

## Sờ Mớ "TOUCHING"

Sưu Điện

Sau khi đọc quyển sách "*Love and Survival*" của ông Dean Ornish, M D , tôi mạn phép ghi chép lại đôi lời để các bạn cùng nhau suy ngẫm.

Trong các cơ quan của con người, các bạn thử nghĩ coi cơ quan nào lớn và quan trọng nhất? Da (skin). Đọc đến đây tôi lại nghĩ đến cách suy nghĩ "thiền cận" của tôi, hồi nào đến giờ tôi cứ nghĩ theo nghĩa bóng là trái tim, là tình thương, là lòng vị tha, nhân từ, bác ái của con người xuất phát từ tim mà ra! nay lại được biết thêm "Da là bộ phận" rất quan trọng đối với con người, sự "Rờ Rẫm, human contact" rất cần thiết và ảnh hưởng rất sâu rộng đối với sức khỏe của con người kể cả sự sống còn.

Sự đụng chạm giữa con người với nhau đã được thí nghiệm từ thế kỷ thứ 13, một bằng cứ cho chúng ta thấy hồi xưa bên Đức (Germany) Hoàng Đế Frederick III thực hiện một thí nghiệm thật là kinh khủng và có thể nói là "tàn ác". Ông đem một số trẻ em vào nuôi ở nhà trẻ, chỉ cho chúng ăn uống, săn sóc nhưng không được nói năng, sờ mó, ấm bông, tung tiu, nuông chiều chúng như những em bé được nuôi ở nhà với cha mẹ một cách bình thường...Sau một thời gian chúng đều chết hết trước khi chúng biết nói! Trẻ thơ mà thiếu sự ấm bông, sờ mó, tung tiu, trù mến là hình như thiếu tất cả? kể cả sự sống còn?

Năm 1915 có đến mười viện giữ trẻ, ở đó, người ta cho các em được ăn uống, vệ sinh kỹ lưỡng nhưng chúng cũng không sống được hai năm. Tại sao? thật không ngờ vì chúng thiếu sự rờ rẫm sanh ra bệnh hoạn mà chết. Đối với trẻ sơ sinh, sự đụng chạm, rờ rẫm rất là quan trọng, cần thiết như tình thương, sự tung tiu, trù mến...v.v

Sau này, một viện nghiên cứu ở Miami làm một thí nghiệm cho các trẻ sơ sinh thiếu tháng được thoa bóp ba lần mỗi ngày, trong vòng

mười ngày liên tiếp, chúng lên cân 47 phần trăm nhanh hơn, rời khỏi bệnh viện sáu (6) ngày sớm hơn và tiết kiệm được mười ngàn dollars mỗi em!! kết quả tốt đẹp khả quan ngoài sự tưởng tượng của mọi người.

Tình cờ, tôi xem truyền hình thấy có một ký giả vào viếng một nhà dưỡng lão, ông ta phỏng vấn các cụ, phần đông các cụ đều than buồn chán, cô đơn và buồn nhất là có người còn bảo không tha thiết đến sự sống nữa!! chúng ta đều biết tại sao rồi.

Một nụ hôn, một cái bắt tay, sự rờ rẫm, vuốt ve trù mến đối với các cụ còn hơn là thuốc men...

Nói một cách tổng quát, sự rờ rẫm rất cần thiết và quan trọng cho tất cả mọi người cũng như tình thương, lòng vị tha và sự bao dung quảng đại.

Sau khi đọc được quyển sách này rồi, tôi lại liên tưởng đến "Mẹ tôi" khi tôi sanh các cháu, mẹ tôi lúc nào cũng khuyên tôi nên cho con bú sữa mẹ, khổ nỗi là tôi ốm yếu không đủ sữa, ngày nào mẹ cũng cho tôi ăn những món ăn để có "sữa" cho con bú. Mẹ bắt buộc tôi phải ăn, ngán gần chết mà cũng phải ăn, mẹ lo cho tôi từng ly, từng tí như hồi tôi còn bé.

Mẹ còn bảo ngoài sữa mẹ tốt, cần thiết cho trẻ thơ và điều quan trọng là ôm con vào lòng cho bú, truyền sang hơi ấm cho con, kề cận bên con và sau khi cho bú xong, mẹ còn dạy tôi xoa bóp tay chân cho con nữa!!

Nay tuổi đã về chiều mà hình bóng mẹ lúc nào cũng in sâu đậm nét trong lòng tôi, điều tôi hối tiếc là lúc mẹ qua đời, tôi không có ở bên cạnh mẹ. tôi thương mẹ và phục mẹ quá chừng. Bà chỉ biết đọc, biết viết mà hầu như chuyện gì bà cũng thông hiểu cả, từ cách ăn ở phải đạo làm người cho đến tâm lý con người bà đều thấu hiểu như người học cao, hiểu rộng? thiên phú chăng?

