

## XÂY DỰNG HẠNH PHÚC trong HÔN NHÂN



Trong “Thư Chung gửi Cộng đồng Dân Chúa” ngày 7-10-2016, các giám mục Việt Nam tham dự Đại hội XIII Hội đồng Giám mục Việt Nam đã đề nghị chủ đề Mục Vụ Gia Đình cho ba năm (2016-2019) với những điểm nhấn cho từng năm như sau: Năm 2017: Chuẩn Bị Cho Người Trẻ Bước Vào Đời Sống Hôn Nhân; Năm 2018: Đồng Hành Với Các Gia Đình Trẻ; Năm 2019: Đồng Hành Với Những Gia Đình Gặp Khó Khăn.

Năm nay, 2017, chủ đề Mục Vụ Gia Đình là “Chuẩn Bị Cho Người Trẻ Bước Vào Đời Sống Hôn Nhân”.

Làm việc gì cũng phải chuẩn bị, càng phải chuẩn bị kỹ lưỡng hơn khi có ý định kết hôn, vì đó là việc quan trọng của cả cuộc đời – nhất là đối với các Kitô hữu. Vì Hôn luật và nghiêm luật của Thiên Chúa đã được chính Đức Giêsu Kitô xác định: *“Sự gì Thiên Chúa đã phối hợp, loài người không được phân ly”* (Mt 19:4-6).

Người ta yêu nhau, kết hôn, có con và nuôi dưỡng gia đình. Qua nhiều năm, tình yêu thấm sâu, hệ lụy kết chặt, nhưng cảm xúc hôn nhân có thể lại giảm dần!

Những lúc “cam go” đó xảy ra nhiều mâu thuẫn và xung đột, ít chia sẻ và ít “chạm” vào nhau, ít vui vẻ và ít xây dựng lẫn nhau – kiểu “không thềm” quan tâm nhau. Đó là một dạng “bạo hành cao cấp”: Bạo hành tâm lý! Lâu ngày dày kén, cái sảy nảy cái ung, chuyện bé xé ra to, chiến tranh lạnh tăng theo cấp số nhân – dù có khoảng 50% các cặp vợ chồng vẫn cố gắng duy trì hôn nhân, có thể chỉ là “vạn bất đắc dĩ”.

Theo các chuyên gia hôn nhân, điều mà đa số các cặp vợ chồng **không nhận ra** là có những việc họ khả dĩ làm để “hạ hỏa” nhau và chuyển bão thành cơn gió thoảng nhẹ. TS Renee Colclough Hinson, trưởng Hiệp hội Phong phú hóa Hôn nhân, nói: *“Hôn nhân là khu vườn đẹp, đòi hỏi chủ nhân phải có kỹ năng chăm sóc và không ngừng lưu tâm. Có vậy thì khu vườn mới luôn đẹp, nếu khinh suất thì khu vườn sẽ tàn héo và chết khô”*. Một nhận xét thật thú vị và chính xác!

### VÌ HẠNH PHÚC CHUNG

Không ai lại không phải làm việc cần mẫn để cải thiện gia đình và hôn nhân, cả tinh thần lẫn vật chất. Đừng chủ quan, vì chủ quan có thể dẫn đến khinh suất mà làm tổn hại không chỉ mối quan hệ phụ thê mà cả các mối quan hệ khác.

Hôn nhân nào cũng có những vấn đề riêng gây xung đột và căng thẳng. Các vấn đề thường gặp là:

- **Tiền Bạc.** Không bao giờ đủ, mà nếu có thì người ta cũng chưa chắc biết sử dụng hợp lý. Đôi khi “có tiền” lại là mối họa, vì khi nghèo thì luôn quan tâm và yêu thương nhau, có chút tiền thì bắt đầu “ngả nghiêng” lăm chuyện!

- **Tình Dục.** Khoảng 45% các cặp vợ chồng phải nhờ tư vấn hôn nhân. Thường thì người này muốn ân ái lúc này, còn người kia muốn lúc khác; hoặc người này muốn thể này, còn người kia muốn kiểu khác. Đó là do thiếu cởi mở với nhau. Ông nói gà, bà nói vịt!

- **Công Việc.** Vợ/chồng đều có vai trò riêng, ai cũng có tầm quan trọng riêng. Đừng so sánh và tự cho mình có vị thế cao hơn.

- **Con Cái.** Vợ chồng có thể bất đồng ý kiến về cách nuôi dưỡng và giáo dục con cái. Vì thế, rất cần bàn thảo để tìm ra phương pháp chung nhất.

## **GIAO TIẾP TÍCH CỰC**

Các vấn đề này không dẫn đến đổ vỡ hôn nhân nếu bạn có thể đối thoại tích cực xây dựng lẫn nhau. John Gottman, GS khoa tâm lý ĐH Washington và sáng lập Viện Gottman, đã ghi hình hơn 3.000 cặp vợ chồng để nghiên cứu xem điều gì làm mối quan hệ của họ thành công hay thất bại. Ông thấy rằng khi thảo luận vấn đề, các vợ chồng không hạnh phúc thường bắt đầu bằng cách chỉ trích nhau, rồi chê trách tính cách người kia thế này thế nọ. Tiếp theo là động thái khinh khi – một yếu tố làm “xói mòn” hôn nhân. Tất nhiên, người bị chỉ trích sẽ phản ứng tự vệ bằng cách phản công. Ấu đả có thể phát sinh, vấn đề càng thêm nghiêm trọng, và có thể không giải quyết được.

Ngược lại, các cặp vợ chồng hạnh phúc thường có động thái tích cực gấp 5 lần trong những lúc xung đột. Chẳng hạn, họ có thể khôi hài để làm giảm căng thẳng và có những cách nói chuyện đầy yêu thương để làm dịu tình huống. Thật vậy, “một sự nhịn, chín sự lành”, và “đồng vợ, đồng chồng, tát Biển Đông cũng cạn”.

Hãy ghi nhớ câu của đại văn hào Shakespear: *“Khéo treo cổ còn hơn vụng kết hôn”*.

Với người Công giáo, hôn nhân là một bí tích. Kinh Thánh nói: *“Phúc thay kẻ biết xử sự khôn khéo, kẻ nói mà người ta lắng tai nghe” (Hc 25:9)*. Về bốn phạm hôn nhân, Thánh Phêrô dạy: *“Chị em là những người vợ, chị em hãy phục tùng chồng, như vậy, dù có những người chồng không tin Lời Chúa, thì họ cũng sẽ được chinh phục nhờ cách ăn nết ở của chị em mà không cần chị em phải nói lời nào, vì họ thấy cách ăn nết ở trinh tiết và cung kính của chị em. Ước chi vẻ duyên dáng của chị em không hề tị tại cái mã bên ngoài như kết tóc, đeo vòng vàng, hay ăn mặc xa hoa; nhưng là con người nội tâm thầm kín, với đồ trang sức không bao giờ hư hỏng là tính thủy mị, hiền hoà: đó chính là điều quý giá trước mặt Thiên Chúa. Xưa kia, các phụ nữ thánh thiện là những người trông cậy vào Thiên Chúa, cũng đã trang điểm như thế; họ đã phục tùng chồng. Như bà Sara, bà đã vâng phục ông Ápraham, và gọi ông là ‘ông chủ’. Chị em là con cái của bà, nếu chị em làm điều thiện và không sợ hãi trước bất cứ nỗi kinh hoàng nào” (1 Pr 3:1-6)*.

Vợ chồng là “một xương, một thịt” chứ không còn là hai. Một mà hai, hai mà một. Vợ chồng còn được Thiên Chúa liên kết qua mỗi dây ràng buộc là Bí tích Hôn phối, và Ngài truyền nghiêm lệnh: *“Không được phân ly”*. Như vậy, đối với Kitô hữu, mức độ chia sẻ phải chân thật hơn những người không có niềm tin vào Đức Kitô, nếu không thì không bằng người ngoại giáo!

Hôn nhân là một ơn gọi. Vợ chồng được mời gọi diễn tả tình yêu phối ngẫu qua 3 chữ T: Thân mật, Thủy chung và Trinh khiết (khiết tịnh). Với 3 chữ T đó, cả vợ và chồng đều phải tự nhủ: *"Tôi Trung Thành"*. Đó không chỉ là lời hứa với nhau mà chính là hứa với Thiên Chúa.

Những người đã lập gia đình, hãy luôn biết "tương kính như tân", và đừng quên rằng chính mình đã long trọng thề hứa với nhau trước mặt vị đại diện Giáo hội và toàn thể cộng đoàn Dân Chúa: *"Anh/em nhận em/anh làm vợ/chồng, và hứa sẽ giữ lòng chung thủy với em/anh, khi thịnh vượng cũng như lúc gian lao, khi bệnh hoạn cũng như lúc mạnh khỏe, để yêu thương và tôn trọng em/anh mọi ngày suốt đời anh/em"*.

Lời hứa đó không là hứa cho vui, hứa cho xong, hứa cho đủ nghi thức, nhưng là lời hứa có tính chất "thề" (thề "độc" chứ không thề thường đâu). Mà lời thề thì không ai "giải" được, vì đó là lời thề với Thiên Chúa!

**TRẦM THIÊN THU**