

chưa biết chính xác có trục trặc gì với sức khỏe của mình hay không, nhưng anh ta đã hốt hoảng, buồn bã, khẳng khái cho rằng mình không thể tiếp tục theo đuổi công việc được và khấn khoản ai đó đồng cảm với anh ta. Trong khi đó, hoàn toàn ngược lại, dù đã phải trải qua một cuộc phẫu thuật thuộc vào loại nguy hiểm bậc nhất, anh bạn trong câu chuyện thứ hai vẫn luôn lạc quan, hào hứng bắt tay vào làm bất cứ việc gì. Điểm khác biệt chính là ở cách nhìn nhận của mỗi người trước sức khỏe của mình.

Còn rất nhiều trường hợp khác nữa minh chứng về chứng bệnh *đổ lỗi cho sức khỏe*. Thực ra tôi là một bệnh nhân tiểu đường đã tiêm đến 5.000 mũi insulin. Các bác sĩ khuyến cáo tôi: “Tiểu đường chỉ là một căn bệnh thể chất mà thôi. Tình trạng tinh thần mới gây hậu quả tồi tệ hơn nhiều. Nếu anh lo lắng, hay suy nghĩ tiêu cực, anh sẽ gặp trục trặc nghiêm trọng đấy”. Kể từ khi biết mình có bệnh, tôi thường tiếp xúc và làm quen với rất nhiều bệnh nhân tiểu đường khác. Tôi sẽ kể các bạn nghe hai câu chuyện hoàn toàn trái ngược nhau. Một người luôn nghĩ mình sắp chết mặc dù bệnh tình của anh ta chưa đến mức đáng lo ngại. Vì sợ bị nhiễm trùng, anh ta tránh xa bất cứ ai có triệu chứng sổ mũi dù chỉ mới hắt hơi sơ sài. Sợ bị kiệt sức, anh ta hầu như chẳng dám động tay động chân làm gì cả. Lúc nào anh cũng lo lắng xem điều gì *có thể* xảy ra tiếp theo. Mọi người xung quanh chán ngán vì suốt ngày phải nghe những lời kêu than, phàn nàn. Thực ra căn bệnh của anh ta chẳng phải là tiểu đường, mà chính là chứng bệnh *đổ lỗi cho sức khỏe* để biện hộ cho sự lười nhác của mình.

Câu chuyện về vị giám đốc khu vực của một công ty xuất bản tầm cỡ thì trái ngược hoàn toàn. Anh ấy bị tiểu đường