

## Lá Thư Thụ Nhân

<b>Subject:</b>	[Thunhan1-2] TÔI ĐÃ ĐỨNG BÊN NGUỖNG CỬA CỦA CÁI CHẾT
<b>From:</b>	Charles Nguy
<b>Date:</b>	Friday, March 18, 2016 7:06 PM

# TÔI ĐÃ ĐỨNG BÊN NGUỖNG CỬA CỦA CÁI CHẾT

## Cà Cuồng

Số là cách nay trên 10 năm, tôi đã đứng trên ngưỡng cửa của cái Chết.

Dr. Monsour rất có uy tín ở Houston, Texas, đã đích thân điều trị cho tôi, cuối cùng cũng phải tuyên bố bó tay (give up) trước căn bệnh viêm gan C mãn tính của tôi, ông còn lưu ý tôi là đừng mất công chạy chữa nữa, vì ông mà phải đầu hàng và cũng không còn thuốc nào trị nổi, thì không còn bác sỹ nào có thể giúp cứu mạng tôi được, dĩ nhiên tôi tin lời ông, vì tôi biết rõ khả năng và kinh nghiệm chuyên môn của ông, nhưng có lẽ vì cái máu tếu trong người tôi quá nhiều, nên tôi vẫn tùm tùm cười.

Ông rất ngạc nhiên và hỏi tôi là không sợ chết sao mà còn cười được. Tôi bật cười thành tiếng, và trả lời ông rằng, nếu bác sỹ bảo tôi sợ mà thoát chết, thì tôi xin sợ ngay, còn nếu đàng nào cũng chết thì tại sao lại sợ.

Thực tế cho thấy là có những vua chúa giàu sang, quyền uy tốt bực, với cả đoàn ngự y tài giỏi, mà cũng vẫn chết, thì tôi là cái thá gì mà không chết, và khi đã biết là sớm muộn gì cũng phải chết, thì sợ cũng chết, vậy ngu gì mà sợ, cứ "enjoy to the fullest" những ngày còn lại, và "ready" để đáp chuyến tàu định mệnh đi đoàn tụ với vợ con tôi đã ra đi trước tôi.

Cũng xin nói thêm là trước khi phát giác ra bị lây nhiễm Viêm Gan C, vì vô máu quá nhiều trong một ca đại phẫu thuật trước đó khoảng mười năm, chết lên chết xuống, phải nằm bệnh viện tới cả hai tháng rưỡi.

Vào thời điểm đó y khoa chưa tiến bộ tới mức có thể "scan" để khám phá ra trong máu người hiến có virus gì hay không, nên tôi mới bị lãnh đủ.

Ông bác sỹ cũng cười theo, đồng ý với tôi, nhưng còn vót vát rằng, đúng vậy, nhưng lần đầu tiên ông nghe một bệnh nhân chết đến nơi, mà vẫn dám lý luận ngang tàng như thế.

*Ông hỏi tôi là tuy không bác sỹ nào có thể cứu mạng tôi được nữa, nhưng chính bản thân tôi có thể tự cứu mình được, có muốn ông chỉ cho không.*

Tôi đáp là tuy không sợ chết, nhưng nếu có cách gì kéo dài mạng sống để "enjoy" cuộc đời, thì dĩ nhiên là muốn chứ.

Ông tâm tình với tôi rằng, ông cũng đã chỉ cho nhiều người, nhưng chưa thấy ai có đủ ý chí mạnh mẽ và kiên nhẫn mà áp dụng được, vì nói ra thì tưởng dễ, nhưng làm được không dễ, nhưng ông cho là tôi có đủ ý chí qua sự đối đáp với ông, nên ông nghĩ là chắc tôi làm được, và nếu làm được, thì có thể sống khỏe mạnh thêm hai ba chục năm nữa, còn không thì chỉ trong thời gian ngắn, bệnh sẽ phát triển sang ung thư và hậu quả ra sao thì ai cũng biết rồi khỏi cần nói nữa.

Ông còn lưu ý tôi là nếu làm được và thấy có hiệu quả tốt thì nên phổ biến rộng rãi tới mọi người, coi như làm chuyện phúc đức vậy.

### **Bí quyết của ông là:**

#### **1/ Phải empty hoàn toàn cái đầu, không được để cái gì lảng vảng trong đầu.**

Khi có chuyện cần giải quyết, thì ngồi xuống lấy giấy bút ra mà "brainstorm", rồi ghi ngay xuống giấy, sau đó phải "clear" liền cái "mind", chỉ khi nào tới lúc phải giải quyết thì lấy cái "note" đó ra mà áp dụng như cái máy thôi. Nói thì tưởng là dễ, nhưng ai mà không có "bill" nọ "bill" kia, lại còn bị những người chung quanh làm phiền tới mình, nhưng cần quyết tâm mà làm cho bằng được, vì đó là sự lựa chọn giữa lằn ranh sống và chết.

#### **2/ Phải ráng cười thật nhiều, cười từ khi mở mắt buổi sáng tới khi lên giường ngủ buổi tối.**

Nếu tự mình không cười được, thì phải nghĩ cách chọc sao cho thiên hạ cười để có thể cười theo.

#### **3/ Nếu có hoàn cảnh, có điều kiện thì nên đi du lịch thật nhiều, ngoại cảnh sẽ giúp cho hào hứng, quên đi căn bệnh chết người của mình.**

Cà Cuồng tui đã cân nhắc giữa tiền bạc và mạng sống, cuối cùng chọn lựa "retire" non vào tuổi 62, để có thể hoàn toàn nghỉ ngơi, và đi du lịch, đi "cruise" khắp nơi khắp chốn, đồng thời kiên trì luyện tập, vậy mà cũng phải mất trên 6 tháng mới có thể giữ cho cái đầu rỗng bông được.

Bây giờ thì không còn tham, sân, si, không còn thù hận, ghen ghét, đố kỵ ai, cho nên khi nhìn ngược vào cái đầu mình, thì chỉ còn thấy trống rỗng mà thôi.

Trong quá trình luyện tập, một hình thức như thiền vậy, đôi khi bị phân tâm, là thấy phía dưới xương sườn bên tay mặt như bị kiến cắn, hiểu ngay là "virus C" thừa cơ ra ăn lá gan, lại phải lập tức "clear" liền mọi sự cho cái đầu trống rỗng ra ngay.

Ai ghét bỏ, hay kiếm chuyện mắng chửi, cũng chỉ đáp lại bằng nụ cười tha thứ, và còn cầu xin ơn trên ban phước lành xuống cho họ nữa, không còn như hồi xưa, ăn miếng trả miếng theo kiểu "oeil pour oeil, dent pour dent" ngay.

Để có thể chọc cười mọi người, Cà Cuồng tui suu tầm đầy một bụng tiểu lâm, để hoạt náo trên xe cho bà con vui cười trong những chặng đường dài, hầu quên đi mệt mỏi.

Và kể như đã thành công, cả hai căn bệnh chết người là viêm gan C mãn tính, gan đã bị xơ cứng tới 3/4, và tiểu đường nữa, nhưng nhờ bí quyết của ông bác sỹ tài ba chỉ dạy, mà cả hai căn bệnh hiểm nghèo đều vẫn còn "under control".

"Empty" cái "mind" là chính yếu, còn cười và du lịch là hai cái phụ, nhằm hỗ trợ cho cái đầu mà thôi.

Kinh nghiệm bản thân là trên mười năm trước, ai biết tôi, kể cả bà vợ, cũng không tin là tôi có thể sống sót được, vì qua hai thời kỳ hóa trị (chemotherapy), mỗi kỳ sáu tháng, cộng chung là đúng một năm, tôi chỉ còn như cái xác chết biết đi.

Trước đó, tôi cân nặng 170 lbs, nhưng sau thời gian điều trị, bệnh đã không thuyên giảm, mà còn sụt xuống chỉ còn 110 lbs, không thể tự ngồi lên được, mà bà nhà tôi phải vục dậy, tóc rụng đầy gối, ăn không được, ngủ không được. Nhất là bộ mặt của tôi mới thực thảm thê, nó bị choắt lại nhăn dúm như trái ô mai khô, nhưng màu sắc thì xám xịt lại như da người chết. Ai quen biết, và ngay cả bà nhà tôi, cũng tin chắc là tôi không thể nào qua khỏi.

Tôi rất biết ơn Dr. Monsour đã động viên tinh thần tôi, ông nói là tin tưởng tôi có ý chí mạnh, nhất định sẽ làm được.

Và quả thật tôi đã làm được, trước sự ngạc nhiên của mọi người quen biết, trọng lượng đã leo dần từ 110 lên 142 lbs, ăn ngon ngủ khỏe, năm ngoái khi trở lại Sapa, vẫn còn có thể leo lên tận cổng trời với sự trợ giúp của cây gậy kỷ niệm, vật bất ly thân.

Tôi vẫn tiếp tục đi du lịch đều đều trên khắp 5 châu 4 biển. Riêng tại quê hương tôi, thì không còn xó xỉnh nào là không có dấu chân tôi, có nơi đi đi lại lại cả năm sáu lần, mà vẫn cảm thấy thích thú như thường.

Theo Dr Monsour, thì nếu áp dụng được bí quyết của ông, thì ngay cả ung thư cũng có cơ may thoát hiểm.

Tôi kể lại kinh nghiệm sống thực tế của tôi, theo lời dặn dò của ông bác sỹ tài ba và giàu tình người, để nếu ai chẳng may rơi vào hoàn cảnh như tôi, thì có thể vững niềm tin mà tự cứu lấy mình.

Đặc biệt là đừng bận tâm tới chuyện chết chóc, vì đó là quy luật tự nhiên của Trời Đất, có sinh là phải có tử, không ai có thể tránh né được, thì cứ hoan hỉ mà chấp nhận thôi. Do đó, tôi rất tin vào thuyết định mệnh, và luật Nhân Quả.

Mến chúc tất cả mọi người thật nhiều may mắn và luôn vui cười, như bản thân tôi đã từ cõi chết trở về, chỉ nhờ vào bí quyết trong đó có cười, đó cũng là lý do thúc đẩy Cà Cuồng tôi khai sinh ra Câu Lạc Bộ Cười, hầu mang lại cho bà con bằng hữu những tiếng cười thật sáng khoái, cho cuộc đời lên hương, và trẻ mãi không già.