



# Những Thách Thức Của Sự Trung Thành

## Trung Đời Sống Hôn Nhân

Trần Mỹ Duyệt

Ngày 1 tháng 6 vừa qua, hầu như tất cả mọi phương tiện truyền thông như truyền thanh, truyền hình, Internet, và báo chí đều phát thanh, phát hình, và đăng tải một tin mà ảnh hưởng của nó đến rất nhiều người và mang một ý nghĩa hết sức quan trọng. Tin Ông Al và Bà Tipper Gore quyết định chia tay.

Nhiều lời bình luận, và nhiều bán tán xôn xao về tin này. Nhưng câu hỏi mà các nhà bình luận vẫn không có câu trả lời thỏa đáng, đó là câu hỏi tại sao?

Tại sao một cuộc tình đầu, hai người yêu nhau hồi còn cấp sách đến trường, đến nay sau 40 năm chung sống với 4 người con lại có kết thúc như vậy.

Tại sao một cặp vợ chồng mà người chồng đã từng là Phó Tổng Thống, ứng viên tranh chức tổng thống, và đoạt giải Nobel Hòa Bình, mà vẫn không có đủ yếu tố để giữ cho đến chết mối tình và hạnh phúc hôn nhân của mình.

Và tại sao trong những năm sóng gió của 8 năm Phó Tổng Thống, của những ngày tháng tranh cử chức tổng thống, cũng như suốt 40 năm qua đã không làm hạnh phúc họ phải tan vỡ, mà phải chờ đến giờ này.

Thật ra, những sóng gió cuộc đời thì cặp vợ chồng nào cũng có. Những sóng gió, thử thách này không miễn trừ

cho bất cứ ai dù người ấy là phó tổng thống, phu nhân phó tổng thống. Ứng viên tổng thống, phu nhân ứng viên tổng thống. Hay người đoạt giải Nobel Hòa Bình hoặc phu nhân. Và dĩ nhiên, yếu tố tài chánh cũng không phải là câu trả lời. Ai cũng biết rằng tuy không giàu nhất thế giới, nhưng cặp vợ chồng này chắc chắn không phải là những người nghèo khó mà tiền bạc có thể làm họ mất hạnh phúc. Nhưng điểm chính ở đây, theo Terry Real, một nhà trị liệu đời sống hôn nhân gia đình đã trả lời cuộc phỏng vấn trên chương trình “Good Morning America” là: “Tôi nghĩ rằng ý chính của câu chuyện này... đó là không ai biết được cái bên trong của một cuộc hôn nhân”. Hay nói theo người Việt Nam, thì: “Ở trong chăn mới biết chăn có rận”.

Thực ra, truyện tình đở vỡ của Ông Bà Gore không phải là một truyện tình duy nhất, và tính chất thời gian 40 năm chung sống cũng không phải là con số cao nhất. Nhưng đầu sao, đó cũng là một truyện tình khiến chúng ta phải suy nghĩ, vì nó tượng trưng cho trường hợp hiếm quý và mức độ thất bại ít, không như những trường hợp bình thường và dễ dãi mà chúng ta gặp phải trong đời thường của phần đông những người không có những điều kiện như họ.

Vậy cái “bên trong” hay những “con rận” thường gặm nhấm, gây khó chịu và dẫn đến đở vỡ cho nhiều cuộc hôn nhân là gì?

## Những mâu thuẫn nhỏ nhoi.

Bước đầu đời sống hôn nhân lúc mà tình yêu còn nồng nàn, tha thiết với sức cuốn hút khiến con tim trở nên “mù lòa”, thì không mấy ai nghĩ đến những bất hòa, những mâu thuẫn nhỏ nhoi sẽ có ngày làm cho hạnh phúc của mình trở thành tan vỡ. Nhưng đây lại là một thực tế trong cuộc sống, nhất là cuộc sống hôn nhân. Và điều này xảy ra không phải là do những chuyện to lớn, mà là những chuyện rất nhỏ bé và tầm thường. Ví dụ, hôm nay chúng ta sẽ ăn gì trong bữa cơm chiều? Hôm nay mình nên đi đâu chơi? Hoặc tuần tới là ngày sinh nhật của con trai đầu lòng, mình cần làm gì?... Và chỉ cần những cái nhỏ nhỏ ấy thôi, nhưng nếu đem hai hoặc ba cái đầu lại mà chọn lựa, mà suy nghĩ, và quyết định là lập tức có những mâu thuẫn và bất đồng. Đôi khi những mâu thuẫn này không chỉ đến từ một người, chồng hoặc vợ, mà nhiều khi từ cả hai phía.

Thật ra, mâu thuẫn được coi như cần thiết trong tương quan vợ chồng và cả sinh hoạt gia đình nữa. Nếu nhìn nó ở một góc độ tích cực, sẽ thấy nó như một yếu tố giúp vợ chồng hiểu nhau hơn, và tạo nên những trao đổi cần thiết trong cuộc sống hôn nhân. Vì không nhất thiết hề điều gì tôi nghĩ, tôi muốn đều là tốt, đều phải được lắng nghe, tôn trọng và thi hành. Hoặc, nếu không đồng quan điểm với tôi là kẻ thù hoặc không còn yêu tôi nữa. Do đó, thoát nhìn, mâu thuẫn có thể làm cho vợ chồng khó chịu đứng về phía chủ quan, nhưng khách quan và công bằng hơn, mâu thuẫn nếu được giải đáp một cách hợp tình, hợp lý, nó càng khiến vợ chồng hiểu và yêu nhau hơn. Những chuyện thông thường vẫn được xem như đề tài đưa đến nhiều mâu thuẫn mà vợ chồng thường ngày vẫn luôn gặp phải, đó là vấn đề tiền bạc. Cách thức làm giàu, cách thức tiêu tiền. Chính trị, việc chọn và ủng hộ ứng viên này, ứng viên khác. Việc quan niệm khác nhau về những lãnh vực niềm tin, tôn giáo. Việc chọn nghề nghiệp, công ăn việc làm. Quan niệm và nhu cầu về tình dục. Việc sinh sản, nuôi dưỡng, và giáo dục con cái...

Vì thế, nếu cặp vợ chồng nào ấu trĩ mà nghĩ rằng sau khi cưới nhau về rồi thì chồng tôi, vợ tôi sẽ hiểu tôi hơn, và sẽ theo ý tôi hơn thì chắc chắn cuộc sống hôn nhân của họ sẽ gặp nhiều sóng gió và thử thách. Và nếu đã không chuẩn bị để đối phó với những mâu thuẫn vẫn thường có trong cuộc sống, dù là cuộc sống lứa đôi. Và đặc biệt hơn nữa, nếu họ không tập quen với lối sống chấp nhận và tích cực hóa những mâu thuẫn trong cuộc sống, mà để bộc lộ nó ra bằng những cảm tình nóng nảy, bùng bột thì càng làm cho đời sống hôn nhân gặp nhiều sóng gió và thử thách hơn.

## Thái độ và lối sống nhằm chán

Trong tác phẩm Duy Trì và Phát Triển Đời Sống Hôn Nhân, tôi đã đưa ra một nhận định cho rằng hôn nhân là một bông hoa hiếm quý, cần được vun tưới, và giữ gìn cẩn thận. Và hạnh phúc hôn nhân không phải là kết quả tất yếu của việc hai người cưới nhau. Nhưng hôn nhân và hạnh phúc hôn nhân còn cần phải được bao bọc, duy trì, và chăm sóc một cách hết sức cẩn thận.

Nhưng để biết được mình phải làm gì để duy trì và phát triển tình yêu ấy? Đòi hỏi vợ chồng phải học hỏi, phải tìm hiểu và nếu cần phải có những giúp đỡ chuyên môn của những chuyên gia trong lãnh vực này. “Vô tri bất mộ”. Nếu không biết tình yêu đẹp như thế nào, hấp dẫn và cao quý như thế nào thì làm sao ta có thể trân quý nó. Nếu không học hỏi để biết mình phải là gì để trân quý nó, thì làm sao có thể giữ được nó. Và đó là điều mà nhiều cặp vợ chồng sau một thời gian sống với nhau, thay vì yêu nhau hơn lại đâm ra nhằm chán để rồi đi đến đổ vỡ hạnh phúc.

Ted Huston, giáo sư về giao tiếp con người và tâm lý học tại Đại Học Texas ở Austin đã trả lời nguyệt san Tâm Lý Học Ngày Nay (Psychological Today) rằng trong dự án PAIR Project của ông cho thấy là “làm mất những chuẩn mực căn bản của tình yêu và sự tương kính nhau là dấu hiệu thảm liệt của căng thẳng và ly dị hơn là sự mâu thuẫn... Cách chính là cần giải quyết sự mâu thuẫn, nhưng nó nên chú tâm vào việc duy trì những cảm tình tích cực. Đó là một bài học nằm lòng rất quan trọng.”

Tâm lý hôn nhân người Việt Nam cũng có câu: “Tương kính như tân”. Đây là thái độ cần thiết phải có trong mối tương quan vợ chồng. Phải coi trọng nhau như lúc còn mới. Nhưng làm sao để có được tâm tình này thì cả hai và mỗi người phải biết mỗi ngày khám phá ra cái vẻ đẹp của “cái thớ ban đầu lưu luyến ấy”, và phải tìm hiểu, học hỏi, để có những nghệ thuật khai phá ấy.

- Phải biết nũng nịu một chút.
- Phải biết làm dáng một chút.
- Phải biết ghen một chút.
- Phải biết lãng mạn, tình tứ một chút.
- Phải có thời giờ cho nhau.
- Phải có những bất ngờ cho nhau.
- Phải có những giây phút riêng tư cho nhau.

Đó là những cái mà vợ chồng có thể dùng để làm “nóng”, làm mới lại hành trình hôn nhân và hạnh phúc hôn nhân của mình. Trong văn phòng tôi, khi hỏi một

người đàn ông về những sở thích riêng tư của vợ mình, đa số đàn ông con trai thường trả lời: “Cái gì mà bà ấy không thích!”. Tôi cho đây là một câu trả lời thiếu “yêu thương” nhất. Sống với tâm tình và thái độ ấy thử hỏi làm sao đời sống hôn nhân không nhàm chán.

Tóm lại, trong vùng trời ký ức và kỷ niệm của người chồng, người vợ luôn phải có những hình ảnh đẹp, những nụ cười rạng rỡ, và những giây phút nồng ấm bên người mình yêu. Như vậy đời sống hôn nhân chúng ta sẽ không còn nhàm chán.

### Thiếu quyết tâm

Trong buổi sinh hoạt ngoài trời mừng Ngày Hiền Phụ 20 tháng 6 vừa qua, khi đề cập đến vai trò và bổn phận của người chồng, người cha trong gia đình, diễn giả Nguyễn Trọng Thiệt đã để lại một hình ảnh đẹp về thái độ sống trong đời sống hôn nhân khi kể lại một câu chuyện về một cuộc tình với 50 năm hôn nhân hạnh phúc. Bí quyết hạnh phúc ấy, theo người chồng là:

- “Mình chỉ nên quyết định những chuyện lớn lao trong gia đình. Còn lại hãy để cho vợ quyết định những chuyện nhỏ.” Nhưng rồi vẫn theo người chồng hạnh phúc ấy: “Sau 50 năm chung sống, ông chẳng thấy có chuyện gì lớn trong gia đình mà cần ông phải giải quyết cả”!

Chuyện lớn, chuyện nhỏ. Chuyện quan trọng và chuyện không quan trọng. Trong đời sống hôn nhân, những liên quan đến hai người, đến con cái không có gì là nhỏ và cũng không có gì là lớn cả. Tất cả đều có những giá trị riêng của nó. Và giá trị ấy được định giá bằng tình yêu, và những hy sinh mà mọi người dành cho nhau và vì nhau. Nhưng chắc một điều, nếu biết giải quyết những xung đột, những hiểu lầm, những cãi vã, những khó chịu và bất hòa nho nhỏ giữa hai vợ chồng, thì sẽ không có gì lớn lao và trầm trọng để giải quyết như người chồng sau 50 năm sống chung hạnh phúc trên.

Chẳng có gì “quan trọng”, trong 50 năm sống với nhau, tuy chỉ là một câu nói bóng gió vui tươi và dí dỏm, nhưng không ai lại hiểu một cách đơn sơ rằng thực tế đã chẳng có chuyện gì đáng nói, đáng bàn, và đáng suy nghĩ xảy ra cả. Chỉ có những ai đơn sơ tếu, hoặc vô tư đến mức vô trách nhiệm mới nghĩ như vậy.

Do đó, tuy vai trò làm chồng, với những trách nhiệm và bổn phận là người phải có những quyết định tối hậu, nhưng việc cộng tác và tham khảo ý kiến, nhất là đồng thuận giữa vợ chồng là yếu tố quan trọng trong việc

giải quyết mọi vấn đề trong gia đình. Điều đáng nói là thái độ vô trách nhiệm và buông xuôi của người cha và người chồng. Và điều đáng trách là thái độ và lối sống lẩn lớt, thiếu hỗ trợ và cộng tác của người vợ.

Có bao giờ bạn đặt mình vào vai trò người chồng hay người vợ của mình để tự hỏi: “Làm sao mà anh ấy có thể suốt ngày với những công việc cực nhọc như thế được?” Hoặc: “Làm sao vợ tôi có thể suốt ngày với những đứa con bệnh hoạn, nghịch phá kia mà lại còn giờ để cơm nước, giặt giũ quần áo và nhà cửa tươm tất được?”

Những câu hỏi như thế và những thắc mắc như vậy sẽ giúp tầm nhìn của người chồng hay người vợ hiểu hơn về những nhu cầu, những khó khăn, và vất vả của nhau. Và nó sẽ đem đến cái nhìn thông cảm, yêu thương và chấp nhận nhau hơn.

Trong tâm lý giáo dục, người ta nghĩ ra cả trăm lời khuyến khích và khen thưởng để giúp các em nhỏ học hành và ngoan ngoãn. Nhưng trong đời thường khi người ta lớn khôn thì những lời khen thưởng ấy từ từ biến mất, để rồi chỉ nghe thấy những gì là trách nhiệm, bổn phận, những gì phải làm, phải làm như thế nào mà ít có những lời khen thưởng hoặc khích lệ.

Trong tình trường, những lời nói làm vui lòng nhau lúc ban đầu cũng từ từ biến mất để nhường chỗ cho những lời cay đắng, xỉa xói, mát mẻ nhau. Và người ta cho rằng làm thế sẽ đạt mục đích, hoặc ít nhất cũng thỏa mãn cái tôi của mình. Tuy nhiên, thái độ thiếu trân quý và thiếu tế nhị ấy chỉ làm xoi mòn tình cảm và tình yêu

### Kết luận:

Đời sống hôn nhân là một hành trình hạnh phúc. Nhưng là một hành trình đầy gian khổ. Hạnh phúc của nó phải mua bằng tình yêu chung thủy. Để sống bền chặt với nhau, vợ chồng phải chấp nhận đối diện và giải quyết trong tương quan và hành động thường ngày:

*Những mâu thuẫn nhỏ nhoi.*

*Thái độ và lối sống nhàm chán.*

*Thiếu quyết tâm.*

Đó là những san hô ngầm có thể làm vỡ và đắm chìm con thuyền hạnh phúc của nhiều người. Hay nói theo Terry Real thì đó là cái “bên trong” của hôn nhân, hoặc theo văn chương bình dân Việt Nam chính là “những con rắn” mà chỉ có mình ta mới biết.

**Trần Mỹ Duyệt**