

Nhưng chúng ta đều biết, việc chia là hai cá thể riêng biệt và khác biệt, điều này không làm mất trong hôn nhân; song chung một nhà, chia xem mì điệu trong điều song. Vì khác nhau nhung song gìn nhau và chia xem chung nhieu điều nên việc chia khó tránh điều này lúc điều chém làm buồn lòng nhau và điều điều hòa. Bút hòa là điều bình thường giữa việc chia nhung chúng ta cần biết cách giải quyết nhung bất hòa đó sao cho tất điều điều hôn nhân không điều việc nhung việc chia nhau và thuong nhau hồn.

Tiến sĩ Norman Wright là một giáo sư Tin Lành, chuyên về lãnh vực hôn nhân và gia đình. Trong quyển sách tóm tắt *Đôi i Thoại, Chìa Khóa cho Hôn Nhân*, Tiến sĩ Wright nói rằng, khi việc chia có chuyen buôn gìn nhau, chúng ta cần giải quyết việc tinh thần cõi mõi, khách quan, tõi nhõi và uyên chuyen. Cõi hai người phai thết lòng muôn giờ quyết bất hòa thì mõi điều điều kõt quyết. Tiến sĩ Wright nêu ra 10 điều chúng ta cần áp dụng để việc giải quyết bất hòa điều điều thành công. Chúng tôi chia xem nhung điều này điều các bón sáp lõp gia đình cũng nhõn quý vui đã có gia đình có thể áp dụng khi cần điều. Một nguyên tắc giải quyết bất hòa gồm có:

- Điều tránh né xung đột bông sõi im lõng.
- Điều chia chia buôn gìn trong lòng.
- Chia thì giải và nói chia thuôn tiln điều nói lên bất đồng ý kiến cõi a mõi nhõi.
- Mõi xem vñn điều hai người bất đồng ý kiến, điều mõi xem nhau.
- Chia xem ý kiến và cõi mõi xúc mõi cách bình tĩnh, điều trút cõi n gìn lên nhau.
- Tlop trung vào vñn vñ cõi bàn thõi o, điều nói sang nhung chuyen khác.
- Nõu nói nhõi kia sai, phai cho biết thõi nào là đúng.
- Tránh nói nhõng lõi lên án nhau hoõc làm tõn thõng nhau.
- Điều dãa vào khuyõt điều m hay lõm lõi điều chõi nhõo hay chê cõi nhau.
- Nõu biết mình sai hãy xin lõi; nõu đúng, điều nói gì cõi.

Bây giờ chúng tôi xin trình bày vào chi tiết nhung nguyên tắc vui a kõi.

## 1. Điều tránh né xung đột hay bất hòa bông sõi im lõng

Nhiều người khi thấy việc chia là điều có chuyen bất đồng ý kiến thì im lõng, không nói nõi. Sõi im lõng đó không có nghĩa là điều ý nhõng là điều tránh bất hòa giải a hai người. Im lõng mà trong lòng mõi cõi, không vui. Có người dùng sõi im lõng nhõi là mõi vũ khí điều nõi m quyõn chõi đồng, tõi cõi là làm cho người kia bõi bõi hoõc lo sõi rõi cuõi cùng phai chiõu theo ý mình. Có lõi mõi sõi quý vui đã điều dùng vũ khí im lõng khi có bất đồng ý kiến vui vui hay chõng. Tõi sao

chúng ta hay dùng sỗ im lồng khi có xung đột với người khác? Có người im lồng vì nghĩ rằng đó là cách giữ quyề tít tò n thõng nhát. Mỗi khi có chuyện bất bình cù im lồng nút hớt là xong. Cũng có người dùng sỗ im lồng để tránh xung đột vì đã có lòn thõ nói lên ý kiến của mình nhõng chõng ai nghe, chõng đõc ích lõi gì. Có khi chúng ta chõn sỗ yên lồng vì nhõng tò n thõng quá sâu đõm trong quá khõ. Sau đây là hình ảnh chúng ta thõng thõy hoõc chính chúng ta đã kinh nghiệm: Người võ giõn chõng võ mõt chuyõn gì đó nên không nói chuyõn või chõng. Người chõng đoán biõt nên hõi: Em có chuyõn gì giõn anh hõ? Hoõc hõi: Em giõn gõi võy, nói cho anh biõt đõc không! Người võ trõ lõi: Không có chuyõn gõi hõt, võ a nói või a nhìn đi nõi khõc, võ mõt khõng vui, và tiõp tõc im lồng, khõng nói. Đó là trõng hõp dùng sỗ im lồng nhõ là mõt vũ khí hoõc đõ tránh bõt hòa.

Chúng ta thõng nghe câu: "Im lồng là vàng," nhõng im lồng trong trõng hõp này khõng quý nhõ vàng vì nó đem lõi tai hõi hõn là ích lõi. Chúng ta khõng thõ vì sỗ xung đõt mà im lồng đõ trõn tránh hay chõn vùi nan đõ mãi đõc. Các nhà tõ võn hôn nhân cho biõt rõng 50% nan đõ xõy ra trong gia đình là vì các ông chõng im lồng, khõng nói. Các ông thõng có khuynh hõng tránh né, khõng muõn bàn đõn nan đõ cõa gia đình. Điều nguy hiõm là, nhõng võn đõ mà các ông tránh khõng nói đõn thõng là nhõng võn đõ quan trõng, cõn nói ra đõ đõc giõi quyõt. Nõu mõi khi võ chõng có chuyõn buõn giõn nhau mà mõt ngõõi im lồng khõng nói sỗ đõa đõn nhõng hõu quõ sau: Trõc hõt, giõa võ chõng thiõu đõi thoõi cõi mõ nõn cõ hai sõ cõm thõy bõc bõi và tõc giõn. Vì tõc giõn, nan đõ trõ thành nghiêm trõng hõn. Người muõn nói đõ giõi quyõt nan đõ càng cõ gõng nói thì ngõõi im lồng càng nhõt quyõt im lồng và thu vào cái võ cõa mình, khõng nói, cũng khõng biõu lõ cõm xúc. Người muõn nói sõ cõm thõy tõc tõi vì khõng thõ lay chuyõn ngõõi kia. Vì tõc, ngõõi đó sõ nói to, nói mõnh hõn, tõc là sõ la lõi, mõng chõi hoõc bõo hành đõ ngõõi kia sõ mà khõng dám im lồng nõa. Nhõng tõt cõ nhõng đõu này thõng là vô ích và có thõ khiõn ngõõi im lồng bõ đõy sâu hõn nõa trong thái đõ im lồng. Khi ngõõi võ hay ngõõi chõng nói või giõng tõc giõn: Sao khõng nói gõi hõt võy? Có gõi buõn giõn thì cõ nói ra đõ! Nhõng câu thách thõc đó chõ khiõn cho ngõõi im lồng thõy sõ im lồng cõa mình có sõc mõnh và có mõt tác dõng nào đó nõn sõ càng im lồng hõn.

Nhõ võy, chúng ta nõn làm gõi đõ ngõõi dùng vũ khí im lồng khõng im lồng nõa? Trõc hõt, chúng ta khõng nõn buõc ngõõi đó phõi nói ngay nhõng tôn trõng sõ im lồng cõa ngõõi đó. Sau đó, cho ngõõi đó chõn mõt thõi đõi m thuõn tiõn đõ nói lên nhõng gõi chõt chõa trong lòng. Khi ngõõi đó bõng lòng nói, chúng ta cõn chõ ý lõng nghe, nghe mà khõng ngõt lõi cách bõc bõi, nghe và chõp nhõn tõt cõ nhõng cõm xúc phiõn giõn ngõõi đó tuõn đõ ra. Nõu chúng ta nghe või sõ kiên nhõn và thái đõ cõi mõ, ngõõi im lồng sõ dõn dõn nói ra đõc nhõng đõu chõt chõa trong lòng, đõi thoõi giõa võ chõng nhõ đó đõc khai thông, nan đõ đõc bàn thõo cách khách quan và bõt hòa sõ có thõ đõc giõi quyõt.

## 2. Đõng chõt chõa buõn giõn trong lòng

Nếu có người vui hay người chán khi giận thì lòng im lặng không nói, chúng ta đều trở thành bực bối và tức giận. Người đó càng im lặng chúng ta càng cảm thấy tốn thời gian và bức xúc. Và vì những cảm xúc đó không thể chia sẻ với ai, chúng ta sẽ ôm giữ và chôn chia trong lòng, dần dần chúng ta buồn nôn và xung động tinh thần. Chôn chia phiền giữ trong lòng là cách phòng nguy hiểm nhất khi vui chung có điều bất hòa. Chúa ban cho con người những cảm xúc buồn, vui, giận, ghét... Chúng ta cần biết lùi những cảm xúc đó ra để vui đi gánh nặng trong lòng và điều gì khác thông cảm. Chúng ta không nên chôn chia cảm xúc trong lòng quá lâu, hệt ngày này qua ngày khác, nhút là những cảm xúc tiêu cực. Những phiền giữ và đau buồn giữ lâu trong lòng có thể khiến chúng ta bị bệnh mà chết. Thánh Kinh xác chứng điều đó, tác giả sách Châm Ngôn viết: "Lòng vui mừng vui mừng phênh thuỷt hay, còn trí nao sực làm xem khóc tè khóc héo" (17:22).

Khi có điều buồn bực mà không thể nói vui người phải giữ cho chúng ta nên nói vui người mà mình có thể tin cậy hoặc là người trung thành trong Chúa. Người đó có thể thông cảm,安慰 hay giúp ý kiến cho chúng ta. Chúng ta cũng có thể chia sẻ vui quỷ vui mừng mà không lanh đao tinh thần, điều này dùng Lời Chúa hướng dẫn và cung cấp cho chúng ta. Có người khi có chuyện phiền giữ không nói ra nên người chung quanh không biết người đó đang buồn giữ hay bị tìn thùng, vì thế không quan tâm những cảm xúc bình thường. Nếu buồn giữ bùi đè nên lâu ngày sẽ gia tăng và điều này lúc nào đó sẽ bùng nổ ra. Lúc đó người buồn giữ sẽ có những lời nói không điều hoàc những hành động nguy hiểm không lường được. Để tránh trường hợp này, khi vui chung có điều phiền giữ nhau, chúng ta nên tìm cách nói ra càng sớm càng tốt. Chúa không cảm thấy chúng ta giữ những bối rối chúng ta phải kể cho giòn và điều này lâu. Số đó Phao-lô khuyên: "Khi anh em nóng giận thì đừng phرم tui, đừng căm giữ cho đến lúc mặt trời lặn và đừng tố mặt cù hối nào cho ma quỷ" (Ê-phê-sô 4:26-27) (còn tiếp).

### ***Minh Nguyên*** **Chứng Trình Phát Thanh Tin Lành**