

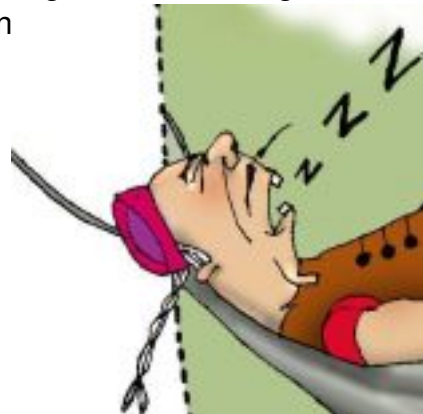
Những đêm mất ngủ

Tác Giả: Huy Pháng

Thứ Hai, 24 Tháng 5 Năm 2010 21:04

Đôi khi có người chỉ qua một đêm lo nghĩ không ngủ, sáng dậy râu tóc đã bạc phơ.

Theo truyện Đông Chu Liệt Quốc, Ngũ Tử Tư là người hiền của Sở, văn võ song toàn, có cha Ngũ Xa là người chính trực như ngọc bích vua nghe sàm tâu mà khép vào tội phẫn



nghech bắt giam rồi đưa xử tội. Vua sở hai con của Ngũ Xa là Ngũ Tháng và Ngũ Tử Tư làm phẫn nên ép Ngũ Xa viết tấu để hai con vào triều để vua phong chức, nhưng chỉ có Ngũ Tháng tin cha theo vào triều bá vua Sở giết. Ngũ Tử Tư bị truy lùng khắp nơi, một đêm đi đến cửa ải, nhìn sang nước Ngô mà không được, nên lo âu, chỉ qua một đêm trở nên tóc không ngủ, suy nghĩ đến tận sáng hôm sau thì toàn bạc râu, tóc của Ngũ Tử Tư đã bạc trắng.

Người ta thường dùng mấy chữ “giấc ngủ trẻ con” để nói đến những giấc ngủ ngây thơ, vô tư, còn người lớn tuổi thì mất ngủ, lo nghĩ chuyện đời hoặc gặp chuyện trái ngang, đêm thường khó ngủ. Có khi mất ngủ vì lo âu, vì buồn bã, vì sợ hãi hay đôi khi vì quá vui. Nghĩ đến chuyện nước mất nhà tan, cuộc đời dâu bể, Trần Tử Xáng đã mô tả cảnh “đêm nghe tiếng chá bên tai, giấc mình còn tỉnh nghe tiếng ai gõ cửa”, hay cũng là đêm: “trời không chấp bá vì mình nguán, đêm nào đêm nào cũng buồn!”

Hay như nhà thơ Tố Hữu (1866-1918) đời thi Pháp thuác, với tâm sự cô đơn của một nhà nho yêu nước, biết ai đang nghĩ, đang tâm với mình, cũng với những đêm không ngủ:

“Đêm sao đêm mãi tôi mò mò
Đêm đến bao giờ mới sáng cho?
Đàn tráu cháng muán dáy
Ông già tháng tháng vẫn đang ho.
Ngán đèn giờ trám kháu còn bé

*Tiếng chó nghì ngái cán ván to
Hàng xóm bán bá ai dáy cháa?
Dáy thái lên tiáng gái nhà nho!”*

Chúng ta đâu không là “chí sĩ”, trong cuộc đời khổ đau, chiến tranh, tù đầy, chia ly gáp nghách cánh, cũng có những đêm mất ngủ vì phián muộn lo âu. Mất ngủ thì sáng dậy, thá lác tiêu hao, tinh thần hao mòn, đôi mắt trám lá, chân bác không vững, ăn không tháy ngon. Trong cuộc đời chúng ta, cũng có những mất ngủ như thế. Trong đêm bán bá vững lòng, chúng ta đã nghe gì. Chúng ta cùng nghe những tiếng tiếng đáng ban đêm của một thời thời ấu, cùng với Quác Văn Giáo Khoa Thư - Láp Dá Bá:

“Mất đêm năm mãi không ngủ được, tôi lắng tai nghe những tiếng đáng ở nhà. Tôi đi gọi những con mất ngủ đến gõ kán kát nháng ở đó a váng. Tôi đi gọi những cánh cái tá, chuát cháy sát sát, bên cánh mình, muỗi kêu vo vo. Thánh thoáng lái nghe tiếng con thán lán bát muỗi. Con nác ná bay xáxá bên vách.

Không những trong nhà mà ở ngoài cũng có tiếng đáng. Cánh nhà gió thổi vào những tàu lá chuối, nghe như mưa; ngoài vườn tiếng dá kêu ri rá. Trái mái mưa, các loài trùng dáy nác cá, nên cóc và chá, nhái kêu inh ái. Xa xa thì nghe tiếng chó sáa trắng”.

Má không ngủ được thì trác hát là nghe tiếng đáng của xe hái ngoài đáng, tiếng còi há của xe cánh sát xa xa, tiếng nác tái cây tá đáng ngoài vườn và cả tiếng đáng hánh páng tiếng mất trên tiếng hay tiếng ngáy của người nằm bên cạnh.

Hánh phúc cho ai có một giấc ngủ bình thường. “Ăn được ngủ được là tiên, không ăn không ngủ là tán vát đi”. Những đêm có 8.5 triệu người mất ngủ, trán trá trên giường và ngái ta đã tán hàng trăm triệu đô la để chữa bệnh mất ngủ. Đến ông bác sĩ Tây thì ông xem lấy mũi hàng, ông Đông thì nói tái gan nóng, bác sĩ tâm thần thì nói tái lo nghĩ, tâm lý bất an. Ngái ta khuyên đáng uống trà và cà phê buổi tối, đáng bián phòng ngủ thành nơi làm việc, đáng uống rượu, lo nghĩ tính toán trước khi lên giường cho không phải trên giường, nghe nhác nhá, tám nác nóng hay đán gián là đám... của chúng ta. Những mất ngủ vô hiáu. Ngái mất ngủ vẫn trán trá trên giường, dành giấc ngủ và bát đâu sự hãi bóng tối và sự yên lòng của đêm khuya.

Lao động chân tay những người nông dân hay công nhân, vất vả với những công việc nặng nhọc suốt ngày ngoài đồng hay ở công trường có lẽ sẽ tìm thấy giấc ngủ dễ dàng. Vì vậy những người ở trong các trại tù “lao động cải tạo” của Công Sản, trước kia dù có bệnh mất ngủ, sau một ngày cật lực vất vả, tối về cũng phải ngủ vùi mê mẩn. Ở trong trại tù này, tôi cũng đã có lần thức giấc, rồi khó khăn để đi giấc ngủ trở lại, vì cần đối hành họ. Cũng có một thời gian, khi đi về trại Phú Sơn, tôi được xếp nằm cạnh bệnh nhân mất ngủ ở bệnh tù, anh Nguyễn Văn Bé, nguyên Trưởng Ban 2 mất Chi khu ở Vùng 4. Anh Bé bị suy nhược nặng, cả tiếng ngủ tiếng trong căn thiêu ứ ả, thiêu ứ mẩn, với Mùa Đông ở Bắc Thái buổi giá, bệnh suy nhược đã hành hạ thân xác anh như thế nào. Suốt đêm anh hát những bài nôm khom những bài, hát thì mất ngủ, tiếng kêu như tiếng bả lò rèn, rồi sáng mai lại cũng phải thức dậy đi lao động như anh em. Nhiều khi thấy anh xanh xao, kiệt lực, những người không chết. Bệnh cai tù cũng bị vậy nên cũng đành cho anh ra tù, cũng đưa anh ra Bắc, vào thời gian này cũng đã hơn năm năm. Nằm bên anh, rồi rồi quen, tôi cũng phải ngủ được, không ngủ được phải chết, những người như nhà, vì tôi có một cháu trai năm tôi vào tù mới mới ba tuổi cũng bị suy nhược nặng. Anh “Bé Suy nhược” à! Bây giờ anh ở đâu?

Tôi có một người bạn bị mất ngủ kinh niên gần nửa thế kỷ nay, từ thời trẻ, đi lính, vào tù rồi sang Mỹ, mỗi đêm anh chấp chấp mất đi chấp ng ba tiếng đồng hồ, những người coi bệnh cũng yêu cầu và không hề than phiền đến thời bệnh “trên giường” này. Thuộc Đông, Tây, Nam, rồi chiêm cẩu, thôi miên, thôi n... anh đã trải hết mùi đời, những người không có kết quả, đành ôm lấy nó mà sống. Cuộc cùng anh gặp mất bác sĩ, không cho anh thuốc ngủ trở bệnh mà chỉ cho anh những người chúc mừng, vì anh đã sống được hai cuộc đời, dài hơn những người bình thường. Phải cảm ơn Thiên đáng Đá, vì trong khi thiên hạ sống sáu mươi năm, đã dành suốt hai mươi năm để ngủ, chỉ còn lại bệnh mất ngủ năm để hưởng phúc hay khổ đau, phần anh, anh sống dài hơn những người khác trên mười năm. Nhiều lúc vào ban ngày, anh cũng bị căng thẳng, những người vào ban đêm, trong khi mất ngủ, anh có thể được thêm sách, viết lách hay mơ mộng trong sự yên tĩnh mà không hề bị ai quấy rầy trong một thế giới của riêng anh... Anh nói rằng: mất ngủ cũng buồn, những người không có ai mất ngủ mà chết!

Ngày nay, những người bạn tôi đã bị cá sang tuổi “cá lai hy”, tiếng không như Saigon năm cũ, để được lên mà chết, vì cuộc đời quá ngắn ngủi.

Còn tất cả quý vị còn lại, đã là những người “thất phu” (quốc gia hàng vong, thất phu hậu trách), lâu lâu cũng có phải có một đêm mất ngủ, không buồn chuyện xót xa quê nhà thì cũng buồn chuyện như những người quê người. Những người khi nghĩ lại, “có khi thiên hạ được ngủ cả, đời gì mà thức mất mình ta!”