

Vài Nét Biến Đổi Tâm Sinh Lý Lứa Tuổi Trung Niên (*)

Vũ Văn Nguyễn

Đời Người dẫu trăm năm là mấy !

Hồi còn nhỏ đi học,tôi rất thích trò chơi giải đáp câu đố,giải được một câu đố hay,tự nhiên cảm thấy sáng khoáy láng láng thế nào ấy.Chẳng hạn câu đố như sau :'' *Con gì sáng đi bằng bốn chân,buổi trưa đi bằng hai chân,lúc xế chiều đi bằng ba chân?*

Lời giải dễ mà khó..Theo mặt chữ,bạn đáp ngay được :*con người và ba giai đoạn của cuộc đời.*Nhưng cái khó vẫn còn tồn tại,mỗi giai đoạn của cuộc đời nảy sinh ra nhiều câu đố mới.,rất khó tìm lời giải đáp thoả đáng: '' *Đời người dẫu trăm năm là mấy,*

*Như mây nổi,như gió thổi,như chiêm bao
Ba mươi năm hưởng thụ biết chừng nào
Chợt tỉnh giấc nòi kê chưa chín.*

Cao Bá Quát ?

Chuyện xưa kể rằng chàng thư sinh nọ trên đường lai kinh ứng thí,dùng chân nghỉ mát dưới gốc cây hòe,gặp một đạo sĩ đang ngồi nấu nòi kê.Đạo sĩ thôi miên cho chàng ngủ thiếp đi với một giấc mộng tuyệt vời.:thi đấu làm quan,nhà cao cửa rộng,vợ đẹp con khôn,chiến công hiển hách,phú quý vinh hoa tột bậc .Tận hưởng cuộc đời rồi thi chàng tỉnh giấc chiêm bao ,nhìn nòi kê vẫn chưa chín :

*Giấc Nam kha khéo bất bình,
Bùng con mắt dậy,thấy mình tay không.*

Đặng Trần Côn

Cay đắng mùi đời

Ấy là chuyện chiêm bao của chàng thư sinh may mắn lọt vào thế giới mộng mỹ,còn lại nhân sinh thường tình,tốt số đến được Miền Đất Hạnh Phúc,thì quả thật,hạnh phúc nào không tả toi ,không đáng cay !!?.. Trong vườn Địa Đàng cũng lắm trái đắng nhè ra không được,nuốt vào không trôi..Ở lứa tuổi thanh niên đầy ấp cao vọng,để lướt lên phía trước,vỗ ngực tự hào: ' *Có Ta Đây,.. Khó khăn nào cũng vượt qua.* '?!.. Nhưng bước vào tuổi trung niên,cái hăm hở của thời thanh niên đã giảm,khí lực đã hao mòn,những giấc mộng không thành của dĩ vãng cứ ùn ùn kéo đến trong tâm não,âm thầm gặm nhấm tâm can,khiến 'chủ nhân áy náy nhột nhật' ..tiếc nuối thế nào ấy,nó bắt đầu trách móc :

'Anh ơi,nếu mộng không thành thì sao?!

Non cao đất rộng biết đâu mà tìm.. ..

Tìm cái mộng trong đời thực làm sao mà thấy được chứ !?

Tuổi trung niên là tuổi Tri Thiên Mệnh,biết được Mệnh Trời thì cảm nghĩ và hành động tự nhiên theo đó mà hướng.Lúc này ảnh hưởng của thế giới ngoại vi không còn là khuôn vàng thước ngọc nữa rồi .Một số người may mắn hanh thông ,thăng quan tiến chức trong suốt tuổi thanh xuân,thì bước vào tuổi trung niên vẫn thấy đời lá bó hoa hồng tươi tắn 'La vie en rose'!. Nhưng làm thân con người đến tuổi 40 trở lên,không ai tránh được dấu ấn của thời gian ,mỗi ngày ghi đậm nét phong sương hơn trên thân thể cát bụi. .. Rồi cách xưng hô cũng thay đổi,. .. *Nhinh thì gọi là chú,thăng thần thì kêu là bác.Chú hay bác đều là tín hiệu của tuổi trung niên cả.* Ta không thể tự thăm khen mình 'xuân chán..' hay *Bô trai chán!* Mà không thèn thẹn ,ngượng ngập.

Hình dạng sắc vóc đổi thay

Mái tóc thưa dần,không còn ' *tóc xanh mây cuốn ,má đỏ hoa ghen* ' như ngày nào nữa,hàm răng ngọc trắng ngà bắt đầu có triệu chứng sung nhúc lung lay.. ..Rồi chẳng bao lâu nữa ,sự thật phủ phàng đến với ta:

Mái tóc chòm đen chòm lốm đốm

Hàm răng chiếc rụng chiếc lung lay

Nguyễn Khuyến

Thị lực của đôi mắt giảm đi,ta cần đến đôi kính lão để đọc sách báo.TR5ng thái đỏ da thắm thịt bắt đầu suy thoái,cơ bắp ngày thêm một chùng đi,dẫn ra bèo nhèo bèo nhèo.. ..Chứng mập phì làm bụng căng trướng lên như người mang thai .Ở tuổi này,dáng vẻ quyến rũ như một Kim Trọng,Thúy Kiều buổi đầu gặp gỡ biến dần đi Tướng mạo hào hoa bệ vệ đường hoàng chững chạc của một Từ Hải lờ mờ hiện qua hình dáng của ta:

Râu hàm ,hàm én mày ngài

Vai năm tác rộng ,thân mười thước cao.

Đường đường một đấng anh hào.. ..

Đối với nam nhân thì thế,còn nữ giới sức hấp dẫn lúc này rất độc đáo:

Bàu già thì mướt cũng xơ,

Nạ giồng trang điểm ,gái tơ mất chồng

Trang điểm thì gái tơ mất chồng,nhưng què mùa mọt mọt mà vẫn quyến rũ,khiến quan Nghè phải mê tôi :

Tôi là con gái đồng trinh

Tôi đi bán rượu qua dinh quan nghè

Ông nghè sai lính ra ve

Trăm lay ông nghè,tôi đã năm con,

Có con thì mặc có con

Thất lung cho tròn,theo võng cho mau

Ca Dao

Sức Khỏe Giảm Sút, Công Việc Ngán Ngại

Sức khỏe biến thái theo chiều đi xuống. Rồi một ngày nào đó, ta thử độ sức với cậu con trai niên thiếu, kéo co với nó. Rất có thể ta **thắng** con ta. Nhưng cảm giác **con nhường bố đó**.. cứ phảng phất đâu đó, **ám ảnh** tâm hồn ta.. ..Ta suy yếu rồi còn gì !!.. Ở lứa tuổi này ,mấy ai còn ưa thích tham dự những trò chơi cường sức nữa. : Chạy việt dã, đá banh, cử tạ, chỉ nghĩ đến thôi, cũng đủ ngán ngẫm, cảm cảnh với gối mỗi chân chồn, lưng đau, vẹo cột sống. Từ đây, khả năng sinh lý cũng có mồi suy giảm ,so với tuổi thanh niên **đêm bảy ngày ba vào ra không kể** thì trung nhân đành chịu chào thua. **Sự bồng bột hưng phấn giảm đi nhiều, khoái cảm cũng ở mức vừa phải hơn.** Một vài trường hợp, dù cố gắng, vẫn không sao gây được xúc cảm đồng điệu đồng bộ:

Hai chân tanh tách làm luôn mãi

Đống thịt lù lù vẫn thế thôi.

Hiếu Chân(?)

Một vài phụ nữ, cảm khoái sinh lý giảm đi mau chóng hơn, các bà không mấy ưa chuộng những cuộc giao hoan cuồng nhiệt như thời trẻ. Chúng lãnh cảm bắt đầu nhen nhúm.:

Tôi vẫn đi bên cạnh cuộc đời

Ái ân lạnh lẽo của chồng tôi.

T.T.K.H.

Giữa Anh và Chị bắt đầu cảm thấy có điều gì đó lẩn cấn rồi. Quái ác, điều lẩn cấn này thường là đầu mối cho nhiều lẩn cấn nan giải phức tạp khác trong gia đình, có nguy cơ đưa đến chuyện tan đàn sảy nghé.

Đối với công ăn việc làm, trước đây ta không ngán ngại tận dụng đến cơ bắp của cánh tay, nay thì ta thấy ớn ớn thế nào ấy. Làm Overtime chẳng qua vì nhu cầu kinh tế khẩn thiết, hơn là ham mê tích lũy sự giàu sang. Dần dần trung nhân khám phá ra rằng làm việc chân tay mà thiếu khả năng kỹ thuật ,trên mảnh đất Bắc Mỹ này ,rời ra cũng trơn trượt mà thôi. Họ thấm thía tục ngữ tổ tiên: **Bé đi cầu, lớn đi hầu, già đi ăn cơm nợ.** Welfare chẳng là thứ **nợ xã hội đó sao !!?** Họ cay đắng ngậm ngùi ,**bối nát cỏ gai không được đồng tiền kềm.** Tiền kềm thì không, nhưng dollars thì oằn xương sống, uốn xương sườn, cong lưng mỗi gối ,hết ca ngày rời lại ca đêm thì cũng có đấy. Nhưng nhu cầu thì mỗi ngày lại tăng thêm :mortgage nhà, tiền học cho con, tiền mua xe, bảo hiểm, bills hàng tháng cứ bay như bướm bướm mùa xuân.. Rồi tiếng vọng từ bên kia bờ đại dương.. ..làm sao mà chịu cho xiết..Con trâu già tự nhiên thấy mình sòm hản đi..vì sức khỏe và tinh thần suy bại, kham không nổi

Uy Thế Đối Với Con Cái Suy Giảm

Rồi những đứa con lớn dần lên ,cần sự săn sóc, cố vấn của cha mẹ về đủ mọi mặt : đạo đức, học vấn, tâm sinh lý, giao tế xã hội , nhưng công việc đa đoan, đầu tắt mặt tối, trung nhân không thể cập nhật hóa được ,nên những lời khuyên giải chỉ dẫn nhiều khi khập

khíng trật chĩa...để rồi con cái không còn mấy tin tưởng nữa.Về mặt đạo lý, gặp cảnh chướng tai gai mắt ,bất nhẫn mà cất tiếng rầy la... .. Thế là cha con xa cách ... Thấm thía làm sao :*Mở miệng nói ra gàn bát sách* .Dem chuyện đạo đức Thánh Hiền ra mà thuyết pháp thì quả là không hợp thời hợp cảnh : ***Đông là Đông ,Tây là Tây,Đông Tây không bao giờ gặp nhau (Kipling)***.Thế đấy. Trung nhân đang bị xô đẩy vào thế tiến thoái lưỡng nan,sống ở Canada mà:

Thân thể ở trong Gia..

Tư tưởng ở ngoài Gia..

Trung nhân nhận thấy mình lạc lõng giữa bầy con.

Bất Mãn Nảy Sinh Từ Công Việc và Bất Công Xã Hội

Nếu trong quá khứ có thời trung nhân sống oanh liệt,có vai vế tiếng tăm trong xã hội,nay đến quê hương mới ,công việc làm không cân xứng với khả năng và sở học,làm sao tránh được mặc cảm,chán chường bi quan vì nhu cầu thực tế và bức thiết ban đầu,xã hội đẩy ta,ép ta nhận những công việc vô tích sự... .. ***thì nay ,lúc mà nhu cầu sơ đẳng đã được thỏa mãn,no cơm ấm cật rồi,tại sao xã hội và người thân quen cứ dồn nén thúc ép ta chịu mãi cái thấp kém so đẳng ??***..Nhưng liệu ta vùng lên ,vượt thoát được sự kìm kẹp đây ***bất công*** và... ..***t.ủ.i n..h ..ụ..c*** ấy chăng? Khi mà thân thể ta suy nhược trí tuệ đã hao mòn,bất đầu hoen rí!?!.. Lại một thế tiến thoái lưỡng nan.Oái oăm làm sao,Xã Hội ta đang sống lại là ***Xã Hội Vật Chất.Giá trị cao thấp con người là ở mức tiền bạc***:

Bố dĩ già ,bố dĩ tiên,

Ông Tổng không tiền,Ông Tổng ténh.(Ca dao).

Đã ứa gan vì giá trị đảo điên của đồng tiền,lại thêm xốn mắt,phải chứng kiến vài ba kẻ vô tài bất tướng,xum xoe,múa nhảy,ra vẻ ta đây,vênh vênh vào vào,bằng nhắng như nhặng vào cầu tiêu, thật mỉa mai,mất thể thống:

Bà cốt đánh trống bong bong

Nhảy lên nhảy xuống,con ong đốt l.._

Xã hội đã như trò múa rối,lại thêm thiên ác lẫn lộn ,trắng đen mập mờ:

Ăn trộm ăn cướp thành Phật thành Tiên

Đi Chùa đi Chiền, bán thân bất toại.

Cô Đơn Âm Thầm Với Bóng

Thế giới mà ta chấp nhận được ,cứ mỗi ngày một nhỏ đi ,teo lại,ta bắt đầu thấy cô đơn ,mang nặng bầu tâm sự xám xịt,ít ai tri âm thông cảm :

Đêm đông thanh vắng một mình,

Có ông ngư phủ biết tình mà thôi

Ông ngư phủ biết tình thì cứ mãi miết đẩy con thuyền đi xa lắc xa lơ.Sâu đời thì muốn san sẻ cho người tình chung:

Sầu ai lấp cả vòm trời

Biết chăng? Chẳng biết? Hỡi người tình chung!

Nguyễn Công Trứ.

Hiềm một nỗi ,đôi khi người bạn tình chung chần chùng gối lại hững hờ,vô tình hay hữu ý đắp tai ngoảnh mặt làm ngơ,tệ hơn nữa còn nghiệt ngã đay nghiến :

Chồng người đi ngược về xuôi,

Chồng tôi nằm bẹp thò đuôi ra ngoài

Ca dao.

Những Chứng Bệnh Thường Gặp Phải

Bất trắc của tuổi trung niên xảy đến cao thấp ,ít nhiều mạnh yếu ,tập trung hay rải rác đối với mỗi người một khác.Ít ,nhẹ,rải rác thì ta còn cảm thấy nhẹ nhàng thoải mái yêu đời..Nhưng nếu chúng tập trung,đầy đặc,nặng nề,mạnh mẽ,xảy đến đôn dập thì sức tàn phá của chúng rất tai hại. Mặc cảm thừa thãi cô đơn bất lực thất bại đầu hàng ập đến..Tình cảm thất bại,bất mãn,chán chường.. tàn phá tâm hồn và thể xác ta rất mau chóng,dễ đẩy ta đến hết chứng nọ bệnh kia.Khi thì lãng trí lảm cẩm nhớ nhớ quên quên :

Bà lão đi bán rau khoai,

Đồng một chẳng bán,đồng hai gặt gù.

Tâm hồn ta bất an bất định ,lúc sáng lúc điếc,ngơ ngơ,ngẩn ngẩn,cứ như giả vờ:

Trong thiên hạ có anh giả điếc ,

Khéo ngơ ngơ ngác ngác ngỡ là ngây.

Sáng tai họ điếc tai cày,

Sáng một lúc,lâu lâu rồi lại điếc.

Nguyễn Khuyến

Rồi mất ngủ,ù tai,đau lưng thấp khớp,bán thân bất toại.. dễ hờn dễ cáu.Bệnh huyết áp,tiểu đường ..bệnh tâm thần là cao điểm.

Vài Trường Hợp Cụ Thể ở Việt Nam

Hình như có trình độ trí thức cao,có đời sống tinh thần phong phú và tinh tế ,ý chí đủ mạnh để thích ứng trước những biến đổi bất lợi của cuộc sống hơn.Hai trường hợp sau đây có nét gì độc đáo khác thường.

Sau ngày miền Nam đổi chủ,được bao lâu tôi không nhớ rõ,giữa mặt đường Trương Minh Giảng Saigon,xe cộ qua lại tấp nập,trước mặt Đại Học Vạn Hạnh ,thỉnh thoảng lại xuất hiện một nam nhân ăn mặc loè loẹt dị hợm ,nhảy nhảy muá muá,tay chân quờ quạng như muốn chỉ đường cho thiên hạ,mà chẳng ai theo .Người ta tránh né,sợ đụng vào Ông thì mang vạ.Trước tình huống ấy,đàn bà con nít thường thì túm tụ bên đường coi chơi.Nhưng trò này diễn ra thường xuyên quá đến độ nhàm chán,chẳng hấp dẫn được ai.Rõ ràng hành động nhu thế Ông không nhằm đánh động tính hiếu kỳ,Ông không phải là diễn viên,nhằm tạo vui không công cho xã hội. Ông là thi sĩ,nhà thơ Bùi Giáng muốn gửi một sứ điệp cho

đời, giống như Jean Baptist trong Thánh Kinh Thiên Chúa Giáo thuở hai ngàn năm về trước, giảng đạo trước công chúng mà ít ai đoái hoài. Lời rao giảng của Ông trở thành *tiếng kêu trong rừng vắng, trong sa mạc (Vox clamantis in deserto)*. Có lần Báo Công An trích đăng một vài bài thơ của Ông mới sáng tác, không nhằm ca ngợi một thiên tài, hay phổ biến một quan điểm mới, mà để chứng tỏ rằng Ông là một tâm hồn điên loạn, **bế tắc**. ***Bài thơ có nét gì đó Điên loạn, Bế tắc mà Bùi Giáng để lọt vào tay Công An, tự nó đã chẳng phải là Bản Án Tố Cáo Chế Độ Xã Hội thì còn là gì khác?*** Công an hớ hênh lọt bẫy nhà thi sĩ rồi còn gì? Vậy Bùi Giáng tỉnh hay mê, khôn hay khờ? .. ***Có lẽ chỉ mình ông biết thôi.!!?***

Mãi thật lâu sau này, những ông chủ mới của Xã Hội mập mờ hiểu ra ý nghĩa thâm sâu **bản sứ điệp** mà Bùi tiên sinh nhắn gửi. Khi Ông nằm xuống, người ta tổ chức lễ tiễn đưa Ông thật linh đình .

Người viết lại có ông bạn N.T.H. thiếu tá thuộc B.K.D. học tập dài hạn trở về cuối thập niên 80' .. Anh mời bạn cũ đến chơi, giới thiệu công ty Đại Dương BUTIMAO của con anh ở Mỹ, với đội thương thuyền xuyên Thái Bình Dương .Rồi Anh yêu cầu chúng tôi viết thư vận động thân nhân ở nước ngoài gửi tiền, hàng về qua công ty của anh. Nghe qua cũng biết chuyện anh 'PHIA', chuyện DỖM, vi phạm luật gửi tiền gửi hàng độc quyền của nhà nước. Chuyện tất nhiên lọt vào tai Công An. Chẳng bao lâu, Anh bị công an mau chóng bắt giam. Với tội danh khủng khiếp ' phá hoại nền kinh tế xã hội chủ nghĩa' .Tôi nghĩ chắc anh chưa kịp lừa được ai ?? chưa kịp phá hoại được cái gì.!! . Ra Tòa, điều các cố là Anh không chối tội, mà hùng hồn thuyết phục quan tòa về Tổ Chức Kinh Doanh ích nước lợi dân phát triển kinh tế quốc gia của Anh .Quan Tòa nghe rồi cũng đâm hoảng, chẳng biết đầu là thực đầu là hư .Truyền đưa anh qua viện Tâm Thần xét nghiệm. Ở bệnh viện Tâm Thần, anh lại mãi miết viết bản phúc trình về lợi ích Tổ chức Kinh Doanh ,đạo đạt lên T.BT. Cộng Sản và Thủ Tướng.Điều oái oăm là khi viết xong Bản Điều Trần, anh trốn bệnh viện, đến thẳng Đồn Công An nhờ chuyển. Công An hỏi địa chỉ của anh, anh khai ở Viện Tâm Thần ,công an vui vẻ nhận chuyển cho anh, và hộ tống anh trở về viện thật an toàn, giao lại cho bác sĩ giám đốc. Điều Anh mong đợi phải đến đã đến . . Với bản kiến nghị của anh, bệnh viện có đủ bằng cứ kết luận *bệnh chứng điên khùng*. Anh được xuất viện và miễn tố..Một tháng sau đó, đến thăm anh, chị đã cho biết anh đã vượt biên an toàn. Không biết anh điên khùng hay nhà nước cộng sản mắc mưu anh !! ?? Anh chuẩn bị chuyến đi qua mặt nhà nước tinh vi đến thế ???!.Người viết chưa có dịp gặp lại, nghe anh kể bài học thoát hiểm anh thực hiện có ghi trong 'Bí kíp' của Biệt Kích Dù không??!

Dự Tính Cho Tương Lai

Tuổi trung niên (từ 40-50) là thời kỳ chuyển tiếp giữa tuổi thanh niên và tuổi già ,hẳn nhiên có trạng thái tâm lý tâm sinh lý đại khái như trên ,buồn nhiều vui ít, nhưng không phải là thời gian chấm dứt sự nghiệp của đời người .Đây là giai đoạn mà bạn dừng chân lại kiểm điểm thành tích để tiến tới tương lai .Nếu bạn thuộc loại người có bản lĩnh tự tin, lạc quan và chủ động, thì bạn vẫn có cơ hội lớn để chuyển nghịch thành thuận, chuyển bại thành thắng. Bốn mươi tuổi Nguyễn Công Trứ vẫn còn lặn đạn khoa cử ,sống cuộc đời

nghèo đói .. Từ tuổi trung niên như bạn, Ông đã bứt phá để tiến lên, tạo dựng công danh sự nghiệp thật vẻ vang hiển hách :

*Trong cuộc trần ai, ai dễ biết,
Rồi ra mới tỏ mặt anh hùng*

Ở xã hội Tây Phương này, nếu xét lại, bạn muốn chuyển hướng đi vào lãnh vực mới thì xin gợi ý như sau : bước vào tuổi 40 trí lực của bạn không còn mấy uyển chuyển nữa, do đó ít ai nghĩ đến chuyện theo nghề đòi hỏi kỹ thuật cao (hightech profession) huấn luyện dài ngày và tinh tế như điện toán cao cấp, hay chuyên viên ngân hàng chẳng hạn, còn lại, tùy khả năng kiến thức và tài chánh bạn có thể tiến tới.

Tại Sao Dân Bắc Mỹ Thường Dễ Gặp Khủng Hoảng Ở Tuổi Trung Niên?

Chuyện Mỹ, xin để nhường người Mỹ trả lời. Bác sĩ Jack Weiberg, giám đốc Lâm sàng khoa Phân Tâm Học của Viện Illinois cho rằng : thời gian chuyển tiếp của lứa tuổi trung niên thường gặp vấn đề nhiều khê [problem] đối với dân Bắc Mỹ hơn là đối với các dân tộc khác vì bản chất xã hội Bắc Mỹ là xã hội cạnh tranh. Dân Bắc Mỹ lái xe cực nhọc, căng thẳng, coi rất trọng sự thành công nhất là về mặt tài chánh. Và họ luôn luôn nhìn về tương lai, không chịu thỏa mãn hay dừng lại ở mức đang có. Họ đề cao tuổi thanh niên, chủ nghĩa thực tiễn [pragmatism] và chủ nghĩa năng suất [productivism]. Họ thường **khinh miệt một cách vô tình hay hữu ý lứa tuổi trung niên và cao niên.**

Tại Sao Các Dân Tộc ở Các Nước Đang Phát Triển Ít Gặp Khủng Hoảng Hơn ?

Các công trình nghiên cứu xã hội Tây Phương cho rằng:

-Sống trong hoàn cảnh không mấy thuận lợi (nông nghiệp sơ đẳng) người ta dễ chấp nhận sự lựa chọn ít ỏi, đơn giản. Người ta có khuynh hướng tin rằng tất cả đều do **Định Mệnh An Bài**

-Thiếu cơ hội giáo dục và đào tạo chuyên nghề, họ ít có cơ may để tiến thân. Tuổi thanh niên đã **không áp ủ cao vọng lớn**, thì đến tuổi trung niên **cũng chẳng có mấy chuyện bất mãn để mà thất vọng.**

-Các xã hội này ít thiên về đời sống vật chất hơn các xã hội Tây phương. Đối với họ, lớn tuổi là điều phước hạnh, thế hệ trẻ coi họ là biểu tượng cho sự an toàn hơn là mối đe dọa làm cản trở con đường sự nghiệp của thanh niên. Vì thế Thanh niên không kèn cựa ganh ghét khinh bỉ lớp trung niên và cao niên.

Đối Với Dân Việt, Nhận Xét Trên Có Hoàn Toàn Xác Đáng Không?

Theo thiên ý của người viết, trường hợp Việt Nam có một vài ngoại lệ :

1. Từ sau ngày miền Nam đổi chủ, dân miền nam chịu những áp lực bất hạnh cực kỳ to lớn, người dân bị khủng bố rất khủng khiếp về cả thể xác lẫn tinh thần. Áp lực xã hội này lớn hơn gấp bội so với áp lực các dân tộc Bắc Mỹ đang gặp phải.

2. **Một bộ phận không nhỏ người di tản đã được giáo dục và huấn luyện ở trình độ tương đương với tiêu chuẩn Tây phương và Bắc Mỹ.** Xin nhớ rằng chương trình giáo dục Việt Nam thời ấy mô phỏng rất sát chương trình giáo dục Pháp và Mỹ đương thời, đúng tiêu chuẩn cao và cập nhật hóa của UNESCO. Khác xa và cao hơn hẳn hệ giáo dục miền Bắc. Không kể hàng trăm ngàn người trực tiếp thụ huấn tại các trường huấn luyện Pháp Mỹ hay theo học trực tiếp những chương trình này trên đất Pháp Mỹ. Đến nay ngành giáo dục của chính quyền hiện đại tại Việt Nam cũng chưa bắt kịp về nhiều mặt, nhất là mặt **nhân bản và khai phóng**, rất đậm nét trong chương trình Triết Học và Văn Chương.

Đến miền Đất Mới họ mất chỗ đứng vì lý do chính đáng cũng có mà vì lý do không chính đáng cũng nhiều. Họ gặp sự đối xử nhiều khi rất bạc bẽo đến trơ trẽn thô bạo vì nổi ghen ghét, lo sợ mất thế thượng phong của những bạn đồng sở, đồng nghiệp. Họ bị hiểu lầm, khinh bạc vì ngôn ngữ, phong tục tập quán. Họ gặp không ít kỳ thị dưới nhiều dạng khác nhau, đẩy họ vào thế nhút nhát bị động, hoặc hung hăng.

3. Phần lớn đến tuổi 40 vẫn chưa tạo được sản nghiệp đáng kể, quanh quẩn một căn nhà một cái xe còn chưa trả dứt. Họ vẫn *tiếp tục kiếp sống lao động chân chính, Dĩ Công Vi Bản* (lấy xưởng thợ factory làm gốc,) lúc nào cũng *nom nóp lo sợ sự thăng trầm* bất ổn kinh tế và ý muốn thất thường của các ông chủ. Thất nghiệp luôn luôn là mối đe dọa đến sự an toàn của đời sống gia đình. Họ hiểu rõ rằng một vài phần tử đồng hương nào đó quậy phá có thể dễ gây ảnh hưởng tai hại lây lan đến cả cộng đồng, họ ở đầu ngọn nước 'Thải' (layoff)!!

Còn rất nhiều áp lực khác nữa đẩy người Việt di tản tới những cuộc khủng hoảng. Nhưng đại đa số người Việt di tản chịu đựng và vượt thoát được những cơn sóng gió, có lẽ vì :

1- Bản chất người Việt từ bao nhiêu đời rất cần cù, nhẫn nại, kiên trì chủ động vượt khó, rất lạc quan, rất ham học hỏi. Nơi họ có một sức phấn đấu rất dai dẳng, bền bỉ. Họ tỉnh táo để nắm bắt cơ hội vừa sức mình để chuyển bại thành thắng. Họ không ngán ngại sự khổ, sự khó. Họ chỉ dự tính đạt được những kết quả rất vừa phải, ít viễn vông xa vời. Họ lượng sức mình mà vươn tới, vươn được một bước họ mới đặt mục tiêu cho bước sau theo lối tiệm tiến **'Tri túc tiện túc, đãi túc hà thời túc?'** - *biết đủ là đủ, đợi đủ đến bao giờ cho đủ được?*

2- Người Việt thừa hưởng nền *Văn Hoá Lương Giá*, cuộc đời xuất hay xử đều có giá trị ngang nhau. Gặp cơ hội làm ăn thì xuất toàn tâm toàn trí mà làm cho được: **Dem quách cá sớ tồn làm sớ dụng** (Nguyễn công Trứ). Nhưng nếu gặp thất bại, đôi khi họ có thể than nhiên (xin nhấn mạnh: **đôi khi thôi**), tỉnh táo vì họ tin rằng quá trình hoạt động cũng là quá trình rèn luyện khả năng và nhân cách: **Không thành công thì thanh nhân** (Nguyễn Thái Học) - (người viết xin mở ngoặc: *Hai phẩm tính này hiện lên rất rõ trong sách giáo khoa Văn Chương và Lịch Sử Trung Học chế độ cũ, mà đa số dân di tản ở lứa tuổi trung niên đã có cơ hội hấp thụ*). Người Việt tìm đến những giá trị tinh thần, mà xã hội theo chủ nghĩa thực tiễn Bắc Mỹ ít quan tâm, hay ít ra không còn thời gian và sức lực để thường thức suy tư: Nho, Y, Lý, Số.. Vô Vi Thanh Tĩnh, trong triết học Đông Phương, hay phổ biến

hơn nữa là Kinh Phật. Họ thực sự cảm nghiệm được những giá trị tinh thần quý báu này, không thua gì những giá trị vật chất mà chủ nghĩa thực dụng mang lại.

3-Nền tảng Xã hội Việt Nam là Gia Đình ,chứ không phải cá nhân..Các phần tử trong gia đình vẫn duy trì đạo lý **Thờ Cha Kính Mẹ**, kính trên nhường dưới.**Buổi tối trong mỗi gia đình là cuộc họp mặt đầm ấm.**Đây cũng là nơi các phần tử trong gia đình có cơ hội biểu tỏ được những ám ức bức dọc của cuộc sống gặp phải ngoài xã hội hay noi sỏ làm,do đó giải toả giảm đi phần căng thẳng phải chịu đựng..

4-Người Việt ưa tụ tập thành từng nhóm nhỏ theo lối đồng thanh tương ứng đồng khí tương cầu.Họ đến với nhau không phải để bàn chuyện hợp tác kinh tế to lớn,mà để cùng nhau hàn huyên tâm sự,chung vui những trò chơi ít ồn ào huyên náo,đại thể,có tổ chức qui mô,họ đến để giải khuây.. không làm hại người khác.Người ta thấy cộng đồng người Việt tương đối nhỏ,nhưng **Hội có tên thì lại nhiều,chưa kể những nhóm không tên,Đây là cơ hội rất tốt làm giảm nhẹ áp lực xã hội.**

Bàn đến một vấn đề xã hội,nhận định của người viết tất nhiên rất chủ quan và phiến diện.Kính mong độc giả coi đây như những gợi ý,không có khả năng đề ra những kết luận qui phạm.Mặt khác,đề tài thuộc loại ‘Cứng’ (hard),được trình bày dưới dạng ‘Mềm’(soft).Kính mong các độc giả cao minh thông cảm.

Toronto,19-10-1991

Nguyễn Văn Vũ

(*) Bài viết được đăng trên Thời Báo Toronto năm 1992