

TRÀ ĐÀM: KHOẢNG CÁCH GIỮA CÁC THẾ HỆ - MÂU THUẤN VÀ CÁCH CHUYỂN HÓA

Câu chuyện giữa Trong Suốt và Mẹ

Bác Nhị: *Lúc đó mẹ nghĩ: Sao con không đi theo con đường của bố. Con đi theo con đường của bố có phải tốt không. Còn kinh doanh thì nhà mình chưa có ai làm kinh doanh cả, chưa biết là nó sẽ như thế nào. Con đường của bố là một nhà khoa học thì quá tốt rồi. Tại sao con không đi theo con đường ấy?*

Trong Suốt: Thế mẹ có còn nhớ được là hồi đấy con phản ứng với nhà mình thế nào không, với gia đình mình thế nào không? Hay là con rất ngoan ngoãn nghe theo lời ba mẹ?

Bác Nhị: *Con không ngoan ngoãn. Nếu mà ngoan ngoãn nghe theo lời ba mẹ thì sẽ không có cái gì bức xúc nữa.*

Trong Suốt: Thế lúc đó con phản ứng thế nào mẹ có nhớ không?

Bác Nhị: *Con phản ứng hình như là.. con bảo là ba mẹ nói nhiều, con không chịu được nữa. Có những lúc con nói thế. Con bảo là: “Cứ để con làm theo ý của con, ba mẹ nói nhiều quá con không chịu được nữa.” Những lúc như vậy mẹ cảm thấy là mình bất lực. Bố mẹ cùng thấy bất lực.*

Trong Suốt: Chuyện đấy kinh khủng quá đúng không ạ? Đối với một đứa con mà hay nghe lời từ bé đến lớn thì mỗi lần như vậy là cực kỳ kinh khủng. Chả thèm nghe bố mẹ nữa. Ở đây có thể có một số những Người chưa biết, thì để mình kể câu chuyện.

Câu chuyện là mình là học sinh tương đối giỏi từ bé đến lớn. Mình học chuyên Toán từ bé, xong rồi cấp 3 mình được một số những giải nhất nhì cuộc thi Quốc gia. Lúc học đại học thì mình tốt nghiệp thủ khoa loại xuất sắc. Mình học rất tốt. Bố mình thì là một giáo sư lịch sử của trường Nhân văn, còn mẹ mình là cán bộ nhà nước. Đây, mẹ mình ngồi đây. Cả nhà mình đình ninh là thằng này lớn lên nó sẽ đi theo con đường khoa học, vì nó học giỏi mà...

Bác Nhị: *Lúc đấy không những nhà mình, mà cả anh em và các bác...*

Trong Suốt: Toàn bộ mọi người, kể cả Thầy của mình luôn, tất cả các Thầy rất kỳ vọng vì mình thuộc loại học giỏi nhất trường

Bác Nhị: *Rồi còn bạn bè của ba mẹ, rồi các bác, tất cả mọi người...*

Trong Suốt: Đó, cả các bác và bạn bè không ai nghĩ là mình sẽ làm gì ngoài đi làm khoa học, chắc là sẽ làm tiến sỹ. Thì đúng lúc mình tốt nghiệp thủ khoa, mình có học bổng làm tiến sỹ thật. Thế thì lúc đấy mới có một quyết định là gì, mình không làm tiến sỹ nữa vì mình đang

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

thích làm một trang web trên mạng và mình quyết định ở nhà làm kinh doanh vì phải nuôi trang web đấy, phát triển nó mà.

Đó là năm 2001. Thời điểm 2001 thì doanh nhân chưa được coi trọng như bây giờ đâu. Họ nhìn doanh nhân vẫn chỉ là những ông đi buôn. Ở đây có ai trải qua sẽ biết. Bây giờ mới thấy khoảng năm 2007 bắt đầu người ta mới thấy doanh nghiệp là quan trọng. Hồi đấy doanh nghiệp chỉ là hạng 2 thôi, ông trí thức mới là quan trọng, doanh nghiệp chỉ là đi buôn. Và mình quyết định bỏ một con đường cao đẹp, con đường làm nhà khoa học. Và quyết định con đường đi kinh doanh là con đường làm nhà buôn, con buôn đấy. Hồi đấy thì cả nhà mình phản đối, họ hàng, nhất là bố mẹ.

Nên ở đây mẹ mình nhớ rất là rõ. Con thì không nhớ như thế đâu- nói với bác Nhị- *Con chỉ nhớ duy nhất là gì, về nhà ấy, bây giờ mình có thói quen là ăn nhanh gấp đôi, gấp ba người khác. Vì sao, vì hồi đấy mình về nhà, khi mình biết là ngồi ăn cơm ấy, thì bố mẹ mình sẽ đem chuyện đấy ra nói. Và không có cách nào có thể đối diện cả nên tập một cách là ăn cực nhanh, nên bây giờ mình đi ăn chung với ai thì người đấy rất thiệt vì mình ăn nhanh hơn người ta rất nhiều. Ăn rất nhiều mà ăn nhanh. Thế là mình ngồi ăn xoẹt xoẹt xoẹt, xong cả nhà chưa kịp nói câu gì cả, mình lên trên phòng rồi, thế là xong. Đấy, nhưng con không nhớ là con nói con không chịu được nữa.*

Nhưng cảm giác đúng là không chịu được nữa thật. Mà hồi đấy không biết chứng minh bằng cách nào cả. Vì về mặt lý luận mà nói thì mình sẽ thua vì mình chẳng làm cái gì thành công, mình chưa có gì thành công. Kinh doanh thì đúng là không thể vì đúng là hồi đấy thì không thể so với một nhà khoa học. Tiền bạc thì vì mình là con nhà bố mẹ toàn là nhà giáo với cả nhà nước thì làm sao mình biết kiếm tiền được, biết kinh doanh được. Rất là hiền lành, tử tế.

Nghĩa là về lý luận mình không biết cách nào có thể thắng bố mẹ cả nhưng lúc đấy chỉ có đơn giản là mình đi theo cái niềm ham mê của mình thôi. Say mê mà mình tin rằng nó là một cái có giá trị, còn mình không chứng minh được. Thời gian đó kéo dài khoảng hơn một năm, sau đó thì dần dần mọi chuyện mình làm nó tốt dần lên, rồi mọi người cũng bắt đầu thông cảm hơn.

Nhưng nó để lại cho mình một cái dấu ấn đến bây giờ mình vẫn không quên được, dấu ấn rất sâu sắc luôn. Một năm đấy là dấu ấn rất mạnh mẽ. Vì từ bé đến lớn mình với bố mẹ, nói chung là chưa bao giờ có mâu thuẫn nào đủ to cả. Mình rất là ngoan ngoãn, nghe lời v.vv.. mà đấy là một vết rạn nứt rất là lớn.

Ở đây chắc là có những bạn có những câu chuyện tương tự, thậm chí là có những câu chuyện chưa giải quyết xong, đúng không ạ? *Hồi đấy là năm 2001, mình chưa đi vào con đường thực hành các phương pháp thiền v.v... nên là mình không có cách nào khác, cách duy nhất là cắn răng chịu đựng thôi. Cắn răng chịu đựng cho đến lúc nào mình có kết quả thì thôi.*

Giả sử hồi đấy mình thất bại thôi nhé, thì chắc là bây giờ.. chắc vẫn là cắn răng chịu đựng. May mà mình cũng có một số kết quả nên là bố mẹ mình cũng công nhận, thừa nhận.

Liệu rằng cắn răng chịu đựng có phải là cách tốt nhất hay không? sau này khi mình thực tập mình mới biết nhiều cách khác hay hơn! Hy vọng là sau buổi ngày hôm nay nếu

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

như có bạn nào đang cần rặng chịu đựng ý thì bắt đầu thử xem là có một giải pháp khác hay không. Nhưng kể câu chuyện của em nhỉ?

Câu chuyện của Nhung

Chị Nhung: *Chuyện của em có nhiều quá không biết bắt đầu từ đâu! Nhưng chuyện gay cán và khủng hoảng nhất thì mình nghĩ là từ khi mình bắt đầu đi học nước ngoài. Tất nhiên là kể từ trước đấy mình đã luôn lựa chọn con đường của riêng mình và luôn trái với lời bố mẹ thì mình. Ví dụ như mình cũng giống Trong Suốt, mình cũng học một trường là trường Đại học Ngoại thương, mình ra trường bố mẹ kỳ vọng mình rất nhiều là mình sẽ đi làm ở một cái chỗ nào đó mà nó có thể đúng với ngành nghề của mình để mình có thể kiếm được thật nhiều tiền - giống như công việc của các bạn mình đã làm. Lúc đó thì một là nghề kinh doanh xuất nhập khẩu, hai là ngân hàng để mình kiếm được nhiều tiền.*

Nhung mà mình thì đã lựa chọn khác và đây là sếp cũ của mình (Trong Suốt). Mình đi theo một công ty rất là trẻ, cũng chưa biết tương lai ra làm sao. Cũng giống như Trong Suốt nói, hồi đó những công ty trẻ như thế thì đúng là không có ai thừa nhận trong xã hội. Mặc dù mẹ mình là một người kinh doanh rất là giỏi nhưng cũng không khuyến khích mình trong con đường mà mình đi theo. Mà mình lại làm việc trong một cái ngành hoàn toàn không phải chuyên ngành của mình, đó là ngành công nghệ thông tin.

Mình làm hoàn toàn trái ngành nghề. Như vậy là mình làm kinh doanh trong một cái lĩnh vực như vậy, một công ty rất trẻ mà công ty lại còn đi xuống, không đi lên. Lúc đó thì bố mẹ mình bảo là ra ngay khỏi công ty đấy để đi làm cái khác nhưng mình vẫn nhất định là mình bám trụ đến cùng. Và kết cục là mình có một học bổng để đi nước ngoài. Mình thì mình vẫn nhớ là như vậy, khi trở về mình nghĩ là mình càng trở nên khác biệt hơn... vì suy nghĩ, tư duy của mình đã khác biệt hơn trước.

Khi trở về nước mình thấy cái suy nghĩ và tư duy của mình gần như là khác hoàn toàn so với bạn bè và xã hội. Mình tách ra khỏi hoàn toàn. Mình không hòa nhập được với thế giới bạn của mình nữa, không ai hiểu mình và lúc đấy là lúc mình cảm giác thấy mình cần bầu vú nhất vào bố mẹ.

Tại vì mình nghĩ là xã hội không hiểu mình, bạn bè không hiểu mình, thì bố mẹ là người sinh mình ra cơ mà, để mình ra mình rồi theo dõi mình từ bé, từ lúc mình lọt lòng ra đến tận lúc lớn lên, mình đi con đường như thế nào, mình lựa chọn ra làm sao, dù có trái, dù ko đúng với bố mẹ nhưng bố mẹ nhìn thấy hết. Thì lúc đó mình nghĩ mình cần bầu vú vào bố mẹ nhưng mà bố mẹ mình cũng không hiểu mình. Và lúc đó mình nghĩ là “Ừ đấy, bố mẹ bây giờ mà còn không hiểu thì làm sao xã hội hiểu được!” và lúc đấy mình càng ngày càng trở nên rất thất vọng và lạc lõng.

Lúc đó, khi trở về, mình cũng gặp Trong Suốt, cũng là lúc quá trình tu tập của mình bắt đầu. Lúc đấy, không phải chỉ mỗi chuyện của bố mẹ mà rất nhiều chuyện khác để tu tập, rồi những chuyện bức xúc nhất. Mình nghĩ là, giống như Trong Suốt nói, mình quay trở lại với việc từ lúc mình trở lại Việt Nam mình chỉ nghĩ một điều duy nhất là: chỉ muốn bố mẹ mình thay đổi để mà hiểu mình. Mình cứ không hiểu rằng tại sao bố mẹ lại không hiểu mình nhỉ?

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Minh nghĩ là bố mẹ sinh ra lớn lên, nuôi mình, tại sao không hiểu mình, mình cố làm mọi cách để cho bố mẹ mình thay đổi...đó là thời điểm ban đầu khi về mình nghĩ như thế, và thấy rất là tuyệt vọng vì không thể thay đổi được, không thể, và mình nghĩ chắc phải có một cách khác, giống như Trong Suốt nói.. chắc là phải có một cách khác.

*Đó là điều mà mình đã tháo gỡ dần dần và mình nghĩ đó là do mình tu tập. **Minh nghĩ là có thể gói gọn trong hai từ “tu tập” “tỉnh thức” nói đơn giản hơn thì là tập nhận biết và sự nhận biết đầy thì dẫn đến việc mình sẽ chấp nhận người khác.** Người khác ở đây có thể là bố mẹ cũng như bất kỳ một người nào khác. **Minh chấp nhận họ như vậy và mình không cố thay đổi nữa.** Minh không cố thay đổi bố mẹ, để bố mẹ hiểu mình và mình tập nhận biết ở đây, tất nhiên là mình tập dưới nhiều góc độ khác nhau.*

*Ví dụ cụ thể ở đây là với bố mẹ khi có bất kỳ một điều gì đó khác biệt hay mâu thuẫn giữa bố mẹ mà mình nổi lên là mình tập nhận biết nó và mình không phán xét nó nữa. Thay vì trước đây mình sẽ nói là **“Sao bố mẹ không hiểu, sao bố mẹ lại thế này, sao bố mẹ lại thế kia...”**.*

Minh có rất nhiều tâm phán xét trong mỗi một cảm xúc hay một cái gì đó không vừa lòng, tất cả những điều đó... mình tập nhận biết mọi cảm xúc khi nó đến và điều đó dần dần làm mình hiểu được rằng tại sao bố mẹ lại không hiểu mình. Và cho đến bây giờ, không phải là bố mẹ mình đã hiểu mình hoàn toàn hay là bố mẹ như thế nào? Nhưng việc mình nhìn nó như là cần rặng chịu đựng thì nó không phải là cần rặng chịu đựng nữa mà mình sống với nó. Gần như là mình có rất nhiều cách để làm cho bố mẹ mình với mình, tuy có suy nghĩ khác nhau nhưng không có những mâu thuẫn như là ngày xưa nữa.

***Tại vì mình đã thay đổi tâm thức, từ việc mình cố thay đổi người khác, vì việc đầy là việc không thể, vì chính mình không thay đổi mình làm sao mình thay đổi được người khác.** Đó là điều mình muốn chia sẻ, không biết là ở đây có ai có tình cảnh như mình không? Là cảm giác: Không hiểu vì sao bố mẹ lại không hiểu mình!*

Trong Suốt: Có ai ngồi dưới có câu chuyện không ạ? Có những bạn nào đã có sự nặng nề với gia đình chưa ạ? Hay là hai bà mẹ. Mẹ cháu nói rồi bây giờ bác có câu chuyện gì không ạ? Với anh Minh hay là với anh nào trong nhà bác hay là với cô nào trong nhà bác cũng được ạ?

Anh Minh: Có đấy ạ!

Trong Suốt: Có ạ. Thế thì rất hay,

Mẹ anh Minh: Tôi có một câu chuyện sẽ chia sẻ với các bà mẹ, các ông bố và các bạn trẻ. Hôm nay về vấn đề như là Minh cũng đã nói với tôi là rủ mẹ đi để nghe chuyện bố mẹ và con cái, những câu chuyện trong gia đình. Thế thì như các bạn vừa nói đấy là trong gia đình đã bạn nào là có những sự nặng nề với gia đình chưa? Mà chưa một ai dám giơ tay?

Thì tôi nghĩ là các bạn cũng như chúng tôi thôi, chúng tôi cũng qua những thời kỳ của tuổi trẻ, tất nhiên cũng có những nặng nề với cha mẹ mình. Và như là bạn nữ vừa nói đấy là mình không thể phán xét được cha mẹ mình, chúng ta muốn cha mẹ mình phải hiểu mình. Mà thực ra thì cha mẹ lại không hiểu mình, Tại sao lại như thế nhỉ?

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chúng tôi cũng có những giai đoạn như thế, và bây giờ đối với con tôi, thì tôi nói là có sự nặng nề giữa cha mẹ và con cũng như là mẹ Trong Suốt vừa nói, tại sao mà con đường của con mình thì mình thấy là nếu như về cảm nhận của cha mẹ và cái hướng, định hướng của cha mẹ thì rõ ràng là con đường và nghề nghiệp của nó rất cao quý. Theo như cha mẹ hiểu thì con cái không đi theo con đường của cha mẹ mà tự quyết định con đường của nó nhưng mà cái sự nặng nề nhất ở đây đối với cha mẹ là con cái không hiểu, các con không hiểu và e ngại rằng liệu nếu nói ra thì cha mẹ có đồng ý cho mình theo quyết định của mình không? Nên là các con có thể là nói dối nhưng mà trong lòng thì có quyết tâm đó.

Theo như cách tôi hiểu con tôi, tôi thấy rằng con đường của nó chọn, nó sẽ quyết tâm để đạt tới cái đỉnh điểm mong ước của nó, thế còn sau này nó sẽ trả lời bằng hành động cụ thể với cha mẹ. Tôi nghĩ là con tôi như thế. Nhưng trong một gia đình rõ ràng là vợ chồng và con cái sẽ có sự nặng nề. Tôi có thể chia sẻ với con, hòa đồng với con về suy nghĩ nhưng ông chồng tôi thì ông ý cương quyết phản đối và ông ý nói là “Em phải nghe theo tôi! Bây giờ em là người mẹ, phúc đức tại mẫu, tại sao em không hướng cho con theo hướng của tôi?”

Tức là ông ta là một ông chồng gia trưởng, ông bắt Minh phải đi theo con đường của ông ý, thì tôi là người ở giữa. Không biết mẹ Trong Suốt có trong tâm trạng của tôi không, nhưng tôi thật sự là rất khó xử. Bây giờ tôi hiểu con tôi, con đường của nó là một việc làm rất có ý nghĩa trong cuộc đời của nó. Tôi không thể sống với nó hết cuộc đời của nó được vì sau này khi già chúng tôi sẽ mất đi thì nó sẽ phải tự trách nhiệm với cuộc sống của nó.

Vì vậy tôi đồng ý với con tôi, nhưng mà tôi lại rất khó xử với ông xã, không biết là sẽ nên như thế nào để ông xã hiểu mình. Nếu lúc đó tôi nói là: “Em đồng ý với quan điểm của anh.” thì rõ ràng sự nghiệp của con tôi nó thụ động. Nếu tôi đồng ý với con tôi thì ông chồng lại bắt đồng thì đó là sự nặng nề nhất của tôi trong cuộc sống gia đình.

Thế còn bây giờ, tôi cũng rất bằng lòng với con đường mà con tôi đang hoạt động và công tác. Mong rằng là con hiểu được suy nghĩ của mẹ mà làm sao cho tốt cho bản thân, cho cuộc sống của chính mình. Còn cha mẹ cũng chẳng đi theo các con mãi để mà hướng hoặc là giúp các con để làm tốt được mà chính con phải quyết định lấy cuộc sống của chính mình. Đây là một sự chia sẻ và cũng nói thật với các bác, các anh chị và các cháu rằng đó là sự nặng nề nhất của mẹ khi phải đứng giữa hai dòng nước.

Trong Suốt: Thực ra cũng là câu chuyện mâu thuẫn giữa hai thế hệ thôi nhưng mà có những người ở những vai trò khác nhau. Như bác là một người vợ thì bác đứng giữa con trai và người bố. Như trong câu chuyện của cháu là không có, bố mẹ cháu thì đồng tâm hiệp lực. Cháu còn không may vì cháu không có người đồng minh cơ ạ. Anh Minh nhà bác là còn có đồng minh.

Mẹ anh Minh: Đức Minh mà nếu không có tôi là đồng minh thì chắc là cũng không thể thành công được vì bố đã từng nói là: “Mày mà học đàn môi thì mẹ con mày suốt ngày chỉ dấm dúi với nhau thôi. Bố cũng hướng cho một con đường cũng là nghệ thuật nhưng không phải là chơi đàn môi mà mày cứ theo đàn môi thì tao sẽ ném hết, bẻ hết, xong rồi mẹ con mày đi ra ngoài mà ở”. Thế thì tôi lại là đồng minh của hắn, tôi phải chịu trách nhiệm về nó. Thế là nó đi tìm rồi suu tầm, đi tìm hiểu rồi thậm chí là nó đi ra nước ngoài để tìm hiểu về nghề nghiệp của nó mà nếu như mẹ mà không đầu tư thì sao? Nhà nước thì không? Thì các bác sẽ thấy là sự nặng nề của người mẹ là vô cùng cả về vật chất lẫn tinh thần.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chị Nhung: Mọi người có thấy 3 câu chuyện này có cái gì chung không ạ?

Nó có một cái chung đó là, mình nghĩ, những mâu thuẫn này... trước hết khi mình nói mình nghĩ mình sẽ đi từ nguyên nhân. Nguyên nhân của tất cả những sự mâu thuẫn này là từ một sự mong đợi, khi bố mẹ sinh ra một người con thì luôn mong đợi những điều tốt đẹp nhất cho con mình và cái điều này xuất phát từ tình thương, từ tình yêu.

Rõ ràng là từ tình yêu, giống như là chồng của bác ý ạ, thì cũng là từ một tình yêu với con bác thôi nhưng cái mong đợi là con mình phải thành đạt. Chỉ vì như thế mà bác ý cũng làm mọi thứ, mọi cách để cho con mình thành đạt... Nhưng đây là tất cả các suy nghĩ của ông bố và bà mẹ. Tất cả các nguyên nhân của mâu thuẫn đều bắt đầu sinh ra từ như vậy là cái sự mong đợi và sự việc lại xảy ra không như mình mong muốn và lúc đó mâu thuẫn xảy ra.

Ví dụ như mình cho đến tận bây giờ thì điều đấy vẫn xảy ra. Bố mẹ mình bây giờ vẫn không hiểu tại sao mình đi theo con đường như thế, mình học kinh doanh mình lại không đi theo con đường kinh doanh mà ngược lại, Trong Suốt không học kinh doanh mà lại đi kinh doanh.

Tức là mình lại đi làm phi chính phủ mà bố mẹ mình trong đầu lại chẳng biết phi chính phủ là gì, lại còn không hiểu được khái niệm đấy, nên bố mẹ không hiểu tại sao con mình lại chọn cái nghề không giống ai, cả lớp nó chẳng có ai như vậy cả. Và mình nghĩ là con mình phải như thế này, thế này... Đây là những cái nguyên nhân dẫn đến sự mâu thuẫn. Mình vẫn thấy là đó là niềm đam mê của mình cơ mà, tại sao mình lại phải đi theo những gì bố mẹ muốn và đó là những mâu thuẫn cơ bản trong cả 3 câu chuyện này...

Trong Suốt: Chắc là ở dưới còn nhiều câu chuyện tương tự, nhưng điều mâu thuẫn buồn cười nhất là gì ạ? Là bố mẹ nào cũng muốn con mình hạnh phúc, đúng không ạ? Ở đây có bố mẹ nào bảo là không muốn con mình hạnh phúc không ạ? Chắc chắn là không. Con cái nào cũng muốn bố mẹ hạnh phúc. Ở đây có bạn nào bảo là tôi chẳng muốn bố mẹ tôi hạnh phúc không ạ?... Cũng là không. **Thế mà cả hai người đều muốn nhau hạnh phúc, tại sao cuối cùng là gây ra đau khổ cho nhau. Kỳ lạ không ạ?** Hai người đều muốn nhau hạnh phúc thế mà lại gây ra cho nhau đau khổ. Thế thì đó là cái điều mà hôm nay mình bắt đầu nói về lý do và cách giải quyết nó.

Lý do và cách giải quyết Mâu Thuẫn giữa 2 thế hệ: Khi mình bắt đầu muốn một người hạnh phúc và người kia muốn mình hạnh phúc nhưng mà mình không hiểu người kia thực sự cần cái gì thì liệu mình có giúp người ta hạnh phúc được không?

Ví dụ ở đây có một đứa bé nó khóc oe oe oe oe... thế là tất cả mọi người trong túi có bao nhiêu tiền quăng hết cho nó, liệu nó có hạnh phúc được không ạ? Nó có sướng và có hết khóc được không ạ? Tất cả mọi người được bao nhiêu tiền trong túi không tiếc tí nào hết để hết bên cạnh nó, bảo là: *"Tất cả các cô chú có từng này tiền đây này, cháu tiêu đi"* thì đứa bé vẫn khóc, vì nó không cần cái đồng tiền đấy. Vì nó cần một ai đấy dỗ dành nó, cho nó ăn hay là tắm rửa cho nó... chứ nó không cần đồng tiền đấy. Như vậy tức là mình rất thương nó nhưng mình không thể giúp được nó nếu mình không hiểu nó cần cái gì. **Bố mẹ rất thương con nhưng thực sự nếu bố mẹ không hiểu con thì cũng giống như câu chuyện đứa bé ở trên, không thể giúp được gì.**

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Trong cả 3 câu chuyện thì thực sự 3 ông bố, hay 3 bà mẹ hay những người phụ huynh đều chưa thực sự hiểu con mình. Cái gì làm cho nó hạnh phúc? Nó có thiên hướng gì? Nó có khả năng gì? Không ai hiểu cả! Ai cũng nghĩ rằng nó sẽ hạnh phúc theo kiểu của tôi. Ai cũng muốn nó hạnh phúc nhưng lại nghĩ rằng nó sẽ hạnh phúc theo kiểu của tôi muốn, kiểu của tôi nghĩ về việc thế nào là hạnh phúc chứ ko phải là nó hạnh phúc theo kiểu của nó.

Kiểu của tôi là tôi muốn có nhiều tiền nên tôi mang tiền cho nó, đúng không ạ? Giống như đứa bé này này. Kiểu của tôi là nhiều tiền thì sẽ có hạnh phúc vậy là tôi cầm tiền đưa cho đứa bé trong khi không thực sự hiểu là đứa bé cần sữa, đứa bé cần tắm giặt... ***Khi mà người ta không hiểu thì người ta sẽ không thể yêu được và không thể giúp người kia được ...***

Tất cả các câu chuyện đều như vậy. ***Ở đây tất cả các bố mẹ, không chỉ bố mẹ mà cả con cái nữa, hai người không thực sự hiểu người kia mà cứ cố tình đưa cho người kia cái mình cho là đúng, cứ nhét đồng tiền vào tay đứa bé và cái điều đấy hoàn toàn vô ích. Thành ra tất cả những người nào, bố mẹ nào muốn giúp con cái thì việc đầu tiên không phải là bắt con đi theo kiểu hạnh phúc của mình, mà hãy tìm hiểu nó để xem đối với nó thế nào là hạnh phúc chứ đừng bắt nó hạnh phúc theo kiểu của mình.*** Mình hạnh phúc kiểu khác, mình lớn lên trong gia đình nhất định, mình được nuôi theo kiểu khác, mình được học về lý tưởng theo một kiểu khác, nên mình có loại hạnh phúc kiểu khác. Nên mình đừng bắt nó hạnh phúc theo kiểu của mình mà hãy hiểu xem thế nào là hạnh phúc kiểu của nó.

Điều đầu tiên là hiểu đã, nếu không có cái hiểu đấy thì chúng ta sẽ rất dễ dàng là ép con mình hạnh phúc theo kiểu của mình. Mà trên đời này không thể ép ai hạnh phúc theo kiểu của mình được, mỗi người một kiểu riêng, đúng không ạ? Ông Trọng Suốt thích uống trà như thế này nhưng có người thích uống trà đắng cơ. Cái ông trà đắng đưa ông Trọng Suốt trà đắng kêu ngon lắm, hoàn toàn vô ích. Vì ông Trọng Suốt có thích trà đắng đâu nhưng mà đối với người kia thì là cái tốt nhất của họ có rồi, nên là ***muốn thương yêu một người khác thì đầu tiên phải hiểu người ta đã.***

Đó là điều cực kỳ cơ bản nhưng hầu như rất ít người học được. Trước khi muốn giúp một người nào đó thì hãy hiểu người ta trước, đừng bắt họ hạnh phúc theo kiểu của mình, thậm chí đừng áp đặt họ. Bố mẹ còn áp đặt ý chứ.. chưa nói là muốn. Đấy, đừng áp đặt họ theo kiểu của mình, hãy hiểu họ trước tiên đã.

Trong quá trình mình đi nói chuyện với các bạn thì mình thấy một điều là... Cộng thêm cả kinh nghiệm cá nhân của mình nữa... kể cả những bạn đến nói chuyện tình cảm: Đền một tuổi nhất định bố mẹ bạn ý chưa thấy bạn lấy chồng thì bố mẹ bằng rất nhiều cách khác nhau để tác động bạn ý lấy chồng trong cái năm đấy. Ở đây có giống ai ở trong này không ạ? (*mọi người giơ tay*) Đấy, thế là nhiều rồi đúng không ạ?

Câu chuyện về một bạn vì bố mẹ ép lấy chồng mà gặp nhiều bất hạnh

Thế là có một bạn, mình xin được giấu tên, bạn ý là người nghe theo bố mẹ nên năm đấy bạn ý lấy chồng. Bạn ý lấy một người mà về sau bạn ý nói với mình là thực ra không yêu lắm nhưng bố mẹ ép quá rồi, 29, 30 tuổi rồi nên lấy. Trong số những người đến với mình thì ông ý tạm nhất, được nhất, nên là bạn ý lấy và cả nhà rất vui mừng, bố mẹ rất vui mừng... Thế là một

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

năm sau thì hai người li dị nhau, sau 1 năm. Và cái dấu vết đau khổ của bạn ý vẫn còn cho đến tận ngày hôm nay.

Như vậy, câu chuyện này không phải là không phổ biến, đây là một câu chuyện tương đối phổ biến: hoặc là chia tay rồi, hoặc là sống với nhau nhưng thực ra là chia tay. Nhiều lắm, vì mình rất hay được nghe những câu chuyện mọi người kể cho mình nghe nên mình thấy rất là nhiều. Hoặc là chia tay rồi, hoặc là có con với nhau nhưng mỗi người sống một kiểu, vẫn đóng kịch trước mặt họ hàng là “tôi ổn”. Nhưng cả nhà, người trong nhà ai cũng biết là bọn nó bất hạnh còn họ hàng thì thấy là họ rất ngon, rất hay.

*Vậy thì bố mẹ vì muốn con hạnh phúc và cố gắng bắt con lấy một người chồng, tưởng rằng lấy chồng con sẽ hạnh phúc và cái hạnh phúc đấy kéo dài được đúng 6 tháng, xong một lúc rạn nứt và tan vỡ. Hạnh phúc **nhỏ nhoi ấy nó chỉ 6 tháng.***

Đây cũng là câu chuyện tương tự, cả hai bên, thực ra cả cái cô đấy nữa. Không chỉ trách bố mẹ mà trách cả cô ấy nữa. **Cô ý không đủ hiểu biết để cô hiểu rằng, để cô ý nhận ra rằng cái hạnh phúc ấy nó không có kiểu hạnh phúc như vậy, đó không phải là hạnh phúc thật sự.** Hạnh phúc mà để chiều lòng người khác còn mình đau khổ thì đây không phải hạnh phúc bền vững. Hạnh phúc mà tôi sẽ chiều lòng để bố mẹ tôi hạnh phúc, còn tôi âm thầm chịu đau khổ ý, thì nó chỉ kéo dài được 6 tháng, 1 năm, 2 năm, 3 năm là cùng thôi, nó không thể hạnh phúc 100 năm hay 20 năm, 30 năm được.

Nhưng cô ý không hiểu chuyện đấy, cô ý cũng trẻ thôi mà, 29, 30 tuổi, thực sự chưa phải là người đã hiểu biết lắm. Họ đã đánh đổi cái hạnh phúc lâu dài để họ lấy cái 6 tháng.

Và nếu câu chuyện này không được nói ra chắc chắn sẽ có người lựa chọn điều đấy. Ở đây là cái loại hạnh phúc tôi sẽ chịu hết mọi đau khổ để cho 2 – 3 người thân của tôi hạnh phúc! Nó sẽ không thể xảy ra được! Nhưng chắc chắn là còn nhiều người tin điều đấy.

Nhưng thôi, hôm nay mình tạm được rồi, mình biết là không được lâu dài lắm đâu nhưng tạm được, lấy. Mặc dù nó đã xảy ra và rồi thời đại này ly dị dễ. Ngày xưa ly dị khó vì còn cả xã hội, một là họ không có nhiều lựa chọn lắm, hai là họ vẫn coi đấy là chuyện kinh khủng còn bây giờ là chuyện bình thường của xã hội rồi và bây giờ người ta có quá nhiều lựa chọn. Họ có thể sống là một bà mẹ độc thân nuôi con, hoàn toàn không cần nhờ ông chồng vẫn có thể nuôi con được.

Ngày xưa là cả ràng buộc kinh tế nữa nên là người ta không rời nhau được, nhưng bây giờ có nhiều lựa chọn. Thành ra chỉ cần đủ độ rạn nứt là người ta sẽ tách nhau ra ngay, rất là dễ. Thế thì cái cô gái đấy, cô bạn gái đấy, cô ý bỏ cả một tương lai hạnh phúc của cô ấy để cô ý đổi lấy 6 tháng hạnh phúc của bố mẹ.

Nhưng lúc quyết định làm như thế cô ý có hiểu đâu, thì người con rất dễ rơi vào cái bẫy đấy - “Thôi, thà tôi chịu khổ để bố mẹ tôi hài lòng” mà không hiểu rằng không có cái loại hạnh phúc nào mà nằm bên ngoài mình hết. Hạnh phúc nằm bên ngoài là bố mẹ tôi hạnh phúc chứ tôi có hạnh phúc đâu. Nếu như thế sớm muộn gì thì cái bất hạnh bên trong mình nó cũng nở ra, lộ ra và nó sẽ xuất hiện trước mặt bố mẹ và lúc ấy bố mẹ cũng sẽ đau khổ.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Như vậy là cả 2 cũng sẽ cùng đau khổ. Cái quyết định đây chỉ làm cho cả 2 cùng đau khổ, cả bố mẹ lẫn con đều đau khổ. Bố mẹ thì sẽ đau khổ sau một chút, nhưng cuối cùng cả hai cùng đau khổ nên đây không phải, không thể là giải pháp cho câu chuyện này được.

Chuyện mình kể là chuyện bình thường, chuyện này có rất nhiều người trải qua và nếu có ai đang lựa chọn những lựa chọn đây thì mình khuyên là nên cẩn thận, suy nghĩ lại. Có thể ai đây ở đây còn đang nghĩ như vậy, có thể 10 người mình gặp thì 8 người nghĩ như vậy, 9 người nghĩ như vậy luôn.. là ***tôi sẽ chịu khổ để bố mẹ tôi hạnh phúc.***

Hoặc là tôi hy vọng, tôi kỳ vọng rằng bố mẹ tôi sẽ hạnh phúc nếu mà tôi có một cái hạnh phúc giả tạm này, hoặc là tạm tạm này. Nhưng mà sự thật là gì? Bây giờ mình quay về sự thật là gì. Sự thật này rất bình thường nhưng phải nhìn kỹ mới thấy được. ***Sự thật là bố mẹ mình chỉ hạnh phúc được thật sự nếu bố mẹ thấy mình hạnh phúc.*** Bố mẹ với con cái có độ cảm nhận rất là rõ ràng, mình đi làm về mặt mình cau một cái là bố mẹ mình biết ngay mình có chuyện gì ở công ty. Nên nếu ***muốn bố mẹ mình hạnh phúc ý thì chỉ có cách là mình hãy hạnh phúc thật sự.***

Mình không thể giả vờ hạnh phúc trước mặt bố mẹ được. Mình có thể giả vờ hạnh phúc trước mặt hàng xóm, họ hàng, công ty v.v và vân vân. Nhưng những người sống gần mình 20 và 30 năm mà chỉ cần một cái cau mày của mình thôi họ đoán được là có chuyện rồi, mình không thể giả vờ hạnh phúc được.

Nên là bố mẹ thì chỉ có thể hạnh phúc được nếu thấy con hạnh phúc thôi. Còn bố mẹ nhé, giả sử con cái nếu có đủ vợ chồng v.v nhưng nếu thấy con suốt ngày đánh nhau, cãi nhau, ngoại tình thì bố mẹ đau khổ kinh khủng, tối ngủ không yên luôn. Ở đây ai có bố mẹ sẽ biết được chuyện đấy. Bố mẹ sẽ không hạnh phúc được nếu bố mẹ thấy con mình đau khổ! Nhưng mình giả vờ hạnh phúc cũng không nổi vì bố mẹ là người hiểu mình rõ nhất, cảm nhận rõ nhất mình có hạnh phúc thật sự hay không. Nên điều duy nhất cuối cùng là gì? Là bố mẹ chỉ hạnh phúc được nếu mình thực sự hạnh phúc. ***Đấy là sự thật, rất đơn giản nhưng cực kỳ là sâu sắc. “Bố mẹ chỉ hạnh phúc được nếu mình thực sự hạnh phúc!”***

Khi mình thực sự hạnh phúc thì dù không sống theo đúng tiêu chuẩn của xã hội lắm nhưng bố mẹ vẫn hạnh phúc vì bố mẹ nhìn ánh mắt của mình, nhìn nét mặt của mình, nhìn nụ cười của mình khi đi làm về, nhìn sự thoải mái của mình mà bố mẹ hạnh phúc. Còn nếu mình không thực sự hạnh phúc thì đừng kỳ vọng là sẽ giả vờ được, có thể trước mặt mình bố mẹ không nói gì nhưng tối về hai ông cụ, bà cụ nói chuyện với nhau cả đêm không ngủ được, chỉ vì là thấy con gái mình hay con trai mình có vẻ khực khặc với con dâu hay con rể. Chỉ vì là con trai mình chắc là nó có vấn đề gì nên nó hành xử rất kỳ lạ nhưng không ai nói trước mặt con trai, con gái cả. Đấy, nếu mà ở đây các bạn chịu khó theo dõi sẽ hiểu điều đấy.

Nên là không có hạnh phúc nào do mình giả vờ được, hạnh phúc thật sự của bố mẹ liên quan đến hạnh phúc thật sự của con cái! Nếu mình có hiểu muốn bố mẹ hạnh phúc thì điều có hiểu nhất chính là làm mình hạnh phúc! Không phải mình thỏa mãn vài tiêu chuẩn của bố mẹ để các cụ vui đâu, giống như cô kia đâu, mà đơn giản hơn thế là ***mình muốn bố mẹ mình hạnh phúc thì hãy tập cách để mình thực sự hạnh phúc.***

Hãy chọn những điều làm mình thật sự hạnh phúc. Bố mẹ mình sớm muộn sẽ hạnh phúc theo. Và ngược lại nếu mình chỉ chọn một vài cái để bố mẹ vui lòng, còn mình thì không hạnh

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

phúc thì sớm muộn gì cái sự không hạnh phúc của mình sẽ lan tỏa tới bố mẹ một cách nhanh chóng. Mình không thể lừa bố mẹ chuyện ấy được.

Ở đây có 2 bà mẹ, 3 bà mẹ sẽ hiểu nếu con gái mình mà có vấn đề với chồng với con thì các bà mẹ có cảm nhận được không.

Mẹ cảm nhận được không ạ _ Hỏi mẹ Trọng Suốt?

Bác có cảm nhận được không ạ _ mẹ anh Minh?

Có Phụng có cảm nhận được không ạ?

(3 người đều gật đầu)

Dù các con không nói ra điều gì đó đúng không ạ? Con chẳng bao giờ muốn nói với bố mẹ là bố mẹ ơi, con đang chán lắm thế này thế kia, hay là cô ấy đang thế này thế kia cả. Nhưng chỉ một thay đổi nhỏ trên nét mặt thôi, chỉ một cách đi, cách nhìn nhau của hai đứa thôi là các cụ biết hết. Mà các cụ biết mà không biết cụ thể các cụ lo gấp đôi gấp 10 lần bình thường.

Thế nên cái hạnh phúc theo kiểu đơn giản như vậy cũng không phải là dễ nhận ra, nhưng đã nhận ra rồi thì chúng ta phải thay đổi cách nghĩ của chính chúng ta. Rằng nếu chúng ta thực sự muốn bố mẹ chúng ta hạnh phúc thì hãy chọn, hãy lựa chọn những lựa chọn làm chúng ta thực sự hạnh phúc, đơn giản không?

Hóa ra chẳng cần làm gì cho bố mẹ! Người ta nghĩ phải làm cái này cái kia cho bố mẹ, bố mẹ mới hạnh phúc đúng không ạ? Phải mua nhà, mua xe hay là đưa bố mẹ đi mua sắm, nhưng bố mẹ có cần gì đâu, các cụ chỉ cần thấy con mình hạnh phúc thôi, đúng không mẹ? bác có thể không ạ? Hay là bác thích đi mua sắm mới tốt?

(2 người đều lắc đầu)

Đúng là không phải thế đúng không ạ? Mình nghĩ là mình phải làm đủ thứ cho bố mẹ mới hạnh phúc được nhưng bố mẹ chỉ cần cách đơn giản là thấy nó hạnh phúc -Hết! Nhất là bà mẹ thì càng dễ, càng tinh tế hơn ông bố, nên bà mẹ càng thấy điều đấy rõ hơn. ***Mình không phải cần làm tất cả những điều hoành tráng nhất để bố mẹ hạnh phúc, mình chỉ cần tập cách hạnh phúc một cách thật sự thôi.*** Bố mẹ mình cảm nhận điều đấy dễ dàng, tương tự với việc bố mẹ cảm nhận điều đau khổ của mình ấy, hạnh phúc thật sự của mình bố mẹ cũng cảm nhận được.

Chị Nhân: *Nhưng mà đâu phải bố mẹ nào ai cũng yêu thương con đâu, họ muốn bản thân họ, muốn danh dự của họ thôi, rất là nhiều bố mẹ như thế. Họ không có phải là những tình yêu thương, bao dung con như một số người mẹ hết mực yêu con mình. Họ có cái của họ nhiều hơn, cái tôi của họ lớn hơn những tình yêu họ dành cho con.*

Anh Lâm: *Không biết mình có nhầm khi nhận xét giống như là vợ của Trọng Suốt không? Nhưng mà mình cũng cảm thấy mình cũng có một cuộc đấu tranh rất dài. Vì mình từ lúc trẻ thì*

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

mình tỏ ra mình là người rất hạnh phúc và rất tỏa sáng mọi trong việc. Mình rất vui vẻ với mọi người, rất tự nhiên và ai cũng cảm thấy nhưng bố mẹ mình lại không cảm thấy điều đấy.

Mặc dù mình cho là bố mẹ mình đến tận bây giờ mình rất yêu quý họ và họ cũng thế nhưng mà cách hiểu sự việc thì hoàn toàn khác. Đến bây giờ vẫn có khoảng cách rất lớn mà gần như là bây giờ theo kiểu là: “Con hỏi bố, thế bây giờ bố muốn gì, thế nào thì bố vui? Bố thích cầm tiền con ra sông Hồng đốt, con sẽ làm như thế để bố vui quan trọng là bố phải vui.” Thế nhưng mà không bao giờ mình nhìn thấy được niềm vui của bố. Đây là cái cảm giác của mình.

Và mình có một cuộc đấu tranh kinh khủng từ lúc mình 16 tuổi 17 tuổi, mình đã tỏ ra là mình có cái nhận thức khác hơn. Như mình thích nằm rất lạnh chẳng hạn, mùa đông mình cởi trần và nằm trên một cái phản, thì mẹ mình lại lên đắp chăn và khi mình phản đối. Điều đấy thì bà khó chịu với mình, bà cáu, bà khóc và khó chịu với mình. Mình thấy rất kỳ lạ vì mình rất sợ hãi khi làm như thế, thích tắm nước lạnh, mình không ốm không đau nhưng bà ghét cái việc đấy.

Mình ra đường là bà ý phải cầm tắt chạy ra, và mình rất khó chịu với việc đấy và mình sống và rơi vào cái trạng thái đấy. Và em gái mình kém mình 5 tuổi và khi mình bỏ đi lúc 22 tuổi, mình bảo với bố mẹ là với cách dạy của bố mẹ mình như thế thì em gái mình chắc chắn là sẽ hỏng. Bởi vì xã hội giờ nó hoàn toàn khác, nó không giống kiểu bố mẹ suy nghĩ mà bố mẹ không va chạm với cuộc sống, nó phải cập nhật cái sở thích, cái đam mê của nó phải có. Chứ còn nếu bố mẹ cấm nó chắc chắn nó sẽ là đứa không có kinh nghiệm và nó sẽ là những đứa con môi bị lừa đầu tiên và chắc chắn sẽ là như thế.

Thì lúc đầu mình tác động rất mạnh, nhưng mà mình cũng phải có cuộc sống của mình, mình đã đến lúc phải đi ra nước ngoài thì bây giờ em gái mình, khi mình quay về thì em gái mình đang ở trong trạng thái là gia đình mình bế tắc. Chỉ có mỗi một mình mình thấy thế thôi, nhưng như thế mình càng đi theo một trạng thái khác.

Hình như mình tạo ra một cái lực đó, mình càng sang một trạng thái khác thì em gái mình nói là: “anh lấy hết cả cái phúc của em. Trong nhà có bao nhiêu cái phúc là anh hưởng hết, anh có nhiều bạn gái, anh có 2 vợ, xong cuộc sống của anh như thế thì em là bất hạnh”. Nhưng bây giờ mình bảo thế lỗi tại mình à? Mình cũng nghiên cứu rất nhiều về các trạng thái năng lượng và các cách chia sẻ nhưng bây giờ mình luôn luôn thể hiện rằng mình sống độc lập, mình làm tất cả mọi việc không bao giờ phải nhờ bố mẹ, mình tự nuôi bản thân mình từ năm 18 tuổi..

Trong Suốt: Bây giờ em xin lỗi, em ngắt một chút. Nếu bố mẹ anh mà chê anh, mắng anh, anh có thể hạnh phúc được nữa không hay là anh cũng không thoải mái?

Anh Lân: Không thoải mái

Trong Suốt: Đây, em xin quay lại câu chuyện đấy.

Mẹ Trong Suốt: Cho cô hỏi thêm một chút là cháu chạy ra ngoài rồi mẹ cháu cầm tắt chạy theo thế là thế nào? Như thế có phải là biểu hiện mẹ cháu rất thương cháu không?

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Anh Lân: *Vâng, cháu bảo là mẹ cháu rất thương cháu nhưng mà cháu không cần những cái đấy.*

Mẹ Trong Suốt: *Thế cho nên điều đấy là thể hiện cái tình thương, lòng thương của bố mẹ chứ còn...*

Anh Lân: *Bởi vì cháu bảo là bố mẹ cháu rất thương cháu cho nên bây giờ cháu nói là cháu đang thể hiện là cháu rất hạnh phúc nhưng mà bố cháu cứ bảo là “ Tao không vui bởi vì tao không dám ngửa mặt bởi vì mày thế này thế kia...”. Nhưng cháu có làm gì đâu, cháu chẳng làm hại đến ai cả nhưng mà họ hàng nhà cháu thì muốn cháu phải khác và họ ủng hộ và tác động vào bố cháu. Ví dụ thế. Cho nên là bây giờ cháu có thể hiện là cháu mạnh mẽ thế nào, cháu cư xử thế nào thì bố cháu cũng không thừa nhận.*

Trong Suốt: *Rồi, em rất thông cảm với anh, và em sẽ nói thêm một chút nữa về câu chuyện lúc này.*

Câu chuyện về cô ấy ly dị chồng do bị bố mẹ ép cưới:

Cái cô bạn mà em kể, cái cô mà ly dị ấy, cô ấy gặp em, và cô ấy cũng nói câu chuyện như vậy, và cô ấy có nói là: *bây giờ bố mẹ chỉ hạnh phúc khi con hạnh phúc thôi.* Cô ý bảo là bây giờ cô ý hạnh phúc đến bao nhiêu, cô ý bỏ chồng rồi sướng quá. Bỏ chồng mới hạnh phúc, còn ngày xưa sống không hạnh phúc. Bây giờ cô ý tu tập được, biết quan tâm đều và cân bằng cuộc sống hơn, quan tâm mọi người hơn và cô ý an lạc hơn.

Cô ấy nói là: *“Mẹ em thì ổn hơn rồi, mẹ em vui rồi và chấp nhận em sống độc thân như thế này và không sao cả. Và thậm chí mẹ em còn thấy là sẽ tốt hơn nếu như thế này chứ nếu không đi lấy một anh nữa rồi anh ý lại lừa đủ trò linh tinh cho nó nữa. Nhưng mà bố em thì chưa, bố em thì khuôn mẫu của bố em là phải có chồng, nếu mà đã bỏ chồng này thì phải đi yêu và lấy một chồng khác, chắc chắn là như vậy.*

Thế là bạn cũng hỏi câu tương tự như câu của anh là *“Tại sao anh nói với em là khi mình hạnh phúc thì bố mẹ mình hạnh phúc thực sự. Tại sao chỉ có mẹ em được thôi mà bố em lại không được?”* thì em trả lời bạn ý như thế này và bạn ý thực hành theo:

Em hỏi bạn ý là: khi bố bạn ý bảo là con phải lấy chồng đi thì em trả lời như thế nào?

Thì bạn ý trả lời là: *Em thấy rất là không thoải mái và em nói là con không làm thế được và khi nói vài lần không được thì em vùng vằng và cần thì em nói chuyện với bố không thì thôi.*

Thế em mới hỏi thêm là: *“Theo em như vậy thì bố em thấy em đang hạnh phúc hay không hạnh phúc? Khi em vùng vằng như vậy, khi em không thoải mái như vậy thì bố em thấy là em đang hạnh phúc hay bố em thấy rằng em đang không hạnh phúc?”*

Bạn ý bảo là: *Tất nhiên là bố em thấy em đang không hạnh phúc.*

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Thì em nói rằng: “Đây, em có thể đã đi một quãng đường tương đối xa rồi để khá được bình an và hạnh phúc nhưng em vẫn chưa hạnh phúc thật sự, biểu hiện là khi bố em là một người khác em, áp đặt em là em bắt đầu đánh mất đi sự hạnh phúc của mình.

Anh rất thông cảm với em là đối diện với trường hợp đây rất là khó *nhưng khi mà bố em thấy rằng em không hạnh phúc thì bố em không nghĩ rằng đây là do bố em đâu. Bố em nghĩ rằng vì em chưa có chồng!* Câu chuyện là như vậy, nên bố em càng khẳng định câu chuyện rằng bố em đúng, em sai. Ở đây câu chuyện nó là như vậy!

Như vậy là bố mẹ mình chỉ hạnh phúc khi mình hạnh phúc thật sự. Hạnh phúc là một quãng đường không phải nắm được xong rồi giữ được mãi, hạnh phúc là một trạng thái sống cân bằng, an lạc. Đặc biệt là đối diện với nhiều tình huống khác nhau mình vẫn giữ được sự cân bằng, an lạc. Đây - Hạnh phúc thực sự nó như thế.

Hạnh phúc thực sự ấy, không phải là mình hạnh phúc nếu có một số điều kiện nhất định, còn khi sang điều kiện khác mình hoàn toàn bất hạnh hay hoàn toàn là bối rối. *Nhưng khi mình chưa đạt được hạnh phúc thực sự kia, thì bố mẹ mình sẽ gán rằng mình không hạnh phúc bởi vì không tuân theo khuôn mẫu của ông bà!*

Thế nên là nếu em tập được rằng dù em sống với bố em, một người bố như vậy em vẫn hoàn toàn hạnh phúc, vẫn vui vẻ thoải mái, chấp nhận là có một người bố như vậy trên đời này mà con vẫn vui vẻ. Bố nói như vậy con chỉ cười thôi, con vẫn đâm lưng cho bố, con yêu bố lắm. Em thử làm như thế xem.

Bạn ý bảo: *Khó quá, không làm được, khó lắm.*

Mình mới bảo: Cách tập rất dễ, anh đã trải qua chuyện đấy rồi. Bây giờ bắt đầu từ việc thay vì em nói chuyện nhiều em thử cầm tay, cầm chân, xoa lưng, xoa vai - Đây có mẹ mình ở đây, mẹ mình biết này.

Ngày xưa ấy, là giữa mình và bố mẹ mình có một khoảng cách không bao giờ nói được rằng là “Con yêu mẹ lắm”, không bao giờ nói được luôn. Không bao giờ nói “Con yêu bố lắm” cả, không bao giờ xoa rồi ôm các thứ, không nhiều đâu, rất ít.

Đặc biệt là người Việt Nam mình có đoạn nói Con yêu mẹ lắm là rất khó. Ở đây có bao nhiêu người nói câu đấy một cách nhẹ nhàng bình thường được? Rất nhẹ nhàng bình thường, con yêu mẹ lắm, con yêu bố lắm. Đúng là ở Việt Nam rất khó nói đúng không ạ? Văn hóa Việt Nam rất khó.

Mình chỉ tập thế thôi. Thôi bây giờ bố mẹ nói gì là việc của bố mẹ đã còn mình cứ cầm tay cầm chân nói là: “*con yêu bố lắm, hôm nay trông mẹ xinh thế, hôm nay trông bố đẹp trai thế*” (mọi người cùng cười). Mình cứ làm những việc đơn giản thế thôi, thế và khi mình làm chuyện đấy xảy ra thì sao? Chuyện đấy xảy ra thật sự, có mẹ mình ngồi đây chứng giám này, mình nhớ có việc ôm mẹ này, rồi xoa, rồi ôm đủ các thứ, vuốt má rồi khen yêu mẹ v.v...

Chuyện gì xảy ra? **Bố mẹ mình thấy mình hạnh phúc thật sự.** Bố mẹ mình không phải là mình nói gì thì nó phản ứng nữa, không phải như con nhím ngày xưa xù lông lên nữa. **Bố mẹ mình không thấy mình bất hạnh nữa, bố mẹ thấy mình hạnh phúc thật sự.**

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

À mình thấy như thế, dù mình mắng chửi nó vẫn xoa tay, xoa vai, xoa chân mình, thế thì lúc đấy bố mẹ mới thấy mình thật sự hạnh phúc... nên mình càng phải làm điều đấy hơn. Đây là tại sao phải đi xa hơn nữa.

(Nói với anh Lân) Anh như vậy là đã đi rất xa rồi, nhưng mà bây giờ anh cần phải đối diện với cả một cái khó hơn. Anh phải đối diện với chuyện là với một người bố như vậy mà anh vẫn hạnh phúc, nếu anh làm được chuyện đấy thì bố anh sẽ dần dần đi theo anh, có thể rất nhiều năm, không phải là câu chuyện ngắn, không phải là một thời gian ngắn đâu, nhiều năm là đằng khác....

Ở đây, mấu chốt vấn đề vẫn chỉ là một câu ngắn gọn thôi là bố mẹ mình chỉ hạnh phúc nếu mình thực sự hạnh phúc. Đơn giản thế thôi, còn tất nhiên là để từ bây giờ đến lúc mình thật sự hạnh phúc mình còn phải đi một quãng đường dài. Mình không thể hy vọng là 1 năm sau mình thật sự hạnh phúc được, nhanh chậm tùy từng người, nhưng mà mình hiểu cái nguyên lý ấy thì mình sẽ có con đường để đi.

Không hiểu nguyên lý đấy mình sẽ đi lòng vòng, lòng vòng, xoay quanh cái mong muốn của mình. Lúc thì mình thấy chấp thuận, lúc thì mình thấy không phù hợp mình sẽ phản ứng. Mình sẽ luôn luôn lay động giữa chấp thuận và phản ứng, chứ mình không có con đường đi cụ thể. Ở đây là một điều mình muốn chia sẻ với tất cả mọi người con đường mình đã đi và mình đã rút ra được là: cái hạnh phúc của mình là điều quan trọng nhất với bố mẹ. Đây là mình nhấn mạnh ***cái hạnh phúc thật sự!***

Ở đây những người mẹ thì nhanh chóng hiểu ra ngay, đúng không ạ? Chỉ có những người bố thì khó hơn, vì người bố, những ông bố có khá nhiều những tiêu chuẩn khác nữa. Bà mẹ chỉ cần thấy con mình hạnh phúc là bà mẹ thấy vui rồi, trong lòng tự nhiên thấy ấm áp rồi.

Tại sao bác và anh Minh có thể như thế tại vì người mẹ rất nhạy cảm. Sự yêu thương của người mẹ ít bị ngăn chặn bởi những cái gọi là định kiến và những cái khuôn mẫu của xã hội hơn là người bố. Người cha có nhiều khuôn mẫu định kiến hơn, nhiều cái bắt phải thế này phải thế kia hơn nên bác gái thì thấy cậu con trai mình: *“à nó đi theo đường này của nó, mình cảm nhận được hạnh phúc của nó, mình ủng hộ”*, còn người cha thì lâu hơn, người cha sẽ đi qua giai đoạn phải đánh nhau, người cha phải đánh nhau giữa lý trí và tình cảm. Ông phải nói nó rất nhiều mà nó vẫn thế, nó vẫn hạnh phúc được, thì lúc đấy ông mới nghĩ là: *ừ, có vấn đề, có khi cách nghĩ của mình có vấn đề, mình phải xem lại.* Đây là một quá trình dài và rất may là chúng ta có cơ hội để gặp, đối diện với nó để tiến bộ. Có khi Nhung kể thêm về câu chuyện của em để thấy thêm...

Chị Nhung: *Mình chia sẻ cái ý của Trong Suốt nói về cái việc bố mẹ chỉ hạnh phúc khi mình hạnh phúc. Vì khi mà mình từ thái cực cố gắng nói để cho bố mẹ thay đổi mình chuyển sang là mình nhìn vào mình trước.*

Mình cũng có một câu chuyện giống như Trong Suốt nói là bố mẹ đặt rất nhiều áp lực cho mình về việc có gia đình và rất là không thích mình ở một mình, sống một mình. Trong đầu óc bố mẹ thì thấy mình rất là khổ sở tại sao lại thế? Sống một mình chắc là khổ lắm nhỉ? Thịnh thoảng gọi điện kiểm tra con đang ăn cơm với ai? Mình lại bảo là mình ăn cơm một mình.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Tức là lúc đấy trong đầu bố mẹ nghĩ: trông nó rất là lười thủ, trông nó rất là khổ thân. Bố mẹ sẽ nghĩ như thế mà không biết là mình đang rất hạnh phúc, rất yên bình không có vấn đề gì với cái đấy. Nhưng lúc đấy bố mẹ mình nói như thế mà mình cảm thấy không vui là mình phản ứng ngay, mình khó chịu và vùng vằng thì rõ ràng là, như Trong Suốt nói, bố mẹ thấy là mình không hạnh phúc. Mà cũng không cần biết lúc đấy mình khó chịu vì mình phản ứng lại bố mẹ mình hay là thực ra mình cũng không hạnh phúc với chính bản thân mình.

Cái cách như mình nói là mình cảm thấy hạnh phúc thật sự với bên trong của mình và nó không phải chạy theo những cái nhất định để làm cho bố mẹ vui. Như phải có gia đình hay là lựa chọn nghề nghiệp giống như bố mẹ muốn.... Vì bố mẹ có rất nhiều mong muốn, vô vàn mong muốn theo cái mẫu hạnh phúc của bố mẹ.

*Mình cũng có những cái mà mình nghĩ là khác nhau, thế thì cái đấy là điều để thấy rằng **mình phải hạnh phúc thật sự chứ không phải là mình đang cố tỏ ra hạnh phúc để quên nó đi**, cái đấy là cái thực sự có hiệu nghiệm. Mình đã để ý có hiệu nghiệm vì mình đã từng có trạng thái là giả vờ, tức là mình cố và bố mẹ phát hiện ra ngay.*

*Ví dụ mình có thái độ vùng vằng, như khi bố mẹ chạy theo anh để đưa tất ý a, rõ ràng là bố mẹ rất yêu mình. Nhưng mình phản ứng lại thì lúc đấy rõ ràng là mình không hạnh phúc! Thay vì việc đấy nếu như mình **giả vờ** như là mình cần cái tất, mình hy sinh để mình đi tất cho bố mẹ vui thì lúc đấy tâm thế mình cũng không thoải mái, thì bố mẹ cũng phát hiện ra ngay.*

***Vậy là hai trường hợp đấy đều không được, trường hợp vùng vằng cũng không được, mà trường hợp giả vờ để đi cái tất đấy vào cũng không được.** Vậy thì như Trong Suốt nói là mình phải thật sự cảm nhận được tình thương thật sự của bố mẹ. Và mình có thể hiểu được bố mẹ mình, hiểu được hành động của bố mẹ là tình thương rất lớn chứ không phải là việc làm cho bố mẹ khó chịu. Bố mẹ cảm cái tất đấy ra không phải là để cho mình khó chịu, bắt buộc phải đi cái tất mà mình không muốn, lúc đấy rõ ràng không phải là như thế. Khi mình tu tập mà mình cảm thấy an lạc thì những lúc đấy bố mẹ đưa đôi tất mình không khó chịu nữa mà lúc đấy là thật sự ở trạng thái hạnh phúc.*

Anh Lân: *Nhưng mà chuyện đấy đã xảy ra nhiều lần quá rồi. Mình đã từng chiều đến mức độ như kiểu mình đã chiều những cái hư của mọi người. Nhưng mà mình thấy là cái việc mình chiều như thế có tác động ngược lại với mình. Nếu mình phản ứng khéo, thực ra cũng chỉ là trạng thái mình đang bị giàng co ở bên trong là làm sao để có thể đang rất khó chịu mà có thể vượt ve được.*

Mấu chốt vấn đề là ở đấy, mình thấy điều đấy là rất khó. Khi mình nói điều đấy với người khác, mình có thể lừa dối thủ cạnh tranh được. Hoặc đi tán tỉnh một ai đấy. Mình tức giận mình có thể chuyển hóa được ngay nhưng mà sau đấy mình có một cái tâm rất xấu là: “Ta hy sinh việc này rồi thì ta phải đạt một cái điều gì đấy?”. Nhưng mình không thể có điều đấy với bố mẹ mình, thế thì nó sẽ rất nguy hiểm.

Trong Suốt: *Bây giờ ở đây có ai cảm thấy là mình đã thông cảm được hoàn toàn với bố mẹ rồi không? Thông cảm được hoàn toàn với bố mẹ. Có ai cảm thấy được chuyện đấy chưa ạ? Thông cảm hoàn toàn với bố mẹ! Bố mẹ làm gì tôi cũng thông cảm được hết, đánh đập, mắng chửi, làm tất cả những trò gì mà mình cho là kinh khủng nhất kể cả bắt mình phải làm một cái gì đấy. Có ai cảm thấy rằng mình làm được chuyện đấy không ạ?*

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chị Quế: *Đại loại là sau khi tức giận thì lúc mình bình tâm lại thì mình cũng thấy là dù sao đây cũng là muốn tốt cho mình thôi, chứ còn không thể nào là ngay cái lúc mình nhận cái phản ứng của bố mẹ mà mình cảm thấy là không có vấn đề gì xảy ra.*

Trong Suốt: Thế cái đây người ta gọi là cái mà mình phải tu tập. *Tu là thay đổi cách suy nghĩ của mình, nếu không tập thì chúng ta cũng chỉ là rất nông cạn trong cách hành xử và cách phản ứng thôi. Cần phải tập và làm đi làm lại.*

Em không phải tự nhiên có một ngày ra ôm mẹ mà bảo là: “*mẹ ơi, con yêu mẹ lắm*” được, mà phải làm đi làm lại. Đầu tiên chỉ là ra vuốt tay bố thế này thôi, chỉ cầm tay và vỗ vỗ như thế này thôi, còn không dám ôm gì cả. Đầu tiên là đi những bước nhỏ nhỏ như vậy, dần dần mới ôm được, mới xoa được bụng, mới xoa được vai....

Cũng như vậy, chúng ta không thể ngay ngày mai thành cao thủ, thành siêu cao thủ được, siêu nhân ngay ngày mai được. Nhưng chúng ta làm từng bước, từng bước một. Đây là lý do vì sao *ta nói đây phải là quá trình dần dần, từng bước, từng bước một*. Khi chúng ta làm từng bước một chúng ta sẽ gặp những vấn đề khó hơn, chúng ta sẽ gặp những vấn đề khó hơn.

Chẳng hạn như hôm nay chúng ta gặp bố mẹ mình, nếu bố mẹ mình mắng mình hôm nay thì mình chịu được nhưng ngày mai bố mẹ mình lại mắng mình trước mặt người khác thì mình lại không chịu được. Vậy thì mình sẽ phải tập với việc bố mẹ mắng mình trước mặt người khác như thế nào. ***Vậy quá trình tu tập sẽ tập như thế nào? nó là quá trình lặp đi lặp lại nhiều năm. Và tính bằng đơn vị năm chứ không phải có ngay lúc đấy được.*** Không thể có ngay cái trạng thái đấy được đâu, phải tập, phải tập.

Khi tập có hai điều cần phải nhớ:

Điều thứ nhất là mình phải thông cảm cho bố mẹ, cho dù là sau hay trước, cho dù là ngay lập tức hay sau một năm hay là 7 ngày sau, thì mình phải tập cách nghĩ để mình thông cảm cho bố mẹ. ***Vì nếu mình không thông cảm được cho bố mẹ, thì đừng hy vọng là mình có thể hành xử một cách thông cảm.***

Có ai ở đây hay đọc một trang web có tên là trongsuot.com không nhỉ? Hôm trước mình có viết một cái bài là: ***Chuyển hóa từ ghét bỏ thành thông cảm***. Đây là cách nghĩ đây, cách nghĩ để chúng ta sẽ tập và thông cảm cho cả thế giới này. Bố mẹ là một phần trong thế giới này, bố mẹ là một trong những người đầu tiên cần ta thông cảm.

Có người có thể thông cảm với rất nhiều người khác nhưng bố mẹ thì không thông cảm được. Bây giờ nói về nhân quả nhé, bố mẹ là người giúp mình nhiều nhất trong cuộc đời này, phần lớn là như thế trừ những người nào bố mẹ bỏ rơi con cái thì không nói.

Bố mẹ nuôi dạy con cái, hy sinh sức khỏe, hy sinh tiền bạc để cho con cái mình nó lớn lên. Thức khuya, thức đêm, đi làm, nhất là những bố mẹ ở thế hệ cũ thì đi làm rất vất vả, mất mồ hôi nước mắt rất nhiều để mình có cái thân người ngày hôm nay này. Cái thân khỏe mạnh như thế này, cộng với cả những cái gì mình có thể nghĩ được trong đầu. Nên là về nhân quả thì bố mẹ mình là người mình nợ nhiều nhất về nghiệp. Nếu mình khó thông cảm với bố mẹ, thấy bố mẹ khó thông cảm hơn là người ngoài, đây là cái điều rất vô lý.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Nên là hãy tập cách nghĩ để thông cảm được với bố mẹ. Ở đây vì có những người chưa đọc bài đây nên mình sẽ nói lại cách nghĩ để mình thông cảm với người khác.

Cách Chuyển hóa từ ghét bỏ thành thông cảm

Khi một người nào đấy làm điều gì đấy không đúng với mình thì nói chung là mình sẽ thường có một cảm xúc đánh giá người ta, phán xét người ta là sai còn mình đúng, đây là một tâm lý bình thường nhé, thông thường là như vậy.

Khi ai đó làm điều gì sai với mình dù người đấy là bố mẹ hay là một người dung đi nữa thì mình có một cái thói quen, một cái sức mạnh.. mặc dù mình không muốn nhưng mình phán xét người ta là sai còn mình là đúng. Người ta là không tốt còn mình là tốt. Mình không nói mình tốt nhưng mình nói người ta không tốt, người ta sai rồi, người ta làm thế không được, ở đây chắc nhiều người gặp chuyện đấy!

Thế khi mình bắt đầu sinh ra những phán xét đấy, thì mình bắt đầu có những cảm giác là không thích người ta, ghét bỏ người ta, hoặc không thích người ta dù người ta là bố mình hay mẹ mình. Khi bố mẹ mình bảo là con phải làm thế này, phải làm thế kia thì mình nghĩ ngay là mình đúng còn bố mẹ mình sai, phản ứng tự nhiên mà, phán xét mà. Phán xét người ta sai còn mình đúng, xong rồi mình không thích, không thoải mái với chuyện đấy.

Thì kể cả bố mẹ hay người khác, chúng ta hãy nhớ rằng họ đều là những con người mà thôi, họ đều là con người giống mình. Họ không phải thần, không phải Thánh, không phải Phật, không phải Chúa, họ cũng là những con người bình thường giống hệt như mình, họ cũng có những cái vấn đề bên trong giống như mình, họ cũng có nỗi buồn của họ, họ cũng có những nỗi buồn trong quá khứ.

Chẳng lẽ không bao giờ mình có nỗi buồn nào. Họ cũng có những đau khổ của riêng họ giống như mình có những đau khổ của riêng mình dù là những đau khổ ít hay nhỏ. ***Tất cả mọi người đều có vấn đề của họ và khi họ hành xử, họ sẽ hành xử bằng tất cả khả năng của họ.***

Những cái người mà ngày trước họ bị bố mẹ họ đánh nhiều thì bây giờ họ cũng cho rằng việc đánh con cái là chuyện tự nhiên. Nhưng mà nguyên nhân lại nằm từ ông bố, bà mẹ người ta cơ, chứ không phải từ người ta. ***Như vậy thì con người ai cũng đang cố gắng làm điều mà mình cho là ổn nhất cho dù người ta ý thức hay là vô thức về chuyện đấy.***

Ai cũng thế, mẹ mình bố mình, người ngoài cũng thế, nhưng họ chỉ học từng đấy điều thôi, từng đấy kiến thức, từng đấy bài kinh nghiệm sống. ***Cá nhân họ có lịch sử riêng của họ nên là hôm nay họ hành xử theo kiểu mà họ đang hành xử, và đối với họ đấy là điều mà họ có thể làm được tốt nhất, thì ai cũng đang như vậy và mình cũng không khác họ.***

Mình cũng đang làm những điều tốt nhất mình làm được, mình cứ tưởng là mình siêu hơn người ta nhưng không phải đâu vì mình học được từng này điều, chứ cách đây 3 năm hay 5 năm xem liệu mình có làm được như vậy không? ***Mình cũng chẳng có gì hơn họ ở chỗ là mình đang làm điều mà mình cho là đúng nhất, họ cũng đang làm những cái điều mà họ cho là đúng nhất.***

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Khi bố mẹ mình bắt mình làm điều gì thì bố mẹ cũng cho rằng bố mẹ đang làm điều mà bố mẹ nghĩ là đúng nhất. Còn mình cũng đang làm cái điều mà phản ứng cho là đúng nhất, một cách vô thức. *Do vậy cả mình và họ đều không khác gì nhau cả, cả hai người, hai bên đều đang cố làm những cái điều mà mình có thể làm được tốt nhất.*

Nhưng mà do kiến thức khác nhau, hiểu biết khác nhau, nhận thức khác nhau, kinh nghiệm khác nhau, hoàn cảnh điều kiện khác nhau nên là mình đánh giá người ta là họ làm việc xấu với mình nhưng khi mình hiểu điều đấy thì mình thấy là mình với họ giống hệt nhau. Mình thông cảm bởi vì mình cũng không khác gì họ, không hơn gì họ, thế thôi.

Mình thông cảm bởi vì họ cũng đang làm điều tốt nhất rồi, nếu mình giỏi thì mình tập nhiều, mình thông cảm với họ ngay lập tức, còn nếu mình tập ít thì một ngày sau, 5 ngày sau, 1 năm sau, thì nhanh hay chậm chỉ là tập nhiều hay ít thôi. Còn cách để giải quyết để thông cảm đều như nhau.

Bản thân mình từng trải qua những chuyện mà 2 năm sau mình mới thông cảm với người khác. Có những chuyện người ta làm việc xấu với mình ấy, mình đi kinh doanh, mình có ông bạn cũ 5 – 7 năm ông ấy bảo là: *“Anh muốn làm cùng em vì em là người rất thế này, thế kia...”* thế là mình cũng đồng ý, thế là khoảng 2 năm sau phát hiện ra là ông ý chả giúp mình tý nào mà ông ý còn toàn lấy tiền của mình. Lấy mấy tỷ đồng của mình luôn bằng cách làm giả giấy tờ, hồ sơ, hóa đơn... Thế là mình căm tức vô cùng và câu chuyện đẩy mình chỉ hết căm tức người ta sau 2 -3 năm.

Mãi sau này tu tập khá lâu sau rồi mình mới thật sự hết tức người ta và gặp người ta là mình cười một cách bình thường. Vì vậy để thông cảm có những vấn đề phải đến vài năm liền, nhưng nếu tập đi tập lại, tập nhiều thì khoảng thời gian sẽ ngắn lại. *Đấy là cách mà chúng ta dùng cách nghĩ để thông cảm với mọi người trên đời này. Và với cách nghĩ đấy thì tất cả những người nào đã làm điều sai với ta ta đều thông cảm được hết. Nếu ta hiểu điều mà mình vừa nói một cách sâu sắc thì đấy chính là tu, tu là sửa cách mình nghĩ. Tập là đem điều đấy vào cuộc sống này, liên tục. Làm được rồi không làm được, rồi lại cố làm được. v.v...*

Từ nãy giờ em (nói với chị Thảo) chưa nói câu chuyện gì đúng không, em nói rằng đến bây giờ em có thể hoàn toàn thông cảm với bố mẹ của em đúng không, xin mời em kể câu chuyện của em...

Câu chuyện của bạn Thảo

Bạn Thảo – Hà Thủy Nguyên: *Câu chuyện của em thì nó bắt đầu từ sự đối lập giữa bố mẹ em và bản thân em từ khi em còn rất bé. Bố mẹ em là người rất là dễ chịu luôn luôn chỉ đưa cho em một cái kết quả và em bằng tất cả mọi thứ, mọi cách để em phải đạt được kết quả đấy. Đương nhiên kết quả đấy thì họ đòi hỏi rất là cao, và bao giờ họ cũng muốn em phải là số 1. Cái đấy bắt đầu từ khi em viết văn.*

Trong Suốt: Minh gặp bạn Thảo cách đây khoảng bao lâu? 10 năm nhi?

Bạn Thảo: *Làm gì 10 năm anh? Hồi đấy em học năm thứ 1.*

Trong Suốt: Thế mấy năm?

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Bạn Thảo – Hà Thủy Nguyên: 8 năm.

Trong Suốt: Bạn Thảo là một nhà văn rất là trẻ và có một quyển sách rất nổi tiếng như là “*Điều nhạc trên gian*”. Có ai biết quyển đấy không ạ? Quyển đấy kỳ lạ nhỉ, mình còn nhớ mãi đến bây giờ. Em viết quyển đấy từ khi còn nhỏ lắm đúng không?

Bạn Thảo – Hà Thủy Nguyên: *Em viết quyển đấy từ năm em học lớp 8.*

Trong Suốt: Đấy, từ lớp 8, lúc mình gặp bạn ấy thì bạn ấy đã thành danh rồi nhưng mà bạn ý viết quyển sách ấy từ hồi lớp 8, quyển đấy rất hay, rất là kỳ lạ, một sự tương tượng vô cùng hay, vô cùng phong phú. Nhắc chuyện này để quay lại câu chuyện là bạn ấy có những thành công từ rất sớm, lớp 8. Em kể tiếp câu chuyện đi.

Bạn Thảo – Hà Thủy Nguyên: *Vâng vì thế nên là lúc đầu bố mẹ em cũng hơi lo lắng vì sợ ảnh hưởng đến việc học tập. Nhưng mà có một cái em làm xoa dịu được các cụ vì tác phẩm đấy có một cái thành công nhất định. Và sau đấy thì họ rất là ủng hộ con đường của em. Nhưng họ rất muốn em phải trở thành một hình mẫu gì đấy rất là lý tưởng. Vì thế cho nên suốt cả cái quãng năm cấp 2 cấp 3 lúc nào em cũng phải sống theo một cái hình mẫu do các cụ vẽ ra. Và đến khi lên Đại học thì em nhận thấy một sự lên gân quá là mỗi mệ, lúc đấy thì bắt đầu đi theo và rẽ sang một hướng khác và cái hướng kinh dị nhất, cho bố mẹ em chóng mặt nhất đấy là cái việc em lấy chồng từ rất là sớm. Ví dụ như ở đây **chắc rất nhiều người bắt phải lập gia đình và bố mẹ luôn luôn tìm mọi cách để bắt mình lập gia đình nhưng mà em thì vì lập gia đình nên gây mâu thuẫn với cả bố mẹ.***

Trong Suốt: Sớm là bao nhiêu tuổi hả em?

Bạn Thảo – Hà Thủy Nguyên: *Hồi đấy em đang học năm thứ 2 đại học. Và lúc đấy thực ra thì em không muốn lấy chồng nhưng mà vì có con nên phải lấy. Cuối cùng chính bố mẹ lại bắt em phải lấy chồng vì chính em thì chỉ muốn đẻ con thôi chứ không cưới.*

Và sau đấy, từ khi có con thì em bắt đầu cảm thông dần với bố mẹ. Mình mới hiểu được là vì sao bố mẹ lại mong muốn mình như thế. Bởi vì bố mẹ nào cũng muốn con an toàn nhất là khi mình có một cái gì đó đặc biệt, khác người thì bố mẹ lúc nào cũng luôn luôn muốn mình thành công, luôn luôn muốn mình ở vị trí hàng đầu.

Thường con cái luôn luôn có một trạng thái là chống đối lại bố mẹ, không cần biết việc A việc B là đúng hay sai chỉ cần là điều bố mẹ muốn thì rất nhiều bạn luôn luôn có hướng ngược lại. Và chính em cũng là một người như thế, chứ nhiều khi chưa chắc mình đã tin chắc rằng điều đó là đúng đâu nhưng bởi vì một cái sự cảm đoán khiến cho mình càng ngày càng bướng bỉnh hơn, càng ngày mình càng muốn thực hiện cái điều đấy hơn.

Chứ nếu như bố mẹ em để cho em thực hiện bất cứ một cái điều gì đấy em thích và sau đấy, sau khi em làm xong rồi, bỏ việc đó qua một bên, thì chắc em sẽ chẳng bao giờ nhớ đến việc đấy. Thực tế là đôi khi cái việc mình chạy theo một cái gì đấy chỉ là cái sự chống đối. Trong Suốt nghĩ sao về vấn đề này?

Trong Suốt: Đấy gọi là hành động bằng phản ứng, rất nhiều người con cho dù gọi là lớn lắm rồi vẫn chỉ hành động bằng phản ứng. Bố mẹ muốn cái này mình sẽ làm cái khác. Không phải

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

là bố mẹ nữa đâu mà thậm chí là bạn bè mình, nghĩa là mình luôn luôn có một hành động bằng cách phản ứng. Mình biết nhiều người như thế lắm, gọi là hành động bằng phản ứng và bây giờ cũng thế, lớn tướng rồi vẫn thế.

Bạn Thảo: *Thì bây giờ đến lượt em phải đối mặt với con em. Con em nó cũng tiếp tục như thế. Đương nhiên những điều gì em phải cố gắng với bố mẹ em thì bây giờ em cũng có lúc gặp phải nó phản ứng như vậy. Những lúc đấy em cũng cố gắng để cho nó thực hiện được cái điều nó muốn trong cái sự kiểm soát của mình để nó không làm điều gì đấy dại dột. Ví dụ như là nó muốn nghịch phá cái gì đấy, nó muốn vẽ lên tường, ví dụ như rất là nhiều người nói con cái vẽ lên tường không được, nhưng em vẫn để cho nó vẽ thoải mái, tất cả những điều đấy em sẽ cho nó nhận biết và dần dần điều chỉnh nó và cho nó biết việc vẽ lên tường nó gây ra những tác hại như thế nào.*

Trong Suốt: Hành động bằng phản ứng, đấy là một trong những vấn đề của con cái với bố mẹ nhưng khi nào ai đó nuôi con rồi sẽ biết. Người ta bảo là “ Có nuôi con mới hiểu lòng cha mẹ” mà. Con mình nó cũng sẽ giống hết như mình ngày xưa, hành động bằng phản ứng.

Bạn Thảo: *Cũng chính bởi vì từ khi em có em bé, đấy cũng là một cái cơ duyên. Vì nếu như không có nó thì chắc là em sẽ không bao giờ em hiểu được bố mẹ em và em sẽ tiếp tục phản ứng như thế.*

Trong Suốt: *Hành động phản ứng là một thói quen, nhưng nó xuất phát từ việc mình có cảm xúc tiêu cực khi ai đó bắt mình làm một cái gì đấy, sau đó mình không muốn làm, sau đó mình phản ứng nó.* Phản ứng có thể bằng cách ngoài mặt vâng dạ nhưng bên trong mình không thích và mình không làm đúng như thế.

Nhưng dần dần khi lớn lên, nó đủ lâu thì nó sẽ **biến thành thói quen là hành động bằng phản ứng**. Người ta cứ muốn làm như thế bởi vì tỏ ra rằng bố mày không thế đâu, bố mày không kém như thế đâu, kể cả người ngoài lẫn người trong nhà. Bố mày là người gì đấy đặc biệt hơn, không tầm thường như thế đâu. Thế là bắt đầu họ hành động bằng phản ứng. Cái này mình thấy khuôn mẫu ở nhiều nơi. Nhưng có lẽ điều này nằm ngoài chủ đề ngày hôm nay và sẽ nói vào một buổi khác. Dành cho những bạn, những người mà chuyên hành động bằng phản ứng thôi, nhưng nằm ngoài chủ đề ngày hôm nay mất.

Vậy thì quay lại chủ đề ngày hôm nay như bạn Thảo nói là **nuôi con mới hiểu lòng cha mẹ**. Khi mình sống và mình suy nghĩ sâu sắc mình sẽ hiểu và thông cảm với bố mẹ mình. Kể cả khi bố mẹ mình bảo mình phải lấy chồng thì sau này chưa chắc mình đã vượt qua chuyện đấy với con cái mình đâu. Nếu mình không tu tập gì thì có khi mình lại làm lại như thế. Nên là rất nhiều những khuôn mẫu mình tưởng là bố mẹ mình sai nhưng lớn lên mình mới thông cảm với bố mẹ mình được.

Ở đây quay lại câu chuyện là **muốn thương yêu được ai thì phải hiểu được họ. Nên là phải hiểu mới thương được, không hề có loại thương mà không cần hiểu**. Mình xin khẳng định là **không thể có loại thương mà không cần hiểu**. Nhưng người ta thì luôn nghĩ rằng chỉ cần thương là đủ rồi, không cần hiểu nên là luôn luôn gây đau khổ cho nhau, kể cả đây là tình vợ chồng, tình cha mẹ, tình đồng nghiệp nữa...

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Tất cả các loại tình cảm đều không thể thương mà không cần hiểu nên nếu chúng ta thấy thật sự thương ai đấy chúng ta phải tìm cách hiểu họ. Bố mẹ muốn thực sự thương con bố mẹ cần phải tìm cách hiểu con, con cái muốn thực sự thương bố mẹ phải tìm cách hiểu bố mẹ, còn không thể thương kiểu chung chung khuôn mẫu được. Phải khi chúng ta hiểu chúng ta mới biết cách thương cho đúng cách.

Anh Lân: Cho anh hỏi là nếu không hiểu thì chứng tỏ không thương?

Trong Suốt: Không có hiểu thì có thể không thương lắm hoặc không biết cách thương. Không biết cách thương là vì mỗi người có một giới hạn về nhận thức của mỗi con người.

Anh Lân: Qua nhiều năm tháng rồi mà họ vẫn như thế thì sao ạ?

Trong Suốt: Có thể họ không đủ khả năng để hiểu, có những người nhận thức của họ giới hạn. Hoặc không hiểu được rằng là phải cố tìm hiểu nó đi trước khi thương nó. Đấy là lý do mà tại sao buổi ngày hôm nay nó xảy ra, vì có nhiều người nói về chuyện đấy.

Câu chuyện của một chị vì không nghe lời mẹ mà lấy chồng và gia đình không hạnh phúc

Chị A: *Mình hôm nay là buổi đầu tiên, xin lỗi các cô, có lẽ là mình gàn như cũng là nhiều tuổi và chắc chỉ sau mấy vị lớn tuổi ở đây thôi. Mình thì có quan điểm ngược lại là này giờ mọi người đề cập đến việc bố mẹ hiểu mình nhưng mà mình lại nghĩ là chính mình lại không làm bố mẹ hiểu ra mình. Vì thế cho nên là mình rất là vất vả và mình muốn là có người nào đấy nói về vấn đề: nếu như mình hiểu ra được tất cả là do mình thì cơ sự có lẽ không như thế này.*

Trong Suốt: Chị ví dụ cụ thể một câu chuyện đi ạ?

Chị A: *Ví dụ như là vì ngày xưa bố mình là giáo viên, mẹ mình cũng là giáo viên nhưng vì rằng cái nghề đấy ngày xưa rất là vất vả nên là bố mình bắt mẹ mình chuyển nghề thành một người thợ may. Sau này thì mình cũng theo nghiệp của mẹ là theo nghề thợ may nhưng mà bố mình cũng mất rất là sớm. Bố mình mất khi mình mới 19 tuổi thôi, trong tay mình là 4 em và đứa bé nhất là 4 tuổi thôi. Lúc đấy mình mới học lớp 12, mình không được như các bạn là nguyện vọng thế này thế kia mà là làm thế nào để mình nuôi được các em mình và phụ giúp mẹ mình.*

Trong quá trình nuôi các em như vậy thì mình rất là vất vả, lúc đấy mình 19 – 20 tuổi, là tuổi mình có thể quyết định cái sự nghiệp và các sự việc trong gia đình của mình. Lúc đấy mình quen biết được rất là nhiều người và có vài anh bạn trai đến tìm hiểu. Mẹ mình rất ưng một anh, anh ý làm lái tàu, thế mà mình lại ưng một cái anh khác lúc đấy chỉ là một người thợ thôi.

Hàng ngày, anh thợ ấy ngày nào cũng đến và anh ý tác động đến mình, chăm sóc em, dạy dỗ em, và ngoài ra thì thoả cũng có đưa tiền cho mình để mình nuôi các em mình. Và mình thương người đấy còn cái anh kia thì vì anh ý lái tàu nên một năm chỉ có thể là 2 -3 lần gặp nhau. Mình thì nghĩ là nếu mình lấy người đấy thì sau này đàn em của mình sẽ không được có người chăm sóc. Còn nếu như mình chọn anh thợ kia thì sẽ luôn luôn có một người đứng cạnh mình để cùng mình chăm sóc các em mình.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Thế là lúc đấy mình quyết định lấy cái anh đấy và lúc đấy mình 23 tuổi. Mình lấy anh đấy sau 4 năm tìm hiểu nhau. Thế nhưng mà bây giờ thì rất vất vả, vì lấy nhau xong mình thấy không hiểu nhau được, và không hợp nhau và khiến bây giờ cuộc sống của mình là vất vả. Tất cả mọi thứ là do mình tự lập hết, mình không nhờ được ai hết, cho nên tất cả những vấn đề các bạn nói ở đây không ai phù hợp với hoàn cảnh thực tế của mình cả.

Mình muốn nói là cái sai lầm của mình là không nghe lời mẹ mình, lấy cái anh kia thì anh ý sẽ có điều kiện hơn, mặc dù anh ý đi xa thì anh ý không thể chu cấp cho mình bằng tình cảm nhưng mà ít nhất là về mặt vật chất. Nhưng mà vì mình không nghe theo mẹ mình mà mình chống đối lại, thế là mình lấy cái anh kia mà anh đấy suốt ngày nịnh bợ mình. Thế là bây giờ đến một mức độ nào đó rồi, con mình một người học hết lớp 1 và một sắp thi cấp 3 rồi, và đến bây giờ mình cảm thấy mình không hạnh phúc và mẹ mình cũng cảm thấy mình không hạnh phúc, lúc nào cũng lo lắng cho mình. Mặc dù mình là chị cả trong gia đình và tất cả những tình yêu mình dành hết cho em mình, mình nuôi em mình mà. Câu chuyện của mình là như vậy. Mình làm thợ may, lần đầu tiên mình nói trước đông người như thế này và mình cảm thấy rất run.

Trong Suốt: Câu chuyện rất hay. Cảm ơn chị đã chia sẻ. Giá mà mình lấy anh thủy thủ tàu, giá mà mình nghe lời mẹ... Thi ở đây nó có nhiều vấn đề hơn là vấn đề nghe lời mẹ. Vấn đề của chị nói nó đi ngoài vấn đề mẹ con rồi đấy, mình bắt đầu nói về vấn đề “giá mà”

Chị A: *Thì khác với những người ở đây, các bạn đi theo con đường của mình và trở thành người thành đạt. Còn mình đi theo con đường của mình chọn thì mình lại không đạt được những gì mình muốn, và mình cảm thấy có rất nhiều nỗi lòng muốn chia sẻ với mọi người để có thể nhìn ra được cái vấn đề đấy, để tránh được.*

Trong Suốt: Theo chị, cái sự không hạnh phúc của chị là do chị không nghe lời mẹ hay còn lý do nào khác?

Chị A: *Cũng có thể là do lúc đấy mình không nghe lời mẹ mình là điều cơ bản nhất. Và thứ hai nữa là do cách mình nhận biết được cái vấn đề xã hội chưa được chính xác.*

Trong Suốt: Theo chị cái nào là cái cơ bản nhất trong câu chuyện này?

Chị A: *Theo mình thì có lẽ là do mình không nghe lời mẹ.*

Trong Suốt: Sau lần đấy chị có nghe lời mẹ chị ở những chuyện khác không?

Chị A: *Có lẽ là rất nhiều.*

Trong Suốt: Sau lần đấy cơ ạ?

Chị A: *Sau lần đấy thì rất là nhiều. Và từ cái kinh nghiệm đấy mình truyền đạt lại cho các em mình.*

Trong Suốt: Không ạ, theo ý em là cụ thể từ sau khi chị lấy anh ý rồi thì mẹ chị còn khuyên chị cái gì khác nữa không? Và chị có nghe lời mẹ nữa không?

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chị A: *Có, sau này có rất nhiều cái. Nói chung là mình vẫn nghe.*

Trong Suốt: Trong câu chuyện này của chị đi ạ, cụ thể là sau lần đấy chị có nghe lời mẹ mình không?

Chị A: *Sau câu chuyện đấy mình nghe lời mẹ mình.*

Trong Suốt: Chị hoàn toàn nghe lời mẹ mình? Sau đó chị có thấy là nghe lời mẹ mình thì chị hạnh phúc hơn không ạ?

Chị A: *Nói chung là về cơ bản nghe lời mẹ mình. Vì cuộc kết hôn đó là cái lớn nhất trong đời mình mà mình không nghe lời mẹ mình. Còn sau này cuộc đời của mình, mình nghĩ là tự mình quyết định là chính thôi.*

Trong Suốt: Vâng, chị vừa nói là không nghe lời mẹ thì chị không hạnh phúc, xong rồi chị lại bảo tự mình quyết định là chính. Nó hơi mâu thuẫn đúng không ạ?

Chị A: *Vì là mình thấy là sau này khi mình hiểu ra được vấn đề rồi thì mình đã có con rồi nên mình nghĩ ra là nếu mình có một lập trường rõ ràng và đúng đắn thì mình có thể làm được mọi việc.*

Trong Suốt: Như vậy thì lỗi chính không phải là vì chị không nghe lời mẹ. Chị vừa mới nói là quyết định hạnh phúc hay không là do mình có lập trường rõ ràng, đúng đắn và mình biết cách lựa chọn đúng không ạ? Thế như vậy, mẹ chị lúc đấy cũng chỉ mang tính tham khảo thôi. Em ví dụ nhé, kể cả chị có lấy anh thùy thủ kia, chị có chắc chắn là chị sẽ hạnh phúc không?

Chị A: *Mình cũng chưa biết được điều đấy.*

Trong Suốt: Theo chị bao nhiêu % là sẽ hạnh phúc? Ý kiến khác; Có thể sau khi lấy chị, anh thợ kia mới khó khăn thế, có thể nếu lấy người khác thì lại khác, mọi việc nó phải ở trong mối quan hệ với nhau.

Chị A: *Theo mình thì lúc đấy nhà mình rất là nghèo. Mình nghĩ là lấy chồng cũng là do duyên số thôi, nhưng mình nghĩ có lẽ nếu mình nghe lời mẹ thì mọi chuyện đã khác.*

Trong Suốt: Theo chị thì chị tin bao nhiêu % vào cái “có lẽ” là chị sẽ hạnh phúc? Chị không nghe lời mẹ nên chị không hạnh phúc? Chị tin bao nhiêu % vào việc đấy.

Chị A: *Mình nghĩ là 60% - 70%.*

Trong Suốt: Như vậy nó hoàn toàn là có lẽ, nếu mà thực sự là sẽ hạnh phúc thì chị phải nói là 100%, đúng không ạ? Nếu thực sự đúng là do không nghe lời mẹ thì chị phải nói là 100%, chị ngồi đây và nói chắc như đinh đóng cột là 100% do tôi không nghe lời mẹ nên tôi thế này, nhưng đến như chị cũng chỉ nói là 60 – 70% thôi thì đây không phải là vấn đề là nghe lời mẹ hay không. Ở đây vấn đề nó khác lắm, rất nhiều vấn đề.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chị A: *Không bởi vì là mình nghĩ là bây giờ mình có con rồi thì mình mong muốn cái điều đấy phải là 100% bởi vì mình muốn con mình phải nghe lời mình.*

Trong Suốt: Em chia sẻ kinh nghiệm của em thôi có thể chưa chắc đã đúng theo kiểu của chị. Mà có thể là phải ngồi với chị lâu hơn để hiểu hơn câu chuyện. Em nghĩ thì hoàn toàn không phải như vậy. Không phải do sự không nghe lời mẹ mà chị bất hạnh.

Vì thời điểm đấy không ai đảm bảo với chị rằng chị lấy ông thủy thủ chị sẽ hạnh phúc, nhưng bây giờ khi chị đang không hạnh phúc thì chị muốn tìm một cái lý do nào đấy bên ngoài mình để đổ cho cái không hạnh phúc đấy.

Và chị cho rằng đó là do ngày xưa không nghe lời mẹ. ***Đấy là mình đang có một thói quen. Khi người ta có một đau khổ, người ta có một thói quen là tìm một lý do nào đấy để đổ cho cái đấy.*** Vì cái đấy bây giờ nó qua rồi, ngày hôm nay chị không thể sửa được nữa nên chị muốn đổ cho một cái gì đấy đã từng qua, qua đi mà không sửa được nữa. Khi không hạnh phúc tôi rất muốn tôi là một nạn nhân chứ không phải là người gây ra điều bất hạnh đấy.

Đấy là tâm lý rất bình thường. Khi tôi bất hạnh tôi sẽ tìm ra là ông A, bà B, ông C... là người gây ra cho tôi bất hạnh, không bao giờ tôi nói tôi là người gây cho tôi bất hạnh cả. Và tôi luôn luôn muốn nói rằng bây giờ tôi không thể thay đổi được gì nữa, đấy là tâm lý của người bất hạnh, tôi không thể thay đổi được gì nữa bởi vì một cái gì đấy đã từng xảy ra, và như vậy thì không phải là cách nhìn đúng đắn.

Nếu chị nghĩ như vậy thì chị không cải thiện được bất kỳ tình hình nào, ngay kể cả tình hình bây giờ của chị. Chị hãy nghĩ một cách khác đi, cái việc ngày hôm nay tôi bất hạnh, có thể là việc này nó liên quan đến trong quá khứ, có thể rất nhiều chuyện liên quan đến quá khứ nhưng không hoàn toàn nằm ở đấy, mà nó nằm ở cách mà tôi đối diện với tình huống này như thế nào.

Nếu chị nghĩ được như vậy thì ngay ngày hôm nay chị bắt đầu thay đổi được vấn đề của chị. Nếu chị không nghĩ được như vậy thì chị luôn luôn tìm một đối tượng nào đấy để đổ cho cái nỗi không hạnh phúc của mình. Giả sử bây giờ chị không đổ cho việc không nghe lời mẹ thì chị sẽ tìm ra một câu chuyện khác và không bao giờ, quan trọng là không bao giờ chị thay đổi được cái mà ngày bây giờ chị đang có vì cái tâm lý đấy.

Nhưng nếu mình có tâm lý là tôi là chủ của vấn đề, tôi chính là nguyên nhân và bất hạnh của tôi thì chị bắt đầu thay đổi được nó từ hôm nay. Còn cụ thể hơn thì chắc là hôm nào có duyên mình sẽ ngồi với nhau, nhưng đấy là cách chia sẻ, cách nghĩ của em. *Nếu mình còn cho rằng bất hạnh của mình là do cái gì đổ vào mình và mình chỉ là nạn nhân thôi thì chẳng bao giờ mình thay đổi được nó, mình chỉ mãi mãi là nạn nhân đến cuối đời và không cần thận chị còn gây tâm lý đấy cho con cái của chị. Con cái của chị, chị biến nó thành nạn nhân. Nếu mà tốt nhất chị có thể biến nó thành những người hiểu rằng: hạnh phúc của mình có thể thay đổi được cho dù bất kỳ những gì kinh khủng có thể đã xảy ra nhưng ngày hôm nay mình có thể làm cái gì đấy. Em nghĩ đấy là cách suy nghĩ tích cực mà đúng đắn hơn. Chị đồng ý không ạ? Chắc là khó đồng ý nhưng đấy là cách nghĩ của em.*

Chị A: *Mình đang nghĩ...*

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Trong Suốt: Vâng, còn cách nghĩ cũ của chị là không có cơ sở luôn vì chính chị còn nghĩ là chỉ có 60% - 70%. Còn em thì thấy chắc là không phải mấy %, chắc là 0% nào mới đúng. Nhưng mà quay lại là em không phủ nhận, không có nghĩa là mình không nghe lời bố mẹ, em nói thế là trong trường hợp của chị thôi.

Còn nói chung, những người đi trước có nhiều kinh nghiệm cũng quý, vì họ đã trải qua những đau khổ và họ đã quan sát rồi. Mình có được cái ngày hôm nay cũng là ông Phật ông ý trải qua những đau khổ và ông ý quan sát được, ông ý nói cho mình biết. Tất nhiên ngoài cái việc quan sát, mình phải có kinh nghiệm về việc đấy nữa.. Nên mình nên lắng nghe lời bố mẹ, nên lắng nghe và nên cân nhắc rất là cẩn thận. Chỉ có điều là mình không mù quáng và cho rằng đấy là tuyệt đối đúng. Vì cuối cùng khi mà bố mẹ mình mất đi rồi thì mình vẫn là người tự đi con đường này.

Mình phải có khả năng biết đánh giá nhận xét và nhìn nhận, thành ra tốt nhất là chị kết hợp giữa cả hai, giống như là mình đi về phía phương Bắc thì mình nhìn sao Bắc Đẩu, còn đi trên đường phải có ỏ gà, ỏ voi... Mình phải biết cách đi rừng đi núi nhưng mình cũng cần một ngôi sao phía Bắc để mình đi. Mình nên tham khảo sao trên trời. V.v... Nhưng mình cần phải đi ngay tại đây này, vì chắc gì hướng đi phương Bắc đã đúng mà hướng đi phương Nam đúng hơn thì sao. Ví dụ có những trường hợp bố mẹ hoàn toàn sai, ví dụ như thế, không sao cả nhưng mà mình là người cân nhắc lựa chọn và mình trải nghiệm nó.

Một chị khác: *Thưa các cô ở đây, và thưa chị là em cũng muốn chia sẻ với chị một chút vì em cũng trải qua đời sống hôn nhân được 12 năm rồi thì em chia sẻ một ít câu chuyện. Mình cũng trải qua câu chuyện này cách đây 12 năm. Khi đó thì cũng có rất là nhiều anh như câu chuyện của chị, cũng tìm hiểu. Nhưng mà khi em quyết định em lấy chồng em thực ra thì lúc đấy bố mẹ em cũng không phải là đồng ý hoàn toàn, cũng có nhiều cái không đồng ý và em thì em vẫn quyết định lấy.*

Thực ra là khi bọn em lấy nhau thì có đợt cũng rất là khó, và hai vợ chồng phải tự lập và vươn lên rất là nhiều. Đến bây giờ thì cuộc sống của em cũng có nhiều cái thay đổi và em thì ngay từ bắt đầu 12 năm kết hôn cho đến tận bây giờ, em nghĩ là không ân hận khi em lấy người này người kia không phải là có kinh tế ngay từ lúc đầu, mà em hoàn toàn có thể lựa chọn.

Cho đến bây giờ cũng thế, em vẫn luôn đề cao cái đời sống hạnh phúc là ở tình cảm chứ em chưa bao giờ coi trọng đến vật chất. Ngay cả đến lúc khó khăn em vẫn chưa bao giờ ân hận là em đã lấy một người chồng mà đã không cho mình kinh tế ngay từ lúc đầu cả bởi vì em nghĩ là cái quan trọng nhất với em là giá trị tình cảm mà vợ chồng có với nhau. Vợ chồng là thương nhau chứ không bao giờ em đánh giá ở giá trị vật chất. Mặc dù có nhiều lúc rất là vất vả và thế nhưng mà thực sự em thấy như các cụ nói là cái số nó như thế.

Nhưng mà đến khi em thắm nhuần và em theo bên giáo lý của Phật pháp thì em hiểu rằng đời này mình sướng hay mình khổ là do cái nhân quả từ kiếp trước của mình. Nghĩa là mình kiếp trước mình năng làm việc thiện rồi mình bố thí, cúng dường rồi thì cái đời này mình sẽ được hưởng những cái điều đấy và cuộc sống của mình sẽ khá hơn dù lúc đó chị có thể lấy người chồng rất là nghèo.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Từ lúc em chưa theo Phật nhưng em rất luôn hành thiện thì em có thể hưởng những quả và đời sống của mình khá hơn về vật chất, chứ đừng có nghĩ là do mình thế nọ thế kia. Vì chắc gì chị tin là chị lấy anh thủy thủ sẽ khá hơn. Có thể người ta sẽ khá hơn lúc đầu nhưng lấy nhau xong anh ý sẽ không khá nữa, và rất vất vả.

Đó, em nghĩ là thế nên chị đừng nghĩ rằng chị đã sai lầm, đó hoàn toàn là do mình, cái nhân quả của mình nó tạo nên như thế. Và em vẫn chỉ luôn mong muốn mình có một cuộc sống hạnh phúc đó là cái điều trên hết thôi. Còn nếu là chị, em sẽ hướng cho con mình điều khác. Và đây là chia sẻ vì thực ra chị thuộc thế hệ 7X nên sẽ có những cái khác bọn em, bọn em thuộc thế hệ 8X đã trải qua những chuyện như thế.

Có thể mình lấy một anh kinh tế khá hơn nhưng về mặt tình cảm lại không hợp thì cũng có thể là do cả 2 người. Khi đời sống mình có tu tập hơn thì mình sẽ biết bỏ qua những cái lỗi; mỗi người có một cách nhìn khác hơn và lúc đó mình cũng thay đổi... Trước tiên mình cần phải thay đổi mình và có một cách nghĩ khác. và đây là chia sẻ của em ạ.

Trong Suốt: Cảm ơn chị ạ. Chắc là phải có buổi về hạnh phúc gia đình đúng không ạ? Tại vì em thấy câu chuyện của chị nói liên quan đến con chị nên có lẽ lúc nào đấy chị gặp riêng em nếu không chị lại dạy con chị như thế nữa. Nhưng quay lại vấn đề con cái và cha mẹ. Bạn Hạnh hôm trước viết một bài rất hay trên trang Trong Suốt, hôm nay nhờ Hạnh có thể chia sẻ lại.

Bạn Hạnh: *Như Trong Suốt có chia sẻ là chỉ có khi mình hạnh phúc thì người ta mới hạnh phúc. Theo quan điểm của em thì em thấy là khi mà chị đến tuổi thì chị nghĩ là: làm thế nào để có một người chia sẻ với mình việc nuôi các em thay mẹ. Tiêu chí của chị lúc đấy là anh ý, chứ không phải là chị tìm hiểu anh ý xem là hai người có hợp nhau không để lấy nhau. Sau này khi lấy nhau vì anh ý không cho chị được cái sự giúp đỡ như là chị mong đợi thì chị cảm thấy như thế là cuộc sống của chị không hạnh phúc và chị nghĩ là lý do vì mình không nghe lời mẹ. Vậy thì em nghĩ ở đây là tại cái thời điểm đó với chị hạnh phúc là sự hy sinh cho gia đình nhưng thực sự đấy là một cái sai. Dẫn đến tiếp theo như chị nói là do chị không nghe lời mẹ nên chị không hạnh phúc thì sau đó chị giáo dục con chị là phải nghe lời mình 100% mới hạnh phúc, đấy là theo quan điểm của em là không nên.*

Còn câu chuyện của em là mối quan hệ, giữa bố mẹ và con cái trong gia đình là khó giải thích hơn với mối quan hệ bên ngoài. Ví dụ như bạn bè làm sao với mình thì việc đấy qua rất là nhanh nhưng với bố mẹ mình thì mình cảm thấy không vừa ý, bố mẹ thì mình cảm thấy rất là khó chịu. Và bản thân em, em cảm thấy mấy năm lận đận, em thấy mình rất là tự lập. Nhưng trong cái suy nghĩ mình thấy mình luôn nhờ mẹ theo một cách vô điều kiện và mong rằng mẹ làm việc đấy cho con theo một cách vô điều kiện.

Hóa ra là từ bé khi mình sinh ra mình đã được bố mẹ chăm sóc rồi nuôi nấng, nên là mình cảm nhận rằng việc bố mẹ yêu thương mình là việc hiển nhiên nên việc sau này mình lớn lên và bố mẹ không hiểu mình thì mình cảm thấy là mình đau khổ. Vì từ trước đến nay mình luôn nhận được tình yêu thương của bố mẹ rồi và bố mẹ luôn ở đấy, sẵn sàng đáp ứng. Thế bây giờ mình cảm thấy không thoải mái vì bố mẹ không hiểu mình thì mình cảm thấy khó chịu.

Em nghĩ là vì sao trong quan hệ bạn bè hoặc là quan hệ không phải thân thiết ruột thịt, thì em nghĩ với bạn bè mình có thể giúp được bao nhiêu thì mình giúp hoặc là mình không đòi

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

hỏi người ta thế này thế kia với mình. Nhưng về phía bố mẹ thì mình mặc dù trong sâu thẳm mình thấy mình rất tự lập nhưng mình vẫn mong bố mẹ hiểu mình vô điều kiện, tức là đáp ứng nhu cầu của mình vô điều kiện, nên là khi không hiểu thì mình cảm thấy đau khổ.

Khi mình nhận ra rằng đây là cái suy nghĩ mình mong muốn như thế và mình suy nghĩ là thông cảm cho bố mẹ vì bố mẹ là thế hệ trước. Bố mẹ có suy nghĩ khác. Thì mình thấy là: à, mình cũng cần phải hiểu bố mẹ, giống như là mình đang mong muốn là bố mẹ hiểu mình thì tự nhiên sự việc sẽ trở nên đơn giản hơn. Mặc dù mối quan hệ giữa bố mẹ với con cái sẽ trở nên dễ dàng sẽ phải qua thời gian thì mới hiểu được. Đây là suy nghĩ của em trên Trong Suốt là như thế.

Mối quan hệ của mình luôn luôn đặt ranh giới và em tự cảm nhận thấy là nếu như mình không cảm nhận được cái việc như vậy thì mối quan hệ sau đó nó sẽ liên quan đến cả thế hệ sau nữa. Ví dụ như mình chọn một người chồng hoặc mình chọn một người yêu chẳng hạn, thì mình cũng lại có mong muốn cái người thân thiết ngoài bố mẹ ra thì người đấy cũng phải là người hiểu mình và nếu mình cảm thấy là người ta làm cái gì đấy khó chịu với mình thì mình không thoải mái.

*Có thể chính là vì từ những cái mối quan hệ sau này với người yêu của mình thì mình nhận ra là: à hóa ra mình đòi hỏi bố mẹ mình vô điều kiện mặc dù mình đã làm được rất nhiều thứ, như việc mình đã tự lập được sớm hơn người khác, hoặc thế này thế kia nhưng trong sâu thẳm của mình luôn luôn có mong muốn bố mẹ phải hiểu mình vô điều kiện. Khi mình cảm nhận được rằng là cái mong muốn của mình dành cho bố mẹ mình nhiều quá, thì mình nghĩ là mình cần phải hiểu bố mẹ đã, **đúng là mình hạnh phúc thì mình sẽ đem lại hạnh phúc thực sự cho bố mẹ.***

Trong Suốt: Đúng vậy, mình có một thói quen đòi hỏi bố mẹ với mình là phải yêu thương mình một cách vô điều kiện. Rất buồn cười đúng không ạ? Bố mẹ mình không đòi hỏi mình phải yêu thương bố mẹ một cách vô điều kiện nhưng mình thì đòi hỏi ngược lại.

Anh Lân: *Bố mẹ có đòi hỏi ạ. Nhưng ngay từ khi còn nhỏ mình đã hiểu rằng mình không cần tình yêu thương từ ai cả. Mình có một nhu cầu là trong mình có rất nhiều tình thương. Thậm chí mình có thể thương yêu từ trẻ lang thang cho nên mình nghĩ là mình có thể yêu thương cả vũ trụ này. Đã có lúc mình cảm nhận như thế, mình không cần tình thương yêu của bố mẹ, bố mẹ cũng không cần chăm sóc gì cả mà mình vẫn yêu thương bố mẹ bình thường, thậm chí rất chiều bố mẹ, đoán được ý bố mẹ.*

Nhưng mình nghĩ là khi mình như thế thì đồng thời lại tạo ra một cái là họ đòi hỏi lại mình, lúc nào họ cũng có vấn đề. Mặc dù là 18 – 19 tuổi mình thấy bố mình lao động và khi mình bảo với bố là: “bố ạ, cách làm này của bố là không ổn nếu như bố làm như thế thì có thể sẽ bị thương” thì y như rằng là sau này gãy xương thật, mình luôn luôn nói những cái việc có thể xảy ra như thế nhưng mà về sau là họ luôn có vấn đề. Mình cứ về nhà là họ tấn công mình bằng tất cả những vấn đề của họ. Mà lúc mình bảo thì họ không nghe, đấy mới là cái khó. Bây giờ chẳng nhẽ mình tránh đi bằng cách không về nhà? Chẳng lẽ có mỗi thằng con trai có nhiệm vụ nuôi bố mẹ, lại là cháu đích tôn... chẳng lẽ mình lại không về nhà.

Mình đã từng ra nước ngoài và mình ở nước ngoài mấy năm nhưng mình chỉ có cảm giác là bố mình không thích mình làm điều đấy thì thôi, đi về. Nhưng về thì thấy rằng vấn đề vẫn

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

lặp lại, đến 30 năm nay thì vấn đề vẫn lặp lại câu chuyện đấy. Cả nhà có rất nhiều vấn đề của họ.

Ví dụ khi cả nhà cãi nhau về chùm chìa khóa mình bảo: “viết vào đây, chỗ này là chỗ để chìa khóa” nhưng không ai làm như thế. Mình viết vào và dán vào một chỗ thì họ bóc đi bảo là xấu. Nhưng mà 10 năm rồi vẫn thấy bố mẹ và các em cãi nhau về vấn đề đấy, thế thì mỗi ngày đều đau đầu về vấn đề như thế. Họ vẫn tự hành xác nhau và đổ vấn đề lên đầu mình.

Nó ở trong trạng thái là mình hoàn toàn hiểu và chấp nhận điều đấy. Bố mình thì già rồi và không đi xe được, nhưng ông vẫn thích đi xe máy để tiết kiệm thì mình bảo: “đấy không phải cách tiết kiệm vì tốc độ bây giờ ở ngoài đường nó nhanh, nó đâm vào bố thì con lại phải chăm sóc bố ở trong viện, còn tốn tiền hơn nhiều. Đưa tiền cho bố để bố không phải đi xe máy và số tiền này chỉ để bố đi taxi thôi nhé”. Nhưng bố mình nói là: “Không, tao thích đi xe ôm, rồi ra nhảy xe ôm đi, xong về lại nói là nó bố lão thế này, thế kia” thành ra là câu chuyện hàng ngày vẫn tiếp tục, vẫn là những trạng thái hàng ngày như thế. Thì mình không biết là cách phản ứng như thế nào vì mình đã im rồi. Ừ thôi kệ, cứ làm tiếp nhưng cứ về nhà là vấn đề nó nổi lên như kiểu là có ai đó cầm dao chọc vào người.

Chị Thảo: *Em cũng thấy như thế. Ví dụ như là bố mẹ em chẳng hạn, có những cái rất là buồn cười. Ví dụ như là việc bố mẹ em khỏe mạnh hay là ốm yếu nó đã thể hiện luôn ra bên ngoài rồi, mình thấy hết những điều đấy thế nhưng mà họ vẫn có nhu cầu là ngày nào cũng phải nghe một cái câu là:” hôm nay bố mẹ thế nào”, luôn luôn cần một cái nghi thức kiểu như thế mặc dù câu trả lời của họ đôi khi chỉ là “Ồn, không vấn đề gì” nhưng vẫn phải nói những câu như vậy.*

Anh Lân: *Đúng rồi, họ vẫn muốn là mình mời họ ăn nhưng mình phải lưu ý mình, họ luôn thể hiện là tao không đòi nhưng mà mày phải mời. Có nghĩa là có cốc nước trước mặt mà phải nói đúng ý của họ. Rất khó, mà cuối cùng họ vẫn không vui thành ra là...*

Trong Suốt: *Như cả hai người thì ta đều hiểu là cả hai bên đều mong muốn có những cái vô điều kiện của người kia và không hiểu nhau. Nhưng mà ở đây ai là người thay đổi được bây giờ? Nếu cả hai bên cứ tiếp tục như vậy thì chắc chắn là câu chuyện sẽ mãi mãi như vậy. Nhưng mình hỏi xem là giữa mình và bố mẹ mình ai sẽ là người thay đổi được?*

Anh Lân: *Mình luôn luôn đặt vấn đề là mình trẻ, mình khỏe, mình thay đổi được. Nhưng vấn đề là hàng ngày nó vẫn cứ thế, mọi người hiểu không?*

Trong Suốt: *Vâng, như vậy câu chuyện là thay đổi như thế nào đúng không ạ?*

Anh Lân: *Mình cũng thay đổi các trạng thái rồi, mình thể hiện đủ thứ nhưng vấn đề là mình nghĩ đó chính là khả năng phán đoán của mọi người. Nếu hành động như thế này thì phản ứng và thái độ sẽ là như thế này...*

Trong Suốt: *Bây giờ mọi người tưởng tượng đi ạ. Trong câu chuyện của anh Lân, không phải là anh ở đây mà là một ông Phật ở đây. Ông Phật là con của bố mẹ anh thì liệu ông ý có đau khổ, ông ý có tức giận hay không?*

Anh Lân: *Ông ý chỉ cười thôi!*

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Trong Suốt: Ông ý chỉ cười thôi đúng không ạ! Nếu như vậy thì vấn đề nằm ở ai ạ? Nếu mà vấn đề nằm ở bố mẹ thì ông Phật cũng phải bị chứ? Tại sao mình thì bị còn ông Phật lại không bị? Như vậy vấn đề nằm ở mình. Chắc chắn là như vậy!

Anh Lâm: *Khi nào người thoải mái, khỏe khoắn thì mình còn chịu được. Còn nếu ngày nào nó cũng tác động vào...*

Trong Suốt: Em hiểu, em hiểu. **Để mình nói là nếu mình nghĩ vấn đề nằm ở bên ngoài mình và nằm ở người khác thì ông Phật nào đấy cũng đau khổ như vậy. Nhưng vì ông Phật không đau khổ như vậy nên chắc chắn vấn đề là nằm ở mình và đấy là lý do vì sao mình phải tu tập.** Mình chưa đạt như ông Phật thì mình phải cố gắng hướng đến việc đạt được như ông Phật. Cũng như việc lúc này em nói là **nếu muốn bố mẹ mình hạnh phúc thì mình phải hạnh phúc một cách thật sự.** Nếu mình chưa hạnh phúc thật sự được thì mình phải tập để hạnh phúc thật sự được. Đơn giản thế thôi, đúng không ạ?

Thành ra trong mọi câu chuyện vẫn nói đến một vấn đề, bàn đi bàn lại vấn đề chính là ở mình thôi. **Mình phải tập cách để biết cách hạnh phúc thật sự, đấy là cách tốt nhất để giúp bố mẹ mình.** Cách tốt nhất để giúp bố mẹ không phải là để chiều bố mẹ hay cho bố mẹ cái này cái kia, mà là tập cách để mình hạnh phúc thật sự.

Nếu mọi người sau buổi ngày hôm nay có thể nhận biết được điều đấy và mọi người bắt đầu lên đường thì có thể sẽ đến cái ngày mình hạnh phúc. Có thể chưa thực sự hoàn toàn nhưng **mình càng tiến bộ bao nhiêu thì mình càng bớt khổ bấy nhiêu.** Đây là cái điều mà mọi người nên nhận ra.

Thế còn để hạnh phúc thật sự như thế nào, thì đấy là một quãng đường. Quãng đường đấy thì ở đây đã có một số người bắt đầu đi rồi. Chắc là anh đã đi chưa? – hỏi anh Lâm

Anh Lâm: *Đi rồi!*

Trong Suốt: Đấy, mình phải tìm và tiếp tục đi tiếp. Quãng đường đấy mà mình hay dùng và gọi là tu tập. **Tu là sửa mình còn tập là làm đi làm lại và biến nó thành một thứ rất tự nhiên. Nếu mình không sửa mình và biến cái điều mình sửa thành tự nhiên, thì mãi mãi mình vẫn ở trong vòng luẩn quẩn của các mối quan hệ, cách nghĩ cũ v.v...** Nhưng nếu mình sửa mình dần dần rồi thì bản chất các mối quan hệ nó cũng sẽ thay đổi dần. Khi mình hạnh phúc hơn thì mình sẽ dần dần lan tỏa được và thay đổi được cái mối quan hệ đấy. Còn trong trường hợp xấu nhất là mình không thay đổi được tí nào, thì mình chấp nhận mối quan hệ ấy một cách hoàn toàn, vui vẻ hoàn toàn cho bố mẹ mình mắng chửi mình đủ thứ, điều đấy mình có thể làm được. Thế thì, hy vọng rằng mọi người ở đây bắt đầu bước lên con đường đấy, con đường đấy có người đi rồi, có người chưa đi ...

Chị Nhung: *Em muốn chia sẻ một kinh nghiệm rất là nhỏ của mình để ứng xử nếu như gặp những vấn đề như anh (anh Lâm) và em nghĩ chắc là nhiều người sẽ gặp phải. Có một kinh nghiệm tu tập rất nhỏ vì quá trình tu tập sẽ rất là dài không phải là chỉ có mối quan hệ với bố mẹ mà mình còn tu tập trong rất nhiều việc khác nữa.*

Ví dụ ở đây cụ thể là với bố mẹ em thì em làm thế nào. Ví dụ như là trong trường hợp, em gặp bố mẹ thì câu chuyện đầu tiên bao giờ cũng là lấy chồng đúng không ạ? Sẽ luôn luôn,

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

ngày nào cũng như thế. Thay vì tập ăn nhanh như Trong Suốt thì mình vẫn ăn chậm nhưng ngay khi bố mẹ nói một câu, cái cảm xúc gì đến vào lúc đấy mình tập nhận biết lúc đấy. Ví dụ nếu như là tức chẳng hạn thì mình nói là: Tức tức tức tức... giống như là cái pháp tu của Thầy Thích Nhất Hạnh ấy ạ. Ví dụ lúc đấy tức thì không tiếp tục hành động theo cái tức đấy nữa mà nói “Tức tức tức”, tiếp theo đấy có một cái gì đấy thêm chẳng hạn như là “lo” thì mình sẽ là “Lo lo lo lo” hay là bất kể một cái gì.

Hoặc là ví dụ sự mong đợi thì mình sẽ ghi nhận là “mong đợi, mong đợi, mong đợi” Tức là mình chỉ nhận biết cái cảm xúc lúc đấy thôi. Tại vì nếu không nó sẽ đi như một thước phim vậy. Tiếp theo mình “tức”, “tức” là mình sẽ vụng vụng, vụng vụng, thất vọng, thất vọng và một tuần sau vẫn cứ tiếp tục... và như vậy việc đó nó cứ tiếp tục và liên miên. Nếu như một tuần sau bố mẹ vẫn nói cái đấy thì cái tức nó sẽ lên gấp đôi giống như là lúc này anh nói vậy, nó cứ như một cái mũi dao, nó cứ chọc mình, chọc đi chọc lại, vẫn là cái chỗ đấy. Nếu như mình không nhận ra nó ngay lúc đấy thì mình sẽ bị theo nó. Cái này trông thì tưởng đơn giản nhưng nó không phải là dễ.

Chỉ cần ngay lúc đấy biết cái đấy thì đừng có cố tìm và phải giải quyết mối quan hệ với bố mẹ hay là tôi đang có mối quan hệ này phải giải quyết quá. Ôi, bức xúc! Mình hãy quên tất cả những thứ đấy đi và chỉ tập đơn thuần là nhận biết mọi thứ nó đến vào lúc đấy. Và cái cách đấy mọi người cứ thử xem nó như thế nào. Tất nhiên là trong cái Pháp mà mình tập để yêu thương thì người ta nói tập yêu thương người mình yêu là dễ nhất, anh nói khó nhất là với bố mẹ vì hay bị bức xúc nhất và bố mẹ sống với mình nhưng để tập yêu thương họ thì là dễ nhất.

Giữa 3 người: một người mình yêu, một người mình không yêu không ghét, một người mình ghét. Giữa 3 cái người đấy, thì rõ ràng là tập để yêu người mình yêu là dễ nhất. Tập người mình không yêu không ghét thì là dễ vừa vừa, còn tập người mình ghét và để mình yêu được người mình ghét thì là khó nhất, đúng không ạ? Giống như Trong Suốt vừa nói, phải 2 -3 năm thì phải tập người mình yêu là dễ nhất, tuy nhiên nó cũng là thử thách bởi vì cái người đấy là người mình phải gặp hàng ngày. Còn cái thằng ghét thì mình cố tình không gặp nó thì mình gặp nó lâu hơn, có khi phải 1 năm mới gặp nó 1 lần, giả dụ thế mà mình thấy là ừ vẫn còn ghét nó, thì thấy nó lâu. Còn người mình yêu là gặp hàng ngày, hàng ngày thì cảm thấy nó rất khó và nó rất là thách thức mình.

Giống như là Anh Lâm ấy ạ, anh thấy là bố mẹ thì không thể dứt ra được, còn cái ông mình ghét thì 1 năm mình gặp 1 lần thì mình không phải tập yêu ông ý làm gì. Mình cứ thử gặp còn nếu không thấy yêu ông ý thì lại tập tiếp, nhưng mà cái ông ý thì nó còn xa. Còn nếu cái ông mà mình gặp thường xuyên như người yêu mình, chồng mình, con mình, bố mẹ mình thì mình gặp hàng ngày thì cái tập, cái tập này nghe thử tưởng rất là đơn giản hoặc rất là vớ vẩn nhưng nó là cái mà mình đã tập 3 năm nay và mình thấy hiệu nghiệm đến tận bây giờ.

Khi bố mẹ mình nói đến chuyện lấy chồng hoặc chuyện sao con không chọn nghề này, nghề kia... Vẫn là 2 vấn đề chính từ 10 năm nay rồi mặc dù mình vẫn rất là thành đạt trên con đường mình lựa chọn nhưng bố mẹ vẫn nghĩ là tại vì mình không chọn con đường kia và có thể nếu nó chọn thì sẽ hạnh phúc hơn, hoặc là nếu nó lấy chồng nó sẽ hạnh phúc hơn... Tức là mình hạnh phúc rồi nhưng bố mẹ vẫn luôn muốn mình hạnh phúc hơn cả cái mức mà mình đang hạnh phúc. Kể cả là mình hạnh phúc rồi vẫn không bao giờ là đủ với bố mẹ, thì bố mẹ đặt tình yêu thương là vô cùng đối với mình và như thế này vẫn là chưa đủ. Bố mẹ mình luôn luôn muốn hơn, muốn hơn, muốn hơn. Thì đấy là điều rất là bình thường của bố mẹ. **Và đến**

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

bây giờ khi bố mẹ nói chuyện đó và mình có cảm xúc gì là mình sẽ ghi nhận, ghi nhận, ghi nhận. Và đây là cái cách tập về nhận biết, đây là một cái tập khó, kể cả những thứ đơn giản như mình đi xe và mình biết là mình đang đi xe, hoặc mình nói mình biết mình nói hay là mình uống nước mình biết là mình uống nước.

Đây là cách tập nhận biết thì tập ở cảm xúc thì nó khó hơn, đây là áp dụng của sự tu tập về nhận biết vào mối quan hệ với bố mẹ thì là như thế, là cảm xúc gì đến khi bố mẹ mình nói. Hoặc là hôm nay mình thấy mẹ mình xinh thế thì cái cảm giác đến không chỉ là tiêu cực mà là cả cảm giác tích cực với bố mẹ cũng phải được ghi nhận. Ví dụ như hôm nay mình thấy bố mẹ mình đáng yêu cũng là một cảm xúc phải được ghi nhận. Đó là tập nhận biết cả cảm xúc tiêu cực và tích cực với bố mẹ. Đây là trong khuôn khổ của bố mẹ thì mình chia sẻ thế, nó còn rất nhiều khía cạnh khác, và tu tập và để trở thành một người hạnh phúc thực sự thì phải trong mọi mối quan hệ khác chứ không phải chỉ mỗi bố mẹ. Và cả những người mình ghét, như Trong Suốt nói là phải 3 năm, 10 năm có khi tính bằng đơn vị rất nhiều năm vì những người mình ghét làm cho mình đau khổ thì những người đấy tập còn khó hơn. Đây là một chút chia sẻ về cái phương pháp cụ thể thì là như thế.

Anh Tùng: Ở đây có một số người đã bắt đầu đi vào con đường tu tập thì mọi người có thể chia sẻ một chút về cách chuyển hóa nào đó như chị Nhung vừa chia sẻ không ạ? Để mọi người có thêm về cách nhìn không ạ?

Mọi người chia sẻ cách chuyển hóa những mâu thuẫn giữa bố mẹ và con cái

Anh Lân: *Mình có một thời gian đã tập như thế nhưng mình có một câu hỏi cho Trong Suốt. Mình có cảm giác câu hỏi ấy hơi sâu. Mình thấy cái phản ứng của bản thân mình nhanh hơn là cái suy nghĩ. Nó nhanh quá nên làm thế nào, có phương pháp nào để chậm lại. Bởi vì mình thấy nhận thức của mình nó vượt lên và nó trào ra không kịp nghĩ. Khi mình biết là mình không nên ăn một món ăn nhưng mà nghĩ tới mình thèm, cái cảm giác thèm nó xô đẩy mình lập tức đi ăn, mặc dù mình biết khi mình đang ăn là mình đang sai, mình cảm thấy hết nhưng mình không dừng lại được, nó mạnh quá nó mạnh hơn mình rất nhiều.*

Trong Suốt: Tất cả những vấn đề của anh đều nằm ở chỗ tập. Anh có thể có nhận thức v.v nhưng anh phải tập.

Chị Thảo: *Thực ra em cũng thực hiện một phần cái bài tập của chị. Nhưng em không làm theo kiểu tức tức tức hay như nào mà em đồng ý với anh Lân là khi mình kìm nén bất kỳ một cái gì đấy khi nó quay trở lại nó sẽ bùng phát mạnh hơn rất nhiều. Và khi em nhận biết theo những cái nhận biết mà chị hướng dẫn thì em thấy là ngay khi mà cái nổi bực mình nó còn nhỏ mình nên phản ứng luôn, mình xả bớt ra. Có thể điều đó gây ức chế cho một số người xung quanh nhưng rồi sau đấy cũng là một cái để cho họ hiểu mình còn hơn là để cho mình cứ suốt ngày mình đè nén, để rồi mình chuyển hóa nó một cách dần dần. Mình giảm nó dần dần khi mà mình nhận biết điều đấy thì cho dù một cách vô thức thôi cái sự tức giận, lo lắng và buồn thương nó cũng dần dần đi xuống. Em nghĩ bản thân cái việc nhận biết nó cũng giúp cho cái việc chuyển hóa rồi.*

Trong Suốt: Nếu quả bóng nó căng quá thì phải nghĩ đến việc xì hơi đã đừng nghĩ gì vội, nhưng xì quá thì lại không được.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Chị Hồng: *Như là em chia sẻ thì em cũng có mâu thuẫn với cả gia đình, thế nhưng mà cứ mỗi lần nào mà mâu thuẫn đấy nó nổi lên hoặc là em có sự xung đột gì đó với cả gia đình thì tự nhiên cái việc mà bố mẹ làm tốt với mình mà mình cảm thấy thực sự xúc động thì mình quên luôn. Và em quên luôn là bố mẹ đã từng làm những gì và gây xúc động cho mình, thế thì em mới nghĩ là phải làm thế nào để cho mình thường xuyên nhớ cái hành động đấy, em nghĩ ra bằng cách em viết ra một quyển nhật ký là hôm nay mẹ mình làm những cái này và em cảm thấy là mẹ quan tâm em và em rung động. Và cứ mỗi lần em giận, khi giận thì em sẽ phản ứng và em chọn cách là đọc lại những cái để em viết đấy và khi đọc lại như thế, thì thực sự ra là khi mẹ em và gia đình mà có quát mắng em thì cái việc em đọc nhiều đấy tự nhiên nó hiện lên trong em. Thì việc em phản ứng lại như thế nó giảm dần và em thật sự có sự tiến triển trong việc em phản ứng lại ngay lập tức hay không. Và đó là phương pháp mà em hay dùng, và em thấy đối với em là nó có hiệu quả.*

Trong Suốt: Cách rất hay!

Anh Hà: *Tôi có một cái phản ứng tiêu cực là có một lần khi tôi bị người khác lừa, như kiểu là nó cố gắng lấy tiền của mình và lúc mình đi về nhà thì con giận nó bốc lên, lúc đấy tôi cũng có áp dụng phương pháp là tôi cho phép nó xảy ra. Mình không có lý giải, không có hỏi mình là tại sao mình lại giận rồi tại sao người kia người ta làm như thế và mình cứ tức đi, đã tức cho tức lên và mình cứ nằm đấy để xem con tức giận nó như thế nào đi đến đâu. Và mình đơn thuần mình chỉ quan sát, không kiểm chế gì cả và cho phép nó xảy ra, không hợp lý hóa con tức giận của mình, không hỗ trợ nó, cũng không chống lại nó và mình chỉ để cho nó xảy ra thôi và mình thấy là hóa ra đem đấy là một đêm trải nghiệm rất thú vị và trước đây con giận nó điều khiển mình và làm cho mình mất ăn mất ngủ.*

Và khi mình cứ để cho nó xảy ra và rồi nó không gây căng thẳng cho mình, mình cứ thế quan sát và mình ngủ lúc nào không biết. Đấy là cách mà tôi thấy con giận nó không còn làm chủ được mình và nó không xô đẩy mình và dẫn đến hành động để cho tâm trí mình nó quay cuồng trong cơn giận đấy nữa và mình thoát ra nó một cách nhẹ nhàng. Và khi nhớ lại tình huống đấy thì tôi không còn thấy giận giữ nữa, như mình thấy câu chuyện đấy là mình nhìn thấy chuyện của ai đấy. Cái đấy có vẻ như nó có hiệu quả với tôi.

Trong Suốt: Phương pháp đấy nếu cô đọng, tổng hợp hơn một chút đấy gọi là **phương pháp xì hơi hoàn toàn nhưng trong tâm trí**. Xì hơi hoàn toàn khác với xì hơi trong tâm trí. Chứ chẳng may trước mặt anh Hà là chính cái ông đấy thì anh đâm một phát người ta đúng không? Lúc đấy đang xì hơi dở mà.

Anh Hà: *Mình biết là nếu có lúc đấy nếu mình có phản ứng với mọi thứ thì thời điểm đấy là không ổn, thì cách tốt nhất là trong lúc đấy mình đừng có hành động gì.*

Trong Suốt: Đấy chính là mình xì hơi hoàn toàn trong tâm trí, mình giữ nó trong tâm trí thôi nhưng hay ở chỗ là khi xả hoàn toàn thì mình cho nó về 0. Nếu ở đây ai dám xả hoàn toàn nó sẽ về 0.

Chị C: *Chính xác là theo như bạn ý nói mình cứ đi từ từ và tự mình sẽ kiểm chế mình, mình nghĩ là để cho nó dần dần.*

Trong Suốt: Nghĩa là mình giải tỏa hoàn toàn trong tâm trí của mình.

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

Anh Hà: *Nhưng mà né tránh vấn đề thì nó sẽ quay lại thôi, mình chọn cách là đương đầu trực tiếp với nó. Nhưng mà lại không để cho nó điều khiển mình*

Trong Suốt: Như mình nói là mình có một thái độ kiềm chế và siết chặt nhất định để nó không nổ tung ra. Và ở đây có rất nhiều kiểu người khác nhau đúng không ạ. Có người thì nóng tính còn có người như anh Hà thì không nóng tính lắm, hoặc là cách nói khác đi có những người kiềm chế giỏi, có người kiềm chế vừa phải thôi, có người không kiềm chế nổi. Với mỗi người phù hợp thì có một cách phù hợp khác nhau nên cách của mình có thể không đúng với người bên cạnh là chuyện bình thường.

Nói chung là có 3 cách, cách đầu tiên là kiềm chế hay còn gọi là chống cự, đè nén. Cách thứ 2 là chuyển hóa và cách thứ 3 là chỉ nhận ra. Mỗi người khác nhau sẽ có một cách phù hợp. Ví dụ với những người nóng tính rất dễ hành động thì cần phải tập cách là đè nén, nghĩa là hạn chế tất cả những rủi ro có thể xảy ra. Với những người phản ứng rất mạnh thì bước đầu tiên của họ không phải là cho xả tung ra, vì như thế cực kỳ nguy hiểm với họ - những người đó phải tập cách đè nén, giảm bớt những ảnh hưởng xấu của cơn giận sau đó muốn làm gì thì làm. Thế nhưng một số người đã tập qua đoạn đấy rồi thì có thể tập đoạn thứ 2 gọi là đoạn chuyển hóa, chuyển hóa là khi người ta làm điều xấu với mình, mình sẽ nghĩ ngay là: Ôi, người ta cũng là người giống mình, cũng đã có những đau khổ giống mình, cũng đã có nghiệp lực rồi quá khứ và dẫn đến hành động ngày hôm nay, họ đang cố làm điều tốt nhất. Như vậy, mỗi lần mình gặp chuyện xấu mình chuyển thành sự thông cảm. Đây là cách chuyển hóa. Mỗi lần người khác làm chuyện sai làm chuyện xấu với mình, mình dùng cách chuyển hóa bằng cách dùng sự thông cảm. Khi đó càng gặp nhiều chuyện như vậy thì khả năng thông cảm của mình càng lớn lao hơn. Đến một ngày nhất định nó thành tự nhiên được. Thường những người thông minh tập cách này rất tốt, chỉ một lúc thôi là thấy mình không cần phải làm gì nữa.

Thế nhưng có một cách thứ 3 dành cho một kiểu người nữa, chỉ đơn giản nhận ra, cách mà bạn Nhung làm đấy ạ. Mình chẳng cần làm gì hết chỉ đơn giản nhận ra là nó sẽ tự tan. Tất cả các cảm xúc khi đến nếu mình chỉ nhận ra thôi là nó sẽ tan. Đây là điều đảm bảo với mọi người. Có thể 3 phút sau nó quay lại, mình nhận ra – và nó lại tan. Trong cái sự tan đấy mình sẽ nhận ra là cảm xúc đấy nó chỉ thế thôi, nó sẽ tự tan và không có cái quyền lực gì cả. Thực ra bản chất của nó chỉ là đến và đi và nó tan biến nó không có bản chất gì cả, chỉ là trống rỗng, có nhiều người hợp với cách đấy, cách chỉ nhận ra mà thôi.

Đây là 3 cách của người tập, có người hợp với cách kiềm chế là giữ giới trước, có người học cách chuyển hóa dành cho người thông minh, còn có người mà rất trí tuệ nhưng hơi lười thì sẽ tập cách chỉ nhận ra là nhanh nhất. Cách chỉ nhận ra dành cho những người thông minh nhưng mà lười, cách chuyển hóa dành cho người thông minh nhưng mà chăm chỉ, cách thứ 1 là dành cho những người nhiều sân hận.

Kể cả thông minh nhưng mà nhiều sân hận thì cũng phải cách thứ 1 trước, trong khuôn khổ ngày hôm nay mình không thể nói quá nhiều được, nhưng mình chia sẻ với mọi người thêm ở những buổi nói chuyện ở nhà mình hoặc những buổi sau Tùng tổ chức và mình có một trang web mọi người có thể lên xem.

Trang web: www.trongsuot.com ở đây có những bạn đi trên con đường đấy, cũng gửi bài và mình đưa lên trên đây chứ không phải trang web của cá nhân mình. Mỗi người có một con

Khoảng cách giữa các thế hệ - Mâu thuẫn và cách chuyển hóa

đường khác nhau. Bạn nào đấy mà muốn chuyển hóa thì có thể gặp riêng mình để chọn con đường phù hợp nhất cho mình.

Ví dụ như mình thuộc loại thông minh một chút đi và chăm chỉ một chút thành ra là mình chuyển hóa được nhưng có những người thông minh nhưng họ không muốn làm gì lắm, thì họ chỉ đơn giản nhận ra rồi tan. Có những người bạn mình rất nóng tính rồi họ phải tập đoạn kia. Và đừng nghĩ mỗi người chỉ có một loại thôi, có người tập xong đoạn này nó sẽ chuyển sang đoạn khác. Tu tập xong đoạn kìm nén xong nó sẽ chuyển sang đoạn chuyển hóa.

Cũng như mình ngày xưa vừa thông minh vừa chăm chỉ nhưng mà bây giờ mình hết chăm chỉ rồi, mình đã lười và mình sang đoạn kia. Như vậy thì mỗi người khác nhau sẽ có một con đường, như vậy thì mình vừa tập và mình vừa quan sát, và cái kinh nghiệm của mình là quan trọng nhất, còn bình thường mình tham khảo người khác. Mình không ép cái cách của mình theo bất kỳ một ai trên đời này. Mình không ép không phải mình là người ba phải.

Bây giờ tương đối muộn rồi, chắc là còn nhiều bạn vẫn có những câu chuyện rất là thú vị khi chia sẻ ở đây. Nhưng hy vọng rằng là mỗi người có một kết luận cho mình và chọn một con đường phù hợp với mình để mọi người có thể tiếp tục đi, và các mối quan hệ giữa mình và cha mẹ nói chung và những người khác nói riêng nó thay đổi theo hướng có nhiều sự thay đổi tích cực, nhiều sự thông cảm và trí tuệ hơn. Cảm ơn mọi người đã tham dự ngày hôm nay.

Lưu ý: Trên đây chưa phải là cách giải quyết tận gốc mọi vấn đề mà bạn đang gặp phải. Nếu bạn muốn tìm đến một con đường hướng tới tu hành Phật Pháp chân chính có cơ hội giúp vượt thoát khổ đau. Xin liên hệ với:

Hồng Nhung qua Email – nguyen.hong.nhung.1504@gmail.com