



TRI THỨC DÂN GIAN VỀ CHĂM SÓC SỨC KHỎE THAI PHỤ, SẢN PHỤ VÀ TRẺ SƠ SINH CỦA NGƯỜI PHÙ LÁ Ở HUYỆN BẮC HÀ, TỈNH LÀO CAI

CHẢO CHỦ CHẤN

1. Lời mở đầu

Người Phù Lá ở Lào Cai là một trong 54 dân tộc Việt Nam với hai nhóm chính là nhóm Xá Phó và nhóm Phù Lá Hán. Người Phù Lá ở huyện Bắc Hà thuộc nhóm Phù Lá Hán tức *Hản Phù Lá* hay còn gọi là *Nhù gui pá pù lá* (Phù Lá đuôi trâu). Nhóm Phù Lá Hán ở đây có gần 1.500 người sinh sống tập chủ yếu ở các xã Na Hối, Bảo Nhai, Nậm Đét, Nậm Mòn, Thái Giàng Phố, Lùng Phình.

Từ những năm 70 của thế kỷ trước đã có một số tài liệu nghiên cứu chung về người Phù Lá như *Bước đầu tìm hiểu mối quan hệ tộc người giữa hai nhóm Phù Lá, Xá Phó* (Nguyễn Văn Huy, 1975); *Người Phù Lá ở Lào Cai* (Lục Bình Thủy, Nông Trung, 1975); *Văn hóa vật chất người Phù Lá ở Việt Nam* (Mai Thanh Sơn, 2002). Những công trình nghiên cứu của các tác giả trên đều chỉ tập trung nghiên cứu về nguồn gốc tộc người và văn hóa vật chất... chứ hầu như chưa nghiên cứu về phong tục tập quán cũng như tri thức dân gian của nhóm Phù Lá Hán, đặc biệt là tri thức dân gian về chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ và trẻ sơ sinh của nhóm người này. Do vậy, bài viết này nhằm giới thiệu những tư liệu còn thiếu hụt về nhóm Phù Lá Hán ở huyện Bắc Hà, tỉnh Lào Cai.

2. Quan niệm về sinh con của người Phù Lá và sự hình thành tập quán sinh đẻ và chăm sóc trẻ sơ sinh

2.1. Quan niệm về sinh con

Đối với cộng đồng người Phù Lá, việc sinh đẻ là điều kiện bắt buộc của các cặp vợ chồng sau khi kết hôn để duy trì nòi giống của gia đình, dòng họ và là điều kiện tất yếu để phát triển nguồn lực lao động của gia đình. Theo quan niệm trước đây của đồng bào, những gia đình nào sinh được nhiều con cái thì là những gia đình có thế lực, khai hoang được nhiều ruộng đất, được cộng đồng kính nể, coi trọng và trở thành gia đình bề thế trong bản làng. Xuất phát từ những quan niệm trên nên trước đây đồng bào Phù Lá đều mong muốn sinh được thật nhiều con cái để làm rạng danh cho gia đình và dòng họ.

Trong điều kiện chưa có các dịch vụ y tế chăm sóc khỏe cho đồng bào cũng như chăm sóc sức khỏe sinh sản cho thai phụ, bà mẹ sau sinh và trẻ sơ sinh thì những người phụ nữ cũng phải tự tìm cách chăm sóc sức khỏe cho bản thân và con cái dựa trên những kinh nghiệm được cha mẹ truyền dạy. Những kinh nghiệm đó được truyền đi truyền lại cho con cháu tạo thành phong tục

tập quán trong chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ và trẻ sơ sinh trong cộng đồng. Đối với người Phù Lá, những cặp vợ chồng sau khi cưới, người phụ nữ mang thai là niềm hạnh phúc lớn nhất của gia đình và dòng họ. Các cô di, chú bác đều đến chúc mừng, chia sẻ niềm vui với gia đình vì sắp có thêm một thành viên mới nên từ khi người phụ nữ mang thai đã được các thành viên trong gia đình, đặc biệt là người chồng chăm sóc rất chu đáo để sau này đứa trẻ sinh ra được khỏe mạnh, thông minh.

2.2. Kinh nghiệm dưỡng thai và những kiêng kỵ trong quá trình mang thai của người phụ nữ

Vốn là cư dân nông nghiệp, canh tác nương rẫy nên trong cuộc sống hàng ngày người phụ nữ Phù Lá cũng phải tham gia các hoạt động nặng nhọc của gia đình từ việc phát nương rẫy đến việc cày bừa, chặt gỗ, gánh củi... như cánh đàn ông trong cộng đồng. Thế nhưng tạo hoá ban cho người phụ nữ thiên chức được sinh con, làm mẹ nên trong bất kỳ hoàn cảnh nào họ đều phải cố gắng hoàn thành thiên chức cao cả ấy để làm tròn bổn phận của một người vợ hiền, một con dâu thảo ở bên nhà chồng. Do điều kiện sinh hoạt, ăn ở, kinh tế đều rất khó khăn nên họ vẫn phải đảm đương công việc nhà, không được hưởng chế độ chăm sóc gì đặc biệt về dinh dưỡng cũng như chế độ nghỉ ngơi. Để có sức khỏe tốt, họ phải ăn nhiều cơm và các loại rau quả tự nhiên. Chính bởi điều kiện sống khó khăn đã hình thành nên cung cách ứng xử của người phụ nữ để có thể mang thai an toàn và sinh ra những đứa con khỏe mạnh. Người Phù Lá quan niệm rằng hành động và cử chỉ của người mẹ khi mang thai ảnh hưởng trực tiếp đến thai nhi trong bụng mẹ: tâm trạng của người mẹ tốt

thì sinh con ra mới khỏe mạnh; nếu tâm địa độc ác thì tính cách của đứa con sau này cũng như vậy. Vậy nên trong bất kỳ hoạt động nào người phụ nữ mang thai đều phải dưỡng thai bằng cách “dưỡng tâm, dưỡng tính”, tức là người mẹ mang thai luôn phải giữ cho tâm an nhàn, tính cách hài hoà để đứa trẻ khỏe mạnh, ngoan ngoãn, hiền lành.

- *Kiêng kỵ đối với thai phụ*: Người Phù Lá gọi sự kiêng kỵ của người phụ nữ khi mang thai là *chỉ mang sánh*, trong đó, *chỉ* là kiêng kỵ mang tính nguyên tắc, tuyệt đối; còn *mang sánh* là có thai. *Chỉ mang sánh* là cụm động từ chỉ những kiêng kỵ mang tính nguyên tắc, bắt buộc thai phụ phải thực hiện với mong muốn sẽ sinh ra được một đứa con khỏe mạnh, thông minh. Để làm được điều đó, họ bắt buộc phải kiêng kỵ theo tục lệ của dân tộc, bao gồm cả trong hoạt động đi lại, giao tiếp, ứng xử và ăn uống, sinh hoạt, lao động. Cụ thể như sau:

Trong công việc: Thai phụ đặc biệt được khuyến khích tham gia lao động và vận động thường xuyên để thuận lợi cho quá trình sinh nở. Họ chỉ phải tránh làm những công việc nặng liên quan nhiều đến cơ bắp như mang vác những vật nặng, gánh nước, thò củi... và đảm đương công việc như băm rau, nấu cám lợn, chần gà, vịt, chần trâu trên núi và làm nội trợ trong gia đình. Bên cạnh đó, họ cũng kiêng mang hay cầm quả ớt trên tay hay để ớt vào túi quần để tránh sau này khi sinh ra đứa trẻ sẽ bị mắc các loại bệnh như bị nhiệt lưỡi, nhiệt lợi hoặc các loại bệnh có liên quan đến miệng lưỡi ở trẻ sơ sinh; kiêng mang hoặc cầm củ gừng trên tay hoặc đút vào túi áo, túi quần hay vạt áo vì sợ sau này sinh con ra, chân tay đứa con sẽ bị thừa ngón, nhiều nhánh như củ gừng.

Trong ăn uống: Thai phụ phải tuyệt đối duy trì sự kiêng kỵ đối với những loại thực phẩm mà cộng đồng cho là có hại cho thai nhi, như kiêng ăn thịt những loài động vật có chữa như thịt chó, thịt lợn, thịt hoẵng, hươu, nai... (trừ thịt gà, vịt).

Trong đi lại: Khi đi qua rãnh nước hay hồ, hào thì thai phụ phải chủ động chọn lối đi khác để tránh không bị trượt vào rãnh nước hay ngã xuống hào, rãnh gây động thai hoặc xảy thai. Kiêng giẫm lên tóc rụng, quần áo cũng như vật dụng của người khác, vì người Phù Lá cho rằng thai phụ là người *du shủ zinh*, nghĩa là có bốn con mắt, vì thế có cái nhìn rất sắc và bàn chân đậm mạnh mẽ nên rất dễ át lên hồn vía của người khác làm cho người khác dễ bị ốm đau, phải nhờ thầy cúng đến nhà để làm lễ gọi hồn chữa bệnh.

Trong giao tiếp, ứng xử: Thai phụ phải ăn nói nhẹ nhàng, từ tốn, không được nói tục, không được nói dối, không được quát lớn, không được xúc phạm người khác thì đến lúc sinh nở mới thuận lợi và tránh được các trường hợp sinh nở rủi ro như sinh con không khoẻ mạnh, chết yếu, quái thai... Người ta cho rằng, tính cách của người mẹ trong lúc mang thai ảnh hưởng trực tiếp đến tính cách của đứa con sau khi sinh ra nên người phụ nữ mang thai phải luôn từ tốn và cởi mở để mong đứa trẻ cũng được như vậy.

Trong tang ma, cưới xin: Thai phụ vẫn được phép đi đám ma nhưng không được đeo tang, không được phép đụng vào bất cứ đồ vật gì dành cho người chết như: chăn, giày, quần áo, khăn quàng đầu... để hồn người chết được dễ dàng siêu thoát đến với tổ tiên. Bên cạnh đó, thai phụ vẫn được đi ăn cỗ nhưng không được phép nhìn cô dâu, chú rể làm lễ cúng bái tổ tiên. Kiêng cử này do

quan niệm người phụ nữ mang thai có bốn mắt nên khi nhìn vào ai thì có cái nhìn rất “sắc” sẽ cản trở linh hồn cô dâu bước vào nhà chồng, đôi vợ chồng mới sẽ không có hạnh phúc hoặc hay bị ốm yếu.

- *Kiêng kỵ đối với người chồng và các thành viên khác trong gia đình*: Người chồng đóng vai trò là người tạo điều kiện tốt nhất để người vợ thực hiện tốt những điều kiêng kỵ đối với thai phụ theo từng chu kỳ phát triển của thai nhi. Nếu người vợ sức khỏe yếu, thai nghén, không ăn uống được thì người chồng sẽ chủ động tránh tiếp xúc sinh hoạt vợ chồng để người vợ có đủ sức khỏe mang thai. Trong lúc mang thai cả người vợ lẫn người chồng đều phải kiêng đánh hoặc giết mổ rắn, ếch, cóc. Khi ăn mía, họ cũng phải kiêng ăn ngọn mía trước, mà phải ăn phần gốc trước rồi mới ăn đến phần ngọn để phòng sinh nở khó do con bị ngược. Khi đun nấu trong bếp, không được đốt phần ngọn cây củi trước mà phải là phần gốc, để phòng thần bếp nổi giận khiến thai phụ sau này đẻ ngược. Ngoài ra, người Phù Lá còn kiêng hai thai phụ nằm chung một giường (kể cả là hai chị em, hay hai cô cháu, thím, bác) vì sợ khi hồn vía của hai người gặp nhau sẽ gây ra sự xáo trộn hồn vía thai nhi: hồn đứa trẻ này sẽ rủ rê hồn đứa trẻ kia, dẫn đến tình trạng thai nhi rủ nhau cùng ra đời cho dù một trong hai bé chưa đủ tuổi chào đời, do vậy sẽ khó nuôi.

2.3. Các bài thuốc dân gian và nghi lễ, phong tục về chăm sóc thai phụ và thai nhi

Mang thai là cả một quá trình dài trải qua các giai đoạn phát triển của thai nhi trong bụng mẹ. Do lao động vất vả cộng với điều kiện kinh tế khó khăn nên một số chị em phụ nữ không tránh khỏi mệt mỏi, đau ốm do

thiếu máu, đau bụng do ăn uống không khoa học... Nếu mắc bệnh thiếu máu, người Phù Lá thường chữa trị bằng cách ăn nhiều rau cải, gà hấp nghệ là những loại thực phẩm sạch có sẵn, có tác dụng bổ máu, giúp cơ thể hồng hào, khỏe mạnh. Còn khi đau bụng do tiêu chảy, người ta hấp rau mơ hay rau đắng (*khu sải*) hoặc nhai mầm ổi để chữa trị. Nếu bị sổ mũi hay nhức đầu thì xông hơi lá thuốc (gồm lá tre, lá gai, tía tô, đinh lăng, gừng).

Ngoài ra, nếu thai phụ có dấu hiệu ốm yếu, kém ăn, mất ngủ, người Phù Lá thường phải thực hiện một số nghi lễ cúng để cầu sức khỏe cho thai phụ, như lễ gọi hồn (*Chèo hoành*), lễ giải hạn (*Cai hoành*) và đặc biệt là từ tháng thứ bảy trở đi gia đình sẽ làm lễ cầu cho thai phụ sinh đẻ thuận lợi (*Thủy si sinh*). Lễ này có thể được tiến hành vào bất kỳ ngày nào trong tháng và là một nghi lễ bắt buộc đối với những người mẹ sinh con đầu lòng.

3. Việc sinh nở

Vào những ngày cuối của thai kỳ tính từ trung tuần tháng thứ bảy trở đi¹ (sau lễ cúng cầu sinh), thai phụ sẽ phải chú ý đến các dấu hiệu bất thường trong cơ thể như đau, mỏi, nhức bụng... để nhận biết là dấu hiệu đau do bệnh tật hay đau do sắp sinh nở để kịp thời chuẩn bị các điều kiện sinh cần thiết.

Người Phù Lá có quy định, người con gái lấy chồng và mang thai thì phải sinh nở ở bên gia đình nhà chồng và không được đưa con về nhà bố mẹ đẻ khi đứa trẻ chưa đầy tháng. Khi sinh con thì sinh ở góc chân giường, thay vì sinh ở trên giường. Tư thế đẻ là đẻ ngò: thai phụ tựa lưng vào thành

giường hoặc đứng vịn vào thành giường để rặn đẻ, hai chân dẹt ra, quay mặt vào trong giường hoặc quay mặt vào hướng người đỡ đẻ để thuận lợi cho việc đỡ. Bà đỡ đưa hai bàn tay ra đỡ đứa trẻ, rồi cho đứa trẻ nằm lên tã lót đã được trải sẵn trên giường để tiện cho việc lau rửa và cắt rốn cho đứa trẻ. Khi tắm cho trẻ sơ sinh, nguyên tắc là phải lau mắt trước rồi mới lau rửa đến mặt mũi, đầu tóc theo hướng rửa xuôi từ đầu đến chân (nếu không rửa mắt trước thì sau này đứa trẻ sẽ thường bị đau mắt lem nhem). Khi lau xong, bà đỡ cắt rốn cho đứa trẻ bằng dao hoặc kéo đã được hơ nóng qua lửa; lấy dây chỉ buộc rốn cách bụng 5 đến 10 cm (cắt dây rốn dài bằng độ dài ngón chỏ) rồi gập dây rốn sát với bụng để băng rốn lại; khi rốn khô, nó sẽ tự rụng ra. Sau khi cắt rốn xong, bà đỡ mới lấy tã lót cuốn mình đứa trẻ để giữ ấm cho nó. Theo kinh nghiệm dân gian, sau rốn rụng ra, người ta cắt phần cuống rốn đó đi để phòng ngừa khi đứa trẻ bị sốt nóng thì dùng để đun nước uống giúp hạ nhiệt. Sau khi đẻ xong, họ chôn nhau thai (không phân biệt nhau thai của con trai hay con gái) ở ngay dưới chân giường - nơi sinh nở để tránh kiến, bọ đến ăn; do vậy, cũng tránh được sẹo rỗ trên mặt đứa trẻ sau này. Hàng ngày người ta vẫn tưới nước lên chỗ trôn nhau thai để tránh mùi hôi. Thai phụ được lau sạch sẽ rồi đỡ lên nằm trên giường để giữ ấm; trên đầu cuốn khăn để tránh gió lạnh và tránh bị đau đầu về sau. Trẻ sơ sinh thường nằm cùng mẹ để giữ ấm cơ thể.

4. Chăm sóc sức khỏe sản phụ

4.1. Chế độ ăn uống, sinh hoạt của sản phụ

Hai tuần đầu sau sinh, sản phụ kiêng gió, phải cuốn khăn lên đầu và nằm trong buồng kín, sưởi than. Nước uống được đun

¹ Người Phù Lá cho rằng vào thời điểm này thai nhi có thể được sinh ra an toàn, tuy hơi yếu nhưng vẫn có sống được.

bằng thảo quả đốt cháy và chỉ ăn thịt gà hoặc trứng gà nấu canh gừng với hạt tiêu để giữ cho phần bụng luôn ấm, máu trong cơ thể lưu thông tốt. Khi ăn rau cũng phải nấu canh gừng để rau mềm, dễ ăn. Trong một ngày, sản phụ ăn tối thiểu ba bữa cơm - canh, phải ăn lúc còn nóng, kiêng ăn những đồ đã nguội hoặc để lâu. Kiêng làm tất cả mọi việc, đặc biệt là không được đụng vào nước lạnh. Theo tục lệ, người ở cũ phải kiêng một tháng 3 ngày mới được ra khỏi nhà, mới được tắm gội và ẵm con ra ngoài hàng xóm chơi. Còn chế độ ăn uống thì đã được thoải mái và ít kiêng khem hơn: sản phụ ăn thêm các loại rau, củ theo sở thích chứ không chỉ có thịt lợn, thịt gà, trứng. Trong thời gian ở cũ, nhà chồng phải chăm sóc cho con dâu, làm đầy đủ nghi lễ đặt tên, lễ đầy tháng cho cháu và mời bên gia đình nhà ngoại đến chúc mừng thì mới được đưa cháu về nhà ông bà ngoại. Lúc này bên họ hàng nội, ngoại cũng tham gia chăm sóc sản phụ và trẻ sơ sinh rất tận tình.

Trường hợp người mẹ sau khi sinh không đủ sữa cho con bú thì người ta sẽ cho con bú nhờ những người có con nhỏ trong làng xóm hoặc nghiền bột gạo tẻ nấu loãng cho trẻ ăn. Sản phụ cũng kết hợp với dùng một số loại thuốc làm tăng sữa: ăn hoa và rễ cây đu đủ đã được đồ chín; hoặc ăn canh đu đủ xanh (đu đủ để nguyên vỏ, được thái thành miếng nhỏ nấu với ít mỡ, hạt tiêu).

Trong thời gian ở cũ, người Phù Lá cũng nấu cho sản phụ một số món ăn có tác dụng bổ máu, phục hồi sức khỏe và bài thuốc lợi sữa như cây *pù nháng diu shau* - cây thuốc cho phụ nữ có tác dụng bổ máu, giúp máu trong cơ thể lưu thông tốt hơn và ngăn chặn các bệnh về đau buốt tê khớp ở phụ nữ sau sinh. Còn bài thuốc lợi sữa như:

cháo hầm xương với đu đủ, cháo hầm chân dê với đu đủ, cháo hầm rễ cây trạng nguyên (*nai tráng mù sấu*) đều có tác dụng lợi sữa hoặc trị mất sữa ở sản phụ trong thời gian nuôi con bằng sữa mẹ.

Ngoài ra, một số trường hợp sau khi sinh con được một đến hai tuần có dấu hiệu đau bụng, chảy máu kéo dài (hiện tượng sót nhau), người ta lấy cây *sáng shì táng* để chế thành một loại nước uống có tác dụng điều hoà khí huyết, làm tan máu đông, máu tụ trong cơ thể. Đối với trường hợp sót nhau thai, uống cây *sáng shì táng* sẽ làm tan chảy nhau thai còn tụ bám trong dạ con, làm tan những cục máu đông, máu tụ gây đau dạ con, làm ấm nội tiết.

4.2. Một số bài thuốc dân gian chữa bệnh thường gặp ở sản phụ

Sau khi sinh con, chị em phụ nữ thường mắc một số bệnh (các bệnh về khớp, đi tiểu buốt, tiểu rát, kinh nguyệt không đều...) do điều kiện sống khó khăn, chế độ ăn uống chưa khoa học, nên đồng bào đã tích lũy được một số kinh nghiệm chữa bệnh. Chẳng hạn, để chữa các bệnh về khớp, người Phù Lá lấy rễ, lá cây dâm bụt (bông hoa to như hoa hướng dương, cánh hoa li ti màu trắng) về rửa sạch, giã nát, rồi đắp lên vùng khớp và lấy vải băng lại; hoặc thái lát củ rau má to (đã được rửa sạch và để nguyên vỏ) và ngâm rượu uống hàng ngày với định lượng ½ chén vào mỗi buổi sáng, giúp làm giảm đau khớp, đau cơ, căng cơ. Để trị bệnh tiểu rát, tiểu buốt, hàng ngày người bệnh uống một loại nước thuốc được hầm từ các loại cây thuốc sau: cây *pì quang shau* (mọc gần bờ suối, thân ống), cây *di lù cù cánh cánh* (giống cây ý dĩ, thân ống, lá dài như cây cỏ cứu, có hạt như hạt cườm), rễ cây mía tím rễ cây cỏ gianh.

5. Chăm sóc sức khỏe trẻ sơ sinh

Ngay sau khi đưa trẻ ra đời, gia đình cắm một chiếc gậy ở hiên nhà rồi đặt nón úp lên trên đó, được gọi là tục cắm nón, để thông báo cho hàng xóm láng giềng, bạn bè, người lạ biết là gia đình có người mới sinh. Đây cũng là dấu hiệu kiêng kỵ để những người ngoài không tự ý vào nhà, nhằm bảo vệ hồn vía của đứa trẻ khỏi các loại tà ma nhập vào người lạ vào nhà quấy rối hồn vía đứa trẻ.

5.1. Một số bài thuốc chữa bệnh thường gặp cho trẻ sơ sinh

Khoảng một đến hai tháng đầu sau sinh, do trẻ còn non nớt nên sức đề kháng kém, trẻ thường hay bị ốm vặt (như cảm cúm, sổ mũi, ngạt thở, tiêu chảy...), đặc biệt khi thời tiết thay đổi. Do khó khăn về kinh tế và về tiếp cận các dịch vụ y tế hiện đại, người Phù Lá thường dùng các bài thuốc dân gian để chữa trị cho trẻ.

Nếu trẻ bị cúm, sổ mũi thì lấy một nắm nhỏ gạo nếp, vài cọng hành tươi rửa sạch rồi nhai lẫn với gạo nếp, sau đó cuốn vào một tấm vải nhỏ, mỏng rồi đắp lên thóp trẻ sơ sinh và cố định thuốc bằng một miếng băng; để như vậy khoảng nửa tiếng và lặp lại ba lần/ngày.

Khi trẻ bị ho, cảm, sốt thì người Phù Lá cũng dùng các loại thuốc có trong tự nhiên để chữa trị: sấy khô cây húng liu, sắc nước uống để chữa cảm; giã nát cây rau khúc và cây dấp tanh (*pì sị sài*), rồi chế thành nước uống chữa cảm, sốt, ho cho trẻ. Trẻ bị cảm nắng, cảm lạnh thì giã nát cây tía tô, cây hẹ, cây răng cưa, gừng và sắc nước cho trẻ uống hoặc nấu cháo loãng cho trẻ ăn trị cảm rất tốt. Trẻ bị sốt thì giã nhỏ cây họ nôi, rồi chắt nước pha ấm cho trẻ uống, có tác dụng hạ nhiệt rất nhanh...

Khi trẻ bị tiêu chảy, phương pháp chữa trị dân gian phổ biến nhất ở vùng đồng bào các dân tộc thiểu số và ở người Phù Lá là người mẹ dùng thuốc để truyền qua đường sữa cho con bú. Người mẹ nhai mầm ổi non hoặc giã nát lá ổi đã được rửa sạch, để ráo, vắt lấy tinh chất lá ổi và pha với một chút nước ấm, rồi cho đứa trẻ uống vài lần sẽ khỏi.

5.2. Các nghi lễ liên quan đến sự phát triển của trẻ

5.2.1. Lễ đặt tên (*Khái mìn chữ*)

Sau khi sinh được ba ngày, gia đình sẽ làm lễ đặt tên cho đứa trẻ và mời ông bà ngoại và họ hàng hai bên gia đình đến dự. Với mong muốn con cái hay ăn chóng lớn và ngoan ngoãn, từ xa xưa, người Phù Lá thường đặt tên gọi cho con, cháu theo ngày sinh, lấy tên của 12 con giáp để làm tên gọi. Chẳng hạn, nếu đứa bé sinh vào ngày Thân thì được đặt tên là Hậu (theo phiên âm tiếng Phù Lá: Hậu là hậu chus, tức là con khi) với mong muốn đứa bé sẽ nhanh nhẹn, khỏe mạnh, tháo vát như tên gọi của nó. Nếu trẻ sinh vào ngày Mùi thì được đặt tên là Seo Giàng (dê): Nhanh nhẹn, hiền hòa. Nếu trẻ sinh vào ngày Tuất thì được đặt tên là Seo Câu (chó): Nhanh nhẹn, tinh thông, dễ nuôi, dễ hòa nhập. Nếu trẻ sinh vào ngày Thìn thì được đặt tên là Seo Lồng (rồng): Khỏe mạnh, chóng lớn và mạnh mẽ. Nếu trẻ sinh vào ngày Hợi thì được đặt tên là Seo Châu (lợn): Khỏe mạnh, dễ ăn, dễ nuôi, chóng lớn, an nhàn về sau. Nếu trẻ sinh vào ngày Sửu thì có tên là Seo Nhù (trâu): Khỏe mạnh, nghị lực.

Ngoài ra, còn một quy tắc đặt tên theo dòng họ. Có sự phân biệt tên gọi của các đời theo tên đệm, tức là ở các đời khác nhau thì tên đệm phải đặt khác nhau. Chẳng hạn, dòng họ Lù: Ở đời cụ tên là Lù Phà Sấn thì đời ông là: Lù Sáng Phử, ở đời cha tên là Lù Sào Quáng, ở đời con tên là: Lù Cáo Hậu. Mỗi

tên đệm ở giữa các đời phải khác. Ví dụ: cách đặt tên của dòng họ Chảo: ở đời ông cụ là Chảo Sinh Cùi, đời ông Chảo Diu Sầu, thì ở đời con là Chảo Chín Sù, ở đời cháu là Chảo Chử Hồng, ở đời chắt là Chảo Sín Nền... Vai vế ở mỗi đời được phân biệt bởi tên đệm. Sau khi thống nhất tên gọi cho đứa trẻ, gia đình sẽ làm cơm cúng để báo cáo tổ tiên và xin nhập tên trẻ vào dòng họ của gia đình.

5.2.2. Lễ đầy tháng (Mang jdê)

Đây là một nghi lễ mang tính hình thức để bên nhà ngoại được đến thăm và tặng quà cho cháu, còn gọi là lễ tặng địu. Trong lễ này ông bà ngoại sẽ phải chuẩn bị rất nhiều quà để mang sang nhà nội tặng cho đứa cháu, gồm có các lễ sau: một cái địu hoa được làm bằng vải lanh nhuộm chàm hoặc vải nhung do chính tay bà nội khâu tặng; một cái tã vuông khoảng 80 cm, được làm bằng vải lanh, nhuộm chàm; 80 - 100 kg gạo do họ hàng bên ngoại cùng các anh em hàng xóm đóng góp mỗi gia đình từ 3 đến 5 kg; 5 - 10 con gà và vài chục trứng gà (mỗi gia đình đóng góp từ 10 quả trở lên).

5.2.3. Lễ đầy năm (Chóa cháu) và những quan điểm về nhận diện tính cách trẻ

Khi đứa trẻ tròn một tuổi, người Phù Lá tổ chức nghi lễ tiên đoán số phận của đứa trẻ qua những đồ vật mà bé chọn. Lễ này thường được tổ chức vào ngày Tuất với mong muốn cháu bé sẽ ngoan, khỏe, dễ nuôi, mau lớn như con giáp. Để tổ chức lễ này, ngoài cỗ tiệc để chiêu đãi họ hàng, gia đình còn phải chuẩn bị một số lễ vật gồm: một bát cơm có đặt đùi gà, một quyển vở, một cái bút, một cái cân, hai cây tỏi, một tờ tiền và đặt chúng xuống một cái chiếu đã được trải giữa nhà. Còn riêng bà ngoại phải may cho cháu một chiếc mũ có đính bạc 8 cánh ở phía trước và 2 chuông bạc ở phía sau, thể hiện sự quan tâm, chăm sóc của bà ngoại.

Khi thực hiện nghi lễ, người ta bế đứa bé đã mặc sẵn quần áo mới, đội mũ đính bạc của bà ngoại rồi cho đứa bé ngồi xuống chiếu để thử xem lễ vật đầu tiên nó chọn là vật gì. Dựa vào mỗi vật đó, người ta sẽ phỏng đoán tính cách của đứa trẻ trong tương lai. Nếu đứa trẻ cầm bát cơm trước, người ta dự đoán đứa trẻ sẽ là người biết lo lắng cho những bữa ăn trong gia đình. Nếu bé cầm quyển vở và cái bút trước, bé sẽ là người ham học hành, tu rèn nâng cao trí thức. Cầm cái cân trước, bé sẽ là người rất kỹ tính, biết tính toán cho tương lai, biết lễ phải, đạo lý. Đứa bé cầm cây tỏi trước thì sẽ là người giỏi về tính toán, kinh doanh, mua bán giỏi. Nếu đứa trẻ cầm tờ tiền trước thì người ta cho rằng bé sẽ là người nặng về vật chất và ít giao tiếp với mọi người, luôn sống thu mình và giỏi kiếm tiền. *Chóa cháu* là một nghi lễ rất quan trọng đối với mỗi đứa trẻ và gia đình của trẻ, không chỉ thể hiện sự quan tâm của mọi người trong gia đình với đứa trẻ mà còn tiên liệu trước tính cách của bé.

Có thể nói, những tri thức về chăm sóc sức khỏe cho phụ nữ và trẻ sơ sinh là những kinh nghiệm dân gian quý báu mà người Phù Lá đã tích lũy, trải nghiệm và sử dụng hiệu quả qua nhiều thế hệ. Những tri thức này cũng là một bộ phận của văn hóa truyền thống của tộc người.

Tài liệu tham khảo

1. Nguyễn Văn Huy (1975), “Bước đầu tìm hiểu mối quan hệ tộc người giữa hai nhóm Phù Lá, Xá Phó”, *Thông báo Dân tộc học*, Số 3.
2. Lục Bình Thủy, Nông Trung (1975), “Người Phù Lá ở Lào Cai”, *Tạp chí Dân tộc học*, Số 1.
3. Mai Thanh Sơn (2002), *Văn hóa vật chất người Phù Lá ở Việt Nam*, Nxb Văn hóa dân tộc, Hà Nội.