

Lý Lạc Long

Ghen Hay Không Ghen?



Ghen tuông và đố kỵ là một hiện tượng tình cảm tự nhiên của con người.

Theo Pierre Chareon: "Sự khác biệt giữa ghen tuông và đố kỵ là : Sự đố kỵ nảy sinh ra vì chúng ta thèm khát cho ta cái điều sung sướng đã đến với kẻ khác; còn sự ghen tuông nảy sinh là do chúng ta sợ hãi kẻ khác chia xẻ hạnh phúc của ta." Và ghen tuông bắt nguồn từ đâu? Theo nhận định của nhà tâm lý học Đức, Manfred Schmitt: "Mỗi người đều muốn đạt được mục đích trong cuộc sống của mình. Mục đích đó có thể là sự gắn bó cả đời với một người nhất định hoặc muốn được người mình yêu mến chú ý, quan tâm ... Khi cảm thấy ai đó hoặc cái gì đó cạnh tranh, như đám mây giông che mờ mục tiêu, ta sẽ rơi vào tình trạng báo động. Đó là trạng thái ghen".

Ghen không chỉ diễn ra giữa những người có quan hệ vợ chồng hoặc tình dục với nhau. Ngay những đứa trẻ cũng đã biết ghen khi thấy bố mẹ chăm chút cho em bé nhiều hơn cho mình. Thậm chí người ta còn ám ức với cả đồ vật, như vợ ghen với chiếc xe, hay cái máy vi tính chỉ vì chồng mãi miết dành thời giờ với chúng nhiều hơn với mình. Trong quan hệ yêu đương, chúng ta theo đuổi mục đích chiếm được tình cảm và thể xác người mà ta gắn bó. Ghen trong tình yêu rất mạnh mẽ, đau đớn và có sức tàn phá rất mãnh liệt . Cả hai phái, nam và nữ đều có tính ghen tuông như nhau. Theo kết luận của các nhà nghiên cứu tâm lý thì "đàn bà ghen để phòng ngự, còn đàn ông ghen thật sự".

David Buss, người đã nghiên cứu về chủ đề này. Ông đặt câu hỏi với những

người thuộc các nước khác nhau như: Đức, Hòa Lan, Mỹ, Đại Hàn và Zimbabwe, có tới 67% nam giới cho rằng bồ bịch trong quan hệ tình dục là tội tệ, trong khi chỉ có 44% phụ nữ có suy nghĩ tương tự. Những người được hỏi còn tham gia một cuộc thí nghiệm mà họ phải tưởng tượng ra cảnh vợ hoặc chồng không chung thủy với mình. Trong lúc này, các nhà khoa học kiểm tra mạch tim, số nếp nhăn trên trán, lượng mồ hôi hai tay của đương sự. Kết quả của thí nghiệm cũng tương tự như số liệu phỏng vấn. Buss giải thích nguyên nhân của sự khác nhau này ở chỗ, người đàn bà bao giờ cũng biết chắc, đứa con mình đẻ ra là của mình, còn người đàn ông không có niềm tin chắc chắn như vậy. Cũng giống như người Việt thường nói : "Cháu ngoại mới chắc chắn là cháu của mình". Nhưng ngày nay, nếu muốn, thì phương pháp phân tích DNA (Deoxyribonucleic acid) có thể xác định chính xác người đàn ông có phải là cha của đứa bé không?

Thực ra, thì trong cuộc sống lứa đôi, một chút hờn ghen cũng có thể tạo ra những thú vị riêng, nó có thể làm cho tình cảm lứa đôi thêm mặn mà đậm thắm. Nhưng nếu không biết cách nêm nếm thứ gia vị "ghen" này sao cho hợp lý, nó sẽ biến món ăn tình yêu trở thành nhạt nhẽo hoặc mặn chát đến độ không chịu nổi. Như ngạn ngữ nói "độc hay không độc là do liều lượng". Ghen tuông vô lý, quá độ, ngoài sự kiểm soát của lý trí sẽ dẫn đến kết quả xấu cho bản thân, cho người thân ... và biến cuộc sống gia đình thành địa ngục. Một vấn đề rất quan trọng là khi ghen một người xử sự và phản ứng như thế nào? Ghen được thể hiện qua nhiều trạng thái. Có người ghen bóng, ghen gió, ghen âm thầm trong lòng. Có người thì bộc phát mạnh ra ngoài, thậm chí có người ghen thái quá, không tự chủ được, tự kết liễu đời mình. Những người có khuynh hướng dùng vũ lực để giải quyết mọi tranh chấp thì khi ghen tuông cũng có xu hướng dùng "võ" để hành xử, họ sẽ không nhường đối thủ. Để chiếm đoạt lại người yêu, họ sẽ dùng mọi thủ đoạn như: chửi bới và bêu xấu đối phương trước công chúng, đả thương, tạt acid, bắn chết đối thủ.. v.v. Tóm lại, những người này có thể thí mạng sống của họ và của cả đối phương. Theo một số chuyên gia, những

người bị ghen nặng như vậy không những chỉ bị ảnh hưởng về tâm lý mà còn có những biểu hiện của stress.

Khi yêu, người ta ích kỷ, chỉ muốn tất cả là của ta, không được nghĩ tới ai, không muốn ai nhìn người yêu mình. Như Nguyễn Bính và Viễn Du đã diễn tả trong hai bài thơ "Ghen" dưới đây :

Ghen

Cô nhân tình bé của tôi ơi
Tôi muốn môi cô chỉ mỉm cười
Những lúc có tôi và mắt chỉ
Nhìn tôi những lúc tôi xa xôi.
Tôi muốn cô đừng nghĩ đến ai
Đừng hôn dù thấy cánh hoa tươi
Đừng ôm gối chiếc đêm nay ngủ
Đừng tắm chiều nay biển lắm người
Tôi muốn mùi thơm của nước hoa
Mà cô thường xúc chẳng bay xa
Chẳng làm ngay ngất người qua lại
Dẫu chỉ qua đường khách lại qua.
Tôi muốn những đêm đông giá lạnh
Chiêm bao đừng lẫn quân bên cô
Bằng không tôi muốn cô đừng gặp
Một trẻ trai nào trong giấc mơ.
Tôi muốn làn hơi cô thở nhẹ
Đừng làm ấm áo khách chưa quen.
Chân cô in vết trên đường bụi
Chẳng bước chân nào được dẫm lên.
Nghĩa là ghen quá đầy mà thôi
Thế nghĩa là yêu quá mất rồi
Và nghĩa là cô là tất cả
Cô là tất cả của riêng tôi. (Nguyễn Bính)

Ghen

nếu ghen tương là tánh của tiểu nhân
em nhất định không thềm làm quân tử
người ta ghen với mắt nhìn lơ lả
em ghen thâm trong cả giấc mơ anh
ghen với gối chăn buổi tối anh nằm
ghen với áo quần mỗi ngày anh mặc
người ta ghen mỗi khi xa cách mặt
em ghen rồi trước cả phút chia tay
ghen ghê kia anh ngồi suốt cả ngày
ghen phone được anh kẻ tai thủ thi
người ta ghen nên không còn lý trí
em ghen tương nhưng tỉnh táo vô cùng
nhớ vào lòng từng lời nói...chung chung
mà đâu biết, anh muốn gọi về...ai đó
người ta ghen, khóc la rồi than thở
em ghen lại cười hớn hở như hoa
điểm trang đẹp ngời đôi mắt, làn da
mặc áo đẹp rồi tung tăng dạo phố
nhưng trong tim em có ngàn mảnh vỡ
em ghen mà...không biết tại sao ghen (Viễn Du)

Và như Nguyễn Văn An đã mô tả, một chàng trai muốn người yêu tất cả là của mình và sống xa mọi người:

Nếu được phép, Anh cầu xin Thượng Đế
Nhốt tù Em trong lòng ngực tim Anh,
Nuôi dưỡng Em bằng dòng máu trong lành,
Cho Em thở, Em thương chung một nhịp.
Cho Em tắt mọi đường giao tiếp
Em khuất che sóng mắt, nụ cười yêu
Cho thế nhân không thấy đáng yêu kiêu

Và thân băng tuyết trinh nguyên vô giá.
Anh ước nguyện Cao Xanh cho hóa đá
Tạc hình Em trên tột đỉnh Lạp Sơn
Cho chim muông trần thế khó khinh lờn,
Xa trọn vẹn lũ phạm nơn tục tử,
Nếu được phép dựng lầu thơ biệt thự.
Trên không gian, trong khoảng gió hư vô
Sống bên nhau không biết đến bao giờ
Hòa tim máu và chia chung nhịp thở. (Nguyễn Vạn An)

Hay đọc ca dao nói về ghen
Ốt nào là ót chẳng cay,
Gái nào là gái chẳng hay ghen chồng.
Vôi nào là vôi chẳng nồng,
Gái nào là gái có chồng chẳng ghen.
Ta rằng ta chẳng có ghen,
Chồng ta, ta giữ, ta nghiền ta chơi. (CD)

Ta sẽ thấy câu danh ngôn " Một người đàn bà ghen tin vào tất cả những gì mà con phần nộ của nàng đưa tới ." là đúng. Nàng không ghen mà chỉ "ta nghiền ta chơi" thôi. Tình yêu nó ích kỷ như vậy đó, hãy nghe Achille Poincelot nói về sự ích kỷ đó: "Tình yêu là một thứ tình ích kỷ vô cùng, đến nỗi ta chỉ muốn thấy người mình yêu đau khổ tận cùng hơn là muốn thấy họ hạnh phúc với kẻ khác mà không phải là ta." Để bào chữa cho sự ghen tuông, người ta thường nói: "Có yêu mới ghen, không yêu đâu ai ghen làm gì". Nhưng ghen có phải là yêu không? Theo Von Meck thì: "Có ghen mới là yêu, nhưng ghen quá sẽ giết chết tình yêu."

Hãy nghe và tưởng tượng những hình ảnh sau đây:

- Mày cướp chồng bà hả, bà sẽ cởi quần, rạch mặt mày, sẽ tạt acid vào mặt mày ... Và nếu không làm gì được tình địch, thì hành hạ chồng, chửi chồng, thậm chí có bà còn dám theo luôn cái đó của chồng. Và sự ghen tuông như vậy có chinh phục được lòng thương hay dành lại được tình yêu của người

chồng không?

- Người yêu nói chuyện hay có cử chỉ thân mật với người đàn ông khác là chàng nổi máu ghen: đánh đôi thủ, bắt đôi thủ gục ngã để đoạt lại người yêu. Ghen tảo bạo, hung bạo như vậy, người yêu có trở lại với anh ta không?

Theo ý kiến của các nhà tâm lý thì: "Ghen tuông cuồng nhiệt sẽ đưa người đàn ông vào vòng ngu xuẩn mất trí, và đẩy người đàn bà vào sự mù quáng tội lỗi." Vậy ta có nên ghen hay không? Ta hãy nghe Auguste Forel nhắc nhở: "*a) Đối với người vợ, thà rằng có người chồng không trung thành còn hơn là có người chồng hay ghen. Vì người chồng không trung thành còn có thể giữ được hạnh phúc với vợ. Còn người chồng hay ghen sẽ luôn biến gia đình thành Hỏa Ngục. b) Đối với người chồng, người vợ càng ghen càng không thể nào sửa đổi được người chồng, mà trái lại còn gây ra những cảnh hỗn loạn mà kết cuộc là đầu độc đời sống chung cho đến tiêu diệt hoàn toàn.*" Ghen quá đánh mất hạnh phúc và đem lại sự khốn khổ cho người mình yêu thương. Ghen tuông làm cho chúng ta mất bình tĩnh, thiếu suy nghĩ, nên không chống đỡ nổi trước đôi thủ để bảo vệ và gìn giữ tình yêu của mình. Nhưng mặt khác, không biết ghen, thì cũng có thể gặp tai họa. Cho nên Laténa đã thốt lên: "Không biết ghen cũng như đựng đầu ghen đó đều là những sự lãng nhục. Bất cập hay thái quá đều tai hại cả." Trong mỗi con người, không ít thì nhiều luôn có sự hiện diện của lòng đố kỵ và tính ghen tuông. Trong tình yêu điều này càng thể hiện rõ. Một khi đã yêu và đặt hết lòng tin vào người mình yêu ta không bao giờ muốn chia sẻ tình cảm ấy với ai khác. Tuy nhiên, nếu có những người phụ nữ biết khéo léo điều tiết tình cảm để gia đình hòa thuận, thì cũng có những người lại ghen tuông một cách mù quáng bất kể đúng sai, hoặc dửng dưng lạnh nhạt. Theo thiên ý chủ quan của tôi (đàn ông) thì trong trường hợp bạn yêu chồng mà lại hành động và suy nghĩ như vậy, có nghĩa là người phụ nữ đã thất bại trong vấn đề tình cảm lứa đôi giữa hai người. Vì do tạo hóa sắp đặt, đàn ông bản chất vốn sợ sự cô đơn, họ cần một tổ ấm, ngay cả khi đã

trưởng thành và có con cái, họ vẫn cần có sự quan tâm của người vợ. Nếu không được như vậy, tất nhiên họ sẽ đi tìm "suối nguồn yêu thương" ở một nơi khác. Trong cuộc sống lứa đôi, có lẽ cách tốt nhất là xử dụng sự thành thật, sự quý trọng, sự tin tưởng, lòng vị tha và quảng đại để đối xử với người bạn tình của mình trong mọi sinh hoạt của đời sống. Và tôi nghĩ, nếu là tình yêu hai chiều thì mọi trở ngại trên đường đời có lẽ sẽ được giải quyết một cách êm thấm. Còn nếu một người đã không yêu nữa (tình yêu cần hai chiều) thì cũng đừng nên níu kéo lại. Giữ người muốn ở lại chứ ai giữ kẻ muốn ra đi? Cố níu kéo lại chỉ tạo thêm sự buồn khổ (ghen tuông, lo lắng, giận bực...) cho bản thân bạn là trước nhất và cuộc sống lứa đôi chắc cũng không có gì "hấp dẫn" và vui vẻ được nữa. Nếu phải đối diện với tình huống khó khăn này, ta nên cố gắng đừng để mình ngập chìm trong bi lụy, mà nên nghĩ rằng cánh cửa này đóng lại thì cũng có cánh cửa khác đang mở ra và biết đâu đây là một cơ hội tốt cho tình yêu, hạnh phúc và cuộc sống của bạn. Đừng nên nhìn quá lâu vào cánh cửa đang đóng bạn sẽ bỏ lỡ cơ hội nhìn những cánh cửa đang mở ra. Và như vậy, thì ghen có lẽ không là một vấn đề lớn cho chúng ta nữa.

Ở trên chỉ là ý kiến chủ quan của tôi, mọi ý kiến xây dựng khác của các bạn về "ghen" sẽ được đón tiếp với nhiệt tình và tri ân. Xin chúc tất cả mọi chuyện vui vẻ và như ý.

Lý Lạc Long

(TTL/TCT/MAI/05)