

# Hiểu thấu và Đồng cảm



**Các bạn thân mến,**

Con người được sinh ra vốn dĩ không ai giống ai, như ông bà ta đã nói: “mỗi cây mỗi hoa, mỗi nhà mỗi cảnh“. Hoàn cảnh, môi trường sống với những phương tiện, yếu tố khác nhau đã chi phối tính cách sống, suy nghĩ và hành động từ tâm tâm mỗi người khác nhau. Chẳng có ai là toàn thiện toàn mỹ ngoài những bậc Giác Ngộ, Toàn Năng mà ta vẫn tôn thờ. Và trong cõi tạm này, ai cũng có thể có những lúc đúng, lúc sai, hơn, kém; xấu tốt... Thay vì đứng bên ngoài chỉ tay phán xét, chỉ trích chê bai... nếu ta biết thử đặt mình vào vị trí của họ, thì không nhiều hay ít, ta sẽ có cái nhìn khác hơn và cuộc đời sẽ trở nên nhẹ nhàng, tốt đẹp biết bao.

Đặt mình vào vị trí của nhau là ta cho ta cơ hội được thấu hiểu, nhìn nhận, đánh giá, cảm thông với tính cách, lời nói, hành động suy tư... của của người đó như là mình đang thấu hiểu, nhìn nhận, đánh giá, cảm thông với chính con người mình vậy. Làm được như thế, ta cũng có thể đặt mình tiếp vào vị trí của ba, mẹ; của vợ, chồng; con cái bạn bè đồng nghiệp; hay những người chung quanh. Ta sẽ thấy rõ rằng: ai cũng có những suy nghĩ, trăn trở, lo toan buồn vui riêng... và đôi khi những thứ đó không phải dễ dàng được bộc lộ thành lời. Và sau đó, chắc chắn ta sẽ có cái nhìn dịu dàng, không thành kiến như trước, biết sẻ chia với họ nhiều hơn, thậm chí ta dễ tha thứ, bao dung với những cảnh ngộ mà họ đang sống. Đúng là „Có hiểu mới có thương“.

**Các bạn thân mến,**

Chúng ta hay nói rằng, mình luôn yêu thương và hiểu thấu ba mẹ, thế nhưng thực tế, ba mẹ cần gì, mong gì, muốn gì...ta đâu dễ biết được. Có những người con còn tỏ ra ích kỷ, chỉ biết nghĩ cho bản thân mình, xem ba mẹ như gánh nặng. Họ quên rằng, chính sự vô trách nhiệm, vô tâm, vô tình ấy đã làm ba mẹ rất tổn thương hụt hẫng. Nếu muốn làm người con có hiếu thì nên đặt mình vào vị trí của họ để biết ơn, trân quý và yêu thương lo lắng cho họ nhiều hơn.

Gia đình là một đơn vị trong cộng đồng xã hội, nó phải được xây dựng trên nền tảng của yêu thương và sẻ chia. Ông bà ta hay nói: „Đàn ông xây nhà, đàn bà xây tổ ấm“, hạnh phúc gia đình có được là do sự chung tay vun đắp của cả vợ chồng. không nên phân định rạch ròi của chồng công vợ mà cả hai nên biết đặt mình vào vị trí của nhau để cảm nhận được nỗi vất vả, cực nhọc, sự hy sinh của mỗi người dành cho gia đình bấy lâu. Làm được như vậy thì gia đình sẽ chỉ có niềm vui, hòa thuận, ấm êm.

Ngược lại cũng có câu. „Cha mẹ sinh con, trời sinh tánh“ cho nên ba mẹ cũng không nên đem kinh nghiệm dạy dỗ con này mà truyền lại cho đứa khác. Có nhiều bậc phụ huynh muốn dạy con theo con đường chọn sẵn của mình mà lại quên rằng, con cái khác họ rất nhiều ở môi trường thời đại, nền tảng văn hóa, quan điểm sống, chưa kể là sở thích, ước mơ của các con cũng chẳng giống mình, cho nên ba mẹ nên đặt mình vào vị trí của con trẻ để có cơ hội định hướng, gợi mở và cùng đồng hành với những hướng mà con lựa chọn, thay vì cứng nhắc áp đặt, hay ép buộc chúng.

Chuyện „trông mặt mà bắt hình dong“ là thói quen phán xét ai đó của rất nhiều người với cái nhìn khiếm khuyết và phiến diện, và vì không hiểu trọn vẹn nên họ thường lệ làng đưa ra những lời bàn tán, định kiến, đôi khi còn xúc phạm người khác thay vì chịu khó tìm hiểu để thông cảm hay đồng tình. Thật vậy, có gặp khó khăn mới biết thương người khác lúc khó khăn; có chịu khổ cực mới hiểu được nỗi khổ của người khác.

Các bạn thân mến,

Tiến thêm một bước nữa, từ sự nhận biết, thông cảm một ai đó, ta sẽ có được sự đồng cảm với họ và có thể thương yêu họ như thương yêu chính mình. Có đồng cảm, ta mới cảm nhận nỗi đau, niềm vui của họ sâu sắc hơn. Mỗi khi có mâu thuẫn với ai, nên hiểu rằng đó là vì ta chưa biết đặt mình vào vị trí của người ấy, hãy thành thật hỏi lại để hiểu rõ họ hơn, biết ý định của họ, biết chỗ kẹt của họ để xem ta có thể giúp được gì không?

Người có khả năng đồng cảm là người không ích kỷ, vị tha và hay hướng đến lối sống vì cộng đồng nhiều hơn. Có sự đồng cảm với nhau nên mỗi xa cách giữa người và người cũng được rút ngắn lại, mọi người gắn bó chia sẻ với nhau hơn. Không có sự đồng cảm và chia sẻ thì ta luôn đứng cô lập bên lề và cuộc sống vì thế cũng mất đi một phần ý nghĩa.

Muốn có được sự đồng cảm, điều cần nhất là ta phải biết lắng nghe sâu. Có lắng nghe, ta mới thấu hiểu được các vấn đề mà người kia đang gặp phải, lắng nghe họ tâm sự, thổ lộ, rồi đi đến sự quan tâm thực sự đến họ và qua đó, ta cũng biết thêm nhiều điều về cuộc sống, dẹp bớt những định kiến, thành kiến không cần thiết mà lâu nay vì không rõ người rõ ta nên chất chứa trong lòng: ta thấu hiểu, cảm thông tâm tư họ sâu sắc hơn, hai bên cho đi và nhận lại sự chân thành, tin cậy, sẻ chia.

Thật vậy, để có thể vượt qua những khó khăn trong cuộc sống, ta rất cần đến sự đồng cảm và chia sẻ. Khả năng đồng cảm đưa đến sự kết nối, giúp ta nhận ra đâu là vấn đề của mình, để tiếp theo là chính mình cũng hưởng được sự chia sẻ của người đồng cảm với mình.

Cuộc sống khó khăn trong mọi lãnh vực hôm nay rất cần có sự đồng cảm và sẻ chia của mọi người, khi ta đã biết đặt mình vào vị trí của nhau, cùng nắm tay vun bồi một xã hội lành mạnh an hòa. Điều đó sẽ làm nên những giá trị sống, đem đến niềm tin sâu sắc và những cảm thông lớn lao cho cuộc đời của mỗi con người. Cuộc sống ngày càng tốt đẹp hơn khi có nhiều trái tim biết yêu thương và chia sẻ đồng cảm với người khác.

**Hiên trúc – Mùa Vọng 2022**

**BÔNG LỤC BÌNH**

**Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:**  
<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

[www.vietnamvanhien.net](http://www.vietnamvanhien.net)



**VIỆT NAM VĂN HIẾN**

[www.vietnamvanhien.info](http://www.vietnamvanhien.info)



**TỦ SÁCH VĂN HIẾN VỚI HƠN 8300 TÁC PHẨM**