Qua lo□t bài "Đ□i Tho□i Trong Hôn Nhân" trong các tu□n qua chúng tôi đã chia x□ v□i quý v□ 9 nguyên t□c Thánh Kinh d□y v□ cách s□ d□ng l□i nói. Nh□ng nguyên t□c đó là:

1. L□i nói có s□c m□nh l□n, có th□ giúp ích ho□c gây t□n h□i.
2. Lòng và trí là n□i phát xu□t l□i nói nên chúng ta c□n h□□ng lòng và tâm trí đ□n nh□ng đi□u cao đ□p và trong s□ch.
3. Trong ti□n trình đ□i tho□i, nghe quan tr□ng h□n nói.
4. L□i nói thi□u suy nghĩ gây nhi□u tai h□i, l□i nói đúng ch□, đúng lúc có giá tr□ l□n.
5. L□i nói trong lúc nóng gi□n th□□ng thi□u khôn ngoan và đ□a đ□n nh□ng h□u qu□ tai h□i.
6. L□i đáp êm nh□ làm nguôi c□n gi□n còn l□i x□ng x□m trêu th□nh n□ thêm.
7. Nói nhi□u s□ v□p váp nhi□u và l□m l□i nhi□u.
8. Chúng ta c□n nói th□t v□i nhau nh□ng nói v□i lòng yêu th□□ng.
9. Khi c□n nói, hãy nói đàng hoàng, rõ ràng, đ□ng c□n nh□n than van.
10. Hãy mau nghe, ch□m nói, ch□m gi□n.

Hôm nay chúng tôi xin trình bày nguyên t□c th□ 10 mà Chúa đã đ□ l□i cho chúng ta trong Kinh Thánh. Đây là nguyên t□c chính, bao trùm t□t c□ 9 nguyên t□c chúng tôi v□a k□. Nguyên t□c này đ□□c ghi trong lá th□ c□a s□ đ□ Gia-c□, thu□c ph□n Thánh Kinh Tân □□c. Thánh Gia-c□ khuyên: "H□i anh em yêu d□u, anh em bi□t đi□u đó: ng□□i nào cũng ph□i mau nghe mà ch□m nói, ch□m gi□n" (Gia-c□ 1:19).

M□nh l□nh c□a Chúa là chúng ta ph□i mau nghe nh□ng ch□m nói và ch□m gi□n. Chúa mu□n chúng ta lúc nào cũng s□n sàng nghe, đ□ng v□i nói mà cũng đ□ng nh□y gi□n hay mau gi□n. M□ng l□nh này tuy ng□n nh□ng th□t khó vâng theo. Không nh□ng th□, chúng ta th□□ng làm ng□□c l□i, t□c là chúng ta th□□ng ch□m nghe, mau nói và r□t nh□y gi□n. Đây không ph□i là khuy□t đi□m c□a m□t vài ng□□i nh□ng h□u nh□ t□t c□ chúng ta đ□u v□p ph□i l□i l□m này. V□n b□n tính t□i l□i và ích k□, cái tôi c□a chúng ta r□t l□n, vì th□ ít khi nào chúng ta yên l□ng kiên nh□n nghe ng□□i khác nói. Trái l□i chúng ta th□□ng tranh nhau nói, nói nhi□u, nói cách v□i vàng và cũng r□t d□ n□i gi□n.

Trong đ□i s□ng quá máy móc và quá b□n r□n n□y, món quà quý nh□t mà v□ ch□ng có th□ t□ng cho nhau là l□ng nghe tâm tình c□a nhau. Khi chúng ta l□ng nghe m□t ng□□i nói, ch□ng t□ chúng ta th□t s□ yêu th□□ng và quan tâm đ□n ng□□i đó. N□u khi ch□ng nói mà v□ yên l□ng l□ng nghe hay v□ nói mà ch□ng chú ý l□ng nghe s□ khi□n ng□□i đang nói c□m th□y sung s□□ng vì th□y mình đ□□c ng□□i ph□i ng□ quan tâm và quý tr□ng. Trong m□i quan h□ gi□a cha m□ và con cái cũng v□y. N□u khi cha m□ có đi□u mu□n nói mà con cái s□n sàng gác công vi□c qua

m□t bên và kiên nh□n l□ng nghe, th□t không có đi□u gì làm cha m□ vui h□n. T□□ng t□ nh□ th□, khi con cái có đi□u mu□n th□a v□i cha m□ mà cha m□ s□n sàng chú ý nghe, con s□ th□y sung s□□ng trong lòng. Bao nhiêu bu□n gi□n, lo l□ng cũng nh□ đó mà tiêu tan h□t.

Thái đ□ s□n sàng l□ng nghe là đi□u quan tr□ng trong s□ đ□i tho□i gi□a chúng ta và ng□□i chung quanh, nh□t là trong đ□i s□ng v□ ch□ng. N□u đ□ ý quan sát chúng ta s□ th□y r□ng vì l□ch s□ chúng ta kiên nh□n l□ng nghe b□n bè hay ng□□i khác nói nh□ng đ□i v□i v□ hay ch□ng, vì không c□n gi□ l□ch s□ n□a nên ch□ng m□y khi chúng ta chú ý l□ng nghe. Có nh□ng v□ ch□ng không bao gi□ trò chuy□n v□i nhau vì ch□ng ng□□i nào mu□n nghe ng□□i nào, ho□c ng□□i này mu□n nói nh□ng ng□□i kia không mu□n nghe. Có nh□ng v□ ch□ng h□t ngày này qua ngày khác ch□ trao đ□i v□i nhau nh□ng câu nói c□n thi□t cho s□ s□ng h□ng ngày còn ngoài ra ch□ng bao gi□ tâm tình v□i nhau. Ch□ng nh□ng th□, có v□ ch□ng thì m□i khi nói v□i nhau ch□ nói cách c□c c□n không chút tình th□□ng yêu.

Có nh□ng bà v□ ch□ng bao gi□ nói lên đ□□c nh□ng đi□u ch□t ch□a trong lòng vì ch□ng không mu□n nghe, ho□c vì ông ch□ng quá đ□c tài ch□ mu□n v□ con nghe l□nh c□a mình và làm theo ch□ không bao gi□ mu□n nghe ti□ng nói c□a v□ con. Ng□□c l□i cũng có nh□ng ông ch□ng khi có v□ bên c□nh không nói đ□□c n□a l□i vì bà v□ dành nói h□t ch□ ch□ng khi nào yên l□ng nghe. Trong nh□ng gia đình đó v□ ch□ng thi□u đ□i tho□i v□i nhau nên th□□ng có nhi□u đi□u hi□u l□m nhau và bu□n gi□n nhau.

Có ng□□i nói r□ng, khi m□t ng□□i có đi□u mu□n nói mà chúng ta s□n sàng l□ng nghe là chúng ta đã t□ng cho ng□□i đó m□t món quà quý. Món quà đó là thì gi□ và lòng quan tâm c□a chúng ta, là đi□u không ti□n b□c nào có th□ mua đ□□c. Quý v□ có th□ th□ xem đi□u ng□□i ta nói có đúng hay không b□ng cách dành cho v□, ch□ng, cha, m□ hay con c□a mình m□t thì gi□ nào đó, hoàn toàn yên tĩnh và r□i r□nh đ□ l□ng nghe tâm tình hay nan đ□ c□a ng□□i đó. Sau khi nói và có ng□□i l□ng nghe, chúng ta s□ th□y ng□□i đó vui v□, trong lòng nh□ nhàng, dù nan đ□ ch□a đ□□c gi□i quy□t. Trong đ□i s□ng v□ ch□ng cũng th□, chú ý l□ng nghe tâm tình c□a nhau là đi□u r□t quan tr□ng. Nh□ dành thì gi□ l□ng nghe mà nhi□u gia đình đã tránh đ□□c nh□ng chuy□n hi□u l□m hay phi□n gi□n nhau.

Trong đ□i s□ng ai cũng có nh□ng tâm tình, nh□ng □u t□ mu□n chia x□ v□i ng□□i khác nh□ng không có m□y ai s□n sàng l□ng nghe. Chính vì th□ mà l□m khi chúng ta đâm ra chán n□n, tinh th□n căng th□ng, b□c d□c, mu□n buông xuôi t□t c□. Có nh□ng ng□□i không nói đ□□c v□i v□, v□i ch□ng nên ph□i tìm đ□n nh□ng nhà tâm lý, nh□ng ng□□i kh□i đ□o. Ph□i tr□ t□ 70, 80 đ□n 100 M□ kim m□t gi□ đ□ đ□□c nh□ng ng□□i đó l□ng nghe tâm tình hay nan đ□ c□a mình. Trong xã h□i máy móc và phi nhân tính này, chúng ta r□t c□n có ng□□i l□ng nghe chúng ta chia x□ nh□ng đi□u ch□t ch□a trong lòng.

Thánh Kinh nhi□u l□n nói r□ng Đ□c Chúa Tr□i yêu chúng ta và s□n sàng nghe l□i c□u xin c□a chúng ta. Khi chúng ta đ□n tr□□c m□t Chúa, dâng lên Ngài n□i ni□m tâm s□ c□a mình, ta s□ th□y lòng nh□ nhàng vì bi□t r□ng Chúa đã d□ nghe. Trong Thi Thiên 34 tác gi□ vi□t: "M□t Chúa H□ng H□u đoái xem ng□□i công bình, tai Ngài nghe ti□ng kêu c□u c□a h□...Ng□□i công bình kêu c□u, Chúa bèn nghe và gi□i c□u ng□□i kh□i các s□ gian truân" (c. 13,14).

"Nghe" và "l□ng nghe" là hai vi□c khác nhau. Khi chúng ta nghe m□t ng□□i nói có nghĩa là chúng ta chú ý đ□ thâu nh□t d□ ki□n hay nh□ng chi ti□t c□n thi□t, cho m□t m□c đích nào đó. Ch□ng h□n nh□ khi phóng viên nhà báo đi ph□ng v□n m□t ng□□i nào. M□c đích c□a phóng viên là chú ý nghe và ghi chép đ□y đ□ d□ ki□n đ□ trình bày trong bài báo c□a mình. "L□ng nghe" trái l□i, là chú ý nghe v□i lòng quan tâm đ□ có th□ hi□u và thông c□m v□i ng□□i đang nói. Trong khi nghe, chúng ta th□□ng đ□ ý đ□n c□m xúc c□a mình và nh□ng t□ t□□ng trong trí mình. Còn khi l□ng nghe là chúng ta chú ý đ□ hi□u đ□□c c□m xúc c□a ng□□i đang nói, đ□ bi□t ng□□i đó đang nghĩ gì và mu□n bày t□ nh□ng c□m xúc nào.

Theo ông Norman Wright, m□t nhà tâm lý h□c C□ đ□c, cho bi□t thì m□i khi nghe m□t ng□□i nói v□i mình, chúng ta có th□ đ□ ý đ□n nh□ng chi ti□t sau đây đ□ bi□t mình ch□ nghe hay th□t s□ l□ng nghe:

1. Chúng ta th□t s□ l□ng nghe n□u khi ng□□i kia nói, chúng ta không suy nghĩ nh□ng đi□u mình s□ nói và ch□ ch□ ng□□i kia d□t l□i đ□ mình nói.

2. Chúng ta th□t s□ l□ng nghe n□u chúng ta ti□p nh□n l□i nói c□a ng□□i kia mà trong trí không ng□m ng□m phê phán cách nói hay câu nói c□a ng□□i đó.

3. Chúng ta th□t s□ l□ng nghe n□u khi ng□□i kia nói xong, chúng ta có th□ nh□c l□i đi□u ng□□i đó nói và cũng mô t□ đúng c□m xúc c□a ng□□i đó n□a.

M□t ng□□i bi□t l□ng nghe là ng□□i th□t s□ chú ý đ□n ý ki□n, c□m xúc và tâm tình c□a ng□□i đang nói đ□ có th□ thông c□m v□i ng□□i đó. Đ□n đây có l□ quý v□ th□y th□t ít khi nào chúng ta có đ□□c m□t ng□□i l□ng nghe mình nói. Ngay c□ v□ hay ch□ng c□a chúng ta cũng ch□ng m□y khi l□ng nghe đ□ th□t s□ thông c□m v□i chúng ta.

N□u đ□ ý quan sát chúng ta s□ th□y th□□ng th□□ng v□ ch□ng không nh□ng ít l□ng nghe nhau mà trái l□i khi m□t ng□□i nói ng□□i kia th□□ng ng□t l□i không cho nói ho□c c□□p l□i ng□□i đang nói. Khi bà v□ m□ mi□ng đ□nh nói đi□u gì các ông th□□ng b□o: "Thôi, tôi bi□t r□i, kh□ l□m, nói mãi!" Ho□c khi ông ch□ng đ□nh chia x□ đi□u gì thì bà v□ nói: "Thôi, tôi bi□t r□i, ông không c□n ph□i nói n□a!" Nh□ng ng□□i nói: "Tôi bi□t r□i, đ□ng nói n□a" là nh□ng ng□□i th□t s□ ch□a bi□t gì c□. Vì ch□a nghe làm sao bi□t đ□□c? B□n tính chung c□a m□i ng□□i là mu□n nói h□n là nghe, s□n sàng nói ch□ ít khi nào s□n sàng nghe. Vì th□ mu□n th□c hành nguyên t□c Chúa d□y chúng ta ph□i nh□ s□c c□a Chúa, cũng ph□i t□p luy□n và đ□t k□ lu□t cho chính mình.

Đ□ t□p có thói quen l□ng nghe khi ng□□i khác nói, chúng ta có th□ th□ đi□u sau đây: B□t đ□u t□ ngày hôm nay khi ng□□i thân có đi□u mu□n nói, chúng ta s□ chú ý l□ng nghe, đ□ng ng□t l□i, đ□ng làm ng□ cũng đ□ng chú tâm vào vi□c khác. Chúng ta c□ yên l□ng nghe, không nh□ng nghe l□i ng□□i đó nói mà cũng chú ý vào cách nói, gi□ng nói, nét m□t di□n t□ trong khi nói. Không nh□ng th□, chúng ta hãy th□ đ□t mình vào tâm tr□ng c□a ng□□i đang nói. Khi chú ý l□ng nghe nh□ th□ chúng ta s□ hi□u và thông c□m ng□□i thân h□n. Ng□□i đó s□ th□y g□n v□i chúng ta h□n và m□i quan h□ gi□a hai ng□□i s□ tr□ nên đ□m đà kh□ng khít (còn ti□p).

Minh Nguyên
Ch□□ng Trình Phát Thanh Tin Lành