

Cũng là một cách Đầu Tư

Bác sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC

Kể từ sau ngày khủng bố Chín Một Một, với sự khủng hoảng kinh tế tại hầu hết mọi quốc gia trên thế giới, một Hội Chứng Tâm Thần mới được phát giác. Đó là Hội Chứng “Nỗi Buồn Xuống (s)Tốc”.

Suốt gần một thập niên cuối của thế kỷ 20, những người có mộng làm giàu đều tìm cách giao du thân mật với họ nhà (s)Tốc. Số là, Mộ Tổ dòng họ nhà này đột nhiên được đất, con cháu ăn nên, làm ra, rất phồn thịnh. Bà con mọi nơi tin tưởng, đều đổ xô hùn vốn, rây máu ăn phần. Nhiều người trúng mỗi, ăn non, lấy ra xây vi-la, biệt thự, mua trang trại, sửa soạn về hưu sớm để hưởng lộc trên trời rơi xuống. Một số đông, ham của, góp vốn thêm. Kẻ giàu, người nghèo đều góp nhặt, ít nhiều chung phần hùn vào họ nhà (s)Tốc. Chắc lắm phen này ta trúng lớn.

Thế rồi, dùng một cái, tai nạn Chín Một Một xảy ra. Hai tòa nhà vĩ đại tượng trưng cho nền kinh tế thế giới tại cứ địa họ nhà(s)Tốc bị phá sập. Lòng dân kinh hoàng. Không ai ngờ là quân khủng bố lại cả gan dám đánh thẳng vào Trung Tâm chứa đựng mọi quyền lực của trái đất.

Kinh tế khủng hoảng. Họ nhà (s)Tốc bị ảnh hưởng trầm trọng. Vốn liếng mất giá tới quá nửa. Anh nhiều tiền hùn vốn thua đậm. Dân cò con cũng cạn lán. Đi đâu cũng nghe thấy nhiều than phiền. Chết rồi, ông ơi! Bao nhiêu dành dụm suốt đời của tôi bị san thành bình địa hết. Nhiều anh chị nhắm nhe về hưu, đành cắn răng kéo cây thêm vài thập niên nữa. Thêm vào đó, lại nhiều đại công ty cũng phá sản. Vì lãnh đạo lơ đãng. Vì quản trị yếu kém. Khối người mất việc. Số người “xỉa răng Cọp” tại sở thú đột nhiên gia tăng. Tư sản, mại bản bị đánh một cú đau hơn hoạn.

Và hội chứng Trầm Buồn Xuống(s) Tốc được phát hiện. Hội chứng chưa được đi vào y sử, nhưng được bá tánh thập phương diễn tả.

Nạn nhân mang những dấu hiệu của người bị “*Sầu đông càng lác càng dày*”. Ăn mất ngon. Ngủ không yên, với nhiều dị mộng: dị mộng phá sản, dị mộng “*là dân ABC, không có nhà đi ở thuê*”. Đôi khi cũng có hoang mộng, hỗn hờ: (s)Tốc đã trở lại như xưa. Rồi tâm thần giao động, bồn chồn. Người cứ thần thờ hơn kẻ thất tình đầu. Mà ngay còn tình, cũng lơ là chần gối. Trong đầu đầy những con số RA ĐI thì làm sao mà nghĩ tới cái chuyện lẻ tẻ ái ân. Cũng có nhiều người quá buồn đã mượn tay thần tuyệt mạng đưa sang an nghỉ thế giới bên kia, không (s)Tốc. Còn đa số thì: “*Đêm qua ra đứng bờ sông, Nghĩ tiếc (s)Tốc xuống, trong lòng ngẩn ngơ*”.

Có kẻ tới vấn kế lương y hậu duệ THẦY TUỆ TĨNH. Lương y bèn góp ý. Ừ thì đầu tư ở đâu cũng tốt, cũng mang lợi nhuận. Nhưng cũng có nhiều rít-kê. Được thua nên coi là chuyện nhỏ. Chẳng việc chi mà buồn. Người sao ta vậy. Khác chi sự trôi sục đường kinh của các bạn nữ. Vả lại, cái đó lên xuống cũng chỉ là con số, trên còm-piu-tơ.

Nhưng có thứ đầu tư, chẳng phải bỏ vốn, lợi nhuận thì vô kể, mà không mảy may rít-kê. Đó là đầu tư vào SỨC KHỎE CON NGƯỜI. Ấy vậy mà nhiều người không nghĩ tới đấy!

Vâng. Sức khỏe con người chẳng phải chỉ là không có bệnh tật. Mà còn thư giãn về tâm thần, hài hòa trong gia đình, cùng nhịp điệu với cộng đồng, xã hội. Giữ được sức khỏe này là ta đã để dành được một số lợi nhuận vật chất lớn mà lại còn hưởng được nhiều lạc thú mà Thượng Đế dành cho.

Giả tưởng trường hợp cô Liên, một nhân viên gương mẫu của văn phòng cố vấn hôn nhân Hạnh Phúc. Tối thứ Tư, bạn bè rủ đi ăn tiệm Ông Kinh Ngư, có món gỏi cá nổi tiếng. Vui miệng, cô ăn hơi nhiều, lại kèm theo nửa đĩa tiết canh dê hấp dẫn. Ban đêm, đang ngủ, cụ Tào Tháo hỏi thăm. Và cho tới sáng, liên hồi đau bụng.

Sáng sớm hôm sau phải lấy hẹn đi khám bệnh ở bác sĩ gia đình. Hẹn 10 giờ, mà 12 giờ mới được diện kiến thầy thuốc, 2 giờ sau mới khám bệnh, thử nghiệm xong. Ra tiệm thuốc tây, mua thuốc vừa đi vừa đợi mất gần hai tiếng. Thế là cô Liên phải xin nghỉ sở mất một ngày. Chỉ để đi bác sĩ, và chỉ vì ngon miệng, quá ăn. Tính tới đây, thì cô Liên đã chi phí: mất thì giờ đi khám bệnh, mất tiền khám bệnh, thử nghiệm và mua thuốc.

Sau đó, cô Liên còn phải nghỉ thêm mấy ngày để uống thuốc, tĩnh dưỡng, kiêng khem ăn uống. Rồi tuần sau tới tái khám, coi kết quả thử nghiệm, vì thầy thuốc nói bệnh của cô có thể do loại vi khuẩn hiếm gây ra. Lại mất thêm vài ngày nghỉ.

Coi vậy thì thấy, chỉ vì sơ suất cái anh gỏi cá/ chị tiết canh dê mà sức khỏe cô Liên suy yếu, tiền tài ra đi, thì giờ mất mát. Ấy là mới chỉ có một lần này thôi. Giá mà có nhiều sơ suất khác trong đời thì thiệt hại cũng nhân lên gấp bội.

Cho nên đầu tư vào SỨC KHỎE cũng là một đầu tư tốt. Mà sự đầu tư này cũng chẳng khó khăn gì mấy. Ta chỉ việc trở về với những khuyên nhủ của cổ nhân, với những kinh nghiệm của dân gian.

Sức khỏe tùy thuộc vào sự dinh dưỡng. Mà trong sự ăn uống thì dân gian vẫn nói “*ăn để sống chứ đâu phải sống để ăn*” và các cụ ta có kinh nghiệm là, “*Ăn ba phần dổi, bảy phần no*” thì tránh được bội thực, mập phì, một quan tâm lớn của con người hiện đại. Y- Khoa học hiện đại khuyên ăn nhiều rau trái, thì dân gian ta từ ngàn năm đã chủ trương: “*Tương cà, gia bản*” hoặc “*Còn ao rau muống, còn dây chum tương*” là không thiếu dinh dưỡng. Vả lại, cũng nên nhớ câu: “*Bệnh tùng khẩu nhập, Họa tùng khẩu xuất*”. Đó là trường hợp người đẹp Liên ăn gỏi cá-tiết canh.

Ích lợi của vận thể thì Quốc Văn Giáo Khoa Thư ta từ trên nửa thế kỷ nay đã nhắc nhở rất giản dị: “*Có vận động cơ thể thì huyết mạch mới lưu thông*”, chắc là cũng tránh được tắc nghẽn động mạch vì mỡ béo quá cao.

Nhìn sang ông hàng xóm, chuyên lấy thịt dè người, thì thấy cổ nhân họ cũng có nhiều tư tưởng đầu tư vào Sức Khỏe đáng ghi nhớ.

Khi được hỏi là người đời Thượng cổ sống khỏe mạnh đến trăm tuổi là chuyện thường, mà người đời nay tuổi vừa nửa trăm, mà hoạt động đã suy giảm, thì Người Hiền Trung Hoa Xưa bèn giải đáp: “*Người Thượng cổ ăn uống chừng mực, ngủ nghỉ có*

giờ giấc, không phí sức bậy bạ. Cho nên thể chất cũng như tinh thần đều được câu toàn mà trọn hưởng tuổi trời. Còn người đời nay thì lấy rượu làm nước uống, lấy quấy làm thường, ăn uống no say thì chui vào buồng kín hoang dâm, không bảo trì sức khỏe, không biết theo thời ngự trị tinh thần, vui chơi nghịch với lẽ sống, cho nên tuổi thọ vừa mới năm mươi mà sức khỏe đã hao mòn vậy”.

Đấy là nói về cái lợi nhuận khi đầu tư vào Sức Khỏe Con Người chung chung.

Còn người công nhân mà được chủ nhân cung cấp cho một việc làm an toàn, một nơi làm việc không có rủi ro thì cũng là một đầu tư mang lại nhiều lợi nhuận rất lớn, cho cả đôi bên.

Ở những quốc gia mà chính quyền có những chương trình An Toàn Sức Khỏe Việc Làm cho con dân, thì sự phồn thịnh của công ty, của quốc gia cũng như của công nhân không phải là nhỏ. Ta sẽ tránh được cả nhiều triệu thương tích, cả trăm ngàn bệnh hoạn, cả nhiều chục ngàn tử vong, tất cả đều gây ra do nghề nghiệp. Ta sẽ tiết kiệm được nhiều triệu tiền bồi thường tai nạn, nhiều triệu tiền chi phí chăm sóc người tật-bệnh. Ta cũng tránh được thấy cảnh thương tâm của nhiều công nhân sống dở, chết dở vì những rủi ro trong việc làm cũng như từ nơi làm việc đưa đến.

Cho nên, đầu tư vào SỨC KHỎE cũng là một thứ đầu tư, có phải không quý hải nội chư quân tử. Vì “Sức Khỏe là Vàng” mà.

Bác sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC

Texas- XI-0II.