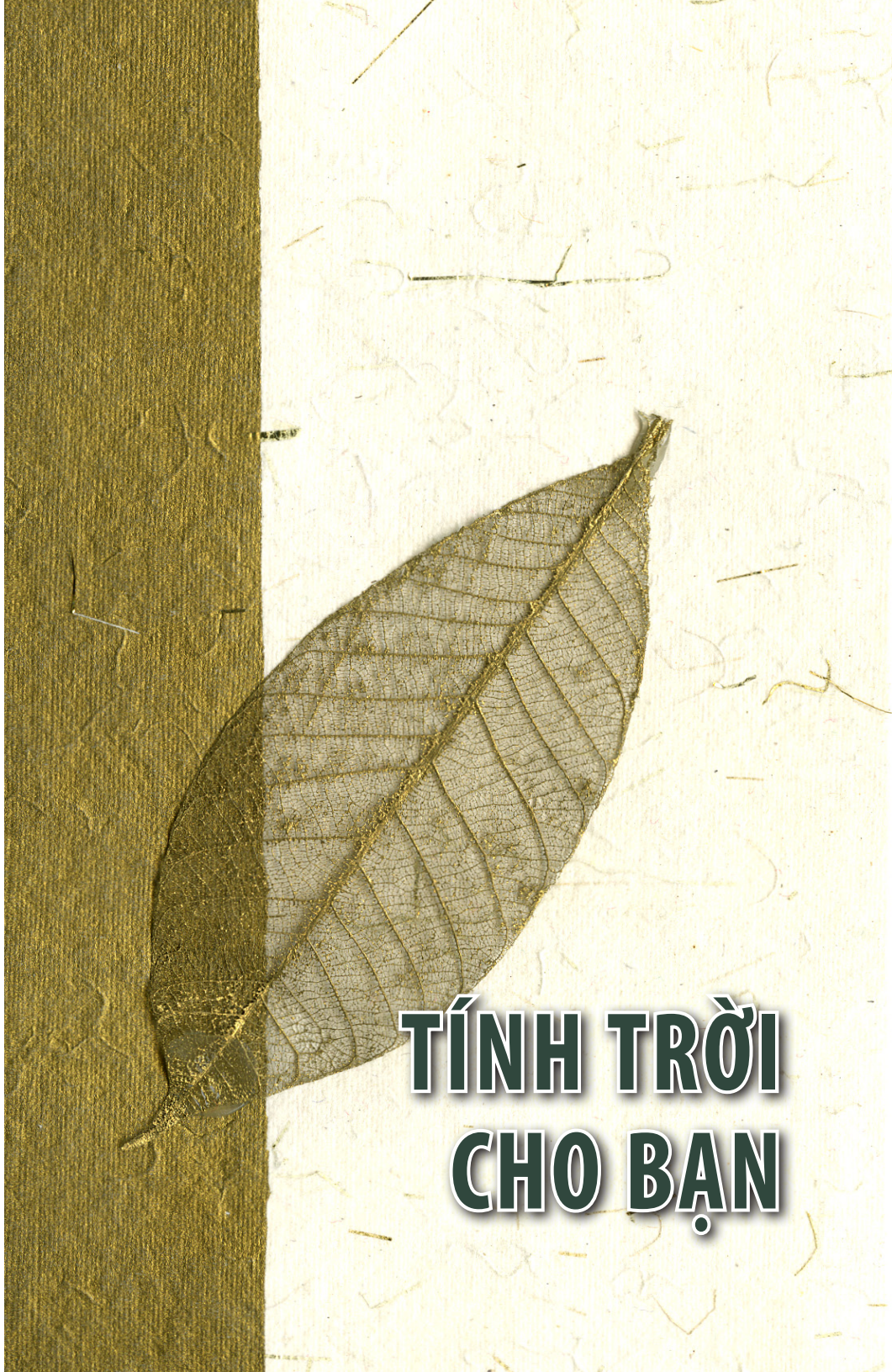
TÍNH TRỜI
CHO BẠN

TÍNH TRỜI CHO BẠN

THE TEMPERAMENT GOD GAVE YOU

Copyrights © 2008 Art Bennett & Laraine Bennett

TÍNH TRỜI CHO BẠN

THE TEMPERAMENT GOD GAVE YOU

tác giả: Art (Ánh) & Laraine (Lan) Bennett
Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ

XUÂN TÂM

2010

Lời giới thiệu

Trong khi học hỏi tìm hiểu về tâm lý tính tình con người, chúng tôi đã giới thiệu với quý bạn độc giả sách HIỂU MÌNH BIẾT NGƯỜI, bản dịch cuốn PLEASE UNDERSTAND ME của David Keirsey và Marilyn Bates, trong đó có bản trắc nghiệm tính tình (Temperament Sorter) mà một số đã cảm thấy hữu ích khi dùng cho cuộc sống. Tác giả có sửa chữa tu bổ qua ấn bản 2. (xin tìm đọc trên mạng lưới internet).

Gần đây nhận thấy bộ 2 cuốn sách về tính tình của Art (Ánh) và Laraine (Lan) Bennett thật hữu ích và dễ sử dụng, chúng tôi đã xin được phép để cống hiến bạn đọc bản chuyển ngữ này.

Thượng Đế đã tạo dựng con người theo hình ảnh của Ngài, khôn khéo tài tình đến độ hình như không ai giống ai hoàn toàn mọi mặt về thể xác, tâm trí cũng như linh hồn. Càng tìm hiểu, chúng ta càng thấy mình thiếu sót và càng nhận ra được hình ảnh Ngài tác tạo rõ ràng hơn.

Trong niềm vui đó, xin cống hiến bạn đọc bộ đôi 2 cuốn TÍNH TRỜI CHO BẠN và TÍNH TRỜI CHO BẠN ĐỜI.

Hà Hoàng Tâm

lời giới thiệu 3

nội dung 4

lời tựa 6
lời dẫn nhập 10

chương 1 tính tình là gì? 15

chương 2 tổng quan về 4 loại tính tình 27
bản tự trắc nghiệm mau 28

chương 3 tôi thuộc loại tính tình nào? 39
nóng giận 40 u uẩn 44
vượng máu 48 lãnh đạm 52

chương 4 tìm hiểu tính tình
người phối ngẫu 59
nóng giận 65 u uẩn 70
vượng máu 78 lãnh đạm 84

chương 5 phối hợp tính tình
trong hôn nhân 92
nóng giận 99 u uẩn 99
vượng máu 100 lãnh đạm 101

chương 6 tìm hiểu tính tình con cái 114
nóng giận 120 u uẩn 131
vượng máu 141 lãnh đạm 150

chương 7 nghệ thuật làm cha mẹ &
hoà hợp tính tình cha mẹ/con cái 160
nóng giận 162 vượng máu 164
u uẩn 165 lãnh đạm 167

chương 8 làm sao để hưng phấn
chính bạn và những người khác 178
nguyên tắc thúc đẩy 185
động lực thúc đẩy 196
nóng giận 199 u uẩn 206
vượng máu 212 lãnh đạm 216

chương 9 khám phá
loại tính tình phụ thuộc 220

chương 10 tính tình và
đời sống thiêng liêng/tu đức 242
nóng giận 255 u uẩn 259
vượng máu 266 lãnh đạm 271

phụ trương A bảng chỉ tỏ lộ tính tình 274
B bản tóm lược những đặc tính
tiêu biểu mỗi loại tính tình
nóng giận 285 u uẩn 287
vượng máu 288 lãnh đạm 289

vài nét tiểu sử các tác giả 290

lời mời 291

tủ sách Xuân Tâm 292

Lời tựa

Có thể bạn đã nghe kể câu chuyện về một ông nhà quê đã khám phá ra rằng cứ mỗi lần ông dắt con ngựa của ông vào một cái chuồng mới mà ông vừa làm xong, thế nào con ngựa đáng thương đó cũng va đầu vào cái xà ngang trên cổng vào. Một ngày kia, ông định tâm sẽ sửa chữa tình trạng bằng cách cắt cái xà đi mấy phân theo hình bầu dục tính vào chỗ đầu con ngựa đi qua. Rồi khi ông đã có chiếc cưa sẵn trong tay, một người bạn tình cờ đi ngang qua và thắc mắc không hiểu có chuyện gì động trời đến nỗi ông phải cắt một phần cái xà. Người nhà quê trả lời cho biết lý do là vì tình trạng bất ổn của con ngựa. Người bạn nhắc khéo: "Nhưng tại sao ông không đào đất ở lối vào sâu xuống thì dễ hơn?" Ông nhà quê trả lời ngay: "Vấn đề đâu có phải là tại hai cái chân của nó, mà là tại cái đầu của nói!

Đôi khi chúng ta quên đi những cái gì thật rõ ràng sờ sờ trước mắt - và điều đó càng đúng hơn nữa khi chúng ta phải đối phó với chính mình. Chẳng hạn như tâm tính hay thay đổi, phản ứng theo cảm xúc, lúc muốn lúc không, những trả lời nhát gừng, và hình như tất cả những vết sẹo qua những hành động không thể sửa được đã làm cớ cho bao nhiêu nhức đầu và chán nản cho chính chúng ta cũng như cho người khác nữa. Chúng ta muốn biết tất cả những thứ đó từ đâu đến và chúng ta có thể làm gì.

Chúng ta đi tìm kiếm các sách tự trợ tâm lý (self help), đi gặp tư vấn (hướng dẫn) tâm lý, hoặc có thể vào quầy thuốc. Tuy nhiên khá nhiều lần chúng ta không tìm ra manh nha cội rễ của các khó khăn trở ngại. Đôi khi chúng ta không ngờ rằng chúng ta chỉ đối phó với những triệu chứng bên ngoài chứ không phải bệnh lý bên trong. Cũng giống như bác nhà quê vậy, chúng ta tốn phí thời giờ và năng lực (và tiền bạc!) vào giải pháp tạm bợ và chiến lược cá nhân vụng về để điều chỉnh một hành vi tiêu cực, trong khi đó chúng ta không nhận thức được rằng giải pháp của vấn đề lại ở chỗ khác. Đó là vì điều rõ ràng trước mắt đó có khi lại lu mờ đối với chúng ta cho đến khi có ai chỉ điểm cho.

Vậy, nếu bạn đang đi tìm những câu trả lời *thực sự* làm cho bạn lúc lắc nghí ngoáy, bạn đã gặp đúng cuốn sách đang đọc đây. Và nếu bạn là một người Kitô hữu nhiệt tâm, bạn được thêm một lợi nữa, bởi vì các tác giả cố gắng trao cho bạn chìa khoá tinh tế tìm hiểu chính mình, mà còn cung cấp cho bạn một dụng cụ tuyệt vời để đạt tới đường thánh thiện cá nhân - vì đây là giải đáp cho tất cả các vấn đề của con người mình.

Ông Art (Ánh) và bà Laraine (Lan) Bennett viết cuốn sách này đã giúp ích cho chúng ta rất nhiều. Hai ông bà đã khơi nguồn từ kinh nghiệm dồi dào trong việc hướng dẫn tâm lý, và thường trưng dẫn lý thuyết bằng các chia sẻ bộc lộ cá nhân, thẳng thắn (và khôi hài), nhờ vậy ông bà giúp cho việc học hỏi về tính tình - *và cách thức làm sao để nên thánh qua tính tình mà Thượng Đế (Trời) đã ban cho chúng ta*, được trở nên dễ dàng và thú vị.

Bây giờ tôi biết chút ít về tính tình, bởi lẽ tôi cũng có một tính tình: tôi là loại vượng máu y chính bản gốc. Tôi cũng là một linh mục công giáo, một cha giải tội và một vị linh hướng. Tôi tiếp cận khá nhiều với trái tim con người (đây là một ơn phúc và một đặc ân). Tôi đã gặp lui gặp tới không biết bao nhiêu lần sự thực vô cùng quý giá này là khi hiểu tính tình của mình rồi thì sẽ dễ sống một cuộc sống trọn vẹn (và thánh thiện). Tôi nhận thấy khá nhiều lần những người do tôi linh hướng đã thực sự bắt đầu tiến bộ trên đường tu đức khi hiểu được tính tình của mình.

TÍNH TRỜI CHO BẠN là cuốn sách được viết cho người lớn - nhất là những ai đi tìm sự thánh thiện cá nhân. Vậy ai nên đọc sách này? Các bà mẹ những người cha, các người độc thân, các vị tu sĩ tận hiến, các bạn trẻ đính hôn, các cặp vợ chồng mới cưới, các cặp vợ chồng, các ông bà có cháu chắt, các vị tư vấn/hướng dẫn tâm lý thuộc đủ mọi mầu sắc (đặc biệt các tư vấn hôn nhân và các vị hướng dẫn chuẩn bị hôn nhân), các linh mục/giáo sĩ (đặc biệt các vị linh hướng và cha giải tội), cũng như các nhà tâm lý và các nhà trị liệu. Tất cả sẽ được cuốn sách giúp ích rất nhiều vì đây có thể coi là tiêu chuẩn để tìm hiểu tính tình.

Cuốn sách này đọc rất dễ hiểu. Cuốn sách đầy khôn ngoan và lương tri viết với lối văn tinh tế dễ hiểu thú vị. Vì thế đây là một đầu tư thời giờ quan trọng. Chỉ cần cố gắng một chút, bạn sẽ hấp thụ được thật nhiều thông tin hữu ích và quý giá. Hầu như mỗi trang đều gồm có điểm giúp bạn hiểu chính mình và hiểu người khác - và tất cả chúng ta biết như vậy thật là đáng công.

TÍNH TRỜI CHO BẠN giúp bạn làm trơn tru các góc cạnh sù sì của tính tình bạn, giúp bạn truyền đạt hiệu nghiệm hơn với người phối ngẫu và con cái của bạn, và biến đổi bạn thành người tạo dựng hoà khí trong gia đình và nơi bạn bè. Cuốn sách cũng giúp trang bị cho bạn hơn bao giờ hết được cộng tác với ân sủng của Thượng đế trong kế hoạch trọn đời là biến đổi trong Đức Kitô.

Tôi biết bạn sẽ thích cuốn sách này!

Xin Chúa dùng mỗi trang sách này để giúp bạn hiểu tính tình của bạn là một hồng ân mà Chúa đã trao ban với một lý do tốt đẹp - đó là để bạn trở nên thánh *trong và qua tính tình đó.*

Xin Chúa chúc phúc cho bạn!

Fr. Thomas Berg, L.C., M.A., Ph.D.
Sacramento, California USA
chủ nhật lễ Lá
ngày 20 tháng 3 năm 2005

lời dẫn nhập

"Tính tình . . . phải chăng đây không phải là một thứ chiêm tinh công giáo đó sao?"

Một trong hai vợ chồng chúng tôi thường được hỏi một câu tương tự khi nói chuyện về 4 loại tính tình cổ điển. Tuy thế quan niệm tính tình không phải là thời trang tâm lý cũng không phải chiêu tự trợ; thực ra quan niệm này đã có một truyền thống lâu đời đáng kính trong tu đức công giáo và luân lý thần học. Nhiều tác giả tu đức sáng giá - như Thánh Phanxicô Salêsiô, linh mục Adolphe Tanquerey, và nhà thần học đương thời Jordan Aumann, dòng Đaminh - trình bầy quan niệm tính tình và ảnh hưởng của tính tình trên đời sống thiêng liêng.

Quan niệm 4 tính tình - nóng giận, u uẩn, vượng máu và lãnh đạm - lần đầu tiên được trình bầy 350 năm trước Đức Kitô giáng sinh, để giải thích những khác biệt trong cá tính tuỳ theo những thể dịch. Rồi trải qua hơn 2 ngàn năm chứng kiến những tiến bộ về y khoa và tâm lý học, quan niệm về tính tình - và cách riêng 4 loại tính tình cổ điển - vẫn còn được nghiên cứu do các nhà tâm lý, giáo dục và tu đức hiện thời.

Vậy tại sao chúng tôi viết về các tính tình, và tại sao quý bạn nên đọc sách của chúng tôi viết? Trải qua nhiều năm với tính cách là người tư vấn và thuyết trình chuyên môn về các vấn đề gia đình, tôi, Ánh, bắt đầu nhận thực ra rằng tính tình có một chỗ trong tu đức và tâm lý hiện đại. Và mặc dầu chúng

tôi nhận thấy thị trường sách Kitô giáo có khá nhiều sách vở thực dụng đầy đủ và dễ kiếm về tính tình dành cho gia đình và cá nhân, riêng công giáo thì chỉ có một tập sách nhỏ do cha (linh mục) Conrad Hock viết năm 1934 và được các cha Pallotines in ấn phát hành lại. Tập sách đó chỉ vừa đủ cho nếm thử một chút để chúng ta ước ao có một nghiên cứu hiện đại - và thực dụng - về tính tình dành riêng cho người công giáo, để cho thấy tính tình có ảnh hưởng thế nào trên cá nhân, gia đình, hôn phối và cả đời sống tu đức nữa. Cuốn sách của chúng tôi mong đáp ứng nhu cầu này.

Con người là hiệp nhất kỳ diệu giữa thể xác và tinh thần. Con người là sinh vật độc nhất trên trần gian mà Thượng Đế đã dựng nên cho mình, để được nên cao trọng. Trong vườn địa đàng, con người được làm chủ thế giới, hưởng phúc trường sinh, được trí hiểu ngoại nhiên và được ơn siêu nhiên của đời sống của Thượng Đế. Các khả năng cao trọng của con người điều khiển chỉ huy các đam mê và cảm xúc của con người, có nghĩa là tinh thần điều khiển thể xác. Sự hiệp nhất và hoà hợp xác hồn nguyên thuỷ - trong mỗi con người cũng như với người khác và với Thượng Đế - đã bị phá vỡ qua tội lỗi. Sau khi sa ngã, con người tự chia rẽ chống chính mình, tách rời khỏi người khác và xa lạ đối với Thượng Đế, không còn khả năng vượt qua bóng tối, hỗn loạn và sự dữ bao trùm che phủ. Thánh Phaolô sau này đã than vãn về sự mất mát hoà hợp đầu tiên này: *"Tôi không làm điều thiện tôi muốn, mà lại làm điều dữ tôi không muốn" (Rm 7:19).* Hậu quả là chúng ta cảm nghiệm đồng thời "một lời kêu gọi lên cao và một vực sâu khốn nạn": chúng ta chỉ có thể hoà giải được trong Đức Kitô.

“Nơi nào tội lỗi gia tăng, thì ân phúc lại càng tràn đầy chan chứa” (Rm 5: 21). Thượng Đế đã làm cho Đức Kitô *“trở nên tội luỵ, chính đấng không biết tội” để chúng ta được cứu rỗi (2 Cr 5: 21).*

Con người là một mầu nhiệm cho chính mình và cho người khác. Chỉ có trong Đức Kitô, chúng ta mới khám phá ra con người thực của chính mình và khám phá ra ơn gọi lên cao: thông hiệp mật thiết với Thượng Đế. Chỉ có trong Đức Kitô, đời sống của chúng ta mới được canh tân và biến đổi, cũng như toàn thể tạo vật. *“Bởi vì thụ tạo đang hồi hộp chờ đợi sự mạc khải của các con cái Thượng Đế” (Rm 8: 19).* Ân điển không bao giờ phá huỷ tự nhiên, nhưng kiện toàn tự nhiên.

Cuốn sách này diễn tả các tính tình - đó là một phần bản tính loài người - và cách thức tính tình ảnh hưởng đến cá tính, các động lực, nếp sống của chúng ta. Do đó điều quan trọng là chúng ta phải hiểu cách thức tính tình của mỗi người ảnh hưởng trên chính mình và làm sao để hoạt động tuỳ theo điểm yếu điểm mạnh riêng của mỗi tính tình để tạo nên con người chúng ta về phương diện nhân sinh và tâm linh. Tuy thế điều không kém quan trọng là phải nhớ rằng các tính tình không bao giờ nói lên toàn bộ câu chuyện. Hiểu biết tính tình không có nghĩa rằng bây giờ chúng ta có cái mũ để chụp trên đầu trên cổ vợ chồng con cái chúng ta. Tính tình của chúng ta không bao giờ được làm cớ biện minh cho một hành động xấu.

Tự biết mình là một nhân đức mà Thánh nữ Têrêxa thành Avila nói rằng chúng ta không được coi thường chễnh mảng. *"Tự biết mình là một điều quan trọng đến nỗi, cho dù bạn có được nâng cao đến tận tầng trời, tôi thiết nghĩ bạn cũng không bao giờ được quên tập luyện".* Tự biết mình chân chính sẽ đưa đến thành quả khiêm nhường - không bao giờ tự mãn. Nhờ tự hiểu biết mình hơn và hiểu người thân hơn, chúng ta sẽ có thể tự cải tiến và phát triển trên đường tâm linh, và giúp vợ chồng con cái thành công và thánh thiện.

Khi chúng ta hiểu tính tình của chúng ta, chúng ta có thể bắt đầu làm chủ những khuynh hướng và những phản ứng nghịch làm đà cản bước tiến của chúng ta tới nhân đức và tình yêu. Chúng ta sẽ phát triển khả năng thông cảm với người khác và sẽ sẵn sàng khuyến khích nâng đỡ những người thân - để họ bắt đầu biến đổi tâm hồn mà nhờ ơn Chúa, họ có thể tạo dựng một nền văn minh sức sống và tình yêu ngay bây giờ ở dưới thế và cuối cùng thông hiệp với Chúa trên trời.

tính

Trời

cho

bạn

Chương 1

Tính tình là gì?

"Chính cá tính bẩm sinh, và chỉ chừng đó thôi, - chứ không phải văn hoá, kiến thức, hoặc trí tuệ nào khác - mà một con người có thể đứng thẳng hiên ngang trước các tổng thống hoặc tướng lãnh, hoặc bất cứ tập thể đặc biệt nào."

Walt Whitman

"Ân điển xây dựng trên tự nhiên"

Thánh Tôma Aquinas

"Hãy tự biết chính mình bạn,
và các lỗi phạm của bạn, thì bạn sẽ sống."

Thánh Âutinh (Augustinô)

Có bao giờ bạn ngạc nhiên tại sao một số trẻ em hình như rất gọn gàng ngăn nắp, trong khi một số khác lại để ngổn ngang bừa bãi mỗi khi thức dậy không? Tại sao một số người luôn hướng thượng và lạc quan, chén rượu 'nửa đầy', trong khi những người khác hình như bị một đám mây đen bao phủ, chén rượu 'nửa vơi' không? Đối với một số người, không một ý nghĩ nào thoáng qua mà không được diễn tả ra, trong khi đó một số khác thì phải đắn đo từng chữ. Và tại sao một số người nhìn mỗi ý kiến ý như thể lời tuyên chiến, trong khi những người khác có thể bỏ qua những xỉ nhục to lớn mà không mảy may hề hấn?

Tính nóng như lửa hoặc bình chân như vại? 'Mau đi kẻo nguội' hoặc 'thử chờ xem sao'? 'Thong thả từ từ hoặc mau mau kẻo hết'?

Câu trả lời bắt đầu từ *tính tình của mỗi người chúng ta.*

Chúng ta đã được sinh ra với một tính tình nền tảng, *đó là tổng hợp của các khuynh hướng tự nhiên của chúng ta*; tính tình đó tạo hình cho các tư tưởng, ý nghĩ, ấn tượng, và cách thức chúng ta thường hướng chiều để phản ứng theo một đường lối nào đó đã được khắc sâu trong chúng ta. Đây không phải do học hành, hoặc tập luyện vì tiếp cận với môi trường. Cũng không phải là sản phẩm của tuổi thơ bị bi kịch chấn thương khủng hoảng hoặc ký

ức bị dồn nén. Tắt một lời, đây là *'bẩm sinh' (nature),* để phân biệt với *'môi sinh'* (nurture).

1. 1.
Tính tình không phải là gì?

Tình tình không phải là cá tính. *Cá tính* là toàn thể mẫu mực hành động, tư tưởng và cảm xúc của một cá nhân. Trong sách này, chúng tôi chỉ đề cập đến tính tình thôi, mà tính tình chỉ là một khía cạnh của toàn bộ cá tính con người - khía cạnh có liên quan đến tác năng và phản ứng.

Theo truyền thống công giáo, tính tình được định nghĩa như là mẫu mực các khuynh hướng và phản ứng phát xuất từ cách cấu tạo thể chất của một cá nhân. Cá tính của chúng ta có thể bắt đầu với một tính tình nền tảng, nhưng dĩ nhiên là sẽ bị ảnh hưởng rõ ràng đáng kể của môi trường, giáo dục, và tự do lựa chọn. Theo mục đích của cuốn sách này, chúng tôi sẽ đề cập đến các khía cạnh khác của cá tính gọi chung là *phong cách (character)*, tất cả những thành quả của môi trường, sinh dưỡng, giáo dục, thói quen đáp ứng, và tự do lựa chọn.

Tính tình có thể coi như là chất liệu thô sơ một nghệ sĩ dùng để sáng tạo tác phẩm: như đá dùng để chạm trổ có chỗ dễ chỗ khó; có mầu sắc và đường vân nhất định; cứng hoặc mềm. Tuy nhiên người nghệ sĩ dùng cảm hứng, kinh nghiệm, tài năng để sáng tạo một bức tượng độc đáo; cho dù nghệ sĩ có luôn chạm trổ đá cẩm thạch, mỗi lần tác phẩm vẫn là độc đáo.

Vì vậy cá tính của mỗi con người sẽ bị ảnh hưởng do giáo dục, kinh nghiệm, tự do lựa chọn . . .

và ân sủng. Chất liệu sơ khởi vẫn là tính tình, và sáng tạo cuối cùng vẫn đòi hỏi nền giáo dục, tài năng và cảm hứng của người nghệ sĩ.

1. 2. *Tính tình có thể thay đổi không?*

Vì tính tình là bẩm sinh, chứ không phải là do chúng ta thu thập qua gia đình nuôi dưỡng hoặc tự do lựa chọn trong đời, đây là một cái gì không thể hoàn toàn huỷ bỏ đi được. Nhưng tính tình có thể được uốn nắn gò ráp. Với thời gian, chúng ta cũng có thể học biết để hành động trái ngược với tính tình của chúng ta, làm đối nghịch với cái gì là 'tự nhiên'.

Chẳng hạn như tôi có khuynh hướng tự nhiên thường yên lặng và hướng về nơi hoang vắng, điều này không có nghĩa là tôi không thể trở nên một người biết nói trước công chúng hoặc không thể hành động y như cách thức hướng ngoại nếu có cơ hội. Khi chúng ta nói rằng chúng ta 'hướng nội', chúng ta chỉ muốn ám chỉ rằng lựa chọn *đầu tiên* của chúng ta là một phương pháp dè dặt đối với người khác; đó là *sở thích* của chúng ta, bản năng tự nhiên của chúng ta.

Như vậy tính tình của chúng ta không hoàn toàn ấn định cá tính của chúng ta cũng như không giam hãm chúng ta trong một kiểu mẫu phản ứng. Nhưng tính tình nói cho chúng ta biết rằng thông thường chúng ta có khuynh hướng phản ứng như vậy, và như vậy có nghĩa là chúng ta khó làm một số hành động, đáp ứng, nhân đức và tật xấu khác hơn.

1. 3.

Tự biết mình và biết người khác

Điều quan trọng là phải nhớ rằng, mặc dầu tính tình là một phần cấu tạo nên chúng ta và cách thức chúng ta hành động, đây không phải là thành tố quan trọng nhất có ảnh hưởng trên cá tính của chúng ta, trên hành động cũng như định mệnh của chúng ta. Bởi lẽ cuối cùng rồi cuộc đời chúng ta cũng được thành hình do tự do là món quà nền tảng Thượng Đế phú ban cho. Không bao giờ một cá nhân có thể bị rút gọn lại chỉ như là tổng hợp của tính tình hoặc môi trường.

Tuy nhiên việc học hỏi về tính tình cũng thật hữu ích. Hiểu biết tính tình giúp chúng ta hiểu chính mình và biết người khác. Chúng ta thấy dễ nhắm mắt làm ngơ không muốn nhìn khuyết điểm và tật xấu của chính mình, như vậy thì khó mà hiểu chính mình: *"Tại sao bạn nhìn thấy cái rác trong mắt người anh em, mà không nhìn thấy cái xà trong mắt của chính bạn?" (Mt 7: 3).* Khi nào chúng ta nhìn thấy sự thật của chính chúng ta, chúng ta có thể bắt đầu ý thức thay đổi nên tốt hơn.

Hiểu biết tính tình cũng giúp chúng ta chấp nhận, hiểu biết, và trân quý người khác. Cha mẹ có thể học hỏi điều gì thực sự đã khích động đứa con dựa vào tính tình của nó. Vợ chồng có thể học hỏi để biểu lộ tình yêu cho nhau tốt đẹp hơn và làm sao để tránh được những thiếu hụt về truyền đạt thông cảm, đôi khi là hậu quả của tính tình khác biệt. Giáo chức có thể thêm thiện cảm với học sinh, chủ nhân học hỏi cách thức khích động nhân viên. Tất cả chúng ta đều có thể hiểu biết rằng những khó khăn tâm linh đã xẩy ra vì tính tình khác nhau, và chúng ta có thể học hỏi những đường lối mới để cầu

nguyện sốt sắng hơn mà tiến triển trên đàng nhân đức.

Nói tóm lại, 4 loại tính tình cung cấp cho chúng ta một chìa khoá để mở ra mầu nhiệm của chính mình và của những người thân yêu, và có thể mở đường cho chúng ta phát triển tình nghĩa với nhau nhờ nhận diện được những khuynh hướng tự nhiên đó khi nào giúp đỡ hoặc khi nào cản trở chúng ta.

1. 4.
Nguồn gốc các tính tình

Truyền thống cho chúng ta 4 loại tính tình nền tảng này đã có từ hằng ngàn năm trước.

Hippocrates (khoảng năm 460-377 trước công nguyên), ông tổ của y học tây phương, có lẽ là người đầu tiên thiết lập hệ thống thuyết lý về cá tính. Ông chủ trương rằng thể xác con người có chứa đựng 4 loại chất lỏng/thể dịch, và mỗi cá nhân có thể xếp loại tuỳ theo một trong 4 loại tính tình căn cứ vào độ chênh lệch của một chất nhiều hơn 3 chất kia, do đó có 4 loại với danh xưng chẳng hấp dẫn bao nhiêu:

- nóng giận (choleric): mật vàng phát xuất từ gan
- vượng máu (sanguine): máu đỏ phát xuất từ tim
- u uẩn (melancholic): mật đen phát xuất từ thận
- lãnh đạm (phlegmatic): đàm (đờm) xám phát xuất từ phổi

Khoảng năm 190 công nguyên, một y sĩ Rôma tên là Galênô, theo Hippocrates, đề nghị rằng

việc quân bình 4 chất lỏng trong thể xác lại sẽ ảnh hưởng một cách tích cực tới tính tình của chúng ta chứ không phải là tiêu cực do thiếu quân bình. Do đó người vượng máu sẽ hăng hái lạc quan, người u uẩn sẽ lanh trí mưu lược, người nóng giận sẽ đam mê tha thiết, và người lãnh đạm sẽ bình tĩnh thanh thản.

Trong sách "nền cộng hoà" (Republic), triết gia Platô viết về 4 loại phong cách và những đóng góp vào trật tự xã hội. Nhà tâm lý bệnh học David Keirsey đề cập đến những phong cách của Platô và so sánh với 4 loại tính tình nền tảng như: "iconic/thần tượng" là nghệ sĩ hoặc vượng máu, "pistic/thanh khiết" là bảo vệ hoặc giám sát, hoặc u uẩn, "noetic/lý trí" là lý tưởng hoặc nóng giận, và "dianoetic/thông minh" là lý sự, hoặc tìm kiếm lý lẽ, hoặc lãnh đạm.

Tới thế kỷ XVI, một y sĩ Thuỵ sĩ đồng thời là một nhà luyện kim tên là Paracelsus đã so sánh 4 loại tính tình với 4 thành tố lửa (hoả), khí (kim), nước (thuỷ) và đất (thổ). Ông thêm thành tố thứ 5 (đệ ngũ thành tố) và gọi là "quintessence: tinh hoa" đó là việc kết hợp và quân bình của 4 thành tố trên.

Tuy quan niệm 4 loại tính tình đã có từ thời Hy lạp, danh từ *tính tình* chỉ mới được sử dụng từ thế kỷ XVII. Danh từ La ngữ *temperamentum* hoặc hỗn hợp đã được sử dụng để nói tới quân bình cần thiết ngõ hầu tạo sức khoẻ và an vui.

Năm 1920 nhà tâm lý Thuỵ sĩ ông Carl Jung đã đẩy xa thêm bằng cách cho rằng các loại cá tính khác nhau tiếp cận với thế giới bên ngoài bằng những cách thức khác nhau và có thể được xếp loại đích đáng.

Isabel Briggs Myers (1897-1979) đã dành trọn 40 năm để tinh tế hoá hệ thống xếp loại tính

tình theo Carl Jung thành bản xếp loại tính tình Myers-Briggs với 16 mẫu tính tình. Bản xếp loại tính tình Myers-Briggs Type Indicator, viết tắt MBTI, hiện được coi là phổ thông và đem lại nhiều thành quả khả quan.

Tuy vậy David Keirsey trong sách Keirsey Temperament Sorter đã xác nhận rằng chung quy trước sau thì 16 loại đó (thật là lạ lùng) cũng trở về 4 tính tình nền tảng (sau khi đã nghiên cứu cả hệ thống xếp loại của Carl Jung và MBTI).

Keirsey quả quyết rằng 2 ngàn năm kiên vững nhất trí với những loại tính tình thực ra chẳng phải là tình cờ. Những xếp loại đó 'phản hồi mẫu mã nền tảng các nét đan dệt nên bản tính con người'. 4 loại tính tình nền tảng đó trước sau phần lớn vẫn không thay đổi (cho dù danh xưng có đổi thay) qua bao thế kỷ.

Mỗi người chúng ta cũng chỉ là 1 trong 4 loại tính tình thật độc đáo và đặc biệt: nóng giận, u uẩn, lãnh đạm và vượng máu. Ngày nay thiên hạ khắp nơi trên thế giới lại khám phá ra giá trị khôn ngoan của một dụng cụ lâu đời để tìm hiểu chính mình và biết người.

1. 5.
Dùng tính tình để giúp bạn

Trong thực tế bệnh lý và qua nhiều năm điều hành nhiều chương trình cũng như tiếp cận nhiều người, chúng tôi đã khám phá được rằng việc hiểu biết các tính tình khác nhau giúp cải tiến truyền đạt tư tưởng giữa vợ chồng, con cái và đồng nghiệp; việc đó cũng giúp chính mình hiểu sở trường sở đoản của mình.

Muốn sử dụng tính tình một cách hữu ích, trước hết bạn phải hiểu biết chính mình. Chẳng hạn như tôi biết tôi nóng như lửa, tôi sẽ cố gắng tránh xa những khiêu khích chắc chắn sẽ làm tôi dễ nổi giận, và tôi có thể tập luyện các kỹ thuật bình tĩnh. Đồng thời tôi có thể cố gắng để thông cảm với người cộng sự bình thản chậm chạp có khi làm cho tôi điên.

Với tư cách là người cha, tôi có thể trở nên dễ thông cảm khi thấy tính tình của con cái thật khác nhau. Đứa con mơ mộng suy tư có vẻ như mất hút trong dòng tư tưởng của nó, chưa hẳn đã là đứa con nhất định thiếu xã giao, hoặc thiếu tinh tế giao thiệp trong xã hội; đó chỉ là một phần tính tình của nó như vậy thôi. Hiểu biết tính tình của nó như thế, tôi có thể nhận định rằng vất nó vào một đám đông đầy trẻ con ồn ào sẽ không phải là cách thức tốt nhất để giúp nó phát triển năng khiếu xã giao, mà tôi phải từ từ dạy nó biết cách phát triển các khả năng trò truyện của nó.

Mỗi tính tình có những sở trường và những sở đoản. Chúng ta phải ý thức và nhìn nhận như vậy, để rồi làm sao mà tăng trưởng sở trường và cải tiến sở đoản. Tuy nhhiên, chúng ta không tìm cách để tìm hiểu tính tình của mình chỉ với chủ tâm có cớ để biện minh cho hành động tồi tàn của chúng ta. Đúng ra, chúng ta muốn hiểu người khác tốt hơn, phát triển liên hệ tình nghĩa, mở rộng khả năng yêu thương, và trở nên hữu hiệu hơn để theo đuổi các mục đích của chúng ta.

Có những người với một số tính tình nhận thấy đi phỏng vấn thật là cam go thách đố. Họ bị cám dỗ để giảm đi tài trí và khả năng của họ - không phải vì khiêm nhường thực sự, nhưng chỉ vì khuynh hướng tự nhiên là thận trọng, hướng nội, hoặc nhút nhát sợ sệt. Trong trường hợp như vậy, việc biết

mình sẽ giúp bạn chiến đấu chống lại khuynh hướng tự nhiên này, hơn là cứ để mặc kệ muốn sao thì sao cho dễ.

Cha mẹ sẽ khám phá được rằng tính tình của một số con cái làm cho chúng tự nhiên thích những chi tiết quá nhỏ mọn, không phải vì chúng bị tật thiếu chú ý hoặc chúng không đàng hoàng. Cha mẹ có thể giúp các em này phát triển ý thức về khuynh hướng này và phát triển chiến lược để lướt thắng.

Việc hiểu biết các tính tình có thể giúp vợ chồng giải toả một số vấn đề cứ giằng co tranh cãi hoài. *Tại sao nàng cứ đòi đi chơi trong khi tôi chỉ muốn yên lặng ở nhà? Tại sao chàng hơi một chút là nổi nóng trong khi nhà cửa thật bề bộn ngổn ngang? Làm sao tôi có thể cấm trẻ con chơi dỡn bầy biện lung tung?* Một số người có tính tình bị chia trí lo ra khi thiếu trật tự ngăn nắp. Một số người khác lại cảm thấy thích thú được có nhiều người chung quanh và hăng say tham dự hoạt động. Và dĩ nhiên một số khác lại chỉ thích yên tĩnh và bình an.

Nếu chúng ta học hỏi để quý trọng một số khía cạnh của tính tình người bạn phối ngẫu, chúng ta có thể đoan chắc rằng chúng ta sẽ không nhấn nút một cách bừa bãi không cần thiết, và có thể học hỏi để dung hoà*: Chúng mình thử đi chơi một tối tuần này, nhưng đừng chọn ngày làm việc quá mệt nhọc. Tôi sẽ bắt con cái dọn dẹp nhà cửa trước khi Ba chúng nó làm việc về, để chàng có thể thư giãn sau khi làm việc về và ăn bữa ngon miệng.*

Một việc hữu ích nữa thường gặp thấy khi hiểu biết tính tình là khám phá ra động lực chính yếu khích động người khác. Chẳng hạn như tôi có tính tình dễ thích ứng với những thách đố, như 'Toán của chúng ta chỉ thực hiện được 30% mục tiêu. Chúng tôi muốn các bạn phải ra đi và làm sao đảo

ngược tình thế.' Tuy nhiên, nếu toán bán hàng của tôi gồm toàn người lãnh đạm và u uẩn, tôi sẽ nhận thấy ngay rằng ai cũng nản chí, thất vọng, và chỉ muốn rút lui thôi. Tôi cần phải học hỏi cách thức khác để khích động mà gầy dựng tác phong.

Tính tình của chúng ta mạc khải cho biết những khuynh hướng bẩm sinh tự nhiên của chúng ta, chứ không áp đặt số phận của chúng ta. Khi chúng ta ý thức được những khuynh hướng tự nhiên của chúng ta, chúng ta sẽ có khả năng chọn những quyết định nào tốt nhất trong tình huống hiện tại hơn là cứ để cho tự động đến đâu thì đến. Chúng ta phải học hỏi để tạo nên những phản ứng thích hợp, đối phó với tình huống đặc biệt, hơn là cứ để cho xuất hiện những phản ứng đột biến phát sinh từ những khuynh hướng tự nhiên.

Hiểu biết tính tình cũng giúp chúng ta trong đời sống thiêng liêng. Một người với một tính tình có thể thích trật tự và công minh, nhưng lại cần phải học hỏi tập luyện thêm để biết vui vẻ khuyến khích người khác. Một người với một tính tình khác có thể cảm thấy nhiên dễ dàng làm việc tông đồ, nhưng lại cần phải phấn đấu để tìm thời giờ sống yên lặng trong suy tư và cầu nguyện. Một số người khác sẽ khám phá được khuynh hướng tự nhiên của họ là tránh hãm mình và mâu thuẫn, lại cần phải được linh hướng hoặc một nhóm cầu nguyện giúp họ tiến bộ để đừng tự mãn với 'cuộc sống dễ dãi' hoặc trở nên những cục thù lù thiêng liêng.

Platô trích dẫn Socrates nói rằng một cuộc sống không kiểm kê được thực không đáng sống. Tìm hiểu tính tình Trời ban là chìa khoá giúp chúng ta trong diễn tiến kiểm kê. Chúng ta phải biết chính mình trước khi chúng ta hiểu người khác cũng như thế giới chúng ta đang sống. Nếu tôi biết chính mình

tôi - thực sự biết rõ con người của tôi, biết ưu điểm và khuyết điểm, biết khuynh hướng và ước muốn, biết mục đích và chủ động - khi đó tôi đã có thể đi được bước thứ nhất tôi cần để trở nên phong phú hơn, hài hoà với các liên hệ tình nghĩa, và thực sự hạnh phúc hơn.

Thánh Tôma Aquinas nói *"Ân điển xây dựng trên tự nhiên."* Tính tình của chúng ta là một phần bản tính của chúng ta - một bản tính đã bị tổn thương, nhưng dù sao thì cũng là một bản tính có thể hiểu được và với ơn Chúa, có thể được phát triển. Thực ra càng tự hiểu biết mình hơn bao nhiêu, chúng ta càng có khả năng kiểm soát và chỉ huy các thế thái và cảm xúc thiếu trật tự của chúng ta bấy nhiêu - nhờ đó tăng thêm tự do cá nhân. Khi tất cả các khía cạnh của con người chúng ta được phát triển hoà hợp và toàn bộ - về tự nhiên cũng như siêu nhiên - chúng ta sẽ sống hạnh phúc hơn và phong phú hơn cũng như sống hữu hiệu hơn trong ơn gọi người Kitô hữu, và sẽ thúc giục chúng ta thanh thản đi tới cùng đích cuộc đời là thiên đàng.

Chương 2

tổng quan về 4 loại tính tình

2. 1.
Bản tự trắc nghiệm mau
(cuối sách sẽ có
bản trắc nghiệm đầy đủ hơn)

1.- Những tiếng còi hụ réo đằng sau bạn và bạn thấy xe cảnh sát ra hiệu báo cho bạn dừng lại bên lề đường. Bạn nghĩ rằng:
a.) Súng tốc độ của cảnh sát khó mà chính xác được. Làm sao tôi có thể đi quá tốc độ? Có những xe vượt đi trước tôi mà.
b.) Ôi trời ơi! Tôi đã nghe nói có người bị bắt như thế này.
c.) Tôi lái xe nhanh hả? Đường chỗ này cho chạy nhanh bao nhiêu vậy?
d.) Tôi có đem giấy tờ đi theo không? Và giấy xe của tôi ở đâu?

2.- Bạn đang dự tuần tĩnh tâm thinh lặng. Điện thoại di động của bạn reo chuông. Bạn sẽ làm gì?
a.) Bạn trả lời bởi vì biết đâu có chuyện quan trọng. Bạn tin rằng việc này chẳng ảnh hưởng tiêu cực bao nhiêu.
b.) Tôi không trả lời. Họ không biết tôi đang dự tuần tĩnh tâm thinh lặng sao? Tại sao họ lại quấy rầy tôi? Họ thật vô duyên!

c.) Bạn vừa nghe tiếng chuông rung thứ nhất thì đã vội trả lời. Dẫu sao đi chăng nữa hình như bạn cũng đã thinh lặng khá lâu rồi.
d.) Bạn không muốn làm mất lòng người đầu giây bên kia, nên bạn trả lời và nói thầm thì để khỏi ai nghe thấy.
3.- Người chủ sở làm gọi bạn lên văn phòng. Bạn nghĩ:
a.) Như vậy là cuối cùng bây giờ người ta mới biết phần đóng góp siêu việt của tôi. Thế nào tôi cũng được lên lương!
b.) Phải chăng *bây giờ* có cái gì sai lỗi? Tôi đoán chừng có lẽ người chủ sự mới bị bắt bẻ về một việc gì vô duyên đó thôi.
c.) Có lẽ người chủ thích đề nghị của tôi về tiệc mừng lễ Giáng sinh.
d.) Tôi hy vọng người chủ không muốn tôi ở lại làm việc thêm tối nay . . . À mà tôi đoán chừng tôi phải ở lại . . . cũng đâu sao. Thở dài.

2. 2.
Tất cả chỉ là vì mẫu mã phản ứng.

Trong mỗi một mục trên, phản ứng thứ nhất là tiêu biểu cho tính tình nóng giận, thứ hai là tính tình u uẩn, thứ ba là tính tình vượng máu, và thứ bốn là tính tình lãnh đạm. Bản trắc nghiệm vừa ngắn vừa khôi hài ở trên cho nhìn thấy thật rõ ràng quan niệm nền tảng của tính tình: mỗi người một tính tình phản ứng khác nhau trước cùng một kích thích. Hơn nữa đường lối mỗi người đáp ứng có khuynh hướng đặc thù nhất quán trong suốt cuộc đời. Khuynh hướng đặc thù nhất quán này là do tính tình của người đó.

Dễ hiểu nhất là hãy coi tính tình như *những mẫu mã phản ứng* - những cách thức mà mỗi cá nhân đáp ứng với cùng một kích thích, dù nội tại hay ngoại lai. Phản ứng này bao gồm cả tốc độ và thời gian của phản ứng cũng như cường độ của đáp ứng. Một người có thể phản ứng nhanh hay chậm cho các kích thích. Phản ứng có thể kéo dài thật lâu, mà cũng có thể qua đi thật lẹ. Phản ứng có thể êm dịu, quá cỡ, hoặc lưng chừng. Và mỗi mẫu mực phản ứng có thể được nhận diện và không mấy thay đổi trong suốt cuộc đời.

Chẳng hạn như khi có ai cắt ngang trên xa lộ, bạn có nổi giận ngay lập tức, chửi thầm trong bụng và giơ tay khua múa về phía họ? Hoặc đi được một quãng đường qua 3 lối ra, bạn mới nghĩ rằng xuýt nữa thì mình có thể bị tai nạn . . . và bây giờ mới *thực sự* bực mình? Khi bạn bị người ta qua mặt không được thăng thưởng, bạn có âm thầm dầy vò và nghiền ngẫm nhiều năm không? Hoặc bạn nhún vai mà nói 'Lần sau sẽ được may mắn hơn' không? Khi đọc được một bài thích thú, bạn có lập tức báo tin cho 20 người bạn về niềm vui đó không? Khi có ai hỏi bạn một câu, bạn có cần thời gian dài để suy nghĩ cho đến khi bạn tìm hiểu nghiên cứu đầy đủ trước khi đề cập tới vấn đề không? Hay là bạn cứ bắt đầu nói - và cứ nói với hy vọng bạn sẽ khám phá ra ý kiến khi bạn nói? Bạn có cần nhiều thời giờ để chọn bạn không, hay là bạn dễ dàng làm quen với nhiều người?

Bạn có phản ứng nhanh khi được khen hay bị chê, bị xỉ nhục, bị làm phiền, hoặc cảm thấy thông cảm hoặc ác cảm với ai hoặc với sự gì? Bạn có phản ứng nhanh khi bị mất lòng không? Bạn có nói lại hoặc trả đũa ngay không? Hoặc bạn hình như không thể tìm được lời nói hoặc hành động để đáp

trả, mặc dầu bạn thật sự khó chịu? Biết đâu bạn là người ít khi bị người khác làm phiền lòng, ít khi cảm thấy tức giận, và ít khi ôm ấp ác ý, mà bạn bè của bạn nói rằng bạn 'thật dễ tính'.

Trong tất cả các cảnh huống đó, tính tình của bạn sẽ thích hợp với cách thức bạn có khuynh hướng phản ứng, với tốc độ bạn phản ứng nhanh chậm thế nào, và với cường độ mạnh nhẹ thế nào. 4 câu hỏi có thể giúp bạn xác định tính tình của bạn từ cách thức phản ứng thông thường của bạn.

2. 3. *hướng ngoại hoặc hướng nội*

Một trong những khác biệt căn bản để phân loại các tính tình là giữa *hướng ngoại* và *hướng nội*. Nói chung chung, một người hướng ngoại là người có khuynh hướng để ý đến và cảm thấy thoải mái với môi trường ngoại giới (người và sự việc), và một người hướng nội là người có khuynh hướng để ý đến và cảm thấy thoải mái với thế giới nội tâm của họ (tư tưởng và cảm xúc). Trong sách này, *hướng ngoại* biểu thị một chuỗi những đặc điểm bao gồm (nhưng không chỉ giới hạn trong) một trình độ sống động, hoà đồng, thiện cảm, dễ xã giao và tiếp cận với thế giới bên ngoài. *Hướng nội* có ý chỉ một khuynh hướng quy hướng về nội tâm, dè dặt, trầm tư, không mấy niềm nở, ít xã giao, và ít hoạt động.

Nên nhớ rằng chúng tôi dùng danh từ *hướng ngoại* theo nghĩa tâm lý (để phân biệt với một danh từ thường được sử dụng hơn là *quy ngoại*) để nói đến một loạt những đặc tính. Đặc biệt là không chỉ có nghĩa là 'cởi mở' đối lập với 'nhút nhát'. Nhiều người hướng nội chưa chắc đã nhút nhát, mặc dầu họ thích được ở nhà yên tĩnh hơn vào buổi tối.

Hai loại tính tình với phản ứng mau nhất là nóng giận và vượng máu, dĩ nhiên căn bản là hướng ngoại. Họ chú trọng tới *hành động*, và biểu lộ phản ứng của họ qua kinh nghiệm hoặc tư tưởng một cách *công khai bên ngoài*. Họ ý thức thật chính xác, và tiếp tục phản ứng đối với những gì xẩy đến bên ngoài họ.

Người hướng ngoại có khuynh hướng nói nhiều hơn nghe, sử dụng cử chỉ điệu bộ và nét mặt, thích nói quá và lặp đi lặp lại những điểm họ đã nói. Thường thì người hướng ngoại sẽ bắt đầu nói trước khi biết mình suy nghĩ gì về vấn đề - hy vọng rằng trong khi diễn tả bằng lời nói, họ sẽ thấy tư tưởng rõ ràng hơn cho mình cũng như cho người khác.

Ngược lại, người hướng nội - thường là loại u uẩn và lãnh đạm - khi được trình bầy một ý tưởng hay một kinh nghiệm, đòi hỏi phải có thời giờ để phối kiểm thông tin. Trong khi người hướng ngoại phối kiểm thông tin mới bằng cách nói ra, thì người hướng nội lại cần thời giờ để suy tư, đem vào bên trong nội tâm và hoà mình với thông tin này.

Đứa con gái hướng nội của chúng tôi cố gắng đặt kế hoạch trước cho các lời nó sẽ góp ý cho một khoá học về một bộ môn mà 1/3 điểm là tuỳ vào việc tham dự trong lớp. Nó ghét những lời bình phẩm vội vã thiếu suy nghĩ - mà các người hướng ngoại thường có khuynh hướng như vậy. Chúng tôi đã phải thuyết phục nó rằng ít ra vì điểm tốt nó cũng phải cố gắng tập nói một ít điều nghĩ sao nói vậy.

Những người hướng nội có khuynh hướng quy về nội tâm, tự ý thức chính mình, nên họ có vẻ như xa cách hoặc dè dặt. Người *hướng nội* không 'nhút nhát' theo nghĩa thông thường. Một người hướng nội có thể bị coi là một đứa trẻ nhút nhát, nhưng nó có thể vượt qua cái nhãn hiệu đó nhờ việc

trưởng thành trong xã hội. Khi là người lớn, nó có thể là linh hồn của buổi liên hoan - nhưng chắc chắn nó sẽ cảm thấy mệt mỏi và thích thà được ở nhà yên tĩnh thì hay hơn. Tuy nhiên cũng có những người hướng nội thuộc mọi tầng lớp chuyên môn trong xã hội cởi mở như thuyết trình viên, nhà giao thương, người khôi hài.

Như vậy nét đặc trưng để xác định bạn là hướng nội hoặc hướng ngoại không phải là vì bạn được coi như nhút nhát, nhưng là bạn có khuynh hướng phản ứng *từ bên trong* và *thụ động*, hoặc (như người hướng ngoại) *từ bên ngoài* và *hoạt động*. Bạn có diễn tả chính mình dễ dàng (hướng ngoại) hoặc khó khăn (hướng nội)? Bạn có cuộc sống nội tâm phong phú (hướng nội) hoặc đi tìm giá trị bên ngoài (hướng ngoại)? Bạn có tìm cách giải quyết mâu thuẫn bằng cách nói ra (hướng ngoại), hoặc bạn có khuynh hướng để nhập tâm và tìm cách đối thoại trong đầu óc (hướng nội). Bạn có cảm thấy được *hăng say đầy nghị lực và phấn khởi* do xã hội bên ngoài (hướng ngoại) hoặc bạn cảm thấy *mệt mỏi* vì xã hội phản ứng nặng nề? Người khác nhận thấy bạn *niềm nở dễ thương* (hướng ngoại) hoặc họ cho rằng bạn *dè dặt* và *chậm đáp ứng* (hướng nội)?

2. 4.
nghĩ trước hoặc làm trước?

Khẩu hiệu của người hướng ngoại là ‘Làm trước, nghĩ sau’ (hoặc nói trước, nghĩ sau’) trong khi khẩu hiệu của người hướng nội là ‘Nghĩ trước, làm sau’. Người hướng ngoại có khuynh hướng biểu lộ tư tưởng và tâm tình ngay, không cần suy nghĩ sâu xa. Khi cần phải có một quyết định, người hướng ngoại sẽ không ngần ngại cho biết ý kiến của mình

(nóng giận) hoặc tìm hỏi ý kiến người khác (vượng máu). Người nóng giận và vượng máu sẽ ít hối tiếc vì đã chia sẻ tư tưởng (nóng giận) hoặc tâm tình (vượng máu) của mình. Nhiều bà mẹ đã than rằng đứa con vượng máu của mình hơi có tâm tình một chút là đã chia sẻ. Nhiều bạn đồng nghiệp có thể làm chứng cho việc người nóng giận có khuynh hướng 'bạ đâu nói đó' (nói tầm phào). Người nóng giận và vượng máu cảm thấy thật thoải mái trước đám đông trong tiệc liên hoan, mặc dầu người nóng giận có thể cần 'thời giờ riêng tư' hơn người vượng máu.

Người u uẩn hướng nội sẽ cảm nghiệm được sự dễ dàng hơn người lãnh đạm để biểu lộ ý nghĩ tư tưởng, nhưng thường bị người quen biết coi là không thân thiện, đòi hỏi và lạnh lùng. Người u uẩn sẽ không dễ mạc khải tâm tình của mình, và có thể họ hiểu sai các tín hiệu xã giao. Người lãnh đạm hướng nội dễ hoà nhịp với tâm tình của mình và tâm tình của người khác, và thực tâm chú ý tới người khác; tuy nhiên họ có khuynh hướng dè dặt và có lúc quên mình đi khi biểu lộ diễn tả để tránh mâu thuẫn hoặc vì sợ gây hiểu lầm. Trong khi một người u uẩn lý sự và phân tích được thoải mái kiểm tra và thám hiểm các tư tưởng của mình, đời sống nội tâm của người lãnh đạm có khi là một bài toán đố phức tạp nan giải đến nỗi chính họ cũng không muốn mất thời giờ phân tích nữa.

Người hướng nội - dù là lãnh đạm hay u uẩn - có khi bị kết tội là phe nhóm hoặc xa lạ trong các môi trường xã giao, trong khi thực tế họ chỉ cần thời gian và không gian để phối kiểm thông tin và để suy nghĩ (người u uẩn) hoặc để cảm nghiệm được thoải mái mà tin tưởng (người lãnh đạm). Những biểu lộ xã giao như cười nói, nhìn vào mắt người khác,

thực là dễ dàng đối với người vượng máu và nóng giận, lại là những điều mà người hướng nội phải học hỏi. Cả hai người u uẩn và lãnh đạm vì khuynh hướng hướng nội, có khuynh hướng ít hoạt động và phát triển bên ngoài hơn là người nóng giận và vượng máu. Nói chung, người hướng nội thích suy tư nhiều hơn, ít đua tranh và ít khơi mào khởi đầu.

2. 5.
vì luật (nguyên tắc) hoặc vì người

Hai loại tính tình đặt giá trị cao nhất vào việc hoà hợp liên hệ tình nghĩa, vào việc hợp tác giữa người với người, và vào việc quan trọng cần phải để ý tới nhu cầu và tâm tình của người khác, đó là loại vượng máu và lãnh đạm. Bạn có phải là một cộng sự viên hoặc đồng đội tốt không? Bạn có cảm thấy khó chịu khi có mâu thuẫn và bất đồng ý kiến không? Bạn có khi nào gồng mình quá sức để giúp người khác không? Bạn có dễ dàng đặt mình vào hoàn cảnh của người khác không? Như vậy bạn có thể thuộc loại vượng máu (nếu bạn hướng ngoại) hoặc lãnh đạm (nếu bạn hướng nội).

Loại vượng máu là trường hợp điển hình tính tình 'vì người', phối hợp khuynh hướng hướng ngoại và ước muốn tự nhiên chiều lòng người và xây dựng tình người. Người lãnh đạm cũng là người có khuynh hướng liên hệ tình nghĩa, cho dù theo đường lối hướng nội. Người lãnh đạm muốn cho mỗi người chung quanh họ phải được hạnh phúc; họ muốn tránh và xua đuổi mâu thuẫn. Người vượng máu và người lãnh đạm đặt cao giá trị sống hoà đồng, nên họ có khuynh hướng thích ứng và hợp tác - miễn sao nhu cầu nền tảng của họ được thoả mãn . Để duy trì hoà khí, cả hai loại tính tình

đều có khuynh hướng đồng ý với những người chung quanh họ, hơn là cố gắng áp đặt ý định của họ hoặc cố gắng cầm đầu.

Đằng khác, loại tính tình nóng giận và u uẩn thường không quyết định căn cứ vào việc làm vui lòng người khác hoặc bảo vệ liên hệ tình nghĩa. Đúng ra họ được hưng phấn do mục đích, ý tưởng và lý tưởng. Họ không đặt nặng giá trị về tâm tình và cảm giác cho bằng quý trọng các nguyên tắc (lề luật). Họ có khuynh hướng tìm kiếm giá trị khách quan và trong suốt của một trường hợp hoặc quyết định, hơn là quan tâm đến cách thức người khác bị ảnh hưởng thế nào hoặc nghĩ thế nào. Nếu bị bó buộc phải lựa chọn giữa chân thật hoặc khéo léo, người nóng giận và u uẩn sẽ chọn *sự thật*.

Bây giờ bạn hãy tự hỏi:

a.) Tôi có phải là người hướng ngoại hoặc hướng nội?

b.) Tôi có quyết định ưu tiên dựa vào các nguyên tắc lý luận hoặc vào lòng người?

2. 6.

vai trò lãnh đạo với đủ loại

Hai loại tính tình với cường độ phản ứng mạnh mẽ nhất và trường độ kéo dài lâu nhất - người nóng giận và u uẩn - cũng là những người nắm giữ vai trò 'lãnh đạo' điển hình. Cho dù bất cứ ai trong 4 loại tính tình cũng có thể phát triển khả năng lãnh đạo, người nóng giận và u uẩn là những người lãnh đạo đương nhiên, bởi lẽ họ có khuynh hướng muốn làm việc theo đường lối của họ. Khổ một nỗi là họ khó có thể nhận chỉ thị khi cần thiết từ người khác, và đôi khi chỉ muốn không phải chỉ lãnh đạo mà còn

điều khiển người khác. Người nóng giận sẽ điều khiển kiểm soát một cách tỏ tường trong khi người u uẩn có khuynh hướng kiểm soát từ phía sau bức màn.

Người nóng giận thích điều khiển việc cũng như người, và có thể vội vã hành động không chịu hỏi ý kiến ai. Người u uẩn áp dụng một cách tiếp cận từ hậu trường; thay vì khởi xướng, họ phân tích. Trong khi người nóng giận lập kế hoạch dàn binh bầy trận, người u uẩn ước lượng xem chỗ nào kế hoạch có thể thiếu sót không đúng với lý tưởng. Nếu người u uẩn và nóng giận hợp tác thành ban kế hoạch thì đó là điều thật tốt đẹp: người nóng giận sẽ ra mắt khơi mào chương trình và giới thiệu chiến dịch khởi sự, còn người u uẩn sẽ đóng vai trò biện hộ đỡ đòn, sửa sai và kiện toàn kế hoạch.

Người nóng giận có khuynh hướng nói ngay nói thẳng và cứng đầu cứng cổ, thích tranh cãi và tra hỏi. Người u uẩn sẽ không mau nói ra ý nghĩ của mình nhưng sẽ đưa ra những phán đoán nhận định từ bên trong. Giáo chức phải học hỏi để chiếm được lòng kính trọng của người nóng giận cũng như người u uẩn. Người nóng giận bắt đầu với tự phụ rằng ai cũng chẳng thông minh bằng họ. Người u uẩn thì chỉ biết nhận ra những bất toàn của chính mình cũng như của người khác. Cả hai sẽ cùng chỉ trích các ý tưởng khi được trình bày - người nóng giận thì bằng lời nói còn người u uẩn thì bằng cách không nói.

Loại tính tình vượng máu và lãnh đạm thường thường cảm thấy thoải mái làm việc trong một đội ngũ và thường thích vai trò đứng sau lưng để ủng hộ. Thông thường họ không cảm thấy thoải mái để nhận những trọng trách khó khăn và nặng nề đòi hỏi của vai trò lãnh đạo - như những quyết định

vì một sứ mệnh mà phải trái ý, làm đầu tầu và sai phái, trung thành với nhiệm vụ và bảo người khác cũng phải như vậy v.v… Tuy nhiên khi họ đã quyết tâm, họ thường tỏ ra là những người lãnh đạo tốt nhất. Họ sẽ dùng khả năng hiểu biết và liên kết với người để trở thành nhà *lãnh đạo phục vụ* (lãnh đạm), biết lãnh đạo qua phục vụ cũng như - hoặc nhiều hơn - họ đòi hỏi người khác, hoặc nhà *lãnh đạo đặc sủng* (vượng máu), biết lãnh đạo nhờ sức thu hút hấp dẫn và phong cách.

Trong chương tới, chúng ta sẽ thảo luận từng chi tiết của 4 loại tính tình điển hình. Chúng tôi đề nghị quý bạn hãy coi việc học hỏi tính tình này như là một dụng cụ để hiểu mình cũng như giúp mình hiểu biết và quý trọng người khác. Xin đừng nghĩ rằng mỗi người phải đúng y như 1 trong 4 khuôn mẫu đó. Đúng hơn, xin hãy coi đây như là những bức tranh về 4 loại tính tình, như những chìa khoá giúp hiểu biết những khuynh hướng phát xuất từ bản tính của chúng ta, và ảnh hưởng toàn bộ cá tính của chúng ta.

Chương 3

Tôi thuộc loại tính tình nào?

"Mỗi loại tính tình tự nó là tốt, và đối với mỗi loại, người ta có thể hành thiện và được cứu độ."
L.m. Conrad Hock

Bây giờ chúng ta hãy thử thoáng nhìn vào tranh phác hoạ ít nét chấm phá của mỗi loại tính tình: nóng giận, u uẩn, vượng máu, và lãnh đạm. Nên nhớ rằng mỗi tranh phác hoạ chỉ tượng trưng cho 'lý tưởng thuần tuý'của mỗi tính tình và đa số chẳng có ai hoàn toàn giống như đúc với khuôn mẫu lý tưởng đó. Đa số thường là tổng hợp của 2 loại tính tình, với một loại mạnh hơn (xin đọc chương 9 thảo luận đầy đủ về loại tính tình chính yếu và phụ thuộc).

3. 1.
Người nóng giận

"Anh em không biết sao? trong vận động trường có biết bao nhiêu người cùng thi nhau chạy, nhưng cuối cùng chỉ có một người thắng và được thưởng. Vậy anh em hãy chạy để thắng cuộc". (1 Cr 9: 14)

Phấn khởi, nghị lực, trí óc và một ý chí mạnh đã được tổng hợp lại để giúp cho người có tính nóng giận trở thành người xông xáo. Dù ở nhà hay ở sở làm, người nóng giận cũng chỉ huy và thực hiện được nhiều việc trong một thời gian ngắn. Người nóng giận phản ứng thật mau và mạnh; cương quyết là đặc điểm của họ. Thêm vào đó, họ hướng ngoại và tự tin, cảm thấy thoải mái chỉ huy người và điều khiển việc. Đối lập không bao giờ tạo nên đà cản mũi, nhưng đúng ra lại là một kích thích cho hành động thêm. Năng động và trực tiếp, người nóng giận có trí khôn minh mẫn và lối suy luận độc lập. Họ luôn cho bạn biết họ đang suy nghĩ gì.

Người nóng giận thích phấn khởi và đầy nghị lực sẽ thu hút người khác tới với họ. Họ tiến phát nhờ hành động, việc làm giúp họ dũng mạnh hơn. Họ lạc quan và quảng đại; họ trân quý các thành tựu trong công việc họ cố công thực hiện và đặt chỉ tiêu thật cao. Họ cảm thấy thoải mái với quyền bính, triển nở trong đua tranh, và tự tin trong các quyết định.

Người nóng giận thích lý luận một cách siêu việt; họ mong được nghe những lý sự hay ho trong bất cứ một tranh cãi nào. Dù khi còn là trẻ con, họ sẽ không chấp nhận câu nói 'vì tôi đã nói thế' như là đã đủ lý do để làm một việc gì. Người nóng giận có thể hiểu được đại sự và có thể thông đạt viễn tượng đại sự cho người khác biết; họ là những nhà tổ chức có biệt tài tự nhiên và thường có khuynh hướng thăng tiến lên các cấp bậc quyền bính. Họ dễ dàng biểu lộ ý tưởng cho người khác, nhưng lại ít chịu khó nghe người ta. Họ ghét 'mất thời giờ' vào việc họp hành, vào những liên hệ với nhân viên, và các chi tiết vụn vặt. Nhiều doanh nhân thuộc loại tính tình nóng giận. Họ có khuynh hướng không chịu uỷ nhiệm cho người khác bởi lẽ họ tin rằng họ có thể làm nhanh hơn và hay hơn và bởi lẽ họ thích thú với những sản phẩm do chính tay họ làm. Một người nóng giận cũng có thể thành công trong vai trò giám đốc, lãnh tụ quân sự, sáng lập viên, hoặc bất cứ nghề nghiệp nào biết quý trọng khả năng lãnh đạo và cái nhìn đầy viễn tượng của họ.

Dĩ nhiên cũng có một thế kẹt của loại tính tình hùng hổ và năng nổ này. Người nóng giận mau phán đoán, vội đưa ra một ý kiến, và ngoan cố đi tới - thường ít khi suy nghĩ cho đầy đủ và đôi khi không thông cảm với người khác khi họ hành động. Nếu bạn mua một cái gì đó đem về nhà mà phải ráp lại,

và nếu bạn nhào vô làm liền mà không chịu đọc lời chỉ dẫn, bạn có thể là người thuộc tính nóng giận. Người nóng giận nghĩ rằng đọc lời chỉ dẫn hoặc coi bản đồ trước khi đi ra khỏi nhà là mất thời giờ; họ có thể vừa đi vừa nghĩ ra cách thức.

Vì trí óc thông minh, lòng cương quyết, và thành tích cao nên người nóng giận dễ mất kiên nhẫn với - đôi khi khinh bỉ - những người kém tài trí. Họ có thể tỏ ra chế ngự, bướng bỉnh, độc tài, quá tham vọng và cứng lòng. Họ hướng chiều về tự cao và giận dữ. L.m. Conrad Hock viết: *"Người giận dữ thà chết chẳng thà tự hạ mình."* Thỉnh thoảng người nóng giận coi người khác như thứ yếu phụ thuộc. Người nóng giận nếu không tập luyện nhân đức, có thể mau trở nên người vụ lợi trong cách thức của mình.

Nếu bạn là người nóng giận, xin đừng mủi lòng vì nhiều người độc tài khét tiếng trong lịch sử đã là người có tính tình này. Người nóng giận có khuynh hướng lãnh đạo với sức mạnh của một ý tưởng, một mục đích, hoặc chỉ vì phấn khởi nhất thời, hơn là dùng thời giờ để uốn nắn, thuyết phục và dạy dỗ những người họ lãnh đạo. Dĩ nhiên cũng có khá nhiều vị đại thánh thuộc loại tính tình này. Thánh Phaolô trước kia là một nhà bách hại Kitô giáo dữ dội, sau đó lại trở nên một tông đồ rất nhiệt thành.

Người nóng giận có thể sợ tỏ ra thân mật trong liên hệ tình nghĩa; họ là người khá độc lập, bất nhẫn và vô cảm. Họ có thể vội vã và thiếu khôn ngoan khi quyết định, rồi sau đó lại phủ nhận lỗi lầm của mình. Họ có khuynh hướng che giấu những gì thiếu trưởng thành của mình bằng cách chê trách và đổ thừa cho người khác về chính những lỗi lầm của họ.

Người nóng giận là những nhân viên làm việc thật tốt - nếu như họ không phải là người lập nên dịch vụ. Họ tự điều khiển chính mình, chăm chú vào công việc, suy nghĩ thật mau, có óc thực tế, và rất năng động. Họ thích thú công việc họ làm. Họ thích được chỉ huy người và điều động việc, nhưng thỉnh thoảng họ cần được nhắc khéo rằng không phải ai cũng làm việc mau và hay như họ. Thỉnh thoảng vì cương quyết đạt tới mục đích mong muốn, họ có thể chèn ép tâm tình ý nghĩ của bạn đồng nghiệp để miễn sao thực hiện trọn vẹn nhiệm vụ được trao phó trong tay.

Người nóng giận cần phải có một đời sống thiêng liêng với kỷ luật và vâng lời nghiêm ngặt, để giúp họ lướt thắng khuynh hướng tự cao, tính giận dữ, và óc bướng bỉnh. Họ cần phải tập luyện phát triển thông cảm, khiêm nhường, dịu dàng, và hiểu biết khi giao tiếp với người khác. Nhưng điều cần thiết đầu tiên là phải thuyết phục được người nóng giận rằng họ *cần phải có* đời sống thiêng liêng trước đã, rằng họ cần phải *tín nhiệm* vị linh hướng, và họ phải tự hạ mình trước Thượng Đế để học tập nhân đức khiêm nhường. Họ sẽ phải học hỏi để tỏ ra hiểu biết mà tha thứ cho các bạn đồng nghiệp và sẽ phát triển đức khiêm nhu hơn nữa khi nhìn nhận rằng những hồng ân của tính tình của họ là quà tặng của Thượng Đế ban cho chứ không phải là cái gì mà họ đã tự mình kiếm được hoặc đáng được như vậy.

3. 2.

người u uẩn

“Phúc cho ai biết đói khát công lý.” (Mt 5: 6)

Người u uẩn là người có khuynh hướng hơn các loại tính tình khác để trân quý *lý tưởng* - cho dù là chân lý, vẻ đẹp, hoặc công bình, và tất cả những gì cao thượng. Họ có thể là người có đầu óc, đạo đức, và cảm thông, thích tĩnh mịch và suy tư. Người ta nói rằng người u uẩn mơ ước thiên đàng đến độ bất cứ cái gì ở trần gian này cũng chỉ là thiếu sót. Họ nhạy cảm và lý tưởng nên rất quan tâm đến bất công và nết xấu. Họ thích lý tưởng cộng thêm cảm thông đối với nhân loại và say mê công lý có thể giúp họ theo đuổi ơn gọi phục vụ nhân đạo. Nhiều văn sĩ nổi danh, thi sĩ, nghệ sĩ và nhạc sĩ sáng tác thuộc loại tính tình này.

Nhiều người u uẩn đã trở nên các vị đại thánh - những vị sáng lập các dòng tu, những nhà canh tân, những nhà huyền bí và các nhà thần học. Người u uẩn là con người sống theo nguyên tắc, kiên trì, trung thành, và bền chí. Họ có trật tự nề nếp, chuyên chăm, và để ý tới từng chi tiết. Họ trân quý mầu nhiệm và cuộc sống sâu đậm.

Nhưng cũng chính lý tưởng của người u uẩn có thể làm cho họ phê bình chỉ trích người khác vì không ‘theo kịp.’ Lý tưởng dễ dẫn đến năng khiếu lãnh đạo, hoặc đôi khi tạo nên người u uẩn không thực tế hoặc không du di, và không có tinh thần đồng đội. Họ nghi ngờ về những gì chia loại và đặt mẫu mã có vẻ đơn giản - như 4 loại tính tình này.

Tính tình u uẩn có đặc điểm là phản ứng đối với một kích thích lúc đầu thì yếu hoặc hững hờ rồi sau đó có thể theo thời gian mà trở nên mãnh liệt; rồi sau đó phản ứng có khuynh hướng kéo dài thật

lâu. Bởi lẽ phản ứng chậm chạp và khuynh hướng hướng nội, người u uẩn đặt nền tảng các quyết định vào lý tưởng. Họ muốn toàn hảo, tuy nhiên rất ít người đạt được mức mong đợi và niềm mơ ước. Hèn chi họ chẳng chúi mũi vào sách vở!

Người u uẩn gầy dựng các liên hệ tình nghĩa thật từ từ chậm rãi; quả vậy, họ thường chỉ thích bằng lòng ở một mình. Họ không khởi xướng liên hệ tình nghĩa và họ phải có thời gian thật lâu dài mới có thể thực sự đặt tín nhiệm. Nhưng một khi đã tạo dựng được tình nghĩa, họ sẽ trung tín và chân thành đến độ lầm lẫn nữa. Tuy nhiên một khi đã mất chữ tín, và họ đã ý thức được sự phản bội, họ khó có thể tha thứ.

Người u uẩn có thái độ suy tư, cộng thêm với mục đích tiến tới hoàn thiện, sẽ làm cho họ chỉ để ý đến những khó khăn của một mạo hiểm mới, lo lắng về những tiêu cực có thể xẩy ra, và điểm chỉ các lỗi lầm và bất công. Hậu quả là có thể làm cho người u uẩn bị tê liệt trong hành động. Khi Hamlet buông lời độc thoại bất hủ *"To be or not to be" (Có/được hoặc không có/được)* đó là biểu lộ thái độ nền tảng của người u uẩn. Hamlet không thể hành động, bởi khuynh hướng hướng nội mãnh liệt và hiệu quả giảm hạ.

Người u uẩn ước mong được hoàn thiện, và khi không được như ý, họ có thể bắt đầu thiếu tự tin và trở nên nản lòng. Họ chỉ thấy vấn đề trong khi các tính tình khác (như người nóng giận) lại thấy thách đố và cơ may. Tuy nhiên thật là mâu thuẫn ở chỗ, mặc dầu những chi tiết nhỏ nhoi có thể làm họ nghiêng ngửa, người u uẩn lại có thể đối phó với những khủng hoảng lớn một cách duyên dáng và thanh thản.

Tại sao người u uẩn lại mướt mồ hôi trán vì những chuyện nhỏ mà lại không sao vì những chuyện lớn? Chúng ta không chắc tìm được câu trả lời cho vấn đề nan giải của thực tế tính tình u uẩn rất phức tạp. Một lý giải cho rằng người u uẩn sống đời sống hằng ngày với kỳ vọng là thế nào rồi trước sau 'chuyện đó cũng sẽ đến'.

Chúng tôi quen biết một người u uẩn luôn có một sổ dài những than vãn: con cái không vâng lời, công việc khó kiếm, nội ngoại tranh dành. Thế mà đến khi có bệnh hoạn xẩy tới đe doạ gia đình, người này lại rất bình tĩnh dưới áp lực và tìm được sức mạnh tinh thần. Nếu không có nền tảng vững chắc, có thể người u uẩn sẽ dễ bị rơi vào tình trạng trầm cảm.

Bởi vì người u uẩn có khuynh hướng suy đi nghĩ lại mọi lý lẽ thuận cũng như nghịch, nên họ có thể coi bộ như không cương quyết và hay do dự. Họ có thể tốn phí khá nhiều thời giờ để đặt kế hoạch và chuẩn bị, đồng thời lại quá ít thời giờ để đem kế hoạch ra thực hiện. Thỉnh thoảng họ cảm thấy khó đưa người khác vào một dự án bởi lẽ họ không biết phải làm thế nào cho người ta phấn khởi - không phải tại vì chính họ không cảm thấy phấn khởi trong thâm tâm họ. Vì một lý do nào đó, người u uẩn có khuynh hướng không cường tráng bằng những tính tình khác. Trong khi người nóng giận có vẻ như tràn đầy phấn khởi và nhuệ khí, người u uẩn có khuynh hướng yên lặng, yếu kém và dễ bị đau yếu lặt vặt làm giảm bớt ý chí.

Bởi lẽ họ hướng nội và có khuynh hướng bi quan, người u uẩn có thể bị co quặp vào trong chính mình quá đáng. Họ nên phấn đấu để tạo nên tự tin và đặt niềm tin vào Thượng Đế. Họ cần phải cố gắng để chú ý và quảng đại với những người thiếu

thốn (trong khi chiến đấu chống lại cám dỗ tự thương hại mình). Tự thương hại mình là một cái bẫy có thể giam hãm người u uẩn trong một lối sống thiển cận và không sung túc. Giáo chức và phụ huynh có thể giúp học sinh và con cái u uẩn bằng cách khuyến khích chúng tập thể thao đều đặn và ăn uống đàng hoàng và học hỏi để tự tin, lạc quan và phấn khởi.

Đôi khi bước đầu tiên là bước khó nhất. Bởi lẽ người u uẩn nhạy cảm đối với những gì có thể đi sai, họ thường chứng tỏ tính lừng chừng không dứt khoát khi bắt đầu một dự án hoặc bước vào một giai đoạn mới của cuộc sống. Người u uẩn cần được giúp đỡ để vượt qua khó khăn đó, có thể là do một giáo chức, hoặc cha mẹ hoặc vị linh hướng hiểu biết có thể giúp cho họ được tự tin mà họ thiếu và gợi hứng cho họ thêm phấn khởi lạc quan.

Như L.m. Hock viết: *"người u uẩn có một ý chí mạnh mẽ kèm theo tài năng và sức mạnh",* nhưng họ có thể quá thận trọng đến độ *"thiếu can đảm". "Có câu ngạn ngữ nói rằng cứ vất người u uẩn xuống nước, tức khắc họ sẽ biết bơi".*

Trong công ăn việc làm, nếu ai có tính tình chính yếu là u uẩn thì họ đóng góp đáng kể cho công việc nào đòi hỏi chính xác, chi tiết, kiên trì, tổ chức và phân tích sâu xa. Chúng tôi quen biết khá nhiều người u uẩn là chủ bút, văn sĩ, giáo chức và nghiên cứu thị trường tài chính. Một số người có thể là loại 'chó săn', biết ngửi ra những tay mánh mung. Chỉ xin đừng cho họ đi kiếm mối hàng thôi. Và cũng đừng mong đợi họ là những chủ sự sử dụng nhân viên một cách tinh tế nhất: người u uẩn có thể không để ý mấy đến những khía cạnh như giao tế, tinh thần đồng đội, phấn kích rất cần thiết trong nghệ thuật dùng người.

Trong đời sống thiêng liêng, người u uẩn nên chú ý đến tình thân mật riêng tư với Đức Kitô, bởi lẽ bản tính của họ là thích những lý tưởng cao vời, và họ sẽ không bao giờ nghỉ, như thánh Âutinh đã nói, chỉ an nghỉ trong Chúa mà thôi. Ngoài ra, qua việc hiệp thông thân mật với Đức Kitô, người u uẩn sẽ học được cách để làm dịu lại điều họ mong đợi quá lẽ nơi người khác - chỉ nên tin Chúa mà thôi - và nhờ đó họ lướt thắng tính tự nhiên buồn phiền.

Một đời sống nội tâm sâu xa sẽ giúp người u uẩn đạt được trình độ thân mật với Thượng Đế, được niềm vui và bình an siêu nhiên. Một vị linh hướng tốt có thể giúp người u uẩn thật nhiều bằng cách đặt ra các mục đích khôn ngoan, nhắc nhở họ phải giữ gìn sức khoẻ và những nhu cầu cần thiết khác, và phải phát triển các dốc quyết thiêng liêng một cách nhất định. (Xin coi thêm chương 10 về đời sống thiêng liêng.)

3. 3.
người vượng máu

"Chúa yêu thích người vui vẻ dâng cúng."
(2 Cr 9: 7)

Người vượng máu có khuynh hướng tự nhiên với óc sáng tạo, vui nhộn và tinh thần cao dĩ nhiên thích nhìn phía sáng sủa, vui vẻ với mọi người và tìm những phiêu lưu mạo hiểm, đôi khi đưa đến hậu quả là bị chụp mũ hời hợt giả tạo. Nhưng thế giới này được tươi sáng hơn, vui vẻ hơn cũng là nhờ họ gợi hứng, phấn khởi và đồng hành.

Một sức mạnh của người vượng máu là họ có khả năng 'sống trong giây phút hiện tại'; bởi lẽ họ không dừng lại ở quá khứ, cũng không mất giờ lo lắng về tương lai, nên họ có thái độ thật lạc quan,

vui vẻ đối với cuộc sống. Người vượng máu thường phiêu lưu mạo hiểm, khai thác và sáng tạo - và là nguồn hứng khởi cho người khác.

Mặc dầu mau và dễ phản ứng cũng như cảm xúc, người vượng máu không giữ lại phản ứng lâu dài. Họ tò mò thật dễ dàng và họ chú ý cũng thật dễ dãi; cộng thêm với hướng ngoại tự nhiên, người vượng máu là điển hình của thân thiết, chịu chơi và thông cảm, luôn luôn đi tìm thêm những mạo hiểm mới và bạn bè mới. Họ rất nhạy cảm với ngũ quan và từ đó có con mắt tinh đời dễ để ý đến chi tiết và chú ý vẻ bên ngoài. (Điều này cũng có thể trở nên nguồn gây rắc rối, nếu như họ bị quá lệ thuộc vào các thú vui cảm giác và những hấp dẫn bên ngoài.)

Liên hệ tình nghĩa chân thực rất quan trọng đối với người vượng máu; họ niềm nở, cảm thông, quảng đại và dễ làm vừa lòng. Đám đông làm cho họ thêm nghị lực, họ dễ cộng tác và hoà đồng với người khác. Họ muốn làm đẹp lòng cha mẹ và giáo chức.

Người vượng máu muốn làm đẹp lòng người nhưng đôi khi lại thích được nổi sáng. Đứa con trai vượng máu của chúng tôi đã bị phạt cấm túc mấy lần (nó tin rằng không đáng) vì nó đã làm trò đùa gây chú ý trong lớp. Người vượng máu thích trở nên trung tâm cho mọi người chú ý, và họ thích lượng (không nhất thiết là phẩm) bạn bè. Họ muốn làm cho người khác hạnh phúc - hoặc ít nhất cũng là được một tiếng cười.

Người vượng máu lanh lợi đeo cảm xúc trên tay, cho dù những cảm xúc này không lâu bền mà lại có thể vội vã, thiếu khôn ngoan và thiếu động lực. (Hiếm có người vượng máu bướng bỉnh cố chấp). Đứa trẻ vượng máu học rất mau, cho dù đôi khi trí nhớ của nó không tốt mấy. Luôn luôn đi tìm khám

phá những thích thú mới, giống như bướm bay từ hoa này tới hoa kia, người vượng máu khó tập trung sâu xa vào một lĩnh vực học vấn. Không phải là họ không có khả năng trí thức, nhưng là vì họ chỉ thích chú ý tới cái gì mới lạ thôi.

Tính tình vượng máu có cái dở là khuynh hướng hời hợt giả tạo (tại vì phản ứng tức thời và trí tưởng tượng sáng tạo của họ), rồi tính 'tiền hậu bất nhất' (tại vì ấn tượng quá ngắn ngủi), và tính chiều theo cảm quan (tại vì thiếu kiên nhẫn chống trả cơn cám dỗ mỗi khi đam mê được khởi động). Bởi lẽ đặt giá trị khá cao vào liên hệ tình nghĩa và làm đẹp lòng người khác, người vượng máu thường bị cám dỗ bỏ qua những gì họ biết là phải, để đi theo đám đông.

Người ta thường nói rằng người vượng máu 'đưa mồm vào phòng trước.' Họ thích được nổi bật nên họ có khuynh hướng phóng đại tô mầu và dùng những lời quá đáng, cũng như trêu chọc người khác. Họ có khuynh hướng nói trước khi nghĩ, nên thường đi đến hậu quả là phải xin lỗi vì đã làm mất lòng người khác. Chuyện xin lỗi như vậy tương đối không khó khăn gì đối với người vượng máu, vì họ thực sự chỉ muốn làm đẹp lòng người khác và muốn người ta mến họ. Các nhà tu đức linh đạo cho biết rằng người vượng máu không cảm thấy khó khi đi xưng tội, trong khi đó người nóng giận không muốn đi xưng các tội của mình vì tính tự ái, và người u uẩn cảm thấy rất mực đau khổ để thổ lộ các lỗi lầm thầm kín của mình.

Người vượng máu thường thích nghề nghiệp nào nhấn mạnh đến giao tiếp với xã hội. Họ muốn dùng khả năng sáng tạo suy nghĩ lanh lẹ để có ý tưởng mới, dự án mới và mạo hiểm mới. Những công việc đòi hỏi chi tiết, kiên trì và phải tự mình làm

lấy, thường trở nên khó khăn cho người vượng máu đầy phấn khởi và xã giao.

Trong đời sống thiêng liêng, người vượng máu ít khi bị bệnh giả hình câu nệ về luật lệ, bởi lẽ họ coi liên hệ tình nghĩa và tự do phát biểu là ưu tiên. Nhưng nếu không được huấn luyện trưởng thành trong đức tin, khuynh hướng trên có thể dẫn tới tình trạng chỉ có một mớ tín điều thiếu kỷ luật và rời rạc, dựa theo sở thích cá nhân hơn là chân lý. Tuy nhiên nếu như người vượng máu biết phát triển tình nghĩa thân mật cá nhân với Đức Kitô, họ có thể phát triển lòng trung thành và đức vâng lời đối với giáo huấn của Hội Thánh. *"Nếu các con yêu mến Thầy, các con sẽ vâng giữ các giới răn của Thầy."* (*Ga 14: 15)*

Một khi người vượng máu, với tư cách yêu đời mến người, khám phá ra rằng Đức Kitô là người bạn đích thực của tâm hồn họ, họ sẽ khởi đầu cuộc hành trình để trưởng thành thiêng liêng mà kết quả là cá tính sẽ được sâu sắc và bền vững. Một cuộc hành trình như vậy sẽ giúp cho họ khám phá ra họ thực sự là người thế nào, và ai mới là người họ cần phải làm đẹp lòng hơn cả.

Loại tính tình vượng máu là những người phải được đánh giá trị cao trong gia đình, tổ chức, cộng đoàn: họ là những người hy sinh tự nguyện, quảng đại, hợp tác và dễ thương đáng mến. Một khi được tình yêu Đức Kitô thúc đẩy và chú ý đến huấn luyện thiêng liêng, người vượng máu sẽ chứng tỏ đầy nghị lực, cảm tính tế nhị, và tinh thần sống động đi rao giảng Nước Trời và đem nhiều linh hồn về cho Chúa.

3. 4.

người lãnh đạm

“Phúc cho ai kiến tạo hoà bình, vì họ sẽ được gọi là con cái của Thượng Đế.” (Mt 5: 9)

Người lãnh đạm là người dè dặt, thận trọng, tinh tế, đáng kính và đáng tin. Họ không dễ bị xỉ nhục hoặc chọc giận, và cũng không quá đáng hoặc quá nhiều trong ngôn từ. Họ trung thành và dấn thân, bao dung và nâng đỡ. Họ thủ đắc một ý chí sắt đá mà ít ai để ý, bởi lẽ họ là những con người dễ chịu. Họ có tài khiếu giảm bớt các tình trạng căng thẳng. Người lãnh đạm là những nhà ngoại giao và các chiến lược gia tuyệt vời. Họ cũng là những lính cứu hoả, sĩ quan cảnh sát, sĩ quan quân đội tuyệt hảo; họ phát triển trong các nghề nghiệp đòi hỏi yếu tố căn bản là sự bình thản trong khủng hoảng.

Tin mừng là nếu bạn thuộc loại tính tình lãnh đạm, bạn không phải học khoá điều hành cơn nóng giận! Phải mất công nhiều lắm mới trêu giận được người lãnh đạm. Họ được nhận diện qua tính tình dễ dãi. Họ thủ đắc khá nhiều lương tri công tâm và quân bình trí thức. Họ có khuynh hướng trong sáng, chính xác, và biết suy nghĩ trong lời nói và chữ viết. Họ là những người biết lắng nghe và dễ thông cảm với người khác. Họ ủng hộ bạn hữu, kiên nhẫn đối với người khó tính và tử tế hoà nhã với mọi người mọi lúc. Họ chấp nhận truyền thống và lề luật, và không ‘chống lại chế độ’; họ có thể đối phó với hệ thống hành chính hoặc một đẳng cấp đã lỗi thời.

Tuy nhiên họ không thích mâu thuẫn và đối chất. Đứa con trai cả của chúng tôi, một đứa lãnh đạm, vừa mới bị chỉ định để thi đua hùng biện trong trường. Một học sinh lãnh đạm ôn hoà không tranh đua, phải làm gì khi mà điểm học căn cứ một phần

vào việc phải tranh cãi đối phương? Kết quả thật là khôi hài! Đối phương của nó bắt đầu: *"Tôi tin rằng tuổi cho phép uống rượu phải là 21, bởi lẽ ai dưới tuổi đó cũng là vô trách nhiệm."* Con chúng tôi trả lời: *"Tôi đồng ý với bạn, nhưng tôi nghĩ nên nâng tuổi đó lên 22, vì như vậy họ sẽ ý thức trách nhiệm hơn nữa."* Tội nghiệp đối phương của nó bị cứng họng chẳng nói được gì thêm.

Về công ăn việc làm, người lãnh đạm là người đáng tin, đúng giờ, và trật tự; họ có thể đem lại hoà khí cho hầu như bất cứ nhóm nào. Khuynh hướng hướng nội, cộng thêm với việc họ đề cao giá trị của liên hệ tình nghĩa, làm cho họ thích những mục đích trừu tượng như tình yêu, lòng ái quốc, tôn giáo và chữ tín trung. Tuy nhiên họ là những lãnh tụ 'bất đắc dĩ'. Họ thích những công việc có bảo đảm hơn là những công việc đòi hỏi và đi lên. Nhiều người lãnh đạm là giáo chức: thói quen và bảo đảm của công việc tỏ ra quyến rũ họ, và họ đủ kiên nhẫn để đối phó với trẻ em. Những ngành như kỹ sư, khoa học, máy móc, và thợ mộc cũng là những ngành nghề thích hợp với người lãnh đạm thích chi tiết. Trong đời sống tôn giáo, hình như các tu sĩ xưa kia đã dầy công vẽ các thủ bản trình bầy với các hình vẽ mầu sắc, đã là những người lãnh đạm.

Bởi lẻ bản tính là dè dặt, người lãnh đạm thỉnh thoảng bị tố cáo là không cương quyết, thiếu phấn khởi và tự khởi. Vì họ chỉ muốn làm đẹp lòng người, và muốn tránh mâu thuẫn với bất cứ giá nào, họ thường trở nên hoà hoãn. Thỉnh thoảng họ tỏ ra hoà hoãn quá đến nỗi họ không còn biết chính họ muốn gì nữa! Khác với người vượng máu là người có đặc biệt chú ý đến sự việc (người, kinh nghiệm, mới lạ, vật dụng), người lãnh đạm được nhận diện như là tránh né sự việc: mâu thuẫn giữa người với

người, đòi hỏi tâm trí hoặc công sức. Người lãnh đạm có thể nại đến áp lực đồng đội để duy trì bình an hoặc để tránh mâu thuẫn (và như vậy họ có thể bị trấn áp), trong khi người vượng máu châu về đồng đội một cách rất tự nhiên.

Trong khi người nóng giận cần phải tự kiềm chế, người lãnh đạm (tính tình đối nghịch với người nóng giận) cần phải biết *tự thức tỉnh*. Người nóng giận thì đam mê; người lãnh đam thì vô cảm. Thái độ vô tư này có thể ra dấu hiệu cho biết họ thiếu thích thú. Người lãnh đạm sẽ chứng tỏ đường lối thực tế, trực tiếp, khoa học và vô cảm này trong việc làm cũng như học vấn. Những ai có trí thông minh thì có thể trở nên những học giả và khoa học gia vĩ đại nhờ những phân tích khách quan của họ, không bị lu mờ vì những đam mê như trong trường hợp người vượng máu hoặc nóng giận (dễ nhẩy tới kết luận hoặc theo chương trình riêng của họ). Thái độ vô tư này rất hữu ích trong công cuộc nghiên cứu - cho phép người lãnh đạm ngồi rất lâu giờ để nghiên cứu và phân tích - nhưng lại rất chán nản trong liên hệ tình nghĩa. Tuy nhiên một khi người lãnh đạm đã được khởi động để thực hiện một mục đích hoặc theo đuổi một lý tưởng, họ sẽ bền bỉ và kiên trì.

Trong đời sống thiêng liêng, người lãnh đạm có thể nhận thấy thật dễ dàng chấp nhận tín điều và giáo huấn của Hội Thánh, và không có khuynh hướng (như người nóng giận có thể) tranh luận với giáo quyền. Người lãnh đạm với tinh thần trách nhiệm và hợp tác, có thể chỉ chấp nhận giáo huấn của Hội Thánh theo giá trị bề ngoài, và nên cần phải đem đức tin vào nội tâm và cuộc sống riêng tư. Liên hệ tốt đẹp với giáo sĩ, mục vụ giới trẻ, và vị linh hướng sẽ giúp người lãnh đạm *tham dự tích cực* vào công cuộc tông đồ của Hội Thánh. Nếu người

lãnh đạm không nhìn nhận ra điều cần thiết là họ phải đóng góp cá nhân, họ có thể chỉ đi lễ ngày chủ nhật cho chật ghế nhà thờ, mà không bao giờ dấn thân sống ơn gọi khi được rửa tội là giúp mở rộng Nước Chúa.

3. 5.
Nếu tôi không biết mẫu tính tình của tôi thì sao đây?

Khi đi trình bầy về các loại tính tình, chúng tôi thường nghe được câu hỏi: *"Mà nếu như tôi không biết mẫu tính tình của tôi thì sao đây?"* Thông thường thì chỉ cần thử một đôi chút, chúng tôi cũng có thể tìm ra được những thành tố như những khuynh hướng liên quan đến nghề nghiệp công việc hoặc những đặc tính ước có được cho cá tính, để rồi đoán chắc loại tính tình nền tảng căn bản tự nhiên của một người. Tuy nhiên cũng có những thành tố khác làm cho khó nhận ra mẫu tính tình thực sự của bạn: chẳng hạn như thiếu hiểu biết mình, tội phạm thường xuyên, đau khổ tâm trí, hoặc gia đình khủng hoảng. Một công việc đòi buộc bạn phải hành động khác với tính tình tự nhiên của bạn, cũng làm cho càng khó đoán hơn tính tình của bạn (cho dù người ta khó bền lâu trong các công việc như vậy).

Việc nhận diện tính tình cũng hơi khúc mắc hơn vì có thể là những đặc tính đã đạt được là do thành quả của việc áp dụng thực tập trường kỳ của ý chí. Chẳng hạn như khi bạn mới gặp anh Giang, bạn tất nhiên nhận thấy anh cởi mở phóng khoáng, dễ tính với tiếng cười dòn dã vui tươi. Bạn cho rằng anh chàng thuộc loại vượng máu. Tuy nhiên, khi bạn quen được anh rồi, bạn mới khám phá ra rằng khi

còn nhỏ, anh là đứa bé thật trầm tĩnh và nhút nhát mà một ngày kia anh quyết định thay đổi. Anh phải cố công để trở thành khéo léo trong việc xã giao, và cho đến bây giờ vẫn còn khó. Anh vẫn là một kỹ sư hạnh phúc và phong phú, nhưng nếu bắt anh trở nên doanh nhân, có thể đòi hỏi quá đáng.

Những tội phạm thường xuyên cũng có thể làm cho bạn tỏ lộ những đặc tính không liên quan gì đến loại tính tình của bạn, nhưng là hậu quả của tội lỗi. Chẳng hạn như người lãnh đạm (thường là dễ chịu và dễ hợp tác) có thể trở nên gắt gỏng, cãi vã, và đê tiện vì đã có tật uống rượu thái quá. Hoặc một người vượng máu (tự nhiên cởi mở và thân thiện) có thể trở nên lường gạt và bí ẩn khi họ tìm cách để dấu diếm một mối tình vụng trộm.

Một thành tố khác có thể làm lu mờ việc nhận diện tính tình của một người là thiếu sự tự hiểu biết mình. Càng khó hơn nữa là khi một người thiếu trưởng thành hoặc muốn gây ấn tượng cho ai đó; trường hợp này có thể họ lầm tưởng - hoặc mơ ước - rằng họ thuộc loại tính tình đó.

Đau ốm tâm trí hoặc tổn thương tâm lý cũng có thể ngăn chặn không cho biết loại tính tình thực sự. Thực ra chẳng có ai là người hoàn toàn. Tuy thế một số người dễ bị tổn thương hơn những người khác. Con người có thể bị ảnh hưởng do sự dữ thể lý, sự dữ do tội lỗi hoặc yếu đuối luân lý, sự dữ do ma quỷ, hoặc bệnh trạng do yếu đuối tâm thần. Một gia đình xào xáo nặng nề có thể để lại những vết thương tâm lý. Lạm dụng tình cảm hoặc thể lý, sự ngu dốt, hoặc thành phần tâm bệnh trong gia đình có thể làm cho một đứa trẻ lớn lên trong sợ sệt và tự ghét mình - 2 thái độ độc hại làm ngăn cản nó không thể yêu thương người khác, không thể được tín nhiệm và quảng đại, và không thể yêu Chúa. Đau

yếu tâm trí có thể ảnh hưởng thật nặng nề tới khả năng một cá nhân nhận định thực tế cho chính xác, khả năng có quyết định sáng suốt và khả năng có liên hệ tình nghĩa lành mạnh và tiến triển trên đường thiêng liêng.

Thế nhưng Chúa không bao giờ bỏ rơi ai. Ngài cung ứng đủ mọi phương thế cần thiết cho mỗi người được cứu độ. Thánh Âutinh (Augustinô) viết trong sách Tự Thú (Confessions): *"Tôi đã tìm kiếm xem sự dữ bởi đâu mà đến nhưng không tìm được lời giải đáp."* Tuy thế qua đức tin chúng ta tin rằng Chúa cho phép sự dữ chỉ để từ đó có sự thiện tốt hơn. *"Nơi nào có tội lỗi thì ân sủng lại càng dồi dào hơn nữa." (Rm 5: 20)*

Tiến bộ thiêng liêng có thể che dấu loại tính tình.

Thành tố cuối cùng và hơi khác một chút đó là tiến bộ trên đường thiêng liêng, khi một người tiến tới gần Chúa đến độ họ chỉ để lộ ra một ít (nếu có) những điểm yếu kém của loại tính tình riêng của họ. Thánh Y-nhã (Inhaxiô) thành Loyôla được coi như là người nóng giận đam mê, tuy nhiên lại rất dịu dàng và khiêm nhường đến nỗi những ai đã gặp ngài cứ tưởng ngài thuộc loại lãnh đạm. Thánh Têrêxa Hài đồng Giêsu khi còn nhỏ có ý chí thật mạnh, linh hoạt và khởi sắc, thế mà những chị em cùng sống không bao giờ đoán được những chiến đấu anh hùng thánh nữ đã trải qua dưới dáng dấp từ tốn khiêm nhường. Thánh Têrêxa Bênêđicta Thánh giá (Edith Stein) là một con trẻ hướng nội, nổi hứng và bốc đồng, và khi là thanh nữ đã bị trầm cảm nặng nề. Sau này thánh nữ trở nên một triết gia, văn sĩ và giảng viên xuất sắc, và là nữ tu dòng kín, đã viết: *"Chịu đau khổ và được hạnh phúc mặc dầu đau khổ,*

đặt một chân trên đất, bước đi trên con đường bẩn thỉu và gồ ghề của trần gian và thế mà lại được ngự toà với Đức Kitô bên hữu Đức Chúa Cha, được cười và khóc với các con cái của thế gian và không ngừng hát những lời ca tụng Chúa với các ca đoàn thiên thần - đây chính là cuộc sống của người Kitô hữu cho đến khi bình minh thiên thu ngó rạng." Một vị thánh u uẩn là người biết bầy tỏ niềm vui trong Thánh giá.

Khi bạn tiến triển trên đường thiêng liêng, trở nên giống Đức Kitô hơn, bạn cũng sẽ nhận thấy những điểm yếu kém của bạn bị lu mờ đi; và qua cầu nguyện và kiên tâm bạn sẽ phát triển những nhân đức không đặc điểm gì cho tinh tình bạn. Bạn có thể nói như Thánh Phaolô: *"Tôi sống nhưng không phải chính tôi sống, mà là chính Đức Kitô sống trong tôi." (Gl 2: 20)*

Chúng tôi đã làm nổi bật những phản ứng và ưu tiên tiêu biểu cho mỗi loại tính tình. Nên nhớ rằng những hình ảnh các loại tính tình này không phải đã được khắc ghi vào bia đá, và những tính tình đó cũng không ấn định số phận mỗi người. Thế nhưng những khuynh hướng ghi nhận trên đây chỉ là những dụng cụ hữu ích cho mỗi người tự phân tích, để cuối cùng là cải thiện và tự tập luyện.

Trong chương kế tiếp, chúng ta sẽ nhận diện *người phối ngẫu* nóng giận, u uẩn, vượng máu và lãnh đạm; sẽ coi xem các loại tính tình tiếp cận với nhau thế nào, một số ổ mìn phải tránh, và một vài gợi ý hữu ích để tạo nên sự thông cảm lành mạnh, tích cực, dễ thương giữa vợ chồng, ngõ hầu gầy dựng các hôn phối lành mạnh hơn và hạnh phúc hơn.

Chương 4

Tìm hiểu tính tình của người phối ngẫu

"Giữa hai người lúc nào đó phải có sự bình an . . . mặc dầu hai người không cùng một tính tình, vì đã tạo nên mỗi ngày với sức bất đồng dữ dằn."

Geoffrey Chaucer

"Hầu như tất cả các hôn phối, kể cả những hôn phối hạnh phúc, đều là lỗi lầm: có nghĩa là (trong một thế giới hoàn hảo hơn, và kể cả với một chút chăm lo trong thế giới bất toàn này, cả hai người có thể được coi là những tình nhân xứng đáng hơn. Nhưng người tình thực sự là chính người mà bạn đang thành hôn với."

J. R. R. Tolkien

"Chính trị không bắt hai người lạ mặt nằm chung một giường - thế nhưng hôn phối đã bắt phải như vậy."

Groucho Marx

Khiêm và Hiến đi tới tư vấn để tìm cách giúp đứa con cả. Chẳng bao lâu họ nhận ra rằng họ cần phải đề cập tới một số vấn đề hôn phối. Hiến có khuynh hướng tránh né mọi mâu thuẫn và những quyết định khó trong nhiệm vụ làm cha, trong khi Khiêm càng ngày càng thấy nhiệm vụ nặng nề vì chỉ có mình nàng là người chịu trách nhiệm về kỷ cương trong nhà. Khiêm nghĩ rằng Hiến cần phải cương quyết hơn đối với đứa con đầu, nhưng nàng cứ càm ràm lẩm bẩm mãi mà chẳng đi tới đâu cả. Đàng khác Hiến không đồng ý rằng đứa con đáng bị phạt như vậy, nhưng bởi lẽ chàng không muốn bắt đầu tranh cãi, nên chàng chỉ có một cách đơn giản nhất là rút lui vào yên lặng và bất động.

Đúng là một cái vòng lẩn quẩn. Khiêm càng phàn nàn và phê bình bao nhiêu, thì Hiến lại càng cảm thấy bất lực và rút vào cái vỏ ốc của mình, làm cho Khiêm có cớ để phàn nàn và phê bình hơn nữa. Phàn nàn và phê bình chẳng bao lâu trở thành khinh khi và tự thủ.

Nhiều cặp vợ chồng hạnh phúc cũng lâu lâu tranh cãi và biểu lộ bực tức mà không làm tổn thương gì đến tình nghĩa yêu thương. Đây là một phần của truyền thông lành mạnh. Nhưng giận dữ mà kèm theo khinh bỉ, chỉ trích, tự thủ, và mặt lạnh như tiền thì tai hại cho hôn phối.

Hiểu biết tính tình sẽ giúp cặp vợ chồng tránh được hậu quả tai hại của truyền thông yếu kém.

Thông thường vợ chồng không cố ý chỉ trích, tự thủ hoặc tỏ ra khinh khi nhau. Đúng ra họ rơi vào thói quen phản ứng tiêu cực khi họ không hiểu biết và trân quý những khác biệt của tính tình. Khi nào họ ra khỏi thói quen truyền thông yếu kém mà học biết những cách thức truyền thông mới, họ sẽ khám phá ra rằng người phối ngẫu cũng sẽ phản ứng tích cực và dễ thương.

Khiêm thuộc loại tính tình u uẩn nóng giận, đã cố gắng hưng phấn Hiến bằng những sách lược thích hợp với tính tình của nàng. Nàng thách đố Hiến nhận lãnh trách nhiệm về đứa con cả và đưa ra một chuỗi những vấn đề trong hành động của nó như nàng đã đối phó. Hiến thuộc loại lãnh đạm hiền hoà, không được hưng phấn bởi thách đố, nhất là có kèm theo chỉ trích (chỉ trích chàng hoặc đứa con). Thực vậy những điều như vậy làm chàng chán nản và rút lui.

Khiêm luôn luôn là người giải quyết vấn đề: nếu có gì bất công cần điều chỉnh, nàng sẽ bênh vực người vô tội; nếu có nguy hiểm tài chính, nàng sẽ xào nấu các con số và phân tích trường hợp rủi ro nhất cho đến khi tìm cho được cách huề vốn. Nhưng chồng nàng thuộc loại lãnh đạm, không đáp ứng với kiểu mẫu khủng hoảng/thách đố, lại rút lui ngày càng xa hơn vào vỏ ốc của mình, và cảm thấy bất tài và vô dụng. Chàng càng ngày càng thêm thất vọng, nên chỉ biết dựa vào nàng trong vấn đề kỷ luật. Khiêm nhận thấy điều này khi Hiến trốn tránh trách nhiệm làm cha và bắt đầu chỉ trích nhiều hơn. Chẳng bao lâu Hiến bắt đầu nghĩ rằng có lẽ hôn phối không thành công được, bởi lẽ nàng 'chẳng bao giờ được hài lòng', và những điều nàng mong ước vượt quá khả năng của chàng.

Vì lẽ cả Khiêm và Hiến đều thuộc loại hướng nội, họ không dám thẳng thắn đối phó với các vấn đề của họ: cả hai đều đối phó với các tâm tình một cách gián tiếp. Khiêm biểu lộ chính mình theo cách điển hình của người u uẩn, bằng những kiểu nói 'phải' và 'nên', trong khi Hiến chẳng chịu biểu lộ chính mình gì cả, y như không có chuyện gì mâu thuẫn có thể xẩy ra. Tính tình lãnh đạm và hướng nội đã đưa chàng tới thái độ yên lặng hơn là thảo luận và nhận trách nhiệm. Khiêm thuộc loại u uẩn không dễ hưng phấn và khuyến dụ vì muốn trân quý trật tự và công bình hơn là xây dựng liên hệ tình nghĩa. Hiến thuộc loại lãnh đạm chỉ muốn duy trì tình nghĩa hài hoà trong gia đình, và chàng sợ rằng nếu chàng nhận lĩnh vai trò trách nhiệm, sẽ làm cho gia đình xào xáo.

Những khác biệt tính tình như vậy thường được coi là hấp dẫn - có khi còn hứng thú - khi mới quen nhau hoặc mới cưới. Nàng có thể tỏ lộ ra hơi lo lắng bồn chồn, nhưng nhờ đó chàng tỏ ra hào hoa bảo vệ nàng. Chàng tỏ ra dễ chịu và quan tâm chăm sóc, và như vậy nàng hết lo lắng sợ sệt. Chàng được gợi hứng nhờ lý tưởng cao quý của nàng, và nàng trân quý phong cách thanh thản của chàng. Nhưng rồi năm tháng trôi qua, rồi những thách đố trong nghề nghiệp, sinh dưỡng giáo dục con cái, tình thân mật lứa đôi, nàng cảm thấy nói lui nói tới về cũng những vấn đề y như thể trách móc, bởi lẽ chàng thụ động quá. Còn chàng thì trở nên thủ thế và rút lui vào bóng tối. Nàng cứ đinh ninh rằng những phê bình và thách đố của nàng sẽ tạo nên hưng phấn cho chàng; còn chàng thì hy vọng nếu mình rút lui, trước sau nàng cũng sẽ ngưng.

4. 1.
Quà tặng của chính mình

Khá nhiều cặp cũng giống như Khiêm và Hiến. Họ tìm đến tư vấn hôn nhân trong tâm trạng càm ràm, tránh né, phê bình, chỉ trích hoặc lạnh như tiền, và hình như họ đã mất đi tình yêu ban đầu và lý tưởng cao cả xưa kia. Làm sao để vợ chồng đừng mất đi lòng đam mê và tình yêu nguyên thuỷ đối với nhau? Nếu họ đang bị rơi vào vết xe cũ, làm sao họ có thể tìm lại được tình thân mật ấm cúng và trân quý đối với nhau? Hôn phối có ý nghĩa là thông hiệp thân mật của những con người - y như Ba Ngôi Thượng Đế, một mẫu mực tự mạc khải, tha thứ và tình yêu đem lại sức sống. Nhưng làm sao để những cặp vợ chồng bình thường đạt tới được lý tưởng cao siêu đó?

Chìa khoá của vấn đề là điều mà Giáo hoàng Gioan Phaolô II gọi là tình yêu tự cho đi, tìm đáp ứng nhu cầu của *người kia* cần thiết chứ không phải chú ý tới chính mình. Nếu bạn cung ứng đầy đủ nhu cầu tình cảm của người phối ngẫu, người đó sẽ cảm thấy được yêu và sẽ dễ dàng đáp ứng lại thật dễ thương và tích cực.

Khi Khiêm và Hiến bắt đầu hiểu biết và trân quý những khác biệt của tính tình nhau, họ nhìn nhận rằng cách nàng theo khuynh hướng tự nhiên gợi hứng cho mình (dựa vào các tiêu cực) thực ra chỉ làm cho Hiến có phản ứng trái ngược, vì chàng chỉ luôn muốn những hưng phấn tích cực, những lời ca tụng và tôn trọng chàng đã luôn sẵn sàng phục vụ gia đình. Khiêm cũng phải học biết để tự nhắc nhở mình rằng 'dù sao thì chuyện gì cũng chẳng đến nỗi tệ như mình nghĩ', và khi phải đối phó với hành động của đứa con thì nhắc nhở mình rằng dù

sao nó cũng chỉ là một đứa trẻ. Nàng phải học để biết hướng dẫn qua những lời tích cực, hưng phấn về các dự án của chàng, và phải hạn chế các tư tưởng phê bình. Hiến cũng phải học biết rằng khi chàng lãnh nhận vai trò lãnh đạo cương quyết trong gia đình sẽ không *tạo nên* mâu thuẫn mà trái lại sẽ làm tan biến mâu thuẫn. Khiêm đã nhìn thấy giá trị của Hiến trong vai trò tạo hoà khí trong gia đình, và Hiến bắt đầu nhận vai trò làm chủ gia đình biết kỷ luật con cái, và biểu lộ cảm mến vì Khiêm đã tham dự vào việc lo lắng cho con cái. Hai người bắt đầu thông truyền với nhau tích cực hơn và hôn phối của họ được vững chắc.

4. 2.
Trân quý là điều quan trọng.

Như quý bạn sẽ khám phá khi đọc bản đại cương của mỗi tính tình, sự kiện biết trân quý tính tình của người phối ngẫu là điều thật cần thiết cho nhu cầu tình cảm của họ. Việc trân quý thường được biểu lộ qua sự chú ý quan tâm, và thật là điều quan trọng đến nỗi Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã trích dẫn Thánh Ambrôsiô phải nài nỉ các người chồng *"hãy đáp ứng lại việc các bà vợ đã chú ý tới chồng."* Biểu lộ lòng trân quý và đáp ứng lại sự chú ý chính là chìa khoá mở cửa đi vào việc thông hiệp tình yêu trong hôn phối.

Mỗi loại tính tình là một khác biệt và có nhu cầu tình cảm riêng; điều lầm lẫn thông thường nhất là cứ tưởng rằng người phối ngẫu cũng có loại tính tình giống như mình. Khi bạn chứng tỏ mình trân quý người phối ngẫu, bạn đã chú ý đến những đức tính và đặc điểm tạo nguồn hứng và hấp dẫn của tính tình đó, trong khi tránh né được các bãi mìn gây

nên các chán chường, đau buồn và rút lui. Hiểu biết tính tình của người phối ngẫu sẽ giúp cho bạn có được sự chú ý đó. Trước khi tìm hiểu một vài hình thức pha trộn tính tình, chúng ta hãy tìm hiểu từng tính tình một, theo như cách thức tính tình đó biểu lộ trong liên hệ tình nghĩa.

4. 3.
người phối ngẫu nóng giận

Petruchio: "Để kết luận, chúng ta đã hoàn toàn đồng ý với nhau rằng vào ngày chủ nhật chính là ngày cưới."

Katharina: "Ta sẽ làm sao để trước tiên ngươi bị treo cổ vào ngày chủ nhật đã."

Trích Shakespeare, The Taming of the Shrew"

Người phối ngẫu của bạn thuộc loại tính tình nóng giận, đó là người năng động, người quán xuyến nhiều việc cùng một lúc, người tự mình đi tìm tòi. Họ là người tự lập, đầy nghị lực, bộc trực và có khả năng. Khi bạn mới gặp lần đầu, họ đã có sẵn những ý kiến vĩ đại để hẹn hò và giữ liên hệ tình nghĩa tiến triển mau chóng. Sau khi thành hôn, có lẽ họ sẽ lo toan cho gia đình và quyết định những gì có liên quan đến công việc làm ăn.Thỉnh thoảng có lúc bạn tự hỏi thắc mắc (nhất là khi bạn thuộc loại tính tình u uẩn hoặc lãnh đạm): *Không biết làm sao mà người ta có nhiều nghị lực vậy nữa?*

Người kiếm cơm trong gia đình thuộc loại tính nóng giận có thể trở nên một doanh nhân - thường cùng một lúc khởi sự nhiều dịch vụ khác nhau. Chúng tôi quen biết một người nóng giận rất thành công, có 11 đứa con, làm chủ nhiều doanh thương

khác nhau, giảng dạy trong trường mấy đứa con học, và làm bầu thể thao trong trường mấy đứa đó nữa. Thế mà ông còn thời giờ tập luyện để thi đấu thể thao ba bộ môn. Ông cùng một lúc để ý đến cả trăm thứ, thứ nào cũng với nụ cười thật to lớn, và sẵn sàng ban tặng lời khuyên miễn phí cho bất cứ ai muốn lắng nghe. Cũng may là vợ của ông rất dễ thương và có dư khả năng để tề gia nội trợ nhờ đó ông có thể là người loại tính tình nóng giận như ý.

Thế kẹt là người nóng giận có thể ít biết tự kiềm tự chế. Họ coi thường những người không tự nhiên có khả năng phong phú và năng động như họ. Họ có thể thiếu cảm thông. Họ có thể quá tự mãn, mà quên kết nạp người khác vào kế hoạch chương trình của họ. Khi nào tranh cãi với họ, bạn sẽ gọi họ là người *cứng đầu cứng cổ, tự ái, thiên kiến, khống chế và tự quy về mình.*

Người phối ngẫu của bạn có thể đã tấn công bạn, dùng đủ mọi thủ đoạn để chiếm được tình yêu của bạn. Tuy nhiên một khi đã thành hôn, họ có thể cũng sẽ hùng hổ để gầy dựng tương lai trong khi bạn thắc mắc không biết chuyện gì đã xẩy đến cho tình yêu lãng mạn thuở nào. Người phối ngẫu nóng giận không chống lại việc thỉnh thoảng nên có lúc lãng mạn, nhưng họ cần được nhắc nhở rằng lãng mạn có giá trị và mình phải sắp xếp thời giờ cho lãng mạn.

Người nóng giận thường là độc diễn, đơn thương độc mã đến độ thỉnh thoảng thật khó mà diễn tả lòng mình cho người phối ngẫu. Thông thường họ hướng ngoại, nhưng họ ngại biểu lộ nhu cầu chính đáng của mình cũng như biết ơn người bạn đời. Thái độ sau này của người nóng giận là hậu quả một phần nào tại vì họ căn cứ các quyết định vào nguyên tắc luận lý hơn là tâm tình, nhưng

cũng vì lẽ họ sợ bị mất quyền kiểm soát qua việc biểu lộ tâm tình sâu đậm có thể làm cho họ bị tổn thương. Trong khung cảnh nâng đỡ và yêu thương của hôn phối, bạn có thể giúp người nóng giận học biết cách thức khám phá và biểu lộ những tâm tình thật sâu đậm nhất.

Một trong các tâm tình mà người nóng giận có thể dễ biểu lộ nhất là giận dữ bởi lẽ nó hướng tới bên ngoài. Bởi lẽ các ấn tượng thường ghi dấu sâu đậm trên người nóng giận và kéo dài một thời gian lâu, giận dữ có thể kéo dài quá lâu hơn người ta tưởng mà trở nên cay cú và ghen ghét. Nói chung, giận dữ là biểu lộ điều mất lòng hoặc phản ứng lại một điều gì quan trọng bị chà đạp. Người nóng giận lộ liễu có thể biểu lộ cơn giận dữ thật mau hoặc phán quyết một điều gì thật mạnh mẽ, nhưng lại ngại ngùng không dám biểu lộ nỗi đau tâm hồn có thể là nguồn gốc của vấn đề. Bạn có thể khuyến khích người nóng giận biểu lộ tâm tình, để cơn giận dữ và uất hận không tích luỹ, kẻo rồi lại nổ bùng bất tử lúc nào không biết. Khi bạn hưng phấn người phối ngẫu nóng giận một cách thản nhiên không lên án gì, bạn sẽ giúp người đó học biết cách biểu lộ tâm tình một cách thoả đáng, để trở nên đáng tin hơn, và cuối cùng là được hiểu biết thông cảm hơn với người khác.

Người nóng giận thường lầm lẫn đồng hoá dịu hiền và yếu hèn, nhưng dịu hiền là một trong các hoa quả của Đức Thánh Linh mà người nóng giận nên đi tìm kiếm. Hãy tập cho người phối ngẫu nóng giận nhìn nhận rằng ngoài Thượng Đế ra, họ chẳng thể làm gì được *(Ga 15: 5).* Để khỏi bị uất hận và giận dữ, người nóng giận phải tập luyện tha thứ - cũng như nhận ơn tha thứ trong nhiệm tích hoà giải (xưng tội).

Người phối ngẫu nóng giận sẽ chịu khó làm việc và không than vãn gì khi chu toàn phần đóng góp của mình mà họ coi đó là trách nhiệm trong hôn phối. Người nóng giận không thích thở than phàn nàn. Thực vậy người nóng giận sẽ coi là một thách đố và một xỉ nhục nếu người phối ngẫu coi như họ cần phải được giúp đỡ trong phần nhiệm vụ của họ, 'công việc' của họ. Trong gia đình tôi chẳng hạn, vợ tôi, Lan, cuối cùng phải cấm tôi, Ánh, giặt đồ - không phải chỉ vì mấy đồ mầu trắng có khuynh hướng trở thành mầu hồng, mầu lơ hoặc mầu gì khác không còn trắng nữa, nhưng chính là vì như vậy cho thấy như nàng không biết làm việc tốt hoặc cần phải được trợ giúp.

Minh, một người bạn của chúng tôi là mẫu mực một người mẹ đảm đang, một chuyên viên đứng đắn biết dung hoà nhà cửa và sở làm; nàng bắt con cái làm việc đúng mức, nhắc nhở mỗi người giữ đúng các giờ hẹn và các hoạt động ngoại vi, duy trì mức độ thực tập chuyên môn thường xuyên, và *còn là* đầu bếp lành nghề thích thú nấu ăn cho bạn bè nhậu chơi. Nhưng rồi một ngày kia, nàng nhận thấy mỗi người cứ tà tà và ngồi coi tivi; chỉ có mỗi một mình nàng lăn đầu vào bếp. Thế là nàng nổi cơn làm toáng lên: *"Thế là được rồi! Để tôi đi nghỉ một tháng xem mấy người làm ăn ra sao!"* Nếu bạn hoàn toàn đặt tin tưởng vào một người phối ngẫu như Minh, thì phải coi chừng! Đừng để cho tức nước vỡ bờ trước khi bạn phải bắt tay vào; và nên nhớ luôn phải trân quý những gì nàng thực hiện.

Người phối ngẫu nóng giận thường ghét phải xin giúp đỡ. Chắc chắn rằng họ cũng phải uỷ quyền để mở rộng tầm ảnh hưởng và bờ cõi hoạt động, nhưng xin giúp đỡ lại là một chuyện khác. Họ coi đó như là một điểm yếu kém. Người phối ngẫu hiểu biết

sẽ phải đối xử một cách nhẹ nhàng trong những lãnh vực tế nhị này. Cũng cần phải tỏ ra tế nhị đối với người nóng giận có nhu cầu phải tạo được chữ tín trước đã rồi mới chịu mạc khải những thầm kín về tình cảm, bất an hoặc điểm yếu kém.

Linh hướng tốt, đời sống cầu nguyện chính đáng (sẽ giúp người nóng giận luôn sôi động học biết cách 'nghỉ ngơi trong Chúa'), và một chương trình cuộc sống (một kế hoạch cụ thể để tiến tới trên đàng nhân đức và chống lại các nết xấu cội rễ) có thể giúp cho người nóng giận độc lập và ngoan cố, phát triển đức tính khiêm nhường rất cần thiết và khám phá sự liên hệ với các phần tử khác của Mình mầu nhiệm Đức Kitô.

Ít mánh (mẹo vặt) để đáp ứng nhu cầu tình cảm người phối ngẫu nóng giận

1.- biểu lộ lòng trân quý những gì họ chu toàn hoặc đóng góp vào gia đình - cho dù cả khi họ có vẻ như thờ ơ đối với những biểu lộ đó.
2.- Nếu họ làm đúng, hãy nói cho biết như thế.
3.- Hãy chứng tỏ lòng trung thành. Phê bình chỉ trích châm biếm cho thấy thiếu trung thành. Hãy bênh vực người phối ngẫu.
4.- Hãy thách đố họ trở nên cảm thông hơn và biểu lộ lòng trân quý hơn - cả khi họ không đồng ý. Đồng ý là một phán đoán về thành quả; cảm thông là hiểu biết và đi guốc trong bụng người ta để người ta cảm thấy được hiểu biết.

4. 4.

người phối ngẫu u uẩn

"Ngươi nói rằng thực là hình khổ phải chịu đựng sự điên rồ của nàng, rồi phải sống với niềm kiêu hãnh và bệnh u sầu của nàng nữa."

(Chaucer, lời nói đầu Wife of Bath)

Ai cũng trân quý người phối ngẫu u uẩn vì họ chú ý đến các chi tiết, trật tự và ngăn nắp - nhất là trong vấn đề lo cho nhà cửa. Có người chồng nào đi làm về mệt nhọc trong thế giới bon chen mà không thích thú về nhà người vợ u uẩn với bữa ăn do chính nàng nấu nướng trong căn nhà gọn ghẽ sạch sẽ? Rồi tới 7giờ30 tối, con cái đã được tắm rửa - bài vở đàng hoàng đâu vào đó - rồi cho đi ngủ ngon lành. Có người vợ nào mà không trân quý người chồng u uẩn luôn chú ý tới sàn nhà ọp ẹp hoặc cửa kêu cót két, để rồi với hộp đồ nghề sắp đặt ngăn nắp, sẽ sửa chữa điều chỉnh? Cỏ sân phía trước mọc xanh um thật dầy và đẹp như tấm thảm, không có cỏ dại, và trẻ con không có để quên đồ chơi ở ngoài trời, hoặc lung tung ngoài hiên hoặc trên lối đi, như cách thức nơi nhà người vượng máu.

Tuy nhiên sự hoàn hảo đòi hỏi phải trả bằng một giá. Người phối ngẫu u uẩn phải *lo lắng* làm sao cho mọi sự hoàn hảo. Với lo lắng là tư tưởng và lời nói bi quan. *Hôm nay anh/em thấy một con kiến đỏ. Biết đâu nhà bị kiến mối ăn ngầm. Con Mỹ chỉ được quá điểm trung bình trong bài thi toán: chắc hẳn nó lười không chịu khó học bài. Và thằng Miều quên chưa chích ngừa. Liệu nó có được chơi thể thao không?* Trong khi người phối ngẫu u uẩn đặt lý tưởng thật cao, sự *cách biệt* giữa thực tế và lý tưởng thường làm cho họ bực mình và dễ chỉ trích.

Trong khi người vượng máu coi thường sự cách biệt đó *("đời là thế mà!"),* và người nóng giận coi đó là một thách đố để gồng mình cố gắng nhiều hơn, thì người u uẩn lại đổ lỗi cho người chung quanh hoặc bị mặc cảm coi đó là lỗi của mình để rồi tự trách mình hoặc bị nản chí.

Người u uẩn đặt giá trị vào chân lý và thường tuyên bố thật rõ ràng minh bạch như thế - để rồi không hiểu tại sao người khác lại thắc mắc. Người phối ngẫu của bạn phân tích một tình trạng, nhận định rằng mọi chuyện không tương ứng đúng với mong ước, rồi tuyên bố công khai như vậy. Sau đó họ lấy làm lạ tại sao mọi người lại thay đổi thái độ.

Người u uẩn điển hình là người giấu giếm *những khía cạnh tình cảm*, chỉ vì một lý tưởng. *'Nhưng đó là sự thật!'* là một điệp khúc tiêu biểu của người u uẩn. (Người nóng giận cũng bị cám dỗ tương tự, nhưng họ đặt khía cạnh tình cảm tuỳ thuộc vào khía cạnh hiệu quả.) Xây dựng liên hệ tình nghĩa, hưng phấn, thoa dịu tình trạng: đó là những điều hơi xa lạ đối với người u uẩn muốn đạt lý tưởng và tâm trí cao siêu.

Chẳng hạn như người chồng của cô Kim u uẩn về nhà thật hứng chí một buổi tối nọ, giơ 2 vé đi coi thể thao và nói: "Người chủ mới cho 2 vé miễn phí! Chúng mình cả năm chưa đi đâu chơi!" Nhưng cô Kim trả lời: "Nhưng gấp rút quá! Làm sao có thể đi cuối tuần này được?" Chồng nàng bỗng dưng cảm thấy hết hứng và chán nản. Đối với quan điểm của Kim, nàng chỉ nói lên sự thực đơn giản. Phải chi nàng được báo tin sớm hơn một chút nữa. Theo quan điểm của người chồng, đâu có cần phải nói lên sự thực đó, vì tình nghĩa hai đứa. Chàng đang phấn khởi vì có dịp đi chơi hẹn hò - cho dù không phải là lý tưởng - bây giờ bị xẹp lép. Cô Kim lại bị chán nản

và bực bội vì chồng nàng không hiểu rằng nàng không phải bất cứ lúc nào cũng có thể bỏ mọi sự đó rồi đi chơi.

Người u uẩn được hưng phấn nhờ việc giải quyết các vấn đề, nhưng nhiều người khác thì không như vậy. Hậu quả là họ có thể bị coi là xa lạ, hay xét đoán hoặc thích phê bình chỉ trích; và họ thắc mắc tự hỏi tại sao người ta không đáp ứng với họ. Những lời người u uẩn càm ràm hoặc nói tiêu cực thường không hiệu quả gì đối với người phối ngẫu, cũng như những lời người nóng giận thách đố trước mặt vậy. Chẳng hạn như cô An, người u uẩn, đã bao nhiêu ngày tháng càm ràm về người chồng không chịu có sáng kiến đi tìm việc. Chàng không sống đúng với 'những khả năng' của chàng. Và trong khi cô chỉ trích như vậy, chàng lại càng cảm thấy xa cách hơn. Nàng làm cho chàng có cảm tưởng như mình chỉ là thất bại, và như vậy nàng đã xô đẩy chàng xa cách nàng hơn mà chính nàng không hay biết gì.

Cuối cùng một người bạn của nàng đã giúp nàng nhìn nhận rằng còn có một lý tưởng cao đẹp cần phải theo đuổi hơn, 'sống đúng với khả năng', đó chính là lý tưởng 'thuận vợ thuận chồng'. Người bạn đó cho biết rằng hai vợ chồng phải là một, phải cùng nhau làm việc để đạt tới bất cứ mục đích nào. Hai người nên một, và một người lẻ loi không thể gánh vai chịu trách nhiệm hoàn toàn - cũng như bị chê hoàn toàn. Đúng ra, nàng nên chu toàn *phần trách nhiệm* của nàng để đạt tới mục đích tài chính chung. Cô An ngưng không còn chỉ trích nữa và bắt đầu khen ngợi những cố gắng của chồng, và chính nàng cũng bắt đầu kiếm một việc tạm thời.

Bạn có thể giúp người phối ngẫu u uẩn để họ nhìn nhận ra được điều tốt qua tình trạng hiện thời

cho dù có khúc mắc biết mấy. Nói cách khác, hãy giúp cho họ nhìn ngắm cả một cánh rừng thay vì chỉ một vài cây nghiêng ngả. Nếu người phối ngẫu chỉ trích bạn quá đáng, xin hãy giúp họ nhớ rằng *liên hệ tình nghĩa* giữa hai người quan trọng hơn là bất cứ tình trạng nào khác mà họ đang không bằng lòng vì chỉ muốn hoàn hảo.

Người u uẩn rất dễ bực mình vì người phối ngẫu không 'sống đúng như' họ mong đợi cao xa. Từ sau khi nguyên tổ Ađam sa ngã, dĩ nhiên người u uẩn phải bực mình khó chịu. Người u uẩn bị cám dỗ để chỉ sống trong bực dọc, trở nên quá tiêu hao sức lực, chú ý tới những gì không đúng với chỉ tiêu mong đợi. Điều này có thể đưa đến hậu quả là một hình thức kiểm soát tấn công ngấm ngầm; khi họ không phàn nàn hoặc chỉ trích, họ sẽ than vắn thở dài, nhăn mặt cau mày hoặc âm thầm chịu đau khổ. Hoặc tệ hơn nữa: một người vợ u uẩn dễ có hành động hơn các tính tình khác để sửa phạt người chồng vì tưởng như bị chồng làm tổn thương bằng cách không cho ân ái.

Người u uẩn cũng dễ bị chán nản vì yếu đau thể xác. Người u uẩn hình như phàn nàn nhiều hơn các tính tình khác về bệnh tật, đau yếu, và nhức mỏi. Người phối ngẫu nóng giận sẽ cảm thấy khó chịu khi phải nghe mãi một chuỗi lời phàn nàn về thể lý và có thể họ đã phải nói lên câu 'Thôi đừng càm ràm nữa!' hoặc 'Bỏ qua đi!' Cách phản ứng như vậy chẳng giúp gì cho người u uẩn 'lướt thắng đau khổ' - mà có lẽ người u uẩn chẳng thể làm được như thế. Người phối ngẫu vượng máu sẽ cố gắng động viên người u uẩn cho tươi vui, nhưng kể cả người vượng máu sung sức nhất cũng có thể bị mệt nhoài vì người u uẩn cứ nghĩ ngợi và băn khoăn lo lắng hoài mãi về những triệu chứng của muôn vàn thứ bệnh.

Điều này xẩy đến một phần vì thực tế là người u uẩn có khuynh hướng ít nghị lực, một phần vì họ có khuynh hướng phân tích quá kỹ lưỡng những chi tiết nhỏ mọn, và bởi lẽ họ cảm thấy *thoải mái* để nói về những đau yếu thể xác hơn là về các tâm tình cảm nghĩ. Người phối ngẫu u uẩn có thể cần được nghỉ ngơi nhiều hơn bạn (nhất là khi bạn thuộc loại nóng giận năng động), nhất là khi họ bị căng thẳng.

Hãy ý thức vấn đề này là người phối ngẫu u uẩn có thể không luôn mạc khải *tất cả* những gì diễn tiến trong tâm trí của họ đâu (nhất là khi họ gắng sức dẹp bỏ những lời chỉ trích họ công khai). Thay vào đó, họ có thể tích lũy những gì làm phiền lòng họ cho đến khi họ có cái mà chúng tôi gọi là 'đống rác người u uẩn xả.' Đống rác người u uẩn xả là khi mọi sự trên thế giới này đều sai trái và *chính bây giờ là lúc* mà bạn phải chơi xả láng. Những vấn đề này nọ cứ chồng chất bên trong người u uẩn hướng nội đến một lúc họ không thể đè nén trong thinh lặng nữa. Điều này thực là đau khổ cho mọi người liên hệ.

Xin hãy giúp người phối ngẫu tránh hy vọng toàn bộ bằng cách đáp ứng một cách thiện cảm, chứng tỏ cho họ thấy bạn chỉ muốn hiểu quan điểm của họ, rồi bằng việc phát triển cách thức nhẹ nhàng và óc khôi hài dí dỏm đối với các rắc rối của cuộc đời. Hãy coi đoạn *Matthêu 6: 34* làm mẫu mực châm ngôn: *"Xin đừng lo lắng gì cho ngày mai vì ngày mai sẽ lo cho ngày mai. Mỗi ngày có nỗi lo toan riêng của nó."* Hãy nhắc nhở người phối ngẫu u uẩn rằng chả lẽ tất cả những gì xui xẻo đều có thể đổ ập xuống trong cùng một lúc. Hãy giúp họ nhìn thấy lằn mây trắng trong đám mây đen. Hãy chịu khó thường xuyên kiểm điểm họ và hỏi xem họ đang suy nghĩ

những gì hoặc có gì làm họ khó chịu, họ sẽ cảm thấy được bạn hiểu và như vậy sẽ tránh được những chồng chất dẫn tới đống rác kinh khủng người u uẩn xả.

Bạn có thể giúp người phối ngẫu ra khỏi các khoảnh khắc thất vọng bằng cách phát triển và chia sẻ óc khôi hài của bạn, bằng cách chứng tỏ cho thấy hình ảnh lớn hơn (liên hệ tình nghĩa), và thông cảm đáp ứng lại những ưu tư của họ, thay vì lý luận bảo họ thoát ra khỏi những ưu tư đó, - hoặc tệ hơn nữa là coi thường những ưu tư đó. Người phối ngẫu u uẩn không đòi hỏi bạn phải trân quý họ, tuy nhiên họ sẽ vui tươi rạng rỡ khi được như vậy. Thực khó mà biết cách tỏ ra trân quý người u uẩn. Họ có khuynh hướng tự mình phê bình kiểm thảo họ thật gắt gao, và khi được trân quý, họ cũng không sẵn sàng nở nụ cười to, hoặc ôm chầm bá vai bá cổ. Đôi khi họ còn có thể gồng mình *bỏ qua* lời trân quý của bạn - chỉ vì họ sợ rằng như vậy là họ nhìn nhận họ cảm nghĩ sâu xa làm sao, hoặc bởi lẽ họ không xứng đáng được khen ngợi, hoặc họ không muốn rơi vào tội kiêu ngạo. Hoặc cũng có thể vì chính họ ít khi khen ngợi ai. Tất cả những điều đó tổng hợp lại để cho thấy 'kho tình yêu' của người u uẩn rất nông cạn ít chữ trân quý, để rồi từ đó nẩy sinh ra tính hà khắc, chỉ trích, và rất dễ thất vọng. Một điều tối quan trọng là phải phá vỡ vòng hướng hạ này. Và mặc dầu lời khuyên bảo thì rất đơn giản, nhưng thực tế cho thấy rất khó mà tỏ ra trân quý và phấn hưng người u uẩn hướng nội và hay chỉ trích.

4. 5.

Cái gì trước là phải trước

Mặc dầu ai trong 4 loại tính tình cũng có thể nói rằng 'cái gì trước thì phải trước', điều này đúng một cách đặc biệt với người u uẩn. Nếu người u uẩn chểnh mảng quên những điều quan trọng nhất, họ sẽ trở nên càm ràm, chỉ trích, chán nản, và có thể bị trầm cảm. Nhưng việc hoãn lại các điều quan trọng cũng sẽ chỉ làm cho người u uẩn chán chường thêm. Bạn có thể giúp họ dành thời giờ để làm việc thêm về các điều quan trọng; thỉnh thoảng họ cần bạn giúp để bắt đầu.

Và một trong các điều quan trọng *nhất* đối với người u uẩn là đức tin. Họ có thể bị cám dỗ để chỉ thấy đức tin như một chuỗi các tín điều và một loạt các luật lệ. Nhưng Kitô giáo trước hết không phải là tín điều hoặc luật lệ, nhưng là về một con người. Đức Kitô là đường, là sự thật và là sức sống. Điều quan trọng chính yếu là người u uẩn hay phân tích, tìm chi tiết và muốn hoàn thiện, phải phát triển được liên hệ tình nghĩa cá nhân với Đức Kitô. Nếu không, họ có thể trở nên hay xét đoán, tự chỉ trích và bối rối. Chẳng hạn như một người con lớn tuổi của người u uẩn chia sẻ với chúng tôi câu chuyện buồn của việc nhiều anh chị em nó đã bỏ đức tin Công giáo: khi chúng nó còn trẻ, người cha đã bắt buộc tất cả con cái phải nghiêm chỉnh (đối với tuổi trẻ, đôi khi là vô lý) thực hành các việc giữ đạo thật hoàn chỉnh, nếu không sẽ bị phạt.

Là người phối ngẫu của người u uẩn, bạn nên hiểu cho rằng khuynh hướng của họ thích chiều về tiêu cực không có nghĩa là họ hoàn toàn bất hạnh, và cũng không có nghĩa là họ không trân quý bạn. Khi chứng tỏ lòng trân quý, bạn đã trở nên

gương mẫu cho người u uẩn hướng nội. Khi chứng tỏ cảm thông (ngay cả khi lúc đầu không được đáp trả), bạn đã tỏ cho họ thấy rằng bạn quan tâm đến họ và muốn hiểu quan điểm của họ. Nếu chỉ nói đi nói lại rằng 'Không đến nỗi quá tệ như mình nghĩ', hoặc 'Dễ mà!', chưa chắc đã được kết quả như ý, bởi lẽ như vậy chưa chứng tỏ bạn *hiểu biết* cách thức người u uẩn nhận định tình trạng. Lắng nghe với cảm thông - có nghĩa là trước hết bạn phải nói cho người phối ngẫu hiểu bạn đã nghe biết những gì (bằng cách dùng chính những lời của mình để lặp lại ý tưởng của họ) - đây là một cách chứng tỏ bạn đã hiểu. Nhờ vậy người phối ngẫu có thể vượt qua những chỉ trích và phàn nàn mà chấp nhận một giải pháp nào đó cho tình trạng. Thế nào rồi ra sự cảm thông, lòng trân quý và gương mẫu tích cực của bạn cũng giúp cho họ bắt đầu nhìn thấy tình trạng và con người với một ánh sáng mới tích cực hơn.

Ít mánh (mẹo vặt) để giúp nhu cầu tình cảm người phối ngẫu u uẩn

1.- Khuyến khích nâng đỡ - kể cả khi họ không yêu cầu.
2.- Cung ứng cơ hội cho họ được tĩnh mịch, suy tư và tươi trẻ (qua công tác phục vụ).
3.- Hãy ủng hộ và trân quý: hãy nói cho họ biết rằng họ có nhiều khả năng để đóng góp và họ có thể chu toàn mục đích, cho dù họ có thể đang cảm thấy chán nản hoặc do dự.
4.- Hãy cố gắng giữ thứ tự và công minh: người phối ngẫu u uẩn cần phải có thứ tự (và sẽ tự động tạo nên thứ tự nếu cần) và có thể bị giao động vì những trường hợp thiếu công minh hoặc thiếu công

bình (hiểu một cách nào đó là thiếu trật tự trong xã hội).
5.- Phải cương quyết chấp nhận họ như là *một con người*, chứ không phải chỉ có những tư tưởng và quan điểm của họ.

4. 6.
người phối ngẫu vượng máu

"Thưa ngài, thực ra rất có ít những yếu tố buồn sầu trong nàng. Nàng chẳng bao giờ buồn ngoại trừ khi ngủ; và cũng chẳng buồn khi ngủ; bởi lẽ tôi đã nghe con gái tôi nói rằng nàng hay thường mơ về bất hạnh; vậy mà khi tỉnh dậy thì lại cười."
Shakespeare, Much Ado About Nothing

Người phối ngẫu vượng máu chắc hẳn đã làm cho thời kỳ hò hẹn tìm hiểu đầy lãng mạn hứng thú. Nếu bạn cũng không phải thuộc loại vượng máu, chắc hẳn bạn đã cảm thấy bị thu hút bởi những mới lạ của những 'vui vẻ' như vậy. Người phối ngẫu vượng máu của bạn sẽ kéo ra được khía cạnh vui thích và tình nghĩa liên hệ của bạn. Họ muốn bạn phải có nhiều bạn bè (và thường mời bạn bè về nhà ăn uống), đặt kế hoạch cho những buổi chiều lãng mạn chỉ có hai đứa chúng mình, và muốn chắc bạn không được bỏ quên nghỉ hè.

Khi bạn bị chùng xuống, họ sẽ nâng tâm hồn bạn lên. Họ dấn thân lo việc thông truyền thật cởi mở, đối thoại, và có sáng kiến giải quyết vấn đề. Một người phối ngẫu vượng máu sẽ chào đón con cái vào đời với niềm vui và yêu thương chú ý, và sẽ cho phép chúng tự do để phát triển trong an vui hạnh phúc với nhiều khuyến khích và hành động. Con cái nhà người ta sẽ nói: 'Tôi ước chi Ba/Mẹ tôi cũng

được vui vẻ như vậy. Ba/Mẹ tôi chẳng tươi chút nào!' Cha mẹ vượng máu trân quý điều mà đa số trẻ em trân quý: bạn bè và vui chơi. Trẻ em sẽ có những ngày vui chơi và hợp tác, được thưởng vì tác phong tốt, hàng loạt những hoạt động ngoài giờ học, và được thông truyền cởi mở. Con cái của bạn sẽ thăng tiến phát triển.

Đằng khác, bạn phải coi chừng sổ sách chi tiêu của người vượng máu. Người vượng máu bị mang tiếng là không khéo chi tiêu, và khó khăn tài chính có thể giới hạn nếp sống của họ. Và xin đừng di chuyển đi về nhà quê. *Người láng giềng* của họ ở đâu? Cha mẹ vượng máu thỉnh thoảng bị tố cáo là bênh vực con cái; khi có chuyện khôi hài trong lớp học, có lẽ họ cũng sẽ cười giống như họ sẵn sàng phạt đứa có lỗi.

Hãy cố gắng giúp cho người vượng máu chú ý. Người vượng máu tưởng tượng rằng họ có thể dồn các hoạt động vào thời khắc biểu nhiều hơn là luật vật lý cho phép. Nếu khi đi ra tới cửa mà điện thoại reo, họ sẽ trả lời và nghĩ rằng họ vẫn còn thời giờ để tới nơi đúng hẹn. Hậu quả là người vượng máu luôn vội vã hối hả khi đi họp và thường thường tới trễ và đem theo ly càphê, xin lỗi rối rít, và cười nói vui vẻ về ít chuyện lẩm cẩm xẩy ra trên đường đi tới họp. Người vượng máu có biệt tài bẩm sinh sắp xếp những chi tiết xui xẻo lại với tinh thần khôi hài, xoay trở các nhược điểm của họ thành những khoảnh khắc trào phúng, và phá tan được những giận dữ chống lại họ.

Thực là khó chịu khi người vượng máu cảm thấy hứng chí phải thực hiện một điều gì kỳ diệu trong một khung cảnh thời gian thật ngắn ngủi - rồi sau đó phải lo thu dọn. Chẳng hạn như đứa con trai của chúng tôi muốn có tiệc liên hoan mừng sinh

nhật 16 tuổi, và đây là một việc lớn. Nhà cửa được trang hoàng, đồ ăn mua sắm sẵn sàng, cả lớp 10 được mời và sẽ đến trong 2 tiếng đồng hồ. Vợ tôi thuộc loại vượng máu nghĩ rằng tiệc sẽ không vui trọn vẹn nếu không có bóng bàn. Tôi thuộc loại u uẩn có nhiệm vụ đi tìm một bàn, mua cho được rồi đem về nhà ráp nối sao cho kịp trước khi học sinh tới. Cũng giống như nhiều mạo hiểm của người vượng máu, dự án này thực ra quá lớn hơn ước mơ. Khi những đứa đầu tiên tới, tôi vẫn còn đang loay hoay ráp nối. Thật là may mắn, một phụ huynh xung phong tài khéo và giúp cho cái bàn được thành hình cẩn thận -mà không phải là không có lời nói ra nói vào của tôi vì bị tổn thương.

Người lớn vượng máu thỉnh thoảng ngạc nhiên không hiểu có phải là tính nổi hứng bất tử và chia trí của họ có phải là một trường hợp bệnh thiếu tập trung tư tưởng chưa được chẩn bệnh không. Một người vượng máu chúng tôi quen có kể cho nghe một câu chuyện buồn cười về một tai nạn (may mà không nặng) đã xẩy ra khi ông lái xe quá tốc độ trên xa lộ (lại vì đi trễ), đang khi nói điện thoại di động (với một người vượng máu khác), rồi còn hút thuốc xì gà nữa. Đây chính là một khoảnh khắc điển hình của người vượng máu, nhưng có lẽ lại là một khoảnh khắc đã làm cho người vợ phải lo lắng không ít.

Khi bạn giận dữ hoặc có điều gì bất đồng, bạn có thể tố cáo người phối ngẫu là lơ đãng, hẩu đoảng, chưa trưởng thành, hời hợt giả tạo, 'chỉ có nói mà không làm tiếp', và tốn *quá nhiều* thời giờ trên điện thoại. Phải chăng nàng chẳng lưu ý tới cái gì khác ngoài việc đi mua sắm? Tại sao chàng không thể chăm chú làm *chỉ một* dự án cho đến khi hoàn chỉnh đã?

Thi, người chồng u uẩn, phàn nàn về vợ vượng máu: “Cứ khi nào Giao gặp một người hàng xóm là y như nàng liền mời người ta tới ăn tối hôm đó! Tôi chỉ muốn được một tối yên tĩnh ở nhà!” Thi chỉ muốn biết rằng tới mùa Giáng sinh chàng phải tham dự bao nhiêu tiệc liên hoan mới đủ làm cho Giao được hạnh phúc.

Tôi hỏi Giao: “Bao nhiêu là *thực sự cần thiết*?”

Câu trả lời: “Hai.”

Tôi nói tiếp: “Thi à, anh có thể chấp nhận 2 bữa mà *không* phàn nàn chứ?”

Thi trả lời: “Dĩ nhiên chắc chắn được. Nếu tôi đang nghĩ là 5 mà bây giờ chỉ có 2 thì đó là dễ ợt!” Chúng tôi phải làm sao để Giao có thể sắp xếp đi dự 3 tiệc kia một mình thoải mái. Nhưng dù đi với Thi chỉ 2 lần mà chàng thích thú thì cũng đáng công đối với Giao.

Giao muốn cho Thi đừng càm ràm mỗi khi đi nghỉ hè. Thi nói: “Anh có quá nhiều ưu tư.”

Giao phàn nàn: “Nhưng như vậy anh làm hư mỗi cuộc đi nghỉ.” Đối với người u uẩn, nếu bắt người ta không được nghĩ tới các vấn đề quan trọng trong vòng 1-2 tuần thì quả là đòi hỏi quá đáng. Do đó chúng tôi đã đề nghị một thoả hiệp là Thi sẽ lo cho xong 3 vấn đề quan trọng vào ban sáng mỗi ngày, để rồi ban chiều thì được thảnh thơi mà vui chơi.

Đôi vợ chồng vượng máu/u uẩn là trường hợp điển hình về ‘khác cực hút nhau’. Đôi vợ chồng nóng giận/lãnh đạm cũng là một trường hợp điển hình nữa. Chúng ta có khuynh hướng yêu người không giống chúng ta. Bổ túc cho nhau thì đưa đến quyến rũ hấp dẫn, cho dù cũng đòi hỏi phải cố gắng nhiều hơn để hiểu nhau.

Trong giai đoạn lãng mạn, mỗi người nhìn thấy nơi người kia một cái gì thiết yếu: người vượng máu cung ứng niềm vui, người u uẩn cho chiều sâu mà người vượng máu thật cần. Tuy nhiên với thời gian, nếu hai người không luôn nhớ trong trí óc vẻ đẹp ban đầu họ đã tìm được nơi nhau, hoặc quên không chăm sóc nuôi dưỡng lòng trân quý đối với những ân huệ độc nhất hai người trao tặng nhau, khi mà bầu khí lãng mạn bắt đầu phai lạt, họ sẽ trở nên bực dọc vì chính những điều làm cho họ đến với nhau. *Nàng hời hợt giả tạo quá và chỉ thích vui thôi; nàng không biết rằng trên đời này còn có nhiều vấn đề lắm chứ; nàng chẳng bao giờ chịu nhìn vào một ít vấn đề thật khó khăn mà chúng tôi phải đối phó; nàng không hiểu rằng công việc của tôi nặng nề đến thế nào.*

Đối với người vượng máu thì lại khác, họ có thể phàn nàn rằng họ cảm thấy mệt mỏi, vì họ là người phải luôn luôn lo nâng cao tinh thần trong liên hệ tình nghĩa vợ chồng; người phối ngẫu *không bao giờ* chỉ thích ham vui suông mà thôi, *không bao giờ* nói cho được một câu tích cực, và *luôn luôn* dừng lại nơi điều tiêu cực.

Hãy coi chừng những khẳng định 'tuyệt đối' đó và đừng để cho những khẳng định đó ăn sâu vào những ý nghĩ về nhau và đáp ứng với nhau, bởi vì những khẳng định đó sẽ làm cớ phát sinh tình trạng thủ thế và ngăn cản cảm thông. Thay vào đó, hãy tự nhắc nhủ lòng mình rằng cuộc đời của mình sẽ bớt hoàn chỉnh nếu như không có niềm vui và sức năng động của tính tình người phối ngẫu. Hãy lưu tâm tới những cách thức người phối ngẫu vượng máu đóng góp vào cuộc hôn nhân như ngạc nhiên thích thú, tính tự phát và khám phá thám hiểm.

Nhờ việc người vượng máu có khuynh hướng tự nhiên lưu tâm đến liên hệ tình nghĩa, điều này giúp cho hai người thực sự *hiệp thông* vì đó là mục đích của hôn phối. Như Giáo hoàng Gioan Phaolô II viết: *"liên hệ tình nghĩa giữa người với người . . .không những chỉ giúp cho con người có khả năng hiểu biết, mà còn giúp cho họ có khả năng sâu xa hơn là tín thác mình cho người khác, để đi vào một liên hệ tình nghĩa thân mật và bền vững."*

Ít mánh (mẹo vặt) để đáp ứng nhu cầu tình cảm người phối ngẫu vượng máu

1.- Hãy coi niềm vui như một ưu tiên chứ không phải cho qua giờ. Hãy hưởng những lúc vui chơi với người phối ngẫu (đừng đóng vai trò chịu trận - nhất là người thuộc loại u uẩn!)
2.- Hãy lưu tâm chú ý thật nhiều và bầy tỏ tình cảm quyến luyến.
3.- Hãy nói cho người phối ngẫu biết bạn trân quý tính lạc quan và lòng hưng phấn của họ.
4.- Hãy hẹn hò mỗi tuần với người phối ngẫu vượng máu để cùng nhau thông hiệp trên bình diện thân tình, lãng mạn, và để đào sâu thêm khía cạnh thân mật tâm tình giữa hai người.
5.- Hãy để cho người phối ngẫu mời bạn bè đồng nghiệp hoặc cộng sự viên, nhưng hãy giúp chọ đừng đi tới chỗ 'gắng sức thái quá.
6.- Hãy ủng hộ người phối ngẫu vượng máu khi có những chi tiết trở nên quá đáng hoặc khi họ cần giúp để thực hiện một dự án trường kỳ hoặc sâu sắc.

4. 7.

người phối ngẫu lãnh đạm

"Ta biết ngươi có một tính tình điềm đạm và cao thượng,và một tâm hồn cũng bình thản như vậy."

(Shakespeare, King Henry VIII)

'Chàng hào hoa quá!' Đây là lời khen tặng thông thường cho người lãnh đạm. Khi bạn hẹn hò gặp gỡ, chàng luôn tỏ ra chú ý khen ngợi bạn, luôn lưu tâm tới tình cảm của bạn. Chàng là đá tảng, là chàng trai bình thản, ổn định, có tư cách đáng nể và phong độ vững vàng. Cha mẹ của bạn cảm thấy hài lòng, bởi lẽ các ngài mong đợi chàng sẽ trở thành người chồng và người cha cần mẫn. Chàng luôn muốn chiều theo các ý tưởng của bạn về các hoạt động và sự việc, và bạn trân quý chàng cộng tác thật dễ dàng. Bây giờ thành hôn rồi, bạn nhìn nhận chàng chia sẻ công việc gia đình, bình thản khi phải đưa con tới bệnh viện vào nửa đêm, và ít khi gây hấn cãi cọ.

Người phối ngẫu lãnh đạm là con người trung thành, coi trọng lời thề hứa và dấn thân, đặt ưu tiên rất cao vào hoà khí trong gia đình, và ít khi phàn nàn. Chàng sẽ bỏ qua một bên những nhu cầu và ước muốn riêng để phục vụ vợ chàng. Chàng là người cha tận tâm, trung thành và tốt lành.

Rồi tháng năm trôi qua, bạn mới bắt đầu nhận thấy chàng hơi có vẻ xa cách. Chàng không thích chuyện trò sau khi đi làm về nhưng đi thẳng tới phòng Tivi hoặc máy vi tính, và khá nhiều lần để kệ bạn một mình giải quyết những vấn đề ở trong nhà. Bạn cảm thấy có một sự vô tình nào đó hoặc thụ động hoặc thiếu thân mật. Để làm cho chàng hoạt

động hơn, bạn bắt đầu phải nài nỉ, đòi hỏi hoặc phàn nàn. Hình như chàng bắt đầu xa cách bạn. Đôi khi phải làm bộ 'tan vỡ' mới được chàng đáp ứng. Chàng luôn nói rằng bạn yêu cầu điều gì thì chàng sẽ thực hiện điều đó, nhưng bạn cảm thấy rồi chàng cũng lại chui vào cái vỏ ốc của mình thôi. Nếu bạn hỏi xem có gì xẩy ra không thì chàng sẽ trả lời 'Anh không biết', hoặc 'Không có gì hết.' Chàng có vẻ xa cách và thờ ơ hờ hững. Bạn bắt đầu ngạc nhiên: "Chàng có còn để ý tới tôi nữa không đây?"

Khi người vợ lãnh đạm có con cái, họ bị cám dỗ không để ý đến ngoại diện nhan sắc cũng như nhà cửa. Nàng có thể cảm thấy quá sức không đủ khả năng để ý đến tất cả những chi tiết này. Đây là một cạm bẫy nguy hiểm, nhất là khi nàng cưới một ông chồng u uẩn hay phê bình và để ý tỉ mỉ từng li từng tí. Óc phê bình chỉ trích của chàng sẽ tạo nên tính ngoan cố thầm lặng, và một cảm giác phí phạm cũng như thất bại. Cái vòng lẩn quẩn của phê bình và rút lui sẽ đi đến hậu quả là một căn nhà lộn xộn với cả hai vợ chồng đều cay đắng và giận dữ.

Phấn là một người vợ thuộc loại u uẩn đã trân quý Lai, ông chồng với bản tính thuần nhất, đức kiên nhẫn, và cung cách đồng đều dễ đoán. Những năm đầu thành hôn, chàng giúp các con, không bao giờ phàn nàn vì phải làm việc nặng, và cảm thấy hạnh phúc đáp ứng nhu cầu của Phấn cũng như của các con. Chàng biết điều, trung thực, và không kiểu cách. Khi con cái lớn lên và những nhu cầu của gia đình cũng gia tăng, Phấn trở nên lo lắng không biết Lai có hăng hái đủ tại sở cũng như ở nhà. Các thăng thưởng và tăng lương của chàng không chạy đua nổi với những nhu cầu của gia đình mỗi ngày một thêm; chàng có vẻ như rút lui ở nhà, ít phấn khởi và ít thông truyền.

Bởi vì cả hai người đều là hướng nội, họ bị cám dỗ cứ để kệ các vấn đề đó, hy vọng tự chúng sẽ tìm lối thoát. Nhưng hai người trở nên ít thân mật, và ngày càng xa cách. Phấn bắt đầu phàn nàn rằng nàng không được hạnh phúc và chàng ít sáng kiến. Khi chàng trở nên chán nản, chàng lại cảm thấy xa cách hơn và ít cởi mở hơn. Nàng đáp ứng bằng cách phê bình chỉ trích, còn chàng thì lại rút lui nhiều hơn, và cái vòng lẩn quẩn cứ tái diễn.

Những vấn đề đối với người lãnh đạm thường xoay quanh các khía cạnh thân mật và khởi hứng. Làm sao mà phấn kích nổi một người chỉ thích ổn định và bình an để cho họ cởi mở và có sáng kiến? Cách thức nài nỉ và áp đặt thực ra chỉ là một chiến lược sẽ nghèo nàn trong lâu dài, một chiến lược trước sau cũng chỉ xô đẩy người lãnh đạm sâu thêm vào cái vỏ ốc của mình thôi.

Như vậy thì có gì thành tựu được không? *Thưa bằng cách trân quý tận gốc rễ và tăng gấp lòng tin tưởng.* Hãy nói cho họ biết rằng bạn thích họ trước khi họ nói cho bạn biết rằng họ thiếu sót. Hãy xây dựng họ bằng những lời ca tụng. Người lãnh đạm, *hơn những loại tính tình khác*, cảm thấy bị xúc phạm khi người thân yêu chỉ trích họ. Dù sao thì họ cũng chỉ muốn làm đẹp lòng người khác. Họ lúc nào cũng là người tốt lành. Đứa con trai của chúng tôi đã giúp chúng tôi hiểu điều này khi có một lần chúng tôi tỏ ra thật khó chịu với nó vì nó hẹn hò gặp 'bồ' mà không hỏi ý kiến chúng tôi. Nó cảm thấy rằng nó luôn luôn có tinh thần trách nhiệm, hợp tác và tuân theo luật lệ; tại sao chúng tôi có thể chỉ trích nó như vậy? Nó nói rằng nếu như ngay từ lúc đầu mà chúng tôi cho nó biết những chỉ dẫn và ước mong của *chúng tôi* thì chắc chắn nó sẽ vui vẻ tuân theo.

Trong cuốn sách *Why Marriages Succeed or Fail?* (tại sao hôn phối thành công hoặc thất bại?), tác giả John Gottman trình bầy 3 loại hôn phối thành công: loại tránh né mâu thuẫn, loại phù du, và loại hoàn chỉnh. Điều thú vị là ông lý luận rằng dù là loại hôn phối nào chăng nữa, chìa khoá thành công là hễ cứ có 1 lời tiêu cực thì phải có 5 lời tích cực. Hôn phối cần rất nhiều thái độ trân quý, những lời hưng phấn và thật nhiều thông truyền về các *điều tốt*. Người lãnh đạm và người u uẩn cần phải gồng mình để được trân quý công khai.

Như chúng tôi đã trình bầy trong đoạn nói về người phối ngẫu u uẩn, những loại tính tình hướng nội (u uẩn và lãnh đạm) cảm thấy thật là khó mà diễn tả lòng trân quý đối với người phối ngẫu, khó mà biểu lộ nhu cầu cần được người phối ngẫu nói những lời gia tăng lòng tin tưởng. Nếu cứ để mặc kệ họ, người u uẩn sẽ rơi vào cái khuôn chỉ trích và người lãnh đạm vào cái khuôn thinh lặng. Trong cố gắng thuyết phục người lãnh đạm thụ động, người phối ngẫu chán nản thường nài nỉ, phàn nàn hoặc đòi hỏi - hậu quả chỉ đưa đến cái vòng lẩn quẩn của nài nỉ và rút lui. Thế thì làm sao phá vỡ được cái vòng lẩn quẩn đó? Tích cực thông truyền.

4. 8.
Chấm dứt cái vòng nài nỉ

Hãy phá vỡ cái vòng lẩn quẩn nài nỉ/rút lui bằng cách tạo nên lòng tin tưởng. Người lãnh đạm không đáp ứng lại các đe doạ tai hoạ hoặc các thách đố cam go. Trong khi người nóng giận có thể đáp ứng tùy loại, hoặc người u uẩn ẩn mình, người lãnh đạm chỉ biết rút lui. Nếu bạn giúp gia tăng lòng tin tưởng nơi người lãnh đạm với những lời khuyến

khích và khẳng định, họ sẽ cảm thấy đủ sẵn sàng để đảm nhận nhiệm vụ khó hoặc trả lời một điều mà trước kia được coi là không thể xẩy ra. Trước khi đưa ra một lời phê bình hoặc sắp đặt một công tác cam go, bạn phải luôn luôn gia tăng lòng tin tưởng của họ bằng cách nhắc nhở họ rằng trong quá khứ họ cũng đã giải quyết được khó khăn, và bạn thực sự tuỳ thuộc và trân quý họ chịu khó làm việc và đóng góp.

Thứ đến bạn cần phải rõ ràng. “Em rất trân quý tất cả những gì anh đã làm cho vườn cỏ năm ngoái. Em thực sự nghĩ rằng vườn cỏ năm nay coi thật đẹp mắt. Em sẽ trân quý anh hơn nữa nếu như anh có thể dẹp mấy ngọn cỏ dại còn sót mà hình như nó cứ bò lan ra thêm.” Hoặc “Anh thật trân quý em đã tỏ ra dễ thương đối với mẹ anh. Anh biết như vậy cũng là khó đối với em lắm. Nhưng anh nghĩ chúng mình phải dọn nhà cửa sạch sẽ trước khi mẹ tới.” Một mục tiêu chung chung và mơ hồ sẽ thêm mung lung và không chắc đối với người lãnh đạm cẩn thận. “Tại sao em không chịu thông truyền nhiều hơn?” hoặc “Tại sao anh không chịu có sáng kiến gì đối với con cái?” Những câu như vậy không giúp gì cho người lãnh đạm hưng phấn được. Hãy cho người lãnh đạm một mục tiêu rõ rệt, và xây dựng họ lên với lòng tin tưởng để họ chu toàn. Thỉnh thoảng hùn hạp cộng tác cũng sẽ giúp cho người lãnh đạm tiến bước. “Thế này nhé bây giờ tôi nhận việc cập nhật hoá hồ sơ lý lịch của bạn rồi bạn tiếp tục nhé?” Hoặc “Chúng mình thử cùng nhau chạy bộ nhé!” Hãy xây dựng đà tiến dựa trên những lời khẳng định và trân quý dễ mến thay vì kiểu mẫu thất bại là cố gắng hưng phấn qua chỉ trích.

Nếu người phối ngẫu thuộc loại lãnh đạm, họ sẽ thích loại hôn phối tránh né mâu thuẫn. Bây giờ

nếu chính bạn có bản tính phù phiếm hoặc rất hăng say khi biểu lộ quan điểm và ước muốn của bạn, bạn có thể sẽ gặp tình trạng thủ thế và rút lui. Hãy nhớ tỉ lệ 5 trên 1 nhé, và nên nhớ biểu lộ cho người phối ngẫu thật nhiều thích thú, tâm tình, trân quý, ưu tư, cảm thông và chấp nhận, cũng như có những cử chỉ hào hoa nho nhỏ và vui đùa nhẹ nhàng. Hãy giúp cho họ biểu lộ tâm tình thầm kín nhất của họ trong khung cảnh tin tưởng và hợp tác.

Người phối ngẫu lãnh đạm là con người tin tưởng được và dễ hợp tác. Nhưng họ cần bạn giúp cho trong việc xây dựng những thích thú và hưng phấn riêng qua việc gợi hứng, kính trọng và nâng đỡ tích cực.

Hãy khuyến khích người phối ngẫu lãnh đạm tập thể dục đầy đủ và ăn uống đàng hoàng. Giữ thân thể tráng kiện đối với người lãnh đạm ôn hoà chậm rãi là một thách đố hơn là đối với các loại tính tình khác.

4. 9.
Lời khen ngợi và khẳng định chuyển núi rời non

Lãnh đạm là loại tính tình thực sự cần được bơm lên và được thấy những lời trân quý. Người phối ngẫu lãnh đạm sẽ vươn lên qua những lời khen ngợi tốt lành, cổ kính và êm đềm ngọt ngào. Hãy dấn thân gợi ứng cho người phối ngẫu lãnh đạm bằng những phim ảnh, băng nhựa CD/DVD, hình ảnh, ý tưởng: tất cả những gì làm kích động tâm hồn. Người phối ngẫu cần *được kích động từ bên trong nội tâm;* có nghĩa là họ cần phải thích mục tiêu và và tin rằng họ có thể đạt được. Những loại tính tình khác có thể được kích động từ bên ngoài:

người nóng giận sẽ đáp ứng đối với một thách đố, người u uẩn do một thời hạn. Nhưng người lãnh đạm có thể án binh bất động - cho dù có áp lực bên ngoài (mà hậu quả thường làm cho họ mau chống lại hơn). Khi người vợ nài nỉ chồng lãnh đạm cả tuần cả tháng để bắt đầu làm thuế (dĩ nhiên chẳng có gì hứng thú trong việc này, mà họ cũng chẳng *thích* làm nữa), cuối cùng rồi chàng bỏ qua nàng luôn. Nhưng khi chàng cảm thấy được yêu mến kính trọng, cần đến và tin tưởng, chàng sẽ bắt đầu làm thuế *chỉ vì thương nàng.*

Người lãnh đạm được nhiều lợi ích qua các cơ cấu tổ chức nâng đỡ và hướng thượng. Những tổ chức như đội thể thao, trường tư thục, quân đội, tổ chức tôn giáo, các hội đoàn, và những môi trường có cơ chế với những mục đích rõ rệt sẽ làm lợi cho người lãnh đạm rất nhiều.

Điều đó cũng đúng với lãnh vực thiêng liêng nữa. Người lãnh đạm nhận thấy rằng họ có thể lớn lên trên đường thiêng liêng qua các cơ chế, mục đích, và sự lưu tâm cá nhân. Những tổ chức như Hiệp sĩ Kha luân bố, với mục đích cung ứng các hoạt động rõ rệt và những đường hướng giúp Hội Thánh trong việc tông đồ, thật là rất thích hợp với loại tính tình này. Khi người lãnh đạm được mời gọi đích thân để giúp trong hoạt động giáo xứ, đây là một điều thật hưng phấn. Người lãnh đạm thường nhận thấy rằng cơ chế của một tổ chức trong Hội Thánh (miễn là không phải thứ xa vời, không tên tuổi) sẽ giúp cho họ tìm ra được chỗ đứng của họ trong giáo xứ hoặc trong Hội Thánh nói chung; và điều này sẽ cho phép họ có được gợi hứng để làm việc tích cực trong mục vụ tông đồ và được lớn lên sâu xa trong liên hệ tình nghĩa với Đức Kitô.

Ít mánh (mẹo vặt) để đáp ứng nhu cầu tình cảm người lãnh đạm

1.- Hãy công khai nhìn nhận họ, nhất là bản tính dễ dãi của họ và tính nhậy cảm của họ đối với nhu cầu của người khác; hãy dùng *những lời khẳng định.*
2.- Hãy để cho họ có thời giờ nghỉ ngơi thư giãn.
3.- Hãy khen ngợi họ khi họ nhận lĩnh vai trò lãnh đạo; hãy *gia tăng lòng tin tưởng* của họ bằng cách tiếp tục chấp nhận những thách đố.
4.- Hãy dùng những cách nhắc khéo hoà dịu, nhưng đừng nài nỉ họ, đừng đổ dồn cho họ, đừng chỉ trích họ, và đừng làm thay họ hoặc qua mặt họ.
5.- Hãy rõ rệt trong những điều bạn yêu cầu, và hãy phát biểu thật *tích cực*.

Chương 5

Phối hợp tính tình trong hôn phối

"Đức Chúa Thượng Đế phán:
"Đàn ông ở một mình đơn độc thì không hay. Ta sẽ làm cho nó một người bạn đối tác
tương ứng thích hợp."
Sáng thế ký 2: 18

"Hai thì tốt hơn một . . .Nếu như một người ngã thì có người kia sẽ nâng dậy."
Giảng viên 4: 9

"Chị ngã em nâng."
Tục ngữ Việt nam

"Đằng sau mỗi người đàn ông thành công là một người đàn bà. Đằng sau nàng là vợ của chàng."
Groucho Marx

Khi người u uẩn cưới người vượng máu thì chuyện gì sẽ xảy đến? Hoặc khi người nóng giận cưới người lãnh đạm thì sao đây? Phải chăng *'khác cực thì thu hút nhau'?*

Những cặp đối nghịch nhau nhiều nhất là u uẩn với vượng máu, lãnh đạm với nóng giận. Họ hoàn toàn đối nghịch nhau trong tất cả các lĩnh vực then chốt: cường độ (mạnh/yếu), tốc độ phản ứng (nhanh/chậm), cũng như trường độ phản ứng (lâu/mau) đối với một kích thích từ bên trong cũng như bên ngoài.

Thỉnh thoảng vì tính tình khác nhau nên có những hiểu lầm thật quan trọng trong giai đoạn mới quen nhau. Chẳng hạn như một người bạn chia sẻ với chúng tôi tình huống sau đây, chứng tỏ cho thấy đụng độ điển hình giữa người u uẩn và vượng máu: Một chàng vượng máu hứa gọi điện thoại cho nàng khi chàng đi công tác xa. Tuy nhiên khi chàng gọi, thì lại là từ một quán rượu, và nàng khó mà nghe được rõ tiếng chàng vì tiếng động ồn ào trong quán. Đây là cơ hội độc nhất mà chàng có thể gọi, và chàng muốn giữ trọn lời hứa, nhưng nàng cảm thấy bực bội kinh khủng.

Nàng thét lên: "Sao mà anh có thể như thế được? Anh gọi từ quán rượu!" Tôi nhắc cho nàng rằng chàng *đã gọi*; và chắc chắn đây là dấu chỉ chàng nhớ nàng. Nàng chỉ nói lại: "Làm sao mà chàng có thể nhớ đến tôi khi mà chàng gọi từ quán rượu?"

Những khác biệt về tính tình có thể xây dựng hoặc phá vỡ một liên hệ tình nghĩa. Chúng ta có thể nhận định được 2 tính tình đối nghịch cảm thấy hấp dẫn quyến rũ trong giai đoạn khởi đầu của liên hệ tình nghĩa. Họ nhìn thấy nơi người kia một đặc tính mà họ thiếu trong tính tình của họ. Người lãnh đạm yên lặng, bình tĩnh, ít điệu bộ thì quyến luyến với người nóng giận năng động, nhiều ý kiến và giỏi giải quyết vấn đề. Người u uẩn với óc tổ chức, hướng nội, và lý luận khám phá thấy người vượng máu phấn khởi, vui vẻ và cởi mở. Nhưng rồi điều gì sẽ xẩy ra khi mà họ khám phá ra được những điểm yếu kém? Làm sao để người lãnh đạm ôn hoà sống được với người nóng giận hay tranh cãi? Làm sao để người vượng máu ham vui có thể hưng phấn người u uẩn dễ thương mỗi ngày? Và điều này có thể kéo dài được bao lâu?

Nhiều kẻ cưới người với tính tình đối nghịch và đã xây dựng được gia đình hạnh phúc bền vững lâu dài. Đó là vì điều quan trọng nhất là những *giá trị và niềm tin* của người phối ngẫu - chứ không phải vì tính tình của họ - cũng là những giá trị và niềm tin của bạn. Nói chung chung tính tình bổ túc cho nhau là điều có lợi cho liên hệ tình nghĩa, miễn là hai người biết kính trọng những khác biệt của nhau. Gia đình được phong phú hơn nhờ nhiều phương thế và quan điểm khác nhau của các phần tử.

Chẳng hạn như khi cần phải giải quyết một việc cam go, hãy hỏi người u uẩn cho ý kiến. Nếu tình huống cần nhẹ nhàng vui nhộn, xin mời người vượng máu vào. Thực vậy hai người khác tính tình nhau có thể làm phong phú cho hôn phối nhiều cách khác nhau, dĩ nhiên là vừa thích thú vừa thách đố.

5. 1.

Tính tình đối nghịch có thể quyến rũ . . .
và quấy rầy.

Mỗi loại tính tình có thể cung ứng một điều gì đó thật giá trị, nhưng mỗi tình trạng lại tỏ ra thích hợp với tính tình này hơn tính tình kia. Với bầu khí tương kính tương trợ và tự do biểu lộ lòng trân quý hài hoà, tính tình này hoặc tính tình kia sẽ ít có khác biệt về thái độ thủ thế hoặc áp đặt uy quyền. Khi 2 người trở nên 1 trong nhiệm tích hôn phối, các tính tình bổ túc cho nhau sẽ tăng thêm chiều sâu về nhận thức và khả năng đáp ứng thay đổi tùy trường hợp.

Chẳng hạn như lúc đầu, người u uẩn sẽ nhìn thấy nơi người vượng máu một cơ hội để có được niềm vui cần thiết. Họ trân quý tính phấn khởi, vui tươi và lạc quan. Người u uẩn với khuynh hướng chán nản thất vọng, sẽ được nâng cao tinh thần nhờ người vượng máu lạc quan. Và rồi người vượng máu sẽ trân quý người u uẩn với chiều sâu cuộc sống nội tâm. Người u uẩn sẽ giúp cho tình nghĩa sâu xa đậm đà và cung ứng những cái nhìn về bản tính con người chưa được nghe biết (dĩ nhiên đây là điều hấp dẫn đối với người vượng máu thích liên hệ song phương) và thoáng nhìn vào thần học và triết học - những trình độ mà người vượng máu điển hình lai rai ít khi nghĩ tới mà tìm đến.

Rồi năm tháng trôi qua, con cái được sinh ra, việc làm trở nên thách đố và căng thẳng nhiều hơn. Những vấn đề nhỏ bé trước kia được dẹp qua bây giờ trở nên chướng ngại ngăn cản tình thân mật. Những thách đố đó hoặc có thể giúp hai vợ chồng học biết để lớn lên trong việc truyền thông đối thoại hoặc trở nên nguyên cớ mâu thuẫn. Bây giờ người

vượng máu sẽ bị coi là hời hợt giả tạo, lai rai tà tà, và người u uẩn trở nên tiêu cực và trầm cảm. Then chốt của vấn đề là phải học hỏi những cách thức thông truyền mới, biểu lộ lòng trân quý, và hưng phấn, để hai người có thể trở nên gần gũi hơn thay vì cách xa hơn.

Phúc, một cô gái vượng máu-lãnh đạm ít óc tổ chức, cưới Chúc, một cậu con trai nóng giận-u uẩn, sau khi đã thề non hẹn biển đủ thứ. Chàng không giống như bất cứ ai trong gia đình nàng, thực vậy nàng chưa bao giờ gặp được ai có kỷ cương, óc tổ chức, biết điều và sống theo nguyên tắc hơn chàng. Những ngày nàng học đại học là những ngày thật bốc đồng, vui nhộn và gặp đâu hay đó. Chàng cung ứng cho nàng những gì nàng thiếu sót. Tuy nhiên sau khi có được đứa con đầu lòng, ngày qua ngày nàng cảm thấy rằng tính tình của nàng không tự nhiên thích ứng với đời sống gia đình. Tề gia nội trợ đòi hỏi phải có kỷ luật, trật tự và tổ chức. Không được nói truyện với bạn khuya khoắt nữa, không còn nhiều giờ để đi mua sắm hoặc xã giao nữa - và không còn được vui đùa như xưa nữa. Chúc bắt đầu chỉ trích nàng ít biết tề gia nội trợ. Tại sao nàng không biết giữ sổ sách tiền nong? Tại sao đống đĩa bẩn từ ban sáng bây giờ vẫn còn trong máy chưa rửa khi chàng đi làm về? Tại sao chàng không bao giờ có quần áo sạch sẽ để mặc? Nàng *làm* gì suốt ngày?

Phúc đổ lỗi tại gia đình nàng: tại sao nàng không được dạy dỗ để lo lắng việc nhà? Có thể nàng bắt đầu rửa chén bát đó, nhưng rồi điện thoại reo và nàng trả lời, rồi nàng quẳng một mớ đồ vào máy giặt. Nàng cảm thấy thẩm mệt vì nàng cũng đã thức dậy sớm như chàng, lo bữa điểm tâm sáng cho chàng. Trưa đến, nàng muốn nghỉ ngơi một chút . . .

và chưa làm được gì cả. Nàng cảm thấy chán nản và vô ích, còn chàng cũng thế vì đi làm về mà nhà cửa lộn xộn bừa bãi và chưa có cơm ăn tối.

Phúc cần phải phát triển tự tin, đức tính cao quý nhất trong tính tình của nàng: xây dựng liên hệ tình nghĩa, thông truyền và niềm vui. Nàng cũng cần phải cố gắng tiến những bước nho nhỏ trong việc tổ chức công việc. Thay vì toàn bộ nhà cửa phải sạch sẽ bóng loáng như gương và mỗi tối phải có một bữa tiệc, Chúc thực sự chỉ cần ít nhất có một căn phòng sạch sẽ ngăn nắp và một bữa cơm gia đình. Chàng có thể trân quý việc nàng bình thản nuôi nấng đứa bé, và nhìn nhận rằng thứ tự trong nhà chỉ là thứ yếu đối với mái ấm dễ thương bình an. Cả hai công nhận rằng cần phải có vui nhộn, lãng mạn và thời giờ cho nhau, nên họ đã quyết định mỗi tháng một tối họ gặp gỡ hẹn hò như xưa, tránh xa áp lực cuộc sống gia đình và công việc, như vậy họ mới sống lại được những tâm tình lãng mạn và tình tứ thuở trước.

Câu chuyện vừa kể tượng trưng tiêu biểu cho các cặp vợ chồng có 'tính tình đối nghịch' nhau. Lúc đầu, mỗi người thích thú những đức tính của loại tính tình kia. Nhưng qua thời gian, và trước những thách đố, chính những đức tính đó lại trở nên tiêu cực. *Nàng luôn luôn muốn được như ý của nàng. Tôi chẳng bao giờ có thể làm được điều gì tôi muốn cả! Nàng xô đẩy và lèo lái. Chả nhẽ chúng mình không thể ở nhà vui vẻ yên tĩnh sao? Hình như nàng bộc phát lên trong mâu thuẫn. Tôi chỉ muốn sao được bình an và mọi người được an vui hạnh phúc thôi. Chàng sao mà thụ động và không nhúc nhích gì vậy? Tại sao chàng không thể lĩnh nhận trách nhiệm? Tại sao tôi luôn luôn phải giải quyết vấn đề*

và cứ phải lo mấy chuyện khó? Chàng chỉ tổ lười biếng và không có hứng thú gì.

Chỉ khi hiểu biết những đặc tính riêng biệt của mỗi tính tình cũng như những đòi hỏi của việc pha trộn tính tình, vợ chồng mới biết trân quý những khác biệt đó mà tránh rơi vào tình trạng thiếu thông truyền mà hậu quả chỉ là khiêu khích và kéo dài những đáp ứng tiêu biểu không lành mạnh.

Giản, anh chàng u uẩn và Mai, cô nàng vượng máu đã học biết để trân quý những nét đặt thù về tính tình của họ - đến độ họ có thể cùng cười vui. Một buổi chiều ngày thứ bẩy kia, Mai và tôi cùng ra về sau nửa ngày tĩnh tâm thinh lặng (thật là cố gắng lớn đối với 2 người vượng máu) và chúng tôi đi về hướng bãi đậu xe. Tôi lấy làm lạ khi Mai nhẩy lên chiếc xe Mỹ mui trần - đúng là xe dành cho người vượng máu. Mai nói: "Đây không phải là xe của cháu. Đây là xe của chồng cháu, anh chàng u uẩn." Giản đã cho phép cô vợ vượng máu lái xe mui trần của chàng, miễn là nàng tuân theo các luật lệ khắt khe của chàng, thiếu điều là phải đặt các cọc trụ hình nón mầu vàng trong bãi đậu xe. Mai nói: "Có thể đây là xe của người vượng máu, nhưng những luật lệ của chàng làm mất hứng cho người vợ vượng máu thích vui và vô lo." (Cho dù Mai nhìn nhận rằng nhờ các luật lệ đó mà chiếc xe vẫn còn gần như hoàn hảo sau 13 năm).

5. 2.

Bản đại cương tính tình của phối ngẫu

Trước khi kiểm soát sâu xa các kiểu phối hợp tính tình, chúng ta hãy nhìn sơ qua một vài nét đặc trưng của người phối ngẫu theo từng tính tình một.

`

a. người phối ngẫu nóng giận

1.- tổng quan: hướng ngoại. Phong phú; nhiệt tâm; thực tế; căng thẳng; thích đối chất. Trung hậu và nhìn nhận các thành công là điều thiết yếu.
2.- điểm mạnh hay: người tự nhiên có khuynh hướng làm lãnh tụ, phấn khích, và gợi hứng. Học hỏi mau lẹ và thích ứng với nhiều sự. Tham vọng; ham muốn thành công.
3.- điểm yếu kém: có thể lấn át quá, tự hào, kiểm soát và bỏ qua coi thường. Chống lại những tình huống đưa đến tổn thương. Cần được khuyến khích để biểu lộ tâm tình sâu đậm. Cần được giúp đỡ để làm dịu lại miệng lưỡi cứng cỏi và giọng điệu gắt gỏng.
4.- đề nghị: những khoá tĩnh tâm hôn phối hoặc học hỏi thăng tiến có thể giúp cho người đầy năng động này giảm bớt lại và lưu tâm đến các liên hệ tình nghĩa quan trọng. Linh hướng có thể giúp họ khỏi trở nên một chiều đi ngược.

b. người phối ngẫu vượng máu

1.- tổng quan: hướng ngoại. Lạc quan; thích thú; sáng tạo; mạo hiểm; thích vui nhộn. Tìm kiếm niềm vui và hạnh phúc trong các liên hệ tình nghĩa.
2.- điểm mạnh hay: nhằm đi tới; dấn thân; cảm thông; hăng say làm vui lòng. Đặt nặng ưu tiên về liên hệ tình nghĩa; có thể dấn thân tích cực lo mời đón, tiếp đãi, liên hoan, tình nguyện và tổ chức thành hệ thống với nhau. Đặt giá trị vào tâm tình của người khác. Rất tốt với trẻ con.
3.- điểm yếu kém: có thể hời hợt giả tạo, rời rạc, thiếu kết thúc tới nơi. Sẽ thích vui nhộn hơn nhiệm

vụ. Những hoạt động bên ngoài có thể làm cho người vượng máu chểnh mảnh công việc trong nhà.
4.- đề nghị: Cần được chú ý và tâm tình. Cần được khuyến khích để họ tìm kiếm suy tư, chiều sâu trong kiến thức và theo đuổi tới nơi. Vì tình yêu Đức Kitô, người vượng máu sẽ tự mình hy sinh, quảng đại và dấn thân xây dựng một mái ấm gia đình đầy tình thương và sức sống.

c. người phối ngẫu u uẩn

1.- tổng quan: hướng nội. Yêu thích chân lý, công bình, nguyên tắc. Suy tư; phản ứng và gợi hứng chậm rãi. Muốn làm đúng việc đúng cách. Không phải là người đi theo hoặc vào hùa.
2.- điểm mạnh hay: cố công sống đời trật tự và tổ chức. Trung hậu với gia đình. Coi hôn phối là ơn gọi hướng thượng lên cao và trách nhiệm đàng hoàng.
3.- điểm yếu kém: sẵn sàng phàn nàn nhưng lại do dự không dám thay đổi. Có thể bị những chuyện lặt vặt làm hao mòn và có thể trở nên đòi hỏi thay vì hưng phấn. Có thể bị chán nản, hoặc trầm cảm vì những người hoặc những việc không được như lý tưởng. Có khuynh hướng trọn hảo - mà hậu quả có thể là chỉ muốn bắt người khác phải trọn hảo.
4.- đề nghị: cần phải được khuyến khích để họ nhìn thấy rằng việc quan trọng là xây dựng liên hệ tình nghĩa hơn là làm việc 'đúng cách'. Nếu có tình nghĩa mật thiết riêng tư với Đức Kitô và một đời sống cầu nguyện sâu xa, người u uẩn có thể trở nên vui tươi hơn và ít chỉ trích cũng như bớt đòi hỏi nơi người phối ngẫu và con cái.

d. người phối ngẫu lãnh đạm

1.- tổng quan: hướng nội. Yêu thích hoà hợp, bình an, hợp tác. Bình tĩnh; trung hoà; đáng kính.
2.- điểm mạnh hay: thật đúng là êm dịu. Nâng đỡ người khác một các gián tiếp và âm thầm. Có tinh thần trách nhiệm và dấn thân. Luôn luôn tìm kiếm bình an trong các liên hệ tình nghĩa.
3.- điểm yếu kém: có khuynh hướng nhận lời chê hơn là đối chất. Có thể coi các vấn đề quá lớn hoặc quá nhỏ. Có thể bị do dự nhận lãnh trách nhiệm và dễ bị nản chí. Thỉnh thoảng bị coi là xa cách hoặc thờ ơ. Có khuynh hướng ươn lười.
4.- đề nghị: cần nhiều khuyến khích để họ nhận lãnh trách nhiệm và vai trò kỷ luật trong gia đình, và cũng cần rất nhiều lời khen tặng và trân quý. Xin đừng nài nỉ họ vì họ sẽ bị nản chí hơn là được hưng phấn.

5. 3.

Bây giờ nếu như 2 tính tình gần giống nhau mà thành hôn thì sẽ ra sao; chẳng hạn như người u uẩn và người lãnh đạm? Điều gì sẽ xẩy ra khi hai người hoàn toàn giống nhau cùng một tính tình thành hôn? Chúng ta hãy thử nhìn các kiểu phối hợp xem ra sao.

A.- 1.- nóng giận/nóng giận

Hai người thật đầy năng động, thông truyền tốt (mặc dầu không nhất thiết đã theo cách thân tình và nâng đỡ), và rất là phong phú. Cả hai đều độc lập và không thiếu thốn tình cảm. Hãy dùng thời giờ để

sống với nhau, ngõ hầu xây dựng tình nghĩa cho nhau, chứ không phải chỉ có 'việc với việc'.

Hãy học hỏi để lắng nghe, thay vì muốn nói lời cuối cùng. Cố gắng đừng để rơi vào những tranh cãi và biện luận vô ích mà chẳng bao giờ biết ai thắng ai bại. Hãy để cho mình có những địa hạt khác nhau mà đua tranh và kiểm soát, ngõ hầu khỏi dẫm lên chân nhau. Hãy học hỏi để biết tha thứ, và đừng dừng lại nơi các vết thương hoặc đau khổ. Hãy khẳng định phần đóng góp của nhau vào gia đình và xã hội.

Cả hai cùng đều muốn thành công và thực hiện nhiều điều vĩ đại. Hãy biết phục thiện khi thấy người kia đúng. Hãy dùng thời giờ để chậm từ từ lại, để ngắm cảnh xem hoa, nhất là có một buổi tối để lấy lại đà, nếu không thì sẽ giống như 2 đường rầy xe lửa đi song song mà chẳng bao giờ gặp nhau để xét lại nguồn gốc. Hãy học hỏi để khám phá thêm những tâm tình và ước muốn sâu đậm của người kia. Hãy học hỏi để bỏ qua những phiền toái trong quá khứ. Hãy tham dự một khoá tĩnh tâm hôn phối hằng năm.

A.- 2.- vượng máu/nóng giận

Hai người sẽ có rất nhiều cơ hội để dung hoà vui nhộn và sản xuất cũng như làm việc tới nơi tới chốn - nếu cùng làm việc chung. Hai người thông truyền tốt với nhau, lạc quan yêu đời, và sẵn sàng phiêu lưu mạo hiểm. Người thích vui nhộn sẽ giúp người điều khiển học biết cách thư giãn và vui nhộn. Bởi lẽ người nóng giận thường hay căng thẳng, người vượng máu có thể giúp họ học biết cách để nhạy cảm hơn đối với người khác mà được an vui thưởng thức.

Cả hai người sẽ thích phiêu lưu mạo hiểm và thay đổi, những hoạt động tới đâu hay đó. Hãy nhớ kỹ để hai người có thời giờ cho nhau (cho dù theo ý người nóng giận thì không 'sinh ích' gì).

Cả hai cùng phải cố gắng khá nhiều để lắng nghe và tăng trưởng về chiều sâu đối với nhau: người nóng giận bởi lẽ có tính sợ mạc khải chính mình và người vượng máu bởi lẽ thiếu tự kiểm tra - mà hậu quả là 'làm việc' thì nhiều mà 'cùng nhau' thì ít. Người nóng giận có thể bị cám dỗ kiểm soát người vượng máu hay tranh đấu hơn (vì họ chống đối việc kiểm soát) hoặc phê bình chỉ trích, hoặc quên không biết trân quý. Phê bình chỉ trích làm tổn thương người vượng máu thật sâu đậm, cho dù họ cũng rất dễ tha thứ. Người vượng máu không thích phê bình chỉ trích đâu, nhưng họ có thói giữ trong tim những điều mất lòng.

Người nóng giận có thể giúp người vượng máu giữ tròn nhiệm vụ, biết chú ý hơn, phát triển chiều sâu trí thức, và biết biện phân nhiều hơn. Hãy cho phép người vượng máu cơ hội để trở nên trung tâm điểm cho mọi người chú ý và hãy cho họ thật nhiều lời lẽ trân quý. Người vượng máu có thể giúp người nóng giận 'nhẹ mình', học hỏi để thân mật hơn trong liên hệ tình nghĩa, và trở nên linh động hơn, tự nhiên hơn, tích cực hơn, và biết chấp nhận người khác.

A.- 3.- u uẩn/nóng giận

Cả hai cùng tha thiết dấn thân tạo dựng liên hệ tình nghĩa. Hai người liên hệ với nhau tốt đẹp trên bình diện lý tưởng và ý nghĩ. Nhưng đường lối mỗi người làm việc và cách thức hưng phấn lại rất khác nhau. Người nóng giận là người thích hoạt

động làm việc, trong khi người u uẩn cần phải có nhiều thời giờ mới có thể di chuyển và thay đổi. Thỉnh thoảng người u uẩn chậm rãi và thiếu phản ứng ngay, làm cho người nóng giận chán nản bực mình.

Tính người nóng giận thích thực tế và hướng về thành quả có thể làm cho người u uẩn phiền hà chỉ vì họ yêu thích sự thật và công lý. Người nóng giận sẵn sàng uốn nắn quy luật miễn sao đạt được thành quả tốt đẹp hơn trong khi người u uẩn không chịu như vậy. Người u uẩn trân quý an toàn ổn định trong khi người nóng giận lại kỳ thú phiêu lưu mạo hiểm; tuy nhiên cả hai đều có tinh thần trách nhiệm. Cả hai đều giữ trong lòng những điều bị tổn thương thật lâu, nên cần phải học hỏi tha thứ và hãy quên đi. Người nóng giận có thể sổ sàng, trong khi người u uẩn cần phải có thời gian lâu mới nói ra được những ý nghĩ của mình và rất dễ bị tổn thương. Người nóng giận có thể phản ứng giận dữ đối với thái độ của người u uẩn là hay bi quan và phàn nàn, cho như rằng họ thiếu trung hậu và hay phê bình chỉ trích.

Cả hai đều là những người lãnh đạo, và điều cần thiết là cả hai phải biết tương kính về điểm này. Người nóng giận có thể tìm cách chỉ huy trong liên hệ tình nghĩa, với người u uẩn tìm cách kiểm soát một cách tinh tế, đôi khi ngấm ngầm tấn công. Người u uẩn không nên tìm cách rút lui, hoặc phê bình chỉ trích ra mặt hoặc đạo đức nghiêm ngặt, kẻo người nóng giận trở nên chống đối. Người nóng giận cần phải hiểu rằng không mấy ai được phong phú như họ đâu. Người u uẩn khó mà biểu lộ được lòng trân quý của họ, nhưng người u uẩn lại cần rất nhiều trân quý. Người u uẩn cần được giúp

để biết quyết định và khởi đầu thay đổi. Người nóng giận phải học hỏi cho biết lắng nghe.

A.- 4.- lãnh đạm/nóng giận

Đây là một trường hợp điển hình của câu nói *'khác cực thì thu hút'* và cũng là một phối hợp khá thông thường. Người nóng giận được thu hút bởi tính tình an hoà, bình tĩnh và dễ thương của người lãnh đạm, trong khi đó người lãnh đạm được thu hút bởi tính tình đầy nghị lực và tiên phong của người nóng giận. Người lãnh đạm sẽ là người hướng về liên hệ tình nghĩa (cho dù không công khai lộ liễu quá) trong khi người nóng giận thì chỉ lưu tâm đến 'việc làm'. Lúc đầu người lãnh đạm học hỏi để thích thú những hoạt động mới mà người nóng giận giới thiệu, rồi sau này họ có thể giận hờn vì không còn thời giờ nào cho những sáng kiến của riêng họ nữa. Hãy cẩn thận đừng áp đặt quá nhiều hoạt động xã hội hoặc căng thẳng trên người lãnh đạm, vì trong khi người nóng giận hứng khởi thì người lãnh đạm lại mệt nhoài.

Khi mới hẹn hò gặp gỡ lần đầu, có lẽ người nóng giận thích thú vì cảm giác quán xuyến mọi sự; nhưng rồi sau đó tính người lãnh đạm cứ thụ động tự nhiên làm cho người nóng giận bắt đầu khó chịu. Nếu vợ là người nóng giận và chồng là người lãnh đạm, đây là vai trò đảo lộn của người nam người nữ, mà hậu quả là người vợ sẽ đẩy đưa và phê bình chỉ trích (đôi khi khinh thường) để cho người chồng biết 'tiến lên' và cương quyết hơn. Người lãnh đạm phải cố gắng đừng tỏ ra khó chịu khi người nóng giận tranh cãi và kiểm soát, nhưng hãy giúp cho họ học hỏi để thư dãn. Hãy lướt thắng đừng để bị cám dỗ để cho người nóng giận muốn làm chi thì làm.

Người lãnh đạm hãy học hỏi để tiên phong công khai rõ ràng đừng dùng thế thụ động ngấm ngầm để mong được điều mình muốn.

Hãy nhớ rằng người lãnh đạm trong khi bằng lòng theo người nóng giận lãnh đạo, cũng phải phát triển những sở thích của chính mình. Hãy khuyến khích người lãnh đạm qua hưng phấn tích cực và tôn kính. Có một nguy hiểm là chẳng ai chịu chia sẻ thân tình sâu đậm; nên cần phải dành thời giờ để khám phá những tâm tình sâu đậm trong bầu khí an toàn, không phê phán. Hãy ngồi xuống bên nhau trong một bữa ăn an bình và lãng mạn và hãy kiểm điểm những mục đích, ước muốn và tâm tình sâu đậm của nhau với khung cảnh tương kính tôn trọng.

B.- 1.- vượng máu/vượng máu

Laissez les bons temps rouler!
(Hãy cứ để cho thời tốt vận hành!)

Hai người sẽ có rất nhiều vui vẻ bên nhau! Cả hai sẽ thích thú các hoạt động, bạn bè, liên hoan đột xuất và du hí lãng mạn. Người vượng máu thích mời mọc người khác cùng họ vui nhộn, chơi dỡn như đi biển, du ngoạn, cắm trại. Họ trân quý tự do, phiêu lưu mạo hiểm, và hưng phấn.

Tuy nhiên thông thường, liên hệ tình nghĩa giữa hai người vượng máu có tính cách nặng về tình bạn hơn là bạn tình. Khi hai người vượng máu thành hôn, một người phải biết điều khiển gia đình, lo sổ sách chi tiêu. Nhiều việc đột xuất như đi chơi hoặc mua sắm có thể làm thâm thủng ngân sách không chừng. Bởi lẽ người vượng máu thích có bạn bè và các hoạt động bên mình, nên tình nghĩa thân mật giữa vợ chồng sẽ trở nên khó thực hiện hơn. Tình trạng này có thể đưa tới hậu quả là cuộc sống

vội vã, dồn dập, nổi hứng, nên chẳng còn ai còn giờ lo cho con cái nhà cửa nữa. Quá nhiều linh động mà ít kế hoạch tổ chức sẽ đưa đến hậu quả là một gia đình lung tung lộn xộn.

Hãy dành thời giờ để cả hai cùng được linh hướng và trau dồi tâm trí. Đừng để bị chi phối bởi các hoạt động giả tạo hời hợt bên ngoài, bởi lẽ hôn phối không thể chỉ đặt nền tảng trên những 'lúc vui' mà thôi. Khi thời kỳ khó khăn xẩy đến, hãy chuẩn bị với sự nâng đỡ của đời sống thiêng liêng và sự ủng hộ gia đình. Hãy coi chừng sổ sách chi thu!

B.- 2.- u uẩn/vượng máu

Mỗi người đều có một cái thật khác lạ - nhưng lại rất hấp dẫn - đối với người kia: tính người vượng máu lạc quan và thích phiêu lưu mạo hiểm tỏ ra thu hút người u uẩn nặng nề sầu thảm. Rồi người u uẩn cung ứng chiều sâu và tự hướng, nguyên tắc và cố gắng tới nơi cho người vượng máu dễ bay nhẩy. Người vượng máu sẽ giúp cho người u uẩn được lạc quan hơn, mà cảm thấy niềm vui của cuộc sống, còn người u uẩn giúp cho người vượng máu thực hiện những lý tưởng cao vời và có được chiều sâu cần thiết trong tâm hồn.

Hãy biết rằng người phối ngẫu vượng máu không phải là người toàn hảo và không có những lý tưởng thúc đẩy, nhưng lại thích liên hệ tình nghĩa và vui nhộn. Người vượng máu muốn bạn thích thú những gì họ thích thú và vui đùa nhộn nhịp với họ. Truyền thông là điều thật quan trọng đối với người vượng máu, nên xin đừng rút lui. Người u uẩn có thể rút lui vào những suy tư ý nghĩ của mình mà làm cho người vượng máu với tính thích nói phải buồn phiền. Phê bình chỉ trích nhiều quá sẽ làm cho

người vượng máu thường an vui tự nhiên bỗng trở thành người nghi ngờ, do dự và băn khoăn. Người vượng máu cần phải hiểu rằng người u uẩn là người hướng nội, hay suy nghĩ sâu xa, và cần nhiều khoảng trống riêng tư. Xin đừng xô đẩy họ vào các tiệc tùng liên hoan, bạn bè hoặc hoạt động mà bạn thích thú. Hãy học biết cách thoả hiệp. Hãy để cho người u uẩn thật nhiều không gian và thời gian để họ thông truyền các ý tưởng thâm sâu của họ. Hãy cho phép họ thinh lặng hữu ích và sáng tạo.

Người vượng máu có khuynh hướng đùa dỡn, trong khi đó những tâm tình của người u uẩn dễ bị tổn thương. Đừng đùa dỡn với người u uẩn mà mong họ thích thú những câu tếu táo trào phúng của bạn. Đừng quá để ý tới tính tình hay thay đổi của họ, nhất là họ có khuynh hướng hay dừng lại ở các vấn đề này nọ. Người vượng máu có thể giúp hưng phấn làm vui người u uẩn qua cách thức nhẹ nhàng và một chút trào phúng. Thỉnh thoảng người vượng máu cảm thấy bị kẹt vào thế lúc nào cũng phải giữ vai trò giúp vui; mà nếu người vượng máu cũng cần hưng phấn thì sao đây? Nếu bạn là người u uẩn, xin cố gắng đừng trở nên khổ giá cho người phối ngẫu vượng máu. Người vượng máu có thể giúp người u uẩn vượt thoát lên khỏi những thử thách mỗi ngày mà nhìn thấy được niềm vui trong tình nghĩa và cuộc đời.

B.- 3.- lãnh đạm/vượng máu

Cả hai người yêu thích hoà hợp và bình an thư thái, và đặt giá trị thật cao vào những tâm tình tốt đẹp dành cho nhau trong liên hệ tình nghĩa. Người lãnh đạm có tính hướng nội khi diễn tả tâm tình, trong khi người vượng máu lại chỉ thích nói

luyên thuyên. Nhưng cả hai đều không đòi hỏi người kia quá đáng. Điều nguy hiểm là bạn sẽ lướt phớt qua trên mặt - người vượng máu bởi lẽ bạn là người hời hợt nông cạn và dễ bị chia trí, còn người lãnh đạm vì bạn không muốn đất bằng dậy sóng, không muốn gây nên mâu thuẫn hoặc những tâm tình không hay. Có thể thiếu hưng phấn đáng kể để thực hiện những mục đích cao thượng và vĩ đại.

Cả hai đều thích thú tình bạn, nhưng người lãnh đạm không muốn đầu tư nhiều tình cảm và nghị lực vào đó. Hãy để cho người lãnh đạm thời gian và không gian để họ được bình an yên hàn. Hãy giúp người lãnh đạm có những hoạt động và thêm bạn bè; họ rất dễ hợp tác. Qua thời gian, có thể người vượng máu sẽ tố cáo người lãnh đạm là buồn chán, và người lãnh đạm sẽ cảm thấy người vượng máu quá tải và bị lôi kéo vào quá nhiều kinh nghiệm mới. Người lãnh đạm cần phải vươn mình ra mà làm thêm một ít việc đặc biệt với người vượng máu. Những dịp đặc biệt thật là thiết yếu: kỷ niệm, sinh nhật, những chiều tối lãng mạn. Người lãnh đạm không nên rơi vào tình trạng càm ràm hoặc ngồi chơi không sau khi làm việc ở sở về.

Người vượng máu cũng cần phải ý thức rằng tính người lãnh đạm thích yên tĩnh và thiếu biểu lộ tâm tình không có nghĩa là họ thiếu trân quý hoặc tình yêu. Người lãnh đạm có thể cần được cổ võ nhưng xin đừng nài nỉ ỉ eo. Và rồi người lãnh đạm cũng cần phải phát triển thông truyền và những cách thức biểu lộ tâm tình của mình. Giữa hai người thì người vượng máu ít dấn thân cho liên hệ tình nghĩa hơn, trong khi người lãnh đạm rất dấn thân, và có tinh thần trách nhiệm cao, coi trọng việc dấn thân và nhiệm tích hôn phối.

Cả hai cần phải học tập thêm việc đào sâu đời sống thiêng liêng, nhưng mỗi người một cách khác nhau. Người vượng máu (vì là hướng ngoại) thích nhóm hội và thông công hơn, còn người lãnh đạm có khuynh hướng thích đường lối cổ truyền và câu nệ hình thức.

C.- 1.- u uẩn/u uẩn

Hai người liên hệ với nhau qua những từ như chân lý, lý tưởng, công lý, trật tự, không gian, và nguyên tắc. Cả hai đều tìm kiếm những ý tưởng cao vời trong liên hệ tình nghĩa và cố gắng thân tình sâu đậm. Hai người sẽ thực sự dấn thân mạnh mẽ. Hai người đáng tin và tận tâm. Cả hai đều rất nhậy cảm, cho dù thỉnh thoảng cả hai có thể quá mẫn cảm đối với những nhỏ nhặt bên ngoài. Hãy cẩn thận đừng để trở nên thận trọng quá đáng mà lại quay về chính mình, rồi chẳng ai chịu gợi hứng để vui chơi hoặc mạo hiểm.

Hãy học hỏi cách khuyến khích tình bạn hữu hơn là tạo nên nhóm ta thán hoặc chỉ trích với nhau. Hãy cùng nhau học để khỏi đại chúng hoá các ưu tư. Cả hai cùng cần phải có giờ để nói chuyện và biểu lộ những tâm tình sâu đậm nhất của mình - không phải chỉ vì lý tưởng và nguyên tắc, nhưng thực sự lòng mình cảm nghĩ thế nào. Bạn cần phải giúp nhau đi ra, mỗi người hỏi người kia về những ý kiến hoặc lời khuyên. Phải nhớ thường xuyên trân quý lẫn nhau. Cả hai có khuynh hướng do dự không dám xin người kia những gì mình muốn để rồi cuối cùng là rút lui có trật tự. Nên nhớ rằng người phối ngẫu không phải là người đi guốc trong bụng bạn được.

Hãy vượt thắng khuynh hướng của người u uẩn là chỉ phát biểu những tư tưởng chỉ trích trong khi quên khen tặng người khác. Hãy lưu tâm *hy sinh chính mình,* thay vì vơ vét về cho mình. Hãy học hỏi tha thứ qua việc phát triển đời sống nội tâm. Cha mẹ u uẩn có khuynh hướng bênh vực con cái, thận trọng, và chỉ trích, và thích phóng đại tô mầu. Hãy học cách tập trung vào việc xây dựng liên hệ tình nghĩa với con cái hơn là thuyết giảng và ngăm đe.

C.- 2.- lãnh đạm/u uẩn

Cả hai người đều là hướng nội và trân quý những giây phút riêng tư trong đời. Người u uẩn đặt giá trị cao vào tình thân mật (cho dù không nhất thiết là thể lý). Người u uẩn sẽ phân tích liên hệ tình nghĩa, trong khi người lãnh đạm hình như không để ý quan tâm. Người u uẩn sẽ muốn nói về chuyện tình chúng mình, trong khi người lãnh đạm chỉ muốn coi Tivi. Cả hai cần phải học hỏi làm sao để có vui vẻ nhộn nhịp. Hãy đi nhà hàng mà ăn uống và nói chuyện, như vậy sẽ làm vừa lòng người u uẩn muốn thân tình và lãng mạn, trong khi không phải nài nỉ người lãnh đạm. Hôn phối không phải chỉ là nhiệm vụ và nguyên tắc, nhưng cũng là nhu cầu để có những khoảnh khắc vui tươi phóng khoáng.

Cả hai đều là hướng nội và cần phải học hỏi để biểu lộ tâm tình một cách tích cực. Người u uẩn có khuynh hướng chỉ trích và làm lớn chuyện những tai hoạ, nhưng người lãnh đạm không được hưng phấn nên sẽ rút lui. Xin đừng nài nỉ; vì như vậy chỉ tạo nên giận hờn nơi người lãnh đạm thôi. Đừng giảng thuyết, họ sẽ cho bạn đi chơi chỗ khác. Đừng mong đợi người phối ngẫu đi guốc trong bụng bạn. Nếu bạn muốn được tặng hoa, hãy cứ nói thẳng ra.

Người u uẩn cứ nghĩ rằng nếu như người lãnh đạm không biết có gì đang xảy ra trong đầu óc của họ thì họ cũng chẳng cần, nhưng người u uẩn cũng không nhìn nhận công của người lãnh đạm lúc nào cũng 'có mặt ở đó'.

Cả hai tính tình có khuynh hướng lười biếng và có thể cảm thấy ngượng nghịu khi phải khởi đầu những hoạt động xã hội hoặc vui nhộn. Cả hai có thể cảm thấy do dự không dám khởi đầu hoặc biểu lộ những tâm tình và cảm xúc một cách tích cực. Hãy tỏ ra cởi mở thành thật trong việc trân quý nhau. Người u uẩn nên học cách chọn những chiến tuyến quan trọng, và tránh tiêu cực (điều này làm nản chí người lãnh đạm), và chỉ nên nhẹ nhàng từ tốn kiên tâm nhắc khéo người lãnh đạm khi họ không đáp ứng. Hãy hỏi xem họ nghĩ thế nào chứ không thì chẳng bao giờ biết được họ. Hãy khen tặng và nói những lời lẽ trân quý nhiều hơn là bạn nghĩ cần phải có.

D.- 1.- lãnh đạm/lãnh đạm

Đây không phải là trường hợp điển hình phối hợp hôn nhân, ngoại trừ khi ít nhất một trong hai người có một tính phụ khá mạnh. Nhưng nếu cả hai người đều là tính lãnh đạm, bạn sẽ nhận thấy cả hai đều trân quý hợp tác, bình an và hoà hợp. Bạn trân quý thói quen, trật tự và bình thản. Cả hai đều kiên nhẫn và dễ tính. Bạn chịu đựng, chấp nhận những phiền hà, không dừng lại ở những than vãn, và ít khi dính vào việc tranh chấp quyền hành. Bạn đặt giá trị vào việc dấn thân.

Nhưng, bởi lẽ cả hai đều thoải mái, nên bạn có thể cảm thấy khó có một người chịu nhận trách nhiệm đứng đầu. Thảo luận về những đề tài khó (dĩ

nhiên trong hôn phối nào mà trước sau không có vấn đề) sẽ trở nên một phấn đấu, mà bạn muốn tránh né, bởi lẽ cả hai đều nhậy cảm và không muốn mâu thuẫn. Cả hai đều coi mâu thuẫn như là chuyện của chính mình quá mức. Do đó cả hai đều chỉ gián tiếp và có thể không cảm thấy thoải mái để gợi ý, và như vậy thật là buồn. Hãy đặt định chủ đích và đặt thứ tự ưu tiên để cho việc tránh né mâu thuẫn không đưa đến hành động che đậy dấu giếm cho xong. Người tính tình lãnh đạm có khuynh hướng lười biếng và khoan hoãn. Bạn có thể trở nên một đôi vợ chồng buồn chán - gượng ép, không tha thiết tham gia, tránh né mạo hiểm và không ưa thay đổi. Hãy luôn lưu tâm chú ý và giữ vững lập trường. Hãy để ý cách riêng tới cách ăn uống và ngoại hình.

Có lẽ bạn sẽ thích những môi trường có cơ chế, nhưng nhiều nhiệm vụ quá thì hôn phối mất vui. Hãy sắp xếp giờ giấc để mừng những dịp đặc biệt như kỷ niệm, sinh nhật, và đi du hí lãng mạn. Hãy tìm ra những các thức để cởi mở, bộc lộ tâm sự, vui nhộn, và đam mê trong hôn phối của bạn. Một dịp đi xa được tổ chức và dự tính trước có thể là cơ hội ngàn vàng cho bạn. Đừng buồn rầu, hoặc tránh né các trường hợp khó khăn chỉ vì bạn không muốn đối phó.

Chương 6

Tìm hiểu tính tình con cái

"Tình yêu bao gồm việc nhận biết
thiên chức cao trọng của người khác,
và tính cách đặc biệt tuyệt đối của họ."
Giáo hoàng Gioan Phaolô II,
tông thư về gia đình.

"Hỡi các người cha, xin đừng chọc giận con cái, nhưng xin hãy giáo dục chúng trong kỷ luật và giáo huấn của Chúa."
Ep 6: 1-4

"Mỗi đứa trẻ là một con người độc nhất và không thể lặp lại và phải được giáo dục riêng rẽ."
Hội đồng giáo hoàng về gia đình.

Một người mẹ khôn ngoan đã nói: “Khi nào mà bạn cảm thấy muốn đến mức muốn la (quát tháo) con cái, bạn nên biết rằng bạn đã mất quân bình rồi.” Tuy nhiên, thử hỏi đã có biết bao nhiêu lần chúng ta la mắng, nài nỉ, đe doạ, và van xin kể cả chửi rủa để con cái nghe theo lời chúng ta nữa? Thỉnh thoảng hình như chúng ta coi việc làm cha mẹ như một việc chẳng đặng đừng không thể tránh được, hoặc một trận chiến toàn diện - đầy đủ lễ bộ với mưu mô chiến thuật, lừa gạt kẻ thù, và bắt tội tù nhân.

Dĩ nhiên điều chúng ta muốn là làm sao con cái phải *muốn* điều hay lẽ phải, vì mến Chúa yêu người. Chúng ta biết rằng một ngày nào đó chúng nó cũng sẽ tự lập, không có cha mẹ hướng dẫn, và chúng ta hy vọng chúng ta sẽ giáo dục chúng nên những con người Kitô hữu trưởng thành, dễ thương, và quảng đại.

Câu nói *‘ân điển được xây dựng trên tự nhiên’* đúng một cách đặc biệt trong việc giáo dục dạy dỗ con cái. Giáo hoàng Gioan Phaolô II viết trong *Lá thư gửi cho các gia đình*: *“Trong kế hoạch của Thượng Đế, gia đình là trường học đầu tiên để trở nên người qua nhiều cách thức.”*

Với tính cách làm cha mẹ, chúng ta cung ứng cho con cái không phải chỉ những nhu cầu vật chất, nhưng cả việc huấn luyện giáo dục để chúng trở nên con người Kitô hữu trưởng thành. Trong khung cảnh gia đình, con cái được huấn luyện nhân cách và tâm trí.

Tuy thế cũng không biết bao nhiêu lần, việc ngạc nhiên thích thú và vẻ đẹp - cùng với khía cạnh mạo hiểm - của địa vị theo nhiệm tích làm cha mẹ bị

lu mờ vì nhu cầu phải quán xuyến những lộn xộn. Chúng ta cảm thấy phải chạy như ngựa từ nhà trường đến các hoạt động bên ngoài, rồi đi chợ mua sắm và trả nợ, làm việc trong nhà ngoài sân, và phải đối phó với hàng ngàn thứ việc khác nhau của cuộc sống bon chen. Thỉnh thoảng chúng ta bị kẹt trong thế phải làm những việc 'khẩn cấp' mà quên đi những gì 'cần thiết'.

Một người mẹ u uẩn kể cho tôi câu chuyện sau đây. Bà vừa dọn dẹp nhà cửa xong sạch sẽ đâu vào đó, thì đứa con trai lớn chạy xông vào nhà sau một trận chơi đá bóng - giầy còn đầy bùn lấm. Lập tức bà mắng nó: "Hãy coi xem mày đã làm gì cho cái sàn nhà tao vừa lau sạch!" Bà nhìn thấy ánh sáng vụt tắt khỏi khoé mắt nó, hai vai nó chùng xuống, và không còn niềm vui nào trên khuôn mặt của nó nữa. Nó bực mình chạy ra ngoài và lẩm bẩm rằng bà không thèm nghe biết nó mới thắng một bàn lần đầu tiên trong mùa chơi.

Cần phải có nhiều thời giờ để thuyên chữa liên hệ tình nghĩa giữa hai mẹ con hơn là để dọn sạch phòng. Niềm vui mà nó cảm thấy lúc đó để chia sẻ với mẹ sẽ khó mà trở về với tình trạng nguyên thuỷ.

Việc tìm hiểu các loại tính tình giúp cho người mẹ nhìn nhận rằng cách phản ứng tốt hơn là bà phải tự cầm hãm mình một cách tế nhị, cứ để cho đứa con vượng máu hăng tiết vịt đột phá với tin tức sốt dẻo, và bà phải dẹp bỏ đi cơn hối thúc chỉ để ý đến chi tiết không vừa lòng, tất cả vì một cái gì to lớn hơn cao đẹp hơn.

Có nhiều sách vở về cách dạy con, cũng như nhiều lời khuyên nhủ đó đây từ các vị giáo sĩ, nhà giáo dục, và người quen thân, nhưng chưa chắc đã chuẩn bị chúng ta đầy đủ trong nhiệm vụ làm cha

mẹ khi va chạm với thực tế và tầm cỡ bao la của vấn đề. Ân sủng từ nhiệm tích hôn phối và thành quả của lời cầu nguyện hằng ngày sẽ giúp chúng ta vui mừng ôm lấy nhiệm vụ vĩ đại này. Nhưng cũng không phải là vô ích nếu có ít dụng cụ trong hộp đựng đồ nghề làm cha mẹ.

Một trong các dụng cụ tốt nhất là tìm hiểu tính tình của con cái. Đây là chìa khoá hiểu cá tính của nó, và nhờ đó chúng ta biết cách để hưng phấn nó, để trân quý nó, đừng để cho nó lèo lái chúng ta, - nói tóm lại là làm sao để chứng tỏ chúng ta yêu thương nó qua cách thức khuyến khích và hưng phấn nó để giúp nó trở nên gần Chúa hơn.

Nhờ hiểu biết tính tình của con cái và trân quý những khác biệt, chúng ta giúp huấn luyện và dạy dỗ chúng trong bầu khí yêu thương và tôn trọng tính tình khác biệt của mỗi đứa, như vậy là tạo nên một mái ấm gia đình giúp cho mỗi cá nhân được 'trọn vẹn tìm thấy chính mình' trong ân huệ thực sự của chính mình.

6. 1.

.

Như bạn sẽ thấy chúng tôi chủ trương rất mạnh mẽ rằng cha mẹ phải phủ đầy con cái - thuộc mọi loại tính tình - với *lưu tâm, tâm tình quý mến, những lời khẳng định, và chấp thuận (attention, affection, affirmation, approval).* Giáo hoàng Gioan Phaolô II bảo chúng ta rằng bầu khí gia đình phải là bầu khí *chấp nhận, yêu thương và quý trọng.* Trong bầu khí như vậy, con cái sẽ tiếp thu và có thể học hỏi nhân đức, và chúng sẽ triển nở trong cơ chế mà chúng ta đã cung ứng cho chúng.

Chúng tôi không chủ trương một triết lý chiều chuộng thả lỏng hoặc 'tự trọng' (self esteem) phóng

đại. Nếu chấp nhận không điều kiện trong khi không có một cơ chế nào hoặc không có kiểm soát nào từ phía cha mẹ, sẽ chỉ đưa đến tình trạng lộn xộn và bất ổn luân lý. Con cái lớn lên mà thiếu cơ chế tổ chức thường trở nên ưu tư lo lắng và dễ bị ảnh hưởng xã hội, hoặc đóng vai trò làm cha làm mẹ không đúng cách trong liên hệ xã hội.

Tuy nhiên, như Hội đồng giáo hoàng về gia đình nhấn mạnh: *"bầu khí tâm tình ngự trị trong gia đình phải là yếu tố quyết định."* Lưu tâm chú ý, tâm tình quý mến và chấp thuận sẽ tạo nên bầu khí tích cực này là chấp nhận, yêu thương và quý trọng. Bầu khí này nhìn nhận con cái có phẩm giá tự bẩm sinh và có tự do cá nhân, như vậy nuôi dưỡng lòng tương kính và trân quý, để rồi giúp cho chúng lớn lên trong nhân đức và hy sinh. Trong bối cảnh như vậy, con cái sẽ dễ thực hiện tự do là chọn những gì tốt *thực sự*. Chúng sẽ khó mà thực hiện tự do sai lầm qua chống đối. Chúng cũng sẽ khó mà đi tìm bạn bè vô lối để được khẳng định qua những tâm tình quý mến, yêu thương và quý trọng giả tạo.

6. 2.
Làm việc với tình tình của con cái

Khi nào bạn hiểu được các loại tính tình rồi, bạn sẽ có thể làm việc với tính tình con cái của bạn, và như thế bạn có thể hướng dẫn nó đi theo đường ngay nẻo chính. Chẳng hạn như bạn có thể hướng dẫn đứa con u uẩn có khuynh hướng suy tư đi vào văn chương, nghệ thuật hoặc âm nhạc. Hãy hướng dẫn đứa con nóng giận vào vai trò lãnh đạo - cho một tổ chức cao thượng và tốt lành. Hãy cho phép đứa con vượng máu vui tươi nhí nhảnh đem vui cho

đời. Hãy khuyến khích đứa con lãnh đạm đem tài ngoại giao dễ chịu vào ban đại diện.

Ngoài việc cho chúng ta chìa khoá để hưng phấn con cái, việc hiểu biết các loại tính tình còn giúp chúng ta tránh được các vấp ngã trong việc làm cha mẹ và cho chúng ta được nhìn thấy ít ánh sáng trong những vấn đề mà chúng phải đối phó. Chẳng hạn như bạn có thể thận trọng trong việc phê bình chỉ trích trực tiếp đứa con lãnh đạm hoặc u uẩn bởi lẽ bạn biết rằng làm như thế, chúng sẽ rút lui và trở thành khó tính để rồi chúng không chịu nghe lời hoặc đi theo. Bạn có thể để ý cho đứa con lãnh đạm được có những cơ hội dần dà mà khởi đầu các hoạt động và mạc khải những gì xẩy ra trong nội tâm. Bạn cũng sẽ biết cách để cầm hãm không kiểm soát những lãnh vực của đời sống đứa con nóng giận, và đồng thời hướng dẫn ý chí nó vào những thách đố xây dựng, lành mạnh. Bạn cũng sẽ muốn hướng dẫn hứng khởi của đứa con vượng máu vào đức tính kiên nhẫn và kiên trì trong những địa hạt quan trọng trong cuộc sống của nó.

Chúng tôi đã thảo luận về các loại tính tình một cách dễ dàng để bạn có thể hiểu rõ. Bây giờ chúng tôi sẽ đề cao một ít điểm chính của mỗi loại tính tình nơi con cái. Cuối cùng chúng tôi sẽ đề nghị một đường lối để hiểu rõ hơn những liên kết tính tình của cha mẹ với con cái.

những tâm niệm cha mẹ nên thách đố con cái:

đứa con nóng giận:

"Lòng tự trọng của tôi đặt nền tảng vào những gì tôi chu toàn. Ngoài các dự án của tôi, tôi không còn lòng tự tin nào nữa."

đứa con u uẩn:

"Lòng tự tin của tôi được đặt nền tảng vào việc đạt được những kỳ vọng cao xa của tôi; tự nghi ngờ có nghĩa là tôi khiêm nhường."

đứa con vượng máu:

"Chắc là tôi đàng hoàng lắm: nhiều người thích tôi mà; lòng tự trọng của tôi là tuỳ như bạn nghĩ về tôi thế nào; tôi sẵn sàng thích nghi với nhóm."

đứa con lãnh đạm:

"Tôi sẵn sàng bỏ qua các ước muốn của tôi/ở riêng một mình/mất hạnh phúc còn hơn là sống giữa các mâu thuẫn."

6. 3.
đứa con nóng giận

a.- "động cơ nổ"

Phòng ăn đầy những bút chì tô mầu, keo dán, giấy đủ loại rồi sàn nhà cũng đầy những mảnh giấy vụn và những hột mầu sắc. Gia đình chúng tôi sửa soạn ăn cơm.

Tôi hét lên: "Hãy coi xem đống bề bộn mấy đứa làm kìa!"
Con Linh nói: "Đâu có phải tại con!" Tôi phải gọi nó lại và chỉ cho nó thấy các chứng tích rõ ràng còn đó. Các anh chị em nó lấy làm lạ tại sao nó lại bướng bỉnh không chịu nhìn nhận sự thật tỏ tường như vậy. Cuối cùng nó miễn cưỡng nhận: "À mà con đang làm mấy tấm thiệp, đâu có ngờ là bề bộn như vậy."

Đúng như loại tính tình nóng giận, đứa con là một lãnh tụ và chứa chất thật nhiều tham vọng: ý chí cương quyết, dứt khoát, và học hỏi mau lẹ. Không những nó muốn chơi trong đội, mà nó muốn tiên phong đạt được nhiều điểm, và giờ phút chót phải giật giải thắng. Bởi lẽ nó có khả năng để tâm vào ý chí và rất thích đạt mục đích, nó có khuynh hướng làm thật hay những gì nó thích. Nó cảm thấy thoải mái biểu lộ tâm tình và rất khá về điểm này.

Mặt trái của loại tính tình này là nó có thể không kiên nhẫn, hay cãi cọ, bướng bỉnh, phá bĩnh, nóng tính mau lẹ, và đôi khi thiếu cảm thông - nhất là khi mọi việc không thuận buồm xuôi gió như ý nó muốn. Bạn phải thuyết phục cho nó biết rằng có những việc nó nhìn thấy không thú vị lại là những việc quan trọng mà nó phải lưu tâm như: dọn phòng bè sạch sẽ, tập đàn luyện giọng, học toán, phải quan tâm tới tâm tình ý nghĩ của người khác, hoặc cầu nguyện hằng ngày.

Chúng tôi nhìn nhận rằng đứa con gái út của chúng tôi với những cuộn tóc phập phồng và những con mắt nâu, cũng giống mẹ của nó là một người nóng giận, khi chúng tôi khám phá ra rằng nó không bao giờ nhận lỗi khi làm điều gì sai, cho dù đầy đủ chứng cớ đàng hoàng. Người nóng giận hầu như không thể nói những lời: "Vâng, bạn đúng, tôi sai". Khi họ không được phép nói những câu như: "Tôi không muốn nói về chuyện đó nữa" hoặc không được phép bịt tai lại mà phải xin lỗi, đứa con nóng giận sẽ thử dùng một câu dễ thương nửa vời như "Tôi (con) đoán có lẽ *bạn (ba/má)* nghĩ rằng *bạn (ba/má)* đúng" hoặc "Tôi thực sự không muốn làm phiền lòng bạn đâu", hoặc "Tôi không có ý như vậy."

'Không đâu', 'Có mà' là những câu tranh cãi kéo dài vô tận cho đến khi có người - chắc chắn

không phải là người nóng giận - bỏ cuộc; có lẽ người lãnh đạm sẽ để cho người nóng giận được như ý, hoặc người vượng máu giơ tay đầu hàng vì chán quá. Đôi khi người u uẩn sẽ chạy trốn khỏi để về phòng nghiền ngẫm suy nghĩ, sau khi tuyên bố một câu phản kháng khốc liệt. Tranh dành quyền bính thường xẩy ra với những người nóng giận, bởi lẽ họ có ý chí tập trung hơn (chưa hẳn đã mạnh mẽ hơn). Tuy thế tranh dành quyền bính không bao giờ là không thể tránh được - ngay cả đối với trẻ em và thiếu nhi. Bởi lẽ người nóng giận trân quý trách nhiệm thực sự, bạn có thể khuyến khích đứa con nóng giận tham dự một phần vào *giải pháp*. Hãy tham khảo ý kiến của nó về cách thức giải quyết vấn đề hiện thời, và cho nó biết bạn sẽ cân nhắc những đóng góp của nó - cho dù bạn là người quyết định cuối cùng. Hãy giải thích các lý do của bạn, khuyến khích nó cộng tác và rồi mọi sự sẽ đến.

Đứa con nóng giận thích tranh cãi và thảo luận. Xin đừng coi đây như chuyện cá nhân. Điều này không nhất thiết là dấu chỉ bất kính hoặc cố ý khiêu khích. Nhất là khi con cái vào tuổi choai choai - và đang còn phát triển tài năng phân tích, phê bình và biện phân - chúng có thể vô tình nhận một lập trường đi ngược lại với quan điểm của bạn *chỉ vì muốn tranh cãi.* Nếu phản ứng lại bằng cách trừng phạt, bạn chỉ làm cho thái độ chống đối thêm kiên vững. Hãy nói cho đứa con nóng giận rằng bao lâu nó biểu lộ lối biện hộ của nó với giọng điệu kính trọng, bạn sẽ sẵn sàng lắng nghe - cho dù khi bạn không đồng ý. Nguyên sự việc bạn sẵn sàng lắng nghe nó biện hộ cũng đã nói lên rằng bạn chấp nhận lập trường của nó. Là cha mẹ, bạn luôn luôn giữ quyền quyết định tối hậu trong mọi sự. Tuy nhiên khi bạn cho phép thảo luận các ý nghĩ, và tôn

trọng lắng nghe ý kiến của nó, cho dù bạn không đồng ý, cuối cùng nó sẽ quay sang một đề tài khác để tranh luận và ít khi leo thang bất đồng để đôi co hoặc tranh dành quyền bính. Ngay cả khi cha mẹ nhận thấy các quan điểm của con cái là trẻ con hoặc dại khờ, xin hãy lắng tai mà nghe với hai tai cảm thông và khuyến khích chúng suy nghĩ thêm. Nhưng xin cha mẹ đừng bao giờ dùng kiểu chế nhạo để cho biết ý kiến của chúng là sai.

Những người nóng giận trẻ tuổi thích thú cãi vã cũng y như thể mấy chú chó con chơi trò tìm kiếm. Đây là trò chơi thể thao hơn là mưu mô để lạm dụng quyền bính. Tuổi trẻ muốn nghe những lý do hữu lý được suy nghĩ chắc chắn đối với những gì bạn muốn chúng tin hoặc làm. Người nóng giận có ý chí cương quyết và đây là một trong những điểm mạnh hay tự nhiên của họ; cha mẹ không bao giờ nên cố gắng 'phá vỡ', nhưng nên hướng dẫn thích hợp. Con cái của chúng ta cần ý chí hùng mạnh để theo đuổi con đường chính trực trước những thách đố lớn từ bạn bè tiêu cực và xã hội hiện thời. Đừng nhục mạ trí óc của chúng. Nỗi bất công, những hình phạt thể xác hoặc chỉ dựa vào cảm xúc và vô lý, hoặc những quyết định không được giải thích lý do đàng hoàng, sẽ làm người trẻ nóng giận bớt lòng kính trọng đối với bạn. Hãy dạy cho chúng sự khác biệt giữa một cuộc thảo luận đàng hoàng và một cuộc cãi vã. Hãy lắng nghe lý lẽ của chúng và xin chúng hãy nghe lý lẽ của bạn.

Đứa con nóng giận sẽ được thuyết phục bởi những lý lẽ vững chắc hơn là những lệnh truyền cứng cỏi mà hậu quả là làm cho chúng cứng đầu cứng cổ mà chống đối. Câu nói "Tao đã nói" không đủ; lúc nào cũng cần phải có lý lẽ. "Tao đâu có cần phải giải thích gì nữa vì tao là cha/mẹ" là những lời

cha mẹ thường nói với đứa con nóng giận. Tuy nhiên khi chúng ta cho chúng biết lý do, chúng ta chỉ trả một giá quá nhỏ để dùi mài trí tuệ chúng và dạy cho chúng biết thảo luận đàng hoàng. Ngoài ra, không phải vì bạn lắng nghe chúng tranh luận mà bạn đã từ chức quyền làm cha mẹ với quyết định cuối cùng.

Hãy cố gắng từ tốn nhìn nhận sự kiện này là đứa con nóng giận thực sự đau khổ khi phải nhận mình sai lỗi. Hãy giúp nó giữ thể diện, trong khi từ từ dạy nó nhân đức khiêm nhường. Hãy nhắc nhở nó nhớ lại tất cả những lần khác mà nó đã đúng y chang; hẳn đây là lần đầu tiên nó sai lỗi. Hãy duy trì óc trào phúng khôi hài. Nên nhớ rằng biết đâu đứa trẻ này mai sau sẽ trở nên một luật sư có thể giúp bạn trong tuổi già. Hãy nhắc nhở cho chính mình bạn nhớ rằng khả năng nói *'không'* và suy nghĩ chín chắn sẽ trở nên lợi thế cho nó lớn lên vào tuổi choai choai phải đối phó với cám dỗ 'đi theo bạn bè' để ăn uống vui chơi và nghiện ngập. Một khi đứa trẻ nóng giận dấn thân vào một hoạt động, nó sẽ nhất định thi hành cho được kế hoạch; và nếu nó có ý chí mạnh mẽ để làm việc thiện, nó sẽ trở nên lãnh tụ của các bạn bè nó và một quán quân về chân lý.

b. - cộng tác, thách đố

Đứa con nóng giận cần phải được thách đố một cách nâng đỡ để tìm được hưng phấn. Nếu bạn thấy khó làm hưng phấn đứa trẻ nóng giận, hãy thử cho nó một thách đố: *Con làm việc thật nhanh ghê! Bây giờ con thử xem có dọn phòng bè đàng hoàng dưới 10 phút không nhé!* Nơi học đường, đứa trẻ nóng giận cần phải được thách đố bởi giáo chức nó kính trọng. Có lẽ nó muốn thực hiện nhiều điều thật

lớn và muốn khám phá nhiều lãnh vực để phát triển tài năng. Hãy làm việc với nó để chọn lựa những hoạt động và công trình tốt nhất. Bao lâu nó còn ở trong tiến trình, nó sẽ cảm thấy nó đang 'kiểm soát' và sẽ học hỏi từ nơi bạn để có quyết định tốt đẹp.

Nếu bạn có đứa con nóng giận, xin đừng để cho nó mất cơ hội thi đua, thách đố, thảo luận, lãnh đạo, hoặc những cách thức cho nó gồng mình lên, cho dù những sự việc này không làm cho bạn cảm thấy thích thú, nếu không thì nó sẽ cảm thấy buồn chán và nản chí. Điều thiết yếu là bạn hãy nhìn nhận nhu cầu của đứa trẻ nóng giận là phải được tự lập. Nếu cha mẹ không để cho đứa con nóng giận tiên phong và kiểm soát, nó có thể tìm kiếm những cách thế biết đâu phương hại khác để kiểm soát. Người nóng giận cần có những tình trạng lành mạnh, nâng cao, ý nghĩa để thi thố đức tính lãnh đạo. Giả vờ thôi không đủ.

Thực ra tiềm ẩn trong vấn đề này là nhu cầu chính đáng của mỗi người cần phải cảm thấy được tự do - tự do lựa chọn những gì là phải là đúng. Khi cha mẹ muốn hoàn toàn kiểm soát mọi khía cạnh của con cái (kể cả tâm tình ý nghĩ), cha mẹ đã liều mình coi 'tự do' như lá bài để thương lượng mặc cả; khi không được cơ hội chính đáng để biểu lộ, tự do sẽ được biểu lộ cách không đàng hoàng. Chúng ta thấy có những bạn trẻ choai choai bỏ nhà ra đi, nhuộm tóc mầu kỳ cục, hoặc chọn bạn bè xấu, chỉ để chứng tỏ chúng có tự do (sai lầm).

c.- giáo dục về tự do

Mỗi đứa trẻ cần phải lớn lên từ từ để biết tự làm chủ mình và trở thành một cá nhân: đây là những khía cạnh nền tảng của việc con người phát

triển và biểu lộ một món quà tốt đẹp Thượng Đế đã ban: tự do. Tự do có nghĩa là mỗi người có quyền tạo dựng cuộc đời của mình. Tự do của con người là sức mạnh giúp tăng trưởng, phát triển và thăng tiến trưởng thành trong chân thiện mỹ. Cha mẹ áp đảo và khống chế không bao giờ đem lại kết quả tốt đẹp, mà trái lại chỉ là tai hại, cách riêng với đứa con nóng giận là đứa cần phải có những địa hạt mà nó có thể thực hiện nhu cầu cá nhân kiểm soát chính đáng. Đứa con nóng giận sẽ phản ứng tiêu cực một cách đặc biệt đối với quyền bính áp đảo khống chế quá đáng, nhất là khi thiếu khẳng định. Nó sẽ dễ chống đối - công khai hoặc ngấm ngầm. Cha mẹ uy quyền (không phải độc quyền) sẽ cung ứng trật tự và cơ chế trong bầu khí tích cực và nâng đỡ. Cha mẹ độc quyền và áp chế có khuynh hướng gây nên chống đối hoặc lệ thuộc - cả hai đều là điều không nên để xảy ra. Chống đối là một hình thức sử dụng tự do sai lầm (vì tự do đích thực là lựa chọn điều tốt), và lệ thuộc là phủ nhận phẩm giá và tự do cá nhân.

Cảm thông, nhu mì và tha thứ là những nhân đức then chốt để dạy đứa con nóng giận. Đứa trẻ nóng giận là lãnh tụ tự nhiên, nhưng nó cần bạn giúp nó học hỏi những tinh tế của liên hệ tình nghĩa giữa người với người. Nó cần phải học hỏi để cho người khác, cho đứa trẻ khác suy tư thấu đáo hơn được dịp nói. Nó cần phải học hỏi để đừng cắt ngang người khác cũng như đừng nói thay ai khác. Hãy dạy cho đứa con nóng giận sự khôn ngoan phải biết chờ đợi - có thể là ngày này qua ngày khác - trước khi trả đũa khi nó tin rằng nó bị người ta chơi xấu. Không phải việc quấy nào cũng cần phải trả thù. Không phải ý kiến nào cũng cần phải được biểu lộ. Hãy giúp cho đứa con nóng giận biết trân quý

mầu nhiệm và chiều sâu của những người khác - và của chính mình nữa. Có thể là bạn phải cổ vũ một chút: *Ba/má hiểu điều con muốn nói. Con cảm thấy gì trong người khi việc đó xẩy ra? Con nghĩ rằng người khác cảm thấy thế nào khi con nói như thế?*

Những bài học như thế sẽ giúp đứa con nóng giận học hỏi giá trị về thế giới nội tâm của liên hệ tình nghĩa, mà không cần thiết phải tạo nên thêm kẻ thù.

Đứa con nóng giận cũng cần phải phát triển lên trong cảm thông. Hãy giúp nó học hỏi để đặt mình vào địa vị người khác: *Không phải là dễ mà làm đầu đội bóng đâu. Nếu con tỏ cho những bạn đồng đội rằng con hiểu tình trạng của chúng, chúng nó sẽ dễ lắng nghe con*. Hãy khuyến khích nó dấn thân làm việc thiêng liêng hoặc bác ái như 'thương linh hồn 7 mối, thương xác 7 mối'. Người nóng giận thích dạy kèm thật nhiều: như vậy việc này cho phép nó dùng trí óc thực tế của nó và 'lãnh nhận trách nhiệm', mà cũng giúp nó phát triển lên trong cảm thông và đồng cảm. Hãy khuyến khích đứa con nóng giận học hỏi để biểu lộ tâm tình ý nghĩ, để cơn nóng giận và hờn dỗi không tích tụ lớn lên. Nhưng hãy cẩn thận đừng xô đẩy nó quá mức nó cảm thấy là thích hợp, bởi lẽ người nóng giận có khuynh hướng ngại chia sẻ những tâm tư thầm kín, cho dù người hướng ngoại có thể biểu lộ những ý kiến. Làm thế nào để bạn khuyến khích đứa con nóng giận khám phá những tâm tư thầm kín? Hãy lắng nghe với lòng trân quý ấm cúng khi nó chia sẻ một giây phút thân tình. Hãy tỏ lòng trân quý đối với *con người cá tính của nó* chứ không phải chỉ vì điều nó nghĩ hoặc làm được.

Anh chị em và bạn bè thật là quan trọng đối với đứa con nóng giận. Hãy cẩn thận khi đứa con

nóng giận phàn nàn rằng nó bị chơi xấu. Hãy tìm cách biện phân cả 2 khía cạnh của câu chuyện, bởi lẽ đứa con nóng giận khéo trình bầy và biện hộ cho khía cạnh *của nó*, nhưng lại có thể không hiểu trọn vẹn cảm nghĩ của người phía bên kia. Những đứa trẻ nóng giận có khuynh hướng kiểm soát bất cứ trò chơi nào, và chúng thường qua mặt mấy đứa lãnh đạm, nhưng khi đứa khác có ý chí mạnh mẽ thì sẽ có va chạm. Chúng cũng có thể giữ lòng ác cảm và tiếp tục có ác ý với những cái nhìn lạnh lùng và nhún vai nhún mình, sau khi mấy đứa trẻ khác đã quên hẳn câu chuyện.

Nếu bạn trở nên chán chường với đứa con nóng giận có ý chí mạnh mẽ, thỉnh thoảng cũng nên nhắc nhở lòng mình rằng không nên dây mình vào việc tranh dành quyền bính lần nữa, dù đứa con không chịu làm *những gì bạn muốn*. Mục đích cuối cùng không phải là cho được những gì bạn muốn, mà làm sao để giúp con cái làm những gì *Chúa muốn*.

Cha mẹ cần phải phát triển nhân đức kiên nhẫn, bởi lẽ chúng ta không thể nhìn thấy kết quả của những cố gắng của chính chúng ta cũng như của con cái chúng ta ngay được trong thời hạn ngắn. Nếu chúng ta nhìn nhận rằng không phải là vấn đề thực hiện được những gì chúng ta muốn cho bằng cung ứng những gì giúp cho con cái chúng ta làm những gì Chúa muốn, chúng ta sẽ dễ kiên nhẫn hơn.

d.- hướng dẫn đứa con nóng giận về với Đức Kitô

Khi Lan, vợ tôi, còn đang học trường trung học, cha mẹ của nàng đã thật khôn ngoan và thận

trọng tránh xa được một điều có thể tai hại tâm linh - theo một cách thức thích hợp với tính tình nóng giận của nàng. Một người bạn tốt của nàng đã mời nàng dự một buổi tối vui chơi với nhóm trẻ đạo Mặc-môn - chỉ để vui chơi thôi. Nhưng rồi một tối trở thành 2 tối, và mỗi tối tiếp theo lại trở nên tập trung hơn vào tín ngưỡng cho đến khi tới cao điểm sau nhiều tuần lễ là người ta đòi hỏi nàng thẳng thừng rằng nàng phải biện phân xem nàng có 'được mời gọi' để theo đạo của họ không. Họ bảo nàng rằng nếu nàng là 'một người tìm kiếm chân lý thành thực', nàng nên đọc một đoạn của sách Mặc-môn, rồi chính Đức Thánh Linh sẽ thuyết phục nàng qua một dấu chỉ trực tiếp về chân lý của đạo. Khi nàng nói với cha mẹ về điều này, các ngài không phản ứng một cách bối rối, không cấm nàng gặp gỡ bạn bè, hoặc vất bỏ sách Mặc-môn vào thùng rác, hoặc thuyết giảng cho nàng. Thay vào đó, các ngài làm hẹn với linh mục công giáo để nàng có thể nói chuyện trực tiếp với cha. Cha cung cấp nhiều lý lẽ và lịch sử về giáo hội Mặc-môn, và nàng đã quyết định không muốn giao thiệp với nhóm trẻ Mặc-môn nữa. Cho đến ngày nay, khi có những người truyền đạo Mặc-môn tới cửa, nàng có thể nói sự thật cho họ nghe rằng nàng đã đọc đoạn sách Mặc-môn và chính Chúa Thánh Linh đã thuyết phục cho nàng biết đạo đó là sai.

Cha mẹ của Lan đã chứng tỏ cách thức tuyệt hảo để dạy dỗ đứa con nóng giận. Các ngài nâng đỡ nàng đi tìm hiểu chân lý, kìm hãm không nổi hứng tình cảm bất tử, và kêu gọi khía cạnh lý sự của nàng bằng cách gợi ý để nàng có dịp nói chuyện với giáo quyền một cách trưởng thành. Cha xứ đó lại là một người uy quyền, lý luận và cuối cùng là chinh phục.

Trong thế giới tâm linh, bạn cần để cho đứa con nóng giận được thách đố bởi các vị lãnh tụ và giáo chức chính thức là những người có thể đưa ra các lý lẽ giải nghĩa đức tin cũng như hưng phấn hoạt động truyền giáo. Đứa con nóng giận sẽ là người đầu tiên nhận ra thế nào là giả tạo và khi nào thiếu cương quyết trí thức. Nó sẽ trân quý cơ hội tốt được thảo luận thần học và sẽ bênh vực đức tin của nó với trí thông minh. Nó sẽ cần phải tin rằng đức tin có ý nghĩa và được có đường lối để dùng những năng khiếu lãnh đạo của nó trong Hội Thánh. Đương nhiên nó sẽ thích các công việc hộ giáo và truyền giáo. Nhưng có thể bạn cần phải giúp nó phát triển tình nghĩa thân mật với Đức Kitô.

Tình nghĩa thân mật với Đức Kitô là một điều thiết yếu cho người nóng giận, để bảo vệ đức tin nơi Chúa và để phục vụ Chúa. Trong thí dụ trên, Lan, vợ tôi, khi còn trẻ tuổi choai choai đã dễ bị thu hút bởi những bạn bè, bởi mạc khải riêng tư do Đức Thánh Linh, và một thách đố tâm linh. Cha xứ đã cống hiến sự lưu tâm cá nhân đặc biệt, những lý lẽ vững chắc và một thách đố lớn hơn (để tìm ra chân lý). Trong vấn đề huấn luyện lương tâm, người nóng giận sẽ kính trọng việc phát triển lý trí phù hợp với ý Chúa.

e.- những điều nên và không nên đối với đứa con nóng giận

1.- NÊN:

- công nhận những công trình và đóng góp của nó
- cho nó cơ hội để tranh đua và thảo luận
- cho nó những lý lẽ tốt của việc mà bạn muốn nó làm

- hãy chọn chiến tuyến
(nếu không, bạn sẽ tranh cãi suốt)
- giúp nó phát triển lòng cảm thông, xã giao lịch sự và biết lắng nghe trước khi nói.

2.- KHÔNG NÊN:
- phạt nó vì tranh cãi
- dẹp bỏ tranh đua và sáng kiến
- kiểm soát mọi sự trong đời nó
- cố gắng phá vỡ ý chí của nó
- coi những tranh cãi của nó quá cá nhân - trừ khi nó tỏ ra thiếu kính trọng.

6. 4.
đứa con u uẩn

6. 4. 1.
đứa con mơ mộng

Trong mỗi lớp mẫu giáo thế nào cũng có một học sinh chỉ thích chơi một mình, có đôi mắt thật mơ màng, một nàng tiên yểu điệu, không bao giờ ồn ào, ít khi nhìn thẳng vào mặt giáo viên (nhất là khi giáo viên thuộc loại hò hét ủng hộ). Nếu giáo viên đọc truyện, nó có thể dồn cả hai tai để yên lặng lắng nghe cả tiếng đồng hồ không sao.

Nếu bạn có đứa con u uẩn, bạn được diễm phúc có đứa con mơ mộng tinh tế, tâm linh, và thường sáng tạo cao xa. Đứa con này cần được khuyến khích một cách hoà nhã để biểu lộ và vươn mình ra, và để phát triển đời sống nội tâm.

Đứa con u uẩn có thể hình như không hoàn toàn 'theo kịp', nhưng đó là vì tính quy nội sâu xa của nó mà không phải lo lắng gì cả (nỗi lo lắng thường do cha mẹ vượng máu hoặc nóng giận). Không biết số

ngày chơi bao nhiêu cho đủ để giúp được: đây không phải là nó thiếu khả năng xã giao, bởi lẽ nó thích thú bạn bè của nó nhiều lắm; đúng ra đây là một biểu lộ của bản tính suy tư, thận trọng và nội tâm.

Đứa trẻ u uẩn phản ứng chậm rãi, nhưng khi có thì lại có cường độ mạnh mẽ và trường độ dài lâu. Lúc đầu, nó có vẻ như không có phản ứng gì cả, nhưng đến lúc nhận ra được phản ứng của nó, thì phản ứng đó đã trở nên sâu đậm và hầu như không thể thay đổi được. Vì thế, xin cha mẹ của đứa con u uẩn đừng gieo vào đầu óc và con tim của nó những phê bình chỉ trích, khó chịu, hờn giận. Bạn có thể không nhìn thấy phản ứng của nó bên ngoài, nhưng vết thương lòng có thể sau này biểu lộ qua cay đắng, chống đối và trầm cảm.

Bởi lẽ đứa con u uẩn phản ứng chậm rãi, cha mẹ có thể hiểu lầm tưởng rằng nó không biết lắng nghe hoặc cố ý không vâng lời. Nếu nó bị phạt chỉ vì phản ứng chậm rãi và ít hứng thú, sau này nó sẽ coi đó là bất công đáng kể. Đối với đứa con u uẩn, công minh thật là thiết yếu; nguyên tắc và trật tự là tối thượng. Nếu đây là điều gia đình lạm dụng làm xào xáo trên bản tính nhạy cảm của nó, nó sẽ giận hờn mãi mãi.

Có lẽ tình huống tệ hại nhất là khi một đứa trẻ u uẩn bị đối xử bất công, bất phân minh, và cay cú đều đều lâu dài. Một người bạn u uẩn của chúng tôi đã lớn lên trong một gia đình khá lộn xộn; bị cư xử tệ bạc bởi một phần tử không tốt trong gia đình, rồi cha mẹ còn nói: “Đời là khó như vậy đó; liệu mà đối phó.” Điều này có thể gây ảnh hưởng thảm khốc trên liên hệ tình nghĩa sau này, trên lòng tự tin của người đó, cũng như trên khả năng họ tin tưởng nơi Chúa là người Cha đầy nhân ái yêu thương bảo vệ

họ. Đứa con u uẩn hoặc vượng máu có thể chiến đấu chống lại hoàn cảnh - hoặc qua lời nói hoặc bỏ chạy - nhưng người u uẩn có thể nhập tâm điều bất công để rồi tự trách mình.

Đứa con u uẩn có thể là nạn nhân cho những vụ chèn ép trong sân chơi: tính nó mơ mộng hay quên đã dễ trở nên trò đùa cho mấy đứa bạn trêu chọc, rồi nó chậm rãi không phản ứng nhanh kịp. Nó có thể xin giáo viên hoặc cha mẹ giúp, nhưng như vậy là lại thêm trò cười cho bạn bè nói chuyện tầm phào.

Cha mẹ nên chỉ dẫn cho đứa con u uẩn những mánh lới để đối phó với bạn bè chèn ép trong sân trường; bạn có thể thử thực tập với nó ở nhà xem sao. Đừng chỉ nói suông với đứa con không thích thể rằng "phải cứng rắn mà chiến đấu lại", hoặc mong đợi đứa con mơ mộng nhạy cảm bắt đầu xắn tay áo, lăn mình vào bụi đất mà đấm đá, nhưng một ít lời khuyên khẳng định có thể giúp nó. Hãy giúp nó hiểu rằng những đứa chèn ép đó không nhất thiết phải là bạn tốt và nó phải có thái độ không để ý tới những đứa đó (tụi này có khuynh hướng không đụng vào mấy đứa trẻ tự tin), hoặc một ít trào phúng tếu táo (chứng tỏ nó không quan tâm) trong khi khuyến khích nó xây dựng tình bạn với những đứa cùng giống tính nó.

6. 4. 2.
giúp cho đứa trẻ u uẩn thích ứng với thay đổi

Bởi lẽ người u uẩn phản ứng chậm rãi và có khuynh hướng lo lắng ưu tư, nên khi có một điều gì mới lạ, tốt nhất là luôn luôn báo tin cho đứa con u uẩn trước để nó có cơ hội làm sao cho hết sợ sệt và băn khoăn. Đối với đứa con vượng máu, bạn có thể

nói: “Ba/má đã quyết định chuyển con qua trường học mới” và (miễn là nó không chia tay 200 bạn thân) nó sẽ mong đợi mạo hiểm mới và theo chiều hướng đó. Nhưng đứa con u uẩn thì khác hẳn, nó phản ứng tìm cách trì hoãn quyết định thay đổi mới này và cần rất nhiều thời giờ để thích ứng và tìm cách sao cho đủ can đảm đối phó với hoàn cảnh mới. Điều hữu ích nhất là cha mẹ hãy giúp nó nói lên những sợ sệt thầm kín và cùng nó đi vào chi tiết của hoàn cảnh đen tối nhất cũng như những địa hạt nó lưỡng lự để giúp nó nhìn thấy rằng việc này đâu có xấu như nó nghĩ, hoặc giả như là một hoàn cảnh thực sự không tốt mấy thì giúp nó đối phó.

Chẳng những đứa con u uẩn cần rất nhiều thời giờ để thích ứng với thay đổi hoặc với ý tưởng mới, nhưng chính nó hầu như không bao giờ khởi đầu thay đổi. Nhiệm vụ làm cha mẹ là đôi khi bạn phải khởi đầu giúp nó. Làm như vậy, bạn sẽ giúp nó đi bước đầu rồi nó sẽ tiếp tục tự mình bước theo. Chẳng hạn như cách đây ít năm, đứa con gái u uẩn của chúng tôi muốn thử đóng vai trong vở nhạc kịch của trường, nhưng lại sợ hãi hết hồn về những lần phải đi thử, và nó bồn chồn lo lắng nhiều ngày trước. Tôi biết rằng nó sẽ thích thú được cảm nghiệm đó, một khi nó bắt đầu, Nên chính tôi đã ghi danh cho nó thử tài, dẫn nó tới cửa lớp, rồi bỏ ra về. Nó cư xử rất duyên dáng bình thản, một khi nó đã trải qua giai đoạn lo lắng. Dẫn đứa con qua thăm hàng xóm láng giềng mới, sắp xếp giờ hẹn gặp giáo viên hoặc ông bầu thể thao, khởi đầu làm đơn nhập đại học, đây là những thí dụ tốt để cha mẹ giúp cho đứa con u uẩn thành công. “Quẳng chúng nó xuống nước, chúng nó sẽ biết bơi lội” thỉnh thoảng là lời khuyên tốt nhất đối với một người u uẩn thiếu cương quyết và hay sợ sệt. Nhiệm vụ làm cha mẹ

một đứa con u uẩn đòi hỏi phải có ý chí mạnh mẽ cộng với quan hệ thân thương cá nhân. Giả sử như đứa con u uẩn thông minh của bạn có một đống đơn xin nhập đại học trên bàn của nó. Ngày hạn chót đã gần đến, mà vẫn chưa thấy động tĩnh gì cả. Là cha mẹ, bạn có một ít cách như sau:
không làm gì cả. Bạn nhủ lòng mình rằng nó phải lớn lên chứ, phải lãnh nhận trách nhiệm với cuộc đời của nó, và nếu nó vẫn không điền đơn nào cả, thì đó là chết nó thôi. Làm như vậy thì may ra chỉ có hiệu lực đối với đứa con u uẩn thật hưng phấn.
tham gia ý chí. Bạn bảo cho nó biết chắc chắn rằng nó vào phòng của nó và không được đi ra cho đến khi điền xong đơn nhập học. Làm như vậy thì có thể hiệu lực đối với đứa con u uẩn được hưng phấn nhưng hiện thời bị chia trí nên có cơ hội để nhận thách đố. Điều đó cũng có thể hiệu lực đối với đứa con lãnh đạm tuân thủ. Nhưng như thế thì chỉ đưa đẩy đứa con u uẩn nhạy cảm sâu vào nỗi sợ hãi bất động.

Người u uẩn thường nhìn thấy nhiệm vụ họ phải chu toàn là quan trọng, nhưng họ chỉ không sẵn sàng để thực hiện thôi - vì sợ sệt hoặc vì thiếu tự tin.

Do đó giải pháp thứ ba là tốt nhất:

giúp ý chí nó tham gia đồng thời sử dụng quan hệ thân thương cá nhân, để giúp nó sẵn sàng làm việc. Giống như là "Con à, Ba/má và con thử cùng ngồi xuống và bắt đầu ngay nhé. Ba/má sẽ đánh máy và con đọc cho ba/má những gì con muốn điền vào đây." Nói cách khác, chúng ta phải giúp khởi động người u uẩn, giúp nó tham gia ý chí của nó vào việc và tránh chậm trễ. Nhưng chúng ta dùng quan hệ thân thương cá nhân một cách tinh tế

nên đã giúp nó cảm thấy an toàn và được yêu mến, để ra khỏi vỏ ốc.

6. 4. 3.
giáo dục đứa con u uẩn.

Lý tưởng cao sa là thiết yếu đối với người u uẩn, cũng như nhiều không gian, thinh lặng và tĩnh mịch. Trong các loại tính tình, người u uẩn là suy tư hướng nội hơn hết. Vì thế người hướng nội cần rất nhiều thời giờ để suy nghĩ chín chắn và để dò xét lại những gì nó học hỏi hoặc cảm nghiệm được trong ngày. Nó cần một chỗ riêng tư yên tĩnh để 'tập họp' lại sau một ngày bận rộn ở trường hoặc chơi với chúng bạn. Khi còn là con nít bé nhỏ, người u uẩn tỏ ra nhậy cảm đối với những kích thích quá đáng và cần phải có giờ xả hơi mới có thể đi ngủ được.

Một lỗi lầm chúng tôi đã mắc phải đối với đứa con gái u uẩn của chúng tôi là nó cũng phải vươn ra và nói chuyện nhiều như chúng tôi trong các môi trường xã hội. Chúng tôi nghĩ rằng nó yên lặng tức là vô phép, trong khi thực tế đó chính là cách nó phản ứng vì tính hướng nội và chậm rãi của nó. Việc chúng tôi cứ nhấn mạnh mãi rằng nó phải nói năng và 'hoạt bát' thực ra chỉ đưa đến hậu quả là nó trở nên bẽn lẽn hơn. Khi lớn hơn lên, nó tự nhiên khéo léo hơn trong vấn đề xã giao, và chúng tôi nhìn nhận rằng chúng tôi thực sự không nên xô đẩy nó hoặc nói thay cho nó khi nó còn nhỏ bé.

Đằng khác, người u uẩn cần thiết phải học hỏi cách thức xã giao căn bản, như bắt tay, nói lời 'cám ơn', 'xin lỗi', hoặc nhìn thẳng mặt (điều này đúng cho Hoa kỳ, khác với Việt Nam coi đây như soi bói). Những năng khiếu tự nhiên đến với người vượng máu hướng ngoại thì lại cần phải dạy cho

người u uẩn hướng nội. Khi con cái chúng tôi còn nhỏ, chúng tôi đi thăm viếng bà con mà chúng nó chưa quen biết. Chúng tôi mớm cho đứa u uẩn và đứa lãnh đạm trước như "Khi tới thăm cậu Thi, Ba/má muốn con nhìn thẳng vào mắt cậu, bắt tay cậu thật chặt, và nói 'kính chào cậu'. Chúng tôi còn cho chúng ít đề tài nói chuyện để chúng nó khỏi phải ngượng nghịu ngó xuống đất hoài. "Hãy kể cho bác Ánh cuốn sách con mới đọc đó." Chúng tôi không mong chúng là những người khéo miệng khôn ngoan, nhưng chúng tôi muốn chúng phải đạt tới một trình độ tối thiểu trong vấn đề giao tế. Mấy đứa hướng ngoại của chúng tôi thì luôn luôn sung sướng mỗi lần được xuất quân; trong khi mấy đứa hướng nội bối rối một cách chính đáng vì những câu mà họ hàng hoặc người quen hỏi chúng. Cha mẹ cần phải giải thích cho mấy đứa con hướng nội rằng người lớn thường coi việc thiếu trao đổi như là thiếu thân thiện hoặc vô phép, và người lớn cứ hỏi nhiều câu lung tung là vì họ muốn tỏ lòng yêu thương chú ý tới để làm quen mà thôi.

Đừng cố gắng giải quyết ngay lập tức mọi vấn đề mà đứa trẻ u uẩn đưa ra. Thông thường, người u uẩn chỉ muốn được người ta lắng nghe. Nếu bạn cố gắng giải quyết tất cả mọi vấn đề của nó, hoặc cố gắng bảo nó rằng 'không có gì đáng phải bận tâm lo lắng cả', nó có thể nghĩ rằng bạn không trân quý nó, bởi lẽ việc tìm đến với bạn là cách thức nó biểu lộ những tâm tình sâu xa của nó. Cũng có thể là nó có thể bị tổn thương nặng nề bởi những lời lẽ mà cha mẹ vượng máu hoặc nóng giận sử dụng để hưng phấn nó. Trên thực tế những lời nói đó đem lại hậu quả trái ngược.

Điều quan trọng là phải nhạy cảm đối với những ưu tư và phàn nàn của người u uẩn, do đó

nên cẩn thận đừng phản ứng thái quá. Học sinh u uẩn có thể phàn nàn về giáo viên, nhưng vẫn thích trường của mình và được điểm tốt. Nó có thể không thích môi trường làm việc nhưng vẫn yêu công việc. Nên nhớ rằng người u uẩn có khuynh hướng phàn nàn hơn là các loại tính tình khác, nhưng không có nghĩa là họ bỏ cuộc dễ dàng.

Một điều kỳ cục của người u uẩn là họ thấm mệt rất dễ và biểu lộ chán nản thể xác. Người u uẩn cần ngủ nhiều hơn các loại tính tình khác và thể xác của họ khá nhậy cảm; câu chuyện 'Công chúa và hạt đậu' (của Hans Andersen, Đan-mạch) chắc hẳn là về người u uẩn. Khi người u uẩn cảm thấy quá tải, họ thường nghĩ rằng họ cần ngủ *nhiều hơn*, nghỉ *nhiều hơn*, cần thời giờ *nhiều hơn* để phân tích tình cảnh. Nhưng làm như vậy thì đi vào cái vòng lẩn quẩn là họ sẽ thảo luận nhiều hơn và họ bị chán nản và quá tải hơn nữa. Hãy giúp người u uẩn chận đứng cái vòng lẩn quẩn này bằng cách dạy cho họ biết công bố các ưu tiên và thảo luận về những thế lưỡng lự nước đôi. Nên nhớ rằng người u uẩn cần phải suy nghĩ về những điều quan trọng; do đó hãy dạy đứa con u uẩn công bố cho biết những điều gì *là* quan trọng trong cuộc sống của nó. Rồi giúp nó tham gia ý chí của nó đề cập đến chính những vấn đề đó. Trong khi trẻ em nào cũng phải phải lưu tâm đến những ưu tiên trong đời, điều này thật cần thiết đối với đứa trẻ u uẩn. Nếu nó nhận thấy nó sao lãng một điều gì hệ trọng, có thể nó sẽ bị khó chịu hoặc chán nản lâu dài. Nó càng đối diện với các vấn đề quan trọng thực sự trong cuộc sống bao nhiêu, nó càng được hạnh phúc bấy nhiêu.

6. 4. 4.
người trẻ u uẩn và đời sống thiêng liêng

Bởi lẽ người u uẩn có khuynh hướng sợ sệt các chi tiết, bạn cần phải dậy cho đứa con u uẩn biết nhìn vào 'bức tranh vĩ đại' của toàn cuộc đời. Người u uẩn nhạy cảm cũng có thể bị bệnh bối rối ảnh hưởng. Một ông giáo sư tại trường trung học công giáo sở tại thường có thói quen thảo luận về luật ăn chay kiêng thịt và việc đền tội. Một bà mẹ của một học sinh u uẩn nhạy cảm nói với ông rằng ông phải rất ý tứ, trong bầu khí ngày nay, đừng làm cho việc ăn chay có vẻ hấp dẫn quá, kẻo có loại tính tình sẽ đi quá xa tới cực đoan. Từ khi đó ông bắt đầu coi nhẹ việc ăn chay, nhất là đối với nữ sinh.

Người u uẩn cần nhớ kỹ cho rằng mục đích chính là - kết hiệp với Đức Kitô - nếu không thì chúng nó sẽ chỉ để ý đến các chi tiết hoặc bên ngoài. (Tôi nên bái quỳ hoặc cúi đầu? Tôi nên rước lễ bằng lưỡi hoặc bằng miệng? Tôi cần giữ lòng không 1 giờ hoặc 56 phút trước khi rước lễ?) Điều này có thể đưa đến hậu quả là tự phê bình chỉ trích, chán nản, hoặc bối rối. Cha mẹ hiểu biết có thể giúp cho đứa con u uẩn tập trung vào liên hệ tình nghĩa của nó với Đức Kitô, vào đời sống cầu nguyện, và làm sao để đức tin của nó sẽ giúp nó đạt được hạnh phúc. Đứa trẻ u uẩn là đứa dễ bị cám dỗ nhất để có hình ảnh khó chịu về Chúa, nên cha mẹ có thể giúp cho nó nhìn thấy Đức Kitô là Đấng 'mời gọi mọi người trở nên con cái của Ngài trong Đức Thánh Linh, và như vậy được thừa kế cuộc sống hạnh phúc.'

Trẻ em nói chung, và trẻ em u uẩn nói riêng, nhận thấy tràng chuỗi Mân côi và liên hệ tình nghĩa ấm cúng với Mẹ Maria như suối nguồn bình an và

vui tươi. Nhiều truyền thống tốt đẹp công giáo dành cho gia đình cũng đem lại an ủi và nguồn vui cho đứa trẻ u uẩn: trang hoàng cho cây Jesse, thắp nến mùa Vọng, làm phép nhà vào lễ Hiển Linh, làm bánh ăn mùa Chay, và các thứ sáng kiến khác sẽ giúp lôi kéo nó đến gần Đức Kitô. Khi tới tuổi, đứa trẻ siêng năng chịu các phép bí tích, nhất là bí tích Thánh Thể, sẽ đem lại nhiều lợi ích.

Với nhiều nâng đỡ và khuyến khích nhẹ nhàng cũng như chú ý tới linh hướng tốt, đứa con u uẩn sẽ lớn lên trong 'khôn ngoan và ân sủng', cùng với những lý tưởng cao đẹp; trong hồng ân nhận được chân, thiện, mỹ và công lý; và trong tinh thần mến Chúa thật sâu xa.

6. 4. 5.
những điều nên và không nên đối với đứa trẻ u uẩn

a.) NÊN
- nâng đỡ nó phát triển các sáng kiến
- giúp nó nhìn thấy bức tranh vĩ đại hơn và mục đích của mọi sự
- cho phép nó có giờ quy về nội tâm
- khuyến khích nó phát triển những năng khiếu xã giao (như lời chào, bắt tay, xin lỗi, cám ơn)
- giúp nó khởi đầu công việc khó

b.) KHÔNG NÊN
- phạt nó vì tính e thẹn bẽn lẽn
- đối xử với nó khắt khe hoặc bất công
- cho phép nó tự cô lập một mình
- so sánh tính tiêu cực của nó với bạn nó.

6. 5.
đứa con vượng máu

6. 5. 1.
“một ngôi sao mới sinh”

Hãy ngồi xuống mà thưởng thức thích thú đứa trẻ vượng máu! Nó hăng say, sáng trí, nhạy cảm, vui vẻ, thích vui nhộn và đầy hưng phấn. Nó học hỏi thật mau, và cũng phản ứng mau lẹ, nhưng không bao giờ nuôi mộng hờn dỗi. Nó chỉ muốn sao làm vừa lòng mọi người và muốn cho mọi người được hạnh phúc; vui nhộn lúc nào cũng là một điều làm nó hưng phấn. Đứa trẻ vượng máu đeo con tim trên tà áo của nó; bạn sẽ nhìn thấy gương mặt của nó biểu lộ tâm tình hay thay đổi về khí sắc, cảm xúc, ý nghĩ và động lực.

Khi bé tí hon, đứa trẻ vượng máu chỉ khóc vì chán nản không được ra thế giới bên ngoài vui chơi liên hoan. Bao lâu nó còn ở giữa một hoạt động - như được cõng sau lưng hoặc được ở trong cái khung tập đi - nó cảm thấy hạnh phúc. Tâm tình của nó thay đổi được biểu lộ qua nét mặt: lúc này thì khóc, rồi cười khúc khích và cười rộ. Trong khi điều này đúng với đa số các trẻ em, đứa trẻ vượng máu lộ ra thật đặc biệt qua cách thức nó biểu lộ, phản ứng với môi trường, và đối đáp với người ta. Đứa con vượng máu của chúng tôi thường có thói quen gây nên chú ý cho người khác nhìn chăm vào khi nó ngồi trong ghế đẩy lúc 10 tháng, và vẫy tay chào mỗi người đi qua bằng tiếng “A-lô”.

6. 5. 2.
đứa con vượng máu xã giao

Một buổi chiều mùa hạ tại nơi bơi lội, Diệp, bà bạn của tôi chia sẻ về sự khác biệt của 2 đứa con gái lớn nhất của bà, rõ rệt nhất là khi cả 2 cùng ở trong một đội bơi. Đứa con gái cả là người u uẩn chỉ thích đọc sách và mơ mộng. Nó thường chỉ ngồi vơ vẩn khi có thi đua bơi, một cách nào đó cảm thấy ngoài cuộc trong môi trường khá thể lý và xã hội này. Nhưng em nó là người vượng máu trẻ hơn 2 tuổi, lại cảm thấy thích ứng ngay tức khắc với các cô bé gái khác cùng tuổi với nó và rất vui vẻ chơi đùa, cười cợt, hò hét cổ vũ đội của nó và thi đua bơi lội.

Tại nhà trường, đứa trẻ vượng máu sẽ học hỏi thật mau nếu giáo viên hoạt động, làm nó tham gia với các câu chuyện riêng tư, và tỏ lòng trân quý nó. Đứa con trai vượng máu của chúng tôi thích giáo viên dạy sử nhất, khi giáo viên dùng những kiểu kể truyện để giảng về những biến cố lịch sử (và nó được điểm cao nhất trong lớp). Mỗi biến cố lịch sử đều được kèm theo một câu chuyện - hoặc là riêng tư của giáo viên hoặc của một nhân vật lịch sử. Phương pháp giảng dạy có tính cách riêng tư và linh động như vậy tỏ ra lôi cuốn đa số trẻ em nhất là đối với trẻ em vượng máu.

Trẻ em vượng máu có khuynh hướng được ngũ quan hoạt động tốt nhưng lại ít trí nhớ; bạn có thể nghe nói về bá cáo rằng nó ít chú ý tới bài học; thay vào đó, nó dùng thời giờ nói chuyện với bạn bè hoặc nhìn ngang nhìn ngửa trong lớp. Một người bạn vượng máu của chúng tôi cho biết rằng khi học tiểu học, cô thường thắc mắc không hiểu tại sao các

học sinh khác cứ luôn luôn nhìn xuống bàn học mà viết.

Đứa con vượng máu *công khai* biểu lộ nhu cầu được yêu thương trân quý, dĩ nhiên là rõ hơn các loại tính tình khác. Trên thực tế, cha mẹ của đứa con u uẩn hoặc lãnh đạm phải chú ý đặc biệt về nhu cầu này của trẻ em, bởi lẽ những đứa hướng nội này không để cho cha mẹ biết chúng nó cần được cha mẹ biểu lộ yêu thương bằng lời nói và qua hành động. Kể cả đứa nóng giận hướng ngoại thỉnh thoảng coi bộ như không cần đến độ cha mẹ không nhận thấy thực sự nó cần chừng nào những cử chỉ âu yếm thân ái đó. Tuy nhiên người vượng máu biểu lộ dễ dàng về nhu cầu, tâm tình và ước muốn.

Đứa con vượng máu của bạn muốn cha mẹ kính yêu phải yêu thích những gì nó yêu thích, và để dành thời giờ thích thú những gì nó theo đuổi với nó. Đứa con vượng máu của chúng tôi thích nhất những biến cố gia đình - như trận chung kết đá bóng. Nó chuẩn bị thức ăn đồ uống, lo đi mua sắm những gì cần, và chính nó sắp đặt bàn ghế. Ai cũng phải tham dự. Ai cũng thích trận thể thao. Có một lần Ánh, chồng tôi, đưa Sâm, đi rạp hát coi phim, chỉ có 2 bố con thôi. Sâm tỏ ra rõ ràng nó hơi buồn khi Ba nó phê bình cuốn phim. Chẳng những nó muốn đi coi phim với Ba, nhưng nó còn muốn Ba nó cũng phải thích thú như nó thích thú. Một đứa con vượng máu chẳng những thích coi phim, coi thể thao, hoặc đi ăn ở ngoài; nó muốn mọi người cũng thích thú coi phim, coi thể thao và ăn uống nữa. Người vượng máu muốn tiếp đón chủ trì, chứ không phải chỉ tham dự.

Khi đứa con vượng máu còn rất nhỏ, bạn phải chắc chắn rõ ràng về giới hạn và kỳ vọng, nhưng cố gắng đừng trấn át. Người vượng máu có

thể dễ bị chán nản khi một nhiệm vụ hoặc một luật lệ có vẻ như không có thêm vui nhộn, hoặc khi nó cảm thấy cha mẹ giận nó. Hãy nhận diện các luật lệ quan trọng và chuẩn bị chiến đấu. Nếu bạn lấn át luôn mãi, đứa con vượng máu sẽ bị chán nản. Chẳng hạn như khi bạn muốn đứa con đi xưng tội, đừng gợi ý cho nó với một lời cố chấp như 'Gần đây con quá tệ!'. Thay vào đó, hãy thử một lời nâng cao: 'Sau khi xưng tội xong, con sẽ cảm thấy thoải mái à! Rồi sau đó mình sẽ đi ăn cà-rem cho vui!'

Dĩ nhiên nếu bạn không dứt khoát về luật lệ của bạn, nó có thể lợi dụng bạn. (Khi bạn nói: 'Ba/má sẽ nghĩ thêm về chuyện đó', đứa con vượng máu sẽ coi đó như là một cách bạn đồng ý). Người vượng máu có nhu cầu hưng phấn, hoạt động và vui nhộn, nhưng họ cũng cần cơ chế và hướng dẫn, nếu không, họ sẽ tìm cách thoái thác được chừng nào hay chừng nấy, và như vậy thì nguy hiểm. Do đó đối với đứa trẻ vượng máu, hơn các loại tính tình khác, bạn phải chắc chắn biết bạn bè nó là những ai, nó thích coi phim gì đài nào, và nó đang ở đâu.

Tuy nhiên nếu bạn là cha mẹ u uẩn, bạn phải tự nhắc nhở rằng bạn bè là quan trọng; như Giáo hoàng Gioan Phaolô II viết: *"Cũng xin đừng quên rằng lý trí cũng cần phải được nâng đỡ trong khi đi tìm kiếm, do đối thoại trong tin tưởng và tình bằng hữu chân thành."*

Cha mẹ và giáo chức của đứa trẻ vượng máu phải cố gắng cung cấp trật tự và cơ chế trong bầu khí ở nhà và ở trường, đối lại với khuynh hướng tự nhiên của người vượng máu là không nhất quán và thiếu trật tự. Chẳng hạn như đứa con vượng máu của chúng tôi phát triển trong môi trường và cơ chế ở trường (trong trường nó có thật nhiều bạn bè và hoạt động), nhưng lại lung tung trong bầu khí học ở

nhà, vì thiếu cơ chế tổ chức hơn và ít môi trường xã hội hơn.

Hãy cung cấp cho đứa con vượng máu nền giáo dục trí thức và tâm linh, để nó không trở nên hời hợt bên ngoài. Người vượng máu có trí khôn sáng suốt và tìm tòi, nhưng lại có khuynh hướng làm việc khó càng ít càng hay, nên nó cần phải có người giám sát trong việc học. Nhưng hãy nhìn tích cực khi đứa con vượng máu chỉ lướt qua trên mặt những bài học của nó, và chỉ cố gắng thật tối thiểu đối với bất cứ dự án nào, vì bạn có thể bị cám dỗ để chỉ trích cố gắng của nó hoặc khó chịu với nó. Dầu vậy hãy nhớ rằng người vượng máu coi mọi sự như về cá nhân mình và sẽ cảm thấy bị tổn thương khi bị chỉ trích nặng nề. Bạn cần phải khẳng định những cố gắng của nó (đối với nó *hình như là* khổng lồ rồi), và bá vai nó mà dẫn nó đi qua những bước bạn muốn nó đi, hoặc ngồi với nó khi nó học bài rồi cùng với nó vừa uống nước vừa khảo bài nó trước kỳ thi xem sao.

Nếu không có hướng dẫn và cơ chế tổ chức như vậy, đứa trẻ vượng máu sẽ có khuynh hướng đi theo đường ít trở ngại nhất - một trùng hợp thông thường cũng là đường vui nhộn nhất! Điều quan trọng tuyệt đối là phải dạy cho đứa con vượng máu biết phát triển tự kiểm và biết suy nghĩ trước khi hành động. Mỗi người đều cần phải có kỷ luật mới có thể phát triển, nhưng kỷ luật không tự nhiên đến với người vượng máu tự do - nhất là loại kỷ luật trường kỳ. Nó cần bạn giúp cho để có thể được hưng phấn lâu dài hơn. Hãy giúp nó biết cách liên kết nối việc làm khó khăn với niềm vui khi thực hiện được những thành quả vĩ đại. Nhưng hãy coi chừng đừng giảng dạy qua những lời lấn át, chỉ trích quá đáng, khô khan, cứng cỏi và trống không, dù là

trong lãnh vực nhân sinh, tôn giáo hay học vấn. Đứa trẻ vượng máu đáp ứng tốt nhất, khi có gì là cá nhân riêng tư và kiên nhẫn.

Đứa trẻ vượng máu khó học thuộc lòng, và cơ cấu tổ chức là một thách đố đối với nó. Khi đứa con vượng máu bắt đầu đi học, bạn có thể phải giúp nó khám phá ra những gì gợi hứng cho nó để biết tổ chức và siêng học: những tấm phiếu nhỏ với bút đủ mầu sắc giúp nó nhớ, một lịch sắp xếp với những câu nó gợi hứng hoặc vui chơi, những tập vở đặc biệt v.v… Hãy làm việc với nó để tìm ra một hệ thống. Đừng la hét như 'Tại sao con chẳng nhớ được gì vậy?' khi nó về nhà mà lỡ quên sách toán ở trường.

Nhưng, bao lâu đứa trẻ vượng máu được huấn luyện trí thức và tâm linh trong liên hệ tình nghĩa tích cực, nó sẽ hăng say học hỏi. Người vượng máu cần được *hướng dẫn trong vui vẻ,* để bản tính bay bướm của nó không đưa nó tới vô tổ chức, hời hợt bên ngoài, và theo đám đông. Hãy cho nó một *mục đích hấp dẫn* để theo đuổi, ngõ hầu nó học hỏi được giá trị của chịu khó làm việc và kỷ luật.

Chẳng hạn như một mùa hè kia, đứa con trai vượng máu của chúng tôi chuẩn bị để đi xa một tuần tham dự trại hè bóng rổ, trại dành cho trẻ em đến từ khắp nơi trong nước. Dĩ nhiên Sâm muốn đủ mọi thứ phụ tùng: giầy mới, áo mới, quần mới. Đây là cơ hội để ngồi xuống với nó mà đưa ra kế hoạch để nó kiếm được đủ tiền nó cần phải có. Trong tuần lễ nó chịu khó làm việc kiếm tiền, chúng tôi vẫn tiếp tục khen ngợi nó kiên nhẫn làm việc để đạt mục đích. Qua thái độ chúng tôi khẳng định, chúng tôi đã giúp nó liên kết hai việc giữa chịu khó làm việc và kiên nhẫn đưa đến thành công.

Người vượng máu không nhút nhát khi biểu lộ cho biết họ muốn gì. Thay vì khó chịu vì họ cứ quấy rầy với những nhu cầu và ước muốn, hãy dùng ngay những ước muốn đó để đặt ra các mục đích và dạy cho họ biết giá trị của chịu khó làm việc. Cha mẹ của đứa con vượng máu cũng giống như ông bầu thể thao phải biết dồn năng lực và tài khiếu của lực sĩ, áp dụng kỷ luật, chủ đích, chiến thuật và trật tự - không phải để làm mất vui, nhưng là để đi tới thành công.

Một người mẹ khôn ngoan của một sinh viên vượng máu luôn theo sát điểm của đứa con mình, và thăm dò mỗi tuần, biết rằng đứa con đó có khuynh hướng thích nếp sống đầy sinh hoạt vui chơi; 'Con có uống rượu không? Con có biết những giới hạn của con không?' Bà tỏ ra thật khôn ngoan, bởi lẽ bà không thể tuyệt đối cấm nó uống vì làm sao mà kiểm soát nổi và như thế nó có thể ăn gian nói dối. Làm như trên, bà đã có thể giữ sợi giây cảm thông mở rộng và dùng mỗi tiếp xúc hằng tuần để khuyên nhủ nhắc nhở.

6. 5. 3.
"Hãy để cho những tâm hồn tìm kiếm Chúa được vui mừng!" Tv 105: 3

Khá nhiều lần cha mẹ bị cám dỗ để nói với đứa con vượng máu rằng "Bây giờ là lúc phải đứng đắn đàng hoàng mà giảm bớt đi! Hãy bỏ nụ cười tươi đó trên khuôn mặt!" Khi giáo huấn đức tin của đứa con vượng máu, cha mẹ còn dễ bị cám dỗ hơn nữa vì đây là vấn đề nghiêm trọng, phần rỗi linh hồn của nó! Xin chỉ cần nhớ cho rằng đứa con vượng máu được hưng phấn là do nó yêu bạn và yêu bạn bè, và do cảm thấy được liên kết và kích thích. Khi

nào bạn có thể liên kết hai việc đó vào trong niềm tin của nó, bạn có thể dẫn đưa nó đến với Đức Kitô. Khi bạn tỏ cho nó thấy rằng nó sẽ được *hạnh phúc hơn* vì làm việc thiện, nó sẽ bắt đầu hiểu. Hội đồng giáo hoàng về gia đình nhấn mạnh một số thành tố then chốt trong vấn đề giáo dục con em trong nhân đức khiết tịnh - những thành tố này lại càng thiết yếu hơn đối với tính tình vượng máu:

"Việc thiếu lưu tâm đến nền giáo dục con cái hoặc nghiêm nhặt quá đáng là những thành tố có thể gây nên những lộn xộn cảm xúc và tâm tình nơi con cái. . . Cha mẹ nên học hỏi cách thức để lắng nghe con cái, phải cố gắng hiểu chúng, và nhìn nhận một chút chân lý có thể hiện diện nơi hình thức chống đối."

Bạn bè thật là vấn đề quan trọng sống còn đối với người vượng máu hướng ngoại. Phải chắc chắn cho phép đứa con vượng máu tìm bạn - bạn bè tốt với hành động đạo đức và có cha mẹ cùng chia sẻ những giá trị hệ trọng như bạn. Tình bạn chân thật gồm có bác ái và thiện chí, và giúp trẻ em lớn lên trong nhân đức cũng như nhân vị trưởng thành. Không có bạn bè không phải là một đường lối gì cả. Đức Kitô cũng có bạn bè mà Ngài yêu quý và cùng nhau qua những buổi chiều thoải mái. Khi đứa con vượng máu có bạn bè tốt, nó sẽ không cần phải đi tìm thoả mãn nhu cầu tình cảm đâu khác (trong những nơi không xứng đáng bao nhiêu). Bạn cần phải dậy cho đứa con vượng máu trước hết phải biết nhận diện ai là bạn bè tốt chân thật và ai không.

Khi bạn giúp nó thêm để hiểu rằng Đức Giêsu là người bạn tốt nhất và chân thật nhất của nó, nó sẽ tìm cách để làm đẹp lòng Ngài. Khi bạn tỏ cho nó thấy rằng kiên tâm bền vững trong đời sống cầu nguyện sẽ đem lại kết quả tốt, nó sẽ bắt đầu trân

quý các nhân đức này. Hãy chỉ cho nó thấy rằng trong cuộc sống mỗi ngày, lựa chọn đúng luân lý đạo đức sẽ đem lại kết quả tốt trong đời, và lựa chon sai sẽ gây nên tổn thương và đổ vỡ. Người u uẩn sẽ cảm thấy hấp dẫn đối với 'Chúa là chân lý', còn người vượng máu thì 'Chúa là tình yêu' và 'Chúa thật tốt lành'. Hãy chắc chắn cho nó được nhìn thấy gương mẫu một người cha dưới thế dễ thương dễ mến, khoan dung, hiền hoà - vì đây là con đường chỉ cho nó học hỏi về người Cha trên trời.

Với huấn luyện tâm linh, cơ chế và kỷ luật, cũng như nhiều yêu thương trân quý, đứa con vượng máu sẽ đem hứng khởi và hăng say thú vị cho tất cả mọi công trình nó thực hiện và niềm vui nụ cười cho những người thân thương.

6. 5. 4.
những điều nên và không nên đối với đứa trẻ vượng máu

A.) NÊN

- giúp nó tổ chức thời giờ một cách khôn ngoan
- cung cấp cơ chế tổ chức và hướng dẫn cụ thể
- hãy cho nó những lý tưởng cao đẹp để theo đuổi
- hãy giúp nó suy tư và đi vào chiều sâu nhiều hơn
- hãy khuyến khích nó phát huy tình bạn tốt
- hãy truyền thông thường xuyên và trân quý tính khôi hài của nó
- hãy chứng tỏ bạn chú ý đến bạn bè và sở thích của nó

- hãy khen ngợi nó khi nó kiên trì

B.) KHÔNG NÊN

- làm nó mất vui! (Đừng bắt nó trùm mền bất cứ lúc nào)
- để cho nó được hoàn toàn thong dong Làm theo kiểu cách của nó
- từ chối cuộc sống xã hội của nó
- la mắng các sở thích của nó
- quở phạt quá gắt gao hoặc dồn ép quá.

6. 6.
đứa con lãnh đạm

6. 6. 1.
nhà ngoại giao tương lai.

Bạn hãy coi là được chúc phúc vì có một đứa con lãnh đạm! Nó là niềm vui - hiền lành, trầm tĩnh, hợp tác và vâng lời mà bạn phải mừng vì được như ý luôn luôn! Nó trầm tĩnh và hợp tác trong trường và không bao giờ đánh nhau cãi nhau với các trẻ em khác. Ở nhà, nó có thể tự lo vui chơi mà không cần ai phải để ý tới. Nếu nó là con cả thì đừng tưởng rằng rồi ra đứa nào cũng giống nó như thế, hoặc nổi phồng lên hãnh diện tưởng rằng đó là do tài làm cha mẹ của mình.

Tuy nhiên bạn phải coi chừng. Hợp tác dễ dàng đến nỗi sau khi sống với nó chừng 10-12 năm, bạn sẽ không tìm được một chút xem nó nghĩ hoặc cảm thấy thế nào thực sự. Nó thích coi phim nào, kênh nào hoặc giải trí làm sao? Điều gì làm nó giận dữ bực tức? Nó nói gì với bạn thân nhất của nó? Và nó thực sự *có* một người bạn thân nhất không? Nếu

bạn được phúc có nhiều con cái, có thể rồi bạn quên lãnh đứa con lãnh đạm; trong gia đình đông như chợ, nó không được ai để tới. Nó thường một mình ngồi chơi với những gì nó có. Hầu như không bao giờ nó gây ra vấn đề, cho dù nó có thể là đứa bị quở trách mà không bao giờ phàn nàn, luôn chú ý làm đẹp lòng người khác và đứng ở hậu trường.

Đứa con lãnh đạm phản ứng chậm rãi, trầm tĩnh, suy tư, tự kiểm, và có tinh thần trách nhiệm. Nó bình tĩnh dưới áp lực nặng nề. Phải lâu giờ lắm nó mới nổi giận lên được. Một em trai có thể làm phiền và khiêu khích người chị lãnh đạm lây ngày để cuối cùng chị mới cảnh cáo nó: 'Mày rắc rối quá!' rồi sau đó chị lại trầm tĩnh và thụ động. Tâm tình của người lãnh đạm thật sâu đậm trong lòng nhưng ít khi được biểu lộ ra ngoài.

Người lãnh đạm có khuynh hướng muốn làm đẹp lòng người khác đến độ nó cứ lòng vòng quanh những hoạt động nào những người *khác* muốn thực hiện. Nó kiên trì trong nhiệm vụ vì tinh thần hợp tác và trách nhiệm thật cao - rất ít khi vì muốn gây ấn tượng hoặc ảnh hưởng tới người khác. Do đó xin hãy giúp đứa con lãnh đạm khám phá ra những gì chính *nó* thích! Đứa con lãnh đạm có tinh thần trách nhiệm cao của chúng tôi là một học sinh bơi lội thi đua, nó tập luyện mỗi ngày, tổng cộng là 15 giờ mỗi tuần - kể cả vào 5giờ sáng vào cuối tuần - cho đến khi một người trong chúng tôi hỏi nó: 'Trời ơi! Chương trình tập luyện như vậy không quá quắt lắm sao? Như vậy có bõ công không?'. Bấy giờ nó mới nhìn nhận rằng nó ghét phải như vậy lắm!

Điều kẹt của bản tính trầm tĩnh yên lặng dễ thương là nếu không có người khuyến khích, đứa con lãnh đạm có thể lười biếng, không hưng phấn. Vào một môi trường mới, nó phải có thời gian thật

lâu dài mới có thể hội nhập. Những môi trường cơ chế tổ chức trong một số trường hoặc những chương trình thể thao, có thể giúp nó được hưng phấn. Bạn cũng có thể chứng tỏ lòng trân quý tích cực đối với tài nghệ và năng khiếu ngoại giao của nó. Chúng tôi khuyến khích đứa con lãnh đạm của chúng tôi ra ứng cử làm trưởng lớp, bởi lẽ (như chúng tôi chỉ cho nó biết) nó được hầu hết các bạn cùng lớp quý mến. Hầu như nó không có đối thủ. Nó kính trọng quý mến mỗi bạn học - từ đứa thông minh ham học đến đứa lực sĩ bình dân.

Vì thích đời sống đơn giản và bớt làm việc, người lãnh đạm thường để cho người khác quyết định những việc quan trọng mà đáng lý nó phải lo. Nó cần được khuyến khích để tự mình quyết định cho mình. Nhưng cần phải có thời gian mới lấy ra được những ý nghĩ trong đầu óc của nó. Vì lý do đó, không nên bắt người lãnh đạm đi đến một quyết định quan trọng cách vội vã.

Một ngày kia, đứa con lãnh đạm của chúng tôi cảm thấy quá tải. Người mẹ nóng giận của nó tra hỏi nó xem nó tính nộp đơn xin vào những trường nào và đòi buộc nó phải cho biết nó đã làm được tới đâu. Rồi tôi, người cha lãnh đạm-u uẩn, lại thuyết giảng về tình trạng tuổi trẻ thời nay thiếu hưng phấn về học vấn. Thế là vai nó nhún lại và mắt nó bắt đầu chùng xuống thật buồn rầu. Bỗng dưng nó sáng mắt lên: “Ba má cứ việc cho con danh sách 3 trường hạng nhất rồi con sẽ nộp đơn!” Như vậy là nó *bỏ qua quyền lựa chọn* của nó để ‘làm hoà’ với cha mẹ, xoá bỏ hết lo lắng vì phải liều mình đi vào một tương lai vô định và mờ mịt, cũng như tránh được gánh nặng phải cố gắng. Thỉnh thoảng người lãnh đạm sẽ chiều theo hoặc đầu hàng chỉ để bảo đảm bình an, cho dù đây không phải là điều nó thích. Không nên

để cho đứa con lãnh đạm của bạn khước từ hết mọi cố gắng và tự do lựa chọn. Bạn có thể mua được một khoảnh khắc 'bình an', nhưng như vậy là không dạy được nó học hỏi cách thức để giúp nó quyết định trong những điều khó khăn mà tự lo cho đời mình.

Câu truyện sau đây là một thí dụ về trường hợp nghệ thuật làm cha mẹ cần phải có khi dạy một đứa con lãnh đạm. Đứa con lãnh đạm thích bình an và hoà đồng cũng như cha mẹ vậy; nhưng sự bình an mà đứa con lãnh đạm của chúng tôi muốn chỉ là không có mâu thuẫn do hậu quả của đường lối ít chống cưỡng, chứ không phải là kết quả của việc làm đúng và hành động theo nguyên tắc. Do đó, trong khi có thể cha mẹ cảm thấy dễ nói: "Được rồi, cứ để đó Ba má sẽ quyết định dùm con!" nhưng đó không phải là cách tốt nhất để dạy đứa con lãnh đạm. Trong trường hợp này, điều tốt nhất là nói: "Cha/mẹ con ta cùng ngồi xuống và thảo luận về những sở thích và mục đích của con." Và đây chính là lúc làm công việc thực sự là đào sâu vào tim óc của đứa con lãnh đạm để biết nó mơ ước mong muốn những gì thực sự. Hãy giúp nó cố gắng thêm để nhìn về tương lai và vào những gì thâm sâu trong tâm hồn nó và khuyến khích nó tìm ra đam mê của nó.

6. 6. 2.
đứa con lãnh đạm tự mình đứng mũi chịu sào

Người lãnh đạm là người hướng nội và tìm bạn một cách chậm rãi, nhưng bạn bè thật là thiết yếu đối với nó. Đứa trẻ lãnh đạm thường học hỏi được nhờ chia sẻ với những sở thích của các đứa

trẻ khác. Tự mình nó, đứa trẻ lãnh đạm không cảm thấy thú vị gì về các ý nghĩ hoặc hoạt động, nếu người bạn thân nhất của nó thích thì có thể nó cũng sẽ thử xem sao. Dĩ nhiên điều quan trọng là cha mẹ nào cũng phải biết bạn bè của con cái mình là những đứa nào. Bởi lẽ bản tính của nó là ổn định và tự nhiên không thích mâu thuẫn, dĩ nhiên nó không thấy thu hút bởi những đứa trẻ hay quậy hoặc khiêu khích công khai, như những đứa vượng máu đưa đẩy. Mặc dầu những đứa hướng ngoại có vẻ hấp dẫn đối với đứa lãnh đạm thu hút, nó cũng không muốn 'đất bằng nổi sóng' nên nó dễ thấy mình ở trong tình trạng liều lĩnh và giữa đám đông những đứa chẳng ra gì. Tuy nhiên nếu đứa trẻ lãnh đạm cảm thấy không được chấp nhận và không được trân quý ở nhà, nó có thể sẽ cảm thấy thu hút vào những tình huống không lành mạnh và những lãnh tụ bạo dạn sẵn sàng trân quý nó.

Có một điều rất dễ cám dỗ người lãnh đạm đó là tìm lối thoát dễ dàng, hoặc dấn thân vào các hoạt động dễ dãi thích thú, nhưng lại đưa nghị lực đi ra xa khỏi các dự án tuy khó khăn hơn nhưng lại quan trọng hơn. Chẳng hạn như một người lãnh đạm đã tốn khá nhiều giờ đối với một dự án nghiên cứu khó nhọc, bây giờ cảm thấy cần phải nghỉ xả hơi cho dù vẫn còn cần phải làm thêm giờ nữa mới xong! Một người u uẩn hoặc vượng máu có lẽ sẽ cố gắng làm cho xong đã mới nghỉ. Người lãnh đạm cảm thấy họ có quyền nghỉ ngơi và xả hơi thư dãn. Người lãnh đạm nào cảm thấy bị áp lực nặng nề để thành công trong việc học, mà thiếu người nâng đỡ cho thành công vượt qua những khó khăn, sẽ có thể gian lận.

Bạn có thể giúp đứa con lãnh đạm ra khỏi con người của nó bằng cách khuyến khích nó nhận

lãnh vai trò lãnh đạo. Mặc dầu tự mình nó không thế bắt đầu, nhưng một khi bạn bè khuyến khích nó và nhắc nhở nó về các tài năng của nó, nó có thể trở nên tự tin đủ để thử. Với bản tính suy tư, đáng tin, và hiền hoà, nó có thể trở nên lãnh tụ tuyệt vời mặc dầu tính nó tự nhiên ghét mâu thuẫn và làm đầu. Cách thức nó lãnh đạo sẽ khác với cách thức người nóng giận; tuy nhiên nó có khuynh hướng lãnh đạo qua gương mẫu, bằng phục vụ, bằng cách chủ trương hợp tác giữa bạn đồng đội. Nó tự nhiên ghê tởm các lãnh tụ khoe khoang, cao ngạo và hách dịch.

Điều nguy hiểm đối với người lãnh đạm là thờ ơ, hờ hững và biếng nhác. Nếu họ không được khuyến khích - với nhiều khen ngợi - họ sẽ chẳng bao giờ khám phá nổi tài năng, sức mạnh và sở thích của họ. Tệ hơn nữa, nếu họ bị bỏ quên, bị nài nỉ hoặc săn đón, họ sẽ rút lui về chính mình, vào các hoạt động thụ động như Tivi hoặc chơi trên máy móc, để cuối cùng trở nên một đống cục thù lù. Một lần kia, tôi, Ánh, hướng dẫn một người cha u uẩn vì ông này vật lộn với vấn đề hưng phấn đứa con lãnh đạm. Đúng với bản tính u uẩn, ông luôn giảng thuyết cho đứa con phải làm thế này, không được làm thế kia. Đứa con bị chán nản vì nó khó biểu lộ được tâm tình của nó phải lắng nghe Ba nó thuyết giảng sau khi suốt ngày nó đã nghe thuyết giảng ở trường. Điểm của nó cứ bị tuột xuống mãi, và nó rút lui tránh né Ba nó; dĩ nhiên như vậy càng làm cho Ba nó thuyết giảng nhiều hơn nữa. Tôi, Ánh, khuyến khích người cha đó thay đổi 180 độ để chứng tỏ lòng yêu con. Tôi xin người cha nói với đứa con rằng ông trân quý nó và để ý đến bản tính tốt lành của nó, sự hợp tác và công minh của nó. Tôi xin người cha nói nhiều lời khen ngợi đứa con. Điều này không phải là

dễ đối với người cha u uẩn, nhưng đây là vấn đề hệ trọng nên người cha phải cố gắng thử xem sao. Làm như vậy, người cha u uẩn đã có thể gia tăng lòng tự tin của đứa con và thúc giục con để hành động.

Lời khuyên đó nghe như quá đơn giản, nhưng thực sự điều lạ là ít cha mẹ (nhất là những cha mẹ hướng nội) theo phương pháp điều trị đơn giản này là chỉ khen ngợi và khẳng định. Nếu chỉ nài nỉ và chỉ trích người lãnh đạm chậm rãi thì quá dễ, cho đến khi nó uất ức cùng độ và đóng băng đá lại thành cố chấp, bất di dịch. Điều quan trọng là mỗi một lần như vậy, cha mẹ phải chắc chắn khen ngợi nó 5 lần vì 1 lần đã chỉ trích. Chúng tôi nghĩ rằng có khá nhiều người lãnh đạm đã thiếu cơ hội phát triển toàn diện chỉ vì thiếu người khuyến khích đích đáng. Những tâm hồn hiền hoà thận trọng này cần được lưu tâm và nhiều lời khẳng định khen ngợi.

6. 6. 3.
những cơ chế tổ chức giúp hưng phấn người lãnh đạm

Đứa con lãnh đạm của bạn cần phải được huấn luyện để phát triển năng khiếu đặt kế hoạch, năng khiếu mà tự nhiên nó không có được để nhìn vào đám mây mù mịt (và có khi đáng sợ) của tương lai để tự nó tưởng tượng ra nó sẽ ra sao 6 tháng, 1 năm hoặc 5 năm nữa. Người lãnh đạm rất thoải mái trong hiện tại và không thích nói tới những chương trình vĩ đại hoặc mơ ước tương lai. Mới gần đây chúng tôi cho 2 đứa con trai tư tưởng này: “Nếu Ba má đưa cho con thẻ tín dụng và gửi đi Nữu Ước một tuần, thì con sẽ làm gì?” Chỉ nội trong giây lát đứa vượng máu đã có một lịch trình đầy đủ chi tiết: đi coi đội bóng Yankee, đi mua sắm ở tiệm giầy đầu tiên

của hãng Nike, đi tham quan ở Madison Square Garden, một trận bóng của đội Mets. Đứa con lãnh đạm trả lời: "À mà con không biết." Những ý nghĩ đó không dễ dàng xuất ra từ cái đầu lãnh đạm hướng nội. Như thế không có nghĩa là nó không suy nghĩ gì cả. Thực tế là khi nó được khuyến khích để đi sâu vào tâm khảm của nó, bạn sẽ ngạc nhiên vì nó trưởng thành và quân bình hơn trong tư tưởng.

Bởi thế cha mẹ phải tiếp tục tìm cách để khám phá ra chiều sâu của tim óc đứa con lãnh đạm; với lời khuyến khích rằng những tư tưởng đó sẽ đến. Chúng ta có thể suy nghĩ đến mầu nhiệm thứ năm của 5 sự Vui tràng hạt Mân Côi để được khởi hứng: Maria và Giuse đi tìm Giêsu mất 3 ngày, không biết con trẻ lạc đi đâu, bị bắt cóc hoặc bị thương! Để rồi hai người tìm thấy con trẻ đúng chỗ mà nó nên ở: giảng dạy trong đền thờ*. "Cha mẹ không biết rằng con phải ở trong nhà Cha của con sao?" (Lc 2: 49).* Maria và Giuse không hiểu điều này. Đôi khi chúng ta không hiểu được những mầu nhiệm và chiều sâu của chính con cái chúng ta, vì chúng có những tài nghệ và năng khiếu riêng, và một sứ mệnh đặc biệt từ Thượng Đế. Cũng như Maria, chúng ta có thể giữ những điều đó trong lòng, và tiếp tục dẫn đưa con cái chúng ta tới Chúa.

Người lãnh đạm, hơn những loại tính tình khác, được lợi là thích phối hợp cơ chế tổ chức, những ước vọng rõ ràng minh bạch, và sự nâng đỡ trân quý thường xuyên. Người lãnh đạm cần bạn giúp để ấn định và kiên trì trong việc thực hiện các mục đích của nó. Ít thấy nó phàn nàn, nhưng cũng chẳng thấy nó khởi đầu. Nên bạn phải giúp nó tìm ra những địa bàn hoạt động trong mục vụ, câu lạc bộ xã hội, và các hoạt động ngoại vi trong đó bản tính hợp tác thân tình của nó sẽ triển nở.

Bạn cũng cần phải khuyến khích nó phát triển tâm linh. Hãy dạy nó nhìn nhận Đức Giêsu là người bạn thân nhất đời của linh hồn và nói chi tiết đặc biệt làm sao nó có thể thắt chặt tình nghĩa riêng tư với Đức Kitô. "Làm như vậy sẽ đẹp lòng Đức Giêsu lắm đó!" sẽ là lời hưng phấn tốt đối với người lãnh đạm chính cống. Hãy dạy nó những kinh nguyện và cầu khẩn làm sống lại các điều nó đã học và làm khi còn nhỏ. Giáo hoàng Gioan Phaolô II kể chuyện cho biết khi ngài mới 10-11 tuổi và không siêng năng cũng như không thích hát trong ca đoàn. Thân phụ của ngài đã bảo ngài nên cầu nguyện với Chúa Thánh Linh nhiều hơn và dạy ngài một lời kinh. Ngài cầu nguyện mỗi ngày với Chúa Thánh Linh và viết cả một thông điệp về Chúa Thánh Linh nữa.

Cha mẹ của đứa con lãnh đạm phải chuyên môn về việc làm con cái hưng phấn: khuyến khích chúng khám phá chiều sâu và đam mê của chúng. Với huấn luyện nhân bản và tâm linh, người lãnh đạm sẽ phát triển thành một con người có lý tưởng cao sa, biết tự kiềm tự kiểm, và có thể sẵn sàng hy sinh cho Chúa và đồng loại.

6. 6. 4.
những điều nên và không nên
đối với đứa trẻ lãnh đạm

NÊN

- giúp nó nhìn về tương lai và
đặt kế hoạch lâu dài
- khéo léo nhắc nhở và yêu cầu
thật rõ ràng và chi tiết
- khen ngợi nó về việc hợp tác,
về thái độ tốt và những thành quả

- khuyến khích nó theo đuổi
những mục đích dài hạn
- khuyến khích nó phát triển
những tài năng xã hội và lãnh đạo

KHÔNG NÊN

- chê cười
- nài nỉ hoặc chỉ trích nặng nề
- làm thay thế nó
- để nó rút lui vào cô đơn

Chương 7

nghệ thuật làm cha mẹ và việc hoà hợp tính tình cha mẹ/con cái

"Gia đình thực tế là một cộng đồng nhân vị mà đường lối thích đáng để cùng hiện hữu và cùng sinh sống là hiệp thông: communio personarum (hiệp thông các ngôi vị)"

Giáo hoàng Gioan Phaolô II,
tông thư gửi gia đình

"Con cái, trong khi được lớn lên 'trong khôn ngoan và tầm vóc, và trong ân sủng của Chúa và người đời', có phần đóng góp riêng tư để xây dựng cộng đồng gia đình và thánh hoá cha mẹ nữa."

Giáo hoàng Gioan Phaolô II,
Familiaris Consortio, 26

"Cách tốt nhất để giữ con cái trong nhà là làm cho bầu khí trong nhà thật dễ chịu - và để khí xì ra khỏi các bánh xe."

Dorothy Parker

7. 1.

Tính tình con cái của bạn là hồng ân của Thượng Đế. Bạn là người hướng dẫn, người bênh vực và là thầy dạy sẽ giúp con cái biết dùng hồng ân đó một cách tốt nhất; để khám phá ra các khả năng của nó và chính mình nó. Với tình yêu bạn dành cho nó và với ân sủng của Chúa, nó có thể đạt tới mức độ toàn hảo. Nguyên tắc tổng quát bạn cần phải có là hãy kiên nhẫn và yêu thương hưng phấn nó, như Đức Kitô đối với các môn đệ. Hãy tìm hiểu tính tình của con cái, làm việc với chúng, và nhẹ nhàng thách đố chúng lớn lên. Nhiệm tích hôn phối cho phép người nam người nữ chia sẻ hành động sáng tạo của Chúa, cũng 'thánh hiến' cha mẹ để giáo dục và huấn luyện con cái trong niềm tin Kitô giáo. Chúng ta chia sẻ quyền bính và tình yêu của Chúa Cha và của Đức Kitô đấng mục tử nhân lành, như Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã viết trong thông điệp *Familiaris consortio.*

> Trong khi chúng ta dạy con cái và giúp chúng lớn lên trong sự thánh thiện, chúng cũng dạy *chúng ta* và giúp *chúng ta* lớn lên nữa. Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã nói nhiều lần rằng chúng ta có nhiều điều phải học nơi giới trẻ. Ngài nói nhiều lần với bạn trẻ trong những ngày Đại hội Giới trẻ Thế giới rằng: *"Các con là muối của trái đất . . . Các con là ánh sáng của trần gian" (Mt 5: 13-14).*
>
> Chúng ta có thể huấn luyện - và được huấn luyện bởi - giới trẻ nếu trước tiên chúng ta hãy học cho biết tính tình của chúng ta có ảnh hưởng trên kiểu cách và khuynh hướng làm cha mẹ, và nhìn nhận các cách thức độc đáo tính tình của cha mẹ pha trộn với tình tình của con cái. Tổng

cộng có tất cả 16 cách thế pha trộn giữa tính tình cha mẹ với tính tình con cái và mỗi cách thế đều đem theo những thích thú, phấn đấu và thách đố.

Trước khi tìm hiểu các cách pha trộn tính tình, chúng ta thử khảo sát một vài nét tiêu biểu của người cha/mẹ nóng giận, u uẩn, vượng máu và lãnh đạm. Nên nhớ rằng cũng như mọi khi, những tính tình này được nhìn trong thể *'lý tưởng'* tinh tuyền, còn đa số chúng ta thường có tính tình pha trộn của 2 tính tình, một chính một phụ.

7. 1. a.)
Cha mẹ nóng giận

Cha mẹ nóng giận điển hình là người đi tới, tín thác (thường rõ ràng) chắc chắn, trung hậu, bảo vệ, và khẳng định. Đây là người vừa khởi đầu vừa hưng phấn. Họ kỳ vọng thật cao thật nhiều cho con cái. Họ rất thoải mái đi đầu và khởi lên đối chất. Thông thường gia đình được tổ chức và điều hành theo một kế hoạch - kế hoạch của người nóng giận.

Thế kẹt của người nóng giận là họ có thể lấn át quá, không kiên nhẫn và dễ bỏ buông. Họ có thể quên rằng trẻ em trước sau cũng chỉ là *trẻ em.* Nếu người vợ là người nóng giận, nàng nên canh chừng đừng coi thường vai trò lãnh đạo của chồng nàng. Nếu bạn là cha mẹ nóng giận, bạn cần phải nhất định luyện tập phát triển lòng trắc ẩn, cảm thông, và hiền hoà - nhất là đối với những đứa con hướng nội, nhút nhát nhỏ bé. Xin bạn coi chừng đừng để cho cá tính hùng hổ của bạn làm chúng sợ sệt.

Một người u uẩn hoặc lãnh đạm nhạy cảm có thể nghĩ rằng người cha mẹ nóng giận dễ bực tức hoặc mất lòng trong khi họ chỉ trình bầy ý kiến của họ một cách bạo dạn mạnh mẽ theo kiểu của họ. Một lần kia đứa con gái u uẩn của chúng tôi nói với Lan, vợ tôi, về một điểm nó không đồng ý với các bạn sinh viên về đức tin. Theo kiểu cách điển hình của người nóng giận, nàng không chịu khó lắng nghe cho hết câu chuyện mà lại xông vào ngay tranh luận gay gắt để đả phá ý kiến đối nghịch. Khi màn công kích xong rồi, đứa con gái của chúng tôi thật dịu dàng đưa ra một nhận xét: “Nếu cứ như vậy thì mất hết bạn bè!”

Là cha mẹ nóng giận, xin bạn vui lòng nhớ cho rằng đây là những trí khôn non nớt mà bạn phải uốn nắn, và dạy khôn cho! Nhưng xin cũng coi chừng kẻo nhà bạn trở thành ‘trại huấn luyện binh sĩ’ - nhất là khi các con của bạn không có tính nóng giận như bạn. Cần phải để ý đặc biệt đến các trẻ em tương đối hơi yên lặng, và cũng cần phải ý thức dần dần rằng đời sống gia đình không phải chỉ là ‘đường nhà ta hoặc đường cái quan’ (nhất là nếu khi bạn muốn cho các con sống trong nhà khi chúng lớn lên!). Đặc biệt phải coi chừng kẻo bạn gây ấn tượng rằng con cái bạn phải có những sở thích giống như bạn, phải nói năng hoạt bát như bạn, phải giỏi về mọi phương diện như bạn. Cách thức áp đảo như vậy thật là tai hại đối với đứa con nhạy cảm và trầm tĩnh hoặc đứa con mới học một cái gì lạ, nó có thể cảm thấy bị bỏ rơi hoặc thấy rằng cái gì nó cố gắng làm cũng không thể vừa lòng cha mẹ được. Xin đừng để cho tính bất nhẫn hoặc cơn

bực tức nổi lên làm dập tắt ngọn lửa tình yêu tinh tế của đứa con bé bỏng.

7. 1. b.)
Cha mẹ vượng máu

Cha mẹ vượng máu giống như một đứa bé 'bự' vậy. Họ vui chơi, đi tới, thám hiểm, và rất thích thú trẻ em. Họ linh động và cảm thông, nhìn mọi sự theo cái nhìn của trẻ. Điều hay xẩy ra là người mẹ vượng máu sẽ quy tụ đủ trẻ con hàng xóm để vui chơi sau khi chúng tan học về. Cha mẹ vượng máu sẽ biến tầng hầm nhà thành 'trung tâm học vụ', thiết kế một vườn chơi thể thao nơi sân sau nhà, làm bánh kẹo với đứa con 2 tuổi và dẫn tất cả con cái bạn bè đi coi xinê. Họ thích kể chuyện đủ thứ và thích thấy con cái cười vui cùng với bạn bè (và có thể làm đứng tim mấy đứa con nhút nhát với mấy chuyện khôi hài). Họ có nhiều sáng kiến, chấp nhận, cảm thông và dấn thân. Một người cha mẹ u uẩn sẽ hỏi cha mẹ vượng máu: *Làm sao mà biết được hết mọi chuyện của con cái vậy?*

Điểm kẹt là người cha mẹ vượng máu cần phải được nhắc nhở rằng con cái cần kỷ luật, trật tự, và cơ chế tổ chức. Họ có thể hay quên và thiếu nhất quán, nên trẻ con có thể lợi dụng tình trạng này. Họ cũng có thể bị người ta nói ra nói vào, không dám tiếp tục theo kế hoạch đã tính hoặc một chương trình khó. Người cha mẹ dạy học con cái ở nhà có thể tốn khá nhiều thời giờ học khoa học ở ngoài trời trong sân chơi - mà quên trắc nghiệm bài đánh vần, bài toán và văn phạm. (Dù sao thì trẻ con cũng cần phải *chơi*!)

Vì người vượng máu thích được yêu mến, nên bạn có thể cảm thấy khó ấn định lằn mức ranh giới để có một lập trường cứng rắn khi đứa con làm điều gì sai. Trong những trường hợp như vậy, bạn nên chọn khẩu hiệu: “Con của tôi cần một người cha/mẹ, chứ không chỉ một người bạn.” Cũng cần phải coi chừng, đừng về phe đứa con chống lại người phối ngẫu! Vì bạn làm gương tốt bằng cách hưng phấn với niềm vui tươi và óc khôi hài, hãy cố gắng làm sao để phát triển kỷ luật thuần nhất và quyền bính đàng hoàng trong nhà.

7. 1. c.)
Cha mẹ u uẩn

Trong nhà một người cha mẹ u uẩn, bạn sẽ không vấp phải sách vở lung tung trên sàn nhà, hoặc bát đĩa xếp cả đống chưa rửa trong máy. Đến giờ ăn, con cái sẽ đặt bàn, sắp xếp xiên muỗm, và sau khi ăn, mọi sự dọn dẹp đâu vào đó. Nhà cửa sẽ vắng lặng khác thường. Cha mẹ u uẩn sẽ giữ cho nhà cửa ngăn nắp thứ tự đẹp đẽ, sạch sẽ đàng hoàng. Con cái được phân chia công tác trong nhà, và mọi việc được thực hiện đúng y.

Được như vậy là vì cha mẹ u uẩn cũng giống như nhân vật chuyện phim Mary Poppins, ‘thực tế trọn hảo về mọi phương diện’. Và họ cũng muốn cho mọi người trong nhà được trọn hảo như vậy. Vì họ tự mình hy sinh, trung hậu, có óc tổ chức, thích chi tiết, phân tích, và nhạy cảm, nên họ đặt giá trị nhiều vào những lý tưởng cao sa - muốn cho gia đình thực hiện gương mẫu những lý tưởng đó.

Nguyên tắc tuần tự như tiến thật xa lạ đối với người u uẩn, vì họ chỉ muốn người khác chấp nhận chân lý và chấp nhận ngay tức khắc - muốn phải

làm việc thiện, làm đúng cách, *ngay bây giờ. Ai cũng phải làm theo như nhiệm vụ đòi hỏi. Tại sao tôi lại phải giải thích thêm nữa? Có điều gì bạn không hiểu để có phần nói 'không'?*

Người cha mẹ u uẩn, có lẽ hơn những tính tình khác, có trong đầu óc ý niệm nghĩ sẵn là con cái phải cư xử thế nào, hoặc 'đứa con ngoan' là như thế nào. Họ có khó khăn trở ngại hơn người cha mẹ vượng máu (người đồng hoá với trẻ em) hoặc cha mẹ nóng giận (người có óc thực tế thật mạnh), hoặc cha mẹ lãnh đạm (người chỉ sẵn sàng chấp nhận) để hiểu biết những tâm tình tế nhị của con cái, để tỏ ra khuyến khích và *linh động.*

Thực thế, nếu bạn là cha mẹ u uẩn, hãy coi chừng đừng để bạn quyến luyến với trật tự và kỷ luật, với kế hoạch và lý tưởng, đến độ bất di bất dịch. Điều này có thể làm cho trẻ em mất tinh thần, vì chúng có khuynh hướng gây nên lộn xộn và đổ vỡ lung tung bất cứ chỗ nào chúng nó có mặt! Nếu không có tinh thần linh động, bạn có thể trở nên tiêu cực và chỉ trích quá, rồi cuối cùng là cảm thấy quá tải và trầm cảm. Con cái có thể lợi dụng tình thế để ra mặt mà thách đố bạn. Điều thiết yếu là bạn nên nhớ rằng liên hệ tình nghĩa với con cái là tối thượng - rằng chân lý không dẹp bỏ bác ái, nhưng là bề mặt kia của thực tế.

Ngoài ra khuynh hướng u uẩn của bạn hay làm cho bạn phải đổ mồ hôi vì những chi tiết (nhất là những chi tiết nhỏ mọn) cộng với khuynh hướng chỉ trích và kiểm soát có thể gây nên dịp cho con cái *chống đối* mà đáng lý ra thì không đến nỗi nào, nhất là khi đứa con là nóng giận và vượng máu. Trong trường hợp đứa con lãnh đạm, nếu thiếu khuyến khích tích cực công khai nâng cao, cộng thêm với khuynh hướng tiêu cực của bạn, nó có thể bỏ cuộc

hoặc có thái độ đầu hàng: *Tại sao phải cố gắng nữa? Chẳng bao giờ mình đạt đích mà!*

Xin đừng tưởng rằng ai cũng biết thứ tự ngăn nắp, đa số trẻ con phải được dạy dỗ về điểm này. Hãy làm việc *với* con cái để dạy chúng; đừng chỉ ngồi đó rồi mong đợi chúng biết những gì bạn muốn và biết cách làm như bạn hiểu. Hãy tỏ ra kiên nhẫn với trò trẻ con; hãy học hỏi cách đừng thổi phồng quan trọng hoá vấn đề, hoặc xét nét từng li từng tí. Trẻ con cần nhiều lời khen ngợi hơn - những biểu lộ cách trân quý và những lời khẳng định - hơn là những chỉ trích. Hãy nhớ chắc phải đổ đầy tình yêu vào tim óc nó trước khi muốn chỉ trích!

7. 1. d.)
Cha mẹ lãnh đạm

Cũng như mỗi cha mẹ lãnh đạm thích có ít nhất một đứa con lãnh đạm, mỗi đứa con cũng thích có được một người cha/hoặc mẹ lãnh đạm. Người lãnh đạm, bình tĩnh, hiền hoà, kiên nhẫn, và từ tốn. Họ ghét mâu thuẫn và chậm giận dữ. Họ đặt giá trị vào hoà đồng, bình an, và hợp tác trong nhà. Là một người biết lắng nghe giỏi, họ cũng biết tinh tế, thoải mái và không đòi hỏi. Họ sẵn sàng đón nhận bất cứ điều gì mà vợ/chồng con cái cần nói, cảm thông và không hay tranh cãi. Trong khi cha mẹ phạt đứa con vì bị điểm trung bình, hoặc không cho con lên đại học tại vì ngày xưa lúc học lớp mẫu giáo không chịu đọc sách, cha mẹ lãnh đạm có khi chẳng để ý xem phiếu điểm nữa.

Cha mẹ lãnh đạm ghét phải đối chất, do đó có khi người phối ngẫu u uẩn phải lo việc giáo dục con về sinh lý, hoặc người phối ngẫu nóng giận phải đi tới lớp học và xin gặp giáo viên, hoặc người phối

ngẫu vượng máu phải dẫn mấy đứa nhỏ đi chơi điện tử. Cha mẹ lãnh đạm có thể giúp nếu được yêu cầu nhưng thường không gợi ý. Họ thường gác chân lên mà nghỉ ngơi thoải mái. Người lãnh đạm dạy con học ở nhà có lẽ sẽ nằm nghỉ một giấc trong khi đứa con làm bài toán.

Là cha mẹ lãnh đạm, khuynh hướng coi thường các vấn đề và giữ nguyên tình trạng có thể đưa đến một thế kẹt. Chấp nhận nhiều quá (mà không có kỳ vọng cao) có thể đi đến hậu quả là không đạt tới điểm - hoặc tại con cái (không được khuyến khích để vươn lên) hoặc bởi chính bạn, vì không chịu cung ứng cơ hội để gia đình thăng tiến và thành công. Bạn nên nhìn nhận rằng yêu thương đôi khi cũng cần phải thách đố nữa.

Vì con cái, bạn nên chuyên cần có thái độ tích cực, dấn thân, và hưng phấn. Xin bạn đừng để cho người phối ngẫu phải luôn luôn đương đầu với hết mọi tình huống khó khăn hoặc lo toan mọi hoạt động chung. Hãy đi tới để khởi động trao đổi chuyện trò, sinh hoạt và phát triển tình thân mật với con cái, nếu không thì bạn sẽ bị coi là xa cách, không dấn thân và không quan tâm. Một đức tin vững mạnh và một đời sống cầu nguyện sẽ giúp bạn khỏi bị nản chí trong những nhiệm vụ cam go (cho bạn), và bạn sẽ học hỏi để trở nên hoạt động và dấn thân nhiều hơn với con cái - để trở nên một cha mẹ dễ thương không phải chỉ vì tính tình hiền hoà của bạn, mà vì đã giúp cho con cái lớn lên và thăng tiến.

7. 2.
những phối hợp tính tình
cha mẹ/con cái

Mỗi phối hợp tính tình giữa cha mẹ và con cái đều có những niềm vui và rắc rối đặc biệt riêng. Hiểu được những năng động trong một phối hợp sẽ giúp bạn xây dựng liên hệ tình nghĩa mạnh mẽ hơn với con cái. Chúng ta hãy thử nhìn vào hình ảnh thu gọn của mỗi phối hợp.

7. 2. a.)
Cha mẹ nóng giận//
con cái nóng giận

Phối hợp hướng ngoại với hướng ngoại thì tốt đối với vấn đề truyền thông hoặc muốn biết có gì đang xẩy ra. Hãy để cho con cái nóng giận xì ra các ý tưởng và lý sự của chúng; hãy nên nhớ rằng chúng nó phản ứng khá mau và nói trước khi suy nghĩ. Vì cả 2 phía đều không chịu nhượng bộ, nên để ý đừng dấn mình tranh cãi vô lý vào những gì không thể rút lại được. Con cái nóng giận thì đua tranh, nên hãy cho phép chúng thi đua và học hỏi để thắng. Hãy để cho chúng có cơ hội có một quyết định và kiểm soát. Nếu chúng đúng, hãy nói cho chúng biết như vậy và cứ để cho chúng sáng tươi.

7. 2. b.)
Cha mẹ vượng máu//
con cái nóng giận

Nhiều cơ hội tốt để truyền thông. Có cơ hội tốt để giúp cho đứa con hăng hái được thư dãn mà vẫn vui nhộn. Đừng cảm thấy khó chịu nếu như con cái

nóng giận cãi lý; hãy để cho chúng có cơ hội tranh đua và thăng tiến. Vì người nóng giận thường căng thẳng, người vượng máu có thể giúp họ trở nên nhạy cảm hơn đối với người khác và thích thú đối với chính mình. Hãy học hỏi cách ấn định giới hạn lằn mức khi chúng còn nhỏ, hãy giữ vững lập trường, nhưng phải chọn lựa chiến tuyến.

7. 2. c.)
Cha mẹ u uẩn//
con cái nóng giận

Bạn có thể liên hệ với con cái trên bình diện lý tưởng và nguyên tắc. Đừng vội quy về mình khi con cái cãi vã và tranh luận. Đừng trừng phạt bằng cách rút lui khi chúng tiết lộ ra điều gì làm mất lòng hoặc cãi vã. Đừng chỉ trích quá đáng, nếu không, chúng sẽ ngấm ngầm chống đối lập trường của bạn. Hãy chứng tỏ bạn trung hậu với chúng bằng cách bênh vực chúng công khai khi cần. Một số người u uẩn khó biểu lộ lòng trân quý, nhưng người u uẩn lại cần thật nhiều trân quý và lưu tâm đặc biệt.

7. 2. d.)
Cha mẹ lãnh đạm//
con cái nóng giận

Ở đây đức kiên nhẫn và bao dung của bạn thật hữu ích. Nhưng cũng đừng đoán chừng rằng con cái nóng giận cũng tà tà như bạn. Hãy cho phép chúng phát triển nhiều sở thích của chúng, và đừng che đậy không cho chúng thi đua và cơ hội lãnh đạo. Đừng coi như chúng chĩa về phía bạn nếu như chúng cãi vã và tranh luận. Hãy cho chúng biết khi chúng phải; chúng luôn luôn trân quý điều đó. Hãy

giúp chúng truyền thông một cách đàng hoàng tử tế. Hãy tránh bị cám dỗ cứ để mặc chúng muốn làm gì tuý ý. Hãy dấn thân.

7. 2. e.)
Cha mẹ nóng giận//
con cái vượng máu

Phối hợp hướng ngoại với hướng ngoại thì tốt đối với vấn đề truyền thông. Hãy nhìn nhận rằng con cái vượng máu nói ra những gì chúng có trong đầu óc, nhưng không có ấn tượng lâu dài. Hãy để cho chúng nói ra những tư tưởng của chúng; hãy biết ơn vì chúng đã cho biết chúng đang suy nghĩ hoặc cảm nghiệm những gì! Hãy chắc chắn bạn cho đứa con vượng máu được thoã mãn nhu cầu vui nhộn và có giờ với bạn (cho dù không 'hiệu quả' như ý kiến nóng giận của bạn).

Chỉ trích làm tổn thương nó nặng nề, cho dù nó cũng rất dễ tha thứ. Nó cần được cảm thấy trân quý và có cơ hội là trung tâm điểm cho mọi người chú ý.

7. 2. f.)
Cha mẹ vượng máu//
con cái vượng máu

Bạn có thật nhiều vui nhộn! Hãy cùng nhau vui vẻ! Cả hai hãy dành thời giờ cho việc huấn luyện trí thức và tâm linh. Đừng để cho con cái vượng máu bị mắc vào vòng giả tạo hoặc theo thời, và hãy coi chừng xem bạn bè nó là những ai và nó thích coi phim nào Tivi kênh nào. Khi nó còn bé tí teo, phải thuần nhất trong việc bạn đòi hỏi, ấn định giới hạn và tạo nên cơ cấu tổ chức. Hãy tích cực thích thú

giúp nó trên đường học vấn và tập luyện thể thao để nó có thể học hỏi kiên nhẫn.

7. 2. g.)
Cha mẹ u uẩn//
con cái vượng máu

Đừng cố gắng để làm cho con cái đứa nào cũng trở nên giống như bạn! Nên nhớ rằng chúng không phải là hoàn hảo hoặc được lý tưởng đưa đẩy, nhưng là thích có liên hệ tình nghĩa và vui nhộn. Chúng muốn bạn cũng phải thích thú những gì chúng thích thú và vui nhộn với chúng khi chúng vui nhộn. Xin đừng giảng thuyết và giải thích mọi sự. Chúng được hưng phấn vì tình yêu và hạnh phúc. Hãy giúp chúng khám phá những lý tưởng sâu xa hơn và tôn giáo bằng cách móc nối với niềm vui và nhộn nhịp. Hãy chọn chiến tuyến của bạn. Hãy hiểu cho rằng những sự phù du mau qua như quần áo lại rất quan trọng đối với chúng. Đừng chỉ trích làm chúng mất vui và mất hứng.

7. 2. h.)
Cha mẹ lãnh đạm//
con cái vượng máu

Có lẽ cha mẹ và con cái đều mong muốn hoà hợp và bình an. Nhưng con cái vượng máu thích vui nhộn thật nhiều và điều đó có thể là tầm thường đối với cha mẹ lãnh đạm. Hãy chắc chắn phải đi tới để làm thêm những gì đặc biệt và dành thời giờ vui chơi đối với dứa con vượng máu. Cố gắng đừng có thái độ cau có hoặc tiêu cực. Điều đó có thể làm hại cho đứa con vượng máu. Hãy ra khỏi chính mình mà khen ngợi lòng nhiệt thành, tính khôi hài và bản

tính tốt của đứa con vượng máu. Đừng chỉ chở nó tới chỗ này việc kia; hãy vui hưởng với nó nữa.

7. 2. i.)
Cha mẹ nóng giận//
con cái u uẩn

Hãy coi chừng khuynh hướng xô đẩy đứa con u uẩn cho nó cởi mở hơn và phong phú hơn. Hãy cho phép nó triển nở từ từ và theo kiểu cách của nó. Hãy hiền hoà dịu dàng. Hãy công minh. Hãy cho phép nó có thời giờ yên lặng và sáng kiến riêng tư. Hãy bênh vực nó khỏi bị bạn đồng đội tấn công hoặc làm tổn thương - hãy về phe nó - vì đứa con u uẩn rất dễ bị tổn thương sâu đậm. Hãy giúp nó đi tới một quyết định hoặc khởi đầu thay đổi. Hãy dành thời giờ để lắng nghe. Đừng giải quyết vấn đề thay thế nó, hãy làm nó phấn khởi, hoặc điền vào chỗ trống dùm nó, nếu không, nó sẽ rút lui và cảm thấy không được trân quý. Hãy dùng lời nói mà tỏ lòng trân quý cho dù nó hình như không cảm thấy như vậy.

7. 3. j.)
Cha mẹ vượng máu//
con cái u uẩn

Nên nhớ rằng con cái u uẩn là hướng nội và suy tư thật sâu xa. Đừng vội bắt buộc chúng phải hoạt động hoặc liên hệ tình nghĩa. Đừng cố gắng bắt chúng phải giống như bạn. Hãy để cho chúng có thật nhiều không gian và thời gian mà truyền thông những tư tưởng từ nội tâm của chúng. Hãy bênh vực chúng khỏi bị chèn ép. Hãy cho phép chúng sáng tạo trong yên lặng. Đừng trêu chọc chúng và

đừng mong chúng phải cười theo với bất cứ lời nói bông đùa nào của bạn. Đừng coi những thay đổi tính tình của chúng như chĩa vào bạn. Lòng nhiệt thành của bạn có thể giúp chúng khởi đầu những dự án và nhiệm vụ khác nhau. Xin đừng tưởng rằng chúng không quý hoá việc bạn giúp, chỉ vì ít khi chúng minh nhiên biểu lộ lòng trân quý.

7. 2. k.)
Cha mẹ u uẩn//
con cái u uẩn

Cả hai đều liên hệ với nhau trong yên tĩnh, khoảng cách không gian, nguyên tắc và trật tự. Nhưng xin coi chừng kẻo cả hai trở nên thận trọng quá hết vui nhộn. Hãy học hỏi cách khuyến khích tình bạn; đừng dây mình vào các nhóm nài nỉ ỉ eo hoặc tán dóc chỉ trích. Hãy cùng nhau học hỏi để đừng tổng quát hoá các ưu tư. Hãy giúp con cái học hỏi để biểu lộ các vấn đề trong cách thế ít phê phán. Hãy học hỏi tha thứ qua việc phát triển tâm linh. Cha mẹ u uẩn có khuynh hướng phóng đại tô mầu quá cỡ. Đừng sửa phạt nghiêm ngặt quá, kẻo chúng hờn dỗi bất công. Chúng không quen góp ý kiến, nhưng nếu hỏi chúng nghĩ gì, bạn sẽ ngạc nhiên với những suy nghĩ của chúng về các sự việc.

7. 2. l.)
Cha mẹ lãnh đạm//
con cái u uẩn

Cả hai cha mẹ và con cái đều là hướng nội và trân quý các khoảnh khắc trầm lặng trong cuộc sống. Có thể bạn phải tự đẩy mình lên để có sáng kiến mà vui nhộn giữa 2 bên. Người u uẩn thường

sống theo nguyên tắc nên họ cần phải hiểu bức tranh vĩ đại nếu như bạn ra chỉ thị. Cả 2 loại tính tình đều có khuynh hướng lười biếng, hoặc có thể cảm thấy hơi kỳ cục nếu phải khởi đầu vui nhộn, nên có thể bạn phải đi tiên phong đấy. Cả hai đều do dự không dám khởi đầu hoặc biểu lộ cảm xúc hoặc tâm tình, nên cần phải cố gắng thật nhiều để minh nhiên trân quý và lưu tâm. Hãy nhớ những khoảnh khắc tốt đẹp nhất và nói với chúng về những khoảnh khắc đó; hãy khoe những khoảnh khắc đó với bạn bè của chúng. Cũng xin nhớ cho rằng chúng sẽ không đền ơn như vậy đâu.

7. 2. m.)
Cha mẹ nóng giận//
con cái lãnh đạm

Hãy coi chừng đừng quá trực tiếp và lôi kéo. Con cái lãnh đạm được hưng phấn do nâng đỡ và trân quý hơn là dám liều và thách đố. Với cơ chế tổ chức và nâng đỡ, chúng có thể tỏ ra rất thi đua trong thể thao, học vấn và chuyện làm ăn. Hãy giúp chúng đặt định các mục đích đáng kể và đưa ra các bước tiến cần thiết để chu toàn các mục đích đó. Hãy đưa ra các đề nghị, và hãy khen ngợi và khuyến khích thật nhiều để hưng phấn chúng. Con cái lãnh đạm cần phát triển những sở thích riêng tư của nó, nhưng lại sẵn sàng đi theo bạn hướng dẫn. Hãy học cách giúp chúng đi ra và dùng thời giờ cần thiết để học hỏi về tâm hồn bên trong của chúng. Có thể bạn phải đối chất với tính lười biếng, quy về mình và chia trí. Nhưng xin hãy hướng dẫn với lời khen ngợi và nâng đỡ.

7. 2. n.)
Cha mẹ vượng máu//
con cái lãnh đạm

Bạn phải cung ứng hưng phấn và chiều hướng. Con cái lãnh đạm tỏ ra rất hướng nội và biểu lộ tâm tình thật chậm rãi, nhưng bạn có thể liên hệ với chúng qua liên hệ tình nghĩa thật quan trọng. Hãy giúp chúng phát triển khả năng lãnh đạo bằng cách tích cực lưu tâm và khen ngợi. Đừng chọc quê chúng bao giờ. Hãy thích thú trí khôn minh mẫn khô khan của chúng. Bởi lẽ người lãnh đạm có thể lười biếng, như thế nó sẽ phó thác mọi sự tuỳ nghị lực của cha mẹ vượng máu mà không chịu khởi đầu sự gì. Hãy kiên nhẫn và thuần nhất giúp nó đóng góp và học hỏi lãnh đạo. Đối với cha mẹ vượng máu thì đây là một sự kiên nhẫn to lớn. Xin đừng coi việc nó thận trọng hoặc rút vào bên trong như là một cách chối từ. Cả người vượng máu lẫn người lãnh đạm có thể quên nhìn về mục đích mà bị chia trí về cách thức diễn tiến; hãy nhắc nhở chính mình cũng như con cái phải ấn định những mục đích cụ thể và kiên trì thực hiện cho được. Hãy dẫn đưa con cái lãnh đạm ra khỏi con người của chúng qua các hoạt động vui nhộn và tính cách khôi hài của chính chúng.

7. 2. o.)
Cha mẹ u uẩn//
con cái lãnh đạm

Cả cha mẹ và con cái đều là hướng nội, nên phải học hỏi cách thức biểu lộ tâm tình một cách tích cực. Người lãnh đạm không được hưng phấn bởi chỉ trích nên sẽ rút lui nếu bị phê bình. Khi bạn

chỉ muốn ‘nhắc đến một sự gì’ họ sẽ coi đó như là đàn áp tâm tình của họ vậy. Như vậy sẽ tạo nên hờn dỗi. Xin đừng nài nỉ! Đừng lên lớp! Hãy học hỏi cách thức để chọn chiến tuyến và khéo léo từ tốn nhắc nhở nếu họ không đáp ứng. Họ dễ bị tổn thương, nên hãy cố gắng đừng can thiệp khi họ đang giận dữ. Hãy hỏi xem họ nghĩ gì, nếu không thì chẳng bao giờ bạn biết điều họ suy nghĩ. Hãy khen ngợi và nói những lời trân quý thật nhiều cả khi bạn nghĩ rằng không cần phải làm như vậy.

7. 2. p.)
Cha mẹ lãnh đạm//
con cái lãnh đạm

Cả cha mẹ và con cái đều trân quý cộng tác và hoà hợp. Thật khó mà thách đố đứa con lãnh đạm, bởi lẽ cả bạn và nó đều không nhạy cảm và không thích mâu thuẫn. Cả 2 đều là gián tiếp và có thể cảm thấy không thoải mái để khởi đầu, và như thế thì buồn chán. Với loại tính tình này, lười biếng và trì hoãn là cơn cám dỗ thường xuyên.

Hãy đặt trọng tâm thẳng thắn và giữ đúng đường hướng. Hãy tìm môi trường có cơ chế tổ chức. Nếu đứa con lãnh đạm đi lệch ra khỏi kế hoạch, hãy đối chất nó với lời khen ngợi và nâng đỡ để nó đi đúng. Điều này khá khó đối với cha mẹ lãnh đạm vì khuynh hướng coi thường mọi vấn đề. Cố gắng đừng khó chịu. Hãy giúp đứa con lãnh đạm đặt định những mục đích cao xa và giữ vững hướng đi đúng chiều - cho dù bạn cảm thấy khó thách đố và kiểm soát nó.

Chương 8

Làm sao để hưng phấn chính bạn và những người khác

"Hưng phấn như vậy có nghĩa là kêu gọi đến những giá trị làm cho một người cảm thấy hấp dẫn và hành động."

Marcial Maciel, L.C.

"Đừng đặt những kế hoạch nhỏ bé
vì như vậy không đủ sức khơi động
máu con người."

Niccolo Machiavelli

"Khi có một nghệ sĩ đến với tôi
và muốn thảo luận vai trò của họ,
tôi nói: "Coi bài bản đó đi."

Nếu họ hỏi: "Nhưng làm gì để tôi hưng phấn?" Tôi nói: "Tiền lương của bạn."

Alfred Hitchcock

8. 1.

Con người được sáng tạo theo hình ảnh của Thượng Đế, có cả trí tuệ và ý chí. Khi trí tuệ nhận thấy có điều gì tốt đẹp hoặc nên có, ý chí đưa đẩy chúng ta hành động để được điều tốt đó. Như vậy ý chí là động lực của linh hồn biết chọn điều tốt.

Nhưng cái gì điều động ý chí để chọn điều tốt? Hoặc nói cách khác: điều gì *thúc đẩy, điều động* chúng ta?

Tình yêu là động lực thúc đẩy mạnh mẽ nhất; khi một người yêu điều gì, họ được điều động, được thúc đẩy để có được điều đó. Nếu động lực thúc đẩy được ví như dầu xăng đối với đầu máy ý chí, tình yêu là loại xăng cao độ. Khi bạn yêu, hình như không có gì mà không có thể; kể cả những việc cam go, nếu có tình yêu, thì cũng coi như dễ dàng.

Phải chi chúng ta làm việc, cầu nguyện, học hành, hoặc tập luyện thể dục cũng hăng say đam mê và thích thú y như khi chúng ta theo đuổi những gì chúng ta yêu thích! Nhưng thúc đẩy chúng ta để thoả mãn những đòi hỏi ít thú vị hơn của cuộc sống mỗi ngày lại là một chuyện khác. Như ai cũng đưa ra những quyết định mỗi đầu năm mới để rồi sau đó chỉ 2 tuần là đã quên đi, tất cả đều hiểu rằng chỉ hứa suông (như giảm cân) không thôi chưa đủ để thúc đẩy chúng ta chu toàn nhiệm vụ. Cũng vậy việc nhìn nhận rằng chúng ta có nhiệm vụ *phải* làm và đây là điều tốt cho chúng ta, cũng không luôn luôn đủ để thúc đẩy ý chí của chúng ta *làm điều đó.* Đối với đa số chúng ta, có một 'khoảng cách điều hành' giữa việc biết phải làm và thực sự làm. Nếu chúng ta học

hỏi cách thức để thúc đẩy chúng ta hay hơn, chúng ta sẽ bắt đầu thu ngắn khoảng cách đó lại.

Cũng có vấn đề thúc đẩy người khác nữa. Người chủ sự nào cũng có thể nói cho bạn biết rằng nếu chỉ ấn định chỉ tiêu bán hàng không mà thôi thì chưa đủ tạo nên kết quả mong muốn. Bất cứ cha mẹ của một đứa con lầm lì nào cũng biết rằng nếu nó không muốn nói thì bạn chẳng có thể cậy miệng nó ra được. Bất cứ ai đã phải lôi kéo một đứa trẻ mệt lử la khóc ra khỏi tiệm hàng đều biết rằng thỉnh thoảng bạn không thể cứ ra lệnh mà được nó vâng lời. Chỉ biết điều gì đúng mà thôi, không luôn luôn thúc đẩy chúng ta hành động. Lệnh truyền, đòi hỏi, và dỗ dành mà thôi, thường không đủ để thúc đẩy người khác. Con người cần *động lực thúc đẩy.*

8. 2
"Cứ làm đi" chưa đủ

Việc chúng ta không thể thúc đẩy chính mình hoặc người khác thường là ở đầu mối mâu thuẫn, dù là vợ chồng, cha mẹ con cái hay nơi sở làm. Khi một người vợ phàn nàn rằng chồng nàng không bao giờ nói chuyện với nàng, phải chăng là bởi lẽ nàng chẳng biết cách *yêu cầu*, nên tìm cách thúc đẩy chàng bằng cách nài nỉ ỉ eo? Khi người cha phải đi đến giải pháp la mắng quở phạt cấm cách đứa con choai choai vì nó không chịu làm việc nhà hoặc làm bài, phải chăng giải pháp thực sự là tìm cách thúc đẩy nó hữu hiệu hơn? Khi một công nhân bị sa thải vì làm việc dưới năng xuất, phải chăng người chủ cũng chịu một phần trách nhiệm vì không thúc đẩy họ cho đủ?

Bạn có thể phản đối lại và nói rằng người chồng không cần phải được nhắc nhở để nói

chuyện với vợ! Con cái đương nhiên phải vâng lời cha mẹ mà không cần biết lý do tại sao! Và công nhân dĩ nhiên phải làm việc của họ cho đủ, chấm hết.

Nhưng vấn nạn này không để ý tới *tội nguyên tổ.* Bởi vì nguyên tổ của chúng ta phạm tội, nên ý chí của chúng ta bị yếu đi, và trí tuệ của chúng ta bị lu mờ đi. Chúng ta không luôn luôn kiểm soát được các đam mê của chính mình. Nói tóm lại, chúng ta không luôn luôn làm những gì chúng ta phải làm. Như Thánh Phaolô đã viết: *"Tôi không làm những gì tôi muốn, mà làm những gì tôi ghét." (Rm 7: 15).* Cho đến khi chúng ta tới mức thiện toàn của đức bác ái và vâng lời - nghĩa là thương yêu người khác hoàn toàn trọn vẹn và thực thành ý Chúa chỉ vì mến yêu Chúa - chúng ta sẽ còn luôn luôn phải cần được giúp đỡ để lớn lên trong nhân đức và làm việc đúng. Cũng vậy những người thân yêu của chúng ta - con cái, vợ/chồng và tha nhân mà Chúa đã đưa vào cuộc đời của chúng ta - cần *chính chúng ta* thúc đẩy nâng đỡ họ.

Trong chương này, chúng ta sẽ tìm hiểu xem có cách nào tốt nhất để thúc đẩy chính chúng ta, theo như loại tính tình của chúng ta, và chúng ta sẽ khám phá những cách thức đúng hoặc sai để khuyến khích chính chúng ta, vợ/chồng, và con cái ngõ hầu chu toàn những mục đích tự nhiên và siêu nhiên.

8. 3.

"Chúng ta phải làm sao đánh thức nhau dậy mà yêu thương và làm việc tốt." (Rm 10: 24)

Tính tình là một phần bản tính Chúa ban. Chỉ có Đức Kitô là người trọn hảo nên có tính tình trọn

hảo (có lẽ là trọn hảo của 4 tính tình) - và không có điểm gì yếu kém. Nhưng tính tình của chúng ta là không trọn hảo, với những điểm mạnh hay và điểm yếu kém. Trong chương này nói về động lực thúc đẩy, chúng ta sẽ tìm hiểu xem làm sao để chúng ta có thể đặt căn bản vào những điểm mạnh hay và giảm thiểu những điểm yếu kém, để tránh những lỗi lầm làm mất năng lực hoặc làm bớt đi hiệu quả hiệu lực tại sở làm cũng như ở nhà. Hiểu được những trở ngại trong việc ấn định và theo đuổi mục đích, sẽ giúp chúng ta không những ở sở làm và tại nhà mà còn trong đời sống tâm linh nữa.

Chương này cũng giúp chúng ta hiểu được cách làm việc với các loại tính tình khác - để học cách đúng mà thúc đẩy vợ/chồng con cái mà tránh bấm vào các nút báo động, làm sao để nâng đỡ những người thân thương giúp họ chu toàn mục đích; và làm sao để giúp con cái lớn lên và phát triển. Mỗi cha mẹ, giáo chức, chủ sự, hoặc vợ chồng cần phải thúc đẩy cũng như giảng dạy, giải thích và yêu cầu. Thánh Phaolô viết: *"Vì thế hãy khuyến khích nhau, và xây dựng cho nhau tiến lên." (1 Tx 5: 11).* Ngài tiếp tục nhắc nhở chúng ta phải xây dựng cho nhau tiến lên như thế nào: *"Hãy cảnh cáo người ở nhưng không, làm hưng phấn người nhát đảm, nâng đỡ người yếu đuối, hãy kiên nhẫn với tất cả. Phải coi chừng đừng để ai lấy oán báo oán; nhưng hãy luôn luôn tìm kiếm những là tốt đẹp cho nhau và cho tất cả." (1 Tx 5: 14)* Chúng ta nên bắt chước gương mẫu Thánh Phaolô, người thúc đẩy: *"Tôi đã trở nên mọi sự cho mọi người, để mong cứu độ một vài." (1 Cr 9: 22).*

Chúa ban cho mỗi người một ít tài năng, với mục đích giúp chúng ta thi hành ý Chúa, để lớn lên trong thánh thiện, và một ngày kia đạt được thông

hiệp với Chúa. Chúa muốn chúng ta sử dụng các tài năng Chúa đã ban cho chúng ta - chứ không phải để đó không làm gì - mà sinh hoa kết quả. *(Mt 25: 14tt).*

Không sử dụng các tài nghệ và năng khiếu Chúa ban, có thể đây là nguyên cớ chính gây nên ngã lòng, hối hận, buồn chán và liên hệ tình nghĩa thất bại. Trên bình diện tâm linh, có thể đây là nguy hiểm cho linh hồn. Chúng ta có nhiệm vụ và sứ mệnh tham gia vào Hội Thánh - trong việc tông đồ - do chính nhiệm tích rửa tội. Như Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã viết trong thông điệp Christifideles Laici rằng ngày nay hơn bao giờ hết mỗi người trong chúng ta phải vào làm việc vườn nho của Chúa, dẫn đưa Đức Kitô đến cho các linh hồn và dẫn đưa các linh hồn về với Đức Kitô. Chính đây cũng là một phần việc cứu rỗi linh hồn của chính chúng ta.

8. 4.
Đức Kitô là động lực thúc đẩy

Đức Giêsu Kitô là đấng đã thúc đẩy tâm trí lòng dạ con người và đã dẫn đưa họ về với tình yêu cao cả nhất, tình yêu của Thượng Đế. Sách Phúc âm chứng tỏ cho thấy Ngài có những năng khiếu thúc đẩy tuyệt vời. Ngài chỉ nói câu đơn giản: *"Hãy theo Ta"*, thế là mấy người thuyền chài bỏ chài lưới thuyền bè và cuộc sống - và người cha của họ - trên thuyền mà theo Ngài ngay tức khắc. Đây là những người đơn sơ làm ăn vất và, gia đình họ lệ thuộc vào công việc đánh cá của họ; thế mà vừa gặp Đức Kitô, lập tức họ bỏ nghề vững chắc trong tay mà đi ôm lấy một nếp sống mới chưa biết ra sao, trở nên *'chài người'.*

Khi Đức Giêsu gặp gỡ người thiếu phụ Samaria bên bờ giếng, Ngài chẳng vất vả gì để lôi kéo người phụ nữ ước muốn nước tự nhiên tới cơn khát siêu nhiên được sống thánh thiện *(Ga 4).* Zakêu, vừa nghe lời mời của Đức Kitô, đã sẵn sàng ngay lập tức để cho đi nửa gia sản cho người nghèo, và hứa đền trả gấp 4 lần những gì ông đã quá tay bắt nạt người đóng thuế. Viên sĩ quan bách quân đội trưởng đã nhìn nhận ra ngay vai trò lãnh đạo và quyền uy của Đức Kitô: *"Vì tôi cũng chỉ là một người thừa uỷ dưới quyền bính, đối với các binh lính dưới quyền tôi, Và tôi bảo người này đi thì nó đi, bảo nó lại thì nó lại . . ." (Lc 7: 1-9).*

Khi Đức Kitô gọi Simon Phêrô (Lc 5: 1-11), Lêvi (Lc 5: 27), và Zakêu (Lc 19: 1-10) Ngài di chuyển đi tìm kiếm họ. Ngay trước khi gọi Simon Phêrô, đám đông dân chúng ở Capharnaum tìm cách không cho Ngài rời khỏi thành phố của họ, nhưng Ngài bảo họ: *"Ta còn phải đi tới các thành khác để rao giảng tin mừng Nước Trời" (Lc 4: 43).* Ngài không phải là một giáo sĩ suốt ngày ngồi trong đền thờ chờ đợi người ta đến với Ngài. Ngài cũng không phải là một tôn sư tâm linh huyền nhiệm ẩn mình trên đỉnh núi chờ đợi môn sinh lần mò tới. *"Ngài đi từ làng này tới làng kia, rao giảng và công bố tin mừng về Nước Trời." (Lc 8: 1).* Đức Kitô không những là Thượng Đế cao vời, nhưng còn là người bạn gần kề đi tìm gặp chúng ta.

Giáo hoàng Gioan Phaolô II viết: *"Phải chăng Thượng Đế có thể hạ mình xuống hơn nữa, để gần loài người hơn, như vậy để chúng ta có thể gần Ngài hơn nữa? Trên thực tế, hình như Ngài đã làm hết sức rồi. Ngài không có thể đi xa hơn nữa. Hiểu theo nghĩa nào đó Thượng Đế đã đi quá xa!"*

Đức Giêsu có Nhóm 12 đồng hành, với một ít phụ nữ đã được Ngài chữa lành, và *"nhiều người khác tuỳ tài nguyên đã cung ứng nhu cầu cho cả Nhóm" (Lc 8: 3).* Trước mỗi lần mời gọi, Ngài hoặc đi dạo trên bờ biển Galilê, hoặc đi thăm viếng dân chúng trong thành này làng nọ. Một phần trong khả năng Ngài thu hút môn đệ là Ngài gặp gỡ họ nơi họ sinh sống: trong thuyền đánh cá bên bờ biển Galilê, trong các thành thị, nơi nhà họ ở, đi ngang qua con đường gió bụi.

Khi Đức Kitô đứng dậy để đọc lời tiên tri Isaia trong hội đường ở Nazareth, *"Hôm nay ứng nghiệm lời quý vị vừa nghe trong Sách Thánh", tất cả mọi con mắt trong hội đường đổ dồn về Ngài; tất cả đều "nói hay về Ngài và ngạc nhiên về những lời hay phát xuất từ nơi miệng Ngài." (Lc 4: 16-22).* Ngài 'nói với uy quyền', với duyên dáng và sức mạnh. Sau này khi môn đệ của Gioan Baotixita hỏi xem có phải Ngài là Đấng phải đến để họ đi theo, Ngài bảo họ: *"Hãy về nói lại với Gioan những gì các ngươi đã xem và đã nghe: kẻ mù được nhìn thấy, người què đi được, người cùi được chữa lành, kẻ điếc được nghe, người chết sống lại, kẻ nghèo được nghe rao giảng tin mừng cho họ." (Lc 7: 22).*

Như Giáo hoàng thường nói: 'Đức Kitô đề nghị'. Ngài mời mọc, kêu gọi, nhưng không bao giờ bắt buộc ai. Để thúc đẩy, Ngài dùng uy quyền (chính đáng, không bao giờ dùng bạo lực hoặc kiểm soát); Ngài gặp gỡ dân chúng nơi người ta sinh sống trên bình diện tự nhiên, nhưng rồi thu hút vào tình yêu siêu nhiên của Thượng Đế; và Ngài làm nhiều phép lạ chữa lành.

8. 5.
những nguyên tắc về
động lực thúc đẩy

"Nếu bạn đối xử với một người như thế nào thì họ sẽ sống như vậy, mà nếu bạn đối xử với họ như thể họ phải như thế khác, họ sẽ trở nên như thế khác và như thế họ có thể."

Goethe

"Hãy trở nên chính con người của bạn."
Giáo hoàng Gioan Phaolô II

8. 5. 1.

Muốn tìm hiểu về động lực thúc đẩy thì phải tìm hiểu về thay đổi. Khi chúng ta được thúc đẩy, chúng ta thay đổi. Khi chúng ta thiếu thúc đẩy, thông thường là do sợ - hoặc lưỡng lự đối với - thay đổi.

Ngược lại, thay đổi đòi hỏi phải có động lực thúc đẩy. Một đứa trẻ phải được thúc đẩy mới có thể thay đổi từ luộm thuộm đến tươm tất, hoặc từ chia trí đến chú ý trong lớp. Một người vợ/chồng cũng phải có động lực thúc đẩy mới thay đổi từ chơi không ngồi rồi không làm gì cả đến chăm chỉ giúp việc trong nhà, hoặc từ một công nhân tầm thường trở nên một công nhân xuất sắc. Một người cũng cần phải có động lực thúc đẩy mới có thể từ thế ươn lười không vận động tới thói quen tập luyện, hoặc từ việc ăn quá độ trở nên điều độ. Mỗi người chúng ta cần phải thay đổi để đi từ điểm A tới điểm B, từ nghỉ ngơi tới hành động, và kích thích tố để thay đổi chính là *động lực thúc đẩy.*

8. 5. 2.
Thay đổi tự nhiên và siêu nhiên

Chỉ có một mình Thượng Đế là trọn hảo, không thay đổi. Trong Ngài *"không có thay đổi hoặc bóng dáng gì đổi thay" (Gc 1: 18).* Thay đổi ám chỉ có thể thêm hoàn hảo, mà Thượng Đế là trọn hảo rồi. Tuy nhiên chúng ta là những thụ tạo không hoàn hảo, nên có thể khá hơn hoặc tệ hơn. Thay đổi dính liền với thân phận con người chúng ta đang sống trong thời gian và không gian, và chúng ta không ngừng thay đổi.

Thuần nhất thường đi liền với sức mạnh. Một người thuần nhất với chân lý và những nguyên tắc của mình, không ngả theo chiều gió của ngẫu hứng, phải được coi là một người nhân đức. Một người biết kiểm soát những cảm xúc vô duyên hay thay đổi của mình là một con người có trí thông minh và lý trí. Đây là người khôn ngoan biết xây nhà trên tảng đá (Mt 7: 24).

Nhưng linh động cũng là nhân đức chứ, và một người biết thay đổi đúng lúc khi cần sẽ thành công. Điều quan trọng là sống theo những nguyên tắc chắc chắn, nhưng chẳng phải là nhân đức gì khi không thể thay đổi được khi tình huống đòi hỏi, và cứ bám víu vào những chi tiết nhỏ mọn hoặc những phụ thuộc không cần thiết. *Linh động* giúp chúng ta có thể tìm ra những cách thức để áp dụng những nguyên tắc chính yếu và những điều mình tin một cách hữu hiệu. Đức Kitô đã kêu gọi chúng ta thay đổi và lớn lên trong thánh thiện.

Trên bình diện tâm linh, thay đổi có nghĩa là trở lại - xác tín rằng chúng ta cần ơn cứu độ - mở đường cho ơn Chúa. Trở lại đòi hỏi chúng ta phải mỗi ngày cố gắng dâng mình cho tình yêu Chúa, để

trở nên người mới trong Đức Kitô, để vượt qua con người xác thịt, để vươn lên bình diện siêu nhiên; trở lại trong tim không chỉ dừng lại nơi một quyết định đơn giản, nhưng là dẫn đưa tới hành động và ảnh hưởng tới trọn cả cuộc đời. Thánh Phaolô viết cho giáo đoàn Êphêsô: *"Hãy bỏ đi con người cũ với lối sống xưa kia . . .và mặc lấy con người mới trong đường lối của Chúa trong công chính và thánh thiện của chân lý." (Ep 4: 22-24; Cl 3: 10).*

Động lực thúc đẩy khởi đầu của chúng ta để trở lại có thể là một điều gì tự nhiên và con người - chẳng hạn như ước muốn được chữa lành hoặc một nhu cầu vật chất - nhưng rồi qua thời gian chúng ta sẽ tới động lực thúc đẩy cao hơn: hối lỗi vì tội đã phạm hoặc vì tình yêu Chúa.

Và e rằng chúng ta lại giống như nhóm Pêlagiô tin rằng tự mình chúng ta có thể thay đổi do sức mạnh của ý chí của riêng mỗi người (hoặc qua những kỹ thuật khuyến dụ khéo léo), chúng ta hãy nhấn mạnh rằng mặc dầu Thượng Đế đã tạo dựng chúng ta có trí tuệ và ý chí và mong đợi chúng ta sử dụng các khả năng đó, chúng ta không có thể làm được một điều gì mà không do ơn Chúa. Như L.m. Benedict Groeschel viết: *"Ân sủng, cộng với cái nhìn và lựa chọn, là phương tiện để thay đổi."*

8. 5. 3.
Bạn có sẵn sàng, có muốn và có khả năng không?

Như chúng ta đã thấy, để có thể thay đổi và tiến - về bình diện tự nhiên cũng như siêu nhiên - biết những mục đích và ưu tiên của chúng ta không mà thôi chưa đủ. Biết rằng chúng ta muốn trở nên cha mẹ tốt, hoặc người chủ sự tốt, hoặc kể cả nên

thánh, chưa đủ để dẫn đến kết quả. Chúng ta cần động lực thúc đẩy. Trước hết chúng ta hãy xem chúng ta hiểu làm sao qua từ động lực thúc đẩy trên bình diện tự nhiên.

Nhóm Fats Domino đã hát *"phải sẵn sàng, phải muốn và phải có khả năng để múa may quay cuồng suốt đêm."* Phải chăng họ muốn dạy chúng ta một bài học gì? Trong bài nghiên cứu, hai nhà tâm lý William Miller và Stephen Rollnick đã khám phá ra rằng quả thực nhóm Fats trao gửi một sứ điệp. Quả vậy đây là 3 thành tố thiết yếu của động lực thúc đẩy: muốn thay đổi, mỗi người phải *"sẵn sàng, muốn và có khả năng"* Chúng ta hãy nhìn vào mỗi thành tố theo một thứ tự hơi khác.

a.) Có muốn

Mục đích đó có quan trọng đối với tôi không? Nếu không đủ quan trọng, chắc tôi không muốn thay đổi đâu. Thỉnh thoảng cha mẹ hoặc vợ chồng nài nỉ con cái hoặc người phối ngẫu để thúc đẩy họ để nhấn mạnh đến tầm quan trọng của việc thay đổi - đây là điều cần thiết, nhưng không đủ, để khởi sự thay đổi. Nhưng thông thường nài nỉ không đủ để tạo nên ý chí nơi người chưa có; trên thực tế nhiều người phản ứng ngược lại, và thay vì thay đổi và được khuyến khích, họ cảm thấy mất nghị lực.

Hãy nhìn vào hoàn cảnh dưới đây xem có quen thuộc không nhé? Cha mẹ đứa con trai 17 tuổi đã thuyết giảng cho nó phải cầm mình lại, chăm học và bắt đầu tìm hiểu các trường đại học. Chẳng có gì xẩy ra. Thế là bắt đầu nài nỉ! Có thể đi đến đe doạ phạt cầm chân không cho đi đâu nữa. Thỉnh thoảng cha mẹ thuyết giảng cho con cái hiểu biết mục đích là *quan trọng* hoặc thay đổi là quan trọng. Tuy nhiên đứa con hình như cảm thấy thoải mái với tình trạng hiện thời và không muốn làm gì cả. Nó suy nghĩ

rằng “Con đang học hành đàng hoàng ở đây, tại sao cần phải thay đổi? Nó thiếu một điều mà các nhà tâm lý gọi là *sự khác biệt:* ý thức được sự bất mãn với tình trạng hiện thời và ý thức được khả năng tiến bộ tương lai. Nó không nhìn nhận được rằng việc nó làm sẽ không đưa đến kết quả mong muốn, do đó muốn được như ý cần phải thay đổi. Chính người đó phải cảm nhận được sự khác biệt, nếu không, họ sẽ chỉ cảm thấy bị áp lực để chu toàn mục đích của người khác, rồi sẽ *không chịu* thay đổi.

b.) có khả năng

Cho dù khi chúng ta có cảm thấy sự khác biệt và nhìn nhận tầm quan trọng việc cần phải thay đổi, chúng ta có thể cảm thấy không đủ khả năng để chu toàn. Điều này sẽ làm giảm đi động lực thúc đẩy chúng ta, bởi vì đâu có ai muốn thất bại? Những người hút thuốc và kiêng ăn uống thường cảm thấy bi quan vì thấy mình không đủ khả năng dứt hút hoặc xuống cân. Vì thiếu tự tin nên họ mất đi khả năng để thay đổi. Thực là một vòng lẩn quẩn khi chúng ta cố gắng thúc đẩy chúng ta (hoặc người khác) để thay đổi, có thể chúng ta nhấn mạnh tầm quan trọng của mục đích quá đến độ làm giảm thiểu lòng tự tin về khả năng có thể thay đổi.! Như vậy chúng ta quả thực là rất muốn, nhưng lại không đủ *khả năng* để thay đổi.

Lòng tự tin có thể được gia tăng do bầu khí tích cực của cảm thông và khuyến khích. Đó là lý do tại sao liên hệ tình nghĩa giữa người với người được coi thật là thiết yếu khi khởi sự thay đổi. Dù chỉ một buổi hẹn tư vấn ngắn ngủi cũng có thể đủ động lực thúc đẩy cho ai đó muốn bỏ tật xấu hút thuốc hoặc để phát triển tự tin cần phải có cho công việc mới. Tuy nhiên liên hệ tình nghĩa đó phải là *tích cực*. Muốn giúp người khác thêm tự tin, chúng ta phải

cảm thông, nồng hậu và chân thành trong khi nâng đỡ.

Sách vở nghiên cứu cho thấy rằng ai cũng sẽ thay đổi khi họ cảm thấy họ được người hiểu và khi người khác tin tưởng họ có khả năng để thay đổi. Lắng nghe với cảm thông là một cách thức hiệu nghiệm để gia tăng tin tưởng và như vậy sẽ khuyến khích thay đổi tích cực. Cảm thông không phải chỉ là đồng ý với người hoặc chiều theo ý nghĩ tâm tình của họ. Cũng không phải chỉ là vấn đề lặp lại lời nói hoặc kiểu cách của người khác. Đức Kitô đã cho chúng ta một mẫu mực về tình cảm thông đích thực và lòng thân tín tận nguồn với người khác: vì yêu thương chúng ta, Ngài đã *trở nên* một người như chúng ta: *"Ngài đã huỷ bỏ mình đi, nhận lấy thân phận một nô lệ". (Pl 2: 7).*

Cảm thông là đặt mình vào địa vị người khác. Điều này đòi hỏi phải biết lắng nghe thật khéo léo để vừa làm sáng tỏ vừa làm nổi lên kinh nghiệm của người khác mà không sợ gì. Đây là điều đáng chú ý và đáng kính mến đến tận căn. Một lời đáp cảm thông không những chứng tỏ đã nghe được người kia nói mà còn chứng tỏ đã hiểu ý người ta muốn nói. Cấp bậc hiểu biết và yêu mến này sẽ tỏ cho người kia biết chúng ta thực tâm chú ý tới người ta với hết tấm lòng, và điều này sẽ giúp họ được thúc đẩy để thay đổi.

c.) có sẵn sàng

Đúng rồi, mục đích thực là quan trọng đối với tôi, và tôi cảm thấy có khả năng để thay đổi, nhưng liệu tôi có muốn và có khả năng thay đổi *ngay bây giờ* không? Biết bao lần chúng ta đã nói: *Tôi sẽ học, nhưng không phải ngay bây giờ. Tôi sẽ giảm cân xuống sau mấy ngày lễ. Mùa hè này tôi sẽ có thời giờ dành riêng đặc biệt cho con cái. Điều này thật*

quan trọng và tôi sẽ làm, nhưng không phải ngay bây giờ.

Chúng ta sẽ gia tăng được thái độ sẵn sàng bằng cách làm việc qua những khi lưỡng lự, bằng cách sắp đặt các thứ tự ưu tiên, và bằng cách chia ra nhiều mục đích nho nhỏ dễ thực hiện hơn - *bây giờ*. Thực ra ngày nay, ngày hôm nay, chúng ta nhận thấy hầu như chúng ta vô tình phản ứng theo những gì tưởng là gấp rút khẩn cấp: điện thoại reo, chuông cửa kêu, trẻ con khóc, người chủ giận dữ. Nếu chúng ta dùng thời giờ mà suy nghĩ xem điều gì là quan trọng và sắp đặt thứ tự ưu tiên quan trọng nhất, chúng ta sẽ sẵn sàng thay đổi đáng kể khi mục đích kêu gọi như vậy.

8. 6.
động lực thúc đẩy giả tạo sẽ cản không cho thay đổi

Đôi khi vì thành thực muốn cho người khác được thúc đẩy, chúng ta đã sử dụng những cách thức như đe doạ, trừng phạt, hạ nhục, làm khiếp đảm, và những phương tiện khác để bắt buộc người ta phải thay đổi. Tuy nhiên những kỹ thuật đó ít khi được việc, chính bởi vì những thứ đó coi thường lòng tự tin của người ta trong khả năng có thể thay đổi. Sợ bị đau đớn hoặc đe doạ trừng phạt có thể dẫn tới hậu quả trái ngược: làm người ta bất động, làm cho họ ít muốn thay đổi cho tốt hơn.

'Phương pháp trị liệu trại lính' (boot camp: đau đớn, đau khổ, trừng phạt) chưa chắc đã thúc đẩy được! Những người nghiện ma tuý, rượu chè, trai gái và cờ bạc là những thân chủ chống lại thay đổi hơn ai hết; sách vở nghiên cứu cho thấy rằng cho dù có tăng thêm đau đớn, đau khổ hoặc hạ

nhục bao nhiêu, họ cũng chưa chắc gì đã muốn thay đổi. Họ thường ý thức được việc quan trọng của thay đổi để nên tốt hơn, tuy nhiên họ vẫn lưỡng lự. Trong những trường hợp này, chỉ có thay đổi hữu hiệu khi *chính* họ nhìn thấy tầm quan trọng của vấn đề, và được người khác giúp họ trong bầu khí ủng hộ nâng đỡ để họ cảm thấy họ có thể thay đổi.

Nếu có ai bảo bạn rằng bạn bề bộn, câu nhận xét đó sẽ không gợi hứng cho bạn trở nên ngăn nắp, bằng có người bảo đảm với bạn rằng bạn có năng khiếu tổ chức để gọn gàng hơn. Kiểm soát, ra lệnh và cung cấp giải pháp cho một người có thể dẫn tới hậu quả trái ngược trên khả năng thay đổi của họ, bởi lẽ những việc như vậy sẽ làm giảm bớt ý thức tự lập và trách nhiệm của cá nhân - tự do - điều thiết yếu trong động lực thúc đẩy.

Khi ra lệnh hoặc truyền khiến ai thay đổi có nghĩa là bạn áp đặt quan điểm của bạn, điều mà bạn cho là quan trọng, thay vì gợi ý giúp cho họ nhìn nhận điều gì là quan trọng. Quan điểm của bạn có thể là đúng, nhưng họ chẳng thể được thúc đẩy cho đến khi chính họ nhìn nhận như vậy. Dĩ nhiên có nhiều trường hợp phải ra lệnh mới thích hợp (chẳng hạn như trong quân đội). Nhưng nếu như lúc nào cần thúc đẩy cũng áp dụng một cách như vậy thì sẽ chẳng có kết quả gì. Hơn nữa ngay trong quân đội có một động lực thúc đẩy cao hơn để làm cho binh sĩ vâng lời cấp chỉ huy: lòng ái quốc và ước muốn phục vụ quê hương và chiến đấu cho tự do.

Người ta sẽ sẵn sàng thay đổi khi họ nhìn thấy mục đích thực sự đáng quý trọng, đáng giá cao, đáng yêu thật. Trong bầu khí tích cực, xây dựng và đón tiếp, họ sẽ có thể tìm được lòng tự tin mà để có khả năng thay đổi.

8. 7.
Làm sao để thay đổi
trong đời sống tâm linh?

Mẫu mã 'sẵn sàng, muốn và có khả năng' cũng áp dụng đúng vào đời sống tâm linh được, miễn là chúng ta khiêm nhường trân quý ân sủng Chúa là cần thiết tối thượng. Đây là một hiện tượng hơi kỳ lạ - cho dù rất hợp với con người - mặc dầu mục đích cuối cùng của chúng ta là được kết hiệp với Chúa một ngày kia trên thiên đàng, mỗi ngày chúng ta không hành động với mục đích đó là ưu tiên số một. Tất cả chúng ta đều chia sẻ điều Thánh Phaolô đã than: *"Tôi không làm điều tôi muốn mà lại làm điều tôi ghét." (Rm 7: 19).*

Bất cứ ai đã tham dự một khoá tĩnh tâm theo đường lối *Linh Thao* của Thánh Y-nhã (Inhaxiô) nhớ lại rằng những bài suy niệm trong tuần I được trình bầy để giúp chúng ta đi vào mầu nhiệm của tội lỗi và sự dữ, và cảm nghiệm tội lỗi của chính chúng ta và những lần chúng ta chối từ tình yêu của Chúa. Để kích động nhu cầu cần phải trở lại hơn nữa, Thánh Y-nhã đưa ra bài suy niệm về hoả ngục: chúng ta có thể tưởng tượng ngọn lửa thiêu đốt các linh hồn của những người bị phạt, ngửi thấy mùi diêm sinh ghê tởm, nghe tiếng la hét, kêu khóc và chửi bới. Cho đến khi chúng ta đối diện với cái chết chắc chắn của chính chúng ta và với thực tế chúng ta đang sống làm sao có thể ảnh hưởng đến sự cứu rỗi đời đời mai sau, chúng ta sẽ không coi đời sống thiêng liêng là ưu tiên. Chúng ta sẽ không đi những bước tiến về sự trọn lành của linh hồn.

Qua những bài suy niệm đó, chúng ta diện đối diện với khoảng khác biệt giữa cách thức chúng ta đang sống cuộc đời của chúng ta - những sai lỗi

hằng ngày, những tội lỗi đức bác ái, những tội lỗi đã qua - và thiên đàng là nơi chúng ta muốn sống đời đời mai sau. Khoảng cách khác biệt này sẽ thúc đẩy chúng ta phải thay đổi trên bình diện thiêng liêng: *trở lại.* Trong tuần II của *Linh Thao,* chúng ta suy niệm về 'hai cờ hiệu': Đức Kitô vị tổng tư lệnh tối cao, và Satan, kẻ tử thù. Chúng ta nhìn nhận chúng ta phải lựa chọn; không ai có thể làm tôi hai chủ.

Khi chúng ta đối chất với sự tội lỗi của chính mình và nhiều cách chúng ta đã từ chối tình yêu của Chúa, chúng ta nhìn nhận chúng ta thực sự không xứng đáng, và theo bản tính loài người không thể thay đổi bản tính yếu hèn của chúng ta mà lớn lên trong thánh thiện ngõ hầu chúng ta có thể đến gần Chúa! Tuy nhiên *"đối với Thượng Đế thì mọi sự đều có thể được." (Mc 10: 27).* Mặc dầu chúng ta không xứng đáng, Thượng Đế đã yêu thương mỗi người chúng ta đến nỗi đã chết vì chúng ta. Kể cả khi chỉ có một mình tôi trên mặt đất này, Đức Giêsu Kitô cũng sẽ hy sinh chịu chết trên Thập giá để cứu độ tôi. Khi chúng ta suy nghĩ như vậy, dần dần chúng ta sẽ bắt đầu có được niềm tin tưởng chỉ đến từ nơi Thượng Đế, niềm tin với ân sủng của Chúa, sẽ giúp chúng ta lớn lên trong thánh thiện và một ngày kia được kết hiệp với Ngài.

Thánh Y-nhã không để lại cho chúng ta một tâm tình sám hối và bất xứng đè nặng; nhưng thánh nhân gợi hứng cho chúng ta với niềm hy vọng. Ngài dẫn đưa chúng ta đến với tình yêu vô bờ của Thượng Đế, là Đấng đã làm ơn cho chúng ta thật nhiều: Chúng ta có thể làm gì bù lại? Thánh Y-nhã cảm động vì tình yêu, dâng lên lời nguyện này: *"Lạy Chúa, xin nhận lấy tất cả tự do, ký ức, trí tuệ và ý chí của con - tất cả những gì con có hoặc sở hữu . . . Tình yêu và ân sủng của Chúa là đã đủ cho con rồi."*

Được gợi hứng từ tình yêu, chúng ta mới có nghị lực - sẵn sàng, muốn và có khả năng - để chia sẻ tình yêu của Chúa với người khác, để đặt mình vào việc phục vụ Nước Trời, và để chu toàn sứ mệnh với niềm vui và tin tưởng.

8. 8.
Động lực thúc đẩy và các loại tính tình

Bây giờ chúng ta đã có được một khuôn mẫu tâm lý làm nền tảng cho việc tìm hiểu động lực thúc đẩy, làm sao để có thể áp dụng khuôn mẫu đó vào việc tìm hiểu các loại tính tình.

Mới nhìn qua, một số tính tình có vẻ như dễ tự mình thúc đẩy hoặc dễ được thúc đẩy sớm hơn các loại khác. Một số tỏ ra yếu kém ít được thúc đẩy bởi một vài khía cạnh của động lực thúc đẩy - *để sẵn sàng, muốn và có khả năng.* Khi chúng ta nhận diện được những lãnh vực đặc biệt yếu kém này, và hiểu được làm sao để củng cố kiên vững một lãnh vực đặc biệt, chúng ta sẽ có khả năng thật nhiều để tự thúc đẩy chính mình cũng như người khác. Đây là một thăng tiến chẳng những là trên bình diện tự nhiên mà còn trên bình diện siêu nhiên nữa.

Hình như khá rõ ràng rằng tính tình nóng giận và vượng máu là loại dễ dàng được thúc đẩy hơn cả - ít nhất là lúc ban đầu. Không còn gì nghi ngờ nữa rằng những người có phản ứng nhanh nhất và mạnh nhất cũng là những người dễ thay đổi nhất: người nóng giận và người vượng máu hầu như lúc nào cũng ở thế sẵn sàng. Thêm vào đó, cả người nóng giận và người vượng máu, với lòng tin tưởng và tinh thần lạc quan của họ, đều thường nghĩ rằng họ có khả năng. Ý chí muốn là vấn đề của việc nhận ra tầm quan trọng của thay đổi, thường được trí

khôn thực tế của người nóng giận nhận diện ra ngay. Người vượng máu, với lòng cởi mở và tình hứng khởi, thường nhận diện được rất mau lẹ vấn đề quan trọng của một thám hiểm, một ý tưởng mới mà sẽ sẵn sàng chạy theo.

Tuy nhiên những tính tình đó cũng không phải là không có điểm yếu kém, khi tiếp cận với động lực thúc đẩy. Người nóng giận có thể bị thiệt thòi vì quá tự tin, mà hậu quả là giảm thiểu tầm quan trọng của thay đổi. ("Tôi học mau lắm, tôi không cần đọc những lời chỉ dẫn; tôi có thể tự tìm ra cách thức.") Niềm quá tự tin này cũng có thể dẫn đến hậu quả là thất bại trong việc chọn đúng mục đích, tìm đúng đường, hoặc chọn bạn đồng đội - một lần nữa đây là việc có ảnh hưởng tới động lực thúc đẩy thay đổi bởi lẽ từ chối không tin vào tầm quan trọng của thay đổi. Điều này có thể trở nên một thiếu sót trầm trọng khi người nóng giận suy nghĩ về cuộc sống tâm linh của mình.

Điểm yếu kém của người nóng giận là vì họ thật nhậy cảm khá nên dễ bị chia trí quên mất mục đích của mình, và sẽ bị thúc đẩy thật mau - để theo đuổi một mục đích *khác*, một ngôi sao sáng khác, hoặc một chuyện gì kỳ khác. Người vượng máu thường sẵn sàng để thay đổi, nhưng có thể thiếu dấn thân và tập trung để tiến tới đích. Thiếu tự tin trong khả năng kiên trì đi tới cùng, người vượng máu có thể bị cám dỗ để lý luận rằng ("Thực ra tôi chẳng cần phải nhập đội/nhóm") hoặc để than phiền đổ thừa ("Tôi đâu có lỗi vì không được diểm tốt; giáo viên không giải nghĩa rõ ràng cho tôi"). Người vượng máu cần phải tập luyện cố gắng kiên trì.

Cả người u uẩn và người lãnh đạm đều có khuynh hướng phản ứng chậm rãi. Người u uẩn có khuynh hướng nhấn mạnh đến phân tích và chiêm

niệm hơn, và vì thế họ có thể không bao giờ đi tới hành động. Họ thiếu tư thế *sẵn sàng.* Trí tuệ ghê tởm hành động, và người u uẩn thường dựa vào trí tuệ thật nhiều. Do đó người u uẩn thường cần phải có một cái gì khởi đầu. Người u uẩn hay nghi ngờ và phân tích cần phải được thuyết phục về *tầm quan trọng* của mục đích hơn các loại tính tình khác. Ngoài ra họ có khuynh hướng tự phê bình nên dễ coi thường lòng tự tin của mình - tin mình cũng như tin người. Vì thiếu tự tin, người u uẩn có thể trì hoãn, mà hậu quả là giảm đi mất động lực thúc đẩy.

Người lãnh đạm cũng bị thiếu sót về tư thế sẵn sàng. Lúc đầu họ có thể bị cản trở vì thiếu tự tin, mà hậu quả ảnh hưởng tới khả năng cần thiết để thay đổi. Hơn nữa người lãnh đạm vì bản tính thích ứng và hiền hoà, thường thích bỏ qua những khoảng cách biệt; do đó họ không ý thức được việc thay đổi là cần thiết. Họ hình như thật bằng lòng với tình trạng hiện thời và muốn sẵn sàng để thích ứng với đà thoái hoặc thất bại, nên họ sẵn sàng bỏ qua nhu cầu phải thay đổi.

Chính vì lý do đó, rất không nên nài nỉ hoặc xô đẩy người lãnh đạm: làm như vậy có thể hiểu được như là cố gắng làm cho họ nhìn nhận thật rõ hơn khoảng cách biệt, làm cho họ biết tầm quan trọng của thay đổi, nhưng nài nỉ người lãnh đạm chỉ làm cho họ thêm ngã lòng và sợ sệt, thiếu tự tin rằng họ có thể chu toàn mục đích của họ. Họ có thể trở nên kém được thúc đẩy hơn trước.

8. 9.
Các loại tính tình và
4 chìa khoá để chu toàn mục đích.

Người lãnh đạm có thể bị coi như là người ít được thúc đẩy trong 4 loại tính tình. Nhưng sự thực là mỗi loại đều có những thách đố riêng. Về vấn đề ấn định và chu toàn mục đích, có 4 lãnh vực then chốt để nghiên cứu:

- ấn định đúng mục đích
- bắt đầu khởi sự
- vượt qua các trở ngại
- kiên trì đến cùng

Mỗi loại tính tình đều có một điểm yếu kém đặc thù trong một của 4 lãnh vực này. Hiểu được cách làm cho những điểm yếu kém này trở nên điểm mạnh hay hơn sẽ giúp cho chúng ta được thúc đẩy - từ người vượng máu bất nhất cho đến người u uẩn bối rối; từ người nóng giận quá tự tin cho đến người lãnh đạm quá tự mãn.

8. 9. 1.
THÚC ĐẨY NGƯỜI NÓNG GIẬN
Thách đố: ấn định đúng mục đích

Như đã trình bầy trước đây, người nóng giận là người lãnh đạo tự mình thúc đẩy mình, tự nhiên lèo lái mình tới các mục tiêu của mình. Trí tuệ minh mẫn thực tế của họ mau nhận định ra được các bước đi cần thiết để chu toàn mục đích, và một khi đặt định được hướng đi, họ lên đường và chạy đi như ngựa đường trường không biết mỏi mệt vậy.

Then chốt đối với người nóng giận là bước đầu tiên: ấn định đúng mục đích. Bởi lẽ họ mau lẹ,

nhiệt tâm và ý chí mạnh nên có khi vội vã và thiếu khôn ngoan khi chọn một mục đích có thể có thiếu sót. Họ có khuynh hướng không tìm kiếm xin lời khuyên, vì họ có khuynh hướng quá tin tưởng vào trí tuệ của chính mình và cách họ nhận định tình huống trong tay. Họ có thể không cẩn thận cân nhắc tất cả các vấn đề xoay quanh và có thể thiếu khôn ngoan vì vội vã; rồi vì tự ái, họ từ chối không xét lại hoặc thay đổi đường hướng.

Vì thế, trong vấn đề ấn định và chu toàn mục đích, người nóng giận nên học hỏi cách thức để kiếm ra thời giờ cần thiết mà lựa chọn các mục đích một cách thích hợp, và nhận diện đường lối thận trọng nhất để hành động, và phải biết lắng nghe lời khuyên. Người nóng giận có thể bị cám dỗ để làm những gì họ muốn mà không cần dừng lại để suy nghĩ xem đây có phải là điều đúng hoặc điều không nên làm, hoặc có phải là điều Chúa muốn cho họ làm không.

Đứa con gái trẻ nhất của chúng tôi thuộc loại nóng giận. Anh chị nó bảo nó là cứng đầu cứng cổ. Thật là một thách đố cam go khi phải bảo nó thay đổi nhiệm vụ từ việc nó thích làm (hoặc nó đã quyết định làm) sang việc nó cần phải làm mà không thích mấy. Nếu bạn chỉ ra lệnh đòi hỏi nó nghe theo, hoặc đe doạ nó, nó có thể ngồi lì luôn.

Thay vào đó, hãy đưa ra một thách đố cho đứa trẻ nóng giận *(Ba/má đánh cuộc với con rằng con không thể dọn phòng sạch sẽ trong 15 phút đâu!)* và luôn luôn cho biết lý do bạn yêu cầu *(Con sẽ dễ cầm trí mà học bài hơn nếu bàn học của con ngăn nắp thứ tự).* Người nóng giận thích thú được thách đố hoặc thi đua, và luôn luôn đòi hỏi lý lẽ.

a.) người nóng giận:

1.- những điểm mạnh hay:

khá phong phú, thúc đẩy tự nhiên, và kiên trì

2.- những điểm yếu kém:

có khuynh hướng coi thường các chi tiết và có thế áp đảo người. Không kiên nhẫn khi không có thành quả. Có thể quá tự tin.

3.- những thách đố:

cần phải tìm thêm thời giờ để ấn định *đúng* mục đích và đặt chiến lược để bảo đảm rằng những điều quyết định là khôn ngoan. Cần phải tỏ lòng bác ái đối xử với những ai trên đường làm việc. Cần phải suy nghĩ thêm về các chi tiết, và cởi mở hơn đón nhận lời người khác khuyên bảo.

Nếu bạn là người nóng giận và bạn nhận lãnh một dự án, xin bạn hãy dành thời giờ chuẩn bị làm bài ở nhà trước khi bắt tay vào việc. Hãy chắc chắn rằng bạn đã nghiên cứu đầy đủ về các nhận định của bạn và biết đây là khôn ngoan. Hãy xin một lời khuyên từ người chuyên môn (hoặc vị linh hướng). Hãy *lắng nghe* lời nhủ bảo của người khác.

Một khi người nóng giận đã khởi đầu một dự án rồi thì họ giống như xe hoả đã chuyển bánh, hoặc như ngựa đua đã lên đường phi - với 2 mắt bị lại. Ai mà cản đường giữa họ và công việc của họ thì hãy *coi chừng!* Một người nóng giận kiếm cơm áo cho gia đình có thể qua mặt cả nhà để theo đuổi một mục đích sở làm thách đố họ phải làm. Một người mẹ có thể lo chở con cái đi hết chỗ này tới chỗ khác vì các hoạt động ngoại vi của trường đồng thời lo dịch vụ từ nhà mình - thế mà lại quên nấu ăn cho bữa tối. Lan là người tính nóng giận, thường bị cám dỗ đạt mục đích đáng công hơn (như viết sách) hơn là mục đích kém hơn cho dù cũng cần thiết bằng (như giặt quần áo).

Lịch, một người nóng giận, phàn nàn rằng vợ chàng không hiểu được các áp lực chàng phải đối phó tại sở làm. Nàng muốn chàng bớt giờ làm đi để có thời giờ sinh hoạt với gia đình. Chàng có trọng trách khá lớn ở sở và cảm thấy rằng chàng không thể thành công nếu bớt giờ đi.

Anh cũng nhìn nhận nỗi trăn trở của anh, nhưng cũng lại là thách đố của anh: "Có phải mấy trận đấu bóng rổ của con cái là quan trọng không?" Anh trả lời: "Dĩ nhiên rồi! Thế còn tất cả các phiên họp ở sở có quan trọng như vậy không?" Anh trả lời: "Tất nhiên là không!" Một người lãnh đạo đích thực là người biết cắt bớt một số phiên họp ít quan trọng hoặc chuyển qua giờ khác để có giờ cho nhiệm vụ trong gia đình. Anh nói: "Người lãnh đạo đích thực thành công là người không phải chỉ đạt kết quả ở sở, mà còn là anh hùng tại nhà, đối với vợ con." Điểm ghi nhận ở đây không phải là bảo người nóng giận cắt bớt hoặc làm hạ xuống tầm nhìn của họ, mà là thách đố họ nhiều hơn - hữu hiệu hơn, hướng về gia đình hơn, quảng đại hơn. Thách đố bất cứ ai mà không loại trừ cảm thông; thách đố mà thiếu cảm thông có thể bị coi như giận dữ - như thế dĩ nhiên không còn là thúc đẩy nữa!

Đối với vấn đề khởi đầu nhiệm vụ, vượt qua những trở ngại và kiên trì đến cùng, người nóng giận là chuyên viên số một rồi! Trở ngại thường được họ coi là thách đố và nhất định là họ dứt khoát chấm dứt. Thỉnh thoảng người nóng giận chỉ muốn cương quyết đối phó với một trở ngại đến độ họ chểnh mảng không nhìn đến mọi khía cạnh của vấn đề. Họ đưa ra một quyết định, và như vậy là coi như nhiệm vụ đã xong. Tuy nhiên thỉnh thoảng người nóng giận quá mau lẹ chấm dứt vấn đề. Họ có thể bị sai lầm, cho dù họ không thích nhìn nhận như vậy.

Họ cần phải học hỏi để phát triển đức tính thông suốt khi kiểm điểm các sự kiện và thận trọng khi phản ứng lại các chất vấn, và họ cần phải dùng một mẹo vặt này, nhất là đối với một quyết định trong cơn bực tức; hãy đợi 3 ngày trước khi quyết định hành động hoặc trả lời.

Người nóng giận có thể chu toàn nhiều mục đích và vượt qua nhiều trở ngại, nhưng như Thánh Phaolô nói, nếu không có tình yêu, họ chỉ là *"tiếng thanh la não bạt kêu lẻng kẻng thôi" (1 Cr 13).* Người nóng giận cần phải canh chừng đừng để lỗi phạm đức bác ái khi đối xử với 'trở ngại' con người. Khá nhiều khi, họ cứ hùng hổ ủi bừa vào người ta đang đứng đó tưởng chừng như cản mũi kỳ đà không cho họ đạt mục đích.

Cũng giống như các loại tính tình khác, người nóng giận bị cám dỗ cứ tưởng rằng bất cứ ai đó cũng phải được thúc đẩy như mình. Một ông bầu thể thao tính nóng giận mà chúng tôi biết cứ tưởng rằng tất cả mọi em trong đội phải được thúc đẩy bởi cũng một mục đích y như nhau để chu toàn thành tích cá nhân và để đem về nhiều điểm cho đội nhà hơn những người khác. Nhưng một số em thực ra được thúc đẩy do tinh thần đồng đội và cổ vũ bạn bè của chúng, và cảm thấy được khuyến khích khi ông bầu nói "Các em đã cố gắng đáng kể!" hoặc "Cố gắng của các em thật đáng khen!" Chúng cảm thấy chán nản khi người ta chỉ chú ý đến thời giờ và điểm thắng. Người bầu thể thao đã nhận rõ điều đó bằng cách mở rộng nhãn tuyến thúc đẩy, và ông đã thực sự thành công hơn.

b.- những lời thúc đẩy người nóng giận

"ý tưởng của em thật hay quá!"

"Tôi thiết nghĩ kế hoạch của bạn sẽ cứu giúp công ti, nhưng chúng ta hãy chắc chắn rằng đây là mục đích đúng trước khi chúng ta nhập cuộc."

"Thế thì những người khác trong đội ngũ nghĩ gì về điều đó?"

"Chúng ta hãy thử thảo luận thêm một vài ý tưởng nữa để tránh các điều có thể sai."

Nếu như người nóng giận tự cho phép để tự ái và giận dữ điều khiển, và phải đối phó với mâu thuẫn hoặc chống đối chủ đích của họ thì sao đây? Họ sẽ coi đó như chuyện này nhằm vào cá nhân họ và coi đó là vì người khác như thiếu trung hậu trầm trọng; họ có thể trả thù nặng nề, hoặc bắt yên lặng không cho nói gì thêm hoặc sa thải người đối lập. Họ có thể vội nhẩy tới kết luận và bất công tố cáo người làm lỗi. Tự ái không cho phép họ xin lỗi hoặc tha thứ; giận dữ có thể trở nên thù hận.

Điều quan trọng là người nóng giận phải năng nhận lãnh các nhiệm tích, giữ một đời sống cầu nguyện sốt sắng, và đi linh hướng từ một nơi đáng tin cậy. Thực là quá dễ đối với người nóng giận để trở nên giận dữ hoặc vô cảm về một vấn đề hoặc ý tưởng, để giải quyết một vấn đề hoặc để đối phó với ưu tư một cách vội vả và thiếu khôn ngoan, để rồi khám phá ra rằng thông tin đầu tiên là sai! Đến lúc họ nhận ra rằng thực sự họ đã sai, thì tai hoạ đã xẩy đến và người khác đã bị tổn thương

c.- những điểm then chốt đối với người nóng giận

1.- hãy suy nghĩ thấu đáo

Hãy phát triển nhân đức khôn ngoan, là nhân đức của trí tuệ và ý chí - đòi hỏi cả trí khôn và hành động. Nhờ khôn ngoan, chúng ta có khả năng lựa

chọn đúng và hành động đúng để đạt tới mục đích. Chúng ta có thể tập luyện cho được nhân đức này qua việc phát triển kiên nhẫn và bình tĩnh khi gặp phải một tình huống, bằng cách phân tích các thông tin liên hệ, và bằng cách so sánh các lựa chọn với tiêu chuẩn đích thực. Hãy giúp cho con cái chậm rãi từ từ lại, lưu tâm tới chú ý, và đưa ra những nhận xét chính xác. Nếu chúng ta đã trưởng thành, chúng ta phải coi chừng tránh những quyết định vội vã!

2.- hãy kiên nhẫn

Đối với người nóng giận việc gì cũng tới thật mau lẹ và dễ dàng. Nhưng lái xe 100 cây số trên con đường quanh co là một điều thật nguy hiểm. Kiên nhẫn đòi hỏi phải có bình an tâm hồn, nhạy cảm, và khả năng kiểm soát các phản ứng. Hãy giúp đứa con nóng giận phát triển kiên nhẫn khi nó còn trẻ, bằng cách cho phép nó phát biểu các tâm tình ý nghĩ, nhưng hãy kiểm soát coi chừng chúng, và bằng cách khuyến khích nó nhạy cảm đối với người khác.

3.- đức bác ái

Người nóng giận không thấy được ấn tượng gì khi làm việc chỉ vì đẹp mắt. Nhưng bạn có thể thuyết phục họ hãy nghĩ đến tầm quan trọng của đức bác ái trên bình diện tự nhiên bởi lẽ đây là cách thế hữu hiệu để tiếp cận với người ta (họ sẽ làm được nhiều hơn nếu được thúc đẩy nhiều hơn) và trên bình diện siêu nhiên, bởi vì Đức Kitô đã yêu cầu chúng ta phải trở nên trọn lành như Cha trên trời của chúng ta là Đấng trọn lành. Thượng Đế là tình yêu. Không có một thành công đích thực nào mà không có tình yêu.

8. 9. 2.
THÚC ĐẨY NGƯỜI U UẨN
Thách đố: khởi đầu

Người u uẩn có bản tính suy tư sâu đậm và sẽ chú ý đến những mục đích cao thượng nhất. Suy tư có lợi ích thật nhiều trong khung cảnh đúng để ấn định ưu tiên và mục đích; tuy nhiên người u uẩn có thể dừng lại quá lâu trong trầm tư mặc tưởng. Suy xét đủ mọi sự, đoán già đoán non, cân nhắc đủ mọi hậu quả của một hành động và suy tư về tất cả những khó khăn có thể xẩy ra, thường đưa đến hậu quả là không còn khả năng hành động dứt khoát nữa. Như vậy người u uẩn có vẻ như người không ổn định, không quyết tâm và hay trì hoãn.

Bởi lẽ người u uẩn có lý tưởng cao và cố gắng thật để nên hoàn thiện, việc ấn định các ưu tiên và sắp đặt các mục đích là thiết yếu. Nếu họ không ấn định các mục đích rõ ràng, họ có thể thấy mình trở nên nạn nhân của lừng khừng bất định. Khi người u uẩn không dùng thời giờ để suy nghĩ và chiêm niệm về những sự quan trọng đích thực trong cuộc sống, nhất là theo phương diện siêu nhiên, họ có thể phóng đại tô mầu quá cỡ, mà làm cho chính mình cũng như những người chung quanh phải điên đầu vì quá chú ý tới những chi tiết nhỏ mọn

a.- những lời thúc đẩy người u uẩn
“ Bạn phân tích như vậy thật là chính xác.”
“Tôi đồng ý với cách bạn nhận định về các khó khăn và đó là lý do tại sao chúng tôi cần bạn giúp trong dự án
“Làm thế nào để tôi có thể giúp bạn khởi đầu đây?”

Viên chính là một người u uẩn như vậy. Hôn phối của nàng đã trở thành gượng gạo bởi lẽ nàng

có khuynh hướng thuyết giảng nghiêm trọng về mọi khía cạnh của cuộc sống của chồng con. Đối với quan điểm của nàng, nàng chỉ lưu tâm đến mọi chi tiết quan trọng mà một người mẹ/vợ phải lo như: bài làm về nhà, thức ăn bổ dưỡng, những sinh hoạt ngoại vi của con cái - kể cả đời sống tâm linh của chúng nó nữa! Nàng giúp chúng nó đọc kinh, đưa chúng nó đi xưng tội, và giúp ở trường và ở nhà thờ. Nàng cũng coi chừng nghề nghiệp của chồng nữa và theo dõi hệ thống liên lạc cộng sự viên của chàng. Nàng phán đoán khi người khác không đủ chỉ tiêu như nàng muốn; họ bắt đầu sợ nàng và tìm cách tránh né nàng. Nàng làm cho mọi người trong nhà phải điên cái đầu! Tại sao vậy? Nàng muốn dấn thân cho được toàn hảo - làm sao cho chồng con được toàn hảo! Nên nhớ rằng mục đích của chúng ta là lớn lên trong thánh thiện - chứ không phải 'toàn hảo', nếu không thì chúng ta sẽ đánh mất đi cái mục đích cuối cùng: trở nên giống như Đức Kitô, trở nên toàn hảo không chỉ để toàn hảo mà vì lòng yêu mến Đức Kitô và những người chung quanh chúng ta.

Yêu thương là động lực thúc đẩy tiên quyết của ý chí con người. Nếu chúng ta chú ý đến điều gì chúng ta yêu, chúng ta sẽ thấy chính chúng ta được thúc đẩy rất nhiều. Nếu bạn là một người u uẩn, bạn nên nhắc nhở bạn chú ý đến những mục đích *quan trọng nhất* rồi để cho những sự khác lướt qua đi; nói cách khác, đừng màng chi những chuyện nhỏ mọn vặt vĩnh. Nếu bạn không cẩn thận sắp đặt thứ tự ưu tiên, bạn có thể hết sức - thể xác cũng như tinh thần - rồi còn làm phiền người khác vì quá chú ý đến từng chi tiết thật nhỏ mọn không đáng kể. Khi chúng ta quên rằng Chúa trên hết, vợ/chồng thứ hai, rồi đến con cái, chúng ta có thể vô tình đã coi Chúa thứ

yếu, và chỉ quá chú ý đến những chi tiết của cuộc sống của gia đình, để rồi bị ngộp thở!

b.- người u uẩn

1.- những điểm mạnh hay:

những lý tưởng cao và dấn thân tới hoàn thiện. Phân tích các dự án thật thấu đáo

2..- những điểm yếu kém:

thỉnh thoảng cần được 'khởi đầu'. Có thể hay chỉ trích hoặc nghi nan về công việc, đường lối và mẫu mực mới.

3.-.những thách đố:

cần phải tạo dựng tự tin để đừng có tổng quát hoá ưu tư và tiêu cực. Phải học cách đừng trì hoãn hoặc lẩn quẩn với các chi tiết.

Một khi người u uẩn có được các mục đích sắp đặt thứ tự ưu tiên rồi, có thể họ còn cần phải được khởi đầu nữa. Tính tình u uẩn thích khả năng của trí tuệ, luôn thích phân tích hơn là hành động. Vì vậy người uẩn chưa sẵn sàng để phản ứng ngay bây giờ đâu mà thường là chậm rãi trầm tư. Đôi khi họ khó có thể bắt đầu một dự án. Họ cảm thấy cần phải cân nhắc mỗi khía cạnh của tình huống từ mọi góc cạnh và suy đi nghĩ lại mọi sự trước khi họ có thể đưa ra một phán đoán hoặc một hành động.

Nếu làm việc với một người u uẩn, bạn có thể đã nhận xét thấy họ bàn lui khi được mời gọi là việc trong một dự án lớn. Họ có thể biểu lộ bằng lời nói cho biết tất cả những lý do dự án sẽ không thành công. Khá lắm thì họ cũng chẳng hứng thú gì. Họ thích phân tích tình huống thật sâu xa. Nếu bạn xô đẩy họ mạnh để vào việc, họ có thể bị quá tải.

Khuynh hướng phân tích của họ để tìm ra các vấn đề và trở ngại có thể xẩy ra có thể chặn đứng hành động. Họ tưởng tượng ra đủ mọi thứ tai nạn có

thể đến và tự nhủ: “Như vậy chẳng bao giờ có thể làm được!” hoặc “Dự án này bị tiêu tùng rồi” hoặc những tư tưởng mờ ám khác. Chẳng những họ phải đối phó với tất cả những trở ngại có thể, những hoàn cảnh tệ nhất, và các tai hoạ có thể tới cho dự án, mà họ còn bắt đầu mường tượng ra tất cả các dự án tương lai của bạn thân hoặc của gia đình (cũng như tình hình chính trị thế giới đen tối và bầu khí văn hoá phóng đãng). Như vậy mạnh lưới tai hoạ và thất vọng toả rộng thêm. ‘Nỗi ưu tư toàn cầu’ có thể ảnh hưởng tai hại trên người u uẩn. Thỉnh thoảng hậu quả là người u uẩn sẽ tự rút lui, án binh bất động, và không hành động bất cứ một cái gì.

Một khi bạn đã sắp đặt thứ tự ưu tiên đâu vào đó rồi, hãy nhắc nhở người u uẩn 2 điều này: thứ nhất, bạn chỉ xin họ làm *một* việc nho nhỏ này thôi, bạn không xin họ quân bình ngân sách quốc gia, hoặc chấm dứt nạn đói ở Phi châu. Thứ hai, họ là người đúng - không - người *toàn hảo* cho công việc này. Tài nghệ và năng khiếu của họ thật là thiết yếu để dự án này thành công. Để thúc đẩy người u uẩn, bạn cần phải đưa ra mục tiêu đơn giản, và bảo đảm với họ rằng họ có khả năng chu toàn.

Đứa con gái cả của chúng tôi là một người u uẩn điển hình về phương diện đó, nhất là trong những năm còn trẻ tuổi. Thời trung học, khi có những kỳ thi lớn, hoặc khi phải nộp một dự án lớn, nỗi bồn chồn lo lắng toàn cầu của nó được cả nhà cảm thấy. Hình như rằng nó càng cảm thấy chán nản bao nhiêu, nó càng cần nhiều thời gian để bắt đầu bấy nhiêu, và thường thường là thế nào cũng phải có người bảo nó ‘bớt đi’. Thỉnh thoảng chúng tôi cũng phải giúp nó ‘khởi đầu’ đối với một công việc đáng sợ (chẳng hạn như đi tìm việc). Nhưng một khi nó bắt đầu, nó sẽ lăn xả vào công việc

chẳng sợ sệt gì nữa, được điểm Ưu hoặc trở nên một nhân viên gương mẫu.

Nếu bạn là một người u uẩn và đã đặt định cao vọng, nhưng nhận thấy mình bị quá tải vì những tiêu cực và trở ngại, hãy dừng lại mà suy nghĩ rằng bạn chỉ cần bước từng bước nhỏ mọn một thôi, và nhìn ra viễn ảnh bạn có thể bước đi được bước đó. Cố gắng đừng lo lắng về tương lai; 75% những lo lắng đó chẳng bao giờ xẩy ra mà.

Nếu bạn muốn thúc đẩy một người vợ/chồng hoặc con cái, bạn sẽ bị cám dỗ để giảm thiểu lo lắng của họ, hoặc để khích lệ họ phấn khởi lên. Như vậy chưa chắc đã giúp gì. Họ có thể nghĩ rằng bạn không hiểu vấn đề hoặc không cảm thông tâm tình ý nghĩ của họ, hoặc họ có thể lại thêm lo lắng hơn để mong bạn hiểu cho rằng đây là vấn đề quan trọng. Cách tốt nhất để giúp họ ra khỏi nỗi lo lắng toàn cầu này là hãy cảm thông với họ, cho họ biết rằng bạn hiểu cách thức họ nhận định về tình huống và vấn đề nghiêm trọng. Một khi bạn đã tỏ ra cảm thông, bạn có thể xin họ mường tượng ra viễn ảnh một phần của chương trình, và khuyến khích họ bắt đầu thử làm một chút đó, một bước nhỏ đó.

Một cái bẫy khác nên tránh là đừng giải quyết vấn đề dùm họ. Người u uẩn không thích ai bảo họ: "Phải làm như thế này như thế kia", bởi lẽ như thế chỉ làm họ cảm thấy không thể làm gì được, hoặc không có khả năng giải quyết vấn đề. Hãy tỏ ý muốn giúp nhưng đừng làm thế. (Thực tế chẳng ai thực sự muốn như thế, vì như vậy là làm mất hết tự do). Để gầy dựng tự tin, có thể bạn nên bàn thảo về các cách giải quyết có thể, nhắc nhở họ về những thành tựu trong quá khứ, và khởi động giúp họ muốn dù chỉ là được một bước đầu. Luôn luôn phải khuyến khích tính lạc quan siêu nhiên và lòng tự tin đích

thực - lòng tự tin chỉ có từ Thượng Đế. Hãy hướng dẫn họ suy nghĩ về những hồng ân Thượng Đế đã ban cho họ.

c.- những điểm then chốt đối với người u uẩn

1.- Đây có phải là điều quan trọng thực sự không?

Trước khi người u uẩn bắt đầu kê khai ra 100 trở ngại của vấn đề hoặc ưu tư trong đầu, hãy xin họ coi lại xem dự án có thực sự đáng lưu tâm không? Trong toàn bộ vấn đề, có phải đây là điều quan trọng thực sự không?

2.- Thật là hạnh phúc!

Hãy khuyến khích nhân đức lạc quan của người u uẩn (để chống lại tâm thức hướng hạ và nản chí). Chỉ có lòng tin vào Thượng Đế mới có thể giúp cho chúng ta có được lòng tự tin *đích thực* vào chúng ta. Hãy phát triển lòng tin vào Thượng Đế. Hãy suy nghĩ bằng lời nói về những hồng ân trong cuộc đời: hồng ân từ Thượng Đế. Khi giúp một đứa trẻ u uẩn, hãy nhắc nhở nó rằng bạn (cha mẹ) sẽ sẵn sàng giúp nó nếu cần. Hãy giúp nó học hỏi cách để hành động tốt nhất trong mọi tình huống.

3.- hãy nhìn nhận các trở ngại.

Người u uẩn lúc nào cũng sẵn sàng có 47 lý do cho biết dự án sẽ thất bại. Nếu bạn không chính mình nhìn nhận những trở ngại đó, bạn đã thêm dịp cho họ nghĩ rằng nếu họ không đặt vấn đề thì chẳng ai biết tới! Cho dù nhiệm vụ có ghê gớm, bạn tin rằng họ có thể làm được!

4.- Điều gì tệ nhất có thể xảy đến?

Dù bạn hoặc người thân cảm thấy lo lắng hoặc sợ sệt khi tiến một bước mới, hoặc bắt đầu một dự án đáng sợ, hãy đặt câu hỏi: *Điều gì đáng sợ hơn cả?* Điều này giúp chúng ta hiểu rằng điều tệ hại nhất có thể xảy ra cũng không đến nỗi tệ lắm! Và

như vậy sẽ không bị chi phối bởi bất động hoặc bất định.

5.- Hãy can đảm mạnh mẽ!

Hãy phát triển lòng can đảm. Người u uẩn cần phải phát triển nhân đức vĩ đại này để chống lại sợ hãi, tự thương hại, và buồn chán. Là cha mẹ, bạn có thể giúp con cái lướt thắng sợ hãi bằng cách chia ra từng phần dễ thực hiện một và chiến thắng mỗi lần một ít. Can đảm có nghĩa là chúng ta chấp nhận cả những tình huống xấu nhất với thái độ cao thượng.

8. 9. 3.
THÚC ĐẨY NGƯỜI VƯỢNG MÁU
Thách đố:kiên trì đến cùng

Người vượng máu rất năng nổ hoạt bát và sẵn sàng đứng chờ ngay cửa. Họ gây thiện cảm, đầy ý tưởng, và ham thích bắt đầu. Thực ra họ muốn bắt đầu trên *nhiều* dự án! Nhưng một số là chạy đua nước rút, một số là trường kỳ. Người vượng máu cần được giúp đỡ trong chương trình trường kỳ. Bởi lẽ các ấn tượng không kéo dài lâu bền, ấn tượng này theo sau ấn tượng kia. Hậu quả là người vượng máu có vẻ như bốc đồng và hay thay đổi trong tâm tính và cảm tình, và có khuynh hướng yếu kém để đi tới nơi tới chốn.

Người vượng máu chú ý tới người và có năng khiếu xã giao tốt, họ sẽ sẵn sàng giúp dự án của người. Họ cũng sẽ xin *bạn giúp* vào dự án của *họ.* Họ là người bán hàng giỏi, và với tài ăn nói hoạt bát dễ dàng, họ có thể trao cho bạn một ý tưởng mà chính họ chưa chắc đã dấn thân thực hiện! Người vượng máu là con người lạc quan và có khuynh hướng coi thường các khó khăn. Hậu quả là họ có

thể không cẩn thận nghĩ đến những trở ngại đáng kể khi tạo ra một kế hoạch. Biết bao lần cha mẹ đã từng nghe đứa con vượng máu nói rằng: “Bài thi đó à, dễ ợt như uống nước vậy!”

Nếu bạn là người vượng máu, bạn rất thân thiện tự nhiên, liên hệ tình nghĩa thật là quan trọng đối với bạn, và bạn có khuynh hướng đồng ý dễ dàng với bạn bè. Như vậy, bạn phải coi chừng đừng vội nhẩy tới kết luận, kẻo những quyết định của bạn bị ảnh hưởng do những gì người khác thích hoặc muốn, hoặc bị những người không đàng hoàng thao túng. Tính tình lạc quan của bạn có thể không nhìn thấy tất cả các khó khăn trở ngại trong tiến trình hành động, nên có thể bạn đã thiếu khôn ngoan mà lựa chọn.

Nếu bạn làm việc với một người vượng máu, bạn có thể nhận thấy rằng trong khi họ khá sáng tạo, gợi hứng khởi và dễ tạo nên hưng phấn đối với một dự án mới, họ có khuynh hướng quá tự tin, thiếu suy nghĩ chín chắn về các chi tiết quan trọng, và thiếu dấn thân, có thể đi tới hậu quả là công việc dở dang không xong hoặc người khác phải gánh vai vác lấy.

a.- người vượng máu

1.- những điểm mạnh hay:

sáng tạo, thiện cảm, gợi hứng cho đồng đội. Dễ ‘nổi hứng’, ít nhất là lúc đầu.

2.- những điểm yếu kém:

có thể không để ý đến các chi tiết hoặc quá tự tin. Có thể đồng ý với người khác chứ không chịu có một ý kiến riêng ít bình dân. Có thể bị chán nản vì quay đi quay lại với các chi tiết và trở ngại.

3.- những thách đố:

cần được giúp đỡ để ấn định thời biểu và đi tới nơi tới chốn. Có thể bỏ cuộc nếu công việc không vui nhộn, do đó cần phải có cơ chế tổ chức tốt và hướng đi tích cực.

Đứa con trai 13 tuổi vượng máu của chúng tôi cho thấy lòng tự tin tiêu biểu của người vượng máu. Nó chắc chắn rằng tất cả con gái đứa nào cũng thích nó, rằng nó là học sinh vui nhộn nhất lớp, rằng thế nào được nó cũng được điểm Ưu trong bài thi. Khi nó làm một bài thi lớn, nó về nhà cầm chắc nó sẽ được điểm Ưu. Nhưng rồi cuối cùng chỉ là Bình - lần nào cũng vậy. Nó than thở: "Con không hiểu được tại sao vậy nữa! Con chắc chắn con làm tất cả đúng mà!" Thế rồi khi đến kỳ thi sau, nó quên đi tất cả những bực dọc đó để rồi lại tiên đoán sẽ được Ưu nữa. Chúng tôi phải giúp nó hiểu rằng muốn được Ưu thì phải có thói quen chịu khó học bài.

b.- những lời thúc đẩy người vượng máu

"Hay quá! Thích quá!"
"Tôi thích những ý nghĩ của bạn."
"Chúng ta hãy cùng nhau làm việc."
"Chúng ta hãy đi ra nhà hàng càphê để ngồi viết các dự án, đặt thời biểu và ấn định chương trình nhé."

Người vượng máu phải đối phó với thách đố lớn nhất của họ là phải khôn ngoan quyết định chứ đừng theo hứng, để chú ý tới các chi tiết và làm việc tới nơi tới chốn. Như người chạy đường trường, người vượng máu phải *chậm rãi lại* để giữ sức mà chạy được lâu. Hãy tự hỏi: mình có để ý đến tất cả mọi chi tiết quan trọng không? Có cân nhắc những trở ngại không? Có suy nghĩ sự việc thấu đáo

không? Hay chỉ là ước ao mọi sự diễn tiến tốt đẹp? Tuy vậy, vì tinh thần lạc quan, trí sáng suốt và tính vui vẻ, họ sẽ là một mối lợi cho bất cứ đội ngũ nào. Nếu như họ thất bại, họ sẽ đứng dậy ngay và bắt đầu lại.

c.- những điểm then chốt đối với người vượng máu

1.- chịu khó làm việc + kiên nhẫn = phần thưởng.

Hãy nhắc nhở người vượng máu rằng chịu khó làm việc sẽ có hiệu quả. Hãy liên kết công việc của họ trực tiếp với phần thưởng mà họ muốn. Phải chắc chắn cho họ được phần thưởng theo chương trình, để giúp họ kiên trì đến cùng. Trước sau rồi ra họ cũng sẽ có thói quen đó. Hãy công nhận những thành đạt, và chỉ cho thấy tại sao chịu khó làm việc và kiên nhẫn đã đưa tới thành công.

2.- Bạn có thể nghiên cứu sâu xa hơn không?

Hãy hướng dẫn người vượng máu đi theo một tiến trình nghiên cứu học hỏi hoặc chu toàn một nhiệm vụ đầy đủ sâu xa và để ý tới các chi tiết. Họ chỉ muốn làm cho xong thật mau lẹ và chu toàn nhiệm vụ với vài nét chấm phá đại cương. *Hãy chỉ cho* họ nhận ra các chi tiết. Khi họ còn trẻ, hãy tập cho họ có năng lực quan sát bằng cách chơi các trò chơi về ký ức hoặc xin họ lặp lại chính xác những gì xẩy ra trong một màn trình diễn; sau đó giúp họ phát triển *biện phân* bằng cách hỏi họ về các lý lẽ họ đã nghe qua tin tức hoặc đọc báo. Cái gì là sự kiện? Cái gì là ý kiến?

3.- Tôi có thể giúp bạn tổ chức thời biểu không?

Hãy giúp người vượng máu đặt kế hoạch cho các mục đích tạm thời (để giữ họ đúng nhiệm vụ) với các phần thưởng tạm thời, rồi ấn định thời biểu. Hãy nghĩ đến các thành quả tích cực mà họ sẽ thực

hiện được qua kỷ luật và kế hoạch. Hãy mua một tờ thời biểu và mỗi tuần hãy coi lại.

8. 9. 4.
THÚC ĐẨY NGƯỜI LÃNH ĐẠM
Thách đố: lướt thắng các trở ngại

Người lãnh đạm được nhiều người yêu thích vì bản tính của họ là hợp tác, trầm lặng và yên tĩnh, nhưng thường hay bị tố cáo là ươn lười, không dứt khoát, và thiếu khả năng lãnh đạo hoặc sáng kiến. Thực tế có những người lãnh đạm là lãnh tụ xuất chúng, vì khả năng họ bình tĩnh thanh thản trước áp lực, ý chí sắt đá, và khả năng thương thảo; vấn đề là làm sao có động lực thúc đẩy đúng.

Không ai nghĩ rằng cha xứ của chúng tôi thuộc loại lãnh đạm. Ngài là vị lãnh tụ tâm linh của giáo xứ, làm gương mẫu cho giáo dân, và thực là 'một Kitô thứ hai' đích thực. Ngài cũng có nhiều sáng kiến tổ chức và hướng dẫn giáo phận chúng tôi gây quỹ để xây thánh đường giáo xứ. Ngài biết tên từng người của danh sách 1 ngàn gia đình! Ngài có chừng 100 CD bài nói truyện để cho người ta về việc huấn luyện nhân bản và tâm linh - kể cả những vấn đề hôn phối và gia đình, phát triển cá nhân, và minh giáo. Ngài là một lãnh tụ vô địch.

Nhưng đây cũng là trường hợp một người biết tính tình của mình và lãnh đạo với những đức tính tốt nhất của mình. Ngài biết dùng thời giờ để học hỏi cách thức thúc đẩy người khác, để khuyến khích vai trò lãnh đạo, làm cho mỗi người cảm thấy thoải mái và nhận ra phần đóng góp đáng kể trong đội ngũ của mình, và làm sao để cố gắng hết sức của mình. Ngài cũng biết khi nào cần phải nghỉ ngơi thư dãn.

Nếu bạn là người lãnh đạm, bạn có 2 trở ngại lớn nhất là ấn định các mục đích và lướt thắng các trở ngại. Bởi lẽ bạn coi trọng liên hệ tình nghĩa và cộng tác hoà hợp, bạn sẽ bị cám dỗ để chiều theo những kỳ vọng và mục đích của những người chung quanh. Như vậy, những mục đích của bạn có lẽ sẽ thấp kém hơn, tuỳ thuộc vào mức độ của những người chung quanh bạn, học sinh của bạn, gia đình của bạn v.v…

Thứ đến, bạn có khuynh hướng quy về người và nhằm đến việc làm đẹp lòng người. Nhưng những trở ngại và tương lai vô định có thể đáng sợ hơn là có sức thúc đẩy. Bạn có khuynh hướng đáp ứng những gì đang xẩy ra trong khoảnh khắc, và hơi run sợ khi nhìn vào tương lai.

a.- người lãnh đạm

những điểm mạnh hay:

bình tĩnh trong cơn khủng hoảng, hợp tác tự nhiên. Cởi mở trong vấn đề xin trợ giúp và xin lời khuyên

những điểm yếu kém:

thường bị cám dỗ để đi theo con đường ít chống đối hơn cả. Dễ dàng bị chán nản

những thách đố:

cần phải nhìn nhận bức ảnh vĩ đại và được thúc đẩy để ấn định những mục đích lớn. Cần phải được khuyến khích thật nhiều và phải chịu trách nhiệm một cách tích cực về mọi chặng của diễn tiến công việc.

Ngoài ra khi phải đối diện với cái có thể coi như là trở ngại không thể vượt qua, hoặc với điều có thể bị sỉ nhục, chê trách và khinh khi, bạn có thể bị cám dỗ để tránh xa nhiệm vụ. Khi bị đối chất với khinh thường hoặc nài nỉ, hoặc bị đe doạ hình phạt

công khai, bạn có khuynh hướng rút lui hoặc co ro về chính mình. Nếu chính gia đình bạn trừng phạt và khinh thường, bạn có thể bị thói quen không ngóc lên được.

Nếu bạn làm việc với một người lãnh đạm, bạn có thể bị cám dỗ để cố gắng ấn định những mục đích cho họ hoặc thực hiện dự án thay cho họ. Khác với các loại tính tình khác sẽ phản đối hành động của bạn, người lãnh đạm có thể để cho bạn làm như vậy! Dĩ nhiên đây là một lỗi lầm. Rồi thời gian sẽ cho thấy người lãnh đạm sẽ mất dần tự tin và sẽ không biết làm sao để học biết cách chịu trách nhiệm.

b.- những lời thúc đẩy người lãnh đạm

"Bạn là người then chốt trong dự án này."

"Tôi rất vui lòng với công việc bạn làm trong lãnh vực này."

"Chúng ta hãy thử nói về một ít ý tưởng của bạn về tương lai."

"Chúng ta hãy ấn định ít cách để đo lường tiến bộ của bạn nhé."

Người lãnh đạm phản ứng tốt nhất đối với thúc đẩy xây dựng tự tin. Thật là không ích lợi gì khi chỉ dừng lại nơi các thất bại và lỗi lầm của họ; như thế chỉ làm cho họ nản chí và rút lui khéo thôi. Khá nhiều lần người ta bị cám dỗ để nài nỉ và xô đẩy người lãnh đạm, khi mà hình như người lãnh đạm chưa cho thấy họ đã hiểu tình huống khẩn trương. Đây là một cố gắng dễ hiểu giúp người lãnh đạm thích ứng để họ hiểu việc thay đổi là quan trọng. Nhưng như vậy có thể bị phản pháo, vì đã tạo nên khoảng cách biệt quá lớn giữa nơi chúng ta đang ở và nơi chúng ta muốn tới. Người lãnh đạm sẽ cảm thấy quá tải và không đủ khả năng. Nhiệm vụ khi đó

sẽ trở nên kinh khủng và các trở ngại không thể vượt thắng. Như vậy phải biết tế nhị tạo nên một thế quân bình giữa việc ý thức tình trạng quan trọng và khẩn trương, và gây dựng niềm tự tin nơi người lãnh đạm để họ chu toàn được nhiệm vụ.

c.- những điểm then chốt đối với người lãnh đạm

1.- hãy hỏi những câu gợi ý

"Tôi đã thấy rõ bạn chu toàn mục đích quan trọng này rồi. Như vậy bước đầu tiên bạn đã làm là gì vậy?" hoặc "Tôi biết bạn có thể chu toàn việc này mà. Làm sao mà bạn có thể thay đổi như thế này?" hoặc "Bạn nhìn thấy những trở ngại gì?"

2.- hãy dùng thước đo tin tưởng Dùng mức đo từ số 0 tới số 10, 0 là không tin tưởng chút nào, 10 là cực kỳ tin tưởng, bạn nghĩ rằng bạn ở số mấy? Làm thế nào để bạn có thể lên cao hơn nữa?

3.- hãy duyệt xét thành quả trong quá khứ:

"Bạn có nhớ không: lần bạn nói bạn không được điểm Ưu trong lớp, thế mà rồi bạn lại được đó? Làm thế nào mà bạn được vậy?" Nhưng kể cả những lần không phải là thành công nữa: "Bạn đã cố gắng thật nhiều đáng khen lắm! Chúng ta thử nói về cách thức bạn có thể làm khác đi nhé."

4.- hãy nhìn nhận những điểm mạnh hay

"Điều thật hay về bạn là bạn thật bình tĩnh trước áp lực!" hoặc "Ai cũng kính trọng bạn vì bạn thật công minh!"

5.- hãy gây ý thức trách nhiệm

để dò xét tiến triển và để bảo vệ mục đích.

Chương 9

Khám phá loại tính tình phụ thuộc của bạn

Hắn dũng mạnh như sư tử, vờn lượn như con gấu, chậm chạp như con voi: một con người mà thiên nhiên đã đổ dồn khôi hài vào đến nỗi sức dũng mạnh của hắn đã bị tan thành điên cuồng, sự điên cuồng pha chế với kín đáo . . . Hắn u uẩn không căn cớ, và vui vẻ đối ngược mái tóc."

Troilus and Cressida
(Shakespeare)

"Nhưng Thượng Đế phải được tôn thờ; Và mọi người không giống nhau."

As you like it
(Shakespeare)

Bạn đã đọc về 4 loại tính tình nền tảng, chắc hẳn bạn đã khám phá ra rằng trong khi một loại tính tình diễn tả khá đúng về cá tính của bạn, một số đặc tính không đúng; thay vào đó một số đặc tính của một loại khác lại đúng. Những đặc tính này tiêu biểu là do loại tính tình phụ thuộc. Thực tế là đa số chúng ta không có chỉ một loại tính tình mà thôi, nhưng là phối hợp của 2 loại, một chính (cống) một phụ (thuộc).

Thông thường đây là điều tốt. L.m. Conrad Hock khẳng định trong cuốn the Four Temperaments (4 loại tính tình) rằng nói chung *"một người sẽ hạnh phúc hơn nếu như tính tình của họ không phải chỉ nguyên một loại."* Tính tình phối hợp lại giúp quân bình các ưu điểm và khuyết điểm, điểm mạnh hay và điểm yếu kém của cá tính chúng ta. Và trong khi căng thẳng, những đặc tính của tính tình phụ có thể trở nên hữu ích để đối phó với tình huống mà chúng ta cho là (vô tình hoặc hữu ý) tính tình chính trở nên không thích hợp.

9. 1.
Không thể phối hợp chăng?

Một số tác giả đề nghị rằng mỗi người có thể có 3 hoặc 4 loại tính tình, hoặc các tính tình có thể phối hợp lại để 2 loại đối nghịch nhau được phối hợp lại trong một cá nhân (chẳng hạn như nóng giận/lãnh đạm hoặc u uẩn/vượng máu).

Chúng tôi chủ trương rằng điều đó không chính xác. Mặc dầu chúng tôi tin rằng 2 loại tính tình có thể phối hợp (và khá nhiều như vậy), nhưng sự phối hợp đó có giới hạn. Nên nhớ rằng các loại tính tình được sắp xếp theo mẫu mã phản ứng, và được phân biệt khác nhau tuỳ theo phản ứng đối với điều kích động nhanh chóng hoặc chậm rãi, mạnh mẽ hoặc yếu ớt, lâu dài hay ngắn ngủi. Tất cả chúng ta đều đã gặp những cá nhân phản ứng đa phần thật mau thật mạnh, nhưng rồi trong một vài trường hợp nào đó lại có phản ứng chậm lại cho dù vẫn mạnh. Và chúng ta cũng biết có người, mặc dầu đa phần là một cá nhân dễ chịu thoải mái tà tà, thế mà có lúc bỗng dưng bùng nổ thật mạnh, dẫu ngắn ngủi, trong một số tình huống. Và như đã nói qua trong một chương trước, một cá nhân rất thánh thiện có thể đã chinh phục được đam mê và xu hướng tự nhiên của mình (nhất là những thứ không nên) đến độ người khác khó mà nhận ra loại tính tình đích thực.

Nhưng thực là khó, nếu không phải là không thể, tưởng tượng ra một cá nhân khỏe mạnh tâm thần có những phản ứng tự nhiên thật mạnh thật mau và thật lâu trong suốt cuộc đời, mà đồng thời lại chậm chạp, uể oải và không có gì nhúc nhích. Có thể có một cá nhân nào đó vừa hướng nội vừa hướng ngoại được chăng? Phải chăng phản ứng của họ có thể vừa mãnh liệt vừa uể oải không?

Chính vì thế, chúng tôi tin rằng có 2 kiểu phối hợp mà do bản tính không thể duy trì được nơi một cá nhân khỏe mạnh, đó là nóng giận/lãnh đạm, và vượng máu/u uẩn. Nếu có những người như vậy thì họ chắc hẳn phải là vừa hướng nội vừa hướng ngoại; vừa chậm chạp mà lại mau lẹ, vừa mãnh liệt mà lại uể oải, vừa kéo dài thời giờ mà lại vừa ngắn gọn trong khi phản ứng. Như vậy xét theo mọi

phương diện cách thức, họ là con người mâu thuẫn nội tại.

Mới nhìn qua, bạn có thể giả tưởng như là người lãnh đạm thường chứng tỏ có khả năng lãnh đạo tốt là một con người thích thi đua, hoặc lèo lái mánh mung trong ngành nghề của họ, phải là người nóng giận/lãnh đạm. Tuy nhiên chúng tôi chưa bao giờ gặp gỡ một chuyên viên về tính tình quả quyết có như vậy. Một con người như vậy phải là vừa lèo lái vừa ngồi tà tà, vừa hay cãi vã vừa không thích đối chất. Họ sẽ gieo mâu thuẫn và dựa vào tranh cãi đồng thời là người kiến tạo hoà bình, tránh né mâu thuẫn!

Tuy nhiên chúng tôi đã gặp người lãnh đạm là những người lãnh đạo tuyệt vời đã thực hiện nhiều việc. Chúng tôi cũng quen biết một số người lãnh đạm rất thích thi đua. Nhưng họ không tin rằng họ thành công vì tính nóng giận của họ. Đúng ra những người này đã sử dụng ý chí mạnh mẻ của tính tình lãnh đạm mà phát triển khả năng lãnh đạm - thường là để phục vụ Đức Kitô! Cha xứ của chúng tôi chính là một con người gương mẫu như vậy.

Đứa con trai của chúng tôi là một gương người lãnh đạm thích thi đua. Bởi lẽ nó rất thích thi đua và gia nhập nhiều đội thể thao, lúc đầu chúng tôi không nghĩ rằng nó thuộc loại lãnh đạm. Một ngày kia sau khi yên lặng nghe nó về các loại tính tình, nó khẽ nói: “Con thuộc loại lãnh đạm.” Lúc đầu chúng tôi rất bỡ ngỡ, nhưng rồi nhìn nhận rằng tính tình lãnh đạm mô tả chính xác cá tính của nó: bản tính nó bình an và yên lặng cộng tác - trừ khi chơi bài hoặc khi chơi thể thao theo đội, khi đó nó chứng tỏ ý chí sắt đá để thắng. Chúng tôi cứ thầm nghĩ rằng trong bầu khí nhiều thành tích thể thao và nhiều khuyến khích tích cực, nó đã trở nên đứa lãnh

đạm rất 'hoạt động' - với nhiều huy chương giải thưởng mang tên nó. Tuy thế, nếu nó cảm thấy rằng có thể nó không thắng nổi hoặc không được ai khuyến khích nâng đỡ, tính tình lãnh đạm của nó sẽ lấn át, và nó sẽ không thử cố gắng nữa.

Một thí dụ nữa là huy chương vàng bơi lội Ian Crocker. Một người bạn phát biểu: "Nếu bạn cứ tiếp tục tà tà ngồi đó, bạn sẽ chết." Nhưng chẳng ai có thể giật được huy chương thế vận hội hoặc đoạt được kỷ lục thế giới mà không được thúc đẩy để tập luyện và gắng sức kinh khủng (có thể giấu giếm kín đáo).

Chúng tôi đã gặp một ít người khi mới nghe trình bầy về tính tình, nghĩ rằng họ thuộc loại vượng máu/u uẩn (hoặc u uẩn/vượng máu). Họ có khuynh hướng là những người hướng ngoại lo lắng bồn chồn, rất giỏi về nghệ thuật giao tiếp, nhưng lại thiếu cương quyết. Họ dễ mến dễ thân thiện và có khả năng tiếp cận với người khác thật mau, tuy nhiên họ thiếu thấu đáo đến nơi đến chốn và có thể trì hoãn vô tổ chức tai hại. Họ nhận diện đúng là người vượng máu một phần, bởi lẽ họ giỏi về nghệ thuật giao tiếp với người, óc sáng tạo, tình thân mật ấm cúng và tính lạc quan của người vượng máu. Tuy thế họ tin rằng họ cũng thuộc loại u uẩn nữa bởi lẽ họ có khuynh hướng lo lắng bồn chồn - rất nhiều. Họ lo lắng về cuộc nói chuyện mới đây, đáng lẽ họ phải phản ứng làm sao, thế nào là hành động đúng trong một tình huống, và có phải người ta đã phê phán họ quá khắt khe không. Họ có thể do dự lưỡng lự vô chừng, và điều này sẽ dẫn đến trì hoãn và vô tổ chức. Họ có thể có *lòng khát khao lý tưởng* làm cho họ tin rằng họ có khuynh hướng toàn hảo.

Tuy nhiên, trường hợp phối hợp vượng máu/u uẩn phải là một người chẳng những hướng

ngoại, lạc quan, mau phản ứng, tản mác, và tha thứ, nhưng cũng là hướng nội, bi quan, chậm phản ứng, tỉ mỉ và không tha thứ. Không thể tưởng tượng ra một con người khoẻ mạnh lại có thể mâu thuẫn đến thế được.

Người vượng máu hạnh phúc, hướng ngoại nhưng phần nào thiếu tập trung, tin rằng (qua bạn bè ảnh hưởng, trở lại/cải đạo, học hỏi, hoặc người hướng dẫn) tính tình tự nhiên của họ thiếu chiều sâu; họ tin rằng họ phải là những nhà tư tưởng sâu xa, quy nội, có trật tự và toàn hảo trong việc họ làm. Khuynh hướng lạc quan tự tin tự nhiên của họ bị lu mờ vì tự nghi nan và do dự. Tự nghi nan và tự phạt mình dẫn đưa họ tới kết luận rằng họ thuộc loại u uẩn. Thực ra họ vẫn còn nổi hứng và phần nào vô tổ chức - người vượng máu mà - nhưng bây giờ thì tự ý thức và bất hạnh như vậy. Họ thiếu tự ý thức chứng tỏ cho thấy khuynh hướng của người vượng máu là hời hợt bên ngoài, trong khi tính nhạy cảm và lòng ước muốn làm đẹp lòng người khác lại làm cho họ muốn trở nên 'toàn hảo' đối với vợ/chồng, bạn bè, hoặc giáo chức.

Khi người vượng máu học hỏi sơ qua về các loại tính tình, họ quan sát nơi chính mình họ có một sự do dự nào đó, và họ gán lầm cho khuynh hướng 'quy nội' của người u uẩn. Tuy thế sự do dự của người u uẩn xảy đến là hậu quả của suy tư quá nhiều chứ không phải do tự nghi nan. Khi người vượng máu biểu lộ tính do dự, đây không phải là kết quả của nhiều suy tư hoặc quy nội. Thực ra là trái ngược hẳn lại. Người vượng máu sẽ không dùng thời giờ để suy nghĩ sâu xa về cùng một vấn đề mà còn sợ tốn giờ phải hỏi han người khác nữa (theo cách hướng ngoại của họ). Người vượng máu do dự bắt nguồn tự việc thiếu kỷ luật, hơn là khuynh

hướng quá suy tư và thiếu cương quyết của người u uẩn. Khi người vượng máu do dự, bạn cảm thấy có nền tảng tinh thần lạc quan; người vượng máu thường kèm theo một chuyện gì khôi hài để giải thích tại sao họ do dự. Đàng khác người u uẩn có thể biểu lộ sự do dự bề ngoài nhưng thực ra là thiếu khả năng hành động vì sợ những hậu quả hoặc tại vì bản tính thích phân tích thái quá. (Hamlet là một người u uẩn điển hình). Nếu bạn không biết chắc chắn bạn có phải là người vượng máu hoặc u uẩn, xin hãy tự hỏi bạn chính là hướng nội hoặc hướng ngoại, bạn mau mắn hoặc chậm chạp khi phản ứng, và bạn bi quan hoặc lạc quan từ căn bản.

Ngoài những trường hợp kể trên, tất cả các loại tính tình khác có thể được phối hợp lại với nhau, và một cách nào đó không ít thì nhiều đa số chúng ta đều là như vậy. Chúng ta hãy coi xem.

9. 2.
vượng máu/nóng giận và nóng giận/vượng máu

Trường hợp phối hợp vượng máu/nóng giận là người hướng ngoại hơn hết trong các loại tính tình. Tin mừng là người vượng máu lạc quan, đưa đẩy, thích vui nhộn trở nên có khả năng thấu đáo tới nơi tới chốn, nhận lãnh vai trò lãnh đạo đáng kể và trao đổi nhiều dự án mà không hy sinh chất lượng cách vô lý. Loại tính tình này có khuynh hướng phối hợp hài hoà giữa cương quyết và duyên dáng, năng khiếu phân tích và óc sáng tạo, tình thân và chữ tín.

Khả năng của bạn để móc nối người sẽ giúp bớt đi những đặc tính ‘anh hùng rơm’ của người nóng giận. Bạn là người sáng trí và hưng phấn, với nhiều năng khiếu xã giao. Bạn cũng có khả năng

bền bỉ, dấn thân, và làm việc chín chắn, cho dù đôi khi bạn có thể bị coi thường, vì cách thức khôi hài và dễ chịu của bạn. Chẳng những bạn có khả năng sáng tạo gợi hứng, mà bạn còn nhận thấy nơi chính mình bạn lòng kiên trì và động lực cần thiết để thể hiện những ước mơ của bạn.

Thánh Phêrô có thể là người vượng máu/nóng giận. Ngài đưa đẩy, hưng phấn, bảo vệ, hay nói, thường là sai - nhưng vẫn là một lãnh tụ anh hùng và say mê của đoàn chiên.

Tin buồn là thiếu huấn luyện trí thức, nhân bản, hoặc tâm linh, tính tình pha trộn này có thể để lộ ra cái tệ nhất của 2 tính tình: nói quá nhiều, thiên kiến, to tiếng, liều lĩnh, vội vã đi đến kết luận, và hay quên. Nếu thiếu chiều sâu trí thức, tính tình này có thể trở nên cộc cằn, cao ngạo lên mặt, và cố chấp. Tính khôi hài cao của người vượng máu có thể trở nên xâu xé làm tổn thương khi cộng với bản tính không tha thứ, thích trả thù của người nóng giận thiếu giáo dục. Nếu không biết chế ngự thói tìm vui và đưa đẩy, người vượng máu/nóng giận sẽ đi đến tình trạng lương tâm rộng để biện minh cho những yếu hèn của mình, cuối cùng là tội lỗi thường xuyên theo thói quen. Đàng khác, bản tính quảng đại tự nhiên của người vượng máu sẽ giúp họ dấn thân làm nhiều việc tốt.

Nếu bạn là người vượng máu/nóng giận, bởi lẽ bạn dễ được gợi hứng ngay từ đầu, bạn có thể nhận thấy mình tích cực tham gia rất nhiều dự án. Nhưng hãy coi chừng đừng để con người vượng máu lấn át để rồi chỉ thấy 'nói mà không làm'. Nhiều người vượng máu/nóng giận phải coi chừng khuynh hướng đưa ra nhiều ý kiến thật vĩ đại, bắt mọi người phải làm việc, rồi bỏ cuộc khi dự án làm cho mọi người mỏi mệt.

Người nóng giận/vượng máu sẽ có phần ít hướng ngoại hơn người vượng máu/nóng giận, bởi lẽ tính hướng ngoại của họ thường nhường chỗ cho hành động hướng về mục đích. Như vậy, tính tình phối hợp này sẽ đưa đến hậu quả là có người lãnh đạo rất năng nổ (nóng giận) với năng khiếu xã giao và lưu tâm tới người (vượng máu) làm cho họ bớt độc tài. Họ sẽ tỏ ra dễ cảm thông đối phó với người, ít kiểm soát hơn người nóng giận thuần tuý, dễ thích ứng hơn, dễ kiếm thời giờ để xả hơi thư giãn và thích mình cũng như thích người.

Nếu bạn là người nóng giận/vượng máu, bạn sẽ nhận thấy bạn có rất nhiều năng lực và gợi hứng để khởi đầu các dự án và có thể tập trung khá nhiều vào nhiệm vụ cho tới khi hoàn thành. Mặc dầu bạn có khuynh hướng rất khách quan, thực tế, và hữu lý - và đôi khi thấy mình dẫm lên chân người khác trong diễn tiến chu toàn nhiệm vụ trong tay - bạn cũng có khả năng giao tiếp giữa người với người cần thiết để giải quyết mâu thuẫn và để giúp cho mọi người cùng nhau cộng tác làm việc tốt đẹp. Óc sáng tạo và lòng nhạy cảm của con người vượng máu của bạn sẽ giúp bạn có thể linh động khi tình huống cần phải linh động, và bớt đòi hỏi hoặc khó chịu hơn tính người nóng giận thuần tuý thường quen.

Tuy nhiên nếu không được huấn luyện chắc chắn và đời sống tâm linh sâu xa, những yếu kém của bạn sẽ trở nên trầm trọng hơn. Nếu không biết chú ý tự huấn luyện, bạn có thể sẽ thấy mình mau bị khích động để giận dữ và cũng khó tha thứ. Bạn có thể thiếu kiên nhẫn với người khác và nói thẳng nói thật mà không đếm xỉa gì đến tâm tình của người khác. Bạn có thể trở nên người làm việc quá tải hoặc lao đầu vào làm việc do đam mê thúc đẩy. Bạn

có thể nhấn mạnh đòi phải làm việc theo đường lối của bạn, và dễ giận dữ, đổ lỗi cho người khác, hoặc tìm cách chữa mình khi bị sửa sai. Nhưng, một khi bạn ý thức được các điểm yếu kém của bạn rồi, và dấn thân để tự cải tiến, bạn sẽ có khả năng cũng quyết định để theo đuổi việc tự huấn luyện.

Thánh nữ Têrêxa thành Avila, huyền sĩ và tiến sĩ của Hội Thánh, có thể thuộc loại tính tình nóng giận/vượng máu. Khi còn bé, Thánh nữ rất hay đưa đẩy và cứng đầu. Sau khi đọc tường trình về Binh Thánh Giá, thánh nữ đã gói đồ và chạy đi khỏi nhà - kéo thêm em trai là Rodrigo đi cùng - với hy vọng cả hai cùng được phúc tử vì đạo dưới bàn tay người Moors!

Thánh nữ thích đọc các tiểu thuyết lãng mạn của thế kỷ XVI; thánh nữ giấu kỹ mấy cuốn truyện đó dưới gầm giường. Thánh nữ cũng thích làm dáng, và khi còn là thiếu nữ choai choai, ưa thích nhuộm tóc, ăn diện theo kiểu y phục tân thời nhất, có xức nước hoa và phấn son, và nói chuyện bép xép với bạn bè. Tuy thế tính hay nói bép xép của con người vượng máu của thánh nữ được gia giảm bởi trí khôn và nghị lực của người nóng giận; một khi thánh nữ đã dấn thân quyết định theo Đức Kitô, thánh nữ lại bỏ nhà ra đi (lần thứ hai!) mà vào Dòng Kín Carmêlô (Cát minh). Tuy thế thánh nữ không dừng lại ở nếp sống tu viện nửa vời - nếp sống mà thánh nữ cảm thấy như đã đi ra khỏi tinh thần nguyên thuỷ của vị sáng lập - nhưng cương quyết thành lập một tu viện mới, sau đó trở nên tu viện Carmêlô cải tân đi chân không.

"Thánh nữ Têrêxa đã có được vẻ mỹ miều, duyên dáng với thiên tài văn chương . . . một khả năng quản trị ít ai sánh kịp; tính khôi hài và hiền dịu và lương tri; tài ứng biến của một chiến sĩ. . ." Phải

chăng đó chẳng phải là những đức tính tốt nhất của người nóng giận/vượng máu sao?

9. 3.
nóng giận/u uẩn và u uẩn/nóng giận

Việc phối hợp nóng giận/u uẩn gồm 2 tính tình đam mê và kiên trì để tạo thành một lãnh tụ mạnh với khả năng nhìn ra một kế hoạch lớn để hành động - một con người vừa cẩn thận chi tiết và có chiến lược. Khuynh hướng của người nóng giận thích phán đoán vội vã ào ào sẽ được điều hoà bởi người u uẩn thích phân tích và suy tư. Khuynh hướng của người u uẩn thích hờn dỗi, hay chỉ trích và hành động chậm rãi sẽ được bù lại bởi thái độ lạc quan và thực tế của người nóng giận. Như vậy người nóng giận/u uẩn sẽ có thể hành động dứt khoát - dầu có suy tư - và sẽ được phong phú thấu đáo.

Nếu bạn là người nóng giận/u uẩn, bạn có một trí óc phân tích mau lẹ, có thể là chú ý khá nhiều tới chi tiết, với ý thức khá về trật tự và kỷ luật. Bạn sẽ hướng ngoại nhiều hơn người u uẩn thuần tuý hoặc người u uẩn/nóng giận, và bạn có thể nhận lãnh nhiều dự án hơn và chu toàn nhiều việc hơn một người u uẩn thuần tuý. Chúng tôi quen biết khá nhiều người u uẩn (và u uẩn/nóng giận) là những người trưởng ban tài chánh; khả năng lãnh đạo của họ, cộng với sự chú ý tỉ mỉ tới các chi tiết tài chánh của họ làm cho họ rất được trọng dụng trong lãnh vực này. (Thêm vào những năng khiếu phân tích và chú ý tới chi tiết, họ có khuynh hướng là những nhân viên thành thực và có nền đạo đức cao.)

Bạn sẽ có một trí óc phân tích mạch lạc, muốn cho người và nơi làm có tiêu chuẩn cao. Là cha mẹ, bạn là người giữ kỷ luật tốt nhất trong các loại tính tình; đặt tiêu chuẩn cao cho con cái, trong khi người khác hơi khó làm đẹp lòng bạn, dễ giận dữ và không tha thứ, và bị cám dỗ ra hình phạt nặng nề. (Cả 2 loại tính tình này đều có khuynh hướng không chịu tha thứ, nên đây là một thách đố cho việc tiến triển trên đường thiêng liêng.)

Tự nguyện hy sinh nhưng phải được thúc đẩy, người nóng giận/u uẩn có thể chu toàn nhiều việc lớn. Tuy nhiên nếu không có huấn luyện nhân bản và tâm linh, mẫu phối hợp này có thể đưa đến hậu quả là một cá nhân tự hào và cố chấp, với tính giận dữ và hờn dỗi sâu đậm. Họ cũng có thể là người có thiên kiến, thích chỉ trích và phê phán. Với trí óc mau lẹ, họ có khuynh hướng luôn luôn cho mình là đúng, và vì muốn theo đuổi lý tưởng, người mẫu phối hợp này có thể trở nên độc đoán, rầu rĩ, cao ngạo và phản xã giao.

Chúng ta thử tưởng tượng Thánh Phaolô thuộc loại mẫu phối hợp nóng giận/u uẩn này; ngài căng thẳng, tập trung, và được thúc đẩy. Ngài không phải là người coi trọng tình nghĩa hơn luật lệ. Ngài bất đồng ý kiến với Thánh Phêrô trong nhiều cơ hội (như ngài viết trong thư gửi giáo đoàn Galata: *"Và khi ông Kêpha tới thành Antiôkia, tôi ra mặt chống đối ông bởi lẽ ông rõ ràng là sai lầm" (Gl 2: 11)* và chia tay với người bạn truyền giáo Barnaba, bởi lẽ Barnaba muốn đem theo Gioan Maccô, mà Phaolô bảo rằng hắn đã bỏ rơi họ ở Pamphylia *(Cv 15: 37-39).*

Mẫu người u uẩn/nóng giận cũng là một lãnh tụ với khả năng làm nhiều việc lớn. Tuy nhiên trong khi người nóng giận/u uẩn được thúc đẩy bởi các

thách đố và cơ hội, người u uẩn/nóng giận lại được gợi hứng bởi nhiệm vụ cao thượng. Khía cạnh u uẩn của hai loại tính tình đưa đến hậu quả là dự án được tổ chức và có ý nghĩa, trong khi khía cạnh nóng giận là động lực thúc đẩy và đòi hỏi.

Nếu bạn là người u uẩn/nóng giận, bạn có thể không thực tế (hoặc vụ lợi) lắm cho bằng người nóng giận thuần tuý, chỉ kiên trì và cương quyết như vậy thôi, và nhấn mạnh hơn đến các lý tưởng sâu xa cao thượng. Dễ được thúc đẩy bởi những nguyên cớ cao thượng và đòi hỏi nhất, bạn có khả năng thành lập hội thiện nguyện với mục đích nhân đạo, sáng tác một bản đại hoà tấu, thành lập một trường sở, hoặc khám phá ra thuốc chữa bệnh. Bạn là người có óc tổ chức, quy nội, được thúc đẩy, và rầu rĩ (cho dù ít hơn người u uẩn thuần tuý). Bạn sẽ ít hoạt động hơn người nóng giận/u uẩn và ít hướng ngoại hơn, tập trung vào bên trong nhiều hơn.

Điểm yếu kém của bạn bao gồm khuynh hướng tự kiểm tự trách và trách người quá đáng, dễ bỏ cuộc, hoặc phê phán quá cỡ, biểu lộ tính tự để ý mình và thiếu tin tưởng, và có bản tính thích kiểm soát. Bạn có khuynh hướng không di dịch, có thể hờn giận thật lâu, và có thể dễ nản chí. Người u uẩn/nóng giận nào, không chú ý đến đời sống thiêng liêng của mình và không siêng năng lưu tâm đến những điều quan trọng trong cuộc sống, có thể trở nên khổ giá cho những người sống chung quanh, qua thái độ xoi bói nhỏ nhặt, đòi hỏi toàn hảo, khinh chê, hờn dỗi, ác cảm và cả cao ngạo nữa.

9. 4.
lãnh đạm/u uẩn và u uẩn/lãnh đạm

Người lãnh đạm/u uẩn nhất định là người hướng nội rồi; như vậy những lo lắng phiền muộn và cảm xúc sâu xa không thể được diễn tả rõ ràng. Người có tính này sẽ phản ứng chậm rãi nhất trong các loại tính tình. Họ có vẻ - hoặc họ tin rằng chính họ - đôi khi lười biếng. Do hậu quả phản ứng chậm và chán, họ chậm nói, bị cám dỗ tìm cách trì hoãn hoặc im hơi lặng tiếng. Đôi khi nếu khía cạnh u uẩn lấn át, họ có dư thời giờ để suy đi nghĩ lại trong tâm trí câu trả lời mà họ nghĩ rằng *nên* nói. Họ có thể dễ bị tổn thương hoặc nản chí. Khía cạnh lãnh đạm chú ý tới liên hệ tình nghĩa và hoà đồng cũng như bình an sẽ bớt một phần khuynh hướng toàn hảo và phê bình chỉ trích người khác của khía cạnh u uẩn. Đàng khác, bởi lẽ họ dễ bị mất lòng, họ có thể biểu lộ lời chỉ trích người khác nhưng lại không dám đối chất trực tiếp. Nếu khía cạnh tính tình lãnh đạm lấn át, họ có thể để mất đi hướng chiều về trật tự và gọn ghẽ của người u uẩn.

Nếu bạn là người lãnh đạm/u uẩn, bạn sẽ chứng tỏ tinh thần hợp tác và ước muốn làm đẹp lòng, và sẽ quý trọng liên hệ tình nghĩa hài hoà. Bạn có thiên khiếu đặc biệt để giảng dạy, làm trung gian môi giới giữa các nhóm, và hướng dẫn tâm lý cá nhân. Và mặc dầu bạn không thuộc loại tính tình năng động nhất, nhưng bạn không tự vệ, bạn bình tĩnh dưới áp lực, và có thiên khiếu làm trung gian môi giới trong các tình huống khó khăn, bạn có thể trở nên một lãnh tụ phục vụ, một người sẵn sàng xắn tay áo để cùng làm việc với những người bạn lãnh đạo qua gương sáng.

Mẫu phối hợp tính tình này đôi khi có thể gặp phải thách đố cho lòng tự tin lớn hơn các loại tính tình khác (nhất là người nóng giận hoặc vượng máu). Chẳng hạn như khi bạn gặp phải một thách

đố lớn lao hoặc được trao cho một dự án đa diện và đòi hỏi nhiều, điều quan trọng thiết yếu là bạn duy trì mức độ nghị lực và động lực thúc đẩy - dĩ nhiên không cần phải nói tới đời sống cầu nguyện - để chu toàn dự án. Bạn muốn dự đoán trước xem biết đâu những tâm tình hay thay đổi sẽ làm bạn đi xa khỏi mục đích, và bạn muốn biết những bước đi cụ thể để giúp bạn duy trì trách nhiệm ngõ hầu được tập trung và năng lực để làm xong dự án đến nơi đến chốn. Cần phải sử dụng những băng nói về động lực thúc đẩy, thể dục, ăn uống đàng hoàng, linh hướng, và đời sống nhiệm tích đầy đủ. Bạn cũng cần phải nhìn vào toàn bộ tổng thể bức tranh lớn (đại cuộc) mọi nơi mọi lúc và đừng để bị chia trí bởi những đòi hỏi 'khẩn cấp' trong khoảnh khắc, hoặc bởi những gì mà người khác có thể xin bạn giúp. Để đạt mục đích đó, bạn nên có hướng dẫn chuyên môn, cá nhân, và tâm linh thường xuyên từ những người đáng tin cậy. Để người lãnh đạm/u uẩn chu toàn thành quả, họ luôn luôn cần làm việc với một chương trình với động lực thúc đẩy trong đó có cơ chế tổ chức, gợi hứng lòng tin tưởng, và bảo đảm tín nhiệm.

Người u uẩn/lãnh đạm là con người gọn gàng hơn và có tổ chức hơn người lãnh đạm/u uẩn. Họ có thể chậm hơn để nhận một dự án mới, bởi lẽ tính người u uẩn sợ những tình huống mới và khuynh hướng toàn hảo của họ sẽ lấn át. Cả hai loại đều là hướng nội, cùng với khuynh hướng người u uẩn theo tiêu cực, làm cho họ khó đưa ra lời khen tặng hoặc những câu chuyện ngắn lên tinh thần. Điều đó cũng làm cho họ trả lời không ngay khi họ vừa nghe ai xin xỏ điều gì. Người khác có thể coi như thế là làm bộ kênh kiệu lên mặt. Trừ khi họ được rất thoải mái, và được nhiều bạn bè lâu năm hiểu biết thông

cảm, họ có thể cảm thấy mình xa cách và cô đơn, không thể ấm cúng nơi tụ tập xã giao.

Một người u uẩn/nóng giận chúng tôi quen biết có óc tổ chức rất cao, hay chỉ trích, chậm rãi và không thể tha thứ đúng lý, nhưng lại để lộ ra khía cạnh lãnh đạm khi nàng cảm thấy khó chịu thật mạnh khi phải đối chất (trừ khi nàng cảm thấy *rất* thoải mái ở giữa mấy người cùng phe) mà lại có liên hệ tình nghĩa thật mật thiết với bạn bè. Bạn cũng khó có thể đoán ra được rằng nàng rất tận tình với bạn bè, tuy nhiên, nàng sống đúng với tính tình u uẩn, rất ít khi khởi đầu liên lạc với họ; họ lúc nào cũng phải gọi nàng trước.

Nếu bạn là người u uẩn/lãnh đạm, rất có thể bạn sẽ hơi khá vui đời hơn người lãnh đạm/u uẩn, ít hướng nội hơn, tin tưởng hơn, ít rầu rĩ hơn, quảng đại hơn về thời giờ, và ân cần săn đón hơn. Ít khi bạn nhận thấy mình giận dữ (cho dù tâm tình bạn dễ bị tổn thương), sẵn sàng tha thứ hơn, và không dừng lại nơi các vết thương như người u uẩn mạnh. Bạn là con người cảm thông, nhạy cảm, chăm sóc, và có khuynh hướng đi về những ngành phục vụ. Bạn là một giáo chức kiên nhẫn và chăm sóc. Bạn không toàn hảo như người u uẩn thuần tuý, và bạn thường thường phải phấn đấu với các tổ chức. Bạn cảm thấy khó mà đặt định giới hạn hoặc từ chối một ai đến xin bạn ban ơn; bạn cảm thấy lôi cuốn vào các công việc thiện nguyện, từ thiện, truyền giáo hoặc tông đồ. Cho dù rất quảng đại, bạn có thể thấy mình khó ấn định lằn ranh giới hạn hoặc ưu tiên. Khía cạnh lãnh đạm làm cho bạn khó nói 'không'. Thỉnh thoảng vì bạn quảng đại nên hậu quả là bạn không có đủ thời giờ để tổ chức, để chuẩn bị, để nghỉ ngơi thư giãn. Hậu quả có thể là quá tải và kiệt sức.

Thư giãn chính là điều bạn thích thú và cần có. Bạn cần có thời giờ để xả hơi, để ở một mình, và để lấy lại sức sau những việc nặng nề và trao đổi đòi hỏi. Bạn có thể có khuynh hướng trì hoãn, mà hậu quả là bị việc ngập đầu ngập cổ và quá tải, rồi cần phải có nhiều ngày để thư giãn khỏi bị căng thẳng, để rồi phải trì hoãn . . . và chu kỳ lẩn quẩn lại bắt đầu.

Mặc dầu điểm yếu kém của bạn là tổ chức và diễn tiến kế hoạch, bạn có thể và trở nên một thành viên then chốt của một toán làm việc. Bạn rất dễ thích ứng và linh động, có khả năng thành công với những việc khởi đầu và những khung cảnh không tổ chức, và có khả năng làm việc với nhiều loại tính tình và cá tính, tại vì năng khiếu trung gian môi giới và liên hệ tình nghĩa mạnh mẽ. Với điều kiện quan tâm nâng đỡ và tín nhiệm trong kỷ luật, bạn sẽ có thể đạt tới những mục đích trường kỳ đáng mong.

9. 5.
vượng máu/lãnh đạm và lãnh đạm/vượng máu

Người vượng máu/lãnh đạm là người hướng ngoại, lạc quan, thân tình, dễ dàng liên hệ với người khác, và được mọi người mến chuộng. Khía cạnh vượng máu làm cho họ đôi khi cẩn thận, và cũng rất nhạy cảm đối với tâm tình ý nghĩ, cảm xúc của người cũng như những gì người ta thích hoặc không thích. Họ rất muốn hoà hợp trong liên hệ tình nghĩa.

Họ có khuynh hướng gồng mình quá cỡ để đáp ứng nhu cầu của người khác và coi những lời chỉ trích là chĩa về phía mình. (Nếu người chủ nói: “Chúng ta không đạt được đúng chỉ tiêu”, người vượng máu/lãnh đạm sẽ nghĩ rằng: “Có phải người

chủ giận tôi không?" Nếu người bạn thân nhất nói: "Tôi không thể đánh môi son", người vượng máu sẽ nghĩ rằng: "Nó cho rằng môi tôi trông kinh khủng quá!") Dù sao người vượng máu/lãnh đạm cũng dạt dào tình cảm gấp đôi; vừa được phúc vì khuynh hướng sắp đặt thứ tự ưu tiên các liên hệ tình nghĩa vừa được khuynh hướng hoà hợp.

Nếu bạn là người vượng máu/lãnh đạm, đa số ai cũng thích bạn! Bạn là con người dễ dàng, có óc sáng tạo, thích vui nhộn, thiện cảm, có trí tưởng tượng, chăm sóc, quảng đại, linh động và đột xuất tự nhiên. Người ta có thể coi bạn là con người 'đa cảm' bởi lẽ bạn dễ để biểu lộ tâm tình ý nghĩa, bạn chú ý đến các liên hệ tình nghĩa, và trái tim bạn dịu dàng. Những điểm yếu kém của bạn là hời hợt bên ngoài, không dứt khoát, vô tổ chức, và trì hoãn. Thông thường bạn nhận thấy khó mà biểu lộ chính xác qua ngôn từ điều bạn muốn nói, hoặc làm sao để biểu lộ lý lẽ minh bạch; điều này đưa đến hậu quả là bạn nói nhiều hơn điều phải cần nói, hoặc cung ứng nhiều chi tiết hơn là cần thiết. (Bạn có thể nhận thấy người phối ngẫu lý sự hơn bạn, thường liếc nhìn khi bạn kể truyện, hoặc có thể nhắc tuồng bạn ít chữ.)

Bạn có thể dễ dàng bị ảnh hưởng (điều này có thể bị khá nặng nhất là khi bạn có khuynh hướng hỏi ý kiến người khác - mà không chịu suy nghĩ cho chín chắn) và làm những gì có vẻ dễ thương trước khi cân nhắc xem có thực sự là đúng một cách khách quan. Nhiều người vượng máu được lôi cuốn vào nghề dạy học (và làm cha mẹ), những nghề phục vụ và những dịch vụ thiện nguyện trong Giáo hội, nơi nhà thờ, ngoài xã hội. Bạn đặt cao vọng vào việc tìm kiếm ý nghĩa cuộc đời và căn tính của bạn. Nhu cầu mạnh mẽ để khám phá ra 'con người đích

thực' của bạn chỉ được thoả đáng do đời sống cầu nguyện phong phú và một liên hệ tình nghĩa với Đức Kitô.

Những điểm yếu kém của bạn có khuynh hướng làm phiền bạn nhiều hơn ai hết. Chẳng hạn như bạn nổi hứng nói ra điều gì mà chưa kịp suy nghĩ, hoặc dùng khá nhiều thời giờ để hỏi ý kiến, để rồi cuối cùng lại thấy mình bị bối rối hơn trước, hoặc ngủ khá nhiều trong tuần - cho dù có ý thật tốt lành. Bạn có thể nhận thấy bạn dấn thân khá nhiều bởi lẽ bạn không có thể nói không và lại có nhu cầu được người thích và muốn làm đẹp lòng người.

Một điều lố bịch của người vượng máu/lãnh đạm là tốn khá nhiều tiền đi mua sắm hoặc (tốt hơn nữa là) đi ăn tiệm với bạn bè, để rồi không chịu làm quân bình sổ chi thu (quá nhiều việc, quá nhiều chia trí) cho đến khi biết được thì quá trễ. Bây giờ bạn mới thấy bao nhiêu việc chồng chất trên đầu trên cổ! Bạn có thể phàn nàn nửa vời, chê trách hoàn cảnh, hoặc đi mua sắm tiếp, nhưng bạn có thể không cố gắng thực sự để thay đổi.

Tuy nhiên nếu bạn là người lãnh đạm/vượng máu, khía cạnh lãnh đạm của bạn sẽ lấn át. Như vậy bạn sẽ có khuynh hướng quy nội nhiều hơn (cho dù vẫn còn ít hơn người u uẩn hoặc lãnh đạm thuần tuý). Bạn là con người thích bình an, bảo thủ, khá quân bình, dễ chơi, với tài khôn vặt có năng khiếu đưa người ta lại gần nhau. Là một nhân viên, bạn vâng lời, chịu khó, trật tự, và phục tùng (và có thể khi còn nhỏ cũng vậy nữa). Những người khác có thể không nhìn nhận rằng bạn cũng còn khía cạnh vượng máu nữa - lúc đầu. Có thể bạn cần thời gian khá lâu để có bạn thân, nhưng một khi đã có, bản tính vượng máu sẽ để lộ ra. (Thực ra, tình bằng hữu thật rất quan trọng đối với loại tính tình này.

Nếu không có bạn bè, bạn có thể đi tới một cuộc sống thiếu lành mạnh, đơn độc (như coi Tivi, chơi video rồi sẽ đi đến trầm cảm). Điều này cũng đúng, chẳng hạn như khi bạn đã thi hành nhiệm vụ và chịu khó làm việc hoặc học hành rồi, cuối cùng bạn cần nghỉ xả hơi thư giãn - bây giờ là lúc tính vui nhộn của khía cạnh vượng máu xuất hiện. Hoặc khi bạn gặp gỡ vui chơi với bạn bè.

Bạn rất để ý đến người khác, bạn có biệt tài tỏ ra thiện cảm để đặt mình vào địa vị của người khác, và luôn luôn quý trọng bình an và hoà hợp. Bạn cũng có tính khôi hài thật cao và một phong cách thoải mái làm cho bạn trở thành một người bạn đáng yêu đáng quý. Bạn dễ bị nản chí vì phê bình chỉ trích, thái độ tiêu cực, và bạn cần được chấp nhận, nâng đỡ, và hợp tác trong cuộc sống riêng tư. Bạn có thể bị tổn thương nặng nề vì cay cú, chỉ trích nặng nề hoặc giận dữ chĩa vào bạn. Tuy nhiên bạn sẽ không trực tiếp phản ứng lại, nhưng lại muốn giơ má kia hoặc cố gắng thêm để làm đẹp lòng người.

Người lãnh đạm/vượng máu thích coi phim, nghe hoà nhạc, hoặc những cách thư giãn nào có khán/thính giả. Khi dự liên hoan tiệc tùng, họ thích các nhóm nho nhỏ, hơn là những bữa đại tiệc nhiều người mà người vượng máu thích thú. Cũng như người vượng máu/lãnh đạm, họ rất chú ý tới những liên hệ tình nghĩa, tới hoà hợp giữa con người. Họ có những tâm tình sâu xa đậm đà, ghét phê bình chỉ trích gắt gao, và trở nên chán nản vì thái độ tiêu cực của những người chung quanh họ. Họ bị cám dỗ nặng nề để đè nén các ước muốn ngõ hầu duy trì bình an trong liên hệ tình nghĩa. Một tình huống căng thẳng (nhất là khi có nhiều đòi hỏi giữa người với người) có thể gây nên cho người lãnh đạm/vượng máu hiền hoà phải rút lui vào đơn độc

như coi Tivi, chơi mấy trò trên máy vi tính, ăn uống, hoặc ngủ vùi, thay vì trực tiếp biểu lộ những tâm tình tiêu cực của họ ra.

Một nguy hiểm cho người lãnh đạm/vượng máu là bằng lòng với thực tế vì họ chu toàn được ít hơn là khả năng của họ - hoặc bởi lẽ họ có khuynh hướng không đặt định kế hoạch cho tương lai, hoặc bởi lẽ những mục đích thách đố cố gắng có vẻ như quá nhiều trở ngại. Người lãnh đạm/vượng máu sẽ bị cám dỗ nặng nề để bỏ cuộc nếu họ không nghĩ rằng thành quả đáng cho họ phải cố gắng, hoặc nếu họ sợ rằng họ sẽ không thành công.

Với tính cách một người bạn, người lãnh đạm/vượng máu là một người rất chân thành. Họ là một người rất biết lắng nghe và có thể giúp người khác giải quyết vấn đề. Họ là người trung gian môi giới bình tĩnh và khách quan - miễn là họ không có dính líu gì với trường hợp mâu thuẫn. Người lãnh đạm/vượng máu sẽ trở nên phong phú, thành công hơn và là một lãnh tụ vĩ đại, nếu như họ chú ý đến việc tự huấn luyện mình qua việc sắp đặt mục đích, nghĩ tới tương lai và tìm hỏi ý kiến chuyên môn.

Có lẽ trở ngại khó khăn khó chịu nhất đối với loại tính tình này là khuynh hướng tự nhiên thích bình an và thinh lặng (cám dỗ bạn lười biếng), và tính thích sống trong khoảnh khắc (hời hợt giả tạo) và khuynh hướng đi tới quyết định dựa vào yếu tố đầu tiên là làm đẹp lòng người hoặc tái tạo hoà hợp. Bạn là một người bạn biết nâng đỡ và một nhân viên hợp tác, nhưng đôi khi điều này có thể làm cho bạn nói ‘có’, đồng ý, khi người bạn hoặc cộng sự viên yêu cầu bạn một điều gì mà bạn chưa kịp phân tích xem đây có phải là lựa chọn tốt nhất không. Thỉnh thoảng vì muốn làm đẹp lòng người bạn tốt hoặc để tránh mâu thuẫn trong nhà hoặc tại sở làm,

bạn có thể chiều theo quyết định của đám đông, trong khi đáng lý ra bạn phải có một lập trường cứng chắc. Hoặc bạn có thể tránh né một nhiệm vụ đòi hỏi hơn, hoặc một thay đổi một nghề chỉ vì muốn duy trì hoà hợp và ổn định. Nếu bạn nhận thấy mình bị rơi vào thế kẹt, hoặc muốn tránh né thêm cố gắng cần phải có để thay đổi mới quan trọng, bạn hãy dành thời giờ để phân tích các mục đích cho tương lai, sắp xếp lại thứ tự các ưu tiên và bậc thang giá trị, và nếu cần, đi linh hướng để biết chắc chắn rằng những giá trị của bạn phù hợp với thánh ý Chúa dành cho bạn. Nâng đỡ từ bên ngoài và một kế hoạch với trách nhiệm rõ ràng có thể giúp người lãnh đạm/vượng máu đi đúng đường và được thúc đẩy để xây dựng tự tin mà thành công.

Chúng ta đã thảo luận xong các cách phối hợp tính tính trong đa số con người. Nên nhớ rằng không có một cá nhân nào bị gài khoá trong một hình thức hành động hoặc tác năng đặc cách. Tính tình không mạc khải trọn vẹn về con người toàn bộ. Một con người luôn luôn có gì hơn chỉ là tính tình hoặc phối hợp tính tình. Qua quyền tự do, qua phong cách của chúng ta được xây dựng trong thời gian và các lựa chọn luân lý, qua việc lưu tâm đến tự huấn luyện, và nhờ ơn Chúa, mỗi người chúng ta là một con người độc nhất vô nhị. Mỗi người đang vẽ một bức tranh vĩ đại, đang viết một cuốn sách dầy của cuộc đời, và tính tình của chúng ta có một đóng góp tuy nhỏ nhưng đáng kể. Qua việc học hỏi về tính tình, chúng ta trở nên thực tế hơn về bản tính của chúng ta, sẵn sàng chấp nhận chúng ta và người khác hơn, và sẽ có khả năng hơn để thay đổi những điều quan trọng dẫn đưa chúng ta tiến bước trên con đường thánh thiện.

Chương 10

Tính tình và đời sống thiêng liêng

"Thượng Đế quan niệm đúng đắn
về bản tính con người của chúng ta."
L.m. Thomas Dubay

"Những hoa quả của Chúa Thánh Linh là
yêu thương, an lạc, bình an, kiên nhẫn,
hiền hoà, thiện hảo, trung tín, dịu dàng
và tự chủ."
Gl 5: 22-23

Trong trái tim mỗi người đã được khắc ghi ước muốn về Thượng Đế, bởi vì Thượng Đế đã tạo dựng nên chúng ta cho Thượng Đế. Hậu quả là chúng ta không bao giờ có thể thực sự được hạnh phúc hoàn toàn cho đến khi trái tim chúng ta quy hướng tập trung về Thượng Đế. Đôi khi chúng ta bị cám dỗ để đạt niềm hy vọng và tin tưởng vào những sự của đời này - tiền bạc, danh vọng, chức quyền - hoặc chúng ta có thể chú ý đến người khác hoặc chính ý của chúng ta. Thoạt đầu chúng ta không biết phải làm *gì* để được hạnh phúc. Nhưng rồi từ từ chúng ta bắt đầu nhận ra như Thánh Âutinh đã viết: *"Lạy Chúa, trái tim chúng con xao xuyến bất an cho đến khi nghỉ ngơi trong Chúa."* Do đó chúng ta khởi đầu cuộc hành trình đi tìm kiếm, tìm kiếm Thượng Đế và tìm kiếm hạnh phúc đích thực.

Trên đường tìm kiếm, chúng ta đem theo tính tình của chúng ta với những thuận lợi và bất tiện. Ân sủng của Chúa sẽ bù lại những gì chúng ta thiếu sót. Mà bởi vì ân sủng không bao giờ phá vỡ tự nhiên, nhưng đúng ra là xây dựng trên tự nhiên, kiện toàn tự nhiên, nên điều cần thiết là chúng ta phải hiểu bản tính của chúng ta, cách riêng tính tình của chúng ta, xem nó ảnh hưởng thế nào trên đường phát triển thiêng liêng. Trong chương này chúng ta sẽ coi kỹ càng chi tiết hơn tới những khuynh hướng mà mỗi tính tình cung ứng cho chúng ta đối với đời sống thiêng liêng và cầu nguyện. Thêm vào đó chúng ta sẽ nghiên cứu xem những điểm yếu kém và cám dỗ nào sẽ làm trở ngại mỗi tính tình.

Bản tính con người được Thượng Đế tạo dựng theo hình ảnh của Ngài cốt lõi là tốt lành. Tuy thế cùng với tạo vật bị tội nguyên tổ làm tổn thương,

bản tính con người đang bước đi trên con đường tới thiện hảo, tính tình của chúng ta bị giới hạn cùng một cách cũng như bản tính bị giới hạn. Thêm vào đó, toàn thể bản tính con người của chúng ta bị tổn thương do tội nguyên tổ.

Nhiều tác giả tu đức (như Thánh Phanxicô Salêsiô và Romano Guardini) nhấn mạnh điểm này là những bất toàn phát xuất từ tính tình tự nhiên của con người không có chi là xấu xa đáng trách; những điểm yếu kém của tính tình không phải là tội lỗi. Nhưng chúng có thể làm cho chúng ta khó tập tành nhân đức tới mức độ thành đạt. Chẳng hạn như một số người do tính tình dễ buồn bực và cảm thấy rất khó mà thực hành nhân đức hào hiệp; một số người khác có khuynh hướng rầu rĩ, nên đạt được nhân đức bền vững trật tự là cả một cuộc chiến đấu. Và cũng có những người khác có khuynh hướng thích hành động hơn là chiêm niệm.

Tính tình nóng giận có vẻ như tự nhiên có được nhân đức hào hiệp, trong khi lại khó đạt tới bình an hiền hoà. Người vượng máu tự nhiên biểu lộ vui tươi, nhưng lại phải chiến đấu để có được tự chủ. Người u uẩn coi như tự nhiên có khả năng trung tín (hoặc chịu đựng lâu dài) trong khi phải chú ý và cầu nguyện nhiều mới tập được niềm vui. Người lãnh đạm tự nhiên dịu hiền khá, nhưng có lẽ cần phải tập để có được nhân đức can đảm dũng mạnh và để bỏ đi lo lắng quá lố về ý kiến của người khác. Tuy nhiên mặc dầu những bất toàn phát xuất từ tính tình của chúng ta, chúng ta có thể điều chỉnh, sửa chữa do thực tập các nhân đức đối nghịch. Không có gì mà không thể làm được với ơn Chúa.

10. 1.
“Hãy nên thiện hảo như
Cha của các con ở trên trời
là đấng toàn thiện.” Mt 5: 48

Đối với người công giáo đã được rửa tội đang sống trong ân sủng của Chúa, những ân huệ của Thánh Linh hoàn thiện đời sống tự nhiên (nghĩa là phát xuất từ tính tình) và những nhân đức tập được. Bác ái, niềm vui, bình an, kiên nhẫn, hiền hoà, thiện hảo, quảng đại, dịu dàng, trung tín, đoan trang, tự chủ và thanh tịnh là những thiện hảo Thánh Linh tạo thành trong chúng ta, đây là ‘những hoa quả’ của Thánh Linh.

Mỗi người Kitô hữu đều được mời gọi để trở nên thánh thiện. Đức Giêsu đã ban cho chúng ta một điều răn mới đó là yêu nhau như Ngài đã yêu. Tình yêu của Ngài là trọn vẹn, tự hiến tận căn. Nếu không có ơn Chúa, không thể nào có thể theo gương bắt chước được. Nhưng với ân sủng và lòng nhân từ của Chúa, chúng ta có thể trở nên ‘những tảng đá thiêng liêng’ xây dựng nên Hội Thánh của Chúa ở trần gian này và giúp đem Nước Chúa đến. Do đó một điều thật rõ ràng là tất cả mọi Kitô hữu trong bất cứ hoàn cảnh nếp sống nào cũng đều được mời gọi để sống đời Kitô hữu toàn hảo và sống trọn vẹn tình yêu, và qua đời sống thánh thiện này, một cuộc sống nhân bản hơn sẽ được duy trì trong xã hội loài người. Mọi Kitô hữu - cho dù ơn gọi nào, nếp sống hoặc tính tình thế nào - cũng đều được mời gọi để sống thánh thiện.

10. 2
Biến đổi trong Đức Kitô

Lớn lên trong đời sống thiêng liêng không phải chỉ là vấn đề thêm một nhân đức hoặc bớt đi một khiếm khuyết; cũng không phải là chế ngự được một tính tình tự nhiên, hoặc ngược lại là lớn lên trong một nhân đức qua cố gắng của ý chí; cũng không phải là tự hoàn thiện. Đúng ra đây là hoàn toàn dâng mình cho Đức Kitô, để Ngài kéo chúng ta lại gần Ngài hơn. Liên hệ tình nghĩa này với Đức Kitô đòi hỏi chúng ta phải thay đổi. Đi theo và noi gương Đức Kitô không mà thôi chưa đủ, chúng ta còn cần phải được biến đổi nữa.

Chúng ta phải được biến đổi, nhưng vẫn còn là còn người y như cũ. Chúng ta không bắt đầu là con người để biến thành thiên thần. Thượng Đế cũng không nắn nót chúng ta thành một tính tình đặc biệt khác, để rồi chúng ta trở nên hoàn toàn đổi ngược. Vì thế nếu bạn là người vượng máu thân thiện hay nói, bạn sẽ không nhất thiết phải bị bắt buộc trở nên một tu sĩ đan viện với lời khấn thinh lặng hoàn toàn. Một người hướng ngoại khá bay nhẩy và năng nổ khó có thể do ân sủng trở nên thành một người hướng nội trọn vẹn. Tuy nhiên họ có thể trở nên một lãnh tụ tin theo Đức Kitô rất nhiệt thành được tiếng bác ái sau khi đã học hỏi để kiểm soát những đam mê.

L.m. Marcial Maciel, đấng sáng lập hội dòng Đạo binh Đức Kitô (Legionarius Christi) viết rằng trong ơn gọi của chúng ta để sống đời Kitô hữu:*"Mỗi người có lối sống riêng, tài năng riêng, thời giờ riêng, lịch sử riêng, và vì vậy mỗi người đi theo một đường đi nhiệm mầu. . ."* Ngài viết tiếp: *"Thật là khó*

mà tìm ra được một phương pháp cầu nguyện riêng, một cách thức liên hệ tình nghĩa với Chúa riêng. Để có hiệu quả hơn, bạn phải gia giảm và linh động thích ứng với nhịp điệu, cách thức và nội dung của đời sống cầu nguyện và cả cách thức bạn tham gia chương trình thiêng liêng, tuỳ như bạn tình cảm hơn, hoặc lý sự hơn, trực tiếp hơn hoặc suy tư hơn, thích tưởng tượng hơn hoặc thực tế hơn, vượng máu hơn hoặc lãnh đạm hơn."

Biết được những điểm mạnh hay và những điểm yếu kém sẽ giúp chúng ta phát triển một kế hoạch để sử dụng các điểm mạnh hay và tránh né các điểm yếu kém - biết đâu có thể khử trừ luôn! Nếu bạn thuộc loại nóng giận rất hoạt động muốn một phần nào giống Maria (chiêm niệm) hơn và ít giống Matta (hoạt động) hơn, bạn sẽ phải nhận rằng bạn cần để dành thời giờ để thinh lặng trước mặt Chúa. Nếu bạn thuộc loại lãnh đạm, bạn có thể muốn kiểm điểm ý hướng tốt lành khi bắt tay vào những hoạt động mới, cố gắng làm mọi sự vì tình yêu Đức Kitô, không phải chỉ vì không muốn làm ai giận dữ. Nếu bạn thuộc loại u uẩn đang phấn đấu chống khuynh hướng phê bình chỉ trích, bạn có thể làm một quyết định từ đầu mỗi ngày để quảng đại và hiền hoà đối với bạn đồng nghiệp và con cái, bằng cách tự hỏi mỗi khi có tư tưởng chỉ trích lẻn vào đầu óc bạn: "Đức Kitô nhìn người này thế nào?"

Người lãnh đạm và vượng máu có chiều hướng liên hệ tình nghĩa, dễ để ý đến tâm tình ý nghĩ của người khác khi phải có một quyết định, trong khi người nóng giận và u uẩn có khuynh hướng phán đoán dựa trên các sự kiện và lý luận chắc chắn hơn. Điều đó không có nghĩa là người thuộc tính tình này nọ sẽ khó hơn hoặc dễ hơn để được Thánh Linh dạy dỗ hoặc để điều động các khả

năng cho thích hợp. Tuy vậy, như L.m. Thomas Dubay ghi nhận trong sách *Authenticity*, hai đường lối khác nhau này sẽ có ảnh hưởng trên đời sống thiêng liêng. Như thế chúng ta có thể nhận thấy người vượng máu hướng về tình cảm nhiều hơn sẽ dễ nhận lãnh lời chỉ giáo từ một vị linh hướng hoặc một giáo sĩ được tín nhiệm. Người lãnh đạm do tình cảm thúc đẩy sẽ dễ nhận thấy rằng tín nhiệm những soi sáng của Thánh Linh thì dễ dàng hơn là người nóng giận đa nghi. Người nóng giận thực tế hơn, theo sự kiện cụ thể, sẽ đi tìm đường hướng trong Sách Giáo lý Công giáo hoặc bằng cách đọc sách đạo đức truyền thống, nhưng lại cảm thấy khó chấp nhận lời khuyên và chỉ dẫn một linh mục trẻ hoặc giáo dân phụ trách.

Dù từ nguồn gốc nào, chúng tôi rất khuyến khích việc đi linh hướng chính cống như là một phương thế để được hướng dẫn và thảo luận về những khuynh hướng tự nhiên của chúng ta để phục vụ Đức Kitô và Hội Thánh. Khá nhiều lần chúng ta dễ bị cám dỗ để đi theo ngẫu hứng và ước muốn tự nhiên của chúng ta, để mong chúng ta là trung tâm của vũ trụ. Nhưng tiến triển thiêng liêng đòi hỏi chúng ta phải đi theo ý Đức Kitô thay vì ý riêng của chúng ta, và thông thường chúng ta cần có người giúp để biện phân thực hư. Biện phân là một nhiệm vụ khó khăn và đòi hỏi, và cho dù tính tình tự nhiên của chúng ta thế nào chăng nữa, chúng ta cũng phải thận trọng đừng vội chấp nhận mọi gợi hứng là mạc khải do Thượng Đế. Sách Thánh viết: *"Ai tự tin vào trí khôn riêng của mình chính là người khờ dại." (Cn 28: 26)*

10. 3.
Có phải một số tính tình thích hợp để nên thánh hơn không?

Không có một loại tính tình nào có khả năng tiến tới trên đường thánh thiện hơn các tính tình khác. Mới nhìn qua, bạn có thể nghĩ tưởng rằng tính tình u uẩn, tự nhiên thích suy tư và đời sống nội tâm, có thể dễ có khả năng để chu toàn con đường thánh thiện qua khuynh hướng tự nhiên suy niệm và đời sống nội tâm cũng như kết hiệp nhiệm mầu với Chúa. Nhưng ngược lại như L.m. Adolphe Tanquerey trong cuốn sách kinh điển *The Spiritual Life* viết: "Đã có và sẽ có những nhà chiêm niệm trong mỗi loại tính tình và trong mỗi nếp sống cuộc đời." Mỗi người đều được kêu gọi tới đời sống thánh thiện.

Tuy nhiên L.m. Tanquerey ghi nhận rằng "có những tính tình và lối sống dẫn đưa đến chiêm niệm nhiều hơn. Lý do là vì chiêm niệm là một hồng ân, món quà Thượng Đế ban cho khi nào và cho những ai Ngài muốn, và hơn nữa, Thượng Đế có thói quen thích ứng ân sủng của Ngài đối với mỗi tính tình và với những nhiệm vụ mà cuộc sống mỗi người đòi hỏi."

10. 4.
Cầu nguyện và tính tình

Không giống như thay đổi trên bình diện tự nhiên, biến hoá trong tâm linh không phải chỉ là nhất quyết khởi sự hoặc bắt đầu làm việc, mặc dầu một ý chí cương quyết rất cần thiết để thay đổi và phát triển trên đường thiêng liêng. Chúng ta tuỳ thuộc vào ơn Chúa để được biến hoá: *"Ai ở trong Thầy và*

Thầy ở trong họ, họ sẽ đem lại nhiều hoa trái, bởi lẽ không có Thầy, chúng con không thể làm được gì." (Ga 15: 5)

Cầu nguyện thực là thiết yếu cho mọi tính tình. Đây chính là khiêm tốn nhìn nhận rằng chúng ta tuỳ thuộc vào Thượng Đế: để được sống làm người, để được hằng ngày dùng đủ, để được mọi sự tốt đẹp. Chính vì vậy, chúng ta 'nâng tâm hồn và trái tim lên tới Chúa.' Đức Giêsu dạy chúng ta: *"Chúng con hãy xin thì sẽ nhận được."*

Không những chúng ta xin Chúa ban các ơn lành, chúng ta còn cần phải tìm cách sống thân mật với Chúa, làm bạn với Chúa. Thánh Gioan Kim khẩu viết: *"Tác giả Thánh Vịnh (Tv 42) viết: như con nai mong tìm suối nước, hồn con mong đợi Chúa, lạy Chúa Trời của con. Người yêu đi tìm người yêu và mong sao được kết hợp với nhau. Cầu nguyện chính là ánh sáng cho linh hồn, giúp cho thực sự hiểu biết Thượng Đế. Đây chính là mối giây liên kết giữa Thượng Đế và nhân loại. Qua cầu nguyện, linh hồn được đưa lên tới trời và được ôm Chúa một cách kỳ diệu."*

Mỗi tính tình cũng có thể biểu lộ một vài cách đặc biệt về hình thức cầu nguyện. Người u uẩn hướng nội xoay quanh cầu nguyện bằng tâm trí, trong khi người vượng máu hướng ngoại có thể cầu nguyện hội nhóm hấp dẫn hơn. Người nóng giận với tính thực tế và dứt khoát có thể không thoải mái trong bầu khí cử hành phụng vụ kiểu như canh tân đặc sủng Thánh Linh. Và cứ thế mà suy thêm.

Tuy nhiên một vài bình diện yếu kém của mỗi tính tình có thể được thêm mạnh hay qua việc học hỏi một loại cầu nguyện khác, có thể lúc đầu tự nhiên không hấp dẫn. Chẳng hạn như nếu bạn là người lãnh đạm và cảm thấy rất thoải mái với lối cầu

nguyện truyền thống (như lần chuỗi tràng hạt, tuần cửu nhật, v.v…) có lẽ bạn có thể phát triển trí tưởng tượng nhạy cảm của bạn bằng cách dùng phương pháp suy niệm của Thánh Y-nhã, nhờ đó bạn phóng diễn hình ảnh bạn trong hoàn cảnh của Sách Thánh mà bạn đang suy niệm. Nếu bạn là người thuộc loại u uẩn, bạn có thể nhận thấy rằng nhóm cầu nguyện giúp bạn ra khỏi con người của bạn, giang rộng con người của bạn, và cung ứng cho bạn cơ hội để chia sẻ với người khác những hồng ân mà Chúa đã ban cho bạn. Cầu nguyện canh tân đặc sủng Thánh Linh có thể rất xa lạ đối với bạn vì trí óc thực tế bén nhạy của người nóng giận, tuy thế bạn có thể nhận thấy hữu ích khi suy niệm những lời của Sách Thánh và chiêm niệm điều Thánh Linh muốn nói *với bạn ngay bây giờ đây.*

Dù sao, rất có thể là khi chúng ta trưởng thành trong đời sống thiêng liêng và sâu đậm liên hệ tình nghĩa riêng tư với Đức Kitô rồi, chúng ta có thể nhận thấy rằng những gì chúng ta ưa thích lúc đầu bây giờ không còn quan trọng nữa. Dù chúng ta thuộc loại tính tình đặc biệt nào chăng nữa, chúng ta nên thực tập tất cả mọi hình thức cầu nguyện: thờ phượng, nài xin, chuyển cầu, cảm tạ, và ca ngợi. Thật là chính đáng và hợp lý để chúng ta dâng lời cảm tạ người Cha đáng mến của chúng ta, đã ban cho chúng ta mọi sự cần thiết. Và chúng ta cũng phải lắng nghe nữa, bởi lẽ Đức Kitô, giống như bất cứ người bạn nào, không được hài lòng khi chúng ta không chịu làm gì cả mà cứ nài xin hết ơn này tới ơn kia; Ngài muốn chúng ta hãy lắng nghe lời Ngài.

Ngoài những lời cầu nguyện thành tiếng (bên ngoài), mỗi người Kitô hữu nên cố gắng học hỏi thực tập lối cầu nguyện trong tâm trí (suy niệm và cung chiêm). Về điểm này, sách Giáo lý Công giáo

cho chúng ta biết rằng có bao nhiêu thầy dạy về tu đức thì có bấy nhiêu phương cách.

Bây giờ chúng ta hãy nhìn kỹ hơn vào mỗi loại tính tình theo quan điểm tâm linh.

Nên nhớ rằng nhiều nhận xét gợi ý sau đây chỉ là tổng quát chung chung: *mỗi người* cần phải có một đời sống cầu nguyện và đời sống nhiệm tích thật vững mạnh, cần phải lớn lên trong nhân đức và hiểu biết Thánh ý Chúa, và cần phải nuôi dưỡng liên hệ tình nghĩa với Đức Kitô cũng như lòng hăng say phục vụ Ngài và Hội Thánh của Ngài. Hiến chế Lumen Gentium của công đồng Vaticanô II nhắc nhở chúng ta: chúng ta đã được mời gọi để kiện toàn tình yêu thương. Để đức bác ái có thể lớn lên trong linh hồn chúng ta như hạt giống tốt, chúng ta phải tha thiết lắng nghe lời của Chúa, thực hành thánh ý Chúa bằng việc làm, thường xuyên nhận lãnh các nhiệm tích - nhất là nhiệm tích Thánh Thể - và chuyên tâm cầu nguyện, từ bỏ chính mình, phục vụ anh chị em và trưởng thành trong nhân đức.

Nhưng trong mỗi loại tính tình (hoặc trong mỗi cách phối hợp tính tình), chúng ta nhận thấy một số lãnh vực mạnh hay và yếu kém. Những đoạn sau đây sẽ nhấn mạnh tới một số thực tập tâm linh đặc biệt có thể hữu ích cách riêng và có thể áp dụng đúng cho một loại tính tình hơn là loại khác, miễn là để ý đến những điểm mạnh hay và yếu kém. Nếu bạn, giống như đa số, thuộc loại phối hợp tính tình (đọc lại chương trước), xin bạn đọc đoạn áp dụng cho cả hai loại tính tình của bạn.

10. 5.

Đời sống thiêng liêng của người nóng giận

Di chuyển đức tin từ đầu óc vào con tim

Người nóng giận có thể trở nên thánh cả . . . hoặc quỷ sứ. Một khi họ đã nhận ra một mục đích, họ sẽ để hết tâm huyết, hết mình theo đuổi cho tới nơi tới chốn. Vấn đề then chốt là làm sao theo đuổi đúng mục đích! Người nóng giận không có đời sống thiêng liêng, hoặc chỉ sống cuộc đời tự nhiên, dễ trở nên đam mê, được đưa đẩy, tự cao - kể cả độc ác và dữ tợn - để theo đuổi mục đích đó. Khi những mục đích đó không do Thượng Đế, nhiều tai hại có thể xẩy đến. Hãy xem gương Thánh Phaolô, được coi như là thuộc loại nóng giận. Trước khi trở lại, Saolô là người chống Kitô giáo một cách tàn khốc, 'phá đổ' Hội Thánh, lôi mấy người tin đạo và nhốt vào tù *(Cv 8: 3).* Nhưng sau khi gặp gỡ Đức Kitô, ngài trở nên sốt sắng hơn để rao giảng Phúc âm, để rồi trở nên có lẽ là người Tông đồ vĩ đại nhất.

Thánh Giacôbê chắc hẳn phải là người nóng giận. Là một trong 'những người con của thiên lôi', ngài là con người hành động, tham vọng, và ngôn từ mạnh dạn - chưa kể đến tính tình. Khi người dân xứ Samaria không tiếp đón Đức Giêsu,(và Gioan) xin: *"Thưa Thầy, Thầy có muốn chúng con kêu lửa từ trời xuống thiêu họ không?" (Lc 9: 54).* Cùng với Gioan, ngài muốn được ngồi trong vinh quang bên tả bên hữu Đức Giêsu *(Mc 10: 37).*

Người nóng giận không phải là người đi theo hoặc a dua nhập bọn, họ luôn luôn thích lãnh đạo, và họ tự nhiên không dễ bảo đi theo đường hướng chỉ đạo. Nhưng họ phải học hỏi để theo Đức Kitô. Nếu không có linh hướng, người nóng giận sẽ chỉ

làm theo ý riêng mình, và cứ tưởng rằng mình đúng - kể cả ngay khi họ *sai quá chừng.*

Họ cố chấp bám sát với ý nghĩ và ý chí của mình ("my way or highway" đường ta ta cứ đi, nhà ta ta cứ xây) nên có thể gây ra trở ngại khó khăn trong liên hệ tình nghĩa và có thể không chịu vâng lời trong vấn đề linh hướng. Người nóng giận có khuynh hướng tra hỏi, tranh cãi, và thảo luận mọi sự trước đã. Điều này không nhất thiết có nghĩa là họ dính liền với lập trường của họ; nhưng đúng ra họ cần phải được hoàn toàn tự do đi tới đồng ý, với lý lẽ riêng tư của họ. Vị linh hướng khôn khéo sẽ dẫn đưa mà không phải đụng chạm tới ý chí mạnh của người nóng giận, tôn trọng nhu cầu mạnh của người nóng giận phải được tự do tự mình đi đến quyết định.

Nếu bạn là người nóng giận, có thể bạn đã nhận ra điều đó nơi chính mình: nếu có ai nhờ bạn làm một điều gì, và phản ứng đầu tiên của bạn là phải tra hỏi phán đoán của người đó đã, và bạn nghĩ rằng bạn có cách hay hơn để thực hiện. Người nóng giận nào chưa phấn đấu để học được nhân đức dễ dạy có thể sẽ là một cái gai chọc vào người chủ, vị linh hướng hoặc nhóm hội ở nhà thờ! Nhưng một khi bạn trở nên ý thức được khuynh hướng đó, bạn có thể làm sao để chống cám dỗ tra hỏi và tranh cãi, và cố gắng trở nên người cộng sự và theo tình đồng đội, làm gương tính dễ dạy đối với người chủ hoặc vị linh hướng nhờ tinh thần đồng đội *phe ta* và công thiện công ích. Muốn phát triển đức bác ái, bạn có thể phải hy sinh tính theo ý riêng mình quá đáng, và phát triển ước muốn hiệp nhất, tự hy sinh, duyên dáng dễ thương và hiền hoà.

người nóng giận

hồng ân thiêng liêng:
nhiệt tâm vì các linh hồn, ơn mạnh dạn, ơn trí tri
điểm yếu kém thiêng liêng:
tự ý mình, kiểm soát, giận dữ, cao ngạo, kiêu hãnh
gương mẫu thánh:
Thánh Phalô

Đời sống hoạt động và dứt khoát của bạn sẽ dẫn đưa bạn tự nhiên tới công việc tông đồ. Biết đâu linh mục sở tại hoặc những người trong giáo xứ lại chẳng mời gọi bạn giúp trong các dự án giáo xứ hoặc hơn nữa trong các sáng kiến thuộc giáo phận. Khả năng lãnh đạo và thiện cảm của bạn thường được mọi người dễ nhận diện ra. Bạn cũng có thể xoay quanh lòng vòng nhiều dự án cùng một lúc. Hậu quả là bạn có thể là ứng viên cho chức vụ hoạt náo viên - làm thật nhiều việc mà không có tinh thần siêu nhiên. Khi (Thánh) Phêrô không cùng cầu nguyện với Đức Giêsu trong vườn Cây Dầu, ông đã phải cậy vào vũ lực (chém đứt tai người đầy tớ), và Đức Giêsu đã quở ông ấy. Thượng Đế không muốn hành động tách ly khỏi cầu nguyện. Nên nhớ khẩu hiệu của dòng Biển Đức *"Ora et labora" (hãy cầu nguyện và làm việc):* chỉ làm việc không thôi không bao giờ đầy đủ trong lãnh vực thiêng liêng.

Bạn nên suy niệm về Mình mầu nhiệm của Đức Kitô. Mình mầu nhiệm của Đức Kitô có nhiều bộ phận; một cá nhân không thể nào làm cho hết tất cả được, và đường lối của bạn cũng không phải là đường lối *độc nhất*. Trong khi bạn hoạt động tham dự vào việc xây dựng Hội Thánh, hãy suy nghĩ đến

hiệp nhất và bác ái. Nếu không có đời sống cầu nguyện sâu xa nâng đỡ, bạn sẽ dễ bị rơi vào cạm bẫy múa may quay cuồng thôi (activism: hoạt náo), hoặc chủ nghĩa cá nhân ích kỷ, hoặc một việc tông đồ đặt nền tảng trên tự ái và háo danh hơn là vì tình yêu Đức Kitô thuần tuý. Cầu nguyện là thiết yếu.

Thường xuyên lãnh nhận các nhiệm tích, nhất là nhiệm tích Thánh Thể và giải tội, cũng là điều cần thiết. Giáo hoàng Gioan Phaolô II bảo rằng: *"Mỗi dấn thân vào thánh thiện, mỗi hoạt động chủ tâm chu toàn sứ mệnh của Hội Thánh, mỗi việc làm trong kế hoạch mục vụ phải tìm sức mạnh cần thiết từ mầu nhiệm Thánh Thể và phải quy hướng về mầu nhiệm này như tột đỉnh. Trong nhiệm tích Thánh Thể, chúng ta có Đức Giêsu, chúng ta có công trình cứu độ của Chúa, chúng ta có Chúa phục sinh, chúng ta có hồng ân của Thánh Linh, chúng ta có thờ phượng, vâng lời và tình yêu của Chúa Cha. Giả như chúng ta bỏ qua nhiệm tích Thánh Thể, làm sao chúng ta có thể vượt qua những thiếu sót của chúng ta được?"*

Chia trí lo ra trong khi cầu nguyện ảnh hưởng tai hại đến tất cả mọi tính tình. Đối với người nóng giận có thể là bạn có quá nhiều việc phải làm trong lịch trình, và bạn muốn không mất thời giờ chờ đợi để bắt đầu. Bạn có thể bị chia trí bởi những việc cấp bách cần phải làm ngay và muốn nhẩy ngay vào vòng hành động để mong chu toàn nhiệm vụ. Thay vào đó, bạn có thể để sẵn một cuốn sổ tay nho nhỏ bên mình trong khi đọc sách thiêng liêng đạo đức hoặc lúc cầu nguyện, để nếu có bị chia trí thì ghi ít chữ xuống. Rồi sau đó bạn có thể trở lại cầu nguyện, biết chắc chắn rằng bạn không quên những nhiệm vụ vẫn còn chờ đó. Êlia đã suy tư như một người nóng giận khi ông chờ đợi Chúa đến trong

cơn động đất hoặc gió cuốn *(1 V 19: 11-13).* Như Êlia, bạn cần phải chờ đợi và lắng nghe rồi sẽ nghe tiếng Chúa thì thầm trong tâm tư bạn.

Một loại cám dỗ khác bạn có thể đã nghiệm thấy đó là tách biệt cảm xúc khỏi lời cầu nguyện. Khi đọc sách đạo đức thiêng liêng, bạn được thúc đẩy trong trí thức nên hình như cảm nghiệm được an ủi trong tâm linh - đến độ bạn không còn di chuyển từ đầu óc xuống con tim nữa. Điều cần thiết là bạn nên đi sâu vào suy niệm, để đến độ lời cầu nguyện của bạn phải phát xuất từ *con tim*. Chúng tôi đề nghị sử dụng Sách Thánh như suối nguồn suy niệm, và thách đố các tác giả đạo đức có khả năng lôi kéo độc giả đi sâu vào liên hệ tình nghĩa với Đức Kitô và sâu hơn nữa vào cầu nguyện.

10. 6.
Đời sống thiêng liêng của người u uẩn
Mơ ước thiên đàng

Người ta thường nói rằng người u uẩn luôn mơ ước thiên đàng đến nỗi họ không thể được hạnh phúc với những gì chưa toàn hảo ở đời này. Ngay khi còn là trẻ nhỏ, người u uẩn cũng ưu tư đến chân lý, thiện mỹ và công lý. Họ tự nhiên hướng chiều về suy tư, cầu nguyện và đạo đức sốt sắng. Họ là con người thiện cảm, thông minh, và quy nội, những đức tính có giá trị nhiều trong đời sống tâm linh, cho nên chi người ta nghĩ rằng đa số các vị thánh đã chu toàn được chiêm niệm cao vời phải thuộc loại u uẩn.

Nếu người u uẩn không ý thức được lòng ước ao khao khát tâm linh thật mãnh liệt để được toàn hảo này, có lẽ họ sẽ nhận thấy mình cứ rất mực bất mãn và chán nản trên bình diện tự nhiên mà không biết tại sao. Một cuộc sống thân mật với

Chúa qua cầu nguyện và với linh hướng tốt đẹp sẽ có khả năng giúp họ tránh được con đường xuống dốc của chán nản, ưu tư lo lắng và trầm cảm.

Người ta thường nói rằng Thánh Phaolô thuộc loại nóng giận với những khuynh hướng thật mạnh của loại u uẩn. Ngài biểu lộ trí thông minh, đời sống cầu nguyện thật sâu xa (kể cả cảm nghiệm huyền bí), và những cố gắng nên hoàn thiện của người u uẩn. Ngài đã viết rằng ngài *"đã được đưa lên tầng trời thứ ba."* Và *"Tôi biết rằng người này (dù ở trong thân xác hay không tôi không biết, chỉ có Chúa biết) được đem lên thiên đàng và được nghe những điều khôn tả xiết" (2 Cr 12: 3-4).* Một lần kia ngài giảng thuyết, và cứ nói liên miên mãi, cho đến nửa đêm, không để ý đến đám thính giả (cho đến khi một cậu thanh niên ngủ gà ngủ gật và ngã từ cửa sổ xuống đường phố!), y như một vị giảng thuyết người u uẩn có thói như vậy. *(Cv 20: 7-12).* Về một điểm khác, Thánh Phaolô đã tách rời khỏi Barnabê và Gioan hoặc còn gọi là Maccô, bởi lẽ Maccô đã bỏ họ tại Pamphylia, như vậy trí nhớ của ngài cũng dai dẳng dừng lại khá lâu tại điều phiền muộn. *(Cv 15: 37-38).*

Người u uẩn phản ứng chậm đối với các kích thích và có thể bị coi như là lừng khừng. Lo sợ cho tương lai cũng có thể làm cho họ khựng lại không dám hành động. Các tác giả tu đức chỉ cho biết rằng người u uẩn phải cần thời gian lâu dài mới quyết định ơn gọi tu trì. Đôi khi người u uẩn tránh né công việc tông đồ, đôi khi chỉ vì sợ lỡ bị thất bại hoặc ưu tư lo lắng về các chi tiết.

Nếu bạn là người u uẩn, bạn có thể nhận thấy mình đã tràn ngập đầy tư tưởng khó khăn trở ngại và đổ vỡ có thể xảy ra - tất cả chất đầy trong ý thức của bạn. *Dự án này thế nào rồi cũng đổ vỡ mà!*

Tôi không có sức nhận lãnh việc tông đồ này! Bạn có thể bị tê liệt vì ưu tư lo lắng hoặc sợ lỡ thất bại. Tệ hơn nữa, bạn có thể sợ rằng bạn không thể tiến lên trong thánh thiện! Bạn có thể bị đè nén bởi những tư tưởng phê bình chỉ trích, bối rối kiểm tra lại các lỗi lầm quá khứ. Xin hãy trình bầy những tâm tình bối rối này với vị linh hướng vì đây thực là một vấn đề trong đời sống tâm linh.

Khi bạn nhận thấy mình tràn ngập những tư tưởng về khó khăn trở ngại và đổ vỡ có thể xẩy ra, hãy học hỏi cách xua đuổi các tư tưởng đó ra khỏi đầu óc ngay, gia tăng niềm tin vào Thượng Đế mà bạn cần để bước đi theo đức tin và dấn thân quảng đại phục vụ Đức Kitô.

Khẩu hiệu của bạn phải là:
"Đối với Chúa, tất cả mọi sự đều có thể."

người u uẩn

hồng ân thiêng liêng:
đạo đức, chịu đựng lâu dài,
khôn ngoan
điểm yếu kém thiêng liêng:
nhút nhát, bối rối, phê bình
phán đoán, thất vọng
gương mẫu thánh:
Thánh Têrêxa Bênêđita Thánh giá (Edith Stein)

Một trở ngại lớn lao đối với người u uẩn là tự thương hại - một khuynh hướng có thể dẫn tới hậu quả là cô đơn, tự quy về mình, ghen tương, và có thể đi tới trầm cảm. Để đạt được niềm vui, bạn nên suy nghĩ mà cảm tạ Thượng Đế về tất cả những hồng ân mà Ngài đã ban cho bạn. Hãy đọc lên

những lời kinh cảm tạ đặc biệt về những hồng ân và phúc lành đặc biệt. Thánh Phaolô dạy chúng ta: *"Hãy luôn luôn vui mừng trong Chúa, bất cứ có gì là chân thật, là đáng kính, là công chính, là thanh tịnh, là đáng yêu, là duyên dáng, là thiện hảo và bất cứ cái gì đáng ca ngợi, hãy nghĩ tới những điều này." (Pl 4: 8).* Người u uẩn nên ghi nhớ lời Thánh Phaolô khuyên mà suy niệm từng chữ: *hãy nghĩ tới* những điều này! Chính đây là liều thuốc giải trừ những lôi thôi vớ vẩn, và là thực đơn đem lại niềm vui.

Nếu không có đời sống tâm linh mạnh mẽ (và người u uẩn có thể ước muốn cách công khai hơn các loại tính tình khác), người u uẩn có thể trở nên giận hờn, cay cú, tệ nhất là thất vọng, hoặc khá lắm là tiêu cực và phê bình chỉ trích. Người u uẩn có khuynh hướng tự nhiên rầu rĩ thất thường, và có thể trở nên trầm trọng hơn vì diễn tiến suy tư của họ. Họ nên cố gắng ý thức rằng tư tưởng của họ có ảnh hưởng tới tâm tình thất thường và khi có một tâm tình tiêu cực bắt đầu, hoặc một tư tưởng tiêu cực lẻn vào, họ nên tập trung tư tưởng lại vào những gì tích cực như Thánh Phaolô đã nhắn bảo.

Người bạn u uẩn của tôi là Bích thường tự nhủ rằng nàng phải học hỏi để ôm ấp đau khổ và đồng thời nhìn nhận rằng thực ra đâu có đến nỗi tệ lắm như nàng tưởng nghĩ. Để giúp cho vấn đề, nàng thường 'đặt tên gắn nhãn hiệu' cho niềm đau khổ rồi cố gắng nhìn thẳng vào một cách khách quan; và nàng thường nhận ra rằng tên hiệu đó giúp cho thấy thực ra không đến nỗi tệ như mình đã nghĩ tưởng, nhất là khi nàng đang ở vào tư thế tâm tình đen tối của người u uẩn. Nàng nhận thấy rằng nàng có thể gỡ mình ra khỏi bất cứ hoàn cảnh tự thương hại bằng cách nhìn từ trên cao xuống và tự hỏi: "*Trong nhãn quan của mọi sự,* điều này tệ tới chừng nào?"

Điều này giúp nàng có được nhãn giới rộng mở hơn và kéo nàng ra khỏi cái nhìn thiển cận hẹp hòi, giống như con chuột chui ra khỏi hang mà nhìn chung quanh để thấy rằng thiên hạ còn có nhiều đau khổ to lớn hơn.

Để chúng ta khỏi bị thất vọng chán nản, Thánh Phaolô khuyên chúng ta nên để tâm trí chúng ta nghĩ tưởng tới *mục đích cuối cùng* - thiên đàng - và tới việc hiệp nhất chung cuộc với Đức Kitô mến yêu: *"Chúng tôi bị truân chuyên trăm bề, nhưng không bị đè bẹp, bị hoang mang nhưng không tới chỗ tuyệt vọng, bị bách hại nhưng không bị bỏ rơi; bị hạ gục nhưng không bị tiêu huỷ . . . Bởi vì chúng tôi tuy đang sống nhưng luôn luôn bị đe doạ trao cho thần chết vì Đức Kitô" (2 Cr 4: 7-12). "Chính vì thế chúng tôi không thất vọng . . . bởi lẽ nỗi niềm phiền muộn mau qua này đang cung ứng cho chúng tôi vinh quang muôn đời quá sức tưởng tượng, vì chúng tôi không chỉ nhìn đến những gì thấy được mà đến những gì không thể thấy." (2 Cr 4: 16-18).*

Một đời sống tâm linh dồi dào, với việc năng nhận lãnh các nhiệm tích và liên hệ tình nghĩa thân mật với Đức Kitô, sẽ giúp phá tan những tâm tình trầm cảm có thể gây tai hại nơi người u uẩn. Tại hội nghị quốc tế lần XVIII về trầm cảm năm 2003, Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã ghi nhận rằng trầm cảm luôn luôn là một *thử thách thiêng liêng* và đã khuyên nhủ nên suy niệm các Thánh vịnh, "trong đó tác giả thánh biểu lộ niềm vui và ưu tư qua cầu nguyện"; siêng năng lần chuỗi Mân côi để có cái nhìn của Đức Giêsu và Mẹ Maria; và tham dự nhiệm tích Thánh Thể, 'suối nguồn bình an nội tâm'.

Tự ái nơi người u uẩn thường không biểu lộ như một cách thử tìm tiếng tăm và danh dự, như trường hợp người nóng giận. Người u uẩn không đi

kiếm lời khen ngợi và chúc mừng lộ liễu. Tuy nhiên họ sợ hãi thất bại! Vì thế lòng tự ái của họ được biểu lộ qua ước muốn được toàn hảo và nỗi lo sợ bị thất sủng. Trong khi đi tìm kiếm 'toàn hảo', họ bắt đầu gắng công làm mọi sự một cách hoàn hảo như nhau: đối với nhà cửa, con cái và việc tông đồ. Một người u uẩn có thể khó sắp đặt tổ chức thứ tự ưu tiên, bởi lẽ cái gì họ cũng muốn làm cho toàn hảo! Nếu bạn là người thuộc loại u uẩn, hãy chắc chắn rằng những lý tưởng cao vời của bạn không dẫn tới hậu quả là người khác thấy mất thiện cảm chỉ vì họ không có cùng những lý tưởng cao vời như vậy hoặc vì họ cần phải được thúc đẩy và dạy dỗ để được như thế (như trẻ em).

Người u uẩn có thể bị cám dỗ coi mọi người, kể cả chính họ, phải có một tiêu chuẩn cao quá sức mình. Người u uẩn nào quên mất mục đích tối thượng sẽ có thể trở nên thập giá cho chính mình cũng như cho gia đình vợ/chồng con cái - phê bình chỉ trích, phàn nàn, và luôn tìm kiếm mục đích ngoài tầm tay là 'toàn hảo'. Họ có thể coi bộ rất khiêm nhường và tự quên mình, nhưng khi họ thực hiện một dự án nào, họ trở nên phê bình chỉ trích và đòi hỏi đến nỗi chẳng ai khác cảm thấy đủ khả năng để hợp tác với dự án! Những cộng sự viên bỏ cuộc, với cảm tưởng họ đã không làm việc tốt. Cuối cùng người u uẩn một mình cô đơn, quá bề bộn bận rộn, và hờn dỗi. Như vậy tính tự ái sẽ nhập vào và phá huỷ những hoa quả thiêng liêng.

Người u uẩn cần phát triển tinh thần chấp nhận và trân quý những rắc rối của bản tính con người và hãy học hỏi đừng phóng đại tô mầu quá cỡ. Một đời sống tâm linh, đặc biệt là liên hệ tình nghĩa thân mật với Đức Giêsu Kitô sẽ giúp họ nhìn nhận rằng chỉ có Đức Giêsu Kitô mới là người bạn

đích thực và toàn hảo của linh hồn họ. Không một con người trần gian nào có thể làm thoả mãn lòng khát khao thân tình sâu xa nhất của con người - để được hiểu biết hoàn toàn và được yêu mến không điều kiện. Chỉ có một liên hệ tình nghĩa thân mật với Đức Kitô mới có thể đáp ứng những nhu cầu này được thôi, và như vậy người u uẩn sẽ trở nên ít bị thu hút, ít đòi hỏi và ít phê bình chỉ trích người khác, và dịu hiền hơn, tha thứ hơn, và trân quý chân thành hơn.

Nếu bạn là người thuộc loại tính tình u uẩn, có một nhân đức mà bạn sẽ nhận thấy đặc biệt hữu ích để phát triển đó là thái độ lạc quan, hoặc hy vọng siêu nhiên. Thái độ lạc quan, khi được xây dựng trên lòng tin tưởng vào Thượng Đế, đem lại cho chúng ta bình an nội tâm và niềm vui siêu nhiên. Đây là nhân đức đòi hỏi chúng ta phải thực tế và tìm kiếm những khía cạnh tích cực của mỗi tình huống, kể cả những khi khó khăn. Nếu bạn là u uẩn, hãy tin tưởng phó thác hoàn toàn nơi Chúa quan phòng, bạn sẽ được bình an và hoan lạc.

Bạn cũng nên đặt ưu tiên cao cho công cuộc bác ái đối với tha nhân. Bạn có thể bị cám dỗ để đặt cao giá trị của *chân lý* mà quên mất bác ái. Nhiều người u uẩn đã phàn nàn rằng: “Thượng Đế không muốn cho chúng ta thiếu thành thật! Đức bác ái đích thực là đức bác ái đối với Thượng Đế!” Thực ra đây là nguỵ biện giả tạo. Đức bác ái cũng phải hiện diện qua các chi tiết nhỏ mọn nữa, trong *cung cách* bạn nói sự thật cho người khác nghe. Bạn phải biết trân quý người khác. Điều này đòi hỏi bạn phải quyết tâm dấn thân để thực hành (bởi lẽ thông thường bạn không tự nhiên cảm thấy muốn làm như vậy): ý thức và minh nhiên tỏ lộ hiền dịu đối với người khác và biểu lộ lòng biết ơn thành thật và trân quý đối với tất

cả những người đã đến trong cuộc đời của bạn. Hãy nhìn thấy Đức Kitô trong mọi người!

Một người u uẩn mà khuynh hướng tự nhiên là gắng công đi tới lý tưởng, có thể lầm lẫn khi coi 'toàn hảo' là mục đích tối thượng của cuộc đời - toàn hảo trong việc chu toàn thánh thiện. Mặc dầu tất cả mọi người đều được mời gọi để nên thánh, thánh thiện chỉ để thánh thiện không phải là mục đích tối thượng của chúng ta; đúng ra kết hợp với Thượng Đế mới là mục đích tối thượng, và với ơn Chúa, chúng ta sẽ trở nên thánh thiện khi chu toàn mục đích này!

10. 7.
Đời sống thiêng liêng của người vượng máu
Hãy vui luôn trong Chúa!

Người vượng máu phản ứng thật mau lẹ nhưng lại không nhớ dai - một hồng ân tự nhiên để được nhân đức tha thứ! Họ là những người hướng ngoại, tận tâm, yêu đời, và có năng khiếu giao thiệp thật khéo léo với người khác.

Thánh Phêrô là một người vượng máu thật dễ thương. Ngài hứa: *"Thưa Thầy, con sẽ không bao giờ phản bội Thầy!"* Rồi khi bị tra hỏi, ngài hùa theo đám đông: *"Không, tôi chẳng biết người ấy là ai!" (Lc 22: 58).* Dịp Biến hình (hiển dung), ngài vui vẻ đề nghị: *"Chúng con xin dựng 3 lều!"* Tuy vậy Sách Thánh có ghi nhận: *"Ông chẳng biết ông nói gì" (Lc 9: 33).* Ngài nổi hứng nhảy ra khỏi thuyền để đi trên nước, nhưng đến khi nhìn xuống nước thì sợ hãi và bắt đầu chìm *(Mt 14: 30).* Ngài ngủ vùi ở vườn Cây Dầu rồi nổi hứng chém đứt tai người binh sĩ Rôma *(Ga 18: 10).* Phêrô nói với Đức Kitô rằng ngài không để cho Chúa phải đau khổ và phải chết;

Đức Giêsu trả lời: *"Hỡi Satan, hãy đi xa khỏi Ta." (Mc 8: 27-33).* Thánh Phêrô là người được nhìn thấy thị kiến phải rao giảng tin mừng cho dân ngoại và là người đã đưa người ngoại đầu tiên vào Hội Thánh. Ngài cũng là người đầu tiên làm phép lạ sau ngày lễ Ngũ tuần. Tính tình cởi mở và quảng đại cũng như tình yêu người của ngài đã góp phần vào những cái 'nhất' này.

Thánh Phiphiphê Nêri có lẽ là một người vượng máu vui vẻ linh hoạt. Ngài là "một thanh thiếu niên đẹp trai với những phong độ hấp dẫn và tinh thần vui tươi, nhưng nhạy cảm - loại dễ được lòng người khác." Ngài không phải là đứa trẻ đạo đức minh nhiên và có lẽ hơi rầu rĩ thất thường (trong lễ nghi phong thánh của người, có nhắc đến việc ngài xô đẩy chị/em gái vì dám cắt ngang lời ngài nói, và việc ngài xé một bản sao gia phả gia đình). Ngài là một người hay nói đùa dỡn, nhưng dùng tính khôi hài đó để dẫn đưa các linh hồn về với Chúa. Người ta thường nhắc lời ngài nói rằng *"Tôi sẽ không muốn buồn chán hoặc tầm thường trong nhà của tôi."*

Liên hệ tình nghĩa thật là quan trọng đối với người vượng máu; họ rất dễ khéo léo cư xử với người và tự nhiên lịch sự và hào hoa. Nhưng họ bị cám dỗ để *chỉ* tin vào người khác thôi, kể cả khi phải phủ nhận điều họ hiểu biết ngõ hầu làm đẹp lòng một người nào đó quan trọng hơn đối với họ. Người vượng máu cần phải theo một chương trình trong cuộc sống đặt tin tưởng vào Thượng Đế trước hết và trên hết, kiên định liên hệ tình nghĩa với Đức Kitô, và phát triển việc *kiểm soát* các cảm xúc của mình, cũng như *thuần nhất* và *kiên trì* trong các quyết định thiêng liêng.

Người vượng máu rất sẵn sàng phục vụ Đức Kitô và Hội Thánh; nhưng nếu họ bao thầu nhiều dự

án quá mà không đủ suy nghĩ và cầu nguyện, họ có thể bị quá tải thật mau, mà chỉ còn rất ít thời giờ để làm việc cho ra hồn. Trong khi đọc kinh cầu nguyện, họ dễ bị chia trí. Trong những trường hợp như vậy cũng như khi bị nguội lạnh khô khan hoặc thiếu an ủi, người vượng máu nên thực tập kiên nhẫn vì tình yêu Chúa.

người vượng máu

hồng ân thiêng liêng:
niềm vui, khoan dung, hào hiệp,
tri ân
điểm yếu kém thiêng liêng:
tự yêu mình, ghen tương,
tìm lời khen ngợi và kính trọng
gương mẫu thánh:
Thánh Phêrô

Người vượng máu là con người dễ dạy và dễ hợp tác trong nhóm, do đó các cộng đoàn tu trì thường gồm những người vượng máu (và lãnh đạm; còn người u uẩn và nóng giận có thể là các vị thực sự *sáng lập*). Người vượng máu hoạt động và làm việc tốt với người khác; họ là niềm vui trong sinh hoạt tông đồ. Bởi lẽ họ đặt giá trị vào liên hệ tình nghĩa, họ có thể tìm thấy nguồn khởi hứng và hữu ích trong các nhóm cầu nguyện hoặc Cursillo (khoá hội học). Nhưng họ cũng dễ bị hướng dẫn sai lạc bởi những người vô trách nhiệm. Chính vì thế họ cần thiết phải có vị linh hướng tốt và phải tập cho có khả năng biện phân thiêng liêng.

Nếu bạn là người vượng máu năng động, giầu tưởng tượng, đang phấn đấu để tập trung vào cầu nguyện, bạn có thể nhận thấy rằng cầu nguyện

trong một bầu khí chú ý đến những nhạy cảm linh hoạt của bạn - chẳng hạn như trong một nhà thờ đẹp với nến thắp sáng, hương hoa, cửa sổ kính mầu, và tượng ảnh mỹ thuật - như vậy sẽ thuận lợi hơn. Hình thức suy niệm theo Thánh Y-nhã cho phép bạn dùng trí tưởng tượng đặt mình vào quang cảnh của bài Sách Thánh/Phúc Âm bạn đang suy niệm cũng tỏ ra rất hữu ích.

Nếu bạn phải phấn đấu với sự kiên trì, bạn có thể hưởng được nhiều hiệu quả tốt đẹp do việc suy niệm sự Thương Khó của Đức Giêsu Kitô. Các tác giả của cuốn sách *Prayer and Temperament (Cầu nguyện và tính tình)* đưa ra đề nghị này (trong nhiều đề nghị khác) đối với những ai có nhiều nhạy cảm giác quan và trí tưởng tượng hoạt động: *"Hãy cầm lấy Thánh giá, hãy nhìn thật kỹ vào đó, hãy cảm nghiệm và hôn kính. Trong trí tưởng tượng, hãy đi về ngày Thứ Sáu Tuần Thánh đầu tiên. Hãy đặt mình vào chỗ Đức Giêsu bị đóng đinh trên thập giá. Chính đó là điều Thánh Phanxicô Assisi (khó khăn) đã làm trong hang Alverno. . ."*

Trong các nghiên cứu học hỏi tâm linh, người vượng máu có thể bị cám dỗ an thân thủ phận với hiểu biết thoáng qua và hời hợt. Họ có thể nhận thấy khó chú ý đến việc tông đồ: rảo qua hết nhiệm vụ này đến nhiệm vụ khác, tùy theo như những gì có vẻ hấp dẫn đối với họ lúc đó, không bao giờ kiên nhẫn theo đuổi một cái gì tới cùng. Nhưng điều này có thể được điều chỉnh do động lực thúc đẩy. Nếu người vượng máu được thúc đẩy bởi tình yêu Đức Kitô, và được hướng dẫn tốt, với cơ chế tổ chức đàng hoàng, và huấn luyện hay, họ sẽ là một tông đồ nhiệt thành và vui tươi cho Chúa!

Nếu bạn là người vượng máu, điều quan trọng là phải phát triển chiều sâu và đức kiên trì

trong đời sống thiêng liêng. Đức Kitô kêu gọi bạn hãy bỏ những chỗ nông cạn và hãy đi tới chỗ sâu hơn: *Duc in altum (Hãy ra khơi)*! *(Lc 5: 40).* Một cách để khuyến khích bạn làm như vậy là suy nghĩ đến tập quán thói quen; hãy có chính sách *nghĩ* trước *làm* sau. Khi suy niệm về Sách Thánh, xin đừng hài lòng với tâm tình tư tưởng nồng ấm khi đọc; hãy đào sâu hơn; và hãy có một quyết định dựa vào việc mà Đức Kitô đòi hỏi bạn. Hãy kiểm điểm con người của bạn mỗi tối khi xét mình trước khi lên giường đi ngủ.

Một nhóm cầu nguyện nào đòi hỏi phải có trách nhiệm trong việc cam kết cầu nguyện và huấn luyện tâm linh, chắc chắn sẽ giúp bạn phát triển tự kỷ luật trong đời sống thiêng liêng. Tham gia vào một phong trào hoặc một linh đạo nào hội họp thường xuyên với những buổi tối suy niệm hoặc cầu nguyện hoặc học hỏi sẽ giúp bạn rất nhiều. Linh hướng cũng sẽ giúp bạn chu toàn kỷ luật và cam kết dấn thân.

Nếu bạn là người vượng máu được giáo dục ít trong thời gian căn bản giáo lý, hoặc cha mẹ bạn một cách nào đó đã quên những ảnh hưởng của văn hoá thế tục trên việc huấn luyện bạn, hoặc bạn chỉ có căn bản tối thiểu về giáo lý, bạn có thể sẽ nhận thấy mình dễ nản lòng và cảm thấy không vững tâm trong tâm linh, phải tuỳ thuộc ý kiến của người khác, hoặc đổ thừa cho cha mẹ hoặc lịch sử vì thiếu sót không được huấn luyện. Sự thực là tất cả chúng ta đều chịu trách nhiệm về việc huấn luyện tu đức của chính mình, chỉ bằng cách tháp nhập vào Hội Thánh! Chúng ta không nên đổ thừa cho cha mẹ hoặc giáo chức. Liều thuốc giải độc cho tình trạng không vững tâm trong tâm linh là hãy phát triển tự kỷ luật trong đời sống thiêng liêng, kỷ luật này gồm có cầu nguyện hằng ngày và tự huấn luyện qua việc

đọc sách thiêng liêng và lớn lên trong nhân đức. Hãy tập luyện mỗi lần một nhân đức, nếu bạn cảm thấy mình còn quá xa.

Qua cầu nguyện và liên hệ tình nghĩa thân mật với Đức Kitô, bạn sẽ hiểu được chiều sâu của bạn là một cá nhân đặc biệt độc nhất và sẽ bắt đầu đặt gốc rễ niềm tự tin của bạn dựa vào nền tảng của mọi niềm tự tin đích thực: tình yêu tuyệt đối không điều kiện của Thượng Đế đối với bạn. Bạn sẽ bắt đầu trân quý những điểm mạnh hay của bạn và chống lại các điểm yếu kém. Khi bạn cố gắng thực tập cầu nguyện trong tâm trí, và biết Đức Giêsu Kitô thật thân tình qua suy niệm trong Sách Thánh, bạn sẽ khám phá ra được những chiều sâu thật cao cả trong con người của bạn - những chiều sâu mà bạn tưởng rằng trước kia bạn không có - cùng với một khả năng khá lớn để tự hy sinh, một lòng quảng đại trong tự hiến, và một tâm tư hân hoan của người tông đồ đích thực. Tâm tình linh động, niềm vui, lòng tận tụy, và tính nhạy cảm sẽ lôi kéo nhiều linh hồn về với Đức Kitô và sẽ giúp xây dựng Hội Thánh.

10. 8.
Đời sống thiêng liêng của người lãnh đạm
Phúc thay người hiền hoà!

Thánh Tôma Aquinas được coi như là một người lãnh đạm rất xuất sắc. Không kích động và cũng không hùng biện, như người vượng máu và nóng giận, ngài thận trọng trong ngôn từ và tư tưởng, và là con người vô tư không thiên vị, không dễ xúc động, và có phương pháp trong đường lý luận của ngài. Tính tình đó giúp ngài rất nhiều với tư cách một triết gia: ngài suy nghĩ mọi sự thật thấu đáo sâu xa và chín chắn cặn kẽ, không bao giờ vội

vàng đi đến kết luận hoặc để cho cảm xúc chi phối lý luận của ngài.

Dễ thích ứng với nhóm hội, thân tình dễ chịu, và tôn trọng quyền bính và truyền thống, người lãnh đạm từ lâu vẫn được coi là những thành phần tuyệt hảo cho các cộng đoàn tu trì. Họ là những con người hiền hoà, âm thầm kiên tâm, và trung tín. Với lưu tâm tới việc tự huấn luyện và động lực thúc đẩy trên bình diện con người, họ là những người lãnh đạo tuyệt vời. Linh mục giáo xứ của chúng tôi là một người lãnh đạo tuyệt vời, và là người thuộc tính tình lãnh đạm. Nhưng ngài có đời sống cầu nguyện sâu xa, chuyên chăm tự huấn luyện trên đường tu đức, tìm đọc các sách vở gây hưng phấn trí thức, và mỗi sáng đều lắng nghe băng nói phấn khích! Người lãnh đạm sống rất đúng theo nguyên tắc. Họ sống đúng như lời họ nói và trân quý sự thành thật lương thiện và trung thực.

Về một phương diện khác, bởi lẽ họ có tinh thần hợp tác và sợ mâu thuẫn, họ có thể bị cám dỗ để thương lượng thỏa hiệp về các nguyên tắc của mình để đi theo tình trạng hiện thời. Người lãnh đạm có khuynh hướng ươn lười, và nếu không có huấn luyện và động lực tu đức, họ có thể trở nên những đống ụ thiêng liêng. Họ cũng có thể bị cám dỗ để làm những gì làm đẹp lòng người thay vì đẹp lòng Chúa. Tự mình, họ có thể không thích quanh quẩn với những việc thiêng liêng có vẻ cam go đòi hỏi - kể cả những việc đơn giản như giờ thánh. Nhưng nếu cơ chế được tổ chức và họ nhận thấy có động lực thúc đẩy khởi đầu, họ sẽ trung thành trong việc cam kết dấn thân. Nhưng động lực thúc đẩy khởi đầu để đi tới đó rất là quan trọng.

Nếu bạn là người lãnh đạm, đừng coi thường chính mình quá! Bạo gan can đảm là một nhân đức

đặt nền tảng trên đức khôn ngoan, nhưng với một đam mê mạnh về những lý tưởng cao thượng và những công trình vĩ đại. Trong chương trình tu đức của bạn, bạn nên xây dựng tự tin trên Đức Kitô, ơn sức mạnh và khôn ngoan. Để chiến đấu chống lại các cám dỗ ươn lười, bạn hãy gặp gỡ Đức Kitô trong cầu nguyện mỗi buổi sáng, trong hiệp thông thiêng liêng suốt cả ngày, và trong lúc xét mình buổi tối.

người lãnh đạm

hồng ân thiêng liêng:
bình an, hiểu biết, huấn dụ, hiền hoà
những điểm yếu kém thiêng liêng:
cảm quan, ươn lười, tự mãn
gương mẫu thánh:
Thánh Tôma Aquinas

Bạn có thể cảm thấy thích những kinh kệ hình thức, như tràng chuỗi Mân côi, phụng vụ các giờ kinh, chuỗi lòng thương xót Chúa. Những á bí tích có vẻ lôi cuốn hấp dẫn đối với bạn, nhất là áo Đức Bà, ảnh vảy. Tuy nhiên xin đừng dừng lại nơi bên ngoài, với các việc sùng kính. Hãy có hành động tích cực hơn trong cầu nguyện bằng cách sử dụng khả năng trí tưởng tượng. Hãy tự đặt mình vào một quang cảnh của Phúc âm, nhận định xem bạn cảm thấy thế nào, và Chúa Thánh Linh muốn nhắn bảo bạn điều gì. Có khi bạn là mục đồng bên máng cỏ nơi Hài nhi Giêsu đang nằm, khi Đức Thánh mẫu ru ngài ngủ và các đạo sĩ thờ lạy. Hài nhi Giêsu có nhìn bạn không? Bạn cảm thấy thế nào? Dù chỉ một giọt nước mắt của hài nhi Con Thượng Đế cũng đã có thể cứu độ trần gian!

Nhật ký cầu nguyện và nhóm cầu nguyện có thể hữu ích giúp bạn, cung ứng khuyến khích cho bạn nói ra những gì Thánh Linh gợi hứng cho bạn, và cơ chế tổ chức cũng như tính dự trù phỏng đoán mà người lãnh đạm thường có cũng tỏ ra thuận lợi. Nhóm cầu nguyện hoặc một hội đoàn trong giáo xứ sẽ cung ứng giúp bạn một ít khuyến khích cần thiết, động lực thúc đẩy, trách nhiệm và ủng hộ tăng cường để giúp cho ngọn lửa nồng cháy luôn.

Hãy coi chừng khuynh hướng tránh né không muốn chiến đấu thiêng liêng. Hãy suy niệm về dụ ngôn nén bạc để chẳng những đề cao những hồng ân Thượng Đế đã trao cho bạn, mà còn nhắc nhở bạn có trách nhiệm đối với những hồng ân đó. Đừng chôn giấu các tài năng của bạn! Người lãnh đạm sẽ phát đạt với cam kết dấn thân đối với một cơ chế tổ chức có trách nhiệm. Họ cũng sẽ được lợi ích thật nhiều với việc cam kết dấn thân phục vụ giáo xứ, phục vụ Hội Thánh trong cơ chế tổ chức minh định rõ ràng (khác với chỉ giúp đỡ khi nào cảm thấy thích), qua linh hướng, hoặc nhóm họp cầu nguyện thường xuyên, và những hoạt động đạo đức khác trong chương trình đề cao phục vụ trong Hội Thánh với khuôn khổ nâng đỡ ủng hộ.

10. 9.
Hãy tự biết mình, bạn sẽ bắt đầu biết Chúa!

Tiến triển trên đường thiêng liêng luôn đi theo một đời sống cầu nguyện và một thái độ khiêm nhu phục tùng thánh ý Chúa, để sống thực trong bác ái. Như một tác giả tu đức nói: thánh thiện hệ tại ý chí, bởi lẽ nếu chúng ta yêu Chúa, chắc chắn chúng ta sẽ sống trong Ngài. Nhưng chúng ta sẽ có khả năng yêu Chúa nhiều hơn nếu chúng ta biết Ngài, và nếu

chúng ta biết chính chúng ta, vì Thượng Đế là Đấng trường tồn không thay đổi, và chúng ta thì khác. Thượng Đế yêu thương tuyệt đối không điều kiện, còn chúng ta thì không. Thượng Đế luôn trung tín thuỷ chung, còn chúng ta thì không. Nếu chúng ta ý thức những nhược điểm và khuynh hướng tự nhiên của chính chúng ta, chúng ta sẽ có khả năng khá hơn để giảm bớt những nhược điểm và khuynh hướng dẫn đưa tới tội đó vì đây là hướng chiều tự nhiên, đã bị tổn thương vì tội nguyên tổ. Như nhà thần học xuất sắc người Thuỵ sĩ, Hans Urs Von Balthasar viết: *"Loài người chúng ta không thể ý thức được tầm cỡ và ảnh hưởng của tội lỗi chúng ta đến thế nào đâu."*

Chúng ta càng hiểu thấu thực tế bao nhiêu, hiểu mình và hiểu người, tình yêu của chúng ta đối với Thượng Đế sẽ càng lớn hơn cũng như tình yêu của chúng ta đối với tất cả những phần tử của thân thể mầu nhiệm của Đức Kitô càng mạnh hơn nữa. Thánh Phaolô bảo chúng ta: *"Bây giờ chúng ta nhìn không thấy rõ ràng, như thể trong bức gương, nhưng khi đó sẽ là diện đối diện. Bây giờ tôi chỉ biết một phần nào; khi đó tôi sẽ biết hoàn toàn như tôi được biết" (1 Cr 13: 12).* Bây giờ chúng ta tìm kiếm thánh nhan Thượng Đế và mặt mũi của chúng ta, chúng ta muốn sống trong ánh sáng, nhưng chúng ta phải cố gắng lớn lên trong khôn ngoan và thánh thiện, như hài nhi Giêsu đã lớn lên. Cuối cùng tình yêu là con đường duy nhất: *"Vì thế đức tin, niềm trông cậy và tình yêu thương đang tồn tại, cả ba; nhưng cao cả nhất là tình yêu thương." (1 Cr 13: 13).*

phụ trương A

bảng chỉ tỏ lộ tính tình

Hãy đánh dấu vào những số diễn tả những khuynh hướng *thường xuyên* của bạn, *kiểu mẫu* bạn phản ứng rõ ràng từ thuở còn trẻ, tùy theo những đức tính sau đây. Đừng chọn các đức tính bạn ước ao muốn có hoặc bạn bắt buộc phải có vì công việc đòi hỏi. Hãy chọn những đức tính thường áp dụng đúng cho bạn, mà người phối ngẫu hoặc bạn bè cho biết bạn thường có, những đức tính mà bạn thường xoay quanh trong những dịp thoải mái hoặc tìm đến khi căng thẳng, và kể cả những khuynh hướng ít tích cực hơn mà bạn cố gắng tránh né.

1.- I react quickly when presented with an idea, a person, or a situation

Tôi phản ứng nhanh khi người ta trình bầy cho tôi một ý tưởng, một người hoặc một tình huống.

2.- I react slowly when presented with an idea, a person, or a situation

Tôi phản ứng chậm khi người ta trình bầy cho tôi một ý tưởng, một người hoặc một tình huống.

3.- I react strongly (in intensity) when presented with an idea, a person, or a situation

Tôi phản ứng mạnh (về cường độ) khi người ta trình bầy cho tôi một ý tưởng, một người hoặc một tình huống.

4.- I do not react intensely when presented with an idea, a person, or a situation

Tôi không phản ứng mạnh mẽ khi người ta trình bầy cho tôi một ý tưởng, một người hoặc một tình huống.

5.- I want to take immediate action on an idea, in a situation or with a person.

Tôi muốn có hành động ngay lập tức về một ý tưởng, trong một tình huống hoặc với một người.

6.- When presented with an idea, a person or a situation, I remain calm and wait to react

Khi người ta trình bầy cho tôi một ý tưởng, một người hoặc một tình huống, tôi tỏ ra bình tĩnh và chờ đợi rồi mới phản ứng.

7.- I do not react initially, but my reaction grows steadily in intensity.

Tôi không phản ứng lúc đầu, nhưng phản ứng của tôi cứ từ từ gia tăng cường độ lên mạnh..

8.- impressions last a long time
những ấn tượng kéo dài thời gian lâu
9.- impressions last a short time
những ấn tượng kéo dài thời gian ngắn
10.- accepting *chấp nhận*
11.- adventure *mạo hiểm*
12.- “worry wart” *bồn chồn lo lắng*
13.- introspective *quy nội*
14.- easily provoked *dễ bị khiêu khích*
15.- if provoked, will retaliate’
nếu bị khiêu khích, sẽ trả đũa
16.- serious *nghiêm nghị*
17.- appreciate flattery *trân quý lời khen tặng*
18.- inclined to flatter *chiều theo để khen tặng*
19.- careful *cẩn thận ý tứ*
20.- inward *hướng vào trong*
21.- introverted *hướng nội*
22.- eye for detail *mắt quan sát chi tiết*
23.- distractible *có thể chia trí lo ra*
24.- prone to reflection *hướng chiều suy tư*
25.- determined *quyết định*
26.- trusting *tín nhiệm*
27.- grudging *miễn cưỡng*
28.- detached *tách biệt*
29.- love company *thích có bạn*
30.- enjoy people *hích thú có người*
31.- doubtful *nghi ngờ*
32.- people oriented *hướng về người*
33.- annoyed by disorder *khó chịu vì mất trật tự*
34.- abhor injustice *ghê gớm bất công*
35.- fair *công minh*
36.- easily angered *dễ nổi giận*
37.- enthusiastic *hưng phấn*
38.- extraverted *hướng ngoại*
39.- loner *người cô đơn*

40.- skeptical *hồ nghi*
41.- center of attention *trung tâm chú ý*
42.- revengeful *hận thù*
43.- exaggerate easily *dễ quá đáng*
44.- self professed leader *lãnh tụ tự phong*
45.- servant leader *lãnh tụ phục vụ*
46.- charismatic *thiên phú*
47.- envious *ganh tị*
48.- jealous *ghen tương*
49.- happy *hạnh phúc*
50.- optimistic *lạc quan*
51.- prone to illness *dễ bị đau yếu*
52.- easily discouraged *chán nản dễ dàng*
53.- bullheaded *cứng đầu*
54.- rational *có lý sự*
55.- diplomatic *ngoại giao*
56.- tend to blurt things out *có khuynh hướng xổ ra*
57.- suspicious *nghi nan*
58.- peaceful *bình an*
59.- creative *sáng tạo*
60.- take charge *gánh vác trách nhiệm*
61.- patient *kiên nhẫn*
62.- second guessing *đoán chừng (nói mò)*
63.- love peace and quiet *thích bình an và thinh lặng*
64.- dutiful *có trách nhiệm*
65.- hate conflict *ghét mâu thuẫn*
66.- love to debate *thích tranh luận*
67.- argumentative *cãi cọ*
68.- sentimental *tình cảm*
69.- crowd pleaser *mị/nịnh dân*
70.- slow to warm up *chậm nóng lên*
71.- make friends easily *dễ dàng làm bạn*
72.- reticent *nín lặng*
73.- logical *hợp lý*

74.- pondering *cân nhắc*
75.- love silence *thích yên lặng*
76.- fashionable *theo thời*
77.- enjoy parties *thích vui chơi tiệc tùng*
78.- prefer to be alone *thích ở một mình*
79.- artistic *nghệ sĩ*
80.- poetic *thơ mộng*
81.- thinker *nhà tư tưởng*
82.- talkative *thích nói*
83.- abhor sentimentality *ghê tởm tình cảm*
84.- not empathetic *không cảm thông*
85.- rule oriented *hướng về luật lệ*
86.- persevering *kiên tâm*
87.- flirtatious *ve vãn*
88.- reserved *kín đáo*
89.- easily slip into gossip *dễ lẻo miệng bép xép*
90.- always right *luôn luôn đúng*
91.- looks important *coi bộ quan trọng*
92.- idea person *nhà tư tưởng*
93.- lack follow through *thiếu theo dõi thấu đáo*
94.- love variety *thích thay đổi nhiều thứ*
95.- affectionate *uỷ mị tình cảm*
96.- not affectively demonstrative *không biểu lộ tình cảm*
97.- indifferent *vô cảm*
98.- wavering *chao đảo*
99.- hard to please *khó làm vui lòng*
100.- sober and practical *thanh đạm và thực tế*
101.- moody *rầu rĩ*
102.- composed *điềm đạm*
103.- deliberate *dứt khoát*
104.- prankster *người đùa nghịch*
105.- obstinate *ương ngạnh cứng đầu cứng cổ*
106.- pessimistic *bi quan*
107.- tolerant *khoan dung*

108.- courageous *can đảm*
109.- timid *nhút nhát*
110.- “forgive and forget” *“quên đi và tha thứ”*
111.- “Let’s wait and see” *“hãy chờ xem”*
112.- hotheaded *đầu nóng như lửa*
113.- prefer to follow *thích đi theo (a dua)*
114.- rash *liều lĩnh*
115.- intense *căng thẳng*
116.- quick tempered *tính nóng*
117.- frank *thành thật*
118.- impatient *không kiên nhẫn*
119.- even keeled *bình chân như vại*
120.- flighty *nhẹ dạ*
121.- glass half full *bình nửa đầy*
122.- glass half empty *bình nửa vơi*
123.- bulldozer *anh hùng rơm*
124.- “strike while the iron is hot” *mau mau kẻo lỡ*
125.- loose cannon *bạ đâu nói/làm đó*
126.- polite *lịch sự*
127.- easily aroused to debate
dễ dàng được khiêu khích để cãi lý
128.- inwardly peaceful *nội tâm bình an*
129.- good natured *tính tự nhiên tốt*
130.- interruptive *bị cắt ngang*
131.- in tune with other’s feelings
hợp với tâm tình người khác
132.- strong willed *ý chí mạnh*
133.- contrary *trái ngược*
134.- fearless *không sợ hãi*
135.- ambitious *tham vọng*
136.- cheerful *vui vẻ*
137.- self composed *bình tâm*
138.- action minded *thích hoạt động*
139.- comfortable being part of a group
thoải mái sinh hoạt nhóm

140.- prefer to take charge of a group
thích lãnh đạo nhóm
141.- dislike groups *không thích nhóm*
142.- joiner *người theo bè/phe*
143.- quick and decisive *mau lẹ và dứt khoát*
144.- robust *tráng kiện*
145.- cordial *thân tình*
146.- enjoy change *thích thay đổi*
147.- prefer routine *thích thói quen*
148.- open and sociable *cởi mở và xã giao*
149.- curious *tò mò*
150.- critical *chỉ trích*
151.- focus on problems *chú ý tới các vấn đề*
152.- impulsive *đưa đẩy*
153.- methodical *có phương pháp*
154.- bold *mạnh dạn*
155.- take initiative *có sáng kiến khởi đầu*
156.- insistent upon own plan
nhấn mạnh kế hoạch riêng
157.- self confident *tự tin*
158.- self reliant *tự quyết*
159.- sensitive *nhạy cảm*
160.- easily hurt *dễ bị tổn thương*
161.- tendency to skim surface
có khuynh hướng lướt trên mặt
162.- adaptive *thích ứng*
163.- reclusive *ở ẩn mình*
164.- self conscious *tự ý thức*
165.- overcautious *quá cẩn thận*
166.- tends to discouragement
có khuynh hướng nản chí
167.- exclusive *độc quyền*
168.- private *riêng tư*
169.- mediator *trung gian*
170.- indecisive *không quyết định*

171.- constant *cố định*
172.- competitive *tranh đua*
173.- self sacrificing *tự hy sinh*
174.- respectful *đáng kính*
175.- adaptable *có thể thích hợp*
176.- analytical *phân tích*
177.- persistent *kiên trì*
178.- playful *vui chơi*
179.- laugh easily *dễ cười*
180.- spontaneous *bỗng dưng, đột xuất*
181.- hesitant *do dự*
182.- scheduled *theo chương trình*
183.- outspoken *lớn tiếng mạnh dạn*
184.- order *trật tự*
185.- obliging *bó buộc*
186.- faithful *trung thành*
187.- idealistic *theo lý tưởng*
188.- inoffensive *không mất lòng*
189.- dry wit *cười khan*
190.- deep *thâm sâu*
191.- mover *người di chuyển, 'quậy'*
192.- motivator *người thúc đẩy, khuyến khích*
193.- attentive to others *chú ý tới người khác*
194.- bossy *làm chủ*
195.- well behaved *cư xử đàng hoàng*
196.- willful *có ý muốn*
197.- perfectionist *người toàn hảo*
198.- peacekeeper *người giữ hoà khí*
199.- dispassionate *không thiên vị*
200.- controlling *kiểm soát*
201.- calm under fire *bình tĩnh trong thử thách*
202.- spiritual *thiêng liêng, tâm linh*
203.- love excitement *thích phấn khởi*
204.- thoughtful *có suy nghĩ*
205.- procrastinating *trì hoãn*

206.- docile *dễ dạy*
207.- headstrong *cứng đầu*
208.- require rest *cần nghỉ ngơi*
209.- demand acknowledgement *đòi phải biết ơn*
210.- need couragement *cần được khuyến khích*
211.- need motivating *cần được thúc đẩy*
212.- need friends *cần bạn bè*
213.- focused and intense *tập trung và căng thẳng*
214.- need fun *cần vui nhộn*
215.- enjoy structure, procedures
thích cơ chế tổ chức, tiến trình
216.- need uplifting *cần được nâng cao*
217.- non confrontative *không thích đối chất*
218.- confrontative *thích đối chất*
219.- pragmatic *thực tế*
220.- mercurial *lanh lợi, tháo vát*
221.- wary of new situations *lo về tình huống mới*
222.- singularly focused *tập trung gọn*
223.- like to shop and eat out
thích đi mua sắm và ăn tiệm
224.- driven *được thúc đẩy*
225.- subjugate own desires to please others
tự chế để đẹp lòng người
226.- process oriented *hướng về diễn tiến*
227.- goal oriented *hướng về mục đích*
228.- comfortable in present moment
thoải mái trong hiện tại
229.- future oriented *hướng về tương lai*
230.- a social butterfly *bay bướm*
231.- jokester *thích nói dỡn*
232.- homebody *thích ở nhà*

Bây giờ xin khoanh các số bạn đã ghi vào mỗi tính tình, rồi cộng các số đó lại theo mỗi loại. Loại nào có số cao nhất là tính tình chính của bạn và số cao thứ hai là tính tình phụ. Nếu 2 số bằng nhau, xin coi lại cho có khác nhau hơn kém.

nóng giận

1, 3, 5, 8, 11, 14, 15, 25, 30, 36, 37, 38, 42, 43, 44, 50, 53, 54, 56, 60, 66, 67, 73, 81, 83, 84, 86, 90, 92, 96, 105, 108, 112, 115, 116, 117, 118, 121, 123, 124, 125, 127, 130, 132, 133, 134, 135, 138, 140, 143, 144, 154, 155, 156, 157, 158, 167, 168, 172, 177, 183, 191, 192, 194, 196, 200, 207, 209, 213, 218, 219, 222, 224, 227

vượng máu

1, 3, 5, 9, 10, 11, 14, 17, 18, 23, 26, 29, 30, 32, 36, 37, 38, 41, 43, 46, 47, 48, 49, 50, 56, 59, 68, 69, 71, 76, 77, 79, 80, 82, 87, 89, 91, 92, 93, 94, 95, 104, 107, 110, 112, 113, 114, 116, 117, 118, 120, 121, 129, 131, 136, 138, 139, 142, 144, 145, 146, 148, 149, 152, 157, 159, 160, 161, 175, 178, 179, 180, 203, 206, 212, 214, 220, 223, 226, 228, 230, 231

u uẩn

2, 7, 8, 12, 13, 16, 19, 20, 21, 22, 24, 27, 28, 31, 33, 34, 39, 40, 42, 48, 51, 52, 54, 57, 62, 63, 70, 72, 73, 74, 75, 78, 79, 80, 81, 88, 98, 99, 101, 106, 109, 111, 122, 131, 133, 141, 150, 151, 153, 159, 163, 165, 166, 170, 173, 176, 181, 182, 184, 186, 187, 190, 193, 197, 202, 204, 208, 210, 215, 216, 221, 222, 227

Lãnh đạm

2, 4, 6, 9, 10, 21, 26, 28, 30, 31, 35, 39, 45, 52, 55, 58, 61, 63, 64, 65, 68, 70, 72, 75, 78, 85, 88, 97, 98, 100, 102, 103, 106, 107, 110, 111, 113, 119, 122, 126, 128, 129, 131, 137, 139, 147, 153, 160, 162, 166, 169, 171, 173, 174, 175, 185, 186, 188, 189, 195, 198, 199, 201, 204, 205, 206, 210, 211, 215, 217, 219, 221, 225, 226, 228, 232

phụ trương B

bản tóm lược những đặc tính
tiêu biểu của mỗi loại tính tình

Nóng giận

phản ứng mau lẹ/*quick to react* riêng tư/*private*
người lãnh tụ/*leader* người khởi đầu/*initiator*
phản ứng căng với thời gian lâu/ kiên trì/*persevere*
intense reaction with long duration lý luận/*logical*
trực tính/*forthright* cãi vã/*argumentative*
con người hoạt động/*per son of action*
nông nổi/*impetuous* tự tin/*self confident*
đẩy kế hoạch tới cùng/*pushes plans through*
không dễ biểu lộ tâm tình ngoại trừ giận dữ/
doesn't display emotions easily, except anger
không rơi vào ưu tư lo lắng/*not given to anxiety*
con người làm việc/*a doer* thi đua/*competitive*
hăng say biểu lộ chính mình/*eager to express oneself*
không a dua theo hùa/*not a follower* thực tế/*practical*
có thể thủ thế và tự hào/*can be defensive and prideful*
thích tranh luận/*loves debate* gánh vác/*take charge*
được thúc đẩy để chu toàn mục đích/*driven to achieve goals*
thích trả đũa/*inclined to retaliation*
hướng ngoại/*extraverted* cương quyết/*decisive*
hướng theo mục đích/*goal oriented*
căng thẳng/*intense* phong phú/*productive*
tính mau lẹ/*quick tempered* cứng đầu/*headstrong*
ghê tởm tình cảm uỷ mị/*abhors sentimentality*
cần được ghi nhận/*needs acknowledgement*
ngắt quãng/*interruptive* không kiên nhẫn/*impatient*
muốn được có lý/*wants to be right*
kiếm tìm tích cực/*looks for the positive*
quyết định theo nguyên tắc/ý tưởng/
makes decisions based on principles/ideas

u uẩn

phản ứng chậm rãi với phản ứng căng tăng theo thời gian và kéo dài lâu /*slow to react with intense reaction growing over time and of long duration*
suy tư/*thoughtful* đạo đức/*spiritual* sâu xa/*deep*
thơ mộng/*poetic* hướng nội/*introvert*
quá cẩn thận/*overly cautious* thích chỉ trích/*critical*
không đặt thứ tự ưu tiên đúng/*does not prioritize well*
con người toàn hảo/*perfectionist* nhạy cảm/*sensitive*
nhà tư tưởng/*thinker* dễ bị tổn thương/*easily hurt*
độc quyền/*exclusive* ít bạn bè/*few friends*
xa tránh môi trường/*detached from environment*
lo lắng về số rủi có thể đến/*worries over possible misfortune*
tính khí hay thay đổi/*moody*
có khuynh hướng chán nản và tự tội nghiệp/
tends to discouragement and self pity
lý tưởng/*idealistic* bi quan/*pessimistic*
có thể là tâm bệnh/*can be a hypochondriac*
theo mục đích/*goal oriented*
chậm và đôi khi không quyết định/*slow and sometimes indecisive* quy nội/*introspective*
thích ở riêng một mình/*likes to be alone*
đoán mò/*second guessing* tự hy sinh/*self sacrificing*
ghê tởm bất công/*abhors injustice*
dừng lại với giận hờn/*holds grudges*
nhìn vào chiều đi xuống/*looks at the down side*
quyết định theo nguyên tắc/ý tưởng/
makes decisions based on principles/ideas
được thúc đẩy bởi các vấn đề/
is motivated by problems

vượng máu

phản ứng mau lẹ/*quick to react* dễ dạy/*docile*
nói năng hoạt bát/*talkative* vui nhộn/*funny*
phản ứng mau qua/*reactions of short duration*
lạc quan/*optimistic* bình dân/*popular*
hướng tới liên hệ tình nghĩa/*relationship oriented*
không dừng nơi hờn dỗi/*doesn't hold grudges*
thành thật/*frank* nghị lực cao/*high energy*
người đi theo a dua/*follower* tự cẩn/*self assured*
linh hồn của tiệc tùng liên hoan/*life of a party*
thích có người chung quanh/*loves to be with people*
thân tình/*cordial* xã giao/*sociable* lịch sự/*polite*
thích hội đoàn nhóm họp/*likes groups*
thích nhiều loại khác nhau/*loves variety*
vô tư lự/*carefree* hăng hái sẵn sàng/*eager*
mau tha thứ/*quick to forgive* thiện cảm/*enthusiastic*
ít khi bị mắc cỡ/*seldom embarassed*
thích quần áo ăn diện/*likes clothes*
có thể theo thời/*can be faddish*
thích ứng với môi trường/*attuned to environment*
thích thú đi mua sắm và ăn tiệm/*enjoys shopping and eating out* đón chờ thay đổi/*welcomes change*
xã giao bay bướm/*social butterfly*
ít để ý theo đuổi tới nơi/*less interested in follow through*
đột xuất/*spontaneous* bồn chồn lo lắng/*restless*
hướng thích khoe khoang/*prone to vanity*
có thể hời hợt bên ngoài/*can be superficial*
thích nói trước đám đông/*likes to talk in front of groups*
dễ làm quen/*makes friends easily*
có óc sáng tạo và nghệ sĩ/ *creative and artistic*
quyết định theo cảm tình/tình nghĩa/
makes decisions based on relationships/feelings
thỉnh thoảng hay quên/*sometimes forgetful*
hướng về diễn tiến/*process oriented*
cần được giúp đỡ để kiên trì/
needs help in persevering

lãnh đạm

phản ứng chậm rãi/*slow to react* bình an/*peaceful*
ngoại giao/*diplomatic* đáng tin/*dependable*
không phản ứng căng/*doesn't react intensely*
phản ứng mau qua/*reactions of short duration*
quyết định theo liên hệ tình nghĩa/cảm tình/
makes decisions based on relationships/feelings
kín đáo/*reserved* khôn vặt/*dry wit*
hướng theo diễn tiến/*process oriented*
theo diễn tiến/*procedural* kiên nhẫn/*patient*
nhạy cảm đối với người khác/*sensitive to others*
không tha thiết/*dispassionate* hướng nội/*introverted*
người đi theo a dua/*follower* có trách nhiệm/*dutiful*
bình tĩnh trước áp lực/*calm under pressure*
cần được thúc đẩy/*requires motivating*
thích ở nhà/*homebody* âm thầm/*low key*
thích thói quen/*prefers routine* chịu đựng/*tolerant*
ghét mâu thuẫn/*hates conflict* bền bỉ/*constant*
thích thú bình an và thinh lặng/*enjoys peace and quiet*
làm hoà/*peace maker* lịch sự/*polite*
được nhiều người thích khá/*well liked by most everyone*
thích cơ chế tổ chức/*likes structures*
không dễ bị khiêu khích nhưng dễ bị tổn thương/
not easily provoked but easily hurt
không hứng thú/*unmotivated* đáng kính/*respectful*
cư xử đàng hoàng/*well behaved*
thà làm đẹp lòng người hơn làm điều mình thích/
would rather please others than do what he wants

Vài nét về tiểu sử các tác giả

Ông Art (Ánh) Bennett là một tư vấn gia đình và hôn nhân có giấy hành nghề, hiện đang làm giám đốc Trung tâm tư vấn Alpha Omega thuộc nhóm bệnh xá tâm thần Công giáo tại các tiểu bang Maryland và Virginia. Ông cũng phụ trách và cùng điều khiển giờ phát thanh công giáo Healthy Minds/Healthy Souls trong vùng Hoa Thịnh Đốn. Ông có kinh nghiệm trên 25 năm trong lĩnh vực sức khoẻ tâm thần và thường thuyết trình về các vấn đề gia đình và hôn nhân. Ông có bài viết mỗi tháng trên nguyện san National Catholic Register về gia đình và việc làm.

Bà Laraine (Lan) Bennett có bằng cao học Triết lý và cây bút tự do với các bài viết trong các tạp chí Faith & Family, Nazareth Journal. New Oxford Review, và National Catholic Register.

Hiện nay hai người sống ở miền bắc tiểu bang Virginia, đã thành hôn được trên 25 năm và có được 4 người con - mỗi đứa một loại tình tình!

lời mời

HÃY HỌC CÁCH MỞ BÍ MẬT TÍNH TÌNH CỦA BẠN
để biết cách ngõ hầu trở nên tốt hơn
trong nhiệm vụ làm vợ chồng, cha mẹ
bạn hữu và người tín hữu Kitô.

Tất cả chúng ta đều được sinh ra với những nét cá tính khác biệt. Một số sống vì đám đông và tiệc tùng; một số khác tìm kiếm thanh vắng và thời gian để suy niệm yên tĩnh. Một số khác tự nhiên thích đưa đẩy, trong khi một số lại bằng lòng thích ứng đi theo người. Chúng ta không lựa chọn những nét tính tình này; tất cả là phần của con người chúng ta đã được hình thành.

Thượng Đế đã tạo dựng mỗi người trong lòng người mẹ không phải chỉ có hình hài thể xác, mà còn ban cho chúng ta một tính tình có ảnh hưởng trên suy tư hiểu biết, hướng dẫn lựa chọn, và trở thành nền tảng cho nếp sống luân lý và đạo đức trong suốt cuộc đời của chúng ta.

Các triết gia thời cổ xưa đã nhận diện được 4 loại tính tình căn bản, và trải qua bao thế kỷ, nhiều tâm hồn khôn ngoan dùng những mẫu này để tìm hiểu bản tính con người. Bây giờ sau 70 năm mới có cuốn sách công giáo TÍNH TRỜI CHO BẠN.

Trong sách này, ông Art (Ánh) Bennett, một tư vấn công giáo kỳ cựu cùng với vợ là Laraine (Lan), cống hiến một tổng hợp hệ thống khôn ngoan cổ điển, cùng với khoa hướng dẫn tâm lý hiện đại và linh đạo công giáo ngõ hầu giúp bạn hiểu tính tình phong phú và ảnh hưởng tính tình trên cuộc đời và gia đình của bạn.

Từng trải qua nhiều năm nghiên cứu, cầu nguyện và kinh nghiệm thực tế, hai người chỉ cho bạn biết cách nhận diện loại tính tình của mình và dùng tính tình để trở nên người phối ngẫu dễ thương đáng mến, cha mẹ thành công và người bạn tốt. Tốt hơn cả là nhờ đó bạn hiểu 4 loại tính tình theo tinh thần công giáo giúp bạn đến gần Thượng Đế hơn, cũng như khám phá ra được con đường thánh thiện thích hợp với bạn.

Xin chúc bạn được bình an, hạnh phúc và thánh thiện.

Bạn sẽ nhận thấy mình thăng tiến trong mỗi đức tính khi bạn hiểu - và học biết cách sử dụng - loại tính tình Thượng Đế ban cho bạn.

SOPHIA INSTITUTE PRESS
Box 5284, Manchester, NH 03108
www.sophiainstitute.com
1-800-888-9344

Tủ sách XUÂN TÂM

A.- Phụng vụ & Thánh nhạc

1.- TRÊN PHÍM ĐÀN, 1972: phương pháp tập luyện trên phím đàn piano và harmonium, L.m. nhạc sư Antôn Tiến Dũng
2.- PHỤNG CA LỄ HÔN PHỐI, 1984:
60 trang Thánh ca dùng trong lễ hôn phối
3.- PHỤNG CA CỘNG ĐỒNG, 1985-1997: 400 trang Thánh ca dùng trong phụng vụ và Thánh lễ
4.- PHỤNG CA TÔN VINH, 2000: 130 trang bài Thánh ca của L.m. nhạc sư Jean Baptiste de la Salle Nguyễn Văn Vinh và L.m. Anthony Vũ Hùng Tôn
5.- CỘNG ĐỒNG CÙNG HÁT, 2005-2010:
hơn 600 bài Thánh ca công giáo hợp tuyển

B.- Tâm Lý, Tình Yêu & Hôn Nhân

6.- THƯ GỬI KIM LOAN, 1973: Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ cuốn LETTERS TO KAREN của mục sư Charlie W. Shedd: những bức thư đầy tình cha con về bí quyết sống hôn nhân hạnh phúc.
7.- NÓI VỚI BẠN TRẺ VỀ TÌNH YÊU, 1976: Hà Hoàng Tâm ghi nhận những gặp gỡ nói chuyện trao đổi với bạn trẻ ở Việt Nam về tình yêu và tuổi trẻ, 1972-1973.
8.- NGHE NHƯ CHUYỆN HOANG ĐƯỜNG, 1976: Hà Hoàng Tâm, chuyển ngữ cuốn THE STORK IS DEAD của mục sư Charlie W. Shedd để trả lời những vấn đề thắc mắc của tuổi mới lớn.

9.- CHUẨN BỊ SỐNG ĐỜI HÔN NHÂN CÔNG GIÁO, 2006: L.m. Vũ Hùng Tôn trình bầy về những chuẩn bị cần thiết cho cuộc sống lứa đôi theo tinh thần công giáo

10.- HIỂU MÌNH BIẾT NGƯỜI, 1999: Hà Hoàng Tâm, chuyển ngữ cuốn sách tâm lý PLEASE UNDERSTAND ME của Marilyn Bates và David Keirsey: những tiêu chuẩn nền tảng tâm lý để hiểu mình và biết người.

11.- SỨC MẠNH CỦA TƯ TƯỞNG TÍCH CỰC VÀ TINH THẦN LẠC QUAN, 1999: Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ cuốn THE POWER OF POSITIVE THINKING của mục sư tiến sĩ Norman Vincent Peale: những tư tưởng tích cực giúp con người sống vui sống mạnh.

12.- QUAN NIỆM TỔNG HỢP TRONG CUỘC SỐNG CON NGƯỜI TOÀN BỘ, 1999: Hà Hoàng Tâm trình bày những nguyên lý tổng quát chi phối nhiều lĩnh vực trong cuộc sống con người.

(bản Việt ngữ của cuốn số 13)

13.- SOME HOLISTIC PRINCIPLES AND PRACTICES IN THE LIFE OF A TOTAL PERSON, 1999 (bản Anh ngữ cuốn số 12)

14.- TÍNH TRỜI CHO BẠN, 2010: Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ cuốn THE TEMPERAMENT GOD GAVE YOU của Art & Laraine Bennett để tìm hiểu tính tình của chính mình trong cuộc sống

15.- TÍNH TRỜI CHO BẠN ĐỜI, 2010: Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ cuốn THE TEMPERAMENT GOD GAVE YOUR SPOUSE của Art & Laraine Bennett để tìm hiểu tính tình trong cuộc sống lứa đôi.

16.- THƯ GỬI PHAN LINH, 2010: Hà Hoàng Tâm chuyển ngữ cuốn LETTERS TO PHILIP của mục sư Charlie W. Shedd: những bức thư tâm tình một người cha viết nhắn gửi người con trai về nhiệm vụ làm chồng trong hôn phối và làm cha trong gia đình.

C.- Tôn giáo

17.- TÌM HIỂU ĐẠO CHÚA, 2010
12 bài trình bầy giáo lý Công giáo, tài liệu giúp cho dự tòng trong hành trình đức tin
18.- CUỘC ĐỜI ĐỨC KITÔ: L.m. Anthony Vũ Hùng Tôn chuyển ngữ cuốn LIFE OF CHRIST của Giám mục Fulton Sheen, một vị giảng thuyết lừng danh của Hoa Kỳ, đang được cứu xét hồ sơ phong thánh.

Liên lạc: Rev. Anthony Vũ Hùng Tôn

St. Stephen church
1112 SE 41st Ave.
Portland, Oregon 97214 .

Phone: 360-440-8282

Email: vuhungton@hotmail.com

Giá $15