

Qua loạt bài "Đi Thi Trong Hôn Nhân" trong các tuần qua chúng tôi đã chia sẻ với quý vị 9 nguyên tắc Thánh Kinh dạy về cách sống đúng khi nói. Những nguyên tắc đó là:

1. Khi nói có sự cân nhắc, có thể giúp ích hoặc gây tổn hại.
2. Lòng và trí là nơi phát xuất khi nói nên chúng ta cần hiểu lòng và tâm trí để nói những điều cao đẹp và trong sạch.
3. Trong tiến trình đi thi, nghe quan trọng hơn nói.
4. Khi nói thì suy nghĩ gây nhieu tai hại, khi nói đúng chỗ, đúng lúc có giá trị lớn.
5. Khi nói trong lúc nóng giận thì nên khôn ngoan và để dành những hậu quả tại hại.
6. Khi đáp lời làm người cần giận còn lại xem xét thêm trên tình hình nữa.
7. Nói nhieu sự thật và làm hài lòng.
8. Chúng ta cần nói thật với nhau những nói với lòng yêu thương.
9. Khi cần nói, hãy nói đàng hoàng, rõ ràng, để người cần nói than vãn.
10. Hãy mau nghe, chớ nói, chớ giận.

Hôm nay chúng tôi xin trình bày nguyên tắc thứ 10 mà Chúa đã dạy cho chúng ta trong Kinh Thánh. Đây là nguyên tắc chính, bao trùm tất cả 9 nguyên tắc chúng tôi vừa kể. Nguyên tắc này được ghi trong lá thư của sứ đồ Giacô, thuộc phần Thánh Kinh Tân Ước. Thánh Giacô khuyên: "Hãy anh em yêu dấu, anh em biết điều đó: người nào cũng phải mau nghe mà chớ nói, chớ giận" (Giacô 1:19).

Một trong những câu của Chúa là chúng ta phải mau nghe những chớ nói và chớ giận. Chúa muốn chúng ta lúc nào cũng sẵn sàng nghe, để nói với người mà cũng để người hay giận. Một trong những nguyên tắc này tuy nghe thì khó vâng theo. Không những thế, chúng ta thường làm ngược lại, tức là chúng ta thường chớ nghe, mau nói và rồi nhieu giận. Đây không phải là khuyến khích đi mà đi vài người những hậu quả tất cả chúng ta đều phải phải làm này. Vì nó biến tính tình và ích lợi, cái tôi của chúng ta rồi thì, vì thế ít khi nào chúng ta yên lòng kiên nhẫn nghe người khác nói. Trái lại chúng ta thường tranh nhau nói, nói nhieu, nói cách vội vàng và cũng rồi đi giận.

Trong đời sống quá máy móc và quá bận rộn này, món quà quý nhất mà chúng ta có thể tặng cho nhau là lòng nghe tâm tình của nhau. Khi chúng ta lòng nghe người nói, chúng ta thật sự yêu thương và quan tâm đến người đó. Nếu khi chúng ta nói mà vội yên lòng nghe hay vội nói mà chúng ta chú ý lòng nghe sự khi người đang nói cảm thấy sung sướng vì thấy mình được người phải người quan tâm và quý trọng. Trong mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái cũng vậy. Nếu khi cha mẹ có điều muốn nói mà con cái sẵn sàng gác công việc qua

mặt bên và kiên nhẫn lắng nghe, thời t không có đi u gì làm cha mẹ vui h n. T ng t nh th , khi con cái có đi u mu n th a v i cha mẹ mà cha mẹ s n sàng chú ý nghe, con s th y sung s ng trong lòng. Bao nhiêu buồn giận, lo lắng cũng nh đó mà tiêu tan h t.

Thái đ s n sàng lắng nghe là đi u quan trọng trong s đời thơ i gi a chúng ta và ng i chung quanh, nh t là trong đời s ng v ch ng. Nếu đ ý quan sát chúng ta s th y r ng vì l ch s chúng ta kiên nhẫn lắng nghe b n bè hay ng i khác nói nh ng đời v i v hay ch ng, vì không c n gi l ch s n a nên ch ng m y khi chúng ta chú ý lắng nghe. Có nh ng v ch ng không bao gi trò chuyện v i nhau vì ch ng ng i nào mu n nghe ng i nào, ho c ng i này mu n nói nh ng ng i kia không mu n nghe. Có nh ng v ch ng h t ngày này qua ngày khác ch trao đ i v i nhau nh ng câu nói c n thi t cho s s ng h ng ngày còn ngoài ra ch ng bao gi tâm tình v i nhau. Ch ng nh ng th , có v ch ng thì m i khi nói v i nhau ch nói cách c c c n không chút tình th ng yêu.

Có nh ng bà v ch ng bao gi nói lên đ c nh ng đi u ch t ch a trong lòng vì ch ng không mu n nghe, ho c vì ông ch ng quá đ c tài ch mu n v con nghe l nh c a mình và làm theo ch không bao gi mu n nghe ti ng nói c a v con. Ng c l i cũng có nh ng ông ch ng khi có v bên c nh không nói đ c n a l i vì bà v dành nói h t ch ch ng khi nào yên lắng nghe. Trong nh ng gia đình đó v ch ng thi u đời thơ i v i nhau nên th ng có nhi u đi u hi u l m nhau và buồn giận nhau.

Có ng i nói r ng, khi mặt ng i có đi u mu n nói mà chúng ta s n sàng lắng nghe là chúng ta đã t ng cho ng i đó mặt món quà quý. Món quà đó là thì gi và lòng quan tâm c a chúng ta, là đi u không ti n b c nào có th mua đ c. Quý v có th th xem đi u ng i ta nói có đúng hay không b ng cách dành cho v , ch ng, cha, mẹ hay con c a mình mặt thì gi nào đó, hoàn toàn yên tĩnh và r i r nh đ lắng nghe tâm tình hay nan đ c a ng i đó. Sau khi nói và có ng i lắng nghe, chúng ta s th y ng i đó vui v , trong lòng nh nhàng, dù nan đ ch a đ c gi i quy t. Trong đời s ng v ch ng cũng th , chú ý lắng nghe tâm tình c a nhau là đi u r t quan trọng. Nh dành thì gi lắng nghe mà nhi u gia đình đã tránh đ c nh ng chuyện hi u l m hay phi n giận nhau.

Trong đời s ng ai cũng có nh ng tâm tình, nh ng u t mu n chia x v i ng i khác nh ng không có m y ai s n sàng lắng nghe. Chính vì th mà l m khi chúng ta đâm ra chán n n, tình th n căng th ng, b c đ c, mu n buông xuôi t t c . Có nh ng ng i không nói đ c v i v , v i ch ng nên ph i tìm đ n nh ng nhà tâm lý, nh ng ng i kh i đ o. Ph i tr t 70, 80 đ n 100 M kim mặt gi đ đ c nh ng ng i đó lắng nghe tâm tình hay nan đ c a mình. Trong xã h i máy móc và phi nhân tính này, chúng ta r t c n có ng i lắng nghe chúng ta chia x nh ng đi u ch t ch a trong lòng.

Thánh Kinh nhắc nhở chúng ta nói rằng Đức Chúa Trời yêu chúng ta và sẵn sàng nghe lời cầu xin của chúng ta. Khi chúng ta đến trước mặt Chúa, dâng lên Ngài niềm niềm tâm sự của mình, ta sẽ thấy lòng nhẹ nhàng vì biết rằng Chúa đã lắng nghe. Trong Thi Thiên 34 tác giả viết: "Mặt Chúa Hằng Hữu đoái xem người công bình, tai Ngài nghe tiếng kêu cầu của họ...Người công bình kêu cầu, Chúa bèn nghe và giải cứu người khỏi các sự gian truân" (c. 13,14).

"Nghe" và "lắng nghe" là hai việc khác nhau. Khi chúng ta nghe một người nói có nghĩa là chúng ta chú ý đến câu nói hay những chi tiết cần thiết, cho một mục đích nào đó. Chúng ta thường thấy phóng viên nhà báo đi phỏng vấn một người nào. Mục đích của phóng viên là chú ý nghe và ghi chép đầy đủ để kể lại câu chuyện trong bài báo của mình. "Lắng nghe" trái lại, là chú ý nghe với lòng quan tâm để có thể hiểu và thông cảm với người đang nói. Trong khi nghe, chúng ta thường để ý đến cảm xúc của mình và những suy nghĩ trong trí mình. Còn khi lắng nghe là chúng ta chú ý để hiểu được cảm xúc của người đang nói, để biết người đó đang nghĩ gì và muốn bày tỏ những cảm xúc nào.

Theo ông Norman Wright, một nhà tâm lý học Cơ đốc, cho biết thì mỗi khi nghe một người nói với mình, chúng ta có thể để ý đến những chi tiết sau đây để biết mình có nghe hay không lắng nghe:

1. Chúng ta thường lắng nghe nếu khi người kia nói, chúng ta không suy nghĩ những điều của mình sẽ nói và chờ chờ người kia dứt lời để mình nói.
2. Chúng ta thường lắng nghe nếu chúng ta tiếp nhận lời nói của người kia mà trong trí không ngấm ngấm phê phán cách nói hay câu nói của người đó.
3. Chúng ta thường lắng nghe nếu khi người kia nói xong, chúng ta có thể nhắc lại điều người đó nói và cũng mô tả đúng cảm xúc của người đó nói.

Một người biết lắng nghe là người thường chú ý đến ý kiến, cảm xúc và tâm tình của người đang nói để có thể thông cảm với người đó. Đến đây có lẽ quý vị thấy thật ít khi nào chúng ta có được một người lắng nghe mình nói. Ngay cả vợ hay chồng của chúng ta cũng chẳng mấy khi lắng nghe để thật sự thông cảm với chúng ta.

Nếu để ý quan sát chúng ta sẽ thấy thường thường vợ chồng không nghe nhau mà trái lại khi một người nói người kia thường ngắt lời không cho nói hoặc cướp lời người đang nói. Khi bà vợ mải mê nói điều gì các ông thường bảo: "Thôi, tôi biết rồi, kệ đi em, nói mãi!" Hoặc khi ông chồng đang chia sẻ điều gì thì bà vợ nói: "Thôi, tôi biết rồi, ông không cần phải nói nữa!" Người người nói: "Tôi biết rồi, đừng nói nữa" là người người thật sự chưa biết gì cả. Vì chưa nghe làm sao biết được? Bản tính chung của mọi người là muốn nói hơn là nghe, sẵn sàng nói chỉ ít khi nào sẵn sàng nghe. Vì thế muốn thực hành nguyên tắc Chúa dạy chúng ta phải như sách của Chúa, cũng phải tập luyện và đặt kỷ luật cho chính mình.

Đặc biệt có thói quen lắng nghe khi người khác nói, chúng ta có thể tham khảo điều sau đây: Bắt đầu từ ngày hôm nay khi người thân có điều gì muốn nói, chúng ta sẽ chú ý lắng nghe, đừng ngắt lời, đừng làm gì cũng đừng chú tâm vào việc khác. Chúng ta cố ý lắng nghe, không nghe lời người đó nói mà cũng chú ý vào cách nói, giọng nói, nét mặt diễn tả trong khi nói. Không nghe thôi, chúng ta hãy tham gia vào tâm trạng của người đang nói. Khi chú ý lắng nghe như thế chúng ta sẽ hiểu và thông cảm người thân hơn. Người đó sẽ thấy gần gũi chúng ta hơn và mối quan hệ giữa hai người sẽ trở nên đầm ấm hơn (còn tiếp).

Minh Nguyên

Chương Trình Phát Thanh Tin Lành