

về mặt xã hội, thì anh ta sẽ rất dễ dàng chú tâm vào sự bất công và coi người kia là “trọng tâm” cuộc sống của mình. Thay vì sống một cách luôn chủ động cho cuộc đời mình, người lấy đối thủ làm trọng tâm phản ứng lại một cách thụ động tùy vào hành vi và thái độ của đối thủ.

Tôi có một anh bạn giảng dạy tại một trường đại học. Anh ta đã trở nên quẫn trí vì sự yếu kém của một người quản lý - người có mối quan hệ rất xấu với anh ta. Anh ta đã đề suy nghĩ của mình về người này chi phối đến mức trở thành nỗi ám ảnh. Điều này ảnh hưởng đến cả quan hệ của anh với gia đình, với nhà trường và các đồng nghiệp. Cuối cùng, anh đi đến quyết định sẽ rời bỏ trường đại học đó để tìm công việc khác.

“Liệu anh có thực sự muốn tiếp tục ở lại trường, nếu không có người đó không?”, tôi hỏi.

“Vâng, đúng vậy”, anh ta trả lời, “Vì chừng nào còn có mặt hắn ta ở đây, cuộc đời tôi còn bị gián đoạn, bị làm cho đảo lộn. Tôi phải đi thôi”.

“Tại sao anh lại lấy người này làm trọng tâm của cuộc đời anh?”, tôi hỏi lại.

Anh ta giật mình vì câu hỏi này. Nhưng rồi anh phủ nhận nó. Và tôi chỉ cho anh ta thấy rằng anh đang để cho một cá nhân cùng với sự yếu kém của họ làm méo mó toàn bộ “tấm bản đồ” cuộc đời mình, phá hoại niềm tin, và cả mối quan hệ với người thân.

Cuối cùng, anh ta thừa nhận rằng con người đó đã có ảnh hưởng đến anh, nhưng phủ nhận việc tự anh đưa ra sự lựa chọn này. Anh ta đổ trách nhiệm cho người quản lý nọ và tuyên bố bản thân anh không có trách nhiệm gì trong việc này.