

môi trường sống. Tuy nhiên, người chủ động vẫn bị tác động bởi những kích thích bên ngoài, bất kể về mặt vật chất, xã hội hay tâm lý. Nhưng phản ứng của họ, dù có ý thức hay vô thức, luôn luôn là sự lựa chọn hay phản ứng dựa trên cơ sở giá trị.

Theo Eleanor Roosevelt, “Không ai có thể làm tổn thương bạn nếu bạn không đồng ý”. Còn Gandhi nói: “Họ không thể lấy đi sự tự trọng của chúng ta nếu chúng ta không cho họ cái quyền đó”. Chính sự tự nguyện cho phép hay đồng tình của chúng ta khiến chúng ta đau khổ hơn nhiều so với bản thân sự việc xảy ra.

Tôi thừa nhận rằng đây là điều khó chấp nhận về mặt tình cảm, đặc biệt nếu chúng ta cứ kể lể về nỗi bất hạnh của mình hết ngày này sang ngày khác, đổ lỗi cho hoàn cảnh hay hành vi của người khác. Nhưng không ai có thể nói “Tôi có sự lựa chọn khác” cho đến khi họ thừa nhận một cách sâu sắc và thành thật rằng: “Số phận của tôi ngày hôm nay chính là do sự lựa chọn của tôi ngày hôm qua”.

Có một lần tại Sacramento, khi tôi đang nói chuyện về đề tài tính chủ động thì một người phụ nữ trong số cử tọa đứng lên phát biểu một cách rất kích động. Mọi người quay sang nhìn, cô ấy như sức tĩnh, lúng túng và vội ngồi xuống. Nhưng hình như cô không thể kiềm chế được cảm xúc và tiếp tục bàn luận với những người ngồi xung quanh.

Tôi cảm thấy nóng lòng muốn giờ nghỉ đến nhanh để tìm hiểu xem điều gì đã xảy ra với cô. Giờ giải lao, tôi bước xuống và hỏi cô có muốn chia sẻ điều gì không. Và cô đồng ý kể cho tôi nghe câu chuyện của mình.

“Ông không thể hiểu chuyện gì đã xảy ra với tôi đâu! Tôi là một y tá. Tôi đang chăm sóc một người bệnh bất hạnh