TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Hương vị bình yên

ISSN: 2734-9195 15:15 06/07/2026

Trên hành trình cuộc đời, hương vị bát canh rau sắn mẹ nấu mãi là một miền ký ức bình yên, nuôi dưỡng trong tôi tình thương, lòng biết ơn và sự trân trọng những giá trị mộc mạc của cuộc đời.

Mỗi khi nghe tiếng chuông chùa ngân lên trong buổi chiều yên ả, lòng tôi lại lắng xuống. Âm thanh ấy như đưa tôi trở về căn bếp nhỏ năm xưa, nơi mẹ nấu những món chay giản dị, đặc biệt là nồi canh rau sắn muối chua nấu với lạc giã dối. Bữa cơm nhà tôi tuy đạm bạc nhưng luôn đong đầy yêu thương.

Quê tôi ở vùng trung du với những dải đồi như bát úp nối tiếp nhau. Dưới chân đồi là những thửa ruộng nhỏ và con suối nước trong veo chảy róc rách quanh năm. Giữa không gian thanh bình, nhịp sống chậm rãi trôi qua, bình dị như những bữa cơm quê.

Mỗi độ hè về, mẹ lại cầm chiếc rổ tre ra vườn hái rau sắn. Tôi lon ton theo sau, vừa phụ mẹ ngắt lá, vừa nghe mẹ khe khẽ hát vài câu dân ca. Tiếng chim, tiếng gió và tiếng hát của mẹ hòa vào nhau, dệt nên bản hòa âm dịu dàng theo tôi suốt những năm tháng tuổi thơ.



Mẹ chỉ chọn những chiếc lá bánh tẻ, bỏ lá quá non hay quá già. Rau hái về được rửa thật sạch, vò kỹ trước khi cho vào chiếc vại sành để ủ chua. Hai, ba ngày sau, rau lên men vừa độ, tỏa mùi thơm ngai ngái rất riêng. Mẹ nói: "*Rau chỉ ngon khi độ chua vừa đủ thì mới trọn vị*".

Đến bữa, mẹ vắt nhẹ rau, sau đó cho vào nồi nước đang sôi trên bếp củi. Trong lúc chờ rau chín, mẹ giã dối một nắm lạc, để hạt chưa nát hẳn thì mới giữ được vị bùi tự nhiên. Khi rau vừa chín tới, mẹ cho lạc vào rồi khuấy nhẹ. Không cần dầu mỡ hay nguyên liệu cầu kỳ, nồi canh vẫn dậy lên mùi thơm, vị chua thanh hòa cùng vị bùi của lạc, khiến tôi chỉ ngửi thôi cũng háo hức.

Bữa nào có canh rau sắn, chị em tôi cũng ăn được nhiều cơm hơn. Trên chiếc bàn gỗ cũ là nồi canh nghi ngút khói, đĩa đậu hũ và nồi cơm gạo mới. Cha kể chuyện đồng áng, chị em tôi ríu rít nói chuyện trường lớp, còn mẹ lặng lẽ gắp thức ăn cho từng đứa. Có lúc mẹ lại nhắc: "*Ăn thêm bát cơm nữa đi, mai còn có sức theo mẹ lên đồi*".

Những chiều mưa, gió lùa qua bậu cửa, cả nhà quây quần bên mâm cơm, thưởng thức từng thìa canh rau sắn nóng hổi, cảm nhận vị chua dịu quyện với vị bùi của lạc lan dần nơi đầu lưỡi. Ngoài hiên mưa vẫn rơi, trong nhà chỉ có hơi ấm của bếp lửa và tình thân, đủ làm dịu đi bao nỗi nhọc nhằn.

Ngày bé, tôi chưa hiểu vì sao mẹ luôn dặn phải biết quý từng cọng rau, từng hạt cơm. Mẹ bảo: "*Cơm là hạt ngọc của trời, không được bỏ phí*". Sau này tôi mới hiểu ra đó là bài học đầu tiên về lòng biết ơn: biết ơn đất trời cho mùa màng, biết ơn cha mẹ tảo tần và biết ơn những điều nhỏ bé đã nuôi lớn đời tôi. Có lẽ vì

vậy mà những bữa cơm quê luôn mang đến cảm giác an vui, dù chẳng có sơn hào hải vị.

Thời gian trôi qua, chị em tôi trưởng thành, các chị lấy chồng xa. Những bữa cơm đông đủ thưa dần. Đến ngày mẹ khuất núi, chiếc ghế quen thuộc bên mâm cơm bỏ trống. Mỗi chiều nhóm bếp, tôi vẫn theo thói quen nhìn ra khu vườn nhỏ, như thể mẹ đang lom khom hái rau sắn. Căn bếp vẫn còn đó, nhưng hơi ấm năm nào dường như cũng vơi dần từ ngày mẹ đi xa.

Có hôm, tôi chợt thèm bát canh rau sắn nên tự làm theo đúng cách mẹ từng dạy. Rau vẫn được vò kỹ, ủ chua vừa độ, lạc cũng giã dối. Nồi canh vẫn giữ nguyên vị chua thanh và vị bùi, nhưng hương vị của ký ức thì không thể nào nấu lại được. Bởi trong bát canh năm xưa còn có đôi bàn tay miệt mài của mẹ, có tiếng nói cười của cả gia đình, có một tuổi thơ hồn nhiên, trong trẻo.

Thỉnh thoảng, tôi ghé chùa làng, ngồi trên bậc thềm lặng yên nghe tiếng chuông ngân. Tiếng chuông khiến lòng người chậm lại, nhắc nhớ lẽ vô thường để biết trân quý những gì đang có. Trên hành trình cuộc đời, hương vị bát canh rau sắn mẹ nấu mãi là một miền ký ức bình yên, nuôi dưỡng trong tôi tình thương, lòng biết ơn và sự trân trọng những giá trị mộc mạc của cuộc đời.

Tác giả: **Trà Bình**