

Trong mẩu *Dear Abby* của nhật báo *Los Angeles Times* mà tôi lần nọ có ghi lời than của một bà vợ như sau: Tôi thật không hiểu chồng tôi. Chúng tôi lấy nhau đã gần 50 năm nhưng chồng tôi không bao giờ nói chuyện với tôi. Chồng tôi là người thật ít nói, đúng ra, ông là người không nói. Nếu tôi không gọi chuyện thì hai vợ chồng chúng tôi sống trong một thế giới hoàn toàn im lặng. Chồng tôi chồng bao giờ nói chuyện với tôi, dù chỉ là một lời thăm hỏi. Mỗi ngày khi ông đi làm, nếu tôi đứng cửa, ông sẽ đi ngang qua và bực ra cửa một cách thản nhiên như không có ai đứng đó, ông không bao giờ nói lời gì cả. Tình trạng này kéo dài đã gần năm mươi năm nay. Nếu tôi nói với ông là vợ chồng chúng tôi nói chuyện với nhau mà bí mật ý nhau; nhưng nói gì thì nói, ông không thay đổi.

Trong khi đó, một bà vợ khác thì nói: Người nào có ông chồng ít nói hãy xem đó là một cái phước, vì chồng tôi nói quá nhiều, nói suốt ngày đêm không ngừng nghỉ. Ông nói ra tất cả những gì ông suy nghĩ, và hiểu hết những điều ông nói rồi là bị quan, tiêu cực. Ông than người này, chê người kia, lúc nào ông cũng chỉ thấy một trái cửa và nể nể mà chê trách. Ông không cố gắng, làm việc, không giúp tôi làm việc nhà vì phải ông bận suy xét việc này, phân tích việc kia và phải dành thì giờ nói lên ý kiến tiêu cực của mình. Nếu đêm tôi phải nghe chồng tôi nói chuyện cả tiếng đứng hàng giờ để đi ngủ. Tôi khổ quá mà không biết làm sao vì ông không thấy đây là một nạn nhân phải sửa đổi.

Kính thưa quý thánh giá, chúng tôi không biết quý vị có nạn nhân nào trong vấn đề đời thoải giữa vợ chồng, nhưng vợ chồng nào cũng cần đời thoải với nhau, để có thể hiểu và thông cảm nhau. Tuy nhiên, vì không biết cách đời thoải và trò chuyện nên thay vì hiểu nhau và gần nhau, hiểu và vợ chồng vì lời nói mà phải giận nhau và ngăn cách nhau. Trong mối quan hệ giữa ta với người chung quanh, đời thoải là điều quan trọng, không có đời thoải ta sẽ không hiểu nhau và không thể đứng chung để làm một công việc gì. Trong hôn nhân, đời thoải là càng quan trọng hơn, thì hiểu đời thoải hay đời thoải không đúng sẽ đưa đến hiểu lầm, buồn giận và ngăn cách. Đời thoải quan trọng như thế nên có người đã nói: Đời thoải với tình yêu cũng như dòng máu với sự sống, không thể thiếu được. Nói một cách khác, thân thể cần máu để sống và tăng trưởng thì đời thoải cũng cần cho mối quan hệ giữa ta với người ta yêu thương. Nếu hôn nhân được ngọt ngào, tốt đẹp, đứng đây đời thoải giữa vợ chồng phải được tốt đẹp. Khi đời thoải bị tắc, vợ chồng không trò chuyện trao đổi với nhau, hôn nhân đó sẽ gặp khó khăn.

Đời thoải là gì mà quan trọng như thế? Tiến sĩ Norman Wright, trong một bài học dành cho các

bàn trên sofa gia đình, đã định nghĩa đời thơ i như sau: "Đời thơ i là một tiến trình qua đó ta bày tỏ chính mình bằng lời nói, thái độ và cảm xúc, để người nghe có thể tiếp nhận và hiểu những điều ta bày tỏ." Nói một cách khác, đời thơ i là dùng lời nói và cảm xúc, chia sẻ tâm tư tình cảm, cảm xúc của ta một cách rõ ràng để người kia có thể hiểu được. Đời đời thơ i mang lại kết quả tốt đẹp, chúng ta không những cần nói những cũng cần có người lắng nghe. Trong hôn nhân, sẽ dĩ có những lúc vợ chồng phiến giận nhau hay hiểu lầm nhau không những vì chúng ta không thể nói lên những điều cần nói, mà cũng có khi vì không có ai lắng nghe.

Những người mà yêu nhau trò chuyện với nhau rất nhiều. Họ mong gặp nhau mỗi ngày, và khi gặp thì trao đổi với nhau nhiều điều. Lúc khi chỉ nhìn nhau chỉ không nói một lời nào những vẫn hiểu nhau và cảm thấy gần nhau. Khi còn là người yêu của nhau, nếu có điều gì hiểu lầm hay phiến giận chúng ta cũng dễ dàng bỏ qua, vì đang sống trong tình yêu và đang cùng nhau đi đến một mục đích, đó là hạnh phúc đến ngày cưới. Tuy nhiên, khi nên vợ chồng rồi, khi có điều buồn giận chúng ta không dễ làm hòa với nhau và vì đời sống bận rộn, chúng ta cũng ít có thì giờ trò chuyện với nhau. Tất cả những điều đó khiến vợ chồng cảm thấy ngăn cách với nhau, và nếu không cần thận, sẽ ngăn cách đó sẽ khiến tình yêu phai nhạt dần và chết.

Tại sao đời thơ i quan trọng đối với hạnh phúc gia đình? Nếu như lời những bất hòa xảy ra giữa người này với người kia, chúng ta thấy rằng hầu hết những bất hòa đó xảy ra là vì chúng ta không biết ý nhau hoặc không thông cảm nhau. Nếu vợ với chồng, cũng như cha mẹ với con cái, dành thì giờ trò chuyện, trao đổi với nhau thường xuyên, để mỗi người có thể nói lên những suy nghĩ, cảm xúc; chia sẻ những cảm xúc buồn vui, những ưu tư âu lo trong lòng, thì sẽ tránh được những hiểu lầm, hiểu lầm thông cảm và ngăn cách. Nan để xảy ra vì những lời đã nói hoặc những lời không thể nói. Vì đời thơ i giữa vợ chồng quan trọng như thế nên chúng ta cần trò chuyện với nhau thường xuyên, trò chuyện và trao đổi trong tinh thần cởi mở, thành thật; sẵn sàng lắng nghe và thông cảm với những gì người kia nói. Vợ chồng sống với nhau lâu càng cần trò chuyện với nhau thường xuyên hơn, vì khi là vợ chồng rồi chúng ta thường có khuynh hướng không nói chuyện với nhau nhiều như hai bạn bè.

Một vị giáo sư, vì thấy rõ tầm quan trọng của đời thơ i trong hôn nhân nên đã nói: "Nếu tôi có cơ hội khuyên những đôi vợ chồng sắp cưới mà tôi mà thôi, thì tôi sẽ khuyên điều sau đây, đó là để có một hôn nhân hạnh phúc bền lâu, bằng mọi giá, vợ chồng phải giữ cho đời thơ i giữa đời thơ i giữa vợ chồng được tốt đẹp luôn luôn."

Có một cô vợ trẻ kia than với chồng: Bụng quá chật, sao chồng em ít nói chuyện với em quá. Lúc nào anh ấy cũng bận với cái này với cái kia, đi làm thì thôi mà về nhà là ngồi trước computer hoặc cái ti-vi. Em có nhiều chuyện muốn nói mà thấy anh ấy bận quá nên em không dám. Rồi vì ít trò chuyện với nhau nên bây giờ vợ chồng thấy có gì đáng nói và cũng không muốn nói nữa. Em thấy là cô đơn, có chuyện gì buồn hay lo lắng chồng biết nói với ai! Thấy tội nghiệp cho ai có người bận đi bên cạnh mà vẫn cô đơn.

Các nhà tâm lý học cho biết, phái nam có nhu cầu nói nhiều hơn phái nữ, vì vậy các bà vợ cần nói chuyện với chồng và mong chồng lắng nghe khi các bà có điều muốn nói. Các ông thường không có nhu cầu nói nhiều như các bà nên không nhận biết nhu cầu của vợ, và vì thế không dành thì giờ trò chuyện và lắng nghe. Hơn nữa, người ta quan sát và thấy rằng, khi có người yêu, các anh thường chăm sóc rất tận tâm, sẵn sàng ngồi hàng giờ nghe người yêu tâm sự; nhưng khi người yêu trở thành vợ rồi thì không còn tận tâm và không kiên nhẫn lắng nghe nữa. Vì thế các bà vợ thường than là chồng không lắng nghe và không thông cảm với mình như ngày xưa cả.

Khi trò chuyện là chúng ta gửi cho nhau những sự điệp, là điều ta muốn người kia tiếp nhận. Mọi sự điệp gửi đi thường có ba phần: (1) Câu nói, tức là nội dung sự điệp, (2) Giọng nói và (3) Cách nói. Cách nói bao gồm nét mặt, cử chỉ và hành động, tiếng Anh gọi là non-verbal communication, tóm tắt là đôi thoại không lời. Cũng cùng một câu nói, nhưng nếu ta có giọng nói và cách nói khác nhau sẽ truyền đi những sự điệp khác nhau. Mọi khi đôi thoại chúng ta thường dùng có ba phần: câu nói, giọng nói và cách nói. Ba phần này bổ túc cho nhau nhưng có tầm quan trọng khác nhau: Theo nghiên cứu của các nhà tâm lý học, mọi khi ta nói một điều gì, câu nói chiếm đi 7% điều ta muốn nói, giọng nói chiếm 38% và cách nói chiếm 55%. Điều này cho thấy, nội dung câu nói không quan trọng bằng giọng nói và cách nói. Cùng một lời khen hay một lời xin lỗi nhưng nếu u giọng nói và cách nói khác nhau, sẽ truyền đi những sự điệp hoàn toàn khác nhau. Ví dụ, ta nói một câu rất lịch sự, nhưng nếu u giọng nói và cách nói không lịch sự, người nghe sẽ cảm nhận ngay là câu nói của ta không lịch sự. Tóm lại, nếu u một câu nói chưa đúng nhưng yêu thường nhưng cách nói và giọng nói thì u yêu thường, ta sẽ hiểu ngay là người nói không thật sự yêu thường. Khi gặp một người nào mà chúng ta cảm giác nói thật với người đó, giọng nói và cách nói của ta thường không đi đôi với nội dung câu nói, và người nghe sẽ nhìn thấy ngay. Đôi thoại quan trọng nhất nên chúng ta cần cần thận, đó ba phần của đôi thoại cùng nói lên một ý gì nhau. Thánh Kinh dạy:

Lời nói anh chị em phải có ân huệ theo luôn và thêm thêm muối, hu cho anh chị em biết nên đi đáp với mọi người là thế nào (Thi Cô-lô-se 4:6)

Minh Nguyễn

Chương Trình Phát Thanh Tin Lành