

Còn nếu thiếu chân thành thì tốt hơn là bạn đừng làm gì cả. Điều đó chỉ có hại cho bạn về sau, khi đối phương phát hiện ra sự thật rằng bạn không hề quan tâm, không muốn chia sẻ, họ sẽ có cảm giác bị lừa dối, bị làm trò cười và bị tổn thương. Kỹ thuật giao tiếp chỉ là phần nổi của hình thức, nó cần phải xuất phát từ nền tảng vững chắc của tính cách bên trong con người bạn.

Cũng có người phản đối, cho rằng phương pháp *lắng nghe thấu hiểu* mất rất nhiều thời gian. Vâng, có thể lúc đầu bạn phải bỏ ra ít nhiều thời gian, nhưng sẽ tiết kiệm được rất nhiều về sau. Nếu là một bác sĩ và muốn kê đơn thuốc để trị đúng bệnh, điều cần thiết trước tiên là bạn nên chẩn đoán chính xác căn bệnh. Bạn không thể nói rằng: “Tôi đang rất vội. Tôi không có thời gian để chẩn đoán. Cứ uống thuốc đó đi”.

Lần nọ, tôi đang ngồi viết trong căn phòng ở bãi biển phía bắc Oahu, Hawaii thì một cơn gió lùa tới. Trước đó, tôi đã mở cả hai cửa sổ để giữ cho căn phòng thoáng mát. Trên chiếc bàn lớn, tôi để rất nhiều bản thảo, hết chương này đến chương khác.

Vì thế, cơn gió đã thổi bay tứ tung các tập giấy của tôi. Tôi cuống cuống chạy đi gom nhặt giấy tờ, sợ rằng các trang viết không còn theo thứ tự nữa. Cuối cùng, tôi nhận ra mọi chuyện sẽ tốt hơn nhiều khi chỉ cần dành ra vài giây để đóng lại cửa sổ.

*Lắng nghe thấu hiểu* đòi hỏi phải có thời gian, nhưng không mất nhiều bằng thời gian bỏ ra để khắc phục và sửa chữa những sai lầm. Thật khó để chung sống với những vấn đề chưa được nói ra và giải quyết, cũng như với những hậu quả tai hại mà bầu không khí giao tiếp căng thẳng, tù túng gây ra.