

BẤT HÒA DO AI ?



Nếu Gắt: “Anh Sai” hay “Em Sai!”?

Lm. Phêrô Chu Quang Minh, S.J.
Sáng lập CT/TTHNGĐ

Bạn hữu cho rằng anh chị Tài & Nhu có căng thẳng là vì anh Tài ngoại tình. Nhiều người khuyên anh phải nghĩ đến vợ con mà bỏ người đàn bà làm chung trong hăng, vừa già vừa xấu hơn chị Nhu. Nhưng càng khuyên thì anh càng buồn năn, yên lặng, cái yên lặng nặng nề, khó tả. Khi bị hối thúc thì anh thốt lên: “Nói ra cũng không ai tin nên đành im lặng.” Lúc đó bạn hữu lắc đầu mai mỉa: “Mày tên là ‘Tài,’ nên có tài lừa vợ.” Anh rơi nước mắt vì bị dồn vào thế cô đơn, không ai hiểu mình.

Còn chị Nhu được khen là đẹp người đẹp nết, vì nước da trắng mịn, khuôn mặt mặn mà, miệng nói có duyên. Cộng thêm chị thường tả oán và khóc sụt sùi dễ dàng, gặp ai cũng “xin cầu cho chồng con ăn năn trở lại.”

Nhưng với chồng thì chị luôn chỉ có một phán quyết: – Anh sai!

Phải mất nhiều thời gian và nhẫn nại để tìm hiểu thì mới có thể hiểu biết thực tế xảy ra giữa anh Tài và chị Nhu. Trước tiên, chị ưa thích chứng diện đồ đẹp, tiền bạc chồng làm ra không đủ cho chị mua sắm, nên thẻ tín dụng luôn bị thiếu nợ. Thứ đến, tuy mặt đẹp, giọng nói duyên dáng, nhưng chị có bệnh lãnh cảm, để anh Tài trở thành người chồng có tài ... ăn chay nằm võng dài dài.

Điều mủi lòng cho anh Tài là ở nước ngoài anh chỉ có một mẹ già, nhưng chị Nhu buộc anh phải đưa bà vào viện dưỡng lão. Chị được tiếng là nhu mì nhưng lại cộc cằn tới mức bất hiểu với mẹ chồng. Mỗi lần anh Tài năn nỉ muốn đưa mẹ về ở chung, thì chị lại buông thông: – Anh sai!

Anh Tài làm trong hăng, ngồi chung một phòng với cô Tâm. Cô hơn tuổi anh Nhu, lưng gù, da ngăm đen; nhưng thông minh, có tài, làm việc tận tâm,

nhất là tâm hồn ngay thẳng. Chồng cũ của cô lấy cô vì ham tiền lương của cô. Khi có tiền thì anh bỏ cô. Anh Tài bị vợ bỏ gặp cô Tâm bị chồng bỏ. Lúc đầu hai người dễ tâm sự vì có nỗi buồn giống nhau, nhưng lửa giận rơm. Tuy dễ hiểu tại sao Tài-Tâm sa ngã, nhưng không phải vì thế mà Tâm-Tài trở thành trắng án.

Việc ngoại tình là sai lỗi trầm trọng của anh Tài, nhưng chị Nhu có vô tội không? Lỗi của chị là gì? Hay chị đã đồng lõa vào việc mà hậu quả là cả anh và chị đều bị căng thẳng? Có thể đưa tới cảnh vợ chồng tan rã? Con cái mất hạnh phúc tuy được ở trong một nhà có cha có mẹ?

Nhiều vợ chồng sống trong bất hòa, đổ vỡ, mà vợ chồng anh chị Tài&Nhu là một trường hợp trong hàng trăm, hàng ngàn trường hợp khác nhau. Nguyên nhân do đâu?

Nói đến nguyên nhân là nói đến động lực thúc đẩy thâm sâu từ bên trong. Không nhìn thấy nguyên nhân một cách cụ thể, nhưng thường nhìn thấy hậu quả của nguyên nhân này, đó là hình dáng bên ngoài trở thành bản thân, bồn chồn, tay chân quờ quạng, run rẩy, da mặt đỏ bừng hay tái xanh. Từ đó đưa tới cử chỉ bất ngờ, như người chồng có thể quăng liệng bàn ghế, chén bát, hoặc tông cửa, lái xe loạn xạ; hay là chửi thề, đập đánh cộc cằn, vũ phu, v.v. Đàn bà thường bậm miệng, thủ tay vòng tròn, ngồi “một đống – án nhi bất động,” mặt khinh khỉnh, thách thức; hoặc sấn sổ, cào cấu, la hét, mồ hôi đầm đìa, sùi bọt mép, dữ như ... “sư tử Hà Đông.” Thực tế mỗi trường hợp bất hoà là mỗi nguyên nhân khác nhau, nhưng tựu trung có thể xếp vào ít nguyên nhân chính sau đây:

Nguyên nhân thông thường nhưng rất tai hại, đó là la gắt: – Anh sai! hay: – Em sai!

Tại sao la gắt lại tai hại, có khi rơi vào cảnh mất vợ, mất chồng, hoặc thảm hại hơn nữa, đổ máu không ngờ?

Tại sao la gắt lại tai hại, có khi rơi vào cảnh mất vợ, mất chồng, hoặc thảm hại hơn nữa, đổ máu không ngờ? Thật ra, việc la gắt chỉ là bên ngoài, mặt ngoài; còn mặt trong, hay nguyên nhân chìm trong thâm tâm mới là điều nguy hiểm. Nguyên nhân có nhiều, nhưng có thể quy hướng về điểm chính, đó là tính chủ quan, thiên kiến. Người chủ quan thường mơ mộng, tưởng tượng rằng mình suy nghĩ thế nào thì sự kiện bên ngoài phải xảy ra như thế, hoặc người khác phải suy nghĩ và cư xử giống như mình.

Một chuyện xảy ra cho tôi cách đây vài giờ, đó là một chị “song nguyên” ra ga tàu hỏa ở tiểu bang xa xôi để đưa tôi về nhà xứ vì cuối tuần ở đây có Khoá Thăng Tiến Hôn Nhân Gia Đình. Chị tình nguyện đưa rước để có thời giờ chia sẻ khi lái xe mất gần một tiếng đồng hồ, hy vọng tâm hồn chị thêm bình an hơn. Chuyện của anh chị có thể thu gọn lại như sau: Trước khi dự Khoá thì chị đã dọn ra ở riêng vì nhà như hoả lò, lúc nào anh cũng la gắt và chị thì phản ứng ngược lại vì bị chạm tự ái. Anh kết tội “Em sai!” Và chị la hét cùng một giọng “Anh còn sai hơn tôi!” Kết quả là cả hai đều sai. Sau khi dự Khoá, anh chị chấp thuận về ở chung một nhà, nhưng anh vốn chủ quan, kết tội các việc chị làm “đều sai,” thí dụ chị ưa thích hát trong ca đoàn và hội họp trong mấy đoàn thể khác nhau. Còn chị vốn lên án cách cư xử của anh là sai, thí dụ anh không gặp gỡ ai, đi Lễ Mỹ, ngủ ngày, coi TV, nếu bất đắc dĩ đi Lễ Việt thì phê bình cha này giảng dài, cha kia giảng buồn ngủ, nghe uống phí thời giờ, v.v. Kết quả của Khoá là giữ được anh chị trở lại chung một mái nhà, đi Lễ Chúa Nhật, chị hăng say trong các sinh hoạt của Giáo Xứ, nhưng anh chị vốn bất hoà vì chưa hết la gắt nhau!

Để thấy rõ hơn tai hại của la gắt thì tóm tắt lại câu truyện đã viết ở các sách tâm lý giáo dục, đó là một em gái khoảng 13 tuổi bỏ nhà, có thai và sinh con hoang, đem về liệng trước cửa nhà cho ba má nuôi, rồi “đi hoang” tiếp. Sau em bị cảnh sát bắt. Hỏi “Tại sao trốn nhà, bỏ học, nhập vào gang đâm chém?” Em trả lời: “Tại vì ba má cãi nhau, nên ởn ở nhà.” Tôi kết luận để hy vọng đọc tới đây thì bỏ cãi nhau: “Ai không muốn biết mặt con rể, lại sợ tổn tiền lo đám cưới, thì cứ cãi nhau là có cháu ngoại để bông.”

Nguyên nhân thứ hai đưa tới vợ chồng bất hoà là tính độc tài, cố chấp, bảo thủ, không đọc, không học hỏi, bàn thảo. Phản ứng tâm lý cô đọng thành

câu nói “Người biết nhiều thì nhận mình biết ít.” Vì khiêm nhường nhận mình biết chưa đủ, phản ứng của mình chưa đúng với mỗi hoàn cảnh cụ thể, nên người biết nhiều thường tránh được chủ quan vì biết lắng nghe. Nhờ lắng nghe nên cư xử phù hợp với từng lúc, từng việc, và từng người. Trái lại, “Người biết ít thì hay khoe mình biết nhiều.” Người này thường mơ mộng kiêu ngạo, cho rằng mình am tường, nên không lắng nghe, không học hỏi, mà lại chủ quan bắt người khác phải làm theo ý mình, trong khi ý này thường lỗi thời, lỗi nơi, và lỗi cảnh.

Nguyên nhân thứ ba đưa tới gia đình bất hoà là tính tự ái, coi “cái tôi” quá cao. Vì “cái tôi cao” này mà nhiều người vợ hét lên “Anh sai” giống như chị Nhu, và nhiều người chồng hằn học “Em sai” giống như anh Tài. Một chuyện mới xảy ra, đó là có xô xát giữa anh Tự và chị Đại. Anh Tự ít nói, vừa dễ thương vừa dễ ghét. Dễ thương vì anh bình tĩnh và dí dỏm, nhưng cũng dễ ghét vì anh hay “chiếm công vi tư,” sau khi nghe ngóng hoặc trông nhìn người khác thì anh biến chế, thay đổi “mắm muối” đôi chút, rồi nghiêm nhiên coi lời nói hay công việc đã thực hiện là như của riêng anh, như anh “tự” sáng kiến ra. Trong gần hai chục năm chung sống, anh Tự đã nhiều lần “chiếm công vi tư” như vậy cả với vợ nên chị Đại phần uất, rồi “làm đại” cho bõ ghét. Khi phải cư xử ngoài xã hội thì anh chị Tự&Đại khéo đóng kịch, làm ra vẻ nhất trí, nhưng thực tế giữa hai người thì không ai hạnh phúc. Anh Tự sống đứng đưng với chị và chị cũng đứng đưng với anh. Hai người như hai bóng ma dưới một mái nhà vì tháp Babel tự ái của người nào cũng ngất ngểu ngạo nghễ.

Nguyên nhân bất hoà để không bao giờ hoà hợp được, đó là ác ý, tức là có tâm địa “lấy làm vui khi thấy bạn đời buồn, và buồn khi thấy bạn đời vui.” Có trường hợp vui buồn vì tự ái nên không muốn nhìn thấy bạn đời hơn mình. Như trường hợp chị Thơ đoàn tụ với chồng là anh Bội. Anh ân cần lo cho chị đi học lại. Nhờ chăm chỉ và sáng trí, nên chị được nhà trường khen thưởng. Chị đem những bằng khen đó về khoe với anh Bội và anh hãnh diện khoe lại với bạn bè: “Nhờ tao mà vợ tao ‘nên người’.” Do chăm học mà sau đó chị được thăng thưởng trong hăng. Về nhà chị cũng khoe với anh Bội. Bất ngờ anh hét lên: “Cô phản bội! Tôi cho cô ăn học để bây giờ cô hơn tôi, ngồi lên đầu lên cổ

tôi hả?” Không hiểu anh phản bội chị hay chị phản bội anh, nhưng chắc một điều là chị đã ngây thơ nên chạm tự ái người chồng trước đây lo cho chị học lại để dễ kiếm tiền cho anh chứ không để chị được thăng thưởng hơn anh.

Trường hợp ác ý sẽ làm vợ chồng bất hòa tới mức vô phương hàn gắn. Trường hợp này hiếm nhưng cũng xảy ra. Thí dụ vợ chủ tâm nấu cơm nhão, hay chủ tâm mặc áo đầm đi ăn cưới vì biết chồng thích cơm khô và nhìn ngắm áo dài, hoặc chồng chủ tâm không che cửa sổ và chủ tâm đổ nước tứ tung vì biết vợ ưa kín đáo và sạch sẽ trật tự, v.v. Như vừa nói, trường hợp này ít nhưng nếu xảy ra thì không phải chỉ là bất hoà mà là trên bờ vực thẳm của tan rã.

Cần làm gì để giảm bớt bất hoà trong gia đình?

Không thể viết trong ít trang mọi giải pháp cho mọi trường hợp đã và sẽ xảy ra trong mọi gia đình, vì đó là đối tượng của nhiều sách đã xuất bản, như sách Vợ Chồng Căng Thẳng Làm Sao Hoà Hợp?, sách Cẩm Thông Để Vời Đau Khổ, sách Sống Khôn Bớt Đại, sách Biết Minh Để Sống Vui, sách Hiểu Nhau, hoặc sách Chọn Sao Cho Trọn?, hay sách Ghen Lạnh Nồng, vân vân.

Vậy trong ít hàng dưới đây chỉ đưa ra “đầu đề” cần thiết với chút ghi chú sơ sài.

Trước tiên, luôn tâm niệm rằng “Tôi cần làm cho bạn đời tôi vui.” Thí dụ giữa ngồi lì coi TV và đứng lên rửa chén, việc nào làm cho vợ vui? Hay là giữa “nói ít nghe nhiều,” thay vì to tiếng cãi nhảm mà nay cố gắng nói ngắn, với giọng dịu dàng, thì cách thức nào làm cho chồng vui? Con vui?

Nếu tôi nghĩ đến người, muốn làm cho người vui trong những việc cụ thể hàng ngày, thì dần dần người cũng thay đổi, cũng sẽ nghĩ đến những việc cụ thể làm cho tôi vui. Làm cho người vui là cách làm cho mình vui, Chúa vui. Vui một đời. Vui đời đời.

Cách thứ hai để giảm bớt bất hoà là lắng nghe. Tiếc rằng ngày nay nhiều người chỉ muốn nói mà ít muốn nghe. Lắng nghe. Trầm lắng xuống để nghe. Thà nghe 30 phút còn hơn phải chịu hờn mát ba ngày, có khi ba tuần, hoặc bỏ chồng về ở với mẹ luôn ba tháng! Lắng nghe quan trọng tới mức trong sách Cẩm Thông Để Vời Đau Khổ có tới bốn chương về: 1- Phá huỷ lắng nghe. 2- Tiêu cực trong lắng

nghe. 3- Tích cực trong lắng nghe. Và 4- Cần lắng nghe vì “yêu nhau thì có mà hiểu nhau thì không” (chương 29, 30, 31, và 32). Chỉ trong lắng nghe vợ chồng mới có thể sống trong “Yêu Thương Gần Gũi Bằng Việc Làm” và đây là đoàn sủng hay đặc tính của Chương Trình Thăng Tiến Hôn Nhân Gia Đình.

Thứ ba là bình tĩnh “Khiêm nhường Biết lỗi, Nhận lỗi, Xin lỗi, Sửa lỗi và Tha lỗi.” Có người “làm tới,” thấy bạn đời xin lỗi nên càng thêm cố chấp, nhưng đây là số ít. Còn số đông sẽ cảm động khi thấy bạn không có lỗi mà lại xin lỗi mình, nên khâm phục, tự ý “xuống thang,” từ bất hoà sang thuận hoà.

Một chuyện thật cảm động, đó là anh Nhẫn luôn bình tĩnh trước những “lỗi đing” của vợ là chị Hoài. Chị cãi nhau hoài. Ganh tị hoài. Hờn mát hoài. Ăn mặc diêm dúa hoài. Cái gì xấu thì chị chạy theo hoài, còn cái gì tốt thì chị bỏ ... hoài. Trước những phản ứng kỳ dị của vợ, anh Nhẫn nhẫn nhục hoài. Nhẫn nhục trong bình tĩnh, trong khiêm nhường nói rằng: “Anh xin lỗi vì chưa làm cho em vui hoài.”

Anh Nhẫn thực hiện phương pháp của Chương Trình là “Ý chí cảm nghiệm cụ thể để thay đổi đời sống, bằng cách khiêm nhường nói ra một yếu đuối mình đang chiến đấu,” nên dần dần anh chinh phục được chị Hoài vì anh tạo ra bầu khí “Tin Cây Cối Mỡ” là bầu khí đặc thù của các Khoá Song Nguyễn.

Một cách thế nữa để giảm bớt căng thẳng trong gia đình là dùng lời “mantra,” tức là Lời Nguyện tắt, lời “Zen,” hay lời “Thiền” sau đây: “Mọi việc đều qua, trừ tình yêu – All passes but love.” Cơm khê ư? Con không dọn nhà cửa à? Chồng quên mua nước mắm?, v.v., trong những hoàn cảnh như vậy, xin luôn tâm niệm “Mọi việc đều qua, trừ tình yêu – All passes but love.”

Giải pháp cuối cùng nhưng thần diệu nhất, đó là cầu nguyện. Xin hãy Cầu Nguyện để mình dễ làm cho NGƯỜI VUI, để mình thêm LẮNG NGHE, thêm nhẫn nhục và KHIÊM NHƯỜNG XIN LỖI. Nhờ CẦU NGUYỆN mà nhận ra chân lý “Mọi việc đều qua, trừ tình yêu – All passes but love.”