. Hẳn là người bố đó không hay biết rằng, tôi hàm ơn anh ấy đã đặt ra một câu hỏi hay đến thế, bởi tôi tin điều này sẽ giúp tôi chia sẻ kỹ hơn với các bạn!

Tôi đã trả lời người bố đó rằng, trong hành trình làm mẹ, rất và rất nhiều lần tôi đã chân thành, cầu thị nói với con gái bé bỏng của mình rằng: “Minh Khuê, mẹ chỉ là một người mẹ rất bình thường, nên sẽ nhiều khi mẹ mắc sai lầm, kiểu như quát tháo, cáu kỉnh, nhận xét quy chụp. Mẹ biết đó là sai lầm con ạ. Và mẹ muốn con hãy tha thứ những khi mẹ sai lầm, mẹ muốn con bao dung và hãy chỉ ra sai lầm của mẹ. Mẹ cần con giúp đỡ để mẹ ngày một thông thái hơn, đúng đắn hơn trên hành trình đồng hành cùng con đến trưởng thành”.

Thế đấy, sai lầm là điều không tránh khỏi. Năm 2008, trong cuộc phỏng vấn Giáo sư David Dapid, một chuyên gia cao cấp về kinh tế vĩ mô từ trường Harvard sang Việt Nam làm việc, tôi đã hỏi ông: “*Ông bình luận thế nào khi một nước Mỹ tự cho mình là cường quốc lại để xảy ra những vụ đổ vỡ hàng loạt các tập đoàn tài chính lớn?*”

Vị giáo sư đã cười rất hồn hậu: “Sai lầm là điều không thể tránh khỏi nhưng chính năng lực trung thực thừa nhận sai lầm và năng lực tìm kiếm giải pháp tối ưu để sửa chữa của thể chế ấy nhanh hay chậm sẽ phân biệt thể chế ấy mạnh hay yếu.”

Quả thật, câu trả lời của ông khiến tôi ấn tượng mãi, tôi hàm ơn ông vì ông đã cho tôi một bài học lớn để thấu hiểu khái niệm về sự “*khiêm nhường - mạnh mẽ*” là gì?

Tôi đã học tập được từ vị giáo sư đó thái độ cầu thị để dần rèn luyện cho bản thân “*năng lực khiêm nhường - trung thực*” để nhận thấy sai lầm và nhanh chóng tìm kiếm giải pháp sửa chữa. Do đó, đến bây giờ, tôi không cảm thấy phải hối lỗi hay ước ao quay ngược dòng thời gian để làm lại điều gì đó.

Sai lầm, nếu không được nhận thấy, không được sửa chữa, mà lờ đi như nó không tồn tại, thì đó là chúng ta đang nguy hiểm và không thành thực cầu thị với cuộc đời, không thành thực với con trẻ!

Tình yêu con sâu sắc, thành thực, đã giúp tôi học cách khiêm nhường, cầu thị, nỗ lực không ngừng để dần dần bỏ thói quen nguy hiểm. Ôi, thiên chức làm mẹ, thật nhiệm màu!

Từ bỏ dần thói nguy hiểm con đường vàng vọt nội lực

Dừng dứt suy diễn, nghĩa là không tiếp thêm thức ăn cho con rắn nguy hiểm

Quả thật, sửa chữa thói quen nguy hiểm và tập quán tư duy nguy hiểm là một hành trình bền bỉ và không dễ dàng chút nào.

Bởi vì, tôi chỉ là một cá nhân và tôi đang gia nhập cộng đồng xã hội.

Đôi khi, tôi tự thú, tự nhận thức rằng, tôi đang nguy hiểm, đang đổ lỗi cho ngoại cảnh. Nhưng có vẻ như, cảm hứng của cộng đồng lại làm mạnh lên thái độ đó trong tôi. Tôi nhìn thấy xung quanh và nhận ra, phần đông đang hành xử như tôi vậy, kể cả nhiều cơ quan công quyền, nhiều người có ảnh hưởng tầm xã hội, trong đó có không ít là nhà văn, nhà thơ,...

Đâu đâu cũng tràn đầy cảm hứng biện minh và đổ lỗi cho khách quan, ngoại cảnh. Do đó, nếu không có một động lực thật mãnh liệt, bạn khó lòng vùng thoát khỏi thói quen đã trở thành quán tính, thành vết hằn, thành đương nhiên và nguy hiểm hơn, đang là dòng cảm hứng mạnh trong xã hội!

Tôi nhớ, hôm đấy là một ngày tháng 3, năm 1997, một ngày khá ảm đạm. Khi mẹ tôi gọi điện báo “Minh Khuê ho nhiều và sốt”, tôi đã vội vã trở về nhà từ tòa soạn. Đương nhiên, tôi đã dự cảm con gái bị viêm đường hô hấp, vì tháng 3 ở Hà Nội rất ẩm ướt và thời tiết thay đổi thất thường vô cùng. Tôi mời bà bác sỹ quen của gia đình, là chuyên khoa cấp 2 về hô hấp, đến thăm khám cho Minh Khuê.

Sau thăm khám, bà đưa ra một lời khuyên như cú sét giáng xuống đầu người mẹ trẻ: “Em phải chuẩn bị tinh thần chứ tiên lượng của cháu bé xấu lắm. Những đứa trẻ có thể trạng bình thường, cũng mắc phải viêm đường hô hấp các cấp độ đến nặng là viêm phổi trung bình 5 - 6 lần/năm. Bé nhà em đã nhẹ cân sau sinh, lại mắc chứng doãn van thực quản gây nên rối loạn tiêu hóa trầm trọng, rối loạn giấc ngủ... do đó, tình trạng sẽ nguy hiểm và khó khăn hơn rất nhiều”.

Lúc ấy, tôi những muốn gào thét, tôi muốn nhảy bổ vào bà ấy mà cấu xé với niềm tin rằng, bà ấy đang nói những lời xui xẻo, bà ấy độc ác, bà ấy nham hiểm, bà ấy dọa dẫm tôi để tôi hoảng sợ, để tôi lệ thuộc vào bà ấy...

Bao ý nghĩ dội lên đây tiêu cực, hỗn loạn và kích động trong tôi, nhưng hoàn toàn không có ý nghĩ nào hướng tới nhìn nhận hiện trạng và bệnh tình của con bé. Tất nhiên, tôi đã kìm chế, không thốt ra những lời ấy, nhưng lòng tôi như con sóng thần cuộn cuộn.

Khi bà bác sỹ ra về, tôi ôm con vào lòng và cứ thế khóc. Đứa con bé bỏng mới hơn 5 tháng tuổi của tôi, báu vật của tôi nhưng cũng là thử thách gian nan mà tôi đang đương đầu một cách đơn độc. Như một thói quen những khi bối rối, tôi đến một ngôi chùa cổ nằm trên bán đảo Hồ Tây để trấn tĩnh.

Vị trụ trì già thư thái lắng nghe tôi tâm sự trong dàn dựa nước mát, cụ bảo: “Bà bác sỹ đó không có cơ gì để ghét bỏ con như con nghĩ. Đôi khi, sự thật và chân lý thật khó tiếp thu, nhưng nếu con kiên nhẫn lắng nghe trong tĩnh lặng, biết đâu, từ đó con sẽ nhận ra cách để hóa giải hoạn nạn.”

Cụ khuyên tôi hãy quán chiếu tâm mình. Hãy dừng dứt suy diễn, dừng dứt thói quen phỏng đoán và thói quen phán xét, quy chụp.

Cụ khuyên tôi hãy chỉ bám lấy căn bệnh viêm đường hô hấp, tìm hiểu về nó, hiểu về nó rồi sẽ không kinh sợ nó nữa. Cụ nói: “Điều nghiêm trọng không phải ở thông tin mà bà bác sỹ nói với con,

điều nghiêm trọng chính là sự hoảng loạn vô minh mà con đang chìm đắm. Hãy hít thở thật sâu, khoan thai. Hãy thả lỏng và đừng lo nghĩ gì cả. Hãy chỉ nghĩ đến việc tìm hiểu về căn bệnh viêm đường hô hấp và cách phòng ngừa thôi. Chỉ thế thôi!”.

Bằng sự điềm tĩnh thư thái, cụ đã truyền sang tôi năng lượng của sự tĩnh lặng thuần khiết; giúp tâm trí tôi bình lặng khai mở một hiểu biết, đó là: “Sự thật đôi khi rất khó chịu, nhưng hãy kiên nhẫn quan sát nó, đừng suy diễn, đừng bám dính vào câu chữ, đừng hốt hoảng và sợ hãi!”. Đừng vội phản ứng, hãy tiếp tục quán chiếu trong tĩnh lặng...

Chốc lát, theo sự chỉ dẫn của sư cụ, tôi không còn cảm giác cuộn cuộn trong lòng nữa, mọi đợt sóng giận dữ lắng dần, lắng dần trong tôi. Cuối cùng, chỉ một ý nghĩ còn lại, đó là tôi sẽ gặp lại bà bác sỹ với sự cầu thị đích thực vì sức khỏe của con gái mình!

Rời ngôi chùa cổ, tôi đến thẳng phòng khám của bà bác sỹ. Chúng tôi đã có một cuộc trao đổi cặn kẽ về cơ chế bệnh đường hô hấp ở trẻ nhỏ và những yếu tố làm tăng nguy cơ dẫn đến tình trạng nguy hiểm của trẻ. Từ đó, bà là cố vấn sức khỏe cho con gái tôi và chúng tôi trở nên rất gắn bó.

Khi Minh Khuê tròn 14 tuổi, đáng yêu, khỏe mạnh, xinh đẹp, bà ấy đã tặng tôi những lời xúc động, khi nói với Minh Khuê rằng: “Cháu thật may mắn và hạnh phúc vì mẹ cháu là một người mẹ không những rất kiên cường mà vô cùng kiên nhẫn và thông thái”.

Bà ấy, mãi mãi không hay biết rằng, giây phút bà ấy thông báo tình trạng xấu về sức khỏe của con gái tôi, khi nó hơn 5 tháng tuổi, tôi đã thầm si nhục và nguyên rủa bà ấy nhiều đến mức nào.

Nếu như, tôi đã không nhận được sự chỉ bảo của vị thiền sư đôn hậu để dừng dứt những suy diễn, dừng dứt tâm trí lắt léo hốt hoảng, để quán chiếu và nhận thức trọng tâm vấn đề rồi tìm cách tháo gỡ.

Nếu như tôi ứng xử khác đi, thì chắc gì đã có được hiện tại bình yên như lúc chúng tôi ôm nhau, vui mừng kinh ngạc với kết quả

14 năm đầu đời, con gái tôi chỉ phải sử dụng kháng sinh vài lần, liều nhẹ; không sử dụng viên giảm sốt tân dược nào và không để bị nhiễm đi nhiễm lại bệnh viêm đường hô hấp!

Có thể, với nhiều người, đó là chuyện bình thường nhưng với nhiều người khác trong đó có tôi, thì đó là một quá trình chuyển biến của rất nhiều cố gắng, nỗ lực và kiên cường lắm!

Trái tim tự thấp sáng!

Có 4 nhóm yếu tố khiến cho thói quen tư duy nguy hiểm - khiến cho con rắn hổ mang gian xảo, có môi trường thuận lợi để mạnh lên, tinh ranh lên ở xã hội như sau:

Vua - Chế độ phong kiến tập quyền lưu cữu - thứ quyền lực bao trùm xã hội, thao túng cá nhân và lâu dần, với độ dài hàng nghìn năm, đã khiến con người trong tư cách cá nhân mang nặng tâm lý tự ti do sự kìm kẹp tự do tư tưởng từ đời này qua đời khác, đây cũng là môi trường thuận lợi cho tâm lý “*sùng bái cá nhân*” mê muội.

Nền sản xuất tiểu nông manh mún, thâm canh lúa nước, tự cung tự cấp - không phát triển công nghiệp, thương mại, không có nền tảng khoa học, không có tư duy khoa học.

Khổng giáo - Hệ tư tưởng chủ đạo là dạy phép cai trị và thuật cai trị dẫn tới làm thụ động cá nhân; tinh thần triết học không phát triển vì mọi mô hình tổ chức trong xã hội từ gia đình, hương, xã đến chính quyền trung ương đều đã có khuôn mẫu định sẵn, được đồng nhất với chân lý bất biến, tồn tại và được làm mạnh lên hàng nghìn năm nay. Thậm chí, trong thời đại này, vẫn có những ý kiến chính thống ca ngợi hệ tư tưởng này.

Tinh thần xã hội thiếu thành thực, thiếu cởi mở, nội lực mỗi cá nhân thực ra rất yếu ớt, mọi hành xử hoặc suy nghĩ của cá nhân đều mang nặng cảm hứng nhìn ra bên ngoài, học theo bên ngoài, a dua với đám đông.

Từ chỗ tự ti không thể tự quyết và tự chịu trách nhiệm với con đường của riêng mình, nghĩ và hành động theo đám đông dẫn đến

ảo tưởng điều mình làm, mình nghĩ được nhiều người tin theo, được nhiều người đồng tình, do đó tin tưởng ấu trĩ rằng, việc mình làm là đúng, là chân lý. Từ đó, dẫn tới tâm lý ngạo mạn vô thức hồn nhiên, đồng nhất bản thân với chân lý khách quan và từ đó nảy sinh thái độ, cảm hứng phán xét khách quan, ném đá những ai không giống mình, khác biệt mình.

Dẫn đến tâm lý tự ti, tuân phục bao trùm xã hội nhiều nghìn năm, dẫn đến mỗi cá thể thực hành đời sống xã hội thông qua các quy chuẩn có sẵn, *dẫn đến* tư cách cá nhân mờ nhạt, hướng ngoại, nhạy cảm với diễn biến ngoại cảnh, khách quan, *dẫn đến* nội lực nội tâm cá nhân xã hội yếu kém, *dẫn đến* phản ứng theo đám đông để thấy được an toàn, *dẫn đến* thói quen quy chụp, đê bẹp bất kỳ ai đi ngược đám đông, *dẫn đến* biểu hiện trở nên độc đoán, phán xét đầy thiên kiến chủ quan áp đặt, *dẫn đến* trở nên ngạo mạn vô thức, *dẫn đến* xây đắp cái tôi bằng niềm tin có sẵn, *dẫn đến* bảo thủ, cực đoan và kích động.

Và đây là một câu chuyện ngụ ngôn Thiên Chúa giáo sâu sắc, ngụ ý của câu chuyện là nhắc nhở con người hãy dừng dứt thói quen a dua, thói quen hành động theo đám đông, thói nguy hiểm. Những thói quen ấy là “thức ăn” nuôi lớn cái ngã mạn kiêu căng tự đại, cái ngã mạn trở nên tàn nhẫn, độc ác chỉ vì tầm tối, vô nhận hiểu.

Tại thành Jerusalem, có một cô gái trẻ bị lôi tới quảng trường, tay bị trói giết cánh khuỷu vào chiếc cọc. Một đám đông gồm rất nhiều đàn ông, đàn bà đang kích động vô cùng.

Họ toan ném vào người đàn bà tội nghiệp những viên đá, mồm không ngớt la ó: “Ném chết con đàn bà lẳng lơàn ấy đi! Ném chết đi!”

Lúc này, Jesus đi qua đó, bèn hỏi một người đàn bà đang nháy lên hung hãn, đây tức giận: “Chuyện gì thế?”

Người đàn bà này gào lên: “Con đàn bà kia thật đáng chết, nó đi ngoại tình và làm hoen ố thanh danh đàn bà thành Jerusalem”.

Nghe đoạn, Jesus cất tiếng: “Ôi, ta thật đồng cảm với bà!” - Ngài hướng về người đàn bà hùng hổ vừa nãy. Đám đông ngưng bắt.

Jesus nói tiếp: “Ta đồng ý là phải ném đá đến chết người đàn bà tội nghiệp này! Nhưng chỉ ai chưa từng nãy trong đầu ý nghĩ ngoại tình, chỉ ai hoàn toàn trong trắng mới được ném cô ấy, bằng không, tai họa sẽ giáng xuống!”

Nghe thế, đám đông chùng xuống, giãn ra và cuối cùng, chẳng còn ai trên quảng trường nữa.

Lúc này, Jesus cúi trối cho người đàn bà tội nghiệp. Người đàn bà phủ phục xuống chân Ngài, hàm ơn: “Cảm ơn Ngài đã không phán xét con!”

Jesus ân cần nói: “Ta là ai mà phán xét nàng!” (Ngài chính là Đức Chúa Jesus).

Thế đó, khi cá nhân tằm tối từ nội tâm, nội lực, thì cá nhân càng trở nên dễ bị thuyết phục bởi niềm tin được dựa dẫm vào đám đông, do đó càng trở nên kích động và nhẫn tâm một cách thành thực. Ngược lại, những tuệ giác bao la, bao dung lại là phẩm chất chói sáng từ một tâm hồn khiêm nhường đến thế!

Giờ thì tôi đã hiểu khái niệm “khiêm nhường - mạnh mẽ” có ý nghĩa như thế nào.

Thế là, để dần cai nghiện thói quen nguy hiểm, tôi phải rèn luyện từng bước, từng bước kiên trì:

- ♥ Dừng dứt suy diễn khi nghe một thông điệp trái ngược với điều mà bản thân chờ đợi. Chỉ quán chiếu vào trọng tâm vấn đề, không suy diễn!
- ♥ Tập yên lặng, không phản ứng bằng lời, không phản ứng gì, chỉ yên lặng để suy ngẫm.

Tuy biết điều này thật không dễ, nhưng tôi cũng hiểu rằng, có thành quả nào mà không phải trả giá.

Tôi nhớ một điều quan trọng mà Đức Phật gợi ý: “Học để biết nói - chúng sinh mất 3 năm đầu đời; nhưng học để biết im lặng, học để biết lắng nghe và học để biết cách tự thấu đạt - chúng sinh

phải mất nhiều chục năm, có khi là 30 năm, 40 năm, 50 năm hoặc hơn, hoặc có những người không bao giờ đạt tới". Do đó, tôi nhận ra rằng, mọi tranh cãi, tranh luận là vô nghĩa đối với sự thấu đạt của nội lực mỗi người.

Và, khi bạn bắt đầu biết im lặng, biết lắng nghe người khác mà không phản ứng tức thời, khi đó sự thấu đạt bắt đầu bùng sáng trong nội tâm của bạn, thì sự khiêm nhường dần trở thành tố chất của tâm hồn bạn, "*cái tôi*" sẽ bớt góc cạnh và vì thế, bạn càng có khả năng im lặng tốt hơn, bạn càng biết lắng nghe hơn, bạn càng trở nên thấu đạt hơn; do đó bạn càng thấy khiêm nhường, nhỏ bé trước những thấu đạt của mình về thế giới khách quan, cứ thế, cứ thế.

Đó là con đường của sự nhận biết chân lý khách quan và giá trị đích thực của nội tâm bản thể bạn.

Là khi trái tim bạn bùng sáng tự bên trong, tự thấp sáng, tự chiếu sáng nội tâm của bạn!

*Ứng phó với thói nguy hiểm
khi nó là áp lực ngoại cảnh
trên hành trình đồng hành cùng con*

Điểm số chỉ nên coi là thành tố tham chiếu chứ không phải là giá trị độc tôn!

Vào một ngày cuối lớp 6 của Minh Khuê, tôi bỗng nghe một câu chuyện như chuyện về ai đó chứ không phải về mẹ con tôi, từ một phụ huynh khá kín kẽ. Câu chuyện như sau:

Một bà mẹ cùng là phụ huynh trong lớp chọn mà Minh Khuê đang học, cô ấy hẹn gặp 3 người nữa và rất bức xúc chia sẻ rằng: Vì sao Minh Khuê thi vào lớp chỉ được 18,5 còn con cô ấy thi vào đạt điểm cận tuyệt đối 19,75 mà bây giờ Minh Khuê luôn có kết quả vượt trội hơn. Mà cô ta (ám chỉ tôi) có ra cái gì đâu, loại đàn bà bỏ chồng ý mà?

Thực sự, khi nghe thuật lại, tôi vô cùng sững sốt. Bởi, tôi không có nhiều thời gian để quen biết hết các mẹ có con học trong lớp, tôi càng không hay biết bạn nào đỗ thủ khoa và mẹ của bạn ấy là ai. Ấy thế mà việc học hành, kết quả học hành của lũ trẻ, trở thành nỗi ám ức, cay đắng của một số bậc cha mẹ và họ quay sang chỉ trích, bôi nhọ cá nhân. Bạn dễ dàng nhận ra một điều, rằng: kết quả học tập của con gái tôi không mấy liên quan đến tình trạng ly dị chồng của tôi, nhưng người đàn bà ấy đã rất khéo dẫn dắt để lôi kéo sự chú ý của những người khác, nhằm bôi nhọ cá nhân tôi và đồng nhất điều ấy với kết quả học tập của con gái tôi!

Những “viên đá” nguy hiểm, thị phi kiểu đó, chắc chắn bạn đã và sẽ hứng chịu khá nhiều trên hành trình cùng con của bạn, nếu bạn đang đi trên con đường độc lập, có thành tựu vững chắc.

Khi bị ném đá, hãy vững tâm và biết im lặng, hãy nỗ lực làm việc và nỗ lực nhiều hơn!

Đôi khi, bạn phải hứng chịu những trận gạch đá nguy hiểm từ những người tốt bụng nhưng bị thói quen nguy hiểm đánh lừa; cũng nhiều khi là gạch đá có nguyên nhân từ sự bất an của những người thấy bạn không hành động, không làm giống đám đông, giống họ; và cũng không ít khi là từ những con người phẩm chất thấp kém, đầy lòng ghen ghét, đố kỵ.

Nhớ lại buổi chiều sau khi nghe những lời vu khống, bôi nhọ sau lưng của một nhóm các mẹ mà tôi chưa hề quen biết, tôi cảm giác bất an vô cùng.

Tôi không lo sợ cho bản thân, không bị tổn thương bởi bản thân bị xúc phạm, mà tôi lo lắng cho con gái của mình!

Vâng, đứa trẻ, tâm hồn đứa trẻ là phản chiếu trung thực lối sống, giá trị sống và văn hóa sống của cha mẹ và gia đình. Do đó, những đứa trẻ là con của những bà mẹ có thói quen đố kỵ, ghen tỵ và bôi nhọ người khác, trước hết, là nạn nhân phải hứng chịu những nguồn năng lượng độc địa, hẹp hòi ấy, ngày ngày xì ra từ người mẹ hoặc người cha, thông qua các câu chuyện, thông qua cách chỉ dẫn, xúi giục con cái những hành vi mà họ tưởng là có lợi nhưng thực sự rất có hại cho tâm hồn thơ trẻ.

Tiếp sau, những đứa trẻ của họ, dù vô thức cũng bị lây nhiễm thói xấu ấy và đó là nguy cơ mà những bạn học hành chăm chỉ, có chính kiến riêng, có phong thái độc lập, không a dua trong lớp, dễ trở thành nạn nhân của nạn cô lập, lôi kéo, gây áp lực tinh thần lên những bạn này.

Lứa tuổi học sinh cấp Hai, từ 11 - 15 tuổi, là giai đoạn rất có nhu cầu kết nối bạn bè, nhu cầu được thừa nhận trong nhóm bạn nào đó.

Do đó, trẻ giai đoạn này, sẵn sàng bỏ qua lời chỉ dẫn của cha mẹ, sẵn sàng nói dối thầy cô để bao che cho nhau, để tạo “uy tín” với nhau, để được thừa nhận là thành viên trong nhóm hội nào đó. Đương nhiên, chúng rất sợ hãi khi bị cô lập và đương nhiên nữa, chúng sử dụng thủ đoạn nói xấu, lôi kéo, cô lập một bạn nào đó như một kiểu trừng phạt nặng nề nhất. Đây là kịch bản rất điển hình; tâm lý học lứa tuổi gọi giai đoạn này là giai đoạn *Tình cảm nhấn tâm và lạnh lùng*.

Hiểu được điều này, tôi suy nghĩ rất nhiều. Làm thế nào để hỗ trợ, để dìu dắt con gái bước qua giai đoạn tâm lý *Tình cảm nhấn tâm và lạnh lùng* mà ít bị tổn thương và đau khổ? Làm thế nào để điều ấy không thể xảy ra ở lớp của con gái? Làm thế nào để hướng dẫn và dìu dắt con vượt qua giai đoạn chật vật của tuổi mới lớn này, giả định tình trạng kéo bè, kéo cánh, nói xấu, cô lập xảy ra đối với con gái mình?

Một hiểu biết mang tính triết học, rằng: Bạn không có cách nào làm thay đổi hướng gió, nhưng bạn hãy học cách điều chỉnh cánh buồm, để vận dụng được sức mạnh của gió, nhằm đưa con thuyền về đích, thay vì để mặc cho gió cuốn con thuyền trôi dạt vô định, hay lật thuyền giữa khơi!

Khai mở hiểu biết này đã giúp tôi chợt tỉnh ngộ rằng, trong một môi trường tâm lý phức tạp, không đơn thuần, thì tôi cần phải biết vận dụng điều bất lợi ấy để hướng dẫn con gái cách tự thấp sáng nội lực, hướng dẫn con gái và cả chính bản thân tôi, cách quay vào bên trong, hướng sự quan tâm vào sức mạnh nội lực để trưởng thành! Đó là cách tốt nhất khiến chúng tôi vững vàng an nhiên trước “ngoại cảnh” tâm lý phức tạp.

Tương kế tựu kế: Hướng dẫn con gái rèn luyện phép “an tĩnh tâm” dù ngoại cảnh cuồng phong!

Hóa ra, sự khắc nghiệt luôn là người thầy vĩ đại! Hóa ra, tinh thần chủ động biến điều bất lợi thành lợi thế luôn là tinh thần “sẵn có”;

luôn là cảm hứng “sẵn có” đối với những người mẹ, người cha yêu con cái một cách tình thức và tràn đầy tuệ giác!

Và, đó là cách mà tôi bắt đầu tìm được lối để đi, từng bước giúp con vượt qua, có cách ứng xử với những tác động liên tục, những hệ lụy, biến thái bắt nguồn từ thói quen tư duy ngụy biện: Thói thị phi, vu khống, bôi nhọ, nói xấu, lôi kéo, cô lập, v.v...

Trong suốt giai đoạn con gái vào tuổi cập kê, tôi tìm mọi cơ hội để dành được thời gian nhiều nhất bên con gái.

Tôi luôn trung thành với một nguyên tắc của mình, đó là: Mẹ hứa với con gái, khi mà mẹ hiểu con đang “cần” mẹ, cần sự dẫn dắt, chỉ dẫn của mẹ thì dù có lúc con “không muốn” như thế, mẹ vẫn luôn ở bên con. Nhưng đến một ngày, bằng sự trải nghiệm và nhạy cảm, mẹ nhận ra rằng, con đã thật sự trưởng thành, “Con không còn cần sự dẫn dắt của mẹ nữa” thì mẹ sẽ không cần có mặt ở mọi nơi con có mặt!

Có lần, đón con gái đi học về trong cơn mưa dông đang vần vũ. Dù thế nào, mọi hoạt động xã hội trong thời điểm dông tố đó rất hỗn loạn, vội vã có chút bất an.

Hai mẹ con mãi miết đi trong mưa và chúng tôi phát hiện thấy một chú chó con bị thương đang run lẩy bẩy đầy hoang sợ núp dưới gầm ô tô đang tạm đỗ bên đường. Chúng tôi quyết định dừng lại cứu chú chó đáng thương ấy.

Trong lúc vừa hành động cứu chú cún tội nghiệp, Minh Khuê thốt lên với mẹ: “Ông Albert Einstein nói đúng mẹ nhỉ? Chúng ta đều có hai mắt, hai tai như nhau, nhưng chúng ta nghe và thấy những thứ không giống nhau, vì chúng ta nghe và nhìn bằng *Tâm* và *Trí* được giáo dục từ nhỏ. Giữa dông tố, giữa phố đông mà mẹ con mình đã nhìn thấy em cún nằm bẹp run rẩy dưới gầm xe, vì mẹ con mình luôn yêu thương chúng nó, mẹ nhỉ?”

Minh Khuê đã vận dụng rất chính xác điều nhà khoa học Albert Einstein đã gợi ý về giá trị của giáo dục tâm hồn.

Và tôi vận dụng điều con gái đã thấu đạt để diu dắt tiếp: Con gái thật giỏi khi đã hiểu rằng, khách quan được soi chiếu, được nhìn nhận bằng chủ quan, nên người này lại nhìn nhận khách quan không giống người khác. Do đó, những ai đánh giá con, nhìn nhận con không hoàn toàn, hoặc khác hẳn phẩm chất nội tâm của con, thì con hãy hiểu rằng, họ đang nghĩ và hiểu bằng tâm hồn và hiểu biết của họ. Điều họ nói, dù ngợi ca hay bôi nhọ con, đều thuộc về họ, đều là sản phẩm của tâm trí họ, chứ không phải là con, không thuộc về con. Do đó, chúng ta sẽ thanh thản để nghe họ nói về một Minh Khuê, một Hải Âu của họ, và im lặng để tham chiếu xem nó có gì giống với mình không, thế thôi.

Bằng cách chuẩn bị cho con một tâm thế bình an quan sát trước những vọng dội của khách quan có liên quan đến bản thân, tôi đã, đang cố gắng để giúp con gái đáp ứng và ứng phó một cách thoải mái, an nhiên, giữ được nội tâm vững vàng hoan hỉ, khi xảy ra những vụ “gạch đá” thị phi ném vào nó, hay những trò cô lập, bôi nhọ trở thành tình trạng kéo dài trong các nhóm học sinh, đặc biệt là học sinh nữ lứa tuổi vị thành niên từ 11 - 15 tuổi.

Quả nhiên, điều tôi lo ngại đã xảy ra, dồn dập, triền miên, lắt léo, tàn nhẫn trong những năm cấp Hai của con gái. Từ chỗ lập mưu bôi nhọ bạn gái, vu khống bạn gái lấy cắp tài liệu, đến nói xấu sau lưng, đến nói xấu bóng gió trước mặt; đến việc xúi giục những bạn gái “đầu gấu” khác lớp đe dọa bạo hành, đến chỗ xúi giục, lôi kéo bạn bè, kể cả một số bạn trai cũng bị lôi kéo để cô lập, đến chỗ lôi kéo cả một số bà mẹ vào cuộc nói xấu, v.v..., hai mẹ con tôi vẫn an nhiên vượt qua đây kiêu hãnh.

Điển hình là câu chuyện đáng xấu hổ như sau:

Dù đang trong thời gian chữa bệnh, không có điều kiện sức khỏe để tham gia luyện thi đội tuyển của trường, khi cơ thể còn rất yếu ớt, tôi nhớ đó là tháng 3 năm 2011, Minh Khuê vẫn gượng dậy đến dự cuộc thi học sinh giỏi tiếng Anh của thành phố Hà Nội, đó là một ngày rất lạnh.

Tôi đứng đó, nhìn dáng con gái nhỏ bé, yếu ớt mà rất kiên định bước vào phòng thi, lòng tôi đầy thương xót. Nhưng nó thì can đảm nói: “Mẹ ơi, cô Hòa đặt vào con bao nhiêu tin yêu, bao năm rồi, con không thể để cô thất vọng, con không thể phụ lòng tin yêu của các thầy cô đã rất tin con!”

Thế rồi, con gái đoạt giải Nhì cuộc thi ấy.

Tôi yêu và thương con vô hạn. Chiều tối hôm nhận được tin ấy từ cô giáo chủ nhiệm, đồng thời là cô giáo dạy Anh văn của con, tôi đã khóc rất nhiều. Sự xúc động đặc biệt ấy có ở mọi thầy cô đã và đang dạy Minh Khuê.

Nhưng thật kỳ cục, vào nửa đêm hôm ấy, tôi nghe thấy tiếng báo hiệu có tin nhắn từ điện thoại của con gái, lúc đó đã 2h sáng rồi, tôi ngạc nhiên tự hỏi, giờ này chắc phải có việc gì quan trọng thì mới cần thông báo gấp. Nghĩ thế, nên tôi đã mạo muội đọc tin nhắn (gửi cho con gái), nội dung như sau: “Dù mày đoạt giải nọ kia, dù mày học giỏi, nhưng mày đã phải trả giá bằng sức khỏe của mày, mày biết chưa?”

Tôi lặng đi hồi lâu, rồi tôi lấy hết can đảm gọi lại số máy đó, nhưng không ai bốc máy. Tôi bèn xóa tin nhắn ấy đi. Tôi đã có một cuộc điều tra âm thầm nho nhỏ và cuối cùng tìm ra chủ nhân của số máy ấy là mẹ của một bạn gái trong lớp!

Sự thật này, tôi không chia sẻ với ai cho đến tận bây giờ. Tôi quyết định viết ra câu chuyện này, để bạn suy ngẫm, để bạn có được tâm thế “cảm thông, dùng dút phán xét” ngay cả với những biểu hiện ném đá tàn nhẫn đến thế, bởi nó có thể xảy ra bất cứ lúc nào, ở đâu mà không thể truy tìm nguyên nhân, không nên truy tìm làm gì.

Khi viết những dòng này, tôi nhớ tới hình ảnh đau khổ, phò phạc, với mái tóc bạc trắng của một bà mẹ có cậu con trai bị kết tội “học giỏi mà dè”.

Người mẹ dễ bị tổn thương ấy đã chia sẻ với tôi trong nước mắt ghen ghen: “Chị ạ, em uất ức lắm! Ngày nào cũng có mẹ gọi điện

đến nhà em, họ buộc tội con em “quyến rũ” con của họ, làm cho chúng không chịu học hành. Họ kết luận “thằng bé là bé tí mà dê!” Họ còn buộc tội em là người mẹ tồi...”

Em đã mất hơn 10 ngày nay, trùm kín mặt mũi, bí mật quan sát và em đã thấy điều ngược lại về những bạn gái mà mẹ của các cháu gọi điện đến nhà si nhục em một cách hùng hồn.

Cuối cùng, không chịu đựng được áp lực do một số bà mẹ liên kết kiến nghị, gây áp lực với cô giáo, bạn trai ấy đành phải chuyển sang lớp khác.

Những diễn biến tương tự như nỗi đau của bà mẹ có cậu con trai bị “ném đá” như trên, chắc chắn sẽ còn xảy ra đâu đó, hàng ngày và điều tệ hại ấy sẽ là vết thương tồn theo mãi cuộc đời những đứa trẻ: nỗi tổn thương tâm hồn. Nỗi tổn thương ấy không chỉ còn đó với những trẻ bị “ném đá” không có tâm thể vững vàng, không được mẹ chỉ dẫn và hỗ trợ tâm lý để đón nhận điều bất ưng từ ngoại cảnh dội vào. Mà ngay cả những trẻ a dua hay mang thái độ hằn học, nhẫn tâm ném đá, vu khống bạn bè, khi đã trưởng thành, chúng sẽ nhìn lại, sẽ cảm nhận sự kém cỏi, tự ti về bản thân kèm theo sự phán xét cha mẹ đã là tác nhân thúc giục chúng sống với thái độ tiêu cực đó.

Một lời khuyên với bạn là: Hãy vững lòng, đừng xúc động, đừng tổn thương, hãy tỉnh táo để luôn vững chãi với một nội tâm tràn đầy tuệ giác, đức tin và tình yêu mãnh liệt.

Có thể, ngay cả người ngụy biện, ngay cả người đã trót ném gạch đá vào bạn, biết đâu họ đã nghĩ lại, họ đã ân hận, chỉ vì họ không đủ can đảm để nói điều đó với bạn mà thôi.

Con thuyền rồng - phép khiêm nhường chuyển hóa nội tâm vững chãi

Đây là điều mà tôi được giác ngộ từ một gợi ý sáng suốt của Đức Phật: “Nếu bản ngã là con thuyền rồng, thì mọi thị phi sẽ tự biến mất, nó không phát tác được năng lượng xấu để hủy hoại cuộc sống của bạn như nó muốn thể”.

Có một câu chuyện ngụ ngôn thiên rất sâu sắc:

“Một ngư phủ câu cá trong đêm. Dòng sông bình yên phẳng lặng chày. Ngư phủ rất vui vẻ cất tiếng hát hoan hỉ tự thân. Bỗng có một con thuyền rỗng từ đâu tự do trôi tới, đâm sầm vào thuyền ngư phủ. Nhìn sang, thấy con thuyền rỗng không, anh ta nhủ thầm, ôi một con thuyền rỗng tình cờ, hơ hơ. Đoạn, lại tiếp tục câu cá, tiếp tục lẩm nhẩm hát hò vui vẻ. Nghe tiếng hát văng vẳng, kẻ ngủ say trong lòng thuyền nọ choàng tỉnh và lồm cồm bò dậy nghĩ bụng phải nói lời cảm ơn người đã đánh thức anh ta dậy bằng một giọng hát rất hay.

Tuy nhiên, chưa kịp cất lời, thì gã ngư phủ đã nhận ra, anh ta nghĩ “Hóa ra, không phải là con thuyền rỗng mà có hẳn một kẻ ngồi trên đó!” - lập tức, anh ta thấy con giận nổi lên bừng bừng trong tâm trí, át hết cả sự vui vẻ lúc trước, anh ta rửa xả kẻ là chủ nhân con thuyền vừa đâm vào thuyền của anh ta: “Ông là kẻ khốn, ông biết không. Tại sao ông dám cho thuyền đâm sầm vào thuyền tôi, ông không có mắt à, ông có biết ông đã làm mất đi sự thanh thản và bình yên của tôi không?...”

Hứng chịu trận gạch đá từ người ngư phủ, khiến gã say không còn nghĩ đến việc phải nói lời cảm ơn thân thiện, anh ta chọt rút ra bài học nội tâm sâu sắc: “Giá mình cứ là con thuyền rỗng, cứ tiếp tục trôi, thì có lẽ mình đã giúp người ngư phủ kia tiếp tục vui vẻ. Giá như mình đừng lên tiếng...”

Vâng, “Đừng lên tiếng!” đó là thấu hiểu tuyệt vời của tôi để làm yên nội tâm, để làm dịu những thị phi, nổi giận ngoại cảnh, để bước tiếp hành trình của mình mà không để “thị phi” can thiệp và ảnh hưởng tới con đường mình đã chọn.

“Một hôm, có một đệ tử đến hỏi Đức Phật:

- Thưa Thầy, tại sao người trong nhân gian phải vượt nghìn dặm xa xôi đến đây để được thỉnh giáo, nhưng Thầy chỉ luôn im lặng trước những câu hỏi của họ?

Đức Phật trả lời:

- Khi (họ) chưa hiểu thì (ta) chưa nói! Những người đến tìm ta và đặt ra những câu hỏi, là vì họ chưa thỏa mãn “khách quan nào đó, điều gì đó” theo cách của họ. Và, họ đến đây để hy vọng và chờ đợi ta trả lời những

điều họ muốn nghe, muốn hiểu theo cách của họ thôi. Do đó, nếu ta nói điều mà họ không muốn nghe, thì càng đẩy họ vào những rắc rối của sự vô minh, họ sẽ bối rối, sẽ nổi giận, sẽ bất an và sẽ ném đá vào ta.

Thầy dứt lời, đệ tử phủ phục dưới chân Đức Phật, nói trong xúc động:

- Dạ bây giờ thì con thấu hiểu rồi ạ. Rằng, chứng ngộ và sự tỉnh thức là một quá trình tự dẫn thân, tự trải nghiệm, tự trả lời những câu hỏi nảy ra trong tâm trí. Không Đức Phật nào có thể thay con làm điều đó. Sự có mặt của Người với gương mặt bình lặng và an nhiên phúc lạc đến thế, là dấu hiệu, là ngụ ý chỉ dẫn cho con đến cách thức để bước đi, để tìm thấy ánh sáng nội tâm, để an nhiên và niết bàn của con.

Đức Phật nghe đệ tử nói xong, bèn cười:

- Và, khi đó, họ cũng sẽ lặng im, bình thản như ta, sẽ không còn câu hỏi nào đưa đến cho ta nữa, họ đã chứng ngộ và họ là Đức Phật, và con cũng thế! Phật tại tâm là thế!"

Tôi mãi mãi hàm ơn triết học Phật giáo và những câu chuyện ngụ ngôn thiên vĩ đại, vi diệu, lung linh ấy, vì đó là những ngọn hải đăng, giúp tôi thoát dần ra khỏi thói quen nguy hiểm tăm tối, giúp tôi dần bước sang vùng ánh sáng của sự tỉnh thức, hoan hỉ nội tâm.

Tôi hàm ơn cuộc đời và số phận vì đã cho tôi làm đàn bà, làm mẹ, cho tôi sức mạnh Thiên chức làm mẹ nhiệm màu để tôi từng ngày, từng ngày, từng chút, từng chút, dìu dắt con gái của tôi, từ thơ bé được lớn lên, được trưởng thành, biết cách vượt qua mọi trở ngại của thói nguy hiểm bằng thứ ánh sáng tự sáng từ bên trong.

Có người bạn thân, một cư sỹ rất trí tuệ đã khích lệ tôi bằng những chia sẻ thấm thía thế này:

"Cậu đã bước đi từ bóng tối về miền ánh sáng, nhưng điều tở cảm phục cậu, đó là cậu đã thông thái và kiên nhẫn để dìu dắt Minh Khuê bước đi từ miền ánh sáng của mẹ đến miền ánh sáng nội tâm nội lực của cô bé ấy - thứ ánh sáng lấp lánh, thường hằng tuệ giác của triết học Đức Phật nhiệm màu minh triết!" (Tiến sỹ Nguyễn Mạnh Hùng)

Giờ thì tôi càng thấm thía câu "Phật quang thường chiếu" nghĩa là gì!

Lời cảm ơn sâu sắc từ con gái!

Cuối cùng, tôi cũng đã có thể khép lại loạt bài về tác hại của thói ngụy biện và cách thức để thoát ra khỏi lối cũ ấy; những phản tỉnh và thông điệp “gan ruột” của tôi với độc giả: Để làm người mẹ Thiên chức thông thái, hãy can đảm từ bỏ thói quen ngụy biện, vì đứa trẻ cần nhận được từ bạn một tình yêu tràn đầy tuệ giác.

Tôi trích dẫn những cảm nhận của con gái Minh Khuê vào ngày sinh nhật 17 tuổi của cô bé, khi tôi tặng con gái câu chuyện ngụ ngôn *Dạy điều tối thượng*. Một áng ngụ ngôn lấp lánh đẹp và quý báu như viên kim cương, thiên truyện ấy đã giúp chúng tôi trưởng thành, thấu đạt rất nhiều từ những ngụ ý sâu sắc.

Tôi muốn chia sẻ rằng, khi con gái tròn 17 tuổi, tôi tin cậy nhận thấy con gái đã đủ lớn để bày tỏ những quan điểm của mình như một người đã trưởng thành.

“Thời xa xưa ở Nhật Bản, người ta thường dùng những lồng đèn bằng tre dán giấy với những ngọn nến ở bên trong. Một chàng mù, đến thăm bạn vào một đêm, được tặng một cái đèn lồng để mang về nhà.

“Tôi không cần một cái đèn lồng,” chàng ta nói. “Bóng tôi hay ánh sáng đôi với tôi đều giống nhau cả.”

“Tôi biết anh không cần một cái đèn lồng để soi đường,” người bạn trả lời, “nhưng nếu anh không có một cái thì một người khác nào đó có thể đụng vào anh. Bởi thế anh nên cầm lấy nó đi.”

Chàng mù ra đi với cái đèn lồng và đi chẳng bao xa đã có người chạy đụng ngay vào chàng ta. “Đi đâu phải coi chừng chứ!” chàng la lớn tiếng với người lạ. “Anh không thấy cái đèn lồng này sao?”

“Đèn của anh đã tắt ngóm hết rồi, anh bạn ạ!” Người lạ trả lời”.

Và dưới đây là cảm nhận của Minh Khuê:

“Mẹ yêu quý! Nhân sinh nhật 17 tuổi của con, những gì con hiểu từ câu chuyện ngụ ngôn này, chính là thể hiện phần thành quả 17 năm mẹ dạy dỗ và hướng dẫn con, mẹ ạ!

Theo con hiểu, hình ảnh “Người mù” trong thiên truyện này là ngụ ý sâu sắc đến một người bị mù lòa về tâm hồn và trí tuệ; là một người vô minh, tăm tối. Bụt gợi ý rằng, nếu từ nơi trung tâm của anh, nơi cốt lõi của anh mà tăm tối, thì không một ngoại lực nào cứu vãn được; không ai hóa giải nổi. Bi kịch là khi tâm và trí của anh tăm tối, mù lòa, thì sự tác động từ bên ngoài dù tốt hay xấu đều chỉ dẫn đến những thảm họa cho anh ta.

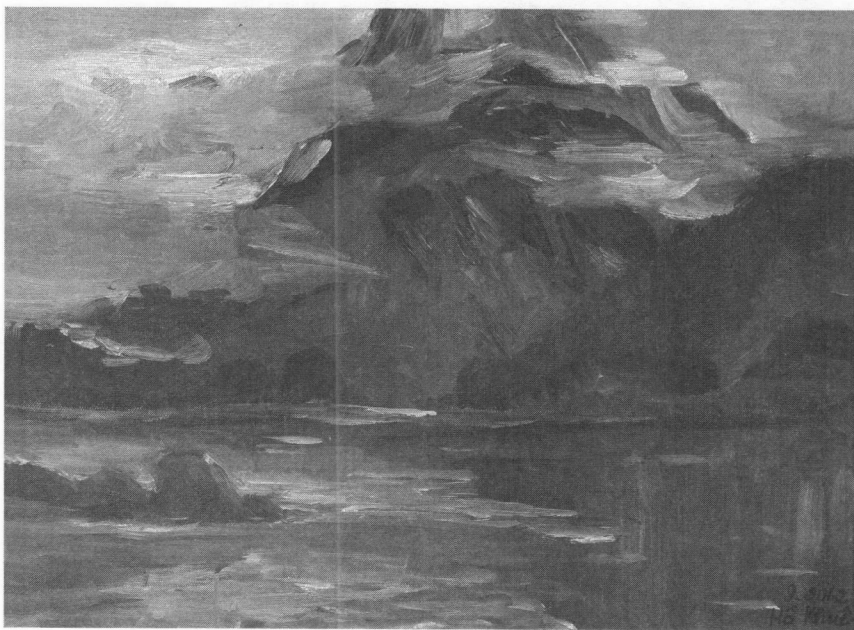
Theo con, thì có thể nhân vật “Người lạ” muốn lừa gạt anh bạn mù. Cũng có thể người đó thật sự tốt bụng, mong cây đèn thấp sáng - như một cách tác động từ ngoại cảnh, mong lấy lại “hóa giải” sự mù quáng tăm tối cho người mù. Song, cho đến cùng, thì người mù cũng chẳng thể gìn giữ ánh sáng của cây đèn, bởi anh ta cũng chẳng thể thấy gì. Ngay từ đầu, người mù không có khả năng cởi lòng để đón nhận cái đèn, mà mang tâm lý “chôi bỏ”, hoàn toàn khép kín trong sự mù quáng của bản thân, nên cũng chẳng thể trân trọng được cái đèn để mà biết cách gìn giữ nó.

Dù hiểu theo nghĩa nào đi nữa, thì con cho rằng thông điệp của câu chuyện là: nếu con người ta từ bên trong đã tăm tối và mù quáng thì không có gì có thể hóa giải được sự tăm tối đó.

Cứ như cách con hiểu và thấu đạt, thì điều mẹ muốn gửi gắm đó là con hãy luôn nỗ lực học hỏi, mở rộng tuệ giác để trái tim con luôn là một trái tim mặt trời, để con tự soi sáng đường con đi, để từ trong trung tâm, cốt lõi của mình, con luôn bừng nở, tươi tắn và sáng suốt.

Và, khi tâm tuệ con tự thấp sáng, con sẽ nhận biết được những tốt đẹp từ bên ngoài, và lúc đó sự hỗ trợ từ bên ngoài mới trở nên có ý nghĩa; ngược lại, con cũng có khả năng nhận biết sự gian dối, xấu xa, mưu chước ngoại cảnh, bởi chính ánh sáng tỏa ra từ tâm và trí tuệ của con.

Con cảm ơn mẹ đã dìu dắt và gợi ý để con dần hiểu điều tối thượng sâu sắc quý giá này. Con yêu mẹ rất nhiều!”



Motherland / Non nước

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 30x40cm

Năm sáng tác: 2012



QUY LUẬT
SINH TỒN TỰ NHIÊN
- HỆ XƯƠNG SỐNG
CỦA TRIẾT LÝ
DẠY CON SÁNG SUỐT



“Bản chất của sự sống là tính phụ thuộc lẫn nhau.”

(Đức Phật)

Nỗ lực giúp trẻ hợp thông với tự nhiên, nhận diện những quy luật của tự nhiên ấy là bạn đang được Mẹ Thiên Nhiên dẫn dắt, cho bạn những gợi ý sáng suốt để hành trình đồng hành của bạn cùng đưa trẻ luôn tràn đầy tuệ giác, hoan hỉ.



Tình mẫu tuệ giác - con mưa bất tận

Và, hẳn nhiên, đấy là một tình yêu không bao giờ mong manh. Không bao giờ nguội lạnh. Không bao giờ thất thường. Không bao giờ voi cạn. Và, đấy chỉ có thể là tình của mẹ yêu con.

Là phẩm chất người nữ chảy trong máu mẹ. Từ khi là bé gái, từ khi là thiếu nữ, từ khi là người đàn bà.

Khát khao được tuôn cơn mưa rào tình yêu lên ai đó, khát khao được quên mình cho ai đó là mạch nguồn sâu xa, hồi thúc để mẹ được làm mẹ.

Khi con chào đời, mẹ không thấy ngạc nhiên gì, không thấy lạ lẫm gì, chỉ như thấy con đã trong mẹ từ rất lâu và mẹ thuộc về con từ lâu lâu lắm. Mười tám năm rồi, chẳng có gì đổi thay trong cảm xúc ban đầu ấy, có chăng, là cảm nhận về tình yêu sâu sắc hơn, tin cậy hơn mà thôi.

Từ thuở ấu nhi, bằng đôi tay bé bỏng, con dắt mẹ vượt qua những vùng tối cuộc đời. Bằng đôi mắt trong veo tin cậy, con thấp lên trong mẹ ngọn lửa nhiệt thành. Thì sao không thể sống mãnh liệt khi có một tình yêu tin cậy đến thế bên ta?

Mẹ trở nên thông minh, mẹ trở nên sáng tạo, mẹ trở nên can đảm và gan góc lạ thường. Và, quan trọng hơn, mẹ trở nên biết yêu thương rộng lớn. Bởi, chính vì con là nguồn cảm hứng yêu thương bất tận, chính là con cho mẹ linh cảm rằng, kết nối với rộng lớn mới là yêu con toàn vẹn và minh mông nhất. Chính tình yêu dành cho con đã dạy cho mẹ rằng, hãy tuôn chảy một cơn mưa rộng lớn, thấm đẫm rộng lớn - bởi vì con cần một môi sinh tình yêu tràn đầy rộng lớn, một môi sinh tươi tốt rộng lớn. Và tình mẫu tuệ giác - luôn là cơn mưa rộng lớn bất tận.

Lời quen là lời con cái cảm ơn cha mẹ công sinh thành. Nhưng, lời này cũng thân thuộc không kém vẫn luôn vang lên trong mẹ, đó là lời mẹ cảm ơn con. Con đã có đó để mẹ được là con mưa rào tình yêu trường thiên bất tận. Con đã có đó để mẹ hiểu mẹ thực sự là ai. Và, bây giờ mẹ có thể biết mẹ là ai mà không chút đắn đo: Mẹ là mẹ của con, giản dị thế, con yêu!

Mẹ tin con dù con không hoàn hảo

Cách điều phục cho những bé nhút nhát!

Đừng bao giờ đầu hàng và thất vọng! Vì bản chất của tình yêu mẫu tử là như thế!

Tôi đã được nhiều bà mẹ trẻ chia sẻ những khó khăn, rắc rối của họ trong vai trò làm mẹ. Thường thì sau khi trình bày xong vấn đề của mình, họ đều kết luận rằng: Em đã cố gắng hết sức rồi, em đã làm tất cả rồi nhưng vẫn không hiệu quả!

Một bà mẹ gặp tôi, cô ấy nhỏ hơn tôi chừng 10 tuổi, đã lấy bằng tiến sĩ ở Mỹ. Cô ấy chia sẻ rằng, cô ấy cũng đã chuẩn bị chu đáo để cho con học đàn piano từ nhỏ, học vẽ, học toán, học thể thao, v.v..., bởi vì cô ấy cũng đã nghiên cứu về thuyết “Trí thông minh đa dạng”, rằng cô ấy đã đọc cuốn sách *Bảy loại hình thông minh* của Tiến sĩ Thomas Armstrong trực tiếp bằng tiếng Anh hồi còn ở Mỹ, rằng những gì tôi nói, tôi chia sẻ cô ấy đều biết hết và đều thực hành với con gái, nhưng không phải đứa trẻ nào cũng giống nhau và cuối cùng “em phải thừa nhận rằng, tố chất sẵn có của đứa trẻ mới là điều quyết định làm nên thành công!”

Cô ấy nói mạnh mẽ và thuyết phục đến mức khiến tôi có cảm giác cô ấy gặp tôi chỉ để khẳng định điều đã “đóng đinh” trong suy nghĩ của mình, rằng: “*Tố chất sẵn có của đứa trẻ mới là quyết định làm nên thành công!*”

Tôi hỏi: Con bạn học lớp mấy rồi?

Cô ấy đáp: Cháu chuẩn bị lên lớp 7!

Ừm, hồi Minh Khuê học lớp 6, lớp 7 tôi có nôn nóng, buông tay như em không?

Tôi nhớ lại và thấy rằng, tôi và cô ấy rất giống nhau về tình yêu con, chỉ khác nhau chút nhỏ nhoi này thôi, *tôi đồng hành cùng con với tâm thế bình an, hưởng thụ phúc hạnh trong từng khoảnh khắc ấy.*

Tôi cười nhẹ và nói với cô ấy rằng, *“Đúng là mọi việc em làm cho con gái của mình cũng chẳng khác gì những việc chị vẫn làm cho Minh Khuê, có khác chăng chỉ là chị cứ làm thôi, tràn đầy yêu thương, bền bỉ, thâm lặng, không kỳ vọng, nên không thấy nôn nóng và thất vọng bao giờ!”*

🍏 TÌNH HUỐNG

Tôi đã kiên nhẫn quan sát hơn hai giờ đồng hồ bé trai 2 tuổi đi cùng mẹ đến một buổi giao lưu có khá đông người. Bé luôn cố gắng khiến cho người mẹ phải chú ý đến, quan tâm đến và không rời bé bằng các “chiêu” như sau: Đòi ăn thứ không có trên bàn, đòi ăn theo kiểu không giống mọi người, đòi mẹ bế kiểu này, rồi lại đòi kiểu khác, rồi đòi về, đòi đứng lên, rồi bé ì eo khóc, v.v...

Tất cả mọi “chiêu”, chỉ là dấu hiệu cho thấy bé đang nỗ lực để mẹ phải tập trung toàn bộ vào bé! Bé sợ “lạc” mất mẹ, sợ mẹ bỏ rơi, sợ mẹ lãng quên bé... và người lớn sẽ gọi chung là “bé này hư, hay quấy, do mẹ nó chiêu quá!” v.v... Thực ra, tất cả là dấu hiệu bản năng sinh tồn mạnh ở những đứa trẻ nhút nhát, khi chúng bị đưa vào nơi công cộng, đông người!

Người mẹ trẻ ấy rất cầu thị, cô ấy chia sẻ với tôi rằng, đúng là cháu quá nhút nhát, phải làm gì để cháu hòa nhập cộng đồng dần dần?

Tôi bảo: Cần phải tìm ra các yếu tố, thành tố kết hợp đã khiến bé nhút nhát như:

- ♥ Yếu tố gen di truyền (bé có chú ruột thớ bé cũng rất nhút nhát);
- ♥ Có ai đó hay dọa dẫm bé không? Dọa ma, dọa công an bắt, dọa bác sĩ tiêm, dọa mèo tha, dọa chó cắn, dọa nhốt vào

phòng tối - khiến đứa trẻ cảm nhận môi sinh xung quanh nó thật đáng sợ và bất an nên nó sẽ đeo bám người mẹ như một phản ứng mãnh liệt của bản năng sinh tồn?

- ♥ Có đồ vật, bức tượng, tranh ảnh, hay bộ phim nào đã nhen lên trong bé nỗi sợ?

Sau gợi ý của tôi, cô ấy trả lời, “những điều chị nói em cũng đã thực hiện, rà soát hết rồi chị ạ, gia đình em rất hiểu và không ai làm gì khiến cháu sợ”.

Tôi gợi ý tiếp, “yếu tố gen là một tác nhân rất quan trọng mà bạn, do đó nguyên nhân gây nên chứng sợ sệt, nhút nhát của bé đã được tìm thấy, dù các thành tố tác nhân khác đã được loại trừ. Bây giờ là giải pháp tháo gỡ, điều phục!”

“Vâng, em cũng cố gắng lắm rồi chị ạ. Em cũng chịu khó cho cháu ra chỗ đông người, em cũng chơi cùng cháu, v.v..., nhưng chưa thấy cải thiện gì.”

Nghe cô ấy giải bày nôn nóng, tôi nhắc: Để huấn luyện đứa trẻ bớt đi, rời khỏi dần chứng nhút nhát, mà lại nôn nóng đưa trẻ ra chỗ đông người để giúp trẻ chơi - thì đó là một sai lầm lớn. Trẻ càng nhút nhát, càng phải huấn luyện tuần tự, bắt đầu từ môi trường thân thuộc của nó, tổ ấm, với những người thân mà nó tin cậy.

Hãy thực hiện nhiều giao thức tình cảm trong khung cảnh ấm cúng với nó, hãy làm nó tin cậy, giúp nó dần có khả năng tự chơi một mình, trong khi bố và mẹ nó làm việc gần đó. Thỉnh thoảng, bố, mẹ đừng việc nói chuyện, trao đổi với nó, hoặc đừng việc quay sang ân cần ôm lấy nó. Bạn cũng cần nuôi một chú cún để làm bạn với bé.

Bạn cần nhờ cậy những bạn bè của bạn có con gần tuổi bé, dành thời gian đưa con của họ đến nhà bạn, để các bé chơi với nhau. Muốn vậy, bạn phải chân thành quý tình bạn và nỗ lực thu xếp những cuộc gặp gỡ đó, vì bạn hiểu điều này rất hữu ích cho đứa trẻ nhút nhát của bạn. Và, chính lúc này, bạn chứng ngộ một điều rằng, để yêu con bạn

trở nên biết yêu thương chân thành và rộng lớn. Rằng, tình yêu của bạn dành cho đứa trẻ phải chan chứa như cơn mưa, tưới tắm mát lành đến rộng lớn môi sinh của đứa trẻ. *Đây là bước giúp trẻ làm quen bạn mới trong môi trường thân thuộc của nó!*

Khi đứa trẻ của bạn đã gần gũi thân thiết với con của người bạn, bạn hãy đề nghị những cuộc viếng thăm mà bạn và bé sang nhà họ chơi. Đây là một bước tiến, đưa con bạn sang một khung cảnh khác, không phải nhà riêng của bạn, nhưng vẫn là những bạn bè, gương mặt quen thuộc, điều này giúp bé nhận ra ở một môi trường khác, bé vẫn an toàn và bình yên.

Cứ thế, bạn mở rộng những cuộc giao tiếp, tuần tự, êm ái, không nôn nóng, tự nhiên, gần gũi để đứa bé nhút nhát dần “bỏ quên” phía sau chứng sợ hãi, khi mọi sự diễn ra thật thoải mái.

Và, đến một ngày, khi bạn đề nghị, hay tổ chức hoặc chủ trì một cuộc vui cho những gia đình thân thiết, cho các bé cùng vui chơi, còn cha mẹ ngồi ngắm, bạn nhận ra con mình với gương mặt thật tự tin, vui vẻ và chơi quên mình với các bạn của nó.

Đến lúc ấy, bạn có thể cười hãnh diện mà mặc cho nước mắt tràn qua má... vì chỉ bạn mới hiểu rằng, *bạn đã hành động bền bỉ với đức tin vững vàng nhường nào, rằng con bạn rất tuyệt vời, dù ban đầu bé không hoàn hảo.*

Vâng, có đứa trẻ nào sinh ra là hoàn hảo? Nhưng đứa trẻ nào cũng là thiên thần của tình mẹ yêu con.

Có đứa trẻ nào sinh ra mà không gặp chứng nọ, tật kia và bạn hãy bình tâm đi cùng nó, để điều phục, để yêu thương. Bạn đừng bận tâm so sánh đứa trẻ của mình với đứa trẻ nhà bên cạnh.

Một đứa trẻ dễ ăn - để bé khỏe, bé đẹp người mẹ cần nỗ lực một - nhưng nếu đứa trẻ của bạn khó ăn, thì bạn hãy nỗ lực 10 - 20 thậm chí 100 lần hay hơn thế, có sao đâu?

Một đứa trẻ bản tính dễ gần, tự nhiên, hồn nhiên - để bé hòa nhập cộng đồng người mẹ cần nỗ lực một - nhưng nếu đứa trẻ của

bạn nhút nhát, sợ hãi, bạn hãy nỗ lực 10 - 20 thậm chí 100 lần hay hơn thế, có sao đâu?

Một đứa trẻ an hòa, biết kiểm soát hành vi - để đưa bé vào kỷ luật tự giác, người mẹ nỗ lực một - nhưng nếu đứa trẻ của bạn mắc chứng tăng động giảm sức chú ý thì bạn hãy nỗ lực 10 - 20 thậm chí 100 lần hay hơn thế, có sao đâu?

Vì yêu con là hành trình tận hiến và ban tặng của người mẹ! Vì đứa trẻ không tự nhiên hoàn hảo và vì thế, *Mẹ* - mới là danh xưng thiêng liêng - Người không bao giờ mệt mỏi để dẫn dắt đứa trẻ với đức tin không lay chuyển, rằng: *"Mẹ luôn tin con, dù con không hoàn hảo!"*

Vâng, thành công luôn mở cửa với những trái tim người mẹ yêu con mãnh liệt, bền bỉ, không bao giờ đầu hàng và thất vọng.

Mẹ Thiên Nhiên dẫn lối tôi đi

Cẩm nang chăm sóc trẻ nhũ nhi “khó”

Khi lọt lòng, Minh Khuê đã phải đương đầu với rối loạn ở cả hai bản năng cơ sở: 1/ Ăn (bú) bị nôn ói không kiểm soát do van thực quản bị nong doãng (trong quá trình điều trị tràn dịch sau sinh) - điển hình có ngày nôn trớ đến chục lần! 2/ Rối loạn giấc ngủ - khó ngủ, giấc ngủ nông, dễ bị tỉnh giấc nếu không được ẵm bế trên tay.

Từ chứng rối loạn này, dẫn đến rất nhiều rắc rối khác mà bé và tôi phải đương đầu trong suốt giai đoạn nhũ nhi và ấu nhi: ăn rất chậm, phải ăn mịn đến 6 tuổi, ngủ thiếu giấc, táo bón, v.v...

Đó là quy luật hiển nhiên, vì cơ thể là một bộ máy tinh vi nên chỉ cần một “bộ phận” gặp rắc rối thì sẽ kéo theo nhiều rắc rối ở những bộ phận khác. Tôi hiểu điều này và tự đặt bản thân vào một tâm thế “*đón nhận mọi rắc rối*” và tìm cách điều phục, để cơ thể bé được nhận những điều kiện phát triển trong hài hòa. Trong mọi lúc, kể cả khi quá mệt mỏi và căng thẳng, tôi không bao giờ đầu hàng hay bỏ qua.

Vì sao tôi lại có tâm thế “đương đầu” chủ động như thế?

Bởi vì, tôi được thấu đạt một hiểu biết khoa học quý giá, đó là: não bộ của một cá thể người được phát triển hoàn chỉnh (cả về trọng lượng, thể tích và chất lượng) bắt đầu từ trong bào thai cho đến tròn 4 tuổi là dừng lại, trong khi những bộ phận khác của cơ thể vẫn tiếp tục phát triển!

Chỉ có 4 năm để não bộ được hoàn chỉnh - thời gian ấy thật sự không dài để tôi cho phép trì hoãn việc giúp con điều phục những rắc rối!

Hiểu biết khoa học này rất quan trọng, nó thôi thúc và luôn nhắc nhở tôi: “Hãy nuôi dưỡng giai đoạn nhũ nhi của con sao cho khoa học nhất, tốt nhất có thể, để con phát triển lành mạnh đúng quy luật và được sở hữu một “não bộ” có chất lượng tốt nhất như Mẹ Thiên Nhiên ban tặng, so với chính bé nếu không được chăm sóc đúng!”

Điều phục rối loạn giấc ngủ của nhũ nhi!

Minh Khuê gặp rắc rối với giấc ngủ ngay từ sơ sinh và điều này là một rắc rối lớn. Bé có thể thức chơi một mình không khóc, không quấy, giấc ngủ dù được mẹ đỡ công phu cũng chỉ được 10 - 15 phút là bé choàng dậy chơi một mình, nếu mẹ lót bé ngủ giường, võng hay nôi, dẫn đến, tổng lượng thời gian ngủ trong ngày của bé là thấp hơn rất nhiều so với một nhũ nhi cần ngủ, nhũ nhi lớn lên và hoàn chỉnh các cơ quan sống trong giấc ngủ, đặc biệt là giấc đêm. Thực trạng này, nếu để lâu, sẽ ảnh hưởng lớn đến chất lượng phát triển của bé, đặc biệt là chất lượng hoàn chỉnh hệ thần kinh trung ương và não bộ.

Để điều phục rắc rối này cho con, tôi học theo cách của loài chó, khi quan sát chó mẹ cho con nằm trên bụng, cạnh bầu vú mẹ và cuộn chặt con trong đám lông êm ái, những chú cún non nót yên ổn ngủ lẩn lóc mãn nguyện, mà các cụ gọi là chó con say sữa. Tôi cũng ôm con trước ngực và mình ngồi ngủ để như lót một cái ổ êm ấm cho Minh Khuê tròn giấc, việc này tôi thực hiện bền bỉ, cho đến khi nhũ nhi điều phục được giấc ngủ, sâu hơn và dài hơn, khoảng trên 2 giờ đồng hồ/giấc.

Thời gian tôi làm theo cách “chó cái nuôi con” như thế kéo dài cho đến khi Minh Khuê tròn tuổi. Có câu, “tái ông mất ngựa”, tôi hay đùa thế, khi mà việc điều phục giấc ngủ tự nhiên cho nhũ nhi nhưng kiên định từ chối dùng đến thuốc, bằng cách ngồi ôm con ngủ, điều đó lại giúp cho nhũ nhi được sở hữu một cái đầu tròn mà không bẹp cá trê do bị nằm nhiều!

Điều phục rối loạn ăn uống: Những gợi ý từ Mẹ Thiên Nhiên và người mẹ Việt cổ xưa!

Khi phát hiện nữ nhi mắc chứng nôn trớ không kiểm soát, tôi choáng mất một thời gian, có khóc và đau khổ.

Đi khám nhiều bác sĩ thì các bác sĩ đều dẫn tôi đến nguyên nhân chính: do giai đoạn nằm lòng ấp để điều trị tràn dịch phổi; thể trạng yếu không có phản xạ bú nên điều dưỡng viên đã cho bé ăn bằng đường xông thực quản, ống xông nong van thực quản của bé nhiều lần trong ngày và tiếp diễn nhiều ngày đã khiến chiếc van thực quản nữ nhi vốn đã mong manh, non nớt lại bị nong một cách phi tự nhiên trở nên bị doãng, mất phản xạ đóng van. Bác sĩ lắc đầu: “Không có thuốc nào khắc phục được tình trạng này, chỉ hy vọng và chờ đợi đến khi thể trạng cháu bé được nâng lên, cơ thể tự điều phục mà thôi!”

Một mâu thuẫn lớn đặt ra đó là, nữ nhi không thể giữ thức ăn trong dạ dày, thì cơ thể có nguy cơ bị suy dinh dưỡng, làm sao để nâng thể trạng và vì thế chúng tật nôn trớ đến bao giờ mới chấm dứt! Vòng luẩn quẩn ấy vẽ nên một tương lai u ám cho sức khỏe dinh dưỡng và sức khỏe não bộ của nữ nhi!

Trường khoa dinh dưỡng bệnh viện Việt Xô lúc bấy giờ, nay gọi là bệnh viện Hữu Nghị, trao đổi với tôi: Do trẻ nôn trớ thức ăn, đồng thời nôn ra toàn bộ dịch tiêu hóa do túi mật, tụy, gan tiết ra để tiêu hóa thức ăn.

Do đó:

(a) Nếu sau khi trẻ nôn trớ mà cho ăn thức ăn mới, có nghĩa là “chúng ta bắt một cái máy không được tra dầu mỡ” phải khởi động; nghĩa là thức ăn không có dịch vị, men vi sinh và enzyme để chuyển hóa, dẫn đến cơ thể suy kiệt.

(b) Nếu sau khi trẻ nôn trớ mà không cung cấp dinh dưỡng, thì đưa trẻ dần rơi vào tình trạng suy dinh dưỡng nhanh chóng, dẫn đến chậm phát triển, kém chất lượng toàn thân, trong đó những

cơ quan thần kinh trung ương, não bộ, mắt là ảnh hưởng rõ nhất do thiếu dinh dưỡng và thiếu máu!

Hiện trạng này được bác sĩ gợi ý một số cách khắc phục như sau:

♥ Khi trẻ nôn trớ, người điều dưỡng, cụ thể là bố mẹ, hứng lại và cho trẻ ăn lại dung dịch trẻ vừa nôn ra, nhằm lấy lại những dịch vị, men tiêu hóa, enzyme trong dung dịch đó. Giải pháp này mắc một số hạn chế về vệ sinh, cảm quan và thực sự là một cuộc “*tra tấn*” thần kinh với người mẹ và nữ nhi, ấu nhi!

♥ Sử dụng một loại bột dinh dưỡng đặc biệt của hãng Abbott - USA, dưỡng chất đã được ion hóa, dồi dào enzyme, men tiêu hóa, men vi sinh, chất xơ hòa tan v.v..., thường dùng cho những bệnh nhân suy kiệt, các cơ quan chức năng không còn hoạt động hiệu quả, thời điểm ấy loại bột dinh dưỡng này chỉ có ở khoa dinh dưỡng bệnh viện Hữu Nghị. Giải pháp này, tuy không “*tra tấn*” về mặt thần kinh trước mắt, nhưng những khuyến cáo lại rất “*tăm tồ*” đó là, nếu dùng loại bột này, trước mắt trẻ được cung cấp bù dinh dưỡng tức thời, thẩm thấu qua thành ruột ngay, nên nếu trẻ nôn ra thì vẫn còn một phần được cơ thể kịp hấp thụ. Nhưng về lâu dài, dùng loại dinh dưỡng này là sử dụng *con dao hai lưỡi*, nó ru ngủ mọi cơ quan chức năng tiêu hóa của trẻ, khiến các bộ phận chức năng sống này trở nên *lười biếng*, dẫn đến không hoạt động và không phát triển bình thường như quy luật phải thế!

Sau khi nghe bác sĩ Toán, người bạn lớn đôn hậu giải thích, gợi ý như vậy, và đưa cho tôi một gói bột dinh dưỡng, bảo “*Em cứ cầm về dùng thử cho bé, vừa dùng vừa thăm dò em nhé. Mình đã gặp đứa bé khó chăm thì phải ráng, em nhé!*”

Tôi bước đi mà lòng thấy cô đơn vô hạn.

Nỗi thương con và lòng can đảm, tôi có nhiều, nhưng sao vẫn thấy một chặng dài gian nan chờ đón.

Đang đi trong khuôn viên bệnh viện, tôi chợt nghe tiếng chim hót líu lo trên vòm cây xanh đang đầy nắng mới. Chợt tôi nhớ lại

hình ảnh ngày nào trong khu vườn của ba mẹ, những ổ chim non lúi lúi trên cây. Tôi quan sát những khi chim mẹ đi kiếm mồi, chúng thường ngậm mồi vào “*một cái túi dưới vùng cổ*”, khi về tổ, chúng trào ngược thức ăn ra, mớm vào những chiếc mỏ chim non đang há ra háu đói.

Hiện tượng này được khoa học giải thích, đó là chim mẹ trộn thức ăn trong cái túi đầy men tiêu hóa và enzyme của cơ thể nó, sau đó mới mớm cho chim non để đảm bảo thức ăn được tiêu hóa tốt nhất trong dạ dày vốn non nớt và chưa dồi dào men vi sinh và enzyme của chim non! Nhớ lại hình ảnh chim mẹ mớm mồi cho chim non, tôi lập tức nhớ về câu hát mẹ tôi hay hát: “Ngồi buồn nhớ mẹ ta xưa/ Miệng nhai cơm búng, lưỡi lừa cá xương” (ca dao), thế là tôi reo lên: Mẹ ơi, con nhận ra đường đi để nuôi bé Minh Khuê rồi!

Sau khi thăm khám sức khỏe tổng quát, biết chắc mình không mắc bất cứ bệnh lây nhiễm nào, tôi thực hành điều phục chứng nôn trớ không kiểm soát của Minh Khuê bằng cách nhai cơm mớm cho bé.

Đây là cách nuôi nhũ nhi cổ xưa của người Việt từ việc bắt chước thiên nhiên. Người Việt cổ xưa không có tập quán chăn nuôi bò sữa, nên không có tập quán nuôi trẻ bằng sữa bò thay thế sữa mẹ, lý giải phần đông người Việt không sở hữu men lactose trong hệ tiêu hóa, loại men nhằm giúp cơ thể hấp thụ đường sữa, vì thế nhiều người cứ uống sữa là sôi bụng và đau bụng. Sau này, để phù hợp và chiều chuộng thị trường Việt Nam, các nhà sản xuất sữa đều bổ sung thêm loại men này trong thành phần sữa bột đưa vào thị trường Việt Nam.

Vậy, những người mẹ Việt cổ xưa, trong hoàn cảnh mất sữa, không có sữa, họ đã nuôi con bằng gì? Câu trả lời là: *Cơm búng* (mẹ nhai cơm mớm cho con).

Tôi cảm ơn *Mẹ Thiên Nhiên* đã cho tôi những gợi ý tuyệt vời, đã dẫn lối tôi đi.

Cảm ơn bà nội của tôi, người đàn bà thuần Việt mộc mạc đã từng kể cho tôi nghe những câu chuyện cảm động khi bà là mẹ,

nuôi 12 người con bằng cách mớm com búng, bà bảo: người mẹ khéo nuôi con cũng như con chó, con mèo khéo nuôi con, thì miếng com sún cũng dẻo, nhuyễn lắm. “Ngày xưa, có sữa bơ gì đâu mà con của bà đừa nào cũng như củ khoai mập mạp, chẳng bệnh tật gì”.

Bây giờ, bà nội của tôi đã mất lâu rồi, nhưng khi ngồi viết bài này để chia sẻ trải nghiệm với những bạn có nhũ nhi khó chăm, tôi lại nhớ bà vô cùng và nhận thấy bà thật là vĩ đại. Người đàn bà đẹp nhất làng thuở ấy, người đàn bà thuần Việt không biết gì về dịch vị tiết ra từ tụy, mật, gan để hỗ trợ tiêu hóa; bà cũng không hiểu về enzyme - tia lửa điện quan trọng của sự sống, hay men vi sinh, men tiêu hóa có trong nước miếng. Nhưng bà khiêm nhường học hỏi thiên nhiên, biết lắng nghe sự chỉ dẫn tuyệt vời của *Mẹ Thiên Nhiên* để thực hành thiên chức làm mẹ một cách thật kỳ diệu.

Tương kế tựu kế, tôi thường nhai com sún cho nhũ nhi bằng gạo lứt nguyên cám để giữ được nguyên vẹn vi chất trong cám gạo, chất xơ có lợi cho tiêu hóa của trẻ. Vì tôi thấu hiểu, những trẻ bị rối loạn ăn uống sẽ gặp rắc rối với hệ bài tiết: bị táo bón lâu dài. Nhiều bố mẹ không quan tâm lắm đến rắc rối này, cho rằng vài ba ngày ị một lần vẫn rất ổn, nhưng thực ra, đây là điều không có lợi chút nào.

Bị táo bón do nhu động ruột kém hoạt động, lâu ngày khiến cơ thể nhũ nhi bị nhiễm độc âm ỉ, do chất thải không được tống ra ngoài thường xuyên, tích tụ trong cơ thể. Chất cám và xơ trong gạo lứt, các loại đậu đỗ được mẹ nhai nhuyễn là nguồn cung cấp chất nhu động, thanh thải tuyệt vời cho ruột trẻ nhũ nhi!

Thế mới hay, vì sao người phương Tây gọi thiên nhiên là người *Mẹ Thiên Nhiên* với tất cả sự kính trọng. Bởi họ là những quốc gia đã trải qua, từng trả giá bởi *con choáng sốc* với những thành tựu và sản phẩm công nghiệp, vốn từng “xâm lăng” và thao túng vai trò đích thực của người mẹ thiên chức. Họ đã có thời gian phải trả giá do lạm dụng sản phẩm công nghiệp, trong việc thay thế vai trò nuôi và dưỡng trẻ nhũ nhi của người *Mẹ Thiên Nhiên* đích thực. Họ đã nghiêm khắc thừa nhận và dần trở về gần gũi với những chỉ dẫn của *Mẹ Thiên Nhiên*.

Tôi đã kế thừa truyền thống của bà nội và bị thuyết phục từ những chỉ dẫn khoa học, giúp tôi tự tin thực hành phương pháp nuôi nhũ nhi khỏe mạnh theo những gợi ý từ *Mẹ Thiên Nhiên*, dù khởi đầu phải đối diện quá nhiều rắc rối!

Do tôi chủ động đối diện với những rắc rối, kiên trì và có phương pháp tìm kiếm giải pháp, biết phối hợp những hiểu biết khoa học hiện đại để thực hành nuôi nhũ nhi theo những chỉ dẫn từ *Mẹ Thiên Nhiên* và *Mẹ Việt cổ xưa*, nên đã đảm bảo cho Minh Khuê luôn trong thể trạng hoàn hảo để lớn lên với một não bộ được cung cấp đủ dưỡng chất không bị tác động bởi tân dược tổng hợp.

Minh Khuê của tôi, cô bé khó chăm và khó nuôi từ giây phút lọt lòng, đưa trẻ sinh ra không hoàn hảo - nhưng bằng nỗ lực phi thường mà tôi chỉ có thể tin rằng, nó có được kết tinh từ tình yêu từ mẫu bí truyền nhiều đời - đã luôn đáp ứng đúng "*lộ trình*" phát triển của một nhũ nhi lành mạnh: ba tháng biết lẫy, bảy tháng biết bò, chín tháng lò dò đi men. Cân nặng luôn đạt chuẩn, ổn định, không trời sụt. Hơn thế nữa, bé luôn vui vẻ, hoạt bát, không ốm đau vặt vẹo, 4 tháng mọc răng, 8 tháng gọi "*Mẹ!*", đây năm gọi "*Mẹ ơi!*".

Do được nuôi đủ dinh dưỡng, hệ tiêu hóa, hệ bài tiết, hệ tuần hoàn, hệ hô hấp của nhũ nhi luôn trong trạng thái ổn định tốt, do đó, mặc dù chưa điều phục xong chứng nôn trớ không kiểm soát, đến 6 tuổi mới khỏi hẳn nhưng Minh Khuê luôn là đứa bé kháu khỉnh, bụ bẫm và đáng yêu!

Bao nhiêu cam khó tôi giành về mình để tặng con gái bé bỏng một khởi đầu tốt đẹp - dù chúng tôi không hoàn hảo từ đầu.

Dạy con - nghệ thuật dẫn dắt chứ không chỉ là áp dụng phương pháp

Bữa ăn nào của con cũng là buổi trình diễn nghệ thuật của mẹ!

Trước khi bay sang trường Harvard nhập học là khoảng thời gian hai mẹ con tôi có nhiều thời giờ gần gũi bên nhau, tham gia các hoạt động cùng nhau, tâm sự và nhớ lại nhiều kỷ niệm.

Một lần, tình cờ Minh Khuê nhắc lại cho tôi nhớ một kỷ niệm rất ngộ nghĩnh khi con còn bé:

“Con nhớ lắm hình ảnh mẹ ngồi tia đàn cá bằng vỏ táo, trong lúc con ngồi ăn những miếng táo mẹ đưa cho. Mẹ vừa tia hình cá, vừa kể cho con nghe câu chuyện về những nàng tiên cá xinh ơi là xinh, có giọng hát hay mê hồn như thế này này. Rồi mẹ biểu diễn, hát cho con nghe... hi hi. Những nàng tiên ấy ngồi hát dưới ánh trăng xanh ngời, khiến các chàng thủy thủ ngây ngất. Rồi mẹ làm động tác giả vờ ngất xỉu khiến con cười tít...”

Hay mẹ lại kể câu chuyện về đàn cá hồi bơi hàng chục nghìn km từ đại dương xa xôi, ngược tìm về nơi mà chúng đã sinh ra. Mẹ kể rất xúc động và thỉnh thoảng mẹ lại nhắc: “Mẹ tia xong đàn cá thì Minh Khuê ăn xong quả táo, con nhé”.

Rồi Minh Khuê kết luận: “Ngày ấy, bữa ăn nào của con cũng là một show trình diễn nghệ thuật của mẹ.” Rồi Minh Khuê ôm vai mẹ, nói: “Nhớ lại mà thấy yêu mẹ lắm!”

Thế đấy, “*giai đoạn kim cương*” của con gái, giờ đây, dội về trái tim tôi thật nhiều kỷ niệm ngọt ngào, tuy không khỏi có những bùi ngùi.

Lúc Minh Khuê còn nhỏ, cô bé mắc chứng khó ăn và nôn trớ không kiểm soát, vì vậy, tôi luôn sáng tạo ra những câu chuyện hấp dẫn để giúp con ăn một cách vui vẻ và hiệu quả hơn.

Kể chuyện cho con ăn, đó chính là cách mà tôi nỗ lực dùng có ý thức và thường xuyên sáng tạo thêm nhiều mẩu chuyện mới, để điều chuyển sự quan tâm của trí não trẻ vào tình huống câu chuyện, nhằm giúp cho bữa ăn của trẻ không trở nên “*cực hình*” vật vã với cả hai mẹ con. Sau này, việc “*bịa*” ra những câu chuyện hấp dẫn, kỳ ảo còn là cách để tôi thuyết phục con gái ăn những món ăn theo phương pháp thực dưỡng của mình, vì bạn biết rằng, món ăn thực dưỡng ban đầu không bao giờ là món khoái khẩu!

Cuộc sống trôi vói muôn sự bộn bề, tôi ngỡ như mọi chuyện có thể đã vào quên lãng. Nhưng không, nó đã hằn sâu vào trong tâm trí của Minh Khuê, để bây giờ cô bé có thể kể lại một cách xúc động như vậy.

Gần đây, có nhiều bạn hỏi tôi: “Chị đã nuôi con theo phương pháp nào?”, hay “Chị đã áp dụng phương pháp nào để dạy con?”

Câu hỏi này không phải đến giờ mới có, mà chính bản thân tôi cũng đã suy nghĩ rất nhiều rằng, tại sao lại gọi là “*Phương pháp*”?

Ngay từ khi Minh Khuê còn bé, tôi đã đọc rất nhiều những tác phẩm về giáo dục. Tôi thấy rất rõ một điều là, những phương pháp được định danh kiểu như: Nuôi con theo phương pháp mẹ Nhật, mẹ Hàn, mẹ Pháp, mẹ Trung Quốc, mẹ Do Thái, mẹ Mỹ, v.v..., tựu trung, những bà mẹ đó, để có thể thành công trong đồng hành cùng con, thì chắc chắn một điều, họ đều là những bà mẹ *có cảm hứng làm mẹ rất mãnh liệt*, yêu con, có trách nhiệm và hơn nữa, đó là những người mẹ có ý thức tìm hiểu, tìm tòi trong đại dương tri thức - khoa học của nhân loại, rồi *chọn lấy con đường phù hợp* với riêng họ.

Tôi cứ nghĩ đơn giản thế này, yêu con, nuôi dạy con, đồng hành cùng con, đó là một hành trình rất sinh động, linh hoạt và sống động. Nó không phải là việc chúng ta trông lúá ngẩn ngày hay dài ngày, để áp dụng phương pháp nào đó! Càng không phải là việc

trồng nấm, nuôi rong biển, nuôi trồng loài thủy sản, sản xuất hàng hóa công nghiệp trên dây chuyền hiện đại, v.v..., để áp dụng quy trình, phương pháp một cách khuôn mẫu, khô cứng và máy móc.

Tôi nghĩ, nuôi dạy con cái thì không chỉ như thế. Bởi vì, bản thân mỗi đứa trẻ khi sinh ra đã là một tiểu vũ trụ, nó đã có những khác biệt và độc lập tương đối, không khuôn mẫu, điều này gợi ý rằng, nhiều đứa trẻ cùng cha mẹ, nhưng cha mẹ vẫn nên tìm tòi cách thức đồng hành phù hợp với từng đứa trẻ, không nên nghĩ cách dùng cho đứa lớn hiệu quả, tất sẽ hiệu quả với đứa sau.

Không có những đứa trẻ nào hoàn toàn giống nhau, và do đó, không thể áp dụng một quy trình hay phương pháp giống hệt nhau mà hy vọng đem lại những kết quả giáo dục thành công giống hệt nhau!

John Dewey, tác giả của cuốn sách *Dân chủ và giáo dục*, đã khẳng định: “Không có một nền giáo dục nào hoàn hảo cho tất cả mọi cá thể”. Từ đó, tôi chịu đọc và chịu khó nghiên cứu, tham chiếu các phương pháp, để nhận thức được cái gì là mấu chốt, là kết tinh phù hợp với Minh Khuê và mình nhất.

Tôi thích dùng cách diễn đạt này: “*Nghệ thuật để bố mẹ đồng hành cùng con*”, bởi một lẽ, nếu như nấu ăn cũng có thể nâng lên thành nghệ thuật, bữa ăn mới có những món ăn ngon và đẹp. Người thợ may cũng có thể trở thành nghệ sĩ, sản phẩm của cô ấy trở thành tác phẩm nghệ thuật nhờ óc sáng tạo trong thiết kế. Người chơi cây cảnh cũng trở thành nghệ nhân, khi anh ấy cố gắng hiến nhiều đam mê và hiểu biết của bản thân cho công việc trồng cây cảnh, v.v... Và, *bất kể một sản phẩm nào được tạo tác với tâm huyết của người thợ đều được gọi là tác phẩm nghệ thuật!* Như vậy, mọi thành tựu được làm với sự sáng tạo không ngừng thì được trân trọng gọi là nghệ thuật.

Vậy thì vì có gì, một người mẹ nuôi con, một kiệt tác nghệ thuật của tạo hóa, tuyệt vời như vậy mà việc đồng hành cùng bé yêu chỉ được định dạng trong khuôn khổ, cứng nhắc, máy móc, kém sáng tạo, kém đam mê, chỉ là áp dụng phương pháp nào đó?

Tôi nhớ một nhà tư tưởng của thế kỷ XX, đã nói một câu rất hay rằng: *“Bản thân cuộc sống của bạn là chất liệu nghệ thuật. Nó như một phiến đá cẩm thạch hay như một phiến đá hoa cương, hoàn toàn tùy bạn đặt tên cho nó. Với sự lao động và nỗ lực sáng tạo, bạn điêu khắc lên nó và biến nó thành một tác phẩm nghệ thuật”*.

Vâng, bạn không cần vay mượn các phương pháp, bạn chỉ nên tham khảo và nhận lấy ở đó những gợi ý để từ đó nhận thấy rõ hơn cuộc sống của bạn, hành trình của bạn với con tràn đầy chất liệu, sự rung động và không lặp lại với bất kỳ mối quan hệ mẹ con, bố con nào khác trong xã hội.

Tôi đã không ngừng sáng tạo từ tình huống đời sống. Nó cứ đến rất tự nhiên, tình cờ, không sắp đặt, nó phong phú và đa dạng, tôi lợi dụng nó và chuyển hóa nó thành những tình huống sự phạm nhằm làm đầy lên cho con gái những nhận thức, hiểu biết mới mẻ.

Không có giờ lên lớp nào, không có giờ giảng nào, nhưng suốt 18 năm, tôi luôn là Người Thầy không quyền miễn nhiệm. Không có sự nghiêm cấm bởi áp dụng một phương pháp khuôn mẫu nào đó, cuộc sống của chúng tôi vẫn hoan hỉ như dòng chảy tự nhiên! Không bị gượng ép vì bất cứ sự điều chuyển nào cho khớp với một “phương pháp” nào cả! Những câu chuyện tôi “bịa ra” để giúp con ăn ngon miệng hơn thực sự giúp tôi luôn “kê cao gối ngủ” sau mỗi ngày trôi qua với cảm giác mình đã hướng dẫn con rất nhiều.

Những nỗ lực sáng tạo cuộc sống đó, không chỉ mang lại tác dụng cải thiện chứng biếng ăn và nôn trớ của Minh Khuê, sâu sắc hơn, nó đã cùng lúc bồi đắp dần trong cô con gái bé bỏng của tôi, vốn ngôn ngữ tiếng Việt; cách thức giao tiếp, kể chuyện có ngữ điệu, giai điệu; phát triển trí tưởng tượng trong đại não của đứa trẻ, v.v..., mà tôi gọi là bồi đắp *môn nhân văn* để tăng cường tố chất cho trẻ.

Hiệu ứng kép từ việc đồng hành cùng con, bắt đầu từ những việc đơn giản, nhỏ bé. *Liệu có phương pháp nào, hay lớp học kỹ năng nào có thể hỗ trợ được một cách tinh tế, gần gũi và thường xuyên như cách người mẹ, người bố đồng hành bên đứa con yêu của mình?*

Tạo hóa đã tạo tác một tuyệt phẩm là con của bạn, và việc bạn phải kể tục là hãy làm cho tuyệt tác đó, ngày một đáng yêu và đáng quý hơn. Làm cho hành trình với con trở nên đẹp đẽ, tràn đầy chứ không chỉ đơn thuần là áp dụng phương pháp hay chỉ là bắt chước, lặp lại của ai đó (và kèm theo sự lo lắng bồn chồn về một tương lai mơ hồ của đứa trẻ), trong khi, thực tại đang trôi đi nhạt nhẽo giữa thời kỳ lẽ ra sẽ là “kim cương quý báu” của cuộc đời con, mãi mãi sau này!

Ký ức tuổi thơ luôn mang những ấn tượng sâu sắc và lâu dài trong trí não. Nó là hành trang theo đứa trẻ trong suốt cuộc đời. Nhà văn của nhân loại thế kỷ XX, Vladimir Mayakovsky đã nói: *“Mỗi một con người chúng ta, trong phẩm chất là một người nghệ sĩ đích thực”*. Vấn đề ở chỗ, bạn cần nỗ lực để cảm nhận được phẩm chất ấy trong bản thân; nỗ lực sáng tạo trong vai trò thiên chức của người mẹ tràn đầy tình thương yêu - tinh thức và dồi dào sáng tạo!

Đừng biến trẻ thành thùng chứa kháng sinh

Tân dược, kháng sinh: Nghi can tăng nguy cơ rối loạn phát triển¹, tăng động giảm chú ý ở trẻ

Tôi đã đau đầu để viết về vấn đề này từ rất lâu, trong nỗi niềm tràn đầy thương cảm với những bố mẹ và những cháu bé có dấu hiệu rối loạn phát triển, hoặc tăng động.

Tôi tha thiết muốn chia sẻ những hiểu biết của bản thân trong quá trình trải nghiệm nuôi dạy con, quá trình vượt thoát lên tình trạng sơ sinh không hoàn hảo của bé Minh Khuê, để giúp con từ từ lớn lên trong cân bằng và mạnh khỏe: cả về thể chất cũng như sức khỏe thần kinh.

Từ trải nghiệm đầy dẫn thân, tôi nhận ra rằng, một chế độ nuôi dưỡng từ nhũ nhi, ấu nhi có ảnh hưởng rất lớn đến tương lai - phẩm chất của bản thể đưa trẻ về lâu dài, nếu không muốn nhấn mạnh là mãi mãi!

Do đó, tôi không cho phép bản thân trì hoãn hay mắc sai lầm nhiều lần. Bởi, trong khi nếu tôi xem nhẹ chất lượng chăm sóc đúng cách và hợp với tự nhiên, thì thời gian vẫn trôi và đứa trẻ vẫn phải đáp ứng để lớn. Tất nhiên, những thiếu hụt, sai lầm trong nuôi dưỡng và huấn luyện của bố mẹ khi trẻ còn nhũ nhi, ấu nhi, sẽ ghi lại

¹ Hiện tượng mà hiện nay tại Việt Nam thường đánh đồng với hội chứng tự kỷ hiếm gặp.

dấu ấn trong bản thể chúng, khó chỉnh sửa, hoặc mất rất nhiều công sức để chỉnh sửa, khi chúng đã phát triển hoàn thành!

Trong quá trình chăm sóc, nuôi con và đặc biệt là thời gian gần đây, tôi gặp nhiều trẻ nhỏ, đặc biệt là trẻ trai, mắc chứng rối loạn phát triển hay tăng động. Thực trạng ấy ngày càng phổ biến. Ngoài yếu tố hiếm gặp là bệnh mang tính lịch sử gia đình, gia tộc, thì căn nguyên gây bệnh khá mơ hồ, nghĩa là y học khó chỉ định những dấu hiệu cụ thể trên cấu trúc sinh học, bệnh lý rõ ràng gây nên bệnh. Như vậy, tác nhân gây bệnh rất có thể nó mang đậm dấu ấn của quá trình nuôi dưỡng và môi sinh.

Điều này rất thuyết phục, vì chứng rối loạn phát triển và tăng động giảm sức chú ý, hoặc những sang chấn tâm lý đều là vấn đề của hệ thần kinh trung ương. Tôi đúc kết ra những mẫu số chung ở những trẻ rối loạn phát triển, tăng động, như sau:

- Trẻ trai bị nhiều hơn trẻ gái: (1) do quá trình hoàn chỉnh hệ thần kinh trung ương của trẻ trai chậm hơn trẻ gái, nên dễ bị tổn thương hơn trong quá trình hoàn chỉnh; (2) Do vùng tư duy và biểu đạt ngôn ngữ của trẻ trai phát triển chậm hơn dẫn đến năng lực kết nối xã hội và bộc lộ nội tâm của trẻ trai bị hạn chế.

- Căn bệnh này thường gặp ở trẻ các nước phát triển hơn là tại những nước nghèo!

- Trẻ em ở các đô thị bị mắc nhiều hơn trẻ nông thôn.

- Trẻ trong những gia đình mà bố mẹ có học vấn và điều kiện kinh tế tốt bị mắc nhiều hơn trẻ ở những gia đình khác.

- Trẻ em Việt Nam thời hiện đại mắc nhiều hơn, tăng tiến dần theo thời gian, ghi dấu rõ nét tác động của lối sống gia đình thời hiện đại: ngày càng lệ thuộc sâu hơn, toàn diện hơn vào sản phẩm công nghiệp và ngày càng ít đi những kết nối tình cảm, gắn bó.

Những điều này cho tôi một gợi ý rất đáng lưu ý về giá trị lớn của việc nuôi dưỡng và môi sinh có tác động mạnh mẽ lên sự hoàn chỉnh và lành mạnh của não bộ và hệ thần kinh trẻ.

Không đặt niềm tin quá đáng vào tân dược và kháng sinh - hãy lắng nghe Mẹ Thiên Nhiên chỉ lối!

Một manh mối đáng lưu tâm đó là: việc đặt niềm tin quá mức vào “*quy trình nuôi con theo những phát minh thời đại công nghiệp*”; việc sử dụng nhiều sản phẩm công nghiệp, một môi trường gia đình bị sản phẩm và lối sống công - nghiệp - hóa xâm lấn, đồng nghĩa với việc môi trường của trẻ bị mất cân bằng thiên nhiên, thiếu hài hòa, thân thiện với quy luật của thiên nhiên, v.v..., là những tác nhân giấu mặt, gây nên chứng rối loạn phát triển, tăng động và nhiều lệch lạc về sức khỏe thần kinh khác nữa!

☛ TÌNH HUỐNG

Khi Minh Khuê bốn tháng tuổi, tôi đã mắc một sai lầm!

Hôm đó, khi thấy bé sốt, kèm nôn trớ ào ạt, không kiểm soát, nhiều hơn mọi ngày, kèm giật choàng, mắt trố, miệng chúm chím, triệu chứng tôi chưa gặp bao giờ. Lo lắng và có phần mất bình tĩnh, tôi ôm con đến viện Nhi Trung Ương để khám cấp cứu.

Bệnh viện rất đông bệnh nhi và người nhà bệnh nhi đông gấp 2 - 3 lần, vì bệnh nhi nào cũng có từ 2 - 3 người thân đi kèm, nên mật độ người trong viện là rất lớn.

Phải xếp hàng khá lâu mới đến lượt khám và kết quả sau khám của bé, là thế này: bé sốt mọc răng, kèm theo tình trạng thiếu hụt nhẹ can xi nên có triệu chứng co giật, miệng chúm chím, nếu bố mẹ không chú ý, sẽ bỏ qua triệu chứng thoáng qua này, và tình trạng thiếu can xi sẽ biểu hiện ở mức độ cao hơn, như rụng tóc, tóc rụng, còi xương, v.v...

Điều phục những rắc rối do mọc răng và thiếu hụt can xi bằng các phương pháp tự nhiên thì không khó, nhưng thời điểm đó, tôi thiếu hiểu biết những kiến thức cơ sở về khoa học và nuôi nhũ nhi, cộng với tâm lý “*cứ vào bệnh viện là mọi bệnh tật sẽ được chữa hết*” đã dẫn tôi đến sai lầm cơ bản trong việc chăm sóc và bảo vệ sức khỏe nhũ nhi:

♥ Hạn chế nguy cơ trẻ bị phơi nhiễm vì lạm dụng “niêm tin bệnh viện” - bạn cần trang bị kiến thức nuôi trẻ nữ nhi thường thức!

Đưa con đi bệnh viện khi chưa thật cần thiết, nên đã khiến cơ thể đứa trẻ bị phơi nhiễm bệnh nhiễm khuẩn tại bệnh viện (lây chéo bệnh nhiễm khuẩn, vi rút tại bệnh viện, một thực tế khó tránh khỏi tại các bệnh viện Việt Nam).

Một ngày, sau khi đi khám bệnh ở viện Nhi Trung ương về, Minh Khuê bị sốt cao, khó thở và được chẩn đoán là nhiễm khuẩn đường hô hấp, rồi viêm phổi. Diễn tiến bệnh nhanh, phức tạp do kết hợp với việc mọc răng và hệ miễn dịch bị suy giảm.

Bác sĩ Tâm (bác sĩ chuyên khoa 2 về hô hấp, bệnh viện phòng chữa Lao Trung ương) được tôi chọn để thăm khám, điều trị cho Minh Khuê, nói: “Em phải chuẩn bị tinh thần chú tiên lượng của cháu bé xấu lắm. Những đứa trẻ có thể trạng bình thường, cũng mắc phải viêm đường hô hấp các cấp độ đến nặng là viêm phổi trung bình 5 - 6 lần/năm. Bé nhà em đã nhẹ cân sau sinh, lại mắc chứng doãn van thực quản gây nên rối loạn tiêu hóa trầm trọng, rối loạn giấc ngủ... do đó, tình trạng sẽ nguy hiểm và khó khăn hơn rất nhiều”.

Tôi rất buồn, nhưng không có thời gian để ngồi khóc, than vãn mãi!

Tôi bắt tay vào tìm hiểu nguyên nhân và loại trừ dần những nguyên nhân là thủ phạm khiến nữ nhi hay mắc các bệnh khá thông thường như viêm đường hô hấp và rối loạn tiêu hóa, dẫn đến tình trạng, chúng trở thành cái thùng chứa kháng sinh do những quyết định mang tính “giải quyết tình huống” của bác sĩ và bố mẹ.

Tôi phát hiện ra, những nguyên nhân điển hình khiến trẻ nhiễm lạnh do nước, gió lùa, mặc phong phanh vào mùa rét là điều dễ tránh.

Thực tế, nữ nhi bị nhiễm lạnh và viêm phế quản, nhiều phần do được chăm sóc quá mức và không khoa học:

♥ Loại bỏ những quần áo, đồ dùng cho bé từ sợi tổng hợp - ngăn ngừa trẻ nhiễm lạnh vì ngấm ngược mồ hôi!

Nhũ nhi được quần quá nhiều quần áo đẹp, may bằng chất liệu vải tổng hợp. Trong một căn phòng đủ ấm áp thì việc quần nhiều đồ, bao tay, bao chân kín mít, khiến thân nhiệt trẻ tăng cao, gây đổ mồ hôi, rồi trẻ bị ngấm ngược mồ hôi, dẫn đến tình trạng nhiễm lạnh.

Giải pháp: Tôi kiên quyết loại bỏ hết những đồ mặc cho bé bằng vải sợi tổng hợp, dù kiểu cách và màu sắc đẹp đến đâu cũng không bị hấp dẫn, vì không thoát khí tốt và không thấm nước và mồ hôi. Tập quán dùng quần áo cho nhũ nhi, ấu nhi may bằng vải tổng hợp (polyester) là rất phổ biến ở các bố mẹ Việt Nam.

Tuy nhiên, phải nhìn nhận hiện tượng đổ mồ hôi, mà người lớn gọi là đổ mồ hôi trộm, là một quá trình lành mạnh và tất yếu để cơ thể trẻ thực hiện trao đổi chất mạnh mẽ. Do vậy, *người mẹ phải có thói quen kỷ luật là kiểm tra lưng của bé thường xuyên (một vài tiếng đồng hồ/lần) để lau thấm mồ hôi do cơ thể trẻ bài tiết (dù là ngày hay đêm).*

♥ “Giữ cho cái đầu luôn mát và lòng bàn chân luôn ấm” được hiểu là một chỉ dẫn rất khoa học trong chăm sóc sức khỏe hô hấp cho trẻ.

Những đôi dép vải xinh xắn bằng cotton

Tôi quan sát nhiều bố mẹ rất chăm con, nhưng bỏ sót một chi tiết là phải luôn giữ cho lòng bàn chân của trẻ không bị nhiễm lạnh triền miên, tích tụ, do trẻ chạy nhảy trên sàn đá gra-nít, sàn gỗ lạnh dù là giữa mùa hè!

Để khắc phục điều này mà không phải đeo tất (bằng chất liệu sợi vải tổng hợp, gây bí chân, toát mồ hôi chân ở trẻ), tôi làm những đôi dép bằng vải sợi bông tự nhiên (cotton) để Minh Khuê đi trong nhà, bất cứ lúc nào, kể cả khi ngủ, để đảm bảo lòng bàn chân không bị nhiễm lạnh lại có tác dụng thấm mồ hôi, nhưng vẫn thoáng khí!

Ngoài ra, tôi không lãng phí nhiều tiền bạc mua đồ, quần áo mới cho trẻ (vì chúng nhanh lớn và chưa có nhu cầu về cái đẹp duy hình thức) mà xin lại, sử dụng lại đồ của trẻ ra đời trước là con cái của anh chị, bạn bè tôi, như thế, vừa tiết kiệm được khoản tài chính

khá lớn, nhưng quan trọng hơn, là những đồ đã qua sử dụng, vải đã mềm, thấm nước, khắc phục hiệu quả tình trạng ngấm ngược mồ hôi vào cơ thể nữ nhi, ấu nhi!

♥ Thực hành ăn uống vệ sinh an toàn thực phẩm để tránh tối đa nguy cơ trẻ bị rối loạn tiêu hóa.

Đa dạng hóa thực phẩm - nhưng đơn món trong từng bữa sẽ giúp trẻ dễ hấp thụ và không mệt mỏi.

Quan trọng hơn nữa, đó là thực hành đa dạng thức ăn trong chiến lược chăm sóc con, nhưng theo thực đơn Tây Tạng mà nhiều nhà khoa học Âu Mỹ đã chứng minh là rất khoa học, đó là: bữa ăn đơn giản, đơn món cho trẻ. Tôi không tích hợp nhiều loại thức ăn phức tạp khiến tụy + gan + mật của trẻ phải chịu áp lực quá tải do phải làm việc quá sức nhằm tiết đủ các loại men, enzyme, các chất vi sinh cần thiết để tiêu hóa một thực đơn phức tạp theo kỳ vọng của người lớn kiểu như, một bát bột, bát cháo gồm: cá + rau + phomai + nước xương hầm + gạo + hạt sen + đỗ xanh, v.v... Đây là công thức khá điển hình trong các thực đơn của trẻ ở Hà Nội hiện nay.

Vì tôi hiểu, mỗi loại thức ăn, lại đòi hỏi một số loại enzyme, men tiêu hóa khác nhau để chuyển hóa và hấp thụ. Cùng lúc đưa vào cơ thể trẻ một lượng thức ăn quá phức hợp là làm cho hệ tiêu hóa của trẻ bị quá tải, gây nên tình trạng khó tiêu, dẫn đến trẻ lười ăn, phân sống, sợ ăn. Một thực trạng là, tuy nhiều trẻ được chăm sóc rất “*chi tiết, chu đáo, cầu kỳ*” vẫn bị suy dinh dưỡng dạng còi xương hoặc mập phì.

Vì sao nên đặc biệt quan tâm đến các bệnh của nữ nhi, ấu nhi ở hệ hô hấp và hệ tiêu hóa?

Vì đây là hai hệ chức năng sống của trẻ luôn phải đối diện với những rắc rối thường gặp nhất, lặp đi lặp lại nhiều lần ở một cá thể trẻ và có tác động, cộng hưởng qua lại rất mật thiết!

Diễn hình là tình trạng: trẻ bị nhiễm khuẩn đường hô hấp trên như viêm chân răng, viêm lợi, sâu răng sữa, viêm mũi, viêm xoang,

viêm amidan, để lâu không điều trị dứt điểm, hoặc điều trị sai dẫn đến hệ hô hấp rất nhạy cảm, dễ viêm nhiễm sâu xuống đường phế quản và phổi.

Khi tình trạng đã khá nặng, bố mẹ đưa trẻ đi bác sĩ và được kê đơn mà chắc chắn có thành phần kháng sinh thế hệ mới nhất, phổ rộng, đặc hiệu nhất giúp điều trị nhanh chóng bệnh, đúng như kỳ vọng của bố mẹ! Nhưng hệ lụy là đưa trẻ lại rơi vào tình trạng bị loạn khuẩn đường ruột do những hệ vi sinh lợi khuẩn dồi dào trong hệ tiêu hóa (gọi nôm na là các loại men vi sinh đường ruột) bị kháng sinh phổ rộng tiêu diệt!

Cổ xưa đã có câu: “đau chóng đã chầy” - ấy là quy luật điều phục của cơ thể!

Nhưng thời công nghiệp hiện đại, tôi cũng như nhiều bậc cha mẹ đã bị thôi miên bởi truyền thông, quảng cáo và những thông tin khoa học không toàn bộ, nên đã không thể bình tâm tìm hiểu và thấu đáo điều thuận theo tự nhiên ấy!

Tôi suy ngẫm về giá trị của cụm từ “*kháng sinh phổ rộng*” - và hiểu rằng, cơ bản, loại tân dược này tổng hợp nhiều loại hóa chất, cùng lúc tấn công, tiêu diệt nhiều loại vi khuẩn khác nhau, trong đó có vi khuẩn gây bệnh đồng thời tiêu diệt luôn các loại vi sinh có lợi cho cơ thể - vốn được coi “là hàng phòng ngự đầu tiên” bảo vệ cơ thể - những hệ vi sinh này khu trú rất dồi dào trong dịch nhầy tại các bộ phận mũi, mắt, miệng, hậu môn, cơ quan sinh dục, đặc biệt là ruột và dạ dày của trẻ.

Như vậy, thói quen dùng kháng sinh để dập tắt mọi bệnh thông thường, do kém hiểu biết trong chăm sóc sức khỏe nhũ nhi, ấu nhi, sẽ dẫn tới làm giảm sức đề kháng tự nhiên của trẻ trong dài hạn, cơ thể trẻ dễ bị tổn thương, dễ nhiễm trùng và bố mẹ lại viện đến kháng sinh liều cao để điều trị cho bé. Vòng luẩn quẩn này là hiện trạng đáng buồn, khiến nhiều cháu khy sinh ra rất bụ bẫm, kháu khỉnh nhưng do phương pháp chăm sóc “*tưởng như khoa học mà lại rất phản tự nhiên*” đã khiến đứa trẻ bị mất đi cơ hội lớn lên với một cơ thể khỏe mạnh, não bộ khỏe mạnh, hệ thần kinh hoàn chỉnh, vì bị

các loại hóa chất tổng hợp ức chế ngay từ khi rất non nớt, tác động triền miên, mà cụ thể là thuốc kháng sinh liều cao, như bác sĩ Tâm (bác sĩ hô hấp chuyên khoa 2) khuyến cáo: trẻ nhũ nhi, ấu nhi mỗi năm trung bình phải dùng từ 5 - 6 liệu trình kháng sinh, mỗi liệu trình từ 5 - 10 ngày và nhiều hơn thế.

Cây lá vườn nhà - đông dược, thảo dược thật vi diệu để trẻ lớn lên lành mạnh

Tôi nhấn mạnh, ở những rắc rối thông thường của trẻ, không nên lạm dụng kháng sinh. Thứ tân dược ấy từng cứu sống loài người trước nguy cơ nhiễm khuẩn nguy hiểm, tình trạng nguy hiểm. Tuy nhiên, sẽ phản tác dụng nếu bạn sử dụng quá nhiều cho con trong những nhiễm khuẩn thông thường mà lẽ ra, hệ miễn dịch cơ thể của bé có khả năng phòng vệ và kháng cự với sự hỗ trợ vừa phải từ cây lá tự nhiên hoặc thực phẩm chức năng.

Để giảm thấp nhất nguy cơ phải dùng đến kháng sinh phổ rộng thế hệ mới và liều cao “*dập lừa*” như tập quán hiện tại của nhiều bố mẹ, tôi thực hành nuôi và chăm sóc bé Minh Khuê theo những kỹ năng thuận theo tự nhiên mà tôi được thuyết phục. Như sau:

♥ Thực đơn từng bữa rất đơn giản, không tích hợp nhiều thực phẩm khác nhau vào một bát cháo, bột cho nhũ nhi. Tuy nhiên, đảm bảo đa dạng, hợp lý, dễ hấp thụ trong hệ thức ăn dành cho bé.

♥ Khi Minh Khuê bị sổ mũi, tôi dùng miệng hút mũi cho con, theo phương pháp mà tôi học được từ bà nội, chứ dứt khoát không dùng dụng cụ hút mũi cho trẻ bằng nhựa vẫn được bán trên thị trường, vì dụng cụ này có thể làm tổn thương niêm mạc mũi của trẻ, làm đau mũi của trẻ, khiến chúng sợ hãi, hơn thế nữa, dẫn đến viêm nhiễm trầm trọng và sâu hơn, khó chữa hơn. Sau đó, bơm nước muối y tế nhằm làm sạch khoang mũi ngay, sau đó dùng miệng hút ra. Thực hành chăm sóc khoang mũi, xoang cho con cẩn trọng, theo phương pháp tự nhiên nhất, kết hợp với hiểu biết khoa học hiện đại đúng cách, để đảm bảo trẻ không bị tình trạng “*lai rai*”

như tai mũi họng” - tình trạng dẫn đến nhiễm khuẩn đường hô hấp lặp đi lặp lại, triền miên!

♥ Thay vì đợi đến khi ốm bệnh là dùng kháng sinh, trong thành phần nước uống hàng ngày của Minh Khuê, luôn có nước đỗ đen, đỗ xanh.

Cách chế biến: Đỗ xanh, đỗ đen nguyên hạt, nguyên vỏ, rửa đãi sạch, để róc nước, đem rang riêng từng loại, rang vàng.

- Cho cả hai loại đậu đỗ đã rang vàng trộn lẫn vào một hũ sành đậy kín đem phơi sương một đêm để hạt đỗ hút được khí của đất trời.

- Để tủ lạnh dùng dần.

- Cho một hai nắm đỗ hỗn hợp trên với nước lã đun như nấu chè, khi đã sôi, giảm lửa nhỏ liu riu. Khi thấy hạt đỗ nhừ, chất lấy nước cốt chế thêm một chút nước đường phèn đã chung, sao cho vị man mát, thanh, dùng cho bé uống, nhằm thanh thải độc tố, tác dụng bổ tỳ, thanh mát cơ thể! (Tôi duy trì tập quán này đến tận bây giờ).

♥ Các loại nước ép từ rau xanh, tươi sống như: nước lá bồ công anh (rất nhiều canxi); nước rau chân vịt (bina), nước ép rau dấp cá (giàu chất kháng sinh tự nhiên và giảm sốt hoàn hảo), nước ép bắp cải, nước ép lá rau má thực sự là những loại nước có tác dụng thanh lọc cơ thể cho trẻ, bổ sung diệp lục, chất kháng sinh tự nhiên, chất giảm sốt tự nhiên được tôi chọn chế biến (có cho thêm chút nước đường phèn chung) để trẻ uống những lúc cơ thể sốt dịch, sốt theo mùa, sốt “tập dượt” miễn dịch thông thường.

Nước gạo lứt rang cũng rất tốt, nhằm cấp bù nước, tránh mất nước trong ngày sốt, hay ngày nóng rất hiệu quả, lành tính, trẻ uống bao nhiêu cũng được, không cần định lượng.

Trong thành phần nước uống hàng ngày của Minh Khuê, ngoài sữa mẹ ra, các loại nước rau xanh (ép tươi) kể trên được ưu tiên lựa chọn để bổ sung đều đặn.

Nếu các bạn quan sát, trong đĩa rau thơm của người Việt từ cổ xưa, rất chú trọng lá dấp cá. Nó được dùng ăn ghém để bổ sung

thêm kháng chất cho cơ thể và làm mát cơ thể rất hiệu quả. Nước dấp cá ép tươi có vị chua dôn dốt, chế thêm một chút đường phèn hay mật ong nguyên sinh thì là một loại nước uống vừa thơm ngon vừa là vị thuốc vô cùng tốt. Loại cây này dễ mọc, dễ sống và phân nhánh rất nhanh nên thường được mọc tự nhiên không bị thúc bằng thuốc hóa học.

Tôi nhấn mạnh “đường phèn” là vì đây là loại đường tự nó kết tinh trong bể mật, khá tự nhiên, còn giữ được nhiều vi chất tự nhiên, không bị mất đi trong quá trình sản xuất như đường tinh luyện.

Kết luận: Do được khuyến cáo về một “*thực trạng không sáng sủa*” nếu theo kịch bản, tập quán nuôi con thông thường, từ những bác sĩ mà tôi đã có thời gian giải bày đầy đủ về các vấn đề của con gái mình, do đó, tôi đã nỗ lực chăm sóc bé bằng những chỉ dẫn rất thuyết phục về khoa học, gần gũi và hợp với quy luật của thiên nhiên, như sau:

♥ Hiểu được cơ chế bài tiết mồ hôi và sự nhiễm lạnh do thấm ngược mồ hôi lạnh để ngăn chặn nguy cơ bị viêm nhiễm đường hô hấp vì đây là nguy cơ phổ biến nhất!

♥ Thực hành chế độ thức ăn đơn món, không phức tạp trong từng bữa ăn của trẻ để bảo vệ hệ tiêu hóa không bị rối loạn.

♥ Sử dụng biện pháp hỗ trợ chất kháng sinh và chất giảm sốt từ cây lá thiên nhiên để giảm thấp nhất việc phải sử dụng kháng sinh thế hệ tổng hợp liều cao - điều dẫn đến hệ vi sinh có lợi của cơ thể trẻ bị phá vỡ, loạn khuẩn và lặp lại vòng luẩn quẩn vì cơ thể dễ nhiễm khuẩn có hại.

♥ Những cây lá tôi thường sử dụng, ngay cả đến bây giờ vẫn trong tập quán sử dụng của gia đình tôi như: nước ép rau má, nước ép lá dấp cá, rau chân vịt, cà rốt, bắp cải.

Các loại lá tắm như: lá chè xanh tươi, lá trầu không, trái mướp đắng để thay cho các loại nước tắm đóng chai được quảng cáo dành cho trẻ nhũ nhi, ấu nhi.

Tôi nhấn mạnh nước tắm bằng lá chè xanh đun lấy nước!

Nước lá chè xanh rất tốt, có chất làm se khít lỗ chân lông và chất kháng sinh tự nhiên giúp da dẻ trẻ nhũ nhi, ấu nhi luôn được bảo vệ thơm tho. Đặc biệt, với trẻ đang điều trị thủy đậu, bị mẩn ngứa, bị hăm lỏ, viêm da các loại, thì nước chè xanh đậm đặc đun sôi, để nguội rồi tắm cho trẻ là phương thuốc tuyệt vời, hữu hiệu và an toàn vô cùng!

♥ Kiên trì loại bỏ phần lớn những sản phẩm công nghiệp, nếu không thiết yếu, như đồ dùng, quần áo, thức ăn, thuốc kháng sinh, trong quá trình nuôi và dinh dưỡng trẻ!

Kết quả: Sau những kiên trì bề bộn thực hành nuôi con thuận theo chỉ dẫn của *Mẹ Thiên Nhiên* đã được soi sáng bằng những hiểu biết khoa học, từ thời điểm 4 tháng tuổi, Minh Khuê không phải dùng kháng sinh và thuốc giảm sốt lần nào cho đến tận năm cô bé 15 tuổi!

Việc không lạm dụng thuốc kháng sinh và thuốc giảm sốt, đã giúp đứa trẻ lớn lên trong lành mạnh, não bộ được hoàn chỉnh trong trạng thái hòa hợp tự nhiên, các hệ vi sinh có lợi trong cơ thể trẻ được cân bằng hài hòa, nên hệ miễn dịch của Minh Khuê được tập dượt thường xuyên, ngày càng trở nên vững vàng hơn theo tuổi trưởng thành, giúp Minh Khuê vượt qua những đợt dịch sốt một cách bình thản, dễ thích nghi trong mọi môi trường, dù thay đổi đột ngột.

“Giáo dục sớm” xin đừng ngộ nhận

Tháng 11 năm 2012, Minh Khuê và thầy giáo - nghệ sỹ Nguyễn Huy Phương lên kế hoạch luyện tập cho dự án nghệ thuật “Hòa nhạc mùa hạ” sẽ diễn ra vào tháng 6 năm 2013. Trong chương trình biểu diễn đó, điểm nhấn là bản concerto dành cho piano và Minh Khuê là pianist. Thầy Phương đã rất cân nhắc để chọn cho Minh Khuê tác phẩm nổi tiếng của nhà soạn nhạc Mozart *Concerto No.18*.

Tuy nhiên, sau hai ngày cân nhắc, Minh Khuê trao đổi với mẹ: “Con sẽ đề nghị thầy cho con chọn một tác phẩm của Beethoven”. Tất nhiên là thầy hoan hỉ đồng ý. Và quả nhiên, đêm hòa nhạc ấy, phần trình diễn trong vai trò pianist của Minh Khuê đã rất thành công với bản *Concerto No.3, Op.37* của nhà soạn nhạc Ludwig van Beethoven.

Sau đó, mỗi khi được khen về thành công của đêm diễn nhiều lần Minh Khuê thường nói với mọi người một cách khiêm tốn rằng, vì bạn ấy cảm thấy hợp với âm nhạc của hai nhà soạn nhạc cổ điển là L.V. Beethoven và Frédéric Chopin nhất trong số những nhà soạn nhạc mà bạn ấy từng được chơi tác phẩm của họ.

Có sự trùng hợp thú vị, Beethoven và Chopin là hai trong số (chỉ có) sáu tác gia cổ điển lừng danh mà hội đồng nghệ thuật Harvard yêu cầu thí sinh bắt buộc chọn tác phẩm của họ để trình diễn và gửi tác phẩm!

Bản thân Minh Khuê có thể cảm thấy hợp với Beethoven và Chopin như một sự tình cờ, ngẫu nhiên.

Nhưng với tôi lại khác: khi lần đầu nghe con gái tâm sự điều này, tôi đã nổi da gà vì xúc động, và càng thêm chắc chắn rằng, những gì tôi tiến hành trong dự án “*dạy con từ trong trứng nước*” không còn là *niềm tin mơ hồ* nữa, mà thực tế là một chứng nghiệm sâu sắc, xúc động và hoan hỉ đến trào nước mắt.

Trở lại thời kỳ tôi mang bầu Minh Khuê, tình cờ tôi đọc được một cuốn sách, của một tác gia là cựu sinh viên Harvard, ông ấy khẳng định rằng, Harvard luôn theo đuổi triết lý “*Học để phát triển tố chất chứ không phải vì có tố chất mới được học!*”

Khi con vào dạ thì mẹ đi tu

Ứng nghiệm kỳ diệu: Những bản nhạc của Beethoven và Chopin

Niềm tin được thuyết phục bằng những luận chứng khoa học về một sự trưởng thành toàn vẹn của thai nhi trong bụng mẹ, sự tương tác của đứa con trong bào thai với cảm xúc hoan hỉ hay buồn bã, bình tâm hay lo âu bồn chồn của người mẹ là thực tế, sự cảm thụ âm nhạc hay là những phản ứng tiêu cực với những âm thanh khó chịu của thai nhi là rất rõ ràng, v.v..., khiến tôi quyết đoán một tâm thế dạy con từ trong trứng nước - hay nói theo cách giản dị của dân gian là một *tâm thế thai giáo* với đức tin vững vàng.

Muốn thai nhi bình an, người mẹ phải dọn lòng để có được bình an, dù ngoại cảnh có thể là điều không như ý. Nhưng chỉ cần nghĩ về sự tác hại đến não bộ và tinh thần vui vẻ của thai nhi là tôi có động lực để thay đổi thái độ sống, quên những bực bội, bất ưng để sống an nhiên.

Dọn lòng không nghĩ đến sân hận, khổ đau; dọn lòng không màng đến danh lợi, sáng sáng tôi hít thở trước ánh bình minh lên, niệm cái nhìn vào bức ảnh Phật Bà và những Tiên Đồng an vui xinh đẹp, được tôi đặt ở đầu giường.

Tôi không xem phim kinh dị, phim bạo lực hay phim điếm tình suốt mướt, mà tìm kiếm những sách, tạp chí tri thức thường thức để đọc và nghiên cứu. Ăn uống lành mạnh và đặc biệt tránh sát sinh

để bình an tâm tôi. Tôi âm thầm và cặm cụi làm tất cả những điều đó bằng một tình yêu vô bờ với sinh linh bé nhỏ còn trong giai đoạn hình thành mong manh.

Tôi làm tất cả những điều đó, vì tôi tin vào những hành vi hướng thượng được duy trì bền bỉ có đức tin mãnh liệt, chắc chắn sẽ mang lại những điều tốt đẹp, dù không ai cầm nắm, sờ mó, hay nói theo ngôn ngữ hiện đại, là không định dạng và định tính được những giá trị ấy!

Đồng thời với những việc làm ấy, tôi tìm những tác phẩm âm nhạc mà mình yêu thích để nghe. Chọn đi chọn lại qua một thời gian, tôi nhận ra rằng, tôi rất thích nghe Chopin và Beethoven.

Tác phẩm của hai nhà soạn nhạc này được tôi chọn nghe nhiều nhất và có những giai đoạn dài khi mang bầu Minh Khuê và suốt thời kỳ nhũ nhi của Minh Khuê, trong ngôi nhà nhỏ của tôi, chỉ thường vang lên âm nhạc của hai nhà soạn nhạc này.

Những bài giảng trong giấc ngủ REM - chủ động bồi đắp miễn nhớ tiềm thức cho con gái!

Tôi nhận thức được giá trị của tiềm thức trong giai đoạn giấc ngủ REM (giấc ngủ nông - là giai đoạn trẻ vừa mới ngủ hoặc là khi trẻ chuyển từ giấc ngủ sâu qua giai đoạn REM để tỉnh dậy).

Đây là giai đoạn rất quý để trẻ hấp thụ những giá trị mà bạn muốn, bạn chủ động bồi đắp cho trẻ, vì đây là thời gian hoạt động mạnh của vùng não tiềm thức. Khi ngủ sâu thì não hoàn toàn nghỉ, khi thức - não bị chi phối bởi hoạt động ý thức, bị phân tán sự chú ý bởi nhiều tác động ngoại cảnh diễn biến liên tục.

Khi vùng não tiềm thức hoạt động mạnh, là lúc hình thành các giấc mơ, hay nhiều phát minh, sáng chế, phép giải của các nhà khoa học đã có được trong khi ngủ, thì chính là trong giai đoạn ngủ REM này, hoặc như hiện tượng mộng du, có những người làm được những điều kỳ tích như đi trên mái nhà mà không ngã, cũng xuất hiện trong giai đoạn ngủ REM; hiện tượng thôi miên để một người chưa từng

cầm cộ bao giờ cũng có thể vẽ đẹp như họa sĩ, chơi đàn hay như nghệ sĩ, v.v..., đều là hệ quả có được trong trạng thái giấc ngủ REM - trạng thái não hoạt động miền ghi nhớ không ý thức.

Do được thuyết phục bởi những luận chứng khoa học, tôi thấy thật lý thú và vững tin cho con gái thường thức âm nhạc cổ điển từ thuở thai giáo, nhũ nhi rồi ấu nhi trong các giai đoạn ngủ REM hàng ngày của bé (ở trẻ nhũ nhi, giấc ngủ REM chiếm tới 50% thời gian ngủ).

Việc lựa chọn hai tác gia hoàn toàn do tình cảm, sự hấp thụ và sở thích của tôi. Tuy nhiên, phải sau 17 năm kể từ khi tôi bắt đầu bồi đắp những giá trị của nghệ thuật hàn lâm - bác học cho đứa trẻ của mình ngay từ trong thời kỳ thai giáo, rồi nhũ nhi, ấu nhi, tôi mới nhận được hiệu quả kỳ diệu và xúc động, khi con gái tâm sự: *"Con thấy con thực sự phù hợp và khớp với âm nhạc của hai nhà soạn nhạc Beethoven và Chopin!"*

Đây là một biểu dụ, một ví dụ về sự nỗ lực chuẩn bị sớm và tiến hành sớm một hành trình *"dạy con sớm"* của tôi với một đức tin sâu sắc vào sự hướng thượng, về một năng lượng tích cực sẽ tác động, nâng đỡ và thúc đẩy, để bé yêu của tôi có một khởi đầu đẹp đẽ, hạnh phúc, an vui mà không mơ hồ đến một thành tựu đào tạo thiên tài nào cả!

Dạy trẻ sớm - không phải là tiến hành những lớp học cưỡng bức, khô cứng, giáo điều. Đó là hành động phản tự nhiên và quy luật

Xã hội hiện đang ngày càng nhiều những dự án mang tên rất mỹ miều *"Phương pháp dạy trẻ sớm"* với nhiều kỳ vọng để trẻ thông minh hơn, trở thành nhà toán học tài năng, học chơi đàn piano từ khi mới 2 - 3 tuổi, học làm thơ, học vẽ, làm toán, viết chữ, v.v..., khiến nhiều bà mẹ trẻ không khỏi lo âu, bồn chồn và mất phương hướng!

Hiểu biết của tôi về khoa học đó là:

Nhũ nhi từ 0 - 4 tuổi là giai đoạn quý báu để hoàn chỉnh não bộ. Trước khi tròn 4 tuổi, các vùng não bộ của trẻ chưa thực sự phát triển hoàn chỉnh, hệ thần kinh trung ương còn non yếu, nếu cứ ép trẻ học cưỡng bức kiểu: ngồi viết chữ, làm toán, vẽ tranh, tập đàn, v.v..., là một hành động nguy hiểm cho hiện tại và tương lai của bé.

Do hệ thần kinh và não bộ chưa sẵn sàng để làm việc theo dạng thức ép buộc, nó sẽ bị chèn và gây nên sợ hãi, lo lắng ở trẻ kéo dài trong những năm tháng cuộc đời tiếp sau. Tất nhiên, vì thế mà hiệu quả học tập rèn luyện của trẻ sẽ thấp hơn do bị mất hứng thú một cách có tiềm thức, ngay trong giai đoạn ấu nhi!

Trẻ được sống hân hoan, được tham gia cuộc sống cùng bạn - ấy là trẻ được học rất nhiều!

Hãy dẫn dắt đứa trẻ của bạn bằng trực quan sinh động

Ở giai đoạn ấu nhi và nhũ nhi, một kịch bản kinh điển cho trẻ để tiến hành dự án "học sớm" đó là: *Quan sát - bắt chước* cha mẹ - vốn là những người trực tiếp nuôi dưỡng bé. Do đó, Người Thầy đầu tiên và vĩ đại nhất của bé, người sẽ hướng dẫn cho bé những bài học đầu tiên vào đời là cha mẹ với một cách thức tiến hành cũng rất kinh điển: *Làm gương và trực quan sinh động*.

Tôi nhớ một câu chuyện rất xúc động thế này: Hôm ấy, là ngày nghỉ. Tôi tổ chức cho con gái và bạn bè của bé lên vườn sân thượng để vui chơi. Tôi dặn dò các bạn và con gái thế này: Các con vui chơi nhưng nhớ đừng bẻ cây, vặt lá cây nhé!

Thế rồi, trong lúc chơi, có một bé trai, lớn hơn Minh Khuê 4 tuổi, rất nghịch ngợm lén bẻ những cành cây. Lúc đó, tôi nghe tiếng bé Minh Khuê kêu lên thảng thốt: Anh ơi, nhựa cây tuôn như máu ứa kia! Và cô bé rơm rớm nước mắt. Tôi vội chạy ra giải quyết "sự vụ", đỡ dành Minh Khuê để các bạn chơi tiếp.

Nhưng câu nói của Minh Khuê khiến tôi rất suy nghĩ: Vì sao cô bé không kêu lên: "Anh ơi đừng bẻ cây mà mẹ em buồn?" Cách của

Minh Khuê là đặt mối quan hệ giữa cậu bé đó với cành cây bị bẻ cành, vì cô bé nhận biết rằng, cây cũng là một cơ thể sống, một cơ thể biết cảm nhận và không vô tri giác. Thông điệp cô bé muốn gửi tới cậu bé, đó chính là: “Anh ơi, hãy thương cây, đừng làm đau nó!”

Đây là kết quả của những lúc Minh Khuê làm vườn cùng mẹ, bé quan sát cây bưởi khi mang trái, thì những chiếc lá đang xanh ngời bỗng đồng loạt trút xuống. Bé hỏi: “Vì sao lại như thế?” Tôi giải thích: đó là khi những trái bưởi - giống như những đứa con của cây bưởi đang lớn dần, thì cần nhiều dinh dưỡng để lớn, vì thế cây bưởi hiểu rằng, nó cần phải trút bớt lá đi để dồn dinh dưỡng cho trái bưởi lớn lên!

Hình ảnh về “nhựa cây tuôn như máu ứa” được Minh Khuê dùng để nhắc nhở cho người anh họ của bé về thái độ biết trân trọng với những cây trồng, khi ấy, Minh Khuê chưa tròn 4 tuổi!

Con đường và hành trình “dạy sớm” cho con trẻ tốt nhất chỉ nên là những hoạt động đơn giản mà ân cần chỉ bảo, thú vị và kiên nhẫn từng ngày không nôn nóng!

Tự nhiên như nhiên

Chỉ là việc tôi đơn giản hiểu sâu sắc một biểu dụ rằng: Trẻ là một tạo tác của *Mẹ Thiên Nhiên* vi diệu, do đó, con đường hành trình dẫn dắt trẻ vào đời là một hành trình “*Tự nhiên như nhiên*” - hãy hành động hợp với tự nhiên, như tự nhiên.

Ngẫm kỹ hơn lời của dân gian mộc mạc mà thâm sâu vô cùng: “*Uốn cây từ thuở cây non/ Dạy con từ thuở bé còn ngây thơ*”. Tôi quan sát đến sự trỗi dậy của một sự sống thực vật: bắt đầu là hạt => rồi qua thời kỳ mầm => qua thời kỳ chồi => rồi đến thời kỳ cây non. Bằng trải nghiệm, loài người thấu hiểu rằng, ở giai đoạn hạt => mầm => chồi thì chưa thể uốn được, mà phải kiên nhẫn đợi để đến giai đoạn “cây non” mới uốn!

Nếu bạn duy ý chí, thiếu hiểu biết, cứ cố tình uốn, thì mầm và chồi sẽ gãy vì nó còn quá mong manh, yếu ớt, chưa có độ dẻo và dai

để chịu đựng sự uốn nắn nào! Bạn hãy thử cùng bé yêu ươm hạt mầm và quan sát xem có đúng thế không nhé, vì đây là con đường tôi và Minh Khuê thực hành rất nhiều lần, và lần nào cũng hoan hỉ xúc động quan sát sự thay đổi mỗi ngày của sự sống từ hạt => cây.

Thời thơ bé của cuộc đời cũng vậy, trong giai đoạn hạt (bào thai) => mầm (nhũ nhi) => chồi (ấu nhi) cách đồng hành với con của cha mẹ cần thiết đó là tạo một môi trường tốt nhất có thể, cha mẹ thực hành làm gương, trực quan sinh động và trẻ có cơ hội để quan sát và bắt chước. Bạn sống hoan hỉ, trẻ sẽ nhạy cảm để nhận thấy điều đó trong mắt bạn. Bạn buồn hay vui, trẻ nhận thấy rõ hơn bạn tưởng. Đây là điều lý giải vì sao có những người có tính xấu, tật xấu, tuy không bộc lộ trước mặt trẻ, nhưng đứa trẻ dứt khoát không theo người đó, thậm chí khóc thét lên, hốt hoảng khi thấy người đó.

Bạn phải nương, dựa và men theo sự nhạy cảm, tập tính thích quan sát và bắt chước của trẻ, để bồi đắp cho trẻ những hiểu biết về thế giới xung quanh, bồi đắp sự nhạy cảm tinh tế với những hành vi biểu cảm phi ngôn từ, ngôn ngữ thân thể kiểu như: con chó nhà mình, khi mẹ về, nó vui, nó vẫy đuôi; khi bị mẹ mắng, nó cụp đuôi trốn mất! Rồi, quả táo chín thì đỏ, nhưng quả đu đủ chín lại vàng ươm; quả na chín thì ngọt sao quả chanh chín thì chua đến rùng mình hả mẹ? Ông mặt trời trùm chăn ngủ thì trời tối, còn khi ông ấy bật bếp ga nấu ăn thì nóng nhất ngày, mẹ nhỉ?

Thế giới xung quanh bé thật kỳ diệu và nhìn thấy cái gì bé cũng bật lên câu hỏi: Vì sao? Thế nào? Bao giờ? Ở đâu?

Bé hỏi là bé đang học đấy, một sự học nghiêm túc và thiêng liêng hơn bất kỳ sự học nào về sau suốt cả cuộc đời. Nhưng tiếc thay, phần nhiều cha mẹ đã bỏ qua cơ hội cho bé bài học thú vị, vì cho rằng, đó là những câu hỏi vô bổ, nhạt nhẽo, tầm phào! Tiếc làm sao!

Thay vào đó, bé được cha mẹ và đội ngũ hỗ trợ các dự án triển khai phương pháp dạy trẻ sớm, phát hiện tài năng sớm... ngày càng hùng hậu, dự kiến xếp vào những lớp học, những dự án học sớm, giáo dục trẻ sớm với những kỳ vọng khó hiểu làm sao: Dạy trẻ

viết chữ sớm, dạy trẻ biết đọc sớm, dạy trẻ chơi đàn sớm, dạy trẻ vẽ sớm, v.v...

Phải học thuộc bài học của người thầy tự nhiên trước rồi mới bắt đầu học “bắt buộc”

Tôi cứ ngẫm nghĩ hoài mà xót xa quá! Rằng khi trẻ chưa được quan sát sự dồi dào về màu sắc diệu kỳ ngoài thiên nhiên, sao trẻ biết vẽ sắc màu như thiên nhiên? Khi mà trẻ chưa được bồi đắp âm nhạc trong tâm hồn, sao bắt trẻ chơi những nốt nhạc vô nghĩa? Khi trẻ chưa được đắm mình trong chim muông, cây cỏ, những bạn bè thỏa thuê, sao bắt trẻ phải học những ký tự - thứ được sinh ra để mô tả, mô phỏng cuộc sống thực đang diễn ra sinh động, phong phú thế kia?

Thay vì dạy trẻ vẽ hoa, hãy cho trẻ được đến bên bông hoa trong vườn thiên nhiên thơm ngát! Thay vì bắt trẻ phải ngồi luyện ngón khi mới 3 - 4 tuổi, hãy cho trẻ nghe những bản nhạc du dương của chim chóc, khe suối hay những bản nhạc cổ điển êm đềm!

Thay vì yêu cầu trẻ viết chữ “*mẹ*” hãy ôm lấy trẻ, nhìn vào mắt bé và bạn sẽ được nghe bé gọi tên “*mẹ*” âu yếm xúc động đến nghẹn ngào!

Thế đấy, bằng những hiểu biết và tràn đầy thương yêu, tôi đã khởi động một dự án “*giáo dục Minh Khuê sớm*” như vậy và tôi được hưởng thụ cảm xúc làm mẹ thuở nhũ nhi, ấu nhi của Minh Khuê thật ngọt ngào, nhiều say đắm cho trái tim người mẹ! Tôi hãnh diện đã bên bi bồi đắp cho Minh Khuê được nhiều phẩm chất về óc quan sát trực quan sinh động, bồi đắp sự nhạy cảm và tinh tế vốn là thiên bẩm của trẻ thơ và may mắn không để phẩm chất này bị mài mòn bởi một lối giáo dục sai lệch, áp đặt.

Đây là cơ sở dồi dào cảm hứng và chất liệu để Minh Khuê bước vào học âm nhạc và hội họa ở tuổi thứ 5, được thầy đánh giá là tràn đầy nhạc cảm bẩm sinh; hay năng lực nhạy cảm sắc màu độc đáo và nhiều lợi ích khác nữa mà không thể mang ra đo và đếm bằng định lượng và định tính được!

Minh Khuê không tham gia bất cứ lớp học hay dự án “giáo dục trẻ từ sớm” áp dụng phương pháp từ bất cứ nhãn hiệu quốc gia tiên tiến nào? Bởi bài học và “khóa học” đầu tiên con gái cần được nhận đó là một tình yêu vô bờ, tinh thức và bền bỉ của mẹ! Và khi “tốt nghiệp”, bé không có chứng chỉ gì, chỉ đơn giản là niềm hân hoan và một khả năng quan sát tinh tế về thế giới xung quanh, sự nhạy cảm và tràn đầy sống động!

Bàn thêm về trào lưu giáo dục sớm

Có công mài sắt có ngày nên kim!

Nếu bạn mang đến cho xã hội một thanh củi - sẽ không bao giờ bạn nhận được cây kim!

Do đó, giáo dục sớm phải được nhìn nhận trách nhiệm của cha mẹ là nền tảng!

Tôi từng có một, hoặc hơn, bài viết phân tích trên những quan điểm khoa học khách quan và trải nghiệm bản thân trong vấn đề giáo dục sớm cho trẻ. Tinh thần quán chiếu của tôi là rất chú trọng việc giáo dục sớm.

John Dewey - nhà giáo dục xuất chúng của nhân loại thế kỷ XX đã khẳng định: *"Giáo dục là lần khai sinh thứ hai của đời người!"*. Điều này, nếu bạn đồng tình, có nghĩa rằng, giáo dục cần được nhận thức và tiến hành sớm nhất, chủ động nhất khi một cá thể được vào đời.

Vấn đề mà các bà mẹ trẻ, xã hội và cả các chuyên gia giáo dục Việt Nam đang bối rối đó là, như thế nào là giáo dục sớm? Do lúng túng, thiếu cách nhìn khoa học, đồng thời bị chi phối bởi truyền thông quảng bá, phần lớn các bà mẹ trẻ hiện nay đang bị *"mất phương hướng"*, lo âu và bất an trong việc đồng hành cùng con cái của mình.

Đêm qua, dù rất khuya và rất mệt, tôi đã dành thời gian trao đổi khá kỹ với một mẹ trẻ về những bất an của cô ấy khi con của cô ấy vừa tròn 4 tuổi:

Thưa cô, cháu không biết bây giờ phải bắt đầu từ đâu? Con cháu tròn 4 tuổi, hiện giờ cháu không biết bắt đầu cho học môn gì trước: Tiếng Anh, vẽ, piano, thể thao, v.v..., cháu thấy bạn bè cháu đều đã cho con cái vào các lớp giáo dục sớm và đều báo hay lắm, khiến cháu rất băn khoăn.

Do đó, ở bài này, tôi sẽ hệ thống lại quan điểm và con đường tôi đã trải nghiệm trong quá trình đồng hành cùng con gái như sau:

Tự giáo dục bản thân và nỗ lực để bản thân là một cá thể có phẩm chất được giáo dục, có hiểu biết, có phương pháp tư duy

Giáo dục sớm phải được hiểu là một tinh thần toàn bộ của mỗi người chuẩn bị bước vào cuộc sống gia đình và có khát vọng làm cha mẹ. Điều này cho thấy nhận thức của bạn đã thực sự sâu sắc, khoa học, không mơ hồ và không bước vào vai trò làm cha mẹ chỉ vì *thói quen, tập quán* mà chưa thực sự chuẩn bị tốt về tâm thế và hiểu biết.

Vậy, bắt đầu giáo dục con từ lúc nào là sớm? Bắt đầu ngay khi người mẹ mang thai và được gọi là thời kỳ thai giáo.

Trẻ sau sinh đến 4 tuổi là thời kỳ phát triển mạnh để hoàn chỉnh não bộ và hệ thần kinh trung ương, nên *việc tiến hành và duy trì thực dưỡng, sức khỏe lành mạnh, giao tiếp giao cảm, trực quan sinh động với thế giới xung quanh của trẻ cần được tiến hành bền bỉ, kiên trì, liên tục, như là cách để trẻ hưởng thụ cuộc sống và chính bạn “hưởng thụ” giá trị làm cha mẹ, nhưng chính trong quá trình dẫn thân toàn bộ trong việc chăm sóc, yêu thương con cái một cách hiểu biết, bạn đang giúp não bộ đưa trẻ trở nên có phẩm chất hoàn hảo nhất so với việc cũng chính đưa trẻ ấy nhưng nhận được sự chăm sóc kém hơn từ cha mẹ.*

Hệ thần kinh trung ương của trẻ chỉ trở nên mạnh khỏe, khi bạn chủ động luyện tập cho bé một cách kiên trì, bền bỉ, liên tục ngay từ những ngày tháng đầu đời những tín hiệu, những mệnh lệnh để trẻ dần có được, rồi thuần thục các phản xạ có điều kiện: ị đái khi có tín hiệu xi, dừng dứt hành động khi có mệnh lệnh như “*dừng lại*” “*không được phép*” hoặc “*nguy hiểm*”, v.v...

Đây là cơ sở trực quan sinh động vững chắc, có giá trị tạo nên độ thuần thực những thói quen tích cực của não bộ, từ đó giúp trẻ luyện tập phẩm chất, khả năng kiểm soát bản năng, kiểm soát hành vi, cảm xúc, v.v... Những phẩm chất này của bé được bạn rèn luyện thuần thực đến đâu sẽ quy định năng lực gia nhập xã hội của trẻ mạnh yếu, cao thấp khác nhau và còn nhiều hệ quả hơn nữa.

Như vậy, giáo dục sớm không gì quý giá hơn là sự dẫn thân của cha mẹ, chuyển hóa mọi tình huống cuộc sống vốn đôi dào thành tình huống sư phạm để dẫn dắt đưa trẻ từng bước, từng bước có được những phẩm chất quý giá cho toàn bộ cuộc đời sau này.

Hoạt động não bộ của trẻ dưới 10 tuổi chủ yếu về tư duy trực quan sinh động. Do đó, cách học của trẻ là: *Giác quan (nhìn, nghe, sờ mó, nếm, ngửi) => Quan sát => Ghi nhớ => Bất chước; như thế và không có cách gì khác!*

Và như vậy, ở thời kỳ này, nhà giáo dục đầu tiên, cần thiết nhất của trẻ không thể là ai khác ngoài cha mẹ - những người mà bé đặt toàn bộ sự tin cậy, những người có thời gian gần gũi, chăm sóc, tạo cho bé những phản xạ điều kiện từ những mệnh lệnh yêu thương.

Do đó, khi trẻ dưới 4 tuổi, kỳ vọng giáo dục con sớm của cha mẹ phải được hiểu như thế này: Cha mẹ nỗ lực yêu thương chăm sóc trẻ một cách có hiểu biết, trong môi trường ấm áp, lành mạnh của gia đình, cha mẹ làm, cha mẹ nhìn vào mắt bé nói lời yêu thương, hướng dẫn => trẻ sẽ nhìn => quan sát (trẻ ghi nhớ vào não bộ một cách không ý thức) => rồi bắt chước.

Cuộc sống, tinh thần, cảm hứng làm cha mẹ của bạn tràn đầy bao nhiêu, nghĩa là bạn đang là những nhà sư phạm giỏi nhất, nhân ái nhất để dạy con những kỹ năng cuộc sống, dạy con giữa sự sinh động tràn đầy của cuộc sống!

Tiếc thay, không ít cha mẹ đã vô tình “chối bỏ” vai trò nhà sư phạm của mình khi náo nức gửi con vào những lớp học kỹ năng, mà ở đó trẻ sẽ được nhận thức những nguyên tắc xã hội, những chuẩn mực xã hội thông qua mô hình, thông qua khái niệm

cứng nhắc - Kiểu tư duy mà chỉ những trẻ trên 10 tuổi mới đủ năng lực hấp thụ.

Bạn gửi con vào những lớp huấn luyện kỹ năng sớm cho trẻ với một kỳ vọng viển vông rằng, *con bạn sẽ đưa những thứ học được từ mô hình, từ khái niệm, từ những người không thể tràn đầy tình yêu như cha mẹ của nó.* Bạn tin rằng bước ra từ những lớp học đó, đứa trẻ của bạn sẽ sở hữu những phẩm chất xã hội, tố chất não bộ vượt trội, kỳ vọng trở thành những cá nhân xuất sắc, thông minh và đáng yêu?

Thật sự, đó là một lối tư duy nguy tạo bị dẫn dắt bởi những nhà cung cấp dịch vụ.

Tròn 4 tuổi, đứa trẻ cần được cha mẹ rèn luyện năng lực quan trọng trước khi tham gia một tổ chức xã hội có nội quy:

- Tính kỷ luật tự thân;

- Khả năng tập trung toàn bộ trong một khoảng thời gian nhất định 30 - 45 phút;

- Rèn luyện các sinh hoạt cá nhân, vệ sinh cá nhân vào nề nếp, biết kiểm soát hành vi tốt.

Khi đứa trẻ đã được chuẩn bị trong hơn bốn năm đầu đời để hoàn chỉnh não bộ, để thành thực hệ thần kinh trung ương, để thuần thục những khả năng kiểm soát bản năng, kiểm soát hành vi - cảm xúc, thì có nghĩa cha mẹ đã *tốt nghiệp giáo trình cơ sở về làm cha mẹ* một cách xuất sắc, đáng khâm phục và xúc động.

Phẩm chất đứa trẻ lúc này, đã có thể nghĩ đến việc bắt đầu cho trẻ làm quen việc học cưỡng bức tăng tiến dần từ nhẹ nhàng để phù hợp với cấu trúc non nớt chưa hoàn chỉnh của cơ thể trẻ. Nếu bắt trẻ học cưỡng bức với mức độ nặng khi cơ thể non nớt, ấy là bạn đang bạo hành và lấy đi cơ hội lớn lên lành mạnh của trẻ. Nguy hiểm hơn, sự quá tải về sự học cưỡng bức khi hệ thần kinh trẻ còn non nớt chưa đủ sức đương đầu, sẽ ám ảnh, sẽ dẫn đến tâm lý sợ hãi và chán ghét việc học trong cả cuộc đời trẻ về sau.

Bạn phải thấu hiểu khái niệm học cưỡng bức: Là sự học đòi hỏi đứa trẻ phải có được hai phẩm chất quan trọng, đó là kỷ luật tự thân (Kỷ luật

tự giác) và sự tập trung toàn bộ để thực hành một công việc trong khoảng thời gian quy định: 20 phút hay 30 phút hay 45 phút.

Vậy, bạn đã giúp gì cho con bạn có được những phẩm chất này, trước khi bạn vui vẻ đóng tiền để gửi con vào một lớp học nào đó? Có vẻ, bạn không có sự chuẩn bị cho trẻ gia nhập những tổ chức, mô hình xã hội nhỏ như lớp học, mà ở đó, đương nhiên tồn tại sự đánh giá cá nhân thông qua hành vi, hành động. Sự chệch bại, cười nhạo, phán xét là có. Rồi, bạn lại tràn đầy thất vọng khi nói rằng: “Con nhà em bị cô giáo chê là mất tập trung, vô kỷ luật, không chịu học bài...”.

Cô giáo chệch bại, cha mẹ thoải mái phán xét và đứa trẻ vô tội trở nên bối rối vì không hiểu mình đang sai điều gì? Lâu dần, nó mất cảm giác về giá trị bản thân, nó cảm thấy mình tồi tệ là đương nhiên, trong khi cha mẹ buông một câu thờ dài “*Cha mẹ sinh con trời sinh tính!*” Nhân cách đứa trẻ có thể trở nên nhu nhược lèch lạc hoặc lì lợm bất cần hoặc tăng động từ đó!

Trẻ cần được cha mẹ huấn luyện và chuẩn bị kỹ càng những kỹ năng xã hội như tính kỷ luật, tôn trọng kỷ luật của tập thể, giờ nào việc ấy.

Cha mẹ phải chủ động có giáo trình huấn luyện cho trẻ có được phẩm chất tập trung cao độ tăng tiến dần từ 10 phút, lên 20 phút lên 30 phút rồi 40 phút thông qua các hoạt động tô màu, hay nặn đất, hay xếp hình, xếp logo, cắt dán giấy, chơi trò “*trút gạo vào chai lọ*” để luyện độ khéo léo của đôi tay, v.v...

Bạn nên chủ động đưa việc vệ sinh cá nhân của trẻ vào một giờ nhất định trong ngày, chẳng hạn lúc 6h chiều theo tôi là hợp lý nhất, để khi trẻ đến lớp sẽ không mất thời gian, phiền nhiễu vì việc đi vệ sinh thất thường, lộn xộn. Đây là giai đoạn huấn luyện mấu chốt cho bé, cần tiến hành 3 - 4 tháng trước khi bạn cho con đến lớp học.

Và tất nhiên, bằng trái tim yêu con vô hạn, tôi đã tìm ra con đường này nhằm giúp con gái yêu quý của tôi từng bước gia nhập đời sống xã hội một cách vui vẻ, êm ái.

Bắt đầu học môn gì đầu tiên?

Muốn tạo hứng thú và lôi cuốn trẻ học mà không tạo ra áp lực chưa tương xứng với trẻ, thì cần dựa trên tâm lý lứa tuổi.

Thể thao và vẽ nên được chọn cho trẻ làm quen và học đầu tiên. Lý do: Boi, hay một môn phù hợp sẽ rất gần với bản tính thích hoạt động của trẻ, sẽ làm trẻ hào hứng và vì thế hiệu quả sẽ tốt hơn, việc học sẽ vui hơn.

Vẽ là bộ môn không đòi hỏi gắt gao tính kỷ luật, khổ luyện và kỹ thuật ngay từ đầu như piano, nên nó tạo cho trẻ khoảng hoạt động tự do sáng tạo lớn nhất. Tuy nhiên, điều này chỉ có giá trị khi đứa trẻ từng và đang được sống và đắm mình trong cuộc sống với thiên nhiên, được dành nhiều thời gian để quan sát sắc màu, hình khối, phong cảnh thiên nhiên, giúp não của trẻ có những dấu vết của màu sắc, sự lay động của cuộc sống.

Vẽ, tuy cũng là mô phỏng cuộc sống, nhưng là sự mô phỏng trong tưởng tượng, sáng tạo của trẻ, chứ không phải là sự mô phỏng khô khan, bắt buộc sao chép nguyên mẫu như những con chữ hay chữ số.

Trương tự, bạn bảo: Hè này sẽ cho bé học piano! Ôi, thật tuyệt! Nhưng bạn đã chuẩn bị gì cho con bạn về âm nhạc? Bé đã từng được nghe những bản nhạc không lời chưa? Nhiều chưa? Lâu chưa? Thường xuyên chưa? Bé đã từng nhìn thấy người nghệ sỹ chơi đàn? Và những câu chuyện thời niên thiếu với ký ức khổ luyện của những nghệ sỹ lừng danh chưa? Bạn hiểu gì về âm nhạc? Bạn hiểu gì về đặc thù của môn học ấy? Bạn cảm thông sâu sắc đến mức nào, khâm phục và nhận hiểu đến mức nào giá trị của nhiều chục năm khổ luyện trên phím đàn của người nghệ sỹ, người thầy piano?

Thái độ nghiêm túc, thấu hiểu sẽ giúp bạn đưa ra quyết định tinh táo, vững vàng và có hành động phù hợp để việc học của bé được diễn ra trong sự chia sẻ, hỗ trợ có hiểu biết của cha mẹ.

Nếu không như thế, việc học của bé sẽ vô cùng đơn độc, nhàm chán và vô duyên bởi cha mẹ bé không có chút hiểu biết, không có

chút yêu thích, quan tâm nào với bộ môn mà họ bắt ép con học? Bạn có nghĩ rằng, nếu chỉ đầu tư tiền để mua một cây đàn piano, bạn vui vẻ trả tiền học phí là bạn đã làm tất cả vì sự nghiệp học đàn của con, rồi sau đó, bạn có quyền phán xét đứa trẻ vì sự chậm tiến của nó trong học đàn? Nếu nghĩ thế, bạn thật nông cạn và tàn nhẫn với trẻ! Tiếc thay, đây là cách hành xử khá phổ biến mà tôi quan sát thấy!

Đương nhiên, môn học mà thực sự trẻ được học sớm nhất đó chính là tiếng nói thân yêu của cha mẹ, nhưng cũng thật tiếc là các bậc cha mẹ chưa tự ý thức rằng, bản thân họ là nhà sư phạm đầu tiên, người dạy ngôn ngữ đầu tiên cho con cái, chứ đâu phải chờ đến lúc trẻ vào lớp 1!

Do đó, ngữ văn hay còn gọi là nhân văn là môn học bền bỉ, lâu dài thông qua việc kể chuyện, đọc truyện diễn cảm cho bé nghe, ngay từ khi bé còn trong nôi; thông qua mọi giao tiếp giao cảm, truyền cảm đầy sáng tạo, chủ động của cha mẹ dành cho bé trong mọi tình huống cuộc sống diễn ra vô vàn.

Cha mẹ nên từ bỏ lối giao tiếp dễ dãi, khẩu ngữ, lối nói câu thả, thiếu tư duy mạch lạc, thiếu nghiêm túc khiến lời nói của bạn thiếu sức nặng truyền cảm, thiếu thông tin, biểu đạt rắc rối, lộn xộn, ngọng nghịu, sai lỗi chính tả, v.v... Nếu bạn không có động lực để sửa chữa những thiếu khuyết ngôn ngữ, không nỗ lực làm gương để nói năng chuẩn mực, rõ ràng, truyền cảm và chân thành thì sao bạn lại kỳ vọng con bạn sẽ giỏi trong môn học nhân văn sau này?

Và, khi tiếng Việt còn bập bẹ, ngọng nghịu, có nghĩa là tư duy ngôn ngữ của bé chưa được luyện tập để có độ thuần thực nhất định; cấu trúc vòm họng, lưỡi và khả năng phát âm tiếng mẹ đẻ của bé còn chưa chuẩn mực, nhiều phần do cha mẹ không chú ý rèn luyện và làm gương, thế thì bạn nóng vội cho trẻ học thêm ngôn ngữ thứ hai để làm gì? Liệu có đem lại lợi ích gì như bạn kỳ vọng?

Bạn hãy quan sát trẻ chơi. Chúng có thể lặp đi lặp lại một trò chơi rất lâu, mà bạn quan sát, bạn thấy nhàm chán, nhưng với trẻ, đó là cách để trẻ thuần thực một quan sát, một động tác, một nhận biết

khách quan và cảm thấy thú vị. Học đối với trẻ dưới 4 tuổi phải được trẻ hấp thụ thông qua trò chơi.

Và khi trò chơi “tiếng mẹ đẻ” chưa thuần thục, trẻ không có khả năng quan sát, hấp thụ một ngôn ngữ mới với nhiều rắc rối.

Do đó, ngôn ngữ thứ hai cũng là một môn học có thể bắt đầu dưới dạng trò chơi từ sớm. Tuy nhiên, muốn vậy, cha mẹ phải nỗ lực giúp trẻ luyện tập để năng lực tiếng Việt gồm: vốn từ đã tương đối phong phú, cách biểu đạt, cách phát âm của trẻ đã khá chuẩn mực, giản dị, chuyển tải thông điệp rõ ràng, với Minh Khuê là lúc cô bé 3 tuổi. Lúc đó, bạn có đủ điều kiện để cho trẻ làm quen ngôn ngữ thứ hai, dưới hình thức âm nhạc như bài hát tiếng Anh, phim hoạt hình phụ đề tiếng Anh của hãng phim hoạt hình Walt Disney (60 - 90 phút/ngày chia làm 2 - 3 lần).

Đây là giai đoạn trẻ hứng thú và có khả năng thẩm âm rất nhạy cảm, cộng thêm sự hấp dẫn từ những hình tượng trong các bộ phim tuyệt vời Walt Disney khiến trẻ nhớ từ, học theo cách phát âm chuẩn mực, sử dụng từ theo cách bắt chước tình huống nhân vật phim, v.v... Không ai ở Việt Nam phát âm tiếng Anh chuẩn và mẫu mực như các diễn viên được mời lồng tiếng cho những bộ phim hoạt hình Walt Disney tuyệt đỉnh của họ.

Nghe và nói chuẩn là hai kỹ năng khó nhất và cần được thuần thục một cách tiềm thức như thế, như trẻ học mà chơi! Vậy thì, bạn có cần mang đứa trẻ mới hơn 30 tháng tuổi đến lớp để học tiếng Anh trong khi tiếng Việt của bé còn vô cùng non nớt!

Đến đây, bạn đã tự có câu trả lời đẹp nhất cho bé yêu của mình!

Toán học cũng vậy, sự gợi ý cho trẻ một tư duy logic không đâu xa, thông qua những hoạt động sống, như: một đôi đũa gồm 2 chiếc đũa; hai đôi đũa sẽ gồm bao nhiêu chiếc? Ngôn ngữ cũng chính là toán học: thêm là cộng vào; bớt là trừ đi, v.v...

Thật buồn, khi ai đó tin tưởng mù quáng rằng, cứ đăng ký cho con học các lớp giáo dục sớm thì chắc hẳn con cái sẽ tài giỏi hơn. Đôi khi, tôi chạnh nghĩ, phải chăng đây là cách tư duy ngụy tạo cho một

thái độ khước từ, chối bỏ trách nhiệm làm cha mẹ một cách đầy đủ và toàn vẹn nhất.

Chạnh nghĩ, câu trả lời cho nguyên nhân, vì sao khi xã hội càng nhiều hơn, dư thừa hơn của cải vật chất, dư thừa hơn những *sản phẩm - dịch vụ tận răng*, nhưng trẻ em lại có tỷ lệ nhiều hơn những cá thể mắc chứng tăng động, rối loạn phát triển, yếu đuối tâm hồn, thiếu lành mạnh về sức khỏe thần kinh, v.v...

Chạnh nghĩ, có thành tựu nào của con trẻ mà không được xây dựng trên nền tảng của sự nỗ lực bền bỉ, của một tuệ giác thường hằng để luôn có sự tươi mới, sáng suốt, thấu hiểu quy luật, của một tình yêu tràn đầy vô tư không điều kiện và sáng tạo của những bậc làm cha mẹ? Và, trên con đường nỗ lực ấy, bạn sẽ nhận ra chân giá trị của mình trong mỗi bước đường tự khám phá, hoàn thiện bản thân để nuôi dạy con cái. Hạnh phúc là thế, không gì nhiều và tràn đầy hơn!

Dân gian Việt Nam có câu thành ngữ hay: “Có công mài sắt có ngày nên kim” - Bạn hiểu rằng, ngụ ý của toàn bộ câu này là giá trị lớn lao của sự bền chí, kiên trì, liên tục để biến tiềm năng, khả năng thành phẩm chất.

Tuy nhiên, bạn phải đưa đến cho xã hội một “tiềm năng” là sắt thì mới hy vọng mài thành kim. Nếu bạn mang tới cho xã hội một thanh gỗ, thì dù bạn gửi nó vào lò luyện vàng cũng chẳng bao giờ chuyển hóa thành kim được!

Việc của bạn, của người làm cha mẹ thật khó khăn và cao quý, đó là bạn phải chủ động, tự nguyện dẫn thân để bồi đắp cho đứa trẻ trở thành một cá thể có tiềm năng lành mạnh, cốt lõi.

Khi bạn chuẩn bị cho đứa trẻ một khởi đầu chu đáo như vậy, bạn mới có cơ sở thực tiễn để kỳ vọng khi nhận được nền giáo dục phù hợp, từ ái của xã hội, đứa trẻ của bạn sẽ phát triển tốt và lành mạnh nhất với chính nó!

Đừng “hy sinh”, hãy tận hiến và tận hưởng hành trình yêu thương

Có câu ca dao dân gian rất nhân văn, mà dường như người Việt nào cũng thấy thân thuộc:

*“Có vàng, vàng chẳng hay phôi
Có con, con nói trăm trò mẹ nghe.”*

Điều này, hoàn toàn dễ dàng được chia sẻ, đồng thuận khi mà trẻ còn ở tuổi nhũ nhi, ấu nhi và hơn một chút là ở tuổi đồng nhi. Tuy nhiên, khi những đứa trẻ đã lớn, con cái đã lớn thì mọi việc có khác!

Trong cảm thức xã hội hiện nay, tôi nhận ra một dấu hiệu: khi con cái lớn, những đứa trẻ đã thành niên và lúc này, các bậc phụ huynh ngại kể về con cái.

Lý do:

♥ Hoặc vì ngại làm tổn thương bạn bè, nếu biết con cái họ không thành công lắm trong rèn luyện trưởng thành, nhiều khi là nhìn theo chủ quan của cha mẹ thường bị mắc dính vào so sánh kiểu “con người ta”.

♥ Hoặc tránh nhắc đến vì sợ bị mang tiếng là khoe khoang, sợ bị đánh giá là “thích kể công với con cái”. Và do đó, người ta thường lựa chọn cách an toàn là im lặng cho lành!

Tôi cũng không phải là ngoại lệ. Khi nhận được sự khích lệ, đồng thuận của con gái và tôi quyết định chia sẻ công khai những trải nghiệm trên hành trình làm mẹ, tôi đã hứng chịu muôn vàn

những lời đại loại như thế này: “Không có gì để nổi tiếng thì đành ăn theo con à?” hay “Lại bắt đầu kể lể công lao”. Tất nhiên, tôi cũng nhận được sự ưu ái của rất nhiều người thiện chí, yêu mến: “Cảm phục sự hy sinh của bạn dành cho con!” hay “Minh Khuê được như thế là công lao của mẹ nhiều lắm”, v.v...

Tôi ghi nhận, lắng nghe và suy ngẫm rất nhiều trước những phản ứng tâm lý trái chiều này, và nhận ra điều cốt lõi, đó là: Xã hội chúng ta, phần lớn đang ảnh hưởng sâu đậm, lâu dần biến thành đương nhiên, thứ cảm hứng “hy sinh” trong quan niệm làm cha mẹ - trong những đánh giá về quan hệ giữa cha mẹ và con cái. Vì đã có cảm hứng “hy sinh” thì sẽ làm xuất hiện cảm hứng “kể công” và tâm trạng “mức nợ” của con cái đối với các bậc sinh thành. Một chuỗi diễn biến tâm lý luẩn quẩn và lặp lại, cứ lê thê như thế! Chúng là hai mặt gắn bó như hình với bóng của một cặp theo lối tư duy lưỡng cực (phân cực).

Trẻ em không phải là búp bê, một ngày nào đó, bạn nhận ra nó đã ở đó và nằm trong giường của bạn, chiếm chỗ của bạn và bạn phải buộc lòng “hy sinh” sở thích, đam mê riêng của bạn, san sẻ quyền lợi của bạn vì nó!

Con cái được sinh ra từ khao khát tiềm thức ẩn sâu trong mỗi người, thứ khát vọng cháy bỏng được làm cha mẹ. Và chúng được sinh ra vì chúng ta cần có chúng để thấy mình trưởng thành, để thấy mình bộc lộ tràn đầy và toàn vẹn đến đâu những phẩm giá Con Người. Chúng hoàn toàn thụ động có mặt trên đời và trở thành đứa trẻ của riêng bạn!

Chúng ta khao khát, chúng ta nỗ lực và chúng ta đạt được nhân xưng “cha”+ “mẹ”. Thế thì, chúng ta phải cảm ơn trẻ em đã cho ta cơ hội để bộc lộ hết bản thân và hiểu thấu đáo “tình yêu” thực sự là gì! Và, đó là cảm hứng Tình yêu và đam mê - thứ cảm xúc thuần hậu và bền vững, thiêng liêng; là cảm hứng ban tặng vô điều kiện và không bao giờ mặc cả.

Tôi không thấy những việc tôi làm, tôi lựa chọn và dấn thân vì con gái, cho dù phải làm một cách vất vả, gian nan, không ít khi

gặp rất nhiều khó khăn trở ngại, lại là sự “*hy sinh*”! - mà đơn giản là tôi đang sống hết mình, tôi muốn nhận biết khả năng, giới hạn nỗ lực của bản thân? Đó, đơn giản là một hành trình sống và dẫn thân bình dị.

Định nghĩa của từ điển tiếng Việt: Theo *Hán - Việt tự điển* của Đào Duy Anh, 1996, thì “*hy sinh*” là từ ghép; nghĩa gốc của “*hy sinh*”: súc vật dùng trong lễ tế Trời - Đất ; nghĩa bổ sung: bỏ cả tự do, quyền lợi và sinh mệnh của bản thân mà làm một việc gì đó.

Đương nhiên, vì thế, hành động *hy sinh* về cơ bản là hành động “*vong thân*”, quên bản thân, nên nó mang nhiều sắc thái tiêu cực hơn là hài hòa và tự nguyện hoan hỉ - nhìn nhận này đặc biệt đúng trong quan hệ tình mẹ - con, cha - con.

Thấu hiểu điều này, tôi không bao giờ dùng hai từ *hy sinh* trong mọi cảm thức làm mẹ.

Giả định, người mẹ làm một việc gì đó cho con mình và gọi đấy là hành động *hy sinh* vì con, liệu đứa trẻ có thể nào hoan hỉ khi thấy niềm vui của nó phải trả giá bằng “*sự hy sinh*” của người mẹ?

Chẳng hạn, có tình huống: Một buổi trưa, người mẹ từ nơi làm việc về để nấu bữa trưa cho đứa con đi học về. Đứa con rất vui và nói: “*Mẹ ơi, vui quá vì trưa nay con được ăn cơm với mẹ!*”. Có hai cách ứng xử của người mẹ:

♥ *Ừm, mẹ phải hy sinh cuộc tụ tập hiếm hoi với bạn bè trưa nay để về nấu ăn cho con đấy!*

♥ *Hi hi, trưa nay bạn bè của mẹ có cuộc tụ tập, nhưng mẹ chọn về với con vì mẹ khoái nhất cảm giác được ngồi ăn trưa và chém gió với con!*

Tôi sẽ chọn cách thứ 2 và nếu hỏi bọn trẻ, chúng sẽ thích mẹ chúng có cảm hứng theo cách thứ 2!

Trong tâm thức “*làm mẹ*” của người Việt, còn khá sâu đậm cảm hứng “*hy sinh*”. Đây là một trong những nguyên nhân dẫn đến tình trạng nhiều trẻ cảm thấy không “*yêu quý*” bản thân, liên tục tự dần vật, tự ti vì một nỗi mặc cảm lớn: *sự có mặt của nó trên đời này*

là nguyên nhân khiến người mẹ phải khốn khổ, vất vả... do hàng ngày được nghe hai chữ “hy sinh” khi nhắc đến những gì cha mẹ làm cho con cái.

Theo quan điểm của tôi, “Cảm hứng thích thú, đam mê làm mẹ” cần thế chỗ cho cảm hứng “hy sinh”. Khi bạn có tình yêu, khi bạn đam mê, bạn chủ động lựa chọn để hành động, việc làm của bạn làm mạnh lên niềm đam mê, làm cho tình yêu của bạn được bùng nổ tươi tắn - thế thì sao gọi là “hy sinh”, là hành động “vong thân” đầy cảm thức bị kịch!

Xét đến căn cội, tình yêu dành cho con, lựa chọn hành động vì tương lai hạnh phúc cho con cũng là khi bạn đang khẳng định và yêu chính mình!

Như thế thì hành trình của cả mẹ và con mới thật sự bình an và tràn đầy kỷ niệm, vui vẻ, ngọt ngào, thân thương, gần gũi. Vì tâm hồn đứa trẻ không bị ám ảnh bởi cảm giác “mắc nợ”.

Tôi tận tâm trong những công việc vì con, bởi tôi nhận được từ những công việc ấy niềm vui và nhận ra giá trị đích thực của bản thân, cảm nhận được sự sung sướng chân thành toàn vẹn trong ý nghĩa làm mẹ.

Tôi có “sở thích” yêu con, tôi “đam mê” và luôn luôn sáng tạo trong tình yêu ấy.

Dù mọi so sánh đều khiên cưỡng, nhưng nôm na thì điều này, cũng tương tự như ai đó “đam mê” ai đó trong tình ái lứa đôi; ai đó đam mê sáng tạo nghệ thuật, ai đó đam mê kinh doanh; ai đó đam mê quyền lực; hay đơn giản ai đó đam mê làm vườn, v.v... Và, đó là *lựa chọn* có ý thức, chủ động, có cân nhắc và họ tận hưởng đam mê của bản thân ở mọi khía cạnh: cả những thành công và cả những gian truân, thử thách đương nhiên phải trả!

Những câu chuyện tôi kể lại, dường như là một cách để tôi truyền cảm hứng đồng hành cùng con cái một cách sâu sắc, tràn đầy với những bạn cùng tâm huyết, chứ tuyệt nhiên, không phải là nhắc đến *sự hy sinh* hay kể về công lao nào cả.

Trong những bài tôi viết, luôn thể hiện sự chủ động, mạnh mẽ, điềm tĩnh và hãnh diện của trái tim người mẹ, chứ hoàn toàn không có cảm hứng ủy mị, cần được cảm thông an ủi vì đã “hy sinh” cho con cái.

Đối với tôi, nhìn thấy con gái của tôi hạnh phúc vui vẻ là tất cả những gì khiến tôi vui vẻ.

Viết đến đây, tôi bỗng nhớ lại câu chuyện ngụ ngôn rất thâm thúy và sâu sắc này:

“Lợn đến bên chị bò sữa đang gặm cỏ trên cánh đồng và hỏi:

- Tôi không thể hiểu, vì sao họ hàng của tôi luôn hy sinh tất cả vì bọn trẻ. Thậm chí, dâng cả tim gan của mình để chúng có bữa ăn ngon, lòng ruột làm thành những chiếc xúc xích mà bọn chúng ưa thích đến phát cuồng. Chị cho chúng sữa uống, tôi cho chúng thức ăn, nhưng chúng chỉ yêu mến và vui vẻ với chị, còn ca hát xung tụng về chị nữa!

Chị bò sữa vẫn mãi mê gặm cỏ. Hồi lâu, chị ngước lên và trầm ngâm nói:

- Có lẽ, bọn trẻ thấy tôi vẫn mỉm cười mãn nguyện sau khi đã cho chúng sữa. Đó có phải là điều khác biệt giữa chúng ta chăng?”

Thế đấy, khi bạn trao tặng đứa trẻ của bạn những hành động, công sức, trí tuệ, thời gian của bản thân, khi ấy nếu bạn trao tặng với nụ cười mãn nguyện, thì bạn là chị bò sữa. Nếu ngược lại, bạn sẽ là họ hàng của chú in gốc ghếch!

Phẩm chất Người Mẹ là phẩm chất của tâm hồn - trái tim tràn đầy thứ tình yêu không mặc cả, tràn đầy tinh thần dẫn thân, lãng mạn, sáng tạo, khôi hài dí dỏm với những nụ cười thành thực từ trái tim. Phẩm chất Người Mẹ là phẩm chất của một trí tuệ thông thái, tư duy thực tế, điềm tĩnh và luôn vững vàng.

Người mẹ nên cảm thấy mình hạnh phúc an vui trên hành trình tận hiến và tận hưởng bản năng thiên chức, có như thế, cô ấy mới bồi đắp cho con những phẩm chất quý giá này!

Những tác hại lâu dài khi trẻ bị cách ly với môi trường tự nhiên

Đừng ngộ nhận đó là thành tựu của văn minh!

Đứa trẻ bị tước đoạt quyền được hợp thông - chung sống an hòa với thế giới tự nhiên lành mạnh và cần thiết!

Không chỉ sỏi, thủy đậu và một vài chứng bệnh thông thường khác, nếu bình tâm, chúng ta nên để trẻ có cơ hội được tập dượt và có được miễn dịch tự nhiên. Nhưng thực tế, miễn dịch tự nhiên cũng như sức đề kháng của trẻ, hiện đang bị cha mẹ, xã hội, truyền thông cướp đi nhiều cơ hội quý báu. Ở các nước văn minh, những trẻ bị dị ứng phấn hoa, dị ứng lông chó, lông mèo, dị ứng ngũ cốc, v.v..., được gọi tên là hội chứng “trẻ quá sạch”. Đây là hệ lụy của quá trình cha mẹ chia tách thể hệ con cái ra khỏi môi trường sống tự nhiên một cách cực đoan, do điều kiện vật chất hỗ trợ cho phép.

Trẻ không được tiếp xúc với động vật, cây cỏ từ bé, ngoài việc thiếu hụt nghiêm trọng nguồn cảm xúc tràn đầy với muôn loài sự sống xung quanh, còn khiến trẻ bị thui chột sự nhạy cảm, nhạy bén với từng biến động nhỏ, buồn vui nhỏ của biết bao sự sống khác... Cuối cùng, tâm hồn chúng chỉ đối diện với công nghệ, nghiện iPad, iPhone, suốt ngày quần quanh bên những bức tường trắng, với hàng núi sách giáo khoa và một mớ giáo lý giáo điều, những quy định “được” và “không được” mà người lớn dựng lên để dễ bề quản lý trẻ!

Nghiêm trọng không kém, do không có cơ hội tập dượt để thích nghi với những tác nhân trong môi trường tự nhiên mà tổ tiên gần gũi của chúng ta luôn sống hòa hợp thân thiện như kể trên, phấn hoa, lông chó, lông mèo, các loại ngũ cốc, v.v..., đã khiến hệ miễn dịch và sức đề kháng của trẻ không có cơ hội thường xuyên tập dượt, nên bị “ngủ quên”, mất đi tính nhạy cảm, mất dần năng lực ứng phó với môi trường.

Hãy suy ngẫm điều này, những cá thể trẻ được nuôi dưỡng trong môi trường nhân tạo quá sạch sẽ, thực ra là cách để cha mẹ đỡ vất vả, đang ngày một yếu đuối cả về sức khỏe sinh lý giống nòi, yếu đuối cả về sức khỏe thần kinh, tâm hồn đơn điệu, không phong phú sinh động, do từ bé chúng bị chia cắt, cô lập với toàn bộ phần còn lại của thế giới sự sống, mà đúng ra, chúng cần được tham dự như một thành viên khiêm nhường và bé nhỏ trong ngôi nhà xanh Trái Đất ấy!



Không phải vacxin nào cũng cần thiết



Miễn dịch tự nhiên là yếu tố thúc đẩy sức đề kháng của trẻ khỏe mạnh và nhạy bén

Mùa xuân năm 2003, cũng vào mùa dịch thủy đậu hoành hành, đặc biệt là tại môi trường học đường. Minh Khuê cũng lây nhiễm. Tuy nhiên, tôi không hốt hoảng và lúng túng, vì tôi đã có những hiểu biết căn bản về thủy đậu. Đó là virus *Varicella Zoster*, một loại virus herpes khá phổ biến có thêm 2 người “anh em ruột” khác đó là virus *Herpes simplex-1 (HSV-1)* và virus *Herpes simplex-2 (HSV-2)*, gây ra các loại bệnh lở miệng, lở mép (dân gian gọi là chốc mép), mụn dộp, thủy đậu và zona (hay còn gọi là gời leo). Loại virus này có khả năng lây lan mạnh do lây qua tiếp xúc gần và đường hô hấp, tình dục. Khi cá thể đã một lần mắc thì nó khu trú trong cơ thể như vi khuẩn lao, khi gặp điều kiện môi sinh thích hợp, sức đề kháng giảm sút, thì herpes sẽ tiến triển thành bệnh, biểu hiện thành những nốt mụn nước có nhầy vàng trên cơ thể.

Từ đó có thể thấy, rất khó kiểm soát việc cơ thể đứa trẻ đã nhiễm virus herpes hay chưa, vì vậy tôi không mù quáng tin rằng chỉ cần tiêm một mũi vaccin sẽ giúp bé ngừa vĩnh viễn, do đó tôi rất bình tĩnh để ứng phó với tình trạng lây nhiễm thủy đậu tại học đường của con gái.

Một mặt tôi cho con gái uống nhiều loại nước có tác dụng thanh thải độc tố từ bên trong, đồng thời những loại nước này hỗ trợ cơ thể bé tăng cường miễn dịch như: nước ép trái cây tươi như ổi, bưởi, nước cam, chanh, nước đậu đỗ gạo lứt rang vàng, nước diệp lục, các loại vitamin. Ăn các thức ăn để hấp thu, dễ tiêu hóa.

Một mặt, tôi tắm cho con gái bằng nước lá chè xanh, cộng thêm vài lá trầu không rửa kỹ đun sôi để nguội, tác dụng và mục đích là giúp sát khuẩn da nhẹ bằng kháng sinh trong lá chè, lá trầu không, giúp săn khít vết thương tổn và ngăn ngừa nốt mụn lan rộng, mưng mọng dịch vàng.

Sau khi tắm bằng nước lá, bôi thuốc aciclovir lên nốt tấy đỏ, aciclovir là loại thuốc đặc trị hiệu quả cao, đáp ứng khá tốt với virus Varicella Zoster gây nên thủy đậu.

Với tâm thế hiểu biết, chủ động, đáp ứng sớm, kịp thời, đúng liệu trình thì không cần dùng aciclovir đường uống mà trẻ vẫn vượt qua đợt dịch một cách nhẹ nhàng, không phải nghỉ học lâu và không để lại di chứng như nốt sẹo, hay giảm cân do virus hoành hành.

Nhiều người cứ nghe nói đến thủy đậu, đậu mùa là hoảng hốt, lo âu, muốn bảo vệ con nhưng lại không nỗ lực tìm hiểu cơ chế của bệnh, do đó cứ ứng xử theo cách thông thường là đưa trẻ đi ngừa vaccin.

Trên thực tế, nhiều cháu vẫn nhiễm thủy đậu dù bố mẹ cứ phân trần đầy khó hiểu “Em cũng cẩn thận lắm, đã ngừa cho bé rồi, sao vẫn mắc cơ chứ?”

Về lý thuyết, tiêm phòng vaccin chỉ có kết quả khi cơ thể chưa nhiễm virus. Ngừa vaccin rồi mà vẫn mắc - điều này khá dễ hiểu với virus herpes, do nó có thể biểu hiện không rầm rộ, chỉ là vết trầy mép, lở mép thoáng qua ở trẻ, mà bạn gọi là chốc mép hay gời leo(!) và khi đã nhiễm, thì virus khu trú trong cơ thể.

Dường như ai cũng sở hữu nó trong cơ thể. Hiểu biết đó, sẽ giúp chúng ta bình tâm kiểm soát và chung sống với nó mà không bối rối, thụ động và hốt hoảng.

Hiểu biết những kiến thức khoa học thường thức sẽ giúp bạn dẫn dắt và nuôi con trong bình tĩnh và chủ động hơn trước những chứng bệnh thông thường, tránh cho trẻ bị mắc bệnh kéo dài, ảnh hưởng đến sức khỏe, thẩm mỹ và học hành bị gián đoạn.

Đừng vui vì trẻ luôn vâng lời! Đừng hài lòng vì trẻ tự do vô kỷ luật!

Nhiều nhà tư vấn giáo dục sẽ giúp bạn đưa ra giải pháp “Làm trẻ ngoan ngoãn vâng lời!”. Và theo những giải pháp đó, con bạn sẽ là đứa trẻ ngoan ngoãn vâng lời như búp bê. Bạn sẽ hoàn toàn thoải mái, như thể bạn đang chăm một con búp bê được lập trình. Bạn trở nên hạnh diện và hài lòng với hình ảnh một người mẹ đầy uy lực bên đứa trẻ ngoan ngoãn, dễ bảo!

Nhiều nhà tư vấn khác sẽ giúp bạn trấn tĩnh, họ sẽ trấn an bạn rằng, con bạn la hét, cãi giã là thể hiện cá tính mạnh, rằng đó là đứa trẻ thông minh, rằng bạn cần cho nó thời gian, không gian vì trẻ cần được tự khám phá, được tự do thể hiện bản thân, đấy mới là đứa trẻ hạnh phúc và những đứa trẻ ấy sau này mới trở nên có chính kiến, có sáng tạo!

Lầm tưởng

Nhiều khi, bạn sẽ dễ nhầm lẫn giữa một đứa trẻ hài hòa nội tâm, có khả năng hoan hỉ nội tâm và vững vàng nội tâm với một đứa trẻ có vẻ ngoan ngoãn biết vâng lời nhưng thực ra là một tâm hồn đầy sợ hãi, yếu đuối và thụ động, hoặc chỉ là sự có vẻ biết vâng lời để che đậy, kìm hãm sự nổi loạn và bùng nổ bên trong!

Nhiều khi, bạn có thể nhầm lẫn giữa một đứa trẻ có chính kiến, can đảm và cởi mở với một đứa trẻ không có khả năng kiểm soát cảm xúc, hành vi, biểu hiện của chứng tăng động ở nhiều trẻ do

từ nhỏ không được rèn luyện năng lực kiểm soát, năng lực làm chủ hành vi, cảm xúc của đại não và hệ thần kinh trung ương!

Bạn nghĩ sao?

Bạn có phải là Đấng Tạo Hóa đâu mà thỏa mãn với sự vâng lời ngoan ngoãn của đứa trẻ, bởi hệ quy chiếu của bạn chỉ là một phần nhỏ bé trong thế giới của Đấng Tạo Hóa. Do đó, dùng mệnh lệnh và yêu cầu để đứa trẻ vâng lời; dùng mưu mẹo kể cả mua chuộc, mặc cả bằng vật chất để có được sự vâng lời và tuân thủ của trẻ, nghĩa là bạn đang tiến hành “đúc” một cá nhân sao cho khớp với “trật tự” mà bạn đặt ra, làm cho bạn có cảm giác thoải mái rất “ích kỷ”, chứ không phải là bạn đang đồng hành hướng dẫn đứa trẻ, để bé dần trở thành một cá nhân có nội tâm và cốt lõi vững vàng, để bé có khả năng chung sống an hòa với đời sống xã hội vô thiên vị!

Đứa trẻ cũng không tự nó chủ động sinh ra trên đời này đâu! Nó được sinh ra vì bạn khát khao làm cha mẹ cơ mà? Do đó, nó *thụ động có mặt trên đời*, nó chưa thể có ngay những phẩm chất xã hội, cũng như phẩm chất nội tâm vững chãi. Do đó, nó không thể lớn lên lành mạnh và hoan hỉ gia nhập vào xã hội mà không được hướng dẫn, chỉ dẫn để có được những phẩm chất, càng không thể có được sự thông minh sáng tạo từ một bản thể bối rối, bấn loạn, thiếu khả năng kiểm soát bản thân, thiếu khả năng khép mình vào trật tự nội tâm!

Các chuyên gia tư vấn giáo dục và truyền thông đang làm rối trí bạn!

Cứ như thể bạn và đứa trẻ của bạn là mối quan hệ đối kháng với những động từ mạnh kiểu “*Trẻ lên ba - Làm thế nào để khuất phục tuổi nổi loạn?*”; “*Những nguyên tắc buộc trẻ biết vâng lời, ngoan ngoãn!*” hoặc “*Cha mẹ chuẩn bị ứng phó thế nào khi con bước vào tuổi dậy thì nổi loạn?*”, v.v...

Nghe các tiêu đề thôi, đã có cảm giác như bạn đang phải chuẩn bị tâm thế bước vào cuộc chiến một mất một còn nào đó với kẻ thù.

Ngôn ngữ thậm xưng và thói quen nguy hiểm đang dần dất nhiều bậc cha mẹ *ngỡ* như nuôi con là một trận chiến; vô tình đẩy con cái sang một chiến tuyến đối diện với mình, coi con cái như một đối tượng đối kháng, phản kháng và đương nhiên, cha mẹ sẽ có thái độ của người sử dụng uy lực, mưu mẹo, kỹ xảo, kỹ thuật để ứng phó. Điều này là thiếu tinh thần giáo dục đích thực vì từ trong cốt lõi của giải pháp đã không có *tình yêu vô điều kiện*, lòng từ ái bao dung - vốn là phẩm chất cần thiết của tình yêu cha mẹ dành cho con cái!

Nếu *yêu con vô điều kiện*, bạn sẽ hoan hỉ trên từng bước khôn lớn của con cái. Mỗi chặng phát triển và những biểu hiện tâm lý lứa tuổi của con sẽ là một thách thức mà bạn cần *vượt lên bằng sự học hỏi đầy tuệ giác để đồng hành, hỗ trợ, hướng dẫn con tự khám phá nội tâm nó, tự thấu hiểu chính nó, để nó tự nhận ra giá trị bản thân hài hòa.*

Tình huống và xử lý

Đứa trẻ (4 - 5 tuổi) của bạn bỗng nằng nặc đòi mua ô tô, siêu nhân hay búp bê Barbie khi bạn và bé đi ngang qua một cửa hiệu đồ chơi trên phố.

Bạn giải thích: Ở nhà con có nhiều đồ chơi rồi, nhiều thứ tương tự như thế rồi, con không nên đòi nữa!

Đứa trẻ: Dứt khoát đòi bằng được, khi thấy cuộc đàm phán có nguy cơ đổ vỡ, rằng nó có thể không được chiều lòng, đứa trẻ bỗng lăn ra đường khóc, ăn vạ.

♥ *Đầu hàng:* Bạn sẽ mua ngay - Bạn đầu hàng vì bạn thầm nghĩ, nó rất cá tính và không có cách gì trị nó được, mà trẻ con thích đồ chơi là rất tự nhiên, "*Thôi kệ, chiều cho nó vui mà mình cũng đỡ đau đầu, chuyện nhỏ chứ có to tát gì đâu mà phải mất công sức!*"

♥ *Dọa dẫm:* Bạn nổi giận bỏ đi sau khi buông lời dọa dẫm: "Được rồi, con cứ ngồi đấy mà ăn vạ, mẹ sẽ đi và con sẽ bị chú

công an bắt nhốt vô đồn vì gây mất trật tự!” Đương nhiên, khi bạn bỏ đi một quãng xa, hoặc:

- Đứa trẻ sẽ vùng chạy theo. Vừa chạy nó vừa khóc nhè nhè, làm náo loạn cả con phố. Trong khi, bạn đi phía trước với bộ mặt tỏ ra bình thản đến lạnh lùng, đây uy lực không thể lay chuyển.

- Đứa trẻ thi gan hơn bạn và cuối cùng bạn đành quay trở lại. Con giận sôi lên, bạn nhיע móc, bạn phát cho nó mấy cái vào mông, bạn mua cho nó một con siêu nhân, rồi trừng mắt: “Câm ngay, từ nay không cho mày đi chơi nữa, đồ hư thân!”

♥ *Mặc cả:* Bạn nghĩ, mình phải thông minh hơn nó chút xíu. Bạn trì hoãn: “Hôm nay thì mẹ không mua, nhưng nếu ngày mai môn Toán của con đạt điểm 9, mẹ hứa sẽ mua cho con ngay”. Đứa trẻ hậm hực, ấm ức, nó hiểu rằng, nó đang vào cuộc mặc cả! Do đó, nó mặc cả tiếp: “Mẹ mua cho con bây giờ, con hứa ngày mai sẽ được điểm 9 môn Toán!” Mẹ nó mừng quá, có vẻ như mẹ đã thông minh hơn con và đã đạt được thỏa thuận mà cô ấy muốn, nên đồng ý mua đồ chơi ngay cho nó. Đứa trẻ cũng ngay lập tức rút ra bài học về giá trị của việc trì hoãn, hứa hẹn và mặc cả.

Nó nhận ra rằng, thật dễ dàng thắng khi cứ hứa hẹn.

♥ *Mua chuộc:* Bạn nghĩ, đường nào cũng phải mất tiền với nó, nhưng những thứ đồ chơi vô bổ này thì ở nhà đã chất cả đống, bạn bèn nói với nó: “Thôi nào, ngay đằng kia có tiệm kem ngon tuyệt, thay vì mua con siêu nhân chỉ tổ rác nhà, mẹ con mình đi ăn kem nhé!”. Đứa bé sáng bừng ánh mắt và bạn kéo nó đi ra xa khỏi hiệu đồ chơi.

Bạn đắc ý, vì mình đã thắng đứa trẻ, vì mình biết mua chuộc nó đúng thứ nó khoái khẩu!

♥ *Nếu là tôi:*

Tôi sẽ trấn tĩnh rồi ngồi xuống bên đứa trẻ, tôi nói với nó rằng: “Thực sự, chúng ta đang khiến mọi người xung quanh rất khó chịu, chúng ta đang làm phiền họ vì sự ồn ào không đẹp mắt. Con hãy

quan sát đi nào (Câu đề nghị này có tác dụng điều chuyển hướng quan tâm của trẻ), mẹ rất xấu hổ đấy. Hãy đứng lên nào, cô bé đáng yêu (hay, chàng trai can đảm) của mẹ! Thực ra, mẹ cũng rất quan tâm đến đề nghị của con đấy, và nếu con thôi khóc, chúng ta sẽ trao đổi xem nên như thế nào nhé!

Đương nhiên, đứa trẻ sẽ nín ngay vì nó nhận được tín hiệu “bạn đề nghị tiếp tục cuộc đàm phán”.

Sau đó, bạn hãy bằng cách lục túi xách lấy khăn lau mũi dãi cho con. Bạn hãy nhờ nó giúp mẹ tìm khăn vì “Mẹ lục mãi không thấy!” - bằng cách nhờ nó giúp bạn, bạn đưa tâm trí đứa bé dần xa hơn khỏi trung tâm chú ý ban đầu của nó là con siêu nhân hay món đồ chơi nào đó.

Đứa trẻ sẽ giúp bạn, rồi bạn tìm được khăn. Bạn vừa lau mặt cho con thật ân cần, dịu dàng, vừa nói với bé rằng, “Mẹ yêu con nhiều lắm, nhìn con khóc ăn vạ giữa lòng đường, mẹ thấy buồn lắm! Chúng ta đang đánh mất sự tôn quý của mọi người vì hành vi của mình đấy!”

Đứa trẻ đã lắng dịu và đang lắng nghe bạn, vì trong sâu thẳm, nó cũng như bạn, nó luôn khát khao được mọi người ghi nhận, quý mến.

Bạn tiếp tục cuộc đàm phán: “Theo con, mẹ có nên mua thêm một chiếc xe máy như thế kia không nhỉ?” bạn chỉ tay về chiếc xe máy trên đường. Đứa trẻ: “Mẹ có xe máy rồi mà?” “Nhưng mẹ thích chiếc xe đó, nó đẹp hơn xe của mẹ. Nhưng nếu mua nó, mẹ sẽ hết sạch tiền, sẽ không thể mua thức ăn hàng ngày, rồi bạn cún Bông có khi cũng bị bỏ đói vì không có tiền mua thức ăn cho bạn ấy...”.

Đứa trẻ, lúc này nói như cướp lời mẹ: “Thế thì mẹ ơi, mẹ đừng mua thêm xe máy nữa, con cũng không đòi mua siêu nhân nữa đâu... để tiền mua thức ăn cho hai mẹ con mình, cho em cún Bông, mẹ nhé...”

“Ôi, con của mẹ giỏi quá, con đã thật sự hiểu mẹ rồi. Có rất nhiều thứ ngoài phố trông rất đẹp, rất hấp dẫn và chúng ta rất thích mua nó mang về nhà. Nhưng chúng ta phải biết kiểm soát sự thích thú

nhất thời đó, vì mọi thứ đều phải trả bằng tiền do mình lao động mà có, cho nên cái gì thật cần, thật thích, chúng ta mới mua con nhi?”.

Nói rồi, bạn hãy thưởng cho đứa trẻ một cái thơm triu mến, hàm ơn. Vì dù sao, nó đã đưa bạn đến một tình huống thách thức, dù sao nó đã đẩy bạn đến giới hạn của sự kiên nhẫn và giúp bạn khám phá ra khả năng đàm phán, khả năng thuyết phục, khả năng giải thích của bạn. Bằng tình yêu tuệ giác, bạn đã nhắc đứa trẻ về “Bản năng an toàn sinh tồn” (“nếu mua nó, mẹ sẽ hết sạch tiền, sẽ không thể mua thức ăn hàng ngày”), bạn đã đánh thức đứa trẻ về sự “nguy hiểm của an toàn sinh tồn” nếu không biết tự kiểm soát; đồng thời bạn đã giúp đứa trẻ có thêm hiểu biết về những giá trị cuộc sống, để nó tự thuyết phục mình, tự an hòa với nội tâm của nó, tự thoát ra khỏi sự mắc dính vào sự thích thú nhất thời với con siêu nhân một cách rất tự nhiên, an hòa, không khiên cưỡng.

Sau tình huống ấy, đứa trẻ của bạn đã hiểu hơn những giá trị khác (dù cách hiểu đơn giản) về sự kiểm soát, về thái độ với giá trị lao động thông qua đồng tiền, về sự hy sinh sở thích vì tình yêu dành cho người khác, v.v...

Như vậy, câu chuyện là một biểu dụ, một tình huống nhẹ nhàng nhưng cho thấy vị trí của cha mẹ là đồng hành bên con, giúp con tự khám phá nội tâm, gọi cho con những hiểu biết, để con tự kiểm soát chính cảm xúc của mình.

Đó chính là con đường tôi đã đi cùng con gái. Mỗi bước trưởng thành của con, là một lần tôi vượt qua “kỳ thi” làm mẹ.

Dấn thân để thấu hiểu tâm lý trẻ, giúp con hài hòa với nội tâm, giúp con biết rộng mở, biết chia sẻ, đồng cảm mà tuyệt nhiên không dùng đến mưu mẹo, quyền uy, mua chuộc, mặc cả để có được sự vâng lời ngoan ngoãn bề ngoài.

Tôi cũng không buông xuôi để chiều lòng con trẻ một cách tùy tiện. Sự chiều lòng dễ dãi khiến đứa trẻ trở nên bối rối không biết mình muốn gì, bởi vật chất là thứ dễ thỏa mãn và dễ chán, trong khi nội tâm đứa trẻ bơ vơ vì nó chưa nhận được bài học về giá trị bản thân nào từ cuộc sống - ngoài vật chất.

Mẹ thỏ, mẹ khi và mẹ Việt

(Truyện ngụ ngôn)

Cô ấy bật khóc thút thít, vì lúc này, cô ấy cảm thấy cô đơn trên hành trình làm mẹ.

Nào thức đêm dỗ giấc cho con, nào dậy sớm lo bữa sáng cho con, nào tìm soát bài vở cho con trước khi đến lớp... Việc gì cũng một tay cô ấy. Đã thế, mỗi khi con hư thì cô ấy liền bị trách “con hư là tại mẹ”, khi con chẳng may cảm sốt lại bị kêu “tại mẹ nó ẩu nên để con nhiễm lạnh ấy mà”. Thậm chí, một tối kia, cô ấy đã mắng đứa con của mình đến mức nó phát khóc. Thế là cô ấy tự trách mình “Sao những người mẹ khác tuyệt vời đến thế, họ chỉ luôn yêu thương trù mến với con? Sao họ luôn ngọt ngào đến thế, hoàn hảo đến thế? Sao mình làm mẹ lại kém cỏi đến thế? Sao chỉ có mình là hay mắc sai lầm?” v.v...

Càng nghĩ, cô ấy càng trở nên bất an. Thế rồi, đôi chân dẫn cô ấy đi vào rừng. Khu rừng yên ả lắm, bật không một tiếng động cơ gầm rú nào lọt tới. Chỉ vọng lại những âm thanh của thiên nhiên. Tiếng suối reo. Tiếng chim hót. Tiếng gió len qua những cành cây lao xao...

Bỗng cô ấy sững sờ.

Ô kìa! Có 4 mẹ con thỏ trắng đang thanh thản gặm những ngọn cỏ non bên bờ suối. Những đám hoa cúc đại màu cà rốt vươn lên, nghiêng nghiêng theo gió, như cố tình khoe sắc màu nổi bật trên thảm cỏ xanh rì. Cảnh tượng thật bình yên quá đỗi và tuyệt đẹp như nơi vườn địa đàng. Cô ấy đến gần mẹ con nhà thỏ và thốt lên:

- Ôi, chị thỏ ơi! Làm mẹ như chị ai mà chả muốn, một người mẹ xinh đẹp yêu kiều bên 3 đứa con xinh xắn như thiên thần, thông thả nhấm nháp những cọng cỏ non mơn mớn, thật là một cảnh tượng đáng mơ ước và ngọt ngào làm sao!

Thỏ mẹ thông thả nói:

- Làm sao chị thấu hiểu được làm Mẹ Thỏ phải dấn thân mạo hiểm thế nào? Tôi dẫn các con đến đây là phải rời xa khỏi cái hang an toàn của chúng tôi. Bên cạnh bờ nước thế này, thì cỏ sẽ xanh non hơn, những bông hoa nở rực rỡ hơn... Nhưng, phía bên kia bờ nước là nơi rình mồi của một gã sư tử dũng mãnh. Tôi đang dỏng đôi tai của mình để nghe ngóng. Tôi đang căng hết dây thần kinh để đánh mùi của gã sói nham hiểm, tôi thực sự rất căng thẳng và phải luôn tập trung cao độ... vì nếu những kẻ săn mồi xuất hiện, tôi sẽ phải dùng thân mình đánh lạc hướng để cứu sống đàn con...

Vừa nghe đến đây, thoát cái mẹ con nhà thỏ biến mất không dấu tích trên thảm cỏ non xanh. Chưa kịp hiểu gì, người mẹ buồn bã đã nghe tiếng một con khỉ cất lên:

- Mẹ Thỏ thật can đảm và thật nhạy cảm! Cô ấy nghe trong gió mùi của gã sư tử, tôi ở trên cây cao nên tôi nhìn được xa hơn.

Người mẹ ngược lên, thấy một nàng khỉ cái đang địu chú khỉ con trước ngực, vừa chuyền cành vừa hái quả bóc cho con ăn. Người mẹ thắc mắc:

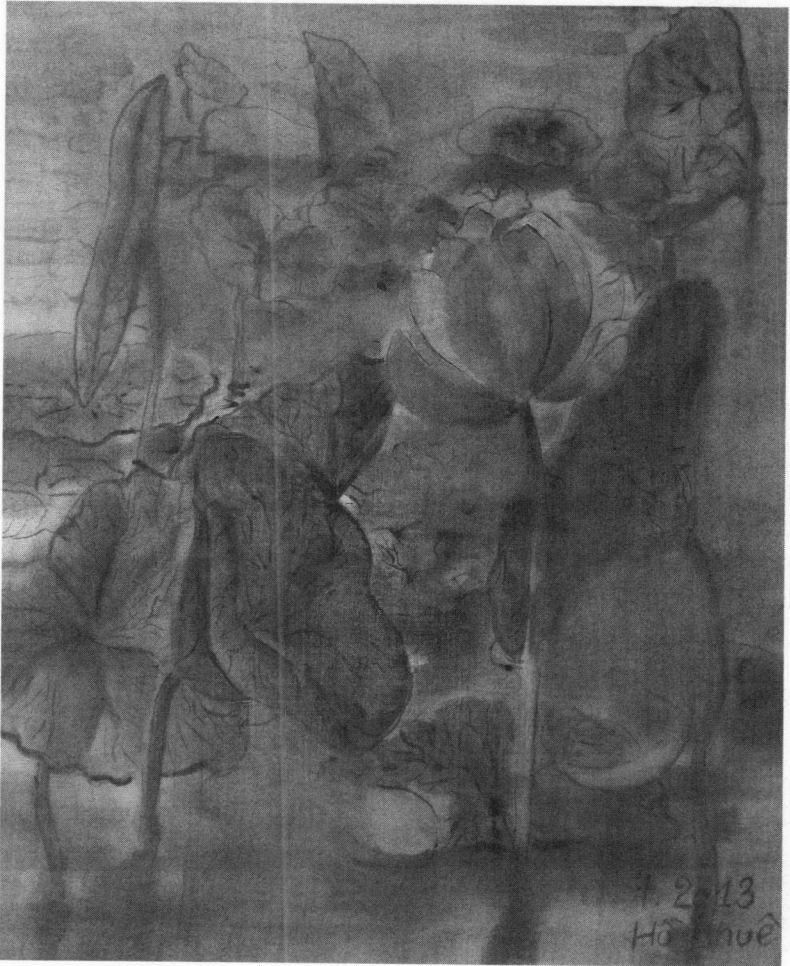
- Sao Mẹ Khỉ phải khổ thế, sao lại vừa ẵm con vừa chuyền cành rất vất vả và nguy hiểm?

Mẹ Khỉ nhẹ nhàng nói:

- Tổ tiên giống loài đã dạy tôi cách làm Mẹ Khỉ như thế này. Tôi không chỉ kiếm trái cây cho con ăn, mà cùng lúc, tôi còn dạy cho con mình những kỹ năng leo trèo quý báu của loài khỉ, nên tôi chẳng thấy vất vả gì. Mẹ Thỏ có nỗi gian nguy của Mẹ Thỏ, Mẹ Khỉ có niềm vui của Mẹ Khỉ! Điều mà con người nhìn thấy, điều mà con người nhận xét về chúng tôi, thực sự không giống điều mà chúng tôi đang dấn thân sống và cảm nhận.

Nghe Mẹ Khi chia sẻ thế, người mẹ bỗng thấy lòng nhẹ nhõm. Thì ra, điều mà người mẹ cảm nhận và dẫn thân sâu sắc với đứa con yêu của mình, chưa chắc người khác có thể nhìn thấy và cảm nhận chân xác, nhưng điều ấy có hề gì nhỉ, vì chỉ cô ấy mới thực sự hiểu mình đang tận hiến, tận tâm làm mẹ như thế nào.

Cô ấy chợt nhận ra chân lý giản dị ấy, cô ấy chợt thấy hân hoan trở lại trong lòng và tràn đầy hứng khởi trên đường trở về nhà để tiếp tục thiên chức của mình.



Single lotus / Sen

Tác giả: Lã Hồ Thị Minh Khuê


Chất liệu: Mầu nước trên lụa

Kích thước: 40x50cm


Năm sáng tác: 2013



MƯỜI TÁM NĂM
KIM CƯƠNG



*Gia đình là ngôi trường đặc biệt - nơi đó
đưa trẻ được hướng dẫn, rèn luyện và bồi đắp
những phẩm chất cốt lõi bền vững và quý giá
như kim cương!*



Mẹ tặng con “kim cương cuộc đời”

Sau khi nhận thư thông báo Minh Khuê được nhận gói học bổng danh giá của trường đại học Harvard, một buổi chiều thư thái bên mẹ, Khuê tâm sự: “Mẹ ơi, con sẽ cố gắng học và làm việc, để một mùa hè nào đó, con sẽ đưa mẹ sang Vienne, để mẹ được nghe nhạc cổ điển ở đó!”

Nghe con nói, tôi mỉm cười: “Ừm, đấy không phải là điều mẹ khao khát tột bậc, mẹ chỉ mong con luôn hoan hỉ, thế là rất nhiều với mẹ rồi”.

Bỗng dưng, Minh Khuê tỏ ra ngạc nhiên, nói: “Ơ, con còn nhớ, hồi con học lớp 1, vào một ngày mưa ơi là mưa, mẹ mặc cho con đến mấy lần áo mưa, mẹ giải thích mặc như thế để con không thể bị ướt. Rồi chờ con đi học piano và mẹ nói: “Mẹ ước một ngày nào đó được nghe Khuê chơi một bản nhạc của nhà soạn nhạc thiên tài Johann Bach ở chính cái nôi của âm nhạc cổ điển, đó là thành Vienne. Kỷ niệm bữa ấy và lời ước của mẹ, con vẫn nhớ như in mà!”

Nghe con nhắc lại câu chuyện “đi học giữa cơn mưa bão” ngày nào, trong muôn vàn những tình huống thực tế cuộc sống vẫn xảy ra, mà tôi chuyển hóa thành một tình huống sư phạm, mục đích để hỗ trợ sự quyết tâm đi học của con và sự quyết tâm của chính tôi nữa trong một hoàn cảnh bất lợi như thế, khiến tôi lặng đi giây lát.

Tôi xúc động, vì thực ra, tôi đã quên, nhưng con gái lúc ấy còn bé bỏng, mà vẫn nhớ đĩnh ninh.

Đó chỉ là một ví dụ để tôi càng thấy sâu sắc với nhận định rằng: *Khoảng thời gian đưa trẻ từ 0 đến 18 tuổi được ví như kim cương của cuộc đời. Mỗi một giây một khắc đi qua, không phải là sự lặp đi lặp lại những điều đã thành quen, mà mỗi phút giây là tràn đầy ý nghĩa và quý giá.* Là quãng đường trải nghiệm sâu sắc, đứa trẻ dù muốn hay không, sẽ nhận lấy những bài học, những vui

buồn, cũng có thể là những biến cố theo nó suốt cuộc đời. Ghi dấu khó phai trong cuộc đời.

Vì vậy, ngay từ khi chuẩn bị làm mẹ, tôi đã tự tìm ra cho bản thân câu trả lời trước câu hỏi lớn: Tại sao luật pháp lại quy định tuổi trưởng thành là 18 tuổi?

Câu trả lời: Bởi cho đến khi trẻ tròn 17 tuổi, những bộ phận trên cơ thể mới thực sự hoàn chỉnh, đặc biệt là hệ thần kinh trung ương và sự thuận thực chín chắn của não bộ.

Để khoảng thời gian từ 0 đến 18 tuổi của một đứa trẻ có trở thành **“kim cương”** đích thực, tinh chất hay không, thì nó phụ thuộc rất nhiều vào môi trường giáo dục của gia đình. Chính bởi thế, John Dewey, một nhà cách mạng giáo dục Mỹ thế kỷ XX đã có câu nói nổi tiếng: *“Giáo dục gia đình phải được coi là giáo dục cơ sở”*.

Ngay ở Việt Nam thì hệ thống giáo dục mang tính phổ cập, tức là giáo dục phổ cập tại trường học, chỉ bắt đầu sau năm 1954. Vì thế, việc học đòi hỏi kỷ luật cao kiểu trường lớp còn rất mới chứ chưa có lịch sử lâu dài. Và việc giáo dục trong môi trường gia đình, theo kiểu truyền thụ *quan sát và bắt chước* từ gia đình, bố mẹ, cộng đồng nhỏ xung quanh đứa trẻ, cần được ưu tiên là cơ sở và căn bản.

Trở lại với *18 năm kim cương* của cuộc đời, từ 0 - 18 tuổi của con gái, khi đã xác định được đây là khoảng thời gian vô cùng quý báu để có thể trao tặng cho con, tôi đã cảm thấy một nguồn năng lượng lớn, một quyết tâm cao để tìm kiếm tri thức, những hiểu biết khoa học và chuẩn bị chiến lược, hành trình cùng con một cách sáng suốt.

Đó là lúc, tôi đã thấu hiểu, vì sao các nhà tâm lý học, phân tâm học, các nhà tội phạm học thường đi trên một con đường kinh điển, đó là lần về ký ức tuổi thơ của những phạm nhân, sự thụ hưởng giáo dục của phạm nhân thuở thiếu thời tồi tệ ra sao, một ấu thơ bất hạnh, bị bạo ngược, lạm dụng như thế nào, v.v..., và họ tìm thấy manh mối, nguyên nhân của hành vi dẫn đến tội phạm, từ những dấu vết quá khứ buồn đau đó.

Điều này là một gợi ý sáng suốt để tôi hiểu rằng, quãng đời tuổi thơ, sẽ hằn dấu vào trong não bộ và thực sự đi theo, ảnh hưởng, ám ảnh, chi phối mạnh mẽ hành vi của người đó ở tuổi thành niên và mãi mãi suốt cuộc đời.

Dấu vết ấu thơ là một cái gì đó rất mạnh mẽ.

Chính bởi vậy, việc cha mẹ đồng hành cùng con cho đến năm 18 tuổi là vô cùng cần thiết, cho dù xã hội đang tràn ngập các gói dịch vụ làm thay vai trò của bố mẹ. Bởi nó liên quan đến vấn đề hạnh phúc. Những điều của tuổi thơ bé, dường như sẽ lùi vào dĩ vãng, nhưng thực ra, nó vẫn có tính quyết định và định hướng cho cuộc đời khi thành niên và mãi mãi về sau.



Ngôi trường đặc biệt



Giáo dục gia đình phải được coi là nền tảng! (John Dewey)

“18 năm đầu đời của con gái, khi còn trong vòng tay mẹ, là giai đoạn con được huấn luyện trong “Ngôi trường đặc biệt” với đầy trải nghiệm: Có ngọt ngào êm ái, có hoan hỉ an lành, có hưởng thụ vui chơi, có thành quả.

Nhưng cũng tại ngôi trường ấy, con sẽ trải nghiệm cả những sắc thái khác: có thất bại, có khổ đau, có áp lực, có cạnh tranh, có thất vọng, có tổn thương, có mất mát. Ở đó, con được hướng dẫn để trải nghiệm tình yêu vô điều kiện, tình yêu ban tặng và cho đi, không mặc cả...

Đó là những trải nghiệm hoàn toàn trong kiểm soát, trong an toàn nơi tràn đầy của tình yêu thương vô điều kiện và tình thức của người mẹ.

Tất nhiên, không ít khi biện pháp được dùng tới rất nghiêm khắc, kể cả hình phạt để hỗ trợ rèn luyện phẩm chất của con, dần chuyển hóa những phẩm chất thành kim cương: vững chãi, nội lực bên trong; an nhiên làm chủ với ngoại cảnh, khi con bước vào đời ở tuổi thành niên - tuổi 18 đẹp đẽ.



Chương 1

KỶ LUẬT MỀM

Giúp trẻ bồi đắp năng lực tập trung toàn bộ

Những ngày gần đây, tôi nhận được nhiều lời đề nghị chia sẻ cách làm thế nào để giúp Minh Khuê có được khả năng tập trung cao độ trong học tập? Làm thế nào để Minh Khuê học được nhiều môn hiệu quả mà vẫn có thời gian vui chơi thoải mái?

Câu hỏi bật ra từ bất cứ bậc cha mẹ nào tôi gặp. Rõ ràng đây là một vấn đề rất rắc rối và mấu chốt trong quá trình phát triển tố chất của một đứa trẻ cho đến tuổi thành niên. Và để Minh Khuê có được phẩm chất quan trọng này, *đầu tiên tôi phải ngược về điểm xuất phát: Môi trường gia đình và thái độ, tâm thế của người mẹ!*

Tôi nhớ, ngày tôi 22 tuổi, tôi thường lên chùa Trấn Quốc, ngôi chùa cổ nằm trên một bán đảo giữa Hồ Tây thơ mộng. Một lần, tôi đang ngồi dưới cội bồ đề trong khuôn viên chùa, thì cụ trụ trì chùa, sau này tôi được biết là Thượng tọa Kim Cương Tử - một vị cao tăng uyên bác và đáng kính, đến gần và hỏi:

- Phật tử đang làm gì thế?

Tôi lễ phép: - Dạ, con đang ngắm cảnh Hồ Tây.

Cụ hỏi tiếp: - Sao không kết hợp mang sách ra đọc như nhiều người kia kia? Tôi đáp: - Dạ, vì con chỉ có thể tập trung vào một việc một lúc, con không làm được nhiều việc cùng lúc ạ! Lúc này, cụ ôn tồn cười: - Thế là con có chút hiểu biết về thiền rồi đó... là khi con khiêm nhu để hiểu rằng, mỗi cá thể chúng ta chỉ có thể tràn đầy hiểu biết khi tập trung để làm một việc, tại một thời điểm...

Cuộc trò chuyện gợi mở những hiểu biết về thế giới nội tâm; hiểu biết về bản thân cho tôi từ một vị thiền sư, tuy ngắn ngủi nhưng đủ làm thay đổi tư duy của tôi mãi mãi, quý giá như viên kim cương.

Ngày con gái Minh Khuê tròn 4 tuổi, tôi cùng con từng bước đi vào hành trình học tập “có thầy cô và giáo trình”, môn piano cổ điển là một trong ba môn bắt đầu sớm nhất: Boi, vẽ, đàn. Tuy vấp phải nhiều áp lực từ những góp ý bên ngoài, như: không phải con nhà nòi, truyền thống gia tộc không có ai theo đuổi ngành nghệ thuật, thậm chí còn bị “buộc tội” là a dua “học làm sang”, rồi tấm gương thất bại của nhiều gia đình sau một thời gian cho con học piano ở Hà Nội. Nhưng vì đã nghiên cứu kỹ lưỡng, được thuyết phục bởi những công bố khoa học, tôi có niềm tin vững chắc để thực hiện dự án học piano hàn lâm cho Minh Khuê.

Tất nhiên, bất kỳ “dự án” cuộc đời nào, dù ngắn hạn hay trung hạn, dài hạn đối với tôi đều là nghiêm túc, và tôi đặc biệt coi trọng sự chuẩn bị kỹ lưỡng về tâm thế cũng như các điều kiện cần và đủ để tiến hành. Nhận thấy, môi trường gia đình, xã hội cũng như thói quen suy nghĩ, sinh hoạt ở Việt Nam còn nhiều bất cập cho sự nghiệp giáo dục nói chung, cũng như nó quá ít thuận lợi cho một dự án giáo dục nghệ thuật âm nhạc hàn lâm nói riêng.

Tôi thấu hiểu rằng, mấu chốt cho những phẩm chất học tập nhiều phần được quyết định bởi một yếu tố rất quan trọng: môi trường. Môi trường, tôi ví nó giống như chậu nước tắm. Bạn không thể kỳ vọng con cái được thơm tho sạch sẽ nếu dùng thứ nước bẩn và đầy tạp rác để tắm! Bạn không thể để mặc cho đứa trẻ của bạn trầm mình trong vũng nước bẩn mà kỳ vọng nó sẽ thơm tho, sạch sẽ khi từ đó bước ra! Môi trường giáo dục cũng tương tự.

Tôi tin tưởng vững chắc rằng, tôi hoàn toàn có quyền kỳ vọng vào tương lai con gái, một khi tôi nỗ lực tạo dựng một môi trường tốt cho Minh Khuê.

Do đó, thời điểm bắt đầu cho con học đàn piano, cũng là khi tôi làm cuộc cách mạng thay đổi lối sống và thói quen sống, để nỗ lực

chủ động tạo môi trường thuận lợi, hứng khởi cho việc học tập, rèn luyện của Minh Khuê được trong vui vẻ và hiệu quả cao nhất.

Theo trình tự ưu tiên, tôi giảm dần những yếu tố ít quan trọng nhưng lại ảnh hưởng tiêu cực đến sự tập trung.

Nhà tôi chỉ có duy nhất một chiếc ti vi, máy tính để cố định tại phòng làm việc. Tôi giảm dần thói quen tụ bọ ăn nhậu, chém gió la đà. Bỏ thói quen nấu cháo điện thoại, lướt web vô bổ kiểu “giết thời gian” nhằm chán, là thói quen dễ mắc nghiện trong xã hội hiện đại.

Tôi chọn cho bản thân phong cách ăn mặc tiện lợi, có thẩm mỹ nhưng không cầu kỳ, không dùng nhiều đồ phải ủi là mất thời gian. Đặc biệt, tôi nghiên cứu khoa học thực dưỡng về ẩm thực, kiên quyết từ bỏ thói quen ăn uống nhiều khô, rườm rà vốn là tập quán của người Việt Nam. Tôi cấu trúc thực đơn đủ dinh dưỡng nhưng không nhiều món trong một bữa ăn và món ăn không chế biến phức tạp. Việc thực hành ăn uống khoa học, giản đơn là một mắt xích vô cùng quan trọng để đảm bảo sức khỏe cho Minh Khuê. Và, tất nhiên, điều đó giúp tôi “đầu tư” được rất nhiều thời gian trong ngày, dành cho việc đồng hành cùng con.

Tôi nhận thấy bản thân là một người dễ bị phân tán tập trung khi cần tư duy. Khi tôi viết lách, đọc sách hay làm việc, tôi sẽ bị ức chế nếu có yếu tố ngoại cảnh tác động như: tiếng người nói chuyện, tiếng ti vi, cảnh người ăn nhậu, chơi điện tử, lướt web, v.v...

Từ trải nghiệm bản thân, tôi đặt câu hỏi: một người trưởng thành, đang gánh trên vai trách nhiệm với xã hội, gia đình, trụ cột, mà não bộ còn bị phân tán, ức chế, mệt mỏi bởi những tác động ngoại cảnh đầy cám dỗ, thế thì có sao mình lại có thể đòi hỏi một đứa trẻ non nớt, bé bỏng phải hứng chịu một áp lực “khủng” về mặt thần kinh cũng như phẩm giá? Điều này là hết sức bất công và phản khoa học! Bạn có nghĩ thế không?

Câu trả lời đến ngay khi câu hỏi bật ra, và tôi nhớ lại lời vị thiền sư đáng kính: “... khi con khiêm nhu để hiểu rằng, mỗi cá thể chúng ta chỉ có thể tràn đầy hiểu biết và thành tựu khi tập trung để làm một việc, tại một thời điểm...”

Nhận được lời giải đáp thuyết phục, thấu đáo cho câu hỏi, tôi liền nhận ra con đường đồng hành cùng con gái Minh Khuê trở nên nhẹ nhõm và an vui viên mãn!

Vì thế, để giúp con tập trung luyện tập và học tập, đến giờ quy ước, tôi tắt ti vi tạo một không gian yên tĩnh rồi lấy sách ra đọc, viết lách, hay khâu vá, thêu thùa. Hình ảnh ấy, khiến cô bé hơn 4 tuổi chột hiểu đã đến giờ luyện tập, có cảm hứng luyện tập. Một không gian và bối cảnh rất thanh khiết, không có yếu tố nào làm nhiễu loạn sự tập trung của não bộ, cộng thêm niềm tin cậy khi người mẹ cũng đang tập trung vào công việc, đã dẫn dắt cô bé 4 tuổi vào việc học hành rất êm ái, nhẹ nhàng mà mẹ không phải hối thúc, giục giã.

Mẹ làm gương cho con bằng chính hành vi chân thực, khiến tâm tuệ đứa trẻ an tịnh, không động vọng và phân tán.

Dần dần, thói quen được thuần thực và chuyển hóa thành một thứ *kỷ luật mềm* đầy tính tự giác và cao hơn thế là cảm giác hứng thú, vui vẻ đích thực. Hai mẹ con rất trân quý những khoảng thời gian đó trong ngày, nó thanh lọc, đơn giản và tràn đầy hiểu biết từ tri thức và sự gắn kết tình cảm mang lại.

Tất nhiên, tập tính của não bộ sau một thời gian dài được trui rèn thuần thực, kiên trì, bền bỉ sẽ chuyển hóa lên một đẳng cấp cao hơn, siêu việt hơn, đó là khi Minh Khuê bước vào tuổi 14 thì cô bé đã đạt được khả năng tập trung cao độ vào việc mà cô bé đang làm ngay cả khi ngoại cảnh xung quanh gây nhiễu loạn đến cỡ nào.

Thực tế, Minh Khuê có thể chơi bản *Nocturne No. 13* của Chopin một cách sâu lắng, lay động người nghe, ngay cả khi một vài người khác nói cười, ăn uống, hay thổi kèn phá đám, v.v...

Chia sẻ với tôi về khả năng này, Minh Khuê nói nhẹ nhõm: Thực sự, lúc ấy con và âm nhạc là một, không có ngoại cảnh nào chen vào được, mẹ ạ!

Tuy nhiên, khác với *kỷ luật cứng* là những quy định, quy tắc, mệnh lệnh cưỡng chế từ bên ngoài, thường đạt hiệu quả ngay,

áp dụng *kỷ luật mềm* để giúp con trưởng thành, là cả một hành trình kiên nhẫn, bền bỉ và cần chút tinh tế, nhạy cảm nữa!

Bạn biết không, phần lớn những cuốn sách về giáo dục bổ ích, tôi đọc được chính vào thời gian đồng hành toàn bộ, an tĩnh cùng con như thế.

Chiếc ghế nhỏ giúp trẻ tập trung!

Khi đứa trẻ của bạn từ 4 - 9 tuổi ngồi vẽ, học đàn hay học bất cứ môn gì, thì lúc này hai chân của nó chưa thể chạm xuống đất, chứ nói gì đặt trên sàn, trên đất một cách vững chãi, chắc chắn.

Khi chân để chơi vơi, nghĩa là tâm trí chơi vơi, bất ổn. Cổ nhân đã dạy: “Chân không bén đất thì cật không tới trời” Toàn bộ câu nói biểu đạt một hiểu biết về “tâm thế”, như sau: Bàn chân (tâm thế) không vững chãi thì lưng cật (trí lực, suy nghĩ) không thể bay xa, sáng tạo, hiểu biết.

Thế nên, cổ xưa còn nói “tâm địa” hàm ý tâm thế luôn tiếp xúc và đứng trên đất/sàn (Chẳng hạn: “tâm địa thành ấy xấu” - ý nói: “nền đất” (nền tảng, môi sinh) tiếp xúc của tâm trí con người đó không tốt).

Tâm thế là bàn đế cho trí lực; tương tự: đôi bàn chân là bàn đế của thân thể. Tâm thế + tâm thể luôn tác động lên nhau, cái nọ là biểu hiện của cái kia và ngược lại. Do đó, nếu tâm thế tức là đôi bàn chân được đặt vững chãi trên một nền tảng vững thì thân thể thoải mái, dẫn đến trí lực mới có khả năng tập trung cao độ để sáng suốt, sáng tạo mạnh mẽ.

Do đó, một việc dễ nhất, nhưng vô cùng quan trọng nên làm để đứa trẻ rèn luyện phẩm chất tập trung cao độ, không bị phân tán, đó là hãy làm cho đôi bàn chân của trẻ được đặt trên một bàn đế vững chãi: một chiếc ghế gỗ nhỏ vừa tầm, chắc chắn, không khập khiễng, để bé đặt chân lên đó trong khi ngồi học. Có như vậy,

đôi bàn chân trẻ sẽ vững chãi, tâm trí của trẻ sẽ an tịnh, thần kinh trung ương không bị mất tập trung.

Ngược lại, khi chân trẻ không chạm đất (sàn) mà buông lỏng lỏng, chơi vui giữa không trung, vô định - tư thế này phản lại cơ chế sinh học và công năng của đôi bàn chân, vốn mang chức năng là “bàn đế” chịu lực, vững chãi, bình ổn cho toàn bộ cơ thể.

Đôi bàn chân có công năng làm “bàn đế” để “thân - tâm” tiếp xúc với đất sàn, nhưng khi tư thế không đúng công năng sinh học, khiến trí não đứa trẻ bất ổn, bị phân tán. Biểu hiện là đôi chân nó rung lắc liên hồi, điều này đúng ngay cả với những người đã trưởng thành mà tâm địa, tâm lý bất an, lo lắng.

Do vị trí bàn chân sai, khiến đứa trẻ không thể rèn luyện được năng lực tập trung toàn vẹn, cao độ trong học tập, vui chơi, dẫn tới hiệu suất làm việc, học tập kém.

Cơ thể con người là một tiểu vũ trụ, một thể toàn vẹn không thể chia chẻ, nó liên kết khăng khít, mật thiết các cơ quan chức năng sống. Khi một bộ phận thân thể không đúng vị trí, không đúng công năng, nó gây ảnh hưởng đến toàn bộ cơ thể, thông qua cơ chế vận hành, điều hành của hệ thần kinh trung ương, khiến cho thần kinh trung ương bị bối rối, phân tán.

Điều đó đơn giản, tuy nhiên chưa nhiều người nhận thức. Nhưng khi bạn thấu hiểu khoa học, thấu hiểu sự quan trọng, tôi tin điều đó sẽ giúp bạn thực hành kiên trì bền bỉ việc đơn giản là kê thêm một chiếc ghế thấp cho trẻ đặt chân khi ngồi học. Hiệu quả vô cùng to lớn.

Bồi đắp năng lực “một mình” cho trẻ

Năng lực “một mình” trong học tập, sáng tạo, lao động hay vui chơi

Đấy là mùa hè năm 2002, tôi cho con gái Minh Khuê có dịp đi nghỉ mát cùng tòa soạn tại biển Hải Thịnh, Nam Định. Thời điểm đó, vùng biển này còn khá hoang sơ, tĩnh vắng, chưa bị con lốc kinh tế thị trường phát triển nóng xâm thực, vì thế, nó thật êm đềm và có ý nghĩa đối với dụng ý giúp trẻ có không gian thiên nhiên đúng nghĩa.

5h sáng, hai mẹ con tôi trở dậy và đi ra biển. Chúng tôi đi ngắm mặt trời lên. Tôi lặng lẽ và con gái cũng lặng im quan sát. Chúng tôi hạn chế nói chuyện, mục đích là tôi muốn con gái tập lặng im lắng nghe tiếng sóng và quan sát bình minh đang lên trên biển. Chúng tôi thực hiện đúng cam kết như thế.

Sau khi mặt trời lên cao, Minh Khuê chia sẻ những quan sát của cô bé với mẹ thế này: Sáng sớm tinh mơ, ông mặt trời rất phúc hậu. Mặt ông nở ra, căng mọng như chiếc lòng đỏ trứng gà khi mẹ đập ra để làm món ốp - lết. Ông mặt trời rất đáng khen, vì nhịn thờ suốt đêm dưới đáy biển, sau hơn 10 giờ mới thềm ngoi lên, đáng khâm phục quá! Con chỉ nhịn thờ dưới bể bơi chưa được một phút, mẹ ạ!

Sau đó, tôi cho Minh Khuê ăn nhẹ rồi tôi cho phép cô bé ngồi chơi với cát một mình trên bãi biển, trong khi đó, tôi ngồi xa cách 50 mét để canh chừng an toàn. Minh Khuê cứ chơi say sưa một mình với cát, với nước biển mà không chán, đến 10h sáng vẫn chơi.

Vừa hay, có một người đi tới, đứng nhìn cô bé chơi mãi miết, rồi bỗng hỏi: “Cháu là con của mẹ Hải Âu phải không?” Cô bé ngược lên nói: “Cháu không bắt chuyện với người lạ, mẹ cháu dặn thế...”

Nói rồi, bé Minh Khuê lon ton nhưng không hoảng sợ, đi về phía tôi đang ngồi và người vừa hỏi chuyện cô bé cũng đi theo. Hóa ra, người đó là nhà văn Nguyễn Thị Thu Huệ, bạn tôi. Huệ nói: “Ừm chưa gặp bé lần nào, nhưng quan sát nó chơi thì đoán ngay là con cậu!”

Từ khi còn rất bé, Minh Khuê đã được tôi rèn luyện đức tính biết chơi và vui vẻ một mình. Đồ chơi của Minh Khuê bao giờ cũng là những đồ vật đơn giản như cái chai nhựa, ống đồ không dùng nữa, cái rổ con con, nút chai, mẩu gỗ, v.v..., tóm lại, là tận dụng những thứ mà mẹ không sử dụng đến nữa để biến thành đồ chơi cho Minh Khuê.

Minh Khuê thường chơi với những đồ vật ấy, với ít gạo hoặc nước, cát sạch và cô bé bắt đầu đong, hứng, trút gạo từ bình sang ống, sang lọ, chén, đĩa, v.v... Minh Khuê thích chơi trò này lắm, không bao giờ biết chán, trong khi mẹ cứ thoả mái viết bài, nấu ăn hay giặt giũ, miễn là cô bé nhìn thấy bóng mẹ hay tiếng mẹ là yên tâm, không quấy mẹ, khóc đòi bao giờ!

Trò chơi này giúp Minh Khuê tập luyện sự khéo léo của đôi tay, tính tập trung cao độ trong từng động tác, sự linh hoạt trong tư duy, giúp Minh Khuê phát triển trí tưởng tượng, liên hệ phong phú...

Những hiểu biết khoa học cho tôi thấu đạt điều đáng ngạc nhiên, đó là thực ra, khi trẻ dưới 9 tuổi, là giai đoạn mà trí não thích thú “*tư duy và suy nghĩ sáng tạo*” nhất. Sau lứa tuổi này, con người có xu hướng bảo thủ hơn và thích trả lời những câu hỏi mà bản thân tự tin là mình đúng. Do được thuyết phục vào công bố khoa học này, tôi tin là, nếu rèn luyện cho con gái tập tính thích tư duy và suy nghĩ một mình khi bé Minh Khuê còn nhỏ tuổi, là hoàn toàn phù hợp với quy luật và sẽ đạt hiệu quả tối ưu để bé nâng cao tố chất tư duy của đại não.

Thuở đó, rất nhiều người góp ý với tôi: sao không mua cho Minh Khuê đồ chơi điện tử, gắn nhạc, búp bê váy đẹp. Và không ít ý kiến tỏ ra hoài nghi, cho rằng tôi khát khe với con? Hoặc tôi là kẻ keo kiệt đúng bản chất “dân cá gỗ”, do đó không dám “đầu tư” tiền bạc để mua đồ chơi đắt tiền cho con?

Tuy nhiên, tôi không vì sức ép bên ngoài mà nao núng trong cách thức chọn đồ chơi và hướng dẫn trò chơi cho con gái bé bỏng.

Cũng giống như mệnh đề: âm nhạc cổ điển giúp trẻ thông minh! - thì điều này tôi hiểu là phải tạo điều kiện và hứng thú để trẻ được tiếp xúc, được nghe. Nhưng quan trọng hơn cả, là chúng phải được quan sát, bắt chước, rèn tập, khổ luyện thường xuyên bền bỉ, lâu dài với cây đàn piano, với người thầy giỏi, thì mới có hiệu quả trong kỳ vọng “học để tăng cường tố chất” cho trẻ.

Tương tự, mệnh đề: *Trò chơi công nghệ giúp trẻ thông minh* cũng như thế. Nếu chỉ là sử dụng đồ chơi ứng dụng, thì không giúp gì cho trẻ thông minh đâu, mà ngược lại, đó còn là nguyên nhân cơ bản khiến nhiều trẻ bị rối loạn phát triển, loạn thị và căng thẳng quá mức.

Tôi tin tưởng vững chắc rằng, khi đắm chìm trong trò chơi công nghệ, trẻ bị tước đoạt cơ hội tương tác nhiều hơn với đồng loại, bạn bè, động vật, thiên nhiên... vốn là “*nguyên liệu*” dồi dào và quan trọng tạo nên chỉ số EQ (trí tuệ xúc cảm); và khả năng tương tác kết nối của một cá thể với phần còn lại của xã hội loài người.

Do đó, ngay từ nhỏ, Minh Khuê được mẹ cho chơi với những vật dụng đơn giản, để cô bé phát huy tối đa sức sáng tạo và tưởng tượng của mình.

Lợi dụng hiểu biết khoa học rằng, não bộ con người ở giai đoạn ấu nhi, đồng nhi (dưới 11 tuổi) là chủ về tưởng tượng và sáng tạo, khi hiểu biết của trẻ chưa bị chặn lại bởi những “*giới hạn*” thực tiễn, kinh nghiệm thực tiễn, quy ước cứng nhắc mang tính xã hội; tôi lợi dụng trạng thái chơi mà thực chất là “*tập trung quan sát và tưởng tượng không giới hạn*” vốn là tập tính bẩm sinh sẵn có của trẻ,

tạo mọi cơ hội để Minh Khuê chơi những thứ giúp cô bé tưởng tượng, sáng tạo.

Đây chính là cách thức tôi thực hành “kỷ luật mềm” giúp con gái vừa chơi vừa rèn luyện phẩm chất tập trung làm việc khiến cô bé luôn được sống trong cảm giác “thỏa mãn” trong sự tập trung với việc làm ấy, cảm thấy vui thích với những thành quả sáng tạo “độc nhất vô nhị” của bé mà không cần phải có mẹ hay ai đó ở bên.

Thói quen rèn luyện có chủ đích này, lâu dần thành tập tính nhuần nhuyễn, giúp Minh Khuê nâng cao dần dần *năng lực một mình* trong học tập, sáng tạo, lao động hay vui chơi rất hiệu quả!

Tất nhiên, quá trình *chơi mà học một mình với đồ dùng, đồ chơi thủ công* không hề giống với việc một cô bé hay cậu bé ôm iPad để chơi điện tử. Hơn thế nữa, nó rất khác biệt, chơi một mình với đồ vật cụ thể, giúp trẻ sáng tạo, luyện kỹ năng khéo léo còn chơi iPad chỉ càng khiến trẻ thụ động và khó kết nối với thế giới xung quanh!

“Không có việc gì dễ dàng!”

Không bỏ qua những vấn đề gặp phải dù nhỏ

Câu chuyện về những chiếc răng phải mọc đúng chỗ

Trước ngày thi môn Toán (kỳ thi tốt nghiệp PTTH 2011 - 2014), một người bạn đã điện thoại cho tôi và hỏi han về tình hình của Minh Khuê:

“Bọn chuyên Toán thì kỳ thi tốt nghiệp là “muỗi”. Chắc Minh Khuê đang chơi, rồi đi ngủ sớm...”

Tôi bảo, Minh Khuê đang ngồi xem lại bài và chuẩn bị dụng cụ cần thiết cho môn thi Toán. Nghe tôi nói thế, người bạn lặng đi trong máy một hồi, rồi thốt lên: Con bé hay nhỉ!

Cuộc điện thoại ngắn ngủi, đưa tôi nhớ lại thời gian 14 năm trước.

Một buổi tan trường, tôi đưa Tít (tên gọi ở nhà của Minh Khuê) đi khám răng theo định kỳ. Tại phòng nha khoa dành cho trẻ em, bác sĩ Tiến (một bác sĩ mà Minh Khuê tin cậy - số 2 Nguyễn Du) chỉ định cho cô bé chụp X-quang răng hàm. Sau đó, bác sĩ Tiến nhẹ nhàng giải thích cho tôi thế này: Vì Minh Khuê mắc chứng rối loạn ăn uống kéo dài: nôn trớ không kiểm soát, phải ăn mịn đến năm 6 tuổi, vì van thực quản còn yếu và quá nhạy cảm với đồ ăn thô, khiến răng hàm không làm việc nhiều để nhai, nghiền thức ăn, nên hàm của Minh Khuê phát triển chậm hơn quy luật. Tiên lượng là “răng nhiều hơn hàm” và tương lai, Minh Khuê sẽ sở hữu kiểu “hàm chim” - răng mọc lộn xộn, xô lệch do thiếu hàm, dẫn đến hàm yếu không thể nhai được thức ăn dạng cứng, dễ sâu răng và rất thiếu thẩm mỹ.

Mặt khác, do ít hoạt động nhai, nên răng sữa không “tiêu chân răng” theo đúng thời gian phát triển của trẻ, trong khi đó, răng xương sẽ vẫn cứ mọc theo tuổi lớn, dù răng sữa vẫn chưa chịu rụng, nên viễn cảnh “hàm chim” là không thể tránh khỏi!

Giải pháp tình huống bác sĩ nói rằng, nhiều khả năng, sau khi răng xương mọc đủ, đành phải nhổ bỏ hai răng nanh (răng số 3) để “nắn và căn chỉnh hàm”, khắc phục phần nào viễn cảnh tệ hại của hàm răng xấu xí.

Do đã quen được nghe từ bác sĩ những vấn đề “nan giải” trong việc chăm sóc sức khỏe cho Minh Khuê, nên tôi đủ bình tĩnh để chịu đựng cơn sốc. Dù buồn nhưng dường như tôi thấy tràn đầy hơn cảm giác thương và yêu con gái bé bỏng. Và, tôi đặc biệt ấn tượng với thái độ điềm đạm, am hiểu, nhưng không vô cảm của bác sĩ Tiến.

Chờ bé Minh Khuê về nhà, tối đó, tôi vạch ra một “liệu trình thay răng” cho con gái. Tôi tìm đọc tài liệu, sơ đồ răng sữa, thứ tự thay răng sữa mà bác sĩ Tiến đưa cho và cùng con chuẩn bị tinh thần “trường kỳ chinh chiến” với hàm răng của con gái, lòng quả quyết tự nhủ: “Minh không thể, không bao giờ chấp nhận một bộ hàm chim xấu xí đối với con gái yêu!”

Tôi tự lên tinh thần với phương châm: thăm khám lợi cho con thường xuyên để “đón” răng xương nhú trắng lợi là đưa con đến bác sĩ Tiến để nhổ chủ động răng sữa, giúp răng xương mọc ngay ngắn nhất có thể!

Cũng bắt đầu từ tối đó, cuộc đời tôi, có thêm một dự án quan trọng, đó là: “Những chiếc răng phải mọc đúng chỗ!”

Hàng tối, tôi hướng dẫn và nhắc nhở Minh Khuê kiên trì đeo hàm nhựa nắn hàm vài tiếng/ ngày. Công việc của Minh Khuê là đeo hàm khi bắt đầu lên giường ngủ và cô bé ngậm ngù luôn. Nhiều đêm, cô bé nhè ra, nhưng dù thế thì ngày nào công việc chỉnh hàm ít nhất cũng tiến hành được một vài tiếng rồi!

Tôi kiên trì động viên con, theo phương châm “tích gió thành bão con nhé!”. Mỗi ngày, tuy được ít thời gian hơn quy định, nhưng ngày nào cũng kiên trì thực hành đeo thì thành nhiều, thành kỷ luật.

Cứ thế, dần dà, Minh Khuê tự biết soi gương, tự khám lợi và nếu thấy chỗ nào lợi trắng trắng là báo với mẹ ngay: “Một chú răng xương sắp mọc rồi mẹ Âu oi!”, và hôm đó, hai mẹ con lại hẹn lịch với bác sĩ, chủ động nhổ răng sữa, chủ động “dọn” chỗ cho răng xương mọc!

Đến một chiều cuối xuân, tôi nhớ khi ấy, Tít đang vào cuối năm học lớp 5 (2007), hai mẹ con lại xếp lịch đi khám răng. Sau khi khám hàm và răng cho Minh Khuê xong, bác sĩ Tiến mỉm cười, nói nhẹ nhàng: “Xong rồi!” Tôi hỏi: “Xong là sao ạ?”

Bác sĩ cười vui hơn: “Minh Khuê thay răng xong rồi!”

Tôi mừng phát khóc! Chúc mừng con gái sở hữu bộ hàm cân đối, do chuyên cần nắn chỉnh khi hàm còn non, dễ nắn. Từ bây giờ, con đã được tự hào với bộ răng xương hoàn hảo do chủ động nhổ răng sữa đúng thời điểm, giúp răng xương mọc đúng tư thế, khỏe mạnh và thẩm mỹ!

Như vậy là, liệu trình thay răng dài lâu mà hai mẹ con vạch ra, từ khi Tít hơn 4 tuổi, đến giờ đã hoàn tất tốt đẹp!

Tuyệt vời hơn, khi chủ động đối diện với vấn đề từ rất sớm, không lạc quan tếu, không né tránh, tuân theo quan điểm khoa học: “Những khiếm khuyết ở trẻ, nếu được nắn chỉnh từ sớm, kiên trì, khoa học sẽ mang lại hiệu quả tốt đẹp mỹ mãn”, nên hàm của Minh Khuê cũng được điều chỉnh theo thời gian, đủ chỗ cho mọi chiếc răng mọc lên, mà không phải nhổ bỏ chiếc răng xương nào do tình trạng thiếu hàm!

Khi nghe bác sĩ thông báo, hai mẹ con reo lên sung sướng. Có lẽ, nhiều người xung quanh có mặt lúc đó, không thấu hiểu được niềm vui sướng ấy, vì không phải ai cũng đối diện với vấn đề về thay răng như Minh Khuê! Hoặc vì có vấn đề giống Minh Khuê nhưng cách nhìn nhận vấn đề của bố mẹ không giống tôi, họ thường bỏ qua không quan tâm với cách nghĩ sẵn có “sau này lớn nếu thấy cần thì chỉnh sửa sau!”, v.v...

Bác sĩ Tiến thì rất hiểu vì ông là người chứng kiến cả quá trình nỗ lực, bền bỉ của Tít và tôi với quyết tâm để những chiếc răng mọc đúng chỗ, vì thế, ông chung vui điều này!

Trên đường từ phòng nha khoa trở về, hai mẹ con tôi tự thưởng cho nhau một bữa bánh ngọt sữa chua tại một tiệm bánh ngọt nổi tiếng ở Cửa Nam. Chúng tôi vừa thưởng thức từng miếng bánh nhân táo ngon tuyệt, vừa chuyện trò thú vị:

- Quả đúng là mẹ nói không sai, chẳng có bữa trưa nào miễn phí, bánh táo cũng không miễn phí, nhưng hôm nay con thấy rất ngon!

Tôi đùa:

- Tại vì có hàm răng chuẩn rồi nên ăn thấy ngon, hả Tít?

- Không hẳn thế, bà Hải Âu ạ - Tít nói khôì hài - Điều sung sướng là cảm giác tự do mẹ ạ! Sau nhiều năm “trường kỳ chinh chiến” cùng răng và hàm, giờ con được tự do với nó. Ai đó có thể dễ dàng có hàm răng đẹp, nhưng với con, thành quả này rất đáng ăn mừng. Cảm ơn mẹ yêu!

Tôi lặng đi, có hương vị của sự xúc động trong miếng bánh táo hôm đó! Tôi cười ngoác miệng để che đi những giọt nước mắt có thể trào ra vì sung sướng. Sự sung sướng không chỉ vì kết quả cuối cùng là con gái đã có một hàm răng đẹp sau 5 năm theo đuổi dự án thay răng chủ động, mà nhiều hơn thế, tôi xúc động vì nhận thấy sự trưởng thành trong tư duy của con gái. Tôi nói:

- À, tớ có thể tặng một câu danh ngôn để cậu bổ sung thêm vào ngân hàng ngôn ngữ nhé: “Tự do là cảm giác tuyệt vời từ thành quả của nỗ lực vượt lên giới hạn bản thân”.

Từ hôm đó, theo cách nói của Tít, bạn ấy được “tự do” với hàm răng. Minh Khuê không còn lo lắng về nó, không còn mất thời gian, tiền bạc và chịu đau đớn lâu dài để “niềng” sau khi răng xương đã thay hoàn thành, để thụ động sửa chữa bộ hàm răng xương mọc lộn xộn!

Thật đúng như mẹ tôi vẫn dạy: Đẳng nào cũng phải làm, cho nên hãy làm khi mặt trời mới mọc thì sẽ được nghỉ trưa khi nắng chói gắt!

Tôi kể câu chuyện “dự án những chiếc răng mọc đúng chỗ” của Minh Khuê và sự kiên trì, nghiêm cẩn theo đuổi liệu trình thay răng chủ động trong hơn 5 năm, là một ví dụ sinh động, khá điển hình cho triết lý sống và huấn luyện con mà tôi theo đuổi, đó là: *Không có việc gì là dễ dàng - không xem nhẹ và bỏ qua những vấn đề gặp phải.*

Tôi không có thái độ dễ dãi trước cuộc sống. Ngược lại, tôi dạy Minh Khuê luôn nghiêm cẩn nhìn nhận vấn đề của bản thân, không né tránh, không bi quan, không lạc quan tếu, mà đánh giá trên thực tế, bình tâm tìm kiếm giải pháp để tháo gỡ, rồi bền bỉ thực hiện giải pháp đến cùng, không nản chí!

Vú giả, bím và xe đẩy - thủ phạm của nhiều chứng tật khó sửa ở trẻ!

Cho con bú luôn là một nghi lễ, một “tôn giáo lớn” khiến người mẹ đạt tới cảnh giới hoan hỉ tuyệt diệu

Hoạt động cho con bú có giá trị kéo dài lâu hơn mỗi gắn kết mẫu tử sau khi cuống nhau đã rụng. Khi đưa trẻ ra đời, trong phản ứng thần kinh não bộ của chúng, xuất hiện những dấu hiệu và tiết ra loại sinh hóa báo động tình trạng mất an toàn do đã bị cắt lia sợi nhau thai của người mẹ.

Như vậy, ngay khi sơ sinh, nữ nhi đã rơi vào não trạng căng thẳng tiềm thức của bản năng sinh tồn!

Nếu phản ứng căng thẳng diễn ra triền miên, cơ chế sinh tồn sẽ kìm hãm sự phát triển, kìm hãm việc sử dụng năng lượng và tăng trưởng ở trẻ, để “đối phó” cảm giác bất an, hậu quả trước mắt làm giảm năng lực đề kháng của hệ miễn dịch, giảm trương lực.

Đặc biệt nghiêm trọng, nếu căng thẳng triền miên sẽ là một trong những nguyên nhân hình thành tính cách sợ hãi ở trẻ, yếu đuối của cá nhân lâu dài về sau.

Những nghiên cứu khoa học đã chứng minh rõ ràng và một chỉ dẫn rất nhân ái, đó là khi đưa trẻ lọt lòng, người mẹ nên cho con bú sớm nhất có thể, để báo hiệu cho đứa trẻ sự kết nối chủ động của người mẹ. Khi cho con bú, bầu sữa mềm mại, ấm áp và ánh mắt người mẹ dịu dàng thân thương chính là tín hiệu an toàn tuyệt đối truyền tới đứa trẻ, có tác dụng giảm ngay lập tức tình trạng căng thẳng tiềm thức.

Dù có nhiều sữa hay không, đối với tôi, hoạt động cho con bú luôn là một nghi lễ, một “tôn giáo lớn” không gì thay thế. Tôi thấu hiểu sâu sắc rằng, dinh dưỡng vật chất để nuôi lớn cơ thể bé có thể thay thế bằng nhiều loại thức ăn ngoài, nhưng “dinh dưỡng tình yêu” để “nuôi dưỡng” hệ thần kinh trung ương, não bộ non nớt của bé thì không có gì có thể thay thế được bầu sữa đầy cảm xúc và ân cần của người mẹ.

Khi cho con bú, tôi bế con với tư thế để ngực bé áp vào ngực mình, giúp cho bé lắng nghe nhịp tim của mẹ, trong khi mọi cảm xúc và tâm hồn tôi hướng đến con, nhịp đập trái tim tôi bình an và tôi hoàn toàn tin rằng nhịp đập ấy luôn truyền tới cho bé cảm giác bình an trọn vẹn.

Khi được ngậm bầu sữa mẹ, đôi môi nhũ nhi là khu vực thần kinh nhạy cảm, sẽ truyền dẫn về trung ương thần kinh cảm giác an tâm, thoải mái, mãn nguyện, điều này giúp cho toàn bộ cơ thể trẻ được thư giãn, lắng dịu, không căng thẳng. Khi cho con bú, cũng là khi tôi nhìn vào mắt con, nói chuyện mím cười; với nỗ lực kết nối, thức tỉnh cơ quan thần kinh trung ương của trẻ nhạy cảm hơn và nhanh chóng thoát khỏi giai đoạn lan man.

Hiện nay đang dấy lên trong xã hội phong trào “nuôi con bằng sữa mẹ” và được rất nhiều bà mẹ trẻ ủng hộ.

Tuy nhiên, cách hiểu và cách thực hiện lại nửa vời, máy móc và thiếu sự hiểu biết toàn vẹn.

Theo phong trào này, việc cho con ăn bằng sữa mẹ là rất tuyệt vời với những giá trị vượt trội về dinh dưỡng, chất kháng thể mà không loại thức ăn ngoài nào có thể sánh kịp. Do đó, những bà mẹ bị thuyết phục bằng mọi giá phải cho con ăn bằng sữa mẹ. Để đạt được điều này, họ được truyền thông, người tư vấn hay đơn giản là truyền khẩu cho nhau một gợi ý: phải dùng thuốc kích sữa, phải dùng dụng cụ hút sữa định kỳ theo giờ. Tôi cứ hình dung tương tự như cách người ta vắt sữa bò, rồi đem những chai sữa đã hút ra khỏi bầu vú mẹ, cấp lạnh trong tủ lạnh. Định kỳ đến giờ, người giúp việc sẽ mang từng chai ra làm ấm, rồi cho bé bú bằng vú giả!

Điều mà những người mẹ trẻ đang thực hành cũng tương tự như việc một người ngồi trong bồn nước pha với muối biển, rồi chú mắt vào một bức tranh bãi biển đẹp nên thơ để tự ám thị rằng, bản thân đang được đắm mình trong làn nước biển mát rượi! Thật vọng tưởng và đáng tiếc thay!

Để thay đổi nhận thức và xóa bỏ sự hiểu mơ hồ, tôi cho rằng, đơn giản chỉ cần thay đổi vài từ trong slogan: “Nuôi con bằng sữa mẹ” thành “Hãy cho bé được bú bầu sữa mẹ yêu!” thì sự thế sẽ dễ hiểu nhưng sâu sắc, chân thực và không bị đánh tráo ý nghĩa!

Hiệu quả của việc cho con bú mẹ, ngậm bầu sữa mẹ là vô cùng tuyệt vời, khó thể đo đếm hết. Thực tế, khy sinh ra, Minh Khuê chỉ đạt 2,7 kg cân nặng, sau 7 ngày tiêm kháng sinh để ngăn chặn hậu quả có thể vì tràn dịch phổi sau ca sinh khó, nên khi xuất viện, bé chỉ còn 2,5 kg.

Tuy nhiên, do tôi kiên định nuôi con bằng sữa mẹ và mặc dù điều ấy khiến sự tăng cân của bé chỉ đạt 0,5 - 0,6 kg/ tháng, không “*ấn tượng*” như các bé được nuôi bằng sữa công thức (tăng từ 1 - 1,5 kg/ tháng trong năm đầu đời), nhưng sự tăng tiến của Minh Khuê luôn ổn định, không trời sập. Đặc biệt, bé rất vui vẻ, không khóc quấy, thể hiện bé rất hài lòng. Do bé rất hay cười nên tôi thường gọi Minh Khuê bằng cái tên thân thương là Tít.

Tuy nhiên, khi Tít đầy năm, tôi đã có một thời gian bị dao động. Do căng thẳng với cuộc mưu sinh, lại tự mình muốn làm mọi việc chăm sóc cô con gái nhỏ, cuộc sống gia đình rạn vỡ, nên tôi có dấu hiệu mất sữa. Tôi nghĩ, hay là cai sữa cho Minh Khuê để bé ăn được nhiều hơn như lời khuyên của nhiều người.

Và tôi đã thực hiện cai sữa cho bé. Đây thực sự là những ngày nặng nề mà tôi đã trải qua, nó khiến tôi càng lâm vào trạng thái căng thẳng. Tôi cảm thấy mắc lỗi với con gái, thương con và cả những mâu thuẫn về quan điểm cho bé bú đến khi bé tự dứt bú hay là cai sữa sớm để bé ăn được nhiều hơn?

Tôi kiên nhẫn quan sát và nhận thấy những thay đổi rất nhanh trong tâm lý con gái nhỏ của mình. Từ là một bé nhũ nhi vui vẻ,

suốt ngày cười toe toét chỉ sau ba ngày cai sữa mẹ, bé có biểu hiện bám mẹ, khóc mếu vô cớ, dễ tủi thân. Hơn nữa, từ chỗ bé đã có thói quen đái ị khi có phản xạ xi, đứng giờ, hoặc biết thông báo khi có nhu cầu đái ị thì bỗng những năng lực kiểm soát thần kinh này bị rối loạn, với biểu hiện đái dầm, ị đùn.

Nhận ra dấu hiệu bất an tâm lý dẫn đến những nhiễu loạn của hệ thần kinh trung ương, sau ba ngày bé bị mẹ dứt vú, khiến tôi hồi thức, coi trải nghiệm ba ngày đó là minh chứng sinh động để thêm lần khẳng định sự cần thiết vi diệu trong việc tôi dành thời gian cho con được bú mẹ.

Do được nuôi bằng bầu sữa mẹ lâu dài, không cai sữa, (vì là bé gái, Minh Khuê được bú mẹ đến hơn 6 tuổi), nên dù bé tăng cân không “ngoạn mục” như nhiều bé cùng lứa tuổi, nhưng sự tăng tiến vững chắc không trời sụt, theo đúng biểu đồ tăng trưởng của trẻ em.

Quan trọng hơn, ngay từ giai đoạn nhũ nhi và ấu nhi, Minh Khuê đã luôn là một đứa trẻ rất hài hòa, vui vẻ, cân bằng, không quấy khóc, không ăn vạ.

Những khi cho con bú, là khi tôi kết nối toàn vẹn với bé, truyền cho con gái nhịp đập yêu thương của trái tim người mẹ, giúp bé có cảm giác bình yên, loại trừ mọi khả năng gây sang chấn tâm lý, căng thẳng tiềm thức của bản năng sinh tồn, đồng thời giúp não bộ của bé được trong tiến trình hoàn thiện một cách hoàn hảo, đảm bảo để tương lai bé sở hữu một não bộ và hệ thần kinh trung ương cân phương vững vàng, khỏe mạnh.

Vú giả: Tác nhân gây chậm nói, căng thẳng tâm lý ở trẻ!

Ngược lại, khoa học và thực tế đã chứng minh rằng, những trẻ ít được kết nối với mẹ thông qua hoạt động cho con bú, bế ẵm nâng niu, được mẹ ngắm nhìn âu yếm và vuốt ve, cùng âm thanh tiếng mẹ dịu dàng, biểu cảm ngay khi đứa trẻ còn giai đoạn nhũ nhi, thường có xu hướng căng thẳng, khó giải bày cảm xúc, gặp khó khăn trong cảm xúc và khó hòa nhập hơn trong suốt quá trình lớn sau này!

Một đứa trẻ được bú mẹ, ngậm bầu vú mẹ thỏa mãn, nó sẽ không có nhu cầu mút tay hay mút bất cứ vật gì nó túm được - đây là biểu hiện “thèm được kết nối với mẹ để được bình an tâm lý” nhưng đã bị người lớn nhằm tưởng “chúng thích mút bất cứ thứ gì” và dùng giải pháp thay thế là mua cho con vú giả để trẻ ngậm thoải mái.

Việc ngậm vú giả không thể đem lại sự thỏa mãn của tâm lý bình an mà nữ nhi khao khát, nên lâu dần, chúng mắc chứng “nghiện vú giả” - biểu hiện rất không tự nhiên của nữ nhi.

Bạn hãy hình dung thế này, trong quá trình sống, cơ thể chúng ta tiết ra những chất sinh hóa nhằm tạo hưng phấn, sáng khoái. Tuy nhiên, ở những người nghiện như: rượu, thuốc lá, cần sa, ma túy, v.v..., được gọi chung là nghiện các chất hướng thần. Do họ đưa vào cơ thể thường xuyên các chất sinh hóa hướng thần từ bên ngoài vào, lâu dần, khiến cơ thể phụ thuộc, mất khả năng tự điều chỉnh nội sinh của cơ thể, mất cân bằng trầm trọng, nên lại càng lệ thuộc bên ngoài và luôn luôn thèm khát.

Nghiện và thèm khát và nghiện - vòng luẩn quẩn thật bế tắc! Chúng nghiện ngậm vú giả ở trẻ nữ nhi cũng không khác điều trên là mấy. Có chăng, nó chỉ vì trẻ không thể tự nói ra tình trạng thèm (bú mẹ) mà không được thỏa mãn *dẫn đến* nghiện vú giả *dẫn đến* càng khao khát bầu vú mẹ *dẫn đến* ngậm vú giả nhiều hơn, thường xuyên hơn, lệ thuộc vú giả hơn, v.v..., cứ thế mãi.

Một tập quán lâu nay ở nhiều bà mẹ khi chăm sóc trẻ nữ nhi nói riêng, và trẻ nhỏ nói chung, thường chỉ chú tâm vào đáp ứng hoàn hảo bản năng sinh tồn của trẻ (ăn, ngủ, ị). Điều này thật tốt, nhưng đó chưa phải là hoàn hảo cho đứa trẻ.

Tôi tin rằng, điều quan trọng không hề kém, đó là chăm sóc quá trình hoàn thiện của não bộ và hệ thần kinh của trẻ. Ở lúc này lúc khác, một cách tinh vi, nhiều nữ nhi đã bị chăm sóc sai, ảnh hưởng không tốt đến quá trình hoàn thiện và hoàn tất vững chãi não bộ và hệ thần kinh, rất lãng phí và rất đáng tiếc.

Khi trẻ phản ứng để đảm bảo bản năng sinh tồn, kiểu như: đói => khóc; nóng, lạnh => khóc; đau đớn, bẩn, ướt => khóc, la hét, phản ứng quấy đạp, v.v..., do đó trẻ sẽ được cha mẹ đáp ứng hoặc giúp đỡ ngay lập tức.

Trong khi đó, tác động của sự giáo dục lên quá trình hoàn thiện não bộ và hệ thần kinh của trẻ không bộc lộ rõ rệt và tức thời như thế. Những biểu hiện của sự căng thẳng thần kinh ở trẻ nhũ nhi, sự bất an, lo âu triền miên không dễ nhận thấy, đôi khi bị nhầm tưởng là trẻ ngoan, một phần do trẻ chưa có ngôn ngữ để giải bày, nhưng phần lớn là do sự thiếu hiểu biết khoa học và sâu sát của người mẹ, nên nhũ nhi không nhận được đầy đủ nhu cầu yêu thương, nhu cầu kết nối với người mẹ. Cho đến khi bác sỹ kết luận đứa trẻ mắc bệnh thực sự, như rối loạn phát triển hay tăng động, trầm cảm, v.v..., thì dường như tình trạng đã khá nghiêm trọng.

Đương nhiên, số trẻ chuyển thành biểu hiện bệnh lý rõ ràng như thế thường có tỷ lệ nhỏ, lại được bao biện bằng một số “yếu tố” đương nhiên có tính bẩm sinh gen hay di truyền, do đó “thủ phạm” gây nên những thiếu hụt chất “dinh dưỡng tình yêu” để “nuôi dưỡng” hệ thần kinh trung ương, não bộ non nớt của bé, sẽ không bao giờ bị “bắt quả tang” và “quy trách nhiệm”, dù cho sự thiếu hụt ấy là nguyên nhân gây nên những tình trạng yếu đuối nhân cách, cảm giác kém tự tôn, chỉ số trí tuệ xúc cảm, trí tuệ xã hội thấp kém ở nhiều người khi vào tuổi thành niên!

Bạn muốn con bạn trưởng thành lành mạnh, khỏe khoắn, vững chãi, có phẩm chất cốt lõi, thì ngay trong giai đoạn nhũ nhi, hãy chú trọng sự giáo dục lên quá trình hoàn thiện não bộ và hệ thần kinh của trẻ! Hãy chú trọng đến “dinh dưỡng tình yêu” dành cho não bộ và thần kinh của trẻ một cách có hiểu biết và kiên trì.

Một cá thể bị di truyền bẩm sinh sẽ dẫn tới việc câm. Mù sẽ làm rối loạn khả năng ngôn ngữ. Hồng khứu giác sẽ làm rối loạn chức năng vị giác, v.v... Thế nghĩa là năm giác quan tương hỗ, tương tác lẫn nhau đều do não bộ điều khiển, ngược trở lại, năm giác quan đó

đều có tác dụng thúc đẩy não bộ của trẻ hoàn thiện hoàn hảo, là điều quá rõ ràng!

Vì lẽ tự nhiên đó, lẽ ra, miệng và môi của trẻ phải được tự do hoạt động, cử động - một trong những giác quan quan trọng tương hỗ những giác quan khác trong quá trình giúp trẻ hòa nhập với thế giới bên ngoài! Lẽ ra, cái miệng xinh xinh của nhũ nhi phải được cười, khóc, mếu, phun mưa, la hét, bi bô, cáu kỉnh... là cách nó biểu đạt thái độ hài lòng hay không với cuộc sống, thì ngược lại, cái miệng ấy bị khóa chặt bằng chiếc núm vú nhựa vô cảm! Đương nhiên, hệ lụy là mất mũi, tay chân bé cũng đờ đẫn, bảo làm sao não bộ phát triển hoàn thiện, hoàn hảo cho được! Thật lãng phí vô cùng.

Dường như, nắm bắt được nhu cầu “cấp bách” không thể thiếu của các bà mẹ nuôi nhũ nhi, “bà mẹ thị trường” đã sáng chế ra chiếc vú giả.

Sản phẩm này xuất hiện đầu tiên ở Âu - Mỹ. Nhiều tài liệu khoa học đã cảnh báo về tác hại lâu dài lên nhũ nhi của chiếc núm vú giả rất thuyết phục.

Bản thân tôi rất “khó chịu” với chiếc núm vú giả và chưa bao giờ dùng cho con. Lý do: tôi nhận thức rằng, núm vú giả là sản phẩm công nghiệp sản xuất bằng chất dẻo hóa học, không có chút cảm xúc nào, không có yêu thương nào trong đó, do vậy, dùng núm vú giả cho nhũ nhi ngậm thay cho hành động cho bé ngậm bầu sữa mẹ là việc làm lừa dối trẻ bằng thứ tình mẫu tử vờ!

Và, tôi đã bị thuyết phục bởi những luận chứng sau:

- Vú giả không có tác dụng an tâm hài hòa cho tâm lý trẻ như khi trẻ được ngậm bầu vú mẹ.

- Vú giả là hóa chất tổng hợp, có khả năng hòa tan trong dung dịch nước bọt và phản ứng sinh hóa, nhũ nhi nuốt nước bọt đồng thời nuốt cả những chất độc hại vào cơ thể tiềm ẩn những nguy cơ khó lường về sức khỏe trong thời gian trước mắt và lâu dài.

- Nhũ nhi ngậm vú giả liên tục, khiến cho lưỡi luôn trong tình trạng bị đè xuống, lâu dần thành tật, cộng hưởng với việc bị hạn chế

la hét, cử động, mấp máy của đôi môi, hàm và lưỡi do luôn ngậm vú giả, dẫn đến nguy cơ nhũ nhi chậm phát âm, chậm nói và gặp khó khăn để nói lưu loát, ảnh hưởng đến năng lực ngôn ngữ, năng lực tư duy của đứa trẻ suốt thời gian sau này! Thật tác hại khôn lường và lãng phí!

Trong giai đoạn nhũ nhi, tôi cũng không quấn chặt đứa trẻ của mình như thông thường, được mọi người giải thích với lý do quen nghe, là để chúng không cào mặt và không giập mình. Ngược lại, tôi để nhũ nhi được vùng vẫy thoải mái, quấy đạp thoải mái vì điều đó giúp ích cho thần kinh ngoại biên, thần kinh ở đầu các ngón tay, ngón chân, thần kinh lòng bàn tay, bàn chân của bé được kích hoạt, được hoạt động tích cực sớm, thúc đẩy sự nhạy cảm, nhạy bén của hệ thần kinh đứa trẻ sớm thuần thục, vững chãi.

Tóm lại, tôi luôn dành ưu tiên và kiên trì chăm sóc nhũ nhi trên một tiến trình dồi dào những tình huống có giá trị thúc đẩy, hoàn chỉnh hệ thần kinh khỏe mạnh, sự hoàn thiện hoàn hảo của não bộ, do đó tôi không trầm trọng hóa những rắc rối nhỏ như: những vết bé tự cào trên mặt, hay tôi phải bận rộn để nhớ cũ xi nhũ nhi đá i, phải quan sát và lắng nghe nhũ nhi để cho bé bú!

Để bổ sung thêm những liệu pháp giúp nhũ nhi phát triển hoàn thiện hệ thần kinh và não bộ, thì việc khởi động sự nhạy cảm của xúc giác, khứu giác cũng được tôi lưu tâm. Tôi dùng đôi bàn tay đầy tình cảm của mình xoa nắn đều đặn, toàn thân cho nhũ nhi, mỗi lần từ 15 - 20 phút, nhẹ nhàng thư giãn; vừa xoa vừa trò chuyện với nhũ nhi, thật là quãng thời gian vui vẻ trong ngày của tôi và nhũ nhi. Việc làm này tôi thực hành thường xuyên, giúp cơ quan xúc giác, nhạy cảm da của bé yêu được tiếp xúc với lòng bàn tay yêu thương của mẹ, giải phóng những năng lượng căng thẳng tích tụ dưới da, giúp nhũ nhi thoải mái, vui vẻ, không căng thẳng và luôn hài hòa.

Bim là thủ phạm của nhiều tật xấu ở trẻ, rất khó sửa về sau

Bim là một trong những nguyên nhân hàng đầu gây nên tình trạng vô sinh ở nam giới thành niên

Hạn chế tối đa việc sử dụng bim cho trẻ (trừ trường hợp đặc biệt như đi chơi ở nơi công cộng)

Thời tôi bắt đầu nuôi nhũ nhi (1996) “bà mẹ thị trường” đã nhanh chóng đưa vào thị trường Việt Nam những mặt hàng bim nhập khẩu với lời quảng cáo “*Êm ái như tình thương của mẹ!*”. Tôi không bị phỉnh phờ và lạc lối vì điều đó. Sau một tuần quan sát, tôi đã thuộc nằm lòng quy luật đáí ị của cô con gái bé bỏng và kiên trì xi nhũ nhi đáí ị theo giờ sinh học của cơ thể bé, bằng cách đặt đồng hồ sớm hơn từ 3 - 5 phút.

Đêm cũng như ngày, tôi kiên trì thực hiện việc làm này. Đến ba tháng, nhũ nhi đã thuần thục với việc đáí ị có phản xạ, có tiếng mẹ xi. Do đó, dù đang trong giai đoạn nuôi nhũ nhi, nhưng nhà cửa luôn sạch sẽ, thơm tho, không hôi tanh. Quan trọng hơn, nhũ nhi luôn được trong tình trạng chăm sóc tốt, thoải mái, không phải đeo bim, không quấy khóc vô cớ.

Một dấu hiệu dễ nhầm lẫn khi trẻ khóc, bám mẹ vô cớ, thực chất là nỗ lực của nhũ nhi muốn báo hiệu cơ thể nó đang khó chịu, bứt rứt vì bim ướt, bẩn gây ngứa. Sự quấy khóc của nhũ nhi, có thể là một báo động nghiêm trọng hơn, đó là tình trạng vi khuẩn, độc tố trong chất thải chứa trong bim lưu cữu thời gian khá lâu mà chưa thay bỏ, ngấm qua làn da mỏng manh, non nớt của nhũ nhi, gây nên tình trạng ngộ độc chất thải, v.v... Những dấu hiệu này, thường bị bỏ qua vì cho rằng, trẻ khóc đòi chỉ vì bện hơi mẹ!

Bạn phải hiểu rằng, sử dụng bim cho nhũ nhi làm người lớn được cảm thấy tự do, thoải mái, chứ nhũ nhi không thoải mái đâu!

Nếu bạn chưa được thuyết phục, hãy thực nghiệm việc này trên chính cơ thể bạn, khi bạn đóng một chiếc bim và xả chất thải vào đó, chứa trong đó suốt 4 giờ đồng hồ (như chỉ dẫn của nhà sản xuất). Sau thực nghiệm, những người đã làm việc này khi tôi gọi ý,

chỉ chịu đựng bằng 1/6 thời gian trên, họ đã nói rằng: thật sự thấy có lỗi nếu dùng bím thường xuyên cho đứa trẻ, chúng xứng đáng được yêu thương và nâng niu nhiều hơn là sử dụng những chiếc bím tiện dụng dễ dãi cho cha mẹ!

Do không bị lệ thuộc vào bím, kiên trì hướng dẫn con biết thông báo khi có nhu cầu ị đái. Khi trẻ bước sang tháng thứ 5 sau sinh, việc này có tác dụng huấn luyện đứa trẻ biết theo dõi và lắng nghe cơ thể, biết tìm thấy quy luật của chính cơ thể mình và kiểm soát rồi đưa những hoạt động bản năng đó đi vào nề nếp, tự kiểm soát.

Việc đái ị của đứa trẻ có liên quan mật thiết đến sự thuần thục của hệ điều hành thần kinh trung ương, sự rèn luyện thuần thục của não bộ. Do đó, đương nhiên, việc giúp trẻ có được nề nếp trong các hoạt động bản năng ấy là thể hiện bước trưởng thành đáng mừng của năng lực kiểm soát, phản ánh tình trạng khỏe mạnh của thần kinh trung ương; não bộ cũng dần thuần thục thói quen kiểm soát, điều hành các hoạt động của thân thể.

Tiếc thay, chỉ vì mong muốn công việc làm mẹ trở nên dễ dàng, thoải mái, nhiều đứa trẻ đã bị đánh mất quãng thời gian quý giá để thuần thục những năng lực cơ sở của hệ thần kinh và não bộ. Thật tiếc vì sự lãng phí lớn lao này!

Bước vào 4 tuổi, trước khi được mẹ cho đi mẫu giáo, con gái bé nhỏ của tôi đã ổn định giờ ngồi bô vào 18h hàng ngày, chủ động tại nhà, điều độ, kiểm soát, nên khi bé tham gia vào lớp học - mô hình xã hội có quy chế đầu tiên của bé - tất cả mọi việc diễn ra rất thoải mái, bé vui vẻ vì được các cô bảo mẫu yêu mến do không bao giờ ị đái mất kiểm soát trong lớp!

Những tài liệu nghiên cứu khoa học đã thuyết phục tôi, như sau:

♥ Sử dụng bím thường xuyên sẽ làm cho tinh hoàn bé trai bị ảnh hưởng xấu. Lý do: tinh hoàn là bộ phận được cấu tạo bên ngoài để đảm bảo luôn đạt nhiệt độ thấp hơn thân nhiệt cơ thể 2°C (35°C) vì tinh trùng chỉ sống và khỏe mạnh ở nhiệt độ ấy. Do đó, khi đeo bím cho bé trai thường xuyên, vô tình, cha mẹ làm cho bộ phận này

luôn bị ủ nóng thậm chí nhiệt độ tăng cao hơn thân nhiệt (37°C). Lâu dài và liên tục dùng bím, khiến tinh hoàn trẻ mất tính năng sinh lý vốn có của nó, dẫn tới giảm khả năng hoặc mất hết khả năng sản xuất tinh trùng khi trẻ trai đến tuổi dậy thì và thành niên.

Tại Âu - Mỹ, thực trạng nhiều thanh niên khỏe mạnh vô sinh không căn nguyên được xác định do loãng tinh trùng, hiểu đại cương là chức năng làm việc của tinh hoàn bị suy giảm. Điều này, đã chỉ dẫn các nhà khoa học lần ra một trong những nghi can chính, đó là chiếc bím đa năng của “Người mẹ thị trường” lấu cá và luôn mon tron những người mẹ “cả tin” bằng chiêu bài quảng cáo “Êm ái như tình thương của mẹ!”.

Với trẻ gái, sử dụng bím dẫn đến tình trạng nhiều bé bị mắc bệnh phụ khoa ngay khi còn nhũ nhi - ấu nhi. Lý do, vì bím trở thành túi chứa đầy chất thải, được ủ nóng, thúc đẩy vi sinh vi khuẩn trong chất thải phát triển mạnh, có cơ hội tốt để phát triển nhanh và xâm nhập trở lại cơ thể bé theo đường hậu môn, cơ quan sinh dục và bề mặt làn da non nớt.

Mặt khác, dùng bím nhiều, khiến xương đùi của nhũ nhi có xu hướng bị uốn cong, thiếu thẩm mỹ khi trẻ lớn lên.

♥ Sử dụng bím thường xuyên, khiến trẻ bị tước đoạt quyền được mẹ huấn luyện những phản xạ có điều kiện như ị đái đúng nơi (bô, bồn cầu); đúng thời gian trong ngày, hợp với quy luật của trẻ.

Lâu dần, sự lệ thuộc vào bím, khiến trẻ trở nên không tự kiểm soát được những bản năng cơ sở. Thực tế, nhiều trẻ 4 - 5 tuổi vẫn ị đái không kiểm soát khi đeo bím; những trẻ này cũng dứt khoát không chịu ngồi bô, ngồi bồn cầu, mà chỉ ị đái khi “có phản xạ đeo bím”.

Mọi hành vi bản năng cơ sở của đứa trẻ diễn ra nhưng thiếu năng lực kiểm soát *dẫn đến* đứa trẻ phải gánh chịu những áp lực về thái độ kỳ thị, phán xét, bị chê trách *dẫn đến* tình trạng đứa trẻ lâm vào bối rối, thiếu tự tôn, thiếu tự tin *dẫn đến* đứa trẻ hoặc trở nên lậm lì thu mình tự kỷ, hoặc phá phách tăng động khó kiểm soát!

🍏 TÌNH HUỐNG

Một cậu bé 5 tuổi đến chơi và Minh Khuê phải luôn đi cạnh để canh chừng cậu bé ấy, vì đứa trẻ luôn dùng que, gậy quật và gõ vào mọi thứ xung quanh một cách bất thường, trong khi, người mẹ của cậu bé tỏ ra bất lực không thể dùng dứt hành vi thiếu kiểm soát của con trai mình.

Hỏi ra, tôi được biết bác sỹ tư vấn nhắc nhở bố mẹ cậu về những biểu hiện của chứng tăng động ở cậu bé.

Đang chạy nhảy bất thường, la hét không có khả năng tự kiểm soát, dù người lớn nhắc nhở hay mệnh lệnh: “Hãy dừng ngay trò đó!” nhiều lần, thỉnh thoảng, cậu bé lại dùng sưng, nghệt mặt, rùng mình. Và cô bảo mẫu giải thích với tôi rằng, đây là lúc cậu bé đang đá hoặc ị vào bím đeo trong quần.

Cô bảo mẫu ra sức thanh minh rằng, dù cậu bé sắp bước vào lớp 1, vẫn không tài nào đưa cậu vào kỷ luật, ị đá đúng nơi, đúng chỗ vì cậu bé ấy đã quen ị đá thất thường, bất cứ lúc nào vào trong bím, chỉ khi đeo bím mới có phản xạ!

Một cậu bé nữa, tầm tuổi Minh Khuê, cha mẹ cậu bé có trình độ học vấn cao (trên thạc sỹ/tiến sỹ), có thu nhập rất “khủng”. Bé sinh ra nặng trên 4,5 kg và được chăm sóc rất cầu kỳ, theo quan điểm của gia đình. Mọi thứ đồ dùng dành cho cậu bé đều được mua hàng nhập khẩu từ Nhật Bản, kể cả bím. Và, đương nhiên, bé trai ấy miễn cưỡng trở thành là “fan cuồng” của chiếc bím ngay khi mới sinh ra. Khi bé được 10 tháng tuổi đã phải dùng kháng sinh nhiều lần với kết luận khám lâm sàng của bác sỹ là: nhiễm khuẩn lan rộng (mà dân gian gọi là hăm lở vùng bẹn, ngấn đùi). Mãi sau này, khi tình trạng rắc rối ấy không được chữa dứt, diễn biến tăng nặng, bác sỹ mới gọi đích danh thủ phạm khiến không thể trị dứt điểm chứng nhiễm khuẩn bẹn cho bé đó là chiếc bím nặng mùi và đựng đầy chất thải mà bé đeo thường xuyên, ít nhất 4 giờ đồng hồ mới thay một lần!

Tiếc thay, khi tìm ra thủ phạm lãng xẹt là “chiếc bím chứa đầy chất thải”, cộng thêm tình trạng viêm nhiễm đường hô hấp, viêm phổi thường xuyên, sử dụng kháng sinh phổ rộng triền miên,

làm cho hệ miễn dịch suy giảm, tình trạng ‘hăm bẹn” là hiện tượng thường xảy ra với trẻ thừa cân, đã trở nên trầm trọng. Kết quả hội chẩn của bác sĩ, bé trai đã bị nhiễm khuẩn máu! Cái sây nẩy cái ung, trên hành trình lớn lên, cậu bé đã phải nhiều năm đối diện với chứng rối loạn phát triển, rối loạn hành vi giảm chú ý.

Bim *dẫn đến* nhiễm khuẩn, *dẫn đến* phải can thiệp bằng kháng sinh, *dẫn đến* hệ thần kinh trung ương và não bộ bị ảnh hưởng tiêu cực từ những chất ức chế có trong dược phẩm kháng sinh, chưa kể làm ảnh hưởng lớn đến hệ miễn dịch tự nhiên của cơ thể v.v...

Tôi không ngạc nhiên vì chứng nghiệm thực tế và nhiều cảnh báo khoa học đã đề cập đến nguy cơ này. Tôi chỉ chạnh buồn và ngạc nhiên khi những đứa trẻ rơi vào tình trạng rối loạn phản xạ có điều kiện, thường lại sinh ra trong những gia đình có điều kiện kinh tế và trình độ học vấn của cha mẹ từ khá và cao trở lên. Một thực tế, trẻ em nông thôn có tỷ lệ mắc chứng rối loạn phát triển, tăng động, trầm cảm ít hơn hẳn trẻ em thành phố.

Xe nôl - đồng phạm nham hiểm của khí thải kim loại nặng ở Việt Nam

Trên thị trường nhan nhản những chiếc xe nôl đẹp đẽ được quảng cáo với hình ảnh người mẹ trẻ xinh đẹp, lôi cuốn, đẩy xe cho bé đang nằm trong, toét miệng cười!

Nhưng điều ấy là không hợp lý, phản khoa học ở môi trường Việt Nam nói chung và các đô thị chật chội nói riêng. Tôi đọc nhiều tài liệu nghiên cứu và nhiều công bố gây sốc về mức độ ô nhiễm kim loại nặng ở các tuyến phố Hà Nội như sau:

♥ Một chiếc xe máy có nguồn gốc sản xuất từ Trung Quốc có mức gây ô nhiễm gấp 65 lần so với một chiếc ô tô 4 chỗ hiệu Nhật Bản, mà nội đô Hà Nội thì chủ yếu là xe máy và đặc biệt là xe máy Trung Quốc tham gia giao thông! Do đó, đường phố Hà Nội có mức ô nhiễm khí thải vượt hàng trăm lần mức cho phép, đặc biệt là các tuyến phố nội đô!

Loại xăng mà thị trường Việt Nam đang cung cấp cho người sử dụng, đã ngừng cho phép sử dụng từ lâu tại nhiều quốc gia văn minh, do mức độ gây ô nhiễm môi trường và ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe của loại xăng này rất lớn!

♥ Khí thải kim loại nặng, đặc biệt là chì, do khí thải động cơ lưu thông trên các tuyến phố phát tán trong không khí, loại khí này có tầm bay thấp, la đà mặt đất, nên khó giải phóng mà tích tụ lâu và đậm đặc!

♥ Phơi nhiễm kim loại nặng, đặc biệt là chì, do ô nhiễm khí thải trong môi trường sống là quá trình diễn ra âm thầm, lâu dài, tích tụ trong cơ thể, rất khó phát hiện do những biểu hiện nhiễm độc khi khởi phát là không rõ ràng, nên dễ bị bỏ qua, cho đến khi các biểu hiện lâm sàng về nhiễm độc xuất hiện thì tình trạng trở nên quá nghiêm trọng.

Phơi nhiễm, nhiễm độc kim loại nặng khi được xác nhận vẫn rất “bi đát” vì hiện tại, các liệu pháp và liệu trình thải độc tố kim loại nặng rất mất thời gian, tiên lượng kém, chi phí cao.

Ở mức độ phơi nhiễm nhẹ, tác hại của khí thải kim loại nặng lên cá thể bị phơi nhiễm rất đáng lo ngại, như chứng buồn ngủ la đà, buồn ngủ rũ, năng lực tập trung bị giảm sút đáng kể, mệt mỏi, uể oải, không thích vận động, v.v... Do những biểu hiện lâm sàng này rất dễ nhầm lẫn với biểu hiện của thói lười nhác, nghiện game, trầm cảm, rối loạn phát triển, v.v..., nên “thủ phạm gây bệnh” là chất thải kim loại, hóa chất công nghiệp, thường bị bỏ qua, không truy nguyên tận gốc, căn cội của chứng bệnh. Nhiều khi vì điều này mà những biểu hiện về rối loạn tập trung, đờ đẫn, thiếu chí hướng ở trẻ khó điều trị được dứt điểm, tận gốc.

Từ hiểu biết khoa học cơ sở này, tôi nhận thấy chiếc xe nô vô hình trung trở thành kẻ đồng phạm nham hiểm cho khí thải đường phố xâm nhập vào cơ thể non nớt của nhũ nhi, khi người lớn “vô tư” cho nhũ nhi nằm trong xe nô, đẩy trên phố nườm nượp xe cộ qua lại. Tầm thấp của chiếc xe nô là khoảng 0,5 - 0,6m kể từ mặt đất,

gần ngang tầm với ống xả khí thải xe máy khiến trẻ hứng trọn luồng khí thải phụt thẳng từ ống xả, bay la đà trên bề mặt. Thật tội nghiệp, dù có cảm giác khó chịu, trẻ cũng không biết cách để thể hiện phản ứng, nên cam lòng “chịu đựng” nhiễm độc khí thải kim loại một cách đáng thương!

Tôi luôn bị ám ảnh bởi điều này!

Tôi có thói quen bế xốc nhũ nhi cao hơn đầu mẹ, không bế cặp nách bao giờ. Tôi tin, cách bế đó, làm cho đứa trẻ luôn được nâng lên cao ngang tầm ánh mắt mẹ, để hai mẹ con giao lưu bằng ánh mắt với nhau trong mọi cơ hội.

Hơn thế nữa, hành động này là nỗ lực nhằm hạn chế việc nhũ nhi bị hít vào hai lá phổi nhỏ những luồng khí thải kim loại nặng luôn hiện hữu la đà ở tầm thấp. Trong trường hợp đi xa, tôi hay đu con trước ngực, vừa tạo cơ hội để con luôn nhìn thấy gương mặt, nụ cười, ánh mắt mẹ; nhũ nhi có thể lắng nghe tiếng trái tim mẹ. Ngoài ra, hành động nâng con cao lên ngang với tầm mũi của mẹ, giúp tôi cảm nhận mức độ ô nhiễm của môi trường để có biện pháp hỗ trợ nhũ nhi ngay lập tức khi cần thiết!

Tình trạng trẻ bị phơi nhiễm khí thải kim loại nặng ở Việt Nam, đặc biệt là các đô thị lớn cần được lưu tâm, vì đây là một nguy cơ rất lớn, để lại di hại lâu dài về sức khỏe sinh lý, sức khỏe thần kinh và tương lai giống nòi.

Thói quen cho trẻ nằm xe nôi đẩy đi dạo phố, thói quen cho trẻ ngồi lê la vỉa hè tầm thấp, tham gia giao thông không mang khẩu trang bảo hiểm, là những nguy cơ không nhỏ.

Bằng trải nghiệm và thẩm thía, tôi dành quan tâm nhiều đến sức khỏe thần kinh của trẻ vị thành niên hoặc đã bước vào tuổi thành niên gặp rắc rối trầm trọng với việc học tập do mất hứng khởi, mất khả năng tập trung và hay ngủ la đà, mệt mỏi triền miên dù được chăm sóc chu đáo và dinh dưỡng dồi dào (tỷ lệ trẻ trai nhiều hơn trẻ gái).

Khi tâm sự với các bạn ấy, tôi nhận thấy các bạn trẻ này tỏ ra bối rối, không hiểu mình phải chống đỡ bằng cách nào với tình trạng kém tự tôn của bản thân như thế. Họ cũng có cảm nhận đau khổ và những giọt nước mắt thành thật.

Trao đổi với bố mẹ, không ít người cũng hiểu rằng, cần phải làm xét nghiệm để xem trẻ có bị nhiễm độc thần kinh (ở các cấp độ từ nhẹ đến nặng) do chì không? Tuy nhiên, việc này rất tốn kém và quá trình đào thải là vô cùng khó, ít hiệu quả mà dường như chỉ trông chờ vào sự điều chỉnh của cơ thể trong thời gian hàng chục năm tiếp theo!

Lịch sử nhân loại còn ghi dấu một bi kịch lớn có liên quan đến nhiễm độc thần kinh do kim loại nặng gây ra: đó là sự suy vong vào thế kỷ thứ V Công lịch của đế chế Hy Lạp cổ đại vốn huy hoàng rực rỡ suốt hàng nghìn năm trước đó. Nguyên nhân suy vong của cả một nền văn minh đỉnh cao, đó chính là khi họ tìm ra kim loại chì và sử dụng thứ kim loại này chế tác các loại đồ dùng làm bếp thời đó. Chất độc của chì - đã giết chết cả một nền văn minh!

Thế đấy, vú giả, bím và chiếc xe nô là sản phẩm của nền kinh tế thị trường với triết lý “trẻ nhỏ là một phân đoạn thị trường béo bở” và dụ dỗ những bà mẹ trẻ rút tiền vì con họ là điều dễ dàng nhất!

Có nhiều câu hỏi của nhiều bà mẹ trẻ về cách thức làm sao để đưa đứa trẻ từ 3 - 4 - 5 đến 11 - 12 tuổi của họ vào nề nếp, tập trung và kỷ luật?

Những lúc ấy, tôi muốn buột mồm hỏi: bạn đã làm gì khi con bạn ở giai đoạn nhũ nhi?

Tối qua, đi trên phố, tôi lại bắt gặp một bà mẹ trẻ rất xinh đẹp đẩy xe nô cho một nhũ nhi miệng ngậm vú giả, dạo trên phố Hàng Đào - trung tâm Hà Nội. Lúc ấy, tim tôi đau nhói, muốn gặp bạn trẻ ấy để nói những lời này, nhưng rồi, tôi chỉ lặng im trong nỗi buồn bất lực. Vì thực tế, tôi đã nỗ lực giải thích với nhiều bạn, nhưng có lẽ các bạn ấy quá tin cậy vào những lời quảng cáo ngọt lịm, sự hấp dẫn của việc tiện lợi cho bản thân, sự thoải mái vì được giải phóng khỏi những rườm rà của việc làm mẹ theo cách người *Mẹ Thiên Nhiên*.

Cho đến bây giờ, dù đã có hàng ngàn tài liệu khoa học cảnh báo về tác hại lâu dài cho nữ nhi, ba sản phẩm vú giả, bím và xe đẩy vẫn là mặt hàng bán chạy ở Việt Nam!

Bài viết này, lấy ba thứ sản phẩm công nghiệp là vú giả, bím và xe nôi với những minh chứng thuyết phục để làm ví dụ cho một quá trình mà thời đại thương mại hóa, đã tạo ra trào lưu sử dụng sản phẩm công nghiệp, kể cả đồ ăn, mà tôi ví von là bà mẹ thị trường rất phổ biến, để thay thế thiên chức làm mẹ đích thực.

Khi trẻ ở giai đoạn nữ nhi đã bị bà mẹ thị trường thao túng dẫn dắt, thì bước sang giai đoạn ấu nhi (cho đến năm bé 6 tuổi), bạn sẽ khó đưa trẻ vào nề nếp và thực hành những mệnh lệnh (phản xạ có điều kiện) - một trong những điều kiện cơ sở vững chắc để bố mẹ đưa trẻ vào một hành lang của kỷ luật mềm đầy yêu thương và tình thức.

Muốn dẫn đưa trẻ vào kỷ luật, bạn phải tự đưa mình vào kỷ luật. Thứ kỷ luật vi diệu của tình yêu thương vô bờ và hiểu biết toàn vẹn. Không thể có cách nào khác!

“Thầy cô là người bình thường!”

Bồi đắp năng lực chia sẻ và cảm thông để tránh xung đột nội tâm gay gắt

Giữa tháng 8 năm 2007, Minh Khuê làm quen với môi trường cấp Hai

Trước ngày con đến trường mới, lớp mới, tôi đã nhiều lần, lặng lẽ đến trường mới của con, quan sát khung cảnh lớp học và khuôn viên. Nhìn thực trạng tất cả mọi cửa sổ lớp học đều phải bao kín bằng lồng sắt, về cảm quan, gọn trong lòng xót xa, nó gợi ý đến một trại cai nghiện, trại giáo dưỡng trẻ em hư hơn là cảnh quan sư phạm thân thiện. Hỏi ra mới hay, nhà trường phải làm vậy để bảo vệ những cháu thích leo lên bậu cửa sổ ngồi, không bị xảy chân ngã xuống, thứ đến là để ngăn chặn việc học sinh nháy cửa sổ trốn giờ đi chơi!

Sau khi nghe lời giải thích của cô giáo, tôi có cơ sở để trao đổi với con về ngôi trường mới.

Tôi nói với con rằng, cảnh quan và lớp học ở trường cấp Hai có rất nhiều khác biệt, cho thấy, ở trường cấp Hai yêu cầu các con thực hành kỷ luật nhiều hơn, nghiêm hơn. Lúc đó, Minh Khuê nói với tôi: “Mẹ còn nhớ, ngày con vào lớp 1, mẹ đã dặn rằng: “Lên lớp 1, ấy là Minh Khuê chuyển lên một cấp học cao hơn, vì thế, con sẽ thấy mình trưởng thành hơn!”. Sau đó mấy ngày, khi mẹ đến trường đón con tan học, con đã nói với mẹ: “Đúng là lên lớp 1, con thấy mình trưởng thành lên nhiều mẹ ạ!” Sao hồi ấy mà con nói “già” thế không biết, đúng là nhân tài tiềm ẩn!

Trong sinh hoạt, trò chuyện hàng ngày, tôi và Minh Khuê luôn có ý thức nuôi dưỡng tính hài hước, cách diễn đạt thậm xưng,

nhấn nhá để tô đậm sự khôi hài, vui vẻ. Bằng cách dí dỏm gọi nhớ kỷ niệm ngày vào lớp 1, thể hiện Minh Khuê có chút thấu hiểu nỗi lo âu của mẹ. Và câu nói đùa đúng lúc ấy đã giúp hai mẹ con xua tan tâm trạng căng thẳng, trước khi Minh Khuê thực sự gia nhập ngôi trường mới, thầy cô mới, bạn bè mới với rất nhiều tập quán khác biệt so với trường cấp Một.

Sau khi Minh Khuê vào học được một tuần, chiều đó, tôi đón con ở cổng trường như thường lệ. Căng mắt tìm con trong đám trẻ lô xô giống nhau với đồng phục, cười nói lao xao, tôi dường như bị hoa mắt. Đang bối rối trước một bầy sè non tóa ra, chen ra từ chiếc cổng sắt, như thể chúng là một đàn đông bất tận, thì bỗng dung bé Minh Khuê xuất hiện ngay trước mắt tôi như có phép lạ. Vâng, bao giờ bé Minh Khuê cũng tìm thấy mẹ trước.

Ngồi lên yên xe máy phía sau lưng mẹ, trên đường về nhà, Minh Khuê bắt đầu chia sẻ những cảm nghĩ của mình về ngôi trường mới. Giọng cô bé buồn buồn, khi nói rằng: “Mẹ ơi, học ở cấp Hai không giống cấp Một mẹ ạ! Cô giáo rất nghiêm, hay gọi học sinh là “các anh chị”, “các cô cậu” và xưng “tôi”, có cô còn rất hay quát tháo ầm ĩ nữa mẹ ạ!...”

Nghe con gái bé bỏng tâm sự sau lưng, dù tiếng ồn của phố phường dường như không dứt, nhưng tôi vẫn nuốt từng lời của con. Trong lòng dội lên cảm xúc nhói đau, thương xót và cảm giác muốn che chở cho con tràn ngập tâm hồn tôi. Vì đang bận điều khiển xe máy nên tôi không thể nhìn vào mắt con lúc ấy, nhưng tôi biết chắc, ánh mắt Minh Khuê rất buồn và có thể, có cả nước mắt. Cô bé có một tâm hồn nhạy cảm.

Tôi lặng đi giây lát, trong tim tôi, dường như có nước mắt chảy vào trong. Cảm giác ấy hết như lần đầu tôi quan sát cảnh quan ngôi trường mới của con - đó có thể gọi là một sang chấn tâm lý nhưng là người đã trưởng thành, nên tôi biết kiểm soát nó. Nhận thấy có dấu hiệu sang chấn tâm lý ở Minh Khuê, tôi lấy lại bình thản rồi nói với con: “Hi hi, mẹ đã hình dung ra điều này từ trước và đã nói với

con rằng, ở cấp Hai sẽ có nhiều “kỷ luật cứng” hơn rồi, đúng không con?” Minh Khuê nói: “Kỷ luật là phải lạnh lùng hả mẹ?”

Trong lời nói con trẻ có sự thất vọng, đổ vỡ nào đó, khiến tôi hiểu rằng, mình phải tháo gỡ, giải tỏa rốt ráo những khúc mắc tâm lý này, nếu không, kết quả học tập của bé bị ảnh hưởng trầm trọng và tệ hơn, đó là cảm giác không hạnh phúc sẽ choán hết tâm trí của con, mỗi ngày đến lớp. Đó quả là một viễn cảnh gần, rất tồi tệ.

Tối ấy, vừa nấu ăn, tôi vừa suy nghĩ rất lung! Đây là một tình huống sư phạm rất mấu chốt và cần phải tìm cách an tịnh tâm trí của bé Minh Khuê, giúp cô bé giải phóng khỏi những xung đột nội tâm, những ức chế tâm lý để đạt được trạng thái tập trung cao độ trong học tập, vui vẻ kết nối với cộng đồng của bé tại ngôi trường mới.

Tuy nhiên, muốn “chữa” được cho con, điều phục được những sang chấn tâm lý cho bé Minh Khuê, thì trước hết tôi phải tự chữa và điều chuyển tâm lý của bản thân.

Theo bản năng sinh tồn, nếu suy nghĩ và hành động theo đám đông, sẽ cho tôi cảm giác an toàn, xoa dịu tại chỗ. Hiện trạng giáo dục phổ thông và những vấn đề của nó đang tạo ra một cảm hứng tâm lý rất tiêu cực trong xã hội. Do đó, phản ứng tức thời của số đông trước những vấn đề của con cái ở trường là buông một câu quen thuộc, đại loại: “Thật chán cho nền giáo dục này!” hoặc cụ thể hơn, phán xét hơn, buộc tội hơn... nhưng tựu trung là cảm hứng tiêu cực lan tỏa, cộng hưởng rất nhanh đến các đối tượng xung quanh.

Điều này là một lý giải rất có cơ sở cho hiện tượng phổ biến là đâu đâu, nếu cứ hai người trở lên ngồi với nhau ở công sở, quanh mâm cơm gia đình, bữa tiệc, quán bia... bạn đều được nghe những câu chuyện (mà phần lớn là các tình huống tiêu cực, thất vọng, không hài lòng) về nền giáo dục nước nhà. Bởi, ai trong chúng ta đều có sự liên quan trực tiếp hay gián tiếp đến nền giáo dục ấy: con cái đang tuổi học phổ thông, bản thân hay người thân làm trong ngành giáo dục, sinh viên mới ra trường, hàng xóm, bạn bè, v.v... Do đó, sự tương tác cảm hứng, thái độ tiêu cực đối với lĩnh vực giáo dục tại Việt Nam ví như, con sóng lòng mà trên tiến trình

hình thành, di chuyển, nó thu nạp ngày một nhiều hơn nguồn năng lượng tiêu cực từ những phản hồi và tương tác lẫn nhau như thế.

Đương nhiên, “đổ lỗi” cho ngoại cảnh, thực chất cũng là phản xạ tự vệ của đại não, nhằm giúp não bộ được giải phóng khỏi cảm thức về “sự chịu trách nhiệm” mà nó không muốn tiếp tục phải tư duy và đối diện.

Sóng gió thực sự cũng đang nổi lên trong tâm trí tôi. Và, tôi cũng muốn nhảy dựng lên, hất ra những từ đổ lỗi, ca thán, phán xét, chửi rủa... nhắm đến nhân vật vô hình mà hiện hữu có tên “nền giáo dục nước nhà”. Tôi những muốn vồ tới cái điện thoại, bấm số cho những phụ huynh quen biết, thế là sẽ có một cuộc “nấu cháo” ninh nhừ mọi bực bõ về trường, về lớp, về cô thầy và cả cái nền giáo dục... cho hả tức.

Vâng, thế thì bỏ tức thật. Bỏ trong chốc lát, kiểu giống như một người ghé lờ, khoác một chiếc áo lụa lên người để tự vỗ về rằng anh ta rất đẹp để lành lặn, mặc dù thân thể người đó vẫn còn nguyên những đốm mụn ghẻ ngứa dầm dứt bên trong chiếc áo màu mè.

Cổ nhân có câu: “Thanh tâm trí viễn” - hiểu rằng: tâm trí trong sạch, không giằng xé, xung đột, không ức chế và vọng tưởng thì trí tuệ mới sáng láng thăng hoa được.

Sự đổ lỗi cho ngoại cảnh về cơ bản không giúp làm sạch tâm trí, nó chỉ như thuốc an thần tạm thời, tiềm ẩn sự nguy hại lâu dài. Cách tốt nhất là nhìn thẳng vào thực trạng, giúp trẻ *nhìn nhận sự việc trong tính toàn bộ*, biết nghĩ trong vị trí người khác, biết cảm thông chia sẻ, khởi tấm lòng bao dung từ ái trong tâm hồn trẻ. Đó là cách để tâm trí trong sạch và bớt đi những xung đột nội tâm vốn là nguyên nhân làm nhiều loạn sự tập trung, làm hao tổn năng lực tư duy của trẻ, khiến việc học tập bị sa sút, chất lượng hạnh phúc của trẻ cũng sa sút nghiêm trọng.

Giả định, trong khi tôi trong vai trò người mẹ, mãi đổ lỗi cho xã hội, thì bé Minh Khuê vẫn tiếp tục lớn lên trong sự bấn loạn tâm trí và tổn thương liên tục bởi sự xung đột trong chính tâm trí bé.

Thế là đã rõ: Tôi dứt khoát chọn cách nỗ lực giúp con hoan hỉ học tập, thay vì đổ lỗi cho ai đó!

Trong vai trò con đầu đàn, vai trò người chỉ huy tôi đã tìm được tâm thế vững vàng cho việc chỉ dẫn con gái Minh Khuê cách thức vượt qua sang chấn tâm lý một cách hữu dụng nhất!

Sau khi ăn tối xong, tôi ôm bé Minh Khuê vào lòng và gọi cho con thấy rằng, rất nhiều người thân trong gia đình, bạn bè của mẹ mà con từng gặp, từng vui đùa, từng hiểu về tình cảnh gia đình của họ cũng là những cô giáo, thầy giáo! Rằng, thầy cô của con ở trường hay những người thân của con hay bạn bè mẹ, tất cả đều làm mẹ, làm con, làm vợ ở gia đình của họ. Họ là những con người bình thường như bao người xung quanh con!

Này Minh Khuê, như mẹ đây - tôi nói tiếp - mẹ chỉ chăm sóc, nuôi dạy một mình con thôi, những gia đình khác còn thêm nào bố rồi ông bà nội ngoại, người giúp việc hỗ trợ (công thức chung cho các gia đình thành thị hiện nay là 7 người chăm 1 bé!!), thế mà nhiều khi mẹ vẫn la lối thậm chí còn đánh đít con nữa. Dẫu vậy, con vẫn biết mẹ yêu con và con tha thứ cho sự nóng nảy của mẹ, đúng không nhỉ?

Vậy thì, con hãy hình dung, cô giáo phải vất vả nhường nào để ổn định trật tự, kỷ cương trước một lớp học gồm 60 bạn, tập hợp về từ 60 gia đình khác nhau; đem theo 60 thói quen sinh hoạt và kỷ luật của 60 gia đình khác nhau vào lớp học! Cô giáo, người phải chịu trách nhiệm ổn định ngay lập tức cái tập thể khổng lồ đó, để tiết học 45 phút được diễn ra trong trật tự và có hiệu quả. Thật là nhiệm vụ bất khả thi! Chỉ “phù thủy” có phép thuật mới làm nổi mà không cần la lối, quát tháo! Lúc ấy, còn có cách nào khác là cô giáo phải tỏ ra nghiêm khắc và dùng mệnh lệnh!

Rồi tôi kết luận: Một người có tấm lòng như mẹ, nhưng bản tính nóng nảy, mẹ không thể làm được công việc khó khăn, vất vả đó!

Nghe tôi nói thế, Minh Khuê ồ lên: Chà, chà... Thế thì con cũng chịu, thật là một việc rất khó khăn!

Nhận thấy sự căng thẳng và ảm ức trong tâm trí Minh Khuê đã được tháo gỡ, lắng dịu và thả lỏng, tôi nói tiếp với con: “Thế nên, dù cách thức thể hiện khác biệt nhưng con hãy hiểu rằng, đó chỉ là hình thức cần thiết trong bối cảnh lớp học quá đông, chứ không phải vì cô thầy không yêu quý con. Vì trạng thái yêu thương là tự nhiên, ghét bỏ là không tự nhiên! Thầy cô không đến trường để ghét bỏ con, nếu con thực hành đúng nội quy ở lớp. Hãy tin mẹ và hãy tập trung vào tiết học, không nói chuyện riêng... rồi con sẽ thấy, ánh mắt cô nhìn con hiền hậu lắm...”

Quả nhiên, sau lời tâm sự thành thật, ân cần xuất phát từ trong trái tim tôi, Minh Khuê vui vẻ hẳn lên, mọi căng thẳng đều biến mất trên gương mặt cô bé. Đây, tất nhiên là kết quả tôi mong muốn!

Từ đó cho mãi về sau, Minh Khuê luôn giữ được thói quen ngồi bàn đầu và tập trung cao độ vào tiết học, dù đó là tiết học môn gì, với phương châm: học thuộc lý thuyết ngay tại lớp. Điều này, giúp Minh Khuê tiết giảm được rất nhiều thời gian học lại bài cũ ở nhà, dành thêm được nhiều thời gian vui chơi với bạn bè, với thiên nhiên, động vật, luyện piano, vẽ, phụ giúp mẹ nấu ăn, làm đồ thủ công yêu thích hay đơn giản là xem phim hoạt hình Walt Disney phiên bản phụ đề tiếng Anh!

Tình huống sang chấn tâm lý của trẻ, khi chuyển trường, chuyển lớp là một tình huống sự phạm rất điển hình. Tuy nhiên, rất nhiều khi, các bậc cha mẹ đã bỏ qua, do không quan tâm đúng mức, hay thiếu nhạy cảm về tâm lý trẻ, để có thể giúp chúng tháo gỡ những căng thẳng mà chúng rất khó giải bày hay thể hiện.

Những hiểu biết cơ sở của tôi về phân tâm học, cũng như cách biểu dụ hóa của tư tưởng Đạo Phật về tâm trí con người bằng hình ảnh “con rắn” - nói lên sự biến động, lắt léo và khó cầm nắm được của “tâm trí người”.

Do vậy, khi có xung đột trong tâm trí trẻ nhỏ, giữa cái trẻ “muốn là” với cái hiện “đang là” trong thực tại khách quan, sẽ làm chúng mất định hướng, mất tập trung. Trong tình huống cụ thể này là việc thay vì tập trung để hiểu bài giảng thì tâm trí chúng đang xung đột

gay gắt giữa việc cô giáo gọi chúng bằng “anh chị” chứ không gọi là “các em”!

Thực trạng xung đột tâm trí ở trẻ càng gay gắt, khi ngay từ bé, đưa trẻ được huấn luyện theo triết lý Nhị phân về thế giới, rằng luôn tồn tại hai thái cực, kiểu: “đúng” đối lập với “sai”; “đẹp” đối lập với “xấu”; “ta” đối lập với “kẻ thù” v.v... mà không giúp trẻ nhận biết sự mong manh và sự giao thoa giữa các cặp đối lập ấy mới là thực tại khách quan phổ quát.

Khi người lớn càng nỗ lực “xây dựng” nhiều cặp nhị phân như thế trong giáo dục con trẻ và cách nhìn nhận thế giới xung quanh, thì càng khiến trẻ trở nên đờ đẫn, kém nhạy cảm và khó dung hòa những quan hệ xã hội, vốn không thể trong trạng thái cực đoan hoặc là tốt, nếu không tốt thì dứt khoát phải xấu. Bạn không khó khăn để nhận thấy rằng, ở những xã hội có xu hướng đề cao nhiều triết lý cực đoan, thì ở đó có bất ổn và con người ở đó mang gương mặt đầy căng thẳng, hoài nghi và bất an thường trực!

Hơn thế nữa, huấn luyện trẻ theo triết lý nhị phân siêu hình, điều mà cha mẹ và tập quán bảo thủ cứ tin chắc rằng, mình đang dạy cho trẻ những khuôn mẫu đạo đức để chúng trở thành người tốt, thực ra, sẽ khiến trẻ khó khởi tấm lòng bao dung, tha thứ cho người khác và tha thứ cho sai lầm của chính mình, trẻ khó có khả năng nhìn sâu hơn vào bản chất để có được tự tin nội tâm và sống hiền hòa trong một thời đại hỗn tạp và lộn xộn.

Nhận thấy sự cần thiết cho trẻ một cách nhìn khách quan trong tính toàn vẹn, không nhị phân chia chẻ, nên ngay từ khi Minh Khuê còn bé bỏng, tôi luôn hướng dẫn con cách tư duy theo triết lý: Nếu con là hoa sen hãy biết hàm ơn bùn!

Rất nhiều lần, trên hành trình đồng hành cùng con gái, tôi đã kể cho Minh Khuê nghe câu chuyện ngụ ngôn này: Một con sói xấu tính đúng như bản chất của nó là hung dữ, đố kỵ và hiếu chiến. Nó tham lam, ngạo mạn và tự kỷ, dối trá nhưng thật sự nó rất tự ti.

Một con sói khác thì ngược lại: nó luôn vui vẻ, hòa thuận, biết yêu thương, khiêm tốn và biết tha thứ. Nó tốt bụng, biết chia sẻ và giàu lòng từ bi. Đó là một con sói yêu đời, dịu dàng, can đảm và rất đáng tin cậy.

Hai con sói ấy có quá nhiều mâu thuẫn, xung đột và dứt khoát giữa chúng xảy ra những cuộc chiến quyết liệt! Đó chính là hai con sói trong chính tâm trí ta.

Tôi nhớ, những lần đầu tiên, khi tôi kể câu chuyện này (kèm ngữ điệu và hành động kịch ấn tượng) cho Minh Khuê nghe, cô bé thường hỏi một câu hỏi mà lần nào cũng háo hức: Vậy cuối cùng, con sói nào chiến thắng, mẹ Âu ơi?

Tôi hỏi lại con: Vậy con muốn con sói nào chiến thắng?

Minh Khuê reo lên: Con thích con sói tốt bụng chiến thắng, mẹ Âu ạ!

Tôi mỉm cười hân hoan lên khuôn mặt ngây thơ, rạng ngời của con: “Vậy thì mẹ con mình phải dành nhiều thời gian chăm sóc cho con sói tốt bụng và phải cho nó ăn thường xuyên con nhé!”

Thế đấy, tôi đã an tịnh tâm trí cho con bằng cách luôn rèn con nhìn thực tại, quán chiếu thực tại trong một tâm thế không cực đoan nhị phân, trong một tinh thần luôn nhìn nhận vấn đề trên vị trí người khác để cảm thông, tháo gỡ căng thẳng.

Điều này được mẹ con tôi thực hành bền bỉ như một dòng chảy liên tục, nhất quán với mong muốn tốt bậc của tôi là để tâm trí Minh Khuê luôn trong an hòa, không bị xung đột, sân hận, tật đố. Hiệu quả đáng mừng đó là, cô bé luôn có độ tập trung cao, không bị phân tán với một phẩm chất quan trọng là coi điều đó “tự nhiên như nhiên”.



Chương 2

KỶ LUẬT
TÌNH THƯƠNG

Con đường bơi đắp hoan hỉ nội tâm cho trẻ

Đứa trẻ nào cũng ham chơi!

Gần đây, cô tân sinh viên Harvard Minh Khuê trở thành người “giải nguy” cho mẹ trong nhiều trường hợp khó.

Đôi khi, có những bà mẹ trẻ gặp tôi và chia sẻ: “Chị may mắn bởi Minh Khuê có ý thức và ham học từ bé, chứ cháu bé nhà em chẳng thích học gì cả, chỉ thích chơi, em phải làm gì bây giờ?”

Những khi ấy, Minh Khuê “đỡ lời” cho mẹ với câu trả lời thật thà thế này: “Khi còn bé, chẳng đứa trẻ nào ham học đâu ạ, đứa trẻ nào cũng ham chơi. Cháu cũng thế!”

“Đâu có, cô thấy cháu học giỏi từ bé cơ mà?”

“Vâng ạ, hồi bé cháu học giỏi vì cháu biết, mỗi khi cháu được điểm 10 thì mẹ Hải Âu vui lắm, mà cháu thì rất thương mẹ! Mãi đến giữa năm cấp Hai, cháu mới có ý thức “Học là rất cần thiết cho bản thân mình!””

Câu trả lời của Minh Khuê khiến tôi nhớ lại một kỷ niệm khó quên.

Buổi chiều đó là mùa đông năm 2003, rất lạnh giá, mưa phùn và âm u, tôi cầm túi phóng xe tới trường Thực Nghiệm đón Minh Khuê. Mọi mệt và âm u của thời tiết mùa đông Hà Nội như tan hết, khi Minh Khuê nhao ra đón mẹ với gương mặt tươi vui hớn hờ: “Mẹ ơi, hôm nay con được 7 điểm A+ mẹ ạ! (Trường Thực Nghiệm chấm theo thang điểm A, B, C, D, E...). Bé riu rít liệt kê những môn

đạt điểm A⁺ như sau: Môn nặn đất sét, môn thực hành vườn sinh vật, môn thể dục, môn kể chuyện tiếng Anh, môn Toán, môn kể chuyện tiếng Việt, v.v...

Ngay từ khi Minh Khuê còn bé, tôi không tạo thói quen phân biệt môn chính - môn phụ trong phương pháp dạy và đồng hành cùng con. Tôi giúp con nhìn nhận mọi môn học trong sự tôn trọng, quan trọng như nhau, không có sự so bì cao thấp, chính - phụ nào. Vì thế, tạo lập cho Minh Khuê một tâm thế nghiêm túc, chuyên nghiệp trong thái độ tiếp thu sự học nói chung, không có sự phân biệt nào giữa môn này với môn kia. Vì quan điểm giáo dục của tôi là phải giữ một thái độ quan phương trước mọi môn học của Minh Khuê, không thiên vị, để quan sát và nhận biết được năng lực từng môn học cũng như khả năng tổng lực của Minh Khuê một cách khách quan nhất.

Đồng thời, quan điểm giáo dục này, nếu thực hành bền bỉ, sẽ huấn luyện cho đứa trẻ thái độ thực tế trong cuộc sống, vui vẻ ngay cả khi thực thi công việc theo yêu cầu (chứ không phải việc làm do mình lựa chọn): “Không phải việc gì ta làm cũng vì ta thích, nhiều việc ta làm vì đó là điều cần thiết. Thế rồi, trong quá trình làm việc nghiêm túc, sự thú vị sẽ đến sau đó!”

Trở lại với 7 điểm A⁺ bé được nhận (trả bài tại lớp, bài kiểm tra, chấm vở...), tôi nói với Minh Khuê: “Tuyệt thật, một buổi học mà con nhận được những 7 điểm A⁺ thì vui quá, con muốn mẹ thưởng con gì nào?”

Minh Khuê nhanh nhẩu trả lời mà không phải suy nghĩ: “Không cần thưởng gì đâu mẹ ạ. Chỉ cần hai mẹ con mình vui thế này là con sướng lắm rồi!”

Câu trả lời của cô bé học lớp 2 khiến tôi rơi nước mắt! Xúc động và cảm giác tôi có thêm nghị lực. Xúc động nhưng tôi không ngạc nhiên, chỉ thầm cảm ơn Đấng Hóa Công đã dẫn dắt tôi bền bỉ hướng dẫn con bằng phương pháp *kỷ luật của tình thương*.

Bài học từ mẹ con nhà Đốm

Nhớ lại hồi Minh Khuê 3 tuổi, tôi thuê trọ ở khu chung cư Thành Công. Bản tính yêu động vật, nên tôi đã xin được một chú cún con của gia đình rất yêu chó. Con chó mẹ tên Đốm sinh được một chú cún con rất dễ thương và chị chủ đã tỏ ra lúng túng vì chưa biết chọn ai để cho cún khi cún được hơn tháng rưỡi. Chị bảo: Chị yêu cả hai mẹ con nhà chó, nhưng nhà chật quá, chị đành phải cho đi chú cún con... nhưng chị chỉ muốn cho ai thật yêu nó.

Tôi và bé Minh Khuê được chị chủ tin cậy cho nuôi chú cún con.

Nhà chị cách nhà tôi thuê trọ ba tòa nhà chung cư. Khi tôi đón cún con về, con chó mẹ lẽo đẽo đi theo. Nó can đảm lắm. Nó đi theo, mạnh dạn vào nhà tôi (chắc chắn vì nó rất thương con của nó, bằng không, loài chó không tự nhiên vào nhà lạ vì bản năng cảnh giác của nó rất cao) và tìm góc phòng, nằm xuống cho con bú. Nó liếm cho con rất lâu, dường như nó nói gì với con của nó, trù mến bằng những cử chỉ liếm láp đầy âu yếm. Hồi lâu như thế, rồi nó đứng dậy, chạy thẳng ra cửa về nhà.

Từ đó, thành quy luật, tối tối tầm 8h, ngày mưa cũng như ngày khô ráo, Đốm mẹ lại chạy sang nhà tôi, cào cửa, kêu ư ử và cún con cũng chạy ra cửa cào cào báo hiệu để tôi hoặc Minh Khuê ra mở cửa cho mẹ nó vào.

Nghi lễ tình thương và giao thức không lời của hai mẹ con nhà Đốm rất cảm động: Cún mẹ nằm xuống cho cún con rúc vào ti mẹ bú say sưa, Đốm mẹ vừa nằm cho con bú, vừa liếm láp rất kỹ lưỡng cho con, như một cách vỗ về tràn đầy thương mến. Sau khi cún con đã bú thỏa thuê, hai mẹ con nhà cún chuyển sang nô giỡn, vờ chộp rồi rượt đuổi ồn ã. Tôi tin, đây là lúc Đốm mẹ đang huấn luyện kỹ năng cho con. Hai mẹ con nhà Đốm rất say sưa và toàn vẹn trong trò nô giỡn, khiến bé Minh Khuê rất chăm chú và thích chí được mẹ con nhà cún cho chơi cùng. Nô giỡn thỏa thuê, một lúc sau, như đã đến giờ trở về nhà, Đốm mẹ dừng chơi, nhìn cún con một chốc rồi chạy thẳng ra cửa. Cún con dường vẫn lưu luyện mẹ, cứ nhìn theo, nhưng dứt khoát không chạy theo. Lúc này, Minh Khuê bế cún

lên lòng và nói: Cún con ở đây với chị Minh Khuê, ngoan thế... tối mai mẹ Đốm lại đến chơi với cún và chị Minh Khuê!

Chúng kiến cảnh đó, thú thật, có đôi lần tôi không kiềm được, phải quay mặt đi để giấu Minh Khuê những giọt nước mắt. Tôi đã khóc vì xúc động trước tình thương yêu, không ngôn từ nào của hai mẹ con nhà chó Đốm. Khóc cũng vì nhận hiểu, con gái bé bỏng của tôi đã nhận ra được “*giá trị - phần thưởng*” của việc thực hành *kỷ luật của tình thương*, khi bé cưng nựng cún con: “*Cún con ở đây với chị Minh Khuê, ngoan thế... tối mai mẹ Đốm lại đến chơi với cún và chị Minh Khuê!*”

Trong cuốn sách *Trí tuệ xúc cảm* (chỉ số EQ) của mình, tiến sĩ tâm lý học Harvard, Daniel Goleman đã đưa ra tình huống sự phạm: một nhóm trẻ được yêu cầu chạy một vòng. Sau đó:

* Nếu trẻ nào chò thêm một lúc sẽ được thưởng 2 cái kẹo;

** Trẻ nào hiếu động, nôn nóng, sẽ được thưởng ngay lập tức, nhưng chỉ được 1 cái kẹo!

Quan sát: Sự lựa chọn (*) sẽ cho thấy đứa trẻ đó có khả năng chế ngự những xung đột cảm xúc bản thân tốt hơn để nhận được thưởng cao hơn. Phẩm chất này sẽ có ảnh hưởng lớn đến tương lai đứa trẻ!

Những đứa trẻ chế ngự được cảm xúc (cưỡng lại được sự căm dỗ tức thời) sẽ trở thành người có khả năng ứng phó với cuộc sống xã hội, chúng điềm đạm, tự tin và có thể vượt qua những rủi ro. Chúng ít hoài nghi, sợ hãi và thất bại hơn. Chúng biết giữ bình tĩnh, giữ đầu óc sáng suốt khi chịu sức ép, chúng biết chấp nhận thử thách và tìm cách vượt qua thử thách ấy!

Các chuyên gia, các nhà khoa học đã cho tôi sự chỉ dẫn đầy thuyết phục của khoa học, ánh sáng rực rỡ về tương lai của một đứa trẻ được giáo dục, hướng dẫn để biết chế ngự cảm xúc.

Hơn thế nữa, những minh chứng từ tình mẹ con nhà chó Đốm, từ sự chỉ dẫn tràn đầy xúc động của Mẹ Thiên Nhiên, gợi ý tôi đến

con đường đồng hành cùng con tới trưởng thành theo triết lý *Kỷ luật tình thương*. Rằng, để tăng cường năng lực chế ngự, kiểm soát cảm xúc (trí tuệ xúc cảm - EQ), giúp Minh Khuê ngày càng vững về nội tâm, nội lực, biết kiểm soát bản thân, có kỷ luật nội tâm thì con đường tốt nhất, đẹp đẽ nhất là bằng chính *tình thương yêu vô điều kiện, đầy hiểu biết và sáng suốt của người mẹ!*

Tôi hiểu sâu sắc rằng: một người có *kỷ luật nội tâm*, biết chế ngự cảm xúc bởi một nội tâm luôn được cảm nhận tràn đầy yêu thương, chắc chắn là khác biệt với những người khắc kỷ, khắc nghiệt.

Tiến sĩ Tâm lý học giáo dục Daniel Goleman đặc biệt nhấn mạnh tác dụng to lớn không gì đánh đổi của những giao thức giao tiếp, âm thanh, cử chỉ, ánh mắt (dạng giao tiếp phi ngôn từ) xảy ra giữa người mẹ và con của họ trong quá trình dẫn dắt con. Điều này có tác dụng sâu sắc và lâu dài để trở thành *phẩm chất kỷ luật nội tâm* vững vàng.

Người có *kỷ luật nội tâm*, sẽ tự đưa mình vào kỷ luật, tự biết chế ngự cảm xúc mềm yếu, bản năng, ham muốn tức thời một cách vững vàng, thuần thực, tinh thức và sáng suốt... nên cảm nhận được giá trị của phẩm giá, giá trị của bản thân trong việc mình làm mà không mắc dính vào thái độ hay đánh giá của ngoại cảnh.

Tham chiếu, tôi nhận thấy, trong lịch sử nhân loại, rất nhiều người thành đạt, ở những vị trí cao trong xã hội... nhưng rõ ràng không mấy hạnh phúc. Dùong như, họ bị đồng nhất giá trị bản thân với quyền lực, vị trí, hay tài sản họ sở hữu... nên nỗi ám ảnh của họ là rất sợ bị mất mát những thứ đó, những thứ mà họ tin rằng chúng có giá trị hơn chính con người họ.

Kiểu dạy cho trẻ biết chế ngự và nỗ lực đạt bằng được mục tiêu, theo triết lý khắc kỷ, buộc đứa trẻ phải đè nén cảm xúc mềm yếu, đè nén bản năng, ham muốn, bằng cách "*tước đoạt*" phẩm giá tự nhiên của chúng thông qua những lời thóa mạ, mạt sát, áp đặt trẻ phải thực thi và hoàn tất việc gì đó ngay lập tức, có như thế trẻ mới có phẩm giá, nhưng có vẻ như rất có hiệu quả tức thời, bề nổi.

Tuy nhiên, lâu dần, những đứa trẻ được dạy dỗ theo triết lý này, lớn lên mà bị “đánh mất” phẩm giá tự thân, chúng không cảm thấy yêu bản thân, không có khả năng tha thứ cho bản thân và luôn trong tâm trạng bất an nội tâm, trầm uất, khắc kỷ, dẫn đến có những hành vi hoặc suy nghĩ cay nghiệt, hoài nghi, tàn nhẫn với chung quanh.

“Nhà mình được bầu là giàu nhất vì ngày nào tóc con cũng được tết đẹp và cài nơ!”

Một tình huống sư phạm cũng rất hữu ích tôi muốn chia sẻ cùng các bạn, đó là vào một tiết học hát (tiết cuối cùng của giờ học chiều), tôi đến đón Minh Khuê sớm hơn một chút, với hy vọng được quan sát từ ngoài một tiết học của con gái yêu. Tiết học ấy, cô giáo thanh nhạc dạy các cháu hát bài *Bàn tay mẹ*. Cô giáo hát mẫu rất xúc cảm, lời bài hát có đoạn: “Com con ăn tay mẹ nấu. Nước con uống, tay mẹ đun. Trời giá rét cũng vòng tay mẹ ủ ấm con. Trời nóng bức gió từ tay mẹ, con ngủ ngon...”

Cả lớp hát theo cô giáo, những lời ca thật ân cần, ngọt ngào tình cảm. Nhưng cuối giờ, một bé gái nói rất hồn nhiên: “Ở nhà em, mẹ không làm những việc này... mà là bác Bầu (bác giúp việc) làm tất ạ.”

Các bạn trong lớp cười ồ lên, nhiều tiếng trẻ líu lo xác nhận ủng hộ. Cô giáo có phần lúng túng, bèn đưa ra một câu hỏi, dường như để đánh lạc hướng: - *Thế mẹ em làm gì?* Cô bé nhanh nhẩu trả lời: *Buổi sáng, mẹ dậy trang điểm đẹp, mặc đẹp rồi mẹ đi làm tiền!*

Tất nhiên, cô giáo đã chỉnh lại cụm từ “*làm tiền*” thành “*kiếm tiền*”. Tuy nhiên, lũ trẻ lớp 2 chưa có định kiến nào về hai cụm từ đấy có gì khác nhau, chúng chỉ muốn cô giáo hiểu rằng: những việc hàng ngày, giản đơn, để chăm sóc cho chúng tại gia đình đều do người giúp việc làm, còn mẹ thì phải làm việc khác: đi làm để kiếm tiền!

Khi đón Minh Khuê tan lớp, hai mẹ con tôi vẫn trao đổi, rất hóm hỉnh, về câu chuyện vừa diễn ra trong giờ học hát ở lớp.

Tình huống ấy, nhắc tôi về sự cần thiết của một môi trường sư phạm gia đình.

Từ thời điểm ấy, tôi quyết định không thuê người giúp việc mà tự làm lấy mọi việc. Tuy vất vả, nhưng những hành vi trực quan như thế này: hàng sáng, tôi dậy sớm, mở một đĩa nhạc của Chopin hay Beethoven, Mozart ... (vừa thưởng thức, vừa luyện tai nghe, nhạc cảm cho Minh Khuê), rồi chuẩn bị ăn sáng cho con, tết tóc cho con, cài nơ... Vừa chăm sóc bé, tôi vừa nói những lời dặn dò con những việc cần làm, cần nhớ trong ngày. Sau khi lo cho bé xong, tôi mới lo cho bản thân... Việc này, Minh Khuê quan sát rất kỹ và nhiều hôm cô bé nói: Mẹ ơi, con yêu mẹ lắm! Các bạn ở lớp bảo bạn Minh Khuê “giàu nhất” vì được mẹ tết tóc đẹp, cài nơ và mẹ đưa đến trường!

Như vậy là tôi hiểu thêm một điều thú vị nữa: Với trẻ nhỏ, khái niệm “giàu” đồng nghĩa với việc trẻ được yêu thương, được người có vai trò chính trong gia đình (như bố, mẹ) trực tiếp chăm sóc, chứ trẻ không nhắc đến tiền bạc và tài sản như cách hiểu của người lớn!

Câu chuyện bé Minh Khuê được bầu là “giàu nhất lớp” nhắc tôi đến một phát biểu rất khoa học của tiến sĩ Tâm lý Thần Kinh học Jane M. Healy, bà đồng thời là nhà giáo dục học nổi tiếng bậc nhất nước Mỹ (tác giả cuốn sách “*Làm thế nào để trẻ thông minh hơn? Hiểu biết về đại não và trí lực*”) khi bà nói rằng, những đứa trẻ ngay từ bé nhận được sự chăm sóc, dạy dỗ của người có vị trí quan trọng nhất trong gia đình như bố hay mẹ, trong tương lai sẽ là những đứa trẻ có hệ thần kinh cân phương, khỏe mạnh, tâm lý ổn định, có hạnh phúc nội tâm sâu sắc!

Một buổi chiều khác, sau đó một thời gian, tôi đón Minh Khuê tan trường và cô bé reo lên khi gặp mẹ: Mẹ! mẹ! Hôm nay con có bài hát tặng mẹ này. Vừa leo lên xe, bé vừa líu lo rất say sưa:

Mẹ và Khuê là đôi bạn thân.

Khuê đi chơi, Khuê đi học.

Còn riêng mẹ thì đến cơ quan.

Khuê nhớ mẹ, gắng chăm ngoan.

Mẹ yêu Khuê nên gắng làm.

Mẹ và Khuê là đôi bạn thân...

Cô bé cứ say sưa hát mãi. Tôi biết, con gái rất láu lỉnh, đã tự soạn lời mới từ nguyên thể bài hát *Đường và chân là đôi bạn thân* bé vừa được học tại lớp.

Nghe con gái hát, tôi rất xúc động và lặng lẽ khóc. Điều xúc động chính là ở chỗ, bé đã cảm nhận sự tràn đầy yêu thương của mẹ dành cho bé từ những việc làm bé nhỏ hàng ngày, hàng ngày... từ đó, bé khởi lòng thương mến, yêu quý mẹ thật thà (mà những đứa trẻ khác, nếu không nhận được hướng dẫn ân cần trực quan từ bố, mẹ sẽ không có được), bé tự hứa đưa mình vào kỷ luật như là cách thể hiện bé yêu mẹ ra sao bằng câu hát: "... *Khuê nhớ mẹ, gắng chăm ngoan. Mẹ yêu Khuê nên gắng làm. Mẹ và Khuê là đôi bạn thân...*"

Tôi đã thất bại thảm hại khi làm "mẹ nuôi" của 4 chú mèo con: Để huấn luyện mèo con, tôi không thể thay thế mèo mẹ!

Dòng chảy của cuộc sống hiện đại thật nhanh.

Có nhiều cách thức để thu xếp cuộc sống, và từ đó mang tới nhiều đáp án khác nhau, do xã hội đang ngày càng cung cấp cho những bà mẹ/ ông bố trẻ nhiều gói dịch vụ *làm thay* một cách hoàn hảo. Tuy nhiên, những giao thức, nghi thức không lời trong giao tiếp của mẹ - con; bố - con thì không dịch vụ nào thay thế nổi, đó là những giao thức mang lại những giá trị về giáo dục lớn lao mà mọi "quy trình giáo dục" của các chuyên gia đề xuất đều không thể làm nổi.

Các nhà khoa học đã cảnh báo các bậc cha mẹ điều này: loài người là loài giống chậm trưởng thành nhất trong các loài động vật cấp cao. Ví dụ: Một con voi con khi lọt lòng mẹ, sau khoảng 60 phút, nó có thể đứng dậy chạy chững theo, tìm rúc vú mẹ...

Bạn có thể lấy rất và rất nhiều ví dụ tương tự ở các loài khác nhau! Nhưng với con người, sau khi lọt lòng mẹ, nữ nhi không thể tự tìm đến vú mẹ như các loài vật, mà người mẹ phải bế và chăm con, chủ động cho nó ăn, nếu không, nó không thể sinh tồn. Rồi "*Ba tháng biết lẫy, bảy tháng biết bò, chín tháng lò dò tập đi*" (thành ngữ);

những bản năng cơ sở để sinh tồn ở loài người trưởng thành chậm, nói lên hệ thần kinh trung ương, cũng như tâm lý của trẻ phải được huấn luyện, hỗ trợ bền bỉ, để đi tới hoàn thiện vào tuổi thành niên - 18 tuổi, như luật pháp quy định, vì hiển nhiên, luật pháp cũng dựa trên kết quả những nghiên cứu khoa học sáng tỏ.

Một quy luật tự nhiên như thế, thì cần một lượng thời gian người mẹ, người cha trực tiếp huấn luyện, truyền thụ cho con đến trưởng thành cũng phải dài tương đương, đủ để hệ thần kinh - tâm lý đứa trẻ đạt tới hoàn thiện lành mạnh, khi chúng bước vào tuổi thành niên, trở thành công dân xã hội thực thụ.

Ở loài vật, công việc huấn luyện con con do con mẹ đảm nhận đến khi con con trưởng thành và tách mẹ.

Ở loài người thời hiện đại và cụ thể là ở Việt Nam, trẻ đến bao nhiêu ngày tuổi thì đã được các gói dịch vụ thay thế cha mẹ rồi? Câu trả lời tùy thuộc ở sự nhận biết và nỗ lực của từng người.

Riêng tôi, đã nhận được câu trả lời cho bản thân ngay từ khi nuôi Minh Khuê thuở nhũ nhi.

Hôm đó, vừa cho Minh Khuê bú xong thì nghe ngoài cửa tiếng xôn xao. Cảm giác có chuyện gì đó bất thường, tôi đi ra thì thấy bác hàng xóm đang khóc bên một con mèo mẹ đã chết nằm ngay cạnh cửa ra vào nhà bác. Nghẹn ngào, bác kể rằng, con mèo mẹ đang nuôi 4 con non chưa mở mắt, nó ăn phải bả chuột, nhưng vẫn cố lết về đến nhà với các con của nó... Nhưng nó chết rồi, cháu ạ!

Là người mẹ trẻ đang nuôi con, tôi thấy xúc động lắm. Chỉ nói với bác hàng xóm: Bác để cháu chăm mấy chú mèo con cho ạ, cháu nuôi bằng sữa của cháu, bác yên tâm!

Thế là từ hôm đó, tôi làm thêm một công việc nữa là làm mẹ cho 4 chú mèo con mất mẹ. Tôi bơm sữa bằng xi lanh cho chúng 6 lần/ngày, thay mèo mẹ lau người cho chúng. Thế rồi, đến ngày chúng cũng mở mắt. Tuy nhiên, chú mèo còi nhất đàn đã chết vì không nhận được kháng thể và sự chăm sóc của mẹ nó. Ba chú còn lại

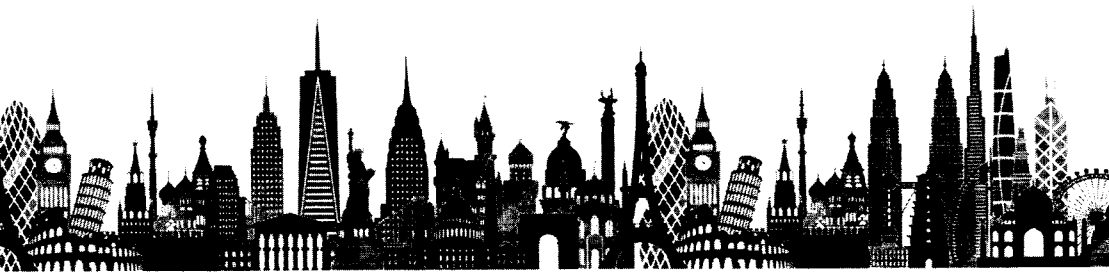
đều lớn, khá bụ bẫm, nhưng chúng góc ghech chẳng giống với những chú mèo con được mẹ mình chăm sóc.

Vì nuôi chúng từ khi chưa mở mắt khá vất vả, nên tôi rất thương lũ mèo, lại thấy chúng góc ghech, nên chưa muốn đem cho ai. Tôi cứ nuôi và chúng kiến sự góc dại của những chú mèo con, do không được mẹ chúng huấn luyện khiến chúng rất vụng về và dần dần đều bị chết vì những rủi ro vốn không bao giờ là vấn đề của loài mèo như: chết đuối trong chậu nước, ngã xuống cầu thang...

Tôi nhớ mãi, nhớ mãi những ký ức về đàn mèo con mất mẹ mà tôi đã thay mẹ chúng nuôi dưỡng, đã nhận lấy thất bại trong huấn luyện chúng với kỳ vọng giúp chúng trở thành những chú mèo đích thực, dù vè như, tôi đã nỗ lực nhiều!

Bài học từ kỷ niệm buồn ấy, dẫn tôi đến một hiểu biết sâu sắc rằng, sự trực tiếp dạy dỗ, huấn luyện và đồng hành của cha mẹ cùng con cái cho tới trưởng thành là một giá trị tuy không thể đo đếm, nhưng là vô giá và thiêng liêng suốt đời!

Nhấn mạnh về giá trị của giáo dục gia đình dựa trên tình yêu thương sáng suốt và tinh thức, một nhà giáo dục người Đức đã nói: “Nếu bạn nhìn vào mắt tôi và khẳng định: Bạn đã đồng hành cùng đứa trẻ của bạn đến năm nó 18 tuổi, thì tôi tin chắc rằng, chúng ta không phải lo lắng gì về tương lai của đứa trẻ ấy!”



Chương 3

KỶ LUẬT NƯỚC MẮT

“Kỷ luật không nước mắt” - con hoang tưởng trả giá bằng nước mắt

Quan điểm giáo dục “4 không”: Tre đã già mà măng vẫn bầy

Nền giáo dục màu hồng và những công dân tổ kén

Thực tế, trong cuộc sống, tôi thường nghe những câu như sau trong các tình huống thảo luận có liên quan đến giáo dục con cái:

* Tôi không muốn con tôi phải cạnh tranh, tại sao trẻ con mà đã phải cạnh tranh như thế? (Không cạnh tranh)

* Tôi không thích con tôi phải chịu áp lực, nên tôi quyết định cho con tôi học trường quốc tế! (Không áp lực)

* Tôi không bao giờ đánh hay trừng phạt con cái, vì tôi không muốn làm tổn thương chúng! (Không kỷ luật)

* Trẻ con như tờ giấy trắng, không nên cho chúng hay biết những chuyện buồn, chuyện không hay của người lớn làm gì, hãy để cho chúng được hồn nhiên! (Không tổn thương)

Những mệnh đề thoảng nghe, tạo cảm nhận về tính nhân văn, cách mạng và cho thấy bản thân người phát biểu rất có ý thức trong tình yêu dành cho đứa trẻ. Phần lớn, những cha mẹ trí thức, nhóm cha mẹ có tư tưởng cách tân trong dạy dỗ con cái là những người đi tiên phong trong quan điểm giáo dục này.

Bên bờ vực “thiếu năng lực chung sống cộng đồng”

Cha mẹ nỗ lực thực hiện hoàn hảo quan điểm giáo dục “4 không” (không áp lực, không cạnh tranh, không kỷ luật, không tổn thương)

trong quá trình nuôi dạy con cái cho đến ngày chúng bước vào tuổi thành niên, tuổi mà dù muốn hay không, chúng cũng phải gia nhập một cách toàn bộ vào đời sống xã hội.

Bấy giờ “*cá thể*” thành niên thụ hưởng thành quả giáo dục “4 không” ấy, tuy đã 18 tuổi vẫn mang một tâm hồn trắng tinh không tì vết của một đứa trẻ non bầy.

Điều này, có chắc chắn làm cho những bậc cha mẹ an tâm như kỳ vọng họ từng mong muốn? Thực tế, đời sống xã hội không chiều lòng ai cả - dòng chảy khách quan luôn lạnh lùng và vô cảm trước mọi giải bày mang tính biện minh cá nhân. Điều này, nhạc sỹ Trịnh Công Sơn đã diễn giải rất nhẹ nhàng bằng hình ảnh, chuyên chở ý của Đức Phật: “Đôi tay nhân gian chưa từng độ lượng!”.

Xã hội loài người nói riêng và quy luật của sự sống nói chung vẫn luôn tồn tại cạnh tranh, trạng thái áp lực gia tăng tùy lúc, hiện thực không như ý gây tổn thương, đau khổ và những hình thức trừng phạt khác nhau v.v..., lúc này lúc khác, đòi hỏi mỗi cá thể phải đối diện và đáp ứng.

Như vậy, với những đứa trẻ được thụ hưởng nền giáo dục “4 không” sẽ bước đến ngưỡng cửa cuộc đời độc lập với tất cả quy luật lạnh lùng không khoan nhượng mà chưa có sự chuẩn bị gì, chưa được huấn luyện và tập dượt để có được tâm thế sẵn sàng đáp ứng mọi thách thức ấy.

Đây là bức tranh phác họa nhanh: bạn trẻ thành niên tuổi 18 đang chia tay với cha mẹ ở cuối “*Thiên đường tuổi thơ*” với cảnh vật đều một màu hồng đẹp đẽ; phần còn lại của bức tranh là rất nhiều màu sắc từ xanh, đỏ, tím, vàng, đủ cả - biểu đạt mọi sắc độ cuộc sống: thành công, thất bại, vui vẻ, buồn bã, áp lực, cạnh tranh, v.v..., nơi mà đứa trẻ sẽ đi tới, sẽ gia nhập, sẽ trải nghiệm, dẫn thân. Bảng *sắc màu cuộc sống* vô cùng phong phú, chiếm gần như phần lớn toàn cảnh bức tranh. Và, nơi những cha mẹ theo đuổi quan điểm “4 không” tiến hành nghi lễ chia tay đứa trẻ của mình - là nơi bạn trẻ ấy đứng chênh vênh bên bờ vực thẳm có tên là “thiếu hụt năng lực chung sống cộng đồng”.

Bạn có an tâm để đứa con của bạn bước tiếp bên bờ vực? Hay bạn níu con về tiếp tục ôm ấp “đứa trẻ” không được trưởng thành ấy trong “Thiên đường tuổi thơ” tàn úa?

Những công dân tổ kén và mùa “trái đắng” của triết lý giáo dục “4 không”

Thực tế, kỳ vọng của cha mẹ về một nền giáo dục yêu thương “4 không” chỉ nằm trong suy nghĩ chủ quan, thiếu sâu sắc, phiến diện hoặc bị cái bẫy của truyền thông về một nền giáo dục “*văn minh không tương*” đánh lạc hướng.

Dù muốn hay không, đứa trẻ của bạn từng bước gia nhập xã hội ngay từ khi 2 - 3 - 4 tuổi, bắt đầu với mô hình xã hội thu nhỏ đầu tiên: trường mầm non.

Trong một tổ chức xã hội thu nhỏ như trường mầm non, nhất thiết đã có những nội quy, kỷ luật, những yêu cầu “buộc” đứa trẻ phải tuân thủ. Nơi đó, cũng hội tụ những quan hệ lỏng lẻo, không máu mủ, ruột rà - nhất thiết bắt đầu manh nha những cạnh tranh, ganh đua tùy mức độ khác nhau. Đó là quy luật!

Và đương nhiên, đứa trẻ của bạn, lúc này đã phải đối mặt với những áp lực của nó. Bạn đã hỗ trợ nó chuẩn bị gì cho điều này?

2 - 3 tuổi, đứa trẻ dần nếm trải sự cạnh tranh, áp lực quan hệ, sự tổn thương tâm lý và buộc phải chấp nhận những kỷ luật thậm chí là những hình phạt khác nhau, v.v... Nước mắt là có đó, kể cả đau khổ.

Bạn đừng chủ quan nghĩ rằng, chỉ người lớn mới có cảm thức đau khổ - nghĩ thế, mặc định thế, nghĩa là bạn đã chưa thật biết cách để yêu thương tuổi thơ của đứa trẻ rồi.

Đứa trẻ phải đối diện với mọi vấn đề nêu trên trong lúng túng, bối rối, trong khi cha mẹ vẫn ảo tưởng với niềm tin mù quáng rằng, họ đang dành cho con cái một *tuổi thơ thần tiên “4 không”*.

Theo năm tháng, bằng bản năng sinh tồn, đứa trẻ tự đánh giá ngày một thấp kém đi do nhận thấy sự yếu đuối và năng lực kém

hiệu quả của bản thân trước muôn vàn thách thức của đời sống xã hội.

Hệ lụy

Đứa trẻ trở nên thụ động, ngày càng chui sâu vào tổ kén mà cha mẹ dành cho mình, biểu hiện qua lối sống thụ động vào sự sắp đặt của cha mẹ khi đã thành niên; thói ỉ lại, lười lao động, trông chờ vào tài sản kế thừa của cha mẹ, v.v... Đến lúc này, dù đã thành niên, những “đứa trẻ” thụ hưởng nền giáo dục “4 không” vẫn hoàn toàn phụ thuộc vào cha mẹ, an phận sống dưới cái bóng che của cha mẹ, “đứa trẻ” ấy không có khả năng tự lập thực sự dù cha mẹ ngày một nhiều tuổi và mất dần khả năng làm chỗ dựa cho nó, như quy luật vốn thế.

Đó là hậu quả của quan điểm giáo dục “4 không” mà tôi có thể nói bằng hình ảnh: “Tre già mà măng vẫn bẩy”.

Hai kịch bản trên, chắc chắn bạn không hề muốn lặp lại trong hành trình làm cha mẹ của mình.

Tiếc thay, đây là điều đang diễn ra khá phổ biến trong giáo dục gia đình ở Việt Nam, đặc biệt trong các gia đình ở những thành phố lớn, có điều kiện. Tôi gọi là *nền giáo dục màu hồng và những công dân tổ kén!*

Xét trên góc nhìn cha mẹ, một viễn cảnh con cái đứng trước ngưỡng cửa cuộc đời mà như đứng trước bờ vực thẳm của sự *thiếu hụt năng lực chung sống cộng đồng, năng lực kết nối xã hội*, thiếu nội lực để có thể đáp ứng mọi tình huống cuộc sống độc lập, chắc chắn bạn sẽ thấy hối hận và đau xót, nhưng đã muộn.

Hoặc, bạn chứng kiến đứa con của mình, bước vào tuổi thành niên mà bộc lộ một tâm hồn - nội lực yếu đuối, không dám đương đầu với cuộc sống xã hội, ngược lại, ngày càng chui sâu vào cái tổ kén mà bạn đã làm sẵn cho nó, chắc hẳn bạn sẽ vô cùng lo âu và thất vọng. Dù muốn hay không, bạn cũng phải nhận về “trái đắng” ấy - hệ quả của thứ tình yêu không *không áp lực, không cạnh tranh, kỷ luật, không tổn thương* mà bạn ương bướng và kiên trì theo đuổi.

Kỷ luật không nước mắt: Ngỡ như “cách mạng” nhưng thực chất là biểu hiện trạng thái bị “ám ảnh” tiêu cực

Kỷ luật không nước mắt hay là quan điểm giáo dục “4 không” thực chất là “chị em sinh đôi”, là hình ảnh tương phản của một hiện trạng khác, đó là môi trường giáo dục hà khắc, thiếu bác ái, dẫn đến cạnh tranh kém lành mạnh làm nảy sinh vô vàn thói xấu như sự đố kỵ, thói hẹp hòi, ganh ghét, mưu mô nham hiểm v.v..., trong xã hội và ngay trong môi trường giáo dục. Đó là môi trường gây nên áp lực bệnh hoạn lên trẻ em với hàng chông giáo trình, hàng núi sách giáo khoa, tình trạng buộc phải học thêm vô giá trị v.v..., khiến tuổi thơ bị đè nén, bóp nghẹt, méo mó, lệch lạc bởi những kinh sách giáo điều, không ít nội dung còn bộc lộ những sai phạm phản giáo dục mà liệt kê ra sẽ mất nhiều trang sách. Đó là nhan nhản những thói xấu, thói kệt cớm, lỗ bịch và “thảm họa” thiếu nhân phẩm của người lớn, mặc nhiên phơi bày trước trẻ nhỏ. Là thói bạo hành, bạo lực con trẻ một cách vô lối, với lý lẽ kiểu: “Cha mẹ sinh ra con cái nên cha mẹ có quyền áp đặt, định đoạt...” hay “thương cho roi cho vọt...” vốn là cách nghĩ thô thiển và phổ biến trong xã hội, dù ngày nay, nó nấp dưới nhiều vỏ bọc tinh vi và nguy hiểm khác nhau.

Phản ứng cực đoan, phán xét, phủ nhận, quay lưng, nổi giận v.v... với hiện trạng giáo dục không như kỳ vọng, thực ra lại cho thấy sự *mắc đính* và tâm lý bị ám ảnh bởi hiện trạng ấy, chứ tuyệt nhiên nó không chứng tỏ thái độ tích cực, thấu đạt quy luật và tinh táo.

“Tuổi thơ thần tiên” của Minh Khuê được tôi định nghĩa “*Là giai đoạn Kim Cương của cuộc đời*”. 18 năm ấy, trong vai trò người đồng hành của con gái, tôi chỉ dẫn để con gái quan sát, nhận biết quy luật cuộc sống, hiện thực khách quan bằng cái nhìn thực tế, tinh táo, không tô hồng, không bôi đen, không lảng tránh.

Từng bước không nôn nóng, tôi lợi dụng mọi tình huống cuộc sống, học tập tại nhà trường để hướng dẫn, hỗ trợ Minh Khuê nhận diện, đón nhận sự cạnh tranh trong tâm thế chủ động đầy nội lực và tự tin. Hướng dẫn con gái tăng tiến dần khả năng thích nghi rồi

đạt tới năng lực làm việc hiệu quả và thu xếp cuộc sống vui vẻ ngay trong môi trường áp lực.

Chủ động tìm lối đi, không đóng vai “nạn nhân” và đổ lỗi

Khi bắt đầu vào lớp 1, cơ cấu môn học của Bộ Giáo dục đưa ra là 13 môn/học kỳ. Lên cấp Hai - cấp Ba tăng lên 14 môn/ học kỳ, dù môn học có thể thay đổi như bỏ hội họa, âm nhạc để tăng thêm hóa, lý hay môn kỹ thuật đổi tên thành môn tin học hay “hướng nghiệp” v.v... Tựu trung là đóng đinh 14 môn/ học kỳ, cơ cấu này duy trì đến hết lớp 12.

Môn học nào cũng đòi hỏi học sinh hấp thụ quá nhiều kiến thức hàn lâm - lý thuyết mà không có nhiều tiết thực hành, thật sự đó là một cơ cấu bạo hành lên trẻ. Tuy nhiên, tôi không ngồi im để đổ lỗi, đóng vai “nạn nhân” kêu ca, tôi nói với con gái rằng, nếu 13 môn là một thách thức và áp lực với tất cả học sinh Việt Nam, thế thì mẹ con mình sẽ thu xếp khoa học để sáng tạo và chung sống vui vẻ với 13 môn học đầy tính hàn lâm và lý thuyết.

Trong khi đó, để tăng cường tố chất cho con gái như triết lý giáo dục mà tôi theo đuổi, chúng tôi còn phải có thêm những tiết học cần thiết ngoài khuôn khổ nhà trường như: Học piano cổ điển chuyên sâu, học 4 kỹ năng tiếng Anh với người bản ngữ, học tư duy logic, học vẽ một cách bài bản và chuyên sâu, hoạt động ngoại khóa và trực quan sinh động, học nhảy múa, học nữ công, học làm đẹp, v.v...

Nếu bạn thấy bảng liệt kê trên là quá nhiều, thì thực ra, nó vẫn chưa hoàn toàn đầy đủ. Tuy nhiên, hành trình của chúng tôi là học như là sống, như là giải trí, chúng tôi hành động và bước đi không nôn nóng.

Đã vững tin vào một chiến lược bền vững cho tương lai nên chúng tôi chung sống với áp lực bằng tâm thế tích cực và thực tế: *Nếu bạn có niềm tin vững chắc vào một tương lai tươi đẹp, thì bạn sẽ có cảm hứng, sức mạnh để đón nhận thách thức và vượt qua nó trong hiện tại!*

Từng bước từ nhỏ, hướng dẫn con gái để bồi đắp năng lực kỷ luật nội tâm, trật tự nội tâm vững vàng, bồi đắp phẩm chất tự tôn

thông qua mỗi lần nỗ lực vượt lên bản thân, chiến thắng bản thân, khắc phục những sai lầm, sai phạm trước đó.

Từng mức độ tăng tiến, tôi hướng dẫn để con gái biết cách chịu đựng, đương đầu với những vết thương tâm hồn, những tổn thương như đối diện với sự mất mát của một người trong quan hệ thân thiết với gia đình, đối diện với cái chết của con cún cưng; từ thực tiễn đó, tôi giải thích cho con gái bé nhỏ thấu đáo về quy luật sinh diệt, sự hữu hạn của đời người, từ đó giúp con biết quý trọng hơn cuộc sống.

Giúp con gái nhận diện thói nói xấu, bôi nhọ sau lưng, v.v..., hướng dẫn con nhìn nhận mọi vấn đề trong sự bình thường như vốn thế và cách thức để chủ động chữa lành vết thương trong nhận biết, hiểu biết quy luật, bản chất của quy luật.

"Nguyên liệu" cuộc sống vô cùng phong phú, tôi chỉ làm một việc là gọi tên sự vật, hiện tượng và gợi ý để con nhận diện với thái độ chủ động.

Những "chiêu" cạnh tranh và giá trị của nội lực vững vàng

- Mẹ ơi, hôm nọ kiểm tra một tiết môn hóa. Khi thời gian sắp hết thì bạn Q. được mệnh danh là "trùm" môn hóa của lớp, lên nộp bài, rồi khi quay trở về chỗ, liền ghé xuống bên con, bạn ấy bảo: "Cậu xem lại kết quả đi!" Con bảo: "Sao hả cậu?" Bạn Q. đáp: "À thì tại đáp án của tớ không giống đáp án của cậu thôi mà!"

Nghe thế, con cũng thoáng lúng túng, vì bạn ấy học "chúa" nhất lớp về môn hóa mà. Nhưng rồi, con nghĩ: "Mình đã tính toán kỹ rồi và đây là kết quả mà mình đã vững tin. Thôi kệ! Không nên nao núng lúc này!"

Tôi tò mò hỏi thúc: "Cuối cùng thì sao hả con, ai đúng, ai sai?"

Minh Khuê nhoen cười an nhiên: "Cuối cùng, cả hai đưa cùng điểm 10 mẹ ạ!"

Sau việc ấy, con thầm cảm ơn bạn Q. vì bạn ấy càng khiến con nhận thức sâu sắc điều mẹ dạy: "Hãy vượt lên bằng nội lực, hãy lắng nghe nội lực và bình thản chấp nhận cạnh tranh của ngoại cảnh!"

Mẹ thật cừ, mẹ ạ!

Vì được tập dượt thường xuyên trong sự hướng dẫn, ân cần của tôi, khiến 18 năm đầu đời của Minh Khuê luôn tràn đầy năng lượng, tràn đầy cảm xúc, phong phú những nhận biết để ngày một vững vàng nội tâm, nội lực. Dần dần, Minh Khuê có được một tâm thế bình thản, khiêm nhường, thấu hiểu nên càng lớn càng trở nên thân thiện, cởi mở, từ ái và chân thành dễ mến.

Mẹ Việt phải yêu con và dạy con bằng “tài sản” là tuệ giác của mình, áp dụng một cách thông thái những quan điểm giáo dục tiên tiến trong hoàn cảnh ngay nơi mình đang sống, không chạy trốn hay chối bỏ hoàn cảnh môi trường.

Không thể ngồi chờ một nền giáo dục hoàn hảo vì đứa trẻ của bạn vẫn lớn từng ngày và cần được bồi đắp những phẩm chất cốt lõi!

Đứa trẻ của bạn vẫn lớn lên từng ngày, không chờ đợi đến ngày nào đó để thụ hưởng một môi trường hoàn hảo. Và đương nhiên, nhân cách của đứa trẻ cũng được hình thành và định hình ngay tại nơi nó đang lớn, không phải là nơi khác! Vì lý do đó, trong nỗ lực đồng hành cùng đứa trẻ trưởng thành, mẹ Việt cần chủ động, bình tâm quán chiếu thực tại khách quan, tư duy thực tiễn, hành động sáng suốt, bền bỉ, kiên trì hơn bất cứ người mẹ nào ở các quốc gia văn minh.

Nếu chuẩn bị cho mình một tâm thế vững vàng như vậy, Mẹ Việt có cơ sở để vững tin về một tương lai đủ năng lực làm chủ vận mệnh, vững tin vào khả năng trở thành chủ nhân toàn cầu của những người con Việt tràn đầy nội lực.

Và, có hoan hỉ nào tràn đầy hơn, khi người mẹ nhìn thấy con cái trưởng thành khỏe khoắn, lành mạnh, có lòng từ ái - khiêm nhu, và lúc này, người mẹ thanh thản nói, “Tôi đã đồng hành cùng 18 năm kim cương của con mình hoàn toàn trọn vẹn!”

Thiết nghĩ, chúng ta nên thay đổi cách nhìn để khớp với quy luật của sự sống rằng, trẻ không chủ động được sinh ra. Chúng bị động

có mặt trên đời, chúng được sinh ra bởi người lớn cần có chúng trên đời. Lý do có nhiều: 1/ Vì tình yêu và cảm hứng được làm cha mẹ; 2/ Vì lo lắng cho tuổi già cô đơn không nơi nương tựa; 3/ Vì khát vọng gắn kết bền lâu với một đối tác khác phái trong tình ái lứa đôi, v.v...; 4/ Hoặc sự kết hợp của nhiều lý do.

Cho dù vì bất cứ lý do gì, bạn cũng phải đảm bảo rằng, những đứa trẻ được sinh ra cần được dạy dỗ chu đáo, ân cần trong yêu thương và tuệ giác của cha mẹ, gia đình và xã hội trong suốt 18 năm đầu đời, để chúng có khả năng gia nhập trọn vẹn vào đời sống xã hội, hay nói nôm na là biết sống với người dung.

Cao hơn thế, khi đứa trẻ trưởng thành, biết sống thông dong, hoan hỷ, lợi lạc cho bản thân, hữu ích, hướng thượng và truyền cảm hứng tích cực đến cộng đồng, thì đó là một thành quả xúc động. Đó là viễn cảnh thiết thực thôi thúc nỗ lực hành động yêu thương, tình thức mãnh liệt của cha mẹ, không ngừng bền bỉ hướng dẫn đứa con thân yêu nên *Người* theo nghĩa viết hoa đẹp đẽ.

Hai xu hướng giáo dục con cái đối nghịch tồn tại song hành, xung đột, tương phản: Một bên là quan điểm giáo dục “4 không”; một bên là quan điểm giáo dục hà khắc và áp đặt. Hai “cô nàng” giáo dục “khó chịu” này mâu thuẫn nhau gay gắt, xung đột nhau chí chóe, nhưng lại chính là chị em sinh đôi của bà mẹ có tên là: Nỗi hoang mang và bất an mãn tính!

Thực chất, hai quan điểm giáo dục cực đoan ấy đều một cách nhìn nhận rất thô thiển và không tôn trọng quy luật tự nhiên - quy luật xã hội.

Trong một nền giáo dục đúng đắn và từ ái, bản thân đứa trẻ và những năng lực cốt lõi cần thiết bồi đắp cho nó: năng lực tư duy và xã hội, được đưa vào trung tâm của sự giáo dục.

Buồn thay, cả hai cách giáo dục trên đều nhân danh “Tình yêu dành cho đứa trẻ” nhưng thực chất, đều nhằm thỏa mãn thói “chủ quan ngã mạn” của cha mẹ, ý muốn của cha mẹ mà thôi!

Những đứa trẻ lớn lên - thụ hưởng ở hai kiểu dạy dỗ cực đoan ấy đều giống nhau ở chỗ, chúng khó khăn để tìm thấy hạnh phúc nội tâm, khó khăn để cảm nhận được giá trị bản thân, thậm chí, không ít trẻ khó lòng tìm thấy tình yêu với chính bản thân nó. Do đó, những trẻ này cũng khó lòng nảy nở tình yêu với tha nhân, tình cảm từ ái, độ lượng - đây là những phẩm chất cần có thuộc bản năng hướng thượng, giúp đứa trẻ có được trạng thái bình an bền vững, hoan hỉ nội tâm.

Dương nhiên, sự thành công đích thực, “trái ngọt” đích thực của một triết lý giáo dục, được nhận thấy bằng một cuộc sống cân bằng, lợi lạc, dồi dào ý nghĩa, là điều xa vời đối với những trẻ này.

Những cha mẹ hoang mang: Đầu hàng bất lực ngay cả khi trẻ ương bướng hỗn láo? Vì sao?

Bạn sẽ không hiếm gặp những lời phàn nàn kiểu như:

“Dạy trẻ con bây giờ khó thật, hễ cao giọng trách móc chứ chưa nói đến đánh mắng như các cụ ngày xưa, là chúng có thể bỏ nhà ra đi. Xã hội thì quá nhiều cạm bẫy, nào quán Internet, thuốc hướng thần bày bán như bán thuốc diệt chuột, muốn mua không khó, không đắt; kẻ xấu rình rập để lạm dụng con mình thì nhan nhản, thú thật mình thấy bất lực ngay cả khi con cái ương bướng, hỗn láo.

Thôi thì đất không chịu trời thì trời chịu đất vậy. Cha mẹ sinh con trời sinh tính, biết làm sao được? Minh cũng rất quan tâm, mình cũng rất sát sao dạy bảo mà sao thấy khó quá!”

Quả nhiên, hiện nay, tình trạng trẻ đến tuổi dậy thì và vị thành niên sẵn sàng bỏ nhà đi bụi, đi qua đêm để đáp trả lại những hình thức kỷ luật cứng của cha mẹ như mắng mỏ, quát đánh là phổ biến kể cả tại những vùng nông thôn. Bỏ nhà đi, đồng nghĩa với việc chúng sa đà vào Internet, với muôn vàn thứ xấu xa trên mạng ảo, sa đà vào những nhóm bạn xấu v.v..., điều này, khiến các bậc cha mẹ càng trở nên bất an, lo lắng.

Tâm trạng bất lực lây lan trong các cha mẹ khi đề cập đến vấn đề giáo dục, uốn nắn trẻ khi chúng vượt quá giới hạn ứng xử cho phép, như: nói dối, hỗn láo, bỏ học, vô kỷ luật, lười biếng, bạo lực, vô cảm v.v... Trong xã hội bầy đàn của loài động vật nói chung và xã hội loài người nói riêng, đều có những nguyên tắc - giới hạn cho phép. Trường hợp một cá thể nào vượt ra khỏi nguyên tắc - giới hạn, đương nhiên, phải nhận lấy hình phạt: bị nhắc nhở, cảnh cáo, bị xua đuổi ra khỏi tổ chức, nặng hơn là bị bắt giam, kết án, v.v... Đây là thực tế đương nhiên để duy trì trật tự xã hội và bất cứ cá thể nào khi gia nhập xã hội đều bị điều chỉnh bởi những quy định xử phạt này.

Thế nhưng, cha mẹ lại đang rơi vào lúng túng khi giáo dục và huấn luyện đứa trẻ tại gia đình để giúp trẻ gia nhập xã hội.

Gia đình phải là “ngôi trường” tập dượt và huấn luyện để trẻ thấu đạt các nguyên tắc ứng xử xã hội

Vì xã hội sẽ đưa ra hình phạt nghiêm khắc khi cá nhân phạm lỗi, vì nếu bạn không tập dượt để trẻ biết được giới hạn ứng xử nguy hiểm, để giúp trẻ kiểm soát hành vi và bồi đắp năng lực kỷ luật nội tâm - trật tự nội tâm, nhiều khả năng trẻ sẽ gặp rắc rối khi gia nhập xã hội.

Hình phạt của cha mẹ là vì yêu thương và tình thức. Hình phạt của xã hội là “bất vị tình” và không thiên vị.

Điều hiển nhiên là, cha mẹ nên dũng khí, can đảm và thông thái để huấn luyện, giúp trẻ nhận thức được nguyên tắc và giới hạn cho phép trong ứng xử. Cha mẹ cần giúp trẻ thấm thía giá trị của phẩm chất tự tôn - là cơ sở để trẻ tự nâng dần năng lực kiểm soát hành vi xã hội. Đây là cơ sở để trẻ trưởng thành thành công dân có nội tâm - nội lực, tự do - tự tại vì biết chung sống trong trật tự xã hội, tôn trọng nguyên tắc và giới hạn cho phép của xã hội.

Nếu ngược lại, trẻ không được huấn luyện, trải nghiệm những hình phạt khi vượt quá giới hạn cho phép - nó không có trải nghiệm

tự tôn nào, không tập dượt được năng lực kỷ luật nội tâm vững vàng, trẻ dễ có xu hướng quậy phá, bất tuân quy tắc xã hội, ngổ ngáo, không tôn trọng xã hội, mất năng lực kết nối xã hội theo hướng tăng động, bất tuân... dẫn đến phạm lỗi, phạm pháp, phạm tội, v.v... Và, lúc này, trẻ đứng trước những hình phạt nghiêm khắc của xã hội.

Viễn cảnh ấy, có thức tỉnh bạn chút nào không?

Rằng, nếu đứa trẻ không có trải nghiệm nào, không nhận được bất cứ hình phạt nào khi sai trái trong gia đình, thì nhiều phần nó sẽ buộc phải trải nghiệm hình phạt của xã hội!

Hình phạt xã hội được hiểu rộng, đó là: bị chối bỏ, không được đón nhận vào một tổ chức nào đó; không được vào một môi trường nào đó vì không tôn trọng nội quy; bị ghê lạnh khi có mặt tại nơi công cộng; bị gặp rắc rối với pháp luật từ xử phạt hành chính tới hình luật, v.v...

Do đó, để huấn luyện đứa trẻ trở thành công dân xã hội lành mạnh, bạn phải coi gia đình là một mô hình xã hội thu nhỏ, có các nguyên tắc - giới hạn ứng xử, có thưởng và có phạt, v.v... Có khác chăng là nơi đó - gia đình của trẻ - tràn đầy yêu thương, ấm áp ngay cả khi thực hành kỷ luật, không hà khắc và tàn nhẫn ngay cả khi phải dùng hình phạt.

Không được lảng tránh và thoái thác, vì bạn yêu đứa trẻ của mình, bạn phải can đảm giúp trẻ tập dượt những trải nghiệm nghiêm khắc khi nó mắc lỗi, phạm lỗi và buộc nó phải chấp nhận hình phạt.

Hãy trở thành huấn luyện viên đặc biệt của trẻ: Bằng một trái tim yêu con vô điều kiện và một khối óc hiểu biết, tỉnh táo!

Bạn phải vượt qua nỗi sợ hãi mơ hồ, gạt bỏ những suy nghĩ nửa vời, để nhận thấy "Yêu thương đích thực là một thái độ tỉnh táo và nghiêm nghị để huấn luyện đứa trẻ năng lực tự kiểm soát, năng lực tự kỷ luật mà không ít khi phải dùng đến hình phạt để tỉnh thức

đưa trẻ, giúp nó tự đưa mình vào trật tự nội tâm, nhằm có được an nhiên trong quá trình gia nhập đời sống xã hội, an hòa, tự do và không rơi vào bất cứ rắc rối nào.”

Đầu hàng hay bắt lặc, thỏa hiệp, thậm chí là sử dụng biện pháp mua chuộc, mặc cả với trẻ khi chúng vượt quá ngưỡng của những giới hạn cho phép về kỷ luật, hay những sai phạm cần uốn nắn, sửa đổi, đang là cách mà nhiều bậc cha mẹ đành lựa chọn, vì họ cho rằng, điều này còn an toàn khả dĩ hơn là dùng hình phạt nào đó vì họ lo sợ nguy cơ trẻ bỏ nhà đi.

Hệ lụy của thái độ lúng túng, bối rối, mất phương hướng trong quá trình đồng hành cùng con, đương nhiên là nguyên nhân hình thành một bộ phận không hề nhỏ thế hệ trẻ lớn lên yếu đuối theo hai hướng sau:

♥ Không có kỹ năng để xoay xở với những nguyên tắc, kỷ cương của xã hội, đặc biệt càng khó tham gia các tổ chức xã hội cao hơn vì không thể đáp ứng những đòi hỏi về kỷ luật tự giác, sự nỗ lực cần thiết cũng như khả năng kiểm soát cảm xúc - hành vi, do đó luôn rơi vào tình trạng phạm lỗi, gặp nhiều rắc rối trong cuộc sống, cảm thấy bất an, bất mãn với xã hội, dần dần thu mình lại và ôm trong lòng chủ nghĩa thất bại, thói quen đổ lỗi cho ngoại cảnh, thích đóng vai “nạn nhân” không may mắn.

Đây là “*sản phẩm*” - những cá nhân được cha mẹ nhanh chóng thỏa hiệp, không bao giờ dùng hình phạt, kỷ luật, thay vào đó là những mua chuộc kiểu như: con chịu khó học hành, mẹ sẽ mua cho cái iPhone; hay “Con phải biết nghe lời thì mẹ mới yêu” hay “Con làm bài tập đi, tối mẹ cho tiền đi ăn KFC cùng các bạn”, v.v... Lâu dần, những đứa trẻ quen với tâm thế được mua chuộc, có thói quen mặc cả để thực hiện một yêu cầu nào đó, sẽ nảy sinh tâm lý ngạo mạn, coi mình là trung tâm muốn gì được nấy.

Tiểu thay, xã hội không có trách nhiệm phải chiều chuộng ai, do đó những cá nhân này sẽ dần rơi vào cảm thức của chủ nghĩa thất bại.

♥ Do dạn dĩ với hình phạt, với đòn vọt từ tấm bé, cộng thêm những lần bỏ nhà đi bụi với cảm thức bất mãn, oán hận đối với đấng sinh thành đã đối xử bất công, những cá nhân này có xu hướng trở thành những con người nhẫn tâm, lạnh lùng, ích kỷ và có thể đi đến phạm tội không dừng dứt.

Hoặc ngược lại, có thể trở nên nhu nhược, sợ hãi và thấp hèn do cảm giác về giá trị bản thân bị đánh mất trong những trận đòn hay hình phạt hà khắc, phải hứng chịu lăng mạ không xót thương ngay từ tấm bé.

Yêu thương con cái vô điều kiện không bao giờ, chưa bao giờ đối lập và mâu thuẫn với việc cần phải huấn luyện, cần phải có những lúc nghiêm khắc thậm chí là sử dụng đến hình phạt trong huấn luyện.

Điều phân tích này cho thấy, phần lớn các bậc cha mẹ đang bị nhầm lẫn, mơ hồ giữa các hệ giá trị khác nhau, hãy phân biệt rõ:

♥ “Tình yêu thương con cái vô điều kiện” phải là phẩm chất cần thiết của cha mẹ tuệ giác;

♥ “Nỗ lực giáo dục con cái một cách tinh táo và lý trí” phải là mục tiêu lớn nhất của cuộc đời;

♥ Và “Áp dụng những hình thức kỷ luật - hình phạt” trong quá trình huấn luyện con cái, đó là một công cụ, một giải pháp tùy lúc.

Như vậy, bạn đã thấy rõ các hệ giá trị này không bao giờ triệt tiêu, mâu thuẫn hay đối nghịch nhau.

Bây giờ, bạn chỉ cần minh triết một điều quan trọng, mấu chốt: Dù bạn sử dụng công cụ gì trong nỗ lực giáo dục và hướng dẫn đồng hành cùng con cái, thì dứt khoát thứ công cụ đó phải được sử dụng dựa trên một *tình yêu thương vô điều kiện và một tuệ giác tinh táo*, có cân nhắc thận trọng đến hiệu quả lâu dài đối với tâm hồn và tuệ giác đứa trẻ!

Năng lực chữa lành vết thương: 20 năm và 3 tháng

Để bạn đọc có được cảm hứng thuyết phục về quá trình đồng hành cùng con gái của tôi - quá trình đã có không ít nước mắt, la lối, thậm chí có cả lần rơi vào mộng - tôi mạnh dạn chia sẻ những suy nghĩ chân thành của Minh Khuê sau hơn 3 tháng gia nhập cộng đồng Đại học Harvard.

Đó thực sự là những đối thoại gây xúc động sâu sắc:

Thư gửi mẹ Hải Âu nhân ngày sinh nhật mẹ:

Mẹ thân yêu! Nếu mẹ nghĩ 18 năm qua mẹ đã sống dần thân, đã tự nghiên cứu, đã nuôi con để đến ngày con bước chân vào cổng trường Harvard - đó là tất cả hạnh phúc và thành công của mẹ! Nếu mẹ chỉ nghĩ thế thôi, thì mẹ sai rồi!

Mẹ thân yêu, con đang đứng nơi đây - trường Đại học Harvard - và sau một thời gian chưa thật dài, con vẫn có thể nói rằng, những gì mẹ dành cho con 18 năm qua, những gì con nhận được từ sự dạy dỗ của mẹ, thực sự có ý nghĩa với con gấp 10 lần hoặc hơn thế nữa so với việc con được nhận vào trường Harvard.

Mẹ thân yêu! Mẹ vẫn dạy con, “sống là một hành trình dần thân không mệt mỏi” và Harvard chỉ là một chặng đường mà con cần đi qua.

Từ nơi đây, khi chỉ có con tự lo cho chính bản thân mình với tất cả áp lực của Harvard, mà bất cứ sinh viên nào cũng hiểu là vô cùng to lớn, từ nơi ấy, con tìm được chỉ dẫn từ những bài học hàng ngày của mẹ, để con thu xếp, giải quyết hoàn hảo hàng núi công việc. Con vẫn có được

cuộc sống hoan hỉ, an vui giữa môi trường áp lực khủng khiếp ấy, con càng thấy biết ơn mẹ vô cùng.

Mẹ hãy tin rằng, suốt 18 năm qua, mẹ đã dành tặng cho con những bài học làm người vô cùng quý giá, những bài học về nghị lực, ý chí, tình yêu thương đích thực và biết cách chung sống thật tuyệt vời!

Con muốn nói rằng, con yêu mẹ thật nhiều!

Thầy giáo Trần Văn Khải, chủ nhiệm lớp Chuyên Toán - Trường PTTH chuyên Hà Nội - Amsterdam từng hỏi Minh Khuê: “Học tập ở Harvard là một trạng thái áp lực triền miên và chỉ có thể diễn tả bằng một từ đó là “áp lực siêu khủng” - với con thì sao, Minh Khuê?”

“Dạ, con thấy con thu xếp và học tập rất ổn thầy ạ. Bởi chẳng có áp lực nào có thể “đình” và “khủng” bằng áp lực của “bà mẹ phát xít” có tên là Hồ Thị Hải Âu của con, he he! Mẹ đã bền bỉ hướng dẫn con trong hơn 10 năm qua, để con biết thu xếp, biết cách đáp ứng tốt với hơn 15 môn học (trong đó, gồm 13 môn của trường phổ thông và các môn năng khiếu nghệ thuật khác), hiệu quả mà vẫn có thời gian vui chơi thư giãn, làm bếp, cắm hoa, xem ti vi, trồng cây, làm đẹp và tán dóc hàng ngày ạ.

Mẹ thường nói với con: Áp lực là hiện thực cuộc sống, mẹ con mình sẽ bắt đầu cuộc chơi bằng tên gọi “Vui vẻ cùng áp lực!””

Các em học sinh trường PTTH năng khiếu Ngôi sao, thành phố Hồ Chí Minh từng hỏi chị Minh Khuê:

“Chị Minh Khuê có thể cho chúng em biết mức độ cạnh tranh giữa Đại học Harvard và trường chuyên Hà Nội - Amsterdam ở đâu khốc liệt hơn?”

Minh Khuê: “Câu hỏi của em thật thú vị. Thực ra, sự cạnh tranh ở hai ngôi trường này được hiểu theo hai nghĩa hoàn toàn khác nhau. Ở môi trường học tập tại Việt Nam nói chung, thì sự cạnh tranh được hiểu là sự xếp hạng từ cao đến thấp giữa các cá nhân, nên đó thực sự là cuộc cạnh tranh hướng ngoại, có tính đối kháng hơn thua.

Ở Harvard, “cạnh tranh” được hiểu là hành trình tự thân vươn lên để chinh phục những đỉnh cao hơn, trong vương quốc tri thức nhân loại, nơi mà mọi ham muốn khám phá tri thức của sinh viên được phục vụ và hỗ trợ tốt nhất. Do đó, “cạnh tranh” được hiểu là sự nỗ lực để vượt lên các giới hạn bản thân, chinh phục bản thân ở những tầm cao mới.

Chị ngồi đây với các em lúc này, nhưng chị muốn nói lời cảm ơn nền giáo dục Harvard, đã cho chị cơ hội hoàn hảo để chị được khám phá chính bản thân mình một cách thách thức và vô cùng thú vị. Đó là cách để hiểu về “cạnh tranh” ở Harvard”.

Cảm giác cô đơn của tôi khi chiếc phi cơ đưa Minh Khuê sang Harvard, cất cánh khỏi đường băng Nội Bài

Thực ra, khi tiễn con rời tổ ấm để gia nhập cộng đồng Harvard, tôi có nỗi buồn lặng lẽ, chiêm nghiệm mà không nói ra với ai.

Nỗi buồn đó, có tên: “Minh Khuê đang khoái chí vì thoát được mẹ”.

Tôi võ đoán: “Cô bé đang sung sướng với cảm giác được giải thoát khỏi sự kìm kẹp, soi mói, bới lỗi, la lối luôn mồm, thậm chí có khi còn bị nhận vài lần roi vào mông nữa”.

Tôi suy diễn tiếp: “Nó chưa thể hiểu rằng, để có cánh bay mạnh mẽ lúc này, trên hành trình của hai mẹ con, có không ít những giọt mồ hôi, nước mắt, những đêm thao thức tìm phương hướng giải quyết, những nỗi đau mà mình giấu trong tim. Nó sẽ nhìn nhận sự can đảm đương đầu, không khuất phục của mình trước những ương bướng dường như hỗn láo, cấu thả, ngạo mạn tức thời của lứa tuổi dậy thì bất ổn, như là một món nợ, nó sẽ đòi lại bằng sự xa lánh mình, khước từ gần gũi, thân thiện với mình trong một thời gian dài...” Tôi lan man nghĩ thế.

Khi Minh Khuê khuất sau phòng cách ly của cảng hàng không quốc tế Nội Bài, tôi đã bật khóc ngon lành, ngay trên sân ga đông đúc,

tôi cảm giác như thể đang vượt khỏi tầm tay điều gì đó quý báu nhất trên đời.

Tiếng phi cơ xa dần, tôi bước đi một mình mà lòng trống vắng, mênh mông. Tôi nghĩ, “Minh Khuê cần phải đi qua hai chục năm nữa, mới đủ trải nghiệm, đủ từ ái và nhận hiểu, để trân quý những gì mà mẹ đã dành cho mình, cũng như tôi đã từng thế”.

Bạn biết không, đó là tâm trạng của tôi khi chia tay con gái lần đầu. Và chỉ lần đó thôi. Nhưng đó cũng là điều tôi đã hình dung đến, ngay trên chặng hành trình đầu tiên cùng con 18 năm qua.

Với tôi, sự nhận thức đó giống như là sự “hy sinh” thật sự. Đây là lần duy nhất tôi dùng từ “hy sinh” trong cảm thức tình yêu dành cho con.

Sự hy sinh này là có thật - đó chính là chủ động “hy sinh” cảm giác được đón nhận tình yêu nhất thời của con trẻ, “hy sinh” sự hài lòng của con trẻ về hình ảnh người mẹ, để can đảm đương đầu với những vấn đề rắc rối do lứa tuổi, đương đầu với những biểu hiện lười biếng, bảo thủ, nói dối, thiếu tính kỷ luật tự giác, thiếu dũng cảm, hèn yếu, v.v...

Can đảm và tràn đầy tình yêu vô điều kiện để đón nhận phản ứng tức giận của của đứa trẻ: “Con ghét mẹ lắm!”

Cảm giác phải hy sinh tình yêu của con dành cho mình không dễ dàng chút nào, nhất là với người mẹ - lại là một người mẹ đơn thân. Nhưng tôi tin vào tính đúng đắn của tình yêu sáng suốt mà tôi dành cho con.

Xả bỏ “cái tôi” được vượt ve là “Người mẹ hiền” hay “Người mẹ tâm lý không bao giờ la lối con cái” hay “Con mình yêu mình lắm vì chẳng bao giờ mình to tiếng với nó cả, tình cảm cha con bao giờ cũng ổn”, v.v...

Tôi tin vào tình yêu con vô điều kiện của tôi, tin vào sự sáng suốt, tinh táo của lý trí để thấu đạt rằng, điều quan trọng bậc nhất của biểu hiện tình yêu dành cho con là *xả thân* để huấn luyện con

dần trở thành một cá thể sinh động, năng động, nội lực và tràn đầy khi nó bước vào đời sống xã hội toàn bộ; là cống hiến tình yêu của tôi trong những thực tiễn phải đương đầu, huấn luyện sao cho khi con gia nhập xã hội, con được cảm giác làm chủ đời mình một cách phức tạp, thành thoi không vướng bận, sợ hãi, yếu mềm, hay mơ hồ.

Trong khi đem đến, trao tặng cho con gái những trải nghiệm êm ái, ngọt ngào thần tiên của tuổi thơ, ví như những trải nghiệm ngoài thiên nhiên, biển - rừng thơ mộng, những bữa ăn với nến thơm, căn phòng khách luôn thoảng mùi thảo dược... Hay những khi ôm nhau trùm chăn, tắt điện, trong bóng tối kể chuyện ma rồi rú lên khoái trá, v.v...

Trong khi đó, tôi cũng luôn hiểu, tôi phải nỗ lực để bồi đắp cho con những kỹ năng cốt lõi: năng lực chấp nhận cạnh tranh, năng lực chấp nhận áp lực, năng lực tự kỷ luật, năng lực lao động bền bỉ, năng lực chấp nhận thất bại, hứng chịu tổn thương và năng lực tự chữa lành, v.v...

Đây là những phẩm chất Minh Khuê cần được mẹ hướng dẫn thuần thực, trước khi cô bé thực sự bay tới bầu trời của cô ấy - biết chung sống và có khả năng hưởng thụ cuộc sống tự do với người dung.

Quả là một trọng trách cam go, mà cấp thiết, không thể dừng, trong vai trò người mẹ!

Yêu con vô điều kiện và tự biến mình thành một phòng thí nghiệm, biến mình thành kẻ “luôn phản biện” đáng ghét nhất thế giới của con

Tôi đặt mục tiêu:

18 năm đầu đời của con gái, khi còn trong vòng tay mẹ, là giai đoạn con được huấn luyện trong “Ngôi trường đặc biệt” với đầy trải nghiệm: có ngọt ngào êm ái, có hoan hỉ an lành, có hưởng thụ vui chơi, có thành quả phần thưởng.

Nhưng cũng tại ngôi trường ấy, con sẽ trải nghiệm cả những sắc thái khác: có thất bại, có khổ đau, có áp lực, có cạnh tranh, có thất vọng, có tổn thương, có mất mát... Đó là những trải nghiệm hoàn toàn trong kiểm soát, trong an toàn của tình yêu thương vô điều kiện và tinh thức của người mẹ.

Tất nhiên, không ít khi biện pháp được dùng tới rất nghiêm khắc, kể cả hình phạt để hỗ trợ rèn luyện phẩm chất của con, dần chuyển hóa những phẩm chất thành kim cương: vững chãi, nội lực bên trong; an nhiên làm chủ với ngoại cảnh, khi con bước vào đời ở tuổi thành niên - tuổi 18 đẹp đẽ.

Giáo dục truyền thống: Ký ức - kế thừa và phủ nhận

Ngay từ khi Minh Khuê còn bé bỏng, tôi đã phải chịu áp lực của làn sóng "chỉ yêu thương là đủ" - một tinh thần mới mẻ trong quan điểm giáo dục con cái lan rộng trong xã hội Việt Nam, đặc biệt là tầng lớp trẻ, trí thức. Những phản kháng lại kiểu nuôi dạy con hà khắc của các thế hệ cha mẹ Việt trước đó càng làm cho làn sóng ấy có cơ hội dâng lên như một liều thuốc an thần. Tôi cũng không ngoài tâm lý đó.

Lớn lên trong một gia đình mà cả ba và mẹ tôi đều có xuất thân dòng dõi, khá giả của xã hội những năm đầu thế kỷ XX. Mẹ là con nhà buôn có tiếng ở Vinh, ba là con nhà nho được cho ăn học trường Pháp từ bé. Cách mạng và những biến cố xã hội tiếp sau làm thay đổi cuộc sống của đôi vợ chồng ấy.

Đồng con, lại bỗng dung thành vô sản do bị tịch biên tài sản, bị phân biệt đối xử hết như thành phần xấu của xã hội, họ phải gồng lên, phải thu mình lại, âm thầm kiếm sống bên lề xã hội thời đó, để nuôi con và bảo toàn gia đình.

Do đó, việc dạy con cái một cách hà khắc bằng la lối, đòn vọt là điều khó tránh. Với tinh thần không gì lay chuyển là phải luôn vươn lên bằng học vấn, tự học vấn và lao động chăm chỉ, đòn vọt là điều tôi hứng chịu thường ngày. Học tập - luôn phải đứng nhất lớp;

lao động - luôn phải hoàn thành khối lượng công việc lớn, như: giặt giũ cho cả nhà, lấy rau nuôi lợn, nuôi gà, thỏ, chăm sóc sân vườn và 20 gánh nước mỗi ngày, cơm nước ba bữa, v.v..., bất chấp quy luật tự nhiên. Tôi hiểu, tôi phải tự xoay xở, tự thu xếp mọi việc ổn thỏa, nếu không hoàn thành là bị đánh, bị mắng, chứ không có chuyện giải thích, hay được phân tích.

Giữ nếp nhà “dòng dõi trâm anh” ngay cả khi xã hội đầy biến cố và nhiều giá trị đảo lộn, cả khi gia cảnh nghèo bần, vẫn giữ phong lưu nếp nhà, thì có nghĩa rằng, con cái trong những gia đình ấy, phải lao động cật lực hơn, học hành khổ luyện hơn và chấp nhận đòn roi vì một ý chí và nỗ lực không chịu khuất phục số phận của ba mẹ.

Nhìn lại, tôi nhớ tuổi thơ của tôi ngập nước mắt, lăn roi đòn vọt, lao động cật lực, sợ hãi và lo âu.

Cũng ngay thời điểm thơ bé ấy, tôi vẫn biết thương ba mẹ nhiều vô hạn, vì hàng ngày, chúng tôi tận mắt chứng kiến ba mẹ trần mình, lao mình vào bão tố cuộc đời kiếm kế sinh nhai, để nuôi và dạy các con nên người, trong bất cứ hoàn cảnh nào cũng không buông tay khuất phục.

Họ nhẫn nhịn với bên ngoài, kiên gan và mềm mỏng, nhất là ba tôi. Và, họ nghiêm khắc với bên trong: với chính họ và con cái. Lao động cật lực, học hành khổ luyện, thức khuya dậy sớm, nhưng bao giờ cũng đề cao việc học hành, tu dưỡng. Với khách quan, họ luôn khiêm nhường, chịu thiệt, hòa hiếu, mục tiêu là giữ được nguyên khí cho sự tịnh tiến học hành, cho sự vượt lên của nội lực, tránh để con cái gặp những rắc rối không cần thiết.

Hình ảnh mẹ dậy đi làm từ 2 giờ sáng đến 10 giờ đêm mới trở về. Những giọt mồ hôi của mẹ nhỏ từng giọt lăn tròn trên lối đi cát bóng, dáng mẹ vạm vỡ xiêu vẹo với đòn gánh trĩu vai những trưa hè oi ả, khiến lòng tôi quặn đau khi nhớ về.

Ba tôi trở thành người thầy thuốc từ tâm của cả vùng, mục đích để người dân yêu mến chứ không vì định kiến xã hội mà tẩy chay con cái họ.

Tôi nhìn thấy con đường vươn lên, con đường vượt gian truân để hướng cho con cái về nơi tốt đẹp của ba mẹ tôi có tinh thần của dân tộc Do Thái. Từ ý chí kiên định, từ cách thức hà khắc ấy, đàn con của họ dần phương trưởng, lương thiện, hiền lành trong cái nhìn của xã hội, và nội tâm của những đứa con ấy, đều có một ngọn lửa nhiệt thành, khát vọng vươn lên không ngừng. Đó chính là tài sản, là dòng máu mà chúng tôi truyền thừa từ ba mẹ.

Thực lòng, ngay khi còn bé, tôi đã biết thương xót ba mẹ vô cùng. Tuy nhiên, tôi cũng không thể nào quên những trận đòn tức tưởi đeo bám suốt quãng đời tuổi thơ.

Ngày ấy, không ít lần tôi thấy mình thật vô nghĩa, vô ích khi có mặt trên đời, tôi nghĩ, vì tôi sinh ra đã làm khổ ba mẹ. Oán trách số phận đã từng có trong tâm trí tôi, đôi khi.

Sự hà khắc trong giáo dục gia đình với ý chí vươn lên để trả lời cho số phận, có màu sắc của lòng kiêu hãnh, của *cái tôi*; đề cao *giá trị truyền thống* và sự sĩ diện dòng tộc, *hạnh phúc vui vẻ cá nhân không được đặt ra ở đó*. Mọi người phải suy nghĩ, phải hành động, học tập vì lòng kiêu hãnh dòng tộc, kiêu hãnh gia đình chứ tuyệt nhiên không được nhắc đến khát vọng cá nhân.

Bí quyết của sự gắn kết gia đình sâu sắc: Quý đạo của tình yêu thương

Nhớ lại thời thơ ấu của tôi, suy ngẫm về nó rất nhiều và tôi chợt hiểu rằng: Sự dẫn thân, xả thân vì con cái của ba mẹ, khiến tôi cảm nhận được tình yêu thương họ dành cho con cái. Chính những thấu hiểu bằng trực quan, đã *hình thành quý đạo* - con đường vô hình mà có lực hấp dẫn - khiến những đứa con luôn biết nghe lời, biết thương yêu, biết vượt lên can đảm, cho dù phương pháp của họ nhiều khi rất hà khắc, để lại nhiều tổn thương sâu sắc trong tâm hồn.

Và, cho dù kính yêu, dù cảm nhận sâu sắc thì tôi vẫn chưa sẵn lòng tha thứ, gần gũi mẹ, mãi đến khi tôi cũng trở thành mẹ một

thời gian, đúng như câu ca dao: “Lên non mới biết non cao/ Nuôi con mới biết công lao mẹ thầy”.

Những tổn thương từ dòng đời đầy biến cố, những tổn thương từ nền giáo dục nghiêm khắc của ba mẹ, gần 20 năm sau ngày thành niên (18 tuổi), những vết thương tâm hồn ấy, mới có khả năng chữa lành, vì tôi tự trưởng thành, tự nhận hiểu ngay chính trên hành trình làm mẹ.

Hai mươi năm sau, vết thương mới lành, bởi nó đã không được chữa lành một cách chủ động ngay chính khi tổn thương, do ba mẹ không có nhu cầu, không có kỹ năng tâm lý, không biết chia sẻ và giải bày với con cái những quan điểm của mình, để thuyết phục con cái làm theo điều đúng, cách đúng, mà chỉ có mệnh lệnh và đòn vọt.

Thế hệ tôi chắc chắn nhiều người sống trong tâm trạng ấy, nhiều cá nhân mãi mãi không thể tự chữa lành tâm hồn với những tổn thương từ thơ bé.

Tôi và con gái Minh Khuê, hai thế hệ thuần Việt tiếp nối liên tục, đã là minh chứng cho sự khác nhau của hai đường hướng giáo dục gia đình: Tôi mất 20 năm để chữa lành những tổn thương tâm hồn từ những hình phạt thuở bé. Minh Khuê, chỉ sau 3 tháng đã thấu đạt, hiểu biết và tràn đầy hoan hỉ biết ơn mẹ. Chắc chắn, điều đó đã nói lên sự hóa giải thành công khi tôi đối diện với bài toán “dạy con” ngay khi bắt đầu sự nghiệp làm mẹ.

“Kỷ luật nước mắt” con đường tình yêu tràn đầy tuệ giác

Để đứa trẻ trưởng thành hạnh phúc - mẹ Mỹ, mẹ Nhật, mẹ Pháp... phải nỗ lực một, thì mẹ Việt phải nỗ lực 10 - 20 lần và hơn thế nữa!

Lã Hồ Minh Khuê (từ Đại học Harvard) thứ Sáu ngày 13 tháng 12 năm 2014:

“... I am thankful for Mom, the greatest friend and companion I can ever ask for, who always has faith in me even when I doubt myself, who never questions my love for her even when puberty turned me into a rebellious and stubborn child....”

“Tôi biết ơn Mẹ, người bạn tri kỉ và người đồng hành tuyệt vời nhất của tôi, người luôn đặt lòng tin vào tôi ngay cả khi tôi hoài nghi mình nhất, người không bao giờ hỏi tôi về tình yêu của tôi dành cho bà ấy, ngay cả trong những giây phút ương bướng, nổi loạn nhất của tuổi dậy thì”...

Trên đây là những tâm sự của con gái Minh Khuê, nhắc đến tình yêu của Minh Khuê dành cho mẹ, đó là những dòng chữ luôn làm tôi xúc động trào nước mắt.

Bạn thấy đấy, Minh Khuê càng lớn, càng đi xa, càng gắn bó, tin cậy và biết ơn mẹ - dù triết lý giáo dục của tôi không cải lương - dù hành trình mà tôi dẫn dắt con gái đến trưởng thành đã có không ít những giọt nước mắt của cả hai mẹ con.

Thực tế, đôi khi bạn buộc phải dùng hình phạt, nhưng nhất thiết nó phải được sử dụng bằng một tuệ giác thông thái, hiểu biết, một trái tim tràn đầy tình yêu vô điều kiện dành cho con cái.

Như thế, bạn vẫn luôn nhận được sự tin cậy, kính yêu, chia sẻ và đồng thuận của đứa trẻ. Và, đứa trẻ cũng như bạn, sẽ cảm nhận được phước hạnh đích thực, ngay trong “nỗi đau cần thiết” để vươn lên và đạt tới giá trị sống cốt lõi!

Trở lại với hai quan điểm giáo dục tạm gọi là “truyền thống” và hiện đại “Chỉ yêu thương là đủ”:

Giáo dục kiểu truyền thống

♥ Yêu thương để trong lòng, không bộc lộ, không chia sẻ, không gần gũi con cái.

♥ Đề cao ý chí, nỗ lực, không quan tâm đến quy luật và tâm lý con cái.

♥ Đề cao triết lý: Sống vì lòng kiêu hãnh, niềm sĩ diện, truyền thống, vì người khác, hướng vọng đến tương lai mà không chăm sóc hiện tại.

♥ Hình phạt và đòn roi là phương pháp huấn luyện được sử dụng phổ biến, thường xuyên, không giải thích, phân tích.

Hệ lụy:

- Chỉ số AQ (chỉ số vượt khó - ý chí) của những cá thể lớn lên trong nền giáo dục này thường rất cao.

- Có thể đạt tới thành công nhất định; hoặc thành công rất cao trong sự nghiệp. Tuy nhiên, nội tâm những cá nhân này thường bất an vì không cảm thấy hoan hỉ, vì luôn mặc cảm: “Nếu mình không thành công như thế này, thì với gia đình, mình chỉ là rác rưởi, vô giá trị.”

- Mối quan hệ cha mẹ - con cái có khoảng cách lớn, khó cởi mở, vì bản thân các thế hệ trước không có tập quán thể hiện tình yêu thương. Thậm chí, họ còn cực đoan đến mức: “Yêu cho roi cho vọt. Ghét cho ngọt cho bùi”, khiến các thế hệ cha mẹ - con cái luôn tồn tại khoảng cách lớn.

- Hình phạt được sử dụng thường xuyên với kỳ vọng đè bẹp mọi ý chí “nổi loạn” cá nhân, có hai tác dụng trái chiều: hoặc giả vờ

ngoan hiền, vâng lời, nhưng ý chí phản kháng nung nấu bên trong, chờ có cơ hội là bùng lên, thậm chí cực đoan đến chỗ phạm tội bạo lực; hoặc bị đè bẹp thật sự và sinh ra những cá nhân kém nhân phẩm vì cảm giác thấp hèn được nhen nhóm, ngay trong những trận đòn roi vùi dập từ tấm bé.

Chỉ số EQ (trí tuệ cảm xúc) của những cá nhân này rất thấp.

Nguy cơ thảm họa của triết lý giáo dục truyền thống hà khắc

Đương nhiên, theo cách giáo dục này, đối tượng được giáo dục không được đặt vào trung tâm mà chính là người truyền thụ giáo dục được đặt ở trung tâm, thao túng chi phối, dẫn dắt đối tượng giáo dục theo ý chí chủ quan.

Do đó, sự xung đột ngầm ngầm hay bộc phát giữa người truyền thụ (cha, mẹ) và người được truyền thụ (con cái) là chắc chắn có. Trước đây, khi hoàn cảnh quốc gia, đời sống xã hội Việt Nam còn nghèo nàn, các mối quan hệ xã hội tương đối đơn giản, thuần chất; của cải chưa dư thừa như bây giờ, mặt khác, mối quan hệ làng xã - phường xóm khá chặt chẽ, mọi người trong cộng đồng cùng có ý thức giám sát con cái cho nhau, thì việc áp dụng triết lý giáo dục hà khắc, đòn vọt, xem ra không gây nhiều tác dụng phụ, cùng lắm là sự chia cắt sâu sắc trong lòng, khó hàn gắn lâu dài; các thế hệ sống trong nỗi oán trách, buồn tủi và ám ảnh tuổi thơ bầm dập.

Tuy nhiên, thời đó vẫn là mảnh đất “thiên đường” dành cho triết lý giáo dục hà khắc. Ngày nay, thời đại của vật chất dư thừa, xã hội trở nên phức tạp, hỗn độn với nhiều tệ nạn ngang nhiên tồn tại, các hệ thống giá trị xã hội xung đột nhau gay gắt, cùng tồn tại, khiến việc áp dụng triết lý giáo dục “truyền thống” rơi vào bế tắc, nguy hiểm và thảm họa.

Đứa trẻ không thể chấp nhận việc luôn luôn bị thao túng, chi phối toàn bộ bởi cha mẹ, đứa trẻ tự thấy mình có quyền phản kháng bởi vì pháp luật bảo vệ. Nguy hiểm thay, khi cha mẹ dùng đòn vọt, tinh vi hơn đó là tình trạng bạo hành tâm lý, xúc phạm nhân phẩm, chà đạp giá trị bản thân của trẻ, thông qua ngôn ngữ nhiếc móc,

rũa xả kiểu như “đồ ăn hại”, “đồ vong ơn bội nghĩa”, “đồ vứt đi, thà tao ị ra cục cứng cho chó nó ăn còn hơn để ra mày”, v.v..., sẽ lập tức dẫn đến việc thôi thúc trẻ bỏ nhà đi bụi. Và tương lai mờ mịt của trẻ là món quà của tuổi xế chiều cho các bậc sinh thành!

Triết lý giáo dục “Chỉ yêu thương là đủ”

- ♥ Bộc lộ yêu thương nồng nhiệt, toàn vẹn, tràn đầy và dân chủ.
- ♥ Nhấn mạnh phát triển tự nhiên, năng lực tự nhiên của từng cá nhân.
- ♥ Đề cao đam mê của cá nhân, xu hướng cá nhân, miễn điều này làm cá nhân thỏa mãn, thích thú.
- ♥ Hình phạt bằng roi vọt - một công cụ bị lên án trong các giải pháp tình huống giáo dục trẻ chưa ngoan - ngược lại, luôn kêu gọi yêu thương, giải thích và kiên nhẫn chờ đợi.

Hệ lụy:

- Các cá nhân thụ hưởng nền giáo dục này thường có chỉ số EQ cao, do được khuyến khích bày tỏ cảm xúc, quan điểm riêng.
- Có thể đạt tới thành công hoặc không thành công cao, nhưng vẫn cảm thấy hài lòng với bản thân, dễ hạnh phúc.
- Mối quan hệ cha mẹ và con cái rất dân chủ, bình đẳng, dễ cởi mở và chia sẻ hơn.
- Hình phạt bằng đòn roi dường như không được áp dụng, nên cá tính cá nhân luôn có xu hướng lấn át. Đồng thời, do không bị đòi hỏi phải sống vì người khác, vì truyền thống, vì dòng tộc, nên ý thức cá nhân được lên ngôi, những cá nhân này có xu hướng sống vị kỷ, ít quan tâm đến người khác kể cả cha mẹ. Chỉ số AQ của những cá nhân này thường thấp.

Như vậy, từ việc phân tích hai tập quán giáo dục gia đình “truyền thống” và “làn sóng giáo dục Âu - Mỹ”, bạn sẽ nhận ra một hiểu biết quý báu, đó là trong tập quán nào cũng có hạt nhân hợp lý, khoa học, nhân văn của nó, đồng thời cũng tồn tại những mặt hạn chế, ghi dấu lên ký ức tuổi thơ của cá thể thụ hưởng nền giáo dục ấy.

Bạn sẽ lựa chọn thế nào? Phần trên, tôi đã viết rằng: “Quá trình đồng hành cùng con cái đến khi chúng trưởng thành, ví như bạn đang đi thăng bằng trên dây. Chỉ cần bạn mất trọng tâm, chỉ cần bạn thiên lệch về một bên nào đó, lập tức bạn sẽ bị ngã lộn nhào và thất bại là điều đương nhiên!”

Tuy nhiên, bạn hãy chậm lại một chút, vì tôi muốn lưu ý với bạn rằng, triết lý giáo dục “*Kỷ luật nước mắt*” của tôi không phải là sự kết hợp đơn thuần, máy móc dựa trên cơ sở hai tập quán nêu trên. Nó được minh triết từ những hiểu biết sâu sắc về quy luật sinh tồn.

Nhận diện một cách tinh táo hai tập quán giáo dục đang có những xu hướng quan điểm trái chiều nhau, tôi nhận thấy mấy vấn đề lớn như sau:

Những rủi ro nhân phẩm trong triết lý giáo dục “*Chỉ yêu thương là đủ*”

Tuy nhiên, triết lý giáo dục hiện đại theo trường phái Âu - Mỹ “*Chỉ yêu thương là đủ*” cũng chưa hẳn đưa đối tượng giáo dục vào trung tâm. Hơn thế nữa, triết lý Âu - Mỹ này, khi vào Việt Nam, đã thực sự bộc lộ sự khập khiễng, đem lại không ít hoang mang, bối rối dù vẻ ngoài hào nhoáng vẫn có thể ru ngủ nhiều người chưa có trải nghiệm nào. Tôi có mấy câu hỏi phản biện cho triết lý giáo dục này:

“Bạn định nghĩa thế nào là *phát triển tự nhiên*?” - Phải chăng đó là việc trẻ chỉ làm những gì nó thích? Tự do sáng tạo, tự do thể hiện bản thân?

Nhưng bạn có thấy, ngầm bên trong những câu chữ này là những chiếc “*khóa*” rất “*không tự nhiên!*”, rằng: “*Sáng tạo*” là một phẩm chất phải được rèn luyện, khổ luyện, học tập, tăng tiến lâu dài mới kết tinh được, do đó, nó không “*tự nhiên*” mà có được. “*Tự do*” là khái niệm rất mơ hồ và tương đối trong xã hội loài người.

Ở đâu, và thời nào “*Tự do*” cũng nằm trong những nguyên tắc ứng xử cộng đồng. Do đó, nếu con bạn không được rèn luyện, huấn luyện để có được *kỷ luật tự giác, kỷ luật nội tâm* vững vàng, đương nhiên nó sẽ bị cưỡng bức vào kỷ luật, vì nếu không, nó trở thành

kẻ vô tổ chức, phá bĩnh, quấy rối và đây là điều xã hội không cho phép. Slogan “Để trẻ được tự do thể hiện bản thân” nghe rất hay ho, nhưng nếu sự tự do ấy không được xã hội đón nhận, thì làm sao thể hiện được giá trị bản thân nữa?

Cuối cùng:

♥ Muốn có được cảm giác “*tự do*” trong xã hội, cộng đồng - bạn phải có kỷ luật tự giác, có khả năng tự kiểm soát cao, mà những phẩm chất ấy không thể “*tự nhiên*” mà có được, nó là *phẩm chất xã hội, là phẩm chất phải rèn luyện, tập dượt lâu dài*. Trừ phi, bạn chọn cách vào hang sống như người tiền sử, tách hẳn với xã hội loài người!

♥ Muốn có sáng tạo, thể hiện tính độc lập tự chủ, thì bạn *phải dành nhiều thời gian rèn luyện năng khiếu, tìm năng để trở thành phẩm chất* - và đó là quá trình bạn phải có *kỷ luật tự giác, có khả năng khép mình vào nguyên tắc xã hội*, để tham gia lớp học, khổ luyện lâu dài.

Vậy, những cá nhân được thụ hưởng triết lý giáo dục “*Chỉ yêu thương là đủ*” theo lối nghĩ giản lược, hời hợt có thực sự gặt hái được những phẩm chất như kỳ vọng “*phát triển tự nhiên, làm công việc mình thích thú, tự do sáng tạo*” như cha mẹ họ ảo tưởng, một khi, không dẫn dắt để đưa trẻ đi vào kỷ luật tự giác và khổ luyện?

Những cá nhân ấy có cảm thấy phức tạp, tự tin và quý trọng bản thân không? Tôi xin trích lời tâm sự chân thành của một bạn nữ người Hà Nội gốc như sau:

“Em vô cùng đồng ý với quan điểm trang bị kỹ năng đương đầu với cạnh tranh cho trẻ của chị. Cảm ơn chị đã viết ra cho em thêm vững tin khi lựa chọn con đường này. Chia sẻ một chút với chị: Nếu chị chịu ảnh hưởng cách giáo dục hà khắc của bố mẹ chị, thì em dường như lại được hưởng cách giáo dục êm ái của bố mẹ em.

Hình như, bố mẹ em là thế hệ sau bố mẹ chị, nên phát huy làn sóng giáo dục “*Chỉ yêu thương là đủ*”. Bố mẹ em luôn đối xử tôn trọng con cái như bạn bè, cho học hành tới đâu thì tới, không muốn con áp lực như chị kể. Em biết điều đó cũng tốt. Nhưng đúng là khi lớn lên, em mơ hồ nhận thấy mình có một cái gì đó gọi là nội lực

yếu kém. Em hay bị sốc hoặc không có kỹ năng đối phó với những tình huống bất ngờ xảy ra trong cuộc sống. Điều đáng buồn hơn là những em họ em cũng tầm tuổi em, mang danh là những thanh niên Hà Nội gốc, mà lớn lên chả làm được việc gì ra hồn, lớn tướng vẫn ăn bám bố mẹ, dựa dẫm vào bố mẹ kể cả khi lấy vợ, có con, hẳn đó là do cách giáo dục được hưởng khi tấm bé.

Ngược lại, chồng em xuất thân từ quê nghèo khó, cả tuổi thơ vất vả, nhưng ý chí của anh ấy rất mạnh mẽ, khiến em vô cùng nỗ lực. Em luôn thắc mắc vì sự đối lập đó. Giờ khi đọc bài của chị, em đã hiểu được nhiều rồi”.

Cuộc di tản giáo dục: Hãy thận trọng và cân nhắc thấu đáo

Hiện tại, không ít bậc cha mẹ là trí thức, doanh nhân thành đạt đang tìm kiếm mô hình cho triết lý giáo dục “*Chỉ yêu thương là đủ*” bằng cách cho con cái du học sớm (từ bậc PTCS) ở các nước văn minh Âu - Mỹ.

Tôi cũng gặp không ít cha mẹ chọn cách cho con vào trường quốc tế trên địa bàn Hà Nội hay Tp. Hồ Chí Minh. Nhiều trường hợp, tôi gặp họ trong những tình huống kém vui, đó là khi họ muốn chia sẻ với tôi tình cảnh con cái họ, tuy học trường Pháp, trường Mỹ, trường Sing hay Úc... thường vẫn gặp những biểu hiện rắc rối trầm trọng, nặng nề về tâm lý như trầm uất, trầm cảm, khó giải bày, cục cằn, tự cô lập, tự kỷ, ích kỉ, yếu đuối, v.v...

Mô tả quang cảnh trong gia đình một doanh nhân thành đạt, cô con gái 14 tuổi đang học trường Quốc Tế P. trở về:

Cô bé xô cửa bước vào nhà. Trong phòng khách, có rất nhiều người là họ hàng, ông bà, cô di chú bác của cô bé đến chơi. Mọi người quay lại, chờ đợi lời chào hỏi của cô bé, đáp lại, cô nheo mày tỏ vẻ không hài lòng, cô bé nghĩ: “Vì sao mọi người lại tụ tập đông đúc như thế, trong khi, nhà riêng là nơi để mình trở về nghỉ ngơi, thư giãn”.

Nghĩ vậy, cô gượng cười, rồi chào chung một tiếng: “Bonjour”

(Xin chào), kèm theo cái vẫy tay kiểu cách, giơng gạo rồi đi thẳng lên thang gác. Mọi người há hốc mồm vì ngạc nhiên, vì tại sao cháu nội lại chào hỏi ông bà, cô dì chú bác của nó kiểu tức cười vậy?

Mẹ cô bé chạy theo gọi giật, yêu cầu cô bé quay lại để thể hiện sự lễ phép, ân cần đúng với khuôn phép gia đình Việt. Nhưng cô bé chỉ ngoái đầu, nói bằng thứ tiếng vừa Pháp vừa Anh với mẹ cô, đại ý: Mẹ có biết mẹ đang xâm phạm quyền riêng tư được pháp luật bảo vệ của con không? Nói rồi, cô vào phòng, đóng sầm cửa lại, không quên ngoắc tấm biển ghi rõ: “Tôn trọng quyền riêng tư!”

Bà mẹ sững lại trước cánh cửa đã sập lại và dòng chữ lạnh lùng vô cảm ấy. Trong phòng, cô bé ôm mặt khóc nức nở vì cảm thấy bị tấn công bởi sự kỳ thị, ghẻ lạnh của người thân. Dưới phòng khách, mọi người lặng lẽ ra về trong tâm trạng nặng nề, mất vui. Người mẹ một mình trên sofa, cô ấy ôm mặt khóc.

Sự việc lặp lại nhiều lần, cuối cùng, đến một ngày, cô bé nói: Con ghét gia đình này, con cũng ghét phải đi học!

Bác sỹ tâm lý của cơ sở giáo dục đó đã kết luận “cô bé có dấu hiệu trầm cảm”, còn tôi thì nhìn thấy sự suy kiệt, mệt mỏi, lo âu cố kìm nén của mẹ cô bé - người thiếu phụ thành đạt và xinh đẹp đã nhiều lần đến tham vấn ý kiến của tôi. Nước mắt và nỗi đau khổ đã rơi trong những lần trò chuyện không dứt ấy.

Thế đó, “Chỉ yêu thương là đủ” một cách thiếu cân nhắc, thiếu hiểu biết và tư duy thiên lệch, nhị nguyên, đã khiến một đứa trẻ tưởng như được trang bị để hạnh phúc hơn mọi đứa trẻ khác, lại trở nên tội nghiệp, xung đột nội tâm sâu sắc đến độ khó tháo gỡ, nếu không có cái nhìn tinh táo và dũng cảm của người mẹ để giúp trẻ vượt qua.

Có mấy gợi ý tôi đưa ra, để bạn tham chiếu:

* Tôi không bình luận gì hệ thống giáo dục của trường Tây tại bản quốc. Tuy nhiên, khi họ “bốc” một cơ sở sang Việt Nam, họ phải thay đổi một số chuẩn mực để phù hợp với môi trường Việt Nam.

Tại Việt Nam, họ không tuyển học sinh theo tiêu chí đối tượng

học sinh, vì đơn giản họ “*tuyển*” học sinh theo năng lực tài chính và khả năng chi trả của cha mẹ. Do đó, chất lượng học sinh không đồng đều, khắp khênh là đương nhiên. Kéo theo, giáo trình phải hạ thấp nhất để đáp ứng với đối tượng thấp nhất, dễ nhất. Đương nhiên, sẽ tạo cảm giác dễ thỏa mãn, dễ được vượt ve của phụ huynh và học sinh.

* Những cảm hứng tự do, đòi hỏi quyền tự do cá nhân, thói quen dân chủ, những tập quán ứng xử văn minh hấp dẫn của bản quốc được nhập khẩu vào Việt Nam, được mang theo cùng với mô hình cơ sở giáo dục ấy, tuy nó thực sự là những giá trị lớn đáng trân trọng và đáng noi theo, những giá trị mà người bản quốc đã phải kiên trì cách mạng, phấn đấu nhiều trăm năm mới có được, oái oăm thay nó lại là điều khó chấp nhận, gây sốc và ở một mức độ nào đó, thật sự phản giáo dục! Vì sao? Vì nó chưa tương thích, đơn giản là như thế.

Lý do: Đứa trẻ “made in Việt Nam” còn non nớt, đang sống trong môi trường mà mọi người xung quanh đều cư xử với nhau theo tập quán Việt, quan niệm truyền thống. Khi nó vừa bước ra khỏi nhà, nó nhìn thấy một xã hội Việt Nam với nhiều phức tạp mà nó không thể quán sát hết.

Sau hành trình vài ba km ngồi trên xe hơi cùng cha mẹ, nó bước vào một cổng trường mà mọi triết lý giáo dục, ngôn ngữ, thầy cô ở đó đều mang nhãn hiệu *made in* Pháp, hay Anh hay Úc hay Mỹ...

Bạn hãy hình dung đi, đứa trẻ phải hứng chịu sự giằng xé, xung đột giữa các hệ thống giáo dục, hệ thống giá trị như sau: một bên là môi sinh của đứa trẻ bao gồm gia đình và xã hội - bên kia là sản phẩm giáo dục từ ngôi trường mà đứa trẻ được gửi vào. Tiếc thay, không có bất cứ “bộ đệm” hay bộ “giảm sốc” để hỗ trợ tâm lý đứa trẻ. Thế thì, đứa trẻ không bị sang chấn tâm lý mới là điều lạ!

Những xung đột thể hiện ngay trong mọi ứng xử khách quan, ví dụ: Bên này là quan điểm dân chủ bác ái của nước Pháp thông qua bài giảng của thầy giáo diễn ra vào buổi sáng, và lập tức vào buổi chiều “giá trị” bài giảng bị xung đột gay gắt với cách ứng xử và

những đòi hỏi của ông bà nội đối với đứa cháu sao cho phù hợp với tập quán Việt Nam, khi đứa trẻ từ trường Pháp trở về gia đình Việt của mình, v.v... Xung đột cứ liên tiếp, không ngừng dội vào đứa trẻ, hàng ngày, trực tiếp, khiến nó lúng túng, lo âu, mất phương hướng, không biết đáp ứng ra sao?

Đứa trẻ rơi vào hoàn cảnh giằng xé không hiểu mình là ai? Là người Việt cũng không hẳn, bởi những điều nó được học không hẳn là những hiểu biết về dân tộc, xã hội, con người Việt Nam? Bởi lũ bạn bè xung quanh không nói tiếng Việt và tập quán Việt? Đứa trẻ cũng không thể là người bản quốc của mô hình giáo dục mà nó được cha mẹ gửi vào, vì điều này quá mơ hồ.

Đứa trẻ chơi với như kẻ chưa biết bơi mà bị ném xuống bể có chiều sâu 5m và nó rơi vào rắc rối nội tâm, xung đột nội tâm thường xuyên. Hệ thần kinh, tâm lý non nớt của đứa trẻ không đủ năng lực đương đầu, nó trở thành người bệnh!

Đây là bi kịch điển hình cho tâm lý “sùng bái” triết lý “*Chỉ yêu thương là đủ*” hiện đang là một thách đố với những bậc cha mẹ Việt, trước thực trạng nền giáo dục công đã không làm được điều họ kỳ vọng!

Trong xã hội, thậm chí còn đúc kết thành một thông điệp khá buồn bã “*Cuộc di tản giáo dục*” để nói lên sự lựa chọn “*bất đắc dĩ*” của nhiều bậc cha mẹ, khi gửi con vào trường quốc tế.

Bạn hãy chuẩn bị kỹ càng và có một tâm thế chủ động để biến “*cuộc di tản*” trở nên có giá trị và hài hòa cho trẻ!

Một tình huống và triết lý dạy con khác nhau của ba người mẹ

🍎 TÌNH HUỐNG KINH ĐIỂN

Khi con gái vào tuổi dậy thì, 14 - 15 tuổi, cơ thể phát triển vượt bậc, vóc dáng thay đổi nhanh chóng. Cô bé trở nên mập mạp hơn bình thường.

Mẹ Trung Quốc

- Này cô nàng béo ị kia, giảm cân đi nhé, xấu xí như một con ỉn lười nhác rồi đấy! Con làm mẹ rất xấu hổ!

Bà mẹ nuôi dạy con theo truyền thống hà khắc phương Đông này rất láu cá, cô ấy đã áp dụng kiểu “*công kích không khoan nhượng điểm yếu của đối phương*” vào đường lối giáo dục con. Trên thực tế, cô ấy phát hiện ra rằng, không ít khi, sự công kích tạo nên tức giận đã dẫn đến thành công. Và, cô ấy đã thành công khi làm trỗi dậy tâm lý tức giận, nổi giận của đứa trẻ.

Tâm lý học hiện đại đã khẳng định rằng, sức mạnh được sinh ra từ sự tức giận luôn mãnh liệt hơn bất cứ sức mạnh nào. Điều này, lý giải vì sao, khi giận dữ, tức tối người ta khỏe và quyết tâm thực hiện hành vi đến cùng? Nắm được nguyên lý sức mạnh này, người mẹ đã thành công! Sau vài tháng, trong sự giận dữ vì bị công kích, chán ghét cơ thể xấu xí của bản thân, đứa con gái đã ép cân, giảm ăn, luyện tập để trở nên thon gọn, xinh đẹp.

Và, người mẹ bắt đầu khen tặng nó những lời đẹp đẽ “*Ôi, con thật đẹp, con thật đáng yêu!*”.

Không có gì ngạc nhiên, khi đứa trẻ nghe mẹ khen ngợi thế, nó chợt nghĩ: “Hóa ra, nếu mình không xinh đẹp thì bà ấy không bao giờ yêu mình cả, nếu mình béo ị, mình chỉ đáng giá là một con lợn trong mắt bà ấy thôi!”. Cô bé bất an và mất niềm tin vào tình yêu của người mẹ!

Nhận thấy đòn công kích, hạ thấp nhân phẩm đứa trẻ na ná như trên, hoặc như thế này: “Nếu không làm được việc ấy, không đạt được giải nọ giải kia... mà chỉ đáng xách dép cho con bé hàng xóm!”, vân vân, thường đem lại hiệu quả nhanh chóng, nên không ít bà mẹ bị nghiện cách này và áp dụng thường xuyên.

Đây là căn cội, để tâm lý học xã hội phát hiện ra rằng, có những cá nhân khi vào đời rất thành công, đạt tới những vị trí, thành tựu mà nhiều người mơ ước, thế nhưng, họ không thật sự hạnh phúc, vì ý chí vươn lên thành công của những cá nhân này có cội nguồn từ thứ năng lượng sức mạnh kìm nén của tức giận, phẫn uất, phẫn chí và khi đã giành được thành tựu, họ luôn bị ám ảnh câu hỏi “Nếu không ở vị trí này, chức vụ này, của cái này, sẽ chẳng có ai yêu quý mình như chính con người mình!”.

Mẹ Mỹ

- Con yêu, dù con có như thế nào, Chúa Trời đã cho con hình hài thế nào, con cũng vô cùng đặc biệt với mẹ. Mẹ luôn yêu con, con gái bé bỏng ạ!

Nhìn vào mắt con, người mẹ chủ trương triết lý giáo dục phương Tây “chỉ yêu thương là đủ” dường như muốn truyền cho con một thông điệp rằng, bà ấy luôn luôn yêu con gái mình, rằng đứa trẻ hãy cứ an vui trong “vương quốc tình yêu” của mẹ nó!

Tuy nhiên, cô bé vẫn sẽ bước ra khỏi vương quốc tình yêu của cha mẹ, ra xã hội, đến trường lớp và cộng đồng bạn bè. Khi cô bé nghe những đứa bạn nói sau lưng mình rằng: “Con bé ấy thật là xấu xí và béo ị, thật chẳng xinh đẹp chút nào!”.

Dù muốn hay không, thực tế phũ phàng ấy luôn dội vào tâm hồn non nớt của nó, làm nó tổn thương và đau khổ, nhất là khi cậu bạn trai mà nó quý mến cũng thốt lên lời tuyên bố “Tớ không thích chơi với bất cứ đứa con gái béo ị nào cả!”.

Cô bé đau khổ lắm, nó chợt nhận ra một điều cay đắng: “Tình yêu của mẹ thật nhạt nhẽo và vô ích làm sao, tình yêu ấy chẳng giúp nó có được hoan hỉ giữa cộng đồng của mình!” Thế rồi, cô bé mất đi niềm tin cậu với những lời yêu thương, an ủi ngọt ngào của mẹ. Cô bé trở nên bất an. Đây là căn cội của những cá nhân có nội lực yếu đuối, dễ tổn thương.

Mẹ Việt

- Ừm, đúng là con béo lên thật. Điều này chẳng có tác động gì đến mẹ vì con như thế nào mẹ vẫn rất yêu con. Tuy nhiên, xã hội và đặc biệt là các chàng trai, luôn có những chuẩn mực chung về vóc dáng cân đối của thiếu nữ, điều khách quan này chúng ta không thể tác động. Do đó, nếu con xinh xắn, cân đối, chắc chắn con sẽ thấy hài lòng về bản thân hơn khi ra xã hội, mẹ tin rằng bạn K sẽ rất ngạc nhiên khi con biến thành một nàng thiên nga thon thả, yêu kiều.

Câu trả lời của mẹ Việt không né tránh, cô ấy sẵn sàng đi thẳng vào vấn đề của đứa trẻ, rất trực diện nhưng đầy yêu thương, tình tào. Người mẹ Việt không phán xét và công kích, cô ấy chỉ nói lên sự thật và gợi ý sự cần thiết, thiết thân cho đứa trẻ, rằng sự nỗ lực thay đổi sẽ mang lại cho nó những niềm vui ra sao? Cô ấy rất thông minh khi khéo léo gợi ý đến bản năng giới tính đẹp đẽ, điều luôn giúp mỗi cá nhân nỗ lực để hoàn thiện bản thân mình!

Quả nhiên, sau một thời gian cố gắng, cô bé đã reo lên với mẹ “Mẹ ơi, bạn K nói rằng, con là cô bé xinh đẹp nhất trong những người bạn gái mà bạn ấy chơi cùng. Con cảm ơn mẹ nhé, con yêu mẹ lắm!”

Cô bé ấy hoan hỉ nội tâm, vì nó hiểu nó đã vượt lên chính mình, can đảm và hiệu quả thế nào! Vì nó hiểu tình yêu của mẹ dành cho nó thật mạch lạc, cụ thể, hữu ích và ân cần ra sao!

Trong dòng chảy cuộc sống, có muôn vàn tình huống cứ tự nhiên đến. Người mẹ nỗ lực và dẫn thân sẽ luôn luôn cố gắng nắm bắt các tình huống ấy để chuyển hóa thành những tình huống sư phạm, để từ những thực tế cuộc sống mà dẫn dắt đứa trẻ của mình trưởng thành dần.

Bạn thấy đấy, cùng một tình huống khá phổ biến tôi vừa nêu, sẽ có những ứng xử và cách thức khác nhau, dựa trên triết lý dạy con của người mẹ, đương nhiên, đem tới những kết quả hoàn toàn khác nhau.

Người mẹ Việt tuệ giác và yêu con vô điều kiện, sẽ lập tức nhận ra rằng, cô ấy cần phải đặt đứa trẻ và lợi lạc thiết thân của đứa trẻ vào trung tâm của sự giáo dục. Cô ấy sẽ dựa vào quy luật sinh tồn thiên nhiên, quy luật và các nguyên tắc ứng xử xã hội để gợi mở cho đứa trẻ cách lựa chọn tốt nhất cho bản thân nó, lợi lạc nhất cho bản thân nó. Điều đó, sẽ được cuộc sống phản ánh lại và đứa trẻ ngày càng tin cậy hơn ở năng lực dẫn dắt của người mẹ và đặc biệt, nó càng ngày càng tin cậy hơn vào tình yêu tuệ giác của mẹ.

Hiếu quy luật sinh tồn và thái độ cùng chịu trách nhiệm

Con đầu đàn có tên “Mẹ Âu”

Ngay từ nhỏ, Minh Khuê được mẹ rất lưu ý đến việc dành thời gian và một phần cuộc sống để trải nghiệm với thiên nhiên và quan sát đời sống động vật.

Những bộ phim khoa học về thế giới động vật hoang dã được tôi chú ý sưu tầm cho con gái xem để bồi dưỡng nhận thức về giá trị xã hội, tính kỷ luật bầy đàn của động vật trong hoang dã.

Minh Khuê (khi đó 3 - 4 tuổi) sau khi xem phim đàn voi di trú, đã hỏi: “Vì sao voi con luôn bám sát mẹ nó?”

Mẹ: “Dù trong một đàn lớn đang di chuyển, những chú voi con đều bám sát những con voi khỏe mạnh, rậm rạp tuân theo những chỉ dẫn bằng cử động của voi đầu đàn, vì voi con hiểu đó là cách tốt nhất để nó không bị sư tử vồ chết, hoặc bị lạc đàn! Đó là tính kỷ luật tự giác con gái ạ!”

Minh Khuê: “Vì sao đàn ngựa hoang chỉ chạy theo một đường mà con ngựa trắng đang chạy dẫn đầu?”

Mẹ: “Vì con ngựa bờm trắng là con ngựa cái đầu đàn, nó rất thông minh, can đảm và am hiểu vùng đất nó đang sống, nên nghe theo và tuân thủ sự hướng dẫn của con ngựa đầu đàn là đảm bảo sinh tồn của đàn ngựa, nếu không, có thể bị rơi vào vòng vây của lũ sói tàn ác hay lạc vào hoang mạc khô nước, không có thức ăn, và cả

đàn ngựa sẽ chết đói. Đó là tính kỷ luật tự giác của những con vật hoang dã vì bản năng sống của chúng chỉ dẫn chúng như vậy.

Tất nhiên, những cá nhân vô kỷ luật cũng bị trừng phạt bằng cách bị con đầu đàn đánh đuổi chạy thục mạng. Nó hoảng sợ và tất nhiên sau đó, nó được gia nhập trở lại bầy đàn, khi đã bị bỏ đói và mệt lử.”

Minh Khuê: “Tại sao con ngựa đầu đàn lại đánh đuổi con ngựa đen nghịch ngợm?”

Mẹ: “Vì nó vô kỷ luật nên có thể gặp nguy hiểm, có thể bị hổ vồ, bầy sói xông vào xé xác, nên con ngựa đầu đàn phải trừng phạt nó, để nó hiểu nó vừa phạm sai lầm vô cùng nguy hiểm. Sự trừng phạt là cách để báo hiệu tình trạng nguy hiểm đang đến gần, đánh thức bản năng sinh tồn của bầy đàn mạnh mẽ hơn!”

Cứ như thế, bằng cách cho con gái xem những bộ phim khoa học lý thú, sinh động, cảm động về tập tính bầy đàn của động vật hoang dã, từ những hình ảnh trực quan sinh động của đời sống động vật, Minh Khuê đã học được ở đó, dần dần hiểu và tự giác thực hành “việc đưa mình vào kỷ luật, biết tuân thủ những chỉ dẫn của con đầu đàn là hành động sống còn để sinh tồn và đảm bảo an toàn cho bản thân”.

Minh Khuê: “Bố cũng là con đầu đàn mẹ nhỉ?”

Mẹ: “Ừm, ở nơi công tác, bố là một con đầu đàn giỏi! Thế hai mẹ con mình, ai là đầu đàn nhỉ?”

Minh Khuê: “Tất nhiên là mẹ Âu rồi, mẹ là con đầu đàn giỏi nhất!”

Minh Khuê vừa nói, vừa nhoẻn cười rạng rỡ, như một lời khích lệ quý giá dành cho tôi.

Đưa được khái niệm “*Kỷ luật tự giác*” và yếu tố “*Chấp hành mệnh lệnh của con đầu đàn*” vào hiểu biết về “*bản năng sinh tồn*” một cách sâu sắc; tôi đã thành công khi giúp bé Minh Khuê tự hình thành, bồi đắp khả năng rèn luyện tính kỷ luật nội tâm một cách hoan hỉ, tự nguyện vì bé hiểu đó là lợi ích thiết thân của mình.

Bạn nhận ra chưa, rằng, khi bạn làm trỗi dậy bản năng cơ sở, bản năng gốc thiên liêng của đứa trẻ một cách tích cực và đúng đắn, bạn sẽ nhận ra đứa trẻ đó tự nó có “trật tự nội tâm” mãnh liệt - vì cũng như bạn, nó khao khát sống và nó sẵn sàng hành động theo mệnh lệnh “tiềm thức” để duy trì bản năng sống lành mạnh.

Thật vui tươi và nhẹ nhõm để bồi đắp cho đứa trẻ năng lực kiểm soát và “trật tự nội tâm” mà không cần phải dùng biện pháp áp đặt. Minh Khuê được bồi đắp tâm lý tin cậy và đồng thuận trong những quyết định của con đầu đàn có tên “Mẹ Âu” bằng sự tự thuyết phục thông qua những thước phim về cuộc sống bầy đàn trong thế giới động vật hoang dã.

Mẹ là người bình thường, con hãy khoan dung với mẹ, con gái nhé!

Trong suốt hành trình làm bạn cùng con gái, những khi nhẹ nhõm, thư giãn, tôi đều tìm mọi cách biểu đạt, để nhắn nhủ con rằng:

“Mẹ yêu con vì mẹ cần có con để biết mình vượt lên chính năng lực bản thân tới đâu. Mẹ yêu con - và như thế là quá đủ với mẹ.

Cảm ơn con luôn ủng hộ mẹ, không chỉ những khi đồng thuận mà ngay cả những thời khắc cam go, xung đột suy nghĩ giữa hai mẹ con mình.

Những khi mẹ nổi giận, con hãy hiểu, đó đơn giản là giới hạn của sự an toàn đã qua, rằng mẹ nhận ra sự nguy hiểm, nếu hai mẹ con mình không khắc phục thực trạng.

Những khi ấy, con hãy bình tâm nhé, hãy nghĩ thế này: đó là cơn giận đang lên tiếng chứ không phải là mẹ Âu xinh đẹp.

Những từ ngữ quá quát nếu mẹ nói lúc ấy, chẳng có giá trị nội dung, nó chỉ cho thấy mẹ đang mất kiểm soát và lúng túng, con hãy giúp mẹ bình tĩnh nhé!

Mẹ cũng chỉ là một người đàn bà bình thường, có chăng, sự đặc biệt của mẹ chính là ở chỗ, mẹ tin tưởng vững chắc rằng, mẹ là người yêu con nhất trên hành tinh này!”

Những lúc ấy, Minh Khuê thường nói: Chúng ta là một đội mà mẹ, một đàn thì phải bảo vệ nhau!

Sự chuẩn bị tâm thế từ rất sớm cho chặng đường giáo dục “kỷ luật nội tâm” - “trật tự nội tâm” cho con gái; sự tuôn chảy tràn đầy tình yêu vô điều kiện của người mẹ dành cho đứa trẻ, mọi lúc mọi nơi; cách cư xử chân thành, dân chủ, cầu thị, khiêm nhường, thấu hiểu của tôi trước cô con gái bé bỏng, tất cả là những điều tôi nỗ lực thực hành bền bỉ thường xuyên trong dòng chảy không ngừng của cuộc sống. Tất cả trở thành bệ đỡ, là con đê vững chãi, để làm chỗ dựa tinh thần cho cả hai chúng tôi, trong những tình huống sự phạm buộc phải dùng hình phạt.

Sự chuẩn bị chu đáo, ân cần nền tảng tin cậy vững vàng cho đứa trẻ về “tình yêu vô điều kiện” mà người mẹ tận hiến trao tặng cho con mình, chính là “bộ đệm”, là “bộ giảm sóc” nhiệm màu để nâng đỡ trong những tình huống sự phạm “gay gắt”, tuy căng thẳng, mệt mỏi, nhưng không bế tắc.

Hơn thế nữa, nó còn mang lại sự lay động sâu sắc, do cả hai mẹ con đều tự đẩy mình vượt lên “giới hạn chịu đựng” để tìm thấy bản thân ở một vị thế cao hơn bản thân trước đó, trưởng thành hơn trước đó, khiến cho mối quan hệ của chúng tôi trở nên gắn bó hơn ngay cả sau khi đối đầu trong những xung đột.

Đây là câu tôi hay la lối mỗi khi Minh Khuê ngậm thức ăn, cả khi Minh Khuê đã 5 - 6 - 7 tuổi, hoặc khi cô bé ói ra tất cả những gì mẹ cặm cụi dậy từ 5h sáng để ninh nấu, chế biến để bé có được bữa sáng thực dưỡng, trước khi đưa cô bé đến trường tiểu học:

“Mẹ yêu con lắm, con biết không? Nhưng mẹ mệt quá, mẹ yêu con suốt đời nhưng bây giờ mẹ cũng cần khóc nghe chưa, nghe chưa?”

Rồi tôi ngồi thụp xuống, ôm mặt khóc nức nở. Đương nhiên, hình ảnh ấy làm Minh Khuê sợ, cô bé chuyển sự chú tâm vào nỗi buồn của mẹ, quên đi chứng nôn trớ. Cô bé rom róm nước mắt, chạy lại ôm mẹ vừa meo máo vừa nói: “Con xin lỗi mẹ, con sẽ cố gắng mẹ ạ!”

Sự thực là, ngay cả khi tôi la hét, tôi vẫn không ngừng nỗ lực truyền tới con gái thông điệp “*Mẹ yêu con vô điều kiện! Mẹ yêu con ngay cả khi con mắc lỗi! Mẹ yêu con ngay cả khi mẹ nổi giận vì hành vi xấu đáng giận nào đó. Nhưng con và hành vi đó không bao giờ là một! Con là cuộc đời mẹ, còn hành vi xấu là người khách không mời mà đến, nên chúng ta sẽ nỗ lực để tống tiễn họ đi!*”

Sự thật là trên hành trình đồng hành cùng con, tôi khóc rất nhiều, la hét cũng nhiều lắm, nhưng không bao giờ thóa mạ, chửi chửi, sỉ nhục hay mạt sát nhân phẩm con cái. Đây là điều cấm kỵ tuyệt đối, nhưng lạ thay, nhiều bậc cha mẹ lại mắc sai lầm này. Thật đáng tiếc và đáng trách vô cùng!

Trong những cơn bực bội cần giải phóng, tôi thường lặp lại với con rằng:

“*Mẹ yêu con bằng cả đời mẹ, với mẹ thế là đủ, mẹ không cần con yêu mẹ! Nhưng con hãy tin rằng, điều mẹ dạy con, yêu cầu con thực hiện, không phải vì quyền lợi của mẹ, mà đó là mẹ đang truyền thụ cho con, huấn luyện cho con kỹ năng để sau này con biết chung sống với người dung một cách hoan hỉ. Con không cần phải yêu mẹ, nhưng hãy ghi nhớ lời mẹ dặn!*”

Bị đánh đòn 5 roi vì phạm lỗi lớn: thói cầu thả

Mẹ ơi, mẹ đừng đánh con, vì con đau ở mông còn mẹ đau trong tim, con biết mà!

Và, đây là một tình huống tôi đã dùng roi với Minh Khuê. Cô bé bị điểm kém môn tiếng Việt thực hành - tôi nhớ đó là năm Minh Khuê học lớp 5. Tuy nhiên, điểm kém ấy không phải vì lỗi kiến thức mà do lỗi trình bày cầu thả.

Bản thân Minh Khuê khi báo cáo điểm kém cho mẹ, cô bé đã nhận thức được mức độ trầm trọng của cái lỗi nhỏ: điểm kém; nhưng ý nghĩa lớn: thói cầu thả - một trong những thói xấu mà tôi nhấn mạnh uốn nắn con hàng ngày. Minh Khuê rất hiểu, tôi luôn rèn con sự cẩn trọng và không bao giờ được phép cầu thả.

Khác với nhiều cha mẹ Việt, trong tiềm thức và ứng xử, họ luôn nghĩ, con cái họ rất đặc biệt, rất khác biệt và có tiềm năng vượt trội khác người nào đó. Ngược lại, tôi luôn nhắc con sự giản dị và bình thường của bản thân. Do đó, tôi nhấn mạnh phẩm chất tự rèn luyện, bền chí, khiêm nhường, không chủ quan, không cầu thả, không xem nhẹ, không được phép đánh giá dễ dàng mọi việc. Cuộc sống thường ngày, bằng trực quan sinh động, bằng chính thói quen trong lao động, làm việc của hai mẹ con, luôn luôn nổi bật những giá trị tôi đề cao đó. Do đó, khi mắc lỗi, Minh Khuê tự nhận thức, đó là một lỗi sẽ phải nhận hình phạt.

Như vậy, về hiện tượng, bạn đừng vội kết luận, tôi sử dụng “hình phạt” vì con nhận điểm kém, vì tôi là người hám thành tích và bạo lực con cái, như cách thông thường theo tập quán giáo dục truyền thống hà khắc.

Thực ra, đây là tình huống điển hình, trùng hợp, làm bộc lộ hậu quả “nguy hiểm” của một thói quen rất xấu của trẻ, cũng phổ biến ở nhiều người trưởng thành. Tuy nhiên, với nhiều cha mẹ lại bỏ qua lỗi này, vì quan niệm cầu thả chỉ là lỗi nhỏ, đôi khi lại coi đó như một cái “tật nhỏ” của những đứa trẻ “có tài”, những trẻ thông minh

Tôi nghiêm khắc hỏi, con muốn nhận hình phạt gì?

“Con muốn mẹ đánh đít!”

“Mấy roi?”

“Năm roi ạ!”

Tôi giận lắm, rút chiếc roi được vê chặt bằng tờ báo “Lao động” tôi chuẩn bị sẵn từ lâu, giấu sau kẽ tủ. Chiếc roi được làm bằng cách vê tròn, hình trụ từ một tờ báo khổ rộng, nhằm tránh việc khi nổi giận đánh con bằng những thứ gây tổn thương nặng nề.

Tôi vụt vào mông cô bé đang đứng bám hai tay vào chiếc ghế đầu. 5 lần roi hằn vào mông, đỏ ửng, cô bé quần mông chịu trận, nước mắt lăn trên má.

Tôi vút roi xuống, rồi ôm mặt khóc nức nở, thành thật. Tôi đau lắm và tôi xót con lắm chứ. Nhưng, tôi bắt đầu “mờ mảy”, kể lẽ rằng,

mẹ đã dày công dạy con bao lâu để con hiểu, “cầu thả và chủ quan” là kẻ thù nham hiểm của sự thành công và trưởng thành. Mẹ đã làm gì sai khiến con không tin cậy và tuân thủ những điều tốt mẹ dạy cho con? Mẹ có đáng để bị con đối xử như thế không? v.v...

Minh Khuê cũng khóc. Tôi lấy tay quệt nước mắt, rồi chuyển qua nghệ thuật “kích tướng”:

“Sao lúc con quyết định làm ầu, chỉ lấy tay gạch chân trong bài kiểm tra mà không dùng thước kẻ, sao lúc ấy con không khóc, vì đằng nào chẳng biết cô sẽ phạt nặng lỗi này? Bây giờ đau một tí đã khóc?”

Minh Khuê: “Con không khóc vì đau ạ, con khóc vì con thấy con có lỗi rồi, con ân hận lắm mẹ ạ!”

Thế là hai mẹ con ôm nhau khóc.

Lần sau, khi Minh Khuê mắc lỗi tương tự, kiểu đề toán là số 17 cô bé viết vào bài là 71, v.v..., nên đáp án sai bét. Khi tôi hỏi, con muốn nhận hình phạt gì?

Minh Khuê đã nói: “Con xin mẹ đừng đánh con. Không phải vì con sợ đau mà vì con hiểu, con đau ở hông còn mẹ đau trong tim. Lần trước, con giả vờ ngủ, nhưng con biết, đêm nào mẹ cũng ngồi xoa dầu lên hông cho con, mẹ cứ khóc thút thít một mình.”

Thế đấy, bạn đã thấu hiểu cách tôi biểu đạt “Kỷ luật nước mắt” của hai mẹ con tôi chưa?

Đó chắc chắn không phải chỉ là hình phạt dành cho đứa trẻ mà bạn dành cả đời yêu thương - người được thụ hưởng cách giáo dục của bạn. Mà, thực chất là hình phạt dành cho cả hai!

Hình phạt được người mẹ tỉnh táo nhìn nhận, phân tích và cho đứa trẻ nhận thấy đó là cách thức “buộc phải”, không dễ đưa ra và nó có ý nghĩa phạt cả người dạy lẫn người thụ hưởng.

Thái độ “đồng chịu trách nhiệm”: Giúp trẻ nhận thức sai phạm bằng sự thấu hiểu của cảm xúc trái tim

“Đồng chịu trách nhiệm” và cảm giác chịu chung hình phạt sẽ khiến đứa trẻ không có cảm giác mình bị ghê lạnh, bị chà đạp, bị phân biệt đối xử.

Hơn nữa, hình thức người dạy và người thụ hưởng cùng gánh chung hình phạt, có tác động lên tình cảm hối lỗi của đứa trẻ một cách mạnh mẽ, bồi đắp, tăng cường thái độ tự nhận phần trách nhiệm, thái độ hợp tác để sửa lỗi ở đứa trẻ được thể hiện rõ rệt, tích cực.

Trong hành trình của hai mẹ con tôi - *hình phạt* - là biện pháp “tình huống” buộc phải, thể hiện sự *bùng nổ* sau mọi nỗ lực khác mà không thành công!

Hình phạt - không nên lạm dụng, bởi nó là trạng thái “*nguy hiểm*” mà cả hai mẹ con sẵn sàng đương đầu, khoảnh khắc “*kịch tính*” ấy giúp bộc lộ những hiểu biết mới, bật ra những suy nghĩ, rồi tháo gỡ những hiểu nhầm, rồi phân tích bản chất “*nguy hiểm*” của hành vi dẫn đến hình phạt, để đi tới đồng thuận, thấu hiểu, yêu thương, gắn kết nhau hơn sau xung đột.

Hình phạt - nếu đúng lúc nó có tác dụng làm sạch tâm trí, củng cố niềm tin và thái độ cam kết trở nên mãnh liệt hơn.

Mẹ tôi đã nhiều lần dặn tôi rằng: Đừng nghĩ rằng, nước mắt là biểu hiện của sự đau khổ và bi lụy! Thực ra, nước mắt còn là biểu đạt của một tình yêu màu nhiệm và sự quá cảm của trái tim người mẹ!

Dù gây nên đau, dù gây tổn thương, nhưng có những tình huống buộc phải sử dụng hình phạt.

Theo quan điểm của tôi, đó là liệu pháp tâm lý “sốc điện” có tác dụng tích cực lên tâm trí người dạy và tâm trí người thụ hưởng, “báo động” về giới hạn chịu đựng, giới hạn nhân nhượng đã hết.

*Hình phạt hợp lý, tràn đầy yêu thương và tuệ giác, được sử dụng có cân nhắc và đúng mức, sẽ có tác dụng như tín hiệu cảnh báo, nó báo động tình trạng đã bước vào “*nguy hiểm*”, tác động lên trí não, tác động đến*

cơ chế của bản năng sinh tồn, đánh thức bản năng, tiềm thức, tâm thức của đứa trẻ cũng như của người huấn luyện một thông báo “sinh tồn”, hồi thức bản thân chuyển hướng tư duy, nhạy bén, lập tức thay đổi hành vi và thái độ ứng xử tích cực nhằm cải thiện tình hình, nhanh chóng tìm lại trạng thái cân bằng và an toàn cần thiết!

Hình phạt đúng chỗ, đúng lúc, khi mà mọi giải pháp khác đã được áp dụng kiên trì, trong nhiều thời gian, mà vẫn không đem lại hiệu quả rõ rệt, thì liệu pháp tâm lý “sốc” sẽ có hiệu quả tức thời, nó đánh thức bản năng, phá hủy “thành trì” của những thói quen lười biếng, trây ì, sự ương bướng của *cái tôi* ngạo mạn, thói bảo thủ lười nhác, v.v..., giúp đứa trẻ trở nên nhạy cảm, nhạy bén, nỗ lực hơn.

Minh Khuê đề nghị mẹ viết sách “Máng con thế nào cho hiệu quả?”

Đã là cuối học kỳ 1, năm học thứ hai ở Harvard của Minh Khuê, chúng tôi đang đồng hành bên nhau theo một cách khác: mẹ và con gái là đôi bạn thân thiết, hóm hỉnh và thấu hiểu nhau vô cùng.

Nó bảo, “Thực sự là những lúc con thấy mình tự học kém tập trung, hiệu quả, lại không có lịch hẹn hò bè bạn gì cả, tự dung con nổi húng “gà” mẹ để hai mẹ con buôn skype!”

Ồi, tôi ngầm hiểu, mình được vinh dự là *nhân vật quan trọng*, chuyên giữ chân lấp chỗ trống cho nó, hic! Và tôi thành thật hoan hỉ vì điều đó, rằng con gái rất yêu và tin cậy mẹ.

Rồi nó kể chuyện:

Bạn của con bảo rằng, mỗi lần bạn ấy về nhà thăm mẹ ở bang Texas, bạn ấy sợ nhất là vẫn phải nghe những bài giáo huấn không có hồi kết của mẹ. Bạn ấy bảo, có lần nhỡ miệng: “Con giờ lớn rồi, là sinh viên đại học Harvard rồi, mẹ nói in ít thôi...”, thế là mẹ bạn ấy chột im lặng hồi lâu... rồi bạn ấy phát hiện ra, mẹ bạn ấy ngồi khóc thút thít. Từ đó, bạn ấy không dám “can thiệp” vào những bài giảng dài vô tận của mẹ nữa. Bạn ấy bảo, trên đời này, bạn ấy yêu thương mẹ nhất, không bao giờ muốn thấy mẹ khóc!

Con mới bảo bạn: “Ồi, mẹ nào mà chả thế! Mẹ mắt xanh tóc vàng, hay mẹ mắt đen tóc đen sao mà giống nhau cái vụ “nói nhiều” nhỉ!”

Bạn ấy nghe con an ủi thế, bật cười đắc ý: “Thì ra, mẹ Mỹ hay mẹ Việt cũng có những chiêu dạy con giống nhau nhỉ!”

Tôi cắt ngang: Ô, thế là bọn chúng mày lập nhóm nói xấu các mẹ á!

Nó bùng tỉnh: Ôi, chết! Nhỡ mồm, nhỡ mồm! Thôi đã nhỡ thì con nói nốt đây: Con nói thật đấy, cái chiêu “nói không biết chán” của mẹ hiệu quả ra phết mẹ ạ. Ngày trước, có những điều, mẹ thuyết phục, mẹ hướng dẫn nhưng con cứ làm sai, rồi mẹ lại nói, lại giảng giải vô tận, cả vừa nói vừa khóc nữa, lắm khi con ước mẹ là cái ti vi để con nhấn nút “tắt”... Mẹ tài thật, mẹ cứ kiên trì nói mãi một vấn đề của con, đến mức sau đó, mỗi lần sắp sai đúng cái lỗi đó, con chợt nghĩ, “Thôi đừng dại, kéo về lại phải nghe bản trường ca bất tận của mẹ”. “Mẹ nói nhiều không thêm được đồng nào cho mẹ đi chợ cả, nhưng vì sao mẹ vẫn phải nói, vì con chưa nhận thức hết mức độ cần thiết của việc phải thay đổi. Vì con, vì tương lai của con, con hiểu chưa?” - Nó nhại theo giọng nói và điệu bộ y chang của tôi, lại có vẻ cường điệu hơn, thật “khó chịu”, rồi nó chu cái mỏ xinh vào màn hình để khiêu khích tôi.

“Mẹ ạ, thực ra tuổi teen là tuổi rất nhanh quên, chủ quan, bảo thủ và cứng đầu, “bí quyết” nói truyền cảm, xúc động và nói không mệt mỏi của mẹ, là một phần không nhỏ đã giúp con tránh được nhiều sai lầm đáng tiếc tuổi teen, để con nên người vui vẻ như thế này. Đấy, nói hết rồi, mẹ có thấy chúng con nói xấu các mẹ đâu, ké công ơn thì có...”

Nó nói thế, tôi đâm tin nó thật! Cuối cùng, một cách dí dỏm, nghịch ngợm nó còn dặn dò tôi thế này: “Mẹ viết xong cuốn *Mẹ Việt dạy con bước cùng toàn cầu* rồi, giờ chuẩn bị viết thêm cuốn *Mãng con thế nào cho hiệu quả* mẹ nhé!”

Theo một vòng tương hỗ qua lại, đại não sẽ điều hành chi phối tư duy và tiếp tục chi phối hành động. Đến lượt, hành động và kết quả hành động lại dội về, tác động lên nhận thức tư duy của não bộ. Cứ thế, không ngừng.

Khi bạn thuyết phục đưa trẻ điều đúng đắn, ngay lúc đó, nó dường như muốn thay đổi, nhưng nếp hằn trên vỏ đại não tạo thói quen cũ chưa dễ bị xóa đi, do đó, đưa trẻ vẫn tiếp tục tư duy và

hành động theo thói quen cũ. Bạn phải thuyết phục trẻ nhiều lần, vô số lần, không nản chí, để làm lung lay thói quen tư duy cũ, làm xao lãng thói quen cũ, suy yếu dần thói quen cũ... chứ nó không thể mất ngay sau một vài lần sai lầm và sau một vài lần được thuyết phục. Cùng lúc, bạn phải nỗ lực để hướng dẫn, dìu dắt đứa trẻ xác lập thói quen mới tốt đẹp một cách dần dần, thậm chí, tiếp tục cùng nó hứng chịu sai lầm, thất bại của thói quen cũ trong một thời gian nữa, cho đến khi thói quen tư duy mới trở thành nếp hằn sâu trên vỏ đại não, thì lúc đó, thói quen mới tốt đẹp được coi là đã thuần thục và trở thành tố chất kim cương của đứa trẻ.

Đôi khi, tôi vẫn hay khôi hài rằng: nói nhiều một cách truyền cảm, nhiệt thành, không mệt mỏi là một “bí quyết” làm mẹ của tôi.

Tất nhiên, điều bạn thuyết phục phải dựa trên lợi ích thiết thân, thực tế và hạnh phúc bền lâu của đứa trẻ thế này “Con cần thay đổi, vì điều đó sẽ giúp con được bạn bè tin yêu hơn, con sẽ tìm được những bạn tốt chân thành cho mình hơn!”, chứ không vì ý muốn chủ quan của bạn, kiểu như “Con mà như thế mẹ rất xấu hổ!”.

Tuệ giác và tình yêu vô điều kiện của bạn dành cho đứa trẻ sẽ khiến cho điều bạn thuyết phục nó có trọng lượng và có động lực để đứa trẻ thay đổi. Nếu ngược lại, thì sự “nói nhiều” sẽ khiến bạn trở nên “mất uy tín trầm trọng” trước đứa trẻ của mình.



Chương 4

KỶ LUẬT NỘI TÂM

Đế bữa ăn trở nên nhẹ nhõm, vui vẻ

Làm trời dạy bản năng sinh tồn giúp trẻ ăn ngon miệng

Chắc hẳn bạn không hề lạ lẫm với quang cảnh hỗn độn, ầm ĩ nhốn nháo mà “*thủ phạm*” chính là những đứa trẻ, cộng hưởng với các sắc thái la hét, nạt nộ, van vi của người lớn. Thú thực, tôi thường mất hứng thú và sự mạch lạc trước những quang cảnh như thế, nó khiến tôi có một cảm xúc mà nói một cách thậm xưng là “*bất lực*”.

Tôi hay gọi đùa rằng đó là một “*thảm họa*”. Hãy hình dung bạn tham gia một buổi tiệc, chiêu đãi của cơ quan nhân ngày “*Tôn vinh gia đình*”, hay đi nghỉ mát cùng cơ quan. Tiếng trẻ rượt đuổi nhau, la hét, tiếng ghế đổ loảng xoảng, tiếng cha mẹ quát tháo yêu cầu chúng “*có kỷ luật*”, rồi tiếng trẻ khóc vì đòi ăn những món không có sẵn trên bàn tiệc, tiếng ly rượu vỡ do trẻ cầm chơi và tuột tay... những âm thanh, “*sự cô*” liên tiếp ấy khiến bữa tiệc (chiêu đãi) trở nên hỗn loạn, mất đi vẻ đẹp, sự trân trọng, nhẹ nhàng cần thiết.

Khi đó, tôi nhận thấy sự căng thẳng của nhiều bậc cha mẹ, họ cảm thấy ái ngại bởi sự “*làm phiền*” mà con mình gây ra, nhưng lại thanh minh: “*Ở nhà cháu ngoan lắm, ra đây đông người mới hư thế đấy ạ!*”

Bên cạnh đó, tôi cũng nhận ra không ít gương mặt thản nhiên của một số ông bố bà mẹ khác. Sự mặc nhiên của họ trước những gây rối của con cái nơi công cộng khiến tôi hiểu rằng bản thân họ còn chưa nhận thức được các nguyên tắc ứng xử chung nơi công cộng thì làm sao có thể dạy bảo con cái được! Khi tôi tìm cách trao đổi về sự nghịch ngợm quá mức của con họ nơi công cộng, thì họ

trả lời: “Em (tôi) thấy những đứa trẻ hiếu động, thích làm theo ý mình mới là đứa trẻ có chính kiến, mới phát triển tư duy sáng tạo và thông minh, nên em (tôi) cứ để cháu tự nhiên!”.

Những tháng ngày nuôi dạy bé Minh Khuê giai đoạn nhũ nhi, ấu nhi, vị thành niên v.v... tôi cũng vô cùng nhọc nhằn, vất vả, vì tôi triển khai nhiều dự án: công việc cơ quan, kiếm tiền, tự đọc sách và nghiên cứu, dạy dỗ con, một mình xây nhà, v.v... nhưng tôi không phải mệt nhoài trước những bữa ăn náo loạn, mất trật tự và đặc biệt, chưa bao giờ phải “mất mặt” hay bận tâm vì tính vô tổ chức, thiếu kiểm soát của cô con gái nhỏ tại các sự kiện hay nơi cộng đồng.

🍏 TÌNH HUỐNG

Một vài lần thấy bé Minh Khuê đòi đi của bé đưa đi long nhong ăn ngoài đường, tôi nghĩ cách để giúp con tự ý thức, kiểm soát và có được kỷ luật nội tâm vững vàng.

Tôi mua một mô hình các cơ quan chức năng trong ổ bụng, trong đó có dạ dày được thể hiện như một cái túi treo giữa ổ bụng. Cùng với một quả bóng bay chứa nước dần dần cho nó phình to ra và tôi treo quả bóng trên một cái móc. Tôi giải thích cho con gái hiểu rằng, khi chúng ta ăn, thức ăn được chứa vào cái túi này và nó nặng dần lên khi thức ăn nhiều lên. Do đó, đoạn dây treo nhỏ phía trên như một cái dây cao su, nếu cứ bị lúc lắc, nhún lên nhún xuống theo hoạt động chạy nhảy sẽ khiến nó bị mỏi và có thể bị đứt.

- Dây mà đứt thì cái túi bị vỡ ra như quả bong bóng mẹ nhỉ!

Tôi gật đầu xác nhận lời con gái, và nhấn mạnh thêm: Nếu đoạn dây treo bị đứt, chúng ta sẽ vô cùng đau đớn và có thể bị chết... Do đó, khi ăn uống và ngay sau đó, những người hiểu biết và yêu cuộc sống sẽ không chạy nhảy. Họ biết kiểm soát hành vi và họ hiểu nếu chạy nhảy, họ sẽ gây nguy hại cho sự sống còn của bản thân.

- Con không muốn dây treo túi thức ăn trong bụng bị đứt mẹ ạ!
Minh Khuê tuyên bố đồng ý với mẹ.

- Ừm, mẹ đồng ý với con!

- Nên con không chạy nhảy khi ăn mẹ nhỉ, con phải ngồi ăn uống nghiêm túc mẹ nhỉ.

Thế đấy, tôi đã thành công trong việc dẫn dụ, hướng dẫn để con thấu hiểu về bản năng sinh tồn, về tầm quan trọng của kỷ luật nội tâm, tự giác ngồi ăn không chạy nhảy lộn xộn. Từ đó, tôi không bao giờ còn phải bận tâm đuổi theo con, nài nỉ, chắt vật trong những bữa ăn huyên náo và thiếu khoa học như những cảnh tượng tôi mô tả ở trên.

Nhiều bà mẹ trẻ tâm sự với tôi: *“Con nhà cháu biếng ăn lắm cô ạ. Cháu cũng đã thử nhiều cách rồi, nào là mặc cả ‘Ăn đi rồi bố mẹ sẽ cho đi chơi!’, ‘Ăn ngoan thì mẹ cho chơi iPad!’, hoặc dọa dẫm: ‘Nếu không ăn thì mẹ không yêu.’, v.v... nhưng vẫn vô cùng khó cho con ăn, cô ạ!”.*

Tôi kể với những bà mẹ trẻ ấy rằng, ngay từ khi bé Minh Khuê chập chững biết đi, những cuộc dạo chơi công viên là bài học thực hành khám phá cuộc sống thường ngày mà chính tôi là người tiến hành và hướng dẫn con gái.

Trước khi vào công viên, chúng tôi chuẩn bị rất nhiều loại thức ăn: một khúc mía dài dành cho voi, mớ rau muống dành cho hươu nai, chuối và bim bim cho khỉ, hạt đỗ xanh và thóc cho chim v.v...

Trong mỗi cuộc du ngoạn với khoảng thiên nhiên bé nhỏ ấy, tôi lại bồi đắp cho con gái nhiều hiểu biết mới mẻ về sự sống quanh mình. Chẳng hạn:

- Mẹ ơi, sao em nai ấy không chịu ăn hả mẹ?

- Mẹ nghĩ rằng, em ấy bị ốm con ạ!

- Mẹ ơi, làm sao để em ấy ăn bây giờ hả mẹ?

- Mẹ cũng không biết phải làm gì bây giờ, chúng ta sẽ nỗ lực, nhưng mẹ sợ là khó khăn đấy con gái yêu ạ! Khi mệt yếu, em ấy sẽ không hứng thú ăn, nhưng nếu em ấy hiểu rằng, nhiều khi phải tỏ ra thích ăn, quên cái mệt đi và ăn đầy đủ đúng bữa, ăn nghiêm túc vì biết rằng ăn là việc cần thiết nhất để sống được. Nếu không, em ấy sẽ mệt và ốm hơn. Có khi vì thế mà sẽ chết. Nhưng em ấy không

hiếu tiếng người, nên mẹ không thể giải thích cho em ấy điều quan trọng đó.

Băng đi mấy hôm, hai mẹ con tôi lại trở lại khu chuồng trại của lũ hươu nai. Minh Khuê đã khóc nức nở khi cô quản lý thông báo rằng em nai con ấy chết rồi. Minh Khuê khóc vì thương em nai con tội nghiệp và rồi, Minh Khuê tự rút ra một kết luận:

- Mẹ ơi, phải luôn tỏ ra ăn ngon miệng, phải cố gắng ăn đúng bữa mẹ nhĩ... nếu không sẽ bị chết vì đói như em nai tội nghiệp mẹ nhĩ.

Ngược lên nói với mẹ, tay níu vào vạt áo mẹ, đôi mắt con gái bé nhỏ của tôi ngấn lệ, điều cô bé nói chính là một hiểu biết thâm thía với con. Tôi gật đầu xác nhận điều con gái đã nhận biết và chúng tôi ôm nhau thật chặt, cảm thấy cần nhau hơn và yêu thương sâu sắc hơn. Hiểu biết về sự sinh - diệt vô thường ấy khiến cô bé Minh Khuê nhỏ xíu cảm thấy buồn và đau khổ trước cái chết của nai con, nhưng tôi hiểu sâu sắc rằng điều ấy là cần thiết, tôi hiểu tôi phải yêu con đúng cách và quý giá từng phút bên con, hướng dẫn con “*thực hành yêu thương cuộc sống*”, để con gái của tôi hiểu “*Cuộc sống là hữu hạn và quý giá đến nhường nào!*”.

Để đưa trẻ được thuyết phục và mỗi ngày thêm vững chãi “kỷ luật nội tâm” thì không có gì thiết thực, trực quan, ấn tượng và hiệu quả bằng cách cho đứa trẻ hiểu về sức mạnh đích thực của “bản năng gốc”, mà ở đây là bản năng sinh tồn.

Tất cả mọi sự sống đều được đấng Hóa Công ban cho bản năng sinh tồn cực kỳ mãnh liệt - đó là bản năng thiêng liêng.

Tuy nhiên, với đời sống hiện đại dư thừa vật chất và sự hỗ trợ của tiện nghi, sự “quên lãng” của các bậc làm cha mẹ, phần lớn những đứa trẻ của bạn trở nên nhạt nhẽo, nhõng nhẽo, yếu đuối và phiền hà v.v... vì chúng không được đánh thức “bản năng sinh tồn” trong mình. Chúng không có trực quan sinh động nào để hiểu sự sống quý giá nhưng mong manh và cần được bảo vệ, cần được nỗ lực tự chăm sóc ra sao?

Đừng trách những đứa trẻ nhõng nhẽo, hiền hòa, mà hãy trách người lớn sống và dẫn thân trên con đường thiên chức khi chưa thực sự minh triết và thấm thía về những bản năng thiêng liêng của sự sống.

Bạn thấy đấy, không nhất thiết cuộc khám phá nào cũng hân hoan vui vẻ.

Khám phá thế giới và từ đó hướng dẫn trẻ dần trưởng thành là hành trình có nhiều khi bạn nương theo tình huống cuộc sống dòi dào, để ân cần dạy bảo và hướng dẫn trẻ đối diện với nỗi buồn, với quy luật sinh diệt. Quy luật này là tất yếu của dòng đời, làm sao bạn che chắn, giấu giếm con trẻ mãi được. Đừng vô tâm “quên” dẫn dắt, giải thích cho trẻ hiểu được điều sâu sắc, quý giá trước hiện tượng sinh diệt của sự sống xung quanh.

Nếu bạn muốn đứa trẻ của mình vững chãi nội tâm khi đến tuổi trưởng thành, thì có cách nào khác ngoài làm trởi dậy mạnh mẽ, lành mạnh bản năng sinh tồn thiêng liêng trong trẻ. Bạn cũng nên bắt đầu huấn luyện, bồi đắp dần dần để trẻ hiểu biết, chấp nhận sự mất mát, sinh tử ngay khi còn thơ bé.

Bản năng sinh tồn là bản năng thiêng liêng nhất, đừng vì bạn vô tâm mà khiến bản năng này ở trẻ bị mài mòn, mờ nhạt trong một hành trình sống dư thừa vật chất nhưng thiếu minh triết, sáng suốt của một tình yêu tuệ giác.

Từng chút, từng chút một, phẩm chất của trẻ sẽ mạnh lên, vững lên, mạch lạc hơn nhờ những bài giảng về cuộc sống đầy sinh động và thiết thực của bạn - người thầy đầu tiên không có quyền miễn nhiệm.

Làm trội dậy bản năng hướng thượng - năng lực kết nối xã hội

Không còn nỗi sợ bóng ma của chứng tự kỷ và tăng động giảm chú ý

Bạn nhận ra khi hướng dẫn, dạy dỗ con cái, người phương Tây thường sử dụng phương pháp khích lệ và ngợi khen - đó là cách họ khơi dậy bản năng hướng thượng ở trẻ!

Khơi dậy bản năng là điều dễ nhất, vì nó thuận theo quy luật, khi bạn thấu đạt điều này, sẽ không còn đứa trẻ nào có nguy cơ trở thành nạn nhân của chứng rối loạn phát triển và tăng động giảm chú ý!

Tiếng đứa trẻ ré lên, gào khóc đòi nọ đòi kia, sự việc cứ lây nhây kéo dài, người mẹ (hoặc người bố, hoặc cả hai bố mẹ) đua nhau giải thích, mua chuộc, mặc cả, dọa dẫm để đứa trẻ dừng dứt hành vi quấy nhiễu ấy, nhưng hoàn toàn bất lực. Trên khoang máy bay, nhiều người xung quanh đành phải chịu đựng không khí gia đình "bất đắc dĩ" ấy trong sự mệt mỏi và thái độ thiếu thiện cảm.

* Hoặc đứa trẻ cứ thân nhiên quấy rối những người xung quanh bằng cách giật đồ vật, hoặc tò mò nhìn chòng chọc vào mặt người đó gây cảm giác bị làm phiền.

* Hoặc đứa trẻ nằng nặc đòi bằng được thứ đồ vật mà nó yêu thích, mặc dù đồ vật đó thuộc về người khác.

* Hoặc đứa trẻ trút bát thức ăn thừa của nó vào bát canh hoặc bát nước chấm trên bàn tiệc chung của tất cả mọi người v.v...

Khi chúng kiến những hành vi đó của trẻ nơi công cộng, thông thường thái độ của những người mẹ hoặc ông bố trẻ như sau:

* Hoặc coi đó là chuyện bình thường của trẻ con và nghiêm nhiên buộc mọi người xung quanh phải chấp nhận chịu đựng cùng.

* Hoặc tỏ ra thản nhiên như không có chuyện gì xảy ra, không hề có bất kỳ sự can thiệp nào đối với “hành vi thiếu kiểm soát của trẻ”, thể hiện sự thiếu trách nhiệm thực sự.

* Hoặc thể hiện thái độ kìm nén tột độ, mà tôi chắc chắn rằng, cơn giận dữ sẽ bùng phát sau đó không lâu.

* Hoặc chính họ cũng thể hiện một thái độ thiếu kiểm soát bằng những ngôn ngữ nóng nảy, kích động và la hét như đứa trẻ.

Những hiện tượng này vẫn thường xuyên xảy ra, làm huyên náo nơi công cộng: Trong khoang máy bay, nơi vui chơi giải trí, trong tiệm ăn, và “thảm họa” hơn là tại tư gia của một người bạn, có thịnh tình mời gia đình họ cùng những đứa trẻ đến chơi.

Dạy trẻ tác hại của hành vi không đúng chỗ!

Mẹ mặc đồ lót ra đường người ta gọi mẹ là bà điên đấy!

Tôi nhớ năm đó Minh Khuê 4 tuổi rưỡi, tôi cùng con gái đi mua sắm tại một khu thương mại lớn ở Hà Nội. Theo gợi ý của tôi, Minh Khuê chọn mua cho tôi một bộ đồ lót ren màu đỏ rất đẹp, đắt tiền, trong một tiệm thời trang của Hong Kong.

Tối đó, tôi làm hẳn một cuộc trình diễn thời trang đồ lót, đương nhiên Minh Khuê là khán giả - đồng thời là vị giám khảo duy nhất, nhiệt tình, nồng hậu reo lên “Đẹp lắm, đẹp lắm, mẹ ạ!”. Tiếp theo đó, tôi khoác thêm túi xách, đội mũ, mang giày cao gót và bước đi tung tăng như thể đang đi chơi ngoài phố, tôi bảo:

- Hay quá, tối mai mẹ sẽ diện bộ này để đưa Minh Khuê đi xem diễn kịch, chắc mọi người sẽ trầm trồ khen lắm.

Cứ mỗi lần tôi bận thêm đồ và bước qua bước lại với vẻ mặt đầy “*khiêu khích, tự tin*” như vậy, Minh Khuê càng lớn tiếng phản đối:

- Mẹ ơi, đừng!... Không ai mặc như thế ra đường... Mẹ ơi, đừng! Mọi người sẽ tưởng mẹ bị điên đấy... xấu hổ lắm...

Nhận thấy sự phản đối của con gái lên đến cao trào, tôi hỏi con:

- O, sao lại không mặc ra đường được? Nó đẹp và đắt tiền thế cơ mà?

Minh Khuê trở mắt nhìn mẹ và tuyên bố chắc chắn:

- Không ai mặc đồ lót ra đường, chỉ có người điên mới như thế mẹ nhé. Mẹ dạy con mãi rằng: *“Mắm tôm thì được khen thơm khi ở bàn ăn hợp khẩu vị, nhưng nếu đưa vào phòng ngủ thì chúng ta chết khiếp vì nó ‘hôi và thô lỗ’ còn gì!”*

Bạn thấy đấy, bằng trực quan sinh động, tôi đã khơi dậy, làm mạch lạc trong nhận thức của cô con gái nhỏ về tính “nghiêm trọng” khi cá nhân sai lệch nguyên tắc xã hội: cô bé tự rút ra hiểu biết sâu sắc, rằng cần phải thực hành các hành vi trong những giới hạn cho phép. Bằng hoạt cảnh ngắn trực quan sinh động, tôi giúp con gái tự nhận thức rõ ràng rằng, “hành vi phải đúng nơi, đúng thời điểm mới được thừa nhận”.

Chính năng lực hành vi xã hội cao hay thấp sẽ tạo ra sự khác nhau trong năng lực quan hệ, liên kết với những người xung quanh của bản thân đứa trẻ.

Tôi bảo: “Minh Khuê của mẹ giỏi thật!”.

Chúng tôi tiếp tục trò chơi đồ hàng. Tôi đề nghị Minh Khuê là khách hàng, còn tôi là người bán phở. Minh Khuê bảo: “Nhưng đâu sao thì con cũng không ăn phở ở một quán của bà điên đâu, nhờ bà ấy bỏ thuốc độc vào thức ăn...”. Tôi lại hòa hoãn: “Vậy thì con là người bán hàng và mẹ là khách hàng vào tiệm của con ăn phở vậy”. Minh Khuê lại tiếp tục chống chế: “Mẹ thấy không, nếu người điên vào tiệm ăn phở, bà ta sẽ quậy phá và tiệm ăn của con sẽ không ai vào nữa!”.

Ngay lập tức, tôi ôm con gái vào lòng và khích lệ: “Con gái thật giỏi, con đã hiểu rằng, những hành vi không được xã hội chấp nhận, nếu mình không kiểm soát và không sửa chữa, sẽ khiến bản thân

thiệt thòi. Đói thì không được ăn vì không ai muốn bán thức ăn cho; không được vào rạp, không được đón tiếp ở nơi đẹp đẽ, sang trọng, không được ai vui vẻ, thân thiện bắt chuyện... và như vậy thì buồn và xấu hổ lắm, đúng không con?”.

Minh Khuê tỏ ra là một người dẫn dắt tôi và cô bé hãnh diện vì tôi đã nhận ra cái sai của mình. Cô bé nhấn mạnh: “Thế nhé, mẹ hiểu rồi nhé, mẹ không bao giờ được mặc bộ đồ lót ren màu đỏ ra đường, dù nó rất đẹp, vì mẹ sẽ rất xấu hổ đấy!”.

Tôi gật đầu xác nhận và nhấn mạnh thêm: “Con còn thấy điều gì không nên ở nơi công cộng nữa không nhỉ?”

Minh Khuê tỏ ra rất vững vàng, khi đồng dạc trả lời: “Là không được khóc nhè và ẵm mẹ ạ! Là không được đòi những đồ vật mình thích nhưng của người khác mẹ ạ! Là phải biết kiểm soát không đòi hỏi những thứ mà chỉ ở nhà mới có! Là không được đòi những món ăn mà trên bàn ăn không có, mọi người ăn gì thì mình cũng ăn được, mẹ nhỉ.”

Tôi cười sung sướng: “Minh Khuê của mẹ thật giỏi, con đã ghi nhớ sâu sắc và luôn luôn thực hành đúng những điều mẹ hướng dẫn. Mẹ thật ngưỡng mộ con quá!”

Minh Khuê cũng nhìn tôi cười một cách bao dung: “Mẹ cũng thật giỏi quá, mẹ đã hiểu những điều con nói, mẹ đừng bao giờ quên, mẹ nhé!”.

Bản năng hướng thượng là bản năng có sức sống mãnh liệt, tương đương với các bản năng gốc (bản năng sinh tồn và bản năng dục). Bản năng hướng thượng manh nha xuất hiện rồi mạnh lên ở các loài động vật cao cấp, có hệ thần kinh trung ương và có đời sống xã hội, nghi thức thực hành các hành vi xã hội, ở những loài động vật mà bản năng sinh tồn của mỗi cá thể có liên quan đến hành vi xã hội thông qua đời sống bầy đàn của nó như: khỉ, vượn, tinh tinh, chó sói, voi, cá voi, ngựa, hổ, sư tử, v.v...

Bài học từ quan sát ở loài vật

Bản năng hướng thượng, mạnh nha ở các loài động vật cao cấp đã hình thành đời sống bầy đàn - xã hội, biểu hiện như sau:

Cá thể khi sinh ra đã có bản năng kết nối xã hội bầy đàn => biết nhường nhịn, phối hợp, kết hợp, biết nhận ra bầy đàn mà cá thể đó là thành viên, cộng tác trong săn bắt mồi, cảnh giới. Do đó:

♥ Giúp khả năng sinh tồn của cá thể tốt hơn, an toàn hơn. Do đó:

♥ Cá thể nào có *bản năng hướng thượng* mạnh hơn sẽ có cơ hội sống tốt hơn. Do đó:

♥ Cá thể có *bản năng hướng thượng* mạnh mẽ nhất sẽ có nhiều cơ hội trở thành con đầu đàn.

Để đảm bảo an toàn sinh tồn, mỗi cá thể trong bầy đàn luôn nỗ lực làm hài lòng lẫn nhau, biết dựa vào nhau và quan sát hành vi của nhau để cùng hành động nhịp nhàng, không rối loạn. Đó chính là cơ sở để “bản năng hướng thượng” trở nên mạnh mẽ, vì bầy đàn, hướng tới bầy đàn nhưng chính là vì an toàn cho bản thân.

Do đó, bản năng hướng thượng là yếu tố bộc lộ sự tiến hóa mạnh ở loài người: Đó là năng lực xã hội, năng lực kết nối cá nhân với xã hội, biết chung sống và hài hòa; vượt cao hơn nữa là năng lực tình yêu tha nhân, cảm thông và từ ái.

Ở mỗi cá nhân, bản năng hướng thượng lại bộc lộ mạnh yếu khác nhau, đem đến chất lượng sống khác nhau.

Từ hiểu biết cơ sở về “bản năng hướng thượng” này, chúng ta sẽ được “khai sáng” về định nghĩa “Hạnh phúc” theo một cách tường minh và không mơ hồ.

Cảm nhận về hạnh phúc ở mỗi cá nhân vì thế phải được cảm nhận trong tính toàn vẹn.

Hạnh phúc không chỉ là cảm giác sung sướng, hưởng thụ, hưởng lạc vật chất, khoái lạc những bản năng gốc còn gọi là sự nhận lấy về mình trong thứ “tình yêu vị kỷ, ích kỷ”.

Hơn thế nữa, cảm nhận “hạnh phúc” nhiều phần là sự hào sáng tâm lý, cảm thấy được sự “ghi nhận, tôn trọng, thừa nhận” của người xung quanh, xã hội, cộng đồng đối với bản thân.

Do đó, để một đứa trẻ được hạnh phúc bền vững, bạn phải biết khơi dậy, bồi đắp, làm mạnh lên “bản năng hướng thượng” của trẻ.

Bản năng hướng thượng ở mức độ, trình độ cơ sở được thể hiện cụ thể và trực quan sinh động thông qua hệ thống các hành vi “xã hội cho phép” mà đứa trẻ nên được hướng dẫn để thực hành thuần thực, chẳng hạn như: Không quấy rối nơi công cộng, không làm phiền người khác, không gây ồn ào, không phá phách, thao túng đồ dùng và không gian của người khác.

Muốn đứa trẻ của bạn hiểu biết và dần dần thuần thực những điều này thì chính bạn, trong vai trò người thầy dẫn dắt, cần có một phong cách sống và lối sống thể hiện sự tôn trọng đặc biệt đối với hệ thống giá trị đó. Bạn không thể bồi đắp cho con mình những phẩm chất mà bạn mơ hồ hoặc chưa có được.

Bản năng hướng thượng khi đạt đến một mức độ cao sẽ trở thành phẩm chất khiêm nhường và biết tôn trọng sự khác biệt không gian đời sống xã hội, do đó, nó là văn hóa sống của bạn. Trước tiên con trẻ sẽ học những bài học từ hành vi sống của bạn. Sau đó, nó sẽ được thuyết phục bởi những gợi ý từ trực quan sinh động mà bạn đem đến.

Cùng với các bản năng gốc vốn là yếu tố thiêng liêng của sự sống, bản năng hướng thượng là một trong những yếu tố vô cùng quan trọng để bồi đắp kỷ luật nội tâm cho trẻ. Mọi kỷ luật cứng đội vào từ bên ngoài, chẳng hạn như những nội quy, nguyên tắc và những cấm đoán từ người lớn dội xuống trẻ, sẽ trở thành áp lực và làm trỗi dậy thái độ phản ứng, phản kháng tiêu cực nếu đứa trẻ đó không được bồi đắp về kỷ luật nội tâm.

Ngược lại, khi trẻ có kỷ luật nội tâm vững vàng, được khơi dậy bản năng hướng thượng - năng lực kết nối xã hội một cách mạnh mẽ, đẹp đẽ - thì trẻ sẽ chủ động, tự nguyện thực hành nội quy và

quy định tại nơi sinh hoạt cộng đồng vì nó hiểu rằng đó là cách để nó có được sự tôn trọng, yêu mến và tự do cá nhân trong xã hội.

Đó chính là sự khác biệt ở từng đứa trẻ được hướng dẫn khác nhau về bản năng hướng thượng từ những người mẹ khác nhau. Đó cũng chính là năng lực thực hành hành vi xã hội cao hay thấp của mỗi đứa trẻ.

Nói các khác, dạy trẻ biết tôn trọng các nguyên tắc ứng xử nơi công cộng, tôn trọng người khác nghĩa là làm mạnh lên trong trẻ bản năng hướng thượng - bản năng kết nối xã hội vốn có trong tiềm thức tiến hóa của não bộ. Và đó là một lợi thế trên góc độ giáo dục.

Bạn cần phải nắm lấy cơ hội này ngay khi trẻ còn nhỏ, khi trẻ chỉ sống trong những mối kết nối xã hội phạm vi gia đình, để hướng dẫn trẻ những nguyên tắc ứng xử “được phép” và “không được phép” với thái độ chu đáo ân cần, nhưng kiên định. Đó là cơ sở để con trẻ của bạn bước ra xã hội rộng lớn hơn với một nội tâm trật tự và an hòa.

Như vậy, hai giá trị kỷ luật nội tâm và tự do được là chính mình không triệt tiêu nhau như nhiều người nhầm tưởng, mà chúng bổ sung cho nhau, tạo nên hạnh phúc đích thực của mỗi cá nhân đứa trẻ.

Bản năng kết nối xã hội lành mạnh - hệ miễn dịch giúp trẻ phòng ngừa chứng rối loạn phát triển

Rất nhiều cha mẹ nhầm tưởng tai hại rằng sự nổi loạn và gây rối của trẻ nơi công cộng là bộc lộ nhu cầu tự do mạnh mẽ. Một đứa trẻ không có năng lực xã hội, bối rối trước mọi quy chế về hành vi xã hội cho phép sẽ luôn bất loạn trong tâm hồn và trí tuệ. Nó không thể là một đứa trẻ có năng lực sáng tạo dồi dào.

“*Thanh tâm - viễn trí*” là bài học về kiểm soát tâm lý và làm sạch tâm lý đơn giản nhất.

Khi kỷ luật nội tâm vững vàng, đứa trẻ cảm thấy hoàn toàn bình an và do đó nó có được nguồn năng lực thuần khiết, dồi dào, mạnh mẽ và không xung đột.

Kỷ luật nội tâm chính là sức đề kháng, là hệ miễn dịch tốt giúp trẻ “an toàn” trước các chứng rối loạn phát triển và tăng động hay tăng động giảm năng lực tập trung chú ý, vốn là những “tâm bệnh” mà đáng tiếc, hiện tại trẻ nhỏ có nguy cơ tỷ lệ mắc tăng cao.

Tôi từng gặp nhiều bậc bố mẹ chiến đấu, vật lộn với con cái mới lên 4 lên 5 trên hành trình làm cha mẹ của mình. Đôi khi, tôi được nghe những lời than vãn đầy bất lực: “Thôi đành chịu vậy, ‘cha mẹ sinh con trời sinh tính’, cũng chả biết làm sao nữa”.

Thực lòng, tôi cho rằng những vấn đề đó không quá nghiêm trọng và không đáng sợ.

Khi cha mẹ nhận thức được rằng hãy nương theo, hãy dựa vào “bản năng hướng thượng”; hãy nỗ lực thực hành hành vi giao thức tình cảm, để kích lệ, khởi động, kích hoạt tích cực vùng chủ về năng lực tư duy, biểu đạt ngôn ngữ trên vỏ đại não của trẻ.

Từ sự hiểu biết tuệ giác đó, chúng ta kiên trì một công cuộc sửa chữa, làm lành lặn trở lại đứa trẻ, đưa trẻ trở về bản chất mà nó vốn thế: có bản năng hướng thượng mạnh mẽ, bản năng khao khát được mọi người nhìn nhận, ghi nhận, trù mến, yêu thương. Đây chính là năng lực kết nối xã hội của trẻ chứ đâu có gì xa lạ, bí hiểm?

Trả lại cho đứa trẻ bản năng kết nối xã hội lành mạnh, mọi sai lệch tâm lý của trẻ sẽ tự mất. Tôi tin tưởng mạnh mẽ rằng, chứng rối loạn phát triển ở trẻ em phần lớn là tâm bệnh, do môi sinh là chính, chứ không phải là những khiếm khuyết về đại não.

Chỉ cần bạn làm những điều đơn giản như vậy một cách bền bỉ và luôn có niềm tin vững vàng, đến một ngày, chính bạn sẽ mạnh mẽ khẳng định rằng: “Đứa trẻ của bạn không bao giờ có thể trở thành nạn nhân của chứng rối loạn phát triển, căn bệnh tăng động và giảm sức chú ý, mà xã hội vẫn đang coi là một căn bệnh đáng sợ có xu hướng tăng cao ở trẻ em”.

Thực chất, rối loạn phát triển hay tăng động giảm sức chú ý chính là do chúng ta chưa làm trỗi dậy bản năng hướng thượng ở

những cá thể trẻ vốn đã có một vài khiếm khuyết bẩm sinh và môi sinh tiềm ẩn nguy cơ cao như:

Năng lực ngôn ngữ phát triển chậm, điều này là nguyên nhân vì sao bé trai có tỷ lệ mắc chứng rối loạn phát triển, chứng tăng động giảm chú ý nhiều hơn.

Môi trường nuôi dưỡng bị lệ thuộc nhiều vào thực phẩm chế biến, bị lạm dụng tân dược, hóa chất, bị phơi nhiễm các chất thải kim loại nặng như chì, nhôm v.v... thông qua sự hít thở khí thải đường phố, khu công nghiệp, làng nghề, thông qua nguồn nước sử dụng bị ô nhiễm nặng v.v...

Các giao thức tình cảm hạn chế (người nuôi dưỡng ít có thời gian ân cần trò chuyện, ở gần).

Nếu bạn tỉnh táo và bền bỉ tháo gỡ dần dần những nguy cơ mang tính môi sinh, và bền bỉ chỉ dẫn cho trẻ bằng trực quan sinh động để khôi phục “bản năng hướng thượng” nơi con trẻ thông qua các giao thức tình cảm và ngôn ngữ, tôi tin rằng, sẽ không có người mẹ nào phải lo lắng về “bóng ma” rối loạn phát triển đối với con của mình! Hãy tin tôi!

Tôi từng được nghe những lời khen mà như phàn nàn na ná thế này: “Vì con chị hiền nên chị dạy gì nó cũng nghe, chả bù cho con em, nó cá tính và ương bướng lắm, không làm sao mà dạy được”.

Hoặc: “Em không hiểu sao Minh Khuê có thể học được nhiều như thế!”.

Tôi muốn bật mí cho các bạn một bí quyết quý giá hơn cả kim cương: Hãy khơi dòng và bồi đắp, kích lệ để bản năng hướng thượng của trẻ ngày một mạnh mẽ, trực quan và minh triết. Khi bản năng hướng thượng trở nên mạnh mẽ thì đây là yếu tố cốt lõi, giá trị để làm nên một nội tâm có kỷ luật tự thân vững vàng.

Kỷ luật nội tâm, kỷ luật tự thân, kỷ luật tự giác thực ra là những cách gọi khác nhau cho một phẩm chất. Khi đã sở hữu và thuần thực phẩm chất này, trẻ sẽ trở nên đẹp đẽ như một dòng chảy

hiền hòa, tự nhiên và dào dạt. Đứa trẻ trở nên giàu năng lượng, giàu sáng tạo và tràn đầy sức sống.

Đó cũng chính là bí quyết của tôi và Minh Khuê. Chúng tôi biết và thực hành điều này từ những ngày tháng đầu tiên khi Minh Khuê chào đời, thông qua việc rèn luyện và thuần thục các phản xạ có điều kiện. Đó là cơ sở đầu tiên của “năng lực kiểm soát hành vi” xã hội cho phép. Nó giúp hệ thần kinh trung ương trở nên thuần thục, mang lại sự vững vàng và tự tin cho nội tâm mãi mãi về sau.

*Muốn trẻ tập trung cao độ
trong học tập, hãy giúp trẻ hiểu biết về
bản năng tính dục từ sớm nhất*

Giáo dục giới tính cho trẻ ngay từ 0 tuổi!

Khi bạn có con, dù mới ở dạng bào thai, rồi nhũ nhi, ấu nhi, bạn lúc nào cũng đau đầu kỳ vọng con học hành giỏi giang, còn việc giới tính của con là trai hay gái thì đã được ông trời an bài rồi, bạn không cần quan tâm nữa! Bạn nôn nóng tìm kiếm các dự án giáo dục sớm, nào là học toán cho trẻ thông minh, học tiếng Anh, học âm nhạc, học vẽ, v.v... Bạn sẵn lòng đáp ứng mọi khoản chi phí khi ai đó thuyết phục rằng họ sẽ đào tạo con bạn trở nên thông minh vượt trội, nắm bắt nhanh chóng mọi kỹ năng cuộc sống, đáp ứng tốt với thời đại, v.v...

Rồi nữa, bạn có thể dễ dàng tìm thấy những bài viết với các chủ đề na ná thế này: Cho trẻ bú mẹ là tốt nhất! Làm thế nào để bé ăn ngoan? Các phương pháp ăn dặm tốt nhất cho trẻ? Thức ăn hoàn hảo cho bé dưới 4 tuổi? Đó là cách chúng ta quan tâm đến bản năng cơ sở quan trọng - “bản năng sinh tồn” cho trẻ. Vì đây là bản năng bộc lộ rõ rệt, hiển lộ, trực quan nên thu hút mỗi quan tâm lớn của bố mẹ.

Một bản năng cơ sở quan trọng tương đương, có ảnh hưởng sâu sắc đến chất lượng sống lâu dài mà nếu giáo dục sai sẽ dẫn đến hậu quả dai dẳng suốt cuộc đời của đứa trẻ, đó là “Bản năng tính dục”. Tiếc thay, những chỉ dẫn cho trẻ từ sớm về bản năng cơ sở này lại bị phớt lờ đi, hoặc giấu giếm ít nhất khoảng 9 - 10 năm đầu đời - một

quãng thời gian dài trong giai đoạn 18 năm kim cương của trẻ. Chỉ đến khi, những biểu hiện “tức nước vỡ bờ” hiển lộ, chúng ta mới cố gắng tìm hiểu để “ngăn chặn” nó.

Điều này là một lãng phí lớn, nếu không muốn nói là một sai lầm quá lớn!

Nhiều dự án giáo dục từ rất sớm, rồi nuôi con khỏe mạnh, hay ăn chóng lớn được thực hiện với kỳ vọng biến con trẻ của bạn trở thành thiên tài. Nhưng tôi chưa nghe ai nói về dự án giáo dục giới tính cho trẻ từ sớm! Bởi thực tế đã minh chứng: Không một dự án ngắn hạn nào có thể dạy trẻ thấu đáo những hiểu biết cần thiết, thiêng liêng về giới tính hiệu quả, từ ái và đầy nhân phẩm! Tất nhiên, đó là bởi môn học này thật sự rất khó và đòi hỏi một dự án giáo dục sớm dài hơi.

Điều đặc biệt quan trọng là nếu bạn không giúp trẻ hiểu biết về giới tính của mình, không trân trọng nhu cầu hiểu biết của trẻ về giới tính nói chung, của chính mình và của bạn bè xung quanh thì làm sao bạn giúp trẻ tự an hòa nội tâm được? Do đó, trẻ không thể có được sự tập trung toàn bộ - một phẩm chất cần thiết để việc học hành của trẻ trở nên hiệu quả. Tôi chưa nói đến vấn đề lệch lạc giới tính ở giới trẻ, phần lớn nguyên nhân của sự lệch lạc là do môi sinh và giáo dục tâm lý sai, những cá thể lệch lạc bẩm sinh và rối loạn hormone (do Ông Trời an bài) chiếm tỷ lệ rất thấp. Tôi nhấn mạnh điều này và nó có thực tiễn toàn cầu, không riêng ở Việt Nam.

Bản năng tính dục vô cùng thiêng liêng, giống như bản năng sinh tồn và bản năng hướng thượng (bản năng kết nối quan hệ xã hội).

Nếu bản năng tính dục - thứ bản năng thiêng liêng, gốc rễ, quan trọng, luôn hiện diện và mãnh liệt, giúp phân biệt giới tính đứa trẻ, lại luôn bị xao nhãng, bị lò đi, bị giấu giếm, ngăn chặn, nó sẽ tìm cách để giải phóng năng lượng bản năng gốc theo cách ứng phó và tiêu cực. Khi trẻ đến tuổi dậy thì, bản năng ấy bị tích tụ, kìm nén vì thiếu hiểu biết.

Những sai lạc trong dẫn dắt của bạn đối với trẻ tạo ra một lỗ hổng lớn, nó khiến đứa trẻ luôn bị ám ảnh về bản năng tính dục, bị hối thúc bởi sự tò mò của bản năng, do đó, một thực tế ở rất nhiều trẻ, bản năng tính dục luôn có nguy cơ biến thành ngọn núi lửa chỉ chờ cơ hội là phun trào không thể kiểm soát.

Cha mẹ thường có kiểu suy nghĩ: để yên cho nó học hành, cứ vẽ đường cho hươu chạy, xấu một tí, vụng về một tí, vô duyên một tí lại đỡ rắc rối v.v... Những phương pháp né tránh sự phát triển giới tính lành mạnh như trên, hoặc thả nổi theo kiểu: “Tự mà tìm hiểu, ngày xưa chúng tao có ai dạy đâu mà vẫn biết tuốt v.v...” đều là cách hành xử thiếu ân cần với trẻ, cần được thay đổi.

Khi chào đón đứa trẻ lọt lòng, bạn biết giới tính của đứa trẻ. Khi ấy, trẻ đã có biểu hiện giới tính, và đương nhiên trẻ được quyền nhận từ bạn những bài học đầu đời về giới tính, thông qua mọi tình huống cuộc sống: màu sắc đồ dùng bạn dành cho đứa trẻ, cách chăm sóc, ẩm thực mà bạn chọn cho con, cách giao tiếp, bày tỏ cảm xúc, cách khích lệ con “Ôi, phải can đảm lên chứ, chàng trai.” hay “Con gái của mẹ khéo tay quá!”, v.v... Giáo dục giới tính cho trẻ cần được bắt đầu ngay từ sớm nhất, nếu bạn muốn con trẻ của mình luôn vui vẻ và lành mạnh!

Bạn muốn con mình hạnh phúc, giỏi giang, vì thế, bên cạnh việc nuôi dưỡng về thể chất, hướng dẫn trẻ học hành, bạn cũng cần trực tiếp hướng dẫn giới tính cho trẻ. Đây là việc làm cần thiết và đòi hỏi phải tiến hành từ rất sớm, bền bỉ, ân cần, kiên nhẫn và tràn đầy tuệ giác.

Môn Giáo dục giới tính cho trẻ, phải được bắt đầu chủ động từ cha mẹ - người thầy đầu tiên và không có quyền miễn nhiệm của trẻ, chứ không thể là ai khác. Bạn càng tiến hành sớm bao nhiêu, ân cần, tinh tế và hiểu biết bao nhiêu, bạn càng cho thấy mình yêu con, chăm sóc tâm hồn của con chu đáo, sáng suốt và đúng đắn bấy nhiêu!

Bởi, chỉ đứa trẻ nào biết chắc chắn nó thuộc giới tính nào, trai hay gái, hiểu biết một cách tự nhiên về bản năng tính dục, được trang bị

những kiến thức sinh động để có thể tự quan sát, ghi nhận sự trưởng thành tính dục của bản thân mới thật sự có được “trật tự của chính mình”, tức là có được kỷ luật nội tâm vững chãi.

Chỉ khi đứa trẻ an hòa với bản thể của chính mình, thì mới có thể hy vọng đứa trẻ đó được tâm thể thanh tâm - viển trí: Nội tâm thanh bình, thanh thản, thì trí tuệ mới bay xa, mới sáng tạo mạnh mẽ!

Thành công đích thực của cuộc đời là được sống hoan hỉ với giới tính đích thực của chính mình.

Thành công đích thực của hành trình dẫn dắt con cái là được thấy trẻ lớn lên môn môn hài hòa với giới tính tràn đầy của nó.

Đứa trẻ hợp thông với bản thể, với tự nhiên và hãnh diện với giới tính của nó phải được coi là mục tiêu dẫn dắt con cái của những người mẹ Việt!



Chương 5

**BỒI ĐÁP PHẨM CHẤT CỐT LỐI
BỀN VỮNG NHƯ KIM CƯƠNG**

Dạy trẻ biết kiểm soát cảm xúc

Không né tránh thực tế!

Tôi nhớ như mới ngày hôm qua thôi, cái cảm xúc đưa con đến lớp mẫu giáo buổi đầu tiên. Tôi nhớ lắm, bởi chính tôi cũng phải vượt lên bản thân để kiểm soát cảm xúc!

Như nhiều bà mẹ khác, tôi đăng ký cho Minh Khuê vào học Trường Mầm Non số 10 của quận Ba Đình, theo đúng tuyến, lại phù hợp với tuyến đường tôi đến cơ quan. Khoảng 10 ngày trước buổi tựu trường đầu tiên, chiều muộn nào tôi cũng tranh thủ chở con đến trường Mầm Non số 10 để Minh Khuê chạy nhảy, ý đồ là giúp con quen với khung cảnh, gặp các cô trong trường để con quen dần với các cô.

Trước ngày Minh Khuê đi lớp, tôi và con gái nói chuyện rất “nghiêm túc” rằng: “Từ mai con sẽ đến lớp để học hát, học múa và học ăn đúng giờ, ngủ đúng thời gian v.v... đấy là việc rất quan trọng v.v...” Tôi nhấn mạnh với Minh Khuê rằng, vì nó rất quan trọng nên “Chúng ta phải tỏ ra chững chạc nhé. Con ở lớp học và mẹ đi làm, chúng ta tạm xa nhau một thời gian. Chắc chắn là mẹ nhớ con lắm và mẹ tin là con cũng rất nhớ mẹ, nhưng đó là lựa chọn duy nhất của mẹ con mình”.

Tôi nhìn vào mắt con và nói với con rất lâu về cảm giác đi học không thoải mái như ở nhà ra sao? Nhớ mẹ như thế nào? Và Minh Khuê bày tỏ suy nghĩ của bé: “Nhưng mà vẫn phải đi học mẹ nhỉ, vì mẹ đã nói rằng đi học là rất tốt mà...” Trong ánh mắt bé, tôi nhận thấy bé có chút phân vân, lo lắng, nhưng lời nói bé thốt ra đã giúp bé có thêm ý chí.

Lúc này, tôi thấy thương con lắm, muốn ôm con vào lòng, nhưng tôi không làm thế, tôi mỉm cười và nói: “Đúng rồi, con thật thông minh và rất nghị lực!”

Buổi tựu trường diễn ra với thật nhiều ấn tượng. Rất nhiều bé mặc đẹp, được bố mẹ hay ông bà đưa đến trường. Không khí náo nhiệt nhưng “nổi bật” nhất là tiếng khóc thút thít, rồi khóc to, gào lên v.v... đòi theo người thân về nhà, không muốn vào lớp!

Minh Khuê được mẹ mặc đẹp, dắt tay vào trường. Hai mẹ con đi thong thả. Tôi hỏi: “Con có ổn không?” Minh Khuê nhìn mẹ trả lời: “Con ổn, mẹ ạ.” nhưng mắt ngấn nước, chực khóc.

Tôi ngồi xuống, kiễ chân quỳ bên con, nhìn sâu vào mắt con, vỗ nhẹ lên lưng con và nói: “Hãy can đảm lên con gái, chúng ta chỉ tạm xa nhau 8 tiếng thôi!”

Nói rồi tôi lục balo, đưa cho con chiếc đồng hồ báo thức của hai mẹ con vẫn dùng, và dặn bé: “Khi nào kim ngắn chỉ số 4, kim dài chỉ số 12, con nhìn ra cửa sẽ thấy mẹ đứng đợi con rồi. Mẹ con mình cam kết thực hiện nhé, không ai được sai... Con hãy tin mẹ nhé!”

Sau khi tôi nói xong, Minh Khuê tỏ ra can đảm hơn, ôm hôn mẹ rồi mạnh dạn bước vào lớp, nơi cô giáo đang chờ đón bé.

Tất nhiên, ưu tiên hàng đầu của tôi trong khoảng thời gian Minh Khuê mới tựu trường là bằng mọi giá thực hiện đúng cam kết với con là đón con đúng giờ.

Mặc dù vậy, khi trao Minh Khuê cho tôi sau buổi học đầu tiên, cô giáo kể một câu chuyện làm tôi rất xúc động: Sau giấc ngủ trưa, Minh Khuê ngồi chơi đồ hàng rất say sưa... rồi bỗng cô giáo phát hiện con đang khóc. Cô hỏi: “Con khóc à?” Minh Khuê đáp: “Không ạ, nước mắt tự chảy ra, cô ạ!”... Cô hỏi tiếp: “Con nhớ mẹ à?” Minh Khuê trả lời: “Con không nhớ mẹ, con chỉ nghĩ đến mẹ thôi...”.

Câu chuyện ngày đầu tiên Minh Khuê đến lớp mẫu giáo chỉ là một tình huống trong chuỗi tình huống sư phạm mà tôi dựa vào thực tiễn cuộc sống để giúp con gái biết kiểm soát cảm xúc, tức là rèn luyện trẻ có nghị lực và chịu đựng dần những sang chấn

tâm lý từ mức độ nhỏ... tăng tiến dần, để giúp con có một nội tâm khỏe khoắn, một tâm hồn cân bằng khi thành niên!

Trong cuốn sách *Em phải đến Harvard học kinh tế*, Lưu Vệ Hoa dùng cách hàng ngày chủ động đưa con đứng trước quầy hàng bán thịt xiên nướng, nhưng không mua cho con gái - món ăn mà cô bé Lưu Diệc Đình rất mê - để rèn luyện cô bé biết kiểm soát, kìm nén con thèm.

Tôi không đồng quan điểm hà khắc đó. Tôi áp dụng cách rèn luyện giản dị và thực tế: giúp con nhìn thẳng vào những vấn đề nảy sinh trong sinh hoạt, giúp con chuẩn bị tâm lý để chủ động đón nhận nó.

Ví dụ: Khi đưa con đi tiêm, tôi bảo con: tiêm tê vào chân răng để nhổ cái răng sữa “gan lì” không chịu rụng cũng khá đau con ạ, nhưng mẹ sẽ nói để bác sĩ giúp con đỡ đau nhất. Tuy nhiên, con đau ấy sẽ qua nhanh vì chúng ta chủ động tiêm để chiếc răng được thay đúng lúc, răng thay mọc đẹp nhất có thể! v.v...

Thông qua tình huống cuộc sống, tôi chuyển hóa thành các tình huống sư phạm, giúp con đối diện với các vấn đề chứ không lảng tránh hay bao biện, nói chại đi.

Sự nói chại (nói dối để đánh lừa trẻ), bao biện, có một phản tác dụng là nó “vô tình” khiến đứa trẻ mắc căn bệnh “đổ lỗi cho khách quan” khi không hoàn thành việc gì đó, hay không thể vượt qua một rào cản tâm lý nào đó.

Tôi cho rằng, cho trẻ thấy được thực tế, giải thích ân cần và giúp trẻ tháo gỡ tâm lý cũng như tìm cách giải quyết thỏa đáng vấn đề là rất quan trọng để nâng cao dần nội lực, vững vàng trong nội tâm của trẻ.

Vượt qua những chướng ngại tâm lý là điều dường như mơ hồ, tinh vi, không rõ ràng, nhưng nó rất có ý nghĩa trong việc giúp trẻ tự nhận thức được phẩm giá bản thân dù không cần ai khen tặng; giúp trẻ không sợ hãi trước những phán xét thiếu thiện chí, hay hiểu nhầm từ bên ngoài. Lâu dần, phẩm chất này nhuần nhuyễn giúp trẻ có được sự tự tin đích thực trong khiêm nhường vì thấu hiểu bản chất thực sự của vấn đề.

Đừng so sánh và hãy luôn so sánh

Nội lực là phẩm chất quý giá của hạt mầm

Đừng so sánh!

Đứa trẻ hoàn hảo có tên: “Con người ta”

Tôi có hai chị bạn rất thân, đều là những người phụ nữ rất thành đạt trong công việc, có trình độ được đào tạo trên đại học, có gia đình hạnh phúc. Đương nhiên, chúng tôi thân nhau vì cùng chung nhiều quan điểm về hạnh phúc và nuôi dạy con cái. Chúng tôi có một điểm tương đồng nữa là cùng trên hành trình dẫn dắt những “nàng công chúa” của mình trong “giai đoạn kim cương của cuộc đời”.

Cách của chúng tôi là nỗ lực để các cháu gái kết nối cởi mở, thân thiện với nhau.

Và dưới đây là hai bài học khá buồn mà chúng tôi đã có lần rút kinh nghiệm với nhau.

🍏 TÌNH HUỐNG

Hồi lớp 3 và lớp 4, Minh Khuê được cô giáo xếp ngồi cạnh bạn H, một chiều nọ đón con sau buổi tan trường, thấy con gái bé bỏng đang nức nở khóc. Tôi hỏi: “Sao thế con yêu?”, bé vẫn không thôi nức nở, chìa cuốn vở chính tả cho mẹ xem.

Trong một cuốn vở nét chữ cân phương, đều đặn của con, có điểm 10 đỏ chói của cô giáo với lời phê triu mến: “Con viết chữ rất đẹp, giữ gìn vở sạch sẽ, cô biết con rất yêu cuốn vở này, cô khen con nhiều lắm!”.

Nhưng buồn thay, những lời phê của cô giáo và cả trang vở của Minh Khuê đã bị bạn nào đó dùng bút xóa trắng xóa nghịch ngoạc, bẩn thỉu. Tôi chợt thấy buồn vô cùng, vừa thương con vừa không biết mình sẽ cư xử thế nào để dừng dứt việc này trong tương lai, để mọi đứa trẻ đều hoan hỉ.

Lúc ấy, tôi đã linh cảm hiểu rằng bạn nhỏ nào đã làm việc này. Không hiểu sao, tôi thông minh thế, tôi ôm con vào lòng và nói nhẹ nhàng: “Thật ra thì mẹ cũng tiếc trang vở đẹp, nhưng mẹ và cô giáo đều tin tưởng ở con, và trong thời gian tới, con sẽ có những trang viết đẹp như thế, nên không có gì phải buồn, con nhé”.

Lời nói của tôi đã khiến bé Minh Khuê cảm thấy thoải mái và không bị bế tắc nữa, bé ngừng khóc luôn.

Tôi nhìn vào mắt con và hứa rằng, con hãy yên tâm, mẹ hứa những việc tương tự sẽ không xảy ra nữa! Nói vậy, nhưng ngay lúc đó, tôi chưa biết mình sẽ xoay xử thế nào, tôi chỉ biết rằng mình sẽ tìm ra cách.

Mấy ngày sau, tôi tìm cách gặp cô giáo trong khuôn viên trường khi cô trống tiết. Tôi chân thành trao đổi với cô hiện tượng con trẻ làm bẩn vở bạn chỉ vì bạn được cô khen. Là giáo viên lâu năm, cô giáo hoàn toàn có kinh nghiệm và trải nghiệm những tình huống tương tự, nên phản ứng của cô rất bình thường, nhưng tôi tin, về nhạy cảm sự phạm, thì có thể, cô đã không có những cảm nhận giống tôi.

Tôi gợi ý để cô hiểu rằng, đứa trẻ nào cũng muốn được khen và khích lệ, nếu cô giáo dựa trên những cố gắng từng ngày của đứa trẻ đó và không quá nghiêm khắc để đưa ra lời khích lệ đích đáng, làm trẻ thấy đúng, thấy phục và sẽ vô cùng sung sướng vì được khen.

Tôi cũng gợi ý cô giáo dùng dụng biện pháp “khích tướng” kiểu: “Đấy cả lớp nhìn xem, bạn Minh Khuê viết đẹp và giữ vở sạch sẽ thế này cơ mà. Tại sao, bạn H, bạn Y, bạn Q lại để vở bẩn thỉu thế?”.

Tôi phải “lựa lời” để tránh làm cô hiểu nhầm rằng tôi không thích cô khen con gái mình, nhưng tôi cũng nỗ lực để cô giáo hiểu,

trẻ cần được sống trong một môi trường an hòa, không ganh đua, đố kỵ, căng thẳng chỉ vì chúng luôn bị đưa ra so sánh với nhau.

Đứa trẻ bị chê, bị so sánh sẽ tổn thương đã đành, đứa trẻ được khen, được đưa ra làm gương cũng bị tổn thương sâu sắc, căng thẳng tột bậc.

Buồn thay, phương pháp so sánh và khích tướng ấy, đến giờ vẫn là “giáo pháp” kinh điển trong giáo dục nhân cách và nội lực cho trẻ ở Việt Nam.

Cũng trong thời gian ấy, Minh Khuê thường hay phải báo cáo với mẹ tình trạng mất viên tẩy, cái bút xóa, thước kẻ hay mấy cái nhãn vở màu hồng mẹ làm cho, v.v... Tôi không thể nói qua quýt kiểu như: “Chắc con làm rơi đâu đó.” hay “Ui dào, cầu thả thì mất chứ sao!” hay “Sao mới bé tý đã có đứa gian thế cơ chứ, bực mình thật!”, v.v...

Tôi ân cần giải thích với con rằng: “Chúng ta đi học và chúng ta trang bị những dụng cụ học tập, đôi khi có mất mát cũng là chuyện bình thường. Nếu lỗi là do mình cầu thả, chưa cẩn thận, thì con hãy cẩn thận hơn, con nhé, vì bé thì mất cục tẩy nhưng lớn lên có thể mất cả cái ô tô hay nhà cửa đấy con ạ. Tuy nhiên, nếu con đã cẩn thận rồi mà vẫn mất, thì có thể bạn nào đó thích quá mà cầm về, chúng ta hãy kiên nhẫn để tìm hiểu, con nhé!”

Quả nhiên, một thời gian sau, chị bạn thân gặp tôi và bảo: “Em oi, hôm qua, vợ chồng chị bị choáng vì H đấy. Chỉ vì nó cứ nằng nặc đòi đi mua sắm và ăn KFC vào giữa tuần. Chị bảo: ‘Đấy, con nhìn bạn Minh Khuê mà học tập, bạn ấy có bao giờ đòi đi mua sắm hết thứ này đến thứ kia như con đâu. Bạn ấy cũng không đòi mẹ đưa đi ăn KFC bao giờ, vì bạn ấy biết thức ăn nhanh không tốt cho sức khỏe’.

Chị vừa nói dứt câu, thì nó bật khóc nức nở: Bố mẹ yêu cái Khuê thì đưa nó về mà nuôi, con ghét mẹ, con ghét cái Minh Khuê, con vẫn lấy đồ dùng học tập của nó rồi vứt xuống rãnh thôi vì con ghét nó.

Nghe bé H nức nở gào khóc, vợ chồng chị mới choàng tỉnh, rãng mình đã sai. Chị và bố nó dỗ mãi, nó mới chỉ chỗ nó giấu những thứ lấy của Minh Khuê 'chỉ vì cho bố con ghét bạn', chỉ vì bố mẹ cứ đưa bạn Minh Khuê ra khích tướng nó."

Chị nói và lục ra một đồng những đồ dùng học tập mà Minh Khuê nắn nót viết tên lên đó, chị luôn miệng nói: "Chị xin lỗi nhé!".

Chia tay chị, tôi lặng lẽ khóc, vì tự thấy mình đã biết nhẫn nhịn ra sao để không làm sự việc trầm trọng thêm. Tôi khóc, bởi lẽ, tôi linh cảm thấy rằng, con gái bé bỏng của tôi bị khá nhiều bạn trong lớp "ghét oan" như thế, chỉ vì bố mẹ các bạn đã dẫn dắt, "khích tướng" đứa trẻ của họ bằng phép so sánh sai lầm trầm trọng ấy.

Chúng tôi đã phải gánh chịu khá nhiều hậu quả vốn là hệ lụy của "giáo pháp" so sánh trên suốt hành trình học đường của con gái.

Là người có nhận thức và nhạy cảm, tôi đã vô cùng nỗ lực, đã bằng nhiều cách để truyền cảm hứng cho các ông bố bà mẹ, nhưng thú thật, thói quen "so sánh" con mình với đứa trẻ có tên "con người ta" đã ăn sâu trong tập quán của nhiều người Việt. Tất nhiên, đôi lúc, chính bản thân tôi cũng phạm lỗi này nhưng tôi đã nhanh chóng nhận ra sai sót và cầu thị xin lỗi con gái của mình.

Một chị bạn thân khác đã chia sẻ với tôi nỗi bức bối của mình vì đứa con gái ương bướng, bạn cùng lớp với Minh Khuê không chịu học đàn, trong khi chị đã đầu tư mua cho cô bé hẳn một cây đàn piano hơn 30 nghìn đô-la. Chị bảo: "Chị bức lắm em ạ, nó cứ ì ra, nói thế nào cũng không được!". Chị còn bảo: "Mày cũng được tao cho ăn cho mặc, cho học tử tế mà mày không đáng xách dép cho Minh Khuê, bạn ấy có ý thức và chăm học như thế chứ!".

Tôi choáng váng khi nghe chị nói vậy. Chị ngỡ rằng chị đang khen chúng tôi nhưng thực ra, chị đang khiến cho con đường mà Minh Khuê của tôi đang đi với sự dẫn dắt của tôi là đầy nội lực, không ganh đua, không so sánh, hết lòng hỗ trợ bạn bè trở nên gập ghềnh khó đi bởi Minh Khuê bị bạn bè "ghét" chỉ vì trong ngôi nhà của những bạn nhỏ ấy, nhân vật "đứa trẻ luôn hoàn hảo" có tên "con người ta" được cụ thể hóa bằng da bằng thịt, đó là Minh Khuê.

Vì chị là bạn thân và tôi đã chân thành nhắc chị về sự sai lầm khi chị áp dụng giáo pháp so sánh trong dạy dỗ bé Q. Tôi nhấn mạnh với chị rằng, nếu chị không thôi so sánh Q với Minh Khuê, hai đứa sẽ không thể chơi với nhau được và cả hai đều sẽ tổn thương sâu sắc.

Mới vừa rồi, có một cậu bé cũng gào lên với mẹ của mình, là một người cũng rất thân thiết với tôi: “Mẹ đừng so sánh con với chị Minh Khuê nữa được không?”.

Trong quá trình đồng hành cùng con cái, có một công cụ mà các bậc cha mẹ thường sử dụng, đó là chiếc gậy thần mang tên “so sánh”.

Khi con không ngoan, chúng ta bảo: “Sao con hư thế, bạn Tý nhà bác Tèo ngoan lắm!”.

Khi con bị điểm kém, chúng ta thường bảo: “Sao con cũng được bố mẹ cưng chiều như bạn Tý, cũng được học những thầy cô như bạn Tý, mà bạn ấy thì học giỏi mà con thì bị điểm kém?”.

Khi con đòi hỏi một điều gì đó quá sức chi tiêu hiện tại, chúng ta thường nói: “Con nên biết, con bây giờ sướng hơn thời mẹ cả nghìn lần đấy, thế mà bố mẹ cũng học hành giỏi giang, thành đạt, còn con bây giờ có quá nhiều thuận lợi mà không học giỏi thì thật đáng trách!”.

Dường như, phép so sánh trong giáo dục trẻ nhỏ có phép màu thật sự, nó kích hoạt được đứa trẻ tính “ganh đua”, hay giúp chúng “kìm nén” những đòi hỏi của bản thân trong tình huống cụ thể. Nhưng, “ganh đua” và “kìm nén” đều là những xu hướng tâm lý khiến trẻ trở nên bất an, bồn chồn, hiếu thắng và cạnh tranh thiếu lành mạnh trong tương lai cuộc đời.

Về lâu dài và rất tinh vi, “chiếc gậy so sánh” là nguyên nhân làm “nguyên khí, vượng khí” của đứa trẻ bị tổn hao, thất thoát vì luôn phải gồng mình, xù lông xù cánh để bảo vệ “cái tôi”. Chiếc gậy thần so bì con mình với đứa trẻ hoàn hảo có tên “con người ta” của cha mẹ sẽ tạo môi sinh thuận lợi, nuôi dưỡng thói tật đổ kị ở trẻ,

là nguyên nhân tạo cảm giác bất ổn trong nội tâm và tự ti trong tâm hồn con trẻ của bạn.

Khi bạn so sánh con với “con người ta” - Trẻ cũng âm thầm so sánh bạn với người mẹ khác!

Một câu chuyện khôi hài nhưng sâu sắc thế này:

Khi ông bố nhìn vào sổ liên lạc của cậu bé toàn điểm kém, bèn nói rất thâm trầm: “Con biết không, ngày bằng tuổi con, bố không bao giờ bị điểm kém thế này!”.

Cậu con trai bé nhỏ chân thành nói: “Thưa bố, ngày bằng tuổi bố, Abraham Lincoln đã trở thành Tổng thống Hợp chúng quốc Hoa Kỳ rồi ạ.”

Đó, khi chúng ta sử dụng chiếc gậy thần so sánh theo mong muốn của mình, vô tình chúng ta cũng dạy trẻ sử dụng nó rất thành thục để ngụy biện và bảo vệ cái tôi của chúng, khi cần.

Một câu chuyện khá cảm động mà tôi luôn nhớ thế này:

Hồi đó, Minh Khuê 5 tuổi, đang học lớp mẫu giáo lớn. Các cô đều yêu bé, vì bé rất ngoan và biết ứng xử phù hợp với nội quy lớp học, rất năng nổ với mọi hoạt động, v.v..., nhưng có một điều các cô đều nhận thấy, đó là, khi tất cả các bạn trong lớp đều gọi các cô bảo mẫu là “mẹ”: Mẹ Linh, Mẹ Hậu, mẹ Trang... riêng Minh Khuê thì chỉ một mực gọi bằng “cô giáo” xưng “con”.

Một lần, các cô “ngịch ngợm” đã gọi Minh Khuê lên để “thử thách”, cô dọa: “Con mà không gọi cô là mẹ, cô sẽ nhốt phòng tối”. Minh Khuê gật đầu, “Vâng, con sẽ ngồi phòng tối ạ!”. Cô “thử thách” tiếp: “Nếu không gọi cô là mẹ, cô sẽ nhốt trong tủ kín”. Minh Khuê gật đầu, “Con sẽ cố gắng ngồi trong tủ tối ạ!”. Cô giáo dẫn thêm: “Nếu con không gọi cô là mẹ, cô sẽ nhốt vào nhà kho, tối om, có rất nhiều chuột”.

Lúc này, Minh Khuê òa khóc và nói với cô giáo: “Cô ơi, con rất sợ phòng tối có chuột, nhưng con chỉ gọi mỗi mẹ Âu là mẹ thôi.

Cô dạy con bài hát ‘Riêng mặt trời, chỉ có một mà thôi, và mẹ em chỉ có một trên đời...’ cơ mà.”.

Khi tôi đến đón con vào giờ đã muộn, tôi thấy con chơi với 3 - 4 cô giáo ở lại làm giáo cụ cho ngày hôm sau, con gái rất vui vẻ, nhưng tôi lại thấy các cô đều đỏ hoe mắt.

Khi kể lại câu chuyện này với tôi, cô giáo rất xúc động và bảo rằng, chị khéo dạy con quá, Minh Khuê làm chúng em rất xúc động vì tình yêu của nó dành cho chị!

Tôi cũng ghen ngào xúc động và không nỡ trách các cô đã có buổi “thử thách” khá ấn tượng dành cho con gái bé bỏng của tôi.

Bí quyết chẳng có gì ghê gớm cả, vì tôi luôn nói với Minh Khuê rằng: “Có người nói rằng, mẹ cần phải có thêm một cậu con trai nữa, tại sao lại như thế nhỉ, mẹ không cần thêm một em bé nào nữa vì chỉ yêu một mình Minh Khuê thôi là mẹ đã thấy rất trọn vẹn rồi, con yêu ạ!”.

Tôi đã nhiều lần chứng kiến những giọt nước mắt hay sự nổi giận bộc phát của người mẹ khi đọc trang nhật ký của con: “Giá như mẹ giống mẹ bạn A, B, C thì con sẽ sung sướng bao nhiêu?” Hay cũng không ít lần tôi nhận được những dòng thư tâm sự: “Cô ơi, giá như con được làm con của cô nhỉ?”. Tôi chẳng hề vui khi được các bạn ấy tâm sự như thế. Một nỗi buồn rất thầm lặng nhưng cứ trĩu trong lòng tôi: “Phải chăng, trên hành trình làm cha mẹ, chúng ta đã so sánh con trẻ của mình với trẻ con hàng xóm quá nhiều, và giờ đây, con trẻ cũng vô tình so sánh chúng ta, làm chúng ta ngậm ngùi buồn bã.”

Dạy trẻ không so sánh với ngoại cảnh

Một sự thật khó cưỡng là bản thân đứa trẻ, tự lúc nào, cũng rất thường sử dụng phép so sánh.

🍏 TÌNH HUỐNG

Một buổi chiều, Minh Khuê lúc đó đang học lớp 5, thỏ thẻ nói với mẹ khi ngồi sau xe máy mẹ đón từ trường về: “Mẹ ơi! Cô giáo

và các bạn bảo con là năm lùn, mẹ ạ! Năm lùn nghĩa là xấu xí phải không mẹ?”.

Bạn biết đấy, đứa trẻ nào cũng muốn hoàn hảo, “khớp” với các tiêu chí cộng đồng xung quanh. Điều này đặc biệt quan trọng với bé gái và đó cũng là “gót chân A-sin” khiến nhiều bé gái lớn lên với nỗi tổn thương lâu dài vì luôn so sánh và tự so sánh với những “chuẩn mực” về cái đẹp trong cộng đồng xã hội nhỏ nhỏ mà chúng đang tham gia.

Tôi nhận ra, đây là bài toán khó, là thử thách năng lực dẫn dắt của tôi, dành cho con gái 10 tuổi, cao thấp đến đâu? Tôi cũng nhận ra rằng, đây là tình huống sự phạm quan trọng mà bản thân không được phép bỏ qua. Tôi hiểu rằng, nếu yêu con sâu sắc, tôi sẽ biết cách giúp con bước ra khỏi những so sánh, những “mặc cảm” về hình thức bắt rễ từ những định kiến và “chuẩn mực” cứng nhắc của cộng đồng. Và, chỉ khi tôi giúp con gái nhìn nhận bản thân bằng sự yêu thương nâng niu chính bản thân con, không so bì, so sánh và mặc cảm, không xung đột và bất an, thì đó mới là thành công của tình yêu tôi dành cho con gái!

Tối đó, tôi cho con gái ngắm ảnh những cô hoa hậu Việt Nam các năm, con gái bình luận về vẻ đẹp của từng cô, gương mặt, vóc dáng, v.v... Sau đó, tôi cho con gái xem hình ảnh các thiếu nữ Anh, Mỹ, Nga, Úc trong những buổi tuần hành, những buổi lễ truyền thống dành cho các thiếu nữ vào tuổi 16 - 17 của họ... Cuối cùng, con gái tôi thốt lên: “Mẹ ơi, các chị ấy đẹp quá, đẹp hơn cả hoa hậu Việt Nam!”.

Tôi biết là con gái đã cảm nhận đúng “giáo trình” của mình, tôi nhấn mạnh:

“Đấy, con thấy chưa, mọi sự so sánh đều rất khập khiễng, ít thuyết phục. Các cô hoa hậu Việt Nam đẹp theo tiêu chuẩn Việt Nam, nhưng nếu đứng cạnh những thiếu nữ 16 - 17 tuổi ở châu Âu thì họ sẽ bị lu mờ trước vẻ rạng rỡ tự nhiên của các thiếu nữ ấy.

Giả định, nếu được phép tham gia, thì phần lớn những cô thiếu nữ đó sẽ không đủ tiêu chuẩn về hình thể, chẳng hạn như cân nặng, vòng eo, v.v., để dự thi hoa hậu Việt Nam.

Do đó, vẻ đẹp đích thực là sự hài hòa trong chính bản thân con người đó, sự rạng ngời do ánh sáng của tâm hồn, làm bừng tươi một phong thái tự tin, mềm mại, dễ mến, cởi mở, trí tuệ, đáng tin cậy. Do đó, vẻ đẹp là sở hữu riêng có, không nhàm lẫn, không sao chép và là kết quả của nhiều nỗ lực con ạ!”.

“Nếu nói rằng, da trắng là tiêu chuẩn đẹp, thế thì sao cô Naomi Elaine Campbel lại trở thành siêu mẫu của mọi thời đại với biệt danh Nàng công chúa socola?

Nếu cho rằng cao mới là đẹp, thì minh tinh Marilyn Monroe (Mỹ) và Brigitte Bardot (Pháp) chỉ cao chưa đến 1,60m nhưng đều là những huyền thoại được Viện hàn lâm Điện ảnh Mỹ xếp hạng top 10 biểu tượng sắc đẹp của mọi thời đại!”

Từ những gợi ý đây thực tế và thuyết phục, tôi dần dần dắt con gái không hoang mang trước sự so sánh với bên ngoài, ngoại cảnh. Tôi dẫn dắt con gái dần trở về nội tâm, đưa cái nhìn hướng vào bên trong của cô bé, để tự hài hòa, bình an và yêu thương chính bản thân mình, nỗ lực chăm sóc chính bản thân mình mà không hướng vọng, thèm khát một hình ảnh nào đó khác bản thân.

Đây là một thành công lớn của tôi. Càng lớn, Minh Khuê càng bộc lộ sự bình an trong tâm hồn, không khao khát những điều kiểu như “giá như con giống ai đó...”, “giá như con là ai đó...”, v.v...

“An cư lạc nghiệp”, hiểu đơn giản thì câu này nghĩa là: “An vui ở nơi mình ở, có như thế thì thiện nghiệp mới phát triển hoan hỉ!”. Tôi muốn biểu đạt rằng, thân thể, hình hài, sức khỏe, công danh, v.v... chính là “ngôi nhà” để tâm hồn an trú, an lạc. Đó chính là “thiện nghiệp”.

Với vai trò người mẹ, tôi luôn nỗ lực hỗ trợ, dìu dắt con gái suốt 18 năm kim cương đầu đời, trong đó, điều mấu chốt là tôi nỗ lực để không bị sa đà vào thói quen “so sánh” con gái với ngoại cảnh,

hỗ trợ con không so sánh bản thân với xung quanh, ân cần giúp con gái tự “gây dựng” cho bản thân một “ngôi nhà” bình an để tâm hồn an trú, an vui không xung đột. Có như thế mới lạc nghiệp - mới có được “Nghịệp Vui” trong suốt hành trình cuộc sống!

Hãy luôn so sánh

Hãy tự so sánh với chính mình của ngày hôm qua!

Trên hành trình dẫn dắt con gái, tôi nhận thấy rằng, con gái tiến bộ vượt bậc, nhanh hơn chính bản thân tôi về giá trị “nội lực”.

Minh Khuê học nhiều môn chuyên sâu hơn trang lứa, đạt nhiều thành tựu trong những môn học đó so với trang lứa: 5 tuổi đã bơi thành thục, 7 tuổi đã có 10 bức tranh treo ở triển lãm 16 Ngô Quyền, đoạt giải trong cuộc thi vẽ dành cho thiếu nhi của Language Link tổ chức; 8 tuổi - 9 tuổi đoạt liên tục hai giải nhì Festival Piano Hà Nội, 10 tuổi đoạt giải Nhì vẽ về nước Mỹ và kể chuyện bằng tiếng Anh theo tác phẩm văn học thiếu nhi của Mỹ, Giải nhì Olympic tiếng Anh toàn thành phố Hà Nội dành cho học sinh lớp 5, v.v..., thế nhưng lúc nào cô bé cũng luôn vui vẻ, thân thiện, luôn nghĩ tốt, khâm phục và ghi nhận thành tựu của bạn bè một cách thành thực, không bao giờ so bì hay đố kỵ, nói xấu bạn bè.

Điều này làm tôi vui lắm.

Bí quyết của tôi thực ra chẳng có gì “bí mật” cả, tôi cũng dùng phép so sánh, nhưng là phép so sánh đối chiếu hướng vào bên trong. So sánh với chính bản thân của ngày hôm qua!

Rất nhiều lần tôi dùng hình ảnh này để thuyết phục con gái:

“Hành trình rèn luyện và trưởng thành ví như chúng ta đang bước trên những bậc thang bên sườn núi. Hoặc chúng ta đi theo đường xuống chân núi, hoặc đi lên đỉnh thành tựu, con chọn hướng nào?”

Minh Khuê: “Con chọn theo hướng đi lên đỉnh, điều ấy là tất nhiên rồi, mẹ Âu ạ!”

“Thế à! Con gái tuyệt quá! Nhưng nếu đã chọn hướng đi lên đỉnh núi, nghĩa là con phải tự bước cao hơn, bước khó hơn, mệt hơn, trong những bước mình đi. Mỗi ngày con phải tự nhìn lại để đối chiếu, so sánh xem mình đã bước cao hơn hôm qua được bậc thang nào chưa?”

“Vâng ạ, giống như khi mẹ đưa con ra bể bơi, con cứ ước biết bao giờ mình mới nổi lênh phềnh trên phao như mấy bạn kia? Thế rồi, một tuần sau thì con đã tự bơi mà không cần nổi bằng phao. Thế là con lên được mấy bậc hạ mẹ?”

“Rất nhiều bậc con ạ! Nổi trên phao là bước vượt qua nỗi sợ nước, thích nước. Rồi bước thứ hai là biết ngồi chơi mà thờ được trong khi nước chảy qua mặt, nghĩa là thờ bình thường trong nước như cá. Bước ba là biết phối hợp vận động chân, tay và thờ. Bước bốn là bơi đúng kỹ thuật, v.v...”

“Đấy, con thấy chưa, trong một tuần, con nhìn lại những bậc thang và nhận ra, bản thân vượt lên cao hơn chính mình ít nhất là 5 - 6 bậc thang về môn bơi lội. Nếu không nỗ lực và tự đối chiếu, so sánh với bản thân, con sẽ không thể biết mình đã bước thế nào trên hành trình rèn luyện để tiến lên đỉnh thành tựu. Nếu con không nỗ lực, rất có thể sau nhiều mùa hè, con vẫn đứng tại chỗ trên một bậc trong cuộc chinh phục môn bơi lội!”.

Trong hành trình dẫn dắt con gái, tôi nhiều lần chứng kiến và được con gái chia sẻ “phép so sánh và đối chiếu” mà Minh Khuê tự đưa ra cho chính mình giữa các môn học với nhau.

🍏 TÌNH HUỐNG

Sau cuộc thi chuyên nghiệp quy mô lớn Concours Piano châu Á 2010, dù không đoạt giải gì nhưng Minh Khuê đã có được những trải nghiệm vô cùng quý giá, thực chất, đó là những chứng ngộ rất xúc động. Minh Khuê kể với tôi:

“Mẹ đã bao giờ có cảm giác của người bị chìm xuống đáy, tức là khi hiểu rằng mình đang nguy hiểm, ngọt thờ chưa mẹ?”

“Chưa con ạ!”

“Thế rồi, bằng nội lực và bản năng mạnh mẽ, người đó chạm chân xuống đáy, nhún một cái và tự nhiên, nước đẩy người đó trôi lên bề mặt nước, người đó biết bơi và người đó tự do với nước, không còn sợ và thậm chí người đó bắt đầu vui đùa với nước...”

Tương tự như cảm giác ấy, chính là khi con ngồi trên sân khấu, với cây đàn đồ sộ, với khán phòng đông chật và 10 vị giám khảo khó tính từ Nga, Pháp, Đức, Nhật v.v... Bản nhạc Nortune No.13 của Chopin du dương, nhưng khi đến phần cao trào, tim con như bóp nghẹt, giây khắc ấy, con vụt nghĩ rằng, mình sắp đứt, sắp đổ bìa đến nơi rồi. Nhưng không thể, tự nhiên, một phím đàn ngón tay con gõ, như gõ vào tim con, con thấy mình trôi lên, con thấy mình được nâng lên, thoát ra khỏi áp lực căng thẳng, con vượt lên chính mình.

Và, mẹ biết không, từ giây phút đó, chỉ có con và âm nhạc, con bay bổng với giai điệu bản Nortune ấy, con thưởng thức nó, đam mê mà quên hẳn một khán phòng đông chật, quên hẳn 10 vị giám khảo khó tính, con quên hẳn gần 20 thí sinh siêu giỏi đến từ các cường quốc về âm nhạc cổ điển của châu Á như Trung Quốc, Hàn Quốc, Nhật Bản v.v... con quên rằng con đang trong cuộc thi, mẹ ạ!

Âm nhạc đích thực là thế mẹ ạ, là cảm giác tự do khi vượt qua chính mình để được bay bổng với nó!”

Bạn biết không, khi viết lại đoạn hồi ức này với con gái, trở về không khí luyện tập căng thẳng và đam mê của con gái trên cây đàn dương cầm thời điểm tháng 10 năm 2010, tôi vẫn không thể cầm nước mắt. Tôi xúc động vì sự nhận thức sâu sắc về nội lực của con gái. Tôi khâm phục sự so sánh và đối chiếu của con gái giữa những môn học mà cô bé được mẹ dẫn dắt tập luyện và đạt tới thành tựu.

Người mẹ nào cũng xúc động vì con cái đạt tới thành tựu nào đó, nhưng tôi có nỗi xúc động thật thà, sâu sắc bởi những nhận thức về nội lực của Minh Khuê ngay tại nơi chúng tôi thất bại: không đoạt giải gì trong cuộc thi Concours dù đội đó!

Muốn nhìn thấy bản thân mình, con hãy khép mắt lại!

Có một lần, tôi nhờ Minh Khuê chi trả một khoản 30 ngàn đồng, cô bé đã lấy trong ví mẹ 3 tờ 200 ngàn đồng và mang trả. Tất nhiên, người được trả nhầm đã phát hiện ra và trả lại cho Minh Khuê mang về cho mẹ. Minh Khuê nói rằng: “Vì con nhầm lẫn giữa tờ tiền 10 ngàn đồng và tờ tiền 200 ngàn đồng, do màu sắc hồng nhạt và kiểu dáng hai tờ tiền này na ná giống nhau mẹ ạ”.

Để con gái bình tâm, tôi chia sẻ trải nghiệm của mình với con rằng, đã có lần tôi nhầm tờ 20 ngàn đồng và tờ 500 ngàn đồng cũng chỉ vì nó có thiết kế và màu sắc xanh nhạt na ná như nhau. “Lúc đó mẹ đã bật khóc giữa phố, chỉ vì trong ví mẹ chỉ còn tờ 500 ngàn đồng là số tiền lớn nhất, mà hôm ấy đã là ngày 28 Tết rồi!”

Minh Khuê rất suy tư về điều này.

Một thời gian sau, trong một bài luận tiếng Anh gửi sang trường đại học Mỹ, viết về nội lực, Minh Khuê đã có đoạn so sánh rất hay: “Tôi nghĩ, nội lực cũng giống như ta sở hữu đồng tiền do mình lao động tạo ra và tích lũy.

Nếu thế, tôi chọn là những tờ tiền USD (đô-la Mỹ), vì nó hoàn toàn đồng nhất về hình thức, giống nhau về kích cỡ, về màu sắc, chất liệu, thiết kế, v.v... Do đó, khi nhận về hay tiêu đi, tôi cần phải nhìn rõ nó, nhận biết giá trị đích thực của nó, mà không mơ hồ, đại khái, mặc định theo màu sắc, kích cỡ, kiểu dáng như cách thiết kế của nhiều loại đồng tiền khác như đồng Euro, Việt Nam đồng, v.v...

Nhìn vào nội lực một cách thực tế, nghiêm túc và cẩn trọng, không ảo tưởng và viễn vông, để đánh giá đúng năng lực của bản thân. Đó là điều mà những tờ tiền trong ví của mẹ đã dạy tôi.”

Tôi được biết, bài luận đó được đánh giá rất cao.

Đôi khi, nhiều bạn hỏi tôi rằng, làm thế nào để đưa trẻ ngày càng bồi đắp được nhiều phẩm chất mà vẫn hoan hỉ không mắc dính vào thói tật so sánh với ngoại cảnh - vì so sánh, so bì luôn làm tâm hồn bất an, tật đố, kèn cựa và đau khổ triền miên.

Câu hỏi thật khó để trả lời trong vài ba câu ngắn, vì để trả lời nó, chúng tôi đã sống và dẫn thân sâu sắc 18 năm qua, ngày nào cũng thế.

Tôi thường nói với Minh Khuê về câu chuyện của hạt mầm.

Mầm của hạt sồi sẽ nảy cây sồi, mầm của hạt lau sẽ nảy thành cây lau, xã hội sẽ nhạt tẻ nếu chỉ toàn rừng sồi mà chẳng có lau.

Trịnh Công Sơn có câu hát rất bác ái và đẹp đẽ “Thân mong manh như lau sậy hiền” - lau sậy không tầm thường, dù bình thường và khiêm nhường, và, khi lau sậy có nội lực, có nhận biết từ bên trong, lau sậy biết sống thông dong với vẻ đẹp của chính nó! Lau sậy hiền là một biểu dụ rất nhân văn cho sự khiêm nhường đầy nhận biết hiền triết, đầy lòng khiêm hạ.

Nhưng dù là mầm lau hay mầm sồi, hãy nảy nở tràn đầy để thành những cây lau, sồi khỏe khoắn nhất.

Phẩm chất quý giá nhất của hạt mầm là nội lực.

Câu chuyện mơ ước làm người thợ bánh mì

Khi Minh Khuê học lớp 8 - lớp 9, cô bé bảo với tôi rằng: “Con rất thích làm đầu bếp, làm bánh ngọt”.

Tôi ủng hộ ngay: “Ôi, đó là một nghề mẹ cũng rất thích. Ở thành Paris, có người thợ bánh được người dân yêu mến vô cùng, vì bánh của anh ta rất thơm ngon. Và anh ấy còn biết đặt tên cho những chiếc bánh, kiểu: ‘Này Mari, hôm nay, ta làm cho cháu chiếc bánh có tên ngọt ngào lãng mạn đấy, vì ta biết hôm qua cậu Piot nhà cháu say rượu thì phải và nó làm cháu phát khóc phải không... Hãy tha thứ nhé, cậu ấy vừa đến đây và thổ lộ với ta!’”.

Tôi kể cho con nghe và bồi đắp cho con gái ý nghĩa đẹp đẽ, hướng thượng của công việc mình sẽ chọn hoặc mong muốn làm. Từ đó, tôi nói với con gái rằng, điều quan trọng là con đam mê và yêu công việc mình làm, chứ không phải bản thân công việc. Và, chỉ với một tâm thế như vậy, công việc sẽ làm con cảm nhận được hạnh phúc và giá trị. Đó cũng là phẩm chất nội lực, con gái ạ!

Khi con gái học hết lớp 5, tôi tìm mọi cách để con gái tiếp cận được với một đại đức dòng Kim Cang Thừa, qua thăm Việt Nam từ Tây Tạng, ông đồng thời là một võ sư đích thực. Mục đích của tôi là giúp con hiểu thế nào là nội lực, thông qua câu chuyện cuộc đời của một võ công thượng thừa.

Ông kể cho chúng tôi nghe hành trình học võ nghệ của ông từ khi còn bé tí, mới 4 - 5 tuổi. Suốt hơn 15 năm, mỗi ngày ông phải khổ luyện 6 - 7 giờ đồng hồ.

“Ông học gì mà nhiều thế, chắc là nhiều tông phái kungfu ạ?”, Minh Khuê hỏi.

Ông nói: “Không hẳn như thế, đó không hẳn là điều quan trọng bậc nhất. Thực ra, ta luyện tập để cho cơ thể quen dần, thích nghi dần với những đòn hiểm từ bên ngoài. Chẳng hạn, tập để xương cốt dần cứng rắn như đồng, giả định kẻ xấu dùng gậy phang vào cũng không gãy. Ta tập để cơ bụng dần trở nên rắn như một bức tường thành bảo vệ nội tạng, giả định kẻ xấu dùng vật nặng đập vào, ta cũng không sao. Ta tập để biết cách né đòn hiểm, tập để nhảy bén và biết tránh đòn đau, thoát được đòn hiểm có thể đoạt mạng mình bất cứ lúc nào. Con gái ạ, tóm lại là ta rèn luyện cho thân thể, tâm thể và tâm linh của ta mạnh mẽ nội lực, nhảy bén nội lực. Ta học võ công không phải để tấn công, đánh người mà để bảo vệ nội lực và dùng nội lực để thực hành nghĩa hiệp”.

“Ồ, như vậy thì nội lực cần phải tập luyện rất công phu ông nhỉ, từ bé, bền bỉ và đồng hành với việc mình lớn lên. Cháu cũng sẽ học ông, cháu sẽ luyện tập đàn từng ngày, để đến một lúc, cháu có thể đàn được những bản nhạc Chopin mà mẹ cháu rất thích, ông ạ.”

“Phải phải, cháu gái giỏi quá đấy! Nội lực là tự mình nhận biết giá trị và vượt lên chính bản thân, từng ngày, cháu ạ!”

Kết luận: Sự nhảy bén huyền diệu của nội lực

Một chàng trai trẻ tìm đến một vị võ sư và xin ông cho học võ. Ông bảo: “Con hãy bịt mắt lại, con hãy bịt tai lại và ta sẽ dạy con những

kungfu tuyệt chiêu!”. Chàng trai trẻ bật cười ha hả, nói: “Ông nói vậy rồi, ông không phải bậc thầy, giác quan rất cần và càng cần nó nhạy bén để quán sát, sao ông lại yêu cầu tôi bịt tai, bịt mắt?”. Vị trưởng lão vẫn ngồi im mắt khép lại bình thản, dùng đĩnh: “Vậy thì con hãy đi tìm người khác.”

Vừa lúc đó, ông chìa tay ra và hứng trọn một quả đào tiên chín rơi xuống từ cành cao. Chàng trai vô cùng kinh ngạc, liền hỏi: “Sao ông biết trái đào rơi, khi mắt ông nhắm lại?”

“Vì ta lắng nghe hơi gió từ những rung động ở chân lông là biết sắp có làn gió lớn thổi qua! Vì ta ngửi thấy mùi hương thơm dậy từ trong không khí. Vì chàng trai, ta học được điều lắng nghe từ trong tâm và tuệ của mình. Đi vào trong cốt lõi bản thể, ta nhận biết nhạy bén và tinh tế hơn, thấy rõ hơn điều mình muốn biết, nhận thấy rõ hơn điều mình muốn hiểu.”

Để thấy rõ nhất bản thân mình, hãy khép mắt lại...

Thật sự, để tránh việc mắc dính vào chiếc gậy thần so sánh không phải là chuyện dễ, bạn hãy giúp con trẻ học cách khiêm nhường, không bồi đắp “cái tôi” và tập nhìn vào bên trong, thì bỗng nhiên mọi quán sát sẽ mở rộng, mênh mông và rõ ràng, không bị ám thị bên ngoài làm xao lãng, mất phương hướng, do đó, bản thể nội tâm đứa trẻ trở nên vững chãi và bình an, hoan hỉ.

Hãy giúp đứa trẻ yêu thương của bạn trưởng thành bằng nội lực vốn có của bản thể, vì nội lực là phẩm chất quý giá của hạt mầm mà chúng ta nên dung dưỡng, khi đó đứa trẻ sẽ được trưởng thành thanh thoi và đẹp đẽ mà không mắc dính vào sân hận hay đố kỵ, hay cảm giác tự ti sâu thẳm - những tật xấu khiến trẻ luôn khổ sở và bất an.

Đừng so sánh
(Truyện ngụ ngôn)

Một chú cún bông cảm thấy rất ghét bản thân mình vì nó bị anh chị em và cả mẹ chê xấu bởi màu lông loang lổ, không giống ai!

Nó rời đàn và đi lang thang vào rừng, chạy nhảy vui đùa với đàn bướm. Bất chợt, gặp chị sáo sậu, nó nói:

- Em không muốn làm chó nũa, vì em là một con chó xấu xí!

Chú cún còn tâm sự với chị sáo sậu rằng, những người thân của nó khăng định như thế, nên nó tin lắm. Rằng, nó cảm thấy chán ghét bản thân bởi đã làm loài chó xấu hổ vì nó. Nó còn nói với chị sáo sậu rằng, chị sáo rất xinh đẹp và ước gì nó cũng có chiếc mỏ xinh như chị ấy!

Nghe thế, chị sáo sậu nói:

- Này cún con, chị chưa bao giờ tiếp xúc với loài chó nhà của em nên chị không có so sánh nào cả, nhưng đây mới là điều quan trọng, rằng sự có mặt của em ở đây thật ý nghĩa, em làm cho khu rừng vui vẻ và rung động vì sự hỗn nhiên. Cún con, mỗi chúng ta là một tác phẩm riêng không lặp lại của MẸ THIÊN NHIÊN, chúng ta đều tuyệt vời, đừng bao giờ so sánh nữa nhé!

Dạy trẻ giá trị của tình yêu lao động và năng lực lao động bên bí

Kết quả thực tế tốt đẹp trên nhiều “thửa ruộng canh tác” - bí quyết để nộp hồ sơ thành công vào IVY - League¹

Tháng 1 năm 2014, có một vị phụ huynh gợi ý muốn cho con gái của cô ấy gặp Minh Khuê để tham vấn việc học, thi chuẩn hóa và nộp hồ sơ du học. Và tôi đã chứng kiến những gì Minh Khuê chia sẻ với cô ấy:

Vị phụ huynh: “Làm thế nào để có thể đạt điểm cao trong kỳ thi chuẩn hóa SAT?”

Minh Khuê: “Cô và em hãy nghĩ đơn giản thế này ạ: Tài năng, năng khiếu bẩm sinh, năng lực đặc biệt là rất quan trọng, nhưng những yếu tố ấy sẽ chẳng đi tới đâu, chẳng có chút hiệu quả nào nếu không đổ công sức lao động, không làm việc bên bí và kiên nhẫn.

Khung thi chuẩn hóa SAT với cách tính điểm 2400/2400 chính là cách để họ thấy thí sinh thể hiện được năng lực làm việc và lao động kiên nhẫn, bên bí đến đâu? Ý chí và mục tiêu xuyên suốt của thí sinh cao thấp thế nào?”

Vị phụ huynh: “Nhu vậy, nên chẳng, để có thể được nhận vào những ngôi trường tốt nhất ở Mỹ, thì phải thi cho đến bao giờ đạt điểm tuyệt đối trong kỳ thi chuẩn hóa SAT?”

¹ IVY-League: nhóm tám trường đại học và viện đại học thành viên có triết lý giáo dục, chất lượng đào tạo và nguồn tài chính đóng góp hàng đầu nước Mỹ.

Minh Khuê: “Theo cháu hiểu thì không hẳn như vậy, trên thực tế và bằng hiểu biết hạn hẹp của mình, cháu được biết rằng, có rất nhiều trường hợp đạt điểm tuyệt đối chuẩn hóa SAT vẫn không được chấp nhận vào Harvard.

Cháu tin rằng, thi chuẩn hóa SAT đối với thí sinh cũng có thể so sánh như người nông dân hiểu và làm việc trên cánh đồng của anh ta.

Nếu anh ta chăm chỉ lao động, làm việc không ngừng, anh ta sẽ nhận được mùa thu hoạch tốt. Giả định, một, hai vụ gặp thiên tai, thì kết quả thu hoạch vụ thứ ba sẽ nói lên khả năng lao động của người nông dân ấy.

Cũng như vậy, khi thi SAT, nếu một hoặc hai lần bạn gặp một số khó khăn nào đó dẫn đến điểm kết quả chưa cao, thì lần thi và kết quả lần thứ ba đã cho thấy năng lực tích lũy và kỹ năng lao động của bạn được rèn luyện suốt 12 năm học (và hơn thế nữa) đạt tới mức nào rồi!

Do đó, điểm chuẩn hóa SAT nói lên rất nhiều về thí sinh, nhưng không nói lên tất cả.

Giá trị của lao động bền bỉ trên “thửa ruộng canh tác” của thí sinh còn được thể hiện ở nhiều năng lực khác như âm nhạc, hội họa, công trình nghiên cứu khoa học, thành tích thể thao, v.v... của cá nhân thí sinh. Thí sinh nào mang tới cho Hội đồng tuyển sinh “kết quả lao động” tốt đẹp, trên nhiều “thửa ruộng canh tác” khác nhau, đương nhiên, thí sinh đó sẽ có lợi thế hơn.

Do đó, nhiều người có nếp nghĩ rằng chắc phải bằng cách nào đó, ngoài tính chân thực và kết quả lao động đích thực, có thể giúp “đánh bóng”, làm đẹp hồ sơ ứng tuyển vào các trường đại học Mỹ, đặc biệt là các trường đỉnh cao, các trường Ivy - League, theo cháu là không cần thiết và phản tác dụng”.

Lắng nghe Minh Khuê chia sẻ, đưa ra phép so sánh, biểu dụ sinh động để làm bật lên ý nghĩa của “giá trị lao động bền bỉ” trên những “thửa ruộng canh tác” học thuật và rèn luyện phẩm chất, nhân cách khác nhau, thực lòng tôi vô cùng ngạc nhiên và xúc động.

Hẳn nhiên, tinh thần yêu lao động và năng lực lao động bền bỉ, sẵn sàng đổ mồ hôi, công sức trên các lĩnh vực học tập và cuộc sống, là giá trị sống mà bằng chính đời mình, bằng sự gan góc, li lợm, không khoan nhượng, tôi muốn truyền đạt tới con gái mình. Tôi luôn nói với con gái rằng: “Mẹ ghét sự lười biếng vì nó rất gần với thói ươn hèn!”.

Tôi cũng thường nói với con gái ngày này sang ngày khác rằng: “Những cá nhân đặc biệt, những người kiệt xuất, xuất chúng, những tài năng thần đồng v.v... rất hiếm hoi, họ ‘như sao buổi sớm’ trong xã hội. Phần lớn những người có cuộc sống vững vàng, hoan hỉ và thành công, đều là những người có trí tuệ bình thường như bao người, không đặc biệt gì. Nhưng hãy nhìn xem, họ đã lao động chăm chỉ thế nào và cầu thị ra sao? Mẹ và con đều không thuộc nhóm người thông minh bẩm sinh, không đặc biệt, không kỳ vọng những phép màu đột biến, do đó, mẹ con mình phải luôn luôn chăm chỉ làm việc và không bao giờ được lười nhác”.

Có nhiều người cho rằng tôi dạy con để “kỳ vọng sau này nó trở thành ông nọ bà kia”, tôi luôn bỏ ngoài tai và kiên định để vững tin rằng phải lao động và làm việc, phải học tập và rèn luyện không ngừng, vì tôi không muốn cuộc sống bị sa sút chỉ vì tôi và con gái tôi lười biếng!

Đây là lý do mà vì sao suốt 12 năm con gái học phổ thông, tôi không có một chuyến du lịch ngoại quốc hay trong nước nào cho riêng bản thân mình. Hay, lịch nghỉ hè của chúng tôi luôn được lên kế hoạch khá ổn định là 10 ngày, kể từ 28 - 29/5 đến 8 - 9/6 hàng năm? Đó là 10 ngày “thiên đường” của Minh Khuê với những vùng miền đất nước mà cô bé đề xuất, và tôi lên kế hoạch sắp xếp chu đáo, ân cần để chuyển đi đó hoàn toàn mỹ mãn với con gái. Ngay sau đó, khi trở về Hà Nội, chúng tôi lại bước vào một lịch trình học tập và rèn luyện chăm chỉ, không đứt quãng, dù đó là môn toán, môn piano, môn hội họa, bơi hay tiếng Anh, v.v...

Đương nhiên, ngay cả trong những ngày nghỉ lễ, Tết, Minh Khuê vẫn có lịch tự học, tự luyện đàn piano, cũng như, cô bé

nhận thấy trong những ngày lễ tết, tôi vẫn làm việc rất nhiều và hiệu quả, dù chúng tôi vẫn dành thời gian sinh hoạt chung cùng đại gia đình, vui chơi, nghỉ dưỡng. Đó là lẽ sống của chúng tôi, là vui vẻ và bình an của chúng tôi, từng ngày.

Tôi nhớ, ngày Minh Khuê còn nhỏ (từ 6 - 10 tuổi), cô bé ngại nhất là những bài luyện Prelude và Fugue, trong bộ Well-Tempered Clavier - “Bình quân luật” của Johann Sebastian Bach (J. S. Bach), trên đàn piano. Đây là những bài luyện piano khó nhất, ngay cả với những học sinh chuyên nghiệp.

Với những bài luyện của J. S. Bach, Minh Khuê hầu như đều phải tập đi tập lại nhiều lần mà vẫn bị đứt gãy, nhưng chúng tôi không nản.

Tôi động viên con gái bé nhỏ thế này: “Mẹ cũng giống con, có những việc mẹ phải làm gấp 2, gấp 3 thậm chí gấp 4 lần lượng thời gian mà người khác cần để làm công việc tương tự, thế nhưng, mẹ không nản. Mẹ tự hiểu mình không xuất sắc và đặc biệt, nên mình cần kiên trì làm việc và không nản chí. Cuối cùng, thành quả của sự cố gắng, dù khiêm nhường thế nào, vẫn làm mẹ vui đến phát điên, và từng bước mẹ bước tới những thành quả bền vững.

Cứ thế, tôi bồi đắp cho con kỹ năng làm việc bền bỉ, dù bộ “Bình quân luật” của J. Bach khó đến nhường nào, Minh Khuê cuối cùng cũng chinh phục được nó và cô bé đã có thành quả, được bồi đắp thêm lòng kiêu hãnh về bản thân và phẩm chất nội lực của chính mình.

Và rồi, khi đã có thành quả, khi đã nhìn thấy kết quả đẹp đẽ của lao động, thì chính điều đó là động lực để thúc đẩy Minh Khuê làm việc tích cực hơn và thành quả lại đến xuất sắc, bền vững, đáng tự hào hơn.

“Lòng đam mê” thực ra chỉ là cách nói hoa mỹ còn trên thực tế, để đạt tới thành quả trong rèn luyện, không ngoại trừ những bộ môn nghệ thuật, người học buộc phải đổ rất nhiều mồ hôi công sức. Khi đã có những thành quả nhất định, đam mê mới xuất hiện.

Và rồi, lúc này, đam mê lại trở thành động lực để lao động tích cực và vui vẻ hơn!

Đó là giá trị của lao động bền bỉ mà tôi bồi đắp cho con gái mình.

Tự lúc nào, chúng tôi cảm nhận được giá trị cuộc sống từ sự thỏa mãn, tự tôn, bởi tinh thần lao động chăm chỉ và thành quả lao động hàng ngày ngay ở nơi tổ ấm của chúng tôi. Hạnh phúc vui vẻ của chúng tôi thật đơn giản và mạch lạc!

Từ thuở bé, mẹ tôi vẫn dạy tôi rằng: Giàu có, dư giả còn cần phải nhiều yếu tố mới tạo nên, nhưng nếu bần hàn suốt đời, thì nhiều phần là vì kẻ đó lười biếng và không chịu lao động!

Tôi luôn ghi nhớ những lời dạy đó của mẹ tôi. Bà nói không bao giờ biết chán ngay sau khi vừa “tặng” tôi một trận đòn vì chưa làm xong việc bà giao trong ngày, hay sau buổi họp phụ huynh học sinh và biết tôi đánh mất danh hiệu học sinh gương mẫu của lớp.

Bạn thấy đấy, tinh thần lao động và năng lực lao động bền bỉ, kiên trì là một yếu tố mấu chốt mang tới thành tựu trên hành trình học tập và trải nghiệm cuộc sống của đứa trẻ. Tất nhiên, đó là “viên kim cương” không tự nhiên mà có được. Nó cần được bạn bồi đắp cho đứa trẻ từng ngày, từng chút trong từng lĩnh vực học tập và thực hành sống.

Trước tiên, trẻ sẽ học tập điều này từ chính tấm gương gần gũi nhất với nó, đó là người cha và người mẹ.

Loại bỏ những suy nghĩ mặc định

Sáu nhóm nguyên nhân khiến trẻ thơ không hạnh phúc!

Tôi nhớ sau buổi học tiếng Anh với người thầy bản ngữ khi Minh Khuê học lớp 8, con trao đổi với mẹ: “Hôm nay, thầy Jonathan cho chúng con đề tài viết luận thế này: ‘Trẻ thơ là lứa tuổi thần tiên, em hãy bình luận về câu nói này.’”.

Sau khi nghe Minh Khuê nhắc lại đề bài, tôi và con gái đã trao đổi rất nghiêm túc về vấn đề nêu ra, lật đi lật lại, cuối cùng, đi tới thỏa thuận: hai ngày sau, Minh Khuê sẽ trao đổi với mẹ những dẫn chứng và căn cứ để có thể đi tới quyết định phản biện hay khẳng định mệnh đề trên.

Và đây là những căn cứ mà Minh Khuê đưa ra (có sự gợi mở cách thức tìm kiếm tài liệu của mẹ):

♥ Trong một xã hội có xung đột vũ trang, có chiến tranh thì tuổi thơ là đối tượng bị tổn thương nhất, bị giết và lạm dụng nhiều nhất.

♥ Trong một xã hội mà luật pháp chưa nghiêm, tuổi thơ là đối tượng bị cưỡng bức lao động tàn nhẫn và bị xâm hại tình dục, sức khỏe nhiều nhất.

♥ Trong một gia đình không hạnh phúc, không chân thành, cha mẹ xung đột, mâu thuẫn, ngoại tình, thì trẻ thơ bị đau khổ nhất; thậm chí là đối tượng bị bạo hành thường xuyên.

♥ Trong một nền giáo dục chưa hoàn chỉnh, áp lực học đường rất căng thẳng, dẫn đến tổn hại sức khỏe tâm sinh lý và sức khỏe thần kinh của trẻ ở mức độ sâu sắc!

♥ Ngay cả trong một xã hội văn minh, thì trẻ thơ là đối tượng yếu ớt, chưa có khả năng tự vệ, hay lo sợ, dễ bị kẻ xấu khống chế, bị lạm dụng, bị đe dọa, bạo hành, lạm dụng tình dục, dẫn đến tổn thương tâm lý nhiều nhất, trong khi người lớn không hề biết gì.

♥ Thế giới tình bạn của trẻ thơ cũng nhiều lúc vui buồn, thất vọng khác nhau, nên trẻ thơ cũng có những khi tâm trạng đau khổ, cô đơn, lo lắng, hoảng sợ thực sự.

Sau khi đưa ra những căn cứ có dẫn chứng thỏa đáng, Minh Khuê mạnh dạn trao đổi với tôi: “Con sẽ phản biện! Theo con, mệnh đề “Trẻ thơ là lứa tuổi thần tiên” đang được hiểu chưa hoàn toàn chính xác, thỏa đáng, mang tính mặc định, thiếu khách quan và như thế, chưa đúng với đời sống và tâm hồn thế giới trẻ thơ!”.

Bài luận ấy, Minh Khuê đạt 19,5/20 điểm Anh với lời nhận xét của thầy giáo: “Bằng tư duy sáng tạo và căn cứ thuyết phục, em sẽ tiến xa. Thầy chúc mừng!”

Đây là một ví dụ, một biểu dụ cho tinh thần khuyến khích phương pháp tư duy độc lập và có phản biện mà tôi giúp Minh Khuê rèn luyện và ứng dụng trong những tình huống phù hợp của cuộc sống thường ngày!

Câu chuyện về một mệnh đề được đưa ra và cách gợi mở, đào sâu vấn đề để viết luận của Minh Khuê, đã dạy cho tôi bài học thấm thía hơn về nhận thức của người mẹ, trên hành trình làm bạn cùng con. Đó là mệnh đề “Trẻ thơ là lứa tuổi thần tiên” được mặc định như một chân lý hiển nhiên trong xã hội. Lâu dần, theo thói quen, tôi cũng chủ quan nghĩ xuôi chiều “điều ấy là đương nhiên!”, dẫn đến tâm lý thỏa mãn “ngủ yên” trong một cách ứng xử thông thường với trẻ nhỏ, với quán tính nghĩ rằng “là trẻ con là sướng hơn người lớn rồi!” v.v...

Điều này, chưa thật công bằng với trẻ! Một chân lý dù hiển nhiên đến đâu, vẫn luôn phải được suy xét cẩn trọng, có tinh thần phản biện khoa học, dân chủ, cởi mở, thấu hiểu, có luận chứng để nhận biết một cách tường minh, sáng tỏ.

Con gái tôi, đã gợi ý, dẫn dắt tôi, dạy tôi để tôi nhận ra rằng, để tuổi thơ của con cũng như tuổi thơ nói chung thực sự “thần tiên”, thì cha mẹ và xã hội đừng “mặc định” nghĩ đơn giản, xuôi chiều, mà phải nghiêm túc suy nghĩ và hành động nhiều hơn, vì trẻ thơ hơn, trong từng giai đoạn cụ thể, với từng đứa trẻ cụ thể!

Đừng “mặc định” giá trị vì trang phục bên ngoài!

Việc lấy trang phục làm cơ sở ấn định niềm tin cho đối tượng được gọi là phép “hình chú” hay “ngoại thôi miên”.

Câu chuyện bài luận tiếng Anh của Minh Khuê làm tôi thấy vui, vì hiểu rằng Minh Khuê đã thật sự thuần thục điều mà tôi dụng công dạy con ngay từ nhỏ, đó là không nghĩ xuôi theo những mặc định xã hội, điều đó sẽ khiến trẻ lười tư duy, phán đoán.

Trong một diễn biến âm thầm và tinh vi, xã hội đang xây dựng ngày càng nhiều những mặc định đương nhiên với nỗ lực và kỳ vọng khiến cho xã hội về như có trật tự hơn, kiểu như cứ mặc áo dài trắng là nữ sinh; đồng phục vàng là cảnh sát; mặc áo nhà chùa là tăng lữ; cô Tấm thì đáng thương, con Cám thì đáng ghét; dì ghè thì độc ác, người già thì tội nghiệp; người giàu là kẻ bóc lột và tham lam.

Một lần, khi Minh Khuê còn học tiểu học, tôi đưa con lên phố Lê Duẩn và Quán Sứ, hai con phố bán nhiều loại đồng phục ở Hà Nội, mua mấy bộ đồng phục cảnh vệ, bộ đội, thầy tu, cảnh sát với giá khá rẻ, dao động từ 50 nghìn - đến 150 nghìn đồng/bộ.

Tối đó, tôi bảo Minh Khuê: “Hôm nay mẹ trình diễn thời trang cho Minh Khuê xem nhé. Tôi lần lượt thay các kiểu trang phục. Mỗi lần như thế, Minh Khuê đều reo lên: ‘A, mẹ đẹp quá!’”.

Sau đó, tôi nói: “Bây giờ là màn thời trang đặc biệt!” Khi tôi vận đồng phục bộ đội, Minh Khuê nhận xét: ‘Mẹ đúng là cô bộ đội rồi!’”

Sau đó, tôi thay bộ đồng phục cảnh sát, Minh Khuê lại reo lên: “A, mẹ là cô cảnh sát chỉ đường!”

Sau đó, tôi thay tấm choàng thầy tu, Minh Khuê bảo: “Mẹ là thầy tu!”

Sau màn trình diễn, tôi hỏi Minh Khuê: “Vậy thì thực sự mẹ là ai nhỉ?” Minh Khuê trả lời: “Mẹ là mẹ! Đồng phục chỉ là đạo cụ để mẹ diễn thời trang thôi!”

Nhận thấy con gái đã có chút hiểu biết về mối liên hệ lỏng lẻo, sự không liên quan giữa mẹ và người trình diễn các bộ đồng phục, tôi gợi ý để con hiểu: “Thế đấy, con gái! Đồng phục và trang phục là thứ rất dễ dàng để ta có thể sở hữu, khoác lên mình và thay đổi bất cứ lúc nào. Do đó, nó không nói lên bản chất của người mặc. Tên gọi cũng vậy! Vì thế, chúng ta không mặc định giá trị và phẩm chất của ai đó chỉ thông qua hình thức bên ngoài, lời nói mà hãy chăm chú quan sát, phân tích hành vi, tổng hợp các thành tố để cân nhắc những đánh giá của riêng mình.”

Nghe tôi nói thế, Minh Khuê nói thêm: “Giống như ngài Sherlock Holmes của Conan Doyle mẹ nhỉ?”

Tôi xác nhận: “Đúng rồi, để tìm được đúng bạn tốt, loại trừ được những cá nhân xấu khỏi mối quan hệ thì không gì quan trọng bằng việc nỗ lực quan sát, phân tích dựa trên những hiểu biết tâm lý mà không lười nhác tin theo mặc định, hình chú bên ngoài.”

Sherlock Holmes và Phạm Xuân Ân: Những người thầy hoàn hảo

Vì cuộc đời là hành trình dẫn thân và gia nhập cộng đồng nên sự nhạy cảm và năng lực quan sát sẽ là bộ lọc quan trọng để cá nhân có thêm nhiều bạn tốt và bớt đi những rắc rối do giao du với kẻ xấu vì “niềm tin khờ khạo” vào mặc định có sẵn!

Tôi sử dụng các cuốn sách *Thám tử Sherlock Holmes* của Conan Doyle, *Đọc vị bất kỳ ai* của tiến sĩ David J. Lieberman, *Ngôn ngữ cơ thể* của Joe Navarro và tiến sĩ Marvin Karlins và đặc biệt là cuốn *Diệp viên hoàn hảo* của Larry Berman viết về tướng tình báo Phạm Xuân Ân như “bộ giáo trình” hấp dẫn, quan trọng để giúp Minh Khuê rèn luyện năng lực tư duy chủ động, năng lực độc lập quan sát, óc phán đoán, kỹ năng phân tích giả thiết, tổng hợp - phân tích

thông tin từ quan sát và năng lực tự đưa ra kết luận dựa trên những cơ sở khoa học tường minh.

Minh Khuê của tôi được khuyến khích đọc những cuốn “giáo trình” hấp dẫn, cuốn hút này ngay từ bé và cho đến tận bây giờ, đó vẫn là những cuốn sách gối đầu giường của chúng tôi.

Trong cuộc sống hay trong học tập, rèn luyện phẩm chất tư duy độc lập, óc phán đoán là rất quan trọng, nó giúp khơi gợi tính sáng tạo, năng động trong tư duy và trẻ sẽ có thói quen tư duy mạch lạc, chủ động, độc lập, chống lại thói lười suy nghĩ!

Nhà hiền triết René Descartes đã nói câu nói bất hủ mọi thời đại: *Tôi tư duy là tôi tồn tại!*

Tâm hồn phong phú vì luôn nhạy cảm và tư duy mới mẻ!

Phẩm chất và kỹ năng - muốn thuần thục phải rèn luyện bền bỉ

Tấm ảnh chụp Minh Khuê khi cô bé đang làm động tác xoay dọc, xoay ngang rất điệu nghệ như một diễn viên vũ ba-lê, nhẹ nhàng, hứng thú, gợi mở cho tôi cách để biểu đạt với các bạn điều mà các bạn thắc mắc: “Làm thế nào để trẻ tăng tiến dần trong những môn học được coi là cần có năng khiếu đặc biệt?”.

Ngay cả Minh Khuê khi xem lại tấm ảnh ấy cũng thốt lên thú vị: “O, con đây thật sao, hồi bé con làm được thế này sao? Thế mà bây giờ thì con chịu, không thể làm được!”.

Quả là thú vị! Khi Minh Khuê khoảng 4 - 5 tuổi, tôi đăng ký cho cô bé học lớp múa ba-lê ở trường mầm non để giúp Minh Khuê có thêm cơ hội vận động thân thể có giai điệu, nhịp điệu phụ trợ nhằm giúp cô bé bồi đắp năng lực phối hợp vận động, uyển chuyển. Điều đó được gọi là trí thông minh vận động. Nếu được huấn luyện và bồi đắp bền bỉ, trí thông minh vận động sẽ giúp cơ thể đứa trẻ trở nên linh hoạt, nhanh nhẹn, đồng thời tâm hồn cũng lay động, uyển chuyển hoan hỉ từ bên trong.

Hiệu quả đồng thời của việc cho trẻ làm quen với vũ điệu ba-lê ấy là chúng ta lợi dụng những hình thái vận động vũ điệu ba-lê để căn chỉnh vóc dáng của tư thế, huấn luyện phong thái kiêu hãnh, khoan thai, thanh thoát trong đi, đứng, ngồi của trẻ ngay từ khi còn nhỏ tuổi. Vũ ba-lê sẽ rất có ích khi trẻ trưởng thành, trẻ sẽ có một tư thế ngay ngắn, cân xứng do được sửa nắn từ sớm - đây là một lợi ích rất quan trọng, đặc biệt với trẻ em Việt Nam bởi chúng ta chưa

có tập quán xã hội về việc nắn chỉnh dáng vóc đi, đứng và ngồi sao cho đẹp đẽ và lịch lãm.

Quả nhiên, Minh Khuê rất khoái học môn này và hoạt động tích cực trong giờ múa ba-lê do một cô giáo của trường múa huấn luyện.

Một hôm, vào sáng Chủ nhật, tôi đang hướng dẫn Minh Khuê phân loại và sắp xếp quần áo sau khi giặt và phơi khô. Cô bé láu lĩnh nói: “Mẹ ơi, để con múa ba-lê cho mẹ xem nhé!”.

Tuy biết Minh Khuê đang “bày trò” để “trốn” việc gấp áo quần nhằm chán, nhưng tôi cũng không vừa, liền trưng kế tựu kế đồng ý ngay, mục đích là tạo cơ hội cho cô bé thực hành những vũ điệu đã học, khiến cho những động tác ấy thuần thục, thành phẩm chất, nghĩ thế, tôi reo lên: “Ồ hay quá, thế thì đổi công nhé, con múa cho mẹ xem và mẹ sẽ gấp nốt đồng đồ này!”.

Và, cô bé múa rất điệu nghệ. Tôi túm được chiếc máy ảnh, chụp vội mấy bức, khi cô bé làm động tác xoạc rất điêu luyện, dễ dàng và cười hãnh diện!

Thời gian tiếp sau, Minh Khuê vẫn theo học lớp múa ba-lê cho đến khi “tốt nghiệp” mẫu giáo. Bẵng đi một thời gian, đến cuối lớp 1, tôi đề nghị con múa lại cho mẹ xem, thì ngạc nhiên thay, cháu dường như đã đánh mất cảm giác vũ điệu, đặc biệt là không thể thực hiện động tác xoạc dọc và ngang như trước đây cháu từng làm dễ dàng!

Lý do thật lãng xẹt: Sau khi hết tuổi mẫu giáo, tôi đã lãng quên, không chú trọng cho cháu theo học tiếp tại các lớp múa ba-lê dành cho trẻ ở bất kỳ câu lạc bộ thiếu nhi nào nữa, vì thế việc luyện tập của Minh Khuê cũng dừng lại từ ngày đó!

Tất nhiên, tôi đã nhanh chóng tìm hướng sửa sai và tiếp tục cho Minh Khuê học các lớp nhảy múa từ vũ điệu Latin đến vũ điệu Standard. Điều này là hữu ích, giúp cho cô bé Minh Khuê tự tạo thêm những hoan hỉ trong nhịp điệu nhún nhảy. Khi bạn hòa vào điệu nhảy, bạn sẽ yêu quý thân thể của mình nhiều hơn! Đó là điều tôi luôn nói với con gái mình.

Tình huống này là một gợi mở để chúng ta nhận biết rằng: Nhiều phẩm chất mà người lớn thấy “vô cùng khó” thì đối với trẻ nhỏ lại đơn giản và không hề quá sức.

Điều này có nghĩa là các bậc cha mẹ không nên lấy cảm nhận của bản thân để nghĩ thay cho con, kiểu thế này: “Ôi dào, khó thế thì con mình học làm sao được! Bố mẹ nó không có năng khiếu thì nó lấy đâu ra năng khiếu mà học?, v.v...”

Những lối nghĩ nông cạn, theo thói quen ấy đang ngăn trở quyền được học, quyền được sáng tạo của trẻ cũng như cơ hội rèn luyện phẩm chất cá nhân và khám phá năng lực bản thân của trẻ.

Tốt nhất nào cũng cần được bồi đắp thường xuyên trên một lộ trình lâu dài, liên tục, không nôn nóng.

Nhiều khi, thấy trẻ có chút thành quả mà nhanh chóng thỏa mãn, lơ lửng chuyện trui rèn, tăng tiến hàng ngày thì những thành quả ấy cũng sẽ nhanh chóng biến mất và khó lòng khôi phục lại, khi trẻ đã quá giai đoạn 7 - 8 tuổi - ngưỡng tuổi lý tưởng để bắt đầu rèn luyện.

Điều này đặc biệt cần lưu ý đối với các bộ môn đòi hỏi phối hợp thông minh vận động, phối hợp thân thể, sự mềm dẻo của cơ thể đưa trẻ và một tâm hồn toàn nguyên dồi dào năng lượng hồn nhiên để hấp thụ như các môn piano, violon, múa ba-lê, thể dục dụng cụ, bơi lội, v.v...

Người Hy Lạp có câu nói rất hay: “Ai đội mũ ra đường sớm, sẽ đi được quãng đường dài.”, ngụ ý là muốn thành công, thì hãy bắt đầu từ sớm, kiên trì thì thành tựu sẽ đến!

Nhật ký hành trình

Thành quả không chỉ huy hoàng như ta nhìn thấy

Tháng 8, năm 2013

Ngắm lại bức ảnh của con gái trong cuộc thi Piano tại Hàn Quốc, mẹ vẫn luôn xúc động. Lúc ấy, con mới 14 tuổi. Bé bỏng và non nớt. Thế mà con chỉ một mình ở đó. Một mình con với cây đàn piano đồ sộ. Một mình con đối diện với 10 vị giám khảo khó tính, với một khán phòng chật đầy những ánh mắt dò xét, căng thẳng. Một mình con với một đất nước hoàn toàn xa lạ, chẳng chút thân quen nào. Một mình con với bao nhiêu thách thức và nghị lực. Thật vô lý làm sao, khi chỉ một mình con ở đó? Vì mẹ vẫn còn phải làm việc và lo toan mọi thứ ở Việt Nam, vì hai mẹ con mình đã quen tự xoay xở mọi việc. Hay cũng có thể, vì mẹ không thể hình dung những gian nan mà con phải vượt qua!

Thế rồi, con mang về một giải Bạc trong sự ngạc nhiên và sung sướng vô hạn của người thân.

Nhưng mẹ biết rằng, khi biểu diễn xong phần thi của mình, con đã lặng lẽ khóc rất nhiều sau cánh gà vì quá căng thẳng, quá áp lực mà không có mẹ ở bên. Con gọi điện cho mẹ, tiếng con nói và tiếng nước nở như bóp nghẹt trái tim mẹ. Ngay lúc ấy, mẹ ân hận rất nhiều rằng mẹ đã nông nổi khi không lường trước hết những áp lực mà con đang một mình gánh vác. Mẹ ân hận vì lẽ ra mẹ nên ở đó, hay lẽ ra là chúng ta không cần có mặt tại cuộc thi không dành cho những người “không chuyên nghiệp” như con.

Nhưng tất cả những suy nghĩ yếu mềm ấy chỉ vụt thoáng qua trong khoảnh khắc vì mẹ con mình là một đội rất quả cảm và luôn ăn ý, phải không con?

Ngắm lại, ngắm lại, ngắm lại và nghĩ lại... mẹ ghen ngào thương quá. Nhưng, đó cũng chỉ là cảm xúc vụt qua. Điều còn mãi và bền vững trong trái tim mẹ là niềm tự hào khôn nguôi vì con đã can đảm và hiền hậu đến thế. Nụ cười vẫn tươi vui và rạng rỡ thế!

Có thành tựu nào không phải trả giá đâu, con nhỉ. Chỉ có điều, mẹ con mình luôn chủ động trả trước bằng những gian lao tự đặt ra và tự vượt lên như thế, cứ thế, từng ngày, vững tin mà không kỳ vọng.

Yêu con gái của mẹ!

Ngoài kia đang mưa bão

Tháng 9 năm 2014

Trời ngoài kia đang mưa rất to, lòng bỗng nhớ con gái - một nỗi nhớ bình yên và an lạc.

Nhớ lại bao tháng ngày đã qua, bao mùa giông bão Hà Nội, hai mẹ con mình vẫn trực chỉ quyết tâm đội cả trời mưa gió để "tâm sư học đạo".

Chỉ khi quyết định đội nón bước vào mưa gió mới hiểu rõ được lòng quyết tâm và can đảm cao thấp nhường nào. Và, chỉ bây giờ, mới thấm thía giá trị của lòng can đảm dẫn thân, đã bồi đắp nên phẩm chất khiêm nhu và bình tâm đón nhận gian nan, coi đó là một phần tất yếu của hành trình!

Ai bảo, trong lòng mẹ và con lúc đó, không nơm nớp lo nước ngập bờ xe máy, hay xe bỗng chết máy giữa đường? Ai bảo lòng không bồn chồn lo cành cây gãy đổ bất ngờ? Mái kính nhà ai bỗng dưng gió đập vỡ rơi xuống?

Bao nhiêu nguy hiểm rình rập giữa cơn mưa, cơn giông và bão tố. Nhưng không vì thế mà mẹ con mình nhụt chí, nản lòng.

Thế đấy, hơn 12 mùa giông bão, mẹ con mình đã dìu nhau, dựa vào nhau, truyền hơi ấm và nghị lực cho nhau để vượt qua! Để giờ đây, khi cơn bão tràn vào, lòng mẹ bớt đi nỗi bồn chồn, khắc khoải.

12 mùa giông bão cam go, chẳng phải lúc nào mẹ cũng can trường đâu. Chẳng phải nhiều khi, nước mưa đã che giấu những giọt nước mắt mặn mòi,

hòa vào trong cơn bão bùng hà khắc của thiên nhiên. Nhưng, điều quý giá nhất, là ở vào những thời khắc ấy, bao giờ mẹ con mình cũng có nhau, nhớ về mà thấy sao thương mến thế!

Tất nhiên là mẹ vô cùng thấu hiểu, rằng phải có những thời khắc can đảm bước vào mưa gió để “tâm sư học đạo”, một thái độ “khát khao học hành đến cháy bỏng như vậy” mới làm cháy lên ngọn lửa nhiệt thành xúc động nơi thầy cô, mới giúp chúng ta nhận được ánh mắt cảm phục và thương mến của thầy cô, truyền cảm hứng để thầy cô truyền thụ những tinh hoa sâu sắc, lay động đến con một cách tràn đầy!

Có những thời khắc dẫn thân như thế, mới quý làm sao những ngày bão bùng ngút trời mà được ấm áp bên tách trà nóng thoảng hương sen Tây Hồ thế này!

Mẹ phải thú nhận rằng, lúc này mẹ rất nhớ con, khi nhớ về hình ảnh con tùm hum trong tấm áo mưa, bé bỏng như con chim non, đứng đợi mẹ ở góc trường Thực Nghiệm, hay góc trường Giảng Võ, rồi trường chuyên Hà Nội - Amsterdam, hay một nơi nào đó vốn thân thuộc trên hành trình học và vươn lên phía trước của hai mẹ con mình. Mẹ - dù cũng tùm hum trong chiếc áo mưa, dù mẹ còn cách xa vài trăm mét mà con đã nhận ra ngay, giơ tay vẫy rồi rít.

Những cử chỉ như thế, những hình ảnh tưởng bình thường mà thân thuộc suốt mười mấy năm, mới hiểu, không chỉ con cần mẹ để lớn lên mà mẹ đã cần con để mạnh mẽ và can đảm đến nhường nào. Chỉ bàn tay nhỏ bé vẫy vẫy ấy thôi đã cho mẹ dấu hiệu về môi dây gắn kết vô hình, là hoan hỉ khi con nhìn thấy mẹ giữa đông đúc ngược xuôi phố người, để mẹ hiểu mẹ đặc biệt với một người, là con, thế thôi. Những cảm nhận ấy đã nạp thêm cho mẹ bao năng lượng của can đảm và yêu thương vô bờ.

Ngoài kia mưa gió ngút trời, biết bao bà mẹ đang lo lắng: Sáng mai đưa con đến lớp có bị ngập nước hay không? Lớp con có bị ẩm ướt hay không? v.v...

Nghĩ mà yêu mà yêu lắm những đứa con Việt chăm ngoan tinh khôi và đẹp đẽ trong ngần!

Nghĩ mà thương mà thương quá những người mẹ Việt tảo tần thầm lặng thế!

Mẹ là người xe ôm tự nguyện, yêu thương và không quyền miễn nhiệm

Ai cũng có một cuộc hành trình của riêng mình

Tháng 5, năm 2014

Những buồn vui riêng có được trên chặng hành trình ấy. Nhưng, con gái thân yêu ơi, cuộc hành trình của mẹ con mình là vinh quang và đáng kiêu hãnh.

Có những ngày, tổng quãng đường hai mẹ con “chinh phục” để đến học tại ba trường chuyên biệt và đến nơi mẹ làm việc lên tới hàng trăm km nội đô. Không quản nắng mưa, không màng đến thất thường thời tiết, trăm nẻo chênh lệch, bất ưng, chúng ta đều kê sao cho bằng, tâm tuệ trực chỉ hướng lên con đường học vấn và trải nghiệm tràn đầy với cuộc sống, ngay tại nơi đây.

Có biết bao thời khắc cam go chúng ta đã âm thầm vượt lên? Có biết bao tật đố, hờn ghen mà chúng ta tình tảo ứng xử với nó bằng một thái độ hiểu biết, lặng thinh?

Có bao lần thất bại, chúng ta tự đứng lên ngay nơi vấp ngã, không nản lòng hay đổ lỗi. Từ nơi vấp ngã rồi đứng lên, dường như chúng ta lại mạnh mẽ, can đảm hơn?

Có những cơn ốm bệnh đến rồi đành phải ra đi, vì lịch học của con với hành trình thành phố rắc rối, không thể ai thay mẹ đưa và đón, vì mẹ đã hứa không thể ốm khi chưa thể nằm ốm!

Nhưng hơn tất thảy trong mọi thời khắc của hành trình ấy, chúng ta luôn bên nhau và mỉm cười đầy tin cậy, yêu thương và vững tâm bước tới.

Thành tựu nào cũng lấp lánh hân hoan,

Thành tựu nào cũng huy hoàng lộng lẫy.

Nhưng, chỉ có chúng ta mới hiểu rằng những khoảnh khắc hành trình mới chính là gương mặt của thành tựu, đáng nhớ và xúc động bao nhiêu.

Là bao tháng ngày bèn bi đến lạ lòng,

*Là một ý chí cháy bỏng trong lặng im, khiêm nhường và đức tin
thấp sáng,*

*Là một tình yêu tràn đầy, tận tâm trong mọi việc làm, từ đơn giản
nhất, như cách mẹ làm một người xe ôm, không ngày nào được miễn
nhiệm cho con gái suốt 14 năm đi học!*

Dạy trẻ năng lực chung sống với áp lực hiệu quả và vui vẻ

Bạn bè tôi, khá nhiều người được xếp vào tầng lớp trí thức - doanh nhân trung lưu của xã hội.

Đôi khi, ngồi nói chuyện với nhau thì vô vàn chuyện, nào chuyện làm ăn, chuyện thể sự, chuyện chính trị chính em, chuyện bê bối tình ái nhân gian, v.v... Nhưng cuối cùng, bao giờ cũng trở về chuyện học hành của con cái... điều mà dường như ai cũng đau đầu trong lòng.

Sau những phàn nàn, muộn phiền muôn thuở về tình hình chung của nền giáo dục không có triết lý, những mệt mỏi với hệ lụy tiêu cực của nó, kèm một lời than đại loại: “Chuyện học hành của bọn trẻ bây giờ thật khốn khổ!”, sẽ là những giải pháp mang tính tình huống như cho con học trường tư, cho con vào trường quốc tế, cho con du học phổ thông, v.v...

Thế mà không thế là đã hết những âu lo triền miên.

Trong những cuộc chuyện trò đó, tôi thấy nổi lên một số quan điểm:

- “Tôi để con phát triển tự nhiên, không áp đặt đòi hỏi gì.”

- “Con tôi sau giờ tan trường về nhà là được vui chơi, tôi không tạo thêm cho nó áp lực gì.”

Hai quan điểm này chỉ khác nhau ở cách diễn đạt, sâu bên trong, chúng tương đồng và tương hỗ lẫn nhau, và dường như là quan điểm mang tính cách mạng trong giáo dục: tôn trọng tối đa sự phát triển của từng cá thể.

Trong một môi trường mà nền giáo dục công bộc lộ nhiều bế tắc thì kiểu suy nghĩ này đang nhận được nhiều đồng tình, và thường đi đến cực đoan như một cách bày tỏ thái độ phản ứng, kháng cự đối lập với nền giáo dục công hiện nay. Tôi nghĩ, nếu không cẩn thận, nó sẽ trở thành một cái bẫy nguy hiểm.

Triết lý để trẻ được phát triển tự nhiên tại các nước có nền giáo dục tiên tiến thế giới có những lý do hợp lý. Ở những quốc gia này, nhà nước - xã hội - nhà trường - cha mẹ có những đồng thuận cơ bản nhất trong triết lý giáo dục con người. Môi trường xã hội - môi trường giáo dục tiếm cận sự hoàn hảo và hệ thống phản biện sắc bén hữu hiệu.

Như vậy “phát triển tự nhiên” ở đây phải được hiểu là trẻ được lớn lên trong môi trường giáo dục chủ động tốt nhất, nhạy bén nhất, chu đáo nhất, tôn trọng tính bản thể riêng có nhất. Chứ nó không tương đồng với cách nghĩ buông xuôi, thụ động, phó mặc “cha mẹ sinh con trời sinh tính” như chúng ta nhầm tưởng.

Như vậy “phát triển tự nhiên” phải được hiểu là chăm sóc cho sự phát triển tốt nhất để đưa trẻ gia nhập dần dần một cách tự nhiên vào đời sống xã hội chứ tuyệt nhiên không phải là sự lớn lên mà không được giáo dục, không có năng lực chung sống xã hội.

Thực tế, nhiều người Việt tiếp thu quan điểm giáo dục này quá hào hứng, thiếu cân nhắc, trong khi môi trường Việt Nam còn thiếu rất nhiều thành tố, yếu tố mang tính xã hội, nhân lực để đảm bảo tính “hoàn hảo” toàn vẹn mà tinh thần của triết lý này khởi xướng nơi bản quốc văn minh.

Giáo dục con người là một sự nghiệp vô cùng nan giải và đòi hỏi tính toàn vẹn, toàn bộ, do đó, khi “nhập khẩu” một triết lý từ một nền văn minh khác dù cách mạng, bác ái, đáng học tập nhưng nếu không thận trọng, nghĩa là chúng ta mắc vào một cái bẫy văn minh.

Điều này tương tự như trong gene sinh học của người Việt không sở hữu men lactose - loại men giúp cơ thể hấp thu đường sữa.

Đây là đặc tính gene mình chứng cho một thực tế rằng người Việt không có tập quán chăn nuôi bò sữa và uống sữa bò hàng chục nghìn năm và hơn thế nữa. Ngạc nhiên là ở chỗ, Việt Nam hiện là thị trường nhập khẩu và tiêu thụ sản phẩm sữa bò thuộc loại lớn nhất thế giới với một niềm tin hồn nhiên: sữa bò là thức ăn bổ dưỡng nhất!

“Đừng tạo áp lực cho trẻ!” đang là một mệnh đề giáo dục dễ làm hài lòng bậc cha mẹ với niềm tin ấu trĩ rằng đấy là cách để mang lại hạnh phúc cho đứa trẻ! Điều này nghe rất thuyết phục, nhưng nếu hiểu một cách cực đoan thì lại là điều đáng bàn lắm.

Trong võ thuật, võ sinh chân chính phải dành nhiều năm tháng cuộc đời để rèn luyện khả năng chịu đựng đau đớn, rèn luyện khả năng hứng chịu đòn của đối phương và rèn luyện sự nhạy cảm để né đòn hiểm. Đây được coi là giai đoạn vô cùng quan trọng, kéo dài hàng chục năm, giúp thể lý - tâm lý của võ sinh chuyển hóa, thuần thực nhằm đủ sức hứng chịu và thoát hiểm đòn hiểm. Những chiêu thức tấn công không hẳn là yếu tố quan trọng bậc nhất trong quá trình rèn luyện.

Tương tự, tôi có quan điểm trong giáo dục dành cho giai đoạn 18 năm kim cương của con gái rằng, cần thiết lắm việc dạy cho trẻ biết cách chung sống, chấp nhận áp lực trong học tập, áp lực trong làm việc theo liệu pháp tăng tiến dần, dạy trẻ biết chịu đựng đau đớn, biết đón nhận thất bại. Đây là những phẩm chất quan trọng giúp trẻ trở nên lành mạnh, vững vàng, quân bình tâm lý khi trưởng thành, đáp ứng được trước những biến động ngoại cảnh, một thực tế đầy áp lực trong đời sống xã hội, mà vẫn giữ được vui vẻ, lạc quan!

Quan trọng là những quan điểm ấy luôn được rọi sáng bằng một tình yêu vô bờ bến, tình thức của tôi dành cho con gái bé bỏng.

Bạn hãy thử hình dung, một đứa trẻ muốn gì được nấy, không bao giờ phải đối diện với những áp lực để rèn luyện khả năng tự kiểm soát, bình tĩnh và khiêm nhường, thì khi lớn lên, chúng sẽ yếu đuối và kém tự tin ra sao?

17 cách chúng tôi rèn luyện và thực hành hàng ngày để đáp ứng với áp lực mà vẫn vui vẻ

1. Không có ô tô, chỉ sử dụng xe máy để di chuyển nội đô, phục vụ nhu cầu đi học, đi làm. Điều này giúp hai mẹ con luôn năng động, giảm áp lực kẹt xe, mất nhiều thời gian trên đường phố. Nhờ đó, Minh Khuê được ngủ nhiều hơn 20 - 40 phút mỗi buổi sáng.

2. Sáu ngày trong tuần, chúng tôi thực hành thực đơn đơn giản, thực dưỡng, dinh dưỡng nhưng không rườm rà, nên dành thêm được 90 phút nghỉ ngơi. Ngày Chủ nhật sẽ ăn theo sở thích.

3. Cấu trúc dinh dưỡng khoa học: Bữa sáng thực đơn người Pháp - ưu tiên đường và tinh bột để khởi động kích hoạt não bộ; bữa trưa - thực đơn Nhật giàu dinh dưỡng nhưng chế biến đơn giản; bữa tối - thực đơn Tây Tạng và Anh quốc, giàu thực dưỡng và tươi sống, do đó, chúng tôi luôn hào hứng vui vẻ mà không mất nhiều thời gian cho việc ăn uống nhiều khế.

4. Thực hành thiền động (tập trung toàn vẹn) trong mọi công việc. Chẳng hạn, Minh Khuê sẽ tập trung cao độ trong các tiết học cần ghi nhớ máy móc để không mất thời gian ôn bài ở nhà. Không ôm đồm, mà tuân tự làm từng việc đến khi hoàn thành, do đó, chúng tôi dành thêm được 60 phút thư giãn, nghỉ ngơi tùy chọn.

5. Ưu tiên đầu tư chăm sóc nơi ở (tổ ấm) luôn sạch đẹp, thân thương, riêng tư, lãng mạn, phong cách, với triết lý đó là nơi để thư giãn và giúp chữa lành mọi tổn thương do áp lực cuộc sống, do đó,

giảm bớt được nhiều tiền bạc và thời gian do phải chi trả cho các khu nghỉ dưỡng mà vẫn có được sự an dưỡng tâm hồn. Những đồ vật sáu tháng liên tục không dùng tới, mạnh dạn thanh lý để tạo không gian tươi mới, thoáng đãng, nên chúng tôi thích ở nhà hơn ra phố!

6. Chọn thầy cô thực sự giỏi và tâm huyết cho con gái theo học là cách đầu tư thông minh, tiết kiệm thời gian, không rơi vào tình trạng “học theo phong trào, học mà không hiệu quả” nên chúng tôi có thêm nhiều thời gian làm những việc yêu thích.

7. Lựa chọn sáu môn học trụ cột để phát triển tố chất (toán học, nhân văn học, tiếng Anh, hội họa, Piano và bơi lội) và theo đuổi kiên trì, không thay đổi theo kiểu “Đứng núi này trông núi nọ”, do đó, chúng tôi rất thoải mái thành thạo vì không mất thời gian để làm quen môn mới.

Ưu tiên chọn trường gần cho con gái, không chọn trường xa nên chúng tôi tiết kiệm được nhiều thời gian di chuyển trên đường.

8. Chăm sóc và giữ liên lạc mọi mối quan hệ bằng sự chân thành đích thực, nâng niu đích thực, vì coi đó là tài sản đích thực, vì đó là những đầu mối thông tin đáng tin cậy, hiệu quả, nên chúng tôi không mất nhiều thời gian để lựa chọn những dịch vụ đáp ứng cuộc sống. Phương châm của chúng tôi là “chọn người” không “chọn hàng”.

9. Khiêm hạ nên không bị căng thẳng vì so sánh với người khác, không thấy rắc rối nếu gặp thị phi vì tự thấy mình là ai mà họ không nói xấu? Từ tâm và sẵn lòng ban tặng, không ghi nhớ điều đã làm cho người khác nên thoải mái thanh thản.

10. Biết nói “Không” lúc cần - vì thú nhận không biết, không giỏi là cách làm nhẹ nhàng; từ chối những cuộc hẹn vô bổ, nên có nhiều thời gian chăm sóc bản thân và di dưỡng tâm hồn.

11. Đòi hỏi bản thân cao hơn đòi hỏi xã hội, nên chúng tôi không có thói quen đổ lỗi và không đóng vai “nạn nhân” đau khổ. Chúng tôi luôn chủ động hành động với phương châm “Đừng chờ đợi,

vì con tàu thời gian không dừng lại bến ga nào!”. Do đó, chúng tôi thường chủ động mỉm cười và dễ dàng thể tất với xung quanh nên luôn luôn vui vẻ.

12. Đọc nhiều sách, ít xem ti vi và hạn chế lướt web, như thế, thế giới nội tâm được khai mở và giảm thiểu những thông tin nhảm nhí, xung đột, thao túng tâm hồn, nên khi nào cũng muốn cười và ca hát.

13. Làm phước thật lòng, khởi phát thiện phước ngay nơi ở, ngay nơi hữu duyên và tùy duyên, không suy tính và ghi nhớ.

14. Quản lý tiền bạc hợp lý, thông minh, để tiền bạc thực sự phục vụ cuộc sống bình an, không mắc nghiện mua sắm và xài đồ theo mốt, không nghiện đồ đắt tiền, nên ít phải tiêu tiền lãng phí.

15. Tiền bạc đã tiêu rồi, không so đo, tính toán thiệt hơn nên tâm trạng không bị căng thẳng vì nuôi tiếc.

16. Sức khỏe là quan trọng nhất để giúp sống nhiệt tình vui vẻ nên chúng tôi có kế hoạch để chủ động kiểm tra sức khỏe định kỳ, do đó công việc được trôi chảy, không bị lãng phí thời gian và tiền bạc làm lại.

17. Yêu thương sẽ tạo tâm thế cởi mở, chan hòa, giúp cơ thể vượt qua áp lực công việc học hành tốt nhất, nên chúng tôi luôn luôn thực hành yêu thương thật lòng và thân ái.

Chấp nhận cạnh tranh

Quan sát thế giới động vật, bạn sẽ nhận ra Mẹ Thiên Nhiên dạy chúng ta những giá trị sâu sắc lắm. Ở những loài động vật, đặc biệt là động vật cao cấp, như ngựa, voi, chó sói, vượn, khi, v.v... trong một đàn đã có sự cạnh tranh giữa các cá thể. Tức là cạnh tranh, dù biểu hiện rõ rệt hay âm thầm, là trạng thái thường hằng của sự sống tự nhiên.

Xã hội loài người không ngoại lệ. Dù bạn muốn hay không, đứa trẻ của bạn dần dần sẽ gia nhập đời sống xã hội - nơi trạng thái cạnh tranh luôn luôn tồn tại.

Từ gợi ý này, tôi nhận thấy, có mấy kỹ năng cơ sở cần huấn luyện cho trẻ một cách bền bỉ ngay từ khi còn nhỏ để chuyển hóa thành phẩm chất cốt lõi cho trẻ, đó là: Năng lực chung sống, làm việc hiệu quả và vui vẻ với áp lực, năng lực đối diện với đau đớn tổn thất và tình trạng tổn thương; năng lực đối diện với thất bại; năng lực quan sát phán đoán nhận định độc lập; năng lực chấp nhận cạnh tranh.

Đôi khi, tôi nghe thấy điều này:

“Tôi không thích con tôi học ở chỗ nọ chỗ kia, vì cạnh tranh lắm!”;

“Tôi không muốn con tôi phải cạnh tranh”;

hay “Trẻ con mà đã phải cạnh tranh, thật phản giáo dục!”.

Như vậy, theo cách nghĩ này, “cạnh tranh” bị xếp vào những thói xấu, cần loại bỏ khỏi cuộc sống!

Cách nhìn nhận ấy là thiếu khoa học và lãng quên bản chất của đời sống xã hội: đó là trạng thái cạnh tranh không ngừng. Nuôi con

với tâm lý né tránh “cạnh tranh” là chúng ta đang đi ngược lại bản chất tự nhiên luôn luôn là “cạnh tranh khiến cho mỗi cá thể trở nên khỏe mạnh và thuần thực, giàu năng lượng sống hơn vì luôn luôn nỗ lực”.

Chối bỏ bản chất cạnh tranh của quy luật sống và không hướng dẫn để trẻ thuần thực năng lực “chấp nhận cạnh tranh” theo mức độ tăng tiến dần, theo tôi là một thiếu sót lớn trong quan điểm của nhiều cha mẹ.

Như bạn có thể thấy, những trò chơi đối kháng, cạnh tranh đều là những trò chơi cuốn hút, hấp dẫn. Như vậy, thắm sâu trong bản năng, mỗi cá thể vốn đã mang phẩm chất “cạnh tranh”, do đó, việc dạy trẻ “chấp nhận tính cạnh tranh” cần được xem là một yếu tố quan trọng để trẻ có được tâm thế vững vàng, đối diện bình thản và chủ động trong hoạt động xã hội.

Đương nhiên, ranh giới giữa kỹ năng “chấp nhận cạnh tranh” với thói kiêu ngạo, ganh đua, hãnh tiến, cay cú - tức là những thói xấu, là nguyên nhân tạo ra những thói xấu khác như nói xấu, vu khống, chơi bẩn bạn bè, v.v... - vô cùng mong manh, đòi hỏi cha mẹ trong vai trò người thầy, người dẫn dắt phải vững tâm, minh tâm và công tâm để hướng dẫn con đúng đắn.

Vì thế, tôi nhấn mạnh: *Đồng hành cùng con là một nghệ thuật. Đó là nghệ thuật của tình yêu thương sáng suốt lý trí, chứ không đơn thuần là áp dụng một phương pháp nào đó.*

Bạn nghĩ thế nào khi một đứa trẻ được “ru ngủ” trong cái tổ kén ấm áp của bố mẹ, và bạn an tâm rằng, mình đang tặng cho con một tuổi thơ ngọt ngào!? Điều này rất dễ làm bạn hài lòng, nhưng lại là nguyên nhân khiến trẻ lười biếng, thiếu động lực, thiếu khát vọng và nhiệt huyết. Một đứa trẻ không được hướng dẫn để có khả năng “chấp nhận cạnh tranh”, không có được tâm thế chủ động “chấp nhận cạnh tranh” ngày một tăng tiến, thì khi chúng gia nhập xã hội, chúng sẽ thụ động và vì thế trở nên tự ti, yếm thế, đeo bám “chủ nghĩa thất bại” và chất lượng cuộc sống thấp kém.

Thành công là giá trị nên tặng để trẻ hạnh phúc!

Mẹ ơi! Con thành công rồi!

Một buổi chiều nắng nóng, ngột ngạt, tôi đón Minh Khuê sau giờ học chiều tại cổng trường Trung học phổ thông chuyên Hà Nội - Amsterdam. Con gái, với gương mặt nhễ nhãi mồ hôi, toàn thân toát ra mùi tanh lờm của tuổi mới lớn, trộn với mồ hôi, toe toét cười:

“Mẹ ơi! Con thành công rồi!”

Xung quanh, có nhiều bậc phụ huynh cũng đang dựng xe máy đợi con cái. Chúng kiến cảnh này, có người cười cười, nói hoan hỉ: “Chắc lại đoạt giải cuộc thi thành phố hay quốc gia gì rồi! Vui quá!”. Đó là tâm lý chung của nhiều phụ huynh có con học ở ngôi trường chuyên này. Nhưng, câu trả lời của Minh Khuê lại trở nên “lãng xẹt” với họ:

“Mẹ ơi! Con đây được năm quả bóng vào rổ, trong tiết kiểm tra bóng rổ. Yes! Con thật cừ mẹ ạ! Bao nhiêu ngày luyện tập, con vẫn không thể tăng được đến quả thứ hai vào rổ, mà quy định thì phải được năm quả, cô giáo mới cho ‘qua’. Hôm nay, con đến trường sớm. Con nhờ các bạn nam giỏi môn này hỗ trợ để luyện tập. Các bạn ấy nhiệt tình lắm, chúng con nỗ lực luyện tập và thế là con được ‘qua’. Cô giáo còn khen con ‘rất cố gắng’, mẹ ạ!”

Minh Khuê thao thao kể cho mẹ, trong khi, tôi liếc mắt quan sát và nhận ra đôi nụ cười nhẹ của các bậc phụ huynh xung quanh, ý như một lời bình luận “Tuồng gì, chứ thế thì sao gọi là thành công nhỉ?”.

Minh Khuê không hề quan tâm đến những biểu hiện xung quanh, đôi mắt cô bé sáng rực, long lanh, hồn nhiên đầy hưng phấn, làm động tác nhấn mạnh bằng cách giơ ngón cái lên, miệng hô “Yes!” rất điển hình tuổi teen.

Năm quả bóng vào rổ và vượt qua bài thi thể dục ấy khiến hai mẹ con tôi vui lắm. Vui vì Minh Khuê đã thành công trong mục tiêu ngắn hạn mà cô bé đặt ra cho bản thân một tuần trước đó, khi cô bé nói với mẹ: “Mẹ ơi, con sợ nhất là môn bóng rổ vì con lùn, lại chạy chậm và thuận tay trái. Tuy nhiên, con sẽ cố gắng để đẩy được năm quả bóng vào rổ, nếu không, con sẽ phải thi lại môn này!”.

Có hai trạng thái mà Minh Khuê sẽ “xả” với tôi, đó là khi vui quá, không biết chia sẻ với ai hoặc khi gặp khó khăn cần tháo gỡ!

Để chúc mừng thành tích này, hai mẹ con tôi đã có một buổi tối ăn tiệc và “chém gió” vui vẻ.

Thất bại là Người Thầy vĩ đại!

Kể lại chuyện này, khiến tôi nhớ đến câu chuyện hồi tháng 10 năm 2010.

Lúc đó, Minh Khuê đang sống trong niềm vui của giải Bạc Festival Piano Hàn Quốc tháng 8 trước đó và đang ráo riết chuẩn bị bước vào cuộc thi không cân sức với cô bé: Concours Piano châu Á lần thứ nhất tại Việt Nam, Minh Khuê là 1 trong 28 thí sinh của bảng B đến từ nhiều nước châu Á. Thành công của Minh Khuê ở Festival Piano Hàn Quốc và hồ sơ dự thi Concours Piano châu Á 2010 trở thành một yếu tố khiến cô bé nảy sinh ý muốn nộp hồ sơ dự tuyển vào khoa Piano hệ trung cấp của Viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam.

Minh Khuê hỏi ý kiến tôi và đương nhiên tôi không tán thành. Lập luận của tôi vững chắc rằng, dù chúng ta đã lựa chọn học piano chuyên sâu, bền bỉ không kém gì dân học chuyên nghiệp, nhưng để lựa chọn học “chuyên nghiệp” và coi đó như một “nghề” thì không nên vì những cơ sở thực tế sau:

- Cơ thể và sai tay, ngón tay của Minh Khuê bé nhỏ. Đây là hạn chế rõ rệt nếu muốn phát triển cao hơn trong sự nghiệp biểu diễn khi theo đuổi kỳ vọng trở thành nghệ sỹ biểu diễn piano.

- 14 tuổi mới quyết định theo đuổi hành trình trở thành một nghệ sỹ biểu diễn piano chuyên nghiệp là đã quá muộn màng và do đó, đã lỡ nhịp thời gian quan trọng nhất để có được giai đoạn tuổi lý tưởng để bắt đầu rèn luyện đạt hiệu quả tốt nhất.

- Bản thân Minh Khuê có những tố chất khác vượt trội, đặc biệt là năng lực tổng lực mà năng lực trình tấu piano chỉ là một phần trong tổng lực đó, đến thời điểm này đã bộc lộ rất đáng khen ngợi. Do đó, không nhất thiết phải lựa chọn học piano chuyên nghiệp, khi nhận thấy đó không phải là thế mạnh vượt trội đặc biệt.

Tuy tôi phân tích như thế, nhưng Minh Khuê vẫn chưa phục! Nhưng chúng tôi tạm thời trì hoãn cuộc tranh luận ấy, vì cô bé phải tập trung cao độ để luyện tập cho kỳ thi concours này lựa với những ứng viên đến từ những cường quốc về âm nhạc hàn lâm ở châu Á như Trung Quốc, Nhật Bản, Hàn Quốc, v.v...

Tôi không trông đợi giải thưởng hay thành tích vượt bậc của con gái ở cuộc thi này, vì tôi hiểu tầm sức của mình! Vì tôi hiểu, chúng tôi cần gì ở cuộc thi này! Tất nhiên, tôi nỗ lực và dồn mọi tâm sức, nhiệt thành để hỗ trợ con gái bước vào cuộc thi một cách chu đáo nhất, với sự dẫn dắt của thầy giáo Nguyễn Huy Phương.

Quan điểm của tôi rất rõ ràng: “Thành nhân trước, rồi sẽ thành công sau!” - nghĩa là, mỗi cuộc thi là một lần giúp Minh Khuê cọ xát, thuần thực với không khí áp lực, tạo được tâm lý “lỳ đòn”, bình tĩnh trong các cuộc đọ sức, để nhận thấy mình là ai. Đây là một phẩm chất còn quý hơn kim cương nếu đứa trẻ được tập dượt thuần thực và “sở hữu” khi nó 18 tuổi.

Một mặt, tôi luôn hỗ trợ con với liệu pháp tinh thần: “Thắng hay thua theo cách đánh giá của cuộc thi, thực sự, không quan trọng với con và với mẹ. Cái tuyệt vời, đó là cơ hội được trình tấu trên một sân khấu hoành tráng mà khán giả là những vị giám khảo lừng lẫy

đến từ Pháp, Đức, Nga, Nhật, Ý, Trung Quốc, Hàn Quốc, Việt Nam. Đây là một cơ hội rất đáng hãnh diện để trải nghiệm con ạ.”

Trước cuộc thi, tôi nói với con từng ngày, trong mọi cơ hội, thông điệp đó. Đó là cách tôi nỗ lực giúp con giải tâm thế an nhiên bước vào cuộc thi và “mẹo” để an bình tâm lý cho Minh Khuê trước thất bại đương nhiên mà tôi và thầy Huy Phương đã nhìn thấy.

Thuyết phục để Minh Khuê nhận ra giá trị vô song của tinh thần tận hiến đích thực của người nghệ sĩ và tâm thế đón nhận thất bại trước một cuộc thi chuyên nghiệp quốc tế, đồ sộ và nảy lửa, là nỗ lực không mệt mỏi của tôi và thầy giáo Huy Phương. Đến bây giờ, chúng tôi vẫn luôn kính yêu sâu sắc người thầy, người nghệ sĩ piano này.

Tất nhiên, chúng tôi thất bại, đó là sự thật. Và chúng tôi cũng thành công, đó cũng là sự thật từ cuộc thi Concours 2010 châu Á Hà Nội.

Khi nhận được tin từ thầy giáo thông báo rằng, Minh Khuê không được trình diễn bản Nortune No. 13 Chopin ở vòng chung kết, cô bé khóc rất nhiều, rất thành thực: “Mẹ ơi, mẹ đã từng thấy một đứa bé 13 tuổi nào đau khổ như con không?”

Khi nghe câu hỏi này, lòng tôi bất giác đau quặn. Nhưng tôi rất bình tĩnh, tôi nhìn vào đôi mắt nhòe nước của Minh Khuê, khẳng định rằng: “Mẹ trân trọng và thấu hiểu nỗi đau khổ của con là chân xác, vì mẹ là người đi bên con suốt chín tháng luyện tập!”

Sau đó, tôi đề nghị con bước vào chiếc bồn tắm tôi đã chuẩn bị thảo dược, nến thơm và vòi sen ấm áp. Tôi giúp con đắm mình trong bồn nước ấm, thơm tho và để mặc cho con gái khóc thỏa thích trong khi tôi xoa lưng và tưới nước lên mái tóc cho con. Nước ấm với tinh dầu thiên nhiên, cùng những lời chia sẻ thấu hiểu và ân cần của tôi, phần nào làm lắng dịu con đau thất bại.

Hồi lâu, khi con khóc của con gái đã nguôi nguôi, tôi gọi mở cho con bằng một câu hỏi: “Sao con không nghĩ rằng, con đã chiến thắng nhỉ, trong khi Việt Nam có hàng trăm học sinh chuyên nghiệp

ngành piano, và con đã là một trong số bảy bạn Việt Nam có mặt tại concours này ở bảng B?”.

Nghe tôi gọi mở, Minh Khuê lặng yên và chuyển dần tâm lý ra khỏi cảm giác tồi tệ khi hứng chịu thất bại sau chín tháng khổ luyện cam go trên từng phím đàn.

Tôi nói tiếp: “Cảm giác của con khi biểu diễn trên một sân khấu cổ điển cho những ‘khán giả’ chuyên nghiệp và khó tính thế nào hả con?”. Câu hỏi này tôi ngụ ý đến giá trị nghệ sĩ đích thực, giá trị của chín tháng Minh Khuê lao động đích thực trên bản nhạc để cô bé nhận ra đâu là chính mình.

Minh Khuê: “Tuyệt lắm mẹ ạ! Lúc đầu thì con cũng run lắm, nhưng sau đó, con nhớ lời thầy Huy Phương dặn: ‘Hãy nghĩ rằng, xung quanh chẳng có ai cả, chỉ còn con, cây đàn và ông Chopin thôi, ông ấy đang nghe và mỉm cười với con...’ Thế là con không còn run nữa, cho đến khi âm nhạc lắng xuống, tiếng vỗ tay nồng nhiệt vang lên, con hiểu rằng con đã thành công rồi, con đã chinh phục được ông Chopin rồi!”

Tôi reo lên: “Ồ kìa, con có biết con vừa nói gì không? Con nói: Con đã thành công rồi!”

Thật ngạc nhiên, nghe tôi nhắc lại, bỗng dưng, Minh Khuê nhoèn miệng cười trong trêu: “A, mẹ ơi! Vị giám khảo đến từ nước Pháp còn nhận xét rằng, con có phong thái biểu diễn của một nghệ sĩ đích thực với những khoảnh khắc thăng hoa của một nghệ sĩ, rất tuyệt vời!”.

Và, tối đó, chúng tôi có một bữa tối nhẹ nhàng, vui vẻ ở một tiệm ăn yêu thích. Chúng tôi cùng ly “nước hoa quả” chúc mừng Minh Khuê: “Chúc con vượt qua chính mình để đón nhận thất bại một cách thấu hiểu, bình an và nhận ra giá trị đích thực của nội lực là gì. Mẹ yêu con vô cùng!”.

Sau đó, Minh Khuê tự đưa ra quyết định “Con không học piano chuyên nghiệp đâu mẹ ạ. Con biết thế mạnh thực sự của mình là gì rồi ạ!”.

Đừng đối lập “thành công” và “hạnh phúc” - chúng luôn cần có nhau trên hành trình dẫn thân đích thực!

Bạn thấy đấy, thành công thực ra là thành quả từ nỗ lực làm việc, rèn luyện mà đứa trẻ đạt được trong từng chặng hành trình, trong từng mục tiêu cụ thể, ngắn hạn. Dù điều đứa trẻ đạt được là bình thường, không phải là kỳ tích vượt bậc trong cách đánh giá chung của xã hội, tuy nhiên, với trẻ đó là thành quả của nỗ lực chiến thắng bản thân! Và trẻ vô cùng hạnh phúc!

Để thành công, đôi khi rất cần đến thái độ chủ động đón nhận thất bại. Khi thất bại, đứa trẻ nhận thức được vị thế của nó một cách thực tế, không hão huyền và nhận biết được nội lực của mình ra sao. Từ hiểu biết nội lực của bản thân, đứa trẻ trở nên bình an, tự tại, tự tin và vui vẻ với thành quả mà mình đạt được.

Thành công - đó chính là phẩm chất cần thiết để hạnh phúc!

Người mẹ nào cũng mong con của mình rồi đây sẽ thành công trên đường đời! Người mẹ nào cũng mong muốn tốt bậc đứa trẻ của mình rồi đây sẽ cảm nhận hạnh phúc bình an trên đường đời của nó.

Thế nhưng, người mẹ nào cũng có chút hoang mang, hoài nghi và lo lắng, khi câu nói này cứ thường xuất hiện: “Bạn hoàn toàn có thể nuôi dạy một đứa trẻ đạt tới thành công, nhưng chưa hẳn nó sẽ hạnh phúc!”. Điều này khiến bạn trở nên mơ hồ, bối rối và vô cùng phân vân.

Đâu đó vẫn có những người thành công nhưng không hạnh phúc, và đó dường như là minh chứng cho quan điểm trên. Bạn càng bị thuyết phục rằng thành công và hạnh phúc là hai giá trị khó có thể song hành.

Nếu cứ suy diễn này, thì ta phải dùng đến phép loại trừ để chọn lấy thứ có ý nghĩa hơn, dễ đạt hơn (nếu hiểu “hạnh phúc” là trạng thái tự bằng lòng). “Tôi chỉ mong sao cho con mình được hạnh phúc thôi!” là câu nói mà nhiều người mẹ đã thốt lên, và sau đó là ý nhấn mạnh: “Thành công mà làm gì nếu con mình không thấy hạnh phúc!”.

Quả thật, đôi khi, cũng có người đã đạt tới thành công nào đó theo quan điểm của xã hội, kiểu như đạt được vị trí nào đó, danh hiệu nào đó, tài sản và quyền lực, v.v... nhưng vẫn thấy thiếu thốn, không vui vẻ, hoan hỉ nội tâm.

Thế nhưng ngược lại, nếu cứ thất bại triền miên trong các mục tiêu của cuộc đời, làm gì cũng đổ vỡ, hỏng việc, thì chắc chắn người đó cũng không thể tìm thấy cảm giác hạnh phúc, an vui!

Như vậy, cốt lõi của hạnh phúc, an vui, chắc chắn không thể là sự thất bại, chắc chắn hạnh phúc phải tới cùng thành công. Nhưng vấn đề là bạn cần tường minh cho được “Thế nào là thành công của bản thân đứa trẻ?” Và bạn đã cư xử thế nào trước những thành công nho nhỏ mà trẻ đã nỗ lực để đạt được?

Bạn hãy nhìn gương mặt và nụ cười bé yêu khi con bước được những bước đi chập chững đầu tiên trên đôi chân mình - con đã nó hân hoan và hạnh phúc ra sao khi vượt lên được chính mình, chinh phục được điều con khát khao!

Nhiều thành công nho nhỏ làm nên niềm vui thường hằng trên suốt hành trình lớn lên của trẻ. Cùng lúc đó, trẻ dần hình thành và thuần thục nhiều năng lực cơ bản, quý báu như năng lực tự vượt lên và chiến thắng chính mình, năng lực lao động bền bỉ, năng lực vượt khó, năng lực tư duy thực tiễn, không hão huyền, viễn vông v.v... Đó là những phẩm chất quý báu giúp trẻ vươn tới những thành công lớn lao hơn, vui vẻ nội tâm hơn!

Hạnh phúc mà trẻ cảm nhận không xung khắc với *thành công*, ngược lại, hai giá trị này luôn tương hỗ cho nhau, bồi đắp cho nhau thêm bền vững và mang lại bình an nội tâm sâu sắc.

Tôi dạy Minh Khuê kỹ năng sống như thế nào?

Hãy dạy trẻ thuần thục kỹ năng quan trọng nhất: Biết sống với người dung - kỹ năng kết nối

Thời gian chuẩn bị cho Minh Khuê sang Harvard thật thú vị và thân thương. Tôi và Minh Khuê luôn dành thời gian bên nhau để cùng vui vẻ. Mỗi lần gặp người thân hay bạn bè, tôi đều nhận được câu hỏi: “Cậu sẽ đưa Minh Khuê sang nhập học chứ?”

Câu hỏi lặp đi lặp lại nhiều lần và trên thực tế, phần đông cha mẹ có con du học đều chọn cách này. Riêng tôi, tôi chọn con đường khác, phù hợp với khả năng tài chính có hạn của bản thân, nhưng quan trọng hơn, là phù hợp với triết lý “huấn luyện kỹ năng của chim đại bàng” mà tôi theo đuổi trong quá trình đồng hành cùng con gái: Kỹ năng kết nối và tìm kiếm hỗ trợ từ người dung!

Tôi gợi ý với Minh Khuê: “Con hãy thông qua Facebook, để kết nối với những bạn bè cùng là sinh viên trường Harvard đang sinh sống tại Massachusetts, Mỹ. Con hãy tìm sự hỗ trợ thông tin từ những người bạn bản xứ đó về các vấn đề cần quan tâm như:

- ♥ Khí hậu, thời tiết và các loại trang phục cần thiết, phù hợp
- ♥ Phương tiện giao thông công cộng và bản đồ thành phố
- ♥ Chi nhánh ngân hàng, thẻ tín dụng và số điện thoại của cảnh sát khi cần hỗ trợ
- ♥ Siêu thị và những tiệm ăn phù hợp về chất lượng và giá cả
- ♥ Bệnh viện và số máy liên lạc

♥ Mạng di động, thẻ di động, Internet wifi và các dịch vụ viễn thông v.v...

Thêm những thông tin cuộc sống thú vị và đa dạng ở Boston.

Đây là những hiểu biết và dịch vụ cuộc sống mà chỉ người bản địa, thông thuộc, chân thành, tin cậy, có trách nhiệm và tinh thần hỗ trợ vô điều kiện mới có thể mang đến cho Minh Khuê.

Quả nhiên, bằng sự gợi ý của tôi và năng lực kết nối mà Minh Khuê đã thực hành thuần thục nhiều năm, cô bé đã có được những mối liên kết bạn bè rất cởi mở, thân ái và nhiệt tình, hỗ trợ con có được những thông tin cụ thể, đầy đủ, chi tiết và thiết thực nhất về nơi con sẽ đến. Thậm chí, có nhiều người bạn Mỹ lớn tuổi là cha mẹ của các bạn trẻ, cũng tham gia hỗ trợ Minh Khuê. Do đó, sự chuẩn bị hành trang cho chuyến du học của Minh Khuê rất hiệu quả, chủ động và tự tin.

Tôi đã không cùng con gái bay sang Harvard để nhập học, vì quan điểm của tôi là huấn luyện kỹ càng, dẫn dắt đường hướng rồi thả cho con bay vào bầu trời của nó một cách tự do và chủ động.

“Chim đại bàng con kiêu hãnh bay trên đôi sải cánh của nó, tự do và hoan hỉ mà không cần chim mẹ bay cùng như thời kỳ huấn luyện.”

Đó là cách biểu đạt hình ảnh, còn trên thực tế, nếu tôi đi cùng Minh Khuê, với tâm thế và hiểu biết, trải nghiệm của một người sinh sống tại Việt Nam, tôi sẽ không đủ hiểu biết, kinh nghiệm, kỹ năng cơ học để hỗ trợ con gái hiệu quả, thiết thực như sự hỗ trợ từ những bạn bè bản địa nơi con đến!

Bạn thấy đấy, Minh Khuê đã có một hành trình di chuyển một mình lần đầu tiên đến vùng đất mới một cách an ổn, vui vẻ, đó là vì cô bé đã nỗ lực kết nối, có đầy đủ kỹ năng kết nối, biết chọn người kết nối và biết xây dựng mối quan hệ trở nên tốt đẹp và hữu ích.

Không ít cha mẹ cứ loay hoay chưa thể tưởng mình cho được công cuộc dạy kỹ năng sống cho trẻ cần phải tiến hành như thế nào?

Quan sát loài vật, đặc biệt là ở các loài động vật cao cấp, tôi nhận thấy, con cái luôn giữ vai trò truyền thụ tận tụy kỹ năng của giống loài cho con con. Tự trung, truyền thụ kỹ năng là truyền thụ bản năng sinh tồn, do đó, cá thể nào thuần thục kỹ năng thì khả năng cạnh tranh sinh tồn càng cao, và ngược lại!

Ở loài người cũng vậy. Chúng ta dạy dỗ con cái, hướng dẫn con cái điều này, điều nọ để làm gì? Để chúng sinh tồn một cách hoan hỉ; ngày một có năng lực gia nhập tốt hơn, mạnh mẽ hơn, thuần thục hơn vào xã hội loài người, đồng thời có được một nội tâm khỏe khoắn, lành mạnh, an nhiên.

Trang bị cho trẻ bao nhiêu kỹ năng là đủ?

Tôi suy ngẫm điều này rất lâu và nhận ra rằng, nếu chỉ ưu tiên huấn luyện cho trẻ nhiều kỹ năng mang tính cơ học, kiểu như giặt giũ, nấu cơm, mặc cả khi mua bán, biết các bộ phận xe đạp, v.v... thì không bao giờ là đủ. Quá thừa mà vẫn quá thiếu.

Ví dụ, một đứa trẻ thành phố, được bố mẹ huấn luyện kỹ càng những kỹ năng sống ở thành phố, nhưng khi về nông thôn, nó hoàn toàn ngô nghê - và bạn, với vai trò người huấn luyện, lại cảm thấy bất an về đứa trẻ của mình. Hay, một đứa trẻ đang ở Việt Nam với nhiều kỹ năng của cư dân vùng khí hậu nhiệt đới nóng ẩm sẽ trở nên lúng túng, sợ hãi khi sang vùng khí hậu hàn đới - và bạn sẽ ngồi nhà và bất an lo cho đứa con của mình phải chịu rét mướt.

Toàn cầu là câu chuyện đời, hàng ngày của thời đại, vì vậy, bạn không thể dạy hết mọi kỹ năng cơ học cho trẻ với hy vọng rằng, đấy là cách để chúng biết tự lập, biết bay trên đôi cánh của chính mình trong tương lai!

Một ví dụ đơn giản thế này: thay vì dạy trẻ “Khi vào rạp xem phim, thì không được nói chuyện để tôn trọng những người xung quanh!”, tôi lại luôn nhắc nhở Minh Khuê: “Một nguyên tắc cơ bản là, khi con đến một địa điểm sinh hoạt công cộng như siêu thị,

rạp chiếu phim, nhà hát, công viên, v.v... ưu tiên hàng đầu là con phải đọc kỹ bảng nội quy ở nơi đó! Hiểu rộng trên phạm vi toàn cầu, thì con phải tìm hiểu pháp luật, nền văn hóavà vùng khí hậu khác biệt của quốc gia nơi con chuẩn bị đến!”

Tôi hay nói với Minh Khuê rằng, khi con về nông thôn, thì một em bé chăn trâu sẽ là người thầy vĩ đại của con! Ngụ ý lời dạy này, tôi muốn con hiểu rằng, cần phải khiêm nhường để học hỏi kỹ năng và học hỏi một cách cầu thị, tôn trọng, coi việc học hỏi là hành trình suốt cuộc đời!

Quả thật, những người tàn tật, những người mù bán báo trên hè phố, những người lái xe bus, những cậu bé ở Oxford, Anh quốc đã thực sự là người thầy vĩ đại, chân thành và nhiệt tình hướng dẫn cho cô bé Minh Khuê 11 tuổi những hiểu biết sâu sắc, cụ thể, sinh động và rất thuyết phục về cuộc sống, phong vị, tập quán, văn hóa và đặc biệt là tiếng Anh sinh ngữ của người Anh vào mùa hè năm 2008.

Cuộc sống hiện đại mở ra trước mắt vô vàn cơ hội, tỷ lệ thuận với đó là vô vàn thách thức, nguy cơ tiềm ẩn phía sau. Do đó, kỹ năng sống phải được hiểu thấu đáo là phẩm chất cốt lõi của một con người. Có được phẩm chất cốt lõi, có được phương pháp tiếp cận vấn đề, thì mọi kỹ năng cơ học sẽ không còn là “bài toán” khó giải nữa.

Đức Phật đã chỉ dẫn cho chúng ta một minh triết vĩ đại: “Bản chất của sự sống là tính phụ thuộc lẫn nhau”.

Từ gợi ý này, tôi đã có được một triết lý vững chắc để hướng dẫn và huấn luyện kỹ năng sống cho Minh Khuê, đó là bồi đắp năng lực biết chung sống với người dung - Kỹ năng kết nối!

Thành công của bản concerto còn bởi sự nỗ lực kết nối và khiêm nhường một cách chân thành!

Sự ân cần tràn đầy khích lệ trong nụ cười và ánh mắt của vị chỉ huy dàn nhạc người Anh Graham Sutcliffe chắc chắn là nụ cười từ

trái tim đôn hậu của ông dành cho cô pianist bé nhỏ Minh Khuê - người chưa từng một lần được trình diễn trong dàn nhạc lớn với hơn 50 nghệ sĩ của dàn nhạc giao hưởng Nhà hát Nhạc vũ kịch Việt Nam bao giờ.

Tác phẩm đồ sộ *Concerto Piano No. 3* Beethoven vang lên, lúc huy hoàng lộng lẫy hay khi sâu lắng, nhẹ nhàng trong 45 phút, là thành công không chỉ của chín tháng khổ luyện cao độ, ý chí và tài năng của Minh Khuê, mà thành công đó có được còn bởi tình cảm bao dung, thương mến mà tập thể hơn 50 nghệ sĩ và ngài chỉ huy dàn nhạc, người thầy hướng dẫn và các chuyên gia đến từ châu Âu dành cho cô bé.

Một nghệ sĩ trong dàn nhạc đã chân thành nói với tôi: “Chị ạ, đôi khi có pianist rất danh tiếng, nhưng do cá tính có phần kiêu ngạo và không biết lắng nghe, nên khi ghép với dàn nhạc thì gặp rất nhiều vấn đề, cứ bị vênh nhau mãi, không êm và hài hòa như cháu Khuê. Đơn giản vì thái độ ngạo mạn của pianist ấy đã gây ức chế, không truyền được cảm hứng với những nghệ sĩ xung quanh.”

Quan sát con gái làm việc với nhịp độ cao, khổ luyện, phối hợp ăn ý và đặc biệt nhận được sự bao dung nâng đỡ của các nghệ sĩ khi biểu diễn, tôi hiểu được điều sâu sắc rằng: Khi tâm và trí của con, tấm lòng con nở bung như một tấm dù căng gió, cởi mở với cảm hứng cống hiến, khiêm nhường, cầu thị thành thực thì chính là lúc cuộc đời nâng con bay bổng an toàn nhất, chứ không phải là sự chở che một cách cơ học của cha mẹ.

Người mẹ nào cũng muốn che chở, bảo vệ đứa trẻ của mình, nhưng bằng cách nào là hiệu quả? Ngay từ khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi đã đọc về một dự án tâm lý của một trường đại học của Mỹ: Nếu giả định ngày mai bạn sẽ chết, bạn khao khát truyền lại điều gì cho người thân yêu nhất, cho học trò thân yêu?

Tôi đã dành nhiều năm để suy nghĩ về ngụ ý sâu sắc của bức thông điệp này, và tự rút ra kết luận: Tôi luôn nhắc nhở Minh Khuê rằng: “Mai sau, khi con đến tuổi trưởng thành, về cơ bản, con sẽ

chung sống với người dung, chứ không phải là những người thân trong gia đình, nơi con được yêu và thương vô điều kiện.”

Có một câu thành ngữ rất nổi tiếng: “Không bữa trưa nào là miễn phí” - tức là bạn phải nỗ lực, nỗ lực và nỗ lực thường xuyên, và thành quả sẽ đến khi đủ chín muồi! Vì thế, chỉ có một cách để dạy con hạnh phúc, là hãy biết phân biệt tốt xấu, biết sống cởi mở, thiện ý, khiêm nhường với xung quanh.

Chỉ khi đứa trẻ biết sống bằng sự nhạy bén của tâm - tuệ, không nhìn nhận xung quanh bằng cái nhìn “mặc định”, biết chung sống cầu thị với người dung, biết truyền cảm hứng đến người dung, thì lúc đó, tình cảm bao dung, khích lệ, tinh thần hỗ trợ thật thà sẽ cộng hưởng với tài năng và lao động chăm chỉ để làm nên thành công đầy xúc động và vui vẻ!

Cho dù đến bao giờ, tôi biết, Minh Khuê cũng sẽ luôn luôn hàm ơn những nghệ sĩ tài năng, vui tính, hiền hậu và ngài chỉ huy dàn nhạc đã luôn dành cho cô bé sự ưu ái ngọt ngào như đóa hồng ban mai!

Thuyết phục trẻ không làm những điều sai lầm mình từng mắc

Cha mẹ không nên là thần tượng!

Tôi xin trích câu chuyện của bạn Nguyễn Thanh Nga, mời các bạn tham khảo:

Thời cắp sách đến trường, cô giáo dạy toán thực sự là nỗi ám ảnh đối với bọn học văn chúng tôi đến nỗi, thời sinh viên tuy mỗi đứa một trường nhưng đều có chung một ác mộng là ngày mai kiểm tra toán. (Kiểm tra 1 tiết mà cô ra đến 5 đề chéo cánh.)

Hôm họp lớp vừa rồi gặp lại cô với mái tóc bạc trắng, sà đến bên cô tí toét:

- Cô còn nhớ em không?

- Mi ở Quang Trung...

Đang cười khoái chí vì cô vẫn nhớ chút thông tin về tôi, thì cô tiếp:

- Mi tên Nga!

Hic, xúc động không nói nên lời, ôm lấy cô (20 năm sau mới mạnh dạn ôm cô). Trong lâng lâng, nghe lời cô văng vẳng:

- Ngày xưa mi toàn nói chuyện riêng...

Ô hô hô... hút hút...

Tuần vừa rồi con chị về tố cáo:

- Mẹ ơi, hôm nay Bống phải ở lại lớp muộn vì làm chậm bài.

Nhà tôi có bé gái học hành thì "lòm khòm" mà nghịch như chuột nhắt suốt ngày, rất khó cho vào khuôn khổ, thi thoảng lại phải xách roi thị uy.

Sau khi bắt nằm úp xuống giường phân tích, đe nẹt đủ kiểu và “thương cho” vài con lươn thì đến phần truy tìm nguyên nhân để khắc phục, chị chàng thút thít:

- Tại con nói chuyện riêng nên bị chậm.

Đang như thần sấm bỗng mất hết nhuệ khí, buông roi nghĩ thầm “may mà nó không đi họp lớp cùng mẹ”.

Sáng ra nghe lỏm được câu chuyện hai chị em trao đổi trong bữa ăn. Con chị bảo:

- Ngốc thế, mẹ hỏi tội này mấy roi thì lại nhận là 10 roi, nhận 1, 2 roi thôi đỡ đau chứ. Lần sau, nếu tái phạm lại nhận 100 roi thì muốn vào viện à?

- Thì em trót nhận thế rồi.

- Thế thì phải xin giảm án chứ !

Dạy con gian nan quá chị Hồ Thị Hải Âu ạ!

Và đây là cách ứng xử của tôi:

Cảm ơn em Thanh Nga, đây là điều mà mọi người thường xuyên đặt ra cho chị, những thắc mắc tương tự, tựu trung để giải đáp câu hỏi “Vì sao chị làm bạn được với con gái?”. Tình huống em đưa ra cho chị rất trực quan sinh động và có tính phổ biến, vì thế chị xin phép em được chia sẻ câu chuyện cùng nhiều người quan tâm.

Trong thực tế cuộc sống với nhiều trải nghiệm và quan sát, tôi nhận ra rằng hầu như mọi người mẹ, người cha đều đã trải qua tình huống tương tự. Làm thế nào, bằng cách nào để dạy con không được làm, không nên làm điều mà tuổi thơ mình đã mắc phải.

Và, phần lớn chúng ta lúng túng!

Ứng xử của tôi thế này: Ngay từ khi Minh Khuê còn bé, hàng ngày tôi thường kể cho Minh Khuê nghe về quãng đời tuổi thơ của mình, như một món quà tặng cho con gái. Đặc biệt, tôi kể nhiều về những sai lầm, khiếm khuyết của tuổi thơ mà đến giờ còn in hằn dấu ấn trong những nhược điểm, hạn chế trong hiện tại khiến tôi không thể vươn xa, không thể thành công như khát vọng của bản thân.

Như vậy, qua “tấm gương” trung thực không tô vẽ của đời mẹ, tôi vừa nhấn mạnh vừa chứng minh một cách thuyết phục với con gái rằng: “Những tật xấu và thói quen thuở bé, thường theo suốt cuộc đời. Đó là lý do vì sao, khi còn bé, ta nên thuần thực những thói quen tốt và kiên quyết loại bỏ những thói quen xấu, để hành trình vào đời được thành thoi, nhẹ nhõm! Mẹ sẽ giúp con, con gái thân yêu, vì mẹ có trải nghiệm thấm thía của sự thất bại do những tật xấu mang lại!”

Rất nhiều khiếm khuyết của tôi, chẳng hạn như: tính tự ti, nhạy cảm quá mức, hay tủi thân dẫn đến tâm trạng yếm thế, gương mặt xấu xí, không tươi tắn; tính chủ quan, bảo thủ, biết một lại cứ khẳng định là tôi biết rất nhiều (biểu hiện là hồi bé tôi rất ba hoa, khoác lác); thói háu ăn và phong cách ăn uống rất xấu, nhai nhồm nhoàm, lép bép, vừa nhai vừa cười nói rất phản cảm, tính nói dối, v.v...

Đây là những tính xấu, thói quen xấu đã khiến tôi luôn sống trong tâm trạng tiêu cực, nên càng ít được mọi người yêu quý, thậm chí mọi người cảm thấy không thoải mái nếu ngồi ăn cùng mâm cùng bàn với tôi.

Từ những câu chuyện đó, tôi nói với Minh Khuê rằng, mẹ đang nỗ lực biến cuộc đời mẹ thực sự là một phòng lab (phòng thí nghiệm thực hành) mở toang, không che đậy, không góc khuất, để con thử nghiệm, trải nghiệm những điều sâu sắc nhất, để rồi con hiểu ra vì sao mẹ dạy con đừng sai lầm giống mẹ ngày xưa, nếu con thực sự muốn vươn xa hơn mẹ.

Những lúc như thế, tôi nhìn sâu vào mắt con, để con cảm nhận được sự chân thành, tha thiết trong lời tôi nói.

Sự chân thành và một tinh thần sẵn sàng gỡ bỏ “cái tôi” và sĩ diện trước con cái, sẵn sàng đập bỏ tâm lý “thần tượng cha mẹ” trong cái nhìn non nớt của con trẻ, để thừa nhận mình từng mắc những thói quen xấu, từng hứng chịu hậu quả bởi những thói quen, sai lầm ấy. Điều đó khiến Minh Khuê nhận ra mẹ thực sự là một người bạn chân thành, thông thái, gần gũi, đáng tin cậy. Tôi gọi một cách hình ảnh, đó là tinh thần “Tự vì đạo dạy con”.

Nhiều khi, sự thần tượng của con cái dễ làm cha mẹ hài lòng về bản thân, lâu dần biến thành một bức tường ngăn cách giữa cha mẹ và con cái, khó có thể chân thành chia sẻ những sai lầm của bản thân để con cái có bài học trực quan sinh động và rút kinh nghiệm cho bản thân.

Một khi “thần tượng” được dựng lên, thì sự nhận biết chân lý bị chặn lại.

Cách ứng xử đó, thực chất là liệu pháp kỷ luật tình thương, kỷ luật trái tim, có tác dụng giúp con gái Minh Khuê luôn tự thuyết phục bản thân và thực hành theo điều đúng một cách tự nhiên, nhẹ nhàng vì Minh Khuê thấm thía điều mẹ chỉ dẫn, hướng dẫn là tốt cho cô bé và vì một tương lai tương sáng, hoan hỉ nội tâm của con.

Khi con vào tuổi teen

“Trẻ cá tính” - Không phải là thói xấu

Nỗ lực thuyết phục con gái bằng hiểu biết và sự tinh táo của mình, đặt lợi ích thiết thực, “được - mất” sát sườn của Minh Khuê vào tình huống cần sửa chữa.

Tôi luôn tránh việc “đôi co” kiểu đúng-sai giữa hai mẹ con, bởi điều đó có thể dẫn tới xung đột luân quần bế tắc. Tôi cũng không quy kết hành vi vào khái niệm ngoan-hư rất nguy hiểm, càng đẩy trẻ đến thái độ ương bướng, không chịu thấu hiểu.

Đứa trẻ nào cũng có cá tính riêng, trẻ càng có cá tính mạnh, càng cần dụng công dạy dỗ! Và đó là lý do để giáo dục cần thiết. Những cá nhân thành công, những người có nội tâm vững vàng, những sinh viên, học sinh được đào tạo ở những ngôi trường tốt, những người luôn sáng tạo, v.v... đều xuất phát là những đứa trẻ rất hiếu động và cá tính mạnh.

“Cá tính” không phải là thói xấu khó sửa, nó là phẩm chất độc lập tư duy, và do vậy, nó phải được rèn luyện. Đứa trẻ có cá tính mạnh là một khối toàn nguyên, một khối nguyên liệu tốt để cha mẹ bắt đầu thực hành huấn luyện, thể hiện năng lực hiểu biết và kiên nhẫn của mình để giúp đứa trẻ có được trật tự nội tâm mạnh mẽ.

Câu nói tôi thường được nghe là: “Con chị ngoan hiền dễ dạy, chứ con nhà em cá tính lắm, khó dạy lắm!”.

Bạn đừng nhầm lẫn hai khái niệm này trong huấn luyện trẻ vì như vậy thật là lãng phí.

Có trẻ thì có cá tính mạnh, có trẻ thì biếng ăn hay có một chứng tật nào đó, v.v... không đứa trẻ nào bắt đầu đã hoàn hảo! Do đó, cha mẹ cần nỗ lực nhiều hơn 10 lần, 20 hoặc hơn thế nữa, không có con đường nào khác, để giúp trẻ có được “trật tự nội tâm”, “kỷ luật nội tâm”. Khi làm được như vậy, chắc chắn trẻ sẽ rất sáng tạo, mạnh mẽ nội lực và lan tỏa đến xung quanh!

🍎 TÌNH HUỐNG

Bật lại!

Bước vào tuổi vị thành niên, Minh Khuê có biểu hiện hay lờm nguyt mẹ mỗi khi bất đồng ý kiến. Một lần, tôi bắt gặp cái lờm dài của con gái, nén nỗi tổn thương trong lòng, tôi bảo:

“Khi bất đồng ý kiến thì con nên thẳng thắn thể hiện quan điểm, không nên lờm nguyt, đó là biểu hiện thiếu đàng hoàng!”

“Con không lờm nguyt, nếu mẹ không nhìn trộm con, sao mẹ biết con lờm nguyt?”

“Mẹ bắt chợt quay lại và nhìn thấy!”

“Tại sao mẹ cứ áp đặt cách hiểu của mẹ? Con khẳng định là con không lờm nguyt!”

Đây là một tình huống sư phạm học búa, và đòi hỏi người mẹ phải thật sáng suốt. Tôi nỗ lực thuyết phục con gái bằng hiểu biết và sự tinh táo của mình, đặt lợi ích thiết thực, “được - mất” sát sườn của Minh Khuê vào tình huống cần sửa chữa. Tôi luôn tránh việc đôi co kiểu đúng - sai giữa hai mẹ con, bởi điều đó có thể dẫn tới xung đột luân quần bế tắc. Tôi cũng không quy kết hành vi vào khái niệm ngoan - hư rất nguy hiểm, càng đẩy trẻ đến thái độ ương bướng, không chịu thấu hiểu.

Tôi nói với con: “Minh Khuê, mẹ luôn yêu con và đương nhiên, mẹ không bao giờ có tâm lý bói bèo tìm bọ, bắt lỗi con để há hê, thỏa mãn thói hiểu thẳng của cá nhân mẹ! Con hãy tin như thế! Mẹ yêu

con và chỉ luôn khao khát con hơn mẹ về mọi phương diện, vì thế mẹ đang giúp con đây.

Con hãy nhớ rằng, thói lờm nguýt là một tật xấu rất đáng loại bỏ. Bởi vì, khi con tham gia đời sống xã hội, giả định, con thể hiện sự bất đồng của mình với ai đó bằng thói quen lờm nguýt, chắc chắn sẽ có lúc bị bắt gặp. Người bị lờm nguýt hoặc người nhìn thấy con lờm nguýt ai đó, họ sẽ tự nhủ: ‘Cô bé này không đáng hoàng’ và vì thế đưa ra kết luận: ‘Không nên coi cô ấy, không nên chọn cô ấy làm đối tác!’

Thế đấy, xã hội không có trách nhiệm uốn nắn, dạy dỗ con như mẹ đang làm và xã hội càng không có thời gian để nghe con biện minh cho hành vi của con đâu. Họ có sự bận bịu và mối quan tâm khác.

Khi con lớn, phần lớn thời gian trong ngày con sẽ chung sống với người dung, mọi thành bại đều do tác động qua lại trong quan hệ với người dung mà có, do đó, những tật xấu như lờm nguýt cần phải được kiên quyết loại bỏ, con ạ!

Đôi khi, những hành vi vô thức lại là bộc lộ rất điển hình tâm tính của người sở hữu thói quen đó, nó góp phần không nhỏ quyết định sự thành bại của người đó, trong đời sống xã hội.

Minh Khuê hãy lắng nghe mẹ, vì mẹ đang luôn nỗ lực để được nhìn thấy con hoan hỉ với đời sống xã hội.”

Nghe tôi nói một cách xúc động, Minh Khuê im lặng rồi rơm rớm nước mắt. Khi con gái vào tuổi vị thành niên, những pha bật lại của con với tôi không ít và tôi đã tháo gỡ như thế.

Sau này, khi chuẩn bị sang Harvard học, có lần Minh Khuê cười và nói với mẹ: “Con nhớ, hồi trước, nhiều lần con lý sự với mẹ cũng ra phết! Cũng nhiều khi, trong những việc nhỏ nhỏ, con thấy ghét mẹ thể cơ chứ. Nhưng, mẹ ơi! Mẹ thực sự là người thầy, người bạn mà con tôn kính và yêu nhất trần đời, mẹ ạ!”

Tuổi teen của con: Quá bóng “mong muốn bày tỏ phản kháng” và chiếc van an toàn của mẹ

Khuyến khích trẻ bày tỏ quan điểm

Nhận đôn cân não của con gái một cách tinh tế

Một lần, Minh Khuê lúc ấy học lớp 6, khoe tôi bài văn cô bé viết về tình bạn, những kỷ niệm về trường lớp và bài văn đó sẽ được đăng trong cuốn kỷ yếu 25 năm của nhà trường. Đọc xong, tôi nhận ra trong đó có khá nhiều câu chữ hay ho, triết lý nhưng chắc chắn nó không phải của Minh Khuê mà là sự vay mượn đâu đó. Tôi nói:

“Nếu con viết để được khen viết hay thì con đã thành công. Nhưng nếu con viết để xúc động thì con đã thất bại, vì những người trải nghiệm sẽ không thấy con trong bài văn đầy câu chữ hoa mỹ này!”

“Mẹ là người khó tính và hay chê bai! Ai cũng khen mà chỉ mẹ là chê thôi! Mẹ lật tung mọi thứ lên để nhật từng viên sạn bé tẹo!”

“Tuyệt quá, con gái yêu! Chỉ có mẹ là “chê” con nhưng mẹ chê đúng và không châm chọc hoặc phàn nàn, kêu ca vô lối những thói quen xấu của con với người khác, kiểu “Con nhà em nó lười chải tóc ra, nói mãi không được, nên em vất vả vì nó”; hoặc “Nó suốt ngày cãi giã, ương bướng khó bảo, em không thể hiểu vì sao em khổ với nó thế cơ chứ?”, v.v...

Tương tự, ai cũng nghĩ rằng, con rất hiền và tuân phục mẹ. Tuy nhiên, không ai từng chứng kiến con bảo vệ chính kiến của con

manh mẽ, lý sự thế nào trước mẹ! Cũng như, chưa ai từng nghe con phàn nàn hay chê bai kể xấu về mẹ trên Facebook hay với bạn bè hoặc bất cứ người nào khác! Con biết không, dù chưa bao giờ nói ra, nhưng thật lòng mẹ biết ơn con vì điều này lắm!

Tuy nhiên, quay trở về với bài văn, mẹ vẫn muốn con hiểu rằng, những câu chữ hoa mỹ, những triết lý sáo mòn là không cần thiết, vì con tràn đầy kỷ niệm, tình cảm và năng lực biểu đạt để viết một câu chuyện của riêng mình về ngôi trường Giảng Võ của con!”

Minh Khuê không nói gì, nhưng sau đó, trong cuốn kỷ yếu của nhà trường, tôi đọc được bài văn của con gái viết về chiếc ghế đá và gốc cây sưa sân trường với những kỷ niệm bạn bè và những chiều đợi mẹ, thật giản dị và thân thương!

Khi tôi nói cảm xúc của mình về bài văn mới của con, Minh Khuê thủng thảng: “Bây giờ thì con đã hiểu, không phải những kẻ hàm hồ đầu đường xó chợ đáng sợ, mà chính là nhà văn mẹ ạ, nói gì cũng đau và thâm sâu!”

A, thế là cô con gái “tấn công” mình đây. Dù con đã tự thay đổi, viết một bài văn chân thực, xúc động hơn về ngôi trường, nhưng tâm dù đã phục mà khẩu chưa phục.

Thay vì trừng mắt vì “bị con so sánh một cách hỗn xược” như ứng xử thông thường, tôi nhanh trí để không bị rơi vào bẫy “đòn cân não” của con gái, tôi khích lệ: “Con nhận ra sự giống nhau rất điển hình: những kẻ hàm hồ đầu đường xó chợ và nhà văn đều là những cá nhân hay bộc lộ quan điểm, để khiến mọi người nhận ra.

Nhưng họ khác nhau ở những điểm sau. Về cách biểu đạt: kẻ hàm hồ bộc lộ quan điểm của mình một cách thô lỗ, dùng những từ ngữ xấu, tục tĩu để áp đảo người khác, để giành chiến thắng. Trong khi, nhà văn dùng trí tuệ của mình, tìm kiếm hình ảnh tương phản hay tương đồng để làm dẫn chứng thuyết phục cho quan điểm của họ;

Về ý nghĩa biểu đạt: kẻ hàm hồ bộc lộ quan điểm chủ yếu vì bảo vệ quyền lợi bản thân; còn nhà văn (mà ở đây, hình như con đang

nói về mẹ) thì sự bộc lộ quan điểm là vì muốn giúp con nhận ra những “hòn sạn” nguy hiểm, thiếu chân thành, thiếu cầu thị ẩn sâu trong thói quen tâm lý của bản thân, nhà văn ấy muốn giúp con đạt được trạng thái chân thật với chính mình, không vay mượn. Nhà văn hiểu rằng đó là điều sẽ làm con sung sướng nhất, con ạ!”

Minh Khuê: “Thế nên con luôn nghe lời mẹ mà, hi hi. Cô giáo Lan Anh, cô giáo dạy văn, khen bài văn ấy của con rất chân thành và xúc động, mẹ Âu ả!”

Để là người dẫn dắt tin cậy, cha mẹ nên là người luôn khiêm nhường, thành thực và cầu thị trước con cái

Bạn thấy đấy, tôi rất nỗ lực để tinh táo và hứng chịu những “đòn cân não, tấn công” không khoan nhượng của con gái. Đây phải được nhìn nhận là một trạng thái tâm lý tất yếu của lứa tuổi “nổi loạn” khi đứa trẻ ngày một muốn vươn ra, thoát khỏi ảnh hưởng của cha mẹ và muốn tự tin vào khả năng độc lập suy nghĩ của bản thân.

Nếu thiếu tinh táo, tôi lập tức sẽ rơi vào cái bẫy “đạo đức” vốn là chiếc vòng kim cô mà các bậc cha mẹ thường đặt trên đầu đứa trẻ. Bất cứ lúc nào bế tắc, chúng ta lại “niệm thần chú” để trừng phạt đứa trẻ với lý luận “hỗn hào và vô lễ với cha mẹ”.

Trẻ không được công khai “cân não”, “tấn công” cha mẹ như cách chúng đối xử với bạn bè, do đó, chúng sẽ tìm cách ứng phó kiểu khác. Trước mặt, đứa trẻ tỏ ra hài lòng để đạt được những thỏa thuận như mua sắm thứ chúng thích, được sử dụng iPad, không phải làm việc nhà, hoặc đơn giản là để yên thân, không bị nhắc nhở. Tuy nhiên, quả bong bóng có tên “khao khát bày tỏ quan điểm phản kháng” ngày một căng thẳng, và chúng xì van quả bóng này bằng cách lên Facebook, lên diễn đàn ảo, hoặc gặp gỡ nhau để nói xấu, kể xấu cha mẹ hết cỡ! Đây là một thực tế!

Nguyên tắc của tôi trong những ứng xử thế này, trước tiên tôi coi đó là một tình huống sự phạm quý báu mà cuộc sống mang lại,

tôi phải nỗ lực chuyển hóa nó, từ đó dẫn dắt con gái biết tháo gỡ xung đột trong nhận thức để an hòa nội tâm.

Thứ nữa, tôi luôn nhắc nhở mình phải khiêm nhường và thành thực, cầu thị trước con gái, để làm gương cho con và giữ được tinh tảo trong tâm thế người thầy - người dẫn dắt.

Giả định ngược lại, tôi sẽ cảm thấy bị tổn thương vì “cái tôi” của người mẹ bị tấn công và vô thức, tôi sẽ nhanh chóng sử dụng câu thần chú để thít cái vòng kim cô có tên “con cái không được cãi hỗn với cha mẹ” trên đầu đứa trẻ!

Tuổi teen yêu dấu của con: Mẹ cầu thị để được làm bạn cùng con

Tại sao con lại đặc biệt hơn các bạn? Hay tại vì mẹ của các bạn ấy không khát khe như mẹ?

Chúng tôi có nhiều bàn bạc và cân nhắc trước việc có nên sử dụng kênh thông tin - kết nối Facebook hay không. Thú thật, trong khoảng thời gian 2010 - 2011, tức là thời gian Khuê học lớp 9, câu chuyện Facebook khiến chúng tôi mất khá nhiều thời gian bàn bạc, cân nhắc rồi đi đến đồng thuận là Minh Khuê chưa vội có tài khoản Facebook khi còn học cấp Hai.

Tôi đã dùng nhiều dẫn chứng, tình huống để chứng minh cho con gái thấy được mặt trái của việc “kết nối” trên mạng ảo. Sự dễ dàng có thể kết nối thành “bạn” sẽ dẫn đến những hệ lụy phức tạp như: “Bạn bè” trên Facebook phần lớn là bạn bè ảo nên những bình luận, nhận xét hay khen tặng phần nhiều có thể không cân nhắc, chân thành và đúng đắn, do đó, khi cá nhân chưa có được tâm thế vững vàng, sẽ có nguy cơ bị cuốn vào những xúc cảm ảo mà nhiều khi thiếu lành mạnh. Đặc biệt, tôi đưa dẫn chứng về một cô bé 15 tuổi ở Anh Quốc đã tự tử vì không thể chịu đựng được những bình luận trái chiều, cay nghiệt, nhẩn tâm của “bạn ảo” trong một status của cô bé.

Tháng 9 năm 2011, Minh Khuê có tài khoản Facebook, với một nickname đặc sệt phim Hàn Quốc. Minh Khuê giấu tôi vụ này và cũng rất tình cờ tôi biết được việc đó thông qua một người thân hay lên Facebook.

Phản ứng của tôi khi hay tin Minh Khuê có Facebook là ra sức phủ nhận rằng: “Không thể, nếu Minh Khuê có Facebook thì nó phải cho em biết chứ!” Nhưng, sự thuyết phục có chứng cứ của người thân khiến tôi buộc phải nhìn nhận sự thật rằng con gái đã lập tài khoản Facebook nhưng giấu tôi. Tôi cảm thấy bị tổn thương. Tôi buồn lắm và tôi đã khóc thầm khi chỉ còn lại một mình.

Một nỗi sợ choán hết tâm trí tôi. Nỗi sợ bởi những hệ lụy mặt trái của “vòng kết nối ảo” từ Facebook đã đành, tôi còn có nỗi sợ không kém phần day dứt, đó là cảm giác bị con gái “tẩy chay”, xa lánh.

Tôi thầm đặt câu hỏi cho bản thân: “Mình đã làm gì sai để con gái không còn muốn chia sẻ với mình những hoạt động của nó?”

Phải chăng, tôi đang đi vào chặng đường mà nhiều người mẹ đã tâm sự với tôi: “Khi con cái lớn, cha mẹ trở thành mối ‘khó chịu’ với nó, và dù cha mẹ mong muốn, nó cũng không cho can dự vào cuộc đời nó nữa. Đó là nỗi lo âu, vì như thế nghĩa là cha mẹ không thể hỗ trợ con, dẫn dắt con trên một hành trình để giúp nó bớt đi những sai lầm và rắc rối”.

Nỗi buồn ấy thật thấm thía với tôi, không những về tình cảm mà cả trong vai trò làm mẹ - người thầy không có quyền miễn nhiệm của con!

Chiều hôm ấy, khi đón con gái tan học, tôi gọi chuyện: “Sao con có tài khoản Facebook mà không cho mẹ biết?”.

Lúc đầu, Minh Khuê chối quanh. Tôi kiên nhẫn gặg hỏi bằng nhiều cách, nhưng khá kiên định, cuối cùng, cô bé xác nhận nhưng phản ứng khá gay gắt: “Mẹ ạ, bây giờ bạn bè con đều liên lạc, thông tin với nhau qua Facebook nên nếu con không có Facebook, con sẽ bị mù tịt thông tin ở lớp, ở trường, vì lớp con lập một Facebook dành cho tất cả thành viên trong lớp, nên con không thể không có! Và lại, tại sao các bạn có quyền có Facebook mà con lại không thể? Tại sao con lại đặc biệt hơn các bạn? Hay tại vì mẹ của các bạn ấy không khắtt khe như mẹ?”

Câu trả lời của con gái làm tôi choàng tỉnh.

Đúng là tôi đã sai ở một chỗ nào đó. Rằng, việc cảnh tỉnh cho con về mặt trái của Facebook là rất cần thiết và quan trọng, tuy nhiên, tôi đã không theo kịp xu hướng thời đại để nhận ra con gái tôi đang bước đi cùng thời đại và cảm hứng của thời đại: Kết nối toàn cầu thông qua Facebook. Dù muốn hay không, tôi buộc phải nhìn nhận điều này trong tiến trình phát triển của thời đại, thời mà con gái tôi cũng như thế hệ trẻ là những chủ nhân đại diện!

“Cửa đổ” Minh Khuê để cô bé kết bạn cùng mẹ trên Facebook

Sau con sang chặn bị con gái bật lại về quyền dùng Facebook tôi không kỳ thị và sợ hãi những mặt trái của Facebook nữa. Tôi nhìn nhận những mặt trái ấy như điều hiển nhiên cần đối diện và tôi phải bằng mọi cách giúp con gái biết chủ động để quản lý tác động của nó.

Nghĩ là hành động, tôi “lập mưu” cửa đổ con gái, để Minh Khuê lập Facebook cho tôi và kết bạn với tôi trên mạng ảo.

Bước đầu, tôi để chế độ công khai tài khoản và địa chỉ gmail của bản thân với con gái, đặt chế độ mặc định trên laptop. Mục đích, giúp Minh Khuê nhận thấy sâu sắc hơn thái độ sống chân thành, cởi mở, không che đậy của tôi trước con gái.

🍎 TÌNH HUỐNG

Tôi nhờ Minh Khuê đổi mật khẩu gmail thường xuyên với lý do:

- ♥ Mẹ quên mật khẩu rồi, con nhớ giúp mẹ với, mẹ nhiều việc nên hay quên quá con ạ!
- ♥ Mẹ thật thiếu trách nhiệm, con cài mật khẩu cho mẹ xong là con quên liền, mẹ phải tự nhớ lấy chứ, đó là nguyên tắc bảo mật cá nhân mà.
- ♥ Ôi dào, hòm thư của mẹ toàn thư công việc, bài vở, chứ có gì đâu mà phải bảo mật riêng tư, nhất là với con!

- ♥ Nhưng con không thích quan tâm đến riêng tư của mẹ, và ngược lại con cũng không thích mẹ quan tâm đến riêng tư của con. Ai cũng có quyền bảo mật riêng tư!
- ♥ Tất nhiên là mẹ tôn trọng riêng tư của con, đến cả cặp sách của con, chưa bao giờ mẹ lục lọi cơ mà, huống gì gmail của con!
- ♥ Ôi, con thấy nhiều cha mẹ nói thế nhưng vẫn cứ rình đọc trộm tin nhắn, thư từ của con cái, mẹ ạ!
- ♥ Mẹ hứa không bao giờ như thế!
- ♥ Những đứa bạn của con hay bị bố mẹ đọc trộm thư và tin nhắn, cũng bảo với con rằng, bố mẹ bạn ấy luôn cam kết không đọc trộm thư từ của con cái. Từ đó, con rút ra kết luận rằng những cam kết bằng miệng không bao giờ có độ tin cậy!

Mấy hôm sau, Minh Khuê thông báo với tôi rằng, cô bé đã cài đặt chương trình bảo mật hòm thư gmail bằng cách, nếu ai tự động đăng nhập tài khoản của bạn ấy, gmail sẽ lập tức gửi tin nhắn về cho bạn ấy!

Bạn thấy đấy, cô bé lập luận rất gãy gọn về tình trạng “thiếu độ tin cậy” đối với những cam kết bằng lời của các bậc cha mẹ trong cách đánh giá của các bạn trẻ. Đồng thời, Minh Khuê “tuyên chiến” với thiện chí “làm thân” của mẹ bằng việc cài đặt thêm chương trình chống đọc trộm cho hòm thư gmail của mình.

Tất nhiên, tấm lòng người mẹ có phần tổn thương, có chút buồn bã nhưng tôi ráng chịu đựng và thản nhiên như không có điều gì xảy ra.

Dần dần, tình huống Minh Khuê sử dụng laptop của tôi để vào gmail chuyển bài vở, thư từ của cô bé nhưng rồi quên đăng xuất thường xuyên xảy ra. Mỗi lần như vậy, tôi đều gọi với theo con, đề nghị cô bé quay lại đăng xuất tài khoản. Nhiều lần như thế, đến một lần, Minh Khuê hỏi mẹ: “Thế mẹ không ‘tranh thủ’ đọc thư của con à?”

Tôi bảo: “Mẹ cần giữ được lòng tôn kính của con đối với mẹ hơn là đọc trộm thư của con. Nếu lúc nào con thấy cần mẹ hỗ trợ, chắc chắn là con sẽ chủ động nói. Mẹ yêu con và mẹ muốn con tin cậy mẹ!”

Minh Khuê im lặng. Tôi hiểu rằng, dần dần, con gái đã hiểu hơn về cách mà tôi yêu nó. Cô bé dần hiểu rằng, tôi không tò mò và can thiệp thô bạo vào thế giới của con gái, tôi đơn giản là người đáng tin cậy để khi cần, con có thể chia sẻ.

Đến tháng 10 năm 2011, khi ấy Minh Khuê học lớp 10, cô bé đã chủ động gợi ý lập tài khoản Facebook cho tôi (vì tôi hoàn toàn mù tịt về công nghệ) và chủ động kết nối với tôi như một người bạn thân thiết, tin cậy.

Vâng, chúng tôi đã trở thành đôi bạn gắn bó ngay cả trên Facebook, nơi mà mọi thứ đều ảo.

Đây là một thành công của tôi trong việc nỗ lực để con gái cho phép mẹ can dự vào đời sống của nó. Tôi sung sướng vô cùng, vì như vậy nghĩa là con gái đã cho tôi cơ hội giúp con kịp thời có ứng xử cân bằng, thận trọng trên Facebook. Sự hiện diện của tôi trong thái độ vui vẻ như một người bạn, rất tế nhị, tâm lý và lặng lẽ đi bên con, đã khiến những cá nhân có liên kết “bạn ảo” với con gái cũng trở nên cân nhắc, đúng mực trong mọi lời bình luận trên trang Facebook của con gái.

Tuyệt nhiên, chúng tôi không gặp bất cứ “vụ việc” bình luận “lộn xộn”, thiếu văn hóa, hằn học hay thiếu thiện chí, v.v... điều đôi khi vẫn thường xảy ra trên nhiều trang Facebook cá nhân, đặc biệt là ở lứa tuổi teen.

Những bình luận thiếu cân nhắc, manh động, lạnh lùng, tàn nhẫn tuy là ảo, nhưng tác động của nó không hề ảo đến tâm sinh lý đứa trẻ, điều này cần được các bậc cha mẹ thấu hiểu để có tâm thế chủ động dẫn dắt con cái bước đi trên hành trình thành thoi, hoan hỉ trong thời đại mạng ảo kết nối toàn cầu.

Facebook là mạng ảo, những kết nối của nó là ảo, nếu như chúng ta đối xử với nó một cách dễ dãi và cầu thả. Điều này, cũng dễ trở nên một thái độ đương nhiên đối với giới trẻ, và hệ lụy của nó là tạo ra một thái độ mạnh động, thiếu cân nhắc, thiếu chân thành khi lên Facebook rồi lan dần trong cả đời sống thực.

Kết bạn với người thân, với con gái trên mạng ảo là cách để tôi nêu gương về lối sống không bị xung đột, đối lập giữa đời thực và mạng ảo cho con gái; là bài học sâu sắc, thấm thía dành cho cô con gái yêu của tôi khi cô ấy vào tuổi “cá tính mạnh” và nôn nóng khẳng định cá nhân.

Cầu thị thành thực, kiên nhẫn để được teen cho làm bạn cùng, cả trong đời thường lẫn trên mạng ảo, là cách mà tôi thực hành tình yêu vô điều kiện và tuệ giác, sáng suốt dành cho con gái. Là cách để khiến cho việc dẫn dắt đưa trẻ trở nên hiệu quả, giúp teen lớn lên, trưởng thành trong an hòa, chân thực, không vấp vấp sai lầm, không rơi vào nhiều rắc rối do những “tương tác ứng xử ảo” trên mạng ảo.

Tình yêu dành cho con gái đã giúp tôi thực hành sự cầu thị và rèn luyện tính khiêm nhường thành thật!



Cách để trẻ chìa bàn tay cho cha mẹ dắt



Có một lần cách đây không lâu lắm, con gái tôi chia sẻ: “Con không thích cái tên mẹ đặt cho con, con thích tên khác cơ. Ngày bé, con cứ nghĩ, ‘Sao mẹ không đặt cho mình giống như tên các bạn nhỉ, tên mình xấu quá...’”

Tôi cũng lại một chút, rồi chợt nhận ra ánh sáng chân lý trong lời con gái nói, tôi trả lời: “Sự thật, mẹ đã dành rất nhiều hiểu biết, nhiều niềm tin, hy vọng vào cái tên mẹ đặt cho con. Mẹ chủ quan nghĩ rằng cái tên ấy là đẹp nhất với con. Đó là một nỗ lực của mẹ dành cho sự khởi đầu của con! Tuy nhiên, nay con đã lớn, con hiểu

rằng tên gọi là âm thanh ngọt ngào và thiêng liêng nhất về cá nhân ai đó và nó nên là những âm thanh mà bản thân người đó thích nhất, thấy phù hợp nhất. Do đó, con có thể tìm cho mình một cái tên mà con thích nhất. Mẹ ủng hộ con!”

Và, sự thực, tôi đã cùng Minh Khuê tìm cho cô bé một cái tên mà cô bé thích vào thời điểm ấy.

Bạn thấy đấy, nhiều khi bạn phải nhạy bén để nhận ra rằng cha mẹ luôn nỗ lực vì con cái của mình, nhưng cũng rất cần lắng nghe và ghi nhận bằng một thái độ đầy yêu thương và cầu thị chân thành trước những khát vọng của trẻ, dù điều đó khác biệt với những gì bạn đang làm vì chúng.

Chỉ khi đứa trẻ cảm nhận được sự thấu hiểu và ghi nhận của cha mẹ trước những nguyện vọng chính đáng của trẻ, trước tiếng nói cá nhân của trẻ, thì chúng ta mới có cơ hội được trẻ chìa bàn tay cho ta dắt chúng đi, trên hành trình trưởng thành của trẻ.

Cần hạn chế bạo lực trong đời sống để dạy trẻ tốt hơn

Dã thú chỉ sẵn giết con mỗi khi đói bụng

Con người là một mắt xích trong chuỗi thức ăn tuần hoàn trên Trái đất!

Tôi nhớ, đó là dịp Noel năm con gái tôi học lớp 4, Minh Khuê được người chị họ tặng một bộ búp bê barbie nhỏ xinh. Tối đó, như thường lệ, sau khi thu xếp những sinh hoạt cần thiết của một buổi tối, tôi bắt đầu quan tâm đến góc học, góc chơi của con gái. Đập vào mắt tôi là cảnh tượng như thế này: Con búp bê có mái tóc dài và dày nhất được tháo rời từng bộ phận thân thể. Cái đầu với mái tóc dài xõa xượi, bị treo ngược trên một sợi dây, buông lủng lẳng, nhìn rất kinh dị. Tôi cao giọng hỏi con gái:

“Chuyện gì thế này?”

“Con mô tả bằng trực quan sinh động cảnh chị Sứ bị thằng Sảng chém lia đầu, rồi bêu lên cành cây ạ!”

Ôi trời, thì ra, trong một giờ kể chuyện về lòng yêu nước, các cháu đã được cô giáo cho đọc trích đoạn trong tác phẩm *Hòn Đất* của nhà văn Anh Đức.

Mọi tranh luận về giá trị nghệ thuật, nhân văn và giá trị bồi đắp lòng yêu nước cho trẻ từ tác phẩm ấy, cao thấp tới đâu, tôi xin không rộng bàn ở đây. Chỉ nhắc đến một khía cạnh còn cấp thiết và quan ngại hơn, đó là sự tác động mạnh mẽ của tập quán mô tả bạo lực trong văn học nghệ thuật lên nhận thức, tính cách rồi nhân cách

của mỗi cá thể trẻ chịu sự giáo dục đó! Tất nhiên theo hướng tiêu cực là chính.

Tình huống sư phạm dở khóc, dở cười đó khiến tôi tỉnh ngộ và càng phải chủ động dụng nhiều công phu, thời gian, trí tuệ và bằng chính lối sống từ tâm của mình để chuyển hóa dần dần, làm trụ cột cho quá trình hướng dẫn con gái lớn lên trong an hòa và nhận biết cái đẹp, cái cao cả đích thực, không bị nhầm lẫn.

Triết học cổ đại phương Đông, đặc biệt là Lão Tử và triết học Đức Phật đã tường minh một cách trong sáng quy luật của sự sống trên Trái đất, như sau: Con người cũng giống và bình đẳng với mọi sinh vật trên Trái đất, là một mắt xích trong chuỗi thức ăn tuần hoàn làm nên hệ sinh thái bền vững cho Trái đất. Loài nọ là thức ăn của loài kia - sự sống của loài nọ là nguồn thức ăn của loài kia, cứ thế đến vô cùng. Và bi thương xảy ra, bi thương hiện diện trong mọi quá trình cạnh tranh sinh tồn của sự sống đa dạng, các loài, các giống có mặt trên Trái đất.

Có câu chuyện ngụ ngôn thiên sâu sắc thế này: Một vị Bồ tát bắt gặp con nhện đang giăng tơ và trong cái bẫy tơ nhện mong manh có một con ruồi đang cố giãy dụa để thoát thân.

Vị Bồ tát nảy lòng từ bi, đã khẽ khẩy tay cứu độ cho con ruồi thoát khỏi màn tơ nhện, đoạn ông quở trách con nhện: “Nhà người thật không có lòng từ bi!”

Nói rồi, vị Bồ tát trở gót. Một thời gian sau, Ngài quay lại lối cũ thì nhìn thấy cảnh tượng thương tâm: con nhện đang hấp hối ngay trên màn tơ giăng của nó.

Lòng vị Bồ tát chợt nhói lên, bèn ân cần hỏi han: “Sao nhà người ra nông nỗi này?” Bấy giờ, dùng hết sức tàn lực kiệt, con nhện thưa lại: “Nam mô Bồ tát, con ra thế này là bởi lòng từ bi của Ngài dành cho con ruồi!”

Lập tức, vị Bồ tát đã chứng ngộ điều mà Đức Phật đã gọi mở: Sống là một hành trình bi thương! Mọi con vật do tạo hóa sinh ra đều có sứ mệnh thiêng liêng của mình và mọi sự sống đều

bình đẳng với nhau, liên kết trong chuỗi thức ăn tuần hoàn, trong hệ sinh thái tự nhiên làm nên sự sống của tinh cầu này.

Thế nên, vẻ đẹp xúc động của sự sống chứa đựng ngay trong nó sự mong manh và bi thương, vì thế.

Không nên sát sinh vì thú vui, đó là thói quen nguy hiểm gieo mầm sự vô cảm và nhẫn tâm

Hiểu biết ấy, khiến chúng ta ngộ ra điều giản dị rằng, nếu khi đói lòng mà ăn, mà giết sinh vật khác làm thức ăn, thì đó là điều nằm trong quy luật của sự sống, là bản năng cạnh tranh sinh tồn thiêng liêng mà Đấng Tối Thượng luôn phổ độ, khoan dung. Nhưng, nếu không phải vì sinh tồn, mà giết chóc chỉ để mua vui, để thỏa mãn khoái cảm bạo hành, bạo lực, hay nguy hiểm hơn là nâng giết chóc lên thành việc làm chính nghĩa, nghệ thuật và tục lệ văn hóa, thú vui ẩm thực, v.v... thì quả là một sự vô minh, chỉ có thể nảy ra trong tâm trí của loài người mà thôi, bởi loài dã thú cũng chỉ sẵn giết con mỗi khi nó đói bụng.

Lịch sử nhân loại ghi dấu vô số tập tục man rợ và mông muội, mô-típ giết vật hiến tế là phổ biến, không riêng gì ở Việt Nam.

Cái khác là ở chỗ, nhân loại văn minh đã nhận hiểu điều này nên những hủ tục, tập tục bạo lực, man rợ có dấu vết từ thời thượng cổ, trung cổ đều đã được dùng lại trong bảo tàng.

Ở những quốc gia văn minh, con người biết chung sống khiêm nhường, hợp thông với thiên nhiên, tôn trọng mọi sự sống khác với niềm tin “quyền được sống là quyền bình đẳng mà đấng hóa công ban phát cho muôn loài, cho mọi cá thể!”.

Thao túng và cưỡng đoạt quyền sống của cá thể khác một cách vô nghĩa, hoặc vì sinh tồn nhưng theo cách thức tàn nhẫn, đau đớn không phải là cách lựa chọn để có được an hòa thân - tâm - linh và sự an hòa rộng khắp xã hội.

Tất nhiên, điều này có tác động sâu sắc đến việc giáo dục nhân cách cho lứa trẻ của bạn.

Những khoái cảm nhãn tâm, những cảm thức về sức mạnh bạo tàn, sự khoái trá tự mãn trôi dạt trong hành vi giết chóc; khoái cảm về thứ sức mạnh “dã thú” khi nhìn thấy máu của nạn nhân, v.v... là những cảm thức ẩn sâu, vốn là dấu vết tiềm thức nằm ở vùng não loài bò sát, là hình ảnh còn ghi nhớ về thuở mông muội, khi người tiền sử vẫn đi săn theo bầy đàn để tìm kiếm thức ăn. Thời đại man rợ với cảm hứng đề cao cơ bắp và sức mạnh hung dữ, áp đảo, lấn át đã qua rồi và nên qua lâu rồi mới phải.

Tôi nhấn mạnh điều này, vì dường như trong tập quán sinh hoạt của người Việt còn phổ biến những thói quen sát sinh động vật tàn nhẫn, phô bày công khai với thái độ thản nhiên, đương nhiên rất phản cảm và phản giáo dục.

Những tập tục đẫm máu, giết chóc con vật một cách “nghệ thuật” và há hê không nên coi là lễ hội văn hóa. Đó không phải là văn hóa. Đó giản dị là chặng trưởng thành mà loài người đi qua trong quá trình tiến hóa và đấu tranh sinh tồn khốc liệt. Hãy nhận hiểu điều đó để thanh thoát với quá khứ. Không phán xét, nhưng cũng không xung tưng, rồi xây đắp thành thứ tập tục, nâng lên thành lễ hội văn hóa truyền thống!

Cái mà chúng ta cần lúc này là một trí tuệ, một bản lĩnh để nhận ra đâu là văn hóa? Dứt bỏ những gì là man rợ, mông muội để những đứa trẻ hồn nhiên của bạn được sống an hòa trong một tâm thế từ ái.

Xã hội luôn có sự tương tác và ảnh hưởng sâu rộng lên nhau. Hình ảnh man rợ, phản cảm, bẩn thỉu có trong các lễ hội đẫm máu như đâm trâu, chém lợn, v.v... luôn ám ảnh trong tâm trí - tâm lý xã hội. Máu me, chết chóc thâm, sự há hê của bên thắng cuộc, sự vô cảm của những người chứng kiến, có ý nghĩa tiêu cực và tác động nặng nề đến cảm thức xã hội, dù chúng ta muốn hay không.

Hình ảnh hiếu sát, khoái cảm giết chóc, tâm lý tự mãn vì muốn hạ chết sự sống khác, coi rẻ mạng sống của sự sống khác, khoái cảm tột bậc vì bạo hành, thao túng, cưỡng đoạt được mạng sống, quyền sống của sự sống khác chỉ để mua vui một cách vô nghĩa, thực ra là

những bài học trực quan sinh động mà tôi muốn thể hiện cho thói vô cảm và nhẫn tâm độc ác mà xã hội đang than thở về một bộ phận không nhỏ trong giới trẻ.

Khi chúng ta coi việc đoạt mạng của sự sống khác chi để mua vui, chúng ta đang nêu gương xấu cho những đứa trẻ hình thành trong ý thức của nó một xu hướng đối xử, ứng xử thiếu từ ái và lạnh lùng đến đáng sợ.

Hành vi bạo lực, hiếu sát cho dù nhân danh điều tốt đẹp, cao cả vẫn là hành vi nguy hiểm

Ngày ngày, chúng ta nhận thấy sự vô cảm, nhẫn tâm, tàn độc len lỏi đâu đó trong hành xử giữa con người với nhau, chúng ta phẫn nộ, chúng ta nổi giận, chúng ta giả định một “nghệ thuật” trả thù kẻ thù ác kiêu “Không cho nó chết ngay, bom thuốc bỏ vào mồm nó, nhưng trói nó vào cọc tre cột, đánh cho tướt máu rồi đá lên người nó, phơi nắng cho nó chết dần dần...” (copy trên một trang Facebook cá nhân).

Hóa ra, không phải kẻ thù ác mới có cảm thức nhẫn tâm, tàn độc mà ngay cả chúng ta cũng chứa chất đầy những cảm thức tàn độc, khốc hại trong tâm thức mình. Làm sao mà hướng dẫn thế hệ tương lai biết sống an hòa, thành thoi cho được!

Quả thật, khi sự cuồng nộ được làm mạnh lên bởi một lý do “đạo đức” hay nhân danh “lẽ phải” nào đó, chúng ta nảy sinh những ý niệm trả đũa, trả thù cũng tàn độc không kém. Do đó, cần có một tâm thế tỉnh táo, thấu đạt điều mà lịch sử loài người vẫn lặp đi lặp lại “oán oán thư cưu” (thù hận cộng dồn tầng tầng lớp lớp không cách gì hóa giải) để dừng dứt mọi niệm xấu trước khi chúng ta biến nó thành hành động, trước khi chúng ta làm cho tâm thức xã hội đầy thêm nhiều ý niệm thù hận và trả đũa.

Một niệm xấu cũng choán hết cả gầm trời, làm ngọt ngọt tâm can cuộc sống. Ngược lại, triệu triệu thiện lành vẫn trong vắt, rộng rãi thanh không! (Đức Phật)

Thế nên, bạn đừng quá bận tâm vì bạo lực vẫn tồn tại ngoài kia, đừng thất vọng nếu bạo lực và bạo hành vẫn còn đâu đó, hãy gieo trồng từng việc hiếu sinh, ươm mầm thiện lành, dù nhỏ để đưa trẻ noi theo.

Bạn cứ kiên nhẫn làm, tôi cũng thế, và gầm trời sẽ bớt đi những bạo lực vô nghĩa, thêm những sự sống được quyền sống. Cứ kiên nhẫn và bền bỉ, rừng thiện trái lành sẽ ngày một nhiều hơn, chim chóc không bị tận diệt, chó mèo - những con vật là bạn với chúng ta không bị thảm sát và giết chóc tràn lan. Những đứa trẻ được sống trong môi trường từ ái, hạn chế bạo lực, hạn chế những hình ảnh hiếu sát chắc chắn sẽ là những đứa trẻ hài hòa và thiện tâm.

Dường như bạo lực mạnh động vô nghĩa ngày càng có xu hướng tăng lên trong xã hội, đặc biệt gia tăng trong giới trẻ - thế hệ chủ nhân tương lai của gia đình, của quốc gia. Vì sao nên nổi?

Chúng ta đổ lỗi cho phim ảnh Hollywood đã lũng đoạn bọn trẻ với đầy rẫy cảnh phim bạo lực! Chúng ta đổ lỗi cho các trò chơi game bạo lực tràn lan. Toàn những nguyên nhân đích đáng, nhưng vì sao tụi trẻ lại đam mê, lại hút hồn vào hình ảnh bạo lực, vì từ tấm bé, hình ảnh bạo lực, bạo hành động vật cứ phơi bày la liệt, phổ biến, đương nhiên, kể cả việc bạo hành đến chết kẻ trộm cắp khi bị bắt quả tang, v.v...

Dường như, mục đích đang biện minh cho hành động tàn nhẫn bạo lực. Vâng, mục đích có thể biện minh cho hành động, xoa dịu tâm lý, che khuất phần tăm tối của bản thân chúng ta, nhưng nó không thể là lý lẽ và lẽ phải cho một thực tế rằng, cảm thức bạo lực từ từ ngấm vào tâm hồn non nớt của đứa trẻ khi chúng lớn lên trong một môi trường nhiều hành vi bạo lực.

Tháng Giêng có Lễ Thượng Nguyên và câu chuyện con bò mẹ bị ngắt

Những bà mẹ Việt tín tâm dọn dẹp tâm lành và làm lễ phóng sinh. Những cánh chim sổ lồng bay vút tầng không, tôi ngắm nhìn và lòng thầm nhủ chim bay thật xa nhé... bầy của người đời giăng mắc

khắp nơi! Tâm tư nhẹ bẫng, tự do theo từng nhịp vỗ tự do của những sinh linh tha thiết sống với bản năng mãnh liệt. Có chút hàm ơn vì cánh chim trời bé bỏng dường như nhìn lại khoảnh khắc già biệt mãi mãi. Khoảnh khắc như tia chớp, nhưng tôi định ninh mắt chim nhìn vào mắt tôi, thật nhẹ nhõm!

Chợt nhớ có câu chuyện về loài vật.

“Dịp đầu năm này, tôi về quê ăn cưới người họ hàng. Cổ cưới thôn quê xôn xao lắm. Nghe nói, mổ hẳn một con bê thì phải. Rồi, nghe tiếng một thanh niên gọi: ‘Bác ơi, không làm sao bắt được con bê để chộc tiết!’ Một người đàn ông lực điền, nói rồn rảng: ‘Bọn mày có lớn mà không khôn gì, dong con bò mẹ ra đó, thế nào con bê cũng chạy theo mẹ nó, rồi cứ thế mà bắt thôi, có gì mà...’ Cậu thanh niên nghe thủng, chợt vỗ cái đét vào đùi, nói: ‘Có thể mà con không nghĩ ra’.

Y lệnh, đám người dong con bò mẹ tới bãi đất đã chuẩn bị sẵn mọi thứ để giết thịt con bê. Đúng như diệu kế, chú bê con lon ton chạy đến dụi vào bầu vú mẹ... Và thế là nó bị tóm chặt. Đám người hò nhau vật con bê ra chộc tiết. Tiếng kêu rống đau đớn và tuyệt vọng của mẹ con nhà bê xen kẽ tiếng ra lệnh, tiếng pha trò của đám người vọng đến, khiến tôi sây sẩm, choáng váng. Chưa kịp định thần, thì đã nghe tiếng cậu thanh niên la thất thanh: Ôi, con bò mẹ lẩn vật ra ngất rồi...

Vẫn tiếng người đàn ông trung niên thủng thẳng: ‘Lấy rom đốt, khói làm nó tỉnh ngay ấy mà.’”

Tôi không thể đọc nốt bài viết ấy trên tờ báo *Lao động*. Tôi đã thấy nước mắt mình không thể kìm giữ, cứ tuôn lã chã, hồi lâu. Tôi không thể dừng dứt với nỗi ám ảnh con bò mẹ ngất vật khi nó phải chứng kiến cảnh con bê con của nó bị “hành quyết”, bị giết thảm ngay trước mắt nó. Một nỗi đau cứ trời lên, choán hết tâm trí tôi: Con người, sao cái nhân tâm và cái ác lại hồn nhiên đến thế!

Chỉ vì sự nhẫn tâm hồn nhiên mà để lại nỗi tổn thương trong lòng những đứa trẻ khi một chiều nọ, đi học về, nó nhìn thấy chú

Mực - con cún con làm bạn với nó bao ngày qua, đã trở thành món khoái khẩu trên chiếu rạ của cha mẹ và bạn bè của họ.

Chuyện như thế không ít, phổ biến là đặng khác, và những giọt nước mắt trẻ thơ sẽ bị bỏ qua một cách vô tình.

Sao cứ trách xã hội vô cảm với nỗi đau? Sự vô cảm mà chúng ta đang lên án bắt đầu từ chính thói quen, tập quán thường ngày mà chúng ta không hay biết sao?


Mùa Lễ Tết nào chúng ta cũng nguyện cầu an lạc, nhưng cũng chính những ngày Lễ Tết, để phục vụ cho mọi nghi thức và hoan hưởng thích thú của con người, biết bao sinh linh bị hóa kiếp mà đau đớn như đôi mẹ con nhà bê trong câu chuyện *Bò ngất* mà tôi chỉ đủ can đảm kể lại nửa chừng, có làm chúng ta lảng lại, lặng lẽ suy ngẫm đôi chút chăng? Lặng lẽ ngẫm về tương lai của những thế hệ con trẻ.

Bạn phải bồi đắp lòng từ ái hiểu sinh trong hành vi lối sống của bản thân, có như thế, bạn mới dạy cho đứa trẻ của mình lòng đôn hậu đích thực, và như vậy, bạn không phải lo đứa trẻ trở nên vô cảm và vô ơn.



Tình bạn của thỏ và sư tử

(Truyện ngụ ngôn)



Thỏ dẫn theo một gã sư tử vào tiệm ăn. Thỏ gọi chủ quán mang cho mình một đĩa gồm rau chân vịt, súp-lơ, cà rốt, bắp cải v.v... và kèm theo một ngọn nến thơm thật lung linh. Sau khi bê phần thực đơn cho vị khách, người chủ quán láu cá ghé tai thỏ, nói nghiêm trọng:

“Này thỏ, mày ngốc thế, sao không gọi đồ ăn cho con sư tử đi cùng? Nó có thể vỗ chết mày bất cứ lúc nào thay cho suất ăn của nó!”

Thỏ nhìn người chủ quán, rồi thông thả nói: “Anh cứ nghĩ thêm chút nữa đi, nếu đúng lúc bụng con sư tử đói meo thì tôi có nên đi bên cạnh nó không?”

Nói rồi, thỏ quay sang tiếp tục tán gẫu với sư tử nhiều chuyện rất vui vẻ.

Sau khi thưởng thức xong đĩa thức ăn của mình, thỏ nhặt những viên sỏi thả vào một cái lẵng, miệng lẩm nhẩm như đọc thần chú. Sư tử thấy vậy, chắc mẩm là thỏ đang thực hành một nghi lễ nào đó, bèn hỏi: “Làm thế để làm gì?”. Thỏ nhìn sư tử nói quan trọng: “Hiểu biết chỉ đến trong tĩnh lặng!”.

Đoạn, thỏ yêu cầu sư tử đeo lên cổ chiếc lẵng đầy sỏi và hai người bạn lên đường trở về rừng. Nghe thỏ nói thế, sư tử không dám hỏi nữa, lẳng lặng làm theo và bắt đầu suy nghĩ rất lung về chiếc lẵng đầy những viên sỏi mà nó đang lễ mễ mang.

Khi đã về đến cửa hang của mình, thỏ bảo sư tử: “Anh có thể vứt cái lẵng đầy sỏi ấy mà đi cho nhẹ nhàng!”. Lúc này, sư tử bèn hỏi: “Này thỏ, hãy nói cho tôi biết, chiếc lẵng đầy sỏi ấy có ý nghĩa gì?”

Thỏ bèn cười, nói: “Sự tập trung suy nghĩ khiến anh quên đi cơn đói trong chốc lát. Lẵng sỏi ấy đã cứu cả hai chúng ta! Anh thì không bị mang tiếng xấu để đời là kẻ vô ơn bội nghĩa với bạn bè còn tôi thì giữ được cái mạng sống của mình!”

Nói xong, thỏ nhanh chóng chui sâu vào hang. Sư tử tủm tỉm cười, thâm khâm phục thỏ thông minh mà hiểu quy luật của rừng xanh đến thế!

Bài học từ những bó hoa trong thùng rác

Năng lực phát hiện và trân trọng giá trị sống

Khi ấy, tôi biết, có người nhìn tôi, có người quan sát tôi và... chắc hẳn người ấy nghĩ: “Cô ấy bị thần kinh thật rồi!”. Đây là khi tôi đang nhặt lại từ thùng rác công cộng những bó hoa (còn khá đẹp) mà ai đó đã vứt đi. Hồi ấy, Minh Khuê, đang học lớp 4 - 5 gì đó, đã buột miệng hỏi: “Sao mẹ nhặt rác về làm gì?” Tôi nháy mắt, nói với vẻ bí ẩn: “Về nhà rồi con khắc biết?”

Và bạn biết không, từ những bó hoa bị bỏ đi, tôi đã giúp con gái chọn lấy những bông còn đẹp, hướng dẫn con cắm vào bình hay vào ly thủy tinh... tùy cảm hứng. Cuối cùng, chúng tôi có được một tác phẩm nghệ thuật để trưng bày ở vị trí thanh tịnh và thư thái nào đó, trong tổ ấm của hai mẹ con.

Bỗng nhiên, Minh Khuê thốt lên xúc động: “Mẹ à, con ngắm lọ hoa được cắm lại từ những bông hoa suýt bị bỏ đi này, con thấy nó đẹp lắm, đẹp hơn cả những lọ hoa tươi mới... vì con thấy những bông hoa ấy đang âm thầm nỗ lực thế nào! Con tin là những bông hoa ấy đang muốn nói lời cảm ơn mẹ nhiều lắm đấy, mẹ ạ!”

Thế đấy, chọn một tình huống cuộc sống khá phổ biến, giữa dòng đời ngổn ngang, tôi đã gợi mở cho con gái không chỉ chuyện của những bông hoa bị vứt bỏ lạnh lùng, không chỉ là thái độ với hoa...

Thông điệp tôi truyền lại, nỗ lực truyền lại cho con gái chính là hãy biết ghi nhận, trân quý ngay cả thứ tưởng như đã bị coi là đồ bỏ đi, nếu biết nhận ra, biết đặt đúng chỗ, thì nó vẫn có giá trị đem lại vẻ đẹp và cống hiến cho cuộc sống vẻ đẹp ấy.

Từ đó, Minh Khuê thường hay chép miệng, trách ai vô tình với hoa, khi cô bé nhìn thấy những bó hoa còn bông và nụ bị vứt bỏ ngoài rìa đường. Việc nhỏ mà suy nghĩ không nhỏ, nó dần dần hình thành thái độ ứng xử khiêm nhường, biết trân quý những gì tuy đã tàn phai nhưng vẫn còn giá trị, vẫn còn nỗ lực dâng hiến.

Cuộc đời cũng vậy. Dòng đời cũng vậy. Bạn cứ ngẫm mà xem và nhận ra tâm tư mình trở nên trong trẻo, hài hòa đến thế nào khi khởi tấm lòng biết khiêm nhường, trân quý ngay cả những tàn phai!

Bạn không cần phải “lên lớp” con về “sự hy sinh”, về “sự tàn phai” của bạn vì hy sinh cho chúng, hãy cứ bền lòng hướng dẫn để tâm hồn con trẻ biết hướng thượng, hướng thiện và tuôn chảy cảm hứng đó.

Thế thì, trong sự hướng thượng, hướng thiện tràn đầy ấy, lòng “biết ơn cha mẹ” là giá trị - phẩm chất đương nhiên, tự nhiên, ngời sáng và toàn vẹn, mãi mãi là báu vật trong tâm hồn con cái mà không bị vương bận bởi những lời răn dạy giáo điều như chúng ta vẫn làm và khiến con trẻ băn khoăn về *những yêu cầu vô điều kiện* của cha mẹ dành cho chúng.



Lilies / Hoa Ly

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 60x80cm

Năm sáng tác: 2013



Lilies / Hoa Ly

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 60x80cm

Năm sáng tác: 2013



HỌC ĐỂ
TĂNG CƯỜNG TỔ CHẤT
CHỨ KHÔNG VÌ
CÓ TỔ CHẤT MỚI HỌC



Cho trẻ học sáu bộ môn trụ cột rồi từ đó mở rộng thêm những môn học khác nữa. Mục đích của việc học là để trẻ tự khai sáng và phát triển mọi tố chất của não bộ, tố chất xã hội; phát triển mọi tố chất - trí thông minh khác nhau như:

- ♥ Trí thông minh ngôn ngữ: Biểu đạt ngôn ngữ
- ♥ Trí thông minh không gian: Tư duy bằng thị giác
- ♥ Trí thông minh âm nhạc: Giai điệu và âm thanh
- ♥ Trí thông minh vận động: Uyển chuyển và khéo léo
- ♥ Trí thông minh logic: Khoa học và toán học
- ♥ Trí thông minh tương tác cá nhân: Kết nối
- ♥ Trí thông minh nội tâm (dự báo, nhạy cảm)



Để con gái dù học hành vất vả vẫn hạnh phúc từng ngày

Tầm nhìn chiến lược và lộ trình phù hợp, tìm giai đoạn tuổi lý tưởng để bắt đầu rèn luyện đạt hiệu quả tốt nhất cho từng môn học để chúng tương tác hỗ trợ lẫn nhau, là điểm quan trọng trong quá trình bố mẹ đồng hành cùng con cái.

Tôi đã nhận được khá nhiều những câu hỏi, đại ý rằng làm thế nào Minh Khuê phân bổ thời gian và làm được nhiều việc đến thế?

Tôi đã trả lời rằng:

“Các môn học cần được đưa vào lộ trình rèn luyện của trẻ với sự cân nhắc, chuẩn bị chu đáo, không tùy hứng, không a dua theo phong trào. Lộ trình đó phải dựa trên chỉ dẫn khoa học, hiểu biết kỹ lưỡng bản chất và tính riêng biệt của từng môn học, tìm kiếm người thầy dẫn dắt một cách thận trọng để tạo nên sự tương tác tốt đẹp giữa người truyền thụ và đứa trẻ.... Khi đó tất cả các môn học sẽ chuyển hóa lẫn nhau, hỗ trợ tương tác nhau và tạo nên niềm vui trong học tập cho trẻ”.

Từ khi Minh Khuê 4 tuổi, tôi đã bắt đầu cho con tiếp cận với âm nhạc và hội họa. Những bài học sơ khai đó rất đơn giản nhẹ nhàng. Minh Khuê quan sát và làm quen, bắt chước là chủ yếu, chứ không phải học có giáo trình được đóng khung trong khoảng thời gian “cưỡng bức” là 45 phút/tiết học như khi bạn ấy bước vào tuổi thứ 6.

Theo Daniel H. Pink, cho trẻ tập làm quen sớm với các bộ môn nghệ thuật là phù hợp với sự phát triển của não bộ, vì tư duy hình tượng, cảm xúc nằm ở lớp não *thú cho bú*, là vùng não được hoàn chỉnh sớm hơn lớp vỏ đại não chủ về tư duy logic, lý tính!

Theo quan điểm của tôi, bộ môn nghệ thuật cơ sở cho sự phát triển tố chất chính là nghệ thuật của ngôn từ (dạy trẻ nhân văn).

Điều này, mọi bà mẹ đều có thể làm được nếu nỗ lực với một nhận biết sáng suốt rằng, những câu chuyện cuốn hút mà người mẹ kể cho con nghe bằng giai điệu du dương của giọng nói là những kích thích ngôn ngữ và cảm giác nhất cho sự phát triển đại não của bé, ở ngay giai đoạn ban cho con bú.

Trong khi đó, nhà tâm lý học - nhà giáo dục học nổi tiếng của Hoa Kỳ, Tiến sỹ Jane M. Healy đã nhấn mạnh: “Nếu dạy trẻ (phương pháp dạy trẻ sớm, hoặc phương pháp dạy con thành thiên tài), tức là buộc trẻ học cưỡng bức khi trẻ chưa đến tuổi đi học, trẻ có thể sớm có được những kỹ năng như đọc chữ, viết chữ, làm toán, v.v... Tuy nhiên, lúc này, hệ thần kinh của trẻ còn rất non nớt đã phải làm việc cưỡng bức (không có hứng thú) chắc chắn sẽ ảnh hưởng bất lợi đến độ thuần thực, phát triển hòa hảo của não bộ trẻ, làm thui chột niềm hứng thú học tập và phẩm chất sáng tạo tiềm năng của trẻ”.

Đây là một vài căn cứ khoa học giúp tôi có được niềm tin vững vàng khi bắt đầu cho bé Minh Khuê tập quen với nghệ thuật từ sớm. Tuy nhiên, phẩm chất nghệ thuật phải được bồi đắp dần theo năm tháng. Khi đã tích tụ đủ về mặt lượng thì mới có thể biến đổi về chất.

Khi Minh Khuê 9 tuổi, nghĩa là sau khoảng 4 năm bắt đầu từ làm quen, học và khổ luyện, cô bé mới đạt được những phẩm chất nghệ thuật khiêm nhường nhất định. Lúc này, Minh Khuê đã có những giải thưởng về âm nhạc và hội họa.

Kể từ đó, việc học các bộ môn nghệ thuật với Minh Khuê trở nên nhẹ nhàng, thoải mái hơn. Lý do là Minh Khuê đã có được sự thuần thực về tay, tính kỷ luật với môn học, thuần thực trong việc làm quen với cách giảng dạy của thầy cô. Thuần thực và quen thuộc với đặc tính riêng biệt của từng bộ môn khác nhau. Bây giờ, trong thư viện của tôi vẫn còn lưu giữ hàng nghìn bức tranh Minh Khuê vẽ từ khi cô bé còn rất nhỏ. Nhiều bức tranh ngộ nghĩnh, ngộ nghệ mà Minh Khuê vẽ khi 4 - 5 tuổi tôi cũng vẫn treo ở những vị trí rất trang trọng trong nhà.

Những thành tựu dù nhỏ nhất của đứa trẻ, nhưng được đặt ở vị trí xứng đáng trong tổ ấm gia đình, tạo cho đứa trẻ cảm nhận sâu sắc rằng nó nằm trong trung tâm tình yêu của cha mẹ. Tôi xin nhấn mạnh là “trung tâm trong tình yêu” chứ không phải cái rốn của vũ trụ. Minh Khuê biết rằng mẹ rất trân trọng những giá trị ấy, vì thế cô bé biết trân trọng những thành quả và việc học hành của mình.

Năm 9 tuổi, Minh Khuê đã có được hai giải Nhì tại hai mùa Festival Piano Hà Nội; hai giải quốc tế về vẽ dành cho thiếu nhi. Những biến chuyển như vậy phần nào giúp tôi tin tưởng nhận định: Minh Khuê có thể đi xa hơn trong những môn học nghệ thuật. Và cũng từ đây, việc học những môn nghệ thuật không quá chật vật và căng thẳng với cô bé nữa.

Cùng với các môn học mà Minh Khuê có được những thành tựu nhỏ nhỏ là sự tăng tiến đến thuần thục một phẩm chất quan trọng: tính kỷ luật tự giác.

Thời điểm này, khi Minh Khuê bước vào lớp 4, các bộ môn văn hóa trong nhà trường tăng lên. Do đó, tôi chủ động tiết giảm thời lượng học các môn nghệ thuật. Trước đây, Minh Khuê học 3 đến 4 tiết âm nhạc một tuần thì giờ học 2 đến 3 tiết và hội họa thì đến lớp với thầy mỗi tuần một buổi.

Khi ở nhà, Minh Khuê giải trí cùng nhạc và vẽ rất thoải mái tự do. Lúc này, nhiều bạn cùng lứa tuổi mới bắt đầu chập chững làm quen với thầy và môn học đầy lạ lẫm cùng những đồ dùng và đạo cụ. Lý do: vì quan điểm của nhiều bậc cha mẹ là ưu tiên học sớm văn hóa trước, sau khi thấy con đã ổn định nếp học văn hóa, khoảng lớp 2, 3 hoặc 4 mới cho trẻ làm quen với các môn nghệ thuật.

Thời kỳ mới chập chững làm quen đương nhiên sẽ rất căng thẳng. Cùng một lúc, đứa trẻ phải nỗ lực cao với nhiều bộ môn, điều đó rất khó khăn và áp lực, tiềm ẩn nhiều nguy cơ “phá sản” dự án học nghệ thuật do quyết định sai thời điểm của cha mẹ.

Vì vậy, tầm nhìn chiến lược và vạch ra lộ trình phù hợp từng giai đoạn tuổi lý tưởng để bắt đầu rèn luyện đạt hiệu quả tốt nhất cho từng môn học để chúng tương tác, hỗ trợ lẫn nhau là điểm quan trọng trong quá trình bố mẹ đồng hành cùng con cái.

Một câu hỏi đặt ra là: Vậy thì việc học sớm các môn nghệ thuật như âm nhạc, hội họa để có được phẩm chất nghệ thuật có lợi ích gì?

Đó chính là khi việc học trở thành phẩm chất thì việc học ấy trở thành phương tiện để Minh Khuê thư giãn và nghỉ ngơi sau giờ học căng thẳng ở trường.

Điều này cũng đã được các nhà khoa học chứng minh: Thư giãn không có nghĩa là bạn hoàn toàn không làm gì cả. Mà thư giãn chính là việc chuyển đổi hoạt động để làm sao sự căng thẳng được giải tỏa, giúp cơ thể và tâm trí được cân bằng trở lại.

Sử dụng môn học đã thuần thục như một cách để thư giãn sau những giờ học căng thẳng gọi là hiệu ứng kép “vừa học vừa chơi”. Tôi đã áp dụng điều này, làm cho những môn nghệ thuật mà Minh Khuê được tiếp xúc sớm, dần trở thành phương tiện để thể hiện những cảm thụ, khát vọng, buồn vui của bản thân cô bé.

Tất nhiên, nếu như Minh Khuê không học tập và khổ luyện nghiêm túc bền bỉ để đạt tới một phẩm chất nhất định, thì điều đó không thể xảy ra được.

Với quan điểm học để môn này trở thành cách thức giải tỏa cho môn học khác, ngay khi Minh Khuê còn rất nhỏ tôi đã nhận định: Để con thực sự hạnh phúc, tôi không thể chỉ đơn giản là cho con một đời sống đầy đủ vật chất. Ngày nay, vật chất quá dư thừa, đồ chơi mua sẵn chất từng đồng mà trẻ vẫn thờ ơ; bánh kẹo, thức ăn khiến trẻ thấy sợ; quần áo đồ dùng nhiều đến mức dùng không hết, v.v... Nhưng sự dư thừa ấy lại khiến tôi hoang mang về một sự thiếu thốn đích thực: sự an vui tự tại và khả năng *một mình* mà vui vẻ của trẻ.

“Hạnh phúc của một đứa trẻ là gì?” là câu hỏi khiến tôi suy nghĩ và ban đầu thực sự lúng túng, mơ hồ, cảm thấy khó có thể trả lời rõ được.

Có người khi nhìn thấy con nhà khác học tập và có được những thành quả nhất định thì bảo: “Trời ơi, để cho chúng nó chơi với chứ, cứ suốt ngày học à?”. Nhưng nhìn thấy bạn bè của trẻ đạt được những thành quả này kết quả kia thì cảm giác bất an và thiệt thòi lại trở dậy.

Như vậy, rõ ràng hạnh phúc của trẻ là một đường mong manh nằm giữa hai thái cực trên: được vui chơi và được rèn luyện để chuyển hóa thành phẩm chất, tố chất! Giá trị của trẻ, hân hoan nội tâm của trẻ cũng được tăng tiến dần lên và từ đó tạo nên phẩm chất khi trẻ đến tuổi trưởng thành.

Đôi khi tôi hay nói khôi hài thế này: Đồng hành cùng con, dạy con cho đến tuổi trưởng thành, với người mẹ ví như là cuộc trình diễn thăng bằng trên dây và tôi không bao giờ được phép nghiêng quá về bên nào, nếu không sẽ bị ngã lộn cổ!



Chương 1

BỒI ĐÁP PHẨM CHẤT
“NHÂN VĂN VÀ VĂN HỌC”

Hãy nói với con bằng ngôn ngữ trái tim!

Trong tình yêu, một người bình thường cũng làm nên điều phi thường!

Tôi nhớ, đó là một xẩm tối đông sớm, trời lạnh giá, tôi loay hoay để thay một chiếc bóng điện vừa bị cháy. Minh Khuê nhìn mẹ làm công việc vốn được coi là của đàn ông với ánh mắt khâm phục lắm, rồi nói: “Mẹ thật phi thường!”

Thay vì nói với con bằng khẩu ngữ rằng, “Oài, đấy là chuyện vặt!” hoặc “Có gì đâu con, mẹ làm được tất!”, v.v... tôi chọn một cách khác để nói với con, tôi ôm cô bé vào lòng, nhìn vào mắt con và nói chậm rãi: “Mẹ biết là con không thích bóng tối, nên mẹ cố gắng làm. Có một câu ngạn ngữ phương Tây rất hay rằng ‘Được trong một tình yêu đích thực tràn đầy, thì một người bình thường cũng có thể làm nên điều phi thường’ con gái yêu của mẹ ạ!”. Thế rồi, tôi bật công tắc cho bóng đèn sáng lên, cùng tiếng reo của bé.

Câu nói tôi dành cho con có nhiều ngụ ý:

* Mọi việc dù bé nhỏ, mẹ đều làm với sự cố gắng, đều vì mẹ hiểu con và mong con vui.

* Mỗi việc mẹ làm đều có mục đích, không phải theo quán tính.

* Vận dụng từ “phi thường” mà bé Minh Khuê dùng trước đó để dạy Minh Khuê cách vận dụng từ ngữ linh hoạt.

* Rèn luyện cho Minh Khuê không dùng khẩu ngữ một cách tùy tiện, thiếu hình ảnh và truyền cảm.

Ở Việt Nam, nhiều cha mẹ thường che giấu cảm xúc yêu mến, thân thương của mình dành cho con cái, trước mặt con cái vì nhiều nguyên nhân:

- không muốn để con cái thấy hết cảm xúc của mình, sợ mất uy;
- hành động và làm theo truyền thống, lệ thường;
- chưa quen nên ngại thể hiện tình cảm với con cái.

Hoặc là tất cả các nguyên nhân cộng vô vàn thứ cản trở tâm lý “không thể” hoặc “không muốn” vượt qua, v.v...

Riêng tôi thì nghĩ khác, trong cuộc sống thường nhật, tôi luôn tìm mọi cơ hội để hành động và nói những lời trìu mến với Minh Khuê, vì tôi thấm thía một điều lớn lao: mỗi tình huống sống là một bài học mới mẻ cho bé. Bé sẽ dễ hiểu bài và thuộc bài hơn nếu bài học được truyền tải bằng hành động và ngôn ngữ trái tim, tràn đầy thương mến và sáng tạo!

“Nghệ thuật chiếu bóng” hay là nghệ thuật gieo những ký ức đẹp vào tâm hồn con trẻ

Thế rồi, đèn lại vụt tắt. Cả khu vực bị mất điện!

Minh Khuê lúc đó 4 tuổi, cô bé luôn tỏ ra can đảm, nhưng tôi biết, không một đứa trẻ nào thích bóng tối cả. Tôi nói với con:

- A! Hay quá, mẹ sẽ tặng Minh Khuê món quà này rất đặc biệt.

Cô bé mãi dỗi theo lời mẹ và háo hức với món quà đặc biệt mẹ hứa, nên quên ngay cảm giác sợ bóng tối. Tôi đi thắp một ngọn nến. Rồi ôm con vào lòng. Tôi bắt đầu diễn trò chiếu bóng, môn nghệ thuật rất được ưa chuộng từ xưa ở Trung Hoa.

“Diễn viên” là đôi bàn tay tài khéo, cộng thêm đạo cụ cần thiết là một phòng tối, một ngọn nến thắp sáng, bức tường làm màn hình và âm thanh từ miệng. Nào là chim bay, nào là chó sủa, nào mèo kêu, v.v...

Giống như bạn, tôi không thực sự là nghệ sĩ “của môn nghệ thuật chiếu bóng này”, nhưng có sao đâu, tôi cứ nỗ lực thôi. Điều

tôi kỳ vọng là làm sao để Minh Khuê vui vẻ, hứng thú, quên đi nỗi sợ bóng tối. Hơn nữa, tôi muốn giúp cô bé bồi đắp thái độ tích cực trước những tình huống bất ưng của cuộc sống, thậm chí còn biết phát hiện rằng trong mọi hoàn cảnh, vẫn có thể tìm thấy niềm vui, nếu mình hướng tới tinh thần vui vẻ cho cuộc sống!

Minh Khuê xem mẹ biểu diễn rất chăm chú, lôi cuốn và cười ngặt nghẽo... luôn miệng xuýt xoa: “Mẹ thật phi thường! Mẹ phi thường quá!”.

Thực ra, những động tác chiếu bóng này rất dễ làm, nhưng chúng ta “bỏ quên” nó nơi ký ức ấu thơ và không coi trọng nó, quên rằng, những trò chơi đơn giản mà cha mẹ nỗ lực sáng tạo cùng con cái như thế thực ra luôn để lại dấu ấn sâu sắc trong tâm hồn con trẻ!

Và từ đây, Minh Khuê không còn biết sợ bóng tối nữa. Thậm chí, thi thoảng Minh Khuê còn buột miệng thốt lên: “Con thích mất điện lắm mẹ ạ, để mẹ diễn trò chiếu bóng cho con xem!”.

Trong nhà tôi bao giờ cũng có nến để thắp sáng những khi mất điện, dù bây giờ đèn tích điện không hiếm và rẻ, vì tôi nghĩ nến tạo cảm giác lung linh, huyền ảo, ấp áp và gần gũi. Dùng nến trong gia đình, phần nào giúp đưa con người thời đại vẫn mình xích lại gần với nguyên thủy loài người. Để những trẻ sinh ra và lớn lên ở thành phố được tiếp xúc với ánh lửa là một yếu tố rất cần được cha mẹ quan tâm nhằm giúp trẻ có thêm sự cân bằng hài hòa trong nội tâm.

Đưa trẻ vận dụng cách diễn đạt từ những bài học của cha mẹ

Mấy tháng sau, nhân một chuyến đi dã ngoại của đại gia đình tôi, một bác gái nói đùa với Minh Khuê rằng: “Nay mai, khi mẹ của Minh Khuê già như bà ngoại bây giờ, Minh Khuê phải vất vả một mình để chăm mẹ... vì mẹ Minh Khuê chỉ có mình Minh Khuê thôi, không như bà ngoại có nhiều con...”.

Lúc đó, tôi ngồi cách con gái khá xa, nhưng nghe tiếng cô bé đáp lại rất chững chạc: “Cháu làm được, bác ạ!”.

Bác gái hỏi lại: “Làm sao mà cháu biết cháu làm được?”

Minh Khuê nói rành rọt: “Vi cháu tin rằng, được trong một tình yêu đích thực tràn đầy thì một người bình thường cũng có thể làm nên điều phi thường bác ạ!”.

Mọi người trong đại gia đình có mặt hôm đó đã hết sức ngạc nhiên vì Minh Khuê đã biết sử dụng và vận dụng chuẩn xác câu ngạn ngữ đẹp đẽ mà tôi nói với con tối hôm nào.

Riêng tôi thì thấy vui, nhưng không ngạc nhiên, vì hàng ngày tôi rất chú trọng tìm kiếm mọi cơ hội để nói với con những lời tương tự. Lâu dần, Minh Khuê hình thành tập tính, thói quen suy nghĩ và nói năng rất truyền cảm. Thói quen đó dần trở thành phẩm chất đáng quý, Minh Khuê trở nên biết quan tâm đến những người thân yêu xung quanh, biết dành cho mọi người những cử chỉ, lời nói nhẹ nhàng, đẹp đẽ.

Như vậy, nếu bạn luôn kết hợp giữa hành động và những lời nói từ trái tim, có chọn lọc, thì bạn đang giúp con mình hiểu hơn những việc bạn làm cho con bạn, giúp con nuôi dưỡng một tâm hồn lay động, sâu sắc, chan hòa.

Điều này không hề khó, vì tình yêu bạn dành cho con cái là những bông hoa ngát hương, việc còn lại là hãy giúp con nhận thấy và cảm nhận điều đó!

Mỗi bậc cha mẹ vốn là một nhà sư phạm, một nhà sáng tạo ngôn ngữ từ trong cốt tủy - điều duy nhất bạn phải hành động là làm cho những phẩm chất ấy bộc lộ toàn vẹn, như tôi đã và đang nỗ lực!

Mẹ ơi, từ điển thật là quan trọng!

Khi Minh Khuê còn nhỏ, khoảng 2 - 3 tuổi, cô bé đã biết dùng từ ngữ khá truyền cảm và gây xúc động. Kiểu như, khi mẹ cảnh báo: “Con hãy tránh xa cái xe đạp, bởi nếu nó ngã, nó sẽ làm con rất đau!” Minh Khuê đã nhìn mẹ, sửa lỗi cho mẹ rất nghiêm túc: “Không phải là cái xe đạp ngã đau mẹ nhé, xe đạp đổ, chỉ có em bé chạy mới ngã mẹ nhé !!!”.

Tôi cười rất thành thật, nhận lỗi: “Ừm, mẹ dùng từ sai rồi, cảm ơn con gái đã sửa giúp mẹ!”.

Tương tự, khi có người than thở: “Cái cánh cửa cứ đóng ra đóng vào liên tục, nghe sốt ruột quá!”, cô bé liền nhắc: “Cô phải nói là cánh cửa mở ra đóng vào mới đúng!”.

Cha mẹ nên “lợi dụng” trong mọi sinh hoạt hàng ngày, vận dụng mọi tình huống cuộc sống, biến sự thông thường thành môi trường sư phạm/ tình huống sư phạm cho trẻ. Khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi hết sức tránh tình trạng khá phổ biến trong tập quán gia đình người Việt, đó là khi trẻ bập bẹ tập nói, thì người lớn bỗng dưng... ngọng nghịu (trẻ lên ba cả nhà tập nói) chỉ với suy nghĩ đơn giản là làm thế thì thấy hay hay, dễ thương.

Thực ra, khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi luôn làm gương mọi sự chuẩn mực để Minh Khuê noi theo: nói chuẩn tiếng Việt, dùng từ chuẩn mực.

Tôi đặc biệt quan tâm đến việc huấn luyện cho Minh Khuê phát âm chuẩn: cụ thể nói bằng giọng có âm vang, lấy hơi từ lồng ngực, cách nhả chữ tròn trịa (không bẹt như cách nói bằng giọng lưỡi, lấy hơi nông). Mục đích của việc luyện phát âm, là giúp Minh Khuê sau này học ngoại ngữ đạt hiệu quả tốt nhất, nói tiếng Anh biểu cảm như người bản ngữ.

Trong nhà, tôi luôn có 4 cuốn từ điển Tiếng Việt để ở phòng khách, phòng ăn và phòng làm việc, phòng ngủ, đó là những vị trí trong nhà mà chúng tôi thường cùng sinh hoạt nhiều nhất, mục đích là

để hai mẹ con thuận tiện và dễ dàng khi cần tra cứu tìm nghĩa của một từ mà Minh Khuê chưa hiểu. Giúp cô bé sử dụng từ ngữ sao cho đúng, hay và tinh tế nhất!

Thật ngộ nghĩnh, có nhiều khi bé hỏi mẹ một từ gì đó chưa thật hiểu, thì miêng hỏi, chân lon ton, tay khệ nệ bê cuốn từ điển Tiếng Việt đến cho mẹ, vì hình ảnh tôi luôn cố gắng giải thích từ ngữ cho con gái bé bỏng một cách nghiêm túc, có tra cứu từ điển, đã ghi vào tâm trí cô bé! Tôi hoan hỉ nói:

“Cảm ơn con gái.”

“Mẹ ơi! Từ điển thật là quan trọng.”, Minh Khuê nhìn tôi, toe toét cười.

Tôi nhớ, năm Minh Khuê 4 tuổi, khi thấy mẹ trầm ngâm khi soi gương, cô bé đã ôm mẹ, vuốt má mẹ và nói rất xúc động: “Mẹ ơi, mẹ đẹp kiểu bà mẹ thế này, yêu lắm mẹ ạ!”.

Thời điểm ấy, tôi luôn búi tóc gọn gàng, ăn mặc trẻ trung, đơn giản, kiểu áo phông quần ka ki, mục đích là để năng động, chăm sóc con được tốt nhất và làm được nhiều việc nhất.

Câu nói ngây thơ nhưng giàu tính biểu cảm ấy gây cho tôi cảm xúc lớn lao, truyền cho tôi cảm hứng làm mẹ thêm mãnh liệt và là điều tôi nhớ mãi trong lòng!

Và, gần đây, khi Minh Khuê đã lớn, cô bé lại nói điều tưởng như ngược lại lời cô bé ấy nói cách đây 14 năm: “Mẹ ơi, con khi nào cũng yêu mẹ và tự hào về mẹ, nhưng nếu mẹ trẻ trung và xinh đẹp nữa thì thật tuyệt vời!”.

Bạn thấy đấy, hành trình đồng hành với con là hành trình mẹ hiểu con cần gì ở mẹ. Trên mỗi chặng khác nhau, Minh Khuê cần ở mẹ những điều không giống nhau. Nhưng xuyên suốt lại là một cảm xúc đồng nhất, quán xuyên vô cùng: niềm tin cậy và thân thương, gắn bó! Khi còn nhỏ, niềm tin cậy là khi bé nhìn nhận mẹ đúng là một người mẹ tảo tần, nghị lực. Khi Minh Khuê đã lớn, cô bé lại mong muốn mẹ là bạn, là người gần gũi, thấu hiểu những suy nghĩ, cách nghĩ và lối sống của thế hệ trẻ!

Rèn luyện năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ

Sử dụng ngôn ngữ mạch lạc và truyền cảm là bộc lộ năng lực tư duy khúc triết, sáng sủa.

Mùa hè năm 2008, trở về từ Vương quốc Anh sau khi tham dự một dự án tiếng Anh mùa hè tại trung tâm Anh ngữ EF cùng gia đình bác Ann - một homestay (hình thức lưu lại ở nhà dân địa phương khi đi du lịch) tuyệt vời, Minh Khuê đã có những cảm nhận rất thấm thía về nước Anh và những góc nhìn tham chiếu với thực tiễn ở Việt Nam.

Cô bé 11 tuổi đã chia sẻ với mẹ: “Người Anh coi tiếng Anh sinh ngữ là di sản và, hơn thế nữa, là biểu tượng văn hóa sống động của họ. Từ người bán báo đến bác gái nội trợ đi siêu thị, hay chú lái xe bus... đều giao tiếp với con bằng thứ tiếng Anh chuẩn mực, giàu biểu cảm.

Khi nghe các cô bác ấy nói với con, dù là lời chào khi con lên xe bus hay lời chỉ dẫn cho con đường đi tới địa điểm theo sơ đồ bài học, khi con hỏi đường, hay là một lời khích lệ của người bán báo mù vui tính: “Nhóc ơi, cháu đến từ đâu mà cháu nói thứ tiếng Anh London tuyệt vời thế!” ... con đều nhận được sự ân cần, tôn trọng từ họ, dù con không gặp lại họ.

Hơn nữa, con còn nhận thấy trong ngôn ngữ giao tiếp của họ sự trau chuốt, trân trọng ngôn ngữ của mình! Mẹ ạ, người Anh không lạnh lùng và khinh khỉnh như định kiến của nhiều người. Nếu mình cầu thị và nỗ lực đạt tới, tôn trọng những nguyên tắc sống của họ,

người Anh sẽ bộc lộ họ là những con người nhân hậu, thân thiện và rất có trách nhiệm xã hội!”.

Bạn thấy đấy, những nhận xét tinh tế cho thấy khả năng quan sát và thái độ nghiêm túc của Minh Khuê khi cô bé được mẹ thưởng cho 10 tuần trải nghiệm cuộc sống và học tiếng Anh tại thành phố Oxford - Anh Quốc. Những nhạy cảm ngôn ngữ ấy có được là do Minh Khuê đã được luyện tập và bồi dưỡng ngay từ khi còn rất bé năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ.

Cha mẹ hãy tập nói và sử dụng tiếng Việt một cách truyền cảm

Đừng mặc định “Người Việt thì đương nhiên nói tiếng Việt giỏi”

Ngôn ngữ là công cụ giao tiếp của một cộng đồng xã hội, do đó, là người được sinh ra và nuôi lớn trong cộng đồng xã hội Việt Nam, thì đương nhiên bạn sẽ nói và hiểu tiếng Việt (trừ những ngoại lệ hiếm hoi). Cũng giống như không khí, ngôn ngữ là tài sản công, “miễn phí” nên đừng như chúng ta quên đi tầm quan trọng của nó.

Tuy nhiên, nếu ngẫm sâu hơn, bạn sẽ nhận ra, ngôn ngữ là tài sản riêng của mỗi người - là chung đấy nhưng lại là hoàn toàn mang dấu ấn, phong cách, phẩm chất của từng cá nhân.

Trong dân gian có câu “Y phục xứng kỳ đức” - trang phục còn nói lên đức độ, phẩm chất cá nhân; thì lời nói - công cụ biểu đạt tư tưởng, tình cảm, nội lực, nội tâm của cá nhân - đương nhiên mang dấu ấn cá nhân mạnh mẽ!

Hiểu biết này sẽ giúp bạn nhận ra, không phải bất cứ ai là người Việt cũng nói tiếng Việt giỏi. Thứ vô âm thanh ấy được phân biệt bởi mức độ biểu đạt, khả năng tư duy, khả năng truyền cảm và lay động ở mỗi cá nhân như thế nào là hoàn toàn khác nhau.

Ở Việt Nam, có những người được gọi là yếu nhân, là người nổi tiếng, là người có ảnh hưởng tới cộng đồng, nhưng cách sử dụng ngôn ngữ vẫn chỉ đáng được đánh giá ở trình độ tiểu học về nhận thức cũng như sự cố gắng sửa chữa những khuyết tật về phát âm và nói ngọng!

Ngoại trừ những trường hợp bị khuyết tật về giải phẫu sinh lý không thể khắc phục, ngoài ra, những khuyết tật về phát âm, nói ngọng, nói lẫn chữ N và chữ L, chữ X và chữ S chữ Ch và chữ Tr, v.v... đều do chúng ta chưa chịu trưởng thành, lười trưởng thành về sự quan trọng của ngôn ngữ giao tiếp chuẩn mực, trau chuốt, có tư duy.

Tập quán sử dụng ngôn ngữ cầu thả, thiếu tư duy, nghĩ sao nói vậy là thực trạng phổ biến. Nhiều người được đặt đố vào vị trí nọ kia, đến 60 - 70 tuổi vẫn cười trừ “Minh nói thế quen rồi, không sửa được”, cho thấy dấu vết tâm lý thiếu trân trọng, bừa bãi khi được “sử dụng hàng miễn phí”.

Hệ quả là thực trạng nói năng khẩu ngữ, bừa bãi phổ biến trong tập quán của người Việt Nam, sức truyền cảm của giao tiếp xã hội rất thấp, trình độ tư duy ngôn ngữ thấp, dẫn đến nhiều cá nhân sợ, ngại giao tiếp, thậm chí kết quả của các cuộc giao tiếp, đàm phán kém hiệu lực vì người nghe có cảm nhận bị thiếu tôn trọng, người nói kém tự tin với cảm giác tự ti, kém tự tôn vì năng lực truyền đạt kém, v.v...

Chuyện ngôn ngữ, chuyện giao tiếp bằng công cụ “miễn phí” xem ra chẳng liên quan đến ai và chẳng ảnh hưởng gì đến chất lượng sống, nhưng nếu ngẫm sâu hơn, bạn sẽ không nông cạn kết luận như thế.

Nỗ lực sửa lỗi phát âm, nói giọng chuẩn phổ thông - việc làm nhỏ nhưng hiệu quả cải thiện chất lượng sống đáng kinh ngạc!

Tôi đã có những điều tra xã hội thực tế sinh động, trên nhiều chục lao động, với quy chiếu trình độ nhân lực là tương đương, chưa qua đào tạo, đến từ các tỉnh Quảng Bình, Nghệ An, Thanh Hóa, Thái Bình, Thái Nguyên, v.v... đang mưu sinh ở Hà Nội, thì điều mấu chốt rút ra là: cách sử dụng ngôn ngữ giao tiếp, có ảnh hưởng trực tiếp đến thu nhập và chất lượng sống!

Theo đó, lao động đến từ các vùng có phương ngữ đậm đặc, nặng nề, khó nghe chẳng hạn như Quảng Bình, Nghệ An, v.v... lại nỗ lực sửa lỗi phát âm, nỗ lực sử dụng tiếng Việt chuẩn mực, diễn cảm, sáng sủa, sinh động; trong khi đó, lao động đến từ những vùng phương ngữ tuy rõ rệt, nhưng không quá nặng nề, khó nghe, lại vẫn giữ cách nói, cách phát âm phương ngữ.

Điều thú vị là, những lao động có ý thức sửa lỗi phát âm nói ngọng, có ý thức nói thứ tiếng Việt chuẩn mực, sinh động dí dỏm, thường có được công việc ổn định, thu nhập cao và đời sống văn hóa, hiểu biết của họ cũng nhanh chóng cải thiện, tiệm tiến nhanh với tinh thần của thời đại. Trong khi, những người vẫn nói thứ tiếng Việt cầu thả, ngọng nghịu, thiếu tư duy, nghĩ sao nói vậy, ê a thiếu nội dung, thì chỉ làm những công việc thời vụ, thu nhập thấp và khả năng đáp ứng những nhận thức, hiểu biết mới dường như rất ít ỏi!

Vì sao có sự khác biệt vậy, bởi những lao động từ vùng phương ngữ, thổ ngữ nặng nề, họ nhận thức được hạn chế về giao tiếp của mình, nếu không sửa chữa lỗi phát âm, họ không có cơ hội kiếm việc, đồng nghĩa với việc họ không có thu nhập, do đó, họ buộc phải nỗ lực hơn, cố gắng hơn. Sau khi nỗ lực, họ nhận ra khả năng thay đổi chất lượng cuộc sống, thậm chí là thay đổi cả bước ngoặt cuộc đời một cách ngoạn mục, nên họ càng nỗ lực hơn, tự giác sửa chữa lỗi trong phát âm, trong giao tiếp.

Bản năng sinh tồn, khi được coi trọng đúng mức sẽ là động lực tích cực để huy động toàn giác, toàn tuệ khắc phục nhược điểm và vươn lên. Nhìn ở góc độ rộng hơn của quốc gia, nhìn ở góc độ tinh tế hơn của mỗi cá thể, mỗi gia đình, bạn có nhận thấy sự gợi ý nào minh triết từ điều này không?

Những bài học thực tế đáng suy ngẫm về thái độ cầu thị đối với việc nỗ lực sửa lỗi phát âm

Khi quyết định viết về vấn đề này, tôi rất cân nhắc đến một khía cạnh khá tế nhị và nhạy cảm của phần đông người Việt mà câu thành ngữ sau đã nói lên tất cả: “Chửi cha không bằng pha tiếng”.

Niềm tự hào, tự tôn địa phương đôi khi khiến chúng ta có phần thiên kiến, định kiến, thiếu sáng suốt và bảo thủ. Chúng ta quan niệm rằng cứ phát âm, nói theo phương ngữ nơi mình sinh ra là thể hiện tình yêu quê hương và bản sắc địa phương. Tôi trân trọng điều này. Tuy nhiên, nếu đứng ở góc độ toàn cầu, cảm nhận về năng lực quốc gia, năng lực cá nhân trong thời đại toàn cầu và cõi mở, thì bạn hiểu phải đặt lên bàn cân, phải cân nhắc những giá trị thực tiễn để chọn con đường đúng, hợp với quy luật phát triển và văn minh thời đại. Hơn thế nữa, việc học tiếng Anh sẽ trở nên hiệu quả khi các bạn trẻ sở hữu giọng phát âm tiếng Việt chuẩn.

Mỗi cá nhân tư duy tích cực, nhiều cá nhân tư duy tích cực sẽ mang đến một sự cải thiện trong chất lượng biểu đạt hàm súc, lay động của tiếng Việt trên trường quốc tế. Nội lực mạnh lên từ cách tư duy cầu thị, cấp tiến và phù hợp như thế, như việc phát âm và nói tiếng Việt chuẩn!

Viết đến đây, tôi lại nghĩ đến dân tộc Nhật Bản. Những năm 40 - 50 của thế kỷ trước, người Nhật là cộng đồng cư dân có tầm vóc sinh học thấp, đến mức bé nhỏ như người Việt còn chệch bai, gọi họ là "Nhật Lùn".

Người Nhật đã nhận thức khiếm khuyết mang tính lịch sử, di truyền đó trong tinh táo, khoa học, cầu thị và nỗ lực hành động, đồng thuận một lòng mà không mắc dính vào tâm lý tự ti hay ngạo mạn vô lối. Kiên trì chiến lược cải thiện chiều cao, sửa lỗi gen sinh học, bây giờ, tầm vóc thể hệ người Nhật trẻ trở nên đẹp đẽ, cường tráng, sáng láng vô cùng.

Việc làm khó thế mà người Nhật còn chuyển hóa được, thì việc sửa chữa lỗi phát âm và nói ngọng, thật sự rất nên làm.

Đây chỉ là những tình huống tham chiếu hết sức sơ đẳng, nhưng đã giúp bạn đọc nhận thấy sự liên quan mật thiết giữa tư duy ngôn ngữ và thành công trong cuộc sống.

Ở quy mô và tầm cao hơn, công cụ biểu đạt tư tưởng, tình cảm, biểu cảm của cá nhân chính là tấm "danh thiếp" rất ấn tượng và có

sức thuyết phục để mở toang cánh cửa, đưa bạn đến thế giới toàn cầu. Bởi nếu bạn dành cho con trẻ của mình một nền tảng tiếng Việt với khả năng phát âm chuẩn mực, không ngọng nghịu, với năng lực tư duy ngôn ngữ tốt, biểu cảm thì đó là cơ sở cực kỳ hoàn hảo để con bạn học thêm ngôn ngữ thứ hai đúng chuẩn, nhanh chóng và hiệu quả.

Vi khur khur giữ phương ngữ mà vượt mất những cơ hội vàng

Suốt 12 năm tham gia ban phụ huynh học sinh, tôi không ít lần chứng kiến, kiên nhẫn lắng nghe nhiều phụ huynh giải bày, đôi khi đến mức bức xúc về việc con cái họ phản ánh: “Con không hiểu bài vì cô giáo nói giọng địa phương X. Y. Z rất khó nghe”. Không ít lần, phụ huynh muốn kiến nghị lên ban giám hiệu yêu cầu đổi cô giáo chỉ vì cô giảng bài với giọng X. Y. Z khiến tình hình học tập của con cái họ bị sa sút, mặc dù nhà trường cam đoan rằng, đó là cô giáo dạy giỏi cấp tỉnh, cấp thành phố. Đôi khi, sau những lần dần xếp đầu đầu ấy, tôi chạnh buồn vì thấy rằng, sửa lỗi phát âm đầu phải là một việc quá khó?

Trong kinh nghiệm làm báo, tôi đã gặp những bạn trẻ từng là thủ khoa đầu vào các trường đại học hàng đầu Việt Nam như Bách Khoa, Ngoại Thương, Kinh Tế Quốc dân với tổng số điểm lên tới 29,5 - 30 điểm/3 môn; có bạn đến từ Nghệ An, Hà Tĩnh, ngôn ngữ giao tiếp đậm đặc phương ngữ. Tôi có một cháu ruột, do không thấy được tầm quan trọng của việc phải sửa lỗi phát âm và luyện cách giao tiếp với tiếng Việt chuẩn mực, nên dù học giỏi xuất sắc các môn chuyên ngành, dù khát khao du học chấy bỏng, dù nỗ lực phấn đấu không ngừng, cháu vẫn không vượt lên được rào cản lỗi phát âm để có thể học tốt tiếng Anh, và cơ hội nhận học bổng du học cứ vượt khỏi tầm tay trong sự tiếc nuối.

Có một tình huống khiến tôi rất cảm phục và ngạc nhiên, đó là hiện tượng Hội An. Cách đây vài chục năm, bạn tôi đến Hội An làm việc và tôi phải khuyên bạn nên có thêm một người để làm thông

dịch viên tiếng phương ngữ. Lúc đó, thị xã Hội An nhỏ bé, nghèo nàn và chưa nhìn thấy con đường phát triển nào khả quan. Tuy nhiên, gần đây Hội An đã trở thành một thành phố du lịch xinh đẹp, duyên dáng, cổ kính, tràn đầy sức sống trẻ trung, cầu thị với hơn 400 nhà hàng đặc sản, hơn 600 tiệm cắt may, gần 500 hiệu đóng giày thủ công...

Hội An phát triển mạnh mẽ, bền vững nhờ du lịch nghỉ dưỡng được kết hợp hài hòa với du lịch khám phá, du lịch mua sắm đồ “thủ công” - đáp ứng xu hướng thị hiếu sử dụng sản phẩm làm tay của người Âu Mỹ, du lịch ẩm thực tinh tế bản sắc mà có sự tiếp nhận nghệ thuật ẩm thực thời đại, v.v...

Và, thật kỳ diệu, người Hội An ngày nay dùng ngôn ngữ tiếng Việt khá chuẩn, dấu vết của âm vực, của từ vựng phương ngữ còn lại trong giao tiếp của còn lại rất mờ nhạt.

Phải chăng, du lịch phát triển đã thúc đẩy ngôn ngữ giao tiếp của người dân ngày một tiệm tiến đến chuẩn? Hay sự nỗ lực sửa lỗi phát âm và nỗ lực giao tiếp bằng ngôn ngữ tiếng Việt chuẩn đã là một trong những yếu tố thúc đẩy kinh tế du lịch Hội An ngày một thịnh vượng?

Tôi tin chắc đó là sự tương hỗ đôi bên, thật tuyệt vời!

Đến năm 2018, Việt Nam và các quốc gia trong khối ASEAN sẽ thực hiện nghị định chung về tự do lao động, theo đó, lao động có quốc tịch trong các quốc gia ASEAN được phép làm việc tự do trong toàn khối, không chịu bất cứ rào cản bảo hộ nào. Do đó, nếu lao động Việt Nam, nhân lực Việt Nam không nâng cao tinh thần cầu thị, cầu tiến, sửa chữa những khiếm khuyết nhỏ trong giao tế, nâng cao năng lực giao tiếp bằng tiếng Anh, song song với nâng cao năng lực làm việc, tay nghề, thì chúng ta có nguy cơ thua trên sân nhà do các hãng đa quốc gia trên lãnh thổ Việt Nam được phép tuyển nhân lực của 11 nước ASEAN chứ không chỉ nhân lực Việt Nam.

Bạn nghĩ sao về điều hiện thực trước mắt này?

Gia đình, cha mẹ: Cái nôi bồi đắp năng lực ngôn ngữ và nền tảng nhân văn cho trẻ

Tầm quan trọng của năng lực ngôn ngữ không chỉ ở chỗ, nó là công cụ tất yếu để giao tiếp, giao cảm mà thực tế, việc huấn luyện trẻ cảm nhận ngôn ngữ, sử dụng ngôn ngữ thuần thục là con đường tất yếu quan trọng để hỗ trợ đại não phát triển hoàn hảo nhất.

Hẳn bạn đã nhận thấy, hoặc sau bài này, bạn sẽ thấy, ngôn ngữ và khả năng biểu đạt ngôn ngữ bao giờ cũng liên quan chặt chẽ với đời sống, môi trường tình cảm.

Do đó, bất cứ ở đâu trên Trái đất này, bất cứ ở cá thể nào, giọng nói, cử chỉ trìu mến, tin cậy, tràn đầy yêu thương của cha mẹ ngay từ khi bé còn trong bào thai cho mãi sau này của cuộc đời luôn là nền tảng quan trọng và vững chắc để đưa trẻ phát triển năng lực tư duy ngôn ngữ, năng lực biểu đạt ngôn ngữ. Đương nhiên, những trẻ có được cơ hội như vậy, rõ ràng sẽ thuận lợi hơn trong việc phát triển tính toàn vẹn của đại não, có đời sống hoan hỉ, cởi mở hơn và không thể là những trẻ có nguy cơ mắc chứng rối loạn phát triển.

Hơn bất cứ thứ gì khác, ngôn ngữ giao tiếp được trẻ hấp thu từ môi trường gia đình, là phản ánh rõ nhất môi trường giáo dục gia đình, cụ thể là từ cha mẹ và người trực tiếp chăm sóc, theo một kịch bản kinh điển: Cha mẹ nói với bé, cha mẹ nói với nhau => bé lắng nghe => ghi nhớ vào não bộ => rồi bé bắt chước phát âm => và cuối cùng là bé nói trôi chảy âm thanh đó giống hệt cha mẹ đã phát âm cùng với ngữ điệu tương ứng mà bé quan sát thấy.

Như vậy, học ngôn ngữ theo cách thức nguyên thủy là cách học *bắt chước* rất tiềm thức và tự nhiên. Do đó, hầu như cha mẹ và gia đình không hay rằng, khi họ nói, giao tiếp, biểu đạt v.v... chính là khi đưa trẻ đang quan sát, ghi nhớ, để sau đó lặp lại, bắt chước.

Những cách thức giao tiếp của cha mẹ, dù chuẩn hay chưa chuẩn, dù đúng hay sai, cũng đã được trẻ sao chép và ghi vào bộ nhớ, rồi sau đó bắt chước y chang.

Thế mới có chuyện, có nhiều trẻ là con cái những gia đình ở Hà Nội, nhưng khi giao tiếp, chúng nói giọng và từ phương ngữ

Thanh Hóa, hỏi ra mới hay, cô bảo mẫu giúp việc của gia đình là người Thanh Hóa!

Hay như có chuyện, bà mẹ gặp tôi phàn nàn vì cậu con trai nói năng bẹt choẹt, ê a “í mà không biết nó học ở đâu cái thứ nhà quê ấy” - khi nghe bà mẹ nói, tôi hiểu ngay bà chính là nguyên mẫu cho thứ ngôn ngữ giao tiếp thấp kém của cậu con mà bà đang ra sức chê bai?!

Một mặc định nữa của các bậc cha mẹ là khi con cái có điểm số môn văn ở trường thấp, họ thường đổ lỗi ngay cho tình trạng dạy văn chán, dạy văn mẫu, văn học - sử - chính trị kém hấp dẫn ở trường gây ra, v.v...

Bạn nên lưu tâm rằng, môn văn mà trẻ được học ở trường chỉ là một khía cạnh, một cấu phần nhỏ trong toàn bộ môn “nhân văn” mà con bạn cần được trui rèn từ rất sớm, một cách chủ động, một cách bền bỉ, có ý thức, một cách sinh động, tuôn chảy thông qua mọi tình huống sống, tình huống giao tiếp hàng ngày... để dần dần bồi đắp một “năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ” cho đứa trẻ của bạn.

Do đó, việc bạn chú trọng sửa lỗi phát âm, bồi đắp năng lực tư duy ngôn ngữ và năng lực biểu đạt ngôn ngữ của bản thân ngày một chuẩn mực, mạch lạc, trong sáng; việc bạn dành ưu tiên để giao tiếp với con trong mọi tình huống có thể trong dòng chảy cuộc sống, ngay từ khi bé còn trong bụng mẹ, từ khi bé nằm trong nôi v.v... ấy chính là bạn đang trưởng thành và đang huấn luyện đứa trẻ của bạn trở thành một người có khả năng giao tiếp ngôn ngữ truyền cảm, có khả năng tư duy ngôn ngữ và biểu đạt sinh động.

Thực ra, khi nỗ lực sống như thế nghĩa là bạn đang cho con một nền tảng nhân văn hoàn hảo - bởi ngôn ngữ giao tiếp là cửa sổ để nhìn vào tâm hồn và tuệ giác; hay nói khác đi, nếu đứa trẻ được bồi đắp một tâm hồn đẹp, lay động, một tuệ giác sáng sủa, một khả năng tư duy ngôn ngữ mạch lạc, giản dị tức là bạn đã tặng cho con mình món quà đầu đời vô cùng quý giá!

Sống tràn đầy và biểu cảm, ấy là bạn đang dâng tặng cho con một phẩm chất sẽ luôn tươi mới sống động, lung linh theo năm tháng cuộc đời.

Ngược lại, nếu bạn là người hoàn toàn không quan tâm đến tư duy ngôn ngữ, bạn nói năng cầu thả, sử dụng khẩu ngữ, thô thiển, cục cằn, câu tối nghĩa, ngữ điệu áp lực, hay không có ngữ điệu, nhạt nhẽo, thiếu biểu cảm, thì chính bạn đã vẽ nên một bức tranh tối màu cho khả năng học môn văn của con cái ở trường.

Nhiều người còn nói về sự vụng ăn nói của họ như là một phẩm chất đáng tin cậy, một dấu hiệu của người hành động và chân thành. Thế rồi, có người lại coi việc con cái học kém môn văn như một dấu hiệu của người trầm tĩnh, thông minh, đáng yêu v.v...

Sự kỳ thị ngầm sâu trong cách nói, cho thấy những bậc cha mẹ này bị bối rối và lúng túng, mơ hồ, không nhận ra sự khác biệt, không phân biệt được giữa một bên là sự “hạn chế của năng lực tư duy ngôn ngữ và năng lực biểu đạt bản thân” của đứa trẻ, và một bên là thói ba hoa, khoa môi múa mép, đôi khi là biểu hiện của những trẻ bị rối loạn kiểm soát, tăng động, nghiện nói dối!

Môn văn ở trường chỉ là sự cụ thể hóa cảm nhận khách quan, bộc lộ thiên hướng hiểu biết chủ quan của trẻ, thông qua những văn bản tác phẩm văn học có tính định hướng lịch sử, chính trị, v.v...

Như vậy, đứa trẻ nào có được nền tảng nhân văn từ môi trường gia đình vững chãi, sinh động, đứa trẻ đó sẽ có khả năng hấp thụ và diễn đạt tốt hơn, có chính kiến hơn vì vốn từ vựng của nó phong phú hơn, vì năng lực giải bày cảm xúc, cảm nhận đã được tập dượt với cha mẹ, với gia đình nhiều hơn, thường xuyên hơn, tự nhiên hơn, thông qua muôn vàn tình huống cuộc sống hàng ngày.

Các bài luyện hiệu quả để bồi đắp năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ

Những phương pháp luyện tập ngôn ngữ dành cho Minh Khuê - cô nữ sinh chuyên Toán trường chuyên Hà Nội - Amsterdam từng được nhận học bổng toán học Odon Vallet, từng được đề nghị tham gia đội tuyển học sinh giỏi văn của trường.

Mẹ - người nói những âm thanh trù mẫn đánh thức đại não vận động

Tôi luôn ghi nhớ trong tâm tưởng hình ảnh sau 12 tiếng, tôi hoàn toàn tỉnh thuốc mê, dù con đau chưa dứt, khi biết con còn nằm lồng ắp, tôi cố gắng đến phòng ắp tìm con.

Trong phòng lúc đó có khá nhiều trẻ, chúng tạo nên một dàn hợp xướng các giọng khóc khác nhau. Tôi nhận ra con gái, mắt nhắm tịt, chân tay quờ quạng và khóc ngằn ngặt. Tôi cất tiếng trù mẫn, dù giọng tôi lúc ấy rất yếu: “Nào nào, con gái nín đi, mẹ đến đây rồi!”. Thật kỳ diệu, mặc dù tôi đang đứng cách nơi con nằm mấy bé, nhưng chỉ có Minh Khuê là nín bật, mắt nghiêng nghiêng như tìm kiếm giọng nói của mẹ.

Thế đó, bạn có thấy xúc động không?

Mỗi khi hồi tưởng lại, tôi vẫn thấy rung rung cảm giác xúc động đặc biệt. Lúc đó, tôi có cảm giác bản thân thật khác biệt, đặc biệt và tự hào vô cùng khi con bé nhận ra mẹ, khi con bé tìm được sự kết nối với mẹ, dù nó chưa thể có nhận thức lý trí.

Rõ ràng, những ngày tháng kiên trì thực hành thai giáo với một niềm tin minh triết mà không nôn nóng, những ngày tháng bền bỉ nói chuyện với con dù con còn non nớt trong bào thai, dù không có chứng cứ gì rõ ràng cho thấy điều đó là có hiệu quả... đã giúp cho sự kết nối của tôi với con gái trở nên vững bền và diệu kỳ đến thế, khi con chào đời.

Dù bị tách mẹ ngay sau ca mổ cấp cứu, Minh Khuê vẫn nhận ra giọng nói, âm vực, âm thanh thân thương mà hàng ngày bé được nghe khi nằm trong bào thai, bởi mẹ luôn nói chuyện, mẹ hát và kể chuyện cho bé nghe. Thế nên, nếu ai đã chứng kiến, đã trải qua, sẽ cảm nhận được mối thâm sâu, bền chặt của sợi dây tình cảm mẫu tử. Hơn nữa, sẽ thấm thía giá trị của việc nỗ lực giao tiếp, giao cảm với con cái bằng ngôn ngữ tình yêu và triu mến, vì đó chính là con đường để phát triển đại não của trẻ, là con đường tất yếu để kết nối đứa trẻ với yêu thương và là nền tảng nhân văn quan trọng giúp trẻ có được năng lực tư duy ngôn ngữ mạnh mẽ và biểu cảm sau này.

Đây là việc làm có chủ ý, vì tôi hiểu, ngôn ngữ và vùng não chủ về tư duy ngôn ngữ nằm ở khu vực được gọi là não “Thú cho bú”, hay “Vùng não tình cảm”, do đó, để năng lực ngôn ngữ của con có cơ hội và môi trường phát triển tốt, tôi đã nỗ lực giao tiếp hàng ngày bất cứ khi nào có cơ hội với con, ngay cả khi bé còn trong bào thai.

Việc nuôi con bằng bầu sữa mẹ là cơ hội hoàn hảo để tôi truyền cảm hứng ngôn ngữ đến con. Tôi ấp con thật êm vào ngực, để con cảm nhận nhịp tim yêu thương bình an của mẹ, để tôi nhìn vào mắt con, nói với con những lời triu mến: “Mẹ yêu con thật nhiều, bé yêu!”, “Thiên thần của mẹ ơi, con có vui không nào?”, “Tít tồ ơi, con là tình yêu của mẹ, mẹ hát cho con nghe nhé v.v...”.

Những khi cho con bú, tôi cố gắng thu xếp một chỗ ngồi thoải mái, để có được cảm giác thư thái, an nhiên, để ngắm con ngậm bầu sữa mẹ, nhìn vào mắt con, giao cảm cùng con bằng ánh mắt dịu dàng, cất tiếng nói thân thương triu mến với con và hát cho con nghe những bài hát nhẹ nhàng du dương, những khúc hát vui vẻ, ngọt ngào v.v...

Có lẽ, suốt đời không bao giờ tôi quên được cảm giác hạnh ngộ tràn đầy khi ngắm đứa con yêu ngậm bầu sữa mẹ, ánh mắt bé vui vui nhìn mẹ, thỉnh thoảng lại nhoén miệng cười toét, vành môi vẫn dính vài giọt sữa và chăm chú lắng nghe mẹ hát từ bài nọ đến bài kia.

Ngày nay, nhiều mẹ trẻ đã hiểu về giá trị của việc nuôi con bằng sữa mẹ, nhưng lại rơi vào sự hiểu và thực hành phiến diện, rất lãng phí.

Nhiều mẹ trẻ rất chú trọng dùng thêm các loại thực phẩm, thuốc kích sữa để sữa về nhiều hơn rồi dùng thiết bị hút sữa hì hụi hút ra cả lít sữa đem cất trữ vào tủ lạnh, dùng cho trẻ tu bình nhiều lần trong ngày!

Thực ra, các mẹ trẻ rất cần thấu hiểu tính toàn vẹn của thông điệp nuôi con bằng sữa mẹ - sữa mẹ không chỉ là thức ăn hoàn hảo cho trẻ, nuôi lớn trẻ về mặt cơ thể mà còn là thứ nuôi dưỡng tình yêu thương trẻ thông qua hoạt động cho con bú! Hoạt động này có rất nhiều ý nghĩa đối với sự phát triển thần kinh trung ương, đại não, sự kết nối thâm sâu bền vững của tình mẫu tử, sự cân bằng tâm lý cho trẻ, khi trẻ được mẹ ấp bên ngực, được ôm bầu sữa mẹ trong cảm giác hoàn toàn bình yên của tình mẹ.

Đặc biệt, hoạt động cho con bú là một cơ hội tốt để giao thức triu mến, tình cảm, âm thanh giọng nói của người mẹ truyền dẫn đến bé thơ một cách tràn đầy và hiệu quả nhất. Những lời ân cần triu mến mẹ nói khi nhìn vào mắt bé, bé sẽ ghi nhận, lưu giữ trong đại não, trở thành tiềm thức và theo mãi trong cuộc đời bé, tạo nền tảng nhân văn cho một năng lực tư duy ngôn ngữ và biểu đạt ngôn ngữ khi bé bước vào các giai đoạn trưởng thành tiếp theo.

Mong sao sự thấu hiểu giá trị toàn vẹn thông điệp “Nuôi con bằng sữa mẹ” sẽ đến được với các mẹ trẻ nhiệt tâm trong cảm hứng nuôi con đúng cách của *Mẹ Thiên Nhiên*.

Trẻ lên ba cả nhà tập nói

Trên quan điểm bồi dưỡng năng lực tư duy ngôn ngữ cho trẻ, thì câu thành ngữ này chưa thật chuẩn xác và đúng đắn, vì thực ra,

sự giao tiếp, giao cảm của người mẹ với con mình bằng ngôn ngữ bắt đầu rất sớm, ngay khi bé còn trong bào thai.

Thực tế đã chứng minh, nhiều trẻ trai vì quá ngoan, quá hiền ở giai đoạn nhũ nhi, nên ít được mẹ hoặc người chăm sóc bế ẵm, cưng nựng như một giao thức giao tiếp, mà thường hay được mẹ đặt nằm chơi một mình, dẫn tới đầu bẹp cá trê.

Nếu bạn tinh ý quan sát, những người thành niên có kiểu đầu bẹp cá trê thường có năng lực ngôn ngữ, năng lực biểu đạt cảm xúc tương đối hạn chế so với người khác. Khi sự giải bày cảm xúc bị kìm nén, hạn chế, xúc cảm tiêu cực bị tích tụ khiến họ dễ bị kích động khi đối phương dùng lời lẽ tấn công, dễ có xu hướng giải quyết xung đột, mâu thuẫn bằng bạo lực. Khi khả năng giải tỏa, giải bày, giải quyết bằng đàm phán, cảm thông bị hạn chế, thì dù tâm hồn thiện ý họ cũng vẫn sẽ chật vật và phạm nhiều sai lầm trong các giao tiếp xã hội. Thật là một khiếm khuyết đáng tiếc có nguồn gốc từ sự giáo dục gia đình thuở thơ bé.

Ngôn ngữ liên quan mật thiết đến hành vi biểu lộ, biểu cảm, kết nối do đó, năng lực tư duy và năng lực biểu đạt ngôn ngữ của các bé gái thường phát triển nhanh hơn, tinh tế hơn và nhạy cảm hơn.

Theo quan sát của cá nhân, tôi cho rằng, điều này liên quan đến đặc tính của nhũ nhi trai:

Bé trai thường dễ nuôi, dễ chăm và ít quấy khóc hơn nhũ nhi gái, do đó, chúng dường như thiệt thòi hơn so với trẻ gái về mức độ được mẹ hoặc người bảo mẫu quan tâm, giao tiếp.

Hệ thần kinh trung ương và đại não của bé trai hoàn thiện chậm hơn, cũng là một yếu tố khiến năng lực ngôn ngữ của bé trai bị mất điểm nhiều hơn trước bé gái cùng tuổi.

Đây là một gợi ý rất quan trọng và là thông điệp tha thiết của tôi với những bà mẹ đang nuôi trẻ trai nhũ nhi. Họ cần hết sức chú ý để chủ động dẫn dắt con trai của mình một cách ân cần, chu đáo, sáng suốt, khoa học và phù hợp nhất có thể.

Một manh mối có tính kết nối khẳng định, như sau: Về thể lực và hệ xương, trẻ trai phát triển nhanh, sức vóc cường tráng, dư thừa sinh lực. Nhưng ở khía cạnh năng lực biểu đạt, do những tác nhân môi trường và cách nuôi dạy, nhiều trẻ trai tuổi vị thành niên rơi vào bối rối vì vốn từ vựng nghèo nàn dẫn đến khả năng giải bày bản thân vụng về, khả năng thông báo thông tin chậm chạp, thiếu nội dung; do đó, nếu có hiểu nhầm hay xung đột nào đó, họ khó xoay sở, lúng túng trong thu xếp đàm phán, khó chia sẻ cảm thông. Dẫn đến, có hai khả năng xảy ra:

♥ Hoặc là những đứa trẻ có xu hướng giải quyết mâu thuẫn bằng bạo lực thì bị gọi là khó bảo, ngổ ngáo, quậy phá, hư hỏng;

♥ Hoặc khó giải bày triền miên, bối rối tự khép mình, thu mình ít nói và yếm thế tự ti, hoặc trầm trọng hơn là biểu hiện của chứng rối loạn phát triển.

Như vậy, người mẹ tận tụy là phải thấu hiểu, ngay cả với trẻ nữ nhi chưa biết đòi hỏi, yêu cầu, chưa có ngôn ngữ nói để giao lưu với mẹ, thì người mẹ vẫn nên nỗ lực nói chuyện, cười, nhìn vào mắt bé, tạo một môi trường ngôn ngữ lành mạnh, trìu mến, du dương và thường xuyên, để tâm thức, tiềm thức của bé luôn được đánh thức và ghi nhớ.

Rèn luyện Minh Khuê biết vận dụng ngôn ngữ

Những mô thức cơ bản trong giao tiếp ngôn ngữ

Ngay từ khi bé Minh Khuê chưa biết nói, bé đã luôn được mẹ chăm sóc trong một môi trường chủ động, nhiều giao tiếp ngôn ngữ vui vẻ, dí dỏm, có thể là giữa hai mẹ con hoặc thêm cô bảo mẫu.

Tôi khích lệ con gái bằng giao lưu ánh mắt, miệng không bị ngậm vú giả nên luôn sẵn sàng cười toe toét, cời mở hoặc la hét húng khởi bằng những âm thanh biểu cảm, tuy chưa rõ ràng là ngôn ngữ.

Đến khi tròn 8 tháng, từ đầu tiên bé Minh Khuê cất lên đó là “Mẹ!” rất rõ ràng, kéo dài ngộ nghĩnh. Tháng thứ 9 bé Minh Khuê

gọi được 2 từ “Mẹ ơi!”. Đến khi tròn 18 tháng, cô bé ấy có thể hát “liên khúc” hơn 15 bài hát trong đĩa ca nhạc “Con cò bé bé” của chị Xuân Mai, vừa nhún nhảy vui vẻ lắm.

Đọc đến đây, chắc hẳn có bạn sẽ chép miệng: “Ôi, mỗi đứa một khác, nó dùng từ ngữ giỏi thế vì mẹ nó là nhà văn!”.

Tôi nhấn mạnh vấn đề này, vì đó đang là một tập quán nghĩ theo lối mòn, mặc định đương nhiên vai trò của di truyền, vai trò độc tôn của yếu tố con nhà nòi. Suy nghĩ mặc định như vậy quả là lối tư duy cũ, mơ hồ, thụ động và tiêu cực

Nếu bạn đổ tất cả trách nhiệm cho gen di truyền và bẩm sinh, tức là bạn đang tỏ ra vô trách nhiệm, ngại gánh vác sự nghiệp rèn dũa năng lực tư duy ngôn ngữ cho con trẻ của mình. Nếu quy kết cho yếu tố con nhà nòi, nghĩa bạn tự đánh giá thấp bản thân mình.

Tôi kể cho các bạn nghe hai mẩu chuyện nhỏ sau đây.

Chị bạn tôi là một nhà thơ có tiếng, chồng chị cũng là nhà thơ và hai vợ chồng đều giữ các vị trí quan trọng ở hai tờ báo lớn. Tức là họ đều là những cá nhân sở hữu năng lực tư duy ngôn ngữ mạnh.

Một lần gặp nhau, chị bảo: “Vất vả thật, hôm nào cũng hơn 7 giờ tối mới rời cơ quan, qua chợ mua quáng quàng mấy lạng giò về cho con ăn tối. Thậm chí, có hôm hai vợ chồng về tới nhà thì con trai đã lăn ra ngủ từ lúc nào”.

Chị còn kể câu chuyện ngộ nghĩnh về cậu con trai, nhưng lại khiến tôi suy nghĩ mãi: “Hôm qua, cô giáo trả bài kiểm tra tập làm văn, ông con bị điểm cực kém, kèm theo lời phê của cô giáo: ‘Bố nhà thơ, mẹ nhà thơ, sao con học văn u ơ thế này?’”.

Một câu chuyện nữa cũng hết sức chân thực, chị bạn tôi một ngày đẹp trời bỗng thắc mắc: “Ngày cậu, làm sao mà cậu dạy con học văn giỏi thế, tớ thì chịu, thằng con tớ chẳng chịu hợp tác gì!”. Câu hỏi này khó đến mức tôi ó ra một chốc rồi mới tìm thấy câu trả lời thế này: “Hình như, tớ chẳng dạy gì, hay là tớ dạy nhiều đến mức nó hòa vào thành dòng chảy cuộc sống, thành hơi thở sự sống vậy.”

Như vậy, mặc dù cha mẹ là những người có năng lực ngôn ngữ đặc biệt, nhưng vì không có chiến lược, không có cảm hứng và không có lộ trình để rèn luyện năng lực ngôn ngữ cho con, thì đứa trẻ vẫn gặp mọi rắc rối như những đứa trẻ khác không phải con nhà nòi!

Thế đấy, bạn cần thể hiện sự tuôn chảy nhiệt tình sống của mình, bạn cần làm mẹ hoan hỉ và tràn đầy cảm nhận thụ hưởng cuộc đời. Nếu bạn phân tách bốn phận làm mẹ và cuộc đời của bạn thành hai phần khu biệt, không liên quan, thì bạn sẽ luôn bị lúng túng, xung đột giữa một bên là bốn phận trách nhiệm làm mẹ và bên kia là sự nghiệp đam mê của riêng mình!

Tôi nhấn mạnh điều này vì giai đoạn con bắt đầu biết vận dụng ngôn ngữ, trau dồi năng lực tư duy ngôn ngữ chính là khởi điểm cho quá trình bạn kiên nhẫn, chú tâm và dành nhiều thời gian hơn cho bé yêu của mình.

Phân loại công năng của ngôn ngữ trong giao tiếp, theo đó có mấy công năng cơ bản để giao lưu với nhau, duy trì quan hệ với nhau, như sau:

- ♥ Năng lực ngôn ngữ cần để giải bày những nhu cầu, đòi hỏi của bản thân, để bày tỏ quan điểm, cách nhìn của bản thân, để ra lệnh và đặt ra quy định cho bản thân và đối tượng khách quan.
- ♥ Năng lực ngôn ngữ cần để trình bày, để học hỏi.
- ♥ Năng lực ngôn ngữ cần để sáng tạo, tưởng tượng.
- ♥ Năng lực ngôn ngữ cần để kể chuyện, trần thuật.

Để luyện tập, trui rèn năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ cho con gái, tôi hiểu rằng, sự phân chia này chỉ có ý nghĩa giúp tôi thấy rõ hơn tầm quan trọng của giao tiếp ngôn ngữ đối với mỗi cá thể trong cộng đồng xã hội. Điều đó cũng giúp tôi có động lực để hành động bền bỉ hơn khi đã thấu hiểu tầm quan trọng của việc phải nâng cao năng lực biểu đạt ngôn ngữ cho con gái vì ngôn ngữ

là chìa khóa vạn năng giúp con nhận thức, khám phá cái mới; biểu đạt nội tâm, nguyện vọng của bản thân một cách rõ ràng, minh triết, mạch lạc; giúp con có năng lực truyền thông điệp đến người khác một cách đầy cuốn hút, biểu cảm, v.v...

Năng lực ngôn ngữ là cơ sở quan trọng để trẻ có được những phẩm chất kỹ năng xã hội thuần thực.

Các phương pháp luyện tập bền bỉ của Minh Khuê để thuần thực năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ

Hình thức đọc và kể chuyện cho con nghe thay cho khúc ru buồn (0 - 5 tuổi)

Ở Việt Nam, tập quán ru con có từ lâu đời, và trong tâm thức Người Việt, với trẻ nhũ nhi và ấu nhi, con đường tiếp cận ngôn ngữ, âm nhạc, tình cảm luôn được bắt đầu bằng những khúc ru. Điều này là một nét truyền thống, như bao dân tộc khác trên Trái đất. Tuy nhiên, nội hàm và giai điệu của những khúc ru ở Việt Nam có xu hướng đượm buồn cả về nội dung và giai điệu, do con đường trường tồn của các khúc ru ấy là kinh qua những cuộc chinh chiến chia ly với hình ảnh người đàn bà cô đơn như hòn vọng phu đầu dải.

Cho nên, nếu sử dụng khúc ru truyền thống như giải pháp tối ưu trước khi đưa bé thơ vào giấc ngủ, theo tôi là không ưu việt vì nó tạo thành một tâm thức u hoài, buồn bã, lê thê, tiêu cực trong đại não của trẻ, dù bạn muốn hay không.

Giai đoạn từ trạng thái thức chuyển qua trạng thái giấc ngủ REM (giấc ngủ chưa sâu) là giai đoạn hoạt động mạnh của vùng tâm thức. Những ghi nhớ trong giai đoạn hoạt động này của não rất hiệu quả, dù không chủ động, nhưng khả năng ghi nhớ sẽ sâu và bền lâu, tuy tần suất lặp lại cho một sự nhớ cần nhiều hơn đáng kể so với nhớ có ý thức. Hiểu được điều này, tôi nhận thấy đọc truyện và kể chuyện biểu cảm cho con gái nghe trước khi đưa bé vào giấc ngủ là một cách luyện tập và trui rèn năng lực ngôn ngữ, năng lực biểu đạt ngôn ngữ cho Minh Khuê vô cùng hiệu quả.

Hàng ngày, thay cho việc hát ru, tôi mở những bản nhạc cổ điển nhẹ nhàng, âm thanh vừa phải và bắt đầu đọc truyện cổ tích cho con gái nghe. Tôi kiên trì thực hành việc này ngay từ khi Minh Khuê chưa biết nói.

Người mẹ nên chọn những câu chuyện ngụ ngôn dí dỏm của Lev Tolstoy, Aesop, La Fontaine, những truyện cổ tích nổi tiếng, nhẹ nhàng, có hậu... của mọi dân tộc trên thế giới, đặc biệt là những truyện cổ tích về loài vật rất sinh động, tươi sáng, hồn nhiên và nhân ái của anh em Grimm.

***Sáng tác truyện cổ tích có nhân vật chính là đứa trẻ đáng yêu của bạn
Kích thích trí tò mò ngôn ngữ và vận dụng***

Dần dần khi Minh Khuê lớn hơn, cỡ 2 tuổi trở lên, tôi còn “sáng tác” những câu chuyện dựa trên những sự vật, nhân vật mà bé Minh Khuê biết, khiến bé rất hứng thú, ngạc nhiên, kiểu như thế này:

“Ngày xưa ngày xưa, ở một vương quốc tình yêu, có một người mẹ tên là Hải Âu. Vào một buổi chiều đẹp ơi là đẹp, nắng rắc xuống vườn cây trái những dải vàng óng ánh như kim tuyến, chim chóc ca vui rộn ràng. Con suối lấp lánh, những chú sóng nhỏ nhún nhảy đuổi theo nhau thành dòng, reo vui. Bên khe đá, từng đàn cá vảy ánh vàng, ánh bạc bơi lội tung tăng. Trên vòm cây, những trái ổi, trái na nở bung túi hương, khiến cả khu vườn thom lừng mùi trái chín. Hôm ấy, một ngày rất đặc biệt mẹ Hải Âu đã sinh ra một bé gái xinh ơi là xinh. Cô bé có đôi mắt đen láy, cái miệng xinh xinh luôn nhoẻn cười”.

Tôi nhìn vào mắt bé Minh Khuê, kể một cách diễn cảm ra vẻ say sưa, khiến bé Minh Khuê rất hồi hộp. Đến đoạn tả về cô bé của mẹ Hải Âu thì bé Minh Khuê bồn chồn lắm, lo lắng, nhờ mẹ đặt tên cho cô bé khác đi thì sao nhỉ? Thế là bé Minh Khuê choàng dậy, ôm cổ mẹ và la lên: “Để con kể tiếp nhé... và cô bé của mẹ Hải Âu tên là Minh Khuê đúng không mẹ?”

- Ừm, đúng rồi! Sao con giỏi thế, sao con lại đoán được nhỉ? Bé Minh Khuê đáp ngay: “Vì con là cô bé trong truyện cổ tích ấy mà!”

Đấy, bạn thấy chưa, trẻ em rất thích nghe truyện cổ tích, đặc biệt là những câu chuyện mà trẻ có thể kể tiếp, trẻ thấy hứng thú và bị kích thích để đáp ứng diễn biến câu chuyện. Do đó, năng lực tư duy của trẻ được đánh thức liên tục, được vận dụng liên tục, dần dần trở nên thành thục, nhạy bén, tinh tế và sinh động.

Như vậy, hình thức đọc truyện, kể truyện cho con nghe trước khi đưa bé vào giấc ngủ, theo tôi thực sự là một “tiết học” ngôn ngữ cực kỳ sinh động, phong phú, hiệu quả và bền vững dành cho con yêu của bạn.

Từ những câu chuyện mẹ kể, mẹ đọc, bé thu nhận được một lượng từ vựng khá lớn, hiểu được sắc thái của ngữ điệu: khi mẹ đọc câu cảm thán, câu hỏi thì ngữ điệu cao về cuối câu; câu kể thì ngữ điệu chậm và xuống ở cuối câu; câu trần thuật thì ngữ điệu dồn dập, gấp gáp, thể hiện sự biến động nhanh của sự kiện trong thời gian, v.v...

Kích thích năng lực tưởng tượng và mô tả lại tưởng tượng bằng ngôn ngữ

Một điều cực kỳ hiệu quả để trau dồi năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ là người mẹ hay người bảo mẫu nên duy trì hình thức đọc và kể truyện cho bé trước khi đưa bé vào giấc ngủ, nhưng câu chuyện nên dừng lại ở khúc giữa, nơi có nút thắt. Ví dụ: “Vì nhớ bà quá, cô bé bắt đầu hành trình đến nhà bà xuyên qua cánh rừng bằng lối mòn vắng vẻ, cô bé đã quên lời mẹ dặn dò rằng con đừng bao giờ đi qua lối ấy...”.

Sau đó, tôi vỗ vào lưng bé, “giờ thì bé yêu ngủ ngon nhé, mai mẹ kể tiếp”. Minh Khuê tò mò hỏi:

- Thế rồi sao nữa hả mẹ, cô bé quàng khăn đỏ có bị lạc đường không mẹ?

- Con hãy tưởng tượng tiếp đi, tối mai mẹ sẽ đọc tiếp và chúng ta sẽ xem cô bé ấy có bị lạc đường không nhé?

Khi thực hành điều này thường xuyên, tôi đã giúp con gái luyện tập năng lực tưởng tượng, kết nối chi tiết, sáng tác và đưa ra các giả thiết của đoạn kết theo cách nhìn nhận và hiểu biết của bé.

Kích thích bản năng tự vệ an toàn để trở thành công trong ngôn ngữ biểu cảm

Đọc và miêu tả truyện tranh cũng là một hình thức trẻ rất hứng thú.

Tôi tìm những cuốn truyện tranh vẽ theo phong cách siêu thực và đọc cho con nghe, diễn tả cảnh trong tranh và “bịa” thêm tình huống cho sinh động để gửi gắm những điều tôi muốn nói với con kiểu như:

“Hai chú thỏ đang lang thang trên thảo nguyên xanh. Một bạn tên là Âu, một bạn tên là Khuê. Thỏ Khuê rủ bạn thỏ Âu: ‘Nào chúng mình đi chơi đi, một chuyến thật xa, biết đâu bên kia bờ cỏ, có một dòng suối đẹp hiền hòa với những bụi hoa hồng gai thơm ngát. Ui, tuyệt vời quá!’

Thỏ Âu bèn nói: ‘Ui, ui, tôi không dám liều lĩnh đâu, nhớ bên kia bờ cỏ không có dòng suối nào, không có bụi hoa hồng nào... mà là một con mãnh hổ đang rình mồi thì sao?’

Lúc này, Minh Khuê tranh lời mẹ, kể tiếp:

Thỏ Khuê la lên: ‘Thế thì chạy vào hang thôi...’

Nếu bạn thực hành thường xuyên hình thức đọc và kể chuyện cho con nghe, thì hiệu quả của việc rèn luyện và bồi dưỡng năng lực tư duy, biểu đạt ngôn ngữ là vô cùng kỳ diệu.

Hơn nữa, đây là một kênh để bạn bồi đắp tinh thần nhân văn, thái độ sống, lòng vị tha cho con thông qua nội dung câu chuyện mà bạn chọn kể. Hình thức này không chỉ hiệu quả với trẻ - người thụ hưởng giáo dục, mà với cả bạn - người đang tiến hành hoạt động huấn luyện trau rèn ngôn ngữ cho trẻ, cũng trở nên có bản lĩnh, có sắc thái truyền cảm hơn do luôn nỗ lực tìm kiếm ngôn ngữ đẹp, chuẩn mực để kể cho con nghe.

Hình thức chơi đồ hàng, diễn kịch: (từ 3 - 7 tuổi)

♥ Kích thích đối thoại và khả năng ứng đáp

Minh Khuê rất thích chơi đồ hàng, bán hàng, diễn kịch và thường tha thiết mời mẹ chơi cùng.

Lý do Minh Khuê thích mẹ chơi cùng là vì tôi hay đặt các câu hỏi, đôi khi độc thoại nhưng thực ra là nói cho Minh Khuê nghe, kích thích cô bé đối thoại.

Nội dung trò chơi là giả định tình huống:

- “Tôi muốn ăn phở, bác bán cho tôi bát phở nhé?”

- “Tôi hết phở rồi, bác ăn tạm bánh ngọt nhé?”

- “Ô sao hàng phở lại có bán bánh ngọt nhi?”

- “À, bác ạ, tôi mở siêu thị, nên bán nhiều thứ lắm ạ!”

Hình thức này có hiệu quả đặc biệt với những bé ngại nói, lười tư duy ngôn ngữ... Do đó, hình thức vào vai diễn, với những đối thoại, câu hỏi đầy tò mò... đòi hỏi trẻ phải vận hành đại não để tìm câu đối đáp hợp lý, thú vị, biến báo, có khả năng thuyết phục người đối thoại. Sau mỗi lần vượt qua một giả định, thuyết phục được người hỏi, Minh Khuê sẽ nhận được một phần thưởng do hai mẹ con quy định.

Trò chơi này thường xuyên đổi vai, giúp cho con gái luyện tập cả khả năng tìm giả thuyết, giả định, luyện tập cả khả năng ứng phó, trả lời khúc triết, hợp logic và tôn trọng thực tế khách quan.

♥ Bài luyện “Gọi điện thoại cho ai đó” - luyện năng lực giao tiếp ngôn ngữ gián tiếp

Rèn luyện năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ mạch lạc, không dùng khẩu ngữ! Đây là bài luyện khó, cần kiên trì, hướng dẫn tỉ mỉ lâu dài nhưng hiệu quả mang lại vô cùng kỳ diệu.

Khi Minh Khuê khoảng 3 tuổi, tôi bắt đầu hướng dẫn con cách thức tiến hành một cuộc điện thoại

Đến khi Minh Khuê vào lớp 1, bài luyện về năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ thông qua “gọi điện thoại cho ai đó” trở thành một bài luyện thường xuyên để tăng cường khả năng, sự thuần thục các nguyên tắc ứng xử bằng ái ngữ (ngôn ngữ chau chuốt, đẹp đẽ, lay động) khi tiến hành giao tiếp không trực tiếp.

Vạch đề cương các bước không thể bỏ qua của một cuộc giao tiếp ngôn ngữ nhưng vắng mặt:

- Mục đích cuộc gọi: gọi để thông báo, gọi để thăm hỏi sức khỏe, gọi để bàn công việc hay gọi để nói chuyện, v.v... Tôi luôn nhắc nhở Minh Khuê xác định rõ mục đích gọi để lựa chọn ngôn ngữ phù hợp.

- Đối tượng nhận cuộc gọi: xác định đối tượng để lựa chọn cách chào hỏi đúng.

- Xác định quỹ thời gian dành cho cuộc gọi để không ảnh hưởng đến những việc tiếp theo, đồng thời phải luôn nghiêm túc và hiểu được phép xã giao phù hợp với cuộc gọi.

Ví dụ: Gọi để thông báo: ngắn gọn, đủ thông tin, không dài dòng. Gọi thăm hỏi sức khỏe: thời gian vừa phải vì như thế có thể khiến người được thăm hỏi phải gắng sức. Gọi để nói chuyện: phải lễ phép hỏi xem đối tượng được gọi có dành cho mình đủ thời gian để nói hết câu chuyện hay không?

- Đưa ra giả định, gọi đến máy cố định và người cầm máy không phải là đối tượng mình cần gặp thì xử lý thế nào?

Phải nói những thông tin cô đọng: Tôi là ai? Quan hệ với đối tượng mình cần điện đàm như thế nào? Mục đích cuộc gọi có quan trọng không, mình cần gặp đối tượng ngay hay để lần sau gọi lại cũng được?

♥ Các bước tiến hành cuộc gọi:

- Khi đầu dây bên kia nhắc máy, lắng nghe tiếng alo để xác định giới tính, lứa tuổi rồi lựa chọn đại từ hợp lý để chào, lễ phép, âm vực vừa phải, ôn tồn.

- Sau đó, thông báo nội dung cuộc gọi và đợi đầu dây bên kia xác nhận đã hiểu nội dung.

- Sau đó, trình bày nội dung với ngôn ngữ chọn lọc, cân nhắc để tránh hiểu nhầm, hiểu lạc ý, vì gọi điện thoại là hình thức giao tiếp ngôn ngữ gián tiếp, không phải mặt đối mặt nên sức biểu cảm của ngôn ngữ không được hỗ trợ bởi diện mạo, sắc mặt, ánh mắt, nụ cười... Do đó, tôi nhắc con gái nên sử dụng ái ngữ để truyền tải cảm hứng đến đối tượng nghe.

Nếu thông báo về một sự kiện nào đó, thì các bước nhất định phải thông báo rõ ràng, mạch lạc như sau: Tên của sự kiện, nội dung của sự kiện, thời gian diễn ra, địa điểm diễn ra (có lưu ý đến trang phục và nơi đỗ xe hơi không?).

- Lời chào tạm biệt để kết thúc cuộc điện đàm nên được thông báo kèm theo lời cảm nhận vui vẻ, hạnh phúc hay thích thú với cuộc điện đàm này và lời chúc may mắn vui vẻ. Cuối cùng trước khi dừng máy, chò phía bên kia hạ máy mới cúp máy của mình.

Hướng dẫn con thực hành thường xuyên việc gọi điện cho ai đó là một phương pháp vô cùng hữu hiệu, nhằm giúp con tập dượt, rút kinh nghiệm trong việc sử dụng, lựa chọn ngôn ngữ phù hợp với các cuộc giao tiếp ngôn ngữ gián tiếp.

Tôi nhấn mạnh với Minh Khuê rằng, trong dòng chảy cuộc sống, sẽ có rất nhiều cuộc giao tế, đàm phán diễn ra trên phương tiện điện thoại, do đó sự thành bại hoàn toàn trông cậy vào các yếu tố thuộc về năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ của bản thân. Điều này thôi thúc Minh Khuê luyện tập, tìm tòi, sáng tạo, linh hoạt, vận dụng hợp lý các tổ hợp từ vựng, các kiểu câu, kiểu thoại để làm bật lên vẻ đẹp, sức thuyết phục của bản thân ngôn ngữ, ngữ điệu, âm vực... nhằm đạt được mục tiêu cuộc điện đàm.

Minh Khuê viết nhật ký - Rèn luyện kỹ năng lựa chọn vấn đề, kỹ năng đặc tả

Sau một ngày, hoặc một tuần, tùy thời điểm, Minh Khuê tự lựa chọn một vấn đề mà cô bé thấy quan tâm để viết cảm nhận. Trong bài cảm nhận đó, yêu cầu cần thiết là tính chân thật, phản ánh đúng hiện thực nhưng được đánh giá theo góc nhìn, quan điểm của cá nhân cô bé. Bài cảm nhận không nên quá dài, chỉ giới hạn dưới 800 chữ.

Bài luyện này nhằm giúp Minh Khuê phát hiện vấn đề cô bé nên quan tâm, hay thích quan tâm, rồi “nhắc” nó ra khỏi dòng chảy bộn bề, chìm lấp của các sự kiện cuộc sống, quan sát nó, nhìn nhận nó ở một góc nhìn cận cảnh, lột tả.

Bài luyện này gần giống như bài thực tập chụp ảnh chân dung, hay cao hơn là thực hành bài vẽ đặc tả chủ thể... Nó có tác dụng giúp Minh Khuê trở nên nhạy bén, có óc quan sát tinh tế ngay trong dòng chảy khách quan, biết phát hiện ra những góc nhìn, vấn đề hay sự việc gây hứng thú.

Đặc tả chân dung, sự việc, bình luận sự kiện bằng ngôn ngữ là một dạng bài luyện viết tiểu luận, viết khắc họa rất hữu dụng trong quá trình bồi dưỡng năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ cho trẻ. Nó giúp nâng lực ngôn ngữ của trẻ ngày càng tinh tế, lay động mà khởi đầu chính là lối hành văn giản dị, sử dụng câu đơn giản, sáng sủa, chân thực và đi thẳng vào vấn đề trung tâm.

Khi còn bé, các bài luận đặc tả, bình luận của Minh Khuê đơn giản là viết về những đồ vật, con vật, những người quen biết xung quanh cô bé, lớn dần lên là những vấn đề về môi trường, quan hệ bạn bè, vấn đề toàn cầu, v.v...

Dạy văn là dạy trẻ học cách sống đẹp

*Chúng ta đang đi ngược: Dạy trẻ học văn
khi trẻ quá nghèo nàn trải nghiệm sống.
Giỏi văn bị hiểu là tài ăn nói, sáo rỗng,
giáo điều, phù phiếm!*

Thời đại của những trang viết trải nghiệm chân thành, đích thực!

Đã qua rồi thời của hư cấu, bịa chuyện

Câu chuyện thứ nhất

Cách đây hai năm, tôi được hạnh ngộ một người phụ nữ đầy quyền lực, nổi tiếng của một trường đại học hàng đầu nước Mỹ. Bà sang Việt Nam du lịch, trước khi trở về Mỹ để dự một khóa học dài hạn. Bà nói trong sự hồn hậu, bình thản lạ lùng: “Tôi chủ động tạm nghỉ vai trò giám đốc trong một thời gian để tham gia khóa học viết mà tôi khao khát từ lâu!”.

Theo sự hiểu của tôi thì đó là khóa học hướng dẫn viết hồi ký, tự truyện. Có thể bạn sẽ ngạc nhiên vì điều này, rằng chẳng ai điên mà từ bỏ vị trí đem lại thu nhập trên dưới 20 ngàn đô-la/tháng, để đi học cái trò viết lách phù phiếm vô giá trị!

Tuy nhiên, theo quan sát và hiểu biết của tôi thì đây là một xu hướng đang dần trở nên rất phổ biến tại Mỹ. Ở một đất nước mà năng lực cá nhân được coi trọng, nếu bạn nỗ lực thì luôn có cơ hội

để bạn tỏa sáng. Ở đó, lẽ sống hết mình, dẫn thân đến từng tế bào sống rất được khuyến khích.

Sau những tháng năm dẫn thân, cống hiến, đến một thời điểm được cân nhắc phù hợp trong đời, bạn có thể bước chậm lại, có thể viết tự truyện, hồi ký. Trước hết, bạn tin rằng, đây là cách bạn tận hiến cho đời bằng những chia sẻ chân thật, những máu thịt của đời bạn, như một thông điệp yêu thương. Thêm nữa, bạn cũng có thể trở nên giàu có hơn, nếu bài học cuộc đời bạn khiến nhiều người tìm thấy con đường họ đang bước trong đó, họ sẽ tìm mua sách của bạn.

Nhìn rộng ra toàn cầu: Khi mà mọi nhu cầu vật chất đều được công nghiệp đáp ứng ngay lập tức. Khi nghệ thuật, khát khao khắc họa, trí tưởng tượng từ rùng rợn, ghê sợ đến huyền ảo thiên đàng... đều được đáp ứng. Khi công nghệ thông tin phá vỡ mọi giới hạn, “nuông chiều” mọi đòi hỏi của con người. Khi mọi kịch tính, xung đột xã hội, mọi mô tả chi tiết đều được điện ảnh khắc họa, đạt tới đỉnh cao, đạt tới tính hiện thực “bàng hoàng” bằng những thước phim tài liệu, thời sự nóng bỏng... thì khi đó, văn chương hư cấu, sáng tác hư cấu, lối viết xoáy vào nỗi đau, gặm nhấm thân phận... không còn mấy đất để dụng võ. Bên cạnh đó, khoa học đã đạt tới đỉnh cao, nhiều lĩnh vực như vật lý hạt nhân, sinh học, y học vượt xa những giới hạn ngoài sức tưởng tượng của con người. Tuy nhiên, nhiều hiện tượng vẫn chưa thể lý giải thấu đáo theo cách cắt lát siêu hình trong phạm vi từng lĩnh vực khoa học (hạt nhân nguyên tử cũng bị phá vỡ, và những hạt đó có khả năng xuyên tường và được gọi là “hạt ma”).

Do đó, nếu tinh ý, bạn sẽ nhận ra thái độ sống khiêm nhường, hòa hợp với tự nhiên, một tinh thần rất từ ái của những cá nhân ở phương Tây lại rất gần gũi với tinh thần Đức Phật ở phương Đông. Đó là bởi với nền tảng tinh thần khoa học dẫn thân, những thành tựu khoa học rục rịch, phương Tây đã có được hành trình trưởng thành của hiểu biết như sau: hiện thực → kiến thức → tri thức → trí tuệ → tuệ giác (Khoa học trong tính toàn vẹn của khách quan). Điều mà Đức Phật luôn nhắc nhở 5.000 năm trước, đó là hãy quán chiếu

khách quan trong tính toàn vẹn của nó, đang là cảm hứng tràn đầy của phương Tây lúc này. Người phương Tây đam mê tìm hiểu Đạo Phật trong ánh sáng khoa học. Cách lý giải, hiểu biết của họ đối với những triết lý Đức Phật đầy ánh sáng của thành tựu khoa học, và họ hoan hỉ nhận ra Freud hay chủ nghĩa hiện sinh phương Tây chỉ là những học trò của Phật và Lão Tử. Giờ đây, phương Tây có xu hướng chiêm nghiệm, tìm vào nội tâm, khám phá bản thân, tìm hiểu khả năng, giới hạn của bản thân, để từ đó nhận thấy mình trong sự hài hòa, đồng nhất nguyên thể hợp thông với thiên nhiên. Khi đã thấu đạt sâu sắc, họ tự tin bộc lộ nội lực, nội tâm, sống dẫn thân nhưng đồng thời lại hết sức khiêm nhu, từ ái, chân thật.

Từ những yếu tố mang hơi thở thời đại ấy, xã hội ngày càng có xu hướng hàm ơn những trang viết thấm đẫm cuộc đời, trải nghiệm chân thực, vui buồn, trả giá, khổ đau hay hạnh phúc của họ. Bởi đó mới là những trang viết sống động, không sao chép, không khuôn mẫu, không hình thức, không câu nệ, không dính mắc vào bất cứ trường phái biểu đạt nào. Đó là những trang viết đầy ắp hơi thở cuộc sống, đầy ắp những bài học máu thịt, hữu ích mà gần gũi. Những tác phẩm tự truyện như thế, được đánh giá cao, được trả giá cao vì giá trị nội tại và sự lan tỏa thông điệp đến cộng đồng bằng chính sự chân thực, chân xác từ chính cuộc đời tác giả.

Khoảng năm 2004 - 2005, nước Mỹ phát động cuộc thi “Những câu chuyện xúc động về cuộc đời của bạn” trên Internet, làm lan tỏa hàng nghìn truyện ngắn, truyện cực ngắn rất thấm thía, sâu sắc, xúc động của những con người bình thường về cuộc đời và những trải nghiệm của mình. Họ không phải là nhà văn chuyên nghiệp nhưng họ là những con người sống chuyên nghiệp và dẫn thân tận hiến!

Tôi nhớ câu nói nổi tiếng của đại thi hào Nga Lev Tolstoy: “Thực ra, trong suốt cuộc đời, mỗi nhà văn chỉ viết được một cuốn sách, những cuốn khác chỉ là sự minh họa thêm cho cuốn sách cuộc đời mà thôi”.

Xu hướng sống dẫn thân, trải nghiệm, thành công, khổ đau, sai lầm, kể cả những góc khuất cuộc đời, đến một ngày sẽ được xã hội

trả giá xứng đáng, nếu anh cố gắng, tận hiến công khai những sự thật đó như là một bài học cuộc đời giúp thế hệ đi sau có thêm bài học tinh thức. Thế thì ngay cả việc trải nghiệm cái chết, góc khuất cũng được trân trọng và có giá trị lớn.

Những cuốn sách được bán chạy nhất nước Mỹ là những cuốn tự truyện thấm đẫm cuộc đời, chân thật như: *Hồi ký Hilary Clinton*; *Tiểu sử Steve Jobs*; *Hồi ký Barack Obama* hay *Bài giảng cuối cùng* của giáo sư Randy Pausch, v.v...

Bạn hãy cùng suy ngẫm:

Cuốn tự truyện làm chấn động nước Mỹ: *Bài giảng cuối cùng*

Hàng năm, đại học Carnegie Mellon (Mỹ) đều tổ chức một chương trình mang tên “*Bài giảng cuối cùng*”. Trong đó, mỗi giáo sư được mời thuyết trình sẽ không giảng những bài học thông thường mà sẽ nói về những thất bại, thành công và những điều ý nghĩa nhất trong cuộc đời họ.

Bài giảng ấy, đối với giáo sư Randy Pausch thật sự là bài giảng cuối cùng bởi nó được thực hiện chỉ ngay trước khi ông qua đời vài tháng.

Trải qua nhiều đợt hóa trị và nhiều nỗ lực chống lại căn bệnh quái ác, đứng trên bờ vực của cái chết, giáo sư Randy Pausch quyết định thực hiện “*Bài giảng cuối cùng*” của mình vào ngày 18 tháng 9 năm 2007 trước hơn 400 khán giả tại Đại học Carnegie Mellon, nhanh chóng được lan truyền trên YouTube và thu hút hơn 10 triệu lượt truy cập.

Thay vì nói về cái chết, Giáo sư Randy Pausch đã quyết định nói về sự sống, một sự sống đầy ấp ước mơ, niềm tin, sự hứng khởi và tình yêu mãnh liệt dành cho những điều một người thật sự đam mê, quý trọng trong cuộc đời.

Cuốn tự truyện *Bài giảng cuối cùng* tập hợp các câu chuyện ngắn nhưng chứa đựng những triết lý sống thâm thúy và quý giá mà ông muốn để lại trước khi vĩnh viễn ra đi, gửi kèm một thông điệp: “Nếu bạn dám ước mơ điều gì, bạn sẽ có thể thực hiện được điều đó”.

Và cuộc đời của Randy Pausch cũng chính là minh chứng sống cho những gì ông đã đúc kết và truyền tải.

Cựu Tổng thống Bush đã ngay lập tức gửi tới giáo sư một bức thư đầy xúc động và kính trọng: “Tôi vô cùng xúc động trước cuộc chiến dũng cảm của anh với căn bệnh ung thư. Câu chuyện phi thường của anh đã nâng đỡ cho hàng triệu con tim nước Mỹ”.

Thế đó, quả không sai khi hiểu về chân lý: “Hãy đi tới tận cùng dân tộc, ta sẽ gặp nhân loại”.

Trong thành ngữ Hán - Việt có câu: “Văn học là nhân học”, tôi nghĩ, có lẽ cảm hứng sống của người phương Tây lúc này khớp với câu thành ngữ đó. Đó là hãy sống dẫn thân, sống toàn vẹn, trọn vẹn, sống trên hành trình thấu đạt tuệ giác, để từ chất liệu sống chân thật, tràn đầy ánh sáng đó mà văn (hình thức biểu đạt ngôn ngữ) mới đẹp mới lay động, có giá trị xúc cảm, có giá trị lan tỏa cảm hứng hướng thượng đến cộng đồng!

Câu chuyện thứ hai

Gần đây, tôi có làm giám khảo một cuộc thi đọc sách dành cho các bạn trẻ. Tham gia cuộc thi chủ yếu là các bạn sinh viên. Tôi nhận thấy, nhiều bạn rất có năng khiếu hùng biện, nói năng lưu loát, biết sử dụng ngữ điệu nhấn nhá, mang lại hiệu ứng xúc cảm đám đông nào đó. Tuy nhiên, điều này chỉ gây ấn tượng ban đầu và với những ai còn ít kinh nghiệm. Khi các bạn ấy nói khoảng 2 - 3 phút, thì những kỹ xảo, kỹ thuật hùng biện dần mất đi hiệu quả, bộc lộ một nội lực chưa vững, tâm hồn chưa thật phong phú do trải nghiệm chưa nhiều, cảm xúc chưa sâu sắc, chân thực, thành thật, nên bài hùng biện nhanh chóng trở nên sáo rỗng, hô hào, thiếu sức cuốn hút.

Không ít bạn vẫn rất tự tin về tài hùng biện của mình, và coi đó là thế mạnh. Có bạn còn nói: “Tôi muốn trở thành người hùng biện chuyên nghiệp, lan tỏa cảm hứng sống cho mọi người!”

Tôi phản biện lại nhẹ nhàng, rằng: “Ngôn ngữ chỉ là con thuyền rỗng, dùng để chở nội lực, nội tâm và tuệ giác của em đến với

mọi người... Nếu em chưa sống thật dẫn thân, chưa thất bại và thành công, chưa yêu thương và tràn đầy tinh thần tận hiến, tự nguyện thì em lấy gì để truyền cảm hứng? Theo cô, em hãy sống hết mình với công việc và cuộc sống mình đang dẫn thân, hãy sâu sắc từng phút giây hiện tại, đến khi em 45 - 50 tuổi, dù không luyện một kỹ thuật hùng biện nào, dù không sử dụng những câu chữ thậm xưng, đại ngôn, khoa trương nào, điều em chia sẻ sẽ vẫn lan tỏa, vì lúc ấy nó có vẻ đẹp của cuộc đời, có hương vị cuộc đời em đích thực, lúc ấy mọi người sẽ biết ơn những điều em nói với họ. Bài học em mang lại mới thuyết phục họ!

Dường như, nhận ra con đường “thuận theo quy luật” trong cách tôi gọi mở, bạn trẻ ấy đã nở nụ cười thật rạng rỡ, và tôi hy vọng bạn ấy sẽ học tập, dẫn thân, trải nghiệm những hiểu biết, yêu thương trên hành trình sống, để đến khi 45 - 50 tuổi, bạn ấy sẽ truyền lại những cảm hứng lay động sâu sắc từ cuộc đời bạn ấy - chưa từng có bao giờ!

Thái độ kỳ thị môn Văn - những góc nhìn

Tôi đưa ra hai câu chuyện trên, để các bạn hiểu được những âu lo mơ hồ trong tâm thức bao lâu nay thực sự là điều gì? Rằng thế nào là giỏi văn đích thực? Có phải cứ nói hay là giỏi Văn? Có phải người biết sử dụng nhiều mỹ từ, thậm xưng, đại ngôn, cách viết điệu đà, lắt léo, chơi chữ... được gọi là giỏi Văn?

Kỳ thị đã có tính lịch sử là nguyên nhân tạo ra nhiều thế hệ người Việt xem nhẹ việc trau dồi năng lực tư duy ngôn ngữ!

Do cách hiểu phiến diện có lịch sử từ xa xưa để lại, cho nên, trong văn học Hán Việt có câu thành ngữ đầy tính kỳ thị như sau: “Hữu xảo ngôn tất hữu lang tâm” (Người có cách nói hay, có cách nói khéo léo tinh xảo là người có tâm địa lang sói, khó tin!).

Từ nhận thức phiến diện đầy mặc định mơ hồ đó, mà lâu nay, có một quan điểm chung là đánh đồng việc giỏi Văn với một lối sống thiếu chiều sâu và chân thành, phù phiếm, thiếu thực tế,

viển vông không đáng tin cậy. Lâu dần, niềm tin ấy trở thành bền vững trong tập quán suy nghĩ của nhiều thế hệ bố mẹ, từ đời này qua đời khác.

Tập quán kỳ thị văn hóa sử dụng ngôn ngữ có chọn lọc khiến cả xã hội mang một tâm thế coi nhẹ việc biểu đạt ngôn ngữ có tư duy, có trau dồi. Ngược lại, sự cầu thả, lối nói khẩu ngữ thô thiển lại được coi là biểu hiện chân thành, đáng tin cậy - một kiểu đánh giá con người thông qua ngôn ngữ rất phiến diện, thô sơ.

Nhiều thế hệ cha mẹ đã ứng xử với ngôn ngữ bằng thái độ như vậy thì hỏi làm sao những đứa trẻ khi chào đời có được một cái nôi nuôi dưỡng và rèn luyện năng lực biểu đạt ngôn ngữ đẹp đẽ?

Tôi nói như vậy là dựa trên cơ sở khoa học về não bộ rằng, vùng não ngôn ngữ chỉ được phát triển, chỉ được rèn luyện và phát triển tốt, hoàn hảo khi cá nhân được nuôi dưỡng trong một môi trường tình cảm tràn đầy, một môi trường dồi dào những giao thức tình cảm.

Suy ngẫm:

Trường hợp điển hình của ngài Bộ trưởng Đức gốc Việt là một minh chứng rất rõ về năng lực tuyệt vời của giáo dục lên trí tuệ và năng lực tình cảm, năng lực ngôn ngữ của mỗi một con người.

Đương nhiên, để trở thành Bộ trưởng Kinh tế và Công nghệ, rồi giữ vị trí Phó thủ tướng Cộng hòa Liên bang Đức, ngài Roesler (người đàn ông Đức gốc Việt) chắc chắn phải là một con người có năng lực biểu đạt ngôn ngữ mạnh mẽ và thứ ngôn ngữ ông dùng là tiếng Đức chứ không phải tiếng Việt. Ngài Roesler sinh năm 1973 tại Việt Nam, là một đứa trẻ bị bỏ rơi và khuyết tật bẩm sinh tim và lồng ngực, được một cặp vợ chồng người Đức nhận về nuôi lúc 9 tháng tuổi.

Rõ ràng, tình yêu thương vô điều kiện cùng sự tận tụy của người cha và người mẹ Đức; môi trường cộng đồng Đức, môi trường giáo dục Đức đã khai sinh lần thứ hai cho cuộc đời của ông. Đây là một minh chứng cho triết lý của nhà cách mạng giáo dục Mỹ John Dewey: "Giáo dục là lần khai sinh thứ hai cho một cá thể xã hội".

Tâm lý kỳ thị “Hữu hảo ngôn tất hữu lang tâm” bền gốc, sâu rễ trong đời sống xã hội đã dẫn đến một cảm hứng chung của người Việt là nói tiếng Việt bằng khẩu ngữ, thô thiển, cộc lốc... thiếu nội hàm trong giao tiếp, thiếu lay động và chúng ta mặc định đó là bản sắc, là biểu hiện của sự chân thành, dễ mến.

Từ suy nghĩ lệch lạc đó, nhiều thế hệ cha mẹ đã không đặt sự quan tâm đúng mức, sự hiểu biết đúng mức về tầm quan trọng của khả năng biểu đạt ngôn ngữ trong quá trình nuôi và dạy đứa trẻ của mình.

Từ thái độ kỳ thị, xem nhẹ việc biểu đạt ngôn ngữ có tư duy đã để lại hệ lụy sau: bản thân nhiều thế hệ bố mẹ cũng sở hữu năng lực biểu đạt ngôn ngữ yếu, nghèo nàn. Vì thế họ cũng gặp khó khăn khi giao thức, khi biểu đạt những cảm xúc tinh tế đối với trẻ thơ. Đây là lỗ hổng trong môi trường văn hóa gia đình.

Tôi đã nghe rất nhiều lời phàn nàn của các bậc phụ huynh na ná như thế này: “Con của chị (của tớ) cũng giống tớ, nó thông minh nhưng kém đường ăn nói”. Câu than thở dường như ngụ một ý rằng, họ là những người sống chân thành, đơn giản, dễ mến, dễ hiểu; đồng thời cũng ngụ ý rằng, họ “dè chừng” và coi nhẹ những người có khả năng biểu đạt ngôn ngữ tốt hơn.

Dường như bao năm nay, không một phụ huynh nào tự đặt cho mình câu hỏi: Quan điểm đó đúng hay sai, nên hay không nên?

Sự dễ dãi đối với bản thân, sự thiếu hụt năng lực biểu đạt của bản thân, tình trạng hạn chế giao thức tình cảm với con trẻ (vì xem nhẹ việc này, cho rằng “Yêu thì giữ trong bụng, nói gì nhiều cho chúng nó ý lại!”) dẫn đến những thế hệ trẻ tiếp theo gặp nhiều trở ngại trong năng lực ngôn ngữ.

Kỳ thị môn văn trong nhà trường hay thái độ đổ lỗi thiếu trách nhiệm?

Khi nhận ra hạn chế của trẻ, các thế hệ cha mẹ quay sang đặt toàn bộ sự kỳ vọng về khả năng sửa chữa các khiếm khuyết trong năng lực biểu đạt ngôn ngữ, năng lực biểu đạt bản thân bằng ngôn ngữ của đứa trẻ, lên những thầy cô giáo dạy văn của con cái.

Cả một xã hội đang hoài nghi về chất lượng của những điểm 10 môn văn?

Lúc này, cả xã hội đang trong cảm giác bất an về những bài văn đầy màu sắc giáo điều, khuôn mẫu, sáo rỗng và na ná giống nhau của nhiều thế hệ học sinh. Dù bạn có thể nhận thấy ở đó sự trau chuốt về ngôn ngữ, thuần thực trong những mẫu câu đầy tính duy mỹ, thậm xưng. Cả một xã hội đang đổ lỗi lẫn nhau. Cha mẹ đổ lỗi cho thầy cô dạy văn kém hiệu quả. Thầy cô đổ lỗi cho xã hội phức tạp và tinh thần xã hội không trân trọng môn văn, nên năng lực và hiệu quả truyền thụ giảm đi rất nhiều, v.v...

Vậy nguyên nhân từ đâu?

Bạn phải thấu hiểu rằng, thầy cô cũng là những cá nhân xã hội hết như chúng ta, vì vậy, mỗi người cần phải tự nỗ lực và bạn không nên kỳ vọng quá nhiều, trông chờ hoàn toàn vào những tiết giảng văn ở trường, hết như bạn kỳ vọng vào một phép màu thần tiên có thể ngay lập tức biến đổi năng lực ngôn ngữ, năng lực biểu đạt bản thân bằng ngôn ngữ và phẩm chất tâm hồn của đứa trẻ.

Bạn đừng quá trông cậy vào hiệu quả môn văn ở trường!

Tôi nhấn mạnh điều này, bởi ngày nay mảnh đất uơm trồng cho tâm hồn và ngôn ngữ của con bạn - chính là cái nôi gia đình - đang bị xem nhẹ. Năng lực biểu đạt bằng ngôn ngữ có tư duy, có chất lọc lẽ ra phải được rèn luyện và tập dượt từ những giao thức tình cảm của cha mẹ dành cho đứa trẻ ngay từ khi mới lọt lòng đã bị cha mẹ bỏ qua một cách lãng phí! Chưa nói, lối sống, phẩm chất và ngôn ngữ cấu tạo của cha mẹ đã làm "sai lệch" đứa trẻ.

Tình huống sư phạm:

Giáo dục gia đình là nền tảng!

Thằng bé vừa đi học về, ông bố gọi giật lại: "Này, nói tao nghe, hôm nay được những điểm gì?".

Thằng bé trả lời: "Dạ, hôm nay con được 2 điểm 2 ạ."

Ông bố trừng mắt quát: "Tại sao lại thế?"

Thằng bé phân bua: “Dạ thưa bố, tại môn toán cô hỏi con ‘2 cộng 2 bằng mấy?’, con trả lời bằng bốn.”

“Thế sao bị điểm 2?”, ông bố hỏi.

Thằng bé nói: “Dạ, cô lại hỏi tiếp: ‘Thế, 2 nhân 2 bằng mấy?’”

Ông bố nhanh mồm: Thì khác đ... gì đâu!

Thằng bé reo lên: “Vâng, con cũng trả lời giống bố ạ!”

Ông bố gãi đầu, lấp liếm: “Thế còn một điểm 2 nữa, mà học hành ngu nó vừa thôi chứ!”

Thấy bố quát, thằng bé vội khai luôn: “Dạ, là môn thể dục ạ.”

Ông bố: “Thế dục thì việc gì đến đầu óc, sao mà ngu?”

Thằng bé mếu máo: “Dạ, tại cô giáo bảo con đứng co một chân...”

Ông bố chặn ngang: “Dễ thế mà mà không làm được sao?”

“Dạ, con làm được, nhưng cô lại hô tiếp: ‘Co chân còn lại!’”

Ông bố đứng phất dậy, văng cả nước dãi: “Thế thì đứng bằng cái con...!”

Thằng bé nháy cẳng lên, vỗ tay đôm đốp: “Con cũng trả lời cô y như bố!”

Thầy giáo Bùi Ngọc Lan (Fb: Ngọc Lan Bui) đã viết: “Những câu chuyện mà nhà văn Hồ Thị Hải Âu chia sẻ rất vui và đáng để suy ngẫm”. Tôi dịch sang tiếng Việt câu nói nổi tiếng của ông James Baldwin do bạn có nickname là Ha Giang từ Singapore gửi về:

“Trẻ em chưa bao giờ giỏi trong việc lắng nghe lời người lớn, nhưng chúng chẳng bao giờ kém trong việc bắt chước và làm theo người lớn!”

Nguyễn văn tiếng Anh: “Children have never been very good at listening to their elders, but they have never failed to imitate them.”

Cha mẹ cần thay đổi thái độ và nỗ lực giao thức với trẻ

Đó là bí quyết giúp trẻ học giỏi văn dễ như hít thở!

Hiện nay, tôi nhận thấy rất nhiều phụ huynh đặc biệt quan tâm đến việc làm sao để cho con học giỏi văn. Họ đưa ra những lý do

thuyết phục như sau: những người đang thành công trên nhiều lĩnh vực thường là những người giỏi văn, đa phần từng trải qua các trường năng khiếu văn, trường luật, đó là những ngành học, môn học đòi hỏi năng lực biểu đạt ngôn ngữ rất mạnh mẽ. Những nhận định này hoàn toàn dựa trên dấu hiệu bề ngoài mà chúng ta có thể nhận biết.

Thực chất, ngôn ngữ là chiếc thuyền rồng. Ngôn ngữ tưởng chừng là tài sản chung nhưng nó mang dấu ấn cá nhân rất rõ ràng. Dấu ấn về nhân cách, về trí tuệ, về lòng thành thực và nội hàm truyền tải mới là điều làm lay động và có khả năng chuyển biến xã hội.

Do đó, nếu bạn kỳ vọng rằng chỉ trong vài học kỳ, thậm chí là mười học kỳ đi nữa, những thầy cô chuyên trách môn văn sẽ truyền giảng một số bài phân tích, thông qua các văn bản văn học mang tính văn học - sử, văn học - chính trị, có thể chuyển hóa được phẩm chất văn trong đứa trẻ?! Nếu thế, thì đó là một kỳ vọng mà ngay từ sơ khởi, nó đã nhận lấy thất bại nếu như cha mẹ không nhận lấy trách nhiệm "giúp con giỏi văn" bắt đầu từ việc thấu đáo câu thành ngữ "Văn học là nhân học".

Từ những phân tích, gợi mở tôi đưa ra, hy vọng bạn đọc đã nhận thấy lỗ hổng cơ bản hiện đang là nguyên nhân giấu mặt của thực trạng nhiều thế hệ giỏi văn mà không phải giỏi văn, dốt văn mà không chỉ dốt văn - nếu hiểu giỏi và dốt văn theo cách, học trò có điểm văn cao hay thấp ở trường. Tuy nhiên, điểm văn ở lớp thấp là sự bộc lộ rõ ràng năng lực biểu đạt ngôn ngữ yếu kém, môi trường giao thức tình cảm nghèo nàn; bộc lộ ý thức rèn tập cho đứa trẻ năng lực biểu đạt bản thân bằng ngôn ngữ, đã bị cha mẹ xem nhẹ, ngay khi đứa trẻ còn bé thơ.

Do đó, để một đứa trẻ học văn giỏi không khó mà cũng không dễ

Không khó khi bố mẹ thấu đáo và chuẩn bị cho con một năng lực tư duy ngôn ngữ trong sáng, giản dị và phong phú, thông qua nỗ lực tạo ra nhiều giao thức tình cảm, nỗ lực trao đổi, khuyến khích trẻ bộc lộ bản thân, cởi mở với cha mẹ trong môi trường gia đình.



Không dễ vì chúng ta phải duy trì việc rèn luyện, hỗ trợ trải nghiệm cho đứa trẻ một cách bền bỉ, lâu dài, không kỳ vọng, không nôn nóng, sốt ruột.

Thành tựu và hiệu quả sẽ đến khi bạn đồng hành cùng con bạn, dẫn thân trải nghiệm cuộc sống hiện thực dồi dào, tràn đầy tình yêu từ ái mà không màng đến hiệu quả!

Giỏi văn là một trong những lợi thế mang tính thuận tự nhiên của đại não trẻ: Tư duy cảm tính, thích dẫn thân bằng trực quan sinh động để tìm hiểu thế giới xung quanh, một tâm thế tràn đầy để lưu giữ những cảm xúc tình cảm vì đại não trẻ chưa có nhiều dấu vết của ý chí và tư duy logic.

Thiết tưởng, đây là một mảnh đất rất màu mỡ để gia đình và bố mẹ gieo trồng những hạt giống “*văn học là nhân học*” vào tâm hồn và nhân cách trẻ.

Cha mẹ đừng để cơ hội này trôi đi lãng phí!


Hữu dụng hay vô dụng
(Truyện ngụ ngôn)


Mấy gã thợ rừng hò dô lấy đà, rồi hất vật khúc thân cây vừa đốn từ trên vai xuống đất. Toán thợ rừng mặt mày nhều nhại mồ hôi, ngời phịch lên thân cây bị đốn, râm ran đắc ý: Mất cả tuần đập rừng mới tìm được con cây gỗ quý này. Hữu dụng! Hữu dụng!

Gã trưởng toán cất giọng cứng nạng: Mày sẽ được làm thành muôn thú đồ vật quý giá bày biện trong những căn phòng nguy nga. Đầu thừa đuôi thẹo làm củi làm lửa để nấu ăn cho chúng tao. Bõ công!

Cả nhóm thợ rừng cười đắc ý. Chốc sau, họ chui vào một bóng cây xum xuê. Một gã chép miệng:

May! Gặp được cội cây này, bóng râm! May may! Cả bọn đồng thanh tán dương, rồi nằm lãn dưới cội cây thiu thiu ngủ.

Trên vòm cây, những chiếc lá xinh xinh không ngừng lay động, chao nghiêng chao nghiêng. Chú chim non ló đầu ra khỏi tổ, hỏi:

Lá ơi, lá làm gì mà lay lay mãi thế?

Lá trả lời: tôi gọi gió về

*Chim non cười khúc khích: Cần gì phải gọi, gió có cánh, gió tự về!
Nghe thế, chị gió bảo: Lá cho tôi hương thơm và cho tôi màu xanh,
để ai cũng biết cơn gió mát lành hiện hữu.*

*Lá non lại hỏi: Vì sao chim suốt ngày ngứa cổ lên tập hót? Chim
non bảo: Nếu tớ không hót tớ sẽ không vui!*

*Trong khi đó, cội cây lặng lẽ vươn bóng, phủ râm mát xuống thân
cây vừa bị đốt, những giọt nhựa tươi vẫn còn ứa ra từ những vết
riêu. Cội cây thì thầm, xót xa:*

*- Ôi thật tàn nhẫn, sao họ nỡ tước đoạt sự sống của anh? Thân cây
bị vừa bị đốt vẫn cố vươn người lên, cao giọng dù không dấu nổi
sự đau đớn tột cùng:*

*- Hùm, vì tôi có giá trị, tôi hữu dụng với họ, nên người ta mới mất
công tìm tôi, đốt xuống để làm thành các đồ dùng khác nhau. Chứ
vô dụng như anh, đến làm củi cũng không nổi, thì cứ đứng đấy cả
nghìn năm cũng chẳng ai thèm ngó ngang tới.*

*Nghe thân cây mới bị đốt kêu càng nói, cội cây già lặng thinh,
những chiếc lá vẫn thong thả quạt gió cho nó, phủ bóng râm cho
nó, ru nó bằng tiếng chim, an ủi nó bằng hương thơm.*

*Toán thợ rừng trở dậy có kẻ nói: “Sao gió mát thế?” Vì gió có bóng
râm!- gió khe khẽ nhấc*

-Sao tiếng chim ở đây du dương thế?

Vì tiếng chim đậu trên vòm cây - chim non khẽ trả lời!

*Gã thợ rừng bỗng nói trống không: Giấc ngủ ngon tuyệt! Gió thơm
và tiếng chim đưa tao vào cõi thần tiên!*

*Có tiếng cười của toán thợ rừng: Cái con cây này là thứ vô tích sự
nhất trên đời, nên nó mới còn đó, bằng không chúng tao đã đốt
nó từ lâu rồi, thằng đàn độn ạ! Thần tiên cái gì chứ!*

*Vợ chồng nhà chim lặng thinh nghe thủng câu chuyện. Chim
chồng thốt lên: Thiện tai, thiện tai, vì muốn kẻ khác khen hữu
dụng mà bị đoạt mạng!*

*Chim vợ, trầm ngâm: Em tin rằng hữu dụng chính là sống vui vẻ với
bản thân và tạo niềm vui cho xung quanh mà không cần nhận biết.*

Hữu dụng là biết sống nỗ lực, tràn đầy, vui tươi và lành mạnh!

Bồi đắp phẩm chất văn cho Minh Khuê như thế nào?

Dạy con gái quan sát cảm nhận sâu sắc - Trả lại giá trị đích thực của sự miêu tả chân xác, đúng quy luật!

Tôi nhớ, năm đó Minh Khuê học lớp 1, tôi chở con gái đi chợ hoa xuân, vừa đi vừa nhẩn nha đọc cho cô bé nghe bài thơ mà tôi cũng được học thuộc lớp 1:

*“Bố em làm công nhân,
Ở bến tàu khuân vác,
Vừa làm lại vừa hát,
Trong buổi sáng mùa xuân...”*

Minh Khuê hỏi, “Mẹ thích bài thơ ấy à?”.

Tôi cười và bảo: “Mẹ chỉ nhớ lại ngày xưa mẹ đã phải học thuộc bài thơ này như thế nào”. Minh Khuê bảo, “Bài thơ ấy nói dối mẹ ạ!”

“Sao nào con gái?”, tôi hỏi Minh Khuê.

Cô bé bảo: “Tại vì khi phải khuân vác nặng, giống như hôm con kéo hộ mẹ cái va li khi mẹ đi công tác về, con vui vì mẹ về, con cố kéo hộ mẹ, con muốn vừa kéo, vừa kể chuyện ở nhà để mẹ nghe, nhưng con không thể làm được mẹ ạ. Kéo nặng chắc cũng giống vác nặng, không thể vừa làm vừa hát được mẹ ạ. Không thể mẹ ạ!”

Tình huống trên, có thể không gây ấn tượng với nhiều người, nhưng nếu bạn giống tôi, cũng quan tâm để dẫn dắt để đứa trẻ có được năng lực tư duy ngôn ngữ hàm súc, lay động và chân thật

đích thực, bạn sẽ nhận ra sự phát hiện thú vị của cô bé 6 tuổi rất đúng quy luật, rất trung thực, rất tường minh, dù điều ngẫu tạo được trình diễn thông qua những vần điệu có khả năng đánh lạc hướng tư duy logic.

Trong tình huống này, Minh Khuê đã phát hiện ra sự ngẫu tạo, sự thiếu chân thực và sự thiếu xúc động vì người viết có cảm xúc đích thực đâu?

Tôi bổ sung thêm ý cho con gái: Thay vì miêu tả người bố vừa khuôn vác hàng hóa nặng nhọc lại vừa hát một cách khiên cưỡng, bịa đặt như thế, tác giả nên miêu tả sự cố gắng lao động của người bố ra sao, những giọt mồ hôi rịn trên trán người bố như thế nào, ngay cả khi tiết trời đang mùa xuân se se lạnh... Nếu mô tả chân thực như thế, hẳn sẽ nhiều người xúc động và bài thơ mới có giá trị. Tôi còn nhắc con gái: tác phẩm văn chương được phép “giả định” mô phỏng tình huống, nhưng cảm xúc và quan sát phải chân xác và chân thực!

Như vậy, ngay từ khi Minh Khuê còn rất nhỏ, tôi đã luôn chú trọng giúp con gái sử dụng, vận dụng ngôn ngữ một cách trong sáng, chân thực và giản dị nhất.

🍏 TÌNH HUỐNG

Chẳng hạn, tôi thường nhắc con “thay vì nói là 5 giờ rưỡi rồi”, thì con nên diễn đạt dễ hiểu là “5 giờ 30 phút rồi”.

Hoặc tôi thường vận dụng mọi cơ hội trên đường, quan sát các biển hiệu và chỉ ra cho con những sai phạm trầm trọng trong việc sử dụng ngôn ngữ để biểu đạt tư duy, kiểu: “Ở đây xay bột trẻ em!” là một lối thể hiện tối nghĩa, gây phản cảm. Lập tức, Minh Khuê thực hành chỉnh sửa như sau: “Ở đây, chúng tôi cung cấp dịch vụ xay các loại bột dinh dưỡng dành cho trẻ em” có thể rút gọn thành biển quảng cáo: “*Ở đây nhận xay bột dinh dưỡng cho trẻ em*”.

Mẹo tìm lỗi và sửa lỗi cho các biển hiệu quảng cáo trên đường phố rất hiệu quả và sinh động để tăng cường năng lực tư duy ngôn ngữ và vốn từ cho Minh Khuê! Đồng thời, việc này diễn ra thường

xuyên như một trò chơi trí tuệ, khiến cho quãng đường của chúng tôi ngắn lại, thú vị và rất nhiều tiếng cười sảng khoái.

Tình huống thường gặp trong giao tiếp

Khi ai đó mặc bộ trang phục đẹp, phù hợp, chúng ta thường nói “Hôm nay điệu thế!” như một lời khen. Minh Khuê nhận ra câu này sai, chính là ở chỗ sử dụng động từ (điệu đà - hành động đi đứng hơi cường điệu) thế chỗ cho tính từ (đẹp, phù hợp) trong câu một cách không hợp lý. Chúng ta nên nói: “Bạn mặc rất đẹp!” hoặc “Hôm nay trông bạn rất tuyệt!”. Cách thể hiện sau khi được chỉnh sửa, rõ ràng là làm rõ ý, vừa trong sáng tiếng Việt, vừa mang cảm xúc tích cực, hoan hỉ, thân thiện, thiện ý hơn rất nhiều!

Tôi đã hỏi nhiều người, “Sao không chịu mặc đẹp dù bạn rất nhiều đồ thời trang?”, họ thường trả lời tôi: “Ngại lắm, người ta lại tưởng mình điệu”. Bạn đã thấy tác hại của việc sử dụng ngôn ngữ sai một cách “vô tư” chưa, nó tác động lên tâm lý xã hội và ảnh hưởng đến chất lượng vui sống của mỗi người!

Còn vô vàn tình huống nữa, và ngạc nhiên là sự sai phạm vô tư ấy cũng thường gặp ở những người dạy văn và nghề văn. Rèn luyện năng lực biểu đạt bằng ngôn ngữ tức là bạn đang rèn luyện năng lực tư duy tường minh, dễ hiểu, trong sáng và chân thực!

Vì ngôn ngữ và năng lực tư duy có mối liên kết khăng khít, tác động lẫn nhau vô cùng lớn, không kém gì mối liên kết, tác động qua lại giữa ngôn ngữ và tình cảm. Do đó, để giúp con gái rèn luyện năng lực tư duy tốt, tôi nỗ lực giúp con tăng cường vốn từ vựng để con gái biểu đạt một cách sinh động và lưu loát những nhận thức mới của tư duy.

Và đây là kết quả qua từng giai đoạn thẩm thấu giá trị của việc trau dồi năng lực tư duy và biểu đạt ngôn ngữ của Minh Khuê.

Lớp 1: Minh Khuê viết bài văn tả mẹ như sau:

“Mẹ em đầu tròn. Miệng nhỏ, mắt to. Da trắng tóc đen. Tay ngắn, chân ngắn. Mẹ em tuy lùn nhưng mà rất xinh. Mẹ em hay cười, miệng tươi như quả chuối tiêu cong cong”.

Lời phê của cô giáo: Con cần chỉnh sửa lại, cô gợi ý thay từ lùn bằng từ “tầm thước”.

Mẹ: Con thấy thế nào, con có muốn mẹ gợi ý để chỉnh sửa lại bài văn tả mẹ không?

Minh Khuê: Mẹ ơi, con không sửa đâu ạ, con thích bài văn này, con tả mẹ đẹp và chính xác mà.

Mẹ: Ừm, mẹ cũng thấy đẹp!

Minh Khuê: Con muốn giữ lại bài văn của con, mẹ ạ!

Mẹ: Được thôi con, con rất tuyệt. Mẹ thích bài văn này, vì nó rất gợi cảm, chân thực và lột tả đúng chân dung của mẹ. Cảm ơn con gái, mẹ yêu con lắm!

Lớp 3: Kết quả là con bị loại sau kỳ thi học sinh giỏi cấp trường.

Mẹ: Tình hình đề thi thế nào con gái?

Minh Khuê: Đề sai hết mẹ ạ, con không làm!

Mẹ: Ối, sao thế con?

Minh Khuê: Câu hỏi thứ nhất là: Hãy chọn một trong ba từ sau: “*Nhân hậu*”, “*Dũng cảm*”, “*Dịu dàng*” để điền vào câu: Bố em là người đàn ông...

Mà con thấy nhân hậu, dũng cảm, dịu dàng là những phẩm chất người bố đều cần phải có mà. Nếu “*dũng cảm*” mà không “*nhân hậu*” thì thành độc ác mẹ nhỉ. Nếu “*dịu dàng*” mà không “*dũng cảm*” thì bố không bảo vệ được các con của mình! Nếu “*dịu dàng*” mà không “*nhân hậu*” thì đó là người giả dối mẹ ạ! Nếu “*nhân hậu*” mà không “*dịu dàng*” thì sẽ trở thành người cục cằn, thô lỗ! Thế nên, con không chọn đáp án nào, con không thể loại trừ được!

Câu hỏi thứ hai: Hãy chọn một trong ba từ sau “*gan góc*”, “*gan dạ*”, “*gan liên*” để điền vào câu thơ dưới đây:

*Tử sinh liều giữa trận tiền
Anh hùng mới biết ... tướng quân*

(Nguyễn Du)

Tuy đây là câu thơ gieo vần chân, nhưng mà “gan liền” thì không có nghĩa, con điền vào cũng được, nhưng mẹ sẽ không phục đâu, vì “gan liền” không có nghĩa mẹ ạ. Thế nên, con không làm.

(Chú thích của tác giả: “gan liền” nghĩa là dũng cảm, “to gan lớn mật”, là một từ trong cổ văn, gọi là “từ ngữ”, không còn được sử dụng trong hiện tại. Minh Khuê chưa từng sử dụng, chưa từng nghe trong đời sống hoặc chưa từng gặp trong văn bản văn học hiện đại bao giờ, do đó, với cô bé từ “gan liền” không có nghĩa.)

Câu hỏi thứ ba: “Có gan vào hang cọp, có gan chịu đòn”, em hiểu câu thành ngữ này như thế nào?

Câu này sai, mẹ ạ. Vì chỉ có con người mới “đánh đòn” được thôi, con hồ chỉ biết vồ mẹ ạ!

Đó là “hậu quả” hay kết quả của một tinh thần trau dồi năng lực tư duy ngôn ngữ và biểu đạt ngôn ngữ chân thật, trong sáng, lay động của tôi dành cho con gái.

Tuy biết rằng, con tôi trượt kỳ thi học sinh giỏi văn, nhưng tôi rất vui vì con gái đã biết sử dụng ngôn ngữ một cách hàm chứa, nhân văn, xúc động và tìm thấy sự bất hợp lý, sự duy hình thức, vô nghĩa trong những câu chữ bóng bẩy.

Lên lớp 7, Minh Khuê nhất định không chịu thừa nhận như giáo trình giảng văn nhận định về nhân vật “Thị Kính là hình ảnh điển hình của người phụ nữ Việt Nam với những phẩm chất như thảo hiền, nhẫn nhịn, thủy chung dù bị oan ức...”

Minh Khuê cho rằng, phải định nghĩa thế nào là “tình trạng bị oan ức” thì sẽ hiểu cô Thị Kính đâu có bị oan gì? Oan ức là khi ai đó đã vận dụng mọi hiểu biết, mọi cách thức để hành động phù hợp với luật pháp và được luật pháp bảo vệ... nhưng cuối cùng, vẫn bị thiệt thòi. Ngay cả thời nay, nếu ai đó kè dao vào cổ người khác khi người ấy không có khả năng tự vệ vì đang ngủ chẳng hạn, thì cũng bị kết tội là mưu sát mà. Tại sao cô ấy không đợi chồng tỉnh dậy rồi thông báo về cái râu quặp và khuyên anh ta tự cắt đi mà lại

manh động, hành sự ngốc nghếch, thiếu tôn trọng cá nhân và thiếu cần trọng đến vậy.

Minh Khuê lập luận: “Đành rằng, trong cuộc sống có những người manh động như vậy, đáng thương như vậy, nhưng con không đồng tình cách nhận định một chiều, áp đặt, ngợi ca cô Thị Kính như một hình mẫu phụ nữ lý tưởng, đáng noi theo.”

Rồi Minh Khuê kết luận: “Sách giáo khoa nhận định như thế là đi ngược với tinh thần ‘phụ nữ tự giải phóng bản thân thông qua quá trình tự khai sáng nội tâm và có hiểu biết’. Chả trách mà nhiều người phụ nữ Việt đến bây giờ vẫn khổ vì cam chịu. Con không phục mẹ ạ!”

“Hậu quả” của việc học văn theo cách mà tôi kiên trì hướng dẫn con, đó là điểm 8,5 môn văn, kỳ thi tốt nghiệp cấp hai (lớp 9) của con gái, trong khi rất nhiều bạn học văn theo cách chỉ cần tuân thủ hướng dẫn của giáo trình giáo khoa, đã được điểm 10 một cách khá dễ dàng, vì khớp với đáp án.

Đây là tình huống mà Minh Khuê bị trừ điểm:

Trong truyện *Người con gái Nam Xương* có đoạn:

“Nàng chạy ra bờ sông và ngược lên trời mà than rằng, Ông Trời ơi, con bị oan ức...”

Em hãy cho biết câu trên thuộc thể loại câu độc thoại hay đối thoại. Vì sao? (1,5 điểm)

Minh Khuê trả lời “Đây là câu đối thoại. Vì trong tâm thức tâm linh của người Việt Nam, Ông Trời là một nhân vật Siêu Linh - Ngài hiện diện mọi nơi trong đời sống, do đó, khi cất lên lời cảm thán đó, người con gái Nam Xương tin tưởng vững chắc rằng, Ông Trời sẽ lắng nghe, sẽ hiểu và hộ giúp cô ấy. Quả nhiên điều đó đã xảy ra như diễn biến trong truyện, do đó, câu cảm thán trên là câu đối thoại”.

Đáp án của sở giáo dục Hà Nội (Kỳ thi tốt nghiệp PTCS 2011): Đây là câu độc thoại vì “ông trời” là nhân vật không có thật!?

Bạn có nhận ra sự khác biệt giữa cách tôi dạy văn cho con gái và cách sách giáo khoa dẫn dắt thầy cô cùng những đứa trẻ Việt Nam đang ngồi trên ghế nhà trường? Đó là sự khác biệt về triết lý và phương pháp để đứa trẻ thuần thục năng lực cảm thụ và năng lực biểu hiện bằng ngôn từ, bằng văn, những giá trị “chân - thiện - mỹ”?

Những sai lầm về quan điểm sử dụng từ ngữ, áp đặt, định hướng cách hiểu một tình huống văn học văn bản cho mọi học trò mà không tôn trọng tính chân xác, tôn trọng cảm nhận, góc nhìn riêng của từng cá nhân học trò chính là nguyên nhân khiến xã hội vẫn kỳ thị “môn văn” và việc học giỏi văn bị đánh đồng với tài ăn nói ngụy biện, khoa trương, sử dụng nhiều mỹ từ, thiếu chân thực và bịa đặt.

Hướng dẫn để con gái cảm nhận sự hợp thông của bản thể với tự nhiên.

Dạy tính khiêm nhường

Tôi nhớ, đó là một ngày cận tết năm Quý Mùi 2003, tôi cùng Minh Khuê đi mua hoa Tết. Chợ hoa ngày Tết bao giờ cũng rất rục rờ, nổi bật nhất là những chậu quất trĩu quả, vàng ươm.

Tôi gọi ý: “Chúng mình mua một cây quất về trưng Tết nhé, Minh Khuê!” Cô bé 6 tuổi đã nói thế này: “Không mẹ! Con thấy cây quất với toàn những quả chín vàng ươm thì đâu phải là biểu tượng của mùa xuân!”

- Vì sao con gái?, tôi hỏi.

Minh Khuê trả lời:

- Vì mùa xuân là mùa của chồi non và hoa nở khoe sắc mẹ ạ, chứ không phải là mùa quả chín.

Sự phát hiện tinh tế quy luật tự nhiên và nhận ra những tác động của con người khiên cưỡng lên quy luật tự nhiên của cô bé 6 tuổi khiến tôi vui lắm, vì tôi hiểu những buổi cùng con ra ngoài thiên nhiên, hướng dẫn con quan sát thật hữu ích.

Ngay từ khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi đã rất nỗ lực đưa con ra tự nhiên để giúp con quan sát và nhận ra những quy luật của tự nhiên. Chẳng hạn, khi mùa đông giá lạnh, những hàng cây bằng lăng, cây bàng, cây sưa v.v... trút hết lá, để lại thân cành khẳng khiu, trơ trụi, Minh Khuê hỏi, “Tại sao không chặt bỏ những cây đã chết rồi?”. Tôi trả lời: “Thực sự thì những hàng cây đó không chết. Khi mùa đông khắc nghiệt, chúng biết khiêm nhường trút bỏ lá để tập trung nội lực nuôi dưỡng sự sống ở bên trong, đợi mùa xuân sẽ bật mầm, nảy lộc”.

Và đến một ngày tháng Giêng, vẫn trên con đường Kim Mã quen thuộc, con gái đã nhảy căng lên, reo hò khi phát hiện ra điều kì diệu: “Mẹ ơi, triệu triệu búp lá non đang bùng nổ rộn ràng trên thân cây! Tuyệt quá mẹ ạ!”.

Tôi thành thực xúc động và ngạc nhiên. Thời điểm đó, tôi 35 tuổi, một người viết chuyên nghiệp và chân thành, nhưng những lời reo vui bộc phát của cô bé 6 tuổi, ngây thơ, thành thực lại tuyệt đẹp, tuyệt hay và có sức truyền cảm đến thế. Dường như chúng ta chỉ biểu đạt theo cách quen dùng “hoa nở” nhưng Minh Khuê đã thốt lên “búp lá bùng nổ” đầy hân hoan, sung sướng, hạnh ngộ; và vì thế, nó lay động lòng tôi không dứt, mãi đến bây giờ!

Sự biểu đạt chân thực và lay động những quan sát, cũng là bộc lộ tâm hồn con gái, là tất cả giá trị mà tôi luôn nỗ lực bồi đắp cho con. Đó là hợp thông với tự nhiên, trải nghiệm tình yêu vô điều kiện với muôn loài để bồi đắp lòng từ bi, từ ái, lòng khiêm nhường thành thật cho con. Đó chính là nền tảng vững vàng của một tâm hồn nhân văn đích thực, không màu mè, tô vẽ.

Câu cảm thán thốt ra, là sự xúc động mãnh liệt từ bên trong cô bé, là tiếng reo vui thành thật của cô bé, khi phát hiện sự kỳ diệu của quy luật sinh tồn tự nhiên. Tôi luôn nỗ lực giúp con gái cảm nhận được sự khiêm nhường của mỗi cá thể sống, sự nhận biết và tôn trọng quy luật tự nhiên một cách hài hòa. Tôi cũng dạy con ý nghĩa của việc sống hài hòa với tự nhiên, để cảm nhận sự bình an, hơn là tìm mọi cách để chinh phục tự nhiên, uốn tự nhiên theo ý muốn chủ quan.

Bằng mọi cách, tôi gợi ý để con gái nhận ra tính phụ thuộc cần thiết của mỗi cá thể: của tôi, của Minh Khuê, của bạn và sự hợp thông giữa những cá thể ấy với tự nhiên, với nhau ra sao!

Bởi tôi thấu hiểu sâu sắc rằng, bồi dưỡng cho con gái một “tình yêu tràn đầy vô điều kiện” bắt đầu với mọi sự sống xung quanh là cách dễ nhất, ngắn nhất, hiệu quả nhất, bền vững nhất để nuôi dưỡng tâm hồn đứa trẻ an hòa biết thương yêu chân thành, sâu sắc nhất.

Vấn - chính là cuộc sống với tràn đầy tâm hồn lay động!

Đừng tự ru ngủ trong câu nói ngọt ngào của trẻ “Mẹ ơi, con yêu mẹ nhất trên đời!”

Một gợi ý để bạn nhận rõ: Tình yêu của đứa trẻ dành cho người nuôi dưỡng, cụ thể là mẹ hoặc cha, là thứ “tình yêu non nớt”, là thứ “tình yêu có điều kiện” hay còn gọi là thứ “tình yêu phụ thuộc”. Đúng hơn, đó là “tình yêu vị kỷ” - biểu hiện của bản năng sinh tồn mạnh mẽ.

Khi còn là trẻ sơ sinh, đứa trẻ hoàn toàn phụ thuộc vào người mẹ. Tình yêu mà nó hướng về người mẹ là “tình yêu vị kỷ”. Bằng tiềm thức, vô thức, nó hiểu, nó cần người mẹ, nó không thể tồn tại nếu thiếu mẹ. Nó “yêu” mẹ vì mẹ là tất cả điều kiện sinh tồn của nó. Thực ra, thực tiễn luôn minh chứng, đứa trẻ sẽ yêu bất cứ người đàn bà nào (hoặc con cái nào như tình huống đặc biệt “người rùng”), bất kỳ ai đảm bảo sinh tồn cho nó!

Khi đứa trẻ còn non nớt, những biểu hiện về “tình yêu” dành cho người nuôi dưỡng thực sự là thể hiện sự “hài lòng” hoặc thái độ “mua chuộc, trao đổi” cho những giá trị chăm sóc và bảo vệ mà đứa trẻ cần nhận được.

Điều này rất dễ nhận ra. Khi đứa trẻ mắc lỗi và khi đứa trẻ hài lòng chúng đều thốt lên câu “Mẹ ơi con yêu mẹ lắm!”. Câu cảm thán đó không hẳn xuất phát từ trái tim mà nhiều phần xuất phát từ bản năng mong muốn được bảo vệ và hài lòng vì đã được bảo vệ,

được chăm sóc tốt. Có thể hiểu thông điệp đó một cách đơn giản hơn, rõ ràng hơn là “Mẹ ơi, con cảm ơn mẹ vì tất cả!”. Đứa trẻ, không những chỉ cần sữa của mẹ, thức ăn của mẹ, mà cần toàn bộ sự quan tâm, chăm sóc, tình cảm của người mẹ dành cho nó. Đó là tình yêu đón nhận, tình yêu vị kỷ, đúng như quy luật sinh tồn mà *Mẹ Thiên Nhiên* dạy chúng!

Tôi đồng ý với bạn rằng tình yêu bạn dành cho đứa trẻ là tình yêu vô điều kiện nhưng bạn cần tinh táo và sáng suốt để thấu đạt rằng, sự phản hồi, sự đáp trả của đứa trẻ dành cho bạn không phải là thứ tình yêu mà bạn dành cho nó, đó là vì bạn phóng chiếu và vọng tưởng mà thôi.

Tình yêu của đứa trẻ dành cho bạn đơn giản là biểu đạt của lời cảm ơn vì tất cả, là “tình yêu vị kỷ” cần thiết. Nếu bạn thấu đạt hiểu biết này, bạn sẽ làm mẹ hoan hỉ và vững vàng, chủ động và nỗ lực để bồi đắp thứ tình yêu đích thực, “tình yêu ban tặng - cho đi” cho đứa trẻ. Vì năng lực biết yêu thương, biết ban tặng, cho đi vô điều kiện là phẩm chất không tự nhiên mà có được, nó cần được khích lệ, cần được phát hiện và nuôi dưỡng để trưởng thành và bền vững trong tâm hồn trẻ!

Chắc hẳn bạn vẫn còn nhớ những tình huống:

- Sau khi phạm lỗi, trẻ thường nói lời yêu thương bố mẹ với tần suất nhiều hơn.

- Khi trẻ muốn được đáp ứng một nhu cầu vật chất nào đó, chẳng hạn muốn được mua cho một món đồ chơi hay được sử dụng chiếc iPad, hay đi ăn kem, chúng thường sử dụng với tần suất nhiều hơn những câu cảm thán như: “Con rất yêu mẹ” hoặc “Mẹ ơi con rất yêu mẹ”.

Hàng nghìn năm qua, hàng triệu triệu bà mẹ vẫn “ngây thơ” trong thứ tình yêu mà trẻ nhỏ dành cho mình. Họ thỏa mãn và cảm thấy đầy đủ, khác biệt so với những người mẹ khác mà họ chủ quan nghĩ rằng, đã không có được thứ tình yêu “bẩm sinh” tràn đầy của con cái. Quá mãn nguyện và thiếu hiểu biết, nên họ đã định ninh rằng,

chỉ cần chăm sóc, bú mớm và yêu con như thế, như thế... chắc chắn họ sẽ được nhận lại tình yêu “bẩm sinh” của trẻ, và sẽ như thế mãi, không bao giờ thay đổi.

Niềm tin “ngây thơ” của cha mẹ rằng, thứ tình yêu “bẩm sinh” của con trẻ dành cho họ sẽ tồn tại mãi mãi, là nguyên nhân trực tiếp và sâu xa dẫn đến không ít thất vọng của nhiều bậc cha mẹ, khi họ nhận ra rằng, khi đứa trẻ càng lớn, những lời yêu thương nó dành cho họ càng thưa dần hoặc thiếu vắng hoàn toàn trong cuộc sống.

Điều này cần được cảm nhận bằng sự tỉnh táo, có hiểu biết như sau: Khi đứa trẻ càng lớn dần theo năm tháng, mức độ phụ thuộc vào người giáo dục (bố mẹ) của đứa trẻ càng giảm đi, năng lực độc lập của đứa trẻ càng nâng cao (tự lấy thức ăn, tự mua đồ ăn, tự đi đến các địa điểm mình thích, tự kết giao bạn bè, v.v...).

Khi trẻ lớn dần, năng lực kết nối xã hội và hình thành các hệ thống giá trị ngày một rõ ràng hơn, do đó, dù bạn đồng ý hay không, thì sự lệ thuộc của trẻ vào bạn cũng sẽ vẫn giảm dần và do đó “thứ tình yêu phụ thuộc” cũng giảm đi với tỉ lệ thuận. Tình trạng này trở nên “kịch tính” khi đứa trẻ vào tuổi vị thành niên do nhiều tác động tâm lý có tính kết hợp cộng hưởng, chẳng hạn như bố mẹ tiếp tục thói quen chỉ huy, áp đặt, định hướng trong khi trẻ muốn khẳng định tính riêng biệt, độc lập.

Xung đột tâm lý này khiến mối quan hệ cha mẹ và con cái vào thời điểm trẻ dậy thì trở nên khó khăn đặc biệt. Vì sao vậy? Vì chúng ta cảm thấy hoang mang, lo lắng khi những đứa trẻ theo năm tháng ngày càng ít bộc lộ cảm xúc yêu thương với chúng ta và rồi, chúng ta cứ đeo bám hoài niệm những cảm xúc khi đứa trẻ còn thơ bé.

Đây không phải là lỗi của trẻ mà hoàn toàn do sự thiếu hiểu biết của cha mẹ trong việc bồi đắp năng lực yêu thương và rèn luyện thuần thục thứ “tình yêu vô điều kiện” vốn là phẩm chất tràn đầy của tâm hồn thơ trẻ. Khiếm khuyết trong việc rèn luyện “tình yêu vô điều kiện” cho trẻ cần được nhấn mạnh và nhấn mạnh nhiều lần trong môi trường giáo dục gia đình ở Việt Nam hiện nay.

Hướng dẫn con gái thực hành trải nghiệm “Tình yêu vô điều kiện”

Nếu tình yêu vị kỷ, tình yêu phụ thuộc là một phần thuộc về bản năng sinh tồn đáng trân trọng của trẻ, là thứ “tình yêu nhận về” mà mọi đứa trẻ đều thực hành rất tốt, thì “tình yêu vô điều kiện” là thứ tình yêu vị tha, là tình cảm ban tặng, cho đi thuộc về bản năng hướng thượng chỉ có ở xã hội loài người. Đó là những phẩm chất mà đương nhiên bạn phải chủ động bồi đắp và huấn luyện để trẻ có được năng lực yêu thương vị tha dồi dào và thành thực!

Tình huống thứ nhất:

Năm 2000, khi đó Minh Khuê đang học mẫu giáo. Một buổi chiều, khi cô bé trở về nhà thì đã thấy xuất hiện thêm một thành viên mới. Đó là một chú cún dòng Becgie mới ba tháng tuổi. Cô bé tỏ ra rất khó chịu vì chú cún con trông thật xấu xí, vụng về, nguếch ngoách, ngộ ngược, vô duyên và hình như còn hôi nữa thì phải. Cô bé ra sức xua đuổi chú cún để nó không được đến gần. Và cô bé có những biểu hiện thái quá, kích động, kỳ thị đối với chú cún. Thoáng buồn, nhưng sau khi suy nghĩ khá lung, tôi hiểu ra mình đang đứng trước một tình huống sư phạm hết sức điển hình cần được đối diện một cách chân thành, nghiêm túc nhất.

Tối đó, sau khi tắm rửa cho con và chú cún, tôi ôm con vào lòng và bắt đầu kể cho con nghe một câu chuyện:

“Này Minh Khuê, ở bên kia bờ Đại Dương xa xôi, lúc này có một người mẹ đang rất nhớ con. Người mẹ đó không làm sao có thể chuyển được nỗi nhớ ấy đến cho con của cô ấy. Đứa con của cô ấy đang ở đây, cách xa nơi mẹ nó ở hàng chục nghìn cây số. Đứa trẻ ấy rất hiểu vì sao nó có mặt nơi này, đó là thiên chức của nó. Nó đến đây để làm bạn với một cô bé. Nó hiểu rằng, nó sẽ không được trở về với mẹ. Nó nhớ mẹ nó lắm, nhưng nó cũng cực kỳ can đảm. Nó buồn lắm. Nhưng nó lại có một niềm hy vọng khác, đó là tìm thấy một gia đình mới, một người chị, người bạn sẽ chia sẻ cuộc sống với nó, yêu nó như mẹ nó mong đợi...”

Minh Khuê cướp lời tôi: “Mẹ ơi, sao cô ấy không gọi điện cho con của cô ấy?” Tôi trả lời: “Bởi vì cô ấy là một con chó mẹ, và con của cô ấy chính là chú cún đang ngồi bên cạnh Minh Khuê đấy, em ấy đang cần được con che chở vì em ấy đang ở rất xa mẹ...”.

Không đợi tôi kể nốt câu chuyện, gần như ngay tức thời, như ánh chớp, Minh Khuê nhao người ra khỏi vòng tay tôi và ôm chàng lấy chú cún con: “Ôi chị yêu em lắm! Chị sẽ luôn bảo vệ và chăm sóc em”.

Bạn đã nhận ra thứ tình yêu đẹp đẽ trong tâm hồn trẻ - một tình yêu vô điều kiện. Đó thực sự là tình yêu thuần khiết, can đảm, ban tặng, cho đi và sẵn lòng chờ che vô điều kiện. Dành thời gian chăm sóc, yêu thương, trò chuyện, cảm thông lúc buồn vui, ốm bệnh của con vật v.v... là những hành vi thực hành yêu thương vô điều kiện!

Có ai đó đã ném vào tôi những lời thế này: Người thì không yêu, bày đặt yêu chó với mèo! Đó là lối tư duy ngụy biện tinh vi, lôi kéo sự đồng tình của nhiều cá nhân. Nhưng một thực tế rõ ràng rằng, những người có tấm lòng từ ái ngay với cả những sinh linh bé nhỏ, chắc chắn là những tâm hồn nhạy cảm, biết yêu thương con người sâu sắc!

Bạn có biết vì sao, trẻ nhỏ có xu hướng yêu thương động vật, đặc biệt là chó và mèo không? Bởi loài vật vô tâm trí, loài vật không biết dùng ngôn ngữ và loài vật không mưu mô, dối trá, cho nên biểu hiện tình yêu, sự hàm ơn của con vật nuôi với cô chủ, cậu chủ là rất thuần khiết, chân xác và trung thành. Do đó, đứa trẻ cảm nhận được sự an ổn, bình yên khi có một người bạn kiem lời mà chân thành bên mình!

Sao bạn không dành cho đứa trẻ của mình cơ hội có được một người bạn tuyệt vời đến thế?

Tình huống thứ hai:

Năm 2006, Minh Khuê lại có thêm một chú cún Bắc Kinh lông dài, một chú cún phốc Sóc, lông cũng rất dài. Cô bé cũng như bao bạn trẻ khác, cảm thấy thích thú với vẻ ngoài khác lạ của những chú cún.

Tuy nhiên, sau một thời gian nuôi dưỡng, chăm sóc, tôi và Minh Khuê đã có những hiểu biết sâu sắc về đặc điểm sinh lý của từng loài chó, phù hợp với các vùng khí hậu. Minh Khuê rút ra một kết luận khá choáng váng: “Thực sự, con người thật ngạo mạn và tàn nhẫn khi thao túng cuộc sống của nhiều loài động vật. Sự xuất hiện cún Bông và cún Sóc ở nhà mình, thực ra là đã làm cho chúng trở nên chật vật trong sinh tồn”.

Minh Khuê nhận ra rằng, khí hậu nhiệt đới và cực kỳ nóng ẩm vào mùa hè ở Việt Nam thực sự là môi trường vô cùng khắc nghiệt đối với cún Bông và cún Sóc là hai loài chó vốn được sinh trưởng ở những vùng khí hậu hàn đới và ôn đới. Từ những nhận biết này, cô bé đã đi đến một quyết định rất nhân ái, đó là húi lông cho hai chú cún để chúng cảm thấy dễ chịu hơn, nhất là vào mùa hè khắc nghiệt, dù điều đó làm mất đi “giá trị” thời thượng của hai giống chó lông dài, xù.

Thế đó, sự hiểu biết về môi trường thích nghi và thích hợp với những con vật, và sự nỗ lực để cứu giúp những con vật, đem tới hạnh phúc cho chúng của Minh Khuê đã cho thấy, tình yêu vô điều kiện của cô bé đã giúp cô có được sự tinh táo và sáng suốt, từ đó đem tới nhận thức và hiểu biết sâu sắc.

Từ những tình huống sự phạm trên, tôi nhận thấy một môi trường hài hòa và không tách rời đưa trẻ khỏi tự nhiên, nỗ lực để trẻ được quan sát, can dự và dần thấu đạt những quy luật sinh tồn, sinh diệt cũng như cách thức biểu hiện tình cảm của các loài động vật, thông qua hành vi và ngôn ngữ thân thể, cử chỉ của loài vật, sẽ giúp trẻ trở nên sinh động, hài hòa, nhạy cảm, tinh tế và từ ái.

Đương nhiên, khi tình yêu đích thực được uơm mầm và trưởng thành trong tâm hồn thì đồng thời lòng quả cảm, ngay thẳng đích thực cũng trưởng thành bền vững sâu sắc. Tình yêu mà đứa trẻ nhận được từ cha mẹ là thứ tình yêu nhận về, hưởng thụ nhưng hoàn toàn bị động. Tình yêu của những đứa trẻ với nhau trong mối quan hệ anh em là tình yêu mang tính cạnh tranh và có mặt cả. Khi đứa trẻ nhận về quá nhiều hai thứ tình yêu này mà không có cách nào xả bớt,

thì nguồn năng lượng dư thừa ấy sẽ trở thành tiêu cực khiến đứa trẻ trở nên mềm yếu, nhàm chán, thụ động và nguy hiểm hơn, nó dung dưỡng một lối sống vô cảm, thờ ơ và vị kỷ đến ngột thở.

Tình yêu của trẻ dành cho thiên nhiên, cây cỏ, cho những con vật cưng, những người không quen biết - những thực thể không có khả năng đáp trả về tình cảm và vật chất cho nó... là tình yêu chủ động, tình yêu ban tặng, cho đi, do đó nó hào phóng và khai phóng tâm hồn, gây xúc động mãnh liệt và đẹp đẽ.

Như vậy, để cảm thức tình yêu nơi trẻ được tuôn chảy hài hòa với quy luật, ngay từ khi còn bé, bạn phải cân bằng hai trạng thái tình yêu nhận lấy và ban cho ở đứa trẻ. Có như vậy, nó mới trở thành một dòng sông hài hòa, tươi mới và sinh động. Không có cách nào để huấn luyện tình yêu vô điều kiện cho đứa trẻ bằng cách gián dị và dễ nhất là để chúng được quyền yêu động vật như bản năng sinh ra chúng thềm được như thế.

❖ Kết luận

Hợp thông với tự nhiên, hài hòa với tự nhiên vốn là con đường hoan hỉ nhất để tâm hồn đứa trẻ rèn luyện phẩm chất từ ái, bao dung.

Vì sao điều gián dị như vậy lại khiến tôi phải thiết tha kêu gọi, bởi, dường như một dòng chảy đòi sống hiện đại đang thôi miên loài người vào thế giới vật chất. Chúng ta “cầm tù” tâm hồn mình trong bốn bức tường với những tiện nghi cao cấp. Và tệ hại hơn, chúng ta chặn đứng mọi giao tiếp và hợp thông của trẻ với thế giới tự nhiên.

Rất nhiều ông bố bà mẹ sẵn sàng bỏ ra vài chục triệu để mua iPad cho trẻ, như một cách mặc cả, trao đổi khi trẻ đòi nuôi một con cún. Họ lấy lý do rằng không có thời gian để chăm sóc. Họ cảm giác bị làm phiền và vướng bận. Họ không bao giờ coi động vật là một thành viên được can dự vào cuộc sống của đứa trẻ. Đó thực sự là một lãng phí lớn.

Bạn muốn con mình có xúc cảm tràn đầy về tình yêu đích thực từ bé và rồi nó sẽ viết nên những dòng văn cảm xúc, thì trước tiên,

bạn hãy cho con cơ hội trải nghiệm với tình yêu đích thực từ thuở bé. Đó thực sự là những tình cảm ghi dấu ấn sâu đậm trong tâm hồn đứa trẻ và nuôi dưỡng thứ tình yêu chân thực, lay động, cũng như một năng lực nhận biết về cảm xúc sẽ được bồi đắp, vững vàng, tinh tế, thiết thực trong tâm hồn trẻ.

Vâng, khi tâm hồn đứa trẻ đã tràn đầy thứ tình yêu vô điều kiện, biết ban tặng tình yêu và trao tặng công sức của bản thân cho những sinh linh không hề biết “xu nịnh”, không hề biết đáp trả và không hề biết tung hô v.v... Khi đứa trẻ của bạn có được nền tảng tâm hồn từ ái, hướng thượng thuần khiết như thế, thì sao bạn phải lo nó quên ơn sinh thành của bạn? Thì sao bạn phải nói quá nhiều, đầy giáo điều và hoang mang về sự hiếu thảo của con cái với cha mẹ như một sự kể công và mặc cả?

Khi đứa trẻ đã tràn đầy lòng từ ái, nó sẽ cứ biểu hiện hồn nhiên trong lời nói, trong việc làm, trong ngôn ngữ, câu văn v.v... tự nhiên như hơi thở của nó.



Đời cây tình người



**(Truyện ngắn của Lã Hồ Minh Khuê viết ngay trong đêm
tôi thông báo với con, Hà Nội đang làm một việc tồi tệ
là đốn hạ những hàng cây cổ thụ.)**

Mùa xuân năm ấy đẹp như người ta vẫn tả.

Họ yêu xuân hay yêu ý niệm về xuân? Phải chăng hơi ấm nồng của mưa xuân quyến rũ họ đến vậy, hay cũng vì mỗi khi xuân sang, hai tâm hồn bé nhỏ ấy lại xoắn xang, háo hức chờ đợi một sự khởi đầu, chờ đợi một thay đổi, chờ đợi những điều tốt đẹp không rõ ràng sẽ đến khi hạ tới?

“Anh đừng ngắt lá nữa, cây nó đau...” - cô bé chun mũi cúi kính, dấm thùm thụp vào lưng cậu, ngúng nguẩy hai bím tóc ra vẻ bức tức lắm.

Cậu ngồi xuống gốc cây, khẽ hẩy cô bạn sang một bên. Ngắm nghĩa chiếc lá bàng vừa ngắt được, cậu cười nhẹ. Cậu nhả nha nhấm nháp hơi nóng của một thứ quyền lực kỳ lạ, cảm giác như được nắm trọn trong tay vận mệnh của một sự sống có sinh diệt, dù chúng không thể thốt lên lời! Ừm, dù chỉ là đoạt được sự sống đang tiếp diễn của chiếc lá xanh... chỉ thế thôi, mà tinh vi lắm, cũng tâng cái bản ngã của cậu bé 18 tuổi lên tận tán cây. Vả lại, “cây làm sao mà biết đau!” - cậu nghĩ thầm - “bọn con gái rất sến”.

Tiếng chân bước êm êm nhẹ nhàng trên thảm cỏ non mới mọc.
Bỗng tiếng chân chợt dừng.

“Ồ... Anh!” - chị dừng bước, cúi gập xuống như muốn nhìn rõ hơn khuôn mặt người đàn ông đang ngồi gục đầu bên gốc bàng. “Trời ơi, không ngờ sau ba mươi năm, lại gặp anh ở góc thân thuộc này! Còn nhớ em không?”

Anh ngẩng đầu lên. Khuôn mặt mỗi mét của người đàn ông trạc năm mươi chợt tươi lên đôi chút với một nụ cười xộc xệch. Anh ngạc nhiên, bật ra một tiếng vụng về, “Ồ, chào em!”

Chị ngồi bệt xuống bên anh, mơn trớn mấy ngọn cỏ mới mọc, buông một câu băng quơ:

- “Anh biết không, ở thời này chẳng ai ngồi bên gốc cây trên phố nữa đâu?”

- “VẬY thì cứ coi như chúng ta không ở thời đại này rồi.” - anh xoay vai cười nhẹ. “Sao hôm nay em tới đây?”

- “Thứ Năm nào em cũng tới đây. Coi như để neo lại với những kỉ niệm đẹp ngày xưa.” - chị cười rạng rỡ, ngó mắt sang phía anh, - “Cuộc sống của anh ra sao?”

Nghe thế, anh nhếch mép, ngắt lời chị:

- “Ừ, cây có bị chặt rồi thì vẫn cố mà níu lấy kỷ niệm ngày xưa nhé.”

Chị chợt dạ, hỏi vặn lại:

- “Ý anh là sao?”

- “Mai anh sẽ kí quyết định chặt hàng cây này.”

- “Sao lại chặt?” - chị đáp sau một hồi sững sờ, hoảng hốt như hay tin điềm dữ.

- “Vì cần phải chặt, thế thôi.”

Chị nhìn anh trân trân như chưa bao giờ gặp. Ánh nhìn thẳng thốt, thất vọng của chị đốt mặt anh nóng bừng, điều mà từ lâu đã biến mất trong anh..

- “Em biết không,” - anh cất tiếng, như thể muốn phân bua cho mình, “người làm thuê cho một bộ máy, xét cho cùng cũng dễ thành cái đình cái ốc lắm.”

- “Ai chả đi làm thuê, nhưng không phải ai cũng thành đình thành ốc...”

- “Em không hiểu. Hơn hai mươi năm qua anh đều cố gắng gò mình theo bánh răng của bộ máy đó, để thăng tiến, để được nhấm nháp tí chút quyền lực mình có được. Thế rồi nhìn lại, thấy mình cũng chỉ là đình ốc cho những bánh răng đó thôi, chả còn mấy phần người ở đó nữa.” - anh nói giọng chán nản, thờ ơ như hực hơi...

Bất giác, anh vươn lên ngắt chiếc lá bàng. Chiếc lá tươi ứa nhựa từ cuống lá, nhỏ giọt xuống lòng bàn tay anh trắng múp múp, cóm nắng. Khóe môi anh xếch lên một nụ cười nhẹ: “Tiết cũng Thu rồi, em ạ.”

- “Anh đừng ngắt lá nữa được không, cây nó đau.” - chị thở dài, mắt nhìn xa xăm, không giấu nổi bóng tối của sự thất vọng kéo dần trước mặt, che khuất, lu mờ cả khuôn mặt người đàn ông từng là bạn học thuở ngày xưa với chị.

- “Ba mươi năm rồi mà em vẫn còn thơ ngây nhỉ.” - anh ngoái sang - “Cây thì chỉ là cây thôi, cây làm sao mà biết đau!?”. Anh ngoảnh mặt đi, lẩm nhẩm như nói với mình, “đến chặt đi thì cũng chả đau.”

- “Đúng thật, cây thì chỉ là cây thôi anh ạ, làm gì có phần người nào trong đó mà biết đau.” Chị nhắc lại lời anh, pha chút chua chát, chị ngồi thẳng dậy, lấy tay hất nhẹ mái tóc qua bờ vai gầy nhỏ:

- “Anh biết không,” - chị tiếp lời - “người hay không người chẳng mấy khi tại mấy bộ máy đó đối xử ta thế nào. Người hay không nhiều khi là ở cách ta đối xử với những sự sống có sinh có diệt nhưng khiêm nhường, nhỏ bé, không có khả năng tự vệ như cái cây này thôi. Ví như khi em bảo cây biết đau là em cảm nhận được sự sống đang nỗ lực trong thân cành. Thế, cho tâm hồn không chai sạn, dễ yêu dễ thương. Rồi đến lúc chán thì cũng dễ nương tay với chúng. Nương tay với những thứ chẳng biết cầu xin..., phải nhân ái lắm đó, anh ạ.”

Chị đứng dậy, nhìn xuống anh lần cuối trước khi bước đi. Anh ngoảnh sang định nói gì đó nhưng lại thôi, chỉ thấy đôi bàn tay của chị nắm lấy đôi vai anh, như một lời động viên nhỏ nhoi mà anh luôn khao khát. Nhưng rồi, chút hơi ấm đó cũng cuốn theo một cơn gió thu, chỉ còn lại anh nhìn mãi theo bước chị xa dần trên vỉa hè bê tông, rồi hòa mình vào phố xá Hà Nội.

Vài ngày sau, cây ở góc phố nhỏ ấy lạnh lùng đổ xuống, cây này tiếp cây kia. Cây ứa nhựa và lòng người ứa máu.

Đọc sách là con đường tự trưởng thành

Cách tôi hướng dẫn Minh Khuê đọc sách

Tháng 6 năm 2013, Minh Khuê bắt đầu tìm kiếm đề tài để viết bài luận chính trong mùa nộp hồ sơ cho các trường đại học ở Mỹ. Cô bé trao đổi với mẹ về việc sẽ chọn đề tài gì? Cuối cùng Minh Khuê nói, cô bé viết một câu chuyện có hình bóng lịch sử gia đình, qua đó, làm sáng lên nội lực mạnh mẽ của người phụ nữ Việt để bước ra toàn cầu trong hoàn cảnh xã hội còn mang nặng tư tưởng Khổng giáo. Lúc này, tôi mới gợi ý để con gái tiếp cận và đọc một số tác phẩm truyện ngắn của tôi.

Khi nghe con gái đọc cho nghe bài luận (bằng tiếng Anh) trước khi gửi đi, tôi đã khóc rất nhiều. Khóc vì thành thực xúc động, khi nhận ra trong từng câu chữ của cô con gái bé nhỏ, ngây thơ ấy là những suy nghĩ sâu sắc, những cảm xúc tràn đầy về bà ngoại, về mẹ, những người phụ nữ đã sống bình dị và mãnh liệt ra sao? Tôi khóc vì nhận thấy nét chân thật, kiên lời nhưng súc tích, nhiều tầng ý nghĩa của bài luận, khiến tôi tin rằng mình đã đúng khi hướng dẫn con bước đi trên con đường nhọc nhằn nhưng tràn đầy ánh sáng. Tôi càng vui hơn khi sau này, được biết (qua một lá thư viết tay, ngắn gọn của người có trách nhiệm từ Hội đồng tuyển sinh), là bài luận được đánh giá cao, gây xúc động trong mùa tuyển sinh ấy tại Harvard.

Không ưu tiên sách văn chương, tiểu thuyết hư cấu

Đây là một nguyên tắc trong cách tôi hướng dẫn con về phương pháp đọc sách và tìm kiếm tri thức thông qua hoạt động đọc sách.

Chúng tôi chỉ dành 15% - 18% không gian thư viện sách gia đình cho thể loại sách văn học, chọn lọc những tác phẩm có giá trị bồi đắp giá trị chân thiện mỹ và giải trí đích thực.

Tôi hướng dẫn con gái cách đọc loại sách này như sau: Đọc để cảm nhận chung về giá trị tác phẩm và cảm nhận phong cách nghệ thuật. Tuy nhiên, sau khi đọc, chúng tôi đồng tình với nhau là phải quên ngay, giống như là chúng ta chơi trò chơi xây lâu đài trên cát và khi hoàn tất, chúng ta phá bỏ nó, vì đó chỉ là lâu đài ảo.

Tác phẩm văn chương hư cấu cũng vậy, chỉ là một diễn biến giả định và ảo. Do đó, nếu đọc và ghi nhớ quá chi tiết, kiểu đọc tầm chương trích cú có thể dẫn tới bị ám ảnh, thôi miên bởi kịch tính, diễn biến tâm lý và thân phận nhân vật, điều đó không tốt cho việc thực hành sống thuần khiết và trọn vẹn cuộc sống thực của cá nhân đứa trẻ. Vọng tưởng và phóng chiếu những cảnh ngộ và thân phận nhân vật là chặng đầu tiên dẫn tới tình trạng nhiều cá nhân nghiên tiểu thuyết, sống trong đời thực mà tâm hồn, trí tuệ bị chi phối bởi nhân vật, tình huống ảo trong tiểu thuyết.

Thực tế, tôi không khuyến khích con gái đọc tác phẩm văn chương hư cấu nhiều, bởi điều đó không tốt cho việc sống hồn nhiên như Minh Khuê cần có ở tuổi cô bé.

Về cơ bản, trong các tác phẩm văn chương, những yếu tố mang tính giả định như: tình huống, kịch tính và thân phận nhân vật, v.v... dù muốn hay không đều được soi chiếu dưới lăng kính và góc nhìn của tác giả. Được soi chiếu bằng trải nghiệm, vốn sống của tác giả. Hơn ai hết, các nhà văn, các tiểu thuyết gia chuyên nghiệp, họ đều là những chuyên gia về dẫn dắt tâm lý, là những người có năng lực đặc biệt có khả năng cuốn hút và thôi miên độc giả trong lối dẫn dắt, mô tả sâu sắc diễn biến cảm xúc, tâm lý của nhân vật.

Điều này khiến những bạn trẻ chưa có trải nghiệm và thực tế sống phong phú khi đọc các tác phẩm văn chương thiếu chọn lọc, hay đọc quá nhiều tác phẩm văn chương hư cấu, sẽ trở nên bối rối, bị cuốn hút toàn bộ tâm trí vào diễn biến hư cấu đó.

Không ít khi, trang cuối của cuốn tiểu thuyết đã khép lại nhưng tâm trí người đọc vẫn còn sống và vọng theo thân phận nhân vật nhiều tháng và nhiều năm sau đó, thậm chí vật vã, đau khổ, đắng cay, hận thù theo những giả định hư cấu của tác phẩm.

Mức độ nguy hiểm hơn, là ảnh hưởng tinh thần của tác phẩm, của nhân vật, của tình huống v.v... đến hướng đi, lối sống và thái độ sống của những người đọc còn ít trải nghiệm.

Như vậy, có thể nói có rất nhiều bạn trẻ đang sống với đời thực nhưng lại bị ám ảnh bởi cách thức hành xử, suy nghĩ, quan niệm của nhân vật trong các tác phẩm văn chương mà họ nghiền ngẫm, say đắm, mê mẩn, đặc biệt là những tác phẩm ngôn tình. Sống giữa đời thực nhưng tâm trí bấn loạn và “hoang tưởng” trong thế giới hư cấu, giả định của văn chương, và vì thế, họ thường xuyên bị xung đột. Họ khó khăn trong việc xoay xở với những tình huống thực, do đó thường xuyên có cảm giác bất an, thất bại và thiếu thốn hạnh phúc đích thực.

Hàng triệu triệu tâm hồn đã bị văn chương thao túng và dẫn dắt như vậy. Tôi đã gặp nhiều bạn trẻ mới bước vào đời, chưa kịp hiểu đau thương thực chất là gì, đã luôn miệng than thở hết sức buồn bã, thê lương, bi lụy. Đây là một hiện tượng tự ám thị tinh vi và lũng đoạn tâm hồn, hệ lụy của việc lạm dụng đọc sách văn chương khi còn quá ít trải nghiệm và thiếu vốn sống thực tế!

Do đó, tôi gợi ý con gái không nên đọc sách văn chương quá sớm. Đương nhiên, không chỉ sách văn chương, ngay cả sách tư tưởng, triết học... cũng nên cẩn trọng khi tiếp cận, cho dù đó là những cuốn sách tốt, hàn lâm. Khi bạn chưa có trải nghiệm phong phú về sự sống dẫn thân, thì kiến thức sách vở dễ khiến bạn bị thao túng, phụ thuộc và khuôn mẫu.

Trong thư viện sách của chúng tôi 85% là thể loại sách tri thức về các lĩnh vực khác nhau

Từ điển các loại, Từ điển Tiếng Việt, Từ điển chính tả, từ điển Anh - Việt, Từ điển Việt - Anh, Từ điển Anh - Anh, Từ điển thành ngữ

tục ngữ, Từ điển Hán - Việt, Từ điển bách khoa thư, Từ điển bệnh học, Từ điển khoa học thường thức, v.v...

Sách khoa học thường thức các lĩnh vực: giải phẫu não, giải phẫu cơ thể, tâm lý xã hội thực hành, sinh vật học ứng dụng, hóa học ứng dụng, y học ứng dụng, khoa học về nội tâm, phân tâm học; sách về nghệ thuật, âm nhạc, kiến trúc, triết học, các tác phẩm viết về danh nhân thế giới, sách giáo trình, hàng nghìn cuốn tạp chí, báo nguyệt san khoa học thường thức, v.v...

Những cuốn sách này được chúng tôi sử dụng hàng ngày, bất cứ nơi nào, bất cứ lúc nào muốn, nên thú thực, những cuốn sách quý ấy không được trưng bày một cách sang trọng.

Tôi cho rằng, kiến thức, tri thức trong sách rất quý, nhưng nó chỉ quý khi được mang ra sử dụng, được thấu đạt và nghiên cứu thường xuyên, do đó, sách được chúng tôi để một cách thoải mái, ở mọi nơi có thể ngồi và đọc: ở đầu giường ngủ, phòng khách, phòng bếp, bậc cầu thang, hành lang nối giữa các phòng, ở vườn thiền, thậm chí ở trong nhà tắm, cạnh bồn tắm. Đối với chúng tôi, sách là để đọc, sách được trân trọng nhưng cũng có thể sẽ sờn cũ một cách tự nhiên vì nó được đọc và sử dụng nhiều.

Chúng tôi đọc bất cứ lúc nào có thể: những ngày nghỉ, trong tiếng nhạc thư thái, hay khi ngồi chờ mẹ nấu ăn, hay khi vừa chơi xong bản nhạc, hay khi vừa tranh luận với mẹ một vấn đề và muốn giải tỏa tâm trạng bực bội bằng cách chuyển hướng sang việc đọc sách.

Thậm chí, tôi đọc sách chăm chú, hiệu quả cả khi đứng chờ con ở cổng trường, đây là cách tôi tự làm phong phú bản thân, cũng là cách để không làm phiền người khác bằng ánh mắt soi mói, tọc mạch của mình, và là cách để tôi rèn luyện sự tập trung cao độ, không phân tâm, trong khi cuộc sống chuyển động hỗn độn xung quanh.

Sách thực sự là những người bạn chân thành trong lối sống và phong cách sống của chúng tôi.

Phần này không dành cho bạn?

Chẳng hiểu từ khi nào, cảm thức xã hội đã mặc định những ranh giới khá nực cười như sau: Nhà trường có trách nhiệm và bổn phận giáo dục bồi đắp mọi nguồn kiến thức, giá trị tri thức, phẩm chất xã hội, tâm hồn, nhân văn cho đứa trẻ của bạn. Dù bạn giàu hay nghèo, dù bạn học vấn hay lao động giản đơn... đều mắc dính vào mặc định đó. Do vậy, ngôi nhà của bạn trở nên thừa thãi tiện nghi đắt tiền, vật dụng cao cấp, nhưng thiếu thốn vô cùng những công cụ có giá trị bồi đắp tri thức.

Đến nhiều gia đình, bạn thấy thiếu vắng những cuốn từ điển thường thức, thiếu vắng những chiếc bút và tập giấy để ghi chú, thiếu vắng những cuốn sách tri thức, v.v... Đó là những công cụ tri thức tối thiểu để việc hấp thu kiến thức, việc học, việc sống có tuệ giác được thực hành và thuần thực ngay tại môi trường gia đình, cho mỗi cá thể, trước khi cá thể đó gia nhập đời sống xã hội.

Bản thân bạn không thích đọc sách, không thích đọc những tài liệu nghiên cứu, không đam mê một cách tự nguyện, tự tâm thì làm sao bạn bồi đắp thói quen đó cho con bạn? Làm sao bạn dành cho con phẩm chất mà bạn không có được?

Thậm chí, tôi đã nghe những nhận xét na ná thế này, “Mình không thể đọc được những thứ cứ lằng nhằng triết học, triết lý, mệt đầu! Thấy ảnh thì like cho vui thôi.” hay “Sao mà viết dài thế, đọc mệt!”. Buồn thay, những nhận xét thế này, tôi lại được nghe trực tiếp từ những cá nhân có học vấn trên đại học và là những người được coi là khá chững chạc!

Tôi đã sống dẫn thân và đã đam mê đọc sách, tự mày mò nghiên cứu và cùng con gái thực hành trên từng chặng cuộc sống. Giờ đây, tôi lại tìm mọi cách thức để biểu đạt, thể hiện và viết ra sao cho tường minh, mạch lạc và dễ hiểu nhất cho bạn.

Đây là cuốn sách cuộc đời tôi, từng dòng, từng dòng đều chứa đựng những hiểu biết mà tôi đã chắt lọc, là từng khoảnh khắc đời sống dẫn thân, là từng hơi thở của tôi trong đó, làm sao tôi có thể

“cô” lại tất cả bằng vài trăm chữ, hay vài nghìn chữ ngắn gọn giống như những bí kíp huyền hoặc, thần bí để bạn đọc một cách nhanh chóng, dễ dàng hấp thụ như một món ăn đường phố?

Những điều tôi viết ra không nhằm vuốt ve, không mang tới cảm giác dễ dãi, nhưng chân xác và thực tiễn, có cơ sở thuyết phục để giúp bạn tin tưởng vào tương lai, nếu bạn hành động từ ngay bây giờ.

Có người còn buông một lời đơn giản, “Nhiều chữ vãi!”. Bạn nghĩ tôi có buồn không?

Tất nhiên, tôi buồn lắm, nhưng nỗi buồn đó không vì bản thân tôi, tôi chỉ buồn cho bạn. Bởi, tôi nhận ra điều bạn nghĩ, điều bạn mặc định trong đầu như sau: “Dường như mọi thứ đều dễ dàng, mọi việc đều đơn giản!”. Do đó, bạn không thấy việc tự học, đọc sách, đọc tài liệu là cần thiết, là quan trọng, là con đường có thể giúp bạn “đãi cát tìm vàng”, là cách để bạn nhận thức được trong vô vàn cuốn sách, tài liệu những điều sẽ giúp bạn tương minh một hiểu biết, vững vàng một nhận thức và khiến bạn phong phú hơn, khiêm nhường hơn một cách đích thực.

Ngược lại, đối với bạn, thời gian để dành cho việc đọc sách là xa xỉ, là không cần thiết. Bạn sống rất nông và tự mãn với hiểu biết của mình, do đó, bạn thường rơi vào phán xét, chủ quan cho rằng, mình đúng, bởi bạn luôn khép bản thân ở những thông tin không có chiều sâu của tìm tòi nhận hiểu! Internet cũng có phần tạo ra thói quen này cho bạn!

Tôi đã nhận được hàng trăm câu hỏi, hối thúc, nhắc nhở rằng, hãy chia sẻ những cuốn sách mà tôi đã đọc giúp tôi có được những hiểu biết về nhiều khía cạnh cuộc sống, nội tâm, hiểu biết khoa học thường thức về nhiều lĩnh vực, nhận thức xã hội, tâm lý nội tâm... Thậm chí có bạn đã bằng mọi giá gặp tôi, đưa ra mọi lý do để tôi phải tiếp bạn ấy, nhưng cuối cùng, điều bạn ấy quan tâm đó là “Hãy nói cho em tên cuốn sách mà chị đã đọc để dạy dỗ Minh Khuê thành công?”.

🍎 TÌNH HUỐNG GÂY CƯỜI

Khi cô giúp việc bắt đầu làm ở nhà tôi, lau dọn trong phòng đọc sách của tôi, tôi có dặn dò em ấy là hãy cẩn thận, nâng niu vì tôi rất quý những cuốn sách. Em ấy xởi lời nói: “Chị yên tâm, với chị thì quý chứ với em chúng chỉ là mớ giấy lộn, nên chị không sợ mất mát đâu?”.

Một chàng trai trẻ rất dễ mến là cháu tôi, có thời gian cậu ấy ngủ trong phòng sách của tôi, tôi có giấu giếm, có bí kíp gì đâu, còn thúc giục đọc đi, sách hay nhiều lắm... nhưng chẳng có cuốn sách nào được đọc, vì “cháu bận lắm, thời gian đâu mà đọc, mà toàn sách khó đọc lắm ạ...”. Nhưng tôi biết, chàng trai ấy có rất nhiều thời gian để “tám chuyện” lang thang trên Facebook.

Thực lòng sau những buổi tiếp chuyện đó, tôi cảm nhận một sự thất vọng không nhỏ. Dường như, có nhiều người bước vào sự nghiệp làm mẹ mà vẫn mang tâm thế muốn thấu nhận những hiểu biết “của thiên hạ” có thể ăn liền, một cách ấu trĩ như vậy.

Giả định rằng, cuộc sống có thể dễ dàng đạt tới thành công thông qua một cuốn sách mỏng với những bí kíp có thể mang ra ăn liền, thì bạn có tin rằng, điều đó sẽ “dễ dãi” chỉ dành riêng cho bạn hay một ai đó?

Một khi chúng ta mặc định sự thành công của ai đó là dễ dàng, thì cũng có nghĩa rằng, chúng ta mặc định cuộc đời chỉ là cứ đi bằng cách bịt mắt và hoàn toàn trông cậy vào may rủi.

Sống tận hiến và đọc sách - Con đường dẫn đến tuệ giác

Tôi cho rằng, sống dẫn thân và đọc sách một cách có chọn lọc là con đường duy nhất để bạn tìm thấy hướng đi riêng thành thoi và tốt đẹp cho chính mình.

Sự trưởng thành của nhận thức mỗi cá thể sẽ theo một quy trình như sau:

Kiến thức của nhân loại được tích lũy trong những cuốn sách sẽ trở thành kiến thức của bạn thông qua hoạt động sống dẫn thân

và đọc sách. Quá trình này sẽ trưởng thành khi bạn áp dụng những kiến thức sách vở kết hợp với những hiểu biết thực tiễn để giúp hoạt động thực tiễn của bạn trở nên tường minh và hiệu quả hơn. Khi đó, những kiến thức đã biến thành “tri thức của bạn”.

Khi những tri thức của bạn được tuôn chảy trong hành động sống dẫn thân của bạn và liên tục được bồi đắp thông qua hoạt động đọc, giúp nhận thức về phẩm giá và trách nhiệm của bạn đối với cuộc sống ngày càng cao hơn, bạn trở nên một người sống mạch lạc và có trách nhiệm sâu sắc với bản thân hơn. Khi đó, những kiến thức sách vở cộng với hoạt động đọc và hoạt động dẫn thân đã chuyển hóa bạn thành một con người có trí tuệ.

Khi sự chuyển hóa tiếp tục, khi bạn giảm dần cái tôi ngã mạn, khi bạn vẫn tiếp tục sống dẫn thân đón nhận tri thức của nhân loại thông qua hoạt động đọc và tận hiến sâu sắc, khi lòng từ ái ngày một được bồi đắp trong bạn... những hiểu biết của bạn về các lĩnh vực khoa học, nhận thức nội tâm bản thân cá thể, nhận thức quan hệ xã hội, đã đạt tới sự hài hòa và khi bạn thấu hiểu tính phụ thuộc lẫn nhau là bản chất của vũ trụ thì bạn đã bước lên một tầm cao hơn, một tầm hiểu biết đẹp đẽ hơn đó là vẻ đẹp của tuệ giác.

Quá trình này không thể diễn ra trong ngày một ngày hai. Nó được tôi mô tả giản lược như sau:

Tri thức nhân loại (biểu đạt thông qua sách) thông qua hoạt động đọc có chọn lọc, biến thành *Kiến thức* của bản thân. *Kiến thức* được áp dụng vào thực hành trên hành trình sống dẫn thân sẽ chuyển hóa thành *Tri thức* của bản thân, kết hợp với hoạt động đọc và sống dẫn thân tạo thành một quá trình liên tục. Quá trình ấy dần chuyển hóa *Cá nhân* trở nên có nội lực, có sức mạnh và niềm tin khiến cho *Cá nhân* trở nên có *Trí tuệ* vì năng lượng nội lực mạnh và năng lực tận hiến cho cuộc sống và xã hội lớn hơn. Khi cá nhân trở thành một người có *Trí tuệ* và vẫn tiếp tục không ngừng quá trình đọc và thấu đạt chân lý khách quan, *Cá nhân* sẽ buông dần “cái tôi” chủ quan và dần trưởng thành đến một *Cá nhân* khiêm nhường, thấu đạt, hợp thông, từ ái. Từ đó trở nên một cá nhân *Tuệ giác* thấu hiểu và

khiêm nhường hơn nữa, khát khao thấu đạt hơn nữa thông qua hành trình sống dẫn thân sâu sắc và hoạt động đọc tự nguyện để gọi mở thêm nhiều nhận thức mới v.v...

🍏 TÌNH HUỐNG

Cao nhân ngồi câu cá!

Nếu đói, bạn phải kiếm thức ăn, bạn phải câu cá để làm thức ăn hoặc đem bán để kiếm sống. Đó là chuyện của bản năng sinh tồn, Đấng tạo hóa tôn trọng điều đó.

Trong tâm thức người Việt Nam, hình ảnh một cao nhân thong thả tự tại, ngồi bên bờ suối câu cá được coi là một thú chơi tao nhã, thanh cao và là của những bậc cao nhân, lịch lãm, phải luyện, phải tu tập tinh tâm mới đạt tới. Cách nhìn, cách nghĩ mặc định đó thật tệ hại, bởi sâu thẳm bên trong hành vi đó là khoái cảm bạo lực, hiếu sát tiềm thức, bộc lộ sự vô tâm trước bi thương của những sự sống bị cưỡng đoạt. Thú vui tao nhã đó, bạn biết chăng, là cơ sở của lối sống nhân tâm.

Các bước của nhận thức từ kiến thức đến tuệ giác:

Tri thức nhân loại: “Con người là một mắt xích trong chuỗi thức ăn tuần hoàn của hệ sinh thái tự nhiên trên Trái đất!”

Nếu cá nhân đọc, học tập, lắng nghe và tìm hiểu lịch sử phát triển của loài người sẽ thấm thía, cá nhân đó sẽ có được nhận thức thông qua kiến thức.

Khi cá nhân tiếp nhận tri thức nhân loại về “vị trí con người trong chuỗi thức ăn tuần hoàn tự nhiên”, cá nhân đó nhận biết được tính phụ thuộc của con người với tự nhiên, biết sống hợp thông với tự nhiên, giảm tính ngã mạn, tự cao tự đại, biết lắng nghe và tăng cường lòng cảm thông chia sẻ

Khi đó cá nhân trở nên giàu lòng nhân ái, không vui thú vì sát sinh, thấu hiểu sự sinh diệt nào cũng đáng được nhìn nhận, thương xót, cá nhân trở nên *trí tuệ*, không hiếu chiến và không vui sướng vì thao túng quyền sống của sự sống khác một cách vô nghĩa.

Khi cá nhân phát hiện ra vẻ ung dung tự tại của trò vui câu cá tưởng là tao nhã, nhưng sâu thẳm bên trong nó ngấm ngấm trôi dạt một khoái cảm “rùng rợn, tàn ác” khi chứng kiến sự quấy đạp, vùi dập tuyệt vọng của một sinh linh đã rơi vào bẫy lừa đảo, lừa bịp của mình. Phát hiện ra những tạp niệm xấu, bản ngay cả khi hành động được che đậy bởi những những điều tưởng như đẹp đẽ tức là cá nhân đó đã có được *tuệ giác* đích thực, từ ái và tự do vượt lên trên những tạp niệm xấu.

Điều này, tương tự như những người ăn chay với những món giả mặn, thì đó là “ăn chay niệm mặn”. Người có xu hướng ăn chay là rất thiện tâm, nhưng vẫn còn chưa “thanh tâm” nếu ăn chay niệm mặn. Khi cá nhân đã hiểu thấu đáo điều này, tiến hành ăn chay thực dưỡng, thuần hậu, như tự nhiên... không mắc dính vào những món chay giả mặn, thì đó là khi cá nhân đã có hiểu biết của *Tuệ giác*.

Cứ thế, đọc sách và trưởng thành phẩm chất, nhân cách là hành trình bền lâu, liên tục và không ngừng nghỉ.

Đọc phải trở thành đam mê máu thịt, khi bạn nhận ra đó là con đường để bạn hoan hỉ và hạnh ngộ. Và lúc ấy, bạn sẽ thôi không hỏi tôi đã đọc những cuốn sách gì vì bạn sẽ đọc những cuốn sách mà bạn thích đọc, những cuốn sách bạn thấu hiểu, và từng ngày từng ngày, hoạt động đọc sách sẽ biến đổi nhận thức và cuộc đời bạn ngay khi mà chính bản thân bạn cũng không hay biết.

Đọc sách để giúp trưởng thành phẩm chất

Đó là năng lực quan trọng phải rèn luyện mới có được

Sách là hàng hóa

Đọc là hoạt động nhu cầu thiết yếu!

Tôi đã gặp một bạn trẻ là phóng viên tập sự, bạn ấy đã tốt nghiệp đại học, tại thời điểm mà chúng tôi nói chuyện thì bạn ấy chưa từng sử dụng một cuốn từ điển Tiếng Việt nào. Bạn ấy cảm thấy không hề có lỗi, vì bạn ấy không phải là trường hợp cá biệt, mà đây là thực trạng chung của lối sống vội và nông.

Tôi từng nghe không ít lần rằng những cá nhân có trình độ trên đại học trở nên nổi giận và lúng túng khi cho rằng sách nhiều vô thiên lủng, nên chả biết đọc sách gì... mệt cả đầu!

Lần đầu nghe thế, tôi hơi ức chế. Tôi đã quan sát cách mọi người đi mua sách: “Nghe nói cuốn này, cuốn kia đang hot lắm... chị còn không?” Vậy thôi, đó là cách của số đông đi mua sách, mua và đọc chỉ vì muốn bắt kịp thời thượng, giống mọi người, để có nội dung “tám chuyện” khi tụ bọ cà phê. Vậy thôi.

Với tôi và con gái, đi mua sách phải là một kế hoạch được ưu tiên. Thường chúng tôi dành trọn buổi, đến nhà sách và rất im lặng, rất nghiêm túc, rất tập trung, chúng tôi đọc những cuốn sách mình lựa chọn, đọc và cân nhắc tên tác giả, đến những vấn đề mình quan tâm, có khi cả buổi, đọc nhiều, cân nhắc nhiều, có những gợi mở chợt lóe, chợt bừng sáng trong trí não từ những cuốn sách trên kệ mà mình vừa đọc qua. Cuối cùng, chúng tôi mới đưa ra quyết định mua những cuốn sách gì? Tôi hoàn toàn tôn trọng quyết định của con gái, và tỷ lệ bao giờ cũng là 85% cho loại sách khoa học thường thức các lĩnh vực khác nhau, phần lớn là sách ngoại văn dịch. Trung bình, mỗi lần đi chọn sách, chúng tôi chi phí khoảng trên dưới 2 triệu đồng và hoạt động này diễn ra hàng tháng.

Tôi luôn gợi ý cho con gái rằng, việc xác định rõ mục đích khi đọc sách là vô cùng cần thiết. Theo đó, có thể tạm phân loại làm ba nhóm cơ bản, đó là:

- ♥ Đọc để giải trí;
- ♥ Đọc bắt buộc (đọc cưỡng bức) là nhóm sách giáo khoa, giáo trình, tài liệu, v.v...;
- ♥ Đọc vì đam mê hiểu biết, khám phá thế giới, khoa học, triết học, nghệ thuật, v.v...

Tất nhiên, một kịch bản hoàn hảo phải tích hợp được cả ba mục đích trong khi đọc, đó là khi mà việc đọc trở nên khai phóng và tự do vô cùng.

Xác định rõ nhu cầu, sẽ giải quyết được rất nhiều băn khoăn của các bạn trẻ hiện nay như: nên đọc cuốn sách nào? Cuốn sách nào là cần thiết nhất với bản thân hiện nay? Và rất nhiều vấn đề liên quan đến tri thức và phương pháp đọc sách sao cho hiệu quả và bổ ích.

Từ khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi đã hướng dẫn cô bé rất kỹ về việc nên đọc sách gì và đọc như thế nào. Cho đến khi Minh Khuê chính thức gia nhập cộng đồng Đại học Harvard, cô bé đã đọc cả nghìn cuốn sách. Thế nhưng, khi Minh Khuê còn nhỏ, tôi không chủ trương thúc giục cô bé phải đọc nhiều, nếu tính bằng số lượng đầu sách, mà luôn lưu ý con gái nên đọc chậm để hiểu và lĩnh hội, ngấm và thấm kiến thức của sách mang tới. Có những cuốn sách mà tác giả đã dành cả cuộc đời nghiên cứu, trải nghiệm... Thế thì sao bạn có thể thấu đạt, khi chỉ dành đọc trong vài giờ hay vài ngày?

Có những cuốn sách chúng ta phải xem nó như chìa khóa để mở ra cuốn sách khác; và có những cuốn sách chúng ta đọc nửa chừng phải dừng lại để tìm hiểu về những khái niệm trong đó mà bản thân không hiểu được. Lúc đó, một cuốn sách khác sẽ lý giải về khái niệm đó cho bạn. Cứ như thế, chúng ta mới có khả năng mở dần cánh cửa kho báu tri thức nhân loại thông qua hoạt động đọc.

Tôi cho rằng, hiện nay, chúng ta đều đọc rất nhiều. Đọc tin tức, thông báo, tin giật gân, tin lá cải, đọc để giải quyết thói quen “tám chuyện”, nhiều sự việc, thông tin vìa hè, đời sống cá nhân showbiz; lướt web, lang thang Facebook, cãi nhau, chém gió, anh hùng bàn phím trên các diễn đàn ảo, v.v... Đọc và đọc và chúng ta nhồi nhét vào não bộ, trí nhớ vô số những tạp niệm, những rác rưởi, không hề giúp gì cho việc khai sáng trí tuệ và tâm hồn vượt thoát lên những vương bận, ngọt ngào, bế tắc mà chính những thông tin tạp niệm đó đã đầu độc tâm lý, tinh thần của bạn.

Trong sự hỗn độn về đọc đó, việc nên quan tâm hơn, đó là bạn đang đọc gì? Và bạn nên rèn luyện một cách đọc có văn hóa.

Bạn có thể nhìn thấy một người ngồi cắm cúi đọc sách, tạp chí thậm chí, bây giờ là đọc qua điện thoại, qua máy tính tiện ích... chúng ta

có thể khẳng định rằng họ đang đọc, nhưng họ đọc gì, đó mới là điều đáng bàn.

Chuyện đọc hiện nay là chuyện không phải bàn, nó là hoạt động mang tính nhu cầu của mọi cá nhân, trước hết là để thu nhận thông tin.

Sách và các sản phẩm dành cho việc đọc là một dòng sản phẩm thương mại có phân đoạn thị trường rộng, có cả sản phẩm tốt và xấu, lẫn lộn. Trên thị trường, có rất nhiều sách, tạp chí và vô số trang web trên mạng có nội dung không lành mạnh. Điều này dẫn đến nguy cơ bạn trẻ bị sa đà vào những sản phẩm văn hóa hấp dẫn, nhưng thiếu lành mạnh như dòng tiểu thuyết ngôn tình đang gây sốt, có thể dẫn đến tình trạng nghiện tiểu thuyết ngôn tình.

Do đó, để đọc một cách có văn hóa, mỗi cá nhân cần nâng cao sức đề kháng nội lực, lòng tự tôn và tinh táo để là bộ lọc cho chính bản thân.

Hiện nay, nhiều cha mẹ đã cho con trẻ sử dụng điện thoại và các trò chơi trên máy tính quá sớm, dành quá nhiều thời gian trong ngày cho nó, vậy làm thế nào để tạo nên một thế hệ trẻ yêu sách và có văn hóa đọc. Tôi cho rằng: "Mỗi người mẹ có cách thức để giáo dục con cái riêng, điện thoại thông minh hay mạng Internet là sản phẩm công nghệ mang tính cách mạng của nhân loại, nó rất hữu ích, nhưng nếu lạm dụng nó, thì đơn giản là bạn sẽ bị lệ thuộc và bị nó thao túng, với trẻ nhỏ, hệ lụy này là vô cùng trầm trọng!"

Việc tạo cho các em nhỏ hoạt động, thói quen đọc sách ngay từ khi còn nhỏ là tốt, nhưng ở lứa tuổi đó, việc giáo dục về trực quan sinh động sẽ tốt hơn rất nhiều.

Giai đoạn Minh Khuê dưới 7 tuổi, tôi và con gái dành nhiều thời gian ở ngoài thiên nhiên, trong nhà bếp, với những thú cưng, trồng cây, trang trí nhà cửa, hoạt động và nghịch ngợm, bắn thiu và hò hét, la lối cùng nhau, đuổi nhau, bên nhau nhiều hơn là ngồi đọc sách.

Tôi cho rằng, bản thân tôi với vốn sống và tình yêu tận hiến cho con, thì hoạt động vui chơi bên con chính là cách tôi đang mở

những trang sách cuộc đời thú vị, bất ngờ để con dẫn thân học tập, thực hành trải nghiệm một cách đích thực, toàn vẹn!

Do đó, nếu đứa trẻ của bạn không ham mê đọc sách ở tuổi lên 5 - 6, điều đó không vấn đề gì cả. Bạn hãy đưa con ra vườn để ngắm nhìn, quan sát một bông hoa hồng chằng chịt hạn. Nói với con, vì sao chúng ta lại có được một bông hoa hồng đẹp và thơm đến vậy. Rồi cùng con trồng một mầm cây nhỏ, hàng ngày cùng con quan sát sự lớn lên của nó.

Cứ thế, trẻ sẽ được bồi đắp tâm hồn mình một cách rất trực quan, thực tế và khoa học. Chúng ta cần dạy trẻ học cách cảm nhận cuộc sống trải nghiệm, thực chất và sinh động như vậy.

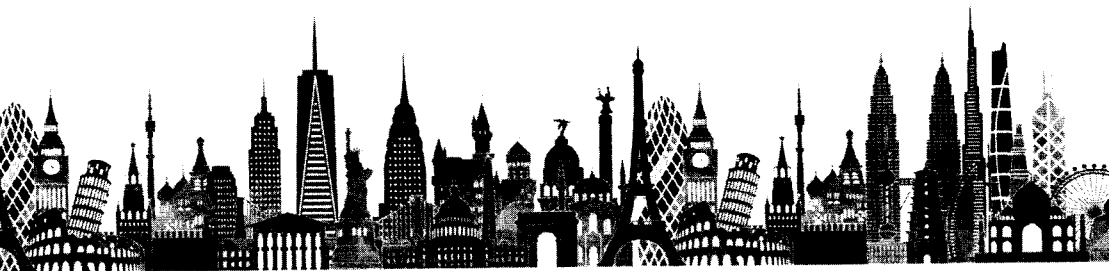
Đương nhiên, nếu bạn muốn con mình cũng có được thói quen, ham mê đọc sách thì bạn hãy tạo dựng thói quen ham mê ấy... cho chính bản thân trước đã. Con của bạn sẽ nhìn đó để học theo.

Tôi dường như chưa bao giờ phải đặt ra câu hỏi “Làm sao để con gái Minh Khuê ham mê đọc sách” bởi đó là phong thái sống rất tự nhiên, hàng ngày thuận thành trong gia đình tôi. Và, Minh Khuê cứ thế, cứ tự nhiên trở nên thích đọc sách trong môi trường tràn đầy thi vị của sự khai sáng trí tuệ, thông qua hoạt động đọc sách tại gia đình.

Trẻ con luôn thích bắt chước những gì người lớn làm và nếu nó được khen ngợi thì nó càng hứng thú hơn.

Rõ ràng, đọc sách là con đường “bổ sung” những hiểu biết và thấu đạt cho nội tâm, nội lực của Minh Khuê và bản thân tôi; để hỗ trợ tốt nhất cho quá trình sống dẫn thân, tận hiến, tận hưởng hoan hỉ và từ ái mà chúng tôi đang trên hành trình và tiến bộ.

Đương nhiên, đó chính là con đường không thể bỏ qua, nếu bạn muốn con bạn giỏi văn đích thực!



Chương 2

ĐỂ MÔN TOÁN
KHÔNG CÒN LÀ NỖI SỢ HÃI

Luyện tập năng lực tập trung cao độ để học toán

*Cần có chiến lược luyện tập
vì phẩm chất này không tự nhiên mà trẻ có được*

Trước hết, cha mẹ cần từ bỏ lối tư duy nguy hiểm!

Tôi trích dẫn câu này, bạn đọc xem có thấy quen không nhé: “Ôi, con nhà mình chán lắm cơ, bài khó thì làm được, bài dễ lại sai. Nó rất thông minh, chỉ tội cấu thả và thiếu tập trung thôi!”.

Trong nhiều cuộc trao đổi giữa các cha mẹ với nhau về tình hình học tập môn Toán của các cháu, ở nhiều giai đoạn trong suốt 12 năm học phổ thông của con gái, tôi vẫn thường nghe câu này. Nghe mãi thành quen, giờ chỉ cần ai nói câu đầu: “Nó thì thông minh...” là tôi có thể biết ngay câu cuối sẽ thế nào.

Trước ngày Minh Khuê sang Mỹ để gia nhập cộng đồng Đại học Harvard, hai mẹ con tôi lại được nghe câu nói quen thuộc ấy, và chúng tôi cùng không biết xếp nó vào loại câu cảm thán tiêu cực hay tích cực. Nó được chúng tôi đồng tình ném vào cái sọt rác có dán nhãn “Kiểu tư duy nguy hiểm”.

Minh Khuê bật cười nói: “Ở Việt Nam, năng khiếu bẩm sinh bao giờ cũng được đính kèm với hai thứ ‘cấu thả’ và ‘không tập trung’.” Có cảm giác như các cha mẹ phải đính kèm hai thói xấu đó sau từ “thông minh” mới lột tả hết “đẳng cấp” năng khiếu bẩm sinh của con họ. Và, chỉ cần “thông minh bẩm sinh”, chỉ cần “năng khiếu bẩm sinh” thôi là đủ để phân loại đẳng cấp, nếu thiếu hai

thói quen xấu là “cầu thả” (đối lập với phẩm chất cẩn thận, nghiêm túc) và “không tập trung” thì có vẻ yếu tố “thông minh bẩm sinh” xem ra không được nhấn mạnh đúng mức?

Đây là một khía cạnh tâm lý “tự hào đương nhiên về yếu tố nòi giống” luôn được làm mạnh lên, luôn là một liều thuốc an thần, giúp các bậc cha mẹ bớt bất an theo kiểu suy luận: “Nó thông minh bẩm sinh, giá trị mà con nhà khác, dù có tiền cũng không mua được, kiểu gì rồi con mình cũng nên người, các cụ nói không sai ‘Con vua thì lại làm vua’ mà!”.

Tôi đồng ý với Minh Khuê về nhận định này, bổ sung một gợi ý có tính tham chiếu: “Cũng giống kiểu suy luận ‘Là văn nghệ sỹ thì phải bản thiêu, nhếch nhác, rượu chè bê tha, say xỉn, bỏ bịch nhăng nhít... nếu khác đi thì danh xưng ‘nghệ sỹ’ sẽ không được ‘xịn’!”.

Phải chăng, tâm lý tự thôi miên, tự huyễn tưởng, con cái sở hữu trí thông minh bẩm sinh, ngay từ trong gen, được kế thừa nòi giống từ gia phả lịch sử xa xăm nào đó, v.v..., khiến nhiều cha mẹ tự ru ngủ mình trong mê lộ của thói tư duy ngụy tạo. Lâu dần, bản thân họ cũng không còn khả năng nhận ra sự vô lý của lối tư duy đó, không thoát khỏi lối tư duy đó, mắc dính vào nó, rồi mặc định một cách nhìn kỳ lạ: “Người thông minh thì thường đại khái, cầu thả, không nghiêm túc, còn những kẻ kém thông minh thì mới phải cần cù, chăm chỉ”, thế mới có câu thành ngữ “Cần cù bù thông minh!”.

Các bậc cha mẹ bị mắc dính vào tập quán ngụy tạo, hẳn sẽ nuối tiếc vô cùng khi biết rằng tài năng bẩm sinh cùng lắm chỉ chiếm từ 10 - 20% yếu tố làm nên thành công, 10% là yếu tố thầy giáo/người huấn luyện, 70% - 80% còn lại là do các phẩm chất nỗ lực của cá nhân như: sự khổ luyện bền bỉ, thái độ nghiêm túc, khả năng chịu áp lực, tính kiên trì, đức tin, lòng đam mê, tình yêu cháy bỏng.

Nguy hiểm hơn, chính từ lối tư duy ngụy tạo, niềm tự hào sở hữu “trí thông minh bẩm sinh” khiến cho nhiều cha mẹ đã có thái độ kỳ thị ngược, rất nực cười. Suốt 12 năm phổ thông, Minh Khuê đều đạt được những kết quả khả quan, thậm chí là xuất sắc, trong các cuộc thi về môn toán. Những lúc ấy, hai mẹ con tôi thường nhận

được những lời chia sẻ: “Ôi, con nhà mình chán lắm cơ, bài khó thì làm được, bài dễ lại sai. Nó rất thông minh, chỉ tội cầu thả và thiếu tập trung thôi! Con gái nó cần cù chăm chỉ, thành ra lại hóa hay.” Một người khác đế vào: “Chưa biết mèo nào cắn mỉu nào, cứ phải lên cấp Ba, bọn con trai nó thông minh lắm, nó bút lên ngay ấy mà...” hoặc “Này nhé, thông minh và tài ba là từ chỉ dành cho bọn con trai thôi...”, v.v...

Hay, ngược lại, có bậc cha mẹ lại quay lưng với môn toán, kỳ thị kiểu này: “Sao cứ phải giỏi toán? Minh ngày xưa cũng dốt toán, sợ học toán thế mà bây giờ cũng ổn, có phải cứ học giỏi toán mới là thông minh đâu? Ở Mỹ có thế đâu?”.

Dẫu sao, hai cách kỳ thị ấy, thực ra đều cho thấy một sự lúng túng trong triết lý giáo dục của các bậc cha mẹ. Họ bị nhầm lẫn về mục tiêu, mục đích rèn con học toán. Hơn nữa, họ tự trói chặt hiểu biết của mình vào suy nghĩ “cho con học (may mắn mà học giỏi thì tốt quá!) môn gì đó cuối cùng là để phục vụ cho nghề nghiệp trong tương lai!”.

Với hiểu biết của tôi, tôi có quan điểm rõ ràng: toán học là phương tiện, là môn học nhằm rèn luyện năng lực tư duy thực tiễn, logic của vùng vỏ đại não “người văn minh”. Môn toán chứa đựng nhiều tiềm năng để rèn luyện tố chất tổng lực, phẩm chất tổng lực cho một cá thể để cá thể đó có được cốt lõi minh tuệ, vững vàng hơn so với khi không được rèn luyện và bồi đắp đúng cách.

Dấu vết của lối tư duy ngụy tạo thể hiện rất rõ khi bạn nghe những người ngồi quán bia hơi chém gió: “Thằng ấy ngày xưa đi học ngu bỏ xừ, bọn tớ toàn gọi nó là con lừa, chỉ được cái chăm, thế mà bây giờ nó nhà lầu xe hơi, vợ đẹp... còn mình thì vẫn là thằng làm công ăn lương. Đúng là đời có số, chả biết thế nào mà lần!”.

Trong tâm thức người Việt có một lối mòn suy luận như sau: tư duy ngụy tạo từ cha mẹ truyền lại cho con cái, thông qua những thói quen, tập quán ứng xử thường ngày như kể trên, chính điều đó là mảnh đất màu mỡ nuôi dưỡng thói ngạo mạn vô lối ở trẻ, đặc biệt là trẻ trai, kiểu: “Ta đương nhiên thông minh!”, mặc dù những

phẩm chất xã hội như sự chuyên cần, tính tập trung cao độ, thái độ nghiêm túc, v.v... không được rèn luyện gì.

Mang cái ngạo mạn (ngã mạn) ấy vào đời và vấp ngã, thất bại liên tiếp, tạo ra tâm lý bất mãn, đổ lỗi cho ngoại cảnh. Lúc này, biểu hiện của thói ngạo mạn, chém gió, phán xét, chẳng qua chỉ là cách để che giấu sự tự ti kém cỏi của bản thân trước dòng chảy “vô thiên vị” của xã hội.

Những trẻ vì sự thiếu hiểu biết của người lớn, được nuôi dưỡng thói ngạo mạn từ bé, dần rơi vào tâm trạng của kẻ mang chủ nghĩa thất bại tự ti, yếm thế, đôi khi biến thái thành sự hằn học, cay nghiệt. Vì càng sống, càng ôm cái ngã mạn ấy, càng nhận ra cái gọi là “thông minh bẩm sinh” mà không được rèn luyện giáo dục chẳng đem lại bao nhiêu giá trị cho anh ta trước xã hội.

Phẩm chất tập trung để học toán có những đặc thù khác biệt!

Không nhất thiết phải có năng khiếu bẩm sinh mới học tốt môn toán

Đánh giá năng lực tư duy logic của con để tìm phương pháp học tập có hiệu quả nhất - mục tiêu số một của việc cần học toán tốt chính là để tăng cường tố chất toàn vẹn cho con (6 môn trụ cột có ý nghĩa bồi dưỡng phẩm chất tố chất toàn vẹn cho một cá thể: Toán - Nhân văn - Piano - Hội họa - Ngoại ngữ - Thể thao).

Theo tinh thần đó, không chỉ môn toán, mà với bất cứ môn học nào, tôi cũng không áp đặt một kỳ vọng cụ thể về tương lai, nên lộ trình thật kiên định, bền bỉ, thư thái, an nhiên và gạt hái được nhiều lợi lạc trong việc rèn luyện tích lũy những phẩm chất tố chất não bộ, phẩm chất tố chất xã hội cần thiết cho con!

Lớp vỏ đại não (hay còn gọi là vùng tư duy của đại não) chủ về tư duy logic là phần hoàn tất sau cùng trong quá trình tiến hóa của con người; nó phát triển từ khi con người cần ngày một nhiều hơn những công cụ lao động tinh vi để hỗ trợ cho hoạt động kiếm ăn, sinh tồn và bảo vệ duy trì nòi giống. Do đó, tư duy logic là tư duy ý chí, chủ động và thực tiễn.

Kiểu tư duy logic đương nhiên khác hẳn với kiểu tư duy toàn vẹn, hình tượng, dự cảm, tình cảm, biểu trưng và không cần sát thực tiễn, đầy tính chủ quan trong cách nhìn, cách cảm (hay còn gọi là “vùng tình cảm của đại não” (não thú cho bú)). Đây là dạng tư duy sống động, bản năng, tiềm năng được phát triển rực rỡ khi con người còn chưa quan tâm đến công cụ lao động, sinh tồn dựa vào tự nhiên là chính, nên mặc dù có sự nhạy cảm, mãnh cảm tuyệt vời của loài thú, nhưng tư duy kiểu này thiếu hẳn phẩm chất thực tế, khách quan và cụ thể.

Bán cầu đại não phải chủ về tư duy hình tượng và bán cầu đại não trái chủ về tư duy logic thực tiễn, khách quan.

Những chỉ dẫn của khoa học giải phẫu não đã cho tôi một minh triết rằng, trẻ nhỏ dưới 10 tuổi, đều có cảm hứng với tư duy hình tượng, tư duy toàn vẹn, sống động nhưng thiếu thực tiễn, thiếu chủ động, thiếu khách quan.

Trẻ dưới mười tuổi là biểu hiện đẹp đẽ của quá trình tiến hóa của loài người ở giai đoạn *hồn nhiên*, chúng thích kiểu tư duy đẹp đẽ, trực quan sinh động, đầy dự cảm, biểu cảm, đầy dấu ấn chủ quan và phóng chiếu. Ngược lại chúng rất ghét kiểu tư duy chủ động ý chí, tư duy thực tế, cụ thể cứng nhắc và không toàn vẹn... đó là kiểu tư duy của bán cầu đại não trái - tư duy logic.

Hiểu biết về “thế mạnh” tư duy của não bộ qua từng thời kỳ phát triển đã cho tôi nhận thức rằng đại đa số (trừ những trường hợp cá biệt, không mang tính phổ quát) trẻ em rất ghét học toán bởi sự khô khan, cứng nhắc, đòi hỏi kiểu tư duy ý chí, chủ động, thực tế, cụ thể mà không có vẻ đẹp sinh động nào trong đó.

Thực tiễn, trong nhiều phỏng vấn người trưởng thành, đã thành công là nghệ sĩ biểu diễn piano cổ điển (âm nhạc bác học) và các giáo sư, viện sĩ toán học cơ bản, tôi thấy, ngay cả những con người đã dâng hiến và theo đuổi sự nghiệp của mình suốt đời, đã thành công vang dội, hoặc có một bề dày cống hiến đáng kính phục, thì thuở bé thơ, họ cũng rất ngại và ghét môn đó. Lý do rất ngắn gọn: Môn đó

rất khô cứng, nhàm chán và đòi hỏi rất nhiều khổ luyện, không phù hợp với bản tính thích tự do khám phá, tò mò của trẻ nhỏ.

Đọc đến đây, chắc hẳn bạn sẽ an tâm hơn khi biết rằng, đâu chỉ con bạn mới sợ và ngại học toán. Đó là tất yếu của quy luật phát triển não bộ theo lứa tuổi, là quy luật phổ quát và chúng ta nên chủ động quán chiếu để vạch ra một lộ trình hợp lý, thấu đáo, không mơ hồ, nhằm hỗ trợ con cái bước qua từng giai đoạn học toán một cách hữu ích, nhẹ nhàng và hiệu quả nhất!

Cá nhân Minh Khuê, từ nhỏ đã bộc lộ xu hướng thuận tay trái và tôi không có chủ trương “nấn” con gái thuận theo tay phải, nhằm phù hợp với nhiều sắp xếp mặc định của xã hội loài người văn minh.

Điều này, cho thấy, Minh Khuê sẽ có những lợi thế nhất định trong việc rèn luyện trí thông minh toàn vẹn như: tư duy hình tượng, tư duy không gian, nhạy cảm về ngôn ngữ, âm nhạc, nhạy cảm về màu sắc, nhạy cảm với những hành vi phi ngôn ngữ để cảm nhận về một con người, v.v... Tuy nhiên, bạn ấy có thể sẽ gặp hạn chế và trở ngại nhất định trong việc học toán, kiểu tư duy thực tế, chủ động, ý chí và khách quan.

Nhà giáo dục học John Dewey đã nói: “Giáo dục là lần khai sinh thứ hai!”

Chủ động nhận thức được những điểm mạnh, điểm yếu trong xu hướng tư duy của con gái, tôi tự vạch ra một lộ trình để giúp con gái tăng tiến dần mọi phẩm chất, giúp cô bé dần trở nên hoàn hảo hơn trong bản thể “di truyền” - đúng như nhà giáo dục học John Dewey đã nói: “Giáo dục là lần khai sinh thứ hai!”.

Nói về quan điểm sở trường sở đoản, hay nói cách khác là “thế mạnh” và “hạn chế” của mỗi cá thể, trong thành ngữ của người Ý có câu rất sâu sắc: “Sức chứa rượu của chiếc thùng gỗ sồi được quyết định bởi thanh gỗ ngắn nhất, mọi thanh gỗ dài hơn đều trở nên vô nghĩa và chiếc thùng trở nên vô giá trị nếu những thanh dài không cưa bằng thanh gỗ ngắn nhất.”

Cuộc đời cũng vậy, phẩm chất của một cá thể, sức vươn của một nội lực sẽ quy định bởi yếu tố sở đoản của anh ta. Do đó, việc chú trọng để nâng cao, tăng cường, bồi dưỡng để sở đoản ngày càng cải thiện, tiệm tiến đến những yếu tố sở trường, chuyển hóa thành sở trường, có giá trị tương hỗ, thúc đẩy những yếu tố khác có cơ hội phát triển tốt nhất.

Lộ trình và giải pháp để bồi đắp năng lực tập trung cao độ, năng lực tư duy thực tiễn phù hợp với đặc thù nhận thức toán học

Lộ trình rèn luyện năng lực tư duy thực tế, năng lực tư duy logic, cụ thể, khách quan của Minh Khuê để học toán tốt hơn gồm 3 dự án sau (thứ tự cũng chính là thứ tự thực hiện trước sau theo thời gian):

- ♥ Học và luyện đàn piano kiên định theo trường phái âm nhạc bác học.
- ♥ Dạy con luyện tập với phương pháp tư duy logic thú vị, giúp con có cách tư duy đơn giản, bản chất và không bị mắc dính vào những suy nghĩ mặc định trước đó.
- ♥ Viết chính tả số điện thoại: Rèn luyện kỹ năng tập trung cao độ, kỷ luật, và tư duy thực tế, khách quan cải thiện rõ rệt khả năng hấp thụ môn toán của Minh Khuê.

Học và luyện đàn piano theo trường phái âm nhạc hàn lâm, bác học

Từ những nghiên cứu khoa học đã chứng minh, sự thuần thục và hoàn chỉnh trong phát triển của hai bán cầu đại não người có liên quan chặt chẽ với hoạt động của hai tay: bán cầu đại não phải - chủ về tư duy hình tượng, tính toàn vẹn, khái quát, tư duy hình ảnh, nghệ thuật, ngôn ngữ v.v... có liên quan đến sự thuần thục của tay trái; Bán cầu đại não trái - chủ về dạng tư duy logic, tư duy

phân tích, tuyến tính, toán học, khoa học, siêu hình v.v... có liên quan mật thiết đến sự thuần thục của tay phải!

Trong quá trình tiến hóa của xã hội văn minh loài người, xu hướng sử dụng nhiều hơn tay phải trong mọi hoạt động, thuận tay phải dẫn đến thực trạng các công cụ lao động, đồ vật được chế tạo, sản xuất phục vụ nhu cầu của con người đều dành cho người thuận tay phải. Thực tế này dẫn đến một hệ quả hiển nhiên là, bán cầu đại não trái được tập dượt nhiều hơn, thành thục hơn so với bán cầu đại não phải.

Từ hai hiểu biết khoa học trên, giúp tôi nhận ra rằng, luyện tập cùng chiếc đàn piano (dương cầm) là giải pháp tuyệt vời để giúp đưa trẻ cân bằng lại sự thuần thục của hai bán cầu đại não, khi tuổi não bộ vừa phát triển trọn vẹn (cả về thể tích, chất lượng và trọng lượng theo như khoa học đã chứng minh) ấy là lúc trẻ tròn 4 tuổi.

Vì sao vậy?

Vì piano là nhạc cụ đòi hỏi người tập luyện phải sử dụng hai bàn tay cân bằng; mỗi ngón tay đảm nhiệm những nhiệm vụ và các phím khác nhau, nhưng nhìn chung, chúng đều phải làm việc ngang nhau về cường độ, độ khéo léo cũng như độ nhanh nhạy. Điều đó mang tới một giá trị, một hiệu ứng kép, đó là rèn luyện cho hai bán cầu đại não của trẻ sự thuần thục tương đương, không bị thiên lệch, giúp trẻ dần sở hữu một não bộ *tư duy cân phương* hoàn hảo và hài hòa nhất của bản thể của chính đứa trẻ!

Đặc biệt, điều này rất rõ ràng khi trẻ luyện bộ Bình quân luật (Fuga và Prelude) của nhà soạn nhạc J. Bach và các bài luyện ngón etude.

Nếu bạn từng nghe nói rằng "hình tượng âm nhạc của tác phẩm" là một cụm từ quen thuộc khi bình luận về một tác phẩm âm nhạc cổ điển, bác học nào đó, thì dường như, bạn đã nhận ra sự liên quan (hay tính phụ thuộc, kết nối lẫn nhau) giữa âm nhạc bác học với hội họa, văn học, điêu khắc, v.v..., tức là sự giao thoa giữa các loại hình nghệ thuật khác nhau là khá rõ nét.

Tuy nhiên, bạn khó lòng nhận ra mối liên hệ khăng khít giữa âm nhạc hàn lâm, bác học với toán học, và giữa hai lĩnh vực này có sự tương hỗ kỳ diệu khiến tôi phải kinh ngạc!

Trong toán học cơ sở, gồm có 9 chữ số tự nhiên từ 0 đến 9; và từ 9 chữ số đó sẽ là một vũ trụ thiên biến vạn hóa các giá trị hoàn toàn khác nhau. Ví dụ: số 1 và số 2 đứng cạnh nhau, nhưng chỉ cần hoán đổi vị trí, thì giá trị của chúng là hoàn toàn khác nhau. Âm nhạc bác học, cổ điển cũng vậy: chỉ từ 7 nốt nhạc cơ bản: Đô - rê - mi - pha - son - la - si phối hợp với dấu thăng giáng đi kèm... đã mang tới cho nhân loại một vũ trụ bao la những giai điệu, những tác phẩm đồ sộ hoàn toàn khác nhau, điển hình là tác phẩm của các thiên tài: L. van Beethoven, Mozart, Haydn, J. Bach v.v...

Điều này cho tôi một gợi ý: khác với ngôn ngữ, bạn có thể dựa vào văn cảnh, câu đứng trước, câu đứng sau, thậm chí dựa vào cả bài viết, bài nói, để đoán biết một từ bạn vừa nghe thoáng qua, mà 99% là đoán đúng!

Ngược lại, trong toán học và âm nhạc bác học, bạn không được phép tư duy kiểu "hình tượng/hình ảnh" như thế! Bạn phải tập trung cao độ để nhận thấy sự khác biệt, hoán đổi vị trí của con số (trong toán học) hay nốt nhạc (trong âm nhạc) để nắm bắt và tin chắc chúng "mang giá trị" nào, chứ không thể phỏng đoán và dùng phép loại trừ như cách tìm giá trị của từ ngữ!

Như vậy, cả toán học và âm nhạc bác học đều yêu cầu một dạng phẩm chất trong tư duy, đó là: tính tập trung cao độ; tính thực tế khách quan, không áp đặt chủ quan; tính kỷ luật tuyệt đối trong nghiên cứu, tìm tòi và khổ luyện!

Hiểu biết khoa học này rất thuyết phục khi tôi biết rằng, có nhiều nhà toán học, khoa học lừng danh thế giới, đồng thời là nhà soạn nhạc và là pianist rất "chuyên nghiệp" như: Pythagoras - triết gia người Hy Lạp, nhà toán học, nhạc sĩ, pianist; Albert Einstein - nhà vật lý học, pianist và violin; Enrico Fermi - nhà vật lý học, chơi piano; Werner Von Braun - nhà khoa học tên lửa, chơi piano và cello;

Edward Teller - nhà vật lý học, pianist; Albert Schweitzer - bác sĩ/pianist và chơi organ nổi tiếng thế giới, đặc biệt ông chơi những tác phẩm của J. Bach rất hay. Và danh sách này còn kéo dài nữa, nếu bạn quan tâm tìm hiểu!

Cùng con gái luyện tập phương pháp tư duy logic bằng tư duy đi thẳng vào cốt lõi, bản chất và không bị mắc dính vào những mặc định trước đó

Trong cuộc sống hàng ngày, tôi nhận ra cách để dạy con hay nhất của một người mẹ là vừa làm việc vừa cuốn hút trẻ cùng làm, cùng chơi và đưa ra những câu đố vui, dí dỏm, kiểu như:

Mẹ Hải Âu: Đố Minh Khuê, con gà mái của nhà ông A, chạy qua vườn của bà B và đẻ một quả trứng, vậy quả trứng là của ai?

Minh Khuê: Của con gà mái ạ!

Mẹ: Ô con giỏi quá, thế mẹ tưởng là quả trứng của ông A chứ?

Minh Khuê: Con gà là của ông A nuôi, nhưng quả trứng thì nhất định của con gà mái chứ, ông A không đẻ được trứng mà!

Bài học tư duy logic 2:

Mẹ: Trong quân đội, ai là người đi giày cỡ to nhất?

A: Bộ binh

B: Hải quân

C: Không quân

Hoặc đáp án khác có kèm lời giải thích

Minh Khuê: Ba đáp án đều không hoàn toàn chính xác ạ, theo con "ai chân to thì đi số giày to" mới là câu trả lời đúng nhất ạ!

Bài học tư duy logic 3:

Ba người chung nhau dưới một cái ô, đến nơi mà không ai bị ướt tý nào, hỏi bằng cách nào mà họ không bị ướt?

Minh Khuê: Vì trời không mưa nên không ai bị ướt ạ!

Bài học tư duy logic 4:

Có một viên ngọc trai trong chiếc lọ pha lê, làm thế nào để lấy được viên ngọc, biết rằng bạn không được vặn nút chai, và không được đập vỡ chai?

Minh Khuê: VẬY thì con sẽ vặn cái lọ còn nút chai thì giữ yên, như vậy là con vừa lấy được viên ngọc, vừa không vặn nút chai và cũng không phải đập vỡ chai...

Những trắc nghiệm tư duy logic kiểu này vừa tạo nên sự thú vị vừa rèn luyện khả năng tư duy đi thẳng vào trung tâm vấn đề, không bị đánh lạc hướng bởi những mặc định trước đó.

Viết chính tả số điện thoại: rèn luyện kỹ năng tập trung cao độ, tính kỷ luật và tư duy thực tế khách quan

Mặc dù dự án học piano được thực hành kiên trì, bền bỉ, đòi hỏi sự tinh táo của hai bán cầu đại não, đòi hỏi một tư duy tinh táo, thực tiễn trên bản nhạc đầy tính triết lý, nghiêm khắc, không nhân nhượng, nhưng đến lớp 4, nhiều khi Minh Khuê vẫn bộc lộ những hạn chế phổ biến như phần đông các bạn khác: bài toán khó thì làm được, bài dễ thì sai; hoặc, các bước phát triển thì đúng nhưng đến khi giải phương trình tìm nghiệm thì nhầm lẫn con số và đáp án sai.

Nhận ra đây là một hạn chế bộc lộ thiên hướng rõ nhất trong tư duy của trẻ nhỏ, tôi quyết định tăng cường thêm một dự án nữa, nhằm rèn cho con gái phẩm chất tư duy phù hợp với các bộ môn logic, thực tiễn, tôn trọng khách quan và tôn trọng tuyệt đối tính kỷ luật nội tại của khách quan chẳng hạn như môn toán học.

Việc nhớ chữ số và giá trị của những con chữ đứng cạnh nhau hoàn toàn khác biệt khi có sự hoán đổi vị trí, do đó, để không mắc phải sự nhầm lẫn khi “nghe đọc chữ số” hoặc khi “nhìn viết chữ số” là một phẩm chất cần rèn luyện, chứ không hoàn toàn tự nhiên có được trong tố chất của trẻ nhỏ, vốn thích lối tư duy sinh động, toàn vẹn, hình tượng và đại khái.

Do đó, tôi tìm ra một giải pháp sau: hàng ngày, tôi hoặc chị gia sư sẽ giúp con gái viết chính tả một trang danh bạ điện thoại (sách của Bưu điện Hà Nội xuất bản hàng năm).

Viết chính tả số điện thoại không có bất cứ quy luật nào, không có bất cứ sự gợi ý của văn cảnh như trong cách “nhớ ngôn ngữ”. Đây là cách tôi yêu cầu con gái buộc phải nhớ và ghi lại chính xác những con số sắp xếp tùy tiện, không có nhịp điệu, không có văn cảnh hỗ trợ như trong thói quen tư duy ngôn ngữ.

Bài luyện này thực sự là một thách đố ngay cả với người trưởng thành, chứ không chỉ với trẻ nhỏ. Tuy nhiên, việc tập một thói quen tư duy mới cho não của trẻ chắc chắn đạt hiệu quả ngoạn mục và mãi mãi hơn rất nhiều so với cùng việc này áp dụng đối với người trưởng thành.

Do vẫn mang thói quen tư duy ghi nhớ ngôn ngữ - nhìn ngôn ngữ áp dụng vào quá trình rèn luyện, tập chép chính tả số điện thoại, đã khiến Minh Khuê liên tiếp mắc sai lầm, nhận được mức điểm -50. Việc bộc lộ khiếm khuyết này ở mức “trầm trọng” (âm 50 điểm, tương đương với 60 lỗi sai trong một trang tập chép, theo hướng dẫn nghe đọc 3 lần - chép lại vào vở), đã giúp Minh Khuê nhận ra vấn đề của bản thân trong việc học toán.

Tôi giải thích cho con rằng, điều này cho thấy, tuy con rất nỗ lực nhưng điểm chưa cải thiện vì con chưa loại bỏ được cách tư duy “ghi nhớ ngôn ngữ” khi con học toán.

Xen kẽ việc nghe đọc và chép số điện thoại, tôi yêu cầu Minh Khuê tập nhìn số điện thoại rồi chép lại vào vở với thời gian được rút ngắn dần.

- Nghe đọc 3 lần rồi chép số điện thoại (một trang) vào vở, hoặc:
- Nhìn kỹ dãy chữ số rồi chép số điện thoại vào vở (một trang danh bạ điện thoại).

Cả hai bài luyện này, ban đầu tôi khuyến khích Minh Khuê đọc nhẩm chữ số thành tiếng, mục đích là để hỗ trợ cho sự tập trung

toàn giác (sự tập trung toàn bộ các giác quan), khiến việc chép được chính xác hơn.

Sau 3 tháng rèn luyện kiên trì, nghiêm túc, hàng ngày, có chấm điểm, rút kinh nghiệm, Minh Khuê đã có những bước tiến lớn trong học môn toán, điểm số ổn định ở mức cao, không trời sập, tình trạng bài khó thì làm tốt, bài dễ thì mắc lỗi sai trước đó, hoàn toàn được khắc phục. Do đó, ở những kỳ thi toán phổ cập, SAT I, SAT II, Minh Khuê luôn đạt điểm tuyệt đối một cách nhẹ nhàng vì ở mức độ nhận thức này, sự nghiêm túc, cẩn thận, biết tư duy đúng, luôn đem lại kết quả cao nhất, mà không quá sức của trẻ.

Cùng với việc rèn luyện là bồi dưỡng tình yêu, đam mê với toán học thông qua việc:

- ♥ Chọn bạn cùng học, cùng chơi cờ với con dưới hình thức anh, chị gia sư giỏi, đam mê toán học;
- ♥ Chọn cho con được học với những thầy cô có tâm huyết, có năng lực toán học, có năng lực sư phạm tốt.
- ♥ Tạo điều kiện cho con gái chơi cờ vua, cờ tướng với nhiều đối tượng giỏi cờ khác nhau như các anh chị sinh viên là kỳ thủ có giải thưởng tại các cuộc thi cờ, đặc biệt tìm cơ hội để được “tự thí” và học hỏi với những kỳ thủ vĩa hè đầy đam mê và nhiều mẹo mực v.v...

Sự tiếp cận đa dạng, bắt đầu sớm, bên bị giúp não bộ của Minh Khuê được tập rèn liên tục thói quen tư duy logic, thói quen vạch sơ đồ từ 2 đến 4 bước đi trong bán cầu đại não, thói quen nhớ và nhìn dãy số một cách nghiêm túc, thực tiễn, không bị ảnh hưởng của kiểu tư duy “ghi nhớ ngôn ngữ”.

Sự rèn luyện có nhiều hứng thú, khám phá, tự tin, tuần tự tiệm tiến, không nôn nóng, không kỳ vọng cụ thể... khiến chất lượng học môn toán nói riêng và các tố chất phẩm chất như sự nghiêm túc, tư duy thực tiễn, tính kiên nhẫn, bền bỉ v.v... của Minh Khuê có những tiến bộ vượt bậc, hoan hỉ và tươi tắn.

❖ Kết luận:

Mặc dù, không phải “đúc” ở bất cứ lò luyện thi nào, nhưng Minh Khuê lần lượt thi lên cấp hai vào các lớp chuyên chọn nổi tiếng ở Hà Nội cả ba môn: Toán - Văn - Anh một cách vững vàng, dù không phải là thủ khoa. Cuộc thi vượt cấp lên cấp ba cũng thế, Minh Khuê không theo các lớp luyện thi náy lửa, vẫn duy trì học tập kiên trì các môn khác nhau, nhưng rồi, cô bé vẫn lọt vào các lớp chuyên, dù điểm không quá cao.

Quan điểm của tôi về các cuộc thi, là coi đó như một chiếc ba-ri-e cần vượt qua, là một thực tế khách quan của xã hội loài người, nên không lảng tránh, chối bỏ hay phản ứng cực đoan. Quan trọng hơn, “thi cử” được chúng tôi coi là tình huống hoàn hảo, để con gái tập dượt dần kỹ năng *chuẩn bị chu đáo*, khả năng bật cao hơn, bình tĩnh hơn, nhìn rõ các đối thủ cuộc thi, khiêm nhường học hỏi, giúp Minh Khuê có được kinh nghiệm, ngày càng có tâm thế vững vàng, tinh táo để tư duy, làm việc, sáng tạo và hoàn tất các phần việc một cách tốt nhất, ngay cả trong áp lực thi cử.

Tất nhiên, tôi cũng hiểu rằng, mỗi cuộc thi đều có những tiêu chí riêng để chọn lọc đối tượng theo mục tiêu đề ra, do đó, xét ở góc độ sáng tạo, đam mê và giác ngộ chân lý khách quan, thì thi cử là một rào cản của tự do sáng tạo.

Vì thế, tôi chủ trương vẫn cần phải học để hướng tới thi cử nhưng không nhất thiết phải theo đuổi mục tiêu vượt qua các cuộc thi với điểm tuyệt đối hay thủ khoa. Bởi vì, để đạt mức điểm tuyệt đối hoặc tiệm cận sự tuyệt đối, đứa trẻ cần dành toàn bộ thời gian, năng lực tư duy, sức lực để học luyện, học nén, sao cho khớp nhất, thấu đáo nhất tiêu chí tuyển chọn của cuộc thi, điều này dẫn đến lãng phí tiềm năng cũng như thời gian của trẻ.

Khi trẻ theo đuổi để kỳ vọng cao nhất tiêu chí cuộc thi, chúng bị đánh mất sức sáng tạo, đà sáng tạo mà lẽ ra chúng sẽ có được nếu học để khám phá và đam mê.

Thực tiễn cho tôi nhận thấy, sau khi hào quang của cuộc thi đã tạm lắng, cuộc chạy marathon đường dài trong hấp thu việc học hàng ngày đã bộc lộ điều này: những bạn đạt điểm thủ khoa chưa hẳn đã là những bạn có sức sáng tạo, sức bút phá ngoạn mục, đôi khi đuối dần rồi chìm hẳn. Những bạn đi kèm đam với mức điểm đủ đở, đủ vào lớp lại có sức bật, sinh động, hứng thú với việc học hơn, hiệu quả vì thế sẽ mang giá trị bản chất và bền vững hơn rất nhiều.



Chương 3

TIẾNG ANH
LÀM CHỦ NGÔN NGỮ THỨ HAI
NHƯ TIẾNG MẸ ĐẸ

“Chúng tôi” chỉ học thứ tiếng Anh chuẩn!

Thế hệ trẻ phải sở hữu tiếng Anh chuẩn!

Mùa hè năm 2014, trước khi Minh Khuê sang Harvard, chúng tôi đã có khoảng thời gian rất êm đềm bên nhau. Một buổi sáng, trong khu nghỉ dưỡng thanh bình và tuyệt đẹp, chúng tôi đọc được bài báo trên tờ điện tử Vnexpress.net, bài báo thu hút nhiều người quan tâm vì nó đặt ra vấn đề nóng bỏng của xã hội: *“Học tiếng Anh có cần hướng chuẩn?”*.

Người viết là một cá nhân có hiểu biết và từng học tập, làm việc ở nước ngoài, nhưng quan điểm của anh ấy về học tiếng Anh trong bài viết khiến tôi cảm thấy có điều bất ổn.

Toàn bộ thông điệp của anh ấy là: “Người Việt Nam không nên quá chú trọng vào vấn đề học tiếng Anh chuẩn: phát âm chuẩn, từ vựng chuẩn, cấu trúc ngữ pháp chuẩn Anh - Anh. Hãy nhìn xem, những người thuộc các quốc gia như Mỹ, Ấn Độ, Úc, Singapore, Hong Kong v.v... họ đều không nói thứ tiếng Anh chuẩn, nhưng rõ ràng, họ đã làm nên những nền kinh tế rất sôi động, năng động và phát triển”.

Quan điểm của người viết đã nhận được khá nhiều sự đồng tình thông qua những bình luận và lượt chia sẻ. Tôi mang bản thảo của mình trao đổi cùng con gái với tinh thần rất cầu thị, tôi hỏi: “Bằng trải nghiệm của mình, con có thể cho mẹ biết ý kiến của con?”

Thư thái là tĩnh lặng trong một bữa sáng bình yên và nhẹ nhàng, có hương vị của ly cà phê thoang thoảng trong làn gió sớm, bên bờ

biển biếc miền Trung, Minh Khuê đã nói với tôi rất từ tốn: “Anh ấy (ý của Minh Khuê là quan điểm của người viết) có những điểm hợp lý và nhiều điểm không hợp lý”.

Và Minh Khuê tiếp tục phân tích.

♥ Sự hợp lý có thể được nhìn nhận, đó chính là quan điểm học tiếng Anh ấy có vẻ dễ thở và nhân ái đối với những người đã lớn tuổi như mẹ. Những người không còn nhiều thời gian để bắt đầu từ “chuẩn” thì việc học để có những năng lực giao tiếp một cách thông thường, đáp ứng cho những hoạt động di chuyển đi lại và giao lưu là chính. Con thấy, đây là một điểm rất thuyết phục và nên ghi nhận.

♥ Sự không hợp lý đó chính là nó có thể tạo nên một sự nhầm lẫn và đi tới quyết định sai lầm nghiêm trọng đối với thế hệ trẻ trong việc hướng tới sở hữu chiếc chìa khóa ngôn ngữ để vươn ra toàn cầu.

Sự so sánh “Hệ thống tiếng Anh lệch chuẩn” của các quốc gia, cộng đồng cư dân lớn, có nền kinh tế ổn định với việc người Việt được phép lệch chuẩn tiếng Anh là không tương xứng. Bởi vì, một bên tiếng Anh không chuẩn đã trở thành một phong cách ngôn ngữ mang tính quốc gia, thuộc về quốc gia, được chấp nhận, thừa nhận trên phương diện quốc gia, thể hiện trong hiến pháp và ngôn ngữ lập pháp. Ví dụ người ta thường nói tiếng Anh - Ấn, tiếng Anh - Singapore v.v... và do đó sự lệch chuẩn ấy đã trở thành một hệ thống được nghiên cứu và được thừa nhận đương nhiên... Trong khi đó, ngôn ngữ chính thống, ngôn ngữ quốc gia của Việt Nam không phải là tiếng Anh lệch chuẩn, do đó, khi chúng ta bị lệch chuẩn thì chúng ta bị mất phương hướng và thứ tiếng Anh lệch chuẩn tự phát đó sẽ không thuộc về hệ thống nào hết. Đây là một suy nghĩ nguy hiểm, khiến việc học tiếng Anh trở nên thiếu nghiêm túc và hiệu quả với giới trẻ bây giờ.

Những suy nghĩ rất thấu đáo, có trách nhiệm của Minh Khuê khiến tôi cảm nhận được sự trưởng thành và hiểu biết sâu sắc của

con gái về ảnh hưởng, tác động của trình độ tư duy ngôn ngữ, của năng lực biểu đạt ngôn ngữ đối với nội lực quốc gia, cũng như nội lực của bản thân mỗi cá thể.

Đừng khiến trẻ phải học thứ tiếng Anh “lệch chuẩn” vì quá nôn nóng và thiếu hiểu biết

Bài báo về quan niệm học tiếng Anh “không cần chuẩn” đó khiến tôi liên tưởng tới rất nhiều hình ảnh trong cuộc sống, khi những người mẹ, người bà đang ngày ngày nỗ lực phát âm thứ “Tiếng Anh bồi”: “Nào con nói tiếng Anh cho mẹ (bà) nghe nào!”. Đứa trẻ bập bẹ, tiếng Việt chưa sõi, phát âm theo một cách ngô nghê.

Những người mẹ còn rất trẻ, những người bà chưa già cứ cố gắng, cứ nhồi nhét thứ tiếng Anh lệch chuẩn lên tâm trí đứa trẻ; hay tinh vi hơn là gửi những đứa trẻ đó vào một dự án “giáo dục sớm” nào đó, đang mọc lên nhan nhản ở khắp các đô thị, nhằm đáp ứng sự nôn nóng của những bà mẹ ngay cả khi đang mang thai, đã kỳ vọng con mình phải siêu tiếng Anh, nhưng lúng túng, chẳng biết sẽ giúp đứa trẻ đạt tới điều tuyệt vời đó bằng cách nào? Ở những trung tâm, dự án tiếng Anh sớm dành cho trẻ chưa qua thời nhũ nhi ấy, buồn thay, người phụ trách dạy tiếng Anh cho bé, cũng đang sở hữu thứ tiếng Anh chưa chuẩn.

Chúng kiến những điều tương tự hàng ngày trong cuộc sống, tôi có một khao khát là nói vào tai họ điều này: “Trời ơi, giá như bạn gốc hản như tôi đây, giá như bạn hoàn toàn không có chút ‘bập bẹ chệch choạc’ nào thứ tiếng Anh lệch chuẩn, hản là bạn sẽ khiêm nhường, cầu thị hơn, hản là bạn sẽ biết tìm kiếm giá trị đích thực, để dẫn dắt con cháu bạn, sao cho đứa trẻ được tiếp cận, được thụ hưởng một nền giáo dục Anh ngữ đúng chuẩn nhất!”

Đôi khi, sự chân thành thú nhận: “Tôi không biết” lại là cách tốt nhất để chúng ta học hỏi và cầu thị thực thà, để chúng ta thu phục được tâm tuệ của những người thầy giỏi khi bạn làm họ xúc động trước thứ tình yêu tận hiến của bạn dành cho đứa trẻ, khi bạn thành

thực cầu thị trước họ, chắc chắn những người thầy ấy sẽ dốc lòng truyền thụ kiến thức cho đứa trẻ của bạn!

Tiếng Việt ngọng nghịu, tiếng Anh lệch chuẩn, phải chăng, do thiếu hiểu biết một cách sâu sắc, thiếu nhận thức có cơ sở khoa học, mà hiện tại vẫn còn rất nhiều người nôn nóng, bồn chồn để dẫn tới việc “nhồi nhét” cho đứa trẻ của họ thứ tiếng Anh lệch chuẩn cầu thả như thế?

Tôi, một người không sở hữu ngôn ngữ thứ hai là tiếng Anh, nhưng hoàn toàn tự tin trong quá trình dẫn dắt con gái mình, để cô bé dần sở hữu thứ tiếng Anh đích thực, sở hữu chiếc chìa khóa vàng, giúp Minh Khuê chủ động và hoan hỉ trong thế giới học thuật, trong cộng đồng bạn bè - những người thuộc về văn hóa ngôn ngữ đó. Ở một mức độ nào đó, bây giờ cô bé đã có được cảm giác tự do, bay bổng với ngôn ngữ thứ hai của mình, làm chủ nó - với Minh Khuê, tiếng Anh cũng tuôn chảy dạt dào như tiếng mẹ đẻ!

Bí quyết thật đơn giản là hướng dẫn con học tiếng Anh với tinh thần kiên định “hướng chuẩn” và với thái độ dẫn thân, trải nghiệm để thấm đẫm văn hóa của ngôn ngữ, thấm đẫm sức sống thời đại, sức sống hiện đại và hơi thở cuộc sống của thứ ngôn ngữ tiếng Anh chuẩn.

Chuẩn bị một chiến lược cho quá trình phát âm tiếng Anh chuẩn: 1 tuổi rưỡi đến 4 tuổi, luyện tập và ghi nhớ tiềm thức cách phát âm, ngữ điệu tiếng Anh chuẩn.

Đương nhiên, việc học Tiếng Anh vẫn nằm trong “chiến lược” rèn luyện năng lực “tư duy ngôn ngữ” và năng lực “biểu đạt ngôn ngữ” của tôi dành cho con gái. Do đó, để con gái có một nền tảng vững vàng cho việc bắt đầu học tiếng Anh, đương nhiên, tôi đã rất nỗ lực và kiên trì những phương pháp chọn lọc để con gái có được tư duy ngôn ngữ và biểu đạt bằng tiếng Việt chuẩn mực. Nỗ lực các giao thức tình cảm, giao thức ngôn ngữ để tăng cường vốn từ vựng tiếng Việt cho Minh Khuê ngày càng dồi dào, phong phú và tươi mới.

Bạn nên lưu ý, nếu bạn muốn đưa trẻ của bạn giao tiếp một cách sinh động, diễn cảm, thuyết phục được đối tác bằng tiếng Anh, thì trước tiên, ưu tiên hàng đầu là bạn hãy hành động, khích lệ và hướng dẫn để con bạn sở hữu công cụ ngôn ngữ thứ nhất - tiếng Việt một cách tốt nhất, truyền cảm nhất có thể.

3 tuổi Minh Khuê đã nói tiếng Việt một cách có biểu cảm, phát âm mạch lạc rõ ràng, vốn từ vựng tương đối phong phú, cách biểu đạt dí dỏm, có nhịp điệu.

Song song với việc phát triển năng lực tư duy ngôn ngữ tiếng Việt, tôi cũng hiểu một cách thấu đáo rằng, có thể kết hợp bằng những hình thức sinh động và nhẹ nhàng, để đưa trẻ đồng thời phát triển thêm một ngôn ngữ nữa, tất nhiên tôi chọn ngôn ngữ thứ hai cho con gái là tiếng Anh.

Việc kết hợp phát triển thêm một thứ ngôn ngữ nữa khi con gái được 18 - 20 tháng tuổi, là một quyết định sáng suốt, có ý thức của tôi, nhằm giúp cho não bộ của Minh Khuê được kích hoạt và làm việc tích cực hơn, hiệu quả hơn, thông qua quá trình rèn luyện cùng lúc tư duy về sự vật, hiện tượng, thế giới xung quanh bằng hai ngôn ngữ song song.

Đây là một bài tập rèn luyện năng lực tư duy, năng lực làm việc và sự khởi động các vùng não bộ một cách toàn diện. Nó chính là một phần quan trọng của triết lý giáo dục "Trí thông minh toàn vẹn" cho trẻ học để giúp trẻ phát triển tố chất - ở đây tôi nhấn mạnh là tố chất tư duy của não bộ! Việc tôi chọn tiếng Anh và cho con tiếp xúc, làm quen sớm với tiếng Anh không vì một nhu cầu nôn nóng, bồn chồn với kỳ vọng con có thể trở nên giỏi tiếng Anh một cách chóng vánh, như một ưu tiên hàng đầu mà hiện vẫn nhiều người nhầm tưởng.

Vì nhận thức sâu sắc như vậy, tôi chuẩn bị chu đáo và đưa dần các hình thức luyện tiếng Anh vào cuộc sống hàng ngày cho con gái hết sức tuần tự. Nó đồng thời là phần thưởng, là giải trí, sung sướng của bé; vừa là những bài luyện não nhẹ nhàng, thuận theo hứng thú của đứa trẻ, không kỳ vọng, nhưng chắc chắn đó là phương pháp luyện nghe và nói tiếng Anh hướng chuẩn.

Từ khi Minh Khuê 1 tuổi rưỡi đến 4 tuổi, việc sưu tầm, lựa chọn những bộ phim hoạt hình của hãng Walt Disney USA, được tôi đặt nhiều ưu tiên, với tôi, đó là những “giáo trình” sinh động, tuyệt vời để phục vụ cho việc giúp con gái lắng nghe giai điệu, ngữ điệu, biểu cảm của thứ ngôn ngữ tiếng Anh chuẩn tại nhà, mỗi ngày Minh Khuê được xem hoạt hình Walt Disney phiên bản tiếng Anh chuẩn 60 - 90 phút chia làm 2 - 3 lần, mỗi lần 30 phút.

Chiếc ti vi tôi gắn trên tường khá cao, đạt chuẩn khoảng cách cho mắt bé là 3,5m tại vị trí tôi đã định vị sẵn cho con, đương nhiên, bé không thể mon men đến gần ti vi được vì nó ở trên cao, nếu bé càng tiến đến gần, càng khó xem hình ảnh, do đó, bé tự nhận thấy rằng, ngồi tại vị trí mẹ đã quy định sẽ thoải mái và thích thú hơn. Bằng “mưu mẹo” ấy, tôi đã hạn chế thành công ảnh hưởng của màn hình ti vi lên tật khúc xạ mắt của bé - tật mà nhiều trẻ mắc phải, mắc nặng khi chưa vào tuổi học đường.

Vi sao tôi chọn phim của hãng Walt Disney?

Vì tôi tin tưởng rằng, đó là hãng phim hoạt hình dành cho trẻ em chuẩn mực nhất. Theo tìm hiểu của tôi, thì chỉ những diễn viên gạo cội, những minh tinh đắt giá nhất Hollywood, những người có giọng nói truyền cảm nổi tiếng, phát âm tiếng Anh chuẩn, hoàn hảo mới được mời hợp tác lồng tiếng cho các nhân vật phim của hãng.

Chẳng hạn như, Walt Disney cho ra mắt khán giả nhỏ tuổi bộ phim hoạt hình *Vua sư tử* (1994), kể về cuộc phiêu lưu của các loài động vật, lấy bối cảnh ở châu Phi, với phần lồng tiếng của những ngôi sao lừng lẫy nhất bấy giờ như: James Earl Jones, Matthew Broderick, và Jeremy Irons, phần nhạc phim của Tim Rice và ngôi sao nhạc pop Elton John v.v... Bạn thấy tuyệt không cơ chứ! Hiểu biết điều này rất quan trọng, vì tôi chọn phương án cho con gái xem phim hoạt hình Walt Disney hàng ngày là hình thức đầu tiên giúp con tiếp cận tiếng Anh.

Đương nhiên, tôi muốn con gái bé nhỏ của tôi được nghe, được tiếp cận với thứ tiếng Anh chuẩn, biểu cảm, khoan thai, trầm bổng, giàu chất thơ, giàu hình ảnh, phù hợp với tâm lý bé thơ, và có sức lay động tâm thức một cách mãnh liệt. Tất cả những giá trị sinh ngữ ấy, được phim hoạt hình Walt Disney chuyên chở, thông qua những đối thoại rất tự nhiên, thoải mái.

Với những tiêu chí này, bạn có đồng ý với tôi rằng, hãng phim hoạt hình Walt Disney là “đối tác” đáp ứng hoàn hảo cho bạn, cho dự án “dạy tiếng Anh” sớm cho đứa trẻ của bạn trong điều kiện Việt Nam không? Hay bạn có niềm tin rằng, những người mở lớp “dạy tiếng Anh sớm” cho các bé 18 tháng tuổi với mức phí thoáng nghe đã choáng váng, sẽ phát âm tiếng Anh chuẩn hơn (?) và dẫn dắt con bạn ân cần hơn chính bạn?

Một nhận thức rất sâu sắc rằng, cho trẻ xem phim hoạt hình có nội dung và biểu đạt nhân văn, là một hình thức học rất tuyệt vời dành cho trẻ. Những hình ảnh ngộ nghĩnh, những hành động phá vỡ mọi giới hạn theo cách nhìn bình thường của người lớn, những diễn biến câu chuyện bất ngờ, kịch tính theo rất đúng tâm lý của trẻ nhỏ. Do đó, phim hoạt hình Walt Disney luôn là sự cuốn hút đầy hấp dẫn, say mê và sung sướng với trẻ nhỏ vì đưa chúng đến với thế giới tưởng tượng không giới hạn. Năng động, hoạt bát, trực quan, phá bỏ mọi nguyên tắc mà vẫn tràn đầy hình ảnh cuộc sống vui nhộn. Không chỉ giúp trẻ tiếp cận cách phát âm, ngữ điệu, giai điệu, từ vựng trong sáng đẹp đẽ, mà phim hoạt hình Walt Disney sẽ giúp bạn chuyên chở vào tâm hồn đứa trẻ của bạn những giá trị “văn học là nhân học” ngọt ngào sâu lắng. Có thể nói, Walt Disney là một quà tặng vĩ đại dành cho thế giới trẻ thơ và cho cả những người lớn mang tâm hồn trẻ thơ, trong đó có tôi.

Tôi tìm kiếm sưu tầm những băng đĩa phim hoạt hình nổi tiếng của hãng Walt Disney, phiên bản tiếng Anh, như: *Chú chuột Mickey, Vịt Donald, Nàng Bạch Tuyết và bảy chú lùn, Chip 'n Dale và Humphrey the Bear, Người đẹp ngủ trong rừng, Alice ở xứ sở thần tiên, Peter Pan,*

Cô bé lọ lem, Nàng công chúa và hoàng tử Ếch, Một trăm linh một chú chó đốm, Gia đình mèo quý tộc, Chú ngựa Spirid, v.v...

Đây là những tác phẩm phim hoạt hình tuyệt vời, giành được nhiều giải Oscar bởi âm nhạc vô cùng hay, xúc động, những bài hát những bản nhạc phim tuyệt hay. Tác phẩm hoạt hình của hãng thường là phiên bản chuyển thể từ truyện cổ tích mà tôi vẫn đọc cho con gái nghe trước khi bé đi vào giấc ngủ, lại được đặt trên nền những bản nhạc cổ điển của các nhà soạn nhạc lừng danh như Tchaikovsky, Chopin, Mozart... khiến tâm hồn thơ bé của trẻ được lãng du trong những miền thánh thiện, thiên đường đẹp đẽ, và nhân văn vô cùng.

Phát hiện này, thấu hiểu này về giá trị của phim hoạt hình Walt Disney giúp tôi tự tin hoàn toàn khi sử dụng những bộ phim hoạt hình phiên bản tiếng Anh, không có phụ đề, không lồng tiếng Việt, như là một bài luyện tiếng Anh hàng ngày để giúp con gái luyện tập não bộ năng lực “nhớ tiềm thức” những phẩm chất sau:

- ♥ Lắng nghe và ghi nhớ phát âm chuẩn và biểu cảm bằng tiếng Anh.
- ♥ Quan sát và ghi nhớ cách sử dụng từ, mẫu hội thoại tiếng Anh trong văn cảnh, ngữ cảnh phù hợp, sinh động và biểu cảm nhất.
- ♥ Quan sát và ghi nhớ những đường nét hình họa sinh động và biến ảo, điều sẽ giúp trẻ thơ có được một nền tảng cho môn học vẽ về sau.

Được xem phim hoạt hình Walt Disney là thời gian vui thú, hấp dẫn và hồi hộp chờ đợi của Minh Khuê, nó hoàn toàn phù hợp với thời gian trong mỗi ngày tôi giúp Minh Khuê dần thành thực năng lực “nhớ tiềm thức” về ngôn ngữ thứ hai trên vỏ đại não: tiếng Anh chuẩn.

Tôi thực hành bài luyện thú vị hấp dẫn này cho con gái một cách kiên trì, bền bỉ, vì tôi nhận thức sâu sắc rằng: rèn luyện trí nhớ

tiềm thức cho não bộ của trẻ là điều tôi nên tiến hành chủ động, nên được thấu đạt trong nhận thức sáng suốt của người mẹ - người Thầy vĩ đại đầu tiên và không có quyền miễn nhiệm của con mình.

Ở giai đoạn nhũ nhi và ấu nhi, trên vỏ đại não của trẻ còn chưa xuất hiện nhiều nếp nhăn, vì hệ thống nhớ tiềm thức của trẻ chưa nhiều. Khoa học về giải phẫu não và các nhà bác học đã “tặng” các bà mẹ lời khuyên thông thái rằng: “Khi vỏ đại não đứa trẻ chưa có những nếp nhăn của sự nhớ tiềm thức, thì hoặc là bạn cứ để mặc những nếp nhăn tự xuất hiện theo dòng chảy cuộc sống, hoặc là bạn hãy chủ động giúp đứa trẻ rèn luyện để nó xuất hiện một cách có ý thức”.

Bạn thấy sao, khiến một cá thể trẻ thơ có “trí thông minh bẩm sinh” bình thường trở nên có tố chất là một việc dễ dàng với những người mẹ hiểu biết, có niềm tin và lòng kiên trì nhiệt thành tận hiến tình yêu dành cho đứa trẻ của cô ấy.

Tôi đã được khoa học thuyết phục và tôi tin tưởng vững chắc sự khai sáng này, do đó, tôi nỗ lực không mệt mỏi, kiên trì, không kỳ vọng, không hối thúc mà hoàn toàn dựa trên sự hứng thú để dành cho con gái những buổi luyện nhớ tiềm thức về tiếng Anh chuẩn. Chắc chắn, đây là điều rất có cơ sở và cần thiết.

Đó là một kịch bản không mới, không có gì là bí kíp và sáng tạo, nhưng hiệu quả thì luôn luôn đáng kinh ngạc, nếu bạn hiểu được cơ chế của nó. Cơ chế “Nhớ tiềm thức” khác với cơ chế “nhớ có ý thức, chủ động” là ở chỗ: đây là phương pháp nhớ thụ động, đòi hỏi thời gian tập dượt cho sự ghi nhớ dài hơn nhiều, nhưng sự nhớ bền vững. Nếu người mẹ, người giáo dưỡng thấu đạt được cơ chế này, chủ động vận dụng nó để luyện tập cho não bộ đứa trẻ, và kiên trì bền bỉ, không nôn nóng, chỉ thực hành với niềm tin không gì lay chuyển, đến một ngày, hiệu quả sẽ trả lời bạn, ngay khi bạn không chờ đón!

Đừng bỏ qua giai đoạn huấn luyện nhớ tiềm thức

Nhớ tiềm thức là một cách nhớ không chủ động, không có ý thức, do đó để sự nhớ trở thành nếp nhăn trên vỏ đại não của trẻ,

bạn phải tiến hành những bài luyện lặp đi lặp lại vô số lần, theo những dạng thức không nhàm chán, không kỳ vọng, đến một ngày hiệu quả của sự nhớ ấy sẽ xảy ra, sẽ bùng nổ mà không cần bạn phải ghi công, nó tự nhiên như hơi thở và bền vững sinh động như suối nguồn.

Để bổ sung và tăng cường cho việc huấn luyện “nhớ tiềm thức” vốn từ vựng ngữ điệu, ngữ cảnh, âm vực, nhịp điệu của tiếng Anh cho con gái bé bỏng của mình, tôi cũng sưu tầm khá nhiều những đĩa ca nhạc thiếu nhi bằng tiếng Anh chuẩn mực, từ những người bạn đi công tác, làm việc ở Anh, Mỹ mang về tặng, cho, hoặc mua hộ.

Nhiều người từng nói rằng, môi trường của tôi đã tạo cho tôi những “may mắn” đó, ý là có điều kiện để có được những “giáo trình” phục vụ luyện tập “nhớ tiềm thức” tiếng Anh cho con gái. Xin thưa, không hoàn toàn như vậy. Bạn hãy nghĩ khác đi rằng, khi bạn quan tâm và nhận thức sự quan trọng của một việc gì đó, chắc chắn bạn sẽ “đào bới” bằng mọi cách, ở mọi nơi để tìm ra phương án thực hiện, bạn sẽ móc nối mọi mối quan hệ để tìm ra người có thể giúp đỡ bạn. Tôi đã tìm ra được những người có thể giúp tôi mua những băng đĩa (ca nhạc và hoạt hình thiếu nhi) chuẩn mực về tiếng Anh, bởi tôi hoàn toàn tin tưởng và vững tâm vào hiệu quả bền vững của những bài luyện “nhớ vô thức-tiềm thức” nhằm tăng cường năng lực ngôn ngữ tiếng Anh, thành nếp hằn lên vỏ đại não của bé yêu.

Quả nhiên, đến 4 tuổi, Minh Khuê trở thành một cô ca sĩ nhí, có thể véo von hát rất nhiều bài thánh ca nguyên bản tiếng Anh một cách rất hay, tràn đầy, dù có thể, cô bé không hiểu gì về nghĩa. Vì sao vậy? Vì những âm thanh ấy, giai điệu ấy, từ ngữ ấy đã được thuần thục, tập dượt, lặp đi lặp lại, rất nhiều, rất rất nhiều lần thông qua việc xem hoạt hình và nghe ca khúc tiếng Anh, từ khi cô bé 1 tuổi rưỡi, đã trở thành nếp hằn trên vỏ đại não của cô bé - một “nếp hằn đầy giá trị” của “nhớ tiềm thức” vững bền, hoan hỉ.

Như vậy, thời gian tôi chủ động tập luyện “nhớ tiềm thức” cho con gái, quả là không ngắn: 2 năm rưỡi! Nhưng bạn thấy đấy,

những bài luyện ấy có nặng nề không? Có vất vả với bé không? Chắc chắn là không rồi, chắc chắn không ai nghĩ đó là những bài luyện, chỉ riêng tôi biết rằng đó là những bài luyện một cách rõ ràng. Nó được tiến hành trong sự hứng thú, không gò ép, nên nó mang một hiệu quả bền vững mà không một giá trị nào về sau có thể đánh đổi được.

Điều này được minh chứng khi Minh Khuê học và làm việc tại trường Harvard, các bạn bè người Mỹ và nhiều vị giáo sư tôn kính mà Minh Khuê có dịp được làm việc cùng đều đã có những nhận xét rất triu mến dành cho cô ấy: “Một nữ sinh bé nhỏ Việt Nam chưa từng du học phổ thông năm nào ở các quốc gia sử dụng tiếng Anh, nhưng cách phát âm và văn hóa tiếng Anh của cô ấy hệt như một ‘quý cô’ London”.

❖ Kết luận

Tôi muốn nhắc một chút về dự án “Trải nghiệm Anh ngữ và văn hóa Anh Quốc” 10 tuần của Minh Khuê mùa hè năm 2008. Đó thực sự là những tháng ngày trải nghiệm tuyệt vời và ý nghĩa. Biết bao điều đã được khai sáng và mở mang đầy hạnh ngộ. Bạn có tò mò không? Rằng, hai tháng rưỡi ở Anh Quốc những bài học Anh ngữ trên lớp của cô bé 11 tuổi Minh Khuê là gì vậy?

Tôi đã hỏi con gái câu hỏi đó, khi cô bé trở về từ Anh Quốc. Và cô bé trả lời rất giản đơn: “Thầy giáo hướng dẫn rồi yêu cầu con lấy hơi và phát âm biểu cảm những câu nói trong văn cảnh, những hội thoại nào đó!”. Tôi bảo: “Để thế sao?” Minh Khuê cười toe toét, trở mặt “hằm dọa” tôi: “Đó là một trong những bài học tiếng Anh khó nhất mà con từng học, mẹ ạ”.

Rồi cô bé lí lắc kể cho tôi nghe: “Thầy giáo người Anh bảo rằng: ‘Nếu em nói chuyện, hay thuyết phục thầy trong 5 phút mà mọi cơ mặt của em không môi nghĩa là em chưa thực sự nói Tiếng Anh chuẩn!’. Nhưng thực ra mẹ yên tâm đi, con luôn được những người Anh bản địa mà con gặp trên đường phố, nơi con đến, hay lúc con chào hỏi, đều tặng con một lời rất triu mến: ‘Này quý cô bé

nhỏ dễ thương, cô bé từ đâu đến mà nói giọng Anh London tuyệt đẹp thế!”.

Thực ra, tôi cũng hiểu, lời khen ấy thể hiện nhiều sự thân thiện và lòng bao dung của người Anh khi khích lệ và ghi nhận thái độ nỗ lực của đứa trẻ, hơn là nội hàm của câu nói, nhưng nó không phải không hoàn toàn có lý.

Tôi nhớ mãi câu chuyện Minh Khuê kể: “Lớp học tiếng Anh ấy có gần 20 bạn đủ các quốc tịch mẹ ạ: Pháp, Thổ Nhĩ Kỳ, Việt Nam, Trung Quốc, Đan Mạch, Nga Tây Ban Nha, v.v... và khi thầy bảo rằng: ‘Các em hãy trao đổi với nhau, giới thiệu cho bạn bè một món ăn của dân tộc mình.’, chúng con hồ hởi lắm, ai cũng tranh nhau trình bày, nói, thuyết phục, nhưng về như chúng con chẳng hiểu gì những lời của nhau, dù chúng con đều đang sử dụng tiếng Anh để giao tiếp.

Chúng con gân cổ lên, dùng cả ngôn ngữ thân thể để giải thích, để mô tả, để ra hiệu kèm theo thứ tiếng Anh mà bản thân đưa đến từ quốc gia mình, nhưng thật là thảm họa!

Tuy nhiên, khi từng bạn trình bày với thầy thì thầy hiểu hết và con đã hỏi thầy: “Tại sao lại như thế?”. Thầy đã trả lời như sau: “Các em thấy đấy, tôi đang sở hữu một thứ tiếng Anh chuẩn, do đó tôi có thể hiểu và cảm thông được với thứ tiếng Anh lệch chuẩn của tất cả các em, tôi có thể nâng đỡ và dìu dắt các em, nhưng nếu các em đều lệch chuẩn thì các em rất khó hiểu được nhau. Do đó, chúng ta cần phải nỗ lực để hướng tới chuẩn của tiếng Anh sinh ngữ”.

Chủ động “sáng tạo” cơ hội giao tiếp: cách dễ nhất để trẻ hấp thụ tiếng Anh sinh ngữ hiệu quả!

Tạo cơ hấp dẫn để gợi câu chuyện

Ấy là một buổi sáng Đà Lạt, nắng xuyên qua những tán thông, chảy thành vệt huyền ảo trên những bồn hoa cẩm tú cầu tuyết đẹp.

Chúng tôi chuẩn bị ra sân bay để trở về Hà Nội và tôi biết chắc chắn chiều hôm đó Minh Khuê có một buổi học tiếng Anh tại Hội đồng Anh - British Council (B.C). Tôi dắt tay con ra vườn và hái một cành hoa cẩm tú cầu đẹp nhất. Chúng tôi nâng niu trên tay, trên cả hành trình bay từ Đà Lạt về Hà Nội, bạn có biết nó đặc biệt thế nào không? Chiều hôm đó, khi Minh Khuê đến B.C học, tôi nói với con rằng: “Hãy mang bông hoa này đến tặng thầy Johnathan nhé, chắc chắn là thầy rất thích con ạ!”.

Bạn có thể ngạc nhiên về cử chỉ của tôi, bạn có thể khó hiểu vì sao, một người phụ nữ lại đề nghị con gái của cô ấy mang hoa đến tặng thầy giáo của nó? Nhưng Minh Khuê lúc đó mới 10 tuổi, đã hoàn toàn hiểu và hợp tác với mẹ.

Quả nhiên, khi Minh Khuê đến lớp và trao tặng thầy bông hoa kỳ thú mà thời đó, Hà Nội chưa có, thì đó là một cái cơ thật tuyệt vời để con gái tôi và người thầy bản ngữ của cô bé, có được một giao thức tình cảm, những câu chuyện mới mẻ, sinh động, hấp dẫn về loài hoa cẩm tú cầu, “Loài hoa này có nhiều ở Anh Quốc không?”, “Vì sao loài hoa này lại có mặt ở Đà Lạt?”. Và thế là, một chủ đề “Những người Pháp và những loài cây ôn đới di thực đến Việt Nam

như thế nào?” đã được người thầy ấy đề cập trong buổi học, thật sinh động và tươi mới!

Khi những trao đổi thú vị của hai thầy trò tự nhiên diễn ra, những vấp vấp trong lúc tìm từ vựng, vấp vấp cách biểu đạt của Minh Khuê, sự nỗ lực lắng nghe và hỗ trợ, gợi ý chữa lỗi cho cô bé của thầy Johnathan v.v... chính là lúc tiếng Anh sinh ngữ tràn vào tâm hồn và trí tuệ Minh Khuê nhiều nhất, vốn từ vựng được phong phú lên nhanh nhất.

Bạn thấy đấy, học tiếng Anh (cho trẻ nhỏ) trước hết vẫn theo cách thức rất kinh điển: trẻ lắng nghe, hấp thụ bằng mọi giác quan, đưa về bộ nhớ tiềm thức của não bộ, rồi đến một lúc đủ thuần thục, trẻ sẽ bắt chước y chang những gì đã thu nhận, đã được xử lý, ghi nhớ nằm lòng trong não bộ.

Mỗi bộ môn có những đặc thù riêng của nó, do đó, để đưa trẻ của bạn tiếp cận môn học đó một cách hứng thú, thoải mái, hấp thụ kiến thức có hiệu quả, và hiệu quả trên cả tuyệt vời, thì chính bạn, trong vai trò người Thầy đầu tiên và quan trọng nhất của đứa trẻ, phải nỗ lực thấu đạt sự khác biệt trong phương pháp học và phương pháp ghi nhớ cho từng bộ môn ấy, để hỗ trợ đứa trẻ của mình.

Những Người Thầy sinh ngữ “tình cờ”

Với bộ môn tiếng Anh, tôi ý thức sâu sắc rằng, Minh Khuê của tôi sẽ gặp nhiều hạn chế về môi trường. Bản thân tôi không có năng lực tiếng Anh, môi trường xã hội cũng rất chệch choạc, không đúng chuẩn; môi trường nhà trường cũng chưa thật “chuyên nghiệp” về cả giáo trình cũng như nguồn nhân lực chưa được tu nghiệp sinh ngữ một cách hệ thống. Do đó, trong vai trò người thầy dẫn dắt, tôi phải tự tìm kiếm một lối đi cho con gái mình. Trước hết, là từ những nỗ lực giáo dục trong gia đình.

Để rèn luyện môn “nhân văn” bằng tiếng mẹ đẻ cho đứa trẻ của bạn, tôi kêu gọi các bạn nỗ lực thúc đẩy các giao cảm, giao thức

bằng ngôn ngữ với đứa trẻ, để tạo nền tảng cho vốn từ vựng, năng lực biểu đạt, năng lực tư duy ngày một nâng lên cho đứa trẻ ấy. Do đó, tôi nhấn mạnh hơn nữa việc rèn luyện năng lực chủ động giao thức, giao tế v.v... bởi đó là những yếu tố quan trọng, là chìa khóa vô cùng quan trọng, để đứa trẻ của bạn có thể học tốt môn tiếng Anh bản ngữ chuẩn mực.

Học ngôn ngữ, trước hết là để giao tiếp, và nhất định phải thông qua giao tiếp mà khiến trình độ, năng lực của ngôn ngữ ấy được nâng lên.

Hiểu được sự quan trọng của tính chủ động giao thức, giao tiếp sẽ giúp cho việc học tiếng Anh của con gái đạt hiệu quả cao. Việc đầu tiên và dễ dàng nhất đó là trong vai trò người mẹ, tôi đã nỗ lực giúp con rèn luyện tính chủ động, cởi mở, gọi mở cho những tình huống giao tiếp được xảy ra tự nhiên, vui vẻ, thú vị và hiệu quả.

🍏 TÌNH HUỐNG

Năm 2000, tôi may mắn được phỏng vấn một vị giáo sư, Trưởng dự án Việt Nam của trường đại học Kenedy (Harvard). Vị giáo sư thực sự là một người rất uyên bác và hiền từ, vui tính. Ông tỏ ra trù mến và ghi nhận sự nỗ lực trong công việc của tôi.

Được lời khen của ông, một ý nghĩ lóe ngay trong đầu và tôi đưa ra đề xuất: “Thưa ông, tôi có một cô con gái rất đáng yêu, cô bé 4 tuổi và hát tiếng Anh rất hay. Cô bé có thể vẽ chân dung cho ông, chỉ cần ba nét bút thôi. Trong thời gian ông ở Việt Nam, lúc nào đó ông có thể cho con gái tôi được nói chuyện tiếng Anh với ông một lát hay không? Ông có thể từ chối vì điều này không quá quan trọng!”.

Đương nhiên là tôi cười rất tươi khi nói những điều đó với ông, tôi nhìn ông với ánh mắt như thể nói với ông ấy rằng, “Ông đừng từ chối nhé!”. Vị giáo sư hiền từ đó không những không từ chối, mà tỏ ra vô cùng ngạc nhiên, hoan hỉ. Ông nói: “Thật tuyệt, như vậy là bà đang chia sẻ với tôi một điều thú vị to lớn!”.

Một buổi gặp gỡ thú vị đã diễn ra giữa cô bé với vị giáo sư và những người bạn của ông ấy. Nó không chỉ diễn ra trong vòng vài chục phút hay nửa tiếng, mà nó đã diễn ra trong suốt 3 tiếng đồng hồ. Những người bạn của vị giáo sư hiền từ, cũng sang Việt Nam từ Mỹ, đã vô cùng vui vẻ và hoan hỉ với một cô bé Việt Nam tí hon. Tôi nhận ra, cuối cùng, cô bé đã dẫn dắt buổi hội ngộ đó, cô ấy hát và cô ấy nói những lời tiếng Anh hẳn là rất ngộ nghĩnh. Cô bé đã nói, đã hát bằng tất cả sự hồn nhiên, tự tin chân thành đến độ rất nhiều người có mặt trong sảnh lớn của khách sạn, đã vui vẻ cổ vũ cho cô bé đang líu lo bằng thứ tiếng Anh ngây thơ trong vắt.

Dạy trẻ tự tin chủ động giao thức giao tiếp, bắt đầu bằng tiếng mẹ đẻ

Bạn thấy đấy, tôi nhận ra những hạn chế tại môi trường Anh ngữ tại Việt Nam. Tôi cũng nhận ra những hạn chế “khủng” của bản thân mình. Nhưng tôi không thụ động và tự ti. Tôi đã chủ động và nỗ lực chuyển hóa những hạn chế ấy và khai thác mọi tình huống cuộc sống để giành lấy cơ hội cho con gái giao tiếp thứ tiếng Anh sinh ngữ với những người bản ngữ, với văn hóa bản ngữ một cách thiết thực nhất.

Về nguyên tắc, để học ngoại ngữ nói chung và cụ thể là tiếng Anh, đứa trẻ phải nỗ lực giao tiếp, điều đó đã trở thành kinh điển rồi. Nhưng bạn phải làm gì để giúp đứa trẻ hiện thực hóa điều ấy? Khi Minh Khuê 4 tuổi, cô bé đã có được sự tự tin thoải mái và tin cậy khi giao tiếp với người nước ngoài, bởi tôi đã có ý thức tập luyện phong thái chủ động này cho con gái, từ khi Minh Khuê còn rất bé.

Tuy nhiên, tôi cũng biết rằng, để đứa trẻ có sự tự tin chủ động trong các mối quan hệ và giao thức tình cảm, đó là một bài toán khó với nhiều bậc cha mẹ. Vì sao vậy? Vì bạn không hiểu được cơ chế của sự tin cậy, nguồn gốc của sự tự tin được bắt đầu từ đâu?

Khi trẻ càng nhỏ, bản năng sinh tồn khiến đứa trẻ bao giờ cũng kèm theo nỗi sợ hãi và cảnh giác với những người xa lạ. Để giải

tỏa điều này cho con gái, tôi luôn luôn khẳng định với con rằng, con luôn được an toàn vì con đã có mẹ. Những người mà hai mẹ con mình cùng gặp, nếu mẹ đã đồng ý thì con cứ nói chuyện bình thường, nếu mẹ đã đồng ý thì điều đó là luôn an toàn và con đừng lo lắng.

Trong cách thức dạy dỗ trẻ của nhiều người Việt, thường đi ngược lại cách tôi làm, bằng một thói quen rất phản khoa học, đó là muốn trẻ làm việc gì, thường kèm theo lời dọa dẫm, chẳng hạn như “Nếu con không làm điều này, nếu con không làm điều kia thì chú bộ đội, thì chú công an, thì ông bác sĩ sẽ bắt, hay ông hàng xóm sẽ trói cổ...”, v.v...

Bạn nhận thấy lời dọa dẫm có hiệu quả ngay vì đứa trẻ sẽ thực hiện điều bạn đề nghị. Đó là phản ứng của cơ chế tự vệ ở trẻ nhỏ, sẵn sàng thỏa hiệp với mẹ, thực hiện những điều mẹ yêu cầu để mong nhận được sự an toàn. Nhưng, sâu bên trong nội tâm đứa trẻ, từng ngày, từng ngày một, những lời dọa dẫm tích tụ trong tâm hồn khiến nó trở nên nhút nhát, sợ hãi, khép kín và ngại tiếp xúc. Tình trạng này kéo dài, suốt thời thơ ấu của đứa trẻ, có nghĩa, bạn cứ “vô tư” lấy dần sự tự tin, an ổn của đứa trẻ; bạn vô tư lấy đi yếu tố “cần” để bồi đắp năng lực giao tiếp chủ động của nó; đương nhiên năng lực hấp thụ và học tiếng Anh của đứa trẻ cũng bị hạn chế rất nhiều. Tuy vậy phần lớn cha mẹ đều cảm thấy bản thân “vô tội” trước nhược điểm rụt rè, thụ động của con cái mình, bạn nghĩ: “Cha mẹ sinh con, trời sinh tính!” - thế thôi.

Tôi đã nghe rất nhiều người mẹ, và thực tế tôi gặp rất nhiều bạn trẻ được đánh giá là thông minh học giỏi, nhưng năng lực giao tiếp tiếng Việt hết sức hạn chế, do đó năng lực tiếng Anh của bạn ấy cũng hạn chế tương đương. Người mẹ của chàng trai ấy, có thể không nhận ra sự tương tác này, hạn chế trong tiếng Anh của bạn trẻ ấy nhiều phần có nguồn gốc từ giáo dục giao tiếp bằng tiếng mẹ đẻ, trong giai đoạn tuổi thơ của bạn trẻ, có vấn đề.

Do đó, việc tập luyện tính chủ động giao thức ngôn ngữ, chủ động tạo cơ hội, con có để giao thức ngôn ngữ diễn ra một cách

tự nhiên, một cách thoải mái và hứng thú chắc chắn là con đường khiến việc học tiếng Anh trở nên hiệu quả, tự nhiên. Và rõ ràng, đó là thứ tiếng Anh sinh ngữ tuyệt vời nhất.

🍏 TÌNH HUỐNG

Trong giai đoạn Minh Khuê học với thầy Samuel, một thầy giáo người London (Anh) trẻ trung vui tính (2002 - 2005), tôi biết người thầy trẻ này rất thích ăn sô cô la và hay mang sô cô la đến lớp học để dỗ lũ học trò nhỏ của mình, làm phần thưởng và tạo nên sự hứng thú trong giờ học.

Hôm ấy, tôi đi mua những hộp kẹo sô cô la rất ngon của Bi và tôi làm một công việc rất “ngớ ngẩn” đó là đem nấu lại và đổ lại vào khuôn thành một cái bánh sô cô la kỳ quái nhất quả đất. Tôi làm tất cả những việc này trước sự ngỡ ngàng, tò mò, khó hiểu của con gái. Trước giờ đi học tiếng Anh tại Language Link Vietnam, tôi dặn Minh Khuê: “Này con, hãy mang cái bánh này đến cho thầy Samuel và bảo rằng đây là bánh mà mẹ của em làm để thầy chia cho các bạn!” Tôi còn dặn con rằng, hãy mô tả những việc kỳ quái của mẹ cho thầy nghe nhé. Tôi nháy mắt trước khi con bước vào lớp.

Quả nhiên, sau giờ học, Minh Khuê kể lại rằng, đó là giờ học vui nhất trên đời, “vì con đã kể lại toàn bộ quy trình làm bánh sô cô la của mẹ cho Samuel nghe và thầy giáo ôm bụng lăn ra cười. Mẹ ơi, cái quy trình làm bánh “kỳ cục” của mẹ liền trở thành đề tài tranh cãi mà thầy giáo đưa ra cho chúng con: “Người mẹ yêu con là người mẹ làm được tất cả mọi thứ; hay là vì yêu con, mà một người mẹ vụng về sẵn sàng làm mọi thứ, dù tồi tệ”. Chúng con đã tranh cãi cả buổi không phân thắng bại. Vui ơi là vui, mẹ ạ!”.

Tất nhiên, cuộc tranh cãi đó hoàn toàn bằng tiếng Anh, khi Minh Khuê mới 9 tuổi.

Dù bạn đã chọn cho đứa trẻ của mình một môi trường Anh ngữ chuẩn, dù đã chọn được thầy giáo Anh ngữ bản ngữ giỏi và nhiệt tâm, nhiệt tình, nhưng nếu đứa trẻ của bạn luôn thụ động, không chủ động giao tiếp, không hưởng ứng những giao tiếp ngôn ngữ

với thầy, thì mọi nguồn đầu tư: tiền bạc, thời gian, tâm sức của tất cả mọi đối tác đều trở nên vô nghĩa.

Do đó, muốn hay không, nếu bạn khát khao đứa trẻ của mình hấp thụ tốt năng lực ngôn ngữ thứ hai - tiếng Anh, bạn hãy chủ động rèn luyện cho trẻ sự tin cậy, cởi mở và sẵn sàng giao thức ngôn ngữ! Không có cách nào khác.

❖ Kết luận

Một người mẹ không biết tiếng Anh, nhưng khi cô ấy thấu đạt sâu sắc con đường tư duy và cách thức trưởng thành của “tư duy ngôn ngữ”, thì người mẹ đó vẫn có thể thành công trong việc hướng dẫn và giúp đứa trẻ của cô ấy học tốt tiếng Anh.

Tất nhiên là tôi đã rất nỗ lực, rất cố gắng để thường xuyên “sáng tạo” những tình huống, những giao thức để hỗ trợ con gái ngày càng mạnh dạn hơn trong giao tiếp, phát âm, trao đổi bằng tiếng Anh với những người thầy, người bạn, trong những bối cảnh rất tự nhiên và không hề mô phạm.

Một sự thật, một sự lặp lại nhiều lần, đã làm cho cảm hứng và nỗ lực của tôi thêm mạnh mẽ, khi mà sau mỗi khóa học ở Language Link Vietnam và sau đó là ở Hội đồng Anh - British Council (B.C), những bức thư của thầy giáo gửi cho tôi, hay những lời nhận xét trực tiếp của thầy giáo dành cho con gái tôi, bao giờ cũng có những đánh giá rất đáng suy nghĩ: “Minh Khuê là một học trò rất đặc biệt! Cô ấy luôn tạo nên cảm hứng của buổi học. Sự nhiệt tình và chủ động giao tiếp của cô ấy, dường như đã trở thành tinh thần dẫn dắt không khí của lớp học, luôn như thế. Cô ấy rất nhiều tiềm năng!”.

*Tiếng Anh sinh ngữ cần có thời gian
để “chín” cùng với trải nghiệm và
tri thức trên nhiều lĩnh vực!*

Xin đừng lo lắng nếu con bạn không phải là thần đồng!

Là một người sử dụng tiếng Việt khá cẩn trọng, nghiêm túc ngay trong ngôn ngữ cuộc sống hàng ngày hay trong công việc, tôi hiểu sâu sắc rằng ngôn ngữ chỉ là con thuyền rỗng để chuyên chở hiểu biết mọi mặt, nó biểu đạt “tâm” và “tuệ” của người sở hữu.

Bạn thấy đấy, giải Nobel văn chương chưa từng được trao cho người quá trẻ, hay những thần đồng về ngôn ngữ nào đó! Câu nói vui truyền miệng trong xã hội lâu nay “Nhà văn nói láo, nhà báo nói điêu” dường như là một khái quát (thậm xưng) cho điều đồng nghĩa: “Cứ sở hữu nhiều vốn từ, tài ngụy biện, tài tưởng tượng, khoác lác, bịa đặt sẽ trở thành nhà văn, nhà báo!”.

Đôi khi, tôi thường khôi hài với bạn bè, “Đi đâu, gặp người mới quen, đừng giới thiệu tớ là nhà văn nhà báo, tớ ngượng lắm!”. Quả thật, nếu theo xu hướng quan niệm về tài ăn nói, viết lách đình đám kiểu trên, tôi sẽ mãi mãi không bao giờ có được thẻ hội viên Hội Nhà văn Việt Nam.

Do đó, để một ngôn ngữ trở nên tuôn chảy, lịch lãm, nó cũng như cây trái, cần có đủ thời gian, cần tích lũy đủ trải nghiệm sống chân thực. Đó không chỉ là quan niệm, mà trở thành nguyên tắc ứng xử của tôi đối với ngôn ngữ, nó chỉ dẫn tôi một hướng đi mạch lạc, vững tin trong quá trình dẫn dắt, hỗ trợ con gái mình học tiếng Anh sinh ngữ.

Cách đây chưa lâu lắm, truyền thông “dậy sóng” với một cháu nhỏ được gọi là “thần đồng” tiếng Anh ở thành phố Hồ Chí Minh, khi cô bé ấy giành điểm cận tuyệt đối trong bài thi chuẩn hóa TOEFL - bài thi chuẩn hóa, nhằm kiểm tra năng lực tiếng Anh phổ quát, bằng cách kết hợp cả bốn kỹ năng ngôn ngữ quan trọng: nghe, nói, đọc và viết.

Một vài hiện tượng “thần đồng tiếng Anh” đang khiến nhiều bậc phụ huynh dường như bị hiệu ứng lan truyền, bị kích thích và hưng phấn quá mức. Họ cũng mong muốn đứa trẻ của mình sở hữu được năng khiếu bẩm sinh ấy. Họ đưa đứa trẻ tham gia những bài test IQ, để tìm kiếm năng lực bẩm sinh. Trong khi, những nhà giáo dục chân chính khuyến cáo rằng các bậc cha mẹ không nên làm điều đó, không nên ám thị và mặc định điều rất phản giáo dục đó. Không thể thuyết phục được, nhiều bậc cha mẹ vẫn tìm kiếm mọi cơ hội, mọi hình thức để con được tiếp cận tiếng Anh sớm nhất có thể, ngay cả khi, họ còn chưa biết con mình sẽ học nói tiếng Việt ra sao?

Thần đồng Tiếng Anh, thần đồng ngôn ngữ trở nên “tiêu điểm” chú ý, hào hứng và nhạy cảm trong suy nghĩ của nhiều bậc cha mẹ trẻ.

Thời gian đó, tôi có đọc được một bài bài viết khá đằm đằm, đáng chú ý như sau:

“Thi chuẩn hóa TOEFL nhằm kiểm tra năng lực tiếng Anh phổ quát của người đã thành niên, tức là nó đã nghiên cứu đến độ chín của trải nghiệm sống, học tập, lao động phù hợp để “sở hữu” khối từ vựng, cấu trúc ngữ pháp ấy là khoảng tuổi 18 trở lên. Do đó, khi những bạn nhỏ tuổi có thể nghe - nói - đọc - viết tốt trong bài thi chuẩn hóa TOEFL, thì điều đó chỉ mới nói lên năng khiếu học ngoại ngữ của bạn nhỏ ấy, chứ chưa nói lên chiều sâu, năng lực biểu đạt, năng lực tư duy sáng tạo của bạn nhỏ bằng thứ ngoại ngữ đó. Ngoại ngữ muốn giỏi, cần có thời gian trải nghiệm, lao động, dần thân để ‘chín’ và tỏa hương đích thực”.

Tôi vô cùng tâm đắc với những quan điểm, suy nghĩ đằm đằm và có trách nhiệm ấy. Và, trong khi rất nhiều cha mẹ đổ xô cho

con cái đi học, luyện tiếng Anh với quan niệm “chỉ cần giỏi Tiếng Anh” là bước vào thế giới của những nền kinh tế tiên tiến, là có thể gia nhập cộng đồng văn minh Anh ngữ.

Tiếng Anh - từ bao giờ, trở thành “độc chiêu”, “tuyệt chiêu” trong suy nghĩ của nhiều bậc cha mẹ khi họ lên chiến lược đầu tư học hành cho con cái!

Như tôi đã khẳng định ngay từ đầu, tôi quyết định chọn tiếng Anh là ngôn ngữ thứ hai cho con gái, bắt đầu những bài luyện nghe - nói “tiềm thức” cho con gái ngay từ rất sớm với mục đích được ưu tiên hàng đầu, đó chính là để luyện năng lực tư duy cho não, là cách tôi bước đi cùng triết lý giáo dục “Học để tăng cường tố chất, chứ không vì có sẵn tố chất mới được học!” - “tố chất” được hiểu toàn vẹn là tố chất não bộ, tố chất xã hội, tố chất con người, v.v... chứ không chỉ là việc nôn nóng mong con gái giỏi tiếng Anh.

Tôi thấu hiểu sâu sắc rằng, song song với việc học tiếng Anh sinh ngữ của Minh Khuê, tôi còn phải bồi đắp cho con gái những trải nghiệm cuộc sống về môi trường, thiên nhiên, lịch sử, địa lý, về con người và xã hội, về tình yêu và lòng từ ái bao dung; tôi cũng đồng thời phải kiên trì, tuần tự, để dìu dắt, hướng dẫn con gái bồi đắp từng ngày những hiểu biết các lĩnh vực khoa học khác nhau như: toán học, vật lý, hóa học, sinh học, âm nhạc, hội họa, v.v... Và tiếng Anh sinh ngữ luôn song hành, tương tác với những môn học khác một cách tự nhiên, không thể khác.

Nhiều dự án học song ngữ được hình thành, lan rộng trong xã hội thời gian qua với những luận điểm thuyết phục các bậc cha mẹ rằng, cho trẻ theo học những lớp dự án song ngữ như thế là một lựa chọn hoàn hảo để đáp ứng nhu cầu học giỏi tiếng Anh trong khi vẫn đảm bảo bồi đắp được vô số kiến thức các lĩnh vực khác?!

Tôi có hai chị bạn thân thiết, tôi rất yêu quý họ. Họ đều là những phụ nữ trí thức, thành đạt trong xã hội với học vấn trên thạc sĩ. Họ là những bà mẹ có tình yêu tận hiến với con cái, cả hai từng du học ở châu Âu nhiều năm, cả hai đã chọn lớp học song ngữ cho con cái họ, khi chúng bước vào cấp hai. Và sau một năm, họ chia sẻ với

tôi rằng: “Thất vọng hoàn toàn và thật tiếc vì đã trót lãng phí thời gian, mà rất mệt mỏi và không hiệu quả!”.

Vâng, tôi vẫn muốn nhắc lại với bạn câu ngạn ngữ châu Âu: “Để chiếc thùng gỗ sồi có thể hữu dụng và chứa được rượu, thì mọi thanh gỗ phải có độ dài bằng nhau!”.

Tôi và con gái tôi bước đi có khác. Chúng tôi chưa bao giờ đặt tiếng Anh là mũi nhọn, là “độc chiêu”, là “tuyệt chiêu” và nó không bao giờ được ưu tiên hơn trong 6 môn trụ cột, nhằm phát triển tố chất của trẻ mà tôi chủ trương: Nhân văn - toán học - âm nhạc (piano cổ điển) - hội họa - thể thao, rèn luyện thể chất - và ngoại ngữ (tiếng Anh).

Trải nghiệm đáng nhớ với Language Link Việt Nam

Những năm từ 2002 - 2005, Minh Khuê được học tiếng Anh trẻ em tại Language Link Viet Nam.

Với cá nhân tôi, vào thời điểm đó, Language Link Vietnam là trung tâm Anh ngữ dành cho trẻ em tuyệt vời nhất. Có lẽ, vì lúc đó, Language Link mới vào Việt Nam, nên mọi chuẩn mực và cung cách làm việc, nhân lực đều hoàn hảo, phù hợp với tiêu chí mà tôi tìm kiếm: Con gái bé nhỏ của tôi được học tiếng Anh, giao tiếp, nghe và nói bằng tiếng Anh với thầy cô người bản ngữ. Được đắm chìm trong môi trường sinh ngữ: học mà chơi - chơi mà học rất thú vị và phong phú.

Giai đoạn đó, Language Link có hẳn một bộ phận Anh ngữ trẻ em chuyên biệt, hoạt động rất sôi nổi. Các thầy cô đều có bằng cấp đại học và có chứng chỉ sư phạm. Những thông tin về trình độ chuyên môn và quốc tịch của thầy cô được công khai cho cha mẹ học sinh lựa chọn. Đặc biệt, Language Link thời đó tổ chức nhiều câu lạc bộ rất hấp dẫn như câu lạc bộ hát tiếng Anh, câu lạc bộ diễn kịch bằng tiếng Anh, câu lạc bộ thời trang, v.v... đều do thầy cô bản ngữ phụ trách và hoạt động quanh năm.

Đây chính là cách mà Language Link rất nhân văn khi đưa hoạt động vui chơi, hoạt động nghệ thuật trở thành một kênh học tiếng Anh sinh ngữ hoàn hảo cho trẻ nhỏ. Ngoài thời gian học trên lớp với những người thầy như Samuel, thầy Lot... Minh Khuê còn tích cực tham gia cả ba câu lạc bộ ngoại khóa ấy, náo nức, hồn nhiên, thoải mái, thân ái, không ganh đua, không đố kỵ vì những thầy cô phụ trách chỉ cổ vũ và khích lệ sự cởi mở, thúc giục các bạn nhỏ tích cực giao tiếp, nói và nói tiếng Anh sinh ngữ.

Cùng những người thầy bản ngữ trẻ trung, chuyên nghiệp, nhiệt thành, các câu lạc bộ nghệ thuật ngoại khóa bằng tiếng Anh ấy trở thành môi trường tốt để con gái tôi tăng cường tính tự tin, hoạt bát, hồn nhiên, dẫn thân trải nghiệm với tiếng Anh sinh ngữ vui vẻ, thân ái.

Và, chính sự hồn nhiên dẫn thân vui vẻ ấy khiến năng lực giao tiếp, bật nói tiếng Anh giao tiếp của Minh Khuê rất tiến bộ, khiến nhiều người kinh ngạc.

Đến năm 2005, chúng tôi đành tạm biệt Language Link Việt Nam vì ở đó không còn phù hợp với chúng tôi nữa. Đôi khi, nhớ lại điều này, tôi vẫn chạnh buồn; tôi vẫn có cảm giác nuối tiếc một điều gì đó tốt đẹp cứ vượt dần, xa dần... Nhưng có lẽ, việc đó đã trở thành thông lệ ở Việt Nam: những tập đoàn quốc tế dù uy tín, sau khi vào Việt Nam một thời gian, họ trở nên hiểu và tiêm cận cách làm việc của Việt Nam hơn!

Dẫu sao, tôi vẫn luôn cảm ơn những tháng ngày trải nghiệm Anh ngữ sinh ngữ tràn đầy thú vị của con gái tôi ở Language Link, khi mà cô bé týt hơn 7 - 8 tuổi của tôi rất nhiều lần được sử dụng hình ảnh, đoạn clip để làm hình ảnh đại diện cho hoạt động Anh ngữ trẻ em ở Language Link thời bấy giờ.

Mùa xuân năm 2007, sau khi Minh Khuê đoạt giải Nhì Olympic tiếng Anh dành cho học sinh lớp 5, cấp tiểu học của Hà Nội, trong đội tuyển "hùng hậu" của trường Thực Nghiệm lúc bấy giờ, tôi hứa với con gái: "Chúng ta tiếp tục phấn đấu, và nếu mọi việc đều như

dự kiến, hè năm 2008, mẹ sẽ thưởng cho Minh Khuê một chuyến du học và trải nghiệm hè ở Anh Quốc!”.

Chúng tôi luôn bước đi trên một lộ trình có tính toán, cân nhắc và chuẩn bị kỹ lưỡng. Tháng 6 năm 2008 Minh Khuê được tham gia một trại hè Anh ngữ hơn hai tháng tại Vương quốc Anh và Scotland.

10 tuần trải nghiệm hơi thở Anh ngữ sinh ngữ và những khai sáng hiểu biết nhiều hơn thế.

Để có được hơn 60 ngày trải nghiệm tiếng Anh nơi bản địa với tất cả những gặp gỡ người dân bản xứ, văn hóa ứng xử, cũng như sinh hoạt hàng ngày của gia đình homestay, hai mẹ con tôi đã cùng lên kế hoạch, lộ trình để Minh Khuê chuẩn bị những kỹ năng, tìm hiểu kỹ lưỡng về nguyên tắc ứng xử của người Anh, đặc biệt là làm quen với triết lý âm thực đơn giản nhưng lành mạnh của người Anh.

Những chuẩn bị này, chúng tôi bắt tay vào thực hiện hơn một năm trước đó. Những chuẩn bị kỹ lưỡng đó đã giúp cô bé 11 tuổi hòa nhập với gia đình bản địa Anh Quốc rất tự nhiên và không gặp trở ngại nào!

Ngày đầu tiên được về sống tại gia đình homestay, bác Ann - nữ chủ nhà đã thắc mắc: “Bác đang nghĩ, sao mẹ cháu không cho cháu sang Singapore sẽ gần hơn rất nhiều?”.

Minh Khuê đã trả lời: “Thưa bác, vì mẹ cháu nói rằng, ngôn ngữ là một cơ thể sống, là di sản văn hóa sống, là biểu tượng văn hóa dân tộc, nên muốn học giỏi ngôn ngữ nào đó, thì nhất thiết phải đến cội nguồn dân tộc đó, để sống và trải nghiệm trong văn hóa của ngôn ngữ đó”.

Khi nghe xong những lời chắc là diễn đạt khá ngô nghê nhưng hồn nhiên và luôn tự tin của bé Minh Khuê, bác chủ nhà chợt lặng thinh, buông chiếc bát bác đang rửa trên tay, hồi lâu, bác trùi mền nói với Minh Khuê: “Cháu biết không, mẹ cháu là một nhà sư phạm tốt, vì thế, ta sẽ giúp bà ấy bằng cách hỗ trợ cháu hiểu được văn hóa ngôn ngữ của người Anh!”.

Những ngày tiếp theo, bác Ann, người đàn bà bận rộn và nhân hậu, một người mẹ có hai con đều du học tại ngôi trường Đại học danh giá Columbia (New York - Mỹ), người phụ nữ trung lưu vẫn đang là công chức chính phủ, đã dành thời gian đưa Minh Khuê dần vào những nguyên tắc - kỷ luật mềm vốn là nét ứng xử hàng ngày của người Anh, như: phong cách, phong thái thông thả trong bữa ăn (cách sử dụng dao đĩa, thìa, cách lấy thêm thức ăn, v.v... theo kiểu người Anh); vì sao và bằng cách nào để tiết kiệm nước, tiết kiệm điện? Cách lên kế hoạch mua hàng theo lịch giảm giá, cách thu xếp thời gian làm việc nhà, cách làm vườn, hoạt động thiện nguyện tại nhà thờ vào mỗi sáng Chủ nhật, triết lý ăn chay của bác Ann, v.v...

Cuộc chuyện trò bằng tiếng Anh bản ngữ của hai bác cháu: một người Anh bản địa, lịch lãm, kiệm lời và một cô bé người Việt nhỏ xíu, khi nghe Minh Khuê kể lại, khiến lòng tôi rất xúc động. Tôi cười mà biết rằng nước mắt lăn trên má mình ấm nóng.

Quả nhiên, đợt tham gia trại hè và học Anh ngữ của Minh Khuê tại Oxford, Anh, là một trải nghiệm sâu sắc, nhiều kỷ niệm êm đềm, và thật nhiều điều thú vị. Minh Khuê đã có được rất nhiều bài học hay và nhận biết đẹp đẽ, quý báu về thế giới, văn hóa, triết lý, đặc biệt là hiểu về lòng nhân ái đích thực từ chuyến đi này. Nó thêm khẳng định một khát vọng vươn tới, một hiện thực đầy khả năng để cô bé trở thành một công dân Việt Nam mang tầm nhìn toàn cầu tràn đầy và thân ái.

Tôi nhớ mãi một tin nhắn của Minh Khuê lúc đó cách xa tôi hơn 15 ngàn km như thế này: “Mẹ ơi, đôi khi con phải nén nỗi nhớ mẹ để hướng về phía trước. Vì con hiểu, mẹ chỉ hạnh phúc khi con sống vui vẻ ở nơi con đến. Yêu mẹ lắm í, mẹ ạ!”.

Dưới đây là “bản tổng kết” của con gái Minh Khuê viết gửi cho mẹ Âu, sau chuyến trải nghiệm Anh Quốc:

“Ở nơi xa mẹ hơn 15 nghìn km, những ngày đó, con không có cách nào khác là phải nỗ lực giao tiếp bằng tiếng Anh và chỉ tiếng Anh mà thôi; và nỗ lực thực hành những điều mẹ đã dạy con ở nhà.

Và, đây là những gì con ấn tượng nhất trong kỳ học hè tại Anh Quốc vừa qua:

♥ Người Anh trân trọng ngôn ngữ của họ và coi đó là một biểu tượng văn hóa dân tộc, do đó họ nói thứ tiếng Anh đẹp đẽ, hình ảnh, có triết học, họ không dùng khẩu ngữ cầu thả. Con luôn được gọi một cách trù mến là “quý cô”, kiểu: “Chào mừng quý cô lên xe bus!” (chú thích: Con rất thích đi xe bus ở London). Do đó, nếu ai đó nói thứ tiếng Anh cầu thả, người Anh sẽ tỏ thái độ khó chịu. Con đã chứng kiến điều này, khi một người mù bán báo nhắc nhở một người khác rằng anh ta làm ông ấy cảm thấy không thoải mái bởi thứ tiếng Anh cầu thả của anh ta!

♥ Người Anh không lạnh lùng và “phớt ăng-lê” như cách người ta truyền miệng. Người Anh sống có nguyên tắc và nếu mình đáp ứng, tôn trọng những nguyên tắc ứng xử của họ, người Anh sẽ cho bạn thấy sự ân cần và thân thiện rất sâu sắc, thực thà.

Sau một tuần luôn biết lắng nghe lời chỉ dẫn của bác Ann một cách cầu thị và nghiêm túc, rồi thực hành đúng, con đã được bác “tín nhiệm” ủy quyền, trở thành người hướng dẫn, giải thích rõ ràng những nguyên tắc, nội quy ứng xử trong nhà của bác cho những bạn khác từ khắp các quốc gia đến ở nhà bác, những người cũng đến từ các chương trình giao lưu văn hóa giống như con, mặc dù họ thường là những thanh niên lớn tuổi hơn con rất nhiều!

♥ Âm thực của người Anh là thứ nếu được viết ra, sẽ là cuốn sách về nghệ thuật ẩm thực mỏng nhất thế giới và những món ăn đơn giản của người Anh dễ học theo nhất thế giới!

♥ Sự cổ kính, những di sản cổ kính của người Anh đồng nghĩa với vẻ đẹp hoàn hảo, kinh ngạc, nghệ thuật đỉnh cao và có lịch sử rõ ràng; không giống như ở Việt Nam, những gì được gọi là cổ kính thì đều xập xệ, cũ nát, buồn bã!

♥ Người Anh không cần giàu có vẫn học giỏi được, vì rất nhiều viện bảo tàng, phòng triển lãm nghệ thuật, công viên đều “miễn phí” cho tất cả mọi người. Ngày nào con cũng thực hành tiếng Anh

sinh ngữ trên đường phố, vỉa hè, cả trong công viên, viện bảo tàng, phòng triển lãm nghệ thuật “đã đời” mà không phải mua vé vào!

♥ Người Anh có tinh thần xã hội sâu sắc. Hàng ngày, con vẫn từ nhà bác Ann trên đỉnh đồi, đi bộ khoảng 4 km, xuống bến xe bus để vào trung tâm. Bác Ann bảo: “Bác có xe và bác thuận đường con đi, nhưng con phải tự làm việc này, vì bác biết đó là một phần yêu cầu của những bài học mà con cần trải qua trong chuyến học hè này”.

Tuy nhiên, có lần, có một chiếc xe con dừng lại, một người đàn ông thò ra nhả nhận hỏi: “Này quý cô, có muốn đi nhờ xuống phố không?”. Con đang giải thích với ông ấy rằng, “Tôi không muốn, tôi không cần...” thì lập tức xuất hiện một người phụ nữ, bác ấy nhìn người đàn ông và nghiêm giọng nói: “Thưa ông, ông biết rằng, việc ông đang làm là điều không được phép! Tôi đã ghi nhớ biển số xe của ông và sẽ báo lại cho cảnh sát biết việc này!”.

Sau khi người đàn ông thanh minh gì đó rồi trờ xe đi, người phụ nữ này đã quay sang và dặn con như sau: “Cháu hãy nhớ lời bác, không bao giờ, không bao giờ và không bao giờ cho phép mình được bước lên xe của ai đó, hiểu chưa?”.

♥ Con đã nỗ lực sống bằng sự thành thật tôn trọng và yêu thương như mẹ dạy, nên con đã được yêu thương thật lòng!

Một tuần đầu ở cùng bác Ann, con đã ăn những thức ăn do bác ấy chuẩn bị cho: sữa tươi, bánh mì kẹp, rau xà lách tươi sống, cà chua tươi, táo, xúc xích, mứt, trứng luộc, v.v... Bữa trưa mà bác hướng dẫn con thu xếp mang đi học, con thường ăn một mình trên quảng trường, hay trong sảnh viện bảo tàng, cùng với lũ chim bồ câu thân thiện, những lúc ấy, con rất nhớ mẹ.

Những món ăn hàng ngày của người Anh không khoái khẩu theo cách người Việt, nhưng con nhớ lời mẹ dặn, người Anh đã ăn những thức ăn ấy nhiều nghìn năm và họ rất khỏe mạnh, cao lớn thông minh, có sao mình không ăn được?

Hàng ngày sau giờ đi học, trên đoạn đường đi bộ trở về nhà bác Ann, con ghé vào tiệm hoa tươi. Vào giờ đó, tức là sau 4h30' chiều, tiệm hoa tươi hạ giá đến 80 - 85% nên rất rẻ. Con mua những bó hoa đã hạ giá, rồi mang về cắm vào bình hoa như cách mẹ vẫn dạy con ở nhà, con trưng bày trên bàn ăn và cả trong phòng ngủ của bác Ann... Bác thích lắm mẹ ạ. Bác còn bảo, con là một bông hồng nước Anh tuyệt đẹp, bác thường ôm con vào lòng.

Đến chiều thứ Sáu, bác Ann đãi con một bữa cơm kiểu Việt Nam với món thịt bò xào tuyệt ngon. Khi ăn xong, con ôm bác và nói: "Cháu cảm ơn bác! Vì bữa cơm ngon của bác làm cháu đỡ nhớ mẹ cháu hơn!". Bác Ann ngạc nhiên hỏi: "Vì sao bữa cơm lại có thể làm cháu đỡ nhớ mẹ cơ chứ?". Con giải thích rằng: "Vì hàng ngày, ở nhà mẹ cháu vẫn nấu cơm cho cháu ăn, nên sang đây, cháu vẫn nhớ mẹ khi đến bữa ăn ạ!".

Bác Ann đã cười và bảo: "Được rồi, từ nay, ngày nào bác cũng nấu cơm cho cháu ăn và để cả phần cho cháu mang đi cho trưa hôm sau, như vậy cháu sẽ thấy ta đang giống mẹ cháu ở Việt Nam, nhưng chỉ khác một chút thôi, rằng, ta là một người mẹ Anh Quốc!"

♥ Tình yêu của mẹ dành cho con là "tài sản" mà con không bao giờ sợ mất, nhưng hành lý là tài sản dễ mất mát nếu con mất tập trung, lơ là chú ý. Do đó, khi xuống sân bay, con biết, mặc dù mẹ phải đợi con lâu hơn, nhưng con biết kiểm soát điều đó, để nhận hành lý đầy đủ mới chạy đến với mẹ. Vì sự thấu hiểu này, nên suốt cả chuyến đi, con đã không bị thất thoát hành lý và giấy tờ tùy thân, như nhiều người trong đoàn mắc phải!

♥ Sau chuyến đi này, con đã lớn lên rất nhiều mẹ ạ và con càng thấy khao khát du học của mình ngày một cháy bỏng hơn. Con sẽ quyết tâm để quay lại nước Anh xinh đẹp!".

Thế đó, gần 10 tuần trải nghiệm toàn vẹn hơi thở và văn hóa sinh ngữ, cô con gái bé bỏng của tôi đã thấu nhận, thấm đẫm, chuyển hóa vượt bậc về ngôn ngữ thứ hai: tiếng Anh. Hơn cả tiếng Anh, có tới gần 10 điều "ẩn tượng" đúc kết mà cô bé 11 tuổi đã thấu đạt từ

chuyến đi, từ nỗ lực giao tiếp bằng thứ tiếng Anh sinh ngữ tràn đầy hơi thở cuộc sống!

Bây giờ, bạn đã hiểu vì sao tôi nói, học tiếng Anh không chỉ là học từ vựng và cấu trúc câu. Tiếng Anh không chỉ đơn thuần là học nói một ngôn ngữ khác tiếng mẹ đẻ. Đó là một hành trình trải nghiệm, chuyển hóa và tràn đầy sức sống, hiểu biết tri thức, nhận thức cuộc sống văn hóa xã hội thật vẹn toàn xúc động!

Và, tôi vẫn muốn nhắc lại với bạn câu ngạn ngữ châu Âu: “để chiếc thùng gỗ sồi có thể hữu dụng và chứa được rượu, thì mọi thanh gỗ phải có độ dài bằng nhau!”.

Tất nhiên, để con gái có được trải nghiệm Anh ngữ bản ngữ thấm thía, lay động và sâu sắc đến vậy, tôi đã nỗ lực vô cùng. Ngoài chuyện phải động viên để con gái có động cơ cố gắng, tăng cường năng lực giao tiếp tiếng Anh vững vàng hơn trong một năm kể từ khi lên kế hoạch, ngoài việc lo kiếm tiền sao cho chu toàn chi phí chuyến đi, tôi còn phải nỗ lực tìm kiếm một nhà homestay sao cho phù hợp với phong cách sống của gia đình, cũng như phù hợp với nguyện vọng của Minh Khuê và tôi về một người bảo trợ.

Tìm nhà homestay cho con cái trong những chuyến du học giao lưu văn hóa là công việc “nhức đầu” của không ít bậc phụ huynh, đôi khi dẫn đến thất bại và bực bội. Vì sao vậy? Vì bạn chưa hiểu rõ cơ chế nào đối với việc các gia đình được chọn làm homestay.

Theo tìm hiểu của tôi, có hai đối tượng chính được chọn làm homestay:

- Đó là những gia đình có điều kiện về phòng ngủ, kinh tế, thời gian, tinh thần muốn giao lưu đa văn hóa, lòng thiện nguyện và thiện chí tự nhiên.

- Hoặc ngược lại, đó là những gia đình trẻ, chưa thật vững vàng, đang cần sự hỗ trợ tài chính của chính phủ. Thông qua các chương trình đón học sinh - sinh viên quốc tế đến giao lưu, họ được hưởng những khoản cung ứng tài chính của chính phủ để bù đắp thêm cho

nguồn tài chính gia đình. Phần lớn những gia đình homestay nằm trong đối tượng thứ hai này.

Khi biết được cơ chế này, bạn sẽ tỉnh táo để có một lộ trình tuần tự, lâu dài, có thời gian để tìm hiểu, kết nối, chuyện trò với gia đình homestay, trước khi quyết định lựa chọn chính thức cho đứa trẻ của mình. Sự nỗ lực trong hiểu biết luôn là yếu tố dẫn tới thành công!

Đương nhiên, tôi không bao giờ quan tâm đến những dự án du học hè cho thiếu nhi, mà các cháu từ Việt Nam sẽ đi với nhau, ở với nhau, học với nhau, chỉ khác là chúng ta đưa nhau ra nước ngoài để tiến hành công việc nhiều khê nhưng kém hiệu quả đó.

Người bạn lớn lâu năm của hai mẹ con tôi, người cùng tôi đón con gái Minh Khuê ở sân bay Nội Bài trở về sau chuyến đi mỹ mẫn, đã nói những lời cảm động thế này: “Minh Khuê biết không, làm mẹ là một sự nghiệp khó khăn, nhưng làm một người mẹ thông minh và can đảm như mẹ Hải Âu quả thật là rất đáng khâm phục!”.

Tôi không tự khoe mình, chỉ chia sẻ điều này, như một cách để bạn thấy rằng, mọi nỗ lực hành động trong hiểu biết sẽ đến ngày thành quả và được ghi nhận xúc động. Đó là hạnh phúc trên hành trình làm mẹ của tôi!

Học để thi thố hay học để ứng dụng

Cuộc phỏng vấn không thể nào quên

Vào một buổi trưa đầu tháng 12 năm 2013, khi tôi đón Minh Khuê tan giờ học, ở cổng trường chuyên Hà Nội - Amsterdam, con gái báo tin rằng: “Con vừa nhận cuộc điện thoại từ trường đại học Harvard, thông báo cuộc hẹn phỏng vấn mẹ ạ!”.

Điều này không giống như thường lệ vẫn diễn ra như chỉ dẫn trong hồ sơ ứng tuyển vào Harvard như sau: Trường hợp hồ sơ được chấp nhận, thí sinh sẽ nhận được một thư điện tử hẹn phỏng vấn được gửi từ văn phòng tuyển sinh. Sau khi nhận được thư điện tử này, thí sinh tiếp tục liên lạc với người sẽ trực tiếp phỏng vấn bằng thư điện tử và những thông tin mà thư điện tử của văn phòng tuyển sinh đã cung cấp. Như vậy, Minh Khuê là một trường hợp khá đặc biệt.

Trưa hôm đó, tâm trạng của con gái khá lo lắng, cô bé nói với mẹ: “Mẹ ơi, con không biết sẽ xoay sở thế nào với cuộc phỏng vấn này, vì con chưa bao giờ đối diện với nó.”

Suy nghĩ hồi lâu, tôi nói với con gái: “Có một câu nói rất hay “vô chiêu là tuyệt chiêu!” - tức là không có chiêu nào ấy là chiêu tuyệt vời nhất con ạ. Sống và hành động chân thực là chiêu hay nhất. Đừng suy nghĩ về điều đó nữa”.

Và tôi tiếp tục giải thích để con có được cơ sở và niềm tin như sau: “Với một vị luật sư, từng là cựu sinh viên luật của trường Luật Harvard, người đã từng là Trưởng bộ phận tư vấn luật trong Hiệp định thương mại song phương Việt - Mỹ; với tuổi đời và tuổi nghề của ông ấy; với “trích ngang” mà trường Harvard giới thiệu về

ông ấy, chỉ nghe tên cũng biết ông là nhân vật đáng kính nể như thế nào? Với một người như vậy, mọi “mưu chước” đối phó, mọi kỹ thuật đối phó, “nhằm ứng phó trong tình huống phỏng vấn” mà các văn phòng tư vấn chào mời cung cấp, theo mẹ, thực sự rất vô nghĩa. Hơn nữa, nó có thể dẫn tới nguy hiểm khi yếu tố thiếu thành thật được sử dụng tới.

Theo mẹ, được diện kiến và nói chuyện với ông ấy đã là một hạnh ngộ lớn lắm. Con hãy nghĩ như vậy! Thế thì, con hãy thả lỏng và cảm nhận sự nhẹ nhõm vô cùng. Điều quan trọng nhất là hãy đối diện cuộc phỏng vấn với một tâm thế tự nhiên và thành thực nhất, bằng một thứ tiếng Anh mà con có được. Đương nhiên, tất cả những gì mà con thể hiện bằng nỗ lực nhất, thành thực nhất chắc chắn là cách để thuyết phục một con người sắc sảo và lịch lãm như ông ấy”.

Theo dự kiến, cuộc phỏng vấn sẽ có thời gian là 45 phút như quy định, nhưng cuối cùng nó đã dài gần 3 tiếng đồng hồ.

Tôi bồn chồn đi lại trong sảnh một tòa nhà sang trọng bậc nhất Hà Nội. Tôi chờ đợi và lo lắng. Càng về sau, tôi càng khó kiên nhẫn, khi mà thời gian đã kéo dài gấp 3 lần... Có lúc tôi trở nên lo lắng. Cuối cùng, thì Minh Khuê cũng xuất hiện trước mặt tôi sau ba giờ đồng hồ “mất sóng”. Gương mặt tươi tắn, bình thản, đôi mắt lấp lánh hân hoan. Và, tôi thở phào nhẹ nhõm.

Hai mẹ con ôm nhau, Minh Khuê cười toe toét nói với tôi rằng: “Mẹ chưa ngắt à, con hình dung mẹ ‘ngắt như mất vé gửi xe máy’ rồi cơ đấy.” - cô bé đùa tinh nghịch, rồi nói tiếp: “Không phải là cuộc phỏng vấn mẹ ạ, đó là một cuộc trò chuyện thú vị vô cùng! Khi tiễn con ở cửa, vị luật sư đáng kính đã trìu mến nói với con rằng, ‘Đây là cuộc phỏng vấn tuyệt vời và dễ chịu lắm. Cháu thực sự là một cô bé rất thú vị và là một ứng viên sáng giá!’.”

Trời ạ, tôi hàm ơn vị luật sư lịch lãm, ông đã khiến cuộc phỏng vấn trở nên nhẹ nhõm đến vậy! Phải chăng, đó là biểu đạt của lòng từ ái? Sức mạnh trí tuệ và quyền lực công vụ đích thực được đặt nơi một cá nhân minh tuệ, đã không biến ông trở thành nỗi run sợ của người được phỏng vấn.

Vâng, khi trí tuệ thực sự là minh tuệ, là tuệ giác, thì đó chính là nơi tràn đầy lòng từ ái rất tự nhiên, và do đó, đã khích lệ sự tự tin để Minh Khuê bộc lộ những hiểu biết của cô bé tự nhiên thoải mái nhất.

Nếu là bạn, bạn có thấy lòng mình hoan hỉ vì hạnh ngộ ấy của con cái mình không? Nếu bạn dẫn dắt đứa trẻ của mình đi trên con đường sáng thuần hậu, bạn hãy tin rằng, con cái bạn sẽ hạnh ngộ thiện duyên với những bậc minh tuệ trên hành trình của nó!

Vị luật sư đã rất khéo léo để dẫn dắt buổi phỏng vấn trở nên tự nhiên như một cuộc trò chuyện của hai người bạn. Bằng cách gọi mở về bức tranh lụa tuyệt đẹp treo trên tường, ông đã đưa ra gọi ý tuyệt vời để Minh Khuê trao đổi vui vẻ với ông những hiểu biết của cô bé về nghệ thuật và các các dòng tranh nghệ thuật trên lụa ở châu Á, về những bức tranh lụa - tác phẩm của cô ấy.

Rồi ông nhắc đến bản sao bức thư đề ngày 16 - 2 - 1946 của Chủ tịch Hồ Chí Minh gửi Tổng thống Harry S. Truman, hiện đang được trưng bày ở viện bảo tàng tại Washington, D.C, thì đó là cách nhẹ nhàng ông gọi mở để Minh Khuê đưa ra quan điểm đánh giá của cô bé về Lãnh tụ Hồ Chí Minh:

“Thưa ông, theo cách nhìn của riêng cháu, Hồ Chí Minh là người kiên trì theo chủ nghĩa dân tộc rộng lớn, nó thể hiện ở đường lối đối nội mà Hồ Chí Minh chỉ rõ: ‘Đoàn kết, đoàn kết, đại đoàn kết!’ - đó là tư tưởng ‘Đại đoàn kết dân tộc’, đoàn kết mọi giai tầng xã hội vì mục tiêu quốc gia là trên hết và đường lối đối ngoại của Hồ Chí Minh cũng rất rõ ràng: ‘Độc lập hoàn toàn và hợp tác toàn diện với Hoa Kỳ’ (our goal is full independence and full cooperation with the United States).”

Vị luật sư còn “ti tế” rằng, vừa rồi, ông chứng kiến cảnh tượng cả dân tộc Việt Nam khóc thương vị Đại tướng Võ Nguyên Giáp, ông bảo, ông khá ngạc nhiên vì hiện tượng này, thì đó là cách ông gọi mở để Minh Khuê chia sẻ cách hiểu của cô ấy về “hiệu ứng xúc cảm lan tỏa” trong tâm lý xã hội, trước cái chết một nhân vật có sức ảnh hưởng xã hội, mang nhiều tâm tư xã hội đương đại.

Minh Khuê nói với ông rằng: “Thưa ông, vạn người khóc đều có vẻ ngoài giống nhau, nhưng tính chất hóa học trong giọt nước mắt của mỗi người, có thể hoàn toàn khác nhau, bởi có giọt nước mắt tiếc thương, có giọt nước mắt buồn tủi, có giọt nước mắt day dứt và cả những giọt nước mắt do lây truyền cảm xúc người thân nữa ạ. Chẳng hạn, cháu cũng đã khóc ông Giáp vì cháu thấy bà ngoại cháu khóc ông ấy thành thật, bà ngoại cháu đau khổ thành thật, nên cháu cũng thương lắm ạ.”

Hay ông nhắc đến Nhà hát lớn Hà Nội với nhiều đêm trình diễn âm nhạc đại chúng, ca khúc đại chúng để ông muốn nghe Minh Khuê bày tỏ hiểu biết của cô bé về sự phát triển âm nhạc bác học thính phòng ở Việt Nam như thế nào?

V.v...

Trong lần gặp gỡ các học sinh một trường năng khiếu ở thành phố Hồ Chí Minh, một nữ sinh đã hỏi Minh Khuê: “Chị có thể cho em biết, em phải làm những gì để trường Harvard nhận vào học?”.

Trước mấy nghìn bạn nhỏ háo hức và chăm chú lắng nghe, Minh Khuê đã cười rất hiền và nói ngay rằng: “Trường Harvard không đòi hỏi gì ở em cả, họ chỉ đơn giản quan sát để nhận thấy em làm được những gì theo cách đúng là em nhất!”.

Câu trả lời của Minh Khuê, khiến tôi nhớ đến tinh thần buổi phỏng vấn ấy. Vị luật sư không hỏi gì cả, ông ấy chỉ đơn giản muốn biết, Minh Khuê có được những hiểu biết gì sâu sắc, những hiểu biết gì thuộc về cô bé, là của trí tuệ cô bé, và diễn đạt truyền cảm bằng tiếng Anh. Thế thôi.

Bạn có nghĩ rằng, chỉ cần học thật giỏi tiếng Anh theo kiểu vượt qua mọi kỳ thi khủng nhất ở Việt Nam với số điểm cao nhất, cận tuyệt đối nhất là đủ để vượt qua những cuộc “chuyện trò” xương xẩu mang tính quyết định thế này?

Nếu bạn giống tôi, từng đọc, rồi nghe đi, nghe lại, thông qua lời dịch của con gái đoạn băng của vị Giám đốc tuyển sinh trường Harvard trả lời phỏng vấn tờ *New York Times*, ông nhấn mạnh nhiều lần rằng: “Nếu chúng tôi tuyển sinh chỉ dựa trên tiêu chí của điểm số

TOEFL, SAT v.v... thì đó quả thật rất rẻ rúng và tầm thường!”. Khi đó, bạn sẽ thấy vững tâm để dẫn dắt đứa trẻ của mình đi trên một con đường mạch lạc và không bị nhiễu loạn trước câu hỏi: “Thế nào là người giỏi tiếng Anh?” Và thực chất, bạn sẽ hiểu bạn muốn đứa trẻ học tiếng Anh để phục vụ điều gì, để thi thố giạt giải ở Việt Nam hay để chuyển hóa nó thành công cụ, để sở hữu và làm chủ nó thực sự?

Thời đại đã khác rồi, tiếng Anh nên được hiểu là “con thuyền rồng”. Và việc bạn có tài sản gì quý giá để “con thuyền ngôn ngữ” chuyên chở hay không, lại là một câu chuyện khác!

“Nếu giỏi tiếng Anh là học gạo và máy móc, thế thì con không có năng khiếu môn này mẹ ạ!”

Như vậy, để làm chủ ngôn ngữ thứ hai: tiếng Anh, thì không chỉ đơn thuần như cách mà nhiều người Việt vẫn nghĩ, đó là nỗ lực nhớ được khối từ vựng càng nhiều càng tốt, cấu trúc ngữ pháp thuần thục. Tất nhiên, điều đó là không thể khác, nhưng không phải là tất cả. Thật buồn là sự dạy và học tiếng Anh ở trường phổ thông hiện nay, cơ bản chỉ dừng lại có thế.

Sở dĩ, để Minh Khuê có thể nói chuyện với vị luật sư đáng kính về các vấn đề thuộc nhiều lĩnh vực như nghệ thuật hội họa, câu chuyện âm nhạc giữa xu hướng đại chúng và kinh viện - hàn lâm, lịch sử Việt Nam, đời sống tâm lý xã hội, v.v... bằng góc nhìn sáng tạo, khác biệt và có chính kiến như vậy... thì ngay khi Minh Khuê học lớp 8 - 9, tôi đã gợi ý cho con gái một điều tưởng mình rằng “Hãy nhìn nhận và tiếp cận những vấn đề về lịch sử, con người, văn hóa Việt Nam thông qua những tài liệu, bài báo, giáo trình, cách nhìn nhận của Âu - Mỹ, bằng văn bản tiếng Anh”.

Tôi nhấn mạnh, vì chúng ta cần có cái nhìn tỉnh táo, khách quan và khoa học, nếu chỉ hài lòng với những giáo trình sẵn có của Bộ Giáo Dục Việt Nam, chúng ta sẽ phiến diện và thiếu tỉnh táo!

Vâng, tiếng Anh trong sự giao thoa và tác động với những môn học về con người khác nữa, điều hiểu biết then chốt này, buồn thay, không phải nguồn nhân lực chuyên biệt ngoại ngữ nào cũng có được!

Quan điểm “giỏi tiếng Anh” bây giờ đã đổi khác, tiếng Anh là công cụ, nó thực sự mạnh và lợi hại khi có năng lực tư duy nội hàm trong đó. Tôi nhận thức rõ ràng rằng, đây là thời đại toàn cầu, cõi mở và quốc tế không nhìn chúng ta như những “con vẹt nói tiếng Anh” nữa.

Tuy Minh Khuê luôn dẫn đầu về tiếng Anh trong những lớp học của mình, nhưng rất nhiều lần, tôi nói với con gái của mình rằng, việc đánh giá thế nào là giỏi tiếng Anh, cũng như thế nào là một người giỏi văn, không hẳn chỉ dựa vào tiêu chí “thô sơ” là qua ba-rem điểm tại trường.

Tôi còn nhớ hè năm 2011, khi Minh Khuê được một thầy giáo nhận hướng dẫn trong một thời gian ngắn, tôi đã vô tình được nghe câu chuyện giữa người thầy ấy với hai mẹ con một nữ sinh nổi tiếng Hà Nội về những giải nhất nhì các cuộc thi học sinh giỏi tiếng Anh các cấp. Tôi nghe thầy nhắc đi, nhắc lại nhiều lần rằng, cô bé ấy nên có nhiều trải nghiệm, nên có nhiều giao tiếp và hãy sử dụng bằng thứ tiếng Anh sinh ngữ, giản dị dễ hiểu, không cầu kỳ.

Khi cô học trò “ngô nghê” hỏi mẹ cô ấy tên của mấy loài hoa được trưng trên bàn trước mặt, rằng đó là hoa thật hay hoa giả? Rằng, bạn ấy không thể phân biệt, không biết tên một vài loài hoa khá phổ biến ở Hà Nội như hoa ly, hoa lan, hoa cúc, v.v... Người mẹ thanh minh: “Vì bạn ấy quá ham học, suốt ngày chỉ nghiên cứu tiếng Anh nên hơi... ngố!”

Tiếng Anh “chay” và cơn nghiện giải thưởng

Quả thật, cô nữ sinh ấy rất ý chí, kiên định hướng tới một thứ tiếng Anh “hàn lâm viện”, đáp ứng xuất sắc những bài thi lắt léo với các mẫu câu đặc biệt, ít sử dụng, ít thông dụng.

Sau khi tiễn hai mẹ con nữ sinh - bạn nhỏ luôn là ứng viên xuất sắc của các giải thưởng quốc gia - người thầy đã giải thích cho tôi hiểu đại ý của cụm từ “hàn lâm viện” mà họ vừa dùng như sau: Nếu bây giờ, bạn đón tôi trước cửa nhà và cúi gập đầu trịnh trọng: “Cung kính tiên sinh quá bộ lại nhà chơi ạ!” - thì đó, chính là cách mà bạn nhỏ ấy đang sử dụng tiếng Anh trong những bài viết luận và hội thoại của cô ấy.

Thật dí dỏm! Cảm ơn thầy đã cho tôi có được cảm nhận sinh động về lối biểu đạt thiếu vắng sinh ngữ trong cách học và hấp thụ Anh ngữ hiện nay.

Tại các kỳ thi học sinh giỏi tiếng Anh các cấp, hai kỹ năng nghe và nói dường như bị bỏ qua một cách “đương nhiên” (các cuộc thi chỉ xoay quanh việc đánh đố các cấu trúc lắt léo, và một đoạn đọc hiểu, thể thôi. Cảm hứng giảng dạy, cũng như học tập tiếng Anh hiện nay, tại các trường phổ thông trong nước chủ yếu vẫn đang tình trạng ấy. Tôi vừa hỏi chuyện mấy bạn trẻ là học sinh trường chuyên, suy nghĩ thực của họ về cách thức học tiếng Anh, họ cười, chép miệng: “Môn nào cũng học chay, riêng gì tiếng Anh đâu cô!”. Những giải thưởng quốc gia, những giáo trình mang tính học thuật khá lắt léo nhưng thiếu sức sống... vẫn là nền tảng cho nền giáo dục tiếng Anh chay.

Tôi cũng phải thú nhận rằng, bản thân tôi và con gái nhiều lúc cảm thấy nao núng trước cách học và lề lối thi thố này. Đã có lúc, Minh Khuê thốt lên rằng con thực sự không thấy hào hứng với môn tiếng Anh, nó là kiểu học - nhớ máy móc, thụ động và không hề có sáng tạo nào cả. Những suy nghĩ này, thường đi kèm theo sau những cuộc thi tiếng Anh theo kiểu Việt Nam, đương nhiên nhiều lần Minh Khuê không thể đạt điểm tuyệt đối.

Thật may mắn, năm 2012, tôi có cơ duyên được gặp một vị nguyên là giám đốc tuyển sinh của một trường đại học nổi tiếng thuộc bờ Tây nước Mỹ, tình cờ trong câu chuyện, chúng tôi nhắc đến những giải quốc gia Việt Nam về môn tiếng Anh.

Bà đã chia sẻ chân thành: “Các giải thưởng, kể cả giải thưởng quốc tế về mọi lĩnh vực, thực chất chỉ là phần tham khảo, chúng

tôi nhìn nhận ở hoạt động và việc làm cụ thể của bạn. Riêng giải thưởng Quốc gia hay các cấp học sinh giỏi tiếng Anh của các bạn, nó không nhiều giá trị. Hãy hình dung, nếu bạn trình cho tôi chứng nhận giải nhất, nhì quốc gia Việt Nam về tiếng Anh, thì điều gì thuyết phục tôi hơn, tờ giấy chứng nhận hay là câu chuyện bạn kể cho tôi nghe về điều gì đang diễn ra ngoài phố, tất nhiên là bằng tiếng Anh rồi, vì tôi rất giỏi tiếng Anh mà!”.

Bà nói và nở nụ cười vừa sâu sắc, thông minh và không kém phần lịch lãm!

Cuộc trò chuyện ngắn với người đàn bà nguyên giữ vị trí quyền lực tại một trong những ngôi trường đại học lớn của thế giới làm tôi liên tưởng đến chia sẻ tâm huyết của một bạn trẻ đang du học tại Mỹ, như sau:

“Bạn đừng quá tự tin khi bạn sở hữu những giải thưởng tiếng Anh tầm quốc gia ở Việt Nam nghĩa là bạn đã giỏi tiếng Anh! Bạn đừng quá yên tâm, khi điểm chuẩn hóa TOEFL hay SAT của bạn cận tuyệt đối, nghĩa là bạn giỏi tiếng Anh rồi... Chưa hẳn là như thế! Chỉ khi nào bạn tự tin hòa nhập vào cộng đồng bản địa, chỉ khi nào bạn cất tiếng thì đối tác thính lắng để lắng nghe, họ nhìn vào mắt bạn, họ xúc động cùng bạn... và tuyệt vời hơn, ấy là khi họ móc ví ra để trao bạn những đồng tiền của họ. Vâng chỉ khi bạn thuyết phục được ai đó người bản địa sẵn lòng đưa tiền cho bạn vì một dự án cộng đồng mà bạn đang theo đuổi, khi ấy, bạn mới thật đáng tự hào về bản thân: ‘Tôi ơi, tôi giỏi Tiếng Anh thật rồi!’”.

Nền giáo dục như thế nào sẽ cung ứng cho xã hội những mẫu công dân tương ứng! Tự huyễn tưởng rằng mình đã siêu tiếng Anh thông qua hệ thống định giá trong nước mà không hay biết rằng, chính thái độ nông nổi “tự sướng” ngớ ngẩn ấy đã khiến chúng ta lãng phí biết bao năng lượng của tuổi trẻ.

Một thực tế khá phổ biến ở nhiều người trẻ du học tại nước ngoài, đó là sự co cụm, khép kín trong cộng đồng nhỏ người Việt với nhau. Họ sống giữa một cộng đồng ngôn ngữ khác, chẳng hạn như Anh ngữ bản ngữ, nhưng họ luôn vọng về những tập tục, thói quen,

âm thực của người Việt. Trong sinh hoạt, họ nói với nhau bằng tiếng Việt. Họ giao lưu chủ yếu trong cộng đồng người Việt nhỏ bé đó...

Vì sao vậy? Vì họ không đủ năng lực và không nỗ lực trong việc sống dẫn thân và trọn vẹn vào nơi mà họ đang sống. Họ không có khả năng hòa nhập và thích ứng với luật pháp, nguyên tắc ứng xử, văn hóa của người bản địa! Do đó, tuy là học tập và sinh sống ở bản địa, bản ngữ tiếng Anh, nhưng dường như, họ không có nhiều kết nối về văn hóa, về phong tục, tập quán cũng như những giao lưu, giao thức xã hội - tình cảm. Với tâm lý thiếu cởi mở và thiếu chủ động giao thức giao tiếp, họ bị hạn chế trong việc sử dụng, củng cố, phát triển tiếng Anh của mình.

Tôi có chị bạn mà tôi thương mến thực thà, dù quan điểm giáo dục con cái của chúng tôi rất khác nhau. Vợ chồng chị đầu tư tiền bạc cho cô con gái sang Anh du học cả 4 năm phổ thông và 3 năm đại học, với tổng quỹ đầu tư học bổng "Má Ta chi" lên tới hơn 15 tỷ Việt Nam đồng. Cuối cùng, bạn trẻ ấy trở về Việt Nam. Chị chia sẻ, vừa lo cho cô nàng vào một nơi "ngồi mát" hưởng lương công chức khởi điểm 85%, chị cũng tổn ngót nghét hơn nửa tỷ nữa, rồi mua cho cái xe hơi làm của hồi môn... Thôi chị cũng an ủi là đã cho con vùng vẫy đủ cả rồi, giờ về yên phận kiếm tẩm chồng cho mẹ yên tâm.

Tôi chỉ đơn giản kể, còn bạn sẽ suy ngẫm câu chuyện ở quan điểm của mình.

Đôi khi, lời chân thành rất khó nghe, nhưng nếu ngẫm nghĩ thật thấu đáo, bạn sẽ tỉnh táo, bình tĩnh, vững tin chuẩn bị từ sớm cho đứa trẻ của mình một hành trang tiếng Anh thực chất, bền vững, cởi mở và hướng tới cảm hứng toàn cầu... Dù xung quanh tràn ngập những nhiễu loạn thông tin, dù những chiêu thức quảng cáo tạo nên cơn sốt và áp lực, khi bạn đã thấu hiểu cơ chế và con đường để đứa trẻ của bạn tăng tiến dần trên hành trình chinh phục ngôn ngữ thứ hai, bạn sẽ thấy thanh thản và hào hứng mà không mất phương hướng.

Có câu nói rất hay là "thanh tâm - viễn trí", nghĩa là nếu nội tâm bạn vững chãi, không bị nhiễu loạn, không tạp niệm, thì trí tuệ bạn sẽ sáng láng và thông thái để dẫn dắt con yêu của mình bước đi điềm tĩnh, tự tin.

Lộ trình ưu tiên để củng cố bốn kỹ năng

Tiếp tục rèn luyện năng lực Nghe, Nói, Hiểu theo cách tự nhiên của trẻ

Cần học cách phát âm chuẩn, nhớ từ vựng và ứng dụng chuẩn xác trong văn cảnh, ngữ cảnh chứ chưa cần đúng chính tả tuyệt đối.

Hè năm 2004, lúc đó Minh Khuê vừa kết thúc lớp 2. Sau kỳ nghỉ hè sôi động, cô bé cùng các bạn bước vào kỳ kiểm tra chất lượng đầu năm.

Cả hai chúng tôi “bị sốc” vì điểm của bài kiểm tra chất lượng môn tiếng Anh của cô bé chỉ nhận được 6 (-). Nguyên nhân là phần viết chính tả từ vựng, Minh Khuê đều mắc những lỗi nào đó trong mỗi một từ!

Lý do thì rõ rồi, một mùa hè với nhiều rất sôi động, hứng thú, với nhiều hoạt động Anh ngữ sinh ngữ, rất nhiều giao tiếp giao tiếp, rất nhiều hoạt động về ca hát nhạc kịch, thi đố vui, các trò chơi bằng tiếng Anh và cả những buổi học tiếng Anh... tất cả đều do những người thầy bản ngữ dẫn dắt.

Đương nhiên, tôi hoàn toàn tin chắc rằng, năng lực giao tiếp và vốn từ vựng Anh ngữ của con gái tăng lên đáng kể, năng lực biểu đạt cũng rất tiến bộ, tự tin, biểu cảm lắm!

Tôi không yêu cầu Minh Khuê thực hành những bài tập viết chính tả từ vựng một cách có ý thức, mà nhấn mạnh cố vũ con dồn thân hết mình trong các hoạt động giao tiếp Anh ngữ kiểu “học mà chơi - chơi mà học” để tăng cường phần “nhớ vô thức - tiềm thức”

các yếu tố ngữ điệu, ngữ âm, ngữ cảnh, những mẫu hội thoại, thông qua hoạt động trực quan sinh động với thầy giáo bản ngữ và bạn bè trong suốt ba tháng hè.

Bạn thấy đấy, một mùa hè sinh ngữ đích thực, sẽ bồi đắp cho đứa trẻ của bạn đâu chỉ vốn từ, đâu chỉ là số lượng từ mới được thực hành bằng cách nhớ chủ động, ý chí thông qua những giờ ngồi cặm cụi tập chép từ vựng.

Một mùa hè sinh ngữ đích thực, đã bồi đắp cho cô bé 8 tuổi Minh Khuê của tôi những phẩm chất nhiều hơn bản thân hoạt động sinh ngữ, đó là niềm yêu thích thứ ngôn ngữ thứ hai - tiếng Anh; với những giao thức, giao tiếp thú vị, bồi đắp cho cô bé sự tự tin, tính chủ động dẫn thân, thái độ cởi mở chan hòa, tâm thế thân thiện kết nối, chủ động làm quen và bộc lộ. Mùa hè sinh ngữ đích thực còn bồi đắp cho Minh Khuê những hiểu biết về nghệ thuật, cái nhìn ngạc nhiên, thú vị, về vai trò người Thầy - người chỉ dẫn, hướng dẫn rất tận tụy, ân cần mà khiêm nhường ra sao, v.v...

Thế đấy, trẻ nhỏ dưới 10 tuổi, theo đúng quy luật phát triển, khi mà vùng não bộ chủ về tư duy “khái niệm - trừu tượng” chưa thực sự khởi động mạnh mẽ, thì mọi hiểu biết, mọi kiến thức bồi đắp cho trẻ không có cách nào tuyệt vời hơn là trực quan sinh động. Và tôi đành phải thú nhận rằng, riêng điều này, những người thầy Âu - Mỹ giỏi và thành tâm hơn rất nhiều.

Tất nhiên, một mùa hè hồn nhiên, năng động nhiệt thành như thế là phù hợp với hoạt động lứa tuổi của con gái tôi lúc bấy giờ. Tuy nhiên, nó lại “để lại” những khiếm khuyết khi bước vào kỳ sách hạch của hệ thống giáo dục “chay”.

Là người dân dốt con một cách chủ động như thế, nên đương nhiên tôi cũng rất hạnh phúc với một mùa hè tràn đầy nắng, tràn đầy ánh mắt hân hoan vui vẻ của con gái. Tôi hạnh phúc ngắm nhìn gương mặt bết tóc, ướt đẫm thứ mồ hôi chua mềm của nó sau mỗi giờ hoạt động... Thế nhưng điểm 6 (-) của Minh Khuê đã trở thành một “thảm họa” đầu năm của lớp 3A. Giây phút bị “chê” một cách nghiêm khắc vì sự chệnh mảng học hành ấy từ cô giáo con gái, mặt tôi nóng bừng và cảm nhận một cảm giác bất lực, khó diễn đạt.

Tôi cũng là một người mẹ bình thường, nên cũng có chút nao núng và không phải lúc nào cũng dễ dàng vượt qua những khó khăn về tâm lý.

Chỉ đến khi chúng tôi trở về tổ ấm của mình, khi tôi đang làm bếp thì nghe Minh Khuê nói chuyện qua điện thoại với thầy Samuel và véo von những câu chuyện bằng tiếng Anh rất vui vẻ, kèm theo hoạt cảnh, ngôn ngữ thân thể, ngữ điệu bổng trầm rất tự nhiên. Hình ảnh sinh động ấy, đã ngay lập tức nhấn nút “xóa” trong não tôi những lẩn tẩn và nao núng của buổi chiều khi con nhận điểm 6 (-).

Nhớ lại buổi chiều đó, mẹ một bạn cùng lớp Minh Khuê đã chia sẻ với tôi rằng: “Chị thật lãng phí thời gian. Em cứ mỗi ngày giao cho con bé 5 từ tiếng Anh mới trong sách giáo khoa và yêu cầu mỗi từ chép tràn một trang, thế là mỗi ngày riêng tiếng Anh, nó đã phải chép cho em 5 trang. Sau kỳ nghỉ, bé nhà em đã sở hữu ít nhất là hơn 300 từ vựng. Chị cứ cho Minh Khuê lông nhông đàn ca sáo nhị mất hết thời gian”. Tất nhiên, bạn nhỏ ấy đạt điểm 10 trong bài thi kiểm tra chất lượng đầu năm.

Quan điểm “một mùa hè với 300 từ vựng” được nhiều người theo đuổi và ủng hộ. Riêng tôi vẫn kiên trì hỗ trợ để giúp Minh Khuê có được một vốn từ vựng được nhớ phần nhiều do tiềm thức là chính cho đến hết hè lớp 3.

Sự nhớ có ý thức về từ vựng thời gian này chủ yếu được bổ sung từ các tiết học tại trường và ở trung tâm Anh ngữ của con, tôi không can thiệp thêm sự hồi thức nào.

Đến giữa năm lớp 3 thì những sai sót về chính tả trong từ vựng của Minh Khuê dường như không còn nữa. Tôi tin rằng, vùng “nhớ tiềm thức” nhớ lâu và những gợi ý cách sử dụng từ vựng trong văn cảnh đã hỗ trợ rất nhiều trong việc sửa lỗi chính tả tiếng Anh cho Minh Khuê. Quá trình này cũng giống như khi chúng ta học tiếng Việt. Nhiều nguyên tắc sử dụng chúng ta trở nên nhạy cảm, thuần thục không phải vì cô giáo dạy văn phân tích, mổ xẻ mà nhiều phần, chúng ta ghi nhớ sâu sắc cách sử dụng ấy trong vùng nhớ tiềm thức của tư duy ngôn ngữ!

Sách báo tạp chí và kênh truyền hình yêu thích: Discovery Channel, National Geographic Channel, Walt Disney, CNN, BBC

Song song với việc học tiếng Anh tại trường và ở trung tâm Anh ngữ, Minh Khuê được bổ sung vốn từ vựng thông qua việc tiếp cận những cuốn sách truyện tranh vẽ theo trường phái siêu thực cực kỳ đẹp, với phần nội dung bằng tiếng Anh do nhà sách ngoại văn nhập khẩu và phát hành.

Tôi kiên trì phương pháp đọc sách này là vì nhận được lời gợi ý của một người bạn đặc biệt, một người Mỹ thông minh và đã làm việc tại Việt Nam nhiều năm. Anh ấy khuyên Minh Khuê một điều rằng, “Để học giỏi tiếng Anh, cháu nên bắt đầu đọc sách bằng tiếng Anh!”. Minh Khuê trả lời: “Cháu chưa hiểu gì cả!”. Anh ấy cười rất vui: “Lúc này, cháu chưa cần hiểu, cháu ngắm tranh và nhớ mặt chữ và cháu chỉ cần lặp lại nhiều lần như thế, dần dần, đến một lúc cháu sẽ hiểu nghĩa của từ và học được cả văn phong và sự diễn đạt đơn giản của từ đó”.

Từ dạo đó, dần dần, cho đến ngày Minh Khuê sang Harvard, đã có hơn 50% tỷ lệ sách trong thư viện của gia đình tôi là sách bằng tiếng Anh, gồm sách giáo trình, sách khoa học thường thức và nhiều tác phẩm văn học nổi tiếng thế giới.

Cũng từ ngày nào, trong tổ ấm gia đình tôi, thường chỉ xem những chương trình thú vị trên các kênh truyền hình: Discovery Channel; National Geographic Channel là những kênh về khoa học và tự nhiên - môi trường; Walt Disney kênh phim hoạt hình hay kênh thời sự CNN, BBC, v.v... các chương trình có thể có phụ đề, nhưng thường thì không có phụ đề tiếng Việt.

Đến hè lớp 9, Minh Khuê đã trở thành phiên dịch trực tiếp cho tôi, khi tôi và con gái cùng ngồi xem những chương trình “phá án” ly kỳ trên 2 kênh Discovery Channel và National Geographic Channel. Đây là “mẹo” của tôi: “Trời ạ, mẹ thích xem chương trình này quá đi mất, hấp dẫn quá, nhưng thật tiếc là không hề có phụ đề!”.

Chiều mẹ và thương mẹ, Minh Khuê vừa ngồi xem, vừa dịch xuôi theo lời bình luận và phụ đề tiếng Anh.

Thật là tuyệt vời, bạn thấy đấy, trong động lực để học giỏi và làm chủ tiếng Anh như tiếng mẹ đẻ của Minh Khuê, rất nhiều phần là từ sự cố gắng để “chiều lòng” người mẹ thân yêu! Đừng ngại, nếu bạn không hề sợ hãi tiếng Anh, nếu biết cách khơi dòng và kích lệ bằng trí tuệ, bạn vẫn hoàn toàn vững tâm đồng hành cùng đứa trẻ của bạn đến thành tựu sử dụng tiếng Anh như tiếng Mẹ đẻ!

Củng cố ngữ pháp: Tạo thể chân kiềng vững chắc!

Hè lớp 3 lên lớp 4, tức là sau một quá trình phát triển và rèn luyện nhớ tiềm thức bền vững và sâu sắc, những nỗ lực để con gái có được sự thâm nhập và giao tiếp thuần thục làm giàu lên vốn từ vựng tiếng Anh, tôi không quan tâm nhiều đến vấn đề ngữ pháp, sự bất chước và sử dụng vô ý thức thông qua vùng nhớ tiềm thức những mẫu câu đơn giản thường dùng và biểu cảm cũng giống như cách chúng ta học để thuần thục giao tiếp tiếng Việt.

Là mẹ, tôi nhận thấy Minh Khuê có một sự thay đổi rất thú vị khi chuyển từ giao thức bằng tiếng Việt sang giao thức bằng tiếng Anh khi cô bé nói chuyện với những người bạn của tôi đến từ Anh - Mỹ. Tôi thật sự hài lòng khi nhận ra rằng, cô bé đã ngấm và thấm được văn hóa của ngôn ngữ đó. Cô bé đã cảm nhận được tâm hồn của ngôn ngữ thứ hai - tiếng Anh

Mùa hè năm Minh Khuê lớp 4, khi nhận thấy vốn từ vựng Anh ngữ của Minh Khuê đã khá nhiều, phong phú, đồng thời, thông qua những bài luận ngắn, đoạn văn ngắn bằng tiếng Việt do tôi trực tiếp rèn luyện cho con gái, chứng tỏ năng lực tư duy tiếng Việt của Minh Khuê khá vững chắc, rất logic, đơn giản, sáng sủa, tôi quyết định đã đến thời điểm tăng cường năng lực viết của Minh Khuê bằng tiếng Anh.

Sau một thời gian khá dài chủ động tìm kiếm, tôi đã chọn được cho con gái một người thầy được đào tạo bài bản Anh - Anh,

bà chấp nhận Minh Khuê làm học trò. Bà giúp tôi củng cố phần ngữ pháp tiếng Anh cho con gái.

Để củng cố ngữ pháp, Minh Khuê phải có ý thức nhớ chủ động, ý chí, phương pháp nhớ chủ động bài bản, do đó tôi chọn một cô giáo dày dặn kinh nghiệm, tâm huyết, nhân từ người Việt, bà từng tu nghiệp tại Anh - Úc để hỗ trợ con. Đây là một bước đi rất quan trọng, bởi tôi không muốn con gái bị sa đà vào cách học “tự làm rắc rối điều đơn giản” bằng các dạng đề lắt léo, mang tính kinh viện, nghiên cứu, chưa thiết thực với lứa tuổi sinh ngữ, chưa phù hợp với tư duy trực quan sinh động lứa trẻ.

Cùng với cô giáo ngữ pháp Anh - Anh và môn tiếng Anh ở trường phổ thông cũng như thầy giáo ở British Council tạo thế chân kiềng, giúp tôi luôn hướng dẫn con gái ngày một tăng tiến vững vàng, thực chất môn tiếng Anh sinh ngữ và đẹp đẽ.

Không ít lần, tôi gợi ý rằng: “Minh Khuê hãy đưa đề bài giải quận, giải thành phố mà hôm nay con vừa làm đến để cô giáo và thầy Johnathan tham khảo nhé!”. Và, đã không ít lần, tôi nhận được câu trả lời như sau: “Minh Khuê, nếu thầy là em, nếu thầy cũng phải tham gia những bài thi như thế này, thì chắc chắn, điểm của thầy còn tệ hơn em rất nhiều.” Jonathan bao giờ cũng rất hiền hậu nhưng cũng rất hóm hỉnh. Riêng cô giáo già thì thường dễ nổi giận hơn.

Từng cho con trải nghiệm việc luyện nói có ngữ điệu và truyền cảm tại Anh Quốc nên tôi rất hoài nghi về dạng đề có nội dung yêu cầu đánh trọng âm, do đó, câu trả lời của thầy giáo ở British Council khiến tôi càng có thêm sự vững tin vào nhận định của mình.

Lớp 7 - bắt đầu tập viết những bài luận ngắn.

Làm quen với cách lập luận và tư duy chính luận bằng tiếng Anh.

Văn chính luận là loại hình văn bản bộc lộ rõ năng lực tư duy logic và vốn hiểu biết về cuộc sống, xã hội, lịch sử, chính trị, kinh tế v.v... Do đó, văn chính luận, chắc chắn là văn phong khoa học,

chân thực, hiểu biết và tường minh. Tôi thấm thía điều hiểu biết này, tôi rất có năng lực với văn phong báo chí (chân chính) mà tôi được thụ hưởng từ một người thầy đến từ Thụy Điển. Khóa học chỉ vón vẹn có 3 tuần, nhưng những gì tôi thu nhận được là vô cùng lớn. Đương nhiên, tôi nỗ lực truyền thụ hiểu biết này lại cho con gái của mình, khi cô bé mới 12 tuổi.

Đầu tiên, tôi đề nghị con xem nhiều các chương trình thời sự trên kênh CNN và BBC để cảm nhận không khí và phong cách ngôn ngữ chính luận, tranh luận bằng tiếng Anh. Song song với điều này, tôi hướng dẫn con gái phát hiện những vấn đề thú vị ngay tại nơi những điều tưởng như bình thường đang diễn ra. Tôi bảo với con gái, kiểu ví von: đó là tài năng của người nhìn thấy “via tầng” của mỏ quý, ngay khi người ấy bước đi trên mặt đất bằng phẳng!

Chẳng hạn:

Bàn về tính toàn cầu hóa và thời đại thế giới phẳng.

Mình Khuê đã phát hiện ra rằng: Trong bát phở mà con đang thưởng thức lúc này đây, nó không chỉ là tính cổ truyền, truyền thống, hơn thế nữa, nó ghi dấu đậm nét tính toàn cầu trong đó. Này nhé: bánh phở làm từ lúa gạo Việt Nam, mì chính từ Nhật Bản, thịt bò là sản phẩm từ trang trại của Úc, nhà hàng thiết kế kiểu Mỹ, đầu bếp đi du học về từ Thụy Sĩ, v.v...

Do đó, tính toàn cầu, tính phụ thuộc, tính liên kết tất yếu trong thế giới hiện đại, lời cảnh tỉnh con người, các quốc gia nên sống khiêm nhường, “hòa đàm” - không cần tìm kiếm đâu xa, hãy nhìn vào bát phở của bạn!

Kiểu tư duy chính luận sinh động, thuyết phục, khoa học và thực tiễn này đối với các trường đại học đỉnh cao, mới đích thực là văn phong họ quan tâm.

Thông qua biểu tượng âm nhạc Michael Jackson: Âm nhạc và tình yêu hòa bình chân thành nồng nhiệt là chiếc cầu phi ngôn ngữ kết nối nhân loại tiến bộ lại bên nhau!

Phông văn hóa và cốt lõi nhân văn là nền tảng để học ngoại ngữ xuất sắc

Khi Minh Khuê học lớp 7 trong một bài luận có chủ đề “Michael Jackson không chỉ là một biểu tượng âm nhạc của nước Mỹ, ông ấy còn là biểu tượng văn hóa của nhân loại - bạn hãy bình luận”.

Tôi nhớ, trong bài luận đó, Minh Khuê đã khẳng định nhận định trên là rất chính xác. Lấy dẫn chứng rằng:

“Âm nhạc nói chung và âm nhạc của Michael Jackson nói riêng là nhịp cầu phi ngôn từ, kết nối những tấm lòng, những con người trên toàn hành tinh lại bên nhau trong một mục tiêu cao đẹp là hòa bình và một hành tinh xanh cho mọi người.

Mẹ tôi là một người mẹ rất yêu con và vì thế bà ấy yêu hòa bình, yêu Trái đất - ngôi nhà duy nhất của toàn nhân loại. Bà ấy chán ghét xung đột, căm ghét chiến tranh và mọi hành động hủy hoại môi trường sống trên Trái đất.

Mặc dù không biết tiếng Anh, nhưng bà rất thích bài bài hát *Heal the world* của Michael Jackson, và bà ấy thường tỏ ra rất xúc động khi nghe Michael Jackson hát bài hát này. Tôi đã thấy bà khóc rất nhiều khi hay tin Michael Jackson qua đời.

Với bà, Michael Jackson là biểu tượng của những trái tim vì hòa bình và màu xanh Trái đất”.

Bài luận ấy, Minh Khuê nhận được điểm xuất sắc, 19,5/ 20. So với tuổi 14 của cô bé lúc bấy giờ, cách phát hiện và lý giải một nhận định của Minh Khuê luôn thể hiện một góc nhìn thú vị, thuyết phục, gần gũi. Đây là kết quả của việc đọc sách, hiểu âm nhạc và một lối tư duy độc lập, không theo khuôn mẫu.

Vô vàn những tình huống thú vị, ngạc nhiên mà tôi cùng con gái “đào bới” các via tầng cuộc sống, đã được nhận biết và tích lũy cho những bài luận sắc bén, tràn đầy sự quan sát, chân xác và mới mẻ.

Từ những phát hiện có sự gợi mở của tôi, Minh Khuê dần có những nhận biết, nhận xét khá tinh tế, nhạy bén, sắc sảo đưa đến những hiểu biết khá sâu sắc cho cô bé về kinh tế - xã hội, văn hóa, tập quán, phong tục, tâm lý và con người, v.v... Đây là những tài

nguyên quý giá, là khối nguyên liệu tươi mới tạo nền tảng để Minh Khuê bắt đầu tập quen viết luận.


Tháng 8 năm 2009, Minh Khuê bị “từ chối” tại British Council vì cô bé đã không còn lớp nào phù hợp nữa, tất cả những khóa nâng cao cho lứa tuổi 15, cô bé 13 tuổi Minh Khuê đều đã vượt qua ung dung. Tôi lại đi tìm những thầy cô “via hè” cho con gái thực hành tiếng Anh. Các lớp viết luận cũng chỉ trong những khóa ngắn hạn (2 - 5 tháng) vì tôi nhận ra, để học được nguyên tắc viết không cần mất nhiều thời gian, nhưng chất liệu và vốn nhận thức xã hội thì đòi hỏi phải sống dẫn thân và trải nghiệm.

Tháng 4 năm 2010, Minh Khuê đoạt giải nhì kỳ thi học sinh giỏi Anh văn thành phố Hà Nội, dù vẫn trong thời gian dưỡng bệnh và không có điều kiện sức khỏe để theo đuổi đội tuyển của nhà trường.


Như kế hoạch nhiều năm chúng tôi kiên trì theo đuổi, mục tiêu của chúng tôi là thi lên cấp ba vào chuyên Toán. Đó cũng là mơ ước cháy bỏng của Minh Khuê.

Thế đó, giai đoạn tăng cường, củng cố tiếng Anh phổ quát, gồm 4 kỹ năng: đọc, viết, nghe, nói được khởi động từ khi Minh Khuê bước vào lớp 5 đã hoàn tất.

Chúng tôi cảm thấy tự do và bắt đầu một giai đoạn mới, giai đoạn luyện thi các kỳ thi chuẩn hóa của Hoa Kỳ: SAT I, SAT II và TOEFL - gọi nôm na là luyện thi đại học Mỹ, khi đó Minh Khuê bước vào lớp 10.



Bí quyết để trẻ có thể sở hữu ngôn ngữ thứ hai như tiếng mẹ đẻ



**Công thức: Bắt đầu sớm + chuẩn mực sinh ngữ
+ không nôn nóng = nhớ tiềm thức bền lâu!**

Nếu bạn công nhận giống tôi rằng, phần lớn người Việt nói và nghe tiếng Việt giỏi, vậy thì bạn sẽ đồng tình cùng tôi điều này: học ngôn ngữ đối với phần đông trẻ Việt Nam là không khó, không cần năng khiếu vượt trội!

Nhiều người hỏi tôi rằng, bí quyết nào để giúp con học tiếng Anh (ngôn ngữ thứ 2) được thuần thục như tiếng mẹ đẻ? Tôi nói: “Nên bắt đầu sớm!”.

Tôi lại được hỏi: “Tôi cũng cho con học rất sớm, thầy thợ ‘siêu khủng’ chẳng kém gì, nhưng có lẽ tố chất của đứa trẻ mới là quyết định!”.

Tôi trả lời: “Trẻ được quan tâm học ngôn ngữ thứ hai từ sớm, lại chọn được thầy tốt, thầy phát âm, diễn đạt chuẩn bản ngữ, ấy là hai yếu tố quan trọng rồi, nhưng chưa phải là yếu tố quan trọng nhất! Tâm thế học là rất quan trọng. Khi bạn học tiếng Việt từ thơ bé (từ 0 tuổi - 3, 4 tuổi), mẹ bạn không ép bạn làm bài tập, không đòi bạn phải hoàn thành bài tập, bà ấy chỉ đơn giản nói nhiều với bạn, khích lệ bạn phát âm, khích lệ bạn diễn đạt, khích lệ bạn hát và biểu lộ cảm xúc, v.v... Bà ấy không nôn nóng vì những “tiết học” bất tận ấy không phải trả bằng học phí, bằng tiền bạc.

Khi bạn cho con học ngôn ngữ thứ hai, bạn đứng trước bài toán “đầu tư và hiệu suất đầu tư” như thế nào? Có tương xứng không? Có như kỳ vọng của bạn trước lời hứa của nhà cung cấp dịch vụ giáo dục - các trung tâm ngoại ngữ không? Do đó, đứa trẻ trở thành đối tượng “đầu tư” hơn là cảm hứng học để tăng cường tố chất, học để khai thác tiềm năng “nhớ tiềm thức” bền lâu của não bộ. Do đó, nó bị học cưỡng ép quá sớm, đòi hỏi hoàn thành bài tập, bài viết, lượng từ vựng, chính tả, v.v... quá nhiều so với lứa tuổi, đây là

cơ chế bắt buộc khiến trẻ kém hứng thú và do đó, kết quả của dự án cho trẻ học ngôn ngữ thứ hai từ sớm nhiều phần bị hạn chế.

Bí quyết của tôi trên hành trình dẫn dắt con gái sở hữu ngôn ngữ thứ hai, thứ 3 như tiếng mẹ đẻ, đó là:

- ♥ Khích lệ trẻ giao thức bằng ngôn ngữ tiếng Việt nhiều, cởi mở bằng chính lối sống của bản thân.
- ♥ Hướng dẫn trẻ nói tiếng Việt chuẩn và diễn đạt xúc cảm bằng tiếng Việt chuẩn khi tròn 4 tuổi.
- ♥ Tiếp xúc với tiếng Anh thông qua phim hoạt hình Walt Disney phiên bản phụ đề tiếng Anh (60 - 90'/ngày chia 3 lần) không phiên dịch, ngay khi đứa trẻ bắt đầu được xem phim hoạt hình (bắt đầu từ 10 tháng - trên 1 tuổi).
- ♥ Bắt đầu học giao tiếp trực tiếp, học phát âm trực tiếp với thầy bản ngữ khi 5 tuổi rưỡi, nhưng không yêu cầu trả lời bài tập, không bắt trẻ tập viết, không kiểm tra từ vựng, không yêu cầu đúng chính tả mà khích lệ các giao thức xã hội bằng tiếng Anh với thầy giáo và bạn bè bằng tiếng Anh nhiều nhất có thể, trong mọi cơ hội có thể.

Bạn thấy đấy, bí quyết của tôi không có gì bí ẩn, càng không có gì khó thực hiện, chỉ duy nhất một điều, bạn hãy thuận theo quy luật tự nhiên - tự nhiên như nhiên: bắt đầu sớm, chuẩn mực sinh ngữ bản ngữ, bền bỉ, kiên nhẫn nhưng không thúc ép và nôn nóng, không khiên cưỡng cho đến khi đứa trẻ tròn 10 tuổi.

Khi nền tảng "nhớ tiềm thức" và năng lực giao tiếp tự nhiên, không ngưng ngừng, e ngại bằng tiếng Anh của đứa trẻ đã thuần thực, thì việc học để sở hữu tiếng Anh như tiếng mẹ đẻ là ước mơ hiện thực của phần lớn đứa trẻ Việt Nam, khi chúng thực hành đủ chín muồi.



Chương 4

LÀM QUEN VÀ KHỔ LUYỆN
VỚI MỘT LOẠI NHẠC CỤ

Trả lời 6 câu hỏi mấu chốt để cùng con bắt đầu học piano

Bài này tôi viết bởi hồi thúc của nhiều mẹ trẻ trong nước, cũng có nhiều mẹ Việt từ Nhật Bản, Mỹ, Singapore gửi yêu cầu, hoặc đưa ra nhiều câu hỏi cần giải đáp...

Tôi đã tổng hợp những thắc mắc của các bạn và đúc kết tất cả những điều quan trọng mà tôi đã trải nghiệm trong quá trình đồng hành cùng con gái học nhạc cụ piano. Do đó, đây là bài viết rất nhiều thông tin chất lượng, nhiều quan điểm khoa học và không dễ đọc.

Bản tính tôi thực ra rất thận trọng và tư chất khiêm tốn, tư duy chậm. Làm việc gì muốn đến thành tựu, dù nhỏ bé đến đâu, tôi cũng phải dụng công nhiều gấp đôi ba, hoặc nhiều lần hơn người khác. Thế nên, khi nhận được ánh sáng từ tư tưởng triết học Đức Phật: “Không có việc gì là dễ dàng!”, tôi thấy vững tâm và thấy mình có thêm nhiều nghị lực, sức mạnh hơn.

Việc Minh Khuê học một nhạc cụ cổ điển là điều tôi vững tin sau khi nghiên cứu kỹ triết lý giáo dục từ một cuốn sách của trường Harvard: “Học để tăng cường tố chất chứ không vì có tố chất mới được học!”. Tuy nhiên, chọn nhạc cụ gì là điều tôi cân nhắc rất cẩn thận!

Để chọn nhạc cụ piano và giáo trình theo đuổi là âm nhạc hàn lâm, bác học, tôi tự đặt ra yêu cầu: bản thân phải giải đáp thỏa đáng 6 câu hỏi mấu chốt như sau:

1. Vì sao lại chọn piano cổ điển làm bộ môn nghệ thuật cơ sở cho Minh Khuê?

2. Minh Khuê có năng khiếu âm nhạc bẩm sinh không?
3. Vì sao trong giới nghệ thuật hay đề cao yếu tố “con nhà nòi”?
4. Mình có kỳ vọng cho Minh Khuê học chuyên nghiệp không?
5. Mình đã có hiểu biết gì về bộ môn này và hiểu gì về phẩm chất chuyên môn (phẩm chất nghệ sĩ) của những nghệ sĩ - thầy giáo piano cổ điển?
6. Vì sao rất nhiều gia đình cho con đi học piano nhưng dự án đã nhanh chóng đi tới phá sản?

Những câu hỏi này, tôi tự đặt ra và tự tìm lời giải đáp hàng năm, trước khi Minh Khuê bắt đầu học piano vào tháng 10 năm 2001. Và đây là những hiểu biết của tôi về 6 câu hỏi, như sau:

Vì sao lại chọn piano cổ điển làm bộ môn nghệ thuật cơ sở cho Minh Khuê?

Từ những nghiên cứu khoa học đã chứng minh, sự thuần thục và hoàn chỉnh trong phát triển của hai bán cầu đại não người, có liên quan chặt chẽ với hoạt động của hai tay: Bán cầu đại não phải - chủ về tư duy hình tượng, tính toàn vẹn, khái quát, tư duy hình ảnh, nghệ thuật, ngôn ngữ, v.v... có liên quan đến sự thuần thục của tay trái; Bán cầu đại não trái - chủ về dạng tư duy logic, tư duy phân tích, tuyến tính, toán học, khoa học, siêu hình v.v... có liên quan mật thiết đến sự thuần thục của tay phải!

Trong quá trình tiến hóa của xã hội văn minh loài người, xu hướng sử dụng nhiều hơn tay phải trong mọi hoạt động, thuận tay phải, đồng thời dẫn đến thực trạng, các công cụ lao động, đồ vật được chế tạo, sản xuất phục vụ nhu cầu của con người đều dành cho người thuận tay phải. *Thực tế này dẫn đến một hệ quả hiển nhiên là, bán cầu đại não trái được tập dượt nhiều hơn, thành thục hơn so với bán cầu đại não phải - bán cầu có liên quan mật thiết với hoạt động của tay trái.*

* Từ hai hiểu biết khoa học trên, giúp tôi nhận ra rằng, luyện tập cùng chiếc đàn piano hay còn gọi là dương cầm là một giải pháp

tuyệt vời để giúp đưa trẻ cân bằng lại sự thuần thực của hai bán cầu đại não, khi đứa trẻ đến tuổi mà não bộ phát triển toàn vẹn cả về thể tích, chất lượng và trọng lượng theo như khoa học đã chứng minh - ấy là lúc trẻ tròn 4 tuổi.

Vì sao vậy?

Vì piano là nhạc cụ đòi hỏi người tập luyện phải sử dụng hai bàn tay cân bằng, mỗi ngón tay đảm nhiệm những nhiệm vụ và các phím khác nhau, nhưng nhìn chung, chúng đều phải làm việc ngang nhau về cường độ, độ khéo léo cũng như độ nhanh nhạy. Điều đó, mang tới một giá trị, một hiệu ứng kép, đó là rèn luyện cho hai bán cầu đại não của trẻ sự thuần thực tương đương, không bị thiên lệch, giúp trẻ dần sở hữu một não bộ *tu duy cân phương* hoàn hảo và hài hòa nhất của bản thể đứa trẻ ấy!

Đặc biệt, điều này rất rõ ràng khi trẻ luyện bộ Bình quân luật (Fuga và Prelude) của nhà soạn nhạc J. S. Bach và các bài luyện ngón etude.

* Nếu bạn đã từng nghe nói rằng "*hình tượng âm nhạc của tác phẩm...*" là một cụm từ quen thuộc khi bình luận về một tác phẩm âm nhạc hàn lâm - bác học nào đó, thì dường như, bạn đã nhận ra sự liên quan (hay tính phụ thuộc, ảnh hưởng lẫn nhau) giữa âm nhạc bác học với hội họa, văn học, điêu khắc, v.v..., tức là sự giao thoa giữa các loại hình nghệ thuật khác với nhau là khá rõ nét.

Tuy nhiên, bạn khó lòng nhận ra mối liên hệ khăng khít giữa *Âm nhạc hàn lâm bác học với toán học*. Trên thực tế hai lĩnh vực này có sự tương hỗ kỳ diệu, khiến tôi phải kinh ngạc!

Nếu trong toán học cơ sở, gồm có 9 chữ số tự nhiên từ 0 đến 9; và từ 9 chữ số đó sẽ là một vũ trụ thiên biến vạn hóa các giá trị hoàn toàn khác nhau.

Ví dụ: số 1 và số 2 đứng cạnh nhau, nhưng chỉ cần hoán đổi vị trí, thì giá trị của chúng là hoàn toàn khác nhau.

Âm nhạc bác học cũng vậy: chỉ từ 7 nốt nhạc cơ bản: Đô - rê - mi - pha - son - la - si phối hợp với dấu thăng giáng đi kèm, đã mang tới

cho nhân loại một vũ trụ bao la những giai điệu, những tác phẩm đồ sộ hoàn toàn khác nhau, điển hình là tác phẩm của các thiên tài: L. Van Beethoven; Mozart; Haydn, J. Bach, v.v...

Điều này cho tôi một gợi ý: Khác với ngôn ngữ, bạn có thể dựa vào văn cảnh, câu đứng trước, câu đứng sau, thậm chí dựa vào cả bài viết, bài nói để đoán biết một từ bạn vừa nghe thoáng qua, mà 99% là đoán đúng!

Ngược lại, trong toán học và âm nhạc cổ điển, bạn không được phép tư duy kiểu *hình tượng, hình ảnh, đại khái, suy diễn* như thế! Bạn phải tập trung cao độ để nhận thấy sự khác biệt, hoán đổi vị trí của con số (trong toán học) hay nốt nhạc (trong âm nhạc) để nắm bắt và tin chắc chúng *mang giá trị* nào, **chứ không thể phỏng đoán và dùng phép loại trừ**, như cách tìm giá trị của từ ngữ!

** Như vậy, cả toán học và âm nhạc bác học đều yêu cầu một dạng phẩm chất trong tư duy, đó là: tính tập trung cao độ; tính thực tế khách quan, không áp đặt chủ quan; tính kỷ luật tuyệt đối trong nghiên cứu, tìm tòi và khổ luyện!*

Hiểu biết khoa học này rất thuyết phục khi tôi biết rằng, có nhiều nhà toán học, nhiều nhà bác học, khoa học lừng danh thế giới, đồng thời là nhà soạn nhạc và là pianist rất "*chuyên nghiệp*" như:

Pythagoras - triết gia người Hy Lạp: nhà toán học - nhạc sĩ, pianist

Albert Einstein - nhà vật lý học: pianist và violin

Enrico Fermi - nhà vật lý học: pianist

Richard Feynman - nhà vật lý học/hoạ sĩ

Werner Von Braun - nhà khoa học tên lửa: pianist và cello

Edward Teller - nhà vật lý học: Pianist

Albert Schweitzer - bác sĩ: pianist và chơi organ nổi tiếng thế giới đặc biệt, ông chơi những tác phẩm của J. Bach rất hay.

Và danh sách này còn kéo dài nữa, nếu bạn quan tâm tìm hiểu!

❖ Kết luận:

Như vậy, tôi đã tìm được lời đáp thỏa đáng cho câu hỏi (1) *Vì sao lại chọn piano cổ điển làm bộ môn nghệ thuật cơ sở cho Minh Khuê?*

Cơ bản, học piano cổ điển mang đến những lợi ích kép tuyệt vời, nó chứng minh cho triết lý giáo dục mà tôi theo đuổi: “*Học để tăng cường tố chất!*”, bao gồm:

- Giúp hai bán cầu đại não của trẻ phát triển hoàn chỉnh thuần thục, cân phương

- Giúp trẻ trau dồi phẩm chất nghệ thuật - nhân văn (âm nhạc bác học với hội họa, văn học, điêu khắc v.v... trong sự giao thoa giữa các loại hình nghệ thuật)

- Giúp trẻ rèn luyện những phẩm chất trong tư duy vô cùng quan trọng để học toán và các lĩnh vực khoa học - nghệ thuật sâu rộng khác, đó là: *tính tập trung cao độ; tính tôn trọng thực tế khách quan, không áp đặt chủ quan; tính kỷ luật tuyệt đối trong nghiên cứu, tìm tòi và khổ luyện!*

Minh Khuê có năng khiếu âm nhạc bẩm sinh không?

Nếu xét trên cảm quan bộc lộ khi Minh Khuê 4 tuổi, tôi không có nhiều chỉ dẫn để khẳng định cô bé có năng khiếu âm nhạc cổ điển từ bẩm sinh.

Tuy được mẹ bồi đắp phẩm chất âm nhạc bằng việc cho con nghe nhạc cổ điển ngay từ thời kỳ thai giáo, bản thân tôi rất thích âm nhạc cổ điển và hay hát những trích đoạn opera nổi tiếng cho con nghe; thường hay dịch chuyển những “*hình tượng*” trong âm nhạc bác học thành hình tượng văn học để diễn giải vẻ đẹp, sự xúc động, lay động của âm nhạc cho Minh Khuê hiểu, v.v... nhưng những yếu tố để xác định năng khiếu đều thiếu hụt:

- ♥ Lịch sử gia đình nhiều đời không có ai hoạt động trong lĩnh vực nghệ thuật âm nhạc (yếu tố con nhà nòi).
- ♥ Môi trường xã hội tại Việt Nam thời điểm đó rất mờ nhạt những giá trị âm nhạc cổ điển.

- ♥ Cơ thể Minh Khuê nhỏ bé hơn trẻ Việt Nam cùng lứa, chưa nói gì đến trẻ Âu - Mỹ, là cái nôi và truyền thống của âm nhạc bác học, nhạc cụ piano đòi hỏi người học và khổ luyện bộ môn này trở thành chuyên nghiệp, phải có quãng ngón dài, sai tay dài, thể lực tốt, có sức khỏe dồi dào v.v...

Vậy điều gì khiến tôi vẫn quyết tâm cho Minh Khuê học piano?

Ngoài những chứng lý vô cùng thuyết phục ở câu hỏi (1) thì những lời đáp ở câu hỏi (2) càng khẳng định triết lý giáo dục mà tôi theo đuổi, cho Minh Khuê học đàn piano để tăng cường các tố chất như: năng lực nhạc cảm sự tinh tế; năng lực lao động khổ luyện bền bỉ không nản chí; năng lực vượt gian khó, năng lực đối diện thất bại; năng lực chịu đựng áp lực sân khấu - sự bình tĩnh và trấn tĩnh; năng lực tập trung làm việc cao độ - không bị phân tâm, v.v...

Đây là triết lý giáo dục rất nhân ái, nó đảm bảo quyền được học để nâng cao phẩm chất của cá nhân con người, nâng cao phẩm chất cá nhân về mặt thể lý - tâm lý - và xã hội, chứ không vì mục đích nghề nghiệp, phục vụ hay chỉ là thích thú nhất thời theo đám đông.

Vi sao trong giới nghệ thuật hay đề cao yếu tố “con nhà nòi”?

Khi tìm hiểu căn cội vấn đề để quyết định cho Minh Khuê học piano cổ điển, tôi thường được nghe một câu nói của miệng của nhiều người “À, môn ấy là môn dành cho con nhà nòi!”, “Nghệ sĩ ấy là con nhà nòi!”, v.v... điều này ngụ ý đến tính truyền thống, tiếp nối trong gia đình, kiểu như trong nhà có bố, mẹ hay cô dì chú bác hoạt động trong lĩnh vực ấy.

Như vậy, “con nhà nòi” trở thành một điều kiện, một lợi thế quan trọng để đứa trẻ có hay không có cơ hội tiến trên con đường rèn tập khổ luyện âm nhạc cổ điển!

Tôi nhận ra rằng, ngoài yếu tố tạo môi trường âm nhạc phong phú, dồi dào cho tâm thức trẻ được vùng vẫy trong đó, yếu tố “con nhà nòi” còn cho tôi một hiểu biết lớn, như sau:

Người học piano ở một góc độ nào đó, là người học nghề thủ công, đòi hỏi sự khéo léo, thuần thục. Có câu: “Trăm hay không bằng tay quen”, khác với học toán, học văn v.v... học piano hay những nhạc cụ khác, người học không chỉ lĩnh hội ở thầy tinh thần và lý thuyết, mà bắt buộc phải học ở thầy kỹ năng thao tác, tài khéo, mẹo mực của ngón tay khi lướt, gõ, múa trên những phím đàn theo cách thức học: *Quan sát và bắt chước*. Đây là phương pháp học piano không có cách nào thay thế được.

Do đó, tôi đã hiểu vì sao yếu tố “con nhà nòi” được đề cao là vì vậy. Và, để bù đắp sự thiếu hụt yếu tố “con nhà nòi” vốn có môi trường “quan sát, lắng nghe => ghi nhớ tiềm thức => và bắt chước” từ cha mẹ hay người thân trong gia đình một cách tự nhiên và dễ dàng thuận lợi, tôi chọn phương án tăng tiết học piano trong tuần cho Minh Khuê:

Từ 5 - 6 tuổi, Minh Khuê học 4 - 5 tiết/tuần;

Từ 6 - 10 tuổi Minh Khuê học piano là 3 - 4 tiết/tuần;

Từ 11 tuổi đến nay: từ 2 - 3 tiết/tuần.

Ngoại lệ, vào mùa nghỉ hè, số tiết có thể tăng lên, và mùa thi cao điểm ở trường phổ thông, số tiết có thể tạm thời giảm xuống chút ít.

Việc tăng thêm tiết học, giúp Minh Khuê có thêm cơ hội quan sát lắng nghe, ghi nhớ tiềm thức và bắt chước người thầy đồng thời là người nghệ sĩ pianio nhiều hơn, phần nào làm giảm đi đáng kể sự thiếu hụt yếu tố “con nhà nòi”.

Tôi có kỳ vọng cho Minh Khuê học chuyên nghiệp không?

Trong tập quán tư duy của người Việt Nam, khi nói cho trẻ khởi đầu học môn nghệ thuật gì, lập tức bạn sẽ được hỏi: “Học để sau là nhạc công à?”, nghĩa là: *học để làm nghề!* Và thường kèm theo những bình luận đại khái nghề đấy hay /dở thế này, thế kia, v.v... Đây là một tập quán, lối nghĩ không đúng, bạn nên tự dỡ bỏ.

Nhà giáo dục học vĩ đại người Mỹ John Dewey của thế kỷ XX, đã phát biểu một mệnh đề lớn, khái quát như sau:

Sự học có 4 giá trị trụ cột đó là:

- ♥ Học để hiểu biết;
- ♥ Học để chung sống (kỹ năng);
- ♥ Học để hướng thượng (hướng tới điều tốt đẹp Chân-Thiện-Mỹ);
- ♥ Học để làm nghề, kiếm sống (sinh tồn)!

Bốn giá trị trụ cột ấy luôn có sự tương hỗ và chuyển hóa trong quá trình, do đó, theo ưu tiên thứ tự của John Dewey, tôi nhận được gợi ý quý giá rằng: Hãy cho Minh Khuê học piano để có được hiểu biết, có phẩm chất nghệ thuật nhân văn trong tâm hồn về lâu dài, chứ không xác định học để trở thành nghề, đây là một nhận thức lớn để có được tâm thế người đồng hành bình tâm, khoan hòa và không đẩy áp lực “nghề sinh tồn - kiếm sống” lên tâm lý non nớt của trẻ, khiến bầu không khí tập luyện nhuộm màu sắc lo âu, nôn nóng, bồn chồn của tâm trạng “bỏ trứng một rổ”.

Sự nôn nóng, lo âu, căng thẳng của bố mẹ trước câu hỏi: “Không hiểu nó có thành nghề nghệ gì không?” lâu dần bồi lên đứa trẻ sự căng thẳng triền miên, khiến việc học piano trở nên nặng nề, khiên cưỡng, mệt mỏi đến mức có trẻ phát sốt, hay đau bụng, buồn nôn trước tiết học đàn, có trẻ phải nói dối vòng vo để trốn trả bài... Cuối cùng, cả thầy, trò cả cha mẹ đều mệt mỏi rã rời, và việc bỏ học piano là thực trạng hiện hữu, chiếm tỷ lệ trên 95% số trẻ khởi đầu chọn học nhạc cụ này!

Tôi đã có hiểu biết gì về bộ môn này và hiểu gì về phẩm chất chuyên môn, phẩm chất nghệ sĩ của những nghệ sĩ - người thầy piano cổ điển?

Quá thật, âm nhạc hàn lâm, bác học ở Việt Nam chưa có tập quán trong tư duy của xã hội, nên nhận thức chung của xã hội về môn nghệ thuật này hết sức sơ sài. Tôi cũng vậy!

Để đứng được trên cương vị người thầy - người nghệ sĩ dương cầm đòi hỏi một quá trình khổ luyện, sáng tạo, tài năng và lao động cật lực lâu dài từ 15 đến 20 năm và những thầy cô có phẩm chất nghệ sỹ đích thực lại thường được đào tạo rất bài bản từ bé hoặc từng tu nghiệp nhiều năm tại những quốc gia hùng mạnh về bộ môn nghệ thuật này như: Nga, Đức, Ba Lan, Áo, Canada, v.v...

Tôi thường dùng hình ảnh này để ví von: nếu ví những môn nghệ thuật là một bàn tiệc cho tâm hồn, thì văn chương là cơm tấm giò chả, còn âm nhạc bác học là thứ rượu cô-nhắc được chưng cất lên men rất kỳ công!

Người thầy - người nghệ sĩ dương cầm vừa là một trí thức giàu tính tư tưởng, đồng thời là một người lao động chân tay cật lực, đổ mồ hôi và cả nước mắt trên những phím đàn.

Họ phải khổ luyện bằng kỷ luật nghiêm khắc, làm việc bằng một tâm trí thần kinh quân bình, tỉnh thức, nhưng đồng thời lại phải có một trái tim nhạy cảm, tinh tế, rung động và thăng hoa của phẩm chất nghệ sỹ.

Khi tôi thấu đạt điều này, tự đáy lòng mình, tôi luôn mang tình cảm kính trọng, tôn vinh những người thầy cô dạy dương cầm mà mình chọn cho Minh Khuê học và những đồng nghiệp của họ. Tuyệt nhiên, chưa bao giờ khởi trong lòng ý nghĩ kiểu "Thầy giáo đơn giản là người cung cấp, bán dịch vụ dạy dỗ!".

Thái độ tôn kính đối với người thầy và coi âm nhạc bác học là một tôn giáo lớn của tôi, có ảnh hưởng rất mạnh mẽ đến tâm hồn và thái độ của Minh Khuê đối với môn học: luôn coi đó là quan trọng, kính yêu người thầy và tập luyện chuyên cần với nhiều nỗ lực!

Đồng thời, tôi nhận ra tập quán thường nghĩ: "Ừm, mình không cần con học để thành nghề, chỉ học cho biết thôi!" hiện khá phổ biến trong phần lớn bố mẹ đang cho con học piano, là một lối nghĩ nông cạn và thiếu những hiểu biết đầy đủ.

Thực tế, cuộc sống cho tôi hiểu rằng "Không có việc gì là dễ dàng" và đây cũng là điều tôi nhận được trong những lời Phật dạy.

Tôi càng thấm thía rằng, với một môn học như piano hàn lâm cổ điển, để đạt được thành tựu nào đó, dù khiêm nhường đến đâu, cũng không thể bắt đầu từ một thói nghĩ thiếu hiểu biết là học để biết, để giải trí cho vui.

Từ cách nghĩ sơ lược ấy, sẽ dẫn đến thái độ, ứng xử thiếu hiểu biết về bản chất môn học, dẫn đến không nhận biết được những khác biệt và khó khăn cần phải vượt qua để tiếp cận môn học, dẫn đến thái độ thiếu nghiêm túc, không quan tâm đúng mức, không có được phương pháp dẫn dắt phù hợp, không có tiếng nói chung đồng điệu với người thầy trực tiếp dẫn dắt đứa trẻ, cuối cùng khiến đứa trẻ không được nhận sự huấn luyện hoàn hảo và tâm huyết nhất!

Do vậy, để Minh Khuê học piano, tôi đã chuẩn bị một tâm thế rất nghiêm túc, có lộ trình rõ ràng: ngắn hạn, trung hạn và dài hạn, như sau:

- Hình thức học: một thầy - một trò

- Từ 4 - 5 tuổi đến 8 tuổi:

Tôi hiểu rằng, tiềm năng hấp thụ âm nhạc của trẻ là rất lớn khi chúng ở tuổi thứ 4, là khi não bộ phát triển hoàn chỉnh và đang rộng, tràn đầy nguyên khí trong trẻo.

Nếu bắt đầu cho trẻ tập luyện âm nhạc cổ điển với người huấn luyện chuyên nghiệp, trên cây đàn chuyên nghiệp khi trẻ tròn 4 tuổi, là bạn đã biết cách tiết kiệm thời gian và công sức cho tương lai. Vì sự bắt đầu sớm, cho phép trẻ tập dượt sớm, dần đưa trẻ đi vào hành lang của tiềm thức âm nhạc bên trong bản thể! Nếu cho trẻ bắt đầu muộn hơn sau 10 tuổi, thì năng lực tiềm ẩn của trẻ do được đánh thức muộn... đã bị mai một, giảm theo tỷ lệ 20% mỗi năm (sau độ tuổi 10 tuổi), rất lãng phí!

Giai đoạn này, Minh Khuê học với cô giáo! Tôi đề xuất cô giáo ưu tiên huấn luyện và bồi đắp để Minh Khuê thuần thục, đúng tư thế tay, luyện tai nghe, nhạc cảm, những bài luyện và khúc nhạc ngắn theo giáo trình sơ cấp của nhạc viện quốc gia Việt Nam, cũng chính là bộ giáo trình của Viện âm nhạc Quốc Gia Nga.

Lộ trình học piano của Minh Khuê được co giãn theo sức học và tâm lý của cô bé, không bị áp lực nào mang tính chất của trường đào tạo chuyên nghiệp, không nóng vội tập vào tác phẩm!

Quãng thời gian này: mục tiêu là rèn luyện cho Minh Khuê kỹ luật mềm, sự bền chí, ý thức khổ luyện, ý thức về điều “không có gì là dễ dãi” thông qua những bài luyện ngón!

Từ 9 - 10 tuổi, Minh Khuê bước lên giai đoạn luyện tập xen kẽ giữa luyện ngón và tác phẩm cổ điển. Chúng tôi quan tâm đến các cuộc thi piano hàng năm, nhằm thúc đẩy Minh Khuê “cảm hứng” khi việc khổ luyện để hướng tới mục tiêu rõ ràng hơn. Quả nhiên, Minh Khuê tỏ ra háo hức, hứng thú. Hai năm liên tiếp (2005 và 2006), Minh Khuê đều đoạt giải nhì Festival Piano Hà Nội.

Từ hai giải thưởng liên tiếp, Minh Khuê bộc lộ rõ là một cô bé có phẩm chất nghệ thuật, và việc học piano, chơi piano từ đây đã có thêm màu sắc của sự thư giãn, nghỉ ngơi sau những giờ học văn hóa trên lớp.

Từ năm 2007 trở đi, Minh Khuê có bước chuyển biến vượt bậc cùng với việc bắt đầu học với thầy Nguyễn Huy Phương.

Từ thời điểm này, tính chuyên sâu, chuyên nghiệp và bản lĩnh sân khấu được nâng lên ở tầng mức cao hơn. Do tâm lý luôn thoải mái không bị áp lực danh tiếng và nghề nghiệp kỳ vọng, đặc biệt là sự đồng cảm sâu sắc của hai thầy trò đã giúp cho việc rèn luyện của Minh Khuê với bộ môn piano cổ điển tiến nhanh đến kinh ngạc. Mùa hè năm 2008, Minh Khuê đã trình diễn hoàn hảo, sâu lắng, tha thiết và vững vàng tổ khúc 4 mùa của Pyotr Ilyich Tchaikovsky gồm 12 chương (tương đương 12 tác phẩm biểu đạt cho 12 tháng trong năm!).

Chính một tâm thế an nhiên học để hiểu biết lại được truyền thụ bởi người thầy - pianist giỏi và tâm huyết, đã giúp cô bé buông lỏng tâm thế, thể hiện toàn bộ những thành tựu tích lũy của nhiều năm khổ luyện trong một tinh thần nghệ thuật và cống hiến vô tư. Vì thế, hiệu quả mang lại rất rõ nét: phẩm chất nghệ sĩ đích thực

trong âm nhạc được bộc lộ, bản lĩnh sân khấu an nhiên (nhiều khi được gọi thậm xưng là bản lĩnh li lợm trên sân khấu) nên Minh Khuê không bị căng thẳng quá mức, làm chủ được sân khấu, không bị vấp, hỏng khi biểu diễn trước một khán phòng lớn đầy khán giả, hoặc chơi một cách vững vàng tự tin trong cả dàn nhạc gồm 50 nghệ sĩ mà Minh Khuê là pianist!

Vi sao rất nhiều gia đình cho con đi học piano, nhưng dự án đã nhanh chóng đi tới phá sản?

Tôi đã có nhiều cuộc phỏng vấn nghiêm túc với nhiều người thầy giỏi và tâm huyết của môn toán về chủ đề niềm yêu thích học toán học của họ khi còn nhỏ, câu trả lời khá tương đồng: *“Không có mấy đứa trẻ ngay từ bé đã thích học toán như nhiều người nhầm tưởng đâu! Hay nói cách khác, toán học không thể hấp dẫn đối với trẻ nhỏ, vì nó khô khan, kỷ luật và chặt chẽ!”*

Tôi cũng đã phỏng vấn nhiều nghệ sĩ pianist thành danh về quãng đời ấu thơ và việc học piano của họ thời kỳ đó. Câu trả lời cũng tương tự: Rất nhiều khi chán nản và không thích thú gì, nhưng nhờ có bố mẹ hay người thầy trực tiếp hỗ trợ để vượt qua giai đoạn đó, có những lúc tưởng là bỏ cuộc vì thấy chông gai, khổ luyện mà nản lòng.

Như vậy, do cả toán học và âm nhạc bác học đều yêu cầu một dạng phẩm chất trong tư duy, đó là: tính tập trung cao độ; tính thực tế khách quan, không áp đặt chủ quan! Việc luyện tập đòi hỏi một sự kỷ luật tuyệt đối - những đòi hỏi khắt khe này, đương nhiên không thỏa mãn bản tính trẻ nhỏ đó là thích hoạt động tự do, ưa tưởng tượng, sáng tạo, đại khái, không chịu được kỷ luật, không ưa gò bó, v.v...

Những hiểu biết này đã giúp tôi hiểu rằng, để dự án học piano của Minh Khuê không rơi vào tình trạng phá sản sau một thời gian vài ba năm, bản thân tôi - trong vai trò người trợ thủ và đồng hành, phải nhìn nhận những đặc điểm kỷ luật khắt khe của môn học để

có cách lựa chiều, vừa đưa con vào kỷ luật mềm, vừa không “già néo đứt dây”.

Mềm mại nhưng kiên định cùng con bước qua giai đoạn những năm học giáo trình sơ cấp với phương châm: Mọi rào cản về tâm lý phải được soi xét và giải quyết ngay khi vừa xuất hiện, để không trở thành lỗi mòn, tật xấu khó chỉnh, tích tụ nhiều sẽ gây trở ngại lớn!

Ví dụ: Tiết luyện đàn của Minh Khuê tại nhà luôn diễn ra trong không gian tĩnh lặng. Tôi tắt mọi thiết bị âm thanh, loại bỏ mọi hoạt động hay tác động môi sinh có khả năng làm giảm sự tập trung cao độ, giúp Minh Khuê có được một môi trường tốt nhất để rèn luyện với cây đàn.

Những tiết kiểm tra định kỳ của Minh Khuê với thầy đều được thiết kế như một buổi biểu diễn nhỏ. Minh Khuê được mặc đẹp và tôi đều có hoa tặng con gái và cô giáo sau buổi kiểm tra đó!

Khi cô bé có dấu hiệu tâm lý mệt mỏi trùng với tiết học piano, đôi khi, do những rắc rối khác, thì tiết học nhanh chóng được tôi đề xuất biến thành một tiết thư giãn vui vẻ như Minh Khuê đang chơi với cây đàn chứ không phải trả bài, luyện ngón như thường diễn ra.

Ví dụ: Giai đoạn đầu, tôi chia nhỏ thời gian luyện đàn của Minh Khuê ra thành nhiều lần trong ngày, mỗi lần 15 phút. Không kéo dài thời gian tập mỗi lần, nhưng đảm bảo tổng lượng thời gian Minh Khuê tự luyện đàn ở nhà không ít hơn 60 phút/ngày.

Việc chia nhỏ thời gian tập luyện, giúp trẻ không nhàm chán. Việc dừng thời gian trong từng tiết luyện đàn khi trẻ vừa đủ hứng thú, khiến cho chúng không ngại sợ khi ngồi vào học ở những lần sau. Cứ thế tăng dần thời gian tiết học một cách êm ái, không gây sốc với trẻ!

Trong thỏa thuận với Thầy - người trực tiếp dẫn dắt, tôi chủ động đề xuất có những tiết học chỉ để thầy cô nói chuyện âm nhạc, chuyện các nghệ sĩ học đàn, khổ luyện ra sao? Kể cả những giai thoại vui về các nhà soạn nhạc lừng danh, chuyện thuở bé thầy cô

cũng học đàn piano vất vả thế nào? Đôi khi, đơn giản chỉ là thời gian thầy trò tán gẫu ngoại đề thoải mái.

Sự đan xen luyện tập và những bài nói chuyện với người thầy - người dẫn dắt luôn mang lại hiệu quả to lớn: sự kết nối, gắn bó, thân tình và thấu hiểu, sự thư giãn, giải trí đồng thời bồi đắp thêm cho cô bé nhiều kiến thức âm nhạc, khiến không khí tiết học trở nên nhẹ nhõm, hứng thú, không lê thê, mệt mỏi và áp lực mà thuận thành và êm ái.

Thực hành bền bỉ phương châm kỷ luật mềm này khiến phẩm chất nghệ thuật của trẻ chuyển biến tự nhiên, thân thiện và buông lỏng tâm thế. Nhờ đó thực chất, hiệu quả rất mỹ mãn, không khiên cưỡng và gượng ép bao giờ!

♥ Nghệ thuật là môn học mà chúng ta không thể dùng ý chí để nén trong thời gian ngắn!

♥ Nghệ thuật là môn học tràn đầy tính sáng tạo và hứng thú nên chúng ta không thể chỉ sử dụng kỷ luật cứng và mệnh lệnh!

♥ Nghệ thuật là tác phẩm được chưng cất và thăng hoa trong sự bền bỉ và nỗ lực toàn vẹn lâu dài không kỳ vọng. Tựa như khi chúng ta trồng một cây, thì cứ chăm sóc ân cần bắt sâu, tưới nước, yêu thương... Nhưng đừng hối thúc, đừng bón thuốc kích thích, hãy bền bỉ, thì một ban mai trong lành, hoa hồng sẽ dâng hiến vẻ đẹp tinh khôi, thơm ngát và xúc động!

Để thầy và trò học nhau

Học nghệ thuật là học cách để chia sẻ và đồng điệu!

Cách đây mấy hôm, tôi cùng con gái và một người bạn lớn, đến xem một chương trình hòa nhạc *An evening of chambermusic* có sự góp mặt của nhiều nghệ sĩ (NS) dòng cổ điển: NS Bùi Công Duy, NS Thái Linh, NS Vũ Chương, NS Nguyễn Mỹ Hương, NS Nguyễn Hồng Anh và những NS đến từ Mỹ như Dr James Scott, Dr Daphne Gerling v.v... Nhưng, đặc biệt là có sự trình tấu của Dr Nguyễn Huy Phương, là thầy dạy piano của Minh Khuê nhiều năm qua.

Buổi hòa nhạc thật xúc động! Với những tác phẩm của các nhà soạn nhạc cổ điển Wolfgang Amadeus Mozart, Felix Mendelssohn, Johannes Brahms, các nghệ sĩ đã cống hiến cho người hâm mộ dòng âm nhạc này một đêm nhạc huyền ảo và tràn đầy cảm xúc.

Tôi cũng rất xúc động, riêng Minh Khuê lại khá trầm tư. Khi trên đường về, Minh Khuê nói với tôi: “Dạo này thầy Phương bận rộn và căng thẳng lắm mẹ ạ!”. Tôi dường như chưa hiểu ý con gái, nên chỉ im lặng, hồi sau, Minh Khuê nói tiếp: “Hôm nay thầy Phương trình diễn bị “dính” mấy nốt, trước buổi diễn, thầy nói với con, ‘Thầy bận nhiều việc quá...’ Chắc vì thế, nên thầy tập tác phẩm chưa thật kỹ lắm...”

Thì ra là thế! Minh Khuê trầm tư vì nghĩ cho thầy của mình, chia sẻ với những khó khăn của thầy! Và, thoáng buồn vì thầy đàn có đôi chỗ “chưa sạch”. Cũng đã bao lần, tôi chứng kiến thầy Phương buồn vì Minh Khuê không nhiều tiến bộ, hay cười vui mà tràn đầy xúc động vì cô học trò biểu diễn rất thành công!

Điều này, tôi không lấy gì làm lạ, với thầy cô nào, Minh Khuê cũng có được sự kết nối, chia sẻ chân thành như thế. Tuy nhiên,

tôi kể câu chuyện này là có dụng ý, sự khác biệt trong những môn học nghệ thuật, chính là ở chỗ: để có được những tiến bộ trong quá trình học tập và rèn luyện, thầy và trò dứt khoát phải có sự thấu hiểu, chia sẻ với nhau.

Nghệ thuật, chỉ có thể thăng hoa và hiện hữu nơi có sự hứng thú, đồng điệu và thấu hiểu. Nghệ thuật không thể nảy mầm, phát triển trên một mảnh đất cưỡng chế, áp đặt, khiên cưỡng và hình thức, hay từ những quan niệm giản đơn: học cho biết thôi!

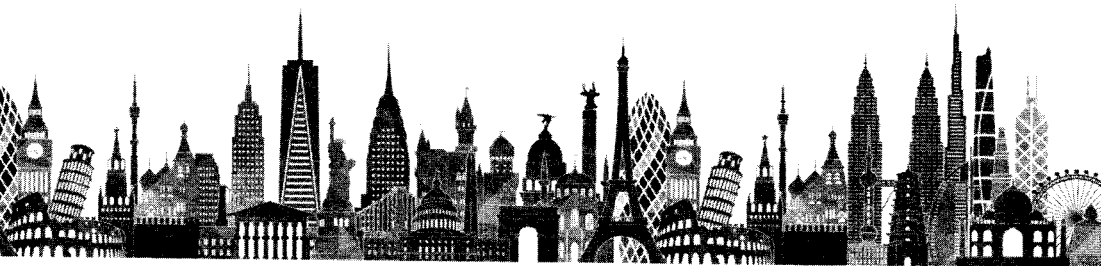
Ở các nền giáo dục tiên tiến, triết lý này được thấu hiểu và triển khai toàn bộ trong xã hội: từ nhà điều hành xã hội, nhà trường, thầy cô đến cha mẹ, học sinh đều thấu đáo, nên bạn quan sát thấy trẻ học nghệ thuật ở đó khá nhẹ nhàng, tự nhiên.

Ở xã hội mình, có nhiều khác biệt, nên để tạo môi trường và sự hứng thú trong học tập nói chung, và khổ luyện các bộ môn nghệ thuật nói riêng, đòi hỏi một nỗ lực lớn từ cha mẹ, bắt đầu từ sự thấu hiểu về bản chất, sự gian khó, khổ luyện dài lâu, đòi hỏi nhiều nghị lực, mồ hôi và trí tuệ của bộ môn nghệ thuật đó.

Khi tôi hiểu về bản chất của môn học piano cổ điển mà tôi cho con gái theo học, tôi tự nảy trong tâm hồn mình lòng kính trọng những người đã chắt lọc qua gian khó và nhiều tháng năm khổ luyện để đứng được trên vị trí người thầy, người nghệ sỹ, dù cuộc sống hay danh tiếng của họ giản dị khiêm nhường đến đâu? Và, tôi nỗ lực truyền cho con niềm kính trọng và trân quý những lao động nghệ thuật, phẩm chất nghệ thuật đích thực ấy ngay từ khi Minh Khuê còn rất bé!

Người thầy tạo hứng thú giúp trò học tập, rèn luyện hiệu quả, ngược lại, người trò cũng truyền cảm hứng cho thầy trong quá trình truyền thụ.

Chỉ khi trong bầu không khí tương tác, chân thành, cởi mở và nhiệt thành cùng tinh thần nghiêm cẩn tôn vinh nghệ thuật như thế thì nghệ thuật mới có cơ hội thăng hoa, mà như người Việt hay nói nôm na là thầy và trò hợp nhau.



Chương 5

LÀM CHỦ MỘT MÔN THỂ THAO

Dự án bảy ngày biết bơi và những bài học lớn hơn: Dạy trẻ bằng cách của trẻ!

Gợi mở và tạo cho trẻ niềm vui với nước

Mùa hè năm 2001, tôi lên kế hoạch cho Minh Khuê học bơi, môn thể thao trong sáu nhóm bộ môn trụ cột nhằm giúp trẻ tăng tiến và cải thiện bảy loại hình thông minh đa dạng cho não bộ của trẻ.

Khởi đầu, tôi đưa Minh Khuê đến bể bơi dành cho trẻ nhỏ để nghịch nước và vui chơi với máng trượt, bóng và các bạn đồng lứa. Đây là hoạt động vui chơi mà trẻ rất hứng thú, có thể chơi cả buổi không chán!

Sau đó, tôi dừng việc cho cô bé đến bể vầy nước như đã làm liên tục thời gian trước đó. Vài ngày sau, Minh Khuê nhắc mẹ việc phải đến bể bơi để vui chơi.

Nghệ thuật dẫn dụ, để đứa trẻ tự đưa ra cam kết học bơi mà không cưỡng ép

Đây là mẹo tâm lý, khiến trẻ có thêm động lực vì cảm thấy được tự mình quyết định và vì thế có quyết tâm cao hơn.

Cô bé thúc giục và nhắc nhở mẹ, điều này cứ tiếp diễn trong vài ngày và tôi cảm nhận sự khao khát của bé trong cách đề nghị: “Mẹ ơi, mình phải đến bể bơi chứ, nếu không bể bơi sẽ không có người vui chơi!”.

Lúc này, tôi nói với con gái: “Ừm, mẹ cũng muốn lắm, nhưng nếu con không biết bơi thì chúng ta không nên đến bể bơi làm gì, vì sẽ làm phiền những người bơi ở đó.”

Ra chiều suy nghĩ, Minh Khuê hỏi tôi, rất nghiêm túc: “Học bơi có khó không mẹ?”

Tôi trả lời con gái rằng, nếu con tự tập sẽ rất khó, nhưng có chú Hải là một con cá heo điểu nghệ sẽ hỗ trợ con, thì mẹ tin là không khó!

Tôi mô tả một cách say sưa về chú huấn luyện viên mà mình đã chọn để hướng dẫn cho Minh Khuê học bơi. Rằng, chú Hải bơi giỏi như một con cá heo tài khéo, chú cá mà Minh Khuê rất yêu thích trong những bộ phim hoạt hình, truyện tranh, như thế nào? Rằng chú Hải có thể chơi bóng rổ, bóng chuyền dưới nước tuyệt vời ra làm sao? Nghe khuôn miệng tôi mô tả biểu cảm, Minh Khuê cứ tròn mắt nhìn, khoái chí lắm. Cuối cùng thì cô bé tự quyết định: “Cho con học bơi với chú Hải cá heo mẹ nhé!”.

Chắc chắn, đấy là cách mà tôi muốn, rằng con tự đưa ra quyết định, đây là mẹo tâm lý, khiến trẻ có thêm động lực vì cảm thấy được tự mình quyết định và vì thế có quyết tâm cao hơn trong luyện tập sau này.

Tôi cũng biết, sự thỏa hiệp ban đầu, đồng ý học bơi của cô con gái nhiều phần bị hối thúc bởi những hình dung lý thú và niềm vui được mẹ nuôi dưỡng từ ban đầu như thế. Tuy nhiên, phía trước còn rất nhiều khó khăn và trở ngại mà tôi phải chủ động lường trước và có phương án để hai mẹ con cùng vượt qua.

Điều tôi lo sợ nhất là một hiện trạng mà tôi nhìn thấy, đó là nhiều trẻ mua vé học bơi rất nhiều mùa hè, từ mùa này đến mùa khác, nhưng cuối cùng... đến khi thành niên, những bạn trẻ ấy vẫn không biết bơi. Điều tôi lo sợ, rằng từ dự án học hành nghiêm túc đầu đời của con gái này - nếu tôi quyết định cầu thả, thiếu cân nhắc, tôi có thể sẽ đưa con gái vào thực trạng như tôi vừa trình bày. Tôi lo sợ, sự nửa vời hoặc không đem đến hiệu quả nào trong dự án học bơi của con gái có thể là một yếu tố tiêu cực gieo vào tâm não

cô bé một thái độ dễ dãi với mọi việc, coi chuyện không hoàn tất, không đạt kết quả nào trong một công việc nào đó là bình thường, và nhiều lần lặp lại như thế, sẽ tạo nên tâm lý vô trách nhiệm với công việc mình làm, tâm lý buông xuôi và tệ hơn đó là tâm lý thất bại: “Mình thật vô tích sự, làm việc gì cũng hỏng, đòi mình nó hăm hiu như thế mãi rồi...”.

Soạn giáo trình và lên kế hoạch luyện tập: 7 ngày kỷ luật!

Hải, một huấn luyện viên chuyên nghiệp đã cười nhẹ khi tôi đề nghị bạn ấy huấn luyện bơi cho một cô bé 5 tuổi. Hải trả lời: không được chị ạ, vì huấn luyện các cháu rất khó, chúng chưa đủ lớn để tuân theo các mệnh lệnh!

Tôi đã tỉ tê để thuyết phục Hải đồng ý, rằng trẻ càng nhỏ tuổi, càng mau thuần thục trong môn bơi lội, vì tiềm thức sâu bên trong của trẻ là bản năng bơi còn rất mạnh mẽ như cảm giác bơi trong nước ối người mẹ. Hơn nữa, khi còn nhỏ tuổi, trẻ chưa bị những ám thị về tình huống ngạt nước, đuối nước, chưa có trải nghiệm hay hình ảnh nào gây ấn tượng sợ hãi trong đầu chúng, nên tâm lý thả lỏng, thân thể thả lỏng là những yếu tố giúp trẻ nhanh chóng tìm lại phản xạ bơi tiềm ẩn.

Tuy nhiên, huấn luyện trẻ nhỏ bơi không thể chỉ áp dụng mệnh lệnh, biểu đạt và hướng dẫn khái niệm, ý niệm v.v... như áp dụng với người trưởng thành hay với trẻ lớn, vì đơn giản chúng chưa đủ vốn từ, vốn sống để hiểu. Do đó nhất định phải thực hành huấn luyện theo phương pháp trực quan sinh động. Chú và cháu cùng thực hành từng mục tiêu nhỏ!

Sau khi được tôi thuyết phục và nhận lời làm chú cá heo huấn luyện bơi cho Minh Khuê, Hải đã giảng giải cho tôi hiểu về nguyên lý và yêu cầu cơ bản đòi hỏi trong huấn luyện bơi, và từ đó tôi hiểu rõ mấy vấn đề sau:

- Đúng là trẻ sẽ biết bơi sau bảy ngày huấn luyện, nhưng phải hiểu đấy là bảy ngày làm việc cật lực, nghiêm túc, khoa học và có mục tiêu.

Để có kết quả như mong đợi sau bảy ngày, công việc từng ngày sẽ là:

Sáng: 5h30 - 7h30 sáng, Minh Khuê học bơi tại bể với chú Hải.

Chiều: 3h30 - 5h30 tập động tác trên cạn tại nhà.

Yêu cầu: không được nghỉ học ngày nào vì huấn luyện bơi rất cần độ nén về khối lượng luyện tập trong một khoảng thời gian chuẩn là bảy ngày liên tục, thì lượng sẽ biến đổi thành chất, đứa trẻ sẽ biết bơi.

Nếu cùng khối lượng luyện tập đó, nhưng không duy trì được kỷ luật về độ nén thời gian huấn luyện, thì việc đó không có sức bật, không biến đổi thành chất. Điều này lý giải vì sao nhiều cháu được cha mẹ cho học bơi nhiều mùa hè liên tục... nhưng kết quả vẫn không biết bơi!

Mẹ phải có hiểu biết, để hỗ trợ hiệu quả cho con!

Sau khi được nghe chú Hải “lên lớp” về những hiểu biết cần thiết, quan trọng trong việc huấn luyện trẻ biết bơi thuần thục, tôi đã lên kế hoạch thực hiện cho bản thân với vai trò người trợ giảng cho thầy Hải và trợ học cho con gái như sau:

Đảm bảo sức khỏe thân thể và dinh dưỡng hợp lý cho trẻ vận động kỷ luật bảy ngày không gián đoạn; tôi vừa nghiên cứu dinh dưỡng hợp lý, giấc ngủ tốt để 5h đã thức giấc và ra bể bơi; trang bị kính bơi tốt để phòng bệnh đau mắt do nước ở bể bơi chưa hoàn toàn đúng tiêu chuẩn vệ sinh; đảm bảo khi trẻ lên bờ không bị gió lùa gây cảm sốt do thay đổi thói quen sinh hoạt.

Tóm lại, để con thực hành huấn luyện bảy ngày biết bơi thuần thục một kiểu bơi ếch, tôi vừa đảm nhiệm là điều dưỡng viên, vừa là bác sĩ, hộ lý vừa là nhà tâm lý và trợ giảng. Tôi quyết định xin nghỉ phép 10 ngày để cùng con bước vào đợt huấn luyện bơi. Bản thân Minh Khuê, tôi cũng chủ động tạm thời giãn các môn học khác như âm nhạc, vẽ và tiếng Anh vì muốn có sự tập trung cao độ cho đợt huấn luyện thể chất.

Những bài học thú vị từ trực quan sinh động: Huấn luyện những kỹ năng bắt buộc trong sự hứng thú của trẻ!

Tại bể bơi, tôi quan sát bài học đầu tiên: thờ trong nước của Minh Khuê rất hay. Bên cạnh bể bơi, Minh Khuê vẫn ngồi chơi rất tập trung, vì trò chơi cần sự tập trung cả động tác lẫn tư duy để điều khiển hành động, với những đồ chơi yêu thích như: các loại chai lọ nhựa, hứng nước, rót nước từ bình này sang bình khác, một trò chơi tôi rất khuyến khích nhằm huấn luyện sự khéo léo của đôi tay và rèn luyện óc suy luận để nhận ra vật có thể tích lớn hơn - nhỏ hơn thông qua việc so sánh mực nước được đong vào như nhau trong các bình, v.v... Trong khi cô bé mãi chơi, chú Hải dùng tay nhỏ nước lên tóc cháu, lúc đầu nhẹ và ít, sau tăng dần mức độ.

Lúc đầu, Minh Khuê đành phải dùng chơi để lấy tay vượt nước trên mặt để thờ. Chú Hải cá Heo vừa làm vừa khuyến khích cô bé: “Cháu cứ chơi mà vẫn thờ đều mới cừ. Hãy há mồm ra để hít vào, không phải lấy tay vượt nước đâu!”

Cứ thế, đến ngày thứ hai, Minh Khuê cứ chơi trò chơi của mình, mặc cho chú Hải dội cả ca nước lên đầu vẫn thản nhiên chơi. Như vậy là với bài học về phản xạ thờ đều trong nước, Minh Khuê đã thuần thục mà cô bé cứ ngỡ mình đang vui chơi!

Kỹ năng thờ trong nước là khó nhất đối với trẻ, sau đó là những kỹ năng nổi và vận động nhịp nhàng trong nước, Minh Khuê đã được chú Hải huấn luyện dẫn dắt một cách thuần thục, khá nhẹ nhàng theo cùng nguyên tắc trực quan sinh động! Chú làm mẫu cháu học theo, rất tích cực, tràn đầy tiếng cười và sáng khoái!

Quả nhiên, đến ngày huấn luyện thứ năm, thì Minh Khuê đã bơi tốt ở bể bơi thiếu nhi. Sang ngày thứ bảy, hai chú cháu rủ nhau sang bơi bể huấn luyện chuyên nghiệp sâu 5,8m, và Minh Khuê bơi xem ra có phần khoái chí hơn, dễ dàng hơn vì bể sâu thì lực đẩy của nước lớn hơn. Thực tế, ở những mùa bơi tiếp sau, Minh Khuê có thể bơi hàng ngàn mét vòng quanh bể mà không thấy mệt. Chú Hải giải thích: đó chính là lợi ích của việc được huấn luyện bơi đúng!

Hiệu ứng kép

Việc học bơi được vạch ra nghiêm túc, có lộ trình, giáo trình bày bán trong một mùa hè đã giúp Minh Khuê và tôi nhận biết sâu sắc một điều: mọi dự án phải được tìm hiểu rất ráo để có phương án khả thi, chứ không làm theo cảm tính và nghe theo ý kiến bên ngoài.

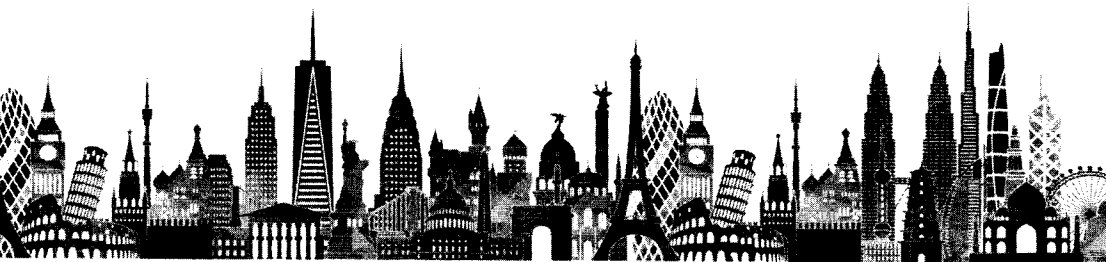
Cần hiểu rằng, người huấn luyện rất quan trọng và người mẹ phải biết lắng nghe, tôn trọng và tuân thủ sự chỉ dẫn của người huấn luyện - người thầy thì mới đảm bảo thành công! Đến bây giờ, dù ít khi gặp lại, nhưng trong cảm hứng sống, hai mẹ con tôi vẫn hay nhắc đến chú Hải cá heo, một huấn luyện viên rất tâm huyết và giỏi nghề!

Đảm bảo sức khỏe để theo đuổi đúng lộ trình của dự án là một yếu tố rất then chốt dẫn đến kết quả hợp lý.

Dự án tập bơi “Bảy ngày biết bơi” đã đưa đến cho tôi và Minh Khuê một chỉ dẫn cho những dự án về sau: phải nỗ lực, quyết tâm và tập trung ý chí để chinh phục những mục tiêu đặt ra, thì sẽ rất tiết kiệm thời gian, công sức.

Hơn thế nữa, sự thành công trong dự án “Bảy ngày biết bơi” đã giúp chúng tôi bồi đắp cho bản thân một niềm tin vững chắc: Nếu một dự án được xây dựng trên cơ sở thực tế, có hiểu biết sâu sắc, có lộ trình đúng và nỗ lực cao trong hành động thì nhất định sẽ thành công.

Giúp con tập bơi thành công và từ đó, tập nhận biết những bài học lớn hơn là kiến thức quý giá mà tôi nhận được trên hành trình làm mẹ của mình.



Chương 6

HỌC VẼ - GIÚP TRẺ BỒI ĐÁP TỐ CHẤT TƯ DUY NÃO PHẢI



Tự do biểu đạt nội tâm đây cá tính và sáng tạo

Chặng đường quan trọng: Dạy trẻ tập tô màu và những giá trị từ đó

Tôi nhớ, một lần, tôi vào nhà sách ngoại văn trên đường Tràng Tiền và “mất tích” trong đó rất lâu. Sau đó, tôi ôm một chồng sách tập tô màu ra quầy tính tiền. Cô thu ngân vui vẻ hỏi: “Chị là giáo viên dạy vẽ à?” “Không đâu em, chị không phải là giáo viên dạy vẽ! À, mà đúng là giáo viên... dạy tô màu cho con gái”

Tôi và cô thu ngân cười vui, cô ấy còn bảo: “Chỉ tại vì em chưa thấy ai mua mấy cuốn tô màu này nhiều như chị. Sách nhập khẩu nên giá bán đắt và mọi người trả lại sách ở quầy thu ngân với lời thắc mắc: “Sách này của nội rẻ bèo, thôi không mua đâu!”

Tôi rất hiểu ý cô thu ngân, nên bảo: “Thế nên, chị phải “đầu cơ” nhiều nhiều thế này cho đủ giáo án tô màu mà chị giành cho con gái, vì chị sợ công ty mình sẽ thôi không nhập khẩu mấy cuốn này nữa!” “Vâng, đúng đấy chị ạ, mặt hàng khó bán!”

Hồi ấy, là tháng 2 năm 2000, mỗi cuốn tô màu nhập từ Pháp về đã có giá gần 70 ngàn đồng và nó khó được thị trường chấp nhận. Nhưng với những kiến thức nhỏ bé của mình, tôi phát hiện ra rằng, những cuốn dạy trẻ tập tô màu ấy được thiết kế trên thứ giấy đặc biệt dành cho vẽ và tô màu: giấy có độ sần, xốp và khả năng hút chất liệu màu tô. Chắc chắn, đó là những cuốn tô màu tôi cần nhất cho bước khởi đầu hành trình học vẽ của Minh Khuê

Từ tháng 2 đến tháng 8 năm 2000, tôi có sáu tháng để hướng dẫn cho con gái tập tô màu với chồng sách tập tô mà tôi ôm về từ

nhà sách ngoại văn. Tôi còn mò mẫm đến tận “sào huyệt” của môn vẽ là trường Mỹ Thuật Yết Kiêu để tìm mua sáp màu, phấn màu loại tốt giành cho giới học vẽ chuyên nghiệp.

Quan điểm của tôi về việc chuẩn bị lộ trình cho dự án tập tô màu, bước đệm quan trọng cho môn học vẽ của Minh Khuê, đó là: Không có yếu tố con nhà nòi, không quan tâm là con gái có năng khiếu hay không, không kỳ vọng theo kiểu “học để làm nghề”, nhưng dứt khoát học phải rất bài bản và “chuyên nghiệp”.

Lý do sâu xa, tôi hiểu rằng, trẻ thích vẽ vôi, thích chơi với sắc màu và thích quan sát hình khối. Do đó, vẽ là môn học dễ “chấp nhận” nhất đối với trẻ nhỏ, dựa theo quy luật tâm lý đó, tôi hiểu rằng, vẽ nên được chọn là môn học đầu tiên để rèn luyện cho Minh Khuê những tố chất cần thiết như: tính kỷ luật và khả năng tập trung, trước khi cô bé được mẹ đưa đến lớp mẫu giáo nhỏ.

Do đó, tôi cũng tìm tòi và chuẩn bị cho con với tinh thần cũng rất “chuyên nghiệp”. Đương nhiên, thái độ và hành động nghiêm túc của tôi, đã tác động lên quan sát, suy nghĩ của cô bé 4 tuổi, và một cách tự nhiên, Minh Khuê cũng bước vào dự án học tô màu một cách rất nghiêm túc, “chuyên nghiệp”.

Tôi chuẩn bị cho Minh Khuê tập tô màu như sau:

Giấy chuyên biệt cho vẽ, giáo pháp hình họa tập tô cho trẻ theo đúng lứa tuổi 4 - 5 rất sinh động, chất liệu sáp màu, phấn màu, chì vẽ đúng quy chuẩn và chất lượng tốt nhất có nhãn hiệu của Nhật, Nga, Hàn Quốc, v.v...

Lý luận để tôi có quan điểm lựa chọn đó, như sau: Trẻ càng mới nhập môn, càng cần hỗ trợ từ bên ngoài: chất liệu giấy vẽ chuyên biệt, vật liệu họa phẩm hình ảnh mẫu chuẩn mực, tốt nhất, v.v... Tất cả sự hỗ trợ đó, giúp cho trẻ khi thao tác tập tô, sẽ cảm thấy không quá khó, màu sáp mềm, tươi sáng khiến trẻ thấy hứng thú và ham thích tập tô.

Minh Khuê còn được tôi khuyến khích tập tô bằng màu phấn chuyên biệt cho vẽ, như thế, cô bé rất khoái chí vì được dùng ngón tay,

đôi khi cả bàn tay để xoa màu lên hình, điều này, có tác dụng giúp bé nhận ra sự chuyển màu, chuyển sắc độ đậm nhạt, sự giao thoa màu sắc êm ái, tự nhiên hơn khi chỉ dùng sáp màu.

Hàng ngày, Minh Khuê cùng mẹ chọn “bài tập” cho môn tô màu là bức tranh nào mà cô bé thích thú, tất nhiên, là những cuốn tô màu tôi đã lựa chọn, phù hợp với lứa tuổi của trẻ 4 - 5 tuổi: hình họa khá đơn giản, không quá khó, không quá nhiều màu sắc.

Minh Khuê cũng được tôi hướng dẫn để xem hình ảnh toàn vẹn của họa sĩ về bức tranh đó, cô bé được quan sát hồi lâu, sau đó tôi đề nghị “con gập phần tranh của họa sĩ lại, con tô màu theo cách con sáng tạo, như thế mẹ càng thích!”.

Tôi nhắc với cô bé rằng, họa sĩ có cách nhìn của họ, con có thể nhận thấy màu sắc theo cách của con, điều quan trọng là bức tranh cần được tô màu toàn bộ, không bỏ dở, nếu không, thì bức tranh không hoàn tất!

Tôi còn gợi ý: để tô màu xong bức tranh này, hoặc con vật này, hoặc bông hoa này, v.v..., con phải làm việc tập trung cao độ với thời gian là 20 phút, hay 30 phút, hay 60 phút, v.v...

Và, tôi hướng dẫn Minh Khuê tiếp: “Do đó, con phải nhìn kim đồng hồ nhé, nếu con ngồi tô được 5 phút đã muốn giải lao, thì con thả 1 hòn bi ve vào lọ, cứ thế, con cộng dồn thời gian tập tô, xem được bao nhiêu viên bi thì con hoàn tất tác phẩm. Khi nào, tác phẩm tô màu xong mà số viên bi giảm đi so với dự kiến ban đầu, ấy là con rất giỏi đấy nhé.

Minh Khuê rất thích những viên bi ve nhiều sắc màu óng ánh thả vào một chiếc bình nhựa trong. Tất nhiên, tôi giao hẹn, nếu chưa được năm phút đã muốn nghỉ giải lao, thì hôm đó, chúng ta thất bại nặng nề.

Thình thoảng, chúng tôi lại mang những chiếc bình đựng bi ve ra đếm, và Minh Khuê tỏ ra vô cùng ngạc nhiên vì những khoảng thời gian cô bé ngồi tô màu những bức tranh một cách tập trung toàn bộ trở nên nhiều đến mức không thể đếm xuể!

Minh Khuê sung sướng trước thành quả ấy! Cùng với những bức tranh - những bài tập tô màu của Minh Khuê là những chiếc bình đựng đầy viên bi ve như một minh chứng sống động cho thành quả rèn luyện của cô bé, được mẹ trưng bày ở nơi trang trọng nhất trong căn phòng nhỏ của hai mẹ con.

Cô bé 4 tuổi cảm thấy hào hứng vì tài sản giàu có của mình từ nỗ lực lao động và làm việc, được mẹ ghi nhận và tôn trọng. Minh Khuê có được niềm tự tin vui vẻ.

Tất nhiên, để hướng dẫn và giúp con vượt lên chính bản thân mình, chiến thắng bản năng trẻ nhỏ thích chơi tự do chứ không thích ngồi tập trung toàn bộ (trí não - tay, ngón tay, mắt, chân, v.v...) vào một công việc nhàm chán, tôi cũng tập tô cùng con.

Cổ nhân có câu nhắc nhở các bậc làm cha mẹ rất hay: Ở đời có hai việc khó khăn nhất, nhưng cũng là hai việc cần làm nhất, đó là chơi với trẻ nhỏ và nghe chuyện của người già. Câu nói ấy ngụ ý rằng: trò chơi của trẻ nhỏ thường lặp đi lặp lại, mà theo người lớn là nhàm chán, nhưng đó là cách để trẻ thuần thục kỹ năng. Tương tự như vậy, người già thường hoài niệm và kể đi kể lại một câu chuyện, khiến chúng ta nhàm chán, nhưng kiên nhẫn lắng nghe, đó là cách để chúng ta giúp người già vận động trí não và vui sống.

Người mẹ nào cũng yêu con và sẵn lòng làm mọi việc vì con, tuy nhiên, để học cùng và chơi cùng đứa trẻ, thì không phải cha mẹ nào cũng đủ kiên nhẫn. Tôi cũng không phải ngoại lệ. Tuy nhiên, khi tôi nắm vững nguyên lý để “học” và thuần thục kỹ năng của trẻ dưới 10 tuổi là “trực quan sinh động: là quan sát => ghi nhớ => bắt chước và làm theo, tất nhiên, tôi đã nỗ lực tập chơi với con từng ngày và tập tô với con từng mẫu tranh, để Minh Khuê quan sát, ghi nhớ, bắt chước và làm theo.

Bất kể một công việc nào, một thói quen làm việc, lao động nào, muốn thuần thục với trẻ, đều cần phải lặp đi, lặp lại nhiều hoặc rất nhiều lần. Với môn tập tô cũng vậy, tôi đã hướng dẫn Minh Khuê và cùng con tập tô kiên trì trong khoảng thời gian hơn 6 tháng, trước khi cô bé được mẹ đưa vào lớp mẫu giáo nhỏ.

Dự án tập tô màu của Minh Khuê, trước khi cô bé bước vào lớp mẫu giáo nhỡ, đã giúp cô bé có được những tố chất quan trọng để gia nhập vào một tổ chức xã hội đầu tiên trong cuộc đời: trường mầm non. Đó là những tố chất quan trọng sau:

1. Có khả năng tập trung toàn bộ trí não, mắt, tay, toàn thân v.v..., vào một công việc với thời gian là 30 phút và lâu hơn.

2. Có ý thức làm việc đến cùng, không bỏ cuộc, dù xấu hay đẹp cũng tô màu bằng xong bức tô màu để hoàn tất công việc và sau đó tự rút ra kết luận và kinh nghiệm, kiểu như: “Bức này con tô màu bằng chì nên nhạt quá mẹ ạ, bức sau con không tô màu bằng chì nữa!”.

3. Làm quen với các họa phẩm, chất liệu hội họa, nên khi đến lớp bé rất hào hứng với phòng học vẽ, cô bé trở nên chủ động và vui vẻ đi học.

Tôi hoàn toàn có niềm tin tưởng vững chắc rằng, những tố chất trên là rất quan trọng để giúp con gái bồi đắp và tăng tiến dần đến thuần thục, nó có ý nghĩa lớn lao, không chỉ với những bức tô màu trong những cuốn sách tập tô mà tôi sưu tầm, mà lớn hơn, nó chính là nền tảng cần thiết cho nhiều môn học sau này và mọi hoạt động cuộc sống của đứa trẻ.

Giai đoạn học vẽ hình họa:

Ông già hồn nhiên và những đứa trẻ khoái chí!

Tôi nhớ đó là tháng 11 năm 2000, khi Minh Khuê học mẫu giáo nhỡ. Tôi đăng ký cho con một lớp học vẽ tại trường mẫu giáo. Tuy nhiên, tôi không chỉ đơn thuần là đăng ký lớp vẽ cho con, tôi còn rắp tâm “rình” để chứng kiến một tiết học vẽ ở trường mẫu giáo diễn ra ra sao. Thực ra chính tôi cũng đặc biệt hứng thú với bộ môn vẽ, dù thế hệ chúng tôi dường như không mấy người được cho học và được học chỉ vì thích thú.

Vừa trong tâm thế một người mẹ “vi hành” để đánh giá chất lượng tiết học của con, tôi vừa trong tâm trạng của một đứa trẻ tò mò, chính vì thế, tôi đã thu nhận được nhiều hiểu biết lý thú từ tiết học dự thính ấy.

Hóa ra, đó là lớp dạy vẽ của một ông già râu tóc bạc phơ, một ông già rất đỗi hồn nhiên, khiến tôi cũng há hốc mồm vì thú vị:

- Nay tớ hỏi các cậu - cái khuôn mặt nó như thế nào nhỉ? - ông già hồn nhiên hỏi.

- Hình tròn ạ! - Giọng lũ trẻ xôn xao.

- Tròn như cái đĩa á, hay tròn như quả trứng nhỉ?

"Như quả trứng ạ!", chen lẫn với tiếng tranh nói to hơn: "Như cái đĩa ạ!"

Thế rồi ông già vẽ lên bảng một hình quả trứng, một hình như cái đĩa. Cả lớp reo hò, sung sướng vì ý kiến nào cũng được ông ghi nhận.

Ông già hồn nhiên hỏi tiếp: "Rồi cái gì trên mặt mà ta nhận ra ngay nhỉ?"

Cả lớp: "Mắt ạ! Miệng ạ!" Bao nhiêu cái miệng là bấy nhiêu lao xao tranh nhau nói, ông già râu tóc bạc phơ bảo: "Ấy ấy cái miệng nó tranh nói to nhất, mắt trật tự nhất nên ta vẽ cái miệng trước nhé. Miệng cười hay miệng khóc nhỉ?"

- Miệng cười ạ!

- Miệng cười giống cái gì nhỉ?

- Dấu á ạ! Mặt trắng khuyết ạ, quả chuối tiêu ạ... thật lao xao, thật hào hứng!

Rồi ông già vẽ thêm vào hai hình trên bảng theo gợi ý của cả lớp hai cái miệng cười. Ông già bộ: "Ô, thế này đã thành cái mặt thằng bé, cô bé đang cười chưa nhỉ?"

Cả lớp: "Chưa ạ, ông ơi ông vẽ mắt đi! Tròn xoe như viên bi ông ạ."

Ông già: "Thế vẽ mắt thì ra làm sao cả lớp ơi? Chỉ tròn xoe như viên bi thôi á?"

Cả lớp: "Không ạ, có lông mi ạ, con gái lông mi dài cong cong ạ, con trai lông mi ngắn ạ, có con ngươi nữa ạ... phía trên có lông mày nữa ông nhé..."

Ông già: “Cả lớp nói từ từ để ông còn theo kịp nhé...”

Cứ như thế cả lớp đang hướng dẫn ông già hồn nhiên học vẽ, chứ không phải là ông đang dạy trẻ học vẽ, nhiều hơn nữa là ông đang dẫn dắt chúng quan sát, tự tin mô tả những quan sát của chúng về khuôn mặt người v.v...

Ông già hồn nhiên vừa điền thêm các nét vẽ theo sự chỉ dẫn của cả lớp, vừa giải thích rất sinh động cho trẻ hiểu tầm quan trọng của từng bộ phận trên gương mặt:

“Cái miệng là quan trọng lắm, nó cần thiết để nói lời yêu mẹ, yêu bố, để hát để cười chứ không phải để khóc nghe chưa các bạn? Đôi mắt là để nhìn thấy đường đi, nếu không là vấp ngã, cho nên chúng ta phải bảo vệ đôi mắt không được ngồi gần ti vi nhé các bạn! Đôi lông mày để làm gì nhỉ, nó không chỉ để mẹ trang điểm đâu nhé, nó là bờ đê, chặn những giọt mồ hôi rơi vào mắt thì cay lắm đúng không nào? Cái tai thì để làm gì nhỉ, à để nghe xem ông già đang nói gì đấy, phải không các bạn ơi?”

Đoạn, ông già vờ đã hoàn tất, bảo: “Xong rồi nhé, chân dung bé trai bé gái!”

- “Ông ơi, ông quên mất cái mũi rồi, ôi ông ngốc quá!”

- “Ừ nhỉ, cần phải có một cái mũi để ngửi mùi món chả mẹ nướng thơm lừng, nó ở đâu nhỉ?”

- “Nó ở giữa khuôn mặt!”

- À đúng rồi, lớp mình giỏi quá, cả lớp đã hướng dẫn ông vẽ đầy đủ mọi bộ phận trên gương mặt rồi nhỉ. Cả lớp vỗ tay nào?

Tôi đứng dự thính ngoài cửa sổ và hào hứng theo cùng không khí lớp học. Tôi cũng nháy căng lên như một đứa trẻ trong một tiết học thật vui vẻ. Và tôi hiểu rằng, đây là Người Thầy đầu tiên mà tôi sẽ cầu thị để ông bắt đầu những tiết học vẽ “nghiêm túc” cho con gái yêu của mình - khi ấy, Minh Khuê tròn 4 tuổi.

Từ 4 đến 9 tuổi, Minh Khuê tăng cường học vẽ để tận dụng tối đa giai đoạn tư duy não phải của trẻ: Trực giác mãnh liệt và những bức tranh thú vị!

Tôi lại kể lại các bạn nghe một câu chuyện giáo dục được nhắc đến nhiều tại Mỹ:

“Gordon Mackenzie một nhà thiết kế, một nhà hoạt động xã hội thường dành thời gian nói chuyện tại các ngôi trường. Ông giới thiệu với các học sinh trước buổi nói chuyện rằng ông là một họa sĩ, một nghệ sĩ. Sau đó, một cách dí dỏm, ông đưa ánh mắt giao lưu với khắp gian phòng và hỏi:

- Có bao nhiêu họa sĩ trong căn phòng này? Các em có thể giơ tay lên không?

Sau rất nhiều thực nghiệm, Gordon Mackenzie rút ra một nhận xét như sau: Tại các trường mẫu giáo và lớp 1 tất cả các em đều hăng hái giơ tay. $\frac{3}{4}$ số học sinh lớp 2 giơ tay mặc dù đã bớt đi hào hứng. Lớp 3 chỉ một vài học sinh giơ tay và lớp 6 thì dường như không có cánh tay nào giơ lên.

Câu chuyện và sự khái quát của Gordon Mackenzie đã mang tới cho tôi một gợi ý của khoa học về quy luật phát triển não bộ như sau: năng lực tư duy bằng não phải và tư duy trực giác cần được chú động khơi dậy, nuôi dưỡng và làm mạnh lên ở trẻ. Nên bắt đầu tốt nhất ở lứa tuổi từ 4 - 7, vì sau đó, năng lực tư duy trực giác này, nếu để “ngủ quên”, không được đánh thức, không được liên tục trau dồi, sẽ tự động giảm sút nhanh chóng theo đồ thị đi xuống, tỷ lệ nghịch với tuổi lớn lên của đứa trẻ. Điều này, gợi cho bạn ý tưởng vì sao những họa sĩ, nhà thiết kế tài danh phần lớn đều có “lịch sử” bắt đầu học vẽ từ rất sớm.

Từ 4 - 7 tuổi, đây là giai đoạn não bộ của trẻ mạnh về năng lực tư duy hình tượng, trực quan sinh động. Đương nhiên, vẽ là bộ môn tuyệt vời nhất để giúp trẻ thuần thục năng lực này, cũng như giúp trẻ làm mạnh lên trí thông minh không gian - một trong bảy loại hình trí thông minh theo thuyết trí thông minh đa dạng.

Tháng 8 năm 2003, Minh Khuê được treo 10 bức tranh tại triển lãm tranh thiếu thi ở trung tâm triển lãm danh gia nhất Hà Nội, 16 Ngô Quyền.

Một bức tranh có tiêu đề “Mùa hè - thi trâu”, đó là bức tranh mang không khí thi trâu của các bạn nhỏ nông thôn. Toàn bộ bức tranh, từ những con trâu, các bạn nhỏ, cò chuối, thảm cỏ, mây và ông trời đều một tông màu xanh mát. Tôi hỏi: “Sao mà trâu cũng màu xanh, ông mặt trời cũng màu xanh?”. Minh Khuê giải thích: “Vì thi trâu vào buổi chiều mùa hè, nên con phải tô ông mặt trời màu xanh để ánh nắng bớt chói chang”. Cảnh vật và những chú trâu trong bức tranh với các sắc độ xanh khác nhau, theo Minh Khuê giải thích “là để mọi người biết là con vẽ gió thổi qua cánh đồng ấy mà!”.

Một bức tranh được đặt tên là “Mùa đông ở quê em”, Minh Khuê mô tả không khí bên bờ giếng làng, mọi người đang sinh hoạt, giặt giũ, nói chuyện, con gà và mấy chú cún chạy quanh. Nhưng tất cả đều toát lên gam màu ấm, chủ đạo là màu cam nóng. Tôi hỏi, sao mùa đông lại toàn màu cam ấm thế này? Minh Khuê nói: “Màu cam để quê mình bớt lạnh vào ngày đông mẹ ạ!”.

Quả nhiên, hai bức tranh ấy đều đoạt giải.

Bạn thấy đấy, trực giác ở trẻ nhỏ thật mãnh liệt và hồn nhiên, sáng tỏ. Trẻ tư duy, suy nghĩ, khám phá thế giới, thậm chí là khát vọng tác động lại thế giới xung quanh bằng quan sát và tư duy rất trực giác, đầy cảm xúc và thông minh.

Thành công nho nhỏ của Minh Khuê với những giải thưởng trong cuộc thi vẽ tranh dành cho thiếu nhi năm đó chính là kết quả của việc tôi đã tự tin dẫn dắt con bước vào việc học vẽ một cách nghiêm túc, vì tôi đã nhận thấy những lợi ích của bộ môn này tác động đến quá trình bồi đắp tố chất tư duy cho trẻ:

♥ Học vẽ để trẻ có cơ hội bộc lộ năng lực tư duy não phải, năng lực quan sát và trực giác vốn là những năng lực “sẵn có”, dồi dào ở trẻ theo đúng quy luật phát triển tự nhiên của não bộ.

Bạn có thể hiểu được điều này khi biết rằng tư duy trực giác là loại hình tư duy nguyên thủy nhất của loài người tiến hóa.

Những bộ chữ tượng hình, những ký hiệu tượng hình, chính là cách thức mà bộ não người nguyên thủy hồn nhiên sử dụng để biểu đạt suy nghĩ của mình.

♥ Học vẽ sớm và nghiêm túc giúp Minh Khuê lợi dụng tối đa giai đoạn “kim cương” quý giá để phát triển tố chất tư duy không gian - hình học và năng lực biểu đạt nội tâm một cách tự do nhất!

Quả nhiên, sau này, Minh Khuê học hình học rất tốt, đặc biệt là hình học không gian, đến mức thầy giáo Phó giáo sư, Tiến sỹ Võ Thanh Quỳnh (Đại học Khoa học Tự nhiên), người dạy toán trực tiếp của cô bé nhiều lần thốt lên: “Con phải bước ra khỏi đám mê hình học để giải các bài toán đại số!” và thầy chủ nhiệm Trần Văn Khải cũng có chung nhận xét: “Minh Khuê có tư duy hình học rất vững”.

♥ Học vẽ thúc đẩy và đòi hỏi trẻ phải quan sát nhiều hơn và nghiêm túc hơn, chi tiết hơn, vi tế hơn một cách có phương pháp dưới sự chỉ dẫn của người thầy giỏi. Đây là cơ sở tư duy quan trọng để sau đó đứa trẻ có khả năng biểu đạt tốt hơn, thuyết phục hơn bằng tư duy hình họa.

Biểu đạt quan sát trực giác thông qua tranh vẽ, thành quả ấy giúp trẻ hứng thú vẽ. Vì thế đứa trẻ cần được người thầy hướng dẫn để quan sát tốt hơn, tinh tế hơn, đúng cách hơn, rồi sau đó, đứa trẻ lại biểu đạt bằng hình họa, bằng tranh vẽ những kết quả quan sát trực quan của mình. Cứ thế, đây là con đường tương tác qua lại, nếu thực hành bền bỉ, đúng cách, sẽ giúp trẻ bồi đắp tư duy não phải trở nên tinh tế và nhạy cảm như tố chất của người nghệ sĩ thiết kế - họa sĩ, tư duy của nhà khoa học, tư duy của tính toán bộ với những mối tương tác chặt chẽ tạo nên bố cục.

Ông già hồn nhiên của lớp học tôi mô tả trên là Tiến sỹ mỹ học Nguyễn Quốc Toán. Giống như một phù thủy cao tay, người thầy giỏi là người thầy biết gợi mở, chỉ gợi mở, để giúp lũ trẻ bộc lộ được những quan sát trực giác của mình, rồi sau đó, người thầy lại khéo léo giúp chúng trình bày những quan sát ấy theo niêm luật hình học, màu sắc.

Rõ ràng, khi trẻ nhập môn học vẽ, cứ ngỡ như chúng được biểu đạt suy nghĩ bằng hình họa một cách tự do, nhưng bản chất là chúng cần bắt đầu được thầy hướng dẫn để quan sát đúng, vi tế, chi tiết về thế giới xung quanh, trong không gian nhiều chiều. Sau đó, người thầy lại hướng dẫn để chúng thể hiện những quan sát trực quan ấy bằng tư duy não phải, bằng hình họa sao cho đúng niêm luật mà vẫn đảm bảo tính dân chủ tự nhiên vốn có.

Đứa trẻ cảm giác được sáng tạo, nhưng thực ra, người thầy đang hướng dẫn chúng bài học “biết quan sát và tôn trọng thực tại khách quan!”.

Rõ ràng, học vẽ là một bộ môn rất tuyệt vời để khởi đầu việc học có giáo trình, khởi đầu công việc học “bắt buộc” cho trẻ. Khởi đầu bằng môn vẽ, nó làm cho việc học của trẻ phù hợp với quy luật phát triển tự nhiên, do đó, nó có tác dụng khiến trẻ ham thích học tập, giảm thiểu căng thẳng và choáng sốc khi đưa trẻ từ trạng thái không cần kỷ luật sang trạng thái yêu cầu có kỷ luật, nghiêm túc, tập trung toàn bộ vào một tiết học, một công việc có khoảng thời gian nhất định, mà ngắn nhất là 30 phút.

Học vẽ giúp trẻ được thể hiện khả năng quan sát, góc nhìn, cá tính và suy nghĩ thông qua màu sắc, hình họa mà chúng lựa chọn. Chúng được tư duy “hình tượng” đại khái, toàn vẹn, tự do, ít kỷ luật hơn so với các bộ môn khác - do đó, môn vẽ hình họa bộc lộ rõ ràng cảm xúc tâm lý trẻ thơ.

Thông qua hình ảnh và màu sắc bức tranh của đứa trẻ, bạn có thể nhận ra đứa trẻ của bạn đang thích gì, đang nghĩ gì.

Thủ phạm dẫn đến sự nhàm chán rồi hết hứng thú học vẽ khi trẻ 10 tuổi

♥ Trẻ chán học vẽ vì phương pháp dạy thụ động, sao chép

Tôi nhớ mãi câu chuyện của vị cựu Bộ trưởng Bộ Thương Mại Trương Đình Tuyển, trong một buổi nói chuyện rất cá nhân với tôi, ông đã đưa ra một hình ảnh thuyết phục khi bàn về giáo dục như sau:

“Trẻ được giáo dục để trở thành một phẩm chất chủ động bắt đầu từ những lớp học cơ sở. Ví như khi cô giáo ra đề tài vẽ mèo thì kết quả là cả lớp có được những bức tranh mà nếu đem ghép lại sẽ thành bức tranh đàn mèo sinh động, khác biệt, đương nhiên chúng vẫn là mèo. Đó là học để chủ động, sáng tạo, cá nhân. Ngược lại, sau khi cô ra đề bài vẽ mèo, cuối buổi, cô thu lại một tập bản photo bức tranh con mèo mẫu, không mấy may sáng tạo hay khác biệt nào, thì đó là hoàn toàn thụ động!”.

Ông Trương Đình Tuyên là người tôi rất kính nể cả về trí tuệ lẫn nhân cách. Câu nói của ông có thể minh chứng ngay cho môn học vẽ của trẻ ở Việt Nam, nơi tình trạng học “thụ động, không chút sáng tạo, cá nhân nào” đang chiếm vị thế chủ đạo. Chính lối dạy và hướng dẫn trẻ học vẽ theo cách áp đặt, khuôn mẫu đã khiến nhiều trẻ nhỏ chỉ vẽ những bức tranh sáo mòn, sao chép rồi cuối cùng là chán học vẽ, bộ môn lẽ ra có thể mang đến hứng thú cho trẻ nhất.

♥ Trẻ được cha mẹ cho phép tự tung tự tác với triết lý “để cho trẻ tự do thể hiện” cuối cùng rơi vào tình trạng tự sao chép và bế tắc vì thiếu người dẫn dắt.

Tôi thì tư duy thực tiễn và đơn giản. Trừ những cá nhân có tư chất bẩm sinh đặc biệt, số còn lại, bất kể với một hiểu biết gì, muốn học tốt để có kỹ năng và đi tới thành tựu thì đều phải có thầy giỏi hướng dẫn. Cổ nhân đã đúc kết thành câu nói bất hủ: “Không thầy đố mày làm nên!”. Do đó, quan niệm “cứ để đứa trẻ vẽ vùi tự do, bôi trát màu tự do, để nó mặc sức sáng tạo theo cách nó cảm, nó thấy” nghe qua thì rất thuyết phục, nhưng về lâu dài sẽ mang lại sự nhàm chán vì “thiếu đường đi”, đứa trẻ bế tắc trong sự biểu đạt cao hơn và nó tự nhiên đi vào ngõ cụt “đồ họa và sao chép y chang những hình họa mà nó thích, hoặc nó ấn tượng”. Kết cục, nhàm chán vẫn đến bởi sự sao chép.

Tôi bị thuyết phục bởi hiểu biết rằng: Hội họa mang đến cho cá nhân sự tự do biểu đạt nội tâm và tư tưởng, nhưng sự tự do ấy chỉ có được khi người cầm cọ nắm vững và làm chủ niêm luật của hội họa.

♥ Quy luật phát triển của tư duy não bộ: Giai đoạn sau 10 tuổi, tư duy khái niệm, khái quát bắt đầu lấn át trực giác, trực quan sinh động.

Câu chuyện và sự khái quát của Gordon Mackenzie, biểu đồ đi xuống của năng lực tư duy não phải của trẻ khi chúng vào tuổi thứ 10 là một gợi ý có tác động mạnh mẽ đối với tôi. Tôi hiểu rằng, nếu trước đó, đứa trẻ không được tập dượt thuần thục; thói quen tư duy não phải không được ưu tiên phát triển, thông qua việc cho trẻ học môn vẽ một cách nghiêm túc, bài bản, thì khi trẻ vào tuổi thứ 10, vùng đại não chủ về tư duy khái niệm sẽ mạnh lên theo quy luật phát triển đại não và đương nhiên, nó lấn át trực giác, lấn át nhạy cảm và quan sát - những năng lực quý giá, tràn đầy khi trẻ nhỏ, mạnh nhất ở khoảng từ 4 - 7 tuổi.

♥ Cách nghĩ thực dụng và lỗi thời thịnh hành.

Khi chúng ta coi vẽ vời là một môn học để chơi và chỉ học để “khỏi mù hội họa thôi!” thì chính quan điểm được chằng hay chớ ấy thể hiện sự không đánh giá cao giá trị thực tế, kinh tế của môn vẽ, do đó, cả xã hội, ngành giáo dục và gia đình đều “xem nhẹ” bộ môn này, không đầu tư giáo viên, tiết học, tinh thần cổ vũ và khích lệ học sinh.

Đó là những thành tố cộng hưởng với nhau, tác động lên nhau, nhấn mạnh và làm rõ rệt hơn tình trạng kém hứng thú của trẻ với môn học vẽ khi chúng bước vào tuổi thứ 10. Đôi khi, chúng ta bám lấy một lý do khách quan nào đó để “đổ lỗi”, đôi khi chúng ta mơ hồ và không tường minh trong nhận thức, nhưng hậu quả là rõ ràng: Nhiều đứa trẻ khi 4 - 7 tuổi vẽ rất sinh động, thể hiện quan sát rất tinh tế v.v... thế rồi, sau đó năng lực đó bị phai một cách lãng phí.

Minh Khuê “phòng ngừa” căn bệnh nhàm chán môn vẽ như thế nào?

Niềm tin vào lý thuyết “Trí thông minh không gian - thiết kế” - một tương lai thành thoi bớt cạnh tranh gay gắt.

Tôi nhớ, giai đoạn Minh Khuê từ 5 - 7 tuổi, vào dịp mùa hè, mỗi tuần, tôi lại chở con gái đến nhà ông già hồn nhiên Nguyễn Quốc Toàn để học vẽ từ 2 - 3 buổi. Tôi đã nhận được một câu hỏi cứ lặp lại ở những người không quen biết: “Thế định cho con gái theo nghề vẽ à?”, hay: “Chắc định cho con gái học để thành họa sĩ, cái nghề ấy thế nọ, thế kia v.v...”

Những lúc ấy, tôi chỉ trả lời: “Không ạ, Minh Khuê học vẽ để rèn luyện tư duy não phải!” - câu trả lời của tôi chính là niềm tin vững chãi của tôi. Niềm tin như một “tôn giáo thánh thiện” ấy của tôi đã truyền sang Minh Khuê, và tất nhiên chúng tôi đã dẫn thân cùng với môn học vẽ một cách nghiêm túc, bền bỉ dù không mang bất cứ kỳ vọng gì cụ thể!

Đó là khi tôi được tiếp cận với lý thuyết trí thông minh đa dạng của trường đại học Harvard, khi các thành tựu nghiên cứu của họ đã chứng minh rằng trên thực tế có ít nhất bảy loại tài năng, trí tuệ hoặc hơn nữa của con người. Đó là:

1. Trí thông minh ngôn ngữ (nhà văn, nhà thơ, nhà giáo, nhà báo v.v...);
2. Trí thông minh logic (lập trình viên, kỹ sư, tư vấn tài chính, kế toán viên v.v...);
3. Trí thông minh vận động (vận động viên, diễn viên v.v...);
4. Trí thông minh không gian (kiến trúc sư, nhà thiết kế, họa sĩ, nhà điêu khắc v.v...);
5. Trí thông minh âm nhạc (nghệ sĩ trình diễn, nhà soạn nhạc, nhạc sĩ v.v...);
6. Trí thông minh biểu cảm - tương tác (nhà hùng biện, nhà hoạt động xã hội, nhà hoạt động chính trị v.v...);
7. Trí thông minh nội tâm - dự cảm (nhà truyền giáo, nhà văn, nhà tâm lý học, nhà thôi miên v.v...)

Nhớ lại giai đoạn bắt đầu làm mẹ, suốt một thời gian khá dài, tôi phải thú thật rằng, tôi đã rất hoang mang, lo sợ.

Ngày ngày, tôi nghiền ngẫm những câu hỏi cứ treo lơ lửng trên đầu mình:

“Hải Âu ơi, làm sao để khiến đứa trẻ của mình được hoan hỉ? Làm sao để bồi đắp những tố chất cần thiết cho tương lai của con gái, khi mà bản thân mình không biết phải bắt đầu từ đâu? Khi mà thời đại đang trôi như dòng thác lũ, làm sao để đứa trẻ nhận ra giá trị đích thực của nó? Có phải toán học và ngoại ngữ, những thứ đang mang giá trị độc tôn của cảm hứng xã hội Việt Nam là tất cả những gì mình phải giúp con gái nhồi nhét vào đầu, bởi vì đến năm 18 tuổi, tất cả mọi đứa trẻ tuổi đó, sẽ cùng lao vào một cuộc đọ sức với mấy môn học điển hình như toán - lý - hóa, với kỳ vọng tìm được ngành học sáng sủa cho tương lai kiếm sống sau này? Chẳng lẽ, con đường tương lai của con gái chỉ như ngõ hẹp vậy sao?”.

Rồi một ngày thiện phước, tôi đọc được triết lý giáo dục của trường đại học Harvard: “Học để tăng cường tố chất chứ không vì có tố chất mới học!” và tôi như người đuối nước vó được cọc, tôi mừng đến phát khóc khi hiểu rằng, mình đã tìm thấy đường đi.

Nuôi con nhũ nhi với cảm hứng của lý thuyết bảy loại hình trí thông minh khiến tôi có xu hướng hồi tưởng lại thời ấu thơ của mình. Tôi nhớ rằng, ấu thơ tôi rất nhiều tài năng, kiểu như tôi hát rất hay, tôi thích nghệ thuật, thích nhảy múa, thích vẽ vời, thích quan sát tỉ mỉ, có thể dành cả buổi để quan sát đường đi của một con ốc sên, tôi biết dự cảm và rất nhạy cảm v.v...

Tuy nhiên, một đường lối giáo dục “không gì lay chuyển” và quá “tự tin” suốt hơn 12 năm mà tôi được thụ hưởng, chỉ chú trọng vào các con số, thuật toán và những văn bản văn học sử đã khiến tôi mất dần hứng thú với những loại hình thông minh khác, ngoài loại hình thông minh (1) ngôn ngữ và (2) logic.

Thực ra, tôi không phải là trường hợp cá biệt, tôi chia sẻ điều này với nhiều bạn bè, nhiều thế hệ, thì tất thấy họ đều chung một nỗi niềm như vậy. Chúng ta, vì những lý lẽ “xem nhẹ” đã đánh mất nhiều năng lực cá nhân do không được bồi đắp và làm mạnh lên những tố chất ấy từ khi còn nhỏ.

Giờ đây, khi viết lại những dòng này, tôi càng thấm thía câu nói của nhà cách mạng giáo dục Mỹ John Dewey rằng: “Giáo dục là lần khai sinh thứ hai của đời người!” - giáo dục thiên lệch nghĩa là chúng ta khiến đứa trẻ vào đời với những bước đi lệch trọng tâm.

Minh Khuê viết luận về “Động lực” như thế nào?

Tôi nhớ, trong mùa nộp hồ sơ vào các trường đại học ở Mỹ tháng 10 năm 2013, Minh Khuê có một bài luận phụ, tiêu đề **Động lực**. Trong bài luận ấy, Minh Khuê kể về một lần tôi đón cô bé sau giờ tan học lớp vẽ.

“Trời bỗng đổ mưa to. Mẹ vội vã mặc bộ áo mưa cho tôi, rồi mẹ lại choàng thêm chiếc áo mưa của bà ấy lên người tôi. Nghĩa là tôi mặc hai lần áo mưa. Tôi thắc mắc: ‘Không thể thế này, áo mưa của mẹ sao lại mặc thêm cho con?’ Mẹ tôi với sắc mặt nghiêm nghị, nói như ra lệnh: ‘Phải mặc thế để bảo vệ chiếc túi đựng những bức tranh mà con mới vẽ, nếu không, mưa to thế này nó sẽ ướt hết. Mẹ ướt thì không sao, sẽ thay đồ là xong, nhưng những bức tranh mà ướt thì sẽ hỏng bét, không thể làm lại được. Không thể sao chép nghệ thuật, con hiểu chưa?’

Tôi tin chắc, mẹ không bao giờ biết rằng tôi đã khóc suốt chặng đường từ nơi học về nhà vì thương mẹ, vì không dám cãi lại mẹ chuyện về chiếc áo mưa. Tôi ngó dăm dăm vào tấm lưng ướt sũng của mẹ, thỉnh thoảng mẹ lại lấy tay gạt nước mưa trên mặt để nhìn đường và điều khiển chiếc xe máy giữa cơn giông tháng 7.

Lúc đó, tôi thật sự chưa có mấy niềm tin vào những bức tranh mà mình đã vẽ, rằng đó là tác phẩm nghệ thuật, nhưng, mệnh lệnh và tình yêu của mẹ đã cho tôi niềm tin và động lực!”

Tôi đã rất xúc động khi Minh Khuê dịch bài luận này sang tiếng Việt cho tôi nghe. Trong nhà tôi, nơi đẹp đẽ nhất là nơi treo những bức tranh mà con gái vừa vẽ xong. Đối với tôi, bức tranh đẹp nhất, có hồn nhất là bức tranh do con gái vẽ bằng cả cố gắng, nỗ lực và sự trong trẻo của nó.

Vượt qua nhàm chán

Khi Minh Khuê học lớp 4, cô bé đã vẽ hàng trăm bức tranh, đến giờ tôi vẫn lưu trữ cẩn thận trong phòng sách của mình. Đến thời điểm đó, Minh Khuê cũng đã sở hữu hai giải thưởng trong các cuộc thi vẽ tranh quốc tế dành cho thiếu nhi.

Thậm chí, vào dịp sinh nhật Minh Khuê tháng 12 năm 2003, tôi đã khiến cho cô bé bất ngờ bằng một cuộc “Triển lãm tranh cá nhân” dành cho con với hơn 20 bức vẽ đẹp nhất của Minh Khuê. Tất nhiên, cuộc triển lãm ấy diễn ra trong phòng đọc sách của tôi và khách mời là những người thân và bạn bè của Minh Khuê.

Đó là một kỷ niệm không bao giờ quên. Những bức tranh treo trên tường trang trọng, và Minh Khuê kinh ngạc reo lên “Ôi, thật tuyệt! Đây là những bức tranh của con vẽ hả mẹ?”.

- “Tất nhiên là của con rồi!” - tôi khẳng định - và tất cả mọi người nồng nhiệt vỗ tay, rồi dạo quanh phòng ngắm những bức tranh của cô bé.

Bạn thấy đấy, tôi luôn cố gắng để con gái nhận thấy rằng cô bé đã lao động tích cực ra sao, cô bé đã gặt hái được những thành tựu thực tế như thế nào và quan trọng nhất, cô bé nhận thấy tôi nâng niu những thành quả đó thật lòng và chân thành nhất mực!

Và cũng trong thời kỳ lớp 4, tôi nhận ra Minh Khuê không thích vẽ nhiều như trước nữa.

Nguyên nhân trực tiếp là vì lớp học của ông Toàn không có những buổi đi dã ngoại thiên nhiên, ít cạ xát trong các cuộc thi thổ để tạo động lực thúc đẩy.

Nguyên nhân quan trọng hơn mà tôi nhận ra, đó là do kiểu vẽ hình họa với chất liệu sáp màu không thể kéo dài thêm nữa. Vẽ hình họa với sáp màu hạn chế khả năng biểu đạt bằng hình ảnh tư duy tưởng tượng, không gian ba chiều so với vẽ bằng các chất liệu khác như màu nước, sơn dầu... Vẽ màu sáp cũng khiến Minh Khuê bị hạn chế sáng tạo sắc màu, hạn chế năng lực tự pha chế màu theo cảm nhận riêng, mang dấu ấn cá tính rõ rệt, mà sau này nữ họa sĩ

Văn Dương Thành, người đã có một thời gian khá dài hướng dẫn Minh Khuê sáng tác, gọi đó là “nhụy của màu”.

Do đó, tôi hiểu đây là giai đoạn cần tìm người thầy mới cho con.

- “Tại sao cần phải học vẽ tiếp hả mẹ? Con không thích trở thành họa sĩ như chú H. đâu, khi nào cũng lôi thôi và mọi người thì gọi chú là lập dị!”.

Tôi bảo: “Kệ chú H., thực ra chú ấy không phải là đại diện cho những họa sĩ tài danh đích thực, chú ấy tưởng mình là họa sĩ mà thôi. Tuy nhiên, mẹ nghĩ rằng, chúng ta phải nghiêm túc với bộ môn vẽ, vì đó là tư duy não phải sẽ rất quan trọng với con. Nếu con tăng cường môn vẽ, nếu con vẽ giỏi, sau này, con có thể lựa chọn nhiều hơn những khả năng để học nghề trong tương lai mà không phải lao vào cuộc cạnh tranh gay gắt chỉ 3 môn toán - lý - hóa với hầu hết các bạn cùng lứa. Cụ thể, con có thể chọn ngành thiết kế: thiết kế đồ dùng, hàng hóa công nghiệp; thiết kế mỹ thuật - nội ngoại thất; thiết kế thời trang, thiết kế điện ảnh, phim hoạt hình, v.v..., rất nhiều ngành liên quan đến trí thông minh không gian - thiết kế. Từ chiếc bàn chải đánh răng đến chiếc ô tô đều cần những kiểu dáng thiết kế độc đáo mới lạ, do đó, nếu con học vẽ giỏi, con đừng lựa chọn ngành học khi con đã lớn sẽ rộng mở thêm thang hơn.”

Với những câu chuyện thủ thi như thế, tôi gọi mở cho con phương hướng để tăng cường nội lực và tâm thế chủ động đón nhận cạnh tranh từ rất sớm. Rõ ràng, học vẽ để vui vẻ vì môn vẽ thuận theo năng lực phát triển tư duy não phải khi trẻ dưới 10 tuổi. Nhưng học cũng là một hành trình bồi đắp tố chất quan trọng để đón nhận trạng thái cạnh tranh một cách thành thoi hơn, khi tố chất trí thông minh không gian - thiết kế được bồi đắp và thuần thục từ rất sớm.

Tôi rất nỗ lực giúp con nhận thức được sự cần thiết của việc phải học vẽ, sự quan trọng của môn thiết kế trong tương lai. Và điều đó là một yếu tố quan trọng để Minh Khuê có động lực vượt lên sự nhàm chán của môn vẽ ở tuổi thứ 10.

Hành trình học vẽ và những nấc thang Minh Khuê đã vượt qua để chinh phục môn vẽ

Những sự vật đẹp sẽ tạo nên nhiều cảm hứng hơn! - Đó là bài học cơ bản quan trọng về mỹ học trực quan cho trẻ!

Từ lớp học vẽ của ông Toàn, Minh Khuê thu hoạch được rất nhiều hiểu biết:

Nắm vững niêm luật về bố cục khuôn hình, điều này hữu ích ngay cả khi cô bé chụp ảnh cho mọi người. Bạn bè tôi đã rất ngạc nhiên, khi nhận được những bức hình Minh Khuê chụp, bởi cô bé chớp được thần thái nhân vật, cách lựa chọn bố cục chặt chẽ hữu ý. Tất nhiên, đó là lợi ích từ những bài học về bố cục và rèn luyện năng lực quan sát nhạy cảm của môn học vẽ.

Nắm vững niêm luật của nguyên tắc phối hợp sắc màu, nguyên tắc chuyển sắc độ màu và ngôn ngữ biểu đạt nội tâm, cá tính của màu sắc. Do đó, Minh Khuê không nhất thiết phải trải qua một lớp học về thời trang nào, cô bé vẫn tỏ ra khá vững vàng trong cách phối hợp trang phục của bản thân.

Thực ra, như bạn thấy, “tốt nghiệp” lớp học vẽ của ông già Nguyễn Quốc Toàn, tôi coi đó như con gái lấy được “chứng chỉ những bài học cơ bản về mỹ học trực quan - cái đẹp hữu dụng của cuộc sống!

Ngày nay, khi vật chất dồi dào hơn bao giờ hết thì nỗi băn khoăn của con người là lựa chọn “cái hữu dụng nhưng phải đẹp và hấp dẫn”. Do đó, những kiến thức kiểu như “đôi chân mày không phải chỉ để mẹ trang điểm đâu nhá, nó là bờ đê chắn những giọt mồ hôi không để chúng rơi vào mắt thì cay lắm!” rõ ràng là vô cùng thiết thực, để rồi, người thầy lại hướng dẫn tiếp “Tất nhiên, nó hữu dụng thế, nhưng nó mà đẹp nữa thì rất tuyệt vời, thế nên, các bạn phải vẽ đôi chân mày của mẹ thật đẹp nhé!”. Ông Toàn luôn nhấn mạnh như thế với các học trò nhỏ.

Bài học về mỹ học, về cái đẹp hữu dụng được bồi đắp một cách tự nhiên, nhẹ nhàng, liên tục và từ ái, giúp đưa trẻ ngay từ nhỏ đã

biết nâng niu cái đẹp, biết nhìn thấy cái đẹp hữu dụng và bồi đắp tâm hồn nhạy cảm với cái đẹp

Lớp vẽ cô Nhung

Sau khoảng 4 năm Minh Khuê được làm bạn với ông già hồn nhiên, có khi học, có khi xem hoạt hình, hoặc nhiều khi giúp dọn nhà quét nhà cho ông như một đứa cháu ngoan... Minh Khuê tạm biệt ông để đến với lớp học cô Nhung.

Tôi tìm được lớp vẽ cô Nhung không chỉ là gặp gỡ tình cờ. Tôi có hẳn một chiến dịch tìm lớp vẽ nâng cao hơn cho con gái. Nguyên tắc của tôi là tìm đến những trung tâm đào tạo mỹ thuật lớn và uy tín ở Hà Nội.

Lên la đến các trường Đại học Mỹ Thuật, xông hấn vào phòng hành chính giáo vụ để hỏi han, đôi khi, tôi bị nhìn như một kẻ ngố! Ở những nơi tôi đến và tìm kiếm, tôi đều được nghe những lời chỉ bảo và tư vấn, na ná thế này: “Học để luyện thi chứ gì? Nếu định thi vào Mỹ Thuật Công Nghiệp thì phải học ở chỗ nọ chỗ kia, còn nếu muốn thi vào Yết Kiêu thì không học chỗ đó, lệch pha, mà phải học chỗ này chỗ khác!”. Cứ thế, nên sau một ngày thì tôi mệt thượt người.

Ghé xuống một quán trà đá ngay cổng trường Mỹ Thuật Yết Kiêu, tôi thò than với người bán nước những gian nan của một ngày tìm lớp vẽ cho con: “Em không thích con em học theo đám đông kiểu các lớp vẽ mùa hè ở cung thiếu nhi, rầm rộ vài tháng rồi lại tắt lụi, em cũng không thích mấy cái lớp luyện này luyện nọ... Chả biết tìm đâu?”.

Người bán nước trà via hè, nói thò ơ: “Có vợ chồng cô Nhung dạy trẻ vẽ hàng hơn chục năm rồi, ở trong khu tập thể trường Mỹ Thuật ấy, cô vào mà xem.”

Thông tin quý báu lại có được nhờ người bán quán nước bình dị. Tôi vào thẳng nhà cô Nhung, thầy Thành và ngày hôm sau tôi đưa Minh Khuê đến xin học cho con và gửi gắm cô bé cho thầy cô:

“Xin thầy cô cho em gửi cháu Minh Khuê để cháu theo học lâu dài, nghiêm túc nhưng không luyện thi vào đâu ạ!”.

Vì sao tôi lại nhấn mạnh điều đó với tất cả sự tôn kính đối với thầy cô, khi gửi gắm con gái mình vào lớp học vẽ? Vì tôi tự duy thực tế rằng, thầy cô giỏi, cũng giống như người đầu bếp tài ba, họ có thể mang đến những món ăn ngon nhất mà họ sáng tạo nên, nhưng, điều khó hơn là họ cần biết bạn muốn ăn món gì? Tôi tha thiết trình bày với thầy cô rằng: “Em mong muốn thầy cô giúp Minh Khuê học vững những kỹ thuật, niêm luật cơ bản của nghệ thuật hội họa, vì đó là hiểu biết nền tảng giúp trẻ phát triển tư duy não phải. Vì khi chưa có nền tảng tư duy mà đã vội vã đi vào học định hướng, học tủ sẽ tiềm ẩn nguy cơ năng lực không thể vượt trội, do đuối sức nội lực!”

Tương tự, nếu bạn gửi con vào lớp, đóng học phí và... không trao đổi, tương tác gì, không chủ động nói lên nguyện vọng gì về đường hướng học của đứa trẻ, mức độ nhận thức và nỗ lực của bạn và đứa trẻ ra sao, thì có khác gì bạn đến bác sĩ yêu cầu chữa bệnh mà không kể bệnh và triệu chứng cho ông ấy nghe?

Do đó, sự nỗ lực tương tác, chia sẻ mong muốn, hợp tác cầu thị của cha mẹ, chính là nhân tố giúp những người thầy người cô có cơ hội bộc lộ thế mạnh, lòng yêu nghề và tấm lòng từ ái của họ với trẻ.

Tôi bao giờ cũng một lòng tôn kính những người thầy của con gái mình và tôi tin, điều đó khiến cho chặng hành trình 18 năm của chúng tôi luôn chan chứa nhận thức quý giá, tin cậy và bình an trong những quan hệ thầy - trò.

Bài học của niêm luật và tự do sáng tạo

Sở dĩ, tôi nhấn mạnh với cô Nhung điều đó ngay từ ngày đầu gửi con gái vào lớp của cô là vì mấy cơ sở mà tôi tin tưởng vững chắc:

1. Tìm thầy giỏi cho con theo học để con gái nắm vững hơn nữa, đào sâu hơn nữa niêm luật của hội họa một cách nghiêm túc.

2. Khi con gái năm vững được những niêm luật cơ bản, điều đó sẽ trở lại hỗ trợ để Minh Khuê biểu đạt tư duy não phải của cô bé mạch lạc và hứng thú hơn.

3. Học kỹ thuật vẽ là học niêm luật và nguyên tắc - sau đó, Minh Khuê dùng kỹ thuật được học biểu đạt bằng tranh - đó là bước thể hiện nội tâm tự do sáng tạo. Đây là hai mặt của một quá trình học tập rèn luyện nghệ thuật nói chung, đặc biệt với bộ môn nhạc cụ cổ điển và hội họa, hai mặt ấy luôn cần được hỗ trợ bồi đắp lẫn nhau, lồng ghép và tăng tiến dần, cuối cùng giúp trẻ tăng cường tố chất não bộ và năng lực làm việc.

Bạn đừng bị cuốn vào ý nghĩ “cho trẻ vẽ là được tự do bôi trát” mà quên rằng những danh họa lừng danh mọi thời đại đều từng là những học trò khổ học, khiêm nhường, cầu thị trong những xưởng vẽ của người thầy khó tính, lập dị mà cha mẹ họ gửi vào.

Khi bạn hiểu, mọi thành quả, đặc biệt là thành quả trong lao động nghệ thuật đều rất khác biệt, đặc biệt bởi đó là tích lũy của một quá trình học tập và khổ luyện lâu dài mới có được, tức là bạn đã chuẩn bị một hành tranh thực tế, ân cần, chất lượng cho con cái của mình từ sớm và hiệu quả.

Câu chuyện nước Mỹ và bức chân dung vẽ trong 180 phút

Tôi nhớ, đó là một buổi sáng tuyệt đẹp chớm đông ở Hà Nội, tháng 11 năm 2006, Minh Khuê tham gia một cuộc thi đặc biệt: “Kể một câu chuyện về nước Mỹ mà em yêu thích bằng tiếng Anh và vẽ minh họa” do một Quỹ hỗ trợ phát triển văn hóa Hoa Kỳ tổ chức tại Thư viện Quốc gia trên đường Tràng Thi.

Và đây là câu chuyện của Minh Khuê.

“Nhân ngày sinh nhật lần thứ 10 của cậu con trai út, người bố tặng cho cậu bé và anh trai cậu một buổi đi xem bóng bầu dục sôi động. Khi qua cổng soát vé, cậu bé nói với người bán vé: ‘Bán cho chúng tôi ba vé người lớn!’. Người bán vé ngược nhìn cậu bé và nhắc ông bố: ‘Hai vé người lớn thôi chứ, cậu bé này chỉ cần mua

nửa vé thôi, quy định trên 10 tuổi mới mới phải mua vé người lớn'. Người bố: 'Ồ, hôm nay đúng ngày sinh nhật thứ 10 của cậu bé và chúng tôi đã nhất trí rằng, không thể vì tiếc 5 đô la mà đánh mất lòng tự tôn và hãnh diện'.

Mãi sau này, người soát vé mới biết bài học dạy con nhẹ nhàng và thấm thía ấy của người bố rất bình dị nhưng thật sâu sắc, và ông bố tuyệt vời ấy chính là vị Tổng thống Mỹ Abraham Lincoln".

Độc đáo nhất là cuộc thi vẽ diễn ra buổi chiều hôm đó, trong khoảng thời gian 180 phút. Và, cuối cùng Minh Khuê ẵm về hai giải Nhì cả vẽ và tài kể chuyện bằng tiếng Anh của mình. Tuy nhiên, điều tôi ấn tượng và nhớ mãi với sự xúc động cho đến tận bây giờ, mỗi khi nhớ lại, ấy là không khí buổi thi vẽ.

Minh Khuê vẽ chân dung vị Tổng thống - người cha từ ái ấy, trên chất liệu màu nước. Trong khoảng 180 phút, tôi nhận thấy các vị giám khảo và người giám sát cuộc thi, những người phục vụ cuộc thi đứng quanh nơi giá vẽ của Minh Khuê bao giờ cũng đông nhất, chăm chú dõi theo từng động tác cầm cọ thuần thục, tự tin, tập trung của cô bé chưa đầy 10 tuổi. Tôi dỏng tai lên nghe những lời nhận xét thì thầm của họ với nhau "cô bé này hay thật, tinh thần rất chuyên nghiệp!".

Sau này, bức tranh ấy được Minh Khuê trao tặng cho một người bạn Mỹ của cô bé - một vị giáo sư già yêu trẻ mà tôi đã có dịp nhắc đến trong bài viết về phương pháp học tiếng Anh.

Đó là kỷ niệm mà một người mẹ như tôi không bao giờ quên.

Những giá trị quý báu từ lớp vẽ cô Nhung

Đôi khi, tôi thường được nghe những chia sẻ hãnh diện thế này: "Úi, con nhà em nó vẽ đẹp lắm cơ, nó vẽ y chang những bức tranh trong sách nọ, sách kia!".

Cha mẹ cần tỉnh táo để hiểu rằng cách vẽ ấy là con đường dẫn đến sao chép, thiếu sáng tạo và bề tặc. Vì sao vậy, tôi so sánh đơn giản thế này, vẽ sao chép cũng giống như bạn hát karaoke,

nghe là nhại theo âm vực, kiểu giọng của một người mà bạn thích, bạn nghe quen. Nhưng cứ hát karaoke mãi, bạn cũng không thành nghệ sĩ được.

Đứa trẻ vẽ sao chép y chang cũng vậy. Nó bộc lộ sự yêu thích của đứa trẻ, bộc lộ sự quan sát chi tiết và bắt chước rất tài tình của đứa trẻ, tuy nhiên, đứa trẻ không học được ở sự sao chép ấy những niềm luật và nguyên tắc của hội họa, để rồi nó có được phẩm chất tự do tư duy và sáng tạo theo cảm nhận riêng, đầy cá tính.

Minh Khuê học lớp vẽ cô Nhung trong khoảng bốn năm, mỗi tuần một buổi, và cứ hai buổi học ở lớp, lại có một buổi cô giáo dẫn học trò đi dã ngoại thiên nhiên. Và cô bé được bồi đắp những hiểu biết sâu sắc về “trí thông minh không gian - thiết kế” thông qua vẽ như sau:

1. Năm vững niềm luật của không gian ba chiều, niềm luật của ánh sáng. Có lần Minh Khuê nói với mẹ rằng, “Mẹ ơi, thực ra đồ vật và sự vật chỉ được làm bật lên nếu con hiểu được ngôn ngữ của không gian, ánh sáng mà đồ vật, sự vật được ở trong đó!”. Đây là tố chất của những kiến trúc sư, nhà thiết kế, và khi nắm vững niềm luật này, bạn sẽ hiểu rằng được vì sao điều gì đó trở nên đẹp đẽ một cách đầy nhận thức, không mơ hồ đến thế.

2. Vượt qua giai đoạn trực giác sinh động, khi được làm quen với màu nước và sơn dầu, Minh Khuê bước lên giai đoạn “thể hiện tư duy” bằng sắc màu, biểu đạt ánh sáng và không gian ba chiều. Tư duy não phải vượt lên mức độ biểu đạt cá tính, biểu đạt suy nghĩ thông qua tranh vẽ của cô bé.

3. Từ giá trị môn vẽ, đứa trẻ nhìn thế giới xung quanh một cách sâu sắc hơn, tinh tế hơn và nhạy cảm hơn rất nhiều so với những trẻ không học vẽ.

Bạn đã nhận ra sự tuyệt vời của môn vẽ đích thực, nó khiến đứa trẻ biết tư duy không gian, biết nhìn nhận đời sống, sự vật hiện tượng trong sự phụ thuộc lẫn nhau, trong sự liên quan chặt chẽ với không gian và ánh sáng.

Xưởng vẽ của nữ họa sĩ quốc tế Văn Dương Thành

Giữa lớp 8, Minh Khuê tạm biệt lớp cô Nhung và tự sáng tác một số tác phẩm trên chất liệu màu nước hoặc sơn dầu. Những tác phẩm ấy thường dựa trên xúc cảm mãnh liệt của cô bé khi trình diễn một bản nhạc độc tấu piano cổ điển, hay ấn tượng dạt dào trước khung cảnh tuyệt đẹp ở nơi cô ấy được mẹ đưa đến như Đà Lạt, thác Pongour ở Lâm Đồng, v.v...

Tôi nhận thấy rằng, phẩm chất nghệ sĩ, những nhạy cảm trong quan sát, sự khéo léo trong nét cọ hay chiếc bay đắp màu là những điều không thể học ai khác mà phải chính tại xưởng vẽ của những nghệ sĩ đích thực.

Thực ra, tôi không phải là người phát hiện điều này, tôi chỉ đơn giản học và cầu thị từ những câu chuyện cuộc đời của các họa sĩ. Họ lao động và học được rất nhiều từ công việc phụ việc trong xưởng vẽ của những người nghệ sĩ đích thực, những người thầy khó tính. Minh Khuê học được phẩm chất nghệ sĩ, sức sáng tạo, khả năng lao động miệt mài, cá tính mạnh mẽ nhưng mềm mại như nước của người nữ họa sĩ quốc tế Văn Dương Thành.

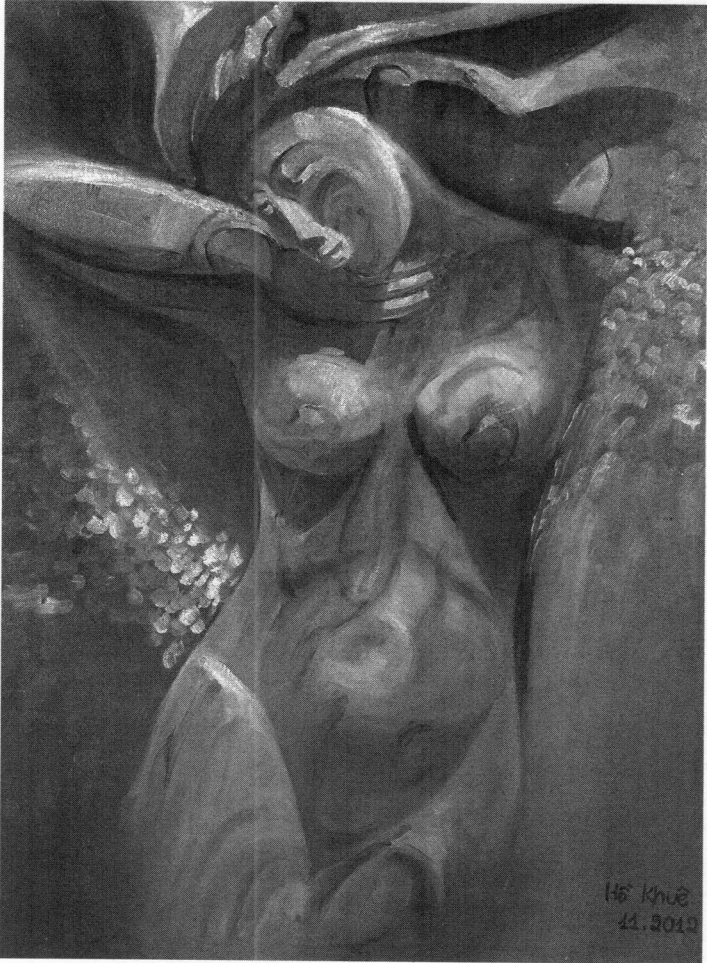
Khi Minh Khuê trao đổi với nữ họa sĩ rằng: “Thưa bác, ở những ngôi trường hàng đầu thế giới, nếu mình muốn gửi một bộ hồ sơ nghệ thuật hội họa, dứt khoát phải tuân thủ như sau: Cần phải gửi đủ tác phẩm cho sáu nhóm nghệ thuật hội họa: 1/ Tác phẩm tự họa; 2/ Tác phẩm vẽ tĩnh vật; 3/ Tác phẩm vẽ chân dung; 4/ Tác phẩm trường phái trừu tượng; 5/ Tác phẩm vẽ phong cảnh; 6/ Tác phẩm đồ họa.

Nghe xong, nữ họa sĩ mỉm cười nói: “Thế thì có khác gì hồ sơ tuyển sinh của những trường Mỹ Thuật châu Âu đâu. Nhưng con yên tâm, con hoàn toàn tự tin với những tác phẩm của mình!”.

Quả nhiên, dưới sự dẫn dắt tận tụy và nghiêm khắc, những đòi hỏi khắt khe không khoan nhượng trong lao động sáng tạo của nữ nghệ sĩ Văn Dương Thành, bộ hồ sơ nghệ thuật của Minh Khuê gửi trường Harvard đã gây được ấn tượng mạnh mẽ và thiện cảm.

Nó chứng tỏ một quá trình học tập rèn luyện lâu dài, “chuyên nghiệp”. Nó cho thấy năng lực phẩm chất từ tiềm năng đã bộc lộ thành tố chất và thành khả năng thể hiện ngay trong tác phẩm nghệ thuật cụ thể.

Điều đó, có ý nghĩa còn cao hơn là giá trị nghệ thuật đơn thuần của mỗi bức tranh. Nó minh chứng cho triết lý của chính ngôi trường này: Học là để tăng cường tố chất! Và những tố chất được trui rèn bền bỉ trong suốt 18 năm, chắc chắn sẽ bền vững và cải thiện vượt bậc trí thông minh toàn vẹn của đứa trẻ!



Marble statue / Tượng đá

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 45x60cm

Năm sáng tác: 2012



GIÁO DỤC GIỚI TÍNH
BẮT ĐẦU TỪ 0 TUỔI



- ♥ Thành công đích thực của cuộc đời là được sống hoan hỷ với giới tính đích thực của cá nhân ấy.
- ♥ Thành công đích thực của hành trình dẫn dắt con cái là được thấy đứa trẻ lớn lên môn môn hài hòa với giới tính trần đầy của nó.
- ♥ Đứa trẻ hợp thông với bản thể, với tự nhiên và hãnh diện với giới tính của nó - phải được coi là mục tiêu để Mẹ Việt nỗ lực dẫn dắt đứa trẻ của mình!



Tuổi thơ tự nhiên hồn nhiên!

Con đường giúp trẻ hiểu biết giới tính một cách tự nhiên trong sáng!

Chuyện kể rằng, xóm Trại có ông cu Bơ, ông là một lão nông lực điền chăm chỉ, ai cần nhờ gì ông đều sẵn lòng giúp đỡ. Ông hiền như cục đất, mà nhiều người hay bảo “hiền quá hóa dân”. Cả làng ai cũng mến ông. Bọn trẻ con cũng thế!

Ông cu Bơ có một thói quen là tắm giếng vào lúc rất khuya, có lẽ, sở hữu có độc một cái quần xà lỏn, nên thường khi tắm là ông cởi truồng. Thăng Tân, cái thằng được phong là đầu trùm của lũ trẻ trong xóm, phát hiện ra điều đó. Thế nên, mới có chuyện làm chấn động cả xóm Trại những đêm trăng sáng.

Thằng Tân chỉ huy lũ trẻ, nấp trong bụi cây chờ ông cu Bơ cởi quần xà lỏn ra, mắc lên bụi cúc tần và mức nước giếng xối ùm ùm.

Đợi khi ông tắm sắp xong, lũ trẻ chờ hiệu lệnh “xung phong” của thằng Tân liền ào ra, ném vào lưng vào bụng ông cu Bơ những vốc cát mịn. Ông cu Bơ liền buông chiếc gàu, đuối theo lũ trẻ, dọa: “Tau mà túm được, tau vật đứt tai tại bây!” Tụi trẻ như bầy vịt, chạy tóa ra mọi néo, mồm la lối: “Ối, ôi... các bà các cô ơi... ra mà xem ông cu Bơ cởi truồng, vác d... chạy rông!”

Làng quê nghèo, bình yên, vang vọng tiếng cười nắc nẻ, tinh quái của lũ trẻ. Ông cu Bơ biết mình mắc lõm bọn trẻ con, lầm lụi quay lại bờ giếng, với một gàu nước xối lên người cho trôi hết cát. Ông sắp xong, thì thằng Tân lại hô “Xung phong”, lại ném cát vào lưng, vào bụng ông cu Bơ. Lại đuối. Lại dọa. Lại chạy.

Lại tru tréo, réo tên “Ông Bơ cời trường chạy rông, ối ôi các bà các chị ơi...”

Bật nhiên, không thấy cô nào, bà nào dám chạy ra xem cả. Nhưng lũ trẻ biết thừa, trong mỗi nếp nhà, mọi người đang ôm bụng cười. Thế nên, chúng lại càng làm già.

Đội khi trò diễn đã mệt, bỗng véo vắt giọng bà Tiêu, bà chửi cơ mà như kìm nén một tiếng cười bên trong: “Tiên sư cha quân con nít, để cho ông Bơ tắm cho rồi, bây ơi!”

Ui nhớ làm sao, ngày xưa, ngày thơ êm đềm của tôi trôi đi bên những câu chuyện phồn thực hồn nhiên, lành mạnh và giản dị. Chuyện rình xem ông cu Bơ cời trường vác dái chạy rông giữa đêm trăng! Chuyện cả lũ chạy theo hò hét cuộc giao hoan của những chú chó trong xóm; ếch nhái, ngan ngỗng, lợn gà hay bất cứ loài động vật nào, từ bé xíu như côn trùng, châu chấu, chuồn chuồn, to lớn đùng đùng như trâu bò, ngựa dê... hễ có cuộc giao phối nào là lũ trẻ la lối, loan báo cho nhau chạy ra xem như xem đấu vật, cười nắc nẻ, đến ôm bụng, đau quận ruột vì cười.

Hồn nhiên quan sát và chứng nghiệm thế giới xung quanh đời dào dạt trực quan, thân thiện, tự nhiên như thế, thỏa trí tò mò bằng sự chỉ dẫn sinh động của *Mẹ Thiên Nhiên* như thế, mà không gặp bất cứ “bức tường” cấm kỵ vô lý, khiên cưỡng, giả dối nào che chắn, nên những đứa trẻ ngày ấy, ở xóm Trại lớn lên cũng khỏe khoắn, lành mạnh như tự nhiên!

Đến khi làm mẹ, tôi luôn nhớ lại tuổi thơ hồn nhiên và áp dụng những tình huống của tự nhiên, của thiên nhiên hướng dẫn con gái hiểu về phồn thực một cách nhẹ nhàng không khiên cưỡng, ngay từ khi con trẻ chưa có cảm thức “xấu hổ”, chưa tự dựng lên bức tường nhằm che đậy những thôi thúc tò mò về giới tính.

Trực quan sinh động những khái niệm trừu tượng

*Giúp trẻ bình yên lớn lên trong thấu hiểu
bằng trực quan những khái niệm mơ hồ!*

Thực chất, trẻ trai quan tâm đến tính dục sớm hơn trẻ gái!

Đừng bỏ qua khi trẻ 7 - 8 tuổi thích bạn khác giới

Vào khoảng cuối năm Minh Khuê học lớp 2, một chị phụ huynh của một bạn học cùng lớp với Minh Khuê kể với tôi và mấy mẹ phụ huynh khác thế này:

- Ôi, con bé nhà mình về nhà cứ khăng khăng bảo với vợ chồng mình: “Con yêu bạn T cùng lớp, vì bạn ấy đẹp trai lắm. Con thích ngồi cạnh bạn ấy!”

Kể xong, chị cười, không quên kèm theo lời bình luận: “Mình nghe nó nói ngọng nghịu mà cười chảy cả nước mắt. Đúng là trẻ con!”

Câu chuyện của chị khiến các mẹ khác đứng vây chung quanh lắng nghe chăm chú. Và tôi nhận thấy sự phản ứng trước câu chuyện “bé lớp 2 tuyên bố yêu bạn trai cùng lớp” được phân thành các nhóm tâm lý như sau:

- ♥ Có người thì cười xòa, coi đó là trò trẻ con bắt chước rồi vài ba ngày là chúng quên luôn.
- ♥ Một số người khác lại thấy nghiêm trọng, lo âu và buông một câu nhận xét đầy định kiến sai lầm: “Bọn con gái bây giờ sao dậy thì sớm thế không biết, mới lớp 2 mà đã thế rồi!”

Riêng tôi, tôi nhận thấy có điều chưa ổn và chưa được khoa học soi sáng trong tập quán suy nghĩ của các bậc cha mẹ. Tôi tìm hiểu và có một hiểu biết khoa học rằng: Trẻ trai và trẻ gái có sự khác biệt trong việc hình thành và phát triển tính dục - giới tính.

Xu hướng *tính dục* được hình thành và phát triển sớm hơn ở trẻ trai, đúng như quy luật tự nhiên vốn thế. Những chứng minh khoa học cho thấy, ngay cả trong giai đoạn bào thai, trẻ trai đã có hành động dùng tay nghịch bộ phận sinh dục, đơn giản vì nó thấy điều đó thích thú.

Ở giai đoạn ấu nhi, trẻ trai đã có hiện tượng cương cứng dương vật sau giấc ngủ dài, v.v... Tuy nhiên, về biểu hiện ngôn ngữ, trẻ trai không bộc lộ điều này, một phần, do chúng phát triển chậm hơn về tư duy ngôn ngữ so với trẻ gái. Đồng thời, sự phát triển tính dục sớm hơn ở trẻ trai (so với trẻ gái) lại được hỗ trợ bởi hành động “tự thích” một cách vô thức, nên nó bộc lộ âm thầm mà người lớn khó nhận biết, nếu không thật sự quan tâm sâu sắc!

Trong khi đó, ở trẻ gái ngay trong giai đoạn bào thai đã có tốc độ phát triển các vùng não bộ nhanh hơn so với trẻ trai (đặc biệt là vùng não “não thú cho bú” - vùng não chủ về phát triển tình cảm, năng lực kết nối, v.v...). Do đó, như một phẩm chất tiềm ẩn, trẻ gái có xu hướng tìm kiếm các mối quan hệ điển hình gắn bó (bố - mẹ; vợ - chồng, anh - em, nói chung là bé gái rất quan tâm đến các mối quan hệ gia đình, gắn kết). Đây là bản năng hướng thượng, bắt đầu manh nha phẩm chất thiên chức lớn của cuộc đời, của *giới tính*, chứ tuyệt nhiên không nói lên những thôi thúc của *tính dục* ở trẻ gái, như cách nhiều người lớn nhầm tưởng.

Sự nhầm tưởng theo hướng (1) sẽ khiến chúng ta bỏ qua một giai đoạn “chuẩn bị” quan trọng cho trẻ bước vào tuổi tiền dậy thì sau này, đến khi trẻ thực sự bước vào tuổi đó, với những bộc lộ rõ ràng thì “người lớn” trở nên lúng túng, ngượng ngùng không biết xoay xở ra sao.

Điều này lý giải việc chúng ta liên tục “đổ lỗi” cho tuổi dậy thì ở trẻ là “*tuổi nổi loạn*” - thực ra, mọi biểu hiện chỉ bộc lộ khi đã được

chuẩn bị âm thầm từ rất lâu, ngay khi đứa trẻ của bạn đang thời kỳ ấu nhi. Tiếc thay, người lớn cứ bỏ qua, bỏ qua và bỏ qua!

Sự lầm tưởng theo hướng (2) lại mang tới những hệ lụy mang tính định kiến, khiến tâm hồn non nớt, nhạy cảm của đứa trẻ bị tổn thương bởi những hành động và việc làm thô bạo của cha mẹ, kiểu như: “Con ranh, mày làm tao xấu hổ đến chết mất!”. Tiếc thay, đứa trẻ không thể hiểu được, vì sao lại bị quát mắng thậm tệ đến thế và nó chỉ biết khóc nức nở!

Tình yêu là gì? Là khi mẹ luôn tự nguyện móc tay vào cống thối để dọn nhà sạch sẽ cho con ở!

Tôi đang loay hoay tìm hiểu bản chất của tình huống “bé lớp 2 tuyên bố yêu bạn trai cùng lớp”, thì khoảng 5 ngày sau, vào buổi mẹ đón giờ tan học, bé Minh Khuê hào hứng khoe với mẹ: “Mẹ ơi, bạn H yêu bạn T đấy mẹ ạ. Bạn H còn tặng bạn T kẹo ngon và bảo thích ngồi cạnh bạn T nữa!”.

Minh Khuê kể với đôi mắt trong veo, ngây thơ khiến lòng tôi lắng lại. Tôi chợt hiểu: Trong một ngày, con gái có rất nhiều hoạt động, nhưng con sẽ nhớ những chi tiết nào ấn tượng và gây chấn động tâm trí. Việc con kể lại chuyện của bạn, nghĩa là con đã quan tâm, và với trách nhiệm của người làm mẹ, tôi phải “giải mã” những thắc mắc, tò mò của con!

Quyết tâm là thế, nhưng bằng cách nào đây! Suốt chặng đường về tôi căng đầu nghĩ. Cuối cùng, tôi nhận ra một điều quan trọng là đi thẳng vào khái niệm “Yêu” - Giải mã rốt ráo giá trị căn cội của từ “Yêu” bằng trực quan sinh động cho một đứa trẻ 8 tuổi hiểu.

Về đến nhà, tôi bắt tay vào dọn nhà cửa. Tôi dọn thùng rác, móc cống, lau chùi toilet. Tôi vừa làm vừa hỏi bé Minh Khuê đang tha thần quanh mẹ, mặt chun lại vì thấy mẹ vục tay vào cống bẩn thỉu:

- Minh Khuê có biết vì sao mẹ lại móc tay vào cống bẩn không?

Bé lắc lắc đầu. Tôi nói: “Mẹ cũng kinh bẩn lắm, nhưng vì mẹ yêu Minh Khuê, mẹ phải dọn nhà cửa sạch sẽ để Minh Khuê luôn khỏe,

không bị con vi khuẩn trong cống bẩn bò lên làm hôi nhà, làm Minh Khuê ốm bệnh!” Nghe tôi nói thế, bé tròn mắt nhìn, không chun mũi nữa.

Tôi hỏi tiếp: “Thế Minh Khuê có biết vì sao mẹ vẫn yêu cầu Minh Khuê ị bô không?” Bé lắc đầu, tôi lại nói: Là để mẹ ngửi phân của Minh Khuê đấy. Kinh quá nhỉ! Nhưng vì mẹ yêu Minh Khuê lắm! Mẹ phải hàng ngày ngửi phân của Minh Khuê, nếu phân chua thì là Minh Khuê bị đi phân sống, nếu phân tanh là Minh Khuê bị rối loạn tiêu hóa, phân thối là sức khỏe bình thường. Mẹ phải thăm khám phân của Minh Khuê hàng ngày để còn biết cách chăm sóc Minh Khuê tốt hơn.”

Tôi nhớ, tôi vừa nói đến đây, thì trên gương mặt Minh Khuê đã biến mất vẻ kinh tởm những thứ bẩn thỉu mẹ vẫn làm, cô bé nói như tranh phần của mẹ:

- Mẹ! Mẹ ơi! Thế nghĩa là khi yêu ai đó thì sẽ tự nguyện làm việc bẩn thỉu vì người đó mẹ nhỉ. Như mẹ yêu Minh Khuê ấy!

Minh Khuê vừa nói vừa nhảy cẫng lên giữa nhà, reo hò cùng lũ cún, mồm không ngớt la lên: “Mẹ yêu Minh Khuê nên mẹ gắng làm việc bẩn”.

Lúc đó, tôi nhớ là tôi đã cười mà mắt nhòa nước. Bài toán cuộc đời thật đa dạng, thật học búa, nhưng nếu bạn bỏ qua, hay bạn đầu hàng, bài toán đó mãi là một món nợ cộng thêm món lãi tăng theo lũy kế!

Chờ cho con hưng phấn nô đùa của Minh Khuê với lũ cún yêu của cô bé lắng lại, tôi thủ thỉ nói với con: Thế nên, con biết rằng, người sẵn sàng tự nguyện làm những công việc bẩn thỉu nặng nhọc vì bạn H. chỉ có thể là bố mẹ của bạn H, đúng không nào?

Minh Khuê nhanh nhẩu trả lời ngay: “Bởi vì bố mẹ bạn ấy yêu bạn ấy, nên bạn H cần phải yêu bố mẹ bạn ấy, mẹ nhỉ? Bạn bè cùng lớp chỉ là tình bạn thôi mẹ nhỉ, bạn H đã dùng sai từ rồi, mẹ nhỉ?”

“Khái niệm” cần được trực quan bằng chất liệu và tình huống cuộc sống. Bạn sẽ thấy hướng dẫn đưa trẻ về giới tính không khó, chỉ cần bạn sống dẫn thân và nỗ lực tìm tòi

Trong cuốn sách nghiên cứu về não bộ của nhà Giáo dục - tâm lý học danh tiếng Hoa Kỳ, tiến sĩ Jane M.Healy đã nhấn mạnh về năng lực tư duy của trẻ có những ảnh hưởng mật thiết với năng lực ngôn ngữ. Ở giai đoạn dưới 10 tuổi, trẻ chưa có khả năng tư duy trừu tượng, nhưng chúng lại rất mạnh về tư duy trực quan sinh động.

Do đó, trách nhiệm của người lớn là chuyển hóa những khái niệm trừu tượng, mơ hồ, khó hiểu thành những điều giản dị dễ hiểu, giúp trẻ nhận biết những giá trị xung quanh một cách dễ dàng, trong sáng và mạch lạc như chính lứa tuổi của chúng!

Đây là một ví dụ, biểu dụ trong vô số những tình huống sự phạm mà tự nó cứ đến trên hành trình tôi đồng hành cùng con gái. Vô vàn những khái niệm trừu tượng trong ngôn ngữ hàng ngày chúng ta cứ tấp đầy lên tâm trí trẻ kèm theo mệnh lệnh hay giáo điều, khiến trẻ lún lặn trong đò dẫn, mơ hồ, lẫn lộn nhiều giá trị.

Bản thân cuộc sống là *chất liệu*, là *tình huống sự phạm* dồi dào, phong phú mà bạn không phải đi tìm đâu xa, không cần nhào nặn từ những “*Quy trình giáo dục*” nào đó. Tuy nhiên, bạn phải nhạy cảm để nhận biết và chuyển hóa nó, vận dụng nó, để biến mình thành người trợ thủ, người cố vấn, ân cần dìu dắt những người thân yêu của bạn, từng bước vững chãi *trên hành trình trường đời* ngay từ khi bé bỏng!

Hãy khôi hài và dí dỏm!

Để bài học giới tính trở nên tự nhiên và hồn nhiên

Hôm ấy, tôi ốm, nằm nhà, con gái Minh Khuê lúc đó học lớp 5 rất thương mẹ. Vừa học về, cô bé sà lại bên tôi bảo: Mẹ ơi, con kể chuyện cười cho mẹ nghe nhé, mẹ sẽ khỏi ốm liền.

Và đây là câu chuyện khôi hài, dí dỏm của cô bé. Nó cho thấy sự cởi mở, hồn nhiên và tự nhiên trong cách chúng tôi trao đổi bản bạc với nhau về các bộ phận thân thể người.

Trong rừng, lạc đà được khen là làm việc chăm chỉ và hiệu quả hơn, điều này khiến voi cảm thấy áy ức, nên rắp tâm tìm cơ hội xô xiên lạc đà cho bõ tức. Trong khi nghỉ giải lao, voi đứng cạnh lạc đà, cứ tùm tùm cười, tỏ ra bí hiểm. Lạc đà khó chịu lắm, không nhịn được, bèn hỏi:

- Sao anh cứ nhìn tôi rồi lại cười một mình thế, thật là khiếm nhã?

Voi nghênh mặt lên, nói bằng giọng:

- À, ấy là tôi nhìn chị và tự hỏi: Sao lại có kẻ dị thường đến thế, hai vú lại mọc ở trên lưng!

Voi chưa kịp đắc ý thì nghe tiếng lạc đà đứng đĩnh nói:

- Còn hơn anh, trần đời, chỉ thấy có anh thì cái chim lại mọc ngay giữa mặt!

Giúp con cầm cương vững vàng tuổi vị thành niên

Không đợi khi có ngựa mới luyện tập với ngựa!

Thung lũng Đà Lạt và cuộc giao phối hỗn nhiên của đôi ngựa - buổi học trực quan sinh động dành cho Minh Khuê về tập tính sinh sản trong tự nhiên

Mùa hè năm 2005, tại một thung lũng bình yên của Đà Lạt, tôi và con gái Minh Khuê thân nhiên đứng quan sát hai con ngựa giao phối. Minh Khuê lúc đó mới hơn 8 tuổi, sau khi quan sát toàn bộ cuộc giao phối của đôi ngựa, đã cười khanh khách và kết luận xanh rờn:

- Mẹ ơi, khi chuẩn bị giao phối, cái chim của chú ngựa trắng bỗng dựng dài và to ra bất thường. Giả định mà bạn ấy mặc quần như người thì sẽ rách quần mất! Ha ha

Tôi cũng cười vì cách so sánh ngộ nghĩnh rất hóm hình của con gái! Khi hai mẹ con dứt con khoái trá, thì tôi lập tức giải thích tiếp cho con:

- Đây là cơ chế sinh học kinh điển mà các loài, giống, kể cả con người, hành động, để bắt đầu chu kỳ sinh sản một cá thể (được gọi là con con) đấy con ạ. Lúc ấy, cái chim của con đực phải dài và cương cứng, để đảm đương công việc như một cái vòi bơm, đẩy con tinh trùng vào sâu trong ống dẫn trứng của con cái. Ở đó, bạn tinh trùng và bạn trứng gặp gỡ và bắt đầu cuộc tạo tác nhiệm màu để sáng tạo một em bé “ngựa con” xinh ơi là xinh sẽ ra đời sau 11 tháng ngựa cái mang thai!

- Thế khi ra đời, thì em bé ngựa chui từ nách của ngựa mẹ, há mẹ!

- Ồ, tất nhiên là không phải như thế! Nếu bạn tinh trùng bé tí tẹo đi qua cái vòi bom, xuyên qua âm đạo của ngựa cái để vào ống dẫn trứng và bắt đầu làm công việc của mình, thì khi em bé ngựa được tạo tác xong, em ấy cũng theo đường âm đạo của ngựa mẹ để ra đời, con ạ. Vì thế, lúc em ấy ra đời, âm đạo của ngựa mẹ cũng phải phòng to nhất có thể để mở đường cho em ấy ra.

Lúc này, ánh mắt bé Minh Khuê rất biểu cảm, cô bé thốt lên: Mẹ ơi, thế thì ngựa mẹ đau đớn lắm nhì! - Ừm, nhưng đấy là con đau hạnh phúc của nó, vì nó biết nó sắp được làm mẹ!

Tiếp sau đó là rất nhiều câu hỏi hay, thiết thực mà con gái đặt ra và nhiệm vụ của tôi là phải ân cần trả lời cặn kẽ, kiểu như: “Em ngựa bé nằm trong bụng mẹ những 11 tháng, thế bé Minh Khuê nằm trong bụng mẹ mấy tháng?” rồi, “Thế thì bọn ngựa có phải làm lễ cưới không để thành vợ chồng như con người không há mẹ?”, rồi, “Thế thì con đã hiểu các em bé cũng từ đâu chui ra chứ không phải bố mẹ nhặt được ở siêu thị, bãi rác hay trong túi của ông già Noel mẹ nhì?...”, v.v...

Thế đấy, buổi dạo chơi trong thung lũng bình yên, mát mẻ, thanh vắng của hai mẹ con đã trở thành một buổi học về tập tính sinh sản và giới tính cho con một cách tự nhiên, thoải mái, không khiên cưỡng hay che đậy điều gì.

Chắc chắn, nhiều bà mẹ ông bố đã hành xử khác với tôi trong tình huống trên. Hoặc là họ lơ đi coi như không thấy; hoặc là họ kéo con đi thật nhanh để đưa trẻ không được chứng kiến một hiện tượng tự nhiên vì họ bị ám ảnh “tục tĩu” về hành động giao phối; hoặc họ vô tâm đến mức chẳng nhận ra sự việc.

Tất cả những lời ửng xẻ trên đều là sự lãng phí lớn, khi chúng ta đã bỏ phí một tình huống mà Mẹ Thiên Nhiên gợi ý để hướng dẫn cho đứa trẻ những hiểu biết về tập tính sinh sản một cách rất tự nhiên, vui vẻ, cởi mở và không vướng bận bất cứ sự ám ảnh nào.

Nếu bạn chưa nhận thấy bản năng tính dục là đẹp đẽ, thiêng liêng thì bạn sẽ cảm thấy “ngượng mồm” và muốn lảng tránh những thắc mắc chính đáng của đứa trẻ

Mọi sự ngượng ngùng, khó xử đều nằm trong suy nghĩ của người lớn, chứ không nằm trong hành vi hiện tượng của thiên nhiên - tự nhiên, càng không có trong sự hồn nhiên “vô tâm trí” của trẻ nhỏ.

Hành vi giao phối của loài vật mà tình cờ được chứng kiến đã khiến bé Minh Khuê ngạc nhiên thú vị - tất nhiên vì đó là một hiểu biết mới mẻ, khai sáng và vô cùng vĩ đại, tựa như nó nhận biết được điều nhờ có mặt trời ngày ngày chiếu sáng mà Trái đất mới có sự sống!

Trong tập quán tư duy của phần lớn người Việt, đều đang bị mắc dính (mắc kẹt) trong việc làm thế nào để chung sống bình an với bản năng gốc.

Một mặt chúng ta không thể phủ nhận hai bản năng gốc đó là: bản năng sinh tồn và bản năng sinh sản. Mặt khác, những tập quán tâm lý, cũng như những hà khắc, lệch lạc của tôn giáo nhiều đời nay đã thao túng, duy trì một thái độ tiêu cực, cấm kỵ, ra sức phủ nhận sự tốt đẹp và thiêng liêng của các bản năng gốc.

Do có sự kìm nén tâm trí tích tụ, khiến người lớn cảm thấy mơ hồ hoặc chỉ hành xử theo thói quen khi đối diện với những bản năng gốc. Sự lúng túng là hệ quả của nhiều tập niệm, dẫn đến tập quán che giấu, tạo ra vùng cấm kỵ, phủ nhận bản năng dục đối với khát khao tìm hiểu của trẻ nhỏ.

Tôi luôn nhấn mạnh rằng, giáo dục giới tính cho trẻ không khó, nhưng nó trở nên vô cùng khó chính bởi tâm trí của người lớn còn bị mắc kẹt và chưa đạt tới tâm thế an nhiên trước bản năng tính dục. Bạn phải thấy tính dục, nhu cầu tính dục là thiêng liêng và đẹp đẽ, là khởi nguồn của sự sống - có như vậy bạn mới có thể nói về điều đó một cách truyền cảm và đẹp đẽ để đứa trẻ thấu đạt trong thuyết phục và an bình.

Lơ đi coi như bản năng sinh sản không tồn tại, cho đến khi nó tự bộc lộ ra, phát lộ ào ạt khi đứa trẻ bước vào tuổi 11 - 12 với nhiều sự

thay đổi về hình hài của chúng, những câu hỏi hóc búa, nhiều hành vi khác lạ, và lúc ấy, bạn ứng phó với điều này một cách thụ động.

Cha mẹ lo đi, nếu không thì trả lời qua quýt, thậm chí là nói dối, kiểu “trẻ con từ trong nách mẹ chui ra” hay “muốn có con thì phải cưới nhau, nằm dựa lưng vào nhau là có em bé v.v...”. Người lớn cứ “vô tư” nói dối, trẻ con thì không tin đâu, chúng hoài nghi và chúng tự *vật lộn*, đau khổ trước những đòi hỏi phải được hiểu về bản thân, hiểu về quá trình sinh - diệt của sự sống. Chúng bế tắc và tìm kiếm câu trả lời ở những bạn bè trang lứa mà sự hiểu biết cũng rất lệch lạc, ngô nghê. Từ đó, sao mà không diễn ra những bi thương trong tâm hồn trẻ vị thành niên cho được.

Trong khi cha mẹ đang diễn vai trò những người lớn mẫu mực, không màng đến những nhu cầu hiểu biết về bản năng sinh sản, thì những đứa trẻ yêu dấu của chúng ta đang phải loay hoay, chật vật và không ít trẻ gặp tổn thương đau đớn trước câu hỏi: Ta là ai? Sao ta lại thế này?

Những tổn thương đầu đời, kể cả bé trai và bé gái là những tổn thương khó lòng lành lặn mà không để lại vết sẹo, theo chúng suốt cuộc đời. Thế nhưng, phần đông cha mẹ chưa từng nhận thức rằng, hướng dẫn con về giới tính và bản năng sinh sản, không ai có thể làm tốt và ân cần, dễ chịu bằng người cha, người mẹ!

Thế nhưng, phần lớn bố mẹ đều không nhận thức rằng, để con cái an vui phúc lạc thì hành trình hướng dẫn để đứa trẻ hiểu nó là ai, là một hành trình quan trọng và thiêng liêng!

Thực sự, nhiều trẻ vị thành niên và cha mẹ của trẻ đã phải đi qua quãng thời gian này như hành trình vượt qua địa ngục.

Hóa ra, để mỗi thời khắc từ 0 - 18 tuổi thực sự là *giai đoạn kim cương cuộc đời* dành cho con gái, tôi cần phải thấu đạt nhiều điều về cơ chế bản năng gốc, tập quán chiểu và nhận thức tinh táo về nó. Tôi điều phục những nhận thức sai lầm của bản thân do nghĩ theo tập quán, để trở thành người bạn, người chị, người thầy, người mẹ dẫn dắt con đi qua tuổi dậy thì trong thanh thoi và tràn muôn phúc lạc!

Quan sát của tôi khi nuôi Minh Khuê tuổi nhũ nhi, ấu nhi, đó là cảm nhận toàn bộ về một tạo tác không lặp lại của tạo hóa. Bé yêu của tôi như bao đứa trẻ khác, là một khối uyên nguyên trong suốt với những bản năng gốc chưa vương bận tạp niệm (mà khi càng lớn lên, theo năm tháng chung sống với cộng đồng, những tạp niệm ấy ngày một đầy lên trong tâm trí).

Giai đoạn “vô tâm trí” - quãng thời gian “vàng” để dạy trẻ những hiểu biết cơ sở về giới tính

Nhìn hiện tượng giao phối của ngựa như phát hiện ra ánh sáng mặt trời là thức ăn của sự sống trên Trái đất!

Bản năng vốn không xấu không đẹp - nó là của tạo hóa ban tặng và vì thế nó thiêng liêng, đáng trân trọng. Khi bé còn ở độ tuổi ấu nhi, bản năng là *vô tâm trí*, vì thế chúng ta thấy trẻ em sao mà thánh thiện thế, trong trẻo thế! Trẻ em chỉ dành toàn bộ thời gian cho điều cơ sở nhất của sự sống: duy trì bản năng bằng tâm thế *vô tâm trí*.

Dòng sông bản năng của trẻ, dòng hormone tính dục, hormone giới tính của trẻ cũng trôi có gia tốc, ngày càng mạnh như quy luật tăng trưởng của cơ thể đến tuổi thành niên. Do vậy, để dòng sông ấy không trở thành thác lũ khi vào tuổi tiền dậy thì, rồi tuổi vị thành niên, thì nó cần được soi sáng dưới ánh dương ấm áp của sự chủ động hiểu biết, giúp duy trì một dòng chảy tự nhiên, an hòa và phúc lạc.

Khi trẻ ở tuổi nhũ nhi - ấu nhi - đồng nhi, ở giai đoạn “*vô tâm trí*” về dục tính - bạn phải lợi dụng sự trong trẻo ấy để hướng dẫn chúng những hiểu biết cơ sở về giới tính, để điều đó diễn ra tự nhiên, thoải mái cởi mở, thả lỏng, không gồng cứng. Đó là “*muu mẹo*” đầy từ ái mà người làm cha mẹ nên cố gắng.

Đứa trẻ được thỏa mãn mọi tò mò, mọi khai mở về thân thể nó, về sự khác biệt giới tính ngay khi nó còn “*vô tâm trí*” là cơ sở để

đưa trẻ có được một tâm trí bình an, trong vắt giúp nó nhận thức những bài học khác một cách sâu sắc và hiệu quả!

Khi bé còn nhũ nhi, tôi đã mặc cho bé những chiếc áo, đội cho bé những chiếc mũ mang dấu hiệu rằng bé là con gái. Như vậy, rõ ràng tâm thức chúng ta định hướng rất mạnh về giới tính của trẻ sơ sinh, nhũ nhi.

Tiếc thay, phần lớn chúng ta lại mặc định rằng, trẻ là vô giới tính cho đến năm chúng 10 - 11 tuổi. Điều này cho thấy, chúng ta đang tự mâu thuẫn trong nhận biết và hành xử của bản thân đối với trẻ!

Sự sống luôn có sự trưởng thành dần dần, lặng lẽ, nội lực. Do đó, hormone giới tính cũng tuôn chảy lặng lẽ, dần dần có gia tốc trong cơ thể đứa trẻ từ nhũ nhi. Trẻ không vô giới tính - nên không thể mặc định tuổi dậy thì. Tuổi thay đổi vượt trội những biểu hiện rõ rệt như: trên mặt bắt đầu nổi mụn, đổi giọng nói, nổi yết hầu, mộng tinh ở trẻ trai; bắt đầu có kinh nguyệt ở bé gái, vú nhũ chũm cau, cơ thể nầy nở hơn, thích làm dáng ở trẻ gái, v.v... thì đây *phải* được coi như cột mốc đánh dấu sự bùng nổ giới tính của trẻ sau 12 - 13 năm lặng lẽ chuẩn bị!

Một so sánh mang tính thậm xưng, sẽ giúp bạn thấy rõ hơn điều hiển nhiên, đó là: Trong lịch sử loài người, bất kể cuộc cuộc cách mạng xã hội nào để tới thành công cũng phải có sự chuẩn lâu dài trước khi nó thực sự bùng nổ! Vậy thì bạn nghĩ sao nếu bạn không chuẩn bị và tập dượt cho đứa trẻ của bạn một cách dài hơi như vậy, trước khi cuộc “biến động mãnh liệt” về giới tính trong cơ thể nó xảy ra?

Ngay từ thời nhũ nhi của Minh Khuê, tôi đã rất chú trọng hành trình cùng con theo dòng chảy tự nhiên của giới tính: Trong nhà treo nhiều đồ chơi màu hồng, màu cam (thể hiện sự chân thành, vui vẻ, hứng khởi), màu xanh cô ban (thể hiện sự điềm tĩnh, cân phương), màu vàng rạng rỡ, v.v...

Tôi thường dành nhiều thời gian (coi đó như nghi lễ lớn trong ngày) xoa vỗ bằng đôi bàn tay lên toàn bộ thân thể bé, vừa làm vừa nói chuyện, nhìn sâu vào mắt bé (khi ở tư thế nhìn được) và cảm nhận sự thích thú sáng khoái của bé.

Mục đích của việc này là nhằm giúp bé xả bỏ những năng lượng căng thẳng nội tại (căng thẳng sinh tồn là một cơ chế tự thân của bản năng sinh tồn ở trẻ sơ sinh, nhũ nhi và ấu nhi) mà bé chưa có ngôn ngữ để giải bày, đồng thời, truyền cho bé nguồn năng lượng (nhân điện) của người mẹ tràn đầy yêu thương, an hòa, hướng thượng và kết hợp kiểm tra từng ngày để có thể phát hiện sớm những khiếm khuyết (nếu có thể xuất hiện) trên cơ thể bé.

Khi lớn hơn, tôi vẫn duy trì xoa lưng, vỗ lưng cho bé hàng ngày trong 10 - 15 phút/ lần và có thể nhiều lần/ ngày.

Việc chà nhẹ, xoa vỗ vào làn da của trẻ thường xuyên là một **bí quyết** để giúp trẻ xả bỏ nhiều năng lượng dôi thừa tích tụ, nếu để lâu không xả bỏ, chúng là một nguồn nhân điện cực lớn, rất dễ gây sốc, choáng nếu tiếp xúc với một thân thể khác giới nào khác khi có cơ hội. Việc làm này, tôi vẫn luôn tiến hành, cho đến ngày con gái đi học xa nhà.

Trạng thái *wô tâm trí* ở trẻ nhũ nhi, ấu nhi là trạng thái rất đẹp cho bản thể, giúp chúng nhận được năng lượng để lớn lên một cách hoan hỉ. Và, trạng thái *wô tâm trí* ấy, là một chất liệu tốt (mô tả như là một tấm toan trắng tinh để bắt đầu những nét bút vẽ cuộc đời).

Lợi thế *wô tâm trí*, là khi trẻ chưa bị rào chắn bởi ham muốn dục, bởi sự xấu hổ và ngưng ngưng khi nói chuyện trao đổi đến tính dục hay khi nhìn thấy các bộ phận sinh dục, sẽ xuất hiện ở trẻ khi chúng lớn hơn (11 - 12 tuổi), tôi tiến hành giúp con gái nhận biết những khác biệt về giới tính ngay khi con mới 3 - 4 tuổi.

Sáng tạo tình huống khi cuộc sống không sẵn có tình huống: Xưởng vẽ hoặc bệnh viện

Là mẹ đơn thân, tôi tìm một giải pháp hỗ trợ con hiệu quả theo cách khá độc đáo: tôi đưa con đến chơi tại xưởng vẽ của một họa sỹ vốn là bạn thân của tôi trong những buổi họa sỹ vẽ thân thể người (mẫu) với sự cho phép của họa sỹ.

Tại đây, với cái cớ đi xem bác họa sỹ vẽ người, bé Minh Khuê được quan sát thân thể người đàn ông hay người đàn bà ở trạng thái

nude một cách có ý thức. Bé thấy điều ấy là tự nhiên và nghiêm túc, ai cũng quan sát nghiêm túc, hoàn toàn tập trung, không chút vướng mắc cảm xúc nào khác.

Sau những lần tham quan, quan sát nghiêm túc, tôi không cần đưa ra một câu hỏi nào, một bài tập trả bài nào đối với bé, chỉ đơn thuần điều ấy, bé đã học được rất nhiều, mà hầu hết những trẻ khác phải vật lộn, tò mò, lén lút tìm hiểu qua các kênh không chính thức, khi chúng bước vào quãng tuổi vị thành niên!

Trong một gia đình theo mô hình hạt nhân (bố + mẹ + những đứa trẻ), việc trực quan sinh động để bồi đắp những hiểu biết về những khác biệt giới tính cho trẻ sẽ rất thuận lợi, nên tiến hành sớm khi trẻ còn trong giai đoạn vô tâm trí (tức là từ 0 - 4 tuổi).

Đơn giản, bằng cách gia đình bạn sống chân thật, hồn nhiên, có văn hóa và tạo điều kiện cho trẻ quan sát thân thể của bố và thân thể của mẹ trong nhiều trạng huống sinh hoạt hàng ngày, giúp trẻ quan sát và tự đưa ra kết luận về thân thể khác nhau giữa trẻ em gái và trẻ em trai; giữa trẻ em và người trưởng thành; giữa người trưởng thành nam và người trưởng thành nữ.

Thực ra, sự hướng dẫn cho trẻ nhận biết những khía cạnh về giới tính và bản năng sinh sản là một quá trình được diễn ra theo quy luật vòng xoáy tròn ốc. Nghĩa là tình huống có thể lặp lại, nhưng theo độ lớn của trẻ, bài học mà tôi hướng dẫn con lại thêm độ sâu và những giải thích khoa học sẽ nhiều hơn, chân xác hơn, cụ thể hơn theo tuổi lớn của con gái.

Chẳng hạn, khi 4 tuổi sau khi quan sát thân thể của người nam trưởng thành, người nữ trưởng thành, bé rút ra kết luận: con trai và con gái giống nhau ở chỗ: bộ phận sinh dục khi lớn lên đều mọc thêm lông! Khác nhau ở chỗ: khi lớn lên ti (vú) của con trai vẫn dẹt, còn ti của con gái sẽ phồng lên (hay nhĩ, mẹ nhĩ).

Nhưng, cũng bài học quan sát thân thể người, đến năm bé Minh Khuê lên 8 - thì bạn ấy đã yêu cầu mẹ trả lời câu hỏi: Vì sao lại phải mọc thêm lông ở bộ phận sinh dục khi thành người lớn? Rồi khi

bạn ấy 11 - 12 tuổi, bạn ấy đã cùng mẹ tìm hiểu, vì sao những bộ phận sinh dục khi trưởng thành lại chuyển qua màu sẫm?¹ v.v...

❖ **Kết luận: Bài học giới tính cũng hào hứng tự nhiên như bài học âm nhạc, hội họa hay phân tích một bài thơ**

Thế đấy, tôi đã nỗ lực để mọi nhận biết của con gái về thế giới xung quanh, mô phỏng sự phát triển của cơ thể bé bằng trực quan sinh động những con người cụ thể xung quanh, giúp cô bé thoải mái, thấu đạt mọi khát khao hiểu biết, tò mò trong an hòa và không khiên cưỡng.

Mọi hiểu biết về giới tính và bản năng tính dục đến với Minh Khuê trong một tinh thần cởi mở, khoa học sáng tỏ và chỉ bảo ân cần của mẹ, nó cũng hào hứng, bình dị, hồn nhiên không khác gì những bài học về màu sắc hay âm thanh của thiên nhiên! Hay bài học về cái đẹp của một bài thơ nào đó!

Như vậy, bằng hiểu biết và nỗ lực, sự tận tình và ân cần hướng dẫn của tôi nên "Sự biết về giới tính - những khác biệt ở cơ thể nam và nữ" đến với bé Minh Khuê trở nên thuận thực nhuần nhuyễn, trước khi cô bé bước vào giai đoạn "xấu hổ" - một rào cản về tâm lý và nhận thức về dục - đến. Nghĩa là tôi đã giúp con "cầm cương" ngon lành chú ngựa có tên "sự tò mò giới tính của tuổi vị thành niên".

Những gợi ý của tôi, chắc chắn sẽ giúp bạn nhận thấy, bạn có vô khối tình huống cuộc sống, vô số chất liệu cuộc sống từ gia đình hạnh phúc của bạn, để sáng tạo nên những bài học giáo dục giới tính trực quan sinh động, hồn nhiên và thiết thực, bền vững từ sớm nhất cho đứa trẻ mà bạn dành trọn đời để thương yêu.

¹ Khi cơ thể thành niên, hoạt động của tuyến yên mạnh mẽ hơn, theo đó hormone sinh sản, hormone giới tính tiết ra nhiều hơn, khiến các bộ phận này có màu sẫm đặc trưng.

Hướng dẫn con kiểm soát và quản lý “tiếng gọi của hormone dục”

Tình huống và lý giải thuyết phục

“Thế chứ, mẹ nói rành mạch thế con thấy vững tâm lắm, mẹ ạ!”

Tôi nhớ, khi đó là vào cuối năm học lớp 6 của Minh Khuê. Nhân dịp hai mẹ con chuẩn bị bữa ăn tối và cùng thảo luận, phân tích một tình huống: “Có hai bạn cùng khối “yêu nhau công khai” làm dấy lên một làn sóng dư chấn mạnh mẽ ở trường”, bỗng Minh Khuê hỏi tôi:

- Theo mẹ, đến năm bao nhiêu tuổi thì bắt đầu hoạt động tình dục là hợp lý?

Nghe con gái hỏi một cách nghiêm túc, tôi nhìn con, mỉm cười:

- Cảm ơn con gái, mẹ chờ đợi câu hỏi này của con lâu lắm rồi, hôm nay con chủ động đưa ra câu hỏi rất thẳng thắn, mẹ thấy thật hãnh diện vì con đã tin cậy mẹ thế nào!

Nhìn vào mắt con và nói những lời xúc động ấy, dường như, tôi đã truyền cho con sự tin cậy đối với tôi và sự vững tin vào điều cô bé vừa nói. Sau đó, tôi giải thích cho con thật đơn giản thế này:

Có ba cách để chúng ta xác định về tuổi bắt đầu hoạt động tình dục: a/ Theo quy luật tự nhiên; b/ Theo quy định của pháp luật và c/ Ứng xử với tình dục theo hiểu biết cá nhân và tự chịu trách nhiệm cao! Mẹ sẽ lần lượt giải thích cho con như sau:

♥ **Theo quy luật tự nhiên:** Theo quy luật sinh học, con người như các loài động vật cao cấp khác, khi có những bộ phận rõ ràng sự trưởng thành về dục tính, thì đó là thời điểm bắt đầu hoạt động tính dục. Cụ thể, ở nữ giới hoạt động tính dục bắt đầu khi bé gái

(giao động từ tuổi 10 - 13 - 14 tuổi) có hiện tượng kinh nguyệt và lúc này, nếu có hoạt động tính dục với một người nam trưởng thành thì sẽ có khả năng mang thai. Ở nam giới, hoạt động tính dục bắt đầu khi cậu bé trai có hiện tượng cương cứng dương vật, mộng tinh và thủ dâm (giao động từ tuổi 12 - 16 tuổi).

♥ *Theo quy định luật pháp văn minh* đã quy định tuổi được phép hoạt động tính dục có đối tác, là khi vị thành niên tròn 18 tuổi. Do đó, những ai có hành vi giao phối với trẻ dưới 18 tuổi, đều bị cấu thành tội phạm từ lạm dụng đến cưỡng hiếp trẻ em và trẻ vị thành niên, cho dù có sự đồng thuận của đứa trẻ ấy.

Điều này, cho thấy, dựa trên những kết quả khoa học, pháp luật đã cho thấy về mặt cơ thể, tâm lý, hệ thần kinh trung ương của trẻ dưới 18 tuổi là chưa thực sự hoàn chỉnh, còn nhiều mong manh, non nớt cần được bảo vệ để chúng đạt tới sự trưởng thành hoàn hảo nhất có thể!

♥ *Theo nhận thức cá nhân và tự chịu trách nhiệm cao*: Tuy nhiên, bằng trải nghiệm và kinh nghiệm của cuộc đời, mẹ thấy rằng, có thể (chọn) bắt đầu hoạt động tính dục khi đã bước sang tuổi 20 - 21. Lý do mẹ đưa ra con số tuổi này, là dựa trên thực tế, lúc này con là sinh viên năm thứ 3, con đã có sự trưởng thành vượt bậc về tính tự lập, tự chịu trách nhiệm với việc mình làm. Là tuổi mà con đã ổn định về quan hệ bạn bè và biết cảm nhận sâu sắc hơn về bản thân, nhạy bén và tinh tế trước cuộc sống, tinh táo hơn trước ngoại cảnh, vì thế, con sẽ tự tin khi đưa ra mọi quyết định riêng tư!

Sau khi nghe tôi phân tích và nêu quan điểm có sự thuyết phục vững chắc về khoa học cũng như thực tiễn, Minh Khuê nhìn mẹ nhoén cười hồn nhiên nói: “Thế chứ, mẹ nói rành mạch thế, con thấy vững tâm lắm, mẹ ạ!”

Thảo luận về tính dục với con trẻ khi tuổi càng nhỏ càng tốt!

Thực tế, câu hỏi về tuổi bắt đầu (có thể) hoạt động tình dục mà bé Minh Khuê đặt ra cho mẹ, khi cô bé mới 11 tuổi, chỉ là một tình huống

rất phổ biến trong cuộc sống, cuộc hành trình hàng ngày của hai mẹ con tôi.

Ngay từ khi Minh Khuê còn rất nhỏ, những thảo luận về tính dục và giới tính là những bài giảng khoa học hàng ngày mà tôi dành cho con gái, lúc thì đang trên xe đi học; lúc thì trong căn bếp, có lúc lại là khi hai mẹ con trùm chăn trên giường thủ thi nhỏ to, rồi khi làm vườn, dọn nhà...

Dạy con về tính dục là việc làm có ý thức của tôi, xuất phát từ hiểu biết sâu sắc rằng, hơn bất cứ ai hết - tôi với vai trò người mẹ, cần phải nhận lãnh sứ mạng hướng dẫn cho con nhận biết và quản lý cơ chế vận hành của bản năng sinh sản (bản năng tính dục) là một trong hai bản năng cơ sở của sự sống (cùng với bản năng sinh tồn).

Một khi tâm trí của đứa trẻ đang ở độ tuổi vị thành niên, có được sự cân bằng và tĩnh lặng do nó được “thỏa mãn” về hiểu biết sự vận hành của hormone tính dục trong cơ thể, tất nhiên, đứa trẻ đó sẽ học tập tốt hơn, hiệu quả hơn.

Ngay thời điểm bé gái thấy kinh nguyệt lần đầu, tôi đã tổ chức một bữa tiệc nho nhỏ với nghi lễ “trưởng thành” cho con gái - đối với tôi và con gái, đó là buổi lễ xúc động và sâu sắc đích thực, khó quên. Tôi giải thích rằng, “Sự thấy kinh nguyệt, ấy là lúc cơ thể và tâm lý con đã bước vào một chặng trưởng thành vượt bậc. Do đó, chắc chắn có những thời điểm con sẽ gặp khó khăn, bối rối vì cơ thể có những thay đổi nhanh quá. Những lúc ấy, con đừng ngại ngần “tham vấn” mẹ, con nhé. Mẹ sẽ hỗ trợ con để con tự khám phá về bản thân tốt nhất!”

Hướng dẫn để con gái hiểu rằng sự tăng lên hay giảm xuống của hormone trong chu kỳ kinh nguyệt¹ có tác động lớn đến cảm xúc và

¹ Những triệu chứng diễn ra ở cơ thể bé gái trong thời kỳ rụng trứng: Về thể trạng: cơ rút nhẹ (đặc biệt là những ngày trước khi chu kỳ và vài ngày đầu tiên của kỳ kinh); đau đầu nhẹ; tăng mụn trứng cá; căng ngực; khó ngủ; đầy hơi. Về tâm trạng: Thèm ăn; nhạy cảm về tình cảm, dễ thay đổi tâm trạng; cảm thấy bứt rứt khó chịu;

hành vi của bản thân. Từ hiểu biết đó, tôi nhắc nhở con về chế độ ăn uống và tinh táo để quản lý dòng hải triều hormone trong cơ thể, để kiểm soát cảm xúc của bản thân.

Trong một xã hội chưa thật cởi mở, sự lệch lạc trong nhận thức về bản năng sinh sản, đã dẫn đến những *kìm nén*, bức bối về dục tính, hiện rất phổ biến trong xã hội ở những mức độ trầm trọng khác nhau. *Kìm nén* và bức bối ở nhiều thế hệ, tích tụ và tiếp tục âm ỉ, khiến *tính dục* trở thành nỗi ám ảnh dai dẳng ở nhiều cá nhân, bất luận ở lứa tuổi nào.

Sự ám ảnh về bản năng tính dục bị kìm nén, thiếu hiểu biết, thể hiện ở tình trạng không thể quản lý và kiểm soát những thèm thường về dục tính, dẫn đến sự chệch hướng cuộc đời như hiện tượng quan hệ tình dục bừa bãi, quan hệ tình dục đồng giới, thói đối trá, v.v..., làm xói mòn những phẩm chất cần thiết của một nhân cách lành mạnh như: sự chân thành, bản lĩnh trước cám dỗ và lòng vị tha...

Tôi nhận thấy, có hai cách phổ biến mà hiện tại xã hội đang ứng xử với bản năng tính dục, đó là:

- ♥ Hoặc là che đậy, phủ nhận - coi đó như việc xấu xa, bẩn thỉu, dù họ vẫn thực hành hàng ngày.
- ♥ Hoặc là phô bày tham muốn dục tính một cách thô thiển, phạm tục thiếu văn hóa, thiếu kiểm soát ở mọi mức độ khác nhau từ nhẹ đến nặng, nhưng được ngụy biện rằng, đó là công khai và công bằng với dục tính, là cách mạng và văn minh!

Theo tôi, cả hai lối ứng xử ấy thực chất là "*anh (chị) em sinh đôi*", nó đều phản ánh một tâm thức bị kìm nén lâu dài, *bị ám ảnh về dục* và luẩn quẩn, lúng túng trong việc làm thế nào để có được hành xử thỏa đáng, trân trọng và đúng mực với một bản năng cơ sở của sự sống!

Một minh chứng thật rõ ràng và đáng buồn cho nỗi ám ảnh tính dục dai dẳng đó: "*Theo thống kê của Google, trong năm 2014, Việt Nam*

là một trong những quốc gia dẫn đầu về tìm kiếm với từ khóa liên quan đến sex”.

Mọi người lớn đều lánh tránh hoặc cấm trẻ em đề cập đến dục, nhưng mọi người lớn đều mắc dính đến dục và hành xử bồn chồn, không thể kiểm soát với dục, thế thì có cách nào để trẻ tin cậy bây giờ? Câu hỏi thật day dứt làm sao?

Tôi thấu hiểu rằng, cái gì bị kìm nén, ức chế, nó sẽ tìm lối để bộc phát. Cái gì bị che đậy và ngụy tạo thì nó sẽ bộc lộ ở dạng thức bệnh tật và biến thái.

Ngược lại, nếu chọn cách giúp trẻ chủ động ứng xử thân thiện, cởi mở với bản năng của nó - trung tâm tính dục, không bị che đậy - giúp trẻ chủ động quan sát sự vận hành của hormone bằng cái nhìn bình an, trí tuệ và từ ái, thì bản năng tính dục trở về trật tự của chính nó, như một dòng sông hài hòa, lấp lánh bình yên dưới sự soi chiếu của vầng dương nhận thức - hiểu biết.

Phẩm chất lành mạnh của một cá nhân trưởng thành, thực sự chỉ có thể được bồi đắp từ một đứa trẻ có tâm thế bình yên như vậy!

Tâm trí đứa trẻ đối với bản năng tính dục: Chiếc lò xo trạng thái hấp thụ tự do hay trạng thái kìm nén nguy hiểm - hoàn toàn là do tính chủ động hay bị động nhận thức

Trên hành trình dẫn dắt con tự khám phá bản thân đến tuổi thành niên, rất nhiều lần tôi dùng hình ảnh chiếc *lò xo* để giải thích cho con về tầm quan trọng của *hiểu biết chủ động về cơ chế vận hành trung tâm dục* (bản năng sinh sản) có ý nghĩa thế nào.

Minh Khuê dần nhận thức sâu sắc rằng, *nếu chủ động hiểu biết về tính dục* thì những kiến thức đó giống như chiếc *lò xo ở trạng thái tự do*, nó sẽ hấp thụ lực va đập, tác động của thông tin trôi nổi ngoài xã hội.

Nếu thụ động hấp thụ những thông tin về tính dục trôi nổi, không kiểm soát, không khoa học thì điều này tựa như *chiếc lò xo ở*

trạng thái kìm nén - tích tụ năng lượng dục một lúc nào đó nó sẽ bật tung không thể quản lý!

Tình thương đối với con trẻ sâu sắc, khiến tôi trăn trở nhiều và tìm kiếm một cách tốt nhất để đồng hành cùng, giúp đưa trẻ trưởng thành trong hoan hỉ và thấu hiểu bản thân. *Đó nhất định phải là một thái độ cởi mở với dục*. Dẫn dắt con chủ động tìm hiểu về giới tính, về dục ngay khi Minh Khuê còn bé (lợi dụng sự vô tâm trí, hồn nhiên, không rào cản tâm lý xấu hổ của trẻ) để chỉ dẫn cho con các bộ phận sinh dục ở mỗi giới và ở các giai đoạn trưởng thành ra sao, gọi tên chân xác các bộ phận sinh dục theo đúng hướng dẫn của từ điển tiếng Việt...

Đây là hành trình rất cần thiết để giúp trẻ thuần thục những hiểu biết về cơ thể chúng, trước khi trẻ bước vào tuổi bộc lộ dục (phát dục) để bạn tiếp tục một hành trình tiếp theo là hướng dẫn đưa trẻ nhận biết sự vận hành của hormone trong cơ thể và quản lý, kiểm soát “tiếng gọi của hormone dục” một cách bình thản, thiện chí, hiểu biết và an hòa nhất.

Cây tình yêu

*Từ Tình yêu hormone đến Tình yêu từ ái
Tính dục và tình yêu: Như bùn và hoa sen!*

Bản năng cơ sở là môi sinh quan trọng để tình yêu đích thực đơm hoa!

Đó là một ngày hè, đầu cấp Ba của Minh Khuê, hai mẹ con tôi rủ nhau lên Hồ Tây, thưởng ngoạn cảnh hoa sen vào độ nở rộ, ngát hương.

Ngồi nghe bác nông dân canh đầm thúng thẳng kể về hành trình của bông sen, rằng những củ sen được bao bọc, bảo vệ quanh năm, trong lòng bùn sâu khoảng từ 2 - 3 mét, dù mùa nắng hay giá rét, đến độ hè về (từ tháng 3 - tháng 4) những ngó sen, chồi sen từ sâu thẳm lòng bùn vươn lên khỏi mặt nước nở lá, nở hoa.

Minh Khuê chăm chú lắng nghe, chăm chú quan sát, rồi thốt lên: “Thật tuyệt! Con thực sự có cảm giác, khi ngắm sen lại nghĩ đến bùn. Trong hương sen con cảm nhận được sự hiện diện của bùn.

Tất nhiên, chẳng ai ra đầm để ngắm bùn mẹ nhỉ? Thế có phải là bất công với bùn không ạ?”

Cách Minh Khuê diễn đạt rất khôi hài, dí dỏm để nói lên quan hệ sen - bùn là cách rất thường ngày, trong cuộc sống của hai mẹ con tôi.

Ngay từ khi Minh Khuê còn bé, tôi thường dùng biểu dụ “hoa sen - bùn” để hướng dẫn con gái cách tư duy, nhìn nhận sự vật, hiện tượng trong tinh thần khoa học của sự toàn vẹn - toàn bộ.

Quan điểm của tôi là với một phương pháp tư duy như vậy, sẽ giúp Minh Khuê có được thái độ sống cân bằng, bao dung và thấu đáo mọi sự vật hiện tượng trong tính toàn vẹn và tính tiến trình của nó.

Tôi thực sự thấy vững tâm khi nhận ra sự trưởng thành của con gái trong câu nói: “Giờ thì con thực sự có cảm giác, khi ngấm sen lại nghĩ đến bùn. Trong hương sen con cảm nhận được sự hiện diện của bùn. Nhưng chẳng ai ra đầm để ngấm bùn mẹ nhỉ? Thế có phải là bất công với bùn không ạ?”

Thời điểm mà hai mẹ con tôi có cuộc trò chuyện bên đầm sen, cũng là khi trong giới học sinh đang ồ ạt về những tranh luận không hồi kết, trên một group của các bạn học sinh cấp Ba, khi một bạn nữ sinh đặt vấn đề: “Bạn trai tớ nói rằng, nếu em nói em yêu anh mà không “cho” anh làm chuyện ấy, thì đó chưa phải là tình yêu!”, vận dụng thực tiễn xã hội đó, tôi nói với con gái:

- Có chứ, mấy bạn trai khăng khăng đòi bạn gái thể hiện tình yêu bằng cách phải đồng ý cho quan hệ tình dục, chính là những bạn trẻ ra đầm mà chỉ thấy bùn thôi!

Minh Khuê: “Ma-ma lại bắt đầu khó hiểu rồi!”.

Tôi cười và giải thích: “Tâm hồn, linh hồn của mỗi người bùng nổ từ thân thể; cũng tương tự như thế, *tình yêu nam nữ* có cội rễ từ bản năng dục.

Bản năng cơ sở của sự sống: bản năng sinh tồn + bản năng sinh sản, được ví như bùn - là môi sinh quan trọng, không thể thay thế, để từ môi sinh ấy tâm hồn và tình yêu được ví như hoa sen là kết tinh đẹp đẽ nhất, cao quý nhất của sự sống - có cơ hội bùng nổ và khoe sắc.

Tất nhiên, không ai ra đầm để ngấm bùn hay mang bùn về trưng bày nơi phòng khách, nhưng ít ai nhận thấy, nếu không có bùn sao mà có được vẻ đẹp và hương thơm của sen. Do đó, chúng ta phải tinh táo để nhìn nhận sự toàn vẹn đó, để trân trọng, để hiểu bùn - cũng như hiểu về tầm quan trọng của bản năng cơ sở,

để trân trọng, đưa nó về đúng vị trí của nó mà không bị mơ hồ và đánh tráo giá trị!”

Nói đoạn, tôi tìm một cái que rồi vạch trên đất để mô hình hóa “cây tình yêu” cho con gái hiểu.

4 tầng nấc của sự trưởng thành cần thiết mà con sẽ đi qua trong tình yêu

Con thân yêu, các tầng nấc từ thấp lên cao của khái niệm “tình ái” cũng đơn giản như những bậc thang con cần hiểu về nó vì nó giúp con nhận diện và đi tới một mối quan hệ tốt đẹp và bền vững, hoan hỉ.

Tầng nấc cơ sở quan trọng nhất và thấp nhất: Gốc rễ của Tình Yêu, hay còn gọi là “Tình yêu hormone”

Tình dục - tiếng gọi của bản năng sinh sản và giống nòi

Hay còn gọi là kiểu tình yêu - tình dục: Bản năng cơ sở của sự sống là điều thiêng liêng và là lý do để con người luôn nỗ lực, cố gắng, dù ít khi ta thấu đạt được điều, rằng chúng ta đang nỗ lực để duy trì hoàn hảo hai bản năng cơ sở ấy. Cho nên, khi trẻ đến tuổi vị thành niên, như tuổi con bây giờ, khi hormone sinh sản gia tăng mạnh mẽ, là lúc xuất hiện cảm giác cuốn hút với người khác giới.

Những xúc cảm thoáng qua hay mơ hồ như: nhớ nhung, “say nắng” một ai đó, xảy ra ở tuổi vị thành niên như con, là hiện tượng rất bình thường.

Trường hợp có bạn sẵn sàng vượt qua mọi giới hạn cho phép của lý trí, vượt qua khỏi những lời dặn dò của cha mẹ, để gần gũi với “bạn tình” thì nhiều phần là do sự thôi thúc của hormone sinh dục trong cơ thể bạn đó tăng trưởng mạnh, mà bạn ấy không được hướng dẫn để quản trị nó một cách hiệu quả. Hay nói đúng hơn là sự thôi thúc của bản năng, của cơ thể, nhưng được khoác thêm chiếc áo mang tên “tình yêu”, mà bản thân người trong cuộc cũng bối rối không biết định nghĩa: tình yêu thực sự là gì!

Như vậy, để hiểu con là ai và để quản trị những cảm xúc thoáng qua, sự cuốn hút của người khác giới, con phải “kết thân” với dòng hormone dực trong cơ thể mình, hiểu tiếng nói của “bạn ấy” và đưa “bạn ấy” vào dòng chảy hiền hòa, kiểm soát tính nóng bỏng chồn của người bạn có tên là “hormone tính dực”.

- Mẹ nói rõ hơn đi, con chưa thật hiểu?

- Khi con chào đời, trong cơ thể của con đã nhận được từ mẹ một lượng hormone estrogen nhất định thông qua sữa mẹ. Từ đây, hormone là một thành viên trong cơ thể con, nó cũng trưởng thành dần dần và giúp cơ thể con biến đổi vượt bậc về chất khi con vào tuổi dậy thì (từ 10 - 12 tuổi), với biểu hiện lần kinh nguyệt đầu tiên.

Hai nàng hormone quan trọng nhất được sản xuất từ buồng trứng được gọi là hormone sinh dực nữ, có tên là estrogen và progesterone - đó thực sự là hai cô nàng rất thông minh nhưng vô cùng khó tính và thất thường. Buồng trứng cũng sản sinh ra loại hormone sinh dực nam testosterone nhưng với một lượng nhỏ.

Thời điểm dậy thì, với những biểu hiện rầm rộ như nổi mụn trứng cá, vỡ giọng, chiều cao tăng nhanh, cảm xúc thay đổi thất thường, ấy là khi hai nàng hormone sinh dực nữ estrogen và progesterone tham gia “nhiệt tình” vào quá trình phát triển của cơ thể; các mô mỡ ở vùng hông, ngực, đùi... cũng có công của hai nàng ấy, tạo nên dáng vẻ mềm mại, để con thực sự trở thành một thiếu nữ duyên dáng và tràn đầy nữ tính.

Trong khi đó, chàng hormone nam testosterone tuy sự hiện diện ít ỏi, nhưng lại giúp con phát triển các cơ và phát triển của bộ xương khỏe khoắn.

Từ đây bắt đầu của thời kỳ dài lâu mà vai trò của hormone can thiệp, tác động lên cảm xúc, ứng xử cũng như tâm trạng của con rõ rệt.

Mỗi chu kỳ kinh nguyệt của con, sẽ có một quả trứng bé tẹo đã chín, mấy sẽ rụng xuống ống dẫn trứng để chờ được thụ thai ở vòi trứng (ống dẫn trứng) và đi đến tử cung để làm tổ (mỗi bên buồng trứng có hàng trăm những trứng chín trong cuộc đời người phụ nữ

từ dậy thì đến mãn kinh). Việc này sẽ xảy ra khi có giao phối giữa người nam và người nữ đúng thời điểm rụng trứng.

Trong trường hợp trứng không được gặp tinh trùng, hàm lượng hormone estrogen và progesterone do buồng trứng sản sinh ra bắt đầu suy giảm, gây bong niêm mạc tử cung và gây hiện tượng chảy máu kinh nguyệt.

Như vậy là, vào thời điểm giữa kỳ kinh, trong khoảng thời gian 5 ngày chuẩn bị rụng trứng, hormone sinh dục nữ là estrogen và progesterone dâng lên cao nhất, dòng hải triều hormone dâng cao, gây nên những xúc cảm khác lạ trong cơ thể, bồn chồn, thất thường và dễ xúc động, dễ bị cuốn hút bởi người khác phái. Do đó, con phải nắm được chu kỳ kinh nguyệt của bản thân và 5 ngày "**nhạy cảm**" đó để điều chỉnh chế độ ăn uống, quản trị cảm xúc bản thân trong sự tỉnh táo, hiểu biết, con nhé!

Hiểu được tính khí của hai nang estrogen và progesterone, con sẽ "**thuyết phục**" được hai nang đi vào **trật tự của bản thể** con, hỗ trợ hai nang ấy bằng cách thực hành **thiền động** trong mọi lúc của cuộc sống - hiểu giản dị là tập trung cao độ vào công việc, hoạt động trí tuệ, luyện khí chất, tố chất trí tuệ.

Mẹ con mình sẽ kiên nhẫn thuần phục **tâm tính thất thường của hai nang hormone dục** bằng chính lối sống lành mạnh, tỉnh táo chẳng hạn như: không xem những bộ phim quá nhạy cảm, suorướt, phô bày thân thể; không ăn uống quá nhiều thịt đỏ, các đồ ăn có bổ sung thêm hormone sinh dục, không sử dụng đồ mỹ phẩm dòng cao cấp (do những thứ này thường được bổ sung dồi dào nguồn hormone giới tính để tăng khả năng cải thiện vẻ đẹp hấp dẫn của giới tính).

Đồng thời, không ngừng nuôi dưỡng một tâm hồn bao dung, vị tha và một tình yêu ban tặng, rộng mở với thiên nhiên.

Một khi, đã hiểu được cơ chế tác động "xúi bẩy" của hai cô nang estrogen và progesterone, gây nên những xúc cảm thất thường, chúng ta sẽ không bị ám ảnh và "sợ hãi", không còn ngại khi gọi tên và chung sống có hiểu biết với bản năng sinh sản.

Thực ra, bản năng ấy rất hồn nhiên và rất điều độ. Ở các loài động vật cao cấp, chúng chỉ động dục theo mùa sinh sản; và khi con cái đã giao phối, rồi mang thai thì hoạt động tính dục tạm dừng cho đến mùa sinh sản sau, do con cái không có nhu cầu gì nữa, nó hướng sự tập trung vào bản năng làm mẹ cao quý!

Ở con đực, trong mùa giao phối, nó có thể giao phối với hàng chục con cái khác nhau. Tuy nhiên, điều đó vẫn nói lên sự lành mạnh, điều độ của bản năng dục ở loài vật.

Ở loài người, nữ giới có trung bình 12 chu kỳ kinh nguyệt, tương đương với 12 thời điểm động dục trong năm, đó là điểm tiến hóa về năng lực bảo tồn giống nòi. Do đó, để sống hoan hỉ nội tâm, cần thấu đạt điều này, nhằm chủ động quản trị dòng hormone dồi dào, lên xuống như dòng hải triều, giúp nó chảy an hòa, trật tự trong cơ thể.

Như vậy, kiểu *Tình yêu hormone* hay còn gọi là *tình yêu - tình dục* thực chất là điển hình của bản năng sinh sản, là kiểu tình yêu ở tầng nấc cơ sở nhất và thấp nhất trong mô hình "*cây tình yêu*".

Đúng thế, kiểu tình yêu "Nếu em yêu anh thì phải cho anh làm chuyện ấy" là chưa thực sự có trưởng thành về phẩm chất. Lúc này, cá nhân chưa được hướng dẫn để "*kiểm soát và quản trị*" dòng hormone "*nổi loạn*" trong cơ thể. Hay nói cách khác, cá nhân đó chưa có bản lĩnh và trí tuệ trong cảm xúc tình ái, mà thô sơ chỉ mới ở giai đoạn bản năng mạnh mẽ.

Buồn thay, trong thực tế, không ít người, ngay cả khi đã bước vào tuổi 30 - 40 - 50 hoặc hơn, vẫn chỉ dừng lại ở trạng thái tình yêu bản năng này, con gái ạ!

Tất nhiên, cái cao hơn, cao hơn gốc rễ, cao hơn bùn thì vẫn có cơ sở từ bùn, vì thế nó là rất thực tế và nên ghi nhận nó để chủ động quán chiếu, quản lý và giúp nó trưởng thành hơn ở tầng nấc cao hơn!

Tầng nấc thứ hai: Thân của cây tình yêu

Hay còn gọi là kiểu Tình yêu - Thần Tượng

Thần tượng - ảo ảnh của bản năng sinh tồn mãnh liệt

Khi thấu đạt được bản chất cốt lõi của trạng thái *Tình yêu - tình dục*, ấy là khi bạn trẻ đã có chút nhận biết phân biệt giữa dục và yêu, tuy vẫn mơ hồ và mong manh.

Mẹ kể cho con gái bí mật này nhé: Ngay cả khi mẹ đã nhận bằng cử nhân, mẹ vẫn yêu đắm say thần tượng của mình là Rhett Butler trong tác phẩm văn học *Cuốn theo chiều gió* của Margaret Mitchell.

Sau này, mẹ thường gán ghép khiến cưỡng hình ảnh thần tượng mà mình ấp ủ trong tim, vào đối tượng nào đó nếu anh ta có một đôi nét (ngoại hình hay cá tính) hao hao giống thần tượng - Rhett Butler.

Sự thật ấy, đã được kiểm chứng bằng những thất vọng, buồn bã, đau khổ của mẹ trong tình ái, và đấy là thể hiện sự non nớt về nhận thức của mẹ!

Đây là bài học từ trải nghiệm cuộc đời để mẹ đưa ra quan điểm, các bạn trẻ khi chưa sống dẫn thân và tràn đầy thì đừng vui đầu vào những cuốn tiểu thuyết diễn tình, sụt mướt hay kịch tính, nó sẽ thôi miên và dẫn dắt bạn!

Tình yêu - Thần tượng: là một dạng cảm xúc đặc trưng của kiểu *tình yêu ngây thơ*!

Ai đó đặc biệt kính yêu ai đó đến mức thần tượng! Ai đó thần tượng ca sĩ, thần tượng thầy cô, thần tượng cha mẹ, thần tượng nhân vật tiểu thuyết thì đó là sự bộc lộ rất tinh vi của khát khao được an toàn, được bao bọc: *tiếng nói gọi của bản năng sinh tồn*!

Thần tượng - là dạng tình cảm *thần thánh hóa* một nhân vật có thật, người mà cá nhân tin rằng “*thần tượng*” có khả năng lớn lao, đặc biệt, vượt trội có thể che chở cho cá nhân hoặc mang tới cho cá nhân cảm giác yên ổn, thỏa mãn. Do đó, sâu thẳm đằng sau cảm xúc mãnh liệt với “*thần tượng*” là ham muốn được che chở và bao bọc của cá nhân đó.

Khi tâm trí áp đặt hình mẫu của thần tượng lên một đối tượng cụ thể nào đó, ấy là thực ra, ta đang yêu chính tâm trí và cảm giác cầu an, cầu lợi mãnh liệt trong nội tâm. Nó cũng rất gần với sự vị kỷ, cái “tôi” ngã chấp.

Có câu rất hay rằng: “Không có ai là thần tượng trong mắt người giúp việc” - câu này ngụ ý và lý giải cho việc, *cuộc sống thực tiễn sẽ nhanh chóng làm cho mọi tượng đài thần tượng dần tan rã trong sự quan sát gần, trong những va chạm của hiện thực cuộc sống*, và do đó kiểu tình yêu - thần tượng, thứ luôn được ngợi ca như là sự mộng mơ, lãng mạn của tuổi học trò, lại luôn có xu hướng bị đẩy lên thành thứ tình yêu “thần thánh lệ thuộc” hoặc là thứ cảm xúc nhanh chóng tiêu tan, kèm theo những tổn thương vì thất vọng, buồn bã của sự đổ vỡ “thần tượng” một cách đại khờ.

Nhiều người, ngay cả khi 30 - 40 tuổi rồi, vẫn chưa trưởng thành lên khỏi trạng thái *Tình yêu - thần tượng*. Vì thế, mà thơ ca viết về tình yêu mới luôn dạt dào và chưa bao giờ lỗi mốt.

Như vậy, ở hai tầng nấc thấp hơn, hai kiểu tình ái khá phổ biến trong xã hội, đó là kiểu Tình yêu hormone và kiểu Tình yêu - thần tượng đều là những nấc thang tình ái đáng ghi nhận và cần được quán chiếu nó như là “hình ảnh trong gương” của hai bản năng cơ sở, đó là: *Bản năng sinh sản và bản năng sinh tồn*.

Tầng nấc thứ ba: Tán rộng và cành lá sum xuê của cây tình yêu

Hay còn gọi là kiểu Tình yêu - Tình Bạn

Khi đã nhận thấy rõ ràng “gương mặt” hai trạng thái cơ sở của cảm xúc tình ái là kiểu tình yêu - tình dục và kiểu Tình yêu - thần tượng, “ngắm nghía” sắc thái của hai trạng thái ái tình cơ sở này một cách hiểu biết, chủ động, thân thiện, là một bước trưởng thành khá vững chắc trong phẩm chất hiểu biết quy luật tâm lý.

Lúc này, tình ái được nhìn nhận trong trong nhiều hệ quy chiếu, như: sự hấp dẫn hình thể - giới tính, sự hài hòa đồng thuận về nền tảng văn hóa, sự đồng thuận các quan điểm sống, tính dân chủ,

sự bình đẳng v.v... Và, đây là kiểu tình yêu khá tinh thức, chỉ có thể được trưởng thành ở lứa tuổi thành niên đã thuần thục và chững chạc.

Yếu tố “tính dục” và “thần tượng” đã giảm đi khá nhiều theo tỷ lệ phần trăm khi nó được đặt trong nhiều yếu tố khác để lựa chọn đối tác ở kiểu tình yêu này. Hai yếu tố mang tính bản năng cơ sở vẫn có đó, quan trọng, nhưng nó không còn là độc tôn, bao trùm nữa, mà chịu sự ảnh hưởng, chi phối bởi sự cân bằng trí tuệ, cảm xúc tha nhân, tôn trọng lẫn nhau, bình đẳng, dân chủ, v.v... Do đó, kiểu tình yêu này rất đẹp, bền vững hơn và có cơ sở đảm bảo hôn nhân chung cuộc.

Mẹ nhấn mạnh cụm từ “chỉ có thể” trong nhận định: “*Đây là kiểu tình yêu khá tinh thức, chỉ có thể được trưởng thành ở lứa tuổi thành niên đã thuần thục và chững chạc*” (theo mẹ là bắt đầu từ độ tuổi 21 - 22).

Bởi lẽ, bằng trải nghiệm, hiểu biết của mẹ về xã hội Việt Nam hiện tại, mẹ nhận thấy, có khá nhiều người đã, đang hành xử với tình ái bằng hai tầng nấc thấp, ngay cả khi đến tận tuổi già, với rất nhiều va vấp, lụp đi lụp lại, mà trong Đạo Phật gọi đó là “sự vô minh”, không thể có sự trưởng thành nào hơn thế.

Đây là lý do cơ bản, khiến xã hội không ngừng phải hứng chịu những chuyện bi thương điển hình, kiểu như ông già 80 hăm hiếp cháu gái chưa đầy 12 tuổi đến mang thai, đó đây xảy ra nhan nhản. Hay những người lớn tuổi vẫn tìm kiếm mua vui dục tính đầy hoang mang, v.v... Người lớn còn hoang mang, không lối thoát về dục như vậy, nhọc nhằn, tối tăm trong dục như vậy, thì trẻ em và thế hệ mới lớn biết tìm câu trả lời bình an nơi đâu?

Do đó, sự trưởng thành tuần tự các tầng nấc từ thấp đến cao của những trạng thái tình ái, trên thực tế, không hoàn toàn đồng nhất với tuổi sinh học. Nó phải được là sự trưởng thành của phẩm chất cá nhân, sự tự nhận biết, thấu hiểu bản thân và một tâm thế khát khao hướng thượng. Chỉ như thế, thì tình yêu mới nảy nở, đẹp, thủy chung và xúc động đích thực.

Ngược lại, tấm áo lộng lẫy mang tên “tình yêu” chỉ là thứ che đậy những khát khao bản năng bồng chồn, bấn loạn và thất thường, là nguyên nhân của mọi trò lừa dối, phản bội, bất thủy chung. Nếu như vậy, tình ái chỉ là xiêm áo màu mè che đậy bên trong một “thân thể tâm hồn” khổ đau và không lối thoát. Đây là lý do để cụ Nguyễn Du nói lời của Đạo Phật, rằng: “Tình là dây oan...”

Tầng nấc cao nhất: Hoa và trái ngọt vĩnh hằng của cây tình yêu - Tình yêu từ ái

Hay còn gọi là tình yêu - tình thương

Đó là vẻ đẹp tuyệt vời khi tình ái được nâng đỡ trong ánh sáng của hai tâm hồn từ ái bao la.

Kiểu *tình yêu tình bạn* vẫn tồn tại những mong manh, chông chênh của nó, đó là dấu vết của cái tôi *ngã chấp* rất rõ nét trong quan hệ tình ái. Những soi xét đúng - sai; cao - thấp; hơn - thua, v.v..., đậm đặc thái độ nhị nguyên, nhị phân, cứng nhắc và quan niệm về bình đẳng đầy khuôn sáo, thiếu mềm dẻo, bao dung, kiểu “tôi nấu cơm thì anh rửa bát” hay “Tôi trả tiền hóa đơn điện thì cô lo tiền học phí cho con”, v.v...

Chung quy, trong trạng thái *Tình yêu - tình bạn* vẫn còn đó biểu hiện tinh vi của *ngã chấp* và nhị phân cực đoan, vốn là nguyên nhân phổ biến dẫn đến những tranh cãi, bất hòa và nhiều khi là những đổ vỡ đáng tiếc của những mối tình, hay những cặp vợ chồng tương chừng đẹp đẽ và bền vững. Hoặc nếu không đổ vỡ về hình thức, thì hai người trong cuộc cũng đang sống và “chịu đựng” bất mãn triền miên về nhau. Đó là sự thật đáng buồn, con gái ạ!

Do đó, sự trưởng thành cao nhất, cái chóp đỉnh thiêng liêng của *tình yêu* lại được mẹ gọi là trạng thái *Tình yêu - tình thương* hay còn gọi là *Tình yêu từ ái*.

Không phải ngẫu nhiên mà cổ nhân vẫn truyền miệng tới hậu thế, một thông điệp giản dị mà sâu sắc, đó là: “Thương Người như thể thương Thân” - Vông, “thương” chứ không phải là “yêu” vì

cảm nhận giản dị thì “thương” là sẵn lòng cho đi, còn “yêu” là đòi hỏi nhận về.

Tình yêu - tình ái, khi đã trưởng thành trong tâm thể quán chiếu được dòng chảy hormone, kiểm soát và quản trị được dòng sông bản năng để dòng sông ấy hiền hòa chảy, rồi vươn lên với vẻ đẹp của tình bạn tràn đầy thái độ dân chủ và bình đẳng. Và, với tinh thần khao khát sống và sống đẹp đẽ, tình yêu cần tiếp tục được trưởng thành trong một phẩm chất *hướng thượng, khiêm nhu, bao dung* và lúc ấy, con sẽ cảm nhận *đôi tượng của tình yêu trong sự toàn vẹn, ngay trong tiến trình sống của người ấy*.

Cứ thế, với nỗ lực khai sáng và khai phóng cảm xúc tha nhân trong tâm hồn, trái tim, đến một ngày, con sẽ nhận ra *phẩm chất tình yêu* mà con luôn nỗ lực trưởng thành đã mang màu sắc của lòng từ ái, tràn đầy cảm hứng tha nhân, bao dung, có yếu tố thiêng liêng, gắn bó, chân thành.

Trong một mối chân tình đạt tới sự trưởng thành của *Tình yêu từ ái* - trong mối quan hệ ấy, con sẽ cảm nhận được cả sắc thái triu mến, nâng niu của tình cha yêu con, của tình mẹ yêu con, của tình bạn tri kỷ gắn bó, của tình yêu thiên nhiên, tình yêu ban tặng bao la rộng lớn, tình yêu với muôn loài.

Tình yêu từ ái vẫn không lìa bỏ những tầng nấc cơ sở của nó, nhưng nó đã là hoa sen, tuyệt đẹp và ngát hương.

Kiểu tình yêu - tình thương biểu hiện giản dị, không hào nhoáng, sấm sét, không gây choáng sốc, ồn ào mà nó diễn ra thanh bình trong quán chiếu, nhận thức nên bền vững, thâm sâu, thiêng liêng và không gì chia cắt.

Sau khi nghe tôi giảng giải thao thao, Minh Khuê nhìn mẹ, cười hóm hỉnh: đến tầng nấc cao nhất kiểu *Tình yêu từ ái*, con định nói với mẹ, là để con thay mẹ “diễn thuyết” tiếp, vì bài giảng này, mẹ giảng nhiều lần đến mức con thuộc nằm lòng rồi, he he.

Điều Minh Khuê nói ngụ ý sự hài hước dí dỏm của bạn ấy, nhưng cũng đồng thời ghi nhận rằng, tôi đã nỗ lực thế nào trong

vai trò dẫn dắt con gái gọi tên và tường minh những khái niệm vốn đang tồn tại mơ hồ về *tình yêu và tính dục*.

Nói cách khác, đó là giá trị “to lớn” duy nhất của thói quen “nói đi nói lại”, thói quen “lắm lời” của tôi!

Gần đây, tôi cùng con gái Minh Khuê cùng đọc những dòng này trên trang Facebook của bạn Thuong Sobey, một người bạn đã rất can đảm chống chọi với căn bệnh ung thư vú đến phút cuối cuộc đời, đã tận hiến cho cộng đồng những trải nghiệm của cô ấy với bệnh nan y, nhằm giúp cộng đồng có thêm những thông tin khoa học. Nhưng, câu chuyện tình yêu của cô ấy còn mang lại những bài học nhân văn lớn lao hơn thế. Và cả hai mẹ con đã lặng đi vì xúc động:

“... Đây là cuộc nói chuyện của Thương và người yêu trước đám cưới:

- Em muốn hủy đám cưới. Hãy để em ra đi và chịu đựng khổ đau một mình. Bắt anh phải đi cùng em trên con đường chông gai này là không công bằng.

- Em muốn hủy đám cưới ư? Quá muộn rồi em ạ.

- Không muộn, vì đám cưới chưa diễn ra. Chúng ta mới chỉ làm đám hỏi thôi mà. Một người bệnh tật và điều trị suốt đời như em đồng ý lấy anh là phá hủy tương lai tươi đẹp, hạnh phúc của anh, anh có biết không?

- Nghe này em. Em là tương lai của anh và nếu em muốn hủy đám cưới thì em hãy trả lời anh câu hỏi này: Nếu người bị ung thư là anh, chứ không phải là em, em có bỏ mặc anh vào lúc này không? Em có rời bỏ anh mà đi không?”

Đoạn đối thoại giản dị và chân thành đó, thực sự là biểu hiện đẹp đẽ, thiêng liêng và vĩnh hằng nhất của vẻ đẹp trạng thái *Tình yêu từ ái* làm rung động mọi trái tim, khi được may mắn chia sẻ cảm xúc này.

❖ Kết luận

Thế đấy, có bạn hỏi: Sao tôi gọi tuổi từ 0 - 18 của con gái là giai đoạn *kim cương*, mà không gọi như cách mà mọi người hay dùng là “*tuổi thần tiên*”, “*tuổi mộng mơ*”, “*tuổi cổ tích*”...

Tất nhiên, tôi có cơ sở khoa học để biểu dụ quang tuối này là *kim cương* cuộc đời - “kim cương” hiểu theo nghĩa cơ học của nó, thì đó là chính là sự vững chắc từ cốt lõi, vẻ đẹp lấp lánh từ cốt lõi.

Cuộc hành trình cùng con đến tuổi thành niên là cuộc hành trình thiêng liêng để tôi giúp con gái nhận biết và quán chiếu những bản năng cơ sở, hiểu về nó và *quản lý* một cách *chủ động và kiểm soát*, để chung sống bình an, thanh thoi không bị ám ảnh. Nghĩa là tôi đã hướng dẫn để cô con gái bé nhỏ của mình, bước đi thông dong, trên con đường trưởng thành, với nội tâm bừng nở của nhận thức sáng tỏ về bản thân, có bản lĩnh, kiểm soát, khiêm nhu và hoan hỉ vô cùng.

Một tâm trí thanh thoi như thế, mới đủ sức đề kháng, để vô nhiễm trước những tạp niệm ngoại cảnh, giữ được sự quân bình tâm lý để trẻ tinh tiến trong trưởng thành từng ngày, học tập hiệu quả nhất, đạt nhiều thành tựu đáng để xúc động.

Và quan trọng hơn, đó là đứa trẻ thấy ý nghĩa của từng ngày cuộc sống, sức mạnh nội tâm và an vui thực sự!

(*) nhị nguyên, nhị phân, phân cực: Luôn đẩy mọi sự vật, hiện tượng, sự việc về hai cực đối lập, kiểu như: đúng \times sai; xấu \times tốt; yêu \times ghét; v.v...

(*) Tính tiến trình: trong cả quá trình vận động của sự vật, hiện tượng, sự việc, không cắt lát (siêu hình máy móc).

Tôi đã vẽ đường cho hươu chạy như thế nào?

Khi tôi đăng bài viết có nội dung trực quan sinh động cho trẻ về tập tính sinh sản thông qua một quan sát tình cờ hai con ngựa giao phối, đã không ít những câu hỏi đưa ra đầy lo âu, na ná thế này:

“Trẻ con thường chơi trò đóng vai, bắt chước. Em xin hỏi là làm sao để trẻ thấy việc giao phối là bình thường mà không tự mình thử?”

Câu hỏi của bà mẹ trẻ rất thực tế. Nhưng bạn cần nhận thức sâu sắc rằng, hành trình dẫn dắt để đưa trẻ của bạn hiểu biết về giới tính là một quá trình giáo dục lồng ghép, phối hợp rất nhiều bài học về giá trị sống khác nhau, như: năng lực tự kiểm soát hành vi, năng lực nhận biết giới hạn hành vi cho phép, giá trị của lòng tự tôn và nhân phẩm, v.v...

Tất nhiên, trong thực tế, hành trình dẫn dắt con gái chủ động tìm hiểu, tiến tới thấu hiểu và kiểm soát bản năng sinh sản một cách nhẹ nhàng, để cô bé chung sống an hòa với bản năng gốc ấy, tôi đã tìm kiếm, đã sáng tạo vô vàn tình huống để thuyết phục rất mạch lạc cho con gái, và tôi đã đưa vào cuốn sách.

Tuy nhiên, câu hỏi cũng bộc lộ tâm trạng bồn chồn và lúng túng trong chính điều được hỏi: Bạn làm sao để che khuất mọi sự sống đang diễn ra ngoài kia? Bạn làm sao chặn lại mọi thông tin trôi nổi trên Internet? “Đừng vẽ đường cho hươu chạy” - là một quan niệm sai trong cách dẫn dắt đưa trẻ tìm hiểu về giới tính.

Đã là hươu, thì bạn không vẽ đường, nó vẫn biết chạy! Bàn năng cũng vậy, bạn không “vẽ lối” không “gợi ý” nó vẫn nảy nở, trỗi dậy tự phát! Vậy thì sao bạn không làm con hươu đầu đàn, “vẽ” nên một lộ trình mạch lạc để hươu con chạy theo. Ấy là vì hươu mẹ biết thương hươu con lắm, nó muốn con nó chạy trên một lộ trình an toàn mà bằng kinh nghiệm đầu đàn, nó hiểu, đó là cách để bảo vệ đứa con của nó khỏi những hiểm nguy rình rập!

Tôi đã tự nguyện làm con hươu mẹ - đầu đàn, tôi đã không ngừng nỗ lực để “vẽ” đường cho nàng hươu Minh Khuê chạy:

Cho phép “nghe nói bậy” và thậm chí cho trẻ “nói bậy” trong kiểm soát: Liệu pháp xì van an toàn

Khi bé Minh Khuê chỉ tầm 4 - 5 tuổi, những lúc nghe người nào đó văng tục, chửi bậy, Minh Khuê nín áo tôi hỏi: “Mẹ ơi, bác ấy/cô ấy/ông ấy nói gì thế?”

- Con ghi nhớ nha, để tý về nhà, mẹ con mình tra từ điển!

Về đến nhà, Minh Khuê chạy đi lấy từ điển cho mẹ ngay. Chứng tỏ, cô bé rất háo hức tìm hiểu. Hai mẹ con chúm đầu vào tra cứu, các nội dung tương tự như sau: lồn (danh từ - thông tục) chỉ âm hộ con cái (trg 582 - Từ điển Tiếng Việt)...

Sau khi tra từ điển kiểu thuyết phục “*nói có sách mách có chứng*”, tôi giải thích với con rằng, các bộ phận thân thể đều có tên gọi và gọi tên nó thì không xấu. Tuy nhiên, từ điển Tiếng Việt đã khuyến cáo rằng đây là từ “thông tục” - từ không nên sử dụng nơi công cộng, nghiêm túc, là khẩu ngữ. Do đó, điều sẽ phân biệt hành vi đó là đẹp hay xấu chính là lời nói có đúng nơi đúng lúc hay không? Nếu con nói với mẹ - người rất hiểu và thân thiết với con, lúc này, nơi nhà riêng và không gian thân mật, hiểu biết thì đó là điều mẹ khích lệ, không có gì ngại ngùng. Nhưng, nếu những từ tương tự chỉ các bộ phận sinh sản của đàn ông đàn bà mà cứ văng linh tinh nơi công cộng thì cho thấy cá nhân người đó thiếu lòng tự tôn vì đã sử dụng từ ngữ không phù hợp nơi chốn!

Cho trẻ được phép gọi tên các bộ phận sinh dục một cách công khai, thoải mái trong sự kiểm soát đầy thương yêu chính là liệu pháp “xi van” cho quả bóng tò mò giới tính của đứa trẻ, khiến quả bóng đó không bao giờ bị quá căng, luôn trong trạng thái an toàn.

Bằng cách này, nàng hươu của tôi không bao giờ có nhu cầu nói bậy, văng tục vì tôi không cấm đoán và không coi đó là vùng cấm, vì cái gì bạn treo biển “cấm” cái đó sẽ gây tò mò và thôi thúc đứa trẻ làm điều ngược lại!

Con gái là phải biết làm duyên và xinh đẹp

Trong một dịp tham dự kỳ thi toán ARML (American Regions Mathematics League) mở rộng tại Mỹ, trở về, có vị phụ huynh nhắc nhở tôi rằng, Minh Khuê xinh đẹp, nhiều váy áo đẹp và hay cười, nên đôi khi có cảm giác cô bé dễ dãi!

Đương nhiên là tôi rất vững dạ, khi nghe vị phụ huynh ấy “lựa lời” nói thế, tôi lại cảm nhận theo cách của mình “Chị ấy đã khen con gái mình rất nữ tính và ‘nguy hiểm’.”

Bạn phải hiểu rằng, nữ tính bao giờ cũng biểu hiện ở trạng thái của đóa hoa bùng nở, tỏa hương và ban tặng tươi vui. Sự đẹp đẽ, duyên dáng, dễ mến, không bao giờ đồng nghĩa với sự dễ dãi, có chăng, đấy là cái nhìn nhầm lẫn và nông cạn mà thôi.

Thế nên, một xã hội mà nơi đâu bạn cũng nhận được những nụ cười thành thật, tự nhiên, xã hội đó an bình hơn bất cứ nơi nào chỉ luôn tỏ ra nghiêm nghị và những kiểu cười xã giao, gượng gạo.

Phải là khi trong lòng đứa trẻ thật sự chân thành, nhẹ nhõm, thân ái và bao dung, tự tin và vững tin vào nội lực, bấy giờ, đứa trẻ đó mới cười một cách tự nhiên. Ngược lại, khi nội tâm bất loạn, nghi ngờ, lo âu và run sợ, sẽ không thể mỉm cười tươi tắn được.

Bạn thấy đấy, hoa bùng nở, đẹp đẽ, tưởng như mong manh, nhưng để bùng nở được bông hoa, nội lực của thân cành là thật sự vững chãi và tràn đầy năng lượng.

Hãy giúp bé gái tươi cười và xinh đẹp. Thôi thúc bé trai sẵn sàng ga-lăng và can đảm giúp đỡ người khác phái. Đứa trẻ của bạn cần được hướng dẫn để tập dượt thường xuyên từ thơ bé, thì tâm hồn và nội tâm chúng mới về đúng giới tính lành mạnh của nó, và vì thế, đứa trẻ lớn lên trong thành thoi và tự do với câu hỏi “Nó là ai? Nó có đáng yêu không?”.

Đừng coi mọi đứa trẻ là *wô giới tính*, đừng bỏ phí quãng thời gian “*kim cương*” để tập dượt cho đứa trẻ nhận thấy, nó là ai? Nó tràn đầy giới tính như thế nào? Bạn cần nỗ lực giúp đứa trẻ hạnh phúc, lành mạnh và an vui với giới tính của nó! Vì đó là quyền được chăm sóc để hoan hỉ nội tâm thực sự.

Nếu ngược lại, thì đó là một sai lầm và một lãng phí lớn!

Cuối cùng mọi nỗ lực đều hướng tới trân trọng hai bản năng cơ sở: sinh tồn và sinh sản!

Năm Minh Khuê học lớp 10, tôi và con gái thỉnh thoảng lại rủ nhau đi uống cà phê bờ Hồ, ngồi ngắm mọi người qua lại và “chém gió”, kiểu:

- Mẹ thấy anh chàng vừa đi qua đẹp trai vãi! Mỗi tội hơn sến tý!

- Sao mẹ bảo anh ta sến?

- Mẹ thấy hơi chau chuốt quá, hic!

- Chu cha, “mama teen” hôm nay hormone tăng cao hay sao mà toàn ngồi ngắm giai đẹp thế?

- Ồ, thế là chuyện thường, ngược lại mới lạ. Chung quy, mọi thứ mà chúng ta nỗ lực, cuối cùng là để hài hòa hai bản năng là sinh tồn và sinh sản. Khi ai đó không thêm quan tâm đến người khác giới, thì nghĩa là người đó đang có vấn đề trầm trọng. Điều đáng bàn, là ở cách quan tâm ra sao thôi, con gái yêu ạ!

- Nào, “mama teen” “trình bày” cách quan tâm để con nghe xem có lọt tai không nào? - Minh Khuê tò mò hỏi thúc tôi nói tiếp.

“Được lời như cởi tấm lòng” - tôi diễn thuyết hào hứng: “Này nha, nếu khi lớp 8 - 9 đã quan tâm đến một chàng hay nàng nào đó

cụ thể, thì sẽ có nguy cơ tảo hôn và chắc chắn đó là một hành trình đầy nhọc nhằn, gian khổ.

Nếu lớp 10 - 11- 12 đã yêu đương, hò hẹn, thì cả hai đều sút kém kết quả và lựa chọn sẽ chưa đủ chín, lỡ nhiều cơ hội để vươn lên một môi trường “tuyển chọn” người yêu lý tưởng hơn...”

Nói tới đây, tôi ngừng lại. Minh Khuê tò mò, “O mama teen nói chưa hết ý mà, về cơ hội để tuyển chọn người yêu ý mà...”

Tôi biết là con gái đã quan tâm điều mà tôi muốn nói: Đúng rồi, cuối cùng, thì bạn trẻ nào cũng với mục đích tuyển chọn một bạn tình bền lâu, thế thì sao không lợi dụng “bộ lọc” mà xã hội đã có sẵn nhỉ? Mẹ thấy mấy anh chàng sinh viên trường M. trường H. trường P. đẹp trai tuyệt. Thật đáng mơ ước!

Tôi vừa nói, vừa liếc mắt nhanh qua con gái, thấy gương mặt cô bé bừng lên láu lỉnh và tôi hiểu mình đã thành công.

Minh Khuê nhìn tôi, mắt long lanh, sáng ngời: O mẹ thông minh quá, “bộ lọc” đương nhiên của xã hội thật đáng quan tâm. Đúng rồi, con sẽ quyết tâm vào được trường A. B. C...!

Bạn thấy đấy, tôi đã không phải quá lo lắng rằng, con gái sẽ bị sao lãng học hành vì vướng vào “yêu đương” khi bước vào giai đoạn nước rút của cấp Ba. Đơn giản, vì tôi đã chủ động vẽ đường cho hươu Minh Khuê một lộ trình tìm người yêu đồng thuận với nỗ lực để bước vào trường đại học.

Đây chính là “mưu mẹo” đầy yêu thương và am hiểu của tấm lòng người mẹ. Tôi đã khôn khéo vạch ra một chiến lược ngọt ngào, nhằm giúp con gái chủ động “trì hoãn” những cuốn hút giới tính để an tĩnh tâm trí ở giai đoạn đòi hỏi sự tập trung cao độ cho dự án học và thi cử có tính chất quyết định cuộc đời: “cá chép vượt vũ môn”.

Mấu chốt là ở chỗ, nàng hươu con Minh Khuê rất hiểu và vững tin rằng, mẹ trân trọng và đặt mục tiêu cao cho hạnh phúc đương nhiên của tuổi thiếu nữ: Khát vọng hướng tới một tình yêu đẹp cho con!

Vâng, tôi thực sự là một con hươu mẹ tận tụy, vẽ đường cho hươu con chạy trên một lộ trình tươi vui và an hòa nội tâm.

“Là mẹ thì dứt khoát phải nữ tính nhé!”

Giáo dục giới tính cho con từ chính việc bạn sống dẫn thân trọn vẹn

Trong một hội thảo “Là con gái thật tuyệt” tôi đã từng chia sẻ với các bạn trẻ rằng: Con gái nhận được đặc ân “có bạn gái đồng hành” chính là người mẹ thân yêu, nên đúng là tuyệt thật!

Do cùng giới tính, mẹ có thể mạnh trong việc truyền dẫn những cảm xúc, hiểu biết, kinh nghiệm cho con gái một cách nhẹ nhàng hơn so với bố và con gái.

Tuy nhiên, để có thể làm mẹ “tuyệt vời” của bé gái, ngoài việc bạn phải nỗ lực để là một người mẹ có sức khỏe tốt, tâm lý, nhạy cảm, thì một điều quan trọng nữa, đó là bạn nên trang bị cho mình những hiểu biết vững vàng về thẩm mỹ, nguyên tắc của vẻ đẹp, nguyên tắc của nghệ thuật trang điểm, sự phối màu, các xu hướng thời trang, nghệ thuật trang trí nội thất, nghệ thuật nấu ăn, nghệ thuật cắm hoa, v.v..., tóm lại, bạn phải thật nữ tính.

Điều đó, giúp bạn “làm bạn” với con gái của mình hiệu quả rõ rệt. Bởi vì con gái, theo quy luật tự nhiên, bản năng “duy mỹ” của bé gái hình thành từ rất sớm. Bé gái đặc biệt quan tâm và coi trọng ấn tượng của xung quanh đối với gu thẩm mỹ của bản thân.

🍀 TÌNH HUỐNG

Hồi đó, Minh Khuê học lớp 2, một buổi tan giờ học, cô bé hào hứng reo lên khi trông thấy mẹ: Mẹ ơi, mẹ được các bạn xếp là xinh

thứ 2 trong số các mẹ đấy ạ! Mẹ bạn Tùng được phong là hoa khôi các mẹ đấy ạ!

Nghe con gái hào hứng khoe cuộc “bỏ phiếu” cho các mẹ của các bạn trong lớp, tôi đùa: “Sao mẹ lại bị thua mẹ bạn Tùng nhỉ?”

- Vì mẹ bạn ấy là tiếp viên hàng không mà, nên đáng đẹp hơn đáng mẹ! - Minh Khuê giải thích.

Bạn thấy đấy, trẻ rất có nhu cầu được tự hào về mẹ chúng, kể cả về hình thức, đồng thời chúng cũng định hình dần khiếu thẩm mỹ, ngay từ khi còn bé. Chúng tỏ ra rất công bằng khi “bỏ phiếu”, không thiên vị, dù đó là mẹ của mình. Điều đó, gợi ý cho bạn một điều rằng, lối sống và phong thái sống của bạn luôn là yếu tố góp phần tạo thêm “sức nặng” trong những bài giảng về “giới tính” khiến nó trở nên có sức thuyết phục đối với con trẻ.

Bạn phải là một người mẹ thật “nữ tính”, nhạy cảm và thông minh để con gái bạn tự hào và yên tâm “bắt chước” khi nó còn nhỏ; để cô bé lắng nghe và bị thuyết phục bởi lời bạn “tư vấn” về trang phục, phong thái khi nó vào tuổi dậy thì. Có như thế, bạn mới hỗ trợ để đứa trẻ đứng vững và vui vẻ mà không bị chao đảo trong cơn lốc truyền thông, quảng bá, giới showbiz... chỉ chực cuốn tâm trí con bạn theo những trào lưu không phù hợp hoặc lỗi bịch.

Cũng trong hội thảo ấy, có một bà mẹ trẻ xinh đẹp chia sẻ với mình: “Nhưng chị ơi, em là mẹ đơn thân lại có một thằng con trai, nên khi nào em cũng phải gồng lên để dạy cho con sự mạnh mẽ, nam tính...”

Tôi nói vui với bạn ấy rằng:

- Em tư duy bị lệch rồi, đúng ra là em càng cần phải nữ tính hơn, vì nữ tính không phải là yếu đuối mà chỉ là biểu hiện sự can đảm, cứng cỏi, sức mạnh nội lực ra ngoài bằng sự duyên dáng, uyển chuyển mà thôi. Chỉ khi em thực sự là bà mẹ “nữ tính” em mới thúc đẩy và khích lệ được phẩm chất nam nhi trong tâm hồn cậu bé.

Kiểu như: “Này chàng trai, con hãy giúp mẹ xách cái giỏ này, vì mẹ mang giày cao gót nên không thể xách nặng được! Nếu con thích mẹ xinh đẹp, thì hãy mạnh mẽ lên, vệ sĩ của mẹ!”

Hay: “Thôi nào chàng trai, đừng ăn vạ giữa phố thế được không? Lẽ nào chàng trai của mẹ lại đòi một quý cô mặc váy xinh đẹp thế này phải bẽ?”

Khích lệ phẩm chất nam nhi thì không gì hiệu quả bằng hình ảnh tuyệt đẹp của một bà mẹ ngọt ngào và nữ tính.

Thế mới có câu chuyện thú vị thế này: Cậu bé học lớp 5 cứ khăng khăng không cho mẹ đón sau buổi tan học. Cả tuần cứ diễn ra cảnh bác xe ôm thay mặt gia đình đón hộ vì bố thì công tác xa. Bà mẹ bực bội, bất an thổ lộ với tôi: “Tớ chịu không hiểu thằng Tũn nhà tớ tự nhiên lại dỏ chứng thế cơ chứ?”

Tôi nhìn cô bạn và loáng thoáng hiểu được vấn đề. Cô ấy vốn kinh doanh tạp hóa tại nhà nên cách ăn mặc của cô ấy khá xuề xòa, kém trau chuốt chứ chưa nói đến thời trang, kiểu cách. Tôi bèn tư vấn cho bạn: Chắc chắn là cu cậu nhà bạn không thích mẹ đến đón trong bộ đồ hoa thế này đâu, bạn phải sửa sang lại hình ảnh đi nhá.

Cuối cùng, cậu bé thủ thi mách với tôi rằng, cô bạn gái cùng lớp chê “Mẹ của Tũn ăn mặc lôi thôi” thế là Tũn xấu hổ với bạn và dứt khoát không muốn bạn chê mẹ thêm lần nữa!

Cuộc “điều tra” đã khép lại, phương án sửa sai thì quá đơn giản nhưng hiệu quả thì tuyệt vời. Bạn tôi, không những được con trai rất tự hào vì “Mẹ tớ cũng rất xinh và thời thượng”, tôi còn được chồng của bạn cảm ơn vì đã “bắt trúng bệnh” nên giờ đây, vợ anh nó thay đổi ăn mặc hoàn toàn, anh mừng lắm!”.

Hơn thế, bạn tôi bây giờ luôn là “người bạn gái” am tường, thân thiết, gần gũi bên cậu con trai đã trưởng thành lành mạnh và nam tính.

Con đường của tự nhiên chủ động hiểu biết và hành mạnh

Một cuộc sát hạch không dễ vượt qua

Con gái: Thưa mẹ, vì sao trong dân gian có câu “Nam nữ thụ thụ bất thân?”

Mẹ: Câu thành ngữ ấy nên hiểu toàn vẹn như thế này “Con gái, con trai bất kể trong trường hợp nào, cũng không được phép gần gũi nhau khi chưa phải là vợ chồng”.

Tuy nhiên, câu này chỉ là chỉ dẫn cho chúng ta về một thời đại đã xa - thời phong kiến, gần nhất cũng là trước cách mạng Tháng 8 năm 1945, tức là cách nay đã 70 năm rồi. Ngược về thời đó, trai gái chỉ chờ đến dậy thì “Gái thập tam, nam thập lục” (con gái 13 tuổi, con trai 16 tuổi) là đã lập gia đình, do đó, câu “Nam nữ thụ thụ bất thân” có yếu tố hợp lý để tồn tại.

Dưới thời phong kiến, người con gái, người đàn bà bị coi là hạng “tiểu nhân”, họ phải quy thuận một hình luật hà khắc nếu để xảy ra quan hệ tình dục trước hôn nhân, mất trinh tiết, nghiêm trọng hơn là chưa hoang, thì họ phải nhận sự trừng phạt khủng khiếp: cô gái bị gọt đầu bôi vôi, thả trôi sông, còn gia đình thì tui hổ, bị khinh rẻ trong cộng đồng, trong khi đối ngẫu của cô gái là người đàn ông thì vô can.

Do tập quán hà khắc, tàn nhẫn ấy, nên những gia đình sinh con gái đều nom nớp lo sợ, các cô gái luôn bị đe nẹt, hăm dọa, cảnh cáo không được gần gũi, động chạm với thân thể người khác giới, và dù chưa qua tuổi cập kê (13 tuổi) người con gái đã bị cha mẹ vùi vã

gả cho nhà khác để được an toàn danh tiếng cho người con gái đó và cho cả gia đình cô ấy.

Ông ngoại của con, cũng đã từng “có” một người vợ theo hình thức gả bán như thế ở quê nhà, dù khi ông đang du học xa, ngay sau khi biết tin, ông đã xin cho người con gái ấy được về nhà cha mẹ họ.

Câu thành ngữ ấy, giờ không còn ý nghĩa nữa!

Con gái: *Có thật câu thành ngữ “Nam nữ thụ thụ bất thân” hiện không còn ý nghĩa như mẹ nói không?*

Mẹ: Quan điểm pháp luật và quan điểm của mẹ là đồng thuận. Tuy nhiên, ảnh hưởng của câu thành ngữ này lớn hơn bản thân nó, những sợ hãi từ tư tưởng phong kiến vẫn còn đâu đó như chiếc vòng kim cô lơ lửng trên tâm trí xã hội Việt Nam hiện đại.

Trong tâm thức, ý thức, nhận thức và hiểu biết của số đông người Việt thì câu này đang được hiểu “chại” đi như sau: “Con gái phải giữ trinh tiết cho đến đêm tân hôn, nếu khác đi, cô ấy sẽ bị đánh giá thấp về phẩm hạnh, lối sống thậm chí có thể khó lấy chồng!”.

Con gái: *Ngày xưa, khi chưa qua tuổi cập kê các cô gái đã bị gả bán về nhà chồng. Bây giờ, các cô gái phải học hành, phải lập nghiệp, kiếm việc làm, ổn định tài chính cá nhân, đến 25 thậm chí 30 tuổi mới kết hôn, do đó quan niệm về “trinh tiết” rằng, chỉ sau hôn nhân mới bắt đầu hoạt động tình dục là không đúng với quy luật tự nhiên.*

Mẹ: Rất đúng! Do đó nó luôn bị quy luật tự nhiên phủ nhận.

Con gái: *Ý mẹ là sự “vượt rào” trong quan hệ tình dục của các cô gái trước hôn nhân?*

Mẹ: Thực ra thì không nên dùng từ “vượt rào”, vì pháp luật không cấm điều đó. Tuy nhiên, cảm thức xã hội đôi khi lấn át quyền lực tối thượng của luật pháp. Tinh thần xã hội hiện tại vẫn khá nặng nề tư tưởng Khổng giáo, vẫn tồn tại quan niệm hà khắc về quan hệ tình dục trước hôn nhân.

Do đó, tâm lý - tình cảm xã hội xung đột gay gắt: Một bên là quy luật tự nhiên cần được nhìn nhận và cho phép trong sự hiểu biết,

tinh táo và tự quản lý; một bên là những giáo lý, mặc cảm, định kiến phi tự nhiên, phi nhân đạo nhưng dai dẳng và được sự cổ súy của số đông thuộc giới đàn ông, vốn luôn vô can trong những “kỳ án” ái tình, lạ thay, nhiều người đàn bà cũng rất hăng hái, kích động trong cùng thái độ ấy.

Hệ lụy của xung đột ấy: quan hệ tình dục trước hôn nhân diễn ra phổ biến, nhưng không được công khai thừa nhận, nên không ai công khai xác nhận tình trạng bản thân. Quan hệ tình dục trước hôn nhân vì thế không được trang bị chủ động về kiến thức để tự quản lý và không được coi là hành vi quan hệ xã hội bình thường, cần tôn trọng dẫn đến hành vi này diễn ra lén lút.

Hành vi tình dục - một bản năng trung tâm, quan trọng như bản năng sinh tồn - khi nó buộc phải diễn ra lén lút, vụng trộm, sợ hãi, bất an, thì nó sẽ bị lệch lạc, bị biến thái. Do đó, nó lại là nguyên nhân gây ra muôn vàn nỗi đau và nước mắt!

Tình trạng nạo hút thai vị thành niên tại nhiều vùng nông thôn hiện nay tràn lan, “chui lủi” trong nhiều cơ sở không được cấp phép, vì các cô gái đã lỡ có thai trước hôn nhân không dám đến các cơ sở y tế công cộng, nhằm trốn tránh bị người quen nhận ra.

Không tự kiểm soát được bản năng tính dục; không làm chủ được hành vi sex, dẫn đến nạo phá thai bừa bãi, là một trong những nguyên nhân gia tăng tình trạng vô sinh hiện nay.

Một tâm lý “méo mó” khá phổ biến ở các vùng nông thôn thể hiện trong nguyên tắc chọn “con dâu” của các bậc cha mẹ như sau: Lấy dâu “hư” còn hơn dâu “hỏng”, cứ chữa rồi mới cưới cho chắc, chứ cưới rồi mà xị (không chữa được) lấy tiền dâu mà đi chữa!

Hay, người anh trai chỉ mặt thằng em làm việc ở phố, về chơi mấy ngày nghỉ lễ, vừa quen một em gái trong xóm: “Đừng có dây vào con bé ấy, mới học lớp 11 mà nó nạo thai mấy lần rồi đấy!”

Một vòng luẩn quẩn đang diễn biến như thế này ở nhiều vùng nông thôn: tình trạng sex ở giới trẻ bị kìm nén dẫn đến quan hệ sex vụng trộm, không hiểu biết dẫn đến nạo phá thai lén lút, dẫn đến

vô sinh, dẫn đến tâm lý lo sợ không có người nối dõi tông đường, dẫn đến thả nổi cho giới trẻ (vị thành niên) quan hệ tình dục bừa bãi, không hiểu biết, không kiểm soát, dẫn đến luẩn quẩn và bế tắc triền miên.

Thế đấy, giờ đây ai còn nghĩ “làng quê yên bình thuần hậu” chắc hẳn sẽ chạnh lòng, nghĩ lại.

Lỗi ứng xử thiếu hiểu biết, thiếu tôn trọng quy luật tự nhiên, khu khu bám giữ những giáo lý giáo điều thủ cựu, tàn nhẫn, dẫn tới tình trạng Việt Nam hiện nay là một trong những quốc gia có tỷ lệ nạo hút thai tuổi vị thành niên và nạo hút thai trước hôn nhân cao nhất thế giới.

Con gái: Thế hệ mẹ và các cô dì có khác bây giờ không?

Mẹ: Về bản chất của vấn đề thì không khác gì. Rất nhiều nỗi đau dai dẳng, ám ảnh của tình trạng “vượt rào”. Nói chung, sự xung đột giữa quy luật tự nhiên bị đè nén với những rào cản luân lý giáo điều đã khiến cho phần lớn phụ nữ Việt đến giờ vẫn sống trong bức màn âm u, lo âu, sợ hãi, dẫn đến họ đành thiếu thành thật, nói dối, thiếu cởi mở với những thế hệ sau. Vẫn dai dẳng tâm lý này: Chuyện riêng của bản thân là bí mật đáng xấu hổ, cho nên sống để dạ chết mang theo”.

Không ít khi, sự nói dối đó đã khiến con cái kém tôn trọng đối với cha mẹ!

Vì quan niệm tình dục bị kìm nén, không công khai cởi mở và từ ái nên từ thời bà, đến mẹ, cô dì v.v... đều bước qua thời yêu đương với không ít nỗi tê tái, đắng cay không đáng có, tuy nhiên, nhiều phần là do chính họ tự hù dọa, và không thể vượt lên cầm tù cuộc đời trong nỗi sợ mơ hồ. Đến một ngày, khi đã bước qua tuổi yêu đương, hormone giảm dần, thì chính họ lại trở thành người treo cao những luân lý giáo điều trên đầu thế hệ hậu sinh!

Đàn bà đi trước, ai cũng bất bình với mô giáo lý giả dối, nhưng ai cũng chỉ giữ thái độ “im lặng”. Do cha mẹ luôn “giữ im lặng” và “sống để bụng chết mang theo” mọi hiểu biết từ trải nghiệm

của chính cuộc đời họ, không chia sẻ, không cởi mở, phổ biến kinh nghiệm cho con cái, thế nên lứa hậu sinh lại bước đi trong mê muội và sai lầm.

Đó là một lãng phí lớn. Đó là một nỗi đau lớn của xã hội. Đó là một lỗi lớn trong cách yêu thương con cái của bao thế hệ! Lẽ ra, sai lầm sẽ được sửa, lẽ ra nỗi đau sẽ có cơ hội chữa lành, lẽ ra dòng chảy cuộc sống sẽ an nhiên hơn, nếu như các thế hệ đi trước can đảm xả bỏ cái tôi trong vai trò cha mẹ với những giáo lý giáo điều!

Con gái: Xin mẹ hãy nói cụ thể hơn đi, cá nhân mẹ thì sao?

Mẹ: Mẹ đã có quan hệ tình dục trước hôn nhân vào năm 23 tuổi và nó là nỗi buồn đi theo mãi.

Con gái: Như thế là mẹ vẫn bị ám ảnh bởi những luân lý và giáo điều?

Mẹ: Ồ, bây giờ thì không! Tuy nhiên, môi trường xã hội lúc đó và những hiểu biết của mẹ còn non nớt, nhận thức về lòng tự tin, tự tôn chưa cao, hành vi sex diễn ra trong tâm trạng lo âu, sợ sệt, không chủ động, không có chút am hiểu nào về bản thân và cơ chế của sex, không có chuẩn bị về tinh thần và phương pháp bảo vệ sức khỏe sinh sản, tâm trạng bất an và đặc biệt là thái độ hành xử thiếu ân cần trân trọng của đối tác, do đó nó mãi là dấu ấn buồn.

Bài học quý giá mẹ rút ra từ trải nghiệm và chứng ngộ về tình dục đó là:

Nhân cách cá nhân và nền tảng văn hóa, lòng từ ái, v.v..., của một cá nhân sẽ bộc lộ trọn vẹn nhất, bản chất nhất trong cách mà người đó ứng xử với đối tác tình dục như thế nào! Như vậy thái độ ứng xử với sex chính là một yếu tố quan trọng, một bài thi quan trọng để nhận ra giá trị đích thực không thể đôn trá của một con người. Bài thi này đặc biệt chính xác đối với đàn ông!

Con gái: Khi lấy chồng, lại không phải là người mà mẹ đã có quan hệ tình dục lần đầu, điều đó có ảnh hưởng đến hạnh phúc của mẹ?

Mẹ: Ảnh hưởng hay không nó còn do thái độ của mình trước điều ấy và quan niệm của mình “thế nào là hạnh phúc?”! Tuy nhiên,

đến giờ mẹ vẫn cảm nhận được niềm tự tôn bản thân vì là người chân thật, không dối trá. Ngay cả lúc này, mẹ cũng rất chân thật trước những câu hỏi của con gái.

Con gái: Thế hệ mẹ, mẹ có phải là trường hợp cá biệt và có bị coi là hư hỏng không?

Mẹ: Mẹ tin rằng mẹ không phải là trường hợp cá biệt, rất nhiều nữa là khác.

Con gái: Vì sao những người đàn bà đã trải qua phần tuổi trẻ giông bão với bản án “vượt rào” trước hôn nhân lại không lên tiếng, lại không ủng hộ một cách công khai một tập quán tư duy lành mạnh hơn, đó là hãy tôn trọng quy luật tự nhiên trong kiểm soát, trong tình dục, trong hiểu biết và lòng từ ái?

Mẹ: Vì họ chưa đủ can đảm để vượt qua rào cản tâm lý, vì e ngại điều đó có thật sự đúng hay không? Vì như vậy có phải là vẽ đường cho hươu chạy không? Do đó, các thế hệ vẫn mãi cùng đau một nỗi đau, cùng mang một nỗi chật vật để vượt thoát lên các luân lý, giáo lý giáo điều về tự do tình dục trước hôn nhân. Họ vẫn mơ hồ về tính đúng đắn và cần thiết của điều cần công khai đảng hoàng, cởi mở cho vấn đề này.

Ở Âu - Mỹ, khi thành niên bước sang tuổi 20 mà chưa có khám phá nào về bản thân liên quan đến tình dục thì có thể bị “chê” là kém trưởng thành, kém hiểu biết và có khi còn bị bạn bè “đề nghị xem lại vấn đề giới tính của bạn!”. Điều này, mẹ cho là rất đáng cân nhắc và thấu đáo, vì bất kể một lĩnh vực nào, nếu bạn chưa có trải nghiệm nào, hoặc bạn chưa cảm nhận nào để có sự hiểu biết toàn vẹn, bạn vẫn mãi trong mơ hồ với những câu hỏi không lời đáp kiểu như “Ta là ai?”, “Ta như thế nào?”, “Sex xảy ra như thế nào?”, “Sex có thực sự vô cùng quan trọng không, hay nó cũng nên được coi là một yếu tố cần thiết mà thôi?”, “Thuốc tránh thai có mấy loại, tác dụng phụ ra sao?”, “Bao cao su có ý nghĩa gì trong việc tránh thai và bảo hiểm an toàn sức khỏe sinh sản?”, “Tại sao bạn gái nên có sẵn bao cao su trong ví xách cá nhân?”, v.v...

Khi bạn chưa thực sự có sự trưởng thành về tình dục, khi bạn chưa khám phá bản thân, chưa có trải nghiệm bản thân nào về tình dục, thế thì bạn làm sao hiểu được bạn là ai? Và bạn muốn gì? Do đó, việc đi tới quyết định hôn nhân trong tình trạng đó là một mạo hiểm lớn. Dù muốn hay không, tình dục chiếm một vị trí quan trọng để duy trì mối quan hệ hôn nhân bền vững, nếu bạn và đối tác không có hiểu biết gì thì bạn dựa trên cơ sở nào để tin rằng, quyết định hôn nhân của bạn là đúng đắn? Lối đi ngược đời này, theo mẹ, cần được thay đổi lại cho thuận với tự nhiên!

Trải nghiệm tình dục đồng thời với nhận thức ngày một đầy đủ cần là một *hành trình chủ động*, bình an, cởi mở, không định kiến, kỳ thị, không buông thả, thì như thế sẽ mang đến sự yên tĩnh, vững tin, mạch lạc trong tâm hồn, sáng suốt và tự chịu trách nhiệm cao cho mọi quyết định của cá nhân lành mạnh!

Con gái: Trong câu trả lời trên, mẹ có nhắc đến thuốc tránh thai và bao cao su. Đây có phải là hai chiếc bùa "hộ mạng" an toàn tuyệt đối, khiến cho việc quan hệ tình dục trước hôn nhân trở nên thoải mái?

Mẹ: Con đã nhận thấy mẹ nhấn mạnh "thuốc tránh thai có tác dụng phụ ra sao?"

Đây là câu hỏi quan trọng, mấu chốt mà các cô gái trẻ trước khi bước vào hành trình tình yêu, khám phá bản thân nên dành thời gian để tìm hiểu kỹ lưỡng, nghiêm túc.

Theo những tìm hiểu và nhận thức của mẹ, không có bất cứ loại thuốc tránh thai nào, không để lại tác dụng phụ. Cơ chế của viên thuốc tránh thai theo chu kỳ 28 ngày, đặc biệt là thuốc tránh thai khẩn cấp, đều tác dụng theo cơ chế tác động của hormone, khiến dạ con bị "đánh lừa", nó "từ chối" không cấp tẩm "visa" cho phép trứng đã được con tinh trùng khỏe nhất xuyên thủng, đi vào dạ con. Nói cách khác, đó là mặc dù quá trình thụ tinh diễn ra tốt đẹp ở vòi trứng, nhưng trứng đã thụ tinh bị chối bỏ, không được làm tổ trong dạ con và bị tống ra ngoài theo lớp nội mạc tử cung bong ra, tạo nên chu kỳ kinh nguyệt.

Về cơ bản, thuốc tránh thai 28 ngày và thuốc tránh khẩn cấp khiến cho cơ thể bạn gái phải chịu sự “gây rối” thường xuyên của hormone, nếu bạn gái dùng lâu dài, có thể dẫn đến thay đổi giọng nói; lông và tóc cứng và đen hơn, v.v... *Sự tác động lên cơ thể bạn gái bằng hormone để ngừa thai, cần cẩn trọng và tránh sử dụng hoàn toàn với những bạn gái đã từng có tiền sử u buồng trứng.*

Đôi khi, một tác dụng “vui vẻ” của viên thuốc tránh thai, đó là giúp cho nhiều bạn gái bị trứng cá do rối loạn nội tiết, khi uống viên thuốc này, đã lấy lại được vẻ đẹp của làn da! Do đó, nhiều bạn trẻ vì thế mà rất “khoái chí” với những viên thuốc tránh thai này; đã lạm dụng viên thuốc tránh thai mà không hay biết rằng, nó là một trong những thủ phạm chính, nghi can giấu mặt làm tăng nguy cơ rõ rệt gây nên tình trạng vô sinh ở nhiều bạn gái trẻ.

Những hiểu biết về tác dụng phụ của viên thuốc tránh thai 28 ngày và viên tránh thai khẩn cấp sẽ giúp các bạn gái biết sống cẩn trọng, hiểu biết và tinh táo trong các hành vi trải nghiệm tình yêu - tình dục của bản thân.

Con gái: Thật lòng, con nhận ra rằng, xung quanh có rất nhiều các bạn gái đang sử dụng viên thuốc tránh thai 28 ngày một cách khá thoải mái và vui vẻ. Nhưng những gợi ý này từ mẹ đã giúp con rút ra điều quan trọng: “Hãy luôn thận trọng với những biện pháp dễ dàng, thoải mái”. Mẹ nói đúng, trong cuộc sống, không có việc gì là dễ dàng, kể cả quá trình khám phá bản thân và trải nghiệm tình yêu - tình dục! Nếu thực sự có trách nhiệm với bản thân và một tình yêu cuộc sống sâu sắc, cần phải có thái độ cẩn trọng và hiểu biết trước mỗi hành vi cá nhân.

Mẹ: Đúng thế, đó là điều mẹ tha thiết muốn nói với con gái của mẹ.

Theo mẹ, phương pháp tránh thai an toàn và hiệu quả nhất, đó chính là một thái độ sống lành mạnh và chia sẻ trách nhiệm của hai người trong cuộc.

Phương pháp tính ngày rụng trứng theo chu kỳ vòng kinh nguyệt, theo kịch bản điển hình như sau:

Dù bạn gái có chu kỳ kinh nguyệt là 28, hay 30, hay 35 hoặc 40 ngày, thì ngày rụng trứng sẽ là ngày thứ 14, kể từ ngày hành kinh đầu tiên của chu kỳ sau.

Nghĩa là: nếu chu kỳ kinh nguyệt là 28 ngày, thì ngày rụng trứng dự kiến là ngày thứ 14 của vòng chu kỳ.

Nếu chu kỳ kinh nguyệt là 30 ngày, thì ngày rụng trứng dự kiến là ngày thứ 16 của vòng chu kỳ.

Nếu chu kỳ kinh nguyệt là 35 ngày, thì ngày rụng trứng dự kiến là ngày thứ 21 của vòng chu kỳ.

V.v...

Tuy nhiên, ngày rụng trứng thực tế có thể xảy ra trước hoặc sau ngày “dự kiến” 4 ngày do nhiều nguyên nhân tác động, như sự kích thích quá mức hay do thay đổi môi trường... Do đó, những ngày có khả năng lớn để thụ thai, trong vòng chu kỳ kinh nguyệt sẽ là $1+4+4=9$ ngày. Để phương pháp tính ngày rụng trứng theo chu kỳ kinh nguyệt có hiệu quả, bạn gái cần rèn luyện thói quen chăm sóc bản thân mình, đó là thói quen ghi chép ngày kinh nguyệt theo chu kỳ, ghi chép một cách thường xuyên, để tìm ra quy luật và vòng chu kỳ của bản thân.

Mặt khác, dựa vào ghi chép thời gian của chu kỳ kinh nguyệt, trong những ngày dự kiến rụng trứng, bạn gái trẻ nên có thói quen đo thân nhiệt để nhận diện khá chính xác ngày nào là ngày rụng trứng, tương đồng với ngày thân nhiệt của bạn gái tăng lên $0,5 - 1^{\circ}\text{C}$, trong điều kiện cơ thể nghỉ ngơi bình thường. Trứng chín rụng xuống ống dẫn trứng và “nằm phục” ở đó hơn 24 giờ đồng hồ để có thể giao hoan cùng tinh trùng. Do đó, trước và sau ngày rụng trứng đều là thời gian bạn gái có khả năng thụ thai nếu có quan hệ tình dục.

Lựa chọn phương pháp tính ngày rụng trứng theo chu kỳ kinh nguyệt có mấy tác dụng tốt như sau:

- ♥ Giúp bạn gái hình thành thói quen biết chăm sóc sức khỏe bản thân và hiểu về bản thân sâu sắc hơn.

- ♥ Khi đã thấu hiểu và lựa chọn phong cách sống thông dong, có nhận thức thì tự nhiên, trải nghiệm tình yêu tình dục của bạn gái sẽ đến một cách an hòa và an toàn hơn, do bạn gái không còn mơ hồ về cơ thể mình, không mơ hồ về sự “kỳ diệu, an toàn” của viên thuốc tránh thai.
- ♥ Khi bạn gái có phong thái sống an hòa với thái độ chủ động nhận thức về tình yêu - tình dục, bạn gái sẽ có xu hướng tìm kiếm và kết bạn với người bạn trai có hiểu biết, có bản lĩnh, có chung trách nhiệm và có lối sống lành mạnh, từ ái.

Đây là lý do vì sao, mẹ nỗ lực cởi mở và dẫn dắt con gái chủ động tìm hiểu về tình yêu - tình dục, khi con vào tuổi thành niên đẹp đẽ của mình.

Con gái: Con trân trọng và hàm ơn vì mẹ đã chân thành chia sẻ cùng con những hiểu biết sâu sắc này!

Mẹ: Mẹ đã chờ đợi cuộc trò chuyện này của con. Đúng như mẹ dự đoán, mẹ tin là sau khi con vào đại học, mẹ sẽ có cơ hội đối diện và trả lời trước con những câu hỏi này.

Mẹ vui mừng vì đã làm con thỏa mãn những thắc mắc.

Con gái ạ! Không chỉ những thành công, thành tựu lớn lao mà ngay cả những vấp vấp và sai lầm của cha mẹ sẽ là tài sản quý giá dành tặng con cái. Khi những sai lầm của cha mẹ được tự nguyện mang ra mổ xẻ, phân tích là giáo cụ trực quan sinh động thuyết phục để con cái rút ra những bài học sâu sắc, thấm thía, từ đó chúng có được cơ hội bước đi chủ động, an nhiên hoan hỉ, trong ánh sáng, trong sự dẫn dắt tràn đầy tuệ giác và từ ái của cha mẹ.



Kitchen still-life / Tĩnh vật nhà bếp

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 50x70cm

Năm sáng tác: 2013



THỰC DƯỠNG
VÀ CÂU CHUYỆN
ƯỚC MƠ BAY XA



Theo thứ tự ưu tiên về mức độ quan trọng, ăn uống có 4 ý nghĩa như sau:

- ♥ *Ăn là bản năng sinh tồn thiêng liêng*
- ♥ *Ăn để đảm bảo sức khỏe thân - tâm - linh*
- ♥ *Ăn để thưởng thức nghệ thuật ẩm thực*
- ♥ *Ăn để kết nối tình thân, bạn bè và vui vẻ*



Mở rộng ẩm thực là nâng cánh ước mơ cho con bay xa!

Khi Minh Khuê 11 tuổi và lên đường sang Anh Quốc dự trại hè Anh ngữ, trong hành trang của cô bé không có đồ ăn dự trữ nào, ngoài vài gói bánh ngọt để ăn tạm trên hành trình, nếu đói.

Có câu nói quen thuộc rằng, trên thế giới có hai cuốn sách mỏng nhất, đó là cuốn các món ăn của người Anh và cuốn lịch sử nước Mỹ. Một ngụ ý trong câu nói đó, là ẩm thực của người Anh rất đơn điệu nghèo nàn. Chính vì định kiến đó, mà nhiều bạn trẻ khi sang Anh, đều chuẩn bị rất nhiều thức ăn dự trữ, hộp khẩu vị của mình đưa từ Việt Nam theo, nên hành trang rất linh kinh mà vẫn không thoát khỏi nỗi lo lắng: không biết có trụ nổi ở Anh 2 tháng với một thói quen ẩm thực đơn điệu của người bản xứ?

Đây là một thực tế rất phổ biến và nhận được phần lớn sự đồng thuận của cộng đồng người Việt. Rất nhiều người đã có những dấu ấn mệt mỏi, buồn chán khi đến nước Anh, chỉ vì lý do không quen món ăn nhạt nhẽo của người Anh!?

Riêng tôi có những suy nghĩ hơi khác. Tôi và Minh Khuê lên kế hoạch cho chuyến trải nghiệm Anh ngữ của Minh Khuê tại Anh Quốc, bắt đầu từ một năm trước đó. Trong rất nhiều đầu mục phải chuẩn bị dài hơi như thế, trong đó, mục tôi đưa lên ưu tiên thứ ba, đó là rèn luyện thói quen cởi mở trong ẩm thực; lý trí trong dinh dưỡng ẩm thực và một tâm thế thoải mái, hiểu biết trong ăn uống của cá nhân. Mục 1/ tìm hiểu những nguyên tắc ứng xử xã giao, phong tục tập quán của người Anh; mục 2/ rèn luyện tập tính

chủ động “nhập gia tùy tục”, chủ động cởi mở và chăm bắt chuyện, chịu khó lắng nghe người khác.

Tuần đầu tiên, Minh Khuê ở homestay và ăn uống theo cách rất đơn giản của người Anh đó là, bánh sandwich, mứt, cà chua sống, sup-lơ luộc, táo, sữa tươi. Tôi gọi điện, hỏi Minh Khuê có ổn không, cô bé bảo: Con ổn mẹ ạ, vì con hiểu nhiều khi mình ăn để tồn tại, để làm những việc mình thích. Và lại, nếu thức ăn của người Anh khiến họ cao lớn, thông minh và đẹp đẽ thế, có sao con phải chống lại, dù con thấy không giống bữa cơm của mẹ!

Cuối tuần đó, bác Ann chủ nhà đã làm bữa cơm kiểu Việt Nam cho Minh Khuê ăn, cô bé ăn rất ngon miệng và khi bữa ăn kết thúc, cô bé nói với bác chủ nhà:

- Con cảm ơn bác vì bữa cơm ngon bác nấu cho con. Vì điều đó, làm con đỡ nhớ mẹ hơn nhiều ạ!

Bác Ann hỏi: Sao bữa cơm này lại khiến con đỡ nhớ mẹ?

Minh Khuê thật thà nói: Tại ở nhà, ngày nào con cũng được ăn cơm do mẹ nấu, sang ở với bác thì con ăn thức ăn kiểu của bác, thật sự nó rất tốt, nhưng thỉnh thoảng con vẫn thấy nhớ mẹ đã nấu cơm thế nào.

Nghe Minh Khuê nói, bác Ann lặng đi một hồi, rồi nói:

- Vậy từ mai, ngày nào bác cũng nấu cơm và dành phần để hôm sau con mang đi ăn bữa trưa nhé, bác cũng rất thích ăn cơm kiểu Việt Nam!

Thế là từ đấy, tuy sống trong một gia đình người Anh truyền thống, nhưng Minh Khuê được chăm sóc như sống ở nhà với mẹ, được ăn cơm, được uốn nắn nghi lễ, nguyên tắc cư xử, tập quán giao tế, thói quen tiết kiệm, lao động chuyên cần. Bác Ann thường hay nói với Minh Khuê, “Bác thích hướng dẫn con, vì bác nhận thấy con háo hức để hiểu, con đã truyền cảm hứng sự phạm cho bác, con đã khiến bác thêm yêu những phong tục tập quán nước Anh... vì một cô bé 11 tuổi đã đi hơn 15 nghìn km để tìm hiểu, thì bác thấy bác phải có trách nhiệm gìn giữ nó...”

Như vậy, để dạy kỹ năng sống cho con, nói theo cách của các bố mẹ trẻ, thì chúng ta không nên chỉ quan tâm huấn luyện cho đứa trẻ các kỹ năng cơ học chi tiết, cụ thể một cách quá mức. Nếu bạn quán chiếu một hạnh phúc vui vẻ chính là sự thoải mái trong kết nối với xung quanh, thì bạn sẽ nhận biết điều cơ bản và cốt lõi để giúp trẻ thành công trong hành trình trải nghiệm sống. Kỹ năng chỉ là một thành quả tất yếu sẽ đến, khi bạn hướng dẫn con hiểu và thực hành một triết lý sống thân thiện, cởi mở và tháo gỡ cái tôi bảo thủ.

Nhiều bà mẹ thường tự hào kể rằng, con cái họ rất mê món họ nấu, rất thèm món họ nấu và chỉ ăn món họ nấu mà thôi (ngay cả khi đi lấy chồng rồi, vẫn chỉ thèm và thích món ăn mẹ nấu!). Sâu bên trong niềm tự hào ấy, là sợi dây vô hình nhưng đủ mạnh để trói chân đứa trẻ ấy mãi mãi trong căn bếp của người mẹ, mà không thể bay bổng bay xa.

Tôi có khả năng biểu diễn nghệ thuật ẩm thực đạt điểm 8+, tuy nhiên, tôi luôn hướng dẫn con gái mở rộng thói quen ẩm thực, ăn được nhiều món ăn đa dạng, phong phú của các vùng miền, quốc gia. Không dính mắc vào căn bếp truyền thống, dù biết nấu và thưởng thức. Làm như vậy, chính là bạn đang cho con bạn cơ hội để là một *công dân toàn cầu và hạnh phúc*.

Để con bạn *tự lập*, nghĩa là hãy chuẩn bị cho con một hành trang phong phú nhưng nhẹ nhàng, một tâm hồn cởi mở, đủ tự tin và hiểu biết để kết nối với rộng lớn.

Khi con cái chúng ta được cộng đồng đón nhận với thiện cảm, sự yêu mến và khích lệ, thì đó là khi đứa trẻ được bảo vệ, an toàn và hạnh phúc nhất!

Cuộc cách mạng ăn uống mang tới nhiều lợi lạc!

Có thực mới vực được đạo

Hiểu một cách nôm na thì để có một tâm hồn lành mạnh, một trí tuệ sáng láng, thông minh và bay xa thì cần phải có một cơ thể khỏe mạnh và được chăm sóc đúng cách. Điều này, dường như các bà mẹ Việt đều quán triệt một cách sâu sắc, đặc biệt là trong thời đại dồi dào vật chất như thế này. Quả thực, chưa bao giờ vấn đề ăn uống của trẻ được bàn bạc nhiều như hiện nay, đồng thời cũng chưa bao giờ việc ăn của những đứa trẻ trở thành vấn đề “nan giải” như bây giờ.

Cổ nhân nói: Công sinh không bằng công dưỡng dục. Cho thấy rằng việc nuôi dưỡng một đứa trẻ quả thực cần nhiều công phu và trí tuệ. Tôi cũng không ngoài quỹ đạo tâm lý đó.

Ngay khi bắt đầu làm mẹ, tôi cũng dành rất nhiều thời gian công sức để tìm hiểu và thực hành nhiều món ăn áp dụng trong sự nghiệp nuôi con, mong sao đứa trẻ luôn khỏe mạnh. Đương nhiên, khởi đầu tôi cũng hoàn toàn đi theo quán tính và thói quen, tập quán của xã hội với những món ăn phức tạp nhiều khê, bữa ăn nào cũng có ít nhất là 4 đĩa 2 bát: đĩa xào, đĩa mặn, đĩa rau luộc, đĩa rán, bát canh, bát nước chấm, v.v... Cuối cùng, thì tôi nhận ra rằng, đôi khi một tập quán ăn theo truyền thống chưa hẳn đã thực sự hợp lý và khoa học.

Nhận thức là như thế, song tôi vẫn mơ hồ một thời gian. Tôi tự đặt ra câu hỏi: “Tại sao, khi đời sống vật chất dồi dào hơn, thì sự ăn và vấn đề bữa ăn của trẻ lại trở nên mệt mỏi và rườm rà đến vậy?”

Và câu trả lời chính là: Chúng ta đang bị bối rối về giá trị đích thực của việc “ăn uống”. Tôi hiểu rằng, tôi cần phải mạch lạc được những mục đích của hành động ăn uống, có vậy tôi mới có cách để lý giải, dẫn dắt và thuyết phục con gái mình, sao cho việc ăn uống trở nên khoa học, mang một triết lý nhân sinh lớn, tôi cần giải mã căn cội để việc ăn uống trở nên thiết thực, nhẹ nhõm và hoan hỉ thực sự!

Triết lý của việc ăn uống!

Theo thứ tự ưu tiên về mức độ quan trọng, ăn uống có mấy ý nghĩa như sau:

- ♥ Ăn là bản năng sinh tồn thiêng liêng - đây là ý nghĩa nòng cốt thiêng liêng và mấu chốt nhất.
- ♥ Ăn để đảm bảo sức khỏe thân - tâm - linh: thân thể - tâm hồn và đức tin đều cần “dinh dưỡng” có nguồn gốc từ thức ăn!
- ♥ Ăn để thưởng thức nghệ thuật ẩm thực: Trong mọi nghệ thuật của cuộc sống, thì nghệ thuật ẩm thực có sự tác động sâu sắc đến tâm hồn mỗi người.
- ♥ Ăn để kết nối tình thân, bạn bè và vui vẻ, ăn vì khoái khẩu: ăn uống cũng là một cơ hội để kết nối và chia sẻ với mọi người.

Thực tế, 4 mục tiêu ăn uống này có sự đan xen và giao thoa lẫn nhau, tuy nhiên, tùy từng lúc và thời điểm, từng mục tiêu cụ thể sẽ lấn át và mang tính chủ đạo.

Theo quan sát của tôi, hiện tại, mục tiêu 4 đang lấn át và trở thành chủ đạo trong hầu hết câu chuyện về ăn uống của phần đông người Việt, do đó, việc ăn uống bị giảm đi tính quan trọng, thiêng liêng và kỷ luật mà đề cao sự khoái khẩu và những bữa ăn đông vui, nhộn nhịp, chém gió.

Hiểu biết này đã giúp tôi có được sự quyết tâm đi tới một thay đổi mang tính cách mạng trong quan điểm về ăn uống, kỷ luật ăn uống và triết lý về thực dưỡng, sao cho phù hợp với cuộc sống của bản thân cũng như đảm bảo cho con gái một quá trình, một khởi đầu lành mạnh về sức khỏe.

Nhiều bà mẹ trẻ đã thắc mắc, hỏi tôi hai câu hỏi lớn:

Câu hỏi 1: “Chị đã làm thế nào để cô bé Minh Khuê có một sức khỏe tốt, dẻo dai, nên đáp ứng với áp lực học hành căng thẳng mà vẫn đạt hiệu suất cao, đặc biệt là cô bé luôn vui vẻ và cởi mở thoải mái, không có dấu hiệu mệt mỏi và căng thẳng?”

Câu hỏi 2: “Chị làm cách nào để giúp Minh Khuê có được sự thu xếp thời gian trong ngày hợp lý, có được sức khỏe bền bỉ để cô bé duy trì được nhiều hoạt động bổ ích và học tập cường độ cao như vậy?”

Câu trả lời của tôi thực ra không có gì mới mẻ, rằng: Bên cạnh những yếu tố hợp thành quan trọng khác, thì để thỏa mãn cả hai câu hỏi khó ấy, tôi đã kiên trì thực hành quan điểm “khoa học - đơn giản - đa dạng” về ăn uống và điều này đã giúp chúng tôi đạt tới sự lợi lạc về sức khỏe, tự do và hoan hỉ từng ngày trên hành trình cuộc sống.

Ăn uống là bản năng sinh tồn thiêng liêng!

Đây là câu nói hàng ngày, hàng bữa, tôi thường nói một cách đầy xúc cảm với cô con gái yêu của mình, ngay từ khi cô bé bắt đầu biết lắng nghe và hiểu tiếng mẹ, hiểu qua thái độ truyền cảm của mẹ.

Tôi nhận thức sâu sắc rằng, khi bản năng sinh tồn được đặt vào trung tâm của sự khám phá cuộc sống hết sức mới mẻ của đứa trẻ, tôi đã giúp cô con gái yêu dần hiểu về tình yêu cuộc sống bắt đầu từ việc ăn uống, làm tăng thêm, mạnh thêm năng lượng sống và thôi thúc sự nỗ lực sống của đứa trẻ một cách lành mạnh.

- Mẹ ơi! Vì sao con chim ấy lại bị chết?
- Vì nó bị bệnh
- Vì sao nó bị bệnh?

- Vì nó không cố gắng ăn uống đúng và không nỗ lực ăn uống những thức lành mạnh, nên cơ thể nó suy yếu dần và nó bị chết!

Khát vọng sống - cách gọi khác của bản năng sinh tồn - là một phẩm chất thiêng liêng mà tôi đã luôn nỗ lực giúp con nhận diện, hiểu biết và trân trọng nó. Đây là bài toán tưởng dễ mà trở nên khó khăn với các bậc cha mẹ thời đại, khi mà đòi sống vật chất dư thừa, thức ăn trở nên quá thừa thãi, quá nhiều lựa chọn và đây chính là nguyên nhân của nỗi khổ.

Khi đứa trẻ đứng trước một bữa ăn quá thịnh soạn, nhiều món, hàng ngày đều như thế, nó trở nên bị bối rối. Luôn luôn “được” thức bách ăn uống quá nhiều, nó không có cảm giác bị đói bụng, không có cảm giác ngon miệng và câu hỏi đặt ra trước nó là: “Tại sao phải ăn khi mà ăn uống thật chán ngắt?”

Tôi được nghe một người bà, dỗi dành cháu ngoại khoảng 9 - 10 tuổi, thế này: “Ăn đi cháu, các cháu bây giờ sướng thật, có bao nhiêu thức ngon để ăn. Ngày xưa, thời của bà nghèo khổ lắm, chẳng có gì mà ăn”. Lặng đi một hồi lâu, đứa trẻ thủng thẳng nói: “Bà ơi, cháu ước sao được trở lại thời của bà!” Bà cười: “Thế à, vì sao thế?” Đứa cháu nói: “Vì như thế, cháu không bị ép phải ăn!”

Đứa trẻ bị mất đi sự kết nối giữa bản năng sinh tồn, khát vọng sống với việc ăn uống - việc mà lẽ ra các bậc cha mẹ nên có chú ý làm trở dậy, khơi gợi ở đứa trẻ. Ngược lại, chúng ta tìm mọi cách mua chuộc đứa trẻ để nó ăn, để hối thúc nó ăn, nói một cách thậm xưng, cứ như thế nó ăn vì quyền lợi bố mẹ, vì danh dự, vì sĩ diện của bố mẹ vậy!

Với những lời dụ dỗ như sau: “Ăn đi, ăn xong mẹ cho chơi iPad”; “Ăn đi bố cho đi chơi phố”; “Ăn đi rồi bố cho xem hoạt hình”, v.v...; hay dọa dẫm kiểu: “Không ăn, tao gọi chú công an bắt lên đồn!” hay “Có ăn không, tao đổ hết xuống cống!” v.v... Không ai giỏi bắt vía bố mẹ bằng đứa trẻ, nó hiểu rằng nó ăn không vì lợi lạc cho chính nó, nó ăn vì bố mẹ nó muốn thế, vì bố mẹ ép nó... và nó bắt đầu biết mặc cả: Cho con cái này cái kia thì con mới ăn cơ! Nó nhận ra, bố mẹ đang mua chuộc nó, và nó hành động cầm chừng

để đạt tới mục tiêu nó muốn; hoặc nó càng hiểu sâu sắc rằng, bố mẹ dọa thể mà không bao giờ làm thế, do đó, nó không biết sợ là gì. Lâu dần, mọi lời dụ dỗ, mua chuộc, hay dọa dẫm đều không còn tác dụng với đứa trẻ.

Đứa trẻ vẫn không thấy việc ăn uống là quan trọng, là cần thiết, do đó, các cơ quan chức năng sống trong cơ thể nó, một cách bản năng, do không được thần kinh trung ương chỉ đạo để tiết ra dịch vị, men tiêu hóa, các chất sinh hóa có lợi để tiêu hóa thức ăn, do đó, bữa ăn thực sự là công việc nặng nề với trẻ và với cả cha mẹ hoặc người chăm sóc chúng.

Đức tin là yếu tố quan trọng để con người hành động bền bỉ và có kỷ luật nội tâm. Đức tin chân chính và đúng đắn, điều mà cha mẹ nên bồi đắp cho con trẻ từ sớm, nó có tác dụng định hướng tư duy lên hệ thần kinh trung ương, từ đó, các cơ quan chức năng trong cơ thể cũng được vận hành theo sự điều hành sáng suốt của não bộ và thần kinh trung ương.

Làm khơi dậy bản năng sinh tồn thiêng liêng trong tâm và trí tuệ đứa trẻ, rằng “ăn không vì thích hay không thích mà đó là việc quan trọng và cần thiết để đảm bảo được sống!” Theo cách đó, bạn sẽ làm cho đứa trẻ trở nên sinh động, lành mạnh tới từng tế bào sống, giúp trẻ dần xác lập cho bản thân một kỷ luật nội tâm vững vàng, khi chính nó tự thuyết phục nó rằng “ăn uống là một việc làm quan trọng trong ngày để được sống, được chạy nhảy và được yêu thương”. Do trẻ tự thuyết phục bản thân nên cơ thể nó cũng thuận theo sự chỉ dẫn của thần kinh trung ương, khiến cho các cơ quan chức năng sống như gan, mật, tụy, dạ dày vận hành tích cực, chủ động, tự đưa cơ thể vào kỷ luật trong ăn uống, lành mạnh và có lợi cho sức khỏe bền vững.

☛ TÌNH HUỐNG

Một buổi tối, người bác thân thiết qua nhà tôi chơi, nhìn thấy Minh Khuê đang ngồi ăn bát súp “ghe biển chế biến với các loại rau củ”, người bác buột miệng nói: “Ôi dào, mẹ mày suốt ngày thực dưỡng, ăn toàn cà rốt thể này, ngán chết, bỏ đi!”

Minh Khuê: - Bác đừng nói thế, cháu không nghe bác đâu. Mẹ cháu bảo ăn thế này tốt cho sức khỏe, nên cháu ăn hết!

Ấy là mùa đông năm 2001.

Mẫu đối thoại của hai bác cháu, đến giờ vẫn lưu truyền trong gia đình tôi như một minh chứng về sự đồng lòng của hai mẹ con trong từng việc lớn - nhỏ. Tuy nhiên, tôi cần nhấn mạnh thêm rằng, đó thực sự là một nỗ lực sáng suốt của tôi, là một thành công của tôi, khi tôi đã khơi dậy bản năng sinh tồn mạnh mẽ của Minh Khuê, giúp con gái bé bỏng của tôi có được kỷ luật nội tâm sâu sắc trong việc ăn uống, coi việc ăn uống là một hành động quan trọng, thiêng liêng, cần có nỗ lực, cần có kỷ luật, để đảm bảo quyền được sống khỏe mạnh.

Tôi chưa bao giờ phải mệt mỏi với những bữa ăn kéo dài lê thê, tôi không phải mua chuộc hay dọa dẫm con gái trong các bữa ăn. Dù bị mắc chứng nhạy cảm van thực quản, dễ gây nên nôn trớ, bữa ăn của chúng tôi thường diễn ra nghiêm túc, đầy nỗ lực, vui vẻ và hiệu quả. Tất nhiên, vì tôi luôn làm gương cho con gái về tình yêu cuộc sống và một kỷ luật nội tâm vững vàng: hành xử nghiêm túc, quan trọng và thiêng liêng với bữa ăn trong ngày!

“Thức ăn là thứ quý giá nhất mà Thượng Đế ban cho chúng ta!”

Điều gì, vật gì quá dư thừa sẽ khiến bạn không quý giá và nỗ lực để gìn giữ! Thức ăn cũng thế! Đây là một lỗ hổng tâm linh trong đời sống xã hội hiện tại.

Ngay khi tôi còn nhỏ xíu, tôi được mẹ cho vào học tại một lớp võ lòng trong khu nhà thờ xứ Nghi Phú. Tại đây, tôi được nghe giảng những bài kinh cầu trước mỗi bữa ăn, đến giờ tôi vẫn nhớ:

“Con xin cảm tạ Chúa Trời đã nuôi dưỡng chúng con, ban cho chúng con lương thực hằng ngày. Xin Chúa nhắc nhở chúng con nghĩ tưởng đến những người nghèo đói và chia sẻ cơm áo với họ. Xin Chúa ban phước cho lương thực này, dùng nó bồi bổ thân thể chúng con, cho chúng con sống vui để phục vụ Người!”

Dù không là người Công giáo, tôi luôn luôn cung kính những giáo lý đưa con người hướng thiện, hướng an. Những bài học

sơ khai về sự tôn kính thức ăn và hàm ơn những người mang đến thức ăn đã in đậm trong tiềm thức của tôi, khắc ghi thành nhân cách và triết lý sống của tôi mãi mãi trong cuộc đời.

Bây giờ, không ít khi, tôi chứng kiến những câu chuyện khá buồn cười thế này:

Mẹ: Con ăn đi, món này ngon lắm, tôm hùm đấy!

Con: Con ghét món này!

Mẹ: Thế con ăn món súp nhé, hay cơm rang hải sản thập cẩm, hay cá sốt chua ngọt nào?

Đứa trẻ vẫn phụng phịu, lắc đầu quầy quậy trước một bàn tiệc thịnh soạn và quá nhiều món. Nó không thấy hào hứng, nó hoàn toàn thờ ơ, còn mẹ nó thì vô cùng khổ sở.

Mẹ sáng giọng: Vậy con thích ăn gì?

Con: Con thích ăn rau muống xào kiêu của bố cơ!

Đứa trẻ đưa ra một phương án oái oăm không thể thực thi trong thời điểm đó, trước sự ngỡ ngàng của bao người xung quanh, như là một sự trêu ngươi cho người mẹ, cô ấy bị chính đứa trẻ của mình “làm khó”, cô ấy càng trở nên khốn khổ. Nhưng, đó chính là hệ lụy của một lối sống và lối hành xử “xem nhẹ” và đánh mất ý nghĩa thiêng liêng cao cả của thức ăn đối với bản năng sinh tồn.

Tôi nhớ một kỷ niệm ấu thơ không bao giờ phai nhạt: Trưa đó, mẹ tôi nấu món canh cá quả với dọc mùng muối. Đó là món ăn “đặc sản” mà mẹ tôi rất khéo nấu, thỉnh thoảng chúng tôi mới có được. Nhưng bữa đó, thì khác, món canh bị đắng nghét. Tôi nhăn mặt và dứt khoát không ăn. Mẹ tôi buông bát đũa, nhìn vào mắt tôi, nói nghiêm nghị:

“Con ạ, đây là món canh mẹ đã làm bằng tất cả cố gắng, mong cho các con có bữa ăn tốt cho sức khỏe, nhưng không may khi làm cá, mẹ đã lỡ làm túi mật bị vỡ, cho nên, món canh có vị đắng. Nó đắng thật, nhưng nó vẫn rất bổ và cần thiết. Nếu con không ăn, mẹ rất muộn phiền vì chúng ta chỉ có một món trên mâm thôi...”

Tôi nhớ rằng, tôi nhận ra những giọt nước mắt trên khóe mắt của mẹ, dù mẹ tôi là người đàn bà nổi tiếng cương nghị. Từ lần đó, tôi luôn tin tưởng vào những thức ăn mẹ đặt lên bàn và không bao giờ đòi hỏi vô lối. Đó là cách tôi thực hành tình yêu thương dành cho mẹ mình. Sau này, nhớ lại món canh cá quả nấu dọc mùng, tôi đã nuôi và dạy con gái của tôi, thực hành cách thể hiện tình yêu thương thông qua kỷ luật ăn uống như thế.

Bằng cách phơi bày và nghĩ ra nhiều món ăn trong cuộc sống hàng ngày, trong nhiều gia đình, ăn uống đang bị mất đi ý nghĩa cao quý của nó, mà nặng về hưởng thụ, thích thì ăn không thích thì vứt bỏ... Người lớn đang ứng xử như vậy, sao tránh khỏi sự thờ ơ, coi nhẹ thức ăn trong hiểu biết non nớt của đứa trẻ, dẫn đến thái độ “kén cá chọn canh”, khó ăn khó uống, gây nhiều phiền nhiễu và không khí nặng nề trong cuộc sống chỉ vì “món ăn này, món ăn kia không vừa ý”. Có lẽ, sửa chữa điều này, bắt đầu từ nhận thức của các bậc cha mẹ và người lớn.

Gần đây, một lần tôi chứng kiến Minh Khuê góp ý với một cô bạn của tôi:

“Cô nên giúp em bé không bỏ thừa thức ăn trong bát như thế, việc ấy tuy nhỏ, nhưng sẽ góp phần tạo nên tính cách “không chịu trách nhiệm đến cùng” của em ấy. Cháu rất nhớ lời mẹ dặn cháu từ khi còn rất nhỏ: Đừng bỏ thừa thức ăn trong bát của con, vì như thế là thiếu trách nhiệm và thiếu yêu thương. Con phải biết quý giá những thức ăn mà trời đất ban cho, bằng như con đổ đi, ngày mai Thượng đế sẽ lấy lại phần con đã đổ bỏ! Từ đó, cháu luôn cố gắng ăn hết suất của mình, nếu không vì những lý do đặc biệt!”

Khi nghe con gái nói vậy, tôi xúc động lắm, quả là không có cách dẫn dụ con cái nào hiệu quả cho bằng cha mẹ hãy thực hành trong cuộc sống của mình, giản dị, thường hằng, bền bỉ. Thế rồi, chuyện ăn uống không chỉ là chuyện ăn uống mà thôi, nó trở thành những hiểu biết lớn hơn, trở thành kỷ luật nội tâm của trẻ, giúp đứa trẻ sống an hòa và hạnh phúc trong sự hiểu thấu đáo, không mơ hồ về ăn uống.

Mở rộng ẩm thực là mở rộng tâm hồn con bay xa

*Mở rộng ẩm thực là mở rộng năng lực kết nối
và năng lực vui vẻ hân hoan*

Vui vẻ dù bị chê mát là “không sành ăn uống”!

Đợt về nước vừa rồi, Minh Khuê và tôi có một chuyến đi chơi ngắn ngày cùng một nhóm bạn của tôi và con cái họ. Sau những ngày chung vui bên nhau, sinh hoạt cùng nhau, ăn uống cùng nhau, mấy cô bé và cậu bé tầm tuổi con gái tôi, đều là thành viên của các gia đình dành nhiều công sức để chăm sóc con cái, đã rất đồng tình với nhau trong nhận xét về Minh Khuê như sau: “Bạn Khuê ăn uống rất dễ tính và luôn tìm mọi lý do để cảm thấy niềm vui trong thức ăn địa phương!”.

Chẳng hạn như khi thưởng thức món tào phớ nóng ở Đà Lạt, mọi người trong đoàn đều nhận xét nó không ngon và tinh tế như món tào phớ ở Hà Nội, riêng Minh Khuê lại bình luận rằng: “A, hương vị tào phớ ở đây rất đặc biệt, mình thấy ngon, và mọi người có tin rằng, nếu một người Đà Lạt ra Hà Nội và ăn tào phớ ở Hà Nội, có thể người đó thấy nó không thể đậm đà và chất lượng như ở Đà Lạt. Hi hi”.

Bữa ăn trở nên vui vẻ, nhờ thái độ của bạn về món ăn mà người khác mang đến cho bạn. Điều đó nói lên nhiều hơn là bản thân việc ăn uống.

Tháng 8 năm 2008, Minh Khuê gọi điện cho tôi từ Scotland. Và đây là nội dung cuộc điện thoại quốc tế đó:

“Mẹ ơi, chúng con đang ở trong một lâu đài cổ ở một khu rừng Scotland và “thảm họa” đã xảy ra: Các bạn trong đoàn không ai chịu ăn món ăn truyền thống của người Scotland mà người đầu bếp của lâu đài mang ra, đó là món khoai tây nghiền trộn với cá hồi và sữa! Mặc dù, chị phụ trách đoàn, người Anh, đã giải thích rằng đây là món ăn truyền thống đặc trưng của lâu đài và họ muốn chúng ta thưởng thức. Dù chị ấy đã gân cổ lên giải thích, nhưng tất cả các anh chị và các bạn trong đoàn đến từ Việt Nam đều bịt mũi kêu tanh và nhất định không ăn.

Con nhớ lại lời mẹ dặn trước ngày con đi trại hè Anh Quốc, “Ở xa mẹ hàng chục ngàn dặm, mẹ không thể chăm sóc con từng bữa, nhưng hãy nhớ một điều quan trọng: Những thức ăn mà những người bạn Anh đều ăn một cách thoải mái, thì con cũng có thể ăn được. Thức ăn của người Anh giúp họ có vóc dáng cao ráo, trí tuệ thông minh, thì không có gì để chúng ta bỏ qua, hay tệ hơn là kỳ thị nó, vì như vậy là chúng ta khiếm nhã và bất lịch sự!”

Nhớ lời mẹ, con đã nếm thử món ăn đó và thực sự nó không dễ ăn, nhưng con vẫn ăn vì con cần sức khỏe tốt cho buổi chiều với bao nhiêu hoạt động thú vị. Cuối cùng thì con cũng nhận thấy, đó là một món ăn không quá tệ như mọi người tưởng tượng, mẹ ạ.

Mẹ ơi, mẹ đã nhiều lần nhắc con rằng: Nhiều khi, ăn uống là việc cần thiết, nhiều khi ăn uống là kỷ luật chứ không ăn vì thích hay không thích. Lần này, con thấy lời mẹ dặn thật đúng lắm, mẹ ạ!

Quả thật, buổi chiều hôm đó, con là đứa hào hứng tham gia được nhiều trò chơi, nhiều hoạt động thú vị nhất, con còn được chị phụ trách người Anh yêu mến gọi là “Cô nhóc Scotland chính hiệu! Cảm ơn em vì em đã không làm khó chị!”

Tôi cảm nhận một cách sâu sắc rằng, trong nhiều khía cạnh cuộc sống, đặc biệt là trong ăn uống và ẩm thực, bạn cần giúp con trẻ hiểu rõ 4 ý nghĩa của việc ăn. Chỉ trong lĩnh vực ăn uống và cách bạn hướng dẫn, huấn luyện con cái ăn uống có kỷ luật, có khoa học, tinh tế và nhẹ nhàng, không cầu kỳ vô lối, không nhiều kê sách nhiều vụn vặt... ấy là bạn đã giúp con học tập, rèn luyện được

vô vàn những giá trị nhân văn và thẩm mỹ, giá trị về nhân cách và bản lĩnh để làm người trưởng thành lành mạnh trong tương lai.

🍷 TÌNH HUỐNG

Tôi từng nghe những lời phân trần như thế này: Anh (mình/em/cháu) ăn uống đơn giản lắm mà, chỉ cần bát canh riêu cua, quả cà muối hay cá đồng kho khế là xong bữa, có cần cao lương mỹ vị gì đâu?

Nghe qua, thì thấy giản dị “huong đồng gió nội” - hết như trong sách phong vị của các nhà văn xưa! Tuy nhiên, đó chính là sự cầu kỳ oái oăm, nếu quanh bạn lúc đó chỉ có món cá biển, canh khoai tây mà thôi và thật vô vọng, hoặc mất rất nhiều thời gian, công sức để tìm những sản vật để chế biến món cá kho khế, canh riêu cua kiểu nông thôn Bắc Bộ. Thế mới hay, hiểu cho đúng chữ giản dị là một bước lớn trong nhận thức mở rộng ẩm thực - cao hơn là nhận thức mở rộng tấm lòng cởi mở, đón nhận, trân quý và từ ái với xung quanh.

Hoặc như, tôi thường xuyên được nghe những chia sẻ hết sức tế nhị thế này: “Nấu ăn cho gia đình, rồi mọi người hào hứng ăn món mới, còn mình thì ăn những món cũ dư thừa từ bữa trước, vì chẳng ai muốn ăn món cũ, bỏ đi thì tiếc và sợ mắc tội với trời đất... thành ra, suốt đời mình chỉ ăn món cũ!”

Tôi cảm thấy chạnh lòng và thương cảm sâu sắc với những tâm sự na ná như thế của những người mẹ, người vợ... nhưng tôi cũng nhận thấy một lỗ hổng trong triết lý giáo dục gia đình, ngay trong cách họ không hướng dẫn con trẻ, làm gương cho con trẻ, ngay từ bé biết chia sẻ, đồng lòng, tế nhị, cùng ăn món cũ, để mẹ cũng được thưởng thức món mới - đó chính là thực hành tình yêu một cách cụ thể và giản dị, ngay trong bữa ăn với người thân, người mẹ - người phục vụ tự nguyện, tràn đầy thương yêu của họ.

Nhân cách và bản lĩnh không đâu xa - nó cần được bồi đắp và nuôi lớn từ những hành xử nho nhỏ trong môi trường gia đình, điều này không một lớp giáo dục sớm nào có thể dẫn dắt đưa trẻ hiệu quả và bền vững, bằng chính lối sống hàng ngày của bạn!

Đây là triết lý của tôi về thực dưỡng:

Ăn uống không chỉ đơn thuần để nuôi sống cơ thể, thông qua cách hướng dẫn con trẻ ăn uống, nghĩa là bạn đã bồi bổ “món thực dưỡng” cho tâm hồn con trẻ. Những giá trị lớn lao của tâm hồn như đức vị tha, không ích kỷ, biết chia sẻ, cần được ân cần dạy trẻ một cách chu đáo, thông qua việc ăn uống thường hằng!

Nâng cao hiểu biết để đưa trẻ dần hiểu thức ăn như một nghệ thuật, và rồi, bạn lại cần giúp con trẻ nhận thấy việc đơn giản hóa thức ăn, đơn giản hóa bữa ăn, ấy là chúng ta đang về đúng quy luật của *Mẹ Thiên Nhiên*. Áp dụng những bữa ăn đơn món, đơn giản là chúng ta biết yêu chiếc dạ dày. Ăn những gì mà *Mẹ Thiên Nhiên* cung cấp ở quanh đó, nơi bạn đang ở, không vọng về nơi xa ngái... là để tâm hồn và trí tuệ không bị lệ thuộc quá nhiều vào việc ăn, không lệ thuộc vào căn bếp của mẹ. Có như vậy, tâm hồn và trí tuệ đưa trẻ dễ bay bổng với những khám phá, hiểu biết, vui vẻ khác trong đời sống.

Cuối cùng, *Hạnh Phúc* dễ đạt tới, khi con trẻ mở rộng khả năng ẩm thực của mình và đơn giản trong cách ăn uống hàng ngày. Niềm vui kết nối, gắn bó với bè bạn năm châu bốn biển, trở nên dễ dàng, khi năng lực ẩm thực của đứa trẻ được mở rộng đến tự do vô cùng!

Trong những lần về và lưu lại Việt Nam, Minh Khuê và tôi cũng có những dịp đi ăn phở ở những quán phở cổ truyền nổi tiếng Hà Nội, bún thang và bún mắm tôm v.v... Cô ấy thích thú khi thưởng thức những món ăn đó. Tuy nhiên, khi ở xa Tổ quốc, cô ấy lại hoàn toàn không mang một nỗi nhớ quay quắt về những món ăn Việt Nam.

Trong hành trang của cô ấy khi ra nước ngoài, chưa lần nào tôi phải chuẩn bị những thức ăn dự trữ yêu thích ở Việt Nam cho cô ấy, bởi vì, điều đó là không cần thiết với Minh Khuê, cô ấy còn mãi khám phá ẩm thực tại nơi cô ấy ở, nào là ẩm thực Mỹ, Mexico, Ý, với những người bạn Mỹ, Mexico, Ý v.v... cùng với những sản vật tại nơi đó. Đó là vui vẻ từng ngày của cô ấy với bạn bè năm châu!

Một ngày, Thượng Đế cho chúng ta lượng thời gian như nhau, công bằng và không thiên vị: 24 giờ.

Tuy nhiên, đối xử và sử dụng quỹ thời gian ấy hiệu quả thế nào là tùy thuộc vào mỗi cá nhân. Người mẹ Việt Nam hiện giờ, có nhiều người đang bị trở nên quá tải và căng thẳng vì phải đối phó với yêu sách “ngày ba bữa” khá nhiều khê.

Bữa ăn thực dưỡng, cần được diễn ra nhẹ nhàng trong khoảng thời gian 20 phút, nơi thoáng mát, yên tĩnh, riêng tư, không ồn ào, xô bồ. Và, để chuẩn bị cho bữa ăn đó, người mẹ phải mất thêm ít nhất từ 20 - 40 phút/ mỗi bữa; như vậy, mỗi ngày, người mẹ đã phải dành khoảng 2 - 3 tiếng đồng hồ cho các bữa ăn gia đình.

Nếu biết tiết kiệm thời gian vào việc chợ búa với những bữa ăn phức tạp, nhiều khê, người mẹ có thể ở bên con mình nhiều hơn, thư thái hơn, chia sẻ nhiều hiểu biết với con hơn, như: giúp con tìm kiếm tài liệu cho môn sinh vật, hay cùng con nghe một bài thuyết trình bằng tiếng Anh của bà luật sư - phu nhân Tổng thống Barack Obama, v.v..., hay đơn giản là cùng xem và bình phẩm về xu hướng thời trang mùa này... Đó chính là cơ hội để bạn bồi đắp những giá trị sống cho đứa trẻ và đó là bí quyết để hành trình bên con luôn vui vẻ và nhẹ nhõm, bớt đi những gánh nặng nhiều khê, vô bổ.

Muốn vậy, bạn và gia đình cần có sự đồng lòng để phong cách ăn uống của gia đình trở nên mạch lạc, thực dưỡng, không nhiều khê. Tất nhiên, người mẹ nên gợi ý và duy trì những ngày cuối tuần với “lễ hội thức ăn” thú vị cho cả gia đình, mà ở đó vai trò người đầu bếp tài khéo, tâm lý của cô ấy, khiến con cái thêm tin cậy và bị thuyết phục bởi những điều cô ấy nói với con mình.

Thực dưỡng - lắng nghe cơ thể - giúp bạn thực hành cùng đưa trẻ trong niềm tin sâu sắc!

Bạn sẽ thất vọng, nếu mong chờ tôi đưa ra những món ăn cụ thể nào đó trong quan điểm ăn uống của tôi.

Trên thực tế, quá nhiều phương pháp, quá nhiều cuốn sách hướng dẫn bạn về ăn uống sao cho khoa học, bạn không khó khăn để có được những tài liệu về thực dưỡng đó. Nhưng, vì sao bạn vẫn bối rối, vì bạn chưa trang bị cho mình những kiến thức nền tảng, để vững tin rằng, mỗi chúng ta là một cơ địa khác nhau, năng lực hấp thụ dinh dưỡng cũng không hoàn toàn giống nhau, do đó, việc hiểu và lắng nghe cơ thể là một điều quan trọng!

Thực dưỡng là nguồn nước sạch và thực phẩm hữu cơ, thực phẩm ít chế biến và giàu chất xơ

Nền đại công nghiệp phát triển ở mức độ cao đã mang tới sự phồn vinh cho xã hội, tuy nhiên, điều đó lại buộc chúng ta đành chia tay với nguồn nước trong sạch và phải chung sống với một bầu không khí bị ô nhiễm nặng nề.

Do đó, một việc làm, theo tôi, có thể rất ráo giúp cải thiện chất lượng bữa ăn thực dưỡng, đó là nguồn nước sạch. Tôi lắp đặt hệ thống lọc nước chất lượng cao để đảm bảo nguồn nước được lọc hết các loại chất bẩn, trong đó, có các loại chất bẩn kim loại nặng bị nhiễm vào nguồn nước ngầm, sông hồ, hệ lụy từ sự phát triển nóng nền công nghiệp và sử dụng tràn lan hóa chất trong sản xuất.

Chất bột: Tôi lựa chọn hàng ngày là gạo lứt, ngô, khoai... những thức ăn cung cấp chất bột thô sẽ lưu giữ nhiều enzyme và chất sinh hóa quý giá trong phần vỏ lụa, cám và phôi hạt.

Rau củ quả: Tôi cố gắng lựa chọn những sản phẩm được sản xuất hữu cơ, chẳng hạn như rau trồng hữu cơ tuy cứng hơn, dai hơn vì nó được trồng dưới ánh nắng mặt trời do đó nó lưu giữ nhiều chất sinh hóa có lợi cho cơ thể hơn.

Chất đạm có nguồn gốc động vật, nếu phải lựa chọn tôi cố gắng chọn cá biển, cá nhỏ, tép v.v... Những loài có vòng đời ngắn như cá nhỏ, cá trích, tôm, tép... thì nguy cơ bị tồn lưu kim loại nặng trong tế bào sẽ thấp hơn, mặt khác, điều này giúp giảm bớt việc sát sinh những động vật cao cấp, có hệ thần kinh trung ương gần với cấu trúc não loài người.

Chúng ta đang sống ở thế kỷ XXI, thế kỷ mà các nhà khoa học đã định nghĩa là thế kỷ của “công nghệ sinh học và thực phẩm chức năng”. Trong khi, môi trường ô nhiễm và một thực trạng khó kiểm soát về sản phẩm sản xuất hữu cơ, thì một cách thận trọng, đôi khi tôi lựa chọn thêm thực phẩm chức năng để bù đắp thiếu hụt các chất vi lượng cần thiết trong cấu trúc bữa ăn hàng ngày. Sản phẩm từ những nền sản xuất nghiêm ngặt, có giám sát quy trình chặt chẽ, dù sao, đã mang tới cho tôi sự an tâm hơn trong lựa chọn hàng ngày, giúp tôi chăm sóc chu toàn sức khỏe lành mạnh cho cô con gái yêu quý của mình.

Thực dưỡng là biết nâng niu cơ thể vào thời điểm thoái trào của nhịp sinh học

Nền giáo dục học đường hiện nay đã giúp cho nhiều thế hệ có được tương lai được trang bị trình độ, kiến thức cao, tuy nhiên lại lấy đi của tuổi thơ những khoảng thời gian cần thiết của nhịp sinh học, đó là giấc ngủ sâu của trẻ vào lúc 6 - 7 giờ sáng chưa trọn, hoặc bữa ăn sáng phải diễn ra quá sớm khi mà cơ thể chưa sẵn sàng.

Theo quan điểm của y lý phương đông, từ 10 giờ đêm đến 4 giờ sáng là thời điểm cơ thể nghỉ ngơi và các cơ quan chức năng sống, hệ miễn dịch cơ thể tiến hành bù đắp, chữa lành, sửa sang những khiếm khuyết của cơ thể sau một ngày hoạt động và làm việc.

Từ 4 giờ sáng đến 10 giờ sáng: là thời gian suy thoái của nhịp sinh học của cơ thể, nó trùng với thời điểm mà âm - dương tranh lẫn, còn gọi là quãng thời gian ô nhiễm bụi vũ trụ. Do đó, khoảng thời gian từ 4 - 10 giờ sáng là thời gian cơ thể cần được nâng niu và chăm sóc nhiều nhất. Oái ăm thay, với lịch học và lịch làm việc ở Việt Nam, thì những đứa trẻ sẽ phải dậy cưỡng bức từ 6 giờ sáng.

Để chung sống với nhịp chuyển động của xã hội thì nhịp sinh học của cơ thể đương nhiên gặp những rắc rối nhất định, do đó, trong vai trò người mẹ và “bác sĩ dinh dưỡng gia đình” bạn cần biết cách để giảm áp lực lên thân - tâm - linh của đứa trẻ và của chính bạn.

Việc này sẽ gợi ý để chúng ta không ép trẻ tham gia các hoạt động mạnh, tập thể thao vào buổi sáng, nếu trẻ không có hứng thú. Tại trường đại học Harvard, giờ học buổi sáng bắt đầu từ 10 giờ.

Đây cũng là một gợi ý để bạn thấu hiểu, vì sao những người già và những người có vấn đề về sức khỏe (căng thẳng, trầm cảm, hô hấp, v.v...) lại trở nên suy kiệt vào thời khắc sáng sớm, khi sự giao tranh giữa ánh dương và đêm tàn chưa rõ ràng, mức độ ô nhiễm vũ trụ nặng nhất, phương Đông gọi đó là thời điểm nhiều tà khí. Cổ nhân có câu: “Nhất chập choạng, nhì rạng đông” - đó là hai thời điểm cơ thể cần được nâng niu do nhịp sinh học rơi vào khoảng suy thoái trong ngày.

Thời gian từ 6 - 9 giờ sáng: Về mặt bản năng, cơ thể không muốn hấp thu một lượng thức ăn nào vì đó là thời gian đào thải và làm sạch thân thể.

Tuy nhiên, 6h sáng là thời điểm đứa trẻ của bạn buộc phải thức giấc. Sự khởi động vì thế cần được diễn ra một cách từ từ, nhẹ nhàng, ân cần và trìu mến của người mẹ với sự hỗ trợ của âm nhạc,

vì bạn hiểu rằng, việc phải trở dậy vào lúc 6h sáng là một gánh nặng đối với tuổi thơ.

Như tôi đã trình bày, bữa ăn sáng phải được điều chỉnh nhẹ nhõm với những thức ăn đã được lên men, đã được ion hóa và dễ hấp thụ như pho mai, đường mật (hạn chế đường tinh chế) và tinh bột để giúp cho cơ thể không chịu tải quá sức khi nó chưa sẵn sàng làm việc ở cường độ cao.

Người mẹ nào cũng rất yêu con, nếu chúng ta có thêm những hiểu biết về nhịp sinh học và thời điểm thoái trào của cơ thể, thì chúng ta sẽ học được cách giúp con trẻ nâng niu cơ thể trong giai đoạn thoái trào của nhịp sinh học trong ngày, khiến mọi thời khắc trong ngày đều là thời khắc vui vẻ, lành mạnh và tràn đầy năng lượng của con trẻ - người mà bạn dành cả đời để yêu thương.

Từ 12h trưa, cơ thể có nhu cầu hấp thụ dinh dưỡng cao nhất. Do đó, tôi “đầu tư” tâm sức vào bữa trưa, coi đó là bữa ăn chính, trọng điểm trong ngày, cung cấp những thức ăn giàu năng lượng và nghiêng về chất đạm mà tôi dành cho con gái, như: cá hồi tươi, trứng cá hồi, cá ngừ, cá trích, tôm, nhộng tằm, v.v...

Chất bột thô như cơm lứt, hoặc ngô bắp tươi

Rau củ hoặc trái cây tùy chọn, như chuối, táo, na theo mùa

Theo đồng hồ sinh học, từ 17 - 19h vẫn là khoảng thời gian trẻ sung sức, thích hoạt động. Tuy nhiên, theo quan sát của tôi, nhiều cháu đến thời điểm này cảm thấy mệt, hụt hơi vì cơ thể thiếu dưỡng chất tạm thời sau khoảng thời gian học tập hoặc rèn luyện cường độ cao suốt buổi chiều. Vì sao vậy? Nguyên nhân có một phần do quan niệm của người lớn “bữa trưa ăn tạm, tối về mẹ nấu bữa chính”, vì vậy, dinh dưỡng cung cấp cho trẻ vào bữa trưa không dồi dào, dẫn đến con mệt vào thời điểm 17 - 18h, thời điểm lẽ ra trẻ làm việc, học tập, vui chơi, hoạt động thể chất rất hiệu quả.

Thời điểm 17 - 18h là thời gian tôi bổ sung thêm bữa phụ giàu dinh dưỡng, đậm cho con trẻ, như sữa chua, hoặc chè mè đen,

miếng pho-mai v.v... và viên vitamin thiên nhiên, tiếp thêm “nhiên liệu” tốt cho khoảng thời gian hứng khởi từ 17 - 22h của con gái.

Bữa tối, nên diễn ra nhẹ nhàng, thức ăn nghiêng về tươi sống, nhiều rau và nước trái cây như súp táo biển, rong biển v.v...

Có một câu chuyện cảm động thế này:

Mùa hè năm 2013, Minh Khuê với sự dẫn dắt tận tụy của Thầy giáo - nghệ sĩ piano Nguyễn Huy Phương trong nhiều tháng, đã có được một đêm trình diễn xúc động “Giai điệu mùa hè” với bản concerto Beethoven No.3 dành cho dàn nhạc, mà Minh Khuê là pianist, với độ dài 45 phút.

Trong đêm tổng duyệt, bởi yêu cầu khắt khe của vị nhạc trưởng người Anh, Minh Khuê đã ghép nhạc đến lần thứ 3 với dàn nhạc gồm hơn 50 nghệ sĩ. Dường như, đến lần cuối thì các nghệ sĩ violon đã thấm mệt, nhưng Minh Khuê vẫn hồ hởi nói với các cô chú: “Các cô chú cứ yên tâm ạ, nếu cần, cháu có thể ghép thêm hai lần nữa!”

Câu trả lời của cô bé 16 tuổi, khiến các nghệ sĩ cười ồ. Ai cũng trù mến bởi thái độ nỗ lực làm việc của cô ấy, nhưng đồng thời, cũng nhiều người thốt lên: “Ôi, cháu gái, mẹ cháu nuôi cháu bằng gì mà cháu dẻo dai sức đến vậy?”

Tôi sẽ còn nhớ mãi, giọt nước mắt chân thành của Thầy Huy Phương trước thành công của cô trò nhỏ, khi thầy nắm tay tôi rất chặt: “Em hiểu rằng, đằng sau thành công của cháu là sự nỗ lực của chị, bền bỉ và cụ thể đến thế nào!”

Bạn thấy đấy, muốn đưa trẻ có thành tựu trong rèn luyện và học tập thì điều mấu chốt là bồi đắp để đưa trẻ có sức khỏe lành mạnh, mà một phần quan trọng là thông qua kỷ luật ăn uống thường hằng.

Biết lắng nghe dòng máu đang chảy để ăn uống thuận theo cơ thể

Rất nhiều bạn hỏi tôi về quan điểm thực dưỡng ra sao? Và mong muốn tôi viết tỉ mỉ về những món ăn thực dưỡng! Tuy nhiên, bạn hãy

bình tâm, nếu đi vào cụ thể từng món ăn, điều này sẽ rất thừa mà vẫn rất thiếu.

Thực dưỡng - bên cạnh hài hòa ăn uống với nhịp sinh học, còn là việc chúng ta hiểu biết về nhóm máu của bản thân để sao cho thực dưỡng không phải là hành động theo phong trào, bởi vì huyết dịch của bạn sẽ quyết định bạn ăn cái gì để tốt nhất cho cơ thể.

Chúng ta nên có những nhận thức căn bản liên quan đến việc ăn uống và nhóm máu để thấy rằng tôi và bạn nếu có sự khác nhau về ăn uống, điều đó là hoàn toàn bình thường và không mâu thuẫn.

Theo một số nghiên cứu khoa học mà tôi được tiếp cận, các nhà khoa học cho rằng, nhóm máu có tác động lên nhịp sinh học của mỗi cá nhân. Những người có nhóm máu khác nhau, có thể có nhịp sinh học không trùng nhau. Từ đó, các nhà khoa học cũng có gợi ý rằng, nhóm máu của bạn cũng có ảnh hưởng lên khả năng hấp thu thức ăn, xu hướng mắc bệnh và năng lực hấp thu thuốc trị bệnh của từng người là không hoàn toàn giống nhau.

Theo lý thuyết này, chẳng hạn như: Người thuộc nhóm máu A thường thiên về thức ăn thực vật và họ có sự hạn chế trong việc hấp thụ các sản phẩm từ sữa, thịt cá (họ sẽ thấy mệt nếu ăn nhiều thức ăn có nguồn gốc động vật, liên tục). Đồng thời, những người thuộc nhóm máu A cũng có thể không hoàn toàn thích hợp với các vận động mạnh và mang tính đối kháng, mà họ thường tự nhiên lựa chọn sự tĩnh tọa suy tưởng, tĩnh tâm an hòa. Do đó, người nhóm máu A thường có thiên hướng ăn chay mà không cần phải có sự nỗ lực nhiều.

Những người nhóm máu O là những người thuộc nhóm cần ăn thức ăn nguồn gốc động vật đều đặn và không nên ăn chay thường xuyên vì cơ thể sẽ gặp khó khăn để có thể hấp thụ dinh dưỡng hoàn chỉnh với những thức ăn có nguồn gốc thực vật. Những người nhóm máu này rất thích hoạt động sôi nổi, phù hợp với kiểu vận động mang tính đối kháng mạnh mẽ.

Những người thuộc nhóm máu B và AB là hai nhóm máu có thể cân bằng và ăn uống cả thức ăn nguồn gốc thực vật và động vật.

Tuy nhiên, ở hai nhóm máu này vẫn nên sử dụng thức ăn có nguồn gốc thực vật nhiều hơn từ 55 - 75 % thực phẩm, về mặt vận động học nên áp dụng những vận động vừa phải không quá đối kháng.

Ngày nay, khoa học toàn vẹn đưa con người đến một hiểu biết từ ái hơn, đó là tự nhận ra bản thân trong quy luật chung, đồng thời, cũng có khả năng nhận thấy sự riêng biệt của bản thân, bởi những lý giải khoa học tường minh và thuyết phục. Lý thuyết về nhóm máu và sự tác động lên khả năng hấp thụ thức ăn có cơ sở khiến tôi quan tâm, học tập, áp dụng hữu ích và gợi ý cho bạn để bạn có thêm nguồn tham khảo.

Hiểu được lý thuyết nhóm máu để điều chỉnh nhóm thức ăn, ấy là bạn đang nắm vững quan điểm thực dưỡng, để thức ăn thực sự bồi đắp sức khỏe cho đứa trẻ của bạn

Thực dưỡng - là đức tin không hiểu sát, nếu buộc phải sát sinh hãy làm điều đó một cách tế nhị vì tâm hồn trẻ cần lành mạnh và vui vẻ từ ái

Nhớ lại kỷ niệm năm 2001:

Tôi đã mất một thời gian khá dài để “phá” vụ án: “Con không về quê chơi đâu!” mà thủ phạm câu tuyên bố xanh rờn ấy là cô con gái bé bỏng Minh Khuê, cùng với lời buộc tội của mọi người: “Mẹ Âu xem lại cách dạy con thế nào nhé, Minh Khuê thiếu kết nối với đời sống dân dã!”. Cuối cùng thì tôi nhận được lời tự bào chữa rất shock của cô con gái nhỏ:

- Con không thích về quê chơi, vì con vừa âu yếm vui đùa với em vịt nâu, thì hồi sau nó đã thành thức ăn trên bàn của mọi người rồi!

Con gái tôi, lúc đó mới 5 tuổi đã nói một cách hùng hồn, biểu cảm mãnh liệt, phần nộ thành thực với đôi mắt long lanh nước, khiến mọi người xung quanh chột sững lại, suy ngẫm!

Nếu chúng ta phơi bày việc sát sinh hàng ngày bằng sự vô cảm với những sinh linh khác, một cách âm thầm, chúng ta đang tích tụ

trong tâm hồn trẻ thơ sự vô cảm và thái độ nhẫ tâm, coi thường mạng sống khác. Đó là độc tố của tâm hồn.

Bạn thử nghĩ xem, nếu đứa trẻ coi con cún, con mèo, con vịt là bạn bè thân thiết của nó - nó sẽ học được bài học gì đẹp đẽ về tình bạn, về lòng nhân ái nếu chúng ta giết những người bạn ấy của nó? Điều này thật cần suy ngẫm, khi “nghệ thuật ẩm thực” trình diễn những trò ăn tươi giết sống những con vật, hiện vẫn là thói quen, thậm chí được quảng bá nhằm gây ấn tượng và khoái cảm ăn uống!

Thực dưỡng - là bữa ăn đơn món nhưng luôn nỗ lực thay đổi thực đơn đa dạng

Quan điểm thực dưỡng của tôi, đó là ăn uống gần với tự nhiên. Mô phỏng những thức ăn cơ bản của loài khỉ - tổ tiên loài người - đó là trái cây và hạt trái cây, hoa lá.

Tôi không tuân thủ và rập khuôn bất cứ một phương pháp và nhóm thức ăn nào cứng nhắc, “thực dưỡng” - đơn giản là làm sao cho bữa ăn nhẹ nhàng khoa học, không gây áp lực về thời gian chuẩn bị, cách nấu nướng quá nhiều kê cầu kỳ.

Việc nhiều kê và cầu kỳ trong chế biến có thể mang tới cho bạn sự khoái khẩu bởi hương vị của nó, nhưng tiếc thay trên cái nhìn khoa học, thì một quá trình chế biến quá nhiều kê, đã làm mất đi rất nhiều giá trị dinh dưỡng của thức ăn!

Điều này đặc biệt đúng với các món được chế biến bằng cách nướng, rán và ninh nhừ trong thời gian lâu.

Do đó ăn uống thực dưỡng là lựa chọn những món ăn được chế biến đơn giản nhất, chẳng hạn như món tươi sống, hấp, luộc, áp chảo.

Bữa ăn thực dưỡng là những bữa ăn đơn món, giúp cho dạ dày không bị áp lực quá tải trong việc buộc phải tiết ra cùng lúc các enzyme, các loại men tiêu hóa khác nhau để cùng lúc tiêu hóa một lượng thức ăn hỗn hợp, nhiều món khác nhau.

Những bữa ăn của nhiều gia đình Việt mà trên mâm phải cấu trúc ít nhất 4 đĩa và 2 bát: chẳng hạn 1 đĩa rau luộc, 1 đĩa thịt kho, một đĩa cá và 1 đĩa rau xào, một bát canh và một bát nước mắm. Và bữa nào cũng diễn ra như vậy.

Những bữa ăn như thế, người mẹ đã mất rất nhiều thời gian và công sức chuẩn bị, do đó nó tiêu tốn quá nhiều thời gian vào các bữa ăn, khiến cho áp lực về thời gian trở nên căng thẳng và khó lòng dung hòa để làm được nhiều việc khác hữu ích và thú vị hơn.

Điều quan trọng hơn, cơ cấu bữa ăn phức hợp như vậy khiến cho cơ thể phải chịu tải thường xuyên và có lẽ đó cũng là một nguyên nhân gây nên những uế oải, lười biếng sau mỗi bữa ăn. Thời gian uế oải này kéo dài không dưới 1 đến 2 tiếng đồng hồ. Đây là một lãng phí về mặt thời gian để làm việc và tận hưởng cuộc sống.

Thực đơn bữa sáng “cưng chiều não bộ!”

Bí quyết để bắt đầu ngày mới sáng khoái hứng khởi và học tập tốt

Giải mã bí ẩn của cơn buồn ngủ học đường lúc 9 - 10h sáng!

Gần 20 năm quan sát, đồng thời tìm lại ký ức của bản thân và nhiều cuộc phỏng vấn các đối tượng thuộc nhiều lứa tuổi học đường khác nhau (từ 6 - 18 tuổi), tôi nhận ra một “rắc rối” mang tính quy luật, đó là những cơn buồn ngủ rũ thường ập đến với nhiều học trò vào khoảng từ 9 - 10h sáng, dù đang trong tiết học. Điều này xảy ra thường xuyên hơn ở những trẻ trai và tần suất buồn ngủ nhiều hơn khi trẻ bước vào tuổi dậy thì, giai đoạn cơ thể trẻ lớn nhanh, khiến ảnh hưởng không nhỏ đến hiệu suất học tập và làm giảm sút cảm giác tự tôn bản thân của các bạn nhỏ ấy.

Đi tìm nguyên nhân

Nhiều lần, trong những buổi họp phụ huynh cuối học kỳ, tôi nhận được những chia sẻ rất “tâm trạng” của các bậc cha mẹ, sau khi nghe thầy cô nhắc nhở về tật hay ngủ gật, mất khả năng tập trung của con cái họ, dẫn đến kết quả học tập bị ảnh hưởng, thậm chí bị giảm sút đáng kể, như sau: “Chả biết làm thế nào nữa, mình cũng hối thúc nó ngủ đủ giấc, sáng dậy cho ăn uống đầy đủ, có hôm nó ăn hết một tô xôi đây và nửa con gà đây... sao mà cứ ngủ gật trong lớp thế cơ chứ?”

Những lời chia sẻ na ná như vậy cũng phổ biến như những bữa ăn sáng “đồ sộ” với thực đơn: bánh mì kẹp trứng, kẹp thịt + sữa;

tô phở bò hay phở gà; hộp xôi + thịt; bún bò, bún riêu; trứng vịt lộn + tô cháo sườn, v.v... - đây là cách khá phổ biến mà các bậc cha mẹ dành cho con cái theo tập quán bữa sáng của người Việt. Dù rằng, những thực đơn ấy được coi là đủ dinh dưỡng đạm (axit amin), chất béo (lipid), rau, ngũ cốc như cách tuyên truyền đại chúng, thực sự đã không cho thấy một buổi sáng hào hứng, năng động và sáng khoái cho đứa trẻ như chúng ta trông đợi.

Cổ nhân đã có câu: “Căng da bụng chùng da mắt!” - nghĩa là khi ăn no thì cơ thể buồn ngủ. Điều này đặc biệt đúng với tập quán ăn sáng của người Việt.

Hiểu một cách đại cương, bữa sáng là bữa ăn quan trọng, nhằm cung cấp bù đắp, và “tái đầu tư” nhiên liệu, năng lượng cho cơ thể khởi động một ngày hoạt động năng động, sau một đêm 8 - 10 giờ đồng hồ cơ thể không nạp năng lượng. Vì hiểu “bữa sáng đặc biệt quan trọng” nên các bậc cha mẹ dành cho đứa trẻ một thực đơn bữa sáng “đồ sộ” giàu calorie và dinh dưỡng là đúng hướng, nhưng, việc lựa chọn thực đơn nặng về chất thô như vậy, rõ ràng là chúng ta chưa giải mã được bí ẩn của cơ thể.

Về cơ bản, sau 8 - 10 giờ đồng hồ không nạp thêm nhiên liệu, vào thời điểm 6 - 7h sáng, khi mới tỉnh dậy, sau giấc ngủ đêm, cơ thể trong tình trạng thiếu hụt dinh dưỡng tạm thời, do đó, các cơ quan đảm bảo duy trì chức năng sống như: tim, gan, phổi, các cơ quan chuyển hóa, cơ quan bài tiết được ưu tiên cung cấp dưỡng chất.

Ngược lại, các cơ quan tư duy, cơ quan vận động như não bộ, cơ bắp, bằng bản năng sinh tồn, cơ thể sẽ không ưu tiên cung ứng “nhiên liệu” (thông qua việc cung ứng máu dưỡng chất) khi cơ thể nhận biết “nhiên liệu” đã hao hụt nhiều, sau một đêm tiêu hao trong quá trình tự vận hành để duy trì sự sống của cơ thể.

Như vậy, nói “buổi sáng trí não minh mẫn” là một cách nói “cửa miệng”, nhưng nếu hiểu cơ chế “ưu tiên phân phối” nhiên liệu của cơ thể, thì điều này cần lưu ý để có sự hiểu biết đúng và chăm sóc cơ thể đúng cách.

Một mặt, cơ thể đang thiếu hụt tạm thời “nhiên liệu” vào thời điểm ban mai, các bộ phận như não, cơ bắp, là những cơ quan không phải là ưu tiên số một để duy trì chức năng sống, dưới sự chỉ đạo của thần kinh trung ương, sẽ được cung cấp “nhiên liệu” ở mức tối thiểu, cộng hưởng với quán tính hoạt động cầm chừng về đêm của các bộ phận này, nên thời khắc sáng sớm là thời điểm khá uể oải và lười biếng của tư duy não bộ và trương lực cơ.

Bạn thường nhận thấy sự ủ dột, lười hoạt động, chậm chạp của đứa trẻ vào thời điểm này và đây là nguyên nhân khiến bạn bắt đầu cáu kỉnh với đứa trẻ. Tiếc thay, đó không phải lỗi của đứa trẻ, nó đơn giản đang lắng nghe cơ thể mà không cần nỗ lực của ý chí như bạn!

Nếu bạn đã hiểu điều này, bạn sẽ ứng xử khác đi với thực đơn bữa sáng dành cho đứa trẻ. Đó là một bữa sáng khoa học, đơn giản, diễn ra trong không gian thoáng sạch với giai điệu nhẹ nhàng những bản nhạc của Tchaikovsky, Wolfgang Mozart, v.v..., hay âm nhạc đơn giản, tươi vui theo trường phái Semi-classical (âm nhạc bán cổ điển) của Richard Claydeman, thì chính là bạn đang dành tặng đứa trẻ quá trình khởi động hoàn hảo cho một ngày mới tươi vui.

Về cơ bản, thời điểm sáng mai này, nếu các bậc cha mẹ yêu cầu trẻ phải ăn những bữa ăn “đồ sộ” nhiều dinh dưỡng nhưng thô, sẽ khiến trẻ không hào hứng, vì cơ thể chưa sẵn sàng để vận hành các cơ quan sản xuất “chuyển hóa” dinh dưỡng như dạ dày, gan, tụy, mặt làm việc ở cường độ cao!

Do đó, khi bạn ép đứa trẻ ăn một tô phở bò, hay phở gà lớn, một chiếc bánh mì kẹp thịt kèm một hộp sữa tươi... nôm na là một khối lượng thức ăn thô được đưa vào cơ thể trẻ vào lúc 6 - 7h sáng, buộc cơ thể đứa trẻ, thuận theo quy luật sinh lý, sẽ phải tiếp tục giảm thiểu nhiên liệu cho não, huy động tối đa “đội quân tinh nhuệ” kéo về dạ dày để làm việc, để chuyển hóa khối thức ăn thô thành dinh dưỡng nuôi cơ thể. Chính vì sự điều hành nhạy bén và “thông minh” này của hệ thần kinh trung ương, khiến cho não bộ bị rơi vào

tình trạng thiếu máu dưỡng chất tạm thời, do máu cần được dồn về dạ dày làm việc. Đây chính là nguyên nhân khiến đứa trẻ bị cơn buồn ngủ “đốn gục” vào khoảng thời gian từ 9 - 10h sáng, khi mà giờ học đang ở thời điểm quan trọng nhất, học búa nhất: tiết toán học hay tiết vật lý đòi hỏi sự tập trung tư duy cao độ!

Đôi điều hiểu biết đại cương về nhu cầu dinh dưỡng của não!

Các chất dẫn truyền mang tín hiệu từ tế bào thần kinh này sang tế bào thần kinh khác - bí ẩn của sức mạnh tư duy não bộ!

♥ *Đạm:* Hay còn gọi là axit amin để tạo ra các chất dẫn truyền thần kinh và cung cấp năng lượng. Hai loại axit amin quan trọng cho hoạt động của não là tryptophan và tyroxine. Tryptophan là tiền thân của chất làm dịu thần kinh, cân bằng thần kinh serotonin. Cơ thể không tạo ra tryptophan được nên phải cần thực phẩm cung cấp. Còn tyroxine cần để tạo ra các chất dẫn truyền hưng phấn trí não là dopamine, epinephrine và norepinephrine. Cơ thể tạo ra được tyroxine nếu trong thực phẩm không có đầy đủ.

♥ *Chất béo:* Là thành phần quan trọng của màng tế bào não và màng bao quanh sợi thần kinh. Chất béo có cả trong thực phẩm động vật lẫn thực vật và bạn cần cấu trúc hợp lý, tránh kỳ thị chất béo trong tập quán thực dưỡng, vì đây là “thức ăn” cần thiết, quan trọng dành cho não bộ. Đặc biệt là chất béo chưa no, chưa bão hòa như omega 3 - omega 6 có nhiều trong các loại hạt thực vật.

♥ *Chất bột:* Bạn cũng từ nên bỏ thái độ kỳ thị với chất bột, vì nó chính là thức ăn cung cấp axit folic, tiền tố để tạo nên vi chất quan trọng có chức năng dẫn truyền tín hiệu thần kinh, có tác dụng làm cân bằng, dịu thần kinh, chống căng thẳng, do đó, khi thiếu chất này, tinh thần sẽ bị chùng xuống, gây cảm giác chán nản, buồn bã, trầm uất, trầm cảm, thiếu tập trung, giảm sức chú ý.

Chất này có nhiều trong các loại rau lá xanh thẫm, vỏ xanh trái cây, hạt đậu, cám lúa mì.

♥ *Vitamin và khoáng chất vi lượng:* Não cần hầu hết các loại vitamin và chất khoáng để duy trì và khởi động các chức năng của mình.

Đặc biệt là nhóm vitamin B: Vitamin B6 cần cho sự duy trì các chức năng bình thường của não, giúp điều hòa sự sản sinh chất dẫn truyền thần kinh, kiểm soát giấc ngủ, sự tỉnh táo, kiểm soát cảm xúc. Vitamin B6 có nhiều trong thịt, cá, gan, quả hạch, đậu, chuối, quả bơ, lúa mì. Vitamin B12 giúp duy trì hoạt động của tế bào thần kinh, cần thiết cho vỏ bọc các sợi thần kinh. Vitamin B12 có nhiều trong thịt bò, thịt gà, cá, lòng đỏ trứng, phô mai. Vitamin B1 có nhiều trong vỏ cám, gạo lứt...

Vitamin C giúp não sản xuất chất dẫn truyền thần kinh. Não cũng có một cơ chế để rút vitamin C về não nhiều hơn khi có nhu cầu.

Sắt cần thiết cho sức khỏe tế bào thần kinh và cho sự dẫn truyền tín hiệu thần kinh. Thiếu sắt thì tính tình thường trở nên cáu gắt, kém linh lợi. Sắt có nhiều trong phô mai, gan, bầu dục, thịt lợn, thịt bò, gà, cá và rau lá xanh thẫm...

Selen là một chất chống ôxy hóa giúp cơ thể ngăn ngừa nguy cơ dẫn tới hội chứng chậm phát triển trí não (đặc biệt lưu ý với thai nhi, vì thiếu selen làm tăng nguy cơ hội chứng down). Selen có nhiều trong cá, sò, hến, thịt động vật, ngũ cốc, trứng, tỏi, gan động vật...

Canxi cần thiết cho sự thu nhận, dẫn truyền các tín hiệu thần kinh. Canxi có nhiều trong sữa, sữa chua, phô mai, cá, tôm, trứng, đậu nành, hạt ngũ cốc. Kali cần cho sự dẫn truyền tín hiệu thần kinh và có nhiều trong cam, chuối, khoai tây, quả khô, sữa...

Từ mục (1) và mục (2), bạn đã nhận ra một “đề bài” không đơn giản để “thỏa mãn” thực đơn bữa sáng sao cho: Đảm bảo cung cấp dưỡng chất tốt nhất, hoàn hảo cho não bộ và cơ thể giúp hoạt động và học tập đạt hiệu suất cao không mệt mỏi và buồn ngủ, trong khi cơ thể chưa sẵn sàng đáp ứng làm việc cường độ cao.

♥ *Thỏa mãn não bộ:*

Tăng cường tiêu thụ các chất dinh dưỡng thiết yếu cho não bằng cách ăn xen kẽ các thực phẩm mà não cần. Không kỳ thị đường và chất bột, cân bằng giữa ba chất dinh dưỡng chính là carbohydrates (chất bột), chất béo và chất đạm để não có thể làm việc hiệu quả ban ngày và nghỉ ngơi thoải mái khi về đêm. Giúp cho đứa trẻ luôn trong trạng thái vui vẻ, xả bỏ căng thẳng và giúp trẻ duy trì trạng thái phúc lạc thường hằng:

- Các axit amin tiền chất quan trọng để tạo nên các chất dẫn truyền thần kinh.

- Chất bột cung cấp axit folic làm dịu, cân bằng thần kinh, có tác dụng chống căng thẳng.

- Chất béo chưa bão hòa có chức năng làm “chiếc thuyền rồng” chuyên chở vitamin và khoáng chất vi lượng đến não, tạo nên sức khỏe và sự hưng phấn, hào hứng cho não bộ.

♥ *Thấu hiểu dạ dày:*

Thức ăn bữa sáng cho đứa trẻ (và cả bạn), nên giảm tối đa áp lực làm việc cho dạ dày, giúp dạ dày không cần sử dụng nhiều “nhiên liệu” để chuyển hóa thức ăn thành dinh dưỡng => máu không bị dồn về dạ dày nhiều, gây nên thiếu máu não tạm thời, gây nên cơn buồn ngủ => Do đó, nên lựa chọn nhóm thức ăn dễ tiêu hóa, đã lên men, nhanh chóng đốt cháy thành năng lượng cho cơ thể như: đường mật, phô mai (đạm sữa đã lên men, có nhiều men vi sinh, enzyme) sữa chua, đạm thực vật như sữa đậu nành, tào phớ, bột đậu nành, bột ngũ cốc nguyên cám, nước trái cây tươi ép, bánh ngọt và viên bổ sung vitamin thiên nhiên.

Những thực đơn bữa sáng “Cung chiếu não bộ” - Bí quyết để có một ngày tỉnh táo, thông minh hứng khởi, sáng khoái và học tập hiệu suất cao:

Tôi tìm thấy sự kỳ diệu trong thực đơn của những vị tu hành Tây Tạng khi họ sử dụng nhiều các loại hạt cây tự nhiên, sau khi trao đổi

với một vị Thiền sư cởi mở, tôi tự chế ra một thực đơn bữa sáng cho gia đình như sau:

- ♥ Năm loại đậu đỗ gồm: đỗ trắng + đỗ đen + đỗ xanh + đỗ đỏ + thêm một hạt đỗ bất kỳ tùy mùa để nguyên vỏ lụa (cung cấp dồi dào chất đạm thực vật + chất dẫn truyền chống căng thẳng thần kinh + chất xơ hòa tan + các vitamin nhóm B rất cần thiết cho não bộ + các chất vi lượng và khoáng tố tự nhiên như sắt, kẽm, magie v.v...).
- ♥ Hạt gạo đỏ lứt còn nguyên vỏ cám (cung cấp năng lượng calorie + chất dẫn truyền thần kinh giúp chống căng thẳng và cân bằng thần kinh + các vitamin nhóm B tự nhiên hòa tan).
- ♥ Hạt óc chó (hạt hồ đào) hoặc hạt lanh (cung cấp chất béo omega 3 - omega 6 thực vật, tự nhiên hoàn hảo).

Mỗi loại hạt 100gram

Các loại hạt riêng từng loại, mang rửa sạch, để ráo nước, lần lượt rang riêng từng loại hạt trên bếp lửa liu riu, đến khi có mùi thơm bùi, tinh khiết của đậu đỗ thì đổ chung vào một chiếc vò sành có nắp đậy, mang ra phơi sương một đêm theo nguyên tắc thực dưỡng cân bằng âm - dương của phương Đông: “Rang vàng - hạ thổ - phơi sương”.

Cách dùng như sau:

Mang 7 loại hạt (trong triết học phương Đông, số 7 là một con số rất huyền diệu và tràn đầy sức mạnh) gồm 5 loại đậu đỗ + gạo lứt + hạt óc chó (hạt hồ đào) đã rang vàng hạ thổ, phơi sương, đem xay thành bột mịn, trút vào lọ thủy tinh và dùng dần hàng ngày vào bữa sáng.

Pha chế: Một ly nước ép trái cây (như nước dưa hấu, dưa vàng, cà rốt, dưa leo, trái bí đao (bí xanh) v.v..., các loại trái này nên để nguyên vỏ đã rửa sạch, đem ép lấy nước cốt, nước ép hạt lựu (trái lựu)... có thể sau đó pha loãng bằng nước tinh khiết, tùy thích).

Thêm hai thìa cà phê bột đậu đỗ + hai thìa canh bột Pediasure sau đó dùng dụng cụ đánh bột cà phê để khuấy tan dung dịch, tạo thành một cốc bột dinh dưỡng hoàn hảo, đầy đủ, dễ hấp thụ vào bữa sáng cho trẻ.

Thực đơn cơ bản bữa sáng: Mô phỏng công thức “bí truyền Tây Tạng”

- ♥ Một cốc dinh dưỡng đậu đỗ + Pediasure (bột ngũ cốc dinh dưỡng đã bổ sung đường dễ hấp thụ, men tiêu hóa, enzyme và men vi sinh có lợi. Chú ý: đừng nhầm Pediasure là bột sữa bò; sữa bò chưa lên men, sữa bò nước đóng hộp không bao giờ là thức ăn dễ hấp thụ).
- ♥ Một miếng nhỏ loại phô mai toàn nguyên
Ghi chú: Phô mai là đậm sữa đã lên men; trong sản phẩm thương mại, có nhiều loại mang nhãn mác phô mai nhưng không hoàn toàn 100% đậm sữa đã được lên men, dồi dào enzyme; chẳng hạn nhiều loại có tỷ lệ lipid sữa cao hoặc thêm các thành phần khác như ca cao v.v..., cho nên bài viết nhấn mạnh “toàn nguyên” là vì thế.
- ♥ Một viên thực phẩm bổ sung vitamin thiên nhiên và khoáng chất hàng ngày.

Công thức thực đơn “Cung chiều não bộ và giảm áp lực làm việc cho dạ dày” được chúng tôi kiên trì thực hành hàng ngày gần 18 năm nay, vì nhận thấy tính khoa học và hiệu quả rõ rệt của nó.

Thực ra, thực đơn này không phải là một khám phá mới mẻ của chúng tôi, đơn giản là chúng tôi mở rộng tìm hiểu, khiêm nhường và cầu thị để thừa nhận sự “thông minh” trong thực đơn bữa sáng của người châu Âu: Bánh ngọt + cà phê + phô mai sử dụng hàng ngày, giúp họ khởi động một ban mai khoa học, đúng đắn nhất. Gỡ bỏ thói quen ăn sáng nặng chất thô, đơn giản hóa bữa sáng với một ly dinh dưỡng, vài chiếc bánh quy dinh dưỡng, một miếng

phô mai toàn nguyên nhỏ... chúng tôi luôn khởi động một ngày mới nhẹ nhõm và tinh táo để tận hưởng cuộc sống.

Thực đơn số 1:

- Một miếng phô mai toàn nguyên
- Một cốc nước ép dưa hấu
- 3 chiếc bánh quy ngọt có bổ sung chất xơ hòa tan
- Một viên thực phẩm bổ sung vitamin thiên nhiên và khoáng chất hàng ngày

Thực đơn số hai:

- Một miếng phô mai toàn nguyên
- Một tách dinh dưỡng: gồm nước ép cà-rốt pha với Pediasure
- 3 chiếc bánh quy ngọt có bổ sung chất xơ hòa tan
- Một viên thực phẩm bổ sung vitamin thiên nhiên và khoáng chất hàng ngày

Thực đơn số 3:

- Một miếng phô mai toàn nguyên
- Một tách ca-cao ấm
- Một miếng bánh ngọt tươi nhỏ, hoặc ba chiếc bánh quy có bổ sung chất xơ hòa tan.
- Một viên thực phẩm bổ sung vitamin thiên nhiên và khoáng chất hàng ngày.

Thực đơn số 4:

- Một miếng phô mai toàn nguyên
- Một tách dinh dưỡng: gồm 1/2 thìa cà phê bột tinh trà xanh tinh khiết (hoặc một thìa nước cà phê nguyên chất không lẫn tạp) tạo sự hứng khởi của thần kinh trung ương, pha với bột dinh dưỡng Pediasure
- Một miếng nhỏ bánh ngọt tươi
- Một viên thực phẩm bổ sung vitamin thiên nhiên và khoáng chất hàng ngày.

Đây là “bí quyết” đơn giản để chúng tôi có nhiều thời gian hoạt động trong ngày. Là bí quyết để con gái Minh Khuê cảm nhận và tận hưởng hân hoan ở mọi vùng miền trên Trái đất mà cô bé có cơ hội đặt chân đến.



Mother and child / Mẹ và con

Tác giả: Lê Hồ Thị Minh Khuê

Chất liệu: Sơn dầu trên vải

Kích thước: 50x70cm

Năm sáng tác: 2013



NGÀY NÀO
CŨNG LÀ
NGÀY CỦA MẸ



“Ngày Chủ nhật của mẹ.

Suốt 18 năm nay, hai mẹ con luôn đồng hành cùng nhau, vui có buồn có, cười có mà cãi nhau cũng có... he he, nên ngày nào cũng là ngày của mẹ, ngày nào cũng là ngày để con biết ơn mẹ, ngày nào cũng là ngày để con yêu mẹ mặc dù chẳng mấy khi con nói ra.

Cảm ơn mẹ vì đã dạy con rằng lý trí mạnh mẽ sẽ luôn cho con phương hướng đúng đắn trong cuộc đời.

Nhưng con cảm ơn mẹ hơn nữa vì đã dạy con rằng tình yêu nồng hậu sẽ làm đầy lên mọi khuyết thiếu và rung động mọi trái tim.

Con cảm ơn mẹ vì đã luôn là nguồn cảm hứng cho mọi lý trí và tình thương trong con. Và chính vì vậy mẹ sẽ mãi là nguồn cảm hứng cho cuộc sống của con.

Yêu mẹ nhiều và còn thương mẹ hơn nữa.”¹



¹ Đây là những dòng thư của Minh Khuê viết cho mẹ trong Ngày của Mẹ - Chủ nhật ngày 11 tháng 5, năm 2014.

Người thầy đầu tiên không có quyền miễn nhiệm!

Bí quyết chọn thầy cho con!

Bạn có thể không tác động được ngoại cảnh, nhưng bạn có thể thay đổi thái độ ứng xử để chuyển hóa bản thân và từ đó ngoại cảnh sẽ chuyển biến khi bạn không ngờ tới!

Người thầy vĩ đại

Tôi nhớ, hồi ấy Minh Khuê 4 tuổi, và cũng như bao bé gái khác, Minh Khuê rất thích chơi đồ hàng, diễn kịch. Điều tôi quan sát là cô bé rất thích đóng vai người bán bánh mì dạo. Với một chiếc rổ tre của mẹ, Minh Khuê cũng đội nón, rồi đội cái rổ lên đầu vừa đi vừa rao "Ai bánh mì nào, ai bánh mì ơi..." Rất ngộ nghĩnh, thích thú và bắt chước khá giống.

Minh Khuê còn rất thích đóng vai chú công nhân môi trường, hàng ngày đẩy chiếc xe rác qua cổng nhà và gõ cái keng leng keng báo hiệu các gia đình mang rác ra xe đổ. Minh Khuê đã thủ thỉ với bác trai của cô bé rằng, bác có thể tặng cháu một bộ đồ hót rác không ạ? Và đương nhiên, nhân dịp ngày 1/6 năm đó, Minh Khuê đã được bác trai tặng cho một bộ đồ chơi, gồm xe kút kít, xèng, chổi quét rác bằng nhựa.

Tất nhiên, bằng nhạy cảm của một người mẹ, bằng chỉ dẫn từ xu hướng trò chơi của con, tôi hiểu rằng, đồ chơi đang nói lên điều gì trong tâm thức đứa trẻ.

Những đứa trẻ gái thích được mặc đẹp thì hay đóng vai công chúa, hoàng hậu. Những đứa trẻ có xu hướng kết nối quan hệ và thích được đánh giá quan trọng trong xu hướng kết nối đó, thường đóng vai bố mẹ, vợ chồng.

Những trẻ trai thích quyền lực thường thích “bốc phét” về khả năng siêu phàm nào đó, còn cậu bé nào yêu thích ô tô, máy móc là giai đoạn cậu bé thích tìm tòi khám phá chi tiết, vùng đại não tư duy logic được thúc đẩy nhanh hơn các bé gái.

Trong tập quán tư duy mặc định, thì chúng ta luôn đưa ra những dấu hiệu chung, rồi khái quát rằng, trẻ gái thích chơi đồ hàng, còn trẻ trai thích khám phá máy móc là không thật chính xác và không đầy đủ về xu hướng tâm lý từng cá thể, nếu chúng ta quan sát kỹ, sẽ nhận thấy sự chỉ dẫn về tâm lý, mong muốn của trẻ thông qua đồ chơi.

Chẳng hạn như, đứa trẻ chịu ảnh hưởng và đặc biệt ấn tượng với ai thì thường đóng vai người đó. Tôi đã từng nghe một bé gái, vênh vênh cái mặt, cong cớn nói: “Ăn nhanh lên, tọng nhanh lên, không tao cho một cái tát bây giờ, con ranh con, mày không thấy tao đang bận thế này à?”

Hỏi ra, mới hay, đó là ngôn ngữ hàng ngày của mẹ bé nói với bé. Cô ấy quá bận rộn với công việc bán hàng, nên chẳng có thời gian dành cho con, cô bé chỉ mong được mẹ dứt cho bé ăn như một dịp để được mẹ chơi cùng và chăm sóc, nhưng kết quả là những lời khẫu ngữ rất ấn tượng đã hằn vào trí nhớ cô bé.

Trở lại chuyện bé Minh Khuê thích làm người bán bánh mỳ rong và chú công nhân môi trường, bé đã trả lời khi mẹ hỏi vì sao lại thích hai người đó: “Mẹ ạ, chị bán bánh mỳ và chú đẩy xe rác hay đi qua nhà mình rất sướng nhé, chẳng phải ngủ trưa, chẳng phải giữ quần áo luôn sạch sẽ, đi đâu cũng được, chẳng bị ai kèm, mẹ nhỉ?”

À, thì ra là như thế, bé Minh Khuê thích cảm giác tự do lang thang vào giờ trưa, không bị buộc phải nằm im, nhắm mắt, dù không muốn ngủ; bé cũng thích được nghịch ngợm, mó tay vào

những thứ mà người lớn cứ nhăn mặt như: đất cát, bùn, đi chân đất; bé cũng khoái cảm giác được mặc quần áo bị bẩn mà không bị la lối, trách móc “sao làm bẩn áo quần...”

Đọc được suy nghĩ của bé, tôi nhanh chóng lựa theo dòng của quy luật “Tự nhiên như nhi” (Bản thể trẻ thơ là như tự nhiên) để điều chỉnh các “nguyên tắc” và tạo cho con gái tâm lý dần thân thoải mái hơn. Chẳng hạn: ngày thứ Bảy, Chủ nhật nghỉ học, tôi cho phép cô bé được chơi qua trưa theo ý thích với cam kết: các ngày khác phải thực hành ngủ trưa nghiêm túc. Tôi cho phép bạn ấy chơi “bẩn” vầy cát, vầy bùn và không bao giờ la lối con vì quần áo bị bẩn do chơi đùa, nghịch ngợm.

Hơn thế nữa, tôi làm quen với cô bé bán dạo bánh mỳ và đề nghị cô bé kết bạn với Minh Khuê, có khi, tôi còn đề nghị cô bé ấy đến chơi với Minh Khuê, dạy Minh Khuê đội rổ bánh mỳ trên đầu sao cho không bị rơi đổ.

Quá trình vui chơi, cô bé bán bánh mỳ dạo 14 tuổi, tên là Thom đã kể cho Minh Khuê nghe về cuộc sống của cô bé ấy. Sự vất vả trong những sáng sớm đi lấy bánh mỳ, rồi bán dạo trong phố, rằng cô bé ấy mõi chân ra sao, bị kẻ xấu lấy mất bánh mỳ như thế nào khi đi vào ngõ vắng, rằng cô bé ấy rất thích được đi học nhưng bố mẹ nghèo nên ước mơ đó đã dừng lại ra sao, rằng, có những buổi trưa, cô bé Thom đã gục đầu ngủ gà gật dưới một chái nhà trên phố, khi tỉnh dậy thì đã bị lấy hết mất bánh rồi, v.v...

Những câu chuyện của Thom khiến Minh Khuê rất ấn tượng, rất xúc động và rất thương chị Thom.

Từ đó, bé không mơ làm người bán bánh mỳ dạo nữa, mà mơ thành cô giáo để dạy miễn phí cho những người “bán bánh mỳ dạo mà thích học”. Tương tự, khi tôi cho bé Minh Khuê làm quen với chú công nhân môi trường, được nghe chú kể chuyện làm việc vất vả ra sao, mùi xú uế độc hại thế nào, lập tức, cô bé ước mơ sẽ trở thành nhà sáng chế để mỗi khu phố có một nhà máy sản xuất phân bằng rác thải, để làm đẹp thành phố mà không ai phải làm việc trong môi trường độc hại nữa!

Quê tôi, người trong họ tộc tôi, ai cũng yêu Minh Khuê và khen cô bé rất hòa đồng, dễ mến, không ngạo mạn mà gần gũi, thân thiện ngay cả với các em nhỏ ở nông thôn. Điều đó là đúng, nhưng chưa thật đúng lắm, vì thực ra, Minh Khuê không chỉ hòa đồng dễ mến mà cô bé còn trân trọng những con người bình dị ấy, coi họ là *những Người Thầy vĩ đại* cho sự hiểu biết của cô bé.

Ngay cả khi đã trở thành cô sinh viên Harvard, khi trở về Việt Nam và có chuyến đi khám phá đất nước cùng mẹ, Minh Khuê vẫn luôn hồ hởi, cầu thị, chân thành học hỏi, lắng nghe, thấu hiểu mọi thứ mà cô ấy muốn biết từ những người bình dị thoáng gặp qua đường. Vì thế, nhận thức về cuộc sống, về con người của Minh Khuê luôn tràn trề, mới mẻ, thấu hiểu vì với Minh Khuê, nguyên tắc mà tôi dạy *“Bất kể là ai con gặp, đều xứng đáng là người thầy vĩ đại, cho con những thấu hiểu có giá trị trải nghiệm thấm thía nhất, hơn mọi lời văn và sách giáo trình lý thuyết. Hãy trân trọng và tôn kính mọi người con gặp, dù là em bé chăn trâu hay cụ già giữ đèn, dù là một doanh nhân thành đạt hay kẻ ăn mày bê tha... Họ đều là thầy của con đấy”*.

Người Thầy Cuộc Sống luôn sẵn có, chỉ có điều bạn có muốn học hỏi, bạn có tha thiết học hỏi để khơi nguồn cảm hứng cho họ hay không mà thôi!

Cơ chế hoàn hảo để hấp thụ kiến thức: đó là sự hứng thú và niềm tin cậy giữa thầy và trò

Đi tìm gia sư làm bạn học cùng con

Có hai bạn trẻ mà tôi luôn nhớ đến trong quá trình đồng hành cùng con gái suốt 18 năm đó là hai anh chị sinh viên, là gia sư đồng thời là bạn của Minh Khuê. Họ thực sự là những người tôi rất yêu quý, gắn bó nhiều kỷ niệm và để lại trong lòng tôi nhiều tình cảm triu mến, hàm ơn.

Ngay khi Minh Khuê chuẩn bị vào lớp 1, tôi đã quyết định chọn gia sư để hỗ trợ tôi giúp Minh Khuê những kỹ năng cần thiết, trước khi gia nhập vào một hình thức tổ chức xã hội cao hơn.

Trong quan niệm của nhiều người, môn gì cha mẹ không đủ trình độ dạy con, hoặc do thời gian không thể dành cho con, hoặc đứa trẻ bị coi là cá biệt thì mới cần tìm đến gia sư. Đây là thái độ lựa chọn mang tính thụ động.

Quan điểm của tôi rất rõ ràng: Người mẹ luôn là người thầy đầu tiên, *Người Thầy không có cơ hội miễn nhiệm* cho đến khi đứa trẻ thành niên. Tuy nhiên, việc cần có gia sư để hỗ trợ dạy con tại gia đình có một ý nghĩa rất quan trọng trong giá trị tâm lý bền vững.

Trong khi người mẹ phải kiêm nhiệm quá nhiều nghĩa vụ trong cùng một thời điểm, như hướng dẫn con học, rèn con những phẩm chất, nhưng đồng thời, cô ấy vẫn phải lo làm bếp, giặt giũ, đối nội, đối ngoại, công việc dang dở ở nhiệm sở, mưu sinh v.v...

Do đó, muốn hay không, cô ấy bị phân tán trầm trọng, cô ấy bị bối rối và nôn nóng. Sự nôn nóng còn có lý do: vì cô ấy luôn đặt kỳ vọng vào con cái mãnh liệt. Mặt khác, trí nhớ cô ấy dường như đã "mất dấu" những cảm thức ấu thơ, tâm thế ấu thơ, do đó, cô ấy đã vô tình áp đặt cái nhìn, góc nhìn, nhận thức của cô ấy lên đứa trẻ, vốn non nớt hơn cô ấy đến hơn 20 tuổi.

Những áp lực ấy, dù cô ấy đủ tinh táo để kiểm soát, hay cô ấy bộc lộ sự nôn nóng một cách căng thẳng. Dẫu thế nào, nó cũng tạo nên luồng năng lượng xấu, một xung điện mà tâm trí toàn nguyên của đứa trẻ dễ dàng cảm nhận.

Dù vô thức, đứa trẻ trở nên bồn chồn, bất an, lo lắng khi được chính người mẹ ngồi kèm dạy và hướng dẫn; sự gồng cứng về tâm lý, khiến trí tuệ bị kìm hãm, đôi khi được cha mẹ ngồi cạnh kèm cặp mà kết quả nhận thức kiến thức của đứa trẻ trở nên tồi hơn so với chính khả năng vốn có của nó.

Hiệu ứng tâm lý này rất cần nhìn nhận nghiêm túc, bởi chính nó đã lấy đi gần như phần lớn sự *hứng thú* của đứa trẻ đối với việc học. Điều này khiến bạn trở nên lo âu hơn, bồn chồn hơn, nôn nóng hơn, ánh mắt bạn thúc bách hơn, kỳ vọng hơn, thái độ của bạn cực đoan hơn, ngôn ngữ và ngữ điệu của bạn gay gắt hơn. Bạn chỉ muốn

đứa trẻ hiểu rằng, bạn đã hết kiên nhẫn, rằng bạn có sự thất vọng về nó, rằng bạn thấy nó không thật đáng yêu và đáng tin tưởng, tự hào.

Và tất nhiên, đứa trẻ hiểu thông điệp phát ra từ bạn theo góc nhìn của nó, nó thấy chán nản, nó thấy bức bối, nó sợ sệt, nó đối phó, nó nói dối để che khuất bản thân nó, để bạn bớt thất vọng về nó.

Tất cả chỉ là vòng xoáy những ý nghĩ tiêu cực, của bạn, của đứa trẻ cộng hưởng lên nhau, làm mạnh thêm năng lượng tiêu cực, khiến cho chất lượng buổi học mà bạn là người hướng dẫn trở nên nặng nề, kém hiệu quả.

Điều nghiêm trọng hơn, chính là những *buổi đôi đầu căng thẳng giữa bạn và con bạn*, cứ thế, dần khoét sâu vực thẳm ngăn cách giữa bạn và con cái, khiến cho mối quan hệ đó ngày càng trở nên thiếu lay động, đẹp đẽ, chân thành theo cùng tháng năm tuổi lớn của con cái bạn!

Tôi quyết định có gia sư ngay từ đầu để hỗ trợ tôi dạy Minh Khuê, coi đó là một giải pháp mang tính bền vững, chiến lược - là bộ đệm làm êm mối quan hệ cha mẹ và con cái, hóa giải mọi nôn nóng, căng thẳng trong quá trình hỗ trợ con học hành, tạo nên bầu không khí bình an, dân chủ, thân thiện, tin cậy giữa hai mẹ con một cách bền vững.

Tìm thấy cơ chế của “hứng thú” - Bí quyết của thành tựu trong học tập của trẻ

Một bầu không khí thư thái, tự nhiên, không khiên cưỡng như thế, khiến các dòng nhân điện không xung đột, không khởi lên sự bồn chồn, nôn nóng ở người mẹ, không khiến nỗi lo lắng, sợ sệt, mưu mẹo che đậy, nói dối choán hết tâm trí đứa trẻ, đó chính là *yếu tố rất quan trọng* tạo nên sự *hứng thú* vô cùng cần thiết để đứa trẻ hấp thụ kiến thức một cách tự nhiên, nhu thuận và an hòa.

“Hứng thú” là một yếu tố không có cách nào để định lượng và định tính, không có cách nào để đo đếm mức độ ảnh hưởng của nó

lên thành quả, nên nó có vẻ mơ hồ và thường bị bỏ qua một cách oan uổng, đáng tiếc. Giống như dung môi - là môi trường hoàn hảo cho phản ứng xảy ra, thì “hứng thú” là một trạng thái hoàn hảo để trẻ hấp thụ kiến thức một cách nhẹ nhàng, thoải mái và hoan hỉ nhất.

Do không có công thức “chế biến” để tạo nên hứng thú, nên phần lớn cha mẹ không biết hứng thú từ đâu mà có được, siêu thị nào bán để mua về cho con tôi? Và vì nhận thức về tầm quan trọng của hứng thú đã thấp, lại không có biển chỉ dẫn, nên chúng ta đã tự tước đoạt, làm mất mát, triệt tiêu hứng thú của đứa trẻ trên hành trình học tập một cách rất “lãng xẹt” và ổng phí!

🍎 TÌNH HUỐNG

Tại một trung tâm dạy piano, nơi hội tụ nhiều nghệ sỹ, thầy cô gạo cội của Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam góp mặt giảng dạy, hướng dẫn. Một bà mẹ, nét mặt căng thẳng tiến đến gặp thầy giáo của cậu con trai chừng 7 - 8 tuổi, bắt đầu cuộc chất vấn: Thưa thầy, vì sao trong quy định tiết học của cháu nhà chị là 45 phút mà mấy hôm nay, chị thấy cháu chỉ được học có 30 phút, chị luôn đóng đủ học phí cơ mà?

Thầy giáo của cậu bé là một giảng viên giỏi, một nghệ sỹ từng du học nước ngoài về, chọt sừng nụ cười trên môi, anh bình tĩnh, nỗ lực giải thích: Chị ạ, cháu nhà mình mấy tuần nay không thuộc bài, không trả được bài luyện ngón, do đó, nếu em yêu cầu cháu tập thêm bài mới, chắc chắn sẽ khiến cháu thêm chán nản, thêm áp lực và bế tắc trong việc học đàn. Em muốn chị hiểu rằng, để cháu học tiến bộ, gia đình phải quan tâm và tạo cho cháu sự *hứng thú* nếu không em rất khó để dẫn dắt cháu tiến bộ!

Gương mặt người mẹ có chút ngượng ngùng, nhưng rõ ràng hơn cả, đó là vẻ bối rối vì chị không hiểu phải làm thế nào để con mình có được hứng thú, khi mà bản thân chị vừa làm tổn thương và mất mát sự hứng thú truyền thụ đối với người thầy của con, bởi cách chị tiếp cận vấn đề rất cứng nhắc. Chị không hiểu rằng, thầy giáo - người nghệ sỹ ấy không “ăn bớt” 15 phút thời gian được

chi trả bằng tiền của chị, mà vì thầy rất thấu hiểu sự nguy hại của việc ép uống, cưỡng bức trẻ học, khi mà nó không có chút hứng thú và động lực đẹp đẽ nào để thúc đẩy việc học.

Chúng kiến từ đầu cuộc trao đổi, lại có những thấu hiểu người thầy và người mẹ, trong lòng tôi dâng lên một cảm giác mắc lỗi với người thầy, mặc dù không phải do bản thân gây ra, song sự ấu trĩ trong hiểu biết về *giá trị người thầy mang lại* cho đứa trẻ, những tri thức, nguồn hứng thú, niềm khát khao đích thực, chân thành cũng như nền tảng phẩm giá của người nghệ sĩ trí thức ấy có thể cứ tự nhiên lan tỏa, có thể tự nhiên mà *thăng hoa*, có thể tự nhiên tác động, ảnh hưởng đến đứa trẻ, mang tới cho đứa trẻ những giá trị tuyệt vời. Tiếc thay, điều đó đã không được người mẹ thấu đạt, cảm nhận, trân trọng, nâng niu, chị dường như có *nguy cơ chặn tất cả những giá trị vô hình mà vô giá ấy* bởi một thắc mắc liên quan đến 15 phút mà con chị không ngồi trên cây đàn, tương đương với số tiền chị đã đóng học phí.

Tôi thì luôn đánh giá rất cao yếu tố hứng thú, không những nó tạo ra tâm lý tốt cho đứa trẻ, mà thái độ tích cực ấy, thúc đẩy những chuyển hóa các chất sinh hóa, các truyền dẫn thần kinh có lợi khiến cho cơ thể sáng khoái, tích cực, hứng thú nội lực; khiến cho bản thể đứa trẻ như một khối thẩm thấu toàn bích, sẵn sàng thu nhận những giá trị tri thức được truyền thụ đúng lúc và đúng cách.

Ở Mỹ, người ta có thể mô tả và cung cấp những yếu tố để tạo ra hứng thú, đó thực sự là sự nỗ lực toàn vẹn, từ hiểu biết và tinh thần xã hội, từ môi trường gia đình, đến môi trường xã hội, đến môi trường trường học.

Ở Việt Nam, yếu tố *hứng thú* chưa từng thấy ai đặt vấn đề mang tính trách nhiệm xã hội, tinh thần xã hội. Do đó, để tạo ra trạng thái *hứng thú* cho đứa trẻ của mình, người mẹ phải nỗ lực rất lớn, lao động nhiều hơn, quan sát sâu sắc hơn, yêu con với tinh thần quả cảm và năng lực tự trời dậy, tự sáng tạo, không dựa dẫm và không kỳ vọng vào những kết quả cụ thể từ việc mình làm.

Khi bạn có đức tin sâu sắc, khi bạn hành động bền bỉ, khi bạn không nôn nóng, bạn hành động, vì bạn tin điều đó là tốt, là cần thiết cho con bạn, tự nhiên như thế, và bạn sẽ ngạc nhiên vì con bạn đã được tưới trong cơn mưa mát lạnh của tình mẹ với *triệu triệu* giọt mưa có tên là *hứng thú* - kết quả của sự nỗ lực yêu thương tràn trề tình mẫu.

Người thầy quan trọng nhất: Sự khiêm nhường và tinh thần cầu thị thành thật!

Nếu bạn không đủ khiêm nhường và cầu thị, bạn nuông chiều ngã chấp và luôn thấy mình cao hơn, có quyền đòi hỏi, phán xét đầy định kiến, khắt khe với thầy cô trong lời đánh giá, thì làm sao bạn nhìn ra được phẩm chất ở những người thầy cô bình dị? Họ như bạn, và họ cũng có những mặt được và chưa được như bạn?

Khi bạn đang phán xét ngoại cảnh - bạn có biết rằng, bạn chính là một phần làm nên ngoại cảnh đối với người khác. Do đó, hãy tập thói đổ lỗi cho ngoại cảnh và xắn tay vào hành động vì những yêu thương mà bạn cần nâng niu. Khi bạn tràn đầy tình yêu thương với con của bạn, một tình yêu của tuệ giác và thông thái, bạn sẽ trở nên biết yêu thương tha nhân, biết cảm thông và kết nối.

Do đó, với các thầy cô giáo cũng như với anh chị gia sư, nỗ lực của tôi là truyền tới những con người ấy niềm tin mãnh liệt, lòng tôn trọng chân thành và sự khiêm nhường, cảm hứng cầu thị nhiệt thành. Tôi luôn gợi ý đến các thầy cô và các anh chị gia sư một giải pháp nghi ngại, giải lao thích đáng.

Do đó, những tiết học được biến thành cuộc tỉ thí cờ vua, cờ tướng giữa Minh Khuê và các anh chị gia sư, hay cuộc dạo chơi la cà trà chanh chém gió - dường như là một phần giáo trình cần phải có. Những tiết học với các thầy cô mà tôi gợi ý Minh Khuê hãy hỏi thầy, cô, về ngày xưa, những kỷ niệm ký ức của thầy cô. Đôi khi, cao hứng thầy cô còn kể chuyện mỗi tình đầu, chuyện bị mẹ đọc

trộm thư người yêu, v.v..., khiến cả thầy trò cười ngật nghẻo, sung sướng, thả lỏng và phớt chí thực sự.

Tạo sự kết nối thầy - trò hết sức tôn kính nhưng lại cởi mở, dân chủ, tôn trọng yêu mến trẻ, đã khiến *niềm tin cây được xây dựng*. Đứa trẻ được khuyến khích, đứa trẻ được đặt vào trung tâm tình thương yêu của thầy cô, cha mẹ, được dân chủ và nhìn nhận, đã thúc đẩy trẻ *chủ động trong trạng thái học* một cách thuận thành, thoải mái.

Tôi luôn nói với con gái rằng, mỗi một người đến bên con, đều có phẩm chất Người Thầy, họ đứng trước con là một thực thể *toàn vẹn* với hai chữ “con người” nên đều có điều gì đó khiến con có thể học hỏi: về kiến thức, về thái độ làm việc, về khát vọng, về nhân cách, về tâm hồn, thậm chí về những thất bại của họ.

Thái độ khiêm nhường và cảm hứng cầu thị nhiệt thành của tôi là thường hằng, nên đã ảnh hưởng đến Minh Khuê ngay khi cô bé còn nhỏ.

Không bao giờ tự cao tự đại, dù được mẹ chăm sóc nâng niu; dù mẹ là nhà văn, dù bản thân luôn đạt kết quả cao trong những môn cô bé theo học, nhưng tính khiêm nhường và cầu thị đã luôn luôn giúp Minh Khuê nhìn ra những phẩm chất quý báu của ai đó, những bài học hay của bất kể ai đó đến bên cô bé, chứ chưa nói là những người trên cương vị Người Thầy.

Cộng với sự quan sát tinh tế được mẹ dẫn dắt rèn luyện từ bé, những câu hỏi gợi tò mò để đại não luôn hứng thú làm việc tích cực, tư duy liên tục Minh Khuê thường khiến thầy cô, các anh chị gia sư, cảm thấy được khích lệ, được truyền cảm hứng cho buổi dạy, buổi giảng của họ, giúp họ có động lực, có nhiệt thành truyền thụ kiến thức một cách hoan hỉ, thông thái và thăng hoa.

Sự hứng thú với môn học, tiết học được lan tỏa, tương tác, cộng hưởng giữa người thụ hưởng giáo dục với người truyền thụ là một giá trị vô song, vô giá, hoan hỉ, thông thái. Đến đây, hẳn bạn đã nhận ra “*quyền lực trí tuệ*” của sự *hứng thú* trong học tập?

Bởi nỗ lực của bạn, nỗ lực không ngừng, bền bỉ và tràn đầy đức tin, nhưng không mắc dính vào những kỳ vọng cụ thể, cơ học đối với đứa trẻ kiểu như cố cho con học cô này, thầy này mấy buổi để đi thi học sinh giỏi cấp quận, cấp thành phố, v.v..., nghĩa là bạn đang sống tràn đầy tích cực với sự khiêm nhường, cầu thị, sáng tạo và chan chứa yêu thương.

Một lọ hoa loa kèn tươi trên bàn cô giáo vì bạn biết cô giáo rất yêu loài hoa này; một cuốn sách đề tặng thầy giáo về nhân vật mà ông ấy kính trọng, một ly kem mời chị gia sư hay ly cà phê thơm cho anh gia sư, trong khi bạn trao đổi cùng họ về giáo án trước buổi học của con bạn, v.v..., tất cả điều đó, là việc bạn nên làm bằng tâm và tuệ của mình, chủ động, tràn đầy như một cách thể hiện sự “tôn sư trọng đạo”, như một thông điệp ngọt ngào nhắc nhở mọi người về tinh thần làm việc đầy cống hiến trong tin cậy, cộng hưởng, của những người biết trân quý, tạo *hừng thú toàn vẹn cho nhau*.

Thầy cô - những cá nhân xã hội

Điều thú vị là, có rất rất nhiều lời đề nghị tôi hãy chia sẻ quan điểm và cách tôi tìm thầy cho con như thế nào?

Dường như, trong câu hỏi ấy đã ngầm một thông điệp “Đã là thầy cô thì phải khác chứ?” Có một mâu thuẫn sâu sắc trong chính tập quán suy nghĩ của số đông cha mẹ rằng, thầy cô chắc chắn phải có phẩm chất đạo đức, mô phạm, hiểu biết hơn cha mẹ! Bên cạnh đó, họ luôn bị va đập bởi những thông tin, những hiện tượng không đẹp, không như ý về hình ảnh thầy cô.

Sự mất mát niềm tin trở thành căn bệnh xã hội trầm kha ở Việt Nam, không ai tin ai, càng ở vào những công việc nhạy cảm, liên quan đến con người như: giáo dục, y tế, cảnh sát, v.v..., càng bị đưa vào lăng kính soi chiếu. Soi chiếu theo cảm quan, soi chiếu rồi bức bối, nổi giận rồi rơi tôm vào vô nghĩa, thế nên tâm lý xã hội đang hết sức luẩn quẩn, lo âu, xung đột, nghi kỵ và bế tắc.

Chung quy, chúng ta không vô can. Cơ chế tạo ra con người và con người quay lại tác động vào cơ chế. Bạn đang tìm một mắt xích nào đó để tháo gỡ bế tắc trong việc tìm kiếm môi trường giáo dục cho con, bạn loay hoay với một tâm thế chối bỏ, phủ nhận *cái đang là*, đang tồn tại, trong khi con bạn đang khôn lớn từng ngày, không thể đợi một mô hình nào đó tốt đẹp hơn trong kỳ vọng gần.

Bạn có thể lựa chọn cho con bạn vào trường quốc tế. Bạn có thể lựa chọn cho con bạn vào trường liên kết, liên doanh, dân lập hay du học phổ thông?

Dường như, bạn cảm giác có gì đó an tâm và dễ thở hơn hệ thống công lập đầy nhiều khê và bộc lộ nhiều điều bất ưng. Nhưng nếu bạn suy ngẫm sâu hơn, bạn sẽ không nghĩ hoàn toàn như thế! Vì sản phẩm của giáo dục là con người, nên đánh giá cao thấp, tốt xấu cần có độ trễ thời gian tương đối lớn và điều đó không dễ với số đông, không dễ thừa nhận sự sai lầm hay hệ lụy không mong muốn.

Môi trường và triết lý giáo dục ở Việt Nam thật sự đang rất nan giải, lộn xộn như chính tư duy của những người làm chính sách giáo dục, do đó, hơn bất cứ lúc nào, vai trò nhà sư phạm đầu tiên không có quyền miễn nhiệm của cha mẹ và vai trò nền tảng của giáo dục gia đình như John Dewey đã khẳng định, phải được đề cao với sự tỉnh táo của cảm xúc, sự thông thái của tuệ giác và một tình yêu con đầy hiểu biết và trách nhiệm.

Từ gợi ý này, bạn sẽ nhận ra, ngay bây giờ và không ai khác, bạn là người đồng hành cùng con, hướng dẫn con cái trưởng thành một cách lành mạnh, khỏe khoắn.

Hãy tạm dừng cảm hứng trách móc và đổ lỗi cho khách quan ngoại cảnh! Bởi với cá nhân khác, bạn là một phần, dự phần vào toàn bộ ngoại cảnh mà họ đang không ngừng than vãn.

Đường đến Niết bàn bắt đầu từ dưới chân bạn!

Câu nói đầy biểu dụ trong hàm ý của triết học Phật giáo đã cho tôi một gợi ý: nếu Phật đã cho bạn manh mối về một Niết bàn mà chính

bạn sẽ đi tới, chứng ngộ, gặp gỡ, sao bạn không nghĩ tiếp, trong mỗi con người đều có một Đức Phật - chỉ có điều, bạn có dành cái phần mang phẩm chất Phật tâm của bạn để ứng xử, để làm hiển hiện Đức Phật trong người khác không?

Đây chính là cơ sở để tôi tin rằng, còn có rất nhiều thầy cô giáo tâm huyết, yêu nghề, yêu trẻ chung quanh bạn, là Người Thầy quan trọng của con bạn, chỉ có điều, bạn đã khiến những phẩm chất tuyệt vời ấy có cơ hội phát lộ, thể hiện hay không?

Dừng than vãn và bắt đầu hành động một cách cá nhân, tích cực, chuyển hóa thái độ, cách nhìn, cách nghĩ từ bạn đến những cá nhân, con người cụ thể như thầy giáo, cô giáo của con bạn.

Dừng mặc định, ấn định những thành kiến, định kiến nào cả, hãy quan tâm, hãy lắng nghe, hãy thấu hiểu với tư cách hoàn toàn cá nhân, bạn sẽ nhận ra, cha mẹ và thầy cô đều có khao khát giống nhau, nỗi đau đau khổ khác nhau, những lo toan giống nhau. Và vì thế, bạn và thầy cô giáo của con cái có cơ hội chia sẻ, thấu hiểu, cảm thông và hỗ trợ cho nhau, trong quá trình nuôi và dạy đứa trẻ nên người.

🍀 TÌNH HUỐNG

Quy định cỡ chữ viết cho trẻ tập viết là một quy định có chiều hướng bạo hành tâm lý và sức khỏe trẻ!

Khi Minh Khuê học lớp 1, tôi là người luyện chữ cho con. Quy định bắt buộc của bộ Giáo Dục về mẫu chữ như sau: Chữ viết thẳng, không có râu, chữ h, b, k, l. kéo lên 2,5 ly, chữ g y q, p đưa xuống 1,5 ly, các chữ cái o o a ă... phải nằm trọn trong một ô vuông. Như vậy, nghĩa là con gái tôi sẽ viết tiếng Việt khác với tiếng Việt mà tôi được học thuở bé.

Và, tôi đã dành một buổi ngồi tập chép theo mẫu chữ của Bộ yêu cầu. Do chữ cái theo mẫu cái tiến không có râu và các nét rời rạc, nên khi viết, năng lượng cổ tay, cánh tay, ngón tay bị gồng cứng vì luôn luôn trong tình trạng phải kìm hãm, không có quán tính. Chữ viết yêu cầu thẳng đứng, lại càng làm cho năng lượng bị nén,

bức bối. Nét kéo lên 2,5 ly, nét kéo xuống 1,5 ly khiến cho mắt và trí não luôn phải trong tình trạng căng thẳng để điều chỉnh, căn chỉnh, áng chừng, sao cho đúng cái khoảng 0,5 vô duyên, tổn kém sức lực, mệt mỏi trí não và tổn hại thần kinh.

Sau khi thực hành viết 1 trang tập chép theo yêu cầu mẫu chữ tiếng Việt chuẩn của Bộ Giáo dục, tôi cảm thấy mất quá nhiều năng lượng. Toàn thân gồng cứng, cánh tay, bàn tay, ngón tay mỏi, tê cứng, mắt mỏi vì căng thẳng để căn chỉnh dòng liên tục.

Một cảm xúc nổi giận, phần uất trào lên! Quà là vô nhân đạo, khi những người không từng thực hành ngồi viết chính tả, tập chép như các cháu nhỏ, lại nghĩ ra một “cải tiến” tầm tối, thụt lùi... vừa làm xấu chữ Việt, vừa mắc tội bạo hành tàn nhẫn với trẻ nhỏ.

Nghĩ là làm, tôi quyết định dạy con viết chữ Việt theo mẫu chữ La tin cổ điển, chữ có râu, các nét phẩy có nét thanh có nét đậm, đầy cảm hứng, sáng tạo, ngẫu hứng và có độ nghiêng vừa. Tôi cho phép con gái kéo lên 3 ly và kéo xuống 2 ly với những nét cần như thế. Với kiểu chữ nghiêng liền nét, kết nối, nên tay viết được buông lỏng, cử động viết được liên tục, uyển chuyển theo đà, hơn thế, năng lượng không bị kìm hãm đột ngột, tạo nên nét chữ mềm mại, đẹp cân đối, hài hòa và đặc biệt, giúp cho học sinh viết được nhanh mà không bị run, mỏi tay.

Đến bây giờ, chữ của Minh Khuê vẫn rất đẹp, cổ điển, mềm mại.

Việc viết chữ đẹp, rõ ràng và nhanh có tác dụng làm tăng cao hiệu suất học tập của học trò, nhất là vào giai đoạn phổ thông từ lớp 9 - 12. Tuy nhiên, để có được năng lực viết chữ nhanh mà đẹp cho Minh Khuê, ngay khi vào lớp 1, tôi đã phải nhiều lần gặp gỡ, trao đổi với cô giáo, thuyết phục cô về những bất cập của mẫu chữ quy định mà Bộ Giáo dục lúc ấy đưa ra.

Tôi thuyết phục cô bằng cả thực hành, chứng minh khoa học và cả tấm lòng thương yêu trẻ.

Cuối cùng, cô giáo cũng thú thật rằng, bản thân các cô cũng bất bình lắm, cũng mệt mỏi lắm trước những quy định như rơi từ trên

trời xuống, nhưng không thể làm trái quy định vì cô là giáo chức, là công chức nhà nước!

Như vậy là tôi đã tìm được sự đồng lòng, đồng thuận của cô giáo, tuy không thể chính thức. Nhưng sự thấu hiểu đã giúp cô và tôi có được một giải pháp hiệu quả, đảm bảo cho đứa trẻ được phát triển tốt nhất, khoa học và nhân ái.

Trong mỗi người thầy, người cô đều có những phần cha mẹ, vì thế, tôi luôn nỗ lực biểu đạt, cởi mở bằng một tấm lòng khiêm nhường chân thật, sự cầu thị. Do đó, từ khi Minh Khuê học mẫu giáo, lớp 1 đến hết lớp 12, bao giờ tôi cũng rất cố gắng nỗ lực kết nối với các thầy cô, biểu đạt tấm lòng tôn kính nhất mực, không gợn sự đánh giá, phán xét đầy màu sắc đổ lỗi nào.

Chính tinh thần đó khiến cho Minh Khuê luôn có cái nhìn công bằng, tôn kính và thấu hiểu với các thầy cô của mình, luôn tìm thấy điều đáng học ở bất cứ thầy cô nào và để lại tình cảm triu mến với tất cả những thầy cô đã từng dạy dỗ Minh Khuê.

Thế đấy, cuộc sống vẫn trôi, dù bạn có thái độ thế nào! Buồn vui, yêu ghét, bực bội, thì thái độ ấy chỉ ảnh hưởng đến chính chất lượng cuộc sống của bạn mà thôi.

Muốn chuyển hóa điều tiêu cực, hãy bắt đầu từ chính trái tim mình, hãy nhìn theo cách nhìn chủ động, dẫn thân, nỗ lực, thì tâm bạn có Phật, và bạn sẽ nhận ra Phật hiển hiện trước mặt trong hình tướng những con người bình dị, những Người Thầy của đứa trẻ mà bạn dành cả đời để yêu thương!

Thầy cô + gia sư + Minh Khuê tạo nên vòng kết nối quyền biến

Dần dần, những người thầy cô đã từng, đang dạy Minh Khuê, những anh chị gia sư đáng mến, tạo thành một *vòng kết nối quyền biến rất huyền diệu*.

Từng cá nhân thầy cô và Minh Khuê và người mẹ trở thành những mắt xích hình tam giác nối lại với nhau, lan tỏa đến cả những quan hệ sâu sắc hơn, như gia đình, những người cùng chí

hướng... tạo nên một *vòng kết nối* những mối quan hệ bền vững, tin cậy, bồi đắp cho nhau sự hiểu biết, kiến thức, quan điểm, đây còi mở và tin cậy.

Sau này, tôi được con gái thuật lại lời Hiệu trưởng trường Harvard đã nói, ý rằng: Trường Harvard không chỉ là một vương quốc, cường quốc của tri thức nhân loại, mà nơi đây, còn tạo ra cho các bạn trẻ những *vòng kết nối quyền biến* nhất thế giới.

Vòng kết nối, yêu thương và quyền biến là điều tôi đã làm được cho con - là cách mà tôi đồng hành cùng Minh Khuê, thật thú vị vì có nhiều sự trùng hợp với triết lý về giáo dục và nhân lực của Đại học Harvard.

Nguyên tắc chọn trường cho con gái

Cấp Một: Trẻ có xu hướng tôn kính cô giáo nhất mực, tin yêu cô giáo nhất mực, do đó có hai yếu tố bạn cần ưu tiên lựa chọn:

* Trường gần để đảm bảo đưa trẻ lúc này dưới 10 tuổi, sức đề kháng chưa thật bền vững, do đó không nên chọn trường quá xa cho trẻ, nhất là mùa đông lạnh rét;

* Trường nào cũng có cô giáo tâm huyết nên cố gắng chọn cô giáo chủ nhiệm, đồng thời người mẹ chủ động *tạo lập một vòng kết nối*, thấu hiểu, cảm thông, khiêm nhường, cầu thị để đưa trẻ có cảm giác an ổn và hứng thú học tập, vui chơi trong một vòng kết nối tin cậy.

Cấp Hai: Trẻ có xu hướng đặc biệt quan tâm đến quan hệ bạn bè, có nhu cầu được bạn bè thừa nhận, do đó về mặt tâm lý, chúng sẵn sàng làm tất cả để bênh vực, che chắn cho bạn bè, vì bản thân chúng không bao giờ muốn bị đẩy ra khỏi cộng đồng bạn bè, thậm chí rất sợ bạn bè cô lập. Do đó, cha mẹ phải thận trọng, nên ưu tiên chọn trường có môi trường bạn bè, quan hệ và nền tảng gia đình bạn bè tốt.

Chọn cô giáo chủ nhiệm yêu nghề, có kinh nghiệm và nhiệt tình. Bản thân cha mẹ nên chủ động *tạo vòng kết nối mạnh* với cô giáo và

các phụ huynh cùng chí hướng để chia sẻ, thấu hiểu và luôn tỏ lòng tôn kính đúng mực, tôn trọng năng lực nghề nghiệp của cô, cũng như kinh nghiệm giảng dạy của cô, khiến cô giáo cảm nhận sự ấm áp, đồng thuận, không đối kháng, xung đột trong quan hệ thầy cô + học sinh + phụ huynh.

Cấp Ba: Trẻ đã vào tuổi vị thành niên, có chính kiến và thường bảo thủ với những hiểu biết mà trẻ nghĩ rằng đó là tất cả chân lý. Nên ở lứa tuổi này, chúng thường có những biểu hiện của sự cực đoan bất tuân, như là một cách thể hiện sự trưởng thành về nhận thức. Tuy nhiên, chúng đặc biệt tôn kính những thầy cô có khả năng cảm hóa, khiến chúng tâm phục khẩu phục.

Do đó, cha mẹ cần hết sức quan tâm đến vòng kết nối mạnh với thầy cô giáo và với phụ huynh cùng chí hướng, tạo nên một môi trường đồng thuận không chia cắt, bất đồng giữa thầy cô và cha mẹ, giúp cho đứa trẻ không bị bối rối vì trở thành kẻ đứng giữa các mối xung đột về quan điểm.

❖ **Kết luận:**

Trong cuộc sống, chúng ta luôn có xu hướng “lựa chọn”. Những lựa chọn mang yếu tố con người như là việc chọn nhân lực, thầy cô là những lựa chọn khó khăn, có tính phụ thuộc lẫn nhau, tương tác hỗ trợ lẫn nhau và không đảm bảo chắc chắn tính hiệu quả như bạn kỳ vọng, nếu nó không được dựa trên một tinh thần khiêm nhường, cầu thị và tỉnh táo.

Do đó, điều quan trọng hơn cả là thay đổi tâm thế của cha mẹ, để chủ động nhận thấy những phẩm chất tốt đẹp từ những Người Thầy bình dị xung quanh.

Khi mà bạn chủ động mang đến mối quan hệ một tinh thần chân thành, khiêm nhường, cầu thị, thì có nghĩa là bạn đã khai mở một tiềm năng về sự *hưng thú*, cũng như một tinh thần hướng thượng cho tất cả những ai trong *vòng kết nối quyền biến* của bạn, trong đó đặc biệt là vai trò của thầy cô và những anh chị gia sư của con bạn.

Bạn muốn tôi gợi ý về quan điểm chọn thầy cô, cũng có thể bạn chưa thật hài lòng về câu trả lời. Tuy nhiên, nếu bạn suy ngẫm, bạn sẽ thấy đó là một thái độ khoa học và từ ái, khoan hòa.

Một khi, đứa trẻ của bạn được chăm sóc để nội lực và nội tâm đủ mạnh, thì con đường bạn ấy đi, chắc chắn sẽ gặp gỡ một cách tự nhiên những Người Thầy tận tâm và bác ái. Đây là nhân duyên của tuệ giác.

Mẹo để bạn có thể chọn gia sư tốt cho con ở cấp Một và cấp Hai

Bạn có thể vào thẳng trường sư phạm và lựa chọn những sinh viên từ năm thứ hai đến hết năm ba tại các khoa có thể mạnh đặc biệt như: Khoa Tiểu học, khoa Toán. Đó là những sinh viên được đào tạo bài bản về năng lực sư phạm, trẻ trung, yêu nghề và có nhu cầu dẫn thân. Do đó, cách các bạn tiếp cận những đứa trẻ dưới 15 tuổi là rất phù hợp.

Chọn gia sư cho con, không có nghĩa là bạn giao phó cho họ việc hướng dẫn và dạy con bạn, mà bạn luôn nắm quyền chủ động trong việc rà soát lại giáo trình hàng ngày, để hỗ trợ cho các bạn gia sư những hiểu biết về tình hình học tập tại lớp, cá tính, cũng như nhược điểm của con mình.

Gia sư vẫn chỉ là những bạn trẻ, chưa có kinh nghiệm, không dễ dàng có được sự tôn kính của đứa trẻ, nếu đứa trẻ không nhìn thấy sự chủ động kết nối chặt chẽ, tôn kính của bạn đối với gia sư.

Cấp Ba: Bạn có thể chọn gia sư tại các ngôi trường đại học khác nhau, cũng theo cách là bạn tự đến trường để tìm, vì lúc này, bên cạnh việc hướng dẫn cho đứa trẻ học, thì gia sư còn là một người bạn của đứa trẻ. Nếu bạn và gia sư tạo lập được mối quan hệ tốt, đồng thuận, tôn trọng, họ có thể giúp bạn trao những thông điệp về tuổi đang lớn đến con bạn một cách tự nhiên, hiệu quả không ngờ.

Mẹ cũng đang trưởng thành!

Bước sang tuổi 18, con đã cất cánh đúng như quy luật xã hội và đúng với nghĩa thực chất của từ “*cất cánh*”. Ở một mức độ nào đó, con cái lúc này đã độc lập tương đối lớn với cha mẹ về tư tưởng, hiểu biết, tài chính cá nhân, những quan điểm về nhìn nhận xã hội và lối sống!

18 tuổi - các bạn trẻ háo hức gia nhập trọn vẹn vào đời sống xã hội với mọi thách thức và quyền bình đẳng “*người lớn*”.

Xã hội và cha mẹ gọi đó là tuổi trưởng thành! Và, bạn trẻ nào trưởng thành đúng độ thì đó là thành công của cả cha mẹ và cá nhân bạn trẻ đó, là thành quả của suốt một hành trình dài 18 năm trau dồi và nỗ lực.

Điều lạ, là trong khi chúng ta nói đến sự trưởng thành của các bạn trẻ lại dường như quên nhắc đến việc cha mẹ cũng cần trưởng thành trong nhận thức, để việc con cái trưởng thành không để lại cú sốc hay tổn thương nào về tình cảm, xung đột gay gắt với con cái về lối sống và tư duy mà ngược lại.

Cha mẹ cần trưởng thành để mối quan hệ với con cái lúc này càng trở nên gắn bó và tin cậy trên một bình diện cao hơn, bình đẳng hơn, dân chủ hơn và mang tính hỗ trợ lẫn nhau.

Sự trưởng thành của cha mẹ khi con cất cánh là gì, với tôi đơn giản lắm, đó là sự nỗ lực giã từ “*cái tôi* trong vai trò người mẹ - người dẫn dắt” để trở thành người bạn khiêm nhường thông thái, tập rèn tính nhẫn nại, biết lắng nghe, biết đón nhận cái khác biệt, trong một tinh thần cởi mở, bao dung cần thiết.

Sự trưởng thành của cha mẹ khi con cất cánh là phải nhận biết sâu sắc điều quan trọng rằng, hai giá trị “trải nghiệm” và “kinh nghiệm” không đối lập nhau mà có sự vun đắp cho nhau.

Tuổi trẻ tràn đầy trải nghiệm nên tươi mới, sinh động, háo hức, mạo hiểm và sáng tạo nhưng không tránh khỏi những non nớt, sai lầm nào đó. Đôi khi, trả giá cho sai lầm là cần thiết, bởi từ trải nghiệm sai lầm bạn trẻ sẽ hiểu sâu sắc hơn những giá trị của kinh nghiệm được truyền lại từ cha mẹ!

Cha mẹ là những pho sách sống về kinh nghiệm đã từng trải. Nỗ lực “kể lại” cho con cái nghe những kinh nghiệm được trả giá bằng mồ hôi, nước mắt, thậm chí là xương máu đời mình, nhưng không nên theo cách áp đặt các bạn trẻ về một khuôn mẫu lý tưởng nào đó, mà chỉ đơn thuần là một gợi ý quý báu mang tính quy luật đời sống, để bạn trẻ tham chiếu trong những trải nghiệm cuộc đời.

Dù bạn muốn hay không, thời gian vẫn trôi, tuổi sinh học tỷ lệ thuận với tháng năm. Với các bậc cha mẹ, khi con trưởng thành, nhiều người bỗng thấy - tẻ hơn, đó là tự cho phép mình - già nua, lạc hậu, cũ kỹ, hoặc cảm giác mất vai trò. Điều này đúng, nếu bạn không tiếp tục trưởng thành! Được các bạn trẻ coi mình như một người bạn - ấy là bạn đang trưởng thành, cấp tiến, trẻ trung. Vì tuổi trẻ luôn luôn là đại diện của thời đại và nếu bạn vẫn có khả năng đi cùng tuổi trẻ, bạn chưa bao giờ già cỗi, dù tuổi bạn là bao nhiêu!

