

Tin Ông AI và Bà Tipper Gore quyät định chia tay.

Ngày 1 tháng 6 vừa qua, hầu như tất cả mọi phương tiện truyền thông như truyền thanh, truyền hình, internet, và báo chí đều phát thanh, phát hình, và đăng tải những tin mà dường như hàng cả nó đều nhận được như nhau và mang một ý nghĩa hết sức quan trọng: Tin Ông AI và Bà Tipper Gore quyät định chia tay.



Nhieu người bình luận, và nhiều bán tán xôn xao về tin này. Nhưng câu hỏi mà các nhà bình luận vẫn không có câu trả lời thỏa đáng, đó là câu hỏi tại sao?

Tại sao một cuộc tình đẹp, hai người yêu nhau hỏi còn chấp sách đến trong, đến nay sau 40 năm chung sống với 4 người con lại có kết thúc như vậy.

Tại sao một cặp vợ chồng mà người chồng đã từng là Phó Tổng Thống, nguyên tranh chức tổng thống, và đoạt giải Nobel Hòa Bình, mà vẫn không có đủ yêu tố để giữ cho đến chết một tình và hạnh phúc hôn nhân của mình.

Và tôi sao trong những năm sóng gió của 8 năm Phó Tổng Trưởng, của những ngày tháng tranh chấp công tác tổng trưởng, cũng như suốt 40 năm qua đã không làm hạnh phúc hạnh phúc gì, mà phải chờ đợi ngày này.

Thật ra, những sóng gió cuộc đời thì có khắp nơi đâu cũng có. Những sóng gió, thách thức này không miễn trừ cho bất cứ ai dù người này là phó tổng trưởng, phu nhân phó tổng trưởng. Ông viên tổng trưởng, phu nhân ông viên tổng trưởng. Hay người đoạt giải Nobel Hòa Bình hoặc phu nhân. Và dĩ nhiên, yếu tố tài chính cũng không phải là câu trả lời. Ai cũng biết rằng tuy không giàu như một tỷ phú, những công nhân này chắc chắn không phải là những người nghèo khổ mà tiền bạc có thể làm hạnh phúc hạnh phúc. Những điếm chính ở đây, theo Terry Real, một nhà trị liệu đời sống hôn nhân gia đình đã trích dẫn cuộc phỏng vấn trên chương trình “Good Morning America” là: “Tôi nghĩ rằng ý chính của câu truyện này... đó là không ai biết được cái bên trong của một cuộc hôn nhân”. Hay nói theo người Việt Nam, thì: “Trong chăn mới biết chăn có rận”.

Thực ra, truyện tình đời của Ông Bà Gore không phải là một truyện tình duy nhất, và tính chất thời gian 40 năm chung sống cũng không phải là con số cao nhất. Những đau khổ, đó cũng là một truyện tình khi chúng ta phải suy nghĩ, vì nó tạo ra những cơ hội để nhìn nhận giá trị và mặt đối mặt với nó, không những những người hạnh phúc bình thường và dài dài mà chúng ta gặp phải trong đời sống của phần đông những người không có những điều kiện như họ.

Vậy cái “bên trong” hay những “con rận” thường gặp như, gây khó chịu và dần dần đổ vỡ cho những cuộc hôn nhân là gì?

■ Những mâu thuẫn nội tại

Bởi vì đời sống hôn nhân lúc mà tình yêu còn nồng nàn, tha thiết với sự cuốn hút khiến con tim trở nên “mù lòa”, thì không mấy ai nghĩ đến những bất hòa, những mâu thuẫn nội tại sẽ có ngày làm cho hạnh phúc của mình trở thành tan vỡ. Những đây mới là một thực tế trong cuộc sống, nhất là cuộc sống hôn nhân. Và điểu này xảy ra không phải là do những chuyện to lớn, mà là những chuyện rất nhỏ bé và tầm thường.

Ví dụ, hôm nay chúng ta sẽ ăn gì trong bữa cơm chiều? Hôm nay mình nên đi đâu chơi? Hoặc tuần tới là ngày sinh nhật của con trai đầu lòng, mình cần làm gì?... Và chính những chuyện nhỏ nhặt này thôi, những người đem hai hoặc ba cái điều đó mà nhìn nhận, mà suy nghĩ, và quyết định là

Đôi lúc có những mâu thuẫn và bất đồng. Đôi khi những mâu thuẫn này không chỉ đơn thuần là những vấn đề, những khó khăn, mà nhiều khi trở nên hai phía.

Thực ra, những mâu thuẫn đôi lúc coi như chỉ là những vấn đề trong quan hệ vợ chồng và các sinh hoạt gia đình nữa. Nếu nhìn nó một góc độ tích cực, sự thay đổi nó như một yếu tố giúp vợ chồng hiểu nhau hơn, và tạo nên những trao đổi cần thiết trong cuộc sống hôn nhân. Vì không nhất thiết phải đi đâu gì tôi nghĩ, tôi muốn đưa là tất, đưa phần để lắng nghe, tôn trọng và thi hành. Hơn nữa, nếu không đồng quan điểm với tôi là kẻ thù hoặc không còn yêu tôi nữa.

Do đó, thói quen, mâu thuẫn có thể làm cho vợ chồng khó chịu đồng thời với phía cha mẹ, những khách quan và công bằng hơn, những mâu thuẫn nếu được giải đáp một cách hợp tình, hợp lý, nó càng khi nào vợ chồng hiểu và yêu nhau hơn. Những chuyển thông thường vợ chồng xem như để tài để đưa đến những mâu thuẫn mà vợ chồng thường ngày vẫn luôn gặp phải, đó là vấn đề tiền bạc. Cách thức làm việc, cách thức tiêu tiền. Chính trị, việc con và những người khác. Việc quan niệm khác nhau về những lãnh vực niềm tin, tôn giáo. Việc chấp nhận nghề nghiệp, công ăn việc làm. Quan niệm và nhu cầu về tình dục. Việc sinh sản, nuôi dạy con, và giáo dục con cái...

Vì thế, nếu có sự xung đột nào đó xảy ra mà nghĩ rằng sau khi chia nhau rồi thì chồng tôi, vợ tôi sẽ hiểu tôi hơn, và sẽ theo ý tôi hơn thì chắc chắn cuộc sống hôn nhân của họ sẽ gặp nhiều sóng gió và thách thức. Và nếu đã không chú ý đến những mâu thuẫn và những thách thức có trong cuộc sống, dù là cuộc sống lứa đôi. Và để biết hơn nữa, nếu họ không tiếp tục quen với lối sống chấp nhận và tích cực hóa những mâu thuẫn trong cuộc sống, mà để bất cứ nó ra ngoài những cảm tình nóng nảy, bất đồng thì càng làm cho đời sống hôn nhân gặp nhiều sóng gió và thách thức hơn.

Thái độ và lối sống nhằm tránh

Trong tác phẩm Duy Trì và Phát Triển Đời Sống Hôn Nhân, tôi đã đưa ra một số điều cần chú ý cho những người hôn nhân là một bông hoa hiếm quý, cần được vun tưới, và gìn giữ cẩn thận. Và hạnh phúc hôn nhân không phải là kết quả tất yếu của việc hai người sống chung với nhau. Những hôn nhân và hạnh phúc hôn nhân còn cần phải được bao bọc, duy trì, và chăm sóc một cách hết sức cẩn thận.

Những điều biết được mình phải làm gì để duy trì và phát triển tình yêu yêu đời. đòi hỏi sự chấp nhận phải

Tác Giả: Bác sĩ Trần Mạnh Duy
Thứ Hai, 28 Tháng 6 Năm 2010 10:55

học hỏi, phải tìm hiểu và nếu cần phải có những giúp đỡ chuyên môn của những chuyên gia trong lãnh vực này. “Vô tri bất m”. Nếu không biết tình yêu đúng như thế nào, hiểu đúng và cao quý như thế nào thì làm sao ta có thể trân quý nó. Nếu không học hỏi để biết mình phải là gì để trân quý nó, thì làm sao có thể giữ được nó. Và đó là điều mà nhiều cặp vợ chồng sau một thời gian sống với nhau, thay vì yêu nhau hơn lại đâm ra nhàm chán rồi đi đến đổ vỡ hạnh phúc.

Ted Huston, giáo sư về giao tiếp con người và tâm lý học tại Đại Học Texas ở Austin đã trình bày trong bài Tâm Lý Học Ngày Nay (Psychological Today) rằng trong dự án PAIR Project của ông cho thấy là “làm một người chu đáo cần căn bản của tình yêu và sự tôn trọng kính nhau là điều hiểu được những căng thẳng và lý do hôn nhân là sự mâu thuẫn... Cách chính là cần giữ quy tắc sự mâu thuẫn, những nó nên chú tâm vào việc duy trì những cảm tình tích cực. Đó là một bài học mềm lòng rất quan trọng.”

Tâm lý hôn nhân người Việt Nam cũng có câu: “Tôn trọng kính nhau thân”. Đây là thái độ cần thiết phải có trong mối quan hệ vợ chồng. Phải coi trọng nhau như lúc còn mới. Những làm sao để có được tâm tình này thì cần hai và mỗi người phải biết mình ngày khám phá ra cái vẻ đẹp của “cái thuở ban đầu lưu luyến ấy”, và phải tìm hiểu, học hỏi, để có những ngộ nhận khai phá ấy.

- Phải biết nhường nhịn một chút.
- Phải biết làm dáng một chút.
- Phải biết ghen một chút.
- Phải biết lắng nghe, tình tứ một chút.
- Phải có thể nhường nhịn cho nhau.
- Phải có những bất ngờ cho nhau.
- Phải có những giây phút riêng tư cho nhau.

Đó là những cái mà vợ chồng có thể dùng để làm “nóng”, làm mới lại hành trình hôn nhân và hạnh phúc hôn nhân của mình.

Trong văn phòng tôi, khi hỏi một người đàn ông về những sở thích riêng tư của vợ mình, đã sẵn lòng con trai thú nhận rằng: “Cái gì mà bà ấy cũng thích!”. Tôi cho đây là một câu trả lời thiêu “yêu thương” nhất. Sống với tâm tình và thái độ ấy thì hẳn là làm sao để sống hôn nhân không nhàm chán.

Tóm lại, trong vùng trí kỷ cương và kỷ niệm của chúng ta, chúng ta luôn phải có những hình ảnh đẹp, những niềm vui và những giây phút niềm nở bên cạnh mình yêu. Những việc đời sống hôn nhân chúng ta sẽ không còn nhàm chán.

Thiêu quy tắc tâm

Trong buổi sinh hoạt ngoài trời mừng Ngày Hiến Ph 20 tháng 6 vừa qua, khi được dịp vai trò và bản phận của chúng ta, chúng ta cha trong gia đình, dĩ nhiên Nguyễn Trần Thị đã đưa ra một hình ảnh đẹp về thái độ sống trong đời sống hôn nhân khi kể lại một câu chuyện về một cuộc tình với 50 hôn nhân hạnh phúc. Bí quyết hạnh phúc ấy, theo những chúng ta là:

“Mình chỉ nên quy tắc như những chuyện làm lao trong gia đình. Còn lại hãy để cho việc quy tắc như những chuyện nhỏ.” Những lời nói theo những chúng ta hạnh phúc ấy: “Sau 50 năm chung sống, ông chúng ta có chuyện gì làm trong gia đình mà chỉ ông phải giữ quy tắc!”

Chuyện làm, chuyện nhỏ. Chuyện quan trọng và chuyện không quan trọng. Trong đời sống hôn nhân, những liên qua đến hai người, đến con cái không có gì là nhỏ và cũng không có gì là lớn cả. Tất cả đều có những giá trị riêng của nó. Và giá trị ấy được hình thành bởi tình yêu, và những hy sinh mà mỗi người dành cho nhau và vì nhau. Những chức năng đi, nếu bị mất đi quy tắc những xung đột, những hiểu lầm, những cãi vã, những khó chịu và bất hòa nhỏ nhặt hai vợ chồng, thì sẽ không có gì làm lao và trầm trọng để giữ quy tắc những chúng ta sau 50 sống chung hạnh phúc trên.

Chúng ta có gì “quan trọng”, trong 50 năm sống với nhau, tuy chỉ là một câu nói bóng gió vui vẻ và dí dỏm, nhưng không ai lại hiểu một cách đơn giản rằng chúng ta có chuyện gì đáng nói, đáng bàn, và đáng suy nghĩ suy ra cả. Chỉ có những ai đến sự tự do, hoặc vô tư đến một vô trách nhiệm mới nghĩ như vậy.

Do đó, tuy vai trò làm chúng ta, với những trách nhiệm và bản phận là những phải có những quy tắc như thể hiện, những việc của chúng ta và tham khảo ý kiến, nhất là để thu nhận giá trị của chúng ta là yếu tố quan trọng trong việc giữ quy tắc mỗi vợ chồng trong gia đình. Điều đáng nói là thái độ vô trách nhiệm và buông xuôi của chúng ta cha và những chúng ta. Và điều đáng trách là thái độ và lối sống lười biếng, thiếu trách nhiệm và chúng ta của chúng ta.

Tác Giả: Bác sĩ Trần Mạnh Duy
Thứ Hai, 28 Tháng 6 Năm 2010 10:55

Có bao giờ bạn đổ lỗi mình vào vai trò người chồng hay người vợ của mình đâu nhỉ: “Làm sao mà anh ấy có thể suốt ngày với những công việc của công nhân như thế được?” Hoặc: “Làm sao với tôi có thể suốt ngày với những đứa con bướng bỉnh, nghịch phá kia mà tôi còn giữ được cảm xúc, giữ gìn quần áo và nhà cửa thật sạch đẹp?”

Những câu hỏi như thế và những thách thức mà chúng ta gặp phải sẽ giúp chúng ta nhìn nhận lại những người chồng hay người vợ hiện tại và những nhu cầu, những khó khăn, và vượt qua chúng. Và nó sẽ đem đến cái nhìn thông cảm, yêu thương và chấp nhận lẫn nhau hơn.

Trong tâm lý giáo dục, người ta nghĩ ra các trăm lời khuyên khích và khen thưởng để giúp các em học hành và ngoan ngoãn. Những trong đời sống khi người ta lớn khôn thì những lời khen thưởng hay tốt bụng biến mất, để rồi chúng ta nghe thấy những gì là trách nhiệm, bướng bỉnh, những gì phải làm, phải làm như thế nào mà ít có những lời khen thưởng hoặc khích lệ.

Trong tình trạng này, những lời nói làm vui lòng nhau lúc ban đầu cũng tốt bụng biến mất để những người chồng cho những người vợ cay đắng, xa xôi, mất mát nhau. Và người ta cho rằng làm thế sẽ đạt mục đích, hoặc ít nhất cũng thoải mái cái tôi của mình. Tuy nhiên, thái độ thiêu trân quý và thiêu tôn trọng sẽ làm xoi mòn tình cảm và tình yêu.

Kết luận:

Đời sống hôn nhân là một hành trình hạnh phúc. Những là một hành trình đầy gian khổ. Hạnh phúc của nó phải mua bằng tình yêu chung thủy. Đời sống bền chặt với nhau, với những phải chấp nhận để đi đến và giữ gìn quý trọng trong tình quan và hành động hàng ngày:

Những mâu thuẫn nhỏ.

Thái độ và lời sống nhằm chán.

Thiếu quý trọng.

Đó là những san hô ngầm có thể làm vỡ và đắm chìm con thuyền hạnh phúc của nhiều người. Hay nói theo Terry Real thì đó là cái “bên trong” của hôn nhân, hoặc theo văn chương bình dân Việt Nam chính là “những con rắn” mà chúng ta có mình ta mà bị cắn.

Nhà ng Thách Th c C a S Trung Thành Trong Đ i S ng Hôn Nhân

Tác Giả: Bác sĩ Tr n M Duy t

Thứ Hai, 28 Tháng 6 Năm 2010 10:55
