

## Ông Phật Dược sư của tôi



### Song Vũ

Chúng tôi di chuyển bộ từ trại 3 thuộc Liên trại 1 ở phía Bắc sông Hồng về trại 8 phía Nam sông Hồng vào tháng 5.1977. Trại 8 thuộc vùng đồi núi Hoàng Liên Sơn nằm gần khu hồ chứa nước cho công trình thủy điện Thác Bà.

Ngay từ lúc đặt chân tới trại mới, công việc của chúng tôi là tu bổ sửa sang lại khu trại đã cũ, đã xuống cấp này và chuẩn bị cho vụ trồng cây lương thực sắp tới. Vì thời tiết của khu trại cộng thêm cường độ lao động (chủ yếu là phát quang trồng rẫy và đốn cây, tre, nứa) khá căng thẳng nên sức khỏe của tù nhân ngày càng kém. Cho đến tháng 7 thì dịch kiết lỵ, tiêu chảy ập tới trên diện rộng cho toàn Liên trại. (Thực tình tôi cũng không còn nhớ chính xác là Liên trại 4 này có bao nhiêu trại nhưng qua các kỳ đi lãnh lương thực, gặp gỡ các bạn tù từ các trại khác thì ít nhất tôi cũng nghĩ là Liên trại này gồm 8 trại và một trại y tế là trại 9).

Tôi bị mắc bệnh lỵ vào khoảng tháng 9 năm 1977. Những anh em bị sớm hơn thì khoảng tháng 8. Lúc đầu là những cơn đau bụng ngầm và tiêu ra đờm rồi máu, mỗi ngày 5 hoặc 6 lần. Về thuốc đề kháng, lúc đầu trại có để phát cho bệnh nhân, đó là xuyên tâm liên. Theo lời quảng cáo của cán bộ y tế trại, đây là một loại kháng sinh “ngang tầm” với penicillin ngoại! Mỗi ngày uống hai lần mỗi lần 3 viên. Tôi uống ròng rã gần hai tuần vẫn không dứt và sức khỏe ngày càng kém hơn. Trại trưởng là một thượng úy, ông nghĩ ra một phương thuốc dân tộc: nước lá ổi. Trong một buổi nói chuyện với chúng tôi, ông bảo lá ổi có khả năng chữa lành mọi thứ bệnh đường ruột mà ông bà tổ tiên đã sử dụng. Ông hỏi cả hội trường “ngày xưa làm gì có thuốc trụ sinh, kiết lỵ hay té re thì chỉ cần ăn trứng gà xào với lá mơ hoặc lá ổi nấu đặc là hết tất, đúng không nào?”. Rồi nói tiếp: “Nhưng điều kiện trại không có trứng gà, vì trứng gà là một loại thực phẩm cao cấp thành ra chúng ta sẽ khắc phục bằng nước lá ổi là đủ!”. Từ hôm đó, đám bệnh nhân chúng tôi ngưng uống xuyên tâm liên vì – theo y sĩ của trại – đã bị nhờn thuốc, để chuyển qua uống nước lá ổi. Ban y tế trại được phân công hàng ngày phải đi hái lá ổi và nấu sôi trong một nồi lớn để ngay tại phòng

khám bệnh, các con bình luân phiên lấy về uống theo liều lượng mỗi người một bi-đồng hoặc chai loại 1 lít/ngày thay cho nước lã.

Số bệnh nhân bệnh lỵ trong trại khoảng 20 trên tổng số hơn 150 người. Những anh em có tuổi và những người mắc các loại bệnh khác như đau bao tử, viêm gan hoặc tim mạch dần dần kiệt sức và không còn khả năng đi lại được nữa, lần lượt được chuyển qua trại 9 là trại y tế của Liên trại để điều trị. Đến tháng 11 trời bắt đầu trở lạnh, chúng tôi được tin những anh em này chết gần hết <sup>[1]</sup>. Lúc đầu thì lác đác từ các trại khác, mỗi lần gặp nhau trên đường làm nương rẫy hoặc lấy gỗ, chúng tôi nghe tin các bạn bè, người quen đã bỏ mạng. Về sau khi trời vào đông thì số chết tăng nhanh hơn. Riêng trại 8 nơi tôi ở đã có tới 9 người chết vì căn bệnh này. Riêng tôi và anh bạn khác đội sản xuất có tên là Nguyễn Văn T. (nguyên là thiếu tá tiểu đoàn trưởng truyền tin của một đơn vị tại vùng 4) còn lê lét đi lại được nên chưa được đưa qua trại 9. Tôi, T. và ba người khác (Hai người bị bệnh bao tử nặng là anh Đỗ Long V., một trung tá sĩ quan quản trị tiếp liệu thuộc quân đoàn 4 và Bùi Văn N., trung tá quận trưởng một quận thuộc quân đoàn 3), cùng với anh Nguyễn Đăng K., trung tá lực lượng đặc biệt bị lở loét cùng mình - mà có người nói là loại bệnh “giời bò” <sup>[2]</sup> – tổng cộng năm người, chúng tôi được y tế trại cho nghỉ lao động nằm điều trị tại trại.

Trời vào đông, thời tiết ngày càng lạnh cóng, phần gạo tiêu chuẩn ngày càng bớt dần từ 12 cân xuống còn 8 cân rưỡi và bù vào đó là số sắn lát hoặc bắp khô 5 cân một tháng. Sức khỏe của tù cải tạo cả trại ngày càng kém. Tin tức từ trại 9 đưa về cho biết hầu như những tù nhân nào được chuyển đến trại y tế này được coi là một chuyến đi không có ngày trở lại! Mỗi khi có bệnh nhân chuyển qua trại 9 anh em ở lại trại hiểu những người bạn đó sẽ vĩnh viễn nằm tại vùng đất này.

Về anh V., trước Tết chừng nửa tháng, trong một đêm đau bụng dữ dội, viên y sĩ được cấp báo đi vào trong chăn bệnh rồi phán một câu chắc nịch “không sao hết, chắc bao tử bị loét lại ăn sắn lát nên nó xót nó hành thôi, để tôi chích cho một mũi giảm đau là êm!”. Và quả thật sau khi anh ta chích mũi thuốc thì V. không còn kêu réo gì nữa, anh ấy ra đi sau mũi thuốc khoảng nửa tiếng!

Anh T. cảm cự được tới ngày 23 Tết năm ấy lúc cả trại đưa ông Táo về trời. Sau bữa ăn tiễn ông Táo, anh không còn đủ sức bước lên cầu tiêu được nữa. Anh xả ngay tại chỗ nằm, chân tay lạnh cóng. Sáng hôm sau thì trại quyết định chuyển anh qua trại 9. Khi chia tay, anh nhìn



những người còn lại, ai cũng chua xót và cảm thông. N. bảo “Thôi anh chịu khó qua đó một thời gian, rồi trở về trại ăn Tết cùng tụi này”. Anh T. nói thì thào: “Chúc các bạn ở lại mau mạnh khoẻ và sớm trở về sum họp với gia đình, còn tớ thì chắc sẽ không về nữa đâu”. Và anh đã không về thiệt. Anh chết trên đường di chuyển trước khi vào tới cổng trại 9. Dù vậy anh cũng vẫn được khiêng vào nhập trại để làm thủ tục chôn cất tại ngọn đồi nơi trại.

Không hiểu sao Tết năm ấy (1978), trại lại phát cho mỗi người 3 cây nhang không phân biệt có tôn giáo gì. Trại trưởng phát biểu trong ngày tất niên: “Dù đạo gì các anh chắc cũng cần đến nhang để khấn tổ tiên ông bà, thành ra chúng tôi thông cảm với những ‘thành khẩn’ ấy. Trại đã ‘thực hiện’ chính sách tôn trọng tín ngưỡng của Đảng và Nhà nước, thực hiện cho các anh mỗi người 3 nén hương để các anh ‘hành lễ!’”. Trại cũng mua về một con trâu già gây sừng để làm thịt cho cả trại ăn Tết. Mỗi người còn được phát một nửa chiếc bánh chưng bằng bàn tay và hai chiếc kẹo gói giấy kiếng. Cả trại được nghỉ lao động từ chiều 30 đến hết mùng 2 Tết mới “ra quân” trở lại. Không khí Tết có vẻ bớt u ám đi nhiều. Nhất là chiều 30 sau khi tù nhân lãnh mỗi người một miếng thịt trâu bằng 3 đầu ngón tay cùng 3 muỗng nước thịt trâu kho và một chén cơm gạo trắng không độn! Từ đầu lán xuống cuối lán tụi năm tụi ba anh em ngồi hàn huyên hoặc xì xụp cúng kiến!

Tôi hiểu rõ căn bệnh của mình nên không dám đụng tới thịt và mỡ trong bánh chưng nên nhường phần bánh và thịt của mình cho các bạn. Tôi đem phần cơm trắng bỏ vào chiếc lon gỗ mang xuống bếp nấu thành cháo loãng để ăn với muối như thường ngày.

Buổi chiều 30, tôi cố gắng chống gậy đi lên khu tắm tập thể để tắm tất niên như một thói quen từ ngày còn nhỏ. Trước khi đi tù cải tạo, tôi nặng 75 kí cao 1m69. Cách đây 3 tháng trước khi cơn bệnh phát nặng, lần đi lãnh gạo cuối cùng tại Cẩm Đường, một kho lương thực của xã hay huyện gì đó, tôi còn cân được 45 kí. Nhưng bây giờ thì chắc còn nhẹ hơn thế nhiều nên tôi muốn đi chuyển phải chống bằng gậy và lê chân từng bước một. Mỗi ngày tôi vẫn phải lê lét như thế đều đặn từ 5 đến 6 lần để lên khu vệ sinh công cộng nằm cách xa lán ngủ chừng 30 thước! Nhiều khi quá mệt mỗi tôi ngồi lại trên một tảng đá nằm giữa khu lán ngủ và khu vệ sinh để chờ chuyển đi vệ sinh kế tiếp nhằm tiết kiệm năng lượng. Tắm xong tôi ra tảng đá quen thuộc ngồi một mình.

Mới đó mà cũng gần hai năm tôi đặt chân ra vùng đất này. Vợ con tôi vẫn biết vô âm tín

chẳng biết sống chết ra sao. Thành thạo nghe tin đọc trên báo *Nhân dân* qua loa phóng thanh của trại tôi được biết Sài Gòn hiện nay bà con đang “hồ hởi phấn khởi tích cực tình nguyện” đi vùng kinh tế mới mà lòng nghi ngại không biết trong những gia đình “hồ hởi” đó có gia đình mình hay không? (Nhà tôi vốn là một cô giáo, cháu trai lớn nhất của chúng tôi sinh năm 1966 và cháu út sinh năm 1972). Nếu có thì sẽ sinh sống ra sao, còn không đi thì ra sao đây?

Thực ra trong những ngày đầu tiên sau khi đi trình diện cải tạo và nhất là thời gian di chuyển ra miền Bắc, tôi đã xác định cho mình là sẽ không có một hy vọng trở về sum họp với gia đình. Sống với tôi là hãy sống vậy thôi, chẳng chờ đợi hay mong mỗi một phép lạ nào hết. Sống như một bản năng ham sống của con người. Trong suốt 15 năm quân ngũ tôi đã đối diện không biết bao nhiêu lần với cái chết. Ngay cả khi tôi tưởng mình đã chết thiệt vào năm 1967 sau một cuộc hành quân trực thăng vận vùng Bắc Cai Lậy, khu Kinh Sáng. Đơn vị tôi đụng đầu với Trung đoàn Đồng Tháp. Đó là trận đánh cuối cùng của tướng Nguyễn Bảo Trị trước khi bàn giao lại sư đoàn. Tôi bị thương vào ngực trái sát với tim. Chỉ cần nhích đi chừng một phân thôi trái tim tôi sẽ vỡ tung. Tôi đã lên cơn sốt suốt một đêm vì máu đọng lại trong lồng ngực và máy bay tải thương không đáp xuống được do đạn phòng không. Cho đến tờ mờ sáng hôm sau tôi mới được đưa thẳng về Bệnh viện Cộng Hòa. Tại đây tôi nằm thiếp đi hai ngày đêm sau ca mổ mới tỉnh lại. Trong thời gian nằm thiếp đi như thế, đã có lúc tôi thấy mình bay lên rất cao trên bầu trời như một cánh diều! Tôi đã được điều trị gần hai tháng tại bệnh viện trước khi trở lại đơn vị cũ. Rồi năm 1972 trong trận đánh Kontum tôi lại bị thương một lần nữa, lần này là một trái hoả tiễn 122 ly từ phía bắc sông Po-Krong bắn vào Bộ tư lệnh tiền phương của biệt khu 24. Tôi và hai chú lính đi cùng bị thương. Sống chết chực chờ, đời lính là như thế, trong cái hoang mang đau đớn của một cuộc nội chiến kéo dài lê thê này. Người thắng và kẻ thua nhìn ra vẫn là chung một giống nòi. Bây giờ hoà bình rồi, tôi đã làm tròn bổn phận của một công dân. Cuộc chém giết giữa anh em đồng bào đã kết thúc không đáng giá hơn cái vinh nhục khổ đau của một cá nhân hay sao?

Từ trên tảng đá tôi nhìn ra phía hồ. Trời về chiều, trong rừng bóng tối lên khá sớm. Một vài bản xa đã le lói ánh đèn. Tôi ngồi suy nghĩ mông lung và bỗng bật ra một ý tưởng lạ lùng. Đêm nay, trong giờ giao thừa tôi sẽ ra vùng đầu hồ khấn cùng trời đất thiên địa hãy mở ra cho tôi một con đường. Cuộc sống giờ đây đối với tôi là quá đủ. Tôi không còn gì tha thiết hay mong cầu. Tôi muốn



một nơi chốn bình yên, như mặt hồ phẳng lặng kia, như những làn khói tỏa nhẹ kia từ phía bản làng.

Lúc giao thừa, ngay khi tiếng loa phóng thanh từ phía bộ chỉ huy trại phát đi lời chúc Tết năm mới của Chủ tịch Tôn Đức Thắng, tôi ngồi dậy. Chung quanh tôi im lặng nhưng tôi tuyệt không nghe thấy một tiếng ngáy nào như thường lệ. Có lẽ các bạn tôi cũng đang nghĩ về gia đình, người thân hoặc một điều gì đó rất riêng tư.

Tôi lấy ba cây nhang thắp lên và đi ra ngoài đầu lán. Trời tối mịt mùng, từ đây nhìn xuống con đường đất nhỏ chạy ven dưới chân đồi chỉ thấy một vệt sương trắng. Bên kia đồi là Ban chỉ huy của trại. Chiếc bóng điện treo le lói ngay cổng vào. Giữa sân là cây cột có treo chiếc loa phóng thanh. Từ chiếc loa đó phát đi lời chúc đầu năm của vị Chủ tịch nước. Tiếng gió lao xao chao động thành ra âm thanh tiếng được tiếng mất tôi cũng chẳng hiểu cụ Tôn đang nói những gì.

Tôi tập trung tinh thần và hướng về phía hồ mà khẩn rảng: “Tên tôi là... sinh ngày tháng năm... quê quán tại..., vợ con đang cư ngụ tại... Nhân đêm nay là đêm giao thừa, giờ phút linh thiêng của trời đất, tôi xin nguyện một điều. Trong suốt cuộc đời tôi, tôi không làm điều gì sai trái với lương tâm của mình. Nếu có ai đó vì tôi mà chịu tai hoạ, hãy tha thứ cho tôi. Riêng tôi, tôi không hận thù ai hết. Tôi sẵn sàng tha thứ cho bất cứ ai đã gây cho tôi những khổ đau tang tóc. Nếu nghiệp số tôi còn nặng nợ, phải tiếp tục đáp đền thì xin thiêng liêng hãy cho tôi chấm dứt căn bệnh quái ác này. Còn nếu nghiệp căn của tôi đã trả đủ thì xin hãy cho tôi được ra đi thanh thản ngay chính đêm nay sau lời khẩn nguyện này”. Nguyện khẩn xong tôi bình thản cầm ba cây nhang lên chỗ tôi đã đứng và lặng lẽ trở lại giường nằm.

Đêm ấy tôi đã ngủ vui cho đến lúc mặt trời chiếu qua vách lá xuyên vào chóa mắt khiến tôi không thể ngủ thêm được nữa. Như trong dự định, tôi rửa mặt và đi xuống lán dưới để tìm gặp chúc Tết bạn bè. Người tôi gặp đầu tiên là anh Đặng Nguyên P., anh là trung tá chỉ huy trưởng pháo binh sư đoàn tôi. Anh đang ngồi uống trà một mình. Những lá trà tươi lấy từ bụi trà trồng gần trại thêm một chút gừng, theo anh nói sẽ làm con người cảm thấy khoẻ khoắn thanh thản hơn. Anh mời tôi ngồi xuống chiếu rồi hỏi thăm tôi về tình trạng căn bệnh của tôi diễn biến ra sao. Tôi lặng lẽ: “Chẳng có tiến triển gì hết, có lẽ căn bệnh đã trở thành chronic rồi nên con amib nó cũng rút vào một nơi nào đó để gặm nhấm từ từ chẳng?”. Đột nhiên anh hỏi tôi: “Chú có biết chú

Được sư không nhỉ? Chú này linh lắm đấy, chú thành tâm cầu khẩn xem sao?” Tôi nói tôi không biết. Anh sốt sắng xé một mảnh giấy nhỏ, đưa cây

viết chì và đọc cho tôi nghe câu chú. Tôi ghi vào miếng giấy rồi tiếp tục ngồi chơi với anh một lúc sau thì chợt bụng lại chổng gậy leo lên dốc.

Buổi chiều mùng một, từ tầng đá lưng chừng đồi, tôi ngồi một mình nhìn ra phía mặt hồ. Dưới đó vài chục thước, các bạn bè tôi ngồi thành từng nhóm nhỏ dưới những tán cây rừng, nói chuyện, uống trà, chơi cờ tướng... Không khí thật bình yên. Tôi lấy mảnh giấy viết câu chú hồi sáng nay ra nhắm đọc. Năm mươi hai chữ trong câu chú tôi đoán chừng là đã được phiên âm từ chữ Phạn ra tiếng Hán rồi đọc trở lại qua âm Hán Việt. Không có liên kết gì về ngữ nghĩa, lại không có vần điệu kiểu như một loại thơ phú gì đó khiến cho việc học thuộc càng khó hơn. Thêm vào đó, tình trạng sức khoẻ của tôi lúc đó rất kém, trí nhớ mụ mị việc học lại thêm khó hơn. Dù sao, khi kèng báo lãnh phần ăn chiều vang lên từ khu nhà bếp trại thì tôi cũng đã thuộc lòng bài chú.

Nhớ lại lời anh P. hồi sáng nói với tôi, trước khi ngủ, nên ngồi tĩnh tâm chừng 30 phút, niệm chú 9 lần. Đêm hôm đó tôi thực hành đúng theo lời anh khuyên.

Buổi sáng mùng hai tôi thức dậy như thường lệ. Lại một ngày như mọi ngày, mọi người lo vệ sinh cá nhân xong thì chờ chia phần ăn sáng và trưa nhập làm một. Khẩu phần của tổ bệnh nhân chúng tôi ưu tiên được ăn cháo nấu bằng gạo. Còn các anh em khác thì mỗi người được hơn một chén bo bo hầm.

Trong lúc loay hoay gấp mùng mền tôi thấy dưới chiếu tôi lộ ra một tờ báo. Tôi hơi ngạc nhiên cầm lên đọc. Đó là một tờ báo *Nhân dân* phát hành rất lâu tôi không còn nhớ ngày tháng. Thấy tôi trải rộng tờ báo ra đọc, Anh Bùi Văn N. nằm sát cạnh tôi cho biết đó là một trong hai tờ báo anh lượm được hôm anh được gọi sang làm tạp dịch trước Tết bên Ban chỉ huy trại đem về trải lót dưới chiếu che gió lùa từ dưới gầm giường lên chỗ anh và tôi nằm. Tôi lướt mắt đảo qua trang nhất, ngoài vài tấm hình của các cấp lãnh đạo đi thăm nông công trường và những bài viết chính trị thường lệ không có gì để xem. Xem trang trong, tại trang 3 có một tin làm tôi chú ý. Bài báo nói về một trường hợp một bệnh nhân bị bệnh đường ruột lâu năm, đã được điều trị bằng nhiều loại thuốc khác nhau nhưng không khỏi. Sau đó bệnh viện 108 đã sử dụng phương pháp vật lý trị liệu bằng cách cho bệnh nhân này mỗi ngày luyện tập động tác thể dục “chào mặt trời” trong vòng một tháng liên tục. Cách trị liệu này đã mang tới kết quả khả quan và sau ba tháng luyện tập thì bệnh nhân này lành bệnh hẳn! Mẩu tin này gây cho tôi ấn tượng sâu sắc. Tôi đi hỏi một số anh em trong lán về động tác “chào mặt trời” là động tác ra sao.



Không ai biết hoặc trả lời một cách thỏa đáng cả. Cho đến buổi chiều tôi xuống lán kế cận, hỏi một anh được nghe đồn là biết Yoga. Tên anh là P., anh là một trung tá hải quân, có thời làm chỉ huy trưởng một hải đội đồn trú tại Qui Nhơn. Anh tỏ vẻ sẵn sàng biểu diễn và chỉ dẫn rất tận tình. Nhưng khi xem anh làm xong, tôi biết chắc là tôi không thể thực hiện được các hành động rất phức tạp này, lý do đơn giản là dĩ còn không vững thì ngồi lên đứng xuống quay trái quay phải kiểu như anh là bất khả!

Buổi tối hôm ấy, tôi ngồi tĩnh tâm và niệm chú như thường lệ. Trước khi đặt mình xuống ngủ, tôi ra đầu lán làm thủ động tác vươn thở giãn dãn. Đứng hai chân ngang nhau, sau đó đưa chân trái ra trước chừng nửa bước, vươn vai, đầu hướng lên cao hít thật sâu, cúi xuống chấm tay xuống ngón chân, thở ra... đổi qua chân phải làm chưa kịp xong động tác thứ hai thì tôi loạng quạng muốn té bổ nhào về phía trước!

Trở vào chỗ ngủ, tôi quyết định là tôi sẽ tập theo động tác này, phụ họa thêm một ý nghĩ khi vươn lên thở như thể tôi sẽ quay mặt về hướng đông — có vẻ như tôi bị ám ảnh về chữ chào mặt trời! Từ buổi sáng mùng 3 tôi bước vào cuộc tập do tôi phóng tác ấy. Lần đầu được hai lần, ngồi nghỉ mệt, rồi thêm 2 lần kế tiếp, rồi nghỉ, tôi làm 5 lần mất chừng 45 phút thì ngừng. Buổi tối trước khi lên giường, tôi cũng tập chừng nửa tiếng cùng động tác ấy.

Đến ngày mùng 10 Tết năm ấy thì căn bệnh của tôi giảm đi rất rõ. Số lần đi tiêu giảm đi một nửa, và đặc biệt hơn cả là trước khi đi tiêu bụng tôi không còn bị đau như có cảm tưởng bị một con gi cắn từ trong ruột nữa. Con đau chỉ ngậm ngậm một lúc rồi thôi. Ngày rằm tháng Giêng năm 1978 thì căn bệnh kiệt lực dai dẳng hành hạ tôi suốt gần 4 tháng trời chấm dứt. Sức khỏe tôi hồi phục nhanh hơn tôi tưởng và cuối tháng giêng tôi đã có thể theo anh em đi lao động trở lại.

Từ đó ông Phật Dược sư (từ đây trở xuống tôi sẽ gọi ông là ông Phật) đã ở lại với tôi và theo tôi trong suốt cuộc hành trình gian nan khổ sai ấy. Ông hướng chung với tôi thêm 11 cái Tết trong tù, lang thang di chuyển thêm 4 lần chuyển trại nữa (Trại 8 qua Trại Vĩnh Phú 1978, Nam Hà 1981, Z30 1982 cho đến khi tôi được trở lại với gia đình năm 1988). Ông cũng đã theo tôi và lần này có đầy đủ thành viên gia đình để làm lại cuộc đời nơi xứ lạ quê người. Mới đây mà cũng đã gần 30 năm kể từ ngày tôi được gặp ông.

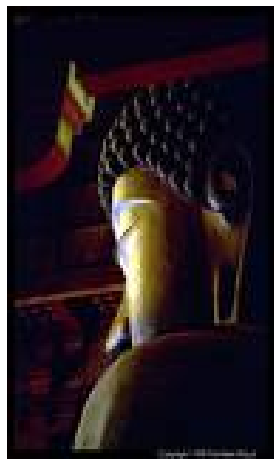
Từ hai bàn tay trắng, một gia đình bị đối xử phân biệt khác nghiệt ngay trên quê hương mình tôi không còn

chọn lựa nào khác là phải khăn gói ra đi. Nơi tôi đến là một xứ sở hoàn toàn xa lạ về nòi giống, ngôn ngữ, phong tục. Ông Phật của tôi thật sự lại một lần nữa là chỗ dựa và trao tôi niềm tin để tôi sống còn.

Con cái tôi đã học xong đại học, ra trường và có việc làm ổn định từ năm 2000. Các cháu quyết định không cho bố mẹ đi làm nữa. Trong bữa ăn mừng kỷ niệm ngày chúng tôi thành hôn lần thứ 36, cháu trai trưởng nói: “Bây giờ chúng con đã trưởng thành, bố mẹ hi sinh như vậy là quá đủ, bây giờ bố mẹ phải nghỉ ngơi, để đến phiên chúng con làm bổn phận của mình.” Má cháu nghỉ trước, còn tôi dù sao cũng phải chờ thêm 3 năm nữa, khi phân xưởng tôi làm đóng cửa chuyển công việc sang Trung Quốc.

Từ kinh nghiệm bản thân, niềm tin của tôi đã không đến bằng lý luận hoặc xuyên qua các học thuyết. Đơn giản chỉ vì tôi cho rằng ông Phật của tôi nằm trong một chiều kích không gian khác mà với con mắt quen thuộc của không gian ba chiều, con người không thể nhìn ra được. Ông nằm trong chiều thứ 4 thứ 5 thậm chí chiều thứ 11 nào đó cong nhỏ lại hoặc lớn bất tận nằm ngoài nhận thức con người. Muốn thấy ông tôi phải hội đủ hai điều kiện: cuộc sống đẩy tôi vào đáy vực của tuyệt vọng và lòng tim cầu chân thành của tôi mong muốn một giải pháp cho tình trạng ấy. Điều kiện đầu là cần và điều kiện thứ hai là điều kiện đủ. Tôi không nhìn thấy ông nhưng tôi cảm nhận được sự có mặt của ông khi tôi gặp. Ông không có năng lực siêu nhiên làm phép lạ để thỏa mãn ngay tức thời những mong muốn của tôi, nhưng ông chỉ ra cho tôi cách thức tôi phải làm, con đường tôi phải đi. Đi được hay không, làm được hay không là chính bản thân tôi quyết định. Niềm tin thông thường là điều kiện để con người có thể sống chung và hợp tác làm việc chung với nhau trong xã hội. Khi niềm tin bị phản bội, con người trở nên hoài nghi, sống trong âu lo lạc lõng. Đó chính là tâm trạng của tôi sau ngày 30 tháng 4 năm 1975. Tôi mất lòng tin vào chính những cấp chỉ huy của mình và chẳng bao giờ tin vào lời nói hay việc làm của những người thắng trận. Từ khi gặp ông Phật của tôi, tôi tìm lại được đức tin của mình. Tôi gọi đó là *Đức tin* bởi vì đức tin của tôi đã chuyển hoá mọi sự mà người khác cho là phi lý trở thành hữu lý như lời của triết gia Kierkegaard “When the believer has faith, the absurd is not the absurd—faith transforms it”<sup>[4]</sup>. Ông Phật của tôi không trả lại cho tôi thể trạng như mong muốn nhưng rõ ràng đã thay đổi tâm trạng tôi từ khi tôi gặp ông.

Tôi nghĩ tới một ví dụ khá lý thú của Friedrich Waisman<sup>[4]</sup> khi đưa ra chuỗi số



vô định sau đây: 1-1+1-1+1-1+1-1... và đặt câu hỏi tổng của chuỗi số này là bao nhiêu. Nếu ai dừng lại ở một số hạng chẵn, tổng của nó là 0. Còn nếu dừng lại ở một số hạng lẻ, câu trả lời sẽ là 1. Lối biện giải của Euler là cho rằng vì là một chuỗi vô hạn nên nó không thể dừng ở bất kỳ số hạng chẵn hoặc lẻ nào nên tổng của chuỗi sẽ không thể là 1 hoặc là 0 mà là trung bình cộng của 1 và 0, nghĩa là bằng  $\frac{1}{2}$ !

Tôi không bận tâm tới những lời bênh/chống của các luận điểm về có hay không một ông Thượng đế toàn thiện toàn năng toàn trí. Tôi cũng không thấy hứng thú gì về các sự ủng hộ hoặc phản bác về các luận thuyết thuộc bản thể học (ontological arguments), vũ trụ thuyết (cosmological arguments), cứu cánh luận (teleological arguments) trong toan tính đi tìm một chứng minh cho sự tồn tại hay không tồn tại của Thượng đế. Trong cuộc đời hữu hạn của kiếp nhân sinh của tôi, may mắn tôi đã dừng lại ở một số hạng lẻ, ở đó tôi đã gặp được ông Phật của riêng mình. Những người khác dừng lại ở một số hạng chẵn thành ra họ không gặp ai cả. Riêng những ai đi tìm tổng của chuỗi số này ở vô định, chắc chắn ở đó họ sẽ chỉ còn gặp sự hoang mang chập chờn. Có đôi khi tôi không nghĩ rằng có một ông Phật, ông Chúa, ông Trời, chung cho tất cả mọi người. Mỗi người có một ông cho riêng mình. Tôi nhớ tới nghịch lý Bertrand Russell<sup>[1]</sup>, nói rằng con người ai cũng có một bà mẹ, nhưng tập hợp toàn bộ con người thì lại không có một bà mẹ chung.

Nhân mùa báo hiếu Đính Hối 2007

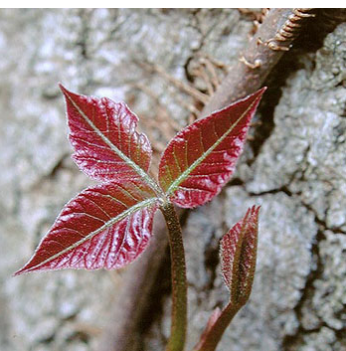
<sup>[1]</sup>Tính từ ngày đặt chân tới trại 3 của Liên trại 1 vào tháng 6.1976 cho tới khi chuyển về trại Vĩnh Quang thuộc tỉnh Vĩnh Phú vào tháng 8.1978, những người cùng sống chung trại với tôi đã chết trong hai trại 3 Liên trại 1 và trại 8 Liên trại 4 là khoảng gần 20 người, trừ hai anh Phạm Minh X., trung tá thiết giáp cắt mạch máu tay tự tử, anh Vương Đăng P., trung tá tiểu khu phó Phan Thiết bị đột quy, các người còn lại chết vì nhiều loại bệnh khác nhau nhưng vì bệnh kiết lỵ là đa số.

<sup>[2]</sup>Anh K. chết vào khoảng tháng 5.1978, ba tháng trước khi hệ thống Liên trại 4 Hoàng Liên Sơn giải thể và bàn giao tù cải tạo qua cho hệ thống quản lý trại giam của công an. Tháng 8.1978 chúng tôi chuyển về trại cải tạo Vĩnh Quang, Vĩnh Phú.

<sup>[3]</sup>Nguồn: *The Philosophical Journey An Interactive Approach*. William F. Lawhead. Mayfield publishing company. 2000. p.423

<sup>[4]</sup>Dẫn theo William F. Lawhead trong sđd. p.453.

<sup>[5]</sup>Nguồn: *Basic Problems of Philosophy* 4th edition. Edited by Daniel J. Bronstein; Yervant H. Krikorian; Philip P. Wiener. Prentice- Hall, Inc Englewood Cliffs, New Jersey. 1972. p.46. (Theo talawas.org)



## TIN TỨC CẬP NHẬT VỀ BỆNH UNG THƯ

Cancer Update from John Hopkins

Minh Liên.

*(Ghi chú của người dịch: Cách đây mấy tuần chúng tôi có nhận được một điện thư do một người bạn chuyển đến mà chúng tôi đọc và nhận thấy nội dung chứa đựng những điều có thể hữu ích cho nhiều người nên chúng tôi mạo muội phỏng dịch ra đây để xin công hiến cho quý độc giả. Xét nghĩ chúng tôi không phải là người dịch chuyên nghiệp cho nên xin đính kèm bản chính theo đây để rộng đường tham khảo. M L.)*

—oo0oo—

Sau nhiều năm nói với công chúng rằng "Hóa học trị liệu" là cách duy nhất để trị bệnh ung thư, nhưng cuối cùng, John Hopkins cho người ta biết cũng còn có cách khác nữa. (Theo bản tin cập nhật về bệnh ung thư từ bệnh viện John Hopkins)

1. Mọi người, ai cũng có tế bào ung thư trong cơ thể. Những tế bào này không bị phát hiện bằng những thử nghiệm thông thường cho đến khi chúng phát triển lên hàng tỉ. Khi Bác sĩ nói với bệnh nhân ung thư rằng không còn tế bào ung thư sau khi trị liệu, đó chỉ có nghĩa là thử nghiệm không phát hiện ra những tế bào ung thư vì những tế bào đó chưa đủ lớn để có thể phát hiện.
2. Những tế bào ung thư xuất hiện từ 6 đến hơn 10 lần trong một đời người.
3. Khi hệ thống miễn dịch còn mạnh thì tế bào ung thư sẽ bị tiêu hủy và bị ngăn chặn không phát triển thành khối u.
4. Khi một người có bệnh ung thư thì điều đó cho biết người đó đã bị suy dinh dưỡng. Cũng có thể do di truyền, do môi trường sống hoặc do sinh hoạt ăn uống.
5. Thay đổi chế độ ăn uống và thành phần bổ sung để làm hệ thống miễn dịch mạnh lên thì tránh tình trạng suy dinh dưỡng
6. Hóa học trị liệu tiêu hủy những tế bào ung thư đang phát triển nhanh mà cũng tiêu hủy luôn những tế bào lành mạnh đang phát triển nhanh trong tủy xương, trong đường ruột và có thể làm hại những bộ phận

khác như gan, thận, tim, phổi.v.v...

7. Chữa bằng xạ trị thì trong khi tiêu hủy tế bào ung thư thì cũng đồng thời làm hư hại các tế bào khỏe mạnh, những mô hoặc những bộ phận khác.

8. Thông thường các tế bào ung thư bị làm teo nhỏ lại trong thời gian đầu của hóa trị hay xạ trị. Tuy nhiên nếu sử dụng hai phương pháp này trong lâu dài sẽ không còn kết quả trong việc tiêu hủy khối u.

9. Khi cơ thể nhiễm quá nhiều chất độc do hóa trị hay xạ trị thì hệ thống miễn dịch đã quen (lờn) hoặc có thể bị hủy diệt, do vậy nên cơ thể không thể chống lại các bệnh do nhiễm trùng hay các bệnh phức tạp khác.

10. Hóa trị hay xạ trị có thể làm cho các tế bào ung thư biến đổi và có sức kháng cự, khó mà tiêu diệt. Phẫu thuật cũng có thể làm cho các tế bào ung thư chạy lan ra chỗ khác.

11. Có một cách chống ung thư hiệu quả là bỏ đói các tế bào ung thư bằng cách không cung cấp chất liệu nuôi dưỡng mà chúng cần để phát triển. (tức là không ăn những đồ ăn có thể giúp cho các tế bào ung thư sinh sôi nảy nở. LND)

**CÁC TẾ BÀO UNG THƯ ĐƯỢC NUÔI DƯỠNG BẰNG:**

a. ĐƯỜNG: Đường là một chất liệu nuôi dưỡng của bệnh ung thư. Ngưng dùng đường là đã cắt đường tiếp tế quan trọng của các tế bào ung thư. Các chất ngọt thay thế đường (đường hóa học) như Nutrasweet, Equal, Spoonful, v.v... được làm bằng "aspartic acid" và thứ đó rất độc hại. Chất có trong tự nhiên và tốt hơn để thay thế đường là mật ong Manuka hoặc là mật đường (treacle) nhưng chỉ nên dùng một lượng thật nhỏ. Trong muối ăn người ta đã thêm một hóa chất để làm cho trắng, tốt hơn hết là dùng muối "Bragg's aminos" hoặc là muối biển (chưa tinh chế.LND).

b. SỮA: Sữa khiến cho cơ thể sinh ra chất nhầy, đặc biệt là trong bao tử và ruột mà bệnh ung thư được nuôi dưỡng bằng chất nhầy. Ngưng dùng sữa và thay thế bằng sữa đậu nành lạt (không có đường) thì các tế bào ung thư sẽ không còn chất gì để nuôi dưỡng.

c. Các tế bào ung thư phát triển mạnh trong môi trường acid. Một chế độ ăn uống lấy thịt (thịt đỏ) làm chủ yếu có tính acid cho nên cách tốt nhất là ăn cá và một ít thịt gà hơn là ăn thịt bò hay thịt heo. Trong thịt đỏ (bò, heo) còn có chứa các chất kháng sinh (cho

súc vật), những kích thích tố (để làm cho lớn nhanh) và các loại ký sinh, những thứ này rất độc hại.

d. Một chế độ ăn uống gồm 80% rau cải tươi hoặc nước ép rau cải, ngũ cốc lức (chưa làm trắng), các loại hạt và một ít trái cây giúp tạo môi trường "kiềm" cho cơ thể. Khoảng 20% còn lại có thể là các thức ăn đã nấu chín, kể cả các thứ đậu. Nước ép rau cải tươi cung cấp những "enzymes sống" mà các tế bào có thể hấp thụ được ngay trong vòng 15 phút để nuôi dưỡng và làm tăng trường



các tế bào khỏe.

Để có được những "enzymes sống" cần cho việc tạo ra các tế bào khỏe hãy thử uống nước ép rau cải tươi (hầu hết các thứ rau cải kể cả giá đậu) và ăn rau cải sống vài ba lần trong một ngày. Nên nhớ, các "enzymes" sẽ bị tiêu hủy ở nhiệt độ 40°C (104°F)

(Môi trường có tính acid thuận lợi cho tế bào ung thư phát triển, và các tế bào ung thư sẽ không phát triển trong môi trường "kiềm". LND)

e. Tránh cà phê, trà, Chocolate, những thứ đó có chất "caffeine" rất cao. Tốt hơn hết là dùng trà xanh thay thế vì trà xanh có đặc tính chống ung thư.



12. Chất đạm từ thịt đỏ (bò, heo) rất khó tiêu và cần nhiều "enzymes tiêu hóa". Số thịt không tiêu hóa được nằm trong đường ruột, trở thành thối rữa và tạo ra nhiều độc tố hơn nữa.

13. Vỏ các tế bào ung thư được bao phủ bởi loại chất đạm rất dai. Bằng cách hạn chế hoặc ăn ít thịt thì sẽ có nhiều "enzymes" hơn để tấn công các chất đạm có tính dai bao ngoài các tế bào ung thư thì các tế bào hủy diệt của cơ thể mới có thể diệt các tế bào ung thư được. (Nếu ăn nhiều thịt thì cơ thể đã phải dùng rất nhiều "enzymes" để làm tiêu hóa thịt cho nên không đủ "enzymes" để tấn công và phá hủy lớp bao ngoài của tế bào ung thư thì "đội quân" phòng vệ của cơ thể không tiêu diệt được các tế bào ung thư đó. LND)

14. Một vài chất bổ sung giúp cho hệ thống miễn nhiễm (như IP6 IP6, Flor-sence, Essiac, anti-oxidants, vitamins, minerals, EFAs etc.) để cơ thể có khả năng tiêu diệt những tế bào ung thư. Những chất bổ sung khác như Vitamin E khiến cho cơ thể có khả

năng loại trừ những tế bào đã bị hư hại hoặc những tế bào không còn cần thiết cho cơ thể.

15. Bệnh ung thư chịu ảnh hưởng của các yếu tố về tâm lý, về thể trạng và về tinh thần. Tinh thần cương quyết và tích cực sẽ có thể giúp ích cho sự sống còn của bệnh nhân. Sự giận dữ, thiếu khoan dung và tánh gay gắt thường đặt cơ thể vào tình trạng căng thẳng và tạo ra môi trường có tính acid trong cơ thể. *(Là môi trường thích hợp cho tế bào ung thư phát triển.LND)*

16. Tế bào ung thư không thể phát triển mạnh trong môi trường oxy hóa. Tập thể dục hàng ngày và hít thở sâu để đưa oxy vào tận các tế bào là một cách tận dụng liệu pháp oxy để tiêu hủy các tế bào ung thư.

**(VUI LÒNG CHUYỂN TIẾP TIN NÀY ĐẾN NHỮNG NGƯỜI MÀ CÁC BẠN HẰNG QUAN TÂM)**

**(BẢN TIN CẬP NHẬT TỪ BỆNH VIỆN JOHN HOPKIN, MỸ)**

1. Không nên để các đồ đựng bằng nhựa vào lò vi ba (lò Microwave).
2. Không uống những chai nước đã để trong ngăn đá (tủ lạnh).
3. Không để các thứ được gói bằng giấy nhựa (plastic) vào lò vi ba (Microwave).



Gần đây, bệnh viện John Hopkin đã phổ biến bản tin này. Tin tức này cũng được truyền bá ở Trung tâm Y Khoa “Walter Reed Army.”:

Hóa chất “Dioxin” là nguyên

nhân gây bệnh ung thư đặc biệt là ung thư vú.

Hóa chất “Dioxin” mang tính độc hại rất cao đối với các tế bào trong cơ thể chúng ta.

Đừng làm đông đá nước uống trong chai bằng nhựa (plastic) vì chất nhựa sẽ sinh ra “Dioxin”.

Gần đây, Bác sĩ Edward Fujimoto, Giám đốc chương trình Wellness ở bệnh viện Castle, trong một chương trình truyền hình đã giải thích mối nguy hại này đối với sức khỏe. Ông đã nói về chất “Dioxin” và những tác hại của nó đối với chúng ta. Ông đã nói, chúng ta thật không nên hâm nóng đồ ăn đựng trong đồ đựng bằng nhựa trong lò vi ba (Microwave oven)

Đặc biệt là các thức ăn có chứa chất béo (mỡ, dầu, bơ....). Ông đã nói sự kết hợp giữa chất béo, nhiệt độ cao và chất nhựa (plastic) sẽ tạo ra “Dioxin” trong thức ăn và cuối cùng thì nó vào trong các tế bào trong cơ thể chúng ta. Thay vì như vậy, ông đề nghị dùng những đồ đựng bằng thủy tinh, bằng gốm, bằng sứ hoặc đồ đựng có tráng men để hâm thức ăn. Kết quả

như nhau, thức ăn vẫn được nóng, mà không có “Dioxin”. Vậy những thức ăn nhanh như mì ăn liền và xúp, v.v... nên lấy ra khỏi bao bì hay đồ đựng và để vào một đồ đựng khác khi hâm.

Giấy thi không nên nổi tề, nhưng các bạn không biết được trong giấy có những gì. Tốt hơn là dùng đồ bằng thủy tinh hay sành, sứ, v.v... Ông cũng đã nhắc nhở chúng ta, trong thời gian gần đây có một số nhà hàng bán thức ăn nhanh đã thay đổi những đồ đựng nhựa xốp (foam) bằng những đồ đựng bằng giấy.

Ông cũng chỉ rõ rằng giấy gói bằng nhựa chỉ nguy hiểm khi bao bọc đồ ăn và nấu hoặc hâm nóng bằng lò vi ba (microwave). Khi thức ăn nóng lên, độc tố được thải ra từ giấy gói bằng nhựa và nhiều lên thức ăn, thay vì như vậy thì nên đun thức ăn bằng khăn giấy.

**BẢN TIN NÀY NÊN ĐƯỢC GỬI ĐẾN CHO NHỮNG AI MÀ VẤN ĐỀ NÀY ĐỐI VỚI HỌ LÀ QUAN TRỌNG.**



**Thông Báo**

**Thay đổi hệ thống điện thoại VOIP**

Kính Thưa Quý Đồng Hương Phật Tử,

Vì sự phát triển trong tương lai, văn phòng Chùa Quang Minh đang chuyển đổi hệ thống điện thoại cũ thành hệ thống Voice Over IP (dùng internet) và nhắn tin (automated answering and voice messaging system). Trong thời gian chuyển đổi, nếu có sơ sót xin quý vị hoan hỉ cho.

Khi hệ thống được ổn định chúng tôi sẽ thông báo hướng dẫn thêm. Một lần nữa kính mong quý vị thông cảm.

TM Thầy Trụ Trì

Thượng Tọa Thích Phước Tấn

Văn Phòng Chùa Quang Minh

**14/1/2008**