

Chau Xuong

Tôi thích bạn thân Nỗ lực hơn

Ti Phương
2014



Mục lục

- Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (1)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (2)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (3)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (4)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (5)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (6)
Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (7)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (1)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (2)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (3)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (4)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (5)
Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (6)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (1)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (2)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (3)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (4)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (5)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (6)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (7)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (8)
Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (9)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (1)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (2)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (3)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (4)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (5)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (6)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (7)
Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (8)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (1)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (2)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (3)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (4)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (5)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (6)
Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (7)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (1)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (2)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (3)

- Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(4)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(5)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(6)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(7)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(8)
Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu
(9)
Tôi Thích Bản Thân Nỗ Lực Hơn

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (1)

Phụ nữ càng tự biết kiểm soát, mức sống sẽ càng cao.

Dương Lệ Bình từng được phỏng vấn trong phòng tập của cô, có một người hỏi cô rằng: 'Chị gầy như thế, mỗi ngày phải ăn bao nhiêu?'

Cô mở hộp cơm của mình ra: một lát nhỏ thịt bò, nửa trái táo, một quả trứng gà. Đây chính là bữa trưa của cô ấy. Hơn nữa, đây còn là bữa ăn dùng trong giai đoạn tập múa liên tục ở cường độ cao.

Khi nhìn thấy bữa ăn của cô ấy, tôi tin rằng ai cũng sẽ cảm thấy mình không khác gì một con trâu.

Một ngày từ sáng đến tối, chỉ cần ngồi yên một chỗ thôi chúng ta cũng đã nuốt vào hàng đồng thực phẩm dầu mỡ giàu calo, không thể kiểm soát, hết như một kẻ háu ăn, dẫn đến béo phì, mệt mỏi, rồi cứ trượt dốc không phanh, ngày càng xa rời trạng thái nhanh nhẹn nhẹ nhàng.

Phóng viên hỏi tiếp: 'Cô có đói không?'

Cô đáp: 'Thế này đã đủ năng lượng rồi. Anh thấy đấy, chẳng phải tôi vẫn nhảy múa đàn hoàng, chưa từng gục ngã trên sân khấu đó sao.'

Xem đến đây, có một từ đột nhiên nảy lên trong đầu tôi: tự kiểm soát. Nhờ vào cách phân tích của lí trí, cô ấy đã đem ý thức tự kiểm soát của mình hoà trong mạch máu, trở thành một chiếc điều khiển từ xa, như một loại trình tự tâm lý, hễ đến giờ ăn sẽ tự động làm theo. Bất kì ai có thể tự kiểm soát như thế sẽ không có mức sống quá thấp. Thế nên Dương Lệ Bình tuy đã 58 tuổi nhưng vẫn xinh đẹp và có khí chất như một tâm hồn tươi trẻ thoát tục, có không ít người nếu đem ra so sánh với cô ấy thì đã phủ lên mình một lớp tục khí khá dày.

Hơn 40 năm trước, giáo sư tâm lí học Walter Mischel đã làm một thí nghiệm kẹo bông rất nổi tiếng.

Ông tìm hàng trăm đứa trẻ 4 tuổi, để chúng đợi ông trong một căn phòng có một viên kẹo bông hoặc bánh quy trên bàn. Ông nói với chúng: ông sẽ ra ngoài một lúc, bánh kẹo trên bàn có thể ăn, nhưng nếu đợi được đến khi ông quay lại mới ăn thì sẽ thưởng gấp đôi.

Sau khi giáo sư ra ngoài, một vài đứa bé đợi chưa đến một phút đã ăn mất bánh kẹo, một số khác lại có thể đợi được hai mươi phút và nhận phần thưởng gấp đôi.

Điểm thú vị của thí nghiệm này chính là ở biểu hiện của đứa trẻ sau khi chúng trưởng thành.

Năm 1981, 653 bé từng tham gia thí nghiệm kẹo bông đều đã lên cấp ba, Walter Mischel đưa phiếu khảo sát cho cha mẹ và thầy cô

của chúng.

Kết quả cho thấy, dù ở trường học hay ở nhà, thì những bé không chờ đợi được phần lớn đều có nhiều vấn đề về hành vi. Thành tích thi SAT (kiểm tra đánh giá năng lực) của chúng khá kém, không giỏi ứng phó môi trường áp lực, thiếu tập trung, khó kết giao bạn bè. So với những bé chỉ đợi được ba mươi giây thì những bé đợi được hai mươi phút có điểm số thi SAT bình quân đạt hơn 210 điểm.

Thí nghiệm vẫn đang tiếp tục tiến hành.

Sau khi đã trưởng thành, chúng bắt đầu xuất hiện những biểu hiện khác nhau rõ rệt. Những đứa trẻ không giỏi chờ đợi sẽ sa vào con đường nghiện ngập. Còn những đứa trẻ chờ đợi được thường có thành tựu lớn, gia đình êm ấm hơn.

Qua tuổi 30 tôi mới dần hiểu được tính quan trọng của việc tự kiểm soát bản thân.

Tôi cũng từng nghĩ con người nên giữ một cách nhìn thoải mái về cuộc sống, muốn ăn thì ăn, muốn uống thì uống, dầu sao đời người ngắn ngủi, vui vẻ tùy thích mới không uổng phí. Nhưng khi lớn dần, tôi mới nhận ra suy nghĩ này không đúng.

Trong cuốn 'Sức mạnh của ý chí: Tâm lý học về sự tập trung, tự kiểm soát và hiệu suất' có một đoạn viết thế này:

'Cốt lõi của những vấn đề cá nhân và xã hội nằm ở chỗ thiếu khả năng tự kiểm soát: không tự làm chủ được mà tiêu tiền vay tiền, đánh người trong lúc kích động, thành tích học tập kém, làm việc

chậm chạp rề rà, rượu chè nghiện ngập, ăn uống không lành mạnh, ít vận động, thường xuyên lo âu, tính tình nóng nảy...'

Thiếu khả năng tự kiểm soát sẽ dẫn đến hàng loạt bi kịch trong cuộc sống: cơ thể biến dạng, đau khổ bệnh tật, đánh mất bạn bè, bị sa thải, ly hôn, vướng vào lao tù...

Chẳng hạn, một người luôn ăn uống thả ga thì hiện tại có thể rất mập; một cô gái từ sáng đến tối chỉ muốn chơi bời, bữa nhậu nhẹt tụ tập nào cũng góp mặt, quán bar hay karaoke nào cũng từng đến, cứ nghĩ bản thân phóng khoáng quyến rũ lắm, nhưng không hay biết mỗi khi người khác nhắc đến cô ấy đa số đều tỏ ý khinh thường, chẳng mấy ai xem trọng; một người cuồng mua sắm, hề thấy giảm giá là mua sắm điên cuồng, có thể đến bây giờ vẫn lòi thoi lếch thếch, không biếng, vô kỷ luật được tô vẽ thật đẹp để an ủi mình.

Chúng ta sẽ nói, buông thả bản thân cũng là cách đối xử tốt với chính mình.

Chúng ta sẽ nói, làm gì cũng phải cẩn thận từng li từng tí thật sự quá bức bối, quá thất bại...

Thật ra không phải như vậy. Cho dù là trong học tập, công việc, hay trong cuộc sống cá nhân, tự kiểm soát chính là nhân tố quan trọng nhất dẫn đến thành công.

Có một nghiên cứu tâm lý học điều tra những nhân tố ảnh hưởng đến thành tích học tập của các sinh viên đại học.

Đầu tiên, người làm thí nghiệm liệt kê hết những phẩm chất có thể dùng được ra, có hơn 30 phẩm chất được liệt kê như tích cực, cởi mở, vui tính, nghiêm túc, cẩn thận, hoạt ngôn, hướng nội, thích

đọc sách... Sau đó, họ tìm hàng trăm sinh viên để tiến hành thử nghiệm. Cuối cùng, họ phát hiện ra những phẩm chất này không hề ảnh hưởng trực tiếp gì đến thành tích học tập. Điểm duy nhất có thể ảnh hưởng đến thành tích là khả năng tự kiểm soát. Thậm chí sức ảnh hưởng của nó còn cao hơn cả chỉ số IQ.

Có thể kiểm soát chính mình, khi nên học bài thì học bài, khi cần nghe giảng thì nghe giảng, khi phải làm bài tập thì làm bài tập, cứ thế người đó rất có khả năng sẽ đạt được thành tích hơn người.

Trong đời sống cũng thế.

Người có khả năng tự kiểm soát mạnh thường ít mắc bệnh tâm lý, hiệu suất làm việc cao, phần lớn có lòng đồng cảm, được người khác tin tưởng và dễ thành công hơn.

Vì thế, ở phần đầu cuốn 'Sức mạnh của ý chí: Tâm lý học về sự tập trung, tự kiểm soát và hiệu suất', Roy Baumeister đã viết thế này:

'Dù bạn định nghĩa thành công thế nào đi nữa: gia đình êm ấm, có được tri kỷ, cuộc sống giàu sang, đảm bảo kinh tế, làm việc mình thích, tâm hồn khỏe mạnh, nội tâm phong phú... Tất cả đều cần chuẩn bị sẵn vài phẩm chất cho mình.'

Khi các nhà tâm lý học đi tìm các phẩm chất ấy, họ đều phát hiện: Khả năng tự kiểm soát mới là phẩm chất quan trọng nhất trong số chúng.

Tất nhiên, lựa chọn cách sống thế nào là việc của mỗi cá nhân.

Bất cứ một ai có ý chí, có thú vui, có phẩm chất đều muốn hướng đến điều tốt hơn, cố gắng thoát khỏi sự kém cỏi của chính mình để

có được cuộc sống chân thiện mỹ. Chỉ có như thế chúng ta mới có thể cảm thán: Được sinh ra làm người thật tốt biết bao!

Vậy, phải như thế nào mới có thể làm được điều đó!

Kant từng nói, khả năng tự kiểm soát khiến chúng ta khác với mọi người. Tự kiểm soát giúp chúng ta có mức sống cao hơn, cũng giúp chúng ta có một cuộc sống tự do hơn. Ông đã suy luận thế này: Giả sử chúng ta giống các loài động vật, đi theo ham muốn của bản thân, né tránh khổ đau, khi đó chúng ta hoàn toàn không phải đang hành động một cách tự do thật sự. Vì sao không phải? Vì chúng ta đã trở thành một tên nô lệ cho ham muốn và sự kích động. Không phải chúng ta đang lựa chọn, mà chúng ta đang phụ tùng.

Nhưng, sở dĩ con người là người, vì con người không phải do ham muốn mà là do chính mình làm chủ. Chỉ khi chính mình làm chủ mới thật sự có được tự do.

Mấy hôm trước tôi đọc được một bài đăng rất hay của một người bạn.

Bài viết như sau:

'Tôi không có lòng tin đối với những thứ hễ đưa tay ra là có được, những thứ cấp tốc, tùy hứng, không rõ ràng, xuất phát từ bản năng. Tôi tin vào sự từ tốn, bình thản, thiết thực, bình tĩnh, vào sức mạnh tích tiểu thành đại.

Tôi không tin rằng thiếu tinh thần tự giác, không tự mình bồi đắp, không nỗ lực lại có thể giải phóng được một cá nhân hay tập thể nào. Khi bạn rút gươm chĩa về tứ phía đầy vẻ hoang mang, bạn sẽ

bị vây hãm trong hoang mang của cuộc sống trong lồng giam của hiện thực, không biết đi đâu về đâu.

Xin hãy ghi nhớ, con đường duy nhất để tìm đến tự do chính là: Dùng cách tự kiểm soát để tránh khỏi rắc rối, để thoát khỏi xiềng xích, tập trung tinh thần, dốc toàn lực để tiến về nơi mà bạn muốn đến.

Dù có thể dùng cách này thì đến hết cuộc đời bạn cũng không thể đến được Utopia trong mơ ước, nhưng dọc đường đi chắc chắn bạn sẽ có rất nhiều niềm vui, rất nhiều hạnh phúc, gặp được chốn đào nguyên của mình, đến được vùng đất lí tưởng của lí chí. Ở trong thế giới đại đồng ấy, bạn sẽ lại yêu thương chính mình, sẽ nắm tay hòa thuận với người khác, đồng thời nói với thế giới rằng: 'Tôi được sống, tôi được yêu thương, tôi không hối tiếc!'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (2)

Tất cả mọi sự yếu đuối đều có cái giá rất đắt

Aton Pavlovich Chekhov có một cuốn tiểu thuyết tên là 'Kẻ yếu đuối', kể về câu chuyện người chủ nhà tính toán chi li nhằm bóc lột tiền lương của cô gia sư.

Đầu tiên, ông ta trừ đi các ngày làm cuối tuần của cô ấy, từ hai tháng chỉ còn lại hơn một tháng.

'Không, cô làm việc còn chưa đến hai tháng.'

Kế tiếp, ông ta trừ những ngày con ông ta bị bệnh, những ngày chỉ vui chơi, trừ cả giờ nghỉ trưa vào những ngày cô không khỏe... Số ngày làm việc hiệu quả chẳng còn lại bao nhiêu.

Cô gái đáng thương đứng đó nhìn chính mình bị bóc lột một cách tàn nhẫn, khoe mắt đầm nước, đôi môi mím chặt nhưng lại không nói được lời nào.

Sự việc vẫn chưa kết thúc.

Không dừng lại, người chủ nhà còn tiếp tục đổ hết những trách nhiệm vốn không thuộc về cô như làm rách áo của con ông ta, để cho người khác lấy trộm mất giày... lên đầu cô, mượn chúng để trừ đi một khoản tiền lớn.

Và rồi ông ta còn bịa đặt rằng cô đã được ứng trước 11 rúp, cô giùng giàng phản đối: 'Xưa nay tôi chưa từng nhận ứng trước bao giờ.'

Nhưng vẫn bị tính vào khoản tiền trừ.

Cô đứng đó, chẳng khác nào cá nằm trên thớt, mặc cho chủ nhân cắt xẻ.

Cuối cùng, 80 rúp tiền lương ban đầu của cô chỉ còn sót lại 11 rúp.

Điều khiến người ta xót xa hơn là, khi chủ nhà đưa 11 rúp, cô nhận lấy và nói với ông ta: 'Cảm ơn!'

Bạn thấy đấy, khi một người quá yếu đuối thì sẽ nhận về số phận thảm đạ biết bao.

Cô ấy bật đèn xanh cho cái ác, cúi đầu chấp nhận sự bất công, khích lệ cho kẻ bóc lột được nước lấn tới, bóp méo sự thật, cho đến khi không còn giá trị để bóc lột mới thôi.

Khi gặp chuyện bất hạnh hết lần này đến lần khác, cô không biết tự giải phóng cho mình, ngược lại còn nhập tâm diễn vai 'người bị hại', không có dũng khí từ chối và quay lưng bước đi.

Thậm chí, cô còn vô cùng cảm kích trước cái ác...

'Không có ngài thì không có 11 rúp này của tôi, cảm ơn ngài!'

Ở lời cuối truyện, Chekhov đã mượn lời người chủ nhà để nói một câu: 'Trên thế giới này, muốn làm một kẻ xấu để tác oai tác quái, thì ra thật dễ như trở bàn tay!'

Đương nhiên là dễ như trở bàn tay rồi.

Không có năng lực nói 'không' thì làm sao khắc phục mọi trở ngại, làm sao chống lại gian ác để hướng đến tự do, độc lập, dũng cảm?!

Floyd Dell cũng đã từng viết một bộ tiểu thuyết mang tên 'Bài học mà một bữa trưa đã mang đến cho tôi', kể về một sinh viên nghèo tiếp đãi người cô từ xa đến thăm mình.

Người cô luôn đưa ra những yêu cầu cực kì cao.

Chẳng hạn như đến nhà hàng sang trọng, cô ta sẽ ăn những món đắt tiền nhất, nếm loại trứng cá muối ngon nhất, uống rượu nho cao cấp nhất, còn có bơ, trái cây, cà phê... Số tiền trên hóa đơn ngày một lớn, mãi cho đến khi người sinh viên nghèo ấy hoàn toàn trắng tay, không cách nào chi trả nữa.

Đến khi thanh toán, người cô nói: 'Con à, cách làm của con thật sự quá ngu ngốc, không đáng chút nào.'

'Nhưng đây là chuyện con nên làm.'

'Chuyên ngành đại học của con là ngành Ngôn ngữ học con có biết chữ khó mở miệng nói nhất là chữ gì không?'

'Con không biết.'

'Con ơi, đó chính là chữ không. Trong đời con, khi qua lại với người khác cần phải thường xuyên dùng đến chữ không, cho dù trước mặt phái nữ cũng vậy!'

Nhiều lúc chúng ta cũng giống như hai nhân vật chính vừa kể trên, nhu nhược thành tích, nhún nhường thành quen, rõ ràng bị bắt nạt cũng chỉ trốn trong một góc để lau nước mắt, hoặc giống như A Q tức giận mắng: 'Kẻ ác rồi sẽ gặp quả báo, chỉ là chưa đến lúc mà thôi.'

Nhưng làm vậy không những không có lợi ích gì, ngược lại cái giá phải trả càng đắt hơn.

Bạn cũng cảm thấy rất rõ ràng những chuyện bất công xảy đến với bạn ngày càng nhiều.

Bạn đang chi trả khoản tiền vốn không nên do bạn chi trả;

Bạn đang gánh vác trách nhiệm vốn không nên do bạn gánh vác;

Bạn đang phải chịu đựng những công việc nặng nhọc, những sự hy sinh, sự trả giá... không thuộc về bạn.

Dưới sự chèn ép như thế, tiếng nói có sức mạnh thật sự sẽ ngày một yếu đi, cái giá phải trả chính là sự oán trách và than khóc không hồi kết của bản thân bạn.

Những oán trách và khóc than của bạn rồi sẽ được trút lên đầu những đứa trẻ, chúng sẽ phải gánh chịu sự oán hận và thù hằn của bạn.

Tôi cũng phải mất một khoảng thời gian rất dài mới hiểu ra một sự việc.

Thành thật bày tỏ thái độ của bản thân, dù là từ chối hay chán ghét vẫn nhân từ hơn là ồm ồm không rõ ràng.

Không chỉ là với chính mình, với người khác cũng thế.

Bởi vì, khi ai ai cũng phân rõ giới hạn, ai ai cũng thật sự có sức mạnh, quan hệ giữa người với người sẽ trở nên rõ ràng và tự do.

Bạn dừng lại trước khi tôi nói không, tôi cũng vậy, không vượt ranh giới, không lấn chiếm, không phiền nhiễu, cứ thế, tự nhiên mỗi người đều sẽ cảm thấy hòa bình tự do, từ bi an yên.

Đây chính là quy luật để đôi bên cùng có lợi trong các mối quan hệ.

Còn một quy luật khác khiến cho đôi bên cùng thua, chính là không có ranh giới rõ ràng, xem thường chính mình, để có sự công nhận của người ngoài mà giả dối với người khác, tàn nhẫn với bản thân, đến cuối cùng chẳng ai vui vẻ.

Có một tình tiết chúng ta có thể nhận thấy trong rất nhiều bộ phim truyền cảm hứng:

Khi nhân vật chính yếu đuối, anh ta sẽ không ngừng bị bắt nạt. Nhưng khi anh ta đấu tranh để rồi vùng lên lớn tiếng nói không thì sự bắt nạt sẽ giảm dần, cái ác sẽ tránh xa dần cho đến khi không còn dấu vết nào nữa.

Chẳng hạn như trong 'Đại chiến hành tinh khi', đối mặt với vô số bất công. Caesar không thể tiếp tục nhẫn nhịn dùng hết sức mình để hô to một từ: 'No!'

Từ đó, thế giới hoàn toàn thay đổi.

Tất cả những gì trước kia ràng buộc nó, áp bức nó, cản trở nó đều sụp đổ, trở thành bàn đạp, thành chiến trường, thành đế chế tự do của nó.

Nó không còn là nô lệ nữa.

Đúng vậy, thế giới này người sức có thể yếu đi đến đâu cũng bắt giác nhún nhường, cúi đầu mềm mỏng, giới hạn chịu đựng của họ hết lần này đến lần khác phải hạ thấp, tôn nghiêm và lợi ích hết lần này đến lần khác mất đi.

Thế nhưng, xin bạn hãy ghi nhớ rằng:

Không bao giờ nói không không phải lương thiện, mà là nhu nhược một cách vô tri.

Học cách nói không không phải tàn nhẫn, mà là tự do chân thật.

Mà một người tự do chân thật sẽ thu hút những mối quan hệ tự do chân thật, từ đó họ sẽ có được cuộc sống tự do chân thật.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (3)

Yêu chính mình thật nhiều, trông như tự luyện thì đã sao

Bộ phim điện ảnh 'Flipped' kể lại một mối tình đầu tuyệt đẹp.

Ngay từ khi còn nhỏ, Juli vừa gặp đã yêu Bryce.

Trong một buổi sáng trong lành, trên thảm cỏ mềm mại, cô chạy đến nắm lấy tay cậu và nói: 'Xin chào, tớ là Juli, cậu có cần giúp gì không?'

Năm đó, cậu 7 tuổi, đang học lớp hai.

Cậu thấy bối rối trước sự nhiệt tình và dũng cảm này. Vì cha mẹ đã dạy cậu phải kiềm chế, giả vờ và chiều ý người khác, thế nên trong suốt sáu, bảy năm tiếp theo cậu đều trốn tránh Juli.

Họ cứ kẻ trốn người theo như thế cho đến rất nhiều năm sau mới từ từ kết thúc.

Trong khoảng thời gian này, Juli vẫn luôn dùng sự thông minh, lương thiện, dũng cảm và tình yêu của mình để ở bên cậu.

Một hôm, ông nội nói Bryce rằng: 'Có những người bên ngoài sáng sủa, có những người bên trong mục nát, nhưng rồi sẽ có một ngày con gặp được một người đẹp như cầu vồng, từ đó con sẽ nhận ra, những người khác đều chỉ là gió thoảng mây trôi...' Khi ấy, cậu mới từ từ nhìn thấy Juli.

Câu chuyện rất đẹp, âm nhạc và lời thoại, cảnh vật và tình tiết, cộng thêm diễn xuất của các diễn viên nhí đều tự nhiên, tuyệt đẹp, có thể khiến cho những trái tim đã chai sạn lại một lần nữa thổn thức.

Nhưng điều khiến tôi thích thú hơn là tính cách của Juli.

Cô bé nhỏ như thế đã biết yêu rồi.

Cô bé nhiệt tình giúp đỡ Bryce, phóng khoáng khi bầu bạn cùng cậu, cho đi không ảm ức, sẽ chia không kìm nén, nhưng khi bị Bryce làm tổn thương đến sự tôn nghiêm, đến người nhà và giới hạn cuối cùng của mình, cô bé lập tức dừng lại.

Sau khi mối quan hệ ấy chấm dứt, cô bé không hề xem mình là người bị hại, cũng không lời ra tiếng vào hay phàn nàn oán trách, cô bé chỉ tiếp tục cố gắng, tiếp tục làm việc tốt, tiếp tục dùng tình cảm để đối đãi với mọi người xung quanh.

Không thể không nói, một đứa trẻ như thế quả thật giống ánh hào quang, khiến bao người trưởng thành phải cảm thấy hổ thẹn.

Có một người bạn nói: 'Tình yêu của Juli bắt nguồn từ tình yêu mà cô ấy dành cho chính mình.'

Cô bé thật sự là một đứa trẻ mạnh mẽ, tự tôn trọng mình, tự tiếp nhận mình, tự yêu quý mình. Do đó, quan hệ lành mạnh với chính

bản thân sẽ được lan tỏa đến quan hệ với người khác trong quá trình giao tiếp.

Cô bé sẽ tặng số trứng gà còn dư cho từng người xung quanh.

Khi biết cây cổ thụ sẽ bị chặt bỏ, cô bé sẽ dũng cảm bảo vệ nó...

Eckhart có một câu châm ngôn tổng kết tư tưởng về việc tự yêu chính mình thế này: 'Nếu bạn yêu thương bản thân, bạn sẽ yêu thương tất cả mọi người như yêu chính mình.'

Nếu không yêu, sẽ dễ dàng dẫn đến việc ỷ lại, kiểm soát, níu kéo, cho đi mãi thành quen... và hàng loạt những tật xấu khác.

Giống như bộ phim điện ảnh 'Một nửa là lửa, một nửa là biển', nam chính là một người tự chán ghét chính mình, thế nên cách anh ta đối đãi với tình yêu là hủy diệt và kiểm soát.

Còn nữ chính cũng là người thiếu thốn tình cảm, cách cô ấy yêu là ỷ lại, chịu đựng và không ngừng cho đi.

Trong cuộc sống thường ngày, chúng ta cũng thường thấy, hầu hết những cặp đôi đau khổ vì yêu đều là những người không tự yêu chính mình.

Không tự yêu chính mình sẽ thấy thiếu, -100 điểm thiếu hụt cần người khác lấy +100 điểm tình yêu để lấp đầy, thiếu một chút ít thôi cũng sẽ oán giận và chỉ trích.

Còn tự yêu chính mình sẽ biết cách tự mình lấp đầy nó, -1 điểm thiếu hụt chỉ cần đối phương dùng 1 điểm tình yêu để bù đắp đã thấy vui vẻ.

Tôi có một cô bạn, cô ấy từng rất mập, lại không thích ăn diện, trông rất nặng nề và thiếu sinh khí. Sau này, không biết bằng cách nào mà cô ấy dần trở nên đẹp hơn.

Cân nặng giảm xuống, cô ấy bắt đầu biết chăm chút bản thân, dưỡng da và trang điểm, lại thêm sở thích đọc sách, làm người khiêm tốn và tao nhã, thoát một cái đã tỏa ra hào quang, trở thành tiêu điểm của mọi sự chú ý.

Tôi không có hứng thú ới nguyên nhân thay đổi của cô ấy, nhưng vẫn hỏi thử: 'Sau khi trở nên xinh đẹp, tâm thái có gì thay đổi không?'

Cô ấy nói tất nhiên là có.

Khi cô ấy mập mập xấu xí là lúc cô ấy chán ghét bản thân mình hơn bao giờ hết, cô ấy cảm thấy rất nhạy cảm, rất bất lực, tính kiểm soát và tính công kích cực kỳ mạnh. Thế nên cô ấy rất khó để xử lý tốt mối quan hệ với người yêu.

Nhưng khi cô ấy trở nên xinh đẹp, nhìn chính mình trong gương xinh đẹp và quyến rũ, bản thân cũng thấy xao xuyến, thái độ đối với người yêu bỗng nhiên tốt hơn nhiều.

Bởi vì cô ấy đã tự yêu thương và quan tâm đến mình, thế nên cô ấy đã thả lỏng đầu óc, không còn căng thẳng bất an, không còn lo được lo mất, nếu như trước đây cô cũng không thể chịu được việc người yêu mình không lập tức trả lời tin nhắn WeChat, thì giờ đã không còn để tâm nhiều như thế nữa; nếu như trước đây cô ấy nhất định sẽ nổi giận đùng đùng nếu anh chàng kia về nhà muộn, thì giờ đã cảm thấy như vậy cũng không phải tội lỗi gì.

Nói cách khác, việc cô ấy tự chấp nhận chính mình đã cải thiện quan hệ của hai người họ.

Còn anh ta, vì sự dịu dàng của cô và không gian tự do mà cô mang đến, cũng bắt đầu sửa đổi một vài tật xấu, tích cực cố gắng vì tình cảm của hai người, hình thành một vòng tuần hoàn lành mạnh.

Tất nhiên, yêu chính mình không chỉ có một cách là cải thiện ngoại hình.

Bạn có thể nhờ việc đọc sách, kết giao bạn bè, du lịch, khám bác sĩ tâm lý, xây dựng sự nghiệp, tham gia các hoạt động công ích... để đạt được mục đích này.

Tóm lại, bạn phải tự yêu lấy mình trước rồi mới có khả năng đi yêu người khác.

Giống như 'Kinh thánh' có nói: 'Yêu người như thể yêu mình.'

Thế nhưng, trong quan niệm cổ hủ của một số người, yêu mình lại là một tội ác, vì nó gần giống như ích kỷ.

Thật ra chúng ta đã hiểu sai một điều.

Ích kỷ không phải yêu bản thân.

Hoàn toàn ngược lại, ích kỷ là vì quá không yêu bản thân nội tâm quá mức thiếu thốn, cần những thứ khác để bù đắp, thỏa mãn, che đậy, bổ sung cho nội tâm yếu đuối.

Yêu bản thân thật sự là tôn trọng, yêu thương và thấu hiểu chính mình, rồi mới đến tôn trọng, yêu thương và thấu hiểu người khác.

Giống như một cơn gió, ảnh hưởng đến một cơn gió khác;

Một đợt sóng, ảnh hưởng đến một đợt sóng khác;

Một người tốt, sẽ thu hút một người tốt khác.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (4)

Mua 10 000 bộ quần áo, vì sao bạn không đẹp?

Bạn lúc nào cũng mua quần áo.

Bạn giống như một kẻ nghiện, giống như một người bệnh, giống một ông vua nổi tiếng kia, không cách nào chấm dứt ham muốn mua quần áo mới.

Dạo khắp phố lớn hẻm nhỏ, mua về cả núi.

Lướt qua một cửa hàng nào đó trên Taobao, nhặt về vài bộ.

Thậm chí thi thoảng cũng mua một chút từ những người bán hàng online trên WeChat.

Tủ quần áo của bạn nhét đầy váy áo, trên giá cũng treo đầy, trong thùng giấy nằm góc nhà, còn mấy chục bộ bạn mặc qua một lần và hầu như không bao giờ mặc lại.

Khoảng 60% quần áo bạn mua về rồi ném bừa đâu đó xem như đã bị đày vào tử lao, không bao giờ thấy được ánh mặt trời.

Chỉ có một nơi chúng từng được tỏa sáng: trong trí tưởng tượng trước lúc quẹt thẻ thanh toán.

Khi chúng theo bạn về nhà, trí tưởng tượng của bạn đã hạ cánh, đồ đẹp trở nên tầm thường, thậm chí thành đồ bỏ đi.

Có lúc bạn cũng thấy mình đã lãng phí quá nhiều.

nhưng bạn sẽ tự an ủi: Những đồ này chưa có dịp thích hợp để mặc, chưa có đồ thích hợp để phối (riêng lí do này cũng đủ để bạn thúc giục bản thân 'mua tiếp, mua tiếp'), chưa có đối tượng thích hợp để khoe, chưa có tâm trạng thích hợp để diện...

Bạn sẽ tự kiểm soát: Bây giờ thân hình mình chưa đẹp, đợi giảm cân xong mới mặc, như vậy mặc lên mới thấy được hiệu quả.

Bạn sẽ đợi mùa sau: đợi đến hè, đợi đến đông, đợi đến xuân... Nhưng khi mùa xuân, mùa hè, mùa thu, mùa đông đến, bạn lại cảm thấy: chuyển mùa rồi, mình chẳng có bộ quần áo nào thích hợp cả. Rồi bạn lao vào các cửa hàng online hay các cửa hàng bên ngoài, mua sắm quần áo mới.

Thời gian lặng lẽ trôi, quần là áo lụa trở nên cũ kĩ.

Đến khi chuyển nhà hoặc tổng vệ sinh đồ cũ bạn mới giật mình, thì ra mình đã mua biết bao nhiêu thứ trùng lặp, vô dụng và dư thừa thế này.

Bạn thử tính toán, chắc bạn đã phải chi trả số tiền lên đến 5 con số cho sự bốc đồng của bản thân.

Nếu số tiền ấy được dùng vào việc đầu tư cho mình, dùng để khám phá, dùng để bồi dưỡng kĩ năng và mở mang kiến thức, bạn

sẽ có được rất nhiều trải nghiệm đáng nhớ trong đời.

Thế nhưng, bạn đã dừng việc quẹt thẻ lại chưa?

Tất nhiên là không.

Bạn có vô số lý do để chi trả cho bộ quần áo tiếp theo.

Mình có thể trở nên đẹp hơn;

Mình có một cuộc hẹn quan trọng;

Mình muốn giống một ngôi sao, thiên biến vạn hóa, ngàn vạn tạo hình, mỗi ngày đều mang đến sự mới mẻ cho người khác;

Tâm trạng không tốt, mua quần áo thì đã sao?

Người không ham đẹp thì trời tru đất diệt.

Bạn luôn muốn váy áo lả lướt, trang điểm xinh đẹp, duyên dáng thướt tha, nhướn mi xoay người nở nụ cười là có thể nghiêng nước khuynh thành. Nghĩ thử xem sung sướng biết mấy!

Thế nhưng người đẹp ấy chỉ tồn tại trong đầu bạn mà thôi, khi bạn mở mắt đối mặt với người trong gương, bạn lập tức trở về với hiện thực.

Bạn cảm thấy mình xấu xí, mập mạp, quê mùa, không có khí chất...

Bạn cảm thấy mình thua kém người khác...

Bạn cảm thấy mình mặc quần áo cũ sẽ không được ai chú ý...

Bạn cảm thấy mình sẽ không bao giờ đạt được trạng thái lý tưởng mà mình mong muốn...

Bạn không cách nào tiếp nhận mình.

Không thể tiếp chính mình mới thật sự là vấn đề.

Sở dĩ bạn không ngừng mua sắm, căn nguyên không phải vì quần áo không đẹp, mà là bởi: mình mặc gì cũng không đẹp.

Vấn đề không nằm ở chỗ quần áo, 'mình' mới là nguồn gốc của vấn đề.

Một người chán ghét chính mình, tất nhiên sẽ chứa đầy bất mãn với thế giới, đồng thời thiếu sự yêu thích lâu dài với đồ vật.

Một người kén cá chọn canh với chính bản thân mình, tất nhiên sẽ khắt khe với thế giới, cũng khó có lòng tin lâu dài với đồ vật.

Bởi vì thái độ của bạn đối với chính mình sẽ được phản chiếu ra bên ngoài, đồ vật bên ngoài sẽ mang theo đặc trưng của riêng bạn.

Tiến sĩ tâm lý học trường Đại học Munich, Cao Tuyền, từng nói:

'Xét về ý nghĩa tượng trưng, quần áo là lớp da thứ hai chúng ta dùng để trình diễn cho thế giới bên ngoài xem.'

Khi một bộ quần áo nào đó được treo trong cửa hàng trở thành một bộ phận trên người chúng ta, chúng ta sẽ đem thái độ chúng ta đối với bản thân - chẳng hạn như kén chọn - truyền lên bộ áo 'của tôi' đã được đặc biệt hóa.'

Bởi vì từ nhỏ đến lớn chúng ta đều là một người 'chưa đủ tốt', 'chưa đủ hoàn mỹ', 'chưa đủ xuất sắc' trong mắt cha mẹ.

Sau khi trưởng thành, cha mẹ không còn khát khe nữa nhưng chúng ta vẫn duy trì sự khát khe này một cách vô thức, tiếp tục đánh giá, phê bình, chỉ trích bản thân.

Cho dù là tính cách hay ngoại hình.

Cho dù là thành tựu hay nhan sắc.

Tôi có một người bạn rất xinh đẹp, cũng rất xuất sắc nhưng cô ấy cũng giống tôi và bạn vậy, lớn lên trong những lời phê bình của cha mẹ.

Sau khi trưởng thành, cô ấy luôn cảm thấy không hài lòng với bản thân.

Cô ấy mua hết bộ quần áo này đến bộ quần áo khác.

Cùng một kiểu dáng - chẳng hạn như áo sơ mi trắng - cô ấy đã mua hơn hai mươi chiếc, thế nhưng cô ấy vẫn không ngăn được kích động mà tiếp tục mua thêm.

Cho dù là cùng một kiểu dáng, cổ áo, tay áo cũng giống nhau, nhưng chỉ cần nút áo hơi khác nhau một chút thôi cô ấy cũng sẽ mua, rồi sinh ra ảo giác, cảm thấy chiếc áo sơ mi này hoàn toàn mới, sẽ mang đến cảm giác mới lạ cho người khác.

Có một ngày nọ, cô ấy hỏi chúng tôi: 'Trong số bảy chiếc áo sơ mi trắng mình mặc trong tuần này, các cậu thấy chiếc nào đẹp nhất?'

Hả? Bảy chiếc áo? Tôi còn tưởng là một chiếc thôi đấy! Chúng vốn không có gì khác biệt mà?

Mọi người nhìn nhau, không hiểu chiếc áo sơ mi hôm trước, hôm qua và hôm nay mà cô ấy mặc có chỗ nào khác nhau.

Có một câu nói thế này: '99% những chuyện xảy đến với mình mỗi ngày vốn chẳng hề có chút ý nghĩa nào với người khác.'

Đối với thế giới bên ngoài, mình mặc áo gì, phối với chân váy gì, đều không khác biệt mấy.

Nhưng, một người khắt khe với chính mình lại muốn không ngừng thay da đổi thịt. Bởi vì:

Cô ấy muốn không ngừng thoát khỏi 'cái tôi cũ'.

Cô ấy muốn bất chấp mọi giá để trở thành một người 'hoàn hảo', đi đến đâu cũng sẽ nhận được sự ái mộ và những tràng pháo tay hoan hô.

Cô ấy muốn chắc chắn rằng lúc nào mình cũng là tiêu điểm của sự chú ý, lúc nào cũng đứng ở trung tâm sân khấu, được kính ngưỡng và sùng bái. Cuộc sống của cô ấy gần như đã trở thành một buổi trình diễn, mỗi lần bước lên trước ánh đèn đều phải chuẩn bị một bộ phục trang hoàn toàn mới.

Tất nhiên, tôi đây không phải đang đề nghị các bạn sau này đừng mua quần áo nữa, mà là trước khi quyết thể hãy suy nghĩ kĩ càng vì sao mình phải mua, là bồn chồn trong lòng hay thật sự cần thiết? Nếu là về sau, chỉ cần thấy thích hợp thì cứ mua; còn nếu là về trước thì hãy suy nghĩ lại.

Trước đây tôi cũng là một người 'cuồng quần áo đẹp', hễ thấy bộ nào ưng ý là lập tức mua ngay.

Năm nay đã có chút thay đổi.

Tiền mua quần áo chỉ bằng 1/5 lúc trước.

Một là, do năm trước tôi từng đọc một mẫu tin nói về một gia đình ở Mỹ, suốt cả năm họ đều không mua những vật dụng không cần thiết, kể cả quần áo, đồ chơi, thiết bị điện trang trí nhà cửa... thế nhưng họ sống rất tốt. Thế nên tôi nghĩ, có rất nhiều thứ chẳng cần thiết phải có.

Hai là, nhờ đọc sách mà tôi đã nhìn lại chính mình rồi từ từ hiểu ra, sự thèm muốn ủa chúng ta đối với quần áo chỉ là thèm muốn thay đổi bản thân.

Thế nhưng thay đổi bản thân không phải việc mà vật chất hay trang phục có thể làm được, việc ấy đòi hỏi sự tích lũy dần dần về trải nghiệm trên phương diện thể chất và tinh thần như đọc sách, du lịch, kết giao bạn bè, yêu thương, tự nhìn lại mình, trị liệu.

Tuần trước, khi sắp xếp lại tủ quần áo, tôi phát hiện ra có rất nhiều bộ chưa từng mặc qua và tôi lấy chúng ra thử từng cái một.

Mặc lên rồi tôi mới chợt phát hiện, thật ra quần áo cũ cũng tốt lắm, so với những chiếc áo mới đã và chưa mua về thì chúng cũng có nét riêng chứ không hề kém cạnh.

Tương tự, chính tôi cũng vậy.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (5)

Cô gái à, bạn nhất định phải có thật nhiều tiền

Cô bạn thân của tôi ly hôn rồi.

Trong một dịp tình cờ, cô ấy phát hiện ra vài chuyện, mà những chuyện này đều cho thấy một việc: người chồng không những bề ngoài không sạch sẽ, mà nội tâm lại càng tồi tệ. Tất cả sức sáng tạo của anh ta đều dùng vào việc lừa dối, ngoại tình và bắt cá hai tay.

Tất nhiên anh ta không thừa nhận, nói mình là bị quyến rũ, nói trong lòng buồn bực, nói cảm thấy tuyệt vọng với tình người, thế nên mới thử tìm cảm giác mới lạ.

Nhưng mọi chứng cứ đều cho thấy anh ta luôn là người chủ động, chưa từng là người bị động.

Cũng khó trách, kẻ tệ bạc thì phải có cái miệng nói dối chuyên nghiệp, kẻ bại hoại thì phải có một lớp da mặt đạn súng bất xâm.

Cô bạn của tôi suy sụp đến cực điểm, giống như bị rút hết gân cốt, mở tròng mắt, cuộn mình trên sofa nhà tôi, miệng thì thào

nói: 'Trước đây mình đã biết anh ta chẳng phải hạng tốt đẹp gì, nhưng không ngờ anh ta lại tồi đến mức này.'

Tôi đã từng gặp người chồng của cô ấy, đó là một ông lão già trông bần thiêu và xấu xí, là bần thiêu phát từ trong nội tâm ra ngoài, có ngoại hình rất uế oải và khắc khổ.

Có một lần ba người chúng tôi cùng ăn cơm, đến cuối bữa ăn anh ta hỏi xin tài khoản WeChat của tôi, ngày hôm sau đã lên WeChat nói chuyện bất chính với tôi rồi, thế là tôi lập tức đưa anh ta vào danh sách chặn.

Sau đó tôi kể lại cho cô bạn thân nghe, cô ấy nói anh ta là vậy, trên QQ chỉ cần đối phương là nữ, thích nam thì anh ta liền bám lấy không tha, còn nhiều chuyện nữa mà cô ấy chẳng buồn nói, nói ra chỉ bần mieng mình.

Cô ấy nhẫn nhịn hết lần này đến lần khác vì không có tiền. Căn nhà là do anh ta mua trước khi cưới, tài khoản chung của hai vợ chồng không quá vài trăm nghìn nhân dân tệ, bao năm qua cô ấy chỉ ở nhà chuyên tâm làm nội trợ, kỹ năng nghề nghiệp cũng mai một, trên người lại không có tiền phòng thân, anh ta tất nhiên sẽ chẳng nhân từ. Anh ta từng nói, ly hôn cũng được, nhưng cô phải tay trắng ra đi.

Cô ấy không ly hôn được, 'Mình không biết có thể nuôi nổi bản thân không nữa.'

Mãi cho đến bây giờ, chuyện đã không thể cứu vãn, cô ấy không thể tiếp tục chịu đựng nữa, cuối cùng cũng kí vào đơn ly hôn, đã qua hơn nửa đời người rồi mới phải bắt đầu lại mọi thứ từ con số không.

Trong hôn nhân, với một số phụ nữ mà nói, tiền chính là xuất phát điểm cho phẩm giá cá nhân, cũng là sự đảm bảo cho quyền chọn lựa tự do sau này.

Trong đám bạn bè của tôi có rất nhiều cô gái lỡ thì, họ làm việc bạt mạng, tiềm trong tài khoản đầy ắp, nên tất nhiên có cơ sở để kiêu ngạo.

Những người tầm thường đa số đều không lọt vào mắt họ được, còn những kẻ bại hoại cực phẩm gì đó thì đến cả cơ hội đến gần họ cũng không có.

Trong số họ có một cô A, đã ngoài 30, thu nhập hàng triệu, có nhà có xe, có nhan sắc có khí chất, thật sự là một người hiếm có. Tất nhiên người theo đuổi cô ấy cũng rất đông, chẳng hạn như một đại gia trong ngành công trình xây dựng, cứ không ngừng vung tiền lên người cô ấy hết như người ta rải tiền vàng mã.

Muốn túi LV? Được, lấy cả bộ.

Muốn đi du lịch Âu Mỹ? Được, đặt vé ngay, toàn bộ là khoang hạng nhất, ở khách sạn năm sao.

Thích xe BMW? Xe mới sẽ được giao đến tận nhà, chìa khoá giao tận tay em.

Một cô gái bình thường dưới thế tân công tiền bạc như thế này đã đổ gục từ lâu rồi. Nhưng cô ấy thì không. Có tiền chống lưng nên xương sống chẳng mềm như thế, người chẳng dễ dàng gục ngã như thế. Cô ấy khước từ tất cả mọi cám dỗ, nói với đối phương rằng: 'Tôi không thích anh, anh bớt lại đi.'

Hôn nhân không phải cuộc mua bán, người vợ không phải người vợ hợp pháp.

Thế nhưng, nhìn lại xung quanh, người dám nói ra câu nói này đã ít lại càng ít hơn.

Có nhiều cô gái khi lựa chọn đối tượng kết hôn luôn xem con nhà quan, con nhà đại gia, hoặc thậm chí coi chính quan chức và đại gia, là đối tượng tốt nhất, tâm hồn và phẩm hạnh ra sao lại không quan trọng lắm với họ.

Nhưng một khi xem tiền bạc là nhân tố quan trọng nhất để lựa chọn đối tượng kết hôn, đa số đều rơi vào kết cục giống cô bạn thân của tôi.

Tình yêu là một loại xa xỉ phẩm, không phải ai ai cũng xứng có được nó.

Người đàn ông sau này A chọn chính là tình yêu trong đời cô ấy. Đó là một du học sinh khoẻ khoắn lành mạnh, phóng khoáng tao nhã.

Tôi từng thấy người đó qua hình chụp của hai người họ cùng đi du lịch, ngưỡng mộ không thôi, lúc đó cứ nghĩ đến một câu: kim đồng ngọc nữ, trời tạo một đôi.

Với cô gái, có tiền quan trọng đến nhường nào?

Bạn không cần phải quá nặng nề việc theo dõi thông tin các đợt giảm giá, không cần phải quá gay gắt để trả giá mặc cả ngoài chợ, không cần phải thường xuyên sử dụng các loại mỹ phẩm kém chất lượng có hại cho sức khỏe, không cần vừa nhắc đến du lịch lên nãy ra hai chữ: 'phí tiền', không cần phải thuê căn phòng dưới tầng hầm

suốt nhiều năm, không cần cả đời chen chúc trên phương tiện giao thông công cộng, không cần đau khổ yêu thầm một anh đẹp trai nhà giàu, nhưng vừa nghĩ đến mình nghèo như vậy thì chỉ đành đứng nhìn từ xa.

Bạn có thể yêu thì yêu, ghét thì ghét, bỏ thì bỏ.

Bạn có thể tự do bước đi, sống một cách cao ngạo.

Bạn có thể sẵn khoái nói 'không', cũng có thể vui vẻ nói 'muốn'.

Bạn có thể làm chuyện mình thích làm, kết giao với những người xứng đáng.

Bạn có thể biến những chuỗi ngày đời thường của mình thành một tuyển tập thơ ca, khi thì đơn giản, lúc lại đặc sắc chứ không phải để chúng trở thành một bài karaoke, khi thì lạc nhịp, lúc lại lạc điệu.

Bạn có thể không cần vì một cuộc sống an ổn mà gượng éo bản thân chấp nhận một người có khả năng cho bạn những gì đã kể ở trên, rồi sau đó chịu đựng những quan điểm sống hoang đường của anh ta.

Bạn có thể nói: Tôi chọn chồng xưa nay đều không suy xét mặt tiền bạc, dù sao tôi cũng có tiền mà.

Bạn có thể không ngừng nâng cao ngoại hình, sở thích, khí chất, tầm nhìn của mình để trở thành một người toả sáng nhất giữa đám đông.

Quan trọng nhất là bạn không cần phải phục tùng quy tắc mà bạn vốn khinh nhưng lại không thể không khuất phục.

Cô bạn thân của tôi cũng từng oán hận, khóc lóc, náo loạn, cô ấy nói với chồng mình rằng: 'Nếu anh còn muốn tiếp tục cuộc hôn nhân này thì làm ít mấy chuyện tồi tệ kia lại đi.'

Anh ta cười: 'Tôi thích thế đấy, không vừa lòng thì cô đi đi.'

Anh ta biết mình chính là trụ cột kinh tế trong nhà, không có anh ta thì cô ấy sẽ không thể sống được.

Thế nên anh ta có quyền đặt ra quy tắc: Tôi trêu hoa ghẹo nguyệt thì được, cô chiêu ong dụ bướm thì không.

Ngoài xã hội, công việc vận hành ra sao, phân công thế nào nói chung đều do người có tiền làm chủ.

Trong gia đình, có được bao nhiêu, gánh vác bao nhiêu, giới hạn là gì, thường đều do người nắm quyền kinh tế làm chủ.

Người có tiền định ra quy tắc, kẻ phụ thuộc tuân theo hoặc phải từ bỏ vì các quy tắc ấy.

Không phục, dù chỉ là một chút ít tức giận thì hãy gắng trở thành người định ra quy tắc, chứ không phải người bị sai khiến, không ngừng cất tã, đè nén, đóng gói chính mình thành một món hàng vô hại, nằm trước mặt người giàu có chờ họ ra giá.

A từng nói, 'Sở dĩ tôi cố gắng độc lập kinh tế chính là vì không muốn trở thành nô lệ.'

Bởi thế, cô ấy có thể ngó lơ quy tắc người khác đặt ra đi theo con tim mình. Khi đã toả sáng, tất cả đều có tình, không có gì cản trở được.

Cũng vì vậy, cô ấy là người duy nhất tôi muốn gọi là nữ thần trong đám bạn bè.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (6)

Khi bạn nói mệt muốn chết đi được, bạn đang nói gì vậy?

Nói về ba hiện tượng đã tôi luyện cuộc sống trước nhé.

Hiện tượng mày chắc cũng đã từng xảy ra với bạn, hơn nữa không phải ở thì quá khứ hoàn thành, mà là thì hiện tại tiếp diễn.

Tất nhiên, bạn có thể gọi nó là A B C X Y Z gì đó, chỉ là một biết danh, chẳng nhằm nhò gì.

A khoa khát quyền lực. Biểu hiện của loại ham muốn quyền lực này không phải muốn làm quan chức cấp tỉnh, cũng không phải muốn trở thành người đứng đầu công ty, mà là hy vọng người và việc xung quanh đều thuận theo ý của anh ta.

Anh ta không thích người khác giữ bí mật với mình, thích kiểm soát những người xung quanh mình.

Anh ta không thích trì hoãn, mất kiểm soát, muộn giờ, cho dù là đèn đỏ tắc đường, người yêu về nhà muộn, thay đổi giờ hẹn đột xuất... đều khiến anh ta cảm thấy khó chịu.

Anh ta không thích nghe theo ý của người khác, thích tự mình đưa ra mệnh lệnh đồng thời yêu cầu người khác phải tuân thủ những mệnh lệnh đó.

Anh ta không thích người khác cãi lại và làm trái ý mình, cho dù bóp méo sự thật đổi trắng thay đen cũng muốn bản thân mình luôn luôn đúng.

Anh ta không thích sự yếu đuối, thích mạnh mẽ, vì vậy không bao giờ chịu nhượng bộ.

Người kiểu A muốn tất cả mọi thứ xung quanh đều phải theo ý muốn của mình. Thế nên anh ta kiểm soát người khác, cũng kiểm soát bản thân.

Anh ta không cho phép mình yếu đuối, vô dụng, thất bại, thiệt thòi... Một khi những điều đó xảy ra sẽ khiến cho cơn giận tỷ lệ thuận với nỗi đau của anh ta, sản sinh ra sự thù hằn và lo lắng mới.

Tất nhiên, triết học và tâm lý học đã chỉ rõ từ lâu: Con người đều có ý thức về quyền lực.

Nhưng ý thức quyền lực bình thường bắt nguồn từ sức mạnh, còn sự theo đuổi quyền lực một cách mù quáng lại bắt nguồn từ sự yếu đuối.

B vẫn luôn khao khát danh vọng.

Người kiểu B hy vọng được nhiều người nhìn thấy, chú ý, kính trọng và sùng bái mình.

Vì vậy, người kiểu B sẽ không tiếc mọi giá để biến mình thành một người có ngoại hình xuất chúng, tài giỏi hơn, uyên bác, thú vị

hơn, khác biệt, nổi bật hơn... Nhờ đó sẽ được người người ngưỡng mộ, sẽ có đội ngũ fan hâm mộ, nhận được những tiếng vỗ tay tán thưởng và hoa tươi. Họ mong muốn cả đời đều đứng dưới ánh đèn sáng rực của sân khấu, vĩnh viễn là một người được vạn người yêu thích, những nơi họ đến đều nhận được sự yêu thích nồng nhiệt, cho dù bản thân kiệt sức cũng chẳng sao.

Được người khác khẳng định, được quan tâm tuyệt đối, đều là bản năng của con người.

Nhưng vẫn là câu nói đó: Mong muốn được khẳng định bình thường là nhu cầu được yêu thương và tôn trọng; mong muốn được khẳng định một cách mù quáng lại bắt nguồn từ thiếu sót chiều sâu tâm hồn.

trong tâm lý học, người mù quáng theo đuổi danh vọng đều là 'kẻ tự luyến' về mặt tinh thần. Bởi vì họ khao khát bành trướng bản thân không phải vì yêu thương chính mình, mà vì muốn cứu rỗi sự bé nhỏ, bất lực, thiệt thòi và thiếu sót của mình.

Nói cách khác, họ đang phục hồi lòng tự tôn bị vỡ nát của bản thân.

Điều này gần như không có gì xấu.

Song, một khi người có thiếu sót này gặp phải khó khăn trắc trở sẽ dễ dàng tự công kích chính mình, từ đó nảy sinh tâm lý chán nản.

Vì họ vô cùng nhạy cảm, thường xuyên nhận thấy sự thù địch, luôn cảm thấy thiệt thòi, đối với họ mà nói, cuộc đời sẽ từ từ biến thành một cuộc lao động khổ sai lâu dài.

C khao khát tiền.

Người kiểu C muốn mình có thật nhiều tiền. Khi có được 6 con số, lại muốn 7 con số, có được 7 con số rồi lại muốn có 8 con số.

Thế nên anh ta luôn làm việc điên cuồng, giống như một con lừa mãi không dừng bước chân, luôn tìm kiếm đủ loại cơ hội để tăng số tiền trong tài khoản ngân hàng của mình lên.

Có người hỏi người kiểu C: 'Sao phải bạt mạng như thế?'

Người kiểu C đáp: 'Nếu tôi không có tiền thì ai sẽ xem trọng tôi đây?'

Cũng tức là nói, phía sau việc theo đuổi tiền tài của anh ta chính là nỗi sợ sâu thẳm. Anh ta sợ mình nghèo khó, sợ bị chê cười, sợ bị người khác thành kiến, kỳ thị và phân biệt đối xử, sợ mình có thể vì nghèo đói mà bị bỏ rơi.

Vì vậy, anh ta không cách nào hưởng thụ số tiền mà mình có.

Khoái cảm của anh ta đến từ cảm giác an toàn mà việc kiếm tiền mang lại, hoàn toàn không phải từ cảm giác thỏa mãn khi tiêu tiền.

Anh ta trở thành một người nghèo giàu có, một kẻ lăm tiền hay lo âu.

Sự thích thú với tiền bạc thông thường bắt nguồn từ sự tự do trong nội tâm chúng ta; khao khát tiền bạc một cách mù quáng bắt nguồn từ nỗi sợ hãi trong lòng chúng ta.

Mà nỗi sợ này hiển nhiên sẽ dẫn đến sự đối địch.

C sẽ bất giác muốn hi ít lại một xu, kiếm được nhiều hơn một đồng.

Bởi vì nếu kiếm được ít hơn, anh ta sẽ cảm thấy hai loại đau khổ: một là anh ta không kiếm được nhiều tiền hơn, hai là người khác kiếm được nhiều hơn anh ta. Chính vì có lòng so đo 'nếu - thì' này, sức phá hoại của việc kiếm tiền đối với anh ta lại càng mạnh hơn tính xây dựng.

Ba loại người kể trên đều lấy nỗi sợ xác thịt để chống lại nỗi đau tâm hồn.

Dẫu không muốn thì cái nhận về vẫn chỉ là nỗi đau.

Cũng vì vậy, dù làm bạn đời hay người thân của ba kiểu người A, B, C đều là một việc rất khó khăn.

Vì họ rất dễ có hai loại biểu hiện sau:

Một là chán nản, hai là chống đối.

Sự thù ghét của họ đối với bên ngoài có lẽ vẫn còn kìm nén đôi chút, nhưng sẽ bất giác để lộ ra trước mặt những người thân nhất của mình, những người tiếp xúc với họ trong thời gian dài, nếu không phải đau khổ nhu nhược thì là chống đối khiêu khích.

Thế nên ba kiểu người A, B, C đều rất dễ dàng đánh mất tình yêu.

Mà mất đi tình yêu lại mang đến hậu quả xấu.

Hoặc là họ sẽ cần nhiều quyền lực, danh lợi hơn để thỏa mãn chính mình, hoặc là sẽ đè nén bản thân, tự trừng phạt mình, cứ như thế, đem sự thù ghét giấu trong lòng, khiến họ càng thêm chán nản, thậm chí dẫn đến trầm cảm.

Ai cũng có nỗi khổ, ai cũng gặp khó khăn, mỗi người đều tự giam giữ bản thân trong nỗi đau của chính mình.

Đến bao giờ mới kết thúc? Phải làm cách nào mới tốt?

Trong cuốn 'Nhân cách thần kinh của thời đại chúng ta', Karen Horney từng nói:

'Trong văn hóa của chúng ta, khao khát tình yêu thương được dùng để chống lại sự lo âu, đó là một cách tìm kiếm cảm giác an toàn. Còn một cách khác chính là khao khát quyền lực, danh vọng và tiền tài.'

Nói cách khác, để chống lại sự lo âu, để có được cảm giác an toàn, quyền lực và danh vọng không phải là con đường duy nhất.

Nó vẫn còn một con đường khác kang trang hơn, tên con đường ấy là: 'Tình yêu'

Theo đuổi một thứ gì đó một cách mù quáng đều bắt nguồn từ việc trong tâm có bệnh.

Kiểm soát người khác bắt nguồn từ việc kiểm soát bản thân. Thù ghét người khác bắt nguồn từ thù ghét bản thân. Công kích người khác bắt nguồn từ công kích bản thân.

Nếu chúng ta học cách yêu thương chính mình tựa như thần linh yêu thương chúng sinh, tiếp nhận tất cả những khuyết điểm của chính mình, không phê phán biểu hiện của mình, kiếm được bao nhiêu tiền, có được bao nhiêu danh tiếng, được bao nhiêu người khăng định, đều không sao, cứ luôn là chính mình mà bản thân yêu nhất... Như vậy, phải chăng chúng ta sẽ hạnh phúc hơn nhiều so với hiện tại?

Chứng bệnh trầm cảm đã xuất hiện quanh ta từ lâu.

Kiểu Nhậm Lương đã dùng cách quyết liệt nhất để từ giả thế giới này.

Tôi nghĩ, giả sử chúng ta đắm chìm trong sự ồn ào của dư luận mà không xem xét nguồn gốc của sự trầm cảm, không nhìn rõ sự lo lắng và sợ hãi của mình, không tự nhìn lại chính mình, vạch ra con đường để đi, vậy thì, cho dù chúng ta lớn tiếng kêu gào, buông lời đau khổ... rốt cuộc mai này vẫn như nước thấm vào lòng đất, biến mất không còn chút dấu vết, không cảm thiện được chút nào.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 1: Yêu Chính Mình Thật Nhiều, Trông Như Tự Luyện Thì Đã Sao (7)

Thiếu cảm giác an toàn là căn bệnh thường gặp nhất

Có một lần tôi đi dã ngoại cùng nhóm bạn.

Đi được nửa đường thì điện thoại của cậu bạn lái xe đổ chuông, vì không tiện nên cậu ta chỉ nói một câu đơn giản: 'Anh đang lái xe, nói chuyện với em sau!' sau đó ngắt máy.

Có người hỏi: 'Ai vậy?'

'Còn ai nữa? Bạn gái đấy!'

Vừa dứt lời, chuông điện thoại lại vang lên. Cậu tranh thủ cúi đầu nhìn một cái liền ngắt máy. Sau đó điện thoại cứ reo liên tục hết lần này đến lần khác không dứt. Cuối cùng cậu ta nổi nóng mắng: 'Từ sáng đến tối phiền chết đi được!'

Tôi có thể hiểu cho cậu ta, nhưng càng thấy thương cho cô gái ở đầu dây bên kia hơn.

Một người nếu không phải cực kì thiếu cảm giác an toàn thì sẽ không vừa bị lạnh nhạt đã hoang mang lo sợ, mất đi tự chủ, kể đó là

mất lí trí, cố chấp đến ngang ngược, khao khát nhận được chút hồi âm chắc chắn từ đối phương một cách tuyệt vọng.

Ai đó đã nói, đàn ông muốn có nhất là ba chữ 'em hiểu anh'.

Phụ nữ muốn có nhất là ba chữ 'anh yêu em'.

Nhưng nếu một trong hai bên quá thiếu cảm giác an toàn, rất có khả năng vì lo lắng căng thẳng, lo được lo mất, mắc chứng cuồng loạn rồi khiến cho tình cảm hai bên đổ vỡ.

Cô ấy không có được tình yêu, anh t cũng không có được sự thấu hiểu.

Hai người đều đưa tay về phía đối phương, mong đợi, đòi hỏi, giằng co, cầu mà không được, vừa mệt mỏi vừa đau khổ, lỗ hổng trong nội tâm ngày càng sâu.

Thật ra đây chẳng phải trường hợp đặc biệt.

Hầu như tất cả mọi phụ nữ đều bị thiếu cảm giác an toàn ở mức độ nào đó.

Tôi có một cô bạn rất xinh đẹp, người theo đuổi đếm không xuể.

Cô ấy cũng yêu, nhưng không biết vì sao mỗi cuộc tình đều kết thúc rất chóng vánh. Quanh đi quẩn lại, lãng phí biết bao nhiêu thời gian, tuổi xuân dần cạn, cuối cùng cô ấy đã gả cho một người đàn ông lớn tuổi.

Có người không hiểu nên hỏi cô ấy: 'Bao nhiêu thanh niên tài giỏi cô không chọn, vì sao lại đâm đầu gả cho một người như thế này?'

Cô ấy nói: 'Cha mẹ tôi ly dị từ sớm, tuổi thơ của tôi trôi qua trong sự cô đơn và lạc lõng, thế nên trong lòng tôi rất khao khát sự ấm áp, bị lạnh nhạt một chút thôi cũng không chịu được... Những người trước đây tôi gặp, khi mới yêu thì tốt lắm, sau này đều không chịu được tôi nữa, chỉ có ông xã hiện tại mới có thể một mực bao dung...'

Mọi người chợt hiểu rõ.

Nhưng tôi vẫn thấy lo, quan hệ vợ chồng kiểu cha con như vậy, cuộc hôn nhân giữa người chăm sóc và người được chăm sóc này rốt cuộc có thể kéo dài bao lâu?

Quả nhiên, ba, bốn năm sau, người chồng bắt đầu từ sự kết hợp giữa trâu già và cừu non biến thành sự lai tạp giữa kẻ háu sắc và chó dữ.

Ông ta cửa cẩm con gái khắp mọi nơi, Wechat, Momo, bạn học, đồng nghiệp, đối tác làm ăn... không bỏ qua cái nào.

Ông ta nói, chẳng phải vì yêu, chẳng qua cô ấy lo lắng thái quá, sợ mất đi dù chỉ một chút xíu tình yêu nên kiểm soát tất cả mọi thứ của tôi, cái gì cũng muốn kiểm tra, việc gì cũng muốn nhúng tay vào. Cuộc hôn nhân này quá ngọt ngào, ông ta muốn tìm một lối thoát để thỏa mãn nhu cầu tâm lý của chính mình.

Thế nên trước những lời than vãn và lo lắng của cô ấy, ngoài mặt ông ta đều tỏ ra phục tùng, trên thực tế lại bỏ hết ngoài tai, thậm chí còn bắt đầu phản kháng, có một lần trong lúc cãi nhau rất lớn còn động tay tát cô ấy.

Cô ấy sững sờ chôn chân tại chỗ, rồi òa khóc: 'Nhớ ngày trước, anh đối tốt với tôi... thế mà bây giờ anh lại...'

Sau khi biết chuyện, tôi lên Wechat nói chuyện với cô ấy.

... Thật ra chỉ có hai người trưởng thành mới biết yêu thương nhau, nhưng cậu lại xem bản thân là một đứa trẻ, lúc nào cũng muốn nhận về mà không chịu cho đi. Thế nên anh ta sẽ đi tìm một người bạn đời khác, một người có thể nói chuyện ngang hàng với anh ta, một người có thể thoải mái chung sống, để anh ta cảm thấy mình là một người đàn ông chứ không phải một người cha. Không có người đàn ông nào sống bên con gái cả đời, chỉ có người vợ mới có thể cùng anh ta nắm tay đến bạc đầu.

Chúng ta không thể trốn tránh nỗi ám ảnh của tuổi trẻ.

Nhưng chúng ta có thể tự xây dựng thế giới của riêng mình sau khi trưởng thành.

Nếu bạn cũng là một người thiếu cảm giác an toàn, trước tiên đừng quá căng thẳng, bởi vì đây là căn bệnh phổ biến nhất trên trái đất. Bạn có, tôi có, cô ấy cũng có.

Tiếp theo, bạn phải tự hỏi mình một vấn đề: Rốt cuộc cảm giác an toàn là trách nhiệm của ai?

Có phải của người chồng? Có phải của bạn trai? Có phải của tình nhân?

Nếu bạn nói phải, vậy thì cả đời này bạn vĩnh viễn không thể thoát khỏi nỗi sợ bị bỏ rơi.

Khi gốc rễ thế giới tinh thần của một người đều gắn lên người khác thì tất sẽ có ngày lung lay, trông gà hóa cuốc, thần hồn nát thần tính, lo lắng đến độ chính mình cũng chán ghét bản thân.

Nguồn gốc của cảm giác an toàn này tự nhiên sẽ mang đến sự bất an.

Chỉ khi bản thân tự đứng lên, học cách tự mình gánh vác, tự bảo vệ mình, tự hoàn thiện mình vậy thì bạn mới không cần chịu sự kiểm soát của người khác nữa.

Đây là một loại năng lực, chỉ có những người có năng lực tự kiểm điểm mình và tự mình học hỏi mới có được nó.

Khi bạn có thể định nghĩa một cuộc hôn nhân đổ vỡ là 'chia tay trong hòa bình' chứ không phải 'tôi bị bỏ rơi';

Khi bạn có thể nói với nửa cuộc đời sau của mình rằng 'tôi tự chịu trách nhiệm' chứ không phải 'anh phải chịu trách nhiệm';

Khi bạn có thể đối mặt với vấn đề của cả hai và nói 'em thật lòng xin lỗi' chứ không phải 'anh là tên khốn nạn';

Khi nhận lời cầu hôn của anh ta, bạn có thể nói 'chúng ta cùng nhau trưởng thành' chứ không phải 'từ nay về sau anh phải chăm sóc em, nuôi em, làm cho em vui, khiến em an lòng';

Khi anh ta thay lòng yêu người khác, bạn có thể nói 'anh được quyền lựa chọn' chứ không phải 'anh không chung thủy với tôi'...

Lúc đó, bạn có thể sẽ thoát khỏi thuộc tính của một 'món đồ' và sự thiếu thốn của một đứa trẻ, trở thành một người tự lập.

Chỉ hai người có tính cách tự lập mới hiểu rằng: Trong quan hệ của người trưởng thành không tồn tại bỏ rơi và bị bỏ rơi.

Cũng chỉ hai người có tính cách tự lập mới có thể thật sự yêu thương, cùng nhau trưởng thành.

Cùng nhau trưởng thành tất nhiên cũng mang lại cảm giác an toàn thật sự - nó không đến từ quy luật bên ngoài, cũng không liên quan đến luân thường đạo đức, chỉ là hai sinh mệnh trong hoàn cảnh tốt đẹp nhất cùng ngồi ngắm mây bay, sẽ tự nhiên thân thiết với nhau.

Lúc bấy giờ chúng ta mới thật sự hiểu rõ hàm ý của câu nói: Chịu trách nhiệm với bản thân chính mình là chịu trách nhiệm với người khác, cũng là chịu trách nhiệm với tình yêu.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (1)

Sống có ý nghĩa gì

Trong một lần hẹn gặp bạn cũ...

Người bạn đó vừa gặp đã hỏi tôi một vấn đề đầy tính triết học: 'Sống có ý nghĩa gì nhỉ?'

Tôi phải trả lời câu hỏi này thế nào đây?

Những người bình thường sẽ không 'màu mè' như thế. Những người cứ 'ra vẻ' như vậy lại luôn là người có chút 'vấn đề'.

Nên tôi bèn hỏi lại: 'Có chuyện gì à?'

Hỏi đúng quá rồi. Hai anh bạn này đều xảy ra vấn đề về mặt tình cảm và công việc, một người vừa chia tay, người kia thì phá sản, đang trong tình trạng không thể cứu vãn. Thế là họ đang lo lại càng thêm lo, buột miệng nói: 'Sống chẳng có ý nghĩa gì cả.'

Tôi tôn trọng tâm trạng này, cũng tôn trọng suy nghĩ của họ, dù sao mỗi người không sớm thì muộn cũng sẽ gặp những lúc bế tắc.

Song, những năm gần đây tôi đã thay đổi thái độ nhìn nhận đối với vấn đề này.

Trong cuốn tản văn 'Xa mãi châu Phi' của Karen Blixen, có một chi tiết vô cùng cảm động:

Khi trồng cây cà phê ở châu Phi, chỉ cần không để ý một chút là gốc chính của nó sẽ bị gãy.

Một khi gốc chính bị gãy, trên vết gãy sẽ mọc ra rất nhiều rễ nhỏ.

Từ đó, cây này sẽ không kết thành hạt cà phê nữa, nhưng sẽ nở nhiều hoa gấp mấy lần những cây khác.

Ở đoạn sau đó tác giả viết một câu: 'Những rễ nhỏ đó chính là ước mơ của cây cà phê kia.'

Nếu bạn là một người không có máu nghệ sĩ, tôi nghĩ bạn sẽ dễ dàng tiếp thu phép ẩn dụ này hơn: đám rễ nhỏ ấy làm cho cây cà phê trở nên đẹp hơn.

Đời người có rất nhiều chuyện cũng chỉ nở hoa chứ không kết thành quả.

Chẳng hạn như những cố gắng một đi không trở lại, những tình cảm sâu đậm trở thành công cốc, thậm chí cả đời cũng không có được kết cục như mong muốn.

Có một bộ tiểu thuyết kể về một tác giả không ngừng sáng tác.

Nhờ văn phong tuyệt vời, sự sâu sắc và trí tưởng tượng xuất sắc mà lừng danh một thời.

Khi có được một gia tài tác phẩm khá khá, anh ta cảm thấy chuyện phù phiếm trên đời đều đã thành sách cả, nếu có sai sót cũng chỉ là ngoài ý muốn. Dù tự tin tự mãn như thế nhưng không ai cảm thấy anh ta quá đáng.

Bỗng một hôm, anh ta phát hiện mình cũng là một câu chuyện.

Anh ta trở thành câu chuyện từ miệng người khác, câu chuyện được lưu truyền trong giang hồ, câu chuyện dưới ngòi bút của người khác, thậm chí là một câu chuyện do số phận hư cấu mà ra.

Viết đến đây có vẻ hơi huyền bí rồi.

Nhưng có một điểm vô cùng chắc chắn.

Tất cả mọi người đều có lúc làm người qua đường nơi trần thế.

Bạn gặp được đủ loại tình yêu, tin đồn, đổ vỡ, vinh quang, ly biệt, đau thương... Rồi sau đó sẽ trở thành một phần tình tiết trong câu chuyện của 'tôi'.

Trong một chuyến du lịch, tôi gặp được một người lữ hành đi đây đi đó đã rất nhiều năm.

Lúc đó cô ấy vừa trở về từ vùng Trung Đông đầy khói lửa chiến tranh, vô tình gặp gỡ, chúng tôi đã nói vớ nhau rất nhiều chuyện.

Cô ấy nói:

'Chỉ nhìn chằm chằm vào sự hư vô của sinh mạng mà không chịu tiến lên thì thật là ấu trĩ.

Người thông minh thật sự sẽ hiểu rõ sự hư vô, giống như đi phải hoang vậ, xây dựng ý nghĩ trên hoang mạc sinh mạng.

Giống với lời Socrates từng nói: 'Đứng trước cánh cửa của cái chết, cái chúng ta cần xem xét không phải sự trống rỗng của sinh mạng, mà là tầm quan trọng của nó.'

'Vậy, còn tình yêu thì sao?'

'Cũng vậy. Đại đa số tình cảm đều đã định trước thất vọng, đổ vỡ, tầm thường, đau cũng là lẽ thường tình. Nhưng vững tin và cho đi chính là minh chứng của tình yêu.'

Tôi chợt hiểu ra một vài điều.

Đúng vậy, sinh mạng giống như cốc cà phê bị gãy kia, không đến sẽ không đi, không được sẽ không mất, hoảng hốt mọc ra vô số rễ nhỏ trong không khí, muốn xây dựng, muốn gắn kết, muốn vươn cao, muốn được chiêm ngưỡng ngắm nhìn...

Trông như vô ích, nhưng rồi sẽ có một ngày bạn nhận ra, cho dù không có kết quả, những niềm vui và sức sống, hy vọng và niềm tin này đã xoa dịu đi mọi khoảng trống trong lòng.

Hôm qua, khi tôi nói chuyện với mẹ đã nhắc đến cái chết.

Mẹ nghĩ rất thoáng: 'Ai chẳng phải chết, nên càng phải biết trân trọng, mỗi một ngày đều phải sống cho thật tốt.'

Tôi nghe vậy vừa vui vừa phục, một câu nói đơn giản là vậy, suy nghĩ đúng đắn là vậy, nhưng đã gần chạm đến cốt lõi của chủ nghĩa hiện sinh.

Đúng vậy, là quá trình.

Chỉ còn lại quá trình.

'Cách để đối phó với sự phi lý và vô nghĩa chỉ có nó.' Sứ Thiết Sinh từng nói.

Khi bạn đang thực hiện, đang thường thức, đang nếm trải sự tuyệt vời của quá trình, bạn đã đưa sự trống rỗng vào trong hư không.

Khi ước mơ làm bạn mê say, thì khoảng cách sẽ trở thành niềm vui;

Khi theo đuổi mang đến cho bạn sự phong phú, thì được và mất, thành công và thất bại, đều trở thành bạn đồng hành.

Sinh mạng chưa bao giờ dùng sự thành công để chứng minh cho giá trị của nó, mà dùng cái đẹp, dùng sự đấu tranh, dùng sự kiêu ngạo để chứng minh sự tồn tại của mình. Giống như Sisyphus vậy, dù mang trên mình sứ mạng hoang đường nhưng vẫn bày tỏ lòng kính trọng với sự tôn nghiêm xuất chính bản thân trong cuộc chiến thất bại.

Thế nên, Camus nói anh ta đang hạnh phúc.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (2)

Tôi chẳng thèm làm một người EQ cao

Tôi vẫn biết có rất nhiều người không thích mình.

Mượn một câu nói đang thịnh hành để nói, tôi là một kẻ có tố chất thu hút thị phi cực tốt, đi đến đâu cũng sẽ có những ánh mắt nhìn ngang ngó dọc, tin đồn bay ngập trời. Từng có cô bạn chỉ tiếc rên sất không thành, lắc đầu thở dài nói với tôi: 'Cậu ấy, trời đã định sẵn sẽ bị lưỡng cực hóa rồi, người thích cậu thì sẽ thích vô cùng, người không thích cậu sẽ điên cuồng bêu xấu cậu...'

Tôi thật sự không hiểu, nghĩ thầm trong lòng, cô đây văn minh lịch sự, tính tình tốt đẹp, yêu Đảng yêu nước, là một thanh niên tỏa sáng chói chang, có tính tự giác lại có tiền, sao lại có người ghét cho được chứ? Đáng lẽ ra phải là người vô hại mới phải.

'Vì sao vậy?'

Cô ấy liệt kê ra rất nhiều lý do, tất nhiên đều là cô ấy nghe nói được, nào là tính cách quá mạnh, không biết đối nhân xử thế, quá nghiêm túc, không chịu thua thiệt, còn nữa EQ quá thấp.

Cô ấy chưa kể ra những lý do này tôi còn tưởng mình là một kẻ đại nghịch bất đạo, chộc giận biết bao nhiêu người dân lương thiện, nhân cách xấu xa.

Cô ấy vừa nêu xong lý do tôi liền bật cười. Lúc đó trên bầu trời lơ lửng dòng chữ: Thật chẳng ra làm sao.

EQ thấp?

Ai quan tâm chứ?

Thích sao thì tùy!

Tôi đã gặp qua quá nhiều người EQ cao, cũng từng bị những người này lừa rất nhiều tiền.

Khi tôi còn ở trường cấp hai của thị trấn, có một cô giáo tuổi trung niên, được công nhận là rất biết cách đối nhân xử thế.

Có một hôm chị ta kéo tôi lại, nhìn tôi bằng ánh mắt chân thành và nói: 'Chị thấy gần đây em có vẻ không vui, gặp chuyện gì rắc rối không?'

Năm đó tôi trẻ tuổi vô tri, đâu đã từng gặp qua dáng vẻ này, lập tức bị mê hoặc, một phần nữa là vì tin tưởng, vì mọi người đều nói EQ của chị ta cao, tôi liền trút hết mọi tâm sự trong lòng ra. Chị ta nắm lấy tay tôi và nói: 'Em cực khổ quá, sau này có chuyện gì xảy ra chị cũng sẽ giúp em!'

Tôi còn vô cùng cảm động, nghĩ bụng chị ấy đúng thật là người tốt, sau này mình phải thân với chị ấy hơn mới được.

Bạn thân không làm được, vì không lâu sau người này đã đem tôi ra 'bán đứng', tất cả mọi tâm sự của tôi đều trở thành chủ đề góp vui công khai trên bàn rượu hay trong những lúc đánh bài của chị ta.

Còn một người nữa, một người đàn ông. Từng có một thời gian anh ta lắng nghe mọi tâm sự của tôi, lo lắng cho mọi tâm tình của tôi, nói chuyện dịu dàng, giọng nói dễ nghe, lúc bấy giờ tôi thật sự có suy nghĩ xây dựng mối quan hệ lâu dài với anh ta.

Không ngờ tên đó lại چرا چرم một lúc đến bảy người. Tôi chỉ là một trong số đó mà thôi.

Anh ta lợi dụng các mối quan hệ tốt của mình, đi khắp nơi tuyên truyền các quan niệm lệch lạc, dùng quy tắc ngầm, kéo người khác xuống nước, làm hại người khác, những kẻ tòng phạm bị anh ta dụ dỗ nhiều không đếm xuể.

Bạn thấy đấy, nếu cái xấu cứ quang minh chính đại mà bày ra trước mắt chúng ta một cách không che không đậy thì ai cũng sẽ có tâm trạng đề phòng. Tự nói với mình: 'Không được không được, nguy hiểm nguy hiểm, quá giới hạn rồi.'

Nhưng nếu cái xấu được bọc một lớp đường EQ cao bạn sẽ khó mà đề phòng được.

Tất nhiên, bạn có thể sẽ nói, nếu tôi chính là người có EQ cao đó thì sẽ chẳng sao cả.

Nhìn từ góc độ của chủ nghĩa vị lợi thì tôi có được chút lợi ích.

Nhìn từ góc độ luân lý thì tôi có được đạo đức.

Tốt biết mấy!

Không sai.

Trong thời gian ngắn, điều đó là có thể.

Nhưng tôi muốn hỏi một câu, số lợi ích và đạo đức ấy có thể giúp bạn hoàn thiện bản thân, trở thành một người bất bị được không?

Hơn nữa, bạn có từng tính thử cái giá phải trả cho EQ cao là bao nhiêu chưa? Bạn phải bỏ vào đó bao nhiêu lớp nguy trang, lỗ bao nhiêu, được bao nhiêu, mất bao nhiêu, thắng bao nhiêu, thua bao nhiêu? Bạn có từng tính thử chưa?

Nếu nói EQ cao là một xu hướng phổ biến, là giá trị thời thượng đi kèm với sự bùng nổ văn hóa mạng.

Vậy thì xin lỗi, tôi là một kẻ quê mùa, không đuổi theo trào lưu đó.

Trong quan niệm của người nguyên thủy chúng tôi đây thì IQ quan trọng hơn EQ rất nhiều, làm việc cho tốt vẫn hơn làm người sao cho vừa lòng tất cả, trung thành với chính mình đáng tin hơn đi lấy lòng người khác.

Tôi thích Andy hơn Phạm Thắng Mỹ; thích Steve hơn Thái Khang Vĩnh; thích Charles trong 'Mặt trăng và đồng sáu xu' hơn bà Charles khéo léo giỏi giang.

Lâm Chí Linh có EQ cao, nhưng cô ấy có phải được công chúng công nhận EQ cao hay không? Nếu bỏ đi thân phận, học lực, vẻ đẹp và thu nhập thì Lâm Chí Linh cũng sẽ trở thành Phạm Thắng Mỹ, cũng trở thành cô giáo viên ở trường trung học tỉnh mà thôi, bạn có chắc rằng mình vẫn sẽ xem cô ấy là tấm gương để noi theo?

Vẫn là câu nói đó, theo tôi, cái có thể thật sự giúp chúng ta đi lên không phải EQ, mà là IQ, sự chăm chỉ và thực lực.

Sở dĩ mọi người đều cường điệu hóa EQ là vì chúng ta quá cô độc, quá chán nản, quá thiếu cảm giác an toàn.

Thế là người ta dùng cách hô hào EQ để mong mọi người thu bớt góc cạnh của mình lại, để người với người có thể đối đãi với nhau dịu dàng hơn.

Việc này không hề sai. Vậy nhưng xã hội phát triển đến hôm nay, kiểu hô hào này dường như có phần hơi quá. Vì EQ đã đổi khách thành chủ, trở thành chỉ tiêu và sức nặng quan trọng nhất để chúng ta đánh giá người khác và yêu cầu chính mình.

Như vậy lại không tốt lắm.

Bạn học Châu Tinh Tinh đã nói rồi, làm ơn có tinh thần chuyên nghiệp chút được không?

Có lẽ những tín đồ của EQ giáo sẽ nói: Cô vốn không hiểu gì EQ.

Sau đó sẽ hùng hồn nhắc đến khái niệm về EQ của Peter Salovey và John D.Mayer: 1. Nhận thức, hiểu rõ tâm trạng của chính mình và người khác; 2. Dùng cảm xúc của bản thân để hỗ trợ cho tư duy và phán đoán; 3. Kiểm soát cảm xúc giúp ích cho việc phát triển cá nhân hoặc có được mối quan hệ xã hội lành mạnh.

Nhưng đáng tiếc, EQ đôi khi lại bị nhìn nhận là khả năng làm vui lòng người khác, chính là nói chuyện dễ nghe, chính là làm người khéo léo, hiểu ý người khác, chặn đứng bệnh kê đúng thuốc, vậy mới được công nhận.

Được, giả sử công việc của tôi chính là nâng cao EQ.

Nếu vậy, A B C D chẳng liên quan gì đến tôi nhưng hết người này đến người khác chạy đến nói EQ của tôi không cao, tôi sẽ không nói lấy nửa lời. Bạn muốn nghe lời hay ý đẹp, tôi nói cho bạn nghe; bạn muốn tôi có phản ứng thế nào, tôi sẽ làm thế ấy cho bạn xem.

Bởi vì đây chính là dịch vụ của tôi.

Nhưng anh bạn à, anh mắt ra mà nhìn cho kĩ:

1. Công việc của tôi chẳng liên quan gì đến EQ cả;

2. Bạn đâu phải người nhà hay bạn bè tôi, họ còn chưa nói gì bạn đã chỉ đông chỉ tây, can thiệp vào đời sống cá nhân của tôi, bạn đã vượt quá bốn phạm, vượt quá giới hạn rồi đấy, bạn biết không?!

Cho nên, bạn có thể soi mói chúng tôi chuyển được bao nhiêu viên gạch, xếp có ngay ngắn hay không, có xứng với tiền công 10 đồng mỗi ngày hay không.

Nhưng chớ cần nhần chúng tôi lúc chuyển gạch có bước đi nhẹ nhàng, có mỉm cười, khi đi ngang qua đồng nghiệp có gật đầu chào hỏi như lãnh đạo hay không, có tạo cho người khác cảm giác tao nhã 'khuôn mặt như ngọc, lời như hoa lan, nụ cười như gió' hay không.

Liên Nhạc nói: 'Suốt ngày treo giáo dưỡng trên cửa miệng, chỉ trích người khác không có giáo dưỡng. Theo tôi thấy, chính những người thường xuyên chỉ trích người khác mới không có giáo dưỡng. EQ cũng vậy.'

Suy cho cùng, EQ là một cách để tự hoàn thiện mình, là tự kiểm soát mình chứ không phải kiểm soát người khác.

Thế nên, nếu bạn vẫn đang hùng hồn chỉ trích người khác EQ thấp, không biết cách đối nhân xử thế, xin hãy thu lại ngón tay đang chỉ về phía người khác, chuyển ánh mắt trở về xem xét lại hành vi và lời nói của bản thân, bạn - đã đạt đến tiêu chuẩn mà chính bạn đặt ra hay chưa?!

Cuối cùng xin nói một câu hơi khó nghe.

Như đã nói ở trên, EQ cũng là một kỹ năng sinh tồn. Ai ai cũng có EQ cao, nhưng họ sử dụng nó một cách có chọn lọc, chính là liệu cơm mà gắp mắm.

Sở dĩ người ta không dùng nó với bạn đó là vì bạn - không - xứng.

Không tin, bạn thử nhìn xem trước mặt một người cao lớn khác, có phải người ta lập tức từ Lâm Đại Ngọc biến thành Tiết Bảo Thoa ngay không?! Biết nóng biết lạnh, biết phân nặng nhẹ, quan tâm săn sóc lại nhiệt tình, dịu dàng hiền từ không khác nào Quan Thế Âm đâu.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (3)

Một cuộc đời buồn tẻ chẳng đáng để sống

1

Vợ của Socrates tính tình nóng nảy, có một lần cãi nhau, bà giận dữ vô cùng, hắt một thau nước từ trên lầu xuống làm cho ông ướt hết cả người.

Ông cười: 'Tôi biết ngay mà, sấm sét đi qua, ắt có mưa bão.'

Thời điểm quan hệ vợ chồng đầy gay gắt, dùng sự hài hước để hóa giải ngưng ngập, bao dung xung đột, để lại cho mình và đối phương không gian sống dễ chịu hơn.

2

Thủ tướng Anh quốc Wilson trong một lần diễn thuyết gặp một người bất đồng chính kiến đã lớn tiếng gào lên 'Phân chó! Rác rưởi!'

Khán giả xôn xao, hội trường trở nên hỗn loạn.

Tuy bị gây rối, nhưng Wilson lại trong cái khó ló cái khôn, không hoảng loạn từ tốn nói: 'Thưa anh, xin hãy kiên nhẫn thêm một chút,

tôi sẽ nói đến vấn đề bảo vệ môi trường mà anh đang quan tâm ngay đây.'

Khán giả đồng loạt vỗ tay tán thưởng.

Trong tình huống máu chốt này, sự hài hước đã trở thành pháp bảo để biến xấu thành tốt, biến xung đột nhỏ thành cục diện lớn, sau đó đảo ngược tình thế để giành được lòng người.

3

Tôi từng đọc một bài báo, trong thảm họa '11 tháng 9', một nhân viên cứu hộ đã giải cứu một chàng trai ở tầng thứ chín mươi mốt của trung tâm thương mại quốc tế, sau đó hai người cùng chạy thoát thân.

Nhưng tầng lầu thật sự quá cao, hai người chạy đến sức cùng lực kiệt.

Tòa nhà đang sụp đổ, điện đóm chập chờn, khói bụi mịt mù, vật thể nặng không ngừng rơi xuống, tính mạng hai người có thể gặp nguy hiểm bất cứ lúc nào.

Lúc này, chàng trai vừa chạy vừa đưa cho nhân viên cứu hộ một tấm danh thiếp: 'ANH bạn thân mến, nếu chúng ta không thể thoát ra ngoài, lên đến thiên đường nhất định phải giữ liên lạc với nhau nhé.'

Đang lúc đứng ở bên bờ vực sinh tử, sự hài hước trở thành tuyệt chiêu để mỉm cười đối mặt với hiểm nguy, xoa dịu đi nỗi sợ trong lòng, hơn nữa trong lời nói, ta có thể thấy được sự ung dung, lạc quan, cởi mở, sáng tạo của một người.

4

Sự thú vị, không chỉ hóa giải phiền muộn, mà còn tăng thêm cảm tình.

Cách đây không lâu, một cô bạn độc thân của tôi khi chuẩn bị theo chồng đã nói:

'Tiền, tôi có; tình yêu, khó đoán; suy cho cùng, chỉ có sự thú vị mới có thể xem là tiêu chuẩn không tệ để chọn lựa bạn đời.'

Lời cô ấy nói trong mắt nhiều người có vẻ hờ hững quá.

Nhưng, nếu theo tâm lý học tích cực mà nói, việc này cũng có cơ sở khoa học.

McCarthy từng nói: 'Phụ nữ luôn nghĩ cách để tìm ra thứ có thể chứng minh trí thông minh của đàn ông, tôi tin rằng người có phản ứng tích cực với tình huống xung quanh, biết nói đùa, có thể chọc cho bạn cười nghiêng ngả, ắt là người có trí tuệ rất cao.'

Nhà nhân loại học Helen Fisher lại nói: 'Một người thú vị có thể hoá giải sự nặng nề mà tình huống xấu mang lại, nhờ đó mà giảm nhẹ tình huống căng thẳng của mọi người, vượt qua những khó khăn trong các mối quan hệ.'

Vì vậy, sự thú vị sẽ mang lại giá trị tích cực cho cuộc sống, cũng giúp cho quan hệ đôi bên hoà hợp, lành mạnh, hạnh phúc hơn.

5

Một nhà tâm lý học đối mặt với đứa con gái tuổi thành niên của mình, đã viết một lá thư dài cho con gái, trong đó viết: 'Nếu có thể, con hãy cố gắng đừng tìm một người tẻ nhạt.'

Bởi vì, tẻ nhạt đồng nghĩa với khép kín, cứng nhắc, khô khan, thiếu sức sống.

Khi quãng sáng rực rỡ không còn, chỉ còn lại sự cũ kĩ, nhợt nhạt, rập khuôn.

Khi vui thú tuyệt vời biến mất, chỉ còn lại sự vô vị, buồn tẻ, nhạt nhẽo.

Chẳng có chút bất ngờ nào;

Chẳng có chút niềm vui.

Cuộc sống tựa như một đường kẻ thẳng tắp, nhìn về phía sau chỉ thấy nửa cuộc đời u ám và thẳng băng.

Nhìn về phía trước, quá khứ giống như rau củ sấy khô trong gói mì ăn liền, những tình tiết chìm nổi lên xuống đều đã bị hủy diệt từ lâu.

Tẻ nhạt, tấm lòng sẽ khép kín, năng lượng chuyển động chậm chạp.

Thú vị, tấm lòng sẽ cởi mở, có được nhiều khả năng hơn.

6

Mẹ của Phùng Cung là một người phụ nữ thông minh, bà từng nói một buổi phỏng vấn rằng: 'Để lại cho nó gia tài bạc tỷ, không bằng để cho nó một bộ óc hài hước.'

Sự hài hước mới thật sự là gia tài vô tận.

Bởi vì nó thật sự có thể đem đến niềm vui cho cuộc đời.

Phùng Cung đã dùng hào quang, sự thú vị và sự nổi tiếng của mình để chứng minh điều ấy.

Nếu có một ngày anh ấy không xuất hiện trước mặt khán giả nữa, tôi tin rằng óc hài hước vẫn sẽ khiến cho cuộc sống của anh ấy trở nên thú vị, tốt đẹp và phong phú, nó vẫn sẽ đầy ý nghĩa và đáng để sống cho thật tốt.

7

Hài hước đương nhiên là quan trọng, nhưng phải hiểu rõ.

Hài hước không đồng nghĩa với buồn cười, thú vị không đồng nghĩa với thô tục, vui tính không đồng nghĩa với thiếu giáo dục, vui vẻ không đồng nghĩa với khoa môi múa mép.

Sự thú vị thật sự bao gồm quá nhiều thứ, ví như trí tuệ, khoan dung, ham học hỏi.

Shakespeare đã nói: 'Hài hước và thú vị là tia sét của trí tuệ.'

Nếu một người chẳng có gì, không lo cho sự thiếu hiểu biết, khô khan, tẻ nhạt của mình, chỉ lo đuổi theo niềm vui ngoài mặt, mượn các kịch bản có sẵn, mô phỏng theo một cách cứng nhắc, thì chỉ khiến người ta cảm thấy nông cạn và phù phiếm.

8

Tôi từng quen một người được xem là thú vị trog đám bạn bè.

Trong một bữa cơm, cậu ta uống rượu cùng một cô gái và nói: 'Không hoa không uống rượu, không trăng chẳng lên lầu.'

Bữa cơm kết thúc, cậu ta xoa cái bụng no căng của mình và nói: 'Đàn ông có bản lĩnh thì làm cho bụng người ta lớn lên; tôi đây không có bản lĩnh, chỉ có thể tự làm lớn bụng mình.'

Mọi người đều bật cười.

Những cô gái có mặt ở đó đa số đều cảm thấy cậu ta thật vui tính.

Nhưng nghe nói, bữa ăn nào cậu ta cũng phải nói hai câu này, cứ lặp đi lặp lại không sót một chữ, họ liền cảm thấy tẻ nhạt vô cùng.

Thú vị, không phải lời thoại, không phải chọc cười, không phải thói quen.

Mà là sự linh động của cuộc sống, sự phấn khởi của tinh thần, sự sâu sắc của tâm hồn.

9

Ông Huỳnh Vĩnh Ngọc là một vị trưởng bối mà tôi cực kì thích.

Cuộc sống thăng trầm, thành tựu to lớn.

Khi mới biết đến ông, tôi chỉ biết ông là một họa sĩ, sau này đọc được văn ông viết, tôi rất kinh ngạc trước trí tuệ và linh khí trong câu chữ của ông.

Khi đó tôi đã nghĩ: Người này chắc chắn rất thú vị.

Quả nhiên là vậy.

Năm ngoái, có một bài viết về ông ấy, nói rằng ông là cây viết 90 tuổi có thể đánh bại hàng loạt tác giả nổi tiếng trên mạng trong tích

tắc. Những lời hóm hỉnh nhiều vô số kể, khiến người ta phải bật cười không thôi.

Tiêu Càn đã hình dung thế này: 'Nổi bật lên giữa những dòng văn thô kệch của ông chính là nét trẻ thơ, sự vui tươi và tự do.'

Ông vĩnh viễn như một đứa trẻ lém lỉnh, luôn duy trì khát vọng được học hỏi mạnh mẽ của mình, đối mặt với cuộc sống tầm thường, ông sẽ lao về phía trước và lớn tiếng hét lên: 'Này!!!'

Niềm vui sẽ chậm rãi xuất hiện ở lúc vắng vẻ, như đi guốc trong bụng ông, hiểu ý mà nở nụ cười ngây ngô.

Hi hi...

Ha ha...

10

Huỳnh Vĩnh Ngọc nói: 'Đời người có rất nhiều khoảnh khắc thú vị, chẳng phải sao?'

Song, sự 'thú vị' của cuộc sống, chỉ có người 'thú vị' mới có thể phát hiện ra.

Nếu tâm hồn bạn khô khan, vậy thì dù ở nơi nào cũng sẽ cảm thấy tẻ nhạt buồn chán.

Nếu bạn là một người có đam mê với cuộc sống, vậy thì vạn vật trên thế gian trong mắt bạn đều là cảnh đẹp ý vui, đặc sắc tuyệt vời.

Giống như Huỳnh Vĩnh Ngọc vậy, tuy đã gần chín mươi nhưng vẫn sống vui vẻ.

Giống như Vương Tiểu Ba, tuy trải qua vô vàn trắc trở và bạc mệnh, nhưng vẫn tràn đầy hứng thú.

Giống như bạn, và những người trẻ tuổi chân chính, cố gắng tìm tòi và học để cuộc sống trở nên phong phú hơn, để đời này không cần phải hối tiếc.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (4)

Tiền tiền thế nào mới sướng?

Tiền tiền để mua sắm?

Đó là quan điểm tiêu dùng cấp thấp.

Cho dù bạn mua hàng hiệu quốc tế hay mua vật dụng hàng ngày, theo tôi thấy, đó đều là sinh tồn, chứ không phải đang sống. Thoả mãn nhu cầu vật chất, là nhu cầu bậc thấp nhất trong thang nhu cầu của Maslow.

Mua nhiều hàng xa xỉ phẩm, là nhà giàu mới nổi.

Mua hàng hoá kém chất lượng, là bà nội trợ.

Trước những năm 90 của thế kỉ XX, hàng hoá khan hiếm, hàm nghĩa của 'cuộc sống tốt' chỉ có một: đầy đủ vật chất. Thức ăn ăn không vơi, quần áo mặc không hết, tóm lại, phải thoả mãn nhu cầu sinh lí ở mức tối đa, làm vui lòng đặc tính động vật ở mức tối đa.

Điều này hiển nhiên không có gì sai.

Nhưng nền văn minh đã phát triển đến hôm nay, vật chất cũng dần trở nên đầy đủ, nếu vẫn dừng lại ở lối tư duy nghèo nàn này thì không theo kịp thời đại cho lắm.

Tôi cũng là con nhà nghèo. Thế nên hễ dành dụm được một chút là mua, mua, mua. Tôi đã từng cho hàng trăm nghìn nhân dân tệ trong một năm, mua bảy, tám cái túi xách, bây giờ nhìn những món hàng đắt tiền chất đầy tủ lại chẳng có chút khoái cảm nào.

Nghĩ kĩ lại, mua một món hàng đắt tiền vui nhất là khi thanh toán xong, xách món hàng ấy ra khỏi cửa, cảm thấy như đã chứng minh được khả năng mua sắm của mình, vui vẻ biết bao nhiêu. Thế nhưng khi mua càng nhiều thì niềm vui này lại càng vơi đi.

Thậm chí có một lần, tôi vừa mua xong cái túi LV tiền cảm thấy, khoái cảm chẳng khác gì lúc ăn một bữa xiêm ngon.

Cô bạn nữ thần của tôi mắng: 'Không khác gì một nhà giàu mới nổi.' Tôi tức đến trợn mắt nghĩ rằng, nhưng không cãi lại được câu nào.

Khi mua vật dụng hàng ngày, vì giá rẻ, đồ nhiều, hễ cứ mua là mua cả đống, nhìn vui mắt, lại nằm trong khả năng chi tiêu, nên càng mua càng không hợp lý.

Bộ quần áo từ vài chục đến vài trăm nhân dân tệ, mỗi lần dạo phố là mua vài bộ, khi lướt các cửa hàng online cũng gon vài chục đơn hàng, đem về nhà, cất trong tủ, cả năm không mặc đến một lần, thậm chí phần lớn quần áo đều vĩnh viễn không có cơ hội được lộ diện. Tủ quần áo ngày một chật, cho đến ngày nào đó, bạn không nhìn được nữa, trong lúc nóng giận gom hết số quần áo mới tinh ấy

đem vứt đi như vứt rác, hoặc làm chúng vào thùng quên góp từ thiện trong xóm, để chúng biến càng xa càng tốt.

Những món đồ khác cũng vậy.

Chuối hạt, kem phấn, để, khắp mọi nơi nhưng chẳng có bao nhiêu thứ hữu dụng, để đó nhìn thì ghét, vứt thì tiếc, trở thành thứ bỏ thì thương mà vương thì tội.

Theo lý mà nói, người Trung Quốc mong nhất là biết cách 'sống qua ngày', tính toán cẩn thận, chắt chiu từng đồng. Nhưng sự thật là khi chúng ta mua về một đống những thứ vô dụng lại càng lãng phí nhiều tiền hơn.

Vì vậy, đối với việc chi tiền mua sắm nhất định phải ít mà chất lượng.

Dù sao thì, 1. Bạn không cần nhiều vật chất đến thế; 2. Mua rồi lại mua chỉ có thể mang một chút khoái cảm ngắn ngủi, yếu ớt, không thể trở thành nguồn hạnh phúc lâu dài được.

Thật sự dùng tiền để phục vụ cuộc sống không mấy liên quan đến việc mua sắm.

Mấy hôm trước, có người hỏi tôi: 'Nếu câu chuyện trong phim 'Ngày chuột chũi' xảy đến với bạn, bạn hi vọng đó là ngày nào?'

Nếu lặp đi lặp lại không hồi kết thì tất nhiên phải là ngày đẹp nhất trong đời.

Là ngày nào nhỉ?

Tôi cố gắng nhớ lại, không nghĩ thì thôi, vừa nhớ lại cho phát hiện suốt quãng đường đã qua đều là những khoảng thời gian tươi vui.

Chẳng hạn như, năm 2011, tôi xem buổi biểu diễn ba lê tại nhà hát Quốc Gia;

Năm 2012, tôi đốt pháo hoa trên một hòn đảo nhỏ;

Năm 2013, tôi một mình đến Tân Cương, vác ba lô, cưỡi trên lưng ngựa, phóng đi trên thảo nguyên Nalati xanh mướt, vừa ngắm những ngọn núi tuyết trắng xóa, vừa cất tiếng hát cùng chàng trai Kazakhstan.

Năm 2014, tôi đi một chặng đường rất xa để tham gia buổi họp mặt của tác giả khiến tôi cảm động vô số lần, rồi khi ký tên, tôi nói với anh ấy: 'Tôi có thể ôm anh một cái được không?'

Tất cả những chuyện này, vừa nhớ đến là tôi liền cảm thấy đời này sống không uổng phí, liền muốn tha thứ cho mọi sự bất công trên đời, liền muốn nói với thế giới: 'Hay là, chúng ta làm hòa đi!'

Những tình tiết giúp cho cuộc sống của tôi trở nên tươi sáng này đều phải dùng tiền để đánh đổi, không những vậy còn rất tốn kém. Song, tuy đắt đỏ nhưng lại là khoản chi tiêu hiệu quả nhất.

Chúng ta không thiếu sự khôn khéo cho chi tiết các khoản chi tiêu, cái chúng ta thiếu là sự sắp xếp hợp lý trong cách tiêu tiền.

Thế nào mới là hợp lý?

Hãy mua những trải nghiệm động, đừng mua những vật phẩm tĩnh.

Đừng chỉ mua mua mua, mà hãy chơi chơi chơi.

Ngồi trên một trung tâm mua sắm vô dụng, và đi khắp năm châu bốn biển, gặp vô vàn con người, cái nào sẽ mang lại cho cuộc sống những trải nghiệm trọn vẹn hơn? Tất nhiên là cái sau rồi.

Trung Quốc có rất nhiều người giàu có, nhưng chỉ có rất ít quý tộc. Bởi vì có tiền không có nghĩa là có phẩm vị, giàu có không có nghĩa là cao quý. Chỉ khi biết tiêu tiền thì một người mới có được tự do, mới có thể khai thác vô hạn chiều sâu, chiều dài và chiều rộng của cuộc sống, mới có thể biến tiền thành nô bộc, chứ không phải chủ nhân của bạn.

Có lẽ sẽ có người nói, những gì bạn nói đều là việc của người có tiền, đám người nghèo như chúng tôi thì thôi đi.

Không đâu, không đâu.

thu nhập hàng tháng từ 3.000 trở lên và thu nhập hàng tháng từ 100.000 trở lên, tuy con số không giống nhau nhưng thái độ khi tiêu tiền lại không khác biệt nhiều đến thế. Quan trọng là tâm hồn của bạn luôn hướng về điều gì thì bạn sẽ đầu tư vào đó.

Nếu hướng về vật chất bạn sẽ dùng 1/3 số tiền mình có để điên cuồng mua sắm;

Nếu hướng về cái đẹp, tình yêu, trí tuệ và tự do, bạn sẽ dùng 1/3 số tiền của mình để phá vỡ các khuôn mẫu, mở mang kiến thức, đầu tư vào các trải nghiệm trong đời, có được một cuộc sống không hối tiếc.

Có thể thấy được năng lực của một người qua việc kiếm tiền, nhưng việc tiêu tiền mới thể hiện phẩm vị của người đó. Tôi mong

rằng chúng ta sẽ dần dần vứt bỏ được ý thức tiểu nông, học cách đầu tư và chi tiêu, tôi luyện thành một thể hệ tương lai có phẩm vị.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (5)

Người vĩnh viễn hạnh phúc, đều có một trái tim không nếp nhăn.

Vào thời khắc quan trọng của kì thi đại học, chắc rất nhiều phụ huynh và học sinh đều ở nhà đợi, mong chờ nhánh ô liu của trường đại học danh tiếng nào đó đưa đến. Mấu chốt của thi tuyển không gì khác ngoài điểm cao. Nếu là thủ khoa, sẽ trở thành miếng thịt béo ngậy được các trường đại học lớn giành qua giật lại. Nhưng kỳ lạ là rất nhiều trường đại học danh tiếng của nước ngoài dường như không quá hăng hái với thí sinh điểm cao.

Năm 2004, đại học Harvard đã từ chối 164 học sinh Trung Quốc thi được điểm SAT tối đa (2.400 điểm), một phụ huynh trong số đó chất vấn nhà trường: 'Vì sao không nhận con gái tôi?' Harvard giải thích rằng: 'Con gái của anh ngoài điểm số tối đa ra thì không còn gì khác.'

Ý của câu nói ấy là, SAT không phải chìa khóa vạn năng để vào trường Harvard, Harvard dùng một cây thước khác linh hoạt hơn để đánh giá học viên.

Đó là cây thước gì?

Trên diễn đàn Hiệu trưởng các trường trong và ngoài nước diễn ra vào năm 2010, có người đã hỏi hiệu trưởng Neil L.Rudenstine của Harvard: 'Harvard thích học sinh như thế nào?'

ông đáp: 'Harvard cần phải biết một học sinh học được rất nhiều kiến thức phải chăng cũng có sức sáng tạo; các em có tinh thần hiếu kỳ và động lực mạnh mẽ để khám phá lĩnh vực mới hay không, ngoài chuyên ngành của mình, học sinh có quan tâm đến những thứ thuộc lĩnh vực khác hay không, có hứng thú sâu rộng hay không...'

Đọc được những lời nà, chợt có một luồng sáng loé, lên tôi lập tức hiểu ra: Sở dĩ Harvard là Harvard không thể không liên quan đến tư tưởng này.

Đúng chính là lòng hiếu kỳ.

Đứng trên bảng điểm và xếp loại nhưng vẫn có hứng thú và lòng hiếu kỳ với bầu trời sao trên đỉnh đầu và mặt đất dưới chân.

Sống trong cuộc sống nề nếp sáng chín giờ đi làm chiều năm giờ về, vẫn dừng chân tại một ngã tư đường nào đó, tò mò tự hỏi gió đến từ nơi nào, mưa đi về nơi đâu.

Đứng giữa thế giới quen thuộc, không có gì mới lạ, mọi thứ đều là lẽ đương nhiên, vẫn tò mò thắc mắc hết cái này đến cái khác, cố chấp, tuần tự, truy hỏi 'vì sao' một cách khoa học.

Đứng giữa hàng động kiến thức, không thờ ơ bước qua hoặc đưa ra đáp án mập mờ như 'tôi tưởng', 'chắc là', mà sẽ tò mò đưa hai tay về phía cửa động, lớn tiếng hét vào phía trong: 'Này, bạn là ai thế?'

Đứng dưới cây táo, đứng trước hơi nước từ bình đun nước, đứng giữa hiện tượng được xác định và đáp án chưa xác định, tò mò đào sâu ba tác não bộ để tìm ra một đáp án 'bởi vì... cho nên...' rõ ràng.

Đứng trước một ngày ba bữa, thời gian trôi như nước, vẫn mở đôi mắt thứ ba như Dương Tiễn, tò mò đánh giá thế giới này một cách không mỗi mệ, hứng thú vô tận như một đứa trẻ.

Chính nhờ lòng hiếu kỳ này, văn minh của nhân loại mới chầm chậm mà kiên định bò từng chút một về phía trước như một con ốc sên, bò mãi cho đến phồn vinh.

Cũng chính nhờ lòng hiếu kỳ này mà mỗi một cá thể, như bạn, như tôi, như họ, mới có thể mò mẫm được chiếc rìu vô hình như trong bóng tối, mở trời tách đất để thấy được một thế giới mới tươi sáng.

Tôi từng đọc qua 'Danh sách giáo trình của đại học Harvard', trong chuỗi tên sách ấy, sự tinh tế, chi tiết, dày đặc những việc phân loại đề tài khiến cho mỗi một người Trung Quốc đều phải trầm trồ khen ngợi.

Chẳng hạn như bạn nói với Harvard rằng bạn muốn nghiên cứu sinh học. Kết quả, trường học sẽ liệt kê hết 'quá trình giao phối của loài nhện' vào giáo trình của bạn. Sự bao quát và tỉ mỉ này với một người không còn thấy tò mò nữa chính là một thứ vô dụng to lớn, nực cười và dư thừa.

Nhưng nếu bạn vẫn còn ngây ngô, vẫn có một trái tim hiếu kỳ mạnh mẽ, bạn sẽ như cá gặp nước, như chim sổ lồng, sung sướng, hưng phấn không lời nào có thể diễn tả được.

Chỉ có những người ngây ngô mới truy hỏi những đạo lý về thế giới, về tự nhiên, về cuộc sống không ngừng nghỉ.

Cái mà trường đại học muốn tạo ra chính là sự ngây ngô của Darwin, sự ngây ngô của Einstein, sự ngây ngô của Hegel, sự ngây ngô của Cố Chuấn, cũng chính là 'sự ngu ngốc' mà 'người trưởng thành' khinh thường.

Năm 2004, Harvard đã trao học bổng toàn phần cho một học sinh Trung Quốc. Học sinh này đến từ Cam Túc, điểm SAT thi chỉ được 1.560 điểm, nhưng năm đầu tiên của cấp ba cậu ta đã phát minh ra một thiết bị lọc nước và tặng miễn phí cho nông dân ở một ngôi làng phụ cận.

Khi báo đưa tin này, có người nói, đứa trẻ này chẳng phải có lòng hiếu kỳ cực độ với vấn đề, có sức sáng tạo, có khả năng thực hiện, còn có tấm lòng nhiệt huyết giúp đỡ người khác đó sao?

Có lần nói chuyện với bạn bè, nói đến trào lưu chán nản ngày nay như 'chẳng muốn gặp ai cả', 'chơi gì cũng không thấy vui', 'mọi thứ đều vô nghĩa', tôi nói: 'Hình như tất cả mọi người đều không thấy hứng thú với cuộc sống nữa rồi.' Cậu ta đáp: 'Vì mọi người già hết cả rồi.'

Tiêu chí của lão hóa không phải có thêm những vết chân chim nơi đuôi mắt, cũng không phải cơ thể bắt đầu trở nên cứng hơn, mà là bạn không còn cảm thấy bất ngờ đối với thế giới nữa.

Bạn bước đi trên con phố u ám, lét đôi chân sưng tấy, gương mặt thâm trầm không sức sống, hàng ngày đi trên cùng một con đường để về nhà của mình.

Bạn bắt đầu không hiểu vì sao lũ trẻ lại thích các trò chơi, vì bạn chỉ muốn nằm; bạn bắt đầu không hiểu vì sao phải ca hát, phải ngâm thơ, phải khiêu vũ, phải đọc sách, bạn thấy nó có ý nghĩa gì? Nững nịu giả lả chẳng có ít tác dụng gì; bạn bắt đầu không hiểu vì sao lại có người thích đi xa, vì bạn cảm thấy 'du lịch chẳng qua là chạy từ nơi mình đã sống chán chê đến nơi mà người khác đã sống chán chê thôi', chẳng có gì thú vị; bạn bắt đầu không hiểu vì sao lại có người yêu đến sông cạn đá mòn, bởi vì bạn không còn hiếu kỳ với người khác nữa...

Nhưng thật ra, người khác có vấn đề hay không? Không có, vấn đề xuất phát từ chính nơi bạn. Bạn đã trở thành một bộ da chống rỗng. Bạn đã đánh mất trái tim ban sơ của mình - trái tim đã từng sống động thuở thiếu thời - nó lớn tiếng nói: 'Bầu trời có nhiều sao quá, trên đó có người không nhỉ? Nó cách chúng ta bao xa? Bà ơi, sau khi chúng ta chết, có biến thành ngôi sao chứ?' Bây giờ, những ngôi sao ấy đã bị bạn dùng thành kiến của người trưởng thành nhốt vào tử lao.

Bạn cho rằng mình đã lớn, đã trưởng thành, đã nhìn thấu hết mọi thứ rồi. Nhưng, đó không phải trưởng thành, mà là già đi.

Nếu bạn muốn trẻ mãi không già, xin hãy nhặt lại pháp bảo đã bị bạn vứt bỏ ấy - trái tim tràn đầy sự hiếu kỳ. Khi bạn có được món bảo vật này trong tay, bước đi trên con đường khám phá, rất nhiều bí ẩn sẽ trở thành niềm vui bất ngờ nho nhỏ, khi bạn đến gần nó sẽ bất ngờ nhảy ra như một đứa trẻ. Sau đó, dọc theo con đường thú vị này, bạn sẽ phát hiện hết cảnh đẹp này đến cảnh đẹp đẹp khác, bạn sẽ thấy hạnh phúc khi đắm mình trong đó.

Dù bạn không muốn trở thành một người lưu danh sử sách, chỉ là một người bình thường, lòng hiếu kỳ cũng sẽ hô biến bạn trở thành

một thời nam châm, thu hút những người xung quanh đến gần.

Người giàu tính hiếu kỳ là nhóm người được hoan nghênh nhất. Họ thú vị, đầy đam mê, đầy những niềm vui bất ngờ, họ luôn có một cách thần kỳ để làm mới nhận thức của bạn về cuộc sống tưởng chừng như tẻ nhạt.

Bạn sẽ bất giác bước theo người đó đi khám phá những điều thơ mộng. Sinh mệnh trở thành một vườn hoa bí mật, mỗi một bước đi đều có vô vàn sự bất ngờ.

Người vĩnh viễn hạnh phúc đều có một trái tim không nếp nhăn.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 2: Một Cuộc Đời Buồn Tẻ Chẳng Đáng Để Sống (6)

Một người càng nhàn rồi càng dễ sa đoạ

Một người vô cùng nhàn rồi, trông như một việc rất đáng để ngưỡng mộ.

Nhưng thật ra không phải vậy.

Quá nhàn rồi tất nhiên sẽ mang đến một nỗi sợ hãi: sự vô nghĩa của tồn tại, sự trống rỗng của tâm thường.

Để quên đi nỗi sợ ấy, để che đi sự trống trải, con người sẽ bắt đầu sáng tạo.

Ai cũng muốn chứng minh bản thân, nháy mắt nói xin chào với thế giới: 'Hi, tôi ở đây này.'

Nếu lời nói không có sức nặng thì hãy hành động, dùng những việc mình làm để nhóm lên tên tuổi, hào hứng hơn khi mở lời: 'Thưa các quý cô và quý ngài, tôi là xxx, rất vui được làm quen với mọi người.'

Để chứng minh bản thân mà sáng tạo ra một vài việc, đây là bản năng của con người.

Nhu cầu sáng tạo, cũng là nhu cầu thứ tư nằm ngoài ba nhu cầu bản năng như nhu cầu ăn uống, nhu cầu tình dục và nhu cầu được sống.

Lúc nhỏ chúng ta làm thủ công, nặn đất sét, vẽ tranh, kể chuyện, lên núi nhặt những nhánh cây ghép thành căn nhà gỗ, làm ngôi nhà của riêng mình... Đó đều là khởi điểm của sự sáng tạo.

Đến khi trưởng thành, sáng tạo đâu đâu cũng có: âm nhạc, mỹ thuật, kiến trúc, tiểu thuyết, công nghệ, kinh tế, chính trị...

Nhưng nhu cầu sáng tạo cũng giống như tất cả những nhu cầu khác, nó có thể sản sinh văn minh, cũng có thể tạo ra bại hoại; tạo ra vĩ nhân, cũng có thể tạo ra kẻ khốn nạn.

Phải xem bạn dùng nó như thế nào.

Bạn xem nó như một phương trình, nó sẽ mang đến cho bạn giả thuyết Goldbach;

Bạn xem nó như ngòi bút, nó sẽ mang đến cho bạn 'Trăm Năm Cô Đơn';

Bạn xem nó như một cách để buông thả, nó sẽ mang đến cho bạn những mối quan hệ phức tạp, không có chừng mực.

Một con người khi rất nhàn rỗi thì sẽ có tự do.

Tự do tất nhiên sẽ thôi thúc bạn nghe theo trái tim mình đi tạo ra thứ mà mình luôn khao khát.

Nhưng xây dựng một tòa nhà, sáng tạo một môn học thuật, phát minh một công nghệ, rút ra một giá trị quan, đến cô nhi viện làm

công ích, đi du lịch khắp mọi nơi trên thế giới... đều cần có sự giúp đỡ từ kỹ thuật chuyên môn, tài năng, tinh thần, lương tri, tiền bạc.

Đại đa số đám đông đều không có khả năng này.

Mọi người đều hết lần này đến lần khác đi tạo ra tình yêu.

Tình yêu, phép màu hấp dẫn biết mấy. Mỗi khi có nó rồi, cuộc sống khô cằn này nhưng lại có sức sống; tương lai giống như lớp sương mù ở Bắc Kinh, một cơn gió thổi qua là trời sẽ lại trong xanh ngay.

Tốt biết mấy, thật sự nên gom về trong tay vài phần, nên sản xuất hàng loạt, nên mở một cơ sở sản xuất 'tình yêu' chuyên tạo phúc cho nhân gian.

Nhưng thứ 'tình yêu' ấy cũng rất rẻ, trong tất cả những thứ được sáng tạo ra, nó ở ngưỡng thấp nhất, chi phí ban đầu thấp nhất, không cần đầu tư gì, chỉ cần hai cơ thể sống, thêm một chút rung động là có thể yêu đến long trời đất lở, chết đi sống lại, vượt qua núi sông lại thấy được chân trời mới.

Nhất là 'tình yêu' được tạo ra do không cam chịu cô đơn.

Ví dụ giáo viên Yoga tên W mà tôi từng nghe, người đó là một bậc thầy. Cô ấy nói, tôi muốn tìm 'một cuộc tình mà cả đời không mỏi mệt', thế là cô ấy chọn lọc giữa n người tình, bận rộn không ngừng nghỉ.

Hôm nay gặp lại vương Nhị xa cách đã lâu, ngày mai chia tay rồi lại làm hòa với Trương Tam, ngày mốt lại cùng Lý Tứ và Triệu Vũ vẽ ra một câu chuyện tình yêu, ngày kia lại gặp mặt vợ Tiền Lục, để trao đổi còn có đủ loại quà cáp và biên lai... Quá mức phong phú,

quá mức phức tạp, ồn ồn ào ào, ngay cả khóc cũng như mở lễ hội, vô số đàn ông đến an ủi, vô số đàn bà đổ kị.

Đúng vậy, tham gia vào cuộc sống của nhiều người như thế, bản thân cũng giống như một người đang sống.

Nhưng cô ấy làm vậy thì yêu sao? Không, cô ấy chẳng yêu ai cả. Cô ấy chẳng qua muốn mượn những cách này để trốn tránh việc tự nhìn vào bản thân.

So với 'sao mình vừa lười biếng vừa ngu ngốc thế này, làm việc gì cũng không xong', thì tất nhiên suy nghĩ 'họ vừa xấu xa vừa đê tiện, nói rồi không bao giờ giữ lời' để được chấp nhận hơn.

Bởi vì, suy nghĩ sau có thể giúp bạn không phải tự trách, chìm đắm trong tưởng tượng đau thương nhưng dễ chịu: Họ xấu xa đê tiện, tôi 'ngốc nghếch đáng yêu'.

Tôi có một người bạn cũ cũng là bạn tình của cô ấy.

Nhiều năm sau, mọi chuyện đã lắng xuống, cậu ta nhớ lại ngày đó, cũng vì quá nhàn rỗi mà ra, một người nhàn rỗi rất dễ sa đoạ.

'Vì sao người nhàn rỗi lại dễ sa đoạ?'

'Cũng giống như động vật vậy, không có việc làm, không có mục tiêu, trí thông minh sẽ giảm sút, bản năng động vật sẽ chi phối hành vi, từ sáng đến tối ngoài ăn gia chính là giao phối. Con người cũng vậy - nếu không có động lực làm người, con người cũng sẽ sống như động vật.'

Tôi chẳng nói được lời nào. Lúc đó chỉ nghĩ, không bao giờ được vì lười biếng mà tự khuyên chính mình từ bỏ nỗ lực, vì làm vậy rất

có khả năng là khởi đầu cho sự sa đoạ.

Người không có gì để làm là người biết kiếm việc để làm nhất.

Người nhàn rỗi là người mệt mỏi nhất.

Người lạc lõng là người dễ sa đoạ nhất.

Khi tâm trí của một người không độc lập, không có cái tôi, thì có nhiều thời gian chẳng phải chuyện hạnh phúc gì. Ngược lại, anh ta sẽ thấy khủng hoảng, gấp gáp tạo dựng mối quan hệ để vùi mình vào đó, trở thành một nô lệ mới. Chẳng hạn như phóng túng, nghiện ngập, phạm tội. Hại người hại mình, biết bao giờ hết.

Thế nên, suy cho cùng, con người cần phải tìm một thứ gì đó có thể để chính mình được đứng một cách đầy kiêu ngạo. Không cần phải cảm thấy tiếc nuối tiếc khi đã sinh ra, không cần phải trốn tránh chính mình, không cần thoái hóa thành sinh linh đi bằng bốn chân giữa không gian và thời gian mênh mông.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (1)

[Tên Chap quá dài nên mình sẽ để ở đây: Sợ nhất là bạn một đời tay trắng nhưng vẫn tự an ủi rằng mình bình dị đáng quý]

Trưởng thành chính là không ngừng 'tự sát'

Thường thấy người ta nói, Chu Xung cô ấy thay đổi rồi.

Thay đổi chỗ nào nhỉ?

Những người khác nhau sẽ có câu trả lời khác nhau. Có vài người nói, trước đây cô yếu đuối đáng yêu, bây giờ thì chanh chua tàn nhẫn, tôi hủy theo dõi cô ấy rồi, tạm biệt. Có vài người lại nói, trước đây cô sắc bén hài hước, bây giờ giáo điều nhàm chán, chán ngắt, đi đây.

Mỗi lúc như thế, tôi luôn im lặng không lên tiếng, một chân dẫm lên bàn đạp, một tay xắn tay áo, rút càn một bình nhị oa đầu, sau đó cùng rượu hát vang: 'Người như một đao phủ phản bội tôi, Trái tim tôi như bị từng đêm xuống đầy đau đớn...'

Bạn trẻ, bạn đã quên rồi sao? Nhớ năm đó chúng ta cùng nhau đếm sao, bây giờ thời gian trôi qua, bạn lại nói tôi đã đổi thay. Người

xưa không thể níu giữ, muốn níu giữ cũng không giữ được, chỉ có thể chào tạm biệt: Sayonara (tạm biệt) hãy nhớ chúng ta đã từng thương yêu nhau.

Hệ thống thông báo: Đối phương đã hủy theo dõi bạn.

Sao có thể chịu được đây, hỡi ơi sao chịu được đây, trăm nghìn ký hiệu 'orz' cũng khó có thể diễn tả nỗi sự bối rối và nản lòng của tôi. Thiết nghĩ cô đây dịu dàng thùy mị, bầu sữa dạt dào... còn chưa bón hết, sao người nỡ đành đi?

Đang đứng giữa nơi hoang dã, đàn lạc đà bên cạnh bỗng nhiên kích động, lũ lượt bỏ chạy.

Tôi thực sự đã thay đổi sao? Đưa tay sờ thử, vẫn còn đây mà.

Đâu có thay đổi.

Bạn trẻ, bạn làm vậy tổn thương người khác lắm đấy, tôi có bệnh tim đấy, bạn làm thế sẽ gây ra án mạng đấy, có biết hay không hả?

Nhưng đúng thật là tôi đã thay đổi.

Nhớ năm xưa, tôi còn từng yêu phải một tên khốn này, ước mơ trong đời là được đến Lhasa này, còn từng tin tưởng có một số người vạn tuế vạn tuế này.

Ai là không thay đổi chứ?

Thay đổi là tuyệt đối, không thay đổi là tương đối, sách vật lý thời cấp hai đã nói thế.

Chỉ có kẻ ngốc và người tâm thần mới không thay đổi. Đây là tôi nói.

Trưởng thành tất nhiên phải đi kèm thay đổi, không có thay đổi thì không thể nói là trưởng thành được.

Sự trưởng thành của cơ thể lấy phân chia tế bào làm tiền đề, lấy phát triển cơ thể làm thực chất, lấy bùng phát tính dục làm đặc trưng, kết thúc bằng việc duy trì nòi giống, sinh con đẻ cái.

Giả sử một người 5 tuổi, 15 tuổi, 50 tuổi đều như nhau, vậy chắc chắn đó là một người lùn hoặc là thái giám.

Sự trưởng thành của tinh thần lấy sự va chạm của tư duy làm tiền đề, lấy đấu tranh tư tưởng làm vật chất, lấy sự dần vật nội tâm làm đặc trưng, kết thúc bằng việc tự rút lui, thương người như thể thương thân để đạt được cái tôi hoàn toàn mới.

Giả sử một người 5 tuổi, 15 tuổi, 50 tuổi, lối tư duy vẫn như cũ, cay nhiệt một chút tôi sẽ nói: 'Bạn là hóa thạch sống hả?', nói nhẹ nhàng chút sẽ là: 'Haha, người anh em này thời gian bảo quản độ tươi của não anh tốt thật đấy.'

Cách đây không lâu tôi gặp một người, người đó nói: 'Không đúng nha, A Cam vẫn luôn không thay đổi hả? Chẳng phải anh ta đã lớn lên rồi đó sao?'

Là vậy đấy bạn học, thông thường mà nói, ý nghĩa về mặt tinh thần của trưởng thành đa số là nói về trí tuệ. Mà A Cam trong 'A Cam chính truyện', Hứa Tam Đa trong 'Sĩ binh đột kích', Ngu Công trong 'Ngũ Công rời núi', tất cả những gì họ làm đều nằm trong đạo đức, quảng bá cho sự vĩ đại của sức mạnh tinh thần hoặc tính năng động chủ quan.

Một sự khác biệt thú vị chính là trong 'A Cam chính chuyện' không có nhân vật phản diện, còn 'Sĩ binh đột kích' thì có nhân vật phản diện là Thành Tài, 'Ngu Công rời núi' có nhân vật phản diện là Trí Tẩu. Phản ánh được sự khác biệt trong tư tưởng chủ đạo giữa Trung Quốc và nước ngoài: Triết học Trung Quốc hề nhắc đến đạo đức là không khỏi đi ngược lại với trí tuệ; triết học phương Tây khi bên vực đạo đức sẽ không lấy trí tuệ làm mục tiêu phê phán.

Đạo đức 'trước sau như một' là kịch bản mà các nhà đạo đức của Trung Quốc yêu thích nhất. Trung thành, quý trọng, lâu dài, xem trọng nghị lực bền bỉ. Giống như Khổng Tử từng nói, đạo của chúng ta chỉ nhất quán một điểm.

Tuy nhiên, các nhà cách mạng lại không đồng ý với điều này, họ thích sự thay đổi, quý trọng cái mới lạ, xem trọng việc sáng tạo cái mới, cho rằng không thay đổi sẽ bị suy yếu tính đồng nghĩa với chết.

Người Trung Quốc cổ đại lấy về trước làm tư tưởng chỉ đạo, người thật đạo lấy cái khay làm quan niệm chủ đạo.

Là một cô gái hiện đại thời thượng, cực kỳ thời thượng, tất nhiên tôi tin tưởng chân lý 'thay đổi mới là bất biến'.

Russell đã từng nói, thay đổi đáng kể mới là ngọn nguồn của hạnh phúc.

Heraclitus cũng từng nói, con người không thể nào tắm hai lần trên cùng một dòng sông.

Bacon cũng từng nói, thay đổi là đứa con của thời gian.

...

Không lấy ví dụ nữa, lấy tiếp thì càng cho thấy tôi quá uyên bác, vậy thì ngại lắm.

Mấy hôm trước, tác giả của một cuốn sách bán chạy trong nước có nói, bây giờ đọc lại sách mình viết trước đây, toát cả mồ hôi lạnh, thật sự quá ấu trĩ, quá sáo rỗng, chính mình cũng giật cả mình.

Câu nói này nói lên điều gì? Có hai loại khả năng?

1. Cậu ta đã trưởng thành;

2. Cậu ta viết quá kém.

Nhưng là một bé ngoan, tôi vẫn luôn ghi nhớ lời mẹ nói: 'Phải biết yêu thương, không được ác miệng.' Thế nên chúng ta vẫn nên tin vào khả năng đầu tiên đi - cậu ta đã trưởng thành.

Vậy, một đạo lý dùng một cái xuất hiện tại đây rồi: Quá trình trưởng thành chính là quá trình không ngừng tự sát.

Tôi của hôm nay nhìn tôi của hôm qua, chắc chắn không vừa mắt, xẹt một tiếng, Knock Out, thân xác cắt vào trong bộ nhớ.

Tôi của ngày mai nhìn tôi của hôm nay, cũng chắc chắn không ưa được, nhẹ nhàng phát tay một cái, đánh đuổi cái tôi đã cũ vào ngay lãnh cung.

Nói như vậy hình như hơi tàn bạo một chút. Vậy thì sửa lại nói một cách dịu dàng hơn: Trưởng thành chính là không ngừng phủ nhận, vượt qua, tiếp nhận cái tôi cũ, không ngừng thúc tục cái tôi mới ra đời, hoàn thiện, làm đầy nó. Sau đó bắt đầu một vòng tuần hoàn mới. Lặp đi lặp lại không ngừng không nghỉ.

Trong quá trình này, những ký ức sâu đậm nhất sẽ được lưu giữ lại, thay đổi nhận thức của chúng ta, định hình thành nhân cách của chúng ta. Của Caesar trả về Caesar, của thiên Chúa trả về Thiên Chúa, của vui đùa trả về vui đùa, của khờ khạo trả về khờ khạo, của giáo điều trả về giáo điều, của ngốc nghếch trả về ngốc nghếch, của bệnh thần kinh trả về bệnh thần kinh.

Vạn vật đều thay đổi, thứ không thay đổi chính là sự đổi thay. Giống như động và tĩnh, cái trước là tuyệt đối, cái sau là tương đối.

Thế giới này vĩnh viễn chuyển động, thay đổi trong chớp mắt, cũng như dòng sông không ngừng dâng nước. Sống trên đời vì những dự định của bản thân, cũng vì sức mạnh của thế giới bên ngoài, mà không ngừng phân tách, sinh nở, đổi mới. Tôi của hôm nay không còn là tôi của ngày cũ, tôi của lúc khác cũng không phải tôi của hôm nay. Mỗi một ngày đều là một cái tôi mới.

Nếu như nói, tuần hoàn là quy luật của vũ trụ, vậy thì thay đổi chính là vương đạo của sinh mệnh. Thay đổi-ing (thì tiếp diễn), trưởng thành-ing. Thay đổi end (kết thúc) trưởng thành end. Người nào muốn nói, xưa nay tôi chưa từng thay đổi, sáu triệu tế bào trong cơ thể sẽ không đồng ý đâu.

Thế nên, lần sau nếu có người chạy từ đến nói, Chu Xung, cô thay đổi rồi.

Tôi sẽ nói với người đó, đúng vậy, vì tôi vẫn còn sống mà.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (2)

Sợ nhất là bạn một đời tay trắng nhưng vẫn tự an ủi rằng mình bình dị đáng quý

Tôi từng hỏi một giáo sư đã đứng nước hơn 20 năm: 'Dạy nhiều sách như thế, có học sinh nào mà vừa nhắc đến thì thầy sẽ cảm thấy vô cùng tự hào hay không?'

Thầy suy ngẫm nửa ngày, cuối cùng trả lời: 'Không có'.

'Một người cũng không có ạ?'

'Sống khá tốt thì chắc chắn có, nhưng hình như chẳng đứa nào có thành tựu gì cả, làm người xuất sắc đến mức khiến người ta kính phục thì...'

Câu hỏi này tôi cũng từng hỏi giáo viên khác, đáp án cũng rất đáng tiếc, chẳng có một ai. Vâng, nhưng một người trong số họ đã nói: 'Đứa trẻ tài năng của năm nào, cuối cùng cứ hết đứa này lại đến đứa khác biến thành một con người tầm thường.'

Phải chú thích một chút, nơi tôi ở là tỉnh thành bình thường nhất trong số các tỉnh thành của Trung Quốc, ở đó có tất tần tật những

khó khăn của các tỉnh thành nhỏ. Nguồn tài nguyên có hạn, quan niệm lạc hậu, xem trọng các mối quan hệ hơn năng lực, thế nên việc những đứa trẻ có tài bị mai một dần cũng phần nào do hoàn cảnh mà ra.

Nhưng bỏ qua điều này, bản thân có thể phải sạch trách nhiệm sao? Tất nhiên là không. Vì chính bản thân chúng ta đang yên lặng chấp nhận trở nên tầm thường.

Chấp nhận tầm thường nhẹ nhàng hơn so với đuổi theo sự xuất chúng rất nhiều. Bỏ ít công sức, gánh vác ít trách nhiệm sống, cuộc sống ổn định, nghe thôi cũng đã thấy sướng rồi, đương nhiên đó là điều mà những người lười biếng cầu còn không được.

Bạn bằng lòng không? Vâng, bạn cũng bằng lòng. Vậy, sự tầm thường đánh hơi được liền nhào đến ngay.

Sau này, bạn trở thành một bà nội trợ toàn thời gian, bắt đầu bị ràng buộc, sống một cuộc sống đơn điệu được sắp đặt từ trước, trông có vẻ êm đềm đầm ấm, không phong ba bão táp gì, nhưng dần dần bạn không còn ý chí phấn đấu, cũng không có lòng có sức để thay đổi. Có đôi lúc, đối mặt với cuộc sống mấy chục năm như một của chính mình, bạn sẽ cảm thấy bất an, vậy thì phải tự an ủi mình thế nào đây?

Triết học của bầy heo được ra đời từ đây.

Nếu 'lí tưởng có thể ăn thay cơm được không', 'bình phàm mới là thật', 'thành công hay không phải xem bạn định nghĩa thế nào', 'làm người mà, chính là phải vui vẻ', 'sống qua ngày = tầm thường + lặp đi lặp lại + vô nghĩa'... có thể xoa dịu cho tâm hồn bạn thật thoải mái,

nếu hội đủ những cái trên kia thì bạn nhẹ nhõm rồi. Từ đó tâm thường đã gieo giống bám rễ, nảy mầm trên người bạn.

Có lúc nhìn những người giống mình năm đó, nhiều nỗ lực mà hiện đang sống trong lý tưởng của chính bản thân không cam lòng thì thế nào? Cũng đơn giản lắm, kéo con mình lại, giảng dạy một phen. Hi vọng con trai sẽ thành rồng, con gái sẽ thành phượng, để chúng thay bạn thực hiện ước mơ chưa hoàn thành.

Còn về bản thân, không cam lòng thì sao? Yên tâm, vẫn luôn có vô vàn niềm vui đang đợi bạn tự gây mê chính mình và phung phí thời gian. Chẳng hạn như những bữa cơm, như những ván mặt chược, như mua sắm qua mạng, như phim Hàn Quốc, như chương trình truyền hình thực tế.

Đây chính là nguyên nhân tôi không thích người tầm thường (nên tôi vẫn luôn chán ghét chính mình): nhận thua quá sớm, đi về mặt trái của sự xuất sắc, giương cao lá cờ trắng, đánh trống rút lui, đầu hàng, thu quân, trở về với sự nghèo nàn và tầm thường của chính mình, nhắm mắt đưa chân, lừa mình dối người, cố ý ngơ lơ người thành công thậm chí thù hằn và vui dập họ.

Thế nên, càng ở những nơi thiếu tự do hoặc trong đám người càng lười biếng thì tiếng tung hô sự tầm thường càng lớn mạnh.

Ngược lại, nơi càng tự do con người càng độc lập, cần cù theo đuổi ước mơ hoàn toàn là lẽ tự nhiên.

Có lẽ sẽ có người nói, tầm thường thì có gì không tốt chứ? Muốn sống thế nào là quyền tự do của tôi.

Tất nhiên, đó là quyền tự do của bạn. Nhưng điều tôi muốn nói là tầm thường không phải kim bài miễn tử cho sự khốn khổ, chỉ khi chuyên tâm làm việc mình yêu thích mới có thể thật sự tìm được nơi ta thuộc về.

Trong di thư của Lâm Gia Văn có nhắc đến người mẹ bình dị nhưng khắc khổ của mình: 'Một người chỉ có ý muốn sống cho qua ngày, tinh thần rất yếu đuối, sẽ học cách tìm chút gì đó để nương tựa.' Đó là gì? Anh ta nói, có hai thứ có thể chống đỡ sinh mệnh: 1. Tiền bạc; 2. Chí hướng nghề nghiệp.

(Nói với những người khờ khạo đang yêu rằng có thể stop hay không? Hãy nhìn Anna Karenina, nhìn Rose trong 'Titanic', nhìn quý bà Bovary đi.)

Tiền bạc = trái tim không cam chịu tầm thường + vốn + đầu óc + cơ hội.

Chí hướng nghề nghiệp = trái tim không cam chịu tầm thường + tài năng + thời gian + cơ hội.

Bạn nhìn xem, mỗi một thứ giúp duy trì sinh mệnh kia đều không thể thiếu một nhân tố: không cam chịu tầm thường.

Không có điểm này sẽ không có động lực tiến lên và sức để hành động, sinh mệnh sẽ mất đi cốt lõi, sẽ sụp đổ, sẽ bị tê liệt như một vũng bùn, suy yếu từng chút một, trở nên ốm yếu gầy gò...Kể đó chỉ biết chú trọng vào chút lợi ích nhỏ buồn vì những chuyện nhỏ nhặt, nóng lòng vì chuyện tình yêu nam nữ.

Bạn cứ nghĩ bình dị là cái cớ cho bạn tránh né phần đấu, nhưng không ngờ nó lại là đồng gian vô hình của bạn.

Chẳng hạn như Hạ Lạc trong phim 'Chàng ngọc đổi đời' hay như những con heo trong truyện 'Một con heo đặc biệt'

Tiền đề để con chịu sự bình dị của bạn đã không còn bình dị.

Tiền đề để theo đuổi sự bình thản là bạn đã trải qua mọi thăng trầm của cuộc sống, đã ném trải mọi sự nhộn nhịp chốn nhân gian.

Tiền đề để quay trở về nơi thấp là bạn đã dạo qua mọi núi đồi.

Một con ếch ngồi nơi đáy giếng nói là bình dị đáng quý thì thật là buồn cười, chỉ khi nó đã đi qua trăm sông nghìn núi, cuối cùng, giữa năm hồ bốn biển nó lại chọn một đáy giếng để sống phần đời còn lại mới xem là chung tình với vũng lầy được.

Mỹ điều hòa sự lựa chọn không hướng đến tự do đều là tự lừa dối mình, không phải tình yêu thật sự.

Tôi rất thích một câu nói trong phim 'Đợi gió đến': chưa có tư cách để huênh hoang đã hô to khiêm tốn, chưa sống đủ thấu đáo đã bắt đầu muốn bỏ giả lấy thật, đây đều là hành vi hại mình không lợi người nhất, giả vờ như mình đang sống, người khác nhìn thôi cũng đã rất mệt mỏi.'

Vậy nên, bạn thân mến, hãy đợi đến khi bạn có thể cưỡi ngựa dạo phố, có thể quy ẩn điền viên, có thể lá rụng về cội, có thể túy đã kim chi, có thể áo gấm về làng... chúng ta hãy cảm thán 'Bình dị mới là đáp án duy nhất.' Được chứ? Nếu không bạn chính là bị những mẫu chuyện khích lệ tinh thần làm cho ngớ ngẩn mất rồi.

Nhưng tôi phải nói cho bạn biết một sự thật, trong số những người có năng lực thực hiện mà tôi từng gặp, không một ai tỏ vẻ từng trải để nói ra câu này. Chỉ có những người bình dị mới ngày

ngày ca ngợi 'bình dị đáng quý'. Những người không tầm thường đều đang bận theo đuổi một cuộc sống không tầm thường hơn.

Mượn câu thơ của thầy Bắc Đảo: Bình dị là bia mộ của người bình dị, xuất sắc là giấy thông hành của người xuất sắc.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (3)

Ngoài cố gắng ra, chúng ta không còn sự lựa chọn nào khác

Năm anh Lược mất, tôi 12 tuổi, anh ấy 14 tuổi.

Anh ấy cưỡi xe đạp đi ngang qua con đập đang xả lũ rồi bị cuốn vào dòng nước. Hôm đó vừa qua tết Đoan Ngọ, trời bắt đầu oi bức. Vài người phụ nữ đang giặt quần áo ở hạ nguồn nghe thấy tiếng có vật rơi vào nước, còn tưởng nó là một con cá lớn màu trắng.

Chiều hôm sau, cha và các chú bác tìm thấy anh ấy tại một nơi cách hạ nguồn không xa, quần áo đầy vết bẩn, hai mắt nhắm chặt.

Anh Lược thông minh đến mức không thể thông minh hơn, anh Lược chơi cờ vua giỏi không ai sánh kịp, anh Lược đứng trước hàng rào lúc hoàng hôn dùng ngón trở bắn từng lá bài bay khắp trời của tôi, đã ra đi như thế.

Lúc tôi vội vàng chạy từ trường học đến nhà anh ấy, anh ấy đang nằm trong một chiếc quan tài nhỏ, giống như đang chơi trốn tìm cùng tôi, anh ấy đã thắng cuộc, mãi mãi.

Bác trai và bác gái cũng bị rút sạch xương cốt, rất nhiều người vây quanh họ, vừa mở miệng nước mắt đã lăn chã rơi xuống không ngừng.

Cuộc đua tiến cuối cùng rút cuộc cũng đến.

Buổi chiều ngày thứ ba, một đoàn người mặc áo trắng dừng lại trước sườn đồi hướng nam, đặt anh Lược xuống.

Nơi đó sáng sủa sạch sẽ, cỏ xanh gió mát, đồi diện còn có một trạm đồ xăng hoạt động cả ngày lẫn đêm. Thầy phong thủy nói: 'Một phần đồi diện với ánh sáng, thằng bé sẽ nhìn rõ được phương hướng, tìm được đường trở về.'

Bác gái ngã gục mấy lần.

Anh Hồng đỡ bác ấy, lặp đi lặp lại câu nói, mẹ còn có con, còn có con mà.

1

Tôi không biết chuyện này có phải động lực lớn nhất hay không.

Tóm lại, sau này anh Hồng không ngừng nỗ lực như một người điên.

Có một năm, trong nhà quá nghèo, ba phải rủ thêm hai người đến Nam Xương bán thịt heo. Sau khi bán xong, ba ghé qua Đại học Y thăm anh Hồng. Lúc bấy giờ, anh ấy đang thi nghiên cứu sinh, cố gắng đến phát sợ.

Ba tôi sau khi trở về bèn cảm thán, ba thấy bạn học của nó đều vui chơi thoải mái, chỉ có anh Hồng là học không nghỉ ngơi... gần

như không có thời gian vui chơi, hơn một tháng trời không tắm. Con cố gắng học hỏi theo đi...

Một người thực sự dốc hết sức mình thì không thể kém may mắn được.

Quả nhiên, anh ấy đã thi đậu nghiên cứu sinh một cách suôn sẻ.

Sau đó nữa, anh lại thuận lợi thi đậu tiến sĩ, ra nước ngoài. 28 tuổi, anh ấy đưa vợ sang Mỹ nhập cư, 36 tuổi anh lấy được thẻ xanh, từ đầu định cư ở Mỹ. Trong thời gian ở Mỹ, anh ấy trở thành giám đốc kỹ thuật của một công ty niêm yết, sớm đã đạt được tự do về tài chính, trong lĩnh vực y sinh học cũng nghiên cứu và lấy được một bằng sáng chế về thử nghiệm phân tử, những năm gần đây anh được trường Đại học Trung Sơn bổ nhiệm làm giáo sư thỉnh giảng, dạy dỗ một khoá tiến sĩ, còn tự thành lập công ty riêng của mình giảng hết chỗ nói.

Mấy ngày trước, anh ấy về nước, chúng tôi cùng nhau ăn bữa cơm.

Tôi hỏi anh ấy: 'Vì sao anh lại cố gắng như thế?'

'Ngoài cố gắng ra anh không còn sự lựa chọn nào khác.'

Nhắc đến bạn học năm xưa của anh ấy, đại đa số đều có cuộc sống ổn định tại một địa phương nhỏ, sáng 9 giờ đi làm chiều 5 giờ về, đã bước chân vào ngõ cụt từ lâu.

'Đó không phải cuộc sống giản dị, mà là một kiểu lè mề và biếng nhác. Chúng ta nhất định phải cảnh giác với nó. Khi một người đánh mất ý muốn theo đuổi sự xuất chúng thì tầm thường sẽ bắt đầu ngay.'

Rắn lột da, ve sầu lột xác, sâu bướm phá kén.

Mỗi một người vươn lên từ dưới đáy, không một ai không phải thay đi một lớp da hoặc đổi mới một thân xác.

Trên đời không có người nào vô duyên vô cớ vừa sinh ra đã mang theo tất cả mọi ánh hào quang ở sau lưng, họ đều phải trải qua nhiều năm cùn cù siêng năng, yên lặng khiêu chiến với chính mình, không ngừng đột phá cực hạn.

Kẻ yếu tin tưởng vào vận may, người mạnh chỉ tin vào nhân quả.

Khi tôi vừa bắt đầu tập tành viết lách, có một người đi trước đã tặng tôi một lời khuyên thẳng thừng nhưng rất quan trọng:

'Đừng nghĩ nhiều quá, cô chỉ cần ghi nhớ, bất cứ ai dùng thời gian 15 năm để toàn tâm toàn ý, dồn hết sức lực làm một việc, đều sẽ trở thành một nhân tài có đẳng cấp.'

Sau này, tôi cảm thấy lời nói này của người ấy thực sự quá đúng.

Chỉ cần dùng hai năm tập trung làm một việc liền có thể trở thành 'mầm non mới nhú' trong ngành.

Dùng thời gian năm năm đã có thể trở thành một người dẫn đầu.

Còn thời gian mười năm, đủ để bạn trở nên nổi bật, trở thành ngôi sao tỏa sáng.

Trong 'Mật mã tài năng' của Daniel Coyle và 'Những kẻ xuất chúng' của Malcolm Gladwell cũng có cùng quan điểm: Sở dĩ thiên

tài trong mắt mọi người trở nên phi phàm xuất chúng và có thiên phú hơn người là vì họ luôn nỗ lực không ngừng nghỉ.

Mười nghìn giờ tôi luyện là điều kiện cần có cho những ai muốn từ người bình thường trở nên siêu phàm.

Da Vinci phải vẽ ít nhất 10.000 tiếng đồng hồ mới cho ra đời tác phẩm 'Monalisa'; Mozart phải tập luyện ít nhất 10.000 tiếng đồng hồ mới viết ra được 'Bản concerto số 9'; Bill Gates lập trình bảy năm mới có được Microsoft.

Darwin từng nói: 'Tôi vẫn luôn cho rằng ngoài người ngốc ra thì trí thông minh của con người không chênh lệch bao nhiêu, chỉ khác nhau ở chỗ nhiệt tình và cố gắng.'

Cái thật sự quyết định thành tựu của một người, xưa nay đều không phải là năng khiếu, cũng không phải vận may, mà là tính tự giác nghiêm khắc và sự đầu tư công sức ở cường độ cao.

3

Chúng ta đều là những người bình thường nhất giữa chốn hồng trần xô bồ. Song, chúng ta đều ấp ủ một mong ước: có nhiều tự do hơn, có nhiều sự lựa chọn hơn, sống trong một thế giới tốt đẹp hơn.

Để thực hiện được điều đó bạn chỉ cần làm hai điều này:

1. Tìm đúng sở trường của mình, việc mà bạn có khả năng dồn hết tất cả sự nhiệt tình vào đó, ôm chặt lấy nó, đắm đầu vào nó.

Nhưng cố gắng không có nghĩa là bạn ra sức làm công việc mà bạn không có hứng thú, mà là chuyên tâm với việc bạn cảm thấy cần làm để không uổng phí kiếp này.

Trong tác phẩm 'Rừng Na Uy', Murakami Haruki đã từng mượn nhân vật Nagasawa để nói:

'Đó không phải là nỗ lực mà chỉ là lao động... Nỗ lực mà tớ nói hoàn toàn khác với cái này. Cái gọi là nỗ lực là chỉ những hoạt động có mục đích và chủ động.'

Sau khi tìm được, hãy để nó trở thành lưỡi rìu sắc bén của bạn, trở thành kim chỉ nam chuẩn xác của bạn, trở thành đòn bẩy đưa bạn đến với vương quốc mơ ước của bạn.

2. Dồn hết tất cả tinh thần, mặc kệ kết quả ra sao, mặc kệ những lời bàn tán của người khác.

Giống như Feynman đã nói: 'Nếu bạn thích một việc lại có tài trong việc đó, thì hãy lao hết mình vào, giống như đâm một con dao vào cho đến tận cán, đừng hỏi tại sao, cũng không cần biết sẽ đụng phải thứ gì.'

4

Người mệt mỏi nhất, là người nhàn rỗi nhất.

Không nỗ lực rất dễ đẩy chúng ta vào những nỗi lo lắng.

Bởi vì chúng ta sẽ bắt đầu giao chiến với chính mình.

Một người tự mình muốn sống cuộc sống tầm thường sẽ lún xuống như rơi vào vũng lầy; một người không cam lòng sẽ vùng vẫy bò lên.

Sự chống đối và cạnh tranh này sẽ làm cho chúng ta đau khổ, không chỉ không để cho chúng ta nghỉ ngơi, còn khiến chúng ta

không thể tha thứ cho mình, chìm sâu vào nỗi âu lo, thậm chí là trầm cảm.

Sau đó, để lấy lại cân bằng, chúng ta không thể tiếp tục so sánh ngang hàng nữa, sẽ ít liên lạc với bạn bè, trở nên khép kín, ánh mắt luôn nhìn xuống, hướng xuống bên dưới.

Nhưng tự khép kín mình xưa nay đều không phải chuyện vui vẻ gì, đi kèm với nó là sự phủ định mãnh liệt, sự vùng vẫy trong tuyệt vọng, đẩy chính mình vào tình cảnh trầm cảm sâu hơn.

Bỏ thời gian vào việc mà mình yêu thích, bắt đầu sáng tạo, có được giá trị của bản thân, đối với chúng ta mà nói là cách điều trị hữu hiệu, không phải sự tiêu hao tiêu cực.

Viktor Frankl nói: 'Khi một người cố gắng là một việc, hoặc khi thật lòng quan tâm một người, là khi hạnh phúc đang từ từ đến gần.'

Bản thân sự nỗ lực cũng sẽ mang đến cho chúng ta sự hồi báo cực lớn.

Khi chúng ta đắm chìm trong một sự việc nào đó, hoàn toàn quên đi chính mình, hoàn toàn hòa mình vào trong đó, khi chìm vào trong một sự bình tĩnh siêu việt, hạnh phúc thật sự trong đời người cũng sẽ tìm đến, nhiều hơn niềm vui mà vật chất mang đến, tuyệt hơn cả khi được người khác khen ngợi.

Lúc tôi lười biếng là khi tôi bệnh nặng nhất.

Lúc tôi nỗ lực là khi tôi khỏe mạnh nhất.

Giống như ngày hôm đó tôi còn hỏi anh Hồng một câu: 'Anh liệu mình như thế, có phải liên quan đến việc của anh Lực không?'

Anh ấy nói, có, nhưng không hoàn toàn là vậy. Nó giống một loại bản năng hơn, nếu không cố gắng, anh sẽ cảm thấy không thoải mái.

5

Vì sao chúng ta phải nỗ lực?

1. Vì chúng ta là những người trẻ tuổi không cam chịu cuộc sống tầm thường.

Vì chúng ta muốn có nhiều tự do và lựa chọn hơn;

Chúng ta muốn cuộc sống phong phú hơn;

Chúng ta muốn được tôn trọng và yêu thương nhiều hơn;

Chúng ta muốn có một ngày được ngồi trước mặt thần tượng của mình, xưng anh gọi em với họ chứ không phải khúm núm mãi;

Chúng ta muốn có một ngày có thể đặt chân đến những quốc gia mà mình thích, ngồi trong những quán bar nổi tiếng nhất ở đó, dùng tiếng Anh lưu loát để nói với một người trẻ tuổi rằng quốc gia của chúng ta có biết bao nhiêu điều thú vị... chứ không phải ngồi tại đây mơ mãi giấc mộng ban ngày.

2. Vì không nỗ lực chúng ta sẽ sợ hãi.

Thế giới này chuyển động với tốc độ cao, sẽ không bao giờ vì bạn tự mình rút lui mà dừng lại giây nào.

Một khi bạn dừng lại, bạn sẽ nhận ra, chúng bạn cũng đang dốc hết sức mình chạy về phía trước, họ hăng hái, họ rực rỡ, họ đang tỏa sáng lấp lánh trên con đường mơ ước của bạn.

Kiểu so sánh xã hội như thế chắc chắn sẽ mang cho bạn nỗi đau cực lớn và sự tự ti sâu sắc.

Bạn sẽ sợ những tin tức về họ, kháng cự sự gần gũi của họ, đóng chặt cửa tâm hồn mình, tự che mờ mắt bản thân để dung túng cho sự thất bại của mình.

Đơn giản mà nói, sở dĩ chúng ta phải nỗ lực không gì khác ngoài để có được sự khẳng định của thế giới bên ngoài và niềm hạnh phúc của thế giới nội tâm.

Nếu bạn vẫn còn cốt khí, còn nhiệt huyết, không chịu nhận thua, vậy thì đừng có lướt điện thoại nữa, bây giờ lập tức làm cho xong công việc đang dở trên tay đi.

Đừng viện cớ, đừng trì hoãn, đừng đắm chìm trong việc mua hàng online, WeChat, chương trình truyền hình thực tế, đừng tham gia những buổi xã giao vô nghĩa.

Toàn tâm toàn lực dùng 10.000 tiếng đồng hồ để làm việc mà bạn muốn làm cho tốt nhất, sau đó đạt được ước mơ của bạn.

Bạn không cần phải xuất sắc ngay từ thuở ban đầu, nhưng bây giờ bạn phải bắt đầu trở nên xuất sắc.

Now, just do it. (Bây giờ làm ngay đi.)

Xin hãy tin rằng khi chúng ta cứ tiếp tục nỗ lực, toàn thế giới sẽ dần dần đi về phía chúng ta.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (4)

Bạn phải chấp nhận mọi sự hổ thẹn của bản thân

Không nhớ từ bao giờ, có một người với ID 'Người qua đường A' thi thoảng lại gửi tin nhắn cho tôi giống như đang viết ghi chú, nội dung không liên quan đến văn nghệ, cũng không phải về những chủ đề cộng đồng, từng li từng tí đều nói về cuộc sống thường ngày của cô ấy.

Chẳng hạn như hôm nay thời tiết thật đẹp, sáng sớm ra khỏi cửa nhìn thấy một con bồ câu màu xám chết ở ven đường; đi xe buýt bị trộm mất ví tiền; đi trên đường gặp được một người rất giống chàng trai mà cô ấy yêu thầm; đi làm muộn bị cấp trên mắng rất nặng lời; bận rộn suốt một buổi sáng, gặp phải vị khách hàng khó chịu, cứng mềm đều không chịu, chỉ muốn hủy đơn hàng; tối đến một mình về phòng trọ, đến quán ăn quen thuộc gọi một ổ mì, mùi vị rất tuyệt, chủ quán rất thân thiện, cô ấy trò chuyện với ông ấy giống như Kobayashi Kaoru trong phim 'Quán ăn đêm' vậy, nhưng cuối cùng vẫn không nói gì; về đến nhà xem một bộ phim nói về tình yêu, khóc một trận, cảm thấy đời này xem như xong rồi, rất nhiều năm trước cũng có một người từng hứa sẽ cho cô một mái; nhà máy nước nóng trong phòng tắm bị hỏng, cô ấy chưa gọi người sửa, cô ấy

nghe tiếng nước tí tách, chợt thấy vầng trăng tròn treo lơ lửng trên bầu trời Bắc Kinh, có lúc cô ấy nghĩ mình nên rời đi, đến một thành phố khác làm lại từ đầu, nhưng lại nhận ra hành lý quá nhiều, cô ấy vác không nổi, cũng không biết nên gửi đi đâu...

Tin nhắn của cô ấy là những dòng nhật ký điển hình, hết chi tiết này đến chi tiết khác, sự việc này nối sự việc khác, không lớn lao, không sâu sắc, cũng không có từ nào diễn tả cảm xúc. Nhưng đọc lâu dần lại cảm thấy mỗi một dấu câu đều có sự nhẹ nhàng không thể chịu nổi.

Tôi cảm kích sự tín nhiệm của cô ấy, nhưng lại không biết nên trả lời thế nào, hoặc có lẽ cô ấy chỉ cần một thính giả an toàn và lặng im, giống như tôi của trước đây, không có ai để trò chuyện, bèn nói vu vơ những chuyện vụn vặt của mình với tài khoản công khai của Hòa Thái Đầu.

Tôi hỏi cô ấy: 'Bạn có bạn bè không?'

Cô ấy trả lời tôi rằng: 'Là tôi đây, hoặc nên gọi là nhân cách thứ hai, haha... Lúc đau buồn sẽ tự nói với mình rằng cố lên, đến sinh nhật sẽ mua một phần quà, gói lại thật đẹp, tay phải chuyển qua tay trái và nói lời chúc mừng sinh nhật, tặng bạn!'

Điều này làm tôi nhớ đến Dừng Bữa, chính là cô gái đã ra đi vì bệnh trầm cảm. Tôi nghĩ, chắc 'Người qua đường A' cũng là một người không cách nào tha thứ cho chính mình.

(Dừng Bữa: tên thật là Mã Khiết, tự sát vào tháng 3 năm 2012, sau khi cô mất người ta mới phát hiện cô ấy là một người sống rất cô độc.)

Suy đoán này quả nhiên đã được kiểm chứng. Có một hôm, cô ấy lại gửi tin nhắn đến nhắc tới một giấc mơ.

Giấc mơ đó vẫn còn rất rõ ràng.

'Dường như có nguy hiểm đang cận kề, mai phục ngay bên cạnh, mơ mơ hồ hồ, tôi hoảng hốt lao ra khỏi nhà, đeo balô đứng bên đường đợi xe taxi. Không bao lâu sau, nếu không phải từ chối đón khách thì cũng là xe đã có khách, không thì bị người đứng phía trước chặn trước. Trong lòng lo lắng như kiến bò trên chảo lửa.

Người mỗi lúc một đông.

Sau đó, tôi nhìn thấy người đáng sợ nhất trong đời này, người đã xuất hiện vô số lần trong những cơn ác mộng của tôi, hắn đang đứng giữa đám đông, nhìn chăm chăm vào tôi, sau đó bước đến đứng bên cạnh tôi, tung một cú đấm như sấm sét. Dòng xe biển người, cười mỉa mai khinh bỉ, tôi là một sự hổ thẹn được triển lãm công khai, không cách nào che giấu, không cách nào chấm dứt.

Sau khi tỉnh lại, nỗi đau ngày cũ lại len lỏi vào tim, chuyện xưa hiện rõ mồn một trước mắt.

Tôi phải trả thù, tôi muốn trả...'

Cuối cùng, cô ấy còn nói: 'Thế nhưng phải làm thế nào mới trả được thù đây, tôi không có gì để cho đi, cũng không sẵn sàng để làm chuyện trái đạo đức, tôi chỉ có thể mở to mắt nhìn anh ta hô mưa gọi gió, nhìn anh ta đức cao vọng trọng, nhìn anh ta vợ con sung túc, nhìn anh ta tiếp tục vô sỉ mà săn bắt, vô tình mà vứt bỏ... Sau đó lại trốn tại đây, mang theo vết nhơ cuộc đời rồi tự làm khó mình trong những tháng ngày về sau.'

Tôi không biết 'Người qua đường A' đã xảy ra chuyện gì, nhưng những gì cô ấy nói đã xảy ra tiếng vang rất lớn trong lòng tôi, dẫu sao cũng có một quá khứ ngu muội mắc ngang nơi cuống họng, nuốt không xuống, nôn không ra.

Nhưng cũng vì vậy mới biết, cô ấy không cần gì khác, chỉ cần chấp nhận quá khứ, chấp nhận nỗi hổ thẹn của bản thân.

Cách đây không lâu, tôi từng xem TED của đại học Stanford diễn thuyết, trong đó có nhắc đến bệnh trầm cảm và các bệnh khác, họ diễn giải như sau: thương tổn khác đau đớn, đau thương = tổn thương \times kháng cự, cho nên khi nảy sinh sự kháng cự trong tình cảm sẽ thấy đau đớn, làm ngược lại sẽ có thể xoa dịu nó.

Điều này cho thấy 'thương tổn' không thể né tránh, nhưng 'đau đớn' lại có thể lựa chọn.

Ví dụ thường thấy nhất chính là, nếu chúng ta bị bệnh đau mãn tính, căng thẳng hoặc chống đối nó sẽ khiến cho cơn đau gia tăng; thả lỏng cơ bắp, thư giãn cơ thể, thuận theo tự nhiên, cơn đau sẽ được xoa dịu.

Kháng cự nỗi đau sẽ khiến cơn đau đau hơn;

Kháng cự chứng mất ngủ sẽ khiến ta suốt đêm không chợp mắt;

Kháng cự nỗi sợ nói chuyện sẽ càng thêm nói lắp;

Kháng cự những vấn đề ở mặt trái hôn nhân sẽ khiến cho hôn nhân càng tồi tệ, đến cuối cùng sẽ đường ai nấy đi.

Nếu thương tổn đã xảy ra và không cách nào cứu vãn, sự bài xích nó trong lòng càng kịch liệt càng xem nó là kẻ thù, là cái không

cùng chiến tuyến, sẽ làm cho nó phân tách ra trong cơ thể, quay lại đối đầu với chính chúng ta. Đến cuối cùng, 'thương tổn' của kẻ thù lại trở thành mũi tên mới, lưỡi dao mới, đầu đạn mới, muối mới, lao ngược trở lại, tạo ra cơn đau càng kịch liệt hơn cho mình.

Ngược lại, nếu xem thương tổn như một phần cơ thể, chấp nhận nó, không bài xích, nỗi đau sẽ trở nên nhẹ nhàng hơn.

Thương tổn \times 0 = 0 đau đớn.

Thương tổn \times lượng lớn kháng cự = lượng lớn đau đớn.

Thêm một ví dụ tương tự nữa. Năm 2011, bà nội tôi qua đời, một vài Phật tử đến nhà tôi. Một người trong số họ đã nói với tôi, họ từng đến bên giường của rất nhiều người sắp lâm chung để làm lễ siêu độ lần cuối. Người đang cận kề cái chết sau khi được an ủi và chỉ dẫn sẽ chấp nhận sự thật về cái chết, không kháng cự nữa, không chống chọi nữa, họ sẽ nghĩ thoáng hơn, yên lặng rời đi. Sau đó một hiện tượng kỳ diệu sẽ xảy ra, khác với những người chết thông thường, cơ thể của họ sẽ không bị cương cứng, không tím tái, mà sẽ mềm mại như một đứa trẻ.

Người sống trên đời đều khát vọng được an ổn, sợ hãi thương tổn tràn ngập tứ phía, mai phục tám phương. Song, nếu thương tổn không thể tránh được thì đừng chống đối, giống như con trai tiếp nhận hạt cát vậy, chấp nhận để nó xảy ra.

Tôi hi vọng sẽ có một ngày bạn không còn nói: Tôi là người qua đường A, nhưng tôi có vết nhơ.

Mà bạn sẽ nói: Tôi là người qua đường A, và tôi có vết nhơ.

Từ đó về sau, biến sự hổ thẹn thành bản sắc, tạo ra ý nghĩa mới.

Tất cả bất hạnh trong đời, đều là cơ hội để tìm ra ý nghĩa.

Tất cả tiếc nuối trong đời, đều là lối vào để tạo ra ý nghĩa.

Trong vực thẳm có quái vật, trong vực thẳm cũng có anh hùng. Andrew Salomon nói, nếu bạn txua đuổi quái vật đi, đồng thời bạn cũng đang xua đuổi người anh hùng.

Rất nhiều người vươn lên từ trong hoàn cảnh bế tắc, khi nhắc đến làm cách nào để đứng lên đều có cùng một kinh nghiệm: che giấu và trốn tránh đều không phải cách hay, cách hay nhất là chấp nhận nó, biến thời khắc thê thảm nhất, kinh nghiệm đau đớn nhất của bạn thành sự tồn tại đặc biệt, tạo thành bản sắc riêng của bạn, sau đó tạo ra cái tôi mạnh mẽ hơn để đánh trả những gì có thể tổn thương đến bạn.

Sự hổ thẹn tất nhiên không phải một tám huy chương nhưng nó có thể là một cuộc cách mạng.

Nó phá hủy khuôn mẫu trước đó, đảo ngược nhận thức trong những câu chuyện cổ tích, xé tan thế giới 'non xanh nước biếc tháng năm dài, hoa nở trắng tròn người kẻ bên' trong ảo tưởng.

Bạn mang theo cái tôi đau khổ lẳng lặng cúi người xuống trong đồng tàn tích của danh tiếng, giữa chiến trường của dư luận, trong đồng đồ nát của quá khứ, màu giữa mỗi một sự việc trong quá khứ, mỗi một câu mắng chửi và châm chọc trở thành nền móng của bản sắc. Sau đó dùng từng hạt, từng mảnh, từng tầng một, ngày qua ngày xây thành toà nhà của bản sắc, rồi sau đó tiếp tục tạo ra ý nghĩa của chính mình.

Quá trình sáng tạo này chính là quá trình sinh ra một cái tôi hoàn toàn mới.

Lewinsky một lần nữa đứng giữa Kể lại cái giá của sự hổ thẹn trước toàn thế giới. Khi chúng ta vỗ tay cổ vũ cho cô ấy, những vết sẹo trong đời cũng chính là cái tôi cũ của cô ấy.

Cô ấy nói: 'Đây chính là cảm hứng mà câu chuyện của tôi có thể mang đến cho những ai đang trải qua thời khắc đen tối nhất trong đời mình, kèm theo đó là một suy nghĩ: vào lúc nào đó, có một người đã từng bị toàn thế giới nhục mạ rất kinh khủng, cô ấy đã vượt qua nó.'

Cô ấy không biến cái sai thành cái đúng, mà cô ấy làm cho cái sai trở nên đáng quý hơn.

Cuộc sống đầy hạn chế và chướng ngại, nếu lúc chúng ta cứ ngỡ đau khổ và vận rủi là điểm kết thúc của cuộc sống. Nhưng thật ra nó không chỉ như vậy, nó cũng là nơi sức mạnh và câu chuyện bắt đầu.

Amy Purdy nói, hạn chế và chướng ngại chỉ có thể tạo ra 2 loại kết cục: hoặc khiến cho chúng ta giậm chân tại chỗ, hoặc buộc chúng ta bộc phát ra sức sáng tạo cực lớn.

Nếu bạn dừng lại tại nơi hổ thẹn, bạn sẽ vĩnh viễn trở thành nỗi hổ thẹn.

Nếu bạn tạo ra ý nghĩa trong sự hổ thẹn, bạn sẽ có dũng khí để đối mặt với đau khổ, cũng có năng lực để xây dựng lại chính mình, còn có sức mạnh để từ thế giới, cuối cùng sẽ trả về cho thế giới.

Đến lúc đó, bạn sẽ cảm thấy biết ơn cuộc sống mà bạn từng nghĩ trăm phương nghìn kế để thay đổi kia.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (5)

Người thông minh đều thích tự giết chết mình

Trước đây khi còn dạy học, tôi từng cùng bọn trẻ chơi một trò chơi, chúng tôi gọi đó là: Tự loại bỏ nhau.

Chơi thế nào? Tùy tiện chọn một chủ đề, ví dụ như, chúng ta có nên hiếu thuận với cha mẹ hay không? Đáp án của bạn có thể là khẳng định, cũng có thể là phủ định. Đồng thời bạn phải đưa ra lý do đầy đủ và cẩn thận.

Không khó chút nào, phải không?

Nhưng tiếp theo, có vẻ không nhẹ nhàng nữa đâu - bạn phải đứng ở phía đối diện chính mình để phản đối quan niệm mà bạn đã đưa ra trước đó, cũng phải nói có sách mách có chứng, không được ăn ốc nói mò.

Lặp lại hết lần này đến lần khác, bạn sẽ nhận ra mình bị vướng lại tại một điểm nào đó, không thể tiếp tục do học thức, kinh nghiệm và khả năng tư duy có giới hạn, sau vài việc chơi chúng ta sẽ đi đến điểm kết thúc của mình.

Cứ tiếp tục sẽ chỉ là lặp đi lặp lại những lời giống nhau, cứ không ngừng sửa đổi và bổ sung, không cách nào đột phá chính mình.

(Tất nhiên phải phối hợp với việc đọc sách, lượng thông tin hỗ trợ lớn, nguồn cảm hứng dồi dào thì tư duy mới có thể tiếp tục vận hành trơn tru được. Nếu không, cứ nghĩ lung tung rất dễ khiến người ta trở nên nóng nảy và bốc đồng, thậm chí là suy nghĩ lệch lạc.)

Tập luyện như vậy hay ở chỗ đâu là khác biệt, đâu là tính tranh luận, thế nào là đến gần với đáp án chính xác, tất cả sẽ dần dần hiện ra rõ ràng, và lại trong quá trình tranh luận, nhiều điểm nghi vấn mới bị buộc xuất hiện. Chẳng hạn như ranh giới của hiểu là gì? Trong trường hợp nào thì có thể thuận, trường hợp nào thì không? Khi mong muốn của bản thân nảy sinh xung đột với mong muốn của cha mẹ, chúng ta làm thế nào?... Những vấn đề này đều có thể trở thành hướng đi mới để chúng ta tiếp tục phát triển.

Nhưng, trò chơi mà bọn trẻ chơi, dường như người lớn không thích chơi lắm. Vì mệt. Thật đấy hai cơ thể quán lầy nhau thì rất vui vẻ, hai cái tôi quán lầy nhau sẽ khiến bạn mệt chết.

Không tin, bạn cứ thử xem!

Phát minh ra trò chơi này là vì thiên kiến khăng định ở khắp mọi nơi. Căn bệnh tư duy này giống như mầm bệnh trong không khí, đâu đâu cũng có. Nó sinh ra định kiến, luôn tự cho là mình đúng, luôn cảm thấy mình chính nghĩa, luôn tự thấy tích cực sau, đó nảy sinh hàng loạt những sai lầm trong sự thoải mái ấy, trong nhận thức bướng bỉnh ấy.

'Tự loại bỏ nhau', loại bỏ lý luận mà mình tâm đắc nhất, chính là chất kháng sinh với mầm bệnh tư duy này, chữa trị không dễ chịu gì

nhưng có hi vọng giúp con người khỏe lại.

Thiên kiến khẳng định là gì?

Lấy một ví dụ. Có một thanh âm dễ chịu nói với bạn rằng: Châu Tinh Trì mãi mãi là vua hài. Thế là chúng ta sẽ lọc bỏ những thông tin trái chiều, chẳng hạn như sẽ bỏ theo dõi những trang mạng và tài khoản Weibo có ý kiến khác với mình, tìm kiếm những bài viết có thái độ tương đồng, chia sẻ những bài báo khen ngợi anh ấy. Cứ như thế, quan điểm 'Châu Tinh Trì mãi mãi là vua hài' này sẽ được bạn củng cố hết lần này đến lần khác, cuối cùng sẽ tin tưởng tuyệt đối vào nó.

Mạng xã hội ngày nay đã dần trở thành vật cá nhân hóa. Chúng ta 'tùy chỉnh' những tin tức mình thích. Thích tám chuyện, xem các kênh giải trí và các trang thu nhập tin đồn; thích nghe chuyện tình yêu đầy cảm xúc thì theo dõi hành tá tài khoản Weibo tình cảm; thích chiêm tinh, thích xem bói, thích quân sự, thích đời thường, đều sẽ tùy chỉnh nguồn tin tức tương ứng, gia nhập vào các diễn đàn hoặc nhóm liên quan. Chúng ta được vây bọc trong một nhóm người cùng chung chí hướng sẽ làm cho suy nghĩ ngày càng thống nhất với nhau.

Điều tồi tệ chính là trong quá trình này, những người có ý kiến trái ngược với chúng ta sẽ bị chặn, xóa, hoặc hủy theo dõi. Dần dà, ý kiến trái chiều không còn xuất hiện trước mắt ta nữa. Cuối cùng, chúng ta chỉ có thể nghe thấy một âm thanh duy nhất, chỉ nhìn thấy một thái độ duy nhất.

trong cuộc sống hiện thực cũng vậy.

Trương Tam là một tên cặn bã, bạn có tìm được vô số lý do và chứng cứ để chứng minh. Lý Tứ là một thánh nhân, bạn cũng có thể tìm ra rất nhiều tin tức để chứng minh cho điều đó.

Sự thật có thể trái ngược hoàn toàn, hoặc nói, sự thật không hề phiến diện như thế. Song, nếu bạn không thể đứng ở phía đối diện của bản thân, nhìn lại quan điểm yêu thích của mình, thay đổi sẽ không thể xảy ra. Bởi vì sẽ có người nói với bạn, 'Trương Tam không phải một tên cặn bã, anh ta làm việc rất siêng năng, rất có tài...', bạn sẽ cố gắng chứng minh phán đoán của mình là đúng, 'Làm gì có, bạn không biết anh ta tồi tệ đến cỡ nào thôi, anh ta từng...' Nếu đối phương vẫn kiên trì với ý kiến của mình, trong quá trình tranh luận bạn sẽ xem anh ta thành đồng bọn của Trương Tam, liên đới ghét cả những người nói như vậy, cách nhìn về Trương Tam vẫn không thay đổi chút nào, thậm chí còn tăng thêm thành kiến của bạn.

Hoặc là chế nhạo nó, bỏ qua nó, ngó lơ nó, một thời gian sau bạn sẽ hoàn toàn quên mất âm thanh này.

Thiên kiến khẳng định là cha đẻ của tất cả những tư duy sai lầm - nó có khuynh hướng lý giải thông tin như thế, nó khiến chúng ta tin tưởng một cách có chọn lọc vào những lý luận, vào thế giới quan và niềm tin tương thích mà chúng ta hiện có. Người tin tưởng và ủng hộ chúng ta, người xem thường và trái ngược với chúng ta, cho dù đó là sự thật không thể chối cãi chúng ta cũng xem nó là 'trường hợp đặc biệt', 'sự cố', 'tình huống hiếm hoi', rồi ném sang một bên.

Nhưng bịt tai trộm chuông, tự lừa dối mình xưa nay không phải cách để giải quyết vấn đề. Huxley từng nói: 'Sự thật sẽ không vì bị ngó lơ mà biến mất.'

Vậy làm thế nào để khắc phục thiên kiến khẳng định đây?

Nếu không thể 'tự loại bỏ nhau' như bọn trẻ khi có thể tham khảo cách làm của Darwin.

Khi còn trẻ, Darwin đã rất lo mình sẽ có định kiến sai lầm. Thế nên mỗi khi quan sát những điểm mâu thuẫn với lý luận, ông sẽ lập tức ghi chú lại. ông lúc nào cũng mang theo một quyển sổ ghi chép bên mình. Một khi gặp những tin tức, hiện tượng, lời nói, suy đoán... trái ngược với phần đoán của bản thân, ông đều buộc mình phải viết lại nó trong vòng 30 phút. Vì ông biết, sau 30 phút não bộ sẽ chủ động nguyên quên trùng ngay.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (6)

Đừng níu kéo nữa, thế gian này vốn không có người tài sinh làm thời

Từ giáo viên, thủ quỹ, đến tác giả tự do;

Từ huyện thành xa xôi hẻo lánh, đến định cư tại Quảng Châu;

Từ lương tháng 3.000+, đến lương tháng 100.000+;

Từ suốt ngày hoài nghi chính mình, đến ngấm ngấm tự hào về bản thân;

Từ mơ hồ, tức giận, oán hận, đến kiên cường, mạnh mẽ, hạnh phúc;

Từ cha chỉ vào tôi mà nói 'mày là nỗi nhục của nhà chúng ta', cho đến mẹ thường xuyên khoe với bạn bè rằng 'con gái tôi thật sự rất giỏi';

Từ bất lực trước khó khăn của gia đình, đến có thể gánh vác và chịu trách nhiệm với nó.

...

Đó là tất cả những thay đổi đã thật sự xảy đến trong đời tôi từ năm 2015 đến năm 2016.

Nhiều năm trước, tôi từng đọc được một câu nói: Có rất nhiều thứ quan trọng trên thời gian ảnh hưởng đến bước ngoặt cuộc đời bạn, khi sự việc xảy ra lại nhẹ nhàng không tiếng động, chẳng đủ cho người ngoài nhắc đến.

Bạn không nhìn ra được ý nghĩa bao hàm trong hành động đó;

Cũng không nghe thấy hiệu ứng cánh bướm mà câu nói 'Tôi đã suy nghĩ kỹ rồi, tôi sẽ tôi việc.' gây nên.

Ngày hôm ấy không có gì khác với bất kỳ ngày nào khác trong đời cả.

Vẫn là bầu trời âm u, vẫn là con phố ảm đạm vẫn là những con người bình thường, mệt mỏi, lạc lõng.

Điều khác biệt duy nhất là tôi ngồi trong căn phòng làm việc nọ, cúi đầu viết thư từ chức. Sau đó tôi nộp lên, ký tên, đóng dấu, rời đi.

Những người có mặt lúc đó, những người đối xử tốt với tôi theo bắt đầu lo lắng cho tôi: Tương lai mịt mù, lành ít dữ nhiều, đời này đối với cô ấy không biết là đường cùng hay là ngõ cụt, cũng có thể là đường lớn khang trang.

Những người đối xử tệ với tôi đều bắt đầu âm thầm cười nhạo: Tự do quái gì, chẳng qua là tự tìm đường chết thôi. Đợi xem cô ta rơi xuống vực thẳm như thế nào, đợi xem cô ta làm sao rơi vào hố sâu, đợi xem cô ta làm sao ngã quy...

Còn bạn bè thân thiết của tôi, có người động viên, có người bật khóc.

Giống như sinh ly tử biệt.

Giống như đại nạn ập xuống.

'Sau này phải xem số mệnh của cậu rồi!' Họ không cách nào giúp đỡ, chỉ có thể nghe theo ý trời.

Chỉ hi vọng tôi không gặp chuyện gì xấu.

Thậm chí có một người bạn nói: 'Xung Nhi, nhất định phải làm ra chút danh tiếng, nếu không may, mình thà rằng cậu chết đi, cũng không muốn cậu phải một mình chịu đựng những gian khổ và nhục nhã ở bên ngoài.'

Còn mẹ tôi, khi tôi lên máy bay đã gửi tin nhắn thoại đến, nghẹn ngào thở dài: 'Mẹ buồn lắm...'

Sự lựa chọn càng khó khăn, tôi lại càng phải tăng thêm dũng khí. Dũng khí này không chỉ cần để ứng phó với nỗi sợ không tên ra, còn cần để dứt ra khỏi sự níu giữ của tình nhân.

Bởi vì yêu, theo bản năng họ sẽ hi vọng cuộc đời bạn chỉ gặp những sóng gió nhỏ nhất, hưởng thụ sự yên ổn và hạnh phúc lớn nhất.

Song, trước giờ tôi đều biết, và mẹ tôi cũng biết, tôi là một người rất rất cứng đầu, không cam chịu tầm thường, cũng không có nguyện vọng được sống ổn định cả đời. Một khi đã quyết định, ai cũng không thể kéo tôi trở về. Mẹ đã chấp nhận để tôi ra đi, chẳng qua đêm về vẫn thường hay nằm mơ, mơ thấy tôi sống không tốt,

mơ thấy tôi bị người khác bắt nạt, không ngừng gọi điện thoại đến hỏi hiện tại tôi ra sao...

Tôi nói: 'Mẹ, mẹ cứ đợi đấy, con sẽ làm cho mẹ hạnh phúc mà!'

Tự do là thứ mà ai cũng khao khát.

Tự do cũng là thứ mà ai cũng trốn tránh.

Bởi vì tự do đồng nghĩa với việc bạn phải một mình đối mặt với cả thế giới, không ai giúp đỡ, không ai ủng hộ, tất cả mọi âm mưu và hiểm nguy bạn đều phải tự mình đối mặt, không được làm nũng, không được lười biếng, không được trốn chạy, không được đổi ý.

Bạn không biết mình sẽ gặp gỡ những gì, cũng không biết sẽ phải đối đầu với những gì.

Nhưng cho dù là gì đi nữa, bạn cũng phải đón nhận tất cả, bao gồm vinh quang và niềm vui, cũng bao gồm thất bại và tổn thương.

Song, cũng vì vậy, bạn mới có thể chết đi sống lại. Bạn có sẽ huy động tất cả sức mạnh để cùng bạn xuất phát, vượt qua quy luật gò bó, vượt qua cuộc sống ổn định, vượt qua thói ghen, khởi hành đến Ithaca. Đường dài thênh thang chứa đầy kỳ tích, đầy khám phá.

Tất cả đều phải bắt đầu lại từ đầu.

Mà tôi lại chỉ có một vũ khí duy nhất, là ngòi bút.

Xã hội khó lường, đời người vô thường, dùng ngòi bút để làm kế sinh nhai, liệu có thể tự bảo vệ mình, liệu có thể ổn định cuộc sống? Những chuyện này không thể nghĩ ngợi nhiều được nữa.

Con người cần phải học cách buông bỏ những nỗi sợ vô dụng, dồn hết sức chú ý vào bản chất của sự việc.

Sau đó, tôi bắt đầu viết.

Nhờ đã có nền tảng nhất định, nên bước đầu tôi cũng không gặp nhiều khó khăn lắm. Cũng có vài độc giả theo dõi tôi, các nhà xuất bản vẫn luôn gửi lời mời, nhưng vẫn còn cách mục tiêu của tôi rất xa. Dầu sao thì cái tôi muốn là trở thành người phụ nữ của vua Hải Tặc kia mà!

Có một khoảng thời gian tôi đã rất lười biếng, vì tôi cảm thấy hoài nghi chính mình - bạn thấy đấy, trong quá trình phấn đấu mà lại hoài nghi chính mình thì thứ tai hại nhất - hoài nghi mình đang làm chuyện vô ích, hoài nghi tư chất của mình có hạn, hoài nghi viết n năm cũng không thấy tiến bộ. Nếu đã như vậy, viết ít hay viết nhiều một chút cũng không có gì khác nhau.

Thế là tôi buông tha chính mình.

Khi buông thả rồi, tôi lại càng không làm ra được thành tích gì. Không có thành tích nên càng không muốn động bút. Thu nhập bất bênh, chỉ đủ để duy trì cuộc sống.

Tất nhiên khoảng thời gian đó tôi sống chẳng vui vẻ gì.

Vì không vui, nên tôi tìm ra rất nhiều lý do để an ủi bản thân.

Ví dụ như tôi bị bệnh, ví dụ như tôi không làm được, ví dụ như tôi đang xây tường cao tích trữ lương thực, chuẩn bị xưng vương, ví dụ như tháng năm tĩnh lặng, sống vui vẻ là được...

Kết quả, khi tôi lắc đầu xua tay sống cuộc sống an nhàn, người bắt đầu cùng lúc với tôi ngờ phần đầu đã sớm trở thành người nổi tiếng với hàng triệu người hâm mộ, trở thành tác giả có lượng sách tiêu thụ hơn 500.000 quyển, trở thành phú bà với thu nhập hàng tháng cả trăm nghìn nhân dân tệ... Cho dù tôi khoác lên mình tấm da trâu của Ngưu Lang cũng không theo kịp.

Khoảng cách cứ thế kéo dài ra, tôi chỉ có thể ngưỡng mộ và đổ ky.

Nhờ vậy mà tôi có được một bài học đau thương. Lười biếng không đáng sợ, thiên tài cũng sẽ lười biếng, nhưng quan trọng là bạn không được mượn lý do để bao biện cho chính mình, làm vậy sẽ gây ra án mạng đấy. Nó sẽ khiến bạn lười đến cực hạn, lười đến khi thành kén bạn vẫn không nhận ra...

Trong 'Đội thiếu nữ ong mật', Tạ Đình Phong từng nói: 'Quyết tâm, phải hạ cho thật tàn nhẫn!'

Andrew Grove nói càng quyết liệt hơn: 'Chỉ có người rối loạn nhân cách hoang tưởng mới có thể thành công.'

Sau này, sự việc chuyển biến khi tôi đến Hongkong, thấy một người tăng thêm 200.000 người hâm mộ chỉ trong một đêm, lúc bấy giờ tôi đã rất kinh ngạc. Khi tôi kể cho một người bạn, cậu ấy nói: 'Người ta ngày nào cũng đăng bài, nền tảng tốt hơn cậu, danh tiếng nổi hơn cậu, cậu có tư cách gì mà dừng lại?!'

Không còn mặt mũi.

Xấu hổ cùng cực.

Tôi rụt rè nói: 'Mình không có động lực để viết...'

'Nghề viết lách cần động lực gì? Cậu phải cố định thời gian đăng bài, bất luận tốt hay xấu, thói quen đều phải được duy trì, cậu không thể ngồi đợi kỳ tích từ trên trời rơi xuống được... Cậu phải giống Feynman, phải lao hết mình vào, giống như đâm một con dao vào cho đến tận cán, đừng hỏi tại sao, cũng không cần biết sẽ đụng phải thứ gì.'

Tôi vẫn xem như còn cách cứu chữa.

Từ Hongkong trở về, tôi bắt đầu đăng bài hàng ngày.

Cho dù mỗi ngày cơ thể khỏe hay không khỏe (ngay lúc này đây cột sống cổ tôi đang đau muốn chết, nhưng vẫn phải làm việc) cho dù gặp phải chuyện gì, tâm trạng tốt hay xấu.

Tôi đều nói với chính mình:

Mày phải chiến đấu đến cùng.

Mày không có đường lui.

Mày phải giống một cái đồng hồ, không chậm trễ, không viện cớ, không sai sót.

Thí nghiệm kẹo bông đã chứng minh, khả năng tự kiểm chế mới là gốc rễ của thành công. Các ngành các nghề chỉ có người đủ khả năng tự kiểm chế, đủ kiên trì, đủ chuyên môn, đủ xuất sắc mới có thể trở thành ngọn đèn dẫn đường.

Có lẽ sẽ có người nói, yêu cầu này quá khắt khe.

Song, với một người hành nghề tự do mà nói, đời người tựa như chèo thuyền ngược dòng, không tiến tất lùi; ý chí giống như con

ngựa trên đồng bằng, dễ thả khó bắt. Rất nhiều người vì tùy hứng mà trượt dốc không phanh trên cầu trượt của đời người, trở thành những kẻ lang thang không thể cứu chữa, chán nản, thất bại gấp trăm lần so với trước khi thôi việc, nhìn thôi cũng thấy tội.

Bước ngoặt bắt đầu từ đây.

Ba tháng sau, blog cá nhân của tôi có được độc giả thứ 300.000, bản thảo của hai đầu sách tôi viết đều được ký cho hai nhà xuất bản tốt nhất Trung Quốc, đồng thời các nhà đầu tư, đối tác, quảng cáo... đều tìm đến tôi để đàm phán.

Tháng Tư, lương tháng vượt mốc 100.000 nhân dân tệ.

Tháng Tư, tôi trở thành thành tấm gương mới trên bảng xếp hạng truyền thông, chia sẻ kinh nghiệm của bản thân.

Tháng Tư, tôi chuyển cho mẹ 200.000 nhân dân tệ và nói: 'Mẹ cứ tiêu thoải mái.'

Khi thu nhập mỗi tháng chỉ hơn 3.000 nhân dân tệ, mọi nguồn tài nguyên và kiến thức của tôi đều bị vây hãm trong khuôn khổ hơn 3.000 nhân dân tệ.

Nay cuộc đời đã bước sang trang mới, bạn sẽ nhận ra, thì ra muốn hơn 100.000 nhân dân tệ cũng không khó khăn gì.

Tôi từng nói: 'Thu nhập và giá trị cá nhân tỉ lệ thuận với nhau.'

Giá trị này đến từ nguồn tài nguyên, tài sản, quan hệ, cũng bao gồm cả độ chuyên nghiệp, sức ảnh hưởng.

Đối với người xuất thân nhà nông như tôi, không có gia cảnh, không quen biết ai, người duy nhất tôi có thể dựa vào chỉ có bản thân mình.

Tôi chỉ có thể cố gắng dùng cây bút trong tay mình, mài giũa từng chi tiết một, viết cho tốt mỗi bài, tăng thêm của cải cho mình, dùng hết sức mình để tỏa sáng.

Bây giờ đã không còn là thời đại Tống Đường Nguyên Minh Thanh để 'học thành văn võ nghệ, bán cho nhà đế vương' nữa, mà là thời đại của mạng xã hội 'một cây có thể thành rừng, một mình có thể thành vua'.

Nó phức tạp nhất, cũng tự do nhất.

Nó thay đổi nhiều nhất, cũng công bằng nhất.

Nó hung hăng nhất, cũng nhiều lựa chọn nhất.

Tôi biết ơn thời đại này.

Cũng nhờ nó làm suy yếu sự độc quyền nguồn tài nguyên, độc quyền thông tin, khống chế quyền tự do ngôn luận, nên tất cả mọi người đều có thể một mình gây ra toàn cầu, chiếm lấy một khoảng trời riêng, nhóm lửa làm tín hiệu, cổ cất tiếng nói và nhận được hồi báo.

Thomas Friedman nói rất đúng: 'World is flat' (Thế giới là bằng phẳng), nhất là trong thời đại công nghệ thông tin.

Vì vậy, giả sử bạn cũng muốn viết lách, hãy nghe một câu nói từ đáy lòng tôi:

Trong lĩnh vực này, vốn không có người tài không gặp thời, cũng không có người sinh nhằm thời điểm, người tài giỏi thực sự chỉ cần không ngừng cố gắng tất sẽ thành tài.

Nếu không, chỉ có thể cho thấy:

1. Hoặc là bạn không có tài cán;
2. Hoặc là bạn không có ý chí;
3. Hoặc là bạn không kiên trì.

Lựa chọn công việc đúng đắn đã cho tôi một cơ hội để quyết trận sống mái.

Con chót qua sông, không có hồi hận, không có đường lui, chỉ có thể tiến về phía trước, dốc hết lòng lao về phía trước, cũng vì thế mà tất cả nỗi sợ và do dự đều trở thành không, tất cả sự trống trải và hoài nghi cũng tan thành mây khói.

Bạn sẽ không biết được điều này hạnh phúc biết bao đâu.

Vâng, hạnh phúc.

Bạn sẽ cảm thấy mỗi một tia sáng, mỗi một tế bào, mỗi một phần sức chú ý đều trở nên sống động trước việc mà mình yêu thích.

Bạn sẽ cảm thấy thoải mái không chút uổng phí, cảm giác an toàn không một kẻ hở, hạnh phúc yên bình, may mắn khi được số phận ưu ái, khoảnh khắc rực rỡ không lời nào có thể diễn đạt...

Phật nói: 'Đó là có phúc!'

Người nói: 'Còn có tiền!'

Tôi nói: 'Còn có tình yêu! Rất nhiều tình yêu!'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (7)

Thất bại của bạn, mong rằng gia đình sinh ra bạn không phải chịu tội này

Tôi từng nghe một câu chuyện cười chẳng giống truyện cười.

A không có nhà, không có xe.

Có người hỏi anh ta: 'Vì sao không mua?'

Anh ta đáp: 'Vì gia đình không có tiền.'

'Anh cũng đã 40 tuổi rồi, sao không có khoản tiền dành dụm nào?'

'Vì cha mẹ tôi quá tệ...'

'Cha mẹ anh thì liên quan gì đến anh?'

'Anh không biết sinh ra trong gia đình có hoàn cảnh thế nào sẽ ảnh hưởng đến cuộc cả cuộc đời sao?'

B đã 35 tuổi, vẫn chưa kết hôn.

Có người hỏi cô ta: 'Vì sao không kết hôn?'

Cô ta đáp: 'Vì cha mẹ ngày ngày cãi nhau, ông ăn chả bà ăn nem, hôn nhân quá thất bại, bóng ma tâm lý trong tôi quá lớn ,vô cùng sợ hãi những mối quan hệ thân thiết lâu dài...'

'Nhưng cô đã trưởng thành rồi mà!'

'Đúng vậy nhưng nội tâm của tôi vẫn là một đứa trẻ...'

C thì sao?

Ngày ngày mơ giấc mộng làm giàu, khả năng không đủ, nguồn tài nguyên cũng không có, kết quả bị lừa vào ổ bán hàng đa cấp, sau khi bị tẩy não liền lừa gạt hết tất cả các bà con thân thích...

Qua bao phen trắc trở, sau khi được cứu ra ngoài, có người hỏi anh ta: 'Vì sao lại đi bán hàng đa cấp vậy?'

Anh ta đáp: Vì cha mẹ tôi đều mong con thành tài.'

'Nhưng cha mẹ anh đã qua đời hết rồi, hơn nữa họ đâu có bảo anh đi bán hàng đa cấp?'

'Tuy họ đã qua đời, nhưng sự khống chế của họ vẫn còn sống mà!'

Những câu chuyện này hình như không buồn cười chút nào, vì nó quá chân thật, cũng không bị phóng đại hay bóp méo.

Nhưng không hiểu vì sao, khi tôi nghe được lại cười không được, cười xong nên cảm thấy:

Có quá nhiều đứa trẻ lớn xác, con cưng của mẹ đâu đâu cũng có, khi đối mặt với những khó khăn trong đời, tuy đã là người trưởng

thành nhưng lại không học cách đứng lên mà nói với người khác rằng: 'Tôi làm được, tôi chịu trách nhiệm!'

Mà lại nằm trong gian khó, cố trốn tránh trách nhiệm, nũng nịu ăn vạ với thế giới: 'Đều tại anh ta, đều tại cô ta, đều tại họ...'

Làm vậy thật sự quá ấu trĩ.

Những người đem cuộc đời kí sinh vào gia đình sinh ra mình, đều không phải người lớn thật sự.

Chỉ khi bắt đầu hiểu ra rằng phải thoát ly gia đình, thì cuộc sống mới không còn là cuộc đời của người khác nữa, khó khăn là của chính mình, niềm vui là của chính mình, vinh quang là của chính mình, bóng đêm là của chính mình... tất cả đều do chúng ta chủ động tạo ra, không thể oán trách bất kỳ ai.

Có như vậy, mới có thể từ từ trưởng thành.

Yôi từng viết rất nhiều bài viết về gia đình sinh ra mình.

Tôi thừa nhận, ảnh hưởng của nó đối với một đứa trẻ vô cùng lớn.

Nhưng tôi cũng phải nói, chúng ta không phải người cả đời đều sống trong những tháng năm tuổi thơ, chúng ta sẽ bước vào giai đoạn thanh niên, thành niên, trung niên, tuổi già...

Mà trong những giai đoạn này, sức ảnh hưởng của cha mẹ sẽ ngày một suy yếu, ngày một nhỏ bé.

Lấy tôi làm ví dụ.

Xuất thân từ tầng lớp thấp, tuổi thơ đều trải qua trong sự nghèo khó và bạo lực, tất nhiên, từ nhỏ đến lớn tôi đều cực kỳ tự ti, thiếu thốn tình thương, quá nhạy cảm, vẻ ngoài kiên cường, nội tâm yếu đuối...

Những vấn đề đều bắt nguồn từ hoàn cảnh gia đình mà ra.

Thế nên trong tình yêu, tôi thường quen yêu đơn phương, yêu thầm, điên cuồng theo đuổi một tình yêu đau khổ khi chờ đợi một người chứ không phải dửng theo cảm theo đuổi người ta;

Trong quan hệ với người khác, tôi sẽ bất giác rút lui, không thể xử lý những mối quan hệ quá phức tạp giữa người với người;

Trong tự nhận thức bản thân, tôi sẽ bất giác tự xem thường mình, thế nên khi bị người khác làm tổn thương sẽ dễ dàng khiến tôi đắm chìm trong đau khổ. Việc này chứng tỏ cho việc tôi xem thường chính mình...

Có cứu được không?

Đương nhiên.

Con người đáng quý ở chỗ có năng lực tự học hỏi.

Con người vĩ đại cũng nằm ở chỗ chúng ta có thể nhớ tự học hỏi mà chậm chậm, dần dần, nói lỏng lẻo nguyên hoàn cảnh gia đình mang đến cho ta từng chút một, phục hồi cái tôi khỏe mạnh, và mang cho người khác tình yêu thật sự.

Sau đó tôi bắt đầu đọc sách, bắt đầu viết chữ, bắt đầu học cách lý giải...

Trong quá trình nỗ lực, quan hệ với mẹ cuối cùng cũng hòa hoãn lại.

Những vấn đề trong tính cách trông có vẻ nan giải cũng trở nên tốt đẹp từng ngày.

Dấu ấn từ hoàn cảnh gia đình không phải khối u ác tính, cùng lắm chỉ là một loại viêm nhiễm mãn tính mà thôi, chỉ cần cứu chữa kịp thời là có thể ngăn chặn sự lây lan của tế bào hoại tử, thậm chí có thể từng bước giảm thiểu nó.

Người bạn thân nhất Khả Nhị của tôi sinh ra trong một gia đình tan đàn xẻ nhé.

Lúc cậu ấy 10 tuổi, trong một đêm hè, chú của cậu ấy - chú ruột - đã đem thuốc nổ chôn xuống chân tường nhà cậu ấy, châm ngòi, nổ tan nhà cậu. Lúc bấy giờ cả nhà đang say giấc, cha, mẹ, cậu ấy, em trai...

Không ai ngờ được, một đêm yên lành là vậy, bỗng nhiên một vụ nổ đã phá hủy cuộc sống an ổn của họ.

May mắn là người không sao, mọi người bò ra từ trong đồng đồ nát, ngoài ít vết thương ngoài da thì không ai bị thiếu tay hay thiếu chân.

Nhưng, người chú đã tự sát.

Cha cậu ấy cũng bị điên từ đó.

Sau khi Khả Nhị tốt nghiệp đại học thì em trai cậu ấy mất tích, suốt mười năm không chút tin tức.

Lớn lên trong một gia đình như vậy, gặp phải chuyện đen đủi như thế, tổn thương tinh thần là điều cậu ấy không thể tránh khỏi.

Nhưng Khả Nhị là người thông minh nhất, uyên bác nhất, thú vị nhất, trong sáng nhất, có linh khí và dễ gần nhất mà tôi từng gặp... không có người thứ hai.

Tôi tin tưởng cậu ấy, yêu cậu ấy.... và sùng bái cậu ấy.

Tôi từng nói với người khác, cho dù cả thế giới đều đối xử tàn nhẫn với tôi, chỉ cần cậu ấy nói một câu: 'Cô ngốc, cậu đã tốt lắm rồi!', tôi liền có thể buông bỏ mọi oán niệm.

Làm sao cậu ấy làm được?

Đọc sách, đọc vô số sách, thấu hiểu chính mình, sau đó chung sống hòa bình với chứng rối loạn xúc động lưỡng cực của mình, khi tình trạng tốt thì tìm kiếm cơ hội làm việc, thay đổi...

Tôi quen biết Khả Nhị gần mười năm.

Trong mười năm này, tôi chưa từng nghe cậu ấy nói dù chỉ một lời oán trách gia đình mình.

Tôi chưa từng nghe cậu ấy trách cứ người cha điên loạn của mình lấy một chữ.

Ngược lại, tôi chỉ nghe cậu ấy nói: 'Họ không thể hoàn hảo được, mình trách cứ thì có ích gì...'

Đầu thai, chúng ta không có sự lựa chọn.

Đây là số phận không thể không chế.

Nhưng có một cuộc sống như thế nào, chúng ta có thể tạo ra.

Đây là vận mệnh có thể không chế.

Giả sử bây giờ bạn chưa thành niên, cần gia đình nuôi dưỡng, vậy oán trách cha mẹ, chúng ta không nói được gì.

Giả sử bạn đã bắt đầu tự lập, vậy thì xin hãy ghi nhớ: Từ nay về sau, người có thể chịu trách nhiệm về cuộc đời bạn chỉ có chính bạn.

Nếu thất bại, hãy tìm nguyên nhân từ chính mình, đừng bắt gia đình sinh ra mình phải gánh tội này;

Nếu trầm cảm, hãy đi khám bác sĩ tâm thần, đừng nằm trên giường oán cha trách mẹ;

Nếu không vui, hãy kết giao bạn bè, hoặc đọc những quyển sách liên quan đến tâm lý học, cố gắng chữa trị cho bản thân.

Đời người không phải mối quan hệ nhân quả tuyến tính, nó là phi tuyến tính, bạn có thể dựa vào lý trí, tính tự giác cao độ của mình, bỏ ra cái giá thật lớn để sáng tạo câu chuyện thuộc về chính bạn.

Tác giả của câu chuyện ấy không ai khác ngoài bạn.

Cuối cùng, tôi muốn nói đôi điều về Ann Dunham.

Bà của mẹ là Obama.

18 tuổi, bà gặp Barack Obama Sr. và sinh ra Obama, người giữ chức vụ Tổng thống Hoa Kỳ 2 nhiệm kỳ liên tiếp, đến năm thứ hai thì hai người chia tay.

Bà một mình dẫn theo Obama, quay trở lại trường học.

Sau này, bà gặp được Lolo Soetoro đến từ Indonesia và kết hôn với ông.

Vài năm sau, họ lại ly hôn.

Hôn nhân rối loạn, cuộc sống nghèo khó, cả đời phiêu bạt.

Thế nhưng, Obama sau khi trưởng thành không hề oán hận mẹ mình, trong tự truyện 'Những giấc mơ từ cha tôi' ông đã viết:

'Trong đời tôi, bà (mẹ) là sự vĩnh hằng có một không hai.

Trên người bà tôi thấy được sự nhân từ nhất, tinh thần cao thượng nhất.

Tất cả những ưu điểm trên người tôi đều đến từ mẹ tôi.'

Ngày 20 tháng 1 năm 2009, Obama chính thức nhậm chức Tổng thống Hoa Kỳ, trở thành vị Tổng thống da màu đầu tiên của nước Mỹ.

Tôi nghĩ, sở dĩ ông có thể thành công có rất nhiều nguyên nhân, nguyên nhân bên ngoài, nguyên nhân thời thế, nguyên nhân nguồn lực... Nhưng suy cho cùng, vẫn là do ông đã vượt qua được xuất thân của mình, không những không lún sâu vào mà còn mượn sức mạnh từ trong nó để trở nên mạnh mẽ, tự kiềm chế, lí trí, thông minh và có trái tim đồng cảm.

Tất cả những thứ này đều là nguồn gốc chủ yếu cho sức hút lãnh đạo của ông.

Hoàn cảnh gia đình sẽ ảnh hưởng đến tính cách.

Tính cách ảnh hưởng đến số phận.

Thế nhưng ý chí và lý trí thực sự lại có thể nhờ vào việc thay đổi nhận thức, thay đổi hành động để xoay chuyển hướng đi của số phận.

Nếu ngay lúc này đây, bạn đang sống trong nỗi ám ảnh của hoàn cảnh gia đình, không trèo ra được, không thoát ra được, không gạt rửa được...

Vậy xin hãy ghi nhớ, tính cách của chúng ta không chỉ đến từ cha mẹ, còn đến từ giáo dục, hoàn cảnh, bạn bè, thầy cô, các cuộc gặp gỡ quen biết... Quan trọng nhất là đến từ việc tự mình học hỏi.

Thế nên, hãy rèn luyện cho thật tốt, học tập cho thật tốt, dần dần trở nên mạnh mẽ.

Mạnh mẽ, không phải là nói về việc bạn giỏi giang bao nhiêu, mà là nói về việc bạn có năng lực để chọn lựa.

Có chọn lựa, sẽ có tự do.

Có tự do, sẽ không oán giận.

Không oán giận, sẽ không buồn bực...

Sau đó, tại một nơi rộng lớn hơn, bạn sẽ hiểu rõ một điều: Cha mẹ không thể cho bạn tất cả, nhưng bạn có thể cho mình mọi thứ mình muốn.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (8)

Chén cơm bằng sắt thật sự không phải biên chế, mà là bản lĩnh của bạn

Có người hỏi: 'Tốt nghiệp đại học rồi tôi nên ở lại Bắc Kinh xông pha, hay về quê xin vào biên chế đây, cái nào tốt hơn nhỉ?'

Tôi tôn trọng cả hai sự lựa chọn.

Nhưng nếu bạn hỏi ý kiến của tôi, tôi sẽ nói: Đến thành phố lớn, đến nơi cạnh tranh khốc liệt nhất, đến nơi thị trường hóa mạnh nhất. Vì ở đó nhiều lựa chọn, nhiều cơ hội.

Lúc còn ở trường trung học huyện, lương tháng của tôi hơn 3.000 nhân dân tệ, mãi không lên được, nhưng cũng không thể hạ xuống. Một thầy giáo già đã dạy học cả đời, tiền lương cũng chỉ cao hơn gấp đôi là cùng.

Nói cách khác, bạn có ra sức làm việc hay không, có xuất sắc hay không, cũng chẳng khác nào là bao.

Cả đời đều bị đóng khung trong bốn con số, nhưng bạn phải dùng đam mê, lý trí và khả năng của nửa đời để đổi lấy, ngẫm nghĩ

cũng thiệt thòi lắm.

Nhưng một khi bạn ra khỏi biên chế, lấy tiền theo đúng sức lao động của mình, theo đúng giá trị của mình bên ngoài thị trường, tình hình sẽ có gì khác?

Lấy vài người bạn làm ví dụ.

A ra khỏi biên chế, làm IT tiền lương cao gấp mấy lần mức lương ban đầu.

B ra khỏi biên chế, đi đứng lớp ngoại khóa, tiền lương cao gấp mười mấy lần mức lương ban đầu.

C ra khỏi biên chế, làm truyền thông, tiền lương cao gấp trăm lần mức lương ban đầu.

Trong số những người tôi quen biết, không một ai có cuộc sống kém hơn lúc còn ở trong biên chế cả.

Có lẽ sẽ có người nói, những ví dụ cô đưa ra đều là những người có bản lĩnh, tôi không có bản lĩnh gì, lấy đâu ra cơ hội?

Việc này, tôi muốn nói: 1. Không có bản lĩnh thì ở trong biên chế cũng làm không tốt được; 2. Trong tình huống bản lĩnh ngang nhau, đương nhiên ở thành phố lớn sẽ có nhiều cơ hội hơn.

Địa phương nhỏ xem trọng nhân tình.

Thành phố lớn xem trọng thị trường.

Xem trọng thị trường, thành phần quyền lực sẽ bị suy yếu, trọng lượng của các mối quan hệ và con sẽ bị giảm nhẹ, bạn sẽ ít bị kiểm soát, được nhiều tự do.

Tự do, tất nhiên sẽ mang đến cơ hội.

Cơ hội, tất nhiên sẽ mang đến nguồn vốn.

Nguồn vốn, sẽ quay ngược lại sinh ra tự do và cơ hội.

Thế là vòng tuần hoàn lành tính bắt đầu.

Ở nơi này, bạn có thể tạo ra sản phẩm hoặc dịch vụ theo điều khoản hợp đồng và quy tắc chung để kiếm tiền của mình.

Đồng thời, tự do sẽ mang đến cạnh tranh. Nó sẽ thúc đẩy bạn tiến lên, không ngừng nâng cao dịch vụ, sáng tạo ra sản phẩm tốt hơn, trả lại thị trường. Nói cách khác, nó buộc bạn phải trưởng thành chứ không dung túng bạn sa đọa.

Có người nói, công việc an nhàn chẳng phải vừa khéo có thể nhân đó để nạp năng lượng sao?

Thật ra không khả thi lắm đâu.

Trong hoàn cảnh không áp lực, không cạnh tranh, không kích thích, bạn sẽ nghĩ không học tập cũng bình thường, dù sao cũng có cơm để ăn; không cố gắng cũng bình thường, dù sao cũng có tiền để lấy; không suy nghĩ cũng bình thường, dù sao cũng có việc để làm... Vì thế, biếng nhác trở thành chuyện đương nhiên.

Bạn cứ lãng phí thời gian như thế, lỡ là một chút thôi đã bước qua tuổi trung niên, sau đó lại đem quan niệm này truyền lại cho con cháu.

Có một lần tôi tham dự buổi tiệc rượu, một vị lãnh đạo ngồi ở ghế chủ trì, dùng giọng điệu 'lời ông đây chính là chân lý' nói: 'Con gái tôi

sắp tốt nghiệp đại học rồi, con bé bảo muốn đi Thâm Quyển, nói gì mà ở đó có nhiều cơ hội, tôi mới nói, con muốn đi Thâm Quyển thì đừng có nhận người cha này nữa, về đây ngay, con gái chạy xa như thế, vất vả như thế để làm gì, phải ở bên cạnh cha mẹ mới phải, hơn nữa, cũng đâu phải không có cơm ăn, không có nhà ở...'

Đám đông vâng vâng dạ dạ.

Họ liên tục nói: 'Lãnh đạo đúng là nhìn xa trông rộng, lãnh đạo thật sáng suốt...'

Có lúc cảm thấy may mắn thay, tôi chỉ mất vài năm đã có thể kiên quyết rời đi.

Sau khi rời đi, cuộc sống của tôi được lật sang trang mới, tiền bạc, cơ hội và tự do đều bắt đầu tìm đến, về mặt cảm giác tồn tại và hạnh phúc, tôi cũng có lòng biết ơn rõ ràng hơn vì 'tôi đang sống, tôi không ân hận'.

Trước đó, đến nghĩ tôi cũng không dám nghĩ.

Song, khi bạn thật sự làm được rồi mới biết, điều này có thể có!

Đang ở thời đại công nghệ thông tin phát triển, khái niệm về chén cơm bằng sắt đã ngày càng nhạt nhòa.

Vào biên chế không có nghĩa là an ổn suốt đời, an nhàn mà sống qua ngày.

Nó cũng có rắc rối riêng, cũng có rủi ro riêng của nó.

Rủi ro đang diễn ra chính là bạn tiêu hao quá nhiều thời gian ở trong biên chế, năng lực xử lý rủi ro cũng đang bắt đầu yếu dần đi.

Cuộc sống an ổn thật sự đến từ năng lực của một người có khả năng tự gánh vác trách nhiệm.

Tôi có một người bạn hành nghề luật sư, cũng là người trong biên chế, nhưng vẫn luôn không có ý định rời khỏi. Nhiều năm liên tục, anh ấy cực khổ tự học pháp luật, thi lấy bằng cấp, mở văn phòng riêng, cho đến hôm nay, thành tích và sức ảnh hưởng đến rất lớn.

Mấy ngày trước anh ấy nói với tôi: 'Năm nay tôi sẽ ra đi!'

Tôi hỏi: 'Không cần chén cơm bằng sắt này nữa à?'

Anh ấy đã nói một câu rất đắt giá: 'Chén cơm bằng sắt xưa nay đều không phải là biên chế, mà là bản lĩnh của con người.'

Một người bạn khác, là một nhiếp ảnh gia tài giỏi.

Cô ấy ra khỏi biên chế, thành lập công ty truyền thông và cộng đồng của riêng mình, sống rất tự do, vừa giàu có, vừa tự tại.

Vâng, khi bạn có được một kỹ năng xuất sắc, có đi khắp trời nam đất bắc cũng không cần lo lắng chuyện ăn và mặc.

Bất luận thời thế thay đổi ra sao, bạn cũng có thể tìm được cách để làm giàu cho mình.

Quay lại vấn đề ban đầu, nếu bạn còn trẻ, muốn vào biên chế và về quê thì hãy cẩn thận.

Bởi vì một khi bước vào thì rất khó quay đầu, cả đời có khả năng sẽ vẫn bị cố định như thế.

Ở thành phố tự do, người tài sẽ có khả năng không thể ngờ đến.

Bạn không biết sang năm số phận đem đến bất ngờ gì cho mình, không biết năm tới sẽ có vận may gì, mười năm sau sẽ xảy ra kỳ tích gì để đền đáp cho sự nỗ lực của bản thân... Tình tiết biến hóa khôn lường, giống như một trò chơi mạo hiểm không bao giờ tiết lộ kịch bản, không bao giờ ngừng phát sóng, vượt qua cửa ải này, bạn lại thắng một cấp, vượt qua một ải nữa, lại được thăng thêm một cấp... Đến một ngày nào đó, bạn giương kiếm nhìn quanh, chợt nhận ra mình đã khoác áo giáp vàng, võ công tuyệt thế, đã trở thành vị anh hùng mà khi xưa mình từng ngưỡng mộ.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 3: Sợ Nhất Là Bạn Một Đời Tay Trắng Nhưng... (9)

Khi bạn nhận ra mình đang đứng về phía số đông, bạn nên dừng lại và tự ngẫm về mình

Tâm trạng tôi liên tục bị kéo xuống, cần dùng rất nhiều cái đẹp để bù đắp.

Thế là tôi xem một lúc rất nhiều phim hoạt hình. Một trong số đó là 'Vệ binh Mặt Trăng'.

Phim vừa bắt đầu tôi đã bị cuốn vào trong ảo ảnh...

Ban đầu, thế giới của chúng ta không có ánh sáng, một người có sức mạnh phi thường đã kéo Mặt trời đến với tinh cầu nhỏ của chúng ta. Ông được gọi là Vệ binh Mặt trời.

Ông điều khiển thời tiết, trong lo cho đất đai của chúng ta...

Còn Mặt trăng, nó được Vệ binh Mặt trăng đầu tiên kéo từ thế giới mộng ảo đến. Trên thực tế, người ấy đã mang đến cho chúng ta những giấc mơ.

Sự cân bằng giữa ngày và đêm đã ra đời như thế.

Sau này, Mặt trăng và Mặt trời bị đánh cắp, hai vệ binh bắt đầu tìm kiếm và giải cứu, suốt quá trình đều là kỳ tích, đều có tình yêu và dũng khí theo cùng họ.

Câu chuyện cực kỳ cảm động, cũng cực kỳ lãng mạn.

Trong phim có một cảnh để lại ấn tượng rất sâu trong lòng tôi.

Vệ binh Mặt trời Sohone bị kẻ xấu hãm hại, bốn bề đều là những con rắn bạc đang ngọ nguậy, nhưng rắn không tấn công lên người cậu ta, chỉ dùng vô vàn lời nói để nhục mạ Sohone - chúng muốn Sohone biến thành ác ma.

Chúng cười điên cuồng, mỉa mai, dùng những lời cay nghiệt hòng hủy hoại Sohone:

'Đây chính là tên vô dụng đã làm mất Mặt trời sao? Đúng là ngu ngốc...'

'Đồ phế vật, người đúng là Vệ binh Mặt trời tệ nhất trong lịch sử...'

'Buồn thật, thế mà người cũng có thể chịu được sao? Anh hùng?!'

Sohone càng lúc càng phẫn nộ, càng lúc càng căm hận, cơ thể tỏa sáng và lực lượng của cậu ngày càng tối đi, đôi con ngươi ngày càng nhỏ lại, linh hồn của cậu đang bị dị hóa, dần dần biến thành kẻ hệt như kẻ thù của mình, khi đồng đội của cậu tìm đến, cậu không còn nhận ra nữa.

Cậu gào thét, gầm gừ với bạn bè mình, muốn xé nát họ - đây chính là mục đích của kẻ thù.

Cuối cùng, họ gọi cậu là: 'Ác ma!'

Anh hùng biến thành ác ma một cách dễ dàng như thế - chỉ cần âm thanh của đối phương đủ lớn, đủ đông, có đủ quyền lực và võ công để uy hiếp người khác là được.

Trong lịch sử Trung Quốc, có một giai đoạn mười năm, rất nhiều việc thay trắng đổi đen đã xảy ra vào lúc bấy giờ.

Có rất nhiều người trong đó, trước sự phê phán của dân chúng, sự kiên trì lúc ban đầu biến thành dao động, biến thành khuất phục, trở thành người giống hết những kẻ đã áp bức mình.

Trong đám người ấy cũng có rất nhiều học giả xuất sắc và các chiến sĩ kiên cường.

Đã 40 năm trôi qua kể từ năm 1976.

Trong 40 năm qua, kinh tế đã phát triển vượt bậc, nhưng có những thứ vẫn còn tồn tại cho đến ngày nay.

Mộ Dung Tuyết Thôn từng viết một tác phẩm văn học tả thực - 'Trung Quốc, thiếu mất một vị thuốc', kể lại những gì anh nghe và thấy được trong khoảng thời gian nằm vùng trong ổ bán hàng đa cấp ở Thượng Nhiêu.

Trong thời gian bị tổ chức đa cấp tẩy não, thân là một học giả có ý chí kiên định, có học thức vững vàng, thế mà dần dần anh ta cũng hoài nghi chính mình, có khuynh hướng tin tưởng họ.

Anh nói, nếu mình không thoát ra khỏi đó sớm, không biết bây giờ đã trở thành người thế nào nữa.

Vì sao chúng ta lại dễ dàng tự phản bội mình như thế?

Bởi vì con người sẽ trốn tránh sự cô độc theo bản năng.

Loại cô độc này không chỉ có cô độc về môi trường, mà cô độc về tính cách.

Một người quanh năm suốt tháng sống trong cô độc sẽ rất khó chịu.

Một người quanh năm suốt tháng không có lấy một ai đồng tình với lời anh ta nói, cũng chẳng dễ chịu gì, thậm chí càng khó chịu hơn điều phía trên.

Borges từng viết trong tiểu thuyết: 'Liên tục nhiều ngày tôi vẫn chưa tìm ra nước, mặt trời gay gắt, cái khát và nỗi sợ khát thật khó mà chịu đựng được.'

Vì sao câu nói này lại khiến người ta cảm thán? Là vì sau 'cái khát', Borges đã nói cho chúng tôi biết, 'nỗi sợ khát' còn đáng sợ hơn.

Cô độc cũng giống như vậy.

Bản thân cô độc không hề đáng sợ, nó không giết chết chúng ta được, cái giết chết chúng ta là nỗi sợ cô độc.

Vì vậy, nếu ý chí không đủ kiên định, chúng ta rất dễ dàng gấp gáp chạy về phía 'số đông'.

Nghĩ thử xem, đứng chung một chỗ với đám đông, anh tung tôi hứng, người hát kẻ hò, tuy không sáng suốt lắm nhưng vẫn an toàn biết mấy, đảm bảo biết mấy, nhẹ nhàng biết mấy, ảm áp biết mấy...

Cái lồng lớn mang tên 'chúng ta' sẽ mang đến cho ta một loại ảo giác: Bạn không một mình, bạn có một nhóm đồng minh.

Cảm giác thân thuộc biết bao!

Tiếc là Mark Twain đã thẳng thừng nói: 'Khi bạn nhận ra mình đang đứng về phía số đông, bạn nên dừng lại và tự ngẫm về mình.'

Một khi lợi ích và tương lai cá nhân của chúng ta trông có vẻ chẳng đáng để chúng ta tiếp tục sống vì nó, chúng ta sẽ gấp gáp cần một vật khác để sống vì nó.

Thế nên, người thôn Vị Trang tham gia cách mạng, chính là A Q cực đoan đến cực điểm.

Những người hô hào đánh giết lớn tiếng nhất luôn là người thất bại nhất. Giống như đám phụ nữ trong phim 'Mối tình đầu của tôi'.

Còn rất nhiều ví dụ khác ở quanh bạn và tôi.

Chúng có thể là những bài ép buộc quyền góp trên Weibo, cũng có thể là làn đánh ghen tập thể nào đó...

Trong các cuộc phản đối rầm rộ, chúng ta quên mất khi chúng ta hô hào nhân danh chính nghĩa nào đó, cướp đoạt những quyền của người khác, gây sức ép không có điểm dừng, làm vậy đã hình thành hành vi 'bạo lực tập thể'.

Giống như trong phim 'Thị trấn Dogville';

Giống như Sorcates bị công chúng đưa vào bản án tử hình.

Cách đây không lâu Hòa Thái Đầu có viết một đoạn văn tên là 'Ba khóa học về việc nghe lời'.

Trong đó viết:

Họ chiếu sáng nhau như chiếc đèn pin, thế nên mọi người đều có cuộc sống như nhau, sao chép cuộc đời của đối phương, họ gọi đó là 'tam quan đúng đắn'.

Bắt đầu từ một người nghe lời, sau đó yêu cầu tất cả mọi người đều nghe lời mình, cuối cùng sống cuộc đời ngay hàng thẳng lối như điệu múa tập thể ở quảng trường với bao người khác, sống như một đám người đang tập thể dục với quy mô lớn.

Đối với cá nhân mà nói, nếu vẫn còn tồn tại khái niệm 'cá nhân', vậy không nghe lời là một đức tính tốt đẹp.

Vâng, thế giới luôn có một số người không nghe lời lắm, không thích tập thể lắm.

Họ chống lại thành kiến để tiến lên, không ngừng dừng bước, cho dù Bruno bị dân chúng thiêu chết, cho dù Lão Xá bị ép gieo mình xuống hồ tự vẫn, cho dù con đường mà họ đi luôn là đơn thương độc mã, bị phục kích, bị hàng ngàn người chỉ trích là đại nghịch bất đạo, bị xem là châu chấu đá voi, mơ giữa ban ngày...

Nhưng Vương Tiểu ba đã nói: 'Con đường theo đuổi trí tuệ vẫn còn người đang đi, chỉ cần nghĩ đến điều này tôi đã rất vui rồi.'

Vâng, chính là những người không nghe lời, không khuất phục, chèo thuyền ngược dòng này mà hôm nay chúng ta mới có thể sống trong tự do và sung túc.

Sohone trong 'Vệ binh Mặt trời' vì không chống lại được những lời thóa mạ của rắn, không ngừng tự hủy hoại bản thân, trở thành kẻ

thù của chính mình, đó là do trong sự tấn công như bão táp, cậu ta đã dần dần hoài nghi chính mình.

Song, nếu bạn cũng thật sự đang trải qua chuyện này, xin hãy ghi nhớ:

Để những lời nhục mạ lắng xuống, để lòng tin cho sáng bạn, sau đó dẫn lối chính mình bước trên con đường lý trí và tự do một cách vững vàng.

Giống Lưu Du nó, một cá nhân cũng giống một đội ngũ, chiêu binh mãi mã với đầu óc và tâm hồn của mình, không nản lòng, có tiếng nói, yêu tự do.

Đây có lẽ là cách duy nhất để tìm kiếm ý nghĩa từ trong hư vô.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dấn Xa Cách (1)

Mối quan hệ liên kết yếu đem đến tiền tài, mối quan hệ liên kết mạnh đem đến tình yêu

Năm 2010, tôi còn ở quê, gánh vác kỳ vọng của cả dòng họ, phải mua một căn nhà trên huyện.

Nhưng lúc đó lương của tôi chỉ có vài ba đồng, nghèo rớt mồng tơi.

Các sổ tiết kiệm, các loại thẻ, chỉ cần có tiền nếu lấy hết ra, cộng thêm tiền mặt trong ống tiết kiệm, vẫn còn thiếu bảy tám chục nghìn nhân dân tệ mới đủ góp đợt đầu. Tôi không còn cách nào khác, đành gom hết can đảm, gọi điện thoại cho những người bình thường 'rất thân', 'hơi thân', 'xem như thân'.

Để làm gì? Vay tiền.

Thân là một nữ thanh niên văn nghệ sĩ, bình thường cao ngạo đã quen, mở miệng vay tiền thật khó biết mấy, tôi tin các bạn cũng từng nếm trải rồi.

Kết quả thế nào?

Không có lấy một người chịu cho tôi vay tiền.

Vâng. Không - có - lấy - một - người.

Cho dù quan hệ thân thiết đến mấy, cho dù là bà con hay là bạn bè, cho dù đối phương sống sung túc giàu sang thế nào, cũng không một ai cho tôi vay lấy một đồng.

Song, bà ngoại vẫn gọi điện thoại cho tôi và nói: 'Linh Ly (tên tục của tôi) à, con phải thương mẹ con chứ, bị cha con đánh thật đáng thương, đời này nó chẳng được hưởng phúc... Nó chỉ muốn có ngôi nhà của mình thôi, con nghĩ cách đi...'

Còn ba tôi, mỗi lần gặp tôi đều hậm hực nói: 'Cho chúng mày ăn học bao nhiêu mà chẳng có chút tích sự gì, hôm qua tao gặp một bà chị dâu, mới hai mươi mấy tuổi, chẳng học hành gì, từ ngoài trở về, vung tay cái là mấy trăm nghìn tệ, mua đứt cả một căn nhà.'

Tôi dè dặt nói, trẻ như vậy, lại không học hành, kiếm được nhiều tiền thế kia e là không đáng hoàng gì.

Ba tôi nói: 'Mặc kệ cô ta lấy đâu ra, có tiền chính là có bản lĩnh, chúng mày có bản lĩnh thì cũng mua cho tao một căn nhà đi!'

Mẹ tôi thì sao?

Không hỏi thúc, chẳng yêu cầu, chỉ là dùng ánh mắt sảo nảo nhìn tôi, chẳng nói gì, nhưng tất cả đều đã được nói.

Là con gái trưởng trong nhà, gánh nặng mua nhà, không cần nói, toàn bộ đều đổ hết lên người tôi.

Tôi không thể không mua.

Nhưng tôi cũng mua không nổi.

Sau này giải quyết thế nào?

Có một người bạn tôi chỉ gặp qua một lần (đến nay cũng chỉ gặp qua một lần), theo cách nói ngày nay chính là kiểu quan hệ nhạt nhát trong tất cả các mối quan hệ, cô ấy nghe kể tình hình, không nói lời nào đã cho tôi vay tám trăm nghìn nhân dân tệ.

Tôi từng hỏi cô ấy vì sao.

Cô ấy nói: 'Vì tôi từng đọc qua văn cô viết, cũng từng gặp qua người ở bên ngoài, tôi chưa từng thấy ai có lòng kiên trì như cô, chỉ dựa vào điều này tôi đã vô cùng tin tưởng cô, cũng thấy nên giúp cô!'

Các bạn biết cái cảm giác bỗng nhiên được khẳng định, được giải cứu chứ?

Chính là đứng trước câu trả lời của cô ấy tôi không nói được câu nào, không đáp lại được chữ nào, nước mắt không ngừng tuôn rơi. Tôi âm thầm thề, không được phụ lòng cô ấy, không được quên. Không làm được người đứng trên người khác, ít nhất cũng phải làm một người tốt.

Cho đến hiện tại, tiền đã trả hết từ lâu.

Nhưng cảm giác biết ơn cô ấy vẫn chưa nguội lạnh chút nào.

Việc này đã gọi cho tôi suy nghĩ về những mối quan hệ.

Bởi vì, tôi còn gặp rất nhiều chuyện tương tự.

Năm 2014, tôi xuất bản sách.

Người đem đến cho tôi cơ hội này cũng là người quen của người quen của người tôi quen, phải qua mấy bước trung gian mới bắt chuyện được với nhau.

Có một hôm cậu ta nói với tôi: 'Tuần trước có nghe xx nhắc đến cô, mấy hôm nay tôi đã nghiên cứu qua, tôi nghĩ sách của cô có thể in được!'

Sau đó, mọi chuyện diễn ra thật tự nhiên.

Sau nhiều tháng chuẩn bị, cuốn sách đầu tiên ấy đã được xuất bản một cách thuận lợi.

Chồng tôi cũng nói, những mối làm ăn quan trọng nhất của anh ấy đều do người quen tạo cơ hội cho.

Chẳng hạn như gặp được một người bạn đang mời một người uống trà, và thế là quen biết thêm một người bạn mới.

Người bạn mới này trong lúc trò chuyện vu vơ, vô tình tiết lộ một tin tức. Tin tức quan trọng này đã trở thành mấy mối đơn hàng lớn của anh ấy.

Đại học Stanford từng làm một cuộc khảo sát, chúng ta tìm được việc làm có bao nhiêu người nhờ vào quan hệ, bao nhiêu người ứng tuyển theo các kênh chính thức như thấy quảng cáo, nộp hồ sơ...

Kết quả phát hiện ra, quá nửa đều là nhờ quan hệ cá nhân mà xin được việc làm.

Ví dụ như Đặng Văn Địch.

Ở trên máy bay trò chuyện với Murdoch một lúc đã có được công việc thực tập ở tổng bộ Star TV.

Nói cách khác, khi chúng ta đang đau đầu vắt óc nghĩ cách làm sao cho sơ yếu lý lịch của mình trông bắt mắt, hơn một nửa công việc đã bị những người có quan hệ lấy đi mất rồi.

Điều này nghe có vẻ không công bằng chút nào.

Nhưng thật ra lại rất công bằng.

Đối với đơn vị tuyển dụng mà nói, cơ hội có được công việc trao cho A hay cho B, trong trường hợp cả hai đều thích hợp, người nào xuống tay trước thì là người đó có được trước.

Nghiên cứu cũng cho thấy, một người có năng lực càng cao, càng giàu có, càng có danh vọng, vậy thì quan hệ xã hội của người đó sẽ càng rộng, quen biết càng nhiều người, tin tức cũng có được càng nhanh. Ngược lại cũng thế. Vậy nên đơn vị tuyển dụng hà có gì không dùng thử người đến trước nhờ vào quan hệ mà có được cơ hội chứ?

Mỗi một người, chỉ cần ở trong xã hội thì sẽ có những mối liên kết mạnh hoặc yếu.

Trong phòng có liên kết mạnh như bạn bè thân thiết, hàng xóm láng giềng, vì sở thích và giá trị quan tương tự nên tin tức qua lại cũng chỉ cùng tính chất.

Bạn và bà con thân thích trò chuyện nhiều hơn nữa cũng chỉ quanh quẩn trong truyện cha mẹ, gia đình.

Còn những mối liên kết yếu giữa vòng tròn này với vòng tròn khác, ví dụ như vòng tròn của A và B, vòng tròn của C và D, đều có những nguồn tài nguyên khác nhau, khi hai vòng giao nhau sẽ mang đến những tin tức mới mẻ và kèm theo những cơ hội mới.

Đây cũng chính là lý do những người giỏi giao tiếp như Đặng Văn Địch, Điền Phác Quân... lại có thể đạt được mong ước của họ.

Đây cũng là lý do rất nhiều nhà môi giới thông tin có được khối tài sản cực lớn.

Năm 2015, có một bài viết tên là 'Không cùng vòng giao tiếp, không cần cố dung hòa' được lan truyền trên mạng, rất nhiều người đều xem nó như tri âm.

Tôi không thể nói quan niệm trong bài viết không đúng.

Chỉ có thể nói, cách nhìn nhận này vẫn có chút thiếu sót.

1. Tác giả là một người làm nghề gõ chữ.

Tính chất của người gõ chữ khác với những công việc khác.

Nó là công việc làm một mình, thuộc phạm trù kỹ thuật chỉ cần làm tốt việc của mình, không cần quan tâm những thứ khác, thế nên vòng giao tiếp càng đơn lẻ càng làm việc chăm chú, thành quả sẽ càng lớn.

Vì vậy, tác giả cũng bất giác phản chiếu thái độ và lối sống của mình lên người khác, cho rằng tất cả mọi người đều không cần hoà mình vào vòng tròn giao tiếp.

Tất nhiên điều này là suy nghĩ phiến diện.

Xã hội ngày nay, còn có rất nhiều công việc làm tập thể, cần có mạng lưới quan hệ, cần có năng lực trao đổi và giao tiếp. Nếu ai cũng cảm thấy không cần đề ý đến quan hệ, rất nhiều công việc sẽ không cách nào triển khai được, chỉ có thể buôn bán qua lại giữa người thân và bạn bè.

2. Nó chỉ thích hợp với nhân viên cấp thấp.

Công việc càng là cấp thấp, càng phân chia nhỏ lẻ.

Ví dụ như một số nhân viên cấp thấp của công ty quảng cáo, trong một năm đầu chỉ có vẽ tranh, thiết kế chút logo, chỉnh sửa ít tranh, nếu vậy, quan hệ giao tiếp của bạn ra sao cũng chẳng liên quan gì đến công việc.

Nhưng nếu làm ở cấp cao, nắm giữ vận mệnh của công ty, mỗi một quyết định đều ảnh hưởng đến cả nhóm người, lúc này vòng tròn giao tiếp của bạn vẫn nhỏ hẹp, tin tức trong ngành vẫn còn ít ỏi, như vậy sẽ chú ý trói buộc tư duy của bạn, dẫn đến việc đưa ra quyết định sai lầm.

Đây cũng là lý do mạng lưới quan hệ của người giàu có và giới tinh anh thường lớn và phức tạp.

3. Cô độc và khép kín, để dành giữ cho bản thân trong sạch và có ảo giác cố gắng.

Điều này không có gì xấu.

Nhưng chúng ta phải ghi nhớ, bên trong vòng tròn giao tiếp chỉ có người quen; bên ngoài vòng tròn giao tiếp mới có cơ hội.

Chúng ta không khuyến khích dựa dẫm vào quan hệ, nhưng cũng không thể để mọi người đều cho rằng vứt bỏ quan hệ xã giao là một đức tính tốt đẹp, là một hành động thông minh.

Giáo sư La Gia Đức, chuyên gia mạng xã hội đã từng lấy một ví dụ.

Thành phố Boston ở Mỹ có hai khu tập thể.

Một là khu tập thể Ý, mối liên kết mạng đặc biệt nhiều, anh mời tôi ăn cơm, tôi đến nhà anh chơi, rất có tình người, cuối cùng hình thành từng vòng tròn giao tiếp nhỏ.

Cộng đồng còn lại là khu tập thể Đức, mọi người đều giữ chừng mực với nhau, không mạo phạm nhau, quan hệ khá mờ nhạt, chỉ gặp nhau trong các buổi hòa nhạc, nhóm thể thao, các cuộc họp phụ huynh... chủ yếu là mối liên kết yếu.

Vì thế khu tập thể Đức đã hình thành một mảng những mối liên kết yếu nối với nhau, còn khu tập thể Ý hình thành rất nhiều mạng lưới riêng lẻ.

Có một ngày, chính phủ quyết định phải đổi mới đô thị, hai khu tập thể đều bị phá vỡ.

Cộng đồng người Ý rất tức giận, họ làm đủ mọi hình thức phản đối, kháng nghị, thậm chí tập hợp đội cảm tử để ngăn cản công nhân phá dỡ, nhưng cuối cùng vẫn bị phá dỡ.

Người dân sống trong khu tập thể Đức bình tĩnh hơn rất nhiều.

Họ tập hợp các nhóm tình nguyện, vận động các mối quan hệ, có người đi tìm truyền thông, có người đến thuyết phục chính phủ

thành phố, có người vừa khéo quen biết với thị trường nên đã tìm cách đến giải trình trực tiếp, cuối cùng, khu tập thể Đức không bị phá dỡ.

Mhóm người trước sử dụng sức mạnh của bản thân.

Nhóm người sau phân tán sức mạnh, từ 1 biến thành 10, 10 biến thành 100, vậy là đã có đủ sức mạnh để phản kháng.

Thế nên, nếu chỉ có những liên kết mạnh, mạng giao tiếp xã hội sẽ bị cô lập thành một ốc đảo đông dân, có thể bị phá vỡ từng cái một.

Còn các mối liên kết yếu nối đuôi nhau, hình thành một mạng lớn, có thể cùng nhau tạo thành một hệ thống hoàn chỉnh có nhiều chức năng khác nhau.

Người Trung Quốc thích sống theo tập thể vì cảm giác ấm áp.

'Tập thể' chính là vòng tròn giao tiếp.

Vòng tròn càng chặt, càng tạo cho người ta cảm giác an toàn.

Chẳng hạn như trong một nhóm, mối quan hệ liên kết mạnh, càng khăng khít, lại càng có sức chiến đấu cốt lõi.

Trong một gia đình, mối quan hệ liên kết mạnh, càng chặt thì càng có cảm giác thân thuộc.

Đây cũng chính là nguyên nhân sự gắn kết giữa chúng ta với người thân, bạn bè, người yêu càng nhiều, càng có nhiều tình cảm, càng thấy hạnh phúc.

Các mối quan hệ liên kết mạnh đem lại sự thân thiết, cũng đem lại tình yêu.

Người có mối quan hệ liên kết mạnh sẽ không cảm thấy cô độc.

Nhưng quan hệ liên kết yếu lại có thể cung cấp đường dẫn, lấy được tin tức, giành trước cơ hội trước, giới thiệu và kiểm soát lợi ích, nhờ đó mà mang đến cơ hội, cũng mang đến tiền tài.

Cuối cùng, tôi muốn nói với tất cả các bạn rằng, bài viết trên không phải để khuyến khích các bạn mở rộng mối quan hệ, cũng không xúi giục các bạn trở thành những người cuồng giao tiếp xã hội, tôi chỉ hi vọng các bạn có thể hiểu, những mối quan hệ khác nhau sẽ đem đến cho chúng ta những hướng đi khác nhau. Từ đó, chúng ta căn cứ theo các nhu cầu khác nhau để chọn đối tượng khác nhau.

Giống như chuyện hợp tác và làm việc, hãy xem xét đến những người bạn có liên kết quan hệ yếu, vì chúng có tỉ lệ thành công cao hơn; còn giải tỏa tâm tình và thư giãn, hãy ở bên người thân bạn bè có liên kết quan hệ mạnh, vì như vậy sẽ khiến bạn hạnh phúc hơn.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dần Xa Cách (2)

Vì sao bạn thân cứ dần xa cách

Năm 2015, tôi đã dự một buổi họp lớp diễn hình. Mọi người tụ tập quanh bàn cơm, vừa nhớ về chuyện ngày xưa vừa khoe khoang hiện tại, bắt chuyện sẵn tiện thăm dò lẫn nhau. Một bạn nữ nói với tôi: 'Năm đó chúng ta chơi với nhau thân như thế, cậu còn nhớ không?'

Cô ấy ngồi đối diện, ngón tay mập mập chỉ về phía tôi.

Tôi nhìn cô ấy một lúc, không có ấn tượng lắm, chỉ nhớ đã từng học chung lớp một năm, tình cảm sâu đậm thế nào, tôi thật sự đã quên mất, nhưng vẫn ngờ ngợ đáp phải.

Tôi nói: 'Ừm, đúng vậy.'

Cô ấy đã làm mẹ của hai đứa con, không có việc làm, suốt ngày chơi mạt chược trong thị trấn, khi nói chuyện với người khác lúc nào cũng chen vào n loại bộ phận sinh dục.

'Lúc đó, mình, cậu và xx chơi thân với nhau nhất, cùng ăn cùng ngủ...'

Lớp bụi trên quả cầu thủy tinh ký ức từ từ tản đi, tôi đã nhìn thấy chuyện cũ. Đêm mùa hạ, chúng tôi tan lớp tự học ban đêm, đi qua mười dặm đường núi, đến nhà cô ấy ở cuối thôn, lấy ít đồ, ăn ít khoai lang, rồi quay lại đường cũ. Ánh trăng sáng chiếu rọi mọi mặt đường, bốn bề hoang vắng, đom đóm chập chờn, chúng tôi chợt nghĩ đến cả đời.

'Cả đời đều làm bạn thân nhé!'

'Ừ, cả đời.'

Kết thúc điểm của một đời thì ra chính là tốt nghiệp.

Từ đó, cô ấy lao vào thế giới phồn hoa, tôi bước chân vào hồng trần cuộn cuộn, cô ấy quan tâm chuyện củi gạo dầu muối của cô ấy, tôi lo chuyện vui buồn hờn giận của tôi. Không cùng chí hướng chẳng thể chung đường, xa cách bắt đầu từ đó.

Trong cuốn 'Dear Andreas', Long Ứng Đài đã nói với con trai mình:

Đời người thật ra giống một con đường đi từ nơi đồng bằng rộng lớn vào chốn rừng sâu.

Trên đồng bằng, bạn bè có thể đi thành nhóm, vui vẻ lôi kéo kéo, nương tựa vào nhau: một khi bước vào rừng sâu, cỏ cây và chông gai cản đường, tình hình liên thay đổi, ai nấy đều chuyên tâm bước trên con đường của mình, tự tìm lối đi riêng.

Tình cảm lôi kéo kéo cùng nhau hát hò vui vẻ đó, tình cảm bạn bè vô ưu vô lo không chút đố kỵ đó, cả đời cũng chỉ có ở thời niên thiếu.

Sau khi con người trở nên chín chắn, tự giác, họ sẽ dần dần ý thức được mình là ai, muốn có được những gì trong đời, và cũng xác định được ở một mức độ nhất định rằng bạn bè nào đáng để toàn tâm theo dõi, bạn bè nào chỉ là tiêu hao tinh thần.

Quá trình chọn lọc này có một tên khoa học, gọi là Lý luận chọn lọc cảm xúc xã hội.

Bạn cho một người bạn vào danh sách đen, tất nhiên cũng sẽ 'chấp nhận lời mời kết bạn' của một người bạn khác.

Bạn bị một nhóm bạn bè cho 'đi vui vẻ, không tiến', cũng đồng nghĩa với việc sẽ được một nhóm bạn đẹp khác 'hoan nghênh ghé đến'.

Cuộc sống khác nhau, hoàn cảnh khác nhau, quan niệm tư tưởng và thái độ sống khác biệt, đều khiến cho bạn bè tan đàn xẻ nghé.

Điểm này có vẻ tàn khốc, nhưng không thể tránh khỏi cũng không cần phải tránh.

Trương Ái Linh quen với Viêm Anh tại Đại học Hongkong, sau này thân thiết với nhau đến mức suýt bị nghi ngờ là đồng tính. Tranh minh họa trong sách của Trương Ái Linh, đa số đều là tác phẩm do Viêm Anh vẽ, chụp cho bà. Thời kỳ hòa bình, họ chỉ lo chuyện học hành, quần áo, ăn uống, tình cảm và những thứ linh tinh, khi chiến tranh ập đến, lại cùng nhau tránh khói lửa chiến tranh. Tháng 8 năm 1944, Hồ Nam Thành li hôn với người vợ thứ hai, kết hôn với Trương Ái Linh. Viêm Anh là người chứng hôn cho họ.

Đáng tiếc, sau khi đóa hoa thanh xuân nở rộ, thời gian thoi đưa, chỉ thấy người đi không trở lại.

Nhiều năm sau, họ dần dần xa cách, sau này cắt đứt, gần như không còn qua lại với nhau nữa. Một người ở nước Mỹ trải qua những tháng ngày cô độc, một người ở Nhật Bản sống cuộc đời vui vẻ.

Viêm Anh từng viết thư hỏi, vì sao đột nhiên không để ý đến mình nữa? Trương Ái Linh nói: 'Mình không thích một người lúc nào cũng nói chuyện mấy chục năm trước với mình, cứ như mình là một người đã chết vậy.'

Chuyện này khiến tôi nhớ đến một tác giả viết chuyên mục, anh ta nói, có một lần bị kéo vào nhóm trò chuyện của bạn học cấp hai, chợt nhận ra không thể nào thích ứng được, những người vừa thân thuộc vừa xa lạ, suốt ngày chia sẻ những tin đồn, cách dưỡng sinh, '10 cách khiến chàng hoàn toàn yêu bạn'... vào trong nhóm.

Anh ta thử nói với mọi người, vì sao tin đồn chỉ là tin đồn, cách dưỡng sinh của Trung y không thể tin hết được, 10 cách khiến đàn ông yêu một người phụ nữ chỉ là những chiêu trò nực cười...

Vài ngày sau, anh ta nhận được thông báo: Bạn đã bị xóa khỏi nhóm.

Anh ta bắt đầu dẽ, cảm thán nói, bạn bè thời niên thiếu chỉ thích hợp để hoài niệm.

Từ những điều trên suy ra, người quen biết nhau qua ân tình cũng chỉ thích hợp để báo ơn, người cùng uống rượu, ca hát, vui chơi, cũng chỉ thích hợp để cùng nhau vui chơi.

Bạn bè thật sự phải có nguồn lực, địa vị, kiến thức tương đương nhau. Tuy có một số tình bạn trông có vẻ đã vượt qua rào cản về giai cấp, nhưng chắc chắn phải có cách tư duy tương đồng. Bạn bè là người cùng chia sẻ những quan điểm chung, không chỉ là trao đổi tình cảm.

Sau này Trương Á Linh chơi thân với Quảng Văn Mỹ. Quảng Văn Mỹ là một dịch giả, cũng là tác giả, vợ của nhà phê bình Tống Kỳ, học thức hơn người, đức hạnh cũng thế. Tống Kỳ từng mời Quảng Văn Mỹ làm thư ký riêng của bà, nhưng Quảng Văn Mỹ đã từ chối. Trương Á Linh nói: 'Hễ tôi gặp được cô gái nào có tài có đức đều thử so sánh người ấy với Mae, chẳng ai có điểm nào sánh bằng cô ấy.'

Năm 1995, Trương Á Linh qua đời tại Los Angeles, trước khi lâm chung bà để lại lời trăng trối đơn giản, chỉ có 3 điều, điều đầu tiên chính là: Sau khi tôi qua đời, hãy đem tất cả những gì tôi có giao lại cho vợ chồng Tống Kỳ.

Tình nghĩa chân thành, tín nhiệm tuyệt đối, có thể nói là hình mẫu cho tình bạn.

Trở lại chủ đề chính.

Trên các phương tiện truyền thông xã hội, ở đâu cũng có thể bắt gặp những lời cầu cứu làm sao để níu giữ tình bạn, những lời than thở tình bạn ngày xưa đã không còn nữa, hết người này đến người khác, từng người từng người một, trải dài đến tận chân trời.

Tôi hiểu được cảm giác mất mát này, cũng từng ném trái nõi xót xa khi tình bạn kết thúc, và nghĩ sở dĩ mối quan hệ với người từng rất thân thiết kết thúc, căn bản là do chúng ta đều đã thấy rõ con

kênh ngăn cách ngày trước rất nhỏ bé, nhưng sau này lại trở nên rộng và sâu. Con kênh của quan niệm.

Người chỉ xem chương trình truyền hình thực tế và những bộ phim kháng Nhật, và người thích đọc Arendt, Kafka, tất nhiên khó đi chung với nhau được;

Người thích chơi mạng chược, và người thích chu du khắp thế giới đương nhiên khó trở thành bạn bè;

...

Vậy nên, khi tình bạn đi đến hồi kết, đừng gượng ép, đừng cố tìm lại, đừng vớt trăng dưới nước, đừng lấy tình cảm ngày xưa để níu kéo đừng buông lời cay đắng.

Chỉ cần thẳng thắn thừa nhận: Nó đã kết thúc rồi.

Sau đó, người thích mạng chược tiếp tục tìm kiếm bạn thích chơi bài, người mê sách làm bạn với người mê phim ảnh, người thích du lịch vòng quanh thế giới gặp gỡ du học sinh, MBA Harvard kết giao với thạc sĩ trường Yale, Bá Nha và Tử Kỳ trân trọng lẫn nhau, Sheldon và Leonard kẻ tung người hứng, Tiểu S và Phạm Vỹ Kỳ, A Nhã, Ngô Bội Từ và nhiều nữ minh tinh khác kết thành hội chị em.

Nếu bạn nói, tôi vẫn không có bạn, phải làm sao đây?

Trong cuốn 'Gào thét trong mưa bụi', Dư Hoa từng nói:

'Tôi không giả vờ như mình có rất nhiều bạn bè nữa, mà trở về với cô đơn, bắt đầu cuộc sống của riêng mình với cái tôi thật sự. Có lúc cũng bởi vì cô đơn mà tôi khó lòng chịu được sự giày vò của trống vắng, nhưng tôi thà dùng cách này để giữ lòng tự tôn của

mình, chứ không muốn lấy sự khuất nhục để đổi lấy những người bạn ngoài mặt.'

Những người càng không có điểm giới hạn, càng có nhiều 'bạn bè'. 'Đây là bạn tôi, kia là bạn tôi, ồ, anh ta hả, tôi cũng quen, bạn tôi đấy.'

Người càng tự tôn trọng mình, càng cẩn thận trong việc kết giao bạn bè. Vì họ biết, một là hai bên đều phải nhận biết tình cảm này, hai là trí tuệ cùng đức hạnh có sự tương đồng nhất định.

Tri kỷ thật sự có thể gặp chứ không thể cầu, có lẽ đến hết đời này chúng ta cũng không thể gặp được Quảng Văn Mỹ, không gặp được Tử Kỳ, không gặp được Leonard. Nếu vậy, quả đúng là đáng tiếc.

Nhưng trước khi tiếc nuối, bạn nhất định phải tự hỏi mình một câu: Nếu gặp gỡ những người tỏa sáng, bạn có đủ khả năng đứng ngang hàng với họ không? Không chỉ trở thành một tín đồ mất giá (cũng trở thành kẻ phản đồ rẻ mạt), mà trở thành bạn tâm giao đến hết đời.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dắt Xa Cách (3)

Trong danh sách bạn bè không có bạn bè

Khi bình quân mỗi người đều có một tài khoản WeChat, không ai không dùng, đây không còn là một phương thức để liên lạc, là phương tiện để tôi và bạn trò chuyện với nhau, mà nó là một kiểu xã giao, một vòng tròn giao tiếp, một phương tiện truyền thông nhỏ, nó đã trở thành sân khấu của tôi và họ.

Nói cách khác, trong WeChat đã không còn bao nhiêu người là bạn tốt thật sự.

Bạn sẽ không tâm sự với họ, sẽ không gặp họ, thậm chí suốt mấy năm trời cũng không nói với họ câu nào.

Các bạn không có bất kỳ mối quan hệ gì, chỉ là khán giả của nhau, là diễn viên của nhau trong một ứng dụng điện thoại nào đó, duy trì từ ngày này sang ngày khác.

Có lúc bạn sẽ cảm thấy thắc mắc: Mình đâu có quen biết mấy trăm người này, sao lại kết bạn với họ nhỉ?

Kỳ thực rất đơn giản, loài người đều hướng đến lợi ích.

Trong nhận thức của chúng ta, bạn bè trên WeChat cũng là một con đường có thể dẫn đến một lợi ích nào đó mà ta chưa rõ.

Vào năm 2015, tôi từng đăng một câu lên Không gian QQ: Một trong những phần thưởng lớn nhất của sự cố gắng chính là những người bạn từng thần tượng lần lượt trở thành bạn bè trên WeChat của bạn.

Đúng vậy, tôi đã kết bạn với rất nhiều thần tượng.

Khi khung đối thoại của người thường xuyên xuất hiện trên các bài viết cộng đồng nhảy ra trong WeChat của tôi: 'Tôi đã chấp nhận yêu cầu kết bạn của bạn, bây giờ chúng ta có thể bắt đầu trò chuyện rồi...' Sự kích động bất ngờ ấy có thể khiến bạn được đột nhiên thốt không nên lời.

Dường như cả thế giới đều đang từ từ đến gần.

Dường như đỉnh cao của cuộc sống chỉ cần xoay chân một cái là có thể đến được ngay.

Nhưng sau này tôi nhận ra, điều đó có tác dụng gì đâu.

Tôi vẫn là con gà yếu ớt siêu cấp vô địch trong vũ trụ, vẫn là kẻ vô dụng xưng thứ hai không ai nhận thứ nhất, họ sẽ không nói với tôi dù chỉ nửa lời, sẽ không thích hay bình luận bài viết của tôi, không tặng tôi 3.888 nhân dân tệ làm phần thưởng cuối năm, blog cá nhân tăng thêm 38 người theo dõi, sang năm mới tăng thêm 3 cân 8 lạng.

Vốn không cùng cấp bậc sẽ không trò chuyện và trao đổi với nhau. Tình cảm tất nhiên cũng không tồn tại.

Tôi vẫn là tôi.

Thần tượng vẫn là thần tượng.

Có một lần tôi lấy hết can đảm để hỏi một người: 'Nam thần, tháng sau em đến Bắc Kinh, có thể đến gặp anh không?'

1 phút không để ý đến tôi.

2 phút không để ý đến tôi.

...

38 789 786 575 346 535 789 532 567 754 phút, vẫn không để ý đến tôi.

Tôi giống như một người tàng hình, bị ngó lơ rồi.

Thế nào gọi là gần trong gang tấc mà cách biệt chân trời, thế nào gọi là có thể gặp chứ không thể cầu, thế nào gọi là người lạ thân thuộc nhất, thế nào gọi là 'âm thầm hiểu ra bản thân nặng bao nhiêu', tôi đã hiểu hết rồi.

Nhưng tôi có chặn tài khoản người ấy không? Tất nhiên là không.

Bởi vì, 1. Có thể kết bạn với nam thần đã không dễ dàng rồi.

2. Tuy hôm nay cô đây đúng là đã xuống đến tầng thứ âm 18 của Kim Tự Tháp, nhưng tôi nghĩ, rồi sẽ có một ngày tôi nhảy lên mặt đất, không bò nữa mà sẽ đứng thẳng lưng bước đi như một con người, đến lúc ấy, có lẽ nam thần sẽ nhìn tôi một cái, sau đó cùng tôi hợp tác một hạng mục nào đó, đôi bên cùng có lợi.

Nếu vậy, giữ lại để sau này hợp tác thôi!

Nghĩ đến đây, tôi đành 'đại từ đại bi' bỏ qua chuyện này.

Tất nhiên, cho đến hôm nay tôi và anh ấy vẫn không có liên hệ gì với nhau. Nhưng bản chất của WeChat đã thấy hiện rõ: Nó không còn là vòng tròn người quen nữa, mà là vòng tròn hợp tác, vòng tròn của các mối quan hệ.

Tất cả đều dựa trên lợi ích tiềm năng có thể có trong tương lai mà tụ lại với nhau, xem thử có thể tìm kiếm đồng đội thích hợp để hợp tác hay không.

Tạm thời chưa có không có nghĩa là sau này không có, cứ để đó, có lẽ ngày mai sẽ có người liên hệ ngay thôi.

Lấy một ví dụ.

Một nhân viên bán hàng trên WeChat của ông chủ, ngoài mặt là muốn kết bạn, nhưng trên thực tế là hi vọng một ngày nào đó ông chủ sẽ mang đến đơn hàng lớn hoặc giúp anh ta giới thiệu khách hàng lớn.

Nếu không thì lúc tự mình lập nghiệp có thể nhờ ông ta mà có được một khoản vốn lập nghiệp.

Anh ta cũng thêm bạn một nhân viên bán hàng khác, trong tiềm thức cũng là muốn thăm dò lẫn nhau để có tin tức trong ngành, xem anh ta có thể kiếm được bao nhiêu tiền, làm ăn thế nào, người có đáng tin hay không, tương lai có cơ hội hợp tác hay không.

Anh ta thêm bạn WeChat của một cô gái, lúc đầu cứ nghĩ sẽ có cơ hội tiến xa trong quan hệ nam nữ, không phải lúc này, mà là trong tương lai. Sau này nhận ra không có khả năng nào thì anh ta cũng đành chấp nhận từ bỏ, bị gắn mác 'bạn bè'.

Những người chỉ có thể trò chuyện vu vơ, không có chút lợi ích nào để lấy, chỉ cần một câu không vừa lòng là lập tức cho vào danh sách đen ngay, thậm chí chẳng cần lời nào cũng cho vào danh sách đen.

Hiện tượng này chúng ta đều rất quen thuộc.

Thậm chí, những người đang đọc bài viết này như bạn cũng vì nguyên nhân tương tự mà kết bạn với vô số người trên mạng xã hội, với suy nghĩ là để mở rộng quan hệ, tương lai sẽ có một ngày có thể mở ra bất ngờ mới.

Bất ngờ có thể được mở ra hay không lại là một vấn đề khác.

Tạm thời không nói đến.

Chúng ta tiếp tục thảo luận bản chất của các mối quan hệ trên WeChat.

Lúc ban đầu, nó đích thực là công cụ giao lưu giữa người quen với nhau.

Nhưng sau này, khi chúng ta cần chỉ cần chạm nhẹ một cái là có thể thêm một người bạn, tâm trạng không tốt liền chặn vài người... Danh sách bạn bè của nó đã không đủ để gọi là danh sách bạn bè nữa.

Bạn bè của nó cũng không đủ để gọi là bạn bè.

Ngưỡng cửa kết giao bạn bè hạ thấp xuống, tất sẽ làm cho quan hệ 'bạn tốt' nhạt đi.

Cái giá phải trả khi cắt đứt quan hệ là quá thấp, tất nhiên sẽ khiến cho tình cảm đôi bên bỏ ra ít đi.

Vì vậy, đại đa số mọi người chỉ có thể nói là quan hệ hợp tác hoặc chuẩn bị hợp tác nào đó chứ không phải quan hệ bạn thân.

Chúng ta ở trong không gian đó, mục đích lớn hơn là tìm kiếm khả năng kiếm lợi, chứ không phải khả năng tình cảm.

Hôm trước, có một cô bé hỏi tôi, vì sao cô bé thêm bạn WeChat nhiều người như vậy, nhưng chẳng bao giờ tìm được người để trò chuyện?

Nguyên nhân rất đơn giản.

Không có cơ sở lợi ích chung, không có giá trị hỗ trợ tương đồng, bạn bè trên WeChat chỉ có thể là 'bạn bè' trên WeChat, là số liệu hiển thị trên một ứng dụng điện thoại, là dấu hiệu sôi sục trong vòng kết nối bạn bè, chẳng thể đi sâu vào lòng.

Bạn bè thật sự sẽ luôn ở bên ngoài WeChat.

Họ là những người sống sờ sờ.

Khi bạn thoát WeChat, thoát QQ, thoát Weibo, họ vẫn ở đấy.

Họ không vì một sân chơi biến mất mà biến mất, cũng không vì một ứng dụng sôi nổi mà sôi nổi.

Họ vĩnh viễn là họ.

Trong đêm khuya cô đơn vắng lặng, họ là người thật, bạn có thể gọi điện cho họ, nói về những hiện thực mà ai cũng biết và những tâm sự không thể cho ai biết;

Khi tan đàn xẻ nghé, họ là người ở lại, không xa không rời, đứng bên cạnh và dùng hết khả năng để giúp đỡ bạn;

Lúc bạn phóng ngựa lao đi trong gió xuân đặc ý, họ là người chứng kiến, lấy rượu thay lời mừng, bầu bạn với thanh xuân, ngắm hết nét đẹp của thành Trường An trong một ngày.

Đây mới là bạn bè thật sự đáng trân trọng.

Bạn bè như vậy không chỉ giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc sống, mà còn là người tham dự vào cuộc sống của nhau.

Họ mang theo cùng một chi tiết, cùng một trải nghiệm thuộc về 'chúng ta', giống như xăm mình vậy, xâm nhập vào cuộc sống của chúng ta từng chút một, trở thành một phần của chúng ta.

Từ xưa đến nay, kết giao bạn bè không gì khác ngoài những điều này:

Đến với nhau vì lợi, hết lợi rồi thì tan;

Đến với nhau vì thế, mất thế rồi thì đã;

Đến với nhau vì quyền, mất quyền rồi thì buông;

Đến với nhau vì dân chơi, sân lạnh rồi thì xa cách;

Chỉ khi đến với nhau vì tấm lòng chân thành, mới có thể lâu dài, mới có thể xứng với hai chữ 'bạn bè'.

Cuối cùng, tôi muốn nói rằng trên WeChat cũng có bạn tốt, giống như Khả Nhị nhà chúng tôi đang ở ngay trên WeChat, nhưng tình bạn của mọi người bắt đầu từ trước khi tham gia sân chơi này, không phải bắt đầu nhờ vào WeChat. Nếu hình thức qua lại là theo

về sau, thì ý tưởng tìm một người bạn thân có lẽ sẽ không thành.
Suy cho cùng, danh sách bạn bè đã không còn là danh sách bạn bè.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dấn Xa Cách (4)

Có ai đó đang mắng bạn

Tôi luôn nghĩ, làm người thật sự nên giống người bạn Khả Nhi của tôi, cái nào làm được, cái nào không làm được đều biết rất rõ ràng.

Ví như nói, một người chúng tôi đều quen biết xảy ra chuyện không được hay cho lắm, tuy tôi rất có hứng thú, năn nỉ ỉ ôi cậu ấy kể, cậu ấy cũng không dễ dàng nói cho tôi biết. Trừ phi sự việc đó có thể ảnh hưởng đến tôi, nếu không nói ra có khả năng tôi sẽ mắc bẫy hoặc bị hại, để rồi bị hãm hại, bị đánh lén, vậy thì không hay rồi. Thế là cậu ấy sẽ nói đại khái cho tôi biết để đề phòng người này, cẩn thận trong vài việc nào đó.

Tương tự, một số lời đồn nhảm, nói xấu sau lưng, cậu ấy cũng không dễ dàng nói ra, trừ phi cậu ấy cảm thấy những lời phê bình này thật sự có giá trị.

Giờ không hiếm những sự mắng người không bỏ vốn, phỉ báng không mang tội, vu khống và sỉ nhục len lỏi đời sống.

Thế nên, không phải tất cả những lời không hay, chúng ta đều phải nghe hết;

Không phải tất cả những lời nói xấu, chúng ta đều phải chịu đựng.

Lòng người khó lường, sáng sửa có, tâm tối có, lương thiện có, tàn độc cũng có.

Chúng ta phải học cách yêu thương, cũng phải học cách phòng bị.

Chúng ta lương thiện với người, tin tưởng thế giới, không có nghĩa chúng ta phải như một kẻ ngốc, bất cứ lời nói xấu xa nào đổ xuống đầu ta đều phải gượng cười nuốt xuống, vừa nghe vừa phải nói: 'Ồi chao, không tệ nha, thuốc đắng dã tật, lời thật mất lòng mà!'

Cho tôi xin đi, đây chẳng phải tự chuốc lấy phiền muộn sao?

Từng có một người bạn trên WeChat của tôi rất thích làm việc này. Sự khăng định của mọi người dành cho tôi anh ta đều xem như không thấy. Nhưng hễ ở đâu có người bêu xấu tôi, ở góc ngách nào có người mắng chửi tôi, anh ta lập tức gọi tôi vào. Không chỉ gửi hình ảnh, mà còn có khoanh đỏ, gạch chân những lời mắng khó nghe nhất rồi gửi cho tôi.

Nhưng tôi không cách nào đáp lại được.

Đối phương ở trong tối, tôi ở ngoài sáng, đối phương nặng danh, tôi quang minh chính đại. Huống hồ người khác cố ý bêu xấu bạn, cho dù bạn chẳng làm gì cả, chỉ sống thôi cũng là một tội lớn rồi. Bạn chỉ có thể một mình âm ức, tức giận, hoài nghi bản thân trước

những lời mắng nhiếc ấy, sau đó lại mất một khoảng thời gian hoặc ngắn hoặc dài để một mình tiêu hóa những cảm xúc tiêu cực này.

Tôi không phải quốc vương Khwarezm, chẳng phải không thể nghe lọt tai những tin tức xấu, chỉ là tôi thấy rất rõ: Trong những lời mắng nhiếc ấy chỉ có cảm xúc, không có nội dung. Hành động của anh ta không có thiện ý, chỉ là vui mừng khi người khác gặp họa.

Khi anh ta gửi lần thứ nhất, tôi nhin.

Lần thứ hai, tôi nhin.

Lần thứ ba, tôi cho anh ta vào danh sách chặn.

Bạn bè thật sự sẽ không bao giờ làm chuyện như thế. Nếu tình bạn giữa các bạn là thật, trân trọng và hiểu biết nhau thật, vậy thì người ấy sẽ không quan tâm cả những mũi tên độc bắn lên lại, rồi bắn hết tất cả về phía bạn. Nếu người ấy đủ chân thành, đủ lý trí, khi nghe những lời sỉ nhục bạn sẽ có phân tích kỹ càng:

1. Truyền lại những lời mắng chửi này là có lợi hay có hại cho cậu ấy?

Những lời này có đáng tin không? Có bao nhiêu giá trị? Cậu - ấy - có - cần - thiết - phải - nghe - không? Nếu không cần, nói để làm gì!

2. Cậu ấy có năng lực để xử lý việc này không?

Có thời gian, năng lực và cần thiết phải đáp lại hay không, nếu không có, chỉ có mất chứ chẳng được gì. Việc này chỉ tăng thêm rắc rối chứ không có giá trị tham khảo.

Khi hiểu được những điều trên, bạn vẫn chọn nói lại cho người kia biết, vậy thì bạn nên xem xét lại chính mình: Có phải bạn đang đi đường vòng để bày tỏ sự bất mãn của bạn với 'cảm giác thua kém tương đối', hoặc để thỏa mãn tâm tình 'hóng chuyện' trong tiềm thức của mình?

3. Nếu không nói cho cậu ấy biết, có phải sinh rắc rối trong tương lai không?

Người xấu có khả năng tiếp tục tổn thương cậu ấy, hơn nữa, có khả năng tổn thương đến cậu ấy không?

Nếu có phải báo cho cậu ấy biết sớm để phòng bị cho tốt mấy thứ giáo, khiên, súng, tên gì gì đó, nên bày binh bố trận thì cùng nhau bày binh bố trận; nên đào chiến hào thì cùng nhau đào chiến hào; nên đặt bẫy thì cùng nhau đặt bẫy... để khi tổn thương tập đến có thể tối thiểu hóa thương tổn với cậu ấy.

Nếu không, hãy im lặng đi.

4. Phải chăng cậu ấy đã tự xét lại mình, đã phát giác ra thiếu sót của bản thân?

Con người không ai hoàn hảo, chắc chắn có thiếu sót. Nếu cậu ấy biết khuyết điểm của bản thân, cũng đang cố gắng hoàn thiện, bạn nói nữa lại thành thừa. Con người đáng quý ở chỗ hiểu biết, cũng đáng quý ở chỗ có chừng mực.

5. Cậu ấy có thật sự cần phải thay đổi không?

Tất cả những lời phê bình của chúng ta chẳng qua vì muốn người khác trở nên hoàn mỹ hơn. Nhưng thế giới muôn hình vạn trạng, con người ai cũng có nét đặc sắc riêng, nếu chưa vượt quá

giới hạn cuối cùng, hại người hại mình, có thật sự nên sống khác đi như những lời đồn kia không? Nếu không, đừng cho cậu ấy biết.

Mark Twain có một câu danh ngôn mà tôi vẫn luôn ghi nhớ: 'Khi kẻ thù bắt tay hợp tác với bạn của bạn, hấn mới có thể làm tổn thương đến trái tim bạn.' Kẻ thù mắng nhiếc bạn khắp nơi, bạn bè vội vàng chuyển lời đến cho bạn nghe. Bạn bè như vậy, không phải bạn bè thật sự.

Bạn bè thật sự sẽ làm hết khả năng của mình để dựng lên một rào chắn, giúp bạn chặn lại những thương tổn vô nghĩa.

Nếu làm không được cũng sẽ giữ im lặng. Ít ra sẽ không mở lớn cổ họng thành, khom lưng trước những thương tổn vốn có thể tránh được, giơ tay ra nói 'Xin chào, hoan nghênh đã đến!', rồi để mặc nó tấn công thẳng vào nội tâm của bạn không chút trở ngại nào.

Max trong bộ phim Sitcom '2 broke girl' đối mặt với những lời nói xấu Caroline của người khác đã đập bàn đứng dậy và nói: 'Cô ấy không giống như cậu nói...'

Trong 'Thất tình 33 ngày', Hoàng Tiểu Tiên thấy bạn thân cãi nhau với người khác đã nhấc bàn lên, xông đến đánh người, không khác gì một người đàn bà chanh chua...

Có lẽ chúng ta không thể làm hết sức mình như Max, Hoàng Tiểu Tiên, nhưng ít ra cũng nên làm rõ định nghĩa về bạn bè: Bạn bè chính là tranh đua nhau về trí tuệ, ủng hộ nhau về tình cảm, bảo vệ nhau trên đường đi, là người dùng sức mình để tránh cho đối phương bị tổn hại ở mức độ cao nhất. Trước mặt người ấy chúng ta không cần phải đề phòng, chúng ta có thể tháo hết áo giáp, lộ ra sự yếu đuối mà mình giấu ở nơi sâu nhất.

Yếu đuối đồng nghĩa với tin tưởng, cũng đồng nghĩa với không thể chịu nổi một đòn tấn công.

Thế nên bị bạn bè bỏ rơi là việc khiến người ta tổn thương nhất.

Tương tự như vậy, khi bạn để trở thành microphone chuyển tiếp những lời ác ý, trở thành máy phát những câu xỉ nhục mình, cũng là đòn đả kích khó lòng chịu được trong đời. Bởi lẽ người truyền đạt thương tổn cũng sẽ trở thành tổn thương.

Những lời không mang ý tốt, không có tính xây dựng, những lời nhục mạ, lời ác ý, cảm xúc hóa, thôi đừng nói lại cho bạn mình nghe. Chúng ta đều biết nặng lời với bạn là không tốt. Nhưng truyền đạt những lời ác ý của 'người khác' có sức sát thương mạnh gấp hàng vạn lần so với nặng lời.

Mấy hôm trước tôi có đọc lại '21 tiêu chuẩn giao tiếp của Vương Mông', một trong số những tiêu chuẩn đó là: Đừng tin tưởng những người động một chút là báo lại cho bạn biết có người nào đó đang mắng bạn.

Vì sao không tin tưởng?

Vì người đó không thật lòng.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dấn Xa Cách (5)

Bạn rất có chiều sâu, nhưng không có độ ấm

Trước tiên hãy đặt ra một tình huống.

Bạn đi khiêu vũ hoặc đi ca hát về, rất vui vẻ, cảm thấy cơ thể tràn đầy sức sống, cuộc sống tràn đầy niềm vui.

Sau đó bạn gặp một người, anh ta hỏi bạn: 'Đi đâu đấy?'

Bạn nói: 'Đi khiêu vũ, thoải mái lắm đấy!'

Anh ta nghiêm mặt, ừm một tiếng thật dài rồi nói: 'Khiêu vũ có lợi cho sức khỏe, có thể rèn luyện gân cốt, làm chậm lão hóa, còn thúc đẩy tuần hoàn máu, làm tâm trạng thư thái, là hành vi đáng khen ngợi, sau này cậu hãy khiêu vũ nhiều một chút!'

Bạn có mất hứng ngay tức thì, bỗng thấy nhạt nhẽo vô vị không?

Nhưng rồi bạn lại nghĩ, chắc là mình nhỏ nhen quá nên mới thấy khó chịu. Dù sao thì người ta nói cũng đúng mà. Vừa chính xác vừa lý trí, mỗi một dấu chấm phẩy đều mang khí chất không thể chối cãi, bạn cảm thấy mình ghét anh ta, đúng thật là vô lý.

Nhưng không biết vì sao, bạn không muốn gần gũi với kiểu người này.

Rốt cuộc vấn đề nằm ở nơi nào?

Vâng, không nằm ở chỗ bạn.

Mà nằm ở cách giao tiếp kiểu này - quá lý trí là một dạng hành vi khiến người ta chán ghét.

Tôi có một người bạn có học thức rất uyên bác, rất uyên bác, rất uyên bác (bạn thật, một kỳ nhân khác ngoài Khả Nhị. Xin hãy chú ý, tôi nói đến ba lần từ 'uyên bác' còn dùng thêm từ 'rất', có thể thấy được cậu ấy đáng sợ biết mấy), bất luận gặp phải vấn đề gì, đi hỏi cậu ấy, cậu ấy đều có thể nói với bạn đúng ba tiếng đồng hồ, nếu bạn có thắc mắc, thôi xong, cậu ấy có thể nói tận ba ngày... Bất luận vấn đề nhỏ cách mấy, cậu ta cũng có thể trích dẫn điển cố, lời lẽ sâu sắc, chèo lái từ xưa đến nay, từ trong ra ngoài, thơ từ ca phú, lịch sử nhân văn, triết học tôn giáo, nhân tình thế thái, truyền thuyết dân gian...

Bạn sẽ thấy rằng, bạn chỉ hỏi bừa một câu, cậu ta tùy tiện nói một chút thôi đã nói hết lịch sử văn minh thế giới rồi.

Thế nên đừng bao giờ cãi nhau với cậu ta, vì làm vậy chính là đối đầu với 'Bách khoa toàn thư Britannica' đấy.

Có đâu lại không? Không thể nào.

Người ta giờ ngón tay giữa lên là có một binh đoàn triết gia vĩ đại hùng hổ lao đến lót đường ngay, dùng đủ loại lý luận dập bạn tan tành.

Bạn sẽ nằm đơ tại chỗ, không nói được câu nào, mặt đỏ đến mang tai, lập tức sợ xám mặt bỏ của chạy lấy người!

Sau đó không muốn nói chuyện với cậu ta nữa.

Lúc đầu tôi cứ nghĩ cho mình quá vô tri - tuy đây là sự thật rành rành - không đủ tầm để nói chuyện với đại sư, sau này mới nhận ra, không đúng, cho dù trở mặt tôi cũng không muốn gần gũi với cậu ta mà.

Vậy, vì ghi thù sao?

Không đúng, không đúng.

Tin tôi đi, vì nhắc đến cậu ta tôi liền bất giác cảm thấy một cảm giác dịu dàng dâng lên trong lồng ngực ngay.

Vậy rốt cuộc là vì sao? Vì sao? Vì sao?

Cho đến một lần, nhóm người chúng tôi cùng đi leo núi.

Xe chạy lên vùng núi, hai bên đ, ường một màu xanh mướt chim trắng tung cánh bay, đẹp đến mức khiến người ta chỉ muốn thả mình vào không gian hoang dã ấy...

Mọi người gần như phát điên, hét lớn: 'Ồi mẹ ời, đẹp quá!'

'Núi kia, cao quá. Cây kia, xanh quá. Tôi à, thích ghê!'

'Cao quá đi, cảm giác như chỉ cần giơ tay ra là có thể chạm đến Hằng Nga ấy!'

...

Bạn đại sư ngồi ở hàng ghế sau lạnh lùng buông một câu: 'Đỉnh ngọn núi này rất mực nước biển 1.583 mét, vị trí hiện tại của chúng ta cách mực nước biển khoảng 1.300 mét, so với một ngọn núi khác trong huyện, chính là ngọn Thần Nông Giá cách mực nước biển 3.100 mét, đây chỉ có thể nói là một ngọn núi cao bình thường, không thể nói là quá cao được.'

Không khí trong xe lập tức bị đóng băng.

Nhưng không ai dám cãi lại cậu ta.

Vì không ai nhật ra được lỗi sai.

Chỉ có tôi nhờ vào sắc đẹp và tuổi trẻ (Vâng, bạn đoán đúng rồi, tôi nói dối đấy), liều mình bêu xấu cậu ta: 'Đại sư đúng là sâu sắc đến đáng ghét!'

Mọi người hào hứng trở lại, lại tiếp tục câu chuyện, cười ha hả nói: 'Chu Xung đúng là nghĩ sao nói vậy, ha ha ha ha...'

Sau khi cười xong, có người nói tiếp: 'Thật ra, đại sư có một nhân cách siêu lý trí!'

Đây là một khái niệm trong tâm lý học Satir.

Theo đó, người có đặc điểm này sẽ bỏ qua người khác và bản thân, chỉ để ý đến hoàn cảnh, vô cùng tuân theo nguyên tắc, cố chấp, rối loạn ám ảnh cưỡng chế, khách quan và không bàn đến tình cảm.

Người có tính cách này sẽ khiến chúng ta rất kính phục, rất tán thưởng, rất muốn thả cho người ấy một nén nhang, sớm tối hành lễ, ngày đêm khăn vái.

Nhưng bạn không cách nào yêu thương người này được.

Vì họ rất ít quan tâm đến cảm nhận của mình và người khác.

Họ không có hoặc có rất ít cảm xúc, trong ngôn ngữ của họ đa số đều là những lý luận và số liệu cứng nhắc, tuy rất có trí tuệ và quyền uy, nhưng thật sự khiến cho người bình thường thấy ngột ngạt.

Một người tạo dựng mối liên kết với một người khác cần phải: Để 'tôi' thật sự gặp gỡ 'bạn' thật sự, trong hoàn cảnh thật sự.

Trong quá trình này, để đạt được sự trao đổi nhất quán, chúng ta cần không phê phán, không đưa ra định nghĩa, không chỉ trích người khác, không tránh né vấn đề, không xoắn đạo lý.

Trong sự trao đổi này, bạn, tôi, hoàn cảnh, sẽ nhận được sự quan tâm và tôn trọng nên có, chỉ có như vậy cảm xúc mới có thể tuôn trào, tình yêu mới có thể tự do.

Vì vậy tâm lý học Satir đặt bạn, tôi, tình huống là ba yếu tố của sự trao đổi, không thể thiếu cái nào.

Nếu chỉ có tôi, không có bạn, đó là chỉ trích;

Nếu chỉ có bạn, không có tôi, đó là lấy lòng;

Nếu chỉ có hoàn cảnh, không có tôi cũng không có bạn, đó là siêu lý trí.

Những gì vừa nêu trên đều dễ dàng khiến người khác thấy khó chịu, sẽ ngăn cản chúng ta tiến về phía đối phương.

Ví dụ như, người chỉ trích nói 'Sao bạn lúc nào cũng như vậy?', bạn sẽ rất dễ nảy sinh cảm giác chống đối.

Người lấy lòng nói 'Bạn thấy nên làm thế nào? Mình nghe theo bạn hết.', bạn sẽ thấy rất mệt mỏi.

Người siêu lý trí nói 'Tình huống giống thế này có thể có một vài nguyên nhân mới dẫn đến kết quả này, bạn nên làm sao làm sao đó mới có thể như thế này thế nọ, nếu không sẽ như thế này...', bạn sẽ rất muốn chạy trốn.

Trong một kỳ 'Tinh cầu trắng đen', có người nói người yêu cũ của mình rất kỳ lạ.

Kỳ lạ thế nào?

Anh ta nhấn tin cho đối phương để cần nhắn một chuyện nhỏ nhặt trong cuộc sống, kết quả đối phương đáp lại một tràng đạo lý.

Anh ta chịu không nổi, có cảm giác như đang yêu đương với chủ nhiệm lớp cấp hai vậy.

Còn có một cô gái, cũng từng gặp một người nghiện thuyết dấu nặng thì ABCD, nhẹ thì 1234, tự cho mình cao thâm, nhưng cô ấy không thể chịu đựng nổi.

Rất nhiều bậc cha mẹ Trung Quốc cũng thích cách trao đổi siêu lý trí này.

Nghiêm mặt, chống nạnh, nguyên tắc, không chút cảm tình, chỉ quan tâm sự việc có hợp quy tắc hay không, không hề chú ý đến cảm giác của bản thân và con cái, lâu dần, rất dễ khiến con cái nảy sinh tâm lý mang tính cưỡng chế, rập khuôn cứng nhắc, né tránh xã hội và nhiều hiệu ứng tâm lý khác.

Người lấy cái đúng là tiêu chuẩn duy nhất luôn đánh mất niềm vui.

Vì không cho đi tình cảm, cũng không nhận với tình cảm, sống trong môi trường chân không tình yêu, tự nhiên sự trống vắng và ngăn cách sẽ đến, khiến cho cả thế giới của người đó càng đi càng xa, đến cuối cùng trở thành một cái xác không hồn thật sự.

Tất nhiên, bất cứ chuyện nào có lợi cũng sẽ có hại, người siêu lý trí cũng không phải chẳng có gì hay.

Một bộ phận nhỏ trong nhóm người này đã trở thành thiên tài được công nhận. Chẳng hạn như Albert Einstein, Franz Kafka, Hannah A.Rendt, còn có đại sư của nhà chúng ta - tuy đại sư thẳng tính đến đáng sợ, nhưng tôi không thể không thừa nhận, cậu ta là người đáng tin nhất, hiểu biết nhiều nhất, đơn thuần nhất trong số những người đàn ông tôi từng gặp.

Nhưng đa số mọi người đều không phải thiên tài lý trí, mà là đầu gỗ lý trí.

Thế nên, nếu bạn tự nhận mình là Albert Einstein thứ hai thì cứ bất chấp tất cả mà lý trí.

Nhưng nếu bạn chỉ là một người bình thường, sống một cuộc sống bình thường, khát vọng hạnh phúc bình thường, tôi nghĩ, bạn vẫn nên vụng về một chút, ngây ngô một chút. Khi học cách chung đụng với người khác, bạn nên ít dùng đầu óc để đánh giá, dùng nhiều tâm tư để cảm nhận, cảm nhận chính mình, cảm nhận người khác, sau đó bày tỏ cảm xúc thật sự của bạn ra ngoài, thay vì chỉ hồn giả dã, điều điều khoả khoả, hãy thay bằng 'Chu Xung, tôi rất thích bạn...'.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dần Xa Cách (6)

Chặn người phải quyết đoán, tuyệt giao phải nhanh gọn

H là một người rất thích kết giao bạn bè.

Cũng như đa số mọi người, cậu ta cũng nghĩ thêm một người bạn thêm một con đường, ít một người bạn ít đi một cây cầu. Thế là, cơ bản mà nói, cậu ta kết bạn không hề có chọn lọc. Danh sách bạn bè trên WeChat có hơn nghìn người, ngày nào cũng ăn uống, đêm nào cũng vui chơi, ồn ồn ào ào, trông rất oai phong.

Việc này tất nhiên chẳng có gì đáng nói. Nhưng vấn đề ở chỗ, cậu ta quá đề tâm đến bạn bè, có cầu tất ứng, gọi là đến ngay, người nào cũng muốn chăm lo.

Cuối cùng sự quan tâm này đã đẩy chính cậu ta lún sâu vào vũng lầy.

Bắt đầu từ năm 2014, có vài người bạn ngày ngày rủ rê cậu ta đi đánh bài. Ban đầu cực rất nhỏ, sau này càng chơi càng lớn. Cậu ta sợ đắc tội với người khác, tổn thương đến tình cảm bạn bè, hết lần này đến lần khác tìm đến chỗ hẹn. Vài lần như thế, chẳng cần đám bạn kia gọi cậu ta cũng chủ động có mặt. Vì thua quá nhiều, cậu ta

muốn lấy lại vốn, nhưng lại không nghĩ điều đó sẽ đẩy mình lún sâu vào vũng lầy hơn.

Năm đó, cậu ta thua hơn một triệu nhân dân tệ. Trong đó có vài trăm nghìn nhân dân tệ là vay lãi cao, hàng năm trả lãi thôi cũng khiến người ta thở không ra hơi rồi. Cứ thế cũng tạo thành mâu thuẫn trong nội bộ gia đình.

Sau này chúng tôi trò chuyện với nhau, cậu ta nói cho tôi biết: 'Xem như tôi đã hiểu, có một số người, một khi đã nhìn rõ thì phải tuyệt giao cho sớm, nếu không họ sẽ hại cô đấy... Cô nhất định phải viết lại câu chuyện của tôi để cảnh tỉnh nhiều người hơn.'

Tôi đã nhận lời anh ta, đồng thời nói một câu, học cách tuyệt giao quan trọng hơn học cách kết giao nhiều.

Còn có một người, là một cô gái, kết cục càng bi thảm hơn.

Có một năm, cô tham gia một bữa tiệc xã giao, vì ở địa phương nhỏ, rất nhiều người ngẩng đầu không thấy cúi đầu cũng gặp, thế nên tất cả đều là bạn bè, hoặc bạn của bạn bè, trong lúc trò chuyện qua lại, đôi bên cũng có cảm giác thân thiết mơ hồ.

Sau đó, mọi người lập một nhóm trò chuyện trên WeChat, thi thoảng tụ tập một bữa, uống rượu, ca hát, đánh mạt chược.

Cứ như thế, cô quen với J.

Vừa quen biết, J đã lộ ra những tính cách khiến người ta chán ghét như lảm lời, thô lỗ, háo sắc. Anh ta tán tỉnh cô trong nhóm WeChat, gọi cô là bà xã, trong các bữa tiệc kể những chuyện cười khiếm nhã, đi hát karaoke ngồi bên cạnh cô động tay động chân, khoác vai, ôm eo, sờ mông...

Nhưng cô nghĩ, đều là bạn bè, có thể nhịn thì nhịn thôi, trở mặt với nhau chẳng tốt cho ai, dù sao mình đều ở trong cùng một nhóm bạn bè.

Có một lần, cô uống không ít rượu, anh ta tự xưng phong đưa cô về, sau đó ngủ với cô ngay trên xe. Sau khi sự việc xảy ra, anh ta ra sức lấy lòng, không ngừng thề thốt, tuy cô cảm thấy tức giận và nhục nhã, nhưng lại nghĩ việc cũng đã rồi, thôi thì nhắm mắt đưa chân, tiếp tục lén lút lên giường với anh ta, có được sự an ủi mà người khác không thể mang đến cho cô. Mãi cho đến sau này, cô nghe nói anh ta đã có gia đình, vợ đang ở thành phố khác, cô trở thành người thứ ba.

Sau đó nữa, chính là tình tiết cầu huyết mà chúng ta có thể nghĩ ra, mang thai, sảy thai, vạch trần, bị sỉ nhục trước đám đông, thất nghiệp, bị bỏ rơi, bạn bè người thân xa lánh, tự sát không thành, đau khổ tột cùng. Thế nhưng mọi chuyện không cách nào vẫn hồi được nữa.

Chúng ta vẫn luôn cho rằng, muốn duy trì tình bạn thì không thể thiếu sự nhún nhường và thoải hiệp, cho dù đó là loại tình bạn rẻ mạt, biến chất, có tín hiệu nguy hiểm, chúng ta cũng không muốn mất phong độ, tiếp tục nhẫn nhịn giữ lấy nó. Thế nhưng, có phong độ không phải không có máu chót, rộng lượng không phải vô nguyên tắc. Thân là một người thành niên chín chắn, phải biết phân biệt và chọn lọc chất lượng của tình bạn.

Tình bạn thật sự nên đối đãi với nhau một cách chân thành; tình bạn bại hoại, nên cắt đứt sớm, siêu sinh sớm.

Tuân Tử nói rất hay: 'Con người tuy có bản chất tốt đẹp và trái tim dễ nhận biết, nhưng phải tìm thầy hiền để dạy dỗ, chọn bạn tốt

để làm bạn.'

Bạn xấu, bạn nịnh, bạn trục lợi, bạn rượu thịt thì sao?

Những thế này ngoài mặt lúc nào cũng thân thiết, phục tùng, kính nể, thường dùng những lời đường mật để khiến bạn buông lỏng cảnh giác. Song, thực tế là có ý đồ khác, hoặc là cho trước đoạt sau, hoặc là được voi đòi tiên, hoặc vì lợi quên thân. Nếu gặp khó khăn sẽ trở mặt bỏ đi, thậm chí là ném đá xuống giếng, chi bằng sớm say goodbye.

Tất nhiên, không phải tất cả mọi người đều giống H và cô gái kia, bị bạn bè hại đến nhà tan cửa nát, nhưng mỗi người trong chúng ta đều từng bị 'bạn bè' làm tổn thương, phỉ báng, lợi dụng, bán đứng và lừa gạt.

Khi chúng ta đứng trước kết cục đang được phơi bày, lửa giận không cách nào dập tắt, thì ta nên hiểu rõ một sự thật: Thật ra, cách đây rất lâu chúng ta đã nhận thấy có nguy hiểm rồi.

Chẳng hạn như một người bạn lừa lấy tiền bạc của bạn, ngay từ lúc ban đầu chúng ta đã từng chứng kiến hành vi thiếu trách nhiệm, vô đạo đức của anh ta;

Một người luôn nói xấu sau lưng bạn, cũng thường nói xấu người khác trước mặt bạn.

Nhưng chúng ta vẫn khoanh tay đứng nhìn, thậm chí là thuận theo, dùng cách im lặng để cổ vũ, dùng sự yếu đuối để bật tín hiệu đèn xanh, vậy, khi anh ta đẩy chúng ta vào đường cùng không thể trở mình, chúng ta cũng đừng ân hận.

Tình yêu thù không có còn hơn bị lợi dụng, bạn bè cũng vậy. Vì cả hai có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc đời chúng ta.

Gặp được người tốt, dùng tấm lòng kết giao;

Gặp phải kẻ xấu, cắt đứt cho thật sớm.

Đây không phải là không nể tình, mà là biết chừng mực, biết can đảm nắm bắt.

Đức Chúa Trời lòng đầy nhân ái, nhưng vẫn lập ra 10 điều răn; Phật Tổ bao dung độ lượng, nhưng vẫn lập ra thiên long bát bộ. Không có quy tắc không thể thành hình, không có chừng mực khó phân đúng sai, một mực tiếp nhận mà không có chút nguyên tắc nào chỉ là một kiểu ngu ngốc và nhu nhược.

Nhà tâm lý học từng thống kê, một đời người có thể kết giao được khoảng chừng 5,8 người bạn thật sự. Vâng, 5,8 người. Cái gì càng ít càng đáng quý. Bạn cứ nhẫn nhịn để cho kẻ xấu chiếm hết danh sách, để rồi những người bạn thật sự không có chốn dung thân sao?

Tôi tin rằng, câu trả lời của ai cũng sẽ là không. Nếu vậy, đã đến lúc dọn dẹp danh sách bạn bè của bạn rồi đấy.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dành Xa Cách (7)

Đối với người ngoài bạn trăm quy ngàn thuận, đối với người nhà bạn vô cùng tàn nhẫn

Tôi nhớ có một lần, vì quá suy sụp nên có một người bạn đến an ủi tôi. Ban đầu người ở quán trà, sau đó vẫn không thấy khá hơn, cô ấy đã nói: 'Cậu theo mình về nhà đi!'

Cô ấy được công nhận là người tốt, nói chuyện tạo cho người khác cảm giác như được tắm trong gió xuân, hành xử khéo léo. Trong giao tiếp cô ấy có được hảo cảm từ người khác. Trong công việc cô ấy có được sự tín nhiệm.

Sau đó tôi theo cô ấy về. Trái tim đang nguội lạnh, tự nhiên sẽ muốn ở bên người ấm áp thêm một lúc.

Đến nhà, mẹ cô ấy đang nấu cơm, cha cô ấy đang ngồi trên sofa xem tivi. Tôi chào hỏi họ và đi cùng cô ấy vào phòng, tiếp tục tâm tình chuyện con gái với nhau.

Một lúc sau, cô ấy ra ngoài, không biết làm sao, chỉ nghe tiếng cô ấy hét lớn: 'Đã bảo mẹ đừng có mua cà tím rồi mà vẫn mua, mẹ điếc

sao...' Sự kích động không thể kiềm chế ấy đâm xuyên qua mấy bức tường mà lao đến.

Tôi giật nảy mình.

Trong nhận thức của tôi, cô ấy không hề có chút liên hệ với bất kỳ cảm xúc tiêu cực nào, nhân từ như Bồ Tát, chưa bao giờ có tính công kích đến mức này.

Nhưng khi cô ấy mở cửa bước vào, nhìn thấy tôi lại tiếp tục cười cười nói nói, nhẹ nhàng mềm mỏng an ủi.

Tối hôm đó gia đình họ lại xảy ra vài trận tranh cãi nhỏ, cha mẹ biện bạch vài câu cô ấy lại nổi nóng. Tôi biết cô ấy đã cố gắng nhưng không hiểu sao vẫn không kiềm chế được. Ăn cơm tối xong tôi liền ra về.

Tôi không chỉ trích được gì.

Vì trên đời có rất nhiều người đều như thế.

Thầy Bạch Miêu, bạn thân từ thuở nhỏ của Lộ Diêu, đã từng nói trong một bài giảng tại Học viện Văn học Lỗ Tấn:

Trong lòng Lộ Diêu luôn có một nguyện vọng mãnh liệt, chính là muốn cứu rỗi dân chúng, thay đổi số phận của những người nông dân Thiểm Bắc. Trong lòng ông có thiên hạ, lo nỗi lo đất trời, giống như người cha đối với con cái, như trời cao đối với chúng sinh. Cảm giác trách nhiệm và tình thương này được thể hiện rất rõ trong các tác phẩm của ông.

Nhưng ông lại là một người chồng, một người cha tàn nhẫn.

Có một lần vợ ông vác bình gas lên lầu năm, ông ngồi dưới lầu một, thản nhiên nhìn bà khó nhọc bước đi, đi vài bước phải dừng lại nghỉ, ông vẫn ngồi yên bất động.

Còn Khả Nhi, cũng từng kể lại chuyện của một nhân vật có tiếng. Nhân vật có tiếng ấy luôn lên tiếng và kêu gọi cho nhân quyền, mọi lời nói và hành động, đều rất có trọng lượng, được vô số người kính phục.

Nhưng ở trong nhà, ông lại mang một bộ mặt hoàn toàn khác, biến thành một bạo chúa, bạo hành gia đình vợ con.

Một mặt là vì nước vì dân, một mặt lạnh lùng tàn nhẫn.

Một mặt dân chủ tự do, một mặt độc tài chuyên chế.

Một mặt thánh mẫu thiên hạ, một mặt công kích người thân.

Tôi không nói được người như vậy là tốt hay xấu. Tôi chỉ có thể nói, người nhà của họ thật đáng thương.

Vì sao chúng ta lại phân tách thành ra như thế, trong ngoài bất nhất, vừa hiền lành vừa thô bạo như thế?

1. Xuất phát từ tâm lý an toàn.

Loài người sống hàng ngàn hàng vạn năm, đã hình thành một loại ý thức tiềm ẩn từ lâu.

Muôn vàn thiện ý cũng không giúp chúng ta tránh được tổn thương.

Nhưng chỉ cần một ác chút thôi cũng đủ khiến chúng ta cảm thấy bị đe dọa.

Xuất phát từ bản năng tránh hại tìm lợi, sau khi bước chân ra khỏi nhà, chúng ta sẽ cảnh giác với thế giới bên ngoài, làm người một cách thỏa đáng, làm cho bản thân trở nên hoàn hảo vô khuyết nhằm tránh những đòn đánh lén bất chợt.

Nhưng ở trong nhà, chúng ta không cần lo lắng nhiều như thế. Cha mẹ không bao giờ làm hại bạn, anh chị em không bao giờ tổn thương bạn. Thế nên bạn có thể buông thả theo ý mình.

2. Phát tiết lên người nhà, không cần vốn, không cần trả giá, không có rắc rối về sau.

Tình thân là chiếc ô che chắn tốt nhất, cũng là nơi trốn tội tốt nhất.

Chúng ta lớn tiếng la hét với cha mẹ, vĩnh viễn không bị trừng phạt thật sự.

Thế nên, một người không đủ chín chắn sẽ lựa chọn ngược đãi những người thương yêu mình nhất để trút bỏ những oán giận trong lòng.

3. Thái độ có ích gì, vật chất quan trọng nhất.

Có một quan niệm rất phổ biến: Tình yêu có là gì, tiền mới là sức mạnh.

Thế nên bạn cho rằng, cho tiền để cha mẹ mua đồ bổ, tắm bổ cho họ là có thể san bằng những tổn thương từ lời nói ác ý của bạn trong lòng cha mẹ.

Vấn đề là, bạn có mua nhiều đồ bổ hơn nữa thì trái tim này cũng vẫn vỡ nát rồi

Có thể san bằng không? Không thể.

Suy cho cùng, dòng chảy của tình yêu không phải bắt nguồn từ tiền tài, mà bắt nguồn từ sự tương tác giữa 'bạn' và 'tôi'.

4. Đời còn dài, còn nhiều cơ hội để bù đắp.

Chúng ta cứ nghĩ bây giờ tàn nhẫn với cha mẹ, tương lai sẽ có cơ hội để chuộc tội.

Thật ra, đây cũng là một quan niệm giả tạo.

Một y tá tên là Bronnie Ware đã tổng kết năm điều khiến con người ân hận nhất khi cuộc sống đang trên bờ vực kết thúc.

Trong số đó, 'không có dũng khí để cuộc đời mà mình thật sự mong muốn' đứng đầu danh sách.

Và 'bỏ quá nhiều tinh thần vào công việc, bỏ lỡ niềm vui khi nhìn con cái trưởng thành, bỏ lỡ người bạn đời ấm áp, bỏ lỡ lời xin lỗi với người nhà' xếp ở vị trí thứ hai.

Một đời này, rất dài, cũng rất ngắn.

Nhiều lúc chúng ta cứ ngỡ còn nhiều thời gian lắm, đảo mắt một cái đã không bao giờ gặp lại.

Trần trọng thời gian, phân rõ trong ngoài, đừng xem người ngoài thành người nhà, đừng xem người nhà thành kẻ thù, đây mới là cách để 'dưỡng di chi phúc, khả đắc vĩnh niên'.

Nhiều năm trước, quan hệ giữa tôi và cha mẹ cũng rất căng thẳng. Cũng giống người bạn ở đầu bài viết, Lộ Diêu, nhân vật có tiếng, và rất nhiều người khác trong thiên hạ, cũng từng oán giận,

cũng từng giương cung bạt kiếm, không thể dung thứ cho sai lầm và khuyết điểm của họ. Thế là tôi chiến tranh lạnh với cha, mẹ từng vì tôi mà còn thậm rơi nước mắt, em gái và tôi từng nhục mạ lẫn nhau.

Bây giờ nghĩ lại, vẫn canh cánh trong lòng.

Giống như câu nói: 'Người chúng ta luôn che chở, là người chẳng liên quan gì đến ta. Người chúng ta luôn làm tổn thương, là người yêu chúng ta sâu đậm.'

Sau này, càng trưởng thành tôi lại càng tự trách: Người liệu mình tổn thương người nhà, rốt cuộc xấu xa đến mức nào, ngu ngốc đến mức nào, yếu đuối đến mức nào?!

Nhưng phàm là người có chút tinh thần, linh tri và giáo dục sẽ không tồi tệ như thế.

Có lẽ sẽ có người nói, có lúc người nhà khiến cho chúng ta không thể chịu đựng được nữa, thật sự không thể chịu đựng nữa. Hiển nhiên, không phải mỗi một gia đình đều được theo ý mình, nhưng bạn có thể dùng hết sức mình để làm theo hai điểm sau:

Tránh thương tổn trong tương lai.

1. Vạch rõ giới hạn, nói rõ đạo lý.

Xóa đi tổn thương trong quá khứ.

2. Tha thứ, hoà giải với gia đình.

Gia đình là tử cung của mỗi người sau khi trưởng thành, là nguồn nước ối của tinh thần, là nguồn dinh dưỡng cho cơ thể phát triển.

Bạn và nó, mãi mãi liên kết với nhau bởi một sợi dây rón vô hình, không thể thoát ra, cũng không thể tách rời.

Nếu không chấp nhận nó, bản thân buộc phải phân tách ra thành một cái tôi khác, không hóa làm một thể, đâu ra đấy nữa, sẽ hình thành căn nguyên của rối loạn. Như vậy, cái tôi mới sẽ vì bài xích chính mình mà quay lại chống đối, trở mặt thành thù, lúc nào cũng đối đầu với bạn, càng thêm rối loạn hơn.

Phải làm sao?

Chỉ có cách tìm hiểu.

Bạn phải mở ra một con đường để 'hiểu' chúng. Hãy tôn trọng, lắng nghe, cảm thông từng chuyện xảy ra, di chuyển từ 'tôi' vào thế giới của 'họ', thấu hiểu nguyên nhân dẫn đến lời nói và hành động của người nhà, nhìn thấy nỗi lòng giấu sau sự lựa chọn, hiểu hết tất cả những gì đã xảy ra.

Sau khi tìm hiểu, tình yêu và khoan dung sẽ đến.

Có người hỏi Chúa Giê-su: 'Anh em con đắc tội với con, mỗi ngày con tha thứ cho lỗi lầm của hắn 7 lần, như vậy có đủ hay chưa ạ?'

Chúa Giê-su đáp: 'Không đủ, con phải tha thứ cho hắn 70 cái 7 lần.'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 4: Vì Sao Bạn Tốt Lại Dấn Xa Cách (8)

Trải qua tan vỡ giá lạnh, người lạ vẫn có thể cho bạn hi vọng

Năm 2006, tôi đứng tại một trạm xe lửa nào đó, gọi điện thoại cho anh ấy.

Khóc rồi lại khóc.

Tôi nói ra rất nhiều lời tàn nhẫn, cũng nói ra rất nhiều nỗi tuyệt vọng, tôi nói, không còn hi vọng về cuộc sống, tôi nghĩ tôi có thể không cần sống tiếp nữa...

Anh ấy nói, đó là chuyện của cô, tôi không ép cô đâu đấy!

Tôi đau đến xé ruột xé gan, đau ngọt ngọt, vận mệnh lâm li bi đát, bế tắc không một lối thoát.

Lúc bấy giờ, trời đang mưa rất lớn, một mình tôi theo ba lô, vừa đi vừa khóc... Tôi từng nghĩ hay là đâm đầu vào chiếc xe hơi đang chạy đến, nhưng rốt cuộc vẫn không làm, cũng từng nghĩ đến cách quyết liệt hơn, nhưng vẫn không có dũng khí, chỉ thất thểu bước đi, lẳng lặng buông tiếng thở dài.

Cách đó không xa, có một hồ nước, trong cơn mưa bão nó trở nên thật hung ác, thật hỗn loạn, một vùng nước đầy ác ý. Tôi đi qua đó, đứng bên bờ rất lâu. Khi quá đau khổ, người ta trở nên rất nặng nề, nửa bước bạn cũng khó đi được, chỉ đứng yên tại một chỗ như đang chờ tuyết tan, đợi đau buồn từ từ tan chảy vậy.

Hơn mười phút sau, một chiếc ô từ phía sau xuất hiện che trên đầu tôi.

(Nhớ lại lần nữa, mắt vẫn cay, lòng vẫn đau...)

Cúi đầu nhìn, là một bé trai, khoảng mười tuổi, gầy gò, da ngăm đen, không giống như con nhà giàu, quần áo rất bình thường. Nó giơ thẳng cánh tay, đưa dù lên thật cao, giúp tôi che chắn cơn mưa, hơn ở người của thằng bé lại lộ ra giữa màn mưa.

Điều khiến tôi đau lòng nhất là đôi mắt của nó, can đảm là thế, lại sợ hãi đến vậy - Vâng, cha mẹ thằng bé không ở bên cạnh, nó cũng không biết tôi là ai, chỉ thấy có người đang đứng trước hồ khóc, dường như có ý định kết liễu cuộc sống, thế là dè dặt đưa ô qua...

Nước mắt tôi lại bắt đầu tuôn rơi, tôi nói: 'Dì không sao, con đừng để mình bị ướt, mau trở về đi...'

Thằng bé không lên tiếng, chỉ mở lớn đôi mắt, ra sức lắc đầu, dường như cũng muốn khóc đến nơi rồi...

Một đứa trẻ, khi thấy một người lớn đau khổ bật khóc, nó sẽ không giống như chúng ta nhẹ nhàng an ủi: 'Dì ơi, dì đừng khóc, con che ô cho dì...', mà nó sẽ hít thở không thông, sẽ tay chân lóng ngóng, sẽ đứng ở nơi đó, mở to đôi mắt sợ hãi, không ngừng lắc đầu.

Tôi đoán có lẽ nào muốn nói với tôi rằng: 'Dì ơi, đừng mà!'

Hoặc: 'Con sợ lắm!'

Sau đó tôi ngồi xổm xuống, đẩy chiếc ô về trên đầu nó, không ngừng nói với nó rằng, dì gặp phải một chuyện không vui, hơi buồn, con mau trở về đi, dì không sao, con đừng để mình bị ướt... Khuyên rất lâu thằng bé mới từ từ rời đi.

Đi được một lúc, nó lại dừng lại, quay đầu lo lắng nhìn tôi.

Lúc ấy, tôi nói với chính mình: Chết gì mà chết? Chuyện xấu đương nhiên là có, nhưng chỉ cần có những điều tốt đẹp nhỏ bé như vậy, thế giới này cũng đáng cho mình tiếp tục sống bằng mọi giá rồi!

Cho đến hôm nay, tôi vẫn sẽ bị người khác mắng chửi sỉ nhục, vẫn trải qua đổ vỡ đau thương.

Cũng từng oán, cũng từng hận, cũng từng đau.

Nhưng chỉ cần tôi nhớ đến đôi mắt ấy liền có thể xoa dịu nỗi đau, tha thứ cho những điều không hay, bỏ qua những công kích trong tối lẫn ngoài sáng, tha thứ cho những tủi nhục và đau buồn.

Lòng tốt xa lạ này thật ra vẫn còn rất nhiều.

Năm 2013, ở Đại Lý, một mình tôi thuê một căn phòng nhỏ, bắt đầu sáng tác cả ngày lẫn đêm.

Không có tiền, sợ mình chết đói nơi đất khách, nên tôi cố hết sức hạn chế các khoản chi trong cuộc sống.

Rồi tôi mua một chiếc nồi cơm điện nhỏ và vài cân gạo, chuẩn bị ít trái cây và rau muối, ngày ngày ăn cháo, ăn táo để nhét kẽ răng.

Tôi ra ngoài mua hai lạng thịt heo luộc, muốn ăn kèm với cơm, nhưng không nhịn được lại ăn hết sạch trên đường đi.

Lúc đó tôi cũng không thấy cực khổ, bởi trong đầu tôi đâu đâu cũng là cuốn tiểu thuyết chưa viết xong, những suy nghĩ chưa thành văn.

Ngày tết Trung Thu, sáng đọc sách, chiều viết văn, thi thoảng lướt điện thoại một chút, thấy bánh trung thu tràn ngập màn hình, tôi mới chợt nhớ ra Trung Thu đến rồi.

Tôi kéo cửa chớp ra, ngọn núi đã nhuộm màu hoàng hôn.

Mây đen tụ lại, ở giữa là một vàng trắng tròn, giống một bức tranh tuyệt đẹp, ngay giữa tử cung của bầu trời đang mang thai vàng trắng, một sinh mệnh tròn trịa.

Tôi nghĩ trung thu thì có liên quan gì đến mình nhỉ? Viết tiếp thôi...

Lúc này, có người gõ cửa.

Tôi mở cửa ra xem, thì ra là bác chủ nhà đến tặng tôi hai cái bánh trung thu nhà họ tự làm, vẫn còn nóng, to cỡ một chiếc đĩa, nhân ngũ cốc và đậu.

Bác đã nói những gì tôi không nhớ rõ nữa, chỉ nhớ đó là lần đầu tiên trong đời tôi được ăn bánh trung thu nóng.

Hương thơm và độ ấm đó đi từ răng, đến lưỡi, truyền thẳng vào tim, đến tận bây giờ vẫn chưa từng nguội lạnh trong tôi.

Còn có một lần, tôi đ, ón taxi ở một thành phố xa lạ để đi thăm một người ngồi trên xe trò chuyện với bác tài về người ấy. Khi xuống xe bác tài nói: 'Tôi cũng từng có một cô bạn gái giống như cô vậy, nhưng tôi đã đánh mất cô ấy rồi...' Anh ấy không lấy tiền xe của tôi, để lại số điện thoại, bảo rằng khi nào cần giúp đỡ thì có thể tìm anh ấy.

Trên đường đi, tôi quen được một người, biết tôi muốn đến Đôn Hoàng, anh ta nói, giúp tôi xem qua nhà cũ của Thường Thư Hồng nhé.

Tôi nói được.

Chuyến đi lần ấy, chỉ có đích đến là Hang Mạc Cao, nhà cũng không nằm trong lịch trình, nhưng tôi vẫn dành ra chút thời gian, tự đi đến đó một chuyến, từ trong ra ngoài, ngay cả cây bạch dương bên ngoài tường nhà và người gác cửa già nua cũng chụp hết lại rồi gửi cho anh ta: Tôi đã đến xem giúp anh rồi, nó còn tốt lắm, đừng lo!

Những điều tốt đẹp này không liên quan đến tiền bạc hay giới tính, chỉ là hai trái tim đối xử dịu dàng với nhau không mang theo mục đích gì.

Hôm qua, tôi vừa đọc xong 'Những chuyện nực cười ở Brooklyn' của Paul Auster, lại bị cảm động bởi một vài chi tiết nhỏ.

Tuy cuốn sách này khá là bình thường, có cuộc sống phức tạp, có cuộc tình sai trái, dễ khiến người ta cảm thấy không thích, nhưng trong cuốn sách cũng có tình cảm mềm mại ấm áp.

Chẳng hạn như, tác giả có nhắc đến một giai thoại về Kafka.

Đó là năm cuối cùng của cuộc đời Kafka, ông và Dora vừa chuyển đến Berlin.

Họ sẽ ra ngoài vào buổi chiều hàng ngày, đến công viên tản bộ.

Có một hôm, họ gặp một bé gái đang đứng khóc ven đường. Kafka hỏi cô bé làm sao vậy, cô bé nói búp bê không thấy đâu nữa. Ông đã bịa ra một câu chuyện:

'Búp bê của cháu đi du lịch rồi!' Kafka nói.

'Sao chú biết ạ?' Cô bé hỏi.

'Vì nó đã viết thư cho chú.'

Cô bé không tin lắm.

'Chú có đem theo thư không?' Cô bé hỏi.

'Không có, xin lỗi cháu.' Ông nói, 'Chú để lá thư ở nhà rồi, là chú không đúng, nhưng ngày mai chú sẽ đem đến.'

Đêm hôm đó, Kafka đi thẳng về nhà viết thư. Ô, ng nghiêm túc đến mức gần như căng thẳng không khác gì lúc sáng tác bình thường. Ông không phải đang lừa gạt một cô bé. Đây là một tác phẩm văn học thật sự, ông muốn viết ra một câu chuyện thật đẹp để bù đắp cho sự mất mát của cô bé.

Hôm sau, Kafka đem lá thư đến công viên.

Cô bé đang đợi ông.

Vì cô bé còn chưa biết chữ, nên ông đọc lớn cho cô bé nghe.

Trong thư nói, búp bê rất xin lỗi, vì tất cả thời gian đều chung sống cùng một người, nó cảm thấy mệt mỏi, nó muốn ra ngoài ngắm nhìn thế giới, kết giao thêm bạn mới. Không phải nó không yêu cô bé nữa, chỉ là muốn được thay đổi môi trường một chút, nên phải chia xa một thời gian.

Sau đó, búp bê hứa mỗi ngày sẽ viết cho cô bé một lá thư, kể cho cô bé những gì mình làm.

Từ đó, Kafka thân mang trọng bệnh mỗi ngày đều viết một lá thư - chẳng vì gì khác, chỉ vì muốn an ủi một cô bé, hai người vốn không biết nhau, chỉ vô tình gặp nhau trong một buổi chiều tại công viên. Ông viết liên tục ba tuần lễ liền.

Ba tuần lễ.

Ông là một trong những tác giả xuất sắc nhất, không bao giờ lãng phí thời gian trong cuộc sống - với ông mà nói, thời gian đã ngày càng ít đi, vì thế càng thêm đáng quý - vậy mà ông lại bỏ ra hàng tuần vì con búp bê bị mất của một cô bé.

Mỗi một câu viết ra ông đều suy nghĩ rất kỹ, lời văn mạch lạc, thú vị, thu hút người đọc.

Dần dà, từ trong thư cô bé biết được, búp bê đã lớn, đã đi học, đã quen với người khác. Nó vẫn yêu cô bé, nhưng cũng ám chỉ cuộc sống có nhiều nhân tố phức tạp khiến nó không thể trở về được.

Cứ thế, Kafka đã để cô bé chuẩn bị dần tâm lý từng chút một, để biết rằng búp bê không bao giờ quay về nữa.

Cuối cùng, Kafka nói với cô bé, búp bê hết yêu rồi.

Ông miêu tả chàng thanh niên mà búp bê đem lòng yêu, nó đã đính hôn, hôn lễ được cử hành tại một vùng quê, ngôi nhà mới của vợ chồng búp bê rất đẹp, sinh một đứa con, trông rất giống nó...

Dòng cuối cùng, búp bê đã nói lời từ biệt với người bạn cũ mà nó yêu mến:

'Tạm biệt bạn của tôi, xin hãy sống thật hạnh phúc, giống như chúng tôi vậy!'

Từ đó, cô bé không còn lo lắng nữa. Nhưng khi cô bé nhớ đến búp bê, trong lòng sẽ thấy ngọt ngào và vui vẻ chứ không phải sợ hãi và bi thương.

Kafka dùng thiện ý, tài hoa, trí tưởng tượng để tạo ra một câu chuyện cổ tích, sưởi ấm tuổi thơ, thậm chí là cả cuộc đời của một người lạ.

Rất nhiều người nói, cô bé này thật may mắn biết bao.

Có thể quên đi những đau buồn của thế giới, quên đi hết lần chia ly này đến lần chia ly khác, quên hết những lần bị bỏ rơi này đến lần bị bỏ rơi khác giữa những năm tháng dài đằng đẵng, ở trong câu chuyện mãi luôn hạnh phúc, mãi luôn yêu thương.

Nhưng thật ra, cái chúng ta có thể làm được, không phải là nhận về, mà là cho đi.

Vâng, cuộc sống luôn có rất nhiều nuối tiếc, bạn cũng không có cách nào để buông bỏ đồ đao, lập địa thành Phật được. Nhưng chúng ta có thể quay lại gột rửa sạch những ác niệm bên trong chính mình, khiến trái tim ta chan chứa tình yêu và lòng biết ơn, trở thành đứa trẻ đi qua đường che ô giúp cho một người lạ, trở thành

ông lão tặng bánh ngay đêm Trung Thu, trở thành Kafka dùng câu chuyện cổ tích để cứu rỗi tuổi thơ... Dùng sự nhân từ và tình thương để chữa trị mầm bệnh nghiêm trọng nhất của nhân loại: ích kỷ, tham lam, lạnh lùng, tàn bạo, bóc lột... Như vậy, Kolkata mới có thể trở thành thiên đường của tình yêu, nhân gian mới có thể trở thành miền đất dịu dàng hơn.

Mẹ Teresa nói: 'Ta thấy Giê-su trong mỗi một con người.'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (1)

Cha mẹ biến mình thành 'tai họa'

Sau khi con mình chào đời, Lưu Du đã viết cuốn 'Mong con từ từ khôn lớn' rất nổi tiếng, dịu dàng cuốn hút, rất cảm động, rất nhiều người đọc đã rơi nước mắt.

Còn tôi, sau khi đọc xong, ngoài cảm động ra thì cảm xúc lớn nhất chính là, một tình yêu thật ý chí được thể hiện bằng hành động, đó là bốn chữ: cho con tự do.

Trong tình yêu nam nữ, nên như vậy;

Trong tình thân ruột thịt, lại càng nên như vậy.

Mẹ chấp nhận dáng vẻ của con, cũng chấp nhận dáng vẻ sau này của con.

Sẽ không bắt con phải trở thành rồng trong nhân loại, cũng không bắt con phải trở thành niềm kiêu hãnh, con chỉ cần nghe theo tiếng gọi con tim mình, tiến thẳng về phía trước, thử và sai, chiến đấu và trải nghiệm tất cả những gì số phận mang đến cho con, tạo nên bản sắc của mình, trở thành chính con.

Con bước đi trên con đường này, bất luận là lúc nào, con cũng là người mẹ yêu nhất.

Bất luận con có được vinh quang thế nào, hoặc gặp phải thất bại ra sao, con đều là con của mẹ, là báu vật mà đời này mẹ nâng niu nhất.

Mẹ yêu con, không phải vì con thông minh, xinh đẹp, đáng yêu.

Mẹ yêu con, vì đó là con.

Đây mới là tâm thái mà cha mẹ bình thường nên có.

Nhưng tiếc rằng nhiều bậc cha mẹ Trung Quốc đều không được bình thường đến vậy, họ quá kiêu ngạo, kiêu ngạo đến mức quên mất chính mình.

Với ý thức và quan niệm của quyền 'Tao là bố mày', các cặp cha mẹ không chút chần chừ mà tước đoạt đi tự do của con cái, phá hủy lòng tôn nghiêm của chúng.

Hơn nữa, họ còn đem hết tất cả những ước mơ dang dở, những tham vọng chưa đạt, những tâm nguyện chưa hoàn thành, đặt hết lên thân thể yếu ớt của đứa trẻ, bắt nó gánh vác mà bước đi, không ngừng leo lên, bản thân thì thúc giục, ép nó phải nở mày nở mặt.

Nở mày nở mặt cái phải gió!

Nở mày nở mặt cái quái quỷ!

Đây đúng là một kẻ vô dụng thật sự, bản thân không có bản lĩnh, nhần nhó như quả táo tàu, yếu đuối như một con gà, cái gì cũng không làm, chỉ biết chào thua trước thời gian.

Nhưng không cam lòng.

Phải làm sao?

Nắm đầu con cái, bắt chúng làm giúp mình.

Nhưng con cái không phải công cụ để bạn theo đuổi ước mơ, cũng không phải pháp bảo để bạn phản công, nó chỉ là một đứa trẻ yếu ớt, nhỏ bé, vô tội, mang theo khát vọng tình yêu, khát vọng được bạn kề cạnh, nhưng bạn cứ ép ép ép, ép nó người chẳng ra người, ma chẳng ra ma, dần dần ủ thành xa cách và thù hận, đến khi nó có năng lực nói 'không', tất nhiên sẽ phản kháng và chống đối, bạn không đồng ý, thế là chạy ra hét lớn: 'Bọn trẻ thời nay thật không hiểu chuyện chút nào, không biết tôn trọng cha mẹ...'

Nhưng bạn có từng tôn trọng chúng chưa?

Bạn có từng dịu dàng, yêu thương, xem chúng như một cá nhân để đối đãi, khích lệ chúng chưa?

Bạn chưa từng.

Bạn áp đặt, bạn ra lệnh, bạn dọa nạt, bạn đánh đập, bạn thờ ơ, bạn kiểm soát, bạn gây áp lực, bạn nhục mạ, bạn nhìn trộm, bạn giám sát, bạn bêu xấu trước đám đông, bạn vẫn luôn nhấn mạnh sự hi sinh của chính mình để chúng cảm thấy tội lỗi, bạn không cho chúng ta cơ hội trao đổi, bạn là quyền lực tuyệt đối, bạn là bá vương, cũng là ma vương, bạn khiến chúng sống tự ti, buồn bã, cảm thấy bản thân chẳng ra gì, mất dần lòng tin vào cuộc sống, bạn làm hết những việc xấu xa này với con cái của mình, bạn làm cha mẹ kiểu gì vậy?! Bạn còn có mặt mũi nói yêu thương sao?!

Tất cả mọi nhân duyên trên thế gian đều là luân hồi của nhau.

Ngày trước cha mẹ đao nguội kiếm lạnh ép buộc con, mai này con sẽ trả lại cho tuổi già của cha mẹ cảnh mùa thu thay lá, gió rét tuyết lạnh, lạnh lòng xa cách.

Sau này khi con cái trưởng thành, sẽ trở thành một người u sầu, không vui, thất bại trong cuộc sống, rồi bắt đầu dùng cách y hệt để đối đãi với các bạn và con cái chúng.

Ví dụ như, chúng cho các bạn tiền bạc và vật chất, nhưng không bầu bạn, không giao lưu, không kính ngữ về mặt tinh thần, không vỗ về về mặt tình cảm.

Bởi vì năm xưa, các bạn cũng làm như thế: cho ăn, cho mặc, cho tiền tiêu vật, nhưng không cho sự dịu dàng và bầu bạn.

Làm vậy khiến cho lũ trẻ nghĩ rằng đây chính là cách để yêu thương: yêu bằng với vật chất, yêu không bằng với bầu bạn và vỗ về. Thế nên chúng cũng dùng cách này để báo đáp cha mẹ.

Thêm một ví dụ nữa, chúng sẽ lớn lên tiếng la hét với các bạn, phàn nàn trách móc, thô lỗ kiêu ngạo.

Cũng là do cách mà các bạn đối xử với chúng năm xưa.

Khi thành tích không tốt, khi phạm lỗi, khi bị người khác bắt nạt rồi phản kích, đánh nhau với người khác, các bạn không hề an ủi và bảo vệ, thay vào đó, các bạn nổi giận và mắng chửi chúng, thậm chí không phân đúng sai phải trái mà đánh đập chúng.

Là chính các bạn đã dạy chúng, giữa người thân với nhau không có sự dịu dàng, không có hoà nhã, chỉ có cơn nóng giận mất kiểm soát và thương tổn.

Còn nữa, chúng không bao giờ nói 'con yêu cha mẹ' với các bạn, vì các bạn chưa từng nói với chúng.

Chúng không thích cầu tiến, cũng vì từ nhỏ các bạn đã nói với chúng: 'Con phải xuất sắc hơn người, đây chính là niềm an ủi lớn nhất của cha mẹ', cũng tức là nói, trong tiềm thức, ưu tú là để lấy lòng người khác, cố gắng là để làm vui lòng cha mẹ.

Sinh mệnh mất đi tự chủ và tự do, trở thành một dạng ký sinh, tất nhiên sẽ thiếu đi sáng kiến chủ quan để đột phá giới hạn của mình, giành lấy cuộc sống hạnh phúc hơn.

Một đứa trẻ bị vẽ thành hình dạng gì, đa phần là do cha mẹ.

Giáo dục sau này sẽ thay đổi một vài nhận thức.

Nhưng thứ này trong tiềm thức không cách nào lung lay. Mỗi lần kích động, khi đưa ra quyết định trọng đại, phản ứng của chúng ta đều bắt nguồn từ những gì gia đình đã dạy.

Đáng sợ hơn nữa là, chúng cũng sẽ đối xử với con cái chúng như thế, trở thành một vòng luẩn quẩn ác tính truyền lại qua từng thế hệ.

Những người nghiên cứu tâm lý học đều biết, bất cứ loại bệnh tâm lý nào, truy rõ nguồn gốc đều là do vết thương từ thuở nhỏ.

Thuở nhỏ thiếu tình thương, bị tổn thương, ngược đãi, không có cảm giác an toàn, không được tôn trọng... Sau khi trưởng thành sẽ biến thành người khép kín, trầm cảm, tự sát, có khuynh hướng bạo lực, âu lo...

Thế nên, mỗi người chúng ta đều là bệnh nhân mang những chứng bệnh khác nhau.

Thần kỳ ở chỗ, rất nhiều bệnh nhân nữ sau khi sinh con, đặc biệt là sinh con gái, tình trạng tinh thần sẽ tốt hơn rất nhiều, vì cô ấy đã được phát tiếp qua việc dày vò đứa bé.

Đứa bé sẽ thay cô ấy điên.

Bi kịch cứ thế tiếp diễn.

Nó bao gồm tất cả, tôi và bạn, và họ, và những người đáng thương chúng ta từng nghe kể hoặc không bao giờ biết đến. Tất cả mọi người đều đang bất giác sống trong những tháng ngày như thế.

Chúng ta không cảm thấy mình sai.

Chúng ta không cảm thấy chỗ nào không đúng

Thậm chí còn nói thay cho bạo lực, 'Năm đó cha mẹ rất nghiêm khắc với tôi, nhưng khi tôi làm cha mẹ rồi tôi mới có thể hiểu cho họ!'

Những lời này, nghe có vẻ thấu tình đạt lý, nhưng bản chất thật của nó lại khiến người ta rợn tóc gáy.

Cái 'hiểu' của đại đa số người không xuất phát từ sự đồng tình, mà là sự cảm thông cho nỗi vất vả, không phải kiêu thương xót cho nỗi khổ của chúng sinh như Phật gia, mà để hợp lý hóa cho sự tàn bạo của chính mình.

Mình đánh con, mắng con, trút giận lên người chúng, nghĩ đến cha mẹ mình cũng làm như vậy, thế là an lòng.

Bạo lực đang xoay vòng, hành vi xấu đang được truyền lại.

Giờ này phút này đây, đúng, chính là giờ này phút này, tất cả chúng ta đều đang đứng trên quỹ đạo hình tròn này.

Nhìn về phía sau, là những lời mắng tiếng roi của cha mẹ;

Nhìn về phía trước, là những lời mắng tiếng roi của chính mình.

Ai có thể giúp ta thoát khỏi hoặc phá vỡ nó? Chỉ có bản thân chúng ta.

Bạn phải có năng lực tự xét lại mình thật mạnh, xem lại hành vi của chính mình, sai chỗ nào, thiếu sót chỗ nào, vấn đề nằm ở đâu, sau đó nhận sai, sửa lỗi như một đứa trẻ.

Đây là một quá trình thâm lặng, nhàm chán và kéo dài.

Quá trình này sẽ không có kỳ tích có thể nhìn thấy được cũng không cần lý luận đột ngột nảy ra trong đầu giúp bạn thấu hiểu, bạn phải có chút nghi ngờ, có chút lo sợ, khom người xuống, cùng con cái quay lại thời thơ ấu, trưởng thành lại từ đầu. Như vậy vòng luẩn quẩn mới bị cắt đứt, đá Sisyphus mới có khả năng không bị lăn trở xuống mãi.

Long Ứng Đài từng nói, con à, chậm chậm thôi!

Chúng ta, cũng chậm chậm thôi!

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (2)

Giáo dục thật sự 'ăn thua' ở cha mẹ

Cách đây vài năm, tôi từng đọc được một bài viết.

Tác giả đến nhà một người bạn, thấy con của người bạn ấy rất thích đọc sách, không chỉ đọc truyện cổ tích và truyện kể, cả quyển sách tham khảo cũng đọc rất chăm chú.

Anh ấy rất kinh ngạc, bèn hỏi cặp cha mẹ kia đã dạy dỗ đứa bé như thế nào.

Dạy dỗ thế nào?

Vốn chẳng dạy dỗ gì cả, người cha là nhà trí thức, người mẹ là tác giả, hai người lại yêu thương nhau, sách trong nhà lại nhiều.

Phòng khách, phòng sách, phòng ngủ, phòng trẻ em, nhà vệ sinh, ở đâu cũng có sách triết học tôn giáo mà người cha thích, sách văn học nghệ thuật xã hội mà người mẹ yêu, sách tranh cổ tích ngụ ngôn mà đứa con say mê... Chỉ cần bạn muốn, tiện tay là có thể lấy được quyển sách mà mình thích để đọc ngay.

Lúc không có việc gì làm, cả nhà sẽ tụ tập lại cùng nhau đọc sách.

Sắc đêm dịu dàng, dưới ánh đèn, cả nhà đều đắm chìm trong thế giới văn học của riêng mình, đọc đến chỗ mình thích thì cùng nhau trao đổi.

'Ha ha ha, Tôn Ngộ Không buồn cười ghê...'

'Buồn cười thế nào, nói ra nghe xem nào!'

Họ cũng chơi trò đóng vai các nhân vật trong sách, sửa lại kết cục, hoặc viết câu chuyện của riêng ba người, vui vẻ hấp dẫn, khiến người ta phải bật cười.

Những điều này đều không phải cố ý tạo ra, tình yêu của cha mẹ, sự yêu thích của đứa con, hoàn toàn thuận theo tự nhiên, diễn ra rất vui vẻ.

Đứa trẻ vừa chào đời đã lớn lên trong một không khí như thế, tự nhiên sẽ thấy đọc sách là một việc bình thường không khác gì ăn cơm, hít thở.

Câu chuyện này khiến tôi rất xúc động.

Nó làm tôi nhớ đến: Giáo dục thật sự xưa nay chẳng phải kỹ năng để đá ra vàng, lập địa thành Phật gì đó, mà là một quá trình mưa dầm thấm đất, thuận theo tự nhiên.

Giống như một cái cây lay động một cái cây khác, một đám mây thúc đẩy một đám mây khác, một linh hồn đánh thức một linh hồn khác.

Nó không chút tiếng động, nó chỉ để cho người đi phía trước, làm việc mà mình thích, đi con đường mà mình chọn, sau đó, để cho sự thay đổi tự nhiên diễn ra.

Người đi trước thế nào, người đi sau cũng như vậy.

Thế hệ trước thế nào, thế hệ sau cũng như vậy.

Đây chính là 'ăn thua' ở cha mẹ.

Nhưng 'ăn thua' ở cha mẹ trong bối cảnh giáo dục, không phải là di truyền như Vương Tư Thông có người cha tên là Vương Kiện Lâm, cũng không phải thừa kế như Cát Ưu có người ta tên là Cát Tồn Tráng...

Sự di truyền về quyền lực, tiền bạc, nguồn tài nguyên, không liên quan gì đến cái mà tôi đang nói ở đây.

'Ăn thua' ở cha mẹ thật sự là ăn thua ở quan niệm, cách sống, cách tư duy, cách đối nhân xử thế của cha mẹ.

Trước khi ra khỏi biên chế, tôi đã theo công việc giáo dục nhiều năm.

Trò chuyện với học sinh và phụ huynh càng nhiều tôi càng nhận thấy: Con cái là bản sao thu nhỏ của gia đình, giáo dục 'ăn thua' ở cha ở mẹ.

Một đứa trẻ ưu tú, gia đình phía sau nó nhất định chứa đầy sự tôn trọng, yêu thích sách vở, cha mẹ có thể không tinh thông kim cổ, nhưng nhất định thấu tình đạt lý.

Ngược lại, một học sinh có vấn đề, gia đình nó đang sống chắc chắn cũng có rất nhiều vấn đề, ví như thiếu tình thương, bất bình đẳng, mất tự do, trình độ văn hóa của cha mẹ không cao, quan niệm lạc hậu, tầm nhìn hạn hẹp, và có nhiều hành vi bạo lực.

Tôi từng viết một bài gọi là 'Dương Chỉ, cô nàng xấu tính'. Hình mẫu của Dương Chỉ là một học sinh của tôi, theo đuổi giáo viên chủ nhiệm, chưa tròn 14 đã lên giường với 6 người đàn ông...

Tìm hiểu ra thì biết lúc nhỏ con bé đã bị cha bỏ rơi, mẹ thì rượu chè, hút thuốc, thất nghiệp, làm vợ bé người ta để sống qua ngày, con bé luôn sống chung với bà nội, không được yêu thương, câu nói thường được nghe nhất chính là: 'Sao mày không đi chết đi? Chỉ cần không chết trong nhà tao là được...'

Cha mẹ như vậy, không cần nghĩ cũng biết sẽ ảnh hưởng thế nào đến đứa trẻ.

Năm 2015, tôi về quê, có lần gặp lại con bé, đã thôi học, trang điểm già dặn, mở miệng là nói tục, thấy người đàn ông lớn tuổi đang đi đến liền cười hì hì nói: 'Hi, anh đẹp trai, cùng chơi đùa chút đi!'

Tôi mời con bé ăn cơm, trong lúc ăn, con bé nó mình đang mang thai, cái thai là của một người bạn quen trên mạng, đang do dự không biết nên sinh hay không.

'Năm nay em bao nhiêu tuổi?' Tôi hỏi con bé.

'15 tuổi.'

Mẹ con bé cũng biết, chỉ sĩ nhục, chỉ đánh mắng thì không hề cho con bé sự giúp đỡ đúng đắn.

Lúc đó tôi nghĩ, đứa bé này e rằng đã định sẵn sẽ bị bỏ đi rồi.

Nước Anh có một bộ phim tài liệu tên là '56 UP'.

Đạo diễn đã chọn 14 đứa trẻ không cùng giai cấp để tiến hành quay phim theo dõi, mỗi 7 năm quay một lần, bắt đầu từ 7 tuổi, 17 tuổi, 21 tuổi, 28 tuổi, 35 tuổi, 42 tuổi, 49 tuổi, cho đến 56 tuổi.

Trong 100 phút ngắn ngủi đã đi qua cuộc đời thật sự của 14 con người.

Bộ phim tài liệu này khiến người xem rất khó chịu.

Bởi vì nó hoàn toàn trần trụi, dùng một cái xé toạc lớp áo mỏng manh của những lời động viên, khích lệ, ảo tưởng, đem hiện thực không được yêu thích phơi bày ra trước mắt. Nói với chúng ta 14 chữ:

Con vua thì lại làm vua, con sãi ở chùa thì quét lá đa.

Trong bộ phim, 60 năm trôi qua trong chớp mắt, đến cuối cùng con của người tài vẫn là người tài. Con nhà nghèo vẫn là người nghèo.

Giai cấp kiên cố, có lao động được. Cục diện bế tắc này từ đâu mà có?

Có một kết luận rất hay, nó nói thế này: Thật ra, ngoài việc thực lực cứng (nguồn tài nguyên) phân bổ không đều, mấu chốt nằm ở chỗ thực lực mềm (quan niệm) chênh lệch nhau.

Người được thừa hưởng quan niệm khác nhau, tự nhiên sẽ có tầm nhìn khác nhau, kèm theo đó là hành động khác nhau, cái giá

phải trả khác nhau, kết quả sẽ khác nhau.

Trên đời không tồn tại cái gọi là thiên tài. Bất cứ đứa trẻ ưu tú nào cũng không phải kỳ tích tự nhiên được sinh ra, mà có nguyên nhân của nó.

Nhân của nó, nằm ở gia đình.

Gốc rễ của nó, nằm ở cha mẹ.

Cha mẹ vô chi sẽ dùng cách kiểm soát, áp bức, chà đạp để đối đãi với một đứa trẻ mà không hề hay biết gì.

Dùng cách tàn ác để truyền lại cái ác, dùng cách ngu xuẩn để truyền lại cái ngu xuẩn. Như vậy, chuỗi phản đấu trong đời của đứa trẻ đã bị đứt đoạn ngay từ khi bắt đầu.

Nếu cha mẹ là người cởi mở, họ sẽ cho con cái sự tôn trọng và tự do.

Không cưỡng ép, không áp đặt, chấp nhận mọi khả năng của cuộc sống, để cho áp lực lớn nhất của đứa trẻ chỉ đến từ bản thân nó, nhận ra ưu điểm của nó, tán thưởng điểm đặc biệt của nó, dùng tư duy và nguồn tài nguyên của người lớn giúp nó phát triển... Nếu vậy, nó sẽ chiến thắng vẻ vang so với những đứa trẻ cùng tuổi khác.

Những đứa trẻ có cha mẹ như vậy, không thành công cũng sẽ tỏa sáng.

Không thành tài, cũng sẽ thành người.

Không thành danh, cũng làm ra một chút thành tựu riêng trong đời mình.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (3)

Đối với trẻ nhỏ, phải nuông chiều

Có lẽ khi thấy tiêu đề sẽ có vô số bậc cha mẹ chưa đọc đã bắt đầu nổi giận mắng: Nói bậy nói bạ gì đây? Nuông chiều sẽ làm hư đứa trẻ đấy. Cô có hiểu hay không, không hiểu thì câm miệng ngay cho tôi!

Nào nào nào, bớt giận trước đã.

Nguôi giận rồi hãy trả lời một câu hỏi của cô giáo nào: Bạn đã bao giờ thấy con cái nhà nào được cha mẹ nuông chiều mà trở nên hư hỏng hay chưa?

Lý Thiên Nhất? Dược Gia Hâm? (Con trai của những đại gia Trung Quốc)

Vì không biết gia đình họ giáo dục thế nào nên tôi không thể phân tích được, nhưng nếu cách dạy con của hai gia đình này bị tiết lộ ra ngoài, tôi tin, cái chúng ta nhìn thấy, ngoài sự thỏa mãn về vật chất (cũng chưa chắc thỏa mãn thật sự), chắc hẳn còn có sự thiếu tôn trọng, sự xúc phạm không giới hạn, kiểm soát và áp lực... của cha mẹ dành cho chúng.

Đây không phải nuông chiều.

Hoàn toàn ngược lại, đây là không đủ yêu thương.

Nuông chiều là gì?

Gia đình người Trung Quốc vừa nghe đến từ này lập tức biến sắc ngay.

Bởi vì trong vô số câu chuyện kể, cuộc đời của người thành công đều liên quan đến nghèo khó; cuộc đời của người thất bại đều có sự góp mặt của nuông chiều. So sánh như vậy đơn giản dễ hiểu, hàng trăm hàng nghìn năm trôi qua, tất cả chúng ta đều xem nó là chân lý.

Thế là chỉ cần nhắc đến, ai ai cũng muốn tiêu diệt, ai ai cũng kêu gọi đánh đập, ai ai cũng trốn tránh.

Nhưng trên thực tế, 'nuông chiều' thật sự chỉ là một môi trường tự do thoải mái không gò bó.

Nó có nghĩa là: Tôn trọng ý muốn của đứa trẻ, không trì hoãn sự thỏa mãn, không áp chế nhu cầu, không kiểm soát suy nghĩ của con, không áp đặt hướng phát triển của con, hiểu và ủng hộ quyết định của con, xem con là một người lý tính và kiện toàn, chứ không phải là vật mặc cho cha mẹ nhào nặn.

Nếu cha mẹ làm được, không chỉ không có hại cho con cái, mà còn là phúc của chúng.

Ví dụ như câu chuyện về sôcôla nổi tiếng.

Có một đứa trẻ rất thích ăn sôcôla.

Cha mẹ thấy nó sẽ bị sâu răng, không tốt cho sức khỏe, thế là không cho, muốn đứa trẻ nhin, không cho nó thỏa mãn.

Nhưng trong thế giới của đứa trẻ, không có so đo giữa được và mất, cũng không có phán đoán giữa đúng hoặc sai, cái chúng có thể cảm nhận được chỉ có cảm xúc của người lớn - Lúc nấy cha lớn tiếng với mình, đáng sợ quá, mình đi tìm mẹ, mẹ cũng mặc kệ mình, không ai cần mình, không ai yêu mình cả.

Chúng sẽ cảm thấy sợ hãi.

Càng sợ hãi càng muốn có được.

Vì vậy, sự kiên quyết cự tuyệt của cha mẹ không chỉ không làm giảm lòng ham muốn với sôcôla của đứa trẻ, ngược lại càng làm nó muốn nhiều hơn.

Nó sẽ tìm sôcôla ở khắp mọi nơi trong nhà.

Nó sẽ để dành tất cả tiền tiêu vặt (thậm chí là lấy trộm tiền) để mua sôcôla.

Nó cũng sẽ vì một viên sôcôla mà đi làm việc mình không muốn làm.

Sau đó người mẹ nghe lời khuyên của bác sĩ tâm lý, mua một thùng sôcôla để trong phòng của con mình, tránh đi, để nó ăn thỏa thích.

Đứa trẻ vô cùng vui mừng: 'Mẹ ơi, chỗ này đều là cho con ạ?'

'Đúng vậy.'

'Con có thể ăn chứ ạ?'

'Tất nhiên, con muốn ăn bao nhiêu thì ăn bấy nhiêu...'

Nhưng kỳ lạ là đứa trẻ lại không muốn ăn nữa.

Lúc bắt đầu, mỗi ngày nó ăn mười mấy viên, rồi vài viên, rồi một hai viên, sôcôla cũng không còn sức hút đặc biệt với nó nữa.

Còn người mẹ cũng kiểm chế mình, chỉ khi đứa trẻ thấy khó chịu trong người mới nói cho nó biết một sự thật: Trong sôcôla có một loại cafein, ăn nhiều sẽ khiến người ta thấy khó chịu.

Không phê bình, cũng không áp đặt, thế nhưng đứa trẻ đã hiểu.

Sau đó có một ngày, người mẹ ăn ba viên sôcôla, đứa trẻ đã nói: 'Mẹ ăn ít thôi, ăn nhiều sẽ khó chịu đấy!'

Sự thỏa mãn về vật chất như vậy sẽ giúp chúng hình thành phán đoán khách quan: cái gì là tốt, cái gì là không tốt.

Chứ nó không vì thiếu thốn mà xem khát vọng thành giá trị của vật chất.

Khi con cái 'muốn' các cặp cha mẹ Trung Quốc đều thích nói 'không', vì sao thế?

Một là vì vô tri.

Hai là vì làm vậy sẽ cảm thấy sung sướng.

Vô chi là do chúng ta đều nghĩ từ chối hoặc trì hoãn việc thỏa mãn đứa trẻ sẽ dạy nó biết trân trọng, sẽ để nó hiểu được không phải bất cứ thứ gì nó cũng có được.

Nhưng trên thực tế, thái độ không rõ ràng như thế sẽ khiến đứa trẻ càng thêm nghi hoặc, rốt cuộc đâu là tốt, đâu là xấu? Rốt cuộc nên hay không nên?

Ví dụ như, đứa trẻ nói: 'Mẹ ơi, con muốn đi bơi!'

Người mẹ nhìn sắc trời rồi nói: 'Trời sắp mưa rồi, đừng đi!'

Đứa trẻ không biết phán đoán. Nó chỉ biết mong muốn hợp lý của mình đã bị từ chối, cảm thấy ảm ức, dùng cách gào khóc để phát tiết: 'Con muốn đi, con muốn đi...'

Người mẹ bị làm phiền nên nổi nóng nói: 'Được, được, con đi đi, chết đuối rồi thì đừng có trách mẹ!'

Đứa trẻ đã đạt được mục đích, ra khỏi nhà.

Nhưng nó không những không hiểu rằng bơi lội vào ngày mưa không tốt, mà còn mang lòng oán giận người mẹ.

Hơn nữa, nó học được dùng thủ đoạn gào khóc để đạt được mục đích của mình, nó biết, dù có không hợp lý chăng nữa, chỉ cần nó làm nũng, la hét, ném đồ đạc, cha mẹ sẽ thỏa mãn nó.

Dần dần, đứa trẻ bị cha mẹ gắn mác 'đứa bé hư'.

Nhưng đổi một cách làm khác thì sao?

Đứa trẻ nói với mẹ: 'Mẹ ơi, con muốn đi bơi!'

Người mẹ nhìn sắc trời rồi nói: 'Được. Nhưng trời sắp mưa rồi, mẹ đi cùng con, mẹ sẽ đợi con ở trên bờ, nếu con bơi thấy khó chịu thì phải nói với mẹ ngay, được chứ?'

Đứa trẻ cùng mẹ ra khỏi nhà.

Mưa mỗi lúc một lớn.

Đứa trẻ vừa xuống nước liền cảm thấy không ổn, trèo lên bờ nói với người mẹ: 'Mẹ ơi con lạnh quá, không bơi nữa đâu!'

Người mẹ dùng khăn tắm lớn đã chuẩn bị từ trước, lau mình giúp nó, không trách mắng câu nào, chỉ nói: 'Ừ', trời mưa mà bơi nguy hiểm lắm, chúng ta về nhà thôi!'

Sau này, qua lần thử này, đứa trẻ sẽ hiểu không được đi bơi vào ngày mưa, đồng thời cũng tin mẹ sẽ không bỏ rơi nó, luôn ở bên cạnh, luôn luôn yêu nó.

Vì được yêu, nó cũng sẽ yêu thương người khác, có thể chung sống một cách hòa nhã với người khác.

Sau khi trưởng thành, trí tuệ cảm xúc cũng sẽ rất cao.

Cứng rắn nói 'không' với đứa trẻ sẽ làm cho cha mẹ sung sướng.

Vì từ chối sẽ mang lại khoái cảm 'ta đây có thể làm chủ'.

Song, bạn không dám từ chối cấp trên, không dám từ chối đồng nghiệp, không dám từ chối đối tác làm ăn, chỉ dám từ chối con của mình, vì nó nhỏ nhất, cũng không thể phản kháng, bạn chỉ cần hét lớn một tiếng 'Không!', đứa trẻ sẽ co rúm mình ngay lập tức, hiệu quả rất rõ rệt.

Sướng biết mấy!

Có khí thế biết mấy!

Ví dụ như một trường hợp tôi từng gặp trước đây.

Một người mẹ có ham muốn kiểm soát đến mức biến thái.

Bà ta không thấy được điểm tốt nào của con gái mình.

Nếu con gái muốn chơi thân với bạn học, bà ta sẽ dùng lý do 'nó không phải đứa bé ngoan, con đừng có qua lại với nó', bắt con bé cắt đứt với đối phương;

Nếu con gái thích vẽ tranh, bà ta sẽ dùng lý do 'đây không phải việc nghiêm chỉnh, đừng có vẽ nữa' để ngăn cản;

Nếu con gái thích một minh tinh nào đó, bà ta sẽ lấy lý do 'nhìn không khác gì thằng lưu manh, mắt con có vấn đề hả? Không được thích nữa...', bắt con bé không được tiếp tục yêu thích thần tượng.

Vì sao người mẹ lại như vậy?

Vì cuộc sống của bà tràn đầy cảm giác bất lực.

Bà thất nghiệp, chồng ngoại tình, chui rúc trong nhà bao nhiêu năm, chỉ có thể thông qua việc nói 'không không không' với con cái để có được chút cảm giác kiểm soát.

Nhưng kết quả thế nào?

Cái 'không' đó không hề mang lại một cái 'tốt' nào, chỉ khiến cho cô con gái càng lúc càng nóng nảy, càng lúc càng oán hận.

Nếu đổi lại một cách làm khác:

Mặc cho con gái kết bạn, mặc cho con gái vẽ tranh, mặc cho con gái yêu thích thần tượng... cha mẹ bớt được rất nhiều nỗi lo, con cái

được tự do trải nghiệm cuộc sống.

Còn việc cha mẹ lo lắng con mình còn quá nhỏ, không biết kiềm chế, không có chừng mực.

Thật ra, chúng ta đều đã từng là trẻ con, chúng ta có không biết kiềm chế không?

Không hề, chúng ta biết, chúng ta đều biết phân nặng nhẹ, biết đúng sai.

Nhưng nếu cha mẹ lúc nào cũng muốn kiểm soát chúng ta, chúng ta sẽ giận quá mất khôn, tràn đầy căm thù hành vi không có giới hạn và thiếu tôn trọng của họ.

Oscar Wilde nói:

'Cách để đưa trẻ có được hạnh kiểm tốt nhất, chính là mặt cho chúng vui vẻ.'

Về chuyện để cho bọn trẻ được vui vẻ lại cho thấy sự theo thiệt đến kỳ lạ của đại đa số người lớn trong xã hội.

Khi họ nhẹ nhàng hoặc thô bạo đoạt đi thứ làm cho chúng vui, họ luôn không quên nói kèm một câu: 'Đây đều vì tốt cho con thôi.'

Đây đúng là câu bao biện có tính thuyết phục nhất, cuối cùng nó sẽ làm cho chúng ta bằng lòng hủy diệt chính mình.

Người bạn Khả Nhị của tôi cũng là người kiên quyết ủng hộ việc nuôi chiều con cái.

Cậu ấy nói, điều duy nhất mình lo là không thể nuôi chiều đến cùng.

Khi Tiểu Nữu nhà cậu ấy đi nhà trẻ, có một hôm con bé đột nhiên không muốn đi học nữa.

Lúc đó Khả Nhị ở Quảng Châu, Tiểu Nữu ở quê sống chung với bà nội.

Khả Nhị nghe tin liền nói với mẹ mình: 'Vậy thì không cần đi nữa thôi!'

Bà nội cũng là người thông minh, đồng ý với thỉnh cầu của Tiểu Nữu và nói: 'Được, không đi học nữa.'

Thế nhưng, theo kế hoạch của Khả Nhị, mỗi ngày bà đều vô tình hoặc cố ý dẫn con bé đến gần trường học. Tiểu Nữu thấy các bạn nhỏ trong trường chơi rất vui vẻ, thoải mái la hét, bắt đầu dao động trong lòng.

Ngày thứ ba, con bé nắm tay bà nội nói: 'Bà nội ơi, dẫn con đi học đi!'

Sau này Tiểu Nữu học múa, tập xoay chân, uốn lưng, đau đến nghiêng răng nghiêng lợi, tối về nhà ôm lấy mẹ nói, mệt quá, đau quá, không muốn học nữa.

Làm thế nào đây?

Chiều sao con bé.

Khả Nhị đối với người nhà: 'Mọi người đừng trách mắng con bé, cứ chuẩn bị tinh thần là con bé sẽ không đi nữa thôi! Nói chuyện nhiều hơn với nó, chúng ta biết rất mệt, rất đau, ôm nó, để nó nói ra cảm giác mệt và đau ra sao, nhưng phải nói với con bé hôm sau sẽ đi xem thử, đi hay không để nó tự lựa chọn.'

Đêm hôm đó, khi mẹ mơ mơ màng màng ngủ thiếp đi, Tiểu Nữu vẫn đang ngồi ở trên giường dạy búp bê vài múa, uốn lưng, xoay chân, con bé nói với búp bê: 'Bé cưng à, tập múa rất vất vả, nhưng cậu phải kiên trì nhé...'

Trẻ con thấu tình đạt lý hơn chúng ta tưởng tượng rất nhiều, chỉ cần bạn cho nó đủ tự do.

Không có bao nhiêu người Trung Quốc từng thật sự được nông chiều.

Ngược lại, đa số đều là những bệnh nhân thiếu thốn.

Trước đây, tôi cũng là người ủng hộ quan niệm nông chiều có hại.

Mãi cho đến khi đọc sách tâm lý học tôi mới phát hiện ra bệnh tâm lý của đa số người đều vì nó mà thành.

Vì khi còn thơ ấu, mối quan hệ giữa con cái và cha mẹ sẽ ngấm vào, trở thành hình mẫu quan niệm nội tại của đứa trẻ, từ đó quyết định tính cách một đời của nó.

Nếu có được đầy đủ tình thương, tự do từ cha mẹ, khi trưởng thành nó tất nhiên sẽ thông minh, tốt bụng.

Nếu tình yêu của cha mẹ chỉ có thiếu thốn, khiếm khuyết và nặng nề, trong tiềm thức của đứa trẻ quan hệ giữa người và người sẽ tương đương với cảm giác áp bức và nặng nề.

Tình yêu thật sự sẽ không mang đến giả xấu ác, mà chỉ khiến người ta trở nên chân thiện mỹ.

Tình yêu tràn đầy không hề khiến người ta cao ngạo, cuồng vọng, tự cho là đúng, mà chỉ khiến cho con người sinh ra lòng đồng cảm và thông cảm.

Cuối cùng, tôi muốn kể thêm một câu chuyện khiến tôi vô cùng cảm động.

Có một cặp cha mẹ rất yêu con gái của mình.

Yêu đến mức độ nào?

Một quyển vở bài tập của cô bé bị mất, họ rất lo lắng.

Cha mẹ không trách mắng câu nào, sau khi chắc chắn không thể tìm được nữa, họ tìm mọi cách để mua lại, nhờ vả vô số người nhưng vẫn không mua được.

Họ quyết định chép lại một quyển mới cho con gái.

Con gái rất lo: 'Nhiều chữ như vậy, còn biết bao nhiêu hình, cha mẹ làm được không đấy?'

Người mẹ nói: 'Nghề của cha con là vẽ tranh giấy mà, để cha vẽ, mẹ chép chữ, được mà.'

Họ mượn được một quyển vở bài tập, rồi tỉ mỉ chép lại từng hình, từng chữ một. Nhưng số lượng quá nhiều, mấy tiếng đồng hồ sau mới chép được một nửa.

Hôm sau đã phải nộp nên cô con gái bắt đầu lo lắng.

Cha mẹ nói với cô con gái: 'Con đi ngủ trước đi, cha mẹ đảm bảo sẽ chép xong cho con mà.'

Sáng hôm sau, cô con gái thức dậy đã thấy quyển vở bài tập chép tay được đặt trên bàn học. Vì quá dài nên phải dùng sợi chỉ thêu đính lại, nhưng tranh minh họa và các hoa văn trên đó không thiếu cái nào.

Người mẹ nói: 'Mẹ đã cố gắng viết theo nét chữ của con, làm bù bài tập con còn thiếu trong hai ngày này, hôm nay có thể nộp được rồi!'

Tất nhiên quyển vở bài tập này đã trở thành tiêu điểm của cả lớp, cô con gái và cha mẹ đều được giáo viên khen ngợi. Cô con gái nói: 'Cái cảm giác hạnh phúc khi sắp bị xe dừng đến nơi, giây cuối cùng chột dừng lại và thấy được cầu vòng ấy, đến bây giờ tôi vẫn còn nhớ rõ.'

Hiển nhiên, trưởng thành trong một gia đình như thế, cô con gái trở nên dịu dàng, hiểu lòng người, bao dung hơn so với người bình thường, tiếp xúc với người như vậy sẽ khiến người ta cảm thấy như được tắm trong gió xuân.

Mỗi một sinh linh, đều là lời chúc phúc dành cho thế giới.

Mỗi một đứa trẻ, đều mang theo sứ mệnh của mình đến với thế giới, lớn lên trong sự dẫn dắt của phôi thai tinh thần nội tại.

Nếu cha mẹ của chúng ta có thể buông bỏ lo âu, buông bỏ phê phán, buông bỏ sự cuồng vọng cho rằng mình có thể dạy dỗ được con cái, chỉ cần yêu thương, khiêm tốn, bầu bạn, biết bao nhiêu bi kịch nhân gian đều sẽ biến mất.

Juddu Krishnamurti từng nói:

'Nếu cha mẹ thật sự quan tâm đến con cái của họ, xã hội sẽ thay đổi ngay sau một đêm, chúng ta sẽ có nền giáo dục khác, gia đình khác, sẽ có một thế giới không có xung đột, không có chiến tranh.'

Thế nên, nếu bạn đang đọc bài viết này, nếu bạn đang là cha mẹ, hoặc sắp thật trở thành cha mẹ, xin hãy nhớ: yêu thương con mình!

Yêu nó một cách chắc chắn hơn, nhân từ hơn, dốc hết lòng ra để yêu nó!

Nuông chiều mà yêu nó!

Đây là việc duy nhất mà mỗi một người lớn đều không cần nghi ngờ, cũng không được nghi ngờ.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (4)

Không muốn con cái hận bạn cả đời, bạn chỉ cần làm được hai điều

Từ lúc Tiểu Thập Nguyệt được sinh ra cho đến nay đã hai tuổi, đều do mẹ tôi chăm sóc.

Mẹ tôi là con gái của một gia đình nghèo, sinh ra ở vùng núi, ông ngoại trọng nam khinh nữ, chê bà, đánh đập bà, xem bà như công cụ làm nông, sau này lại gặp biến cố lớn, tác hại của thời đại càng tăng thêm bi kịch của gia đình, khiến cho bà mỗi lần nhớ lại tuổi thơ đều không có gì vui vẻ để nói.

18 tuổi, mẹ được gả cho cha tôi, gặp phải sự nghèo túng và bạo lực càng nặng hơn.

Tuổi thơ không vui vẻ, cuộc sống không vui vẻ, khiến vết thương trong tim bà càng thêm sâu, gần như không có hi vọng cứu chữa. Vì không được đi học nên bà không có năng lực thay đổi, không biết cách nhận thức và tự suy xét về bản thân, bà vẫn luôn nghĩ mình là người bị hại, đối với người hay việc đều tràn đầy oán hận, chấp nhận bạo lực trong tiềm thức.

Tôi và em trai, em gái đã lớn, cảm xúc của bà đã không thể tác động quá nhiều đến chúng tôi được nữa, vì chúng tôi sẽ phản kháng.

Nhưng Tiểu Thập Nguyệt, đứa trẻ mới sinh, yếu ớt, vô tội ấy, lại không thể không đối mặt với sự vui buồn thất thường của mẹ tôi, nó yên lặng đứng trong sự bạo lực của bà, không hề có khả năng trốn chạy, từ chối, hay phản kháng. Chỉ biết khóc, khóc và khóc...

Hôm qua, thằng bé tè dầm ra giường hai lần, lại không chịu ăn cơm, mẹ tôi càng thêm nổi nóng

Bà mắng đứa nhỏ 'đồ chết tiệt', 'tao phải đánh chết mày', hơn nữa suốt thời gian dài cũng không ngừng. Tôi mạnh mẽ ngăn cản, bà càng tức giận hơn. Bởi vì sự chỉ trích của tôi khiến bà cảm thấy bị đả kích, thế là cảm xúc tuôn trào.

Đứa trẻ càng sợ hãi mà khóc lớn, nước mắt rơi đầy trên khuôn mặt nhỏ, nó đến gần bà, kéo tay bà, vừa khóc vừa gọi: 'Ngoại ơi, ngoại ơi, ôm ôm...'

Mẹ tôi dùng sức hất nó ra, vẫn còn đang nổi giận. Bà đem sự bất mãn với cha mẹ Tiểu Thập Nguyệt trút lên người đứa nhỏ, mắng nó, chỉ trích nó, đứa trẻ đã có thể nghe hiểu tất cả, nó không thể trốn tránh, không thể cãi lại, chỉ càng thêm sợ hãi, càng thêm hoảng loạn, càng muốn đến gần bà.

'Ngoại ơi, ngoại ơi...'

'Ngoại ơi, bé Tề...'

'Ngoại ơi, ngoại ơi...'

Tiếng khóc ngày một lớn, giống tiếng gọi, giống cầu cứu, giống than vãn.

Tôi bế nó lên: 'Tể Tể ngoan, bác bế con, bây giờ ngoại không được vui lắm, để ngoại ở một mình có được không? Chúng ta sang phòng khác chơi nhé, Tể Tể?'

Nó không chịu, nhất quyết đòi bà ngoại phải yêu thương, dỗ dành nó - như thể đó là lỗi của nó vậy - không có được cái ôm tha thứ của bà, nó sẽ lo lắng hoảng sợ.

Lúc đó nước mắt tôi đã chực trào.

Bao nhiêu đứa trẻ đều phải dùng tấm thân nhỏ bé của mình để âm thầm chịu đựng biết bao vết thương thay cho những người lớn không vui, không cách nào phản kháng.

Hàng nghìn, hàng vạn oan ức, không thể nói ra.

Hàng nghìn, hàng vạn nỗi khổ, chúng chỉ có thể nuốt xuống.

Bên trong những tâm hồn non nớt ấy là biết bao nhiêu vết thương nông sâu khác nhau.

Biết làm thế nào đây?

Nếu người lớn không thể cho chúng tình yêu và sự bảo vệ thật sự, ngược lại cho chúng sự công kích, trong nội tâm của chúng sẽ từ từ mọc ra giáo, mọc ra dao, mọc ra mũi tên, mọc ra khiên giáp, mọc ra bức tường cao, mọc ra thuốc độc, mọc ra gai nhọn, để chống lại thế giới đầy lòng thù địch này.

Chúng sẽ dần biết nói: Không!

Chúng sẽ dần biết nói: Tự đi mà làm!

Nhưng người lớn không hề nhận ra, không hề hay biết tất cả những điều này đang diễn ra.

Chúng ta vẫn ung dung tiếp tục chỉ trích, oán hận, tiếp tục phóng tên, công kích, đem thù hận và giận dữ trút hết lên người chúng.

Đêm hôm đó, Tiểu Thập Nguyệt đã nằm mơ, nó cuộn mình trong chăn, trán đầy mồ hôi, không chịu nằm yên, làm bầm nói mớ: 'Ngoại giận rồi...'

Tôi rất đau lòng, một lần nữa rơi nước mắt.

Nhớ lại mấy ngày trước, em gái tôi dẫn nó ra ngoài chơi.

Sắc trời đã tối, tên nhóc vẫn còn đang hăng hái chưa muốn về nhà, em gái tôi liền nói: 'Con mà không nghe lời, mẹ sẽ bỏ Tể Tể đấy.'

Tể Tể ngay lập tức biến sắc, sợ hãi không thôi, mở to đôi mắt nói: 'Đừng bỏ, mẹ đừng bỏ...'

Tâm lý học không ngừng nhấn mạnh: Trong tất cả các mối quan hệ trên đời, đáng sợ nhất chính là bị bỏ rơi. Nhưng với một đứa trẻ hơn hai tuổi, chúng ta đã bất giác đặt sự đau khổ cùng cực ấy ra trước mặt, bắt nó phải ứng phó.

Em gái nói: 'Được, mẹ không bỏ con, mẹ nói chơi thôi mà.'

Thằng bé yên tĩnh lại.

Hơn mười phút sau, nó đột nhiên nhắc lại: 'Mẹ đừng bỏ Tể Tể...'

Buổi tối nó về nhà, ăn cơm, tắm rửa, chơi đùa, đi ngủ, sau khi ngủ say, lại nằm mơ, nói mơ: 'Đừng bỏ Tể Tể...'

Chúng ta chính là người giám hộ như thế!

Chúng ta chính là vừa làm việc xấu vừa có ảo giác mình là cha hiền mẹ tốt!

Chẳng có một ai vô tội cả!

Chẳng có ai tốt cả!

Trong cuộc sống hàng ngày, có lẽ tôi và bạn đều có một ảo giác tự huyễn hoặc mình: Tôi là người lý trí, tôi là người dịu dàng, tôi là người nhân từ.

Nhưng trước mặt đứa trẻ, giống như đứng trước gương chiếu yêu vậy, mọi cái xấu cái ác đều hiện nguyên hình. Chẳng phải bạn nói bạn rất có giáo dưỡng sao? Bạn nhìn giống vẻ hung dữ của mình đi, nghe những lời lạnh lùng tàn nhẫn của mình đi!

Rõ ràng thủ đoạn tàn nhẫn, vậy mà cứ nói mình bụng dạ hiền lành.

Rõ ràng lời nói vô tình, vậy mà cứ nói tình mẹ vô song.

Đáng sợ nhất là chúng ta không hề hay biết chút gì.

Có một lần, một người quen của tôi lại có thể cười hì hì nói, đừng xem trọng trẻ con quá, không đánh không mắng chúng sẽ trở nên vô pháp vô thiên.

Tôi lập tức nhìn đứa trẻ 'vô pháp vô thiên' thật sự kia, im lặng một lúc, đành thở dài: Đều là số mệnh cả!

Còn có một người nói trẻ con không mắng không nên người, phải mắng mới được, nếu không sao thích ứng được với xã hội!

Tôi nhìn cô ấy, nghĩ thầm trong lòng: Sau này đứa nhỏ lớn lên, chống đối, thậm chí mở miệng mắng cô, cô đừng có hối hận đấy!

Nếu bạn bắt nạt, nó sẽ bắt hiếu.

Oan oan tương báo, đây chính là luân hồi.

Biết bao nhiêu người lớn đang mượn danh nghĩa giáo dục, mượn cơ kỷ luật để phát tiết cảm xúc của mình, cuối cùng bị người hại lại là những đứa trẻ còn chưa học được cách phản kháng, yếu ớt nhất, vô tội nhất.

Chúng phải chịu đựng tất cả, không nói được một lời, lấy cơ thể yếu ớt để hứng chịu mọi cái xấu lớn nhỏ trong gia đình.

Nó sẽ không nói: Ba ời, mẹ ời, con đau lắm.

Nó chỉ có thể hoảng sợ thì thầm nói mớ trong giấc mơ để bày tỏ nỗi sợ trong tiềm thức và những tổn thương trong quá trình trưởng thành.

Đau khổ cứ như thế truyền lại từ đời này sang đời khác.

Nếu muốn kết thúc, phải bắt đầu từ đâu đây?

Chỉ có thể bắt đầu từ chính chúng ta.

Lý Tuyết, nhà tâm lý học trong quan hệ mẹ con đã nói:

Khi bạn không kiểm soát được, muốn bộc phát chứng cuồng loạn của mình lên con trẻ, bạn có hai sự lựa chọn, một là tự lừa mình dối

người: Mình chỉ muốn dạy dỗ nó, muốn tốt cho nó mà thôi.

Sự lựa chọn còn lại là tự kiểm điểm: Trong lòng mình có rất nhiều cơn giận và đau khổ cần phải nhận biết, cần được chữa trị, mình cũng từng bị cha mẹ tổn thương như thế, thứ này đã di truyền hết đời này sang đời khác trong gia đình mình, mình bằng lòng nhận biết bản thân, để bản thân trưởng thành trong mối quan hệ tình thân này. Sự luân hồi bất hạnh của gia tộc, để mình gánh chịu, để mình kết thúc.'

Thế nên tôi đã tìm mẹ để nói chuyện.

Tôi chọn một buổi chiều nhàn rỗi, sau khi bảo mẫu quét dọn vệ sinh, nấu cơm xong, trong nhà chỉ còn tôi, mẹ và Tiểu Thập Nguyệt.

Chúng tôi ngồi trên sofa, nhìn thẳng nhóc đuổi theo một trái bóng cười ha hả chạy đến, rồi lại khà khà chạy đi, vô cùng vui vẻ.

Tôi biết nên chê trách, nhưng tôi cũng biết, chê trách không thể giúp sự việc có tiến triển được, chỉ khiến cho đương sự càng thêm tức giận. Bạn đứng ở bên đúng, bà đứng ở bên sai, đối đầu với nhau càng hỏng chuyện.

Huống hồ mẹ tôi vất vả chăm sóc đứa nhỏ hai năm, làm hết việc nhà, trông nom ngày đêm, chỉ có một thân bệnh tật, chưa có được nửa phần lợi lộc, ầm ứ trong lòng, thấy bất bình đã lâu, nếu bạn còn oán trách, đúng là bất công đối với bà.

Cái thật sự có thể cứu vãn mối quan hệ là chấp nhận và yêu thương.

Quan trọng hơn đúng và sai, là tôn trọng, là thấu hiểu, là vỗ về.

Khi gai nhọn trong lòng bà rụng xuống, mảnh đất màu mỡ sẽ lộ ra.

Tôi nhìn vào mắt bà, nhẹ nhàng nói:

'Mẹ, con hiểu cả đời mẹ thật sự đã vô cùng vất vả, lúc nhỏ không ai thật sự thương yêu mẹ, cực khổ, mệt mỏi là thế, sau này hi vọng ba có thể đối xử tốt với mẹ, kết quả ông lại ngày ngày cãi nhau với mẹ, cực khổ gì mẹ cũng đã trải qua, mệt đến một thân bệnh tật, chẳng có được gì, cứ thế chịu đựng hơn nửa đời người, bây giờ mẹ lại giúp em gái chăm cháu, lưng đau đến nỗi không đứng thẳng được, tóc cũng bạc hết cả rồi, vẫn phải chịu khổ... Nên có lúc mẹ sẽ nổi nóng, con cảm thấy rất bình thường, con có thể hiểu, cho dù mẹ ra sao con vẫn sẽ chăm sóc mẹ, yêu mẹ. Mẹ, mẹ không cần lo lắng, đời này mẹ còn có con mà...'

Tôi thấy nước mắt của mẹ từng giọt từng giọt tuôn rơi.

Trong trí nhớ của tôi, đây là lần thứ hai mẹ khóc trước mặt tôi. Lần đầu tiên là vì cha tôi đánh bà giữa phố, bà bị mất mặt, nhục nhã, vừa thấy tôi thì không thể kiềm chế mà bật khóc. Lần thứ hai là vì tất cả nỗi khổ đều được thấu hiểu, nên bà khóc.

Bà nói: 'Mẹ biết tính tình mẹ không tốt, nhưng, mẹ thật sự đau khổ quá...'

Tiểu Thập Nguyệt chạy đến, bập bẹ nói: 'Ngoại khóc rồi!' Nó lấy rút khăn giấy trong hộp ra, ngẩng đầu lên, giơ tay giúp bà ngoại lau nước mắt.

Chiều hôm đó chúng tôi nói rất nhiều chuyện, chuyện ngày xưa, chuyện ngày nay, chuyện đứa nhỏ, chuyện tương lai.

Xưa nay đều như vậy, gặp phải chống đối và thù địch, ai cũng sẽ kiên cường phòng vệ, lạnh lùng rút lui. Nhưng gặp được sự ấm áp và an toàn, chúng ta sẽ tan chảy thành nước, cúi đầu nhìn lại khiếm khuyết của bản thân.

Mẹ tôi dần bắt đầu xem xét lại mình: 'Mẹ cũng biết nổi nóng với thằng bé là không đúng, nhưng có lúc không kiềm chế được, con nói mẹ nên làm sao đây?'

Tôi nói: 'Không sao, nổi nóng là chuyện bình thường, mẹ hãy ghi hai điều. Thứ nhất, trước khi nổi nóng, hãy nói với mình, nhịn thêm một phút nữa, trong một phút đó mẹ hãy nghĩ thử xem, có thật là Tể Tể cố ý gây chuyện hay không? Đó là lỗi của nó sao? Mẹ có thật sự cần thiết phải mắng nói như thế không? Nghĩ như vậy, cơn giận của mẹ sẽ nguôi ngoai rất nhiều. Thứ hai, nếu cho dù kiềm chế thế nào vẫn nổi nóng, sau khi bình tĩnh lại, mẹ hãy xin lỗi Tể Tể, nhất định phải cho nó biết đây không phải lỗi của nó, là do mẹ không thể kiềm chế được mình, sau này mẹ sẽ chú ý hơn, xin nó tha thứ!'

Nhưng mẹ tôi không hề xin lỗi.

Lúc đó tôi có hơi thất vọng. Nhưng vẫn nghĩ cũng đành chấp nhận, dù sao với bà mà nói, xin lỗi là việc rất khó để mở lời.

Buổi tối ăn cơm xong, mẹ về phòng nghỉ ngơi, Tiểu Thập Nguyệt cũng đi theo chơi. Tôi làm xong việc cũng muốn vào phòng, chưa mở cửa ra đã nghe giọng nói từ tốn của mẹ: 'Tể Tể, hãy tha lỗi cho ngoại nhé, có lúc ngoại sẽ nổi nóng vì trong lòng có rất nhiều lửa giận, không phải vì con làm sai, Tể Tể là đứa trẻ giỏi nhất...'

Tôi tựa bên khung cửa, rất xúc động, lại rơi nước mắt.

Cuộc sống luôn dùng những tình tiết gần ngay trước mắt như thế này để nói với bạn rằng, nếu có tình yêu, dù là vui hay buồn đều sẽ khiến bạn rất muốn khóc.

Tất nhiên, cuộc đời không phải một vở kịch ngắn, mà là một bộ phim dài tập dài đến trăm năm.

Mỗi một tập đều có mâu thuẫn từ trên trời rơi xuống, đều có đau khổ từ dưới đất mọc lên, có lẽ tập trước bạn có thể thành công vượt qua, tập sau đã thất bại ê chề. Không sao cả, bạn chỉ cần ghi nhớ hai điều:

1. Yêu là chiều theo ý người khác, không phải chiều theo ý bạn.

2. Phân rõ đâu là sai lầm của trẻ nhỏ, đâu là cảm xúc của chính bạn. Nếu là lỗi của đứa trẻ, hãy dịu dàng giải thích, nhẹ nhàng chỉ bảo. Nếu là cảm xúc của chính bạn, hãy tự kiểm điểm bản thân, nếu không may tạo thành tổn thương, nhất định phải dũng cảm thừa nhận và xin lỗi.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (5)

Cha không nghe lời mẹ, lời của mẹ sẽ đến tai của con

Có lẽ chúng ta đều đã từng trải qua chuyện này.

Lúc nhỏ cha mẹ cãi nhau, bên yếu thế nhất là bên trong lòng chúng ta muốn bảo vệ nhất.

Chẳng hạn như, mẹ từ sáng đến tối đều lớn tiếng la lối, nói những lời khó nghe, khiến người nghe đau hết cả tai, tự nhiên bạn sẽ thấy đồng tình cho cha, sau đó đứng ở lập trường của cha, thay cha công kích mẹ.

Tương tự, nếu cha lạnh nhạt, thờ ơ, xem thường, áp đặt, chế giễu, hờ hững, thậm chí là bảo hành gia đình với mẹ, như vậy bạn sẽ tự nhiên đứng về phía mẹ, căm hận cha mình sâu sắc.

Vì đứa con tuyệt đối là một người tự yêu chính mình.

Trong đại đa số gia đình, cha mẹ đều rất thương yêu đứa con, mọi vui buồn hờn giận của nó đều có thể dẫn đến sự thay đổi trong bầu không khí của gia đình, như vậy, nó sẽ nghĩ rằng trong thế giới nhỏ gia đình này, tất cả đều do nó làm chủ.

Thế nên, khi quan hệ của cha mẹ trở nên căng thẳng, nó sẽ muốn duy trì trật tự, khôi phục lại sự cân bằng.

Người nào yếu, nó sẽ giúp người đó;

Người nào mạnh, nó sẽ bài xích người đó.

Từ đó sinh ra một câu danh ngôn lưu truyền trong giới tâm lý học: Cha không nghe lời mẹ, lời của mẹ sẽ đến tai của con.

Ngược lại cũng như thế.

Nhà tâm lý học người Đức Helliger, sau vài chục năm nghiên cứu thì phát hiện ra, rất nhiều đứa trẻ có vấn đề đều liên quan trực tiếp đến việc cha mẹ không tuân theo nguyên tắc vận hành của một gia đình tốt.

Khi quan hệ vợ chồng mất cân bằng, hoặc vị trí không rõ ràng, trong tiềm thức của đứa trẻ sẽ muốn dùng sức mạnh của chúng mình để cứu bên yếu thế hơn hòng phục hồi thế cân bằng.

Khi quan hệ cha con bị mất cân bằng, đứa trẻ sẽ nhận sai vị trí, trưởng thành sẽ gặp chướng ngại, không có tâm tư để làm việc mình nên làm.

Ví dụ như một trường hợp mà tôi từng đọc.

Nói về một người chồng có cuộc tình ngoài hôn nhân, thường xuyên không về nhà, đứa trẻ đối mặt với ám ức, mất má, đồng thời nó rất ỷ lại và kiểm soát người mẹ, vừa muốn bảo vệ, vừa muốn tránh xa.

Sau khi trưởng thành, quan hệ nam nữ của đứa trẻ quả nhiên xuất hiện vấn đề, yêu đương vài lần, đối tượng đều là phụ nữ lớn tuổi đã có gia đình.

Vì lúc nhỏ người mẹ bị bạn đời bỏ rơi đã đem tất cả mong muốn và kỳ vọng đối với người bạn đời trút hết lên người đứa con. Bà hi vọng nó có thể an ủi bà, bảo vệ bà, hiểu bà, ủng hộ bà, không rời xa bà, bà khóc lóc với nó: 'Cha con đã phụ mẹ rồi, con đừng bỏ rơi mẹ, mẹ chỉ có thể nương tựa vào con mà thôi...'

Song, đây không phải trách nhiệm của đứa trẻ, mà là trách nhiệm của người bạn đời.

Nhận sai vị trí này sẽ kiếm tiềm thức của đứa trẻ cho rằng: Trách nhiệm của mình là bảo vệ cho người phụ nữ bị chồng bỏ rơi.

Thế nên sau khi trưởng thành, nó sẽ bắt giắc sao chép lại hình mẫu của người mẹ trong quan hệ nam nữ.

Quan hệ giữa con cái và cha mẹ chính là quan hệ của nó và người khác sau khi trưởng thành.

Khi xưa cha mẹ đối xử với nó ra sao, nó sẽ chọn lựa và đối xử với bạn đời của mình như thế.

Hellinger chỉ ra: Gia đình lành mạnh thật sự nhất định phải tuân thủ quy luật này, trong gia đình quan hệ xuất hiện trước phải tốt hơn quan hệ xuất hiện sau.

Nói cách khác, quan hệ vợ chồng phải được xem trọng hơn quan hệ cha mẹ và con cái.

Vì hình thức chung chung sống của cha mẹ, chính là hình thức mà con cái noi theo.

Cha mẹ yêu thương nhau, gia đình hòa hợp, như vậy đứa trẻ sẽ được lớn lên trong tình thương.

Nếu ngược lại thì quan hệ giữa cha mẹ và con cái cũng sẽ gặp nguy hiểm.

Có rất nhiều người có con rồi liền dồn hết tâm trí lên con mình, bỏ qua người bạn đời, xem đó là điều hiển nhiên.

Vì 'con còn nhỏ thế này, tất nhiên phải hết lòng chăm sóc rồi!'

Nhưng đây là đảo lộn vị trí.

Người bạn đời bị xem nhẹ sẽ thấy thiếu tình thương, lâu dần gia đình sẽ gặp những nguy cơ rạn nứt, chẳng hạn như ngoại tình, hoặc nảy sinh những cảm xúc tiêu cực, phá hoại bầu không khí trong gia đình.

Chuyện này đương nhiên không phải điều chúng ta muốn thấy.

Dốc hết tinh thần lên người đứa trẻ, trong tiềm thức cũng sẽ trút cả kỳ vọng đối với người bạn đời vào nó. Đứa trẻ sẽ thấy mệt mỏi, muốn trốn tránh, hoặc ngày sinh nhận thức lệch lạc về quan hệ.

Mỗi người đều nên nhận rõ vị trí của mình, đồng thời trở về đúng vị trí ấy.

Quan hệ của cha mẹ mới là trục chính của quan hệ gia đình, các bạn thương yêu nhau, các bạn thân thiết với nhau, đó mới là nền tảng kiên cố cho sự phát triển lành mạnh của con cái.

Nếu một cặp vợ chồng xem trọng việc làm người cha tốt, làm người mẹ tốt, mà bỏ qua việc vun đắp quan hệ vợ chồng, vậy kết quả của sự cố gắng này rất có thể là đứa trẻ sẽ nhận được một tình thương không hoàn chỉnh, không lành mạnh, nó sẽ dùng cả đời để thử hàn gắn nó.

Cách tốt nhất là yêu chính mình trước, rồi yêu bạn đời, sau đó cùng nhau yêu thương con trẻ.

Đây mới là quy luật vận hành của một gia đình lành mạnh.

Không ai có thể cho đi trong khi thiếu thốn, không ai có thể yêu thương người khác trong tình trạng thiếu hụt tình yêu, không ai có thể thật sự nhìn thấy đứa con của mình trong lúc chính mình bị thờ ơ.

Chỉ khi cảm thấy chính mình được yêu, nội tâm chúng ta mới tràn đầy tình cảm, tinh thần thoải mái, mới có thể cho đi không tiếc nuối, kiên trì mà không thấy ảm ức, thật sự đối xử tốt với mỗi một người bên cạnh.

Nói cách khác, tình yêu của vợ chồng tất nhiên sẽ truyền lại cho con cái.

Cha mẹ thương yêu nhau, tất nhiên sẽ ảnh hưởng tích cực đến con cháu của họ.

Chúng ta đều từng là con trẻ.

Khi còn là con trẻ, nguyện vọng lớn nhất của chúng ta không phải là người nào trong cha mẹ sẽ điên cuồng yêu thương chúng ta mà bỏ rơi người còn lại.

Ngược lại, cái chúng ta mong muốn nhất là cha mẹ gắn kết với nhau, không phê phán, không chỉ trích, thương nhau, hiểu nhau, nâng đỡ nhau, tạo ra một môi trường đầy tình yêu, trở thành mái ấm chung của chúng ta.

Chỉ có như vậy, mỗi người mới đều được như ý mình, sung túc hạnh phúc.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (6)

Đến bao giờ bạn mới có thể ngừng dỗi gặt con cái

Trong phim 'Người lạ hoàn hảo' có một tình tiết:

Sofia 17 tuổi có hẹn với bạn trai.

Lần hẹn này sẽ khác hẳn bình thường, vì có khả năng hai người sẽ phát sinh quan hệ với nhau.

Cô ấy vẫn còn trong trắng.

Cô ấy nói cho cha mình biết chuyện này.

Tôi nghĩ, đối với bất kỳ cha mẹ nào mà nói, khi nghe được chuyện như thế này, phải dỗi mặt và dỗi xử như thế nào cũng là một đề bài khảo nghiệm.

Mạnh mẽ ngăn cản, đơn giản lắm: Không được, không được đi!

Kết quả, cô gái bị ngăn cản quyết liệt, sẽ hình thành áp đặt, cô gái sẽ cảm thấy nhục nhã hoặc nảy sinh ý nghĩ nổi loạn.

Phê phán đạo đức, cũng rất đơn giản: Con biết xấu hổ chút đi có được không? Mới có bao lớn đã muốn quan hệ với con trai...

Kết quả, con gái bị tổn thương, oán giận trong lòng, nảy sinh xa cách, sẽ không thẳng thắn tâm sự chuyện gì với cha mẹ nữa. Hơn nữa, không có tác dụng tích cực nào trong việc giúp con gái lựa chọn giữa 'đi và không đi'.

Thuận theo tự nhiên, cũng rất đơn giản: Chuyện của con bố không quản, con tự xem mà làm...

Kết quả, con gái cảm thấy không được xem trọng, tất nhiên sẽ đến buổi hẹn rồi.

Cha của Sofia đã làm rất tốt.

Ông đang tụ tập với bạn bè, trong lúc đó Sophia gọi điện thoại đến.

Người cha: 'Hi, con yêu, con vẫn ổn chứ?'

Sofia: 'Hi, bố con tốt lắm ạ. Bây giờ có tiện nói chuyện không bố?'

Người cha: 'Tất nhiên, con cứ nói đi.'

Sofia: 'Con không biết mở lời sao nữa, cha mẹ của Gregorio đều không ở nhà, rồi anh ấy bảo con... đến nhà anh ấy qua đêm.... Bố, bố vẫn đang nghe đấy chứ?'

Từ đầu đến cuối người cha đều rất ôn hòa, không nổi giận, không phê phán, không chỉ trích.

Ông nói: 'Ừm, sau đó con nói thế nào?'

Sofia: 'Con không biết, nhưng con muốn đi... Nhưng con không nghĩ là đêm nay. Nếu con không đến, có thể anh ấy sẽ không vui. Con nên làm thế nào đây?'

Người cha vẫn dịu dàng nói: 'Đừng vì cậu ta không vui mà đến nhà cậu ta đó không phải là lý do duy nhất.'

Sofia: 'Tất nhiên không phải ạ.'

Người cha: 'Hơn nữa con đừng mong bố có thể ủng hộ con sang đó.'

Sofia: 'Đừng thế mà bố.'

Người cha: 'Điều bố muốn nói là, đây là thời khắc quan trọng nhất trong đời con, là chuyện mà con sẽ ghi nhớ suốt cuộc đời này, không phải chỉ là chuyện vu vơ để con và bạn bè trò chuyện ngày mai. Nếu sau này con nhớ lại, bất luận là lúc nào, chuyện này cũng có thể làm con mỉm cười, vậy con cứ làm đi! Nhưng nếu con không nghĩ như thế, hoặc không quá chắc chắn, vậy thì quên nó đi! Vì con vẫn còn rất nhiều thời gian.'

Lý tính và ôn hòa biết bao.

Không thể không nói, đây đúng là cách ứng phó thông minh mà mềm mỏng nhất.

Người mẹ là bác sĩ tâm lý cũng nói với người cha: 'Anh xử lý tuyệt lắm.'

Nhưng Sofia lại không nói với người mẹ những điều này.

Bởi vì, nếu bà nghe rồi sẽ 'không nghe giải thích, chỉ nổi giận'.

Tâm sự của cô chỉ có thể thổ lộ với người không phê phán cô mà thôi.

Sự thành thật của cô, cũng chỉ dành cho người thấu hiểu mình.

Khi đối phương không thể thấu hiểu và bao dung, bản thân lại chưa mạnh mẽ được đến mức bỏ qua thái độ của người khác, vậy, cô ấy sẽ chọn nói dối hoặc trốn tránh.

Về điểm này, tôi nghĩ chắc mọi người đều từng trải qua.

Lúc nhỏ tôi đánh nhau với bạn học, mình đầy thương tích, về đến nhà, cha hỏi: 'Chuyện gì thế này?'

Bạn sẽ nói: 'Con bị ngã.'

Vì nếu nói ra sự thật, cái chờ đợi bạn chắc chắn là những lời mắng nhiếc và trừng phạt khó chịu hơn nhiều.

Vở bài tập dùng hết rồi, bạn sẽ nói dối: 'Nhà trường yêu cầu đóng tiền vở bài tập, 20 nhân dân tệ...' Vì nếu bạn lấy nhu cầu của chính mình để làm lý do xin tiền cha mẹ, họ sẽ không cho.

Điểm thi không đạt, bạn sẽ vớt bài thi đi.

Rồi về nhà nói với cha mẹ: 'Cũng tạm, hơn 70 điểm.'

Vì cái giá của nó thật quá lớn.

Khi một người lựa chọn nói dối hay không, thật ra trong tiềm thức đã phán đoán xong rồi.

Thành thật = không ngừng bị phê phán + oán trách khó lòng chịu đựng được.

Nói dối = xác suất được yên bình cao + có thể được lợi.

Thành thật phải có điều kiện.

Một là cảm giác được sức mạnh của bản thân, hai là thấy trước sẽ được tha thứ.

Nếu bản thân có sức mạnh, có thể gánh vác hoàn toàn lỗi lầm, anh ta sẽ lựa chọn thành thật.

Nếu thấy trước sẽ được tha thứ, cái giá phải trả không quá lớn, anh ta cũng sẽ lựa chọn thành thật.

Nếu thiếu đi hai điều trên, nói dối sẽ trở thành một cách tự bảo vệ mình.

Đây không phải vấn đề mà giáo dục đạo đức đơn giản có thể giải quyết được.

Nếu yêu cầu đứa trẻ phải luôn thành thật quá mức, cứng nhắc tán dương 'thành thật là đức tính tốt', 'thành thật là nền tảng của làm người', sẽ chỉ tạo ra một đứa trẻ 'càng không thành thật', nó sẽ dùng cách bí mật hơn, quanh co hơn, tốn nhiều tâm tư hơn để đối phó với phụ huynh, che giấu sự thật.

Lâu dần, nó cũng không thành thật với chính bản thân mình.

Căn nguyên nằm ở đâu?

Ở ngay trên người đứa trẻ và bạn.

Bạn phải đủ thấu hiểu, nó phải tự do lớn lên.

Khi bạn tức giận vì nó nói dối, nhất định phải tự hỏi mình: Nếu nó thành thật, bạn có để cho sự thành thật của nó một con đường sống không?

Nếu câu trả lời là không, vậy bạn chẳng qua đang áp đặt nó.

Trong sự áp đặt như thế, không có tôn trọng, không có thấu hiểu, chỉ có 'con phải nghe lời mẹ, làm theo lời mẹ nói', và nỗi sợ bị mất kiểm soát.

Những điều này đều đi ngược lại với yêu thương chân chính.

Trong 'Nhìn thấy' của Sài Tĩnh có một đoạn rất hay:

'Nền tảng của khoan dung là thấu hiểu, bạn hiểu không?

Khoan dung không phải đạo đức, mà là nhận thức.

Chỉ khi hiểu biết sâu sắc với sự vật mới có thể thấu hiểu và khoan dung với tất cả những thứ phức tạp của con người và thế giới bên ngoài, mới có thói quen tư duy không dễ dàng chê trách hay khen ngợi.'

Sống trong một gia đình đầy tôn trọng và tình thương, mỗi một đứa trẻ mới được tự do trưởng thành, để phôi thai tinh thần nội tại sinh ra tương lai đặc sắc thuộc về riêng nó.

Lúc nào thì một người sẽ không nói dối?

Đáp án rất đơn giản: Là lúc không cần phải nói dối.

Giống Sofia trong 'Người lạ hoàn hảo'.

Cô không nói dối với cha mình, vì không cần thiết.

Cô biết cha sẽ hiểu được mình.

Sẽ không mạnh mẽ ngăn cản;

Sẽ không phê phán đạo đức;

Sẽ không phó mặc không lo.

Cho dù cô có ra sao, ông vẫn sẽ ủng hộ một cách lý tính và ôn hòa.

Thế nên, rất nhiều người sau khi xem bộ phim này đều cảm thán:
Có người cha như vậy mới thật sự là được số phận ưu ái, cuộc sống mới thật sự được tự do thả lỏng, đầy kì tích, đầy khả năng.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 5: Giáo Dục Thật Sự 'Ăn Thua' Ở Cha Mẹ (7)

Khi gia đình 'mắc bệnh' đứa trẻ mới xuất hiện nhiều vấn đề

Khi một gia đình 'mắc bệnh', nhất định sẽ có một hoặc nhiều thành viên biểu hiện triệu chứng bệnh ra ngoài.

Người này luôn là người yếu ớt nhất, nhạy cảm nhất, nhỏ tuổi không có năng lực tự bảo vệ mình nhất trong gia đình - con cái của chúng ta.

Gia đình cũng giống như các hệ thống khác trong xã hội, có quy luật tồn tại, vận hành và nhu cầu của riêng mình.

Gia đình cần một cặp cha mẹ có quan hệ tốt với nhau.

Chỉ khi quan hệ hôn nhân của cha mẹ vận hành bình thường, họ mới có thể yên tâm nuôi dưỡng con cái, con cái mới có cơ hội trưởng thành lành mạnh.

Nếu quan hệ vợ chồng không tốt, thành viên trong gia đình cũng sẽ bị ép buộc phải thích ứng, dùng cách tự phòng vệ để bảo vệ mình.

Những lúc như vậy, cách phòng vệ tự động không chỉ tổn thương bản thân, mà còn tổn thương người khác.

Rất nhiều cha mẹ phải cầu cứu vì hành vi lệch lạc của con cái.

Sau khi tiếp nhận một loạt tư vấn, người ta luôn phát hiện ra rằng hôn nhân của họ nảy sinh vấn đề trước.

Sau khi tìm hiểu sâu hơn, người ta mới hiểu được hành vi lệch lạc của con cái vì muốn hóa giải sự xung đột và áp lực trong quan hệ hôn nhân của cha mẹ.

Nói cách khác, đứa trẻ muốn mượn hành vi sai lệch của mình để duy trì sự cân bằng của cả gia đình, chúng thà trở thành một 'đứa trẻ có vấn đề' cũng muốn giúp ích gì đó cho gia đình.

Hơn nữa, chúng luôn thành công trong việc đó.

Bệnh tâm lý (do tích tụ lâu ngày mà hình thành), hành vi lệch lạc (hiếu động, bạo lực, ăn uống thất thường, yêu đương qua mạng, yêu sớm, bỏ học, nổi loạn, tự ti, tự cao, trầm cảm, tâm thần phân liệt...), không bao giờ là hiện tượng đơn độc của một cá nhân, là vì bản thân gia đình đã bị bệnh, việc hành vi của thành viên nào đó có vấn đề chỉ là 'người phát ngôn', 'người thay thế' thay cho bệnh trạng của gia đình.

Vấn đề của cá nhân cũng là bệnh trạng của gia đình.

Bệnh trạng trong hệ thống gia đình, cũng phản ánh bệnh trạng của toàn thể xã hội.

Khi một đứa trẻ chào đời, đi vào hệ thống của gia đình sinh ra nó, trở thành một góc trong quan hệ tam giác của hệ thống gia đình,

đứa trẻ sẽ trở thành tiêu điểm quan tâm của cha mẹ.

Vai trò bị thiếu trong hệ thống gia đình sẽ có người tự động lấp vào, người này luôn là đứa con hoặc một trong số chúng.

Nếu người mẹ bận rộn sự nghiệp, suốt ngày bên ba bên ngoài, không ở vị trí của người vợ và người mẹ; hoặc nếu người mẹ vẫn dừng lại ở thời thiếu nữ, chưa từng độc lập khỏi nhà ngoại, đứa con luôn gửi cho nhà ngoại chăm sóc, thì quan hệ trong gia đình sẽ xuất hiện tình trạng thiếu sót (chân không) vì người mẹ không diễn đúng vai trò của mình.

Song, gia đình cần có cuộc hôn nhân hoàn chỉnh, cần có một người đóng vai trò ngang hàng với người cha để duy trì quan hệ hôn nhân.

Thế là, có thể con gái sẽ trở thành 'người thay thế' cho mẹ.

Khi công việc của cha bận rộn, có lẽ người con sẽ gánh vác trách nhiệm trong lo cho gia đình, mẹ và các em nhỏ hơn.

Đứa trẻ như thế sẽ trở thành 'người siêu có trách nhiệm' hoặc 'người cha thay thế'.

Nếu trong một gia đình có hai hoặc nhiều hơn hai đứa con, một trong số chúng sẽ đóng vai trò đáng yêu gây cười để lấy lòng các thành viên trong gia đình (đặc biệt là cha mẹ), đứa trẻ này sẽ là 'quả vui vẻ' giúp cha mẹ giảm thiểu va chạm. Còn một đứa khác trong nhà sẽ đóng vai 'siêu nhân', 'quái nhân' hoặc 'anh hùng', luôn đứng thứ nhất trong lớp, có được danh dự, được chọn làm lớp trưởng, đứa trẻ này là niềm tự hào của cha mẹ, với thể diện về cho gia đình. Có lẽ sẽ có một đứa có hành vi phản xã hội, mượn hành vi này để

bày tỏ sự tức giận của người cha (mẹ) đối với người mẹ (cha). Đứa trẻ này có lẽ sẽ không học hành, hay gây chuyện, hiếu động, trầm cảm, tự ti, vấn đề của nó sẽ xoay chuyển sự xung đột của cha mẹ, thậm chí còn khiến cho cha mẹ vì lo lắng cho nó mà trở nên thân thiết hơn.

Con một trong gia đình sẽ một mình đảm nhận hết tất cả những vai trò kể trên, để đứa trẻ duy nhất gánh chịu tất cả những vấn đề và nhu cầu của gia đình.

Vì người cha có gia đình khác bên ngoài, trong những tháng hôn nhân của cha mẹ đứng bên bờ vực đổ vỡ, con gái đang học cấp hai vốn yên tĩnh, nhả nhận, ưu tú, thành tích đột nhiên tuột dốc, u buồn, bỏ học, khép kín, cuối cùng bỏ nhà ra đi và có ý định tự sát.

Khi người mẹ bày tỏ lo lắng trước tình trạng của con gái với người cha, hai người cùng nhau quan tâm con gái, cũng về quan hệ huyết thống khó chia cách được, người cha rốt cuộc cũng quay về với gia đình, con gái bỗng nhiên khỏi bệnh.

Người cha vô cùng xúc động vì điều này, diễn lại một câu chuyện 'Lãng tử quay đầu ngàn vàng khó đổi'.

Con trai trong nhà, lúc lên cấp hai vô cùng xuất sắc, bài vở điểm cao, gần như mỗi năm đều được cả lớp bỏ phiếu chọn làm lớp trưởng.

Vài tháng trước kì thi lên cấp ba, đột nhiên xuất hiện tình trạng đau bụng, tiêu chảy, kéo dài nhiều tháng, không thể đi học bình thường được.

Cha mẹ đưa cậu đến các bệnh viện lớn ở Thượng Hải, Bắc Kinh để kiểm tra, đều không tìm ra nguyên nhân gây bệnh.

Bất đắc dĩ phải thôi học, học lại một năm.

Tình trạng gia đình lúc bấy giờ là: Người cha có bạn gái quan hệ thân thiết, thường xuyên ở lại bên ngoài, người mẹ vô cùng đau khổ.

Khi con trai bị căn bệnh kỳ lạ ảnh hưởng đến kỳ thi cấp ba và cơ thể đang trưởng thành, người cha bắt đầu trở về nhà, dốc hết sức để chữa trị cho con, quan hệ vợ chồng nhờ đồng lòng quan tâm đến con trai mà dịu lại.

Hết kỳ nghỉ hè, năm học mới bắt đầu, con trai đã hồi phục.

Những đứa trẻ như thế chính là 'con cừu gánh tội' trong gia đình.

'Cừu thế tội' thường là người thừa nhận những vấn đề trong gia đình, là 'người thay thế', gia đình cũng thường phải vì đứa trẻ xuất hiện vấn đề mà bắt đầu tìm cách chữa trị, nhờ đó mà có cơ hội để đối diện với vấn đề thật sự.

Có thể nói, đứa trẻ đã hi sinh, cống hiến và phục vụ mang tính tích cực cho gia đình.

Con cái làn vậy xuất phát từ động lực của gia đình chứ không phải lựa chọn của cá nhân.

Cá nhân trong hệ thống gia đình có khuynh hướng lấp đầy trạng thái 'chân không' của mỗi quan hệ. Con cái, luôn là ứng viên tự động lấp đầy nhu cầu và chỗ trống ẩn trong hệ thống.

Mỗi người trong gia đình đều chịu ảnh hưởng từ mối quan hệ của cha mẹ.

Khi quan hệ gia đình gặp phải nguy cơ rạn nứt, cá nhân sẽ đóng nhiều vai trò khác nhau để thích ứng với áp lực, đánh mất cái tôi thực sự.

Đứa trẻ yếu ớt càng muốn đóng tốt vai trò để giúp đỡ cha mẹ, tình trạng xấu của gia đình lại càng kéo dài không khởi sắc.

Khi đứa trẻ không thể chịu được áp lực mà biến mình thành 'đứa trẻ có vấn đề', nó có thể đánh thức cha mẹ nhìn lại bối cảnh văn hóa của gia đình và sự chín chắn của mỗi người.

Do đặc điểm độc đáo của đất nước Trung Quốc, trước kia có nhiều đứa trẻ cùng gánh vác sự kỳ vọng và áp lực, bây giờ chỉ do một người con gánh vác, đứa trẻ sẽ càng dễ xuất hiện hành vi lệch lạc và các vấn đề tinh thần.

Nếu quan hệ hôn nhân của cha mẹ tốt đẹp, sẽ tốt cho đứa con một trong gia đình;

Nếu quan hệ hôn nhân của gia đình ở trong tình trạng không tốt, đứa con một sẽ gánh vác tất cả những vấn đề tiềm ẩn.

Trong một gia đình lành mạnh, mỗi người đều đóng vai trò lành mạnh.

Vai trò chính của gia đình là làm gương;

Làm sao để đóng tốt vai trò của đàn ông hoặc phụ nữ;

Làm sao để đóng tốt vai trò của người chồng hoặc người vợ;

Làm sao để đóng tốt vai trò của người cha hoặc người mẹ;

Làm sao để vun đắp mối quan hệ thân thiết;

Làm sao để làm một người bình thường, khỏe mạnh, có giá trị;

Làm sao để giữ ranh giới thích hợp với người khác mà không phải làm những việc nằm ngoài vai trò của mình;

...

Con cái là học trò tốt nhất, chúng luôn dùng tinh thần miễn cảm gấp 300 lần so với người lớn để quan sát, bắt chước lời nói cử chỉ của cha mẹ.

Con cái là người phiên dịch, người biểu đạt tột nhất, nó không có năng lực thể hiện cảm xúc một cách hoàn chỉnh, có logic và hợp lý, cũng không có vốn từ phong phú để biểu đạt tất cả những suy nghĩ, ngờ vực và thắc mắc của mình.

Là một học trò, con cái đặc biệt cần đến sự chỉ dẫn của cha mẹ.

Tìm ra vấn đề đang có của gia đình mình là bài tập quan trọng của mỗi người.

Một khi chúng ta căn cứ vào quy luật nhân quả tìm ra được căn nguyên gốc rễ của sự việc, sẽ có thể tìm ra cách để bù đắp.

Nỗi lo trong nhà sẽ không do một người hấp thu và gánh vác, tạo ra 'đứa trẻ có vấn đề', 'người vợ (chồng) tiều tụy' hoặc các căn bệnh tâm lý nữa.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (1)

Thứ lỗi cho tôi không có nhiều hứng thú với thứ gọi là tình yêu này

Em gái tôi mang thai tám tháng rồi, dự sinh vào khoảng giữa tháng bảy, khoảng thời gian này cô ấy về nhà mẹ để dưỡng thai, nói rằng ở nhà có nhiều sách, yên tĩnh, thức ăn thanh đạm, giống một am ni cô, thích hợp để tịnh tu.

Đây là chuyện long trọng nhất trong nhà những năm gần đây, mọi người quây quanh cái bụng to sắp nở ra đến nơi kia, có tiền ra tiền, có sức ra sức, có kinh nghiệm ra kinh nghiệm, có văn hóa ra văn hóa. Tôi là thanh niên bốn không điển hình, không có cái nào cả, nhưng cũng không cam lòng đứng sau làm sóng tình thương cống hiến cho thai phụ. Thế là tôi suy đi nghĩ lại, nhìn trái ngó phải, mới lục ra mười mấy quyển sách từ trên kệ, háo hức muốn tiến hành giáo dục thai nhi cho cháu trai.

Tôi chủ yếu đọc sách tranh như 'Khi thế giới còn nhỏ', 'Nhà hát kịch của Ophelia', ngoài ra cũng kể chuyện, ngụ ngôn, cổ tích, và một số truyện ngắn thú vị, có ý nghĩa.

Tóm lại, chúng tôi đã cùng sinh linh nhỏ bé chưa chào đời này đắm mình trong nước ối chân thiện mỹ từ tuần này sang tuần khác, không biết cậu nhóc cảm thấy thế nào, nhưng hiệu quả đối với tôi đặc biệt rõ rệt - trong vài ngày tôi đã rơi nước mắt bốn lần, trái tim mềm yếu đến mức chỉ cần chạm nhẹ vào là vỡ ngay, tôi bắt đầu thâm khao khát tình yêu, tin tưởng vào ước mơ, cảm thấy mình hào quang vạn trượng, tiếng thơm lừng lẫy, nghĩ sao cũng không thể chỉ được như thế này!

Ấn tượng sâu nhất là vào một ngày mưa, trời và đất như dính lại với nhau, trời sáng nhưng mưa dày đặc. Chúng tôi ngồi giữa màn nước đọng 'Nàng tiên cá'.

'Ở vùng biển ngoài xa, nước xanh biết mấy, đẹp như những đóa hoa, đồng thời cũng trong biết bao, giống viên pha lê sáng nhất...'

Mẹ đang ngồi bên cạnh làm giày cưới cho em gái, em gái thì không màng chuyện xung quanh, mắt dán chặt vào bụng, áp lòng bàn tay lên, cảm nhận động tĩnh của bào thai như bộ máy tinh vi nhất trên thế gian này.

Cháu trai không biết có phải nghe đến ngủ thiếp đi rồi không, hay tao giả vờ yên tĩnh, tóm lại, nó ngoan ngoãn nằm yên trong bụng mẹ, giống như nàng tiên cá được bao quanh với bọt biển vậy, cảm nhận cuộc sống của loài người.

'Câu chuyện đẹp quá!' Tôi thở dài nói, tâm trạng thốn thức, chỉ hận không thể lập tức bay đến bờ biển Đan Mạch, với một đóa bọt biển lên, khâu đầu dâng hương cho nó rồi khóc mấy tiếng đồng hồ.

'Em thấy không đẹp.' Người sắp làm mẹ vốn đang dịu dàng ngọt ngào như mút đường bông nhũ mảy, nêu vấn đề ra, 'đẹp thì đẹp,

nhưng em vẫn không thích lắm, tình yêu tuy rằng đáng quý, nhưng nếu bảo em khuyến khích con mình dâng hiến như nàng tiên cá, hi sinh mọi thứ, em không tán thành!

'Nhưng...'

Lúc đầu còn muốn dùng kiến thức mỹ thuật vài ba đồng của mình để tranh luận với con bé, dù sao bị một người sinh muộn hơn mình ba năm phản bác, mất mặt lắm.

Tôi muốn nói hi sinh càng làm bi kịch thêm đẹp hơn, để câu chuyện được đặc sắc hơn, xuyên thẳng vào tim người đọc như một viên đạn;

Tôi muốn nói theo quan điểm tôn giáo, cho đi chính là phúc, cho đi không chút giữ lại đã đến gần với Thần rồi;

Tôi muốn nói theo góc độ hiện thực, đây là một phép ẩn dụ của tình yêu, bất kỳ kẻ ngốc nào cũng từng có một chuyện tình bất chấp tất cả, mọi ruột móc gan mà cho đi, không ngại gian khó mà theo đuổi, tình yêu sôi sục đến mức có thể nấu chín bản thân, nhưng vẫn không thể bày tỏ, cuối cùng chỉ đành mở to mắt nhìn người ấy cùng người khác bạc đầu giai lão, bản thân thì sao? Mượn một câu của Trương Ái Linh: Tôi sẽ khô héo đi thôi!

...

Nhưng sau đó nhận ra, miệng lưỡi của mình có sắc sảo đến mấy cũng không thể thuyết phục bản thân.

Vì tôi hiểu rõ, hành vi tán đồng người khác đi tìm cái chết nào cũng đều rất đáng nghi, cho dù mượn cứ nào đi nữa, tình yêu cũng

vậy, hiểu thảo, trung thành, lễ nghĩa, liêm sỉ cũng vậy, đều cần phải cảnh giác, đề phòng và khước từ.

Vì tình yêu tuy đẹp, nhưng suy cho cùng cũng chỉ là vật phụ gia của cuộc sống, là đóa hoa được thêu trên gấm, là đôi cánh trên lưng hổ, là số 0 đứng sau số 1, là con thuyền nhỏ bé giữa dòng sông lớn, là một quan cảnh vô tình thấy được trong hành trình du ngoạn qua chằm sông nghìn núi.

Vì tình yêu mà hi sinh tính mạng, nói đến cũng là chuyện bỏ gấc lấy ngọn.

Nếu vậy, vì sao chúng ta phải bắt chấp tất cả để theo đuổi nó?

Tôi cho rằng, những bi kịch nam nữ hi sinh vì tình như kiểu của nàng tiên cá, Mạnh Khương Nữ, Romeo và Juliet, có lẽ đều có chung một đặc điểm: rảnh rồi quá.

Cây càng mọc càng cao, người càng rảnh càng vẽ chuyện. Thế là từ không sinh có, sinh ra tình yêu để lấp đầy chỗ trống trong cuộc sống và tâm hồn. Người yêu loại A trong lý tưởng không có được, cứ tìm loại B loại C trước để dùng tạm, giống như đất đai vậy, không trồng được hoa hồng thì trồng cỏ vậy.

Vì để chuyện này trông có vẻ quan trọng hơn, chúng ta lập tức sinh ra cảm xúc dạt dào, đem mỗi một 'tình yêu' mặt mũi lem luốc nuôi thành trắng trẻo mập mạp.

Rồi một ngày nào đó người ta sẽ vô tình tỉnh ngộ: Tình yêu có lẽ không phải nhu yếu phẩm, hướng hồ vì anh ta (có ta) mà thế giới của mình ngày càng nhỏ hẹp, buông tay đi thôi. Đừng nghĩ rằng người đang đắm mình trong đó sẽ thật sự buông tay.

Vì họ sẽ nảy sinh ám thị tâm lý mạnh hơn, để bản thân tin rằng không có đau khổ thì không đủ gọi là tình yêu.

Hai chữ 'đau khổ' lại chọc đúng chỗ đau khao khát sự kịch tính của chúng ta, lại gọi lên cảm giác bi tráng của sự hi sinh, tiếp tục dốc hết lòng cho đi. Kể cả khi sự việc đã hoàn toàn nằm ngoài tầm kiểm soát, không thể gánh vác được hậu quả nữa, hai mắt sáng lên, khóc lóc nói 'tôi nhìn sai người rồi', phải tay bỏ đi.

Tôi tôn trọng quyền lựa chọn sống chết của mỗi người, đó là tự do cá nhân. Nhưng sở dĩ con người trưởng thành được chính là có thể lớn tiếng nói 'Không' với những việc không thể làm, những người không thể thân.

Tôi từng nghe một người bạn độc miệng nói: 'Mình chán lắm rồi, người sống ở đời, mấy anh mấy chị vóc cao dáng thô có phải đang đóng phim thần tượng đâu, ngoài tình yêu ra họ không còn việc gì khác để làm à? Cứ phải sống nhờ vào vết thương tình yêu, lấy nước mắt ra sống qua ngày mới được hả?'

Vâng, tất nhiên không cần phải thế.

Không nhớ từng đọc câu chuyện này ở đâu. Một cô gái thất tình, đau đến mức hít thở cũng như bị lắng trì, cô quyết định tự sát, trước khi tự sát, vô tình học một tiết học tiếng Đức, học mãi học mãi, chợt thấy tâm trạng tốt hơn nhiều, không còn muốn chết nữa. Rồi cô cứ theo học lớp này, tất nhiên về sau cô chết không thành, còn sẵn tiện học thêm được một ngôn ngữ mới. Sau đó nữa, cô lại thất tình thêm vài lần, nhưng bệnh lâu ngày tự thành bác sĩ, đối với loại chuyện này đã quá mức quen thuộc: mở ra chân trời mới đón nhận những cái mới. Thế là cô lại học thêm được rất nhiều tài lẻ như nhiếp ảnh,

hội họa, nấu nướng, nhảy latin..., cuộc sống càng trở nên đặc sắc hơn.

Cách để có được giá trị cuộc sống không chỉ là tình yêu, theo đuổi những thứ siêu hình thú vị như thơ ca, miền đất xa, chân lý..., sự tồn tại của những thứ siêu vật chất như ăn uống vui chơi... đều có thể thêm da thêm thịt cho cuộc sống, giúp nó trở nên đầy đặn, hoàn chỉnh, có ý nghĩa phi thường.

Về mặt ý nghĩa, một con người và một con thần lằn thật ra không khác nhau là bao.

Tình yêu chính là cái đuôi dài kia, sinh mạng là cơ thể. Tình yêu đứt rồi, có thể mọc lại, không cản trở gì đến chức năng bình thường của nó nếu lần sau bạn xuân tâm phơi phới muốn so đuôi với con thần lằn khác. Nhưng cơ thể không còn thì tất cả sẽ bằng không, không thưởng thức được con ruồi tươi ngon béo ngậy nữa, không hưởng thụ được sự tán tỉnh của con thần lằn cái nữa, không còn cơ hội để bay nhảy khắp tường, cũng không còn được nghe tiếng gió tiếng mưa bên dưới mái hiên khi trời đổ mưa... Tất cả những điều tuyệt vời có thể sẽ chấm dứt từ đây.

Thật ra muốn chết hay muốn sống dễ như trở bàn tay, đó đều là cách nhìn nhận về tình yêu mà các tác phẩm nghệ thuật đã dạy cho chúng ta, trong cuộc sống hiện thực, nhiều không đếm xuể, nếu làm như thật, ngoài vô vàn những câu nói ngu ngốc thì chỉ còn những kết cục không nở đọc mà thôi. Vì vậy, người có đầu óc bình thường trước khi nhảy xuống cái hồ tình yêu sâu hun hút này, đa số sẽ quán một cái phao cứu sinh quanh eo, để có thể tự bơi vào bờ trong lúc máu chột.

'Em nói đúng lắm.', nên hôm đó tôi nói với em gái, đồng thời thừa nhận việc nghệ thuật hoá tình yêu một cách thái quá là không đúng, 'Cho đi vì tình yêu tất nhiên là được, nhưng nhiều lắm chỉ có thể cho đi một cái đuôi thần lằn, chứ không phải chiếc đuôi của người cá.'

Lúc đó mưa đã ngừng rơi, người sắp làm mẹ ngồi trên ghế sofa, ánh mắt vẫn dịu dàng ngọt ngào như mút đường, chăm chú nhìn vào cái bụng to đùng kia, sau đó nhẹ nhàng nói với sinh mệnh nhỏ trong đó:

'Đúng vậy, con à, hiến thân cho tình yêu thì được, nhưng tuyệt đối không được hiến mạng vì tình yêu!'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (2)

Tôi mà yêu bạn thì sẽ như kẻ ngốc

Lúc còn rất nhỏ, tôi từng đọc qua một cuốn tiểu thuyết Nhật.

Đại khái kể về một anh chàng đẹp trai ở thành phố về quê nghỉ lễ, được một cô gái bản địa khờ khạo đem lòng yêu.

Nội dung thế nào tôi quên rồi. Chỉ nhớ một chi tiết, đứng trước mặt anh chàng có hào quang vạn trượng kia, cô gái khờ gần như không nói được chữ nào. Cô không có gì cả, cũng không có sở trường gì, chỉ có một kỹ năng có thể xem là hơn người - trèo cây.

Anh chàng kia cũng từng thấy qua và khen: 'Trèo nhanh thật!'

Thế là cô đợi trên con đường anh sẽ phải đi qua, ngồi dưới gốc cây, đợi khi anh đến sẽ biểu diễn trèo cây cho anh xem hết lần này đến lần khác.

Cố chấp biết bao, si tình biết bao, nhưng cũng ngốc nghếch biết bao, gần giống một kẻ ngốc, đem tình cảm của mình bày tỏ không khác gì một trò đùa.

Người khác sẽ nói, ngốc thật!

Nhưng họ không biết, tôi và bạn cũng thế thôi.

Chúng ta đều là cô gái khờ khạo đó.

Một khi đã yêu thì hết như kẻ ngốc.

Luôn muốn chọn ra cái tốt nhất trong mớ lộn xộn để dành tặng người ấy.

Thế là lời khen vu vơ của người ta ở chỗ nào, chúng ta liền sinh ra phản xạ có điều kiện ở chỗ đó, bất giác mua may, lặp lại hết lần này đến lần khác vì người ấy.

Một người tôi từng yêu đã nói, trong các món ngon trên đời, thích nhất là món trứng gà hấp. Thế là tôi mượn một cái nồi, mua trứng gà, chiếu theo khẩu vị của người ấy, hấp một chén trứng gà mềm mịn, vàng nhạt, thơm phức, bỏ vào túi, đón xe đi một quãng đường thật dài để đem tặng người ấy. Khi mở ra vẫn còn âm ấm. Người ấy ăn xong khen ngon. Kể từ đó nó đã trở thành tiết mục cố định, ngày tháng rảnh rỗi hay những lúc bận rộn, tôi đều chăm chỉ nhóm bếp làm món trứng gà hấp cho người ấy.

Còn một người khác, anh ấy nói thích nhất sự tài hoa của tôi. Thế là tôi làm thơ cho anh ấy, mở một trang blog bí mật, viết hết mọi chuyện từ sách vở đến giải trí. Anh ấy rất ít xem, chỉ nói 'Quả thật không tệ!' rồi thôi. Nhưng tôi giống như trứng phải bùa mê, cứ viết mãi không cách nào ngừng lại.

Một người bạn còn hơn cả cô. Cô ấy được phía nam khích lệ, nói rằng thích bộ ngực lớn của cô ấy. Cô ấy đi nâng ngực, một lần chưa đủ, nâng hai lần, ba lần, hoành tráng vô cùng, đi đi lại lại cho đến khi

cả người đập vào mắt người khác chỉ thấy được mỗi bộ ngực mà thôi.

Tôi hỏi cô ấy: 'Có đáng không?'

'Tôi cũng chưa từng nghĩ có đáng hay không, chỉ nghĩ anh ấy thích hay không mà thôi.'

Tất nhiên anh ta không thích.

Nếu thích thì đã đáp lại từ lâu rồi. Giống như anh chàng thành thị kia sẽ không bao giờ yêu cô khờ thôn quê, chỉ như đang xem kịch, thưởng thức màn trình diễn vụng về của cô ấy, như đang xem hề, như đang xem một con khỉ sáu chân trong vườn bách thú. Cô lại hoàn toàn không hay biết, vẫn ôm ấp ảo tưởng kia, trèo mãi, trèo mãi, trèo mãi...

Phía sau mọi sự cố chấp, luôn che giấu một người muốn mà không có được.

Phía sau mọi nỗi cô đơn, luôn là trái tim không có duyên với sự ấm áp.

Nếu được yêu, người ta đã không khờ khạo như thế. Những người không được thương yêu mới trở nên điên cuồng.

Maupassant có một cuốn tiểu thuyết tên là 'Cô gái sửa ghế đệm', trong đó cũng có một cô gái nghèo đáng thương, vừa bần thiù vừa rách rưới, không có nơi ở cố định, khi tuổi còn rất nhỏ đã yêu một cậu ấm - Chouquet.

Cô đưa hết tất cả tiền của mình cho cậu rồi hôn lên má cậu. Cậu bé thấy tiền nên không từ chối. Cô mừng như điên, ôm chầm lấy

cậu, tiếp tục hôn.

Cô yêu cậu mất rồi.

Cô bắt đầu đi khắp nơi kiếm tiền, cất vào túi, đưa hết cho cậu. Đây là cách duy nhất để cô bày tỏ tình yêu trong suốt 4 năm liền, mỗi một đồng cô để dành được đều rơi hết vào tay cậu. Cậu cất tiền ấy vào túi áo, như lẽ đương nhiên.

Sau đó cậu rời đi, đi học trung học, không còn để ý đến cô nữa, như hai người xa lạ

Cô rất đau khổ. Lúc này, cha mẹ cô - đôi vợ chồng sửa ghế già cũng qua đời. Cô kế thừa nghề của họ, tiếp tục sửa ghế, người vẫn bẩn thỉu và rách rưới, không có chỗ ở cố định.

Cuối cùng cậu đã kết hôn. Ngày biết được tin này, cô gieo mình xuống sông, được người cứu lên và đưa đến hiệu thuốc của cậu. Cậu nói: 'Cô điên rồi, cô không nên chọn con đường ngu ngốc này!' Chỉ Câu nói này đã giúp cô vui trở lại.

Cả cuộc đời của cô cứ trôi qua như thế. Cô vừa sửa ghế, vừa nhớ về Chouquet. Hàng năm coi đều tìm đến ngắm nhìn cậu qua lớp cửa kính. Thi thoảng cô sẽ mua ít thuốc linh tinh ở nhà thuốc của cậu. Như vậy, cô có thể đến trước mặt cậu, nhìn thấy cậu, nói chuyện cùng cậu, đưa tiền cho cậu.

Và rồi, cô qua đời.

Trước lúc ra đi, cô đã nhờ một người đem số tiền tiết kiệm cả đời của mình - 2.327 Franc, giao hết cho Chouquet.

Khi người được nhờ đến nhà Chouquet, đôi vợ chồng trung niên mập mạp nghe xong câu chuyện này liền nhảy dựng lên như bị sủ nhục và nói: 'Nếu cô ta còn sống, nhất định phải đưa cô ta đến đồn cảnh sát... Ắ ắ ắ này...' Nhưng thấy tiền họ liền thay đổi giọng điệu: 'Nếu đây là tâm nguyện của cô ấy, chúng tôi đành nhận vậy...' Hôm sau, ông chồng lại tìm đến, lấy đi chiếc xe đẩy cũ nát của người đã khuất.

Một mảnh tình sâu nặng, lại rơi vào kẻ vô tình bạc nghĩa như thế này.

Mhưng sao cô ấy lại không hay không biết?

Tất nhiên cô ấy biết, Chouquet và cô là người của hai thế giới, không thể nào gặp lại.

Nhưng cô ấy cần có loại chấp niệm này. Có nó rồi, cuộc đời của cô mới có nơi gửi gắm.

Cũng như những người chúng ta, một khi đã yêu liền tự phế hết võ công, bỏ hết toan tính, quên đi nặng nhẹ, mọi hành động mập mờ, chỉ vì một câu nói.

Mười người có chín người ca thán, vô dụng nhất đời là tình sâu.

Song, chính nhờ có tình sâu vô dụng này chúng ta mới có thể vẽ nên một cầu vồng giữa cuộc đời khô khan, một đầu nối với tôi, một đầu nối với anh, để chúng ta từ từ trèo lên. Trong quá trình đó, ánh sáng như mưa, tình yêu như mật, thời gian bắt đầu lại từ đầu, đánh bại mọi sự chống trả của nhân thế.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (3)

'Cho cô 30 triệu, cô bằng lòng làm bạn gái tôi không?'

Tôi nghĩ đa số cô gái khi nhìn thấy tiêu đề đều sẽ nghĩ thảm: 'Tôi bằng lòng.'

Dù sao thì dùng nhiều tiền như thế để đổi lấy cô, một mặt có thể chứng minh anh ta có tiền, mặt khác chứng minh anh ta có tình yêu. Sao lại không làm chứ?

Nhưng, xin hãy bình tĩnh lại, chúng ta xem qua tin tức bên lề phía dưới trước đã.

Nhân vật chính trong tin tức này là giáo sư tài chính Lang Hàm Bình nổi tiếng và cô bạn gái tiếp viên hàng không của ông.

Chuyện là thế này:

Trong thời gian cuộc hôn nhân thứ 6 vẫn còn hiệu lực, Lang Hàm Bình đã qua lại với cô tiếp viên hàng không, đang lúc tình nồng ý đậm, yêu chiều vô hạn, ông đã tặng cô ấy hai căn nhà ở Tỉnh An vào Tùng Giang, Thượng Hải, một căn đứng tên cô ấy, một căn

đứng tên cha cô ấy. Ngoài ra, Lang Hàm Bình còn chuyển cho cô ấy một khoản tiền cực lớn.

Đọc đến đây chắc sẽ có rất nhiều người ngưỡng mộ, chàng có tài, thiếp có mạo; chàng có danh, thiếp có sắc; đúng là trời đất tác thành, xứng đôi vô cùng.

Nhưng kết cục hoàn toàn vượt ngoài khả năng tưởng tượng của bạn.

Hai năm sau, tình cảm của hai người thay đổi, đôi bên trở mặt, tình nghĩa không còn.

Lang Hàm Bình đòi cô tiếp viên trả lại tiền mua hai căn nhà.

Bị từ chối.

Sự việc đến nước này, đàn ông thường sẽ bỏ qua. Bởi vì:

1. Đây là anh tự nguyện cho người ta.
2. Dù sao cũng từng yêu nhau, xem như phí chia tay tình cũ thôi.

Nhưng kiến thức chính là sức mạnh, nhất là một người hiểu rõ kinh tế học và luật pháp.

Lang Hàm Bình mất ba hiệp đấu, không chỉ đòi lại được toàn bộ số tiền mua nhà, còn bắt cô tiếp viên hàng không gánh món nợ 9 triệu nhân dân tệ.

Bây giờ chúng ta cùng xem qua ba hiệp đấu này, sẵn tiện cảm nhận lực công phá của tri thức khiến người ta thất vọng và tuyệt vọng như thế nào nhé.

Hiệp thứ nhất: Lang Hàm Bình khởi kiện cô tiếp viên và cha cô ấy, yêu cầu trả lại toàn bộ số tiền mua nhà. Cô tiếp viên phản biện rằng đó là quà ngày xưa ông đã tự nguyện tặng. Lang Hàm Bình thu kiện.

Phổ cập kiến thức pháp luật: Nhà đã tặng rồi có lấy lại được không?

Căn cứ theo quy định pháp luật Trung Quốc, chỉ khi căn nhà đã tặng 'tổn hại nghiêm trọng đến người tặng hoặc người thân của người tặng', 'có nghĩa vụ phải nuôi dưỡng người tặng nhưng không hoàn thành', 'không hoàn thành nghĩa vụ theo hợp đồng trao tặng' mới có thể thu hồi và có thời gian thu hồi nhất định.

Lang Hàm Bình đã tự nguyện mua nhà cho cô tiếp viên hàng không, thuộc về hành vi trao tặng, đồng thời không có hợp đồng đi kèm nào khi trao tặng, sự việc đã qua nhiều năm, vì vậy không thể yêu cầu hoàn trả tiền mua nhà.

Hiệp thứ hai: Lang Hàm Bình hợp tác với người vợ thứ sáu, để vợ cũ khởi kiện mình sử dụng tài sản chung trong thời gian kết hôn của hai vợ chồng một cách phi pháp, yêu cầu cô tiếp viên hàng không trả lại khoản tiền mua nhà. Lang Hàm Bình thắng kiện.

Phổ cập kiến thức pháp luật: Tài sản tặng cho bên thứ ba, vợ hoặc chồng có thể đòi lại.

Theo quy định tại Điều 17, 'Chú thích 1 Luật Hôn Nhân' của Tòa án Nhân dân tối cao Trung Quốc: Khi vợ hoặc chồng muốn đưa ra quyết định quan trọng đối với việc xử lý tài sản chung của vợ chồng ngoài mục đích phục vụ nhu cầu sinh hoạt hàng ngày, vợ chồng hai bên phải trao đổi trên cơ sở bình đẳng để đưa ra ý kiến thống nhất.

Chương ba, Điều 4, 'Hướng dẫn xử lý các vụ án hôn nhân gia đình' của Tòa án Nhân dân Cấp cao tỉnh Giang Tô cho rằng: Vợ hoặc chồng đơn phương đem tài sản chung tặng cho người khác, thuộc về việc xử lý tài sản chung, chưa được sự đồng ý của bạn đời, hành vi này không hợp lệ, bạn đời của người tặng nhờ Tòa Nhân dân thu hồi lại, nên được hỗ trợ.

Hiệp thứ ba: Lang Hàm Bình khởi kiện một công ty tên là Hình Nguyên.

Đây là công ty trách nhiệm hữu hạn một thành viên, người đại diện theo pháp luật của công ty chính là cô tiếp viên hàng không.

Lang Hàm Bình nói: Bản thân đã chuyển cho công ty này 9 triệu nhân dân tệ để mua tượng Phật bằng đồng và các vật phẩm khác, nhưng mãi không nhận được hàng, yêu cầu công ty này trả lại tiền.

Cô tiếp viên hàng không trình bày, vừa nhận được tiền đã chuyển ngay cho công ty đầu tư Tân Hào, thuộc thị trấn Cao Hán, Thượng Hải (do con trai của Lang Hàm Bình làm Tổng giám đốc).

Nhưng tòa án cho rằng tuy công ty Hình Nguyên đã chuyển tiền đặt hàng cho một bên không liên quan đến vụ án, nhưng hợp đồng mua bán giữa công ty này và Lang Hàm Bình vẫn có hiệu lực.

Tức là: Lang Hàm Bình đã trả tiền, Hình Nguyên không giao hàng, nên phải trả tiền lại.

Nguyên văn trong phán quyết là: 'Căn cứ theo hợp đồng công ty Hình Nguyên vẫn là bên tương đối thực thi và chịu trách nhiệm thi hành hợp đồng.'

Do Hình Nguyên là công ty trách nhiệm hữu hạn một thành viên, cô tiếp viên hàng không là cổ đông duy nhất, lại không chứng minh được tài sản cá nhân độc lập với tài sản công ty, nên Lang Hàm Bình yêu cầu cô tiếp viên hàng không phải chịu trách nhiệm hoàn trả khoản nợ.

Toà án ủng hộ Lang Hàm Bình.

Lang Hàm Bình thắng kiện.

Phổ cập kiến thức pháp luật: Rủi ro của doanh nghiệp thuộc sở hữu cá nhân.

Khi xảy ra tranh chấp nợ nần, cổ đông của công ty một thành viên có trách nhiệm chứng minh tài sản công ty độc lập với tài sản của bản thân cổ đông. Nếu không, sẽ mất đi quyền lợi chỉ chịu trách nhiệm hữu hạn trong phạm vi nghĩa vụ tài sản của công ty, phải chịu trách nhiệm liên đới đối với toàn bộ các tài khoản nợ của công ty.

Có người mách nước cho cô tiếp viên hàng không, dùng khoản vay tiêu dùng cá nhân vào hoạt động vốn của công ty là hành vi chiếm đoạt tài sản điển hình, bảo cô ấy đem chứng cứ trình lên.

Nhưng theo tình hình hiện tại, khả năng cô tiếp viên hàng không có để lại đường lưu cho mình là rất thấp.

Một, với trí tuệ của cô tiếp viên hàng không khó có khả năng chuẩn bị biện pháp phòng ngừa.

Hai, với sự thông minh của Lang Hàm Bình, khó có khả năng để lại chứng cứ.

Xem xong chuyện này chắc mọi người cũng có cảm nghĩ như tôi:

1. Làm người thứ ba có rủi ro, không chỉ tổn thất về đạo đức, cả tài sản cũng có khả năng bị tổn thất.

Tình yêu của người đàn ông đã có gia đình, đa phần là ảo ảnh, hoa trong gương trăng dưới nước, không đáng tin.

Phụ nữ còn trẻ không chỉ cần lau cho sáng mắt, còn phải lau sạch lỗ tai, đừng bị những lời đường mật mê hoặc.

2. Đàn ông trở nên vô tình thật sự đáng sợ, đàn ông già có học thức trở nên vô tình càng đáng sợ hơn.

Thử nhìn lại toàn bộ quá trình xem, mỗi một bước đi đều được tính toán kỹ lưỡng, nhất là mất xích công ty trách nhiệm hữu hạn một thành viên này, đánh một vòng lớn, nghĩ kỹ thật đáng sợ. Để lại một chiêu này, có thể nói là tiến có thể tấn công, lui có thể phòng thủ, quyền kiểm soát luôn nắm trong tay.

3. Tri thức vô dụng đã lỗi thời lâu rồi.

Thời thế hiện nay, trí tuệ mới là vũ khí để hoành hành thiên hạ, học thức mới là pháp bảo để tung hoành thế giới.

Người không có gì nổi bật như tôi và bạn, rảnh rỗi thì phải đọc nhiều sách, nhất là sách kinh tế và pháp luật. Nếu không, bị người ta bán đi rồi có khi còn giúp người ta đến tiền nữa.

4. Trên đời không có bữa cơm nào miễn phí.

Đừng nghĩ rằng đàn ông tặng nhà, tặng xe thì thật sự có được chúng. Nếu anh ta muốn đòi lại, bất cứ lúc nào cũng có thể đẩy bạn vào ngõ cụt.

Đến nước này, cô tiếp viên hàng không hẳn đã chuyển từ chế độ ngơ ngác sang chế độ đau khổ, tập trung vào vai người bị hại của mình, cảm thấy tức giận và bất công đối với đàn ông và thời đời.

Thế nhưng trách ai bây giờ đây?

Vẫn nên trách bản thân vô tri và vô đức thôi.

Nếu không tham lam, nếu biết giới hạn, nếu biết đạo đức, nếu không quá tự tin vào mình, cũng không có kết cục như bây giờ.

Mấy ngày trước, Ngũ Nhạc Tán Nhân có đăng Weibo nói: 'Là một người đàn ông già có đọc qua ít sách, có chút nền tảng kinh tế, đối với loại người như chúng tôi mà nói, trừ phi không muốn, nếu không thật lòng chẳng có cô gái bình thường xinh đẹp nào không چرا đồ được, hoặc nói lên giường thôi cũng được.'

Câu nói này nhanh chóng làm dậy lên một làn sóng lớn.

Bởi vì, sự tự tin của người đàn ông già và sự khinh thường đối với phái nữ khiến chúng ta cảm thấy không thoải mái.

Thế nhưng, bạn cũng không thể không thừa nhận, trên đời quả thật có vô số cô gái không có não, họ rất dễ rơi vào loại bầy này.

Chẳng hạn như cô bạn gái tiếp viên hàng không của giáo sư Lang, chẳng hạn như những người thấy lợi thì đón, thấy thế thì chào ở xung quanh chúng ta, bị một khoản tiền lớn mê hoặc lập tức máu dồn lên não, chấp nhận cuộc tình ngoài hôn nhân và giao dịch tình tiền ngay.

Nếu tự yêu chính mình nhiều hơn một chút, ý chí độc lập hơn một chút, có trí tuệ để nhìn rõ tình thế hơn một chút, có lẽ rất nhiều

bi kịch và trò đùa đã không xảy ra.

Một cô gái trẻ từng nhắn tin cho tôi, nói rằng mình chấp nhận để một người đàn ông bao nuôi, sinh con cho anh ta, đến cuối cùng, nhà và con đều không có được.

Cô ấy hỏi tôi nên làm thế nào.

Tôi chẳng có cách nào cả.

Bởi vì xét về đạo đức hay pháp lý, tôi đều không ủng hộ được, điểm duy nhất có thể dựa vào chính là sự áy náy của người đàn ông kia. Nhưng hình như bây giờ cũng chẳng còn.

Bi thảm hơn nữa là cô ấy không chỉ bị tổn thương tâm hồn, tiền chẳng có được bao nhiêu, mà kỹ năng nghề nghiệp gần như bằng không, quay trở lại thị trường lao động không thể thích ứng được nữa, chỉ có thể tìm một vật ký sinh mới, tiếp tục cuộc sống ký sinh trùng này.

Lỗ Tấn nói: 'Buồn cho sự bất hạnh, giận cho sự buông xuôi.'

Con người nếu tự mình ngu hóa, tự mình nô lệ hóa, tự mình hạ thấp mình, thì không thể trách người khác xem thường bạn được.

Nếu không vui thì hãy đứng thẳng lưng lên, trở thành một người lớn hiên ngang, chịu trách nhiệm cho cuộc đời của chính mình.

'Miếng bánh từ trên trời rơi xuống, đều là một miếng mồi ngon...'
Lặp lại câu nói này thêm vài lần, bạn sẽ bớt đi rất nhiều lòng tham.

'Cái đàn ông cho mày được, tự mình cố gắng vài năm cũng sẽ có...'
Lặp lại câu nói này thêm vài lần, bạn sẽ bớt đi rất nhiều tâm lý

ỷ lại cho người khác.

Đừng hạ thấp bản thân, đừng biến mình thành một món đồ vật, đừng để dễ dàng chấp nhận giá trị quan của chủ nghĩa đàn ông, trên thực tế, phụ nữ ở thời đại này đều có năng lực và trí tuệ, sống đáng nể hơn tưởng tượng nhiều, cũng kiêu ngạo hơn tưởng tượng nhiều. Trước tiên bạn chỉ cần trở thành một con người thật sự.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HÔN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (4)

'Ly hôn là sáng chế của người giàu, kết hôn là nghĩa vụ của người nghèo'

Một hôm ở nhà đọc sách, tôi đọc được một bài viết nói rằng kết hôn là nghĩa vụ của người nghèo, ly hôn là sáng chế của người giàu, cảm thấy rất có lý.

Lấy một ví dụ.

Một anh chàng đẹp trai nhà giàu từ chối kết hôn. Vì điều kiện đầy đủ, lại không muốn tài sản bị chia nhỏ, thế là ung dung là một quý ông độc thân sáng giá.

Nhưng người nhà nghèo cần phải kết hôn. Vì không có tiền, không có năng lực, không có nguồn tài nguyên, một mình khó chi trả tiền góp nhà đợt đầu, nợ thế chấp, góp xe... Kết hôn với một người, mượn sức của đối phương để cùng nhau gánh vác, đây không còn là chuyện không làm được nữa.

Ly hôn thì sao? Càng cho thấy sự khác nhau giữa giàu và nghèo.

Người giàu một khi tình cảm rạn nứt sẽ lập tức ly hôn, ví dụ như Murdoch, ông đây có tiền, sao lại phải chịu đựng tính khí của Đặng Văn Địch cô chứ, sống không nổi nữa thì biến ngay, dùng tiền đổi lấy tự do, nhanh gọn!

Người nghèo thì phóng khoáng không nổi.

Hôn nhân có đau khổ hơn nữa, có như địa ngục trần gian hơn nữa cũng không cách nào rời đi. Vừa ký vào đơn, tài sản sẽ bị chia đi phân nửa, thuê nhà mới, chi trả phí nuôi dưỡng con, tiền lương còn lại chẳng bao nhiêu, chất lượng cuộc sống giảm mạnh, chẳng mấy ai đồng ý.

Cách đối phó chỉ có hai loại:

1. Ngoại tình, tìm nơi nương tựa ở người thứ ba;
2. Chịu đựng, không thể chịu đựng được nữa, vẫn phải nhịn.

Thế nên, chúng ta sẽ phát hiện tỷ lệ ly hôn của người nghèo rất thấp. Vì ly hôn đối với họ mà nói, vốn quá lớn, cái giá phải trả quá cao, họ hưởng thụ không nổi.

Ngược lại, trong giới minh tinh, phú hào, tinh anh, ly hôn trở thành hiện tượng vô cùng bình thường.

Nhưng không độc lập về kinh tế vẫn không phải lý do duy nhất để người nghèo không ly hôn.

Ví dụ như, một người vợ toàn thời gian ở tầng lớp trung lưu, không tính là quá thiếu tiền, nếu ly hôn, chỗ nhà cửa, xe, tiền tiết kiệm được chia cũng đủ cho chị ta sống sung túc.

Nhưng chị ta không ly hôn. Bởi vì làm một người vợ toàn thời gian nhiều năm đã khiến chị ta mất đi năng lực sinh tồn độc lập, kỹ năng sở trường cũng chỉ có chăm lo việc nhà, chăm sóc con cái và lấy lòng một người đàn ông. Đối với thị trường lao động, chị ta đã trở thành kẻ bị đào thải.

Nếu vậy, ly hôn với chị ta mà nói đồng nghĩa với việc phải đổi chủ, tìm một đối tượng khác để nương tựa mới có thể tiếp tục cuộc sống.

Tiếc là tuổi già kém sắc, trên thị trường hôn nhân chị ta đã là hàng kém chất lượng, ít người quan tâm, không được giá tốt.

Hôn nhân như thế sao chị ta dám ly hôn cho được?! Âm ức hơn cũng phải cầu toàn, nước mắt chan cơm cũng phải nuốt xuống, chồng có đi nửa năm không về nhà cũng phải tự dối gạt mình: Anh ấy bận, mình phải thông cảm cho anh ấy!

Chuyện ly hôn này, so với giàu có về mặt vật chất, sự giàu có về mặt tinh thần còn quan trọng hơn nhiều.

Về trước buộc chúng ta phải xem xét có thể hay không, về sau buộc chúng ta phải suy nghĩ dám hay không.

Dám còn không dám thì đã đầu hàng từ bên trong rồi, sợ đến mức như bị rút hết xương, hút hết hơi, tùy ý người đàn ông nhào nặn, còn ly hôn gì nữa, cứ yên tâm là một người giúp việc hợp pháp cả đời đi!

Lỗ Tấn từng lên án loại phụ nữ này trong 'Nam xương Bắc điệu tập':

Tuy họ đã ra ngoài xã hội, nhưng vẫn nhờ người khác 'nuôi'; muốn người khác 'nuôi' thì phải nghe người khác căn nhắc, thậm chí là sỉ nhục... Một khi chưa xóa bỏ ranh giới giữa 'nuôi' và 'được nuôi', những lời than vãn và đau khổ vĩnh viễn không bao giờ biến mất.'

Phiên dịch lại chỉ có hai chữ: Đáng Đòi!

Ngược lại, một người phụ nữ độc lập, nếu không muốn tiếp tục cuộc hôn nhân thì rất dễ dàng ly hôn. Há sợ không có tiền.

Ví dụ như vài năm trước, trong giới chúng tôi từng có một tin tức rất chấn động, một nữ tác giả trung niên yêu một người đàn ông khác, về nhà ly hôn với chồng, tay trắng ra đi, không cần gì cả, ngẫu vô đối.

Trong hai người phụ nữ vừa kể, ai giàu ai nghèo, vừa nhìn là thấy ngay.

Người vợ toàn thời gian tuy giàu nhưng nghèo, nữ tác giả tuy nghèo nhưng lại giàu - giàu ở tinh thần, giàu nghị lực, giàu ở ý chí tự do, giàu ở ý thức độc lập, giàu ở lòng tin đối với tình yêu và cuộc sống. Có những thứ này rồi, ly hôn vẫn khó? Tôi không tin đâu.

Còn một nguyên nhân nữa, là cái có mà đa số mọi người hay dùng nhất, không li hôn vì con cái.

Chính xác, ly hôn chúng ta cần phải suy nghĩ đến:

1. Bạn có đủ tiền để nuôi sống mình và con không?
2. Bạn có đủ tinh thần để vừa làm việc, vừa bầu bạn với con, chăm sóc con, giáo dục con không?

3. Bạn có tính cách độc lập mạnh mẽ để trở thành tấm gương cho con, để con trưởng thành một cách lành mạnh không?

Nếu bạn là một người giàu có về vật chất lẫn tinh thần, những điều này đều không phải vấn đề.

Đáp án của câu 1 là: Có chứ.

Đáp án của câu 2 là: Có thể thuê bảo mẫu.

Đáp án của câu 3 là: Tính khả thi rất lớn.

Vì tôi vẫn luôn tin rằng, tiền là nền tảng, trí tuệ là tôn nghiêm, lựa chọn là tự do. Có những thứ này rồi, sống lưng đủ cứng, giáo dục đủ tốt, tầm nhìn đủ xa, thì có thể lấy thân làm gương và nói với con cái:

Kết hôn không phải kết thúc, ly hôn cũng không phải ngõ cụt, đây đều là một sự lựa chọn.

Chỉ cần mình muốn, cố gắng có được, trả giá, gánh vác hậu quả, vậy thì cuộc sống sẽ càng có ý nghĩa, càng thú vị, càng nhiều màu sắc.

Tất nhiên, nếu bạn là một người nghèo kinh tế, tính cách lại không độc lập, nhân tố con cái sẽ trở thành chiếc lồng của bạn, vĩnh viễn nhốt bạn trong hôn nhân, dù cho nó đã biến chất, đổi vị, nổi mốc.

Thế nên mới nói, ly hôn là đặc quyền của người giàu, kết hôn là nhu cầu của người nghèo.

Hiểu được điều này, khi lại có người phụ nữ khác đến trước mặt bạn nói: 'Sao cô còn chưa lấy chồng nữa vậy? Tôi nói cho cô nghe, phụ nữ tuổi càng cao càng không đáng giá, may mà tôi kết hôn sớm, gả cho chồng tôi...'

Bạn có thể ra vẻ bí ẩn đáp lại cô ấy: 'Cô có chồng thì giỏi lắm sao? Có bản lĩnh thì cô ly hôn đi!'

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỮ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (5)

Nữ siêu nhân có được thế giới, nữ bệnh nhân có được tình yêu

Một ngày nọ trò chuyện trong nhóm chat, nói về sự khác biệt giữa nữ siêu nhân và nữ bệnh nhân.

A nói: Nữ siêu nhân mạnh mẽ, nữ bệnh nhân yếu đuối.

B nói: Nữ siêu nhân quen tự lực cánh sinh, câu nói nhiều nhất là 'tôi phải', 'tôi phải có thu nhập bạc triệu mỗi năm, tôi phải mua nhà lớn xe xịn, tôi phải du lịch khắp thế giới...'. Nữ bệnh nhân chỉ biết cầu cứu bên ngoài, câu nói nhiều nhất là 'anh phải', 'anh phải ở bên em, anh phải mua túi xách cho em, anh không được rời khỏi em...'

C nói: Nữ siêu nhân tập hợp bảy loại võ nghệ, triệu hồi ước mơ; nữ bệnh nhân tập hợp bảy trăm bộ váy, dụ dỗ đàn ông.

D nói: Thế giới là phần thưởng của nữ siêu nhân, tình yêu là tiền trợ cấp của nữ bệnh nhân.

...

Danh ngôn nhiều như mây trên trời.

Tôi vừa xem vừa cảm thấy mọi người nói như phun châu nhả ngọc, đồng thời liên tưởng đến một trường hợp trong cuộc sống.

Trong một buổi xem mắt, một người bạn được công nhận là ưu tú, tư duy chặt chẽ, hành sự quyết đoán, bằng cấp, trí tuệ, chức vụ, ba cái điều cao, điều khiến người ta bất ngờ đó là cô ấy lại bị lạnh nhạt. Cho dù mặc một thân toàn những mẫu mã mới của Gucci, mang túi Birkin của Hermes, vẫn ít người hỏi han đến.

Một nữ bệnh nhân đi cùng cô ấy, lo âu, cảm tính, thiếu cảm giác an toàn, hàng năm đều phải gặp bác sĩ tâm lý, thế nhưng lại được hai, ba chàng trai để ý đến.

Điều này thật sự khó hiểu.

Nghe nói nhan sắc của hai người không phân cao thấp, con trai đáng ra phải thích nữ siêu nhân ưu tú hơn, hoàn mỹ hơn, lý trí hơn mới đúng, chứ không phải nữ bệnh nhân.

Nhưng thực tế hoàn toàn ngược lại.

Fernando Gutierrez đã là một cuộc khảo sát quy mô lớn và phát hiện ra một hiện tượng kỳ lạ:

Những người có xu hướng rối loạn nhân cách có ưu thế rõ rệt ở phương diện tình bạn đời, họ thường có nhiều đối tượng hẹn hò, thậm chí là nhiều con cái hơn so với người bình thường.

Tức là đàn ông không hư, phụ nữ không yêu.

Tương tự phụ nữ không bệnh, đàn ông cũng không yêu.

Trong bộ phim truyền hình nổi tiếng 'Hoan lạc tụng', người có được tình yêu đầu tiên là Khâu Oánh Oánh kém thông minh, dễ kích động, không kiềm chế được cảm xúc, dễ hoảng loạn.

Chỉ khi nữ siêu nhân Andy lộ ra căn bệnh tâm thần tiềm ẩn thì bộ phim tình cảm mới được chính thức mở màn.

Trong 'Hồng lâu mộng', Đại Ngọc và Bảo Thoa nhan sắc ngang nhau, nhưng người có được tình yêu là Đại Ngọc.

Trong 'Tai trái', người có được nhiều tình yêu nhất là Ba Lạp điên cuồng, có khuynh hướng tự hủy hoại mình.

Trong 'Chuyện tình Tokyo', so với Rika mạnh mẽ lạc quan, Satomi yếu đuối, ảm đạm lại được nhiều đàn ông chú ý hơn.

Quay trở lại cuộc sống của bạn và tôi, bạn cũng sẽ phát hiện ánh mắt của đàn ông đều nhìn chằm chằm vào các nữ bệnh nhân.

Cô bạn thân của tôi thẳng tính, nói: 'Cậu nhìn đi, không có lấy một người bình thường, suốt ngày nũng nịu, khóc lóc, đòi ôm, đòi túi xách... Tật xấu đầy người, sao vẫn được đàn ông thích nhỉ?'

Không ngờ, chính sự dễ kích động, điên cuồng, tự luyện đó lại càng khiến họ hấp dẫn hơn.

giải thích cho rõ là thế này:

Trong trò chơi tình yêu, rối loạn nhân cách lại có ích trong việc cưa trai.

Năm 2012, các nhà tâm lý học đã phát hiện ra, người tự luyện hoặc nhiệt tình mưu mô có chỉ số hấp dẫn cao hơn người bình

thường.

Gutierrez nghiên cứu sâu hơn.

Ông nói, phái nam có khuynh hướng rối loạn ám ảnh cưỡng chế sẽ thành công hơn trong việc duy trì quan hệ tình cảm lâu dài. Bởi vì, điều đó nói lên sự 'nam tính', cũng nói lên sự nghiêm túc đáng tin cậy, có trách nhiệm của anh ta.

Phái nữ có khuynh hướng dễ thích động cũng giỏi hơn trong việc duy trì quan hệ lâu dài. Vì điều đó nói lên sự 'nữ tính', cũng nói lên tính ỷ lại vào phái nam, không dễ dàng thay lòng của cô ta.

Vì vậy, trên thị trường tình yêu và hôn nhân, nữ thần kinh mới là người thắng cuộc.

Đây không phải nói nhăng nói cuội, có rất nhiều số liệu khoa học để chứng minh. Trong nghiên cứu của Gutierrez, nhóm nữ có chỉ số dễ kích động cao bình quân hơn 34% có bạn đời lâu dài, và 73% có con cái.

Bây giờ bạn biết rồi chứ! Bạn không có người yêu là vì đàn ông đã bị những bệnh nhân này chia nhau hết rồi.

Gần đây, tôi vô tình đọc được một bài thơ tên là 'Bệnh tâm thần' (Tạm dịch) :

Tôi thấy lời cáo buộc này với phái nữ

Còn nghiêm trọng hơn tội phóng đảng

Đây là ám thị của sự khoan dung

Nằm giữa tính trẻ con và điên rồ

Có thể phủ sạch tất cả nỗ lực

...

Có lúc tôi nghe người yêu tôi nói

Phụ nữ luôn có chút bệnh tâm thần

Khi ấy anh dịu dàng ôm tôi vào lòng

Hứa sẽ đồng ý mọi yêu cầu của tôi

Tôi không thể tiếp tục tranh luận

Dẫu sao tôi cũng được yêu mà

...

Tạm thời không nói đến việc loại ám thị này là sự xem thường nhẹ nhàng với trí thông minh của phái nữ, chỉ nói về quan hệ nam nữ thôi, bệnh tâm thần và được yêu đã có một dấu bằng ở giữa.

Cô ấy không có cảm giác an toàn, vậy anh phải yêu cô ấy gấp đôi.

Cô ấy lo lắng, anh phải quan tâm cô ấy nhiều hơn.

Cô ấy dễ xúc động, anh phải đối xử thật dịu dàng.

Dưới các quy tắc ngầm này, bệnh trạng đã được hợp lý hóa, thậm chí là ưu việt hóa. Nếu vậy, việc nữ siêu nhân có được thế giới, nữ bệnh nhân có được tình yêu sẽ trở thành một hiện tượng phổ biến.

Song, chúng ta đều biết rằng, tình yêu của một người bệnh cũng là một căn bệnh.

Ví dụ như Khâu Oánh Oánh, chẳng được bao lâu đã bị đá.

Ví dụ như Đại Ngọc, tức giận thổ huyết mà qua đời.

Còn những nữ bệnh nhân ở quanh ta, tuy gặp gỡ không ngừng, nhưng cũng rất nhiều chuyện tình chẳng ra làm sao, trông có vẻ hấp dẫn, thật ra rất nguy hiểm.

Chỉ có hai người lành mạnh, mới có thể sinh ra tình yêu lành mạnh.

Không chướng ngại trong lòng, tính cách độc lập, mỗi người đều có bầu trời của riêng mình. Như vậy mới có thể trở thành cuộc gặp gỡ tự do giữa người với người chứ không phải mối quan hệ mong manh giữa vật ký sinh và vật bị ký sinh, sưởi ấm lẫn nhau lúc cô đơn, vỗ về nhau lúc buồn khổ, bố thí và được bố thí lúc nghèo đói.

Vì vậy, nếu bạn là nữ bệnh nhân, đừng lấy đó làm vinh hạnh, cái bạn cần làm không phải là cưa trai, mà là chữa trị: trở thành một người có tinh thần lành mạnh - có thể không hoàn mỹ, nhưng nhất định phải hoàn chỉnh.

Chữa trị bằng cách nào đây?

Một câu thôi: Làm người chịu trách nhiệm cho chính mình.

Đừng dùng danh nghĩa tình yêu để yêu cầu người khác chịu trách nhiệm cho cuộc đời bạn. Đừng dùng danh nghĩa hôn nhân để bắt người khác cứu rỗi nửa đời sau của bạn.

Không một ai là Đấng cứu thế của cuộc sống cả, chỉ có chính mình mới có thể đẩy ngược cơn sóng lớn, chống đỡ tòa nhà sắp sụp đổ trong lúc nguy cấp của đời người.

Hiểu được điều này mới có thể trưởng thành.

Nếu không, cả đời cũng chỉ là đứa trẻ, chỉ là con cưng của mẹ, chỉ là bệnh nhân mắc phải hội chứng Peter Pan, tình yêu mãnh liệt, đặc sắc đến mấy, cũng chỉ là bi kịch hết lần này đến lần khác.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (6)

Tình yêu thật sự, chính là sự kết hợp của cùng một loại người

Mario Vargas Llosa từng viết một cuốn tiểu thuyết - 'Trò đùa của gái hư'.

Bỏ qua vĩ độ của câu chuyện: Cách mạng Mỹ Latin, chiến tranh du kích ở Cuba, phong trào cánh tả ở Paris, phong trào Hippie ở London, cách mạng Tây Ban Nha, văn hóa xã hội đen và sự nổi dậy của công nghiệp khiêu dâm, chỉ cần nhìn vào kinh độ của nó, đây chính là câu chuyện về một cô gái có điểm giới hạn bằng không, ngủ tới ngủ lui với đủ loại đàn ông của đủ các quốc gia.

Nữ chính xuất hiện từ khu ổ chuột ở Peru, thân phận giả, tự xưng là Lily, bị thế giới ruồng bỏ. Khi gặp Ricardo, cô chỉ hơn 10 tuổi, sức hấp dẫn tỉ lệ thuận với tâm cơ của cô.

Nếu muốn kể lại sự dây dưa giữa hai người một cách đơn giản, chỉ cần tám chữ là đủ: đi đi về về, về về đi đi.

Nhưng anh không thể ngăn cản cô được.

Nửa thế kỷ trôi qua, cô đã trở thành nữ du kích của Cuba, vợ của Robert Arnoux, vợ của Richardson, gái điếm của băng nhóm xã hội đen Nhật Bản...

Từ phía đông của Trái đất, chạy đến phía tây của Trái Đất.

Từ thế giới thứ ba chạy đến thế giới thứ hai.

Thu thập tinh dịch của đàn ông trên toàn thế giới như đang thu thập tem thư.

Chẳng mấy chốc, Lily đã già, xe đến đường cùng, không còn lối ra.

Nhìn lại nửa cuộc đời này, cô đã có được những gì?

Những cuộc gặp gỡ chẳng ra con người, tuổi già không một nơi nương tựa, không một xu dính túi, khắp người là bệnh truyền nhiễm, thân thể khô héo.

Giống như chính cô đã nói: 'Sự tình rất phức tạp, tôi đã từng nói với anh, nó giống như một căn bệnh vậy. Nó khiến tôi cảm thấy có sức sống, có ích, có đam mê, nhưng không có hạnh phúc.'

Đúng vậy, không hạnh phúc.

Tôi tin rằng, với nhiều người trẻ tuổi giàu cảm xúc, thiếu lý trí mà nói, Lily quả đúng là hình mẫu - nghe theo tiếng gọi của con tim, thích gì làm nấy, xem thường mọi ràng buộc về đạo đức.

Nhưng nếu đặt cô ấy vào trong lĩnh vực tâm lý học, Lily không còn thần bí như thế nữa.

Cô ấy chính là một bệnh nhân.

Là một trường hợp điển hình.

Ra đời tại khu ổ chuột, thuở nhỏ thiếu thốn tình thương, bị xâm hại và bạo lực nhiều năm, thế nên trong nội tâm cô ấy đã hình thành một lỗ hổng rất lớn.

Sau khi trưởng thành, cô sẽ đi tìm thế giới có thể lấp đầy lỗ hổng trong mình. Đây chính là khởi nguồn của cảm xúc bù đắp quá mức.

Cảm xúc bù đắp càng sâu, khát vọng càng mạnh, tình cảm sẽ càng nặng, cá thể sẽ nghĩ đó là đam mê.

Đam mê được sinh ra bởi ảo tưởng, ảo tưởng được sinh ra bởi đau khổ, bởi những cuộc gặp gỡ. Đây chính là cách chuỗi tâm lý này liên kết với nhau.

Loại tình cảm này không ai cho được, nó vượt quá mức độ và phạm vi mà tình cảm có thể chịu được.

Ricardo không thỏa mãn được, Robert Arnoux không thỏa mãn được, Richardson không thỏa mãn được... Thế nên cô ấy hết lần này đến lần khác lao vào lòng người đàn ông tiếp theo.

Một đời phiêu bạt, một mớ bong bóng.

Trở về với hiện thực.

Tuy chúng ta không thể nói là trí tuệ kiện toàn, nhưng ít ra điều cố gắng sống thật lí trí, đây là nhận thức không cần bàn cãi. Khi tâm lý của một người có thiếu sót, thì dùng danh nghĩa tình yêu bắt người khác bù đắp là một chuyện vô nghĩa.

Bởi vì, tình yêu thật sự không mang tính bù đắp, mà mang tính trao đổi;

Không phải đơn phương, mà là song phương;

Không phải lớn và nhỏ, trên và dưới, mà là anh và em.

Lily không hiểu được điều này.

Cô ấy không có thời gian, cũng không có năng lực tự suy xét và tự cứu lấy mình.

Cả đời cô đều mà theo đuổi thứ tình cảm bù đắp này, được rồi lại mất, mất rồi lại tìm, tìm rồi lại được, được rồi lại mất... Một vòng luẩn quẩn, đến cuối cùng vẫn như dùng giỏ trúc để gánh nước, cho đến khi tiểu thuyết kết thúc, cô vẫn chưa thể trở thành một người lành mạnh bình thường.

Cô gái như Lily, quanh chúng ta có rất nhiều.

Tất nhiên, họ sẽ có cách biểu hiện khác nhau.

Ví dụ như, có một số cô gái luôn khao khát được yêu người lớn tuổi, có một số quen làm người thứ ba, có một số lại muốn qua lại với đám lưu manh...

Mấy ngày trước, có một cô gái nói: 'Tôi muốn gả cho một người nhà giàu có, có nhà có xe, rất thương tôi...'

Cô ấy còn nói, cô có một bạn cô bạn gái đang được sống như một bà hoàng, mua nhà cao cửa rộng, lễ cưới xa hoa, khoe vật gì lên dòng trạng thái cũng khiến cô cảm thấy có thể gặp chứ không thể cầu

Thật ra, cô gái như vậy tôi cũng từng gặp qua, lao tâm khổ tứ giả được cho một người có tiền, nhà đẹp xe xịn, hàng hiệu như mây.

Nhưng hai năm sau, đứng trước mặt chúng bạn bè, người chồng nói những lời cay độc, cô ấy chỉ đứng đó, không có bản lĩnh gặp chuyện không loạn, cũng không có dũng khí dứt áo ra đi, ắp a ắp úng nói những lời chẳng có ý nghĩa gì.

Sự âm ứ, không cam lòng, tức giận và sợ hãi đó khiến tôi cũng cố thêm quan điểm của mình: Thế giới này, không có đường tắt để đi.

Đương nhiên tôi không đạt kích nguyện vọng của cô ấy, cũng không phân tích khả năng, chỉ là cảm thấy trong tim cô gái trưởng thành này không chứa đựng một người đã trưởng thành, mà chứa đựng một đứa trẻ.

Một đứa trẻ không cách nào yêu đương được, nó chỉ biết nhận lấy, chỉ biết đòi hỏi, chỉ biết nhõng nhẽo ăn vạ, chứ không nhìn thẳng vào lỗ hổng và thiếu sót của thời thơ ấu, dũng cảm thay đổi chúng, chịu trách nhiệm cho cuộc đời chính mình.

Chỉ khi tự chịu trách nhiệm về chính mình, con người mới có thể từ từ trưởng thành, mới có thể thật sự đặt chân vào thế giới của người lớn, gặp rủi ro, cũng gặp được hạnh phúc.

Một người lớn mới có thể yêu một người lớn khác.

Một người lớn và một đứa trẻ, chỉ là quan hệ giữa người giám hộ và người được giám hộ, người nuôi dưỡng và người được nuôi dưỡng.

Đam mê không thể đến xuể. Cuộc đời ngắn ngủi, luôn có những lúc mỗi mệt. Lúc ấy, chỉ những người ngang hàng với nhau mới có thể tạo ra sự cân bằng, tiếp tục tiến lên trong những tháng ngày tình yêu đã cạn kiệt.

Nhiều năm trước, tôi từng nghe Đồn Điền Phương bình luận về sách, những cái khác tôi không nhớ rõ nữa, chỉ nhớ một câu: 'Chim theo loan phụng bay được xa, kết đôi người hiền phẩm tự cao.' và một câu: 'Cờ gặp địch thủ, tướng gặp người tài.' Tuy không hiểu hết nghĩa của nó, nhưng tôi cũng cảm nhận được câu chữ vang dội, rất mạnh mẽ.

Sau này hiểu được rồi, càng thấy hay, thật sự quá có đạo lý, để đâu cũng thấy chuẩn cả.

Bá Nha gặp được Tử Kỳ mới có một khúc tri âm, nói mãi không thấy chán.

Hoàng Dục Sư gặp được Hồng Thất Công, đoàn vương gia, mới bàn luận võ công sáng khoái vui vẻ.

Quan hệ nam nữ cũng vậy, bản lĩnh của hai người không phân cao thấp, thu nhập tương đương nhau, quan niệm tương tự nhau, tôi thích tự do và kỷ luật, anh tin vào sự chăm chỉ và chuyên nghiệp, tôi là một người lớn khỏe mạnh, anh không phải đưa trẻ kiếm khuyết về nhân cách, bình đẳng, độc lập, như vậy mới có thể đến với nhau.

Tán tỉnh, ve vãn lên giường, đổi địa điểm khác giống như Lily tất nhiên không được tính vào đây.

Tình yêu thật sự giống như Dương Quá và Tiểu Long Nữ, Hoàng Dung và Quách Tĩnh, đều là cùng một loại người. Suy cho cùng, mênh mông biển người, bao la hồng trần, bất luận là cao siêu như tranh luận triết học, hay bình thường như nam hoan nữ ái, chỉ khi gặp được kỳ phùng địch thủ ngang tài ngang sức mới có được khoái ý khi so tài so sức, niềm vui khi cạnh tranh cao thấp và hạnh phúc khi gặp được đối thủ đáng gờm.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (7)

Vì sao hôn nhân lại biến chúng ta trở nên độc ác như thế

Cuối tuần xem bộ phim Nhật - 'Người vợ nguy hiểm của tôi', kể về chuyện một đôi vợ chồng giết nhau, thật sự giết chết nhau chứ không phải ẩn dụ. Họ hạ độc, bắt cóc, chích điện, lừa đảo, dùng đủ mọi âm mưu, phí hết công sức, tìm đủ mọi cách để dồn đối phương vào chỗ chết.

Hai người đều có tâm địa đen tối.

Ngoài mặt bình thản, nội tâm dậy sóng; ngoài mặt ngã nhận, tương kính như tân, thực tế âm hiểm độc ác, mưu mô xảo quyệt.

Thân phận của họ đều là quý tộc.

Nam đẹp trai giàu có, nữ xinh đẹp lắm của, có tiền, có thời gian, có tôn nghiêm, thậm chí cũng từng có tình cảm sâu đậm, chỉ dựa vào những thứ này, hai vợ chồng họ vốn có thể sống yên ổn hạnh phúc đến hết cuộc đời. Nhưng vì sao lại để cho mật ngọt biến thành dao găm như thế?

Bản điện ảnh của 'Người vợ nguy hiểm của tôi' là phim 'Cô gái mất tích' của David Fincher, kinh dị hơn, đen tối hơn, phơi bày bản chất của hôn nhân một cách triệt để hơn.

Khi Amy ráp tâm bày ra một màn lừa gạt, giả vờ bị bắt cóc, giả họa cho chồng, đến khi án phạt được đưa ra, cô ta cắt đứt cổ họng của người đàn ông yêu mình sâu đậm, trở về nhà, tiếp tục lời nói dối, âm mưu, tính toán và diễn kịch từ ngày này sang ngày khác.

Người chồng không thể tiếp tục chịu đựng, một hôm, anh ta nhìn que thử thai của vợ, không chịu thừa nhận mình là cha của đứa bé.

Anh ta nói: 'Đúng vậy, tôi đã từng yêu cô. Nhưng những gì chúng ta làm sau đó, chính là oán hận lẫn nhau, kiểm soát lẫn nhau, cái chúng ta có được chỉ là đau khổ...'

Amy lạnh lùng nói: 'Đây chính là hôn nhân.'

Sau đó, họ nắm tay nhau, cùng bước xuống cầu thang, diễn vai một đôi vợ chồng mẫu mực yêu thương nhau trước mặt mọi người.

Sau khi hai bộ phim này được chiếu đều tạo nên cơn chấn động không hề nhẹ trên phạm vi thế giới.

Nhưng vì là hư cấu nên đa số chỉ xem nó như đề tài nói chuyện khi trà dư tửu hậu, thờ dài vài tiếng, châm chọc vài câu, hơi căng thẳng vài lần, không hề xem nó là thật.

Thật sự không cần xem là thật sao?

E là chưa gặp thôi.

'Kinh Thánh' có câu: Không có gì lạ dưới ánh mặt trời.

Hình ảnh trên màn ảnh, thật ra chính là hình ảnh phản chiếu của cuộc sống; tình tiết trong phim truyền hình, không có gì ngoài sự chọn lọc từ trong hiện thực.

Từ si mê đến thù hận;

Từ dựa dẫm đến dần vặt;

Từ tơ tình vương vấn cho đến không đội trời chung;

Từ nguyện cho nhau tất cả, đến tranh giành anh sống tôi chết;

Từ 'người thương tôi tôi thương người', đến 'tôi sẽ ăn thịt uống máu anh';

Từ yêu nhau, đến lạnh nhạt, đến oán giận, đến giết nhau... Là thì hiện tại tiếp diễn, hoặc thì quá khứ hoàn thành, thì tương lai của rất nhiều người.

Trương Di Hòa từng viết 'Nữ tù tam bộ khúc': 'Lưu Thị Nữ', 'Châu Thị Nữ', 'Dương Thị Nữ'.

Mỗi một câu chuyện đều có hình mẫu sống.

Trong đó, Lưu Thị Nữ là người phụ nữ vì không thể chịu được căn bệnh động kinh của chồng, một hôm, nhân lúc chồng say rượu đã giết chết ông, đem muối. Thủ pháp gây án tàn nhẫn vô cùng, khiến người người rợn tóc gáy. Khi vụ án bị phát hiện, chấn động khắp nơi.

Tội của hai nữ tù nhân khác cũng dựa trên hình mẫu có thật.

Nếu nói tiểu thuyết trải qua sự gia công của nghệ thuật, trở nên phi lý không thật, không đáng tin.

Vậy thì, mọi người có thể xem tin tức pháp luật và các bình luận liên quan.

Tôi từng thấy một nhóm người bình luận dưới bài tin tức về một người bạn trai bắt cá hai tay bị bạn gái hạ độc giết chết, có người nói: Khi học lớp dược phẩm, thầy từng dạy cho chúng tôi một cách, có thể làm cho đối phương trúng độc mà không hay không biết gì, một năm sau mới chết, không tìm được bất cứ triệu chứng nào...

Kết quả, một nhóm người vào hỏi thăm, đó là cách gì xin nhắn tin riêng để được biết.

Họ muốn đối phó với ai vậy?

Không phải ai khác, không phải người ngoài, mà là người cùng họ chung sống, đầu ấp tay gối, cùng nằm chung giường, sinh con dưỡng cái.

Chúng ta vì sao lại đi đến mức sơn cùng thủy tận, cạn tàu ráo máng như thế này?

Chúng ta vì sao lại từ tình nhân biến thành kẻ thù?

Chúng ta đã không còn nghe thấy tiếng của thần linh: 'Yêu, chính là cứu rỗi.' mà chỉ có thể nghe thấy tiếng nguyên rủa khác: 'Yêu, chính là hình phạt.'

Rốt cuộc vấn đề bắt nguồn từ đâu?

Các nhà tâm lý học và xã hội học đều cho rằng, nguyên nhân xuất hiện bi kịch này không nằm ngoài ba loại: ràng buộc bên ngoài, thiếu thốn bên trong, nảy sinh nhận thức sai lệch về quan hệ thân mật.

1. Ràng buộc bên ngoài. Vì rất nhiều nguyên nhân, chúng ta không cách nào rời khỏi.

Tay bị lửa đốt, chúng ta sẽ rút về; chân bị đá cửa phải, chúng ta sẽ đi đường vòng.

Bất cứ một ai khi bị đau, phản ứng đầu tiên trong ý thức chính là rút lui, hoặc rời đi. Đây là bản năng.

Ba mươi sáu kế, chạy là thượng sách.

Nhưng trong cuộc sống hiện thực, một khi hai người đã kết hôn với nhau, thường không dễ dàng ly hôn.

Sợi dây thừng trói chặt họ có thể là tài sản, cũng có thể là con cái, tài nguyên, quan hệ, danh tiếng, áp lực gia tộc, thói quen hoặc nhiều thứ khác, tóm lại, họ sẽ chịu đựng sự đau khổ triền miên không dứt, không dừng lại ngay lập tức, lựa chọn tiếp tục sống chung với nhau.

Cuộc hôn nhân đau khổ, giải quyết không được, cũng giải thoát không xong, tất nhiên sẽ tạo thành oán khí và lệ khí tích tụ, ủ, lên men, bành trướng, bùng nổ...

Thời gian dài như thế, con người sẽ méo mó, tính cách thay đổi, nhẹ thì dùng lời lẽ công kích nhau, nặng thì bạo hành gia đình và mưu sát, dẫn đến bi kịch.

Hôn nhân trở thành nhà tù dài hạn.

2. Thiếu thốn bên trong. Nội tâm có quá nhiều thiếu sót, không thể chấp nhận chính mình.

Mỗi ngày tôi đều nhận được vô số thư nhờ tư vấn.

Đọc những khó khăn và phiền não này, luôn có một câu nảy ra trong đầu tôi: Mọi quan hệ đầy vấn đề, thường đồng nghĩa với hai con người đầy vấn đề.

Vấn đề lớn nhất trong số đó chính là bản thân chúng ta, luôn tự công kích mình, không tự chấp nhận mình.

Tự công kích mình, nghĩa là chúng ta đang phân liệt ra một bản ngã đối địch, ngày ngày chiến đấu với bản ngã thật sự của chính mình.

Bạn càng không thích bản thân, bản ngã đối địch càng hung dữ, bản ngã thật sự càng đáng thương.

Bạn càng xem thường mình, bản ngã đối địch càng mạnh, bản ngã thật sự càng yếu.

Một khi yếu đi, sẽ thiếu sót.

Một khi thiếu sót, sẽ cần rất nhiều tình yêu để bù đắp cho mình mới có thể lấp đầy cái hố này.

Ví dụ như bạn tự đánh giá mình -10.000 điểm, vậy thì bạn sẽ khao khát có được tình yêu 10.000 điểm để bù đắp cho mình.

Nhưng nếu bạn tự đánh giá mình -10 điểm, vậy thì người khác chỉ cần cho bạn 10 điểm là được, bạn đã thỏa mãn rồi.

Đây cũng là nguyên nhân mà đa số những người thích tự ngược đãi mình sẽ khó xử lý tốt mối quan hệ thân mật.

Vì bạn sẽ luôn nhận lấy, luôn đòi hỏi, luôn không thỏa mãn, dùng danh nghĩa tình yêu để kiểm soát đối phương.

Dần dà, đối phương sẽ cảm thấy mệt mỏi, cảm thấy bạn gây chuyện vô cớ, cảm thấy tình yêu của bạn quá ngọt ngào, anh ta sắp thở không nổi rồi.

Nhưng điều đáng sợ là, đây là một vòng tuần hoàn ác tính.

Bạn càng phủ định bản thân, càng dễ phản ánh nhận thức này ra bên ngoài, cảm thấy tất cả mọi người đều không công nhận bạn, một khi gió lay cỏ động, bạn liền cho rằng họ đang xem thường bạn, thế là bạn càng cần thêm nhiều sự an ủi hơn để cân bằng sự mất mát này.

Thế nên, muốn yêu người khác, phải yêu chính mình trước.

Chỉ khi chấp nhận bản thân, bạn mới có thể hòa bình, ung dung, thẳng thắn đối diện với tất cả vấn đề trong mối quan hệ.

Giống như Scott Peck đã viết trong 'Con đường ít người đi' vậy:

'Người không yêu bản thân mình, chắc chắn không thể yêu người khác.'

Có một số vợ chồng xuất hiện vấn đề, không ly hôn, bản thân cũng không hài lòng, nhưng vẫn thân thiết, tình cảm hòa hợp, khiến bao người ngưỡng mộ.

Điều này có thể.

Nhưng cần sự cố gắng của cả hai bên.

Satir có một câu danh ngôn: Bản thân vấn đề không phải vấn đề, làm thế nào để đối phó với vấn đề mới là vấn đề. Ý muốn nói tính quan trọng của cách xử lý vấn đề.

Tất nhiên, muốn xử lý thỏa đáng, chúng ta phải nhìn ra nó trước đã.

3. Nảy sinh nhận thức sai lệch về quan hệ thân mật. Không chỉ không giải quyết vấn đề, mà còn không ngừng tạo ra vấn đề.

Từ không sinh có, chuyện nhỏ xé to, từ trong tầm kiểm soát thành không thể kiểm soát, từ có thể giải quyết thành không thể giải quyết.

Duy trì quan hệ và giải quyết vấn đề, cần phải tuân thủ các nguyên tắc sau:

a - Giá trị quan càng giống nhau càng tốt

Hai người trao đổi với nhau, suy cho cùng vẫn luôn muốn tìm ra quan niệm chung.

Thế nên, càng giống nhau, độ hòa hợp sẽ càng cao.

Chẳng hạn như một người theo chủ nghĩa tự do và một người theo chủ nghĩa chuyên chế, tất nhiên sẽ ngày ngày gây gổ; một người theo chủ nghĩa nữ quyền và một người theo chủ nghĩa nam quyền, tất nhiên không thể chung sống.

Người hợp theo loại, vật chia theo bày, vợ chồng cũng vậy.

b - Cầu hòa bình, tốt hơn đúng sai

Trong một gia đình hạnh phúc, mọi người không quá quan tâm đến ai đúng ai sai, mà quan tâm lẫn nhau nhiều hơn.

Bởi vì, đúng và sai là hai đầu đối lập nhau.

Khi chúng ta kiên quyết 'tôi đúng, anh sai' sẽ đem 'chúng ta' biến thành 'anh' và 'tôi', đối lập nhau, trở thành quan hệ đối kháng.

Càng kiên trì phân đúng sai, quan hệ càng căng thẳng.

Anh không bước vào, tôi không bước ra.

Cái mà hôn nhân cần không phải ai đúng ai sai, ai thông minh ai kém cỏi, mà cần tình cảm có còn lay động hay không, sự thân thiết có còn tồn tại hay không.

Lắng nghe, nhìn thấy, cảm nhận được đối phương, để hai người kết nối với nhau, có tung, có hứng, có thân mật, mới là chuyện quan trọng nhất trong quan hệ nam nữ.

c - Đừng hỏi 'anh đã làm được những gì cho tôi' mà hãy hỏi 'tôi đã làm được những gì cho anh'.

Suốt ngày oán trách người khác lơ là bạn, lạnh nhạt với bạn, không quan tâm đến bạn... Những điều này đều là sự khiêu khích dưới góc độ người bị hại đến người khác.

Bản chất của nó là yêu cầu, là đòi hỏi.

Đều có tính phá hoại.

Bởi vì, con người không thể cho đi một cách không giới hạn, đòi hỏi của bạn tất nhiên sẽ hình thành bội chi.

Sau một thời gian, bạn sẽ phát hiện, 'Anh ấy không tốt với mình như trước nữa...'

Cái thật sự mang lại tính xây dựng cho mối quan hệ là để người bị hại trở thành người chịu trách nhiệm.

Từ 'anh đã làm được gì cho tôi', biến thành 'tôi đã làm được gì cho anh'.

Sau đó, bạn sẽ cố gắng chữa lành mối quan hệ, tự kiểm điểm lại bản thân, nhìn thẳng vào vấn đề, dùng sự cố gắng và ý chí của mình để thay đổi kết quả.

d - Phân chia ranh giới rõ ràng.

Có rất nhiều người cho rằng, tình yêu đồng nghĩa với 'không phân biệt anh và em'.

Ranh giới không rõ ràng, nhất định sẽ trở thành khối u ác tính của mối quan hệ, dẫn đến mâu thuẫn chồng chất, tranh cãi không ngừng, đâu đâu cũng có rủi ro.

Cảm giác này, hoặc là khiến đôi bên đều mệt mỏi, dần vật lộn nhau; hoặc là đường ai nấy đi, ôm hận trong lòng.

Chúng ta phải nói rõ với đối phương: Tôi có giới hạn của mình, anh không được vượt qua. Nếu không, tất sẽ phạt nặng.

Ví dụ như: không được bạo hành gia đình, không được nói dối, không được xâm phạm đến vào sự riêng tư của tôi khi chưa được cho phép, không được áp đặt suy nghĩ của mình lên đối phương...
Đều cần phải minh bạch rõ ràng, đồng thời tuân thủ nghiêm ngặt.
Như vậy, có thể tránh được rất nhiều mâu thuẫn phát sinh.

Cuối phim 'Cô gái mất tích', David Fincher đã dùng một giọng nói để hỏi mọi người:

'Bạn đang nghĩ gì?

Bạn cảm thấy thế nào?

Chúng ta đã làm gì nhau?

Chúng ta sẽ còn làm gì tiếp nữa?'

Những câu hỏi ấy đều đang hướng vào sự nhầm lẫn của chúng ta.

Yêu, xưa nay không hề đem đến đau khổ cho con người.

Nó nhân từ, tự do, tốt đẹp, là ước mơ của cuộc sống bình thường, là ánh sáng trong đêm tối, là sức mạnh khi suy sụp, là sự cứu rỗi khi bế tắc.

Nó khiến bạn dịu dàng, như được thế giới hậu đãi;

Nó khiến bạn cao quý, như được cuộc đời chúc phúc;

Nó khiến bạn tuyệt vời, như lá thư tình Thượng đế viết cho nhân gian.

Nếu bạn cảm thấy đau khổ, đó không phải lỗi của tình yêu, mà cho thấy bạn đang chịu tổn thương vì tình yêu.

Lúc đó, bạn nên dừng lại, xem xét lại chính mình, xem xét lại mối quan hệ này.

Sau đó bạn hãy cùng với người mình yêu, cố gắng trao đổi và suy xét, tìm ra một con đường hướng đến hạnh phúc, cùng nhau trở về mái nhà chung.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (8)

Khi chúng ta không ở trong tình yêu, chúng ta sẽ ở trong nỗi sợ

Trong những lá thư tình Madonna viết cho bạn trai cũ, có một lá thư viết thế này:

'Trên đời chỉ có hai loại cảm giác: yêu và sợ.

Trên đời chỉ có hai loại ngôn ngữ: yêu và sợ.

Trên đời chỉ có hai loại hành vi: yêu và sợ.

Trên đời chỉ có hai loại động cơ, hai quá trình, hai khuôn mẫu, hai kết quả: yêu và sợ.'

Khi đọc được chúng, tôi cảm thấy Madonna thật tài giỏi, ít ra, cũng là một người nhìn thấu tất cả.

Đúng vậy, nỗi sợ và yêu thương, một như âm dương, một như đêm đen và ánh sáng, tạo ra thế giới này từ một mảnh hư vô.

Chỉ là, tác dụng của chúng ở trong nội tâm, dẫn dắt chúng ta đưa ra những lựa chọn khác nhau.

Chẳng hạn như, nỗi sợ sẽ tạo thành thiếu sót => bỏ qua trải nghiệm của bản thân => tìm kiếm sự tán đồng và điểm tựa ở bên ngoài => sống trong hệ thống giá trị của người khác => gồng hết sức mình để kiểm soát tất cả => sợ mất kiểm soát => càng thêm sợ hãi.

Còn thương yêu sẽ làm cho nội tâm bình thản, sung túc, tốt đẹp => cảm thấy giá trị bản thân cao => không ỷ lại vào thế giới bên ngoài để được công nhận thân phận => chọn những việc mình yêu thích nhất => hưởng thụ quá trình, xem nhẹ kết quả => mỗi một bước đi đều có niềm vui của riêng nó => càng thêm yêu thương và thỏa mãn.

Hai điều trên chính là động lực ban sơ của hành vi loài người.

Nó có thể khơi dậy sự nhiệt tình, đánh thức sức sáng tạo, khiến cho ý chí của con người trở nên kiên định, gặp khó khăn sẽ dùng hết sức mình để tiếp tục kiên trì.

Vì vậy có người nói, trên đời này thường có hai dạng người có thể thắng:

Một là người bị dọa nạt nhiều, ví dụ như đứa con được cha cọt mẹ sói nuôi lớn.

Một là người được yêu nhiều, ví dụ như đứa con được gia đình vui tính nuôi lớn như Phó Viên Tuệ.

Từ kết quả mà xem, hình như không có gì khác nhau lắm.

Nhưng về mặt động cơ tâm lý, có sự khác nhau rất lớn.

Dạng đầu tiên, suy cho cùng là một dạng tự bức bách mình.

Dạng thứ hai, mới là tự khích lệ mình.

Chúng ta chắc hẳn đều từng gặp rất nhiều người như thế.

Trong công việc, dốc cạn sức mình, liên tục ngày đêm, thậm chí dành hết thời gian để trở nên xuất chúng, ưu tú.

Bạn có thể nói: Đây là một người theo chủ nghĩa hoàn hảo, mọi thứ đều muốn phải hoàn thiện và đẹp hết mức có thể, sống tỉ mỉ như một chiếc đồng hồ đang chạy.

Bạn cũng có thể nói: Đúng là nam thần mà, thấy được anh, chính là thấy được phương hướng.

Nhưng bạn không biết, anh ta cần phải đi khám bác sĩ tâm lý định kỳ.

Khởi nguồn cho câu chuyện đầy cảm hứng của anh ta, là nỗi sợ hãi sâu sắc.

Anh ta sợ thất bại, sợ sai sót, sợ lời nhận xét tiêu cực, sợ không được công nhận, sợ mất thể diện, sợ không còn ánh hào quang, sợ không còn danh tiếng...

Anh ta bị nỗi sợ thúc đẩy, cắn chặt răng, không ngừng nghỉ, tiếp tục cố gắng.

Thế nên, anh ta chỉ là một nô lệ của thành công - cố gắng không phải kết quả anh ta chủ động chọn, mà là sự ứng phó anh ta bị ép buộc - không thể tự làm chủ cuộc đời mình, chính là đời sống nô lệ.

Tôi có một người bạn, cũng là một người liều mạng làm việc.

Chữ ký trên WeChat của cậu ấy là: Hoặc là chiến thắng, hoặc là chết. Có chút hơi hướng được ăn cả, ngã về không.

Tất nhiên cậu ấy rất bạt mạng, rất cố gắng, làm việc rất cật lực. Tuổi tác không lớn, thành tựu, danh tiếng, vật chất điều đáng để những người đồng trang lứa phải ngưỡng mắt nhìn theo.

Nhìn theo hướng này, sợ hãi cũng không hẳn là không tốt.

Vâng, sợ hãi sẽ giúp sức cho sự nghiệp.

Nhưng, có một ngày, cậu ấy đột nhiên nhắn tin qua WeChat hỏi tôi: Chu Xung, có rảnh không?

Tôi nói: Nói đi!

Cậu ấy im lặng rất lâu, cuối cùng cũng hạ quyết tâm, nói với tôi: Hôm nay đến bệnh viện, chẩn đoán mình đã mắc bệnh trầm cảm...

Sau đó, cậu ấy lại nói về chuyện trong quá khứ.

Tuổi thơ của cậu ấy trôi qua trong những lời hù dọa của cha mẹ, 'Nếu con không thi được hạng nhất thì rút ra khỏi nhà ngay!' 'Nếu con không thi đậu trường đại học trọng điểm thì đời này của con không còn hi vọng gì nữa!', thế nên tính quan trọng của việc 'thi được hạng nhất', 'thi vào trường đại học trọng điểm' bị phóng đại đến vô cực.

Cậu ấy giống như Sisyphus vậy, đẩy một tảng đá khổng lồ, không ngừng trèo lên, không dám dừng lại, sợ mình sẽ bị nghiền nát.

Sự kiểm soát và ý nghĩa của cha mẹ trở thành sự kiểm soát và uy hiếp của cậu ấy đối với chính mình.

Cậu ấy luôn tự gây sức ép cho mình, tự hối thúc mình, tự bức bách mình, không ngừng ra sức, tinh thần kiệt quệ, dần dần, cậu không còn cảm nhận được tình yêu và hi vọng nữa.

'Mình cảm thấy đầy tuyệt vọng với thế giới.' Cậu ấy nói.

Nỗi sợ của cậu ấy biến thành suy nghĩ cưỡng ép, hơi vượt ngoài tầm kiểm soát là thấy lo lắng căng thẳng ngay, đến khi quá kịch liệt, cuối cùng cơ chế tâm lý phòng vệ cũng bắt đầu khởi động - trầm cảm đã nảy sinh.

Những hành vi bị nỗi sợ điều khiển, tất nhiên sẽ mang đến nỗi sợ lớn hơn;

Những hành vi được tình yêu dẫn dắt, mới mang đến tình yêu tự do hơn.

Nỗi sợ và tình yêu đều có quy luật hấp dẫn của riêng mình.

Bạn yêu cái gì, bạn càng thu hút cái đó; những gì bạn sợ hãi, cũng sẽ bị bạn thu hút.

Luôn là vậy, động cơ ẩn giấu ở nơi sâu nhất đã quyết định toàn bộ quá trình và kết quả của sự việc.

Lấy thêm một ví dụ khác.

Một cô gái muốn giảm cân, lúc bắt đầu cô cũng dùng các hình thức trị liệu dựa nạt truyền thống nhất.

Cô dán đầy những mảnh giấy trong nhà.

Hoặc là gầy, hoặc là chết.

Mày đã mập đến mức không có bạn bè rồi;

Mày mập như heo rồi, còn tiếp tục như thế, mày sẽ trở thành trò cười lớn nhất thiên hạ...

Tự bức bách mình còn nặng, tự nhiên sẽ nảy sinh tâm lý phòng vệ.

Cô gấp gáp muốn thoát khỏi cơn ác mộng này một cách nhanh, gọn, lẹ hơn.

Thế là cô chọn cách uống thuốc nhuận tràng, uống viên nang giảm cân, ăn kiêng, sau một tuần không thể chịu đựng được nữa, thả sức ăn một bữa lớn, thể trọng lại quay về mức ban đầu.

Sau đó, cô học được cách móc họng, nhưng cách này cũng không giúp cô gầy đi được, ngược lại biết được có thể ăn rồi nôn ra, sức ăn của cô lại càng mạnh hơn, thể trọng cũng chỉ duy trì mức ban đầu, không hề gầy đi, cơ thể lại suy sụp từng chút một.

Quá trình giảm cân thật sự, bắt đầu từ lúc cô xuất nhập trị liệu tâm lý.

Bác sĩ nói với cô rằng, cô rất tốt, hãy học cách ngừng ngược đãi và trừng phạt chính mình, hãy yêu bản thân, làm những việc thực sự khiến mình vui vẻ...

Cô bắt đầu suy ngẫm: Mình không phải kẻ thù của bản thân, mình là mẹ của chính mình, cũng là con của chính mình. Mình phải đối xử với bản thân như đối xử với người mình yêu nhất.

Sau đó, cô dùng một cách hoàn toàn mới để chung sống với bản thân.

Ăn no rồi sẽ không ăn nữa, vì ăn thêm nữa sẽ cảm thấy khó chịu, cô không muốn trừng phạt bản thân.

Cô dẫn mình ra khỏi nhà, đi tản bộ, dạo quanh những con phố sầm uất, đi xem phim và ca nhạc, hậu quả cơ thể của bản thân như một phần thưởng.

Cô dần dần cảm thấy sự nhẹ nhàng của cơ thể, nhẹ nhàng từ bên trong ra bên ngoài.

Tiếp sau đó, cô bắt đầu chạy bộ, không hề miễn cưỡng, muốn chạy thì chạy, cũng không quan tâm chạy bao xa... Nhưng liên tục một khoảng thời gian, cô đã cảm nhận được niềm vui của việc chạy bộ, cảm giác mồ hôi toát ra, mệt mỏi nhưng thoải mái đó, khiến cô cảm thấy rất sung sướng.

Và rồi, cô cứ ổn định tiếp tục chạy như thế...

Mang theo sức mạnh của tình yêu để làm việc, thành công luôn đến rất nhẹ nhàng.

Nửa năm sau, lần đầu tiên trong đời cô giảm được hơn 5 kg. Nhưng cô không dừng lại, khi màn đêm buông xuống cô đều ra khỏi nhà, chạy một đoạn.

Giảm cân cũng được, sự nghiệp cũng thế, quan hệ cũng vậy, động lực ban đầu dẫn dắt chúng ta đều như nhau: nỗi sợ và tình yêu.

Nhưng động lực ban đầu khác nhau sẽ dẫn đến kết cục khác nhau.

Nỗi sợ sẽ khiến bạn bị vây cứng trong 'cần cần cần', 'phải phải phải', 'không thể không', cảm thấy đau khổ không thôi.

Tình yêu sẽ để bạn cảm thấy cực kỳ vui vẻ trong 'tôi có thể', 'tôi lựa chọn', 'tôi thích', 'tôi hài lòng'.

Tất nhiên, nỗi sợ và tình yêu thường không có ranh giới tuyệt đối, chúng có thể cùng tồn tại, cũng có thể chuyển đổi cho nhau, không bao giờ biến mất vĩnh viễn.

Nên ứng phó thế nào đây?

1. Khi nỗi sợ đến, hãy lắng nghe âm thanh của nỗi sợ.

Nghe xem nỗi sợ đang nói gì.

Nó nói mình đang sợ. Sợ người khác, sợ chính mình, sợ hoàn cảnh.

Sau khi lắng nghe, hãy sửa đổi nó, hoặc lợi dụng nó, để quyền kiểm soát cuộc sống quay trở về trong tay bạn.

2. Chỉ có tình yêu mới mang lại niềm vui.

Tìm kiếm ở bên ngoài, cho dù có được bao nhiêu, nỗi sợ cũng sẽ không ngừng nghỉ, nó sẽ không ngừng thay đổi cách thức để xuất hiện trong cuộc sống của bạn.

Chỉ khi dời tiêu điểm quay trở vào nội tại, nhìn thấy chính mình, chính là tình yêu, chính là viên mãn, chính là từ bi, chúng ta mới có thể vui vẻ thật sự, đồng thời mãi sống trong tình yêu.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Chương 6: Nữ Siêu Nhân Có Được Thế Giới, Nữ Bệnh Nhân Có Được Tình Yêu (9)

Đến cuối cùng, người bạn yêu đều là người bằng lòng cùng bạn 'nói nhảm'

Khi tôi mới bắt đầu viết lách, có quen với một nhóm nhà thơ.

Một trong số đó đã hơn 40 tuổi, nhưng nội tâm dịu dàng, luôn thấy thế giới thật thuần khiết, thật đẹp, nhưng cũng mau nước mắt, giống như là thơ cô độc V.S.Naipaul viết trong 'B.Wordsworth' vậy, nhìn thấy một đóa hoa bìm biếc vừa chớm ở cũng sẽ rơi nước mắt.

'Nếu bạn là một nhà thơ chân chính, tất cả mọi chuyện đều có thể khiến bạn bật khóc.'

Anh ấy chính là người như vậy.

Tình cảm đến mức khiến người ta phát bực, rất nhiều người lớn bị cuộc sống tôi luyện thành mình đồng da sắt tim sỏi đá đều không thể hiểu được, thậm chí còn âm thầm cảm thấy khó chịu - 'Từ sáng đến tối đều nước mắt lưng tròng, đúng thật là...', 'Sao có thể lơ lửng trên mây thế nhỉ?', 'Nhà thơ, đúng là sinh vật mang giới tính thứ ba mà...'

Có lẽ anh ấy cũng đã từng nghe những lời chỉ trích và châm chọc này.

Sau này anh ấy học được cách tự châm chọc mình trước khi người khác châm chọc: Cái gọi là thơ ca, không gì khác ngoài nói nhảm.

Lại không cam lòng, do dự một lúc, thêm vào một câu nữa: Mỗi một câu nói nhảm, đều ngồi trên góc nhìn của thẩm phán.

Tôi quen biết anh ấy được một hai năm, nghe nói đã có người yêu. Đó là một cô gái xinh đẹp, làm giáo viên, cũng khá cuốn hút.

Khi nghe tin này, tôi cực kỳ nghi hoặc: Hả? Xét ngoại hình và thân phận, hai người họ có vẻ không có khả năng cho lắm mà...

Sau này trong nhóm bắt đầu lưu truyền một chuyện, khi nghe được, tôi đột nhiên hiểu ra.

Trong đêm, anh ấy ở miền quê không chớp mắt được, đột nhiên thấy mặt trăng to tròn lơ lửng trên bầu trời, ánh sáng bạc tỏa ra tứ phía, những ngôi sao thấp đến mức gần như chỉ cần vươn tay ra là có thể thu chúng vào lòng bàn tay.

Anh bỗng thấy buồn bã, hàng nghìn tiếng thở dài nhưng không một ai hay biết.

Nhưng anh rất muốn tìm một người, nói với đối phương rằng: 'Chớ phụ cảnh đẹp chốn nhân gian.'

Lục khắp danh bạ, chỉ có cô, người duy nhất không chê anh đường đột khi bị quấy rầy.

Anh gọi cuộc điện thoại qua và nói: 'Mặt trăng lớn quá...'

Cô khoác áo rời giường, kéo mở rèm cửa sổ, nhìn thành phố đầy bụi bặm, quả thật nhìn thấy một vàng trắng - vàng trắng sáng rõ, to lớn, đẹp dịu dàng vô cùng.

Cô cũng sửng sờ.

Hai người đều im lặng, giữa sự tĩnh lặng và đẹp đẽ ấy, có chút niềm vui thê lương, hơi tê tái, 'trời biết, đất biết, em biết, tôi biết'. Khoảnh khắc ấy, họ ở hai nơi, họ đứng trong bí mật tuyệt đẹp đấy, cảm thấy đang có gì đó từ từ thay đổi.

Sau đó nữa, từ ánh trăng, nói đến ngôi sao, đến chuyện mưa gió, tháng năm, núi sông, anh nói mình muốn làm một người nuôi ong, ở đâu có trăm hoa đua nở thì sẽ đến đó; cô nói mình muốn làm một người thu nhặt giấc mơ, đi vào bóng đêm trong mỗi người, dọn sạch giấc mơ rơi đầy đất, đem về phơi khô, treo lên tường.

Những lời nói nhằm nối tiếp nhau, nói mãi không dứt.

Cô không phê phán, anh không châm chọc, cô không cắt ngang, anh không kết luận.

Chỉ không ngừng nói, nói đến khi lòng ngập tràn niềm vui, ấm áp dâng lên. Cứ như thế, họ dần dần yêu nhau.

Sao có thể không cho được?

Nồng nhiệt như thế, gần gũi như thế.

Giống như đá và gỗ vậy, không ngừng ma sát với nhau rồi sẽ sinh ra lửa.

Mỹ có một bộ phim điện ảnh tên là 'Yêu trước lúc bình minh'.

Nói về một đôi nam nữ xa lạ, trên chuyến tàu lửa đến Vienna, hợp ý nhau nên hai người cứ giành nhau nói, trò chuyện rất vui vẻ.

Họ nói về những chuyện gì?

Những chuyện không có gì quan trọng, những tin tức chẳng có gì đáng nhắc.

Thế nhưng, chính nhờ những chủ đề vô nghĩa này, mà hai thỏi nam châm đã bị hút chặt vào nhau.

Hôm đó, họ đã trải qua trở vui vẻ nhất trong đời.

Sau khi bình minh ló rạng, họ chia tay nhau, xuất phát trên chuyến hành trình của riêng mình.

Song, kể từ khi ấy, anh đã viết nên câu chuyện cho nửa cuộc đời của cô.

Cô tìm anh chọn mười năm.

'Cuộc sống bí ẩn của ngôn từ' cũng có câu chuyện tương tự.

Javier bị thương ở mắt, ở lại trên biển để đợi chữa trị.

Julie Christie vô tình trở thành y tá cho anh.

Vì mắt bị thương nên Javier chưa từng thấy hình dáng của Julie. Nhưng nhờ những cuộc trò chuyện vu vơ trong những ngày ấy, nói về chuyện cổ tích, nói về chuyện quá khứ, nói về nỗi sợ và thương tổn của mỗi người, hết những lời nói nhảm này đến lời nói nhảm khác, thời gian dần trôi, họ yêu nhau từ lúc nào không hay.

Sau đó, Julie rời đi, trở về với thế giới của mình.

Khi Javier mở mắt ra, việc đầu tiên anh làm chính là đi khắp nửa vòng trái đất để tìm người đã trò chuyện cùng anh.

Chính những câu chuyện này khiến tôi nghĩ, đường vào trái tim của phụ nữ còn có lỗi tại;

Đường và trái tim của đàn ông, còn có lời nói.

Đến cuối cùng, người chúng ta yêu đều là người bằng lòng cùng chúng ta nói nhảm.

Tâm lý khi yêu đương, có thể trò chuyện, có thể nói nhảm, có thể nói ngày qua ngày không nghĩ, đồng nghĩa với việc có được hai nhân tố tích cực này:

1. Giá trị quan tương đồng:

Gặp được tri kỷ nhìn lời vẫn ít, nếu không hợp nhau nữa câu cũng nhiều.

Nói nhiều, đồng nghĩa với hợp nhau, anh tiếp cận quan điểm của tôi, tôi tiếp cận thái độ của anh. Như vậy, chi phí trong việc trao đổi ít, hiệu suất cao, khả năng phát sinh tình yêu sẽ tăng vọt.

2. Bằng lòng trò chuyện:

Trong tình yêu, đáng sợ nhất không phải là ích kỷ, không phải thương tổn, mà là từ chối trò chuyện.

Không trò chuyện, tình yêu sẽ bị phán tử hình.

Anh sống trong thế giới của anh, tôi sống trong thế giới của tôi, đôi bên trở thành hai thế giới song song, khó có điểm giao nhau.

Khi trò chuyện, có thể mượn cây cầu ngôn ngữ để tiến bước vào nội tâm đối phương. Sau đó, hình thành mối liên kết nội tại.

Mối liên kết hình thành, sự thân thiết cũng sẽ nảy sinh.

Trong 'Nghệ thuật cuộc sống', Chu Quân phỏng vấn Vương Chí Văn: 'Đã 40 tuổi, sao anh vẫn chưa kết hôn?'

'Vì tôi chưa gặp được người thích hợp.'

'Rốt cuộc anh muốn tìm cô gái như thế nào vậy?'

Vương Chí Văn ngẫm nghĩ rồi nói: 'Tôi muốn tìm một người có thể trò chuyện mọi lúc mọi nơi thôi.'

'Như vậy chẳng phải rất dễ dàng sao?'

'Không dễ. Chẳng hạn như nửa đêm anh chợt nghĩ đến gì đó, cậu gọi cho cô ấy, cô ấy sẽ nói: Đã mấy giờ rồi, buồn ngủ lắm, mai hãy nói đi., cậu sẽ mất hết hứng thú ngay lập tức, có những lời nói, có những lúc, có những người, cậu nghĩ nghĩ rồi lại không muốn nói nữa. Tìm được một người khi cậu muốn nói chuyện với cô ấy thì có thể nói ngay, không dễ dàng chút nào.'

Nửa đêm sẽ nghĩ đến điều gì, quá nửa không liên quan đến tiền bạc, danh lợi, quyền thế, chúng đa phần là những chuyện nhẹ nhàng vu vơ như ánh trăng của nhà thơ, hàng cây rợp bóng ở Praha, những nỗi sợ thời thơ ấu... Điều không đủ để nói với người ngoài, bạn chỉ nói với người thân thiết nhất, cùng nhau chậm chậm giết thời gian.

Thời gian đẹp nhất, đều là thời gian vô dụng nhất.

Cảm tình tốt nhất, đều được xây dựng trên những lời nói vô thường vô phạt.

Thế nên bạn sẽ phát hiện một hiện tượng trong cuộc sống.

Không yêu, sẽ ngày càng ít nói nhảm với nhau. Giao tiếp hàng ngày sẽ giản lược đến mức như một nhiệm vụ bắt buộc, khô khốc, lạnh cảm, giống như một bức tường đối với bức tường khác, một ngọn núi băng đối với ngọn núi băng khác.

Nếu yêu, ngay cả những chuyện nhỏ nhặt bình thường, bạn cũng có thể nói hàng nghìn hàng vạn lần cũng không thấy chán.

Nhà thơ được nhắc tới ở trên từng nói: 'Ba vạn câu nói nhảm chỉ phiến một, hai người.'

Phương Nhạc lại nói: 'Mười chuyện có tám, chín chuyện không như ý, người có thể chuyện trò chẳng được hai ba người.'

Cuối cùng, bạn sẽ nhận ra, một hai người 'chỉ phiến' đó, hai ba người 'có thể chuyện trò' đó, đều sẽ trở thành người quan trọng nhất của bạn. Nếu cùng giới tính, sẽ thành tri kỷ; nếu khác giới tính, đa phần sẽ thành người yêu.

TÔI THÍCH BẢN THÂN NỖ LỰC HƠN

Chu Xung
dtv-ebook.com

Tôi Thích Bản Thân Nỗ Lực Hơn

Cuốn sách này sẽ nói cho bạn biết những người cô độc làm thế nào để yêu, những người nghèo khó làm thế nào để giàu, những người mơ hồ làm thế nào để chọn lựa, những người mỗi một làm thế nào tiến bước về phía trước, những người mang trong lòng vết thương làm thế nào để hạnh phúc...

Chớ tin vào số mạng, phải tin vào chính mình!