

Tại sao người già cô đơn thế?

Một nguồn tin thân cận với Hãng CNN cho biết vài giờ trước khi rời cõi tạm, cựu Tổng thống Mỹ George H.W. Bush thực hiện cuộc điện thoại cuối cùng với con trai mình, cựu Tổng thống George W. Bush. Từ trong điện thoại, Bush “cha” nghe thấy giọng con: "Cha là một người cha tuyệt vời". Bush “cha” đáp lại: "Bố yêu con". Theo cách mô tả của báo giới Mỹ thì cùng với cuộc điện thoại cuối cùng ấy, Bush cha kết thúc những năm tuổi già một cách êm đềm để bước sang thế giới bên kia, gặp lại người vợ từng sống cùng mình 73 năm và cô con gái Robin - người đã chết vì bệnh bạch cầu khi còn nhỏ. Bush “cha” là một chính khách - một người nổi tiếng, ở một trong những đất nước vĩ đại nhất thế giới nên khỏi nói ai cũng có thể đoán biết, ông đã trải qua một tuổi già âm ập và một sự ra đi thanh thản. Nhưng, với những mảnh khác của thế giới, ngay cả những mảnh đầy lấp lánh thì câu chuyện "ứng xử với tuổi già" đã và vẫn là một câu chuyện lớn.

Ở nước Anh chẳng hạn, một thống kê xã hội học năm 2016 đưa ra con số giật mình: 2.000 công dân lớn tuổi đang sống trong tình trạng cô đơn. Thế nên ở vùng tây bắc nước Anh mới có một trung tâm trò chuyện qua điện thoại được gọi tên là "The Silver Line Helpline" với mục đích giúp những người già cô đơn giải tỏa nhu cầu trò chuyện. Trung tâm này hoạt động 24/24, nghĩa là sẵn sàng đáp ứng nhu cầu chia sẻ của người già bất cứ lúc nào và mỗi tuần luôn có khoảng 10.000 cuộc điện thoại như vậy, trong đó có cuộc mà người gọi chỉ hỏi: "Bây giờ mấy giờ rồi?"

Một lần, khi người trực tổng đài hỏi: "Bà đã sinh nhật tuổi 80 cùng ai?" thì từ đầu dây bên kia là một giọng hồn hên: "Một mình!". Người trực tổng đài hỏi thêm một câu nữa, đầu dây bên kia im lặng. Sau đó chỉ là những tiếng "tút... tut..." kéo dài. Và sau đó người ta phát hiện ra, ở đầu dây bên kia, sau cuộc điện thoại cuối cùng, với những lời hồn hên cuối cùng, một bà lão 80 tuổi đã qua đời. Rõ ràng, không phải bất cứ người già nào cũng có cái hạnh phúc được thực hiện một cuộc điện thoại với con cái (cho dù còn con cái) trước khi nhắm mắt xuôi tay.

Những ngày đầu tháng 12 năm 2018 này, nhiều người Trung Quốc đã rơi nước mắt khi đọc bức thư tuyệt mệnh của một bà lão 80 tuổi với nhan đề: Cảm ơn vì đã chăm sóc mẹ, nhưng mẹ hối hận vì đã sinh ra các con! "Các con trai của mẹ. Hôm nay là ngày 6-6, mẹ đã qua tuổi 80, điều này cũng có nghĩa là mẹ đã sống được 80 năm trên đời rồi. Trải qua một thời gian dài như vậy, mẹ sinh 4 đứa con và nuôi thêm 8 đứa cháu tất thảy. Tức là trong suốt cuộc đời mình, mẹ đã nuôi 12 người, cả con lẫn cháu. Vì vậy mà mẹ nghĩ rằng mẹ đủ từng trải và đủ tiếp xúc để có thể hiểu rõ về những đứa con của mình" - bức thư đã bắt đầu bằng một giọng kể từ tốn và đầy trải nghiệm như vậy. Và bức thư kết thúc như thế này: "Mẹ không muốn xúc phạm bất kỳ ai trong số các con. Mẹ không ăn của các con một bữa ăn nào, cũng không mặc quần áo của các con và càng không tiêu tốn 1 đồng nào của các con. Nhưng các con luôn cho mẹ cảm giác, việc các con đến thăm mẹ giống như là một món nợ, một gánh nặng phải trả. Ngay cả khi mẹ đã chẳng còn minh mẫn thì mỗi tối, các con vẫn bỏ về nhà mình, không một ai ở lại với mẹ. Chính điều đó đã khiến cho mẹ cảm thấy cô đơn hơn bao giờ hết. Sau khi cha các con qua đời, các con đã ở cạnh mẹ 1 năm 9 tháng. Mẹ biết ơn vì điều này nhưng ở phần còn lại của cuộc đời, mẹ sẽ đi một mình.

Trong hơn 2 năm qua, mẹ đã phải vật lộn với nỗi cô đơn. Vào ngày sinh nhật lần thứ 80 của mẹ, các con đã đến và đều chúc mẹ "Sống lâu trăm tuổi!", nhưng lúc đó mẹ chỉ cười và nghĩ, sống

trăm tuổi thật vô dụng. Và gần đây, bệnh tim của mẹ ngày càng nặng hơn. Mẹ không nói điều đó với các con và mẹ không biết phải nói gì. Mẹ mong rằng bệnh tật sẽ mang mẹ đi gặp cha các con sớm hơn, nếu được như vậy thì mẹ sẽ biết ơn cuộc đời này rất nhiều. Mấy ngày trước, mẹ mơ thấy cha các con. Ông ấy nhìn mẹ cười và nói: “Bà đi với tôi nhé! Bà sẽ không còn cảm thấy cô đơn nữa””.

Chúng ta không có đầy đủ dữ kiện để đưa ra những nhận xét chính xác trong câu chuyện này. Nhưng, qua những dòng thư tuyệt mệnh này, chúng ta hiểu nỗi cô đơn khủng khiếp của người già - một vấn đề không riêng gì của Trung Quốc hay Anh, Pháp, Mỹ mà là một vấn đề toàn nhân loại. Con người - một loài động vật tiến hóa từ loài vượn mỗi lúc một đầy đủ vật chất hơn, sống nhanh hơn, sống gấp hơn và vì thế có vẻ càng có ít thời gian hơn cho ông/bà/bố/mẹ của mình. Cũng vì thế chẳng mà người già nói chung mỗi lúc lại bị cô lập hơn, xa lánh bởi chính những đồng loại xung quanh?

Nếu thực sự tin rằng bộ não loài vượn đủ phát triển để tạo nên những nhận thức và những rung động cơ bản đầu tiên thì giữa một con vượn già với một người già trong thời đại 4.0 này, ai đau khổ hơn ai? Ai hạnh phúc hơn ai? Thật trớ trêu là rất nhiều công ty công nghệ và các nhà sản xuất lớn trên thế giới hiện nay lại đang tin rằng chính những người cao tuổi sẽ trở thành thị trường mục tiêu, đầy triển vọng của mình. Bằng cách nào vậy? Bằng cách không ngừng nghiên cứu và sẽ sớm cho ra đời những con robot có khả năng nhắc việc và trò chuyện với người già. Những con robot đầu tiên như thế đã được ứng dụng và bước đầu được đánh giá là tạo nên giá trị khả quan. Nhưng, về lâu dài, liệu có thể tin rằng bệnh cô đơn của người già sẽ chấm dứt chỉ nhờ những con robot? Hãy trở lại trường hợp bà lão 80 tuổi người Trung Quốc kể trên, nếu có một con robot ở bên cạnh, đúng là nhu cầu nói chuyện của bà sẽ được cải thiện hơn. Nhờ những tính năng thông minh của robot, những việc bà lỡ quên cũng sẽ không biến dạng thành quên vĩnh cửu, trái lại, những việc bà muốn nhắc sẽ không phải là những ý nghĩ thoáng qua, nếu không kịp cầm bút ghi lại thì sẽ bay đi mãi mãi. Nhưng, có một sự thực là bà không từng mang nặng để đầu con robot ấy. Không từng chăm bẵm con robot, khi nó ốm. Không từng hát ru con robot, khi nó ngủ. Thành thử, thật khó tin rằng nhờ một con robot mà bà sẽ không viết lá thư tuyệt mệnh rớt nước mắt. Thật khó tin rằng, nhờ một con robot mà căn bệnh cô đơn khủng khiếp của bà sẽ được chữa từ gốc gác, tâm can.

Năm 2012, tiến sĩ Perissinotto đã tiến hành nghiên cứu khoảng 1.600 người trên 60 tuổi bất kỳ và đưa ra kết luận: có tới 43% khẳng định mình đang cô đơn. Và nữa, 43% này hoạt động thể chất kém hơn hẳn so với số người còn lại. Và đáng sợ hơn nữa: Họ có nguy cơ tử vong trong vòng 6 năm sau đó. Một nghiên cứu nổi tiếng khác từ những năm 90 thế kỷ 20 của giáo sư Cacioppo (Đại học Chicago) cho thấy, sự cô đơn kéo dài sẽ làm tăng mức hormone gây stress, đồng thời làm giảm sự sinh sản tế bào bạch cầu, khiến nguy cơ nhiễm bệnh tăng cao. Như thế, mối liên hệ trực tiếp giữa sự cô đơn với tình trạng bệnh tật và tỉ lệ tử vong là có thật.

Ở nước Anh vừa xuất hiện một vị Bộ trưởng Bộ Cô đơn để giải quyết vấn nạn cô đơn của công dân nước này nói chung và hàng triệu người già nói riêng, những vấn đề mà Thủ tướng Theresa May gọi là "hiện thực đáng buồn của cuộc sống thời hiện đại". Ở nhiều nước châu Âu khác như Đức, Pháp và Đan Mạch, hàng loạt kế hoạch, hàng loạt chiến dịch lớn liên tục được áp dụng để kêu gọi người già tham gia vào các hoạt động xã hội thay vì "trốn mình" hết ngày này đến ngày khác trong trại dưỡng lão.

Ở Australia mới đây, trong một trại dưỡng lão địa phương người ta chứng kiến cái chết lặng lẽ nhưng rất đặc biệt của một ông lão có tên Mak Filliser. Cùng với thời gian, người thân đến trại dưỡng lão thăm Mak Filliser thưa dần. Những cuộc điện thoại hỏi han ông cũng thưa dần.

Và nhiều người trong trại dưỡng lão cho rằng, ông đã kết thúc cuộc đời mình trong bất hạnh. Nhưng rồi tất cả đã phải nghĩ khác khi cô y tá tình cờ phát hiện ra một mẫu giấy nhàu nát trong phòng của ông, với nét chữ đúng là của ông. Mẫu giấy nhàu nát ấy có gì? Một bản di chúc viết vội? Những mã số của những tài khoản bí ẩn trong ngân hàng? Hay một bản đồ kho báu nào đó mà đến tận những phút cuối đời mới có thể vẽ ra? Không! Không có tất cả những thứ ấy. Trong mẫu giấy nhàu nát là một bài thơ kể lại toàn bộ hành trình cuộc đời mình. Một cuộc đời nhiều biến động với những đỉnh cao tươi sáng thời tuổi trẻ và bóng tối u sầu khi đã về già, khi người vợ thân yêu đã bỏ mình ra đi, còn những đứa con cũng mỗi lúc xa dần:

“Bóng tối bỗng che phủ, khi vợ hiền đi xa
Tôi nhìn vào tương lai đầy run rẩy
Những đứa trẻ của tôi, chẳng thể nào gặp chúng
Năm tháng đã trôi qua, cuốn mất tình yêu
Giờ đây đã già nua, thiên nhiên thật tàn nhẫn
Tuổi già đến nhanh chóng, cứ ngỡ như trò đùa”...

Nhưng, bài thơ di chúc của ông lão không dừng lại ở những lời than vãn ấy. Bất ngờ thay, bài thơ vang lên những giai âm tươi trẻ:

“...Đề rồi một ngày kia, trái tim bừng sống dậy
Tôi nhớ những niềm vui... tôi nhớ những nỗi buồn...
Tôi yêu và tôi sống, bắt đầu một lần nữa
Dù giây phút còn lại, ít ỏi và ngắn ngủi
Người ơi có biết chẳng, chẳng có gì vĩnh cửu
Hãy mở mắt và nhìn
Chẳng phải lão già đâu
Hãy lại gần và thấy... một TÔI này - thật trẻ!”.

Bài thơ này sau đó đã lan tỏa trong cả mùa Giáng sinh, xuất hiện trên nhiều tạp chí và trở thành một hiện tượng có sức lan truyền mạnh mẽ trên Internet.

Bài thơ và câu chuyện của cụ già cô đơn này đột nhiên nhắc nhở chúng ta - những người trẻ hôm nay một điều: Rồi một ngày, chúng ta sẽ già đi. Chúng ta rồi sẽ ít nhiều cô đơn, dù không muốn. Và chúng ta, ngay từ bây giờ cũng nên dần học cách tự chữa bệnh cô đơn cho chính mình

Phan Mỹ Chí