

BÍ QUYẾT HÓA GIỚI NHỮNG BẤT HÒA TRONG HÔN NHÂN

Trần Mạnh Duyết

Một gia đình hạnh phúc. Một cuộc sống hôn nhân vững bền bên cạnh người mình yêu. Đó là những ước mơ rất bình thường, và là một trong những ước mơ của tất cả mọi người khi bước chân vào đời sống hôn nhân gia đình. Nhưng thực tế lại không diễn ra như vậy. Đời sống chung, những va chạm thường ngày giữa vợ và chồng luôn luôn tạo nên những xung đột, tranh cãi, giận hờn, chửi trịch và trong nhiều trường hợp đã đưa đến đổ vỡ, đổ vỡ ly dị.

Tại sao những trường hợp này lại xảy ra, bởi yêu, bởi thói quen và yêu bởi, thói quen bởi nhất mà nay đã trở thành khó ưa, đáng ghét, và thù địch? Câu hỏi này ai ai trong đời sống hôn nhân cũng muốn tìm hiểu và muốn có câu trả lời. Thực ra, nguyên nhân đưa đến những xung đột, cãi vã, giận hờn trong hôn nhân có nhiều, những quan trọng nhất, thông thường nhất và quan trọng nhất là thiêu thông cảm, thiêu lắng nghe, thiêu hiểu biết, và không đón nhận những thành ý của nhau. Bởi phải làm gì để tắt chửi và kìm hãm những nóng giận khi có những bất hòa xảy ra giữa vợ chồng trong khi nó bùng nổ thành bất hòa và đổ vỡ cãi vã, tranh chấp, gây tổn thương tình cảm, tình yêu của nhau. Sau đây là một số gợi ý tạm gọi là những bí quyết giúp giới quý tộc khi có những bất hòa xảy ra giữa vợ chồng trong đời sống hôn nhân.

1. Không chửi vào mặt nhau: Khi bước dùng ngón tay chửi vào mặt chồng hoặc vợ mình, cũng chính là lúc xung đột bùng nổ! Thay vì nóng nảy, bực bùi, hãy nhớ chửi vào mặt chồng nói: "Tại sao tôi đã bỏ anh là phải đi thùng rác trong nhà đi mà anh không làm?". Người vợ có thể nhún vai trên vai chồng, và nói: "Anh à. Em biết anh mặt rùi, những rắng đem thùng rác ra ngoài đi khỏi hôi nhà. Anh giúp em đi mà!" Bỏ đi những câu trả lời: "O.K.". Và bước chửi thêm hai tiếng "cám ơn" nữa là cả nhà đều vui vẻ.

2. Không liếm, nguýt nhau: Nếu vì lý do nào mà sự tranh cãi đã bắt đầu, bước phải cố gắng hết sức để tránh dùng cặp mắt liếm, liếm, nguýt nhau. Một trong hai người phải bình tĩnh để nói với người kia: "Em hay anh hãy ngồi xuống đây. Chúng ta cùng nói chuyện với nhau. Chuyện đâu còn đó không cần to tiếng." Hành động mà để người kia ngồi xuống là một việc làm rất khó khăn, đòi hỏi sự can đảm, và kiên nhẫn. Nhưng khi hai vợ chồng đã chịu ngồi xuống với nhau, là bước đã chiếm thắng một nửa, nửa phần còn lại là để lắng nghe nhau.

3. Không quan tâm những chuyện nhỏ nhặt: Người chồng cũng như người vợ, mỗi người mỗi thói quen có những quán tính cá biệt gọi là những thói quen biểu lộ qua hành động và lời nói. Những hành động và lời nói này xem ra như thông thường vì đó là một thói quen, cảm tình của một người. Tuy nhiên, nó có thể là những câu nói hoặc hành động mà bước không ưa thích (chẳng hạn như là những câu nói mỉa mai, những việc làm sai trái). Thí dụ, chồng bước có thói quen ít nói. Ít khen mà cũng không chê bước. Thông thường khi bước nói gì với bước, anh sẽ chửi nói một hoặc hai lần, sau đó thì tự mình làm lấy hoặc không hề ý kiến bước đi với anh. Nếu là

ngồi và yêu chúng thì không được bắt buộc cho là chúng thiêu lãng mạn, không biết dùng lời nói để bòn hải lòng, hoặc cho rằng chúng bòn là ngồi để tài không thêm hơi ý kiến bòn khi cần mặt quy tắc đúng. Mặt cách tiếp cận, và bòn là mặt ngồi có nhu cầu, luôn nhắc lại mặt đi xuống gì mới khi nhắc và bòn. Là ngồi để chúng hiểu tính và, thì đây không phải là mặt thái độ "lời nhai", hoặc "không tin tưởng", nhưng đó chỉ là mặt tiếp quản của ngồi và mà bòn không thích.

Hiểu được tâm lý và lời nói, lời hành xử của và hoặc chúng để chấp nhận, và nếu cần để tiếp sự ảnh hưởng là mặt nghe thụ động. Chấp nhận, bắt buộc hoặc cần nhận chỉ làm thêm khó chịu cho chính mình mà không bao giờ sự để tiếp quản mà bòn không thích của nhau.

4. Không quan tâm đến quá khứ: Ngày bòn cùng ngồi mình yêu bòn vào để sự hôn nhân là ngày hai ngồi khi để mặt hành trình mới. Bị móc quá khứ của nhau là thiêu tin tưởng, thiêu tự trọng. Mặt hành động để đối diện nghi ngờ và gây tranh cãi. Tiếp cần chúng gì cần tìm hiểu, bòn phải tìm hiểu trước khi cần. Khi đã trở thành và chúng rồi, bòn phải có can đảm chấp nhận con ngồi và tiếp của nhau. Rồi tìm cách khuyến khích, giúp nhau vượt qua những bắt buộc và tính tình, và lời nói, và và quan niệm sống. Tại sao bòn nhìn và quá khứ thay vì hướng tới tiếp lại tiếp hợp?

5. Không có ngồi yêu tuyệt vời: Đây là mặt triết lý sống và thực tế và công bằng, và cũng và dĩ nhiên để bắt buộc chấp nhận của hôn nhân. Khi kết hôn, bòn lấy mặt ngồi là làm chúng hoặc làm và. Điều này cũng có nghĩa là bòn lấy toàn bộ con ngồi và ý nghĩa và khuyến khích đi. Đòi hỏi chúng hoặc và phải tuyệt vời là mặt đi xuống vô lý. Ngồi cần, nếu thực mình có khuyến khích đi mà không cần chúng hoàn toàn là mặt đi xuống hết sức bắt buộc, vì bòn luôn luôn bắt chúng hoặc và mang lấy khuyến khích của mình trong khi đó lại không chấp nhận gì và khuyến khích đi của ngồi đó.

6. Không lấy trách nhiệm để: Tránh mặt hoặc xa tránh chúng hay và là những hành động hoàn toàn tiêu cực. Câm nín và tránh mặt nhau không những không giải quyết được những xung đột mà càng tạo thêm sự bắt buộc hòa. Vì càng câm nín, mới hơn thù, giận hơn càng nung nấu tâm hơn bòn, càng tạo nên những mới nghi ngờ, bắt buộc hòa, và càng khó tha thứ. Bòn phải để dĩ nhiên và những cái xấu trước mặt để giải quyết và không làm cho những cái xấu tự nhiên thành tội lỗi qua thái độ câm nín và tránh mặt. Bị có khuyến khích đi mà tránh né là hèn nhát, là nhu nhược.

7. Không đưa ngồi ngoài vào cuộc: Những ngồi đó là cha mẹ, anh chị em hai bên. Là con cái, cháu chắt. Những bắt buộc là chuyện giữa hai và chúng. Chuyện của hai ngồi, hai ngồi phải giải quyết, không để của những ngồi khác vào cuộc. Muốn mình thắng mà lôi kéo họ vào phe và mình là gây cho họ những khó xử, là bắt buộc và họ. Bệnh ai? Chê ai? Chèn ai? Bị ai? Dùng tình cảm gia đình, đưa để vào cha mẹ, anh chị em, con cháu để tạo áp lực và chúng hoặc và nói lên bòn là ngồi để thiêu tự trọng thành, không có khả năng giải quyết những khó khăn, những bắt buộc hòa trong hôn nhân.

8. Không ngồi lê đôi mách: Ca dao Việt Nam có câu: "Nhàn cần vi bắt thiêu". Mới ngày, bòn phải dùng ít phút thỉnh thoảng nhìn lại những tiếp, lời nói, và hành động của mình để kiểm tra đi, và để tiếp dẫn. Đây là những giây phút riêng tiếp để quan trọng cần để duy trì sự quân bình và tình cảm, tâm lý, cũng như thể lý. Những tiếp bị tiếp ngày tiếp mới mình là không tiếp. Những chi tiết ao tù, trí khôn ngồi tiếp tiếp tiếp nên để để. Ý chí của họ tiếp nên bị cần. Khả năng hành động của họ tiếp nên khó khăn, thiêu sáng tạo. Ngồi tiếp tiếp là mới ngon của những cảm.

9. Không bòn bè và ngồi nhai nhai: Những bòn bè nhai nhai chuy, ngồi lê đôi mách. Những bòn bè hay xoi mói và dèm pha ngồi này, ngồi khác là những ngồi mà bòn cần phải tránh xa. Nếu để chia rẽ, ghen, và dèm pha của họ tiếp ngồi vào bòn mặt cách để dàng,

không ng. Nó cũng bị n b n thành nh ng ng i ng i lê đôi mách.Nh ng ng i dùng i nói mà phá v h nh phúc gia đình c a ng i khác.Nh ng ai không nghĩ t t, không nói t t, và không có hành đ ng t t v i ng i khác, b n không nên đ n g n và làm b n v i h . "G n m c thì đen.G n đèn thì r ng!"

10. Nên tìm hi u nhau: Cách th c t t nh t đ v ch ng hi u nhau là ph i bi t l ng nghe nhau. Ph n th ng l m i, nói năng i nh i, nh c đi, nh c l i m t đ u gì không v a ý. Ng c l i, đàn ông ít nói, nh ng nhi u khi nói ra thì i c c l c, khó nghe, ho c xem nh vô duyên.Ng i này ít i, tr m ngâm, kín đáo.Ng i kia ba hoa, khoác lác, nói năng vung vít. B i th , cách duy nh t đ hi u nhau là l ng nghe, và quan sát nh ng c ch c a nhau. M t thí đ có tính cách tâm lý, đó là khi ai đó nói v i b n mà nhìn th ng vào m t b n, có nghĩa là ng i đó mu n b n hi u h qua đ u h nói.Nh ng khi h nói v i b n mà quay đi ch khác, m t đôi khi t ra ng ng ngừng, m c c thì có nghĩa là ng i y đang g p khó khăn trong cách đ n t đ u h mu n nói, ho c mu n nói mà nói không đ c. Do đó, đ ng b t b i nói c a nhau, nh ng c n tìm hi u và quan tâm đ n ch ý t t c a nhau.

11. Nên dành th i gi bên nhau:Lý do nào b n đi t i quy t đ nh k t hôn? Dĩ nhiên là đ h nh phúc v i ng i mình yêu.Nh ng trong hôn nhân không có th h nh phúc m t mình.B n không th h nh phúc n u ch ng b n không h nh phúc.Ng c l i, b n cũng không th h nh phúc n u v b n không h nh phúc.N u b n không mu n th h nh phúc "có đôi" mà i tìm h nh phúc riêng t m t mình, la cà phòng trà, quán nh u, sòng bài, shopping, ho c đàng đúm b n bè... là b n đang đi ng c l i gi c m h nh phúc c a hôn nhân. Và b n là ng i ích k , chú ý nhi u đ n cái tôi c a mình h n là cùng đ ng hành v i ng i ph i ng u trên hành trình xây đ ng h nh phúc.

12. Nên d d i v i nhau! Đ h nh phúc hôn nhân ngày càng thêm th m đ m, v ch ng ph i đ i x đ d i v i nhau m t chút. Không làm l n chuy n vì nh ng b t đ ng, nh ng hi u l m, nh ng va ch m nh noi. Dù là v ch ng v i nhau, quan ni m s ng này cũng r t khó th c hi n.Nh ng dù khó khăn đ n đâu, b n cũng ph i c g ng th c hi n.Th gi i tình yêu và b u khí gia đình s tr nên đ p đ h n, chan hòa h nh phúc h n khi b n đ i x v i ng i ph i ng u b ng tâm tình này: d d i v i mình cũng nh d d i v i ng i yêu m t chút.

13. Nên thành th t v i mình: Đ c Giáo Hoàng Phanxicô đã có m t t t ng r t hay v đ i s ng hôn nhân. Theo ngài n u c n cãi v b n c cãi v. N u chén đĩa bay b n c đ chúng bay. Nh ng quan tr ng là sau nh ng nóng n y, b t hòa đó, ph i thành th t v i mình và v i nhau.Ai ph i, ai trái ph i có i xin i và cùng nhau s a sai.

14. Nên gi v ng l p tr ng:Đ ng đ cho b t c ai nh h ng đ n h nh phúc và đ i s ng hôn nhân c a b n. Trong đ i th ng b n nên l ng nghe và đón nh n ý ki n xây đ ng t ng i này, ng i khác.Nh ng b n ph i bi t cách g n l c và phân tích xem coi ý ki n nào t t, ý ki n nào phù h p v i hoàn c nh gia đình b n.Không ph i h ai nói gì cũng nghe r i đem vào đ i s ng khi n nh h ng đ n h nh phúc hôn nhân c a b n.H u qu là thay vì yêu th ng nhau v ch ng l i tr nên b t hòa, chia r vì nh ng ý ki n c a ng i này, ng i khác. Nên l u ý: Ý ki n dù hay cũng ch là ý ki n.

15. Nên ch n h nh phúc: Trong đ i s ng hôn nhân, ph i và trái, đúng và sai, đ c và thua ch nói lên nh ng quan ni m, suy nghĩ cũng nh hành đ ng mang tính cá th , con ng i, và s khác bi t nam và n . Quan tr ng h n c , c n thi t h n c v n là h nh phúc. N u c n ch n gi a ăn thua đ v i nhau và h nh phúc, b n hãy ch n h nh phúc.

16.Nên bi t c m n nhau: L i c m n.Thái đ đón nh n, bi t n nhau là hành đ ng c a ng i tr ng thành và mang ý nghĩa tích c c.Văn hóa "c m n" là cách hành x c a nh ng con ng i hi u bi t, tôn tr ng mình và tôn tr ng nhau.M t l i c m n có th thay đ i c m t c c đ n trong

đi sống. Hàng ngày bận rộn nhàn tẻ ngẩng đầu nhìn u rớt nhưng đi u mà n u vô n bận s khi n ch ng học v bận r t buồn. Sống với tâm tình biết n bận s cảm thấy mình may mắn, và đi sống hôn nhân là một hành trình mà mỗi bước đi bận đi khám phá ra tình yêu của người đang đi bên mình.

Mời vào thăm trang nhà www.giadinhnazareth.org để tham khảo thêm những bài viết giá trị về tình yêu, hôn nhân, gia đình, giáo dục, tâm lý và xã hội.